

丛书主编 毕研洁
副主编 冯涛
刘泉水 乔德平

毕研洁 陈爱华
张弘 编著

大众体育健身丛书



DAZHONG TIYU JIANSHEN CONGSHU

ZHONGGUO MINZU JITI WUDAO

中国民族集体舞蹈



兰州大学出版社
LANZHOU UNIVERSITY PRESS

丛书主编 毕研洁 乔德平
副主编 冯 涛 刘泉水



大众体育健身丛书

DAZHONG TIYU JIANSHEN CONGSHU

ZHONGGUO MINZU JITI WUDAO

中国民族集体舞蹈

毕研洁 陈爱华 张弘 编著



兰州大学出版社
LANZHOU UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

中国民族集体舞蹈 / 毕研洁, 陈爱华, 张弘编著

. 一 兰州 : 兰州大学出版社, 2015. 9

(大众体育健身丛书 / 毕研洁, 乔德平主编)

ISBN 978-7-311-04395-7

I. ①中… II. ①毕… ②陈… ③张… III. ①民族舞蹈—集体舞—研究—中国 IV. ①J722.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第227350号

责任编辑 李 丽

封面设计 管军伟

书 名 中国民族集体舞蹈

作 者 毕研洁 陈爱华 张 弘 编著

出版发行 兰州大学出版社 (地址: 兰州市天水南路222号 730000)

电 话 0931-8912613(总编办公室) 0931-8617156(营销中心)
0931-8914298(读者服务部)

网 址 <http://www.onbook.com.cn>

电子信箱 press@lzu.edu.cn

印 刷 兰州万易印务有限责任公司

开 本 710 mm×1020 mm 1/16

印 张 8

字 数 152千

版 次 2015年11月第1版

印 次 2015年11月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-311-04395-7

定 价 16.00元

(图书若有破损、缺页、掉页可随时与本社联系)



总 序

20世纪60年代西方一些学者探索出一种新的发展模式,确定了新的可持续发展观。这种发展观的一个重要特征是,实现社会的全面进步。经济增长只不过是实现人的发展的手段。经济、政治、社会各种制度的演进,也只是为了实现人的发展,人的发展创造更好的社会环境。人的发展不仅只是当代人的发展,而且包括后代人的可持续发展;不仅指满足人的物质生活需求,而且包括满足人的社会生活、精神生活的多种需求,使人在体力和智力方面的多种潜能得以充分地发挥出来。1994年我国制定的《中国21世纪议程》规定,在发展问题上坚持“可持续发展,以人为本”的原则。当代以人为中心的社会发展观“实际上是将人置于发展的中心,把人看作是发展的最高目标,而社会其他方面的发展只被看作是发展的手段和条件”(鲍宗豪:《当代社会发展导论》,华东师范大学出版社,1999年版)。任何有益的社会活动,都是公民自我教育、自我成长的过程,不仅能增强社区活力和凝聚力,产生本土荣誉感,而且从国家治理的角度看,民间社团的活跃,也有利于社会稳定。人的发展包括人的基本需要不断满足,人的素质不断提高,人的潜力不断发挥,是人自身完善的建设过程。“以人为本”作为当代中国科学发展观的核心,它要求整个社会发展“以人为本”。

“以人为本”发展我国城镇体育,除了传统体育文化外,自然离不开我国民族传统文化资源。将城镇居民置于健心强身的体育发展中心,把不断满足居民健身需求、提高居民身体素质、发挥居民自身潜力作为我国城镇居民体育发展的最高目标,就是要为社会提供一定的体育服务和体育资源,满足居民的体育需求,促进人的全面发展;就是要为广大城镇居民公平地、自愿地参与体育提供更多的机会,创造更好的条件。因此,“以人为本”的社会体育发展观,必然要求为社会提供的体育资源体现当地民众的需求;同时,解决落后的城镇居民体育条件和短缺的体育资源与不断增长的城镇人口的体育需求之间的矛盾。



社会体育项目丰富多彩是当今社会发展过程中的客观实在。随着中国社会进入小康,物质的丰富、社会的进步使人们的体育观念发生了本质的变化。人们已从过去单调的生活方式,转变为对体育活动的形式多样性、娱乐性、健身性等方面有更多的要求。人们可支配的业余时间增多,体育消费的总量逐年增长,提高生活质量、充分体验人生的观念越来越为大众所推崇。这标志着人民生活水平的提高和社会进入了休闲时代。休闲时代是社会体育大发展的时期。传统的纯粹的体育健身的观念,已经向健身、健智、休闲、娱乐的多重性方向发展。项目目标的多极化导致了项目的多元化。社会体育指导中心作为国家体育总局落实全民健身主要的职能部门,在近十年的社会实践中,除了中心所管辖的体育项目之外,每年都有十几个新项目要求国家承认、要求立项,要求政府予以推广。人民群众在不断地创造新的体育项目,不仅有国内的还有国外的。每年都有一些体育项目从国外介绍到中国来,如飞镖、野外生存、拓展运动、探险漂流等等。休闲时代社会体育项目的多元化促进了体育市场体育人群的细分,从而必然导致针对细分市场的体育竞赛运作。传统的体育只有竞技奥运项目和以太极拳、广播体操为代表的群众体育,而忽略了以游戏、休闲、社交为目的的娱乐体育、休闲体育。而在休闲时代,多极化的体育目标必然要求竞赛形式的多元化,使竞赛活动更加有针对性地满足不同细分市场的要求。事实上,尽管我国体育市场还不十分完善,尚处于起步阶段,但客观上,已经在人们不经意间完成了体育消费市场的分化。按照传统分类,体育包括奥运项目和非奥运项目、竞技体育和群众体育。但随着时代的变迁,体育项目的分类也显现出多元化。按照目的,可分为健身、健智、休闲、娱乐、社交、竞技和表演体育;按人群,可以分为老板体育(骑马、高尔夫)、白领体育、蓝领体育、农民体育;按年龄,可以分为幼儿体育、青少年体育、中青年体育和老年体育;按场地,可分为户外体育、野外体育、居室体育、桌上体育;按时间性与流行性,体育可以分为传统体育与时尚体育。此外还有一些伴随时代和高科技发展出现的新生体育现象,即电子竞技。社会体育项目发展具有动态性和差异性。纵观这些社会体育项目的发展过程,可以发现它们的发展曲线具有一定的动态性。有的项目发展平平,没有什么起伏;也有一些项目流行了一段时间,甚至风靡一时,但是昙花一现,转瞬即逝;还有一些项目基本上濒临绝迹。但我们也发现,有些项目具有顽强的生命力,它们在商家刻意的推动下,在人群中无意间发展到很大的规模。在人群中每年都有一些新的项目成为时尚受到追捧,成为潮流。不同项目的流行程度在时间和空间上具有一定的差别。就是说,不同时期、不同地域的人们所喜爱的项目各不相同,但是在社会上流行的项目当中有一批项目具有时间和空间上相对的稳定性和同一性。这些项目有较为健全的组织和竞赛制度,包括国际和各国的专业组织、俱乐部,有世界性及各层次的比赛,更有一大批忠实的追随者和发烧友。集合的项目群具有较强的操作性,可以加速传播,规范流行。我们也发现一个这样的事实,当选中一些项目,让这样的项目群集合化,并进行



持续化的竞赛操作,可能会推动集合项目整体和其中各个项目,甚至周边项目的发展。这其中当然包括各省的社会体育管理中心近年来举办的全民健身展示大会、小球中心的时尚球类运动会等。

针对近两年北京、内蒙古、河南、陕西、甘肃等省、区、市城镇社区体育健身活动的调查统计显示,在参加体育锻炼的人群中,以健身走、跑步、武术(太极拳、太极剑)作为锻炼项目的人数占最高比例,为41.4%,其次为乒乓球、健身路径、羽毛球、篮球、足球、排球、网球、骑车、健身操、体育舞蹈(含民族舞蹈)、游泳、户外运动等。从年龄分布来看,16~19岁人群主要参与球类运动,占67.9%,参与跑步的占48.5%;40~59岁的中年人群主要参与健身走,占68%,参与慢跑的占44.1%;60岁以上老年人群主要参与健身走和武术(太极拳、太极剑)等。在调查实践中我们认识到,大众喜爱的体育项目应当是我们在编写丛书时需要关注的,不能凭个人的主观臆断,应体现客观性、科学性、先进性,满足大众群体的健身需求。该系列丛书,打破了目前我国通常以“体育教材类”形式进行论述及研究的传统方法,而是从科普的视角出发,编写中涉及每一个体育项目的发展史、练习方法、竞赛方法等,以实用性和可操作性为该丛书编写的最终目的。丛书着眼于推广简便易行且适合不同年龄、性别、职业特点与体质状况的体育健身方法,即运动处方;发掘、整合并弘扬民族民间传统体育以及推广休闲时代社会体育新项目等。

根据上述观点,我们认为,在我国即将进入全面小康社会之时,伴随着我国经济总量的增加和经济体制的转变,以及我国多年实施全民健身战略的影响,人民群众体育消费水平提高,体育意识增强,社会体育项目中客观存在着一批被人民群众普遍接受和参与的,在当前社会上较为流行的、健康的,以健身、健智、娱乐、休闲、表演为目的的体育项目群。其中既包括总局已经立项的项目,也包括那些尚未作为全国性正式体育项目开展,但已经被城镇社群接受的健康的竞技、健智、休闲、娱乐项目。这个项目群经过扩大到一定范围,并经过时间的检验而相对凝固后已经成为一种时尚的风潮。其中具有竞技性、表演性功能的项目迫切要求有表现的舞台。如果我们将其集合化运作,以运动会或体育节的形式表现出来,有可能成为引领全民健身潮流,促进项目发展的精品赛事。

社区体育作为大众文化现象,根本宗旨是增强人的体质,促进人的身心全面发展。社区体育活动通过有组织或者自发性休闲活动群体存在的重要原因之一就是,居民在一起互相给予心理安慰,消除了独处时的孤独感,同时,相当一批国家公务员、教师、务工者,他们的参与很大一部分原因在于纾解工作中的压力,通过在一起锻炼时的欢快气氛消除陌生感,转移注意力和宣泄工作中堆积的不良情绪。它不仅改善了居民的生活质量,创造了良好的生活方式,增进了人际交往,而且提高了居民文化素养,是城市精神文明建设的重要内容。(樊炳有:《社区体育论》,北京体育大学出版社,2003年版)大众体育的发展速度和规模出乎人们的意料,形成了一个“第二



奥林匹克运动”,吸引着成千上万的人。

2012年国家发改委会同国家体育总局联合印发了《“十二五”公共体育设施建设规划》。《规划》将“人均体育场地面积达到1.5平方米以上”作为总体目标,提出了“50%以上的县(市、区)建有全民健身活动中心”和“50%以上的街道(乡镇)、社区(行政村)建有便捷、实用的体育健身设施”等具体建设目标。《全民健身计划(2011—2015年)》的指导思想是:以科学发展观为指导,贯彻落实《全民健身条例》;把全民健身事业纳入国家经济、社会发展总体规划;以提高全民族身体素质、形成比较完善的全民健身体系为目标;从国情出发,借鉴坚持实施《全民健身计划纲要》的成功经验和国际发展大众体育的做法;加强全民健身服务体系建设,努力实现全民健身公共服务均等化;继续推进改革,调动全社会积极性,充分发挥各类社会组织的作用,发挥市场机制作用;解决全民健身事业发展中的主要矛盾和突出问题,既有宏观指导性又具有可操作性。如何增强国民体质,如何增强国民体育健身意识以及如何改善体育锻炼场所,以满足广大人民群众的健身需求,是目前摆在体育研究者面前的首要问题。

毕研洁

2015年3月20日于兰州

目 录

一、民族集体自娱性舞蹈概述	001
(一)民族集体自娱性舞蹈的概念	001
(二)地理环境与民族舞蹈类型	002
(三)民族语言属性与民族舞蹈	004
(四)民族集体自娱性舞蹈与“社会舞蹈”的关系	005
(五)民族集体自娱性舞蹈的健身价值	007
(六)民族民间集体自娱性舞蹈的文化遗产	010
二、中国民族集体舞蹈的主要类型	012
(一)汉族秧歌舞	012
(二)维吾尔族集体舞蹈	020
(三)蒙古族集体舞蹈	034
(四)藏族锅庄舞	039
(五)彝族集体舞蹈	056
(六)黎族竹竿舞	058
(七)纳西族集体舞蹈	059
三、民族集体舞蹈的常用术语与练习方法	062
(一)藏族集体舞蹈的常用术语与练习方法	062
(二)蒙古族集体舞蹈的常用术语与练习方法	078
(三)维吾尔族集体舞蹈的常用术语与练习方法	095
附录:民族集体自娱性舞蹈竞赛组织规程	113
参考文献	116
后记	119



一、民族集体自娱性舞蹈概述

(一) 民族集体自娱性舞蹈的概念

中国是个幅员辽阔、人口众多、历史悠久的东方古国。漫长的岁月和丰厚的文化积淀,造就了今日生活在我国广大地域上的56个兄弟民族。不同的生态环境、不同的历史和文化背景,使我国众多的民族发展成为今日具有各自语言、习俗、文化、宗教信仰等独具特色的人文状况与景观,使我国成为“以汉族为主体和55个少数民族共同组成的多元一体格局的国家”。新中国成立60多年来,由于兄弟民族间的团结友好和相互交流,各个民族在原有的基础上都获得了日新月异的迅猛发展,使我国香飘四溢的民族大花坛更加鲜艳夺目,更加富有诱人的神奇魅力。

歌舞是人类与生俱来的、本能的一种艺术形式。这种用肢体姿态来抒发表达情感、传达生产技能与信息的行为,没有地域、国界、种族和民族之分,是人类共通的形体语言与心灵感悟。不同的民族,因生活环境、生产方式和宗教文化等方面的差异,而拥有着数以万计从内容到形式,从韵律到风格,各显异彩、斑斓夺目的民族民间舞蹈。

中国民族集体舞蹈产生于民间风格鲜明、为广大群众喜闻乐见的舞蹈。它反映人民的劳动、斗争、交际和爱情生活。不同民族和地区的民间舞蹈受生活方式、历史传统、生活习惯、民族性格、宗教信仰,甚至地理和气候等自然环境的影响,而显示出风格特色的明显差异。民间舞蹈的共同特性是:自娱性、即兴性和稳定性。由于其常在特定范围内流传,受外界影响甚少,虽在不断变化发展中,但其风格特色相对比较稳定,改变缓慢。属于底层文化的民族民间舞蹈,和广大群众的劳动生活紧密结合,从而形成它特有的民族性、地域性、继承性、群众性、自娱性、即兴性、适应性等性质。

民间舞蹈的继承性和地域民族性,是区别各民族民间舞蹈文化差异的主要条件之一,显示出舞蹈文化传承规律与风格特点,并且是区别本民族民间舞蹈还是外

来民族舞蹈的依据;即兴性与适应性是民族民间舞蹈发展的动力;群众性、自娱性是民族文化遗产的重要条件。由于各民族舞蹈文化发展水平的不平衡,在许多民族的民间舞蹈中,自娱性和表演性两者经常交织在一起。像汉族秧歌舞中的东北秧歌与陕北秧歌等,蒙古族、维吾尔族、藏族、纳西族、彝族等民间舞蹈都是如此。还有,像黎族的竹竿舞,它早期是一种祭祀舞,现如今它已演变成一种自娱性和表演性舞蹈。

中国民族集体舞蹈在漫长的流传演变过程中,形成非常复杂的交叉混合的多功能现象,其属性往往呈现出多元化的状况。中国民族集体舞蹈类型划分大都以舞蹈的主要属性为依据归类,以求更恰当地凸显其文化内涵。民族舞蹈一词,包括中国56个民族的各种类型的舞蹈,如该民族的古代舞蹈、民间舞蹈、舞台艺术舞蹈以及其他各种舞蹈形式。现在使用的“中国民族集体自娱性舞蹈”一词,可理解为是指中国56个民族的民间集体舞蹈。例如新疆民族舞蹈一词,通常指新疆地区各民族的舞蹈。在类型称谓上,应冠以明确的指示词,说明是指哪个民族,哪一种类型,以便对其研究。

中国民族集体舞蹈如果从功能上划分,大体可分为:祭祀(宗教)性舞蹈、自娱性舞蹈、礼仪舞蹈、民族历史(生产劳动)传衍舞蹈等种类。中国民族民间集体自娱性舞蹈最突出的特征,就是它的集体性、民俗性及娱乐性。

随着人类科学发展日新月异,过去舞蹈中的迷信色彩与日俱减,一些古代传统的祭祀性舞蹈也在逐步变异,成为民间具有观赏性和自娱性的舞蹈,而备受人们喜爱。每逢民族节日,各族民众盛装打扮,怀着无限真挚的心愿和热情,全身心地投入到能够宣泄自己情感的歌舞海洋之中。那一场场叫人如痴如醉的欢歌劲舞,令无数外乡人情不自禁地投以羡慕的眼光,流露出发自内心的赞叹,以至出现难以抑制自己感情而投入到歌舞中去的场面。这些不同民族所流传下来的或雄浑刚健或阴柔婀娜、或源于祭祀仪式或为寻求终身伴侣的民间歌舞,无论是属于哪个民族或哪种类型的舞蹈,都从不同角度充分地展示着东方民族所具有的久远历史和深厚的民族文化底蕴。这些来自高山、密林、江河湖畔和辽阔草原,充满豪情、散发着泥土芬芳的民族民间歌舞,无疑会给长期工作生活在城市中的人们,带来一缕清新、一种神奇的向往,同时还能使人们从中领略到各民族充满异域风情的方方面面。

(二)地理环境与民族舞蹈类型

关于民族,有一个重要标志,就是它的栖息地,或地理条件,人们劳作的自然环境。现在没有任何人打算确定一个民族的文化,而不考虑其地理环境的。有的学者甚至主张,就其客观的含义而言,自然乃是文化的决定因素。但无论族群与其周围环境的关系如何,我们关于这个民族所赖以形成的基本事实及其显著特征都是政治统一体,语言的一致性和地理的连续性。中国民族民间舞蹈与环境气候、社会生

产和生活方式以及宗教信仰有着密切关联。《中国少数民族音乐》根据民族间相同或相近似的音乐体系、生产生活、语言系属、民族族源等几方面的条件,把55个民族中的51个分成:北方草原、黄土高原、中亚绿洲、西藏高原、云贵高原、中南丘陵、东南山地、台湾山地等八个音乐文化组。

民族舞蹈的特殊性,体现在舞蹈活动的时间、场地的具体安排与设置上,体现在舞蹈者以及参加者之间互动的心态之中。在这种特定的时空中进行的民族舞蹈活动,要具备:地理环境、社会结构、劳动生活、血缘关系、语言系属、宗教信仰、民俗心理以及曲调等诸多文化因素。而且这些文化因素,只有通过舞蹈者的表演才能充分地展示出来,一个民族或地区的舞蹈文化也才由此而得到全面的传承。例如,藏族历史学者习惯把广阔的藏族地区分为三大区域,即上阿里三围、中卫藏四如、下朵康六岗。这是藏族古老的地理概念。很显然,藏族自称藏南谷地区为“中卫藏”是意味着此地是藏族的中心,它是针对边地“康”及“阿里三围”等而言的。高原上自北向南绵亘着昆仑山、唐古拉山、冈底斯山—念青唐古拉山、喜马拉雅山等东西走向的高大山脉。各条山脉之间镶嵌着莽莽苍苍的谷底和盆地。高原周围,群山环抱。这里生活栖息着我国古老而神秘的民族——藏族。

舞蹈文化学科需要借鉴各学科的有关成果,民族舞蹈综合性文化研究的成果,也可以提供给其他学科选用,作为他们参照的数据或例证。例如,民族学可以通过民族舞蹈中原始舞蹈文化遗存,研究族群的社会形态与发展过程;宗教学通过民族舞蹈重点研究它弘扬的教义,灌输的宗教观念的作用,它达到的社会意义等。

《中国原生态舞蹈文化》一书把中国民族舞蹈分为汉族民间舞蹈和少数民族民间舞蹈两大部分。汉族民间舞蹈按历史时期划分介绍,少数民族民间舞蹈按行政区划划分介绍。罗雄岩教授提出的“地域生态划分法”,以地理文化作为切入点,用舞蹈文化区作为类型划分的纲目,把中国民间舞蹈划分为“六大舞蹈文化区”。具体如下:

秧歌舞蹈——北方汉族,属于黄河流域文化中心的农耕文化。

花鼓舞蹈——南方汉族,属于长江流域文化中心的农耕文化。

藏族舞蹈——青藏高原地区,以藏族为主体,属于游牧和农耕混合文化。

蒙古族舞蹈——内蒙古自治区,以蒙古族为主体,以温带草原游牧文化为代表,属于北方游牧和定居轮牧型文化。

西域乐舞舞蹈——西北地区,以维吾尔族为主体,以典型的绿洲文化和游牧文化为代表,属于灌溉农业和游牧混合型文化。

铜鼓舞蹈——西南地区多民族,以农耕文化为代表。

这种类型划分法的长处在于,从地域环境进入,以舞蹈为核心划分中国民间舞蹈文化类型,研究者可以把地域舞蹈与生态环境相结合,充分运用自然地理、人文地理学科的研究方法与研究成果,对民族舞蹈的生成、传播、分布找出生存环境、地



理文化的依据,开阔了民族舞蹈文化的研究领域。由于我们研究的着重点是“中国民族集体自娱性舞蹈”,因此,有选择性并适合大众参与的有:汉族秧歌舞蹈,蒙古族舞蹈,维吾尔族舞蹈,藏族舞蹈,彝族、黎族及纳西族民间集体舞蹈。

(三)民族语言属性与民族舞蹈

中国56个民族中,从事农业或以农业为主要生产方式的民族有25个,除汉族、回族语言属于汉语语族外,其他民族都属于汉藏语系汉语语族外的不同语族。汉族作为一个民族共同体,是在漫长的历史发展中融合了众多民族成分基础上形成的。汉族的前身是华夏族。华夏族是夏朝的各族人、商朝的东夷人以及周朝的由西羌人分化而来的周人经融合而成的共同体。秦汉以后,在历次民族大迁徙中,许多少数民族融入汉族,而汉族中也有一些人融入其他民族,这是中华民族“多元一体、和而不同”的民族基础。秦汉以后,众多民族使用汉文,通晓汉语,同时保留本民族的语言文字或地区方言。

20世纪70年代以来,西南考古的石棺葬文化、大石墓,更引起学者对古代川边“民族走廊”之民族移动的兴趣。结合这些新的民族、语言与考古资料,许多学者认为,古代羌人或氐羌沿着川藏边界的民族走廊南移,便形成后来的彝族、白族、哈尼、纳西、傈僳、拉祜、基诺、普米、景颇、独龙、怒、阿昌、土家、摩梭、藏族以及羌族等16个“藏缅语族民族”,亦说明了羌族与更大范围民族间的关系。说“羌语”的羌族,为使用“羌语支”语言的“氐羌系民族”之一部分;“氐羌系民族”又是“藏缅语族”的一部分,“藏缅语族”则是“汉藏语系”下的一部分。普米族属汉藏语系藏缅语族羌语支,也有人认为属于藏语支。这与他们早期生活在四川木里藏族自治县有着极大的关联。

从民族舞蹈的角度说,像纳西族、傈僳族是能歌善舞的民族,善于吸收其他民族的文化,充实本民族的文化生活。例如热巴舞,最先是藏族人发明的,清道光年间,土旺村公把总家,由维西腊普藏区,请来热巴舞大师,在土旺村教学热巴舞。热巴舞首先在土旺、木斯扎等地的纳西族中传播,唱词全是藏语。后来巴迪、迪古、拉木古等地的傈僳族看见“热巴舞”是一种有趣的娱乐活动,就请大师到傈僳地区去传教这类舞蹈。后来在丽江一带,人们把它叫作“勒巴蹉”,“蹉”意为“舞”。实际上,这个舞蹈是融汇了藏族和纳西族、藏族和傈僳族等多民族舞蹈内容和风格的一个独特舞种。纳西族的“三多舞”类似藏族“锅庄”,用藏语边唱边跳。经过多年演变,又带有纳西族的特点。傈僳族的锅庄也有两类:一类是传入傈僳地区的藏族锅庄(卓),歌词全是藏语。现记一首在巴迪等地跳的歌词:

今夜的舞场是金子似的舞场,舞伴是金鸟一样的舞伴;
在去年就有相会的愿望,幸运地在今晚舞场相会。

第二、第三段“金子”改为银子和绿松石,其余歌词相同。另一类是傈僳族自己的锅庄,大年初十在巴迪、迪古傈僳族中跳唱。

由此,大多数学者认为,横断山脉中的这些人来自中国西北高原上的游牧民族,他们顺江而下,参与了华夏古文明的缔造。羌族人数虽少,但前述的羌族史说明汉族、藏族、彝族及许多中国境内的少数民族(所谓氏羌系民族)都有羌族的成分,因此它们都是华夏民族中的兄弟民族,如此羌族成为汉、藏、彝与广大“西南氏羌系民族”间的黏合剂。羌族也颇以这一区域各少数民族地区的歌舞艺术自豪,他们常说,我们羌族是藏族、彝族的祖先,或说羌族是比汉族更古老的中华民族,并以此为荣。

从人文角度而言,这个民族走廊并不单纯只是一个通道,它其实本身就是一个不同文化碰撞和融合的万花筒。然而我们更不能忽略,自唐代以来,另一个核心——吐蕃与其佛教文化,曾将它的边缘由西向东推移,在明、清时也将部分岷江上游人群变成其边缘。由此可见,语言系属和民族的族源有着密切的关系,在历史的进程中,他们虽迁徙到不同地区聚居,受到地区文化的影响,但语言的文化内涵仍多相通,民间舞蹈形式、特征也有共同之处。因此,结合民族、语言、历史、地理、宗教文化理论进行探索研究,就可以辨析他们的民间舞蹈之间的文化源流关系。

(四)民族集体自娱性舞蹈与“社会舞蹈”的关系

人们把跳舞形容为以肌肉运动来表现生活。人类社会的生活方式,是人类在尽力适应周围环境的过程中创造出来的。人类的这种适应环境的能力,不断激发着他们的心灵。这种激发,通过身体的节奏性运动表现出来。因此,舞蹈是表现人们的情感和观念、喜悦和忧伤、愿望和恐惧、丰收和理想、爱与恨的自然方式。

民族集体自娱性舞蹈的最高意义在于它对社会的影响。民族舞蹈都是在适宜的情形之下进行的,跳舞人数可多可少。我们已经知道,在一些民族地域,常常许多社区的人在一起跳舞;不过有的少数民族地区,像牧区的人口就是分散的。现如今,由于社会流动人群的增加,全体人员聚在一起跳舞就有人数过多之感,在这种情形之下,舞蹈渐渐失去了其过去的隆重和权威。在早期,民族舞蹈是部落聚会、季节性仪式(祭祀)的重要组成部分;在现代,它可能是一种不含用意的舞台上的表演景象,或者是舞场里一种单纯的社会娱乐。现在它更多承担着的社会使命,就是民族间的交往、融合以及促进人的身心健康。人们为什么偏爱于它?因为民族民间舞蹈包括:一是,生活式的舞蹈。指模仿动物、自然物及故事情节发展的舞蹈,它具有较大的涵括生活的能力,这些在民族舞蹈中均有所体现。二是,诗意的舞蹈。指舞蹈富有诗的意味和意境,以抒情诗的方式来抒发人民对生活的情感和想象。三是,神话传说的舞蹈。指用舞蹈来表现历史中的神话和传说。四是,爱情的舞蹈。指通过青年男女情爱的舞蹈表演来象征某种情思。

我们知道,很多民族民间舞蹈都包含有自娱性集体舞蹈,由于参与群体是大



众,我们也可叫它社会性舞蹈。本来意义上的“社会舞蹈”,一是指非职业舞蹈家的舞蹈,二是指非舞台艺术的舞蹈。民族民间舞蹈作为“社会舞蹈”又是非表演性的舞蹈——这在形式上决定了它不以技巧性、规范化为前提,在功能上决定了它不是去反映生活而是去参与生活。

中国古代把土地之神称作“社”,把“社日”聚集活动称作“社会”;把迎神赛会的民间舞蹈活动称作“社火”。至于社会舞蹈一词,《社会舞蹈概论》一书认为:该词最早见于“1976年出版的《拉班中心教程》一书”,并说明1987年3月文化部举办的“第一届全国群众舞蹈创作讲习会”上首次提出“社会舞蹈”的名词概念。1988年秋,文化部成立了“中国社会舞蹈研究会”,继而各省、市、自治区陆续成立当地的社会舞蹈研究会。从此,一个以政府文化部门为核心,发展社会舞蹈事业的组织体系逐渐形成。“社会舞蹈”的构成因素包括:心理因素、社会性相互行为、群体形式、活动场所、文化意义、组织机构六个基本要项,其任务是研究社会舞蹈的开展,对农村广场民间舞蹈、城市舞厅舞、校园青年集体舞、少儿游戏舞以及社会舞蹈的创作、社会舞蹈文化理论进行系统的研究,因此,是一项政府与民间互动并举的系统工程。虽然“社会舞蹈”不是一个舞蹈种类或舞蹈题材,而是一条散漫的战线,但它却有助于舞蹈文化的普及。首先,社会舞蹈扩大了舞蹈活动的社会领域。相比以前,民族聚居区的集体舞蹈活动范围已比较窄小。扩大舞蹈活动的社会领域,是普及舞蹈文化最重要的前提。其次,社会舞蹈激发了大众的舞蹈参与意识。舞蹈不仅是一种观照的艺术,更是一种参与的活动。舞蹈的生命力最根本的就在于个体生命投入舞蹈时的活力。社会舞蹈的展开不仅在活动方式上为大众提供了参与的舞台,而且在结构形态上容易激发大众的参与愿望。再次,社会舞蹈强化了运动体态美的观念。社会舞蹈在其机体操练和情感宣泄的功能中,会逐渐对参与者的精神风貌和操行仪态施以影响,由此而强化了大众运动体态美的观念,对其今后于艺术舞蹈的鉴赏也是一个良好的基点。最后,社会舞蹈还唤醒了大众的动觉感知能力。事实上,在自动化程度日益提高的现代社会中,人的动觉感知能力相应地在衰退。有人不无夸张地说:现代人已经不会欣赏舞蹈了。的确,大多数观众只关注舞蹈中可用语言文字来解说的主题、情节,而对其动态平衡和动势节律等显得无动于衷。大众应在舞蹈活动中参与,才得以重建自己的动觉感知能力,这将有助于舞蹈鉴赏水准的提高。

在现代,西部许多大中城市,都有着大众化的民族舞蹈风格的展示。在不经意间,可以说并没有动员宣导,却使这些城市的各个活动场所男女老幼精神气质都跟着蓬勃健康起来。其实“社会舞蹈”的实质精神是重在参与,这种参与有益于社会发展,有益于人类的长足进步,而并不计较个人艺术水平的高低和俗与雅之分。大众已经逐步意识到:重要的是参与和感受,在大众化民族集体舞蹈的运动中去获得无可比拟的乐趣。

今天,人们跳舞有一个重要原因,那就是为了娱乐。交际舞是我们社会中最重

要的一种男女相互影响的方式。男女交往自由在青年一代中充分展开的今天,交际舞教他们学会沉着的姿态、文明的举止和从容不迫地对待异性。与交际舞有同样功效的民族民间舞蹈,也是一种很好的运动和娱乐,并且是一个人可以终身从事的一种活动——只要你能散步,你就能跳舞,民族舞蹈为你提供适度的运动,提供一种重要的消遣方式,藉此还可以增强民族间的凝聚力。与现代社会的快餐式消费创造了浮躁的文化氛围形成鲜明的对比,民族传统文化的渗透性很强,会持久地融入当地每一个人的性格、精神和骨髓之中。在年轻一代走向成熟的过程中,随着文化素养和艺术鉴别力的提高,会出现“勾连起故乡思念和对生存根基的历史记忆”。民族传统文化依然会有自己的魅力,这种影响是一种潜移默化的长期效应。

尽管民族自娱性舞蹈属于“社会舞蹈”,为了便于普及并进一步提高大众的参与意识,相关专家、教师们将其规范化、职业化,并通过“竞技比赛”将其规范。参与民族民间舞蹈不是为了竞技,而是一种颐养身心的娱乐。这种运动绝对不是原封不动的拿来,而是对其进行破格、创新,经过编排加以糅合,不是纯粹的原生态展示。年轻人可以从中获得他们所需要的运动量;中年人则可通过跳舞得到适当的活动而又不致过于劳累;对于过于忙碌的人,跳舞可以使他们的神经系统得到调节从而有助于身体的健康。这种体育文化的外辐射路径尽管艰难,但已经向城市中心渗透。在这个多元文化的世界里,每一个角落都被西方体育所充斥,什么东西都被贴上了价格的标签,传承中国民族民间舞蹈文化的路还很漫长。

(五)民族集体自娱性舞蹈的健身价值

虽然民族舞蹈是一种传统文化娱乐活动,但历史源流、文化特点等符合现代人“塑造人体美、节奏感和强身健体”的需求,能够与理性的健身,与更大成分的娱乐、休闲、竞技有机融合。民族传统集体自娱性舞蹈,现如今给予社会的是一种精神符号,它的内涵已由过去的本民族节日、宗教活动、喜庆丰收仪式,转向了城镇民众对它的自然需求(包括身体上的和心理上的),人们渴望着回归到人的自然状态,使人的身、心、智、德诸方面保持在一个健康水平。

1. 民族集体自娱性舞蹈的适用价值

把民族集体自娱性舞蹈文化与传统体育文化相对照时,从健身角度看,价值似乎一致。民族集体自娱性舞蹈本身如何?显而易见,价值与普适性并不是民族舞蹈文化内容的全部。“适用”仅仅涵有“普遍适用”的技术意义。我们可以说“诚实”“负责”等是普适价值。舞蹈、音乐本身的节奏与旋律对参与者的吸引方式超越了任何直接的社会意义。

民族舞蹈的适用性正是因为不同民族的普遍认同才产生了普适价值。民族舞蹈是气候、地域、宗教、经济、文化与政治因素互相作用的产物,处于一种不断演变



的过程之中。在少数民族地区,现存的大部分民间舞蹈的形成过程中,文化、历史的巨大制约作用是显而易见的,但奠基于文化传统之上的不断推陈、不断开新又是民族延续的条件。民族舞蹈使不同民族像一个家庭聚集在一起,“实际上处于一种相互制约、相互激励、既互为条件又对未来开放的变迁与互动之中。这种变动不居的关系要求研究者不断地提问,不断地追寻连接他们之间的纽带”。例如,当西部城市在现代发展起来时,这类民族资源文化的某些因素被融合到城市大众文化中,因为它的普适性,给参与者带来了自信心。兰州大学西北民族体育文化研究所经过五年多的田野调查,发现五大藏区(西藏、青海、四川、云南、甘肃)有1000多种舞段(一种舞段通常3~5个动作不等)曲调的锅庄舞。由此,锅庄舞文化作为民族资源进入了高校、城市,就已表现出了差异(动作的随意改编、曲调融入现代元素等)。民族文化的象征被融入城市社会分层模式之中,同时高校学生、城市社群参与到了新的生活和娱乐方式中。我们认为锅庄舞是文化的,是历史的,特殊形成的;锅庄舞是建构的和不断演进的,因而是普适的。

2. 民族舞蹈作为大众健身的新路径

多元化的健身活动是我国全民健身运动的体现和载体,全民健身多元化强势意味着中华民族强势,社会和谐。今天,作为民族传统体育文化资源重要内容的民族传统舞蹈备受关注,我们看到在中国民族民间舞蹈以全民健身的方式在交流发展的过程中,为其他民族所吸收、接受,由单一民族的项目变成多民族共有的项目。民族舞蹈是大众健身的新型体育运动形式,它的多元性体现在:一是,内容丰富多样,技术要求简单、多样;二是,无经济负担之忧;三是,不受场地限制,运动形式灵活;四是,无练习时间限制,练习随心所欲;五是,体能消耗因人而异;六是,陶冶情操,增进民族间团结。从文化人类学的角度看,民族舞蹈既是一种文化形态,又内隐着各民族群体的宗教信仰、民族心理、审美情趣、健身价值等深层次文化元素。

(1) 民族传统体育主体文化与民族舞蹈文化的价值构成

在发展民族传统体育的多元主体中,民众是不可替代的依靠主体。改革开放以来,随着社会的转型,民族传统体育在不断消失、濒危和变异,民众一定程度上也在从传统体育的继承者、守望者转变为开发者。当前不仅应通过教育、宣传等手段培养民众对传统体育的重视,而且更应在民族的经济发展和文化重建的社会实践中,重塑主体的民族自豪感,使之更加珍惜自己的文化及民族传统体育,以使民众成为名副其实的民族传统体育的实践主体。作为社会主体的人有阶层之分,而不同阶层成分的人,又有各自的价值标准和利益目标,从而造成了他们不同的社会需求。21世纪以来,我国全民健身服务体系的基本理念已经发生了巨大的变化,人们不再把身体素质看成是健康的唯一标准,一个健康的人应该是身体、心理、社会三维立体发展的具有个性和创造性的人。少数民族地区利用民族传统体育文化资源,构建现

代健身理念有着广泛的应用前景。

随着社会的进步,人类已经进入到“地球村”时代,文化同质化趋势日趋严重,而当代民族传统体育的发展相对滞后。就是在这种背景下,民族民间自娱性舞蹈渗透到城市中心。不同民族大众为了一个目的健身、自我表现、陶冶情操,这是社会发展的必然规律,也是时代赋予每个人的权利。民族自娱性舞蹈要得到健康的发展,需具备三个特征,即:娱乐性、健身性和民族性。第一,娱乐性。民族舞蹈是民族节日中不可缺少的重要内容,它具有突出的娱乐性,着重于人的身心需要和情感愿望的满足,并以自娱自乐的、消遣的和游戏的活动方式出现。这一特征无疑符合后现代社会的理念。第二,健身性。现代病的泛滥以及大面积的亚健康状态,成为医疗无法触及的死角。能提高健康状态的唯一途径就是运动。民族体育是各民族人民改造自然、改造社会、促进人类自身发展过程中的智慧结晶,它对改善民族体质,提高各民族人民的身体健康水平起着积极的作用。第三,民族性。各民族只有处在自己的“生活世界”中才能真正地满足其自身的需求,也只有本民族才能体会其民族体育本身的魅力。将着力点放在“集体自娱性”的律动(含音乐旋律)模式、路径模式、推广普及模式等,将理性化和程式化的健身理念与更大成分的健心、益群、娱乐、休闲理念有机融合,是构建当代民族体育舞蹈的应有之意。

(2) 民族舞蹈文化的精神价值

一个民族的生存离不开它的栖息地,或地理条件,人们劳作的自然环境。就其客观的含义而言,自然乃是文化的决定因素。生产方式是一切文化形式的命根,它给予其他文化因子以最深刻、最不可抵挡的影响,而它本身,除了地理、气候条件的支配外,却很少受其他文化因子的影响。我们可以相当肯定地说,生产方式是最基本的文化现象,和它比较起来,一切其他文化现象都只是派生性的、次要的。

当同一个民族的人手挽手一起跳舞时,便有一条神秘的纽带把整个民族与个人连接起来,使之尽情欢跳——没有任何一种艺术能包含如此丰富的内容。不论是藏北那曲锅庄舞,还是蒙古族的安代舞,甚至维吾尔族的麦西来甫等,所处的地位、价值是相当的。用舞蹈来表示庆祝,如春耕的开始、果实的丰收、婚庆仪式、重大节日等等,要说不同也只是受地域、气候、时代不同的影响所表现的舞种风格特点的各不相同。

随着现代城市化进程的加快,人们需要各民族民间舞蹈重新回归休闲娱乐领域,成为人们喜闻乐见的享受活动。只有人们喜欢了,才会有兴趣去参与、去关注,也才能在这过程中潜移默化地接受其所蕴含的文化内涵。这类民族舞蹈文化资源被融合到新出现的城市大众文化中去,正像前面所述,这些公众不是组织起来的,而是非组织化地聚集起来的,参与者都是大众社群。民族舞蹈文化作为民族文化资源进入了城市,就已表现出了差异。民族舞蹈文化的象征被融入城市社会不同层次的群体之中,同时城市居民中的大众社群参与并感受到新的生活、健身和娱乐