

戲曲旦行身段功

朱南陽題

张逸娟 主编 王诗英 撰



中國戲劇出版社

戲曲旦行身段功

朱南陽題

张逸娟 主编 王诗英 撰



中国戏剧出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

戏曲旦行身段功/王诗英撰. — 北京: 中国戏剧出版社, 2002.12

(戏曲教学系列丛书/张逸娟主编)

ISBN 7-104-01565-5

I. 戏… II. 王… III. 京剧—表演艺术
IV. J821.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 041682 号

戏曲教学系列丛书
戏曲旦行身段功

张逸娟 主编
王诗英 撰

中 国 戏 剧 出 版 社 出 版

(北京市海淀区北三环西路大钟寺南村甲 81 号)

(邮政编码: 100086)

新华书店总店北京发行所 经销

北京市和一印刷厂 印刷

320 千字 850 × 1168 毫米 1/32 开本 23.25 印张

2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1—3 000 册

ISBN 7-104-01565-5/J·659 定价: 68.00 元

编者的话

京剧艺术异彩纷呈、内含丰富、源远流长。二百年，经几代艺术家创作实践留传下来的珍贵遗产，是中华民族文化的宝贵财富。如何继承、保留并促其发展，则是我们这一代的光荣使命与不可推卸的责任。常言道，“一戏一技”。京剧流传下来的千出剧目均有其各自特殊的技术技巧。然而，怎样将分散在各个剧目中的身段、“做”功技巧归纳、总结出一整套理论，致使戏曲身段功技能训练更加规范与科学，始终是戏曲教育研究的课题之一。

中国戏曲学院王诗英教授，经过五十余年的艺术、教学实践，在继承前辈艺术成果的基础上，若饥似渴地学习与积累，孜孜不倦地潜心钻研，探索着戏曲身段功的规律。她不拘行当与剧种，并不断地学习与借鉴姊妹艺术与民间武术技巧，在时代的感召与激励下，不断地产生创作灵感。她善于博采精酿，妙想其成，终能聚沙成塔、汇滴成川。她出身寒微，文化水平不高，仅凭着对戏曲事业的忠诚与热爱，在戏曲教育这块

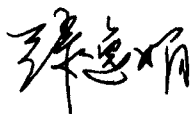
园地里，边教边实践，以锲而不舍的精神，开始了漫长而艰辛的笔耕生涯。其如琢玉一般，既有见识，又善精细，使分散的旦行身段功技术技巧，经过理性的梳理，终于完成这部四十余万字的专著，从而使戏曲教学从传统的教授模式中脱颖而出，纳入科学、规范的轨道。

戏曲身段功这一课题的研究已近四十年，用于戏曲硕士研究生、本科生、中专生、剧团演员、表演师资以及舞蹈学院等艺术院团的教学与研究。戏曲旦行身段功教学效果好，影响广泛。此课程内容为全国众多戏曲艺术院校、团体教学训练所采用和借鉴。对于培养戏曲艺术人才的创新精神和实践能力，丰富传统演技手段起到重要作用。1984年王诗英教授的部分科研内容做为先期成果，被编入《中国戏曲学院科研论文、教材选编》一书中。

戏曲身段功是一门戏曲演员必备的表演基础课程之一。王诗英教授在书中就京剧表演基础技能，如：手、臂、腰、腿、脚、眼等部位的形态与动律，系统论述了身段功的特征、功能与要求，介绍了如何运用京剧服饰与道具进行舞动的规律，并整理与创编了系列的戏曲舞蹈套路。同时，对戏曲身段功教材的编写原则、方法以及训练的内容与要求等做了明确的指导与详尽的阐述。每个京剧演员一生中不可能学得全部京剧剧目，然而，她毕竟可以通过戏曲旦行身段功的学习，掌握她所学所会剧目以外较全面的旦行表演技术技巧，做为创作新剧目、整理与改编传统剧目的元素与手段。此书的出版，将对其他行当，如：生、净、丑及其他艺术门类的创作起到借鉴与启示作用。对于从事戏曲工作的教师、学生与演职员则是一部难得的学习资料，且具有较高的学术价值与实用价值。同时，对推动戏曲学科理论建设，提高戏

曲教师队伍的科研意识与理论水平，加快戏曲教材建设，也将起到积极作用。

中国戏曲学校自 1950 年 1 月 28 日成立以来，几十年始终不渝地坚持教学研究，成果卓著，在全国艺术教育界颇具影响。《戏曲旦行身段功》被文化部列为 2001 年度科技计划中的科研项目。承蒙北京市戏曲艺术基金会及张百发先生的鼎力支持，在 2001 年已出版了王瑶卿先生剧目精选《红鬃烈马》、《京剧音乐百问、京昆曲牌百首》以及《传统京剧人物造型荟萃》三册一套的戏曲教育系列丛书后，今年我们又将《戏曲旦行身段功》一书奉献给了广大读者，并计划在 2003 年将书中身段功基础训练项目、传统套路应用动作及传统特技训练项目，录制成光盘，与书配套发行。

A handwritten signature in black ink, appearing to read '张百发' (Zhang Baofa), written in a cursive style.

2002 年 8 月 6 日

中国戏曲的特点是载歌载舞，以“唱、念、做、打”（四功）的形式进行表演。“四功”中的“做”和“打”属于形体表演范畴。身段侧重于“做”。其功能就是促使演员遵循戏曲表演艺术的规律，运用“手、眼、身、法、步”（五法）的动作法则，通过掌握“身段功”这种特殊的表演手段，结合自己的形体技巧和心理技巧，把人物性格展现出来，从而达到反映生活的目的。戏曲艺术能够在世界艺术舞台上独树一帜，正如阿甲先生讲的，有三大法宝，即：严格的程式规范；写意的表演手法；虚拟的舞台时空。这种奇特的艺术表演形式和中华民族传统文化，有着一脉相承的血肉关系。它具有浓郁的中国民族文化的个性，同时又闪耀着东方艺术写意的美学特征。

目 录

编者的话	张逸娟
------------	-----

第一章 戏曲旦行身段功在戏曲 表演艺术中的作用及其 教学方法	(1)
--	-------

第一节 戏曲旦行身段功的类型和 身段课的使命	(2)
---------------------------------	-------

一 旦行身段“做功”的类型	(2)
二 戏曲旦行身段课的使命	(10)

第二节 戏曲旦行身段演技的动力 和韵律	(13)
------------------------------	--------

一 讲究功夫, 注重情理	(13)
二 太极功法, 循曲道圆	(17)
三 逆行反转, 不守常规	(28)

第三节 对戏曲旦行身段课教师的 基本要求	(30)
-------------------------------	--------

一 掌握教材, 积累知识	(31)
二 坚持实践, 不断总结	(31)

三	传道授艺, 讲求方法	(32)
四	三个结合, 相辅相成	(35)
第二章	戏曲旦行身段基本功训练项目	(36)
第一节	站	(37)
一	脚形、步位、基本站姿	(37)
二	站式的手姿	(40)
第二节	手	(42)
一	掌式、指式、拳式	(42)
二	掌、拳、指的分类	(46)
三	腕和指的练习	(50)
第三节	臂	(58)
一	手的位置	(58)
二	膀的运动	(60)
第四节	腰	(71)
第五节	走	(75)
第三章	传统套路及应用动作	(98)
第一节	套路动作	(98)
一	“起霸”	(98)
二	“趟马”	(117)
三	“走边”	(134)
第二节	应用动作	(147)
一	戏曲舞台上的门	(147)
二	戏曲舞台上的马	(152)
三	戏曲舞台上的船	(160)
四	戏曲舞台上的坐	(167)

第四章 传统表演技巧 (171)

第一节 水袖(短水袖、长水袖) (171)

一 水袖的来源 (171)

二 水袖的规格 (172)

三 水袖的技法 (172)

四 运袖的口诀 (174)

五 水袖的造型(以长袖为例) (175)

六 捏转袖的方法(以右手捏转袖为例) (182)

七 短水袖基本动作 (184)

八 长水袖基础动作:“提、扬、飘、
卷、云、抓、搭、摇、抛、涮” (196)

——长水袖十技

第二节 扇子(折扇、团扇) (339)

一 折扇练习要求 (341)

二 折扇的拿法(以右手执扇为例) (342)

三 折扇的套路练习 (344)

四 团扇练习要求 (409)

五 团扇执扇的分类(以右手执扇为例) (410)

六 团扇套路动作练习 (413)

第三节 绢子(四绢、角绢) (455)

一 手绢的拿法 (455)

二 方绢的动作与造型 (457)

三 角绢的练习动作 (469)

第四节 云帚 (484)

一 云帚的使用方法 (484)

二 云帚的拿法(以右手执帚为例) (485)

三 云帚的基本动作	(487)
四 云帚套路练习	(498)
第五节 剑术（双剑、单剑）	(553)
一 剑术的基本要求	(554)
二 剑的拿法	(556)
三 无穗双剑训练动作	(557)
四 长穗单剑训练动作	(633)
第五章 眼睛的训练	(703)
第一节 眼球的练习	(704)
第二节 眼睛的保健	(706)
第三节 眼神的运用	(708)
第六章 戏曲旦行身段功教材的编创体会	(712)
第一节 素材的来源	(712)
第二节 整编的范围	(716)
第三节 整编身段功教材的基本原则	(721)
路，从这里走起	(733)
——后记	

第一章 戏曲旦行身段功在戏曲表演艺术中的作用及其教学方法

戏曲体制“曲，白，科”中的“科”或者叫“介”，也可以称“科介”，凡是剧中人物在舞台上的一切活动，都叫“科介”。所谓“身之所行”皆谓“科”，也就是指我们今天所说的表演动作中的“做”。

“做”在揭示剧本主题思想；深化人物性格；调剂全剧艺术结构；为演员提供表演手段等方面，起到很重要的作用。无论是男演员还是女演员，哪一个行当都要在“做功”上达标。尤其是身段表演的基础功（脚步）。比如，唱文戏的可以不“打”、不“翻”，演武戏的可以不“唱”或少“唱”，但如果一个戏曲演员连“上台先看一步走”都没有过关，恐怕“上场门”都很难走出来。

“做”是表演艺术的精髓之一。“唱、念、做、打、翻”是一个有机的整体。不同的剧目，对唱、念、做、打有不同的侧重要求，但是，无论是唱文戏，还是演武戏，都离不开“做”。对于旦行演员来说，尤其如此。

按照戏曲艺术的常规，应该是“唱、念”为主。因为语言是表达人物思想感情最有力的工具。相对而言，“做、打、翻”为辅。在戏曲舞台上多数情况下，身段的表演是伴随着其他几功而进行活动。好比绿叶扶红花，我们要求神采奕奕、有茁壮生命力的绿叶来辅衬鲜艳的红花。

第一节 戏曲旦行身段功的类型和身段课的使命

一 旦行身段“做功”的类型

作为中国戏曲的一个行当，旦行身段表演技巧的项目很丰富，也很细腻。概括地讲有三种类型的动作。

(一) 情节性的叙述动作

比如：开关门、上下楼、骑马、坐轿、行船、狩猎、穿针引线、织布穿梭、采桑挖菜、喂养家禽等等，由生活中提炼而来，经过艺术加工后再现于戏曲舞台。这种身段表演动作，因为它摹拟生活，直接反映生活，观众很容易明瞭动作所表现的含义。表演动作和真实生活距离很近，像与不像的尺度较严。这部分身段表演动作，突出要求是动作的准确性和表演的真实感。

比如：用虚拟的手法表演“上下楼”的戏曲程式身段时，怎样才能达到既真实，又美观呢？

1. 演员心中要有楼梯的概念

要了解老式楼房构造的特点。老式楼房的楼梯阶层一般都是单数而不是双数。单数是阳数，双数是阴数。阳，代表

着向上，向前，流动，光明一面；阴，代表向下，后退，停滞，黑暗一面。楼梯单、双数的区别是古人的阴阳哲理观念在古建筑物上的反映。因此，表演时要遵守生活中的这一准则。要走单数不走双数。在上下楼的过程中，上去和下来的步数要一样，不允许有“七上，八下”的现象。如果上楼时走七步，下楼时又走了八步，无形中房子升高了一层台阶。

2. 脚步的运用

按照一般上坡和下坡的规律，上坡时脚掌多用力，下坡时用脚跟的力量控制身体向前或向下的冲劲。比如，表演上楼，迈左步时略蹲右膝，向左拧腰，身微向右靠，提左脚向前迈出。落步时，脚掌先着地，右膝升起，身体归正。再迈右脚时，向后抬小腿，提脚跟。脚掌离地时脚趾要有挠地的动态。这样做是为了突出一步一提脚，表示节节向上的意思。下楼时，除了掌握膝部伸曲之外，迈步或落脚时要满脚着地。主要通过膝部的伸和曲运动，用一步一微蹲膝的动势，显示从上向下走的意思。

3. 手的用途

上下楼时，一只手扶楼梯栏杆，一只手提裙子。所谓扶，实际上是中指和拇指“捏”栏杆。而且，中指和拇指头之间的距离，要始终保持宽窄如一，不能把楼梯栏杆弄成忽粗忽细，像是上楼时手握粗木棍，下楼时指捏细竹杆。至于手的位置，上楼时手扶着栏杆要从低往高捋，下楼时手位要由上向下捋，把楼梯栏杆上高下低的斜度表现出来。

另外，提裙子的手，上楼时提身前的裙子“马面”处（即身前裙子的中幅）。所谓提裙，也只是用食指、中指和拇指头相捏。手位要低（在膝的前面），不要露小腿过多，显得不雅。下楼时，本应该提身后的裙子，如果提身后的裙

子，眼睛必须随着看提裙的手，因为要看身后的手，势必造成斜腰、倒身、扭脖，这个形象不好看。为了舞台造型的美观，用背手式代替了后提裙动作。戏曲非常注重动作的完整性。当生活真实与舞台形象发生矛盾时，戏曲有自己独特的处理矛盾方法，采取了一种不守常规的做法——有前无后（只做前面的，不做身后的）。上下楼提裙一式就是如此。做一半恰到好处，做全了反而有损人物形象的完美。

4. 身体的感觉

随着步伐的行进，身体要有起伏，一上一下地微微颤动，表示一种节节升高或步步下降的意思。上楼时上身略向前倾。眼睛的视线由下往上移。身体随着步伐的行进，逐渐直起。下楼时，身体直立，眼睛的视线从下到平视。

5. 上下楼前后的起势和收式

这两个造型动作的意义何在？它涉及到中国戏曲表演体系的特性。戏曲演员在舞台上表演时，要注意到三个交流。首先是和同台的人物交流，其次是和乐队的交流，再就是和观众的交流。上楼之前先向上看，表示已到楼梯前。作用之一：演员在合乎剧情规定的前提下，给乐队一个暗示，准备好上楼的行动节奏。戏曲舞台上演员和乐队的关系上，演员是主动的。演员暗示乐队指挥（打鼓佬），由打鼓佬控制乐队。作用之二：提醒观众看下面的表演，调动起观众看戏的积极性，吸引观众的注意力。在乐队和观众都有了充分的思想准备的情况下，进行表演。避免“劳而无功”，做了半天戏，观众没注意，等到想看时，这段表演已经过去了。上楼后略闪腰，暗示乐队“不走了”。演员再拧身回头向下看，表示已经上楼了，加深观众对上楼的印象。

下楼时，先向下看，给一暗示。下楼后也是做一个小闪

腰或者做一个滑步蹲式。表示走完了下楼的全部过程。滑蹲式的动作只能表演下楼时才能做。如果上楼后做此动作，说明人将要有从楼上滚下来的危险。要注意用技的合理性。前面讲到上楼之前向上看，怎么看？用单手或双手在身的右前方，先向上提后向里转腕时，眼看手，手向头右前抬起时，视线转向台前（观众席）。但要注意，做到一扫而过，目光要虚，突出“下意识”的随意性，减弱有“企图”的成分。视线移到台左侧上方，目光要实，别看乐队。戏曲舞台上非常忌讳演员把观众的注意力引向乐队。“三看”的意义：看手是为了增加动作的风韵；看台前是为吸引观众的注意力；看台的左上方，一是为暗示乐队，二是交待情节（这里是楼梯）。

6. 上下楼的表演区域

上下楼的舞台部位，一般在台前。从右前方向左前方走，也就是说从右（小边）向左（大边）走。走的步数多少和楼梯的长短（生活中的高低），依据舞台的大小而定。正常情况下，约占舞台表演区的三分之一左右。

关于“上下楼”程式表演的来源。据先生们介绍，在昆曲以前（昆曲至今已有六百多年的历史），那个时候由剧中人用唱词或念白的方式，表明人物在楼上或在楼下。演员在舞台上走来走去，楼的高低层次不清楚。到了明代万历年间，有了“以裙障桌为楼”的表演方式，使得戏曲舞台上的楼房有了具体的高低层次。但是，随之而来的新问题，就是楼房的面积只有一张桌面的大小，演员在楼上（桌上）不能走动，在一定的程度上又限制了演员的表演活动。到了清代，创造出了“台前登楼”的程式。在如何运用戏曲舞台空间方面，是一个很大的进步。既表明了楼的高低层次，又扩

大了楼的表演区，使戏曲舞台上的虚拟楼房，达到了完美地步。

仅从“上下楼”程式身段表演动作来看，经过六百多年的演变历程，它的诞生是由多少戏曲界的先辈付出了多少辛勤劳动，汇集了多少人的智慧和舞台实践经验！

至于在“上下楼”的过程中，要“走单，不走双”或不允许有“七上，八下”的现象。这是指在训练中，或者是舞台表演正常的情况下，用缓步上下楼。但也有特殊的情况，比如，《坐楼杀惜》中，宋江和阎惜姣第一次上楼，属于正常的上楼形式。后来宋江丢失密信，心急如焚，用跑跳步上楼。特别是宋江杀人后，精神极度慌乱，下楼时跑跳到半截就滑摔到楼下去了。这是一种特定情景下的上下楼方式。

再如，《卖水》中的黄桂英和梅英，两个旦角用不同的方式上下楼。

(1) 剧本要求桂英是小姐，梅英是丫头。

(2) 行当类别，桂英是花衫，梅英是花旦。

(3) 表演分量，桂英是配演，梅英是主演。

(4) 上楼动机，桂英是为消愁解闷，消磨时间；梅英是有约在先，急等人来，戏中有戏。

依据以上情况，两个旦角虽然同场上楼，但小姐走的是正常步法，丫环走的是碎步蹉行。后者这种方式上楼，就很难讲是多少步。

不同身份、不同类型的旦角在同场上下楼，也不都是类似以上这样处理。比如，《花田错》中的刘玉燕和春兰，同样是小姐和丫环、花衫和花旦、配演和主演，因为情节不同，也就是说她们在上楼的动机上是一致的，趁黑夜赶做鞋子，春兰持灯引小姐上楼，所以是同步而行。