

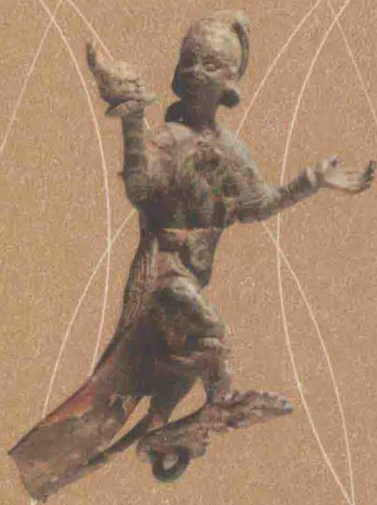
中华舞蹈志

云南卷

(下册)



《中华舞蹈志》编辑委员会 编



学林出版社

中华舞蹈志

全国艺术科学“九五”规划重点项目
《中华舞蹈志》编辑委员会 编

云南卷
(下册)

学林出版社





五千年中国第一部舞蹈志书

本书第一次以志书形式系统记述了中华各民族舞蹈的历史渊源、衍变风格、演出形式、音乐伴奏、服饰道具以及有关风俗节令、信仰礼仪、工艺美术、文献考古等史料，填补了中国文化史料和研究的一项空白，分省、自治区、直辖市各卷陆续出版。

上架建议：舞蹈

ISBN 978-7-5486-0615-4



9 787548 606154 >

定价（上、下册）：195.00

易文网：www.ewen.cc

图书在版编目(CIP)数据

中华舞蹈志. 云南卷: 全 2 册/《中华舞蹈志》编辑委员会编. —上海: 学林出版社, 2014. 1
ISBN 978-7-5486-0615-4

I. ①中… II. ①中… III. ①舞蹈史—中国②舞蹈史—云南省 IV. ①J709.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 288915 号

中华舞蹈志·云南卷



编 者——《中华舞蹈志》编辑委员会

特约编辑——兰 迪

封面设计——周剑峰

出 版——上海世纪出版股份有限公司 学林出版社
地 址: 上海钦州南路 81 号 电话/传真: 64515005

发 行——上海世纪出版股份有限公司发行中心
地 址: 上海福建中路 193 号 网址: www.ewen.cc

印 刷——上海叶大印务发展有限公司

开 本——787×960 1/16

印 张——68.5

字 数——80 万

版 次——2014 年 1 月第 1 版

印 次——2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号——ISBN 978-7-5486-0615-4/J·65

定 价——195.00 元

(如发生印刷、装订质量问题,读者可向工厂调换。)

苗族舞蹈

【正坛芦笙舞】是云南苗族为死了老人以后举行的丧葬仪式舞蹈。广泛流传于操川黔滇方言的苗族中，也被称为是“白喜”舞蹈。

苗族历史上迁徙频繁，但是，不论在什么情况下，迁徙到什么地方，都离不开芦笙歌舞，并用芦笙歌舞记录下他们新的迁徙过程和经历。亲友分散了，又可凭借着芦笙歌舞重新凝聚起来，生存下去，繁衍延续，仍然是一个具有统一意志的民族。可以说芦笙歌舞既是一种艺术形式，也是一种民族凝聚力的标志。芦笙歌舞代表着祖先和灵魂，也代表着生命。

云南苗族对自己这种自古以来就具有特殊意义的舞蹈，一般不称“芦笙舞”，而是以习俗定名。在某个特定的习俗仪式上进行的舞蹈，便以这一习俗命名。

《正坛芦笙舞》共设七坛，分别为：扫坛、祖先、纪念、弟兄、姑妈、祭师、掌赏七坛。由芦笙祭师主祭、一名鼓师司鼓，鼓师可以兼歌师。跳坛芦笙舞实际不设坛，仅是一个称呼和舞蹈仪式的顺序。正坛芦笙舞就是配合这七坛表达生者对死者悼念之情的舞蹈。

《正坛芦笙舞》由主持祭仪的祭师吹笙独舞（有的地方用两名芦笙手），另有一鼓师击大鼓伴奏。舞蹈都在停放灵柩的堂屋里进行，舞者于棺材前作圆形或扇面形运动，动作拘谨单调，自始至终很少变化。但其意义不在于表现舞蹈技巧，而在于芦笙曲调所叙述的内容。在流传正坛芦笙舞的苗族地区，几乎男女老幼都熟悉各坛芦笙所吹奏的内容，因而能随着芦笙舞激动、悲伤或欢笑。按传统习惯，正坛芦笙舞的曲调和鼓点，除祭奠死者的场合外，是不能随便使用的。由于居住地不同，设坛亦略有不同。

属于跳坛系统的还有“解簸箕”和“花坛”。“解簸



正坛芦笙舞



正坛芦笙舞



正坛芦笙舞

箕”也称“敲斋”，苗语音译为“阿仿”。“阿”是“做”、“进行”、“举行”之意，“仿”是“簸箕”，文山州马关县的苗族直称为：“解破烂簸箕”。实质是祭灵，一般在葬后十二天至三年内举行，有一套固定的程序，由祭师通过芦笙歌舞主持祭祀仪式，舞蹈场面大，动作优美。

某一家族的某一房被“祖先缠着”（也称“朝着”）时，要举行祭祖仪式，叫“跳花坛”，跳花坛要现找鼓料，现做鼓。此坛一跳便要“跳三年”（实际是三年两头跳）。由一祭师主祭，六名（男女各半）统一服装的舞者伴舞。杂以箫、笛伴奏，女舞者手持蜡染花手帕，与男性舞者跟随祭师舞蹈。舞蹈程序中有男女追逐、交欢等动作。后来，由于封建意识增强，便取消女舞者，由男舞者扮以女装代替。“花坛”是一个舞蹈活跃的场所。分“叟坛”和“高兴坛”两种。叟坛仪式结束便散场；高兴坛则在仪式结束以后，男女老幼统统要入场参舞。花坛进行时，坛中置一葫芦，舞者边舞边抢，直至把葫芦抢烂为止。

【反坛芦笙舞】 流传于云南各苗族村寨。完整的“跳坛”仪式，前设七坛称“正坛”，《跳正坛芦笙舞》。七坛之后的各坛，称“反坛”，也叫“耍坛”，所跳的就是反坛芦笙舞。

“反坛”和“正坛”完全不同。正坛固定为七坛，舞蹈古板肃穆，主要表现对死者的悼念之情；反坛舞蹈套路众多，内容广泛，形式多样，明显带有娱乐色彩。

进入反坛舞蹈时，芦笙不再由祭师吹，而由另外的芦笙手吹奏坛调。坛场气氛随之转变，舞蹈也由表现哀悼为主转向表演，充满活力。其中有“转鼓滚”、“翻鼓滚”、“滚汤锅”、“滚灯”、“滚刀尖”等表现高难技巧的芦笙舞，还有以芦笙为纯道具（不吹）的耍笙舞。并有与耍大刀、棍棒、两节棍、板凳、拳术相结合，具有武术性质的动作套路。近代，更发展成了“芦笙拳”，还学习



反坛芦笙舞

吸收了其他民族的舞蹈形式,如“团乐”等等。从而使跳坛舞蹈从单纯的悼念发展为反映生活、表现情趣、融体育武术为一体的表演性动作套路系列。

“耍坛”开始的第一支调子是“牵纱”。舞蹈情绪一下子从哀悼气氛变为反映生产生活的欢乐气氛。围观的青年男女纷纷拉手围圈入场起舞。笙调明快、节奏急促,只见舞者紧扣的双手微摆,脚步踏地有声,身体随步伐晃动,徐徐前进。此后的舞蹈,便进入自娱表演和竞技,动作套路很多。由于居住地不同,有的地区受到其他民族文化习俗的影响,舞蹈反映的形式也不同,现将全省范围具有代表性的动作套路集中整理如下:

第一,反映生产生活内容的如:牵纱舞、滚纱舞、滚麻纱舞、撒麻舞。均为大集体舞,舞蹈由一名芦笙手在前吹笙领舞,众男女跟随其后翩翩起舞,芦笙手边吹边舞不管动作千变万化,口中的笙调不能断,主要以旋转,蹬踏动作为主,吹出合节拍的笙调带领大家,众舞者跟随笙调节拍舞出模仿各劳动过程。开荒、挖地、撒麻、薅麻、割麻、放麻、洗麻、晒麻、纺麻、织布等一系列生产劳动进程,按程序一套套地表演,队形有围圆圈、两横排对舞。也可多次重复表演尽兴为止。

第二,自娱自乐的有:耍笙、斗笙、对脚笙、滚笙、芦笙拳等。主要是展示芦笙手舞技的舞蹈,有独舞、双人舞、四人舞、集体舞多种形式。耍笙是将芦笙做为道具,只要不吹,芦笙手将芦笙在自己身边飞舞,做出各种高难度动作,手握芦笙不停地甩动,任凭自己自由发挥,尽兴为止。而斗笙、对脚笙则是边吹边舞,主要展示腿下的功夫,以斗脚的动作来变化舞姿,以前斗脚、侧斗脚、后斗脚等来组合,步伐多变灵活,每次斗脚都要讲究对上合上节拍,配合默契,潇洒自如,舞时可以两人相对,也可四人对舞,或集体成行对舞。滚笙属男子独舞,事先要在场地上摆设尖刀、水碗、灯火等障碍物。芦笙手一边吹芦笙一边舞,待舞到高潮时要从摆



反坛芦笙舞



反坛芦笙舞



反坛芦笙舞

设的尖刀、水碗、灯火上面滚过去,并不能停止吹笙,还要不能碰到障碍物,方算成功,滚过后兴趣大发,会做一些惊险高难的动作,翻跟斗、打飞腿、旋转翻花,显示芦笙手高超的吹笙舞笙技能。芦笙拳是以芦笙曲为伴奏,以武术为动作的舞蹈,大多由会武术的苗家青年男子表演,其身法、脚功别具一格,很有观赏性。

第三,民族交往形成的舞蹈。有笛子、小三弦加入伴奏的“团乐舞”。在多年的民族交往过程中逐步形成一些除以传统形式芦笙伴奏外,还加入了笛子、小三弦伴奏的集体围圆踏歌的套路“迭脚”。每逢村子里逢年过节和遇上喜事,青年男女便会聚到一起,除表演传统的芦笙舞,还会表演“叠脚”。在笛子和小三弦的伴奏下,且歌且舞,一问一答的对歌,大家围成圆一进一退地舞动,歌词内容多是表达生活中男女青年相爱思念之情。舞者须男女配对交叉起舞,舞蹈动作以三步一抬一踏的小跑步为主,双手随节奏前后自然摆动。歌词除约定俗成的套路以外,更多的是借题发挥,即兴创作,独具苗族风格。

《反坛芦笙舞》虽然套路多,其舞蹈特点主要展现在芦笙手的高超技能上,不管是吹笙领舞,还是只要不吹,其运用芦笙的技巧可谓是发挥得淋漓尽致,不管是滚、翻、转、跳、打、甩、逗、踢、蹬等高难动作的完成,还是对舞、倒立、高庄转步、矮庄转步、苍蝇搓脚、飞脚、大蹦、翻跟头等技巧的完成,都全方位显示了芦笙手的高超舞技,从而形成了反坛芦笙舞的动作特色,也是反坛芦笙舞带有竞技性和观赏性的主要原因,同在一个舞场上,各路芦笙手都会拿出多年练就的一身功夫,在舞场上一比高低,自娱自乐。从而使反坛芦笙舞近年来得到快速发展,成为苗族青年较为喜爱的舞蹈,表演时身着整洁的生活装。



阿作芦笙舞

【阿作芦笙舞】 是云南操滇东北方言苗族所跳的“红

喜”舞蹈。阿作苗语原意是“紧紧地团结在一起，聚成一帮”。主要在结婚娶媳妇的男家举行。这种芦笙歌舞还含有通过叙述苗族历史对青年人进行传统教育，号召族人团结一致的意义。

《阿作芦笙舞》的起源有多种传说，其中较主要的有两种：一是古代苗族遭到异族侵略，大规模迁徙。战争创伤深重，迁徙路途遥远，受尽折磨。为了呼唤族人，在“仙人”的点悟下制造了芦笙。用天上的“九九八十一曲”来召唤和团结族人，后来长途迁徙结束，便用芦笙曲记叙了这段苦难历史。二是人和自然界作斗争取得胜利后，用“梓木苏”木做乐器吹奏欢跳表示庆祝。

传说和历史事实有一定距离。但是，没有文字历史的苗族，传说往往和历史有密切的联系。现在阿作芦笙舞的曲名几乎都是反映战争、迁徙内容的。因此，认为《阿作芦笙舞》是由于战争和迁徙而形成的，值得相信。

古时，这部分苗族也只在祭祀时举行芦笙歌舞。后来，由于战争、迁徙，才发展了一套迁徙芦笙舞，在专门的时候进行舞蹈，对子孙讲述悲惨的历史。在社会发展过程中，逐渐把特定场合移到婚娶场合。阿作芦笙舞实质是利用婚娶时的群众集会进行传统德育。进行阿作芦笙舞有不可触犯禁忌，即吹芦笙者一定要遵从曲调顺序，绝对不允许从中间开始吹奏（不进行阿作时可随便）。歌队中无论何人，只能唱《迁徙歌》，五更天以前（阿作多在夜间进行。如在白天，则要待芦笙曲吹奏到《天亮曲》时）不允许唱任何形式的情歌。

《阿作芦笙舞》主要在婚宴时举行。一场婚礼中总要有若干阿作芦笙队伍。为了迎接来恭贺的阿作队，主家要请一位芦笙高手在家坐镇。迎阿作则在村外路口举行，一群姑娘用竹竿构成一道道屏障，阿作队必须用舞蹈跃过横竿，才能喝到“迎阿作酒”。再续舞到主家大门外，经过恭贺，方能进入堂屋舞蹈。阿作的程序



阿作芦笙舞



阿作芦笙舞



阿作芦笙舞



阿作芦笙舞

很繁，而且冗长，往往一天一夜也进行不完这种程序。

《阿作芦笙舞》有固定的章节曲调，但无固定的舞蹈套路。说苗族群众“看”芦笙舞，不如说是“听”更为确切。听吹到哪曲了，叙述什么了，这才是重要的，而舞蹈动作并不要紧。自然也有品评吹奏水平高低和舞蹈动作的优劣的，但这些仍属次要。多数人听芦笙舞，常常听得泪流满面。这才是阿作芦笙舞的主要作用。简单地说，有点年纪的人听的多，年轻人看的多。由于芦笙舞男性舞者多，观者中常有被芦笙手迷上的妇女。当一个年轻妇女被某芦笙手的吹奏、舞蹈给迷上了，便会跑回家去煮好鸡蛋带来送给他，甚至当场解下自己的腰带送给这位芦笙手。如此举动，亦不会遭到非议。

《阿作芦笙舞》还有激烈竞争的场面。每当舞到《鸡鸣曲》时，如果同一地点有两个以上舞队，便会出现激烈相搏、对踢、对勾、互背跳跃、翻滚、倒立、吹笙钻梯等技巧性高难动作。和惊险场面，芦笙手不论做何动作，吹奏不能停止，如果只顾做动作而中断吹奏，便被认为无能，受到耻笑。比赛败方，觉得是很大耻辱，将有一段时间不再在公共场所演奏。

长期以来，《阿作芦笙舞》形成了自己特有的舞蹈及吹奏要求：脚步要轻、转身要圆，踢脚腿要直，倒立要稳，要蹬直腿；下蹲要轻，起身要快、胯要开、吹吸要有声，笙声要如珠子落地，曲调连续不能断，等口诀要领。

这部分苗族除婚娶仪式时举行《阿作芦笙舞》外，每年农历五月初为传统“踩花山”节日。这也是大型群众集会，歌舞的海洋。所表演竞技的芦笙舞套路均属阿作芦笙舞范围。

【二人穿花舞】《二人穿花舞》也称“打歌”，是流传于滇西凤庆县一带苗族中的芦笙舞。

苗族老人去世安葬以后，都要“做斋”，苗语称为“阿仿”，汉语译为“解簸箕”，一般要进行两天两夜。做

斋时要请“执司”(总理)两人,祭师(为半专业“鬼师”)两人、厨师两人,做饭两人,烧茶两人,抱柴挑水两人,芦笙手两人。

第一天晚上为“起场”,芦笙手吹芦笙,祭师敲响牛皮鼓,做斋开始。亲朋好友杀羊上祭。上祭分“明上”和“暗上”两种:死者的兄弟姊妹为明上,摆祭品于亡灵之前供献;其他人则暗上,一般送块把钱,斤把酒或几斤粮食,交与主人。第二天敲(杀)牛,做几个人的斋就敲几头牛,执司把祭师领到祭场(敲牛场)执司领头,抬着“高万”(一个面筛内放一弓形篾片,上面放死者衣服,为死者亡灵象征,下面放三个荞粑粑),祭师居二,牵牛者第三,孝子们第四,其他人员随后,吹着芦笙进入祭场。场内有两棵树做旗杆,一棵吊着个十字架,谁打下来谁得喝一碗酒;一棵吊着一只牛皮鼓,牛拴在木桩上,敲几头牛就栽几棵桩。

准备就绪,祭师致祭,向死者祷告说:“某某,我用嘴喊你不应。我用酒祭鼓,用酒祭芦笙,让鼓来喊你,让芦笙来叫你”。随即敲起牛皮鼓,吹起芦笙。祭辞说:“芦笙叫声声、皮鼓响沉沉。神灵起来了,魂魄起来了。从坟墓中走出来了!柴火照你来到半路上,照你来到你的簸箕上。魂魄来落家,魂魄来落屋。坐好你的地势,坐好你的座位。得肉吃、得酒喝。牛魂!来解开你的簸箕。”

此时,孝子们在距牛皮鼓约五米处站好,先面对牛皮鼓磕头,然后祭师绕大鼓和牛吹起芦笙,众男女跟着成两圈,男在内圈,女在外圈绕动,男遁逆时针方向绕四圈,顺时针方向绕五圈;女遁逆时针方向绕三圈,顺时针方向绕四圈,接着执司向牛泼一瓢水,厨师持斧头向牛磕一个头,表示“对不起了”,就向牛头砍去,伙伴们便持刀相助开膛剥皮,完毕,将牛的头、皮、蹄子放在面筛旁,然后给死者祷告,开始边唱边跳《二人穿花舞》。

舞蹈时,男女面相对排成两排,人数不限,一男一



二人穿花舞



二人穿花舞

女为一组,随着笙曲而舞。男子踏步有力,翻转自如,动作刚柔相济;女子舞步轻柔,歌声舞姿融为一体,柔中显刚,表现了苗族人民坚忍不拔的民族性格。

【十二套古代芦笙组舞】 流传于昆明安宁市水井湾苗族村寨的“十二套古代芦笙组舞”由十二套完整的芦笙组舞曲组成,以芦笙吹奏为主,伴以舞蹈。是一套系统讲述苗族历史的芦笙组曲,它叙述了苗族先民为追求和平幸福生活所经历的艰难曲折历程,是至今为止保留较完整的一套古芦笙组舞。



十二套古代芦笙组舞

苗族没有文字记载的历史,许多历史事件就记录在他们世代相传的口头和歌舞艺术之中。《十二套古代芦笙组舞》概括地表现了苗族历史上盛世、战争、流亡三个时期。第一套[探路曲]主要反映苗族先民为寻求美好的生活,爬山涉水,不辞劳苦顽强地与大自然拼搏的艰难历程。舞蹈形象地表现出探路行走时的艰难。第二套[祝愿舞曲]反映的是苗族人民经过艰苦的旅程,找到优美的自然环境,安居乐业,人们沉浸在欢乐喜悦之中。第三套[出征曲]当人们还沉浸在喜悦之中,突遭外族侵袭,舞蹈展现出征征战的场面。第四套[群舞曲],反映苗族人民用自己的汗水建立了自己的家园,人们聚集在一起载歌载舞,再现盛世时期的欢乐景象。第五套[邀请舞曲]主要揭示苗族首领一度贪图享受,寻欢作乐,麻痹大意,致使再次遭到外来侵袭。第六套[团圆舞曲]反映苗家前线战事告急,哨兵一次次传来东、西、南、北的战况。第七套[敬酒舞曲],反映苗家被包围后,开始盟誓饮鸡血酒,下战斗令。第八套“盼鸡鸣曲”,形势对苗家十分不利,苗家集会商量更换有才能的人为首领。第九套[破阵曲]反映苗族人民出征作战的情境。第十套[鸡鸣舞曲]主要反映战败以后,苗家确定了新首领,带领大家进行长途跋涉向南迁徙。第十一套[天明曲]反映苗族人民经过长途跋涉,

摆脱了追兵,渴望得到光明。第十二套[结亲舞曲]反映苗族人民经过大迁徙,初步得到安定,人们又相互杀猪、杀鸡、宰羊进行结亲繁衍后代。

《十二套古代芦笙组舞》“是一部音乐舞蹈史诗”,就像一本历史教科书在民族生活中起着团结和教育后代的作用,在艺术上保留着古老的民族风格特点,是民间芦笙舞之源。因年代久远,现在还能够完全掌握,这十二套组舞的只有为数不多的几位老艺人,这是一份值得人们珍视的苗族民间文化遗产。



踩花杆芦笙舞

【踩花杆芦笙舞】 是流传于滇东南文山州苗族地区的一种祭祀性舞蹈。是每年正月初二到正月十五,苗族举行传统踩花山节时,男女青年,进行表演的竞技的芦笙歌舞。

传说很久以前,苗家有个王子叫蒙子酉,他有九个儿子、八个姑娘,他们勤劳勇敢正直,苗家人很尊敬他们。每到夜晚他领着儿女们吹芦笙舞蹈,打牛皮鼓,欢庆太平日子。有天晚上,鼓声震摇了宫殿、惊动了皇帝,皇帝就派文武百官四处寻找,在一个大平原上听到了鼓声,皇帝见到这样好的一块地方,就派兵攻打蒙子酉,要霸占这块土地。他们见寨就烧,见人就杀、搅得苗家妻离子散,不得安宁。为了苗家能生存下去,蒙子酉就带领苗族人民起来反抗,但因力量悬殊,加之没有精制兵器,最终被打败躲进了深山老林全走散了。由于山高林密,蒙王找遍深山老林也没有找到失散的苗家兄弟。他想了个办法,把一棵笔直的大树染成红、白两色(花杆),解下腰带拴在大树尖上,将其竖立在高山顶上来召集苗家人民。果然,用不了几天失散的苗家人从四面八方汇集来了。蒙王在花杆下扎营寨,叫自己的儿女们各统领一部分苗民守住各山头。从此,开荒种地重建家园。不久,日子逐渐好起来了,牛皮鼓又敲起来,芦笙舞又跳起来。鼓声再次惊动了皇帝,皇帝



踩花杆芦笙舞



踩花杆芦笙舞



踩花杆芦笙舞



踩花杆芦笙舞



竹竿舞

又准备再次攻打苗寨。蒙王知道后设了一个圈套,叫几个美丽的苗族小姑娘和几个武艺高强的苗家小伙在花杆下欢快地跳芦笙舞,在四周埋下重兵,布下天罗地网。如果官兵来了就挂旗为号。过一会儿,官兵就扑了过来,蒙王的儿子立刻嘴咬红色旗向杆顶爬去,官兵用箭向他射去,连爬几次都没有把红旗挂上,这时他已经筋疲力尽,但是他想到红旗如果挂不上去,苗家兄弟就要再一次遭到残杀。于是,他立刻背贴花杆倒立着向顶端爬去躲过了射来的乱箭,终于把红旗挂上了,苗家伏兵从四面八方围过来,猛打官兵,最后终于取得胜利。但蒙王的儿女们全部战死在战场。这一天正是农历腊月二十六日。苗家人把他们安理在花杆脚下,杀猪宰牛来祭献他们的英雄。打起牛皮鼓,跳起芦笙舞。从那时起,不论苗家谁家老人死去都要跳芦笙舞来祭祀死者,表示对救了他们苗家先烈的怀念。这个盛大的节日从那时起一直流传至今。每年到腊月二十六日,苗家人民就在山顶立起花杆,汇集四方苗家兄弟姐妹,到正月初二开始,敲响牛皮鼓,耍起大刀、棍棒,唱起山歌,跳起芦笙舞。

此时的芦笙舞动作热烈大方激情饱满,时常出现相互对舞、比技巧、比舞艺的竞争局面,舞艺高强者,自然引起旁观者的赞扬及女子们的好感。动作多以转、踢、翻跟斗、对脚为主,场面精彩激烈,自娱性强。

【竹竿舞】 流传于玉溪市易门县苗族聚居区的集体自娱性舞蹈。舞蹈描述了苗族先民进京城游玩的情景。相传很早的时候,苗族的先民居住在黄河流域,和其他兄弟民族一样,共同创造着灿烂的华夏文明。京城,是苗民仰慕的地方,是苗民心目中的京都、首府。后来,由于外部敌人的攻打以及其他原因,苗族先民逐渐南迁。由于那时苗族先民还没有文字,记事只是用口传心授或其他方法记录下来,为了记住当时自己的京都,

苗家年轻小伙和姑娘的花坎肩后背的方帕上，都要绣上京城城楼的图案，并世代代往下传，直到如今。往昔的先民们要到京城，要进九道门楼。九道门楼雕龙画凤，金点漆描，宏伟壮观。而今，流传下来的竹竿舞正是描述苗族先民进京城游玩的情景。

《竹竿舞》是喜庆的舞蹈，多在逢年过节时跳。舞蹈时，要先布置好跳场、场地的两端各放一根又粗又长的竹竿作为基础、上面相距摆放九对竹竿、竹竿两端缀满鲜花、代表彩画门楼。分别由九对男女掌竿，敲打出不同的节奏，但非常有规律。嗒嗒原地敲、嗒嗒分开两边，又嗒嗒原地敲，嗒嗒上举过头搭门，依次反复敲打。舞者两人一对，顺序从竹竿上面从容跳过，舞者必须严格掌握好起舞的节奏，不然不是被夹着腿，就是夹着头。舞蹈时先由一对芦笙手吹着笙向前跳走，随后便是一对对男女顺序进入。舞蹈十分讲究配合，不可慌乱，特别是“过门楼”时，一定要警觉，在竹竿击地向上举的一瞬间便要钻过去，过去后又开始新一轮，如此反复。《竹竿舞》是苗族青年十分喜爱的舞蹈，到舞场那一天，他们便早早地换上节日盛装，打扫舞场、布置所需道具、认真点缀花竿，在舞场前还要扎好一座大花门。待一切布置好了便由主持人宣布开始，顿时歌声、笑声响彻一片，有时因有人失误，便会引起围观者的大笑，一旦顺利通过，还会引起阵阵掌声，直至尽兴方才散去。



竹竿舞

【甩手舞】 流传于滇西云龙县苗族村寨，属自娱性集体舞蹈。每当逢年过节和村寨遇到喜事时，青年男女都要聚到一起，跳起欢快的甩手舞。

《甩手舞》是在芦笙舞基础上，吸收了其他民族“跳乐”、“打歌”等艺术形式，逐步形成自己独特的风格。舞时，由一男芦笙手吹笙领舞、众男女围成圆圈起舞、后来者可按节奏随时加入到舞队中，舞者根据吹笙者不断变化的曲调变化动作，舞蹈均按逆时针方向舞动，



甩手舞



卡兜



岔都舞

动作整齐划一,主要有踩、踏、跳、转、踢,加上身体的摆动及双手的甩动形成自己的动律特点,整个舞蹈动作姿态呈现出含胸、屈膝,臀部往后翘的形态。舞动时,动作短促有力、踏地有声、有顿挫感、整个身体随节奏向下压颤,呼吸深长,舞蹈动作的连贯中的摆腰、甩手、旋转的飞舞,尽可以将衣裙服饰舒展开来,充分显示舞姿和苗裙的美观。舞蹈内容主要表现生产劳动和生活习俗,模拟生产过程,如:洗麻、漂布、推磨、赶街、探亲、访友等跟生活相关的内容,如双对脚、背合背、勾踢脚跟等动作组合,充分体现了甩手舞的自娱自乐性,舞蹈一般要跳完全套动作,尽兴方才散去。

【卡兜】 (苗语“打歌”之意)流传于滇西漾濞县,每逢过年过节,婚丧喜事都要聚众跳卡兜。舞蹈由一男或二男吹笙在前领舞,众舞者随后轻歌曼舞。跳卡兜的芦笙分为两种,一般逢节日、办喜事时使用中、小号笙,曲调欢快,音色清脆;而办丧事则用特大号笙,音调低沉、浑厚,曲调忧伤悲哀。舞蹈时,舞者均一手各持一条毛巾、站成二排或围圆起舞,舞蹈中一般形成两人对舞交流配合。舞蹈套路有:串花调、追鹿子调、点香调、赶街调、甩手调、转身抬脚调、合脚调、太阳落坡瞌睡来,斑鸠喝水、风摆柳、洗衣调等。舞蹈动作轻快,节奏鲜明,伴随着服饰上的银铃甩动,特别是臀部的摆动,形成独具特色的卡兜舞风格。

【岔都舞】 苗族“岔都舞”意为“打歌”。是流行于滇西地区苗族群众中自娱性传统舞蹈,多于婚丧和节日期间举行。

《岔都舞》开始,男女老幼均要穿着盛装,小伙子扛起刀、枪、弓、弩等兵器,绕房三圈,到院场转九圈,才能起舞。喜事时必须由媒人先跳,新郎新娘方可加入。芦笙手吹起芦笙作领舞,时而在前领舞,时而被围在圆

圈内独舞或与其他芦笙手对舞，姑娘们则跟芦笙调围圆起舞，舞蹈的变化主要跟随芦笙手的曲调变化套路。其基本动作为：“三步一抬腿”或“三步一靠步”、“左右掖腿跳”、“转身飘步”等。

男女青年通过跳《岔都舞》和吹芦笙来进行感情交流，相互表达爱慕之情和尽显才华。父母们也可以通过歌舞技能的观察品评其聪明才智以备选择佳婿。

【敬酒舞】 是流行于滇东北彝良县苗族地区的一种习俗舞蹈，多在逢年过节和办婚事时迎接宾客和在宴席上助兴时起舞。

据说：古时候苗族青年结婚时，都要请亲朋好友相聚、相互祝福、边敬酒边跳舞，当时用的酒具是自制的小木碗，到了清朝时期就改用牛角、岩羊角作为酒具，而且每次敬一小嘴，只限于男的敬男的、女的敬女的，主要是敬前来参加婚礼的老年人。逢年过节时也是主要先敬长辈。每次活动只有在吃早饭前迎宾时跳一次，和晚饭后要送宾客时再跳一次。

跳《敬酒舞》还有一个传说：很久以前，苗家受到汉官的欺压，不得不逃进深山老林。一天他们被一条河挡住了去路，水又深又急无法渡过去，有个聪明的人想了个办法，他们把河边的竹子弄弯搭成一座桥让人们过去。后来人们走散了，这个聪明人又用刀把竹子砍下来制成芦笙吹了起来，人们听到芦笙响就从四面八方又汇拢来，于是大家欢聚一堂、杀羊喝酒、互敬美酒、诉说离散之苦、欢唱团聚之乐、青年男女跳起欢快的舞蹈，一直沿续至今，形成现在的《敬酒舞》。

《敬酒舞》分前后两套，一是双手抱酒杯边唱边舞，（歌词大意是：感谢你、来我家，请喝下这碗香甜的美酒）。待客人喝完酒，主人便拿起芦笙跳一段激情洋溢的芦笙舞，表示对客人的欢迎之情。舞蹈人数根据敬酒人数而定，可多可少，一般为面对面地边敬边舞。动



岔都舞



敬酒舞