

中国民间舞蹈

文化传承与 技术技巧探索

ZHONGGUO MINJIAN WUDAO
WENHUACHUANCHENG YU JISHU JIQIAO TANSUO

孙慧卿◎著

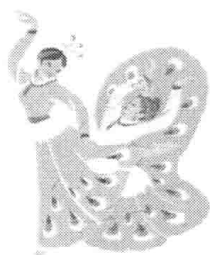


中国民间舞蹈

文化传承与技术技巧探索

ZHONGGUO MINJIAN WUDAO
WENHUACHUANCHENG YU JISHU JIQIAO TANSUO

孙慧卿◎著



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

中国民间舞蹈文化传承与技术技巧探索 / 孙慧卿著. —北京: 经济管理出版社, 2019. 5
ISBN 978 - 7 - 5096 - 6673 - 9

I. ①中… II. ①孙… III. ①民间舞蹈—文化研究—中国 IV. ①J722. 21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 121231 号

组稿编辑: 魏晨红
责任编辑: 魏晨红
责任印制: 黄章平
责任校对: 赵天宇

出版发行: 经济管理出版社

(北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 A 座 11 层 100038)

网 址: www.E-mp.com.cn

电 话: (010) 51915602

印 刷: 北京虎彩文化传播有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 720mm×1000mm/16

印 张: 11.75

字 数: 211 千字

版 次: 2019 年 5 月第 1 版 2019 年 5 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5096 - 6673 - 9

定 价: 48.00 元

· 版权所有 翻印必究 ·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部负责调换。

联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836

前言

本书从民间舞蹈的分布与特征、民间舞蹈文化分析、民间舞蹈文化的传承、舞蹈技术技巧分析、民间舞蹈学科建设以及民间舞蹈的现代发展等多个层面出发，把握中国民间舞蹈的发展趋势，探讨民间舞蹈的文化遗产与技术技巧。中国民间舞蹈在现代社会中的发展，既依赖于前人的研究成果，也需要现代人的执着探索，要善于在传承中融会贯通，发掘中国民间舞蹈的文化内蕴。

在全球化与文化多元化的时代背景下，中国民间舞蹈的发展机遇与挑战并存。如何把握民间舞蹈的发展机遇，应对民间舞蹈面临的各种挑战，是舞蹈工作者必须深入研究的一项重大课题。在多元文化对话的格局中，中国民间舞蹈置身于现代社会复杂的政治、经济、文化的关系网络中，既要保持自身的特色，也不能固守一方，完全排斥其他文化的影响。要坚持不同国家、不同民族、不同地域的舞蹈文化平等交流，在对话中彰显自我价值，推进中国民间舞蹈文化重构，主动融入时代发展潮流。同时，中国民间舞蹈与现代舞交相辉映，它们都有其不同的发展背景，但也存在共通之处，因而舞蹈工作者应尝试将舞蹈元素的相互借鉴，完善民间舞蹈体系，把握微时代的良好发展环境，明确民间舞蹈的发展方向。

当前，中国民间舞蹈已成为各民族共同关注的文化资源。为促进中国民间舞蹈的传承发展，要积极培养新一代的传承者。对此，需要强化民间舞蹈学科建设，科学设置民间舞蹈课程，强化民间舞蹈教材整理与创编，将学校作为培养民间舞蹈优秀传承人的阵地。无论是民间舞蹈教学者还是舞蹈演员，都承担着传播中国民间舞蹈文化的重任。中国民间舞蹈的持续发展，需要各方力量的共同支持，应打造学校、社会组织、个人以及政府共同参与的民间

舞蹈发展体系，让中国民间舞蹈文化绵延不衰。

在本书撰写过程中，笔者参阅了大量研究资料，并进行调查研究，以全面了解中国民间舞蹈发展情况，在此基础上探索民间舞蹈文化传承与动作技术技巧，以此为民间舞蹈教学活动的实施提供指导，促进民间舞蹈的持续发展。由于笔者能力有限，本书仍存在诸多不当之处，敬请广大读者、专家指正。

目录

绪论	1
第一节 舞蹈文化	1
第二节 中国民间舞蹈的社会功能	6
第一章 中国民间舞蹈概论	11
第一节 中国民间舞蹈的分布	11
第二节 中国民间舞蹈的特征	13
第三节 中国民间舞蹈的基本类型	18
第二章 中国民间舞蹈文化分析	28
第一节 民间舞蹈与地理环境	28
第二节 民间舞蹈与地方民俗	32
第三章 中国民间舞蹈的文化传承	35
第一节 民间舞蹈文化传承现状	35
第二节 民间舞蹈文化传承的特性	37
第三节 民间舞蹈文化传承的多元路径	43
第四章 各地区民间舞蹈技术技巧探析	50
第一节 汉族民间舞蹈技术技巧	50
第二节 傣族民间舞蹈技术技巧	57

第三节	藏族民间舞蹈技术技巧	75
第四节	蒙古族民间舞蹈技术技巧	97
第五节	维吾尔族民间舞蹈技术技巧	114
第五章	中国民间舞蹈学科建设	129
第一节	民间舞蹈教材整理与创编	129
第二节	民间舞蹈教学设计实操	135
第三节	民间舞蹈课程开发与设置	140
第六章	中国民间舞蹈的现代走向	151
第一节	中国民间舞蹈与时代精神	151
第二节	多元文化中的民间舞蹈文化重构	160
第三节	民间舞蹈与现代舞的融合发展	169
第四节	微时代民间舞蹈的传播与发展	173
参考文献	178

绪论

第一节 舞蹈文化

一、舞蹈文化

舞蹈是一种文化现象，是通过人的形态、神态进行传情达意的艺术形式。它的形成受自然和社会两种因素的影响，它的表达方式包括人的形体和精神两个方面，而且因表演者文化素质、艺术修养之不同而有明显的差异。舞蹈之所以是一种文化现象，还在于它的形成与物质文明、精神文明的发展息息相关，是由人在劳动生活中逐渐形成的体态和对社会观念的反映构成的。所以不同时代的文化特征会在舞蹈中得以遗存，成为相对稳定的形式（包括动态形象、表演程式、服饰、道具、场地）流传下来，在社会生活的诸多方面发挥它特有的功能，从而形成多种多样的舞蹈形式。人们在不同场合表演这些舞蹈时，该地域的文化特征随之展现，使参加者在潜移默化中得到浸润。

舞蹈的种类繁多，怎样进行类别的划分，中外专家、学者各有不同的观点与方法，各种划分方法的存在，恰恰反映出各国、不同的地域舞蹈历史文化背景的差异。一般而言，从舞蹈功能上可划分为自娱性舞蹈、表演性舞蹈、自娱娱人相兼的舞蹈，以及祭祀祖先的舞蹈；从舞蹈发展史的维度来看，舞蹈可划分为原始舞蹈、民间舞蹈、宫廷舞蹈、舞台艺术舞蹈和城市群众性舞蹈等。

舞蹈的名词术语中，舞蹈与舞一般是通用的，但在舞蹈文化的探索中，对它们的含义应加以区分，以免造成名称上的混乱。舞蹈是指舞蹈类型、舞

蹈门类；舞则是指某种类型中的一种形式，或指经过加工、创造的舞蹈。在此，围绕“民间舞蹈”“古典舞蹈”“现代舞”进行阐释。

（一）民间舞蹈

民间舞蹈是民众自行创作与传承的舞蹈形式。以往文人和一般舞蹈家很少深入民间对其进行深入细致的系统研究，相关论述较少，为民间艺人写书立传的则更少。因此，人们只看到民间舞蹈中因历史原因形成的简单和不足的方面，而难以看到它深邃的文化本质。事实上，各种舞台艺术舞蹈多直接或间接地来自民间，包括城市群众性舞蹈中的交谊舞、舞厅舞、爵士舞、霹雳舞、集体舞、儿童舞，乃至体育舞蹈、冰上芭蕾等，无不从民间舞蹈中汲取营养和素材，只不过目前尚缺少这方面的系统论述而已。从某种意义上看，民间舞蹈是一切创作舞蹈的源泉。

民间舞蹈是民族传统文化的组成部分，其传承不是依靠语言文字，而是以人体动态保存文化与表现文化为主要特征，而且是在一定环境中、在群众之间直接传承下去。民间舞蹈属于“下层文化”的范畴，它与群众的民俗活动紧密关联，借助具体的形象展现群众的民俗心理，展示出民俗文化的诸多方面，因而人们通常将其称为民俗舞蹈。

（二）古典舞蹈

古典舞蹈是古代流传下来的具有传统审美特征和典型性的舞蹈。如西方的芭蕾、印度的“波罗多舞”、日本的“雅乐”等。中国的古典舞蹈极其丰富，如汉代的“巾舞”“盘舞”，唐代的“剑器舞”“霓裳羽衣舞”等。宋、明以后，许多古典舞蹈融入戏曲塑造人物形象和表演之中，或作为舞蹈片段保存在戏曲剧目之中。也有许多早已失传，仅知其名，不知舞法，如“剑器舞”是持何种道具起舞的，后人对其众说纷纭，这恰恰反映出中国古代舞蹈、宫廷舞蹈特有的文化背景与发展规律。

（三）现代舞

现代舞是现代舞台艺术舞蹈的形式之一，在其发展中逐渐形成了一个完整的现代舞蹈体系。20世纪初，现代舞在西方兴起，盛行于德国、美国，后又传入日本及西方国家。现代舞反映了西方社会的矛盾与民众心理；在表现手法上要求不断创新，以突出舞蹈家的个人风格。因此，出现了各种各样的流派，各派都有自己的探索与追求。演出的节目中，有些表现出深刻的哲理性思考，也有许多怪异的内容与形式。起初它为反对古典芭蕾而产生，两者

曾一度处于水火不相容的境地，现今则互为影响，相互融合。其相互融合具体体现为：现代舞吸收芭蕾的技巧与训练方法，以提高表现力；芭蕾舞则吸收现代舞的观念和创作手法，形成现代芭蕾。随着现代舞的发展，各种流派的现代舞逐渐传入我国，中国舞蹈家借鉴它的训练和表现方法，促进了中国现代舞节目的丰富。

无论是芭蕾舞还是现代舞，都有其独特的历史渊源与文化背景，两者都成为舞台艺术舞蹈中的一种形式，因而可将其称作“舞”，属于舞蹈文化中上层文化的范畴。

二、舞蹈的非语言文字文化特征

舞蹈具有语言文字与非语言文字两种文化特征，但主要是以身体作为中介表现文化的，因而其非语言文字的文化特征占据主导。

舞蹈具有非语言文字文化特征，这种新提法说明它是和语言文字相对的、自成体系的另一种文化类型。在语言形成以前，人类是用声音、手势、体态传情达意的，人体是保存文化和表现文化的主要载体。语言形成、文字出现以后，有力地推动了社会发展，而借助身体传递信息的需求日渐淡化。

随着符号学的兴起与发展，人们对人体文化又有了重新认识，对它的研究才更受人们的关注。符号学作为研究语言、形式语言符号的学科，对语言所表达的思想及其有关问题，可进行理论分析与论述。由于舞蹈是用动态形象传播思想感情的一种符号，参考、运用符号学的一些理论，自然可以诠释舞蹈中所展示的各种文化信息。人们思考问题，进行艺术实践与意境创造时，由于离不开语言和文学构思，加之语言本身是一种物质化的思维，因而在探索非语言文字文化、探索舞蹈文化特殊性的过程中，还要借助语言文字、文献的有关资料，使两者互为印证，由此促进研究成果的深化。而且舞蹈具有非语言文字文化的特殊性，因而舞蹈文化的研究也会在一定程度上推进符号学的发展。

舞蹈文化形成于原始社会并延续至今，人们通常将舞蹈视为最古老的艺术形式。原始社会的各种活动是以集体形式进行的，如狩猎活动既是群体猎取野兽赖以生存的物质活动，又是群体在狩猎过程中交流思想，培养原始人生存能力的精神活动，而且物质与精神始终交织在一起。劳动发展了人的手与脑，培养了人的思维能力与艺术创造能力。原始人在狩猎战斗前后的演习与再现搏斗场面中，已出现了艺术的成分，这正是原始的狩猎舞蹈，也是包含着其他艺术因素的混沌状态的艺术形式。在历史进程中，这种混沌状态的萌芽逐渐过渡并发展成为各种独立的艺术形式。虽然舞蹈经历了逐步演变和

成熟的长期发展过程，但始终都保持着以人体表现文化的主要特征，具有综合性的特点，其中含有不同时代的多种文化因素。人们容易忽略其非语言文字的文化特征，而强调其他的方面。

舞蹈的非语言文字文化特征，表现在舞蹈动作、姿态、技能、技巧的古文化遗存上，表现在与舞蹈有关的原始崇拜、祭祀礼仪与演化而来的民俗活动上，表现在舞蹈所需要的服饰道具、场地设施等方面。而且这些文化因素只有通过舞蹈者的表演才能化为信息、成为舞蹈符号并展现出来，才能为人们所理解，才能实现其传承与发展。从这一层面来看，应将舞蹈纳入符号学的研究范畴，舞蹈的特殊性又是一般语言文字所不及的。

中国民间舞蹈极为丰富，其中原始舞蹈遗存多种多样，而且多无文字记载，因而民间舞蹈的传承是在群众间直接进行的，在典型环境中（特定的仪式场地）靠模仿长辈们的舞姿、神情、心理，加之自己的创作，得以代代传承。模仿是人类的一种本能，原始人对周围物体的外部形象有一定认知，他们通过模仿学会生活技能。现代人在儿童时期亦是如此，只是当人们掌握语言文字以后，单纯的动作模仿才逐渐减弱。舞蹈者恰恰需要发挥这方面的能力，要从小开始接受形体训练，经过反复训练掌握高难动作，从而具备塑造人物形象的能力，掌握非语言文字文化特征的“人体文化”，并将这些非语言文字的人类文化继承下去。历来的史学家多偏重有文字记载的史料研究，如果我们能从各民族的民间舞蹈中研究其形成的文化背景与非语言文字的文化遗存，将会促使文化史、艺术史的研究得到深化。

舞蹈属于非语言文字特定的文化层次，但在表述其形态，研究其文化特征时，又必须借助语言文字。而且舞蹈虽然不是语言文字，却有与语言文字相同的交际功能，具有保存文化与传播文化的作用，从而形成舞蹈文化研究的两种方式：从文字理论上（包括非专业舞蹈工作者）对舞蹈阐述性的分析研究，与舞蹈者本身（包括表演、编导、教学）把自己的实际体验运用文字作表述性的分析研究。对于上述两种研究方式，前者具有较强的理论性，但通常难以涉及舞蹈的深层文化；而后者局限于文化知识，不能深刻地感受或难以用语言文字表述清楚。对此，应促进两种研究方式的综合，做到取长补短，从而提高舞蹈理论研究水平。

三、舞蹈与其他艺术文化的比较

舞蹈是一种综合性的艺术形式，与音乐、美术等艺术形式相关联。

第一，舞蹈离不开美术。舞蹈的演出环境、场地设施都要依靠美术来完成，演出用的服饰、道具、灯光布景都属于美术范畴。在塑造人物、表现技

法上，舞、美两者存在诸多共通之处。古代一些有名的画论，如南齐谢赫《古画品录》中的“六法”“气韵生动、骨法用笔、应物象形、随类赋彩、经营位置、传移模写”，对舞台艺术的舞蹈创作、表演都有一定的借鉴意义。民间美术对民间舞蹈也发挥着促进作用，民间美术老艺人的一些口诀也反映着人们对舞蹈的审美要求。如年画画诀：“画中要有戏，百看才不腻；出口要吉利，才能合人意；人品要俊秀，能得人欢喜。”概言之，借鉴美术的经验，是舞蹈创作与舞蹈文化研究的需要。

第二，舞蹈与音乐联系紧密。舞蹈的动律、韵味、舞姿造型与音乐的节奏、旋律、结构，与美术的线条、色彩、构图有共通之处，但在表达方式上各有不同。音乐的概括性、抽象性以及在一定条件下展现表演者的内心世界，使心灵形象化，与舞蹈更为接近。

第三，舞蹈与体育都强调形体训练，都要求掌握高难技巧，这正是两者的共通之处。体育学科由于运用了现代科技对人体结构、关节机能、高难技巧以及防伤、营养等专题进行研究，取得了显著成果，促进了中国体育水平的大幅提高，并且在国际比赛中获得了辉煌的成绩。因此，借鉴体育训练的科学方法，有助于提高舞蹈演员的体质，提高其掌握高难技巧的能力。

作为一种特殊的体育形式，武术是具有中国传统文化特色的项目，它继承了古代技击、身法、剑术、气功等养生与技艺之精华，深为广大群众所喜爱。民间舞蹈运用了许多武术中的身法和技艺，对于武术的借鉴，能进一步增强舞蹈的艺术表现力，如汉族民间舞蹈的“花鼓灯”“陕北秧歌”，回族的“宴席曲”，傣族的刀、棍等器械舞蹈，其中都有武术的影子。

第四，舞蹈与戏曲之间也存在联系，自古以来两者互为影响，相互交织。中国戏曲的形成虽然较晚，直至唐代才有戏曲雏形的“参军戏”，但究其源头，可追溯到原始时代的歌舞。在戏曲形成的过程中，它曾广泛地吸收了古代的原始歌舞、周代的俳优、秦汉的百戏、南北朝的散乐以及唐宋以来的民间歌舞等多种内容，舞蹈始终是戏曲的重要组成部分。明清以后地方戏曲兴起，地方戏与当地民间舞蹈关系紧密，两者相互交织，共同发展。中国戏曲不仅具有较高的艺术水平，而且系统论述也较多，它对舞蹈事业的发展具有借鉴意义。近年来，在舞蹈教学和创作中，通过借鉴戏曲素材和成功经验，创造了民族特色鲜明、形式丰富的舞蹈和舞剧节目。

第五，舞蹈与文学也存在一定的内在关联。文学是通过语言文字刻画人物、描绘环境、叙述情节的；舞蹈则以身体作为中介，使观众随着演员的表演进入舞蹈所创造的艺术境界。两者在表现手法上虽然不同，但都是通过塑造形象使读者或观众产生共鸣与联想。在这一层面上，舞蹈与诗歌具有高度

的相似性。其区别就在于，舞蹈不是通过动作解释诗句，而是以动态、造型构建意境，使舞蹈形象更富诗情画意，引发观众的联想，使其获得一定的情感体验。

任何一种艺术的成熟，都要经历从粗浅向深刻、从低级向高级不断发展和升华的过程。舞蹈也是从单纯的情绪表演向带有叙事性、哲理性的表演过渡；由结构简单的舞蹈向结构严谨的舞蹈、舞剧发展。愈是高层次的艺术舞蹈，吸收其他艺术的表现手法也会愈多，也就容易忽略舞蹈文化的特殊性，因而研究舞蹈艺术的非语言文字的文化特征是不可或缺的。

第二节 中国民间舞蹈的社会功能

舞蹈艺术是社会意识形态的反映，是以经济为基础、以社会生活为源泉的上层建筑。它似一面镜子，反映着人类经济和生活发展的各个历史阶段。它以民间舞特有的艺术形象、表演特征给人类社会以反作用，使其更好地服务于人类。这种作用是相当广泛的，它存在于社会生活的各个领域。

一、认识功能

民间舞蹈产生于人类劳动生活中，同人民群众的生活紧密相连，它以生动朴实的艺术形式反映着人们生活的各个领域，使人们在这种反映中认识生活与社会。各民族、各地区的民间舞蹈都以其鲜明的艺术个性和地域特征，具体生动地表现着一个地区人们的生活情景、民族个性以及风土人情。

各个地域的民间舞蹈皆通过不同的形体动作，表现各自的劳动生活，使人们从舞蹈中了解各民族的生产情景。如蒙古族的《挤奶员》《狩猎舞》，朝鲜族的《顶水舞》，这些舞蹈不但使人们了解了各民族的劳动生活，也使本地区人民认识到他们的劳动价值和意义。如黎族的《三月三》、蒙古族的《婚宴舞》、彝族的《阿细跳月》，使人们了解和认识到这些地区人们的爱情和婚礼习俗；壮族的《花山战鼓》，使人们了解到古时人们的战斗情形；维吾尔族《赛乃姆》中的歌词“说不完的悲伤和痛苦，都落到咱们穷人身上，我们去找谁呀，去倾吐心中的悲伤”；湖南《地花鼓》中的歌词“可恨无道秦始皇，北国修筑万里墙，家里三子抽一个，家有五子抽一双”等，使人们认识到旧社会封建统治阶级的残酷压迫与剥削。这些具有鲜明艺术风格和民族个性的民间舞蹈都以其地区人们的生活和习俗，反映了古时民众的亲身经历和感受，表现了民族的精神面貌与情感内蕴。人们依据自身对生活的认识创造出了具有鲜明特色的舞蹈，这些舞蹈为后代人了解社会历史提供了素材，这恰恰体

现了民间舞蹈的认识功能。

二、教育功能

对世人进行宣传教育是民间舞蹈的重要功能之一。民间舞蹈是反映生活、认识生活的艺术形式，它能全面、真实地反映人们生活中的各个方面。人们可以通过民间舞蹈对生活的反映，深化对生活的认识和体验，并从中受到教育。这样的舞蹈在各民族都广为流传，如陕北新秧歌运动时所表演的《二流子转变》《拥军爱民》，秧歌剧《夫妻识字》《兄妹开荒》等，都激发了解放区人民的革命斗志，积极配合了革命形势的发展。1943年的《解放日报》曾高度评价了新秧歌，并指出秧歌内容都根据“组织起来”“自卫备荒”“拥军”“拥政爱民”等方针，通过各种生动活泼的形式，歌唱劳动人民幸福美满的生活，表现边区军民紧密团结，驱逐日寇，建设新中国的坚定决心。广大群众反映“你们的秧歌好，都是新世事”。朝鲜族民间舞蹈《刀舞》，以“唰唰”作响、铿锵有力的舞刀和英俊威武的舞姿激励着人们的斗志，表现出反抗侵略者奴役、压迫的气势。蒙古族的《草原骄子》《生命在闪烁》《奔腾》《喜悦》则给人以鼓舞和振奋，使人们更加热爱生活、热爱家乡、热爱祖国的大好河山。藏族舞蹈《洗衣歌》则宣传了翻身农奴同子弟兵的鱼水之情，使人们感受到藏族人民在解放军的帮助下过上幸福生活的情景。

此外，用民间舞蹈反映生产活动，以教授人们生产技能为内容的舞蹈也较为多见。例如，表现射猎生活的《鄂伦春》《牧马舞》《扬烈舞》，以及表现生产劳动的《挤奶员》和《采茶舞》等，不仅表现了劳动后的喜悦，还宣扬勇敢捕猎的精神，教育人们勤劳生产。古时的《百兽率舞》，即百兽之舞，也可能是用人扮作各种鸟兽，表现古时人们狩猎生活的舞蹈。这种舞蹈很可能是人们用以介绍各种鸟兽的形状及其活动规律，教育人们去认识和识别各种鸟兽的特征，向人们传授捕猎方法。从这些民间舞蹈的情况来看，它们都是在表现生活、反映生活和认识生活的基础上给人以教育和启示，让人们从中获得更多的信息和知识。

三、美育功能

一些民间舞蹈在提高艺术修养、审美能力等方面有着重要的作用。这些民间舞蹈虽然并没有具体的内容和情节，但其多彩的舞姿与优美的韵律能给人以美的享受，起到陶冶情操、丰富人们精神生活的作用。舞蹈本身就是一种美的艺术，它通过各种身体的律动和舞姿的变幻抒发内心感情，表达了人们对美好生活的追求和期望，从而提高了人们的艺术情趣和审美能力。尤其

是民间舞蹈以简单、朴实的表演特征，展现人类生活中的“真善美”，使人们在表演和观赏民间舞蹈的过程中受到审美艺术教育。像刀美兰表演的傣族民间舞《水》，那优美动人的舞姿给人以美感和享受。又如傣族民间舞蹈《孔雀舞》，人们认为孔雀是美和善良的象征，并有吉祥之意，因而人们就模仿孔雀漫步森林、饮泉吸水、拖翅、抖翅、晒翅、展翅和飞翔等动作，用以表达自己的愿望和理想。朝鲜族的《长鼓舞》、藏族的《珠穆朗玛》、蒙古族的《骄子》、维吾尔族的《摘葡萄》、汉族的《元宵夜》《担鲜藕》等，都以其精湛的表演展现了我国各族民间舞蹈的艺术魅力，强烈地感染着广大民众并熏陶着人们的性情，美化着人们的心灵，此即民间舞蹈的美育功能。

四、娱乐功能

民间舞蹈的娱乐功能在民间舞产生之时便占有重要位置。人们在年节或喜庆之时借用民间舞蹈的形式抒发感情、自寻其乐、自庆之喜，以达到同喜同乐之目的。这种功能在我国古时便普遍存在于各民族的民间舞蹈中。如古时东夷各部的歌舞：夫余部的《迎鼓》，渤海国的《踏槌》等，都是年节时人们自吟自乐的民间歌舞。现在民间流传的藏族舞蹈《果日谐》《锅庄》《弦子》和维吾尔族舞蹈《赛乃姆》、朝鲜族舞蹈《农乐舞》、汉族舞蹈《秧歌》等，都是人们用以休息娱乐的形式。在东北秧歌流传时对其表演者皆互称“乐友”，下场表演则称“乐一个”或“浪一个”，在其歌词中有“眼看日落昆仑山，只跑得乐友腿弯酸，父老兄弟请回去，你们回去俺们好开船”，对所参加表演的秧歌也有“乐会”之称。

随着人们对文化生活不断增长的需求和民间舞蹈的繁荣发展，在群众性广场舞蹈的基础上发展了许多具有较高艺术水平的舞台艺术，民间舞蹈成了供人观赏和娱乐的表演性舞蹈。如《长鼓舞》《东北大秧歌》《花鼓灯》《孔雀舞》《追鱼》《友谊舞》等，这些舞蹈由于表演性、艺术性的提高，适应了广大民众的需要，成为备受关注的文化娱乐形式。

五、社交功能

通过民间舞蹈进行广泛的交往在各地较为常见，它也是许多少数民族选择配偶的习俗。民间舞蹈的特征之一就是在自娱自乐中尽情地抒发内心感情，增进友谊。辽宁地区在年节之时各村镇的秧歌队除进行节日的自庆自娱外，还要到邻村共贺节日或拜年问候。如秧歌队在进村时首先唱“未曾说话喜笑开颜，贵屯的亲友细听明白，俺们的秧歌到此地把年拜，有劳众位亲友迎接出街”。本屯秧歌队也以礼相迎，共进村屯表演。这种活动有时虽然带有竞赛

性质，但更重要的是通过相互问候来密切各村之间的关系。

在少数民族中，以民间舞蹈的形式进行选偶婚配的习俗尤为多见。如瑶族的《踏盘》便是男女青年穿上节日盛装，伴随着长鼓声痛饮美酒，纵情歌舞于树林之中，在男女对舞中，各自选择意中人，当二人情投意合，便双双回家，待来年二月时，年轻夫妻便带着礼品看望父母。宋人沈辽曾作《踏盘曲》记述过此景，即“湘水东西踏盘去，青烟白雾将军树，社中饮酒不要钱，乐神打起长腰鼓，女儿带环着缦布，欢笑捉郎神作主，明年二月近社时，载烟牵牛看父母”。彝族舞蹈《玩场》是在栽割季节男女青年聚集在一起，跳起烟盒舞，未婚青年正是在此选择自己的配偶。《跳月》是撒尼人和阿细人喜欢的一种歌舞形式，不分季节，皆是在月亮升起时男女青年聚集于树林之中相对拍手起舞，一直跳到月落西山，故称《跳月》。藏族舞蹈《叶》《弦子》也是表达男女爱情的歌舞形式。每到正月、五月和八月三大节日，人们都喜欢“耍柳林子”，人们白天看藏戏，晚间青年男女便跳《叶》直至深夜，这是他们表达爱情的最好形式。满族亦有“步侣行歌”之俗，女到及笄之年，便以歌舞叙其情义，男则配以舞，如二人情投意合，便携手而归。以民间舞蹈进行社交，有助于加强群众社际联系，拉近人与人之间的距离。

六、锻炼价值

民间舞蹈历来对锻炼身体、增强体质发挥着重要作用。古时的《大舞》就是为了强身健体而创立的。据说当时是炎黄之前的一位领袖执政，在他执政期间河道淤塞、河水泛滥、天气阴沉，人们因此而心情郁闷、血脉不畅，导致大量群众得了肿腿病，影响了劳动生产。后来这位领袖创造了《大舞》，民众跳了这种舞蹈后血脉通畅，郁闷心情得以消除，体质得以增强。在辽宁地区，人们随着锣鼓和唢呐扭着秧歌也起到了锻炼作用。民间舞蹈的锻炼价值在许多地区和民族中都十分突出，人们通过自娱性的歌舞活动锻炼体魄，这也正是民间舞蹈得以流传的原因之一。

七、祭祀功能

在祭祀仪式中出现的民间舞蹈具有突出的祭祀功能。古时由于迷信思想的存在，每当人们在进行一项活动时都会祈求神灵的保佑。这种祭祀多以娱神为主要形式，通常人们认为只要使神灵高兴、愉快，它便会大发慈悲而造福于人类。因此，民间舞蹈便成了娱神、喜神的主要形式。于是人们在春耕前便跳起民间舞蹈，以祈求神灵护佑全年风调雨顺，获得好收成。在辽宁地区，每年四月便组织各种“赛会”“盘会”“秧歌会”祈神。《盖县县志》曾载

“四月十八日，邑北六十里耀州庙会……诸村办演秧歌、抬歌、杂剧，群集山庙祝神，以祈丰年”。古时东北各部族的民间舞蹈皆有着娱神、祈神的祭祀作用，如马韩部族“常从互月耕种毕，群聚歌舞以祭神”；高句丽的“好歌舞，常以十月祭天”等，都道出了民间舞蹈的祭祀功能。

民族民间舞蹈的社会功能是随着人们社会生活的丰富和发展而不断发挥着它的影响和作用的，同时也必将在社会历史的进程中，以它鲜明的民族个性和丰富多彩的艺术形式来表现人们的生活和思想感情，达到陶冶情操、净化心灵的目的，为民众生活增添色彩。