

# 引 言

就一般意义而言，舞蹈是一种以人体为媒介、在一定时间内通过肢体的连续运动而进行空间创造的艺术形式，但如果从超越的观点看，舞蹈更象是一种生命的仪式，这不仅仅是如霍里斯所言，因为“舞蹈是紧密结合了所有最美好和最深沉的生命之泉的艺术，她总在重新显露锋芒。因为舞蹈是最高贵、最动人、最美丽的艺术，因为它不仅是生命的转变或抽象结果，它是生命本身”而更为重要的是，舞蹈是随着生命的诞生而诞生、随着生命的发展而发展的。或者换句话说，舞蹈是生命的外在表征，大千世界，茫茫宇宙，所有生命的存在，莫不以其鲜活跃动的节奏和整齐和谐的韵律为其表现形态，而这种节奏和韵律，正是生命的舞蹈，正是在此意义上，我们说舞蹈是生命的存在本质和规律，舞蹈一旦停止，生命便会立即消失。

在艺术发生的始初，舞蹈和建筑是人类两种最主要和最基本的艺术，这不仅是因为舞蹈艺术是所有率先表达在人类

身上的艺术的本源，建筑艺术是所有位于人身体以外的艺术的开端，而更为重要的是，舞蹈和建筑都是人类最初为了感受空间并进而创造空间所做尝试和努力的标志，只不过建筑创造的是供人身体居住的固定的物质空间，而舞蹈则创造的是供人灵魂栖息的流动的精神空间，灵魂是生命的内蕴，从这个意义上说，舞蹈又是为生命创造空间的一种活动。不仅如此，舞蹈对节奏和韵律的追求，其最终目的是对生命的节奏和韵律的寻求和认同，这种生命当然是以生物的个体生命为基础，但在其更高层次和更深层意义上，它是对宇宙生命的把握，即舞蹈只是一个普通节奏的直接而具体的呼吁。这种节奏不仅标示出生命，并也标示出宇宙，如果我们可能说出那些加诸于我们身上的宇宙性影响力的总数的话。（霍理斯语）所以节奏和韵律，可以说是宇宙间一切生命生理和精神的全部表征，我们可以失去生命，但我们不能否定生命节奏和韵律的存在，因而我们也就无法轻视或无视舞蹈，因为对舞蹈的轻视，也就是对生命的轻视。正是在这个意义上，宣布“上帝死了”的那个德意志思想家尼采曾将舞蹈作为衡量人们生活质量的重要标准：“没有舞蹈的日子，那是虚掷光阴！”舞蹈是艺术的开始，也将成为艺术的终结，舞蹈是生命的开始，也是生命的结束！

中国舞蹈艺术在漫漫的历史发展过程中，不仅蕴含了中国人的生命观念和生命意识，也凝聚和积淀了中国人的生命理想和生命状态，成为了表达中国人生命节奏和韵律的最重要形式之一，或者说就是中国人生命本质的表征，正是在这个意义上，中国舞蹈被赋予了新的本质内涵，任何对中国舞蹈的探究，都是对中国人生命存在状态的探究，也是对中国

人生命本质的探究。

总之，舞蹈是生命的仪式，它本质上表现着生命的节奏和韵律，或者说舞蹈就是生命本身。

## 一、舞蹈的源起与中国舞蹈的萌芽

舞蹈是一种在空间中展现和时间里流动的艺术，它是所有率先表达在人类身上的艺术的本源。温特认为“不是叙事史诗，而是伴随着单调的，常是无意义的歌咏的舞蹈形成一种随处可见的、最原始的（且不论它的原始性）然而又是高度发展的艺术。无论是作为仪礼性的舞蹈，还是以身躯韵律性的摆动作为纯粹欢愉的精神表达，舞蹈充分支配了原始人的生活，而使其他的艺术形式都从属于舞蹈。”就广义而言，舞蹈这门艺术活动和所有的人类传统诸如战争、劳动、欢乐及教育紧密交织在一起。英国学者蔼理斯认为“舞蹈是宗教也是爱的原始表现——以我们所知道的最早人类时代就是宗教的表现以人类出现以前久远的时代就是爱的表现。”就原始民族而言，一个人所跳的舞就表达了他的部落，他的社会习俗和宗教信仰；野蛮人往往不是用讲道的方式而是以舞蹈的方式表达其宗教观念。这是因为对于原始人来说，没有脱离生活的宗教，宗教就包含了一切。舞蹈是崇拜也是祈祷，所以每一种生活情景比如婚丧典仪、播种和收获季节，战争与

和平 都有与之相适应的舞蹈。在至关重要的宗教生活中 人们用舞步表达了对神灵的愿望。从这个意义上说，舞蹈的源起无不与人类的宗教生活血肉相连。也因为如此，世界许多民族的宗教性祭祀舞蹈特别发达，有很高的艺术境界。

另一方面，舞蹈又象爱情一样古老，就动物界而言我们可以说在鸟类和昆虫中，舞蹈常常是爱情的最基本部分。雄性在求婚时舞蹈，有时与其他雄性竞争以便吸引雌性。我们在人类世界里同样发现，动物世界的情欲舞蹈对人类本身有很大的影响，昆虫和鸟类的爱情舞蹈似乎重现在世界各地的原始民族当中，即便是现代文明人，也同样是以传统的、象征的形式舞着这种舞蹈。可以说舞蹈是性爱的表现。

对于原始的人类来说，舞蹈展现出美妙的一致性，就是说这种有节律的艺术行为是社会团结的重要因素，它是战争的最佳训练。一方面它帮助了行动和方式的统一，另一方面由于人类天生对自然力有一种恐惧心理，舞蹈的行为给予人一种勇气和力量。所以在古罗马高度发展的军事制度中，舞蹈和战争紧密结合，在每年三月即战神的月份，人们在寺庙前围绕圣坛跳一种三拍子的舞蹈。在我国古代，将舞蹈分为文、武两类，其中的武舞就包括军事训练的目的在内。在强调以上几个方面的同时我们也不要忽视：在人类社会的发展进程中 舞蹈是一种很强的教化手段 是教育的主要内容 柏拉图在其《法律》篇中曾经说过：“良好教育的内容就在于知道如何唱得好和舞得好。”

舞蹈既然和人类生活的各个方面都密不可分，那么就它的起源来说也是多元化的，每个人都可以以不同的角度揭示出舞蹈起源的原因，如果我们从以下几个方面去理解，或许

对我们的认识有启发作用。

## （一）生产劳动与原始舞蹈

人类在从猿到人的演进过程中，劳动起着决定性的作用。由于狩猎和采集等生产活动，使人躯干直立，双手双臂获得了解放，手部动作日益复杂和精巧，头部有了稳定的支点。在整个生产活动中所引起的身躯、四肢、肌肉、韧带以及骨骼的发达，使人体具备了舞蹈动作的生理基础。喉头声带的变化，改变了发声机制。在群体劳作的实践中逐渐有了表达感情的欲望，即如《毛诗序》所说：“情动于中，而形于言，言之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，故永歌之；永歌之不足，不知足之蹈之、手之舞之也。”这里描写的当是原始社会的情景。许多学者都认为史前人类身体语言的产生早于有声语言。摩尔根《古代社会》一书曾对这一点说得很清楚：“他（琉克理喜斯）假定思想在语言之先，姿势语言在发音分明的语言之先。姿势及符号语言似乎是（更）原始的东西，是发音分明的语言的姊妹。”如果没有姿势语言基本上便不可了解。这便说明对原始人来说，形体动作便是其元语言，是交流思想的主要方式，是可视的语言。据专家研究，在由原始图腾信仰，万物有灵观念和天人感应思想等综合而成的原始巫术活动的舞蹈中，至今还保留着十分古老的手势、身势语。从收集到的 200 多种手势及与面部表情、头部、身躯的姿态、腿的步伐的相互组合的情况看，能表达的思想是很丰富的。在双手运动的过程中，可以完成勾、按、屈、伸、拧、扭、旋、翻等动作（见《舞蹈艺术》8 辑周冰、曾岚《试析楚舞手势》）。

原始的劳动主要包括狩猎和采集。《尚书·益稷》有“予击石拊石，百兽率舞”的记载，这里的“石”当是一种乐石，可以说最原始的“磬”；“百兽率舞”便是以兽皮为装饰的狩猎舞蹈。这种舞蹈是狩猎生活的反映，也有图腾崇拜的遗痕，具有宗教的性质。在我国古岩画中有不少头插鸟羽，身着羽帔带有尾饰的舞蹈形象。从甲骨文“舞”（“無”）的取象来看，即象人两手持饰物而起舞形。《说文解字·舛》部收录了“舞”字的一个古文作“𠬞”，取象于羽，说明古代舞蹈是以羽为主的，而羽饰首先可以认为是狩猎获得的结果。《史记·夏本纪》有“夔行乐……鸟兽率舞”，《箫韶》九成，凤凰来仪，百兽率舞”的记载，《说文解字》中“尾”解作“微也。从攴（倒）毛在尸后”；“尸”象人体屈曲，实为“古人或饰系尾，西南夷亦然”的情景。其中透露出原始狩猎舞蹈的消息。

人类学家曾研究过北美印第安人的原始野牛舞，舞者为了迫使他所要猎获的野牛出现，“他们中的每个人头上戴着从野牛头上剥下来的带角的牛皮或者画成牛头的面具……当一个印第安人跳累了，他就把身子往前倾，作出倒下去的样子，以示他累了，这时候，另一个人就用弓向他射出一枝钝头的箭，他便象野牛一样倒下去了”（〔法〕列维·布留尔《原始思维》中译本 173 页，商务印书馆 1983 年版）。我国鄂温克族的《跳虎》、土家族的《毛公斯舞》从表现的内容上看，可以看出所表现的就是一个狩猎的全过程。1984 年发现的由朝鲜舞蹈家金学天表演的原始《手拍舞》更是生动的狩猎情景：舞者赤身、裸脚、腰缠一块兽皮，肩扛猎物走到林边。乐师开始拍打一个扣在盛满水的独木大盆上的小木盆，使其发出

近似击打肉体之声响，随着这种节拍，舞者耸动双肩，双手拍打着自身各部位翩翩起舞，变化出狼突虎奔，熊打鸟飞，以及獐、狍、鹿、兔、乌鸦等多种鸟兽的舞态，甚至举棍棒模拟动作表演猎人与鸟兽搏斗的场面（于国华、王宏刚《朝鲜族原始狩猎舞的特点及价值》）。

当人类社会进入原始农耕时代后，就有许多反映农牧生活及祝祷丰收的舞蹈，《吕氏春秋·左乐篇》载“葛天氏之乐”为“三人操牛尾，投足以歌八阙：一曰载民，二曰玄鸟，三曰遂草木，四曰奋五谷，五曰敬天常，六曰达帝功，七曰依地德，八曰总禽兽之极。”舞蹈研究者认为这种乐舞的结构和形式是：三人（众人）手持牛尾作道具，脚踏音乐节奏，边唱边舞；歌舞分为八个段落：第一段可能是歌颂人类本身；第二段歌颂他们崇拜的图腾标记——玄鸟；第三段愿草木生长茂盛；第四段祝五谷丰收；第五段向上苍表示敬意；第六段颂天帝佑民的功德；第七段谢大地的赐与；第八段望鸟兽大量繁殖，为人类提供丰富饮食。其中的“遂草木”“奋五谷”是祝愿农业丰收、六畜兴旺的舞蹈。在我国，一些古老的传统民间舞，模仿和再现了劳动生产的情景，传授劳动生产经验，或以幻术的方式力求征服自然，或与自然神祇求得和谐与一致，以祈丰收。云南哀牢山的彝族，一直保存“送祖灵”的歌舞仪式：当芦笙奏起，巫将羊皮鼓柄和击鼓棒插在后腰背上，起舞并双手表演采摘葫芦等野果状；两腿蹦跳表演追逐野兽状；又拣起木棒表演哼呀哼呀锄地的动作，使人不由地想起远古先民伐木时的“吭唷”之声。这种舞蹈表现了原始采集、狩猎、牧畜、农耕的场面。

不只是舞蹈的表现内容，实际上舞蹈的表现形式也和劳

动生产有关系，就是说劳动操作过程 and 对象，提供给舞蹈以动作和造型，从猎物那里又获得了舞具与装饰；人们以兽皮缝制衣服，羽毛、兽尾等便成了道具。有的专家认为最早的鼓是兽皮蒙在为捣去植物种子外壳而凿制的石臼上做成的。在野兽的腿骨上钻孔制成了最早的笛子，在狩猎工具弓箭的启示下创制了最早的弹拨乐器，在打磨制造石器工具的同时发现了乐石——磬。因此，原始人类的舞蹈，从动机、内容到表现形式，无不与劳动生产有关。

## （二）人类生殖与原始舞蹈

性爱是人类的本能，人类必须借助两性的生殖延续生命。故原始人类对自身的生产——两性生殖赋予极神圣的特性。对诞生生命的神秘化，导致对生人的人的神秘化。在“爱情”观念还处在对异性朦胧的好感和本能需要占主要目的的阶段，所谓“恋爱”无非就是自身旺盛生命力的炫耀，那些令人陶醉甚而迷狂的求偶行为即是舞蹈产生的另一途径。正如格罗塞《艺术的起源》所说：“这种跳舞大部分无疑地是想激动性的热情。我们更可进一步断言，甚至男子的跳舞也是增进两性的交游。一个精干而勇健的舞者，定然可以给女性的观众一个深刻的印象；一个精干而勇健的舞者，也必然是精干和勇猛的猎者和战士。在这一点上跳舞，实有助于性的选择和人种的改良。”按照葛理斯的观点，“舞蹈是一种求婚的过程，甚至不仅如此，它还是一种爱情的见习，这种见习被认为是对爱情的美妙训练。在一些民族里，如奥玛哈斯族，舞蹈一词既是舞也是爱。男性必须以他的美、精力和技巧去

赢得女性，把自己的影像铭在刻女性的想象中，克服了女性的沉默而最终引起了女性的欲望”（《生命之源》中译本 38 页 三联书店 1989 年 12 月），这就是说 男女是在舞蹈的过程中表现力量、美和优雅以使互相吸引。

在我国古代，生殖崇拜经过了古传说中知母不知父的女性或女性神崇拜和对于男性生殖的崇拜阶段。在第一阶段 因为生人的人就是母亲，最早的生殖崇拜首先是母神崇拜。这就产生了许多始祖感物而受孕的记载，据传周的始祖姜嫄是履 踩 大人迹而感孕 据闻一多先生考证，《诗经·大雅·生民》所说的姜嫄履大人迹的情景就是源于母亲氏族社会的一种祭祀仪式中与两性生活有关的舞蹈仪式，《诗·大雅·生民》：“厥初生民 时维姜嫄 生民如何 克禋克祀 以弗无子。履帝武敏歆 攸介攸止。”上云禋祀，下云履迹 是履迹乃祭祀仪式之一部分，疑即一种象征的舞蹈。所谓“帝”实即代表上帝之神尸（巫），神尸舞于前，姜嫄尾随其后，践神尸之迹而舞，其事可乐。（《闻一多全集》）类似这种活人装扮为神尸代神受祭，并由女性信徒陪其舞蹈的礼仪，后世遗留不少。《文献通考·四裔考》引《周隋蛮夷传》云隋代“巴梁间风俗 每春、秋祭祀 乡里有美鬢面人 迭迎为尸以祭之。今都道州人每祭祀 迎同性丈夫 妇人伴神以享。”祭神以女子舞蹈娱神，是古人认为神灵亦有食色之心。

在近代少数民族中，还保留着浓厚的性爱舞蹈风气。陆次云的《跳月记》田雯的《苗俗记》里记载 每当春月 群集未婚男女于草原上，吹着六笙，摇着铃子，并肩舞蹈，男女相悦 夜间各择爱侣而去。另外如壮族的“抛绣球”，布依族的“跳花会”，哈尼族的“抛枕毛”，黎族的“三月三”，白

族的“绕山林”纳西族的“阿哩哩”维吾尔和哈萨克族的“姑娘追”无不渗透着男女相诱的气氛。这与古代《诗经、国风》所记溱、洧之间士与女采花赠芍而相谑的风俗很是一致的。

男女性生殖崇拜的舞蹈画面，我们可以从 1988 年考古学家王炳华发现的新疆呼图壁县康家石门子生殖崇拜岩画中略见一斑。这幅岩画东西长约 14 米，上下高 9 米，面积达 120 多平方米，初步断定是约当原始社会后期父系氏族社会阶段的作品。其中刻画有数百个大小不等、身姿各异的舞蹈人物，主体部分为巨大的裸体女性舞蹈像，和一个斜卧的男性形象。其中多有男女交合的造型，通观整个画面几乎都与后代生育、人口繁殖有关，可以非常明确的肯定，这处岩雕画面是新疆地区的古代先民，存在生殖崇拜，并进行生殖崇拜活动的一个重要标本。”在这幅岩刻中，原始舞蹈的灵魂、动力，就在于对异性的追求，在于对两性生活的描述和歌颂（王炳华《呼图壁县康家石门子生殖崇拜岩雕刻画》），这幅岩画可以看成是原始舞蹈初始的另一种动力——人类自身生产的佐证。

### （三）宗教祭祀与原始舞蹈

上文已经说过，对于原始人类来说，宗教渗透于他们的各种生活仪式当中，所以说世界上有些民族可以说没有世俗舞蹈而只有宗教舞蹈，甚至有人相信每种舞蹈都源于宗教，这虽然不无偏激之处，但我们必须承认，即便是某些现代舞蹈也可能具有宗教的性质。因为“宗教包含理论和实践”两大部分，就是：对超人力量的信仰，以及讨其欢心，使其息怒。

的种种企图。这两者中，显然信仰在先，因为必须相信神的存在才会想要取悦于神。（弗雷泽《金枝》中译本 77 页）。原始人类相信神无处不在，所以就时时讨神的欢心，原始的舞蹈就是这种手段中的主要内容之一。这种舞蹈企图达到一种目的：就是祈求神灵降福或避开凶祸。

早期的基督教的盛大狂舞是宗教性舞蹈，手里拿着圣棍的巫医主持其事。每个印第安部落也都有宗教舞蹈。在北西伯利亚的遥远草原上的黄教僧有其神秘的宗教舞蹈，而在现代欧洲土耳其的托钵僧在修道院里跳着类似的神秘舞蹈和以歌唱和祈祷。而且我们会发现，这种宗教舞蹈，严肃而神圣，一般由“巫”领舞。而在汉语文字里，“巫”与“舞”古音相同，《说文解字》释“巫”为“女能事无形以舞降神者也。象人两袖舞形。”史传夏代尚巫，巫之地位很高。今巫作法还称为“禹步”。禹步实为一种跛步，相传禹因治水劳累，左足偏废，行步如跛，后世巫者效之，故称之。此外古代巫师多为残疾之人。但禹步赋予中国巫术舞蹈以特定的民族形式。在上古社会“巫”为人神之中介，传说商汤就是大巫，传说商汤因天大旱而求雨，这种求雨仪式当以一系列乐舞为主要手段。

从殷虚卜辞看，“舞”常用于祈雨仪式，如：

今日舞出（有）雨——今日舞亡（无）雨（《铁》

120.3）

辛巳卜宾贞乎无有从雨（《合》188）

舞，有雨（《续》5.31.3）

陈梦家说“巫之所事乃舞，号以降神求雨，名其舞者曰巫，名其动作曰舞，名其求雨之祭祀行为曰雩。”（《殷虚卜辞综

述》)《说文解字·雨部》：“雩，夏祭乐于赤帝以祈甘雨也。从雨于声。翬，或以羽。羽，羽舞也。”《礼记·月令》：“大雩帝，用盛乐。”郑玄注：“雩，吁嗟求雨之祭也。”“吁嗟”就是号呼；“雩”为“舞”的分化字。可见求雨之祭除手之舞之，足之蹈之外，还必须呼号以请上帝。同时又看出以羽为舞饰除了与狩猎舞蹈有关外，还同祈雨弭旱的宗教舞蹈有联系，《说文解字·羽部》还有几个字也都传达出这一文化信息：

翬，乐舞。以羽翬自翬其首，以祀星辰也。

翬，乐舞。执全羽以祀社稷也。

翬，翬也，所以舞也。

在迄今发现的古代铜鼓乐舞中，有的舞人执兵器，有的舞人执羽，有的舞人既执兵器又执羽饰。云南江川李家山 M24：36 号鼓鼓腰乐舞图象中，舞人头上饰有两排很高的蓑毛或鸟翼，干的顶部也饰有很高的蓑毛或鸟翼。舞人皆坐，或双手执干或双手执羽（《古代铜鼓》172 页所附图片 文物出版社 1988 年）。

从《周礼》记载看，古代祭祀乐舞分为文武、武舞两大类。旧说文舞者左执翬，右秉翟。翬为竹管做的乐器，长三寸，六孔。翟，雉尾羽做成的舞具，又叫羽。武舞者左持干盾，右执戚，又叫“干舞”或“万舞”。不论文武，舞者均由八人组成一列，称为“佾”。周天子八佾，诸侯六佾，卿大夫四佾，士二佾。《周礼》又有所谓六代之舞。

《云门》、《大卷》为黄帝之武，以祀天神；

《大咸》（又叫《咸池》）为尧舞，以祭地祇；《大磬》（也作《大韶》）为舜舞，以祀四望；《大夏》为禹舞，以祭山川；《大濩》为汤武，以享先妣。又按照舞者装饰和舞具之不同分

为帔舞、羽舞、皇舞、旄舞、千舞、人舞。其功能是：旄舞，手持毛尾（牛尾）而舞，用于雩祭求雨；皇舞，头戴鹖冠身披翠羽而舞，用于旱灾非常之雩祭；羽舞，手持翟而舞，用于四方之祭礼；千舞，手持千戚而舞，用于山川之祭礼；帔舞，手持五彩帛做成之舞具而舞，用于社稷之祭祀；人舞，徒手挥袖而舞，用于宗庙祭祀。

由上可见，原始舞蹈渗透在原始生活的各个层面。祭祀活动中的各种舞蹈形式表明原始舞蹈是一种祭典仪式，是宗教生活的主要组成部分。在灵魂不灭的观念确立以后，世界变成了双重的世界：灵的世界和肉的世界，而舞蹈做为祭祀天、地、鬼神、祖先、灵物仪式的重要方式，充当了灵与肉的媒介。而且原始人类的祈祝活动与实际功利关系密切，人们在祭舞中祈求的事情，迟早会在社会生活中发生。以舞蹈活动为主要表现形式的崇拜仪式，就作为促使愿望达成的手段而渗透在整个原始生活领域。可以说人们对世界有多少神秘与恐怖，有多少领悟，就会有多少种与之相适应的舞蹈。在许多舞蹈中，其舞仪就是模仿神，与神一起工作，力图说服神按人的意愿办事。在这种意义上，舞蹈是参与一种对世界的宇宙性探求的活动。

在这里还需要指出的是，原始战争舞蹈在原始舞蹈中占很重要的地位，但我们不能因此认为战争是舞蹈的又一起源。事实上战争舞蹈严格说来源于原始社会的狩猎舞蹈。原始时期工具简陋而又禽兽逼人，狩猎都是群体的活动，其形式主要是围猎，如何能准确地捕到禽兽是很需要技巧的，在围猎的经营谋略中产生的武力行为被扮演于庆祝获取食物后的喜悦或诅咒仪式当中，就是一种狩猎舞，在今天看来具有军事

的性质，而古人的确后来也将舞法运用于军事训练中，成为士兵强身健体，提高战斗力的手段。刘师培解释乐舞的起源，即以为系训练战伐之用（《古乐原始论》），一开始我们讲到，舞蹈具有统一行动和方式的作用，能给天生就有恐惧感的人类增加勇气。所以《周礼》中舞师的职务之一就是掌教兵舞。至中世纪唐代的《太平乐》、《秦王破陈乐》等作“鹅鹳之阵”，舞者常数千人，军事的意味就更浓。

从字源上说，文武叫“舞”，武舞应当是“武”；“武”是持兵征战，古代的武舞就是持戈、持干、持盾的。文舞持羽象征文治，武舞则象征武功。《尚书·大禹谟》载：禹带兵攻打有苗，有苗不服，后来禹还师整众，在布文德；“舞干羽于两阶之间，七旬而有苗自服来至。”《释名·翻译言语》因此释“武”为“武”舞也。征伐行动如物鼓舞也。”刘师培则更明确认为舞蹈具有“屈伸俯仰，升降上下，和柔其形体，以节制其筋骨，庶步伐整齐，施之战阵而不愆”（《古乐原始论》）的作用。

1972年发现于甘肃黑山地区，以平凿法浅琢线描方式刻绘于狭谷两面紫色岩石上的舞蹈岩画中，就有表现原始西北狩猎游牧部族军事生活的《操练图》。图中刻画了约30个人物，大体分上中下人数不等的三列横排。三列人物动态各异，个个威武雄壮，很象是以习舞方式练武，又似将练舞的内容当作舞。传说中的阴康氏之舞的健身舞亦当是属于这类舞蹈，《吕氏春秋·古乐篇》说：“民气郁闷而滞著，筋骨瑟缩不达”，于是阴康氏编制了一种舞蹈，能帮助人舒展筋骨。

在我国古老的神话传说中，有关于“刑天舞干戚”的悲壮故事。刑天原是炎帝的下属，他要与统治着四方的中央天

帝争雄于天下，在拼杀中，天帝砍掉了刑天之头颅，并将头埋到常羊山下。但刑天不服输，他将上身当作头颅，以两乳为眼睛，肚脐为嘴；一手紧握盾牌，一手挥舞大斧，继续战斗。这里的“舞”就是挥舞之意，所以上古时的舞，并不限于指象今天的舞蹈，凡手舞足蹈，都可称为“舞”。项庄舞剑，闻鸡起舞，相当于古之武舞，今之武术。因此“舞”一开始就有“武”的性质。一文一武相辅相成。另外从“歌舞”常连称来看，古代乐舞一般是载歌载舞，正如《通志·乐略》所云“舞者，声音之形容也。”舞与歌相应，歌主声、舞主形。明末载堉在《乐律全书·论舞学不可废》（上）中也说到：“有乐而无舞，似瞽者知音而不能见；有舞而无乐，如哑者会意而不能言。”这神歌舞合璧的特点，其实早在原始时期已露端倪。只可惜舞可以由考古发现观其大略，而乐则无从欣赏了。

由此可见，随着舞蹈在史前时代萌芽，并逐渐成为当时社会中最重要艺术形式，它就已经成为人们文化创造的一个重要内容。而载歌载舞、歌舞合璧的重要特征，在后来的发展过程中，也就成为了中国古典舞蹈文化和艺术的最重要特征，也正是在这一背景上，形成了中国古典舞蹈丰富的观念内蕴，并进而成为了中国“礼乐文化”的特征的形象表达和具象释示。所以原始社会的舞蹈，不仅为后来中国舞蹈的发展在内容、形式上积累了丰富的经验，而且也在舞蹈的观念、意识和文化深层意蕴上，规定和制约了中国舞蹈的发展，所以随着原始舞蹈的起源和发展，中国舞蹈也就开始萌芽了。

## 二、发展与兴盛

### ——三代、秦汉和魏晋南北朝的舞蹈

从原始社会进入文明社会，随着时代的变化，舞蹈的发展表现出了新的特征。首先是舞蹈的性质由自娱性的自发行为了转向了表演化的自觉活动。舞蹈从其产生的本源上看，它是人们自娱性的身心放松活动和周期性的生理节律的外在表现，但后来被运用于一定的功利性目的，如祀神、祭祖、求雨等活动，成为了某些人的特权。到了原始社会末期，舞蹈的自娱性质又有所恢复，进入到了文明社会，由于私有制的出现，统治阶级拥有无限的财富和权力，所以对其奴隶的人身自由也有权支配，这样，为了满足自己享乐的欲望，便开始组织专门的机构来组织演员、编排舞蹈，以满足一己之私欲。这样，便出现了专门用来娱人的舞蹈表演。据史书记载，当时的统治者已开始欣赏表演的舞蹈节目，如夏启即位十年出巡时，手下为他表演了《九韶》的乐舞，启兴味盎然地观看了这场表演。而墨子转述古书上记载武观叛乱之事时说：

启乃淫溢康乐 野于饮食 将将铭（铭）箎 磬以方，湛