

舞龙舞狮艺术表演中的身体语言与肢体表达研究

■文 / 李东彪 邓嘉丽

摘要: 舞龙舞狮是传统民俗中的重要活动,却面临着年轻人不愿学习,传承者老龄化严重的尴尬局面。为了激发年轻人舞龙舞狮的兴趣,本文从历史渊源、身体语言与肢体表达演变以及当代表演中的肢体表达等方面,分别对舞龙舞狮表演进行了溯源与探析。研究表明,舞龙舞狮通过多人配合,模仿龙狮不同形态动作,寄托着人们对生活的美好愿景,营造着欢快喜庆的节日氛围,展现了我国的民俗风情,增强着民族凝聚力。

关键词: 舞龙; 舞狮; 身体语言; 肢体表达; 历史渊源

1 引言

舞龙舞狮是中华民族特有的民俗体育项目。每逢庆典、节日,人们常常通过舞龙舞狮来表达庆祝、快乐的心情。然而随着各种高科技的涌入与生活节奏的加快,愿意学习舞龙舞狮的年轻人越来越少,舞龙舞狮正面临着无人继承的危险局面。为了解决传承问题,富驰宇等以北京冬奥会为背景,对冰上舞龙舞狮运动在器材和技术方面的创新进行了探索和分析^[1];杨扬等则对舞狮运动的发展演进历史进行了总结,并为舞狮在新时代传承中的社会价值进行了挖掘和阐述^[2]。但是这些研究大多集中在舞龙或舞狮的某个方面,也未对舞龙与舞狮自身的行为表演进行深入探究。本文在以上研究基础上,从身体语言与肢体表达方面,对舞龙和舞狮的演绎历史变化进行总结,以期激发年轻人学习的热情和兴趣。

2 舞龙舞狮的历史渊源与肢体表达演变

2.1 舞龙的历史渊源与肢体表达演变

舞龙是载于龙形象上的一种民族传统体育项目。“龙”自远古时代起就是中华地区重要图腾之一。在闻一多《伏羲考》中指出,龙是在蛇的基础上,糅合了马头、鹿角、兽足、狗爪、鬣尾和鱼鳞须而形成一种虚拟的综合体形象,已经成为整个华夏文明的象征。舞龙又称“龙舞”“龙灯舞”或“耍龙灯”,它起源于原始的求雨祭祀活动^[3]。在古代的记载中,龙总是伴随着雷雨天出现,黄帝身边的“应龙”拥有蓄水的本领,龙王更是掌管降水的神明。因此,在降水匮乏的年份里,人们通过舞龙,祈求与天上的龙神感应,带来大雨,润泽大地。在将舞龙作为祈祷仪式的时期,龙的形象粗野简陋、兽头龙身、形状怪异,营造出原始时代威慑恐怖的氛围。此

时的龙还不具备飞行的能力,人们的舞蹈运动主要是围着地上的龙做一些祈祷动作,舞龙只能称之为“龙舞”,尚未达到真正意义上的舞龙。

进入封建时代后,舞龙渐渐由一种祈祷仪式演变为民俗运动。龙的形象由象征意义走向艺术价值,形态也变得复杂精致起来。首先是龙的躯体由匍匐爬行状变为“S”形,肢体也变得更加刚健有力;其次在龙形态上也开始细节化,龙头上出现了头发、节毛,原先兽头上的牛角变为鹿角,开始出现分叉,胡须的特征也开始被强调;最后的在舞龙的动作上,伴随着经济发展文明繁荣,龙也开始由单纯爬行动物走向腾飞,人们奋力高举龙的头颅,展现龙刚猛、威严、不可一世的飞行姿态。在这一时期,原始的“龙舞”逐渐过渡为现在“舞龙”,舞龙中的身体语言与肢体表达也在向着现代舞龙运动的表达靠拢。

到了封建时代末期,舞龙发展已走向成熟。龙的形态基本定型,与现代舞龙中的形象一致,再未发生较大变化。首先在龙的造型上,由封建前期的刚猛威严变得华美蜿蜒,并且为了表现龙出现时的风云雷动,开始出现鼓乐伴奏、云灯伴舞等,舞龙者的变换多端的动作与震耳欲聋的锣鼓声交织,声情并茂,排山倒海;在龙的动作上,也由早期强调龙的刚猛高昂变为强调龙的游走腾飞,虽然龙的气势依然不可一世,但龙的刚猛健壮已不再着重表达。

现代舞龙艺术表演,是在传统舞龙活动的基础上发展起来的。相较于传统舞龙活动,它不仅规模越来越大,出现许多大型比赛,舞龙的场所更是由露天扩展到舞台。伴随着现代的灯光布景设备,舞龙者通过走、跑、跳、翻滚和转体等

动作,展现龙在云层间的游、穿、腾、翻、喜等不同姿态,以此表达龙的精气神韵,为各种传统节日增添喜庆、热闹和欢快的气氛。

2.2 舞狮的历史渊源与肢体表达演变

舞狮的起源说法众多。一说是汉朝,《汉书·西域传》记载:“乌戈山离国王有桃拔、狮子、犀牛。狮子即狮子,此是百戏化装,非真兽。”由此推知,在汉朝时西域可能已有狮舞出现;另一说为起源于三国,盛行在南北朝,史籍中最早关于中国本土模仿狮子表演的记载则在北魏道武帝时期,《通典》146条记:“后魏道武帝天兴六年,诏太乐总章鼓吹增修百戏,造五兵角抵、麒麟、凤凰、长蛇、白象、百武后诸畏兽、鱼龙、邪邪……已备百戏。”其中邪邪,即“辟邪”,就是狮子。并且可以看出在南北朝模仿狮子的表演活动不仅兴盛,且已正式被列为百戏之一,深受当时统治者与民众喜爱;此外,也有部分学者认为,以上文献虽然提到模仿狮子,但并不一定代表其为狮舞表演。《宋书·宋恽传》记,“吾闻狮子威服百兽乃制其形,与象相御,象果惊奔,众因溃散,遂克林邑”,提到舞狮的起源与战争有关,主要为“威服百兽”、战胜敌人。由于这里突出强调了“舞”,并将“舞”与“狮”结合,因此也有学者认为宋朝才是舞狮真正意义上的起源。

相较于舞狮起源的争论不一,舞狮的演变则主要体现在地域分化上。目前中国的狮舞主要以河北徐水、山西天塔、浙江黄沙与广东遂溪等地为代表分为南北两派。

其中北狮又称武狮、瑞狮,主要流行于华北、中原和华东等地区^[10]。北狮讲究写实,注重形似。首先在造型上酷似真狮,全身披与狮子腿部毛色一致毛发,唯有狮头顶部竖一独角显示王者风范。其次在角色上,北派狮子一般分为大狮和小狮,大狮由双人舞,一人舞狮头,一人舞狮尾,矫健灵巧,勇敢雄壮;小狮独舞,主要表现幼狮憨态可掬、顽皮活泼。其中大狮还分雌雄两种,狮头带有红结者为雄狮,带绿结者为雌狮。雌雄两狮配合演出,由手握旋转绣球的“狮子郎”引导,生动有趣,敏捷活泼。最后在动作上,北狮的表演风格豪放威武,侧重于表现武功,动作以跳跃、翻腾、登高、朝拜为主,配合京鼓、京胡、京锣等乐器伴奏。表演上相较于南狮更注重表演细节,以及演员之间的动作配合。

而南狮又称文狮、醒狮,主要流行于湖南、两广、新加坡等地。其中广东佛山作为醒狮之乡,更是在2006年被列入第一批非物质文化遗产名录^[4]。相较于北狮,南狮以“文戏”表演为主,更注重意在和神似。首先在造型上,南狮颜色鲜艳,形状威武。早期以黄、红、黑三色为主,被称为“张

飞狮”“关公狮”“刘备狮”,分别代表张、关、刘三种性格。后期表演不再局限于三种形象,狮子色彩也变得更加丰富,但总体以金、银二色为主,色泽明亮,以吸引观众。其次在角色上,南狮主要由单狮进行独立表演。表演同样由两人配合完成,通过在“桩阵”与地面间不同动作,表现狮子的不同性格。最后在动作上,南狮威武灵巧、潇洒活泼,主要包括飞跃、蹦跳、踩青等动作,尤其在“桩阵”上各式各样大幅度、高难度的飞跃,更是南狮表演的精华。在动作造型上,南狮还分为气势、疑进、奋起、施礼、迎宾、酣睡等。相较于北狮,南狮更注重表情演绎,表演细节集中在狮头上。

近年来,随着交通便利,活动交流变得更加频繁。南、北狮在保留传统舞狮的特点下,艺术表演开始趋于融合。主要体现为将南狮刚猛威武的形象与北狮灵巧活跃的步伐相结合,被称为“南狮北舞”。在表演中,北狮开始加入南狮的飞跃、回头跳、环回、坐头等经典技巧动作;南狮则将北狮地走横梯发展为南狮的钢索,梅花桩发展为桩阵,南北方互补有无,共同繁荣,共同发展。

3 当代舞龙舞狮艺术表演中的身体语言与肢体表达

3.1 舞龙表演中的身体语言与肢体表达

当代舞龙的表演动作是基于传统舞龙表演之上丰富发展而来。为了创新表演花样,增加表演趣味,舞者在“大盘龙”“横8字”“下钻洞”等基础上,又发展出“高翘尾”“龙旋风”“大劈叉”“马步回宫”“双龙戏珠”等共五十多套动作,即有难度又有新意,足以让观赏者赞不绝口。并且为了表现龙在云间行走时的快速、流畅与大幅度变化,表演者一方面在横向、纵向与水平旋转上新增了舞龙的运动轨迹;同时还将龙体由早期的爬行改进为曲线运动,拓展了表演空间,增强游龙的气势。最后,为了增加龙舞表演的厚度,许多民间艺人还将龙舞表演与川剧相结合,在龙舞表演之上加入情节发展编剧,使整个表演高潮迭出、流畅动人,给观赏者留下深刻印象。

与其他艺术表演不同,舞龙的身体语言与肢体表达需要借助“龙”的道具实现。舞者通过自身的动作,展现“龙”不同时刻的体态特征与行为特点。例如基础动作中的“8字舞龙”,正是通过蛇一样的绕八字蠕动前行,生动形象地展示出“龙”的生物行为特征,体现古代人民对于“龙”这一神话动物的美好想象。并且“∞”的符号也有着“无限”的含义,与民间“龙”通天纬地、无所不能的形象相吻合。人们通过“8字龙舞”,既表现龙在天地间自由翱翔的姿态,也蕴含着渴望突破自身桎梏、遨游云端的美好愿望,情景交融,交相辉映。除此之外,舞龙表演在动作要求上,追求“圆、

曲、美”，要求“形不破体、力不尖出”，这正是中国传统思想中“和谐”“谦让”“仁爱”“知礼”等精神在艺术上的体现。舞龙者通过自身肢体与龙行团队的配合，不断感受中华传统礼仪的浸润，并通过表演展示出来，在一代又一代的舞龙演出中，以独特的形式影响着华夏儿女。

3.2 当代舞狮表演中的身体语言与肢体表达

3.2.1 北派舞狮

北派舞狮的行为表达主要体现在对狮子举止的模仿上。包括展现狮子神态的文狮部分，如“打滚”“舔毛”“挠痒”“打闹嬉戏”等，生动灵活，细腻逼真；也有体现表演者“武功”的舞狮部分，如“空翻”“踩球”“过桩”“过桥”“隔空跳”等，表演难度较高，具有一定的观赏性。其中山西天塔狮舞比较特别，它的表演由六只狮子与一个领狮人组成，在肢体动作上主要包含行步、盖布、错步、跑步、碎步和颠步等六大步伐。在表演中，人们将六只狮子视作一个整体，狮子与领狮人共同构成“金鸡独立”“莲子花开”“水中捞月”等各具意蕴的动作，每只狮子则承担着每个表演中各个部分的肢体符号意义。

以“空中到福”为例，六只狮子叠成金字塔，领狮人站在塔的最高峰，完成倒立动作，并用毛笔书写祝福语。这个动作带有祝福台下观众“福到、好运到”的意蕴，由六只狮子在领狮人的口令下共同演绎。通过这些表演，一方面展现了舞狮运动的竞技精神与品质，另一方面也展现了传统民俗活动的审美趣味与观赏价值，人们由今窥古，感受着中华地区源远流长的厚重底蕴。

3.2.2 南派舞狮

南派舞狮以广州醒狮为代表，行为表达上主要体现在对狮子神态与动态的刻画上。南派舞狮的肢体动作一方面包括“喜”“怒”“醉”“盼”“醒”等神态表演；另一方面还包括“扒”“翻”“跃”“闪”“舔”等形态表演。通过二者结合，再配合“弓步”“马步”“踏步”“点步”等特定步伐与身形动作，表演出狮子“睡醒”“眨眼”“洗面”“挠痒”“捉蝴蝶”等不同面貌，生动自然，活灵活现，深受当地人民喜爱。

“采青”是南狮表演中的经典环节。“青”通常用生菜表现。人们首先将生菜与红包悬挂，由狮子在“青”前徘徊数回，犹豫不决，最终一跃而起，将“青”一口咬下，再将生菜“咬碎”吐出，以向大家致意。这个动作起源之初是为了表达“反清复明”之意，在现在主要用于演绎“生猛敏捷”，寓意攻坚克难，生意兴隆。这也体现了民俗活动在传承中的演变和创新，反映着传统人民不畏艰难、披

荆斩棘的精神品质。

3.2.3 舞龙舞狮艺术表演的共性

“点睛”是舞龙和舞狮艺术表演前的共同仪式，寓意赋予“龙”与“狮子”生命和灵性。舞龙的点睛仪式相对复杂，需要主礼嘉宾用朱砂分四次涂抹在龙头的四个部位：一在天庭，寓意国泰民安、风调雨顺；二在眼睛，寓意眼观六路、鹏程万里；三在龙嘴，寓意笑口常开、大吉大利；四在龙角，寓意钢筋铁骨，顶天立地。通过点睛仪式，人们通过信仰赋予“龙”生命，再借由“龙”的力量消灾降福，恩泽四方。到目前，“点睛”已经是龙文化的一部分，这一仪式更是具有祈求安泰、喜庆祥和的美好意蕴。与舞龙相比，舞狮的“点睛”仪式则较为简单。人们在舞狮表演前，把朱砂涂在狮头的眼睛上，为狮子赋予生命，也代表着接下来的表演如同真狮一般生动精彩。

3.3 舞龙舞狮时代价值

舞龙舞狮是我国具有悠久历史、展现不同地区独特民族生活的传统民间体育活动。它通过多人配合，模仿龙狮不同形态动作“表形体意”，充分展现我国民俗风情，是我国最具有代表性的传统表演项目之一。通过挖掘舞龙舞狮中的身体语言与肢体表达，一方面可以了解其中意蕴与典故，传承舞龙舞狮运动；另一方面通过参与舞龙舞狮，可以强身健体，锻炼体格，享受节日盛典的欢乐气氛，在一场场表演中，不断增进民族凝聚力，延续华夏民族的精神脉络。

参考文献：

- [1] 富驰宇.北京冬奥背景下冰上舞龙舞狮运动实践与创新[J].冰雪体育创新研究,2022(23):10~13.
- [2] 杨扬,阳家鹏,孙玉峰.舞狮运动发展历史演进及新时代社会价值研究[J].武术研究,2022(5):107~109+112.
- [3] 袁旭.舞龙舞狮运动的起源、嬗变与传承发展[J].武术研究,2021(6):94~95+98.
- [4] 刘子康.佛山南醒狮舞与徐水北狮舞比较研究[J].天南,2023(2):58~60.

作者简介：

李东彪(1986-) 性别:男,民族:汉族,籍贯:广东广州,学历:硕士研究生,职称:讲师,研究方向:舞龙舞狮。

作者单位:广东白云学院