

【民族传统体育】

陇右地区鞭杆舞研究

雷 湃¹ 陈爱军² 蔡智忠³(1.天水师范学院体育学院,甘肃 天水 741001; 2.天水一中,甘肃 天水 741000;
3.天水师范学院体育科学研究所,甘肃 天水 741001)

摘 要 鞭杆舞是融武术、舞蹈于一体的一项民族民间体育活动,其历史悠久,源远流长,具有鲜明的文化底蕴和民族特色,具有广泛的群众基础,与现代社会发展对人的需求存在很大程度契合。通过对鞭杆文化内涵的研究,提出了保护鞭杆舞的历史价值。

关键词 体育文化 陇右地区 鞭杆舞 价值 保护

中图分类号 :G85

文献标识码 :A

文章编号 :1004—5643(2010)03—0073—03

1 引言

陇右地区是一块文化的沃土,生活在这块神奇土地上的陇右先民所创造的陇右文化。以其历史久远,内涵独特,特色鲜明和影响广泛,而在中华文化的形成与发展进程中发挥了重要作用。陇右文化与其他地域文化同生同荣,汇聚交融,共同滋养和传承了源远流长,博大精深的中华文化。^[1]鞭杆舞为陇右地区璀璨耀眼的一块奇葩。2008年6月,它被列入甘肃省非物质文化遗产。鞭杆舞是祖先在漫长历史中创造和积淀下来的传统文化,充分体现了各民族共有的文化价值观念和审美理想^[2],鞭杆舞表演粗犷豪放,刚劲激昂,让人们领悟到远古时期原始艺术之美,是人们研究秦文化的活化石。^[3]鞭杆舞代代相传不衰,并在传承中不断完善,不仅对挖掘先秦人们最初的生活形态、生活方式有着十分重要的价值,而且承载着秦人许多重大的历史文化信息和原始记忆,形成了一套约定俗成的民间文化活动。先民经提炼、加工、创造而形成具有独特风格特色,完整表现手法和严谨的表演手法,具有代表性的舞蹈体系,具有中国传统舞蹈传统的经典性、概括性、规范性。然而现实生活,鞭杆舞处于若有若无、至于旁侧的尴尬境界,它的传承与发展迫在眉睫,需要世人的高度重视。因其具有很高的历史价值,是一笔弥足珍贵的文化遗产,宜从不同领域不同角度挖掘鞭杆舞的内涵中外延,然后加以保护和利用。

2 鞭杆舞的文化内涵

2.1 鞭杆舞产生的时代背景

据考究,大约在距今4000年前后,由于受寒冷气候的影响,导致齐家文化及其农业解体,从而出现了以辛店、寺洼文化为代表的游牧文化的形态,同时,陇右地区又成为周秦文化的发源地,自西周至春秋战国以来,陇右地区在秦人的长期经营下,最终形成了与当时自然条件相适应的以半农半牧为特征的文化,这标志着陇右地域文化经过独立起源到仰韶时代前期与中原文化的汇流,再到仰韶晚期开始本土文化和农业文化转向游牧文化的复杂而漫长的演化之后,终于趋于定型,突显出马的价值。受时代所限,马在当时不仅具有牵引车辆,运载货物,耕种拉犁的经济功能,而且是当时军事斗争和信息传递不可缺少的重要

手段,也是交通中外的基本载体,当然最重要的是为了扩充和统一版图的需要。

2.2 鞭杆舞的起源

在约3000年前,秦人先祖非子因在天水放马滩及秦岭山脉一带为周王室牧马有功,被封为周的“附庸”,号曰“秦嬴”,天水因而成为秦人历史的开端和秦王朝建国地点。《史记·秦本纪》中记载,秦人首领从中裔到秦非子都“在西戎,保西垂,就犬丘”,并以善养马著称。后来秦庄公、秦文公均居西犬丘,西垂。鞭杆舞是当时秦人亦牧亦兵,利用当时犬丘这个远离战火的“西垂之地”休养生息,不断自我发展,自我壮大的真实写照。鞭杆又称短棍,是武器的一种,长约三尺,木质坚韧,粗细均匀。秦人在长期牧马的过程中拿鞭杆赶打马匹,口中喊唱牧歌,最后演化成为一种民间舞蹈。此舞蹈以舞蹈动作和武术动作为基础融合而成,后逐渐形成了约定俗成的套路,鞭杆舞的衍生与当时的情景是分不开的,马匹之多派生了鞭杆舞。据记载,西汉时,太仆寺辖有六牧师苑,分布于北地、西河两郡,又在水、陇西、安定、北地、上郡、西河六郡设有牧苑36所,由官奴婢3万人专养马30万匹^[4]。秦汉时期陇右地区是国家的养马基地,故“凉州之畜天下晓”,北魏“马至二百万”^[5]。这说明陇右牧业空前兴盛,马匹之多。当时,牧马者须带器械来驱赶马群,长的器械未能达到驱赶功效,经过长期的尝试,短的鞭杆对驱赶马群效果卓著。同时我们可以推测先人牧马的情景,在驱赶马群时,牧马者后面的马匹对牧马有冲击,为了安全,短的鞭杆可以击打后面的马匹,以免自身伤害,同时鞭杆起到马鞭作用,用来驱赶自己所骑马匹和自己两侧的马匹。因身体的特殊要求,牧马者多数都是男子,且有健康的体魄,方能担当牧马者的角色。

厉兵秣马,沙场征战。秦自非子于公元前872年始封,到公元前221年秦始皇统一,历时651年。秦氏家族的马儿在这里也养了超过651年,马背上的这种鞭杆舞文化便在陆地上潜移默化地形成、传承与发扬。鞭杆舞驱赶马匹的动作必具有武术之势,具备了自己的独特风格和有别于其他古代武术的特点。

2.3 鞭杆舞配乐的形成

丝绸之路的开通,带来了中西艺术文化交流和融合。秦汉

基金项目:国家社会科学西部项目《西北武术文化历史与开发》编号07XTY001,天水师范学院重点科研项目。

作者简介:1.雷 湃(1977~),男,讲师,在读硕士研究生,研究方向:民族传统体育文化。

时,西域诸国的音乐大量东传,并在中原流行开来,这一时期由丝绸之路传入内地的西域乐器主要有箜篌、琵琶、胡笳、胡笛、胡角。同时,这个时期陇右地区的乐器甚多,仅在《诗经》一书中记载涉及的器乐有29种,打击乐器有鼓、钟、钲、铃等21种,吹奏乐器有箫、管等6种,弹弦乐器有琴、瑟2种,现存下来的鞭杆舞的配乐,还有先前的器乐。这说明当时统治者对牧马者的生活的重视程度,从另一方面说明鞭杆舞已经进入宫廷舞蹈的系列,因为宫廷舞蹈反映着统治者的政治意向和政治意图。在当时的社会大背景下,牧马者生活单调乏味,在余暇之余,牧马者聚在一起自娱自乐,谈牧马之道与鞭杆使用之道,为了表达舒畅的心态,他们翩翩起舞,把马背上的技艺运用到现场,虚设在马背上来驱赶成千上万的马群,顿挫分明,酣畅淋漓。原始的表演态势吸引了众多牧马人及家属的围观。为了烘托气氛,当时的器乐便渗入到鞭杆舞中,喝甘醇马奶的牧马人激发对牧马的乐趣,身临其境,口里念念有词,牧马人互相敲打鞭杆,发出清脆之声,在这种愉悦、融洽的氛围中,慢慢出现了鞭杆舞配乐的雏形,时迁月益,鞭杆舞的配乐日趋完善。

2.4 鞭杆舞的表演特性

鞭杆舞通常为四人一组,最多时可有24人、32人或64人同时舞蹈。可见鞭杆舞对人数有一定的限制和蕴意,4人表示古代人们祈求四季平安、太平盛世的意义,24人表示一年的24节气,32和64人表示伏羲八卦的自然和谐精神与天地合一之美。鞭杆舞的表演分行进步和固定步,行进步整齐有序,威武壮观,声可震天;固定步对称穿插,腾挪跳跃,动人心魄。旁边则有二胡、笛子、鼓、琵琶、钟、箫、磁铃、云锣等伴奏,有专人负责伴唱助兴,唱的曲子多为秧歌或曲调或小曲,曲调类似于道情,悠扬婉转,细腻动人,而唱词则大多讲述民间传说或神话故事。现在天水的鞭杆舞常用的曲子是《八度神仙》,这曲子据说已经传唱了几百年。鞭杆舞的表演特性是粗犷豪放,剽悍威武,浑厚雄壮,气势磅礴,流畅飘逸,舞姿灵动优美,感情奔放热烈,刚劲激烈如老虎抖毛,飘洒大方如雄鹰展翅的鲜明特色。舞出的是兴奋,是欢喜,是对美好生活的向往与心声。在鞭杆舞的角色配演上,主要是以男性为主,女性充当配角和器乐的伴奏角色,这与鞭杆舞能够反映秦人牧马的生活现实相匹配。

3 鞭杆舞的开发与保护

几千年来,鞭杆舞在数代相传下一直延续着,保持着对其的热爱和传承,这是祖先留给后人的巨大财富,我们有责任有义务保护好这笔财富并将之完整地留给后代,因遗产是不可能再生的。而如今由于受现代商业浪潮冲击,随着经济的快速发展和文化娱乐方式的改变,年轻人都不热衷于这一古老的艺术表现形式,不愿意学习这种传统民间舞蹈,现在的表演者大多是年事已高的老人,如果不积极进行保护,鞭杆舞很难传承下来,这将意味着不能够探究其历史背景及现实的社会价值。故此,我们研究和探讨鞭杆舞的保护与利用,要克服局限性,宏观上应站在全球的高度,要有对人类负责的思想,与世界同步;微观上要精细地研究鞭杆舞的价值,探讨鞭杆舞保护的多种方式的具体可操作性,形成鞭杆舞利用的可持续性发展观,借鉴其他国家地方对遗产保护和利用的经验和教训,与世界共同利用。

3.1 保护鞭杆舞的历史价值及意义

鞭杆舞被列入非物质文化遗产,从侧面来展示陇右地区的民间社会文化生活与民间社会关系的历史变迁^[6],它的保护反映了一个国家,一个民族对自身特征的认识认同和被世界认可的程度,它不仅是这个国家、民族文化成就的标志,也是今日文明程度的反映,加大保护力度,走上一条开发、保护传承的良性循环轨迹,它的保护刻不容缓^[7]。研究和探讨地域文化的历史变迁

和时代发展以及内涵特色,实际就是对民族文化和民族精神的直接揭示,也是继承传统文化和弘扬民族精神的主要途径之一。鞭杆舞是反映陇右文化的重要组成部分,其隶属于传统体育。传统体育是非物质文化遗产的重要组成部分,是祖先在漫长的历史中创造和积淀下来的传统文化。鞭杆舞的研究,有助于现今挖掘整理先古的时代特征及利用鞭杆的价值,考究那时的乐器、服饰、骑技、武术都有现实的意义,为现今体育的发展及历史的考据都有重要的价值。

3.2 鞭杆舞的现状

随着国家西部大开发战略的实施和经济一体化进程的加快,文化遗产的保护与利用问题又面临着新的机遇与挑战,尤其是在当今的经济全球化时代,物质和市场经济文化遗产正在受到前所未有的威胁,从而使保护工作比以前任何时期都更加重要、紧迫,全国各省催生了对本区域历史文化的开发和关注,于是以“文化热”为基础,以区域经济社会及文化发展为主导的地域文化研究勃然兴起。^[8]近年来,地域文化研究高潮迭起,方兴未艾,大有成为“显学”之势。显示出旺盛的生命力,具有广阔的发展前景。然而鞭杆舞的传承人都已年逾古稀,新的传承人断档,这些老人应当是我们进行录像访谈及传承新人的主要对象,是给予我们保护和抢救遗产的最后机会,否之,我们将会犯下一个不可逆转的历史性错误,^[9]一旦鞭杆舞消亡,就意味着民族个性和特征的消亡。

3.3 保护鞭杆舞的措施

鞭杆舞的最终主体是人,要对鞭杆舞有很好的传承与发扬,首先应该是对创造、享有和传承者的保护,同时也特别依赖创造、享有和传承这一遗产的群体对这一遗产的切实有效的保护。发挥政府职能部门的作用,政府要从民众出发,设身处地为民众着想,坚持以人为本的精神,注意倾听当事人的声音,协调好各个方面的关系,尽可能邀请学者对其全方位的研究,使他们积极投身于鞭杆舞的挖掘、整理、传承与创新工作,确保鞭杆舞的生命力。

增强全民保护鞭杆舞的意识,要通过多种渠道、多种媒体,以各种方式进行广泛的宣传,普及遗产保护的知识,宣传鞭杆舞保护的意义,只有全民保护才是真正的安全彻底的保护,同时,应搭建平台,让全民在一定的时空下有展示的机遇,这对传承和发扬鞭杆舞有着重要的意义。

参考文献:

- [1]雍际春,等. 陇右文化概论[M]. 兰州:甘肃人民出版社, 2006:427-445.
- [2]倪依克,胡小明. 论民族传统体育文化遗产保护[J]. 体育科学, 2006(8):66-70.
- [3]雷 湃,蔡智忠,等. 旋鼓舞的文化内涵与健身研究[J]. 甘肃联合大学学报, 2009(4).
- [4]水 涛. 中国西北地区青铜时代考古论集[M]. 北京:科学出版社, 2001:100.
- [5]《后汉书》卷五《景帝纪》如淳《注》引《汉旧仪》.
- [6]雍际春. 西汉牧苑考[J]. 中国历史地理论丛, 1996(2).
- [7]傅振磊,董新光. 浙北滚灯舞研究[J]. 体育文化导刊, 2008(8):119.
- [8]樊传庚. 新疆文化遗产的保护与利用[M]. 北京:中央民族大学出版社, 2006:249-276.
- [9]王国宾. 舞蹈教育战略与发展[M]. 上海:上海音乐出版社, 2004:30-43.

(下转第92页)

止心血管系统的疾病的作用,特别是动脉硬化的作用^[6],因而表现出学生缓冲血压变化能力好,即血压平均值偏低。另外,学生蔬菜的补充中,经常有含维生素 PP 的紫茄,还有含胡萝卜素和木质素较多的胡萝卜等,它们能有效地改善心血管系统的功能,特别是增强血管的弹性,预防和降低血压的升高^[7]。实验结果中肺活量要比江苏省的平均水平偏低,而决定肺活量大小的主要因素是肺的容积和呼吸肌力量,从各种食物的摄入量的调查结果看,学生含优质蛋白质和钙、磷等的食物补充不足,如豆类、乳类、蛋类等,从而影响了胸廓的发育和呼吸肌力量的发展,导致肺活量偏低。反应时的测定结果也比江苏省水平低,说明学生神经过程的灵活性较好,一方面与他们身材小、体重轻有关外,另一方面可能与他们的营养补充有关。从调查结果来看,肉类、鱼类、家禽类的摄入量偏高,这些动物类食物中除优质蛋白质外,还能供给卵磷脂和胆碱类。它们对神经系统有促进发育和增强记忆的作用,另外,农村学生蔬菜中绿叶菜最多,其中所含多种维生素参与人体物质代谢,这对神经细胞的能量提供起良好作用,从而影响神经过程,使其灵敏性提高,反应时缩短。

2.2.3 职中学生营养状态与生理指标的关系

从身体素质测试结果表明,学生的速度性、技巧性项目的水平较好,能达到中国国民体质监测结果的良好水平,而力量性项目的水平较差^[8],前者可能与学生身高偏低、体重较轻以及神经过程灵活性好的特点有关,后者可能受学生骨骼及肌肉发育的影响,而最直接导致这种结果的原因是他们的营养补充不合理,食物蛋白摄入不足,使肌肉蛋白质合成受到影响,肌肉不发达,力量发展缓慢,力量素质就较差。

3 结论与建议

3.1 结论

(1)营养调查发现,学生中普遍存在着营养不合理的问题,最显著的特点是碳水化合物稍低,动物性蛋白质和脂肪明显偏高,水果类摄入不足。

(2)不合理的营养补充延缓了学生身高和体重的发育。

(3)不合理的营养限制了学生的呼吸系统的功能,对心血管

功能的影响不大。

(4)不合理的营养影响了学生身体素质的发展特别是力量素质。

3.2 建议

(1)帮助学生普及营养学知识帮助职中学生了解合理饮食和均衡营养的科学知识,使他们了解并能正确认识科学膳食的重要性,以促进他们的健康成长。

(2)建立科学合理的膳食制度职中学生应做到均衡膳食,实现摄取营养素的多样化,建立科学合理的膳食制度。要求学生合理地补充营养,针对学生的营养补充特点,建议他们在日常生活中要注意提高植物性食物的摄入量,增加蔬菜水果的摄入量,多食豆类制品。

(3)重视早餐的质和量。不吃早餐不仅会影响生理机能而且也会影响寿命。职中学生正处于成长和学习的的关键时期,早餐对他们更为重要。不吃早餐容易患病,而且也会使血糖降低,注意力无法集中,学习效率下降,因此职中学生早餐不仅要吃,而且要吃得饱,即注意营养的合理补充。

(4)养成良好的饮食习惯对于处于生长发育阶段的职中学生来说一定要自觉地培养定时定量进餐、不挑食、不偏食、少吃零食的饮食习惯,切忌暴饮暴食、饮酒、吸烟等。

参考文献:

- [1]中国营养学会. 中国居民膳食营养素参考摄入量[M]. 北京:人民卫生出版社,2000.
- [2][6][7]王维群. 营养学[M]. 北京:高等教育出版社,2001.
- [3]姜文凯. 江苏省3-69岁居民体质现状综合分析[J]. 体育与科学,2001(2):25-28.
- [4]姜文凯. 江苏省国民和体质监测某些系统共有指标的特征及其影响因素[J]. 体育与科学,2002(3):40-44.
- [5][8]课题组. 中国国民体质监测系统的研究[M]. 北京:人民体育出版社,2001.

Investigation on the Relationship between Nutrition and Health of Vocational Education Middler School Student

Shi Haiying

(Taicang Vocational Education Center School, Taicang City of Jiangsu Province, Taicang Jiangsu 215400)

Abstract: This paper investigated and analyzed the relationship between qualification of nutrition and situation of health based on vocational education center school students' nutritional status and the result of corporeity test. The results showed that the vocational education school students' nutrition unreasonably intake is ubiquity, it stayed their constitution development of stature and avoirdupois, limited the ability of respiratory system, affected their constitution development of physical quality.

Key words: vocational education school student nutrition health

(上接第74页)

Whip Stuff Dance in the Area of Longyou

Lei Pai¹ Chen Aijun² Cai Zhizhong³

(1. College of P.E., Tianshui Normal University, Tianshui Gansu 741001;

2. The Frist Middle School of Tianshui, Tianshui Gansu 741000;

3. Sport Science Research Centre, Tianshui Gansu 741001)

Abstract: Whip-stuff dance is a kind of national sport activity combining Wushu and dance together, has a long history and obvious characteristics of culture and nantions and mass foundation, and it has a kind of harmony with the social developing need for people. Through studying the cultural connotation of whip-stuff dance, the paper puts forward some suggestions for protecting the historical value of whip-stuff dance.

Key words: sport culture area of Longyou whip-stuff dance value protection