

山南阿谐舞蹈传承研究

尼玛拉姆 格桑达娃 阿旺旦巴 尼玛央宗 格桑曲珍

(西藏大学 西藏 拉萨 850013)

【摘要】当下国家正在大力推进中华民族伟大复兴的中国梦,因此在我国传统文化快速发展的背景之下,如何对民族文化进行传承尤为重要。文化作为民族发展的根基。本文主要从历史沉淀,文化内涵以及生活印记等多个方面出发,感悟中华民族传统文化在传承过程中的多样性以及复杂性。藏族的民间舞蹈“阿谐”是在西藏山南地区的重要的财富,具有重要的文化价值。也是该地区的非物质文化遗产项目,对于每个山南地区的藏族人来说“阿谐”舞蹈是他们心中的美好记忆与情感表达方式,热爱生活以及积极向上的心态。因此我作为一名藏族人,我感到骄傲与自豪,我热爱这片土地,这片让我感到温暖的地方。爱的深沉、爱的热烈、爱的温暖人心。本篇文章是通过五位作者作为一名西藏山南地区的孩子,在假期里深入山南市的各个地区,通过以田野调查为研究的基础,后以山南地区昌珠镇的传统舞蹈“阿谐”为本体切入点,以目前的现状与历史记载进行追溯与反观,研究与传承本地区山南“阿谐”舞蹈的有效措施与方法。山南地区的“阿谐”舞蹈距今已有两千多年的历史,是山南地区一代特有的“果谐”舞蹈的形式之一。而“阿谐”舞蹈在环境不断改变的背景之下,舞蹈动作也在人民群众个体发展的过程中得到了传承,舞蹈的形式也更加简化,舞蹈最终的目的以及其功能性也在发生转变。所以通过以上的种种原因,作者认为国家对于少数民族政府的扶持政策、社会现代化的发展、经济建设等因素对山南“阿谐”舞蹈的传承与发展产生了巨大的变化与影响,尤其是地方政府的扶持与大力推进有着重大的进展。本篇文章主要由三个大部分来进行论述:第一章:阿谐舞蹈的背景,概念,形式,内容。第二章:阿谐舞蹈的研究现状。第三章:阿谐舞蹈研究的意义与价值。在本篇文章的最后想呼吁全体人民群众共同参与中国民族传统文化的保护工作中,通过推动本民族文化的发展,并且实现民族文化的传承以及保护,从而避免民族文化在多元文化发展背景之下被湮灭,同时也希望更多的专家学者能够加强对于山南“阿谐”舞蹈的研究,加强保护力度。

【关键词】藏族民间舞蹈;山南“阿谐”;文化特征;传承研究;研究现状

1 阿谐舞蹈的背景,概念,形式,内容

1.1 阿谐背景

阿谐舞作为“果谐”的一种,不仅继承了其载歌载舞的特色,更是在劳动的演变中,通过对队形进行变换,并且韵律这一方面加强肢体的动作,展开原定旋转等形式更好的将歌舞与人民群众的日常生活进行融合,最终实现载歌载舞的舞蹈形式,运用男女交替的方式丰富舞蹈内容。在雅垄河谷中下游的昌珠一带的阿谐舞的发展则更加具有代表性。通过调查研究在很久很久以前昌珠一带是一片大湖,在湖内有5头怪龙,常年作祟并祸害百姓,民不聊生,在这一社会背景之下,为了百姓安宁,松赞干布变成了一只大鹏,最后啄死了怪龙,并且进行填湖,这也就是现在的昌珠寺。百姓为了不忘记松赞干布的对他们的恩德,在每年藏历三月或七月都要对昌珠寺的地面进行全面的清扫,对寺庙内损害之处进行维修,在清扫的过程中以及结束之后跳阿谐舞,而这一民族习惯也被一直沿袭至今。舞中的手势动作全部用左手,而右手将宽5厘米、厚2厘米的小圆形石板中间穿一个眼儿,再把约1.5米长的木棍插上即成,伴随着歌声夯地,主要动作有转、跳、蹲、踢、点和撩、推、关、砸等。该舞无乐器伴奏。舞蹈动作从头至尾是根据舞官领唱的内容、快慢速度而变化夯打的节奏。其队形变化不大,一般男女各站一个横排(男后女前),上前、退后数次,一直到把一个组合的歌词全部唱完为止。阿谐舞一般都着生活服,跳舞时都打赤脚。

阿谐(打阿嘎歌)也被称为达布阿谐,意为“劳动者之歌”,源于西藏民间一种称为“打阿嘎”的劳动形式。“阿谐”与“强谐”是两种属于西藏地区的民间舞蹈,同时这种劳动方式也十分古老,在艺术呈现的过程中,通过将舞蹈与劳动两者进行融合,最终实现这两者的相互协调,共同发展。

1.2 阿谐基本概念

“阿谐”主要是由歌词、道白、舞蹈动作这三种结合形成。在歌舞发展的过程中,不仅曲目的数量十分庞大,且在

歌曲推进的过程中没有一句歌词是出现重复的,这种歌词设置的最终意义是为了能够劳动者在进行劳动的过程中不会感到疲劳,当下舞蹈的形式也出现了一定程度的变化。在传统舞蹈发展的过程中,一般由女性对歌曲进行演唱,而男性在劳作的过程中跳着舞蹈,并且采用男女对唱的形式,而当下舞蹈形式主要有女性对歌曲进行演唱,男性休息,而当男性进行歌曲演唱时女性休息,当下舞蹈的表演者很多都是年轻人且音乐的曲调也是比较欢快。

在修建昌珠寺的时候工人们通常会手持“勃度”,队伍排成两队的形式,当第一队在演唱与跳舞时,第二队要么休息要么就附和第一队的舞蹈动作。在假期里我们进行了田野调查并询问了山南昌珠镇的阿谐舞蹈对询问到了跳阿谐的具体时间和舞段内容,主要分四个部分:

(1)上午(8点-11点):就会跳关于赞颂大自然方面的歌曲,例如“太阳”、“星星”。

歌词大意:天上的星星有五百颗,其中最亮的星星是超巨星。

(2)中午(11点-1点):就会跳“帐篷”舞,关于生活琐事方面的歌曲。

歌词大意:快用木头把帐篷搭起来,遇到下雨的时候就不用怕了。

(3)下午(2点30-4点30):就会跳服装首饰的舞,还有桑耶寺的历史。

歌词大意:快看我们的饰品多美呀,都是用金子、银子做的。

(4)晚上(5点30-6点):就会跳关于湖泊、河流的舞蹈。

歌词大意:美丽善良的湖水女神,请你保佑我们安居乐业。

1.3. 阿谐的基本形式

在打阿嘎歌舞音乐的进行中,通常劳动者手持“勃度”,通过连续不断的敲击拍打使地面的阿嘎土逐渐变为小颗粒,最终使的阿嘎地面变得更加硬实。通过运用以上的工序能够

使得歌舞音乐在进行的过程中呈现镜面感的视觉效果,在美观整体的同时也能够在一定程度上避免雨水天气对房屋造成的损害。



昌珠寺打阿嘎形成的地面



注:笔者拍摄于2021年7月

2 阿谐舞蹈的研究现状以及方法

2.1. 研究现状

在七月份的假期调研过程中,调研组的五个人分别通过网络搜索的方式对有关山南“阿谐”舞蹈的官方网站以及舞蹈内容展开初步的收集,并且在图书馆以及中国知网浏览了很多有关山南“阿谐”舞蹈发展的文献资料,通过对这些资料进行科学的收集以及整理并分类,我们也发现了有关山南“阿谐”舞蹈方面的研究文章寥寥无几,以下是有关山南“阿谐”舞蹈资料的分类综述:

关于“阿谐”舞蹈研究的学术类的书籍主要有:

1. 阿旺克村:《西藏舞蹈通史》(湖南文艺出版社,1996)、2. 王希华:《西藏舞蹈与民俗》(西藏人民出版社,2005)、3. 丹增次仁:《西藏民间歌舞概说》(民族出版社,2014)、4. 嘉雍群培:《藏族文化艺术》(中央民族大学出版社,2007)在这四篇中,《西藏舞蹈通史》中阿谐是指在建筑寺庙或者修整屋顶或室内外地面时,边劳动边歌舞的一种古老的传统艺术形式。《西藏民间歌舞概说》中把“阿谐”分为民间阿谐、寺庙阿谐、藏兵阿谐三类。文章中简单介绍了这三种“阿谐”的不同和相同的地方;介绍了“阿谐”的流传地区;介绍了“阿谐”的歌词、道白、舞蹈。以上是我们利用假期里的课余时间通过网络和实地考察所了解到的对“阿谐”舞蹈资料的收集和整理,但是在这些书本中,虽然提到了阿谐舞蹈但都只是只言片语的讲到“阿谐”舞蹈。但是对于我们这次的大创项目的调研工作也给予了一定的帮助,提供了一些必要的资料。

另外,关于研究“阿谐”舞蹈的期刊文章主要有:

1. 旺堆:昌珠<阿谐>的源流和特点(J)西藏艺术研究1988(02)、2. 丹木拉:《西藏传统“阿嘎”打夯》(中国西藏,2012)3. 江东、姜盛:《论藏族舞蹈“阿谐”、“强谐”与劳动的关系》(北京舞蹈学院学报,2013)等,其中旺堆老师的《昌珠<阿谐>的源流和特点》中讲述了“阿谐”舞蹈的历史背景、“阿谐”舞蹈的具体内容介绍、以及舞蹈的形式与表演,最重要的是“阿谐”舞蹈的风格特点;丹木

拉老师的《西藏传统“阿嘎”打夯》中简单讲述了“博多”的制作过程,没有详细讲到“阿谐”舞蹈的内容;但是提及到了作者对于修建建筑时的心得与体会;江东、姜盛老师的《论藏族舞蹈“阿谐”、“强谐”与劳动的关系》讲述了“阿谐”舞蹈与劳动的关系。总之,纵观研究西藏民族民间传统舞蹈的研究现状,对于山南“阿谐”舞蹈是我研究中宏观的文章以及书本比较多,其微观的文章与书很少。所以从实际出发,我们需要更加深入的去挖掘和完善西藏民族民间舞蹈的传承与发展在研究方面。继续发扬属于我们本民族的文化精神,不断地提升空间与创新,做到一心一意。

2.2. 研究方法

本篇论文我们采用了普遍通用的研究方法,那就是综合性的研究方法,与此同时我们五个人通过课余时间借鉴了一些与自己的专业有关的书籍,比如舞蹈学以及民族学类的书籍。不仅是对自己专业的一个提升的方法,而且也对于这次的课题论文起到了巨大的作用。其中我认为最主要两个论证方法是:

第一:文献分析法。

通过阅读中国知网以及相关民族民间舞蹈类官方网站等学术搜索对“阿谐”舞蹈的内容进行深度搜集,并且五个人进行视频会议的方式,进行了深入的研究与分析。做到零失误万无一失,并且合理安排每个人的负责区域以及相关的注意事项。

第二:田野调查法。

在2021年7月里项目成员五人共同在西藏山南地区的昌珠镇的昌珠寺庙通过观察法和访谈法从当地群众和当地的一些阿谐艺人口中询问了阿谐舞蹈的历史背景以及相关资料。对山南“阿谐”舞蹈在现代社会生活中对于人们的改变和影响进行全面了解。首先,通过亲自去昌珠寺进行了观察当地的群众对昌珠寺的休整过程。其次,通过与村民们一起做劳活,从而感受“阿谐”舞蹈。最后,通过全面系统的方式对山南“阿谐”舞蹈的道具、舞蹈来源、方式方法等一些细节进行了解。



3 阿谐舞蹈研究的意义与价值

“阿谐”舞蹈本身就是一种劳动与歌舞完美结合的一种藏族民族民间的舞蹈，它的传过程主要是传承人通过口传以及肢体的传授形式，一代一代的传承。但是值得我们注意的是，在这些传承对象中大部分都是农村的老百姓，而且因为以前处于农奴社会他们也都未受过文化教育，因此文化程度都很低。在进行民族舞蹈传承以及发展的过程中，由于“阿谐”舞蹈缺乏相对专业的术语以及完整的发展体系，因此在文化多元化发展的背景之下，社会经济也正在不断提升，这也导致“阿谐”舞蹈在民族传承的过程中，老龄化现象十分严重。这也导致民族传统舞蹈，在传承的过程中面临这一定的冲击。因此，希望通过本次大创项目的调查与研究，能够对本民族本地区的舞蹈研究提供一些帮助，也能知道不足之处与需要加强的地方。在大创项目的立项成功后，我们在假期前往山南询问艺人学习阿谐舞蹈片段，不断加强本民族舞蹈的发展，改善一些问题提供一些小的建议。在阿谐舞蹈的价值中最重要的还是文化价值，它共有四个总的文化价值。分别为实用性、表现性、审美性、教育性。

3.1 实用性的文化价值

“阿谐”舞蹈它是一种建筑劳动的歌舞，一方面它可以使人民在劳动的同时调节体力又能振奋精神，另一方面可以有组织的组织劳动在舞蹈的步伐下使得动作统一提高效率，做到歌舞与人融为一体。

3.2 表现性的文化价值

主要表现在两方面：

3.2.1 体现了劳动者的情绪的表现，在跳的时候体现劳动人民心中的积极向上的精神，这是劳动带给藏族人民的力量。

3.2.2 体现了劳动者的自我价值，藏族人民通过自身与大自然斗争，在恶劣的环境中生存到如今的变化，克服困难，任劳任怨，使得他们在生存中获得了丰富的经验和生活动力。

3.3 审美性的文化价值

“情动于中而形于言。言之不足，故嗟叹之。嗟叹之不足，故咏歌之。咏歌之不足，不知手之舞之足之蹈之也。”这句话告诉了我们舞蹈的价值，“阿谐”舞蹈的文化价值是语言文字难以言传的内在情感的体现，它在动作、技能、技巧、姿态等方面继承了民俗活动的特点。“阿谐”舞蹈的表演者将这些文化信息转化为表演信息，形成舞蹈标识以被人们理解与传承，劳动者在打“阿嘎”过程中有其独特的审美性，更进一步反映了藏族民间舞蹈文化的重要特征。

3.4 教育性的文化价值

3.4.1 加强了藏族人民对于本民族文化的认识与认同。

3.4.2 增强藏族人民的身心健康，增强体质。

结语

希望通过本篇论文使藏族民间舞蹈在原始的舞蹈上不断的发展到形成完整体系的民间舞蹈。而且民间舞蹈的文化价值在于其几千年流传至今的宝贵的文化经验以及对如今现代舞蹈的一个指导作用。山南“阿谐”舞蹈是本地区的非物质

文化遗产，我们要继承发扬传承下去，让更多的人了解到我们的“阿谐”舞蹈。

我们要不断的树立高度的文化自觉文化自信，坚持对传统文化的创新，在实践的基础之上，始终尊重人民群众的主体地位，在尊重中华文化的基础之上，不断地将不同民族的文化进行宣传，最终推动我国民族文化的可持续发展，实现传统文化展开创造性转换及发展。在结合新的时代背景之下展开实践，从而对民族文化的表现形式以及内涵不断地拓展以及补充，最终使其成为新的表现形式。在向人民群众展现中华文化独特魅力的同时，也能够充分彰显出中华文化的时代价值。

感谢我们的指导老师桑嘎卓玛老师，感谢四位成员们的共同努力与奋斗，相信我们的努力定会有收获。同时，也希望本文能够吸引更多的专家学者把目光投向山南“阿谐”民间舞蹈的研究，以加强对其的传承与保护。

参考文献：

- [1] 旺堆. 昌珠《阿谐》的源流和特点 [J]. 西藏艺术研究, 1988 (02)
- [2] 江东, 姜盛. 论藏族舞蹈“阿谐”、“强谐”与劳动的关系 [J]. 北京舞蹈学院学报, 2013 (02)
- [3] 尹成成: “阿谐”舞蹈特征与传承研究 [D] 西藏大学 2015.
- [4] 吴晓东: 浅谈西藏建筑劳动歌曲以拉萨市林周县建筑劳动歌曲为例 [J]. 西藏艺术研究, 2017.
- [5] 林青: 西藏[打阿嘎]传统技艺
- [6] 高婕 格桑曲杰: 昌珠阿谐歌舞音乐研究 2017
- [7] 高婕: 藏族阿谐歌舞音乐的研究现状当的梳理与反思 [J] 西藏艺术研究, 2018

【课题项目】：本文系 2021 年西藏大学大学生创新创业训练项目阶段性成果

项目名称：山南阿谐舞蹈传承研究，项目编号：S202110694042。（指导老师：桑嘎卓玛）

作者简介：

姓名：尼玛拉姆，2004.10.8，性别：女，民族：藏族，籍贯：西藏山南市，职称：学生，学历：本科，主要研究方向：西藏民族民间舞蹈。

姓名：格桑达娃，2001.8.9，性别：男，民族：藏族，籍贯：西藏山南市，职称：学生，学历：本科，主要研究方向：西藏民族民间舞蹈。

姓名：阿旺旦巴 2002.01.3，性别：男，民族：藏族，籍贯：西藏山南市，职称：学生，学历：本科，主要研究方向：西藏民族民间舞蹈。

姓名：尼玛央宗，2001.2.10，性别：女，民族：藏族，籍贯：西藏山南市，职称：学生，学历：本科，主要研究方向：西藏民族民间舞蹈。

姓名：格桑曲珍，2001.11.11，性别：女，民族：藏族，籍贯：西藏山南市，职称：学生，学历：本科，主要研究方向：西藏民族民间舞蹈。