



古代美女多善舞

安徽池州 赵柒斤

出自汉乐府诗《孔雀东南飞》的成语“婀娜多姿”，意指“各种轻盈柔美的姿态”，主要形容女性的轻盈柔美。三国时期著名文学家曹植创作的著名辞赋《洛神赋》，又直接将“婀娜”定义为“舞蹈”：“华容婀娜，令我忘餐”。由此推断，古代美女多善舞。

作为西周初期至春秋中叶约500年间社会生活一面镜子的《诗经》，描写诸多有关舞蹈的诗歌足以说明，舞蹈跟诗歌一样源于劳动，是人类最古老的艺术形式之一，也是美女们个人综合修养的一种具体表现。《诗经》中既有《邶风·简兮》“简兮简兮，方将万舞。日之方中，在前上处”等表演性舞蹈、《周颂·维清》“维清缉熙，文王之典。肇禋，迄用有成，维周之祜”等祭祀类舞蹈，也有《陈风·东门之粉》“东门之粉，宛丘之栩。子仲之子，婆娑其下。穀旦于差，南方之原。不绩其麻，市也婆娑”等民间乐舞。史料表明，远古女性“寓舞于劳动中”，远比现代广场舞大妈们尽兴和随意。

舞蹈，是通过有节奏、经过提炼和组织的人体动作和造型，讲究“身韵”。所谓“身韵”，即“身法”和“韵律”的总称，“身法”属外部技巧范畴，“韵律”则属于技术的内涵神采，只有它们二者的有机结合和渗透，才能体现我国古典舞的风貌及审美的精髓。正所谓“无韵则神死，少律风格无”。通俗地讲，舞姿轻盈就是中华民族长久以来所崇尚的审美特征。

春秋战国时期，民间俗舞有了显著发展。秦国设置了“乐府”，秦二世曾在甘泉宫“作角抵俳优之观”。至汉代，俗乐舞得到空前发展，汉高祖刘邦喜欢民间的楚乐、楚舞，就把俗乐舞“嫁接”到宫廷祭祀；“音乐舞蹈达人”汉武帝刘彻即位不久，就扩大

“乐府”机构，任命著名音乐家李延年担任“协律都尉”，招收乐工舞人800多名，并广泛采集民间舞蹈，收录了吴、楚、燕、齐、郑等地诗歌314篇。因广收并蓄、融众技于一炉，特别是受杂技、幻术、角抵、俳优等深度影响，汉代俗乐舞不仅丰富了传情达意的手段，更扩大了舞蹈的表现能力，一批著名的舞蹈家也随之脱颖而出。

汉刘歆《西京杂记》卷一载：刘邦的宠姬戚夫人“善为翘袖折腰之舞”。这是一种以舞袖、折腰为主要动作的舞蹈，尤其注重腰功和袖式的变化。出土的汉代文物中，有诸多“翘袖折腰”形象，袖式繁多，舞姿各异，或矫健昂扬，或柔曼温婉，千变万化，美不胜收。汉代还有一位“能作掌上舞”的著名舞蹈家赵飞燕。班固《汉书》卷九十七“外戚传”曰：“孝成赵皇后，本长安宫人”，因家里穷，很小就被卖到阳阿公主家做歌舞伎。由于人美智商高，尤其对舞蹈学习领悟力特别强，练就了一身娴熟的歌舞技，“号曰飞燕”。“（汉）成帝尝微行出，过阳阿主，作乐，上见飞燕而悦之，召入宫，大幸。”宋代传奇作家秦醇《赵飞燕别传》说，“赵后腰骨纤细，善踣步而行，若人手持花枝，颤颤然，他人莫可学也。”汉代人伶玄《赵飞燕外传》说，汉成帝为更好地欣赏赵飞燕的舞蹈，在太液池的小岛上，筑起一个40尺高的台子。“后（赵飞燕）衣南越所贡云英紫裙，碧琼轻绡。”赵飞燕在高台上翩翩起舞，汉成帝亲自指挥乐队伴奏。“风大起，后顺风扬音，无方长吸细袅与相属……无方舍吹持后履。”正因赵飞燕的裙子被抓出了皱褶，从此宫中流行褶皱裙，“号曰‘留仙裙’”。抛开品德操守，单就舞蹈艺术而言，天生丽质的赵飞燕，舞艺的确超群，久



久被人称颂，也收获了诸多粉丝。

如果说赵飞燕因身材苗条而善舞，那唐朝杰出的音乐家、舞蹈家杨玉环却并未被体态丰腴所束缚。唐朝是舞蹈艺术高度发达的时期，乐舞活动渗透于社会各个阶层。无论宫廷豪门，还是平民百姓，在节庆和宴饮中，乐舞表演成了不可或缺的助兴项目。唐郑处海《明皇杂录》“逸文”曰：“舞者，乐之容也。有《大垂手》、《小垂手》，或像惊鸿，或如飞燕。婆娑，舞姿也；蔓延，舞缀也。”当然，最值得炫耀的，还是唐舞的集大成者——《霓裳羽衣曲》。直至今日，《霓裳羽衣曲》仍无愧于音乐舞蹈史上一颗璀璨的明珠。唐代诗人白居易《霓裳羽衣舞歌和微之》诗，细致描绘了此曲的结构和舞姿：全曲共三十六段，分散序、中序和曲破三部分，融音乐、诗歌、舞蹈等于一体的多段体套曲，安史之乱后失传。到五代十国时期，南唐后主李煜与他的大周后凭借独特的音乐天赋，复原失传了200年的《霓裳羽衣曲》，但金陵城破时，又被李煜下令烧毁。直到南宋年间，商调霓裳曲的乐谱十八段才被江西籍文学家、音乐家姜夔发现并保存于他的《白石道人歌曲》，使这首旷世名曲传承下来。

漫话“惊蛰”

河北邯郸 陈赫

“微雨众卉新，一雷惊蛰始，田家几日闲，耕种从此起”，随着时光脚步的推进，二十四节气中的第三个节气，惊蛰就要来临。惊蛰，时间在农历每年二月初一前后（公历3月5~6日之间）。惊蛰，蛰是藏的意思。惊蛰是指春雷乍动，惊醒了蛰伏在土中冬眠的动物，也标志着仲春时节的开始。

惊蛰曾被称为“启蛰”，在汉景帝以前的文献中，出现的有关惊蛰的词语都是“启蛰”。《左传·桓公五年》里曾写道：“凡祀，启蛰而郊。”意思是凡是祭祀，启蛰时举行郊祭，郊天之礼是周代最为隆重的祭典，祭祀天地日月的活动，皇帝亲自参加。成书于战国时期，也是我国最早的一部传统农事历书《夏小正》，也曾有这样的记载：“正月启蛰，言发蛰也。”

启蛰被改名为惊蛰，是出现在汉朝第六代皇帝汉景帝时。在古代，为了维护等级制度的尊严，在说话或写文章时，遇到君主或尊亲的名字都不直接说出或写出，以表示尊重。汉景帝名为刘启，正好与启蛰相冲，所以为避汉景帝讳，而将“启”改为了意思相近的“惊”字。这一点在南宋经史学者王应麟的《困学纪闻》中有所记载：“改启为惊，盖避景帝讳。”此次改名还引发了中国节气史上的一次巨变，节气的顺序有了很大的调整，汉景帝之前为“立春—启蛰—雨水—春分—谷雨—清明”，汉景帝之后为“立春—雨水—惊蛰—春分—清明—谷雨”。

及至唐宋时期，经过多次改朝换代以后，“启”字的避讳已经没有必要，于是“启蛰”的名称又重新被使用。在不少文学作品里，又出现了“启蛰”的身影。如唐人柳宗元《非国语·不藉》：“启蛰也得其耕，时雨也得其种。”南宋曹彦约《惊蛰后雪作未已阴之湖庄》：“启



蛰候虫犹自闭，向阳梅子自能酸。”这一情况，一直持续到唐开元年间得以改变。由于人们长期的用语习惯，著名僧人一行编《大衍历》时，再次使用了“惊蛰”一词，并沿用至今。

惊蛰在历史上沿袭千年，也有众多的习俗流传下来。如祭白虎化解是非：民间传说白虎是口舌、是非之神，年都会在这天出来兴风作浪，给人们带来百般不顺。大家为了自保，便在惊蛰那天，以月巴猪血、生猪肉祭祀白虎。又如惊蛰吃梨：惊蛰吃梨的习俗源于何时，无迹可寻，有说吃梨是为了记住祖先创业之艰难。有说吃梨是为了助益脾气，以增强体质抵御病菌的侵袭。再者有蒙鼓皮：惊蛰是雷声引起的。古人想象雷神一手持锤，手连击天鼓。人类也要顺应天时，利用这个时机来蒙鼓皮；还有打小人：惊蛰之日，平地惊雷，百虫出蛰，人们会手持清香、艾草，以香味驱赶蛇虫鼠蚁，后来“打小人”逐渐成为惊蛰这一天人们驱赶霉运的习俗。其实，无论是哪一种习俗，都带着人们最朴实、最美好的愿望。

“促春遵时雨，始雷发东隅，众蛰各潜骇，草木纵横舒”。到了惊蛰，中国大部分地区开始进入春耕大忙季节，万物开始进入灵动的时分。而一年的希望正是从此时开启，人们期盼的收获，也会越来越近了！

春在祖母的背上

山东临清 杨金坤

树绿了，草青了，花红了。

祖母背上她的小背篓，急匆匆地走向田野。我拽着祖母的衣角问：“你做什么去？”祖母笑着说：“春天来了，我把春天背回家。”

快做饭的时候，祖母回来了。祖母的脸红红的，小背篓里满满的。“这里边是什么？”我仰着头盯着小背篓问。“春天！”祖母撩一撩被春风吹乱的鬓发，气喘吁吁地回答。

“春天？”当祖母放下小背篓后，我好奇地向小背篓里张望。只见小背篓上面有一束野花，野花下面有许多我认识的和不认识的野菜。看到这些，我理解了祖母“春天”的含义。

祖母把野花插在废弃的玻璃瓶里，老屋里立即显得明媚了、亮堂了，仿佛春天的阳光照在了老屋里。祖母又把野菜择好、洗净，分门别类，或凉拌，或清蒸，或水煮，或清炒，每种做法都色、香、味俱全，尝一口，或微酸、或稍苦、或略涩，但都野味十足，让人爱不释口。经过一冬天萝卜、白菜、土豆、老咸菜无数次折磨的味蕾，在这野味的刺激下，全部绽放，牙关之下、舌尖之上、口腔之内都溢满春天的味道。冬天里饿细、饿扁的肠胃，也得到了充盈。

祖母识字不多，但她对“春”字有特别的认知。祖母说：“‘春’就是让一人一日有三餐。”想想也是，在那清贫岁月里，夏季和秋季农作物相继成熟，食物较为丰盛，到了冬季大地上光秃秃的，人们只能省吃俭用，甚至每天只吃两顿饭，春季里，夏季和秋季收获的农作物大抵吃完，幸好有生生不息的野菜可以果腹，才让生命得以延续。

祖母对节气了如指掌，当冬天最冷时，祖母掰着手指头开始数九，当快数到六九时，祖母说：“春打六九头，春天来了，我要背春去了。”每个春天，祖母都会用小背篓把春背回家。迎春花、杏花、桃花、玉兰花、牡丹花、栀子花等各种花变换着在小背篓绽放；荠菜、枸杞头、灰灰菜、苋菜、面条菜、苜蓿、蒲公英、扫帚菜、榆树钱等各种野菜交替着在小背篓跳跃。

我常常想，春天就是为祖母诞生的，因为，在祖母心里，一把野菜入口，就品出了春的滋味；一束野花入眼，就看见了一片春天。