

凳象征杨三郎压住龙身的草鞋，在板凳前后扎上龙头、龙尾，聚会时舞龙感念。

### 创新改良便于表演

在七甸街道头甸社区观音寺村，板凳龙舞队多以舞台表演和走街表演为主，在47名队员中，77岁的张跃忠最年长，他也是板凳龙舞的区级传承人。

据张跃忠介绍，上可乐社区和七甸街道的板凳龙装造稍有区别。在起源地七甸街道，板凳龙通身彩色、身披彩衣，除三只脚仍有板凳的模样，其余部分已看不出板凳形状。“起初是用四脚板凳做成龙的模样，后来为了便于表演，把四脚板凳改成了三只脚，还做了龙头、龙身、龙尾、龙衣，并在龙衣上加上彩画，成为龙的象征。”张跃忠说，经过改造后，七甸街道的板凳龙以蓝、黄色龙衣为主，上可乐社区的板凳龙装造与之类似，但龙衣以金色为主，龙须更为突出，龙尾造型亦有区别。

虽然各地的板凳龙不尽相同，但都与传统的板凳造型相去甚远。“小时候见到的板凳龙，就是在板凳上披块红绸，前面扎朵红花，比较简单。”乌龙街道上可乐

社区党委副书记陈毅回忆道。

如今，七甸街道的舞龙人多穿红色绸衣，上可乐社区的舞龙人则多穿彝族服饰演出。表演时的乐器和音乐发生了较大变化，但“老龙老龙要喝水，板凳板凳要翻身”等调子却从未改变。经过不断改良，现代的板凳龙舞还加入了蓝色长扇和小扇等舞蹈，舞台呈现融合体育、杂技和舞蹈，恢宏壮观。舞蹈动作由原来的12个套路精减为“龙出海”“龙抬头”“龙戏水”“龙翻身”等8个套路，表演风格集细腻、奔放和严谨于一体。

### 营造喜庆祥和的节日氛围

板凳龙舞有庆丰收、祈平安之意，因取材方便，体积小、重量轻，舞蹈动作简单易学，在二十世纪五六十年代的呈贡区极为盛行。春节期间，群众都会邀请板凳龙舞队到家中庆贺，花灯表演中亦有板凳龙舞。

“一条老龙出水来，吉祥如意财门开，老龙老龙要喝水，板凳板凳要翻身……”伴着喜庆的音乐和蓝色长扇舞，七甸街道板凳龙舞队隆重登场。表演时，由男女3人配合做出“龙翻身”“龙抬头”等动作。一套8分多钟的板

凳龙舞热闹非凡，让观众沉浸式感受民间舞蹈的气势恢宏和刚柔并济。

在传统的板凳龙舞表演中，前面的人多为丑角打扮，后面的人则为旦角打扮，边舞边唱《板凳龙歌》。恭贺时，曲调采用花灯调的《板凳龙》；踩场时，唱词一般是《十二月采花》或《秧佬曲》；庆贺时，结合各家情况即兴编唱贺词。比如，某家有刚过门的媳妇，可唱“贺了一家又一家，仙姬送子转回家。今年花灯来庆贺，明年生个胖娃娃”，并配合做出“龙翻身”“龙戏水”等舞蹈动作。

“板凳龙舞热闹非凡，过去主要是祈求风调雨顺，如今更多是表达祝福，营造喜庆祥和的气氛。”张跃忠说，七甸板凳龙舞曾一度失传，后在相关部门的努力下复演。2007年，“七甸·板凳龙舞之乡”被列入昆明市第一批非物质文化遗产保护名录。

作为传承人，张跃忠每年都要带领板凳龙舞队开展20多场次的演出，并前往中小学和幼儿园进行传承表演。“希望板凳龙舞代代传承，让更多人了解其背后的故事。”张跃忠说。金

本刊记者 谭宗慧  
通讯员 李艳飞/文图