

中国西部少数民族娱乐文化发生论

万 建 中

WAN Jianzhong

娱乐是人的本性，人类生来就有娱乐的天性和本能。有人类学家曾指出：在早期人类上升的过程中，最大的快乐是从对自己身体活动中获得满足，说明了从身体活动中寻求娱乐是人类一种根本的心理需求。⁽¹⁾有史证明，娱乐是先于民族传统表演而存在的。早在古代，西部各民族就产生了本民族中最简单的娱乐形式，这种萌芽阶段的娱乐形式主要是歌舞，表现了劳动、生活或模仿动物的动态、声音与动物的形象。而一些竞技传统的娱乐性是一种以闲暇消遣、健身娱乐为主要目的，而又有一定模式的民俗文化⁽²⁾活动。它是人类在具备起码的物质生存条件的基础上，为满足精神的需要而进行的文化创造。

在民俗学上，娱乐即为游艺民俗。游艺民俗主要包括民间音乐和舞蹈、民间戏曲和曲艺、民间竞技和游戏以及民间口头文学，它是具有一定模式的以调剂身心和消遣休闲为主要目的的民俗活动。乌丙安把游艺民俗界定为：凡是民间传统的文化娱乐活动，不论是口头语言表演的还是动作表演的、或用综合的艺术手段表演的活动，都是游艺民俗。当然，游戏、竞技也不例外。包括在民间层的、世俗生活、非剧场化、非大舞台化、非职业化或半职业的民间文艺家的表演活动。⁽³⁾游艺民俗涵盖面宽，从口头文学、歌舞到游戏、竞技等无所不包。

一

娱乐与其他文化一样，是被人类创造出来的，这与西部民族祖先创造活动的一定地理环境中的气候、地形、土壤、水分、植被、动物群以及矿藏、能源等自然条件有密切的关系，若离开了人类生存繁衍的自然生态环境，西部各民族创造的娱乐文化活动都会失掉客观的基础。正是从这一点出发，考察西部地区的娱乐文化的生态系统首先把自然环境看做影响文化产生、发展的第一个重要变量因素。纵观西部各民族丰富多彩、古朴独特娱乐项目和活动，探析其起源和生存的生态环境，可以看出这些民族的传统娱乐形式之所以呈现出异彩纷呈的局面，正是植根于其所处自然地理环境、时代、社会的文化基础之中，其浓郁的娱乐气息、鲜明的娱乐生活风格和生动的娱乐身体语言，充分反映出这自然地理与人文环境孕育出的各民族的审美观、价值观和文化观。

譬如，古代壮族先民居住在层峦叠嶂自然环境中，野兽众多，随时危及人民的正常生产、生活安全，故狩猎逐渐成为壮族人民生存的重要手段之一。它直接与当地生产活动相结合，后来完善为“射箭”这一体育项目。广西江河多，“游泳”、“赛龙舟”活动为生活在水边的壮民所青睐；植被茂密、以林为业，“荡秋千”、“打陀螺”等传统体育项目就是在这种地域环境下逐渐发展起来的，并一直延续至今。除此而外，武术活动在壮乡也有悠久历史，有独特的习俗。壮乡地处边陲，外受侵略威胁，内遭统治者

镇压，加上各地首领之间经常剑拔弩张，百姓深受其害。为了保家安寨，不得不习武。在壮族地区十八般武艺皆有流传，不乏南拳高手，由于习武习惯特别，曾也有“狼兵鸷悍天下之最”的赞誉⁽⁴⁾。由于水族在长期的生活中保持相对封闭的自然状态，致使该民族人民在特殊的社会背景、生活方式、地理环境中通过田间地头的扭扁担、随地而战的水族棋、男女青年打情骂俏的对歌、丰收狂欢的铜鼓舞、传统节日的舞龙耍狮等民族娱乐文化活动来表达和宣泄内心的情感，得到身心的快乐⁽⁵⁾。

我国西南地区的民族都是农耕民族，这种经济生产方式就决定了游艺民俗从时间上来说，活动举行的时间以农事为中心进行安排，如舞龙耍狮、斗牛等娱乐活动，选在农事最轻松的春节期间举行，春耕一旦开始就禁止吹芦笙等娱乐活动；从地点上来讲，一般选在村寨或离村寨不远的田间地头、江河中举行；从游戏的取材来讲，如插杆郎、打黄瓜仗等都是以稻米、黄瓜作为社交或游戏的重要媒介⁽⁶⁾。而我国东北部少数民族的经济环境则完全不同，鄂伦春族长期游猎于大小兴安岭里。冰雪、森林、山川、湖泊、湿地是鄂伦春族聚居区特有的自然景观。这就使得我国鄂伦春族传统体育文化带有冰雪文化的特征。鄂伦春族游猎、居住的地区属于寒温带，冬季漫长而严寒，封冻期可达六七个月以上，积雪很厚，为了在冰天雪地里通行，鄂伦春人很早就借助滑雪和滑冰用具，掌握了高超的滑雪和滑冰技能⁽⁷⁾。《隋书》载：“南室韦北行十一日至北室韦，分为九部落，绕吐纥山而居。其部落渠帅号乞引莫贺咄，每部有莫何弗三人以贰之。气候最寒，雪深没马。冬则入山，居土穴中，牛畜多冻死。饶獐鹿，射猎为务，食肉衣皮。凿冰，没水中而网射鱼鳖。地多积雪，惧陷坑阱，骑木而行。”“骑木”就是指滑雪。鄂伦春人很早就开展了滑冰活动。《新唐书·回鹘传下》记载：“拔野古，漫散磧北，地千里。俗嗜射猎，少耕获，乘木逐鹿冰上。”又载：“黠戛斯，地当北白山之旁，俗乘木马驰冰上，以板藉足，屈木支腋，蹴辄百步。”这里说的骑木、乘木，都是指的滑冰运动。

二

生存发展是西部民族传统娱乐产生的第一层次。各民族传统竞技游娱活动最初并不是自发产生的，而是各族人民为了基本的生存，在生产劳动中逐渐产生的。“纳西族在长期的生产生活劳动中积累了大量的劳动技能，如爬树、爬竿、爬绳、攀岩等这些原本只作求生手段的生存技能，在生活生产实践中慢慢向闲暇娱乐体育活动转变⁽⁸⁾。”西部各族都生活在边远山区，生活环境恶劣。为了生存和繁衍，要战胜恶劣的自然环境，这些民族就必须具有强健的体魄才能战胜自然。因此，像射箭、射击类以及摔跤类的体育娱乐项目就逐渐产生了，赛马就是因为这些地区地理环境和交通条件的限制，使马成为人们主要的生产工具和交通工具。山区的狩猎、运输、放牧和迁移都需要马的参与和帮助，因此赛马竞技就成了人们生活的一部分。这些为了生存和劳动的需要而发展起来的体育娱乐项目，在其漫长的发展演变过程中，逐渐从生产活动中脱离出来，经过一些规范化的改造，成为独具特色的民族传统竞技游戏娱乐体育项目⁽⁹⁾。

“在人类最初所作的一个简单声音，一个简单举动都是与现实生活相关的，都是与劳动有关的，唱歌与舞蹈的初基，即由劳动生活中发展而来，人类劳动所创造的歌舞，也远非其它鸟兽所能比拟⁽¹⁰⁾。”绝大多数娱乐形式都是直接来源于少数民族先民的生产实践活动，其最初的实用功能完全掩盖了娱乐的因素，渐渐地，当其使用功能消褪之后，娱乐性便突显出来，成为专门的娱乐方式。

打击乐的产生就是如此。在外出的生活劳动中，西部民族先民最初是靠敲击手中的劳动工具，如“扞

担”（用小口杯大的竹子或木棍，切成扁担长短，削尖两头。扞担是侗家打柴的担柴工具，同时又是抗击野兽和战斗的武器）驱赶来袭的野兽给自己壮胆，同时在户外劳动时击打“扞担”也是相互联络信号的工具。最初的敲击信号只是敲击扞担声的简单的约定，相互联络自己的所在位置，或告诉同胞自己发现了野兽，如有危险了（敲击扞担）、危险是来自野兽（敲击苦酒筒）、呼叫救援（急速地敲击各种小竹筒）等等。在长期的实践中，他们发现，单一的节奏变化不能清楚地表达所需的约定信号，便慢慢地发展到敲击各种不同的物体和各种不同的节奏声响来约定各种不同的信号。随着社会的不断进步和侗族同胞对节奏意义的理解，这种敲击信号声就慢慢地用在了娱乐和喜庆活动上，形成了一种独特的打击节奏音乐的艺术表演形式。⁽¹¹⁾

为了生存，独龙族人要经常到大山深处去猎取动物，摘取可食性植物来维持生活，所以独龙族的青壮年一般都习惯左侧佩长刀，右侧配弩弓，看上去就像准备出征的士兵，十分英武。弩和弓箭是独龙族打猎最常用的工具，随着社会的发展已经从单纯的打猎专用发展到平时男子们娱乐的工具，小伙子们在闲余时间便几个人相约比赛，看谁的技艺更佳高超。一般他们都是以同样多的箭看谁射中的鸟多为胜，也有用泥巴捏的鸟模型来比赛的。他们的箭都有各自的记号，以区分射中的猎物为谁射中的。还有，独龙族所生活的环境非常复杂，很少有平坦的大陆，沟壑林立，人们平时的走路经常是以爬山为主，由于经常要遇到小河沟、较陡的山坡，所以独龙人们发明了绳梯、独木天梯、阿格莱依（跳高、撑杆跳）等民族传统娱乐项目，遇到比较陡的下坡，经常往下溜，故而发明了滑草娱乐活动。⁽¹²⁾

这种由获取实物和生活必需品的劳作及狩猎活动直接转化为娱乐项目的现象极为普遍。土家族的“赶仗”是一种集体围猎活动，又称“赶肉”、“赶山”等。“赶仗”进山前要进行充分的准备活动。这包括猎手的召集、猎狗的训练、工具和干粮的准备、合理细致的分工、“梅山神”祭祀等。“赶仗”习俗由来已久。在古代，“赶仗”是土家族重要的生产活动之一。随着汉族农耕文化的迁入，狩猎经济的地位无足轻重，“赶仗”的目的、时间、方式等都随之发生了转变。这种转变既是顺其自然，也有主动的选择。习俗本身也由生产劳作转变成了当今的休闲娱乐活动。⁽¹³⁾一旦围猎已远离了生存所必须，也就远离了原先围猎的危险与艰辛，围猎成为一种爱好，人们是怀着游戏和消遣的心情进入山里的。作为土家族传统习俗的“赶仗”活动颇具休闲性和竞技性，并且以其悠久的历史和文化内涵为围猎者带来了独特的感受。在围猎的游戏过程中，人们深切体验到了自己祖先的狩猎生活，强化了对祖先的历史记忆。围猎经济向围猎消遣的转化，是“传统再生产”的典型案列，因为这是在经济转型的自然状态中形成的。

当西部民族的祖先获得丰收或狩猎满载而归时，他们会因辛勤劳动获得果实而欢呼雀跃，会情不自禁地手舞足蹈，来庆贺丰收，这是一种情感的直接袒露和宣泄。这是多么欢庆的场面啊！后人就模仿了这种场面而进行了有序的排列与改进，才发展为今天娱乐表演内容中的其中一种。生产活动与娱乐活动对接，是西部民族娱乐形成的突出模式。这一方面说明西部娱乐民俗古朴和原始，几乎不见人工雕琢的痕迹；另一方面，反映了西部民族生产和生活方式原本就具有一种娱乐的特质，即从事的是“游戏中有工作，工作中有游戏”的生产和生活方式。这一方式增加了劳动者的工作趣味和快乐，只有在这种气氛中工作才会有积极意义，才会有劳作的创造性和艺术性。

一些娱乐项目的特点也是由客观的生存环境造就出来的。譬如，羌族主要聚居在高山峡谷地带，交通不便，长期行走崎岖山路；生产方式落后，从事狩猎和大多靠笨重的体力农耕劳作；及受上下独脚楼梯等生活习惯的影响，形成舞蹈蹉步蹴上身前倾的体态，重而有力的舞步，下肢动作为主及胯部和脚步关、开特点和“一顺边”行走的主要特征。娱乐文化的生态效应在西部地区尤为突出，地理环境和生

产、生活方式在娱乐文化中留下了深深的烙印。

三

西部各民族娱乐文化的产生，除了与客观的生存环境和社会现象有着直接的关联性之外，几乎每一种娱乐形式的背后都有信仰的支撑，信仰是几乎所有娱乐活动的精神内核，是娱乐文化产生和发展的内在基因。西部民族先民“将思维过程的直接摹绘与主体玄想的投射幻化融汇一起，把主观的东西客观化，以形寓神，以象达意，试图借助形象化的语言（咒语、禱词、颂歌）、动作符号（巫术、祭祀性体育与舞蹈）实现早期人类控制自然的巫术与祭祀功利效果。”⁽¹⁵⁾只不过在发展过程中，娱乐文化中的这一内核被欢快与喜悦掩盖了而已。纵观人类社会的早期娱乐形式，其产生、发展无不与宗教、祭祀有关，只是当西部民族先民的认识能力有了较大提升之时，这种早期的娱乐形式从娱神、慰神的虔诚、神圣宗教目的演化为追求好玩、快乐、身心健康的世俗娱乐形式，也就完成了从祭祀到娱乐的质的转换。⁽¹⁶⁾事实上，在西部许多民族传统娱乐文化遗存当中，仍包含原始信仰的精神内核，这也为我们探寻一些娱乐民俗的缘起提供了内在性的依据。

人与自然的须臾不可脱离的紧密关系，导致了西部民族的先民思考人与自然的关系，并因为自然力量的强大而产生崇拜，继而产生了一系列的娱神的娱乐活动。农耕生产是古代先民生产生活的一个重要组成部分，西南地区先民在农耕生产中创造了丰富多彩的农耕文化，如对太阳神的崇拜、对土地神的崇拜以及对雨神的崇拜等等。这其中不免会有一些动作，语言对白及说唱对白，经过数百年的传承、发展及模仿，才有了今天我们所看到的各种表演形式的一系列歌舞。⁽¹⁷⁾不同区域因经济生活方式的不同，发生的愉悦对象不同。以青海土族为例，土族大多数传统体育娱乐项目活动的开展与宗教民俗有关，在宗教意识中祭祀者的勇猛、优美、坚强、健美的体魄和形态吸引着众人竞相模仿。土族在图腾崇拜、原始宗教、祖先崇拜和多神信仰的信仰意识下，参与者一定要表现出极度的欢快取悦众神灵，所以每逢喜庆之时，到处都是动听的歌声，所以说这些项目集心理需要、感情冲动和身体活动为一体，具有健身、健心的作用。在载歌载舞中取悦了神灵、交流了感情，又得到娱乐和健身，使人们从中获得健美的享受，并在长时间的祭祀活动中增强了耐力、锻炼了身体的灵活性和身体的控制力，并完成了对儿童教育和社会化。⁽¹⁸⁾

西部民族的信仰往往有明确的对象，每个民族都有神灵崇拜。萨岁是侗族地区普遍崇拜的女性神灵，为了纪念她，南部方言区的榕江、从江、三江、通道等地的许多村寨中都设有祭坛。对她的祭祀往往伴随着斗牛、对歌、吹芦笙等活动，人们出村参加各种村寨聚会也要先集中在她的“坛”前祭祀。还有，对牛、蛇等动物的生物崇拜，也对斗牛等游艺民俗活动带来一定的影响。⁽¹⁹⁾另外，信仰的目的也往往比较明确和具体，在完成祭拜仪式的过程中，祭司手舞足蹈，通过跳神娱神达到西藏消灾、求福的目的。鄂伦春族人一旦哪家有事需要帮助，邻里乡亲，不分男女，不论名望高下，大家都要千方百计地为病人请到萨满跳神，目的是为了消灾、降福和除病，并为其家属排忧解难。这种活动一般都在“仙人柱”（即供奉神灵的地方）外空地进行，周围插一圈柳条枝，场地供上各种神偶。并习惯于将兽血抹在偶像嘴边，表示神灵已经用过供物。此时萨满穿上神衣、神帽，一手执褪，一手执鼓，坐在专设的位置，敲击神鼓，恭请诸神光临。每请一位神灵就得唱一个曲调，并通过唱词沟通人神，以传达神或祖先的旨意。舞至高潮时，萨满边击鼓，边作碎步的急速旋转；或双脚高高跃起，落下时两脚用力跺地。腾越、旋转

中，鼓声从不停歇，以显示自己的神力。萨满哼起调子，在场者围坐一圈，随声附合。萨满双目紧闭，紧咬牙齿，全身晃动，边歌边舞。动作特点是以脚下的“跳动”和胯部的“抖动”为主。萨满在跳神时常常作些翻滚动作或模拟一些动物的动作，脚步无一定韵律而不断变化，情绪激昂，直至最后逐一送归⁽²⁰⁾神灵，萨满才在喘息中恢复常态。萨满的装饰、一举一动、口腔发声，都是在让神灵感到娱乐，都带有观赏性。人们之所以愿意融入萨满这一神圣的氛围之中，是由于为了达到具体的目的外，也获得了平时难以获得的神圣的欢乐。

“抢花炮”在许多民族和地区都有流行，有的民族已演进为纯粹的体育活动。据记载，花炮活动起源于酬神赛会。经有的学者实地调查，各个地方抢花炮所祀之神是不同的，都有一个美丽的传说。花炮的发源地是葛亮村，它离广西三江侗族自治县的富禄镇两公里，是一个有两百来户人家的较大的村子，解放前是黔、湘、桂边境地区的木材和土特产品的集散地。大约在明代嘉靖年间，也就是十六世纪中叶，广东、福建、湖南、贵州等地的商人，常到这个村子做生意，有的就在这里安家落户。其中尤以广东、福建人居多。当时，当地的侗、苗、瑶等少数民族因受到大汉族主义的压迫，大都居住在高山上，外来的商人们为了收购土特产，推销手工业品，便想出各种办法把山上的居民引下来，其中最具有吸引力的便是抢花炮。他们利用人们的俗信思想，以酬神赛会为形式，进行抢花炮活动，要酬神，就必须有偶像，福建商人便从福建搬来了天后娘娘。相传天后娘娘原姓林，叫林大姑，是福建闽侯人，她的父亲是渔民，一次出海打鱼遇险而死，林大姑为了寻找父亲，就跳下海，三天后，抱着父亲浮了上来。人们为了纪念她，为她立祠，葛亮村至今还保存有天后宫。据说是玉皇大帝封她为天后娘娘，康熙皇帝封她为天后圣母。花象征女性，就用花来做这个祭祀节日的各种装饰。把铁环冲向天空，是表示降福人间。实际上，用花来装饰是为了好看，花炮上天，是为了使争夺的气氛更加浓厚，竞争性更强。据说，抢花炮活动是从广东传进来的，逐渐发展成为侗族的民族传统体育活动。⁽²¹⁾这一娱乐事例说明，信仰是一种娱乐形式产生的催化剂，在信仰动力的催使之下人们才会全身心地投入到娱乐当中。只不过娱乐本身就是所有西部民族乐意享受的文化传统，所以当有些信仰的内核被脱落了之后，这种娱乐形式还会持续下去。

在全方位的审视中，与其说民族民间娱乐是文化的，不如说它是生活的；与其说它是审美的，不如说它是文化的。民间娱乐是在一定的民众生活中产生的，离开了民众生活，民间娱乐就不是真正的民间娱乐，也无从产生和无从理解。譬如，贵州各地热衷于讲述鬼的故事，山神洞神的故事很多，这与当地生存环境有密切关系。过去贵州，“天无三日晴”，阴雨多，湿气大，疾病流行，贵州南部被称为“瘴疠之乡”。加上缺医少药，死亡率高，这就使人更相信命运鬼神。另外，气候多变，雾雨锁地，原始森林多，山啸林涛，狼嚎虎叫，沟深涧险，造成一种阴森恐怖气氛，使人容易产生幻觉和对神灵的恐怖崇拜心理。而这种环境，特别是坟山野地，容易出现鬼魂影像。要真正科学地破译这种影像，还有待于自然科学的发展，但这种影像确实存在，而且深刻地影响民间信仰和民间口头文学。⁽²²⁾

四

任何一种娱乐形式在其产生的初期都不是纯粹的娱乐，而是一种表达，一种叙事，承载着先祖们的生命观。从娱乐的本体考察娱乐的产生，可以得出圣神是通过娱乐才得以被认定。因为，在原始社会时期，圣神与娱乐是并存的。以神话为例，神话是借助于幻想和神化的手法，采用娱乐的形式——歌舞——表达出来的：原始时代的人们对自然的奥秘、社会人文情况、人类本身以及人们在生产生活中，原

始知识的一种积累和解答。其思想是建立在原始仿生观念、原始宗教观念和原始哲学观念的基础上的。……神话所探讨的：一是“起源”，如宇宙的起源、自然界的起源、人类的起源，以及各种知识的起源；二是“原始状态”，如宇宙的原始状态、自然界的原始状态以及人类社会的原始状态等。⁽²³⁾在原始社会，神话应该是唱出来的，舞出来的，而不是写出来的。

在西部一些少数民族，至今仍在唱着神话，跳着神话。这在其他地区是绝无仅有的，这为我们考察娱乐传统的原始状况提供了活生生的素材。在侗族，有的寨子跳开天辟地舞。扮演姜夫的祭师戴形似蝙蝠的面具，青面獠牙，赤膊纹身，后脑披红布；扮演马王的祭师戴形似蟾蜍的面具，凶恶可怖，赤膊纹身，后脑披黄布。姜夫手持龙杖，马王手持神斧，分别从两边跑出，做出四方、丈地、开锁、开山等动作，舞蹈有很强的模拟性，动作古朴、粗犷。舞蹈表现的内容是：天和地做了夫妻，正在孕育风蛮，因时间太久，引起萨天巴（天地之母）误会，它见天地混沌，紧紧相抱在起，以为它们违抗自己的旨令。于是便命身边的两位大力神姜大和马王去制天制地，把天地分开。姜夫和马王来到天地之旁，生拉硬扯，把天和地分开了，并用四根玉柱把天撑离开地四十八万八千里。就在这时，天地之子风蛮（风神）被迫早产了，因它没到出世时间，尚未成形，无踪无影，只有一股气体和声音。天地被迫分离，遗下儿子风蛮无定居处，它到处寻找父母，狂号不急，闹得天摇地晃，姜夫和马王也无法治服它，只好回去向萨天巴复命求援。另外，还有反映了古代侗族先民的宇宙观，天人观和图腾观的天魂舞等。⁽²⁴⁾这种舞蹈属于创世神话舞蹈，向我们传达了祖先们解释天地和日月星辰、风雨雷电的起源，表现力先祖们的宇宙观。

这是最为古老的舞蹈语汇，说明娱乐与神话一样，其产生的时间也十分久远。只是在后来的演进过程中，娱乐逐渐拥有了自己独立存在的生活空间，向着纯粹的娱乐形式发展。

当然，在从人与自然关系以及西部民族生存环境中寻求娱乐产生的依据的同时，更应该把握娱乐本身的特质。娱乐作为一种文化形态，是在人的生存本能及生活本身中的文化。娱乐文化是生命的文化，是没有从生活中挣脱出来的文化，所以又称之为娱乐生活。生命需要歌唱、需要听和说，需要哭和喊，需要宣泄及各种娱乐仪式活动，这就是娱乐产生的原动力。娱乐活动把一切崇高的、精神性的、理想的和抽象的生活意象下移至不可分割的物质和肉体的层次，即欢笑、日常与身体的层次。在世俗和日常中表现出精神欢愉和开朗、快乐的思想境界。

注

- (1) 周伟良：《中华民族传统体育概论高级教程》，北京：高等教育出版社，2003年版，第54-55页。
- (2) 钟敬文主编：《民俗学概论》，上海：上海文艺出版社，1998年版，第66页。
- (3) 乌丙安：《中国民俗学》，辽宁大学出版社，1985年版，第317-318页。
- (4) 高会军、陈诗强、文永光：《广西壮族传统体育文化特性之研究》，《搏击·武术科学》2006年第8期。
- (5) 王亚琼，顾晓艳：《水族原生态传统体育文化的传承与发展研究》，《贵阳学院学报》（自然科学版）2009年第2期。
- (6) 蒋星梅、曾雪飞：《侗族的游艺民俗及其教育功能研究》，《教育文化论坛》2011年第1期。
- (7) 黄起东：《鄂伦春族传统体育文化特征探析》，《唐山师范学院学报》2012年第2期。
- (8) 桑国强、贾明学：《纳西族传统体育研究》，《体育文化导刊》2009年第4期。
- (9) 杨绍昌等：《澜沧江流域彝族传统竞技游娱文化研究》，《保山学院学报》2011年第6期。
- (10) 常任侠：《关于我国音乐舞蹈与戏剧起源的一些考察》，载《人民戏剧》1950年第6期。
- (11) 杨果朋：《侗族“竹筒舞蹈”的探源及艺术特征》，《中国音乐》2006年第3期。
- (12) 曾华：《独龙族传统体育的产生与发展走向探讨》，《当代体育科技》2012年第6期。

- (13) 黎帅、黄天一、王珮、李为：《论土家族“赶仗”习俗及其当代价值》，《三峡论坛》2011年第4期。
- (14) 徐兵：《浅析羌族舞蹈步蹴的现状与传承与发展》，《前沿》2012年第4期。
- (15) 饶远、王丽静：《我国西南少数民族打磨秋习俗的多维审视》，《上海体育学院学报》2010年第5期。
- (16) 曹云：《少数民族传统体育——仡佬族“打篾鸡蛋”社会学分析》，《武汉体育学院学报》2012年第6期。
- (17) 田正园、袁奕桦：《浅谈土家族歌舞活化石——“茅古斯”表演形态及其价值》，《大众文艺》2011年第4期。
- (18) 何志芳：《地理因素对土族传统体育文化形成的影响》，《宜春学院学报》2011年第8期。
- (19) 蒋星梅、曾雪飞：《侗族的游艺民俗及其教育功能研究》，《教育文化论坛》2011年第1期。
- (20) 黄起东：《鄂伦春族传统体育文化产生的渊源》，《黑龙江史志》2012年第7页。
- (21) 管学庭、梁柱平：《侗族的抢花炮活动》，《体育文化导刊》1985年第6期。
- (22) 潘定智：《论民间文艺生态系统》，《民间文学论坛》1990年第3期，第9页。
- (23) 杨堃、罗致平、萧家成：《神话及神话学的几个理论与方法问题》，《民间文学论坛》1995年第1期，第3页。
- (24) 杨保愿：《侗族祭祀舞蹈概述》，《民族艺术》1988年第4期。