

廣東獅教學

/黃華安

廣東獅源於廣東地區(屬於南獅)，民國初年以前稱為瑞獅，直至民國十七年，山東濟南發生五三慘案，同年六月二十三日在廣州的大學生發動反日浪潮時亦發生命案，引起廣東人士抗議。在廣東語中瑞與睡同音。為喚起民族意識，代表廣東人已覺醒，所以將瑞獅改稱醒獅，這即是廣東獅所以被稱為醒獅的由來。

廣東獅(醒獅)因其地域與造型上之不同，大致分為佛山獅與鶴山獅兩種。

佛山獅：

獅頭較寬，上唇與眼睛間隔較短，獅嘴較寬大舞法上較勇猛穩健。

鶴山獅：

獅頭較長，上唇與眼睛間隔較長，獅嘴窄而突出如鴨嘴舞法上較為靈巧。現今亦有融合佛山獅與鶴山獅兩種特點及造型者。

一、醒獅鼓法

醒獅鼓法較為複雜，而且打者動作表情較為花俏可單一鼓來表演，亦可多數鼓做團體鼓術之表演，醒獅表演時更以鼓聲的強弱及各種打法來表現獅子的各種神態，醒獅鼓法依地域分為上六府(廣州府為代表)與下四府(高州府為代表)，兩大派流，但

是即使同一派流不同地域與門派，在鼓法上又有些小差異，只要獅子與鼓樂能完美配合即可。

醒獅鼓的打法，得(音)：表示打鼓邊、咚(音)：表示鼓皮中央、去(音)：表示一手打擊另一手壓住鼓皮中央。

噹(音)：表示鑼音，鑼的去音則一手貼住鑼的內側，另一手(握鑼槌之手)則壓住鑼正面、查(音)：表示鈸音、去(音)：則是切斷鈸所發之音，即將鈸往內壓碰觸小手臂內緣，使鈸音切斷。

以下簡單介紹幾種基本鼓法：

(1) 三拜禮：

鼓：得得，咚．．．．．去，咚去，咚去，咚去．．．．．

鑼： 噹．．．．．去，噹去，噹去，噹去．．．．．

鈸： 查．．．．．去，查去，查去，查去．．．．．

以上連續擊打三次。

(2) 高獅鼓：

鼓：得得得得，咚咚咚咚咚，咚咚咚

鑼： 噹 噹 噹

鈸： 查查查查 查

鼓：咚咚咚—咚—，咚咚得咚去

鑼：噹 噹 噹 噹噹 噹去

鈸：查查查 查 查查 查去

(3) 低獅鼓：

鼓：得咚咚，得咚咚，得咚咚—咚—咚

鑼： 噹 噹 噹 噹

鈸： 查 查 查查 查查

鼓：得咚咚咚咚咚咚，得咚咚咚咚咚咚

鑼： 噹 噹 噹 噹

鈸： 查查查查查 查查 查查查

鼓：得咚咚咚，咚咚—咚去

鑼： 噹噹，噹噹 噹去

鈸： 查查，查查 查去

以上可連續

(4) 三拋獅鼓：

鼓：咚咚咚咚咚咚得得

鑼：噹 噹 噹噹

鈸：查 查 查查

以上連續打三次

(5) 七星鼓：

鼓：咚咚得咚，咚咚得咚，咚咚得

鑼：噹噹 噹噹 噹噹

鈸：查查 查查 查查

鼓：咚咚咚咚咚，咚—咚—咚—咚—

鑼：噹 噹噹 噹 噹 噹 噹

鈸：查 查查 查 查 查 查

鼓：咚咚得咚去

鑼：噹噹 噹去

鈸：查查 查去

(6)播 鼓：

則為雙手密集式之擊打，常用於三拜禮採青及睡獅。

鼓：咚咚．．．．．去。咚咚．．．．．咚咚去。

鑼：噹噹．．．．．去。噹噹．．．．．噹噹去。

鈸：查查．．．．．去。查查．．．．．查查去。

上述幾種鼓法，只是一些簡單基本形之鼓法僅供參考，各校仍依所聘教練之教法為主。

二、獅頭舉法：

獅頭的舉法依高獅與低獅等動作而有所不同。

(1)高 獅：

舉高獅時一手握住獅頭內之握桿，另一手扣住獅頭桿與下巴相接處，拇指扣橫桿，手指則撐握下巴，以操縱獅嘴開合之動作。

(2)低 獅：

低獅時一手控制嘴巴，另一手以手肘扛住握桿，手指責操控可活動眼睛、耳朵之繩子，操控者的頭頂住獅頭內部之海綿墊。

三、醒獅基本馬步：

學習醒獅的舞法，基本馬部練習是少不了的，下列介紹幾種常用之馬步。

(1)四 平 馬：

雙腳合併，腳尖向外 度打開，腳尖不動，腳跟在向外 度打開，腳跟不動，腳尖向外 度打開，腳尖不動，腳跟向外打開至與腳尖平行，兩膝半蹲，重心置於兩小腿，腰打直，兩眼向前平視。

(2)高 丁 馬：

一腳在前，腳尖輕置於地面，腳跟抬高，一腳在後，腳掌平放於地面，半蹲，重心置於後腳，雙腳成一丁字型。

(3)低 丁 馬：

以四平馬姿勢，一腳向外延伸，腿打直傾斜腳掌貼地，另一腳半蹲，臀部壓低（重心所在）。

(4)子 午 馬：

一腳在前成弓步，一腳在後成箭步，兩腳尖指向同一方向。

(5)麒 麟 馬：

以四平馬姿勢，一腳橫踏向另一隻腳之前方，腳掌平放貼地，另一腳則腳尖點地，腳跟抬高，兩膝半

蹲，重心置於在前腳掌平放地面之一腳。

(6) 八 箭 步：

又稱弓箭步，一腳在前彎膝成弓步，一腳在後成箭步，關節打直，兩腳成一直線，兩腳掌平放於地面與身體成傾斜狀。

(7) 小 跑 步：

左腳向右腳前方跑一步，右腳小腿向上抬。獅頭則向左方擺動，右腳向左腳前方跑一步，左腳小腿向上抬，獅頭則向右方擺動，可直線前進，亦可之字型前進，高獅小跑步時獅頭舉高，低獅小跑步時獅頭舞者頭部頂住獅頭內之海綿墊。

四、醒獅的舞法：

(1) 睡 獅：

獅頭、獅尾雙腳打開平坐於地面，閉眼，緊閉嘴巴，慢慢將嘴巴打開三次，做打瞌睡狀態。（播鼓）

閉眼，獅頭向左傾斜，閉眼，獅頭向右傾斜，閉眼，由正前方獅頭慢慢向下，然後做驚醒狀。（播鼓）

收右腳，抬左腳，腳尖朝上，獅頭耳朵指向左腳之腳尖，做搔耳朵之動作。（七星鼓）

重覆、之動作後，抬右腳，收左腳，右腳腳尖朝上，獅頭鼻子指向右腳之腳尖，做搔鼻之動作。（七星鼓）

重覆、之動作後，一腳內收，一腳掃鬚做搔嘴巴之動作。（七星鼓）

向左右方向做眨眼之動作。（播鼓邊）

起獅；以三拋獅做起獅的動作，亦可用滾獅的動

作起獅，此時，打三拋獅七星鼓。

向右眨眼三次，(擂鼓邊)抬左腳向左前方踏出，(低丁馬)做舔腳之動作。(七星鼓)

向左眨眼三次，(擂鼓邊)抬右腳向右前方踏出，(低丁馬)做舔腳之動作。(七星鼓)

獅頭轉頭向後，搔癢，自轉一圈，左、右各一次。

(擂鼓)最後以三拋獅七星鼓做獅子展威之動作。

為了縮短時間，可不作睡獅前述之五項，可於三拜禮前作睡獅動作，亦可於採青後作睡獅動作。

(2)翻滾獅：

獅頭舞者與獅尾舞者，於睡獅驚醒後可做翻滾獅起身之動作，獅頭舞者與獅尾舞者要配合一致，否則一左一右起獅時，獅被會打結。向左翻滾時高舉獅頭，左腳向外踏，獅頭舞者與獅尾舞者同時向左側翻滾，然後成蹲姿，亦可於背部著地時成四腳朝天姿勢做背部擦地、搔癢之狀態，但因此動作於比賽時，舞者容易被看見臉部所以僅供參考。

(3)三拜禮：

高獅舞法向前，四平馬低獅定位(鞠躬狀)向後退時左、右擺動獅頭，連做三次。

(4)高獅舞法：

以高獅舉法，左腳向前，則獅頭擺向左邊，右腳向

前則獅頭擺向右邊，慢跑前進，然後變換成四平馬，準備低獅狀態。

(5) 低獅舞法：

以四平馬姿勢向前或向後行走，出左腳，則獅頭擺向左邊，出右腳，則獅頭擺向右邊。

(6) 三拋獅：

三拋獅為獅子展威的動作，獅頭以四平馬的姿勢，然後高舉獅頭，向左傾斜拋出，右腳置於左腳之後，腳尖點地，腳跟抬高，再迅速收回四平馬姿勢，高舉獅頭向右傾斜拋出左腳置於右腳之後，腳尖點地，腳跟抬高，再迅速收回四平馬姿勢，再向上高舉獅頭同時右腳向前跳一步，左腳由左向右繞一圈往前踏出，成低丁馬姿勢，獅頭下俯做來回舔腳動作，左腳向右腳前側方回跳成四平馬或高丁馬狀態，獅尾則配合獅頭做相同之動作。

(7) 上腿：

獅頭舞者雙腳往上跳，站立於獅尾舞者雙腿上。獅尾舞者雙手緊握獅頭舞者腰帶；獅頭向上跳同時，用力提起獅頭舞者，置於獅尾舞者雙腿上，獅頭舞者雙膝要打直，獅尾舞者成半蹲或四平馬姿勢，並

防止獅頭舞者雙腳下滑，上腿可雙腳亦可單腳上腿，上單腿時一腳站立於獅尾舞者大腿上，另一腳上提，獅尾則以八箭步為之。(此動作可用於樁上或地面表演)

(8)單腳撩水：

此動作常用於樁上或板凳上。獅頭右腳跳於左腳處，左腳則往下，腳背成撩水狀，右腳下蹲後迅速站立，此時獅尾舞者雙手握住獅頭舞者腰帶，以穩住獅頭舞者。

(9)拈腰飲水：

獅頭舞者向上跳，獅尾舞者同時抓獅頭舞者腰帶往上提，獅頭舞者雙腿夾住獅尾舞者腰部，獅頭舞者往下做採青或飲水動作後靠腰力往上挺，獅尾舞者則同時出力將獅頭舞者往上拉，然後獅頭舞者雙腳直立於獅尾舞者大腿上。(可用於樁上或板凳上表演)

(10)騰起拋獅(又有稱之為提腳拋獅)：

獅頭舞者雙腳彎膝高舉獅頭往上跳，同時獅尾舞者緊握獅頭舞者腰帶迅速往上提，獅頭舞者雙腳往上提或做騰空走路狀，向下回地面時墊步回四平馬狀態。以下介紹幾種騰起拋獅有關之連環動作

(11)騰起拋獅上腿：

動作與騰起拋獅同，獅頭舞者完成提腳拋獅落地後

，再往上跳至獅尾舞者雙腿上之動作。

(12)騰起拋獅向後迴轉 180 度上腿：

在完成騰起拋獅落地後，獅頭舞者再往上向後轉跳（迴轉跳）此時獅尾舞者則於獅頭舞者向上跳同時抓住獅頭舞者腰帶將獅頭舞者轉身放置於獅尾舞者後方，獅尾舞者再迅速向後轉跳至獅頭舞者後方，此時獅頭舞者再跳上獅尾舞者大腿上，做上腿之動作。

(13)騰起拋獅坐頭：

動作與騰起拋獅同，獅頭舞者完成騰起拋獅落地後，再往上跳高至獅尾舞者頭頂上，臀部坐於獅尾舞者頭頂上，獅頭舞者一腳踏住獅尾舞者胸部，另一腳

高舉，以保持平衡，獅尾舞者在此時可做前進或 360 度自轉，動作完成之後，獅尾舞者以八箭步下蹲，雙手抓住獅頭舞者腰帶，將獅頭舞者置於地上。

（騰起拋獅及有關連環動作可用於樁上或地面表演）

五、會獅：

傳統上不同隊伍之醒獅團相遇時，都會以會獅來顯現自家的功夫本領，以求在氣勢上壓住對方。

現今如遇不同屬之獅隊，只要雙方領隊相互打招呼即可。

即使要會獅時，雙方須以低獅進行，不可舉高獅或做三拋獅展威之動作，亦不得以獅頭碰觸對方之獅尾，只要相互三拜禮即可。

如果同一獅隊做多獅表演時，可加入會獅動作，如相互咬背、吻腳或互吻等動作。

六、採青：

獅子遇青時，因無法確認青是否有毒或危險具有攻擊性所以採低獅姿態表現出驚、疑及多慮的試探動作，從青左邊、右邊、中間做不同角度的探、聞等動作稱之為探青。(傳統上青之左邊係指住家大門之龍位，右邊則為住家大門之虎位)

當獅子以腳踏青、用鼻聞之確認無毒且無攻擊性時，獅頭蹲下食青，獅頭舞者以手拿青，但不得讓人瞧見獅頭舞者本身之手，然後起身做吞食狀，謂之食青。(傳統上食青後做醉青睡獅動作，但亦可省略)

食完青後，將殘渣做左、右、中方向吐出，謂之吐青。如青內有紅布聯，則將紅布聯由獅嘴巴往下放，上端由手緊扣，切記不可將紅布聯字體顛倒放。

(1) 青之種類：

醒獅表演在傳統上以採青為主，而其種類更是多樣化；大部分為高青、地青、水青等等，並且依照各種行業之不同而有各種不同青類以及擺法，一般如螃蟹青、蜈蚣青、盆青(水青)、橋頭青、橋底青、樓台水月青、七星伴月青、月裡藏星等，以上置放於地面屬地青，若青吊放於竹竿上或陽台上，則屬高青。而最簡便青陣之道具則以木盆、板凳、布聯，因為攜帶上較容易。

(2) 盆 青：

亦有稱之為水青，盆內放置青菜或樹枝，若水青則盆內加水，一般表演性則不必加水。

獅子依採青步驟做木盆試探由盆之左方向前試探，再向後退，然後由右方向前試探再向後退第三次由木盆之正面以三拋獅姿勢以腳踩盆用鼻聞之，然後雙腳跳上木盆雙緣上採青、吐青。

在木盆上可做戲盆之動作，如獅頭舞者在木盆上往前跳，在此同時獅尾舞者雙腳跳上木盆，再做上腿之動作，獅頭舞者往上跳，獅尾舞者則跳回原處，獅頭舞者雙腳落於木盆雙緣，獅尾舞者一腳踩住木盆，獅頭舞者往上跳同時獅尾舞者將木盆用腳豎立踩穩，讓獅頭舞者單腳站立於木盆，另一腳彎膝提腳，然後獅尾舞者握緊獅頭舞者腰帶保持平衡，獅

舞獅者將獅頭高舉，獅尾舞者做 360 度旋轉再下盆。

(3)橋頭青：

也是用長板凳當橋，橋前端置青，因為以長板凳為橋，橋下即為河流或深谷，所以獅子不得繞著板凳表演。獅子過橋時，先於橋頭左右之橋柱做試探之動作，然後騰起拋獅上橋，在橋上可做獅子撩水，拈腰飲水，騰起拋獅 180 度向後轉上腿等動作，以增加可看性，過橋後在依探青、食青、吐青等動作完成採青。

(4)橋底青：

也是用長板凳當道具，青則擺吊於橋中之下方。舞法與橋頭青類似，採青時，獅子站立橋中央做拈腰飲水之方式採青。

(5)紅布聯：

一般紅布聯都書寫應景、應時的吉祥語，如吉祥如意、祥獅獻瑞、風調雨順；國泰民安、大會成功等等，紅布聯可搭配各種青陣表演，亦可單獨與青菜或樹葉枝成青陣。

醒獅表演有單獅樁上表演、地面表演，亦有多獅做隊形變化之表演，表演過程可從睡獅；三拜禮；隊形變化；採青，最後以三拜禮結束表演。現今舞獅比賽都有時間上之限制，所以

各校應刪除一些冗長繁雜的動作，在時間設限之內做出流暢優美的演出，獅頭及獅尾舞者要切記表演時，獅身的整體造形，舞弄獅頭及獅尾者之頭部不可外露，獅尾舞者彎腰時，獅身不可露出駱駝峰，獅頭與獅尾舞者動作要吻合流暢，鼓樂節奏要配合，才能顯現出獅子的神韻，獅子舞者無論上樁或地面表演難度較高的動作時，要切記安全問題，畢竟無論何事，安全第一。

黃華安 總教練

台南兩廣醒獅戰鼓團

兩廣安南獅藝鼓術團