

驚嘆樂舞-原住民傳統歌謠舞蹈欣賞

(一)時間：花蓮場 12/18(五) 13:30-14:45 / 開幕演出 08:55-09:00

(二)演出目的：

1. 推動原住民傳統的藝術及文化教育。
2. 整合及充實偏遠地區藝術文化教育資源。
3. 促進社區與社區、學校與學校、社區與學校多方資源整合及交流，增廣偏鄉民眾的生活視野及自我挑戰經驗。
4. 提升教師教學及家長家庭教育使命感，豐富相關教育人力資源，帶動團隊創意產出，為偏遠地區教育提供可觀摩、交流及學習的典範。
5. 帶動偏遠地區多元教育，融入人文精神的延續與關懷，提升學習成效。

(三)演出學校及演出內容介紹：

宜昌國小鼓陣隊

支持單位：洪蘭教授

擊鼓運動是歷史悠遠的民俗傳統技藝，除了在各戰史中經常記載出現外，在民間各大文化慶典活動中常常扮演熱鬧開場，引人注目的開路鼓角色，鼓聲一出，代表活動正式起跑。震攝



人心的鼓聲不但可以凝聚向心力，提振精神。只要有鼓樂的伴隨，保證活動熱絡，絕無冷場。

本校在民國八十六年開始籌備成立社團以來，特聘專業教練，指導學生鼓藝。近年來在李國明校長、洪蘭教授的資助推動下，聘請專業鼓手徐明杰教練與校內王全生老師共同指導學生鼓術；以擊鼓運動抒壓，釋放純真的能量，調節身心平衡的藝術之美。

《鑼鼓歡慶戰鼓鳴》

激昂的鼓樂，氣勢磅礴，鼓樂一出，鼓舞士氣，振奮人心，透過專注擊鼓及身體律動，傳遞振奮人心的恢宏能量。

【醒獅鑼鼓】（謝十 編著）

醒獅藝術在台灣各地頗為流行，廣受民眾喜愛，在海外各地於重要節慶中均有其演出，作者以傳統醒獅鑼鼓為題材加以創作改編，加上多變的拋垂及入垂技巧，並融合武術梅花五手的基本動作，豐富舞台身段效果，樂曲使用非正規的節奏，加上豐富的音色及重音變化，形成一大特色。全曲分為四段（1）醒獅三拜、出遊（2）戲耍（3）擺尾回洞。

【鼓動傳情】（謝十 編著）

鼓動傳情鼓曲，以台灣竹北客家花鼓鑼鼓點為基調改編而成，融入多元的擊鼓手法，各段落以一個八拍過門，連結全曲，藉由雙人一組對打擊鼓傳遞情意，鼓曲中除了以鼓邊、鼓心變

化擊鼓外，更加入許多鼓棒敲擊技法，充分表現出情侶間展現個人才藝，以博取歡心的情景。

【十八羅漢鼓】(謝十編著)

十八羅漢鼓是一套全球首創以鼓術運動，來教導全民的健身教材，十八羅漢乃是「釋迦牟尼佛」的護法尊者，作者有感於台灣高雄鎮內門鄉之宋江鎮及十八羅漢山之特有文化，將鼓術與十八羅漢拳法融為一體，進而以鼓術運動來提昇國力，引導全民進入鼓藝殿堂。

十八羅漢鼓初分四大部分，(1)腿(2)身、腰(3)手部(4)眼，四部，搭配十八項動作，而搭配擊鼓之節奏運動，做出四部輪奏及二部輪奏。全首十八羅漢鼓又分為六段，每段有三個運動句子，此為鼓術運動之首部曲，其主要希望透過口語的記憶方式，以運動的概念來推行全民鼓術，豐富國民生活，認同此一來自於古老單純又震撼人心的音樂，讓鼓術運動成為我們生活的一部份。

【戰鼓】(張遠榮 編著)

古時兩軍列陣交鋒，擂鼓三通，以助雄壯軍威，鼓舞士氣，振奮人心，以其精神衍生出多變化鼓樂擊法，成為氣勢磅礴的擊樂演奏。

鼓曲敘述鄉際大賽中，各隊卯力競技的激烈場面，賽前之操練、躍躍欲試出會、得勝歸之喜悅，融入武術拳法，鼓點快而多變，氣勢豪邁，讓觀者無不隨之熱血澎湃。

鼓曲操練中，融合了輪鼓、行鼓、躍獅鼓、七星鼓、雙鳳朝陽等鼓法，將醒獅廟會中，各出賽隊伍爭奪勝利的激昂鬥志表露無遺。

松浦國小【阿美族傳統舞蹈歌謠隊】支持人：洪蘭女士

花蓮縣玉里鎮松浦國民小學座落於阿美族部落，在多元的時代與環境中，學校除極積推動與發展體能競技活動外，亦推展傳統舞蹈，以部落傳統內涵為基礎，培養學生多元發展，藉此發展學生的多元智能，並期盼提升學生的學習自信心，進而，並認同部落身體文化活動存在著敬老尊賢的社會倫理制度、兒童成長的教育模式、對自然生態的敬畏、以及最重要的歲時祭儀的文化傳承的歷史意涵；甚至從傳習的過程中培養阿美族所謂的「能懂得『關懷 (mafana'misikol)』、善於『溝通 (milicay)』、培養『勇氣 (macodahay)』、學習『智慧 (cipono')』、努力『勤奮 (malaokay)』、樂於『讚賞 (pahemek)』與發揮『友愛 (malahanghang)』」等七項「成為一個人」的人格素養，並期盼每位松浦學童能在生活中履行與實踐，建立正確的價值觀。不斷地精進自己的知能，以所學所能，展現創意，創造燦爛的人生。



《部落生活》

將部落傳統歌謠來描述阿美族生命的起源與部落遷徙的歷程。秉著不忘本的信念，以踏實與努力精神過生活，創造燦爛的人生；爰此，阿美族的人都認真、勤奮與努力好好珍惜每一天，並具備能懂得『關懷 (mafana' misikol)』、善於『溝通 (milicay)』、培養『勇氣 (macodahay)』、學習『智慧 (cipono')』、努力『勤奮 (malaokay)』、樂於『讚賞 (pahemek)』與發揮『友愛 (malahanghang)』等人格素養於生活中實踐履行信念與面對生活動衝擊或問題。更期盼阿美族的孩子們都能繼續將此信念與人格素養傳承下去，學習自己的文化傳統和語言，並建立正確的價值觀。不斷地精進自己的知能，以所學所能，展現創意，創造燦爛的人生。

【大洪水】

從一場大洪水，述說阿美族生命起源。

【阿美族起源故事】

敘述了阿美族始祖史拉 (Sra) 與拿高 (Nakaw) 之名字、原居住地點、遷徙至奇美，而後子嗣又遷徙至各部落之歷程。

【阿美頌】

阿美族都是個很溫和且體魄強壯的人，是愛吃龍葵等野菜，好得無比的人，我們絕對不能忘本（祖先）努力供應我們的生命。

【美好的一天】

美好的日子我們要好好珍惜，要勤奮的工作和生活。

【阿美族工作歌】

阿美族是以務農勤耕作的人，先人留下的這些農地，永遠感謝祖先幫我們開山墾地。除了務農外男性適時上山打獵，在溪河裡抓螃蟹、抓魚類…等工作。

【除草歌+快樂生活】

農務之外，休閒時族人喜愛聚起邊唱歌、邊跳舞，過著快樂生活。

【慶收割】

稻子收割的季節裡，祈願有美好未來人生(婚姻)。

【勇士舞】

有活力的勇士舞文化真的很豐富，也有很特別的神化故事。希望孩子們都能繼續傳承下去。學習自己的文化傳統和語言。

【祭典-慶豐收】

1. 豐年祭不是只有表象的唱歌跳舞，也包含訓練、守護、團聚、慶祝豐收和對來年的期待。
2. 族人在豐年祭典，手牽著手興高采烈唱歌、跳舞慶豐收，每一天都要過得快樂喜悅、和平，直到永遠。

古風國小【布農兒童合唱團】支持人：洪 蘭 女士以及萬國法律事務所

學校位於花蓮縣最南端的卓溪鄉，靠山區偏遠處，四周青山綠水環繞，是一處環境優美的地方，居民大都為務農，工作認真性情為善，樂於助人與分享，並且喜好歌唱。

本校的學生全部都是布農族的孩子，一共有 38 位孩子，願意學習和傳承布農文化，在合唱方面與社區資源結合，接續布農族的文化脈絡。

《玉山天籟-聽見古風》

【minkalasa~起床歌】

起床囉！每天都要早起床做個勤勞的人。

【manaskal muampuk-歡樂在今宵】

感謝參與的朋友及家人能夠歡喜聚集在一起。

【sima iskadaiza-誰從那邊過來？】

這是一首勸戒的歌謠，告訴孩子們要懂得謙卑與禮貌。

【sima tisbung bav-誰在山上放槍】

到了狩獵的季節，林野間常常有靈敏的布農族獵人追逐著水鹿，獵人們都期望今天一定會滿載而歸。

【Pisilai-獵前祭槍歌】

布農族人會利用農餘之暇或打耳祭(malahdangia)之前這時，布農男子就會以家族為單位組成打獵隊，列隊出發之前前，首領會召集獵人們及家屬一起來祭司家，獵人們會先將手中拿的獵具及獵槍放在置於中央，開始以祭司為中心，圍繞在他兩旁形成一個開口的半圓形，獵人們伸出右手來觸摸獵具，女族人則圍在外圈，在祭司的領唱之下，大家一起演唱這首「祭槍之歌」。接受祭司的驅邪與祝福。

【mudani kata-我們走吧】

過去布農族人居住於高山，且於高山種植耕作或狩獵，當傍晚太陽準備下山時，族人就會向著對面山跟自己一樣辛苦耕作的族人及家人大聲呼喊“回家囉”並且歡樂的一邊收拾工具一邊吟唱著這首 mudani kata 我們回家吧，慢慢地大家齊聚走在一起，平安歡樂的走向山下的家。

景美國小【太魯閣傳統樂舞團】支持人：洪 蘭 女士

景美國小位於花蓮縣秀林鄉，全校共 6 班，39 位小朋友，學生全為太魯閣族，為太魯閣族單一族群的學校。

景美樂舞團於 107 年 7 月成立，嘗試結合傳統器樂、歌謠、舞蹈，呈現早期太魯閣族的傳統生活、祭儀及 GAYA，讓學生不僅能了解族群文化，更能將藝術美感融入表演之中，珍視自己

的文化進而傳揚之。

該團隊成立後，連續兩年榮獲花蓮縣舞蹈比賽國小B民俗舞乙組優等、國小B民俗舞丙組優等；秀林鄉太魯閣族傳統歌謠比賽國小合唱組第一名、第二名；花蓮縣師生鄉土歌謠比賽原住民語系國小組特優第三名及第一名，並積極嘗試不同類型之傳統歌謠合作演出，讓更多人聽見太魯閣族美妙的樂章，在師生積極努力學習下，成果豐碩，學生在傳統樂舞的領域裡找到自信與傳承的使命感。



《迴盪山林的樂音》

悠揚的樂音迴盪在山林間，令人懷念過去在山林間，生活中有音樂，音樂伴我同行的日子。

【Payi mapa masu 背著小米的老太婆】

勤奮努力的長者是受族人敬重的。

【神祕谷之聲】

谷中聲音縈繞耳邊，使我懷念神秘谷。

【Uyas sikabari 風篩歌】

呼喚風神來篩米，邊唱邊求，不一會兒，風果然就來了！

【uyas mgaras 歡樂歌】

大家歡樂聚在一起，一起唱歌跳舞同歡樂！

【Rgrig smtrung lupung 迎賓舞】

歡迎親友，賓客共舞！

【msuupu mgrig 一起跳舞】

迎接朋友，在你們面前跳舞！

水源國小【水源國小太魯閣族舞蹈隊】 支持人：瑞室 RAISER TRAPEZOID

109 學年度本校含幼兒園有 113 位小朋友，全部都是原住民的孩子，95%以上是花蓮縣太魯閣族的原住民小孩；從多元智慧理念概念中發展適性教育，給予孩子成功機會與自信，於是發展藝術結合在地文化，實施「表演藝術-太魯閣族舞蹈教育」，營造優質人文園地並開創水源國小教育新局。

組隊訓練小朋友學習本族樂舞，聘請花蓮高工田姪瑤老師和花工原舞隊的學生訓練，106-109 連續 4 年受邀參加花蓮縣原住民族聯合豐年節晚會演出，太魯閣峽谷音樂節、國慶煙火晚會、109 年全民運動會開幕等大型晚會活動中表演；108 年 4 月受邀赴大陸廣西、9 月受邀赴山東演出，獲得高度讚賞；106 學年度起組隊參加全國學生舞蹈比賽，連續三年獲得民俗舞全

國決賽特優之殊榮。

《Ptpusu laqi》

太魯閣族成年禮之舞蹈（男生要學會狩獵技巧，女生要學會織布）

【風篩之語】

我們呼求風神助吹，借風力篩選米粒。咻~咻~咻~咻~

【正氣歌】

你們給我等著瞧！不論我被你們所有的人譏諷，我要給你們看看我的勇氣，我是有七個膽的男人，等著瞧！等著瞧！

【追逐獵物樂曲】

沒有歌詞，只有喊叫聲：快，要小心

【呼喚獵人】

所有的男子漢帶著你們的獵具，你們的鳥占及夢占是好的嗎？

【出草歌】

看~年輕的勇士，是真正的男人

力大無比 膽識過人

努力學習著耆老的智慧

我們的勇氣讓人不敢侵犯

我們的膽量震懾四方

不要跑 我們是賽德克人

我即使是一個人

你也無法超越我

像是松枝的嫩芽

我就在兩河的交會處等著你

你無法扳倒我



【迎接獵人】

婦女們！我們趕快去迎接男士們，趕快請他們吃東西。

所有吃的、喝的都在這裡，你們慢慢吃，這樣食物才會好吃。

【慶賀歌】

小朋友們過來呦，到前面來

我們一起出發，在你們的面前跳舞

我們的腳步是那麼有力，跳得非常高

所有的鄉親父老們，大家一起加油

為了族人大家要一起努力！

北埔國小【舞蹈隊】 支持人：志玲姊姊慈善基金會

本校舞蹈隊成立於民國 88 年，成立迄今已是第 21 年。21 年來舞蹈隊多次代表花蓮縣參加全國學生舞蹈賽屢獲佳績，特優與優等佳績不計其數，對多元文化族群傳習認識與尊重，更在舞蹈隊的學習與成績中發揮淋漓盡致。

而除了國內重要比賽外，更受邀參加宜蘭國際童玩節演出高達 9 次，也自民國 94 年起受邀參加國際藝術節如波蘭、西班牙、保加利亞、印尼、義大利、法國、廣西、塞爾維亞等國際知名兒童藝術節演出，更是聯合國 C. I. O. F. F 藝術節協會重要的兒童藝術團隊，也是本校全體師生與家長們共同完成的教育文化傳承。



《噶瑪蘭悠遠樂舞情》

『噶瑪蘭』為臺灣平埔族之一族，也是臺灣原住民族正名的第 11 支族群。在西元 1650 年荷蘭人就早已記載噶瑪蘭族人的四十餘個聚落約有 9000 人。在 18 世紀末，漢人進入宜蘭縣開墾，噶瑪蘭族人於 1830 年向南遷徙至花蓮縣新城鄉北埔村，迄今因為歷史更迭致原居住在花蓮北埔之噶瑪蘭族人幾乎不復在！

花蓮縣北埔國小舞蹈隊師生透過田野踏查，並與僅存的噶瑪蘭族耆老學習傳唱噶瑪蘭人治療儀式之部分樂舞，使噶瑪蘭人感恩樂舞重現，尤其兼具了樂舞藝術教育與在地文化復振的深沉意涵，質樸純淨地呈現噶瑪蘭人悠遠之樂舞情。

【曲目】

1. so ko da ya o
2. 讚美祖靈
3. a ho a ho o wa hei
4. a ho a ho o o a ho o a
5. siniwayan ni-yar, a ha o hei yo o a ho wa
6. so ko da ya o-

花蓮高工【原舞隊】 支持人：陳麗卿 女士 & 曾戎戎 先生

花蓮高工原住民舞蹈隊成軍十一年，以樂舞講述原住民的祭儀與神話，透過高亢嘹亮的歌聲，舞者臨摹祖先的躍動，描繪出原住民獨特的姿態與精神，不僅是全國賽常勝軍，更於長年獲得全國學生舞蹈比賽特優，於 2016 年受邀至美國夏威夷國際君王節 (Merrie Monarch Festival) 開場演出，以及 2017 至 2019 年至中國廣西壯族三月三舞蹈比賽榮獲冠軍一等獎。

《大羽冠》

在羽冠之下，為部落遮擋的，是烈日和狂風。

為部落抵禦的，是箭矢和利刃。

祖靈昇化，傳承的是血刃和責任，戴上羽冠，成為部落的守護者。

大羽冠肩負著七腳川系的文化脈絡與其族群之意義，這不僅是呈現對過去那段所擁有的歷史記憶的一種緬懷方式，也是為找回現今族人對於族群的自我認定與自覺意識之重要象徵，以便對於未來能讓族人可以產生更深的認同感與傳承責任。

【宴靈祭歌】

在宴靈的夜晚，僅由男子吟唱以及舞蹈。

【歡樂歌】

歡慶祭典，彼此牽手相連。

【年祭祭歌】

女子吟唱的送靈曲目。

【祭戰神—Malataw】

部落的勇士以戰矛之舞向阿美族最大的神社馬拉道，致敬，並向他祈求護佑。

