

写在大地上的历史

水上南海

南海醒狮，源远流长，它是传统文化的璀璨明珠，承载着先辈们的智慧与勇气，在历史的长河中熠熠生辉。西樵作为南狮文化的发源地，更是处处弥漫着醒狮文化的独特韵味。

2月18日，正值二十四节气的雨水时节，南海大地春意盎然，万物复苏。水是南海的灵魂，春是醒狮的序曲。在这个充满生机的时节，当《写在大地上的历史·水上南海》摄制组踏入西樵镇樵北中学，一场关于醒狮传承的动人故事就此拉开帷幕。

筑梦起航 传承醒狮之火

初春的早晨，樵北中学的训练场上已是一片沸腾。鼓槌击出第一声重音，十余名少年如离弦之箭般跃入场中。狮头少年弓步屈膝，狮尾少年稳扎马步，金红狮鬃在晨光中翻涌如浪。

“起！”西樵镇樵北中学党第一支部书记、副校长，南海区非物质文化遗产南狮传承人戴春进一声令下，狮头凌空跃起，狮尾顺势托举，狮身在空中划出一道饱满的弧线，落地时狮口大张，双目炯炯——这招“采高青”，引得围观的学生及摄制组连连惊叹。

这支成立于2018年的筑梦团队，最初只有零星几个痴迷舞狮的孩子。戴春进记得，第一次带着狮头走进校园时，有学生嘀咕：“这老古董谁要学？”但他不疾不徐，在体育课上教孩子们扎马步、练冲拳，把醒狮的弓、马、仆步拆解成游戏；音乐老师将鼓点编成节奏口诀，德育老师把“狮礼”融入班会课……渐渐地，操场角落的醒狮队成了校园最亮眼的风景。如今，120多名学生分成舞龙、舞狮、武术三队，晨昏训练时，狮跃龙腾，

恍若一幅流动的《醒狮百态图》。

“狮头要轻如燕，狮尾要稳如山。”戴春进常把这句话挂在嘴边。他选材眼光独到：狮头少年需弹跳如豹、腰力似弓，狮尾则要下盘如桩、臂力千钧；鼓手必须通乐理、懂控场，一槌定音便是醒狮的魂。“你看那个练狮尾的男孩，当初连扎马步都发抖，现在能托举狮头连跳高桩。”戴春进指着场内一个汗透衣背的身影，眼里满是欣慰。

舞狮人才的培养，不仅在于身体素质的雕琢，更在于成长道路上的全面引导。在紧张的校园学习生活中，如何平衡舞狮训练与学业，是筑梦团队面临的一大挑战。

因此，在学习与训练之间，戴春进始终强调“三好”：训练技术好、品行好、学习好。他利用早上大课间和下午第八节课进行训练，确保学生的学习不受影响。如果学生因训练导致成绩下降，团队会暂停其训练，直到成绩恢复。“学习是最重要的，训练是为了让孩子们更好地成长。”戴春进说。



►戴春进给学生讲解如何展现狮子神态。

▼樵北中学筑梦团队在开学礼上表演。



狮舞青春 薪火相传

雨水节气，走进西樵镇樵北中学

听醒狮传承的动人故事



▲听音湖畔，南狮舞动。

少年逐梦 狮舞青春风采

2024年广东省中学生舞龙舞狮锦标赛现场，聚光灯打在陈宗泽与区盛信的身上。鼓声渐密，金狮昂首，陈宗泽一个“麒麟步”跃上高桩，狮尾区盛信紧随其后。突然，狮头凌空飞转，狮尾双臂肌肉贲张，稳稳托住搭档腰身——这招“九天揽月”引得全场沸腾。

在樵北中学的筑梦团队中，陈宗泽和区盛信是一对默契十足的舞狮搭档。陈宗泽负责狮头，区盛信负责狮尾，他们的故事，正是筑梦团队传承与拼搏精神的缩影。

陈宗泽从小受父亲影响，对舞狮产生了浓厚的兴趣。“小时候在村里看爸爸舞狮，觉得特别有趣。”他回忆道。然而，进入初中后，舞大狮头的挑战让他一度难以适应。狮头重量增加，动作难度提升，陈宗泽的膝盖甚至因反复练习而受伤。他

曾想过放弃，但队友的坚持让他重新振作，“醒狮让我变得更自信、更专注，我的学习成绩也越来越好。”

区盛信与陈宗泽从小学六年级开始搭档，两人从最初的跌跌撞撞，到如今的默契十足，经历了无数次的磨合与努力。“刚开始时，我们的动作很生疏，经常出现他跳起来而我还没把他举起来的失误。”区盛信回忆，通过不断的练习和交流，他们逐渐掌握了节奏。

如今，他们的配合已臻化境。当区盛信的手指在搭档腰带上一叩，陈宗泽便知要跃过桩阵；当狮头微微左倾，狮尾立即垫步转体，狮身如游龙摆尾。在醒狮精神的感染下，两人不仅在技艺上取得了突破，更在生活中学会了坚持与拼搏。“醒狮让我明白，无论遇到什么困难，都要像狮子一样勇敢面对。”区盛信说。

创新传承 点亮醒狮新光

醒狮从来都不是凝固的标本。南派醒狮的步法深植于南拳根基——弓步如松，马步似钟，虚步若云，麒麟步讲究刚柔并济，叠步要求疾徐有度。这些传承千年的武学精粹，在筑梦团队手中焕发出时代新韵。

“要让醒狮‘活’在当下。”戴春进深知，传承醒狮文化不仅需要技艺的传授，更需要激发年轻人的兴趣。为了让醒狮文化更贴近现代生活，筑梦团队在传承中不断创新，他们把现代舞台、音乐、灯光和科技融入醒狮表演，编创了《闹春》《拜神门》《龙腾南海 狮舞岭南》等节目。戴春进还多次带领队员们登上央视春晚（元宵晚会）的大舞台，让更多人感受到醒狮的魅力。

作为南狮文化的发源地，南海为这份传承与创新提供了丰厚土壤。每年国庆节举办的“黄飞鸿杯”狮王争霸赛，世界醒

狮队在此切磋；第三届国际艺术创意展上，南海牛仔文创狮子头闪耀罗浮宫；更不必说那些散落村落的非遗工作坊，传承人手把手教孩子扎狮头、调鼓谱。而樵北中学筑梦团队，正是南海区醒狮文化传承的中坚力量。“我们希望孩子们能坚持传承传统文化，真正做到‘三好’，并考上理想的高中，实现他们的高中梦、大学梦和武术龙狮梦。”戴春进表示。

水上南海，春醒南海。在这个雨水时节，樵北中学筑梦团队用青春和汗水书写着醒狮文化的新篇章。他们不仅是传统文化的传承者，更是创新与梦想的践行者。正如戴春进所说：“醒狮不仅是技艺，更是一种精神。”在这片充满生机的土地上，醒狮文化正以崭新的姿态，走向世界，舞动未来。

文/佛山市新闻传媒中心记者 洪晓诗
图/佛山市新闻传媒中心记者 章佳琳 陈志钟 吕颜



◀樵北中学的醒狮少年刻苦训练。

分类信息

刊登热线：86224851 13726677228

▲佛山市南海区狮山镇永安小学工会委员会遗失开户许可证，核准号：J5880054584502，现声明作废。

▲佛山市南海区九江镇南金村南一股份经济合作社遗失2024年开具的南海区九江镇集体组织收据（电子）第二联交缴款单位（红色）联三份，票据号码分别为收据代码：D440605121222，号码：0018395；收据代码：D440605121222，号码：0018396；收据代码：D440605121222，号码：0018397，现声明作废。

文明佛山 FOSHAN

关心保护未成年人健康成长 是全社会共同责任

中共佛山市委宣传部
佛山市精神文明建设办公室