

# 淺看綵帶， 潛談彩帶舞

A Glimpse at Ribbons and Colored-Ribbon Dance

李英秀

Ying-hsiu LEE

國立台灣藝術大學舞蹈系教授兼藝文中心主任



## 一、從中西古典文學與藝術品中，了解彩帶舞之意境變化

漢之白紵舞，即為短綢之舞，較今日古典戲劇與舞蹈中之「彩綢」為短。以絲質之綢布，稱之為絲綢，因其色彩不一，又稱「彩綢」或「綵綢」，因其長，故又稱之為「帶」；亦稱為「彩帶舞」或「綵帶舞」。「彩」字為各種顏色，如同顏色所發出的光，形容其色的美妙。「綵」字為有顏色的絲織品。故「彩」、「綵」兩字皆可用之。形容舞具以「綵」帶為宜，形容舞形即以「彩」為舞，較能宣洩其情感、意境。如楊玉環正拿紅色的「綵帶」表演「彩帶舞」。據考證自漢起即有彩帶舞的存在，在拙著《霓裳羽衣舞之研究》中，即有詳細的研究探討，古代的舞蹈形象資料，大多不能和文字結合起來，而無法確知它的名稱，惟一些少數的結合，才能使我們多少對歷史上的舞蹈獲得一些生動且具體的了解。蒐證敦煌壁畫中北魏的舞姿，漢之七槃舞出土於山東沂南之漢墓，後漢三國時期之巾袍舞（白紵舞），龍門石窟萬佛洞之石刻浮雕，西安唐墓壁畫中的舞女，洛陽北部上唐墓出土的舞俑。敦煌壁畫中保留了很多資料，如宋國夫人出行圖等。又自漢以至唐楊貴妃舞霓裳，貴妃死後唐代許多舞蹈亦被廢棄，至清末民初國劇名伶梅蘭芳在其早期歌舞劇中，編排〈天女散花〉中身皆飾以綵帶而舞。尚有國劇〈嫦娥奔月〉中亦是以綵帶而舞之動之。流傳到今，根據空氣動力原理，研究綵帶之飄遊性，以加長綵帶寬度、長度，講求身段動作之美，可勾畫出更生動的線條，舞出更出色的彩帶舞，是自然可喜之趨向。在詩詞家筆下的霓裳羽衣舞、曲及劇作家的長生殿。歷歷描述了彩（綵）帶舞的風貌，也因而剖析了彩帶舞出現在天上、人間、宮廷、民俗的舞蹈動作之中。

在古代羅馬服飾中，無論男女從肩袍到披帶，其披掛曳動與耍搭之架勢，帶領著一時風潮。新藝術時期維克特·荷塔在比利時布魯塞特博物館內保留當時所有的日用品、藝飾作品，其設計可查勘出其構思中來自於馬鞭揮動之線條美與巾舞中彩帶舞動有異曲同工之美，據考證中國舞蹈巾舞為漢公莫舞，其「帶」可當利器使用，「鞭」與「帶」之神采相輝映。慕夏(A·Mucha)在其海報作品中，繪畫、詩歌、音樂、舞蹈等四幅皆以彩帶襯托其體態優雅柔美、飄逸，尤其以音樂一幅神韻最為生動。另近期美國愛荷華大學在一九九〇年十二月舞蹈系年度系展由青年舞蹈家羅雅柔所編排〈The day at the museum〉中，將東方彩帶技巧融合於西方故事表現於作品中，頗受好評。又在世界體壇中，藝術（韻律）體操項目中「彩帶」一直受歡迎的程度，亦證實其地位之重要性。

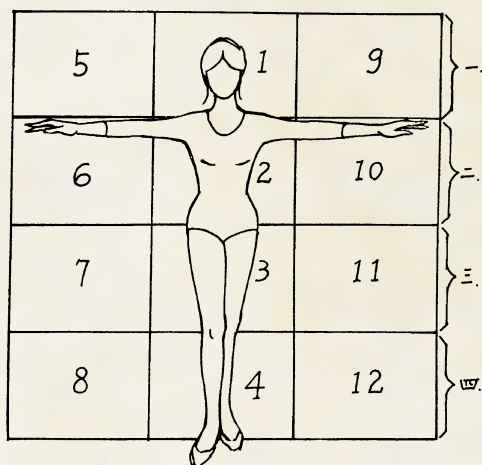
無論靜態的、動態的，彩（綵）帶不僅可為舞台上精緻的表演，亦可做為觀賞、裝飾用的意象藝術品，更可傳神為舞器使用，宏壯聲勢。

## 二、從中國舞蹈動作透視彩帶舞動作與意象

彩帶舞不僅是欣賞者覺得美，舞者也覺得美，還要感覺舞到快樂，且藝術意象達到共通的境界，此為最大的享受，重要的是觀賞者的條件與修養。目前表演工作者同心的推動下造就不少舞蹈觀眾，如果過份強調神禪或過於強調意象，會破壞了原有技術性的演練，一時的噱頭無法成就不朽的藝術作品。傳承至今的彩帶舞無論在技巧、無論在意象，皆有令人無法拒絕的魅力，主因在於沒有上乘的技術，就無法舞動並勾畫其所要求的線條與情感，配合其線條與情感，又要借重於中國舞蹈基本(身段與武功)動作。

手持舞器即延伸身體表達的媒介，其材質無論是硬式，如刀、槍、劍、棍、棒等；或軟式，如彩球、花朵、折扇、紗巾、長綢、綵帶等，與身體都有密切關係，適當地與身體硬撞、摩擦以產生另一種效果，是不可或缺的。但這些種種舞器使用不當，而破壞舞形的風貌，可謂得不償失。刀、劍方式與力道不同的用法，槍、棍正確的要法，都與身體的起、伏、臥、旋等變化，而有不同的精神表現，躍動之中，自有乾坤。這些都來自舞者本身基本動作訓練扎實，並對所用舞器有獨到的認識，也就是論舞器與身體情感技巧融合的智慧表現，套一句通俗的話：與其礙手礙腳的使用舞器，不如先學會白手(徒手)表現即可。也象徵徒手(白手)舞蹈表演不好就甯用舞器，班門弄斧，反而弄巧成拙，且達不到融技巧、情感與舞形於一氣之最高境界。

舞蹈教育是一個完整的整體，本位主義的觀念對舞蹈的發展是有礙而無益的，為便於講述舞器基本訓練方法，選擇將西方舞蹈和東方舞蹈的訓練特質稍作融合，發展中國舞譜記錄方式，依人之身體方位劃分區域，以符號代表，如圖表一、二、三，此乃藉拋磚引玉之舉，望有志習舞者(尤對手持舞器)共同研究，建立科學化的舞蹈紀錄資料，以方便後來的學習者。



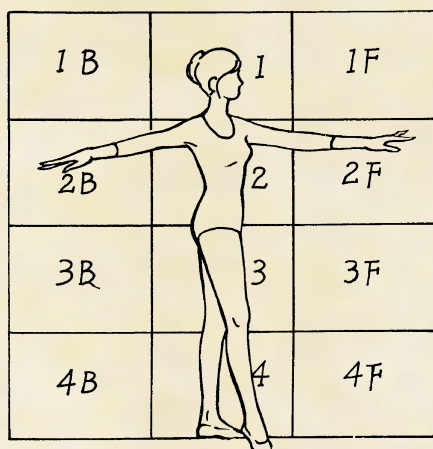
圖表一 基本動作區位劃分圖(正面立姿)

圖表一

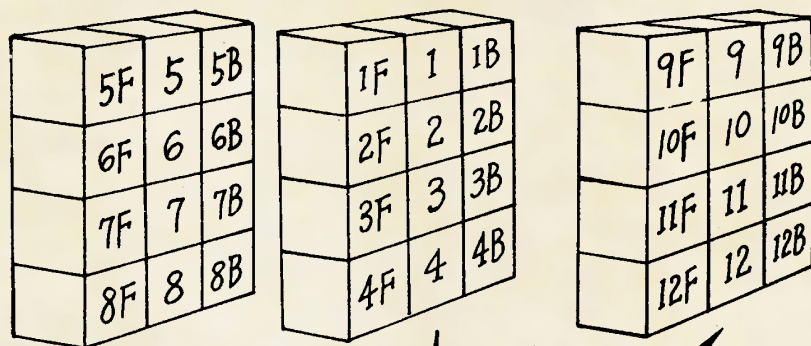
(一)依人體縱向區分四部位。

1. 肩膀以上至手臂上舉之高度。
2. 肩膀至胯骨之間。
3. 胯骨至膝蓋。
4. 膝蓋以下之部位。

(二)依人體橫向兩側均分為三等分，其距離分別為兩肘關節之間的長度。



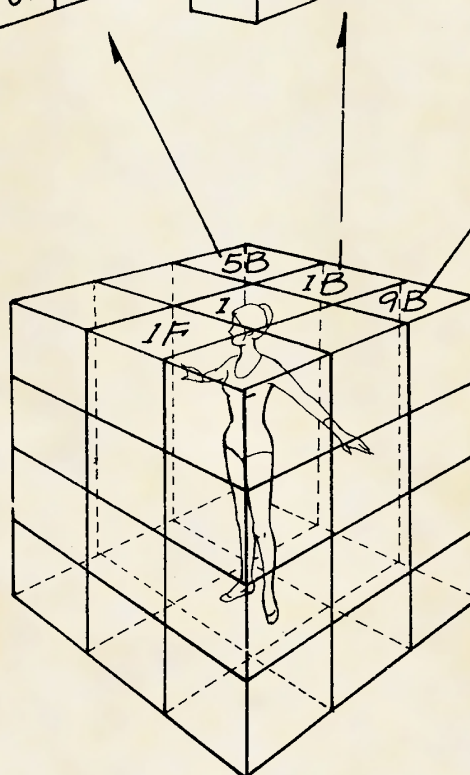
圖表二 基本動作區位劃分圖（側面立姿）



圖表二

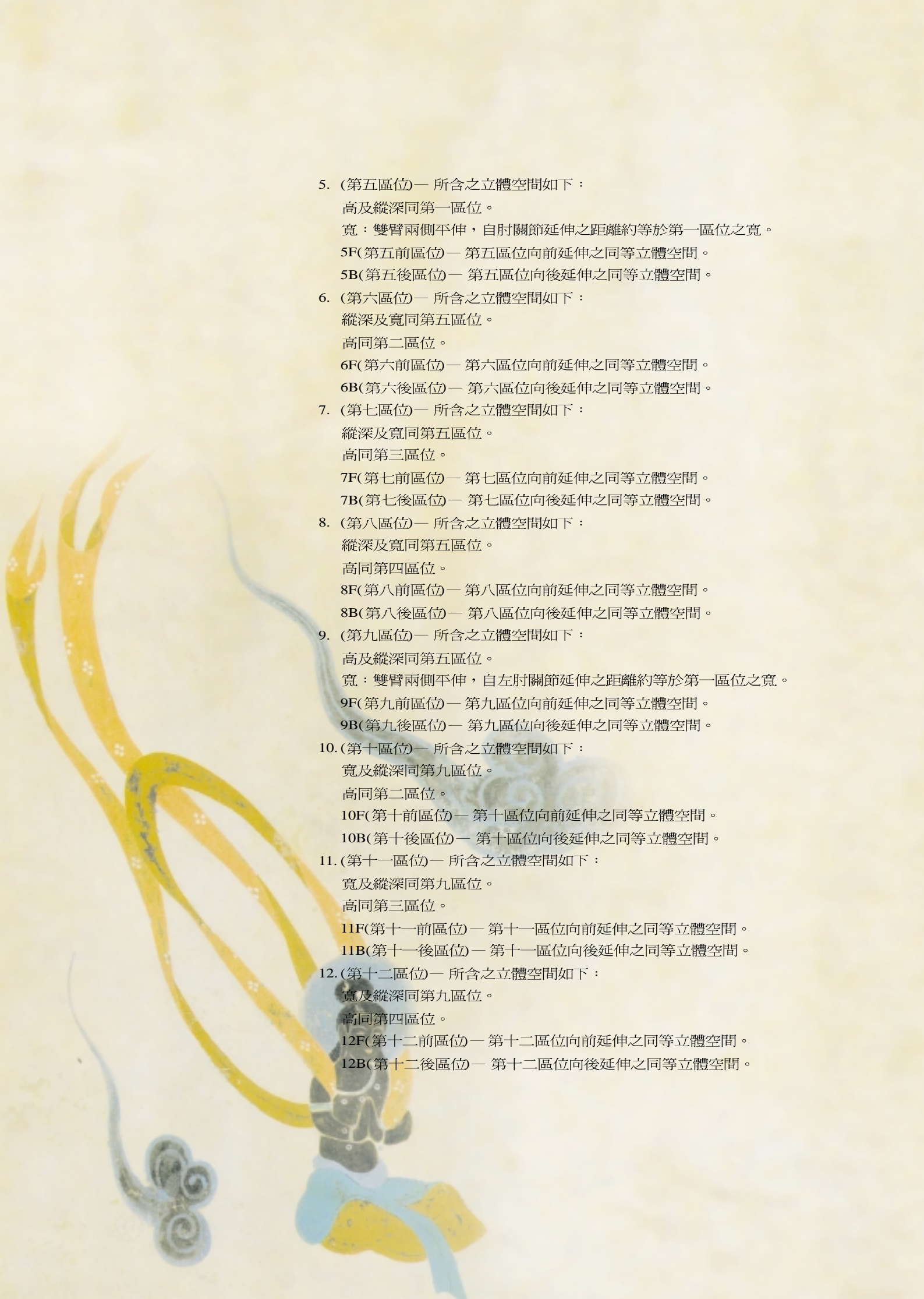
圖為人體側立姿勢，前後向縱深亦均分為三等分部位，每部位之距離為兩臂前後平舉兩肘關節長度。

圖表三



圖表三  
基本動作區位劃分圖立體透視圖

1. (第一區位) — 所含立體空間如下：
  - 高：肩部以上至手臂上舉之高度。
  - 寬：雙臂兩側平伸，兩肘間之距離。
  - 縱深：雙臂前後平伸，兩肘間之距離。
  - 1F(第一前區位) — 第一區位向前延伸之同等立體空間。
  - 1B(第一後區位) — 第一區位向後延伸之同等立體空間。
2. (第二區位) — 所含之立體空間如下：
  - 高：肩膀以下至胯骨間之距離。
  - 寬及縱深同第一區位。
  - 2F(第二前區位) — 第二區位向前延伸之同等立體空間。
  - 2B(第二後區位) — 第二區位向後延伸之同等立體空間。
3. (第三區位) — 所含之立體空間如下：
  - 高：胯骨以下至膝蓋間之距離。
  - 寬及縱深同第一區位。
  - 3F(第三前區位) — 第三區位向前延伸之同等立體空間。
  - 3B(第三後區位) — 第三區位向後延伸之同等立體空間。
4. (第四區位) — 所含之立體空間如下：
  - 高：膝蓋以下之距離。
  - 寬及縱深同第一區位。
  - 4F(第四前區位) — 第四區位向前延伸之同等立體空間。
  - 4B(第四後區位) — 第四區位向後延伸之同等立體空間。

- 
5. (第五區位) — 所含之立體空間如下：  
高及縱深同第一區位。  
寬：雙臂兩側平伸，自肘關節延伸之距離約等於第一區位之寬。  
5F(第五前區位) — 第五區位向前延伸之同等立體空間。  
5B(第五後區位) — 第五區位向後延伸之同等立體空間。
  6. (第六區位) — 所含之立體空間如下：  
縱深及寬同第五區位。  
高同第二區位。  
6F(第六前區位) — 第六區位向前延伸之同等立體空間。  
6B(第六後區位) — 第六區位向後延伸之同等立體空間。
  7. (第七區位) — 所含之立體空間如下：  
縱深及寬同第五區位。  
高同第三區位。  
7F(第七前區位) — 第七區位向前延伸之同等立體空間。  
7B(第七後區位) — 第七區位向後延伸之同等立體空間。
  8. (第八區位) — 所含之立體空間如下：  
縱深及寬同第五區位。  
高同第四區位。  
8F(第八前區位) — 第八區位向前延伸之同等立體空間。  
8B(第八後區位) — 第八區位向後延伸之同等立體空間。
  9. (第九區位) — 所含之立體空間如下：  
高及縱深同第五區位。  
寬：雙臂兩側平伸，自左肘關節延伸之距離約等於第一區位之寬。  
9F(第九前區位) — 第九區位向前延伸之同等立體空間。  
9B(第九後區位) — 第九區位向後延伸之同等立體空間。
  10. (第十區位) — 所含之立體空間如下：  
寬及縱深同第九區位。  
高同第二區位。  
10F(第十前區位) — 第十區位向前延伸之同等立體空間。  
10B(第十後區位) — 第十區位向後延伸之同等立體空間。
  11. (第十一區位) — 所含之立體空間如下：  
寬及縱深同第九區位。  
高同第三區位。  
11F(第十一前區位) — 第十一區位向前延伸之同等立體空間。  
11B(第十一後區位) — 第十一區位向後延伸之同等立體空間。
  12. (第十二區位) — 所含之立體空間如下：  
寬及縱深同第九區位。  
高同第四區位。  
12F(第十二前區位) — 第十二區位向前延伸之同等立體空間。  
12B(第十二後區位) — 第十二區位向後延伸之同等立體空間。

以彩帶為例：

1. 在心理先要有一個區位的輪廓：

共三十個區位，在1、2、3、4區位內為綵帶不該飄遊處，手腕、手指所劃過之處，綵帶即會跟著飄掠過；亦即手指不應侵犯入此區位，在這些區位外是綵帶的活動區。此作用在防止綵帶掛在頭上，矇著臉的醜態發生。

2. 舞綵帶適用腕力，而非臂力或單用手指之力。人體每一動作，均有其動作原理，適合機動之原則者，為省力科學之動作。否則必浪費體力，且動作遲緩。舞蹈動作亦會因其用勁而不美。舞綵帶用手臂之力，終必因其臂用力，迫使全身搖晃，失去嫵雅之韻味。用手指之力，必因其用力半徑小，較難使出力量使綵帶揚起，且其手部必僵硬，失去手部舞動之美感。

3. 每一個動作，必定要使綵帶之末尾部，完全離地，才不至使綵帶，因拖在地面，久而成曲捲狀油條狀。

4. 必須先舞起綵帶，後出足走動，才不會有踩到綵帶，而無法舞起綵帶之情形發生。

5. 必須完成一個動作後，再作下一個動作；即其末尾部也經過手指所劃之路線後，再做下一個動作。才不會有綵帶花型混亂，及綵帶互搭一起糾纏不清，或打結的情形發生。

6. 完成一個絲帶動作後，其絲帶落置哪一位置，必須依其基本動作規定置妥。

7. 如果每一個動作連接不是很順當，中間應加一緩衝的動作，將綵帶抖順，稱「順綵帶」。

8. 每一個動作使用之力，應該均勻且綿綿不斷，這樣所舞之花才圓，也不會有雜亂抖動的情形。

9. 綵帶所舞之方向，必定是均衡相對的。這樣才能將綵帶隨時保持平張，不至捲曲一起。

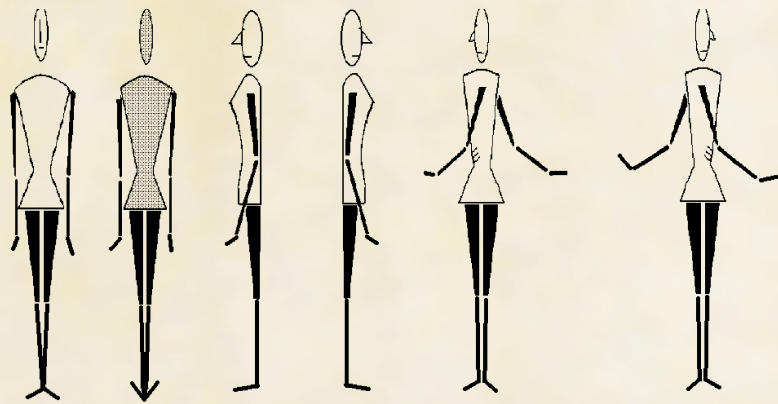
10. 用力之大小，要練習到能控制自如，不能操之過急，亦不能拖泥帶水。這都會影響到綵帶的花樣。

11. 前所述使用綵帶的方法有兩種，一為夾有細棒，一為不夾細棒。筆者主張練習時，採用不夾細棒之綵帶，單用手指持綵帶練習腕力，使用更有勁且靈活。如遇必要時，用夾棒式綵帶，也非不可。一方面可以節省力量，避免因氣喘如牛，致有呲牙咧嘴、花容失色之窘態，有失美感。但須將細棒儘可能隱藏起來，不可高舉著細棒，破壞了畫面之美。

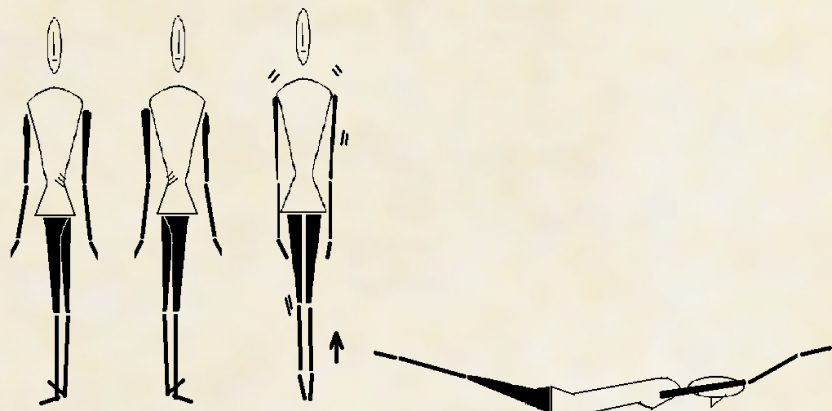
再以大刀簡單的舉例，為歷史人物關公、張飛所持用舞器，首要避免的是刀刃不宜在本區位(即1-4區位)遊走，以免刀鋒傷身。刀背、刀柄、柄槌適當碰踢是可採用的，如刀柄可在第2區位(腰部)滾動，柄槌可在第4區位踢挑，第1區位旋拿。至於刀面、刀鋒，都應在前區位(F)及後區位(B)表現，如此以符號代表，便於紀錄，亦可強調其情感表達重點處，如亮相時可記錄眼神及手臂朝5F(即右斜前45度角)，大刀立在10F、11F、12F。

舞譜紀錄表以十六開筆記本攤開，左面起段、拍數、術語、圖解，右面起說明、備註(重點)。

段	拍數	術語	圖解	說明	備註(重點)



正面 背面 左側面 右側面 上半身右轉體 上半身左轉體



下半身右轉體 下半身左轉體 上跳動作 伏地動作

簡單人體動作圖示

### 三、結合彩帶舞舞者與欣賞者的藝術零界點

做爲一位觀賞與表演彩帶舞者是智慧者。從最基本的概念：(一)綵帶是身體動作延伸的一部分；(二)是情感昇華的另一表現方式；(三)結合情感與技巧的高難度表演藝術。

表演藝術中唯一的藝術品，就是表演本身。除去舞台設計中佈景、燈光，最要求的就是表演者本身，再透視追究下去，除去表演者的基本動作，中國的身段、武功、台風強弱，皆能呈現其精神與意境的好壞。例如一個基本彈跳動作無法做好，更無法在動作同時，進行揮灑綵帶動作，僅能稱爲動作，而不能進階到『舞』的境界。例二，一個旋轉亮相動作無法做好，更無法在旋轉的同時，將綵帶使力，阻礙進入另一視覺效果的境界。諸如彼此，在拙著《霓裳羽衣舞之研究》、《彩帶舞意境變化與動作分析之研究》中皆有詳細圖文推論，故不再贅述。

因爲身體動作表現之不足，即動用到舞器（綵帶）再度延伸發揮，在劃出的線條有形與無形的空間裡，是最巧妙之處，給予觀賞者與表演者互搭的溝通捷徑。就如抽象畫及現代藝術中，觀賞者背景不同，有不同的觀賞與詮釋空間。雖爲傳統的中國彩帶舞編排、創作的技巧不同，亦有超越時空的藝術表現。享受在藝術成就之中，文學修養、動作分析的專業不足，充斥抄襲西方創作方法(俗稱有樣學樣)而無法探索途徑。應自我主題意識清晰，確認立足點，再展現原質，自創方法與風格，即不會失去此一美的精神(藝術)饗宴。台灣與中國有著血緣上不可分割的關係，中國舞蹈在台灣這種由傳統文化中應運而生的傳承，應該是一種財富的累積，尤其藝術是綿延不斷且需要時間來考證。兩岸的交流若使台灣因而放棄了自身幾十年來的舞蹈發展，那是很不值得的，如果有人認爲傳統是一種包袱，那或許是沒有承受這些財富的能力吧！

表演彩帶舞是結合時間、空間藝術，達到一瞬間的精神之藝術，情感發自內心，表演者達到此一領域中，共同在一個境界中結合，使身體表達出內在專注力的流動狀態，表現自在而精練的身體條件，有經驗的與現實觀眾交流共鳴，也應該是欣賞者的要求。一條或數條彩帶在舞台上設計在佈景中，再拿下舞弄是最平凡的手法。相反，一位表演者能由本身情感發動，舞之、動之、進而揮之，將彩帶舞精神表現淋漓盡致，帶動所有參與者的情緒，也是欣賞者與表演者的藝術零界點，深而遠！

