

第 二 單 元

理論與思想體系篇

壹 舞蹈的本質

自有人類即有舞蹈(Dance)，舞蹈是什麼？什麼是舞蹈？隨著人類文明的演展和文化的變遷，舞蹈的名詞釋義，就隨著其所處的時代背景與其功能之需求，而有所不同的解說：舞蹈是藝術的一環，所有人類的藝術皆為其所處的時代之產物，不同時代有不同的功能需求，舞蹈表現之形式、種類、形態、派別就不同，無論那一類型，都無法再被重複於相異的時代，既使重現亦僅是其外在形式而非其原有精神內涵，因為創作是獨有的，不同時代不同文化，滋潤出不同的創作藝術品，因此對舞蹈所下之定義亦有所不同。所幸演進到今天我們所處的時代…多元文化的時代潮流，對類型已多元化的舞蹈，所表現的美感認知，不必再花心思去辯論：「這種是舞蹈嗎？舞蹈是這種嗎？或這是藝術舞蹈嗎？而對它產生釋義的疑慮」。這時代的藝術文化教育，讓我們了解到「各種類型的舞蹈是舞蹈」、「各種派別的舞蹈亦是舞蹈」、「各種不同功能的舞蹈、有不同的藝術價值或社會需求」；祭祀舞、民間娛樂性舞蹈、社交性舞蹈皆是舞蹈，古典舞、現代舞、芭蕾舞、民族舞、爵士舞、後現代舞，甚至近年間急速推展的運動類(Sport)舞蹈(如國際標準舞、競技有氧、啦啦隊…等等)，抽象或具象(寫實)皆是舞蹈，這個時代舞蹈領域擴展了，涵蓋面廣闊了，多元文化教育的認知，使這一代對舞蹈名詞的界定又異於他時代，在審美的標準尺度、動作、技巧的規範上的認同，獲得自由開放了，因此參於跳舞的人或觀賞的人，獲得更大更廣的選擇空間。視野的拓展，使我們更能包容與接納如此豐富而多采多姿的舞蹈藝術時代。究其原因乃是我們所處的這一個時代，對舞蹈的釋義更明確了。所以，舞蹈其本質是什麼呢？

舞蹈是人類最古老的藝術活動之一，人類將意象(Image 意念)轉化成動作，或將日常生活中身體經驗過的運動、轉化成有表現功能時，這些動作就可成為發展人類心靈的活動時提出貢獻—可供應用為表現的動作即為舞蹈。因此以人體和動作為媒介，透過各種運動感覺之經驗、和心

智(Mind)的感知、與認知來表現的藝術就是舞蹈。又由於拉邦的舞蹈理論—動作分析(Movement Analysis)，更明確說明了組成舞蹈動作的元素與質地。其中拉邦的舞譜系統—動力(形狀)與座標(Effort and Space)及拉邦舞譜(Labanotation)可用於分析與記錄人體動作，空間、時間、力量、精力與形式。這些肢體動作經過組成、轉化成如語言文字般地使用，即產生表達功能。現依序簡述如下：

(一) 人體(Body)和動作(Movement)：

身體運動能力是舞蹈最基本的特質，它透過運動知覺，結合心智(Mind)，執行各部位的肌肉、骨骼和神經系統進行動作探索，去瞭解人體運動的方法並產生動作。如，走、跑、跳、轉、滑、爬、扭轉、抖動、擺盪、波動、昇起落下、屈伸、伸展與收縮等各種動作(Movement)。

(二) 空間(Space)：

可做高低水平變化，可做動作大小變化、動作可以在空中或地板產生移動之軌跡(Pattern)，即動作移動時與周遭環境所形成的空間。

(三) 時間(Time)：

動作可由快到慢、或慢到快；可長也可短，可以對比或漸進方式產生各種不同的時間變化。

(四) 力量(Weight)：

動作施以不同力量就會產生不同的表現，可強可弱，力量可大可小；也可以持續一種不變的力量，使動作、時間與力量皆在平穩中進行。

(五) 力流(Flow)：

動作組合過程需有起伏如高低大小，或快慢強弱等等之變化，始產生流動具有表現力，如樂句一樣，舞句(Phrase)是舞蹈結構中的最基本單位(Unit)。

(六) 其他包括形狀(Shape)：

人體運動過程皆產生形狀，而形狀是線條組合成的。

線條又可分為直線與曲線兩種基本形式；可單一應用，也可兩種混合應用。

第 二 單 元

貳 舞 蹈 的 類 型 與 發 展

隨著人類社會文明的演進，舞蹈在不同時代有其不同的需求與功能，因此，其發展也從史前時代「僅供為人與神溝通工具」的宗教舞蹈，演變到今天多元化功能的各類型舞蹈。因社會經濟的繁榮，人們對生活品質之要求也隨之提昇。休閒與娛樂大力的被提倡。在舞蹈中，除了精緻的劇場舞蹈表演藝術外，舞蹈工作者，亦需隨著時代的潮流演變與需求，開發不同、且多元化功能的舞蹈類別，以應社會需求。如，休閒娛樂的舞蹈，便提供了人們更普及化的舞蹈欣賞及參與機會。因此，在各校施行多元的舞蹈教育，培養學生喜歡、積極、主動地參與跳舞，進而培養其美感，使學生成為藝術活動終身參與及實踐者，為本課程重要目標之一。本單元就當今如此多種類型的舞蹈項目中，依中學生的程度與需求，提供數種類型的舞蹈，作為教學內容之參考。

一、土風舞

土風舞(Folk Dance)中的Folk，為人民(People)、族群、或部落(Tribe)，是文化的孕育者，範圍隱含：社會、風俗、服飾、行為、及信仰，所以，依韋伯大字典解釋，土風舞為源自人民，透過人民傳承的舞蹈。

(一) 土風舞之發展與特色

有人類即有舞蹈，土風舞的起源更不應例外，早在人類群居時即已存。在人類發展的過程中，土風舞深入每一個階段，型態隨階段而變，服飾、舞步、形式亦然。土風舞既然與人民的生活息息相關，而人類生活受地域、氣候、信仰、風俗所影響，因此土風舞其形式豐富而多變化，其功能簡易而社交化，其類別隨著場合的不同，而有：聯歡、娛樂、工作、儀式、宗教、及戰鬥舞等型式。

土風舞有一項特質，就是它不是表演藝術！雖然現在，我們可以看到土風舞表演，但是土風舞的本質，是參與性的舞蹈，是溝通性的舞蹈，

代代相傳，在娛樂氣氛中進行的舞蹈，使用傳統音樂、服飾、配件，也保存了傳統文化。

●1.義大利的土風舞之發展

西元573年，義大利的基督教，禁止禮拜式舞蹈，民間遂轉而發展土風舞，中世紀時黎民生活困苦，土風舞成為他們精神上的慰藉。跳土風舞時的穿著，就是平常的工作、或外出服，其娛樂成份大於社交成份。

●2.法國的土風舞之發展

法國革命，宮廷解體，宮廷舞蹈流入民間，民眾爭習貴族社交舞，土風舞遂停滯不前，當時流行的舞蹈，是波卡舞、圓舞、查斯頓(charleston)舞、狐步(fox-trot)舞、探戈(tango)舞。20世紀的土風舞，受工業革命影響，人民生活文明的改變，鄉村城市化，土風舞漸失去其草根性，社交成份漸大於娛樂成份，只有在節慶時，才能一睹芳姿。

●3.美國的土風舞之發展

依據美國土風舞學者Michael Herman言，美國土風舞系統化的發展，源自1930年代的紐約「農業促進會」，該促進會致力於土風舞的娛樂化，迥異於慶典式的土風舞，以1940年的紐約世界博覽會為例，當時，數千觀眾，風湧入會場，學習簡易的土風舞，接著，成立「土風舞研究中心」，定期發表The Folk Dance刊物。在1945年時，紐約市的會員就有一萬人，

加州也有五千個會員。二次大戰時，透過駐軍美國土風舞擴展了視野，融合了世界各地的土風舞，如：瑞典Hambo舞、俄國的三人舞(Troika)，戰後，且成為學校制式課程，土風舞儼然成為人民發舒戰爭情緒的工具。

●4.台灣的土風舞之發展

世界土風舞移入台灣，則源於1958年的傳教士，當時的基督教青年會首先應用在團康活動中，1957年美國國務院派Ricky Holden來訪，巡迴教授土風舞，而受到重視，1960年Ricky Holden再次來訪，更帶動土風舞的風潮，一時

各處紛紛出現土風舞教材，學校也樂於採用：如《怎樣跳土風舞》（張麗珠編著，1962年幼獅出版）、《世界土風舞》（楊昌雄編譯，1968年台灣時代書局出版）《跳吧！土風舞》（陳驥，1974年台灣時代書局出版）、《精選土風舞世界全集》（張慶三編譯，1979年弦歌圖書出版社）、等。當時師大體育系湯銘新教授順勢，在台北國際學舍成立「土風舞研究社」，招收大專學生成為會員。值得一提的是，救國團年年各地舉辦研習活動，培養了許多土風舞的愛好者與師資。

土風舞的動作，受氣候及地域性的影響而展現不同的風格，如：亞熱帶的南洋群島、印尼、夏威夷群島、印度的土風舞，強調手部細膩的動作，而寒帶的蘇聯、中亞、中國蒙古的土風舞，卻迥然不同，強調跑、跳、迴旋，腿部粗獷的大動作。

跳土風舞時，可以沒有特定舞伴，大家圍成一個圓圈、方陣、或長列，當然，也可以雙人跳土風舞，也可以獨舞。

（二）土風舞的分類

依據日本民族舞蹈家玉置真吉言，土風舞粗略可分為下列四種：

- 1. 鄉村舞蹈(Country dance)：各地傳奇、祭典、歷史、風俗，具有民族性特色內涵的舞蹈，如：美國的 Play party 舞、墨西哥的螳螂(La Cucaracha)舞、丹麥的女水妖(Nixie)舞、荷蘭的 Danico 舞、日本的 Tanco Bushi 舞。
- 2. 國家舞蹈(National Dance)：起源於某地區，流行於全國的舞蹈，如：南斯拉夫的 kolo 舞、義大利的塔朗特拉舞(Tarantella，一種快速旋轉舞)、墨西哥的帽子(Jarabe Tapatio)舞、匈牙利的 Csardas 舞。
- 3. 國際性舞蹈(International Dance)：已成為世界性的舞蹈，流行於國際間，通稱的社交舞，如：撲克舞(polka 一種快速旋轉舞)、莎底士舞 Schottische(一種慢步的波爾卡舞曲)、Varouviannne 等，起於鄉間，風行各國。18世紀風行世界的華爾滋舞(Waltz，輕快地走動旋轉舞)、19世紀風行的一步兩步的雙人舞(圓舞 Round Dance)、斜槽(Lander)舞等。
- 4. 特徵舞(Characteristic Dance)：以特殊樂器、音樂角色等特徵表現的舞蹈，如：中國劍舞、英國的莫理斯舞(Morris)舞。

其實，還包括比賽舞、婚禮舞、求偶舞、宗

教舞、節慶舞、及好玩的動作舞。當然，工作舞也包括在土風舞中，如：菲律賓的種稻(rice planting)舞、日本的煤礦工(coal miner)舞，鞋匠舞、水手舞，則幾乎在任何國家中都能看到，在水手舞中，使用氣笛，風行世界。像：墨西哥的 El Bolonchon 舞，為尊敬貞潔的瑪麗亞而舞；像：以色列的 David Melech 舞，為聖經中的大衛王而舞，則是屬於宗教舞。節慶舞，則有瑞典的 Christmas Polka、烏克蘭的 hayivka。義大利的 tarantella 舞。

吉普賽民族，游牧四方，四處歌舞，同化當地文化，而保留自己的民族性，影響歐洲土風舞甚巨。吉普賽樂師，參與當地的慶典、婚禮，奏出獨特風格的樂曲，不規則的韻律、斷奏的節拍，將傳統匈牙利旋律，以斷奏形態演出。吉普賽舞的特色，為高傲、圓滑，女舞者舞動裙擺、披肩、手帕，顯示女性美時，仍能保有矜持，富動感的聳肩動作(尤其在蘇俄、匈牙利的吉普賽舞)，伴隨著不規則的韻律，抑揚頓挫的節拍，是各地吉普賽舞所共有。

舞蹈的地板圖樣，為土風舞的發展提供些許的線索，由簡而繁，其樣式常見者為：圓形、鏈狀(Chain)、進行式、複雜圖樣、及方向圓。

以圓形言，大部份為封閉式圓形圖樣，部落舞蹈隨處可見。將膜拜物置於圓心，舞者面向圓心，搭手、腕、肩、或肘，原地或微向左右轉，無關乎性別，象徵地位平等。隨社會演進，繞圈動作愈趨複雜，如：凱爾特族的繞圓，索卡西亞的圓圈，及蘇聯、南斯拉夫的月光舞(Moonshine)。雖然，圖樣是圓形，卻允許有個人的動作。男女間隔開，男女依舞蹈隱喻，分別做動作，如：Provencal Danse Ronde De la Civaia 舞，描述播種、燕麥收割情形，有時，也由小孩演出。

在莫理斯舞(Morris，英國民俗舞蹈的一種)中，舞者扭弄投石環索、或手帕，做簡單的繞圓動作，其實，是源自早期的車輪舞(Kolo)。在車輪舞中，採用牛輪道具，象徵生命儀式，有時，男女成同心雙圓，男外女內，或反之，當繞圓速度增加後，男將女盪起，以顯示繁殖力，如：Damatian Eagle Kolo。法國的鐘樓(carillon)舞，則男女相對，成同心圓，又跺腳，又拍手，似春雷。

鏈狀圖樣，由圓形圖樣演變出來。常見到鏈狀圖樣，當繞著圓心跳完後，帶隊者帶領大家，

經過田園，逐家訪問，像：法國的bourr 樂舞、挪威人的歌舞(song-dance)，這種鏈狀圖樣，在希臘、南斯拉夫，也隨處可見。

在跳土風舞時，隨著氣氛高漲，伴隨著節奏，喊叫、么喝、或呼喊，也常在各民族的土風舞中出現。隨著科技的進步，文明的發展，天涯若比鄰，人類可以快速的旅行，地球村的來臨，使得各國的土風舞，得以散播各角落，國際上有許多的土風舞營、或俱樂部，定期的舉辦活動、出版刊物，土風舞服飾，也漸漸脫離傳統民族服飾，土風舞轉型為通俗的娛樂舞蹈，是必然的趨勢，不是壞事，至少，它保存各民族的古風，使人類各民族的文化，不至同質化，而得以永垂不朽。

二、中國民族舞蹈

中國擁有五千年的歷史隨著社會文明的演變，所產生的舞蹈文化自然是多元與複雜的發展，中國的舞蹈史大致可劃分為史前的原始舞蹈，周商朝的祭祀舞蹈，周朝的禮樂之舞，漢朝的百戲、女樂，隋唐朝的燕舞以及流傳於唐代之後的樂舞與民間舞蹈。

(一) 史前的原始舞

原始舞蹈起始於原始部落的生活，這些舞蹈的形式與動作雖無文字的記載，但是經常從先人所遺留下來的壁畫、石器、陶器的圖像可以知其一二；由於生存的需求工作、戰鬥、狩獵、求偶…皆是不可缺的生活內容，因此它們也自然地成為原始舞蹈的主題與內容，這些舞蹈常是歌舞並存，具有祭祀、醫治、教化與娛樂的功能。

(二) 商朝的祭祀舞蹈

祭祀天地、崇拜祖先、趨除邪魔與祈求福壽平安，一直是人類自然的本能與願望，商朝開始出現奴隸之舞「九韶」，目的在娛樂隸主與君王，祭祀舞蹈也是商朝興起的舞蹈尤其以「巫舞」最盛行，旨在通神、娛神，發展至商周兩朝，由於原始宗教觀念的產生，對天、地、祖先、與氏族圖騰等的崇拜，所以祭祀舞蹈就更加盛行，這也是統治階級強調軍權神授，剝削奴隸階級的手段，事無巨細例如計祭祀、征伐、狩獵、疾病、農業豐收、歉收、乾旱、水災…等，都要占卜問鬼神，並且把占卜的日期、內容與吉凶之結果都刻在甲骨殼或牛肩胛骨上，這就是我國最早的文字，它保存了商朝相當豐富的舞蹈史料。

(三) 周朝的禮樂之舞

周公為教化百姓與貴族子弟而制禮作樂，為此在宮廷設立了掌管禮樂事宜的樂舞機構，將其整理成「六舞」—《雲門》、《咸池》、《大韶》、《大夏》、《大濩》、《大武》。《雲門》為祭祀天神；《咸池》為祭地示；《大韶》為祭四望；《大夏》以祭山川、歌頌夏禹；《大濩》以享先妣；《大武》以享先祖；《九韶》歌頌舜德，很明顯的這舞蹈以祭祀和歌功頌德為主，旨在強化統治階級的權威與階級制度的上、下、尊、卑。這觀念深深影響儒家君君臣臣的思想。

(四) 漢朝的百戲、女樂

經過戰國七雄的長期的兼併戰爭後，秦始皇最終吞滅六國統一中國，其結果不只帶來貨幣、文字、度量衡等制度的統一，同時也為漢朝帶來文化及表演藝術的匯集，七國的藝人與邊疆的少數民族舞蹈，隨著政權的統一也都傳入中原。這些多采多姿的演出稱為「百戲」：含有雜技、武術、幻術、滑稽表演、音樂演奏、演唱、舞蹈等多種民間技藝的組合。除了穿插於「百戲」中的舞蹈外，在後宮與貴族家中還有許多以歌舞舞蹈歡娛主人或賓客的「女樂」，這些歌舞伎人的舞蹈種類豐富有《盤鼓舞》、《巾舞》、《弦子舞》《袖舞》、《建鼓舞》、《楚舞》、《流仙舞》…等等。

(五) 隋唐朝的燕舞

隋唐可稱是中國舞蹈發展的黃金時代，隋朝及初唐就有「七部樂」、「九部樂」、「十部樂」的制定，基本上是將少數民族及外國民族的樂舞原貌呈現，自從唐太宗建立了「立部伎」與「坐部伎」之後這外來的舞蹈被宮廷伎人吸收與應用後成為創作的素材，於是新的燕舞盛行於宮廷，這些舞蹈有優美又矯健的「健舞」例如《劍器》、《胡旋舞》、《胡騰舞》、《阿連》、《大柈》…等；也有優美又柔婉的「軟舞」例如《綠腰》、《春鶯轉》、《烏夜啼》、《蘭陵王》、《蘇合香》…等；還有結合樂器演奏、歌唱與舞蹈的「大曲」例如《霓裳羽衣》、《玉樹後庭花》、《千秋樂》、《回波樂》…等。其實隋唐的並非只見宮廷中的燕舞，漢朝的百戲與中外的民族舞蹈亦流行於民間。

(六) 流傳於唐代之後的樂舞與民族舞蹈

唐代之後中國的舞蹈漸趨沒落，在封建思潮的桎梏下宮廷的樂舞不再活躍，每次的改朝換代

都帶來政治的迫害與經濟的衰退，元朝的成吉思汗統治中國時，將蒙古族的歌舞傳入中原；清朝的女真皇室將滿州的其八旗弟兄與外國的民族樂帶進中原，相反的傳統的宮廷樂舞逐漸凋零，取而代之的是雜劇；到了明清更以戲曲作為宮廷節慶、大宴、迎賓的表演節目，從此中國舞蹈就漸

漸淪落於民間，發展成為目前的情況。

三、臺灣原住民舞蹈

臺灣原住民的起源，眾說紛紜，並無定論；從語言、體質和文化的層面來看，許多學者較傾

十族	人種	族群分佈	漢化	文化	人口
泰雅	賽德克雅族(Sedek)，泰雅亞族(Tayal Proper)包括：Sekoleq、Tseole	(台北)烏來，(宜蘭)南澳，(桃園)復興，(新竹)尖石，(苗栗)泰安，(台中)和平，(南投)仁愛，(台東)海瑞、延平，(花蓮)秀林、萬榮	淺	泰雅語，無文字，紋面、織貝、祖靈崇拜	75,000
賽夏	Saisirat、Saisijat	(新竹)五峰，(苗栗)南庄、獅潭	中	賽夏語，無文字，紋面、織貝、祖靈崇拜	3,000
布農	Take Todo 卓社群，Take Bakha 卡社群，Take Vate 丹社群，Take Bunua 巒社群，Isi Buku 都社群	(南投)仁愛、信義，(高雄)三民、桃源、茂林，(台東)海瑞、延平、卑南，(花蓮)卓溪、萬榮	淺	布農語，無文字，父系外婚氏族，皮褲、皮帽、皮套袖、皮革鞋、護陰袋	3,4000
曹(鄒)	「阿里山曹亞族」包括：Tapagu-Tufuja、Lututu，卡那布亞族Kanakanabu，沙阿魯阿亞族 Saarua	(南投)信義、水里、魚池，(高雄)三民、桃源，(嘉義)阿里山	中	曹語，無文字，父系外婚氏族，皮褲、皮帽、皮套袖、皮革鞋、護陰袋	4,000
排灣	Raval 群，butsul 群，Pakarokaro 群	(高雄)茂林，(屏東)三地門、瑪家、泰武、來義、春日、獅子、牡丹、滿州，(台東)大武、達仁、金鋒、東和、太麻里	淺	排灣語，無文字，貴賤階級、貴族土地特權、雙氏宗族、百步蛇崇拜、喪服、琉璃珠、花環頭飾、祖先像獨石	60,000
雅美	蘭嶼西岸 Imourod 三社，北岸 Iralalai 社，東岸 Iranumilk 二社	蘭嶼(雅美族現在已改名為達悟族(TAU)，(達悟為「人」的意思，而雅美是以日本人取的)	淺	巴丹方言(波里尼西亞語系)，無文字，捕魚、棕櫚布、銀飾、獨木舟、無袖筒衣、拼板雕舟、丁字褲，主食是水芋、芋頭和蕃薯三種	3,000
卑南	知本、卑南、呂家、射馬干八社	(台東)卑南鄉，卑南溪以南，知本溪以北的海岸山區	深	卑南語，無文字，母系親屬、燒疤紋身、漁獵	8,000
魯凱	下三社群 Tororuka-Kongatawanu opponubu，魯凱族 Rukai，大南社群 Taromak	(屏東)霧台，(高雄)茂林，(台東)卑南	淺	魯凱語，無文字，貴賤階級、貴族土地特權、雙氏宗族、百步蛇崇拜、喪服、琉璃珠、花環頭飾、祖先像獨石	6,000
阿美	南勢阿美，秀姑巒海岸阿美，卑南恆春阿美	(花蓮)新城、壽平、吉安、鳳林、光復、豐濱、瑞穗、玉里、富里，(台東)卑南、成功、長濱、鹿野、關山、池上、太麻里，(屏東)牡丹、滿州	中	阿美語，無文字，母系親屬、燒疤紋身	120,000

▲表一

凱達加蘭族(Ketagalan)	分布於淡水、台北、基隆一帶，現已近絕跡。
葛瑪蘭族(Kaavalan)	分布於宜蘭、羅東、蘇澳一帶，以及移往花蓮市附近及東海岸之豐濱鄉與台東縣長濱鄉等地。
巴則海族(Pazeh)	分布於豐原附近。
道卡斯族(Taokas)	分布於苗栗、新竹一帶。
巴瀑拉族(Papora)	分布於大甲一帶。
巴布薩族(Babuza)	分布於彰化附近。
邵族(Sao)	分布於日月潭附近。(邵族是否屬於平埔族尚待察證)
和安雅族(Hoanya)	分布於彰化、嘉義和南投一帶。
西拉雅族(Siraya)	分布於台南至屏東一帶，以及移往花蓮縣富里鄉，台東縣關一、池上等地。
雷朗族(Luilang)	分布於台北、中和一帶，現已絕跡。

▲表二

阿美族小米「豐年祭」	含意
狩獵祭 (Miadop)	播種之前十天或十五天，部落男子集體打獵，預祝將來小米莊稼豐收。
準備祭 (Matongdaw)	播種前夕，各家將家裡的魚類全部吃光，裝魚的器皿清洗乾淨以免與小米的精靈相剋。
播種祭 (Pafraang)	播種小米，祈求小米神(Cilohafayaw) 使風調雨順小米豐收。
除草祭 (Mikulas)	疏苗及除草，象徵小米長大了。
驅蟲祭 (Mitaoph)	這是不定期的活動，在小米受到病蟲害侵襲時才舉行。
乞晴祭 (Pakacidal)	這是不定期的活動，如連續下雨不停時才舉行。收割前夕，全村居民守戒，即不吃魚類食物並清潔所有的裝魚容器。
收割祭 (Milikoc)	正式收割的早晨舉行的始割禮。
入倉祭 (Minaang)	曬乾的小米初次入倉儀式。
感恩祭 (Misalisin)	這一系列的儀式以入倉祭為結尾。在阿美族的傳統觀念裡，生產小米的成敗與否，不在於人為的栽培技術而在於各種祭儀的執行好壞。入倉祭作業完畢之後，部落才舉行綜合性的祭儀活動，這儀式叫做感恩祭 Misalisin。

▲表三

向於「來自南方島嶼的說法」。從出土之陶器、石器等古物來驗證之學者，則主張「來自西方，屬大陸系族群」。至於來自北方則僅少數分佈於恆春一帶的移民，因此亦有學者主張遷移自琉球。

台灣原住民人口，1906年統計為113,763人，1954年統計為167,561人，主要分佈在中央山脈，小部份分佈在淺山、島嶼、平原，可概分為九族或十族，現人口約三十萬，其族群分佈、漢化程度、文化、人口、及人種，如表一：

除十族外，尚有的「平埔族」，「平埔族」居住在西部平原地區，與漢人接觸已久，漢化早而深，如今已失去其固有語言、文化，可分為十個族群，其分佈地如表二：

台灣原住民，其傳統的信仰本質是「精靈主義」，以信仰靈為中心，對神祇、精靈、死靈、和妖怪，觀念分明。

他們相信靈魂和神靈，有善惡兩種。人死後，則化為靈魂，正常死者為善靈，凶死者為惡靈

。善靈可上天界，能保佑子孫。惡靈留於人間作祟，令人生病、或帶來厄。靈魂被人格化，子孫須勤於祭祀，才能獲得其保佑，所以人們為祈求作物豐收、漁獵獲多、身體健康，而展開了一連串的歲時祭儀，和一系列的生命禮儀。

■臺灣原住民歌舞一

原住民傳統歌舞是配合生活步調進行的，概分為：(1)祭典歌舞，(2)生活聚會歌舞，及(3)歌謠、戲耍舞蹈，等類。

祭典歌舞佔大宗，有定時的祭典，如：豐年酬神祭、海神祭、河魚祭、播神祭，等等；有不定時的祭典，屬於環境大自然改變，祈求上蒼降福的祭典，如：祈雨祭、祈晴祭、防蟲祭等；有生命禮俗祭典，舉凡出生、成年、結婚、死亡、喪葬(送靈祭)，等等均是，各具特色，尤以阿美族最善長歌舞，有「舞蹈海洋」美譽，最著名的為「豐年祭」；以「豐年祭」為例，說明其祭典。

「豐年祭」分為「小米時期的豐年祭」與「水

阿美族水稻「豐年祭」	含 意
引水祭 (Palinanom)	祈求水神，日月不缺水。
作苗祭 (Misacapox)	祈求神明常保風調雨順，是秧苗順利長大。
割稻祭 (Mitipos)	求神明收割順利。
祈雨祭 (Pakaorar)	求下雨。
乞晴祭 (Pakacidal)	求晴天。
入倉祭 (Mina'ang)	將新米初次入倉之儀式，祈求取之無盡之意。

▲表四

稻時期的豐年祭」。早期為種小米的農業社會，一直到19世紀初引進水稻後，小米才被淘汰。根據耆老相傳，每當小米收割後，各部落均舉行盛大的慶典活動，感謝神靈的恩惠，就是「豐年祭」的起源。

他們視小米是所有植物精靈中，最敏感了一種，而且也是最麻煩的農作物，具有人性，有靈眼、靈耳、靈覺，並有諸多禁忌，一不小心就會招禍。在田裡收割小米，需謹言慎行。耕種小米，一年一獲，整個過程中，由犁地、播種、收割、到入倉，均有祭禮。可分為如表三：

由於平埔族或漢族的介入，到了二十世紀初年，阿美族改種水稻，進入一個新的農業社會。對阿美族來說，小米和水稻是不同性質的農作物，簡言之，小米具有激烈的精靈；對人們會有明確的賞善罰惡，但水稻是良性溫和的植物，除非在特殊了狀況下，不會隨便害人。進入水稻耕作期後，原有小米時代祭儀並未全部作廢，部份仍保留，以配合「水稻時期的祭儀」，其內容如表四：

根據以上記述，除草祭和收割前夕祭，在耕作水稻時代已消失。光復基督教尚未廣行於族群時，部落性活動的祈雨祭和乞晴祭仍然保留著，但時至今日，由於族群移居與城市化，各種祭儀的形式皆以簡化或消失，綜合涵蓋所稱謂的「豐年祭」中，且活動亦縮短一至三日。

「頭髮舞」是雅美族最具代表性的舞蹈，是女子，在夜間廣場或海邊，邀約數十人，手牽著手，圍成行列弧形或面相對兩排線形，哼著雅美族，悲韻低沉的特有音樂，步伐隨著音律前進，前後甩擺其頭髮，而後搖擺的頻率，越來越厲害，身體前後的擺幅也隨之加大，屈膝與彎腰，讓頭髮尾端拂擺至地面，再甩到背後，直到面色蒼白、體力耗盡才終止（劉奇偉，72年）。

賽夏族則以「矮靈祭」聞名，矮人為教育賽

夏族人農耕技術的傳說人物，力大、擅巫術、性好漁色，賽夏族人感其恩，又忿其惡，設計陷害矮人，使墜深淵而亡，從此，作物不再豐收，於是賽夏族人設祭矮人儀式來請罪賜祈福，儀典分：靈至、會靈、娛靈、催歸、遣歸、送靈諸步驟，兩年一小祭，十年一大祭，過去祭祀時，連續歌舞六晝夜。祭舞以反時針同心圓移轉，人數愈聚愈多，外圍舞者臀繫銅鈴，兩拍節奏，右腳前後踏步，如今儀式日程亦已簡化。

在各原住民族的祭舞中，均為數百人的集體共舞，但也有另一少數人會作模擬形式的動作，如：招手、頓足、揮刀、口出祭語、這種的形式稱模擬式舞蹈；像賽夏矮靈祭的迎神舞及送神舞、曹族的軍神祭等。

原住民性喜群聚唱和，舞蹈型態也趨向群舞，少有獨舞。伴隨歌謠，邊唱邊舞。其舞蹈圖案，不外弧形、螺線形、或直線形。配合音樂身體搖擺，腳踏著步伐，並且高聲唱和。圓形圖案，通常，習慣以雙手左右分開交叉，左右互握另一人方式進行，行進時可交織變換圖形，至於年齡輩分與性別在隊伍中有其一定的排列，如：年長者圍坐在中間，是敬老、是保護、是以身作則的表示。在整體隊形運行的方向而言，由長輩帶行的豐年祭舞，因長輩排列在左邊，故向左運行，而歡樂性的舞蹈，如：宴會、慶祝、喬遷...等則有向右運行的。

原住民歌謠，有歌詞以虛字為主，如：嗨、呦、呀、泐，聲音高亢昂揚，所以，非常簡易明瞭，使舞蹈動作容易配合，據黃貴潮在「台灣聲音—阿美歌舞簡介」言，或許祭祀歌謠，多含請神送神意義，以聲音，而略去辭，可免招禍。又或許有辭，年久失佚，也未可知？

原住民為弱勢族群，其文化受漢族文化衝擊極大，尤其本世紀。因此古老的歌謠、舞蹈至今已漸漸流失，服飾漸趨通俗化，政府宜積極輔導

九 族	舞 蹈
阿美族	豐年祭、踩腳舞、捕魚舞、迎賓舞、奇美勇士舞、太巴塑歡樂舞
排灣族	婚禮舞、五年祭、出征舞、歡樂舞、工作舞
雅美族	頭髮舞、精神舞、驅鬼舞、飛魚祭、舂米舞、船祭、隨興舞、勇士舞
卑南族	婦女聯歡舞、祈雨舞、猴祭舞、搶竹、勇士舞
魯凱族	刺球舞、鞦韆舞、祭舞、凱旋舞、懶人舞
布農族	小米豐收祭舞、凱旋祭舞、杵歌舞、平安祭舞、打耳祭舞
鄒(曹族)	杵歌舞、迎神祭、小米祭舞、諷刺舞、勇士舞、播種舞、豐年祭
賽夏族	矮靈祭(靈至、會靈、娛靈、催歸、遣歸、送靈)

▲表五

與協助使其保存傳統並繼續創新，讓各俗化歌舞祭儀及精緻化歌舞藝術與人文綿延永續。各族較爲人所習知的舞蹈，如表五。

四、芭蕾舞

芭蕾舞起源與十四、五世紀義大利文藝復興，十六世紀初在義大利翡冷翠的麥迪希家族，是一個大力推動恢復羅馬與希臘古文化藝術的家族，其女兒凱薩琳·德·麥迪希(Catherine di' Medici)公主，自義大利嫁到法國成爲華洛亞(Valois)王朝、亨利二世的皇后，她將各種藝術帶進法國，其中最受矚目的就是義大利貴族富賈最喜愛的娛樂節目—芭蕾舞(Ballet)帶到法國宮廷，這是一種結合音樂、舞蹈、詩歌、默劇、雜耍、鬧劇…於一堂的綜合性節目，在政治上卻具有突顯法國宮廷財勢與國威的目的，以集錦的方式將各種娛樂性節目匯集在一起，然後冠於一個具有政治意涵的標題，旨在討好皇家與貴族，而且參與演出的人員也是以皇親貴族和仕紳名流爲主。

法王路易十四(1638~1715)是最熱衷於此道的國王，他在舞蹈中所扮演的角色永遠是解救眾人的太陽神阿波羅，此間深深影射「君權神授」的專制思想，從十三歲起他就粉墨登場扮演芭蕾舞中太陽神的角色，而有太陽王的稱號，到他三十歲時由於體態臃腫無法上台演出，因此而萌生設立舞與音樂學院的構想，1661年他授權義大利籍的全能藝術家盧利爲校長，在巴黎設立第一個專門培養專業舞蹈與音樂人才的學校—皇家舞蹈與音樂學院(Academie Royale de Musique et de Danse)，他集結各國的藝術家爲芭蕾舞劇創作劇本、音樂、佈景與舞蹈，經過了三百五十

年的演變，受到各種政治環境與藝術潮流的影響，在舞蹈史上芭蕾舞的發展史被劃分爲三個時期即是：浪漫芭蕾、古典芭蕾與新古典芭蕾(詳見本書第二單元第參節)，這三個不同時期雖然都各自擁有其特色與美學觀，但是基本上它們共同的特色就是：男舞者腳穿芭蕾舞鞋(Ballet Shoes)擅長各種於彈跳、飛躍、擊打與旋轉的動作；女舞者腳穿足尖鞋(Point Shoes)擅長各種足尖躡立的技巧，所以早年我們亦稱芭蕾舞爲足尖舞。

五、現代舞

現代舞(Modern Dance)又稱當代舞蹈(Contemporary Dance)是二十世紀初的產物，其由來並非由古典芭蕾舞加以改造而成的一種舞蹈。從時代的觀點而言，現代舞的產生不是偶然的，而是必然的。我們都是我們所處時代的一部份。過去的，有些成爲傳統的根源；有些已經成爲博物館裡的收藏品。而未來如何僅供我們探求或推測而已。藝術家的創造也是有其現實性的；因爲每一個藝術家必須要溶於其所處時代的潮流。如果他所繼承的傳統不再能符合時代的要求，他就會去尋找新的理想、新的題材、與新的表現方法。

第一位打破古典芭蕾舞傳統的是美國人伊莎朵拉·鄧肯(Isadora Duncan 1877~1927)女士，她被尊稱爲現代舞之母。她的童年是在美國度過的，但她的天才卻先爲歐洲觀眾所認識。她於童年時曾拜師於一位名芭蕾舞教師，不久，因爲他認爲以足尖站立是很難看違反自然，拒絕再去上課。「參閱她的自傳—《我的生活》(My life)」。後來她到希臘旅行，愛上了希臘的古典美，就想辦法用她自己的方法、自己的舞蹈來表現這種

美，並表演給全歐洲大陸的觀眾看。而後，她在柏林創辦了一所專為兒童設立的舞蹈學校，從事舞蹈教學及表演工作。在鄧肯死後，她的學生在美國成立了一所鄧肯式舞蹈學校，想將她的傳統繼續保存下來。但以現代的眼光來看，其形式與風格異於當今之現代舞，鄧肯的舞蹈動作偏於隨意自然，富於浪漫情調，可說是一種即興式的舞蹈。然而她的舞蹈動態的精神，與思想理論深遠地影響著現代舞蹈之發展（詳請參閱本章第三節）。

在現代舞發展過程中另有兩位革新的偉大貢獻者：

瑪麗·魏格曼(Mary Wigman 1886~1973)——她是德國人，二十歲時開始其舞蹈生涯，她認為如果舞蹈動作能象徵性的表現一個人的生活經驗它就會成為藝術中最直接的藝術之一。1913年她慕魯道夫·拉邦(Rudolf von Laban 1886~1973 拉邦舞譜創始者)之名就到瑞士向他求教，師生共同發展出一種新舞蹈方法，後來被稱為新德國舞蹈。她把時間與動作(Time and Motion)的理論應用到舞蹈上。1916年她離開瑞士返回德國成立舞蹈中心，教授青年學生現代舞，並赴國內及歐洲各城市舉行個人或舞團演出，受到觀眾熱烈的歡迎。魏格曼後來又到美國表演，其新的表現形式影響了美國現代舞的發展極大。

瑪莎·葛拉姆(Martha Graham 1894~1991)——她生於美國賓州，被時代雜誌譽為「美國舞蹈的大宗師」。她於一九一六年進入丹尼蕭恩學校，一九二三年兩季中前往紐約的格林威治村(Greenwich Village)表演會中演出。而一九二五年，瑪莎·葛拉姆受聘於伊斯特曼音樂學校(Eastman School of Music)教舞。翌年，於紐約第四十八街戲院首次演出其作品發表會，而美國現代舞蹈之革命於焉開始，其他的舞蹈家還有杜麗絲·韓福瑞(Doris Humphrey)，查爾斯·魏德曼(Charles Weidman)，海倫·泰密麗斯(Helen Tamiris)與迪密兒(Agnes De Mille)等人。由於受了當時已成為瑪莎·葛拉姆之伴奏及音樂指導的路易·赫斯特啓發性的建議之影響，她們也開始研究新的舞蹈動作，並且在有足夠財力時，就在紐約租個小戲院來演出。另一位名舞蹈家韓亞·霍姆(Hanya Holm)，在這革命不久之後也到紐約去，建立了一座瑪麗·魏格曼舞蹈學校，教授新德國舞蹈形式的舞，但很快地就覺得應把她的舞蹈風格與美國之背景相結合起

來。至一九三〇年代，舞蹈學校都已設立起來，同時許多舞蹈團體(例如瑪莎·葛拉姆舞團、韓福瑞、魏德曼舞團與霍姆舞團等)亦成立起來，在美國大陸各地演出。現代舞蹈可謂結合了現代詩歌、音樂、繪畫、雕刻和建築等時代的動脈，因而藝術家總算尋找到一種可以反映時代精神的舞蹈。

瑪莎·葛拉姆對於現代舞蹈有極大之貢獻。她不固守成墨而力求發展，從自我觀照去尋求舞蹈的精神泉源，並且以舞蹈構成的需要而產生新的技巧。他強調個人慢動作的伸縮原則，要人們不僅去研究舞臺面，也要研究舞臺上的空間；除了尋求在空間以足部前進的方法，亦要尋求用膝部、腹部或用脊椎前進的方法。而她堅持從事舞蹈的人，必須鍛鍊他的身體結構，以及任何時間都要能加以控制的理念，對於美國乃至於全世界各國的優秀舞蹈家及舞蹈風格，都產生重要之影響。

美國的權威舞蹈評論家約翰馬丁(John Martin)把瑪莎·葛拉姆的舞蹈天才，比喻為美術界的畢卡索與音樂界的史特勞文斯基。可見其成就與聲譽之非凡。

六、爵士舞

「爵士舞」Jazz Dance 這個名詞大約在1917年首次出現。「爵士舞」是一種充滿活力與創造性的舞蹈，近年來普遍在東方國家出現，並如旋風般地成為大眾所喜愛的一種舞蹈。目前爵士舞在國內非常流行，特別是廣受年輕人歡迎。到底什麼樣的舞蹈才叫爵士舞呢？

簡單的說，爵士舞源自於非洲舞，創造於美國。換言之，爵士舞以非洲舞蹈特色為主，包含了：(一)利用屈膝，以使身體接近地面。(二)快速移動重心。(三)身體各部位如，頭、肩、軀幹、腰、臀、腿作獨立動作。(四)運用有節奏性且複雜分割的動作。(五)多重節奏——迅速地將二個或三個身體的律動表現出來。(六)結合音樂與舞蹈為一體的表現，使兩者相輔相成。(七)在團體風格中表現個人的風格。(八)將所舞變為真正的生活藝術。爵士舞並融合了白人多種的舞蹈要素，諸如拉丁舞蹈中的曼波(Mambo)、森巴(Samba)、倫巴(Rumba)，又如踢毘舞(Tap Dance)、曾風靡美國一時的卻爾登西斯登舞(Charleston)，乃至於古典芭蕾舞(Ballet)及現代舞(Modern Dance)……等舞蹈要素，可以說

是無所不包（謝銘燕，民75）。

談到爵士舞的根源，不外乎非洲舞。舞蹈是非洲人整體生活的一部份。他們以舞蹈及歌唱來表達感情，及慶祝播種、收割、慶典、狩獵、戰鬥、祭祀等活動。非洲舞的韻律和動作是藉著雙腳踩踏，雙手拍打出聲響，加上節奏性的說話，以及身體各式各樣具節奏性的舞動結合而成。這種舞蹈乍看之下雜亂無章，然而卻是在明顯的規律下產生各式各樣的變化。非洲人的節奏觀念比歐美人士複雜。非洲人的音樂在同一闕歌曲內同時使用數種節奏，產生不同的拍子模式，但必須要在指定的節拍契合，這種音樂充滿了不規則性的特色。

由於持續約三百年的黑奴買賣行為，非洲人被追離開家鄉，被送到美國及其他國家去過著慘淡的奴隸生活。雖然過這暗無天日的生活，他們始終無法忘懷自己熟悉的音樂、舞蹈及文化。由於美國奴隸制度尖刻，並試圖壓抑、禁止他們的文化，非洲人只得記憶中的歌聲，音律以及善舞的肢體、排除心中的悲傷。有時也以歌舞來與其他家族的黑奴比賽來自娛。而後，這些音樂及舞蹈便逐漸演變成所謂的「爵士」。

依照「大英百科全書」的解釋，以及「History of the Dance in Art and Education」書中的描述：爵士舞是二十世紀早期因循爵士樂自然伴隨而產生的舞蹈型式。爵士樂起源於十九世紀末美國南方紐奧良（New Orleans）黑人社會。爵士樂是一種極度分切及節奏性的通俗音樂，它早期是由黑人樂隊在喪禮、展覽會、及低級酒店的場合中演奏的音樂。在這其間，黑人公諸於世的舞蹈如，西迷舞（Shimmy）、顫抖舞（Shake）、黑人走步舞（Cake Walk）等都是令白人所喜好的舞蹈，於是以腰部為中心，扮著爵士樂而扭動身體的舞蹈便於1910年在白人之間流行起來。1912年由白人爵士舞團的愛蓮·卡斯特爾與巴爾·卡斯特爾所編的「火雞舞」，以及1914年的「狐步舞」皆掀起熱潮。

經過了啓發，一些爵士舞蹈從事者，改良、創新與變化，爵士舞基本動作增加了臀部、肩部及身體其他部位的獨立動作。在1920年代，爵士樂已受到全國的認知，其間，卻爾登西斯登舞（Charleston）、小腳步舞（Shuffle）、琳蒂舞（Indy hop）等，亦風靡美國一時。1920年代後期，到1930年代所流行的踢躑舞（Tap Dance）亦為構成爵士舞重大的要素之一。1930及1940年

代期間，大型的樂團經常在歌廳演奏爵士樂，使之深受流行及歡迎。而隨著爵士樂逐漸北移產生了搖滾Swing音樂，同時許多樂隊所奏的民間音樂均受到早期爵士拓荒者演奏的節奏與風格的影響，它很迅速地改變了二十世紀美國及歐洲舞台及社交舞風格。

1930年代後期，爵士舞開始以音樂舞蹈劇的形式演出於紐約百老匯（Broadway），進而在演藝界綻放光彩。這時，爵士舞開始進入了百老匯（Broadway Stage）時期。當時，第一部音樂舞蹈劇叫「黑斗篷」，這個時期多以載歌載舞的形式演出。在這期間，爵士舞因受到芭蕾舞技巧，及現代舞自然身體動作的影響，使得爵士舞發展成為更豐富、及更具藝術價值的專業舞蹈形式。例如，1936年，喬治·巴蘭欽（George Balanchine）編排了「用你的腳指」（On Your Toes），正式地將芭蕾帶進音樂劇殿堂。1943年，愛葛尼絲·迪密兒（Agnes de Mill）編排了鄉村歌舞片「奧克拉荷馬之戀」（Oklahoma）亦獲得了成功的演出。

1944年，傑洛姆·羅賓斯（Jerome Robbins）運用更新、更自由、更有節奏性的舞蹈特色，編排了「錦城春色」（On The Town），這是首齣由古典界音樂家跨刀製作的音樂劇，也是首部搬上銀幕的音樂舞蹈電影。由於許多優秀的藝術工作者的參與，使得百老匯的音樂舞蹈劇演出了許多經典之作，為全世界帶來了爵士熱潮。

1957年更有一部爵士舞蹈史上值得一提的音樂舞蹈電影經典作品「西城故事」（West Side Story），其配舞人是當時爵士舞蹈界佼佼者：傑洛姆·羅賓斯（Jerome Robbins）。西城故事的上演為音樂舞蹈電影開創了爵士舞更寬廣的演出空間。經過長久的變遷，爵士舞在1970年代掀起了迪斯可熱潮，在音樂舞蹈電影如：「周末的狂熱」（Saturday Night Fever）、「爵士春秋」（All that Jazz）、「閃舞」（Flash Dance）、「歌舞線上」（A Chorus Line）、「火爆浪子」（Grease）等名片的渲染之後，更帶動了蜂擁而至的爵士熱潮。

爵士舞大致可分三種類型，一種是具有古典芭蕾舞味道的現代爵士舞，一種是受黑人舞蹈影響的非洲爵士舞，另一種是伴隨著詼諧性音樂及踢躑舞要素的詼諧性爵士舞。舞蹈的變遷往往反映了該時代的社會情況，同時也因應該時代的社會情況的需求而產生新的創作。爵士舞雖經過了無

數的變遷，爲了迎合大眾及觀眾的需求，許多的編舞家在每次表演時經常呈現出新風貌的創作品。爵士舞形式目前已發展出許多支派，如：現代爵士舞（Modern Jazz）、芭蕾舞爵士舞（Ballet Jazz）、踢腿爵士舞（Tap Jazz）迪斯科爵士舞（Disco Jazz）等（謝銘燕，民75），另外，爵士舞也融合了健康體操，而發展出爵士有氧、爵士體操等休閒性舞蹈。然而不管是何種類別的爵士舞，帶給觀眾的是多彩多姿的爵士舞蹈藝術。

七、社交舞

（一）社交舞概述

社交舞（Ballroom Dancing 或 Social Dancing）是指一種舞廳裡，由一男女組成舞伴；雙人跳的舞蹈。社交舞起源於古代的土風舞；據說在十二世紀前，便有類似今日這種交際舞的產生。早期英國人最熱衷於這種舞蹈，並且將其傳播到其他國家。由於這種舞蹈簡單易學，能收到社交同樂的效果，十分適合於人類生活的需求，便廣爲各國所接受。二十世紀初期，這種交際舞在美國極爲盛行，在二次世界大戰後，美國以強盛的國勢，派遣軍隊到世界各地作戰，更將交際舞散播到世界各地，而造成蓬勃的舞蹈風氣。

許多跳舞的人在參加舞會之餘，由於舞技純熟，而要求學習更深奧或創造更優美的步法，自然而然行成了競爭性的舞蹈。因而，社交舞除了保留原來的特性之外，進而發展成另一種舞步更精良、優美、競技形式的舞蹈，叫做競技舞（Competition Dancing）。

1950年，英國皇家舞蹈教師協會（I.S.T.D）爲了統一社交舞的跳法，特別組織了世界舞蹈評議會（International Council of Ballroom Dancing，簡稱I.C.B.D），邀請世界各國舞蹈教師定期集會，切磋舞技，整理、及修訂舞法、訂定名稱，並出版了「Word Dance Program」一書，凡是依照公佈的舞法跳的舞，便叫國際標準舞。但其本質仍是社交舞。當今，已改名爲「體育運動舞蹈」（Dance Sport），並已正式列爲奧運比賽項目。

社交舞內容豐富，種類繁多，大體上可分爲：

●1.摩登舞：指二十世紀初期，歐洲貴族從古老的宮廷舞、民俗舞演化出社交舞的時代。如，華

爾茲（Waltz）、探戈（Tango）、慢狐步（Foxtrot）爲其代表。這類舞蹈，格調高雅大方，男女舞伴始終以組合方式來跳，舞蹈進行時，沿舞池反時針方向旋轉前進。

●2.拉丁美洲舞：主要源出拉丁美洲的古巴、巴西等地。這類舞蹈歷史較短，特點是男女舞伴不像近代舞貼近，有時還會離身。步法躍動感強，腰身擺動，氣氛熱烈。一般而言，舞蹈時，不求反時針方向繞轉行進。具代表性的如，森巴（Samba）、恰恰恰（Cha Cha Cha）、倫巴（Rumba）、捷舞（Jive）、鬥牛舞（Paso Doble）、曼波（Mambo）等。

●3.通俗舞：這類舞蹈，有些節奏感強烈，有如爵士舞。具代表性的如，迪斯科（Disco）、布魯斯（Blues）等舞。（梁儀，民83）

（二）社交舞基本禮儀

社交舞現已是世界性的舞蹈，顧名思義是社交場合的舞蹈，休閒、社交、聯誼爲其主要目的。舞會是一種高尚正式的社交場合，因此參加的人必須注重儀表和禮節，以達到正常的娛樂及交流目的。以下是幾點注意事項：

●1.男生最好穿西服打領帶，鞋子擦拭乾淨。女生宜穿著裙裝，高跟鞋。不要穿著T恤、牛仔褲、涼鞋等，太輕便或其他奇裝異服。

●2.入場時，需將外衣、帽子、圍巾等脫下。舞會未開始前，可以四處走動與主人及他人打招呼談話，等主人宣佈舞會開始時就不可以高聲談話。

●3.通常第一支及最後一支舞，應邀請自己帶來的舞伴共舞。第二支舞以後，在徵得自己帶來的舞伴同意後，可邀請其他人共舞。通常由男士主動邀請女士跳舞。邀舞時，語氣溫柔，態度要自然，不扭捏作態，亦不可強邀對方共舞。一般而言，女士不應該拒絕男士的請求，但如果疲勞，則應委婉拒絕，不可以擺架子。

●4.舞蹈過程中，不可以緊抱舞伴，亂碰亂撞，或和其他人談話，而忽略共舞中的舞伴。一支舞結束後，男士亦需將舞伴送回座位，並表示謝意。

●5.結束離場時，應向主人致謝，並表示，玩得愉快，舞會十分成功，或其他的讚賞話語，然後離場。

第 二 單 元

參 舞 蹈 美 學 與 欣 賞

當一般人欣賞舞蹈時，其直接的反應就是喜歡與不喜歡或懂與不懂的問題。喜歡與不喜歡是一種很主觀的看法，懂與不懂則有不同層次的講究。

一、談喜歡與不喜歡的問題

人們喜歡與不喜歡一件東西，往往是由於它的實用性，例如食物可以充衣服可以禦寒；車子可以代步；房屋可以藏身…。至於喜歡與不喜歡一幅畫或一齣舞蹈其原因往往與實用性無關，它不是物質的滿足而是精神的滿足、心情的舒暢或情感的移轉作用。

藝術品既不能充饑又無法禦寒但是我們卻需要它，身為萬物之靈的人類，其生存的基本需求除了物質之外，尚有精神與情感層面的需要。除了知識與宗教，藝術應該是滿足人類精神與情感需要的最佳美食，藝術對於每位存在的個人具有兩種重大的意義，其一是透過藝術欣賞可增進生活的情趣，美化環境或是淨化心靈；其二是透過藝術創作可瞭解自身、關心環境與實現自我。乍聽之下這些益處好像取之不易，因為它是屬狹義的藝術欣賞與創作。

其實創作與欣賞藝術是垂手可得的，人人皆有享受藝術美食的權利，當你每天出門時，為自己挑選幾件顏色樣式搭配合宜的衣襟衫褲時，你已經在為自己作一種造型的創作了，當你為家中的花瓶挑選一些色彩與家具對比的花朵時，你已經在為自己點綴了生活的樂趣。其實廣義的說，任何使自己增加的生活樂趣與美化環境的活動，都可算是藝術的欣賞與創作。

名戲劇學者姚一葦教授認為每個人在欣賞一件藝術品時，都有其個人的趣味判斷(The judgment of taste)，也就是個人的品味，他/她之所以喜歡與不喜歡這齣舞蹈，完全是依其個人的品味來判斷，而品味的養成是先天的、遺傳的，也是後天的、環境的和教養的，它是長期累積的愛好與習慣，常具有排他性，但是也具有其時尚

性與改變性。

當一個人從小只接觸古典芭蕾時，他/她對於現代舞的誇張表情與做作動作就無法接受，甚至連新古典芭蕾前衛的造型與反傳統的動作都無法接受，俄國的名芭蕾舞伶娜帕芙洛瓦就是因此而離開迪亞葛烈夫的俄羅斯芭蕾舞團。相同的一位現代舞者，對於後現代編舞家的身體美學，與解構形式也常常出現難以苟同的現象，就好像當大家都流行穿長裙時，穿短裙的人就會覺得怪怪的，甚至覺得它是不美的，可見斷定一件事物的美與不美也常受時尚（流行）的影響。

除了受到先天的氣質與時尚（流行）的影響，事實上個人的品味也可以改變的，改變的可能性在於後天環境的培養，或在於人生經驗的增添，當一個人年紀漸長閱歷越深時，其心境是寧靜和淡泊的，他不再沉迷於人世間的是是非非，像哲學家一樣，將藝術品的意義思想化、哲學化，他可能不再堅持年少時的品味，只喜愛熱鬧寫實的喜劇和鬧劇，他開始可以用自己人生的經驗將悲劇的悽美哲學化，甚至非常欣賞宗教舞蹈與世無爭的緩慢、恬靜與安詳，由此看來培養學生欣賞舞蹈的品味，應是藝術欣賞教育重要的課題。

當一個人願意敞開自己的知覺與感覺去探索與認識更多樣化的舞蹈藝術時，他的藝術品味是可以擴展與提昇的，最可悲的就是拒絕接受新的藝術經驗和培養新的欣賞品味。你可以喜歡芭蕾，也可以喜歡現代舞，當然也可以喜歡爵士舞或原住民舞蹈，但是一個舞蹈的愛好者他/她與舞蹈的關係，不能只停留在喜歡與不喜歡的階段，當他/她欣賞作品時浮光掠影式的淺嘗，是無法滿足他/她感性、知性與理性的需求，要察覺舞蹈的艱深精妙處…才是他/她欣賞舞蹈的真正目的…一開始難免有看不懂和難以接受的現象，但是要有掘挖寶藏，不畏難的決心和勇氣，在好奇心的驅使下敢向深處挖掘…。在這種情況下才能脫離主觀的喜歡與不喜歡，更深入的瞭解藝術品。（姚一葦 1989）

二、談懂與不懂的問題

「你覺得這場舞蹈演出如何？」、「還不錯」、「我不喜歡」、「很喜歡」、「看不懂」，如果我們進一步思考懂與不懂，或是喜歡與不喜歡的原因，好像我們也陷入無法解釋的情況中，有不知其所以然的感覺，姚一葦教授說：「一位藝術的欣賞者，他/她對藝術品可以有不同層次的懂（瞭解）。」

第一個層次是易讀易懂的藝術作品往往比較容易被一般的欣賞者所接受，戲曲舞蹈、古典芭蕾舞、默劇都有這種特色，從整體的組織上來看，它們樸實單純動作寫實劇情簡單，它所傳達出來的信息是清楚易懂的，在某種程度上它們都依循著模仿的理論，將存在於自然界可見的事物透過藝術家的身體複現出來，因此唯妙唯肖是我們用來稱讚「天鵝湖」中的天鵝公主或「拾玉鐲」中的孫玉姣。然而是否讓觀賞者看得懂看的舞蹈，都是好作品呢？卻是我們必須要思考的問題？因為「懂」與「好」並無法劃上等號，要認識舞蹈的好壞似乎應該更深入的瞭解舞蹈。

第二個層次的懂舞蹈，則是溶入自我的經驗，針對舞蹈是身體與思想融合的藝術，創作者累積各種個人的生活經驗(包括：生理、心理、情感、個人與社會環境的關係、個人與自然環境關係…)然後以身體動作將其呈現出來，往往舞者所舞出的動作，是根據舞者的意念、想像或冥想產生的，這些動作具有詩化、情緒化、甚至哲學化的特色，在中歐稱這種舞蹈為表現主義舞蹈，在美國則稱它為現代舞，這類的舞蹈作品著重於思想、情感與意念的傳遞，他們期待觀賞者用肉體去傾聽肉體的聲音，用心靈去傾聽心靈的聲音，用生命的經驗去傾聽生命的聲音，更進一步的是像哲學家一樣可將舞蹈作品詩化。他們不只勇於對觀賞者作赤裸的自我剖白，也期待觀賞者透過自我的生命經驗，使藝術品產生脫離母體之後的再創造。這些舞作通常內容較深奧，舞蹈情節有時寫實有時抽象，但是基本上其動作語彙極富個人色彩，注重劇場的效果與舞蹈結構之嚴謹，例如美國的舞蹈家瑪莎·葛拉姆、杜麗絲·韓福瑞、德國的舞蹈家瑪麗·魏格曼與台灣的舞蹈家劉鳳學、林懷民早期的作品皆屬於此種美學觀的舞蹈家。

第三個層次的懂是屬於一種純知性或理性的

活動。只有少數具有專業經驗與素養的人才能分辨出藝術品的美學、形式、風格、特色、對比、象徵、隱喻…。

至於甚麼是舞蹈的美、醜、好、壞與真、偽，這種專業的評鑑工作似乎應該由舞蹈史論家、美學家、批評家或藝術家來擔任，一位舞蹈藝術的專業知識有限的中學教師，要如何勝任這種類似領航員的重責大任呢？其實就實行上的秘訣來說，並非如想像中的困難，首先要跳脫主觀的判斷(喜歡與不喜歡)。因為一個藝術的愛好者他/她與藝術品的關係，不能只停留在喜歡與不喜歡的階段，當他/她欣賞作品時浮光掠影式的淺嘗，是無法滿足他/她感性、知性與理性的需求，察覺藝術的艱深精妙處，才是他/她欣賞藝術品的真正目的，況且喜歡與好是兩回事的，好的不一定喜歡，不喜歡卻可能是好的，因此敢向難處挖，向深處掘，從客觀的判斷與理性的認知，去瞭解舞蹈藝術的法則性，找出舞蹈作品的特色。是每位藝術教師的職責，這樣才能滿足學生對舞蹈的好奇心與求知慾，教師至少對舞蹈的美學、形式與風格須有概念性的認知。為了使藝術欣賞教師在最短的時間內，瞭解舞蹈的美學、形式與風格以下將以精簡濃縮的方式，將不同舞蹈藝術的美學觀與特色分析於以下的篇幅中。

三、原始舞蹈的美學觀與特色

原始舞蹈幾乎是毫無修飾的美的，它們粗獷、簡單、真切，表現先民對自然的敬畏、求偶的慾念、狩獵的鬥志或模仿動物的動作，無論中外至今我們還可看見一些原始部落，保存這些原始舞蹈，他們的特色是舞蹈與音樂並存，功能性重於藝術性，為達到祭祀、醫治、教化、與娛樂的目的，隨著人類的存在而產生。這些原始性舞蹈的舞蹈源自三種方向：

- (一) 以舞者自身為中心—是個人生命成長過程中的經驗以舞蹈表現出來，它屬於情感的表達，意念的溝通與情緒的淨化。
- (二) 以人、事、物為中心—是屬模仿自然、動物、英雄人物，與族群習俗的傳遞。
- (三) 以鬼、神為中心—屬於祭祀、崇拜、趨魔與求祈福壽平安。

這些原始舞蹈動作的特色是自然、簡單、直覺、隨意、節奏性強，甚至頗有即興的意味，隊

形以圓形最常見，或是以簡單的舞步和幾何圖形作隊形的變化，其動作具有模仿、情緒化與儀式化的特質，基本上是屬聲音與動作混合的原始藝術。目前臺灣尚存的原始舞蹈，除了原住民的矮人祭、蘭嶼的勇士舞與阿美族群的祈雨舞，都極具代表性。

四、中國舞蹈的美學觀與特色

在徐復觀先生所著「中國的藝術精神」一書中，徐先生強調氣韻生動（Rhythmic Vitality）是中國書法與繪畫的美學特質，「氣韻」是指運行筆墨的技巧，是藝術品傳神的儀形外貌，它具有形像之美，例如音樂的旋律變化，書法的剛柔併濟的力道，繪畫的陰暗、色彩與線條之變化，舞蹈動作動力的變化…：「生動」是指具藝術品的生命力，將生氣與精神注入不具生命的藝術品，是藝術品儀形之外摸不著、看不到，卻可感受的到的內在思想與精神。它與「氣韻」二字是相通的，即是含有「氣韻」之藝術品必擁有豐富的生命力，「生動」之藝術品必擁有豐富的精神、觀念、感情、想像力與生命力。因此每件藝術品都是融合內在精神與外在的儀形而存在。

中國舞蹈的種類繁多，自然其美學觀與特色也各不相同，至今尚留傳下來的中國傳統舞蹈以除了少數的祭儀舞蹈如祭孔的八佾舞外，比較常見的就是一些民間舞蹈與戲曲中的舞蹈。

(一)民間舞蹈

民間舞蹈各民族、地區和村落裏，由老一輩的人們口傳親授，所流傳下來的一種表現的群體的思想、情感、信仰和觀念的舞蹈；其自娛性高於觀賞價值，具有敦親睦鄰，慎終追遠的團結思想，其特點是：

- 1.載歌載舞，動作簡單，容易讓群眾理解和接受。
- 2.通過各式各樣道具的使用，來豐富舞蹈的造型及強化舞蹈的表現，例如：龍舞、獅舞、鳳舞、刀舞、鼓舞、扇子舞、傘舞、筷子舞、手絹舞、巾舞、跑旱船、踩高蹺、斗笠舞、扁擔舞等：如、棍舞、劍舞、旗舞、盾牌舞等。
- 3.與節令民俗活動緊密結合。民間舞蹈通常在傳統節日、祭禮、聚會等重大活動中進行，如漢族的元宵節，傣族的潑水節，雲南蒙古族的魯班節等。

在這些節令習俗中，因大量的歌舞和各種藝

術活動而吸引眾多的參與者，也因民俗活動的持續而流傳發展與生生不息。

- 4.包容了自娛性及表演性。各種民間舞蹈活動，對舞者來說是自娛，同時也是表演給人看，而觀舞的人也可以隨興地進入隊伍參加舞蹈，但是台灣地區的民間舞蹈大多數流傳於廟會中，以表演的形態出現較常見的有八家將、宋江陣、車鼓陣、竹馬陣、跳鼓陣、挽茶陣、踏蹺陣、桃花過渡、牛犁歌...等。

(二)古典舞蹈

中國古典舞蹈在唐朝是最興盛，自元明清古典舞蹈沒落以來，大部分已失傳，至今有跡可尋的是一些戲曲中的舞蹈，就戲曲舞蹈來說，主要是指崑曲和國劇藝術中的舞蹈，經過歷代藝人不斷提煉、創造修改後逐漸規範出一套具有嚴謹程序、技巧、服裝道具、音樂唱詞及訓練方法的表演藝術，並形成自成體系的美學原則和鮮明獨特的動作風格。戲曲中舞蹈動作最豐富的大部份為崑曲中的戲碼，例如《遊園驚夢》、《牡丹亭》、《貴妃醉酒》、《思凡》、《白蛇傳》、《天女散花》、《洛神》、《西施》、《霸王別姬》...等，其中有《袖舞》、《雙劍舞》、《翎子舞》、《彩帶舞》、《拂塵舞》、《水旗舞》、《大旗舞》...等。這些舞蹈動作莫不以美為出發點，一切都以抽象、寫意和誇張為特色，動作題材雖取源自真實生活，卻又不以寫實的方式來表現，以象徵性的動作，激發觀眾豐富的想像力。

戲曲舞蹈的美學觀與訓練方法，一直被沿用於傳統的古典舞蹈藝術上，在形式上是表現莊嚴穩重，它的每一個動作都完美的結合手、眼、身、法、步，配合著固定的舉止節奏，無論是文舞或武舞都表現出中國傳統藝術的氣質、心理、情感。如《易經》中的八卦的陰陽諧和，在構圖上注重「對稱」、「平衡」、「地方天圓」等觀念，並且與《周易》中提出的陰柔和剛陽相呼應，經過近代舞蹈藝術家的發展，構成了中國古典舞溫柔細膩、威武剛強的獨特風貌。

五、西洋舞蹈的美學觀與特色

在西洋舞蹈起源自古代希臘（大約西元前700年至500年間）的舞蹈，它被歸屬為抒情藝術的一部分，其主題大多關聯著宗教的祭祀，如讚美太陽神或祭祀酒神；它的形式簡單，以單人

舞，雙人舞或環舞來表現劇中的角色；它的媒體則包括語言、曲調、節奏、動作、姿勢與表情。西元前一至二世紀間亞里斯提迪（Aristides Quintilian）將藝術劃分為高文化藝術與低文化藝術；它強調抒情藝術是一種無法從觀賞中得到情感的慰藉與滿足的藝術；況且它必須是親身參與並實行的，雖具有心靈淨化功能的，卻是屬於低文化水準的藝術，相對的造型藝術，建築、雕刻、與繪畫則是可觀賞的，有技術性的並且具有幾何形式美的，所以他是屬於較高文化水準的藝術，在這種觀念的影響下舞蹈失去了“藝術之母”的地位，其功能性的價值如淨化心靈，宗教崇拜，生活教育或政治意圖等就遠超過其藝術價值。

經過一千多年的辯證，美學家與哲學家對藝術的定義與分類作過一而再，再而三的歸結，舞蹈終於在1765年被法蘭蘇瓦斯·布隆德（Franciois Blondel）歸納為藝術（The Fine Arts）中的一種他不再被孤立於藝術之外，它與詩歌、雄辯、戲劇、繪畫、雕刻、音樂、建築同被列為文雅與愉悅的藝術（Arts Elegant and Pleasant）。此時期舞蹈不只擺脫了原始藝術的單調與粗糙，同時也自立門戶不再與詩歌，默劇或假面舞同台演出，其間最大的功臣應屬被尊為「舞蹈的莎士比亞」喬治·諾威爾（Jean Georges Noverre 1727～1810），在他的改革下，雖然舞蹈仍舊委身於法國宮廷的政治意圖中，但是已具有高度的技巧與完整的編舞理論，雖然其創作主題依然受到君權神授的影響；不停的在希臘神話故事中的悲、喜劇裡打轉，但是在媒體的運用上卻已達到極精緻與和諧的境界。此成就而不只為西方舞蹈藝術奠定了日後發展的基石，它也成為日後現代舞蹈家顛覆與革命的對象。

十九世紀初受到法國大革命的影響而產生了浪漫芭蕾，自十七世紀即全盤接受西歐宮廷文化的輸入的俄國，十九世紀末古典芭蕾已在俄國的聖彼得堡開花結果，加上法國政治的不穩定，於是舞劇之都由巴黎東遷至聖彼得堡，此為古典芭蕾的全盛時期，大部分古典芭蕾的經典之作都產生於此期間，斐堤帕是當時最富盛名的編舞家。二十世紀初受到俄國革命的衝擊古典芭蕾的熱潮又從聖彼得堡回歸巴黎，當時是西方社會改革最炙熱，政治紛爭最激烈，藝術運動最蓬勃的紀元，兩次的世界大戰使歐洲人對傳統的思想觀念，社會制度與政治體系失去信心。在種種現實環境

的衝擊下，崇尚個人主義的現代藝術如野火般的蔓延於歐美各國，此現象也反映在舞蹈藝術上，美國的現代舞傾向現代主義；其創作方向在於顛覆古典芭蕾的技巧與形式並發展其美式的舞蹈風格；歐洲的現代舞則較傾向表現主義；將創作重點置於關心現代人的壓力，憂傷，社會問題與兩性問題，他們對芭蕾技巧並不排斥倒是在劇場形式上做了種種的改變與創新。

西洋舞蹈史的黃金時期是起始於十四、五世紀的文藝復興，迄今大致可分為浪漫芭蕾、古典芭蕾、新古典芭蕾與現代舞等四大不同時代潮流的舞蹈，它們的特色與美學觀將其一一詳述於下：

（一）浪漫芭蕾

1661年法王路易十四在巴黎設立第一個專門培養專業舞蹈家的學校—皇家舞蹈學院（Academie Royale de Danse）他集結各國的藝術家為芭蕾舞劇創作劇本、音樂、佈景與舞蹈，經過了歷代舞蹈名家的改革芭蕾舞劇於十九世紀初，芭蕾舞劇不再是一種結合音樂、舞蹈、詩歌與默劇的綜合性娛樂節目，而是成爲一種以舞蹈爲主體深具藝術價值的精緻表演藝術所謂的浪漫芭蕾。

浪漫主義興起於十八世紀的後半期，是受到法國大革命的影響而掀起的藝術思潮，法國大革命雖然成功但是大部分的知識份子卻對革命的結果感到非常失望，深有被革命盟友出賣的失落感，雖然政治革命廢除了橫在階級之間的藩籬，但是新的統治階級接著又產生，反應對新的統治階級的仇恨與鄙視，於是一種逃避現實追求無意識、虛假、空幻、神秘的浪漫的美學觀，在未受教育者及中產階級的生活中興起。

第一齣浪漫芭蕾舞劇《仙女》（La Sylphide）於1832年三月十二日在巴黎歌劇院首演，由名義大利舞蹈家菲利普·塔葛尼歐尼（Filippo Taglioni 1778～1871）編舞，其女瑪麗·塔葛尼歐尼（Marie Taglioni 1804～1884）擔綱女主角仙女（the Sylphide）的角色，這是一齣超現實主義的浪漫芭蕾舞劇，是以查爾斯·諾迪爾（Charles Nodier）的小說故事爲藍本，描寫一位即將結婚的蘇格蘭青年詹姆士，在結婚的前夕巧遇仙女泰杜·羅奧，爲了追求這段凡人與仙女的戀情，詹姆士以一條具有魔力的披肩偷偷捆住仙女的雙翅，企圖永遠留住心愛的仙女，不幸的是仙女的雙翅因此挫斷並且身亡。此劇脫離古代芭

蕾舞劇的冗長與“三一律”的規則(時間、情節與地點的統一)，此劇將真實的生活與虛幻的夢境交錯出現在舞台上，經歷一段悽美浪漫的戀情之後又以現實的婚禮作收場。

瑪麗·塔葛尼歐尼在《仙女》的演出中，為芭蕾舞史創下了一些新紀錄：

她是第一個穿上硬鞋的芭蕾伶娜以輕盈飄渺的舞步，將來去不定、穿梭於林間與夢境的多情仙子傳神的演出來。配合上畫家于珍妮·藍彌(Eugene Lami)白色薄紗裙(Tutu)的造型設計更顯得楚楚動人，如此雪白虛幻般的衣裳以後就盛行於各種浪漫芭蕾舞劇中，因此浪漫芭蕾又稱為白色芭蕾。繼《仙女》之後許多膾炙人心的浪漫芭蕾舞劇例如《吉賽爾》(Giselle)、《巴吉妲》(Paquita)與《柯碧麗亞》(Coppelia)等都成為日後的經典之作。

(二) 古典芭蕾

自十七世紀起受到俄國的彼得大帝受到西歐宮廷文化輸入的影響，芭蕾舞劇已從歐洲輸入成為俄國的宮廷藝術之一，歷經安娜女皇(Anna Ivanova 在位 1730 ~ 1740)與凱得林娜二世(Ekaterina II Alekscevna 在位 1762 ~ 1796)的大力推展，十九世紀中期芭蕾舞劇的首都已經由巴黎東遷至聖彼得堡，此為古典芭蕾的全盛時期，大部分古典芭蕾的經典之作都產生於此期間，其中最富盛名又最具影響力的編舞家就是法國舞蹈家馬里斯·裴堤帕(Marius Petipa 1811 ~ 1910)。

她自幼隨其父尚·裴堤帕(Jean Antoine Petipa)習舞，1838年在布魯塞爾的P·Gardel's Dansomanie 劇院作首度登台獻藝，爾後經常隨其家族巡迴歐美各大城市演出，曾赴西班牙、義大利、匈牙利與俄羅斯學習民間舞蹈，日後成為其建立性格舞蹈(Character Dance)的基礎。裴堤帕1847年應邀至聖彼得堡為波修瓦劇院(Bolshoi Theatre)任首席舞者，其擅長舞碼有《吉賽兒》(Giselle)、《巴吉妲》(Pegida)、《海盜》(Le Corsaire)、《園丁的女兒》(La Fille Mal Gardee)……，1862年受聘為莫斯科與聖彼得堡首席芭蕾舞教師，同年發表其首度成功之舞作《法老王之女》(La Fille du Pharaon)，終其一生致力於芭蕾舞劇的創作，包括與音樂家柴可夫斯基合作的三大舞劇—《睡美人》(The Sleeping Beauty)、《胡桃鉗》(Nutcracker)、《天鵝湖》(Swan Lake

)；其他尚有經典之作例如《唐吉訶德》(Don Quixote)、《季節之神》(Seasons)、《灰姑娘》(Cinderella)、《雷蒙達》(Raymomda)、《卡瑪格》(La Camargo)、《魔鏡》(The Magic Mirror)……等。共創近五十齣芭蕾舞劇。

裴堤帕將法國浪漫芭蕾的典雅細膩結合俄羅斯舞蹈的豪邁精神，施以戲劇性的編舞手法將古典芭蕾發展至近乎完美的境界，其所確立的舞劇其美學觀奠基於西方的傳統美學，模仿、寫實、對稱、和諧、優美，其特色為：

- 1. 以童話或神話故事為主題；
- 2. 大多數為三至四幕之舞劇；
- 3. 涵具有固定形式的大雙人舞；
- 4. 常以女舞者作為創作中的主體而忽略男性舞者之重要性。

這些特點日後都成為佛金(Michel Fokine, 1880 ~ 1942)所謂的：“傳統編舞法的殼白與陳腐”，然而二十世紀末的當今，事實證明裴堤帕的經典之作還是深得觀眾的喜愛。

(三) 新古典芭蕾

二十世紀出現了一位超級的藝術經紀人就是瑟給·狄亞格烈夫(Sergei Pavlovich Diaghilev 1872 ~ 1929)，他是一位未成氣候的音樂家、畫家與作家 1899年他創立《藝術的世界》雜誌，為的是將俄國的藝術家推薦給西方的國家，因此他經常在聖彼得堡與巴黎為俄國的藝術家舉辦展覽，1909年5月他帶領一批在莫斯科與聖彼得堡最優秀的芭蕾舞者前往巴黎演出，在次年的訪法演出時由於蘇聯的革命正如火如荼的進行，因此舞團無法回國，狄亞格烈夫於是1911年在巴黎組織了對世界舞壇最有影響力的俄羅斯舞團(Ballets Russes de Serge Diaghilev)，在他的領導下不只讓俄羅斯舞團成為西歐家喻戶曉的超級大舞團，也西方的舞蹈藝術帶入一個新的紀元，由於俄國在二〇年代正捲起革命的浪潮，以巴黎作為基地的狄亞格烈夫舞團只能留在法國或在歐美各地作巡迴演出，直到1929年狄亞格烈夫病逝為止，這個流落異鄉的俄羅斯舞團都未曾回歸故土過。

狄亞格烈夫匯聚各類藝術家為芭蕾舞劇作的音樂、形式、服裝、舞台裝置等做完整與協調的藝術創作，他除了匯集畫家與音樂家一起為新世紀的新芭蕾製造新的形象的芭蕾外，狄亞格烈夫的舞團也培養出不少編舞的人才與演藝精湛的舞

壇巨星，如編舞家米契爾·佛金與瓦司拉夫·尼金斯基(Vaslav Fomich Nijinsky 1889～1950)與喬治·巴蘭欽(George Balanchine 1904～1983)，他們各自都擁有其創作的理念與美學觀。

●1. 米契爾·佛金(Michel Fokine)

米契爾·佛金是一位掀開新起古典芭蕾序幕的編舞家，他在1898年即顯露出他的編舞才華，1907年他為芭蕾舞伶娜·安娜·巴夫洛娃創作名作《垂死天鵝》(Dying Swan)，1909年當狄亞格烈夫創立俄羅斯芭蕾舞團時他應邀成為該團的首席編舞家，自1918年離開俄國後，他先留在法國，為狄亞格烈夫的舞團編作各種形式的芭蕾舞劇，於1923年他移民美國紐約繼續他的舞蹈生涯，直到1942年逝世為止。他的足跡遍及倫敦、墨西哥及美國各地。

他在編舞的理念上似乎無法忍受裴堤帕所制定的格律與形式，所以他提出七大改革新觀念就是：

- (1) 每一個新的舞劇應具有其自己新的主題，時代，形式，音樂與動作特色，而不是把舊有的舞步重新組合就可以交差的。
- (2) 舞蹈小品除非將其融入劇情的一部份，否則沒有獨立存在的必要。
- (3) 舞者必須重頭到腳都具有表現力(expression)，注重手部的姿勢的啞技是不合時宜的應以全身的動作來取代。
- (4) 群舞應以動態的身體表現劇情，不應該是站立在舞臺的旁邊當活佈景。
- (5) 舞蹈與其他藝術之間的關係應是相提並論的，不應再相互奴役。
- (6) 舞劇不一定是三幕式或一定要採取古典芭蕾中的大雙人舞形式，可以是獨幕劇或以群舞為主。
- (7) 男女舞者應該地位平等，在劇中的份量應該並重。

佛金較成功的作品應屬《仙女們》(Les Sylphides 1908)、《火鳥》(The Firebird 1910)與《彼得羅盧卡》(Petrouchka 1911)前者是由史特拉汶斯基作曲以俄羅斯的民間故事《伊丹查列維奇》和《火鳥語灰狼》作為舞劇編作的根據，全舞從服裝、音樂、舞蹈到舞台裝置都頗具俄羅斯風格。後者《彼得羅盧卡》是第一部分從心理學的觀點去描述劇中人物性格與感情變化的芭蕾舞劇

，一樣是由史特拉汶斯基作曲，亞力山大·布諾瓦舞台設計，這舞劇的動作與舞台設計完全以現代的手法與技巧作新的嘗試。沒有故事內容的獨幕芭蕾舞《仙女》(Les Sylphides)也是他的代表作之一，此舞完全實現了他的創作理念。

●2. 瓦司拉夫·尼金斯基(Vaslav Fomich Nijinsky)

尼金斯基是佛金提攜出來的本世紀最傑出的男舞星，他不只是個舞技精湛，氣質優雅的舞者，他對於舞蹈創作更是近乎瘋狂的喜愛以編作《牧神的午後》(The Afternoon of A Faun)短短的二十分鐘的舞劇，他花了上百次的排練才完成，他的芭蕾舞如同馬拉梅詩中的意境，配上德布西的音樂與希臘式古意盎然的服飾，舞者如同古希臘神話中的人物以二度空間的姿勢移動在舞台上，將希臘古代的神話再現於現代人的眼前，半人半獸的牧神(尼金斯基飾)徜徉在湖邊的草地上享受溫馨的日光，似夢似幻之間隱隱發現在湖邊嬉水沐浴的寧芙(仙子)，寧芙們驚動之餘落荒而逃，醒後的牧神企圖捕捉那美妙且充滿情慾的幻境，只是似真似幻之間那夢境已經模糊不清，狼吞虎嚥地吞下一串葡萄，並習慣性的將皮吐向空中時，回頭貪婪地凝視著那幻境出現過的地方，拾起寧芙遺香尚存的紗巾在葡萄樹下繼續回味夢中的豔遇！尼金斯基另一個傑出的舞作就是《春之祭禮》(The Rite of Spring 1913)，這是一個以俄國原始宗教為主題的舞作，由史特拉汶斯基作曲，在此舞中他放棄芭蕾舞的傳統姿勢與技巧，舞者身著五彩繽紛的原始服飾，帶著面具以粗野凝重的動作描述祭典的神祕、聖潔、激動、全舞分兩場。第一場《大地的膜拜》：(1) [春之舞] (2) [敵對部落之遊戲] (3) [大地之舞] (4) [長老的行列]。第二場《獻祭》：(1) 序曲 (2) [少女們的神祕之輪舞] (3) [被選少女的禮讚] (4) [召喚祖先之舞] (5) [被選少女的獻祭之舞]。

尼金斯基於1914年在南美的巡迴公演中，與舞團的匈牙利籍女演員羅莫拉(Romola)墜入情網後就閃電結婚，此舉使他與狄亞格烈夫的關係決裂，因此離開狄亞格烈夫的舞團出來自立門戶，歷經幾次失敗的巡迴演出後即罹患嚴重的精神分裂症，此後即告別他一生思念的芭蕾舞與俄羅斯，在倫敦一家精神病院渡過餘生逝世於1950年

享年六十歲。

●3.喬治·巴蘭欽(George Balanchine)

喬治·巴蘭欽是狄亞格烈夫舞團晚期的編舞家，這位出身於馬林斯基劇院的舞者曾於1921至1924年間在聖彼得堡音樂院研修音樂，這種音樂素養對他日後的舞蹈創作具有極大的影響力，1924年巴蘭欽加入狄亞格烈夫的舞團當任首席舞者，1925年繼尼金斯基之後他成為舞團首席的編導，當時他完成的舞蹈作品共有十部包括《阿波羅》(Apollo 1928)、《海神的勝利》(The Triumph of Neptune 1926)、《浪子回頭》(The Prodigal Son 1929)……等。

狄亞格烈夫逝世後巴蘭欽曾應邀至英國、丹麥與巴黎等皇家劇院擔任客席的編舞家，1933年這位才華洋溢的舞蹈家終於在林肯·柯斯汀(Lincoln Kirstein 1907)的引進下來到藝術家的新樂園...美國。

巴蘭欽在美國大展其編舞的才華，移居美國初期他涉獵的藝術範圍甚廣包括大都會芭蕾舞團、百老匯歌舞劇與舞蹈影片。直到1948年他應紐約市長莫頓·鮑姆(Merton Baum)之邀創立紐約市立芭蕾舞團(New York City Ballet)，巴蘭欽的創作風格從此日益成形，他主張以類似交響樂形式的嚴謹結構來編作舞蹈，雖然他保留大部份傳統芭蕾的技巧，但是在速度與節奏的變化上卻非常靈活又巧妙，他放棄傳統芭蕾舞劇中戲劇性的故事情節，他的舞蹈作品雖然抽象卻充滿美國式的熱情與活力，他的舞者個個身材修長舞技精湛，加上他那無懈可擊的美學與音樂修養，觀眾在欣賞他的舞蹈作品時有如是享受一首美妙的人體交響樂。

巴蘭欽是一位多產的編舞家前前後後編過的舞蹈超過四百齣，其中包括舞蹈影片、歌舞劇、芭蕾舞作與重新改編的傳統舞劇等。他最受好評的作品有《競技》(Agon)、《C大調交響曲》(Symphony in C)、《小夜曲》(Serenade)、《巴洛克協奏曲》(Baroque Concerto)、《阿波羅》(Apollo)、《夢遊女》(La Somambula)、《插曲》(Episode)……，他與佛金一樣可稱爲是：「為芭蕾舞重寫歷史的編舞家」。

(四) 現代舞

現代藝術的潮流自十九世紀初就在西歐各國

如巨浪滾滾的興起，由於受到民主思潮的影響以及個人主義之高漲，反叛傳統藝術形式的束縛是現代藝術家的共同點，個人的生活經驗、情感與思想逐漸成爲藝術創作的原動力，他們都具有反叛傳統、崇尚自由與豐富的個人色彩！在舞蹈方面，爲反應現代藝術潮流，歐、美先後都出現現代舞的開拓者，在美國被譽爲「現代舞之母」的是依莎朵拉·鄧肯(Isadora Duncan 1877~1927)，而中歐的魯道夫·拉邦(Rudolf Laban 1879~1958)，則被譽爲「表現主義之父」。

●1.美國的「現代舞之母」—依莎朵拉·鄧肯(Isadora Duncan)

依莎朵拉·鄧肯這位出生在舊金山的女舞蹈家實在無法再忍受芭蕾舞情感乾涸、精神空虛、形式陳腐、舞步八股的演出內容與表現方式，並且認爲舞蹈藝術的價值應與音樂、戲劇、繪畫或文學相提並論，她踏出反叛的第一步就是掙脫芭蕾舞衣與舞鞋的束縛，她從希臘的舞蹈精神中得到靈感：她崇尚自然法則，她觀察、享受與親近大自然，她冥想自己是大自然中的一部份隨著潮汐、月光、和風、煦日起舞，她注重內在情感與精神的真誠流露，她的動作規則是以重心的位移配合運動力學的引力定律、吸力與斥力、抗力與應力而產生的具有韻律感的舞蹈動作，她突破以往古典芭蕾的禁忌與名作曲家的音樂起舞。她與舒伯特、格魯特、貝多芬、華格納、蕭邦……等偉大作曲家之音樂共舞。不管曲勢如何浩大她都能以洋溢的熱情配合靈活的肢體動作將內心的情感與精神表達出來。

依莎朵拉·鄧肯除了在舞蹈藝術是一位革命先鋒外，在實際的生活中她也是一位敢向傳統社會制度挑戰的新女性主義者，她未婚生子，曾因信仰社會主義而歸化爲蘇聯公民，她收養許多孤兒成爲她舞蹈學校的學生，她永遠處在一個經濟困頓的情況中，幸好她的家人極力支持她才能渡過各種難關。她的兩個子女溺斃後，曾因哀悼過深而終日酗酒，最後因紗巾意外的被扯絞進車輪而勒死，結束了她傳奇性的一生。

●2.中歐的「表現主義之父」魯道夫·拉邦(Rudolf Laban)

魯道夫·拉邦是匈牙利人，他是編舞家，但是以舞蹈理論和教育成就聞名於世。拉邦年輕時

放棄成爲軍官的機會，跑到巴黎從事繪畫，後來轉往舞蹈發展，帶領自己的舞團，巡迴北非、德國、奧地利等地演出。他在德國和歐洲的幾個大城市都有舞蹈學校，教授他自己風格的舞蹈和創作。舞蹈家瑪麗·魏格曼(Mary Wigman)，科特·尤斯(Kurt Jooss)都是他的高足，他們共同發展出所謂表現主義的舞蹈藝術其特色與美學觀如下：

(1) 重視舞蹈理論、生活回歸自然

魯道夫·拉邦是一位生於匈牙利的舞蹈家與學者，他生性自由無法適應正規的學校教育，加上隨著父親流動性的調譴生活，十六歲時家人送他至一位畫家處當學徒，這位自由浪漫的少年人，開始正式接觸藝術的理論，並且學習如何從一位藝術家的觀點去觀察與詮釋生命中的各種人、事、物。這樣的學習背景使拉邦，1913年起拉邦在蘇黎士的真理之山 Monte Verita他建立了一個山林中的學校“School for The Arts”，從1915年起每年的夏天都在此山上舉辦夏令營與研討會，參與這個定期的聚會還包括一群歐洲知名的藝術家、政治家、文學家與哲學家，例如舞蹈家瑪麗·魏格曼、表現主義畫家克利(Paulo Klee)和包浩斯(Bauhaus)、音樂家達克羅茲(Dalcroze)、達達畫家漢斯·雅伯(Hans Arp)、漢斯·雷克特(Hans Richter)、波勒與美國現代舞之濫觴伊莎多娜·鄧肯都會是他的舞蹈農莊(Dance Farm)之座上客。他提倡自然主義相信舞者不只應崇尚自然、回歸純樸的山林生活，還要實行素食、共產與性的解放，在當時裸體舞蹈常在「真理之山」的出現，爲的是標榜回歸歐洲傳統的祭儀生活。

拉邦在真理之山每年舉辦夏令營，主要的目的在於提供青年藝術家們有重新認識動作、舞蹈與藝術的機會，其範圍包括(Hodgson, J & Preston-Dunlop, V, 1990)：

- A、體驗身體的技巧包括動作，聲音與語言。
- B、實際地去體驗與練習藝術，不管是個人或團體行動。
- C、從創作的理論與技巧上去認識藝術。

(2) 在技巧動作上採納多元化

拉邦認爲所有的動作技巧都可成爲舞蹈創作的資源，身爲一個舞者應該了解各種動作的獨特性與原理，單靠一種技巧的訓練是無法成爲完美的舞者，基本上，拉邦是不排斥任何傳統的舞蹈

技巧，例如芭蕾舞或任何民俗舞蹈，這樣的理論至今尚存在於歐洲的現代舞團中。

(3) 注重內涵及關懷人類的幸福與社會的問題

拉邦和他的學生發展出的德國現代舞，早期被歸類爲「自由舞蹈」(Free Dance)，有別於芭蕾舞。在美國被泛稱爲德國舞蹈，或是德國表現主義舞蹈(German Expressionist Dance)，拉邦的女弟子瑪麗魏格曼(Mary Wigman)，稱自己的舞蹈爲「完全舞蹈」(dance absolute)，她常關心人類的命運。不關今日、不關昨日、也不關於未來的人類；而是關於人和他存在的宇宙之間的關係。至於「舞蹈劇場」(Tanztheater)這名稱，是由拉邦的另一位得意門生科特·尤斯(Kurt Jooss)提出來的，即是強調「戲劇性編舞的技巧和形式」，結合歌詞、音樂以及舞者的詮釋演出。在「舞蹈劇場之語言」一文中，尤斯進一步解釋：「舞蹈劇場」的是以「幻想的手法來表現編舞家的感受與靈感，並將其建構爲和諧的韻律動作，而成爲舞蹈。」《巫舞》(Hexentanz 1914)是讓魏格曼一舉成名的作品，她的編舞生涯自此展開。舞者頭戴面具、身穿寬袍、赤足起舞。獨舞者起先盤坐於地面，以身體動作帶動打擊樂起舞，由盤坐而站立，舞者手勢越來越誇張，身體動作大開大闢，勁道十足、節奏感強烈。

尤斯的成名作爲《綠桌》(Grüner Tisch 1932)，1932年《綠桌》參加在巴黎舉行的國際編舞比賽時，拔得頭籌。該舞以諷刺政客談判時的陰險嘴臉，談判破裂戰爭爆發，使得人民生活陷於貧窮和死亡的陰影之下。舞蹈一開始出現一群穿著禮服的舞者，頭戴表情誇張的頭套面具，圍著一張綠色的長桌比手畫腳，有時看似外交談判，有時看似爭吵打鬥。接著出現幾個舞蹈段落，猙獰的死神之舞、戰場上掙扎的士兵、悲傷的母親、出賣純真的少女等等。作品中瀰漫著反戰的人文關懷，這在大戰爆發前爾虞我詐的歐洲政局下，別有一番批判意味。

第 二 單 元

肆 舞 蹈 欣 賞 之 學 習 模 式

一般說來舞蹈教師對舞蹈教學，最關注還是在於探究合宜的課程設計與教學理論。以課程為中心、教師為主角的傳統教學觀念，似乎一直陰魂不散的纏住藝術教師們！二十一世紀的藝術應該有一種另類的思考，就是以學習過程為中心，以學生為主角的教育理念，尤其是藝術教育，它若忽略了發展一個獨立思考與自治的個人，藝術教育就失去其真正的功能與目的，教育學者杜威(John Dewey 1859 ~ 1951)的名言是「沒有學習，就沒有教學！…學生必須自己去學習；沒有人可以代替他學習。所以所有的教育又稱自我教育」。

因此當我們在設計中學的舞蹈欣賞課程時，首先要考慮到學生學習舞蹈藝術的四種學習模式即是瞭解、參與、表演與欣賞，希望藉此能使舞蹈藝術的教學成為真正能發展全人教育的課程。

一、認知的學習模式

以理性去瞭解舞蹈，是學習舞蹈的第一步，從認知的觀點去瞭解舞蹈的創作理念、本質、種類、特性、歷史背景…等等，可以幫助我們在各種舞蹈活動中，成為稱職的參與者、創作者、演出者與觀賞者。

我們常常有一種觀念跳舞只要跳就好了，為什麼還要做些讀書寫字、收集資料的工作呢？問題在於如果我們不清楚，為什麼而跳（目的）？在什麼場合跳（功能）？怎麼跳舞（方法）？跳什麼舞（背景）？在對任何舞蹈的目的、功能、方法、背景都很模糊的話，實在很難成為一位好的舞蹈參與者、創作者、演出者或觀賞者，因此就如舞蹈教育家兼學者魯道夫·拉邦，一再強調舞者不只要瞭解各種動作技巧的獨特性與原理，同時也可以將各種的動作語彙作為舞蹈創作的資源，更進一步的是對於與舞蹈的相關藝術及人文科學都應有廣泛的涉獵與瞭解，才能成為優秀的舞蹈家，對一般中學生而言，他們將來不見得要成為舞蹈家，但是也不能犧牲他們知的權利，因為其舞蹈知識愈豐富就愈能增進其創作、演出與觀賞舞蹈的能力與技巧。

二、參與的學習模式

馬可·波拉尼(Michael Polanyi)說：「我知道的事物遠超過我能說的事物！」(We know more than we can say.)，舞蹈的知識有一部份是可以以用理性去思考、分辨與描述，但是還有另一部份是必須有實際的參與才能有真正的學習機會與體驗。參與的學習模式是從參與者的身份去經驗舞蹈與個人的關係、舞蹈與社會的關係，並從舞蹈活動中學習扮演不同的角色—領導者、跟隨者、說服者、介紹者、溝通者、社交者、藝術家、演員、觀眾…。舞蹈活動可以是藝術，也可以是非藝術性，如娛樂、休閒、社交等之活動，針對著不同的目的，它可以用不同的活動形式舉行，所以鼓勵學生參與各種不同形式的舞蹈活動是非常重要的，不管是屬於劇場藝術、廣場表演、社交舞會、廟會祭典…等等，不同的舞蹈活動能提供學生不同的舞蹈經驗與知識，在親身體驗各種舞蹈活動之後，一些只能意會無法言傳的舞蹈知識才能被獲得。

三、演出的學習模式

舞蹈是身體的藝術，除了要參與外，還須有身體力行的學習機會，如此才能達到看(Seeing)與作(Doing)雙重的學習效果，在演出的學習模式中學生可以是舞者、編舞者或兩者兼具，從舞者的角度來探討，一位舞者必須兼備動作的技巧、表演的技巧和即興的技巧，其任務在於透過身體的語彙來傳遞編舞者的意念或思想；從編舞者的角度來探討，一位編舞者必須有觀察、分析、評估與整合內、外在訊息的能力，從觀察中尋找創作的題材；從分析中深入地瞭解人、事、物之間的關係；從評估中作釐定創作的主题、動作語彙、舞蹈形式、舞者造型、服裝、音樂、燈光…的設計；從整合中將各種不同的經驗與知識視覺化與整體化，所以舞蹈學者普里斯登·當樂普認為舞蹈的演出與創作，對學生來說，它們是屬整合性的學習，舞者與編舞者不只要以身體動作實際地參與創作與表演的過程，還要將心理、生理

和情感的經驗動作語彙表現出來，學習者除了能從不同層面與角度去瞭解與學習動作外，更重要的是培養具有發現問題、獨立思考、分析事物、與整合資訊的思考模式，這就是學習的舞蹈最主要的目的之一。

四、鑑賞的學習模式

鑑賞的學習模式是從觀賞者的觀點評鑑與欣賞舞蹈，相較於美術作品「評鑑」二字對於舞蹈作品似乎有不同的意義，「評」是論斷藝術品的好壞，「鑑」是分辨藝術品的真偽，舞蹈是瞬間的表演藝術，它具有稍縱即逝的特質，尼爾森·顧孟(Nelson Goodman)將其歸類為「同質異形藝術」(Allographic Arts)即是隨著舞者、場地、燈光、觀眾…的改變，它就會呈現不同的演出成果，也就是說舞蹈是一種可由他人代理執行的藝術、相同的舞步與動作，每個人卻都有不同的表現方法，因此同一作品常呈現不同的面貌。而繪畫、雕刻、陶瓷…則屬於「原形藝術」(Autographic Arts)，因為它們經過藝術家的手之後就不再改變其材質、色彩、結構…等。對於「原形藝術」鑑賞家就可依據作品來評定其好、壞、真、偽，對作品於「異形藝術」的舞蹈，其鑑賞方法似乎應該針對其特色而有所調整，尤其對年少的中學生而言，不如將「鑑賞」詮釋為「美的感動」或「心靈的共鳴」。

依皮爾·蓋洛(Pierre Guiraud)的觀點藝術家與觀眾之間常存在共同的美感經驗，這種共同的美感經驗可使觀眾對藝術品產生美的感動與情感的共鳴，因此美感經驗是藝術家與觀眾之間溝通的橋樑。然而這些美的感動與情感的共鳴常是源自不同的因素的。

(一) 源自美的經驗

美的經驗是觀眾與藝術家之間最重要的共鳴點，大多數的藝術家都認為藝術品與美是分不開的，少數的藝術家卻認為道德、真實、自然才是美，由此可以理解何謂「美」的定義？是見仁見智的問題。所以德國的哲學家康德強調「美」是一種「愉悅的感覺」(Aesthetic Pleasure)，這種感覺是直覺的、瞬間的、不需掙扎與思索的，只要我們的知覺與情緒有愉悅與滿足的感覺就是「美」。因此當我們觀賞舞蹈的時候，能愉悅我們的包括悅耳的音樂、耀眼的服裝、舞者傳神的姿態、柔和的燈光…，凡舉舞台上所有視覺、聽覺效果都可以是刺激「美感」的來源，因此觀賞

舞蹈的時候只要這種「愉悅的感覺」，就可滿足我們的美感。

(二) 源自情感的經驗

每一位存在的個人都有情感的經驗，當舞台上所演出的劇情、內容具有情感的震撼力時，觀賞自然有感同身受的移情作用，引因此感人的愛情故事永遠是觀眾的最愛。

(三) 源自文化的經驗

相同的語言、相同的社會、相同的族群自然具有相同文化習俗與經驗，這完全是一種族群的自我認同與意識，例如一樣觀賞雲門舞集的〈薪傳〉，大陸、臺灣與美國的觀眾對劇情會有不同的領會而導致不同的感動；大陸的觀眾會認為臺灣同胞毫無疑問的是移民自大陸的中國人，因此兩岸一定要統一；臺灣的觀眾可能對祖先渡海來臺，披荊斬棘開疆闢地的過程與精神非常感動，認為我們要珍視祖先所遺留下來的產業；一部份美國的觀眾可能會受臺灣的拓荒所感動；也可能有另一部份的美國觀眾會認為，這齣舞作具有強烈的政治意圖，不是好的藝術品！事實上無論無論藝術家或觀眾都是社會國家的一份子，相同的語言、宗教、政治理念、風俗習慣、生活方式，自然產生相同的文化認同感，因此在藝術品的觀賞與創作上也會有相同的感動是不足為奇的！

(四) 源自動作的經驗

動作是舞蹈藝術最主要的媒體，目前出現在舞蹈藝術中的動作，是編舞家依據舞作的內容，經過實驗、篩選、整合與練習後才產生的，其實每一位存在的個人對於「動作」都不陌生，現在連日常生活的動作也常出現在舞台上。有些觀眾喜愛舞者幽雅的動作，有些則偏愛舞者強勁有力的動作，不管如何，舞者的動作技巧是一定要經過訓練，達到某一種程度才能贏得觀賞者的喝采，但是除了優秀的動作技巧還不夠，還要賦予動作情感、生命與內涵其技巧才是完美的。

(五) 源自新奇挑戰的理念

新奇的的理念不見得都好，但是新奇的的理念代表對現況的突破與反叛，所以它自有其存在的價值，可以促進個人與社會的改革，在舞蹈創作中新奇挑戰的理念可運用於，尋求新的創作題材、新的動作語彙、新的動作技巧、新的舞蹈形式、新的美學觀念、新的媒體…。這些新奇的創作理念不只挑戰編舞家、舞者與所有參與創作的藝術家們，也挑戰觀賞者的理解力與接受能力，更重要的經過新理念的衝擊後，是否引發觀賞者的對各種人、事、物的關心與另類的思考。

舞 蹈 類 別 與 欣 賞



●中國民族舞(身段) 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●中國民族舞(武功) 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●中國民族舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●中國民族舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●中國民俗舞（孔雀舞） 攝影：尤俊德



●鄉土樂舞（節奏與肢體表現） 表演：優劇場 攝影：尤俊德



●中國現代舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●中國民族舞(弓舞) 編舞：趙郁玲 表演：臺北體育學院舞蹈學系



●芭蕾舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●芭蕾舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●芭蕾舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●芭蕾舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



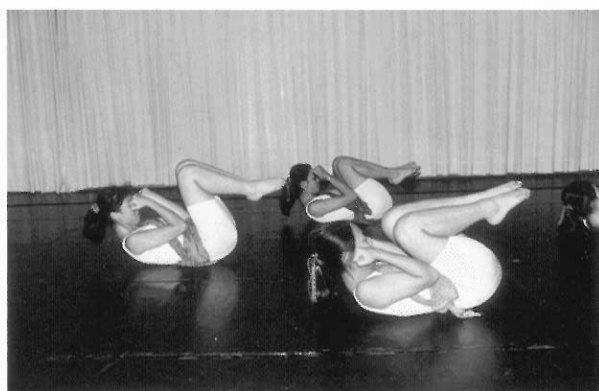
●中國歌舞劇一年劇中舞蹈動作 表演：復興劇校
攝影：尤俊德



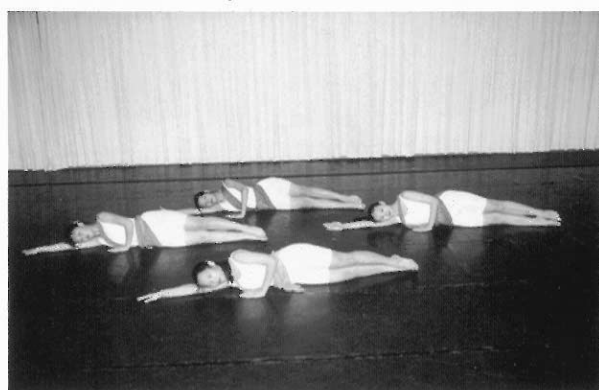
●世界土風舞：墨西哥土風舞 攝影：林春梅



●世界土風舞：非洲土風舞 攝影：林春梅



●現代舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●現代舞 指導：陳秀文 示範：北安國中 攝影：李銘訓



●現代舞 指導：張麗珠 示範：臺北體育學院 攝影：鄭芳梵



●現代舞 指導：張麗珠 示範：臺北體育學院 攝影：鄭芳梵