

現代舞 Modern dance

歷史與名人 History and masters



集舞門雲 CLOUD GATE



1

00:00-00:20



2

00:00-00:24



3

WHOLE SHOW



4

48 COUNTS







先來後到？

現代？

相對現代？

面向	古典 (Classical)	現代 (Modernism)
時代背景	古希臘、羅馬時代起，後來也指 18~19世紀的風格	19世紀末至20世紀中葉，工業革命後的 現代社會
核心價值	秩序、理性、永恆、美感、和諧	創新、突破、自我、情感、反思社會
藝術目標	呈現理想的「真、善、美」	表達內心世界，挑戰傳統與現實
結構風格	嚴謹、對稱、形式完整	不規則、自由、可能抽象
人的角色	人是理性的動物，要達到高貴的理想狀態	人是矛盾的、孤獨的，要尋找自己的 存在價值
表演藝術	講究動作規則（如芭蕾舞）、講道理、敘事明確	動作自由（如現代舞）、重感受、情節不一定線性
世界觀	世界有一套「永恆真理」可依循	世界是多變的、不確定的，需要不斷 探索

面向	古典 (classical)
時代背景	古希臘、羅馬時代起，後來也指 18~19世紀的風格
核心價值	秩序、理性、永恆、美感、和諧
藝術目標	呈現理想的「真、善、美」
創作口吻	嚴謹、對稱、形式主義

)	現代 (Modernism)
後來也指 各	19世紀末至20世紀中葉，工業革命後的 現代社會
感、和諧	創新、突破、自我、情感、反思社會
、美」	表達內心世界，挑戰傳統與現實
也動	在現代社會中，藝術不再只是被動地反映現實，而是主動地創造現實。

藝術目標

呈現理想的「真、善、美」

結構風格

嚴謹、對稱、形式完整

人的角色

人是理性的動物，要達到高貴的理想狀態

表演藝術

講究動作規則（如芭蕾舞）、講道理、敘事明確

、美」

表達內心世界，挑戰傳統與現實

完整

不規則、自由、可能抽象

到高貴的

人是矛盾的、孤獨的，要尋找自己的
存在價值

）、講道

動作自由（如現代舞）、重感受、情
節不一定線性

理想狀態

表演藝術

講究動作規則（如芭蕾舞）、講道理、敘事明確

世界觀

世界有一套「永恆真理」可依循

1、講道

動作自由（如現代舞）、重感受、情節不一定線性

」可依循

世界是多變的、不確定的，需要不斷探索

面向	古典 (Classical)	現代 (Modernism)
時代背景	古希臘、羅馬時代起，後來也指 18~19世紀的風格	19世紀末至20世紀中葉，工業革命後的 現代社會
核心價值	秩序、理性、永恆、美感、和諧	創新、突破、自我、情感、反思社會
藝術目標	呈現理想的「真、善、美」	表達內心世界，挑戰傳統與現實
結構風格	嚴謹、對稱、形式完整	不規則、自由、可能抽象
人的角色	人是理性的動物，要達到高貴的理想狀態	人是矛盾的、孤獨的，要尋找自己的 存在價值
表演藝術	講究動作規則（如芭蕾）、講道理、敘事明確	動作自由（如現代舞）、重感受、情節不一定線性
世界觀	世界有一套「永恆真理」可依循	世界是多變的、不確定的，需要不斷 探索







- 伊莎朵拉·鄧肯
Isadora Duncan
- 現代舞創造者(?)
- 芭蕾老師太爛
- 反對芭蕾的訓練
- 希臘式服裝





ROYAL
OPERA
HOUSE



Movements not for
stories, movements
should convey its own
emotions and ideology.

不做附庸
任何形式
皆為表達



Greece style costume
希臘風格服裝





- 伊莎朵拉·鄧肯
- 希臘式服裝
- 情緒
- 軌跡正確

- 瑪莎.葛萊姆 Martha Graham
- 葛萊姆方法-腹部、骨盆
- 將現代舞“技術化”
- 收縮與放鬆
- 地板動作
- 用動作說故事



訓練模式

Tanning technique

用動作來說故事



夜旅 *Night Journey*

邊境 Frontier



美國拓荒者

重視腹部骨盆動作

悲悼 Lamentation

地板動作用於舞作

"Acts of Light"

Ritual to the Sun

- 瑪莎.葛萊姆
- 將現代舞“技術化”
- 收縮與放鬆



Merce Cunningham

摩斯.康寧漢





甩/抖

縱向波浪

攻擊路徑(踹/揍)

報雙膝跳

交叉路徑

空轉

畫圓(弧)

前滑地/側拉

橫向波浪

滾地

基礎編舞 basic movement composition

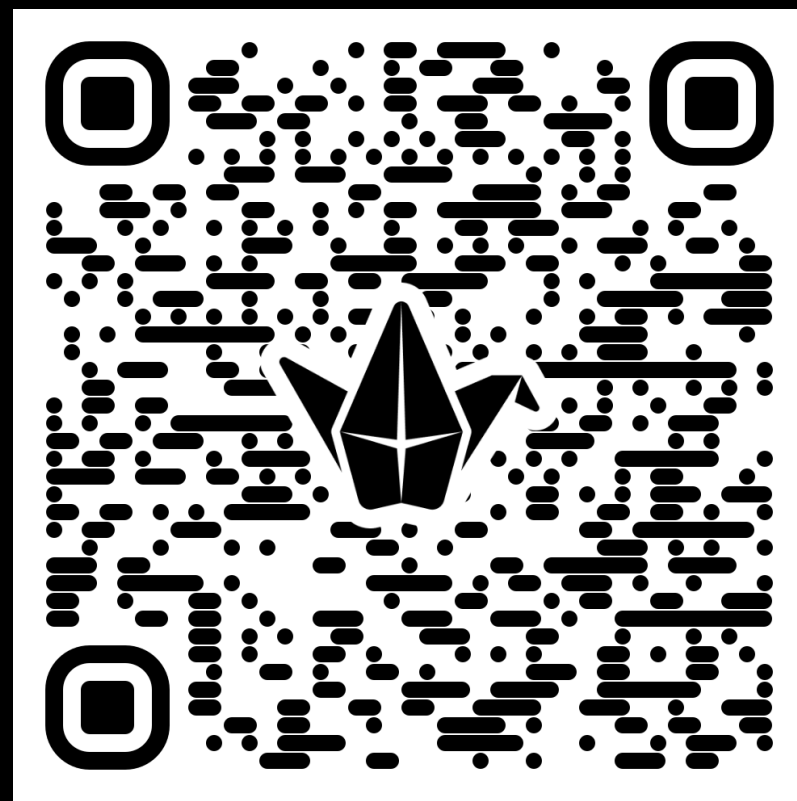
8 姿態順序自排
中間穿插 7 轉場動態

隊形: v shape

基礎編舞 basic movement composition

8 姿態順序自排
中間穿插 7 轉場動態

隊形: v shape





滾地



甩/抖



空轉



畫圓(弧)



縱向波浪



攻擊路徑
(踹/揍)



交叉路徑



橫向波浪

1

5

2

5

1234

5678

2234

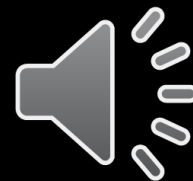
5678

動作

轉場

動作

轉場



901



橫向波浪



交叉路徑



滾地



前滑地/側



畫圓(弧)



空轉



攻擊路徑
(踹/揍)



攻擊路徑
(踢/接)

縱向波浪

	滾地	
	報雙膝跳	
	甩/抖	
	空轉	

	畫圓(弧)	
	前滑地/側	
	橫向波浪	
	5	



滾地



縱向波浪



甩/抖



空轉



橫向波浪



攻擊路徑
(踹/揍)



畫圓(弧)



5



報雙膝跳



前滑地/側



畫圓(弧)



交叉路徑



滾地



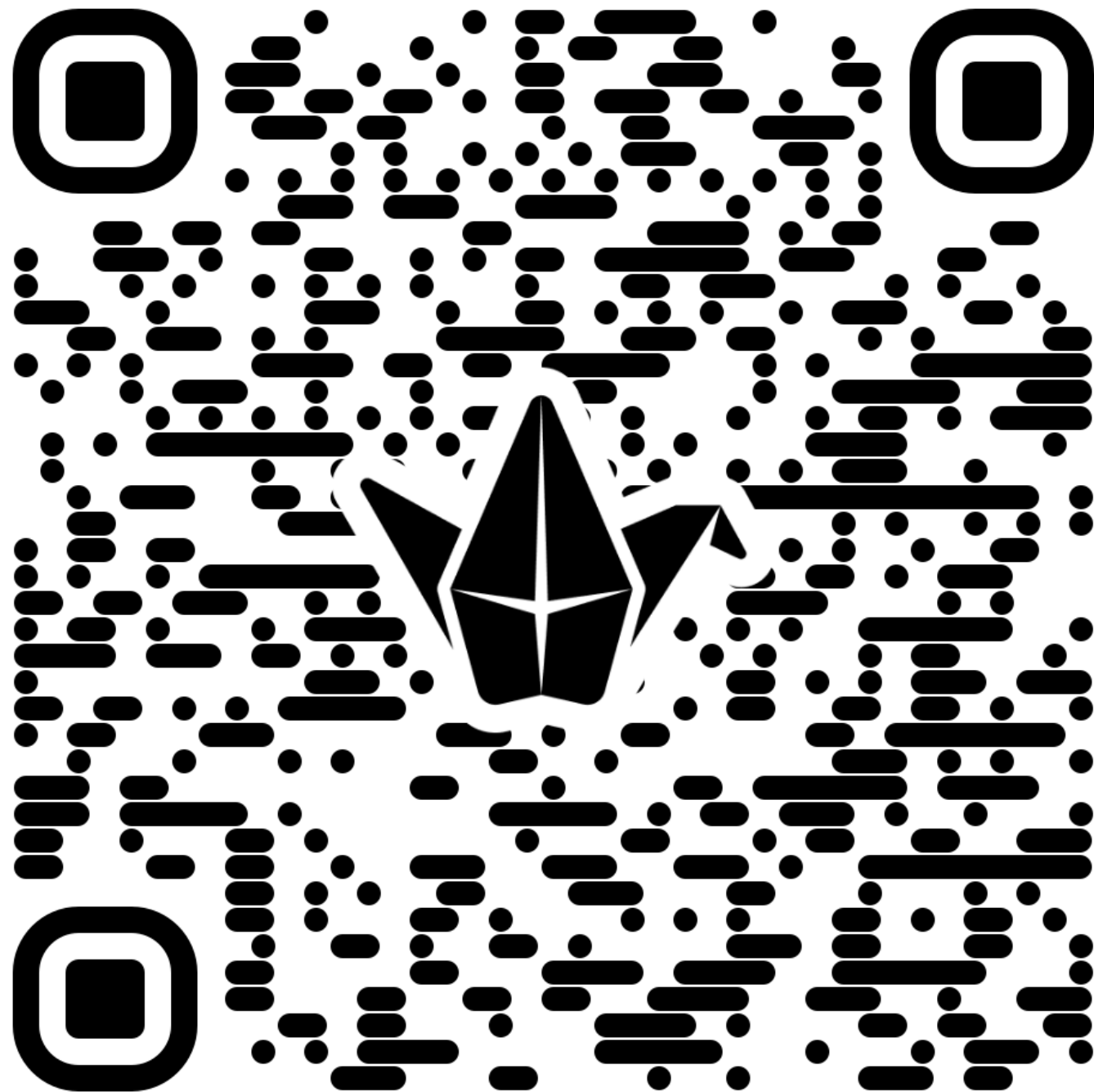
空轉



甩/抖



攻擊路
(踹/揍)



902



橫向波浪



縱向波浪



5

報雙膝跳



空轉



畫圓(弧)



滾地



交叉路徑



5



甩/抖



滾地



攻擊路徑
(踹/揍)



橫向波浪



縱向波浪



畫圓(弧)



空轉



5

前滑地/側



畫圓(弧)



空轉



甩/抖



攻擊路徑
(踹/揍)



滾地



縱向波浪



橫向波浪



5



空轉



交叉路徑



畫圓(弧)



甩/抖



縱向波浪

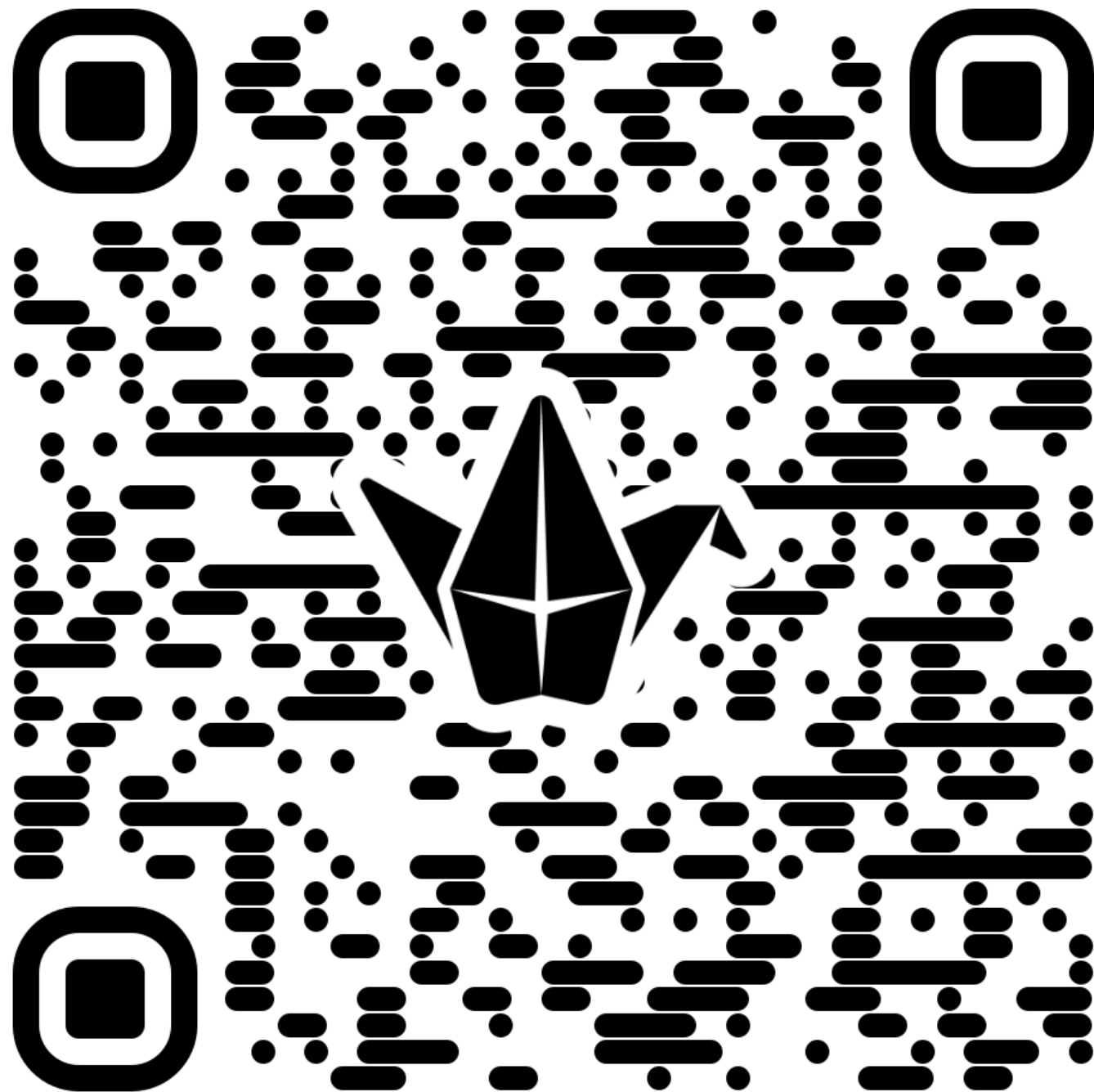


橫向波浪

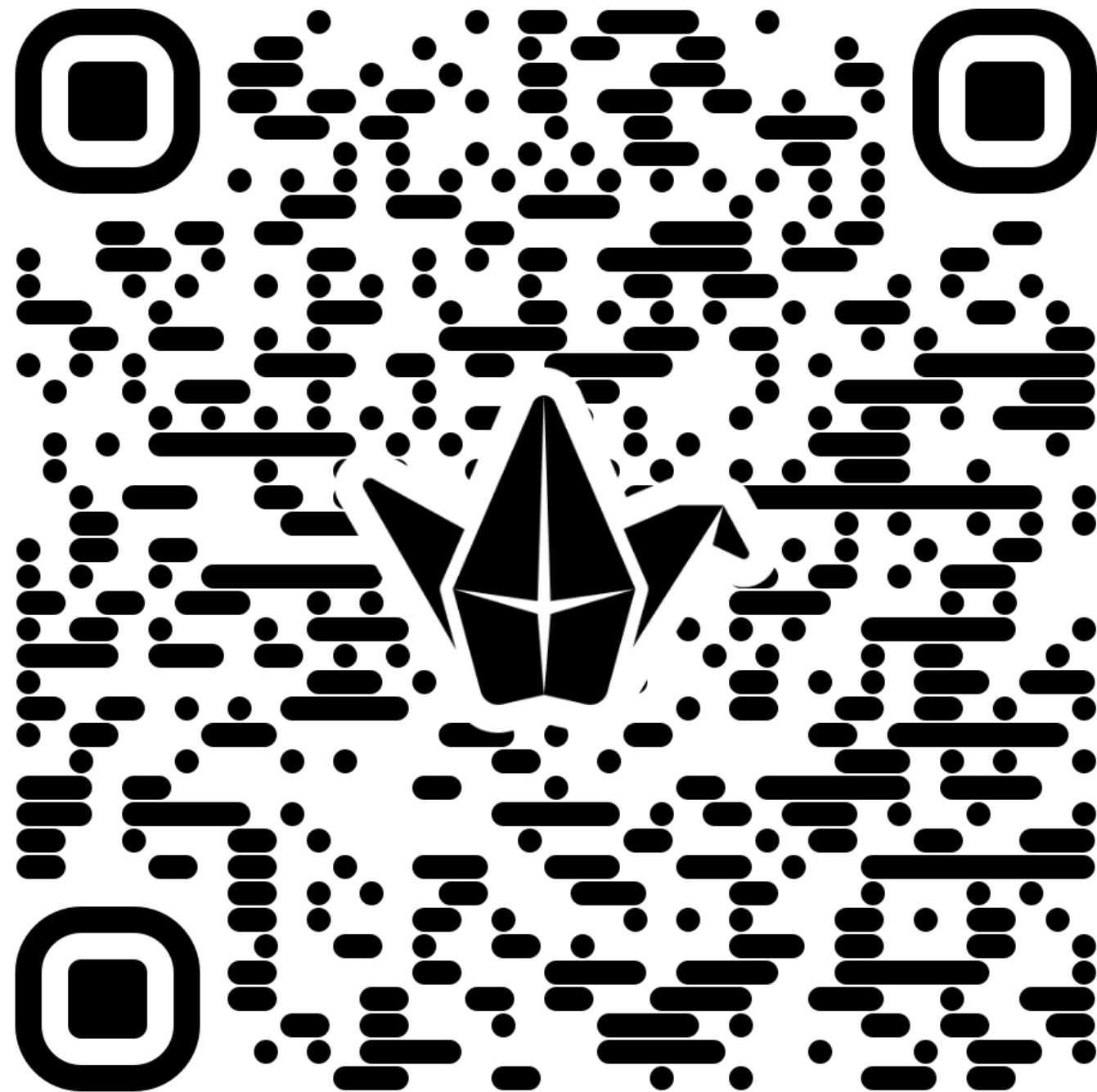


滾地





903





滾地



交叉路徑



前滑地/側



空轉



報雙膝跳



畫圓(弧)



甩/抖



攻擊路徑
(踢/揍)



縱向波浪



攻擊路徑
(踹/揍)



前滑地/側



交叉路徑



甩/抖



橫向波浪



畫圓(弧)





縱向波浪



滾地



擊路徑
(踹/揍)



畫圓(弧)



甩/抖



空轉



橫向波浪

8

5



904



滾地



甩/抖



空轉



畫圓(弧)



縱向波浪



攻擊路徑
(踹/揍)



交叉路徑



橫向波浪



畫圓(弧)



甩/抖



報雙膝跳



空轉



交叉路徑



攻擊路徑
(踹/揍)



橫向波浪



滾地



滾地



畫圓(弧)



攻擊路徑
(踹/揍)



報雙膝跳



橫向波浪



空轉



交叉路徑



甩/抖



畫門(弧)



縱向波浪



報雙膝跳



甩/抖



橫向波浪



交叉路徑



空轉



攻擊路徑
(踹/揍)

905







交叉路徑



滾地



攻擊路徑
(踹/揍)



畫圓(弧)



橫向波浪



甩/抖



空轉



前滑地/側



5





交叉路徑



空轉



橫向波浪



甩/抖



攻擊路徑
(踹/揍)



畫圓(弧)



縱向波浪



滾地





906



滾地



攻擊路徑
(踹/揍)



空轉



報雙膝跳



縱向波浪



橫向波浪



交叉路徑



前滑地/側

甩/抖



滾地



空轉



甩/抖



報雙膝跳



攻擊路徑
(踹/撲)



前滑地/側



畫圓(弧)



橫向波浪



滾地



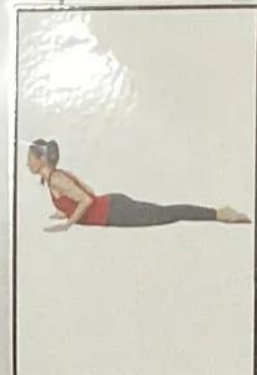
甩/抖



前滑地/側



交叉路徑



畫圓(弧)



空轉



攻擊路徑
(踹/揍)



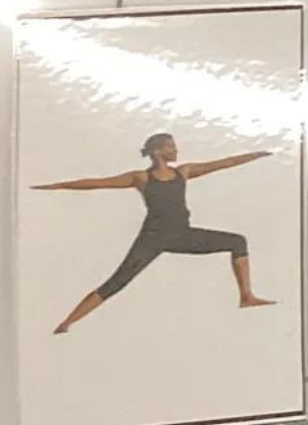
報雙膝跳



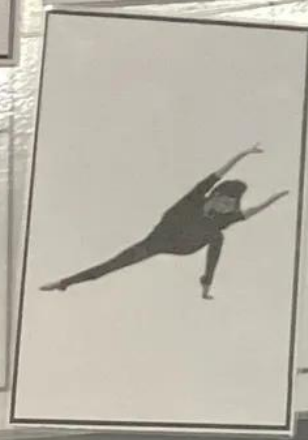
甩/抖



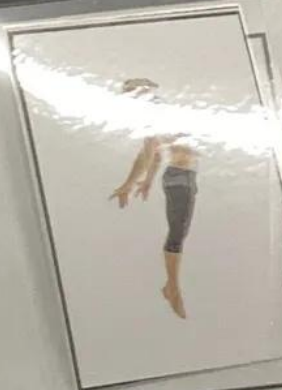
報雙膝跳



攻擊路徑
(踹/揍)



前滑地/側



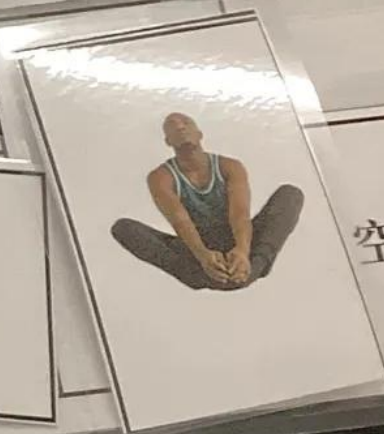
交叉路徑



畫圓(弧)



滾地



空轉

907



空轉



滾地



攻擊路徑
(踹/揍)



甩/抖



橫向波浪



畫圓(弧)



報雙膝跳



交叉路徑



甩/抖



畫圓(弧)



攻擊路徑
(踹/揍)



空轉



前滑地



縱向波浪



滾地



橫向波浪

畫圓(弧)



滾地



畫圓(弧)



報雙膝跳



空轉



交叉路徑



攻擊路徑
(踹/揍)



前滑地/側



甩/抖



滾地



畫圓(弧)



報雙膝跳



空轉



甩/抖



前滑地/側

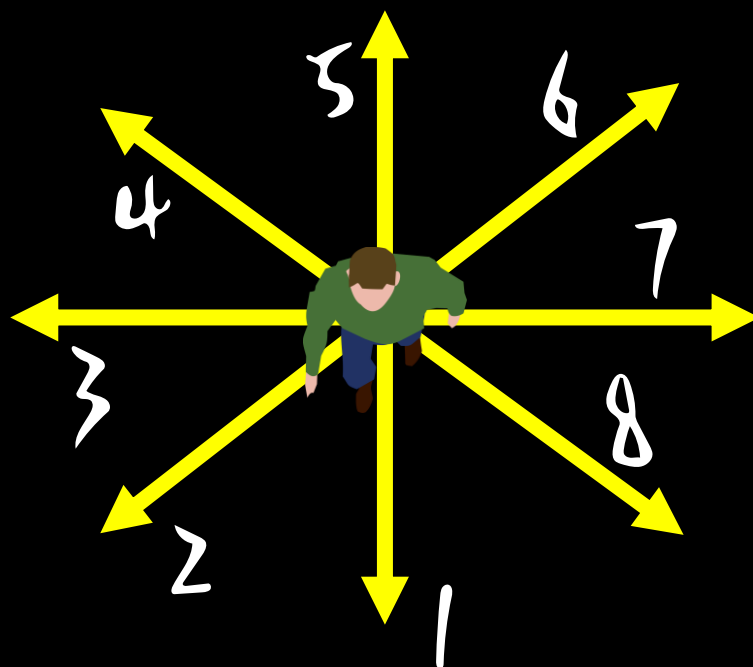


橫向波浪



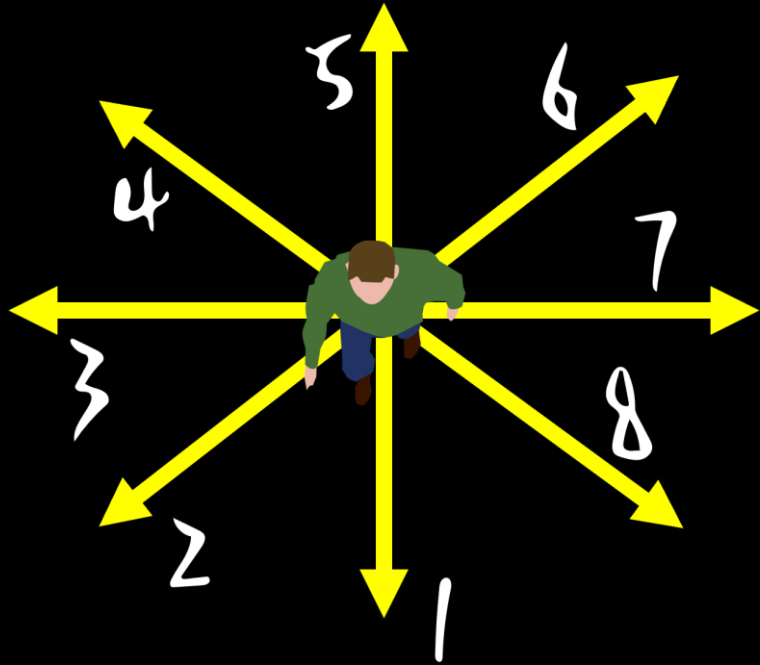
攻擊路徑
(踹/揍)

七	八	九
四	五	六
一	二	三



七	八	九
四	五	六
一	二	三

一	二	三	四
五	六	七	八
			九



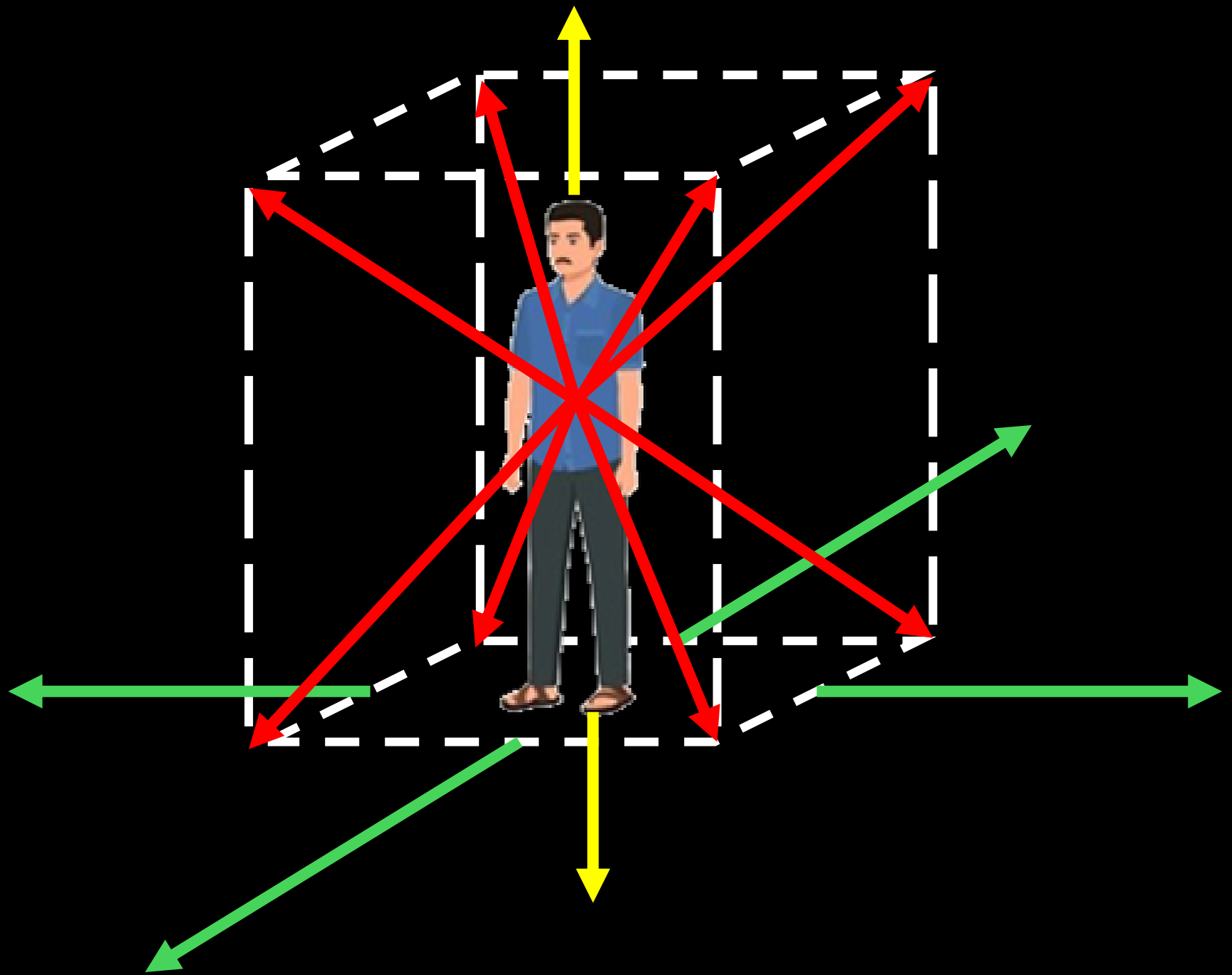
1	2	3	4
5	6	7	8

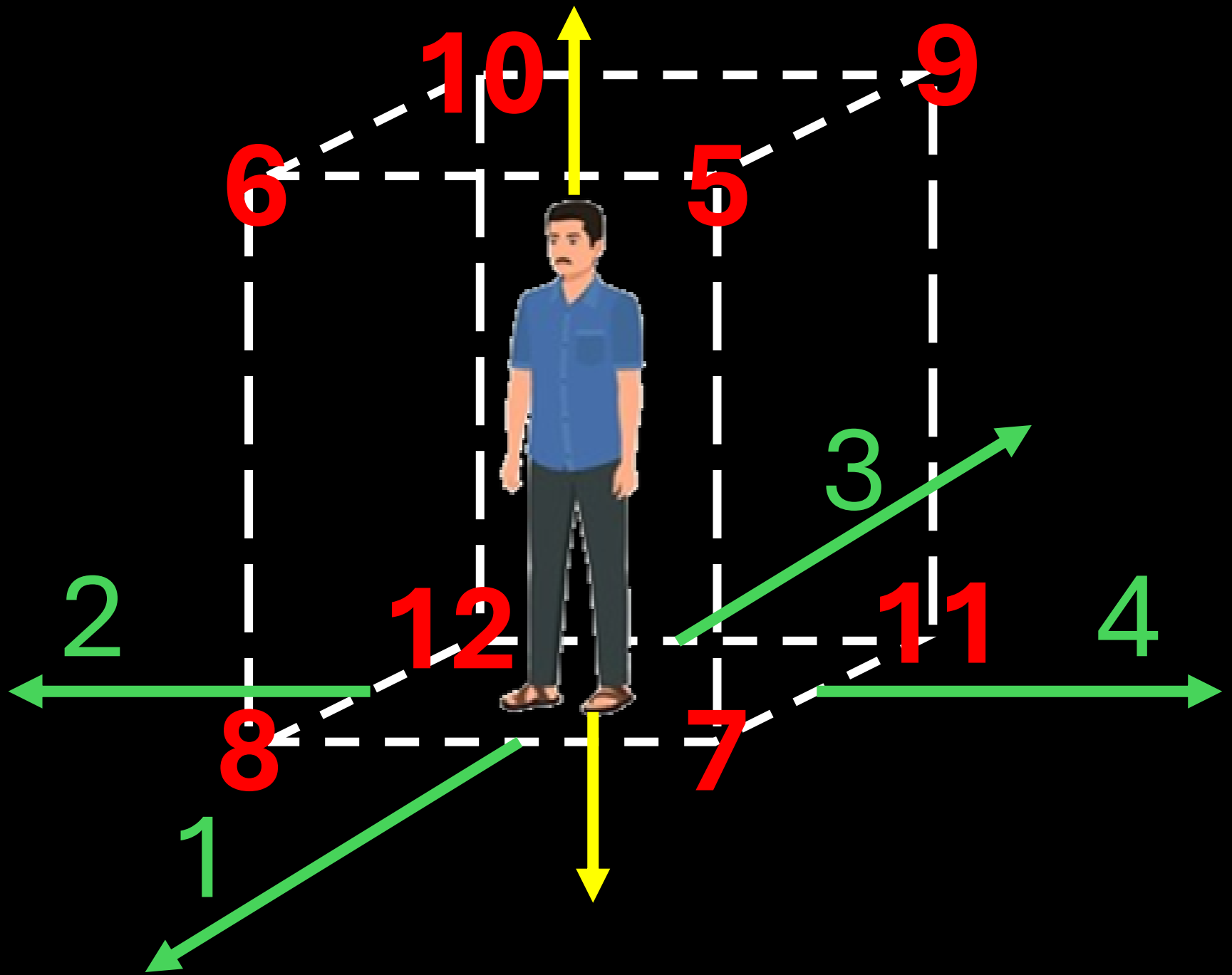
機率

每人抽：

一張位置(國字)

一張方向(阿拉伯)





- 葛萊姆合作夥伴
- 從故事到“非敘事性”
- 動作即意義
- 易經影響
- 電腦動作編舞



易經體驗(問事)

- 擲硬幣(同時擲三個)
- 兩正一反→-
- 兩反一正→--
- 三正→-
- 三反→--
- 擲六次，由下往上，前三左，後三右



硬幣模擬



卦象對照

第三次



-

-



第六次

第二次



--

--



第五次

第一次



-

-



第四次

光明智慧，保持清明 三三

- 葛萊姆合作夥伴
- 從故事到“非敘事性”
- 動作即意義
- 易經影響
- 電腦動作編舞









Germany 1945-90











2020/1/10 Cunningham 機遇之舞



RainForest

作品簡介：《RainForest》（雨林）

編舞：Merce Cunningham（美國現代舞先驅）

音樂：David Tudor（現場操作電子聲響）

舞台與道具設計：Andy Warhol（普普藝術大師）

首演時間：1968年

長度：約20分鐘







這支舞在「說什麼」？

其實……它沒有說什麼！Merce Cunningham 的編舞理念就是：「舞蹈不是用來講故事的」，他不告訴你這支舞「在說什麼」，而是要讓你自己去感受、觀察、組合意義。

概念	表現方式	意義
隨機性 (chance)	動作、順序、空間位置由擲骰、抽卡決定	打破傳統「編排→表現情感」的方式，讓舞蹈更像一種自然現象
分離音樂與舞蹈 (Decentralization)	音樂現場播放，但舞者不跟拍節奏，只跟自己的節奏走	舞蹈不是配樂的裝飾，而是一種獨立發聲
空間實驗與互動	Andy Warhol 設計大量銀色充氣枕漂浮在空中，舞者需不斷閃避、穿越	身體與環境隨時互動、隨時變化，像在「自然界裡求生」一樣

為什麼叫《RainForest》？

這支舞沒有樹、沒有鳥、沒有雨，但卻讓人感覺像：在未知又活潑的空間中行動和其他「生物」一樣穿梭、碰撞、試探體會身體與聲音之間的不穩定關係

Cunningham 自己說過：“It's called RainForest, not because it's about a rain forest, but because something about it feels like a rain forest.”

DIA: Beacon Events

作品簡介：《Events at DIA:Beacon》

編舞者：Merce Cunningham

地點：DIA:Beacon 現代藝術館（紐約州）

特色：「Events」是 Cunningham 晚年創作中非常重要的表演形式，非線性、非舞台式、多空間、多重體驗的「拼貼式舞蹈演出」

核心概念	展現在哪裡？	是什麼意思？
Event 形式	非一支舞、一段劇情，而是將歷年舞作片段重新拼貼演出	每場都不同，每次都是現場的獨一無二
隨機組合	舞段的順序、出場位置、搭配音樂都可由擲骰、抽籤決定	編舞不再「控制一切」而是讓變化發生
非舞台空間使用	舞者在展覽空間中表演，觀眾可自由移動觀賞角度	舞蹈進入生活空間→舞與觀眾關係改變
現場聲響搭配	使用環境聲、即時音樂、現場錄製電子聲響	舞與音分離，互不依附各自獨立存在

CUNNINGHAM DANCE FOUNDATION

概念	表現在哪裡？	是什麼意思？
自然動作的抽象轉化	舞者模仿鳥的動作，如點頭、收翅、環視、跳躍	不是模仿一隻具體的鳥而是表現「鳥的質感」與「動作語彙」
隨機創作元素	動作順序、組合、出場可能以抽籤決定	Cunningham 常用這種方法打破慣性，讓創作更自由且不可預測
非敘事、結構式舞蹈	沒有故事，不描述特定場景或情節	專注在身體、動作、節奏、空間組合與變化
音樂與舞蹈獨立	John Cage 的音樂不是配合舞蹈節奏，而是平行發生	舞蹈不是「跳音樂」，而是「與音樂並存」的藝術

- 非敘事性
- 動作即意義
- 機率電腦動作編舞



- 約翰.凱吉 John Cage
- 機會音樂
- 任何聲音包括雜音
- 放棄形式





- 匹娜.鮑許 Pina Bausch
- 烏塔帕舞蹈劇場總監
- 男女關係
- 女性主義







Start



End



Start

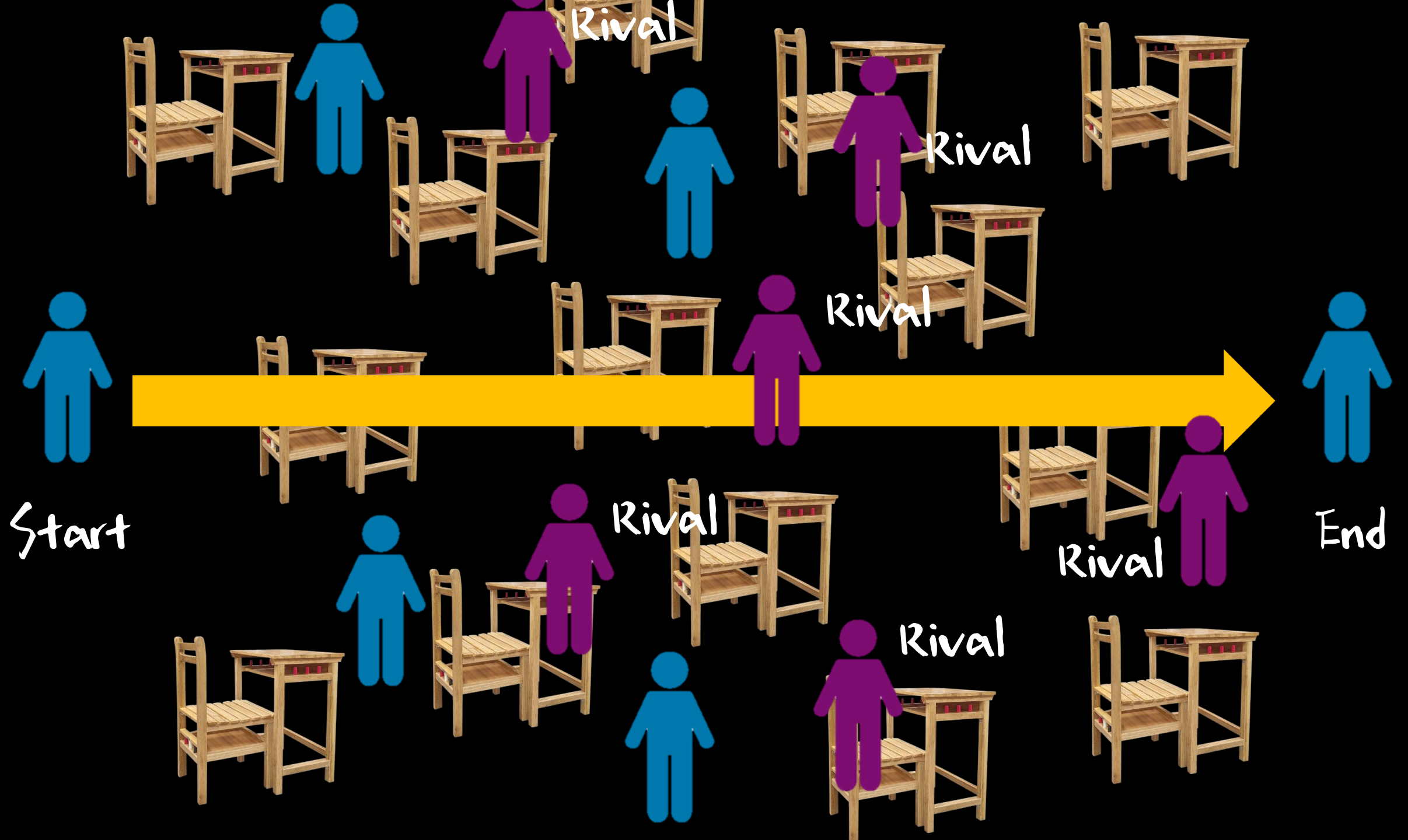


End



Assistant





表演者：Pina 自舞團成員，部分由她本人演出

舞台設定：一間老舊、昏暗的咖啡館，擺滿椅子與門

舞者服裝：白色睡衣、赤腳、半閉雙眼行走

背景音樂：Henry Purcell 古典音樂（如訴如泣的弦樂）

長度：約35分鐘

核心概念	在舞中怎麼呈現？	它的意思是什麼？
障礙與依賴	舞者在擺滿椅子的空間中盲走，撞椅、被移開障礙	人在情感或人生中看不清方向，常常靠別人「幫我們安排路」
身體的扶持與拉扯	有一人不停幫助他人不被撞倒，有人一直跌倒、被拉起	關係中的「幫」與「壓迫」常常糾纏在一起
重複與無聲的崩潰	同樣的推、拉、倒下、逃跑動作反覆出現	情緒的極限常不是「吼出來」，而是「一直重來」
夢境感 / 潛意識表達	赤腳、白衣、閉眼、光線低彷彿睡夢中的行走	是心靈裡那些說不出口的痛苦、依賴與恐懼的象徵化表達

這支舞在說什麼？

這不是一支「說清楚故事」的舞，
而是一支「表現情緒狀態」的舞。

你看到的不是角色，而是你自己內心的縮影：

- 害怕跌倒的人
- 不停想幫人清障礙的人
- 想靠近卻又退縮的人
- 不知自己在哪裡、往哪裡走的人

這些「人」都可能是你，也是我們身邊的人。

2 parties

Male

Female

Situation

Before a important group photo

Design 3 movements

表演者：最初由 Pina 自家舞團成人演員演出，

2000 年後重製為由 65 歲以上素人、青少年學生演出

舞台設計：一間老舊舞廳，有鋼管椅、窗簾與鋼琴

音樂風格：1930-1950 年代德國與美國老歌（如探戈、情歌）

概念	在舞中怎麼表現？	它的意思是什麼？
人際關係的尷尬與渴望	看起來像在上舞會：試探、靠近、推開、重來	青春期的慾望與不安「我想接近你，但我怕你不喜歡我」
重複行為，充滿張力	男女反覆排隊鞠躬、坐下、起身、微笑...	重複不是無聊，而是讓「緊張感」更強烈
幽默與荒謬交錯	用過度誇張的方式笑、走台步、整理衣服	展現「人為了被喜歡會多麼小心又多麼可笑」
真實經驗出發的創作	舞者常會加入自己的故事、姿態與表情	Pina 的創作是從「你生活中做過的事」開始問你：「那是什麼感覺？」

這支舞在說什麼？

不是單一故事，

而是「**一整個舞廳裡的男女關係**」，

包含了：

初識的好奇與尷尬

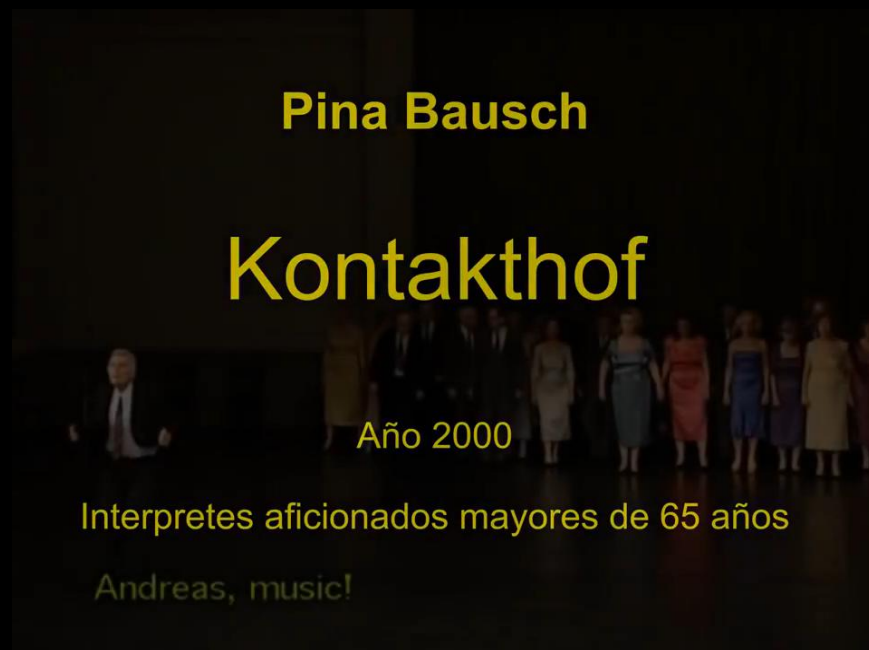
身體接觸的試探想被看見、

怕被看見渴望愛，但又怕輸掉自我

無數次重複的社交表演與脆弱暴露

就像：「我們都穿好衣服、擺好笑容，但心裡還是怕——怕自己不夠好。」

青春競技場



老年版(65以上)

青年版(15-18)

作品簡介：

表演者：約20名舞者，穿著正式或荒謬的服裝

舞台設計：滿地插著一朵一朵的假康乃馨（上千朵！）

配樂風格：從古典音樂、流行歌，到環境聲音混搭

長度：約2小時

主題概念	舞中如何呈現？	它的意思是什麼？
日常荒謬化	在滿地花中，有人走路、 摔倒、穿高跟鞋蹦蹦跳、 拉椅子滑行...	我們習以為常的日常行為， 其實也可以很荒謬、 很詩意、很悲傷
荒謬與詩意並存	舞者表演喜劇小段子， 下一秒卻跌坐在地、失落哭泣	喜劇與悲劇常常只差一步， 生活的荒謬充滿真實情緒
破壞與重建	舞者踩爛花、拆椅子、 互推、喊叫	表面上是花團錦簇，內在卻是一場戰爭： 人與人、人與世界的衝突
動作重複，情境反覆	同一個動作反覆做，但語氣、 速度、情緒不同	生活也是一種「行為的複誦」， 但每一次都有不同意義

我不在乎人如何動

我在乎人為何而動