



舞在變拍之間
—爵士舞

Dance in Changing Rhythm - Jazz Dance

蔣孟涵
Meng-Han CHIANG
國立台北藝術大學表演藝術科技實驗室執行助理

Jazz Dance

美國的爵士舞大師裘丹奴（Giordano）曾說過：爵士舞是一種美國的藝術形式，但託電影的功勞，包括近年很熱門的「芝加哥」，並透過電視和音樂錄影帶之播放，爵士舞才能在國際間相互交流。自一九二〇年代起，爵士舞一直被用來形容一種不斷改變的流行、創新舞蹈形式。爵士舞瞬息萬變，它總是反映出時事及趨勢，它充滿活力和創造性。相較於芭蕾舞及現代舞，爵士舞反而在台灣被視為一種不正式的舞蹈。而在教學的過程當中，許多老師也忽略了爵士舞背景對學生學習、啟發的重要性。在學校中的舞蹈歷史課程，爵士舞也是被排除在教學內容之外。如同爵士樂，爵士舞是在酒吧和夜間俱樂部滋長，而在歌舞雜耍表演中逐漸成熟，不像芭蕾舞或現代舞是在正式的舞台上成長，所以爵士舞者在早期並不被視為藝術家，而是娛樂觀眾的表演者。

爵士舞是一門結合節奏和設計構思，製作精巧的藝術綜合體，更是一種融合無數風格和影響的文化熔爐。早期爵士舞蹈的動作大多來自於即興和個人對於爵士樂節奏沉著風格及切分音輕快感的反應。對爵士舞來說，只專精於一種技巧是不夠的，爵士舞是一種融合許多不同舞蹈派別、風格的藝術。如果你稱自己是一位爵士舞蹈老師，那麼你必須不斷地學習、保持開放的態度才能跟上時代潮流，同時也必須對爵士舞的根源有相當的了解和認知。

什麼是爵士舞？

一九〇〇年代爵士樂是當時最流行的音樂，因此爵士舞漸漸變成一種流行舞蹈。爵士舞不像芭蕾舞容易被區分出來，通常你看到硬鞋，優雅的手勢和紗裙就能夠馬上知道是芭蕾，爵士舞卻比較難讓人一眼就分辨出來。一般觀眾對爵士舞的刻板印象就是百老匯秀、音樂錄影帶、演唱會的舞蹈，包括街舞和踢踏舞。早期台灣人對爵士舞的印象就是電視上伴舞的舞蹈。

爵士舞的形成是經過相當漫長的演進，它融合芭蕾、現代、非洲舞（African Dance）、秀場舞蹈（Show Dance）、戲劇舞蹈（Theatrical Dance）、社交舞（Social Dance）、拉丁舞蹈（Latin Dance）而形成的多元化表演媒體。

爵士舞的重要元素有音樂的切分音、個人風格和即興、音樂上的表現力。切分音賦予爵士舞敏銳、出奇不意的新鮮感及無預期的驚喜。個人風格和即興滋養爵士舞成為今天所見的多元風格，每一個老師、舞者和編舞者融合自己獨特的風格而變化出更多采多姿的藝術作品。音樂上的表現力讓舞蹈肢體動作更真實、更深入人心，爵士舞和音樂的契合直接轉化音樂想表達的意境為具體的肢體動作，無論是爵士樂、藍調或rap，音樂和舞蹈必須並肩而行。雖然在搖滾樂出現後，切分音的音樂漸漸消失，但爵士舞的動作仍然傳達了視覺上的切分音。

爵士舞的動作本質是一種自然而純樸的表現，直接把內心的感受透過肢體表現出來，就像我們聽到喜歡的音樂，身體就會不由自主的隨著節奏而擺動。它的特徵是可以自由自在的跳，不必像古典芭蕾一樣，侷限於一種形式與遵守固有的姿態，它在自由之中卻不失基本的定律。

爵士舞的動作特質

1. 利用曲膝使身體重心更接近地板，保持重心低沉能使下半身具有彈性，而上半身的各個關節應保持鬆弛狀態，並可以迅速做出節拍上需求的動作，使得肢體動作方面有更多的變化和可能性。
2. 快速地移動重心和水平移動姿勢。
3. 分解動作（**Isolation**）和協調動作（**Coordination**），把身體的各個部位分開來獨立運用，在熟練各個部位的分解動作後，再加以訓練同時整合不同部位的動作，來訓練舞者身體的協調性。
4. 強調線條性和角度（**Line & Angle**），利用不同的身體部位來表現出一種帥氣的感覺。
5. 利用肢體展現出音樂的切分音特質和多重節奏的韻律感。

爵士舞的種類

1. 戲劇爵士（**Theatrical Jazz**）

常見於百老匯的歌舞劇，利用舞蹈動作傳達故事情節，也有人稱為傳統爵士。高帽和拐杖是早期最常見的道具，也是戲劇爵士最明顯的特點之一。

2. 抒情爵士（**Lyrical Jazz**）

結合古典芭蕾的基本技巧，多以慢歌為音樂，舞者的動作和情緒往往跟著音樂的歌詞走，或隨著旋律起舞。動作的特質多以延展性動作為主。

3. 拉丁爵士（**Latin Jazz**）

結合拉丁舞的熱情動作，例如：搖臀、擺腰、薩爾薩舞步（**salsa**）、森巴（**samba**）、曼波（**mambo**）、倫巴（**rumba**）。

4. Funk Jazz

Funk是稀奇古怪的意思，顧名思義**funk jazz**就是結合一些稀奇古怪的風格特色而成的舞蹈，也是爵士舞中種類包含最廣泛、也最常創新的種類。

5. 踢踏（**Tap**）

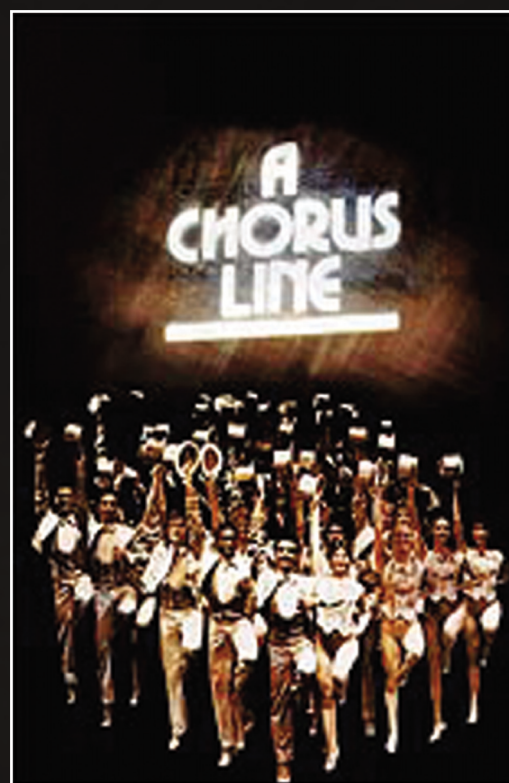
踢踏舞特徵就是踢踏鞋，和爵士舞一樣也是起源於黑人奴隸社會，在百老匯逐漸成熟、廣泛流行至今。在舞碼編排和上半身的肢體運用上，大量結合了爵士舞的元素和特色。

爵士舞的起源及發展

爵士舞是非洲舞蹈的延伸，它雖淵源於非洲，卻在美國成長，並在舞台上大放光芒，成為最受歡迎的舞蹈。早期爵士舞起源於非洲文化，因為十九世紀的黑人奴隸制度和殖民地時期統治而流傳入美國，進而演變成美國黑人文化重要的結晶。在非洲，當地人用舞蹈來慶祝生命的循環：出生、青春期、婚姻以及死亡。小孩、成人和年長者都依靠舞蹈來表達他們的文化信仰。長達三百年的奴隸交易，使得他們被遣散在美國各地，在新環境和新生活中過著黯淡悲慘的奴隸日子，黑人奴隸們藉由音樂舞蹈來抒發自己的情感和對家鄉的懷念。在美國的奴隸脫逃法案成立以後，許多非洲黑人奴隸紛紛遷居到北方，影響了美國北方的表演藝術文化。於是白人就把臉塗黑扮演成黑人的模樣，將非洲奴隸們的生活習俗和通俗性音樂，加上諷刺性的詩文



百老匯秀FOSSE劇照（美國PBS藝術教育網）



歌舞線上電影海報（美國PBS藝術教育網）

作為表演的題材，漸漸成為綜藝娛樂性的雜耍表演，由一些巡迴劇團的表演者擔任演出。

一九二〇年開始在美國的紐奧良州發展出紐奧良爵士舞，著名的流行舞步包括卻爾斯登舞（Charleston）、西迷舞（Shimmy）、步態舞（Cake Walk）。初期，爵士舞存在於舞廳、私人派對、百老匯和歌舞雜耍的場合，在這過程中爵士舞從社交舞蹈漸漸變成正式的固定舞步。一九四〇年代經過第二次世界大戰後，爵士舞漸漸受到芭蕾舞和現代舞影響，融合古典芭蕾的技巧和現代舞中的自然身體表現，變得更豐富、更具藝術價值。從一九三六到一九六〇年代，芭蕾舞界和現代舞界的編舞者包括喬治·巴蘭欽（George Balanchine）、傑克·科爾（Jack Cole）、翰亞·霍姆（Hanya Holm）和鮑伯·佛西（Bob Fosse）開始跨足爵士舞領域，創作出相當高技巧的舞作，並非一般歌舞女郎或舞台劇演員能勝任，需要有專業舞蹈技巧訓練的舞者，這種高技巧的爵士舞風格，舞者較注重於模仿舞步，而不是個人風格。實行編舞者高難度舞步的能力變為首要工作，經過這個時期的演進，早期爵士舞的即興精神已漸漸消失。

四十年代，傑克·科爾（Jack Cole, 1913-1974）創作出第一套有系統的爵士舞基本技巧訓練，他早年接受過正統的現代舞訓練，並在他自己的爵士舞派別中注入了非洲海地、印度和拉丁風格，成為獨樹一格的技巧，傑克·科爾被視為爵士舞技巧之父。六十年代也出現了兩位偉大的爵士舞藝術家盧金（Luigi）和裘丹奴（Giodano），盧金因為車禍而造成身體肌肉部分麻痺，所以在他的派別中，非常注重肌肉的延展及呼吸的配合，和現代舞相當類似。裘丹奴則較注重古典風格，強調肢體優雅的表現，一直到現在裘丹奴派別的爵士還是非常活躍於美國的正統爵士舞教學中。



Danny Lee爵士舞演出 (Danny Lee提供)

七十年代因為舞台劇和電影的盛行，造就了許多偉大的編舞家，包括鮑伯·佛西 (Bob Fosse, 1927-1987) 和麥可·班內特 (Michael Bennett, 1943-1987)，麥可·班內特就是電影和舞台劇「歌舞線上」(A Chorus Line) 的編舞者，歌舞線上是百老匯有史以來最轟動的歌舞劇，它重現了五十年代的爵士舞風格和歌舞劇後台選角過程的經典作品，代表著現代人的自覺和強烈的美國精神。鮑伯·佛西的經典作品有「酒店」(Cabaret)、「爵士春秋」(All that Jazz)，和「芝加哥」(Chicago)。鮑伯獨特又帶點古怪的個人風格替舞蹈界帶來一股新刺激，為了紀念他對爵士舞的貢獻，百老匯製作了一個歌舞劇就叫做「Fosse」，擷取他所有創作的精華，是一個極富個人特色的演出。

現在的爵士舞不僅傳承傳統爵士舞，也融合了一九五〇年到一九八〇年代所流行的舞步，通常表現出現代年輕人的心聲，呈現出生活型態與風貌，它的演變是跟著時代走，和現代舞極為相似，在現代繁忙的生活中，是一個精神調劑品，也是一種可以自娛娛人的舞蹈藝術。

為了要真正了解爵士舞，學生們須保持開放的態度來接受多變、多元化的表現方式。學習爵士舞蹈需要有紮實的基本技巧訓練才能融會貫通，讓心靈和身體把舞蹈化為藝術展現出來。

爵士舞在台灣

台灣的爵士舞祖師爺可以說是許仁上老師，在六十年代他就開始教授百老匯爵士，近年更結合爵士和踢踏舞，創作出極有個人風格的爵士舞風格。七十年代歌星金澎因為在許仁上老師的歌舞團中的百老匯歌舞節目中表現優異，而錄製唱片，也開始教授爵士舞。金澎老師跳舞時自然流露出的陶醉及散發出來的愉悅氣質，常令學員們看到隨之心曠神怡。八十年代，吳佩倩自美國返台教授爵士舞，並成立了吳佩倩舞集，在全國各地巡迴演出，將爵士舞介紹給全國的民眾。Danny Lee是近年來影響台灣爵士舞蹈最大的旅美舞蹈老師、舞者。他是美國好萊塢的當紅舞星，曾參與電影 PURPLE EATER 演出、歌手王子 (Prince) 的專屬舞者、大西洋城及拉斯維加斯數場演唱會的編舞老師、美國NBC電視台《Tonight Show with Jay Lano》專屬舞者、CNN電視台《Entertainment Tonight》和時人雜誌《People Magazine》專訪對象。Kenny O Tega (電影熱舞十七的編舞者) 曾在眾多舞者前稱讚過Danny的舞技超群，肯定Danny Lee之舞蹈極具生命熱力，並將心靈與音樂結合，完美無瑕。一九八八年返台教學，首度引進 Funk Jazz，造成一股爵士舞旋風，是當時最年輕的旅美教學者。一九八九年為全台首位介紹以及教導Hip-hop舞蹈的教師，直到現在他仍舊定期回到美國吸收最新的舞蹈資訊，目的不只在於充實自己，而是



Danny Lee爵士舞演出（Danny Lee提供）

身為一個爵士舞老師，必須不斷吸收新資訊，刺激創作，才能達到爵士舞的真諦。Danny Lee豐富的演出和編創經歷，不僅使台灣觀眾看到世界一流的爵士舞，更為台灣的爵士舞教學和創作注入了新血。

近年來政府、學校及民間大力宣揚普及藝術教育，爵士舞就是一種很好的舞蹈藝術入門。熱鬧、活潑、流行、開放、接近人心、抒發情感的特性，加上大家琅琅上口、耳熟能詳的歌曲音樂，十分容易帶領大家進入爵士舞的世界，加上爵士舞的精神是抒發情感，表現自己的特色，因此在學習上也少了很多相互競爭比較的壓力。現今許多青少年藉由爵士舞來抒發自己的情感、精力和想法，透過舞蹈讓社會聽到他們的心聲。對於觀眾而言，爵士舞也較容易吸引年輕人和來自各行各業的民眾們，進入劇場欣賞演出，無形之中，也提高了台灣的藝術欣賞人口，間接地提升了國民素質涵養。