

傣族舞蹈介紹

有「谷子黃、傣家狂」之稱的傣族，是個愛好歌舞的民族，每當節日或豐收季節裡，歌聲舞影澈夜不停，象腳鼓熱情奔放的節奏、胡蘆絲悠揚縈繞的樂音，勾勒出山谷中如詩般的仙境。

傣族舞蹈濃郁獨特的風格，深受其居住環境及宗教影響。傣族分為水傣、旱傣、花腰傣等支系，分別聚居於雲南德宏傣族景頗族自治州、西雙版納自治州等地，因地處亞熱帶河谷平原，海拔平均500至1300公尺之高地，炎熱的氣候，產生了傣族人民獨特的住家文化—竹樓，竹樓是一種以竹子搭建而成類似閣樓的建築物，具有防熱防濕之功能，一樓飼養牲畜，二樓即為住家和聚會活動之用，因此無論是室外或室內舞蹈，都不可能大跳大動，長久以來即形成了傣族柔美、輕盈、平穩之舞蹈風格。

另外，社會環境對傣族舞蹈風格的形成，亦產生極大影響，特別是主張稱善行、修來世的小乘佛教，對傣族社會政治、經濟、文化思想等方面都有極深刻的影響，其行善的主張，鼓勵人與人之間要和平相處，長久以來，逐漸將和平、善良的性格深植於傣族人的心中，使其成為一個崇尚和平、自由的民族。同時，隨著佛教的傳入，吸收印度文化及緬甸文化之菁華，更豐富了傣族舞蹈之身體語彙及表演形式。

溫柔多情的傣族，以孔雀為其崇拜之吉祥物，每當日出日落時分，常見孔雀自由穿梭，飛翔於傣寨竹樓間，怡然自得，與傣族人民生活緊密結合，甚至連舞蹈亦大受影響。以傣族舞蹈常見之手勢如爪式、嘴式、冠形手式等，以及飛翔、展翅、抱翅、抖翅等舞姿，皆以孔雀身體各部位名稱及日常生活動作而命名，其著名之孔雀舞更是風迷許多愛舞人的心。在多采多姿、種類繁多的傣族舞蹈中，最具代表性的有男女老少人人都會跳的自娛性舞蹈嘎光；展現年輕小伙子們熱情活力的自娛性又具表演性的象腳鼓舞；形式完整，語彙豐富的廣場表演性舞蹈孔雀舞等，其富於雕塑性的舞姿，嚴格要求下半身保持半蹲狀態，身體及手臂多稜角的造型，形成特有的「三道彎」體態，

潘莉君

本系專任教師

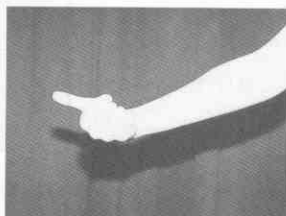
示範：辛玫臻

攝影：謝志沛

舞動時以重拍向下的均勻顫動及身體順勢扭擺為其基本動律及節奏特點，身著剪裁合身的短襟上衣和及踝筒裙的傳統服飾，舞動之際風姿盡現，將女性婀娜多姿的風韻展露無遺。

以下是傣族舞蹈中常見之基本手姿、手位以及舞姿之示範介紹：

一、基本手姿



(圖 1-1) 屈掌式



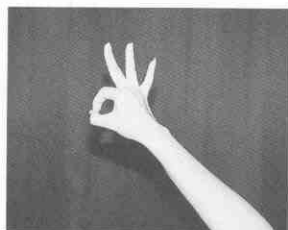
(圖 1-2) 立掌式



(圖 1-3) 爪式



(圖 1-4) 嘴式



(圖 1-5) 冠形手式



(圖 1-6) 葉式

二、基本手位與舞姿



(圖 2-1) 三道彎體態 (一)



(圖 2-2) 三道彎體態 (二)



(圖 2-3) 低展翅 (單手)



(圖 2-4) 低展翅 (雙手)



(圖 2-5) 平展翅 (單手)



(圖 2-6) 平展翅 (雙手)



(圖 2-7) 高展翅



(圖 2-8) 亮翅



(圖 2-9) 托掌式 (一)



(圖 2-10) 托掌式 (二)



(圖 2-11) 雙抱翅



(圖 2-12) 飛翔舞姿