

國立臺灣體育學院
National Taiwan College of Physical Education
體育舞蹈學系碩士班碩士學位論文

【絕代雙嬌】表演製作探討與舞作分析

An exploratory study of the production for the
Presentation “Twin Peerless Dancers” and for the
analysis of the choreographies



研 究 生：簡如君 撰

指 導 教 授：蔡麗華 教授

協 同 教 授：潘莉君 副教授

中 華 民 國 99 年 1 月

論文名稱：【絕代雙嬌】表演製作探討與舞作分析

院校所組別：國立臺灣體育學院體育舞蹈碩士班 總頁數：105 頁

畢業時間及提要別：九十八學年度第一學期碩士論文提要

研究生：簡如君

指導教授：蔡麗華 教授

協同教授：潘莉君 副教授

中文摘要

本研究探討【絕代雙嬌】的表演製作歷程與四首舞作之產生背景與作品分析。

筆者舞蹈的養成始於幼稚園，歷經坊間舞蹈社、專業舞蹈系所以及職業民族舞團的專業訓練，十多年來在每個階段都有不同的或相關的知識、技巧之學習，經過不斷的累積後，透過內在生命的身心體驗和外在的身體經驗，兩者交互融匯，期使身體的技能轉化為身體本能，使動作不單純只是動作呈現，而是將它散發成為具有生命力也能感動人心的表演。

【絕代雙嬌】為筆者—簡如君和搭擋—黃楓華兩人於就讀國立臺灣體育大學（臺中）舞蹈碩士班表演／創作組期間共同製作演出之雙人畢業聯展。邀請國內具有豐富教學、編舞經驗之中生代編舞家胡民山老師、潘莉君老師、黃建彪老師，以及創作手法新穎並備受肯定之年輕編舞家簡華蓀、陳韋勝共同編排，舞碼形式與內容橫跨了古代到現代、東方到西方，融合編舞者巧思與兩位製作人的用心及努力，所共同完成的一場挑戰自我極限與自我突破的表演製作。

關鍵字：舞蹈、身心體驗、表演製作

Master's Thesis
An exploratory study of the production for the presentation
“ Twin Peerless Dancers ” and for the analysis of the choreographies
Nation Taiwan College of Physical Education

Chien Ju-Chun

Abstract

This study aims to explore the production and the performance “Twin Peerless Dancers”, the background of the performance and the analysis of the four choreographies. The researcher has studied dance since kindergarten. The researcher continued her professional trainings in private dance studios, school of dance education, and professional folk dance companies. For more than ten years, the researcher engaged in the different studies in relation to dance knowledge and skills in various phases. Through the continuity of accumulation of the dance experience, the internal life experiences of body and soul were therefore able to blend with the external body experiences so as to transform the skills into the nature of the body. This would enable the movement not merely as dance movements, but also to become a radiant and touching performance with power of life.

“Twin Peerless Dancers” is developed, co-produced and performed as the final stage of Master graduation and is made by the researchers both “Ju-Chun Chien” and “Fong-Hua Huang” during their study in the course performance and creation in the Master of Arts in Dance of National Taiwan Sport University (Taichung). This performance invited great renown choreographers who have rich teaching and choreographing experiences, they are Prof. Min-Shan Hu, Prof Li-Jun Pan, and Prof.

Jian-Baio Huan. Besides, the recognized young creative choreographers, Hua-Bao Chien and Wei-Shen Chen are invited to choreography. The styles and forms of this performance presented extensively not only from the old times to the present, but also from the East to the West. The ingenious ideas of the choreographers are blended with the attentive efforts of the two producers to accomplish the production of the performance which is to challenge and break through the limitation of self.

Keyword: Dance, Experiences of Body and Soul, Production of the Performance

謝 誌

【絕代雙嬌】從幕起到幕落，無不是兩位製作人與指導教授討論千百回、練習無數次的成果，而且絕對是「風格獨具、僅此一場」的演出。過程中所需之時間、體力及精神是無法用金錢衡量的，因為只有自己才能深刻體會辛苦付出後得到的肯定與成就感。

俗話說：「台上一分鐘，台下十年功」。由此可見一場演出中，呈現了表演者多年的學習成果，更匯集許多表演及行政人才的專業技能，才能成就一場成功的演出。今日，筆者有此能力舉辦研究所的畢業製作，要感謝舞蹈路上每位師長的栽培與鼓勵，不管是身教或言教都帶給我無限影響與啟發。

【絕代雙嬌】終於能圓滿落幕，除了感謝共同參與演出的每位舞者在舞台上用心詮釋外，更要感謝幕後無私指導與付出的師長們：首先，感謝舞蹈系大家長—王玉英主任的創意提供，和百忙中的時時關切；感謝指導教授—蔡麗華教授和潘莉君教授在舞蹈上的栽培、磨練和生活上的關心、照顧；感謝編舞者—胡民山老師、黃建彪老師、華葆、韋勝對我的耐心指導和給予不同的人生觀；感謝詹佳惠老師不吝給予舞作意見及協助訓練、吳雅珍老師在文宣品上的鼎力相助、黃鈞偉老師在謝幕音樂的費心編曲、蕭君玲老師和朱明月老師的指導、鼓勵與關懷、以及一群辛苦擔任工作人員的學弟妹們的協助與幫忙。

最後，感謝父母從小對我的付出與栽培，並擁有全家人的支持；感謝彥皓和身處各地的同學／朋友們的關心、鼓勵及實際行動，讓我勇敢且放心地追尋跳舞的夢想。舞蹈旅程

中因為有您／你／妳們的相伴，讓我感到無比幸運又幸福，
同時也創造我豐富又多采多姿的人生。

如君 謹誌

2009年8月

目 錄

中文摘要	I
英文摘要	II
謝誌	IV
目錄	VI
表目錄	IX
第一章 緒論	1
第一節 研究動機	1
第二節 研究目的	2
第三節 研究限制	3
第四節 名詞解釋	4
第二章 【絕代雙嬌】製作探討	8
第一節 學習背景	8
一、專業學習	8
二、職業舞者	12
第二節 獨一無二的製作	16
第三節 【絕代雙嬌】演出製作	17
一、主題訂定	17
二、工作時程	18
三、排練表	25
四、演出前準備	29
第三章 舞作〈漣漪〉之表演分析	30
第一節 胡氏舞風與訓練	31

第二節	舞作意念	32
第三節	排練過程中的困難與挑戰	33
一、	道具	33
二、	動作	34
第四章	舞作〈雙子座〉之表演分析	37
第一節	雙子的相遇	38
第二節	雙子個性與動作質地的分析	39
第三節	排練過程中的困難與挑戰	42
第五章	舞作〈D〉之表演分析	45
第一節	合作緣起	46
第二節	編舞者作品意念	46
一、	音樂製作	46
二、	服裝設計	47
三、	舞蹈編排	49
四、	舞臺空間	50
第三節	中西文化交流的新產物	50
一、	中國舞特色	51
二、	現代舞特色	52
第四節	排練過程中的困難與挑戰	52
第六章	舞作〈絕代雙嬌〉之表演分析	55
第一節	舞作形成	56
第二節	排練過程中的困難與挑戰	58
第三節	與演出主題呼應的謝幕編排	60
第七章	結語	62
參考文獻	63

*** 附錄**

一、【絕代雙嬌】企劃內容	68
二、【絕代雙嬌】相關劇照	85
三、【絕代雙嬌】文宣檔案	100

表目錄

表 2-1	前製作業進度表	20
表 2-2	排練期進度表	21
表 2-3	宣傳期進度表	23
表 2-4	演出前進度表	24
表 2-5	後製作業進度表	24
表 2-6	一月份排練表	25
表 2-7	二月份排練表	26
表 2-8	三月份排練表	27
表 2-9	四月份排練表	28
表 4-1	各星座性格特徵	39
表 4-2	人格特性	40
表 4-3	人格類型	40
表 4-4	舞者之動作特性	41

第一章 緒論

本章共分四節，針對研究動機、研究目的、研究限制及名詞解釋分別敘述說明。

第一節 研究動機

筆者自幼稚園階段開始接觸舞蹈，從遊戲及唱唱跳跳中感受舞蹈帶來的快樂，並吸引筆者一步步進入舞蹈的花園裡，除了窺探其中奧妙，也接受它帶給人於身心靈上的薰陶、洗禮。

在舞蹈的歷程中，筆者深感每個學習階段，因知識的增長以及身體技能的精益求精，皆使筆者的身心靈狀態有一定的提昇及發酵，並對舞蹈產生不同的看法，如：以前覺得技巧好等同於舞跳的好，所以盲目追求身體能力的極限與訓練，但年紀越增長，發現空有再好的舞蹈技巧，卻無發自內心的情感表現時，整個舞蹈作品是索然無味的（除單純展現肢體的舞蹈作品外）。猶如胡民山老師常在排舞時說『動作中要加一些「味精」進去才会有味道』，而他所說的「味精」指的就是「從心出發，觀照全身，讓毛細孔都會呼吸」這件事，了解這個道理後，在欣賞其他表演時，真的就能明顯感受舞者有没有用「心」舞蹈，還是只是交待動作而已。

究竟，舞蹈除了肢體的展現外，還包含哪些層面的思考，一直是筆者在舞蹈學林中不斷探尋與深入研究的課題，因此，筆者於求學階段中，不斷接觸各類與舞蹈相關的事務、

活動及團體，更把握每一次演出機會，猶如海綿一般廣泛吸收並勇於接受挑戰，厚植個人身體及心理的實力與涵養，企圖在研究所的最後階段，能將從小訓練、累積的身體技能與知識做最佳的運用與反思，並透過與各編舞者的合作經驗，激發自我潛力並剔除自己舞蹈的盲點，以致最終能綜合成熟的身體能力、理性的思考方式和邏輯性的教學、表演、行政等經驗於此表演製作中。

第二節 研究目的

製作初期，由筆者獨立構思製作內容、演出形式，並與指導教授討論交換意見，完成第一版個人演出企劃書；之後與另一位同樣熱愛舞蹈表演的研究生—黃楓華討論達成共識，決定一起製作專屬兩人的畢業展演，於是開始籌劃製作內容而完成第二版雙人聯展演出企劃書。製作過程中集結兩人豐富的表演、創作及行政經驗，企圖激盪彼此內在的潛力，並在最熟悉的舞臺上創造自己舞蹈生涯中的新視野。

此次演出之籌備與執行由兩位製作人帶領舞蹈系碩士班的研究生共同完成。同時，邀請具有專業能力之編舞家編創新作，展現其創意與巧思，並透過各種藝術媒介的刺激，挑戰筆者表演的可能性，從中激發更豐沛的藝術能量，激盪全新的感官刺激，帶給觀眾多元而感動之藝術饗宴。綜合以上所述，本研究有下列四項研究目的：

- 一、展現舞蹈專業表演及製作能力。
- 二、累積製作經驗，從過程中學習更專業的表演製作能力。

- 三、展現本校舞蹈教學成果及特色。
- 四、提升藝術欣賞水準，推廣舞蹈社教功能。

第三節 研究限制

為表現不同於大學部畢業展演和舞蹈系年度展演之大型製作，研究所的畢業製作朝向「小而美、小而巧」之精緻化演出，並做相關製作之研究與分析，本研究限制有以下七點：

- 一、演出時間：定於平日，較能掌握本地舞蹈相關學校學生前往觀賞。
- 二、演出地點：選擇與筆者就讀學校有地緣關係之場地。
- 三、製作團隊：選擇與筆者有合作經驗並有豐富製作經驗之對象，如燈光設計、服裝設計、平面設計、攝影師等。
- 四、編舞者：選擇有合作經驗或對筆者舞蹈專業能力具有挑戰性之編舞家。
- 五、舞者：本校研究生，人數精簡為主。
- 六、工作人員：本校研究生及大學部表現優異之學弟妹。
- 七、論文研究：以筆者所受之相關舞蹈技巧訓練為主要分析重點。

第四節 名詞解釋

一、絕代雙嬌

引用自古龍¹於1966年至1969年發表的武俠小說【絕代雙驕】，此小說在很多人年少時即佔有不可取代的地位，後來也有改編的電視劇、電影及漫畫，到近代更陸續有「新絕代雙驕」相關電腦線上遊戲同樣為原著所改編。小說內容在描述一對孿生兄弟—花無缺及小魚兒自小失怙，被不同的人收養長大，因此培養出相異之性格，兩人從一對仇人到變成一對朋友，最後真相大白時更相認為兄弟。小說中兩位主角個性不同但皆具有高強之武功，此次製作即以此共通點出發，並依據兩位女性製作人之特質，將其中的「驕」改為「嬌」，於是【絕代雙嬌】從此成為我們兩個人的代名詞。

二、畢業製作

不同於理論組的研究生以研究及撰寫論文的方式畢業；表演／創作組的研究生以自己的能力或與他人共同製作一場對外之正式演出，以展現個人之表演／創作實力做為畢業評量之標準，並於演出後撰寫與表演製作相關行政、演出...等製作報告方得畢業。表演的形式需包含獨舞、雙人舞及群舞，表演內容需多面向，以展現多元且深化之表演能力。

¹ 古龍：本名熊耀華(1938-1985)，古龍為其筆名，出生於香港，1950年定居台灣，是台灣武俠小說家。高二時即展現寫作的才能於“晨光雜誌”中發表小說。「求新求變」為其創作理念，不受傳統拘束，將中外經典鎔鑄一爐。(引自維基百科網站，2009)

三、詮釋

人類表達思想的方式需借助軀體動作、表情、文字等媒介表現，以表達無形的思想與情感²，在表達之前，必需先「理解」才有「詮釋」的產生（潘德榮，1999）。

本論文所指有關角色性格的詮釋或肢體動作的詮釋。舞蹈時舞者以個人涵養與經驗，透過眼神、表情、聲音、呼吸與肢體的表現等方式將編舞者作品的意念表現出來，並賦予新的生命。

四、芭蕾舞

源於文藝復興時期，由宮廷發展出來之貴族社交舞蹈。舞蹈特色為上身挺拔、腳部外轉與體態輕盈等，並制定規範的舞蹈技巧動作，舞蹈時常結合華麗的服裝、舞台佈景和音樂等藝術元素³。因時代的變遷產生出不同風格及特色的芭蕾舞形式，唯一不變的是，芭蕾舞的正規訓練使舞者（筆者）充分了解肌肉的使用方法、動作力度的掌控；知道如何對抗地心引力使動作隨時保持輕盈，使能表現出優美及修長的舞姿。二十世紀的芭蕾舞結合現代舞的表現形式，同時也受到其它當代藝術如音樂、美術等影響，使芭蕾舞趨向多元發展⁴。

五、現代舞

現代舞為二十世紀初與古典芭蕾舞之戲劇舞蹈形式相對抗之新興派別。林亞婷於舞蹈欣賞（1998）一書中寫到美國舞

² 潘德榮（1999）。詮釋學導論。臺北市：五南，P.193。

³ 資料取自大英百科全書

<http://www.wordpedia.com/page7.aspx?p1=content&id=006116>

⁴ 平珩主編（1998）。舞蹈欣賞。臺北市：三民，P.54。

蹈史鼻祖塞瑪·珍·柯恩 (Selma Jeanne Cohen) 曾說：『現代舞是一種觀點，一種對於藝術如何在當今社會中運作的看法。只要世界在改變，現代舞也會跟著變…否則現代舞就不現代了，而是死的。現代舞是屬於主張摒棄既定舊俗者的藝術。』(頁83)

現代舞派別林立，礙於研究限制，難以一一詳述，僅簡述筆者曾受過之現代舞派別及訓練如下：

1. 葛蘭姆技巧 (Graham Technique)：

以呼吸為基礎，運用收縮 (Contraction) 和延展 (Release) 的動作特色訓練身體收放自如的能力；透過收縮下腹部肌肉的方式凝聚動力，再以更高、更遠、更長的方式表現動作。

2. 李蒙技巧 (Limon Technique)⁵：

在跌落 (Fall) 和復原 (Recovery) 的動作原理中，發展出以擺蕩 (Swing) 和轉換重心 (Weight shift) 的方式產生弧形的動作運行軌跡，訓練舞者圓滑流暢的動作質地。

3. 康寧漢技巧 (Cunningham Technique)⁶：

以抽象、回歸純粹的動作為基礎，注重肢體線條、空間與節奏，發展出簡約與自然的舞蹈美學。訓練舞者的肢體動作簡潔、俐落。

⁵ 「葛蘭姆技巧」和「李蒙技巧」資料取自玉玲兒童舞蹈中心
<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!KjfvB5yFBRI983uepJnh.Q--/article?mid=35>

⁶ 資料取自人間福報

<http://www.merit-times.com.tw/NewsPage.aspx?unid=136933>

六、中國舞

分為古典舞及民間舞，無論哪一種類別，都是代表中國的特色舞蹈。

就古典舞來說，舞蹈特徵來自戲曲藝術中衍生出的手、眼、身、法、步，配合形（包含圓、擰、傾、曲的曲線美和剛健、挺拔、含蓄、柔韌的氣質美；三圓—平圓、立圓、八字圓的運行軌跡；以腰部為核心的「提、沉、沖、靠、含、腆、移」動律元素）、神（指的是「形神統一」、「心、意、氣統一」）、勁（以內在節奏賦予外在動作，用層次和對比的力度表現）、律（包含動作本身的律動性和依循的規律）所構成獨有的中國古典舞身韻（于平，1999）。

就民間舞來說，其舞蹈產生於日常生活的勞動、鬥爭等，又因各地區之歷史、風俗習慣和自然條件的不同，因而各有鮮明的民族風格和地方特色。

第二章 【絕代雙嬌】製作探討

本章共分三節，包括第一節「學習背景」、第二節「獨一無二的製作」、以及第三節「【絕代雙嬌】演出製作」。內容將從筆者小時候舞蹈的養成到研究所籌備畢業製作間的歷程分別闡述。

第一節 學習背景

一、專業學習

(一) 舞蹈初體驗

年幼時期，因看到姐姐在幼稚園的舞蹈才藝課堂中開心的手舞足蹈，而媽媽為了使筆者有健康的身體，於是從幼稚園階段開始初踏入豐富綺麗的舞蹈花園。舞蹈老師以遊戲和幼兒律動的課程製造快樂的學習環境，使筆者能盡情展現自己，從中學到團體間的互助合作，課堂上老師適時的鼓勵使筆者獲得成就感而有興趣繼續往舞蹈花園深處探索。

國小時期為了喜愛的舞蹈而捨棄假日的玩樂時間在坊間舞蹈社學習，其中經歷「楊素珍⁷舞蹈補習班」和「歐淑珍⁸舞蹈教室」的訓練。在楊素珍舞蹈補習班期間讓我認識且學習

⁷ 楊素珍老師自幼年就喪失了父母的照顧，13歲時跟隨林香芸老師學習舞蹈。24歲那年，在三重開辦臺北縣第一家楊素珍舞蹈研究社，將她的愛都奉獻在舞蹈教育上，讓台灣的舞蹈教育文化不斷傳承下去。1992年獲頒傳統藝術薪傳獎。(引自天空部落網站，2007)

⁸ 歐淑珍老師於民國74年創立歐淑珍舞蹈教室，其教學細心，動作講解詳盡，且特別注重基本功的訓練。曾任政大舞研社芭蕾老師、靜心小學舞蹈老師，並赴英國倫敦藝術學校習舞。(引自歐淑珍舞蹈教室網站，2009)

芭蕾舞和民族舞的基本動作和規範，雖然當時不懂訓練的目的為何，但每次上課老師在動作上的示範及講解漸漸養成筆者對動作的認識和上課流程的安排；後期於歐淑珍舞蹈教室學習期間，筆者在芭蕾舞和中國舞的訓練更為紮實，老師於課堂中清楚講解動作過程和肌肉的使用方法，使動作重點深刻的記憶在腦中並於每次練習時提醒自己，以訓練出規矩的身體，此外，中國舞課程尚有來自大陸的舞蹈家閻仲玲⁹老師的訓練，於古典舞技巧動作和精采豐富的大陸少數民族舞蹈的傳授，使筆者開啟了對中華民族舞蹈文化的認識。因她對學生的用心指導，以及在舞蹈中學習各民族不同的動作特性和歡樂氣氛，使筆者對中國舞產生濃厚的學習興趣。除了基本課程的訓練，舞蹈社更積極的規劃演出活動和鼓勵參加中華民族舞蹈比賽，筆者從這些過程中得到寶貴的演出經驗和自信心。

（二）學校專業訓練

1. 國中

舞蹈社趨於專業的訓練使我順利考上江翠國中舞蹈實驗班，此時期每日學科及術科的課程開啟筆者專業舞蹈訓練的歷程。在原有的專業技術上反覆練習並循序漸進的增加動作難度，在身體的訓練上增加了即興和現代舞的課程。即興課程訓練中沒有固定的動作規範，反應也因每個人的成長背景

⁹ 閻仲玲老師十八歲畢業於北京中央歌舞團，走遍大江南北，掌握中國民間舞的舞蹈素材，為全職舞蹈演員，並跟隨中國著名舞蹈家戴愛蓮學習、深造，被讚譽為最有發展之青年演員。於1985年來台發展，為台灣的民族舞蹈注入新的氣象。1996年更成立閻仲玲舞蹈團，培養青少年認識傳統文化，開發其舞蹈才能，為推動文化藝術教育工作紮根。（引自文盈藝術舞蹈團網站，2009）

及學習過程而有所不同，它激發筆者無限想像力、開發身體潛能，並培養拉邦（Rudolf von Laban, 1879—1958）技巧中對時間、空間、重量的認知；現代舞課程中以瑪莎·葛蘭姆（Martha Graham, 1894—1991）作為基礎訓練，瑪莎·葛蘭姆借助貫穿生命過程中最基本的動作「呼吸」，去推動脊椎中樞神經帶動全身肌肉系統的運動（歐建平，1996），使動作能自由自在的舞動，訓練舞者脊椎的強韌及腹部肌力。而瑪莎·葛蘭姆派別既規矩又細緻的訓練方式，也讓筆者更進一步認識身體。

2. 高中

此階段延續國中時期在術科上的訓練，課程中保持基本動作練習並適時增加難度技巧外，更多了複雜的動作組合以訓練反應能力，同時認識及學習各舞蹈動作的專有名詞。此時期的兩個事件深深影響筆者日後對舞蹈的態度，第一個事件：筆者當時就讀的省立桃園高中利用寒暑假期間承辦了共三次的「人文及社會學科舞蹈研習營」¹⁰，每一次的研習營為期四天，在第四天時有成果展演。來參加的學員為全國各高中的學生，對於即將要學習的專業舞蹈（芭蕾舞、現代舞、中國舞、即興），有的人從來沒接觸過，有的人小時候學過，更有的人以為是來上街舞課！在這四天活動中我們一起學習，一起吃飯，一起睡在舞蹈教室的地板上，彼此互相交流，

¹⁰ 「人文及社會學科舞蹈研習營」：指導單位：國立藝術學院、主辦單位：臺灣省政府教育廳、承辦單位：臺灣省立桃園高級中學。此研習營目標為充實高級中學學生舞蹈知能，並提升其藝術欣賞能力，以培養富有人文素養的國民，實踐教育中的文化理想。（省立桃園高級中學，1997）

筆者從他們身上看到對舞蹈充滿好奇又熱忱的心，無論課後或睡前都抓緊時間問我們動作要點…等，而孜孜不倦的努力結果是最後一天的展演非常成功，看到他們的成果後也讓我們當時專注在認真學舞只為了考上理想學校的想法深受感動與覺醒。此活動培養筆者的教學能力、領導能力，和學習人際間之互動；第二個影響筆者的事件為：在高中二年級的某次術科會考，考試時不小心尾椎受了傷，醫生強迫得休息一～兩個月不能跳舞，所以每次術科課都只能見習，然而觀察也是另一種學習的方式，從中可看到老師如何教導學生，每位學生又如何做到老師的要求，只不過不能隨心所欲使用身體的日子使筆者更愛惜和珍惜跳舞的機會。

3. 大學

有了國、高中在舞蹈肢體訓練的基礎，接著順利晉升到大學專業舞蹈科系，此時期老師在動作上多了表演性的訓練，對於每個動作的要求和動作間連接的過程皆做詳盡的說明，使筆者能掌握動作要點並在練習中累積身體經驗；期間為執行表演性的實務教學，系上師長給予筆者參與系上活動、學校內（外）活動、學校舞團、代表學校舞團至美國巡演等演出機會，使「表演」豐富了筆者大學四年的生活，更成為身體的一項本能。另外，在大學時期曾擔任班上幹部、舞蹈系學會幹部、招生考試示範人員、活動服務人員等領導人物，這些領導培訓與服務經驗皆使筆者累積難以計數之行事能力和處事態度。在術科上，舞蹈系聘請各項專業教師教授相關技巧，提升在專業技巧上的多樣化技能；大三時期筆者選擇中國舞為專業主修，主修潘莉君老師啟發筆者於舞蹈

上的表演能力，清楚掌握動作表現要點；在生活上，有總是循循善誘的王玉英主任用各種方式教導嚴謹的態度和做人處事的道理，讓筆者做好即將進入社會與他人競爭之準備。

二、職業舞者

(一)「心」體驗

1. 太極導引

筆者於 2003 年大學畢業後即進入台北民族舞團¹¹成為一職業舞者，為了使舞者保持良好的身體能力，舞團於每週六、日皆安排術科基本訓練課程，包含芭蕾舞、民族舞、現代舞、國劇身段、太極導引等，其中，「太極導引」是筆者從未接觸過的訓練。太極導引源於太極拳的陰陽哲理、道家養身學說及技擊家的武學，起因於熊衛¹²先生自小體弱多病，經歷拜師學拳及自身研究，將太極拳法化繁為簡、整理創造，而形成的新中國式運動。其動作特點為根據古人觀察宇宙現象中發現所有物體皆以旋轉的方式在運動，認為「旋轉」是最合乎自然的運動方式，也是一切能量的來源，於是運用宇宙旋轉的原理，以內外、上下及左右的立體旋轉方式擴大身體空間能量，在設計最大且最深的人體運動量之外更激發人體內在潛能。練習太極導引的好處在：於外，訓練身體的彈性與韌性；於內，以細緻的纏絲勁透過肌膚按摩內臟（熊衛，

¹¹ 台北民族舞團為台灣第一個專業民族舞團，由資深舞蹈家蔡麗華教授於 1988 年 9 月創立，以獨特的台灣本土風格舞作，為台灣民族舞蹈開拓嶄新的風貌，自 2000 年起，積極推創「身心意」合一的「新民族舞風」，引領台灣民族舞蹈創作新的方向。（引自台北民族舞團網站，2009）

¹² 熊衛，湖南瀏陽人，民國 38 年隨軍來台，因重病難癒而與太極拳結緣，創太極導引十二式。為中華民國太極導引文化研究會創辦人。（熊衛，2001）

2001)。太極導引的運動方式強調身體的旋轉、開闔、延伸、絞轉，配合大量呼吸使身體內外不斷交錯運轉，是一種從身體到心靈、從方法到態度的生命耕耘（張良維，2000）。

對於當時剛結束大學時期從重視外在肢體表現的筆者來說，如此深層內在的身體訓練是需要時間適應和接受，所以上課初期僅限於觀察教授者在示範動作時展現出自然且鬆軟的肢體，並從模仿外在形體開始學習，但每次下課後都換來膝蓋的不適和大腿的酸痛，和授課者於課前所介紹的上完太極導引課程能帶來通體舒暢的效果反差極大，此後，每次在上「太極導引」時皆提醒自己要靜下心來並用心體驗，感受身體每個細胞的呼吸，如此訓練經過一段時日後漸漸在筆者身上累積、發酵。這樣的訓練促使台北民族舞團藝術總監蔡麗華教授於2000年開始嘗試將太極導引融合民族舞蹈成為「新民族風」¹³的動作語彙，創作出新民族舞劇【異色蓮想】（2000）和企圖以最純淨的身與心傳達宗教性的入世關懷與出世情操之禪風舞劇【拈花】（2006）（李為仁，2007）。

2. 白沙屯媽祖進香

2004年台北民族舞團年度展【香火】，以台灣常民文化中獨一無二的奇特景觀「媽祖進香」作為創作主題。舞團藝術總監蔡麗華教授為了使舞者瞭解媽祖進香的文化，與團長——李為仁¹⁴討論和經驗分享後決定以每年四月份展開的「白

¹³ 「新民族風」指的是創作者將現代的精神、時代的意義、宗教的情操、民族舞蹈動作元素的萃取轉化以及劇場元素的結合運用注入其作品中，使作品充滿想像空間與美感。（李為仁，2007）

¹⁴ 李為仁為一位資深劇場工作者，從事編、導、演、評論及行政企劃等工作，專擅戲劇與舞蹈。現從事太極導引教學與肢體潛能開發活動。（李為仁，2007）

沙屯媽祖徒步進香」¹⁵為舞者們身心體驗的首選。對於從小皆在都市成長的舞者們來說，以往都只能在電視上看到媽祖進香活動，近年間以商業化的行銷方式大肆宣傳，使人們忘了媽祖進香的本質。於是進香行前舞團特別邀請有十三次進香經驗且擔任鑼手的劇場人吳文翠老師¹⁶為舞者介紹白沙屯媽祖文化和分享進香隨行經驗，讓舞者有最充足的準備迎接徒步進香的挑戰。從第一天晚上前往北港朝天宮參加刈火儀式開始，一連三天的徒步進香行，過程中，筆者親眼見識到媽祖神轎踩轎決定路線的神蹟、路上跪成長排等待鑽轎底的信徒、跪地攔轎祈求的婦人，還有沿路在地人熱情的遞送茶水、提供三餐，到了夜晚甚至提供自家給跟隨媽祖的信徒休息、落腳，並與我們分享媽祖種種神蹟；媽祖起轎後有時得連續徒步幾小時，我們的腳步由輕鬆到沉重，但只要抬頭看看四周的虔誠信徒們個個緊跟著媽祖的步伐，還有腳穿著十元拖鞋卻健步如飛的阿公和阿嬤，他們的精神讓筆者和舞團的舞者們由衷敬佩，也激起我們的鬥志完成這一趟難忘的朝聖之旅。此行透過徒步進香對舞者進行一項身心試煉，使筆

¹⁵ 白沙屯位於苗栗通霄，昔日討海的生活影響了當地子民對媽祖深厚的情感，而有年年至北港進香的活動。「白沙屯媽祖徒步進香」全程以走路徒步進行，所有相關事務皆以媽祖旨意為依歸，而有「媽祖帶路，行無定所，一切隨神意」的說法，是目前徒步進香活動中耗時最長、路程最遠的進香隊伍。此活動有著極其豐富的文化內涵，近十年來更是吸引許多學者專家、文化工作者、劇場工作者與表演藝術家的關注。（引自台北民族舞團【香火】節目冊，2004）

¹⁶ 自1986年起至今即師事太極導引大師熊衛與氣功大師來靜。1988—1992年參加優劇場的訓練與演出，1998年畢業於臺北藝術大學劇場藝術研究所表演組。1995年創立「極體劇團」，2005年推展「極體劇團」進入第二階段創作期，改團名為「梵體劇場」，擔任藝術總監。1998年獲亞洲文化協會（ACC）「台灣獎助計畫」赴美國紐約研習當代表演藝術、2006年獲雲門舞集文教基金會「流浪者計畫」獎助，赴日本關西進行「古寺與舞蹈之旅」。（引自天空部落格—梵體劇場，2009）

者學會「專注」和「堅持」，也深刻感受到宗教教化人心的偉大力量，並間接影響日後的生活態度。

(二)「新」學習

1. 行政

在台北民族舞團擔任舞者期間，藝術總監蔡麗華教授給予筆者在行政事務上許多學習的機會，於年度展【香火】(2004)及【牡丹紅】(2005)中擔任執行製作的職務。工作內容包含剪輯演出宣傳影片、整理舞團相關文字及影像記錄、演出企劃書的撰寫與遞送，到演出製作的籌備與執行，所有過程中，總會遇到一些障礙需要學習去解決，同時也練就了個人的膽識、反應、說話技巧和處事態度，這些實務經驗促使筆者得以順利進行研究所的畢業製作。歷時三年的舞團行政工作，最大的收穫是在藝術總監蔡麗華教授身上看到「沒有任何事是不可能的」精神，凡事都要努力去嘗試，拿出誠意和用對方法是使機會源源不絕的不二法門。

2. 表演

台北民族舞團每年年度公演的舉行使筆者有幸與多位編舞家合作、學習的機會，包括以台灣鄉土及宗教情懷入舞的蔡麗華老師、擅長以細膩的手法展現女性柔美身段的胡民山老師、作品中總是充滿文學意涵的蕭君玲老師、在民族舞的規範中尋求突破肢體空間嶄新呈現的潘莉君老師和詹佳惠老師、不斷有令人耳目一新的創作手法呈現傳統藝陣的郭瑞林老師、曾出國進修現代舞卻嘗試編作民族舞的張夢珍老師、首次合作即可感受深厚編舞功力的林秀貞老師、現代舞出身

卻挑戰將其天馬行空的想法化為民族舞蹈的劉淑英老師。與每位編舞家合作的過程中，皆需學習和適應各自不同的動作質感和表現方式，使筆者的身體累積了各種經驗，也有多元的適應能力。除此之外，在編舞者身上看到他／她們對舞蹈的執著與熱情，此精神更是值得筆者學習和努力的目標。

第二節 獨一無二的製作

2006年，筆者為了繼續在學術上深造與挑戰，以及達成自己熱愛舞蹈表演的理想，於是決定報考與舞蹈表演相關之研究所。考上後，除了面對平日於學術方面的學習，最重要的是儲備能量完成研究所畢業製作的展演，希望藉由過去經驗，和現在研究所階段的訓練，使畢業製作的呈現達到盡善盡美。

筆者於大學時期在學校的班級創作展、畢業舞展演出，或是畢業後進入台北民族舞團參加大大小小的演出，又或是於國立臺灣體育學院第一屆舞蹈碩士班表演／創作組—葛如婷個展【夢幻風華】畢業展演等歷程中，其間曾擔任的角色包含舞者、行政助理、演出執行製作和舞臺監督，在經歷每一個角色中都曾遭遇過困難或瓶頸，從這些過程中，學習並累積了不少處理事情的技巧和態度。而今，面臨自己於研究所的畢業展演，不同以往的是，所有演出內容皆親自參與規劃及統籌，從編舞家、製作群和行政團隊等的選擇與募集，無不希望製作一場能充分展現自己能力和挑戰不同舞蹈風格的專屬演出；另外，在舞蹈方面，無論是獨舞、雙人舞或群

舞，每首舞碼都是編舞者為筆者量身塑造的精心之作，所以排練時更是不敢懈怠，全程以謹慎的態度達到編舞者的要求及期望。

【絕代雙嬌】能順利的進行，除了我們兩位製作人的努力外，還有許多貴人的相助，每個人無形及有形的支持與鼓勵促成我們完成這場獨一無二的表演製作。藉此次演出的磨練更提升自己在行政、表演方面的能力，以達到成為舞蹈專業人才的目標。

第三節 【絕代雙嬌】演出製作

一、主題訂定

一場演出，如何吸引觀眾的注意，並讓大家留下深刻印象，必需整個製作團隊（包含編舞者、舞者、燈光設計、服裝設計、文宣設計…等）皆要有基本的專業水準；而另一個在演出中有著舉足輕重地位的是「主題」的訂定，主題太過通俗會表現不出研究所應有的程度和水準，太過咬文嚼字也擔心讓人看不出這是一場舞蹈饗宴，它可以影響觀眾在觀看文宣品時是否會繼續看演出的動機，也會影響觀眾對演出是否抱著期待、好奇的心態，由此可見，主題在整個製作中具有畫龍點睛之效，所以也成為我們兩位製作人最大的考驗。本校—國立臺灣體育大學舞蹈系為了區隔大學部畢業展、年度系展及研究所畢業製作的不同，遂以主題名稱字數的限制為依據，大學部主題為兩個字、系展主題為一個字、研究所主題為四個字，基於此限制，我們將以四個字的方向著手主

題的發想。一開始各自自由發想，或從成語字典或女性文學的書籍尋找，於是統整出【那些日子】、【花影·隨絮】、【行影·漫足】、【語·一二事】、【並蒂蓮花】、【並蒂雙姝】、【絕代雙姝】、【風華如君】...等主題與指導教授共同討論及交換意見，但都覺得太現代感或不夠有特色，沒能充分顯現出我們兩位製作人的特質。後來在舞蹈系主任王玉英教授的協助下決定以【絕代雙嬌】為主題，原因在於與著名武俠小說【絕代雙驕】同音，用以形容兩位製作人皆為舞蹈的箇中好手，同時也可在製作中安排一支舞碼即以〈絕代雙嬌〉為名，塑造兩位製作人為武林高手，以中國舞專長的方式詮釋小說內容。為此，特邀總是妙筆生花的蔡麗華教授為我倆發想足以說明主題之文字——「雙姝展翅驚舞林」為文宣副標題。

二、工作時程

藝術創作、藝術行政及劇場技術是一場演出的三項基本元素，每個元素之間環環相扣、緊密連結。因此，完善的規劃、明確的組織架構及完整的製作流程管控即成為一場成功演出的必備條件。演出地點、時間確定後，為使行政執行和排練順利進行，筆者和另一製作人——黃楓華兩人即商討協助演出之相關行政人員名單並分配工作職責，詢問各協助人員意願後即召開行政會議，會議上提供每人工作之項目內容，並訂定工作時程以陸續展開執行工作。當執行過程中遇到某些外在因素以致影響工作進度時，必須隨時機動性的調整進度甚至更動人員的工作項目，以確保演出順利舉行。

由於此場演出為售票正式演出，為使演出訊息達到宣傳之效果，我們兩位製作人與指導教授討論決定，以印製大型

海報及 A 4 大小的 D M 寄至國內舞蹈相關之機關、學校及舞蹈社(以中部地區為首要宣傳重點);並至演出之特定表演場所—台中中山堂於演出結束後以人力的方式發送 D M ;或以今日最方便也最迅速之網路部落格方式張貼演出訊息;在王玉英副校長的安排下更有難得的機會於本校所舉辦的就業博覽會上進行創意短劇宣傳;每位師長及參與演出的工作人員及舞者更是全力的邀約親朋好友前來觀賞演出;此外,本校原有之演出品質保證,以及此場演出史無前例的以套票方式—購買兩場演出票券皆五折優惠,回饋與鼓勵同時欣賞【絕代雙嬌】和本系研究所下一檔於五月份演出的【京天動地】之觀眾。以上種種方式促使演出當日座無虛席,充分證明宣傳策略奏效。

以下表格為筆者整理從演出之前製作業、排練期、宣傳期、演出前、到演出結束之後製作業等階段性進度表:

(一) 前製作業進度表

表 2-1 前製作業進度表

時 間	工 作 進 度	相 關 人 員
97 / 01	◎ 第一次製作人協調會議： 提出畢製初步構想	指導教授 製作人
97 / 05	◎ 第二次製作人協調會議 ◎ 敲定預定演出場地與日期 ◎ 撰寫演出企劃案 ◎ 與指導教授討論演出初步內容架構 與成員組織 ◎ 邀請合作藝術家及組織行政團隊	指導教授 製作人
97 / 06	◎ 第三次製作人協調會議 ◎ 初步擬定演出預算 ◎ 確認相關合作人員（編舞者、燈光師、服裝設計、攝/錄影） ◎ 討論是否申請補助、尋求廠商贊助	指導教授 製作人
97 / 07	◎ 第四次製作人協調會議 ◎ 確認演出日期並完成場地租借之相關程序 ◎ 完成企劃書 ◎ 完成校內畢製企劃審核同意之程序	指導教授 製作人

97 / 12	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 第五次製作人協調會議： 確定製作方向 ◎ 更改演出主題 ◎ 寄送更改演出內容企劃書至中興堂 ◎ 確認成員組織及負責項目內容 	指導教授 製作人
98 / 01	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 第一次行政會議： 各組瞭解工作內容、確定工作進程 ◎ 蒐集文宣通路資料 ◎ 規劃演出場地座位及訂定票價 ◎ 訂定各舞排練時間 ◎ 協調劇照拍攝時間 ◎ 申請借用三月份口試場地 	指導教授 製作人 執行製作 演出組 宣傳組 票務組 場地組

(二) 排練期進度表

表 2-2 排練期進度表

時間	工作進度	相關人員
98 / 01	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 舞碼開排 ◎ 第六次製作人協調會議： 確認各編舞者所需之道具 	製作人 編舞者 執行製作
98 / 02	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 第七次製作人協調會議 ◎ 服裝設計與執行 ◎ 道具製作 ◎ 執行排練工作 ◎ 決定售票方式 	指導教授 製作人 舞者 編舞者 服裝設計

98 / 03	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 第八次製作人協調會議 ◎ 第二次行政會議 ◎ 畢業製作計畫口試申請 ◎ 執行排練工作 ◎ 確定舞序 ◎ 演出看排：3/16、3/22、3/25、3/28、3/29、3/30 ◎ 接洽燈光設計事宜 ◎ 確定服裝、道具製作進度 ◎ 口試 	<p>指導教授 製作人 執行製作 舞臺監督 舞者 所有行政 人員 後台工作 小組 口試委員</p>
98 / 04	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 第九次製作人協調會議 ◎ 第三次行政會議 ◎ 更改舞序 ◎ 執行排練工作：各舞修改 ◎ 演出順排：4/12、4/19、4/25、4/26、4/28 ◎ 謝幕排演 ◎ 【絕代雙嬌】演出 	<p>指導教授 製作人 執行製作 舞臺監督 行政團隊 後台工作 小組</p>

(三) 宣傳期進度表

表 2-3 宣傳期進度表

時 間	工 作 進 度	相 關 人 員
98 / 02	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 拍攝海報及舞者個人照 ◎ 宣傳(網路) 	指導教授 製作人 執行製作 攝影
98 / 03	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 蒐集演出節目冊及製作內容等相關資料 ◎ 宣傳(網路) ◎ 確認文宣設計單位 ◎ 確定海報、DM、節目冊製作廠商 ◎ 節目冊、海報、DM 的設計與執行 ◎ 票卷開賣 	指導教授 製作人 執行製作 文宣組 所有人員 票務組 (兩廳院售票系統)
98 / 04	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 宣傳(海報、DM、臺體大一就業博覽會) ◎ 寄發海報、DM ◎ 確認大型個人海報贊助商 ◎ 確認票務執行情形 ◎ 確認宣傳稿 ◎ 統整貴賓名單及貴賓票卷 ◎ 設計及寄發邀請函 ◎ 節目冊完成 	指導教授 製作人 執行製作 文宣組 票務組 (兩廳院售票系統) 所有人員

(四) 演出前進度表

表 2-4 演出前進度表

時間	工作進度	相關人員
98/04	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 辦理演出證 ◎ 貴賓卷寄發 ◎ 安排「技術彩排」及錄影工作 ◎ 確認公假人員名單 ◎ 接洽前後台工作技術人員 ◎ 確定所有演出前工作之執行 ◎ 4/28(二)進劇場裝台 * 正式演出 4 月 29 日 (星期三) 	指導教授 製作人 行政團隊 舞者 工作人員

(五) 後製作業進度表

表 2-5 後製作業進度表

時間	工作進度	相關人員
98/05	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 整理畢製相關資料 ◎ 結算各項開支 ◎ 畢製總檢討 ◎ 寄發感謝函 ◎ 演出錄影帶錄製與拷貝 	製作人 舞者 行政團隊

註：進度表皆由筆者整理

三、排練表（註：以下舞名皆以第一個字為代表）

為了使演出能如期舉行，各舞之排練進度與演出彩排的規劃是相當重要的一個環節，如果舞碼排練的進度落後了，先是影響彩排的次數，而後是嚴重影響演出之品質。同是製作人的兩位舞者，先各自詢問編舞者之可行排練時間，再以來自外地之編舞者優先選擇時間，其他時間則平均安排給各編舞者使用。平時若有空的舞蹈教室或場地，我們也會自行安排各舞碼練習或順排，以培養整場演出之體力。到口試前或演出前，再適時的調整排練時間給較需要練習之舞碼。以下為筆者整理 2009 年一月至四月個人所參與的四首舞碼之演出排練表：

（一）一月份排練表

表 2-6 一月份排練表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
			1/1	1/2	1/3	1/4
1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10	1/11
1/12	1/13 排練 < 連 >	1/14 排練 < 連 >	1/15	1/16 自行練習	1/17	1/18
1/19	1/20	1/21	1/22 自行練習	1/23	1/24	1/25
1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	

(二) 二月份排練表

表 2-7 二月份排練表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
						2/1
2/2 自行練習	2/3	2/4 排練 < D >	2/5	2/6	2/7	2/8
2/9	2/10 排練 < 雙 >	2/11 排練 < D > < 絕 >	2/12	2/13	2/14	2/15
2/16 排練 < D > < 絕 >	2/17 排練 < 絕 >	2/18 排練 < D > < 絕 >	2/19 自行練習	2/20	2/21	2/22 自行練習
2/23 排練 < D >	2/24 排練 < 連 >	2/25 排練 < 絕 >	2/26 排練 < D > < 絕 >	2/27 排練 < 雙 >	2/28	

(三) 三月份排練表

表 2-8 三月份排練表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
						3/1 自行練習
3/2 排練 < D >	3/3	3/4 排練 < 絕 >	3/5 排練 < 絕 >	3/6 排練 < 雙 >	3/7 排練 < D >	3/8 自行練習
3/9 自行練習	3/10	3/11 自行練習	3/12 排練 < 絕 > 自行練習	3/13 排練 < 絕 >	3/14 自行練習	3/15 自行練習
3/16 自行練習 * 看排	3/17 排練 < 連 >	3/18 排練 < 絕 >	3/19 自行練習	3/20 自行練習	3/21 排練 < D >	3/22 自行練習 * 看排
3/23 排練 < 絕 > < D >	3/24 自行練習	3/25 自行練習 * 看排	3/26	3/27 自行練習 ※ 搭台	3/28 各舞排練 * 順排	3/29 各舞排練 * 順排 著裝/化妝
3/30 各舞排練 * 順排 ◎ 口試 著裝/化妝	3/31 排練 < 連 >					

(四) 四月份排練表

表 2-9 四月份排練表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
		4/1	4/2	4/3	4/4	4/5
4/6 排練 < 漣 > < D >	4/7 排練 < 漣 >	4/8 排練 < 絕 > 自行練習	4/9 排練 < 絕 > 自行練習	4/10	4/11 自行練習	4/12 自行練習 * 順排
4/13 排練 < D >	4/14 排練 < 漣 >	4/15 排練 < 絕 >	4/16	4/17 自行練習	4/18	4/19 自行練習 * 順排
4/20 排練 < D >	4/21 排練 < 漣 >	4/22	4/23 排練 < 絕 >	4/24 排練 < 雙 >	4/25 各舞排練 * 順排	4/26 重點排練 * 順排 著裝/化妝
4/27	4/28 * 順排 著裝/化妝	4/29 <u>演出</u>	4/30			

註：排練表皆由筆者整理

四、演出前準備

多年的舞蹈訓練使筆者對生命中所發生的各項事物有著主動而積極的觀察，在原有的天賦下將曾經學習過、觀察過、幻想過、假設過、夢想過、感覺過、期盼過、及經歷過的各種事物轉化為技巧的一部份，於舞臺上重新創造出一種完全的感知生命（Dr. Bella Itkin, 1997），使能完成一場成功的演出。【絕代雙嬌】演出中，筆者以歷年來的專業訓練為基底，歷經台北民族舞團時期太極導引的身心訓練和演出的磨練，一直到研究所時期專業技巧的學習及表現，所有的過程皆在筆者身上累積與轉化，形成一股蓄勢待發的能量。

排練期間，筆者每天早晨醒來，會先將當天的排練行程在腦中整理過，並用回想的方式複習上一次修改過的舞蹈動作，同時跟自己的內心加油、打氣，使有充分的信心相信自己能接受每一次挑戰。長時間的排練下偶爾身體也會感到疲憊，筆者總是拿出堅持到底的精神完成每一次的排練和順排，平日並儘可能讓自己做到早睡早起和飲食均衡的目標，以保持最佳的身體狀況。

平日彩排前或正式演出前，皆做足暖身工作，讓自己專注及靜心，使身體感受空氣的流動和適應舞台空間。表演時，趁更換服裝的空檔讓自己盡快進入即將演出之角色中；演出中，因平時已做足準備，所以只需盡全力將練習的成果表現出來。胡民山老師於排舞期間給予筆者一個觀念：演出只是一個過程，最重要的是回到自己的身上做自己。此話讓筆者放下許多自己給自己的壓力，使演出產生意想不到的能量。

第三章 舞作〈漣漪〉之表演分析
—以女性柔美的身段表達對生命的崇敬



攝影：張經岳

編舞者：胡民山

舞者：簡如君

時間：11分30秒

音樂：喜多郎/In Person

服裝設計/製作：鍾豆豆

舞意：層層圈捲 再次驚嘆

生滅中

積累生活的廣度 遞增生命的厚實

第一節 胡氏舞風與訓練

胡民山老師為一位男性藝術工作者，他認為台灣近年在學院中的民族舞蹈教學幾乎採用大陸發展的古典舞基訓範本，造成現代的年輕舞者因身體引用外放式的長線條而產生肢體上的僵硬；在審美上及動作技巧的認知上，也幾乎全盤受制於西方外放與對抗地心引力的概念，使得動作技巧難以回到傳統古典舞蹈融會地心引力的沉穩。有鑑於此，胡民山老師對於中國舞蹈有自己一套獨特見解與訓練方式，在舞蹈教育上他特別著重在符號性動作構成的內在意涵和動作質地的養成；在美學上，借鏡於春秋戰國的儒、道學說中周易的觀念和魏晉南北朝諸子百家衍化出具體的美學觀（胡民山，2006），以致於胡民山老師有著極其細膩的心思及編舞手法，將古典舞女性身段表達的淋漓盡致。

筆者大學四年級時，胡民山老師教授我們『台灣舞蹈』的課程，課堂上除了介紹台灣相關舞蹈外，還引領我們認識並親身體驗「太極導引」這門新興的身心靈訓練。爾後，再接觸胡式訓練就是在台北民族舞團的年度展所編創的作品了，筆者曾參與其演出作品有〈漫〉（2003）、〈拈花〉（2006）、〈湖之戀〉（2007）與〈鏡花〉（2008）。排練前老師總是會上他獨創融合民族舞蹈身法的太極導引來調整、淨化舞者的身體和心靈，課程中先從站的姿勢找到脊椎的正確排列位置，尾椎直線向下，配合以呼吸作為動的依據，捨棄芭蕾舞中時時保持提氣的規範，因為提氣會限制動作也造成肢體的僵硬；如此訓練使肢體更自由，動作更具備速度、空間、質地轉換的各種可能性。開始動作時以慢的速度進行，

此訓練原理如同熊衛（2001）在太極心法一書中所說「動作要慢到十分，才能快到十分、靈到十分」，而要做到綿延不絕的慢，首要關鍵在於「鬆」以及以「氣」貫之，從練習的過程中打開身體的每個知覺去感受空氣在周遭的流動，遇到低姿態的動作時則強調將身體重量融化到地底下，借由地板的媒介完成各種節奏和力度的舞蹈動作（歐建平，1996），也藉由放鬆全身力量得到更大的能量；排練時，胡民山老師注重每個動作的出發點皆由「腹部」先啟動，以及動作與動作間的串連，強調動作的流暢及動中求靜的質地。從他編創的舞作可以發現舞者的動作不會太複雜，也沒有討好的炫技，但卻能看見每個動作的細膩度，呈現乾淨、唯美、純樸的舞蹈美學。

從訓練到舞作呈現皆可看出胡民山老師的風格融合了太極導引中的鬆、軟、現代舞中瑪莎·葛蘭姆對於腹部和脊椎的訓練、和中國舞象徵性符號「獨有的手姿和嬌媚體態」，而形成獨一無二的胡氏舞蹈風格。

第二節 舞作意念

舞臺上蜿蜒的紅紗像中國特有文化產物「如意」的形狀，也像一條綿延不絕的生命之河；如花般綻放的白紗鋪蓋在筆者身上，像嬰兒在母親體內受羊水的保護與滋養，也象徵女性的人生中一個重要的時刻「結婚」時頭戴的白紗，另外，也可以解釋為人到達生命的終點時其實是另一個生命的開始。

人之所以為人，是因為具有生命，能思考、有想法、也有情緒，所以人的一生中難免會遇到不如意的事。舞作中道具「紗」的使用，其多變的樣貌就像人生中永遠無法預測的未來；而使用紅紗圍繞成一個又一個圈的意象，意指人因固執、失敗或挫折，在生命歷程中泛起的漣漪；在紅紗圍成的圈中旋轉，所呈現的是內心的糾結及對生命的無助、惶恐與不安，如此一次又一次漣漪的累積，使人增長智慧也壯大了生命的堅韌，構成一個生命的完整體。舞作尾聲，筆者將紅紗及白紗披蓋在身上，以小碎步圓場的方式使紅紗像漣漪般泛起並圈捲住自己，在自轉的同時將覆蓋於頭頂上的白紗緩緩掀開，這樣的意象像是在描寫經歷一切的磨練與考驗後，蛻變成一個新的階段開始或是一個新生命的誕生。

生命歷程人人不同，如何使自己活得有意義、活得有價值，是自己可以選擇和掌握的。蔣勳（1990）曾談到「藝術的發展必需以『人生』做基礎，思考生活，反映生活，批判生活，或指導生活。」此舞以筆者的生命歷程做為舞蹈呈現，透過每次的排練考驗和排練後靜心思考，將自己內在最誠實的情感表現出來，同時檢視自己和反省自我，並以認真、負責的態度迎接未來的每一天。

第三節 排練過程中的困難與挑戰

一、道具

舞碼裡以「紗」為使用道具，作為水的另一種表徵，也是構成漣漪的元素。為使「紗」呈現流水的樣貌，長度的選

用以橫跨舞臺斜對角的長度為標準，其質感輕透、柔軟，但此特色卻成為筆者舞蹈時的一項考驗。

排練前期筆者為了適應每次修舞的增減動作，和配合多變的道具「紗」的運用，導致每次配合音樂的段落都不盡相同，為此常感到不知如何是好，所幸胡老師的一番話使筆者頓時開悟，他說：音樂是固定的，而人和紗都是活的，哪個音符的轉折到了，只是在提醒舞者接下來的舞蹈動作該快點還是慢點，最後，音樂只是扮演一個提醒的角色。在後來的排練中，為了體驗胡老師的箴言，筆者嘗試將練習的重點放在動作以及情緒上之掌握，從此練習中深深體會「少了音樂的顧忌，身體運用更自如」的美妙。

〈漣漪〉的排練過程，筆者認為像是在體驗生命的縮影，道具紗的不確定性就像人生中充滿許多變數，但都得要靠自己獨立去面對、解決，以從經驗中學習及成長。

二、動作

此次邀請胡民山老師為筆者編創的個人獨舞作品〈漣漪〉，有別以往的合作經驗都是以群舞為主。筆者認為，群舞即使在不規律的音樂節奏中，不管動作相同或各異，從舞者相互的關係中都可以很明確的知道何時該動或何時該停；而獨舞在不規律的音樂節奏中，必需更多的練習才能找到動作與音樂間的關係和每個動作的時間性。此首獨舞考驗筆者在偌大的舞臺上透過肢體的表達呈現自己圓熟而完全感知的生命（Dr. Bella Itkin, 1997）。平時，因無固定太極導引課程的訓練，以致身體缺少鬆、軟的質地，所以舞碼開始排練時，先從編舞者身上學得動作，等舞碼完成時再一步步要求每個

動作的質感，編舞者並希望筆者將動作學會後用自己的方式表現出來，使舞蹈時能毫無顧忌的真實展現自己。和編舞者工作過程中，學習到最多的是「如何完成一個動作」，因為美總是出現在不經意的地方，愈是刻意要表達時愈容易變得做作，所以整首舞碼必需仔細觀注自己的一舉一動，在完成一個動作的過程中，身體沒有一個部位是靜止的，但最困難的地方是要做到動作的「形止，意不止」，因為以往的訓練都是講求動作與呼吸相互配合的關係，而為了達到形止，意不止的動作質地，筆者先透過頭腦對於動作的理解後再回到身體的實際演練，從呼吸的控制去改變動作的質感。初期練習時編舞者在一旁引導、示範，指導筆者如何控制呼吸，使外在動作暫停時，內在還有一股意象如流水般綿延不絕。

排練中編舞者總是不厭其煩的提醒動作要點包括：身體更多的擰轉、動作的出發點皆從腹部起動、上身的放鬆、手指的形狀和每個手指頭動作的細膩度、如何呈現最美、最修長的身體角度、動作快慢質地的展現、快速而輕鬆的小碎步移動等，為了達到編舞者的要求，筆者將每次的排練過程以攝影機錄起來反覆播放、觀察，並在教室針對單一動作不斷的嘗試和練習，使作品有最完美的呈現。

演出當晚，配合燈光設計林立群老師所使用的水波紋燈，使舞台上呈現流水般的動態景象，而筆者即成為使流水不斷泛起漣漪的各種事件。在平日毫不懈怠的練習，和編舞者時時給予筆者不同的表演觀念下，演出時保持比平常還要放鬆的心情舞蹈，連筆者也覺得跳得很享受、自如，演出後讓觀眾留下深刻印象，使筆者辛苦的努力獲得肯定。



攝影：黃仁男



攝影：趙樹人

第四章 舞作〈雙子座〉之表演分析 — 展現不同的身體風格



攝影：張經岳

編舞者：黃建彪

舞者：簡如君、黃楓華

時間：7分45秒

音樂：Mussorgsky-Songs·VOLUME IV

Sergei Leiferkus·Semion Skigin

服裝設計：黃建彪

服裝製作：程彥菱

舞意：每個星座都有自己獨特的性格，此舞以雙子座為題材，表現和諧又衝突，緊密又疏離，尋找種種狀態中的一體兩面。

第一節 雙子的相遇

第一版〈雙子座〉的形成，始因筆者與搭擋—黃楓樺於2008年3月同時獲選代表國立臺灣體育學院赴美參加美國國際舞蹈節巡迴演出，當時我們兩人皆為碩士班表演／創作組的研究生，所以師長負予擔任雙人舞的重任，並決定以現代芭蕾的型態呈現，負責編舞的老師當然以擅長編排現代芭蕾的黃建彪老師為最佳人選。編舞者首先遇到的挑戰就是我們兩人的個性及身體動作質地極為不同，筆者的個性屬於溫柔、內斂，肢體的展現以細膩、婉約、嫵靜見長；而黃楓華的個性屬於外放、剛烈且有自己想法，肢體的展現散發靈敏、強烈、明快之特質。他卻巧妙的以我們不同的性格特色做為舞碼創作的靈感，而有〈雙子座〉¹⁷的產生。

因有出國演出、排練的默契，以及日常生活相處中對彼此的瞭解和認識，促成我們共同攜手合作研究所畢業製作。製作前期和指導教授討論畢業製作的舞碼內容時，師長們更以我們在出國期間所表現的〈雙子座〉有意想不到的火花產生，而建議且鼓勵我們將曾演出過的雙人舞作品加以改編呈現，此想法在經由編舞者的同意後，於是有了第二版〈雙子座〉的產生。

¹⁷ 星座特性：雙子座人的意志一直都是一體兩面的積極與消極，動與靜、明與暗，相互消長，共榮共存的。通常很多才多藝，也可同時處理很多事情，有些則會表現出明顯的兩種或多種人格，這種多變的特性，往往令人難以捉摸。（引自雙子座特性網站，2009）

第二節 雙子個性與動作質地的分析

每個人個性的形成除了受先天生日星座¹⁸的影響外，還有後天人格（Personality）¹⁹的養成。源於占星學的「十二星座」在星座和其性格特徵上有以下的描述與對照：

表 4-1 各星座性格特徵

星座	性格特徵
1. 白羊座	勇氣、鬥志、好勝。
2. 金牛座	謹慎、溫和、務實。
3. 雙子座	機智、善變、好奇心旺盛。
4. 巨蟹座	敏感、情緒化、外剛內柔。
5. 獅子座	慷慨、霸氣、自尊心強。
6. 處女座	細心、嘮叨、完美主義。
7. 天秤座	優柔寡斷、追求公平。
8. 天蠍座	神秘、愛恨分明、佔有慾強。
9. 射手座	樂觀、誠實、愛冒險。
10. 摩羯座	意志堅強、專注力高、勇敢。
11. 水瓶座	睿智、獨立、叛逆。
12. 雙魚座	浪漫、富同情心、不切實際。

資料來源：維基百科網站（網址 <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/星座>）

¹⁸ 生日星座：源於占星學，試圖利用人的出生地、出生時間和天體的位置來解釋人的性格和命運。（引自維基百科網站，2009）

¹⁹ 人格：也稱個性。是個人所有比較穩定的心理特性總和。狹義的人格又與性格同義。（陳國強，2006）

而屬於心理人類學中的「人格」指的是個人透過與環境、社會群體關係的表現（陳國強，2006），並認為其具有下列五項特性和三種類型：

表 4-2 人格特性

特 性	解 釋
1. 整體性	有機的組合，統一的整體。
2. 獨特性	總體上不同於他人的系統。
3. 多樣性	包括眾多的個性心理要素。
4. 適應性	不同環境中可作自我調整。
5. 穩定性	經常表現於行動。

資料來源：文化人類學辭典（頁 155），陳國強主編，2006，台北市：恩楷。

表 4-3 人格類型

類 型	解 釋
1. 進取型人格	明朗又富有幽默感的人格。美國學者托馬斯認為此類性格的人極易受外界環境影響，喜歡社交、活潑、熱情。
2. 創造式人格	與保守型人格相對應。美國學者托馬斯認為此人格具有外向特徵，富有想像力，對傳統觀念抱持懷疑的態度，有獨到見解和大無畏精神。
3. 保守式人格	具有保守、不求進取的人格類型。美國學者托馬斯認為形成此類人格的重要原

	因在於：長期脫離社會實際，不與外界接觸，對社會上的新鮮事物不感興趣。
--	------------------------------------

資料來源：文化人類學辭典(頁 171,178,179)，陳國強主編，2006，台北市：恩楷。

舞蹈作品〈雙子座〉取其獨有的個性特質，以雙人舞的方式表現出和諧又衝突，緊密又疏離，尋找種種狀態中的一體兩面。舞蹈時我們將對方視為隱藏在內心的另一個自己，時而分離展現各自的情感，時而緊密展現共榮共存的生命共同體。同時，透過拉邦 (Rudolf von Laban, 1879—1958)²⁰ 動作質地分析中的四個元素：時間 (Time)、空間 (Space)、流程 (Flow)、重量 (Weight) 可以清楚看出並比較編舞者針對兩位舞者的個性所給予的動作特性，如下表所示：

表 4-4 舞者之動作特性

舞者 \ 元素	時間 (Time)	空間 (Space)	流程 (Flow)	重量 (Weight)
筆者 (如君)	緩慢、延展、 舒緩 (Sustain)	間接焦距 (Indirect)	放鬆、流暢、 自由 (Free Flow)	輕柔、飄逸 (Light)
楓華	快速、瞬間、 急促	直接焦距 (Direct)	緊張、緊繃 (Bound Flow)	重力、使勁 (Strong)

²⁰ 拉邦：全名為魯道夫·拉邦 (Rudolf von Laban, 1879-958)，以「拉邦動作分析」和「拉邦舞譜」兩套重要之研究，使在舞蹈史上佔有一席之地。(平珩，1998)

	(Sudden)			
--	----------	--	--	--

註：筆者整理兩位舞者於舞作中之動作特性

由上統整出之舞者動作特性，對照兩位舞者之個人星座特徵以及後來透過環境、社會群體關係的表現而造成今日之個人特質。美國最著名的舞蹈史學和美學家塞爾瑪·珍妮·科恩 (Selma Jeanne Cohen) 曾指出「舞蹈是可以發揮舞者特長的領域，動作給予觀眾性格和情緒特徵的可感形象」(朱立人，1994)。〈雙子座〉編舞者巧妙的擷取該星座之機智、善變的特質，透過兩位肢體與性格迥異的舞者表現所產生的進取型/保守型之對比人格類型，巧妙運用相同之動作語彙，相異之動作質地的展現，加上速度、空間、路徑的設計，利用雙人肢體碰觸，一人遠離一人追趕等意象安排，傳達兩人由衝突、疏離、緊密、背叛、到和諧、適應、穩定，甚至共榮共存等錯綜複雜的「雙子」人格特性。

第三節 排練過程中的困難與挑戰

筆者於大學時期受過黃建彪老師在芭蕾舞課程上的指導，也看過每年他在學校年度展中發表的作品，唯獨未有合作的机会，相反的，另一舞者—黃楓華則有過幾次擔任黃建彪老師在古典芭蕾舞和現代芭蕾舞作品演出的機會，所以她在排練時能輕而易舉的掌握編舞者的動作要點。在得知出國的雙人舞由黃建彪老師指導時即抱著又興奮又緊張的心情等著接

受挑戰。剛開始排練時，老師源源不絕的舞蹈靈感和超快速的動作示範讓筆者一時難以吸收，還好有搭擋——黃楓華的協助使能進入編舞者的排舞情境，無形間也加深我們兩個人的情感和默契。第一版將近4分鐘的〈雙子座〉在筆者原有的專業能力和排練時用心揣摩下完成了，師長也對我們的表現給予高度肯定；第二版的〈雙子座〉為了加長舞碼長度，編舞者更是挑選了一首富有兩種質地的義大利歌劇曲目，以其對音樂獨特的敏感度設計出兩種風格迥異和一種緊密相繫的動作語彙。舞碼在幾近完成階段給指導教授驗收時，卻被指出我們兩人在動作上只有外形的表現，缺乏內心情感的傳遞，為此，我們曾深感洩氣，覺得已經盡力做出編舞者的要求，怎麼看不出我們的努力，但也互相檢討找出問題的癥結，但都無所獲，後來，在指導教授實際動作上的分析與講解，才知道問題在於「沒有將音樂做滿、動作中少了一點延伸、或沒有將重量誠實的交付予另一人」，這樣「差一點」的動作表現其實就足以影響作品所要表達的意境。爾後的練習，我們先從不配音樂開始將動作一個個分開進行，注意每個動作如何開始及如何結束，強調視線的交會和發自內心的碰觸，等身體習慣以上的訓練後再配合音樂，試著將動作融合音樂，如此練習才得已突破我們的瓶頸並成功表現出〈雙子座〉的舞碼意涵。

透過此次雙人舞的合作機會，讓筆者了解雙人舞的呈現是需要舞者間相互信賴，並需要有共同面對問題、一起解決問題的理念。因此首舞碼真實呈現筆者與黃楓華的個性，所以我們能充分展現動作特長，但排練過程中需要花很多時間磨合，讓兩人的表現時而分離，時而為一，完整呈現雙子座

所要表達的精神。



攝影：黃仁男



攝影：張經岳

第五章 舞作〈D〉之表演分析 —嘗試沒有故事內容的肢體表現



攝影：趙樹人

編舞者：簡華葆

主要舞者：簡如君

舞者：楊文齡、壽于禎、陳欣瑜、鄭琨永

時間：10分28秒

音樂：1. Fate: Zhao Jiping 2. PHONE SUECIA RECORDS

3. 京劇鑼鼓：臺北新劇團

服裝設計／製作：簡華葆

舞意：曇花²¹

²¹ 曇花為仙人掌科植物，屬於熱帶沙漠中的早生性植物。於晚間開放，至次日早凋謝。開花時長4~5個小時，因此常用「曇花一現」來形容時間很短、稍縱即逝的機遇。(引自維基百科網站，2009)

第一節 合作緣起

簡華葆為筆者大學二年級時從國立藝術專科學校插班至本校就讀的同班同學，同班期間他即以獨特的想法和行事風格在班上引起高度重視，不管在班級創作展或畢業展中皆可看到他的創作作品和純熟的舞蹈技巧。筆者於畢業展中曾參與其作品〈Track〉的演出，他大學畢業後即就讀於臺北藝術大學的表演研究所，期間也參與了無數舞蹈演出、創作，及出國交流，從中累積更寬更廣的視野，也間接影響他創作的風格。為了激發個人肢體能量並突破表演慣性，於是發揮研究生勇於接受挑戰的精神，決定邀請他為筆者畢製編排作品。

第二節 編舞者作品意念

排舞過程中，筆者透過幾次與編舞者的對談瞭解作品〈D〉的製作想法和過程，以下從音樂製作、服裝設計、舞蹈編排、特殊的舞臺空間表現等四個部分做分析：

一、音樂製作

（一）靈感和想法

編舞者—簡華葆第一次嘗試使用東方的風格作為創作元素。其專長為現代舞，而筆者擅長於中國舞的表現，在各有所長的專業領域下，華葆嘗試將中國舞與現代舞做融合，所以音樂以東方風格為製作方向。

（二）遇到的困難

< D > 的音樂中包含當代弦樂、京劇鑼鼓、京劇吟唱…等，以筆者過往參與之舞作經驗，大部份創作都是先完成音樂的選擇才設計舞蹈的內容，但這樣的順序會產生一個很大的問題，在於舞蹈創作會因音樂的限制而可能偏離自己的想法。華葆此次以創作為主要出發點，開始設計音樂，遇到的困難在於整合的部分，因華葆從小學習打擊樂，所以對節奏很有自己的想法，但京劇鑼鼓並不是他擅長的，在製作音樂時只能給予節奏的速度和想要的調性，其他關於弦律的部分、或選擇以什麼樣的樂器做為主調，編舞者都是請臺北新劇團的朋友協助，將西方當代弦樂的音樂和東方鑼鼓點做整合。另外，因東方鑼鼓點一個陣仗就有 3 個人，在合作的過程當中也曾發生摩擦，原因在於大家對音樂都有各自的看法，不過也因此碰撞出美麗的火花。

二、服裝設計

服裝設計為華葆跳舞以外的另一項專業。就褲子來說，「西裝褲」一向給人有正式的感覺，對於某一件事情較為嚴肅性時才會穿，如面試、報告、或婚喪喜慶…等，所以西裝褲的布料有某一種地位存在，而摸到這種布料會有一種潛意識的反應—穿上這種褲子是為了某一種很正式的事情。此次下半身的顏色選擇今年流行的紫色系，而製作西裝褲的原因是作品中有很多的肢體元素在表達：我們這一群舞者沒有要做一件很偉大的事情，可是卻很認真的在做它、很嚴肅的在投入，所以，希望舞者著裝後會潛意識的想到我們現在要做的是一件很嚴肅的事。而這個想法是嘗試性的做法，因為華

葆認為創作這種東西有很多的部份是在實驗及玩樂。

華葆喜歡用顏色、圖樣、及抽象的色塊去拼貼、堆疊出畫面。所以在上衣的製作選擇以白色為底，上面印有大朵的紫色曇花，外罩著或左或右或左右皆有的米色皮質布料，唯獨筆者的右胸前別有一朵象徵性的立體白色曇花。因劇場的空間都是黑色，於是設計此作品在幕起時，筆者坐在男舞者身上，加上其他舞者的動作，搭配編舞者特意設計的服裝，企圖營造出：在一個夜晚的某個時刻，微微的月光灑在庭院，庭院有花草樹木，夜晚花開了，象徵一朵曇花生命的燦爛時刻。藉由序幕中短暫畫面的美感傳達，揭開舞蹈作品的開始。



攝影：張經岳

三、舞蹈編排

(一) 作品特色

以東方的元素做為創作的基礎。華葆覺得文化和風格的形成都是從最貼近自己的生活開始，兒時，家住在土地公廟旁的華葆，年幼的記憶總是浮現住家附近的廟會見老爺爺拿著傳統樂器坐在榕樹下彈奏，老奶奶在一旁吟唱歌仔戲的影像及畫面，每遇年節時觀看歌仔戲的表演、或是小時候在家一打開電視就會看到不知道是什麼劇碼的京劇，年幼的他，雖然不懂內容在表達什麼，但那樣的畫面卻使他印象深刻。作品〈D〉就是以印象中的畫面層層堆疊，做為舞蹈創作的靈感來源，作品內容是非常拼貼的，有點像是圖像整合，也像在看一本有東方色彩的相簿，這些是華葆在創作上不同以往的表現方式。

這樣拼貼的編舞方式類似模斯·康寧漢 (Merce Cunningham, 1919—2009) 所強調「舞蹈的主題就是舞蹈本身」，他認為舞蹈動作各有其獨立價值，不必依賴任何解釋或心理學的印證。純粹動作所構成的舞蹈，動作與動作間應是價值相等的並列，編排的過程中不需要合理的解釋。所以，呈現出來的作品總是不可預測、不被邏輯制約、又讓觀眾意想不到的 (黃麒、葉蓉，1994)。

(二) 作品意境

〈D〉是華葆為作品所做的編號。作品的解釋為曇花，取其曇花的意境。曇花是一種美麗的花，只在夜晚瞬間綻放，於天亮前凋謝，如同「畫面」的意思，都是非常短暫的，而

表演藝術²²也是，因美麗是短暫的，為了捕捉這瞬間美感，必需親臨劇場並參與其中才能感受作品傳達出的氛圍，若用錄影機錄下帶回家看就會缺少在現場感受當下的直接性，如同編舞者在舞意所要表達的意涵，就是在夜晚中親眼看到它最美的一刻，並會牢牢記住它的味道。

四、舞臺空間

為了更貼近作品意圖，表演時編舞者刻意要求兩側的翼幕完全升起，並將大幕升至與翼幕同水平之處，空曠的舞臺移除了多餘的屏障，除了利於作品中很多肢體動作需要大幅度的移動外，更形成了拍照中的廣角效果，讓舞臺上發生的所有事件，如一張張圖像般，對照於作品中畫面拼貼的手法。筆者認為，編舞者善用拍照中廣角理念的效果，以刻意開放的空間縮短觀者與表演者的距離，讓觀者能近距離的透視並參與舞台上發生的所有事件，共同捕捉瞬間的驚艷。

第三節 中西文化交流的新產物

舞作〈D〉符合後現代舞的表現手法，用自己喜歡的方式，以東方和西方的手法、熟悉或不熟悉的方式來表達自己對世界、時代的看法（歐建平，1996）。音樂方面，融合了當代弦樂、人聲吟唱，以及東方的京劇鑼鼓、蟬鳴聲；動作方

²² 表演藝術是藝術的表現形式，可從戲劇、音樂、舞蹈、Cosplay等形式表現。通常使用兩種方式演繹，一種是無語方式，僅用肢體動作表達所要表演的故事；另一種是語言和表演同時進行。（引自維基百科網站，2009）

面，融合現代舞的動力使用、個人風格動作，以及中國舞的風火輪、跨腿轉、雲手、雙手抱拳預備姿等動作；服裝方面，下半身穿著西裝褲、搭配黑色短襪，上身以中國繪畫中常出現的花形作為上衣圖樣，加上筆者身上一朵白色醒目的人工立體曇花等，如此橫跨東方與西方特色的作品，別具實驗性，雖不能保證每位觀眾都會喜歡，但卻充分表現編舞者創新的精神，也為筆者提供一個挑戰自我的機會。

以下就作品〈D〉中使用的中國舞和現代舞之元素特色，分別作說明：

一、中國舞特色

中國舞分為古典舞和民間舞，是中華民族生活藝術的寫照，它給人不只是外在的形態和情調，更重要的是呈現內在豐富的蘊藏（蔡瑞月，2009）。古典舞的創作素材皆有一個主題的架構，內容取自神話、歷史或民間故事，編舞者從歷史背景及考證中設計出一種肢體語彙，以嚴謹的訓練體系和規範化的技巧將古典舞的特徵展現出；而民間舞，則為一種發源於鄉間的舞蹈，反映人民勞動、鬥爭、交際活動和愛情生活，透過勞動的民眾在日常生活中集體創造而產生，並不斷的累積和逐漸發展，於廣大的群眾中廣泛流傳。（平珩，1998）其舞蹈特點主要在累積、沉澱古代文化，於各民族交流融合中發展表現在歌、舞、樂三者的結合及使用道具等方面（智慧藏百科網，2009）。

編舞者—簡華葆在〈D〉作品中雖然沒有呈現古典舞內在豐富的蘊藏，也沒有民間舞的道具使用和呈現人民勞動、鬥爭、交際活動和愛情生活的情景，但他選用部分中國舞基

本元素動作和京劇鑼鼓之音樂元素，與現代舞的互相融合成為和諧又衝突的美感，讓演出別具風格。

二、現代舞特色

現代舞興起於 20 世紀初的西方，不同於芭蕾舞和中國舞皆有一套規範和形式，它的舞蹈形式不固定且有不同的訓練體系。初期的舞蹈是為了反映感情，題材選自原始的宗教儀式、古代神話、或當時面臨的社會問題和心理問題，後來，經由浪漫主義、表現主義和其他藝術的影響，舞蹈不再只是為了反映感情，題材和表現方式因此更豐富且多元（大英百科全書，2010）。現代舞的作品強調具有個人特色，並創造出編舞家自己獨特的風格。

編舞者—簡華葆在作品〈D〉中即展現其獨有之個人特色，他不在乎觀眾的反應是好還是壞，他只想做自己，在他極有自信的舞蹈專業領域上，不論是在音樂、動作或服裝上的表現，常有令人意想不到的效果。

第四節 排練過程中的困難與挑戰

參與此舞的舞者各有術科強項，所以在排練之初舞碼音樂尚未製作完成時，編舞者請舞者以中國舞的動作語彙自行創作，再從大家的動作中隨機串聯、組合，試圖找出舞者腦力激盪後的動作特質和身體能力運用於舞作中，可惜這樣的嘗試未能達到編舞者的理想。後來的排練中，他將小時候印象中的京劇動作加上現代舞具有其個人特色的動作元素組合

成一套套舞句，配合音樂旋律以及空間上的使用編排成舞，企圖以單純的動作累積和詮釋、音樂的鋪陳、舞作架構的安排等非敘事性的編舞方式激發觀眾無限的想像空間。這樣的舞碼編排和身體使用方式和筆者所擅長的中國舞蹈極為不同，對筆者來說是身體能力的一項考驗及挑戰。首先，需要學習的是「點、線、面」乾淨切換的動作特質，此舞大多尋求在最短的距離做快速的動作移動；線條的使用也以直線的視覺手法予人直接的感受；身體靈活運用於各個面向並清楚的轉換。因此，筆者將動作的重點放在”如何動”上，從肌肉使用到身體各部位分開運用的練習，學習以”純肢體”的方式表達不帶情感的舞風。而中國舞多內斂情感的表現和小碎步²³的訓練使筆者缺乏外放和乾淨俐落的動力，於是編舞者情商本校詹佳惠老師以強調重心轉換、肢體各部位分解動作的荷西·李蒙（Jose Limon, 1908—1972）技巧作為筆者強化訓練的重點，以增強動作的位移性和單一枝體動作的表現性。此外，舞蹈作品中有一段與男舞者的雙人舞，雖然由短短四個雙人互相支撐的動作連結成一串舞蹈句子，但因筆者缺乏雙人舞之訓練，所以不瞭解動作要領和對舞伴產生不信任感。自行練習過程中曾透過他人示範的方式尋求動作方法，但卻在每個人各有不同的身體能力、訓練方式和演出經驗的影響下，遲遲未得動作訣竅，以致筆者不是太過主動就是兩人的動作始終無法契合，直到編舞者分享其豐富的雙人舞經驗，指出要彼此互相信任並運用借力使力的方式即能輕

²³ 中國古代的觀念是女子的雙腳越小越好看，於是在五、六歲時以長長的裹腳布纏繞固定未成形的小腳，以求得「三寸金蓮」的美稱。雙腳被纏繞固定後因腳小也難以行走，所以走路皆以小步伐進行。故中國舞舞蹈中女生皆以小碎步步法行走。

而易舉的達到目標，為此筆者抓緊時間不斷練習，果真信任可以卸除心中許多的障礙，障礙清除了，心裡跟肢體也自由了，跟舞伴開始有了肢體的互動，心理的溝通以及肌肉的對話，最後終於克服這段看似簡單卻要默契十足的雙人舞。



攝影：宋佩怡



攝影：趙樹人

第六章 舞作〈絕代雙嬌〉之表演分析 —重現經典武俠小說



攝影：趙樹人

編舞者：陳韋勝

舞者：簡如君、黃楓華

時間：10分39秒

音樂：鬼太鼓座 ONDEKOZA

服裝設計/製作：鍾豆豆

舞意：一對才出生就被拆散的雙生姐妹，多年後，在竹林間不期而遇，一者為風度翩翩、武功高強，一為古靈精怪、聰明伶俐。編舞者以兩人剛柔對比的個性，配合竹林場景設計，交織出撼動人心、突破傳統表演風格的經典舞作。

第一節 舞作形成

〈絕代雙嬌〉為此次表演製作之主題，如何將此經典武俠小說以舞蹈的方式呈現出來，儼然成為編舞者和舞者所要面臨的考驗及挑戰。筆者邀請了本校具有武術專長又兼具編舞才能的校友—陳韋勝為我們編排此作，作品講述花無缺及小魚兒兩位主角的相遇和蓋世武功。為了有更好的表現，舞作結構不知更改幾回，從故事的安排到雙人舞的技擊劍套路和徒手動作，總是試了又改，改了又試，曾經因為此舞有許多不確定性而使兩位製作人有不愉快的情緒產生。後來經由舞蹈系王玉英主任的創意提供及指導教授的協助下，舞碼編排方式、內容、技術都一一克服且漸趨完善。場景的想法來自武俠片中最經典的「劍」、「吊鋼絲」及「竹林」的印象。舞碼編排上，筆者出現於落花片片的場景，以身穿優雅的白色服裝、使用以靜禦動、輕柔和緩的太極劍法詮釋飄逸、文質彬彬的花無缺；而楓華則是以吊鋼絲的方式飛躍在竹林間，身穿具有生命力的綠色服裝、使用敏捷、輕快的劍法詮釋機靈、古靈精怪的小魚兒。兩人相遇在竹林間，從過招對打之中發現兩人隱隱存在的相似之處，因成長環境的差異影響了兩人相異的個性。此舞以武俠小說為創作主題，優點在於有脈絡可參考依循，而缺點是要想辦法突破創新而不被原著困惑。

「竹子」象徵中國傳統文化中的美德²⁴與高尚人格²⁵，所以武俠小說和武俠電影裡常見武藝高超的俠客們在竹林中比武或練武。為了呈現大家對武俠小說既有的印象，「竹林」的裝飾於是成為舞作中首要的視覺藝術。我們先從網路上尋找賣竹子的公司、打電話詢問相關細節、再親自到位於南投的工廠挑選適用的竹子，為了真實呈現在竹林的場景，我們挑選的每支竹子長度各長達 12 尺、14 尺及 16 尺，每支竹子需要兩個人的力量才能搬運，買回來後，遇到的問題是如何將如此大型的竹子立在舞臺上？成為我們的一項大考驗，所幸有指導教授的建議和學校木工賴輝杜先生的協助，將現有的兩塊平臺底層加上木板，再設計好竹林的形狀和安排每支竹子的高低後，於兩層的木板上依各竹子竹身胖瘦挖洞，以利竹子插置。雖然將竹子立起來了，但因底座太輕使得我們兩位舞者在竹林穿梭時臺子會搖晃，為了不增加道具額外的重量，沒有辦法之下只好商請群舞的舞者們躲在臺子下面，每個人以抱竹子的方式增加臺子和竹子的穩定性。

舞作中以落花、吊網絲、服裝顏色、劍法特性、竹竿平臺等表徵方式展現人物個性及場景意象，配合中國舞、武術的動作及身法，嘗試以現代的手法重新詮釋〈絕代雙嬌〉。

²⁴ 中國國畫中常見以梅、蘭、竹、菊代表君子的美德，所以也有「四君子」之稱。(引自維基百科網站，2009)

²⁵ 松、竹、梅三種植物在寒冬時節仍可保持頑強的生命力，因有「歲寒三友」之名。也因松、竹在嚴寒中不落葉、梅在凜冽的寒冬裡開花，所以以此特性形容崇高的貞節操守，是中國傳統文化中高尚人格的象徵。(引自維基百科網站，2009)

第二節 排練過程中的困難與挑戰

「劍」是武俠小說及武俠電影中最具代表性的意識形態產物，於是劍術的學習也就成為筆者詮釋花無缺的首要課題。〈絕代雙嬌〉舞作中使用武術劍法，以點、崩、刺、撩、掛、劈、雲、抹的劍法（智慧藏百科網，2009），配合劍法清晰、以巧制勝、持短入長、剛柔兼備的技法，展現輕快敏捷、瀟灑飄逸、富有韻律感的動作特色（楊柏龍、劉玉萍，2002），加上中國舞蹈特有的「手、眼、身、法、步」，將具有目的性及造形美的舞蹈動作形象化的描繪出人物性格。編舞者為武術專長的男性，因專長及性別不同的因素下造成筆者在動作學習上的挫折與障礙，加上學舞過程中對於「劍」這項道具沒有紮實的基礎訓練，所以覺得自己怎麼做都做不到編舞者動作示範時的氣勢連貫、劍神合一，手腕方面不夠靈活影響了劍花的流暢度及靈活度，為了補強劍術技法，筆者常利用有空的時間單獨練習劍的基本動作或請編舞者分析講解，並且透過排練錄影和參考武術影片的方式觀察舞劍者的神態及動作準確性。

從編舞者的示範和武術影片中，筆者學到舞劍時必需先對自己有信心，接下來再針對劍術做單一動作的練習，使手腕靈活並訓練手臂肌肉的強度，達到劍法流暢、自如的基本要求。再來，才是一串動作組合配合呼吸及眼神的練習。排練過程中，透過編舞者給予筆者在動作上的指導，以及認同筆者在舞蹈上的表現，讓筆者更有信心能詮釋花無缺武功高強的角色，並從筆者身為女性的角度賦予不同的生命力。

舞作中有雙劍對打、吊鋼絲、竹林及舞者體力等因素，加上所選的音樂是沒有固定節奏的鬼太鼓座，因此提高了雙人舞默契掌握與配合的困難度。〈絕代雙嬌〉舞蹈結構確定後，接下來就是音樂的舞句安排，因無規律易數的節奏，所以得以音樂的轉折點作為提示作用，如同〈漣漪〉裡音樂扮演的角色，但不同於〈漣漪〉為獨舞的形式，〈絕代雙嬌〉是一首雙人舞，兩人彼此牽制、互相影響，獨舞時要盡可能固定自己的動作節奏，雙人舞時要有極高的默契才能兼具角色性格，同時達到技擊劍術之真實感。所以，除了個人的獨舞要各自揣摩角色神態及練習劍法外，雙人舞的部分更要反覆練習以找到彼此動作的韻律感和雙人默契，猶如置身於小說電影情節之中。



攝影：宋佩怡

第三節 與演出主題呼應的謝幕編排

謝幕編排的方式有很多種，可長可短、可簡潔可豐富、可感性可理性…等，不管哪一種，國立臺灣體育大學舞蹈系的演出總是用心設計每一次謝幕，使整場演出有一個完美句點，也讓觀眾留下深刻印象。〈絕代雙嬌〉謝幕編排的創意提供來自王玉英主任，她認為我們應該善加利用此次主題的獨特性，配合相關音樂編排一個專屬〈絕代雙嬌〉的謝幕。於是音樂的選擇成為首要任務，因演出主題為武俠小說，所以選擇具有時代意義和文化背景的經典武俠小說——「神鵬俠侶」²⁶電視劇主題曲，經本系黃鈞偉老師改編而成，音樂取其形容兩位主角個性與性別特質的歌詞²⁷涵義，暗喻「絕代雙嬌」裡不同個性的兩位舞者。舞蹈編排以竹林場景為主，由三位男舞者揭開竹林台下的黑幕，揭露出女舞者們躲在裡面死命抱著竹竿的祕密，象徵每一場光鮮亮麗的演出，是許多幕前幕後的英雄共同辛苦的成果，感謝這批與我們甘苦與共，又兼負我們人身安全的夥伴們。當〈雙嬌〉現身於竹林高處傲視全場，頓時成為全場焦點，接著，利用跑場及隊形變化帶出雙嬌於下舞臺做出搭肩、眼神互看的對峙動作，呼應兩人在舞作中的不打不相識。雙嬌的各自謝幕是由舞者們以兩種趣味拳術的動作巧妙的轉換兩位主要舞者的焦點，最後，雙嬌共同攜手與全體舞者向觀眾鞠躬謝幕，為今晚演出

²⁶ 金庸所著。中視首播於1984年，主要演員有潘迎紫、孟飛；主題曲演唱由有「金八點」之稱的金佩珊與神鵬俠侶作曲者張勇強共同演唱。為當時膾炙人口的八點檔，也是筆者小學時期必看的電視劇。（引自奇摩部落格—懷舊電視機，2009）

²⁷ 形容兩位男女主角個性的歌詞：「一位是溫柔美嬋娟，一位是翩翩美少年」。

畫下一個完美的句點。



攝影：張經岳



攝影：張經岳

第七章 結語

雖有人說舞蹈人因為長時間投入肢體的訓練而忽略學識上的學習，遂以「頭腦簡單，四肢發達」稱之，但筆者十分不認同這樣的說法，儘管舞蹈為了達到標準而需要反覆練習動作，但每個動作都有它的要點、動的原因，編舞者透過自己的經驗與見聞將許多動作連結起來成為一個有故事或純肢體的舞作，不管是何種型態，舞者必需瞭解故事內容或動作本意，透過縝密的思考，以身體為媒介詮釋舞作中的角色或編舞者的想法，同時配合自己的生命經驗賦予舞作全新生命力。舞蹈為具有歷史性、時代性、邏輯性及創造性的表演藝術，它影響舞者在德、智、體、群、美五育上的發展與表現（平珩，1998），也是情緒傳遞的方式之一。

此次研究所畢業製作為筆者人生歷練與舞蹈磨練最佳的呈現與檢視機會，透過整理各時期的舞蹈教育學習經驗及舞者、行政的實務經驗，加上用專業的態度和學術的精神去執行與分析畢業製作的所有事務，皆為日後舞蹈相關表演、教學等層面開拓更深更遠的視角。

透過【絕代雙嬌】，筆者發揮專業的舞蹈及行政能力，並激發潛在的學習力、耐力與表現力，實為一個考驗與挑戰個人能力極限的最佳機會。如無周延精心嚴密的規劃、師長的指導、編舞家與舞者以及技術人員的協助，則無以克盡其功。感謝指導教授、師長及學弟妹們的協助，一同將籌劃中認為不可能的事都圓滿解決。【絕代雙嬌】完成筆者在舞蹈旅程上階段性的句點，也為筆者未來的舞蹈之路打開新的身體觀。

參考文獻

書籍：

- 于平 (1999)。風姿流韻：舞蹈文化與舞蹈審美。北京：中國人民大學出版社。
- 平珩 (1998)。舞蹈欣賞。臺北市：三民。
- 朱立人 (1994)。舞蹈美學。臺北市：洪葉文化。
- 涂瑞華 (譯) (1997)。表演學—準備、排練、表演。臺北市：亞太圖書。(Dr. Bella Itkin, 1997)
- 容淑華 (1998)。演出製作管理：好的規劃是成功的基礎。臺北市：淑馨。
- 陳國強主編 (2006)。文化人類學辭典。台北市：恩楷。
- 張良維 (2000)。太極導引新身體空間。臺北市：時報文化。
- 黃麒、葉蓉 (1994)。現代芭蕾。臺北市：大呂。
- 楊柏龍、劉玉萍 (2002)。劍術、刀術入門與精進。臺北市：大展。
- 熊衛 (2001)。太極心法。臺北市：聯經。
- 蔣勳 (1990)。藝術概論。臺北市：臺灣東華。
- 潘德榮 (1999)。詮釋學導論。臺北市：五南。
- 歐建平 (1996)。舞蹈美學鑑賞。臺北市：洪葉文化。

論文：

- 李為仁 (2007)。太極導引與臺灣當代舞蹈實踐研究。未出版碩士論文，台北市立體育學院，台北市。
- 徐康倫 (2008)。從心出發走出困境—「我們之間」表演製作之探究。未出版碩士論文，國立臺灣體育大學，台中市。

葛如婷 (2007)。【夢幻風華】表演製作之研析。未出版碩士論文，國立臺灣體育大學，台中市。

文件：

胡民山 (2006)。古典舞的傳承與再生。2006台北民族舞團「樂舞台灣 世紀風華」二十週年特刊 (頁 29-31)。臺北市：台北民族舞團。

梁旭杉 (2004)。關於白沙屯媽祖進香。2004台北民族舞團—香火節目冊 (頁 8)。臺北市：台北民族舞團。

臺灣省立桃園高級中學 (1997)。「人文及社會學科舞蹈研習營」手冊。桃園市，作者。

網站：

人間福報 (無日期)。藝文—後現代舞大師康寧漢 夢中辭世。2010年2月7日，取自人間福報網址：<http://www.merit-times.com.tw/NewsPage.aspx?unid=136933>

文盈藝術舞蹈團 (無日期)。師資名單—閻仲玲。2009年7月2日，取自文盈藝術舞蹈團網址：http://www.wenin-dance.url.tw/about_teacher002.htm

大英百科全書。芭蕾舞。2010年2月7日，取自大英線上繁體中文版網址：<http://www.wikipedia.com/page7.aspx?pl=content&id=006116>

大英百科全書。現代舞。2010年2月7日，取自大英線上繁體中文版網址：<http://www.wikipedia.com/page7.aspx?pl=content&id=050461>

中國大百科全書音樂·舞蹈卷—民間舞蹈。北京：中國大百科全書出版社。2009年7月17日，取自智慧藏百科網網址：<http://www.wordpedia.com/search/Content.asp?ID=70819>

中國大百科全書體育卷—劍（2009）。北京：中國大百科全書出版社。2009年7月18日，取自智慧藏百科網網址：<http://www.wordpedia.com/search/Content.asp?ID=3917>

台北民族舞團（無日期）。舞團介紹。2009年7月7日，取自台北民族舞團網址：<http://www.tdance.org.tw/index.html>

玉玲兒童舞蹈中心（無日期）。現代舞技巧的主要流派。2010年2月7日，取自奇摩部落格網址：<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!KjfvB5yFBRI983uepJnh.Q--/article?mid=35>

如是我聞（2007）。打開一扇窗~五分鐘認識一位舞蹈家。2009年7月7日，取自天空部落格網址：<http://mymedia.yam.com/m/1078725>

梵体劇場（無日期）。藝術總監—吳文翠。2009年7月8日，取自天空部落格網址：<http://blog.yam.com/vanbody/category/1458064>

蔡瑞月（無日期）。談中國舞蹈。2009年7月10日，取自網址：<http://www.dance.org.tw/museum/essay/full-htm/es03.htm>

維基百科編者(2009)。古龍。2009年7月20日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E5%8F%A4%E9%BE%99&oldid=10754671>

維基百科編者(2009)。中國舞蹈。2009年9月29日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E4%B8%AD%E5%9C%8B%E8%88%9E>

維基百科編者(2009)。星座。2009年7月12日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/zh-tw/星座>

維基百科編者(2009)。曇花。2009年7月16日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E6%98%99%E8%8A%B1&oldid=10136411>

維基百科編者(2009)。表演藝術。2009年7月16日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E8%A1%A8%E6%BC%94%E8%89%BA%E6%9C%AF&oldid=10263553>

維基百科編者(2009)。竹。2009年7月17日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E7%AB%B9&oldid=10798652>

維基百科編者(2009)。歲寒三友。2009年7月17日，取自維基百科—自由的百科全書網址：<http://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E5%B2%81%E5%AF%92%E4%B8%89%E5%8F%8B&oldid=8825511>

歐淑珍舞蹈教室（無日期）。歐淑珍老師資歷簡介。2009年7月2日，取自歐淑珍舞蹈教室網址；http://www.o-dance.com/fly_dancer3.htm

Suzan（2008）。懷舊電視機，金佩珊 vs. 中視連續劇。2009年7月16日，取自奇摩部落格網址：<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!.QmXo6KdHBNfnul5JCT9sA--/article?mid=934&prev=596&next=933>

附錄一、

【絕代雙嬌】企劃內容

一、主 旨

1. 展現學生舞蹈專業表演及製作能力。
2. 提升藝術欣賞水準，推廣舞蹈社教功能。
3. 展現本校舞蹈教學成果及特色。
4. 促進國際舞蹈藝術交流。

二、演出目標

此演出為國立臺灣體育大學（臺中）舞蹈碩士班之畢業展演，整場演出呈現有別於大學部的畢業展演以及學校舞團之演出，不同之處在於極力達到「實驗性」、「獨特性」、「專業化」之演出目標：「實驗性」指的是編舞者依據演出場地之特性與舞者身體能力互相搭配而嘗試出不同於以往的編舞型態；「獨特性」意指每首舞碼之編舞者皆邀請自國內創作手法新穎並受肯定之年輕編舞家以及有豐富教學、編舞經驗之中生代編舞家，基於編舞者充分掌握表演者身體能力而編創出獨一無二之舞作；「專業化」意指整場演出之幕後團隊和參與演出之舞者皆選自研究所和大學部的精英，藉由各自在舞蹈學、術上之專才共同發揮，以求專業化的表現。為努力達到「實驗性」、「獨特性」、「專業化」之演出目標，整個製作將以最嚴謹的態度，呈現一場至真、至善、至美的精緻視覺饗宴。

三、發展策略

為提供中臺灣及對舞蹈有興趣的學生在大學畢業後有繼續深造的機會，國立臺灣體育大學自 2004 年起奉准成立了體育舞蹈碩士班，延攬了國內外舞蹈學、術表現優異之菁英進入本校就讀，並聘請國內外學有專精及留學美、歐之博、碩士教師給予學生更專業的指導，共同創造個人藝術生命的巔峰。學校舞團每年皆舉辦國內外巡演，為這批熱愛舞蹈的優秀舞者提供展演自我及拓展國際視野之平台，因此，本著資源共享的感念，期望本系所培養出的人才能結合中臺灣在地的文化資源，共同為臺灣之藝術發展與提昇全民文化素養盡一分心力。

四、組織方式

由國立臺灣體育大學體育舞蹈學系碩士班研究生進行行政製作及節目排練並邀請國內知名編舞家進行節目編排。

五、演出時間／地點

演出時間：98 年 4 月 29 日（週三）7：30PM

演出地點：國立臺灣交響樂團中興堂

六、售票方式／票價

售票方式：兩廳院售票系統

票價：300 元、200 元

七、舞序

- | | | |
|------------|--------|----|
| 1. < 漣漪 > | 編舞：胡民山 | 老師 |
| 2. < 雙子座 > | 編舞：黃建彪 | 老師 |
| 3. < 黑河 > | 編舞：潘莉君 | 老師 |

～ 中場休息十五分鐘～

- | | | |
|-------------|--------|--|
| 4. < 獨白 > | 編舞：黃楓華 | |
| 5. < D > | 編舞：簡華蓀 | |
| 6. < 絕代雙嬌 > | 編舞：陳韋勝 | |

八、演出執掌表

1. 校長：蘇文仁
2. 舞蹈系所主任：王玉英
3. 指導教授 / 藝術總監：蔡麗華、潘莉君
4. 演出人：黃楓華、簡如君
5. 執行製作：孫玉軒

- (1) 協調各演出場地、安排場次
- (2) 召開籌備會議、協調各工作人員
- (3) 演出節目策劃、職掌分工、工作進度協調
- (4) 演出場地行文及演出前聯繫
- (5) 統整各組資訊
- (6) 掌握各組工作進度概況

6. 舞台監督：黃馥君

- (1) 演出當天劇場相關事務之掌控執行
- (2) 催場、演出人員活動及時間控制
- (3) 演出當天安排演出人員走位及彩排

(4) 順排、彩排時間安排及執行

7. 演出組：簡如君

(1) 協調舞者，排練時間表訂定公告

(2) 演出節目舞序安排

(3) 劇照拍攝及聯繫

(4) 舞者訓練及演出管理

8. 票務組：黃楓華、壽于禎

(1) 各項票券分配及規劃

(2) 票務、稅務之劃分

(3) 票務統整

9. 總務組：黃楓華

(1) 經費預算編列

(2) 各項支出控制與支付

10. 文宣公關組：簡如君、黃楓華、楊文齡

(1) 文宣品、新聞稿文案撰寫

(2) 海報、節目冊、請柬、入場券初稿製作、寄發

(3) 貴賓名單擬定

(4) 請柬、謝函、邀請卡製作

(5) 請柬、謝函、邀請卡發送

(6) 校內外貴賓名單管理邀請

11. 前台組：葛如婷、徐康倫

- (1) 前台佈置
- (2) 貴賓及校友接待
- (3) 貴賓席位置席次安排掌控
- (4) 花籃收受登錄、獻花秩序維持

12. 場務組：黃啟川

- (1) 舞台燈光技術人員聯繫
- (2) 演出後整理道具點收裝箱
- (3) 道具設計圖初稿及數量清單擬定，並於製作期間內負品管監督之責
- (4) 後台場地使用分配、服裝道具定位
- (5) 演出後場地整理
- (6) 演出場地接洽錄影許可及錄影工作接待協調
- (7) 協助場地租借事宜
- (8) 協助搭台拆台技術事宜

13. 攝錄影組：趙樹人

- (1) 攝、錄影人員聯繫安排
- (2) 演出錄影資料拷貝建檔
- (3) 演出過程錄影整理

14. 音樂控制：丁瑀

- (1) 節目音樂剪輯錄音
- (2) 配合演出流程掌控音樂播放

15. 服裝組：曾珮瑜

(1) 服裝道具清洗、歸位

(2) 演出後整理服裝點收裝箱

(3) 舞蹈服裝、道具設計圖初稿及數量清單擬定，並於製作期間內負品管監督之責

16. 美術設計：吳雅珍

17. 燈光設計：林立群

18. 服裝設計：鍾豆豆、簡華蓀、程彥菱、全國服裝公司

九、指導教授簡介

蔡麗華

學歷：美國基督大學表演藝術碩士

現任：現任台北市立體育學院舞蹈系所教授

- 2007 赴香港新亞研究所博士班進修
- 2004 任台北體院舞蹈學系主任、研究所所長
- 2002 任台北體院舞蹈學系主任
- 2001 榮獲第九屆中華文化藝術—民族舞蹈薪傳獎；
任台北體院舞蹈學系專任教授
- 1999 創設台灣樂舞文教基金會
- 1998 創辦『台北民族舞團』；
創刊『舞蹈教育』
- 1997—1999 赴美進修獲美國基督大學表演藝術碩士
Texas Christian University (MFA)
- 1994—2001 任國立臺灣體育學院體育舞蹈科系創科、創係
主任、教授
- 1993 台灣體院專任教授；創辦『台灣舞蹈雜誌』
- 1980—1994 台南家專舞蹈科專任教授
- 1968—1987 任實踐家專專任教授

潘 莉 君

學歷：國立臺北藝術大學舞蹈研究所碩士

現任：國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈學系副教授

1997年進入臺灣體院服務，開啟個人創作的生命歷程，無論是地域性、歷史性的題材，創作作品總是在空間的橫軸與時間的縱軸穿梭、漫遊，細膩委婉的創作風格盡現舞作中。重要作品包括：〈春漫拉薩〉、〈彝家歡歌〉、〈盤鼓〉、〈花雕〉、〈管芒花〉、〈院的愛 擱叨位〉、〈舞躍台灣情〉、〈花嫁〉、〈雪映 殘紅〉、〈亂花 旋〉、〈牽手的溫度〉、〈當你經過我身邊〉、〈花沁〉、〈黑河〉。

十、編舞家介紹

胡 民 山

中國文化大學舞蹈系、國立藝術學院（今北藝大）舞蹈研

究所第一屆創作組碩士畢業，曾任陸軍總部陸光藝術工作隊舞蹈編導、現任國立臺灣體育大學舞蹈系教師。

早年經由軍中藝工隊接受國民黨政府政策性的愛國政治歌舞及民族舞蹈的學習，再進入學院式的修習與出國遊學。多年來也採集於台灣的民間藝陣及少數民族歌舞，並以融合現代藝術於民族美學的概念應用於教學及創作。

三十多年的編創工作從未間斷，近年來致力於身體與動作的探秘及心體的潛修，是經驗豐富具實力及誠心的舞道修行者。於2008年的體悟，「定」、「慧」為元素，以「菩提加持」的創作，感念及祝福所有！

黃 建 彪

荷蘭柏蘭巴斯音樂及舞蹈學院 (Brabants Conservatory Dance Academy) 畢業

國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈系專任助理教授

1994－2002 國立臺灣體育學院體育舞蹈學系芭蕾舞專任外籍
教練

2002 擔任 < Dream Body > 之主要舞者獲文建會【舞躍大地】舞創比賽之金牌獎

1995－1997 台北芭雷舞團藝術指導及排練指導

1995 為第一位獲邀擔任香港芭蕾舞團編舞之舞者，編作
Happenings (如意)

1993 獲香港最佳藝術年獎

1992 盧森堡國際芭蕾舞大賽銅獎

1991 香港芭蕾舞團首席舞者，編作 < 聲之舞 > 榮獲香港芭
蕾大賽冠軍

1990－1994 擔任法國 Nice 芭蕾舞團首席舞者

1990 榮獲紐約國際芭蕾舞大賽銅牌獎

1987 日本國際芭蕾舞大賽第三名

1986－1992 香港芭蕾舞團首席舞者

潘 莉 君

國立台北藝術大學舞蹈研究所畢業

國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈系副教授

曾任台北民族舞團首席舞者暨排練指導

1997年進入臺灣體院服務，開啟個人創作的生命歷程，無論是地域性、歷史性的題材，創作作品總是在空間的橫軸與時間的縱軸穿梭、漫遊，細膩委婉的創作風格盡現舞作中。重要作品包括：〈春漫拉薩〉、〈彝家歡歌〉、〈盤鼓〉、〈花雕〉、〈管芒花〉、〈院的愛 擱叨位〉、〈舞躍台灣情〉、〈花嫁〉、〈雪映 殘紅〉、〈亂花 旋〉、〈牽手的溫度〉、〈當你經過我身邊〉、〈花沁〉、〈黑河〉。

黃 楓 華

2008 擔任『2008 飛舞獎』班級舞蹈創作比賽評審

2007 編排「騰袖輕履盤鼓賦」由莊敬國小演出，獲全國舞蹈比賽古典舞『第一名優等』

2006 榮獲 2006 全國創意舞大賽第三名；

美國奧克拉荷馬大學舞蹈系來台學術交流，教導美國學生「中國民間舞」

2004 榮獲國立臺灣體育學院應屆畢業生『特殊貢獻獎』

2003 榮獲國家體委會選派代表赴美參加第十九屆華人運動會開幕典禮舞蹈演出；

協助編排大專運動會大會舞演出

簡 華 葆

國立臺灣體育學院舞蹈系第四屆校友

國立台北藝術大學舞蹈表演研究所 研究生

Bao Dance ARTS 葆舞藝術召集人

2009年獲選文建會巴黎國際藝術村駐村計畫，將於八月一日起進駐巴黎Cité Internationale des Arts，為期半年。

表演藝術、服裝設計、model、新舞臺的9604。葆什麼都做，什麼都想做，也什麼都能做。反叛個性強烈，林懷民老師認為葆既難搞又棘手。在姚淑芬眼裡葆則過度的浪漫。在鄭宗龍的作品裡，葆的身體質地最怪異、最獨特、也最難被複製。而葆在詹佳惠手下是天賦聰穎且認真。但葆其實沒在管這些，只是照著自己的喜好，經營自己的生活。

陳 韋 勝

國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈學系肄業

參加Lafa·舞團「37ARTS」演出暨紀錄片演出

參加台灣舞蹈回顧篇演出

參加2004~2008年國立臺灣體育大學舞團巡迴演出

參加2008舞躍大地舞蹈創作比賽，獲年度大獎兩首〈伶拂袖
唯鼓動〉、〈宅男〉

參加兩廳院【舞蹈煉金篇】演出

十一、演出人簡介

簡如君

學歷：

現就讀國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈研究所

國立臺灣體育學院體育舞蹈學系第四屆畢業

省立桃園高中舞蹈班畢業

板橋縣立江翠國中舞蹈班畢業

- 2008 參加國立臺灣體育大學(臺中)舞團系展〈沁〉演出；
參加台北民族舞團 2008 年度展〈台灣·瘋〉演出；
參加 2008 美國國際舞蹈節巡迴演出
- 2007 參加國立臺灣體育學院舞團系展〈圓〉演出；
參加台北民族舞團 2007 年度展〈百年好合〉演出；
參加台北民族舞團二十週年慶〈樂舞台灣 世紀風華〉演出；
擔任國立臺灣體育學院體育舞蹈碩士班〈夢幻風華〉之舞台監督；
擔任「2007 年飛舞獎」班級舞蹈創作比賽之評審
- 2006 參加國立臺灣體育學院舞團巡演〈輪〉演出；
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系所表演／創作組研究生；
參加台北民族舞團 2006 年度展〈拈花〉演出；
隨台北民族舞團赴中南美洲巡迴演出；
隨台北民族舞團至韓國演出；

- 2005 參加台北民族舞團 2005 年度展〈牡丹紅〉演出並擔任執行製作一職；
隨台北民族舞團至日本參加〈杜之賑〉演出
- 2004 台北民族舞團 2004 年度展〈香火〉演出並擔任執行製作一職；
隨台北民族舞團至美國巡迴演出
- 2003 隨台北民族舞團至美國巡迴演出；
參加台北民族舞團 2003 年度展〈華漫〉演出；
加入台北民族舞團；
參加國立台灣體育學院舞蹈學系第四屆〈突破〉畢業巡迴演出；
獲選參加國立台灣體育學院〈ACDF 全美舞蹈節〉訪美演出

黃 楓 華

學歷：

現就讀國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈研究所

國立臺灣體育學院體育舞蹈系第五屆畢業

台北體育學院特殊教育舞蹈資優教育學程

國立臺灣體育學院體育舞蹈科第四屆畢業

- 2008 參加國立臺灣體育大學(臺中)舞團公演「沁」；
國立臺灣體育大學(臺中)舞蹈推廣專案助理；
國立臺灣體育大學(臺中)體育舞蹈學系 表演/創作組
研究生；
擔任『2008 飛舞獎』班級舞蹈創作比賽評審；
赴美國加州參加 2008 美國國際舞蹈節巡迴演出；
擔任國立臺灣體育大學(臺中)舞蹈創意大賽競賽組副
組長
- 2007 編排「騰袖輕履盤鼓賦」由莊敬國小演出，獲全國舞
蹈比賽古典舞『第一名優等』『最佳編舞獎』；
參加 Dance Tour In USA 台灣體院舞團美國巡迴公演；
參加國立臺灣體育學院舞團公演「圓」
赴美國大學巡迴公演及堪薩斯州際舞蹈節演出；
特殊教育舞蹈資優教育學程；
擔任國立臺灣體育學院舞蹈系碩士班「夢幻風華」舞
者
- 2006 擔任舞蹈教育趨勢國際學術研討會工作人員；
榮獲 2006 全國創意飆舞大賽第三名；
大學畢業典禮獲頒「特殊貢獻獎」；

多次協助台灣體院大學入學術科考試並擔任動作示範員；

美國奧克拉荷馬大學舞蹈系來台學術交流，教導美國學生「中國民間舞」；

擔任『2006國際學術研討會』會議紀錄組組長

2004-2006 擔任申請入學及獨立中國舞示範

2004 榮獲國立臺灣體育學院應屆畢業生『特殊貢獻獎』

2003 榮獲國家體委會選派代表赴美參加第十九屆華人運動會開幕典禮舞蹈演出；

協助編排大專運動會大會舞演出

十二、舞者

楊文齡	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所二年級
壽于禎	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所二年級
黃瑋婷	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所一年級
曾珮瑜	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所一年級
鄭毓馨	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所一年級
陳欣瑜	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所
鄭琨永	國立臺灣體育大學體育舞蹈研究所
陳韋翰	國立臺灣體育大學體育舞蹈學系三年級
孔慶樺	國立臺灣體育大學體育舞蹈學系二年級

附錄二、

【絕代雙嬌】相關劇照

前台佈置



攝影：廖志綺



攝影：張經岳

演出前祭台



攝影：宋佩怡

團結力量大



攝影：張經岳

演出前暖身



攝影：張經岳



攝影：宋佩怡

< 漣漪 > 劇照 / 編舞：胡民山老師



98.3.30 口試於體操館 / 攝影：張經岳



98.3.30 口試於體操館 / 攝影：張經岳

< 漣漪 > 劇照 / 編舞：胡民山老師



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：宋佩怡



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：黃仁男

< 雙子座 > 劇照 / 編舞：黃建彪老師



98.3.30 口試於體操館 / 攝影：陳韋勝



98.3.30 口試於體操館 / 攝影：張經岳

< 雙子座 > 劇照 / 編舞：黃建彪老師



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：張經岳



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：張經岳

< D > 劇照 / 編舞：簡華蓀



98.3.30 口試於體操館 / 攝影：張經岳



98.3.30 口試於體操館 / 攝影：張經岳

< D > 劇照 / 編舞：簡華蓀



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：趙樹人



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：宋佩怡

<絕代雙嬌>劇照/編舞：陳韋勝



98.3.30 口試於體操館/攝影：張經岳



98.3.30 口試於體操館/攝影：張經岳

<絕代雙嬌> 劇照 / 編舞：陳韋勝



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：趙樹人



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：趙樹人

謝幕劇照



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：趙樹人



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：趙樹人

所有舞者



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：張經岳

女舞者（右至左）：曾珮瑜、壽于禎、黃瑋婷、楊文齡、陳欣瑜、鄭毓馨

男舞者（右至左）：陳韋翰、鄭琨永、孔慶樺



98.4.29 中興堂演出 / 攝影：張經岳

演出結束於後台



攝影：趙樹人

師長(右至左)：潘莉君、蔡麗華、王玉英、詹佳惠、胡民山、蕭君玲、吳雅珍

雙嬌合影



攝影：宋佩怡

附錄三、

【絕代雙嬌】文宣檔案

1. 海報、DM



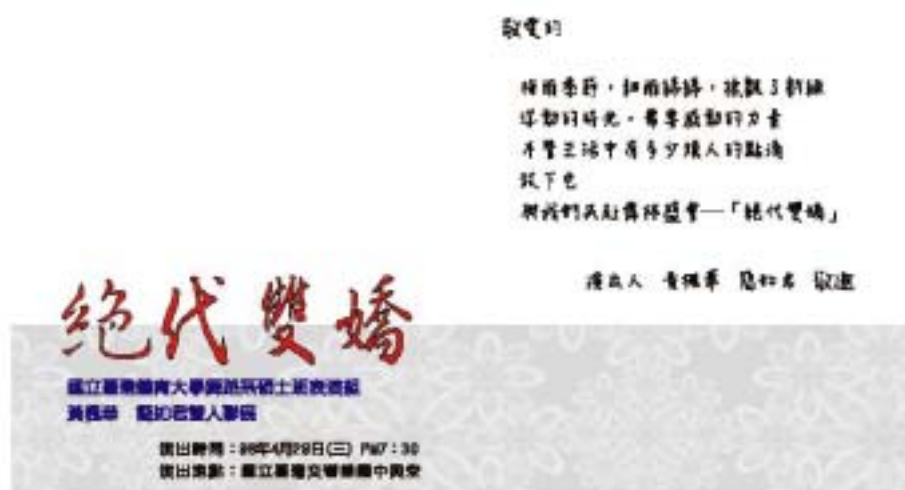
設計者：吳雅珍

2. 邀請卡

封面：



內頁：



設計者：吳雅珍

3. 謝卡：

封面：

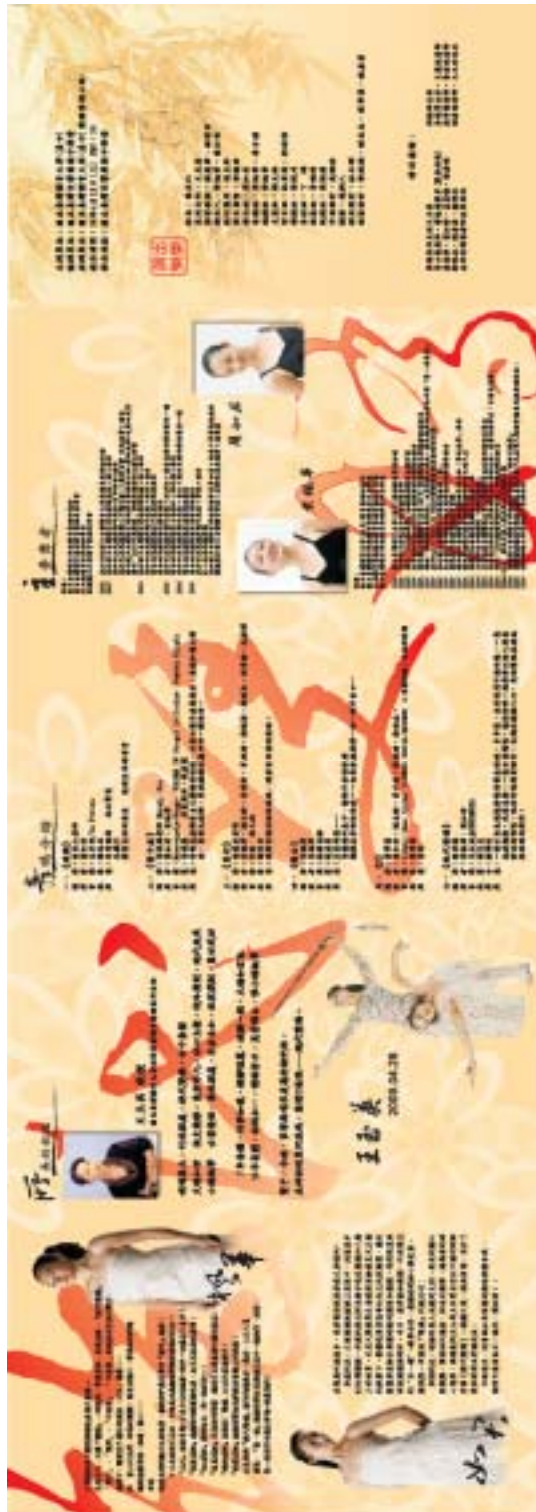


內頁：



設計者：吳雅珍

反面：



設計者：吳雅珍