

國立臺灣體育運動大學
National Taiwan University of Physical
Education and Sport
體育舞蹈學系碩士班碩士學位論文

【纏樂菩提】表演製作研究與舞作分析
A STUDY ON DANCE GRADUATE
CONCERT “BODHI TANGLED WITH
MUSIC”



研究生：黃瑋婷 撰

指導教授：潘莉君 副教授

中華民國 102 年 2 月

國立臺灣體育運動大學體育舞蹈學系碩士班

碩士學位論文審定書

研究生：黃瑋婷

論文題目：【纏樂菩提】表演製作研究與舞作分析

業經本委員會評審認可，合於碩士水準。

論文考試委員會委員：

學位考試委員會

召集人 王愷生

論文口試委員 潘荊君 (代)

指導教授 潘荊君

研究所所長 潘荊君

中華民國 102 年 1 月 31 日

國家圖書館 博碩士論文電子檔案上網授權書

本授權書所授權之論文為授權人在國立臺灣體育運動大學 體育舞蹈學系 研究所

101 學年度第 1 學期取得 博士 碩士 學位之論文。

論文名稱：【纏樂菩提】表演製作研究與舞作分析

指導教授：潘莉君

茲同意將授權人擁有著作權之上列論文全文電子檔(含摘要)，非專屬、無償授權國家圖書館，不限地域、時間與次數，以微縮、光碟或其他各種數位化方式將上列論文重製，並得將數位化之上列論文及論文電子檔以上載網路方式，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

授權選項：

立即開放

暫不開放 (開放日期為_____年_____月_____日，最長不得逾五年)

授權人：葉靖婷 (親自簽名) 民國：102 年 / 1 月 31 日

保存期限：永久保存

QP-J02-06-02-03-10

國立臺灣體育運動大學博碩士論文電子檔案授權書

本授權書所授權之論文為授權人在國立臺灣體育運動大學 體育舞蹈學系 研究所

101 學年度第 1 學期取得 博士 碩士 學位之論文。

論文名稱：【纏樂菩提】表演製作研究與舞作分析

指導教授：潘莉君

茲同意將授權人擁有著作權之上列論文全文電子檔(含摘要) 非專屬性、無償授權本人畢業學校圖書館及登載於其所建置之資料庫內，並得從事下列行為：

- 一、提供讀者不限地域、時間及次數之免費線上檢索、閱覽、下載或列印，並得將資料庫重製成微縮、光碟或其他數位化載體以及其他學術機構之資料庫交換。
- 二、提供付費之線上全文下載及列印，並得將該資料庫重製成光碟或其他數位化載體販售發行，或交由非學術組織出版，惟線上收費及販售所得應視為專款作為執行單位營運及系統維持之用。

全文電子檔使用權限授權（請勾選下列一項授權選項）：

- 校內外完全公開(建議)
- 校內立即公開，校外一年後公開
- 校內立即公開，校外五年後公開
- 校內外均一年後公開
- 自定開放時間：校內_____年、校外_____年後公開(最長不得逾五年)

立授權書人對上述授權之著作擁有著作權，尚未專屬授權予其他法人或自然人。本件授權不影響著作人對原著作之著作權及衍生著作權，並得為其他之專屬授權。

立授權書人保證授權使用之作品及相關資料，並無侵害他人智慧財產權、隱私權之情事，如有侵害他人權益及觸犯法律之情事發生，立授權書人願自行負責一切法律責任。

被授權人：國立臺灣體育運動大學

地址：台中市北區雙十路一段十六號

電話：(04)22213108

授權人：黃詩吟 (親自簽名) 民國：102年 / 7月 / 1日

保存期限：永久保存

QP-J02-06-02-02-10

論文名稱：【纏樂菩提】表演製作研究與舞作分析

院校所組別：國立臺灣體育運動大學體育舞蹈碩士班表演創作組

總頁數：112 頁

畢業時間及提要別：一〇一學年度第一學期碩士論文提要

研究生：黃瑋婷

指導教授：潘莉君 副教授

中文摘要

【纏樂菩提】是筆者－黃瑋婷個人碩士畢業舞展，於 2011 年 5 月 11 日假臺中市興堂演出。主要是以舞蹈肢體語言傳達女性內涵做為出發點，藉由不同領域藝術家以及創作風格迥異的編舞家共同合作，並與本校年輕舞者共同演出，企圖從中國舞以及現代舞跨領域的刺激與碰撞中，激發交疊的文化意涵與身體符號，讓中國舞專業訓練背景的筆者，展現不同的身體樣貌，用心、用愛、用生命記憶一場穿越傳統與現代的身、心、靈、樂的對話。本文撰寫將從製作、排練到演出的過程中，忠實紀錄筆者個人參與之實務經驗，以及對演出之反思與體悟，並透過「個別敘事研究」相關的補充與印證，忠實的將筆者製作【纏樂菩提】之想法與個人的表演詮釋方法做一完整之紀錄與分享。

本文共分七章，第一章緒論—包括研究動機、目的與方法；第二章花園中的舞蹈精靈—陳述筆者舞蹈蛻變的過程；第三章到第六章分別探討《雙身菩提》、《媽》、《伶拂袖 唯鼓動》、《纏樂》四齣舞作之創作意涵，以及筆者在身體、情緒、表演等方面的掌握與詮釋方法；第七章結語—回顧畢業製作

的心路歷程與蛻變，歷經【纏樂菩提】「身」、「心」的洗禮，
筆者將邁向另一段身體與心靈交織的表演旅程。

關鍵字：表演製作、白紵舞、中國舞

Huang, Wei-Ting (2013) A Study on Dance Graduate Concert “Bodhi Tangled with Music”. Unpublished Master Thesis, National Taiwan University of Physical Education and Sport. Chair of the committee: Pro. Pan, Li- Chun

Abstract

“Bodhi Tangled with Music”, Huang, Wei-Ting’s dance graduate concert of master degree, is performed at Chung Hsing Hall in Taichung on May 11st 2011. Based on the dance vocabularies that express the intrinsic nature of female body, this graduate concert invites and cooperates with young dancers from our department, several choreographers who expert in various creative styles, and artists from different fields. Employing both Chinese dance and modern dance movements that create blending cultural and bodily symbols, this performance encourages the major dancer as well as the author, who came from possessing professional Chinese dancing background, to involve into the conversations among body, mind, soul, and music. Documenting the whole process of dance production, rehearsals, and formal performance, this research is intended to apply “individual narrative” as research method and records the author’s personal practical experiences, self-reflections on the past performance, and the author’s thoughts and interpretations on this dance production.

This research includes seven chapters as following. Chapter one, “Introduction,” states the background, motivation, purpose, and method of the research. Chapter two, “Dancing Fairy in the Garden,” describes the author’s transforming process of dancing. Chapter three to chapter six respectively analyze the meanings of four creative works, “Double-figured Bodhi”, “Captivating”, “Arousing with a Flick of One's Sleeve” ,“Tangled around Music”, and discuss the author’s master and interpretations of body, emotion, and performance. Chapter seven, “Conclusion” tracks the process of producing graduate concert. After experiences the rinsing of body and mind in “Bodhi Tangled with Music,” the author hopes to step forward to another performing stage involving with both body and mind.

Key Words: Performance Production, Baizhu Dancing, Chinese Dance

謝誌

國立臺灣體育運動大學體育舞蹈碩士班畢業製作—【纏樂菩提】可以順利、圓滿、成功，要感謝背後辛苦付出的師長們、舞者們、協助演出的工作人員、學弟妹以及大力支持我的父母及參與這場演出的你（妳）們。在過程中大家的鼓勵與加油打氣是給我前進的動力，黃瑋婷的個人畢業製作因為有你們而不孤單。

感謝王玉英教授一直給予我很大的鼓勵與支持，默默的關心並提供很多的建言，當我向您提出口試委員的邀約時，即便您身體欠安但您總說：「瑋婷的事一定說好！」，言語間在透露出您對瑋婷的疼惜，演出前更是如往常一般的給予我鼓勵，這聲加油對我深具意義，特為重要，您對我的付出，我始終充滿著感恩，心中一直抱持著滿滿的感謝，謝謝您。

感謝辛苦的指導教授潘莉君主任，從我進到體院來您對我是疼愛有加，在舞蹈上對我的用心、在生活上對我的關心，身為舞蹈系系主任的您，為了這場演出您總是不辭辛勞的陪伴我、叮嚀我，讓我因為有您而不害怕。

感謝黃建彪老師，首次接觸您的舞作時，我就愛上了您的舞蹈風格，是一種上癮的感覺，您就如同我的半個指導教授般，對我的付出不單是一首舞碼《纏樂》而是【纏樂菩提】的演出，謝謝您；感謝謝杰樺學長，臺北、臺中兩地奔波為我排練，你的舞作是我新的嘗試，排練過程總是挫折，謝謝你不厭其煩的與我討論及思考問題所在，謝謝你。

感謝系上的師長們，一直默默的關心我與陪伴，在畢製過程中時見你們的身影出現，彩排及口試的陪伴與不經意的加油打氣，直到演出的大力支持，一切都讓我心中充滿溫暖，謝謝你們。

感謝製作群，在行政的落實執行、票務的友情相挺、文宣的全力配合，皆讓我在行政事務上無後顧之憂的放心交付給你們；舞臺前後的工作人員不計辛苦規劃一切事務，全力付出，讓我在舞臺上能夠安心、專心表演；感謝舞者們更是付出課餘時間以及假期參與彩排、排練，與我相伴共同努力，我們之間不因為只是學姐學妹（弟）的關係，而是我們之間的情及對舞蹈的愛，讓我們能在這場演出相伴相惜相挺，謝謝你們。

感謝我的家人，讓我能專心的跳舞，做我自己喜歡的事，在舞蹈上給予我很多的支持，不會給我太大的壓力，始終默默的關心與包容，這份信任與支持，讓我能盡心盡力為這場演出做最大的努力；感謝支持【纏樂菩提】的你（妳）們，因為有你（妳）們的支持與掌聲，讓這場演出更為完整。

瑋婷一路上有大家的支持與協助，始終抱持著滿滿的感激與感謝，謝謝全心全意為我付出的你（妳）們，謝謝用愛與關心給我力量的你（妳）們，這些全都是讓我更努力的動力，滿滿的話語道不盡我無限感謝，謝謝你（妳）們。

瑋婷 謹致

目錄

中文摘要	i
英文摘要	iii
謝誌	iv
目錄	vi
圖目錄	viii
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 研究方法	2
第四節 名詞釋義	5
第二章 花園中的舞蹈精靈	7
第一節 舞蹈，是我的人生	7
第二節 我的舞臺我的態度	7
第三節 舞蹈風格轉折點	8
第三章 人神交會的《雙身菩提》	14
第一節 雙身隨想	15
第二節 雙身眾像	16
第三節 觀想菩提	23
第四節 雙身顯影	25
第五節 小結	33
第四章 《媽》—現代女性堅韌與柔美性格	34
第一節 創作理念	35
第二節 剛柔並存的身體意像	36
第三節 舞作詮釋與挑戰	41
第四節 小結	43

第五章 靜如畫 動似水《伶拂袖 唯鼓動》	44
第一節 創作理念	45
第二節 水袖技法與韻味的掌握	46
第三節 絕地逢生的創作過程	53
第四節 小結	56
第六章 「禪」樂淨世「纏」綿悱惻的《纏樂》	57
第一節 創作背景	58
第二節 創作意念與構思	59
第三節 肢體展現動亂時的心情寫照	62
第四節 小結	66
第七章 結論	68
參考文獻	71
附錄	75
附錄一、訪談紀錄	75
附錄二、【纏樂菩提】企畫內容	78
附錄三、演出舞碼劇照	96
一、《雙身菩提》	96
二、《媽》	97
三、《伶拂袖 唯鼓動》	98
四、《纏樂》	99
附錄四、演出文宣品	100
一、海報	100
二、節目冊	101
三、DM	107
四、邀請卡	108
五、謝卡	110
六、信封	112

圖目錄

圖 2-3-1 《Forbidden Love》	9
圖 2-3-2 《蛇郎君》	10
圖 3-1 《雙身菩提》	14
圖 3-1-1 喜金剛雙身像	15
圖 3-2-1 勝樂金剛雙身像	20
圖 3-2-2 時輪金剛雙身像	20
圖 3-2-3 密集金剛雙身像	22
圖 3-2-4 大威德金剛雙身像	22
圖 3-4-1 《雙身菩提》	27
圖 3-4-2 《雙身菩提》	27
圖 3-4-3 《雙身菩提》	29
圖 3-4-4 《雙身菩提》	29
圖 3-4-5 《雙身菩提》	32
圖 3-4-6 空行母像	32
圖 4-1 《媽》	34
圖 4-2-1 《媽》	37
圖 4-2-2 《媽》	37
圖 4-2-3 《媽》	39
圖 5-1 《伶拂袖 唯鼓動》	44
圖 5-2-1 抖袖	49
圖 5-2-2 出袖	50
圖 5-2-3 收袖	50
圖 5-2-4 推袖	51
圖 5-2-5 揚袖	52

圖 5-2-6 繞袖	53
圖 6-1 《纏樂》	57
圖 6-3-1 《纏樂》	62
圖 6-3-2 《纏樂》	63
圖 6-3-3 《纏樂》	64
圖 6-4-1 《纏樂》	67
圖 1 《雙身菩提》演出劇照	96
圖 2 《雙身菩提》演出劇照	96
圖 3 《媽》演出劇照	97
圖 4 《媽》演出劇照	97
圖 5 《伶拂袖 唯鼓動》演出劇照	98
圖 6 《伶拂袖 唯鼓動》演出劇照	98
圖 7 《纏樂》演出劇照	99
圖 8 《纏樂》演出劇照	99

第一章 緒論

【纏樂菩提】是筆者個人完成國立臺灣體育運動大學體育舞蹈碩士班「表演創作碩士學位」的畢業考試，也是總結個人 25 年舞蹈歷程的個人舞展，經過長時間的籌劃、編排、練習以及師長們耐心的指導，才能順利的將筆者一生所學的舞蹈技巧完整表現出來。有別於一般碩士學位以學術論文研究及撰寫的方式進行畢業資格審定，「表演創作碩士學位」畢業考試則是透過個人的演出製作與表演的呈現，作為研究成果的評量，故本文撰寫將忠於筆者個人之經驗及對演出之反思與體悟為主，並透過相關研究方法的補充與映證，忠實的將筆者製作【纏樂菩提】之想法與個人的表演詮釋方法做一完整之紀錄與分享。

第一節 研究動機

在舞蹈學習過程中，深知從小紮實地打好舞蹈基礎是非常重要的，所以一路以來筆者秉持虛心接受師長的教導，磨練並且充實自己的實力，一直到大學、研究所接受舞蹈專業訓練，再藉由多年舞團演出的磨練與對表演的種種體會，造就今天的自己。大學主修的中國舞是筆者的最愛，但在參與其他舞作編排或表演時，筆者亦勇於嘗試以不同的肢體語彙表現，期能提升個人之表演性，成為風格獨特的職業舞者。成為一位成熟且風格獨具的職業舞者，一直是筆者追求的目標。從小，經歷每次的舞蹈演出後，總有一股油然而生的成就感，享受燈光聚集在身上的感覺，沉浸於觀眾給予的掌聲，

這些都令筆者深深迷戀，就是為了這份成就與迷戀，【纏樂菩提】獨舞展就此產生。

第二節 研究目的

籌備此次畢業個展，主要目的是將筆者多年累積的舞蹈經驗完美地在舞臺上呈現。為此，筆者力邀眾多知名優秀的編舞家、舞蹈家，計有王玉英教授、潘莉君副教授、黃建彪副教授、謝杰樺老師等，為此次舞展編創新作。藉由不同領域藝術家以及創作風格迥異的編舞家共同合作，並與本校年輕舞者共同演出，企圖從中國舞以及現代舞跨領域的刺激與碰撞中，激發交疊的文化意涵與身體符號，讓中國舞專業訓練背景的筆者，展現不同的身體樣貌，用心、用愛、用生命記憶一場穿越傳統與現代的身、心、靈、樂的對話。

第三節 研究方法

本論文研究方法以「個別敘事研究」為主軸，並透過資料蒐集、分析、排練日誌、訪談紀錄、影像檢討與分析以及相關製作與檢討會議等方式，以筆者個人的經驗與感受為出發點，將製作、排練過程以及個人表演詮釋方法忠實且完整的記錄。以下為筆者依個別敘事研究的五大特質探究【纏樂菩提】之演出內容，並分析說明如下：

一、人們喜歡說故事

【纏樂菩提】有四首舞碼，每首舞碼背後都有它的故事

及想要表達的意念，藉由肢體情感舞動故事，在排練的過程，筆者會利用影片紀錄排練時的成果，再透過影像分析來矯正問題，也會寫排練日誌來記錄舞碼的編創意念與排練過程，最後才能完美呈現出故事的整體性。

二、具有時間性和情節性

【纏樂菩提】的四首舞作皆有時間性及情節性：《雙身菩提》創作內容主要以佛教復興時期十世紀至清代藏滿交流十九世紀間，出現之無上瑜珈部五尊金剛雙身像之形象與意涵為題材。取其象徵著慈悲方便（男尊）和般若智慧（女尊）結合做為創作意涵，穿越時空進入人神交會的心靈之旅，並進入雙身「動中藏靜，靜似澎湃」的「出神入化」之境。

《媽》所表達的時間性穿越古今，主要是探討傳統與現代女性的思維差異，表現傳統女性身心的自我解放。嘗試由第三者客觀的角度去觀看女性自然散發出來的溫柔底蘊，表現女性欲掙脫現實生活束縛的勇敢與無懼，以及積極樂觀面對生命的堅毅態度，具體呈現出女性與生俱來之堅韌與柔軟的志節。

《伶拂袖 唯鼓動》的創作動機來自於以後唐時代為歷史背景拍攝的電影「十面埋伏」，劇中一位盲女藝人以水袖翩翩起舞，姿態柔美，並以敏銳的聽力，準確的運用手中的水袖擊打鼓面，讓舞蹈與音樂交織的畫面，深深撼動筆者，靈感因此浮現且在腦中烙印。故以流行於漢末曹魏時期的「白紵舞」之舞蹈風格與意涵作為創作主題，企圖表達中國古代女藝人技藝兼俱，剛柔並濟的纖纖美感。

《纏樂》是描述民國三十四年國民政府從日本手中接收臺灣後，戒嚴時期人心瀰漫著一股衝突、不安、恐懼與不滿的心情寫照。藉舞作表達出女性面對現實中支離破碎的恐懼與失去親人的痛，也因次更加珍惜當下所擁有的一切。

三、人類行為的指引

【纏樂菩提】的四首舞碼皆以「人性」角度為出發點，不論是《雙身菩提》點醒世間眾人的「心念流轉」；《媽》追求的女性自主觀點；《伶拂袖 唯鼓動》裡呈現「幻眾人之目」的古典女性溫婉典雅的美感；《纏樂》動盪不安的社會局勢中，百姓祈求平和與心靈慰藉的內心情感曲折等，皆以表現人類萬物之情感為主，並企圖從藝術表現中尋求行為的指引。

四、重視情節脈絡性

在【纏樂菩提】的四首舞碼中，皆以詩意、抽象的創作意念，並運用不同風格的肢體特質與技巧，以及結構清晰、脈絡分明的情節梳理，真實且深刻的刻劃出不同的人生故事。

五、注重關聯性

【纏樂菩提】主要闡述人世間錯綜纏繞的複雜情感，希冀以「菩提」之心，點醒「凡是所見，皆為虛妄」，「心念流轉，普渡眾生」。為此，筆者將此次製作視為個人舞蹈歷程與人生歷練的修為，中國舞身段及身法特質為基礎，並輔以現代舞及芭蕾的肢體特質與技法，接受並挑戰各種舞蹈技巧的身體共通性與衝突性的刺激，將筆者從傳統的規範中解放再重組，經過身、心、靈的淬鍊，創造一個嶄新的個體，並以

「心」來看透人性境界。

第四節 名詞釋義

一、中國古典舞

中國古典舞（Chinese Classical Dance）泛指中國古代至歷朝歷代的宮廷、民間舞蹈，發展歷史悠久，博大精深。本文所指中國古典舞為1954年北京舞蹈學院創立後，中國舞蹈工作者為發展、創新民族舞蹈藝術，從中國戲曲表演中提取舞蹈素材，借鑒中華武術進行了研究、整理、提煉，並參考俄國芭蕾舞訓練方法等，建立起一套中國古典舞教材，一為強調身體技巧訓練的「基訓」課；一為著眼身法韻味提煉的「身韻」課兩種教材。中國古典舞的訓練主要包括身韻、身法和技巧，講究「手、眼、身、法、步」的細緻，注重「形、神、勁、律」的掌握，特別注重眼睛在表演中的作用，強調呼吸的配合，富有韻律感和造型感。身韻是中國古典舞的內涵，身法則是舞姿還有動作連貫的方法。根植於中國傳統文化沃土的中國古典舞非常強調「形神兼備，身心互融，內外統一」的身韻，是中國古典舞的靈魂，「以神領形，以形傳神」的意念情感造化了中國古典舞的真正內涵。

二、現代芭蕾

現代芭蕾起源於二十世紀初。一批不滿古典芭蕾保守現狀的舞蹈家，隨俄國芭蕾經紀人 Sergey Pavlovich Diaghilev¹

¹1872年生於塞里斯希，俄羅斯藝術評論家、戲劇家，俄羅斯芭蕾舞團創始人，被後人稱為「有史以來最偉大的巡迴演出組織者」。

(1872~1929)，以俄國芭蕾舞團的名義，浩浩蕩蕩的開進巴黎，演出之芭蕾舞作品清新別緻，並賦予新穎的創意，為芭蕾舞史開創了一個嶄新紀元。

本文第六章所提之「現代芭蕾」係指編舞家黃建彪副教授個人融合西方古典芭蕾的抒情澄澈，以及荷蘭舞蹈家尤里·季利安² (Jiri Kylian) 以快速無比的舞姿幻化出魔術般張力之舞蹈特色，所形成之個人舞蹈風格，強調肢體線條、張力與情感的表現，重視舞蹈的音樂性，動作的連貫彷彿如汨汨溪流般快速流暢，其幻化的舞姿充斥令人無法猜透下一步的迷幻感。

² 1947年生於布拉格，於1975至1999年擔任荷蘭舞蹈劇場 (Nederlands Dans Theater, 簡稱 NDT) 總監及主要編舞家。

第二章 花園中的舞蹈精靈

第一節 舞蹈，是我的人生

筆者生長在田尾充滿鳥語花香的家庭中，從小在父母經營的花藝園中即興起舞是筆者最快樂的時光。三歲起在父母的安排下，進入游月說舞蹈教室習舞，並隨啟蒙老師游月說老師學習兒童唱遊、芭蕾舞、民族舞蹈，開啟了筆者的「舞蹈人生」。學舞至今，真正接觸專業舞蹈訓練，是在文華高中舞蹈班。高中時期，每天都有豐富的術科課程，練舞的時間變長了，不同於國中以前在舞蹈班一星期只上兩堂課。相較於以往，在文華高中所受的訓練都變得更專業更紮實了，學習動作開始要求質地以及精準度，身體肌肉的運動、提氣、延展等，更是老師們時時刻刻關注的焦點，高中時期的筆者，漸漸的知道該如何跳、如何舞。高中三年的印象只是不斷的練舞、練舞，再練舞，雖然過程相當辛苦，但也奠定了筆者紮實的舞蹈根基，讓筆者在國立臺灣體育運動大學體育舞蹈學系及碩士班求學階段，嘗試各類型的創作及不同風格的舞作時，更能快速捕捉編舞者的想法，並透過身體技法的掌握及情感的表達，適度的呈現舞作意涵。

第二節 我的舞臺我的態度

筆者自大學二年級加入了本校舞團直到碩士班，從未缺席。進入舞團是筆者體認職業舞者身心態度非常重要的一個階段，在舞團裡筆者得到許多寶貴的演出經驗，而在排練過

程中的體悟更是豐富。除了參與舞團演出外，筆者還參與研究生表演組的畢業舞展，除了排練時有學長姐的榜樣可以觀摩，也可以從舞碼中嘗試不同的表演方式。在動作技能上筆者會不斷自我要求，筆者剛進舞團排練的第一首舞碼是潘莉君副教授的中國舞《雪映殘紅》，該舞作運用豐富的水袖技法，表現與人與大自然，與天爭命的堅韌毅力，猶如靄靄白雪中的一抹殘紅，是如此地堅定與不疑。水袖是相當難以控制的軟道具之一，非常要求力度及角度的精準與技術的掌握，此舞作最大的挑戰在於精準的掌握各種袖的技法，使袖的飛舞如行雲流水般柔軟與順暢外，同時需兼顧古典舞身韻與身法的運用，因為當時筆者還是個小學妹，擔心自己會跟不上或是落差太大，所以在排練的過程必須更專注，但也因為在舞團表演過水袖的舞作，之後接觸水袖的課程也較熟練，也讓筆者在大四畢業舞展首次運用水袖編排舞作《伶拂袖 唯鼓動》時，在各種袖技的掌握與變化運用上更是助益良多，此舞作演出除了廣受好評外，各榮獲 2006 年「舞躍大地」舞蹈創作比賽年度大獎之鼓勵，促使筆者決定於碩士畢業舞展再度呈現。

第三節 舞蹈風格轉折點

一、情感糾葛的三角關係《Forbidden Love》(如圖 2-3-1)



圖 2-3-1 《Forbidden Love》 攝影：趙樹人

大學四年裡筆者都是以中國舞為主修，芭蕾雖為輔修，卻未有任何的磨練與挑戰機會。當筆者升上研究所一年級，正苦惱著該如何自我突破與創新時，黃建彪副教授給了筆者一個難得的機會，讓筆者有了一個全新的震撼體驗！

黃建彪副教授的作品《Forbidden Love》，是混合了現代舞與中國舞的元素，探究其作品背後的故事，是關於三人之間的愛恨糾葛，幻想與現實之間衝突與矛盾，其創作靈感來自於「滿城盡帶黃金甲」這部電影，電影情節裡的愛恨情仇，最終的愛與恨也都在一念之間爆發出來。筆者在詮釋這首舞作，內心的糾葛更勝於此，在跳這首舞之前筆者反覆看著電影，揣摩著皇后對皇上和皇子的愛情衝突，以及皇后被壓抑到幾乎窒息的情感，對於不倫愛情的無奈，與現實倫理之間的情感拉扯，一再地挑戰筆者的信心，深怕自己無法將這種複雜且猛烈的情感真切的表達出來，因為筆者是一個習慣隱藏情感的人，以往對舞蹈的詮釋較注重外在肢體上的表現，

不擅於表現情感，經過這個作品的洗禮學習用心感受，由內在情緒牽動外在肢體的表現，用「心」演繹，傳遞「心」的感動。

二、《蛇郎君》— 芭蕾舞劇（如圖 2-3-2）



圖 2-3-2 《蛇郎君》 攝影：趙樹人

2010年，筆者碩三，正著手準備畢業製作時，一個再度挑戰自己的機會降臨。本校舞團因與國立臺灣交響樂團合作演出原住民芭蕾舞劇《蛇郎君》，苦覓不着原住民女主角，經系上師長詢問，筆者猶豫許久，深怕自己無法勝任芭蕾舞硬鞋及雙人舞技巧，更擔心自己無法深刻刻劃出舞劇中「公主」悲劇情感之種種挑戰，導致無法完美呈現這齣舞劇的精髓。但是後來深思熟慮後，決定接受這個全新的挑戰，除了芭蕾舞

舞的肢體展現，還有舞劇的情感刻劃，這真真實實是筆者舞蹈經歷上的一大突破，筆者不斷提醒自己，此次表現不僅代表個人更代表學校和舞團，不是芭蕾舞主修並不能當作藉口，既然接受挑戰就一定要練到大家認同，讓大家知道中國舞主修也是可以勝任芭蕾舞主角的，於是帶著種種的要求與壓力就開始了。

筆者主修中國舞卻要挑戰芭蕾舞劇的公主，筆者深知自己在芭蕾舞的舞蹈基礎功上只是差強人意，當自己下定決心要參與這齣舞劇時，就知道接下來對身體的挑戰、心理上的壓力，絕對是筆者前所未有的。就因為知道自己芭蕾舞基本功以及種種條件皆不夠充足，所以筆者花了比別人更多的時間去解決自身的問題。首先，為了維持芭蕾舞者纖細的身材，筆者開始了飲食的控制，早上完全杜絕白吐司與含油蛋餅，改成全麥麵包（吐司）加上無糖熱豆漿或是牛奶麥片，中午則是胚芽米飯捲或五穀飯燙青菜，吃飯前先喝湯讓胃感覺已有飽足感，晚餐是水果或是紅豆薏仁，其餘澱粉類完全不碰，並在六點半或七點以後就不進食，其他的時間一律與食物隔絕，晚上餓了就睡覺，這樣的飲食加上每天的芭蕾舞課及排練，果真讓筆者的身形有了大大的改變，不過也因為壓力太大的關係，導致夜夜失眠，事後想想那段時間也真是煎熬阿！

接下來是適應芭蕾舞動作的組合模式，對筆者而言芭蕾舞動作都相當類似，一開始記動作時比較吃力也還不習慣，但在師長及學姊的指導下很快就能進入狀況。至於另一障礙硬鞋技巧的掌握，著實讓筆者吃盡了苦頭，剛開始穿硬鞋連轉一圈都不穩，於是筆者花更多時間一再練習，並經過師長指導

及學姊傳授經驗，一試再試，直到最後的兩圈、三圈、十幾圈，一點一滴的的累積，真正體認到芭蕾舞技巧真的騙不了人，必須每天都要下功夫，一天沒練就覺得重心不對、轉圈不穩，每天不斷上課練習，終究在最後有所成果。芭蕾舞雙人舞也是第一次接觸，兩人的默契、溝通都很重要，有時連情緒都會互相影響到排練的狀況，當我們在練習上有許多不愉快時，在排練的過程就會很不順暢，也讓筆者體會到雙人舞的表現不只在動作上有良好默契，在情感上也要真實投入。

就這樣的一個又一個的挑戰、內心承受的壓力，讓筆者在磨練的過程中一度認為自己無法做到完美的表現，無法達成老師給自己的期望，可是這悲觀的念頭也只是一閃而過，因為筆者保持著「不只是盡力，而是一定要做到」不服輸的信念，同時不停加強自身基本功，從剛開始穿硬鞋轉一圈都跌倒在地，到最後能順利地在原地轉到十幾圈，這都要歸功於每天不斷上課練習、老師給筆者的耐心指導，還有自己堅持不放棄的衝勁！

第一次的退縮，是在國立臺灣交響樂團團長第一次來學校看正式彩排時，開始懷疑自己憑什麼可以擔任如此重任，芭蕾舞練的沒有主修的人多、身材沒有主修纖細、腳背沒有主修者大、覺得動作都記不起來…，好多負面的想法及內心承受的壓力，讓筆者的心情越來越沉重，數度認為自己無法做到完美表現，無法達成師長們的期望，而開始退縮、畏懼，並浮現想要放棄的念頭，所幸潘莉君副教授及系上師長們，給筆者許多的鼓勵與信心，讓筆者能夠繼續堅持不服輸的信念，隨時要求自己凡事「不只是盡力，而是一定要做到」。這

股永不放棄的衝勁與本身不服輸的個性，終於在演出後嘗到甜美的果實，也再次成功地挑戰自己，筆者視這段難得機緣為奇幻的旅程，而「堅持」是唯一抵達終點的路徑，正因經過《蛇郎君》的奇幻歷程，讓筆者對芭蕾舞的喜愛與日俱增。

三、蓄勢待發

在個人的舞蹈歷程中，筆者何其有幸擁有這種種因緣際會的磨練，讓筆者從為興趣而跳舞，蛻變為為自己而跳的專業舞蹈訓練，由不帶情感的外在肢體表現方式，轉變為由心出發、由內而外，由情感牽動肢體竄流的表演方式，近而對表演有了新的體悟，更發現自己對舞蹈的企圖心更加強烈，縱使面對不擅長的舞作挑戰，只要有心、有毅力，種種的挫折還是可以一一克服的，從小到大，所有的演出機會都讓筆者一點一滴累積自己無價的財產，這些深刻且寶貴的歷練，皆為筆者今日【纏樂菩提】蓄勢待發，做足充分續航準備。

第三章 人神交會的《雙身菩提》



圖 3-1 《雙身菩提》 攝影：陳長志

編舞者：潘莉君、黃建彪

舞意：凡所有相，皆是虛妄，雙身顯影，渡眾生相，
心念流轉，觀想菩提。

舞者：黃瑋婷、張建濱

音樂：karmapa、佛燈的祝福—莊嚴版、入夜山嵐

服裝：鍾豆豆

第一節 雙身隨想

《雙身菩提》是筆者指導教授也是中國舞的主修老師潘莉君副教授和黃建彪副教授二人為筆者量身創作的舞作。創作靈感來自藏傳佛教無上瑜珈部尊奉的「五大本尊」之一——喜金剛與明妃的「雙身像」。談到此舞創作靈感是個機緣，當筆者與指導教授正著手尋找創作題材時，恰巧國立故宮博物院與聯合報舉辦「聖地西藏—最接近天空的寶藏」特展，並將展覽之相關佛像彙整出版同名特刊。在一次隨意翻閱期刊的因緣際會下，筆者與編舞者同時被一尊「喜金剛雙身像」深深吸引並牽動著（如圖 3-1-1）。



圖 3-1-1 喜金剛雙身像 圖片引用自：聖地西藏

這尊男女相擁的雙身佛像，皆有三隻眼，男性以四種不同顏色的頭像現身，個個面目猙獰、黃髮上豎，身飾「耳環」、「手鐲」、「腰帶」、「骷髏頭冠」以及「人骨念珠項鍊」等五種飾品，左腿彎曲，右腿伸開而立。其雙手擁抱一背向而立的女性，此女擁有一面二臂，左手緊扣男性右肩，右手向右上直伸，面呈紅色，頭戴骷髏冠，該女左腿直伸與男性本尊右腿並齊，右腿則盤在男性本尊腰間。這雙陰陽相合、緊緊相扣的肢體，在男性兇神惡煞的降服鎮惡背後，同時隱露慈悲與關愛的眼神，默默注視著世間眾生的一切自然，真實且赤裸的表現出人性強烈的性慾與愛慕之情。

此情此像，深深震攝筆者與編舞者，故決定從這尊「慈悲」與「智慧」兼具，以及蘊藏「上求菩提，下度眾生」的覺悟與抱負的「雙身像」作為創作發想，並從相關文獻蒐集尋找創作的內涵。

第二節 雙身眾像

十世紀後半至十三世紀，西藏所接受的信仰為印度晚期密教。這一階段的密教受到印度教「性力派」³的啟發，發展出無上瑜伽續（梵文：Anuttarayoga Tantra，藏文：bla na med pa'i rgyud），又稱無上瑜伽怛特羅、無上瑜伽部。無上瑜伽續是在大乘佛教晚期所發展出的密宗流派，有自己尊奉的本尊與密續經典，其中著名的流派主要有「密集金剛續」、「大

³維基百科。

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%80%A7%E5%8A%9B%E6%B4%BE>
。擷取日期：2013/1/10。

威德金剛續」、「喜金剛續」、「勝樂金剛續」、「時輪金剛續」等五個派別。無上瑜伽續重視修練人的內在氣脈，使它導入中脈，以求快速成佛。他們修練內在氣脈的方式有許多，其中最受爭議的是引進雙身法的修行，以男女間的性行為，做為禪定的一種。⁴

無上瑜伽續中的雙身像，以本尊的地位最高，對於覺性的執持與實踐，以具體有形的圖像，來表達抽象玄虛的義理；而代表般若智慧的女尊菩薩亦獲得相對的重視，因此，出現男女合抱的雙身像，象徵著慈悲方便（男尊）和般若智慧（女尊）結合，始能證入成佛的極樂境界（聖地西藏，2010）。

筆者在搜尋「雙身像」關鍵字時，發現「吉祥喜金剛」、「勝樂金剛」、「時輪金剛」、「密集金剛」、「大威德金剛」皆現「雙身像」，除陰陽相擁外，其本尊形象、姿勢皆有不同，莊嚴肅穆中又帶有相異的情調，節錄無上瑜伽續中之「雙身像」文獻並分析說明如下：

一、吉祥喜金剛雙身像（如圖 3-1-1）

「吉祥喜金剛」，英文 Eternal Thunder bolt，梵文 Shri Hevajra 音譯為「嘿跋折囉」，藏文 kye-ba-rdo-rje 音譯成「戒多傑」或「傑巴多傑」，意譯則有「喜金剛」、「大悲空智金剛」、「歡喜金剛」、「飲血金剛」、「大樂金剛」、「意金剛」、「方便金剛」或「悲金剛」等不同名稱。「吉祥」二字代表福慧圓滿；

⁴維基百科。

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%84%A1%E4%B8%8A%E7%91%9C%E4%BC%BD>。擷取日期：2013/1/10。

「喜」字的涵義為證得無我、利益有情的大悲（great compassion）；「金剛」則象徵般若空性、具眾勝相的智慧（wisdom）。所以「喜金剛本尊」蘊含了慈悲與智慧互具，以及「上求菩提，下度眾生」的覺悟與抱負。⁵

據《吉祥喜金剛集輪甘露泉》⁶經文的描述，吉祥喜金剛的形像，原是與其明妃「無我佛母」相擁的雙身像。母性的無我佛母代表著卓越非凡的智慧，父性的吉祥喜金剛則象徵著普遍法界的慈悲，這種男悲女智相擁的雙身形像，具體地證明瞭悲智雙運的圓融境界是存在的。喜金剛以兇惡的面目現身，不僅是用來嚇退外界的妖魔，更主要是用來對付自身內心的孽障。而與看似殘暴的喜金剛合為一體的明妃，其嫵媚之姿更是喜金剛修行時必不可少的夥伴，明妃「先以欲勾之，後令入佛智」的修行作用，以愛欲供奉那些殘暴的神魔，使之受到感化，進而把他們引到佛的境界中。透過陰陽兩性的結合創造宇宙萬物的產生，進而得到宗教最後的解脫。⁷

二、勝樂金剛雙身像（如圖 3-2-1）

⁵藏經閣佛教印經網

http://translate.google.com.tw/translate?hl=zh-TW&sl=zh-CN&u=http://www.fjcjg.com.cn/html/fjbz/mz/sjpp/2010/0517/10929.html&prev=/search%3Fq%3D%25E5%2590%2589%25E7%25A5%25A5%25E5%2596%259C%25E9%2587%2591%25E5%2589%259B%25E5%25A3%2587%25E5%259F%258E%26h1%3Dzh-TW%26tbo%3Dd%26rlz%3D1T4GUEA_zh-TWTW483TW485&sa=X&ei=-WcXUc6DKYnymAXiioGYDQ&ved=0CEAQ7gEwAg。擷取日期：2013/1/10。

⁶《吉祥喜金剛集輪甘露泉》是晚期密典，屬於印度密教怛特羅續部四部中的「無上瑜伽部」。是西藏薩迦派入門的基礎修行法，也是最重要的儀軌，內容包括「前行」、「正修」與「結行」：前行由敬禮文開始，先行莊嚴壇場、獻供，皈依、發心、修誦金剛薩埵、發悲心、觀空性、修守護輪等。

⁷維基百科。

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%AD%A1%E5%96%9C%E4%BD%9B>。擷取日期：2013/1/10。

勝樂金剛（梵文名 Cakravamsara，藏文名為「登巧」，蒙古語稱「德穆欽格」），又稱上樂金剛，是赫魯嘎明王的一種。此尊「雙身像」呈站立姿勢，身下有蓮花座，象徵出離塵世。蓮花上為太陽，象徵佛光普照，遍知一切。本尊有四個頭，每個頭像皆有三隻眼，代表觀照過去、現在和未來三世，並分別以藍、白、紅、黃等不同面容表示降伏、息災、敬愛、增益等四種功德。戴五人頭骨冠，表示無常和勇武。頭上有半月，代表人的幸福。頭頂有雙金剛，代表方法與智慧雙成。腰圍虎皮，象徵勇猛和無畏。頸上掛五十塊人骨串成的念珠，代表佛教全部經典。有十二隻手，象徵克服十二緣起的方法。主臂左手持金剛鈴，右手持金剛杵，兩手同時抱明妃—表示方法與智慧雙成。其餘各手伸向兩側，手中持斧、月形刀、三股戟、骷髏杖（天杖）、金剛索、金剛鉤、人頭等物，分別表示作惡、無明都被毀滅，喜樂降臨。勝樂金剛有兩條腿：左腿曲—表示快樂已被接受，足下踏著匍匐在地，四手各持法器的大自在天（Mahādeva）—表示降服的憤怒。右腿伸開—表示教義傳播開了，足下踏著仰面躺著，有四手臂，手中皆持法器的時間符號女—表示降服了色慾。

他的明妃叫「金剛亥母」又稱「光明天女」，梵文 Vajravārāhī，一面二臂，面呈紅色，表現出熱烈愛慕之情。有三隻眼，戴骷髏冠。兩手皆持法器，右手執月形刀—以便殺死一切惡者並留住一切善者；左手執人頭骨碗，碗內盛血，獻與勝樂金剛作為幸福。她的左腿伸，與主尊右腿並齊，右腿則盤在主尊腰間。⁸

⁸維基百科。

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8B%9D%E6%A8%82%E9%87%91%E5%89%9B>
。擷取日期：2013/1/10。



圖 3-2-1 勝樂金剛雙身像

圖片引用自：互動百科



圖 3-2-2 時輪金剛雙身像

圖片引用自：藥師山網站

三、時輪金剛雙身像（如圖 3-2-2）

時輪金剛，梵文 Kālacakravajra，現單身像和雙身像。金剛本尊通常身為藍色，以四首二十四臂，紅白雙腳現身，擁抱著空色大手印明妃，象徵慈悲；空色大手印明妃身為黃色，以四首八臂現身，象徵智慧。雙身手持各式法器面對面相擁而立，頭戴華冠，裝飾華麗，飄動的衣帶更鑲著貴重寶石。

時輪金剛像代表環境外部世界的端詳與人體內部世界的觀想，化身為空性的神聖形象，透過灌頂、教示使弟子身心識趨向成熟，而弟子則觀修包含了生起次第和圓滿次第的教

法。時輪金剛是十方一切佛菩薩的總體，是真理最完美絕妙的顯現，誠如偉大的上師宗喀巴稱讚道：「懂得時輪金剛修行，就懂得一切密宗修行。」⁹

四、密集金剛雙身像（如圖 3-2-3）

密集金剛，又稱密聚金剛，梵文 Guhyasamāja，音譯「古和雅薩瑪札」，藏語稱「桑克」。按照無上密理論，此生證得密集五次第中的幻身，可保證即身成佛。

密集金剛的形象為雙身。主尊身為藍色，象徵佛法最高諦理。有三個頭，顏色各異，藍色居中，左邊紅色，右邊白色，代表兩種功德：慈悲和息災降魔。每面有三眼，頭頂有雙金剛，與勝樂金剛相同。頭冠由五片花瓣組成，象徵五佛或五菩薩。有六隻手臂，各持法器，上方右手持法輪，象徵佛法不衰，法輪常轉，左手拿寶珠，象徵成就；中間右手持金剛杵，左手持金剛鈴，象徵方法與智慧雙成；下方右手拿匕首，象徵割斷一切無明，左手執蓮花，象徵智慧（本性）清淨。兩腿結跏趺坐於蓮花座。他擁抱的是明妃，又稱「金剛母」，也是三頭六臂，冠戴、配飾、持物、乃至一切細微處與主尊一樣。¹⁰

⁹維基百科。

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%AD%A1%E5%96%9C%E4%BD%9B>。擷取日期：2013/1/10。

¹⁰維基百科。

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%AD%A1%E5%96%9C%E4%BD%9B>。擷取日期：2013/1/10。



圖 3-2-3 密集金剛雙身像

圖片引用自：博客西藏網站



圖 3-2-4 大威德金剛雙身像

圖片引用自：藥師山網站

五、大威德金剛雙身像（如圖 3-2-4）

大威德金剛，梵文 Yamāntaka，亦稱閻曼德迦、怖畏金剛、牛頭明王、大威德明王。大威德金剛的象徵意義，如佛經所言，有「降伏惡魔之威，護善安良之德」。也就是說因其能降服惡魔，故稱大威，又有護善之功，故又稱大德。由於威德極大，能制伏毒龍，斷除諸障，降伏閻羅，故稱大威德金剛，因「金剛」在此有無堅不摧之意，亦號稱「死亡的征服者」。

大威德金剛是文殊菩薩化身的怖畏金剛，其像為九頭，

正面為牛頭，每頭上都有三隻眼，頭上戴著五個骷髏冠。34隻手臂各手拿著鈴、杵、刀、劍、弓、瓶、索子、鉤、戟、傘、蓋、骷髏等兵器。1手執盛有血的頭蓋骨碗，藏語稱“噶巴拉”。34臂象徵佛教所說的智慧、勇猛、精進和堅固無比等。16條腿、裸體、擁抱著明妃羅浪雜娃，身色為藍或黃，表情忿怒猙獰，頭上有熾熱火焰，頭頂是阿彌陀佛，也有說是無量壽佛。大威德金剛腳下，一邊踏著水牛、黃牛、鹿、蛇、狗、綿羊、狐狸，象徵八位天王；另一邊腳下踏著鷲、梟、鸚鵡、鷹、鵲、雞、雁等。據說是象徵腳下八天王的八位明妃。象徵修習佛法過程中，未完全克服的邪魔與愚昧。¹¹

第三節 觀想菩提

《雙身菩提》單以「菩提」來解釋，本意謂「虛空」，廣義而言，乃斷絕世間煩惱而成就涅槃之智慧。如《金剛經》¹²所言：「凡有所相，皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來。」。故覺悟佛道的正智，即為「菩提」。很多事情凡人眼前所見都並非真實，都是虛幻的，既然眼見不一定為真，凡事唯有用心來看，由心來體會。心生智慧，才能洞悉透徹自我執迷的假象，解脫諸苦，離苦得樂，並發慈悲心，將一切喜樂分享眾生。

在世俗的眼光中，不免把「雙身像」跟普通凡夫的男女

¹¹ 鳳凰網。

http://big5.ifeng.com/gate/big5/fo.ifeng.com/foyibolan/200906/0605_296_56340.shtm。擷取日期：2013/1/12。

¹² 《金剛經》，是大乘佛教般若部重要經典之一，多為出家及在家佛教徒日常所誦持的經典。

貪愛聯想在一起，直接與「性」畫上等號，實不盡然。從文獻所示，在無上瑜伽部裡的本尊也是佛，佛本身已斷盡貪、嗔、癡等一切煩惱，所以引起生死流轉的男女貪愛是佛已徹底斷除的，因此佛的雙身像與男女貪愛是不同的，更非淫穢不堪的。且在《金剛經》中所稱「雙身像」也是一種非實有的幻相，可以自在地化現成各種身像來教導各種不同根基的眾生趨向解脫。所以諸佛會以雙身像示現，目的是為了引導眾生認識貪愛的本性非實，結合修習風脈以迅速斷煩惱証菩提。

智慧能使人洞悉透徹種種自我執迷的假像，為解脫諸苦桎梏的根本要素，亦是一種甚深極大的喜悅；而慈悲就是將這種無量法喜無私地分享給一切眾生的具體表現。為了表現「雙身像」顯性的外在形象與隱性的內在意象，編舞者在視覺設計上，利用二位舞臺經驗豐富且年齡較長的異性舞者一筆者與男舞者張建濱，模擬雙身佛像的舞姿，一腳向旁直伸，一腳盤腿面對面相擁而立，直接以「雙身像」的姿態出現在舞臺上。兩位舞者皆以畫臉、點睛等化妝藝術表現其性格，「金剛」以怒目猙獰、黃髮上豎的怒像現身；「菩提」以聖潔聰慧的智慧像示人。兩人身著近乎裸體設計的膚色薄紗繡珠飾的服裝，讓肌肉的線條、紋路、呼吸與表情清楚而真實的呈現。透過每次化妝與換裝的過程，彷如儀式般讓舞者從「心」轉化，不知不覺從「人」進入「神」的狀態。舞臺中央以數個低黑平臺拼貼連接成的通道，猶如佛界通往俗世的道路，兩側垂掛的白色珍珠紗幔，意旨遮蔽的雙眼，唯有用心體會，才能讓人性百態無所遁形。編舞者利用舞者造型及舞臺裝置

的視覺設計，使這雙陰陽相合、緊緊相扣的肢體，在男性兇神惡煞的降服鎮惡背後，同時隱露慈悲與關愛的眼神，默默注視著世間眾生的一切自然。

在動作設計上，編舞者透過兩人肢體緊密貼合，藉由舞姿、表情、呼吸聲激烈而狂妄地扭轉，進一步感受彼此的心跳、呼吸與肌肉的張弛，產生之扭曲的肢體、拉扯的牽制與掙扎的矛盾，使這兩具血脈噴張的軀體，同時表現出金剛與菩薩正反、陽陰、雄雌以及慈悲與智慧等既醜惡又聖潔、既粗鄙又甜美、既嬉遊又深刻的雙重形象與性格，讓正反為一體，化陰陽為一物，引領舞者穿越時空進入人神交會的心靈之旅，不知不覺進入雙身「動中藏靜，靜似澎湃」的「出神入化」之境界。

第四節 雙身顯影

一、雙身顯像

幕起，燈光倏地由舞臺後方穿透舞者，直接向觀眾席投射，彷彿是佛殿散發萬丈光芒般的莊嚴，有著神聖不可侵犯之威（如圖 3-4-1）。當下映入眼簾的是一尊莊嚴肅穆的雙身佛像，營造出莊重、神聖的氛圍。筆者與男舞者張建濱肢體纏繞，緊密相擁的形象，直接地表現出正反兩面、陰陽合體的「雙身像」。舞臺上傳來聲聲莊嚴的佛號，筆者跨坐在建濱身上，左手搭在他的肩上，右手向右上方斜伸，自在無憂的隨著他的心跳與呼吸，如微風般緩緩舞動著、感受著、品味著、觀想著。倏地，筆者快速轉動手腕，並與建濱雙手相互

交纏，一陣混亂直到兩手合十交疊，瞬間停駐，靈光乍現，猶如生命過往的畫面從眼前快速閃過，紛亂卻深刻。筆者與建濱配合著相同的呼吸頻率緩急交替的舞動著，自然且相互依附著對方，形成一種渾然自在的無我磁場，在陽與陰的兩種極端顯像之下，互相吸引，並在衝突中修為身心契合的默契，直到二人氣韻相印，讓虛實、正反、陰陽合為一體，使兩者身心靈合而為一。

排練此齣舞碼時，筆者深感陰陽雙身如同一人，不能同於以往以「個人」的常態反應來表現此齣舞碼，因此不斷與建濱討論，要如何傳達「雙身」的形象與意念。於是，兩人藉由大量的文獻、圖片模擬後，還到文心路上一家藏人開設的藏傳佛教文物店，店內收藏許多西藏的銅製或流金佛像，尊尊雕工精美細緻。其中，令人印象深刻的是，很多佛像有著忿怒相、千手千眼、身形更是千姿百態，安安靜靜地佇立在玻璃櫃上。佛像的面容慈悲滿溢，然身上的飾品和雕工卻透露一股霸氣與讓人敬畏的氣息！當下，筆者很清楚映入眼簾的這些西藏神像的面貌、身形、氣韻是筆者唯一能帶走的，很抽象，卻很深刻。而這些「忿怒」、「霸氣」、「慈悲」、「端詳」以及「千姿百態」將附身筆者二人，並隨著舞作結構與發展，進入《雙身菩提》的神界。

經過排練前期的摸索與尋找，終於捕捉到初步的想法，嘗試在形態上，將雙人肢體緊密的纏繞、交疊、擁抱等密不可分的姿態，透過兩人的默契與心靈感應呈現出「合二為一」之感（如圖 3-4-2），以展現「雙身像」之視覺意象；在形相上，在兩人親密的肢體接觸與互動中，清楚拿捏「自然」與

「淫穢」的界線，讓兩具肌膚相親的軀體留下的是生命百態刻畫出的真實痕跡，而非俗世「性」的聯想。心有了方向，接下來的進展也較為順暢，隨著節奏趨緩地鋪陳著，加上光影襯托出的莊嚴肅穆感，筆者二人站上舞臺猶如被佛陀無量的智慧與慈悲緊緊擁抱。想像中的虛幻瞬間成了真實影像，讓人忘掉自我，忘了正在舞動的身體動作、姿勢以及表情，一切隨著心念牽引自然產生。如此情景交融的當下，虛化了實際的形體，即分即合的追逐著彼此的靈魂，讓二具交纏的肢體形影不離，加上徐緩漸趨急促的音樂催化作用，將二人帶入人神合體的心靈狀態，構成了「人神交融」的完美意境。



圖 3-4-1 《雙身菩提》

攝影：黃仁男



圖 3-4-2 《雙身菩提》

攝影：黃仁男

二、舞作詮釋的掌握

「退一步看清楚各種生命態度的多面性及刺激我們每個生命潛在的包容性。」(鴻鴻，跳舞之後·天亮以前，1996)。筆者在揣摩本舞作時，首度擺脫舞者本能的直覺反應—覺察姿態與動作的要求與準確性；而是退一步用心關注自己、關注彼此、關注生命的百態；動作成為人與神、人與人、人與自己溝通的方式，透過這種溝通刺激彼此潛在的包容性，進而透過視覺與聽覺的設計所鋪墊的通道，達到人神交會的境界。

長達十四分鐘的雙人舞，對舞者的身心狀態皆是極大挑戰，尤其在體力上更是一大考驗，因此默契的培養、精力的掌握、重心的控制相形重要。這點筆者與建濱皆有共識，除了透過圖片與文字模仿、想像，每一次的排練兩人都不斷的磨合、討論，為彼此累積更多的默契，挑戰動作更多的可能性，創造出新的構想，發揮出彼此最大的潛力。在雙人默契的培養上，首重信任，建濱是一個成熟又敏感的舞者，他舞蹈的肢體總散發出剛正堅毅的質感與細膩敏銳的觸感，給人穩重且十足的託付感與信任感。筆者與建濱在許多肢體相互交纏的動作發展中，為維持彼此身體的平衡，除了個人動作連貫之順暢與重心的掌握外，雙人的默契益發重要。在許多雙人交纏的動作設計中，筆者必須將全身的重量完全交付於建濱身上，所幸，他扎實的功底與肌力總能將筆者者牢牢扣住，讓身體在動作的轉換過程中，不致晃動出錯落地，讓菩提慈悲莊嚴的形象能呈現完美的狀態(如圖 3-4-3、圖 3-4-4)。



圖 3-4-3 《雙身菩提》

攝影：陳長志



圖 3-4-4 《雙身菩提》

攝影：陳長志

在個人角色詮釋部分，對建濱而言，在一次排練後的訪談中他提到：「記得第一次排練結束時，其實很挫折！在以前詮釋過的諸多舞作如《夜奔》、《Forbidden Love》裡詮釋特定角色時，做過功課後，起碼還能有個劇本、歷史故事或電影情節作為導引；但這次挑戰『神』這麼一個角色，腦海裡始終只有一個『形象』存在，思考著要放什麼感情來跳它？即使是用人類擁有的七情六慾，也摸不著邊地漫無頭緒，對於一個平凡人來說，根本無從跳進那『神的領域』。排練完，只知道動作很多，音樂很長，即便和瑋婷討論過後，還是不知道動作要如何表現？更別提要如何活化這尊『神』了。」

經過藏傳佛教文物店的拜訪，並透過文獻資料及上網瀏覽「雙身像」的相關資料，依然不得其門而入。直到觀看 YouTube 一段陳維亞編導為黃豆豆編排《秦俑魂》的後記影片，其中陳維亞編導以右手食指和拇指由眉心往下掐住鼻子山跟的一個動作，說明這支作品難的地方是要抓住秦俑形象的「神」。為此，黃豆豆親臨西安秦始皇陵兵馬俑坑感受當下的氛圍！其氣勢深刻影響黃豆豆在《秦俑魂》獨舞中以一「仰天長嘯」之姿，以一當百的跨時空活現了秦俑這個角色。建濱再度表示：「這抽象的『由意於形』也就是讓我對於詮釋《雙身菩提》很想嘗試的第一步！」於是，在排練時，西藏神像中的面貌、千手千眼、與佇立在玻璃櫃中的神像那股「不動則威」的韻態，深深影響著建濱與筆者，「個人解讀『千手千眼』是讓我去嘗試發揮肢體的空間，特別是神像身上的千手，手姿幾乎不太一樣，姑且不論具何意義。我嘗試將自己手掌用力的撐開，和著音樂的旋律，才發現原來連我自己平常少用的『蝶指』也會下意識地出現，這種連『手指頭都有戲』絕非刻意安排的；應該說是腦海中的形象和音樂的牽引而渾然天成的張力吧！」（訪談紀錄，2011/3/25）。

筆者深感此次不同於以往以「人的常態反應」來刻劃作品！在態、相、形、韻、勢的解讀上，除了來自圖片的模擬和想像，還必須靠每一次的排練，去體會不一樣的感受與情緒，當下腦海裡的角色語言，刺激著彼此大膽去嘗試身體的可能性，即便是扭曲、雌雄同體、霸性、操弄與束縛。筆者嘗試以「神」的儀態去揣摩，將「神」的形象經過「內化」再「外化」的過程，讓自己轉化為「神」，透過篤定的信念排

除一切雜念，以緊繃且張弛有力的肌肉線條與張力，象徵「神」的巨大力量；自在依附並與之交纏扭曲的肢體，象徵「神」給人沉穩的依靠，肅穆安穩的成就菩提的「智慧」顯影。既然「凡所有相，皆是虛妄」，筆者索性閉上雙眼，透過沉靜的「心念流轉」，感受彼此呼吸的頻率相互牽引，藉著肢體交織、姿勢、表情、聲音激烈而安靜地扭轉，如剝洋蔥般一層又一層的褪下俗世慾態，最終到達「觀想菩提」脫俗的心境。

兩人從第一段渾厚的人聲音樂到第二段激昂鼓樂之間，除了編舞者給的動作元素外，一方面也一直在探索身體「用力扭曲」與「牽制引導」的可能性！這勢必要拋開以前技巧課所學的一切身段功夫，利用舞者敏銳的身體覺察能力，在情境及想像空間的引導下，從彼此的心靈深處挖掘，並從舞者自發性的肢體能量中，激發無數原創肢體語彙。在纏繞不清的互動間穿透了人神共存的精神所在，反映出生命的複雜樣態；如影隨形的信仰，成就共同追求的心靈歸屬，看透真假虛幻間對生命的渴望與態度。曾有一度，兩人縱情讓身體浮游在躁動且有節奏的旋律裡，藉著姿勢、表情的扭轉交纏，重複再重複，有一股靈魂出竅的期待！將筆者二人引入「出神狀態」之中，心中已無我，只有「神」，只有那回歸自然生生不息的純粹心念（如圖 3-4-5）。



圖 3-4-5 《雙身菩提》

攝影：陳長志



圖 3-4-6 空行母像

圖片引用自：聖地西藏

三、視覺呈現

身軀的張弛起落，鐘鼓的聲聲催促，讓視聽感官被催眠到一種宗教情緒中。在此舞作面具偽飾已然多餘，繁麗的服飾亦成累贅，獨鍾赤裸地貢獻出儀式的精神性。因此《雙身菩提》的服裝參考「空行母像」¹³的圖像設計製作而成（如

¹³ 空行母是一種介乎天人之間的女性神祇，她有大力，可於空中飛行，故名。在密宗中是代表智慧與慈悲的女神。其形貌多變，通常可分為人形與獸面空行母兩大類。此尊造像即為人形空行母的常見造型。節錄自西藏探秘--藏傳佛教的故事網站

<http://tantrastory.blogspot.tw/2010/08/2010tibet-part-i.html>。擷取日期：2013/1/12。

圖 3-4-6)，以肉色貼身舞衣為主體，並仿圖像中之造型繡上各式各樣璀璨的珠飾，以充分展現舞者交纏的身形與肌肉線條；舞者兩人以肉身包覆的肢體亦綴有薄紗點綴，建濱的薄紗從肩延伸到腿部，筆者則只有下半身部份遮掩，若隱若現的薄紗，在舞動肢體的同時，為神秘的靈體增添一分飄逸感，並讓莊嚴肅穆的氛圍感染一絲柔性的氣息。

第五節 小結

《雙身菩提》不論是在舞作意象，以及體態、動作、雙人關係與服裝設計上，對筆者皆是一大挑戰與突破。幾近赤裸的裝扮，本能反應的動作語彙，皆在毫無遮掩的情況下赤裸的呈現，筆者彷彿被盯在眾目睽睽的視線中，找不到掩飾與遮蔽之處。筆者惟有放下一切過往與既定的自我，在無從逃避的現實中，捉住僅有的一條通路——就是接受並感受。接受當下所發生的一切，感受彼此每一刻的轉化，直到進入「忘我」的境界，彷彿開通了另一個未知的世界，一種可以直接跟心靈對話的捷徑，那是一種渾然不知的享受與超脫，讓筆者每每進入「神遊」(Trance)的境界之中。筆者在本舞作中深刻學習到的，是一種完全的情境投射與角色融入。放膽去跳、勇敢去舞，深入體會彼此身體、動作、姿勢「由外而內再由內而外」的轉化過程，讓筆者深深體會從外向的肢體呈現到內心深處的心靈蛻變，洗練了虛實的特定意象，幻化了所有一切看似真實的形式。經過《雙身菩提》的洗禮，讓筆者透徹身心修為的本質，並覺悟「凡有所相，皆是虛妄」的包容、慈悲與智慧。

第四章 《媽》—現代女性堅韌與柔美性格



圖 4-1 《媽》 攝影：陳長志

編舞者：謝杰樺

舞意：站在遠處，細細端詳妳們的美好。

溫柔的身影卻散發著堅毅的氣息；那是如水般的能力，剛柔並存。

曾領略過那樣的美好，一種在心頭揮之不去的流連忘返。

舞者：黃瑋婷、陳欣瑜、廖思婷

音樂：暮鼓晨鐘、風雪刺客、思母

服裝：林瓊堂

當初找謝杰樺編舞的動機其實滿有趣的，記得那時觀看了許多人的作品，其中一人就是謝杰樺的作品，他的創作風格簡約不流於俗套，情感表達也深入淺出的令人心領神會，筆者詢問過許多人的意見，最後決定請他為筆者編排此首舞碼，最難得可貴的是，他以男性的觀點，去捕捉那濃密且細膩的女性思維舞作，更是讓筆者深感佩服。筆者沒有真正參與過以女性觀點作為出發點的創作，所以想要挑戰自我，能否藉由肢體來傳達女性柔軟且堅毅的性格。

第一節 創作理念

編舞者以《媽》為此舞作命名，因為《媽》最能襯托出女子嫣然嫵媚且令人動容的樣貌，藉由抽象的舞意來表達女性肢體語言的美，並將中國舞的元素融入舞作裡。傳統女性扮演的角色，通常是遵從、持家、保守，以傳統社會而言，人們對女人的身體看法是相當嚴格的，自古至今臺灣女性總是遵循著傳統儒家思想的既定印象，恪遵中國古訓「三從四德」，而「男尊女卑」更是女人們一生所遵循的儀軌。因此女性在社會中顯得較弱勢，也因為社會地位卑微，女性的行為自主權更處處被限制，例如中國千年以來的裹小腳陋習。如今隨著時代的演進，漸漸展現出女性自主的獨立性格，思想也隨著社會「現代化」而改變，因為社會的開放，觀念的進步，女權覺醒高漲。女性主義作家李銀河提到：「女性的地位是衡量一個民族文明程度的最好尺度。」(李銀河，女性主義，2004)。足可印證女性地位高漲，與彰顯社會文明

「現代化」成正比的理論。因此在《媽》這支舞作中，亟欲突顯女性自主權的特點，來檢視現代社會裡，女性要如何以柔性的優勢智取，在工作、家庭、社交上，與男性取得真正的平等，並打破女性給人柔弱、被動、依附的既定印象，賦予女性本身既柔美又剛強的堅毅性格，即是此舞作想要傳遞的概念。

經過多次的討論與溝通，逐漸形成此舞作的輪廓-傳統女性身心的一種自我解放。嘗試由第三者客觀的角度去觀看女性自然散發出來的溫柔底蘊，表現女性欲掙脫現實生活束縛的勇敢與無懼，以及積極樂觀面對生命的堅毅態度，具體呈現出女性與生俱來之堅韌與柔軟的志節。

第二節 剛柔並存的身體意象

站在遠處，細細端詳妳們的美好。

*溫柔的身影卻散發出堅毅的氣息；那是如水般的能力，
剛柔並存。*

曾經略過那樣的美好，一種在心頭揮之不去的留連忘返。

筆者認為在每齣舞作背後，肯定有它本身想要傳達的意象，更有它獨特的味道，而《媽》亦然。編舞者透過簡潔流暢的肢體線條，恣意地在空間滯留與流竄，從不斷流動變化的肢體動態中展現女性嫣然嫵媚的清澈形象。以下筆者將針對「主體與空間的對話」、「流動的肢體線條」以及「視覺與聽覺的衝撞」一窺《媽》的舞作意象：

一、主體與空間的對話

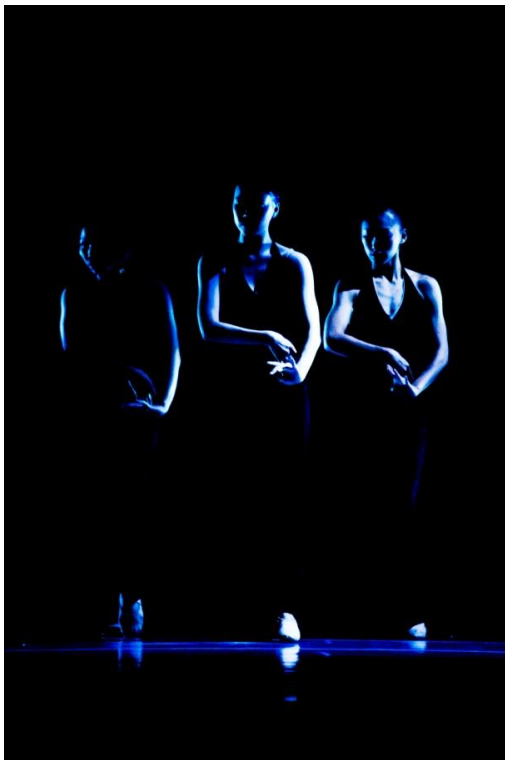


圖 4-2-1 《媽》

攝影：陳長志

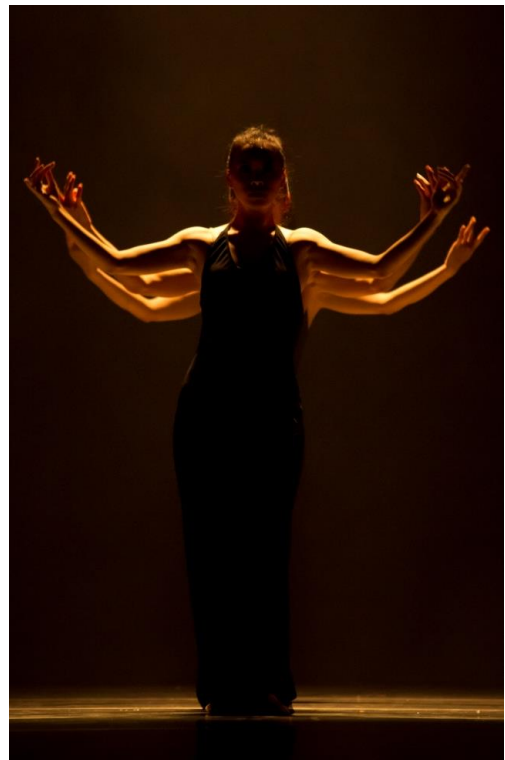


圖 4-2-2 《媽》

攝影：陳長志

《媽》亦如舞名般簡潔，以乾淨的舞臺為空間，沒有布景、沒有道具，只有三位身著黝黑連身舞衣的女舞者為本舞作之主體。舞作一開始，舞者三人以柔軟纖細的手部動作和沉穩的步法，緩緩的從舞臺正後方步出，昏暗迷朦的燈光，輕輕地灑在舞者們柔美且安靜的肢體上，在神秘的氛圍中，襯托出三人相互牽引、層層堆疊以及相知相惜的情感，呈現出三個看似不同的個體，確有著相同靈魂的意念。

此舞作主題明確，結構性強，主要以女性觀點為主軸，三人間若即若離的關係，就好比這個社會對於傳統女性既定

印象的禁錮，讓舞者亟欲掙脫卻又無所適從。三名舞者無論是相互並排而立（如圖 4-2-1），或是重疊聚集在一起（如圖 4-2-2），皆以展現女人身心細膩的特質，對比女性堅強的心志意象，運用細膩委婉的女性肢體語言，與線性的流動路徑及分明簡潔的空間結構，編結緊密的三條主線。續以聚合及抽離的組合方式，時而併立而行，時而分散各據一方，意味著三人間相互扶持、安慰、鼓勵、慰藉、分憂的種種意象，使空間結構與主體意念形成鮮明的對照與連結——「溫柔的身影下散發著堅毅的氣息；那是如水般的能力，剛柔並存」（纏樂菩提，2011）。

二、流動的肢體線條

《媽》的舞者看似三個各自獨立的個體，其內在情愫卻緊密相連。三人舉手投足、眼光流盼，莫不精準細緻，並顯現絕佳質感。編舞者利用各自發展的片段結構語彙，透過有機的組織，讓簡潔的肢體在自由任意選擇的對象間竄流，形成無數拼貼與抽離之間難覓的有機關聯。



圖 4-2-3 《媽》 攝影：陳長志

《媽》的肢體動作多以手部柔軟舞動的線條（如圖4-2-3），象徵女性溫柔的性格，注重呼吸與軀幹的運用所形成的變化及細膩的步伐，強調肢體動作的韌性、延展性、流暢性與連貫性。因此編舞者運用許多瞬間重心轉移的動作設計，以及舞者間借力使力的動力來源，運用在此舞作的肢體發展與動作設計上，以表現出女子在輕盈柔美的外在形象下，隱現內心謹慎與堅毅的性格。舞作開始和結束都以持續而穩定的步法及速度在空間穿梭與游移，這看似簡單的步伐，卻蘊藏細膩的重心轉換與動作轉折的諸多細節，須以專注的態度去完成每一個細節與要求，才能達到舞作完美的定義。

三人錯綜複雜的互動，也是此舞作的色之一。編舞者運用三位女舞者各自散發出穩定而堅毅的內在能量，以持續的步法或快或慢的前行，如入無人之境，內心的堅定與執著，無人可擋。時而以自由流暢的肢體語彙，在各自的空間獨自品味過往的回憶；時而以激烈狂妄的生命情調，隱藏荒蕪幽微的內心世界，來陳訴女性漫長的成長歷程。

三、視覺與聽覺的衝撞

此舞作的音樂是出自於優人神鼓黃誌群¹⁴的「禪武不二」，樂曲名為「暮鼓晨鐘」、「風雪刺客」、「思母」三首。在鼓聲、鐘聲及木魚聲等宗教意味濃厚的樂器伴奏下，巧妙地與《媽》柔和的肢體完美地結合。此三首樂曲幫助舞者淨化心靈，關照內省，使呈現出一種安詳寂靜的內心風景。舞臺上微弱的燈光，一如「風雪刺客」裡的鐘聲，如影隨形地跟隨舞者，以緩慢、穩重而堅定的步伐緩緩而行。隨著舞者的動向以及手部動作的變化蔓延，跟著舞作發展與結構堆疊的節奏，進而發展到最後三人激烈狂妄的肢體互動，猶如凝聚已久的力量一次爆發開來。此時，「暮鼓晨鐘」與「思母」簡約的音樂與乾淨的燈光，配合舞者堅定與紛雜的呼吸頻率，以俐落簡潔的肢體語彙，展現出簡單卻韻味十足的肢體樣貌，讓舞者肢體的線條與情感的表達更為澄澈與透明，襯托出女性「一種在心頭揮之不去的留連忘返」(纏樂菩提，2011)的動人形象。

¹⁴ 出生於馬來西亞，優表演藝術劇團音樂總監、擊鼓指導。

第三節 舞作詮釋與挑戰

整天忙著在現實中打滾的人，食不知味、睡不安枕，仍習以為常、自以為是。「忍受」的永遠比「享受」的多，何曾有機會、有心情去真正「面對」一下自己的生存。《媽》再度讓筆者「享受」在不斷挑戰自我的重重考驗之中，面對無數次肢體語彙與舞作詮釋的身心交會，喚起筆者心靈的內醒與肢體的關照，再次真實的「面對」自己，進而「創造」自己。

一、肢體語彙的掌握

這支舞作有許多重心低、質地重以及因舞者肢體碰觸而產生的動作語彙，對筆者而言皆深具挑戰性。因為筆者的後跟鍵較短，因此對於許多深蹲的動作都比較吃力。因此，筆者先強化個人大腿肌及腹肌的肌力訓練，配合動作的速度，調整呼吸的強弱與節奏，隨著吐納的頻率牽引內在的能量迸發，使個人重心轉移順暢，速度控制得當。克服了個人的心理障礙後，自然在各自及彼此的肢體互動與心靈交會上，就更能心無旁騖，隨心所欲的感受彼此肢體的溫度與心理的動念，進而增加信任感與依賴感。這份信任與依賴，讓筆者再度「享受」在掌握自我、駕馭困境的成就感之中。

二、舞作詮釋的掌握

在舞作詮釋的掌握上，筆者會隨著音樂的旋律與節奏起伏，像是在說故事一般。一開始風雪交加的音樂呼嘯著，如同行走在厚厚雪堆中的旅人，不管風雪如何的強勁，筆者依舊堅毅的前行。默默感受著兩位舞者的穩定表現，給予筆者

安定的感覺與穩定的支撐力量。要在三人間的肢體接觸與流暢度中找到平衡點，是這首舞作的困難點之一。因三人都是女生，因此，在動作的設計上多以相互牽引、倚靠、擁抱等動作，取代托舉等二度空間的動作設計。為確保動作的連貫性與順暢度，筆者與另外兩名舞者，從一開始的排練到每次的磨合，都不停的探索彼此之間的默契，舉凡呼吸的頻率、動力的強弱、動作的質地、重量的給予以及心理狀態等，企圖在三人之間找到彼此的關係，猶如三人一體，無法分割那般緊密，直到能感應彼此生命的存在狀態。

此外，令筆者挑戰的部分，莫過於筆者的獨舞。這段獨舞猶如佇立在高聳街燈下的獨白，複雜的思緒如潮水般襲捲而來，幾乎撐不住生命的虛弱，唯一不變的是堅定的意志。筆者在練習這段獨舞的過程中，總讓我感到挫折萬分。肢體在高低起伏的空間中竄流、步伐與重心瞬間轉換的控制與掌握以及動作間的連貫性等，在在令我陷入窒礙不前的低潮。所幸，在與編舞者及指導教授討論中，重新調整練習方式，放棄外觀的美醜關照，繼而將呼吸帶入動作，體會在流暢與斷點的動作之間，所產生之呼吸的差異並即時調整，運用更多的腹肌肌力強化個人重心的轉換，使能自在的在空間中游移，並逐漸感受到那股駕馭阻礙與順遂的自由。當筆者能完全將記憶及想像中的自己抽離，真誠的品味與感受活在當下的自己時，終能體會在生命長河中淬鍊且游刃有餘的新時代女性的輕鬆。

三、舞畢乍現的初衷

現代舞是筆者一直想嘗試但又相當畏懼的舞蹈風格。因為它有很多重心的瞬間轉移，常常令筆者感到措手不及無法流暢地表現，可是當筆者勤練著這齣舞作時，經過一次次的調整與訓練，動作上明顯有了轉變與進步。從原本僵硬沒有起伏的肢體動作，到最後配合呼吸節奏所產生的重心移轉、自由舞動，讓流暢的肢體恣意在空間揮灑與流竄，隨著情緒的堆疊，讓多層次的肢體訴說著人的溫度與情感的深度，充分展現出編舞者想要傳達的初衷——「站在遠處，細細端詳妳們的美好。溫柔的身影卻散發著堅毅的氣息；那是如水般的能力，剛柔並存。曾領略過那樣的美好，一種在心頭揮之不去的流連忘返。」（纏樂菩提，2011）。

第四節 小結

經過《媽》這支舞作的淬鍊，令筆者深刻體會藝術創作之所以吸引人，往往在於它綿延不斷的生命力。創作隨著編舞者的歷練日益豐富，而舞者則隨著創作演變的痕跡，不斷的挑戰自己及否定過去的自己。透過每一支舞作的參與及體會，刻劃出一道道個人舞蹈生命的痕跡，逐漸的累積出自己的風格，並創造屬於自己的影像。

第五章 靜如畫 動似水 《伶拂袖 唯鼓動》



圖 5-1 《伶拂袖 唯鼓動》 攝影：陳長志

編舞者：黃瑋婷、余青玲

舞意：靜如畫 動似水

水袖如風 風起鼓動

蒼天下之美 幻眾人之目

舞者：黃瑋婷、白碧惠、周瓊萱、陳彥含、熊婕、
何宇平、陳玟蓓

音樂：冥、追捕

服裝：鍾豆豆、全國舞蹈戲劇服裝公司

道具：賴輝杜

《伶拂袖 唯鼓動》是筆者在大學畢業舞展與余青玲共同創作的作品，該舞作曾榮獲 2008 年文建會「舞躍大地」舞蹈創作比賽「年度大獎」。本舞作是以中國古典舞水袖技巧來演繹，靈感始於電影「十面埋伏」。當初在編創此舞作時腦海中總浮現電影中演員章子怡以舞袖擊鼓，水袖飛揚，震撼全場之姿，因而決定將此意象作為《伶拂袖 唯鼓動》的創作主軸。

第一節 創作理念

電影「十面埋伏」，是以後唐時代為歷史背景，描述兩位捕快與一位盲女藝人的三角戀情糾葛，慢慢鋪陳到最後悲劇收尾。其中一幕「捕快試探盲女」令筆者印象最為深刻——男主角之一的捕快在妓院裡尋歡作樂，盲女藝人以水袖翩翩起舞，姿態柔美，捕快深受吸引。為了試探盲女藝人的真偽，便將手上的瓜子全部拋向環繞在盲女藝人周圍的鼓面上，藝人以敏銳的聽力，準確的運用手中水袖一一的擊鼓辨音，與瓜子落點方位一絲不差的精準拍打到位，加上電影裡的鼓樂配合，讓舞蹈與音樂交織的畫面，深深撼動筆者，靈感因此浮現且在腦中烙印。

在編排此舞作時，筆者不斷的思考「水袖」除了柔美與典雅的既定印象外，還能有甚麼可能性？除了抒發情感外，是否也可以成為樂器？武器？因此，筆者以搭配著五座立鼓作為此齣舞碼的主要道具，並以身著白衣狀似秀美靈動的舞者，以優雅的舞姿隨著音樂揮動飄逸的長袖，時而以俐落的

舞姿與精準的袖技擊打著鼓面，時而以舒緩的舞步與柔美的身段來回穿梭交織，屏氣凝神奮力直擊，與鼓展開一連串的對話。筆者企圖透過舞作表達中國古代女藝人技藝兼俱，剛柔並濟的完美衝突感。

第二節 水袖技法與韻味的掌握

《伶拂袖 唯鼓動》以中國古典舞水袖的技法為主要動作設計元素。根據文獻記載，水袖源自於漢末「白紵舞」。開始時可能在巫女降神時表演，這種舞蹈在晉朝時期就很流行(劉芹，中國古代舞蹈，1998)。水袖因布料質輕且柔軟，較難控制，需透過非常精準的力度與靈活的角度控制，才能準確掌握水袖的技巧與韻味的表現。因此，為了確實了解水袖的特性與掌握水袖的技巧，筆者試從「白紵舞」的起源、特色與水袖技巧等三方面探討：

一、「白紵舞」起源

說到「白紵舞」的起源，必須先從「清商樂」說起。曹魏時期，「清商樂」開始盛行，原是中原地區民間歌舞，進入宮廷後，經文人的改造而名清商，是一種有獨特風格的樂舞，帶著悲憫哀怨色彩。「清商樂」是漢族傳統俗樂的綜合稱謂，在三國時代就很流行，曹操和他的兒子們也醉心於此，由於曹操太喜歡了，所以他在臨死時留下遺囑，命令他的清商女樂住在銅雀臺上，每逢初一、十五，從早晨到中午都要表演。直到兒子曹丕建立魏國稱帝之後，更設立一個專門管理女樂的機構，叫做「清商署」。到了西晉武帝司馬炎也酷愛清商歌

舞，他滅了吳國之後，收納吳姬五千名，大大地充實了曹魏時留下的「清商署」。「清商樂」中有五花八門的「雜舞」，「白紵舞」就是其中著名的舞蹈之一，它是以質地輕薄的白紵舞服而聞名。「白紵舞」原是織造白紵的女工，讚美自己工作成果的作品，前身是江南的舞蹈。而物產豐饒的江南地區盛產紵麻，它的色彩潔白，質料纖維柔韌，是製作絹布的重要原料之一。婦女們喜歡穿著自製的白紵衣聚會和舞蹈，動作是以舞袖為主，而婦女們穿著這種用白紵縫製的舞衣跳舞，故名「白紵舞」(劉芹，中國古代舞蹈，1998)。

二、「白紵舞」特色

「白紵舞」從晉朝起就有不少文人為其寫歌詞，後人可從歌詞中探出其特色，如晉朝「白紵舞歌詩」中：「質如輕雲色如銀，愛之遺誰贈佳人。製以為袍餘作巾，袍以光軀巾拂塵。」(劉芹，中國古代舞蹈，1998)。從歌詞中可推敲出在當時「白紵舞」的表演者都是年輕女子，她們穿的是用非常薄又輕的白紵製成的舞袍，手裡拿著同樣布料做成的白長巾，舞出輕盈、優美的動人舞姿。又如南朝宋劉鑠「白紵歌詞」中說：「仙仙徐動何盈盈，玉腕俱凝若雲行。佳人舉袖耀青娥，摻摻擢手映鮮羅。狀似明月泛雲河，體如輕風動流波。」(劉芹，中國古代舞蹈，1998)。從這段文字描寫當中，得知「白紵舞」以徐緩的節奏開始，舞者輕輕地起步，袍袖拂動好似白雲在飄浮，袍袖中還不時露出雪白的手腕，其舞姿飄逸，舞衣潔白，光采照人，體態輕盈，一如明月浮動在雲河，又如微風吹動了流波。

綜上所述，得知「長袖取其飄逸」是為「白紵舞」的重點特色，以舞服的色澤和動作的飄逸為特徵，流行在民間的「白紵舞」後來登上宮廷大雅之堂，成為貴族人士欣賞的餘興節目。因表演的時間和場地的不同，內容和風格也會發生變化。「白紵舞」的基本動作主要是要求手與長袖完美配合，以抒情見長，分成獨舞和群舞，其主要特徵是「寫意多於寫實，在抒情中敘事」。它既可以表現「當肯嫁東風，無端卻被秋風誤」的自嗟自歎、傷感、無奈的情緒，又能表現「亂石穿空、驚濤拍岸，捲起千堆雪」那雄偉、壯麗的景色和開朗、豪邁的氣概（李天民、余國芳，中國舞蹈史，2000）。「白紵舞」不僅具有典型的中國式古典意象，更充滿了詩的韻味。

三、水袖的技巧

根據北京舞蹈學院從戲曲舞蹈提煉、整理而成的中國古典舞水袖技巧，大致可分為：抖袖、揚袖、拌袖（片花）、出收袖、沖袖、抓袖、推袖等，本舞大量運用了其中的抖袖、揚袖、出收袖、推袖、繞袖等五種技巧，筆者參考北京舞蹈學院邵未秋教授¹⁵編撰的中國古典舞袖舞教程，將各種袖技的掌握，補充說明如下：

（一） 抖袖（如圖 5-2-1）

抖袖是手腕在腰的帶動和臂的配合下，通過「抖動」的方式所形成的由曲到直、由內到外的袖體線條動作。抖袖在

¹⁵ 北京舞蹈學院中國古典舞系副教授，從事中國古典舞基訓、身韻、教學劇目等課程的教學與研究工作。

本舞的運用，主要是為了展現水袖之美，讓線條能清楚呈現，在擺動之間營造朦朧嬌柔之感。



圖 5-2-1 抖袖 攝影：陳長志

（二） 出收袖（如圖 5-2-2、圖 5-2-3）

出收袖是由「出袖」和「收袖」兩個環節組成，基於它們互相依存的關係，在袖舞訓練中，常常放在一起學習。出收袖是手臂在腰的帶動下，通過臂、手肘、腕、指的協調配合，在袖的展開與疊收之間，形成袖體的伸縮動作。出袖，是收袖的準備動作；收袖，是將伸展的袖從不同的方向收握在手中。筆者在本舞作中運用很多出收袖的動作，利用出收袖乾淨俐落的線條，配合音樂的鼓聲，讓袖的尾端觸及到鼓面，讓水袖擊鼓發出聲響的效果更加逼真，形成力與美的對

比視覺效果。



圖 5-2-2 出袖 攝影：陳長志



圖 5-2-3 收袖 攝影：陳長志

(三) 推袖 (如圖 5-2-4)

推袖是一種袖體伸縮動作，運用出收袖的方法，將出與收的過程進行動態化的訓練，提高對袖的控制力。推袖在本

舞作的運用，主要是做為收袖的延續動作，使層層交疊在手中的袖體，能隨著舞者的身段恣意的往任何角度送出，透過水袖在空間中交織的線條，時如「狀似明月泛雲河，體如輕風動流波」的千姿百態；時如「亂石穿空、驚濤拍岸，捲起千堆雪」般的雄偉、壯麗和開朗、豪邁的氣概。



圖 5-2-4 推袖 攝影：黃仁男

(四) 揚袖 (如圖 5-2-5)

揚袖是手臂的上弧線動作與手腕的「彈拋」動作相配合，所形成的袖體線條動作，計有直線揚袖與弧線揚袖兩種。筆者在舞作慢板部分，大量運用弧線揚袖的線條，與舞者圓、擰、傾、曲的身段對話，形成輕盈、飄逸、優美的舞姿，以

彰顯本舞作的古典氣韻與動人姿態。



圖 5-2-5 揚袖 攝影：黃仁男

(五) 繞袖 (如圖 5-2-6)

繞袖是一種袖體的畫圓動作。是手腕在指尖的帶動下，通過螺旋撥動使小臂扭轉，帶動袖體產生纏繞，形成向裡或向外的漩渦動作。繞袖在本舞作的運用，主要作為舞者間溝通與對話的元素，透過靈巧、敏捷如螺旋般纏繞的袖體，表達舞者間交織的情誼。



圖 5-2-6 繞袖 攝影：黃仁男

第三節 絕地逢生的創作過程

音樂在此齣舞作扮演極重要的角色，筆者選用張維良¹⁶「天幻簫音」的「冥」與黃誌群「禪武不二」的「追捕」貫穿舞作。這兩首樂曲在曲風上恰有不謀而合之共通性，皆以簡約的鼓樂配合意寓深遠的簫聲、琴聲，營造出祥和又不失肅穆感的氛圍。在嚴肅之間找到鼓聲節奏的澎湃，襯托水袖的千姿百態。舞者們在排練過程中，必須配合音樂的節奏舞動水袖，在拋、出、接、收的技法中，精準的以袖擊鼓，以

¹⁶ 1957年生於江蘇蘇州，中國音樂學院教授，著名的笛簫演奏家。

鼓抒情，不得有絲毫偏差與閃失，才能完整呈現技藝兼具與剛柔並濟的舞作意念。筆者深感在詮釋此齣舞作時，勢必困難重重，首先是難度極高的水袖技法掌握，加上複雜的音樂節奏，在在考驗著筆者及舞者們。忽急忽徐、驟雨不定的鼓聲，更是牽動著舞者們的心，時而靜謐無聲、時而驚心動魄，為了要讓二者搭配的天衣無縫，筆者在編排本舞作時，費盡心思克服排練的諸多障礙，使創作與排練得以順利進行，茲將筆者思考與記錄分述如下：

一、鼓樂與水袖的搭配

開始排練時，曾嘗試用水袖的動作擊鼓，並使鼓發出聲響，但試過了以下各種方式始終無法達成。

(一) 每位舞者在水袖尾端綁住一粒彈力球，但是在嘗試的過程裡，試著做舞蹈動作時，水袖卻因彈力球的重量，使得尾端變得較重，無法呈現出水袖應有的飄逸感。雖然在水袖尾端綁住彈力球，使其在擊鼓時產生較大聲響，但水袖因長度及重量的改變，導致力度與角度更難以掌握，無法準確控制尾端著力點，以袖擊鼓的想法因此作罷。

(二) 在水袖的邊端綁上繩子，嘗試以手抓繩帶出力度，而產生較好的擊鼓效果，但測試的結果依舊不如預期。

(三) 手持竹子透過水袖的掩飾擊鼓，但因水袖長度較長，發現即使舞者們手中的竹子打到了鼓面，卻中斷了水袖延伸的線條，依然無法達到

預期的效果。

最後決定運用長袖交橫的線條與鼓形成視覺交織，並以鼓棒擊鼓並陳的互動方式呈現。舞者們以「體如輕風動波流」的款款身姿舞動水袖，時而優雅若「狀似明月泛雲河」般之幽靜，時而壯盛如「亂石川空、驚濤拍岸，捲起千堆雪」般的氣勢，形成視覺與聽覺交織對話的意境。

二、情緒掌握與舞作詮釋

在排練的過程中，筆者不斷與舞者們溝通，並要求舞者們必須與水袖融為一體，讓袖與舞者的關係如影隨形，無論是外在形象的表現，或是內在情感的抒發，皆密不可分，無法抽離。為了完整呈現舞作的意境與情調，水袖技巧成為舞者們的首要課題。為了充分掌握水袖技法，舞者們皆利用每次排練前的一小時鑽研水袖的技巧，運用個人水袖技巧的先備經驗，針對每一種袖技的力度與角度掌握，不斷的練習與修正。以繞袖為例：為了使水袖呈現快速旋轉的螺旋狀，讓水袖的輕盈姿態能被充分展現，舞者們手部的出力點就必須拿捏的當，速度快又不能過於急躁，以免形成混亂的負面效果。

直到舞者們能充分掌握各種水袖技法後，始能透過洗鍊的古典舞身法及成熟細膩的情感表達，讓賦予靈魂的水袖，如同與鼓樂心靈交會一般，隨著舞動的肢體、音樂的情調與節奏揮舞，激盪出燦爛的火花。

克服了水袖技法掌握的問題後，接下來進一步要求技法

與音樂的配合。本舞作一開始的慢板音樂選自「天幻簫音」的「冥」，以緩慢的簫聲先做鋪陳，運用柔美的身段及水袖飄逸之美呈現，筆者以領舞者的身分自居，透過身段與水袖的技法，偶爾與舞者們展開對話，偶爾隨著簫音搭配連接擊鼓的動作，讓簫音、鼓聲與舞者的身段融合，形成視覺與聽覺相互激盪的畫面。隨著意寓深遠的簫聲引導，隨即進入一連串激昂澎湃的驚天震鼓，每位舞者猶如身懷絕技的舞姬，透過旋轉、小跳、跳躍與變化多端的水袖技巧，配合鼓聲的節奏變化盡情展現，形成水袖擊鼓的視覺感官衝擊，並在柔美與剛毅間，隱現中國古代女藝人技藝兼俱，剛柔並濟的完美衝突感。

第四節 小結

中國舞蹈是筆者的最愛，而《伶拂袖 唯鼓動》是此次畢業製作中，唯一一齣以古代為背景的舞作，時空的距離、文化的差異，阻隔了當代人對中國古代女性心理層面的探究，卻開放了創造的空間，此舞雖是舊作重現，卻因舞者的成熟度與筆者個人心境改變等諸多變異因素的影響，激發了筆者不同的創作思考，而成為煥然一新的作品。中國舞蹈因時間、空間形成了多元的民族性格與舞蹈風格，中國舞的舞者，亦多半由個人的生命經驗，嘗試揣摩異時、異地、異種族的他人「心」世界。筆者很開心透過這次畢製的機會，將個人多年學習中國舞蹈所累積的專業知能，選擇自己最熟悉的心理情境及肢體語言，與一群志同道合的年輕舞蹈家，穿透時空的隔閡，以「心」來看透人性境界。

第六章 「禪」樂淨世「纏」綿悱惻的《纏樂》



圖 6-1 《纏樂》 攝影：陳長志

編舞者：黃建彪

舞意：戒嚴時期，動盪不安的社會背景，戰爭造成人們的恐慌與不安，限制了人民的言論和行動自由，唯有回歸初衷，才能得到真正的心靈的平靜。

舞者：黃瑋婷、白碧惠、周瓊萱、陳玟倩、毛珣恩、何宇平、廖思婷、張建濱、宮銘祥、陳韜、孔慶樺、林廷緒、林柏宏、蔡昀展

音樂：The Protecting Veil、
The Nativity of the Mother of God

服裝：程彥菱、全國舞蹈戲劇服裝公司

筆者第一次接觸黃建彪副教授的舞是在王偉帆—【黑的記憶】個人畢業舞展，舞碼名稱為《Black》。在當時筆者就覺得老師編舞很有自己的獨特風格，將現代芭蕾的精髓發揮的淋漓盡致，但也因為如此在詮釋老師的舞碼時倍感壓力，因為許多完美的動作需要更多的時間心力去練習，要跳好他的舞很難，想要完美的表現更難！那時候第一次跳老師的舞作時，過程並非相當順遂，因為在跳此舞作之前筆者大多是以跳中國舞為主，很少接觸現代芭蕾，第二次接觸現代芭蕾則是在臺灣體育運動大學舞團年度舞展，【繫】，舞碼為《Forbidden Love》。那次的舞碼，就深深讓筆者情不自禁地愛上他的舞蹈風格，除了動作美感與力度到位外，情感的全心全意投入也無比重要，因此在跳完《Forbidden Love》後，筆者決定畢業舞展一定要力邀老師為筆者排舞，由於老師的厚愛，給筆者一個相當喜愛的《纏樂》舞作，詮釋起來能更能隨心所欲。

第一節 創作背景

《纏樂》此舞作背景，大致是以民國三十四年國民政府從日本手中接收臺灣後，政府與人民之間造成的衝突，以及當時人民對於政府的恐懼與不滿，反應到制度對於現實社會產生的民不聊生現象。當時的歷史背景為國民政府接收臺灣之後，將菸、酒、火柴、樟腦等等物品納入專賣，厲行統制經濟，公營事業的無限擴大，但由於官場貪污舞弊作風盛行，導致物價暴漲、通貨膨脹，因此導致百業蕭條、民不聊生，還有許多原因如米糧短缺、軍紀敗壞、盜賊猖獗、治安惡化

等等。臺灣人民在滿懷期待地卻換來失望的迎接中國國民政府之後的一年四個月，最後終於在民國三十六年（西元 1947 年）爆發了「二二八事件」。當時的警備總部開始進行鎮壓，造成許多社會菁英以及無辜民眾的傷亡，在當時官員任意將百姓民眾逕自行刑，人民的公平正義無法伸張，造成無辜百姓家破人亡，社會頓時充滿了恐怖緊張氣氛。

舞作整體呈現的氣氛是悲愴的，舞者以抽蓄的身體、在地面上不斷掙扎的肢體語言，傳遞著面對現實中支離破碎的恐懼與失去親人的痛。透過膜拜祈求內心安定，平撫畏懼的壓抑心境及煎熬的生活苦痛，詮釋出無任何希望的愁楚與無依無靠的氛圍。

第二節 創作意念與構思

一、現實與內心感受相互輝映

《纏樂》傳達出舞碼的意境，既有「禪」樂淨世無欲無求的心念，凸顯「纏」綿悱惻的深刻情感。「禪」是把心安放在當下，不為外界所動，舞者們拋開了現實生活的自己，將角色定位在戒嚴時期裡，那些因為政治動盪不安而苦不堪言的百姓，以禪定般的堅定心念以心制亂，一舉手一投足將悲憤化為悠長柔美的律動，傳達出臺灣戒嚴歷史紛擾、百姓由期待轉為悲憤的心境變化。

人是感情的動物，而人與人的關係更是情感交織的複雜網路，編舞者黃建彪教授運用大量的男女雙人舞，表達出夫

妻、愛侶、朋友及親子之間因害怕失去，而更加珍惜的濃厚情意及「纏」綿悱惻的深刻情感。因戒嚴時期男子常會無故失蹤，女子因害怕失去另外一半，而心生恐懼與煎熬，編舞者運用許多肢體觸碰、纏繞、擁抱以及親密撫摸的動作，溫暖彼此的心，撫慰彼此的傷痕，擁抱彼此生命交纏的餘溫，深刻地將「纏」的意境詮釋出來，更能切合主題之故事性。

《纏樂》以悠緩的木魚聲開始，猶如撫慰人心動盪與祈求平安寧靜的渴望。在微弱的光線下，充斥著靜謐肅穆的氛圍，隨著木魚聲頻率漸趨急驟，突然間急促猛烈的槍聲接踵而來，瞬間陷入槍林彈雨之中，打亂了原本的肅靜，直接明瞭刻劃出生命的瞬息萬變與人心的動盪不安。聽著音樂的廣播聲，道盡人心對生命的惶恐，營造出當代的歷史背景。轟隆隆的槍聲，帶出緊張氣氛，帶走希望，更挑動舞者內心的情緒，在柔軟中略帶剛強的舞動間，漸進式的突破層層堆疊的絕望，表露出尋求安定的心靈寫照。

二、「舞」、「樂」的完美配合

舞者們以現代芭蕾「力的表現」、「美的韻律」、「動的張力」，表現強烈對比的悲痛心境，一如當時被國民政府壓榨的苦民，難以掙脫紛亂的局面。生活的困頓接踵而來，加上言論上無自主權、百姓們遭遇官員們的威脅與欺負，正義卻無法伸張的無言苦痛。

肅穆的木魚聲，猶如舞者們祈求生活安定、壓抑內心憂鬱的語言，給人安定的撫慰。突然的轟隆槍聲，劃破寧靜，遍地狼藉，受驚害怕的情緒蜂湧而上。編舞者運用急促的動

作表現當時的慌亂恐懼，舞者在地上翻滾掙扎，像是備受戰亂的摧殘，祈求擺脫精神上的折磨。隨著紛亂的廣播聲逐漸清晰，道出戰亂的殘破與驚慌，那是一種無望的情緒，舞者透過沉重的步伐、緊繃的肌肉，沉靜的在這灰濛濛的社會中找到一絲的溫暖。

英國作曲家 John Kenneth Tavener(1944~現今)於1988年用大提琴演奏完成的「The Protecting Veil」，靈感來自於母親的神，因此樂曲給人平靜而沉穩的感受。面對著戰亂後的社會，開始尋求人與人之間的溫暖，透過碰觸、撫摸感受彼此溫度，試圖找到面對未來的希望，感覺自己存在的生命。隨著音樂的基調轉入略帶淒涼悲愴的「The Nativity of the Mother of God」，引人聯想到失去親人、愛侶的痛。熟悉的身影不停在心間圍繞，彷彿從未離開，卻伸手碰觸不著，驚覺一切只是假象，任憑時間的流逝，獨存人與人之間的溫情，將悲愴轉為力量，對天祈求膜拜，祈願保留那一絲的平靜與安定。

三、視覺饗宴

在服裝方面，採用深褐色略帶灰暗的色彩，與舞碼悲涼沉重的情景相互輝映，象徵血跡斑駁的深色色塊，猶如凝固的血液一般，富有重量感的質料，代表著沉重的心情，舞者紛亂掙扎的肢體牽引裙子隨之擺動，表露情緒的爆發力，並突顯舞作的真摯情感。在燈光方面，採用偏向灰暗的冷調色彩，映照在深褐色的服裝及舞者虔敬的肢體上，更顯得莊重與嚴肅。由此可見，在詮釋舞碼的同時，除了編舞者的構思

與音樂能相契合，服裝與燈光的配合更是不可或缺的一環。

第三節 肢體展現動亂時的心情寫照

一、肢體語彙的掌握



圖 6-3-1 《纏樂》 攝影：陳長志

舞作一開始筆者一人跪坐在地上敲著木魚（如圖 6-3-1），就像是虔誠的信徒想藉由聲聲木魚聲來撫慰自我一般，企圖敲掉內心的恐懼、打碎對生活的不安全感，惟內心的糾結卻沒有因此得到舒解，反而越來越焦慮。身體因木魚聲逐漸急促而更加緊繃，深藏於心裡的焦慮及外界帶來的種種壓力，反映出當時人民心中的恐懼、無語問蒼天的悲痛！



圖 6-3-2 《纏樂》 攝影：陳長志

接踵而來的連續槍聲，為整首舞碼破了題，直接的反映了這齣舞碼的背景。槍聲轟隆作響，舞者們以瞬間收縮、僵直的肢體，頻頻墜地掙扎；筆者以紛亂的步伐、抖動的肢體，歇斯底里的拍打、拉扯自己千瘡百孔的軀殼，來回狂奔於橫屍遍野的殘破家園，失控的情緒與緊繃的肢體頓時陷於恐慌震驚之中。隨著音樂逐漸緩和，筆者注視著殘破的家園及倒臥血泊的舞者，猶如親人一般，心疼與不捨的彎下腰來，並以顫抖的手輕撫著他們（如圖 6-3-2），撫去親人的傷痕，同時撫去沉寂在筆者內心許久的委屈。



圖 6-3-3 《纏樂》 攝影：陳長志

時間倒回昔日的回憶，七對男女在小提琴低吟的樂聲下共舞（如圖 6-3-3），透過撫摸、擁抱與難分難捨的拉扯來傳達彼此間相愛且不捨的心境，看似濃情密意，卻瀰漫著一股說不出來的沉重壓力。面對動盪社會的無情摧殘，藉由摯親最愛的擁抱與支持，尋求活下去的力量。

在舞作的最後，音樂趨緩動作也跟著沉靜，緊張恐懼的情緒終於得到緩和。此時，舞者們已被殘酷、不安、焦慮折磨的傷痕累累、身心俱疲，撐著殘破的軀殼緩步前進，用盡最後一絲氣力雙手合十虔敬地向天祈求，祈求上天的救贖，讓漂泊不定的靈魂得到心靈的撫慰與解脫。

二、 舞作詮釋的掌握

在詮釋這首舞作時，心中不斷浮現許多「失去」後的感受。編舞者在編排此舞作時，正逢日本 311 強震，想著日本災民失去了他們所擁有的摯親與家園，那種椎心之痛讓人難以承受。生命承載著許多共同的記憶，日本災民的痛深深觸動筆者的心靈，筆者不斷的思考，他們的心靈寄託是什麼？筆者深信那是一種心靈的撫慰與支持。

筆者將男舞伴宮銘祥想像成人生中最摯愛的人，當摯愛逝去，想觸摸他的臉卻又摸不著的痛，疼得令人難以承受。與銘祥相互搭配跳雙人舞已有數次經驗，從《Forbidden Love》與《蛇郎君》都與他搭檔，因此再次與他一起詮釋雙人舞時，更顯得心應手默契十足。唯一讓筆者感到困難的地方在於《纏樂》本身所要表達的紛亂與矛盾情緒——一種打從心底的絕望與悲從中來無力感。筆者原以為只要身體放鬆地去舞動即可，沒想到事實並非如此，在練習的過程中，發現肢體的展現略顯空虛，與銘祥兩人的互動、力量的給予皆難以控制，無法呈現雙方自然而然的情感交流與肢體默契。經過了反覆的磨合以及默契的培養，一次又一次地修正，直到兩人找到相同的頻率與立足點。銘祥成了筆者非常重要的依靠，也因為這份信任感，讓筆者隨心所欲將身體完全交付予他，在他身上感受著彼此的呼吸與溫度，救贖彼此被生命侵蝕的心靈。感謝有他，讓筆者堅強，感謝有他，讓筆者懂得信任與交付，感謝有他，讓筆者不斷修正自己的身體，懂得在彼此之間尋求一股讓筆者持續前進的勇氣。

時間雖然會讓痛苦過去，讓傷痕痊癒，唯痊癒的傷口依然會存在一道深刻的疤痕，歷經此舞的洗禮，讓筆者更懂得把握當下珍惜所有。

三、 舞畢乍現的初哀

心想，奇怪，到底怎麼了？才一轉眼，就看到我身後的泥灰牆開始倒塌了...關東大地震對我而言，是一個相當恐怖的經歷，但同時也是一個極為珍貴的經驗...觸目所及來來往往的人，看起來活像一群地獄裏的遊魂...火柱高高地朝天空冒起...一整天，我們就在一大片廢墟中穿梭，看到無數令人害怕、數不盡的屍體遺骸...廢墟之中沒有任何綠意(黑澤明，蛤蟆的油，2006)，夢境與人生何者真實？《纏樂》讓筆者藉由身體去體會生命瞬息萬變的現實，長達三個月的密集排練，熟悉的樂曲不斷牽引出彼此的生命故事，透過此起彼落的呼吸聲感受彼此的存在，長期下來，14位舞者已培養出情同家人的默契，形成一股相互依賴、彼此支持的力量，這股力量總在筆者體力到了最極限的時候，強而有力的支撐著自己，任憑失控的情緒、紛亂的肢體盡情宣洩，再度將筆者推向生命的另一座懸崖。

第四節 小結

有人透過舞蹈完成自己的夢想，有人透過舞蹈記錄自己的心情故事，筆者則是透過舞蹈體驗人生。《纏樂》讓筆者經歷了生離死別的苦痛，歷經此舞的洗禮，讓筆者更懂得珍惜

與把握當下所擁有的一切人、事、物。



圖 6-4-1 《纏樂》 攝影：陳長志

第七章 結論

安德烈·塔科夫斯基(Andre Tarkovsky, 1932~1986):「禮物永遠有犧牲的含義，你必須犧牲的足夠，才有資格獲取報償。」(鴻鴻，跳舞之後·天亮以前，1996，頁32)。【纏樂菩提】的演出不但是檢視筆者二十多年舞蹈生涯的成果，更是給予筆者一份珍貴且獨一無二的禮物。在筆者的人生當中，舞蹈早與生活密不可分，犧牲假日以及課後休息時間不斷的練習，只求在舞蹈的領域上能更加精益求精，相信這是所有舞者共同的生命經驗。筆者對於從小至今走上舞蹈這條既艱辛又具有多重挑戰的崎嶇道路，雖然時常感到挫折、甚至再也無法支撐下去了，所幸感謝自己當初一次次的固執，與不想輕易認輸的決心，筆者不但沒有半途而廢，反而越挫越勇、征服了許多自己認為做不到的事、克服了諸多繁瑣複雜的難題，尤其是碩士畢業舞展－【纏樂菩提】演出結束之後，感覺人生似乎又到了另一個高處，跨越了另一個人生階段，筆者成長的不只是舞藝的增進、更是心靈層次的蛻變。

小時候筆者只是純粹地很喜愛跳舞，在舞動身體的同時覺得自己是快樂的、能無憂無慮地在舞臺上旋轉、奔騰，盡情地展現自己並享受獲得無數掌聲的成就感，這感覺是如此的美好。直到高中受到專業的舞蹈訓練課程，開始展開舞蹈技巧嚴峻的魔鬼訓練，此時此刻挫折與困難才開始湧現。大學時期有了高中時的舞蹈專業基礎，加入舞團之後開始專注提升舞蹈的心靈層次，無數的演出經驗持續累積著，直到攻讀碩士學位時，筆者始懂得透過舞蹈作為認真看待自己、看待生命的學習，學著用「心」跳舞，也讓筆者對所有的感覺

更深刻。回顧過往，每一個階段的舞蹈歷程都是筆者最珍貴的寶藏。

【纏樂菩提】畢業舞展並非筆者個人的成就，在筆者身後有著強而有力的師生情誼作為後盾，這股堅不可破的向心力總是積極的督促著我、支撐著我。再次感謝指導教授潘莉君主任的指導，讓筆者從開始的規劃、籌備、排練、製作，到最後演出等所有的流程都能順進行；感謝本校大學部及碩士班協助演出的舞者及工作人員共同參與此次的製作，與筆者長期抗戰；最後要感謝此次畢業舞展的四位靈魂人物—黃建彪教授、謝杰樺等四位編舞家為筆者量身編創全新舞作，透過舞作反映他們的人生態度，同時讓筆者更勇敢更誠實的面對自己，在詮釋及表演風格上更豐富且多元。

當筆者真正站上舞臺正式演出時，早已忘了緊張，只將自己融入在舞臺的氛圍中，享受著被燈光與掌聲擁抱，並全心全意融入其中，瞬間，這種用「身心」與空間、時間對話的感覺，就是舞臺吸引筆者的地方。站在舞臺上的筆者，總是盡情的跳，盡心的舞，這股對於表演的熱愛與痴狂，無疑是希望能將舞蹈的魅力與觀眾分享。國家文藝獎得主許芳宜在自傳「不怕我和世界不一樣」中分享她的生命態度提到：「一個優秀的舞者不只是『擁有』超高技巧，上了舞臺還必須具有『給與和分享』的能力及魅力，臺上是，臺下也是，那是藝術人心目中的一流。舞者生涯中如果有所謂的成就，自我累積與成長的學習，應該是最大的收穫。」(許芳宜、林蔭庭，不怕我和世界不一樣，2007，頁100)。筆者認為舞蹈對自己而言，不再只是舞蹈而已，它早已融入在自己的生活之中，

從舞蹈中倒映出自己的人生態度，學習著如何面對自己的心，人生的極致是筆者此生持續追求的目標，更是自我要求的一種生活態度。畢業舞展雖然結束了，但是筆者的人生依舊進行著許許多多的挑戰，不會完結的是對於生命的熱忱、對於舞蹈的鍾愛。

參考文獻

中文部分

- 李天民、余國芳（2000）。*中國舞蹈史*。臺北市：大卷文化有限公司。
- 邵未秋（2004）。*中國古典舞袖舞教程*。上海：上海音樂出版社。
- 劉芹（1993）。*中國古代舞蹈*。臺灣商務印書館股份有限公司。
- 馮明珠、所文清（2010）。*勝地西藏最接近天空的寶藏*。臺北縣：聯合報股份有限公司。
- 李銀河（2004）。*女性主義*。五南圖書出版股份有限公司。
- 薛化元（1991）。*臺灣歷史*。大中國圖書公司。
- 蕭君玲（2008）。*中國舞蹈審美*。臺北市：文史哲出版社。
- 鴻鴻（1996）。*跳舞之後·天亮以前*。臺北市：萬象。
- 許芳宜、林蔭庭（2007）。*不怕我和世界不一樣：許芳宜的生命態度*。臺北市：天下遠見。

網路資料

中華漢藏密「密嚴慈惠妙心」(2013)。雙身相。2013/1/10，
取自

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!.o56gZSeGUe5GSioZXz13NQ07FQ-/article?mid=255>

中國傳統舞蹈網(2012)。長久流傳的白紵舞。2012/12/15，取自
<http://www.chiculture.net/0507/html/0507d11/0507d11.html>

神傳文化網(2012)。凝練袖舞：水袖舞。2012/12/15，取自
<http://big5.zhengjian.org/articles/2007/12/19/49912.html>

表演藝術網(2012)。四界看表演 *Stage Viewer*。2012/12/20，取自
http://www.paol.ntch.edu.tw/magazine_open.asp?CatID=10672&MagazineID=203

維基百科自由的百科全書(2012)。中國舞。2012/12/15，取自
<http://zh.wikipedia.org/zh-hant/%E4%B8%AD%E5%9C%8B%E8%88%9E%E8%B9%88>

維基百科自由的百科全書(2013)。勝樂金剛。2013/1/10，取自
<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8B%9D%E6%A8%82%E9%87%91%E5%89%9B>

維基百科自由的百科全書(2013)。歡喜佛。2013/1/10，取自
<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%AD%A1%E5%96%9C%E4%BD%9B>

維基百科 (2013)。金剛經。2013/1/12，取自
<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%87%91%E5%89%9B%E7%B6%93>。

芭蕾舞百科 (2012)。什麼是現代芭蕾舞。2012/12/15，取自
<http://baleiwu.baik.com/article-13051.html>

百度百科 (2013)。吉祥喜金剛。2013/1/10，取自
<http://baike.baidu.com/view/5399403.htm>

藏經閣佛教印經網 (2013)。吉祥喜金剛壇城解析。2013/1/10，取自
<http://www.fjcjg.com.cn/html/fjbz/mz/sjpp/2010/0517/10929.html>

互動百科 (2013)。金剛亥母雙身像。2013/1/10，取自
http://tupian.baik.com/a2_55_74_01300001222322132131741157714_jpg.html

藥師山網站 (2013)。西藏佛教的主要神佛聖像與法器。
2013/1/10，取自
<http://www.yshla.org.tw/artist.php?sLv0HtmNm=894.htm>

鳳凰網 (2013)。藏傳佛教大威德金剛的藝術特性。2013/1/12，取自
http://big5.ifeng.com/gate/big5/fo.ifeng.com/foyibolan/200906/0605_296_56340.shtml

博客西藏網站 (2013)。密續之王密集金剛祈願頌。2013/1/12，取自
<http://duoshi.tibetcul.com/home.php?mod=space&uid=2426&do=blog&id=124678>

西藏探秘--藏傳佛教的故事網站（2013）。西藏文藝篇 第 1
話。2013/1/12，取自

<http://tantrastory.blogspot.tw/2010/08/2010tibet-part-i.html>

喇嘛網（2013）。2013/1/10。取自

<http://www.lama.com.tw/content/meet/act0.aspx?id=939>

附錄

附錄一、訪談紀錄

訪談人：張建濱

紀錄：黃瑋婷

訪談日期：2011/3/25

【雙身菩提】排練後記

深刻記憶第一次排練時，編舞者由聖地西藏—最接近天空的寶藏一書裡的一張雙身佛像作為創作序曲（這本書我之前偷偷翻過，只是沒想到這次是在舞蹈上和它碰面…），這張圖像令人印象相當深刻，特別是那忿怒相、怒目圓睜、口露獠牙，並且常常頭戴骷髏冠，手持法器，以一男一女互相擁抱姿態的佛像，它確實是文化的一環，也是一個明確的形象，但個人對其認知只僅止於它是一個神的形象而已。

第一次排練結束時，其實很挫折！以前在《夜奔》或《Forbidden love》裡詮釋特定角色時，做過功課後，起碼還能有個劇本、歷史故事或電影情節作為導引；但我卻對“神”這麼一個角色，腦海裡始終只有一個形象存在，說要放什麼感情來跳它！？即使是用人類擁有的七情六慾也摸不著邊地用哪種情緒來表現它…對於我一個平凡人來說，根本無從考究如何跳進去到那“神的領域”啊。排練完，只知道動作很多音樂很長，即便和瑋婷討論過後，還是不知道動作要表現什麼？要如何表現這個角色？於是，我和瑋婷到文心路上一家藏人開設的藏傳佛教文物店（老闆是西藏人，在逢甲也開了一家

小西藏館餐廳，賺很大，可以刪掉這段……)，店內有相當多西藏的銅製或流金佛像，雕工很精美，印象深刻的是，很多佛像有著忿怒相、千手千眼、身形千姿百態，一尊尊佛像安安靜靜佇立在玻璃櫃上，佛像的面容，身上的飾品和雕工卻是透露一股霸氣與讓人敬畏的氣息！我也很清楚印入眼簾的這些西藏神像的面貌、身形、氣韻是我唯一能帶走的。很抽象，但是我要如何切入這樣一個抽象的角色實在是令我很“阿雜”！！

回到家，上網查詢雙身像的來由，不是看不懂宗教的解釋就是對它褒貶很多…心裡頭很篤定這些不是我要帶入表演所要的。漫遊網路與心浮氣躁之際，我將畫面帶到 YouTube，敲上“黃豆豆”關鍵字來衝衝勁兒，巧瞄到一段陳維亞編導為黃豆豆編排“秦俑魂”的後記，陳維亞編導以右手食指和拇指由眉心往下掐住鼻子山跟這樣的一個動作來說明這支作品難的地方是要抓住秦俑形象的“神”；黃豆豆為此也親臨西安秦始皇陵兵馬俑坑感受當下氛圍氣勢！深刻記憶其在“秦俑魂”獨舞中以一“仰天長嘯”之姿，以一當百地跨時空活現了秦俑這個角色，我用“跨時空”這三個很吸引人也好好像很偉大的字來形容，這抽象的“由意於形”就是讓我對於詮釋【雙身】很想嘗試的第一步！於是，在排練時，西藏神像中的面貌、千手千眼、與神像佇立在玻璃櫃中的那股“不動則威”的韻態。個人解讀“千手千眼”是讓我去嘗試發揮肢體的空間，特別是神像身上的千手，手姿幾乎不太一樣，姑且不論具何意義，我嘗試將自己手掌撐開的用力，和著音樂的旋律，才發現原來連我自己平常少用的“蝶指”也會下

意識地出現，連“手指頭都有戲”絕非刻意安排的；應該說是腦海中的形象和音樂的牽引而渾然天成的張力吧！！從第一段渾厚的人聲音樂到第二段激昂鼓樂的時間，除了編舞者給的動作元素，一方面我也一直在探索身體“用力扭曲”的可能性！這勢必要拋開以前我在技巧課所學的一切身段功夫；有一段時間我讓身體浮游在音樂躁動有節奏的旋律裡，一直重複一直重複，有一股期待是不是會出現適合我想要這個角色的靈魂！

附錄二、【纏樂菩提】企劃內容

一、演出實施計畫

- (一) 演出主題：國立臺灣體育運動大學體育舞蹈學系碩士班黃瑋婷畢業個展—【纏樂菩提】
- (二) 宗旨：展現專業成熟的舞蹈技能及學校教學成果與特色，提升觀眾對藝術欣賞水平。
- (三) 目的：以當代人觀點及思維窺探女性的內心世界，運用古典與現代藝術的結合，透過多元的編舞技法及成熟的肢體展現，挑動黃瑋婷的內心風景，跨越古今。
- (四) 預期效果：對肢體認知以及表達詮釋方式之純熟度和內在視野的提昇，創造出令人耳目一新的表演形式與風格，期以精緻多元的舞蹈展演帶給觀眾震撼的視覺饗宴。
- (五) 指導單位：教育部
- (六) 主辦單位：臺灣體育學院體育舞蹈學系
- (七) 承辦單位：臺灣體育學院體育舞蹈學系碩士班
- (八) 協辦單位：國立臺灣交響樂團中興堂
- (九) 演出時間：2011年5月11日 星期三 7：30 pm
- (十) 演出地點：國立臺灣交響樂團中興堂

二、 演出動機

演出者—黃瑋婷，憑著一股對舞蹈的熱愛、對表演的熱情、對展現自我的執著，以致於從小習舞至今，一直在舞蹈這塊領域裡不停地磨練、不停地在挫折中成長、不停地在困境中精進舞藝。我認為舞蹈不只是純粹的肢體表演，在跳過許多由優秀編舞者所編的舞，才發現諸多舞碼的意境是很耐人尋味的，舞蹈如何富有生命力，是編舞者與表演者要注意之重點。

其中一首舞碼『伶拂袖 唯鼓動』，編舞想法來自於電影「十面埋伏」，當我在看完此部電影後，深深被裡頭的舞蹈、劇情所吸引，因此促成了這一首舞碼的完成，本作品在大學畢業舞展時呈現，更在 2008 年舞躍大地榮獲年度大獎；以研究當代歷史背景、名舞伎在當時朝代的影響力，用現代人觀點及思維窺探女性的內心世界，透過編舞的觀點表達內在的風貌，與現代藝術作為結合，以現代思維去體現出兩相結合之意境。在校期間多次參與本校舞團國內外巡迴演出，曾到美國、北京、上海等地演出參訪，在舞蹈的領域裡，舞蹈主修為中國舞，對於中國舞的喜愛是無可比擬的；除此之外對於芭蕾舞也富有極大興趣，更喜歡結合不同舞風創作與呈現，在校飛舞獎比賽中，曾編創兩首作品『梵境』、『絕色』分別得到銀牌獎及佳作，嘗試做不同舞蹈的編創，將個人想法與音樂所傳達的感受透過舞蹈一一呈現，使觀眾耳目一新！

此次演出，所有的籌備製作與企劃皆由舞蹈系碩士班的

研究生與表演者共同製作，並邀請國內知名編舞家參與，以再現編舞家之經典舞作及新編舞作的方式呈現，展現舞者們精湛的肢體藝術與成熟的表現方法。

對於舞蹈之學習始終秉持專業的態度及多元的視野進行訓練與學習，積極參與國內外舞蹈藝術團體之交流與進修機會，並有豐富的舞臺表演經驗，將所學其技能透過肢體、情緒、感覺透過舞作做成果的展現，嘗試不同的舞蹈風格做別於以往的突破，希望藉由舞蹈在舞臺上，揮灑自如，展現自我。

三、 演出舞碼

(一) 《雙身菩提》

編舞者：潘莉君

舞者：黃瑋婷、張建濱

(二) 《媽》

編舞者：謝杰樺

舞者：黃瑋婷、陳欣瑜、廖思婷

(三) 《伶拂袖 唯鼓動》

編舞者：黃瑋婷、余青玲

舞者：黃瑋婷、張建濱、白碧惠、陳彥含、熊 婕、
何宇平、陳玟蓓

(四) 《纏樂》

編舞者：黃建彪

舞者：黃瑋婷、白碧惠、周瓊萱、毛珣恩、陳玟
蓓、宮銘祥、陳柏諭、孔慶樺、陳 韜、
林廷緒

四、系所主任/指導教授/編舞者簡介



潘莉君 副教授

學歷：國立臺北藝術大學舞蹈研究所畢業

現任：國立臺灣體育學院體育舞蹈學系系主任

曾任臺北民族舞團首席舞者暨排練指導，並多次隨臺北民族舞團赴歐洲、非洲、香港、泰國、中國大陸等地區巡迴演出百餘場。1991年榮獲文化建設基金管理委員會第一屆「獎助優秀舞蹈人才」獎學金，赴美參加「美國舞蹈節」(American Dance Festival)、1994年獲第四屆「瀋陽秧歌節」最佳表演獎、2001年與詹佳惠共同製作演出『女兒紅—詹佳惠、潘莉君舞蹈創作展』、2002年獲中華民國舞蹈學會第24屆舞蹈「飛鳳獎」、2006年與中臺灣藝術家共同成立【發現舞蹈劇場】並擔任藝術總監等。

1999年進入臺灣體院服務，開啟了個人創作的生命歷程，無論是地域性、歷史性的題材，個人創作作品總是在空間的橫軸與時間的縱軸穿梭、漫遊，一路走來，細膩委婉的

創作風格盡現舞作中，重要作品包括：『回到古文明』、『春漫拉薩』、『彝家歡歌』、『盤鼓』、『花雕』、『菅芒花』、『阮的愛 擱叨位』、『舞躍臺灣情』、『花嫁』、『雪映 殘紅』、『亂花 旋』、『牽手的溫度』、『當你經過我身邊』。

五、 製作人/編舞者簡介



黃瑋婷

2010 年

參加國立臺灣體育學院舞團—【蛇郎君】巡迴演出

參加導演張藝謀執導—杜蘭朵 兩場演出

參加國立臺灣體育學院赴上海體育學院舞蹈交流

2009 年

參加國立臺灣體育學院舞團—【繫】巡迴演出

國立臺灣體育大學研究所雙人聯展—【絕代雙嬌】、【京天動地】演出

2008 年

參加國立臺灣體育大學赴大陸北京、廣州參訪

參加國立臺灣體育大學舉辦「2008 國際舞蹈文化人類學研討會」

參加「2008 舞躍大地」藝術舞蹈創作比賽編創《伶拂袖唯鼓動》入選—年度大獎

參加國立臺灣體育大學舞團—【沁】巡迴演出

國立臺灣體育大學研究所畢業展—【我們之間】、【黑的記憶】兩場演出

國立臺灣體育大學第九屆畢業製作—邊界 巡迴演出

2007 年

參加國立臺灣體育學院舞團—【圓】 演出

參加國立臺灣體育學院舞團赴美國巡迴公演

參加國立臺灣體育學院「2007 海峽兩岸舞蹈文化人類學研討暨表演會」

參加國立臺北體育學院舉辦「2007 中國古典舞教學研習營」

擔任中區大專院校田徑邀請賽暨學生實習運動會表演組組長一職

2006 年

參加國立臺灣體育學院舞團—【輪】 巡迴演出

2005 年

參加國立臺灣體育學院舞團—【創世紀】 巡迴演出

六、 編舞者簡介



黃建彪 副教授

學歷：荷蘭柏蘭巴斯音樂及舞蹈學院

Brabants Conservatory Dance Academy 畢業

現任：國立臺灣體育學院體育舞蹈系專任副教授

1994-2002 年

國立臺灣體育學院體育舞蹈學系芭蕾舞專任外籍教練

2002 年

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 年

臺北芭蕾舞團藝術指導及排練指導

1995 年

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 年

獲香港最佳藝術年獎

1990~1994 年

擔任香港 Jean Wong School of Ballet 舞團排練指導

1990 年

曾榮獲紐約國際芭蕾舞大賽銅牌

盧森堡國際芭蕾舞大賽第三名

1986~1992 年

香港芭蕾舞團首席舞者

1987 年

日本國際芭蕾舞大賽第三名

1985 年

荷蘭伯蘭巴斯音樂及舞蹈學院畢業



謝杰樺

學歷：臺北藝術大學舞蹈創作研究所畢業成功大學建築學系

在建築與舞蹈的雙重背景之下，其作品顯現獨特的創作思維。著名的作品包括獲得國藝會與兩廳院所贊助並分別獲選為該年度新人新視野優良作品的《安娜琪的夢想》（2009）和《1980 的安娜琪》（2008）、受邀為北藝大舞蹈表演研究所畢業生賴炫均所編創並深獲好評的《Anarchy》（2008）、獲得由文建會所主辦 2008 舞躍大地優選獎的《Falling Kiss》（2006），還有獲得世安美學獎的現代主義作品《灰階混亂》（2006）...等。2009 年秋季前往美國 Colorado College 擔任客席教師，並獲選為臺北國際藝術村出訪藝術家，受邀於 2010 年在 Texas Christian University 和 Colorado College 發表新作。作品《安娜琪的夢想》受邀於美國科羅拉多舞蹈節、紐約 2010 年全球舞蹈藝術節、印度加爾各答演出。並於 2010 年秋天，受邀前往為新加坡 Frontier Danceland 舞團創作新作，並於新加坡濱海藝術中心 Studio Theater 發表。2009 年參與高雄世界運動會開幕演出的舞蹈統籌與編排。



余青玲

學歷：國立臺灣體育學院

2008 年

參加「2008 舞躍大地」藝術舞蹈創作比賽編創《伶拂袖
唯鼓動》入選—年度大獎

國立臺灣體育大學第九屆畢業製作—邊界 巡迴演出

2007 年

亞洲青少年角力錦標賽開幕演出

國際自由車環臺賽—臺中站開幕儀式演出

2006 年

參與洲際盃棒球賽開幕演出

2005 年

參與九十四年雙十國慶大會表演

參與九十三體委會辦理歲末榮耀感恩之夜頒獎典禮

七、 演出流程（行政）

（一） 演出製作初期

1. 擬定畢製初步構想
2. 與指導教授討論研究演出內容
3. 確定舞碼類型、編舞者及舞者
4. 申請演出場地
5. 確定演出場地及時間
6. 撰寫演出企劃書
7. 尋求贊助廠商

（二） 演出製作中期

1. 初版演出服裝
2. 設計文宣(海報、DM、節目冊、邀請卡、謝卡)
3. 印製文宣品(海報、DM、邀請卡、謝卡)
4. 觀眾席的劃分
5. 訂定觀眾席票價
6. 歸納貴賓名單
7. 擬定寄發文宣及邀卡名冊
8. 拍攝舞碼劇照及舞者照
9. 聯絡技術廠商（燈光、攝影、錄影）
10. 擬定宣傳稿
11. 完成兩廳院售票系統簽約相關程序

（三） 演出製作後期

1. 演出前五星期

(1) 演出訊息公告於兩廳院

2. 演出前四星期

(1) 文宣品印製、寄發完成

(2) 演出服裝完成

(3) 節目冊初稿

3. 演出前三星期

(1) 確定節目冊樣本

4. 演出前兩星期

(1) 設計謝幕

(2) 設計問卷

(3) 節目冊印製完成

(4) 製作演出工作證

(四) 後製作業

1. 統整問卷調查表

2. 畢製相關資料統整成果報告書

3. 演出 DVD 存檔、拷貝

4. 寄發感謝卡

5. 結算各項開支

八、演出流程（舞碼排練）

（一）演出製作初期

1. 與編舞者做初期溝通（調性、內容、時間）
2. 第一次看排（進度 50%）

（二）演出製作中期

1. 第二次看排（進度 75%）
2. 準備口試各舞碼服裝道具
3. 第三次看排（進度 100%）
4. 畢業口試彩排
5. 畢業口試體操館場地申借

（三）演出製作後期

1. 各舞碼最後修改
2. 演出前彩排

九、演出團隊

- (一) 校長：蘇文仁
- (二) 指導教授/藝術總監：潘莉君
- (三) 製作人：黃瑋婷
- (四) 編舞者：潘莉君、黃建彪、謝杰樺、黃瑋婷、
余青玲
- (五) 舞者：黃瑋婷、陳欣瑜、白碧惠、周瓊萱、
陳彥含、熊 婕、廖思婷、何宇平、
毛珣恩、陳玟蓓、張建濱、宮銘祥、
陳柏諭、孔慶樺、陳 韜、林廷緒
- (六) 工作人員
 - 1. 執行秘書：丁 瑀
 - 2. 舞臺監督：蔡靖淳
 - 3. 排練、總務：黃瑋婷
 - 4. 後臺：邱子瑋
 - 5. 場地：熊 婕
 - 6. 器材：陳 韜
 - 7. 服務：廖思婷
 - 8. 燈光、道具：孔慶樺
 - 9. 前臺：何宇平
 - 10. 票務：曾珮瑜
 - 11. 文宣：蘇立平、蔡嫻緹

十、經費預算

編號	組別	項目說明	數量	金額	總額	
一、	排練	編舞費	3首	30,000元	30,000元	
二、	場地	租借演出	演出	1天	76,000元	104,500 元
		場地	綵排	5時	8,500元	
			走位			
			保證金		20,000元	
三、	錄影	一場雙機、含剪接及錄製影片	1天	20,000元	20,000元	
四、	攝影	演出拍攝、舞者照、舞碼照	1天	6,000	6,000元	
五、	服裝	舞碼服裝製作(10,000元)	3套	30,000元	38,100元	
		服裝租借(300元)	15套	4,500元、		
		服裝乾洗費(200元)	18套	3,600元		
六、	道具	道具製作		5,000元	8,000元	
		道具車	1天	3,000元		
七、	文宣	設計費、海報150張、DM500張、邀請卡100張、謝卡100張、信封200張、節目冊800本		40,000元	40,000元	

八、	前臺	前臺佈置		2,000 元	2,000 元
九、	後臺	螢光棒		300 元	2,300 元
		黑膠帶		2,000 元	
十、	美工	材料		3,000 元	3,000 元
十一、	燈光	燈光	1 天	100,000 元	100,000 元
十二、	機動	膳食費		10,000 元	30,000 元
		雜支		20,000 元	
總 額					383,900 元

附錄三、演出舞碼劇照

一、《雙身菩提》

編舞者：潘莉君、黃建彪



圖 1 攝影：陳長志



圖 2 攝影：陳長志

二、《媽》

編舞者：謝杰樺

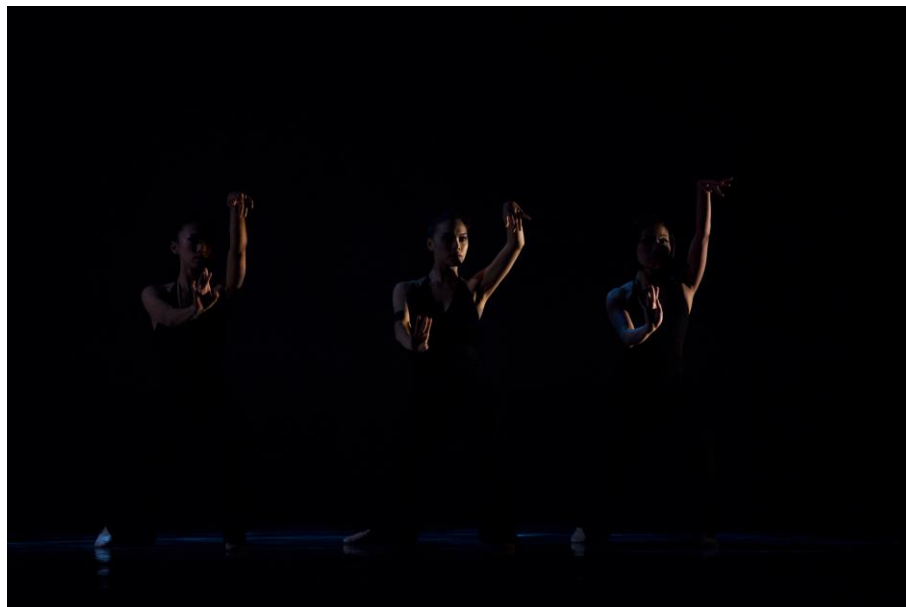


圖 3 攝影：陳長志

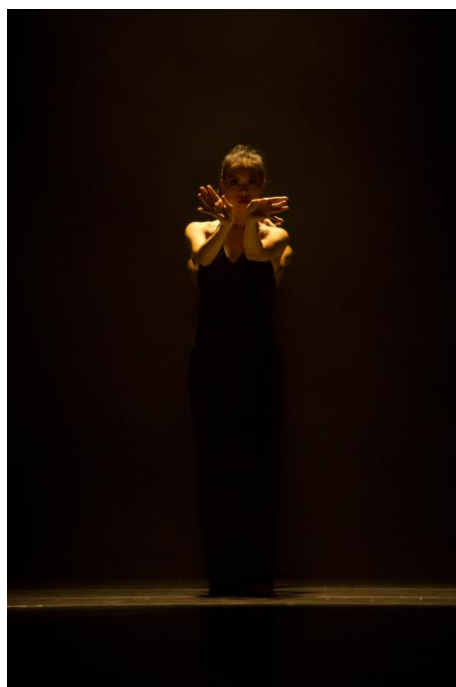


圖 4 攝影：陳長志

三、《伶拂袖 唯鼓動》

編舞者：黃瑋婷、余青玲



圖 5 攝影：陳長志



圖 6 攝影：陳長志

四、《纏樂》

編舞者：黃建彪



圖 7 攝影：陳長志

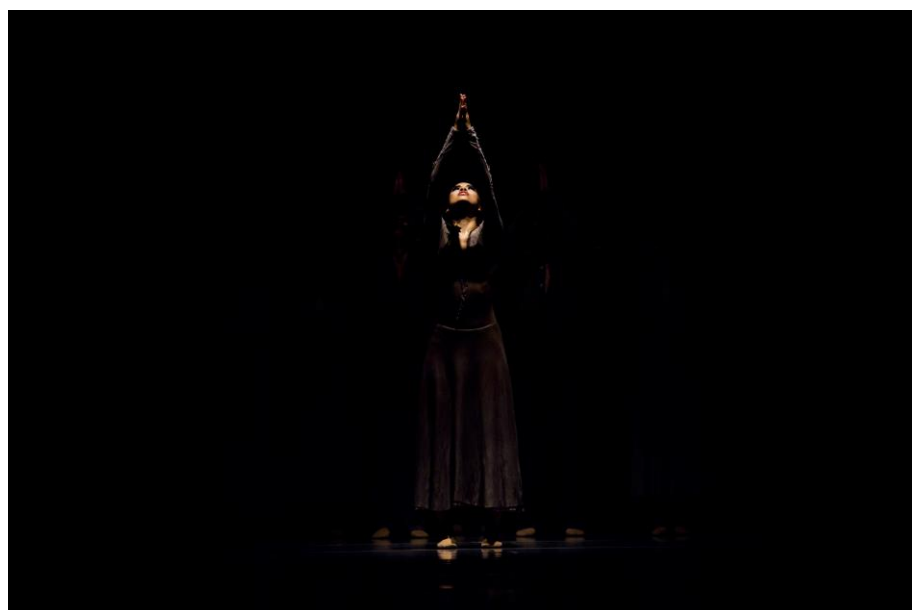


圖 8 攝影：陳長志

附錄四、演出文宣品

一、海報

設計：王恒祥



藝術總監 | 潘莉君 演出人 | 黃瑋婷
編舞家 | 潘莉君、黃建彪、謝杰樺、黃瑋婷、余青玲
主辦單位 | 國立臺灣體育學院體育舞蹈學系 承辦單位 | 國立臺灣體育學院體育舞蹈學系碩士班
協辦單位 | 國立臺灣交響樂團中興堂 攝影 | 陳長志 燈光設計 | 關雲翔 平面設計 | MUMULab
售票方式 | 兩廳院售票系統 <http://www.artsticket.com.tw> 票價 | 200.300.500 團體20張以上八折
聯絡方式 | 04-22213108 ext2079 | 0928-029686 曾同學

二、節目冊

設計：王恒祥



封底封面



「纏樂菩提」畢業製作，經歷了許多挫折無助與眾多艱難考驗，而我在家人與老師的鼓勵支持下，終於順利地展開。

藉著老師您對我無私的付出與栽培，讓我擁有很多機會，這次畢業過程中給予我許多的幫助，心中常常有滿滿的感動與感謝，每次排練時的「再來一次」總讓我心力交瘁，但我知道這會使我越來越好，演出當天也會多一份安心，妳的用心、關心、耐心，更讓我們的心緊緊繫在一起，有妳在我身邊陪著我一起努力，我會帶著妳給的鼓勵堅持下去，盡力做到最好的。

Ben老師還記得第一次參與你的作品時非常緊張，深怕自己跳不來，但你是以鼓勵的方式讓我不斷進步，一次次參與你的製作都考驗著我情感的詮釋和肢體的展現，很珍惜每一次的挑戰，這次的排練過程中，每次給動作時都使我無法專心，回神時動作也已經做完了，腦中瞬間一片空白，因為有你跳舞是一種享受。

與主舞的第一次合作，很特別也很不一樣，還記得第一次排練，“緊要”使我們的肢體也跟著顫抖起來，不過因為你的親切與隨和，讓我們每次排練也越來越順利，也非常感謝你的用心。

系上老師們集思廣益的主題、文氣思緒的詞句、Facebook的專屬社團、充滿能量的加油鼓勵，以及排練彩排時的陪伴，這些種種都感受到你們對我的疼愛，讓我有著滿滿的感動，也一直都陪伴著感激的心。

最重要的是爸爸、媽媽全心全力支持，因為有你們給我滿滿的愛以及沒有壓力的成長環境，讓我在舞蹈的歷程中沒有後顧之憂的學習，給予我很大的空間，做我堅強的後盾，才有力量走到今天，我對你們有著無盡的愛就如同你們給我的那樣。

最後感謝在我人生中最幫助我的貴人，指導我的恩師，因為有你們才有今日無業游民的我，謝謝你們！
 瑋婷

P1 P2



藝術指導
王玉英 教授

獻給我最愛的主任
您在我心中就如阿廖莎的船長

事情總是要求完美
學生更是充滿關懷

在您身邊

不斷「學習」
和您一起出國，我當「隊長」的那段時期，壓力雖大也學了很多

「機會」成長
您的一句「會想要挑戰嗎？」讓我嘗試不同的製作，也讓我對舞蹈有更多的想法

溫暖「關懷」
在國外一杯溫暖的熱可可，也溫暖了我的心

滿滿「感恩」
一直抱持著這樣的心態，希望您能為我做些什麼!!

您的大力支持 緊緊擁抱 溫暖笑容 鼓勵話語 都給予我很大的力量
許多情感不願的去表達
但在我心中留下的不只是對您滿滿的感恩與感謝
而是無盡的情感和關懷

主任 謝謝您!!

瑋玲



藝術總監 | 編舞家
潘莉君 副教授

學歷：國立臺北藝術大學舞蹈研究所畢業
現任：國立臺灣體育學院體育舞蹈學系系主任

曾任臺北民族舞團首席舞者暨排練指導，並多次隨臺北民族舞團赴歐洲、非洲、香港、泰國、中國大陸等地區巡迴演出百餘場。1991年榮獲文化建設基金會管理委員會第一屆「獎勵優秀舞蹈人才」獎學金，赴美參加「美國舞蹈節」(American Dance Festival)、1994年獲第四屆「瀟陽映歌節」最佳表演獎、2001年與許佳惠共同製作演出「女兒紅—許佳惠、潘莉君舞蹈創作展」、2002年獲中華民國舞蹈學會第24屆舞劇「飛鳳舞」、2006年與中臺灣藝術家共同成立「發現舞蹈劇場」並擔任藝術總監等。重要作品包括：「春漫拉薩」、「彝家歡歌」、「盤鼓」、「花雕」、「阮的說 圓明位」、「舞躍臺灣情」、「花嫁」、「雪映殘紅」、「亂花飛」、「牽手的溫度」、「當你經過我身邊」、「黑河」、「瀟湘共創-源木相傳」、「雙身菩提」。

P3 P4



製作人 | 編舞家
黃瑋婷

2010
國際知名導演雲雲與第一杜麗榮公主演出

2008
舞劇大地編劇「伶神補 維諾島」入選「年度大獎」
國立臺灣體育大學第九屆畢業展「伶神」展廳演出

2008~2009
國立臺灣體育學院舞蹈系碩士班畢業展「空天曲地」、「現代雙鏡」、「黑鳥的記憶」、「我們之間」演出

2007~2010
國立臺灣體育學院舞團赴美國、北京、廣州、上海舞蹈交流

2005~2010
國立臺灣體育學院舞團「船長君」、「蝶」、「沁」、「圓」、「輪」、「圓世記」展廳演出

編舞家
黃建彪 副教授

學歷：荷蘭阿姆斯特丹音樂及舞蹈學院
Brabants Conservatory Dance Academy 畢業
現任：國立臺灣體育學院體育舞蹈系專任副教授

1994-2002
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系色雷專任外籍教練

2002
擔任「Dream Body」之主要舞者撰文建會「舞躍大地」舞團比賽之金牌獎

1995-1997
臺北芭蕾舞團藝術指導及排練指導

1995
為第一位獲選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

1990-1994
擔任香港 Jean Wong School of Ballet 舞團排練指導

1990
榮獲紐約國際芭蕾舞大賽銅牌
羅森堡國際芭蕾舞大賽第三名

1986-1992
香港芭蕾舞團首席舞者

1987
日本國際芭蕾舞大賽第三名

1985
荷蘭阿姆斯特丹音樂及舞蹈學院畢業



P5 P6



編舞家
謝杰樺

安嫻舞蹈劇場藝術總監
國立臺北藝術大學舞蹈創作所畢業
國立成功大學建築學系畢業

臺北藝術大學舞蹈創作研究所畢業，同時也畢業於成功大學建築系，在建築與舞蹈的雙重背景之下，其作品展現獨特的創作思維。著名的作品包括獲得國藝會與國院所贊助並分別獲選為該年度新人新視好戲好作品的《安嫻的夢想》(2009)、由《1980的安嫻》(2008)，受邀為北藝大舞蹈表演研究所畢業生編舞的兩齣舞劇《Anarchy》(2008)、獲得由文建會所主辦2008舞躍大地舞展獎的《Falling Kiss》(2006)，還有獲得世安獎學獎的現代主義作品《灰階視流》(2006)。作品中，獨特的空間概念以及想明的敘事風格成為其作品中最為人津津樂道的部份。2009年秋季前往美國Colorado College擔任客座老師，並獲選為臺北國際藝術村出訪藝術家，受邀於2010年在Texas Christian University和Colorado College發表新作。作品《安嫻的夢想》受邀於美國科羅拉多舞劇節、紐約2010年全球舞劇節、印度新德里音樂節、2010年秋天，受邀前往為新加坡Frontier Dance and Theatre團作新舞，並於新加坡萊佛士中心Studio Theatre發表。除了劇場內的藝術作品，也參與2009年高雄世界燈節團體演出的舞蹈劇場與編舞的工作。

7



編舞家
余青玲

學歷：國立臺灣體育學院

2008
參加「2008舞躍大地」藝術舞蹈創作比賽
編舞《伶拂袖唯鼓動》入選一年度大獎
國立臺灣體育大學第九屆畢業製作—進昇搖滾

2007
亞洲青少年角力錦標賽開幕演出
國際自由車聯合賽—臺中站開幕儀式演出

2006
參與國際足球賽開幕演出

2005
參與04年雙十國慶大會表演
參與03聯委會開幕式—榮耀感恩之夜頒獎典禮

8

P7 P8

舞序

雙身菩提

媽

伶拂袖 唯鼓動

中場休息 15分鐘

繙樂

9

演出舞碼



雙身菩提

編舞家 潘莉君、黃建彪

舞意 凡所有相，皆是虛妄。雙身倒影，渡眾生相，心念旋轉，觀想菩提。

舞音 黃瑋婷、張煜漢
音樂 karmaps、佛地的祝福-莊嚴版、入夜山嵐
服裝 跳豆豆

10

P9 P10



媽

編舞家 羅志樺

舞意 站在遠處，用細端詳吟們的美好，
溫柔的身形卻散著堅毅的氣息；那是如水般的能力，剛柔並存，
曾知曉他那樣的美好，一種在心頭揮之不去的流連忘返。

舞者 黃璋婷、陳欣瑜、廖思婷
音樂 蔡淑貞、風雪刺客、思母
服裝 林麗空

11



伶拂袖 唯鼓動

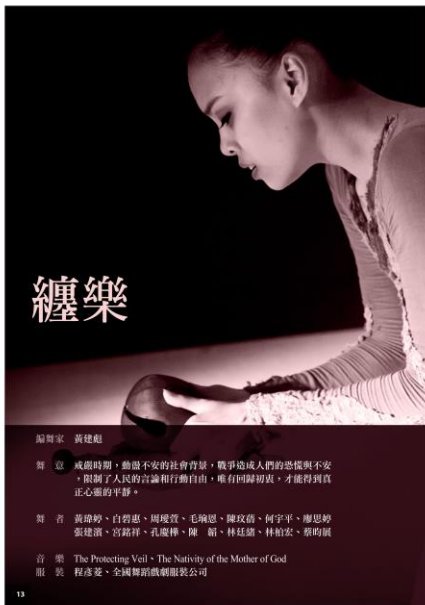
編舞家 黃璋婷、余海玲

舞意 靜如畫 動似水
水袖如風 風起鼓動
蒼天下之美 幻眾人之目

舞者 黃璋婷、白碧惠、周瑋賢、陳添合、陳 健
何宇平、陳政偉
音樂 寬、趙攝
服裝 鍾豆豆、全國舞踏戲劇服裝公司
道具 雅輝社

12

P11 P12



纏樂

編舞家 黃建魁

舞意 戒嚴時期，動盪不安的社會背景，戰爭造成人們的恐慌與不安，
限制了人民的言論和行動自由，唯有回歸祖先，才能得到真正心靈的平靜。

舞者 黃璋婷、白碧惠、周瑋賢、毛曉恩、陳政偉、何宇平、廖思婷
張建濱、宮路祥、孔慶輝、陳 蔚、林廷蓀、林柏宏、張明威

音樂 The Protecting Veil、The Nativity of the Mother of God
服裝 程彥雯、全國舞踏戲劇服裝公司

13

製作群



燈光設計 關雲翔

自1991年起即從事專業劇場幕後工作，並參與各項有關戲劇、舞蹈、音樂、演唱會、服裝秀、廣播會等演出，其專業範圍包含舞台、燈光、音響及其他各項有關表演藝術之設計、施工、規劃及執行。

歷年燈光設計合作團隊

雲夢舞集 睿影舞集 飛雲舞蹈劇場 新竹啟音舞蹈團 曉時
民舞舞團 臺北市立交響樂團 高雄市立交響樂團 國立
臺北教育大學 義美舞團 國立臺灣藝術大學舞蹈系 高
雄城市芭蕾舞團 國立亞洲藝術學院舞團 高雄市舞蹈教
師協會 臺北愛樂室內合唱團 臺北皇家芭蕾舞團 中華民
國舞蹈協會 新唐人現代舞團



攝影 陳長志

曾獲第2010與2008美國IPA國際攝影大賽專業類的五個獎項，第17屆中華民國全國美展攝影類金銀獎，並獲度大
獎2007與2008年高雄獎的陳長志，他是一位關注藝術場
域、媒體表現以及身體行為的藝術家。

目前除了藝術創作，受聘擔任公共藝術審議委員為公共
場域的藝術介入把關，同時仍持續累積當代表演藝術的
影像作品與配景文件中。

14

P13 P14

舞者



平面設計
MUMULab
MUMULab 由一群帶着搖滾靈魂的視覺設計超人及程式革命家所組成的複合職能團隊！透過不同領域的眼睛，找到最可愛的角度來呈現設計，帶給世界更好玩的體驗。 <http://mumulab.com>



執行製作
丁瑀
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系四年級



舞台監督
蔡靖瑄
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系四年級



陳欣諭
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系研究所表演組二年級



白蓉惠
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系研究所表演組一年級



周瓊萱
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系研究所表演組一年級

15

16

P15 P16



陳彥含
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系畢業



熊 婕
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級



陳政倩
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級



毛蓉惠
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級



廖思婕
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級



何宇平
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級

17

18

P17 P18



張建濱
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系研究所表演組畢業



宮銘祥
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系四年級



孔慶樺
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系四年級



陳 穎
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系四年級



林廷緒
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級



林柏宏
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級



蔡昶展
國立臺灣體育學院
體育舞蹈學系三年級

P19 P20



Special Thanks

特別感謝

國立臺灣體育學院體育舞蹈學系 王玉英教授
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系 俞佳惠副教授
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系 羅雅萍副教授
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系 吳雅珍老師
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系 黃鈞陞老師
國立臺灣體育學院體育舞蹈學系全體師生
國立臺灣體育學院 編舞社先生
文章高中舞蹈班 吳曉菁老師 王筱玫老師
青年高中舞蹈班 洪淑玲主任 傅家政老師
彰化縣溪心民族舞團 謝月談老師
黃仁男老師 黃瑞琳 陳柏毅
幕後協助舞樂菩提的所有夥伴

感謝贊助

源裕米廠 黃有源先生
聯福商行 張彩美女士
隆盛園藝器材有限公司 董事長 陳茂盛先生
台大旅行社 經理 劉天賜先生
劉天福先生
王又功先生

TO
舞樂菩提的夥伴
你們的陪伴 你們的熱心 讓我勇敢不害怕
一羣簡單的加油 一羣單純的擁抱
給我很大的支持與鼓勵
不需要太多言語就能了解彼此 有你們真好!!
—— 瑞婷



TO
親愛的瑞婷
我們的開始 是開心
我們的過程 是快樂
她去了年紀的差距 我們沒了距離
無論多大的事情 我們克服了恐懼
為真的過程 參與你的喜怒哀樂
從舞蹈社的開始 開始有學姊的陪伴 朋友的支持
然後 “舞樂菩提” 的開始
為妳離去於世的我們 舞樂菩提的我們...
莫名的情緒在我們之間充斥 因為相知相惜
我們相識
能參與妳人生的一個階段 我們很上我們
最真心的參與 最努力的付出
感謝妳
最舞練的 陪
最快樂的 伴
最舞練的 伴
永遠支持著妳的 我們
—— 舞樂菩提的夥伴



P21 P22

三、DM

設計：王恒祥



一版



二版

四、邀請卡

設計：王恒祥



封面、封底

國立臺灣體育學院舞蹈碩士班 黃瑋婷畢業個展

2011

05-11 | WED

19:30 國立臺灣交響樂團中興堂

敬愛的

國立臺灣體育學院體育舞蹈學系碩士班【纏樂菩提—黃瑋婷畢業個展】即將展開，萬分誠摯的邀請您蒞臨觀賞，與我見證成長的淬煉，分享舞動的人生。

感謝您！

演出人 黃瑋婷 敬邀

內文

五、謝卡

設計：王恒祥



封面、封底



敬愛的

國立臺灣體育學院體育舞蹈學系碩士班【纏樂菩提—黃瑋婷畢業個展】，已成功落幕。因為有您的支持與鼓勵，才會讓此演出更加圓滿。願您與我共同分享這份榮耀與喜悅。

在此獻上深深的感謝與祝福
在未來的日子裡平安快樂

演出人 黃瑋婷 謹謝

內文

六、信封

設計：王恒祥

