

行政院國家科學委員會專題研究計畫 成果報告

從雅樂舞身心結構分析看台灣古典舞蹈風格的特質變遷—  
以劍舞為主題

計畫類別：個別型計畫

計畫編號：NSC93-2411-H-034-014-

執行期間：93年08月01日至94年10月31日

執行單位：中國文化大學體育學系

計畫主持人：陳玉秀

報告類型：精簡報告

處理方式：本計畫可公開查詢

中 華 民 國 95 年 1 月 27 日

行政院國家科學委員會補助專題研究計畫  成果報告  
 期中進度報告

從雅樂舞身心結構分析看台灣古典舞蹈風格的特質變遷

——以劍舞為主題

計畫類別： 個別型計畫  整合型計畫

計畫編號：NSC 93-2411-H-034-014-

執行期間：93年08月01日至94年10月31日

計畫主持人：陳玉秀

共同主持人：

計畫參與人員：

成果報告類型(依經費核定清單規定繳交)： 精簡報告  完整報告

本成果報告包括以下應繳交之附件：

赴國外出差或研習心得報告一份

赴大陸地區出差或研習心得報告一份

出席國際學術會議心得報告及發表之論文各一份

國際合作研究計畫國外研究報告書一份

處理方式：除產學合作研究計畫、提升產業技術及人才培育研究計畫、列管計畫及下列情形者外，得立即公開查詢

涉及專利或其他智慧財產權， 一年  二年後可公開查詢

執行單位：中國文化大學

中華民國九十五年一月二十七日

# 從雅樂舞身心結構分析看台灣古典舞蹈的風格變遷

## ——以劍舞為主題

### 壹、中文摘要

近半個世紀以來，世界各國舞蹈教育體系的發展，經常徘徊在自然與人文之間。台灣傳統古典舞蹈隨著現代舞蹈的理念，也漸次地改變了建基於人類身與心的傳統觀念。此次計畫遂以劍舞為例，探討此項改變，對傳統古典舞蹈的結構性，所產生的變異與影響。

雅樂舞身心結構不只是傳統藝術文化（如戲曲、古琴、書法、武術等）之思維的源頭，也是解構分析各項傳統藝術文化主要的方法。研究發現「四肢末端使力」，也就是台灣話所謂的「手尾力」，是雅樂舞身心動態結構最顯而易見的表現方式。手持沉重的劍器之時，是否能身心一致順暢地展現劍舞，端看舞者對「手尾力」的掌握有多少。

研究結果顯示，隨著傳統古典舞蹈的變異，對「手尾力」的掌握也在逐漸衰退中，任何一項缺乏力的表現，或言，不知如何適當展現力量之美的藝術，終將失去其存在與被欣賞的價值。希冀本研究結果及後續研究，能喚起相關單位與社會大眾，重新省思傳統古典舞蹈真正存在的精神與價值。

關鍵詞：雅樂舞身心結構、古典舞蹈、劍舞、手尾力

## 貳、英文摘要

In last fifty years, the dancing education systems all over the world still have not been decided which fields to focus on — the natural science or the cultural science. In Taiwan, the Taiwanese traditional dance has followed the principles of the modern dance to gradually alter the traditional concept of the human body and mind we had before. In this project, the sword dance is chosen as the subject to discuss the change mentioned above and the influence on the structure of the traditional classical dance.

The structure of Yayuewu is not only the origin of the traditional art (traditional opera, guqin, calligraphy, martial art...etc.) but also the prime method to analyze all kinds of traditional art. In this study, we discovered that “making the strength flow to the extremities of the body” is the most obvious expression of the structure of Yayuewu, and this distinguishing characteristic happens to have the same meaning with the Taiwanese phrase “Chiu-bue-lat.” When the dancer holds a heavy sword, how to smoothly perform the sword dance with the harmony of the body and mind depends on the thorough realization of “Chiu-bue-lat.”

The result of the study shows an important phenomenon that when the traditional classical dance changes, the knowing of “Chiu-bue-lat” vanishes. However, a kinetic art without power and strength will finally lose the value of existence and appreciation. We hope the result of this study and follow-up studies will awake the authorities and people to reconsider the true essence and value of the existence of traditional classical dance.

Keywords : Yayuewu, classical dance, sword dance, Chiu-bue-lat

## 參、報告書內容

### 一、前言

近代華人散佈全球各地，華人社會的節慶聚會或專業性的舞蹈藝術表演活動，總不斷地在展演著傳統舞蹈，尤其是傳統古典舞蹈，因為無論是舞者文靜、婉約、嬌柔的氣質，或是誇大雄性沉著穩重的氣勢，在在都能顯現出華人古文明的動態特質。但是近二十年來，台灣、香港、中國大陸或海外僑胞社團的藝文活動，大多表演著風格非常花俏（當然，比較起西方的舞蹈，當下新型的傳統舞蹈，同樣可以應用文靜、婉約、嬌柔或沉著、穩重等形容詞，透過文字的描述或身歷其境的比較，差異是很大的）。關於傳統舞蹈藝術風格的比較，研究者以色彩學中明暗度之深淺為譬喻，或許可以做個說明，同樣的紅色，鮮紅與絳紅的感覺是何其不同。五十年前所見到的傳統古典舞蹈，舞蹈者的神態傾向內斂、安祥、沉穩，感覺是絳紅，那種美感是含蓄而安靜。現在所見到的傳統舞蹈則開放、花俏，感覺是刺眼而招搖的鮮紅。這種改變，對台灣下一代人類的傳統審美觀，會有何種影響呢？就舞蹈作為人體身心動態的實踐而言，過去傳統舞蹈的風格與現代所展演的傳統舞蹈風格，人體動態過程中，舞蹈者精神狀態與肉體操作的原則，兩者之間有何差異，這種差異對舞蹈者、觀賞者或台灣整體文化的審美經驗，以及由此審美經驗的轉化所衍生的身心狀態，在人體的作用如何？個人深感五十年前的傳統舞蹈風格，因其結構性的動態運作所強調的風格，無形中與人體身心的安穩產生一定的互動。現代流行的古典舞蹈，因動態的原則接近西方芭蕾舞，舞蹈者雖然穿著傳統服飾，舞蹈風格則介乎於傳統古典與芭蕾之間。西方舞蹈史中，百年前，即以現代舞蹈的觀念，顛覆了芭蕾的傳統。研究者無法理解，台灣古典舞蹈的質量變化，其朝向芭蕾化的導向，對華人整體舞蹈文化發展的意義究竟為何。在上述理念下，本研究以古典舞蹈中的劍舞為題，作為探索古典舞蹈結

構問題的序曲。藉雅樂舞身心結構的觀點，提出台灣古典舞蹈風格傳承的困境，以及本人對解決此困境的結構性認知。

## 二、研究目的

近半個世紀以來，世界各國舞蹈教育體系的發展，經常徘徊在自然與人文之間，無法確定發展方向上的輕重緩急。以國內第一所舞蹈科系為例，中國文化大學舞蹈系的發展，曾分別隸屬於理學院的體育系或藝術學院<sup>1</sup>。這中間所傳達的訊息是：舞蹈藝術的複雜性。而傳統古典舞蹈也可以隨現代舞蹈理念，徘徊於自然科學與人文科學之間嗎？華夏民族古典舞蹈的傳統觀念，是建基於人類身與心，足以相互辯證的理念，因此，對人與藝術的要求，必須是「不淫於聲色」、「以和為貴」。上古以來，藝文活動作為知識階層修身養性的課題，樂舞與政教、政教與治國、治國與政治領導者的思維行為（陳玉秀 1994），環環相扣<sup>2</sup>。此中道理的主軸，不外乎，以聲音色質（即一切可見的形式）為手段，要求知識份子在此物質世界中提升個人身心的自省能力。傳統古典舞蹈是上述藝文思維理念下的文化資產<sup>3</sup>。因此，忽略了傳統古典舞蹈結構性的變異，等於放棄了傳承數千年，足以讓知識階層與身心理念相互自我辯證的動態藝術。如此，當世界的哲學、醫學已進入身心探索的階段時<sup>4</sup>，舞蹈者對自我傳統古典舞蹈身心知識的陌生，不自覺地將自己的認知領域由世界研究領域的核心，退縮到動態形式皮相的邊緣。然而，台灣傳統古典舞蹈在人類二十一世紀的文明進化過程，理當不應缺席。此外，舞蹈文化進入台灣教育體系的發展，不過半個世紀，學院教育體系做為社會舞蹈

---

<sup>1</sup> 以台灣第一所舞蹈科系為例，中國文化大學舞蹈系，成立於 1964 年，原為五年制舞蹈科，1966 年舞蹈科改為舞蹈音樂專修科，1969 年設立舞蹈組。1975 年改制為四年制大學，設置於體育系，稱為體育系舞蹈組，當時體育系隸屬理學院。1982 年始獨立為舞蹈學系隸屬藝術學院。近十年來西方許多舞蹈系大多與戲劇系合併。

<sup>2</sup> 目前台灣傳統的古典藝術，如南管、古琴等，是百年來漢民族士大夫人文教養的基礎。

<sup>3</sup> 這項傳承至民國以來已接近尾聲。唯日本、韓國尚有雅樂禮術的保存。

<sup>4</sup> 哲學最顯著的是知覺現象學，醫學最顯著的是整合醫學。

進化過程的標竿，有責任釐清傳統古典舞蹈發展的諸種面向，與各個面向所欲呈現的重點或其階段性的重點發展，對當代文化的意義。然而，目前為止，少有文章在討論：為什麼舞蹈科系必須輾轉於自然科學的理學院與人文領域的藝術學院。依研究者個人的見解，舞蹈在自然科學所要探討的是：人體動態行為中美感經驗的自覺與探索，這項探索如非虛無，自然存在著身心結構的機轉過程。依此，舞蹈與隸屬於理學院的體育競技運動，或隸屬於藝術學院的表演藝術等，其共通的關懷是，精準動態行為實踐與社會意識理念的體現。但是社會意識理念的體現是隨順時代的人文觀念的變遷，不斷地脫胎換骨，而脫胎換骨的過程中，如果缺乏人類存在價值的考量，就無法突顯為甚麼人類要舞動得又美又健康的意義。由人類生命追求真善美的質素進行思考，舞蹈的身心理念，比較起其他學門<sup>5</sup>，舞蹈存在著更深沉的生命整體價值。本研究的目的，只是藉古典舞蹈風格中的劍舞為議題，突顯當代舞蹈研究在自然科學研究方向上的忽略。而這項忽略可能造成台灣傳統古典舞蹈結構性的喪失，與華人傳統古典審美觀的變異。本研究為證明古典舞蹈的動態比較合乎人體動態的根本質素。刻意尋求自然科學領域協助，研究過程的交流與解讀，希望促成傳統古典樂舞身心結構多元面向的認知。

### 三、文獻探討

本研究所設定的「雅樂舞身心結構」、「古典舞蹈」、「劍舞」三項議題，於此之前有如下的相關研究。

1、近年來，關於人體身心的探討，是西方熱烈關注的議題，國內身心學研究亦時見於報章雜誌（Linda Hartley 1994）。目前研究者所知，這些身心議題與傳統文化中古典舞蹈風格所呈現的身心動態，並無直接的關係。西方身心學的概念由 *Somatics* 出發（Thomas Hanna 1992），主要是通過動態，喚醒身體的自覺與

---

<sup>5</sup> 體育中的競技猶如戰爭，表演藝術的身體活動人體顯現的是虛擬情境。

身心的互動，這是一個較強調應用的身心發展體系。西方陳述傳統舞蹈的身心狀態，如 *Sacred Dance* (Maria-Gabriele Wosien 1974) 或 *Southwestern Indian Ceremonials* (Tom Bahti 1982) 書中的內容與圖像，描述舞蹈者與宇宙互動的情境，關注的焦點是在探索信仰儀式中人類的身心狀態。國內原住民音樂學者巴奈·母路在〈牽動身影的絲線 (calay) ——里漏社阿美族祭師身體律動的文化詮釋〉(2003)<sup>6</sup>，也隱喻著原住民祭祀行進過程，巫師不可言說的身心動態。「雅樂舞身心結構」所提到的身心，比較接近上述儀式呈現過程中人體的行為，然而上述有關身心的兩種典型，是否可以與本文所論述的身心狀態相互援引呢？

在文獻的脈絡上，就人體身心而言，身心是論述的主軸，它可以是各學門論述過程，必須交互重疊的課題（哲學、醫學也都談到身心問題），但是，如何釐清各項學門重疊的理念，突顯各單項學門局部性的特徵，這項工作，對研究者個人而言，有相當難度。依此，研究者對閱讀過的相關身心或傳統舞蹈身心風格的描述，暫時抱持保留的態度。

2、舞蹈風格的現象，是必須超越文字的，觀賞者直觀的能力，可能來自天生觀察的敏銳度或後天的訓練。現年五十歲上下的舞蹈工作者，大多能辨識傳統古典舞蹈與當代流行的古典舞蹈在形式表現上的異同。研究者曾經訪問台灣藝術學院王廣生老師，台北藝術大學吳素君老師，中國文化大學陳隆蘭、鄭惟玲老師，台南女子技術學院王道平、顧哲誠、廖末喜（現已不任職於該校），台中體育學院洪淑玲等幾位教授傳統古典舞蹈——劍舞的教師，大抵每一位舞蹈教師都能分辨 50 年代古典舞蹈與當代古典舞蹈風格的異同。只是關於古典舞蹈風格的描述，較少付諸於文獻發表，口傳心授仍舊是傳統古典舞蹈傳承的方法<sup>7</sup>。

3、劍器在傳統文化的應用，既是兵器、防身的工具，也是舞蹈者的道具。劍的類型有太極、鍾馗、梅花、武當等，任何劍術的動態配上音樂，是劍之所以

---

<sup>6</sup> 「calay」在阿美族日常用語，為「蜘蛛網」之意；而祭儀中祭師所指稱的「calay」是一種「絲線」，一種屬靈域的物件，係用來牽引祭師完成整個儀式過程的因素。（巴奈·母路 2003）

<sup>7</sup> 目前古典舞蹈教學較有系統的動態語彙，是北京舞蹈學院所整理出來的，並已經有台灣赴大陸學習古典舞蹈的學生，畢業後回台任教。



成爲劍舞的轉化模式，本研究收錄曾經任教於舞蹈科系的教師與其師承教師相關於劍舞的著述與口述，主要有曹駿麟（曹駿麟 1997）、易德坤（易德坤 1950）與王廣生（王廣生 1977）。

#### 四、研究方法

1、2002 年，「雅樂舞之美」在國家戲劇院實驗劇場演出，觀眾席中，中央研究院物理所的王唯工先生，<sup>8</sup>於演出後舞蹈者與觀眾的對話中，公開表示在雅樂舞的動態中，他看到「太極拳的爸爸」。這項回應給予研究者高度的鼓勵。因爲以太極文化對漢民族動態文化影響之久遠，「太極拳的爸爸」應存在著華夏民族結構上的原創性。換言之，如果能把「太極拳的爸爸」解構清楚，自然可以追溯漢民族動態思維的老祖宗，創生動態的原始動機，也就是說，雅樂舞這項簡易的動態，可能存在著華夏民族動態文化中的基本質。

本研究將「雅樂舞身心結構」、「台灣古典舞蹈風格」、「劍舞」等三項課題，類比爲由上而下的三角形，此三角形由小而大，最尖端代表華夏民族動態思維的源頭，即雅樂舞身心結構。依據由簡入繁的原則，人體由單調、簡易，漸行發展爲多面向的繁複。順著歷史時空向下擴散延伸，依此經過數千年，凡華夏民族的傳統動態文化必然含容這項結構，或多少與此結構有不等的淵源。依此，研究者檢視包括戲曲、古琴、書法、武術等傳統藝術，結果發現所有傳統藝術的動態結構都與雅樂舞身心結構有不等的相關性。換言之，研究者的假設原則上是可以成立的。

2、研究者由 1997 年迄今，每週在振興復健醫學中心動態功能研究室，對脊柱有問題的志願受試者進行「中心軸」訓練（所謂中心軸訓練，是將上述雅樂舞的動態由藝術領域抽離，直接應用在動態功能實驗），目前得知，脊柱側彎者或

---

<sup>8</sup> 王唯工著有《氣的樂章——氣與經絡的科學解釋 中醫與人體的和諧之舞》一書(王唯工 2002)。

一般陳述肩頸痠痛的受試者，一旦身心狀態脫離「中心軸」，軀幹的能量皆無法釋放到四肢的末端（即台灣話的無手尾力）。由此現象，研究者進一步推論，雅樂舞身心結構不僅是台灣傳統古典藝術的動態根本，有可能也是人體非常基礎的動態原則，因此人體動態一偏離上述原則就會發生不等的疼痛訊息。當然上述動態研究的機轉極為複雜，研究者因能力之限制，已無法單獨深入進行。因此本研究在研究的方法上，來回於形式與結構的思考，藉助不同生活背景的受試群，對該研究的機轉進行理解。傳統古典舞蹈風格作為上述動態結構的昇華，此乃傳承自雅樂舞身心動態的源頭，在此前提下，劍舞的個案，成為表述古典舞蹈風格的具體形式。傳統古典舞蹈的創生，是近百年來，由戲曲以及武術中抽離的動態傳承。戲曲的聲韻，是舞蹈者身心動態節奏表現的一部分。劍舞的傳承則大部分直接承襲自武術。在劍舞進行紀錄的過程，立足於雅樂舞身心結構的認知，研究者篩選了 1950 年代開始，其劍舞風格曾經被視為典範的長者，其中一位是曹駿麟老師，另一位是易德坤老師。兩位老師的劍舞都承襲自武術的前輩，曹老師曾經任教於復興劇校、中國文化大學、新古典舞團、雲門舞集等地，易德坤老師則在 1954 年年間連續 7 年獲得民族舞蹈比賽的冠軍。研究者獲得兩位前輩的支持，易老師接受錄影訪問，曹老師提供五項劍舞教學的示範表演影像，上述影像資料經過篩選後，研究者以太極劍作為討論的議題。將研究中收集到的太極劍資料分送予任教於台灣各大專院校，那些目前仍舊教授劍舞，願意觀賞錄影資料，並在事後願意接受訪談的舞蹈教師。經三個月後，逐一進行多次訪談。再將訪談資料以雅樂舞身心結構的觀點進行整理分析。

3、舞蹈者身體的動態，是否能夠呈現婉約、凝重或豪邁沉著的厚度，與舞蹈者持劍的手腕是否充分能夠使用手尾力關係重大。但是，古典舞蹈的教學過程，每位教師大多會依照個人的美感傾向，對他們所理解的古典舞蹈進行創造性的詮釋。譬如古典舞蹈教學語彙：手、眼、身、法、步等口語（梁秀娟 1983）雖然一樣，但是其所指示或傳承的動態符號，是因人而有所異同。直到目前為止，沒有任何一位當代的學院教師，所傳授的傳統古典舞蹈風格已成為經典性的主

流。<sup>9</sup>依個人的觀察，台灣傳統舞蹈的傳承，所需要的是風格典範的結構性共識，因為個人美感經驗無法作為共識的依據，共識的建立就需倚賴人體自然存在的規則為依據。能顯示定性符號之自然科學的數據，將是台灣古典舞蹈所必須面對的嘗試。下列結果與討論中，將提出研究者依此理想的研究進度。

## 五、結果與討論（含結論與建議）

本研究隨階段性的進展，目前的結論如下：

### 1、以雅樂舞身心動態，作為觀察台灣傳統古典舞蹈動態的主軸

舞蹈者須先學習內觀，內觀的動態機制是，人體身體與地面垂直的狀態下，眼皮微微合起，眼球直線向下深探。以上動態可促使學習者，放空大腦思緒，隨著練習時間的累積，漸次進入內觀的境地，進而達成內斂的神態。有別於一般動態活動的放鬆，雅樂舞身心動態的放鬆，學習者的放鬆是在內觀狀態下完成的。平靜身心，去除思慮，讓身心能量順暢地釋放到在四肢末端則是放鬆的目的。研究者稱此狀態為「中心軸」，關於上述動態，閱讀本文的同道，切勿隨文字自由想像，因為，以上動態在人體的機轉極為複雜，目前科學儀器仍舊無法獲得有公信力的解讀。但是，由受試者呈現的現象觀之，「中心軸」對人體身心的負面狀態確實有一定的調整效度。

### 2、台灣傳統古典舞蹈的動態的認知

台灣傳統古典舞蹈興起的時間不過短短半個世紀的時光，它的動態在二十世

---

<sup>9</sup> 目前台灣唯一的傳統古典舞團，係由過去曾任職國立台灣師範大學的劉鳳學教授所主持，其風格有高度的穩定性。2002-03 年間，研究者曾經試圖訪談劉老前輩，僅獲得電話訪談的機會。劉鳳學有《倫理舞蹈人舞研究》一書出版，書中言其對明代朱載堉「人舞」的見解：「所有的作品都是六十四勢。也就是用人舞動作，持不同的道具來跳。這樣作的結果，學習固然方便，但是同樣的動作反覆來跳，易使人厭煩。……」（劉鳳學 1968：41）。如果此書的著述可以視為其對傳統古典舞蹈的理論見解，則以上所引用的論述與研究者對傳統古典舞蹈動態的認知，有極大的差異。因此，對劉鳳學前輩的古典舞蹈，本文中暫不討論。

紀中葉，由中國傳統戲曲中抽離，形成可以單獨表演的動態藝術。其舞蹈的名稱有彩帶舞、劍舞等。過去數十年來，這些舞蹈動態中，雖然道具的使用不同，但是在方法上並不背離雅樂舞身心動態的原則。彩帶舞的練習，是初學者以手指夾住彩帶揮舞，直到手指末端的力量可以使上勁道，到了表演時，才在彩帶上加上一段約一尺長的棍條，表演者在耍彩帶時因為手勁的慣性，肩頸自是放鬆而優雅的。劍舞的學習亦然，教師會為學生挑選長度與重量適宜的劍，讓學習者能夠感受到手執道具時，手勁與身體之間的互動是否優雅協調，而優雅協調最明顯的身心狀態是，全身放鬆但執劍的握力要穩定。古典舞蹈所要求的手勁，台灣傳統的用語叫「手尾力」。「手尾力」是一切傳統藝文活動動態的基礎，一個人是否能夠充分地使用他的「手尾力」，與他身心狀態能否放鬆，身心能量能否下沉有關。人體藉由下沉時所謂「借地使力」的狀態，使得人體身心整體的展現，形成一種渾厚狀態的移動。這種厚沉的舞蹈風格，使人感受到傳統古典與目前坊間偏向於大關節運動的新型古典舞蹈兩者之間風格的差異。從整體傳統藝文活動的動態觀察，古典舞蹈的動態，與古琴、書法等動態藝術，在技術性的操作上，有相當程度的同質性。換言之，傳統古典舞蹈的動態，因為動態傳播的整體性，無形中支撐著傳統藝文活動，並與動態技術的操作原則相互印證。

3、劍舞作為本研究的主題，研究者以訪談資料與訪問過程的影像紀錄為主，未來經受訪者同意後會再行發表。受訪者提供的資訊顯示，台灣傳統舞蹈中的劍舞，材質是較堅硬的金屬劍器，新形式的劍舞道具則是金屬的軟劍，軟劍的材質較輕，對人體的動態比較無法產生制約的作用，因此動態的模式較為自由，更無需強調「手尾力」的功能。劍的長短、重量對人體動態的表現，所產生的制約，在風格的蛻變上，比較有跡可循<sup>10</sup>，亦比較容易觀察出風格質量的變異。換言之，在人體身心健康的前提下，台灣傳統古典舞蹈的發展，必然要先考慮國人身心狀態中「手尾力」的問題。依此，本研究未來討論議題，將著重在「手尾力」問題

---

<sup>10</sup> 比較劍舞與其他古典舞蹈，譬如霓裳羽衣舞、禮容舞、祭孔的佾舞等，因為道具的質量較輕，所賦予身體的制約較弱，如非嚴謹地掌握風格傳承的動態結構，風格的變異極為隨性。

的陳述。

4、台灣傳統古典舞蹈「手尾力」的問題，未曾被訴諸於文字進行討論，實因為古典舞蹈風格內部的人體動態結構，在近代的台灣文化領域是被嚴重忽略的。

5、關於「手尾力」與人體身心動態的關係，1997年研究者獲得振興復健醫學中心支持，藉由雅樂舞社團的成立，以多數醫事人員為受試群，漸漸將雅樂舞的身心動態進行科學性的解讀，發現人體身心內觀時，中心軸與地面成垂直狀態下，人體的髖關節、膝關節、踝關節自然放鬆，會產生人體動態過程中上下轉換重心的順暢，與所自然呈現的量感。雅樂舞追求的是這種量感的渾厚美感，韓國傳統舞蹈至今對舞蹈的美感，亦以「輕」「重」為評語，沒有重量代表沒有內涵與結構運作的深度，台灣古典舞蹈本與韓國、日本、越南同屬漢字文化圈的結構體系，台灣人對傳統古典舞蹈風格欣賞能力的不足，勢必將喪失文化傳承認知的客體性。

6、「手尾力」的動力，來自較深層的肌肉組織，在超音波的影像中，可顯現出「會用」或「不會用」「手尾力」的受試者，其深層與淺層肌肉動態的差異。

（2005年8月由台大物理治療系王淑芬老師於台大應用力學實驗室主持超音波即時影像觀察測試）。依台大醫院物理治療系柴惠敏老師所言，深層肌肉的研究在西方醫學尚屬新進，甚至部分研究仍未公開發表。研究者認為「手尾力」，應該列為評量國民動態基本能力的指標。

7、有關雅樂舞身心動態「中心軸」的研究，目前持續擴展當中，2005年10月始，研究者嘗試與台大心理系、物理治療系、音樂研究所進行溝通，試圖將集結了哲學思維、審美觀又具有現代醫學研究價值的雅樂舞身心動態，做更深入淺出的解讀。

8、台灣傳統古典舞蹈的身心動態，受到外來文化的影響，在不自覺中，產生了質量的變化。人類沉著而內斂的身體經驗逐漸萎縮，影響所及，目前所出現的問題是，新一代舞蹈科系的畢業生，大多只能遊走於西方的舞蹈觀去欣賞台灣

的傳統古典舞蹈，學院的舞蹈教師似乎也難敵這種時尚或潮流，每年國內舞蹈比賽，如何分辨古典舞已經不成為話題，因為幾乎所有的表演動態都已趨向現代化，唯有如何分辨古典舞或民俗舞反而經常成為主辦單位的議題(陳玉秀 2002)。

(因為原來的民俗舞蹈是比較有趣味性，動態要求也較開放創新，現在古典舞蹈也走開放創新的方式，自然而然地，結構性的規則與議題不復存在。)

9、民間許多舞蹈社團的主持人，直接到大陸學習古典舞蹈，卻不知道大陸京芭體的舞蹈風格，乃是過去中國一切向蘇聯老大哥學習的政治後遺症<sup>11</sup>，事實上，當代中國大陸老一輩的舞蹈家早已進行反省。以上諸種現象顯示，台灣古典舞蹈的傳承如不進行結構性的釐清，並透過教育體系進行整合，設法達成結構認知的共識，恐怕未來的傳承將會出現斷層。

10、反觀韓國<sup>12</sup>、日本<sup>13</sup>或東南亞的印度<sup>14</sup>等地，古典舞蹈的傳承結構相當嚴謹。整個東半球的傳統肢體語彙正朝向同質性較高的人文氛圍靠近，而雅樂舞正是漢字文化圈二十世紀以前共通的儀式性身心象徵。台灣傳統古典舞蹈由戲曲文化中抽離，發展的歲月雖然未達一世紀的光陰，但是，過去台灣古典舞蹈是華人舞蹈文化雅風格直系的延續。學院的教學體系如未能透過全國性的舞蹈比賽，提升國人對台灣古典舞蹈的觀賞能力，進而積極保存此文化資產，無異是將自身的舞蹈領域退縮至漢字文化圈的邊緣。

11、近年來，研究者曾經應古琴家王海燕的邀請至台北藝術大學及國立台灣大學的古琴課中，教導古琴學習者如何放鬆身體，然後將力量集中在手指末端。學習者大多能體會，卻無法明白自己為何沒有「手尾力」。這種現象不僅發生在台大的課堂上，研究者任教的文化大學體育教學中，學生沒有「手尾力」的現象亦十分普遍。依此，政府應當注意，古典動態文化傳承(包括書法、國術)的斷

---

<sup>11</sup> 研究者前往中國大陸訪談，或參考大陸前輩舞蹈家發表的自述，如：羅斌、吳靜姝記錄整理《戴愛蓮我的藝術與生活》(2003)。

<sup>12</sup> 韓國的古典舞蹈發展，師承與體系都非常嚴謹，《舞踊》、《舞踊韓國》等雜誌由 1969 年左右即先後發刊。

<sup>13</sup> 日本有關傳統樂舞的書籍有《雅樂》(1969)、花柳千代《日本舞蹈的基礎》(2002)等。

<sup>14</sup> 見 Sunil Kothari/Avinash Pasricha, *Odissi Indian Classical Dance Art* (1990)一書。

層與形式傳承的變異對國民身心之影響。

以上簡略的說明，其實還不足以讓一般人理解雅樂舞身心結構「無盡量」(意即「無可度量」)的深度，以目前研究者所理解，當代台灣人類與雅樂舞的距離，實來自人體缺乏一種整體量感的審美經驗。從 1995 年迄今，研究者曾經應中央研究院民族所李亦園先生、中華針灸基金會、圓覺文教基金會等單位邀請，公開演講，席間並接受觀眾要求，解讀現場人士身心能量無法釋放的問題，在精確的判讀中，研究者常被視為具有特異功能的人士。事實是，本人絕無特異功能，直到目前為止，所有參與受試的醫事人員或脊柱側彎者，甚至於少數罹患癌症接受化療後身體不適的醫事人員，都在此受試過程，見證雅樂舞身心結構的實用性，並在自體動態實踐過程，獲得觀察人體氣量的能力，總而言之，現代人無法理解雅樂舞的身心結構，並非古人所言的「曲高和寡」，而是教育的問題。心理學家普遍認為，專家與一般人最大的差異是：專家在觀察事物時思考的是事物本身的結構深度，一般人則傾向於表象的形式。個人在整體研究過程最大的感觸是，現代的醫學過度依賴儀器的病理解讀，卻捨棄這種能直觀人體身心的體驗藝術，致使一般的醫事人員都無機會學習觀察人體氣量等等的諸種問題，此是台灣政府不積極發展雅樂舞的損失。研究者以藝術工作者的能力，因缺乏自然科學知識的訓練，很難深入醫學的專業領域，因此，僅希望政府各單位重視雅樂舞身心動態結構中所呈現的「手尾力」的現象，迅速拓展這句本土語彙的應用深度，以寓教於樂的觀念，由淺入深，推廣一系列強化人體「手尾力」的活動，如此，對重振台灣傳統古典舞蹈，將有極大的助力。

## 參考文獻

### 一、中文論著

尹千合，1950，《驚虹劍》，彰化：廣益印書局。

巴奈·母路，2003，〈牽動身影的絲線〉，發表於「台灣舞蹈協會身體動與文化研討會」。

王唯工，2002，《氣的樂章》，台北：大塊文化。

王廣生，1977，《劍舞芻論》，台北：革新文化出版社。

江帆、艾春華，2001，《中國歷代孔廟雅樂》，北京：中國國際廣播出版社。

吳士宏，2001，《舞蹈評析與身體觀》，台北：五南圖書出版公司。

李小華，1998，《劉鳳學訪談》，台北：時報文化。

李德印，2003，《42式太極劍》，北京：北京體育大學出版社。

易德坤，1950，《聞雞起舞－無極劍圖解》台中：中興民族舞蹈研究社。

易德坤，1994，《五行八卦太極拳》，台北：台視文化公司。

東洋音樂學會，1969，《雅樂》，東京：音樂之友社。

林柏森，1985，《太極劍法新篇》，台北：正中書局。

花柳千代，2002，《日本舞蹈的基礎》，北京：文化藝術出版社。

約瑟夫·洛克，劉宗岳等譯，1999，《中國西南古納西王國》，昆明：雲南美術出版社。

唐滿城，1993，《唐滿城舞蹈文集》，北京：中國戲劇出版社。

孫穎，《三論中國古典舞》，北京：北京舞蹈學院漢唐(暫名)古典教研室。

曹駿麟，1997，《氍毹八十》，台北：漢大印刷。

梁秀娟，1983，《手眼身法步》，台北：遠流出版。

陳玉秀，2002，〈台灣古典舞蹈風格的蛻變－以兩岸交流為主軸〉(NSC 92-2411-H-034-012) 國科會研究計劃報告書。(未出版)

陳玉秀，1997，〈雅樂舞身體實驗一〉(NSC 85-2413-H-034-002)，行政院國家科



學委員會專題研究計劃成果報告。(未出版)

資華筠，2003，《影響世界的中國樂舞》，北京：文化藝術出版社。

榮鴻曾，1998，《古琴薈珍》，香港：香港大學美術博物館。

舞踊韓國社，1968—1996，《舞踊韓國》，漢城：舞蹈韓國社。

劉美珠，1980，〈瑜珈—身心合一的科學〉，《中華體育季刊》卷 4 期 1，台北：  
中華民國體育學會。

劉鳳學，1968，《倫理舞蹈人舞研究》，台北：現代舞蹈研究中心。

羅斌、吳靜姝，2003，《戴愛蓮我的藝術與生活》，北京：人民音樂出版社、華樂  
出版社。

## 二、外文論著

Bonnie Bainbridge Cohen. 1993. *Sensing, Feeling, And Action*. Northampton, Ma. :  
Contact Editions.

Felicity Gray. 1952. *Ballet For Beginners*. London: Phoenix House Limited.

Glynn MacDonald. 1998. *Alexander Technique*. Element Books Limited.

Irmagard Bartenieff &Dori Lewis. 1980. *Body Movement*. New York : Gordon And  
Breach Science Publishers.

Linda Hartley. 1994. *Wisdom of the Body Moving*. Berkeley, California: North  
Atlantic Books.

Mable Elsworth Todd. 1937. *The Thinking Body*. Paul B.Hoeber.

Maria-Gabriele Wosien. 1974. *Sacred Dance*. New York: Thames and Hudson.

Mirka Knaster. 1996. *Discovering the Body's Wisdom*. New York: Bantam Books.

Sunil Kothari & Avinash Pasricha. 1990. *Odissi Indian Classical Dance Art*. Marg  
Publication National Centre for the Performing Arts Bombay, India.

Thomas Hanna. 1992. *Somatics*. Reading, Mass.: Addison-Wesley.

Tom Bahti. 1982. *Southwestern Indian Ceremonials*. Las Vegas: KC publications.