

國立臺東大學公共與文化事務學系
南島文化研究所碩士論文

指導教授：蔣 斌博士

靜止中的流動：
爪哇宮廷舞蹈的身體經驗探究旅程

The journey of finding paths in Javanese court dance by
sensory and somatic experiences of Taiwanese Dancers

研究生：麥菁菁 撰

中華民國一一年二月



國立臺東大學公共與文化事務學系
南島文化研究所碩士論文

靜止中的流動：
爪哇宮廷舞蹈的身體經驗探究旅程

The journey of finding paths in Javanese court dance by
sensory and somatic experiences of Taiwanese Dancers

研究生：麥菁菁 撰

指導教授：蔣 斌博士

中華民國一一年二月



國立臺東大學
學位論文考試委員審定書

系所班：國立臺東大學公共與文化事務學系南島文化研究所碩士班

本班 麥菁菁 君

所提之論文 靜止中的流動：爪哇宮廷舞蹈的身體經驗探究旅程

業經本委員會通過合於

☒ 碩士學位論文

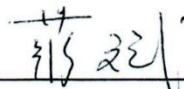
☐ 博士學位論文

條件

論文學位考試委員會：



(學位考試委員會召集人)



(指導教授)

論文學位考試日期：2022年2月17日

國立臺東大學



國立臺東大學

學位論文網路公開授權書

重要事項說明：依著作權法第十五條第二項第三款規定，「依學位授予法撰寫之碩士、博士論文，著作人已取得學位者，推定著作人同意公開發表其著作」。本校圖書資訊館就紙本學位論文之閱覽服務依前開規定，採公開閱覽為原則。如論文涉及專利事項、機密或依法不得提供，需延後公開紙本論文者，請另行填寫本校「學位論文延後公開申請書」。(申請書得自本館網站下載)

本授權書所授權之 ☒學位論文 ☐書面報告 ☐技術報告 ☐專業實務報告 為本人在

國立臺東大學 _____ 公共與文化事務學南島文化研究所 _____ 系(所) _____ 組

110 學年度第 2 學期取得 (☒碩士 ☐博士) 學位之論文。

論文名稱 靜止中的流動：爪哇宮廷舞蹈的身體經驗探究旅程

本人上列依學位授予法取得學位之論文電子全文(含書目、摘要、圖檔、影音資料、附件等，以下同)，依著作權法非專屬、無償授權予下列授權使用單位，得因教育、科學及研究等非營利用途，不限期間與次數重製，並得將電子全文收錄於數位資料庫，透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向授權使用單位圖書館館內及館外之使用者公開傳輸，提供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及列印。

授權使用單位	電子全文於網路公開時程
國立臺東大學	(依據 108 學年度第一學期第 3 次行政會議決議：研究生畢業論文延後公開上網時程，至多以三年為原則) ☒ 立即公開 ☐ 一年後公開 ☐ 二年後公開 ☐ 三年後公開
國家圖書館	☒ 立即公開 ☐ 一年後公開 ☐ 二年後公開 ☐ 三年後公開 ☐ 不同意公開 (僅能查閱論文書目、摘要、參考文獻等資料)

本授權書所定授權，均為非專屬且非獨家授權之約定，本人仍得自行或授權任何第三人利用本著作。上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未勾選，本人同意視同同意授權。

學 號： 10800404 (務必填寫)

研究生簽名： 廖書書 (親筆正楷)

指導教授簽名： 莊志 (親筆簽名)

日 期： 中華民國 111 年 5 月 27 日

本授權書(得自本校圖書資訊館網站下載)，請勿自行變更本授權書內容及格式，並以黑色字體撰寫後複印裝訂於審定書之次頁；授權書正本於畢業離校時，連同紙本論文一併繳交至圖書資訊館。

授權書版本：2022/01/13



謝 誌

2018 年 11 月 2 日晚，在達魯瑪克頭目古明德先生守靈會場中，我循音靠近大體旁正在為隔天告別式彩排的吟唱隊，一位女性耆老坐在中央面無表情的領唱，緊接著圍繞在他四周，手拿注音符號紙譜的中年婦女，邊唱邊討論，相互指正，或轉頭指導站在最外圍的青年團員。青年團分成男女兩團，大部分人對吟唱有些生澀，看著手機上的歌詞，努力跟上。中途男青年團還離席出了別的任務，爾後再歸隊練唱。我站在青年女吟唱團的最外圈，趁隙悄悄湊近一位妹妹，問：能請問一下歌曲內容在說甚麼嗎？他很大方地給我看他的手機，除了羅馬拼音，還並列有中文翻譯，多是歌頌山川祖靈的內容。會場氣氛輕鬆祥和，歌聲繚繞，我被那些吟唱弄得頭皮發麻、感動莫名。離開時，一個又一個的大圓桌如滾輪般被推出擺定，似乎要開始上菜，已近晚間十時……隔天，在葬儀社主持制式告別典禮中，四組吟唱隊盛裝出席，用他們自己的詩歌與祝福敬送與緬懷，一些歌者邊唱邊掉淚，不知為何我也濕了眼眶。

古頭目、姜祝山先生和替這一切牽線的文彥，帶領我進入台東這一處聖地，帶著對當叢林探險家的期待，我成為南島所的學生。疫情阻斷我前往蘇拉維西葬禮田野的計畫，卻也讓我更有心思去看見台東的人事物，在離台北四個小時車程之外，這麼近又那樣遙遠的美麗國度，好好學習。

謝謝蔣斌老師願意指導我，讓我成為他在台東退休前的唯一弟子。在入南島所，聽了蔣老師幾席談話之後，我就立志往此「既宏觀且精準、笑談古今游四方」的優雅氣質邁進。論文撰寫的過程中，蔣老師給我很大的空間，偶有指正，那一定是不得不正視的大問題，從無例外。蔣老師面對學生揮灑卻不馬虎的態度提醒了我：要成為像他這樣的人！

南島所的大師群像真是超有趣。阿良老師上午下海打章魚和龍蝦，下午和同學邊煮邊吃邊討論通過儀式，他對我下的一句註腳：「你這個年齡來到這裡，沒有甚麼事情辦不到的……」支撐我通過這三年中所遇到沒自信通過的難關，這個儀式真的重要！淑綾老師更狠：「你……是來玩的……吧？」託老師預言的福，發現在南島所「玩」的威力超強大。淑綾老師的酒量和腳力一直是傳說，南島所唯一女超人的上限無人敢探。阿修老師在社會與文化人類學嚴肅的形象（想到碩一上每週的作業，仍有餘悸）到了感官人類學轉化為一位小頑童，酒醉後更成了小天使……完全具備學術與田野雙重能力。從對人與社會十足關懷與實踐的育銓 Total 老師身上，我看見自己最欠缺的部份，也很慶幸在最後一學期能參與他文化遺產當代議題的討論，去反思自己這三年被灌溉的養分能如何回饋給社會。唯一沒修過的是譚老師的課，但在口試當下我明白

了他的明白：劇場中的心路歷程。後來有幸聽他分享自身如何將劇場中的轉折回饋到人類學實踐。談及葛羅托斯基的身體訓練之際，「溫柔斯文」的譚老師翩然起舞。此外，我何其幸運跟著心動系的劉美珠老師上了五個學期的身體課，不但幫我舒展被電腦折磨不堪的身體，隨著老師精確的帶領，對身體更多的覺知，讓我在田野與論文的世界裡，有能力更多面向的分析身體的感知。老師們都是園丁，為學生、為社會；他們做研究，更親身實踐。謝謝老師們，你們給的養分再再提醒我思考，回到自己的教師的崗位之後，該如何灌溉我的苗圃。

南島所的同學年齡跨距近 50 歲，但似乎都有一種共同特質：對人有興趣！那種人文關懷在日常相處與文化實踐工作中完全被體現，他們對部落或族群的付出與對老人家的尊重令我汗顏，自問：那我是誰、我為別人做了甚麼？先謝謝同班同學。班長 Kana（俊偉）總能在最適當的時刻對人提供最適當的安排與協助，他的好和民宿是我在池上的家（疫情期間他更常邀請同學去民宿非法喝酒群聚），很溫暖，因為有溫暖的人與溫暖的馬卡道故事。Ruran（雅慧）帶我進入土坂的巫師世界，看見人對未知的尊敬其實源自對人的尊敬，跟著巫師群的祭儀工作與八卦消息，羨慕極了部落社會中人與人之間的緊密相連的信任。杵音當家花旦 Apuy 有一顆柔軟的心，提起文化復振工作時，他眼中閃耀的不知是淚光還是衝勁？使他在台下更加明媚動人。無法忘記排灣貴族 Selep 姊不時露出的手紋—十小時的劇痛與施咒保護的成果，還有他那超過二十年的田野與家族故事記錄，都令人肅然起敬。神秘的武陵教會長老 Bali 一直保有超幽默的沉默，但也總能發出最駭人的提問，只要他在，就不用擔心沒人提出好問題。他的六個孩子是任務也是福星，讓沉默的 Bali 發光。A nu（若樸）則是個不太說話的有情人，在嘉蘭部落深耕也不定期在其他部落幫忙，豐富的參與經驗使 A nu 年輕卻很有魅力。另一位年輕輔導老師 Raway，目標明確，思路清晰，卻是剛中帶柔，滿負結合阿美文化與教育的熱情，希望他能實現出國留學的願望，將格局放更大。最後，住在東河的貞佑，從公車到機車到跑車，踏實的逐漸變成東河人。曾問他為何不搬到台東，現在我明白，東河的朋友已成了他的家人。同班同學們各個身懷絕技各顯神通，但會永遠記在心裡的是他們對彼此和人群的關懷，也是我該向他們學習的：去觀照，去做！

2021 年 5 月疫情爆炸後，我開始論文撰寫，還好有研究室夥伴讓沉悶的生活找到小樂子。和佩君與金花在研究室裡煮到跳電、一起違法衝月光海……後段還有 Emily、宜伶、家翔等八卦網加入（家翔畢業後開始懷念起八卦的療癒），再加上身體病痛的一再加劇……半年的論文歲月不孤單，與論文、電腦、舞蹈、好友、醫生緊緊相繫。南島所還有眾多數不盡的奇人：把檳榔陣畫活的冠年大哥、被指定習巫的美齡姊（我的入學提報計畫就是參考了他的論文）、手藝美感口才兼備的莉莉姊、被阿良老師與

Kana 逼到絕境只好畢業的鬼才詠程、不到 25 卻有著老靈魂與超然觀點的紹堯、跑去蘭嶼當小幫手最後通過達悟族語中級認證的大學部新星晏萱……還有充滿熱情、充滿行動力，令人非常看厚的一年級學弟妹。此外人社中心忙到常要睡辦公室的雪域蟲草博士建霖；集理性與感性一身、已赴政大任教的浩慈；四兩撥千金、一腳踏入博班殿堂的濬瑄……學術、論文、實踐、生活、檳榔、酒……哪個才是重點哩？答案是：人。

說到人，口試時何翠萍老師問道：你的報導人怎麼都這樣優秀？一場葬禮讓我走進台東，走進南島所；一連串的奇蹟讓我從對葬儀的研究轉向儀式性舞蹈的體現，自此天兵神將下凡，從習舞、田野訪談、學術指導，我的報導人是我的同學、老師、也是成就這項研究的貴人，無論對舞蹈或對我的論文他們皆認真以待，逼得更認真以待，沒有他們這樣的態度作為前提，這個研究不是從未開始就是被我半途放棄了！2021 年 8 月，Melati 寫信邀約我一場當年 10 月份的演出，在台東因海外田野被疫情延滯而進退不決的我，想起 Kana 的預言：「姊姊你去寫舞蹈，你說舞蹈時眼睛會閃耀！」當下決定赴台北跟 Melati 喝一杯咖啡。正巧那場聚會 Melati 北藝大指導教授趙綺芳和林亞婷老師都在場，在討論完 Melati 的論文之後，我請教了趙老師：是否能在台灣寫爪哇宮廷舞？是否能寫自己跳舞？在趙老師的分析與肯定之後，我轉身答應了 Melati 參加演出，一切自此時此刻鋪展開來。從該年 9 月至隔年 4 月，練習、彩排、演出、訪談，緊接著 2021 年 6 月到該年底論文產出的過程也不乏線上練習、訪談、討論。深深感謝那群報導人和新冠疫情，使大家回到自己的空間沉澱了自己，我則沉澱了他們的故事！

2017 年，我應佩蓉的邀約，投考北藝大文資所，殊不知如來一翻手，就將我翻過了中央山脈來到台東的南島所。2018 年佩蓉應我之邀，參加爪哇舞蹈工作坊，也將他的人生做了翻轉！在田野訪談工作中，我從不預設題目，一聊動輒 3、4 小時，有時不小心 8 小時就過去，回家後謄錄音稿，驚覺一篇又一篇人生的樂章流瀉，我真是太享受在那高潮迭起的樂音之中，也告訴自己必須把這些珍貴的分享寫出來。對多數的報導人而言，爪哇宮廷舞學習與演出的歷程都是他們人生的一段通過儀式，從進入、參與、到脫離，很多意義重新被詮釋。何其有幸，我參與了自己與他們的通過歷程，也被納入他們的人生中。

謝謝 Melati 於舞蹈和學術上深刻的教誨，引導大家從感受音樂、感受身體、到感受他的文化。他說：沒有感受，就不是在跳爪哇宮廷舞！Melati 不只是一位舞者或老師，他是肩負使命的文化傳播者，他的引領與風範，讓我從極度挫折中解放，也得以走到了今天。再者，謝謝雅嵐分享自己多面向的學習與教學經歷，讓我從不同的高度看見「學舞蹈不只是學跳舞」，也感佩他身為一位老師能不斷的反思與精進。另外，來自印尼，在台有緣相遇的 Indri，活靈活現用宮廷舞蹈串起他的人生，他的熱情替我

研究加了柴火，火冒金星瞬間，一切變得那麼難、可那麼動人有趣。在我論文即將完工之際才在線上認識的 Galuh 和 Danang 夫妻，則是論文後續報導人，透過一系列梭羅風格舞蹈身體與文化的學習，讓我更全方位的體驗到伊斯蘭馬塔蘭宮廷文化，似乎也宣告著：一切都還沒完成，學習還要繼續！

習舞的同學們真的是一路相互提攜打氣的關鍵人物。先從不小心就一口氣聊了八個小時的亦修說起。我們從從峇里說到爪哇、甘美朗說到台語流行歌、從這家甜點店換到另一家甜點店……只能說，和亦修聊天會上癮，談到最後我真是期待極了他的論文（關於台語流行歌在南洋）。經由亦修介紹的筱竺與蘊嫻則是花樣年華的美少女，我們在吵鬧的集客茶館，聲嘶力竭地聊天，蘊嫻不慌不忙娓娓道來；筱竺偶皺眉頭，偶會結巴，擔心自己說錯似的。謄稿之際，驚覺他們洞悉自身與音樂的能力著實強大，那種對自己、對我這位陌生人、其全心投入的態度展露無疑。再來，總能發現細節的彥希，一直設法在破除一個接著一個的人生問號—透過身體和劇場，使我好生羨慕，訪談當下他穿插著喜怒哀樂的敘事，簡直是一場精彩演出！經由彥希介紹的美伎，充滿桀傲不馴的魅力，跟他說話很有壓力，但我跟著他的精采故事從台灣到爪哇、到柬埔寨、再到紐西蘭，瞬間超過六小時。另一位劇場達人尹真，跟他聊天真是如沐春風，覺得自己成了他的劇中人。他不疾不徐說到自己跟戲劇一路的相伴糾結。尹真的故事在論文中顯得異常優雅，因為他的言、行、與氣質就是優雅，然那一切都來自多年的訓練與自我覺察。再說到佑貞，我因為他的書，才有勇氣從舞蹈踏入這個知識體系的殿堂。一起學習與討論的過程中，他從不吝於分享自己十年來的研究心血，最後落下一句：我沒在給你訪問辛酸的，你的論文一定要完成喔！從不同面向切入，欣瑜的另類坦然與如淵的另類執著替整個研究畫添了醒目的兩筆，也提醒我用不一樣的角度看跨文化舞蹈學習，發現欣瑜「轉念」的本事，也見雲遊四海如淵的執著：「就是無法接受這樣的學習方式！」。遠走法國的婉昭，打從一開始至今，他都是這個學習群體的精神領袖。從 2018 年實體工作坊到最近線上工作坊的籌辦都虧他悉心張羅，除了舞蹈，這樣的一個實踐態度再次豎立起「對舞蹈本身、對大家一起跳一起研究」的典範。老實說，沒有婉昭就沒有我這個研究。最後還要感謝兩位被我凹的觀眾：玟玟與賢明。在與玟玟的對談中，我成為受訪者，他的問題讓我釐清了自己，也發現原來這舞蹈也是有機會與沒接觸過的台灣人分享的。賢明更是用生動的科學譬喻分析了舞蹈的結構，他對音樂的細膩感知與用心，領我透過他的眼睛釐清混沌。

三年來各方好漢的陸續的加入，促使在台灣參與爪哇宮廷舞學習的我們，從隨緣、到探索、到用身體繼續探索下去。想起 2019 年 6 月第一次的展演前，大家體認到不能再一直依賴 Melati，私下相約在淑芬家樓下的高級廳堂裡練習，不停地比對錄影帶，東推西敲；yy（淑芬的老公）還得負責我們這群七嘴八舌女人的接送。當我 2020 秋

天開始我的田野，正計畫著約淑芬喝咖啡聊天之際，卻得知他驟逝的消息。在寫論文的过程中不斷地看見淑芬的照片與影像，卻來不及說謝謝與分享，當下告訴自己要用心對待並完成這個論文，將之連線給淑芬。再次跟所有報導人致意：跟你們聊天真是開心極了；聽錄音，寫論文的當下，發現自己何其有幸能及時聽到你們這些無價的觀點與生命點滴。

感謝在台東遇到照顧我的大家：帶我看屋看地的益松大哥；好努力又好溫暖的肚皮舞神淑玲；研一時在二舍同居的貼心小室友卓怡；超瘦又超酷，很會釀酒的裁縫師小紅帽；才來一年便在富南買地種茶樹的訪問教師宜周；特別從台北跑來幫我搬家的雲秋；酒量一流、讓我追著跑的土坂女巫師群；被我騙吃騙喝騙睡，Ruran 的家屋與家人；一訪再訪，蘭嶼後山的日出與反核吧的英珍；東漂來到知本山上教我做麵包的呂師傅；容忍我這位誤闖舞團基訓的布拉瑞揚老師和 BDC 眾帥哥們；每週把脈針灸，幫助我熬過身體煉獄的台東基督教醫院中醫部主任黃俊傑醫師……還有在北台灣，舞台經驗豐富，田野中總會適時出現幫忙的靜螢；通宵幫我美編論文排版的孟穎；替我分擔課務，怕我樂不思蜀甚至被超額的重慶國中夥伴們；和我手牽手跳了二十餘載的世界民俗舞、最能卻也最不能理解我論文的好友們；數度東訪蔣斌老師，逼得我不得不和他同步完成論文、通過口試的清大人類學博士、同時也是我的印尼文老師麗蘭……太多太多。還有在人文學院南島討論室、研究室、展覽室與南島咖啡裡；東大圖書館一樓 L160、L174 號桌機前；與遙望著東方總鑲嵌著綠島的太平洋之際，片片刻刻的回憶。

這篇謝誌是對太多人的感謝、對東台灣這片土地與生活的回顧，這一切孕育了這個研究與我這個人。最後一定要大大感謝媽媽和娟娟，除了聽我分享在這裡發生的故事，他們經常問：你戶頭裡領得出現金嗎？要不要匯錢給你？然而，那是一切的根基。感恩你們大家灌溉了我，自此，期能將我所累積的養分，去幫助更多人。

廖書希

2022 初夏・台東



靜止中的流動： 爪哇宮廷舞蹈的身體經驗探究旅程

麥菁菁

摘要

文化能怎樣的被理解？爪哇日惹宮廷舞，像是一件中爪哇宮廷文化所編織出的衣裳，從穿上到脫下、從身體的進入到離開，是學習者對其時間感、空間感、身體感可能性的探究；是在臺灣對宮廷文化知識的體現與再詮釋；是一段自我通過儀式的歷經。

我於 2018 年在臺灣參與了張婉昭所籌組的爪哇宮廷舞工作坊，邀請到正在國立臺北藝術大學舞蹈系攻讀博士學位、同時也是日惹 Pura Paku Alaman 宮廷舞者的 Anastasia Melati 來擔任指導。工作坊學習的舞作中，細膩的肢體、身體全面性的連結、舞者之間氣息互動與戰鬥，皆展現了自然與人性中各種力量之競合。其練習與演出的過程，讓我歷經了視覺、聽覺、觸覺、身體空間感與時間感的全新體驗：從面對無法解構舞蹈本身的挫折、身體的不適應與調整、道具操作的失控、甘美朗音樂造成的聽覺錯亂、心理上對「慢」與「無法確定時間」的不安全感等。雖然持續面臨挫敗、混沌、不知所措，歷經了很專注的學不會，然後很灑脫的決定不要學會……帶著一堆疑問，我顛覆自身去跨越難關的同時，亦記錄下臺灣學習者、老師、與觀眾與宮廷舞相遇的歷程，發現透過迷惘的身體感官，文化震撼與探究直接在大家身上有著不同程度的併發與延續，但對爪哇宮廷文化的未知在此並不造成阻礙。

從文獻中，看見這多感交織、時空再造的身體感官經驗背後，蘊含著爪哇宮廷中經由身體訓練提升心性的實踐理論，延伸至透過個體感知訓練達到群體感知強化，最終鞏固社會和諧的 *rasa* 哲學。以上思維在田野中一再的被印證，也讓我重新審視「不只是舞蹈」的爪哇宮廷舞，漸漸明白它之所以困難的原因。接下來，透過身體感官理論，試著去理解我與其他參與者所經歷的挫折或迷惑，與身心及感知轉折的路徑。2021 年 5 月，一群同學因新冠疫情而組織了日惹宮廷舞蹈線上教室，經由密集的練習，基本動作在我身體中進一步確實成形，也同步在撰寫論文的過程中幫助我更明確地去分析自己與他人。在這一段爪哇日惹宮廷舞蹈探索的旅程中，從自身與他人的身體經驗一窺爪哇宮廷文化，並經由學習此他文化來反思自身，也在臺灣體現一條進入爪哇宮廷文化精神的新取徑。

關鍵字：爪哇宮廷舞、甘美朗、體現、身體感、感官



The journey of finding paths in Javanese court dance by sensory and somatic experiences of Taiwanese Dancers

Ching-Ching Mai

Abstract

Is it possible to discover the spirit of other cultures just by feeling without knowing? What happened when Taiwanese met the Javanese court dances of totally unknown? The first time I met Javanese court dance is at *central Javanese court dance workshop* in Taipei (hosted by Wan-Chao Chang and Anastasia Melati as our tutor) since 2018. To identify gamelan music, to shape the body in the frame, to control one's movements, to feel other dancers' flow.....all that let we Taiwanese get into confusion and frustration for more than two years. I got lost in movements, in conscious, in gamelan....in all respects. Why these body techniques are so difficult? How to cultivate oneself to dance like that? Who created the dances? For aesthetics? Or any other purpose else? I tried to find the way and to explore more behind the Javanese court dance with starting this struggling journey.

Through *Joged Mataran* (Dance of Mataran) and other relevant literatures, I found that the court dance learning is a training for “well control (*alus*)” and “improving perceptions(*rasa*)” of oneself. Via the *alus* of individuals to construct community in *rasa* of harmony is the final goal of this art. Besides, my classmates and I reweave our own “webs of senses” instead of “webs of meanings”, not to understand but to feel the culture in the process, and then we adjusted our bodies to combine the music, floor, and *sampur* (a long strip of cloth used while dancing) in the contexts of Java to approach *alus* and to approach the spirits of the Java synchronously. I will share the experiences of some participants in Taiwan including myself to discuss the meanings of what we suffered, how we felt, what we were transformed, and how we carried out paths to embody different cultures and our personal inner as well.

Keywords : Central Javanese court dance, gamelan, embodiment, sense, body



目 錄

第一章 研究動機、目的與方法	1
一、動機與目的	1
二、研究方法與限制	3
第二章 文獻探討	7
一、爪哇宮廷表演藝術的實踐與思維	7
二、身體、意識、感官，在時空中交織出舞蹈	19
三、小結：爪哇宮廷儀式與展演的社會意義體現於個人身體感官實踐	26
第三章 自我民族誌：爪哇日惹宮廷舞的學習經驗	28
一、舞台上的旅程	29
二、教室裡的一再顛覆	33
三、空間上的挑戰：固定不了的身體框架，無法對身體的「整」進行分解	36
四、時間上的迷惘：聽不見甘美朗中的鑼響，控制不穩極度慢速的流動	42
五、身體觸感察覺的再提昇：與 <i>sampur</i> 之間的一再對話；和 <i>jarik</i> 與地板所造成的反作用力磨合	44
六、一人空間的體察：疫情期間的線上教室	48
七、小結：多感交織、時空再造之探索開始	49
第四章 爪哇宮廷舞經驗在臺灣：學、教、觀	50
一、學	51
二、教	75
三、觀	85
四、我觀	93
五、小結：爪哇宮廷舞在台灣的呈現與延續	96
第五章 爪哇宮廷舞之探究：身體向內的微分向外與的積分	97
一、框架界定出的美學－與日惹宮廷舞蹈理論、東方身體論之間的對話	97
二、向內的微分：意識與無意識交錯	102
三、向外的積分：感官的探索	105
四、再度向內：從「放棄學會」，到「去除我執」	108

五、再度向外： <i>Srimpi Pandhelori</i> 同步建構身體技術與群體的連結，體現 <i>rasa</i> 的社會性.....	110
六、反思與跨越：爪哇精神在臺灣的體現.....	111
七、小結：認識文化－以身體作為路徑	115
第六章 結論：透過身體與感官，體現文化深層的路徑.....	116
田野紀錄清單.....	119
參考文獻.....	121
附錄	
附錄一： <i>Srimpi Pandhelori</i> 隊形變換說明.....	125
附錄二：爪哇宮廷舞蹈相關詞彙解釋.....	130
附錄三：受訪者基本資料.....	134



圖 表 目 錄

圖 1	蘇丹阿貢時期瑪塔蘭伊斯蘭王國的疆域（1613–1645）	9
圖 2	分裂後的馬塔蘭伊斯蘭王國（1830）	10
圖 3	<i>Tari Bedhaya Ketawang</i> 舞姿	12
圖 4	<i>Srimpi</i> 舞者裝扮	30
圖 4-1	森霸禮 <i>Sembahan</i>	30
圖 5	課堂上，共舞者就是鏡子	35
圖 6	左手為 <i>Ngruji</i> 手勢，右手為 <i>Nyempurit</i> 手型	36
圖 7	<i>Ingset/Ngingset</i> 腳部動作（左腳）	37
圖 7-1	<i>Ingset/Ngingset</i> 腳部動作（右腳）	37
圖 8	<i>ukel</i> 手勢動作的循環路徑	38
圖 9	<i>Seblak sampur</i> 動作路徑與手勢	39
圖 10	<i>Kebyak sampur</i> 持、放動作	39
圖 11	爪哇甘美朗演奏	42
圖 12	右手 <i>Nyangkol sampur</i> ，左手 <i>Ngithing/nyekithing sampur</i> 動作	44
圖 13	<i>jarik</i> 著裝	46
圖 14	穿著 <i>jarik</i> 坐下的過程	46
圖 15	<i>Gejug/gedrug</i> 腳部動作路徑	47
圖 16	佩蓉自創舞譜手稿	52
圖 17	梭羅 <i>Mangkunegaran</i> 皇宮及其演藝亭 <i>pendhapa</i>	57
圖 18	<i>Srimpi Pandhelori</i> 頭飾及腰帶的固定方式與完整定裝	87
表 1	訓練課程日程表	3
表 2	演出日程表	4



第一章 研究動機、目的與方法

一、動機與目的

我自大學時代開始接觸世界民俗舞蹈，至今已逾二十年，期間除了讓自己身體去經驗世界上不同地區的音樂與舞蹈，從事進修與教學，亦透過旅行與參訪，走進各個民族舞蹈發源的生活場域，對歷史文化、身體觀與在地樂舞呈現之間的關係，持續進行了解與探索。從自己身體對文化樂舞的探索出發，以各個類型民俗樂舞為媒介，對自己的肢體、視覺、聽覺、觸覺各方面，做更細部的探究與更極限的鍛鍊。2012 年，我商借至雅加達臺商學校服務，但苦尋不得學習爪哇舞蹈的門徑。2013 年，在一次獨自造訪梭羅皇宮的一個早晨，遠遠瞥見內院涼亭裡（遊客只能在外院，內院不得進入）數位腰間綁著長巾、正式著裝的女士，交錯往返的「緩慢行走」著，音樂隱約在微風穿梭於樹葉間的沙沙聲飄盪，陽光也透從不同角度變換女士們身上的光影。至今那高雅空間中的優雅身影依然清晰烙印在記憶中，一直期待能再更了解宮廷內院那場「神聖的儀式」，卻在雅加達的繁忙工作中，將之鎖在記憶的一角。

返臺後，自 2018 年 11 月開始，我參加張婉昭女士在臺北舉辦一系列的印尼舞蹈工作坊，開始跟著爪哇宮廷舞者 Anastasia Melati 學習爪哇宮廷舞蹈，並於 2019 年 6 月，在空總臺灣當代文化實驗場 C-Lab 工作坊所舉辦的「印尼中爪哇舞蹈體驗工作坊」裡，進行 *Srimpi Pandhelori* 的示範演出。這段學習歷程，顛覆了我前 20 年的舞蹈學習與展演經驗，在一片茫然與挫折中、在數度想退出課程與放棄學習的矛盾裡，不斷懷疑，為何即使經過了這樣多次的練習，我仍無法將自己的身體、音樂與流動組合在一起——這對我來說從來都不是件困難的事！

爪哇宮廷舞的特質：緩慢、流暢，能量俱足。從中心延伸至末端，身體各部位結構精確、力勢飽滿。由於身體結構必須維持平面，當雙腳蹲低，重心轉換至單腳時，因要維持肩與髖平面矩形結構，重量會完全集中在重心腳上，無法靠身體其他部位協調或分擔，很容易疲倦或變形。手指腳趾的動作質感必須充滿張力與能量，即力量要從核心延伸至手腳末梢不能斷。然在嚴格限制的框架中、在能量聚足的包圍裡，身體還必須要放鬆，接下來一切的流動方能順暢。甘美朗音樂帶動身體流動，非常緩慢，每一步、每一個動作轉換皆需要高度控制。除了自身身體流動，兩舞者之間有動作力勢上的對話、空間位置的變化、還有兩兩之間的團體互動（*Srimpi Pandhelori* 有 4 位舞者）。幾個月下來，我手腳姿勢成不了型、身體克服不了三度空間造型的習慣總是扭曲變形、身體緊繃流動不起來。耳朵完全無法辨識音樂結構與拍點，身體也就跟音樂分離，當然也就完全脫離舞蹈的狀態。在這樣的窘態下，還必須跟其他舞者對跳（對方狀態也和我一樣）。可想而知，每一堂課都陷入混亂。每周 3 小時，歷經數月，混亂依舊。

2019 年 2 月拜讀了北藝大林佑貞博士的新書《印尼宮廷儀式舞蹈貝多優及其身體行動方法》，開始以新的視角看這個舞蹈，試著了解它「不只是舞蹈」。回到課堂，我也試著接受 Melati 老師的建議，在課堂上把所有疑惑先放在一邊不予理會，只專注在身體重心的調整，儘量模仿與跟隨老師的身影，有時還必須模仿你對面那位一臉茫然的同學……身體與爪哇宮廷舞的戰鬥持續進行著，但「放棄學會」的轉念好像讓自己的心情比較放下，舞蹈行進間的身體似乎也就比較放鬆舒暢。以上，讓我察覺到自己身體在進行的真的不只是舞蹈？自己肢體流暢度似乎在增加，但對舞步的記憶卻一直無法被強化？舞蹈行進中我意念的專注與渙散沒有規則的不斷交錯？我與其他共舞者之間的身體感應與對話也不斷在改變？隨著自身對音樂與動作的熟悉，隨著課堂上舞者們之間因默契增長而造就的群體氛圍改變，更讓我好奇：爪哇宮廷舞蹈呈現的意義為何？透過我與同學的身體，又如何重新的被詮釋與延伸？

2019 年 9 月，我進入臺東大學南島所進修，人類學的養成訓練，讓我慢慢看見上述提問被研究與被答覆的可能性。2020 年暑假，Melati 邀約我於當年 10 月 3 日，到臺博館南門園區爪哇文化工作坊中演出。同 Melati、趙綺芳與林雅婷老師（Melati 在北藝大的兩位指導教授），在咖啡香中間聊了約半小時之後，我答應了演出邀約，同時展開了自己的田野之路，直到 2021 年 5 月，新冠疫情大幅升溫才停止。田野中，我是舞者，也是觀察記錄者。身體漸漸進入舞蹈的狀態之際，當初的提問也趨於明朗。奔波於田野的同時，我也在學術中找路徑：身體？感官？儀式？展演？舞蹈？自 2021 年 5 月 30 日開始，同學相約線上練習之前所學所演的 *Srimpi Pandhelori*，雲端教室的習舞之路，新闢另類田野。

在往返於個人與群體、教室與舞台、舞蹈與文獻、現場與雲端之間的旅程中，我用自己和夥伴們的身體進行探險，依循爪哇宮廷哲學美學的蹤跡，去發掘這舞蹈如何慢慢在大家的體內發酵、貼近。再經由這個貼近爪哇宮廷之路，重構對自身的體悟與對他人的體察。

二、研究方法與限制

由剖析自身學習經驗出發，加上透過共舞、觀察、記錄、訪談描繪參與者群像，再經由自身和他者的身體經驗與理論之間的對話，來探索參與者如何在臺灣體現爪哇宮廷舞身後的知識體系，又如何透過舞蹈學習反觀自身。在民族誌研究者的角色中，我是作為觀察者的「完全參與者」(Angrosino 2010〔2007〕:9)。透過參與性觀察(participant observation)與觀察性參與(observative participation)的交替，記錄、整理與書寫。研究工作進行如下。

- (一)以舞者、演出幕後工作人員、觀眾、記錄者的立場，參與爪哇宮廷舞 *Srimpi Pandhelori*、*Sari Kusuma* 與 *Sekar Pudyastuti* 的訓練及演出。訓練課程與演出日程表如表 1、表 2。(Anastasia Melati 女士負責訓練與指導；張婉昭女士負責活動召集與協助指導)
- (二)對參與的老師、學生、演出人員、工作人員、觀眾進行訪談與記錄。
- (三)疫情趨緊期間，經由線上課程(2021 年 5 月 30 日至 7 月 31 日)全錄影，記錄線上練習、交流、討論過程。
- (四)對爪哇宮廷樂舞和哲學思維、身體感官理論，進行整理
- (五)於臺灣人身體的爪哇宮廷舞學習與展演經驗、爪哇宮廷傳統思想、身體感官研究理論之間，進行印證、對話與反思。

表 1：訓練課程日程表

時間	課程項目	地 點	練習舞碼	參與人員
20200916	練習	臺北藝術大學音樂系甘美朗教室外	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 張婉昭、周佩蓉 麥菁菁
20200918	練習	臺北藝術大學藝大咖啡	<i>Sekar Pudyastuti</i>	Anastasia Melati 張婉昭、林佑貞 麥菁菁
20201005	練習	壹玖空間： 臺北市中正區重慶南路三段 19 號 4 樓	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 張婉昭、陳彥希 鄭尹真、麥菁菁
20201012	練習	Yu studio： 臺北市北投區明德路 150 巷 16 號	<i>Srimpi Pandhelori</i>	張婉昭、陳彥希 鄭尹真、麥菁菁
20201106	彩排	中央研究院學術活動中心二樓	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 陳彥希、鄭尹真 張婉昭
			<i>Sekar Pudyastuti</i>	林佑貞、劉亦修

			顧問	Yuniar Indrihapsari
			場記	麥菁菁
20201116	定裝	壹玖空間： 臺北市中正區重慶南路三段 19 號 4 樓	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 陳彥希、鄭尹真 張婉昭
			場記	麥菁菁
20201119	定裝彩排	國立臺灣大學普通教學館 506 教室	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 陳彥希、鄭尹真 張婉昭
			<i>Sekar Pudyastuti</i>	林佑貞、劉亦修
			場記	麥菁菁
20201210	彩排	臺北藝術大學藝大咖啡	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 陳彥希、鄭尹真 張婉昭
			<i>Sekar Pudyastuti</i>	劉亦修
			<i>Sari Kusuma</i>	麥菁菁、周佩蓉 陳靜瑩

表 2：演出日程表

時間	活動名稱	地 點	演出舞碼	演出者
20190623	印尼中爪哇舞蹈體驗 工作坊 ¹	空總臺灣當代文 化實驗場 C-Lab	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati、 Robertus Galang Hari Cahyono、 張婉昭、高欣瑜 陳淑芬、周佩蓉 張如淵、麥菁菁
			<i>Sari Kusuma</i>	曾啟芃、 Posak Jodian
			<i>Cipat Cipat</i>	陳靜瑩

¹ 活動影像紀錄連結：https://drive.google.com/drive/folders/1vUkYDGh-Ft_N_cHmaZcU8ILsJGG6zAfo?usp=sharing

20201003	Javanese Traditional Court Dance and the Philosophy of Javanese Culture 工作坊 ² *In collaboration with National Taiwan Museum and Indonesia Diaspora Network	國立臺灣博物館 南門園區小白宮	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 張婉昭、周佩蓉 麥菁菁
			<i>Sekar Pudyastuti</i>	劉亦修
			<i>Sari Kusuma</i>	葉乃慈、許珮甄
20201004	Batik and Lurik Festival ³	國立臺灣博物館 南門園區小白宮	<i>Sekar Pudyastuti</i>	Anastasia Melati 張婉昭
			場記	麥菁菁
20201123	2020 臺灣的東南亞區域研究年度研討會 ⁴	中央研究院學術 活動中心二樓	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 陳彥希、鄭尹真 張婉昭
			<i>Sekar Pudyastuti</i>	林佑貞、劉亦修
			場記	麥菁菁、陳靜螢
20201211	No.236 文學院音樂會：中爪哇日惹宮廷舞蹈 ⁵	國立臺灣大學文 學院大堂	<i>Srimpi Pandhelori</i>	Anastasia Melati 陳彥希、鄭尹真 張婉昭
			<i>Sekar Pudyastuti</i>	劉亦修
			<i>Sari Kusuma</i>	周佩蓉、陳靜螢 麥菁菁

過程中的研究的限制，主要有三方面。我正式的田野調查從 2020 年 9 月 16 日的練習記錄開始，在此之前，所有的經歷與討論，只能回溯記憶與影像記錄。在田野之中我是學習者、表演者、訪問者、記錄者，同一時空多重角色，偶有遺漏或疏失。再者，無論是練習還是演出，爪哇宮廷舞蹈的原貌，是在宮廷的演藝亭—半戶外開放的空間中，配合現場甘美朗與吟唱一同呈現。臺灣的學習者只能透過曾親臨現場者的分享與螢幕影像去想像。所以當大家對舞蹈愈熟悉，身體變得更敏銳、音樂變得愈能辨識之際，一探宮廷現場的意念就愈強烈。礙於疫情，這個身體與環境本應相容的文化學習，從爪哇宮廷來到了臺灣教室，不但無法重返現場，最後甚至將大家鎖到了雲端。

2 活動影像紀錄連結：https://drive.google.com/drive/folders/1EsKt8_Ygx-43y6wnha5AyBvMgzSYpoGP

3 活動影像紀錄連結：<https://drive.google.com/drive/folders/1dyqQvsMRHosWFqJaFg5bA-0sYX67lOIF>

4 活動影像紀錄連結：<https://drive.google.com/drive/folders/1IQlC9J2i2dPs3uuUk8iDBCQtDjVagaeM>

5 活動影像紀錄連結：https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fphotos.app.goo.gl%2FU7cX6WTFXfFgSLqU68%3Ffbclid%3DIwAR0jOB8QGKtY5LsfOz5T7_Bb_f38Mh58kTw0p5vFhLVBWmIdwDG8xWISGDA&h=AT2SllJqGpH8GhME_HjCrtay-oU6RCBsKpER8sOFra3B4ZwZUyAflv7r_Fx_BSSRYlUorHuCAjsWzJmTiusXOXEaqsw_Y9ez-PRBLqCHsXj1RtD-qYDnDTr_qQhKYKHZbJy_P5pHj_wGgmE0Sw

自 2021 年 5 月 30 日開始（5 月 19 日全臺進入新冠疫情第三級警戒），透過陳彥希提議，已移居至法國的張婉昭籌組了 Online Srimpi Practice 教室，同時擔任主要規劃，指導與後製的角色。參與者尚有我、陳彥希、周佩蓉、鄭尹真；內容為 *Srimpi Pandhelori* 複習。6 月 13 日婉昭又加開了 Online Sari Kusuma Practice 教室，芃芃(曾啟芃)、林佑貞也加入複習行列。同時不同空，大家一起跳，然後分享自身；或者，每個人輪流跳給大家看，分析彼此。婉昭有時會將動作分解，帶著大家重複練習，大家也穿插討論動作的細節與詮釋的方法，我的身體記憶又慢慢被喚醒與重建。在獨自的空間中，「感應他人」只能透過小小的螢幕，身體技術的建構，走的是不同於之前的路徑。

限制也開展了新局，沒有「爪哇宮廷現場」的體驗與震撼，在臺灣的我們只能將關注的焦點放在彼此之間、自身與舞蹈之間。爾後被關在雲端的一人空間裡，更只能聚焦在個人的五感、體感與內心情緒的起伏。在不同時空下，透過不同路徑去探索千里之外爪哇宮廷文化，未嘗不是個新的實驗。



第二章 文獻探討

在爪哇宮廷舞的學習歷程上，以身體為媒介，透過身體、感官、動作、漸趨完整的舞蹈呈現，尋求一個控制身體的方法。過程中，利用受原文化所形塑的意識和身體，體現爪哇宮廷樂舞與其象徵意涵，一窺爪哇宮廷文化。

「我在跳甚麼舞？」是我關心的第一個問題。從整理爪哇宮廷樂舞的發展、其哲學思維與實踐方法等文獻開始，透過歷史的脈絡與宮廷舞蹈理論，去貼近那個文化場域。「我的身體怎麼了？」在一切從全然失控開始的旅程中，然身體的改變，意念的轉化，慢慢地在不知不覺中發生。去探究這個發生，就是文獻討論中的二個任務。

面對陌生的爪哇宮廷文化，我穿梭於身體跨越與思維探究之間，期能在這段旅程中，相輔相成。

一、爪哇宮廷表演藝術的實踐與思維

.....classical Javanese dance, a notoriously difficult style with very strict rules of movement, is also considered more than just entertainment, traditionally also acting as a form of moral education and emotional expression. (Hu 2016)

爪哇的古典舞蹈，以動作艱深嚴謹聞名，它不只是娛樂，傳統上它是一種道德教育與一種情感表達的形式（Hu 2016）

（一）爪哇宗教 *agama Jawa*

爪哇島為組成印度尼西亞共和國（印尼）超過一萬八千個島嶼之中的一個大島，也為當今印尼政治經濟中心。爪哇島上族群組成多元，以西部的巽他族和中、東部的爪哇族為主。印度教最早於西元 400 年左右透過印度商人商會傳入爪哇；於 5 世紀印度教王朝陸續建立；到了 13 世紀，印度-爪哇王國滿者伯夷 Majapahit（1293–1527）曾一度統治了今天印度尼西亞西部的大部分地區，其信仰逐漸發展成為結合了印度教結合在地神靈的面貌。13 世紀晚期，伊斯蘭穆斯林商人經由馬來半島與蘇門答臘進入爪哇，陸續在爪哇北岸先後建立大小蘇丹王國；耶穌會教士則在 15 世紀抵達。17 世紀初荷蘭東印度公司在爪哇的巴達維亞（今印尼的雅加達）建立了總部；19 世紀，荷蘭東印度公司轉手於荷蘭政府，新派教徒亦隨殖民政府一同到來；二戰後，脫離殖民，印度尼西亞共和國於 1949 成立。

印尼是種族與宗教皆多元的國家，立國之初，在其建國五原則 *Pancasila*⁶中明定每一

⁶ *Pancasila* 是印度尼西亞官方的基礎哲學理論。*Pancasila* 包含兩個源自梵語的古爪哇語詞：*pañca*（五）和

位公民都要追隨一位唯一真主，依照不同的真主，在身份證上註記自己的宗教身分：伊斯蘭、印度教、佛教、基督教、天主教（21 世紀後另加入了儒教）。印度教與佛教皆被納入「唯一真神」的體系當中。在印尼共和國建立之初，因為政治鬥爭的關係，爪哇人民必須和共產黨劃清界線，又必須「選定」自己的真主，許多人爪哇人民的宗教欄被迫登記成了穆斯林。他們不同於「正規穆斯林」，從思想到生活上，多保有爪哇傳統神靈信仰的面向，自認是帶穆斯林色彩的爪哇人，而非帶爪哇色彩的穆斯林，也自稱是「被統計出來的穆斯林」。所以在日常與宗教生活之中，爪哇人至今民仍保有高度的「爪哇主體性」（Hughes–Freeland 2008：35–37）。

回到十三世紀，東爪哇印度教滿者伯夷王朝（*Madjapahit*）大興，透過帶有印度元素的宗教、哲學、史詩、表演藝術、建築，來建構社會。其內涵對神秘力量、印度與原始神靈的崇信，藝術發展亦開始建立在印度神話的美學之上。十三世紀晚期，伊斯蘭信仰靠來自蘇門答臘蘇菲體系的傳教士，在爪哇開始傳播開來。其並置了印度化的爪哇文化與伊斯蘭，結合了印度爪哇與蘇菲，形成爪哇密契修行的多元風貌。

十六世紀伊斯蘭瑪塔蘭蘇丹王朝建立後，印度教的美學與神話提供了新伊斯蘭王國宮廷中密契主義一個重要養分（詳見後文）。在鄉村，前伊斯蘭萬靈信仰脈絡下的出神附身舞蹈仍在鄉村流行至今；於鄉村或都市社群生命祭儀的公共宴會（*selamatan*）中，持咒與頌唸可蘭經並行（Hughes–Freeland 2008：35–37；蔡宗德 2005：111–113）。另外在爪哇傳統影戲 *wayang*⁷ 藝術中，也見印度史詩與爪哇傳統土地神 *semar* 信仰結合的神話文本，呈現對於原印度史詩的轉化與凌駕——讓 *semar* 領導印度諸神，造福爪哇百姓（陳聖元 2021）。宮廷透過伊斯蘭九聖者 *wali sanga*⁸ 的領導與努力，其尋找伊斯蘭和印度教中共通的文化現象，並予以融合（例如運用甘美朗與爪哇傳統皮影戲藝術於伊斯蘭宗教儀式中），使伊斯蘭教能在帶有強烈印度教色彩的爪哇土地之上，和平傳播（蔡宗德 2005：118、122）。以上都顯現了爪哇宗教 *agama Jawa* 在不同時期、階層、領域的美學觀點與哲學思想中，神靈信仰、印度教、伊斯蘭共融、並行與交織，並建立在以爪哇為主體之上的風貌。

sila（原則）。因此，它由五個原則組成，並認為它們是不可分割和相互關聯的：相信全能的上帝、公正文明的人性、印度尼西亞的統一、代表協商一致，以內在智慧為導向的民主、印度尼西亞全體人民的社會正義。

資料來源 https://en.m.wikipedia.org/wiki/Pancasila_politics

⁷ *wayang* 來自爪哇文 *bayang*（影子），原指爪哇傳統皮影戲 *wayang kulit*（皮革）。以之為原型發展出 *wayang golek*（木偶）、*wayang wong*（人）、*wayang topeng*（面具）等各種戲劇類型。（陳聖元 2021）

⁸ 九位聖人分別為蘇南安佩爾（*Sunan Ampel*）、蘇南毛拉納·馬立克·易卜拉欣（*Sunan Maulana Malik Ibrahim*）、蘇南吉里（*Sunan Giri*）、蘇南德拉加（*Sunan Dradjad*）、蘇南寶囊（*Sunan Bonang*）、蘇南卡里嘉賈（*Sunan Kalijaga*）、蘇南庫都斯（*Sunan Kudus*）、蘇南穆里亞（*Sunan Muria*）、蘇南顧農賈提（*Sunan Gunung Jati*）。蘇南（*Sunan*）一詞在印尼文中指的是首先將伊斯蘭教引進爪哇地區的「聖人」之意，而本文中所使用之 *wali* 則源自於阿拉伯文。（摘錄自蔡宗德 2005：110）

(二) 喀嘉文 *kejawen*

西元 16 世紀中爪哇伊斯蘭瑪塔蘭王朝 (Mataram Sultanate; 1587–1755) 取代了印度教的滿者伯夷，在中爪哇日惹形成權力中心。馬塔蘭宮廷中，伊斯蘭的蘇菲修行，疊加在印度教神話與宇宙觀與爪哇本體之上，形塑出宮廷印尼伊斯蘭教密契主義的樣貌。爪哇蘇丹王國的統治者利用了融合了印度哲學、美學、神話與蘇菲修行，發展出專屬宮廷哲學思想體系與藝術系統，來強化宮廷正統與地位，鞏固政權 (Hughes–Freeland 2008: 35–37)。馬塔蘭第三任國王蘇丹阿貢 Sultan Agung (1620 – 1645) 統治期間致力於伊斯蘭與原印度爪哇的結合，形成原以菁英社群 *prijaji*⁹ 為主的喀嘉文 *Kejawen* 主流信仰體係，從生活倫理、文化儀式、藝術美學、哲學思想整合，編纂並予以傳承。Clifford Geertz 所著 *Religion of Java* 中提及，爪哇菁英階層 *prijaji* 的宗教生活所關注點為生活禮節、藝術、密契實踐，其三者之間靠基本精神 *rasa* (詳見後) 串接



圖 1：蘇丹阿貢時期瑪塔蘭伊斯蘭王國的疆域(1613–1645)，圖片來源 https://en.wikipedia.org/wiki/Mataram_Sultanate#/media/File:Mataram_Sultanate_in_Sultan_Agung_Reign.svg

(Geertz 1976: 270–273)，*rasa* 涵括了直觀與本質、感覺與意義、主觀經驗 (社會禮儀) 與客觀宗教真理 (密契理論)，透過精神知識，將人的禮儀與美感提升到更好的境界，甚至能夠藉此平息社會中的矛盾與衝突 (Stange 1984: 129)。

kejawen 的宇宙觀，融合了印度教、伊斯蘭教、本土泛靈信仰。其基本信念是萬物一體，認為生命源頭即其終結之處，人來自神，最後也必須透過密契經驗回到神身邊，意即與神合一 (蔡宗德 2003)。*kejawen* 實踐上必須經由導師的領導，進行冥想、苦行、研讀、討論；透過身體，洞察自身，以美作為訴說理念的媒介，進而達到精神上的理解，朝向外顯於形，內求諸己的神性探索 (Stange 1984)。

蘇丹王，身為 *kejawen* 實踐的領導，有責維護宮廷之中的神秘力量，藉此維持國家的穩定與繁榮。宮廷不但是蘇丹王權力的象徵、伊斯蘭教法的執行中心、也是國家穩定與繁榮的象徵指標。所以爪哇穆斯林與宗教學者都有責任維護宮廷的神秘內涵 (*mystical isi*) 與蘇丹王的權威；而蘇丹王則必須維護宗教學者的超然與伊斯蘭教的本質。在宮廷慶典儀式裡，音樂形式將對神的歌頌與伊斯蘭禱詞一同納入，合併超自然力量與印度教美學的舞

⁹ *Prijaji* 原為皇室貴族，殖民時期至獨立後轉變成信奉爪哇皇室傳統的白領官僚階級。根據 Geertz 的觀察，爪哇的社會組成，分成三個主要的文化典型：*abangan* (泛靈論者，以鄉村為主)、*sandri* (純伊斯蘭傳統信仰，以都市中產階級為主)、*prijaji* (當今多任公職) (林佑貞 2008: 51)。

蹈戲劇形式呈現（蔡宗德 2003；蔡宗德 2011^a）。

蘇丹王透過以下方式維護宮廷中的神秘力量（*kasekten*）：擁有來自聖者具有神秘力量的蒲薩卡（*pusaka*）聖物、透過齋戒與冥想修行、透過結合了神話與儀式的音樂舞蹈。

pusaka 爪哇或印尼文原指「傳家寶」之意，在爪哇地區這種由聖人或蘇丹王所傳承下來的各種遺物當中往往具有特殊的象徵意涵與神秘的力量，能保護國家的安全。具有神秘力量的 *pusaka*，包含聖人的遺物、爪哇人時常佩帶的短劍（*kris*）、矛、身著的 *batik*（蠟染布）、皇宮所使用的馬車、記載爪哇歷史古書、傳統甘美朗樂團等。這些物品於每年爪哇曆一月的星期五（*Hari Jumuah Kliwon*）由宮廷舉行宗教儀式、以聖水清洗、以花朵來祭拜。每當宮廷舉行伊斯蘭教宗教儀式時，*pusaka* 作為宗教儀式用品，用以保衛國家、驅除疾病、祈求豐收等等（蔡宗德 2003：77–80）。爪哇宮廷樂舞是為 *pusaka* 之一，能為表演者與聆賞者指引通往與神同在的內在之徑，進而提升個人道德修養，同時更能彰顯皇室威望，為社稷帶來長治久安與繁榮富足（林佑貞 2018：144）。

除了 *pusaka*，蘇丹亦會透過蘇菲密契修行（*tapa*）來獲得力量。蘇菲源自於伊斯蘭修行，透過導師引導，藉由節奏性肢體動作、呼吸運氣的控制、協調性的運動和重複口語讚頌達到與神的溝通（蔡宗德 2011^b）。有時蘇丹王會找一處遠離世俗的自然環境中，透過唱誦真主聖名、音樂、冥思來幫助自己進入入神、獲得神啟（蔡宗德 2003：77–80）。

最後，宮廷儀式樂舞，亦是神秘力量與密契修行的一部份。其源自於結合爪哇神靈、印度、伊斯蘭的神話與哲學思想，並延伸發展成為宮廷禮儀與道德教育的重要實踐，之後有較詳細的說明。

馬塔蘭蘇丹王國發展到了 18 世紀遭到了殖民者的離間，於西元 1775 年分化為梭羅與日惹兩個皇室，兩邊的蘇丹王都各自分出一個次級王公。因此，現今在中爪哇存在有四個宮殿，分別為日惹地區的日惹皇宮（Kraton Yogyakarta）與帕庫阿拉曼宮（Pura Paku Alaman）以及梭羅地區的梭羅皇宮（Kraton Surakarta）與曼昆勒加蘭宮（Istana Mangkunegaran）（同上引：76）。印尼共和國成立後分屬於日惹行政特區與梭羅市。瑪塔蘭分裂後，日惹與梭羅兩大系統，各自發展出其蘇菲神秘修行儀式與藝術，包含其了祭儀、戲劇 *wayang wong* 音樂、吟唱、舞蹈等，並形成宮廷內部一套習藝修身之道。四個宮廷中所發展出的蘇菲密契修行方式各有千秋，但皆注重靈修，都以傳統表演藝術（音樂、舞蹈、詩歌）作為媒介，向內追尋近神之道，即人、神、宇宙的合一之道。宮廷成員透過某一特定典範的更新或再造，從藝術

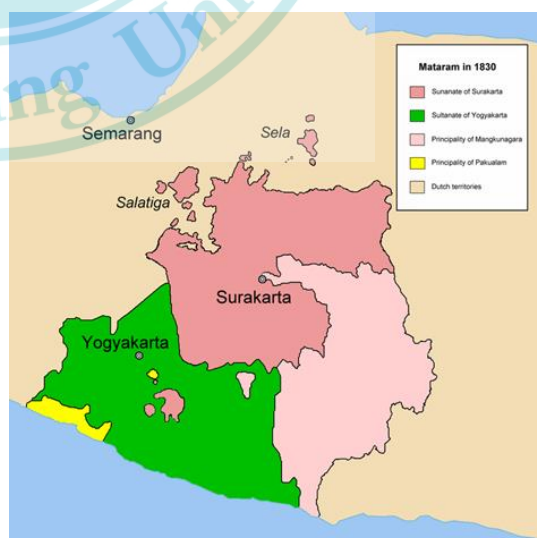


圖 2：分裂後的馬塔蘭伊斯蘭王國(1830)，圖片來源 https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%97%A5%E6%83%B9%E8%98%87%E4%B8%B9%E5%9C%8B#/media/File:Mataram_1830-en.png

道路練習與修行，提升自己的道德與靈性。20 世紀初，透過日惹宮廷幾位王子所組織的爪哇舞蹈學派，開始將宮廷藝術中的音樂、舞蹈、戲劇有系統地介紹到民間（林佑貞 2018：21、82）；緊接著，宮庭開始對民間開放，成立舞蹈學校，由資深菁英領導，使 *kejawen* 藝術形式中的宮廷舞蹈逐漸民間化與現代化（Hughes-Freeland 1997：56）。

（三）儀式音樂與舞蹈

西元 8–11 世紀，爪哇印度教王朝時期就出現了對音樂的相關紀載。當今中爪哇的宮廷表演藝術承接自伊斯蘭瑪塔蘭王朝 *Mataram Sultanate* 喀嘉文 *kejawen*，其中的儀典、哲學思想、戲劇、音樂、舞蹈都是密不可分的。甘美朗音樂與舞蹈藝術是重要的浦薩卡 *pusaka*（包含樂器、樂曲、詩歌、吟唱者），能開發人類內在潛能、幫助蘇菲行者達到修行目的，同時也是宮廷舞蹈的源頭。早期爪哇宮廷舞蹈是透過甘美朗音樂作品，再尋爪哇神話的蹤跡所創編（例如 *Bedhaya Katakawang* 描寫蘇丹王與南海女神之間的愛情故事；*Srimpi* 描寫多元力量之間的征戰，以上同時發展成為宮廷舞蹈）。在甘美朗樂器當中，各種金屬製的敲擊樂器皆具有神秘力量，其中銅製的樂器比鐵製的樂器具有更為強大的神聖力量；而老舊的甘美朗樂器比新的甘美朗樂器具神秘力。舉例來說，在眾多的樂器中，以大型銅鑼（*bronze gong*）所具備的能量最大，其神聖力量不但可在乾旱之際帶來雨水、為人治病，也可因其能量而獲取財富；同時，銅鑼聲也是甘美朗音樂與舞蹈動作段落中的起音。因此在中爪哇的傳統習俗中對這些甘美朗樂器有著特別的尊崇，除了定期的祭拜外，演奏時必須脫鞋，不可跨越樂器，並給予每套甘美朗樂器適當的命名（蔡宗德 2003：83）。除了樂器具有神聖特質外，部分的樂曲也具有某一定程度的神秘力量。

而舞蹈，自爪哇的史前時代即已存在並發展了相當長的時間，人們藉由舞蹈來達到尋求人類與自然界的互動關係，運用舞蹈的超自然力量幫助人類渡過困境，並期望能藉由舞蹈與宗教儀的結合，得到對於生命與社會的安定感（蔡宗德 2011）。從印度教時期宮廟的建築雕刻上，即可見音樂演奏場景與舞蹈動作。皮影戲 *wayang kulit* 藝術（包含戲偶的製作與操作、甘美朗音樂、詩歌、故事文本等）是爪哇各類藝術的源頭，從民間到宮廷，鄉野傳說到印度神話，民間慶典到宮廷儀式，自此沿不同派洛發展出各類的藝術形式（Geertz 1976：268–277）。其戲偶的樣態開始成為各類戲劇舞蹈中人體型態的基礎，舞蹈展演過程也依循著 *wayang* 中角色之間的互動、戰鬥、協商，暗喻個體內心與社會動態的循環（Geertz 1976：271，285）。

自 11 世紀始，學習音樂舞蹈開始變成宮廷成員的養成教育之一（蔡宗德 2005：116–118）。這套人格的養成藝術（*Alus Art Complex*），在後來 *prijaji* 的社群中，組合了戲劇 *wayang*、音樂 *gamelan*、神話 *lakon*、舞蹈 *djoged*、詩歌 *tembangs*、蠟染 *batik* 項目，透過不同形式的訓練，提升技術與專注力，養成能高度自我控制的個體並呈現藝術之美（Geertz 1976：261）。當今承襲自馬塔蘭王朝的爪哇宮廷儀式舞蹈，以 *Bedhaya*（貝多優）和 *Srimpi*

(絲琳碧)為代表，皆結合甘美朗、吟唱團共同演出。*Bedhaya* 舞者數目為 7–9 位，*Srimpi* 為 4 位，基本上由宮廷成員中未婚處女擔任，若遇到月事就不能參與正式演出（最早期，*Srimpi* 舞者由 10 歲到初潮來之前的少女擔任；*Bedhaya* 舞者由初潮來之後未婚的的青少年擔任）。*Bedhaya* 和 *Srimpi*，被譽為是孿生舞蹈，來自相同的傳統，基礎動作亦相似。舞者正式練習或演出前都必須經過一定程序的祭祀，所有舞者須遵守禁慾、齋戒、禁語等禁忌，裝扮也各有嚴格規定且由宮廷內部專人負責。從舞者裝扮、動作組合，到舞者之間隊形變化，皆各自蘊含其所屬的象徵意義（林佑貞 2018：98–100、220；Geertz 1976：283–284）。

Bedhaya 舞型源自於最早的 *Bedhaya Katawang* 《貝多優卡達望》，其神話傳說版本不一，一為伊斯蘭信仰相關的啟源的版本，故事是關於馬塔蘭開國元老 *Senopati*（蘇丹阿貢的祖父）與南海姬杜女神相遇相戀的傳說；樂舞的形成是馬塔蘭第三任國王蘇丹阿貢透過祈禱，獲得神啟，再經由數位馬塔蘭音樂大師將神啟的音樂共同記錄編纂，並發展成 *Bedhaya Katawang* 《貝多優卡達望》。編纂過程中獲得伊斯蘭九聖之一的 *Sunan Kalijaga*（1460–1513）的參與和賜福；另外南海姬杜女神也降臨參與舞蹈的傳授。舞者由蘇丹親選的貴族年輕女性擔任，裝扮為當初女神現身時的新娘裝扮，每當 *Bedhaya Katawang* 音樂一下，相信女神必會親臨現場，所以煙香祭品必須先備妥，以備恭迎。至今每年在梭羅蘇丹登基紀念日，*Bedhaya Katawang* 必會上演，演出時間從長達 2 小時 30 分鐘演變到至今 90 分鐘（林佑貞 2018：91–95）。*Bedhaya Katawang* 中九位舞者分別代表人的慾望、頭（心靈）、脖子、胸、椎尾、左右臂與左右腿，藉由頭（心靈）的帶領，進行隊型變換、流動與打鬥，呈現慾望、心靈、身體之間的互動、角力到尋得平衡的歷程。透過結合了爪哇神話、伊斯蘭聖者、蘇丹王與神祕神聖的力量，*Bedhaya* 賦與蘇丹內在覺知力量的肯定與伊斯蘭王權統治的依據（同上引：104）。



圖 3：Tari Bedhaya Ketawang 舞姿，圖片來源 <https://seringjalan.com/sejarah-tari-bedhaya-ketawang/>

Srimpi 為 *Bedhaya* 的簡化變形，基本舞步相同，人數為 4 人，演出時間原為 45–60 分鐘。四位舞者，著相同的服裝，兩兩一組，變化出不同矩陣或對稱的隊形。雖然兩組舞者持短劍相互打鬥場景多次穿插其中，但整體呈現一種平衡平等的共存狀態，沒有任何一位舞者被凸顯。四位舞者分別象徵東、西、南、北四個方位；或代表自然界水、空氣、火、

土四元素；或代表從人的眼、耳、鼻、口不斷升起的感官慾望……同一組中的兩位舞者手持短劍 *kris*（或其他武器）、多次戰鬥的橋段也代表：好與壞、明與暗、天與地等自然界力量之間不斷征戰循環。四位舞者完全平等，勢均力敵，沒有征服與被征服的分別，只存在征戰與平衡之間的循環（Suharto 1992：25；林佑貞 2018：219）。透過完全相同或對稱的裝扮、舞步、隊型，四位 *Srimpi* 舞者之間征戰打鬥又相互合作的關係，呈現人向內到自身、向外到自然界持續改變循環的動態平衡。

Bedhaya 與 *Srimpi* 後來各自採用不同神話文本、結合甘美朗音樂與舞蹈創作，發展出不同的版本，有些舊作已經失傳，也有新作的呈現。在我爪哇宮廷舞身體探究旅程中，是以日惹宮廷古典舞蹈之一的 *Srimpi Pandhelori* 為主要學習與研究對象。傳說中為日惹蘇丹哈孟庫布沃諾六世在位時間（1855–1877）所創作，經過一再改編，現在的版本為時 20 分鐘。亦修透過 Melati 提供的資料，在臺大文學大堂演出說明書上寫到：

Pandhelori 來自 *pandhe*，為銅鐵工具的製作者，而 *lori* 則是小型社團。*Srimpi Pandhelori* 由四位女性舞者以優雅舞步演出，他們身上帶著短劍作武器。故事來自史詩 *Serat Menak*，講述 Dewi Kadarwati 與女神 Dewi Ngumyumadikin 的鬥爭。因雙方都十分強大，激烈的戰爭最終亦得以和平結束。

（四）日惹宮廷舞蹈理論 *Joged Mataram*

爪哇文中 *taya* 為舞蹈之意，*mataya* 即 *taya* 的動詞，意為執行舞蹈。在蘇丹阿貢 Sultan Agung 定義中，*taya* 就是神，*mataya* 就是與神的結合，即個體（microcosmos）與宇宙（macrocosmos）的結合。*Mataya* 是舞蹈又不只是舞蹈，執行過程中，以達到與神合一（*samadi*）、空與無的境界為目標，至高的美也方得以呈現。而 *Petaya*（跳舞的人），是為舞蹈服務的，要保持高度覺知，才能將意識狀態提升或轉換，同時避免陷入自身的展現。*Petaya* 要展現的是舞蹈，要讓舞蹈而非舞者自身被看見（Suharto 1992：25–26）。若要能達到這個境界，舞者必須全程保持高度意識狀態，身體動態的能量要被正確的引導流動而非集中爆發，舞者要控制好內部力量（達到 *alus* 的狀態），而不是被自身表現的慾望所控制（陷入 *kasar* 的狀態）（Hughes–Freeland 1997：60）。若舞者意在自我展現，關心的是觀眾眼中的自己，就無法提升朝向 *samadi* 與神合一的狀態前進，也無法成為好的舞者，亦無法呈現舞蹈的美。在 *mataya* 的過程中必須能量聚足，又不為所見，宮廷舞者 *Suryobrongto* 形容那是一種既空又滿的狀態（*kosong nanging pepak*）：舞者將自己變成一個偶，專注存在卻又不在。透過這種轉化的歷程，提升自我覺知，同步將控制得宜的身體內化成人自然的型態（Hughes–Freeland 2008：45、49；Geertz 1976：284）。

舞者必須保持高度意識控制，透過身體將能量做適度的引導；同時卸除自我、隱身於

舞蹈之後，將自身變成一個人偶，為舞蹈服務。然要如何實踐這樣的轉化？要透過怎樣的路徑？這樣的實踐除了為舞蹈、為蘇丹服務，還能延伸出關乎個人、菁英階級、甚至印尼社會更多的意義與價值？

日惹宮廷舞蹈理論 *Joged Mataram* (The Dance of Mataram; *Joged/djoged* 亦為舞蹈之意) 承自口傳，在 70 年代由日惹宮廷 Gusti Suryobrongto (Suryo) 王子記錄並出版，成為日惹宮廷舞蹈的準則與教材。Suryo 王子是殖民時期最後一位蘇丹 Hamengkubuwana VIII 之子，也是日惹宮廷在 1970–80 年代戲劇舞蹈專家。*Joged Mataram* 不只是一種身體技術的訓練原則，還是精神(*jiwa*)的養成教育，舞者經由身體不斷的練習將 *Joged Mataram* 實踐，透過去面對自己內在個體(*batin*)與外在個體(*lair*)同步提升，獲得正確的感覺與狀態(*rasa*)(Geertz 1976: 270–273, 281)，邁向至美。透過 Geertz 分析，*rasa* 意指外在感官與內在感情共同造就的感覺，與其外顯行為背後的意義反映了內在生活的流變與靈性成長。例如一支舞、一首歌所傳達出來的感覺和意圖之 *rasa*，能激發出超凡的能量，引領人進入愉悅、入神、狂喜的半意識狀態，最後達到自我與世界合一境界。然而這個非日常的半意識狀態必須透過訓練，保持在自我控制當中。以上都成為了爪哇宮廷表演藝術的基本精神(林佑貞 2018: 152–153)。Hughes–Freeland 解釋了 Suryo 在其所著 “Tari Klasik Gaya Yogya” 一文中提到日惹宮廷舞蹈理論 *Joged Mataram* 的準則(Hughes–Freeland 2008: 44)：

1. *Sĕwiji* (or *sawiji*)：在心靈(*jiwa*)放鬆下，全神投入。
2. *Grĕgĕt*：動態精神，點燃與疏通人的能量，避免能量失控，過度的情緒表現(*kasar*)。
3. *Sĕngguh*：相信自己但要避免自大或傲慢。
4. *Ora mingkuh*：勇於面對困難，全權擔負起責任。

Suryo 提出了 *Joged Mataram* 並強調 *wayang wong* (宮廷舞劇) 中演員或舞者必須要運用這些準則將自己轉化成為那個偶，一種被劇中的角色附身的偶。有別於鄉間出神舞蹈的神靈附身，宮廷舞者必須對自身保有高度的覺知與控制，將自我完全從其所扮演角色中抽離，身體完全被劇中角色所佔據。要能達到這個境界必須透過長時間、完整、艱苦的磨練。Suryo 自己在揣摩史詩劇 Mahabharata 中 Gathotkaca 一角時，透過不斷的身體練習、觀摩各種版本的皮影戲偶(*Wayang kulit*，其為 *Wayang wong* 的原型)的演出，將自己內化成 Gathotkaca，自內而外，完全體現 Gathotkaca。這種轉化既非模仿也沒有既定形式。「當我花了 30 年將他內化到身體裡，身體的移動就變得簡單了！」Suryo 說(Hughes–Freeland 2008: 43)。透過 *Joged Mataram* 原則中專注、能量、自信、決心之間的平衡，

引導身體中的能量如行雲流水般的移動，正確的感覺 *rasa* 才能發生，這就是從野性達到文明個體的路徑。在這個路徑中要避免人對自身的自戀（*pamrih*），它會造成情感過度釋放；也要克服人類情感中對困難的恐懼，勇氣能造就人內在的個體（*batin*）的能量，透過外在的個體（*lair*）被感受到（同上引：48–50）。從 *lair* 到 *batin*、再從 *batin* 的提升到 *lair* 的提昇，外在呈現了內在的轉化，即是通往 *rasa* 之道，也是一種美學境界的追求。

透過 *Joged Mataram* 準則，人能修正美化自己外顯的樣態，甚至透過精湛的舞技來提高自己的社會地位。將這四個準則從戲劇舞蹈的修行到延伸貴族生活道德精神層面：專注但不能出神失控、充滿活力但不限於模仿、自信而不自大、意志堅定但不自戀；再將其發展成為一般生活的日常的行為準則：致力於目標、適當的努力、自信與無畏。其融合了美學與倫理，打破了戲劇與生活的界線，成為一種生活態度與哲學（同上引）。

爪哇宮廷舞之道，就是學習為入之道：控制自己、克服慾望，方能收放得宜。那是一種從個體出發，向內修行（*kĕbatinan*：kĕ:朝向；*batin*：內在）的精神藝術。在將表演導向精神層次的同時，*Joged Mataram* 四原則也提供了個人面對神的態度準則：一心向神、由神引導行動與情緒、以神為榮、將困境視為是神的指示與指導。*kejawen* 的概念透過 *Joged Mataram* 被印證：人是透過神而存在的，就好像皮影戲（*wayang kulit*）一樣，唯有操偶師（*dalang*）的存在，這些戲偶才有存在的可能（蔡宗德 2005：120）。人跟追隨造物主真神，在人世間、在舞台上演出。由此，宮廷舞蹈理論銜接上了印尼建國五大原則（*Pancasila*）中對唯一真主信仰。透過 *Joged Mataram* 原則與練習，從舞蹈、到生活、到靈性的提升，延伸到群體生活、社會道德與處世原則，再擴及到國家主導下的真神信仰，它是一個隨社會脈動而再造與延續、國家唯一真神概念下的多元化傳統，也是一套透過自我控制的訓練，與他人產生良好互動、進而建立和諧社會的道德美學（同上引：52）。

接下來，舞蹈從精神層次的理論來到身體感官的實踐，要如何一步一步地朝向日惹宮廷舞蹈理論 *Joged Mataram* 的精神層次邁進呢？Benedictus Suharto 在其 1990 出版的著作 *Dance Power : The Concept of Mataya in Yogyakarta Dance* 中引述 Soerijadiningrat, P.A. 在 1934 年所提出，關於舞蹈：

What is called dance is whole body movements, accomplished by the sound of gamelan music, choreographed to match the rythm of gamelan music, the harmony of facial expression or symbol and the meaning of the dance. (Suharto 1992 : 27)

所謂的舞蹈，是身體整體的流動，透過甘美朗的聲音、與節奏契合的編排、舞者和諧的面容、舞蹈詮釋的意義來共同達成（Suharto 1992：27）

源自於上述對舞蹈的概念，身體型態、甘美朗、整體呈現出的氣質之間，密不可分。日惹王子 Suryaininrat 將 Soerijadiningrat 對舞蹈整體概念分成三個部分解釋，也是爪哇宮

廷舞學習者必須一一面臨與克服的功課與挑戰（同上引：28）：

1. *wiraga*¹⁰：整個身體的動作。
2. *wirama*：身體動作與甘美朗音樂與節奏之間的契合。
3. *wirasa*：調和了臉部表情、肢體符號、舞蹈意義後所呈現出的氣質感覺。

三個階段的訓練需要經歷很長的時間，每一階段都需要持續的努力與毅力。一開始，一步一步跟著老師，透過不斷練習，對身體位置與動作型態能正確掌握，是為 *wiraga*；接著，舞者必須能清楚的辨識音樂，將肢體的流動、定位與音樂契合，流動才產生了意義，是為 *wirama*；最後，當舞者 *wiraga* 與 *wirama* 掌握得宜之際，要持續努力，將自己的心理狀態提升進入更高的層次：無時不在的脈動使自己進入全然專注於身體卻不緊繃狀態；絕對的自我操控鞏固了自信，警覺性和穩定度；隱身的謙卑，將透過面部表情與整體氣質轉化為美感，這就是 *wirasa*。由於舞蹈進行的速度很慢，時間很長，演出過程必須全然貫注且持續到底，對舞者的體力與意志力皆是莫大考驗，也是一種對舞者訓練成果的檢視（Melati 2020 年 10 月 3 日）。

Benedictus Suharto（Ben）利用印度曼陀羅 *mendala* 來解釋上述三者之間的關係。他先引用 Suryaningrat's 對 *wirama*·*wirasa* 的二元解釋：*wirama* 二分為有限的節奏（*wirama*）與無限的聲音（*ungel*）；*wirasa* 則二分為有限的符號（*pasemon*）與無限的意義（*pikajeng*），再將其納入曼陀羅 *mendala* 對稱的圖像中。*mendala* 是印度教密宗與佛教密宗在舉行宗教儀式和修行禪定時所用的象徵性圖形，象徵著宇宙存在的樣貌，為正圓中有正方且重複向內循環的對稱圖形。在 Ben 的詮釋中，正方形其中的一組對邊代表 *wirama* 中相對應的節奏與聲音；另一組對邊則代表 *wirasa* 中相對應的符號與意義。有限與無限兩兩相對分據四方。*wiraga*（代表人的身體）置於圖形的正中心。*wiraga* 在節奏與聲音（*wirama*）的中心點，也在符號與意義（*wirasa*）的中心點，唯有將人的身體放在 *wirama* 與 *wirasa* 之間對稱中心平衡點（即正方形的中心），才能同時將人的身體（*wiraga*）置於圓心的位置—與正圓做完全對稱的連結。就象徵意義而言，在有限與無限中找到平衡，才能連結圓心與圓周、微觀與巨觀、有限的個體與無限的宇宙（*microcosmos* 與 *macrocosmos*）。舞者才能與至高無上的存在結合（Suharto 1992：28）。

從宇宙觀詮釋舞蹈哲學思維，Ben 圖像式的解釋如何在音樂與體態的維度上找到平衡，並取得自內向外的連結？被訓練好的舞者才得以將舞蹈變成藝術；同理，在生活的處事節奏、道德拿捏中取得平衡，人才能得到覺性（*rasa*）的提升，並與社會做最好的連結。

¹⁰ “wi”為前綴敬語（Geertz 1976：286）。

(五) *Rasa*

Rasa，在印尼文中意為味道、感官的感受、內心的直覺。在 *kejawen* 的哲學詮釋中，*rasa* 從感覺，被延伸等同於真實的自我 (*trueself*；*aku*)、等同於自我真神 (*God*；*Gusti*)，也是心靈力量的來源。*rasa* 不只是外在的感官經驗，更是獲得知識真相的工具，也隱喻了一種美學。在爪哇的概念中，知識不只靠心智而取得，而是經由全身連動，透過身體，作直觀的學習。如何去「知道真相」，必須透過身體經驗與知識所形成的直覺 *rasa* 去獲得啟示 (*wahyu*)，然後得到力量 (Stange 1984：114–115；Geertz 1976：310–312)。

Rasa 來自印度戲劇舞蹈理論專書 *Natya Shastra*，感覺之意。表演者透過表情、肢體、情緒，將觀眾帶入超越感官娛樂的情感層次，使之經歷體驗爾後反思。梵文中 *rasa* 是感官的、美學的，透過藝術認知到自己的真實存在的。在爪哇，*rasa* 轉化為向內，延伸到靈性，去關照到內心那個真實的客體：身體、靈魂與神合一的所在，所以在爪哇密契修行中，*rasa* 與 *sufi* (蘇菲) 是分不開的 (Stange 1984：129)；宮廷舞蹈哲學中則是透過自己隱身在「人偶」之後，內觀自身這個客體，而獲得 *rasa* (Hughes–Freeland 2008：47)，*Joged Mataram* 即為透過舞蹈，通向 *rasa* 之道的指導方針。擴展到日常生活中，*rasa* 旨在強調人透過內在的能量，提升感受與直觀的敏銳與細緻，發自內省，控制自身，方能平衡與他人、社會之間的關係。再從社會行為的調節延伸到政治權力之間的周旋，自下到上，連了人民與國家 (Stange 1984：114–115)。

每個人都有這個潛力去獲得 *rasa*，必須透過導師領導，將自己的覺知提升，去看清那個內在的自己，然後予以淨化與美化。舉例來說，在爪哇密契團體 Sumarah¹¹ 的修行中，*rasa* 是一種物質、一種工具。人藉由五感從外在世界接受訊息；又透過 *rasa* 去找到內心世界的真實。然如何向內感覺呢？一開始，必須經由導師 *pamong* 的領導，先關閉感官與思考，抑制慾望與情緒，完全放鬆身體。此時的感覺才是一種覺知，意念從胸部開始，慢慢擴及全身。Sumarah 的領導人之一 Arymurthy 說：每個人心裡都有一面鏡子，去看見自己、看見自己的極限，然後修整自己。若自己的鏡子髒了、霧了，則可以借用別人的明鏡。導師 *pamong* 的心靈就是可借用的明鏡，明鏡不但能見己，還能照人，反身亦助人。另一位領導人 Dr. Surono 則強調：Sumarah 沒有既存的經典、真理或知識體系，導師個人的感悟並非真理 *Hakiki*¹²，必須集體修行的 *rasa* 決定 *Hakiki*，符合集體的經驗與感受的 *Hakiki* 方能被認證。當群體遇到矛盾、危機或分裂，就必須進行集體深度靈修，達成共識，尋得 *Hakiki*。透過個人的 *rasa* – 非心智、非外在感官的，身體才能與周圍能量達到共振 *rasa sejati*。再經由群體之間彼此提攜、相互感染、共同合作去尋得真理 *Hakiki*，做出決

¹¹ Sumarah 是爪哇的一個靈修組織，在 1930 年為 Sukinohartono 和他的朋友、Suhardo、Sutadi 在日惹共同建立，後經由 Dr. Surono 擴充組織到爪哇各地，1966 年，組織中心移至亞加達，由 Drs. Arymurthy 領導，會員也從最先的 500 人增加到萬人 (Stange 1984：116)。

¹² *Hakiki*，真理之意。來自阿拉伯文中的 *khak* (正確)，發展成伊斯蘭概念中的 *haqiqa* (絕對真理) (Stange 1984：122)。

定（同上引：117-124）。

在此，爪哇密契主義建立人與神之間橋樑的概念，是透過 *rasa* 去開啟的，開啟了個人向內的感知，也同步開啟其向外的感知，使個人更有能力去處理表層意識，去辨識雜訊與真實。再從微觀（microcosm；*jagad cilik*）延伸到巨觀（macrocosm；*jagad gede*），*rasa* 就像一面鏡子，透過導師 *pamong* 反照到修行者、透過領導反照到群眾、透過 Sumarah 反照到國家。進而，打破人與人之間的疆界，使之與團體、社會、國家接軌，延伸到對人、社會脈動、政治氛圍的高度察覺（Stange 1984：125-126；130-134）

英國詩人 Abraham Cowley 曾說：「美，你那狂野怪誕的無尾猿，在每一個國家都改變你的形狀！」（Ackerman 1993：255）。當不同文化相遇時，文化適應必然會發生在文化變遷的過程當中，特別是分屬一神體系的伊斯蘭與印尼原有的多神系統的印度教與原始宗教，其信仰、意識形態、與宗教哲學思想有其相互衝突之處，必須經過雙方文化相互接觸、對話與交流，最後產生文化社會化的過程（蔡宗德 2011），最終表現在生活與藝術當中。印尼伊斯蘭教蘇菲修行者顧斯姆（Gus Muh）博士更進一步的認為：「沒有一個新的文化能夠完全取代舊有的文化基礎，只有站在舊有的文化基礎之上，新的文化才能有和平與穩定的發展……印尼伊斯蘭教蘇菲主義只是融合舊有的文化形式，對於真主阿拉的愛與追求是永遠不變的」（蔡宗德 2003：93）。

透過蘇菲密契向內對 *rasa* 的貼近、對自身真實的探究，再經由 *Joged mataram*，透過思考與感覺、理性與感性、緊張與放鬆、控制與狂喜之間拉扯，經由身體實踐-嚴格的肢體訓練、精準的節奏配合-去控制人擁有的力量與能量，達到人內與外和諧的狀態，這就是爪哇宮廷表演藝術的思維與實踐。

二、身體、意識、感官，在時空中交織出舞蹈

之前提及 Benedictus Suharto (Ben) 的舞蹈曼陀羅 *mendala*，將 *wiraga* (身體、體態) 置於宇宙圖像的正中心。身體是舞蹈的原點，接下來的理論回顧，則試由身體與感官經驗出發，以東方身心論述為軸，去找到能與爪哇宮廷舞蹈理論與自身田野經驗對話的面向。

(一) 身體被社會、文化、時間與空間形塑及定義

人作為一種生物、文化和權力交融的產物，身體的發展與生成和他所處的社會與歷史情境有著因果性的關聯，受時間、空間、和各種力量交加、互制影響。人的存在源自於人身體的存在，但不代表人可以主控身體全部的發展樣貌。不同文化傳統中，相同目的的身體技術可能有不同的姿態，這都需要後天學習 (黃金麟 2001)。身體習慣建立亦然，身體在不同的人文與自然環境中，建立不同的使用習慣；在各種權力機制行使下，發展出特定生存的技藝，被建構成特定的模樣 (Mauss1973: 28)。

我來自一個二戰結束後，兩代前自中國移民至臺灣的家庭，跨越了從依附在中國傳統父系家庭階序之下的個體到全球化平權自由地球人的年代。在對自身被社會文化與時間空間形塑的探究上，必須從中國近代開始。中國歷史上，王權、父權、夫權、家長權主宰了身體，人所有的感官欲求必須臣服於禮教與倫理之下才有意義，才能變成身體權力的一部份。然自十九世紀被西方列強帝國宰制、中國法系被迫和歐陸接軌、國體被迫變更之際，人的身體開始獨立於家庭之外並經歷了至今一系列的演變：從父權、君權到法權化，對身體的制約從家族倫理轉換成國家法條，並開始賦予個體權利與自由 (黃金麟 2001: 113-172)。

不斷改變的時空下，中國人的時間感也持續重新被定義。十九世紀末的中國，隨著西式鐘錶的普及、工廠與新式學校的出現，身體的時間感從生理、自然週期、歲時祭儀轉變成由鐘點時間所掌控，生活即被置入有序的線性過程中來檢視，至今持續。而 21 世紀資訊快速流通的電子世代，則將人的時間共聚在雲端，把人的身體凝聚在網路，時間感與人權也在虛擬世界中重新被塑造與定位。

再來說到空間與人的交互作用。黃金麟在《歷史、身體、國家：近代中國的身體形成》中提及社會活動與勞動模式從家庭過渡到集體國家後，身體在的學校、廠房、監獄等公共建築中被教化，它助長社會對個人身體的監控與管理，使個體與社會的差異，個體與個體的差異、透過公共空間而大幅縮小，從而產生制式化的身體樣態，集體空間的規範形塑了身體。反之，在某些時刻，身體可以決定空間的建構與意義，透過實踐、運用象徵符號來轉換既有的空間，例如：家屋的佈局、祭祀場的規劃。身體的展演亦能使一個原屬平凡的空間變成一個極具張力的地帶，像是戲劇舞台、競選造勢地點、閱兵廣場等。所以空間與身體並不是處在一個單方向決定的狀態，空間創造了人也為其行動所創造。身體必須依附

在某種意義體系並受其約束，才能超脫原始生物性情慾主宰，產生他的社會價值(同上引：180-226；233-238)。在社會中，身體成為一種符號語言，經歷國家、社會、文化、時間、空間的歷史推展，斷中有續、續中有斷的持續演變著。

在我這一代臺灣人長成學習的歷程中，正如上述：鐘點時間制約了身體感，日常或非日常的動作都脫離不了腦袋中對分秒的依賴與控制。物與價值觀所營造出的空間結構亦框架了身：從桌椅、教室、操場、到公共場域；從口令、效率、禮節、到法律；從學校教育、升學主義，到社會期待；從標準答案到勝利人生的追求……以上，有形無形的為我們所內化，決定了我輩思維與體態。在爪哇宮廷舞蹈的學習中，我對時空的既有認知一再被打破也不斷的形成阻礙。我一再反問，當明確口令與節奏無法被察覺，當肢體流動與造型無法被分解，當沒有明確指令、沒有正確答案與目標的狀態下，我的身體如何能夠決定時間的流動與定義？如何能夠找到空間裡的中心與邊緣？如何能夠用我的身體去體現其中的意義與觀點？

(二) 身體與意識

相對於「意識與時間」，「身體與空間」在西方的哲學發展中，肇始於後者是被前者所延伸、主宰、建構的。基督教認為自然是神所創造，而人體(flesh)是有罪的。自始，心靈凌駕身體，心靈才是向內靈魂深處對神的發現，形成信仰、引導了人精神層次提升的主宰。笛卡爾與其學派以心靈意識作為人類存在的基本式樣，認為空間只是意識主體查覺到的空間經驗，身體則是空間經驗的一部份而已。再來康德關於自我意識的建立-時間中持續意識到自我-也是以時間意識為本質的。海德格則認為意識將人拋入到過去的世界中，也投企到未來。以上的思維皆建立在心靈掌控了身體、時間定義了空間的基礎之上(湯淺泰雄 2018：70-79)。

社會學家牟斯說：身體是人類第一項要學會操作的樂器，技能在不同的空間被形塑，形成不同環境與文化下各異的面貌...身體從心靈延伸到空間，賦予空間的意義.....身體、心理、社會相互緊扣去決定了人的行動 (Mauss1973：75-76)。哲學家柏格森分析動態知覺時，則強調了記憶，他認為動態知覺包含了空間與時間，空間是瞬間組成，時間的延續滲透知覺形成記憶，接起了每一個空間瞬間，自我與世界的連結是透過被動地感覺到(感官)與主動的感覺出(記憶主宰)，知覺與記憶相互深透。日常生活的習慣則是身體透過感官、朝著實用利己機制所養成，記憶帶領習慣並賦予其意義(湯淺泰雄 2018：226-228)。在柏格森的記憶帶領與牟斯身體技能的養成觀點中，身體仍不脫為意識所建構出的產物，心與身仍存在著主客關係。

自十九世紀末，中國在逐漸接受西方思維與推行西式的教育之際，也強化了生活中的時間節奏與意識主宰，將智育學習推到了前端，統一的文本教材使文字控制了邏輯思維，心智養成獲得高度重視。然而在古老的東方，從印度瑜珈、中國道家太極、佛教的「戒、

定、慧」、到日本的道（武士道、藝道等），凡指心的修練都不離身的鍛鍊，從展現於他者到自覺於我者的樣態，身心都是不可分的，身體的操練甚至先一步做為修心的入門。

湯淺泰雄在其《身體論》中，從日本哲學與宗教的角度分析身體與意識之間的關係。佛教中戒律靠身體執行，冥想打坐靠身體執行，唸佛誦經亦靠身體執行，甚至要刻意終止感官接收與思維的判斷，藉由不斷的身體操練提升心性強度，方有機會漸悟或頓悟。哲學思想部分，湯淺從西田幾多郎的「表底雙重意識」談及身心關係。西田認為人的意識分為表層與底層兩個部分¹³，在日常表層意識中，身體是抵抗心靈的重物，能被支使卻難完全被控制。進入到超日常的底層意識後，自我意識被消滅、判斷終止，身體抵抗心靈的重量便能消失。然如何從表層意識到底層意識、從日常到超日常？湯淺認為，就是透過身體的實踐與操作、特定動作的反覆練習，待身體動作失去了自覺，就更能自然流動、完全發揮，無須意識操作。在意識的底層，身體失去了重量，不再是抵抗心靈的東西，變成了主體（湯淺泰雄 2018：116、119）。此外，人的感官與行動，在雙重意識中又是如何操作？在人的表層意識中，是透過身體直觀（感官），被動地來了解世界的存在；也透過身體行為（意識主導的行動）主動與世界交流。然而西田的「行為直觀」進入到人的底層意識之後，感官直接推動行為，直觀成了主動，意識被動的退居到行為之後。從表層到底層，經由感官與行動之間的轉化，意識底層的「人的本然」才得以透過身體，展現其創造性。西田認為日常表層意識所認識的世界是非本然的，身體是被制約的客體；意識底層的「直觀」中看見世界的樣式才是本然的自我：自我意識被消滅，表層意識沒入底層意識之下，身體的存在從向外轉為朝向自身內部的探究（此為「背進」，退後的前進、往自身內部的前進），將日常轉為超日常，將對未來的投企轉為當下，那個本然的自我才能在當下，展現真正的原創之美（湯淺泰雄 2018：101-105）。

建立在將人的本然—當下的身體—視為人存在的基本式樣的基礎下，湯淺引入了日本藝道論。平安末期藤原父子歌論中，強調要先「端正姿勢」才能淨化心靈、才能做出好的和歌，達到「幽玄」的境界。世阿彌的能樂論也從遵循身體正確的形（姿勢、規定、勞動）來矯正自己心的樣式。將身體置入一定的形當中，透過長年訓練的累積，身體將之記住，便能習得技藝。花是心，種子是態，正確的種子（身形）才會開出心之花（技藝之美）。世阿彌的身體，透過訓練將之主體化，意識則是退居到客體位置。無須意識主控、自然湧出的秀逸，方為至真至美（湯淺泰雄 2018：152-160）。這種以身體操練為前驅，再經由身體技術的提升達到心靈境界的提升，湯淺認為是東方身體觀與身心學中的重要特色。

來到中國道家的道法自然，也包含了自身至心的向上提升的思維。蔡碧名在論述莊子中，人的姿勢、意識與感情時，提到《莊子 養生主》中的「緣督以為經¹⁴」、「惡乎介也¹⁵」；

¹³ 筆者文中「表層意識」與「底層意識」在《身心論》中，原被翻譯成「明亮的意識」與「晦暗的意識」。

¹⁴ 吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已；已而為知者，殆而已矣。為善無近名，為惡無近刑。緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年（莊子內篇 養生主）。其中「緣督以為經」指以脊樑後側（督脈）為中軸，端正姿勢。參考網路資源 <https://kknews.cc/culture/yg5aqrg.html>

結合太極文獻中強調的身體技術：頂頭懸、豎起脊樑、尾閭中正、不雙重。明確的點出了身體技術操練的細節：端正拉直脊椎、重心置單腳。從日常姿勢的不斷執行，發展成不須意念操控的身體技術；透過日常時時刻刻的「刻意」，內化成為身體一部份的「不刻意」；讓身體先「無不為」（無時無刻不為），才能「無為」（無思而為）。當身體技術經內化後，身自然能「鬆」，心就能不執著，心靈境界的提升也同步透過此「自然」的路徑，內化為生命的一部份（蔡碧名 2011：8-11）。

中爪哇日惹宮廷舞蹈理論中，對於舞者身體技術與心智的鍛鍊也是透過身形的定位（*wiraga*）、與外界音律流動的契合（*wirama*）、到心靈美學境界的追求（*wirasa*）等步驟。身體的樣態必須能熟練到脫離意識、自然成形，再進一步身體與音樂的結合也才能產生意義，「感覺」才有機會透過動與不動顯現。所以身體是訓練的基礎也是原點，身體先經歷了，意識的加入才有意義。如果一開始就想靠意識來控制身體，在宮廷舞蹈理論中是倒置，在我的田野經驗中也是失敗的。

（三）身體與感官

人感知環境，環境型塑人的感知能力，感官讓身體與世界產生了連結，與環境互為主客。Maxine Sheets-Johnstone 以嬰兒為例說明人在初始狀態感知的主動與被動。嬰兒利用自己的身體感官來探索自身與外在的空間：玩自己的手腳、張閉嘴巴；緊握住東西、把東西往嘴裡塞……嬰兒沒有高低遠近的判斷，只有身體與物之間的互動；沒有認知的帶領，認知是在探索的過程中被逐漸建構；用經驗而非想法帶領，去探索其與物、環境之間的關係。對嬰兒來說，自身動作本身吸引了自己的注意力；靠動作去接觸外界的經驗，更是空間知識建構的主要動力（Sheets-Johnstone 2010：165-168）。所以人在初始狀態，經驗記憶與動作完成同時發生，意識與身體行動透過感官同步建構。

從嬰兒時期對世界的感官探索，來到基本技能「走路」的執行。Tim Ingold 從「走路」（*walking*）來說明覺知與行動之間的關係。人學習走路從小心能站穩開始，先踏出下一步、然後再下一步：在環境中先找到目標，並在身體朝目標前進過程中感知四周環境，從環境訊息中，去查覺到生存法則，隨時動態修正，然後產生下一步行動！腳步打開了人的視野與感知，也為感知後的行動提供了能力。走路的方式不只是被社會教育與文化形塑，它本身就是一種思考與感覺。「動」具有社會性，能用來認識環境和學習知識。再延伸到社會群體，人找到自己走路的方式，去和他者共振；就像人去調整自己說話的頻率，找到與他人的共同的話題，產生共鳴（Ingold 2008：2-5）。對自己、對他人、對環境。走路連

¹⁵ 公文軒見右師而驚曰：「是何人也？惡乎介也？天與，其人與？」曰：「天也，非人也。天之生是使獨也，人之貌有與也。以是知其天也，非人也。」（莊子內篇 養生主）。其中「惡乎介也？」譯為「為什麼只用一隻腳這樣站呢？」摘自網路資源 <https://www.coursera.org/lecture/zhuangzi/e-hu-jie-ye-zen-mo-zou-zhan-hao-zSeQB>

結了身體、環境、感官，與對環境的回應，它的節奏包含了腳、肘、呼吸的主動頻率，也受環境頻率（音樂、噪音、流水聲、風聲等）的影響，可能是和諧的，也可能與環境之間產生摩擦。身、心、環境的結合，經由走路來體現，體現了空間給我們的規範，並發現自身對環境探索的可能方式（Springgay 2019）。

再從走路、移動發展到舞蹈，Maxine Sheets-Johnstone 在研究沒有彩排、當下創作的即興舞蹈時，討論到動作和意念之間的關係，「.....之前之後都不存在，即興創作的過程不是去理解、或賦予舞蹈意義，它就是舞蹈本身」（Sheets-Johnstone 1981：399）。即興舞蹈的動作產生來自舞者當下身體感官的轉譯，他提問：感官是身體與動作的介面，動作轉錄自思想？或者它包覆在思想核心之外？或者動作本身就是思想？他認為，動作是「充滿想法的身體」透過感官去探索世界的一種呈現，流洩出身體的存在與定位，從動態身體中去發現與創造。而這一切都回歸到「受到充分訓練的自己」，以其為核心出發，自發性的產生動作或創作，對外形成一種隱喻的語言，詮釋自己所認知的世界。想法與五感在產生動作過程中是不可缺的歷程，但其與動作是交錯不可分的，動作質感與人本質中的美感相互交融，沒有先後順序的問題，就像人所探索的世界與人所創造的世界不可分一樣（Sheets-Johnstone 1981：401-406）。Maxine 所言「充滿想法的身體」與「受到充分訓練的自己」說的都是身體—透過感官來訓練，再透過感官來呈現的身體。中爪哇宮廷舞雖非即興，學習的過程中，舞者體態、流動、音律的交織；動覺、觸覺、聽覺的共感，與舞者心態上的轉化，就形成了舞蹈本身的意義，也造就不同想法的身體。藉由我者或他者，透過感官與詮釋，不斷向上提升感知，成就了舞蹈，還有 *rasa*！

余舜德提到：「田野中除了從在地者的觀點，還要從他們感官面向來了解他們所經驗的世界，才能意識到早已內化入研究者本身之身體感官的偏見（余舜德 2008：12）」。

如前述，人的身體感官是與自然環境、社會文化交織成型、相互定義的，在透過「研究者自身身體感官」去了解「在地者身體感官」的基礎之上與身體感官親身實踐之前，先就身體感再做說明。余舜德論述人從小生活在具有文化特色的環境中，而培養出具文化特色的感知方式，也形塑了人的習癖與對物的使用方式。身體感是將文化特色、價值、意涵內化入身體之具體呈現，被定義為：「身體作為經驗的主體，已感知體內與體外世界的知覺項目，是人們於感知的行動中所關注的焦點，經由這些焦點，我們展開探索這個世界的行動，做出判斷，並啟動反應（余舜德 2008：12）」。

這些知覺項目包含了時間感、空間感、美感、神聖感、舒適感、骯髒感等。充分內化於我們身體的感官知覺項目，亦形成一套與「宇宙觀或象徵體系」同等重要之「身心經驗項目組成的網路」，來判別感官所接受到的訊息，讓我們能快速理解狀況，並做出適當反應（余舜德 2008：14-16）。所以繼 Geertz 主張「文化乃意涵的體系」之後，余舜德轉向另一種視角說到「文化乃身體感的體系（余舜德 2016：27-28）」，文化位於人感知的行動中，人感知方式亦被文化形塑，內化成身體能力的一部分的同時，亦連結了社會。以上，對文化結構的分析，從「心智」的角度轉向了「感官與環境之間的互動」。

在爪哇宮廷舞的學習中，我必須透過身體與感官的連結且同步去執行儀式舞蹈，再進入到對其象徵儀式的認知。在這個解讀爪哇宮廷舞對人身心建構的路徑上，我是從「身體感體系」為起點的。過程中，對內肢體動覺的控制、向外對 *sampur* 觸覺的延伸、對地板給腳掌腳背之反作用力的察覺、對環境中甘美朗聲景中路徑的尋覓……身體感官的整合成了必須一再被突破的挑戰。若再依循其理論去追求美與 *rasa*，那亦是在感官體系中，一種無法用語言與文字具體描述的狀態。在這一連串感官被顛覆的學習中，我深刻感受到，如余舜德所言：秩序是我們加諸於這個世界的，文化建構乃理解這個世界的關鍵，透過感官，去了解「人與環境（或物）的互動如何影響這些秩序的形成及其存在的方式」即是了解文化的方法之一（余舜德 2016：36-39）。爪哇宮廷文化的建構與我臺灣生命經驗有著不同的感知與認知體系，經由這兩個面向，透過身體訊息的回饋與對其象徵意涵的學習，一窺那個對我全然陌生的大千世界。

（四）舞蹈

「舞蹈是軀體、運動和語言現象的交織，根植於文化與社會（Grau 2011：5）」；「就像語言中的文法，舞蹈中也有其文法。學舞蹈的相當於學語言：內在知識系統建立同步於外顯能力的展現，從字彙到文法、發音到語境；肢體到動作、意義到風格，將身體作為媒介，利用身體語彙、文法所建構出的文章，傳遞訊息、相互溝通（Kaepler 2000：118-121）」。

創作舞蹈的同時也建構其背後的那套被歷史文化所影響的知識系統，並連結到社會與政治。創作的過程即是將動作與關係置入時間與空間的框架，透過身體，動態的、感官的、美學的共同呈現，幫助人對其文化價值和社會深層結構的理解（Kaepler 2000：117-119）。Boas 認為舞蹈應該放在「每個文化有其特殊性」的脈絡下來看；Gertrude Kurath 也提出「舞蹈可作為『了解該舞蹈所源自的生活場域』的一種方式」之觀點。不同社會所形塑的身體與感官模式，不同文化系統所生成的舞蹈之間，具高度差異（Grau 2011：8）。所以，以身體與感官，透過舞蹈這種「語言」的表達，呈現的並不是普同於全人類的共同語言。

對「人類的身體成為溝通符碼，舞蹈成為人類共通語言」的質疑，使研究方向從對「舞蹈的普同性」，轉向了「舞蹈對個人、社會的意義之普同性」的探究。從人的普同基礎—身體—為中心，舞蹈向外描繪出環境與社會，向內亦拼繪出個體自身的地圖。雖然不同人、不同群體發展出了不同的舞蹈，多樣化行為之中仍有其普同性原則。「該怎麼跳？其背後涉及關乎自我、群體、自然及非自然世界的一整套觀念及實踐（趙綺芳 2010：16）」，這樣的提問與答覆，同步發生在各個社會群體當中。

從個人的角度出發，與自己、他人、社會之間的關係，又是如何透過身心與感官、透過舞蹈，去體現與經驗？Judith Lynne Hanna 從心理學層面著手，由韓國女性舞蹈中情緒，去研究有別於動物舞蹈中人的「情緒」，透過「分析身體移動」來了解創作者對情緒的解讀與闡釋（Kaepler 2000：119）；Andrée Grau 在分析芭蕾「垂直空間向上延伸的極限追

求」之際，引申其是為人對自身身體極限突破的一種期待，亦凸顯了歐洲皇室、殖民者、資產階級的優越感所反照延伸出的一種體態（Grau 2011：9-10）。「舞蹈中的風格（style）源自人的潛力－如同其使用語言的能力，它透露出人的個人認同與自我覺察（Williams 2015：199）」，Drid Williams 認為從舞蹈到生活，身體圖像與行動的風格差異，皆普遍存在於所有人類活動中。他認為每個人都有讓自我意識中「正念滿盈」的潛力，藝術表現即是藉此發掘創造（Williams 2015：202-208）。「舞蹈舞道？怎樣的道理？建立在技藝表現之上，一種關照身心的知識？一種感官與思想精進反映於記憶的入身與入神？從感官、認知、技藝到知識整體（舞道）構成一個互為連動的過程？此知識的實踐能作為一種生活的借鏡？（趙綺芳 2010：7-9；13）」。至此，舞蹈經由身體連結了身體裡面那個自己，身體感官向外地探尋與展現的同時，啟動了向內的感知與存在的探索；反之內部的探索路徑，也反映在身體繪製出的整體感官世界。

空間與時間的框架被生活形塑，反之又藉由音樂舞蹈將之象徵與詮釋。「節奏是具感染性的，能影響人的情緒和態度（Williams 2015：201）」。律動的模式為帶動舞者與觀者身心的重要元素，其質感表現取決於人對時間的感受能力與掌控能力。趙綺芳在沖繩舞蹈研究中，提到經由音樂，身體詮釋快慢的能力，是如何從生活中的累積，來得以增進與細緻化：

在沖繩的舞蹈中，時間的流動是音樂架構出來的……時間感不同的舞蹈由不同年齡不同性別不同性格的人來詮釋。年輕時跳二才踊的婦女，到了十幾年後，可以掌握更為古典的女踊。這是透過長年浸淫於社會生活中，全感官的投入，所體現的時間感……時間感的內化訓練，是在普遍的社會生活中日積月累的訓練而成的。在舞蹈中，舞者們將這些由不同的文化秩序和文化範疇所塑模的社會經驗中所獲得的時間操控技藝加以精練。（趙綺芳 2010：167）

除了技藝的鍛鍊，還必須經過歲月的磨練。時間的拿捏，反應了舞者身體技術與心理狀態，而那是必須經過人生經驗的一再轉化，一再細緻化才能形成的質感。

另外，舞蹈的空間呈現則緊扣人的思維與環境。Andrée Grau 在跨文化舞蹈研究中，先從身體面向，比較了芭蕾舞「向上垂直空間的更多拓展」的樣態與峇里島「貼近地板與軸心的橫移」的身體。再者，從舞蹈與外部空間的關係，分析人的空間宇宙觀。在巴里島，神聖空間由山與海、東與西、廟內與廟外定義，空間的階序定義了舞蹈神聖性的高低；而在 Tiwi 島的宇宙觀中，人與人之間的界線存在於生死之間、氏族之間、夢境與真實之間。透過舞蹈，標示出人與祖先存在於不同的空間；特定氏族成員之間以特定舞步做區分；個人透過舞蹈表現出內在的自己。譬如說，透過夢境，發現自己原本是一隻鱷魚，所以不需特別訓練，鱷魚就能被自己透過舞蹈表現出來（Grau 2011：16-17）。

爪哇宮廷舞蹈的思維與實踐中，界線在善與惡、好與壞二元征戰之間；在人與偶、身體與靈魂界線交融之間。其所建構出的地景中，人透過對環境中五感的磨合，控制與平衡，並經由舞蹈投射出其文化中動與靜、人與偶、身與心、個體與社會之間的交織與融合的美。在聲景中，甘美朗縝密的節奏必須與緊緊心念，方能悠緩的、精確又自由的被身體詮釋。學習與展演的過程中，從身體延伸到音樂、場域、服裝與道具，多方位的，整體到細部的感官投射：藉由聽覺去釐清甘美朗的音樂層次，從中找到帶動身體移動的音素；用腳去找到與地板之間的連結，探索重心前後左右如此緩慢的轉換與移動；用手觸摸繫在腰際的長巾，正確的拿捏位置，方能有效調整收放之間的力勢；用肩與髖去架構一個平面身體，調整出穩定不扭曲的爪哇皮偶（或木偶）美學結構；在想像自己是一個平面人偶的前提下，打直脊椎，利用頸部帶動頭部，探索空間中最佳扭轉路徑；然而自始至終，眼瞼下垂，不直視任何人，想像自己呈現的是這個舞蹈的美而非自己的形體。在爪哇的樂舞結構中，身體在嚴謹的框架中貼近地表，透過自身五感交織與流動，透過與他人五感交織與流動，修身與修心同步進行。

三、小結：爪哇宮廷儀式與展演的社會意義體現於個人身體感官實踐

爪哇宮廷舞蹈是以向內求諸己、成為一個更完美個體；向外對蘇丹、對神的完全奉獻儀式。從 Durkheim 社會性觀點分析，舞者藉由每個月週期性練習、每年週期性展演，儀式樂舞不斷堅定爪哇人內心精神的能量；團體練習也再造了人與人相倚的一種精神結構，進而利用此具有共同目標的集體活動堅定宮廷團體的信念，並藉身體能量與神聖本質（神）進行交流，作能量的交換，在展演過程中，從人的心理喚起一種精神上與主宰者面對面接觸的感知。

這種抽象的層次展演在用來表達對群體保持忠誠、對主宰者心懷念想的同時，也展現了個體到群體的道德觀和宇宙觀，激盪了個人也強化了宮廷社會。而爪哇儀式美學則將人帶入一個能暫時舒緩身心的想像世界（舞者與觀者皆是），它也為宗教提供了娛樂性和審美性，其所醞釀出的興奮與精力成了藝術與自由思想的源頭，造就了宮廷藝術。此藝術使人從現實生活中暫時脫離，喚起了道德力量的同時又約束了群體。從共同思想到共同行動，爪哇儀式樂舞使人的精神與信心得以穩固，社會群體也定期得到整合與鞏固（Durkheim 1992〔1965〕）。

進入到宮廷舞本身，對每一位舞者而言，每一次的展演都是將原來與將來的自己連結起來；每一次的連結就是一次身心的轉換，就是一次重建的考驗，對個人如此，對群體亦然。其不能被驗證的神秘性與無法解釋的抽象性打破人原有的思維，得到暫時脫離現實的自由，然後便能啟蒙個人的抽象思考，進而重建人的概念，加深自身與群體在人心中的重

要性。以上，宮廷樂舞藉由其中象徵意念所具備「不可見不能被驗證的非理性現象（或神聖事物 *sacerrima*）能使人獲得能量以轉化潛意識」（與神合一、與內心的個體合一）的特質來建構「利用通過儀式的神秘與不確定性，內化人的概念，促使人反思，進而提升和鞏固其與社會的連結」（透過舞蹈闖界，成為一個進退得宜的人）之功能（Turner 2006）。

儀式和神話，再現宇宙的過去，展現一切感官現象的起源。舞蹈卓越的活力，將人整個身心融匯在現存文化最基本意蘊、價值和目的之中。爪哇喀嘉文 *Kejawen* 結合了密契修行與泛靈信仰，成為伊斯蘭君王培養覺性的法門：鍛鍊自身與自然通靈的能力，引導自己與人們回到源頭，與神同在。宮廷舞周期性展演，使神話復活，成為正在發生的歷史，也使傳統思維得以實踐。歷史神話中南海女神融合當代蘇丹王的傳說（*Bedhaya*），承自多神、歸於一神的宗教實踐，經歷了印度教與伊斯蘭的分離與重組。正如通過儀式中的分離、過渡到回歸，使儀式本身與執行儀式的身體與意識，經歷一連串的轉化與共融。在儀式的現場，舞者的身體暫時跳脫當下社會生活的框架，透過一個舞蹈框架，探尋與自我、與他人、與神（宇宙）之間的問答（林佑貞 2018）。然，該怎麼做？

日惹宮廷舞蹈理論、湯淺泰雄的身體論與其所引述的日本藝道、蔡碧名對莊子身體技法的註解，皆一再顯示了以身體作為主體與出發點的身心修練之道。三者也將境界分別指向 *rasa*、「既空又滿的狀態」（爪哇）；底層意識「直觀」造就之美（日本）；「無為」（中國），這自身至心提升路徑，皆是以身體作為技術操練的主體。回應到之前的提問，「我在跳甚麼舞？」「我的身體怎麼了？」原來我正透過身體操練，走在爪哇密契修行藝術脈絡的當下，內心諸多的矛盾與征戰、身體的挫敗與失控，本為須長時間面對的必然課題。被中華文化建構、在臺灣長大、被鐘點時間與正確答案制約、從未接觸過爪哇宮廷文化的身體，在集結了多重感官學習、多方位控制技能訓練的宮廷文化時空中，交戰從未停止－舞台上、教室內、每個人的心理、甚至夢境中。我與大家一同體經了挫折與自我懷疑，也同步體現了不為大部分參與者所知的爪哇的社會性精神。透過文獻，我的視線在貼近這個精神的旅程中，從混沌漸趨清晰。

接下來，透過記錄這段旅程的民族誌，試著與文獻理論交映，也期待能在這個跨越文化、跨越身體的探索中，發展出新的路徑與思維。

第三章 自我民族誌：中爪哇日惹宮廷舞的學習經驗

中爪哇日惹宮廷舞，一次又一次，帶領我進入身心的混亂狀態。從不斷的迷路，到自我懷疑，再到慢慢對身體有越來越多的察覺，對空間與音樂也有越來越明確的連結。這個混亂，不斷的被重整，至今也無法完全被掌控，身體向內與對外的整合永遠能更進一步。但我，藉此一再的混亂與重整，變得不一樣了。

我自 20 歲開始接觸世界民俗舞蹈，至今樂此不疲。早期的學習是透過前輩去國外取經再返臺轉授，後來我就定期參國外老師至臺灣親授的課程。2005 年開始，我開始直接到當地參加工作坊或與在地的舞蹈團體交流。從中歐到東歐、西亞到中亞、印度到中國……從草原上到鎂光燈下、從同樂到展演、從民間到劇場……透過音樂、身體律動、與他人牽起手來一起跳，我得以透過舞蹈環遊世界！每到一處，音樂引領著我的身體與當地人學習或共舞，透過樂舞去看見甚至理解他民族文化社會的面貌。經驗不勝枚舉：以色列建國早期的舞蹈強調群體牽手成閉口圓與赤腳，象徵團結與親吻「應許之地」；亞美尼亞男子舞蹈時，常需要肩搭肩成短列，整齊有力的一起上下左右大幅舞動，很有戰鬥之感，宣示了這塊土地在列強環伺的歷史中力求生存的決心；馬札爾人（今為匈牙利主體民族）來自騎馬的草原民族，發展出擊鞋、擊踵等，利用穿馬靴跳出的動作；多布魯甲地區（保加利亞東北方）男子舞中低重心的沉重感，來自當地農民經常性背負重物的體態。吉普賽從印度出發經過歐亞大陸和北非，融合在地，於印度、波斯、中東歐、南歐、中東、埃及等地有不同的樂舞呈現，音樂時而哀戚，時而插入的急促節奏與舞步，看似自由，卻透露著漂泊的不安；印度的古典舞蹈用身體在說故事，手勢、表情瞬息萬變，其史詩的內容、姿態、手勢等也再再影響了東南亞的劇場；夏威夷、大溪地等對身體四肢與核心肌力的要求、高強度的展現力與美，也存在著南島民族遷徙中增強體魄以求生存的初衷。來到開闊的蒙古草原上，嘹亮穿透的聲音帶領著身體大動作的馳騁；走進多山多雨的西雙版納，身體則以曲線在葫蘆絲傳遞的悠揚中擺動前行。不勝枚舉，都是我身體直接的歷經，從中，透過不同地方的樂舞所帶來不同的律動感，讓自己不斷嘗試「舞動身體的可能性」，也同步與他人發展不出同的互動關係。透過各地民俗歌、舞、樂的學習，我探索自己的身體，也看見不同文化的風貌。

從 2012 到 2014 年，在我商借至雅加達臺灣學校工作的兩年中，尋尋覓覓找不著學習爪哇傳統舞蹈的門徑。返臺後，有緣於 2018 年參與了張婉昭所組的爪哇宮廷舞工作坊，邀請到正在臺北藝術大學舞蹈系攻讀博士、同時也是日惹 Paku Alaman 宮廷舞者的 Anastasia Melati 來擔任指導。第一堂課就讓我「享受身體隨音樂律動的期待」破滅，甚至在接下來的學習中，面臨前所未有的挫折，然卻也得此機會去經歷：用整個身體五官去發現爪哇宮廷中所謂的美；用宮廷中傳統的方式在臺灣學習即使在爪哇都非日常的儀式舞蹈；用一種顛覆自身的態度去跨越前所未見的難關。至今，經歷了很專注的學不會，然後很瀟

脫的決定不要學會……一路走來，慢得很，卻讓身體漸漸成形，也進一步從身體與學理的相互映照中，找到迷霧中的路徑！這段探索的記錄中，我從展演的當下出發，回溯自己一再被顛覆歷程：空間上、時間上失控的挑戰與迷惘；腳與地板、手與道具 *Sampur*¹⁶之間一再的對話與磨合；在動覺、聽覺、觸覺、視覺多感交織中、自察身心的變化等。最後透過疫情期間持續的線上練習，更為自己一路的提問找到了更明確的解答。

一、舞台上的旅程¹⁷

2020 年 10 月 3 日，在臺博館南門園區小白宮展演廳的小舞台左側，四位舞者在出場位置就定位。這是在爪哇傳統宮廷舞與文化哲學工作坊（*Javanese Traditional Court Dance and the Philosophy of Javanese Culture*）中的示範演出，舞碼是中爪哇日惹的 *Srimpi Pandhelori*¹⁸。演出即將開始。

拉直自頭頂到腳跟這條軸線，腳掌穩穩的壓住地板站立，腳趾上揚；雙肘外翻打直，雙手拇指中指緊扣，左手拇指中指合扣住 *jarik*¹⁹左緣，右手拇指中指合右手扣出個虛拳；頸椎硬挺，雙肩放鬆，視線保持在斜前下方，雙眼似開非開；臉部肌肉放鬆，嘴角似笑非笑。以這樣靜止的姿態，我站在舞台右側（以觀眾為準），面朝舞台中央靜止不動，甘美朗音樂已下，所以我已經出場，前一分半鐘我必須以這樣的姿態，站穩。此時此刻，耳邊響起 *Melati* 的一再叮嚀：The fingers are always full of energy, but as if nothing happen。站在那裏的一分半鐘裡，持續提醒自己：心情平靜、核心穩定，身體要放鬆，經由放鬆的身體，將力勢傳送到手指與腳趾，能量才能在靜止中被看見。

音樂一開始是男女歌者的吟唱，接著一段穩定的打擊曲段，到第 1 分 34 秒，大鑼聲一下，左腳踩出邁向舞台中央的第一步。出場的行進非常慢，重心幾乎置單腳，單腳重心從無到有，再從有到無。腳趾尖保持上揚，從腳跟著地，經由腳掌到腳趾，緊緊吸住地板再移開，下一步緊接連綿，每一步都要耗費 3 秒完成。行進中，因為雙腳必須走在同一直線上，重心又一直維持在單腳，速度很慢，時間很長，強度很大，上半身便容易失去了控制變得搖搖晃晃，所以當要極盡所能地維持穩定不晃動時，腳和核心都要承受很大的力量。綁在腰前的 *sampur* 在趾尖前搖擺，飄盪在雙腿前側或內側，要想盡辦法使之不影響前行走路動作的細節質感。同一時間，雙肩雙手雙腕都要放鬆，但要控制，能量要在，要貫穿

¹⁶ 舞者綁於腰間的長巾。

¹⁷ 可參見附錄一：*Srimpi Pandhelori* 隊形變換說明，及附錄二：爪哇宮廷舞蹈相關詞彙解釋。

¹⁸ *Srimpi Pandhelori* 是由四個女孩舞者所呈現的一種神聖舞蹈。”*Sri*”是國王或皇后的意思；而“*Impri*”指的是渴望、祈願－祈願活在榮耀與祥和之中。最初，*Srimpi* 表演的場所是在爪哇大宅院的室外會所演藝亭（*pendapa*）中，會所中間有四根主要的梁柱。人們相信，當正確無誤地呈現 *Srimpi* 時，應該會授與神秘的能量。*Srimpi* 柔和平靜的動作描述著善良的道德舉止。四位舞者的服裝和化妝皆相同，這是祈願人們不要彼此嫉妒。人類的生活應該和大自然四個組成要素：火、水、風、地 和諧一致。（摘自江之翠劇場印尼傳統宮廷舞蹈工作坊簡介：http://blog.sina.com.cn/s/blog_48e2c0a70100aght.html）

¹⁹ *Jarik* 為舞者身上由一片蠟染布所圍綁出的長裙。

到指尖趾尖。一邊向前走去，一邊想起當初在教室中練習這段 1 分多鐘的走路，當下瞬間滿身大汗，第一次知道，原來慢慢穩穩地走路可以如此困難。

走到定位，面向前方（舞台左側）自頭頂到腳跟的中心軸開始左右搖擺，重心從左腳移到右腳，再從右腳移到左腳，其他部位相對位置不變，身體像一個左右搖擺的長相框，數回之後，頭帶動重心下沉至右腳然後左轉身面向觀眾站定，過程中，框不能變形。接著進行向國王致敬的森霸禮 *Sembahan*²⁰，先蹲再坐，但因為 *jarik* 已將雙腿包覆得密實，蹲下到盤坐這個過程，使 *jarik* 極張緊繃到極致，要維持住身體一直保持與地面垂直，大腿和腰必須全程施力（一開始練這個動作總是跌倒），最後將雙腿在胸前交叉成高盤姿態，雙手整理好腰前的 *sampur*，將之輕放在胸前緊繃的 *jarik* 之上。隨著女吟唱的歌聲，雙手合十，四指朝前，大拇指指向鼻尖，一聲鑼響，啟動頭以鼻尖為固定點，由下巴帶領走 8 字軌跡。此時全身固定，只有頭頸在動－這是我覺得爪哇宮廷舞中最美的流動－*Melati* 從未講解過、我從未掌握過。這個稱為 *Pacak gulu*（*Pacak*：裝飾美化；*gulu*：頸部）的動作看似頭部優雅輕柔的旋轉卻必須藉由頸椎緊繃控制的流動。從頭頂到薦椎、從左耳貫穿到右耳，在此兩條朝上下左右拉緊繃的 XY 軸所架立起的空間中，由下巴帶領頰到額到頭發生微小溫柔的對稱扭轉。再一次 *full of energy as if nothing happen*。此時此刻我覺得自己身體更加貼近了！貼近那個我認為很美的、頭部的流動；同時，大顆汗珠從右頰滴落至右肩。接著右手握住腰前 *sampur*，左手將身體撐離地面，坐在右腳跟內側（我至今無法坐正確），成蹲跪姿，然後起身，完成森霸禮 *Sembahan*。站穩後將身體重心完全移至右腳，*sampur* 則由右手背帶領至身體右側，左肘曲，將左手帶至左腰前、拇指中指相扣、垂腕，舞蹈開始。從出場到現在，已經過了 4 分 10 秒。



圖 4：Srimpi 舞者裝扮，腰間綁的長巾為 *sampur*；下半身著 *jarik*；腰正中配有短劍 *kris*。圖 4-1：森霸禮 *Sembahan*（張婉昭示範；陳靜瑩拍攝）。

²⁰ *Sembahan* 宮廷舞蹈中致敬的儀禮性動作與手勢，在舞蹈開始前與結束後執行。

今天和 Melati、婉昭、佩蓉一起表演的 *Srimpi Pandhlori* 全長 20 分鐘 30 秒。*Srimpi Pandhlori* 中 4 位女舞者分成兩組，今天我和佩蓉一組，Melati 和婉昭一組，很多狀況下同一組的舞者要倆倆錯位、對跳或對打。全舞分成三大部分，從慢板、快板、再回到慢板，第一部分是慢板，由歌者吟唱貫穿；到第 11 分半鐘，4 位舞者將劍從腰際抽出後，全舞進入四位舞者倆倆戰鬥的快板中段，隨音樂變奏加快，戰況增溫，持續到了第 15 分鐘音樂趨緩，50 秒後舞者收劍入鞘，才又進入慢板的終段。舞蹈完成後，再次成盤坐姿行森霸禮 *Sembahan*，然後起身右轉，從舞台左側出場。出場同進場般慢步走出舞台，還是一步都不能鬆懈搖晃，全神貫注在最後的一分半鐘的行走。

掌聲響起時竟有些捨不得，捨不得音樂結束，捨不得身體離開這種被這舞蹈框住的感覺。離開舞台後佩蓉過來跟我說了聲謝謝，「你是很好的夥伴！」他說。Melati 則握住大家的手說「我們很棒，不是嗎？」迴響與悸動都還在小白宮的空間中迴響，久久不散。

當天早上第一次彩排時，現場只有我們幾位舞者，小白宮寧靜優雅，使人通體舒暢。從當場錄製的影片中也發現大家的狀況不錯，20 分鐘彩排過程流暢優美。想到 Melati 曾說，一旦真正進到爪哇宮廷之中，配合現場甘美朗練習，場域氛圍的感動，讓一切學習瞬間變得容易！在小白宮的當下雖然沒有現場演奏的甘美朗樂團，也沒有爪哇宮廷中偶有微風徐徐，半戶外的演藝亭。但此刻心情平靜，而這是表演前最重要的狀態。

戰鬥橋段，拔劍與收劍的轉換一直困擾我，我就利用中間休息時間請婉昭和我對練，感覺掌握得好多了，佩蓉也加入了練習，我們三位沒有休息持續討論和練習。因為離工作坊開始前還有時間，就進行第二次彩排。第二次彩排小白宮出入的人變多了，環境比較吵鬧，又有時間壓力，我精神上有些不能集中，在舞台上和佩蓉走位竟然大出錯！彩排完成後 Melati 問我為何會出錯，我說自己瞬間失去連結。他說：「要保持專注，不能有任何一刻的鬆懈，上了舞台誰也幫不了你」。練習的時候這樣，表演時也才能做到這樣。第二次彩排出錯後，佩蓉變得很緊張，一直看影片複習，我勸他歇歇別看，我自己也決定安靜休息，不再練習。

正式演出時，從出場不動到慢走進場的前 4 分鐘，腦袋中不斷浮現這一年多以來學習歷程的片段，並不慌，倒覺得我的身體有慢慢進入準備好的狀態。一開始進行過程中覺得身體的流動很順暢，很享受身心極度控制所產生出來的流暢感……到了拔劍時刻－當早跟婉昭對練很久那段－在舞台上瞬間竟然全數歸零！因為眼睛只能的垂，我只好用視角和身體感受和左右之間的相對距離與態勢，當下那種沉醉與流動變成了慌張，雖然也許只有我自己知道，但確信我的優雅不再。接下來很快又被拉回穩定前進的狀態，進入打鬥快板，這個部分因為節奏清楚，身體與音樂的配合比較容易掌握，但就在我原本最熟悉、和佩蓉换位前的 4 拍竟然又瞬間失去連結，身體本能引導我轉向觀眾時才又回神。原來保持專注不是一直提醒自己就做得好，需要透過不斷的練習。我的練習顯然不夠，但那個失連的瞬間，我也發現身體自發性的產生引導，引導了腦中一片空白的我到了正確的位置。

雖然有兩段空白，這次整個演出中身體意外的放鬆，從錄製的影片中發現我的肩頸一

直以來的緊繃感消失了，從身體的流動到腳步的流動也都比之前要自然流暢。後來發現，這是第一次，在舞台上，我站在 Melati 正後方的位置跳舞（森霸禮結束後開始執行舞蹈的前 2 分鐘，以及後來的很多片段）。之前在教室中，即使站在他後方練習，也只是忙著模仿，並沒有真心專注在注意自己的身體，也沒有如此長時間專注地去感受與前方或側方舞者呼吸的同頻感。此時我下垂的視線能感受到 Melati 的腳和緊繃的 *jarik*，隨之在我的身體屈膝下沉時，發現能下蹲到前所未有的深度。Melati 身體的深沉帶動了我的深沉；他雙腳之間重心的流暢轉換，也流暢了我雙腳之間的重心轉換。此時沒有模仿、沒有跟隨，我用身體感覺在執行動作。表面上我倆同步，但我知道我的身體被另一個身體的流動帶動著。以上舞台上的瞬間記憶，在和錄影帶中放鬆流暢的自己連結後，我突然理解為何佩蓉說我是好舞伴。我和佩蓉一組，兩人之間有面對面、背對背、錯肩、正面或背面錯位、對打等互動關係，常常站在相對方位執行相同動作（觀眾看起來是對稱），互動的影響就更大了，雖然彼此無法正視對方甚至有些時候完全看不見對方，但兩個身體之間距離改變造成的體感溫度改變、移動造成的空氣流動，都明確的讓我感知到對方，被對方帶動的同時也帶動著對方。第二次彩排的失誤讓佩蓉有一點慌，我在台上的穩定也讓他變穩定（後經求證），殊不知我在舞台上的穩定與流暢，一開始是被正前方的 Melati 所引領。也難怪在之前練習的經驗中只要跟 Melati 或婉昭對跳，就覺得自己特別能掌握，身體特別流暢。



二、教室裡的一再顛覆

第一次學習 *Srimpi Pandheleri* 是 2019 年 3 月在二二八公園附近的莎妹排練場，那時接觸爪哇宮廷舞蹈斷斷續續上了近十堂課，依舊聽不懂甘美朗，也無法將日惹宮廷舞大部分基本動作正確執行。這支舞起始隊形為四人所形成的正方形（形成兩列兩排，前後左右對齊）。前列兩位一組、後列兩位另一組，同一組的兩人或對跳或對打，動作相同、造型對稱；同一排的兩位舞者（分屬不同組）方位相同，也做相同的動作，因此形成兩對舞者在舞台上進行相同的動作與組合。這兩組人也會變換位置與隊形，形成兩組間的流動與造型所構成的動態整體，起始正方形隨之縮小、放大、變形。在這一期課程與當年 6 月最後的展演中，我都和如淵一組，所以我倆一起經歷了被顛覆的歷程。

Serimpi Pandeleri 森霸禮結束後，教室中四人同時朝鏡子站立，舞蹈開始。從第一個動作開始，就得想盡辦法模仿跟上鏡中 *Melati* 的動作與速度，從一團混亂中勉強慢慢形塑出身體比較接近的樣子，但老師只要不示範，我的身體瞬間歸零，從音樂到舞步到身體，完全失去組合。我只能一再練習，讓自己「跟著做」的能力變強，順暢變流動，但要記住舞步，經由認知後身體執行，當下的我是辦不到的。舞蹈開始 2 分鐘後，舞段進入了下一階段，舞者必須倆倆分別左右轉向，變成面對面，我的對面正是同組的如淵，接下來開始學習（我和如淵）對跳的橋段。*Melati* 讓音樂繼續，他示意我們繼續跟著跳，但規定我們不能轉頭看他。此時此刻起，因為轉向，視線中沒有了鏡子！沒有了 *Melati* 示範的身影！只剩我和如淵面面相覷。

然後呢？兩位不會的同學你看我我看你，還不能轉頭看老師？舞蹈學習要這樣繼續下去？「老師我們是不是該跟你把動作學會再兩兩對跳？」「老師我們是不是該先面對鏡子調整好動作再排隊型？」「老師大家都不會，接下來我向哪兒看哪兒學去？」大家吵成一片之際，*Melati* 只說：「別擔心，我也是這樣學過來的。我會站在教室的一處示範，看得見我的人就跟我，看不見我的人就跟任何你看得見的人！」我心想：看得見都跟不上你了，然後我還得跟著一個跟不上你的人？以上當然也是所有同學的懷疑。他還說：「我學習的地點在宮廷中的演藝亭 *pendapa*²¹，沒有鏡子，看不見自己，只能專注於記住老師說的每一個正確位置，用身體去記住身體之間的相對位置，譬如用身體去記住頭的位置，用頭去記住手的位置。不是用眼睛記住身體各部位的相對位置，因為你看不到自己。」老師決定照著原計畫進行，大家只好無奈地跟著做。接下來的方位一直變化，四位舞者也在不停的轉向，能看見老師的人一直變，自己能追隨的「示範同學」也一直變，接下來就陷入大部分人都東張西望，沒有人能身在舞蹈的狀態。大家又吵鬧希望老師先全部面對鏡子把個人動作教會，再改變隊形。*Melati* 要我們再試試，我們就再度陷入混亂！這樣的狀況持續

²¹ *Pendapa* 演藝亭。宮廷中儀式進行、樂舞展演之地。其為在圓柱上搭建屋頂的矩形亭子狀結構，四面八方都無牆開放(參見圖 16，頁 60)。

了兩堂課，抗議與建議多次無效後，我決定相信 Melati 的方法試試。在自身不能執行舞蹈的狀況下，還必須與另一位也一樣不能執行舞蹈的同伴面對面、模仿、合作、共舞。Melati 絕對知道有多困難，他的堅持有一定的理由，但在這一點上，他自始至終都沒有做任何的說明與解釋。

轉身面對如淵後，我的視線中只有他，我盡全力模仿跟隨他。因為做一樣的動作，我和他並不是鏡像關係，所以腦袋中還須經過左右轉換，還好速度很慢，有時間調整到儘量跟他同步。如淵眼神有些慌張，我知道他可能也正在很不確定當中追隨教室中的某人，此時音樂一直走，已經沒有心思去找到 Melati 在教室中的位置，只能跟著如淵，連神態都只能跟著他，無論他的動作表情是否正確，我別無選擇，我決定就這樣做，我也決定就用這個方法不斷的練習，不再執意去找理由了。

做了這個決定後，心情舒坦多了，循著一條泥濘路總在比迷霧中亂轉能前行。隨著練習次數增加，如淵的身體愈來愈流暢，神態越來越自然，我的身體對舞蹈也漸趨熟悉，也隨之流暢自然，雖然我還是不能記住舞步、不能明辨音樂、不能經由認知產生動作，但純粹追隨，愈加流暢的身體感，使我不再出現當初因挫折而想要放棄的念頭—雖然，我尚未釐清這種學習方法的理由。因為四位舞者不斷地改變方向，我追隨的「示範同學」也必須持續換人，繼如淵之後，挑戰一個接一個，但因為我鐵了心就是相信自己跟隨的「示範同學」們，無論對方的動作有多麼模糊、多麼的難以辨識。四位同學一同沉浸在茫然中卻必須靠彼此前行成長，是一個大家心態上必須「完全相信」—相信自己、相信其他三人、相信老師—才得以進行下去的學習。

當同學們放棄要求 Melati 改變教法，也依舊記不住舞步（因為實在難以辦到），課堂中 *Srimpi Pandelori* 的練習就變成一種磨合遊戲，一堂課的前 2 小時就在我學你、你學他、他學老師……一切不確定，甚至不知道自己在做甚麼的折磨中度過，弄得所有人筋疲力盡，然後腦中對舞步仍沒有認知。通常到了第 3 個小時，所有的跟隨會進入比較順暢的狀態，我意識到自己的身體動作會變明確，因為如淵的動作也變明確了，追隨我的人的動作想必也變明確了，從自身與旁觀者的角度，4 位舞者，4 為相互學習的舞者，在課程的最後一小時，才像進入了舞蹈的狀態。

每一次三小時的課，上述歷程都須重新來過—從一團混亂到進入舞蹈。老師也不要求我們記住舞步，只提醒身體的矩形結構不能變形扭曲（因為總是變形扭曲，尤其在轉身變換方位之際）。我也所幸放空腦袋，每一次就將身體交給視覺追隨而非認知記憶，撐過了前 2 小時，就能享受身體的流暢！Melati 見我們練習 2 小時後都筋疲力竭，建議將 3 小時的課縮短為 2 小時，豈知大家異口同聲反對，此時方知原來同學們的感覺都相同：前兩小時的身心折磨會帶來第三小時身心的流暢—一種令人期待的狀態。

後來的某一堂課，在第三個小時的動態沉浸中，我突然驚覺到自己跟對面的如淵好像喔？從呼吸到身體流動，從神態到姿態，有一種親密與同步的感覺；經過了幾次轉身，發現我與淑芬（與我同一排但不同組，跟我做相同的動作）也好像喔！流動自然同步。後

來跑成 4 人成一直線的隊形，那種 4 人同頻共振的感受就更加明顯了—雖然這 4 位舞者當中沒有人真正記住舞步與舞法。這個時刻，流動貫穿在四位舞者之間、在音樂與動作行進之間。我雖無法看清其他 3 位，只覺得每位都好像、好美、好順暢（後來看錄影帶得證）。對於這種折磨人、源自 Melati 老師或是其老師與祖師的教學法，突然有一種理解：它不會很快突顯有天分的舞者，而是必須經由長時間，將每位舞者的身體感緩慢地調整成同步，達到舞蹈整體的和諧。

如果一開始是對著鏡子學習動作，為了調整自己、縮短與老師之間的差距，我的專注力就會全部放在自己和老師身上，不會有餘力關注其他的同學。或許能夠比較快進入「自認為的舞蹈狀態」，但沒有了舞者之間互觀互學的過程，我和如淵、淑芬之間不會有前述的那種連結，雖然是一樣的動作，每個人所詮釋出的身體感會不同，誰也不像誰。最後四人舞蹈的呈現也只是把「各自學成的個體」



用隊形組合起來，精神和記憶上的連結是個人而非群體的，表現出的氣質也就易凸顯個人特質而非整體共融。

圖 5：課堂上，共舞者就是鏡子（張婉昭拍攝）

三、空間上的挑戰：固定不了的身體框架，無法對身體的「整」²²進行分解

再見自己 2019 年 6 月在臉書上的留言：「半年多來，在宮廷舞的課堂裡，經歷了很專注的學不會，很自在的決定不要學會，很緩慢的讓身體裡的無形變成有形……一路走來，慢得很，能量卻巨大得超出想像！」想起 2018 年 11 月在臺北市明德路 Yu Studio 的第一堂的爪哇宮廷舞課。Melati 滿臉青澀的微笑，很婉約的解釋每一個基本律動與其對應的爪哇專詞²³，我們是他在臺灣第二批宮廷舞學生。

由手勢練習開始，左右手都從 *Ngruji* 做起：四指併攏朝前、拇指內扣的立掌，手臂、手肘、手腕之間皆為垂直關係。一開始不難做到，但當同時施力於手指、手腕、手肘、相對位置固定且持續一段時間，不但手勢變形，更是造成整個上半身的痠痛。挑戰還在後面。大部分時間左手維持 *Ngruji* 手勢，但右手則需擺定 *Nyempurit* 手型：拇指站立，食指置於拇指上，其他三指朝地心曲，中指儘量向下打直。一開始完全辦不到，必須靠左手去調整右手每一根手指頭，調整好後，右手已經開始抽筋了。但基本要求是要瞬間到位，擺定手型。學習 *Nyempurit* 當下，我抽筋的右手告訴我，這是一種朝自然人體逆向發展動作的舞蹈！接下來的學習也的確如此發展，「原因為何？」我自問，忤逆人體的自然是為了鍛鍊？是為了呈現那個文化中所定義的美？



圖 6：左手為 *Ngruji* 手勢，右手為 *Nyempurit* 手型（Anastasia Melati 示範；麥菁菁拍攝）

體態訓練的第一重點：在脊椎中立挺直狀態下，雙肩雙髖四點必須構成固定的平面矩形，這個平面矩形在舞蹈的過程中必須一直保持固定不變形。所以不會有向前彎腰、往左右擰身、推臀、聳肩等動作，要想像肩髖所形成的平面立板固定在身體中，控制著身形，卻能帶動著所有流動，如同一張皮影戲偶。腳步動作學習從 *Nylekenthing* 開始（出場時的體態）：脊椎中立，兩腳掌向左右八字外開，雙腳跟相距一個拳頭寬，腳趾微張上揚翹起，腳掌全貼地；雙膝打直，重心持中。兩手置於身體兩側，與軀幹保持 30 度微張，肘伸直，手背朝前，手型呈 *Ngithing/nyekithing* 姿態，即拇指中指相靠，握虛拳；壓腕。頭沿中立脊椎向上拉直延伸，下巴微壓，目視前下方。因為細節從軀幹延伸到四肢末端，一開始只

²² 「整」即「整體」之意，自鄭尹真專訪記錄中(頁 60)，劇場用語延伸而來

²³ 文中關於各項動作的爪哇文專詞皆參考 2018 年 11 月 Anastasia Melati 女士所書寫《Workshop of Javanese Court Dance》上課講義，先經由張婉昭女士錄影比對，再經筆者轉譯。

覺身體全面緊繃，心情也全面緊繃，深怕在哪個細節上鬆懈了！

然後練習 *Ngoyog*，即重心輪流移到左右腳，產生動態對稱非移位性動作。先是以站姿左右搖擺：重心先完全移至右腳，左腳跟稍微離地，身體以中立脊椎為軸，雙腳跟連線中心為支點向右傾，其他部位相對位置不變，原路徑移動回站姿；向左傾反之亦然，肢體移動完全發生在身體立面的二維空間上，速度平均。身體在搖擺軌跡的任一位置上須完全正立，相對位置固定，髖肩四點所構成的矩形才能保持形狀不變。自覺像一個左右搖擺的不倒翁，以相對位置不動的身體產生擺動。

接下來，雙膝朝外（同腳尖的方位）蹲低 *Mandhak*，然以蹲姿啟動，做雙腳換重心 *Ingset/Ngingset* 的練習。從站姿先到正蹲姿，上半身姿勢不變，雙膝分別向左右斜前方推彎曲（半坐姿），當重心完全移至右腳形成身體右傾，左腳內側貼地置於右腳斜前方但不置重量，反之亦然。平移過程中仍強調身體的平面性與方正，以身體雙肩雙髖 4 個點構成矩形，無論身體怎麼動，矩形必須維持方正：雙肩連線與雙髖連線要在同一個垂直地板的平面上一一直保持平行。當被要求要蹲更低時，單腿承受了巨大的壓力，開始搖晃，穩定度變差，同學們也開始出現骨盆前傾或後傾的現象。*Melati* 動手一一調整，設法使大家身體矩形更為方正、讓每個人都蹲得更低，此時上半身每一處，延伸到每一根手指頭的末梢都要使力，同時還不斷被叮嚀：雙肩要放鬆……蹲站幾回合後，我自認整個身體正不了、蹲不沉、也鬆不掉，甚麼標準都沒達到卻已飆汗！

Ingset/Ngingset 帶來了大挑戰，一再被要求那個必須被固定住，髖肩所構成的身體矩形，在大家的身上，不是變形就是扭曲甚至消失了。這個動作身體以中立脊椎為軸，雙腳跟連線中心為支點向右傾，其他部位相對位置不變。當重心完全移至右腳，此時身體為了要分擔右腳所承受近乎全身的重量、使身體容易平衡，會自然地將臀部推向左邊，髖肩矩形變成 S 形，身體舒服了，身形就扭曲了。所以如同站姿搖擺，仍要把自己的四點固定，重心近乎百分百的置單腳，像不倒翁偶般，僵硬的右移左移，才能維持住那個矩形。單腳



圖 7：Ingset/Ngingset 腳部動作（左腳）。圖 7-1：Ingset/Ngingset 腳部動作（右腳）。
（Anastasia Melati、鄭尹真示範；麥菁菁拍攝）

承受全身重量，身形又必須在這樣緩慢的節奏中維持，常弄得我全身發抖，然後還得一直被提醒：雙肩與頸部的放鬆！臉部要柔和放鬆！當四位舞者倆倆分別左右轉九十度成面對面隊形，這個必須維持二維方正的身體矩形又受到了挑戰。因為旋轉是利用下半身帶動上半身，隨身體的自然轉動，很容易造成下半身先轉上半身再轉，形成 S 狀的擰轉，雙肩雙髖所形成的平面矩形不是變形就是不復存在。所以上與下半身、髖與肩必須同步九十度轉向，身體不能有任何擰扭，也不能有高度上的改變。即使意識上與身體上都自我強迫，但仍非常難辦到，它不是一個人的自然動作而像是個皮影戲偶的身體轉動。

這個矩形將人固定在其中，隨著身體重心轉移，人不能用自己的身體來平衡自己而必須調整自己到一個非自然的吃力狀態；因為這個框架的限制，無論任何手部動作，雙肘都不過肩，也不會有彎腰的動作。這樣的身體構造有別於之前自身任何舞蹈經驗，一邊強迫形塑自己的矩形框架，一邊提醒自己在這個框架裡放鬆，一邊想像它所呈現的樣態。

在往後的學習中，軀幹的樣態是 *Melati* 自始至終最強調的，即使大家忘記了頭的動作、手的動作、*sampur* 的操作技法甚至舞步的踩踏，都比不上這個框架變形來得嚴重。一切的動都建立在這個極盡固定框架之上，這個穩定的「木偶身體樣態」核心帶動接下來的吐納與手、腳、*sampur* 流動，練習次數的增加、一再一再的被糾正，身體漸漸感受到這個能使體態呈現「as if nothing happen」的能量核心。

其他的細節，如轉腕（*ukel*）的路徑與定位的手勢、將 *sampur* 與外擺（*Seblak sampur*）的力勢與手勢（有時手被覆蓋在 *sampur* 之下，也必須確實做出）、持與放 *sampur*（*Kebyak sampur*）的手勢；腳與地板接觸的面積與軌跡、輕與重……以上、都有空間上嚴格的規定，

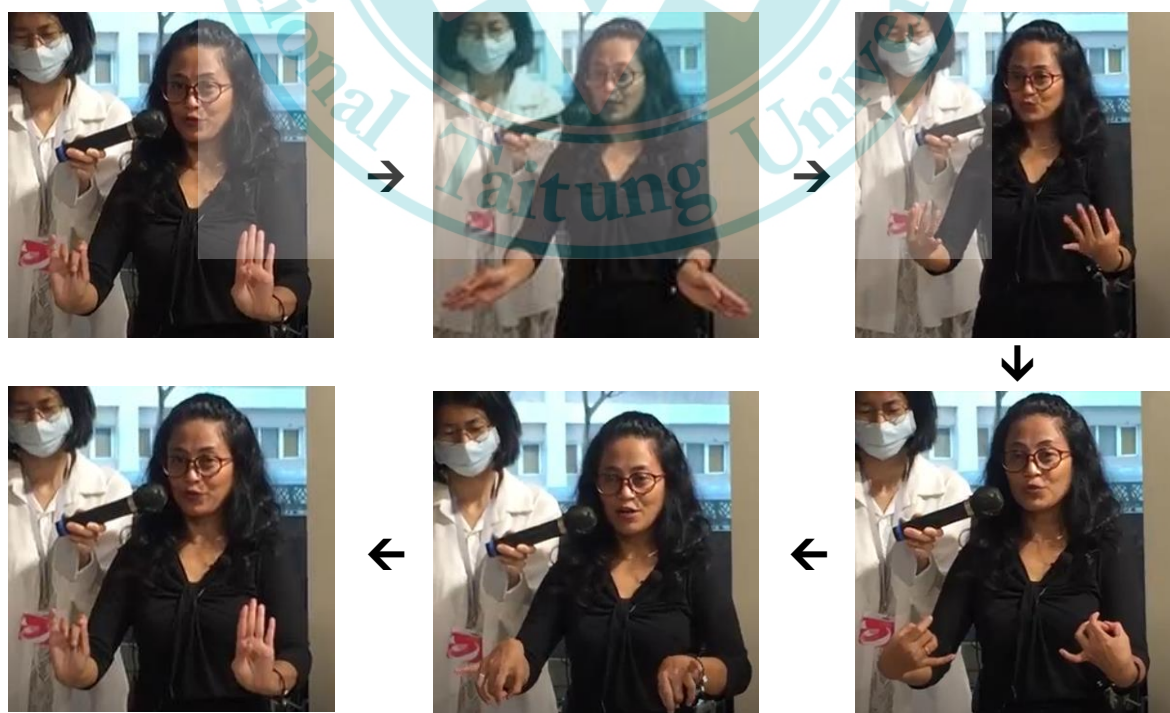


圖 8：ukel 手勢動作的循環路徑（Anastasia Melati 示範；麥菁菁拍攝）

型態與位置都要牢牢記住與確實做到位。一個個的框架套在自己的從身體、手、腳、頭……到每一根手指頭與腳趾尖，當然我知道必須在框架之內流動，必須在框架之中放鬆，也當然當下我甚麼都做不到。



圖 9：Seblak sampur 動作路徑與手勢（Anastasia Melati 示範；麥菁菁拍攝）



圖 10：Kebyak sampur 持、放動作。將 sampur 掏入(1)再外攤時，放(2)或持(3)（張婉昭示範；麥菁菁拍攝）

想像中要匡正卻正不了的身體與四肢延伸到末梢，一開始只帶來全身僵硬。心想著我身體裡的這個人偶要如何跳舞呢？接下來的學習，讓我的身體深陷一種完全無法用意識組合的狀態，遑論流動與舞蹈。

基本動作介紹完之後，Melati 直接進入包含手腳頭全身的「整體」流動。Melati 很輕鬆地完成一組動作，然後要大家接著做一遍。看起來覺得輕鬆流暢，好像也只是那些基本動作的組合……當自己的身體要執行時，發現腦中有老師示範影像，但沒有對動作執行的認知，身體完全無法執行，只能與同學茫然互看。老師又示範了一次，我的身體仍然無法啟動，完成率依然是零。Melati 不多做解釋，要大家站在鏡子前同步跟著他一起做。因為在鏡中同步模仿，我全神貫注地看著鏡中的 Melati，用對自己肢體的想像模仿他，沒有時間察覺自己做了甚麼動作，也沒有時間去看見自己在鏡中的模樣。老師動作很慢，手腳沒有任何高難度高複雜度的動作（就是基本元素組合），但我實在無法同步將身體與手腳組

合在一起，只能儘量不要弄錯左右，完全沒有明確的動作形成。大家一起同步模仿老師做了幾遍，哀號遍野，萬分挫折。我心想：等等我先練習腳的動作、再練習手的動作、再將之組合好了！用自己的方法手腳分開練習幾次，發現對組合成整體完全沒幫助，身體變得更不協調，腦袋也更加混亂。還是回來乖乖跟著老師進行同步的、無意識的流動。心想做多少是多少，認知跟不上，就不要再有認知。任何動作，Melati 只關注大家的身體框架維持方正，其他的混亂狀態他皆回以一抹微笑。

Melati 教授的第一支舞碼是日惹的 *Sari Kusuma*，其組合了日惹宮廷舞的基本律動，為已逝日惹宮廷舞大師 Romo Sasmito 所編，是為初學者設計的入門舞碼。這種同步模仿的練習，沒有太多的動作分解與解釋，大部分的時間我就跟著老師，自覺無意識的動身體，只求不要跟同學互撞就好。每一次我只要想把動作靠自己記住，身體的不協調與心情的波動就會使結果變得更糟。最後告訴自己：專注在同步模仿就好。

在每堂課的後半段，老師會將同學分組練習（當然每一組還是必須由 Melati 親自示範帶領，同一組人跟著跳，其他人在旁觀看），相互觀摩，然後回饋分享。這個時間同學們才有機會觀察 Melati 以外的人的動作，然後再與自己連結。分組跳完後，一起坐下還討論，要分析別人，也要分享自己。在自身察覺部分，包含我的多數人發現自己模仿跟隨的能力增強，身體的流動變得比較順暢；在觀察他人部分，大家也都發現彼此的身體矩形在身體流動的狀態下，即使有意識控制還是難以維持。我發現那個矩形框架只要不存在身體裡，即使舞者的手腳動作都正確，卻怎看都不像是在跳爪哇宮廷舞，那個矩形框架似乎支撐住一種象徵精神，表達一種高度控制的下的美感。在相互觀摩的過程中，發現芃芃同學已經將舞步靠自己背起來，用自己的認知執行舞蹈，他分享自己回家如何無時無刻的在腦中複習舞步，才稍稍能釐清動作的圖像與執行方法。我曾試著照他的方式努力看看，但依然失敗，可能我不想犧牲在模仿時已稍稍感受到身體的流暢感，也害怕自己練習時身體形成難以改正的錯誤慣性。我就讓自己停留在無意識地跟隨狀態，也才發現原來意識沒有建立，身體的執行還是能夠進步。當然，如果 Melati 在鏡中消失，我身體中的那位舞者立即煙消雲散，腦袋一片空白中，身體也歸零，一個動作也做不出來！

那個矩形的框架那樣的不自然又難以被身體操作，它卻如此重要的掌控了這個舞蹈的型態與氣質；四肢加入後，老師不進行局部動作分析，我也無法將動作拆解開來練習，當決定同步模仿後，身體流暢度增加，但也產生了更多的意識與思考，然認知的加入反而變成了阻礙……一切一切，使我突然驚覺自己不只是身體被框架住，學習的方法—專心當下的模仿—也把我框架住，只要我想逃離這個框架，起了自己的念頭，我的身體就會跟著變形、四肢滯礙難動、認知混亂不清。Melati 只一句：沒關係，慢慢來，跟著跳就是。所以截至當下，只求端正身體不企圖釐清任何動作，專心模仿追隨便是。

朋友曾問我：之前你學跳舞超伶俐，這甚麼舞？為何學了一年都學不會？當下無法回答。現在想起來，自己學舞的習慣是一步一步建構而非第一時間就整體帶入。先由肢體帶動腳步、配合好音樂、頭手接著加入；然後將舞碼分段，可能是 8 拍、4 個 8 拍，或一組

完整的動作。跟著指導者或自行拆解分析練習後，再將一切重組，然後記住它，熟悉到能及時跟上音樂，這樣就算是「學會了」！在這裡從一開始全身要形成一個「整」（尹真提到中國梨園戲曲中身體訓練的一個概念），頭、身體、手、腳無法拆解的同步進行，許多細節在其中但無法被分析分解（一旦認知進入就無法執行）。老師一次一次的帶領，我只能得到一個模糊的身體整體感，隨著練習次數增加，這個模糊的身體感越來越清晰，但少不了老師的帶領，方能進入那個流動狀態。所以只有在被帶領進入那個狀態時，我能查覺到自己的身體感越來越清晰，流動越來越順暢，似乎每次都能增加多一點的掌握……但在沒有老師帶領的狀況下，身體「整」不了，也沒有記住任何細節，我的身體無法自己執行任何事，所以只能說自己「一直學不會」！

接受這個「整」的概念、逼得我不得不放棄分析動作與記住舞步的那一刻，我的心理與身體才有能力繼續學習流動。*Sari Kusuma* 課程結束前，我只學會跟隨，身體矩形仍不時會變形，四肢的動作仍無法確實，但這些挫折和想要征服挫折的念頭都必須先放下，先記住追隨老師讓身體流動起來的感覺就好。我決定繼續上課，接著學 *Srimpi Pandelori*。

因為所有流動速度都很緩慢，有時間調整與修正動作，跟隨的速度也不致造成太大壓力。隨著身體與動作之間的連結越來越順暢，心情越來越平靜，偶有餘力能看見鏡中的自己，檢查自己與 *Melati* 之間的差別：體態、動作在空間與時間上的準確性、美感，想辦法讓自己更接近那個舞蹈狀態，越接近，身體也越流暢。當一些動作熟悉到成了自然反應，模仿流動的某些片刻被身體記住了，我就試著經由自身身體感進行自我修正（後來是被迫，因為無法透過鏡子對照學習）。有一些時刻我可以稍稍把眼神壓低，把關注力從老師轉移回到自己身上：我的框架端正嗎？我蹲得夠低嗎？我的雙肩放鬆了嗎？我的手有放在正確的高度嗎？這不正是 *Melati* 說的：用身體而不是用眼睛記住。正當我有點雀躍對自身身體掌控權又多了一點，也慢慢開始意識到音樂的存在之際，甘美朗音樂與身體的結合又讓我看見另一座高峰。

四、時間上的迷惘：聽不見甘美朗中的鑼響，控制不穩極度慢速的流動

從基礎的 *Sari Kusuma* 到後來進階的 *Srimpi Pandelori*，Melati 很少數拍，也沒有強調哪一步踩在哪一個明確的音點或拍點上（但後來他的教學方式有改變），只說到甘美朗 *gamelan*²⁴ 的音樂結構從大鑼響（gong 聲）的第八拍數起，以 gong 1234567 為一個單位。因為一直處於同步模仿跟隨，聚焦在自身與老師動作之間的差距修正，在開始的學習階段，音樂是被我忽略的。直到自己試著把意念轉回自身執行動作時，意念開始被音樂迷惑，我需要時間的框架來調整身體的速度，但爪哇甘美朗此起彼落的打擊聲加上不時出現的吟唱，使我在茫茫大海中聽不見鑼響，更完全無法辨識 81234567 的結構，心中試著找原本習慣性 12345678 的數拍法也失敗，像是瞬間失去了聽覺中的節奏感。只能很心虛的、不確定的執行原本以為被身體接受的框架與流動，殊不知，脫離了甘美朗，那些動作像是瞬間失去了支撐，虛無飄渺，無法展現。

原來用聽覺辨識時間框架比用身體執行空間框架對我來說更是挑戰，在全心模仿老師肢體的同時，我並沒有利用聽覺來當作身體流動的依歸，但當自身意念開始能夠從老師轉移部份來到自己身上，音樂突然在耳邊響起，但竟成了身體流動的阻力！那是我前所未經歷，一種聽覺與身體錯置的經驗。之前世界民俗舞蹈學習中，總能輕易能讓舞步踩在主旋律的拍點上，音樂是身體執行舞蹈的重要依歸，舞步與音樂的合一也是美感呈現於觀者與體現於舞者的主幹，但此時此刻，音樂對我來說有如地景雜音，無規律的、層次不明的、混沌的。

甘美朗音樂結構非主次相襯，而是接近多重平等交織。爪哇的甘美朗聲音是不同質感的打擊聲響堆疊而成，不同的樂器有不同的固定節奏（打在 8、4、或 8、2、4、6、或 1、3、5、7、或 81234567……拍上等），當我無法辨識音樂結構與音響時，找不到數拍子的基準，在身體早已失控的當下，聽覺偵測到的就更是一團亂響。練習方法只能一聽再聽，試著找到偶爾出現的可辨識點：一段曲調、特殊鼓點、大鑼聲。課堂中坐



圖 11：爪哇甘美朗演奏（麥菁菁拍攝）

²⁴ *gamelan* 是印度尼西亞一種民族音樂形式，亦成為印尼的宮廷和宗教音樂。主要的樂器有銅片琴類、木琴類、鼓、鑼、竹笛、撥弦及拉弦樂器，有些曲目亦可以加上演唱者。甘美朗是整隊組合的名稱。

下來觀看同學跳舞時，比能較專心的聽到音樂，去找到其中可辨識的部分，偶爾能數出幾小節的拍點、或區辨幾句歌詞、或特殊樂器的聲響，以之作為我身體動作的依據，但下一個問題又出現：從大鑼響起到大鑼再度響起（或從第一個辨識點到第二個辨識點），我如何將重心只是從右腳移到左腳？將路徑等速分配或變速分配？能數拍嗎？每一拍要移動多少角度？每一次跳會不會都不同？

除了固定的身體造型，造型之間流動的體態大大決定了舞動的質感與美感，舞者可以用音樂的時間感來掌控流動。當舞蹈速度非常慢，得花上 8 拍來完成一個重心轉換，身體的流動就不能只靠音樂，而是靠個人身體感的決定。所以每一位同學、每一次練習，路徑和配速都有變動，然產生不同的結果。**Melati** 說，初學者如此，大師毅然，在甘美朗限制的格律內，有一種流動的自由，很個人性所以很挑戰，每個人每一次跳出來的結果都不同，所以沒有標準答案、沒有所謂的最好。即使是資深舞者甚至大師，也只能一直朝更美更優雅邁進，那是一段無止盡的歷程。（麥菁菁 田野筆記 2020 年 9 月 16 日）

Melati 又提及，對印尼人來說，學宮廷舞跟臺灣人一樣困難。在甘美朗的音樂場域中像盲了般、聾了般，**gong** 在哪裡？該往何處去？找不到身體遵循的線索，非常困擾。然就只有朝不斷練習，不斷組合身體與音樂邁進，如果能去學習甘美朗，掌握其基本音樂架構更是王道。至於音樂舞蹈誰先誰後，**Melati** 覺得這是雞生蛋、蛋生雞的問題。他說當今在爪哇學習傳統是兩者同步，但音樂系的多一些音樂結構的研究；舞蹈系則多一些身體。如何創作？如何感受身體？如何樂舞合一？都是大家共同關心的。他也感佩他的老師 **Sutiyah** 女士，集舞者、舞蹈音樂老師、編舞家和作曲家於一身。（田野筆記 20201122）此外，當代爪哇日惹幾位資深宮廷編舞家與舞蹈老師如 **Romo Sasminto** 先生、**Suharti** 女士都是甘美朗的作曲家，亦是宮廷文化的全面性專家，例如 **Suharti** 女士還會自己染 *jarik*，同時把自己的名字設計融入規定的圖案中（鄭尹真 2021 年 4 月 22 日）。

五、身體觸感察覺的再提昇：與 *sampur* 之間的一再對話；和 *jarik* 與地板所造成的反作用力磨合

爪哇宮廷舞蹈中有一個非常重要的道具：*sampur*。那是一條長巾，綁在腰際正中，再自腰部垂墜到地板。隨著舞者的走動或者操作，*sampur* 會被結合入舞蹈中。日惹宮廷舞的空間結構趨於二維平面，*sampur*²⁵的使用，產生了與身體之間關係上的變化，創造了身體的角度、線條、三維空間，除了多元的視覺效果，也能設計出更有變化的移動方式；其可柔可剛，能增加 *srimpi* 中女性的婉約，也是史詩戲劇 *Ramayana* 中魔王 *Ravana* 的武器²⁶。

（麥菁菁 田野筆記 2020 年 11 月 12 日）



圖 12：右手 *Nyangkol sampur*、左手 *Ngithing/nyekithing sampur*（Anastasia Melati 示範；麥菁菁拍攝）

先固定在腰際正中，再經由舞者手指、手腕、手肘控制，*sampur* 以不同的方式被挑入、撥出、固定。手勢常隱身在 *sampur* 之下，但樣態與能量會經由 *sampur* 表現出來，所以馬虎不得。譬如 *Ngruji*（朝前立掌）會撐穩 *sampur*，使其緊繃固定在手肘，才能做好用 *sampur* 撐住肘、包住朝前立掌的 *Nyangkol sampur* 基本練習。*Ngithing/nyekithing*（拇指中指輕扣，握虛拳）是手持 *sampur* 的基本手姿，也是撥離 *sampur* 後在空中形成的手勢。若將 *sampur* 自腰際撥開拉向左右兩側、並拉住其左右尾端使其垂懸展開（*Kebyok sampur*），就必須以手勢 *Ngithing/nyekithing* 拉住；若將 *sampur* 從中間內側撥向左右使其離開身體然後自然墜落（*Seblak sampur*），*Ngithing/nyekithing* 手勢必須在 *sampur* 飄離之際，在身體左右兩側巧然定位。最後還有 *Ukel*（向內轉腕至立掌過程的練習），它決定了 *sampur* 被挑動的質感。*Kebyak*

sampur 是將 *sampur* 拉至胸前，以手腕帶動將其向內掬或向外攤，*sampur* 下的內轉腕或外轉腕會影響 *sampur* 拋動的時間與空間感，*sampur* 下的手勢運作決定其外顯質感呈現。

Sampur 繃緊與開展，制約了身體也被身體制約。其成為靜態身體造型的一部份，在身體矩形框架中做了一道曲線的點綴，也引導身體產生了更多可能的造型。*sampur* 的拋出與墜落是非畫一、軟性的呈現。每位舞者將其拋出的手勢、力勢，角度皆有差異，造成

²⁵ *sampur* 的圖案各地不同，相較於日惹，梭羅的 *sampur* 質地比較輕，花色也比較多彩。有些專屬宮廷的圖紋樣式，無法在民間買到。

²⁶ *Rāmāyaṇa*，即《羅摩衍那》，與《摩訶婆羅多》同為印度兩大史詩，常見於印尼的戲劇與舞劇當中。*Ravana* 為其中的反派腳色。

sampur 在空中停留的型態與歷時不同，在極度控制的舞蹈中，這種此起彼落成了一種動態的點綴。另外 *sampur* 也能由柔轉剛，象徵轉化成為戰鬥時攻擊對方的短劍 (*kris*)。

在一開始的學習中，拎著 *sampur* 跟著老師比劃，只覺得這個道具在混亂中的學習中帶給我更多的混亂。總是來不及拿在對的位置；做 *Kebyok sampur* 時，總是揉成一束，無法展開呈垂墜的扇形；做 *Nyangkol sampur* 時，掌與肘常無法將 *sampur* 撐好。因為身體與音樂所帶來的巨大挑戰讓我一直沒有餘力在 *sampur* 的控制練習上精進，上述問題也就先行擱置。

一直到小白宮演出前幾周的某一天，我在東大宿舍裡自行看影帶練習 *Sari Kusuma*，原本習慣跟著影片中的老師跳，就像在教室中跟著 *Melati* 跳一般，但因為要演出，我必須強迫自己記住大部分的動作。就在舞蹈進行到一個我必須將 *sampur* 及時拉到定位並開展、而總是執行失敗的那個瞬間，可能因為對動作的熟悉度足夠，我的視覺離開了影片中的示範，感覺回到了手與 *sampur* 之間，第一次發現原來這布料有如此的觸感與重量！此時思緒不是看老師把它拉到甚麼位置、展開呈甚麼形狀，而是用手指去感受那個布料表面粗細與摺痕，沿著腰際綁結所生的皺褶，拇指與中指將 *sampur* 一路向左方扣拉到外側末端，然扇形自然垂墜，而且時間非常充裕！我又連續試了幾次，發現只要用觸覺而非視覺去完成著個動作，一切就能從容不迫，只要記住那個沿著皺褶某角度滑出的觸感，照此執行，就會從容到位。但如果一直盯著別人，跟隨他拿 *sampur* 的動作，或者用自己的認知告訴自己用拇指中指儘快拉出一道扇形，結果多令人沮喪。意念放在感覺 *sampur* 的質地與狀態竟然可以發揮如此大的效用！重點不在看起來怎麼樣，而在摸起來怎麼樣，觸感對了，動作就對了！

接下來，我與 *sampur* 之間的關係有了改變，大部分的時候我自覺自己掌握住了對方，也覺得拎住它、拋開它、甚至讓它自然垂落於足前擋住前行路徑—之前被視為阻礙的一切—都會讓自己的舞蹈增色；或者說我已經不在意是不是一定要拿在「老師拿的那個位置」，而是直接用手觸覺去找到最適合我身體的位置。後經老師與錄影帶的驗證無誤，我就決定就讓手指而非眼睛或認知去跟 *sampur* 對話，就讓它成為我身體的延伸。

除了 *sampur*，*jarik* 也是宮廷舞者練習或演出時必要的著裝。我們用的 *jarik* 是一塊能包裹住人下半身的布，其上蠟染 *batik*²⁷的圖案是專屬於皇室的 *parang barong*（彎刀²⁸），此圖案的樣式與顏色在日惹與梭羅的宮廷中具有嚴格的規定與階序性。彎刀圖案本是屬於國王的，宮廷中其他人、宮廷舞者或學生要使用，都有彎刀圖案長度與彎曲度的規定。除了圖紋規定，*jarik* 的穿戴也規定嚴格。

²⁷ 傳統 *jarik* 為蠟染，雙面呈色都清晰；現今也買得到印染 *jarik*，只有單面印，背面呈色模糊。

²⁸ <https://peponina.wordpress.com/2017/01/07/batik-parang/image-15/> 日惹蠟染布中的禁忌設計。

先將布貼身圍裹住人，調整到布的外尾端必須在人的左側，在尾端摺出三折作為裝飾，還要確定裝飾完成後其尾端長度必須過膝，調整好後以細繩將 *jarik* 固定於腰間，再檢查包裹程度是否夠密實，內層布不能過長露出，長度規定是完裝後必須覆蓋至腳踝以下。因為彎刀圖樣為斜紋，必須確定它的方位是從舞者的右腰斜下至左腳—這個方位是宮廷專屬，如果跳的是民間舞蹈，斜紋的方向就必須反過來。此外，若彎刀圖案上若有鳥的造型，必須要確定鳥圖樣置於人身體正中且羽毛朝上（田野筆記 2020 年 10 月 4 日）。只要穿上 *jarik*，無論是一般練習還是演出，*Melati* 都會強烈要求上述規定與細節，大家往往會因著裝而耗費了不少時間。有一回，因為買來整批印染的 *jarik* 上的圖案印反了，為了確保彎刀斜紋和羽毛的方位正確，即使單面印染造成反面色澤黯淡不清，也被要求將 *jarik* 反過來穿。



圖 13： *jarik* 著裝，圖為印有 *parang barong* 與鳥圖案的蠟染布（張婉昭(左)、周佩蓉(右)示範；麥菁菁拍攝）

大費工夫著裝完成，接下來就是體驗 *jarik* 所帶來的束縛感。站著不動就已經被緊緊包住，更何況要在這個金箍咒中蹲、跪、坐……完成所有動作。尤其是森霸禮中從站到蹲、蹲到跪、跪到盤坐；再從盤坐到跪、跪到蹲、蹲到站，臀部和大腿與 *jarik* 之間的作用力與反作用力達到了極致，我也充分感受到布的觸感與壓迫。每一個動作，*jarik* 都給予了極大的阻力，似乎提醒舞者既有的限制與規定，也強迫舞者必須在這個限制內極力的施展開來，完成動作而且不能跌倒、不失優雅。但也因為這個限制，大家的動作被侷限在一個範圍內，不會有太誇張或太自我的表現出現，每個人專注的讓自身在 *jarik* 的束縛中經歷對抗、完成動作。



圖 14：穿著 *jarik* 坐下的過程（Anastasia Melat 示範；麥菁菁拍攝）

上半身與 *sampur* 周旋、下半身與 *jarik* 對抗，還有那一隻一直利用重力碰觸地板的腳，不斷的在對外探索。在傳統爪哇宮廷舞中（女性）沒有雙腳同時離地的動作，連單腳離地也幾乎都發生在很短的瞬間，所以身體與地板的關係親密，多為接近地表順著重力方向的流動。因為慢、因為身體矩形框架的維持、身體的重量常常會完全放置在單腳且持續一段時間，表面看似無流動，但為了穩住腳所承受的力量、平衡重心偏移的身體，舞者必須大量運用

肌力。此時腳與地板的接觸方式成了關鍵。與地板接觸的部分是全腳掌、前腳掌、後腳跟、腳趾、腳板外側或內側？接觸的面積、時間、力勢、軌跡？以上因素都決定了重量的分布與轉移，也影響了整體所呈現的樣貌。

有一個動作轉換是雙腳曲膝，左腳全腳掌著地（腳趾保持離地上揚），右腳從左腳斜前方移置左腳腳跟後方。先是用右腳板外側腳刀在地板上壓出一道向左腳跟滑去的弧線，然後再將右腳趾點於左腳跟後（*Gejug/gedrug*）。整個過程重量多放在左腳，但右腳動態的分擔了一些重量，從腳掌到腳外側、再到腳趾，造成整個身體重量感一直在改變。若是省略了腳刀在地板上的弧線軌跡，直接將右腳抬離地面點置左腳跟後方，身體就無法持續改變它的重量感，而是呈現瞬間的重量改變。這個動作一開始也是跟著 **Melati** 比劃，常常忘記要將右腳腳刀深深烙印在地板，甚至就直接將右腳趾點在左腳跟後方。後來有餘力去認真地完成右腳腳刀烙印的弧線軌跡，發現力道越深、力勢越強、地板給反作用力越大，地板支撐人體的穩定度就越大。這種穩定讓重量的動態轉移呈現持續流動而非間接跳躍。所以當我感受到地板在我右腳側清清楚楚的被畫過，流動保持不間斷，身體也就更接近了那個「整」。

Sampur、*jarik*、地板，身體用觸覺向他們探索，他們也回饋給身體訊息：支撐、包覆、結構。在重重框架下的無間斷流動就是宮廷舞蹈給我的功課。這樣的限制用觸覺去找到界線，卻也利用這些界線來幫助自己在框架內精進自身流動的能力。



圖 15：Gejug/gedrug 腳部動作路徑（Anastasia Melat 示範；麥菁菁拍攝）

六、一人空間的體察：疫情期間的線上教室

2021 年 5 月，新冠肺炎疫情趨緊，社交活動大多停擺之際，彥希與在法國的婉昭相約線上練習 *Srimpi Pandelori*。隨後，我、尹真、佩蓉一起加入，自 5 月 30 日到 7 月 31 日（前兩周是每天，接下來是一周 1-2 次），透過一起跳舞、相互觀摩、討論，同時不同空，進行各自又相互連結的身體探索。

一個人的舞蹈空間中，只有「自己」與身體、音樂、*sampur* 對話，驚覺原來自以為「會跳」的動作，獨自一人就「不會」了。代表原先身體的流動是建立在模仿、體察別人之上，並沒有內化到身體或「被記住」。線上練習前兩週，看錄影帶同步的天天練習，讓每個人的身體都找回部分記憶，失憶之處就先忽略。下一階段就強行「認知建構」，婉昭帶領大家把每個人不清楚的舞段分解、重複練習、討論。學舞初期無法「被建構的記憶」，在大家都有了一定程度身體技術的當下，愈來愈多的動作，終於能被記住了。我說：「我知道問題在哪裡了！就是需要每天持續不斷的練習，身體才會記住啦！」彥希說：「之前在工作煩躁不安的狀態下，每次都要沉澱好久還無法進入狀態！現在（疫情間）容易多了（麥菁菁田野筆記 2021 年 6 月 3 日）」

經由每個小舞段的一再分析與執行，讓大家都回歸到了對自身主體感知的再度探索：呼吸、重心、頭的空間、軀幹的空間、四肢的空間、還能再更鬆的空間……被一再地察覺與討論。婉昭說「想像身體後面有一個很大的空間，肩就鬆了，背也沉了（麥菁菁 田野筆記 2021 年 6 月 8 日）」。有一天，森霸禮儀式中，我發現下巴能夠自然帶動頭轉動—之前從未做到，也不知怎麼就做到了！根據婉昭的觀察「因為我頸部放鬆了」。接下來的另一天，我做到「只動前臂，其餘全部安靜」，發現這樣的狀態下，*sampur* 就有足夠的時間被拉到位。走路時重心的轉換細節、身體如何藉由呼吸與鬆跨下沉更低、不同段落意識的出現與消失、如何將 *sampur* 操作得更流暢……等，這些在課堂裡或準備演出過程中，無法被細緻的關照與討論，透過「一個人」，更多的喚醒了我的身體。

「發現慢的動作比我想得快，快的動作比我想得慢」佩蓉說；「我在等，等音樂越來越靠近自己」尹真說（麥菁菁 田野筆記 2021 年 6 月 8 日）。對我來說最大的障礙也是與音樂的結合，雖然有多次演出經驗，在一個人的空間中，我才發現，在甘美朗的迷宮中，原來我完全是靠別人領路。此時此刻只能靠自己聽，獨自辨識音樂的層層疊疊，然總是失敗。連續 10 天，天天聽、天天跳……不知何故，我開始接下來為期 2 週的失眠。每天一闔眼，*Srimpi Pandelori* 的音樂就響起，沒有影像，我也不會隨之思考舞步，任由音樂撥放一整晚。苦於失眠，卻樂得逐漸熟悉音樂。有一天，突然之間，聽懂提點舞者 *keprak*²⁹

²⁹ *Keprak* 為一種由矩形木塊製成的敲擊樂器，其內部挖空、頂部鑿出的狹縫。表演者使用錘形木槌敲擊木塊的一側，產生乾爽、清晰、穿透力強的聲音。用於強調舞蹈動作的執行或轉換。摘錄自網路資源 https://vetter.sites.grinnell.edu/gamelan/keprak/?fbclid=IwAR0nEbX5XHNyl5nNLXQgBvTcUlg5TM-1FWcf4nrRjcmjy_BA8yqyk

的音響，開始對旋律、鑼響、各種樂器的行進路線，比較能夠辨識，正如婉昭所言：*keprak* 像是逗點或句點，帶動朗讀中短句、長句、高亢、低沉，像是旋律底下的脈搏（田野筆記 2021 年 7 月 17 日）。雖然還是無法精辨甘美朗的結構，但我終於可以靠自己，在甘美朗的音樂架構中跳舞了。找到音符這片地板，我踏實了聲響，不再虛無中飄盪。一切就發生在這兩個月的「瞬間」。不得不感謝疫情創造出的個人時空，讓這群夥伴能凸顯各自主體，相互觀摩與砥礪之後，之前做不到的，今得以堆疊成形，每個人皆有新突破！

當大家慢慢靠自己跳完 20 分鐘 *Srimpi Pandhelori*，討論到：能量如何能在空間中持續更久？

keprak 是脈搏，一直在跳動，要相信、等待它的出現；將 *sumper* 撥出後，像是塵揚塵落，自己的身體也就跟著輕輕沉落；劍刺出後，手腕可以先停滯一段時間，想像劍的前端產生了爆炸，然後煙霧漸褪……能量持續向前延伸……（張婉昭 2021 年 7 月 17 日線上）

「還是要回到現場，」彥希說「去感受人」。他提及即使能在獨自完成，當與影片中的老師同步跳，感受還是更敏銳。所以要能量飽滿、動作乾淨、又要鬆，還是需要回到能感應到真人能量的現場（田野筆記 2021 年 6 月 26 日；2021 年 7 月 17 日）。經歷了獨立空間中的個人奮鬥，大家也都感受到了「面對面」之不可取代性，共同期待著有一天能結伴親臨宮廷現場學習。

七、小結：多感交織、時空再造之探索開始

爪哇日惹宮廷舞近一年半的學習，讓我經歷了視覺、聽覺、觸覺、身體空間感與時間感的全新體驗。從面臨無法分解舞蹈中的「整」所遭遇到的挫折，到對身體框架限制的不適應與調整；甘美朗帶來的聽覺錯亂，到對「慢」與「無法計時數拍」的不安全感；與 *sampur*、*jarik*、地板之間模糊漸趨清楚的觸覺感應。再者，在這漫長而艱難的建構過程中，我必須不斷的去觀摩他人、體會他人、配合他人。雖然一再的挫敗、混沌、不知所措，還是能感受到身體中的流動愈加順暢，心情漸趨平穩、對老師與同學信任日增。更令人期待的是，從這多感交織、時空再造的身體經驗裡，隱藏著爪哇日惹宮廷中怎樣的時空觀？怎樣的文化面貌？怎樣的人際互動？接下來，我將站在觀察者的角度，觀看舞與舞者，分享報導人們的所見所想。

第四章 爪哇宮廷舞經驗在臺灣：學、教、觀

從他者、我者；從課堂中學生的角度、老師的角度；從劇場中舞者的視野、觀眾的視野、後臺的視野；從自身舞蹈中的角色、生活中的角色。我透過形形色色的面向來看在臺灣，學習者、教育者、觀察者們如何貼近或詮釋爪哇宮廷舞的外顯與內在。

佩蓉的一句「它讓我變慢了」引發了我的好奇，也是促成我走上這條探究之路的主要原因之一。受訪者中，佩蓉與如淵經由我的介紹進入工作坊，跟婉昭（工作坊召集人）、彥希、欣瑜都是工作坊初期的學生。透過彥希，認識了返臺不久的美伎；透過中研院演出系列練習準備過程，結識了尹真、佑貞、亦修與 Indri；間接又約到亦修臺大的同學：蘊嫻與筱筑，以及佑貞北藝大的同事雅嵐。玟玟與賢明則是親臨現場觀舞的好友。

美伎、彥希、雅嵐、尹貞，前後期在江之翠劇場³⁰學習與演出，也都有過爪哇宮廷舞蹈的學習經驗。2004 年，美伎隻身赴梭羅同 Ibu Rusini 學習宮廷舞蹈，又於 2006 年，透過於北藝大舞蹈系任教的 Sal Murgiyanto（以下簡稱 Sal）老師³¹，自費前往梭羅藝術大學 Indonesian Institute of the Arts, Surakarta 舞蹈系就讀，成為印尼第一位臺灣留學生。2007 年，江之翠劇場得到亞洲文化協會 ACC（Asian Cultural Council）的贊助，亦經由 Sal 老師安排，雅嵐同團長周逸昌與數位團員，赴爪哇日惹與梭羅學習宮廷舞，結識許多在地藝術家。後來雅嵐也多次與爪哇、巴里島的舞蹈音樂大師合作與交流。2008 年，江之翠邀請到 Siti Sutiya Sasmitadipura³²（以下簡稱 Sutiya）女士來臺教授日惹宮廷舞蹈³³，展開了為期近一個月、一周五天的密集訓練課程，雅嵐與彥希皆參與其中。2016 年，尹真與周逸昌得到亞洲文化協會的贊助，赴日惹進行為期 4 個月的宮廷樂舞學習，期間周逸昌

³⁰ 江之翠劇場創立於 1993 年。旨為建立起一套屬於東方人身體的訓練方式，導入「南管」和「梨園戲」作為演員訓練的主要內涵。創團團長周逸昌先生，2016 年於印尼求藝途中驟然離世，現由資深團員陳佳雯及魏美慧在 2017 年於臺北市重新立案，並擔任正副團長一職。摘錄自 https://www.facebook.com/gangatsui/about/?ref=page_internal

³¹ 薩爾穆吉揚托（Sal Murgiyanto）受傳統爪哇舞蹈訓練出身的印尼舞蹈家，與名舞團 Sendratari Ramayana Prambanan，及 Sardono Dance Theatre 有共同演出經驗。1974 年後從舞者身分轉往編舞教學與藝文活動策劃。他自 1992 年創立印尼舞蹈節（Indonesian Dance Festival in Jakarta）並任藝術籌委至今，同時為印尼表演藝術協會（MSPI Society for the Indonesian Performing Arts）委員會成員，並於印尼世界舞蹈聯盟（WDA Indonesia）擔任指導。Sal 於 1993 年受林懷民之邀前來藝術學院大任教，2012 年自北藝大退休並於該年出版了 *Bridging the Gap through Dance: Taiwan and Indonesia* 一書。在北藝大任教的歲月裡（後來 Sal 的太太，Endang Nrangwesti 也赴臺於北藝大舞蹈系任教），Sal 一再串起了印尼傳統舞蹈與臺灣舞蹈之間的交流，也透過各種管道，幫助臺灣師生赴印學習，讓爪哇與巴里島舞蹈在臺灣發芽、成長。（摘錄自 <http://admin.video.tnua.edu.tw/media/show/id/468>）

³² Siti Sutiya Sasmitadipura，印尼傳統舞蹈音樂家，也是 Anastasia Melati 碩士修業的指導教授。Siti Sutiya 以總監的身分持續發揚他過世的先生所創辦的 Yayasan Pamulangan Beksa Sasmita Mardawa（YPBSM），持續創作新的作品並在古典的舞蹈中加入新的編舞及舞蹈戲劇。在他的藝術指導之下，YPBSM 獲得 2005 年爪哇藝術節（Way Wong Festival）的最佳演出。此外，他亦主導許多基金會中教育和表演的活動，同時也是表演藝術高中（SMKI Yogyakarta）舞蹈系的教師。Siti Sutiya 女士自身在舞蹈學校（今日的 SMKI）、舞蹈學院（今日的 ASTI/ISI）和印尼藝術學院接受過正統的訓練。他曾兩次赴美作國際性的指導，也同時是國際代表團在 Yogyakarta 學習傳統 Javanese 舞蹈的首席指導。摘錄自 http://blog.sina.com.cn/s/blog_48e2c0a70100aght.html

³³ 課程資訊參考 http://blog.sina.com.cn/s/blog_48e2c0a70100aght.html

於日惹因病過世，尹真則將學習計畫完成。亦是透過 Sal 幫忙，佑貞多次進出日惹梭囉，結識了多位爪哇宮廷藝術老師，歷經十年田野與文獻交錯的學術生涯，他於 2018 年取得了北藝大戲劇所博士學位，並於 2019 年出版《印尼宮廷儀式舞蹈貝多優及其身體行動方法》一書，之後才開啟了臺灣的習舞之路。亦修是臺大音樂學研究所的博士生，2019 年下半年，與蘊嫻、筱筑因參加 Melati 與王櫻芬老師在臺大學音樂學研究所合開的 Central Javanese Music and Dance 課程，而與中爪哇宮廷舞結緣。

Anastasia Melati 是日惹 Pura Paku Alaman 的宮廷舞者，也是 Sutiyah 的學生，先後與佑貞與尹真在爪哇結識並給予各方面的協助與支持。Melati 於 2017 年來到臺灣，攻讀臺北藝術大學舞蹈研究博士班，並於當年應尹貞之邀，於窮劇場開辦了印尼舞蹈工作坊。2018 年 11 月開始，婉昭亦邀請 Melati 指導，持續開辦中爪哇舞蹈工作坊。2019 年 7-8 月，Melati 在燦爛時光東南亞主題書店（Brilliant Time bookstore）辦理宮廷舞工作坊，主要招收對象為在台印尼移工（佩蓉全程參與）。2019 年下半年，Melati 與王櫻芬老師在臺灣大學音樂學研究所聯合開設一個學期 Central Javanese Music and Dance 課程（佩蓉亦全程旁聽）。2020 年 1 月新冠疫情爆發，以上課程嘎然而止。

有幸訪問到中爪哇宮廷舞蹈在臺灣發展的脈絡中，前、中、後期的參與者；訪談過程中，讓我明白，我記錄下的不只是大家「參與的過程與心得」而已，其中蘊含著、甚至創造出許多人生故事。以下分為三個部份記錄與談者所觀所感：從學舞、教舞到觀舞。

一、學

從第一堂課開始，同學們都各自經歷了對自己身體各部位相互之間的覺察失調、操作失控、在甘美朗音階中聽覺迷失、在十分緩滿冗長的舞蹈進程中分神－即使不斷的提醒自己要專注！在臺北，在小小的教室中，配著電腦撥放出不清不清楚的甘美朗音樂，一種脫離爪哇時空的狀態，大家還是深深地被震撼，同時心生懷疑：中爪哇宮廷舞這樣的樣態是在追求怎樣的一種美？怎樣的一種人的狀態？這樣的文化藝術透露出該社會怎樣的一種思維？受訪者分別花了半年到兩年半、甚至超過十年的時間，透過自己的身體來認識中爪哇宮廷從精緻藝術，到人格品德養成，再擴展到追求社會和諧的面向；也從一連串的挫折與突破，經由不同角度反照到了自身。經由舞蹈，在開始認識這個新文化的同時，多數同學也都同步經歷了探索自己的過程－用身體看世界、看自己。

（一）經歷一段放慢自己的儀式－周佩蓉

「學習這個舞蹈，讓我發現先前我對自己身體的認知是零！」佩蓉說。佩蓉是藝研堂有限公司的負責人，為藝術專案管理工作者。自 2020 年 9 月起，擔任大稻埕創意街區發展協會理事長至今。忙碌又講求效率的他在臺北大稻埕的百年軒社學習北管多年，跟陣頭

出巡的經驗不少，卻是一位舞蹈素人。2018 年 11 月佩蓉從婉昭開設的第一個工作坊的第一堂課就加入了。

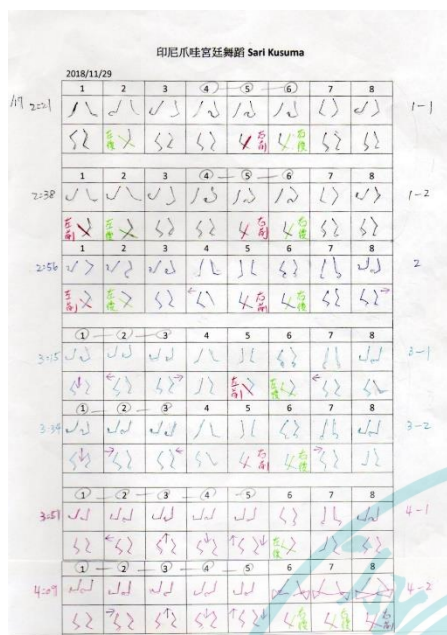


圖 16：佩蓉自創舞譜手稿：上欄為手部動作；下欄為腳部動作（周佩蓉拍攝）

他提到在前半年的學習，手腳不協調的狀況從未間斷，腦袋與身體一直在雲霧中打轉。後來他試著用自己的方法畫出舞譜，將每一段動作的時間暫時凝固，靜下來端倪手腳移動與配合的邏輯變化，心中才比較不害怕，才能從無影無蹤中走出來。「心情比較穩定後，才能去感覺到身體，才敢繼續跳。學會怎樣慢，流動反而變順暢了。」雖然中爪哇宮廷舞的學習有別於之前所有的學習經驗，佩蓉還是從之前北管與北印度塔布拉鼓的學習經驗延伸，去找到這項技藝中模組化的規則。找到了規則，穩定了情緒，再回到身體練習，也就更能放鬆：

之前一直是模仿，跟著老師，一樣的動作，他好鬆，我好費力！有些時候，譬如 ukel 壓腕轉腕動作，每個人、每次都跳得不一樣，花時間不一樣，手的位置移動不一樣。不知怎辦，就一直模仿，一直模仿，也不管像不像，一直到我找到屬於我自己的流動，找到自己的身體感，用自己的身體感來跳，流暢感就跑出來了！之前完全是跟著，現在有想法，有餘力能想到下一步應該要怎跳，發現原來下一步是可以思考的。然後這次 *Srimpi Pandhelori* 表演，發現下一步又可以不經思考了！起步前的那一刻，我的身體會隨音樂自動下沉。別人可能看不出，但我的身體有發生，所以我知道。之前沒有這麼明顯的「自動反應」，那些凝聚在我腦袋的東西，好像有一些內化了。（周佩蓉 2020 年 10 月 12 日）

佩蓉說他的思緒從沒有到有，再從有到沒有。身體從茫然到很緊，再從很緊慢慢學會放鬆，無論別人察覺與否，流動被自身感受到了！他發現自己透過舞蹈的外顯的動作來琢磨自己身體的流動與內在心情的起伏，使每天衝鋒陷陣的他，似乎能夠慢下來了。

我的工作要同時快速處理很多事。我能快不能慢，會快不會慢。如何停下來，去除雜念專注在當下，對我來說是要學習的。我經營公司，寫計畫，常需要當眾做簡報。之前因為性子急，限時 15 分鐘的簡報，我大概 12-13 分鐘就報告完畢！

不知道是否是因為受過宮廷舞蹈課程的訓練，現在的我比較能夠慢一點，也不需刻意，規定 15 分鐘我就差不多說 15 分鐘。

學舞之前，我習慣急著把事情快速解決，現在會偶爾停下來，與其追著每件事情跑，現在就等事情發生再看著辦！因為長期擔任管理高層，我不喜歡廢話，只有破壞沒有建設的不值得說、未成熟的不能說，反覆輾壓自己的情緒，思路百轉千迴，把身體搞得更加焦躁不安。學舞後比較能專注在當下，每次遇到緊張，想讓自己平靜下來時，我就回想到宮廷舞進場前那一刻的概念，沉靜下來，專注站好就好。（周佩蓉 2020 年 10 月 12 日）

有別於我一直放棄記住、放任自己的身體在迷失中前進，佩蓉有計畫地畫出舞譜、理性分析其自身身體的感受，循序找到自己與宮廷舞相融的方法。並透過這個舞蹈幫助自己從日常嚴謹中掙脫，或緩慢、或放鬆，蛻變成一個比較不緊張的人。當我回應佩蓉，分享我自己的身體也從鬆到緊、緊到鬆的一直在變化，明明跳出來的動作都一樣，角度也相同，但質感就是不一樣之際，佩蓉說：「我覺得這就是這舞蹈有趣的地方，可以跳一輩子（周佩蓉 2020 年 10 月 12 日）！」

（二）爪哇舞蹈經驗之再建構—張婉昭³⁴

在世界民俗舞蹈學習園地中，婉昭是我大學時代領頭的小老師，總跟著他學跟著他跳。後來他去美國進修、發展，2011 返臺。自 2016 年起，我參加了幾回他在臺灣主辦的印尼舞蹈的工作坊，見識到了有別於之前經驗的身體語彙；2018 年，婉昭邀請在北藝大博士班生，也是日惹 Paku Alaman 皇宮宮廷舞者 Anastasia Melati，開辦一系列爪哇宮廷舞課程。跟著 Melati，婉昭成為我的同學，亦是當年那個可以適時協助大家的小老師，讓我對婉昭有更多的認識，也從他身上，學習到從更多面向來察覺身體、體驗舞蹈。

婉昭從自己的美國求學與舞台經驗談起，說到如何從芭蕾發現自己身體的侷限、如何透過現代舞與太極提高了對身體的覺知、又如何從一個習慣跳中國舞的身體轉化成爪哇的樣態；跟著 Melati 上課之後，再如何在臺灣這個環境學習爪哇舞蹈、在設法幫助臺灣同學認識這個陌生的舞蹈文化的同時，進而去內觀自己。

³⁴ 張婉昭，獨立舞蹈工作者。舊金山州立大學舞蹈民族學學士及跨領域藝術學碩士畢。於 WestWave 舞蹈節與舊金山民族舞蹈節中開始展露頭角。曾任美國 Westwind 世界民俗表演團舞蹈總監、Ballet Afsaneh 中亞絲路古典舞團首席、Harsanari 西爪哇舞團領舞等，並曾入圍美國伊莎朵拉鄧肯舞蹈獎（Izzies）傑出編舞。表演足跡遍佈多國，並於 2008 年在美成立婉昭舞蹈工作坊。自 1997 年在美期間，張即開始參與印尼舞蹈交流活動或與學術結合的演出，2011 返台後，在臺灣陸續開辦印尼舞蹈工作坊，邀請到 I Wayan Dibia 等印尼舞蹈家來到自己的舞蹈工作坊，陸續介紹了 Sumatra、Sunda、Central Java 和 Bali 的舞蹈。2015 至 2020 年間，張亦參與了多場民間中印交流活動或與學術結合的演出。2016 年接受 TVBS「臺灣是我家」節目採訪，後製成「張婉昭的印尼舞蹈尋根之旅節目」專輯。2020 隨夫婿赴法。

婉昭在分享自己美國舞蹈學習與表演的經驗中，先從「如何引領觀眾進入表演」出發，提到在舞台上，表演者如何讓自己先慢下來，進入一種情境，一種轉換的狀態；然後才有能力引領觀眾，才能用身體把句子一句一句說好說完整，然後引領觀眾的頻率與振幅調整成跟自己相同，去接收表演者想要傳遞的東西。「從調整呼吸開始，呼吸調好，心中的節奏就會穩定，才能開始。這不容易，台上台下這麼多年來，從即興、現代、民俗、到爪哇宮廷舞，它一直是我的功課（張婉昭 2020 年 9 月 17 日）」他說。他舉例 *Srimpi Pandhelori* 戰鬥橋段，舞者在進入戰鬥狀態之前是釋放訊息，即使是微弱到觀眾察覺不出的訊息，還是必須由舞者明確感受，明確傳達，才能帶領尚未自我察覺的觀眾進入，營造舞蹈整體感覺。婉昭又比喻 *Srimpi Pandhelori* 台上四位舞者是互通的四個瓶，不斷地發出嗡嗡聲，相互追隨調整到同頻共鳴時，震幅疊加，能量就增大。調整好了，才有能力感動觀眾。如果來了四個能量很強卻無法調成同頻的高手，反而會相互干擾！所以每位舞者的心態很重要，感受對方很重要，達到團體諧調很重要。

婉昭從舞者和觀眾的角度出發，去解釋從舞者本身、舞者之間、舞者與觀眾之間，身心的連結。當從舞台再拉回到日常學習，婉昭道來在美國舞台十來年的心路歷程，從如何透過芭蕾來認識自己的身體說起：

在美國，同學來自世界不同國家，每個人身體結構特徵不同。非裔舞者，臀部較翹，很難站得像西方舞者一樣直；我的骨筋緊，頸椎太直，不太能彎，無法含胸。當我了解自己身體的特性與極限，知道自己的短處和長處，才能找方法取代或繞道，也才有辦法放過自己。（張婉昭 2020 年 9 月 17 日）

在他美國的芭蕾課中，老師用不同方法調整每個人身體，試著讓芭蕾能幫助每個身體去做個別的控制與延伸，而不是達到唯一相同標準。婉昭很慶幸在美國舞蹈系的學習歷程中，身體沒有被要求達到標準化的呈現，這反而提供了自身體察的機會。在後來民俗舞蹈的職業表演生涯中，更凸顯了那種自我察覺之重要性。婉昭第一次學印尼舞蹈是也在美國，從西爪哇巽他地區的面具舞開始，再來是去支援巴里島舞蹈劇場，後來又跟中爪哇甘美朗合演。他提到那時跳印尼舞的舞者不多，舞者被不同團體借來借去，每一次合作對象都不同。而且所有訓練過程完全沒有芭蕾。

一開始我發現自己身為東方人的優勢，爪哇舞中手部的細膩動作對習慣中國舞蹈的我來說並不困難，但對西方人就要加倍努力才能克服。問題是我覺得自己似乎在跳中國民間舞而非爪哇舞，同樣是轉腕，手腕、指間的力度使用多寡很不同。又例如爪哇古典舞蹈身體一次只動特定部位，其他部位必須安靜（類似我們所跳

的 *Srimpi*)，而中國戲劇舞蹈，常常一個關節動會帶動全身。所以我必須改掉習慣，管住不能動的地方，讓該安靜的地方要安靜！我的舞團中有一位巴里島來的舞者，他很能單部位運動，很像皮影戲，但整體流暢與延伸性就不夠，跟我的特質與習慣完全相反！（張婉昭 2020 年 9 月 17 日）

改掉原有習慣，去詮釋「另一種東方美學」，婉昭說那時跟著東西爪哇與巴里島舞團跳舞並沒有遭遇太大的障礙。因為身邊一同工作的舞者多是印尼人且身體都被訓練得很好，跟著他們好像自然而然就能跳，壓力之下身體通常也很快也就直接進入表演的狀態。殊不知回到臺灣，*Melati* 工作坊的學習帶來了壓力。因為這一群同學大多沒有接受太多身體訓練，對爪哇舞更是一無所知。婉昭不但不能像在美國一樣依賴同伴所建構出的團體氛圍，還得扶持迷霧中的臺灣同伴，然而同伴之間的影响在宮廷舞中是那樣的強大。

回到臺灣，將近十年之後再度接觸印尼宮廷舞，心態上有很大的變化！最明顯的應該是動機：在美國單純是為了興趣或準備演出，回臺灣後必須主動尋找學習機會和協助推廣或教學；角色從學生或舞者，轉換成主辦者和助教。雖然對肢體動作自我要求一樣盡求嚴格，但前後角色的知性要求很不一樣；為了輔助教學和協助推廣，不僅腦袋得多裝點東西，還得努力消化成為溝通的橋樑……也或許因為沒有表演的壓力，多年後再次學習印尼宮廷舞，反而能安靜下來認真咀嚼動作、覺察自己的呼吸、重心、關節等等的身體變化，也有時間仔細地聽出音樂層次。我覺得在臺灣一起學習的同伴精彩極了！以前在美國一起練宮廷舞的夥伴大多來自印尼各地，每次練舞就像在聚會聯誼般，表演似乎是個藉口，練舞時間反而不多。再加上跟 *gamelan* 一起練習的時間很有限，大概合個二、三次就得上場，只得專注在演出，很難放鬆去體會和享受。

而在臺灣，其他精彩的活動這麼多，願意撥出時間來參加工作坊的學員都對這類舞型或文化非常有興趣。學員們不僅動機高、學習態度認真、更棒的是來自不同的學經歷領域(劇場、其他舞蹈類型的舞者、身心靈、文化工作者、學者、旅者...)、每次聽到大家分享自己的體驗，都像幫腦袋多開了好幾扇窗；而學員對老師的提問，也再再讓我驚奇和學到新東西。(張婉昭 2021)

婉昭說我們在舞境中迷路，他也在迷路，但身為工作坊的主持人，壓力讓他必須儘快找到出路！*Melati* 後來要求舞者要將自己跳的舞蹈錄影帶上傳給他看，之後再下指導語。這個方法似乎有效率地讓婉昭擺脫迷境！他認為單獨一個人，錄自己、重複練習，重複錄影的過程，可以完全聚焦在檢討改進自己。「透過身體，你想像自己的樣態可能不是你被

看見的樣態！透過錄影帶一直看自己，慢慢來拉近兩者之間的距離（張婉昭 2020 年 9 月 17 日）！」先前身體訓練的記憶、高度自覺地保有、一再自我檢視與練習、老師密集的指導、加上肩負著橋樑的角色……婉昭發現自己的注意力能從外觀（舞蹈動作外型）轉向內照，這種檢視來自臺灣同學學習過程中所產生的提問與回饋，也來自婉昭在教與學雙角色同時扮演的狀況下，覓得的路徑（張婉昭 2020；2021）。

（三）梭羅的全方位經驗，身心靈追求的前奏曲—林美伎

「生命必須靠親身身體經歷才能覺醒！」美伎說。2020 美伎在紐西蘭小島上的瑜珈中心，和一群人一起堆肥、種菜、種樹，透過大自然循環去感受利己與利他之間的關聯。「透過去做，從最簡單的事物中學習慢、專注、看見細節。」「爪哇舞是我追求身心靈的前奏，我看見神性、靈性在裡面。我一直是個很任性的人，但走進爪哇宮廷，我的個人自由概念被顛覆。」美伎說到自己的叛逆：高一輟學、高三進江之翠劇團³⁵學習現代戲劇及南管；在北藝大舞蹈藝術研討會聽了臺北藝術大學客座教授 Sal Murgiyanto³⁶老師介紹 *Bedhaya*（詳見第二章第一節）的演講之後非常震撼，覺得那就是他要的。2004 年，美伎自費隻身奔赴爪哇梭羅與 Ibu Rusini 學習宮廷舞蹈兩個月；2006 年，由 Sal Murgiyanto 教授擔任保證人，自費前往梭羅藝術大學 Indonesian Institute of the Arts Surakarta 專修舞蹈與音樂，除了舞蹈，兼學習爪哇甘美朗中 *gender*、*rebab*、*suling* 及 *kendang* 等樂器，為期兩年成了臺灣在印尼的第一位留學生。從一個自認叛逆的靈魂，到近些年逐漸投身於身心靈學習的道路，爪哇宮廷舞學習經驗，刺激他開始思考人與人之間階序次第的關係所造就的秩序與平靜。

……進到演藝亭 *pendapa*，人是不能站立的，所以必須蹲跪姿進去。就算國王沒坐在那裏也要當作他坐在那裏。梭羅人家中都有掛國王的照片，說到國王，皆是發自內心尊敬。皇宮中每一個人的言行都明確被規定：穿的衣服、講話的用語、舉止，要非常清楚按規矩來。在生活與課堂中，講爪哇話就是一種地位象徵，可以透過敬語判別正式與非正式的爪哇話，藉此再細分階級地位。到了皇宮就更能感受到那些細節，皇宮中的諸多禁忌其實有一種神聖性，尤其是非常保守與傳統的梭羅皇宮，我喜歡那種感覺。

演出前的森霸禮 *Sembahan* 是先跟自己、自己的神性、神、國王敬禮，結束時也要。每一個動作、每一個細節都是有原因、有規定的。每次每次，開始與結束一定要跟老師握手，非常重要！（林美伎 2020 年 11 月 13 日）

³⁵ 同 30（頁 51）。

³⁶ 同 31（頁 51）。



圖 17：梭羅 Mangkunegaran 皇宮及其演藝亭 *pendhapa*，圖片來源 https://www.google.com/search?q=Kraton+Mangkunegaran&tbn=isch&ved=2ahUKEwj20vXYjO31AhUMe5QKHxmgB-IQ2-cCegQIABAA&oq=Kraton+Mangkunegaran&gs_lcp=CgNpbWcQAzIECAAQEzoHCCMQ7wMQJ1CoH1ioH2D1KWgAcAB4AIABSyGbgWGAQEyMAEAOAEbqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&scient=img&ei=P84AYra3Moz20QT5wJ6QDg&bih=769&biw=1368&rlz=1C1RXQR_zh-TWTW957TW958#imgc=OomXA8V4Dmtl-M

除了在學校上課，美伎也定期到梭羅的 Mangkunegaran 皇宮練習：每周兩個下午，學生會在皇宮中的演藝亭外練習；周三早上因為開放遊客入宮，學生才會進到演藝亭內，著規定的 *jarik*（裙）和 *sampur*（腰巾），配合現場甘美朗，做半練習半表演呈現³⁷。他說爪哇人其實很活潑，平時在宮廷中，學生有時也會吵鬧，但在每年盛大祭典之前，舞者都要齋戒淨身，那時他們才會呈現安靜的狀態。宮廷活動中，所有參與者都要酌正式服裝，細節很多，馬虎不得。

「我必須在兩年內學會很多類型的舞蹈³⁸，所以就要求老師用解析動作、數拍子的方式來教我。但後來我覺得傳統、團體學習才是對的（林美伎 2020 年 11 月 13 日）」。就舞者養成方式，除了國際學生在舞蹈學校、宮廷、私人家教班一對一學習，當地一般人能否學習？如何學習？何謂傳統的學習？美伎說，民眾甚至小朋友會在開放練習時段跑到民間舞蹈學校去跳舞，就排排站，站在後面的跟著站在前面的跳，一遍一遍跟著，一周數次。老師或前排的資深舞者不會進行教學或講解的動作，但晚輩可以私下去跟前輩請教（在宮廷中亦是如此）。學校四周就是他們生活的場域：攤販、遛小孩的民眾、群聚聊天的民眾……學跳舞就是從生活中吵吵鬧鬧中慢慢進行。

現在可以透過民間學校學習舞蹈與文化意涵。最早沒有學校，所有人必須進到宮廷才能學習這些宮廷藝術，所有王室成員甚至從小就被要求要學習這些傳統

³⁷ 曼昆勒加蘭宮（Kraton Mangkunegaran）開放大眾入內學習，跟著老師或資深學生跳即可。梭羅市的另一個梭羅皇宮（Kraton Surakarta）通常禁止外人任意入內，那裏沒有國際學生，都是印尼人，要透過管道才能跟著老師上課。皇室成員會在內庭練舞，不會被看見（林美伎 2020 年 11 月 13 日）。

³⁸ 藝術大學中必修的舞蹈包含各種類型的腳色：*putri*（女性）、*putra*（男性）、*gagah*（比較陽剛的武生，包含面具舞蹈），還有全套化妝，通通要學。另外也可以選修不同地區的民俗舞蹈。一般印尼學生修業年限是 4 年，學習的舞蹈類型與數量有一定的順序規定；但國際學生修業年限多為 2 年，獎學金只補助 1 年，可以超修或不按規定越級修課（林美伎 2020 年 11 月 13 日）。

藝術。甘美朗中的吟唱皆是古爪哇語、皮影戲說唱也是用古爪哇語，所以學印尼話不夠，還要學爪哇話。(林美伎 2020 年 11 月 13 日)

那時美伎在梭羅每天不是跳舞就是看表演，爪哇曆有演出的規定，包含皮影戲、不同種類的戲劇、樂舞等，各種演出鑲嵌在曆法與生活之中。2004 到 2007 那幾年，梭羅的國際學生非常多，學習氛圍非常好，整個表演藝術環境非常蓬勃，能使人完全沉浸在那種生活狀態³⁹。

「最令人感動的還是那些八十歲以上的資深舞者，那種靈性典範在很老很老的舞者身上才可以強烈感受到(林美伎 2020 年 11 月 13 日)」。美伎自己覺得，從當時一般民間舞者、院校中的年輕舞者，甚至宮廷舞者們的身上，是看不見舞蹈的神聖性的，舞蹈哲學中的那個 *rasa*⁴⁰ (詳見第二章第一節) 並不隨時發生於日常之中，他說，要感受真的內涵，還是要到宮廷裡去，源頭在那裏，靈性與精神體現在結合了甘美朗、儀式、資深音樂家、舞蹈家、與歲月的宮廷藝術之中。

回溯自身的生命經驗，美伎也感念在江之翠那七年(1993-2000 年)，師從多位大師而得到了扎實的訓練，包含太極氣功與下盤的基本功。「這和爪哇宮廷舞技術一模一樣：一對一的訓練、著重走路、手勢、等基本動作」；「每天每天像修行一樣，都一直在練同一套功夫、持續在同一種狀態，身體被深深刻畫，不會忘記，然後會慢慢找到一種身體與精神的狀態(林美伎 2020 年 11 月 13 日)」。

(四) 與生活鑲嵌的藝術，發展出對爭戰與衝突的另類詮釋—鄭尹真⁴¹

2021 年 4 月 15 日晚上八時，我赴牯嶺街小劇場一樓實驗劇場觀看尹真演出改編自莎士比亞作品《李爾王》的獨腳戲《母親·李爾王》(*A Mother, King Lear*)。尹真一人分飾三角：父、女、母，介於親情、權力、人性慾望之間的糾葛交纏，由尹真一人穿梭詮釋。

「會不會人格分裂？」我問。「就是要靠自己游過去！」他說，「生活也就是這樣！剛進劇

³⁹ 美伎提及，當他 2018 年再回梭羅時，狀況改了，因為政府宗教政策的關係，去宮廷練舞除了 *jarik* 和 *sampur* 基本著裝，還必需包頭巾、要穿長版的 *kebaya* (馬來傳統服飾，胸前開襟的長衣)，規定變得非常多又保守，學習氛圍也沉寂了下來。

⁴⁰ 爪哇表演藝術理論中的 *rasa*，來自印度教的概念，指藝術呈現時表演者或觀眾所感受到一種超凡愉悅的精神狀態(蘇子中 2013)。

⁴¹ 鄭尹真，窮劇場聯合藝術總監，ACC 亞洲文化協會受獎人。受學于周逸昌先生，潛心摸索脫胎于傳統戲樂之身度、聲法、氣韻，以形體之整為始，養氣貫通，制意于一，建立以靜為本的表演美學。屢受邀至澳門、馬來西亞等地教學表演與聲音開發。高雄出生成長。自就讀國立政治大學新聞系期間，接觸當代劇場。2007 年，加入江之翠劇場，赴泉州習梨園科步、南管唱曲、二絃與鑼仔拍。2009 年，取得臺北藝術大學劇場藝術研究所表演組碩士學位(MFA)。2014 年，與多年創作夥伴高俊耀創立「窮劇場」，作品屢獲牯嶺街小劇場年度評審團大賞及台新藝術獎提名。2015 年，獲亞洲文化協會(Asian Cultural Council)獎助，赴印尼中爪哇、韓國首爾學習傳統樂舞。2017 年，受邀參與「松菸 Lab 實驗啟動計畫」，重新發表結合南管、聲響之作品《懶繡停針》。摘錄自 http://approachingtheatre.blogspot.com/2014/08/blog-post_5.html

場時，藝術創作跟生活是切分開、高於生活的；現在劇場就在生活中，是生活的一部份，面對但不用太在意它。就游過去！（鄭尹真 2021 年 4 月 22 日）」。

尹真於 2015 年申請到亞洲文化協會（Asian Cultural Council）資助，2016 年赴印尼日惹進行為期四個月宮廷舞蹈學習。跟著 Siti Sutiya Sasmitadipura⁴²女士、Theresia Suharti⁴³女士上課，期間他深感日惹的生活、文化學習、儀典展演之間的緊密相連：

我在日惹看見的樂師與舞者，從藝術出入生活是沒有界線的。生活就是要同時處理很多事，藝術工作也一樣，無論傳統或創作。在爪哇，就是平常心面對，做不好就慢慢處理，生活和藝術工作都一樣。Sutiya 女士說他過年時就是待在廚房中不斷地做東西給大家吃，因為很重要！名滿印尼的藝術家也不能脫離生活，這是在日惹深刻感受到的，希望能幫助我免於陷入藝術人自以為的抽離。

在日惹的時候，覺得大家好像沒有一定要怎樣，生活中沒啥要緊的事，大家就接受生活中發生的事情，人顯得很溫和。他們叫做：rubber time，時間是很有彈性很可以伸縮的，表定 7:30 的戲劇有時拖到 7:50 才開演。很多嬭嬭們晚上吃完飯就到聚集到 *pendapa* 上跳舞課。我最喜歡在 *pendapa* 上課的休息時間，可以跟老師或嬭嬭們聊天；小販會推車近來賣吃的東西；小孩要不就在一旁玩耍，要不就跟著跳，自然放鬆地跟著動，好像呼吸一樣。正式演出時，大家都不穿鞋，即使在 *pendapa* 以外的地方仍是赤腳，好像也不覺得罣礙。（鄭尹真 2021 年 1 月 29 日，2021 年 4 月 22 日）

那是一種生活方式，學跳舞、學音樂、看表演，都鑲嵌在彈性時間中，身體也與土地產生自然的連結。「你多相信這塊土地？赤腳是不是會讓你分心？這些都會影響我們跳舞基本心態！」尹真說。鐘點時間所規定的界線模糊、人體與土地之間的界限消失、心理劃分生活與表演的界線也就不重要。當然還是得靠人去創造生活場域中的舞蹈時空，老師也就是舞蹈傳承中的最要角：

一週 3-4 次，我進到 Suharti 女士的家中跟他學習，他站在我對面，做與原動作左右完全相反的動作，像我在鏡中的影子般帶著我跳，同步的。老師從不數 1234，不時口唸甘美朗鼓點，去模擬樂器聲響來引導身體。我其實不知我自己的

⁴² 同 32（頁 51）。

⁴³ Theresia Suharti Soedarsono，是日惹宮廷裡負責重建貝 *Bedhaya Semang*（傳統 *Bedhaya* 的其中一支，為日惹宮廷中的神聖舞蹈）的關鍵人物。出身自日惹宮廷表演藝術的工作世家：其父是曾幫助抄謄 *Bedhaya Semang* 甘美朗樂譜的樂師，他的四位女兒皆是貝多優舞者（林佑貞 2012：164）。

樣態，但也沒關係，就跟著他的氣息、節奏、身影。因為老師家環境很優雅、老師很沉靜、覺得自己很能放鬆，就自然地跟著老師流動。

還有一次是學巴里島傳統舞蹈，老師左右各牽住一個學生（尹真站在老師的左邊），三人都閉上眼睛，一起向前走路。我們必須專心感受那個起伏然後記住。

老師放手後要能憑身體的記憶自己走出來。（鄭尹真 2021 年 4 月 22 日）

從鏡內到鏡外，鏡外到鏡內，師生如同身與影、影與身，相互調息與觀察，調頻與達到同步—就在一個客廳或一處院落裡。從生活延伸到舞台，從舞台延伸到生活，就是尹真所謂：人在藝術與生活之間出入，沒有界線。

尹真強調，沒有界線不代表對美沒有標準、沒有強烈的要求。說到宮廷舞與甘美朗，如何在非鐘點時間架構下、數不出拍子的甘美朗中，去找到其與肢體看似不確定的結合？這個過程，因為沒有明確對錯，標準變得無上限！尹真從自己在江之翠劇場學習南管梨園戲的經驗說起：「南管的慢為何讓現代人覺得很難？是因為這個樂種對應出一種我們不熟悉的生活時間感」他說。那個生活方式是一種將物質類比的時間概念：雞啼、日落、一炷香、一盞茶。後來標準化的鐘點時間在日治時期被帶入，建立了時間的絕對位置。然因為南管音樂中的時間感不是絕對時間的時間感，當今帶著標準時間感的聽眾進入南管音樂的時間狀態，就必須跨越一個距離，跨越一個基本身體感受習慣的差距，所以困難。「拍子沒有絕對定值的特徵，在許多亞洲傳統藝術中是很明顯的，我接觸過的甘美朗、南管、Gagok 正歌（一種韓國的聲樂流派）都是（鄭尹真 2021 年 4 月 22 日）！」。

再說到甘美朗與宮廷舞蹈的一體：「不是只有快慢的不確定，還要適應甘美朗音樂張力上的變化！」，尹真點出，除了舞步和音樂結合，身體的鬆緊、呼吸的韻律都要貼合到音樂的呼吸，如果只是動作合乎指定拍點，身體沒有跟著音樂的質感起伏，就會覺得身體和音樂還是脫節的。尹真說：那個質感是很個人的，雖然基本韻律相同，換一個人、或換一種心情，詮釋音樂張力的身體質感就會改變。「我到現在還是不能掌握，但越來越知道自己之所以容易趕在音樂之前，是因為不夠熟悉音樂的質感，老師說就是需要時間去更熟悉（鄭尹真 2021 年 4 月 22 日）」。

從生活、學習、時間感再到創作思維，爪哇世界中的界線似乎是動態的。那對生命思考的標準又是如何？如何結合自然的動態？如何呈現在舞台之上？尹真感受到的是：用一種平靜的方式來討論生命。

我們一起學的 *Srimpi Pandhelori* 中拔刀打鬥的橋段，背後討論到人內在善與惡之間的征戰，舞蹈設計中攻擊與防衛一直是勢均力敵、平等交替。此善惡二元征戰，

沒有輸贏，一直交替循環前進⁴⁴，在這樣的過程中生命依然是寧定安靜的持續流動著。

現在我們生活中接受到的訊息都很刺激，不斷地將善與惡、好或壞推到對立與仇視。如何能夠用更超然、接納的態度去思考跟面對這個課題？*Srimpi Pandhelori* 的精神狀態安靜、簡單、樸素、內斂，替這種哲學找到了很悠緩、很迷人的呈現形式。（鄭尹真 2020 年 10 月 12 日）

我和尹真討論到 *Srimpi Pandhelori* 無論從個人肢體、兩人互動、還是四人之間隊形的變化來分析，幾乎都是高度對稱、線性的狀態。這個舞蹈沒有圓形的流動與路徑，這種不是正面就是側面，不是左邊就是右邊的絕對方位、展現了二元觀的鋪陳與執行，似乎也在呈現一種思想：一個完全正面向蘇丹的舞蹈，不能開其他面向。要想著蘇丹總是在你面前。有趣的是，剛剛討論那個爪哇社會中一直不明確的界線，此時突然變得明確而嚴格！

我受現代劇場訓練為主，現代劇場中不太強調空間中的界線。我生長的時代也不太注重空間禮儀的教育⁴⁵，但在這個舞蹈中空間的規定很嚴格。所以我要重新去理解這個哲學，去意識到從這個哲學出發，他們怎麼跳舞，回到日常生活中怎樣去處理人與人之間倫理的關係：長幼、尊卑、男女之間打招呼的順序、應對進退。至少在日惹，空間禮儀是明確實踐在生活當中。這裡保留了蘇丹作為行政首長，也保留了屬於宮廷的文化，大家都很有禮貌，尊卑有序。

我發現甚至還有宮廷舞者的手機桌面照片是蘇丹王。那是一種社會位置認同的概念。現代亞洲受西方的影響，大家都要求平等，凸顯自己是老大。而爪哇宮廷傳統中這種有位階的政治結構，造成了人次第上的差別，也決定了一個人在跳這些儀式舞所呈現美感的差異。比方說，追求自由、年輕西化的舞者與謙卑服從於自己位階、尊重長輩的人所跳出來的質感是截然不同的！你的心態是要表現自己還是要奉獻給蘇丹神明，都是看得出來的！Ben Suharto⁴⁶在他的論文中提到爪哇宮廷舞中是沒有「舞者」這個詞，只有「舞蹈的人」，所以重點是成就舞蹈而非個人。在宮廷 *pendapa* 中表演，舞者多是以蹲姿進場，而且 *jarik* 把整個人的下

⁴⁴ 我們所學 *Srimpi Pandhelori* 是 20 分鐘左右的版本。此舞碼為了適應當代對外展演，從數小時縮減為 40 分鐘，再改編成 20 分鐘版本。尹真提到他的老師 Suharti 覺得修剪版不足以去表達這個善惡對抗的哲學，因為時間不夠，修剪版中舞者之間的交換攻擊只有一次（原版中有許多次），不足以看出宇宙的規律：善惡對抗是不斷發生、循環重複、一再一再的（鄭尹真 2021 年 4 月 22 日）。

⁴⁵ 比如說一張圓桌、一部車內、茶桌上茶人分茶，要如何依照長幼尊卑來決定順序與位置禮儀規範。

⁴⁶ Benedictus Suharto（或簡稱 Ben Suharto）出生在日惹，受傳統宮廷訓練出身的舞蹈家與教育家。1990 年它於美國洛杉磯加利福尼亞大學取得民族舞蹈學碩士學位，並於同年出版了 *Dance Power: The Concept of Mataya in Yogyakarta Dance*。他也是尹真在日惹舞蹈老師 Dr. Theresia Suharti 的兄長。

半身限制住，行進非常困難，還要維持住上半身地挺直優雅。演出前，人的姿態與心態都要先放低，讓自己準備好。也有人對這些禮數不以為然，但我就是喜歡那種謙卑的美感，看見舞者的無私，覺得那和宮廷舞蹈的形式是一體的，也是這個文化的一部份。（鄭尹真 2021 年 1 月 29 日；2021 年 4 月 22 日）

（五）從甘美朗與中爪哇宮廷舞中接受、體現與得賜—劉亦修

「我之前學小提琴，很依賴樂譜；後來學甘美朗，則必須強迫自己擺脫對符號的依賴，用身體感覺來記憶聲音，靠身體流動正確來打到對的音。」亦修來自香港，是臺灣大學音樂學研究所博士班學生，於 2019 年同王櫻芬教授赴峇里島學習甘美朗。從自身小提琴、到峇里島甘美朗、再到中爪哇宮廷舞；亦修從使用符號操縱身體，到透過老師的身體，帶動自己的身體，他覺得當自己跨越到另一套音樂養成系統中學習，必須讓自己先歸零。「是用身體教身體！」亦修說，他在巴里島學甘美朗時，老師採用鏡像教學法：譬如說學 *gangsa*⁴⁷，師生各持一琴，兩人面對面坐好，琴鏡像而對。學生跟著老師，雙手起落、左右移動身體……鏡像的同步跟隨（當然老師跟樂器之間的關係就和原來完全相反）。全程口傳身授，沒有樂譜。從身體流動帶出音樂，身體與樂器之間的關係對了，音樂就對了！

「返臺後，我也用同樣的方式教學生，不太會有轉換的困難，因為不是靠譜和樂器的關係，而是用身體與樂器的關係做出音樂（劉亦修 2021 年 1 月 27 日）」。教學生時，就像跳舞或做體操，把自己的動作左右反過來而已。換一首曲，身體就換一種運動方式來記憶，反覆練習，音樂就能跟身體連結起來。和之前學習小提琴，著重在認譜、節拍、身體使用精準度的追求有所不同，因為是用身體感來記憶音樂，不同的人，不同的身體，就會產生不同質感的流動，然後產生質感不同的音樂。經過學與教的過程，亦修在他〈身體與樂舞律動〉一文中寫到：

……以身體作為記憶的媒介，我可以在甘美朗上體會到。在自己接觸到甘美朗，以及幫助初次接觸甘美朗的同學時，我有兩個觀察，都是跟身體的律動以及怎樣以身體記憶聲音有關：第一是止音的動作，似乎是大家一開始面對的難處。當同學們很努力地「盯著」樂器，嘗試記住上一音是甚麼，下一音要止哪個鍵時，通常都記不起來。但慢慢左右手的配合有練習後，左手的止音慢慢就會跟著右手的旋律走。上過甘美朗課的同學，以後也不會忘記這樣的技巧，因為這不是認知的記憶，而是一種身體的記憶，左手一定是跟著右手（的路徑）就對了。第二是不看譜的音樂學習。在學習甘美朗的過程中，沒有使用樂譜，靠的是聆聽聲音與身體的連結，而且是要聆聽自己以及別人的聲音，這樣才是甘美朗作為一個整體

47 *gangsa*：巴厘和爪哇甘美朗中的一種樂器類型。由金屬一排金棒片（鐵或青銅）組成，每個金屬片有特定音高。使用單木錘敲擊後，用另一手止音。聲音強度和品質取決於敲擊與止音之間的時間差。在巴厘島甘美朗 *kebyar* 中，通常使用兩種類型的 *gangsa*，包含小型高音的 *kantilan* 和較大型低音的 *pemade*。參考網路資訊 <https://en.wikipedia.org/wiki/Gangsa>

的展示。所以例如在我與同學們一同學習 *Hujan Mas* 時，有些同學會很努力地以鍵的位置記住曲子，但往往都比較困難，左手的止音也會無法配合。慢慢改變習慣，依靠聲音配合手動作的記憶，狀況就能大幅改善。(劉亦修 2018)

對這種完全不同的音樂學習方式，使他更深入地去思考如何學習這個「新文化」，亦修在他的期末報告中寫到：

For example, *Puspanjali* we have practiced also contains different musical tensions and climax, and we are invited to experience tempo change, volume change, and power control across the piece. The cyclical structure was just one of the many elements that fashion the sound, and only through actual playing we can experience more diverse music-making elements. (劉亦修 2019b)

在他演奏 *Puspanjali* (峇里島重要的迎賓舞蹈) 的身體經驗裡，那種音量速度的瞬息萬變、張力控制的高潮迭起，瞬間流轉的不間斷……甘美朗變得不只是文獻中提到的層層結構，需透過親身演奏，身處交錯快速的音符之中，才能真正感應到多元多變、同聲共鳴、超越想像的甘美朗元素。訪談的過程中，亦修自始至終，都很強調那個學習的心態：

若用西方音樂來理解甘美朗實在沒意義，換個音樂就該換一套邏輯與認知。我們會用習慣、用既有的經驗來解釋新學的藝術或異文化。剛去峇里島時，也會起比較心，落入一直用既有習慣來質疑新東西的現象，凸顯差異性似乎是不自覺的想要分出優劣。應該要放下之前，用當地的傳統去學習那個地方的東西。一開始的心態真的很重要！

跟 Melati 學中爪哇宮廷舞，我就有些排斥一直去找身體的「中心軸」-那不是爪哇的語彙，跟著 Melati 跳，像跟他對話般，而不是去分析拆解他的動作！我跳舞時，比較像是在跟自己身體互動，不是跳給別人看的，更像是跳給自己看的感覺。(劉亦修 2021 年 1 月 27 日)

2019 年 Melati 與王櫻芬老師在臺灣大學音樂學研究開設了一個學期 Central Javanese Music and Dance 課程，亦修也參與了學習與展演。透過之前巴里島甘美朗的訓練，雖然他能較清晰分辨音樂，但對他來說肢體形構、流動與甘美朗(爪哇)的結合也是大挑戰。Melati 帶著一群同時也在學習甘美朗的學生學習中爪哇宮廷舞。課堂中，沒有動作的解析、沒有明確規定好的數拍方式(亦修說 Melati 每一次的數拍方式不盡相同，有一些地方也

真的數不出來，只能靠感覺)。整個過程中，他從 Melati 身上學到爪哇人如何尊重這樣的一套傳統學習系統，他自己也嘗試就跟著這套系統學習。他發現其實甘美朗中每一個拍點都非常明確，只是不能用原來西洋樂裡的習慣來解構。接下來的工作就是要將之與身體鑲嵌，亦修說：同步跟著老師一直跳就對了！從之前巴里島甘美朗的經驗，到此時爪哇宮廷舞的經驗，「就看你能否拋開腦中原有的那一套學習認知，能否先歸零」他說。然後他又提到自己在臺大文學院大堂期末演出 *Sari Kusuma*⁴⁸ 的意外經歷：

我能分辨爪哇甘美朗的音樂結構，跳舞時，一直都還是習慣跟著音樂心裡數拍。經過演出前一周密集練習，正式著裝演出那個當下，不知為何，我意外的平靜，可以直接聽音樂就進入一種狀態，沉浸在自己的身體中，不需要靠數拍來讓自己安心，純粹感受舞蹈跟身體的關係。聽到音樂，就自然做出動作，這是第一次身體有這樣的感覺。更神奇的是，同台四位舞者當下感受竟然都相同（後來聊起時發現）！在巴里島有一種說法叫做得賜 *taksu*⁴⁹，意思是說，迎神之際，靈性充滿的狀態下，會讓藝術如神助般得到更好的發揮。*taksu* 來自音樂與舞蹈家們的經驗分享，在日常或祭典中都有可能發生，但通常神聖場域容易感受更高層次的 *taksu*。所以當我們四位著裝好，要正式要出場時，真的有一種要奉獻的感覺，加上舞台氛圍被製造出來，就上身了。（劉亦修 2021 年 1 月 27 日）

為了準備演出，一開始他和其他同學透過彼此自身錄影，相互切磋。關鍵點在他決定關閉影像（看老師或自己的錄像）的那一刻，造成後來的練習，去除了視覺干擾，就全然貫注在自己身體結構、流動、音樂。跨越了這個階段，亦修提升了自己跳舞的層次，他寫下“ My deepest feeling towards dancing lies in the way that how I came to know my body through movements and how greatly I came to understand the usage of body as a media responding to music and sound. （劉亦修 2019^a）”，最後也造就了演出當下，神賜的一刻。

亦修透過聽覺與身體動覺，體察西方音樂與巴里島、中爪哇樂舞之間的差距，那都不是他讀過的文獻與理論所能教他的。不同學習系統的落差如何被跨越？從亦修身上我看見，那個初心不是學習「異文化」而是「新文化」，把自己從「他者」轉變成「我者」，用身體親身執行，去看見文本中找不到、個人體驗的細節，才能避免將文化用「他我」與「異同」二元的視角類分，才有可能將自己感觀全方位投入，引發更全面多視角思考，也才有機會真正看見這個「新文化」後面的生活、社會、思想，進而從這個文化中找到自己與之對話

⁴⁸ *Sari Kusuma*（又稱 *Sari Kusumo*）為日惹宮廷舞蹈家 Sasmiinta Mardawa 的作品。*Sari* 意為核心或精髓；*kusuma* 意為花朵、香氣與美麗。*Sari Kusuma* 的意思是女性舞者展現美麗之精髓。它由不同的基礎動作組成，舞者需十分專注於技巧（摘錄自 NO.236 臺灣大學文學院音樂會節目簡介）。

⁴⁹ 如同爪哇 *rasa* 的概念，指表演時表演者的一種精神狀態（Melati 2021 年 4 月 24 日）。

的管道。亦修也提出，當今學習全球「存在的傳統」變得更方便之際，如何將其轉化為協助我們反思自身的途徑，或許才是這個學習歷程重要的價值所在（劉亦修 2019b）。

（六）時間的扭曲感-彭蘊嫻

蘊嫻是臺大音研所碩士班的學生，主修中提琴。他跟亦修同時選修了 *Central Javanese Music and Dance*，學期末他們也同台表演 *Sari Kusuma*。從中提琴到中爪哇甘美朗與宮廷舞，他說到自己感受到「心流」⁵⁰的過程。「一種時間的扭曲感，」蘊嫻說，「演奏中提琴，曲子是 10-20 分鐘中起跳，必須非常專注，狀態很好時，全程就覺得好像只過了幾分鐘；*Sari Kusuma* 練到最後，跳了十多分鐘感覺也只經過了三五分鐘。練舞之後，我好像更可以專注聽完冗長的音樂會，那是我之前辦不到的！（彭蘊嫻 2021 年 4 月 23 日）。他說，面對這樣高度挑戰，隨著自己專注力的提升，那種沉浸感就能被身體感受到。所以他在正式演出 *Sari Kusuma* 的當下竟然可以脫離節奏所建立起舞蹈的骨架，不數拍子，聽著音樂，身體自然做出動作，達到身體與意識合而為一的一種狀態。「一開始也在渾沌之中，」他提到剛剛接觸中爪哇樂舞時自己身體的迷失，聽覺的迷失.....經過甘美朗實際演奏的訓練，蘊嫻才慢慢去找到音樂中的規律與組合，並在期末報告中寫到：「透過音樂、舞蹈、眼神所構成的立體象限，才找到與舞蹈之間共同語言，因為每位舞者建構舞蹈的方式不同，必須透過一而再、再而三的觀察與練習，才能將自己專屬的語言內化成心底的聲音（彭蘊嫻 2019）」。

對於身體的探索，蘊嫻提到在瑜珈與宮廷舞學習中相同的經驗與疑惑：不需要，甚至不能看鏡子！「我跟印度老師學瑜珈，每一次想要從鏡子中偷看，檢查自己動作有無正確時，老師都會打我的頭說：『自己動作正不正確自己應該知道呀！身體要記住呀！』（彭蘊嫻 2021 年 4 月 23 日）」他說，同樣的，*Melati* 在整個教學過程中也沒有鏡子，以至於每次都從自己的錄像中，蘊嫻發現自以為夠慢卻總是太快，身體動作與自己的想像有很大的落差。真的可以不靠視覺，直接用身體記住？蘊嫻質疑，「有一回瑜珈老師說：『你就做出那個想像中妳很漂亮的動作。』我想像後完成動作，記住感覺。之後再做到這個動作時就不會去分析自己腰要多彎，手要多沉，只要去『想像那個很漂亮的姿態』，這個動作就完成了。」宮廷舞課程亦然，*Melati* 要大家記住位置，因為沒有鏡子，只能用身體記住頭、手、軀幹之間的相對位置：腳要蹲多低、手臂張開的幅度、指尖與眉毛的距離.....或許因為一再練習關注自己的身體，記住感覺，在表演當下蘊嫻覺得他的專注同時包住了身體與音樂，兩者自然就被自己的專注合一了。在之後也讓蘊嫻對身體持有更多的察覺：

⁵⁰ 心流（英語：Flow），也有別名以化境（Zone）表示，亦有人翻譯為神馳或沉浸狀態，是由匈牙利裔美籍心理學家米哈里·契克森 Mihaly Csikszentmihalyi 首度提出，定義是一種將個人精神力完全投注在某種活動上的感覺；心流產生時同時會有高度的興奮感及充實感等正向情緒。在心流狀態，人完全沉浸在手頭的任務上，失去了對其他事物的感知：時間、人、分心的事、甚至基本生理需要。摘錄自網路資源 <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%BF%83%E6%B5%81%E7%90%86%E8%AB%96>

日常生活中許多動作學習，我們都是靠視覺記憶，不是感覺記憶。我在下一個學期修了一堂臺大心理系開的「音樂與意識狀態」課程，說到身體中心軸-練八佾舞的一種身體狀態，要靠己身體去找到。宮廷舞好像也講著同樣的事情，要不斷意識到自己的身體，譬如說從走路開始，練習察覺中心軸、察覺腳尖到腳背施力的變化……（彭蘊嫻 2021 年 4 月 23 日）。

經由一學期甘美朗與宮廷舞蹈持續練習，蘊嫻從身體與音樂的迷失中慢慢提升自己的覺知與技術，然得以去感受到那個心流的專注與愉悅（與亦修說的 *taksu* 相似），接下來他更仔細的分析了自己一開始如何跨越舞蹈流動中的那個不確定性：

我自行解構身體來配合音樂。譬如說 4 拍內，動作從位置 1 移到位置 2，那過程中的每一瞬間身體的位置在哪裡？老師沒說而且老師示範的每次都不同！我只好按照自己心中 1234 的節奏把空間等分成 1234 部分，讓身體隨 1234 的拍點落在 1234 的位置上，照這個看起來很科學的方式來執行……發現實在沒辦法，速度總是過快。後來我身體能脫離數拍之際，發現忽略 1234 的那個當下其實我必須更專注，去聽到音樂的質感，同時想像自己身體的樣子，才能真正把動作做飽滿，而不是老搶在音樂前面。（彭蘊嫻 2021 年 4 月 23 日）

「受西方音樂的影響，我在學習過程中一直被『精準』這個思維拉扯，中爪哇樂舞追求的好像不是個體的精準度而是整體的和諧？」蘊嫻說，但中提琴對精準的要求和瑜珈對專注度的訓練也幫助蘊嫻找到了學習宮廷舞很重要的一個能力：專注。集體演出經驗，也使他清楚感受到大家的目標相同明確，搭著大家凝聚出來的氛圍去完成展演。從個人自身的專注到群體方向性一致的專注，蘊嫻應證了那個心流，也從迷霧中開出一條路，並和群體同心築構了那段和諧的時空。

（七）緣督以為經⁵¹、惡乎界也⁵²？—陳筱竺

⁵¹ 吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已！已而為知者，殆而已矣！為善無近名，為惡無近刑，緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。（莊子 內篇《養生主》）。參考網路資源 <https://kknews.cc/culture/yg5aqrg.html>

⁵² 公文軒見右師而驚曰：「是何人也？天與，其人與？」曰：「天也，非人也。天之生是使獨也，人之貌有與也。以是知其天也，非人也。」（莊子 內篇《養生主》）參考網路資源 <https://kknews.cc/culture/yg5aqrg.html>。其中「惡乎介也？」譯為「為什麼只用一隻腳這樣站呢？」摘自網路資源 <https://www.coursera.org/lecture/zhuangzi/e-hu-jie-ye-zen-mo-zou-zhan-hao-zSeQB>

見到筱竺時他已經從瑞典交換一年學生回來，又從臺大社會系畢業，現在在演唱會承辦公司上班。因為喜歡音樂，大學時去修了南管與甘美朗課，也是亦修和蘊嫻在 *Central Javanese Music and Dance* 課程的同學與同台表演 *Sari Kusuma* 的舞者。說起現在的工作，筱竺說：「音樂製作人說到，有時不夠精準的感情比高超的技巧更能打動人，那種說不出來感情，需要很多時間培養（陳筱竺 2021 年 4 月 23 日）」。筱竺從現在的工作回溯當初學中爪哇宮廷舞的歷程，他曾在該堂課的期末心得中提到：一開始要把頭、手、腳組合起來是入此困難，更遑論要去記住位置和舞步。但當經歷了甘美朗的學習，比較清楚甘美朗的音樂結構；加上透過自己與同學，各自跳舞的錄像討論交流，慢慢熟悉舞步之後，就能夠“Be able to pay more attention in ourselves.....when I focus on myself successfully, time goes really fast and I feel refreshed after I finish the dance.（陳筱竺 2019）”。後來他也曾在工作狀態混亂時，用練宮廷舞來感受檢查身體，使自己平靜與更新。

從訪談與期末報告中，筱竺談到自己曾經修過的莊子課（臺大中文系蔡碧名老師），提到了自身對「莊子」和「宮廷舞」之間的連結：

印象深刻的是 Melati 老師要求我們要坐很直。大家坐定時，老師會從背後推我們的腰，糾正坐不直的同學。開始我以為我很挺了，但還是會被老師糾正。每被推一下，就發現自己原來還能坐得更挺。那時正好在修莊子，想到「緣督以為經」，想像一根線沿著你的頭頂將你拉直。莊子說這對身體很好，治百病。後來每次坐著，我就想著那條線，想著那條沿著督派（脊梁）的經線將我向上拉，我真的就不會被 Melati 糾正了。真的有感受到心念會控制身體的構造，想像、想法真的很重要。

莊子也提到單腳站立是對身體好的。走路時讓重量先完全放到一隻腳上，再完全轉換到另外一隻腳，這是能發汗握能治病的。我在跳舞時一直想到這個，因為宮廷舞中有太多動作重心置於單腳、時間很長（還不能用其他部位去平衡）、重心轉換又很慢，一下子就冒汗了。

還有莊子說：太多的念想會害了你，人不必想那麼多，就是去做。我在錄自己跳宮廷舞的經驗是：同一天內錄三遍，通常第一次狀態最好，接下來就會想哪裡不對，手腳要怎麼調整.....狀況就會變很差（在一旁的蘊嫻說他也有相同的經驗）。所以不能一直「想」著要怎做。感覺很像小時候被逼背唐詩，根本不懂，先記起來便是。爪哇宮廷中的公主用身體在背唐詩，不能想太多，或許有一天就能感受到它的意境。（陳筱竺 2021 年 4 月 23 日）

回歸到自己，筱竺期待有一天能明白音樂製作人所說的那種「會打動人的感情」。另

外，筱竺也慶幸許多人一起熬過課程與演出，雖然一直試著在「和自己的身體對話」，但同學之間相互感染力很強，不論是在討論還是在跳舞的當下。「當大家都很專注，我好像也會變穩定！觀己觀人，這是一種很神奇的平衡（陳筱竺 2021 年 4 月 23 日）」。

說到「人的相互影響磨合」，筱竺再說回到甘美朗，在訪談過程與期末報告中他皆提到：甘美朗最重要的就是各種音響旋律能結合。有一些時刻，當大家的演奏真的成功地同步合一時，很像集中成一股能量，傳達給神。就像臺灣廟宇中透過一柱香、拔出一縷輕煙，上達天聽。

（八）身心轉化路徑的探索-陳彥希

「懷疑有時會變成指引，你一直在透過身體探詢自我，最後也轉介到對人的關懷，我覺得你是你自己最大的貴人。」在訪談中我對彥希說。

彥希是一位獨立工作的芳療師。從北藝大舞蹈系畢業後，進江之翠劇場跟著周逸昌老師做小劇場，後又進入光環舞集⁵³從事接觸即興創作，因緣際會透過肯園認識了芳療。一直在探索自身的他，不斷的透過各種身體的訓練，更「接近」自己。「從高中開始，我的世界突然失控，開始強迫性的批判自己，無緣由的疑惑把我帶入無底洞，非常痛苦……無人能理解……無人能解。我一直找尋諮詢與幫助（至今）（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）」彥希說。身體訓練與表演藝術讓彥希找到喘氣的窗口。他喜歡芭蕾高度精準極限的操練，也感念北藝大開放的學風與人文課程的滋養。接下來在江之翠，彥希透過南管、梨園戲等中國戲曲的傳統訓練，讓身體得到不同的啟發；又跟著江之翠劇團下鄉、出陣、行腳，透過小劇場創作提倡社會運動，用身體實踐社會抱負。最後，彥希再度讓自己的身體回到舞蹈-光環舞集的接觸即興訓練。「保持自覺非常重要……為了要一再能擺脫之前的那個身體，必須不斷苦練（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）！」。

爪哇宮廷舞也是彥希身體旅程中的一段奇遇：2008 年，彥希全程參與了江之翠劇場主辦（獲得亞洲文化協會「臺灣獎助計劃」贊助）Siti Sutyah Sasmitadipura 印尼傳統宮廷舞蹈工作坊與 Mugiyono Kasido⁵⁴身體技巧工作坊；2018 至今，他又跟著 Melati 上課、彩排、演出。

⁵³ 現代舞團，劉紹爐與妻子楊宛蓉於 1984 創建。宗旨為將編舞者與舞者的心靈經驗，透過肢體呈現。舞團訓練法從開始「氣、身、心合一」，爾後結合「互動即興」技法，再加入肢體與聲音統合之訓練，期能開發更多身體蘊藏的能量。已於 2019 年宣告熄燈落幕。摘錄自網路資源 <https://nrch.culture.tw/twpedia.aspx?id=20881>

⁵⁴ Mr. Mugiyono Kasido 受教於印尼梭羅藝術學院，1992 年即獲頒印尼國王 Trophy 四世 Mangkunegoro 皇宮最佳演出創意舞蹈、梭羅舞蹈藝術節的最佳藝術舞蹈獎。Mr. Mugiyono Kasido 有許多的跨文化的演出合作經驗，促使參與了由德國、英國、以色列、印尼所合作的「SOME SHINE」，由印尼、英國、荷蘭、德國所合作的「LOCAL」，以及印尼及泰國所合作的「MASKS DANCE SYMBIOSA PROJECT」等等演出。摘錄自網路資源 <https://www.ptt.cc/man/Drama/D77F/DCB4/DCF2/M.1222440301.A.3E3.html>

我懷念那種原生力量！Mugi 是跨界當代舞者，他的身體和 Siti Sutyah 純傳統出身很不同，是傳統訓練出身再轉化。他們二位都會回歸到內在，內在找到後，能量會很強，包含戲劇張力、眼神、聲音、肢體、內在空間.....Mugi 更是用聲音，貫穿地板、產生心象、創造空間。那種來自傳統，再被發展成當代創作的路徑真是吸引人！有召喚到我的身體。

這次參與 *Srimpi Pandhelori* 演出（2020 年 11 月 23 日於中研院）的經驗真是太好了。對音樂與肢體的不解與感動，都成為我身體淨化和轉化的工具。似乎有一種原生哲學在宮廷舞當中，它帶給我很多的想像：為何會產生這樣的肢體？這樣的外部空間？隨之而來的內外的運作？（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）

彥希也不隱瞞的說 Melati 是嚴謹的、學術性的，他帶領中研院表演前那段集訓時光讓彥希噩夢連連：

那時我工作忙，心很浮躁，練習時有時很順暢有時很空白，這種掙扎也讓我更心浮氣躁！大家很少一起練，要靠自己一個人跳完非常難，所以整個過程挫折痛苦。就硬撐，硬拉著婉昭陪我一直練習.....基於壓力，最後舞步有勉強記住。這和 2008 年工作坊（學同一首 *Srimpi Pandhelori*），連續五天，持續在一個專注的狀態，直覺式的跟著音樂、跟著 Siti Sutyah 老師沉浸在舞蹈感覺當中的情況完全不同！（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）

所以彥希強調：同樣的一支舞，在不同的心境與情境之下，身體會產生完全不同的反應：

在 2008 年的工作坊，身體經驗是舒服的，當初大家專心一意要開發身體，整體氛圍有辦法讓我全心與放鬆。但 2018 跟 Melati 上課時，目的性很強，要學的是一支舞，而不是一個法門，路徑不同。最後我既無法開發身體，就連學會一支舞都很勉強。（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）

彥希再度回溯自己學南管梨園戲時，因為全心投入劇團，磨練時間長，內化比較完整，也才有機會在後來的某一齣戲突然開竅。他又再強調那個路徑。彥希提到文建會補助的兩

岸交流計畫，自己同劇團赴泉州陳埭⁵⁵跟老先生們學南管的那一個月內，所經歷「用身體學身體」的過程：

演奏老先生們手掌都很大，手指都很長，眼睛是淺褐色的，眉宇之間有波斯人的感覺。演奏起來很有力、很有機、很「肉感」：用的是身體的韻、而不是手或嘴。曲式都是單音，很簡單，簡化到和身體結構連結共振，能反映出自然而非甚麼規律，整個很鬆。

我們就跟著老先生先念口白，然後一句一句唱，用整個身體唱，所有的五感會跟著身體。譜的寫法也很重要，視覺能帶著身體走。工尺譜的筆劃一橫一豎，看譜會有骨幹的感覺，氣與韻都會跑，那個譜寫方式會讓身體的中心骨幹出現，筆力會帶領演奏時的身體感，這是簡譜辦不到的。（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）

彥希的初衷就是要透過自己的身體找回那個迷失前的自己，這些年來，體驗與技術持續累積。當芳療進入自己的生活後，彥希又從自己的身體轉戰到他人的身體。他認為不只身心無法分開，自身與他人也是相連的。從彥希身上，我看見何謂「透過對自己身體的冒險與覺知，幫助自身，療癒他人」。

（九）以箝制或鬆綁人的身體與思維作為目的的舞蹈？—高欣瑜與張如淵

「因為不用穿鞋，所以我就來學了……跳舞就是讓身體或生活更靈活而不是被綁住，不是嗎？」欣瑜在上宮廷舞課之前學了五年多的印度婆羅多舞蹈⁵⁶（赤腳跳），他說婆羅多是宮廟舞，跳給神明與國王看的，很有宗教儀式感，開始跟結束都有一個敬拜宣示，細節跟禁忌也都嚴格（譬如穿上腳鈴後是絕對不能穿鞋也不能去廁所的）……以上這些跟爪哇宮廷舞的精神一樣。然後，欣瑜也用相同的方法讓自己進入「爪哇宮廷舞的狀態」：

⁵⁵ 福建省泉州市晉江市陳埭鎮，居民多為姓丁的回族，以製皮鞋業為主。那裡的南管自成一格和泉州不同。南管是生活的一部份，到處都有。各館閣有自己的收藏，也自己收學生，類似學校（館閣閣主也可能是鞋廠老闆）；另外也有在市井小民中自由發展的。臺灣保留了傳統南管的工尺譜；中國在文革後，多以簡譜收錄傳承，稱之為南音，兩者風格不同。而陳埭則保留了傳統工尺譜，風格與臺灣南管相近（陳彥希 2021 年 2 月 6 日）。

⁵⁶ 婆羅多舞蹈，Bharatanatyam，是起源於泰米爾納德邦的印度古典舞蹈。自古以來，盛行於印度南部的寺廟和宮廷中，主在表達南印度宗教主題和精神理念。它是八大印度古典舞蹈之一（其餘為：Kathak、Kuchipudi、Odishese、Kathakali、Mohiniyattam、Manipuri Raas Leela 和 Sattriya）。參考網路資源：<https://en.wikipedia.org/wiki/Bharatanatyam>

學婆羅多時，回家就一直聽音樂，隨便都超過 100 遍。就當日常背景音樂一直放……有一天，我就會哼了；再有一天，自然身體就有動作了。印度音樂裡音頻也很多：吟誦、梵唱，聽到最後都知道是誰唱的版本。因為聽了五六年了，一聽到三拍，就知道身體該做甚麼；四拍，身體該做甚麼。印度人跳舞可以先三拍再四拍又轉換成七拍……然後要找到身體與音樂配合的邏輯，完全靠自己找到那個方法。

學爪哇宮廷舞，我還是去聽音樂，沒有音樂，動作是記不住的，我一定要從音樂下手，靠聽覺來指揮我的身體。分析不了音樂結構也就不去分析它，熟悉了，聲音會帶我進入一種境界，那些時刻，就自然而然做出動作。譬如走進場到森霸禮之間的那一分多鐘，音樂很熟了，我可以很專注很放鬆，好像整個空間只有我一個人似的。（高欣瑜 2021 年 2 月 8 日）

欣瑜也承認對爪哇甘美朗音樂還不夠熟，文化性的連結需要更多，也還沒有找到一個屬於自己明確的學習方法。但因為能沉浸在音樂中，也不害怕跳錯，整個過程從上課到演出，他心中並沒有太多的糾結，「錯誤會過去，一旦發生就喀擦一聲從你的人生中剪掉，當作甚麼都沒發生（高欣瑜 2021 年 2 月 8 日）！」他說。這一想法也令我回想並反省起自己每一次在課堂裡與舞台上的戰戰兢兢：總是怕失控。和欣瑜一起表演的 *Srimpi Pandhlori* 速度很慢，歷時很長，跳錯時比較有時間調整心情，但也更有時間胡思亂想！「來跳舞不就是要享受這個音樂、這個舞蹈，怎能反過來被它欺負呢？」欣瑜表示。鞋不能關住他、甘美朗沒有迷惑他，慢沒有卡住他、錯沒有困住他。最後他說到了這個舞蹈帶給身體最有感受的部分：「*gludo* 裡的圓形軌跡（*Srimpi* 一開始時一套基本動作組合：身體帶動右手在一個垂直於地板的立面上，一起劃出圓形軌跡），弧線在整個舞作中很少見，但這樣的軌跡讓我的身體很有感，一直在想為什麼是這樣的一個圓被設計出來？」然而，欣瑜在宮廷舞的學習中找到那個圓的路徑，以之循環、歷經與繞道（高欣瑜 2021 年 2 月 8 日）。

從鬆綁到被箝制，如淵在宮廷舞的世界中則有另一番完全不同的體驗與懷疑：

為何不數 1234 拍？為何不分解動作？為何不說明不解釋？這個教學體系想達成的目的是甚麼呢？他們的教學體系刻意這樣，那又如何去解讀這個刻意？長時間學習是它的結果還是目的性？是不是要設計得非常困難，用不清楚的教學法，目的就是要你學不會？故意把門檻墊得這樣高？是要創造一種霸權來控制人？即使對外國人而言，或許宮廷舞本身也不是這麼不能夠被理解，只是不用系統的方式帶領？（張如淵 2021 年 1 月 27 日）

從北一女土風舞社至今，如淵一直在學習不同地區的民俗舞蹈的，接觸不同國家不同系統的教學方式，經由身體去更貼近不同土地上的音樂。七年的佛朗明哥⁵⁷訓練（1997–2004），讓如淵一直在追求更精準的節奏掌握。「佛朗明哥舞者只能跟樂師，如果沒踩在拍點上，就完全是舞者的錯。樂師一旦加速就不會降速，舞者要完全跟上。這其中有一種不對等的權力關係（張如淵 2021 年 1 月 27 日）！」從佛朗明哥說到宮廷舞，如淵感受到在甘美朗中的迷失，也像是被一種力量宰制；無系統化的教學方式，更是一種來自更高層權力的控制。

「我是透過自己身體與音樂的關連與呼應，透過音樂與動作去抒發情感，這是我愛跳舞的原因。而今我無法進入音樂，掌握不了身體與音樂的連結，放不進情感（張如淵 2021 年 1 月 27 日）」。如淵說開始只是無法忍受音樂的不確定性，然隨著聽不懂甘美朗的無法突破、肢體動作與音樂連結的挫敗、演出的壓力，後來漸漸開始懷疑這套學習系統「為何沒有辦法對學生說清楚」？「被經由權力設計出來的不確定所箝制」之感也應運而生。在 2019 年 6 月演出之後，如淵就退出了工作坊課程。對他來說身體與音樂連結的「確定性」非常重要，那是他認知中舞蹈之所以成為舞蹈的關鍵也是「第一步」。爪哇宮廷舞打破了這個既有認知，讓他經歷了一個與之前經驗迥然不同的養成系統，也用身體經驗為其背後的權力關係，下了註腳。

（十）從舞蹈中看見「一個人」；從舞者中看見「一支舞」—林佑貞

「在印尼時每天早上坐在大理石地上，跟 Sal（Sal Murgiyanto）老師一起沖咖啡，一邊聊天，一邊等咖啡渣沉澱，然後討論一下接下來的一天要做甚麼……很慢。」

佑貞於 2008–2018 年間，多次進出印尼爪哇，在當地生活、學習、做田野、交朋友、學印尼文，當他完成博士論文，再回來琢磨宮廷舞，準備演出之際，他覺得自己更能專注。在 2020 年底準備中研院 *Sekar Pudyastuti* 演出的那段時間，佑貞每天看影帶慢慢學、天天練。「就短短十三秒鐘的動作可以看一遍又一遍，做一遍又一遍……我覺得這樣很適合我，這樣的耐性和慢步調或許來自當初爪哇生活的訓練。」他說，「雖然很慢，一個階段一個階段的累積。全心投入和堅持到底還是一定要的（林佑貞 2020 年 10 月 15 日）！」。

2019 年當我在宮廷舞學習的迷霧中不知所措，不知所為何動之際，佑貞的新書，《印尼宮廷儀式舞蹈貝多優及其身體行動方法》為我指引了一條路。書中佑貞從他在日惹、梭羅的生活、學習、田野、與傳統藝術老師的相處與對話、對宮廷藝術文獻的研究等種種面

⁵⁷ 佛朗明哥（Flamenco），是源於西班牙南部安達盧西亞地區的藝術形式，包括歌曲、音樂和舞蹈。佛朗明哥的形成深受安達盧西亞地區的摩爾人和猶太人的影響，還吸收了大量吉普賽人的藝術元素。摘錄自網路資源 <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%BC%97%E6%8B%89%E6%98%8E%E6%88%88>

向，再將之與西方劇場理論對話。全方位的帶領我看見了自己盲忙半年的舞蹈。一個下午，我拜讀完佑貞歷經十年的心血大作，似乎稍稍可以領略到宮廷舞蹈學習歷程中所需要的、甚至能養成人的專注和平靜：它具備一種慢、它成就人的一種慢。然也稍稍能明白與釋懷自己所面臨的困難與挫敗。和我相反，佑貞是先觀察分析研究宮廷舞後才專心用身體來經驗，他說他論文的研究讓他比較清楚當下他身體還不能做到的部分，那個落差還要靠不斷的練習，也急不得。經過佑貞新書與訪談的分享，雖然我的身體依舊繼續不聽使喚，但在後來的學習中，我比較可以接受自己的一團混亂。

在佑貞的文章中，帶給我印象最深的一段是他提到 Tarwo 女士定義舞者與舞蹈的關係：「貝多優舞者是為舞蹈服務；舞者隱身於舞蹈之中，也就是無我，使觀眾只看見舞蹈本身而非舞者，以期讓舞蹈帶領觀眾進入一個和諧的境界。」此外，文章中還有 Suryobrongto 轉引自 Hughes-Freeland⁵⁸的說法：「跳舞純粹就是為舞蹈服務；舞蹈的實踐是一種精神性的修煉；學習跳舞是一門謙卑、自我控制以及戰勝欲望的功課。」Suryobrongto 認為謙卑是因為舞者必須交出自我，願意接受這些訓練和規範對自身進行的改變，不僅是身體如此，在過程中心靈也會隨之鍛鍊成長，漸漸雕塑舞者成為一個全新的人（林佑貞 2012：166）。佑貞文章中的這兩段記述，使我回問自己，之前每當自己為登台而努力之際，我期待觀眾看見甚麼？我期待自己獲得甚麼？

令我暈頭轉向的甘美朗迷宮，也在佑貞的文章與其訪談中得到了初解。佑貞引用 Suryobrongto 引自 Brakel 的一段⁵⁹：「通常一個被無理對待的爪哇人會這麼想對方：『那個人一點都不懂節奏（That man knows no rhythm.）。』（同上引：164）」佑貞又提及他在中爪哇田野生活中，接觸到的爪哇王室、貴族，或者是那些替宮廷服務的藝術家們，都十分客氣、很多禮數、很不直接、很強調傳統、很有文化優越，對佑貞來說，不太容易相處（林佑貞 2020 年 10 月 16 日）。若爪哇的「節奏」是如此複雜，或許透露出無論生活或藝術中的「節奏」，對爪哇那一階層的人來說是一種可以不斷向上追求的境界，自然是困難的了！如同甘美朗結構的層層疊疊，也須經由重重訓練，才得以增加對其的辨識能力。另外，佑貞也分享了他在中爪哇宮廷中所見的另一個面向：

宮廷舞這個儀式舞蹈提供了一個能打破階級的共享空間，所有的參與者都是平等的，宮中低位階的僕人可能透過努力成為一位優秀舞者而晉升，或者透過舞蹈中的愉悅感達到與神相通的境界。在此，人的階序被隱形，在極度階級化的宮中社

⁵⁸ Hughes-Freeland, Felicia. 2011. Embodied Communities : Dance Traditions and Change in Java. New York : Berghahn Books.

⁵⁹ Suryobrongto, G.B.P.H. 1981. "Penjiwaan dalam tari klasik gaya Yogyakarta." Mengenal Tari

Klasik Gaya Yogyakarta, ed. F. Wibowo. Yogyakarta : Dewan Kesenian Propinsi DIY. 89

Brakel-Papenhuijzen, Clara. 1995. Classical Javanese Dance : the Surakarta Tradition and Its Terminology. Leiden : KITLV Press.19

會，給人平等的喘息機會。但也可以反過來說，為了穩固既有階級，才創造這樣表彰平等共修的場域。(林佑貞 2020 年 10 月 16 日)

在一次線上舞蹈課中⁶⁰討論到從外顯看到人內在這一件事。「在一個平等的學習空間，看一個人跳舞，也就可以察覺他是怎樣的一個人」佑貞說。他說自己很難掌握舞蹈細節中柔順的部分，性格上他也是難以跟自己妥協的人；又說到我手部肢體柔軟，好像也非刻意，就跟我給人的感覺符合；再說到婉昭，因為自信而多了一種韻味（林佑貞 2021 年 6 月 21 日）。

人如何透過外顯來被察覺？整個學習的過程中就會被看見？在線上，我們討論到每個人遇到初步的困難點不同：有人能一直重複練習、有人索性就放自己一直迷路；有人很難放鬆、有人能量難以凝聚……最後發現性格使然。「但當對舞蹈掌握得很熟悉，流暢度足夠，動作內化到身體中之後，透過宮廷舞的含蓄，你可以用不同的程度包住自己，決定要表現多少、要被看見多少（林佑貞 2021 年 6 月 21 日）！」佑貞說。他從別人與自己遇到的學習問題中觀察自己的性格，也從與別人不同之處，找到學舞的路徑、生活的反省。

最後，補充一下佑貞的文章中兩段關於 *rasa* 的經歷。2013 年 9 月，佑貞在梭羅的 Mangkunegaran 跟著群體練習時，被其中的一位舞者吸引，當佑貞離開隊伍，席地坐下專注觀看時，整個演藝庭中彷彿只剩下佑貞和那位舞者，而那樣的情景在未來的幾天時時浮現在他的腦海中（後經確認，那位舞者應該是梭羅藝術大學的 Rusini 老師）。後來佑貞請教 Bambang Besur（梭羅藝術大學古典舞蹈老師），分享了那次特殊的邂逅之後，Bambang Besur 老師說：那就是 *rasa*（林佑貞 2015：14-15）！

另一段，是佑貞轉述 Sri Setyoasih（1986-1988 年在梭羅皇宮擔任《貝多優卡達望》舞者的藝術大學舞蹈老師）在歷時一小時四十五分鐘《貝多優卡達望》與 *Srimpi Sangopati* 兩次表演中出神的經驗：「舞蹈的過程感覺很輕盈、舒服。我還是知道自己在哪裡。動作非常令人愉悅……感覺就像時空錯置，我自己獨自一人，但又不是（同上引：17）」。

透過人看見舞、透過舞看見人，*rasa* 是一種合一、感動、愉悅的狀態。*Rasa* 存在於觀眾所見？舞者所感？所見所感是角色還是表演者？是劇中人還是自己？

⁶⁰ 張婉昭自 2021 年 5 月 30 至 6 月 12 日，開辦線上中爪哇宮廷舞練功坊 Online Srimpi Practice，每天 16：00-17：30 上課。6 月 12 日之後則改為一周 2 次宮廷舞課程：周六 Online Srimpi Practice 與周日 online sarikusuma practice，皆為 16：00-17：30 上課。全程錄影上傳雲端。

二、教

從學到教、教到學；從印尼到臺灣、臺灣到印尼，Anastasia Melati、Yuniar Indrihapsari、林雅嵐這三位舞蹈老師分別分享了他們在舞蹈中的經歷。Anastasia Melati 出身學院並擔任日惹的宮廷舞者多年，更是讓我和這一切結緣的啟蒙老師；Yuniar Indrihapsari 自 3 歲起開始在日惹民間舞蹈學校學習爪哇傳統舞蹈，近 8 年致力於日惹宮廷舞中 *golek* 角色的揣摩，現在也在臺灣印尼新住民與留學生社群中教授印尼民俗舞蹈；林雅嵐在歷經各種東西方舞蹈與身體的訓練之後，現在在臺北藝術大學的舞蹈教室中，對臺灣新生代，進行教學與傳承。他們跳舞，也透過與爪哇宮廷舞緩慢的對話，超越跳舞去感受身體，再透過身體的覺知自己。

（一）無止境淬鍊的旅程—Anastasia Melati

「可以再蹲更低一些！」這是 Anastasia Melati（以下稱 Melati）在課堂上最常提醒大家的一點，然後他就會走到某人的身邊用手去調整他的身體姿態，同時讓他的重心再更下沉的去貼近地板。*Mandhak*（蹲），日惹宮廷舞身體基本樣態的重心位置，是大家一直知道卻做不到，做到也總是忘記維持住，最簡單也最困難的動作—你必須不間斷地提醒自己，專注貫穿整個舞蹈行進過程，才能將身體重心控制在的那個位置。

2018 年 11 月，婉昭主辦印尼舞工作坊的第一堂課，Melati 就投下了震撼彈，他用日惹宮廷舞基本動作帶著大家暖身，只有微笑，沒有「教」大家如何跳。當下只覺得：真美！然後我要跟他一樣！但我很快地就發現自己（其餘同學亦然）的身體跟老師的身體好像在兩個規則完全不同的空間，無論如何都無法模仿—即使 Melati 移動得如此緩慢。一次、兩次、三次……失敗告終。是有可能學會嗎？我想，為什麼會編出或跳出這樣的動作？「一開始先給你們一點感覺，感覺風格而不是記住舞步。」Melati 在後來的訪談中回溯他在臺灣的教學，「feeling the taste, taste of the culture, then feel the movements.（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）」他說。Melati 說宮廷舞有太多細節中的細節：從頭、手指、身形、腳、腳趾、重量、重量的延伸……太複雜，一開始若說太多會變得非常困擾，大家會放棄，而且找不到感覺、甚至做出錯的感覺。所以，先感覺就好。他不斷強調：用身體去感受體驗那個味道，用身體去練習，只觀看與討論是無法感受那個味道的。練習越多，越了解那個味道是甚麼。Melati 在課堂上將大家分組，練習、觀摩、回饋、討論，每個人都要輪流說出自己的感覺，包含看別人跳出的感覺與自己跳出的感覺。在我一團混亂、無比挫敗之際，還要仔細分析這混亂與挫敗，然後把它說出來……真是身心俱疲的舞蹈課！就上了一期（4-5 堂課）、兩期、三期……課程，似乎習慣了這節奏，身體技能似乎也沒有甚麼長進，卻

還是慶幸能接觸到如此優雅的 Melati、如此美麗又神秘的舞蹈、如此空前的挫折。

Melati 現在是臺北藝術大學舞蹈系博士班的學生⁶¹。他是一位天主教徒，從小對爪哇宮廷藝術並不感興趣，但因緣際會，讓他先被宮廷舞者感動，再被宮廷舞本身感動：

爸爸非常喜歡 wayang wong in Solo⁶²，他覺得學文化非常重要，而學舞蹈能夠認識文化，也能建立我的自信，所以從小就開始要求我學跳舞，雖然我一點也不喜歡（我比較喜歡在教會活動中和大家一起唱歌）。我從一般高中畢業後進入藝術學校開始學習民間和宮廷舞，一開始並沒有意識到爸爸的想法，就覺得是被逼的。在我大約 20 歲，一次回鄉演出時，騎摩托車出了意外，斷了鎖骨（當時在回 Solo 的路上，煞車失靈，Melati 就騎進了乾田裡）。我非常感謝醫治我的醫生 Dr. Tunjung Orthopedy - 一個很棒的人。他也是一名優秀的舞者，他爸爸亦是宮廷舞者，還是梭羅一家大醫院的院長。他們家中有學宮廷舞的傳統，學跳舞也同時學習生活和做人。另外還有一位來自峇里島的耳鼻喉科醫生，他為聯合國工作，也是一位舞者，在萬隆開民間舞蹈學校教授巴里島舞蹈。從他們兩位身上我看見一種態度，不是用冥想、用意念去修正自己的心智與行為，而是用身體，如何移動身體？如何修正與美化自己的移動？如何修正與美化自己的為人？多美的形象啊！他們都是醫生，最終目的好像也不是成為多優秀的舞者，而是用一種精神層次去學習跳舞，我感受到的就是一種精神。（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）

除了去達到那種精神，因為不服輸，Melati 說到自己一路走來，也是練習再練習、練習再練習，當然還有透過練習所產生對身體的覺知的增加。他說爪哇宮廷舞需要極大的耐心與持久力，即使在熟悉舞步之後，仍要不斷去提升自己的移動與專注力。從排斥到接受，他繼續說到自己從接受到努力、努力到被舞蹈感動的過程：

大多數宮廷舞老師不會教細節，你只能一直跟著做，硬記。我覺得很痛苦，我怎樣努力都挫折，一遍一遍，還是學不會，老師要我們甚麼都別想，只能配音樂一遍又一遍一直練習。我立志一定要完成訓練。就像高中時唸化學一樣，無時無刻不在記憶與思考。不能動身體或太累時就看影帶或聽音樂，隨時隨地。不想太多，就是拼命做！

⁶¹ Melati 的研究主題是印尼移工的舞蹈表演，以女性民俗舞蹈為主。在臺北藝術大學，他偶應邀教授印尼舞蹈文化課程；在臺灣大學則是以兼課教授的身分在音樂學研究所開設整學期中爪哇樂舞課程。另外 Melati 也嘗試當代創作，在臺灣公開發表過一次、印尼三次（Melati 2021 年 4 月 23 日）。

⁶² wayang wong，真人演出的爪哇宮廷戲劇，包含甘美朗、吟唱、對白、舞蹈等，內容多為改編自印度教的史詩故事。這裡指的是梭羅風格的宮廷劇。

第一次到宮廷演出，是小宮廷，不是蘇丹住的大宮廷⁶³。為了祈雨，我們進行 *srimpi* 演出，本來我是不相信這種儀式的。現場一切很平靜、莊嚴、放鬆。甘美朗和女高音實在太美了，我全身起雞皮疙瘩，一種說不出的感覺。我身體的移動突然變輕鬆、簡單了。從那一天起，我開始能真正感受到自己的移動。我好像相信了，然後就「進入了」，跳舞時就能通體流暢。從記憶與苦練「進入了」在音樂中流動的狀態……再後來的有一天，舞蹈「進入了」我的身體，那又是另一種層次的感受……這像是一個旅程，覺得自己一直在改變，經歷各種不同的狀態階段，好像無法達到完美，永遠都能更好。(Anastasia 2020 年 9 月 16 日)

Melati 從一般高中進入 Indonesian Art Institute of Yogyakarta (ISI Institute Seni Indonesia) 舞蹈系就讀，學習爪哇與印尼多處包含宮廷與民俗舞蹈；32 歲進入 Sanata Dharma University Jogja 進修，致力於文化與舞蹈人類學學習；從 22 歲他就在日惹的 Paku Alaman 皇宮擔任宮廷舞者。他感念幾位深深影響他的老師。第一位是大學時的 Benedict Suharto (簡稱 Pak Ben, ISI 當時舞蹈系主任)：

他告訴我許多事，常在他家說很久給我聽，包含用哲學的方式解釋舞蹈中的時間與空間。那時我才 20 歲，有些難以理解，但欣賞他的耐心、謙虛、智慧而且魅力十足。他也寫了很多關於爪哇文化的好文章。那時我在東爪哇的一個小鄉村待了一段時間研究民俗舞蹈，認識裡面的人與舞蹈，第一次從生活的面向看舞蹈，原來舞蹈就是為了生活，人、舞、生活是不可分割的。(Anastasia 2021 年 4 月 23 日)

第二位是 Siti Sutiyah 女士。Sutiyah 是一位日惹的教育家，他的許多學生都成為優秀的舞者。他已逝的前夫 Romo Sasminto 更是寫書、辦學的舞蹈教育大師。那時 Melati 念碩士，從大學時接觸過的舞蹈人類學、舞蹈民族學、舞蹈歷史學、舞蹈特徵等，進入到西方哲學思想中的馬克思主義、解構……對舞蹈的理解擴及到社會、文化建構的層面。

讀了這麼多書，我又回去跳舞，在 Sutiyah 私人學校跟他一對一學習。Sutiyah 教會我看見細節，去覺知自己的身體。不是去看別人怎麼做，也不是為了跟別人比較而做出身體的樣態，最重要也最難的就是感受自己而不是跟人比較。所以不需

⁶³ 日惹地區的宮殿有兩處，日惹皇宮 (Kraton Yogyakarta) 與帕庫阿拉曼宮 (Pura Paku Alaman)，Melati 所指的小宮廷為後者，前者為現任日惹蘇丹居所 (大宮廷)。

要鏡子，不能靠錄像，那些都是干擾！重點不是你展現的樣態與造型，而是你自己。老師來調整固定你的時候，你要記住身體的感覺，先記住那個感覺而不是細節，先能察覺對的甚至是錯的感覺，然後花時間去記住那個對的感覺。完全靠老師，沒有老師我會迷路，會真不知該怎辦。（Anastasia 2020 年 9 月 16 日、2021 年 4 月 23 日）

最後 Melati 感謝了自己在 Sanata Pharma University Jogja 當研究生時代的指導老師 St. Sunardi 先生與協同指導的 Bambang Pudjasworo 先生。前者協助 Melati 統整了哲學思想理論，訓練其組織演講的能力；後者則是一位優秀的宮廷舞者，幫忙 Melati 連結了跳舞練習與理論論述。

細嚼自己的學習歷程，再分析自己臺灣的教學經驗，Melati 的角色從學生變成了老師。「Ibu Sutiya 強調要放棄鏡子和錄影帶去找到身體的覺知，我也是這樣教導臺灣的學生（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）！」。不只對臺灣學生，他說這對印尼學生也同樣非常困擾，一開始，方向、動作都一團混亂！「所以學 *srimpi* 整個過程就是在找尋自己：方位、動作、身體感。」他強調過程經驗非常重要，在動作中迷路，也在動作中找到路，這才有興趣（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）。

臺灣的學生中，Melati 特別提到了舞蹈素人佩蓉同學：「雖然他不能記住並做出細節，但他用盡各種方式學，非常努力，每天練習。我知道而且看得見他的進步。這就是爪哇舞的感覺與精神……所以我邀約他在 2019 臺灣的印尼國慶晚宴中與我同台演出（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）。」在訪談的過程中，Melati 一再提及自己尊敬佩蓉的學習態度，也一直強調那個過程與精神符合爪哇價值。我透過 Melati 感受到佩蓉的心路歷程，就比較能理解佩蓉之所以能被宮廷舞改變的理由了！「你如何移動？你如何做自己？你如何為自己？無論別人說甚麼，為自己而動！佩蓉正是這樣，他就是不斷地為自己工作而不是為了上台表演（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）。Melati 說到在宮廷中，要讓自己變更好，就是要用自己的身體不斷不斷練習：文化、舞蹈、為人。沒有終止，只有更好，因為人永遠沒有最好最完美的狀態，所以「成為一個更好的舞者」或是「成為一個更好的人」永遠是一個過程，而不會變成一個結果（Anastasia 2021 年 4 月 23 日）。

作為一個老師，Melati 再說到在臺大的課堂內的觀察：學生同時學習甘美朗、舞蹈、爪哇表演藝術理論，很多事才能慢慢內化與體現。但先決條件是：學生一定要先拋開之前的經驗，從最基本的慢慢練習，慢慢累積出來。Melati 說到自己從小學習梭羅的民俗舞，日後開始學日惹宮廷舞後，兩地舞風相似又相異，更難全部打掉重練。心態很重要，不能急也不能求快速進步，而且要虛心的緊跟著老師。就像舞者每次演出前都必須經歷清理、淨化、齋戒的過程（Anastasia 2021 年 4 月 24 日、田野筆記 2020 年 10 月 5 日）。

最後和 Melati 討論到了 *rasa*。他舉來自印度的修行法門 Vipassana⁶⁴（內觀靜坐）為例：表演是這個修行的表面，修行才是本體。所以不是展演自己，是用修行的心態，身體或精神上，去接近、更接近那個角色的境界，去找到那個 *rasa*。他說：

rasa 是味道、感覺……再更上一層的意思是去「理解」別人，理解他人真正的需要或幫助。就藝術而言，就是你能否理解然後進入你的角色。在不同的作品中有不同的角色，你要呈現的不是你自己而是那個角色，如何用方法去變成那個角色？需要透過不斷的練習，不是用想的而是用做的—用我們的身體。當你一直練習就有可能超越原有的自己，進入那個角色，即 *rasa*。那是一個歷程而不是一個瞬間。所以 *rasa* 的降臨無法估算，也因人而異，很個人的，無法比較的。有一種「悟」或「開啟」的概念。藝術是，與人的關係也是，當你達到那個 *rasa* 你自己會知道，大家都會知道。（Anastasia 2021 年 4 月 24 日）

「How to aware of your movement more? to aware energy through the body? It's a journey of endless.」Melati 強調了很多次，「經由舞蹈歷練出來一種溫和的個性，然能體貼與寬容別人，深入心靈才能在舞蹈中釋放（Anastasia 2021 年 5 月 8 日）」。隨著我自己經歷這個舞蹈的學習的歷程，隨著我對爪哇宮廷舞與 Melati 多一點又一點的認識，我慢慢可以理解在第一堂課中，為什麼感覺如此優美—舞，還有人。

（二）從認識自己到尋得 *rasa* 的正確道路—Yuniar Indrihapsari

在 2020 年 11 月，中研院演出前的彩排，Melati 帶著包著頭巾的 Yuniar Indrihapsari（以下簡稱 Indri）來到現場。在舞者完整跳完一次之後，Indri 給每個舞者個別性的意見與指導。我在一旁很佩服這位高手的指示，如此精確而溫柔！經由 Melati 介紹，才知他也是宮廷舞者（Ngayogyakarta Hadiningrat Palace，即日惹皇宮 Kraton Yogyakarta）。Indri 現在在國立臺灣科技大學攻讀資訊管理博士，來臺之前他在 Universitas Negeri Yogyakarta 擔任講師，教授電機工程。跟他聊及他的舞蹈人生時，他比我還興奮。

我姊姊從小有自閉傾向，我父母用各種方法，試著讓他能跟其他人一起學習：繪畫、歌唱、舞蹈……最後姊姊選擇跳舞。那時他大概 6—7 歲，我 3 歲，我們就開

⁶⁴ Vipassana 內觀，是印度冥想的技巧之一，藉由觀息、觀身來提升專注力，後得以觀心，從內到外洞察並淨化自身。Satya Narayan Goenka 師承 Sayagyi U Ba Khin，並於 1969 年定居印度後，開始傳授內觀禪修技巧—普世的、非宗教的。承襲 Goenka 的指導，世界各地成立內觀中心相繼成立，臺灣在台中、高雄、嘉義三處設有內觀中心。參考網路資源 <https://www.dhamma.org/zh-HANT/index>

始一起學跳舞。一開始學巴里島舞蹈，那是一套設計給小朋友學習的課程，非常有趣；接下來學爪哇舞，先梭羅再日惹；然後開始學日惹宮廷舞蹈。我很喜歡，到今天都是。(Yuniar 2020 年 11 月 12 日)

Indri 興奮的說到姐姐從小就是一位常常在比賽中拿冠軍的優秀舞者，跳舞之後，與人的相處也變得沒有障礙。姊妹倆很少討論舞蹈但常一起練舞，「跳不好會被姊姊罵！」他笑說，「姊姊很有天分，我則是很喜歡跳舞！」。與 Melati 不同的是，Indri 持續在民間私人舞蹈學校學習，沒有間斷但並沒有接受過學校體制內的舞蹈教育訓練，學過的舞蹈種類較少，形式也比較聚焦在宮廷。

被詢問到身為一位穆斯林，從學習、著裝、到展演會不會受到限制？Indri 毫不猶豫地搖頭：

我父母認為：宗教歸宗教，文化歸文化。如果從宗教立場，我不能跳任何舞；但我愛我的文化，我不為男人表演，我為我自己、為舞蹈的高貴、美麗而表演，那些都是爪哇文化啊！。所以在舞台上我是舞者，在生活中我是穆斯林，家庭是支持我的。也是有人批評我們沒有遵守宗教規定，但我覺得那是他的問題，不是我的問題，批評的人他們也喜歡看表演啊！

再說回舞蹈本身，Indri 再度興奮起來：「我喜歡日惹風格，很平靜，像是在做瑜珈，讓你慢、讓你急躁、放鬆（相對來說，梭羅的比較快）。一開始對我來說非常困難，但是我辦到了(Yuniar 2020 年 11 月 12 日)」。Indri 說自己會去了解每一齣舞的故事和角色，因為自己要說故事給觀眾聽和看。學習、看書、請教老師……他強調這些都非常重要。「那是靈魂！」他說。「如果我不夠了解我跳的角色，沒有靈魂，我不可能表現出 *rasa*。所以要花很多力氣和時間」。他說自己大概在 17 歲之後，每一場演出都伴隨著靈魂，「可能是因為我長大了。我小時候就知道長大後才會經歷這些-前輩有說。自己經歷後發現其實要很努力、對角色很了解之後才能感受 *rasa* (Yuniar 2020 年 11 月 12 日)」。Indri 非常喜歡 *Tari Golek Menak*⁶⁵中爪哇公主與中國公主戰鬥橋段，自己也對其中的角色多經揣摩。

對我來說 *golek* 舞蹈型態比較活潑，會讓我更有感。我不是高貴優雅型的。像

⁶⁵ *Golek*，木偶；*Wayang Golek Menak* 是源自西瓜哇，是一種用巽他語演出的木偶戲；*Tari Golek Menak* 這舞蹈作品集來自此偶戲概念，由日惹蘇丹 Sri Sultan Hamengku Buwono IX 在觀看了 *Wayang Golek Menak* 表演後，所號召進行的集體創作舞劇。舞蹈原型的是木偶的身體，所以舞者的身體不能有太多的轉動，但得表現出劇中活潑、打鬥的角色，網路資料 https://id.wikipedia.org/wiki/Tari_Golek_Menak。

Melati 就是高貴型，適合 *Srimpi* 和 *Bedhaya*。我也能跳 *Srimpi* 和 *Bedhaya*，但是從看自己的錄影帶就發現氣質沒那麼融入，這都是感覺得出來的。如果人和角色個性吻合，就更容易找到 *rasa*。

golek 的 *rasa* 是什麼呢？它進行的速度很快，除了打鬥，還要俏皮、自戀，另外還要一直補妝、一直想著別人在看你，別人會愛上你……另外一首 *Sekar Pudyastuti*⁶⁶，也是 *golek* 型態的舞蹈，也就要覺得自己很漂亮、像花一樣，讓大家覺得妳很漂亮，然後你就會陷入一種愛戀的感覺。（Yuniar 2020 年 11 月 12 日）

既然談到了 *rasa*，Indri 就比較嚴肅的說到對於舞蹈的態度：「就是不斷練習，從別人的回饋中一直察覺自己；不斷練習，全心的百分之百的態度」。他說到在宮廷中的老師們和宮廷合作，訓練宮廷成員或舞者。老師們都很挑剔，對宮廷舞者的標準很高，包含動作質感、衣著標準等。舞者的壓力會非常大，因為老師壓力也非常大。但 Indri 覺得對自己的高要求，才是正確的道路：

那些困難對我來說覺得非常有趣……雖然為了練 *Golek Menak* 裡的中國公主，我整個腳都被磨傷，還是要持續練習……但很多來學習的人，只是想表演，沒有嚴格要求自己，所以很少人會有大幅進步，我覺得他們沒有在正確的道路上。

現在我在臺灣教印尼各地的民俗舞蹈⁶⁷，因為舞蹈本身常常處於一個身體不平衡、重量分佈不均的狀態，所以學生身體常常過度彎曲或變形。如果身體體態是對的，就是那個舞蹈；但如果只有手腳對，身體的形狀不對，就不是那個舞蹈。我自己學習過程中，老師不斷碰觸我，把我調整到對的位置；我現在也是一再調整學生身體到對的位置。學習者必須去「感覺」到對的位置，然後把它記住。這必須透過非常努力，那才是正確的道路！（Yuniar 2020 年 11 月 12 日）

Indri 和 Melati 曾討論過，如果有適當的場合與時機，希望能在臺灣一起表演「正確的舞蹈」—符合爪哇宮廷舞精神的、經過非常努力後呈現的。「這個正確的道路會慢慢改變一個人，變得不那麼容易急躁、動怒。從小到大，我覺得自己有改變，身邊的許多跳舞的朋友也都變了！（Yuniar 2020 年 11 月 12 日）」

⁶⁶ *Sekar Pudyastuti* 為日惹經典宮廷舞蹈，由資深蘇丹宮廷舞蹈家 Sasmiinta Mardawa 編舞，他亦是此曲的甘美朗音樂作曲家。*Sekar Pudyastuti* 創作於 1979 年，是一首救贖之頌歌。以詞源來說，*sekar* 意為花朵、美貌、女性、歌曲；*pudyastuti* 意為崇拜及對神的讚美。與舞蹈相配的甘美朗音樂為 *Ladrang Mugi Rahaya*，意思是對平安及富裕生活的期盼與希望（摘錄自臺灣大學 NO.236 文學院音樂會演出說明）。

⁶⁷ Indri 曾擔任臺灣科技大學的印尼學生協會（NTUST-ISA）文化藝術主持人，並在臺灣印尼社群中教授印尼民俗舞蹈。

（三）透過內外的連結使表演者「身心合一」的教學取徑—林雅嵐

我曾在梭羅學過一支舞蹈，已經忘記舞步，只記得很累，流汗、陽光、樹影、老師的表情、粉紅色的磁磚、我不斷的想念它，美好的感覺。……巴里島黃昏的昏黃讓人放鬆。樹搖、風輕、學習環境和自然的連結強，身體的覺知與在一個靜止真空狀態的教室裡很不一樣。（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）

說到爪哇、爪哇人；巴里島、巴里島人，雅嵐先回憶了在當地學舞，身體在自然流動中流動的美好經驗。

雅嵐現任臺北藝術大學舞蹈系教師。他就讀北藝大舞蹈系期間，除了芭蕾現代，他經歷京劇武功、旦行、崑曲等訓練；2002 年大學畢業後就進江之翠劇團學南管、梨園戲並參與製作；2004 年自北藝大舞蹈表演研究所畢業後，即赴日本學舞蹈⁶⁸，並於 2006 年在江之翠跟日本舞蹈聯合製作《朱文走鬼》中，飾演一粒金一角。2007 年，透過 ACC 贊助，再經由北藝大舞蹈老師 Sal Murgiyanto 的安排，雅嵐同江之翠劇場團長周逸昌與數位團員，赴爪哇日惹與梭羅學習宮廷舞，也結識許多在地藝術家，隔年亦在應江之翠之邀來台，日惹 Sudiyah 女士的工作坊擔任示範演出。雅嵐自研究所時期開始，就跟著 Endang Nrangwesti 老師（Sal Murgiyanto 老師的太太，當時亦在北藝大舞蹈系任教）學巴里島舞蹈，現在自己也在北藝大舞蹈系教授巴里島舞蹈的課程。此外，雅嵐曾與歐丁劇場⁶⁹大師 Eugenio Barba 先生多次交流，經由東方和西方的路徑，探索身心。

雅嵐提出了自己從學生到老師，那個回到自己，找到「身心合一」狀態的體驗與營造：

學舞蹈是透過身體來認識自己或這個世界，過程中，我發現自己是容易靜下來的人……我遇到的老師不只是在教動作，而是在教做人。跟了李柏君老師上了七年的京劇武功課，每一堂課前，學生們以老師為中心，排成門字型講話，站定聽話的過程中是為了讓大家定下來準備好，整個課程幾乎在無聲中進行，沒有音樂和

⁶⁸ 行政院文化建設委員會九十三年度文化創意產業人才出國進修及交流計畫由江之翠劇場所提之「傳統與現代、臺灣與日本—文化交流激盪下的創意產業」。林雅嵐自 93 年 11 月 16 日起至 12 月 28 日止前往日本巴靜嶺與白桃房舞團（TOMOE SHIZUNE & HAKUTOBO）學習，摘錄自林雅嵐「巴靜嶺與白桃房舞團」舞蹈訓練—文化交流與激盪出國報告書。

⁶⁹ Odin Teatret 為設在丹麥的前衛劇場，由 Eugenio Barba 於 1964 年成立，爾後陸續成立了國際戲劇人類學學院（ISTA, the International School of Theatre Anthropology）與戲劇實驗室研究中心（CTLs, Centre for Theatre Laboratory Studies），舉辦具有理論和實踐性質的會議和交流，並發起關於劇院實驗室的研討會和會議，將其作為一個創造性的專業和理論環境。Eugenio Barba 曾於 2009 年受國立臺北藝術大學戲劇學系的邀請，擔任大師班講座教授；也與 Nicola Savarese 和著了劇場人類學辭典（A Dictionary of Theatre Anthropology The Secret Art of the Performer）。摘錄自網路資源 https://en.wikipedia.org/wiki/Odin_Teatret；<http://admin.video.tnua.edu.tw/media/show/id/848/view/a>

太多語言，只有簡單指令。老師說：花腔亂俗耳。安靜，學生才能專注、覺察自己。

周逸昌老師強調：要多一些內在。舞蹈、爪哇宮廷舞也是這個概念。對身體的詮釋開始是跟著老師，繼續多年，熟到體會，再融入人生經驗然後表現出來，自己的東西會出來。也是某一種程度的身心合一。（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）

挑戰這種合一與覺知，雅嵐強調了舞蹈，在他的出國報告中記述在日本舞蹈身體訓練的課程中，如何打破「人」這個根深概念，經由心到身的想像、延伸與實踐，用身心一同去呈現「蒲公英」、「孔雀」、「放射線」、「渦」、「牆」……的質感。「心好累！」、「發現自己怎麼那麼沒感知力！」、「……每次下課都有重生的感覺（2020 游富凱）！」他說。這樣向內的探索讓他重新看傳統、看自己、看教學。「身心連結」從學舞蹈就有感，雅嵐覺得爪哇宮廷的傳統身體訓練也是這個價值，但又是另一條路徑：

有一個關鍵是放鬆，放鬆之後你才能從很多面向關注……弦外之音才會被聽見……跟 Sudiyah 學習時，當地的同學要我不記，流動最重要，自然而然有一天就會了。聽他這樣說，我的身體就鬆開了，音樂一下，跟著老師，我的身體就能自己執行……印尼老師不會告訴你要關注甚麼，然後你就會連結你的生命經驗去找到你的關注點，那個關注點就是你最擅長的，或許是頭、或手勢、或腳步、或脊椎，之後你若有餘力再自行做更多連結，慢慢形成連動的整體。如果老師一開始就點出該注意甚麼，你可能必須從你最不擅長的開始，就很難放鬆……做十年，當你的身體變成整體時，更鬆了，自然做得出來，你的輕鬆自在，帶給你彈性，會讓你呈現出你的東西，那就是獨一無二的！（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）

透過豐富的身體經驗與訓練，對「身心合一」與「鬆的呈現」的歷經與更多發覺，雅嵐的關注來到當下他身為老師的課堂：

現在對我來說，學生的狀態比他的動作正確與否重要。舞蹈系學生記動作很快，但氣質不一定對，所以我從狀態切入，尋一種方法做實驗……發現他們狀態調整好了，就能做得到。有一些方法，讓腦袋放棄時，身體就能執行。譬如即興創作的練習，同學在我面前邊跳邊編，邊編邊跳一陣子，當他心情放鬆之後，不再刻意編舞之後，跳得最好看。沒擔心、沒意圖，方能覺察與專注；不想之後，身體流才會出現；意識鬆掉，自在呈現最美，就是當下。（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）

試著把學生內在東西喚出、從放鬆到精熟再到放鬆、連動、去建構身心合一的當下—這是雅嵐正在做的教學與研究，「傳統的訓練方式可能需要十年，我現在試著看能否先試著把他們內在東西喚出，接下來的動作訓練當就當作是一種檢視（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）」。他說，所以他非常能理解我的爪哇宮廷舞學習心得：心裡放棄記住之後，身體就能跟隨老師。除了赴印尼學習，雅嵐也多次接待印尼來的老師，他與現在 40-50 歲的老師比較熟。談到那些老師，「他們的不主動是很強烈的！他們不太會爭甚麼，就接受，讓我覺得溫暖（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）」。雅嵐覺得那種不爭也可以被定義是一種鬆，也是一種舒服的狀態，和他們所呈現的舞蹈相呼應，也呼應了這些老師的生活與藝術鑲嵌後所表現的氣質。

然自己心裏的東西如何被喚醒？學生心裏的東西如何被喚醒？身體經驗與人生經驗告訴雅嵐：一再的學習，也是一再的整理自己：

.....現代舞是美國的脈絡、戲曲是中國的、芭蕾舞是歐洲的、爪哇宮廷舞又是另一套.....模仿過程中體驗文化帶來的.....歐丁劇場的訓練告訴我，去除掉文化的符碼之後，身體還是身體，身體怎樣使用、學習跳出不一樣的東西.....我不覺得是在跨文化，就只是學新的東西！只要學新的東西，都要先清空自己，藉此更認識自己。（林雅嵐 2020 年 11 月 17 日）

三、觀

在協助準備演出與自己演出的田野工作中，穿梭於台上與台下之間的我，時而是舞者，時而是工作人員，時而就是個觀眾。身為工作人員，在與舞者經歷繁複準備過程的同時，我窺見爪哇宮廷規定的嚴謹與繁複；身為觀眾，我進入到一個有別於舞者的空間，也經歷一段不同於舞者的身體經驗。舞台與觀眾的關係是交織的。這樣一種一直強調觀照自己的舞蹈又是怎樣的關照觀眾？在臺灣這樣一個對爪哇宮廷舞陌生的環境，現場觀眾感受到了甚麼？

「所為何動？」友雅（我大學同學）問、我家人問；「舞者觀照自己的同時，是否能夠為觀眾量身訂做？」筱竺（舞者之一）問；「只有身在其中的人能有感受吧？我感受到舞者們有強烈的感受，但我不知道那是甚麼！」玉玲（和我一起跳世界民俗舞蹈的朋友）問；「台上與台下的人都要心情平靜，好像感覺才會發生」惠青（我的同事）說；「同時身為舞者與觀者，我怎樣看見自己？」我問。

在此，先從協助演出幕後工作人員的角度，記錄我所看見的「後台」，再藉由我自己身為觀眾的經驗與其他觀眾的經驗分享，從舞台之外的視角去觀看，探索舞者向內追求的力量能否反照到觀眾席之上？又給了觀眾甚麼力量？

（一）著裝

2020 年 10 月 4 日臺博南門園區小白宮，Melati、婉昭展演 *Sekar pudyastuti* 前，我幫忙二位著裝。眼見兩位從中型行李箱裡拿出林林總總擺了滿桌：從頭到腳的配件、服飾，和自己的化妝品。我有點緊張，不知如何下手幫忙。幫他們買了兩杯咖啡，他們也各自為自己打好底妝後，我想到課堂上 Melati 說：It will be nothing to do if we do not take practice by yourself. 本著這體現的精神，我決定拿起那些不知名的小裝飾，藉由正確的固定在兩位舞者的身上，來認識閃亮的它們。

飾品由皮革製成，上面以薄金屬做出各種裝飾造型，有頭環、插在頭環正前方鳥飾羽毛、黑色髮片、耳掛飾、耳環、髮包、頭花、步搖、髮插、項鍊；服裝為背心（黑、藍、紅）、*jarik*（一塊長方形染布，穿戴時圍成舞者的長裙）、*sampur*（綁在腰間的長巾）、皮製腰帶（固定 *sampur*，但上下緣都要讓其露出）。

為了能讓那繁多的頭飾能插在頭髮上，有時還需要戴假髮頭包固定在後腦勺。當婉昭把頭髮向後梳好、頭包綁好、用髮網套起後，我先幫他將頭環帶正，就開始幫他上頭飾，分前、後兩部分。頭飾的尾端成二或三叉狀，好插入頭髮中固定。我因為擔心叉到頭皮，下手不敢太重，結果髮飾搖搖晃晃固定不了；要不就是插入的方位不夠準，呈現不出裝飾效果；而當我決定一不作二不休……瞬間讓婉昭痛得哇哇大叫。結果我自己緊張得滿身大汗！一次又一次試驗後，總算勉強完成。上了頭飾還得用大頭針固定上假花：太鬆有掉落

的危險，太緊則僵硬不好看……又是一團手忙腳亂。接下來在雙鬢貼上髮片，再將精靈耳飾掛在耳朵上，髮片與耳飾置放的相對位置會因人的臉形不同而不同，耳朵的厚薄也會影響耳飾擺置的方式，總之不能鬆也不能緊到舞者覺得太痛，還要讓舞者從臉到頸到肩呈現出線條順暢又華麗的美感……Melati 在一旁指導，也同步大致將自己的頭飾定位，我只幫他調整了頭花的部分。

穿衣服又是另一項講究的工程。先將 *jarik* 圍住腰以下的部分，確認長度定要過腳踝，腳踝不能露出，布的內層也不能露出。其上斜紋圖案方向必須由舞者自己的右腰為起始點，斜至左下到左腳：這是宮廷專屬記號，一定要確認正確。（反之，跳民俗舞，*jarik* 的斜紋方向則要反過來，嚴禁與宮廷相同），若 *jarik* 上有鳥的圖案，其翅膀羽毛方向必須朝上。圖案方位確認後，先將 *jarik* 將身體圍住，多出來的布，自右蓋至左腰，在左腰折三折垂下，最下一折要長過左膝，布邊朝後。最後用繩將 *jarik* 綁穩在腰間，再套上寬版束腰完全固定。接著穿背心，背心表層是絨布，上面縫滿金屬綴飾，很重。穿上後，胸前開襟必須右上左下扣上，領邊才能往左下銜接 *jarik* 的圖案的方向，一路從胸延伸到地板。接下來，在背心外腰際先綁上 *sampur*，再用硬皮做的金黃色腰帶固定，注意腰帶不能完全蓋住 *sampur*，腰帶的上下緣都要露出被壓在下面的 *sampur*。

最後，戴上臂環、耳環、頭上的粉紅羽毛，塗好指甲油（最好在家事先完成）整體就完成。從 9 點忙到 11 點。我懷疑如果我是舞者，打理完這一切，我還有心力跳舞嗎？Melati 看見我笨手笨腳滿頭大汗，笑笑說：在正式宮廷演出前，每一位舞者，會有兩位專屬的穿衣師，化妝則是另外有人員負責，很早就要開始準備。舞者演出前只要保持心情平靜，這個是非常重要的！

記得我最早的著裝演出是於 2019 年 6 月 23 日在臺北臺灣當代文化實驗場 C-lab。演出前一週（那一場我是舞者），Melati 提醒我們表演前一天（本來是說三天）不要自己也不要一起練習，當天一定要早一點來準備。演出前的平靜很重要。還記得那天來自日惹，唯一的男舞者 Robert 帮大家梳爪哇女性傳統髮型：用填充物將頭前緣墊高、後髻梳成一個大髮包，稱作 *sanggulan* 或 *gelungan*（林佑貞 2019：64）（見圖 11：頁 42）。一個一個輪流梳，非常專業且費工耗時，但在演出當下，傳統大包包頭真的讓舞者流露出一種貴族的氣質—即使是在臺灣一個小小的實驗劇場空間。那次演出前還發生了一件事，我們買的 *jarik* 圖案印反了，為了同時遵守斜紋方向自舞者的右腰到左踝、鳥翅膀朝上的規定，大家只好將 *jarik* 反面穿。因為買的 *jarik* 是印染，反面光澤黯淡、彩度不足（若是蠟染布 *kain*，正反面彩度光澤相同），但宮廷禮儀規定至上，也只好屈就。

在 2020 年 11 月 23 日中研院演出前一周的裝備檢查工作，除了基本服飾，包含背心、*jarik*、*sampur*、護腰之外，婉昭在 line 群組上提醒大家確認配件：

- 1.劍 Kris
- 2.皮製頭圍 Leather Head circle
- 3.步搖 Gold flower x5
- 4.三角髮釵 Gold Triangle x1
- 5.精靈耳 Leather Ear x2
- 6.耳環 Earrings x2
- 7.短簪花 Flower Center x1
- 8.長簪花 Flower side x2
- 9.髮包 Hair bond x1

11 月 16 日我和婉昭、彥希、尹真一起在壹玖空間盤點了 2 個小時，確認了還沒補齊的地方，還得將額前羽毛拿去換成金黃色。Melati 提醒每一位舞者必須保管好自己的裝備。三天後在臺大普通教學館 506 教室中，最後一次清點、定裝、總彩，佑貞與亦修也都加入參與。我幫舞者裝扮的技巧也持續熟練中。道具增加了劍與手環，我之前練習或表演 *srimpi* 時沒有戴手環，劍則是將 *sampur* 反摺代替。這兩個物件都會影響舞者們手部的動作，很多的手部動作就需要重新適應與練習。Melati 為大

家做最後定裝，從眼影的顏色到眼睫毛的狀態……每個細節都一一確認。

11 月 23 日於中央研究院學術活動中心正式演出，後台是二樓的廚房，演出前 4 小時就先集合，大家在凌亂的空間中佈置自己的妝台，我也是想辦法讓自己立刻開始進入工作狀態。覺得自己協助著裝的速度變快，隨著每位舞者頭型不同、臉型不同、髮量不同，自己可以迅速定位，那個經驗，就是靠身體感覺，沒有絕對標準和步驟的。雖然沒有宮廷的



圖 18：Srimpi Pandhelori 頭飾及腰帶的固定方式與完整定裝
(陳彥希、Melati 示範；麥菁菁拍攝)

專業著裝師與化妝師，透過相互幫忙，多次的彩排與著裝練習，讓大家在正式演出中，從容上陣，順利演出。

後來在 12 月 11 號臺大文學院大堂的臨時演出，因為自己是 *Sari Kusuma* 的舞者，又沒有演出前的定妝彩排，再加上當天準備時間非常匆忙，結果自己沒辦法弄好自己，幫別人做出的品質也不好，心浮氣躁的就匆忙上陣。上台後，不出所料，因為自己心情浮動，加上現場音響效果不好一直聽不清楚音樂，覺得自己的 *Sari Kusuma* 就在混沌與草率中結束。

有別於後台與舞台，在觀眾席上又是另一番風景，透過和兩位觀眾的角度、自身的角度、其他舞者的角度、觀看影片者的角度，從觀眾席來檢視舞者在幕後所經歷的一切。

（二）看見「不動的重量與力量」-蕭賢明

我邀請賢明參加 2020 年 10 月 3 日在臺博館南門園區舉辦，「爪哇傳統宮廷舞與爪哇文化中的哲學」工作坊。其中有 Melati 的演講和 *Srimpi Pandhelori* 的示範演出（Melati、婉昭、佩蓉和我）。

我：在那 20 分鐘的演出中，你印象最深刻的是哪一個部分？

賢明：音樂開始後 2 分鐘，你們站在準備出場的位置，不動。你們的動作就是不動，把不動當作動作，靜止成了最重要的動作。那個站著的姿態、那個穩定感……那時我感覺：靜止好像可以更勝於流動！其實，你們在哪裡舞台就在哪裡，所以你們一出現，即使沒有音樂、即使不動、表演已經開始了！

我：那個部分是讓舞者準備好，也帶領觀眾準備好，原來不動的力量那樣有威力。

賢明：如同閱兵，所有不動的標兵都能帶給觀眾感受，不動就是展演的一部份。

想問一下，啟動的那一刻，由誰帶領呢？

我：音樂。（蕭賢明 2020 年 10 月 5 日）

賢明在臺東生活美學館擔任秘書一職，也在臺東救國團教授薩克斯風。多年的藝文活動籌辦與音樂教學的經驗，讓他很快發現那個對我來說很具挑戰的「不動」，他也在第一次看 *Srimpi Pandhelori* 演出時就發現甘美朗中有小喇叭的聲音—那是我自始至今都無法察覺的。賢明說到：「西方音樂是齒輪的組合，每一齒都需卡位正確。但這個音樂舞蹈像凸輪，一段音樂對位一段動作段，還帶動一段感覺……像走山路挑水般，不只有一種韻律，還融在一種情境當中（蕭賢明 2020 年 10 月 5 日）」。

大部分的觀眾所辨識，但舞者「經由音樂，從靜止到被帶領入場的那種神聖性」明確的感受到了。

我： 整個演出過程你覺得舒服嗎？你覺得舞者享受嗎？

賢明： 很像在爬山。很累、很慢、很有重量感，演出過程是，你們慢步出場後更是，那時好希望不要結束，讓這種感覺延續下去。

這個演出很適合眯眼看，會產生一種催眠感、朦朧感讓我被迫降速……過程中很想效法舞者的心無旁騖……最後我真的不太知道明確時間或空間，反而更能心無旁騖的在音樂與舞蹈上……覺得自己被帶領進入一種狀態，我覺得舞者好像也處於這樣的狀態。

印象中的影像，好像是將鳥的舞動影片慢速撥放，有一種不驚擾世界秩序的節奏。又像道教科儀，簡單反覆不停的音樂帶領進入一種狀態，不同人進入這樣的群體即被領導進入相同狀態，觀眾與舞者都是……（蕭賢明 2020 年 10 月 5 日）

談到舞者的肢體，賢明好奇舞者的腳到底做了甚麼動作，因為 *jarik* 蓋住腳踝，所以他看不清楚。上半身的動作則讓賢明想到了布袋戲偶。

賢明：在原地擺動長巾時，你們的腳有動嗎？

我：一直不斷地在轉換重心。你看不見腳，但腳的位置和重心擺對，身體結構才是對的，否則身體會扭曲變形，不會是如你所見的那個樣子。像鴨子划水，我們狀似優雅其實腳下功夫辛苦，舞者一直在尋找平衡，很費力。

賢明：你們的身體很像布袋戲偶，只有四肢微動，微動中有一種不動的力量在內部控制著平衡，表面上不著痕跡。感覺得出你們在爬山，但見似輕鬆，如履平地。（蕭賢明 2020 年 10 月 5 日）

關於舞蹈整體呈現，賢明主動提出關於舞台上四位舞者之間相對位置的關係，帶給他的感覺與想法。

賢明：四人兩兩之間，不斷左右前後換位，正反正反，有太極兩儀四相運轉之感，四人間好像沒有強弱與次強弱的分別，同步中有一種規律和規律的改變，

大家似乎有一種共同想要達成的目的。但總覺得你們的表演不是要給我們看的。你們有意識到觀眾嗎？你們四人之間有像打麻將時的相互感應嗎？這四人中有領導者嗎？

我：在爪哇宮廷中曾進行過 4 小時的表演，那真的要入定到不能注意觀眾吧！？
我們四個人相互影響很大，跟你對舞的人、另一組舞者、都會影響整個流動，然後再回來影響到自己的身體流動。所以雖然沒有特定的領導者，我的表現也會因共舞者是誰而受到極大影響。

賢明：你們看似動的靜，看似靜的動。最高層次是觀眾隨你們一起入定吧？！。
（蕭賢明 2020 年 10 月 5 日）

我沒有回答賢明全部的問題，因為那時我的舞技與對宮廷舞的了解都不足。閱讀更多的文獻之後，明白了二元之間的征戰與勢均力敵的確是 *Srimpi Pandhlori* 宇宙觀中的一個核心，它也明確地被賢明感受到。至於舞者的「入定」與帶領觀眾「入定」的境界，無論是身為舞者或觀眾所感受到的 *rasa*，亦是我所期待經歷的。

（三）感受到「羈絆中的細緻、控制裡的放鬆」後的反思-郭玟玟

玟玟是我在臺北市重慶國中的同事，也受我之邀參加了 2020 年 10 月 3 日在臺博館南門園區舉辦的爪哇傳統宮廷舞與爪哇文化哲學工作坊。在聽了 Melati 的演講和觀看 *Srimpi Pandhlori* 示範演出之後，玟玟滿心疑問。他的問題在接下來的討論中，幫助我釐清自己在舞台上如何與困難相處的細節；也讓玟玟看見印尼文化中，完全不為他所知的一個面向。玟玟帶領我進入觀眾席，我亦引導他走上舞台。

玟玟：……中途覺得想睡覺，但不是無聊，是放鬆……覺得這個舞蹈就是約束、規矩、規定和限制，而且還有好多我無法理解的含意……但有許多細緻與優雅的地方。譬如腳趾頭向上翹起的那個角度；持裙手勢真是漂亮，柔軟又有力；呼吸保持穩定也是一種美？但好像也很難……感覺一直在控制與放鬆、放鬆與控制，是同步還是輪流？是不是連放鬆都要鍛鍊？Melati 老師看起來好鬆！其他人好像就比較緊繃？

我：開始學習時身體一直處在緊繃狀態，是因為要全神貫注去控制身體的好多好多細節，直到這些形式慢慢變成自己身體的一部份時，我才有能力去注意到哪裡其實可以不用力、可以鬆。譬如持裙，力量要傳到指尖，手腕手指的形要對、要充滿能量，所以末端要有力又不能太用力，太用力就繃住了！而手

臂必須打直卻要能鬆，能量要傳遞過去而不是集中在手臂的感覺。又譬如腳趾上揚除了展現一種形態上的美，我發現那樣可以讓重心著實落到腳掌與腳跟，會更穩。這舞蹈重心常落在單腳，又慢，不符合日常身體習慣，所以肌力需要很強，才能穩定。

玫玫：那個蹲跪看起來很難？

我：被你看出來了！從坐到蹲再到站，然後開始跳舞，中間轉換非常難。蹲跪時臀部不能坐在腳跟上，而是坐在腳跟內側，是虛的，所以核心要非常用力才能保持身體穩定。光這個姿勢定位，就要花很多力氣。一開始我根本無法在這個姿勢上進行舞蹈動作，就是要一直練習，讓身體自然成形，才有餘力在這個蹲跪姿上進行上半身的動作。然後從蹲到站又是另一項挑戰，不能一下子站起來，也不能像老人家那樣小心翼翼地站起，必須配合音樂，控制好核心，速度和型態才會是對的。站起來不只是過程而已，它的質感和美感就是舞蹈的本身。

玫玫：裙子會不會造成干擾？會不會擔心被絆倒？

我：當身體重心夠低沉夠穩定，裙子給我的束縛感達到最大，但也穩穩支撐住了身體。這樣的質感，觀眾不一定察覺得出來，只會覺得美。因為慢，舞者不但能感受到雙腳重心轉移，還能感受到和裙布與裙襞之間的觸感和糾纏程度。其實我一直踩到裙子或長巾 *sampur*，有時將之踩實，有時把它踢開。所以過程中我必須不斷的調整腳、與地板、與布的關係，但並不會覺得困擾。我覺得這是故意的，它的設計就是充滿束縛，你要很慢的把束縛，不是拋開，而是與之同行，卻不被絆倒。

玫玫：所以要先經過極度的鍛鍊才能讓那個自然的能量傳遞，既穩又鬆；還要學會將羈絆化為助力，然後人生才能鬆緊收放自如？我潛意識中覺得這些不可能出自印尼文化？為何我會有這樣大的誤解？臺灣人好像太不瞭解印尼！？不管是庶民文化還是宮廷文化！！那學習這舞蹈改變了你甚麼？

我：謙虛。異文化的學習讓人反思自己是不是都用太單一的角度、固定價值觀在看事情，你感受到的是你小看了印尼文化，我感受到的是這個世界上有人這樣鍛鍊自己的身體？為了學會宮廷舞，我逼自己改掉一些既定的想法與習慣，對身體、舞蹈、音樂，甚至擴及到生活的。

有一位同學佩蓉，從來沒跳過舞就來學宮廷舞，雖挫折但沒有學不好的包袱。他手繪舞譜來穩定心情、來建立對自己身體想像；去找到規則，使自己在面對學舞挫敗時可以不慌不忙。跳舞時能慢慢穩定下來，他的生活步調竟然也就慢了下來。佩蓉的例子，啟動了我研究。（郭玫玫 2020 年 10 月 14 日）

從感受到舞蹈中細緻的美、控制中的鬆、能量的流動、道具的羈絆，玟玟就更好奇：在真正的爪哇宮廷，是如何經由這樣的舞蹈與現場音樂，佈置起莊嚴，並將氛圍渲染？因為我們所任教的臺北市立重慶國中就在臺北孔廟附近，每年的畢業典禮都在孔廟舉行，孔廟的樂生亦由重慶國中的學生擔任，許多學生也在國小時接受過佾生的訓練。所以玟玟自然做了連結：

祭孔的八佾舞也是不斷的在左右換重心，對稱移動，多所限制，框架明顯，有一種莊嚴性，是不是類似宮廷舞？孔廟的環境本來就有一種神聖性，不需要特別叮嚀，吵鬧的學生一進到孔廟就自動降低音量也較能自律。地點似乎很重要？大家一起創造出的音樂與儀式環境更是能感動人，或許爪哇宮廷的環境也是像這樣，沉浸在莊嚴神聖的氛圍之中？（郭玟玟 2020 年 10 月 14 日）

玟玟分享了一位學生的心路歷程。那位同學國小擔任臺北孔廟的佾生（在祭孔大典中負責跳八佾舞），升上國中變成了樂生（孔廟典禮中負責雅樂的樂手）。在當佾生時，他覺得這個儀式舞蹈很枯燥，但也就持續學習。升上國中後，成了樂生，他負責的是晉鼓（古制雅樂樂器中最大的一顆，被安座在高架上的鼓），節奏單一無變化。他開始也覺得無聊，但發現老師一直守著自己。原來晉鼓鼓點就像心臟，只需要穩定；然而最難、最重要的就是持續的穩定！當他發現自己是全場的靈魂之際，同時也意識到自己正在面對一個很深的文化。從樂曲的進行、樂器之間的配合，到身體的進行、佾生之間的配合……他回溯自己從小到大、從佾生到樂生的歷程，漸漸明白了，明白了當初在跳八佾舞時，那個呆版莊嚴、看似無聊卻不斷被要求的身體樣態；那個單調卻不能失序的鼓點……發現自己就在這個莊嚴意義的裡面，他覺得自己好幸運！

四、我觀

（一）從舞者轉化為觀者的初始狀態

2020 年 9 月 15 日，我在旁聽東大兒文所藍劍虹老師兒童人類學的課程後寫下：

孩童沒有經驗包袱，比較能真實客觀的感受。所以人要開發感受力，要讓自己回到初始狀態，讓自己暫時處於「完全不理解」的狀態，才能掙脫經驗包袱，感受力與創造力方能被開發。人類需要不同層次的虛構……人活在自我建構起的真實之中。（麥菁菁 田野筆記 2020 年 9 月 15 日）

現在看來更是有感。從舞台上、舞台下角色的不斷轉換，對舞蹈本身從「完全不理解」的狀態，經由自己的身體實踐、文獻閱讀與一連串的田野工作紀錄，漸漸進入「渾沌」的狀態。然後，大師們引導我：有一天舞蹈進入了你，能量會自然在身體中流動—那就進入到「完全不需要理解」的狀態，美還會更美。真正的開始是清空既有經驗開始，就像回到人的初始狀態，感受力變才能變得非常敏銳。對正在學習宮廷舞中的我與同學皆如此，對於坐在觀眾席、處於「完全不理解」狀態的觀眾亦能透過此路徑來感受。但整個田野過程中，發現這並不容易，大家的生活經驗與對音樂舞蹈的既定想法，對學習與觀看都造成了阻礙。

2019 年 8 月，在臺博館前印尼國慶慶祝活種中，Melati 帶領一群學生表演 *Sekar pudyastuti*。有一位舞者很快地吸引到我的注意力。他的眼神上下左右飄盪，身體自然也難穩定下來，除了體態扭曲，四肢也多了很多自己詮釋的花俏。因為我不會跳 *Sekar pudyastuti*，比照包含 Melati 的其他舞者，那位舞者顯得十分突兀。表演結束後跟其他舞者聊起，方知那位舞者曾經學習過多種類型的舞蹈，在 Melati 的課堂上就對老師的教學法與舞蹈本身多所質疑與批評。許多既定成見，讓他無法被置入爪哇宮廷舞的型態與氣質當中，在舞台上，一目了然。在此，之前的舞蹈經驗對爪哇宮廷舞的學習很可能是包袱，包含學習方法、身體覺知能力、對慢的控制、身體舊慣的干擾、還有那個在舞台上，急於表現自己的心態。回想起日惹宮廷舞蹈理論中，那個核心精神能透過 *rasa*、由舞者的眼神與表情流露，在此得到一個反證。

2020 年 10 月 4 日在協助 Melati 與婉昭於臺博館南門園區的演出之後，我赴國家戲劇院看雲門定光的演出。那場演出舞者需要一邊跳舞一邊發出聲音，替自己的舞臺佈置出音景。表演結束後的座談，編舞者鄭宗龍說到：

動作設計、舞臺設計，要用減法的概念，越簡單的表達需要更精準的詞彙，更純粹，卻能產生更集中的能量……即人在專注於自己到忘我的境界，會讓四周感受到光，這就是「定光」……我會在創作前抄經，使自己進入一種純粹，爾後能放光明。舞者需要用到自己更多的身體，除了肢體，聲帶也要呈現與合作。（麥菁菁 田野筆記 2020 年 10 月 4 日）

負責聲音製作與訓練的張玹則說：「舞者的聲音不一定要準確，但要和諧要有溫度，有個人有堆疊，有分離有聚集。訓練從傾聽開始，傾聽自己、夥伴；傾聽遠、近、上、下。」再回應到宮廷舞學習過程中的專注傾聽：傾聽音樂、傾聽自己、傾聽能量流動—在自身內部與群體相互之間。「減法」像是去除雜念、淨空成見、抽離原態，專注在更單一純粹之上，力行在屏除既有的前提之下。在學習新事物或新文化的時候，人會用「加法」堆疊自己的經驗與能力，卻不自覺讓既有能力與認知形成執念與阻礙，所以我非常認同鄭宗龍的「減法」，去找到新文化中的核心，去找到創作的源頭。

在田野中，我也曾經試著分享宮廷舞的影片給朋友，並請他們回饋。多數人的回應是：在跳甚麼？好像不太有耐心看完全程！以致後來我決定不再透過影片去與他人討論，還是專注在現場的細節。現場威力何在？在我參與所有的演出現場，無論是身為舞者或觀眾，都發現一個相同的現象：舞者慢步離開舞臺，音樂延續一直到停止後，那個莊嚴神聖持續迴盪，時空彷彿瞬間凍結，觀眾屏氣凝神，沒有人拍手，深怕掌聲會就這樣結束了沉浸在這樣氛圍的時空。當我在舞臺上，只要維持住最後一個姿勢與表情，掌聲就不會出現；一旦舞者露出微笑，就像按鈕被啟動，掌聲瞬間響起。在中研院演出的那一場，同步在進行餐會，以為會有碗盤人聲吵雜，殊不知演出那 20 分鐘，與會者似乎定格不動，直到音樂結束，舞者下臺穿越觀眾，幾乎完全消失在觀眾的視線中，掌聲才響起。

觀眾，包含我自己，都感受到從出場到退場，那種緊扣現場觀眾、舞者、音樂的時空界線—臺上臺下、開始結束—被營造得嚴格明確卻又神秘模糊。觀眾席的位置讓我轉換了視角，也提醒我先回到舞者的位置去確定舞蹈的核心與初衷，再坐到觀眾席去享受來自核心精神的純粹，或許更有能力以旁觀者的角度，看清楚正在跳舞的自己。

（二）我見舞蹈中的性別轉換

從 2018 年工作坊第一堂課開始，至 2020 年 12 月台大文學大堂演出（我所參與的最後一場）這段期間，陸續有三位男士參與課程、彩排與演出：劇場工作者芃芃（曾啟芃）、研究音樂的亦修、來自印尼曾在台灣當移工的 Robertus。因為所學所演皆為女子舞蹈，學習、演出與著裝，他們與其他女性舞者規格完全相同，也就自然而然的和我們一同經歷了宮廷女子的訓練與展演。Robertus 的男性身分在女性舞者群中甚至沒有被大部分的觀眾認出

(2019 年 6 月空總 *Srimpi Pandhelori* 演出)。來到 2021 下半年開始，我在線上跟著梭羅 Istana Mangkunegaran 宮廷女舞者 Galuh Sari(Dewi Galuh Sinta Sari)與其丈夫 Danang Pamungkas 陸續學習了 *Gambyong*、*Menak Koncar*、*Tari Lutung*(爪哇猴子舞)，上述三支舞碼分別屬於爪哇宮廷戲劇中 *putri*(女子)、*putra*(陰柔的男子)、*gagah*(陽剛的男子)三種類型的角色。Galuh 和 Danang 分工指導示範，有時 Galuh 會示範 *putra* 或 *gagah*，Danang 也會示範 *putri* 的動作。我開始好奇爪哇宮廷劇場中各角色，能由誰來扮演？男性、女性，或兩者皆可？劇場中的性別角色是否直接對應到社會之中；或者是社會之中對性別的分類反映到了劇場？

在 2022 年 2 月與 Melati 視訊過程中他提及：「每一個人的身體與靈魂都有同時存在男性與女性特質，只是組成的比例不同，或許男性氣質多一些，或許女性氣質多一些……在爪哇社會中，的確反映了劇場中的三個角色」。從與 Melati 的討論，加上這一年半觀看多齣爪哇戲劇的經驗，我見劇場也反映了爪哇社會對人氣質的分類，不必強調男人「一定要像個男人(陽剛氣概)」，男子氣概可以參入女性特質，不同的個體被容許有著不同比例的陰陽特質。至於女性為何沒有被分成「陰柔」與「陽剛」兩類，在 Sunardi 研究東爪哇 Malang 地區戲劇的民族誌中提及：表演男性風格舞蹈的女性，他們的女性氣質很難被掩飾，不易表現出令人信服的男子氣概；反之，男性反串女性風格的舞蹈有時比女性舞者更令人著迷，甚至能提供一種更性感的女性氣質，為觀眾帶來了性的吸引力。以上透露出其社會中女性與男性之間仍存在文化上的差異與階序上的矛盾(Sunardi 2015：329)。Melati 與 Sunardi 的論述透露出劇場中的性別分類顯現了爪哇人對性別與身體美學的觀點，也都值得再進一步研究。

在 Galuh 舉辦的線上演出 *Ndalem Sunartan #5* 裡(2021 年 12 月 11 日)，劇中兩位男性角色(一位 *putra*、一位 *gagah*)皆由女性擔綱。其戲劇創作的音樂源自市井女性一起製作蠟染布 *batik* 時所合唱的祈禱歌(這樣才能讓布匹因受到保佑而呈現最佳狀態)，所以領導創作的 Sri Mangkunegara IV 國王就開始讓女性擔綱起戲劇中兩位主要角色。舊作 *Srimpi Sangupati* 裡的四位女舞者，在與荷蘭人談判宴席的表演中，持酒藏槍，肩負伺機刺殺荷蘭軍官的任務。2022 年新作 *Bedhaya Diradameta* 中，七位男舞者以 *putra*(陰柔的男子)扮相詮釋爪哇與荷蘭之間戰爭的故事(2022 年 4 月 16 日線上演出)，賦予 *Bedhaya*(傳統由 7-9 位女性舞者擔綱，見頁 11 內文)新面貌。以上，宮廷舞舞作或角色，已漸漸不再專屬於特定性別。當我問及男女如何在戲劇中跨性別演出時，Galuh 說：

如果飾演一對情侶，男女就必須與現實狀況相符，不會有反串的現象，要不然無法真正的詮釋愛戀的感覺吧？有些傳統角色譬如摩訶婆羅多 Mahabharata 中的戰士 Arjuna 的個性比較溫柔、猶豫不決，就能由女性擔綱演出。還有，如果角色是動物，譬如猴子，男女都能反串，但像羅摩衍那 Ramayana 裡的猴王 Hanuman 就必定是男性擔綱，因為他不是一般猴子，他是尊貴的修行者。(Galuh 2022 年 2

月 22 日、2022 年 3 月 8 日線上)

Galuh 一直強調情感的詮釋才是選角的最重要關鍵，所以新的創作中，男女界線的規定已經不那麼嚴格。藝術大學舞蹈系的學生各種角色都要學習，到了登台時就要扮演適合個人特質的「劇中人」。當我問及何種狀況男舞者會扮演劇中的女性角色，Galuh 想了很久，說：鬧劇吧！？這答案與上述 Sunardi 的研究結果之間，顯然還有很大對話的空間。

五、小結：爪哇宮廷舞在台灣的呈現與延續

自日惹舞蹈家 Sal Murgiyanto 赴臺任教（1993 年）至今近三十個年頭，也正是印尼新住民在臺灣逐漸建構自身生活型態與民間文化的三十年間，爪哇宮廷藝術一點一滴，透過學院到藝術工作者，再到民間，逐步發酵，但路程非常漫長。在 2020 年 10 月 4 日 Batik and Lurik Festavil 活動現場，眾多印尼社群在面對 Sekar Putyastuti 表演時反映：「從來沒看過！」「這是爪哇的傳統舞蹈喔！？」，遑論臺灣觀眾更是一頭霧水，只問：在跳甚麼呢？隨著越來越多印尼與臺灣的學生、學者、藝術工作者的加入，爪哇的宮廷文化，透過參與者的身體實踐，在民間逐漸被體現。從自身與受訪者的經驗得知，這舞蹈很難被「看」懂，而必須被「跳」出來，體知後再帶領認知去「欣賞與了解」。這樣的學習路徑，對印尼新住民逐漸走向多元化的臺灣社會，亦不失為在不同文化間、同文化不同階級間，跨越與了解的新契機。

透過臺北藝術大學、江之翠劇場、ACC……等眾多前輩的耕耘，我才機會在這裡跳舞、訪談與探究。從對效率的鬆綁（佩蓉）、對身體的開發（婉昭）、對音樂代溝的克服（欣瑜）、對劇場到生活界線的跨越（尹真）、對生命意義的追求（美伎、彥希）、對新文化學習的反身（亦修）、與既有身體技術（蘊嫻）、既有文化的對話（筱筑），甚至到對權力與框架的質疑（如淵），每一位皆透過身體，找到其與宮廷舞蹈的連結。對 Melati 與 Indri 來說，這個連結，多方位滋養了他們的人生，而且還要繼續；在雅嵐與佑貞的劇場與教室中，這個連結開啟了更多的可能，實驗也會持續。坐在台下，原本一無所知的玟玟與賢明，更多的發現了：印尼可以是這樣！？舞蹈可以是這樣！？隨著印尼新住民的多元與生根、時空界線在雲端的消融，台灣與爪哇宮廷文化之間應能開啟更多對話的機會。自此，帶著自己的身體記憶與大家的故事出發，再深探這段旅程的意義。

第五章 爪哇宮廷舞之探究：身體向內的微分向外與的積分

社會文化觀察家詹偉雄於雲門〈定光〉演出前導聆說到：「身體有兩種狀態，一為文明的身體，此身體是心智的附屬物；另為野性的身體，那是一種發自本能的展現……人體可以脫離群體或與群體整合；微分的收縮，內探個體心靈結構；或積分的延展，和他人、場域、自然建立關係（麥菁菁 2020 年 10 月 4 日）」。

在爪哇宮廷舞學習、演出與觀察的歷程中，心智與本能交互的在主導我的身體。從挫折中間：我必須先打破那些既有的認知與習慣—含括跳舞或生活的—去進入爪哇宮廷舞的框架？再從身體的進入到認識這個框架背後的知識體系？這個框架以怎樣的面貌，存在於個體的身與心之間：意識與無意識之間；動覺、觸覺、聽覺、感覺之間；教與學、演與觀之間；人與人之間？對於生活在臺灣的參與者，那框架是束縛？一種美學呈現？或是一條修練身心的路徑？或者，文明的身體未嘗不能凌駕心智，更深一層次的去體現本能之內的本我？從臺灣的時空，我透過參與者的身體與感官，嘗試跨越到爪哇宮廷的時空，對外與日惹宮廷舞蹈理論對話，向內則透過學習者意識與思維的轉變，於這個過程中體驗到的、反思到的，在此分享與討論。

一、框架界定出的美學－與日惹宮廷舞蹈理論、東方身體論之間的對話

從文獻中看見執行宮廷舞蹈的諸多禁忌，包含彩排與演出的時辰、舞者身體狀態（月事期間的女性不得參與彩排及演出）、演出前舞者必須經歷齋戒、沐浴、靜心等過程，還有林林總總繁複的準備工作、祭祀儀式……。另一方面，自身參與的經驗，除了舞蹈學習，也在多次演出與協助演出的過程中，感受到來自爪哇宮廷的「嚴格規定」：服飾圖樣與穿著方法的正確性、配件的繁瑣與管理等。從文獻、學習、到演出，各種規定與限制，建構出了爪哇宮廷舞的框架美學。自此，我先將自身與臺灣學習者的經驗置入日惹宮廷舞蹈理論 *Joged Mataram* 的架構中來分析。

爪哇宮廷樂舞的哲學思維與實踐原屬馬塔蘭宮廷內傳的珍寶（*pusaka*），20 世紀初，宮廷藝術開始向民間傳授，70 年代日惹宮廷王子 Gusti Suryobrongto（Suryo）對外發表了日惹宮廷舞蹈理論 *Joged Mataram*（*The Dance of Mataram*），繼而成為日惹宮廷舞蹈傳授的準則。其內容如下（Hughes-Freeland 2008：44）：

1. *Sěwiji*（or *sawiji*）：在心靈（*jiwa*）放鬆下，全神投入。

2. *Grěgět*：動態精神，點燃與疏通人的能量，避免能量失控，過度的情緒表現（*kasar*）。

3. *Sěngguh*：相信自己但要避免自大或傲慢。

4. *Ora mingkuh*：勇於面對困難，全權擔負起責任。

「心靈放鬆下」？一開始，我是完全辦不到的。當被「既有的學習經驗與感官之網」束緊，心情更加緊繃，也干擾我對宮廷舞的學習。彥希與如淵的掙扎亦源自與舊經驗的比較心與對新經驗的懷疑，在面臨挫折時還必須和既有認知的對抗。其他人的狀況是：佩蓉沒有舊經驗的包袱，很少質疑自己為何學不會，也不懷疑老師為何那樣教；亦修則在先前赴峇里島學習甘美朗之際就經歷了「建立新的學習心態與方法」的過程；婉昭、雅嵐與尹真在之前諸多的身體訓練經驗中就一再經歷「新文化」的體現，並不執著於特定的學習方法；佑貞則是受訪人當中唯一先行研究過 *Joged Mataram* 的同學。他從爪哇宮廷現場起步，經由田野與學術的薰陶後，在臺灣的習舞之路，竟是如此平靜而享受。「在心靈（*jiwa*）放鬆下，」如我所見就是一種「去除我執」的完全信任，相信這一套學習系統。必須先放下先前舞蹈學習中對時空建構的認知，才能真正的“does not strain the spirit”（Hughes-Freeland 轉譯自 Suryo），在我的田野經驗中這是必備的第一步。

接下來，「全神投入」絕對是的關鍵：不帶批判、不斷練習。但不斷失敗，常讓自己忍不住又懷疑與批判起來。到底哪裡有問題？田野經驗與理論同時回答我：如果練一百次還做不到，那或許就需要練習一千次或者一萬次！

第二點，能量如何適當地被控制（*Grěgět*）？曾經見一位舞者在舞台上完成了 *Sari Kusuma* 所有動作，看似正確，*Melati* 卻說他 *get lost*！後經討論，他的動作只有形體上的變化，從中感受不到能量流動。*Melati* 提及那位舞者多是看錄影帶自學，推論其在沒有老師不斷引導的狀態下，這種「就只完成動作」的危險就會發生，如果將音樂抽離，會無法辨識他正在跳日惹宮廷舞。能量又是如何透過老師引導呢？尹貞在日惹 *Theresia Suharti* 老師家，與老師面對面，一對一同步鏡像動作，那種身體流動是同步且相互察覺的，如果不夠正確，老師就要一次又一次，帶著學生同步重複做。在我後來的線上學舞也經歷過這種鏡像的反覆模仿跟隨，跟老師同時不同地，不需要言語，他動「身體」帶領我的「身體」動，同步的、反覆的，讓我去接近那個流動的狀態。在 *Melati* 的課堂中，無論是群體或個別，老師一定用身體帶動學生的身體，除了示範，他會直接用手調整同學的身體，即使一段短短的流動，也常需要反覆的指正。

能量滿溢（*kasar*）在臺灣教室中沒有出現（因為沒有自信，能量不足的状态比較常見），但在臺博館前的舞台上，那位眼神飄忽，表情浮動的舞者讓我感受到了 *kasar*，同時他的肢體動作也就脫離了爪哇宮廷舞的樣態。頭部動作與表情，是 *Melati* 至今都沒有強調甚至傳授的。直到讀到了 *Suryobrongto* 的主張，強調舞者的目標是「將自己轉化為一個

偶，不能被自身表現的慾望所控制，隱身自己，呈現舞蹈，在一種專注存在卻又不在的狀態（*kosong nanging pepak*）（Hughes–Freeland 2008：45、49、60）」，我才明白頭部與臉部表情不是能被練習或控制的，而是那個 *kosong nanging pepak*「心理狀態」的浮現。以上，除了 *kasar* 與否，第三點 *Sengguh* 亦能從表情被檢驗。那是一種發自內心，外顯於面容，呈現舞者一路走來心態轉化。*Srimpi Pandhelori* 在臺大文學院演出的那一場，好友玉玲觀後跟我分享關於表情：「他們都跳得很整齊，很漂亮。最讓我印象深刻是 *Melati* 的表情，好像在微笑但又沒笑；他一直看地上卻感覺好像在看我……覺得舒服」。我當下也很想知道那是怎樣辦到的，可老師不教？現在明白，原來表情是這個技術養成的結果而非技法本身。每個人表情呈現出的，是他經由這個舞蹈鍛鍊後，所呈現出一種內心的狀態；在正確的狀態下，也才能在舞蹈的造詣上繼續往更高層次晉升（Hughes–Freeland 2008：43–52；Suharto 1992：27）。這種以身養心，以心養身的循環如同 Shusterman 所認知東方身體美學的建構，是透過身體覺知與行動之間不停止的動態調整；也實踐了 Bourdieu「原客觀的結構中不斷主觀的進行調整–透過身體」的架構；亦出現在中國道家身心修行的法門之中，稍後再論。

在最後將 *Ora mingkuh* 的概念放諸田野，除了再度提醒學習者別無選擇的面對困難之必然，也指示了突破荊棘的唯一道路：一再用身體實踐。爪哇哲學中將這個層次從個人提升到社會關係。從對自己的負責擴及到對他人的責任。*Srimpi Pandhelori* 四人之間的互動與磨合，從第一堂課就開始，因為每個的身體都在失控狀態，反而需要更用心去感受跟你同組的舞者，那是你唯一的依歸（你也是他唯一的依歸），即使大家一起跳錯，也必須經歷。在各自的學習旅程中保持連結，大家的頻率與氣質越來越像，即使由不同舞者重新組合，四位舞者也很快能調整成和諧的狀態。透過身體技術與感知能力的訓練，從提升個人向內感知，再擴及到對他人感知的提升，才能做到 *Ora mingkuh*。

回到我自身的學習旅程，日惹王子 Suryaininrat 整理出的舞蹈學習三步驟 *wiraga*（整個身體的動作）、*wirama*（身體動作與甘美朗音樂與節奏之間的契合）、*wirasa*（調和了臉部表情、肢體符號、舞蹈意義後所呈現出的氣質感覺）（Suharto 1992：28），被我明確、分階段的經歷。一開始我完全專注於將自己的身體調整到正確的「型」，靜止與流動，整體到細節，都要全身維持在這個「型」當中。從 2018 年的第一堂課一直到 2021 年我自己的最後一場演出，我發現自己都只停留在 *wiraga* 階段，即使被稱讚「肢體很漂亮」，身體卻完全在音樂之「外」，動作不但無法與音樂吻合，還不斷的被音樂擾亂。每次練習或演出都靠著「感受他人」勉強完成。2021 年疫情期間，每天的線上課程，沒有「他人」，空間中只有自己和音樂，一次又一次，即使在夢中，*Srimpi Pandhelori* 的音響的纏繞不去。我開始覺得節奏變清楚了，聽得到提點音了。經過了一個月的每天練習，慢慢的，動作與音樂能夠片段性的結合，然越來越多結合好的片段，使我能夠即使有時迷失掉也能再回到軌道上繼續跳下去（之前跳錯一步，接下來就可能完全停擺）。有一天，我自己，完全只依靠音樂。完成了 20 分鐘的 *Srimpi Pandhelori*。雖然不是百分之百精確吻合，在接下來

的練習中也難免又出錯，但我終於體現了 *wirama* 這門大功課，終於可以真正「跳舞」了。

在之前所有舞蹈學習經驗中，我的肢體動作與音樂感一直都是同步被建構的。然在這個分開建構的前段經驗中，我辨識不出節奏，也就懷疑自己不可能學會。後來當我用身體經驗去回顧理論之際，才知不是所有舞蹈與舞者皆能為「肢體與音樂同步被建構」。這個旅程中，在了解自己必須擺脫「將肢體動作即刻建立在節奏基礎之上」的習慣之前，我的身體已經自動執行 *wiraga* 與 *wirama* 的分階段學習。對我而言 *wiraga* 和 *wirama* 是需要按照順序，定型完成，然後結合音樂。在後來其他爪哇舞蹈（*Gambyong*、*Menak Koncar*⁷⁰）的學習中，我的進程，也遵循 *wiraga* 到 *wirama* 順序，無法也不求同步。

當能完全只靠自己完成流動並將之鑲嵌在甘美朗中，我的感官才逐漸被打開，感受到體內的結構、呼吸、流動；感應到與地板與 *sampur* 的觸覺回饋；聽到甘美朗音樂更豐富的層次；嗅到四周空氣與環境的改變。有時當自己的呼吸與律動完全結合，或是蹲得夠低，將上半身空間打得更開之際，身體倍感輕盈舒暢，才稍稍明白何謂 *wirasa*。最美好的 *rasa* 是發生在與其他同學共舞的時刻。在習舞超過半年後的課堂上（2019 上半年），當課程進入到第三個小時，大家都沉浸在舞蹈而漸達和諧的過程中，好幾次，我突然覺得視線所及或未及的每位同學，皆優雅而高貴，即使跳錯，仍就是美，而自己就在這個美當中，是身體與五感的完全沉浸。然我與觀者之間的 *rasa* 呢？透過觀者的眼睛，玉玲覺得我沉浸在一個身體很有感受的世界；玟玟感到「鬆」；明賢受到「重量」；惠青則發現：「平衡協調」是一直被追求的精神，無論舞者或觀者都必須心情平靜，才能進入「舞」或「觀」的狀態。幾乎所有觀眾都看見「那個框住舞者的框架」－由外到內的。*Wirasa* 的不同層次，發生在未定的時空中；心隨意、身隨心，透過 *wirasa*，能檢視，更能享受這舞蹈中的美好。

從 *wiraga* 到 *wirasa* 是一條身走在心之前養心之路。養心之路養身不能缺席，必須先不斷的操練身體。《莊子·養生主》從養身到養心再到養生，其中的「緣督以為經」、「惡乎介也」；結合太極文獻中強調的身體技術：頂頭懸、豎起脊樑、尾閭中正、不雙重，都明確的點出了身體技術操練的細節（蔡碧名 2014）。日本藝道論中強調身體的「型」為一切訓練之本。平安末期藤原父子歌論中，記述了要先能「端正姿勢」，才能經由淨心創作出更高妙的和歌；世阿彌的能樂論也從將身體置入一定的「形」開始，透過長年訓練的累積，身體成「型」，心也就被矯正成「型」，方能習得技藝（湯淺泰雄 2018：152-160）。爪哇宮廷舞訓練基礎亦建立在相同的概念之上：從身體型態（*wiraga*）出發，透過音樂產生意義（*wirama*），人的小宇宙才得以與自然的大宇宙結合（*wirasa*）（Suharto 1992：28）。

道家主張人對外在與內心的雕琢同步（Shusterman 2009：137），日本藝道將身體視為人存在的基本式樣，以身體操練為前驅，再經由身體技術的提升達到心靈境界的提升，以上亦在日惹宮廷舞蹈理論中獲得了印證。湯淺文中「透過訓練將身體主體化，意識則是退居到客體位置。無須意識主控、自然湧出的秀逸，方為至真至美。」也對應到了 *wiraga*、

⁷⁰ 梭羅地區的古典舞蹈，*Gambyong* 為女子舞；*Menak Koncar* 為男子舞，後亦有女性舞者擔綱。

wirama、*wirasa*。在爪哇宮廷哲學中，*rasa* 是透過「身體」與其「直覺」去獲得知識與神啟（*wahyu*），然後得到力量（Stange 1984：114–115），進而延伸到人與人之間的互動倫理，在社會中延續那個動態又不失秩序的美。

何謂「身體主體化，意識退居到客體」？*rasa*、覺知、到靈性的提升之前，舞蹈學習中身體與心智之間主客體的轉換，在我的田野與文獻中又存在怎樣的關係？



二、向內的微分：意識與無意識交錯

日本哲學家西田幾多郎說：在日常表層意識中，身體是抵抗心靈的重物……進入到超日常的底層意識後，自我意識被消滅、判斷終止，身體抵抗心靈的重量便能消失。然如何從表層意識到底層意識、從日常到超日常？湯淺認為，就是透過身體的實踐與操作、特定動作的反覆練習，待身體動作失去了自覺，就更能自然流動、完全發揮，無須意識操作。無意識是當自我主觀、意識表層剝離，從而進入到意識底層的一種狀態。在此，身體失去了重量，不再是抵抗心靈的重物，變成了覺知的主體（湯淺泰雄 2018：116、119）。

在宮廷舞學習的歷程中，我是從「無意識」模仿與追隨老師開始，只要一想「該怎麼做」，一切都會無法前行，身體「重」到完全無法控制。亦修、蘊嫻、筱筑分享自己在演出前的練習也說到，如果連跳三次，通常第一次最好，然後越來越糟……因為想修正、想跳得比前一次更好的念頭反而造成干擾。後來可以理解 Melati 提醒我們演出前三日內不要練習的原因。

到了學習中段，透過一再重複練習，將那個「模仿」慢慢變成「自發」動作，有些部分能轉換成功，有些部分一直做不到，但仍是「不能想」，就是一直重複練習，當自發動作的比例慢慢增加，自驚卻無法理解自己是怎樣辦到的。接觸宮廷舞兩年半之後，拜疫情之賜，從 2021 年 7 月到 9 月，我和婉昭、尹真、彥希、佩蓉，相約每天線上練習。每天 2 個小時，每個人在與各自的身體對抗之後，相互討論身體的變化。大家不約而同地發現，之前一直看不見自己的進步，懷疑自己學不會，是因為沒有通過這個「天天練習、不作任何評估與判斷、讓身體連續通過從無意識、到有意識、再到無意識自發運動」的階段。

最後，當我能獨自緊扣音樂，完成 20 分鐘 *Srimpi Pandhelori* 之際，我的身體獲得了控制，很多舞段不需要意識就自然成形，頭、手、腳、軀幹、自然的整合流動，沒有緊繃的意識，身體也如釋重負輕盈了起來。當下，身體成了主要媒介，聽覺、觸覺、動覺……五感開始變得敏銳。

Richard Shusterman 在比較東西方身體美學時，提及「身體的意識」（Body Consciousness）在不同身體訓練體系中所扮演的腳色。表演者需不需要去感知自己的身體？這種關照會擾亂心智或者增強心智？覺知增加或阻止了身體的探索與創造性？能提升或是降低身體的使用效率？動作要完全主動控制還是讓身體自然發生？那種自然發生來自自由意志還是慣習（Shusterman 2009：134-136）？在對身體與意志的優先順序上，西方正反都有各自的論點；東方則從中國道家到日本藝道，再到爪哇宮廷舞理論，都肯定對身體主體性優先於意識的狀態，並在各自「意識層次的分析」系統中，歷經了相似的轉換：從有意識，到無意識，再進入到更深層意識，然能「跳出自己去看見自己，讓身體成為感覺的主體與被觀看的客體」（Shusterman 2009：133）。世阿彌在身體舞蹈訓練理論中將意識分成了幾個層次：技巧展現、超越技個人巧特質的展現、向內覺知、跳出自身看見自身的覺知（如同透過監視器看自己）、與觀眾融為一體的覺知（Shusterman 2009：140-

141)。這意識察覺必立基於精熟的動作之上。

這種覺知內化的訓練，在蔡碧名詮釋道家思維與實踐中，取徑相似，實為經由日常技術的不斷練習，發展成不須意念操控的自然行為；透過日常時時刻刻的「刻意」，內化成為身體一部份的「不刻意」；讓身體先「無不為」（無時無刻不為），才能「無為」（無思而為）（即從西田所謂表層意識進入到了底層意識）。如庖丁解牛，當技術純熟內化，人便能從勢而不從心，身自然能「鬆」，心就能不執著。透過此「自然」的路徑，將心靈同步內化，提升境界（蔡碧名 2011：8-11；2014）。日惹宮廷舞理論中的 *rasa*，也將這種覺知當作藝術或修行的目標，透過帶領與群體的力量，隨著身體技術的晉升，期能對我者、他者、環境有更精準的感知與被感知力。

Shusterman 判斷西方學者所擔心的「覺察身體對心智所帶來的干擾」，來自對身體失控的恐懼（Shusterman 2009：139）。然他認為習藝者面對不斷改變的內外環境，必需先增強心性（透過斷食、齋戒、苦行）來提升身體的覺知，才能去除恐懼。這種「恐懼」與「懷疑」在臺灣同學的身上有著不同程度的存在，多數臺灣同學對「學不會」這件事很在意也不斷進行檢討。我失眠、一直忙著找做不到的原因，卻不強迫自己每天做。彥希演出前瀕臨情緒崩潰、尹真在爪哇那四個月也持續承受「一定要學會點甚麼帶回臺灣」的壓力。此時的我們，忙著擔心害怕，自覺沒有太多餘力去察覺自己的身體，察覺會使忙亂的心情更加挫折。身體在無意識的被重構之際，覺知的加入的確需要在心情平靜、技術也達一定水平的狀態下。2021 年 7 月到 9 月的線上課，在大家的身體都斷斷續續受過 2 年以上的訓練之後，我們在各自的空間同步練習，再透過網路分享身體內部的感知細節。練習的空間中只有獨自一人，對成敗的淡然反能專注在身體內部的變化與對自身的批判。大家都驚覺到，自己對自己的發現才正要開始！彥希發現當初的煩亂來自不相信 Melati 的教法，後來身體逐漸能將動作與甘美朗結合，竟然會成癮似的每天都要跳一遍來沉澱自己；婉昭則能更清楚剖析自己身體各部位如何配合意識和呼吸來覺察與修正；佩蓉發現了除了「慢」，還有「滿」，信心與流暢才會將動作在空間中與在甘美朗的時間中更「充滿」，形成一種自然的律動，他說：

昨天大聲唸唐詩，自己發出的聲音給自己一種律動感，運調有快有慢，就用自己身體的律動來感覺詩中意境，很享受。今天跳舞突然發現身體也能如同聲音般有韻律。以後跳舞時就想像自己在唸詩，只要想我要用怎樣的身體節奏發聲……不用擔心跳錯。（麥菁菁田野筆記 2021 年 7 月 17 日）

身體的韻律透過音樂、舞蹈、詩歌體現，框架一定存在，但每個人的身體韻律都不同。線上練習難以感受人與人之間能量的傳遞，卻能凸顯各自的主體性，去發覺各自與身體從對抗到和議的過程。大家共同的覺察就是：身體技術的提升讓自己不再迷路的同時，對身

體的覺知更細緻，對自身的瞭解也更深入，重點是，才真正承認自己「曾經很害怕！」、「現在沒有甚麼可怕的了！」

宮廷舞蹈的學習，對臺灣從初學者到資深舞者，從無意識到有意識的感知、身體與內心的迷惘掙扎、透過練習再練習，到整體成形的動作無意識的自然流露……都片段或全面性的被經歷。新發現與新氣質也在互觀互動中，彼此觀鑑欣賞。或許如湯淺泰雄與 Shusterman 所謂：人的技藝訓練成自然反應，意識方能進入到潛意識或底層意識。身體的存在從向外轉為朝向自身「背進」（往自身內部的前進），意識底層中看見世界的樣式才是本然的自我。當表層自我意識被消滅，新的元素可能被本然的我激發，藝術表現方能突破（Shusterman 2009：137–140；湯淺泰雄 2018：101–105）。藝術對人的養成亦然，透過操練與檢驗的交互應證，意識的收放能更精準地被控制。

身體通過了在有意識與無意識交錯中的基本訓練，宮廷樂舞在大家的身上終於穩定到能夠經由感官，作更細部的體現。



三、向外的積分：感官的探索

人的身體感官（快或慢？輕或重？吵鬧或安靜？骯髒或乾淨……等）是與自然環境、社會文化交織成型、相互定義的。此舞蹈的學習歷程實踐了余舜德所謂研究者透過「在地者身體感官」去感受在地文化（余舜德 2016：12、27-28），即利用在臺灣人身上重新建構的「爪哇宮廷舞蹈身體感體系」，去窺見其文化脈絡中的一個面向。對爪哇宮廷文化的初探，臺灣的學習者從「感官與環境之間的互動」開始，也是從「感官與環境互動的失衡」開始。從五感到身體感，每個人都經歷不同的適應過程，「身體感的體系」也在爪哇宮廷的脈絡下各自重新建構。雖然不能親臨宮廷現場，藉由不同於以往的感官體驗，參與者嘗試織起新的「感官之網」去體察爪哇宮廷。

爪哇宮廷舞是一種穿鞋完全無法跳，也沒有腳離地動作的舞蹈（雙腳不會同時離地，單腳離地也極為瞬間），靠的是腳掌、腳背、腳側、腳趾與地板的接觸與反饋來調整：重心位置、完成時間、與移動的質感。腳趾保持上揚，是一種提醒，提醒腳與地板之間存在一種「型」-聚集能量的「型」。所以必須赤腳，用全腳掌去找到移動的軌跡與低壓的重心；也因此，舞者必須完全信賴地板，將自己完全交付給地板。不同地板的觸感一定程度影響了腳「觸碰」的輕重，與身體深沉的程度。在臺大文學院大堂演出中，因為地上鋪有紅地毯，又遇大雨，潮濕而不平，我自己一直分神於腳的觸覺不對、流動不順，其他多位舞者也出現重心不穩現象。當信賴消失，專注下降，樣態與氣質就會變形。若從欣瑜（因為不用穿鞋而來學宮廷舞）的角度的來看，人跟土地之間的信賴關係本來就是這個舞蹈的基準點。

「要更低、再更低」、「重心要整個落在左（右）腳，不是中間偏左（右）而已，要非常明確」、「要很慢……會很累……但要好像沒事發生一樣！」，這是課堂中 Melati 一再的提醒，也是大家一直都知道卻也難以練到穩定的身體樣態。經過半年的訓練，大家的肌力都進步到可以重心置單腳，做更沉、更慢的轉換，但始終無法內化成自然成形的舞姿，外人的提醒永遠可以讓你更低。

婉昭在 2021 年 7 月線上練習的討論中分享他的新發現：「蹲低使我腰、胯和大腿都超緊繃（眾人經驗皆是）。無意間我把胯鬆開，發現我不用刻意，自然就更貼近地板了，左右都可以。」我也照他的指引試試，幾經練習與討論後，發現要在大腿肌力夠，控制得餘，意念刻意集中的狀態下，胯才鬆得開。極度的控制之上，能在特定的地方放鬆，是需透過練習與覺察不斷相互交錯應證，才能練成的身體技術。

「能量傳遞到指尖，留在指尖。肩、肘、腕要放鬆」。再一次，控制中的鬆與能量展現來到了上半身。上半身的挑戰是肩髖四點矩形平面結構的固定，概念上，是一個皮影戲偶的身體，動作上，也就違反人體自然，要保持二維平面。無論重心、面相如何轉移，身體矩形都不能扭曲。不習慣的身體樣態使我常不自覺的聳肩或夾肘，錯置了控制與放鬆，變成緊繃與變形。有中國戲曲經驗的彥希與尹真，也必須把梨園戲中圓的路徑改變成直線

的路徑，身體習慣的曲線調整成直線。身體慢慢能成戲偶的「形」，才有能力想像能量來到了上肢。到了肢體末端，十隻手指頭無論動或靜都有「能量充滿」的標準姿勢，一開始只能透過「用力」來實踐，不但上肢緊繃痠痛，動作也僵硬無美感。所以，必須設法省下多餘的、不正確的力氣去用在對的地方，就像是雙肩不緊繃，才能將力量延伸到指尖，肩肘、手型也才能呈現正確的質感。「鬆的能量」來自「用對力氣的正確控制」，就靠練習、感受、再練習、再感受。

在舞蹈中，音樂作為身體與時間的介面，聽覺的連結需要精確辨識。甘美朗一開始帶給我的，就是無邏輯、敲擊聲所堆疊出的吵雜感。佩蓉因為習慣北管打擊樂器的鏗鏘組合，欣瑜則是從一開始就不斷重複聽音樂，亦修、蘊嫻、筱筑則是本身就會演奏甘美朗音樂，所以他們雖然都在甘美朗中經歷不同程度的迷路，卻沒有我所經歷的排斥感。Melati、Indri，雅嵐、佑貞、美伎、尹真則都曾親臨宮廷，且都被現場甘美朗音樂打動。開始我無法理解他們的感受，但當我的舞步越來越吻合逐漸能被辨識的鼓點之際，那跟身體漸趨密合的旋律，聽起來竟變得莊嚴而隆重！在爾後更多的片刻中，我竟然清楚的聽到 *keprak*⁷¹ 的聲音，它穩定了這一步也提點了下一步；*Kendang/Gendang*⁷² 的音質與快慢有時甚至能帶動胸與腹細部肌肉運動，身體就能靈活的做出更多與音樂緊密結合的細節。2021 年七月疫情間，在經歷了一個半月的每天練習、兩周每夜腦中全是音樂的失眠之後，我覺得甘美朗音樂變得清晰而悅耳。

Sampur 的操作，一直是觸覺的挑戰。如何將之從腰際正中位置啟動？用「怎樣的的速度」將其拉到「適當的位置」、拉出「正確的形狀」？做 *ukel* 時，腕將 *sampur* 內轉的角度與速度？做 *seblak* 時，腕與肘將 *sampur* 外拋的角度與速度……以上都是無法完全被清楚規定的。關鍵是，能配合音樂速度與身體起伏起落的 *sampur*，才能用它不確定的流動將視覺柔軟美化。時至今日，*sampur* 仍是我自認最難掌控卻最美的一個元素。學習前期是用「看」來學，跟著老師的動作操作，因為怕跟不上，總是操之過快，連帶也將身體弄急了。到了後期自己獨自跳時，才發現 *sampur* 與指、掌、腕、肘之間的觸感不斷變化，靠這這個觸覺帶動，跟著音樂，才能將它融入到身體律動中，即使有時來不及將之拉到定位，卻不違和。*Sampur* 調整了身體型態的線條，它的流動與音樂的結合、時時刻刻的此起彼落與身體韻律的結合，皆在變動中變動。它串起了 *wiraga*、*wirama*、*wirasa*，被舞者的感官帶動，也帶動了觀者的感官。

⁷¹ *Keprak* 是一種由矩形木塊製成的敲擊樂器，其內部挖空、頂部鑿出的狹縫。表演者使用錘形木槌敲擊木塊的一側，產生乾爽、清晰、穿透力強的聲音。用於強調舞蹈動作的執行或轉換。摘錄自網路資源 <https://vetter.sites.grinnell.edu/gamelan/keprak/> ?fbclid=IwAR0nEbX5XHNyl5nNLXQgBvTcUlg5TM-1FWcf4nrRjcmjy_BA8yqykCllLuG4

⁷² 爪哇甘美朗中的雙面鼓，在舞蹈或 *wayang* 表演中，*kendang* 演奏者會傳達訊息給其他的演奏者，也跟隨或帶領舞者的動作，具有領導的功能。摘錄自網路資源 https://en-m-wikipedia-org.translate.goog/wiki/Kendang?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=zh-TW&_x_tr_hl=zh-TW&_x_tr_pto=nui,op,sc

每位學員在一開始都用自身原有的「身心經驗項目所組成的網路」來面對「爪哇宮廷舞所建構的感官世界」；自身至心的調整與修正後的感知網絡，才得以與那個全新感官世界連結，從中貼近爪哇文化中的精神。爪哇舞蹈的原型來自爪哇皮影戲 *wayang*，舞者是一個偶，身後有一位操偶師，透過舞者的身體說故事。所以當我們極力自我控制，然後打開感官去感受環境與他人之際，也要感受甚至享受自己「被控制」，這個身體感的網絡才是爪哇的，也是我期待能透過宮廷舞所建構的。



四、再度向內：從「放棄學會」，到「去除我執」

從自身與他人的學習旅程中，大家在有意識與無意交錯下，重構了自己感官之網。現在回到日惹宮廷舞蹈理論開宗明義的第一要素 *Sĕwiji/ sawiji*（心情放鬆不緊繃），證明了「去除我執」是讓學習者能夠在面對此一新文化時，得以開展與延續的基礎。想起一路走來，如果沒有當日的「放棄」，就不會有今日的身體技術養成與對爪哇宮廷文化多一些體悟。

在 2008 年工作坊前期，一堂課、兩堂課，一個月、兩個月過去了，只能跟隨老師肢體的流動，腦中對動作結構的認知與記憶是零，所以老師示範一停，我的身體瞬間停擺。一旦我設法記住特定部位的動作，其他部位也就立刻停擺或變形。半年過去，在完全迷惘的狀態下，我必須抉擇要「放棄學習」或「放棄學會」。選擇前者的同學陸續退出了課堂，我因為怕工作坊虧錢，加上不甘心就這樣不明不白的結束，便選擇了後者。

決定「放棄學會」後，心情平靜下來，就不做他想的跟者老師，一次、兩次……一百次、兩百次……一直做，不用想也無法想。自覺認知記憶始終是零的狀態持續了半年。半年後，慢慢發現身體的記憶其實是有增加的：身體的型、雙腳的重心、雙手對 *sampur* 的掌握與流動、頭的擺動等，無經思考，就自然能置於比較正確的狀態。接下來，驚覺自己對甘美朗音樂完全沒有辨識度，再一次，我「放棄聽懂」，放棄經由意識與音樂連結，就任由自己在音樂中迷路！當下真不明白為何又如何去創作出這樣的樂舞，那就「放棄明白」，任由自己在甘美朗中虛無漫步，專心迷路吧！

唯一沒有放棄的就是繼續上課，繼續練習，每一次的練習都累積了多一些「無意識的身體記憶」。地隨著時間過去，身體與聽覺的漸漸熟悉，開始查詢關於爪哇宮廷舞的研究文獻，訪談同學、老師、觀眾的參與經驗，在不同的田野中蒐集資料……我很慶幸，當初我在每個階段，都選擇了「放棄當下明白」。

自我與世界的連結經由知覺與記憶的相互深透（湯淺泰雄 2018：226–228），若能從其中將主動的「記憶」抽離，被動的、感官的「知覺」就能獲得較大的提升，去察覺當下的時空感，而不是被記憶滲透甚至主宰的覺知干擾。如亦修所言，用一個學習「新文化」而非「異文化」的態度：從零出發。不斷提醒自己歸零，就是不斷排除記憶的干擾。愈多的生活經驗、舞蹈經驗，愈多的記憶，都有可能干擾對新事物的感受力。

從零出發，就如同 Maxine 分析人在初始狀態，嬰兒直接用身體動覺形塑空間，認知在探索中被建構（Sheets–Johnstone 2010：165–168）。因為經驗記憶與動作同步形成，較不易相互滲透影響，干擾少了，感受與學習變得直接而快速。如尹真、佑貞所見，日惹當地兒童就在舞蹈練習場 *pendapa* 邊玩耍，跟著大人跳著跳著，並不需要透過指導，其體態、舞步、音樂自然結合。Indri 分享其從三歲開始學習的歷程中，說到不斷練習才是正確路徑，但並沒有把這個路徑分層次，未曾經歷我所謂肢體、甘美朗，層疊上去的挑戰，好像自然而然就同步內化到 Indri 的身體中。沒有舞蹈經驗的佩蓉不做他想，模仿、模仿、再

模仿，反而能最快的將舞蹈中緩慢的訓練反映到生活實踐中。他們的歷程中，沒有記憶與判斷，過程比較單純。

歸零又是另一件事，Melati 進入大學後才正式致力舞蹈研究，又從原本家鄉（梭羅）的舞蹈形式換成日惹風格。「看起來很像，但其實通通要重頭來（田野筆記 2020 年 10 月 5 日）」。Melati 說，忘記舊的與學習新的一樣辛苦，要保持高度自覺，一再修正。婉昭繞徑民俗舞、現代舞、再來到宮廷舞，也是不斷改變習慣，重整心態。Melati 曾隨口對婉昭說：「你能跳得好，不是因為你學過爪哇其他舞蹈、不是因為你身體厲害……是因為你很謙虛（田野筆記 2020 年 10 月 5 日）！」。再者，亦修從甘美朗到宮廷舞，都堅持「用身體學身體」的傳統，不是從「他者」的觀點，而是直接以「我者」的立場學習，也是另一種方式的從零出發。

掙扎如我，彥希、如淵、都曾經在放棄與繼續的交叉口徘徊。因為對學習取徑的懷疑，加上表演壓力所帶來的排斥感，彥希曾被噩夢糾纏、情緒崩潰。如淵因為無法如同以往經驗，在學舞的過程中明確的數出節拍，讓音樂與身體很快結合，自覺被「不確定的音樂與不確定的教學法」所制約，而無法持續對宮廷舞投入熱情。

「拋棄舊經驗」是這條道路上每個人都得面對的艱難課題，「新的感官之網」也在既有的感官網絡下，調整、重織、再造，經歷了一種無意識的意圖性實踐。如 Bourdieu 所言：我們的身體被原有的社會文化所結構化，又在不斷改變的時空中不斷地調整這個結構，慣習（habitus⁷³）的養成如同技藝（art）的養成，在既有的狀態上發展創造性，並以身體和感官實踐（許宏儒 2004：39-49）。Bourdieu 從實踐中，分析人被歷史與社會客觀的結構化，又主觀的不斷在時間的延續中調整自己的傾向（disposition），進行結構中新結構的再建。在中爪哇舞蹈課中，將社會縮小成一間舞蹈教室，臺灣學習者則是在跨越文化與時空的道路上，體現並感知了原有的學習與身體經驗所帶來的限制，無意卻也有意的不斷調整自己，發展出自身的再造過程與結果，甚至將這種調整帶出教室到生活之中。從爪哇宮廷到臺灣教室，從爪哇人到臺灣人，從舊經驗到新方法，從主客觀的辯證、意識有無的交錯、非刻意策略的養成，到在潛移默化中再造氣質和品味的和諧。這段實踐，開啟了臺灣與爪哇、我與他者、之前的我與未來的我之間的通道（Bourdieu 2017：78-82；88-90）。這個網絡，從一開始就經緯縱橫，不斷的動態調整。

⁷³ 在其拉丁文原意，habitus 指的是生存的方式（mode de l'être），後來的人將之延伸為「體格」、「氣質」、「性格」、「性情」、「秉性」，表示一個人所表現出來的個別特徵（許宏儒 2004：40）。

五、再度向外：*Srimpi Pandheleri* 同步建構身體技術與群體的連結，體現 *rasa* 的社會性

爪哇密契修行中，透過與導師、與群體之間，身體的互動、心念的關照共同感應出真理之所在，即為修行者追求 *rasa* 之道（Stange 1984：114–124）。同步建構對內與向外，最後達到群體的感知，也是我在的學習 *Srimpi Pandheleri* 中持續經歷的。

從學舞的一開始，四位舞者就將關注與學習的對象鎖定在其他三位舞者，隨著隊形的變換，個人去模仿、感應、調整與之達到對稱狀態的對象，就輪流由其他舞者擔任，老師則負責在一旁提醒與指正。身體與感官技術在在混亂中同步建構，也同步提升、同步趨向明確。這段漫長的時間中，每個人別無選擇的「相信」其他夥伴與相信這條「學習路徑」，否則只能離開。留下來完成學習的人（無論基於甚麼理由），多發現了和其他舞者之間默契在醞釀，流動趨於同頻。在對自身技術的煉就上，除了專注更專注於肢體與音樂，不再擔心自己看起來怎樣，眼瞼下垂也就成了自然的面容，這般神態的視線範圍，也增加了對周遭舞者的身體感知。以上造就了一個局面：大家無法各自完成舞蹈，卻能「一起」跳完整支舞。相互之間，身體的提醒與信任，是從一開始就建立，而不是將個體分別訓練完成再組合共舞。

「儀式」的重複、非日常、非理性、群體行動等特質鞏固了社會連結；「儀式舞蹈」亦將身體從生活中抽離，利用美感的形塑，體現社會文化中的環境、關係、宇宙觀與創造力。亦如 Bourdieu 所謂：儀式是被刻意傳播的慣習，藝術是被刻意建立起的典範，皆能建立群體之間的一種關係與互動（Bourdieu 2017：89）。*Srimpi Pandheleri* 的學習歷程對我來說就是在爪哇的脈絡下，結合儀式與舞蹈，我與人之間「宇宙」的重建。我與他者之間，在幾乎沒有身體碰觸、甚至各自都失控的狀態下，靠著感官與體感「隔空」交織，同步練習、調整、回饋……從失控到穩定、混亂到運作，不知不覺中用身體一起畫出這曼陀羅，體現爪哇舞蹈理論所延伸出的對稱與群體性。在臺灣工作坊中，部分同學也將此精神帶社會活動之中。從自身的技術與知識建立的過程，我感受到那個「身體框架」的形塑，是為了將之擺放於社會的框架之中，對整體和諧的追求必須從對個體的精煉開始。社會「大宇宙」的善與美成就於個人「小宇宙」的真實探索。

六、反思與跨越：爪哇精神在臺灣的體現

自馬林諾斯基以降，人類學家深入田野，不斷嘗試以在地人的視野從事研究，分析不同自然景貌下所發展出的人文社會景觀。反其道如我，則是誤打誤撞，在臺灣，跌進中爪哇宮廷舞的身體訓練與儀式樂舞當中，在第一時間，就得設法將自身轉化為爪哇宮廷中，舞者的身體。在遠離爪哇、不了解其宮廷文化、帶著對舞蹈和音樂眾多想法與成見的包袱下，爪哇宮廷的文化震撼直接在臺灣教室中併發於延續！在用身體與「爪哇宮廷舞的樣態」之間產生多階段的對抗與協商之後，我再回頭去探索這文化震撼背後的面貌與思維。然這個路徑也是整段學習過程中自覺最精彩之處。

經由爪哇宮廷舞的實踐與 *Joged Mataram* 的體現，此向內微分與向外積分的探索旅程中，我透過「動」來找到「那個身體的想法」；想法與五感在產生動作過程中交錯，經由「受過訓練的身體」來打開甚至重建感官；透過身體力行不斷的提升 *rasa*，再經由 *rasa* 這面鏡子，側觀自己與他人，反照自己也反映群體。

臺灣人認知中所謂的「優雅的肢體狀態」是一種中國傳統中，立足於正念與正氣，抬頭挺胸、頂天立地的姿態。受西方教育的影響，源自於歐洲貴族、對「向上空間的突破、速度與精準的極限追求」的芭蕾，也成為臺灣舞蹈教育中的基本項目。即使不是舞者，臺灣人對芭蕾身體的意象與其精準度的展現都不陌生，它已成為在臺灣人都能辨識，亦能與西方世界接軌的「舞蹈語言」。反之，爪哇宮廷舞「如何控制身體更低、更慢、更固定」，對我們來說需要對時空美學認知與身體實踐的逆向操作。從對肢體美感的既有認知轉換，到解構身體的慣習去「執行」，進而解讀這個反差中的情緒與意義。

再者，如趙綺芳所言：舞蹈中時間感的內化，累積自生活，形塑於社會；反之，宮廷舞中這種「被刻意訓練之後的內化」，能否反饋實踐於社會生活之中？此提問是爪哇宮廷藝術的終極理想，也在臺灣歷經三年的田野案例中，有了不同面向的應答。

從田野中，看見學習者（包含我自己）的恐懼—「執行未知」的恐懼。相對於已知的芭蕾，學習這個「未知」要透過怎樣的路徑？經歷多長的時間？它美嗎？有什麼意義？

「未知」需要被害怕嗎？「所謂何動」需要被分析嗎？「練習了 100 次身體還是完全失控」很反常嗎？在這群臺灣學習者的自我分析中，一開始答案是肯定的。然在原因無從找起的狀況下，沒有退出的學習者是用怎樣的心態繼續走下去？對我而言，是抱著對「無想法的身體能如何被操練」的好奇；在矛盾與往返間，彥希與美伎藉此進行對內心與人生的探索；尹真與婉昭在這個新經驗的基礎上，對身體作更多的開發；佑貞與雅嵐曾經學習過爪哇宮廷文化，明白那是一條鍛鍊心智的長路；亦修樂於繼續探索「用身體學身體」；蘊嫻找到其中「心流」的體驗；筱筑以之獲得了平靜，也意外找到其與莊子養生技法之間的對話；欣瑜與佩蓉的理由則是：它讓我覺得舒服！

有趣的是，能長期經歷這些未知的迷途者，或者說一直在這條探索道路上的臺灣學習者，多數不明白爪哇宮廷文化的內容。他們經由身體進行的討論與改造。那嚴謹的框架、

重複操練的苦行、介於意識與無意識之間的狀態、甚至那種被主宰者操縱的美感與自身的反照，都一一被感受，也一再對應到了宮廷舞蹈理論與當代宮廷舞蹈者的詮釋。這個路徑不同於一位記錄爪哇舞蹈的田野工作學者，不是透過知識蒐集與現場觀察甚至參與，而是透過單純身體技術的養成，體現爪哇宮廷文化人的養成之道。

從 2018 年至今，臺灣參與者「養成」了甚麼？自身改變了甚麼？

從學習者的面向談起。佩蓉的生活從降速中被更新，他從未想過「舞蹈」與「不知所謂何動」的歷程有如此大的威力修正自己緊繃的處世態度。婉昭增加了其身體運用的元素，同步產生了更多創作的動力。與他至今未曾間斷的互動中，我察覺到：無論身為表演者或教學者，婉昭對觀眾或學生的引領都變得更敏銳。彥希將此舞蹈，從焦慮的來源轉換成使心情平靜的法門，也增強了其身為身體工作者能療癒他人的信心。亦修、蘊嫻、筱筑則從甘美朗進入這個舞蹈世界，發現透過身體與感官，文化能這樣的被理解與拓展，反思的同時，他們也能對自己的感受能做更細緻的分析。尹真、美伎與佑貞曾親臨現場，並體驗到宮廷文化中「次的與階序」所呈現出的優雅與謙卑—那是在當今臺灣社會中，刻意被模糊並逐漸消逝的。「人階序的界線與框架的抹除，是對自由的追求或是對自我的宣示？」「生活中空間秩序與禮儀可以透過儀式舞蹈建立？」，反之「被建立起的秩序美化了或是奴化了人？」正如如淵對這個權力框架的質疑，是他們的反思，也是我接下來的提問。

從觀者的視角，玟玟驚覺於他所認知「印尼人」竟有如此高雅的美學層次追求，竟然還包含在一套淵博的哲學思維中。他的誤解也彰顯了許多臺灣人對印尼過於片面的印象，在這個擁有上萬印尼新住民的臺灣，這樣的現象是需要被反省與修正的。賢明感受到「要多麼專注才能不動」恰恰就是這個舞蹈的核心之一。他沒有研究過印尼文化，也是第一次觀看宮廷舞蹈，但舞者內心的掙扎與背後那個主宰的概念與力量，已經被感受到。「不動的力量」，靠舞者們滿頭大汗的「體現」的同時，也為在場的觀眾所體察。

從教育者的角度看來，雅嵐在他的教室中實驗性的，嘗試使用不同於傳統的教學法教授宮廷舞蹈。他推測：無論透過哪一條路徑，養成那個正確的身心樣態，至少都要花上十年。這透露出這套舞蹈系統無法速成，反之，時間成了不可缺的養分。如同被醞出的 *rasa*，從釀成那一刻起，時間就不斷提升其風味。最後，*Melati* 在臺灣的教室中，看見我們努力的「跨越」，跨越不熟悉的指令、身體符號與音樂。「對爪哇本地人來說，學習宮廷舞蹈也是非常困難的」他說，「看見你們的努力，就已經符合到這個舞蹈的精神！」

回到自身，框架美化或奴化了我？這段旅程，讓我明白了「練習了一千遍，還有一萬遍在等著你」那種無止境的意義。我必須更謙卑、沒有想法的持續練習，技術與美感就會在無意識的時間進程中提升。若將爪哇宮廷舞只視為一種「配合節奏舞動身體」的舞蹈，就會回到在第一堂課裡，那個充滿疑惑的我，習慣性地只想「很快找到學習的邏輯」，然就偏離了這個路徑。在這段旅程中，我也體察到秩序中的自由。透過肢體、音樂、服飾、禁忌……在諸多細節與規定建構出的舞蹈空間裡，用一種很慢的節奏，施予舞者自由。流動，每一個人都不相同，每一次跳都不同，因為慢，增加了彼此調整的時間與空間，讓舞者

之間的差異，透過協商，共構出一種整體的和諧。對我而言，在教室裡或舞台上，身為舞者或觀眾的當下，這群體間和諧的 *rasa* 都是最令人期待的—即使我必須遵守很多規定，即使我必須配合他人。我臣服於這個框架之下，藉此慢慢實踐了對群體共構之美的期待、對自身更多體察的新自由。

轉化「比較心」，對我而言，是這趟旅程中最重要的功課：與先前學習經驗的比較、與既有肢體感官運用與美學認知的比較、與他人的比較、與自己的比較……一步一步，放不下的重量比身體的重量更加沉重！先從自己說起，認知中所謂的「進步」，常常建立在與先前自己的比較上。在這個學習歷程中，如果急著進步，就會落入連續跳三次，一次比一次糟，甚至瀕臨「完成動作卻失去能量」的危險。只有將時間拉長，不帶批判的持續練習，改變才會在不知不覺中產生。回頭看兩年半前自己演出的影帶，發現自己改變了許多，但一切都意念控制之外，練習又練習、一年又一年……真正的進步就發生了！從一千遍到一萬遍，將「比較心」轉化成「無心」是必備的。

在這個新的學習模式中，透過甘美朗，第一次發現「去鐘點時間的身體感」需要被適應與喚醒。音樂是舞者的時間準軸，甘美朗的結構性透過親身演奏較容易被體察，但我而言，只能倚靠聽覺，去接受那個數不出來的不確定、去習慣音樂中千百次的迷路與尋找，一旦發現了提點樂器的依歸，完成動作的同時也聽懂了音樂，但無法預期這一刻何時會降臨，只有等待。再來，我也第一次被「不能分解」的動作打敗，因為身體各部位無法分開練習後再重組，身體從一開始就被迫「整體運作」，歷經半年以上，這個整體仍無法靠自己整合，若不是靠「放棄學會」，這個旅程早已終止。不與既有經驗比較、不做任何預期、不要告訴身體該怎做，就等待那一刻—身體自己知道該怎做的那一刻。

再說到與他人的比較。第一位被我比較的「他者」就是 Melati 老師。在有鏡子的教室裡，模仿追隨的過程中，從鏡中看見自己與他的差別，懷疑我要練到哪一天才能像他，或者永遠做不到？這種心心念念只想變成「Melati 標準樣態」的思緒，帶來的只有挫敗。想起尹真在日惹跟 Suharti 老師面對面，鏡像模仿老師的經驗（空間中不存在鏡子）；當地 *pendapa* 不設鏡子的學習場域；加上自己後來在線上學習的經驗，開始去理解這個學習系統中為何不設鏡子。鏡子讓人同時看見自己與他人，那種比較心或許是修正自己型態的依據，但也就難以分心去察覺自己與感受他人—而那正是宮廷舞養成的精神所在。當你面對的是「鏡像的老師」而不是「鏡中的自己」，老師的身體直接帶動你的身體，他的流暢與美感會感應你，卻不會讓人陷入自我質疑，甚至覺得自己的身體更「貼近」那個優雅了。在後來的學習中，當大家不斷轉向，不再能看見鏡中的自己或老師時，共舞的夥伴成了彼此的鏡子，此種「借鏡」不但不造成比較的干擾，還使人更專注的體察自身與他人。

「觀摩與被觀摩」在 Melati 的每課堂中都被執行與討論。每個人從其他人身上看見了甚麼，必須回饋給對方與自己。老師甚至要求大家當著他的面，「動手」互相調整彼此的動作。鏡子自概念中被屏除後，對自身的糾正就靠老師現場調整、同學的反饋、錄影帶中的自我檢查。「比較」仍在發生，但不是立即的與「正確答案」對抗，而是在將時間拉

長的彈性中，與他人、與自己協商，沒有「錯」與「輸」的擔心，害怕也就被放下了。在那個同時，「比較」已被轉化，我的期待變成是融入這群舞者，共同來呈現舞蹈莊重的氛圍。當時我尚未完全記住動作，也未能將動作與甘美朗完全結合，但我關心的重點已做了轉向，腦中想的已經不是「如何完全記住舞步、如何讓自己更美」，而是「如何和與舞伴之間有更順暢的互動」。以上是經由回顧才發現的，發現原來同學間 *rasa* 的培養，從一開始就發生了，群體關係的養成與檢視都是「一體」同步的—正如同全身各部動作，也從一開始就是不能被分割的「一體」。

所有的失控激發我以實驗者的心態，探索自己的身體為「誰」所控？是西田所謂底層意識中那個人的本然？是 *wayang* 身後的操偶師？是爪哇宇宙觀中那個主宰世界的真神？或許都有，我給自己的答案是：對無意識身體操練的相信，與對有意識覺知提升的堅持。*rasa* 經由前者啟動，再帶動後者，不斷循環之後，將人對自身與他人的感知能力同步建構，並將群體的感應結果，當作前導與指引。修行如此，舞蹈亦然。所以我學的不是「一支舞」，而是一套無止境連結小我與大我的法門。

回想那個最初吸引我的「美」，是舞者似笑非笑，專注又放鬆的氣質。現在明白那不是學習目標，是整體淬鍊的結果，可以檢視這一路走來的轉折與付出，然後將此自覺與寬容與觀者共享。美，可以來自框架、隱身、等待；能量，可以來自不動、不見、不需要很快被理解。慶幸這一段探索之路開啟我對自身與爪哇宮廷文化的發現，雖然還站在起點熱身，然發現我對自身、對新文化、對新思想探索的各種路徑，已自腳下開展。

七、小結：認識文化－以身體作為路徑

從中國道家、日本藝道至爪哇宮廷，皆取徑自屏除心智思考的身體鍛鍊為前驅，自外向內，提升人覺知能力與美學展現。我以一個養成自中華文化的個體，在「無知」中，體經爪哇宮廷舞技術的養成訓練，帶著挫折與懷疑，回到「求知」的路上，去探索訓練系統身後那套哲學思維。這趟旅程開啟我更多對探索「未知」的想法：譬如說，要學習自小對我來說不陌生卻又不明白的老莊思想，是否可以從練太極拳開始？

能經由怎樣的路徑去認識「他者」與「自己」的文化？去了解「他」與「我」？去建立人與人之間的關係？去連結自己的表層意識與底層意識？以上，設法將自身先從記憶中抽離，讓身體先行於語言、思維、知識體系，加以訓練與形塑，不失為一種人去了解自身與社會的方法。慶幸我得此機會，加入了爪哇宮廷舞的探索，從身體到心智再回到身體，從個人到群體再回到個人，在臺灣初步體現爪哇宮廷的哲學思維，同步歷經了爪哇文化樂舞藝術呈現中，對人內心與群體之間「和諧之美」的追求。

從動作、音樂到服飾配件，再到準備演出，我經歷框架與限制。我不是突破框架後獲得自由，而是讓自己被框架形塑後，找到能「控制自我」的自由，並享受自我控制下的「自然身體」對美自在的表達。在世界舞蹈的學習中，爪哇宮廷舞更極限的鍛鍊了身與心，強迫對自身的審視。將鏡子置於心裡而非教室中，共舞者就是鏡中人，藉此同步反照與調整，與自己、同學、老師相容合作，用身體，共築共享這美好的 *rasa*。

第六章 結論：透過身體與感官，體現文化深層的路徑

在我自身世界民俗舞蹈的經驗中，任何一處，音樂或歌聲一起，跟左右的陌生人就可以立刻牽起手，共享在地的身體韻律—源自環境、生活、與思想的樂舞。沒有種族界限的共舞，讓我對不同文化，經由身體，產生不同面向的體察。這一次，爪哇宮廷儀式舞蹈的學習歷程，透過音樂與群體，以及種種磨難，更直接的面對了這個文化中「集體向上提升」的思想核心。不同於以往，我不是靠共舞去體驗在地風土，而是靠共學，去一窺爪哇宮廷中共修的哲學。

這共學與共修的道路上，對臺灣學習者而言，忤逆人體的自然的身體與感官、高規格的限制與框架、摒棄了鞋子與鏡子的狀態等，創造出個體反照的時空依據。將「在地者身心感官項目」進一步地轉化成「對個體內部連結及與群體外部連結的身體感官技術」，明白到身體的整（體）、群體的整（體）、聲音地景的整（體），皆無法拆解。然 *rasa* 串接起這個「整」，正如 Geertz 指出 *rasa* 概念中“to feel all is to understand all”的基本實踐，大家各自並一同經歷了不得不用耐心 *sabar*、接受 *trima*、不執著 *iklas*、沉穩 *alus* 的態度 (Geertz 1976: 239–240) 去探索舞蹈與自身。“How the world really is? not to know but to feel”，甚至將自身視為客體的“Feel the feeling of mine (*djiwa*).” (Geertz 1976: 310–312)。這樣的傳承完全顛覆了我對舞蹈的認知，除了儀式功能、美學展演，身體技術的養成，宮廷舞對人性的考驗也讓它肩負起提昇人格與建立倫理的使命。以上，我竟有幸於爪哇千里之外，親歷身心的交瘁與重整。

對爪哇文化的未知，並沒有對這種跨越造成阻礙，就像於世界的某處，與當地人直接牽手跳舞般，身體直接教會我許多事。阻礙來自對宮廷舞蹈中「慢」的不適應甚至懷疑，而這個「慢」，在身體技術、養成時間、心態轉變上皆存在且必須被克服；再者，就是人的比較心與惰性。然這只能透過漫長的學習、身心技術的一再提升去重塑臺灣人（包含老師、學生與觀眾）對時間、效率、美感與舞蹈的定義，帶領其對文化的更深層體現。以上皆非閱讀文獻、親臨爪哇宮廷現場、甚至到爪哇生活所能取代的。在此，也開展了用「身體」認識他者的另一視角。

我因身心的挫折與對理解爪哇美學的期待而踏上了這段探索的道路，就像甘美朗各種樂器音符之間的共鳴，也像 *Srimpi* 中四位舞者之間的共振，我透過文獻閱讀、身體練習、經驗分享，交織成此研究初步的圖像。在第一章中提到自己如何從一位學習者、舞者變成研究者的過程，也從自身提問出發：為何如此困難？我正在經歷怎樣的一種舞蹈？身為「完全參與」的觀察者，我在田野中的角色不斷地轉換進出，也就必須正視研究的限制與疏失。第二章裡，從兩方文獻去尋找自身提問的回答。先是關於爪哇宮廷文化的歷史、哲學思維與舞蹈實踐理論；再來是透過身體在技術養成的過程中，意識、潛意識、五感、身體感等相關理論，去連結自己習舞過程中的經驗，並借重湯淺泰雄《身體論》一書對應爪哇宮廷

舞，點出在中國、日本、印度、爪哇身心技法中的共通門道：以身體鍛鍊前行，進而提升心性。然爪哇的身心藝術更以擴及至社會群體為標的。第三章與第四章分別是自身與其他參與者的故事。從置身舞蹈中的自己出發，分享一路走來，身體、意識、心態轉變的歷程。其他參與者，則分成學、教、觀三個部分，記錄在臺灣，同學、老師、觀眾與宮廷舞蹈同行—從 20 分鐘到超過 20 年—的心路歷程。第五章先將田野中大家的學習經驗與日惹宮廷舞蹈理論對話，分析這些認知上多不明白爪哇宮廷文化的參與者中，如何不同程度甚至全面體現或體察了理論中的精神與目標。接下來從身體與感官的面向去分析參與者在田野中的經歷：舞蹈技術建構中，意識的有無，與其所造成的助力與阻力；五感如何打開又如何從外得到反饋；心態上轉換與調整怎樣的協助不同人跨越自身的難關；群體默契的建構如何潛移默化的發生等。最後回溯這個學習路徑的轉折，它如何地改變了老師、同學與觀眾，還有我，實踐這個舞蹈體系中反思自身與體察他人的精神。

除了回答自身的提問，將爪哇宮廷舞蹈被視為一種提升身心的修行技法，它最具特色也最令我震撼的，是「群體身體的同步建構」，正如同不能拆解學習的「身體整體的同步建構」。必須經由夠長時間，將身體連動成一個整體；每一個「整」好的個體調整成同步，形成一支舞蹈。個體之中與群體之間的和諧是同步建構、相輔相成的。*Rasa* 串起了以上對內與對外的連結，強調了自我感知與群體共感的重要。隨著我自身身體技術的增強，覺得自己愈來愈能體會 *rasa* 之所謂。透過引導與練習，將感知能力實踐於群體、於社會，本是爪哇密契修行的宗旨，而我所經歷的，是將其轉化成身體技術與宮廷藝術，內承於 *rasa*，外顯於秩序的美。

了解一門文化深層的路徑，能透過深入社會環境之中，重建自身視角與感官體系，在田野中深讀厚描文化現象的架構與細節，並結合進出田野與歷史文獻的交替中，伸入與深入。除此之外，在透過如同爪哇宮廷舞蹈這般兼具身心修練、人格養成、美學呈現的藝術學習，經由身體與五感的挑戰與跨越，直接體現文化深層的核心，甚至回饋到自身的生活態度與社會關係。這樣的路徑，或許不需經由對新文化知識層面的了解，而是在「原來的的身體」與「他文化的身體」、「原來的感官體系」與「新建構的感官體系」之抗爭中摸索前行。經由長時間的調整，身心技法引領學習者用另一種方法了解一門文化。

在這個旅程中，透過臺灣觀眾的視角，發現臺灣人在理解印尼文化時，很容易將其與印尼移工文化等同視之。隨著更多的留學生與學者來到臺灣，印尼新住民的組成趨向多元，臺灣人對該文化中階級的存在與其階級社會中文化的封閉性，應該學習去看見與理解，才有機會包容與反思。我也是透過爪哇宮廷舞的框架去理解到，在我所生存的臺灣社會中，藝術是如何平等的、普羅的被共享與討論。再透過音樂與肢體，歷經層層身心的限制與控制、被箝制與掙脫，去認知到在爪哇宮廷舞蹈的建構中，階級存在的意義與不平等中共修的實踐。延續發想到「性別氣質的力量」如何在爪哇，甚至在台灣，從舞台至生活，動態的轉變它的面向？誠如 Sunardi 所主張：表演與性別是交互構成的，從感官性深入到調查探索，甚至用抵制、違反或強化文化規範策略的態度，對矛盾進行協商與展示(Sunardi

2015)。期能後續深究。

爪哇宮廷舞蹈是一項需要集中所有能量朝向單一目標的學習法門，也是透過身體去理解爪哇自制修行 *Alus* 之哲學與美學的途徑之一。從淨空、感受、內化、到洞悉，循序的透過身體、感官、文化、思維，向內向外，交織成對自身認知的重構與對爪哇宮廷圖像的再造，亦期能開啟臺灣人對印尼文化更多元的連結。



田野紀錄清單

Anastasia Melati

2020 年 9 月 16 日。藝妍堂辦公室，臺北。訪談筆記(英文訪談)，約 30 分鐘。

2020 年 10 月 3 日。臺灣博物館南門園區，臺北。Javanese Traditional Court Dance and the Philosophy of Javanese Culture 專題演講(印尼文演講，中文翻譯)，約 30 分鐘。

2021 年 4 月 23 日。旅人咖啡，臺北。訪談筆記(英文訪談)，約 180 分鐘。

2021 年 4 月 24 日。藝大咖啡，臺北。訪談筆記(英文訪談)，約 60 分鐘。

2021 年 5 月 8 日。A8 藝文中心，桃園。A8 印尼文化講座：爪哇宮廷舞體驗(印尼文演講，中文翻譯)，約 60 分鐘。

Yuniar Indrihapsari

2020 年 11 月 12 日。藝大咖啡，臺北。訪談筆記(英文訪談)，約 120 分鐘。

林佑貞

2020 年 10 月 15 日。歐兔咖啡，臺北。訪談筆記，約 90 分鐘。

2020 年 10 月 16 日。藝大咖啡，臺北。訪談筆記，約 60 分鐘。

2021 年 2 月 2 日。臺中歌劇院一樓，臺中。訪談筆記，約 120 分鐘。

2021 年 6 月 21 日。online sari kusuma practice 錄影。約 90 分鐘。

林美伎

2020 年 11 月 13 日。星巴克咖啡廳，臺北。訪談筆記，約 240 分鐘。

林雅嵐

2020 年 11 月 17 日。藝大咖啡，臺北。訪談筆記，約 120 分鐘。

周佩蓉

2020 年 10 月 12 日。藝言堂辦公室，臺北。訪談筆記，約 120 分鐘。

高欣瑜

2021 年 2 月 8 日。藝言堂辦公室，臺北。訪談筆記，約 120 分鐘

張如淵

2021 年 1 月 27 日。ARTCO DE CAFE 典藏咖啡館，臺北。訪談筆記，約 120 分鐘

張婉昭

2020 年 9 月 17 日。think café，臺北。訪談筆記，約 210 分鐘。

陳彥希

2021 年 2 月 6 日。露易莎咖啡，臺北。訪談筆記，約 200 分鐘

陳聖元

2021 年 6 月 27 日。世界音樂在 A8：印尼的聲響交織 爪哇皮影戲的表演哲學、文化象徵與社會功能線上專題演講。桃園。

陳筱竺

2021 年 4 月 23 日。集客人間茶館，臺北。訪談筆記，約 120 分鐘

麥菁菁

2020 – 2022 年。田野日記

彭蘊嫻

2021 年 4 月 23 日。集客人間茶館，臺北。訪談筆記，約 120 分鐘

鄭尹真

2020 年 10 月 12 日。Youstudio，臺北。訪談筆記，約 20 分鐘。

2021 年 1 月 29 日。壹玖空間，臺北。訪談筆記，約 150 分鐘。

2021 年 4 月 22 日。影響咖啡，臺北。訪談筆記，約 150 分鐘。

劉亦修

2020 年 11 月 21 日。藝大咖啡，臺北。訪談筆記，約 30 分鐘。

2021 年 1 月 27 日。Miss V Bakery Cafe，臺北。訪談筆記，約 300 分鐘。

2021 年 1 月 27 日。ARTCO DE CAFE 典藏咖啡館，臺北。訪談筆記，約 180 分鐘

參考文獻

Ackerman, Diane

1993 感官之旅，莊安祺譯。時報文化，臺北。

Angrosino, Michael

2010〔2007〕民族誌與觀察研究法，張可婷譯。韋伯文化，臺北。

Bourdieu, Pierre

2017 Structures and the habitus. Downloaded from <https://www.cambridge.org/core>.
Oxford Brookes University. pp. 72–95.

Durkheim, E.

1992〔1965〕宗教生活的基本形式：第三篇，2–4 章，芮傳明、趙學元譯。桂冠，臺北。頁 369–439。

Geertz, Clifford

1976 Religion of Java, University of Chicago Press.

Grau, Andrée

2011 Dancing bodies, spaces/places and the senses: A cross-cultural investigation, Journal of Dance & Somatic Practices. Vol. 3 No. 1 and 2, pp.5–24.

Hu, Harriet

2016 Mugiyono Kasido : Challenging Tradition Through Dance, 網路資料
<https://theculturetrip.com/asia/indonesia/articles/mugiyono-kasido-challenging-tradition-through-dance/?fbclid=IwAR0tnIwnJVe2S-X2IbIt3s6FR1Gw3nlpmNdNHUqiJK7QnU0Q-hgQRA5T68>

Hughes-Freeland, Felicia

1997 'Consciousness in Performance, A Javanese Theory' in Social Anthropology, European Association of Social Anthropologists, Vol 5, No.1, pp.55–68.

2008 Becoming a Puppet: Javanese Dance as Spiritual Art, The Journal of Religion and Theatre, Vol. 7, No. 1, pp.35–54.

Ingold, Tim

2008 Ways of Walking: Ethnography and Practice on Foot, Edited By Jo Lee Vergunst and Tim Ingold, Routledge. pp.1–19.

Kaeppeler, Adrienne L.

2000 Dance Ethnology and the Anthropology of Dance, Dance Research Journal. Vol. 32, No. 1, pp. 116–125.

Mauss, Marcel

1973. *Techniques of the body*, translated by Ben Brewster, *Economy and Society* 2. pp.70–88.

Sheets-Johnstone, Maxine

- 1981 *Thinking in Movement*, *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*. Vol. 39, No. 4, pp. 399–407.
- 2010 *Thinking in Movement: Further Analyses and Validations*, *Enaction: Toward a New Paradigm for Cognitive Science*, Cambridge. pp.165–181.

Shusterman, Richard

- 2009 *Body Consciousness and Performance: Somaesthetics East and West*, *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*. 67 : 2, pp 133–145.

Springgay, Stephanie and Sarah E. Truman

- 2019 *Walking Methodologies in a More-than-Human World*, *Walking Lab*. Routledge, London. pp 1–15.

Stange, Paul.

- 1984 *The Logic of Rasa in Java*, *Journal of Indonesia*. Cornell University Press. No 38, pp 113– 134.

Suharto, Benedict.

- 1992 *Cosmology and Aesthetics of the Javanese Dance*, *SPAFA journal*. Vol. 2 No. 3, pp.25–30.

Sunardi, Christina

- 2015 *Stunning males and powerful females: Gender and tradition in East Javanese dance*, *Journal of Southeast Asian Studies*, Singapore. Vol. 48, Iss. 2, pp.328-329.

Turner, Victor

- 2006 模稜兩可：通過儀式中的闕限階段。象征之林：恩登布人儀式散論，趙玉燕、歐陽敏、徐洪峰譯。商務印書館，北京。頁 93–111。

Williams, Drid

- 2015 *Style in the Dance and Human Movement Studies*, *Visual Anthropology*, 28, pp.199–207.

余舜德

- 2008 從田野經驗到身體感的研究。體物入微：物與身體感的研究，余舜德主編。國立清華大學出版社，新竹。
- 2016 身體感：一個理論取向的探索身體感的轉向。身體感的轉向，余舜德主編。國立臺灣大學出版中心，臺北。

林佑貞

- 2012 貝多優大師們的舞蹈生活哲學：印尼傳統表演理論初探。戲劇學刊，第十六期，國立臺北藝術大學戲劇學院。頁 157-176。
- 2015 印尼宮廷儀式舞蹈《貝多優》中的「身體行動方法」研究。藝術評論，第 28 期，國立臺北藝術大學。頁 1-34。
- 2018 印尼宮廷儀式舞蹈貝多優及其身體行動方法。國立臺北藝術大學。

許宏儒

- 2004 Bourdieu 文化資本的思想在教育機會均等議題上的闡釋，新竹教育大學國民教育研究所碩士論文。新竹教育大學。

張婉昭

- 2021 〈張婉昭學習筆記〉。未出版。

湯淺泰雄

- 2018 身體論：東方的心身論與現代，黃文宏譯。清華大學。

游富凱

- 2020 〈梨園戲旦角林雅嵐出走傳統觸探身體的無限可能〉，Par 表演藝術，第 327 期，頁 94。

黃金麟

- 2001 歷史、身體、國家：近代中國的身體形成。聯經出版公司。

陳筱竺

- 2019 〈期末心得〉。未出版。

彭蘊嫻

- 2019 〈中爪哇樂舞文化與實踐〉。未出版。

趙綺芳

- 2010 舞動文化：沖繩竹富島的民族誌。國立臺北藝術大學。

蔡宗德

- 2003 印尼伊斯蘭教密契主義及其傳統音樂之間的互動：以中爪哇宮廷為例。新世紀宗教研究，第二卷第一期，靈鷲山。頁 72-96。
- 2005 印尼印度教/佛教與伊斯蘭教宗教音樂文化的互動與融合。關渡音樂學刊第 3 期，國立臺北藝術大學音樂學院。頁 107-124。
- 2011a 爪哇入神舞蹈中的儀式型態、音樂特性與社會功能。南藝學報 3 期，國立臺南藝術大學。頁 75-114。
- 2011b 伊斯蘭世界音樂文化。臺灣五南圖書出版股份有限公司。

蔡璧名

- 2011 「守靜督」與「緣督以為經」——一條體現《老》、《莊》之學的身體技術。臺大中文學報，第 34 期，臺灣大學中文學系。頁 1-54。
- 2014 網路課程：莊子—姿勢、意識與感情（Zhuangzi-Posture, Awareness, and Sentiment）<http://ocw.aca.ntu.edu.tw/ntu-ocw/index.php/ocw/cou/103S123/7>

劉亦修

- 2018 〈身體與樂舞律動〉。未出版。
- 2019a “Sari Kusuma Experience”。未出版。
- 2019b “Anchoring Gamelan Culture in Taiwan”。未出版。

蘇子中

- 2013 *Rasa*：表演藝術的情感滋味，中外文學，42(4)，頁 157-197。



附錄一：Srimpi Pandhelori 隊形變換說明

- 一、尖端部分代表身體的正面，數字代表舞者編號
- 二、左右轉標示以舞者本身為基準
- 三、1 與 2 號；3 與 4 號舞者為一組，所有舞者動作幾近相同（只有轉向與面相有時相反），同組 2 位舞者形成對稱造型，相互攻擊。
- 四、蘇丹王的座位依地點不同而有所改變，若是在 Bangsal Kencana（日惹皇宮內的演藝亭）的演出，蘇丹王面朝東，所有舞者面朝蘇丹王；在其他宮廷或演藝亭，多數時候蘇丹王坐在觀眾席的正中央（Anastasia Melati 2021 年 12 月 24 日線上）
- 五、甘美朗的位置在不同演出地點會有所調整。

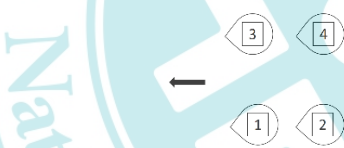
在臺演出實例

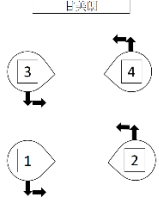
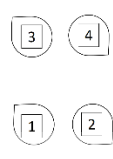
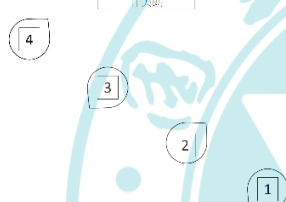
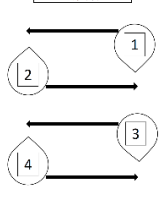
時間：2020 年 11 月 23 日

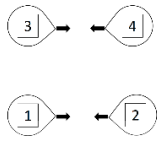
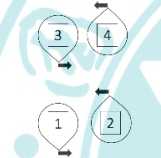
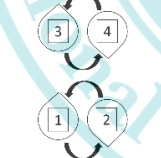
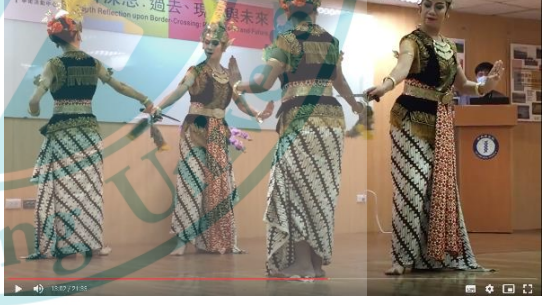
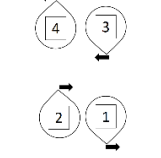
活動：2020 臺灣的東南亞區域研究年度研討會

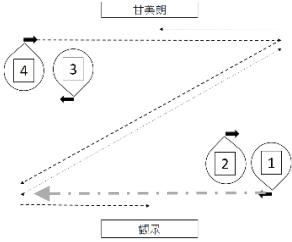
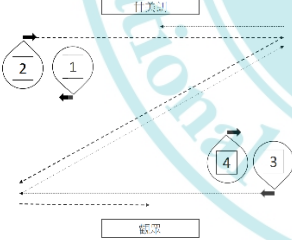
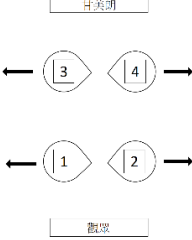
地點：中央研究院學術活動中心二樓

舞者：1：Anastasia Melati；2：張婉昭；3：鄭尹真；4：陳彥希

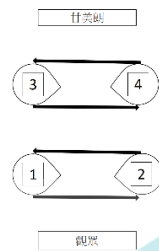
甘美朗  觀眾 1. 進場位置	
甘美朗  觀眾 2. 就位位後原地左右搖擺	
甘美朗  觀眾 3. 集體左轉，踮踮姿，做Sembahan，起身，舞蹈開始	

甘美胡  觀眾 4. 先朝自身右方平移，再擺向向前靠近	
甘美胡  觀眾 5. 靠近後，能轉轉成背相對。各自右轉，再次兩兩面對相對後，小步移動變換隊形	
甘美胡  觀眾 6. 跑位至對角線隊形	
甘美胡  觀眾 7. 再變換隊形	
甘美胡  觀眾 8. 面對面平移交錯换位，於原地自轉180度，再跑位	

甘美明  觀眾 9. 定位，透過手窗互看，全體小轉，面相對	
甘美明  觀眾 10. 拔劍，相互靠近	
甘美明  觀眾 11. 靠近，全體右轉90度，吻劍，兩兩互繞换位，準備戰鬥	
甘美明  觀眾 12. 持劍互刺，然後轉身换位	
甘美明  觀眾 13. 兩兩輪流互刺，兩組分別向舞台兩側平移	

 14. 1帶領2，4帶領3，沿虛線路徑移動，前後組换位。	
 15. 持劍互刺，然後轉身换位。	
 16. 兩兩輪流互刺，兩組分別向舞台兩側平移。	
 17. 3帶領4，2帶領1，沿虛線路徑移動，前後組再换位。	
 18. 最後一刺，各自右轉成面相對，退後至戰鬥前位置。	

收劍，戰鬥結束



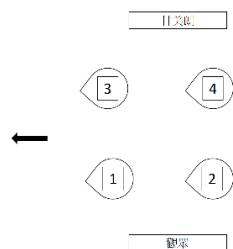
19. 沿移動路徑交換位置2次，再回到原來位置，最後面向觀眾



20. 集體向左平移，再向右移回



完成蹲跪姿之後的動作，做 *Sembahan*，起身



21. 集體右轉出場



附錄二：爪哇宮廷舞蹈相關詞彙解釋

各項舞蹈動作的爪哇文專詞皆參考 2018 年 11 月 Anastasia Melati 女士所書寫《Workshop of Javanese Court Dance》上課講義（以下皆以大寫字母開頭，在一般書寫時可以小寫字母開頭），先經由張婉昭女士錄影加註文字說明，再經筆者轉譯。

A

- agama Jawa* 爪哇宗教信仰。在不同時期、不同階層之中，在地神靈、印度教、伊斯蘭信仰皆以不同方式共融，並建立在以爪哇為主體之上
- aku* 我（I）；內在真實的自我（*ture self*）
- alus* 人在表演或生活中控制得宜的一種狀態

B

- batik* 印尼傳統蠟染
- batin* 內在（相對於 *lair*）；向內修行稱 *kěbatinan*
- Bedhaya* 爪哇宮廷舞蹈最初的舞型之一，7 或 9 位女性舞者擔任
- Bedhaya Katawang* *Bedhaya* 的一支，最早的 *Bedhaya*，現為梭羅宮廷所擁有

D

- dalang* *wayang* 的操偶師
- djiwa* 意識到自己的感受；*jiwa*：心靈
- djoged* 舞蹈

G

- Gambyong* 梭羅地區的古典女子舞蹈
- gamelan* 印度尼西亞一種民族音樂形式，亦成為印尼的宮廷和宗教音樂。主要的樂器有鋼片琴類、木琴類、鼓、鑼、竹笛、撥弦及拉弦樂器，有些曲目亦可以加上演唱者。甘美朗是整體組合的名稱。
- Gejug/Gedrug* 舞蹈動作：雙腳曲膝，左腳全腳掌著地（腳趾保持離地上揚），右腳從左腳斜前方移置左腳腳跟後方。先是用右腳板外側腳刀在地板上壓出一道向左腳跟滑去的弧線，然後再將右腳趾點於左腳跟後
- Gludo* 舞蹈動作組合：左手立掌固定，身體帶動右手（持 *sampur*）在一個垂直於地板立面上一起劃出圓形軌跡，過程中重心自左腳轉移至右腳，右手將 *sampur* 朝右後方甩出後，再整組動作重複
- golek* 木偶；舞蹈中以木偶為原型所創作出的角色與動作
- Grěgět* *Joged Mataram* 原則之一：動態精神，點燃與疏通人的能量，避免能量失控，產生過度的情緒表現

H

Hakiki 真理

I

iklas 不執著

Ingset/Ngingset 舞蹈動作：從站姿先到正蹲姿，上半身姿勢不變，雙膝分別向左右斜前方推移彎曲（半坐姿）。當重心完全移至右腳形成身體右傾，左腳內側貼地置於右腳斜前方但不置重量，反之亦然

J

jagad cilik 微觀（microcosmic）

jagad gede 巨觀（macrocosmic）

jarik 一片蠟染布所圍綁出的長裙

jiwa 心靈

Joged Mataram 日惹宮廷舞蹈理論

K

kasar 人在表演或生活中過度的情緒表現

kasekten 爪哇宮廷中的神秘力量

Kebyak sampur 舞蹈動作：將 *sampur* 拉至胸前，以手腕帶動將其向內掏或向外攤

Kebyok sampur 舞蹈動作：將 *sampur* 撥開後拉住尾端

kejawen 菁英社群 *prijaji* 為主的主流信仰體系，從生活倫理、文化儀式、藝術美學、哲學思想整合

kendang/gendang 甘美朗中的鼓

keprak 甘美朗中一種由矩形木塊製成的敲擊樂器，用於提點或強調舞蹈動作的執行與轉換

kosong nanging 舞蹈中舞者專注、內斂的狀態

pepak

kris 短劍

L

lair 外顯（相對於 *batin*）

lakon 神話

M

Mandhak 舞蹈動作：雙膝朝外（同腳尖的方位）蹲低

Menak Koncar 梭羅地區的古典男子舞蹈，亦有女性舞者擔綱

mendala 印度教密宗與佛教密宗在舉行宗教儀式和修行禪定時所用的象徵性圖形，象徵著宇宙存在的樣貌，為正圓中有正方且重複向內

循環的對稱圖形。

N

Ngithing/Nyekithing

舞蹈動作：拇指中指相靠，握虛拳；壓腕

Ngoyog

舞蹈動作：重心輪流移到左右腳，產生動態對稱非移位性動作。
先是以站姿左右搖擺：重心先完全移至右腳，左腳跟稍微離地，
身體以中立脊椎為軸，雙腳跟連線中心為支點向右傾，其他部位
相對位置不變，原路徑移動回站姿。反之亦然

Ngruji

舞蹈動作：四指併攏朝前、拇指內扣的立掌，手臂、手肘、手腕
之間皆為垂直關係

Nyangkol sampur

舞蹈動作：*Ngruji*（朝前立掌）會撐穩 *sampur*，使其緊繃固定在
手肘

Nyempurit

舞蹈動作：拇指站立，食指置於拇指上，其他三指朝地心曲，中
指儘量向下打直

Nylekenthing

舞蹈動作：脊椎中立，兩腳掌向左右八字外開，雙腳跟相距一個
拳頭寬，腳趾微張上揚翹起，腳掌全貼地；雙膝打直，重心持中。
兩手置於身體兩側，與軀幹保持 30 度微張，肘伸直，手背朝前

O

Ora mingkuh

Joged Mataram 原則之一：勇於面對困難，全權擔負起責任

P

Pacak gulu

舞蹈動作：啟動頭以鼻尖為固定點，由下巴帶領走 8 字軌跡
（*Pacak*：裝飾美化；*gulu*：頸部）

pamong

密契修行團體中的導師

pamrih

自戀

parang barong

專屬於皇室的彎刀蠟染的圖案

pendapa

演藝亭。宮廷中儀式進行、樂舞展演之地。其為在圓柱上搭建屋
頂的矩形亭子狀結構，四面八方都無牆開放

prijaji

原為皇室貴族，殖民時期至獨立後轉變形成信奉爪哇皇室傳統的
白領官僚階級的菁英社群

pusaka

宮廷中擁有神秘力量聖物

Puspanjali

峇里島的迎賓舞蹈

R

rasa

意指外在感官與內在感情共同造就直觀的感覺，反映了內在的本
質與意義

S

sabar

耐心

<i>sacerrima</i>	神聖事物
<i>samadi</i>	與神合一、空與無的境界
<i>sampur</i>	舞者綁於腰間的長巾
<i>sanggulan/gelungan</i>	爪哇女性傳統髮型：用填充物將頭前緣墊高、後髻梳成一個大髮包
<i>Sari Kusuma</i>	日惹宮廷舞碼之一
<i>Seblak sampur</i>	舞蹈動作：將 <i>sampur</i> 外擺於身體左右側的力勢與手勢
<i>Sekar Pudyastuti</i>	日惹宮廷舞碼之一
<i>selamatan</i>	於鄉村或都市社群中，生命祭儀的公共宴會
<i>Sembahan</i>	舞蹈動作：儀式舞蹈執行之前，向國王致敬的行禮方式
<i>Sěngguh</i>	<i>Joged Mataram</i> 原則之一：相信自己，但要避免自大或傲慢
<i>Sěwiji (or sawiji)</i>	<i>Joged Mataram</i> 原則之一：在心靈 (<i>jiwa</i>) 放鬆下，全神投入
<i>Srimpi</i>	為宮廷舞蹈最初的形式之一，由 4 位女性舞者擔任
<i>Srimpi Pandhelori</i>	日惹宮廷 <i>Srimpi</i> 舞碼之一
T	
<i>tapa</i>	伊斯蘭宮廷中蘇菲密契修行
<i>taya</i>	舞蹈。 <i>mataya</i> 即 <i>taya</i> 的動詞，意為執行舞蹈； <i>Petaya</i> 意為執行舞蹈的人
<i>tembang</i>	詩歌
<i>trima</i>	接受
U	
<i>Ukel</i>	舞蹈動作：向內轉腕
W	
<i>wahyu</i>	啟示
<i>wali sanga</i>	首先將伊斯蘭教引進爪哇地區的「聖者」
<i>wayang</i>	爪哇傳統皮影戲 <i>wayang</i> 來自爪哇文 <i>bayang</i> (影子)，原指爪哇傳統皮影戲 <i>wayang kulit</i> (皮革)。以之為原型發展出 <i>wayang golek</i> (木偶)、 <i>wayang wong</i> (人)、 <i>wayang topeng</i> (面具) 等各種戲劇類型。
<i>wiraga</i>	舞蹈；身體的動作
<i>wirama</i>	音律與節奏；身體動作與甘美朗音樂與節奏之間的契合
<i>wirasa</i>	調和了臉部表情、肢體符號、舞蹈意義後所呈現出的氣質感覺

附錄三：受訪者基本資料

姓名及 年齡區間	2018 工作坊之前的舞蹈經驗	特殊經歷	其他
周佩蓉 50-60	無	學習台灣北管、大鼓（2014-2022）與北印度塔布拉鼓（2011-2012） 2019 駐台北印尼經濟貿易代表處【印尼慶祝七十四週年國慶晚會】中爪哇宮廷舞蹈 Golek-Surung-Dayung 舞者	藝研堂有限公司負責人(2007 迄今) 台北市大稻埕創意街區發展協會理事長(2020-2022) 表演藝術製作人
張婉昭 50-60	舊金山州立大學舞蹈民族學學士及跨領域藝術學碩士畢；世達標準舞苑教師、三藩市華人歌舞團首席、Harsanari 領舞、Gamelan Sekar Jaya 客座舞者、Ballet Afsaneh 首席舞者、Gadung Kasturi 舞者、Westwind 世界民俗舞團舞蹈總監	金華女中美術班，逢甲大學雅風國樂團與中國工商專校笙磬國樂團指揮 紀錄片《Finding Kukan》光影創作主角（2016 首映）	獨立舞蹈工作者 成立婉昭舞蹈工作坊（2008 至今）
林美伎 40-50	梭羅藝術大學 Indonesian Institute of the Arts, Surakarta 舞蹈系修業二年；同時攻讀 Karawitan 音樂系，學習爪哇甘美朗中 gender、rebab、suling 及 kendang 等	江之翠劇團學習現代戲劇及南管（1993-2000）	曾在越南與柬埔寨擔任台商業務工作
鄭尹真 40-50	獲亞洲文化協會（Asian Cultural Council；ACC）獎助，赴印尼中爪哇、韓國首爾學習傳統樂舞（2016） 擔任江之翠團員期間，全程參與 Siti Sutiyah Sasmitadipura 印尼傳統宮廷舞蹈工作坊（2008）與 Mugiyono Kasido 身體技巧工作坊（2008）、Bambang Besur Suryono 國際交流工作坊（2009）	江之翠劇團學習梨園戲劇及南管（2007 年-2011 年），其後繼續參與江之翠演出，如《望明月音樂會》（2013 TIFA 臺灣國際藝術節）、《朱文走鬼》（2020 臺灣戲曲藝術節）等	《破週報》記者 臺北藝術大學劇場藝術研究所表演組碩士學位（MFA） 窮劇場聯合藝術總監（2014 至今），曾主辦《步法：印尼宮廷舞工作坊》 ACC 亞洲文化協會受獎人（2015） 臺北藝術大學戲劇系兼任講師

劉亦修 30-40	無	國小到高中學習小提琴 2019 年 8 月赴峇里島學習甘美朗；2019 年 9 月始協助王櫻芬教授開授巴里島甘美朗課程	現為臺灣大學音樂學研究所博士班學生（2016 年至今） 臺語流行歌曲於東南亞之傳播史研究
彭蘊嫻 20-30	幼稚園參與芭蕾舞班 2013 年擔任高師大音樂劇舞者	自小學三年級開始至大學畢業皆就讀於音樂班（系），接受古典音樂訓練，主修中提琴，副修鋼琴 瑜珈	現為臺大音研所碩士班的學生，主修中提琴
陳筱竺 20-30	無	學鋼琴約 7 年；高中時期開始學習吉他，大學時期學習南管與甘美朗課	臺大社會系畢業，曾至瑞典交換學生（2019-2020）
陳彥希 40-50	北藝大舞蹈系畢業 光環舞集從事接觸即興創作 全程參與 Siti Sutiyah Sasmintadipura 印尼傳統宮廷舞蹈工作坊與 Mugiyono Kasido 身體技巧工作坊（2008）	江之翠劇場南管與梨園戲 2021 年 12 月參與江之翠劇場《行過洛津》演出	現任芳療師
高欣瑜 40-50	印度婆羅多舞蹈（2014-2019）	重訓 喜馬拉雅山區健行（2014 - 2019 間數次）	臺大公衛系畢 現任保險從業人員
張如淵 40-50	世界民俗舞蹈 佛朗明歌（1997-2004）	戲迷與影迷	現任旅遊企劃專案執行
林佑貞 40-50	無	劇場身體訓練、太極拳 爪哇宮廷田野經驗（2008-2018）	現任臺北藝術大學兼任助理教授
Anastasia Melati 40-50	Indonesian Art Institute of Yogyakarta （ISI Institute Seni Indonesia）舞蹈系 Sanata Dharma University Jogja 文化與舞蹈人類學 Pura Paku Alaman 宮廷舞者	在臺多次開設爪哇宮廷舞蹈工作坊，亦嘗試當代創作	天主教徒 現為臺北藝術大學舞蹈系博士班的學生（2017 至今），研究主題是印尼移工的舞蹈表演

Yuniar Indrihapsari 30-40	3 歲，開始於日惹學習巴里島舞蹈；6 歲至今學習日惹宮廷舞與古典舞 Keraton Ngayogyakarta Hadiningrat (Palace of Yogyakarta) 宮廷舞者	駐臺北印尼經濟貿易代表處教授巴里島舞蹈	穆斯林 於 Universitas Negeri Yogyakarta 電子與信息學工程教育系擔任講師。 現為國立臺灣科技大學資訊管理博士班學生
林雅嵐 40-50	臺北藝術大學舞蹈系、舞蹈表演研究所畢業 透過 ACC 贊助，赴爪哇日惹與梭羅學習宮廷舞（2007） 自研究所時期開始跟著 Endang Nrangwesti 老師老師學巴里島舞	江之翠劇團南管、梨園戲學習並參與製作 與 歐丁劇場大師 Eugenio Barba 先生多次交流	現任臺北藝術大學舞蹈系專任助理教授
蕭賢明 50-60	無	臺東救國團薩克斯風教師	現任臺東生活美學館秘書師
郭玟玟 40-50	無	鐵人三項身體訓練	現任臺北市立重慶國中總務主任