

目錄

第一章 研究動機與問題意識	9
第一節 楔子.....	9
第二節 Shall We Dance?.....	10
第三節 研究問題與研究架構.....	13
一、研究問題.....	13
二、研究架構.....	14
第二章 文獻探討	16
第一節 身體論述.....	16
一、身體研究的開始.....	16
二、何謂身體.....	17
三、打破身心分離的可能?「體現」(embodiment)的觀點.....	19
第二節 女性身體和芭蕾舞研究.....	24
一、芭蕾舞的發展沿革.....	24
二、女性芭蕾舞者的身體特質.....	27
三、其他相關研究.....	38
第三節 研究方法與對象.....	41
一、研究方法.....	41
二、研究對象的選擇.....	43
第三章 覺察：芭蕾舞身體經驗	47
第一節 我與我的芭蕾舞想像.....	47
一、「成年女性學芭蕾舞」是個另類的選擇.....	47
二、想像的芭蕾舞身體美學.....	50
三、決定.....	51
第二節 芭蕾舞的身體經驗.....	56
一、第一堂課的芭蕾舞初體驗.....	57
二、柔軟度訓練.....	59
三、肌力.....	64
四、進入優美的芭蕾舞殿堂.....	66
五、芭蕾舞之後.....	75
第三節 小結.....	76

第四章	調和：傾聽身體的聲音	78
第一節	女性身材的迷思與可能	78
一、	他人觀看的意義	78
二、	苗條文化的破與不破	83
第二節	探尋自我的芭蕾之旅	91
一、	揭開：身體是覺察後的存在	91
二、	喚回：身體是一種記憶	95
第三節	小結	97
第五章	轉化：成年女性與芭蕾的肢體對話	98
第一節	「仙女」降落凡間：芭蕾身體經驗與日常生活	99
一、	我的芭蕾美學姿態	99
二、	日常生活是我的芭蕾舞台	101
三、	透過身體感官 體驗生活	104
四、	Just Dance !!	105
第二節	相互主體性	107
一、	Too old to learn ballet?	107
二、	最美的芭蕾	113
第三節	小結	115
第六章	研究結論與限制	117
第一節	研究發現與結論	117
第二節	研究限制與建議	123
參考文獻		125
附錄一	習舞者訪談大綱一覽表	133
附錄二	儲老師訪談大綱一覽表	135
附錄三	參與訪談同意書（受訪者存）	136
附錄四	參與訪談同意書（研究者存）	137