

第二章 文獻探討

第一節 身體論述

一、 身體研究的開始

Turner (1996) 曾經指出，在社會學的領域中，「身體議題」並非古典社會學家關注的重點，主要的原因在於當時關注的焦點乃是當時社會結構秩序與結構轉變的問題，而非處於社會下的個人(Thomas,2003)。除此之外，社會學不關注「何謂自然 (what is nature)」的問題，將學科焦點撰注在社會科學之上，也間接影響到「自然身體 (natural body)」在社會學的重要性 (Thomas,2003)，而整個社會學到了現代晚期 (late modernity) 的時候，才開始關注什麼是身體，身體社會學到了二十世紀晚期才得以蓬勃發展 (O' Neil,1985； Featherstone,1991； Shilling,1993； Turner,1996)。

在西方的哲學思想中，身體也一直處於被忽略的客體角色。這樣的觀念源自柏拉圖至笛卡兒的「身/心」二元論強調精神和身體的分離，身體從屬於精神，並因此建立認知理性的主導地位 (Turner,1996)。因此，身體被視為精神的附屬品。這一套概念也表現在過去基督教神學之中。對於基督神學而言，身體是一種威脅性、難以掌握的危險現象，做為一種慾望和情感的載體，身體被視為是無法克制、激情的表徵。因此基督教神學中的禁欲主義即是試圖透過一系列的管制方式 (飲食控制、靜坐冥思和宗教行爲) 來管理身體，將靈魂從身體的誘惑中解放出來，做為一種遠離墮落 (以身體做為代表) 的救贖。而這個禁欲主義被古典社會學家 Max Weber(2002)認為是生成現代理性主義和世俗主義的主要來源，也是早期資本主義的一把推手 (Weber, 2002, 于曉譯, 2005)，也發展出日後現代社會藉由控制自我來駕馭世界的思想根源 (Turner,1996)。

過去以笛卡兒的身心二元論為基調的思想脈絡，忽略了身體本質的重要性，身體成為被管束的客體，而不是施展的主體。然而，這樣的思想脈絡在社會結構轉型，亦即「後工業主義」、「後福特主義」的到來，勞動身體轉型成為追求慾望的身體，身體慾望不再嚴格禁止，反而成為追求快感與展現的主要媒介。Turner(1996)認為在工業社會長期轉型下，禁欲主義的逐漸式微和大眾消費主義的盛行，成為身體研究浪潮的社會背景之一。在講求消費、休閒、個體表現的現代消費主義下，身體成為美好生活以及文化資本的象徵，成為享樂和

慾望實踐的領域。追求美麗身體、不老身體、健康身體成爲現今人們的重要觀點，相繼而起對於身體階級、身體性別、和身體醫學等探討，讓「身體」成爲學術研究日受重視的課題（Turner,1996;Thomas,2003）。

二、何謂身體

Turner(1996)定義的身體是我們感知這個世界的媒介，個人的感覺、品嚐、觀看、碰觸、思考、說話與經驗都是透過身體來完成，個人除了「擁有身體」，本身亦是身體（they are bodies）。相較於 Turner 對於身體的微觀定義，高宣揚（2002）則從鉅觀的面向將個人放置社會文化中來看，他認爲身體除了作爲一種生物性的物質結構，一種複雜的有機單位，也是人類精神生活和思想的載體，是社會與文化的基本單位。身體本身除了基本的生物功能，亦有一種呈現文化現象的功能，具有一種象徵的意涵，換句話說人類的身體具有自然性，社會性與文化性。

有關身體的認識論，一般說來有三種研究取徑（Shilling,1993）。首先是「生物學」的觀點，這派學說主張身體是一種與生俱來的、生物學上的實體，換句話說，身體是一種生物性的存在，作爲一種物質肉身，因此身體需要一定的能量、食物的滿足，具有生物性質的成長、強壯與衰老（藍佩嘉，1995）。自然主義者(naturalist)則從這個角度上，認爲社會不平等原本即是生物體本身能力所決定的，身體的生物性本質差異建構現今的社會面貌，例如性別、年齡與種族。在這樣的觀點下，身體的自然和生物差別成爲合理化「差異」、「從屬」以及「宰制」的工具（Shilling,1993，轉引自 Woodward,2006:125）。

然而，這樣的論述忽略了社會文化對於身體的影響。不同於「生物學」與「自然主義」的主張，「社會建構論」者則認爲身體是接受社會文化意義的場域，同時也是外力型塑的媒介，因此他們關注的焦點在於身體的形象或者身體如何透過社會力量建構出來，如何成爲自我認同與社會認同的中介（Shilling,1993）。對 Foucault（1977）而言，人類身體的歷史是一部人類社會文化發展史，文化與社會的發展在人類身體下留下痕跡。身體是各種事件的紀錄表，是思想活動的基礎及限制，也是各種權力交會的場所，事件銘刻(inscribe)的介面，身體就是一種知識/權力競逐、建構的戰場（Foucault, 1977；轉引自高宣揚，2002）。Turner（1996）也從身體社會學的角度重新端視身體這個議題，他認爲身體是「社會實踐」的管道，是呈載社會意義和社會象徵的符號系統，也是代表和表現權力關係的符號系統。所有的身體再現不是清白的，都有其政治性與相關意涵。

「社會建構論」和「自然主義者」的觀點不盡相同，他們認為社會不平等並不是由身體差異所造成的，事實上是社會作用所使然，而其中的手段可能是「身體型塑」或是「身體分類」等方式（Shilling,1993，轉引自 Woodward, 2006:132）。這部份除了社會學有相關的討論以外，在人類學中，也有類似的身體觀點。羅正心（2000）認為過去人類學在身體的研究上，主要採用兩種觀點，其中的「社會文化結構」觀點如同社會建構論，將「身體」限制在社會文化的架構之下，人類行動是對於社會文化的反應，而不重視個人身心的意義²。在這樣的觀點下，身體只是被雕塑的「客體」或是理性表達的工具。然而，這樣的觀點卻過度強化了社會作用力在身體產生的結果，無法洞悉何謂身體的物質性（年齡、高矮、健康、種族、性別、性傾向），也忽略了身體「本身物質力量」，也就是身體感官、知識能力和行動能力和身體之間的關連性，忽略身體的物質性存在和重新建構的可能，在社會建構的情況下，我們無法從身體看見個人的能動性以及自我身體的主體性。

「社會建構論」關注身體存在於世界上的各種方式，亦即身體如何在社會中被予以「再現」（Turner,1996），然而在這樣的詮釋下，身體往往被視為靜止、不動的物體，而非一個活生生的物質體。Thomas(2003)也認為如果過度專注在「再現」或是「論述」的課題上，以致於矮化身體，容易再度陷入「身心二元論」的框架之下，只是不同於西方哲學家將身體視為思想的附屬品，在社會學觀點下，身體則變成受到社會控制的客體，而這樣的說法並沒有辦法彌補過去身體研究的不足。

無論從「自然主義」或是「生物學」的觀點，還是從「社會建構」的觀點來端看身體，都表現出身體的其中一個面向，沒有辦法呈現出身體完整的面貌。Shilling(1993)認為如果要解決身體社會學的限制，亦即避免「自然主義」的過度化約，也找回「社會建構論」所忽略的身體物質性，應該要將身體視為一個「物質基礎」加以分析，同時重新將心靈放進身體之中，打破身心二元的界線，以建構完整體察身體的研究方式。針對這個面向，法國哲學家 Merleau Ponty 也在 1962 年的《知覺現象學》（Phenomenology of Perception）提及身心不可分離的觀點，他強調對於身體的認識，應該要從「身體知覺」開始。他認為人類的身體就是一個具體化的主體，任何和自我有關的研究都必須從這立足點出發，身體不僅是心靈的住所，也是我們感知源自於社會的經驗並和社會互動的媒介（轉引自劉國英，1997）。Csorda(1990)的體現觀念（embodiment）則

² 另外一種觀點引用「象徵主義」來解釋身體，將身體視為一種「象徵」，這是在七零年代之後，對於身體動作和身體意義的相關研究。身體被視為溝通系統的概念，然而這樣的研究將身體當成社會工具，成為表現概念的圖像工具。這種觀點的危險在於忽視身體存在和身體經驗對於文化創造的重要性（羅文心，2000:98-99）。而身體的研究取徑從「論述方法」轉向「功能主義」或是「現象學」方法論則在社會人類學協會在 1975 年舉行的「身體人類學」年會的爭論中即已顯現。會中的主要爭論即在於將身體視為一種在不同領域如舞蹈、姿勢、手勢的非口語表現媒介（the nonverbal medium of expression），意圖打破在文化分析上存在的「身體與心靈」、「感性和理性」、「非口語與口語」之間的二元劃分情況（Thomas, 2003）。

沿用 Ponty 的觀點，試圖打破身心二元的身體研究，強調身體成爲主體與社會中介的重要性。他認爲「身體」是由個人、社會和文化等各種因素型塑而成，身體也可以做爲理解這些脈絡的中介。

從上面的觀點可以得知，無論在社會學、哲學或是人類學的領域當中，皆有逐漸將「體現」的概念做爲身體研究的另一個領域，以試圖彌補過去身體研究的不足，使其更趨完整的趨勢（Turner,1996）。以下則針對「體現」的觀點做進一步說明。

三、打破身心分離的可能？「體現」(embodiment)的觀點

1. 何謂「體現」

「體現」(embodiment) 試圖避免「生物學」和「社會建構論」兩種過於極端的觀點，提出「身體研究」的第三種論述方式。Shilling(1993)認爲在文化研究和社會學的研究中，體現本身作爲瞭解身體如何在社會中建構出人類行動與互動的形體基礎。在「體現」的觀點下，身體被視爲一種「物質存在」，而並非一個靜待文化雕塑的物體。前者將身體視爲一個感知主體，關注個人身體感覺與經驗的影響力，而後者將身體視爲一個社會文化銘刻下的客體，是社會規範的反射物，因此如果要瞭解身體，必須瞭解社會文化，因此認識身體需要認識社會，研究身體轉而研究社會（羅正心，2000）。然而，後者觀點忽視身體本身的存在和身體經驗對於文化創造的重要性。而「體現」的觀點則試圖將身體視爲一種「經驗」去認識，將「身體」視爲研究文化和自身的起點（Csordas,1990），強調身體的主體性，著重於「身體經驗」重新來審視身體和社會文化之間的關係（羅正心，2000；劉憶勳，2006）。

有關體現的定義，從人類學的角度來看，羅正心（2000）將「體現」的定義爲「人以身『體會』而『實現』，在體會的過程中，個人的感受思維，透過身體來呈現他的意志。」以個人「體」會而實「現」，觀察文化形成之動力與現象，即是回到行動者生活經驗之覺受，亦即重視個人身體存在與身體內在之經驗，包括視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺、感情和意志等，探討個人如何以身「體會」，以身「實踐」。人並不僅是知識體系的客體，也是社會生活行動者與意義製造者，進而成爲書寫文化內涵。Csordas(1990)認爲在「體現」的觀點下，身體不是文化相關的客體，而是文化的主體，是文化存在的基礎地（existential ground）。

「體現」典範一方面指陳個人和自己身體經驗與行動的關係，一方面也關注體現和社會文化的關係。首先，個人透過自身的身體，透過各種身體認識自己的身體內涵，進而產生自己身體的行動性，甚至於自主性。身體因為行動和覺知的自主，稱為主體性，主體性透過身體而實現，就是「體現」的表現（羅正心，2000）。Csordas 在 1990 年針對北美靈恩基督教五旬節教派中的儀式療癒進行一系列「體現」研究，他在其中的「說方言」(glossolalia 或 speaking in tongues) 研究中，提出有關體現的相關見解。根據《大英百科線上》的定義，「說方言」指的是「指在宗教激情爆發的情況下自口中發出類似語言的聲音。說方言者，發音器官動作失常，舌頭失去控制，發出令人不解的語音。據宗教上的解釋，這是人被神靈附體，人與神靈交談或代神靈發出諭旨。³」這種說方言（或是舌音）是一種急促吐氣的方式所發出的聲音，對於講話者而言，他在講的是上帝的語言，這個話語本身不帶任何意義，就如同一些宗教動作，例如起乩的動作等，無法用現實世界的功能論來試圖合理的解釋這一切（羅正心，2000）。而 Csordas（1990）認為這種「說方言」，讓信徒得以打開自身，獲得神聖祈禱或是引導，達到身心合一的境界，亦為個人身體知覺自主的表現。

羅正心在 2000 年〈體現的文化觀點—以氣功為例〉的研究將體現研究焦點放在氣功、個人和中國文化之間的關係，他指出氣功動作和內心狀態有其相應性，彼此相互影響。氣功的體現經驗可以影響到修練者個人的生活態度和社會文化的內涵。修練者藉著氣功瞭解身心，而達自由運用身體的境界，得以和外宇宙合一。「這種氣功動作所引發的「心」體驗，轉移到身體之外，修練者感受到的是和諧的宇宙。這個過程，常被稱為『知天』，其結果是『天人合一』。」(ibid.:106) 他認為這種氣功體驗，讓人得以瞭解傳統文化「贊天地之化育……與天地參」以及《莊子齊物篇》中「天地與我並生，而萬物與我為一」的文化內涵。「氣功身體之和諧感，因此成為社會秩序與宇宙歸屬感的指標，也就塑造了文化。」因此他認為，從體現的觀點去看個人和社會秩序的關係，社會文化乃是由人(身體經驗)創造出來，而氣功修練者表現出來的行為思想，「是經由氣功實踐而獲得的身心經驗的體現，他的行為是身體主體經驗之反應，不是外在世界之反應。(ibid.:106)」簡而言之，從氣功的修練過程中，修練者的行為是氣功修練動作中身心經驗的反應結果，而這樣的身體經驗的體現，也成為過去傳統文化的內涵之一。

Csordas 和羅正心都從體現觀點為身體研究開啓一個認識論的新典範。身體不是一個被社會銘刻的客體，待由他人解讀的文本，而是有其經驗覺知的主體，成為文化的根據之一，或是型塑文化的來源之一。從另外一個層面來看，儘管「體現」典範重新找回身體的主體性，身體並非僅是呈載社會文化意義的

³ 資料來源：大英百科線上（台灣）。參考網址：<http://wordpedia.eb.com/tbol/article?i=075573>

媒介，任文化塗鴉的白紙（顏學誠，2002），但並不表示身體所處的外在環境對於身體不再具有影響力，「體現」典範所關注的乃是將身體視為具有行動感知力的存在體，「身體」和「社會文化」之間的關係，不再是過往的「主被動」關係，亦即不是身體/被動，文化/主動的關係，身體可能受到文化的影響，然而身體的「知覺」(perception)進而「實踐」(practice)的過程中，也可能影響或是形成文化，在這樣的關係之下，表現出身體的相對自主性與可能性，身體和社會文化之間互為主體，不斷交相反覆相互影響（劉憶勳，2006）。

從體現的觀點看來，生活世界的實踐是身體和生活世界「互為主體性」(intersubjectivity)的運作(Csordas, 1990)。即將個人體現的經驗做為文化的存在基礎，討論個人在生活世界中的實踐，身體知覺如何與此生活世界發生互為主體性的溝通（顏學誠，2002）。因此，身體被視為具有能動性的主體，透過「知覺」而「實踐」，抑或「體」會以實「現」的過程，關注焦點也從「身心分離」轉向「身心合一」，端視「身體經驗」在社會文化中產生什麼樣的化學作用，展現身體本身在生活世界的相對自主性，如是也打破過去傳統的「身心二元論」觀點，為身體和文化關係研究提供一個不同的觀點。

2. 女性身體與體現

無論社會學、人類學乃至於哲學的身體研究的近年研究都重新將焦點放在身體的「物質性」，將身體視為一個活生生的身體(lived body)，試圖瞭解個人感官知覺與行為實踐如何在社會文化中展現身體的相對自主性。「體現」(embodiment)在「生物性身體」與和「相對性的文化身體」中尋求一個平衡（嚴學誠，2002），重新將身體焦點放置於「身體知覺」之上，將身體視為覺知主體，個人身體經驗作為文化的存在基礎(existential ground of culture)，來探究知覺身體如何和生活世界產生互為主體性的溝通(Csordas, 1990)。然而，國內的「體現」研究卻過於強調身體知覺的自主性，將研究重點放置於「身體知覺」之上，單方面強調身體對文化「單向」的影響力，而忽略身體和文化之間的「互動」關係（劉憶勳，2006）。對此，劉憶勳（2006）在有關街舞舞者的研究中強調個人身體和文化之間的相互關係，試圖從「體現」的觀點來瞭解青少年街舞舞者如何在跳舞的過程中，在自身舞蹈動感、他人眼光與社會文化場域進行互動，進而蛻變呈現其原創風格，以勾勒身體和文化之間相互影響的動態過程。然而，劉憶勳對於女性身體和性別之間的問題，亦即女性舞者如何在街舞文化的性別結構中表現個人身體主體性，沒有清楚的說明。在街舞的文化中，女街舞舞者受到一定歧視，無論是在男性凝視、男女舞者的相處過程，甚至於舞類的選擇中，女舞者的舞動空間都相對狹小（劉憶勳，2006）。研究者認為女性的身體經驗和性別結構之間的互動關係中，身體所扮演的角色可能不

是絕對純然的主體能動性。

美國女性主義政治哲學家 Iris Marion Young(2005)在《On Female Body Experience:” Throwing Like a Girl “and Other Essays》一書中引用「體現」(embodiment)的觀點來看女性身體經驗和社會文化價值觀的互動關係。她一方面關注「女性身體經驗」的可能性，一方面也探討「性別結構」在女性身體造成的影響與束縛。Young 認可「活生生的身體 (lived body)」的能動性，因為這個概念表述「存在於社會結構裡的個人如何在結構的機會和限制中活出自己的位置」(Young, 2005, 何定照譯, 2007:39)。另一方面，她依舊將性別的議題拉回身體研究，關注「性別結構」對女性身體經驗所造成的影響。她引用西蒙·德·波娃 (Simone de Beauvoir) 的觀點指稱道「每個人類的存在，都被其處境 (situation) 所定義；女性的獨特存在，正是被其處境的歷史、文化、社會及經濟限制所定義。(Young, 2005, 何定照譯, 2007:46)」，因此她認為「陰性身體」就是女人處於特定社會 (處境) 下所產生的，而這樣的性別結構也制約了女性的行動與意識。

Young(2005)認為，儘管在某個層面上女性所處的社會與文化，將其定義為他者、定義為男人的附屬物，僅僅只是客體。女性因此在文化上、社會上都曾被否定有主體性、自主權，而女性也用別人的眼光來看待自己，容易將自己的身體視為一種物體，身體也被視為累贅而非「達成目標的媒介」(Young, 2005, 何定照譯, 2007:54)。然而，另一方面，做為一個「人類」，女人必然擁有自己的主體性。Young 認為在一個父權社會下的女人過著矛盾的生活：做為人類，她是一個自由的主體，然而，做為一個女人，她的「處境」又否決其主體性。因此，Young 關心女性在主體和客體之間的緊張關係 (Young, 2005, 何定照譯, 2007:50)。

Young (2005) 因此探索女人如何在日常生活中透過自己的「身體經驗」，擺脫女體長期在「性別分工」、「性別化的權力階層」以及「性別 (常規異性戀) 規範」等「性別結構」中被賦予的客體角色，以尋求女體的主體性與能動性。Young (2005) 在過去研究中，提出多種的女性身體經驗，並透過個人經驗的自白以及學術理論的耙梳，來探討女性身體的「限制來源」與「可能性」。有關女性動作和性別結構的關係，Young (2005) 以女孩丟球的動作為例，來說明女性身體舉止所表現出來的活動力和空間表現是女性在社會性別規約與壓迫下產生的結果。Young (2005) 認為，在性別結構中，女性對於動作的態度常在「我能」與「我不能」來回遊移，而不容易全力以赴，完成連續的統一行為。她認為這是過去性別歧視下結果。在父權文化下，女體往往被抑止、限制、定位且客體化，女性身體往往是受到層層限制，而不易自主，在這部份，Young (2005) 主要強調的是性別結構對於女性動作的束縛。

而在其他的身體經驗部份，Young（2005）則勾勒女性身體如何重疊主客體的雙重身份。在懷孕經驗的部分，Young（2005）指出女性做為一個孕婦，在懷孕的過程中，女體在自身和嬰兒的互動中體驗到「是我亦非我」的雙重感受，也可以透過撫摸還是端視突出緊繃的腹部，重拾女性對於自己身體的單純自戀。然而，在醫病關係的權威---依賴脈絡中，女性在各方面的遭遇和自身經驗脫離、異化，普遍服從於醫學權威論述，而這套論述某種程度上也是男性論述；在服裝的身體經驗方面，女性穿著服裝的選擇可能臣服於流行體系的規約，女性卻也可能在穿衣買衣的過程中，體驗到女人彼此相繫的共同情感以及想像的樂趣；另外，女性的乳房一向是男性凝視的焦點，有關胸部的各種論述固定化與標準化女性胸部的樣貌、形狀與尺寸。然而，Young（2005）認為在單性化的空間中，褪下外在束縛的乳房，顯現其變異性和個體性，乳房可能因為規範而同一，卻也可能卸去規範而獨特，成為一種辨識個人差異性的符號。

Young 提供了兩個觀看女性身體的觀點：身體可以表達女性客體化的處境，卻也呈現女性「體現」為主體，做為女性在權力結構下尋求自我的媒介（Davis,1997）。Young 承認「陰性身體」在性別結構下成為客體的結果，然而，她也認為女性身體是一個「活生生的身體」，得以被視為擁有能動性的主體，她認為真正的女性一方面承受男性的目光，一方面也意識到自己，而這樣的關係反而更接近「女體」所處的真實世界（Young, 2005，何定照譯，2007:xxii）。

從 1990 年代成為學術研究顯學的身體研究，在西方「身心二元論」的哲學基礎之下，始終將身體視為心靈的工具，而忽略身體知覺與經驗可能帶來的能動性與自主性。在這個脈絡下，無論是強調身體生物性的「自然主義論」亦或是揭露社會文化背後層層權力論述的「社會建構論」，也都不約而同的將身體視為一個被動的客體，任憑社會文化的盡情書寫。然而，每個人的身體都有屬於自己的知覺，都有自己經驗世界的方式，這些知覺與經驗和社會文化之間的相互關係，卻不是上述理論可以加以解釋。因此無論是哲學、社會學或是人類學皆先後提出「體現」（embodiment）的觀點，試圖彌補身體研究這部分的空白。講求身體「知覺」而實踐的「體現」，改變過去「身心分離」的思考脈絡，重新思考在社會文化中，身體實踐和文化之間的關係可以有何種變化。

然而，哲學、社會學或是人類學脈絡下的「體現」觀念都忽略性別結構對於身體經驗的影響性，因此無法區分男女身體經驗在歷史給定的性別結構下究竟有什麼異同。Young(2005)將「個人體現」放置「性別結構」的脈絡中予以討論並以「女性身體經驗」為分析對象，關注女性身體在結構下的限制與可能。她認為活生生的身體和性別結構兩者之間的張力形成女性身體的矛盾性存在。儘管她認為「陰性身體經驗」是父權下的產物，也是在既定社會脈絡下，

女性身體普遍的經驗。然而，她也指陳出在既定結構或是有限資源下，女性身體具有拒絕或是重塑改變的可能性（Young, 2005，何定照譯，2007）。對研究者而言，Young 的觀點為女性身體的體現研究提出較為完整且開放的觀點，她承認性別結構對女性身體的束縛，卻也關注女性身體經驗對於女性認知與行為可能產生的影響。而本研究的最終關懷即是成年女性的芭蕾舞身體經驗和芭蕾舞文化與社會文化之間的關係，來探究女性身體在身體和文化的關係中，表現何種可能與限制。因此研究者將採用「體現」將身體視為「活生生的知覺主體」的說法，來瞭解身體如何「體」會與實「現」個人身體經驗以探究成年女性如何透過芭蕾舞產生行動者的能動性，亦引用 Young 觀點來探討女性如何在社會性別結構中的主客體之間來回遊移，並從中來探究成年女性的身體經驗、芭蕾舞文化與社會文化之間的關係，以試圖讓本研究更具完整性。

第二節 女性身體和芭蕾舞研究

英文的“Ballet”原來是法文，字源是來自古拉丁文的“ballo”，意即「跳舞」，但此處所指的並非現今認知到的芭蕾舞，而是一種融合舞蹈、音樂、歌唱、啞劇，由民眾自編自導自演的民間舞蹈。現今一般所指的「芭蕾」是一種經過職業舞蹈家設計、高度程式化的劇場舞蹈（歐建平，1997）。

一般來說，芭蕾可分為「專業性演出」以及「芭蕾舞作的訓練」（吳素芬，2005）。「專業性演出」其構成除了舞蹈以外，還包括音樂、服裝、舞台設計和燈光，是一項綜合性的表演藝術。其中又可細分成兩種類型：一為「故事性芭蕾」，舞者們以舞蹈動作以及肢體語言來表達故事的情節；另外則是純粹表現動作和音樂的「音樂芭蕾」，亦即「抽象芭蕾」（平珩，1995）。而「芭蕾舞作的訓練」指的乃是舞者、學生或是芭蕾愛好者在課堂中透過專業且科學化的課程規劃學習芭蕾的基本動作，至今成為各舞團以及學校學生肢體訓練的首要課程（吳素芬，2005）。

一、芭蕾舞的發展沿革

1. 芭蕾起源

芭蕾最初的源頭來自歐洲的民間遊藝活動，是當時歐洲人每逢慶豐收或喜慶活動時的助興節目，日後遂演變成當時貴族的社交活動（吳素芬，2005a）。而後的義法聯姻，義大利梅迪西家族的公主凱薩琳·梅迪西（Catherine de Medici, 1519-1589）順勢將芭蕾引入法國，芭蕾也從民俗進入宮廷，從民俗活

動逐漸演變為帶有戲劇情節的宮廷芭蕾（Ballet de court）。此時觀眾欣賞表演乃由上往下俯視，因此舞蹈多著重在隊形的變化以及幾何圖形畫面。表演內容多以希臘或羅馬神話為主題，表演性質乃是結合舞蹈、音樂、詩歌朗誦等綜合性的戲劇演出，並非純粹的舞蹈表演。1581年演出的《皇后喜劇芭蕾》及結合舞劇和歌劇就是這個時代的代表作品（吳素芬，2005a）。

芭蕾的專業化發展，則在法王路易十四成立「皇家芭蕾學校」（Academie Royale de Danse）以建立舞蹈戲劇人才時既展開序曲。接掌此校的皮厄爾·鮑相（Pierre Beauchamp, 1636-1750）奠定日後芭蕾手足的五個基礎舞步形式，也確定現今所使用的法文芭蕾術語。在這個階段中，經過系統化的整理，芭蕾發展出現今的專業與規範（歐建平，1997）。

此時（十七世紀）的芭蕾也進入「歌劇芭蕾」（Opera Ballet）的時代，但僅為歌劇演員中場休息的串場表演，這反應當時芭蕾在表演界較為劣勢的地位。而後，在古典芭蕾大師尚·喬治·諾維爾（Jean George Noverre）的提倡，芭蕾脫離歌劇表演形式，成為一種獨立性的表演藝術。他鼓吹「劇情芭蕾」（Ballet d'action），以藉此可以讓芭蕾回到動作的本質。他曾指出：

芭蕾絕不只是純粹的舞蹈表演，更重要的是藉著動作來傳達戲劇的意念；舞者不要僅限於模倣，應該依劇情的需要去創造角色個性；以真實的臉部表情傳達內心的情感……（轉引自吳素芬，2005a）

他試圖將「將情節和舞蹈統一起來，給予舞蹈某種表情和目的」（歐建平，1997），因而將舞蹈獨立於歌劇，舞蹈動作富有生命力與意義，進而提升到一個嶄新的高度。

2. 古典芭蕾

十九世紀的芭蕾發展分成前後兩個階段。十九世紀上半期乃是以法國巴黎為首的「浪漫芭蕾」，十九世紀下半期則是以俄國聖彼得堡為中心的「古典芭蕾」。以超現實為主題的「浪漫芭蕾」時期，也稱為白色芭蕾（Ballet Blanc），而因應浪漫主義時代風行，自由的思想啟發藝術的創作，這個時期的芭蕾創作也改以大自然為訴求的浪漫風格（李立亨，2000；吳素芬，2005a）。這個時期的代表人物瑪莉亞·塔格里歐尼所展現的「全足踮立技巧」（sur le pointe），以及一連串高跳或輕盈昇騰的動作，顯示女性舞者在舞蹈技巧上的突破（吳素芬，2005a）。而芭蕾伶娜（Ballerina）在十九世紀日漸受到頌揚與重視，改變過去男舞者獨大的場面（歐建平，1997）。

然而浪漫芭蕾因為舞台表演日漸譁眾取寵，講求舞台變化奇觀，失去原先本質，加上俄國皇室大力推展西歐化，邀請歐洲藝術家到俄國推廣藝術發展，兩相力量交錯之下，促使芭蕾的重心轉向俄國聖彼得堡，亦即進入芭蕾史上的鼎盛時期——「古典芭蕾」時期。以莫里斯·裴提帕（Maurius Petipa）領銜的俄國古典芭蕾，主要強調氣勢雄偉的舞台效果、劇情複雜、劇中角色與組合變化豐富，無論是群舞的隊形、小組舞的炫麗技巧、雙人舞的和諧美感以及獨舞的優雅等，輔以豪華的服裝與背景、優美旋律的交響樂等，建構高度的芭蕾舞專業（吳素芬，2005a）。當今三大芭蕾舞劇《睡美人》（1890）、《胡桃鉗》（1892）、《天鵝湖》（1895）皆源自於此時，芭蕾也從原先的串場表演一躍成為可和其他表演並駕齊驅的藝術演出。十九世紀的芭蕾風格所帶來的特色舉凡浪漫時代的「足尖技巧」動作、舞台藝術的改革以及「白色芭蕾」風格，還是古典時期講求高超技巧與豪華場面的芭蕾形式，都是日後芭蕾發展的重要依據，也為芭蕾奠定日後發展的基礎。

3. 現代芭蕾

二十世紀的芭蕾，舞蹈技巧主要作為表達情境的功能，不再只是為了展現技巧而設計。一改過去裴提帕強調的豪華場面與技巧展現，舞台以簡單獨幕形式，突破傳統的對稱模式，同時男女在舞台上表演份量也日趨平等，不同古典時期以凸顯女主角為主的芭蕾表演（李立亨，2000）。在表演動作上，透過米契爾·佛金（Mikhail Fokine）的改革，芭蕾的表現除了具有的技巧系統外，也更具有思想內容和表現力（吳素芬，2005b）。除了舞者技巧之外，也強調舞蹈動作的情感表現。對佛金而言，身體不應在動作之中，而應具有自身的表現力。每一部芭蕾都應有新的技術，這種技術在各地的發展應該順應當地的各種情況，學院派並非唯一標準，否則會有削足適履的窘境（如：俄羅斯農民跳學院派芭蕾）（歐建平，1997）。

另外，瑟給·迪亞格列夫（Sergei Diaghilev）所創立的「俄羅斯芭蕾舞團」則開啓芭蕾跨領域合作的可能，他曾經和當時音樂、美術不同領域的藝術菁英，舉凡畢卡索和馬諦斯都是他曾經合作的對象，採用現代化題材大膽創新的動作，為二十世紀的芭蕾帶出另一種風貌，也培養出影響該世紀的幾位重要芭蕾藝術工作者，其中的喬治·巴蘭欽（George Balanchine）在1948年建立享譽國際的「紐約市立芭蕾舞團」（New York City Ballet），塑立理想芭蕾伶娜的形象，也奠定日後交響芭蕾的典範（吳素芬，2005b）。巴蘭欽減去古典芭蕾繁複的表演服裝，舞者僅著緊身衣表演，為的即是凸顯舞者的表演線條（李立亨，2000）。除此之外，現代芭蕾也開啓許多變革：在表演風格上，現代芭蕾也以構圖和流暢節奏組合取代過去古典芭蕾過於強調劇情和臉部表情的舞蹈特色；在音樂上，開始使用流行或現代音樂入舞；劇情題材上也讓日常生活和新編故事登上

表演殿堂（李立亨，2000）。整體而言，二十世紀前半葉的芭蕾，不同於古典芭蕾重視技巧的展現，而是著重在人性和情感的傳達，在肢體上也採取了非傳統造型和動作，主要呈現舞者的身體與動作線條（張中煖，1995）。

到了二十世紀後半葉，芭蕾編舞家則試圖以更自由的方式去尋求更多表演的可能性。洛桑貝嘉芭蕾舞團的編舞家莫柳斯·貝嘉（Maurice Bejart）則將芭蕾結合現代、爵士、土風舞甚至東方祭典等舞蹈。在舞作題材上，有關社會現象或是群眾心聲藉著芭蕾及多種舞蹈類型相互結合予以表達，如美國的崔拉·夏普（Twyla Tharp）。除此之外，現代藝術例如音樂、美術和戲劇等皆對芭蕾產生影響，擴大了芭蕾表演的領域，使芭蕾得有前衛激進的風格，也可更為平易近人，讓觀眾與之產生共鳴（張中煖，1995；歐建平，1997）。

回顧整個芭蕾發展史，無論曾經是民俗活動還是宮廷表演；強調劇情演出還是舞蹈動作美技；表現的是神話、童話主題還是現今社會議題；學習的對象從一般人民轉變到宮廷貴族，而到現今的專業舞者和一般學員，整個芭蕾發展不斷處於一個變動的過程，然而從民間到宮廷，在時代的汰換之下，芭蕾已經成為表演殿堂上的經典劇碼。以上針對芭蕾表演性質的轉變為研究與論述對象進行一個概略性介紹，以期勾勒芭蕾發展史的初步面貌。然而，研究者發現過去的芭蕾發展似乎和一般民眾與日常生活沒有太大的關聯性，即便有，一般民眾大多以觀者的身份和芭蕾進行交流，這更加深研究者對於芭蕾和日常生活之間的關係的好奇心，期許本研究可以在兩者之間的關係有新的發現。

二、女性芭蕾舞者的身體特質

1. 理想的女芭蕾舞者身體

身體是舞者的表演工具，舞者透過自己的身體詮釋舞蹈，透過舞蹈肢體展現自己的生命活力，對於一個舞者，除了擁有精湛的舞技之外，擁有理想的優美線條，達到舞蹈演出的完美，是成就表演不可缺少的一個因素。而每一種舞蹈都有其基本的動作標準（Thomas, 2003），為了滿足各舞蹈的動作需求，具備一定的身體條件是舞者的必備要素之一，而男女舞者自身可能因為表演動作的屬性不同，而需要不同的身體條件。

在芭蕾舞中，女舞者儼然成為「優美」、「輕盈」的代名詞，大部分的動作設計都以這些特質為基調（Daly, 1987/1987）。女舞者的芭蕾基本動作屬於「向上」動作，在舞台上講求一連串垂直性的舞蹈動作（Lepczyk, 1990），舉凡芭蕾

動作中的基本跳躍、高跳、踮腳技術、空中旋轉等都是屬於克服地心引力的「空中動作」(airwork)。這些動作乃是女舞者隱藏自己施力的痕跡，展現輕盈(lightness)、輕鬆、優美、方向性(directness)下的結果。因此女舞者需要一定的身體條件以完成以上動作，也發展出相對應的芭蕾舞者身材標準。

一般說來，芭蕾舞者最好擁有「修長」的軀幹與四肢，才能跳出芭蕾舞的幾何線條美感以其輕盈、優美的形象。(Foster,1996; Bull,2003)。國際現代芭蕾舞大師喬治·巴蘭欽也指出芭蕾舞者所需要的身體特徵，包括較小的頭部，修長的身材，纖細的頸部，以及細膩的手臂，以展現修長的身影(吳曼麗，1999)，也就是所謂「三長一小」的身材條件：「長腿」、「長胳膊」、「長脖子」和「頭圍小」(歐建平，1997)。芭蕾是西方視覺主義下的產物，因此在編舞上強調以整齊、一致的線條，以及身體的對稱形式來構成視覺上的和諧美感(Bull,2003)，因此，芭蕾對於女舞者身材的齊一性，或是「正確身型」(the right body type)的要求相當嚴格⁴。舞評家 Allen Ulrich 曾嚴厲聲明，認為芭蕾舞者身材必須以同樣的標準來加以要求，沒有任何身材差異的可能性(Thomas,2003)。

除了修長以外，「苗條」、「纖細」也是女芭蕾舞者的具備身材條件之一。這乃是為了展現基本的跳躍、踮腳動作的輕盈美感，展現芭蕾的優美形象(葉素汝，2003)。另外，在和男舞者合作的「雙人舞」部分，女舞者必須在男舞者的高舉或是扶持，進行一連串的天空動作，展現無重力式的質感。為了達到視覺上的效果以及考慮到男舞者的負擔而限制女舞者的體重數字，而這樣的身材限制讓女芭蕾舞者必須嚴格控管自己的身材，嚴重者甚至造成厭食症的結果(Thomas, 2003)，而這也因此受到女性主義者嚴厲的撻伐，有關這點會在接下來的章節加以詳述。

除了舞者身材外觀的嚴格限制外，芭蕾是個講求「年輕身體」的舞類，芭蕾舞者有普遍「年輕化」的現象。根據 Wainwright & Turner 在 2004 和 2006 年於英國皇家芭蕾舞團所做的研究發現，芭蕾舞者普遍相當年輕，在芭蕾舞團中，一位「30 歲」的芭蕾舞者是資深「老」舞者，另外，一個舞者在「25 歲」的時候，身體就開始衰老，舞者必須要花更多時間、精力才能達到過去的動作標準，意味著他們要比過去更為費時、費力才能完成舞蹈動作。因為這樣的身體文化，讓芭蕾專業舞者無不戰戰兢兢經營自己燦爛但短暫的舞台生涯，舞者

⁴ 2000 年，專業舞者 Krissy Keefer 曾經控告美國的 San Francisco Ballet School，主要的原因乃是這所芭蕾舞學校認為 Keefer 的八歲女兒不具有「正確身型」，因此不錄取他女兒成為該校的學生。這件事情在當時的 San Francisco Chronicle 上引起一陣激烈的討論，支持者與反對者紛紛針對芭蕾舞者的身材標準進行相關討論與爭辯。相關文章：
<http://www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?f=/c/a/2000/12/08/DD157621.DTL&hw=Just+Like+Ballerina&sn=002&sc=969>

也愛惜自己的身體，以免受傷、療傷的時間佔據表演的黃金時間。然而，舞者自己也在暖身、排練和表演中，可以明確的感受到身體能力正在日漸衰弱，因此 Wainwright & Turner (2006) 認為芭蕾舞文化是一種「年輕化」的老化文化 (youthful ageing)，亦即年輕的舞者「感受到的身體年齡遠大於他們的真實年齡」。

而在內在身材特質的部分，舞者需要具備肢體軟度（腰腿各關節的靈活和韌帶的柔韌）、開度（肢體向外打開的程度）、彈性、出色的外翻（turn-out）、腳背條件（腳尖繃直時，腳背是否高高地突出，並顯示一種流線型的弧度）以及身體彎曲度等（Dempster,1988; Wolff,1990；歐陽平，1997），以上種種身材條件方便舞者展示各種輕盈和高速旋轉的動作，而這個部分可以透過經年累月的練習來予以強化（Wainwright & Turner,2006）。

在芭蕾史上，十九世紀的知名舞者安娜·帕芙洛娃(Anna Pavlova)就被認為擁有理想且標準的芭蕾舞身材，她身材苗條、兩腿修長，腳背出奇的向後彎曲。而二十世紀英國的代表女舞蹈家瑪格·芳婷(Margot Fonteyn)也曾指出理想的女芭蕾舞舞者所需的生理條件是黑髮、修長的頸項和一雙秀足，以便身輕如燕，駕馭舞台（陳詩雲，2004）。無論從編舞家、舞者本身或是學術研究的結果，顯示出理想的芭蕾舞舞者身體的必要條件乃是：纖細及比例合適的身材；苗條修長的四肢；年輕、充滿活力的身體；富具肌力、彈性與柔軟度的內部特質，以顯現舞姿的優美以及剛中帶柔的輕盈婉約。Foster(1996)認為在所有舞蹈中，芭蕾對於舞者的理想體型要求最為嚴格。

2. 芭蕾的性別特徵

在傳統的芭蕾舞作中，可以清楚看到明顯的性別角色差異。無論在舞者的動作，所扮演的角色特徵，都勾勒出芭蕾世界中截然不同的男女特徵。

在舞者的動作上，男舞者主要以呈現「強有力」的力量為主，在舞蹈動作的空間上，也較女性動作高且廣。相反的，女性的舞蹈動作以輕盈優美為主，所使用的空間範圍也較小。另外在芭蕾的傳統雙人舞（pas de deux，由一男一女相互搭配共舞）中，往往由男舞者扮演扶持女舞者的角色，主要的動作內容包括「拖舉」、「協助旋轉」、「輔助平衡」，女舞者的演出往往需要男舞者的協助下才能完成。兩相配合之下，呈現女舞者輕盈、優美的表現，以及男性舞者充滿力量與能量的肢體動作，也無形中建構了男有力/女輕盈優美的性別印象。（Daly,1987/1988；馮靖評，2003）。

另外在角色安排上，無論是同性或是異性角色中，也明顯型塑出二元對立的角色特質。陳詩雲（2004）認為在芭蕾舞劇中，總是以二分法來劃分女性角色，比方說處女（家中天使）與墮落女子的對比，呈現明顯的善惡對立，建構出「處女」=「好女人」，「墮落女子」=「壞女人」的既定角色印象。而馮靖評（2003）針對經典芭蕾舞劇的內容做進一步的分析，他認為芭蕾舞劇中將女性角色分成特色截然對立的「天使型」和「妖婦型」，前者強調女性的「美麗」、「羞澀」與「柔弱」，因為美麗才能成為「男性」想望的對象，而羞澀柔弱則是用以襯托「男性」的強壯勇敢，也做為吸引「男性」的要素。另外，「天使型」的女性多半是「等待（男性主動或是拯救）」或是「奉獻」的女性。而「妖婦型」的女性則是嬌媚性感但具有自主性或是反抗性的女性。在男舞者的部分，多半都以英雄、王子等形象在舞台上呈現，具有高尙的地位以及勇敢冒險的精神，是解救女性的不二人選。在這樣的角色分類之下，建構出「男強女弱」、「男主動女被動」的性別特質，「男尊女卑」和「男主女從」的性別關係，以及「女性要為男性奉獻犧牲」的性別期待。

上述的研究指陳了芭蕾舞帶有明顯的性別特質與差異。女舞者輕盈的肢體動作，高雅的外在氣質，漂亮美麗的外表，溫柔婉約的個性特徵呈現了女性陰柔氣質(feminine)的特色，女性儼然變成「美麗」、「柔弱」、「優雅」、「犧牲」的代名詞。男舞者強壯有力的肢體動作以及勇敢的英雄作風則是陽剛氣質(masculinity)的表徵，兩者形成強烈對比(Daly,1991；陳詩雲，2004)。Kerstein（1959）認為這樣截然對立的性別特質在芭蕾舞中扮演中一種如同蹺蹺板的平衡角色，兩者相互襯托而相得益彰（轉引自Daly, 1987/1988）。知名舞者 Igor Youskevitch（1969）則認為女舞者的這些肢體語言來自於其內在原有的女性特質以及自然的女性動作(natural feminine movements)，即女性的這些動作是源自女性內在本質(轉引自Thomas, 2003)。芭蕾舞試圖傳遞符合傳統認知中的女性特質。Daly（1987/1988）進一步指出，在美國，理想的芭蕾伶娜(ballerina)形象已經變成女性特質的符號代表，亦即芭蕾中的性別角色是型塑與傳遞性別特徵的媒介(Thomas, 2003)。

3. 女性主義與芭蕾批判

在二十世紀晚期興起的女性主義(Feminism)，關注女性在社會結構下所受到的不公平待遇，她們試圖從女性相關的歷史、文化與社會真實中耙梳女性受到壓迫的相關事實，並將女性從中予以解放(Daly,1991)。女性主義認為性別特徵是社會建構下的產物，她們不盲目接受在人類分類(父權社會)下的「女人型態」，並對性別差異(difference)進行一連串的反思與批判(Bull,1994)。傳統女性主義的認識論乃是針對男性中心論進行批判，認為過去歷史只從白人

男性的宰制觀點切入，而女性不被當作知識行動者（agents of knowledge）而被忽視。因此過去的性別關係乃在以男性為主體，陷入一種男性/主體和女性/客體的二元對立，而在這個條件之下，女性總被建構成美麗和慾望的客體，成為襯托男性存在的他者（Bull,1994）。

若是論及女性主義和舞蹈之間的關係，Daly(1991)指出在西方的藝術當中，舞蹈和女性主義具有相當的共同性（compatible）。主要的原因在於兩者關注的焦點皆是「身體」。對女性主義者而言，身體是型塑性別差異的來源之一，她們解構女性身體的再現形象來顛覆女性身體上的不公與束縛。對舞者而言，身體乃是舞者表演的媒介，因此舞蹈和舞者身體的互動關係，舞者如何透過舞蹈動作刻畫自己的身體，一直是舞蹈研究的重要課題（Daly,1991）。

在過去的舞蹈研究中，女性主義的關注焦點乃是女性在劇場舞蹈中的再現問題以及女性可以怎樣超越（transcend）或是顛覆（subvert）既有的宰制結構，並將焦點放在舞蹈身體上，試圖探究舞者身體本身有沒有可能重新找到一個平等的表演語彙，將女性從不公平的表演舞台中予以解放（Daly,1991; Thomas, 2003）。基於此點，女性主義首要批判的焦點即是傳統芭蕾（classic ballet）（Thomas, 2003）。

3.1. 女性主義與芭蕾角色與性別特質

在上一節中指陳出傳統芭蕾舞劇的性別特徵具有明顯的二元分化現象，亦即型塑男性舞者的陽剛氣質（masculinity）和女性舞者陰柔氣質（feminine）的強烈對比。男舞者成為強有力、勇敢、高尚的代名詞，而女性化身為成美麗、優雅、柔弱、犧牲的符號表徵（Daly,1991; 陳詩雲, 2004）。知名舞者 Igor Youkevitch（1969）認為女芭蕾舞者的動作表現其實就是自然女性特質的表現（轉引自 Thomas, 2003）。

然而，對女性主義者而言，這樣看似自然的性別特徵，卻是編舞家製造下的產物。強調性別的差異化（gender-differentiating）的芭蕾，其實是呈載性別意識型態的載具。芭蕾中所呈現的性別特徵或是女性特質其實只是打著「自然」特徵的名號，透過一連串的「差異建構」下呈現出來的結果，而男性=陽剛，女性=高雅、美麗與柔弱這樣看似理所當然的連結，背後真正的意涵是「差異=宰制」（Daly,1987/1988）。馮靖評（2003）在研究中發現傳統芭蕾女性角色都是帶有刻板印象的既定角色，例如天鵝、仙女和妖婦等，彷彿女性僅有這些角色的特質，排除其他可能。美國現代舞先驅 Isadora Duncan 即針對芭蕾對於女性角色的束縛提出批判，她認為

未來的舞蹈不再用妖女、仙女或是賣俏女郎的姿態來表演舞蹈，而是以女性最崇高、最純潔的姿態來表演（轉引自歐建平，1994）。

Daly(1987)更進一步指出，這樣的性別特徵透過芭蕾舞伶的形象的合理化，成為大家心目中的理想女人的表徵（the idealization of women）。美國知名編舞家巴蘭欽型塑出來的芭蕾舞伶形象就是典型女性特質的符號（icon），這些女性特質則成為一般女性在日常生活中評斷自己的標準（yardstick）。

在過去的舞蹈中，女性身體被視為散佈信仰和意識型態的媒介，而舞蹈又是典型化性徵的一種媒介。從女性主義觀點來看，芭蕾舞就扮演著建構女性特質的角色，打著「自然」的名號，合理化人為建構的性別特徵，而在透過芭蕾舞伶的女體號召讓這些特徵成為典範，被視為理所當然。然而當女性以芭蕾舞伶的形象做為仿效的對象時，其實就是陷入一種女性形象的單一與複製化的危險，最後反而失去女性本身的自主性，而陷入性別特徵宰制的可能。

3.2. 女芭蕾舞者的身體控管

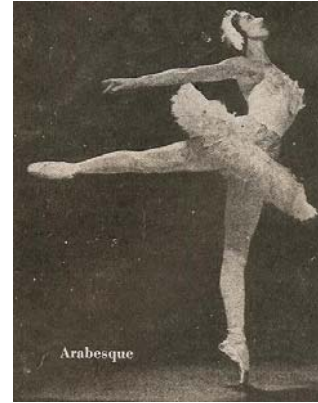
芭蕾舞是一項強調「視覺」的藝術（Thomas, 2003），為了達到完美的身材體型和精準的動作姿態以追求視覺愉悅的最大化，對於女舞者的身材與動作都有相當嚴格的規定，也因此會藉由各種工具、規範等方式，來達到女舞者的身體控管。

在芭蕾舞者的動作上，女舞者的舞蹈動作以輕盈優美為主，無論是芭蕾舞的基礎腳步動作”battements”——包括腿的伸展、打開以及rond de jambo（腿劃圓圈），或是進階的凌空大跳等動作。另外圖一、圖二所示的芭蕾舞基本舞姿「阿提秋（attitude）」以及「阿拉貝斯（arabesque）」的動作，也是要求展現舞者輕盈優美的踮立舞蹈動作。因此為了展現芭蕾舞的舞蹈特質，理想的女芭蕾舞者必須擁有纖細及比例合適的身材。換句話說，女芭蕾舞者的身材特質與芭蕾舞的舞蹈性質兩者之間有著不可分割的關係。也因此，無論在身材或是動作的訓練上，女芭蕾舞者奉行一套舞者標準規則，做為實踐芭蕾舞美學的基礎。



圖一：芭蕾舞基本舞姿 ”attitude”

對此，在舞者的動作訓練方面，教室內部會放置大面的「鏡子」，以檢查身體的正確性與精準度，並找出優美舞姿的角度（馮靖評，2003）。鏡子成爲女舞者觀照自己，對照同儕和老師動作的工具，透過鏡子也讓舞者本身成爲被檢視的對象。除此之外，編舞家、老師或是同儕的眼光，也是檢視舞者身體與動作的重要來源。無論是透過鏡子和旁人的眼光檢視自己，芭蕾舞者再利用鏡子觀察、調整、檢視自身動作，以讓自己成爲完美的理想舞者（Bull,1997），也因此鏡子以及旁人的眼光就成爲最直接監管女性身體的工具（馮靖評，2003）。



圖二：知名芭蕾舞星瑪格芳登（Margot Fonteyn）示範芭蕾舞基本舞姿 “arabesque”⁵

至於身材部分，爲了管制舞者的身材，舞蹈學校或是舞團在面試學生或是舞者時，會有一道嚴格的體格篩選過程。有些芭蕾舞團的合約中，還另設一條外觀條款，指明舞者如果體重在明顯增加的情況，會失去舞團工作的可能，做爲控管舞者身材體重的方式（馮靖評，2003）。而在平時的練習中，女舞者們之間的競爭、芭蕾舞伶的理想身材、編舞家或是老師的層層提醒⁶，也是無形監控女舞者體重的力量來源。這一連串有形或無形的身體規範，建構出一種「骨感迷思」（陳詩雲，2004），舞者身體力行這套身材論述，以骨感身材爲依歸，進行嚴格的體重與身材管理。

這樣的身體管束的結果，讓一般芭蕾舞女舞者的身材明顯較一般人來的纖瘦（Thomas, 2005）。根據研究顯示，無時無刻被提醒要優雅、輕盈的女舞者，爲了達到芭蕾舞者的身材需求，陷入無窮盡的體重管理（馮靖評，2003），甚至產生一連串生理上以及心理的問題。在生理上，Neumaerker (2000)指出芭蕾舞班的舞者在對瘦的渴望、暴食症的比例皆高於非舞蹈系的學生。葉素汝（2003）也指出女性舞者因爲過於在乎身體形象，而導致厭食症等飲食失調的相關症狀非常普遍。在心理上，女舞者對於體重產生明顯的焦慮感以及微弱感，即使是知名芭蕾舞伶在登台之前，也會焦慮自己的身材是否不合理的標準（馮靖評，2003）。

然而，對於女性主義者而言，骨感苗條的女體其實是迎合男性審美觀下的

⁵ 參考網址：瑪格芳婷示範舞姿圖 <http://www.geocities.com/makchakcheong/action.htm>

⁶ 巴蘭欽在訓練舞者的時候，常要求舞者「少吃一點」，甚至「什麼都不要吃」。舞團也會要求舞者每天量體重，即是讓舞者產生神經質性的厭食，也在所不惜（陳詩雲，2004）。

產物，滿足男性對於女體的想像與慾望（陳詩雲，2004）。Vincent (1979)認為女舞者無窮盡的追求苗條身體，其實只是為了滿足觀眾對於像仙女般的芭蕾舞伶的想望。女舞者為了追求苗條的骨感身材，進行自我身體的管控，透過節食等激烈手法達到目標，然而卻因而得到厭食症以及身體上的疾病。女性主義者批評女性舞者過於強調纖細苗條的身材，嚴重到幾近病態的程度，甚至造成身心上的痛苦，是因為在芭蕾舞界的男性霸權論述在身體上進行一連串的身體馴化與單一化，在這樣的過程中，女舞者的身體被標準化而具有排他性（Thomas, 2003；馮靖評，2003）。在既定的身材標準下，女性舞者沒有其他身材標準可以選擇，她們可以選擇的只有「控管身材的方式」。

3.3. 芭蕾舞世界的父系霸權

3.3.1. 「你看故我在？」---成為客體和他者的女舞者

Mulvey (1975)在電影的女性再現研究中，認為女性在電影中的再現形象其實是男性凝視下的產物，因此，電影是客體化女性的媒介，而這樣的關係也延伸到社會上的男女關係，女性成為男性凝視下的客體。女性主義者將 Mulvey 的觀點延伸到芭蕾研究，認為女性在芭蕾舞中其實只是一個景觀 (spectacle)，是男性凝視的客體 (Daly, 1987/1988；Thomas, 2003；馮靖評，2003；陳詩雲，2004)。這乃是因為對男性編舞家而言，女性芭蕾舞者是她們投射心目中理想女性特質的對象物，是男性慾望具像化 (embodied) 的產物 (Daly, 1987/1988)。對男性觀眾來說，芭蕾舞伶是她們觀賞與佔有的慾望客體 (馮靖評，2003)，看似優雅卻又楚楚可憐的芭蕾舞者，一種需要男性支持與協助的印象，乃是集結了男性的慾望以及觀者所有的期待，並且加以反射下的結果 (Thomas, 2003)。

從這個觀點看來，身材修長、苗條，姿態優美的女芭蕾舞者其實就是男性慾望的產物，是男性心中的理想女性。女芭蕾舞者在舞台儼然成為一個物化的客體 (Thomas, 2003；陳詩雲，2004)。然而，女舞者卻透過嚴格激烈的體重控管方式，讓自己成為一個理想的客體，這是一個女性自我物化的過程，也成為女性臣服男性凝視下的證明。

另外，儘管在芭蕾舞者數量上呈現陰盛陽衰的現象，許多舞作的內容中也有豐富的女性群舞的畫面，然而，在舞台上的女性角色主要是用來襯托男性舞者。女性舞者代表的是「差異」的存在，一種相對於男性舞者的存在，女性主義者認為這樣的關係是一種他者 (other) 的存在 (Barnes, 1978)。以雙人舞為例，Daly (1987/1988) 即指出男性富有力量的表現，其實因為女性相對於柔軟與脆弱形象對比之下的結果。而女性舞者的動作，比方說：托舉、拖扶旋轉等

動作，都需要依賴著男性舞者的支持與幫忙，乃是女舞者受到男舞者控制的結果（Thomas, 2003）。這樣的男舞者/力量，女舞者/柔弱，以及女性需要依靠男性等舞台動作效果表現出男性存在的重要性，而在這個過程中女性只是一個相對他者，而非動作的主體。

另外，在女舞者之間的關係中，而女舞者之間的相互競爭，以尋求男性編舞者的認可，對於女性主義者來說，這是女性鑑於對於男性的認同，因此發生排擠的現象，因此男性擁有超越（transcendence）的角色，而女性則處於相對次等的從屬角色（馮靖評，2003）。

在芭蕾中，女性長期被描述成差異的再現，做為一種「優美」的景觀（Daly, 1987/1988:57）。無論女舞者在這個論述的過程中是被動順從，還是主動選擇，對女性主義者而言，芭蕾的文化結構脈絡下，女性最終依舊是「他者」，或是男性凝視下的「客體」，成為被動接受男性觀感的對象，甚至還親身實踐來強化不公的性別論述，也喪失女性自身行為的主體性。至於為什麼芭蕾文化中隱藏著不公平的性別政治，可能需要將切點拉至芭蕾文化產製的結構脈絡，一窺究竟，以尋求解答。

3.3.2. 父權論述下的芭蕾世界

從路易十四在 1672 年建立舞蹈學院之後，芭蕾的發展與沿革開始進入一連串的整理編撰（codified）的階段，而以法文做為所有芭蕾舞蹈技術、舞蹈位置等專業術語的撰寫語言（Thomas, 2003）。然而，在芭蕾的發展過程其實是由許多皇家贊助者以及由男性撰述的專著或是論述來加以推動，而且編舞者和舞蹈大師也多由男性來擔任（Brown, 1994）。如果耙梳過去芭蕾四百多年的發展史，則可以發現無論在芭蕾動作設計者、舞劇編舞家、劇本家、舞劇音樂設計，乃至於到學術界的舞蹈理論家和教育家都是由男性掌握的領域（Brown, 1994；馮靖評，2003）。

女性的芭蕾編舞家在編舞界的地位就明顯不及男性。這些女編舞家也多半是舞者出身，但是她們的創作地位無法和其演出成就成正比（馮靖評，2003）無論是出色的芭蕾舞者瑪莉·塔格里歐尼（Marie Taglioni）以及安娜·帕芙洛娃（Anna Pavlova），兩者的創作皆未獲得舞壇與觀眾的青睞，而後者的作品評價甚低。而二十世紀的女編舞家伯妮斯拉娃·尼金斯卡（Bronislava Nijinska）儘管在創作上試圖突破傳統芭蕾的女性形象，然而，女性身份卻成為她編舞家身份最大的障礙（歐建平，1997）。

從女性主義的觀點來看，男女編舞家在芭蕾創作的領域乃肇因於結構面下

的不公。傳統的父權體系將知識領域視為男性的活動，而女性被排除於體系之外，因此失去自己的發聲權，沒有發表自己意見的機會（Brown,1994；馮靖評，2003）。因此當女編舞家身處於一個由男性主導和定義的芭蕾舞藝術世界，所面臨的是男性論述的層層阻礙。另外，整個社會眼光以及「男/編舞」和「女/表演」的既定型態也讓女性從事知識創造性的編舞工作倍感艱辛（馮靖評，2003；陳詩雲，2004）。

因此，無論在表演界或是學術界，整個芭蕾舞的知識體系掌握在男性舞蹈藝術工作者身上。換句話說，芭蕾世界的優美論述其實是男性創作者經年累月下的結果，Adair(1992)指出整個芭蕾發展是一個用男性觀點建構（a male constructed version）下的遺產（heritage）。在由男性掌有論述權的芭蕾舞世界，男性編舞家成為型塑女性舞者和定義女性身體的主要人物。女性主義者認為這種權力結構成為合理化芭蕾中性別特徵的力量，男性編舞家建構一套芭蕾的特有論述，而這個論述強調性別特徵的二元對立，使得女性成為景觀、成為客體、成為他者，女芭蕾舞者以身體與舞姿為既定的女性刻板角色背書，在女性輕盈和優美的背後，其實是男性對於女性的層層慾望以及父系霸權對於女性形象的型塑與宰制。Daly (1987/1988)甚至認為，傳統芭蕾中性別特質的二元對立已經是不可改變的事實，遂而將現代舞和後代舞視為解放女性舞者的希望（Copeland,1982）。她們也認為舞蹈並非一種單純的美學現象，而是一種社會實踐（social practice）（Wolff,1990；Daly,1991）。

3.4. 芭蕾研究與女性主義的限制

芭蕾舞一直是「優美」的代名詞，這樣的形象也透過如仙女般的女舞者形象深植觀眾的心，而成為芭蕾亙古的美麗形象。而女性主義試圖從女性觀點重新審視芭蕾這個優美國度，她們從芭蕾舞劇文本、舞劇角色、舞蹈動作、及舞者的訓練過程等微觀部分，進而到整個芭蕾的論述文化結構的巨觀分析，認為這一套優美論述其實是父系霸權的產物，是一套迎合男性審美觀的舞蹈語彙（Daly,1987/1988；Wolff,1990；Daly,1991；Brown,1994；Bull, 2003；Thomas, 2003；馮靖評，2003；陳詩雲，2004）。在男性編舞家的論述權力下，女舞者儼然成為男性的慾望客體，滿足男性對於女性的想像。芭蕾亦做為建構性別特徵的媒介，強化陽性特徵與陰性特徵的對比，因而建構一個男性/女性，強壯/柔弱，英勇/美麗，主體/客體的性別刻板印象。女性主義者甚至認為芭蕾文化背後的父權論述是一個無法被顛覆的強大結構，女性在這個結構之下，只能被動的接受這一套語彙的刻畫，甚至視為理所當然，而這一套語彙力量，甚至還透過女性舞者本身擴張到日常生活中（Daly,1987/1988）。

儘管女性主義對芭蕾提出近全面性的批判，並顛覆芭蕾根基穩固的二元對

立結構。然而，在女性主義的論述中，女性依舊被視為被動的受害者，默默的接受這父權論述的一切。Bane (1998) 就曾經批評女性主義的觀點太過狹隘，並非所有的女性都是受害者，女性和芭蕾的關係應該有更多可能性（轉引自 Thomas, 2003）。女性主義者除了批判芭蕾產製體制的不公外，也沒有提出任何女性主動的可能，從她們的觀點看來，女性只會被動的接受父系霸權的論述，繼續成為維持這個結構的一份子。從這個角度看，女性主義者也無形中排除了任何女性主動選擇的可能性，或是統一用「父系霸權宰制」來加以解釋。例如馮靖評（2003）從女性主義的觀點來看，女性會以成為「芭蕾舞者」為志，乃是因為女性對於自己身體的想像力和企圖心被父權論述策略性的限制與控制。換句話說，女性喜歡芭蕾伶娜的形象並加以追求，就是女性本身受到父權論述控制的行為表現，而不是女性對於個人選擇喜好的自主行為。因此在女性主義論述下，女性所做的任何有關芭蕾舞的決定或是行動，都是女性「被動」臣服於芭蕾父權體制下的結果，女性就是被動的客體，就是父系霸權下的受害者。

另外，女性主義者認為芭蕾世界是一個男性建構的世界（Adair, 1992），是一個男性發聲的世界，女性只能「默默的」承受。然而，在女性主義的研究當中，也鮮少聽到女性對於芭蕾的看法，聽到屬於「女性自己的聲音」，即使女性發表相關言論，也很容易被蓋上「父權」的印記，而重新再用霸權論述予以批判（馮靖評，2003）。因此研究者認為，女性主義對芭蕾的研究缺乏從女舞者的角度來看舞蹈和女性之間的關係，也就是從舞者的觀點來瞭解自身怎麼詮釋和芭蕾舞之間的互動關係以及感受。

在舞者和身體的關係方面，女性主義認為女性身體在男性編舞家的眼中，只是一個被雕塑的客體，或是投射男性慾望的對象物，也是女舞者用來達成要求的工具。身體變成一個沒有感覺的物體，靜待編舞家和舞者的雕琢。然而女性主義這樣的觀點，卻又再度複製身體「客體化」的論述，女性和身體之間沒有任何的聯繫，沒有任何的互動關係，女性再度和自己的身體疏離。

以馮靖評（2003）和陳詩雲（2004）為例，她們皆從父系霸權的角度詮釋芭蕾舞界性別分工下產生的權力不公問題，點出女性芭蕾舞家的光鮮亮麗的外表與優美高雅的舞姿，其實是一連串嚴格身體管制下的結果。然而，在兩人的論述中，我們聽不到女性舞者自己的聲音，女性舞者自身如何透過身體和芭蕾對話，舞者本身是如何跳舞，身體對她們而言，有什麼主觀上的意義？舞蹈和女舞者之間的正向關係也沒有被提及，女舞者所有的成就感都是來自男性的凝視，而不是自身從舞蹈中獲得的愉悅，或是自身在學習芭蕾舞的心得與成長。從她們的觀點看來，女性依舊是一個被動的客體，沒有自己身體的主動權，女性舞者和自己的身體與經驗脫節，身體只是個人完成舞蹈、達成男性審美要

求的工具，也不可能成爲自身的主體。

另外在研究對象方面，女性主義所針對的研究對象大多集中在芭蕾文本、角色內容、舞蹈動作，專業舞者，關注焦點也多在父系霸權的不公與對女性的宰制之上。然而，這樣的論點卻容易過於單一化，反歷史化（Jordan & Thomas, 1994），另外，女性主義的觀點也有著同質化的危險，她們過度著重表演殿堂上的芭蕾演出，而忽略芭蕾和日常生活之間的關係。Jordan 和 Thomas (1994) 認爲女性主義沒有區分專業芭蕾世界和每日只學一次的業餘舞者之間的差異。兩者之間的學舞經驗、對芭蕾的身體感知，學舞經驗對本身的影響等有什麼樣的異同之處，至今仍是被忽視的焦點。

儘管晚期的女性主義試圖擺脫性別二元對立的限制，試圖拆解性/別/慾望三位一體的關係（Butler, 1990；轉引自陳美華，2007），甚至於在超越性別二元對立的同時，著重個人身體經驗和社會脈絡之間的互動關係（Young, 2005，何定照譯，2007），然而女性主義在芭蕾研究上，似乎仍舊停留在結構式二元對立的模式端視女性身體和芭蕾舞之間的關係，關注壓迫女性身體的芭蕾文化結構，尋找宰制力量的來源，以及女體被壓迫的證據，忽略女性舞者在跳舞過程中的身體感受，以及這樣的身體經驗和女性個人及社會結構之間的關係，女體依舊成爲被遺忘的客體，而非具有感知經驗的主體。這樣的觀點依然只停留在女人之所以成爲一個女人的社會結構因素，而忽略女人也擁有身爲「人」所具有的主體性（Young, 2005）。爲了解決女性主義在認識論上的侷限，必須要將女性的活生生身體（lived body）「找回來」，從身體經驗出發，同時承認性別結構對於女性身體經驗的影響，並探討兩者之間對於女性（陰性）身體的生成過程之間的互動關係，才是找回女性主體性的開始。

三、其他相關研究

1. 芭蕾舞者的體現研究

事實上，相較於過去，國外其他的芭蕾研究以「舞者身體經驗」與「體現」的相關研究，已日漸受到關注。（Wainwright & Turner, 2004, 2006；Aalten, 2007）。

Wainwright & Turner（2004）指出過去有關自然身體的研究，太過著重在理論層面的討論，而忽略實證的研究結果，加上芭蕾研究一直不是身體研究的重點，因此他們鎖定專業芭蕾的身體經驗爲其研究對象，透過芭蕾舞者對身體

傷害與老化的感知來探究舞者身體和個人認同之間的關係。而在 2006 年的研究中，他們轉而針對舞者身體的「身體記憶 (body memory)」做為研究對象，並引用 Bourdieu 的「身體資本」概念，探索身體老化和傷害對於芭蕾舞者的限制，同時在這樣的職業文化之下，舞者如何將自己身體的芭蕾舞記憶(身體資本)轉換成文化資本，重新找到在芭蕾世界中的立足點。這兩篇文章的研究取徑和女性主義以文化結構分析為認識論基調有所不同，研究焦點集中在舞者對於自己身體的感知，身體變化和個人芭蕾舞職業與身體認同之間的相互關係。然而，美中不足的是，兩次的研究都沒有考慮關注舞者的「性別差異」所帶來的影響，似乎將身體的感覺予以同性化，因此無法得知性別差異和身體經驗之間的關係。

相較於 Wainwright 和 Turner 探索身體傷害和舞者的關係，Aalten (2007) 則關注在芭蕾舞者對於自己身體的認知態度，以及這種身體態度的生成過程與原因，亦即從舞者的身體意識和身體經驗來看芭蕾的職業文化。他主要研究的問題在於探究芭蕾舞者不善待自己身體的原因，並將身體的傷痛與受傷視為理所當然，同時採用不健康的方式來追求纖細苗條的身材。他認為這是因為在專業的芭蕾文化中，身體被認為是可以雕塑的，在雕塑的過程中，傷痛、受傷都是必經的過程，舞者也因此視其為理所當然。在這樣的訓練之下，舞者逐漸養成忽略自己身體覺知的習慣，Aalten 引用現象學中「缺席的身體 (absent body)」的概念來詮釋芭蕾舞者本身對傷痛缺乏的「身體覺知」。然而，他認為舞者的「缺席身體」是芭蕾文化的產物，舞者身體覺知的缺席、身體的缺席，是強制 (forced) 的芭蕾文化下的結果。

Wainwright 和 Turner 以及 Aalten 試圖從舞者的身體經驗來探究舞者身體和芭蕾文化之間的關係，兩者皆關注在芭蕾文化中的殘缺身體(老化身體、受傷身體)對於舞者的影響，進而探索芭蕾文化的內涵，並加以評論。然而，在研究對象方面，兩者依舊不脫離劇場舞蹈的殿堂，將焦點關注在專業舞者的身體經驗，從兩者的研究結果，我們依舊無法端視從表演殿堂轉至日常生活中的芭蕾和業餘(習)舞者之間的相互關係為何。同時在上述的研究中，也並未關注「性別」的面向，僅能從中瞭解舞者對於身體經驗的「通則」，而無法從中比較芭蕾男女舞者的身體經驗的異同。

2. 芭蕾舞習舞者的消費行為研究

有關芭蕾舞的習舞者研究，在國內有少數幾篇以「業餘習舞者的芭蕾舞學習行為」做為研究主題的實證研究。而這方面的研究多半是屬於量化型的消費者研究。陳學綿(2001)主要以學舞兒童的家長為研究對象，探討一般民眾在舞

蹈才藝班的消費行爲。這樣的研究是以瞭解學童家長選擇舞蹈才藝班的動機以及周邊影響因素爲研究方向，然而非以學舞兒童爲研究對象，因此無從得知學舞兒童對於舞蹈的看法與本身習舞的感受。洪乙仁（2006）則針對消費者的消費行爲進行研究，他以「舞藝舞蹈教室」爲研究對象，藉由結構方程模式(SEM)的量化統計方式分析消費者對於該舞蹈教室的「事前期望」、「事後感受」、「差異程度」、「滿意度」、「抱怨行爲」、「抱怨處理」與「忠誠度」等消費者行爲模式進行分析，然而，如果就從行銷政策的建議來看，洪乙仁僅指出消費者滿意與不滿意的部分爲何，並建議舞藝舞蹈教室予以改進，並未提出滿意與不滿意的相關原因，也並未提出相關的改進方式。

以研究方法來看，量化的研究方式可以針對大規模的母群體提供統計性描述，然而卻沒有辦法針對現象提供深入的瞭解（Babbie, 2001；轉引自李美華等，2004）。從上述的研究當中，我們沒有辦法瞭解芭蕾舞學習者（消費者）對於芭蕾舞過程的身體體驗，乃至於舞蹈對學習者的功能與意義，其所帶來的生活轉變與影響，當然也無從探究男女習舞者的習舞身體經驗之異同。這種從身體自發性的感受，可能無法化約成數字簡單帶過，也不是數字可以仔細的陳述出來，可能必須佐以習舞者的習舞經驗的瞭解來探究芭蕾舞對於習舞的經驗與影響。

3. 對於過去研究的再思考

經由上述的文獻回顧與探討得以耙梳近年來芭蕾舞研究的成果。在理論上，女性主義從女性的觀點出發，以芭蕾舞爲文本，從文化結構面檢視芭蕾舞的論述文化，並揭示背後不公平的性別政治，以及二元對立結構。女性主義試圖站在女性的角度來看待「陰性角色」在芭蕾舞中的地位，並試圖爲其發聲。然而最後反而再度將女性和客體、他者劃上等號，無法讓女性從芭蕾舞的父權論述中予以解放，女性依舊是沒有主動性的被動者。又，女性主義的芭蕾舞研究也忽略舞者的聲音，可以聽到的是女性主義者對於靜滯不動的父權結構的種種批判，卻相對形成一個舞者沈默的世界。而著重在芭蕾舞者身體經驗的「體現」研究，則多半將焦點放在專業舞者，忽略一般習舞者的習舞經驗，同時在研究的過程中，性別也不是他們關注的焦點，從他們的論述中看不到任何身體經驗與性別差異之間的關係，也因此無法從中瞭解女性舞者對於跳芭蕾舞的身體經驗種種感受，以及對其行爲和態度的影響。

在研究取徑方面，根據女性主義的觀點，在芭蕾舞的世界中，一個看似陰盛陽衰的舞蹈世界，卻是一個父權論述建構下的世界，研究者認爲這套芭蕾舞論述依舊有他的影響力，甚至影響到日常生活中一般人對於芭蕾舞的觀感。因此研究

者延續女性主義的關懷，依舊關注芭蕾舞文化中的性別問題，將焦點放在芭蕾舞和女性身體的分析上，然而，爲了避免女性主義的限制，研究者採用「體現」的觀點，強調女性身體經驗與行動，並引用 Young 的理論論述，探究身體經驗和芭蕾舞與社會性別結構之間的互動關係，意即女性身體在性別結構下具有什麼限制，同時又有什麼可能性。

另外，在研究對象上，過去傾向將研究焦點放在劇場舞蹈的表現中，日常生活的業餘習舞者和芭蕾舞的關係似乎是被忽略的一塊 (Jordan & Thomas, 1994)，目前相關少數研究也都專注在消費者行爲的學舞動機與硬體滿意度分析，而忽略習舞者的身體經驗研究。而本研究一開始即是關注「成年女性」學芭蕾舞的動機、限制與可能，研究對象即是鎖定「業餘的習舞者」，以關注女性身體經驗和社會之間的關係。整體而言，研究者透過「芭蕾舞體」來關注身體的、性別的、芭蕾舞文化與社會價值觀的問題，希望透過上述分析，以期讓本研究無論在研究取徑、研究理論或是研究對象上，可以爲芭蕾舞與身體研究提出一個不同的研究面向與觀點。

第三節 研究方法與對象

一、研究方法

1. 深度訪談法

因爲本研究欲瞭解習舞者的習舞經驗對於其個人和自身身體以及生活之間關係的影響，因此在研究方法的選擇上需要有助於研究者深入瞭解她們的習舞經驗、生活內容以及自身對於習舞過程的看法。而質性研究中的「深度訪談法」即是當研究者想要深入瞭解被研究者的內在世界，或被研究對象對世界的看法、感覺、認知或意見，一種適當的收集資料方式。因此本研究將採取「深度訪談法」(in- depth interview) 做爲研究方法。

在日常生活中，觀察、聆聽和接觸是最常被用來瞭解周遭世界的方法。而訪談則是創造一種情境，讓研究者可以透過雙向溝通過程，輔以聆聽和觀察，共同建構出社會現象的本質與行動的意義，進而透過詮釋過程，還原與再現研究的現象與行動 (潘淑滿，2003:135-136)。而質性研究的訪談是一種有目的的談話過程，研究者透過談話的過程，進一步瞭解受訪者對問題或事件的認知、看法、感受與意見 (ibid.:136)。在訪談的過程中，研究者必須在開放與彈性原

則之下，和受訪者進行雙向且平等的溝通，讓受訪者得以充分表達自己的看法、意見與感受。一般的訪談形式依照訪談問題的嚴謹程度共分成(1)「結構式訪談」(structured interview)、(2)「無結構式訪談」(unstructured interview)以及(3)「半結構式訪談」(semi-structured interview)。第一種訪談形式比較拘泥於形式，訪談者往往得依照訪談大綱的內容逐一訪問受訪者，同時也較為費時。第二種訪談形式較為自由，訪談者無須先行擬定訪談大綱，訪談情境大多在自然的情況下進行。這種訪談方式大多使用在訪談者無既定的問題的条件之下予以使用(潘淑滿，2003)。而第三種「半結構式訪談」(semi-structured interview)，又稱為「半標準化訪談」(semi-standardized interview)或是「引導式訪談」(guided interview)的訪談方式，則強調訪談過程的開放性與彈性，同時訪談者事前也可以依照自己的研究方向與個人需求擬定訪談大綱，作為訪談的依據(張錦華，2002；潘淑滿，2003)。研究者依照本研究的條件與需求，採用「半結構式訪談」作為訪談方式，亦即研究者依據預設的理論，列出訪談大綱，但也尊重習舞者個人對問題的認知以及生活經驗的差異，而視實際情況對訪談問題提出調整。研究者將盡可能使用最少的提示和引導問題，鼓勵習舞者在一個沒有限制的環境裡，針對訪談主題盡可能談論自己的意見，以便習舞者得以如實地，盡情地述說自己意見。因為這樣的訪談方式較具開放性，容易產生與研究相關的想法與刺激，也容易有意外的收穫(潘淑滿，2003)。同時，習舞者在這樣的環境下，也較容易採取開放的態度來反思自己的經驗，研究者認為這樣的訪談方式可以對於習舞者的生活經驗有更深入的瞭解。

2. 從「參與觀察」到「參與體驗」

在社會科學研究中，「觀察法」、「訪談法」與「檔案資料分析法」並稱為質性研究資料收集的三大方法(潘淑滿，2003：268)。「觀察法」往往是瞭解日常生活世界的各種現象、事件或是行為之意義最基本的方法。然而，在質性研究中的觀察法，大都以實際觀察法為主，其中一種方式即為「參與觀察法」(participant observation)。

Moris (1973)認為「參與觀察法」乃是「研究者」為了瞭解一特定現象，運用科學的步驟，並輔以特定之工具，對所觀察的現象或是行為，進行有系統的觀察和紀錄(轉引自潘淑滿，2003)。而 Lofland 和 Lofland (1984)則認為參與觀察就是實地觀察或是直接觀察，研究者在欲研究的團體中，建立與維持多面向和長期性的關係，以便其對該團體進行科學性的瞭解(轉引自嚴祥鸞，2005)。研究者如果運用「參與觀察法」，則是研究者在自然的情境中，對研究對象與行為進行觀察，以進一步瞭解研究現象的文化脈絡，得以進一步瞭解研究對象的內在文化，或是對於該行為或現象有更正確的詮釋(潘淑滿，2003)。因此，參與觀察法乃指研究者在自然的情境中，透過「觀察」的方式來對研究

對象、行為與事件進行有系統的瞭解與紀錄過程（潘淑滿，2003）。

然而，「觀察」一詞包含著「看」與「想」兩個動作，亦即觀察不僅是人類觀看的過程，也包含大腦積極思維的過程（*ibid.*）。甚至在觀察的過程中，研究者的研究重點往往著重於「眼睛」所能見的行爲，以及「耳朵」能聽的語言與聲音，尤以前者爲最。然而，這樣的觀察方式，卻很難讓觀察者進入被觀察者的主觀經驗，而觀察法強調的「感官」使用也較爲強調「眼睛」感官的使用，較常忽視身體其他的感受器官，例如耳、鼻、舌甚至是「身體」本身（羅正心，2000）。過去的人類學研究也針對「觀察法」涉及的認識論問題進行討論，如人類學家 Stephen Tyler(1986)即認爲西方的民族誌工作者，不一定能知覺到土著所知覺的事物，而是用影像來推測土著的知覺（轉引自羅正心，2000）。因此，「參與觀察法」不盡理想的地方在於「參與觀察」可能讓研究者在行動者旁進行觀看，但是重點仍在於實證主義的「觀察」，較爲忽略身心投入的「參與」。而這種研究方法不一定能清楚闡述行動者的感覺與經驗以及其思想與行動之間的關係，而容易誇大視覺效果，忽略行動者經驗的向度以及文化的內在感受（羅正心，2000）。

考量到本研究的研究對象與研究問題，如果要避免「參與觀察法」在方法論上可能產生的研究問題與限制，研究者認爲在研究的過程當中，研究者必須和習舞者有共同上課的經驗，以身「參與」並「體驗」其在芭蕾舞的課堂中所經歷的身體知覺與經驗。因此在本研究進行近一年的時間內，研究者除了進行文獻資料的研讀與整理，訪談問題的擬定與整理外，研究者亦在研究的過程中，和本次訪談的受訪者一起上課，試圖透過研究者自身的舞蹈經驗，做爲訪談的基礎以及研究者和受訪者經驗分享的內容，也試圖藉由這種「參與體驗」的方式，讓研究者得以更加精確的捕捉與詮釋受訪者的身體經驗與知覺向度。而本論文整體的分析內容主要以本研究對象爲主，研究者個人經驗爲輔。

二、 研究對象的選擇

本研究爲了瞭解成年女性（不同於一般兒童或是專業舞者）學習芭蕾舞的身體經驗，因此鎖定的研究對象爲已滿 18 歲的成年女性，習舞資歷超過一年且現在仍在學習當中，但本身並非職業舞者。而在研究對象的選擇部份，主要採用「滾雪球法」，亦即從研究者出發，尋找研究者身邊適當的習舞人選，並同時走訪坊間成人芭蕾舞班，尋找適當人選。然而，台北的成人芭蕾的班級數並不多⁷，習舞者也常因家務或是工作事務繁忙而予以婉拒，因此尋找適當的受

⁷ 就研究者在研究期間的瞭解，目前國內台北坊間專業的成人芭蕾教室主要有：「舞藝舞蹈教

訪者較為困難。最後，研究者選取同一舞蹈教室中的兩個不同舞蹈班的習舞者作為研究對象，立意抽樣選出 9 位習舞者進行訪談。訪談的時間為 2 到 3 個小時，訪談過程皆為「一對一對談」，地點多選於舞蹈教室附近的咖啡廳、受訪者家中或是受訪者的工作場所。另外加以說明的是，為了對成人芭蕾舞課程有更深入的瞭解，研究者亦另外加訪 1 位具有教授成人芭蕾舞 20 年經驗的舞蹈老師，以試圖更加瞭解業餘成人芭蕾舞教學世界的種種面貌，讓本研究得以更加完整。

有關本次 9 位習舞者和 1 位舞蹈老師的個人基本資料請參見「附表一」。本次的 9 位習舞者的平均年齡為「49 歲」，開始習舞的平均年齡為「39 歲」，平均舞齡為「10 年」。在就業情況方面，共有 7 位是職業婦女（其中有 1 位已是半退休狀態）、2 位全職家庭主婦，從職業類屬來看，絕大多數的受訪者屬於中產階級的成年女性，因此本研究代表的身體經驗主要以該年齡層的身份族群經驗為主。在學舞經驗方面，有 5 位受訪者在學習芭蕾舞之前，沒有任何學舞經驗，另外 4 位則在之前有學舞經驗，其中的 2 位已有芭蕾舞的學習經驗。至於習舞者學習芭蕾舞的原因，請參見第三章第一節的部分。

在本次研究的訪談過程中，習舞者都大方和研究者分享她們的學習經驗與心得。有的習舞者甚至表示她們因為這次的訪談而有被重視的感覺，也因此對自己學習芭蕾舞更具信心。然而，儘管她們可以侃侃而談自身經驗，卻也常常和研究者確認自身的看法是否無誤，常常詢問研究者這樣「對不對」，或是詢問研究者是否有相似的回答以求心安。習舞者往往有著擔心自己的心得經驗不夠「正確」的顧忌，也擔心自己的答案不符合研究者的「需要」。這段過程也讓研究者常常思考著「客觀答案」的重要性，以及一般人對於「正確答案」的強烈訴求。另外，礙於「身體經驗」本為抽象的範疇，因此習舞者比較不容易用口語的方式來陳述，容易礙於口語描述的不足，因此她們在訪談的過程中輔以身體動作來說明，讓整個訪談內容更加完整。

整體而言，整個訪談內容多在輕鬆愉快的氣氛下進行，一個很常見的情況乃是習舞者常常都在訪談之初向研究者表示歉意，害怕自己沒有足夠的經驗可以和研究者分享。然而，在習舞者的暢所欲言下，2 個小時的訪談時間卻往往是最低標準，訪談時間常常超過 2 個小時，甚至有的習舞者忘記做家務的時間（如：回家煮飯）；有的是因為習舞者接下來的行程已排定，只好結束訪問；而在一開始希望可以盡快結束訪問的習舞者，卻往往是訪談時間最長的受訪者。以上種種是在訪談中發生的插曲與片段。

室」、「歐淑珍舞蹈中心」、「舞鄉舞蹈教室」、「翔飛舞蹈補習班」等（有待增補）。這部份資料主要來自網頁搜尋。

而研究者在訪談的過程中，除了錄音，以及謄寫逐字稿以外，爲了正表示式起見，在訪談開始之前，研究者和受訪者亦各自簽定「參與訪談同意書」(請見論文最後的「附件三」、「附件四」)，並在訪談開始告知受訪者本研究題目與主要問題，並且徵求習舞者對於訪談過程中「錄音」的意見，訪談即在獲得上述步驟完成之後予以進行。以上爲本研究的訪談對象選擇以及訪談過程的說明。

表格一：本研究十位受訪者個人資料一覽表

受訪者	職業	年齡	學芭蕾舞的年齡	舞齡	婚姻狀況	有無學過其他舞蹈
徐姐	學院講師	56	35	21	已婚	學芭蕾舞後有去學國標舞，目前已停止。
小玉姐	公務員	53	38	15	已婚	無，日前有學歌仔戲
陳姐	家庭主婦	45	32	13	已婚	學過爵士
卓姐	公務員	45	33	12	已婚	國標舞
阿美	幼稚園老師	38	28	10	未婚	無
方姐	服務業	50	40	10	已婚	無
瓊姨	半退休 (原服務業)	54	48	6	已婚	無
文姐	銀行職員	47	44	3	已婚	小時候有短暫學過芭蕾舞。學成年芭蕾舞之前，在社區學有氧舞蹈。
芬姨	家庭主婦	54	51	2.5	已婚	過去學過「古典芭蕾舞」、「有氧舞蹈」、「民族舞蹈」、現在同時在學習「佛朗明哥」舞
(另訪) 儲老師	職業	年資	教學專長			
	舞蹈老師	20年	兒童芭蕾舞、成人現代芭蕾舞			