

個體的身體既是個人生命的書寫，也是集體歷史與文化力量的印記。

1997 年她嫁來台灣，隨後被南勢角緬甸街社群邀請教授緬甸舞蹈，成為在台僑民社群的重要舞蹈推廣者。她的教學橫跨三代學習者——從第一代主辦成員的夫人們、第二代其子女，到近年赴台就學的緬甸高中生。她指出，社群中多為緬甸華裔與少數緬人，族群背景差異導致學習時對緬甸舞身體語彙的理解落差。例如腰部扭動與點下巴等動作，在華人婦女間常被視為保守禁忌，但她強調舞蹈重點在於身體控制與力道細節，而非姿態的有無。

她亦回憶，早期因通訊不便，需以電話向緬甸師傅口述服裝細節再託人製作，並曾於 2002 年以陶製燈座與明火演出「點燈舞」。隨著潑水節活動逐漸發展為多元文化節慶，音樂曲風與舞蹈型態亦出現轉變，傳統緬樂曲目被流行歌曲取代，使學習者對舞蹈文化的理解更為淺層。

她表示，長期推動舞蹈教育需面對經濟與時間上的限制，特別是第三代學生多為需兼打工的青年，難以持續參與。儘管如此，她仍持續透過社區活動與校園排練，培養年輕世代對緬甸文化的感受與歸屬。她的教學與演出經驗不僅展現緬甸舞蹈在台的延續，也反映出移民社群中文化再生產與身份認同的多重層面。

四、 緬甸舞蹈工作坊執行與紀錄成果

此次〈緬甸舞蹈的當代性：傳統與現代之間的身體對話〉系列工作坊，分別於台北、台中與高雄舉行。台北場原訂僅開一場，但因學員熱烈詢問而加開第二場，並嘗試加入進階的「踢裙」動作，三位學員連續報名兩場並提供許多正向回饋。課堂中曾出現一段發人深省的討論：「為什麼景頗舞蹈帶著街舞的感受？是因為老師本身也跳街舞嗎？」這樣的提問揭示了參與者對「民族舞蹈」的想像，也反映出舞蹈文化在當代被觀看與詮釋的多重角度。對景頗族而言，舞蹈

個體的身體既是個人生命的書寫，也是集體歷史與文化力量的印記。

本身即是日常身體文化的再現，而非固定的「傳統形式」；因此，這種學習過程中的困惑與思考，正是文化交流的起點。透過對緬甸社會環境與地區脈絡的說明，學員逐漸理解舞蹈背後的生活身體與社會結構，如緬族舞中常見的跪坐姿態，正是生活習慣的延伸。

台中場因參與者多具舞蹈背景，加上場地寬敞，課程進行相當順利。約三分之二的學員有舞蹈基礎，動作學習快速，但在景頗舞的步伐與隊形轉換上仍需時間磨合。這反映出集體舞中的空間感與節奏協調，是後續課程可加強之處。高雄場則是此次系列的收尾，參與者來自南部各縣市與東部地區。根據前兩場經驗，課程在文化講述與 PPT 呈現上做出調整，強化了文化脈絡與舞蹈符號的連結，讓學員在身體實作時能更深刻體會不同舞蹈的目的性與表現性，理解其中從參與到展演的差異。課後學員們仍留下討論，對緬甸當前社會狀況表達關切，顯示課程已成功引發文化延伸思考。

學員回饋普遍肯定課程的豐富與專業，認為這比短期旅遊更能切身體驗民族文化。許多學員指出課程內容扎實、資訊量大，建議未來可將單一曲目拆分段落、多次練習，並延長課程時間，以便更深入理解動作細節與隊形意涵。有學員分享課程使其意識到「傳統並非靜止，而是隨生活而變動」，也有人表示景頗與緬族舞蹈的身體特質截然不同，讓人既挑戰又享受。另有參與者提到，下課後腦海仍浮現老師的舞姿與節奏，顯示學習體驗已內化為身體記憶。

整體而言，本系列工作坊達成了「文化理解與身體實踐並行」的目標。未來可依據回饋調整課程設計，例如延長課程時數、增加動作分段練習、提供線上補充資料等，讓參與者在理解緬甸多元文化的同時，也能在舞蹈身體的層次上更穩定地掌握節奏與風格。

個體的身體既是個人生命的書寫，也是集體歷史與文化力量的印記。

宣傳海報



2025

緬甸舞蹈的當代性

傳統與現代之間的身體對話

緬甸樂舞基本介紹（講座）

緬族舞蹈

- 體驗緬族舞蹈特有的身體形態與節奏
- 分解入門動作：手、腳、腰、頭、下巴等部位的協調與控制
- 學習傳統展演舞蹈片段，進入緬族舞蹈的美學系統

克欽族（景頗）舞蹈

- 認識強烈鼓樂節奏下的身體律動
- 練習具代表性的踏舞腳步與群體節奏感
- 探索來自日常行動的手部姿態與舞蹈構型

招收對象 具日常運動習慣及舞蹈經驗者。

招收人數 5人開班，15人滿班。

費用 押金500（上課簽到退回），也可以課後現場樂捐。

臺北場次 ①05/28.29 ②07/05 13:30-16:30
19:00-21:30 07/06 17:30-21:30

臺中場次 06/28.29 13:30-17:30

高雄場次 10/04.05 13:30-17:30

臉書專頁 

報名連結 

 財團法人
國家文化藝術基金會
National Culture and Arts Foundation
NCAF

網路宣傳圖