

舞動青春，震撼靈魂

舞蹈研究社

成大舞蹈研究社\官詠馨

在舞蹈教室裡，他們肆意綻放

行經喧鬧的學生活動中心、走下昏暗階梯，再向右直走到底，便能看見舞蹈教室。對於舞蹈研究社社員們而言，這裡不只提供舞者們精進自我的空間，更是一處獨一無二的療癒天地。

在學會開口說話前，我們已經可以透過肢體語言表達自我。由此可見，舞蹈是更接近本能的、更放鬆的表達方式，絕不僅是一種曲高和寡的藝術。但舞蹈也並非純粹有助紓壓的娛樂活動。舞蹈，是運動

與藝術的結合，而在練舞、習舞的過程中，社員們時常經歷比單純的運動所帶來的，更複雜的身心掙扎與自我懷疑。在舞蹈教室裡，每個禮拜都在劈腿、壓背、練體能，每一項基本功訓練都在以疼痛質問身體的極限；覆滿大鏡的牆面使社員們在跳舞過程中必須隨時檢視自我，不論自己跳得如何都會被即時且完整地反映。奇怪的是，對於熱愛跳舞的社員而言，在痛苦與挫敗中反覆磨練自己，令他們甘之如飴。



既然練舞的過程並不完全輕鬆快樂，為何還熱愛跳舞呢？原因不外乎二種，對美的追求與對身心昇華的渴望。這些原因或許非所有人能理解，卻著實是許多社員們堅持跳舞的初衷。

舞蹈研究社的社課包含五種舞風，每種舞風皆蘊含獨特美感：芭蕾舞柔美、優雅，民族舞濃縮漢族文化、現代舞與即興舞擺脫框架且情感豐富、爵士舞熱烈而柔中帶剛。各類舞風吸引了各種舞者齊聚於舞蹈教室相互交流，並在不同舞風中發掘出自己豐富鮮活的許多面向。平時無處安放的情緒，在舞蹈教室裡得以藉由舞動抒發；平時羞赧靦腆的人們，在舞蹈教室裡能夠藉肢體肆意展現潛藏於靈魂深處的生命力。或許舞蹈的魅力便在於此：透過一次次挑戰極限換取越來越自由的肢體，並在舞台上銘刻青春躍動的印記，跳舞的人因而耀眼。

社團經營二三事

學期初的幹部會議中，有件事令幹部們印象深刻：在討論社課與舞展收費時，幹部們表達了不一致的意見，因此社長扮演了協調的角色，想出整合或折衷眾人意見的方案，事件因此圓滿解決。

回想此事件，社長沈越愉認為，社團經營的核心在於決策與溝通，例如與老師對接社課時間、和學校行政單位接洽公務，以及社團內部事務等等，全都需要幹部之間進行理性討論，並做出對社團最有利的判斷。此外，對於舞研而言，社團的曝光度亦是一大問題。一直以來，外界多將舞蹈研究社誤解為熱舞社，而舞蹈研究社中有多位社員具科班功底，較高的學習門檻與藝術導向使學生們望而卻步。因此，目前舞蹈研究社為了使大眾更了解舞研的舞蹈風格，正致力於介紹、推廣各舞風，期許未來有更多人願意了解並投入舞研。



困境的意義是創造突破

今年，舞研組隊參加全國舞蹈比賽，並獲得特優第一的佳績。在這光鮮亮麗的榮譽背後，藏著成員深刻的心路歷程。

社長回憶，最初會報名比賽，是因為懷念過去比團體賽時的熱血氛圍。但成團之後，挑戰接踵而至：每位成員都有繁忙的個人行程，使舞蹈整齊度一時無法磨合，團隊間也尚未建立穩固的信任與連結。進度緊湊、關係疏離、目標分歧，再加上老師嚴厲的批評，讓不少人身心俱疲、瀕臨崩潰。

然而隨著比賽日逼近，大家逐漸意識到彼此需要做出改變。有人開始主動調整時間，有人學著卸下心防、與隊友坦誠溝通。從最初的零碎拼圖，到一步步凝聚成一個完整體，那份來自彼此的包容與理想，最終轉化為舞台上無人能敵的氣勢與光芒。回顧這段備賽歷程，成員們一致認為，無論甘苦都是成長的養分。





除了比賽，舞研的社課也時常帶來意想不到的驚喜。在一次即興工作坊中，因突發狀況無法使用教室，原以為大家會抱怨連連，沒想到老師卻自在地笑著，招呼大家在教室外就地開課。踩著不同於平日的地板、感受開放空間的氣息，學員們反倒被激

發出更多創意與情感的流動。一場意外，成就最難忘的一堂課，更證明舞蹈不只是在舞台上被觀賞的表演藝術。隨心而舞、以身體與環境對話，舞蹈正是使身心昇華的最佳方法。

