



香港人對土耳其的認識除了去旅遊之外，可能沒有更深層次的了解，但26歲的李靜雯，這位目前香港唯一教授現代土耳其風格的肚皮舞導師，5年前就開始專注於學習土耳其的肚皮舞，曾經多次辭職隻身跑到老遠的中東國家，為的是一份堅持，她現在的正職是銷售家庭清潔用品，而工餘時間她便教授肚皮舞。

她其中的一位學生，23歲的鍾詠芝，本身有一份寫字樓文員工作，又要兼讀理工大學學士學位課程，還有幾份補習工作在身，但她仍堅持不放棄學習跳舞的興趣，半工半讀四職在身，她那份對工作對學業對興趣的熱誠和精神，真是值得那些整天捧着遊戲機過日子的年輕人學習。此外，土耳其肚皮舞到底是怎麼一回事，本文亦會揭開其神秘面紗。

本報專題部記者 朱開通報道

■就讀中一時候的李靜雯，可會料到今天是亭亭玉立，在香港首屈一指的肚皮舞后呢！

■肚皮舞導師Dorothy表示，當年辭職賣貨然去中東學跳舞，回憶是犧牲，她覺得人生並沒有遺憾。不



成報

2012年11月4日

星期日 夏曆壬辰年九月廿一日

今日出紙10張 售港幣6元正

Email: localnews@singpao.com.hk

www.singpao.com

林奮強休假
特首批准

A03

變性人當選
國際皇后

A11

追夢美少女 學而優則教

港肚皮舞天后

扭出新天地

記者早前在新光戲院小劇場舉行的一個時尚模特兒比賽中，有機會欣賞到李靜雯(Dorothy)和鍾詠芝(Gigi)兩師徒的同台演出，才發覺到原來在香港這塊小小的土地上，也孕育了堅毅進取、孜孜不倦學習和發揚中東傳統舞蹈文化的小樹苗，她們只是我們700萬香港人中的普通一員，也是現實生活裏可能每天與你擦身而過一般平凡的小妮子，但在她們身上卻可以看到年輕人的奮鬥精神，對專業的求真意欲，和那一份不離不棄的堅持。

全港唯一教土耳其Style

為了更深入了解兩位美少女那股堅毅進取的學習精神，記者這次的獨家訪問，把她們的真實故事記載下來，正如Dorothy所說的「讓我們和大家分享快樂人生」！

在香港教授肚皮舞這種土耳其民俗舞蹈的，坊間可能只有Dorothy一個了。「妳幾時開始執教鞭呢？可以談談妳是如何開始學習跳舞肚皮舞的呢？」記者直截的提出了兩條問題。

「2009年尾我已經開始教跳舞肚皮舞了。在我21歲當年，我去土耳其旅行，有一晚同當地一啲朋友聚會，佢哋開大音樂跳舞，有一位年僅11歲的小妹妹出來跳肚皮舞，嗰剎那間我在想，佢咁細個點解可以跳得咁吸引人呢？但我當時唔知佢跳的是甚麼舞？返到香港之後我搜集資料，才知道這原來就是肚皮舞。」Dorothy說道。

「妳去度邊學跳舞肚皮舞呢？跟邊位老師學呢？」記者問。

母願資助學費 感動流淚

「我上網找到台灣的『一千零一夜舞坊』，之後跟隨連翊晶老師(Crystal)學習，她是當地唯一教授土耳其style肚皮舞的老師，因為佢老公係土耳其人，所以佢大部分時間都定居在伊斯坦堡，跟佢學就會學得比較純正啲，之後我辭職飛過去跟佢學，亦有邀請佢來香港開大師班。」Dorothy說到要辭退物業管理工作飛去土耳其進行密集式訓練時表示：「我家姐係第一個反對，佢認為用咁多錢去學習一種興趣唔係好值得，倒不如用心機在香港努力工作啦！」當時我無理會家姐的反對，繼續去追求我的理想。直至2010年，我要去台灣學習兩個月，家姐又再來大力反對，呢件事我自己考慮咗三日，有一日我同媽咪講，我想去台灣跳舞，但係我未必夠錢，媽咪竟然好爽快咁答應借錢畀我，嗰一刻我真係勁感動，涕淚俱下之後，好短時間我就飛過去台灣上堂了。」

Dorothy生長在一個單親家庭，從事marketing工作的姊姊反對她學跳舞無疑也是出於一片愛心，但明白事理的母親，默默地在背後給女兒經濟上和精神上的支持，母愛是何其偉大呢！

「我現在是一名行街sales，要到藥房、五



■李靜雯(右)和鍾詠芝(左)一起演出，是師徒關係。(朱開通攝)



■日常生活中，李靜雯天天都要迫地鐵、火車，有可能與你擦身而過，大家未必會認得出她啊！(朱開通攝)

金舖推銷家庭清潔用品的，我其中一個興趣都係做sales，我好鍾意sale嘅男人，嗰份滿足感係好難以形容的。」Dorothy不忌諱的表白了自己的職業，也說明了不論是工作也好，興趣也好，她都是一個敬業樂業的樂觀主義者。

對於跳肚皮舞的個人看法，Dorothy表示：「相對於其他舞蹈，肚皮舞比較有個人的style，一出場給人有一種壓場的感覺，土耳其的音樂節奏比較澎湃，重拍子的『蓬蓬蓬』，配合肚皮舞動作細膩、變化萬千、音樂性與節奏性十足，充滿即興精神，只要match到優美而充滿節拍的音樂，都可以自由發揮，定能把喜慶場合氣氛推至最高潮。」

「肚皮舞源自中東，是否要採用土耳其的音樂才可以跳得好呢？用中國的音樂可以跳到嗎？」身為門外漢的記者，對音樂是一竅不通，胡扯的提出個可能很幼稚的問題。

辭職再搵工 從未覺遺憾

「不一定的，通常都會挑選一些比較歡樂、比較重拍子的音樂。用中國鼓譜音樂跳起來會很扭的，會好奇怪啊！」Dorothy嘻的一聲笑了出來說：「我都試過用《上海灘》的『浪奔、浪流』來跳，雖然勉強可以跳到，但係會有啲唔係好match的感覺囉，始終唔係唱種音樂，出唔到唱種feel。我自細就幾有拍子感，我好鍾意聽歌同埋好鍾意唱歌。」

「有一種傳說，懷孕婦女跳肚皮舞可以幫助生育，是否真有其事呢？」記者不知從哪裏看到這麼一個傳說，且借此機會請教一下專家。

Dorothy解釋說：「肚皮舞的發源地應該是在埃及，相傳古時孕婦扭動身體跳舞對生育會順暢一點，畢竟是盆骨的運動，後來傳到其他中東國家如土耳其、黎巴嫩等，亦有傳說指跳肚皮舞係求子的一種舞蹈。中東地方男人都有跳肚皮舞的，佢哋着重肌肉的震動，男

人跳起來唔需要太柔，完全係另一種風味。」

記者瀏覽Dorothy網上介紹的「卡帕中東肚皮舞團」，在密麻麻的舞蹈演出時間表裏，有八九成都是義務工作，但這並不會令投身跳肚皮舞作為兼職搵銀的兩位小妮子打退堂鼓。Dorothy強調，「我哋唔係好介意做義務工作，香港地太商業化了，樣樣嘢都向錢看，好多時我哋會去一啲老人院、醫院表演，因為要推廣一種舞蹈就要從最底層做起，我個人覺得，肚皮舞唔應該只係俾一啲男得起錢的人欣賞，我哋希望咩階層的人都有機會睇到。」

回顧過去，凡事有得亦必有失，Dorothy坦言表示：「以前都會覺得自己係有犧牲，因為份工本來做得好啲，要辭職賣貨然走去學跳舞，返嚟之後嗰兩個月又無收入，錢就使咗，處於好窮困環境下要從頭嚟過，但依家我望番轉頭又唔覺得係犧牲，係我對一樣嘢的付出，我依家完全唔會有後悔感，同埋覺得人生唔會留下遺憾。」

卡帕中東肚皮舞團網址：<http://www.dorothydance.com/>

相關新聞刊A02版

追求現代感 注重爆發力

特稿

土耳其肚皮舞是世界三大肚皮舞風格之一，其特色是動作細膩、變化萬千、音樂性與節奏性十足，充滿即興精神。在肌肉的分解和分區上必須十分扎實，音樂的聆聽與詮釋上也必須非常敏銳，是非常個性化的舞蹈。

土耳其肚皮舞的最大特色是着重肌肉的分解和組合，動作細緻富變化，節奏點非常清楚、利落，對於音樂的掌控度及創意部分，大部分舞者都需具備一定的水準。就使用的音樂來說，與埃及風格相比音樂較快，層次較分明、節奏感強、爆發力十足。舞者的情緒表現在嫋嫋中帶着昂然獨立，裝扮較摩登簡潔，穿高跟鞋，注重即興。

世界三大肚皮舞 風格各異

每個地方的肚皮舞風格不同，中東地區主分土耳其、埃及、黎巴嫩三大風格。然而仍因互相交流有許多相似之處，而三者最重要的皆為音樂節奏的表達，此外獨舞、即興也是中東肚皮舞的共同特徵。

因此，土耳其肚皮舞的音樂，無論是土耳其樂師創作的音樂或是阿拉伯曲調，演奏的方式與阿拉伯地區的肚皮舞音樂有所不同：層次較多、較分明，鼓點細緻、清楚且突出。使用大量的鼓、豎笛、小喇叭、小提琴、卡農等。氣氛也不同。土耳其肚皮舞最重視的是鼓舞(drum solo)，意為只有鼓而沒有其他樂器)、幾乎每個舞者表演時都會使用至少一首以上的鼓舞。因為語言的差異和音樂的喜好，少用人聲為主的阿拉伯歌曲。土耳其肚皮舞因追求利落的現代感、注重爆發力、善用手部表情，且因非阿拉伯民族，並不時興道具的應用。一般所見的道具是傳統埃及民間舞蹈所使用的：西方國家則喜愛將埃及民間舞蹈的道具，及其他舞具與肚皮舞融合作出創新。

在全球肚皮舞風潮中，一般容易習得埃及或美式風格，雖然許多人羨慕土耳其肚皮舞，但受限於土耳其民族性，僅有在當地才能深入堂奧，因此，世界上真正了解並能教授土耳其風格的老師十分珍稀。 資料來源：台灣「一千零一夜舞坊」



■台灣著名肚皮舞老師Crystal，對Dorothy照顧無微不至。

ISSN 1813-0259

9 771813 025009

成報 社評

全球經濟放緩，尤其是國債危機襲擊歐洲，再加上中國經濟尚未脫離下行軌道。在這樣的前提下，對香港的經濟短期內恐怕難寄以厚望。政府維持今年的經濟增長預測為1%至3%，但言明會視乎實際情況調整相關預測。到明年首季為今年全年經濟表現「埋單」計數之時，能不能成功取得3%的增長，現時不無疑問。當然，市民希望本港今年的經濟增長能達到甚至超過3%。這一「希望」也是有可能實現的，因為在美國量化寬鬆(QE3)的幣策之下，至少可料定本港股市會被看好。

對今年經濟的預測不樂觀，對通脹的預測同樣不樂觀。換言之，通脹在第二季度較第一季度下降之後，第三季度和第四季度有可能掉頭上升。例如，根據港大的預測，第三季度較第二季度的通脹率會有0.3個百分點的上升。況且，在量化寬鬆和息率極低的情況下，熱錢大量流入，會在一段時間內促使通脹趨升。

通脹升溫，對廣大市民尤其是草根階層，肯定不

是甚麼好消息，只能以「百上加斤」來形容他們的苦況。所以，市民大眾一般的願景是：經濟增長高一些，通脹低一些。

對普通市民而言，談及通脹，最直接關注的是物價，特別是食品價格。今年以來，由於內地(本港食品的最大來源地)的物價控制得比較好，例如上半年的消費價格指數(CPI)一路下降，由年初的約4%降至年中的2.2%。香港市民也明顯見到，例如豬肉和蔬菜的價格持續有所調低，這就降低了本港市民對食品的負擔。怕就怕本港的豬肉商販「加快減慢」和「加多減少」。但在肉類食品之中，也有個別的特殊情形，例如牛肉就是。本港市場的牛肉價格，近年不斷上漲，而且是「只升不降」，成為食品供應中的「特例」。對比之下，今年10月的牛肉價格，較7月時狂漲了超過30%，令市民感到不滿，難以理解，亦難以接受，家庭主婦在街市購買牛肉時，自不免有「任人宰割」之嘆。

據悉，本港的活牛供應是獨家經營，對於牛肉不斷加價，供應商和食衛局均未有作出令人信服的解釋，單憑一句「來貨價上升」是不能消除市民疑慮的，希望供應商及食衛局對市民疑慮能有詳細的、具說服力的回應。

還有一點也很值得各方認真研究考量：為何活牛供港只有一個來源？為何長期以來不能夠有第二個、第三個供應來源？商人唯利是圖當然希望永遠獨家經營，以便予取予攜，可以「想加就加」。但政府或相關部門，為何多年來仍無法開拓新的供貨渠道？這些年來，這些相關部門，有做些該做的事嗎？有關官員在這方面的「不作為」，又怎能算是「思民所思」和「急民所急」？政府之內，這類坐享高薪而「不作為」的官老爺，恐怕為數還不少！我們以為，「大市場、小政府」不應成為官員「不作為」的擋箭牌。再說，政府其實不算「小」，按人口比例，香港的公務員

數目比新加坡多好多。試問，有關部門的官員，能不能配合、協助商界開拓活牛或其他緊俏食品、商品的供應地？例如東南亞、甚至南美洲等。彼邦甚多農業國家，飼養及對港供應活牛應該不會有太大問題。

從經濟增長或控制通脹、平抑物價的角度說，政府現時所做的顯然是不夠的，牛肉價格「升完又升」是一個典型例子。政府要改變往日的「被動」或「不動」的作風，要真正做到「穩中求進、適度有為」及急市民所急，解決牛肉價格「只漲不跌」的問題，也是一個機會。政府能否辦此實事，市民拭目以待。

相關新聞刊A05版



理大校花尋求突破 從跳芭蕾到肚皮舞



■鍾詠芝(左)與其老師李靜雯在港默默地推廣肚皮舞藝術。



一位補習的家庭老師，她何以又會有興趣學跳肚皮舞呢？她的時間又是如何安排呢？跳舞會否影響她的學業呢？這一連串的問題就讓她本人一一細說。

本報專題部記者 朱開通報道



■肚皮舞強調胸腹聲等代表人類生命起源部位的舞動，突出曲線，展現美感。

23歲的Gigi和比她小一歲半的妹妹，小時候一起學跳芭蕾舞。長大了，被視為小朋友跳的芭蕾舞已不再有情有獨鍾，她對記者說：「平時覺得人生好平淡，好想做一啲有突破性的東西，我原先想學一些較冷門國家的語言，想學土耳其文或肚皮舞，但我唔想到去邊度學土耳其文，就上網看了好多跳肚皮舞的片段，於是便萌生學肚皮舞的念頭，既是一種興趣又可以當做運動。」

「點解會選擇學習土耳其文化呢？」記者好奇的問。

「因為呢個國家的經濟正在起飛，未來的發展好有潛力，學習土耳其文唔係個個都識，學法文、日文的行出來好多人都識，會構成好大競爭力，諗住依家先 prepare咗先，一個機會到來，可能會大有發圍。」聰明的小妮子頗有先見之明，Gigi說着，眼神充滿了期盼。

搵錢交學費 自給自足

「咁你又唔去學瓦努阿圖語言？」記者和Gigi開玩笑，大家都大笑起來。

「那又不致於咁冷門，都要學得來比較實用至得呀！」Gigi認真回應。

「你有無去土耳其進修呢？」記者接着問。

「我都想呀！但目前重未有機會，我還在儲錢階段，而且我重讀繁書，又要返工。」Gigi說。

Gigi是半工讀的學生，家庭環境不算很富裕，她日間是一位打扮樸素的OL(文員)，返工之餘又接了好幾份補習工作，要搵錢要交學費，自給自足。「真係所餘無幾呀！其實我咁忙，都無咩時間使錢啦！」Gigi說到金錢，似乎並不太苛求，但求生活開心，於願已足。

「跳肚皮舞有無收入可以幫補你交學費呢？」記者問。

「還沒有。」Gigi說。除了一些婚宴或文藝演出有收入外，原來很多時參與慈善團體或出席敬老活動的表演都是義務性質的。

「你一身兼幾職，如何安排和分配自己的時間呢？」相信很多人聽了Gigi的半工讀生涯，都會像記者一樣提出這個問題。

「今天的事今天做，盡量將啲快啲做晒佢，唔好拖囉。」Gigi沉思一下，說：「有好多人因為有好多時間會hea咗喺度，你自己會有得揀，我會揀hea嗰種

囉。就算坐喺屋企我都係睇吓電視，咁啲時間都係唔咁咁，不如做啲更加有意義嘅事，就算做義工都係無錢的，但都比坐喺屋企睇電視更有意義。到年紀大啦，睇番轉頭，我廿零歲嗰時點解唔好咁善用時間呢？」

Gigi現在早上返工，一個星期返理工大學四天，只有星期三晚可騰空出來學跳肚皮舞，她還要留一些時間做paper。Gigi說：「我依家喺理工大學讀緊英文系，係一個part-time degree(兼讀制學士學位)課程，今年係第三年final year，上個學期我重擇到理大獎學金，每個學期得四個人得到，咁好彩俾我擺到，證明學跳舞並唔會影響學業，我覺得時間係自己安排的，有心事就成。」

「你係幾時開始學跳肚皮舞呢？你屋企支持你嗎？」記者問。

「我係去年12月才開始學的，重未夠一年，唔係跳得好熟練，不過係有進步囉。我好細個已學跳芭蕾舞了，屋企人都好支持我，唔會反對呀！」Gigi答道。

「你屋企人會唔會覺得跳肚皮舞好sexy，出嚟拋頭露面唔係咁好呢？」記者問。

Gigi搔了搔長長秀髮回答：「佢哋無咩特別意見喎，我都有畀啲片段個妹睇，佢之前都有同我一齊學跳芭蕾舞的，佢都會畀啲意見我，大家又互相交流吓。說到sexy呢個問題，其實跳拉丁舞的服裝咪重sexy過肚皮舞。」

對於一位只在業餘時間學習，僅僅學了10個月的學生，作為老師的Dorothy有何評價呢？

「喺我學生之中，Gigi係一個有心同埋會付出的一個，學嘢好認真，佢返屋企真

係會練習，你會睇到佢下次真係有進步，所以會畀多啲機會佢一齊去表演，亦都因為有表演至會令佢有一種心態積極去練習，大家分享成果。」單憑這短短兩句說話，可看出愛徒心切。

學習好認真 心態積極

「學跳舞的人都好怕肥，妳哋點樣控制自己的體重同埋有無節制自己飲食呢？」記者又指着自己的肚腩說：「好似我咁，有個肚腩，可以點樣減肥呢？」

Gigi表示，「依家啲食物添加好多化學劑，食得清淡好重要，我個人會多做運動，多啲飲水囉。」

Dorothy補充說：「食得清淡啲就可以減到肥，毋須刻意去做好多嘢，將所有飲

料由糖變成水，飲多啲水唔好飲咁多汽水，無吸收糖份，成個人會好容易瘦番啲，但切記唔好飲食。」



■鍾詠芝在舞台上演出土耳其肚皮舞，盡情投入，舞風獨特。



■鍾詠芝身着肚皮舞衣，在新光戲院一張京劇劇照前留影，相當有趣。(朱開通攝)

係會變水，飲多啲水唔好飲咁多汽水，無吸收糖份，成個人會好容易瘦番啲，但切記唔好飲食。」

肚皮舞具獨特韻味

肚皮舞是盛行於中東的舞蹈之一，

公元前1500年前的古埃及壁畫中即可見到肚皮舞娘的描繪，至今仍是中東地區女性聚會時的娛樂。到了土耳其奧圖曼帝國(13世紀~20世紀初)，肚皮舞也成為後宮嬪妃所擅長的宮廷舞蹈。20世紀初肚皮舞傳入西方國家後，肚皮舞始成為公開表演之舞蹈。中東肚皮舞以腰腹為中心，將身體肌肉分成不同的區域獨立運作並組合，形成特殊柔美的律動線條。中東肚皮舞注重情感與音樂的表達，展現出中東獨特的韻味與奔放。

適合豐滿女性

肚皮舞土耳其文叫Oryantal Dans，阿拉伯名叫Raqs Sharqi，都是

「東方之舞」意思。也就是說，對中東地區的人而言，這樣的舞來自東方的印度。

一般相信來自印度的吉普賽人在輶轉遷徙過程中，將他們的舞蹈帶入各地，並結合當地的民族特色，變化成具有共同特徵的各色舞蹈，因此到了中東結合中東文化演變成中東肚皮舞。

而肚皮舞的這個名稱則源於19世紀時，西方人來到奧圖曼土耳其，驚艷於這個以腹部為運動中心的舞蹈，法國人稱之為danse du ventre，而後美國稱之為Belly Dance。

中東肚皮舞是個古老的舞蹈，最初產生於上古文明對大地的孺慕之情，因此這個舞蹈的訓練在於喚起女性的身體原有的節奏與美感，也因此學習中東肚皮舞不需要舞蹈基礎，重要的

是學習如何放鬆身體，尋回身體原有的面貌，表現情感，與音樂融為一體。

肚皮舞需要訓練各部位的肌力，如脖子、肩膀、手臂、腹部、腰部、臀部、腹部及大腿「個別」的肌力及靈活度。訓練這些部位時，不只腰痠背痛的現象消失了，也會發現這些部位的肌肉愈來愈結實、彈性增加。

其實，肚皮舞是特別適合豐滿女士跳的舞。雖然，肚皮舞者總是愈跳愈苗條，但在中東與西方，很多肚皮舞者是有點豐腴的，因中東與西方特別欣賞這樣體態。他們認為傳統的肚皮舞其實要有點肉才跳得出屬於她的獨特美感。肚皮舞的確可讓人變苗條，但不代表肚皮舞是專屬於苗條女性的舞蹈。只能說，這是個無論胖瘦都能跳出屬於自己的風格的舞蹈。

並非只為性感

上古時代，裸體不但不被視為禁忌，反被視為吉利的象徵：加上肚皮舞起源於對大地、女神力量的崇拜，強調胸腹臂等代表人類生命起源部位的舞動，一般專業肚皮舞者的穿着是露出腹部、強調胸部及臀部的曲線，因此才能盡情展現舞蹈美感。

就像芭蕾舞者總是穿緊身衣褲一樣，中東肚皮舞者的穿着是為了舞蹈特徵的完美展現，而不是只是為了性感。此外，因中東肚皮舞常是在晚間、室內，為了讓動作的呈現更加耀眼，專業肚皮舞服裝經常布滿了華麗閃亮的珠寶，也為觀者帶來豐富的視覺饗宴。

在學習時候，專業肚皮舞服裝是不必要的。一般學生只需穿上緊身衣褲，這是為看清楚自己的動作是否正確，需要知道自己的膝蓋是在甚麼位置、是否運用到腰腹的肌力等。如願意捲起上衣，把腹部裸露出來，更可看清楚自己腹部及腰部的表現。



■鍾詠芝(右)和李靜雯(中)接受本報專題部記者朱開通訪問，真情表述學跳肚皮舞感受。

編輯：陳崇本 美術：王鶴輝