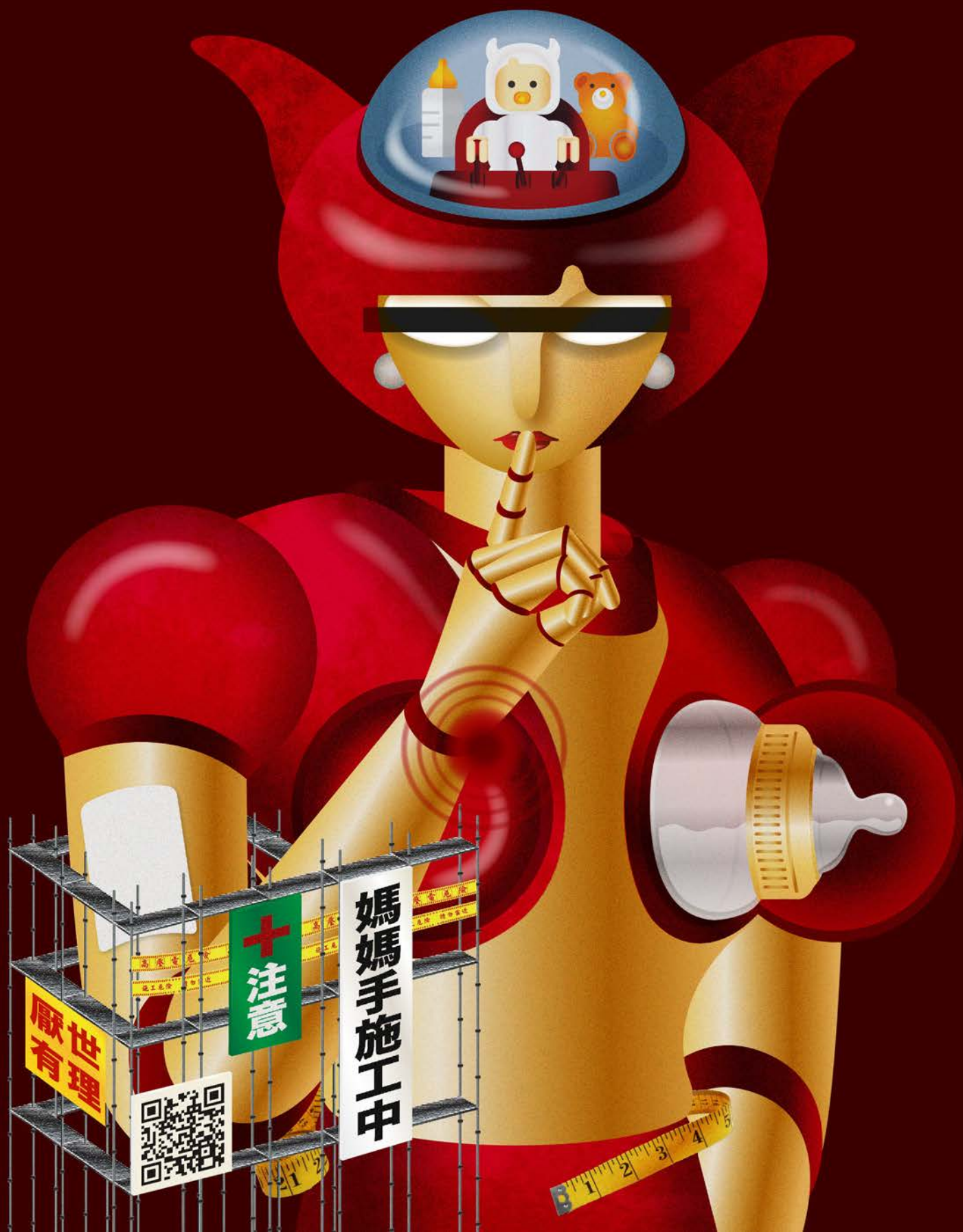


# 媽的，~虛

## Mothership



# 緣由



原來，沒有女人天生知道如何當媽媽，沒有一個角色是理所當然的。

做為一個舞蹈工作者，我創作一流轉在意念與動作間，我演出一變換在多重層次和角色的身體質感間。我以為不管受了多少傷，終究還是對自己的身體了然於心，享有著舞蹈中的自由度。

一切，從走向媽媽之路，起了鋪天蓋地的變化。

我是個渴望當母親的女人，很幸運地迎來舒適甜美的孕期（我的好夥伴伊雯完全相反……），也很幸運得到家庭支持，對於母親和藝術創作者兩個角色，沒有任何衝突拉扯。然而，生產過程不如預期「自然」吃了全餐、產後沒有與孩子第一時間親密接觸、月子期間餵奶造成睡眠不足的強烈疲勞感、另一半把孩子放第一忽略自己的失落、他人的好多意見……孩子才從自己肚子出來第一個月，就想崩潰大叫：「怎麼和我想的不一樣？！」更多的是深層心內的自責：「我怎麼可以這麼沒有母愛？怎麼這樣就崩潰？」

我開始一系列探問母親角色的旅程。2017年，遇上鄭伊雯，這女子在面對自我和親子關係的思維，處處有共鳴，又處處讓我驚艷（當然還有舞台魅力）。《媽的，噓 Mothership》，這個一語多關的長期創作計劃，就此誕生。第一步，從真的「生出」一個劇場作品開始。從頭回想，懷孕、待產、生產、育兒，怎樣從對自己每階段的提問中，轉化成劇場元素，拋出問題邀請觀眾一起思考。

**18 bit 視覺風格的育兒遊戲關卡**—如何當媽媽？媽媽一定要破關？！

**再現的生產模組**—期待新生一定是美好的嗎？產婦一定要被醫療科技監控嗎？

**媽的自我探問**—媽媽是？我是？

『媽媽這個角色不好當，我們終其一生都必須學習。』  
沒有一個角色是理所當然的，媽媽是，你也是。

這一場經驗母親生命歷程的小劇場，送給每一個來自媽媽子宮的你。

彭筱茵，編導暨共同創作



# 歷程

## 我無法知道我會有一個小孩……

如同我無法知道，快40，還會有人找我跳舞一樣。而且這不是即興演出，是一個真真正正需要像一位舞者一樣密集排練的演出。已經很習慣自己編自己跳或者單純編舞的我，到底在這一次的工作中，又會長成什麼樣子？

## 我是誰？

這個問題，似乎在各種人生階段不斷的糾纏出現，當你以為已經很清楚透徹自己是誰時，意外殺出一位活生生的生命，還要跟一個提供精子的人，共組一個家庭，這……應該沒那麼難吧？哪有什麼問題，我們相愛，我那麼獨立，世界那麼美好，結婚就是王子跟公主，兵來將擋，水來土掩，就這樣不妨來試試看。

## 事實證明，我錯了。

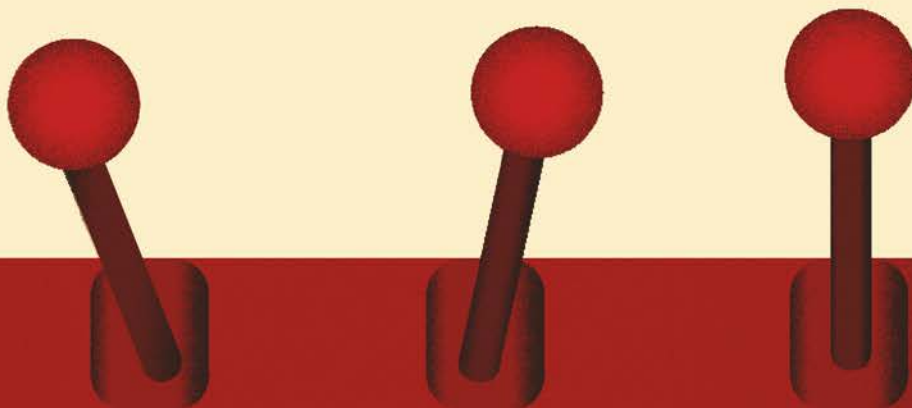
一個人，有多自由，轉眼間，多了兩個人，很像你已經騎習慣自己那台腳踏車，然後腳踏車上，重量暴增，你不再悠閒的騎，必須很努力的踩著，來不及重量訓練多載兩個人的肌肉在哭喊，車子騎的狼狽又癡跛，心中一個人的驕傲與自在感體無完膚的被摧毀，每天又每天。

不知不覺的，每天每天，騎車不會載人的我，也找到了歪歪斜斜的樂趣，孩子回應世界的那份真實，對我來說更是前所未有的那片明亮，在那些真實互動情感交流的美麗中，太多是一個人時所無法感受到的，是你沒有成為母親這個角色時，無法真正理解的。

三個人在一起，痛苦會比一個人來的三倍劇烈，相對的，當幸福籠罩時，原來，女人多了一個子宮，是一份禮物。

比起可以一直從生活找到表演或創作的能量與靈感，到底最後我在這個作品中長成什麼樣子，嗯……庸人自擾之。

鄭伊雯，主演暨共同創作



# 段落

## 媽媽對你來說……

### 新生－媽媽自白

肚皮：痕跡與記憶  
告別單身

### 育兒戰略

新生兒資訊洪流  
餵食指南  
尿布攻略  
尿布疹警報  
屁屁難關  
漲奶警報  
拍嗝比賽  
夢境漫遊  
媽的噓跳舞機

## 媽媽來說…

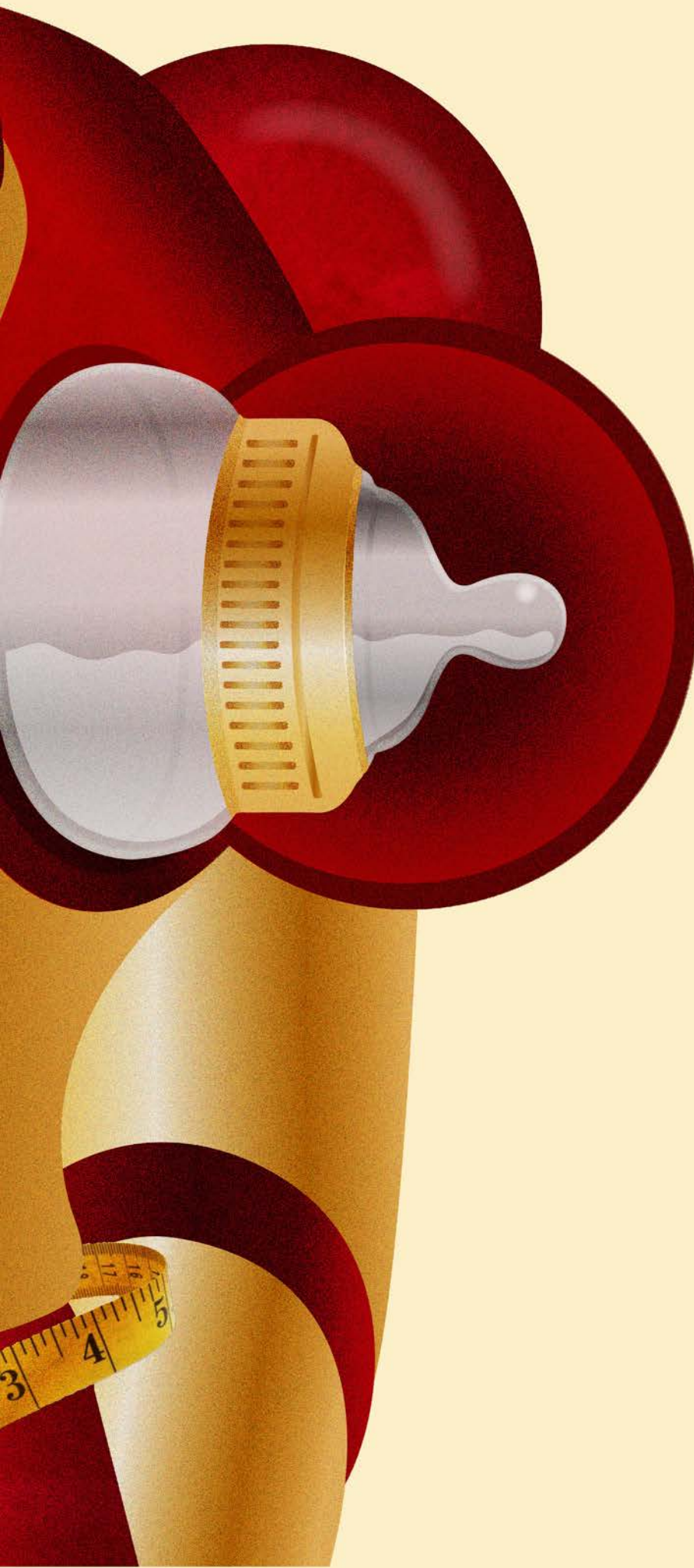
### 生產模組

待產  
生產  
身體殘痕

### 媽媽的話

## 媽的……

無法倒帶的母親角色  
子宮的洗禮



# 歌詞

## 媽的噓跳舞機 Rap

演唱：鄭伊雯 詞：彭筱茵 曲：卓士堯

我都不知道我要怎麼辦  
每個人 都比我 更知道怎麼當媽媽  
鄰居阿姨叔叔伯伯婆婆媽媽老公陌生人  
我不是你 不要叫我跟你這樣做  
噓噓噓我才是媽媽  
你不是我媽媽

## 身體殘痕

演唱：劉純良 詞：彭筱茵 曲：卓士堯

小腹下垂、陰道鬆弛、乳房腫脹、傷口撕裂疼痛  
恥骨分離、腹直肌分離、骨盆錯位、尿失禁  
乳腺發炎，高燒不斷  
餵奶擠奶，餵奶擠奶，餵奶擠奶，餵奶擠奶  
媽媽手  
腰椎錯位、性冷感  
睡眠中斷，睡眠不足，沒有睡覺，沒有睡覺  
失眠，睡眠中斷，睡眠不足，睡眠不足，失眠  
慢性疲勞



# 未來航向

《媽的，嘍Mothership》了解更多母親面臨的變化與感受，進行一項田野調查，邀請多位媽媽填寫自我對話的問卷，回應對於「母親」這個問題，並進行影像紀錄。感謝每位曾經分享的媽媽們，因為你們的參與豐富作品的底蘊，看到更多真實的細節。



邀請自己將來不及沉澱的，透過書寫重新品味母親人生：

<https://www.surveycake.com/s/LIWKK>



《媽媽的魔鏡室》完整收錄受訪媽媽們的心情，匯聚每個轉變的故事，投射獨立、脆弱、勇敢的另一面，清晰地看見並紀念那麼努力地準備面對新階段的自己，魔鏡室將於《媽的，嘍Mothership》滿月日10/29啟用。

<https://www.mothershiproom.com>

\*填寫「母體自我對話」問卷即可第一時間獲得計畫系列活動之資訊，並享有獨家優惠。




## 製作群

主辦單位：  
Dancecology 舞蹈生態系

FB : [www.facebook.com/dancecology](http://www.facebook.com/dancecology)

贊助單位： 國家文化藝術基金會  
National Culture and Arts Foundation

 財團法人  
菁霖文化藝術基金會

 台北市文化局  
Department of Cultural Affairs  
Taipei City Government

藝術總監：彭筱茵 共同創作：彭筱茵、鄭伊雯

表演者：鄭伊雯、陳怡靜、陳福榮

製作人：陳逸書

技術統籌：曾百瑜

執行製作：方軾好

戲劇構作：謝淑靖

舞台設計：彭宇弘（起夫）

音樂設計：卓士堯、蔡瓊文

創作陪伴／特別獻唱：劉純良

燈光設計：劉志晨

服裝設計：王依潔

多媒體設計：陳韻如

舞台技術：蘇俊學

音場設計：陳宇謙

平面設計：華家緯

訪談影片／撰文：葉明勳、曾煥炘、陳逸書

節目單設計：沈芸伊

網站設計：李明憲

\* 獲臺北表演藝術中心創意節目前期展演計畫支持

## 感謝名單

宜鼎國際股份有限公司、宜鼎國際教育基金會、天紅國際事業有限公司、  
揚程實業有限公司、栩光映動有限公司、讀角窗股份有限公司、  
新裕豐文化事業有限公司、寶瓶文化事業有限公司、有間音樂創意有限公司、  
隨心所欲樂團、中國科技大學、臺北市立西園國小

吳慶忠先生、羅文祈先生、劉國光先生、林大鈞先生、陳意宗先生、吳文安先生、  
葉維仁先生、嚴子蔚先生、陳雅敬小姐、鄭舜文小姐、侯曉君小姐、陳君芄小姐、  
王瑞儀小姐

### 演後座談講者：

周慕姿 心理諮商師／知名作家／crescent lament 恆月三途樂團主唱

林郁晴 三重醫院助產師

徐書慧 歐巴桑聯盟／生育改革行動聯盟常務理事

翁鵠旻 天紅整合行銷公關顧問CEO／Event365生活誌創辦人／

SHOWWOW敲表演共同創辦人

**宣傳協助：**

Taipei Times - Diane Baker、臺北廣播電台音樂地圖主持人采琦、  
臺北藝起來主持人Elson、Event365生活誌、中華民國文化部、臺北表演藝術中心

**影像受訪媽媽：**

陶祥瑜、梁家寧、曾尹姿、王采元、謝淑靖、林韋伶、李曉雯、左涵潔、翁鵠旻、  
朱美芬、鄭伊雯、王依潔

**問卷受訪媽媽：**

周芊伶、Joyce、林韋伶、陳攸旻、李曉雯、王郁琄、王繪嵐、林依樺、羅小如、  
林奕希、陳敬亭、呂蓉姍、邵惠君、王采元、黃靜琳、楊之儀、徐慧君、林佳慧、  
吳岱融、關雅茹、彭中瑜、鍾怡萍、董涵冬、賴唯珊、何欣燕、詹秭瑜、陳子婷、  
李青青、溫淑恩、李玉萍、林佳閱、吳嘉恬、陳怡君、郭怡均、賴昱璇、陳玫伶

**贊助廠商**



**山焙 Sunbay TEA BREW**

維持百年傳統的「台灣三億茶」  
藉由『霧萃工法』，瞬間磨碎、高溫、高壓萃取  
茶葉精髓如迷霧般釋放於茶湯中

<https://www.facebook.com/SUNBAYteabrew/>



**chapper 迷途甜點工作室**

chapper取自法文的逃跑。

這是一個混亂的時代，每天一睜眼都是一場逃離。希望能以手作  
甜點撫慰每個在迷途中的旅人。

<https://www.facebook.com/Echapper2017/>