

國際交流超疫計畫（第三期 11 月徵選）

荷蘭 MAPA 動作音樂性工作坊 高階影音視訊暨直播計畫

執行成果報告

2021 年 5 月底

執行單位 時間藝術工作室

一、計畫成員暨執行內容

計畫名稱

荷蘭 MAPA 動作音樂性工作坊 高階影音視訊暨直播計畫

國際合作單位

移動表演藝術學院（Moving Academy for Performing Arts，簡稱 MAPA），荷蘭

技術合作單位

社團法人臺灣音樂典藏學會

執行單位

時間藝術工作室

製作人暨長笛／吳正宇

行政統籌／林奕彤 朱晨歡

戲劇構作／黃鼎云

音樂統籌／趙菁文

擊樂／簡任廷、簡任佑、謝佩穎

低音管／陳昱安

中提琴／王敏玲

女聲暨吟唱／賴珏妤

笙／李俐錦

箏／王識寬

笛／張睿翎

低音提琴／魏君澤

肢體指導／雷雅涵

荷蘭 MAPA 工作坊指導／伊德·凡·海寧恩（Ide van Heiningen）

荷蘭 MAPA 工作坊指導／薇拉·黛詰（Virág Dezsö）

視訊暨直播技術統籌／社團法人臺灣音樂典藏學會

「荷蘭 MAPA 動作音樂性工作坊 高階影音視訊暨直播計畫」獲國藝會國際交流超疫計畫第三期之補助，已完成第一階段與第二階段，共 11 日的工作坊訓練。

導演黃鼎云、音樂趙菁文、11 位音樂家，肢體指導雷雅涵，以及 Virag 與 Ide（從他們在荷蘭哈倫市 MAPA 劇場），還有一群高階影音視訊直播團隊，一起完成此計畫，成果豐碩，亦各有所啟發。

簡述計畫緣起，時間藝術工作室連續獲得 2018 年、2019 年「臺北表演藝術中心創意節目前期展演計畫類」階段型補助的實驗音樂劇場，開展了一系列有關音樂的聽覺與劇場的視覺之間，有沒有一種跳脫即時、直白的使用，而是探索其相互挑戰「各自原有形式」的可能。近年在國際樂壇上，音樂家的演出形式不斷被突破、演進、擴

充，如前所述，單純為音樂、舞蹈或戲劇形式的演出，逐漸地無法被清楚的定義，其邊界也變得模糊。於是，演員、舞者需要有音樂性，音樂家也需要有「戲劇能力」。

時間藝術工作室的音樂家們，延續其 2018 年以來的實驗精神，在此訓練計畫中擴大編制，從以擊樂出發，加入國樂的笛、笙、箏，以及西樂的絃樂、木管等音樂家，一同計畫進入與國際單位合作的階段。原定於 2020 年暑期，由音樂家們與導演共赴荷蘭，參與 MAPA 移動表演藝術學院「動作音樂性工作坊」，但因新冠肺炎之國際疫情仍嚴峻，無法成行。

原定前往的荷蘭 MAPA 移動表演藝術學院成立於 1991 年，定期受邀巡迴全歐洲舉辦表演藝術工作坊，尤其在中歐及東歐地區深耕，為當地表演藝術工作者提供專業、創新且系統化的訓練課程（肢體表演訓練、劇場燈光、影像投影、表演藝術經營管理），協助他們利用自身的能力與資源，用有效率且實際的方法開創其表演事業。近年來，MAPA 拓展他們的課程，深入推廣音樂劇場的教學與輔導原創性藝術表演。創辦人伊德·凡·海寧恩（Ide van Heiningen）與藝術總監薇拉·黛詰（Virág Dezsö）長期與荷蘭專業音樂家、不同室內樂團以及音樂院學生們合作，他們融合自身默劇與肢體表演的背景，特別為音樂家及表演藝術家們設計了肢體表演訓練課程—動作音樂性（Musicality of Movement）。

這個結合默劇及舞蹈的訓練課程有非常多種肢體練習，在精心設計的課程安排中，將循序漸進地學習感受與察覺自己的肢體語言、各種動作裡面的音樂性還有意義、表演空間與身體之間的關係、觀眾與表演者之間的互動、如何與其他演出者合作，互相支持與信任等等。其訓練內容大致分為三項原則：

一、 動作音樂性（Musicality of Movement）

藉由不同的肢體練習理解默劇（Mime）基本表演技巧，感受自己身體的知覺並知道如何省力的運用，呼吸與肢體動作的配合，表演空間與表演者之間的相對關係，團隊合作，能分析、理解並控制每個動作中不同速度、強度及態度。

二、 直覺動機探索（Finding impulse）

練習聆聽與跟隨身體當下最直覺且自然的反應，從中得到動機再發展成不同的身體練習曲。理解行為的想像與真正付諸行動的不同，從簡潔的動作發揮出表演效率的最大值。學員也有機會互相觀察，藉此訓練觀察力與被觀察力，探討並感受其中的不同，分享不同想法，練習給予其他學員適時且恰當的意見回饋，同時也接受被他人注視的挑戰。

三、 即時創作（Real Time Composition）

綜合前兩個主題的學習成果，加以延伸發展及實際演練。以即時音樂劇場（Instant Music-Theatre）的形式，結合樂器演奏與表演空間即時創作，感受表演的當下，練習與夥伴用音樂及肢體溝通。學員將能夠有效的運用不同舞台位置帶來的優勢，也可以理解表演動作的方向性及動作的意義。除了專注自己的表演，還要能夠有足夠的感知力來綜觀整個表演大局，並能做出最適合當下的選擇，讓小動機得以發展成一段精彩表演。在表演中，學員也會面對不少需要隨機應變的狀況，如何面對問題與危機處理也是非常重要的學習內容，這將幫助表演者提高舞台演出品質的穩定性與專注力。本身就精彩的樂器演奏加上充滿音樂性的身體，與夥伴共同即時創作獨一無二的演出。

時間藝術工作室此次特別商談 MAPA 將其所設計的「動作音樂性工作坊」，為未來音樂劇場的演出，量身打造一系列的從訓練、討論、編創、排練，最終引導團隊執行演出的過程。

原定於 2020 年暑期，團隊核心成員共赴荷蘭的計畫，因疫情無法成行。在與 MAPA 討論可替代的執行方案後，雙方訂於 2021 年春季，以高階影音視訊工作坊之方式，委託社團法人臺灣音樂典藏學會之協助，以其近年來所發展與執行之高階影音錄製與網路直播技術，傳遞高品質之聲音（音樂家演奏之聲音品質）與畫面（廣拍所有成員的大空間移動或近拍細微動作），透過即時快速網域，傳遞雙方對話與展示的過程。此外，「收音」的指向性為必要條件，對於樂器演奏的示範、即興進行收音，無法使用一般說話型的視訊收音器材，需搭配使用有線/無線的專業麥克風，搭配錄音硬碟與網路傳輸等技術。

在技術執行成果方面，於一月與三月的工作坊皆完備且順利。社團法人臺灣音樂典藏學會視訊團隊與荷蘭 MAPA 討論後，影像拍攝上，以高階/廣角/單機之方式，廣拍所有成員於大空間的移動；聲音傳遞上，以高品質無線麥克風，以及專業有線定點麥克風相互搭配，傳遞雙方對話與演奏的過程。此外，特別申請安裝的高階網路，以順利執行。

在影音紀錄方面，團隊於工作坊的內容，也透過網路平台直播並分享，同時於執行後，此影片也供音樂家持續練習之依據。

在推廣方面，團隊將於國藝會「國際交流超疫計畫第四期」的訓練中，同時執行「MAPA 動作音樂性工作坊：青年演奏家徵選」，開放音樂系大學生、研究生報名參與，辦理一個完整從演奏、徵選、訓練、回饋的教學過程。此計畫已於 4/30 完成徵選，預計於 7 月 3 日、4 日、5 日舉行。

二、期程規劃與實際執行

| | 原計畫時間/工作內容 | 實際執行內容 |
|------|---|--|
| 第一階段 | <p>2020年12月下旬</p> <ul style="list-style-type: none"> - 場地勘查 - 技術協調會議 - 郵寄視訊器材至荷蘭、指導荷蘭方架設器材 <p>2021年1月</p> <ul style="list-style-type: none"> - 架機測試 - 預計工作坊共5日 | <p>團隊與荷蘭 MAPA 原預定於 1 月 4-9 日之間舉行工作坊共 5 日，為第一階段的訓練。</p> <p>但於去年 11 月底，荷蘭 Ide 與 Virag 老師提出因其在當地臨時有重要排練行程，要求是否可以提前舉行。因時間緊迫，團隊只得調查所有團員的時間，臨時變更提前於 12 月 11、12、17、18、20 日，共 5 日舉行。</p> <p>準備</p> <ul style="list-style-type: none"> - 技術協調會議 - 不需郵寄視訊器材，與荷蘭方商量後，影像拍攝上，以高階/廣角/單機之方式，廣拍所有成員於大空間的移動。 - 荷蘭方已自行準備並架設視訊、投影等設備。 <p>場地</p> <ul style="list-style-type: none"> - 臺音館展示室、兩廳院排練室 <p>參與者</p> <p>荷蘭 MAPA 指導者、肢體指導 音樂創作、導演、全體音樂家</p> <p>動作音樂性肢體指導</p> <ul style="list-style-type: none"> - 初期概念、名詞解釋、物件收集 - 動作音樂性 - 默劇 (Mime) 基本表演技巧 - 直覺動機探索 - 即時創作回饋 - 實驗出音樂肢體內容 - 文本描述概念 |

| | | |
|------|---|--|
| 第二階段 | <p>2021 年 2 月下旬</p> <ul style="list-style-type: none"> - 場地勘查 - 技術協調會議 <p>2021 年 3 月</p> <ul style="list-style-type: none"> - 架機測試 - 預計工作坊共 6 日 | <p>2021 年 2 月下旬</p> <ul style="list-style-type: none"> - 場地（臺音館展示室、師大） - 技術協調會議 <p>2021 年 3 月 14 至 29 日期間 工作坊共 6 日</p> <p>參與者 荷蘭 MAPA 指導者、肢體指導 音樂創作、導演、全體音樂家</p> <p>動作音樂性肢體指導</p> <ul style="list-style-type: none"> - 進階訓練 - 空間、時間、定位 / 進階表演技巧 - 直覺動機探索、動作音樂性 - 實驗創作、戲劇構作 |
| | <p>2021 年 4 月</p> <ul style="list-style-type: none"> - 成果照片/影片整理 | <p>第一階段與第二階段的工作坊影片，透過網路平台分享，也供音樂家持續練習之依據。</p> |

| | |
|---|---|
| <p>第一階段： 2020 年 12 月 11、12、17、18、20 日 https://youtu.be/tGuBVmm8BJ4 https://youtu.be/tGa_MX77Lxg https://youtu.be/V21hI049IE8 https://youtu.be/ZcevfcQM0gl https://youtu.be/eWyWa2gkU0s</p> | <p>第二階段： 2021 年 3 月 14、15、21、22、28、29 日 https://youtu.be/ERgoSmWSRvE https://youtu.be/wXltd6lxt98 https://youtu.be/gIWbqLVdjEE</p> <p>註：3 月份直播後有錄影留存的影片，有 3 月 14、21、28 日。因在第二階段，團隊進入實驗即興、戲劇構作的部份，所以 15、22、29 日主要是 Virag、導演黃鼎云、音樂趙菁文，還有音樂家們，做實際音樂與肢體的戲劇構作，荷蘭老師大部份是透過視訊觀察，同時示範、糾正一些細節，因此當時沒有考慮錄影的需求。後頁報告補上照片，提供 15、22、29 日的排練紀錄。</p> |
|---|---|

三、計畫成員之反饋

第一階段與第二階段所完成的訓練，所有音樂家成員的收穫是無以言喻的。

隨著時代演進與跨域需求，音樂家早該跨出僅只於「服務樂譜」、「服務聽覺」，卻不重視舞台肢體的表演性與存在感這件事，例如常見在舞台上瑣碎的動作，從站姿、走姿、坐姿，調座椅、坐下，調譜架、調樂器等，過於隨意的表現。肢體協調與音樂演奏，原本就應該是相輔相成，音樂家不該淪為只是服從樂譜、指揮，或是服務聲音的工具而已。除了好的演奏聲音的投射，音樂家本身的魅力，不也是現場表演的重點？

以下是音樂家們歷經此訓練所提供的反饋：

謝佩穎（擊樂）

在這次工作坊之後，我感覺自己比以前更能享受每件事的過程。現在走在路上，我總會注意到我的眼睛是否保持直視，以及身體的三個部分是否在對的位置上。

但我發現我有一些障礙：

- 關於呼吸：在課程中，有時候大家都能持續呼吸，但我無法使呼吸更流動／順暢。
- 在一些練習中，我的呼吸有點亂。當 Virag 說「吸」的時候，我有時候是「吐」，我覺得我很難控制呼吸。
- 在一些練習中，當我們在進行即興動作時，我容易想得太多。當我嘗試不要想太多的時候，我的動作又變得很簡單。我想知道怎麼增加動作的多樣性。

王識寬（箏）

經過幾週的訓練後，我感覺我的身體更加開闊了。這場工作坊像是讓我的身體經歷一場旅行，使我對於音樂或日常生活的其他事物，有了更多的想像與感受。我等不及參加下一期工作坊了！

陳昱安（低音管）

- *頭部、胸部和腹部的平衡 *呼吸行動
- *呼吸導致身體運動 *保持你的眼睛水準與你的視線
- *觀察 *明確目標

*空間的使用

*放鬆

*控制面部表情

*注意別人的呼吸

*無額外操作

*身體擴展

*開始和結束

- 當我沒有明確的目標時，我常常猶豫要做什麼動作，或是做錯的動作。
- 很難同時結合表演和肢體語言。當我專注於另一件事時，常常忘記另一件事。
- 即興需要練習。
- 演奏樂器時，必須隨時調整、注意呼吸。
- 我需要加強空間和環境的敏感度。
- 演奏樂器時，我的動作很容易受到限制。

簡任佑（擊樂）

這些訓練啟發了我一些思考方式：

沒有樂器時，我如何表現我的肢體。

不是演出來的，而是更直覺的做出動作。

舞台上的心態訓練。

每個動作都是真誠的。

藉由從自我到他人的覺察，了解自己在舞台上的客觀表現。

專注、呼吸、感受。

簡任廷（擊樂）

Virag 打開了我們對於身體覺察的感知能力，並幫助我們了解如何在音樂中創造空間感。

吳正宇（長笛）

我很高興我參加了這個工作坊，我學到了很多有用的技術和理論，這對我的表演非常有幫助。

Virag 讓我了解到我們在舞臺上是如何傳遞訊息的，每一個細節都很重要。知道這一點后，我們能夠更好地控制我們的演奏，對周圍的氣氛也更加敏銳，這對室內樂來說是非常重要的。

我十分期待下一次工作坊！

王敏玲（中提琴）

我很高興能學到許多新的想法和實踐。這幾週的訓練開啟了我更深的感官體驗。如何用我的身體說話，也是一種音樂的敘事。在工作坊中，我更深地瞭解自己、

發展自己，終於找到我自己，該往哪裡去。我也可以更宏觀地觀察空間與群體中的自己，並找到與空間、其他人交談的方法。能參與這次工作坊，我覺得自己非常幸運。我希望能再次參加工作坊，強化自己的肢體能力，並自由自信地展示自己。

王冠傑（單簧管）

在訓練中，我學到最多的是「身體感官」被打開，這在排練室內樂時對我有很大的幫助，使我能用在工作坊學到的技巧，來感受排練室裡的所有細節。

我認為在工作坊之前，我有一個自由的頭腦，但和我的身體沒有足夠的聯繫，工作坊的訓練使我在這點有很大的進步。

我認為，舞台上美麗的舉止是非常重要的。感謝 Virag 帶領我們進行訓練。

我在工作坊中，我學到更多放鬆肌肉的技巧，我的平衡感不好，在單腳站立的訓練特別明顯。我想，放鬆肌肉和維持平衡感是我未來著重的重點。

四、計畫執行成果紀錄

第一階段訓練

（2020年12月11、12、17、18、20日，共5日）

第一日





第二日



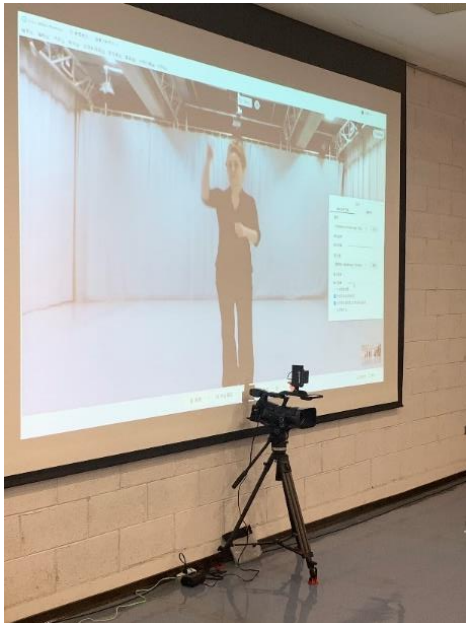
第三日



第四日



第五日



附件

第一階段 MAPA 視訊工作坊結束，與導演的戲劇構作排練內容：

Time, Space, Spectatorship

Statue and Relationship(5 gesture)

Synchroniztion Practice

Calling and Hand-in-Hand Practice

Give and Take Practice

Give and Take Variation

Invisible ball

1. 你樂器的演化歷程與變形史（樂器原理、演變圖解、聲音描述、五個象徵意涵）打擊請選擇其中一項器樂即可。
2. 關於宇宙、世界起源的描述（各地神話、現代科學、神秘學門、新興宗教）註：以亞洲為主避免我們多數人已知（例如：大爆炸理論、盤古開天等等）請給出一個今日如何理解這說法的推論或你對這敘述的思考。

3. 請用文字描述一段「特定時間」、「特定地點」內你所聽到的「所有」聲音（文體不限，字數不限）



第二階段訓練

(2021年3月14至29日，共6日)

3/14 (日)



3/15 (一)





3/21 (日)



3/22 (一)



3/28 (日)





3/29 (一)



五、相關單位介紹

國際合作單位

荷蘭移動表演藝術學院（Moving Academy for performing arts，簡稱 MAPA）成立於 1991 年，他們定期受邀巡迴全歐洲舉辦表演藝術工作坊，尤其在中歐及東歐地區深耕，為當地表演藝術工作者提供專業、創新且系統化的訓練課程（肢體表演訓練、劇場燈光、影像投影、表演藝術經營管理），協助他們利用自身的能力與資源，用有效率且實際的方法一步一步開創自己的表演事業。MAPA 更於 2015 年於荷蘭哈倫（Haarlem），規劃完善的劇場工作實驗室，除了定期舉辦工作坊及夏季學院外，也為充滿熱情與創意的表演藝術工作者與學生們提供一個無拘無束的創作空間。

近幾年來，MAPA 拓展他們的課程，深入推廣音樂劇場的教學與輔導原創性藝術表演。創辦人伊德·凡·海寧恩（Ide van Heiningen）與藝術總監薇拉·黛詰（Virág Dezsö）長期與荷蘭專業音樂家、不同室內樂團以及音樂院學生們合作，對於舞台表演有非常多的經驗與獨到的見解。他們融合自身默劇與肢體表演的背景，特別為音樂家及表演藝術家們設計了肢體表演訓練課程—動作音樂性（Musicality of Movement）。

Ide van Heiningen 伊德·凡·海寧恩

海寧恩是荷蘭當代默劇大師、默劇教育家及劇場導演。海寧恩曾任教於阿姆斯特丹戲劇學院，教授默劇、劇場燈光與舞台設計，創立與擔任荷蘭默劇中心導演。海寧恩曾於 1991 年創立歐洲默劇聯盟，並於 1991 年創立荷蘭移動表演藝術學院至今，致力於獨立劇場工作者的藝術教育與創業課程。1991 年至 2012 年期間，於荷蘭國家歌劇工作室擔任肢體訓練顧問。2009 年至 2015 年期間，於阿姆斯特丹音樂學院擔任肢體表演訓練課程老師。

Virág Dezsö 薇拉·黛詰

黛詰來自匈牙利德布勒森，現居阿姆斯特丹。她是一名肢體表演者、即興創作者、教師與音樂劇場訓練、指導及製作人。自 1999 年起，她擔任荷蘭移動表演藝術學院和 MAPA 實驗劇場工作室的藝術總監。期間，她開發了一套專為音樂家設計的表演藝術課程—動作音樂性（Musicality of Movement）。自 2009 年起，黛詰受邀在荷蘭阿姆斯特丹音樂院教授這套表演藝術課程給器樂演奏家和歌劇演唱家，並在音樂院擔任舞台與表演個別指導。

黛詰是匈牙利肢體劇場協會 Mozgás-Teatrum Egyesület 創辦人，並擔任其藝術總監長達十六年的時間，其致力於提供現代舞、肢體即興與默劇，給各個年齡層與程度的表演藝術工作者。她曾連續兩年於匈牙利布達佩斯國際舞蹈藝術節獲最佳獨奏獎。



技術合作單位

社團法人臺灣音樂典藏學會成立於 2017 年，宗旨為推動臺灣音樂文獻的蒐集、保存與維護，並積極與國際間音樂相關社群進行對話、交流與合作，期望透過資源匯聚與整合，深入認識音樂文獻典藏所代表的意涵與影響，藉以強化國內的音樂史料保存工作，並希冀能夠拋磚引玉，喚起國人對於珍貴音樂文獻保存與研究工作的重視。

作為專業的音樂典藏社群團體，本學會成員具有音樂、圖書資訊及檔案等專業背景，曾經執行或參與音樂典藏相關計畫，具有豐富的實務經驗，對於國內目前保存有音樂史料之機構如：臺灣音樂館、國家圖書館等之概況，都有所接觸與合作，且能提供相關服務與協助。

為顧及現代學術分工日趨精細與傳統音樂文化價值的理念，以音樂數位典藏概念為核心主軸，進行歷史資料數位化、整理與研究，透過多媒體科技的理論與技術，應用於臺灣傳統音樂的傳播與創新。近年除產學合作案，更以實務操作技術應用於音樂紀錄暨資料保存，能從事音樂製作相關企業之工作，亦跟進資訊化社會脈動，掌握數位科技，探索更多元化的傳播媒材，完成多場交響樂團、歌劇等現場轉播與網路直播工作，貢獻、回饋於社會。

***近年重要影音錄製暨直播計畫**

2018 〈威爾第歌劇：馬克白〉台北歌劇劇場

2018 〈心靈樂篇 30-威爾第的凝視〉財團法人音契文化藝術基金會

2018 〈台湾の風とともに〉合唱オヘラハイライト 臺師大音樂系/日本東京藝術大學

2019 〈旅程祝福-福爾摩沙衛星系列音樂會〉財團法人國家實驗研究院國家太空中心

2019 〈音樂的寓意〉臺南奇美博物館

2019 〈亞洲音樂巡迴演出〉雅加達交響樂團暨雅加達聖樂會社

2019 世界影音遺產日系列「國際音樂文獻資料集藏」國立傳統藝術中心臺灣音樂館

2020 法雅雙料饗宴：《迷靈之戀 / 短促的人生》台北歌劇劇場