

2 0 2 2

尚青

培

呈

訓

計畫

現

《 沉靜之前、身體之內、∞之間 》

《 ASAP 》

《 REM-EMBER 》

2013年由楊景翔、蔡份玲、詹慧君及卡霞(Kate Stanislowski)成立於臺北，以「透析時代氣氛，紀錄當代現象」為目標，從跨文化的角度以寓言式文本體現當代生活。藝術總監楊景翔編導創團作《在日出之前說早安》，發表於兩廳院新點子劇展，並獲邀「第二屆烏鎮戲劇節」演出。2015年《明年，或者明見》，創下水源劇場連續三周14場完售紀錄；2019年《單身租隊友》，獲中型劇場年度售票冠軍，並至彰化劇場藝術節演出，共巡演24場，累積1萬5千名觀眾。

2021年導演之《我為你押韻—情歌Revival》受邀TIFA臺灣國際藝術節。2014年加入駐團導演陳仕瑛，推出國外經典劇作重製系列，並與編劇林孟寰合作，創作科幻系列作品：《前進吧！方舟》、《地球自衛隊》、《阿飛夕亞》及《啊！前進吧，地球。》，開創性反烏托邦式劇場類型，連續兩年入選高雄春天藝術節。2015年加入核心團員潘冠宏，主持以培養新生代創作者進修與發表的「尚青培訓計畫」平台。

2022 TAIWAN TOP 演藝團隊

2019、2020、2021 臺北市傑出演藝團隊

# 關於 尚青培訓計畫

「尚青計畫」，是楊景翔演劇團自2016年開始的人才培訓計畫，由專攻演員訓練與指導的劇團核心成員潘冠宏主持，以兩年一屆，高密度編、導、演課程及展演，建立一個給新生代劇場創作者進修及發表的平台。本計畫可以讓有潛力卻無機會作進一步專業訓練的劇場新秀們，藉由劇團的培訓和輔導演出的方式，有一個從徵選、課程到公開演出，親身接觸劇場實務的機會。劇團於2016、2018、2022三度於台北舉辦尚青計畫。2019應台南市文化局邀請，首次受邀參與臺南藝術節製作《尚青計畫-今晚，我們在台南寫作》。

此次2022尚青培訓計畫的特色為多元創作，由創作顧問陳仕瑛與創作者們討論過後，訂出2022尚青呈現的共同創作主題：侘（ㄉㄞˋ）寂。由三位特邀青年藝術家鄭詩璇、陳致霖和葉詠甄分別帶領表演學員以此主題發想進行創作。表演學員們皆來自不同背景，同時也邀請三位曾經參加過尚青培訓計畫的演員回歸參與課程以及創作演出。希望透過這樣的交流讓今年的學員與不同背景的創作者、表演者經驗交流，共同成長。

每屆的尚青計畫其實都是一個全新的開始，除了保留開辦之初的核心理念之外，每次也會增加些許新的實驗和對新生代劇場創作者的想像與期待。

今年尚青計畫邀請六位過去合作過的年輕劇場工作者為創作基底，再透過甄選加入七位新演員。景翔邀請我擔任本屆尚青計畫的策展人和導演們的創作顧問，意即在各自創作者自由行走之前會有一個共同的方向。

由於三位導演擅熟悉和擅長的領域橫跨舞蹈、劇場、音樂及多媒體，也有各自熱愛和不愛的議題，在思考整個演出應該用什麼方式來命名的時候，確實相當困難。

我先一一訪問三位最近關心的事情、對目前創作的期許，還有可能的形式。詠甄是學院舞蹈系科班出身，卻因為自己身體變化而開啟劇場創作。雖然舞蹈系和戲劇系常常只隔一道牆，養成身體和敘事的方式其實相當迥異，身體既是詠甄的優勢也是某種框架，她努力想要模糊這樣的分界。在當代劇場這或許已經是常態，但對於剛離開舞蹈學院的她來說，經歷許多掙扎和碰撞。因此她一開始就想要從身體上的印記作為記憶的具體化著手，並探討時間與這個記憶的關係。

詩璇是正統戲劇系科班出身，卻也是藝文領域中的斜槓青年，她的技術能力幾乎涵蓋整個劇場製作需要的範圍：演員、助理、舞監、平面設計、導演…因此可以從各個不同視角觀察參與創作過程算是她的優勢。詩璇表示如果有給定的題目對她來說是好的，她傾向和演員一起在排練場發展某個特定主題。

至於致霖，是一位條理分明、有控制狂傾向、身兼高中數學補教名師及音樂設計的特別的創作者。這次他創作最初步的想像是從日本的古典文學「俳句」出發，對於一個源自非常平凡普通的日常敘述或想法，能夠轉化為精煉的古典詩句非常感興趣。雖然目前他已經完全走向其他地方，但當初聽到的時候，我感到非常驚奇。

結束和三位導演的談話之後，我腦中浮現的第一個詞彙是「侘寂（日語：侘び寂び Wabi-sabi）」。侘寂是一種以接受短暫和不完美為核心的傳統日本美學。侘寂的美，有時被描述為不完美、不恆常、不完全的。侘寂的概念源於佛教的三法印，即無常、苦、空。

回想從2020年始，世界被COVID-19 疫情嚴重的改變了。疫情尚未緩解，2022年初又爆發直逼第三次世界大戰的俄烏戰爭。即使在行文當下，疫情和戰爭都還持續延燒著，而身處台灣的劇場人正在學習如何增加國防/避難意識、與病毒共存、維持正常演出。有時候一覺醒來，會感到眼前的一切都很荒謬。而侘寂所描繪的世界：沒有什麼能長存，沒有什麼是完成的，沒有什麼是完美的。接受這三樣事實，就能接受滿足是一種成熟的快樂。這或許也是當前人類正在接受與學習的事情。

提出這個題目和三位導演討論之後，意外地大家都有相當程度的共鳴。而它的開放和包容性，或許並不阻礙創作者原先想探究的題目，無論時間感的落差、不完整的記憶，甚至是不完美的身體表面。我告訴他們，這不是命題作文，而是給他們一個得以回應的元素，或許在最後的呈現看不出和這個題目的具體連結，但我很高興它曾經在我們面對世界的過程中扮演著某種角色。



侘(わび)  
寂(さび)

《 沉靜之前、身體之內、∞之間 》

《 ASAP 》

《 REM-EMBER 》



## 《 沉靜之前、身體之內、∞之間 》

這次的共同主題「侘寂」，在如此觀看世界的方式之中，我試圖將此連結到生活中注意且在意之事，而作品由此出發，以「疤痕」作為主題，連結侘寂中殘缺與不完美將如何被接受與注視的概念，並從「體感與記憶」去尋找那些隱藏在身體深處、在意識之外的事。

受傷留下痕跡成為疤痕，還有些時候會傷得不著痕跡，看不見的傷痕，能感覺到它卻無法清楚指出位置，但它是真實存在。身體在觸發這類記憶時，會有真實的反應，它會混淆過去與現在，讓你感覺身歷其境甚至近乎癱瘓無法動彈。

它就儲存在身體裡，在夢裡，在任何時刻都可能出現。而我希望透過作品好好注視這些，內在的體驗與感受並試著挖掘，進而抵達更深之處。

創作者 | 葉詠甄

表演者 | 王 婷、王俊銘、陳芄秀、張采軒

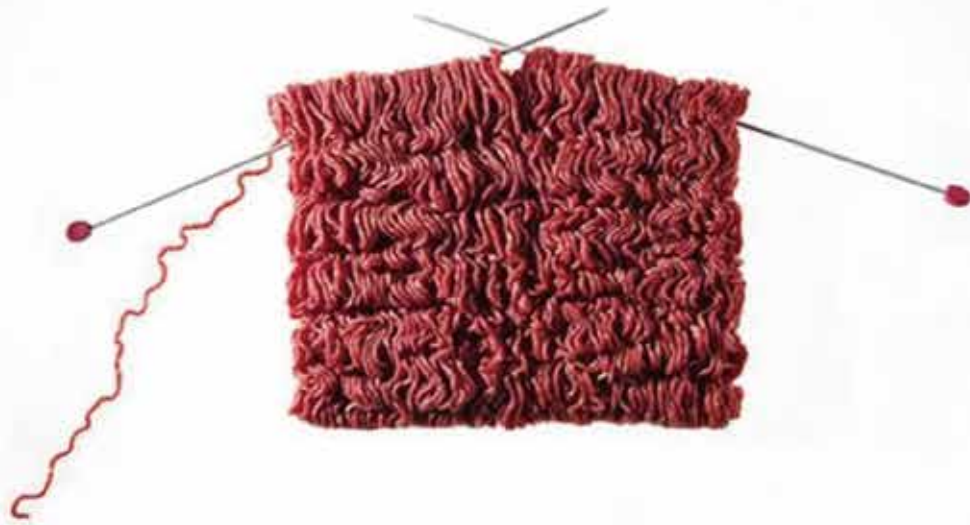
## 《 ASAP 》

創作者 | 陳致霖

表演者 | 侯力瑄

陳妙音

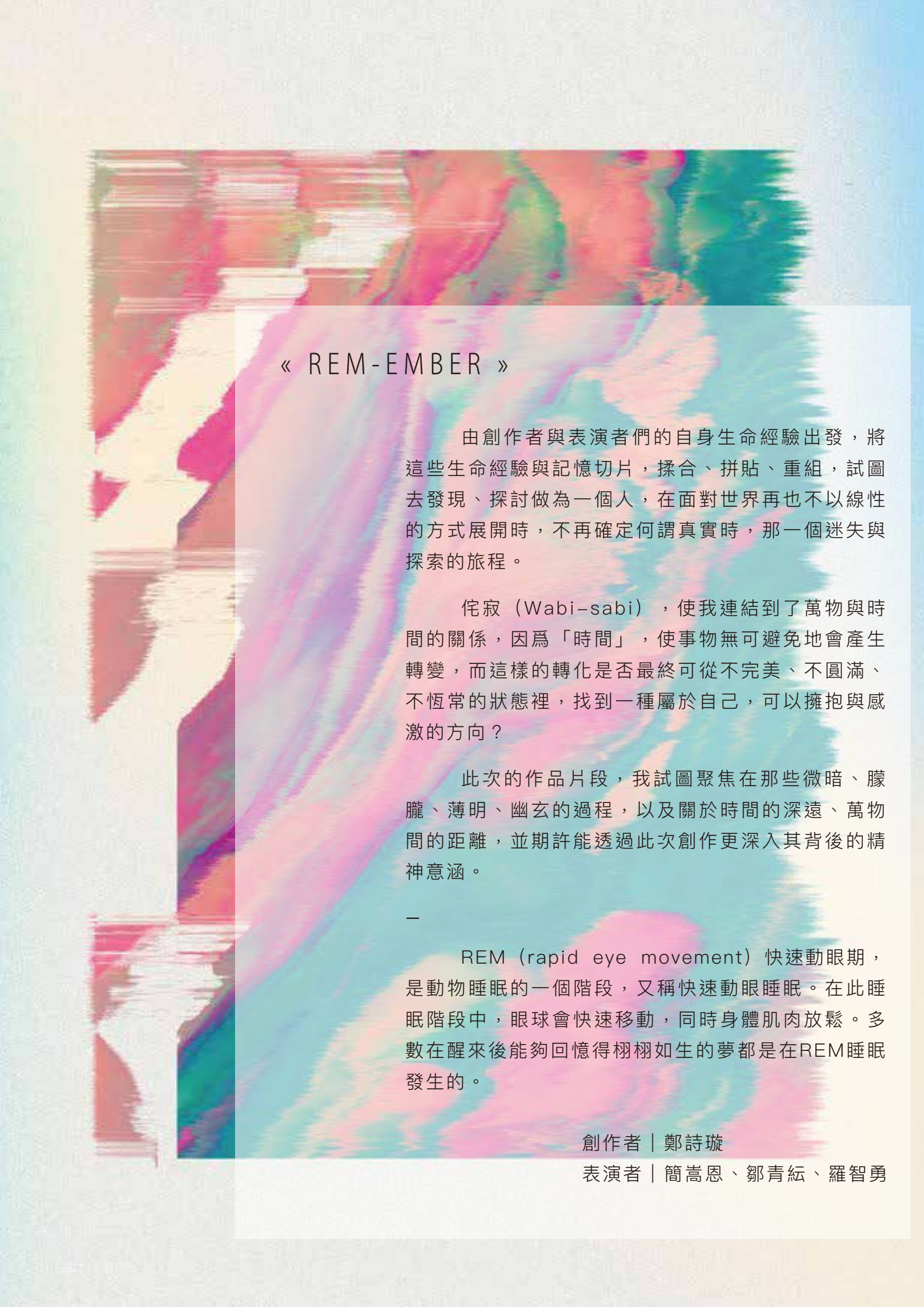
謝岫倫



我們身處在一個快速且持續加速的世界。隨著科技的發展，人們曾經見過的各種尺度的「距離」都在逐漸縮短。但是，對我來說，世界上有一部分的事是快不起來的，是很慢、很慢的。

回應本屆尚青計畫的主題：「侘寂」，我試圖將視野關注在「進步世界」的反面，那些非恆常、非完全的生活樣態。訊息是快的，但思考著如何撰寫它則是慢的；在物理上抵達遠方是快的，但在心理上真切地將心境轉換卻不是。





## 《 REM-EMBER 》

由創作者與表演者們的自身生命經驗出發，將這些生命經驗與記憶切片，揉合、拼貼、重組，試圖去發現、探討做為一個人，在面對世界再也不以線性的方式展開時，不再確定何謂真實時，那一個迷失與探索的旅程。

侘寂 (Wabi-sabi)，使我連結到了萬物與時間的關係，因為「時間」，使事物無可避免地會產生轉變，而這樣的轉化是否最終可從不完美、不圓滿、不恆常的狀態裡，找到一種屬於自己，可以擁抱與感激的方向？

此次的作品片段，我試圖聚焦在那些微暗、朦朧、薄明、幽玄的過程，以及關於時間的深遠、萬物間的距離，並期許能透過此次創作更深入其背後的精神意涵。

—

REM (rapid eye movement) 快速動眼期，是動物睡眠的一個階段，又稱快速動眼睡眠。在此睡眠階段中，眼球會快速移動，同時身體肌肉放鬆。多數在醒來後能夠回憶得栩栩如生的夢都是在REM睡眠發生的。

創作者 | 鄭詩璇

表演者 | 簡嵩恩、鄒青紜、羅智勇

## 2022尚青培訓計畫人員名單

藝術總監 | 楊景翔

創作顧問 | 陳仕瑛

計畫主持人 | 潘冠宏

課程講師 | 譚天、莊知耕、楊景翔、陳仕瑛、潘冠宏

技術統籌暨燈光設計 | 王宥琿

特邀創作者 | 鄭詩璇、葉詠甄、陳致霖

表演者 | 王浚銘、張采軒、謝岫倫、陳妙音、鄒青紜、  
陳芃秀、羅智勇、王婷、侯力瑄、簡嵩恩

## 楊景翔 | 藝術總監、講師

1981年生，臺灣嘉義縣人

臺灣藝術大學戲劇系學士

臺北藝術大學劇場藝術研究所藝術碩士，師從賴聲川、Lissa Tyler Renaud老師

曾任臺灣藝術大學客座助理教授(2014-2017)，TVBS戲劇中心編劇統籌(2013)

現任臺灣藝術大學助理教授級專業技術教師，楊景翔演劇團藝術總監

2019年 第56屆金馬獎開幕演出〈有一陣人，追求一個夢〉導演

2014年 廣藝基金會「北京駐地計畫」駐地藝術家

2013年 獲得國藝會海外藝遊專案補助，至日本鈴木忠志劇場接受鈴木方法訓練

2012年 日本利賀「亞洲導演戲劇節」Toga Asian Theatre Directors' Festival獲獎人

---

## 潘冠宏 | 計畫主持人、講師

倫敦大學皇家中央演說戲劇學校演員訓練與指導碩士

(MA in Actor Training and Coaching, Royal Central School of Speech and Drama, University of London)。

現為楊景翔演劇團核心成員、台灣藝術大學戲劇學系兼任講師

---

## 陳仕瑛 | 創作顧問、講師

國立臺北藝術大學戲劇系畢、劇場藝術研究所導演組碩士。

現為國立臺北藝術大學戲劇學系兼任講師及自由劇場工作者。2014年起，加入楊景翔演劇團，擔任駐團導演。

## 譚 天 | 講師

1984年生，臺灣臺北人。賈克樂寇國際戲劇學校畢業 L'École Internationale Théâtre de Jacques Lecoq (2013–2015)。

現職國立臺灣藝術大學戲劇學系講師。2016年創立我 製作，教授樂寇方法，專注於與肢體、當代默劇、馬戲、面具與小丑等形式創作與教學。

2020入選國立臺灣藝術大學駐村藝術家，以表演者角度探索非劇場空間的展演形式。也將樂寇方法、默劇、面具和小丑的教學內容，延伸至不同領域如：舞者、劇場演員等肢體類型表演訓練。

---

## 莊知耕 | 講師

原本，只是個影像導演。在北藝大電影創作研究所導演組畢業後，受第一屆尚青培訓計畫啟發，前往倫敦，就讀RCSSD Actor Training and Coaching演員表演訓練與指導研究所。返台後，持續研究表演理論，專精研究劇場與影視表演教學。同時，也成為影像與劇場雙棲創作者。

---



## 鄭詩璇

臺灣臺東人。

現為表演藝術工作者、國、高中表演藝術課程專任教師及平面設計師。作品風格多樣，包含跨領域實踐、現場裝置等類型，近年關注空間、歷史、記憶等延伸議題。「現場」、「時間」、以及摸索如何將固有結構轉化為可流動性的，是現階段的創作實踐方向。

近年導演相關經歷：

2022 果陀文創x貳樓《我們分手吧》情境喜劇 助理導演

2021、2020 衛武營週年慶場館自製互動式節目《萬衛三路》副導演、  
《萬衛二路》執行導演

2020 楊景翔演劇團尚青計畫呈現片段《房內的女兒們》導演

2019 Mizuki 品牌宣傳短片 副導演



## 葉詠甄

1997年生，桃園人。

2019年國立台北藝術大學舞蹈系畢業，目前為自由舞蹈工作者，以多種身份往返於桃園與台北之間，於桃園擔任東興國中兼任現代舞教師，於台北創作同時也遊走於不同領域進行合作碰撞。

2017年入選松菸 Lab 新主藝-創作徵選計畫初呈，開啟接下來的創作道路，曾入選世界舞蹈聯盟國際青年編舞營、新竹美學館藝術游擊馬祖駐村計畫、浣莎舞蹈創作平台、表演藝術新人新視野創作專案初呈，財團法人國家文化藝術基金會個人創作補助等。同時以身體作為起點向外合作，於關渡藝術節《狂睡五百年》擔任動作設計、入選2020楊景翔演劇團尚青培訓計畫，與演員發展肢體作品、《文協臺灣·百年的光與影》紀念音樂會擔任導演、入選2022盜火劇團《混域96小時極限操演》與新媒體、聲音與戲劇背景夥伴創作呈現。疫情之後持續思考關於劇場的真實與可能性，持續創作中。



## 陳致霖

陳致霖。台北人，聲音工作者。國立臺北藝術大學戲劇學系畢業，主修導演。自2012年開始從事劇場、影視、廣告與多媒體展演的作曲與聲音設計，近年以編曲師、製作人的身份與許多獨立樂團、新媒體藝術家合作，作品風格大膽、多變，致力展現聲響與空間的各種可能性與多聲道環景聲響的創作可能。

2022 《無題》讀劇試演會音樂設計

2022 桃園科技藝術表演獎《被消失的日常》作曲

2021 楊景翔演劇團《啊，前進吧！地球。》導演助理（於台北水源劇場）

2020 入選國表藝心臺中歌劇院「2021 新藝計畫」影像與劇場組第一階段

2020 製作循環《熱帶天使降臨前》音樂會導演（於台北南村劇場）



## 王浚銘

嗨，我是浚銘，歡迎來看戲，來看我嘗試不同的表演風格！



## 張采軒

北藝大電影系表演組畢業後，以表演、打工、擔任阿根廷探戈舞會DJ賺錢維生，不特別纖細，不特別平滑，不特別自由的女演員。最近在寫小說，不特別切實際。喜歡跳阿根廷探戈、唱南管、彈南管琵琶，不特別合時宜。



## 謝岫倫

國立臺灣藝術大學戲劇學系畢業，現為自由接案表演者，兼打工仔。喜歡表演跟做甜點。  
近期參與之劇場作品：不可無料《不和諧的四》、大觀國際表演藝術節《時光冉冉——絮叨叨》、路崎門劇團《逃出2020》、放克劇團夏日劇場趴 個人solo《她 SHE》



## 陳妙音

1998/08/31，妙  
畢業於中國文化大學戲劇系，主修表演。  
演員 / 編導 / Brunc & cafe 正職 / 烘焙 / 健女人//////////不管斜槓斜到哪去，仍想賴在劇場裡～期盼有幸和你一起演戲（撒花）！  
IG：\_\_\_\_meow\_ying\_



## 鄒青紘

梅子，本名鄒青紘，是爺爺幫我算命取的。曾參與：臍臍工作室、盜火劇團華文劇本Lab、女節等團隊。



## 陳芃秀

陳芃秀，西子灣大學劇場藝術學系表導組畢業，算運氣不錯。



## 羅智勇

國立臺灣藝術大學學士，戲劇系。馬來西亞華僑，精通英文、華文、馬來文與粵語等多種語言。善於音樂劇、戲劇演出和英語教學。

近年演出作品包括：2021年春河劇團《好好愛我》、國立臺灣藝術大學戲劇系106級畢業製作《LUCiD 清醒夢計畫》、臺藝大第四十八屆實驗劇展《獻給公廁的情詩》；2020年反毒樂舞劇《光》等。

影視作品包括：2021年廣告《梅香翠玉蘿蔔》、短片《The Hanging 衣場》、2019年廣告金門酒廠《與世界乾杯》等。



## 王 婷 | 2020尚青培訓計畫學員

現職為劇場工作者。

作品：2022 國家兩廳院 台灣國際藝術節《福爾摩斯辦案 國會殺人事件》、2022饕餮劇集228事件75週年系列活動《白噪音再製版》、2021慾望劇團與慾望之夜《尋找一條回家的路》、2020楊景翔演劇團《尚青計畫》、2019饕餮劇集《白噪音》、2018國家兩廳院台灣國際藝術節《葉瑪》。



## 侯力瑄 | 2020尚青培訓計畫學員

侯力瑄 Shana Hou

期許自身表演能時而細膩時而波濤且貼近生活。

1995年生。畢業於台大戲劇系。

近期劇場演出：TIFA《福爾摩斯殺人事件》 兩廳院5G國際高峰會示範展演《萬花鏡》、白晝之夜《帶我去未來》、台大戲劇系畢業製作《皮爾金特》等。



## 簡嵩恩 | 2018尚青培訓計畫學員

1992年生，台北加蚋仔人，畢業於台大國企系與戲劇學系，精通華語、英語、台語、日語。

舞台劇作品：

2021 思劇團X松田強尼《輝夜：來自月亮的公主》

2019-2020 兩廳院藝術出走X齊聚一堂劇團《十二碗菜歌》

2018 台北藝穗節《我的名字是台北》

2018 楊景翔演劇團尚青計畫《今晚，我們在公寓寫作》

影像作品：

2020 台灣藝術大學廣電系畢業製作《該隱站起(Cain Rose Up)》

2020 亞洲大學畢業製作《Mentor》

2016 MOD微電影暨金片子創作大賽《海獺427》

## 王宥琄

| 技術統籌、燈光設計介紹

王宥琄，1994年出生於臺灣，2017年畢業於國立臺灣藝術大學，主修戲劇學系。

作品風格擅長運用光影線條建立空間感，透過獨特的用色強調當下的氛圍和情緒以突顯在畫面上的張力。在她的作品裡可以看見在與藝術家密切創作下以不同觀點切入，創造出別於他人的光影語彙。

參與作品涵蓋戲劇、舞蹈、音樂劇、樂團演出及展覽，曾赴加拿大、美國、法國等海外戲劇節演出，入圍2022國際劇場設計大展（WSD）燈光設計新銳組。

## 感謝名單

符家寶、汪勇偉、王榆鈞、羅婉瑜、囡仔人 yinalang.group、沃森茶酒館