

WeArt 表演藝術平台

2020 國際肢體工作坊 -創作的自然

-藝術於自然場域的發生與調查 Alexsandro Araujo Guerra

時間: 2019/21/31(三)-2020/01/05(日)

地點:台東都蘭

研習手冊



### 講師簡介:

Alex 是一位資深的費登魁斯講師，擁有豐富的劇場經驗，身兼編舞者，劇場演員，舞者。以物理治療的背景出發，在巴西深入學習劇場以及舞蹈。他專注於當代戲劇和舞蹈的調查，研究和藝術合作。1998 年，獲得 CAPESBrazilian 政府/ APARTES 教育部獎學金，前往米蘭市立戲劇藝術學院 “Paolo Grassi” 並開始活躍於歐洲及巴西的當代劇場創作與表演界。2012-2106 為奧地利聖瑪格麗特 國際創作交換計劃講師。

## 課程核心:

在工作坊的過程中，講師將帶領大家探索創作和即興的動機，著重於個人如何喚起自我的創作性語言，以肢體的動能作為基礎，藉由觀察和演繹進入身體與環境空間的對話關係，從中探索動作的應用和真實的意義。

在過程中我們將藉由喚醒感官的敏銳，深入專注的品質，加強感知接收的能力讓我們保持主動的和有趣的狀態，進入有能力活化我們身處其中的一切外在環境。運用當下的時刻將好奇與驚艷的感受成為最優先的條件。

我們將在允許自由行動的條件下，通過不同的實踐，改善和加強舞蹈的體驗，使用體驗式學習來實現更高的心理和身體意識。這種方法鼓勵好奇心，實驗和創造力來探索肢體的運作，關注內心感受，質疑習慣所做的所有選擇，從而開關組織運動的新方法。

“藉由更深刻的覺察能力來提高並擴展個人的潛在能力”

工作坊的目的是能啟發個人存在的靈活性，發展身體與空間、速度的對話關係和創造能力。培養表演者的個人語言，與理論的規則無關，而是與個體身體和心靈的需要相關。



## 課程內容

日期	課程主題與內容	授課講師	上課地點/ 時間
12/31	Guided explorations to connect experimentally with the anatomy and physical systems □ 在實驗中探索身身體內在骨骼及系統的連結	Alexsandro Araujo Guerra	臺東都蘭蘭□ 20:00-00:00
	探討人人類與其他動物的差異異，為何可以站立，為何可以有如此多元的肢體型態，從嬰兒躺、趴到坐立、爬行行行、站立了了解人人類骨骼的發展經過與身身體的各種連結方式		
1/1	Creation of choreographic material □ 找尋創作的素材	Alexsandro Araujo Guerra	臺東都蘭蘭□ 13:00-18:00
	從自然中尋找素材，例如身身邊的木頭、竹子或是稻稈都能連結彼此與萬物，嘗試感受硬物質帶給自身的軟性感受，也感受軟性物質帶給的堅硬感受。不僅是自然間的素材，身旁的人也是一種可連結素材，藝術是門關於溝通的日常，試著與人、自然甚至至是空間建立起連結，開啟彼此的對話空間。		
1/2	Improvisation structures to open a dialogue with space and in the space □ 在興中建構環境與空間的對話	Alexsandro Araujo Guerra	臺東都蘭蘭□ 13:00-18:00
	在空間中注意夥伴彼此之間的關係，建立屬於彼此的時間軸，並讓故事以非線性的方式持續進行，創造更多可能性。在相同的情境、肢體動作下轉換不同的空間環境，從原本柔軟的泥土到硬材質的水泥地，與身旁的人和空間搭起的連結就要重新築起，也能體會到不同的新感受。		
1/3	Alive and efficient dance Individuality. □ 有生命並有效力的舞蹈	Alexsandro Araujo Guerra	臺東都蘭蘭□ 13:00-18:00
	原本已經固定成為習慣的肢體動作，變化其速度，與動機的轉換，速度能創造更有生命力的展現，享受舞台上的時間，覺察每個決定的產生與出處，不急著將自己的動作全盤釋出。		
1/4	Environment and performance □ 環境與演出	Alexsandro Araujo Guerra	臺東都蘭蘭□ 13:00-18:00

	重新連結環境與夥伴，更多社區來來觀看的陌生人，再次演出經驗必定會不一樣。透過公開分享來探索不同的影響和身體展現的不同的投射層次。		
1/ 5	Individual feedback and specific body research 個體的回饋與討論 與身體研究方法	Alexsandro Araujo Guerra	臺東都蘭蘭 10:00-17:00
	講師與個別學員共同討論並展開對於身體的研究方法與更深入的興趣和提問。		

Words:

Communication

Creative

Attention

Reaction

Adoption

Nature

Earth

Think

Space

You

Where

Outside

Listen

Dance

Exchange

React

Focus

Digestion

Open

Humanity

Gravity

Taste

Space in between

the world

here

inside

Talk

Move