

反便利的現代性研究計畫  
暨不便利的七十七天創作計畫前期研究

調查研究報告

(自選部分章節)

林祐聖

### 第三章 藝術的便利性與不便利性

遠在歐洲地區的荷蘭，雖然沒有便利商店，但方便現代人的商業設施也越來越多，城市也漸漸發展出小型且密集的超市，最著名的是連鎖超市 Albert Heijn。雖然 Albert Heijn（簡稱 ah）等類似超市與台灣的便利商店擁有的服務相距甚遠，也無 24 小時的營業，卻以讓當地藝術家出現了部分反思形式的創作。荷蘭的藝術團體 Ahnottogo，利用小說的方式，書寫一個平凡的阿姆斯特丹人受現代化與便利主義的思潮影響，吞食了自己的工作與人生。Ahnottogo 企圖用短篇小說讓人反思快速的自動化商店帶來的影響。

日本知名日本獨立遊戲工作室 Chilla's Art 則在 2020 年上市一名為「The Convenience Store | 夜勤事件 The Convenience Store | 夜勤事件」的遊戲。遊戲內容玩家扮演於女子大學生，一個人居住於小鎮裡的古舊公寓，夜晚要到附近的便利商店做打工。除了每日要處理過期食品、打掃、進貨之外，也會面對各式各樣的麻煩客人與同事。但這款遊戲並非只是如此，它是一款頗具好評的「恐怖遊戲」，遊戲中越來越常發生靈異事件、流浪漢喊著審判日、神秘的錄影帶、無人打開的門及監視器裡奇怪的畫面。玩家大約花費 40 分鐘即可完成遊戲，供有三個結局，圍繞著這個便利商店之前發生過的慘案。這個慘案的內容是一名男性上班族在這個場域附近殺死了自己的孩子、妻子及妻子肚子內的小孩，之後再自殺。這名男子因長年收到職場霸凌及家庭不和，孤立的他時常來這便利商店躲避人生的煩惱，而衍生出在這個場域留下的冤念。這個遊戲上市以來，受到全球玩家喜愛，因畫面是日常熟悉的便利商店為背景，卻出現許多意外的奇幻劇情。由這個遊戲可以看出，Chilla's

Art 發現人們習以為常的地方，加入時代環境的背景與元素，衝突的氛圍帶出現代人生活中的苦悶，冤念似乎是代表社會裡的各種惡事，藏在便利場域的細節角落。

加州州立大學富勒頓分校的 Nicholas & Lee Begovich Gallery 曾在 2009 年舉行一檔名為「What' s the Rush? Topics on Convenienc」的展覽，展出藝術家 Susan Jane Belton、Derek Buckner、Henriette Sonne、Chris Wright、Chris Jordan 和 Maya Sutter 和 Kevin Landers，作品包含繪畫、攝影、雕塑。他們試圖探索了「便利藝術」的方法，呈現各式方便我們加快生活節奏而設計的常見物品。這些物品被記錄、重新設計，有的透過繪畫、攝影和雕塑來呈現。藝術家們著重討論關於孤立、過度聚焦和重複增強的現代便利產物。雖然所有藝術家都在作品中保持這些常見事物的中立性，但每件作品依舊講述了各自的故事，並具有對便利時代不同的洞察力。其中不少作品討論世界不斷升級的步伐催生了源源不斷的新產品，而新產品某方面為了讓使用者（或消費者）節省時間和精力，卻在商品發展的過程，不停地消耗資源。觀眾從這些「日常物品」中可讀出藝術家針對現代人浪費生命、懶惰、焦慮和品牌的想法，越來越便利也越來越多因便利產生的各式副作用。

## ■「便利商店戒斷協會」

2018 年的某日突然發現車內有大量便利商店產生的垃圾，描繪了我過度依賴便利商店的軌跡，自我覺醒後我反其道而行，將注意力轉向為「啟動拒絕便利商店參與自主生活的計畫」。從「藝術實踐」的形式，不進入便利商店、不使用超商服務等，在成功拒絕 100 天便利商店後，進一步將目標放在幫助人們發覺自我對便利商店的過度依賴甚至成癮，在分析便

利商店既普遍又便利的背後產生的負面影響，包含過度包裝、剩食問題、大梁排擠同質性商家的生存、政府過度依賴等，並探討隱藏在「便利」背後的代價，有無可能是超商的過度競爭、過度生產，以及大規模浪費？而後創辦以藝術行動（形式）為中心的組織——「便利商店戒斷協會」，與同病相憐的成員們一起反思與解決成癮問題及對個人與社會領域的負面影響。

後疫情時代，追求便利發展的越來越快速。人們越來越習慣使用各式的便利服務，最顯著的就是在線上虛擬商店購物，網路購物滲透著人們生活的大小細節，甚至形成另類「上癮」，社會已深深地被便利的虛擬線上商店的企業機制制約。

便利是否總是好的，便利是否產生了其他的代價。如大量的塑料包裝，帶給我們便利的使用但也造成至今難以解決的垃圾問題。快速擴張的線上商店與便利商店，也漸漸併吞既有的傳統產業或是社區型服務或商店。人們的選擇越來越單一，幾乎只能選擇這些「便利」架上的物品。這樣的便利讓城鄉、區域的距離貌似消失，鄉下的人也能輕易購入城市的流行品。但區域特色的產品，若是競爭力不強或某些原因無法暢銷，很快就被便利的同質性商品給取代而成為歷史。當我們讓便利決定一切時，我們有沒有可能也放棄了越來越多？

我在其中創作場域中，將十二條協會準則寫在藍紅相間的台式帆布上，懸掛於協會最醒目的牆面，內容是參照各式戒斷協會的「戒斷步驟」來編寫。

#### ■戒斷便利商店十二指南：

指南一 反依賴 不再因貪圖方便而購買便利商店販售的次級產品

指南二 反開發 不再購買重複包裝的便利商店產品

指南三 反支配 不再參與所有行銷活動與購買限量商品

指南四 反壟斷 不再於便利商店繳納各種政府規費

指南五 反成癮 不再於便利商店購買咖啡、零食及菸酒品

指南六 反浪費 不再購買便利商店鮮、熟食，成為剩食的幫凶

指南七 反過勞 不再支持全年無休、24小時輪班的服務

指南八 反滲透 不再認同便利商店灌輸的生活方式

指南九 反外洩 不再提供任何個資與支付習慣給便利商店

指南十 反集中 不再利用便利商店的物流系統，助長通路集中化

指南十一 反取代 不再因便利商店提供的服務喪失應具備的生存技能與失去選擇能力

指南十二 反存在 不再讓便利商店成為人們逗留的場所

整個創作屬於與參與者共學式的互動工作坊，活動設計讓參與者們圍成一圈，互相分享著超商成癮的痛苦經驗，利用支持系統，身邊有著一起面對問題的同伴，互相並不孤單。藉由團體治療的方式工作坊形式，採取「問題導向團體(Problem-focused groups)治療」策略，成員彼此支持、嘗試辨認自身上癮症狀，進而發展出因應藝術策略。2020年曾於台北當代藝術館 MoCA Taipei 舉辦為期一個月的工作坊，以焦點小組與支持療法並創造工具--「戒斷地圖」與「便利商店成癮測量表」，揭示了成員們與便利商店的熟悉亦或疏遠的關係。之後也多次在不同的場域、空間、機構舉辦工作坊，如國立中央大學、國立臺北藝術大學、山城二手書店、其玖藝廊舉辦。工作坊的形式流程一開始請參與的民眾填寫「便利商店症上癮

測量表」，初步測量自身對便利商店的成癮嚴重程度，接著參與者們由協會成員引導坐進安排好的座位後，由發起人見證分享，分享自身成功戒斷經驗，並協助團體夥伴走出被便利商店制約的生活型態。參與者隨後展開分享交流，在「團體分享」的活動中，拿著發言棒敞開心房分享自己的情況，從分享與相互了解，成為互助夥伴，這裡不會有人歧視或下指導棋，從相互辨認、自我面對進而相互鼓勵，並發展出此團體適合的戒斷策略。而後協會成員帶領參與者前往一個大桌子，發給每個人一張圖紙與畫筆，引導參與者們繪製出自己的生活圈，且標記出生活圈中便利商店的位置，將相關區域設定為禁止區域，並重新規劃出各式生活需求食衣住行的位置，建立可以去的路徑圖，繪製出「個人的戒斷地圖」，展開不被便利商店制約的新生活。

從 2020 年以來，我利用這個圍成一圈的形式來做調查與研究，從中調查與聆聽現在人的便利商店時代中如何生活，並是否出現受影響的行為或價值思考。同年三月，參與了《合力組裝米克斯》計畫，以開放教室的形式首次讓「便利商店戒斷協會（24-7-Holics Anonymous Association）」與大眾接觸。在台北當代藝術館的展場裡，打造了一個有點神秘的地下組織聚會場所，藉由團體治療的方法，採取「問題導向團體(Problem-focused groups)治療」策略，對觀眾呈現 24-7AA 匿名互助會發展出支持系統與戒斷工具--「戒斷十二指南」，階段性地戒除對便利商店的依賴，協會讓成員彼此支持、嘗試辨認自身上癮症狀，並以工作坊的形式讓民參與進而發展出因應藝術策略。

2023 年我則在高雄駁二藝術特區執行了類似的活動，調查關於南台灣的民眾對於「便利」的各式想法。

## ■高雄鹽埕區調查與創作互動

2023年6月～8月期間，我進駐駁二藝術特區，並在這三個月內執行關於「不便利」的計畫。挑選這個區域的原因，是因為高雄市鹽埕區是早期高雄最繁榮的區域，早在日據時代，因為港口的通商、拆船業等事業發展，鹽埕區有著最時髦的商品。據在地文史工作者同時也是人類學者的中山大學宋世祥老師說，早期靠岸的水手，會將整包貨物拋過堤防，鹽埕這裡會有人過來接手，再將這些「舶來品」帶至堀江市場販售。他也帶著我前往堀江商圈及往北連接的「大溝頂」市場，介紹這一整區的商品應有盡有，各式專賣店林立，有的專賣美髮用品、有的專賣男性服飾、有的專售廚房用品，日常所需的東西，在這個小區塊都能滿足需求。

雖然2000年後因市政規劃、大火等因素，鹽埕區極速沒落，但從2018年起政府為打造灣區成為台灣重要的航運中心及流行音樂中心，在高雄流行音樂中心啟用和駁二藝術特區的重點觀光發展，鹽埕重新成為高雄市最重要的觀光區域。有趣的是，如此商業、觀光導向的鹽埕區，卻是全台灣直轄市區域中便利商店密度最低的地方。鹽埕區目前只有6間7-ELEVEN、3間全家便利商店、3間OK便利商店、無萊爾富便利商店，共只有12間便利商店。我訪問了一位在地美容院的老闆娘、飲料店的老闆、小吃店的老闆等，他們皆非常少使用便利商店，甚至不會使用。他們表示在附近即能滿足各式日常需求，且價格還更低廉，便利商店對他們來說並沒有更為便利。從地圖上來看，鹽埕區的便利商店集中在靠愛河及靠駁二藝

術特區或是旅館附近，傳統商業區、住宅區幾乎沒有便利商店。推測外地人對便利商店的需求遠高過在地人。

我則在這段期間，於鹽埕區執行「反便利的三個計畫」，並與在地居民、遊客共同合作，一起從反思便利的價值與意義，討論可能的反應反針。

### 1. 「不便利日誌」計畫：

邀請在地居民、遊客等一起合作，共同繪製這本「不便利日誌」，執行過程認識了不少新夥伴，集結眾人的力量與想法，分享彼此對於便利與今日的體悟。

### 2. 反便利精神雕像：

我原本預計在各超商前用廢棄物、落葉、石頭製作的各種「反便利精神雕像」。但在執行時招到店家與附近居民的反對，也有製造垃圾及放置廢棄物的違反問題。故執行時改成「行為式的人體雕塑」。以自己的身體作為雕塑，以動態雕塑的形式在各地的超商門前舉牌，紙板上寫下各種標語，與民眾直接接觸，在本議題的第一現場，用渺小微弱的個人行為，企圖與巨大的資本組織對話。

### 3. 不便利的每一天：

為了深度理解鹽埕區居民提到的「不需要」便利商店，於是我在進駐的 90 天中，從飲食出發，設定每一餐皆在「不同」的店家享用。每一天我都騎著自行車找尋不同的餐飲店，不透過網路搜尋的方式，深入大大小小的巷弄。經過近三個月的走訪，沒想到直到我離開鹽

埕區的那天，尚有店家我還沒吃到。從飲食這點來推斷，鹽埕人真的是不需要便利商店，不僅餐廳多元且密集，幾乎都很美味，重點是價格實惠，平均一餐比北台灣低10~20元。