

2019 海外藝遊專案

執行成果報告書

【從身體意象探索，叩問當下真實自我】

— 李尹櫻至「友惠靜嶺與白桃坊」學習舞蹈
並參訪 2019 瀨戶內國際藝術季

提報人：李尹櫻

提報日期：西元 2019 年 12 月 16 日

一、基本資料

1. 計劃執行名稱：

李尹櫻至「友惠靜嶺與白桃坊」學習舞蹈並參訪 2019 瀨戶內國際藝術季

2. 計劃執行內容：

至東京向「友惠靜嶺與白桃坊」進行舞蹈方法的學習，並到四國參訪 2019 瀨戶內國際藝術季—秋季展期

3. 計劃執行時間：

2019 年 9 月 3 日 至 2019 年 10 月 8 日

4. 計劃執行地點：

日本 / 東京、四國瀨戶內海

二、計劃執行

1. 緣由

我是一名舞者，從小到進入職場，都在舞蹈的路上。在不斷開發身體可能性的同時，我發現，技術似乎不能只是技術，唯有情感與肢體緊密銜扣住，在那一呼一吸之間，生命才有了厚度，舞蹈才能感動人。

於是，帶著這樣的提問，我到了日本東京向「友惠靜嶺與白桃坊」進行舞蹈方法的學習，希望能藉由在意象與肢體串聯的練習過程中，找到在表演方法中整合肢體與想像的方向。

同時，此行也將走訪每三年舉行一次的瀨戶內國際藝術季—秋會期，觀察藝術作品、表演藝術與群眾共處對話的存有關係。

2. 執行內容

至日本東京向「友惠靜嶺與白桃坊」進行舞蹈方法的學習，除了舞蹈身體基本練習外，也將學習舞團作品《系宇夢》、《蓮搖抄》、《櫻》，總學習時數為 60 小時。

課餘時間將參觀美術館，欣賞傳統歌舞伎、文樂演出。

接下來於 2019 瀨戶內國際藝術季，在各小島進行藝術作品、美術裝置、表演、美術館的參觀。

3. 計劃行程表

9/1(日)	9/2(一)	9/3(二)	9/4(三)	9/5(四)	9/6(五)	9/7(六)
		出發	上舞蹈課 老師家吃飯	太田美術館 明治神宮 上舞蹈課	上舞蹈課	茶道課 上舞蹈課

9/8(日)	9/9(一)	9/10(二)	9/11(三)	9/12(四)	9/13(五)	9/14(六)
上舞蹈課	國立新美術館 原宿	上舞蹈課	東京都寫真 美術館 上舞蹈課	上舞蹈課 老師家吃飯	上舞蹈課	近代美術館 工藝館 上舞蹈課

9/15(日)	9/16(一)	9/17(二)	9/18(三)	9/19(四)	9/20(五)	9/21(六)
看歌舞伎演出	上舞蹈課	2121DESIGN SIGHT 上舞蹈課	根津美術館 上舞蹈課	上舞蹈課	上舞蹈課 老師家吃飯	築地市場 台場 塩田千春

9/22(日)	9/23(一)	9/24(二)	9/25(三)	9/26(四)	9/27(五)	9/28(六)
代代木公園 下北澤	北齋美術館 看文樂演出	橫濱美術館 大野慶人舞 踏課	慶應大學舞 踏研究所	抵高松 搭船至直島 直島 day1	直島 day2(腳 踏) 李禹煥美術 館 地中美術館 夜間美術館	直島 day3 家計劃

9/29(日)	9/30(一)	10/1(二)	10/2(三)	10/3(四)	10/4(五)	10/5(六)
搭船至豐島 (公車) 14-15 演出(甲 生) 橫尾館 甲生地區 豐島 day1	豐島 森万里子 甲島廚房 豐島美術館 心臟音 搭船至小豆 島 小豆島 day1	小豆島 day2	犬島 回小豆島 小豆島 day3	小豆島 day4	坂港～草港 搭船至高松 至大島 回高松 高松 day1	高松 day2 19-20:30 惡 童日記演出

10/6(日)	10/7(一)	10/8(二)	10/9(三)	10/10(四)	10/11(五)	10/12(六)
搭船到女木 搭船到男木 回高松 高松 day3	搭船到宇野 岡山 day1	抵台				

三、計劃後續發展與效益

1. 感想與啓示

此次的學習參訪旅程，在「友惠靜嶺與白桃坊」的舞蹈方法學習中，我們從人開始，從自身，從呼吸，在找到身體與呼吸扣連的關係中，我們開始帶入意象與身體的練習，從煙、水、火，再切入實體的石頭、樹、猴子、老虎，在老師提到，當想像開始，要讓它持續存在，而非只是某個片段時刻的展現，你必須讓出空間，觀看的人才有可能將自己放入，一切是活的，不然你將只有你自己，那只會是外在表象的模仿，而不是身在其中。這一段過程，深深地影響了我，像是調頻一樣的過程，修正控制欲強的思緒與頭腦，調整身體的張力使肢體展示的能量更有厚度，如此複合卻又同步地在彼此修正著，使原本各自表述的頭腦與身體，開始找到對話和聆聽的空間，這是我從未感受過的經驗，舞蹈方法原來不只是一種訓練法，它也是整合身心的一個重要過程。

直到瀨戶內國際藝術季裡，我看見了自然、環境與人的一切總和，每三年一次的藝術季，分為春、夏、秋三個展期，每一期大約 30 多天共為 100 多天的節日裡，我看到了因藝術季而串聯起與人之間對話的美麗關係。因著藝術季，在地居民成了最佳的解說員，訴說作品的故事，訴說他們的生活，訴說他們與作品之間的聯結，一切都讓你感受到那分享的溫暖。不論是稍大的展示空間，如地中美術館、豐島美術館；亦或是坐落於居民生活的村落之中，如家計劃、針工廠、小豆島之木...等，看到從人出發的思考，嘗試找尋環境與人對話的可能。也讓我開始思考，那在台灣生長的我，與生命經驗連結的生長環境與傳統，是否依舊被保留和存放著，而我是否能以表演者的身份以肢體來訴說這些可能呢？

2. 未來與展望

身體經驗學習的收穫，對自身所處當代與過去存留的提問，我打開了觀看事物的其他視角。舞蹈對我而言，從來就不是個人技術或是成就上的展現，相反的，身體是我們身而為人所共同擁有的，我們擁有可供對話的媒介，不是語言也非文字，所以舞蹈將是一個溝通的管道，而當我在成為表演者時，我將是承載的客體，傳遞生命之中所經歷的喜怒哀樂，同時，在未來我也將會把身上所擁有的身體經驗，分享給更多對於如何讓身體與心整合靠近好奇甚至是迷路的人，願能將一切感動分享給需要的人。

四、相關活動照片

參與「友惠靜嶺與白桃坊」課程









生活、看演出、看展覽



[illegible]









2019 瀨戶內國際藝術季



















成果與發表

