



## 創造焦點《#Since1994》 →→

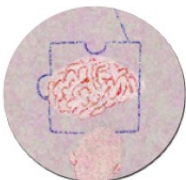
如同呼應法國哲學家西蒙·波娃 (Simone de Beauvoir) 的名言：「女人不是天生的，而是後天塑造出來的。」 (One is not born, but rather becomes, a woman.)，由「創造焦點」梅芷菱集結 6 位 90 後的女性馬戲表演者，透過特技身體與日常生活交織，詮釋所處時代對於女性的看法與想像，反思社會主流價值對於審美觀、身體自主、刻板標籤及道德標準的定義。她們以真實、赤裸的自我獨白，探討、反省自我如何被「後天塑造」，從而梳理與自我、他者的錯綜關係，向自己，也向觀者提問：你，喜歡你自己嗎？

梅芷菱透過《#Since1994》自剖作為馬戲表演者，她長年面對社會眼光的心結。她表示，「女特技舞者的身材更容易被挑三揀四，使我們討厭自己身體」，但「身體是妳自己的，如果連自己都不喜歡，如何快樂？」美是心智的幻象，沒有標準答案，這群 #Since1994 的勇敢女生為自己重新寫下標籤，除了演出之外，她們也將在「WOW 高雄 2021 世界女性藝術節」中舉辦工作坊，進一步討論女性身體的形象與框架。而「形象」涉及了多層次的觀看，是生理知覺，也是社會知覺的複合作用。我們是如何「看見」自己與這個世界呢？關於「觀看」，你知道多少？

venue



戲劇院



11/27 20:00

歌劇  
opera舞蹈  
dance音樂  
music

11/28 14:30

現代  
戲劇  
contemp.  
theatre戲曲  
trad.  
chinese  
opera當代  
馬戲  
contemp.  
circus

editor

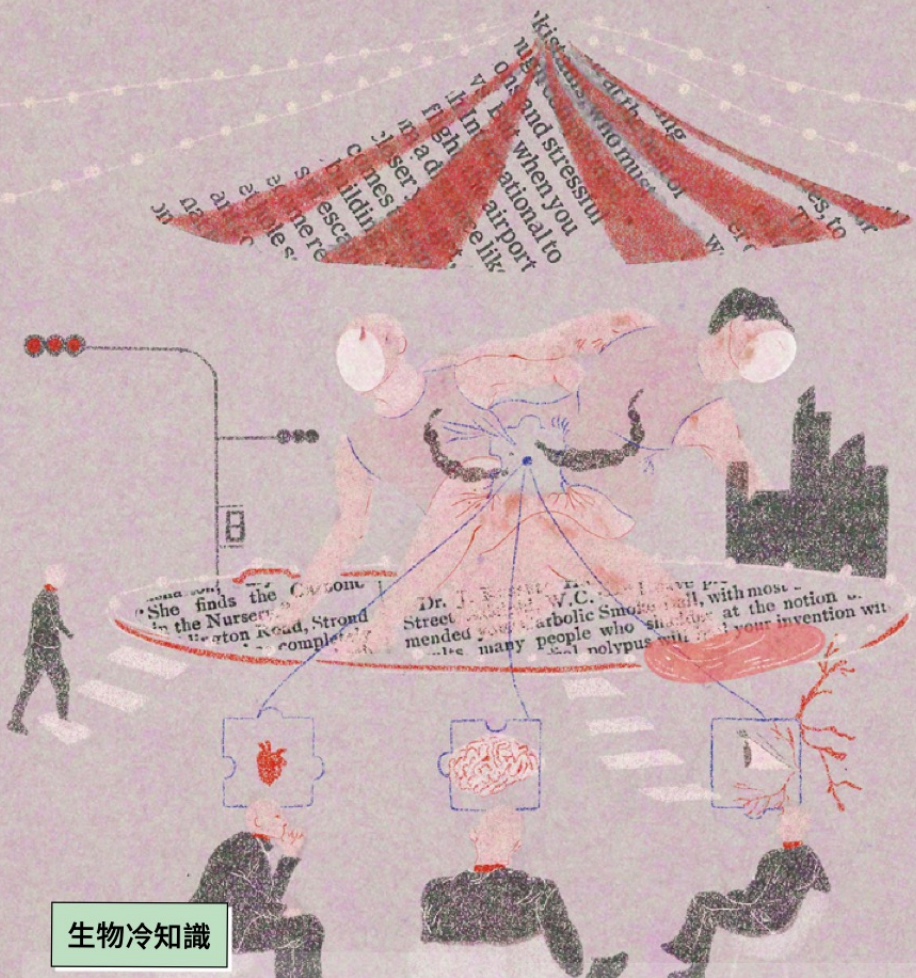
張凱伊



illustrator

饒予安





### 生物冷知識

眼見可以為憑嗎？透過視覺錯位的影片，我們可以發現：透過「眼睛」所看見的世界，並非如照相般地直接呈現，而得經由大腦的處理後，才能真的「看見」，產生「知覺」，而那是神經系統將物理刺激傳遞到大腦，進一步處理、解釋的結果。

英國腦神經科學家奧利佛·薩克斯 (Oliver Sacks) 曾說：「我們透過眼睛，也透過大腦觀看，而後者也被稱為『想像』。」從視覺的神經傳導路徑來看，視覺刺激必須經過視錐細胞 (cone cell)、

視桿細胞 (rod cell) 等如叢林般的路徑，才能被知覺，過程中過濾了外部的刺激訊息，讓大腦無法完全處理。此外，大腦皮質中，負責視覺處理區的枕葉 (occipital lobe)，處理我們的觀看，也並非回應外在世界的正常比例，而是上下顛倒、左右相反——簡單地說，大腦讓我們看見了世界，但觀看也因此包含了大腦加工後的錯覺，必然存在盲點。



視覺錯位相關介紹

### 文化冷知識

英國藝評家約翰·伯格 (John Berger) 曾在《觀看的方式》一書中指出，觀看先於言語，我們不只注視事物本身，而是「事物跟我們之間的關係」。人們觀看事物的方式，不僅受大腦影響，也受文化、媒體制約，想想看：廣告中呈現的「美麗女性」、「帥氣男性」是否有一個共同的模板呢？

大眾媒體對於身體的詮釋與表現，如廣告、綜藝節目、電視劇、電影、網路中的各式影像與言論等，不斷告訴閱聽者：若你「不美麗」、「不帥氣」，最好勇敢選擇塑身或健身實現自我。但這種標準，究竟是理想自我的追尋？還是失去了身體自主意識卻不自知呢？潛意識和思想密不可分，真實世界和我們刻意選擇了解的世界有著巨大差異，使我們時常犯錯，用刻板印象來填補其中的空缺。全球化媒體與通俗文化，深刻地影響了我們的價值觀和偏見，尤其是性別角色的框架與限制。我們都該建構對自己身體的「美」的認識，但絕不能在大眾媒體的偏見中找答案。





**Step 2**

以該主題，共同決定一個表現畫面。  
(如：主題若為「自由」，或許可用飛翔表現。)

**Step 3**

請觀看、討論夥伴們各自身體的狀態，決定以動態或靜態的方式，結構成一個畫面。每個人都要接觸到你的夥伴，利用彼此的身體做支撐，幫助定格，找到平衡。接著，請各組輪流上台呈現，讓其他組的同學猜猜你們的表現主題吧！

**練習**

觀看，並找尋平衡

**Step 1**

5人一組，討論《#Since1994》中，創作者想要表達的主題。

**Tips**

用ORID焦點討論法，  
再多想一點點

**O-Objective**

了解客觀事實

- ① 在《#Since1994》中，你看到了什麼？
- ② 你認為藝術家透過呼拉圈、鐵框、口紅畫線等物件與行為，想傳達什麼？
- ③ 練習中，你如何跟夥伴一起觀看彼此身體的差異，來安排、運用彼此的身體特性來支撐對方？

**R-Reflective**

喚起情緒與感受

- ① 請討論在《#Since1994》中，你最喜歡與厭惡的畫面。
- ② 在各組的練習呈現中，哪些部份讓你印象深刻？作為觀看者與被觀看者，你的感受是什麼？

**I-Interpretive**

解釋感受、  
尋找意義

- ① 為什麼會帶給你這樣的感受（喜歡／驚訝／難過／厭惡）？引發你想到了什麼經驗？
- ② 你的「喜歡」與「討厭」是否受到了「大腦」與「文化」的制約呢？

**D-Decisional**

找出決議和行動

- ① 你認為，在現今的臺灣，我們所認定的「美」的身體是什麼？（例如，美的身體線條是什麼？你會用來形容美的身體的詞彙是什麼？）
- ② 這些「美」的定義與形容，是受什麼事情影響呢？
- ③ 想一想，有哪些人有著不那麼「標準」的身體，但卻用自己的方式活出了「美」呢？
- ④ 你喜歡自己的身體嗎？寫下一個# hashtag，定義你自己的「美」。

---

發行人 簡文彬

總編輯 朱逸群

校對 陳巧儀、翁玉芬、連映涵、李詠嫻

出版 國家表演藝術中心衛武營國家藝術文化中心

地址 高雄市鳳山區三多一路 1 號

電話 +886 - 7 - 262 - 6666

網址 [www.npac-weiwuying.org](http://www.npac-weiwuying.org)

作者 劉佳旻、賴柔蒨、張凱伊、林佩菁、陳亭聿

插圖 An Chen Illustration、周雅萱 (Miyabi Shuu)、  
catman、饒予安、林廉恩、丁原生、張梓鈞、  
阿鄉 \ a.siangsiao

手冊顧問 朱芝屏、湯云璋、黃一軒、陳俊佑

手冊主編 蔡雨辰

美術設計 陳怡璇、石妍心

校對 蔡喻安

印刷 晶華彩印

製作 沃時文化有限公司、害喜影音綜藝有限公司

出版日期 2021 年 8 月

---

版權所有 · 翻印必究

Printed in Taiwan

PLAY



PLAY