

新聞稿（即時發佈）

一次詩人與舞者的對話  
專注當下狀態 聆聽內在聲音

人如何在多規範的社會中，面對自己的情緒？要尋找出路、對抗外在環境，進行創作與心靈對話，或許是個出口。不加鎖舞蹈館舉辦了一個為期兩周的研習坊，由十二位詩人及舞蹈藝術家一起發掘共通點，最後在 8 月 24 日於香港兆基創意書院小劇場演出「自動書寫」和「即興舞蹈」，與觀眾分享這個糅合心靈與創作的體驗。

同樣強調進入當下狀態而衍生出來的創作，「自動書寫」和「即興舞蹈」不約而同地需要創作人面對真實的自己，從文字及動作中認識自我。

「自動書寫」是指在趨近潛意識狀態下進行的書寫實驗。在一、二次世界大戰期間，超現實主義者提出的「自動書寫」，影響遍及許多範疇，有人認為是寫作的練習；有人視之為心靈的探索；亦有人把裁剪後的文字轉化為創作。研習伙伴鄧小樺強調：「那不是封閉的，相反可能是自我處於被動的狀態，如何感受外界，從而忘我但集中精神地以文字表達出來，才是最大的矛盾。」

另一邊廂，「即興舞蹈」同樣沒有預設的重覆排練，依據即席而作的理論所衍生的一種舞蹈型態，激發舞者在舞蹈的基本元素下，以不同的身體部位發展出不同的動作語彙或是舞蹈段落。參與的舞者李嘉雯說：「這個完全 free 的感覺，是內在自我的觀察，我形容它是『專注地分散注意力』的狀態。」

《身體書寫》公開演出

日期：2018 年 8 月 24 日（五）

時間：8 PM

地點：香港兆基創意書院小劇場

舞蹈藝術家：伍美宜、徐奕婕、邱加希、李嘉雯、廖向民、李振宇

詩人：鄧小樺、黃鈺瑩、陳洋、黃裕邦

聯合策展人：王榮祿、黃大徽

---

傳媒查詢及邀約訪問

何詩慧小姐 電話：2778 3488 / 9552 5634

電郵：[szewai@unlock.com.hk](mailto:szewai@unlock.com.hk)

黃芷賢小姐 電話：2778 3488 / 6933 3973

電郵：[effie@unlock.com.hk](mailto:effie@unlock.com.hk)

---

## 不加鎖舞踊館

不加鎖舞踊館成立於 2002 年，為香港風格獨特的現代舞團，藝術總監為王榮祿。舞團積極與不同媒介藝術家合作，透過互動創作，解放舞台的束縛，為觀眾開闢嶄新的現代舞欣賞體驗。

舞團近年劇場作品包括《力/速狂想》、《西門說》、《無用》、《男生·男再生》、《游弋蒼穹》、連續舞蹈劇場《牆四十四》、《失物待領》及《蕭邦 VS Ca 幫》。作品《用心看世界—火鳥延續篇》、《游弋蒼穹》及《男生·男再生》分別榮獲 2009、2015 及 2016 年香港舞蹈年獎。舞團自 2009 年起成為香港藝術發展局資助團體。

網址：[www.unlock.com.hk](http://www.unlock.com.hk)；Facebook：Unlock Dancing Plaza

<https://www.facebook.com/unlockdancing/>

## 舞蹈身視野

由王榮祿、黃大徽聯合策展，「舞蹈身視野」意思是通過舞蹈探索身體運用的不同面向，豐富對「身體」的理解。以身體研究為中心，與不同社群交流，為舞蹈藝術發展帶來啟示，並延伸探討身體與心靈、文化和社會的關係。

---

## 附件：3 張《身體書寫》研習坊相片

此計劃乃「舞蹈身視野」的其中一個項目，網頁：[www.bodydancevision.com](http://www.bodydancevision.com)