

溫度

「臺灣文學教室」第12期報導

溫度變化是敏感的，外在環境變化與心理狀態皆交互影響風格呈現。溫度的升降往往隱而不彰，必須動用全身感官、善於體察的靈魂。因此文字工作者多半具有一顆冷眼熱心，置身瞬息萬變的外界，默默鍛造文學工程。

寫作也需要深層互動，無論作家或讀者，各自懷抱不同的換算公式，求得最佳解。面對文字坦誠相見者；賦以層層隱喻

文——謝韻茹 展示教育組
攝影——謝韻茹、楊泓彬

書寫與自我療癒

置之死地而後生／Dying to Live

文——李怡芳 自由工作者

「白血球是免疫反應中主要的角色，它可以幫忙抵擋感染和疾病。」

關於書寫，我總會把它當作栽培情感免疫力的一個過程。白血球就是我們的筆鋒，一筆一畫割刻我們的傷，去辨識、去釐清、去排除身上的不舒適。嚴忠政老師策劃的文學課程：「書寫與自我療癒」，媒合我對於書寫的定位，故興致勃勃地前來學習。

度過了幾堂課，我感受到教室這個空間的氣氛，仿如一個個白血球防禦兵的練習場域。大家來到這裡，不準備說的，在一個不經意的時刻，流了出來；大家來到這裡，不想說的，在某個匯聚的時刻，恍然發現話語一出，其實可以被變成暖流。大家在這裡，或許因為素昧平生，所以更放心靠近，慢慢練習下次需要療癒時，如何療癒？

嚴忠政老師時常搭配桌遊的卡牌來引導學員們表達，有時甚至是故事創作的演練，這樣的模式很令人放鬆，好像老師的教學義務、學生的學習權

利的絕對定義模糊了，繼而代之的是，師生之間進行著情感理解的交換、彼此真誠、彼此成長。曾聽身為桌遊老師的朋友說過，她所認知的桌遊是種附加價值，我覺得這樣的說法很精確，不搶也不快，僅僅是為著學習與成長保留了通道，一個開展的契機，一股進入核心的潛能。

這樣的上課氣息很迷人，似乎不為了學些什麼，卻充分地學到了很多，很內裡的，很深層的，不著痕跡地為自己淨身和重新上色。我很好奇，這些訓練白血球防禦兵的我們，下次抵禦外來物，會不會更嫻熟地去操作？沒有人理當期待悲傷的來臨，只是倘若它冷不防地出現時，願我們都有能力直視，看出端倪——滿布暗黑的表面，有那麼一點點可能出現裂縫，滲出光線。☒



嚴忠政老師以紙牌上精心排列的詩句，引導學員貼近內在核心。
(攝影／謝韻茹)

者；抑或互相對照揭露，都必須推敲換算。於是文字質地是冷卻或融化，難以從外象立斷。有心讀者必須準確接獲作家拋下的繩索，一步步摸黑摸高，始能勘探文學內在，真實的溫度。

本期臺灣文學教室總計推出三門課：由嚴忠政老師策劃「書寫與自我療癒」，以個人內在感受為起點，試圖往外摸索一條可以走出去的出口，即所謂的「療癒寫作」，在書寫過程達到經驗的轉化與治療。「文學職人」由館方自辦，關注職場環境與寫作心境的互動影響，邀請各行各業的職人作家進行分享。「微電影創作」則是一條不斷位移的文學動線，既是說自己的故事，也是說別人的故事。這門課少談理論，關注行動，每組必須在期末繳交微電影實驗作品做為成果。

以下，特邀請參與課程的學員分享本期學習心得。

那些職人教我的事

文——鍾曉菲 嘉義大學輔諮所研究生

這一期臺灣文學教室策劃「文學職人」課程，邀請了各行各業的作家為學員們分享自己在職場與創作間的心路歷程，他們來自不同的領域，雖不是科班出身，但因為他們長期以創作為樂，且樂此不疲，並以職場工作為主、創作紀錄為輔，將自己專長領域的部分轉化，為自身增添其特殊的風格，使職場不再只是單純的職場，而能讓職場中的自己與創作融合，創造獨樹一幟的個人特色，也讓有心想要從事創作的人可以了解文字之美，傾聽真實自己的聲音，留下職場中最不一樣的自己。因此，對於一直以創作為最大樂趣的我，也更了解職場與創作間如何兼得、如何平衡？

長期以來，每當我感到身心疲憊、心情低落時，便會希望藉著文字的表達來抒發情緒，久而久之，創作這件事不只是我單純的興趣，慢慢地，它也成為我生命中不可或缺的心靈伴侶。從事影評撰



黃以曦分享影評創作。(攝影/謝韻茹)



黃信恩分享醫療散文書寫。(攝影/謝韻茹)

寫的黃以曦老師曾說：「整整一年的時間裡，我在尋找自己，但我只是大量地去看電影，一直看、一直看，看完了之後寫出自己的感覺，沒想到寫著寫著，就寫出自己的路了，我也在這段過程裡找到自己。」的確，我在迷失自己的時候也曾經大量地閱讀，藉著閱讀而後能寫，寫著寫著……彷彿那個真實的自己就出現了。此時，創作不只是解憂劑，也是一劑強心針！

另外，從事醫生的黃信恩也提到自己在壓力以及工作量龐大的情況下尋覓安靜一隅的方式——記錄生活，分享溫情。因為在醫院裡，氣氛是凝重且嚴肅的，看見的人來來去去，常常使心裡的情緒起伏伏，也因此，如果生活中可以多一點美好，也

多一份溫暖，也許可以改變點什麼。他說：「有一天一個病患告訴我，他看了我的書之後，覺得心情變得愉快了，他說很謝謝我。當時我在想，如果我動筆可以改變什麼，那就持續寫作吧！」對於這段話，當下的我著實受到了感動，同時也得到了一

個新的啟發——寫作不一定只能為自己的情緒找出口，也能藉由自己的創作影響他人。

在文學教室裡，當我傾聽著文學職人們的分享時，彷彿自己也深深陷入了另一個如夢似幻的小天地呢！✎

微醺微電影

文——吳淑棉 視覺設計師、文字工作者

若一群人從觀眾席上站起，隱入幕後，轉身追尋各自的導演夢。

影像於眼前流竄而逝，騷動心底的、滲入腦海的、撈起感官的……閱讀畫面文字、傾聽音樂對白、品味一段故事或者品嚐一種概念。「微電影創作坊」推動我們，去理解背後的敘事邏輯，去推敲彼此的對應關係。

開眼看電影、動手拍電影，之間，存在多遠距離、多少誤會，未可解。學會，解讀螢幕前後的細緻節點，將整部電影搬上手術臺，拆解構成、端詳切片、尋找線索、縫補因果，是課程中一大享受。或由短片回溯劇本、或以分鏡編撰情節、或從音樂單曲剪接MV，習作延展拉開影像之微型創作。

身為視覺設計師，慣性拼湊畫面中擺放的伏筆；老師則引領視角深入挖掘畫面裡隱藏的訊息，跨越畫面外裝載的動機。人性的幽微光點或脆弱陰影，斟酌著墨可能，跳脫一般觀眾的「看懂」，切入影評人「看進去」的觀點，再躍進電影劇組般思索如何「演出來」。

曾數次為「文學館志工讀劇團」改編文學作品，成為小劇場格式的劇本時，團長一再要求「用一句話，描述整齣戲。」自己的腦海中飛快運轉所有對白，竟無法抓住故事主軸；內心小劇場瞬間燈暗，戴上「問」面具，蹲坐在地。但課程反覆論述，微電影的濃縮時光、光影曲折、哲學紋理，某



許榮哲老師帶領同學討論電影分鏡表如何訴說完整的故事。
(攝影/楊泓彬)

種可被吸納的無以名狀的怯怯領悟，浮出混沌思緒……是啊，何不回歸「想說」的本質，撤掉瑣碎形容詞，刻劃角色內在衝突及外在衝擊，拋出故事概念最高的那「一句話」。

創作者，目光直視作品，視線懸宕的留白，令觀者得以自我投射魔幻空間。醉心文學、戲劇、影像、行為、美學、音樂……而微電影懷抱這所有。無盡延伸的想像空間招揉無限隱晦的感官世界，伸出雙手觸摸角色內心，睜開雙眼聚焦情節魂魄。「怎麼說」、「說什麼」是更引人沉醉的告白遊戲，「為何」、「如何」是插入潛意識的心靈蒙太奇。飄散的情節元素、錯置的視覺符號，主觀感受旋轉著，且讓客觀批判覺醒著，超乎創作本身，學會時時刻刻活在覺知體察狀態，去質疑現實一切，貼近人性各面向，抓取各種可能性。

延續想像的畫面，落實為分鏡表，拍攝成影片，剪輯出微電影。這故事走到中段承接……如何轉折？無法述說更多。教室裡的氛圍正在醞釀，各分組的故事正要發酵，腦海中的影像已令人微醺。✎