



學大明陽立國

經 Google 技術強化

搜尋

電子報專欄

- 本期摘要
- 校園焦點
- 陽明訊息
- 行政會報
- 課輔部落格
- 校園點滴
- 捐款芳名錄

副刊專欄

- 山腰電影院
- 閱讀旅行

相簿集錦



這是什麼？

相簿適用IE6, IE7, Firefox, Safari
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽

快訊



【校園焦點】 103學年度早安神農坡「在地化的陽明，國際化的你我」

校園焦點

103學年度早安神農坡「在地化的陽明，國際化的你我」

103學年度大一新生座談會



賴聲川老師演講 — 「創意是一種態度，快樂是一種綻放」

<流浪台北>音樂劇場~波希米亞狂想曲

「琴竇初開」~ 吉他社、熱音社、愛杏管弦樂團期中聯合成發

【送愛到西非】海外行醫分享會

賴聲川老師演講 — 「創意是一種態度，快樂是一種綻放」

2014年台灣聯合大學系統四校藝文活動—「快樂是一種綻放」專題講座，於10月8日在本校表演廳舉行，活動邀請到知名舞台劇導演賴聲川老師演講。賴老師是美國加州柏克萊大學戲劇藝術博士，曾任國立臺北藝術大學戲劇學院教授及院長。1984年創立劇團「表演工作坊」，擔任藝術總監。演講中，賴老師從他的生活體驗談到「創意」與「快樂」的概念，他說：「創意是一種態度，快樂是一種綻放」。

賴老師先從他的劇場創作談起，他說80年代台灣的現代劇場尚未誕生，但是傳統劇場卻因快速的經濟發展，正被連根拔起。那時亞洲多數的國家都在抄襲西方的藝術，留美回國的賴老師卻決定走自己的路。他在臺北藝術大學教書時，要求學生編劇，演出最難忘的事（自己的故事），因公演成功，認識了不少懷有夢想的藝文界朋友。大家有共同的理想，於是創立劇團，以周遭的生活事物和自身的文化為題材，創作了舞台劇（例如七小時的史詩《如夢之夢》、《暗戀桃花源》、《那一夜，我們說相聲》等）。他的創作不但開創台灣劇場的新局，也在國內外獲得熱烈的迴響，賴老師因此被國際媒體譽為「亞洲劇場導演之翹楚」。

依照他的創作經驗，賴老師說創意是一種態度，就是聆聽自己的聲音。盲目追求社會既定價值的生活方式是現代人最深的悲哀，也是創意最大的先天殺手。社會將創意格式化，其實創意是與生俱來的能力，只有去除格式障礙，超越既定框架，打掉屏障，才能發掘本能。學校教育教的是創意的「方法」，例如想當畫家就去學畫，寫編曲就去學音樂。但是創意的核心是「智慧」，智慧必須在生活中累積和學習。創意靠智慧滋養，只有去除偏見，改變自己看世界、人生和事物的方式，創作才會因為智慧而充滿深度和人性。



賴聲川老師



賴老師說明劇場創作的過程



活動吸引眾多觀眾參與

賴老師又說，一個人的智慧等於他的人生觀，一個人的人生觀等於他對「快樂」的定義。賴老師以他為法國喇嘛馬修(Matthieu Ricard)翻譯的《快樂學》著作為例，說明經過科學實驗證實「快樂是可以學習的」，當一個人快樂或憂鬱時，腦部不同的區域會出現變化，長年禪修者，左前額葉外皮區的活動會明顯增加，帶來快樂的情緒。賴老師形容快樂不是像看美景、吃美食所出現的短暫愉快，而是一種像花朵綻放 (flourish) 的持續「狀態」，而且發現在生活中有「利他」動機的人，會越活越快樂，越自私為己的人則越不快樂。

[\[←\] 回上一頁](#) [\[🏠\] 回到首頁](#) [\[↑\] 回到最上](#)

COPYRIGHT © 2010 NATIONAL YANG-MING UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED 國立陽明大學版權所有・未經同意・請勿轉載

[關於電子報](#) | [訂閱電子報](#) | [聯絡編輯小組](#) | [友站連結](#) | [上期電子報](#)

發行人：梁廣義 總編輯：王瑞瑤 執行編輯：方諾妮 網頁維護：凱笛資訊

