



## 成為自己 林怡萱

2012-11-25 記者 郭丹穎 報導



樂旗界的奧運、劇場國外巡迴演出，一直到鐵人三項競賽，嬌小的林怡萱帶著這些不凡的經歷，走在表演藝術的路上。「我一直覺得表演藝術就是這樣。按部就班的工作，但卻能帶給別人很多生命的感動，而我一直喜歡做能夠感動別人的事情。」

## 兩個願望一次滿足 旗隊

「我最喜歡的當然是這個星星！」、「這根綠羽毛曾經塞在我胸口，跟我一起表演，整枝溼答答！」林怡萱興奮地說著參加世界樂旗大賽的經驗，這段旅程對她的意義不言而喻。從高中到現在，林怡萱的旗隊生涯進入第11年。高中社團帶給林怡萱的榮譽跟團隊精神，畢業以後，在台北樂府樂旗藝術團延續下去。林怡萱說自己從小就喜歡動，而旗隊正是讓她能夠將運動、舞蹈兩個願望、一次滿足的地方。



在DCI和Vanguard的經驗對林怡萱而言，是旗隊生涯非常重要的里程碑。

（照片來源／郭丹穎攝）

林怡萱高二就決定畢業後要加入樂府，更幸運地在Age out（年齡超過參賽限制）前通過徵選，參加樂旗界的奧運「DCI世界樂旗大賽」，並有精彩的演出。2007年她考進加州的旗隊Santa Clara Vanguard，林怡萱笑著說，她剛進樂府的表演曲正好是Vanguard的隊歌，而她的生日在12月，Vanguard隊服的「聖誕紅配色」讓她覺得與隊伍的相遇完全是命運的安排。

回到台灣後，她執起教鞭，將國外所學回饋給樂府，以表演設計者的身分繼續她最愛的活動。2010年台北樂府的室內公演就是她將所學全部掏出所設計的一場表演。她的學生汪士傑和楊方緯也表示，教練總是不吝嗇的把東西給出來，盡全力做好「美」件事，都與林怡萱所說：「若有機會想要把室內公演再做到更好。」不謀而合。固執不妥協，希望能夠把表演做到最好，便是她對旗隊的熱情展現。

## 舞台 難以抵抗的魅力

林怡萱同時也十分喜歡舞台。在旗隊擔任教練後，表演的機會就放在舞蹈上。恰巧2008年一個難得的機會，她加入《向左走，向右走》的音樂劇演出，開始她以舞蹈為工作的日子，她覺得跳舞「能賺錢又快樂」。林怡萱前後參與了舞蹈生態系與無垢舞蹈劇場等幾個舞團，今年也在台灣參與音樂劇《地下鐵》的演出。這些演出機會不僅讓她對於舞台的編排、畫面的呈現上有更多想法，也認識許多有才華的表演藝術工作者。

「我覺得表演這件事情真的很吸引我。不是為了得到掌聲，站在那裡，那個服裝、那個氛圍，我喜歡那個感覺。」林怡萱認真地說。無論是要邊唱邊演的音樂劇或者與舞團出國巡演，都帶給她很多不同的體驗。要不是從跳舞接觸劇場，她沒有機會以工作的角度造訪一個國家，「跟去一個國家旅遊是非常不同的感受，做這一行滿幸運的就是這個地方，沒辦法用金錢來衡量。」她認為表演的機會豐富了她的人生。

媒體歷屆廣告

### 推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余廣色 我想說的事

### 總編輯的話／郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

### 本期頭題王／洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

### 本期疾速王／吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

### 本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡  
洪詩宸／人物



橙色的季節 唯美「柿」界  
陳思寧／照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方  
許翔／人物



追本溯源 探究大地之聲  
劉雨婕／人物



變化自如 幕後的聲音演員  
張婷芳／人物



林怡萱會將舞蹈及劇場等所學結合運用在教學中。（照片來源／郭丹穎攝）

## 龍舟 三鐵 好動停不住

瘋子，林怡萱這樣形容那群划龍舟的夥伴們。一群來自各行各業的上班族，早上五點半到六點半就聚在一起練習，各自吃完早餐再去上班，練習一年只為一場龍舟賽。舞團認識的夥伴邀她去划龍舟時，這個聽來不太普通的詞立刻吸引她，於是她也加入早上四點多起床，上碧潭團練的行列。

林怡萱笑著說，認識這群愛運動的划龍舟夥伴給了她很多第一次。第一次衝浪、第一次攀岩，甚至第一次鐵人三項競賽。比完龍舟賽後這群人還是習慣性地每天早起，開始約起晨跑團、運動團。後來，其中一位玩鐵人三項的夥伴，也邀大家一起加入。林怡萱說，就像覺得人生一定要划一次龍舟，人生也應該玩過一次鐵人三項，於是就開始為了三鐵進行訓練規劃。

練習時還發生過一次瀕死的經驗。某個下雨的早晨，她太晚接到停練的通知，但已抵達練習場地的她還是決定下水練習游泳。可是平常能夠游到的距離就是游不完，她開始掙扎、喊救命，最後被旁邊的阿姨救上岸。「現在想起來還是覺得很恐怖。」不過，練三鐵這件事林怡萱覺得學到很多。「它在追求體能的極限沒錯，但你必須要在有把握的狀態下，不只有體力耐力，要聰明的、有韻律的完成三鐵，是一門大學問。」

於是鐵人三項在林怡萱的人生中就這樣跳出來，加入她的人生規劃中。她覺得這項運動很好玩很迷人，跟想像的不一樣，希望未來有一天能夠完成超級鐵人的賽程。



第一次挑戰就完成奧運規格的鐵人三項賽制，林怡萱有著說不完的開心和驕傲。（照片來源／林怡萱Facebook）

## 發覺自己 成為自己

談到未來的目標，林怡萱希望可以設計一齣令觀眾感動跟印象深刻的表演。她認為透過表演可以把話講出來，無法用言語表達的東西也可以透過表演釋放。「我一直覺得每個人心裡都有一些情感需要出來，透過舞蹈或表演或教學，都是好的能量釋放。不只是運動，大部分是身體在鍛鍊，表演藝術更多了情感。」

她覺得自己沒有做什麼偉大或了不起的事情，「可是我覺得人生在世就是，能夠發現自己、成為

自己。每個人在世界上都有最對的位置。可是要去試每個位置，把自己放在那裡試試看，才知道適不適合你。」鐵人三項、Vanguard的演出、舞團的演出、2011年台北樂府的室內公演節目，都是一種成就的實現。她認為，也許會越來越接近，但人生還長，成為理想中的自己是一輩子的事。



運動與舞蹈一直是林怡萱生活的方式。(照片來源／林怡萱Facebook)



#### 那些年 爸爸與芭樂的回憶

在阿爸生日那天，樞樞憶起爸爸與芭樂的故事。

#### 變化自如 幕後的聲音演員



資深配音員蔣篤慧，娓娓道來身為臺灣配音員的酸甜苦辣。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0