



迎接生命的一记记棒喝

【文/冷梅 图/受访者提供】

11月28日上剧场，第一代的“云之凡”丁乃竺与第一代“春花”刘若瑀相聚“丁乃竺会客厅”。对刘若瑀来说，这是一场长达三十年的艺术生命之旅。金士杰的“兰陵剧坊”是刘若瑀的开始，也让她开始思考表演的本质。从“兰陵剧坊”的创始团员，李安导演纽约大学毕业电影作品《分界线》的女主角，赖声川导演《暗恋桃花源》中的第一代“春花”，直到她找到最终的归宿，以“道艺合一”践行艺术修行之路的优人神鼓，剧场就是她人生修行的道场。刘若瑀说：“艺术，就是于某个时刻看见情绪，冷静地凝视自己，而后置身‘时间之外’。”

细数这些年走过的路，最终成为优人神鼓的创始人，刘若瑀带着团队跑遍了全世界，一跑就是三十年。她用作品修行，在修行路上创作。就像刘若瑀本人所相信的：走路可以超越自己。

1980年，她年轻、靓丽、散发出不可思议的青春力量，和金士杰、顾宝明、邓安宁等一群梦想家创办当时在中国台湾地区实验剧场堪称先锋地位的兰陵剧坊，刘若瑀就是《荷珠新配》的女主角，一举成为当年最闪亮的剧场之星。后来，她师从波兰剧场大师格洛托夫斯基，跟着格氏开始了对生命本质的探寻。

在上个月结束的乌镇戏剧节上，四十年后的“兰陵剧坊”重新排演《演员实验教室》，刘若瑀作为压轴的一个角色，回忆了父亲母亲的爱情，还有那段隐忍的关于祖国大陆的乡愁。刘若瑀光着脚，一袭白裙，站在凳子上，身型已非青春年少，沧桑爬满鬓角，眼神却依然放着夺目的光。那一刻，果真置身于时间之外。

格洛托夫斯基的两记当头棒喝

不是所有人，都有这么风生水起的开始，刘若瑀说自己是幸运的，但是她的幸运绝不是停留于此，止步不前。她放下这些已有的光环，决定去美国求学格洛托夫斯基的表演体系。

在纽约大学，两百多人经过数轮考试筛选，才选出其中的十二人，跟着格洛托夫斯基去加州工作，这十二个学生，来

自不同地域和文化背景，他们在格洛托夫斯基的训练方法中碰撞出火花。那年刘若瑀被丢到美国加州的一个荒山上。老师使用的是原生态训练方法，谷仓、牧场，旁边就是大片森林，每天的生活都用煤油灯，一整年下来没用过电。除了训练环境是一种考验外，老师的题目也在一道一道地刺激着刘若瑀。

这次，她接到的题目是用一首传唱的歌谣创作一个表演。她沾沾自喜以为自己胜任的部分，却得来了老师毫不客气的质疑。刘若瑀突然发现自己没有归属感，她从小生长在眷村，身边有来自全国各地的人们，她却不知道自己的血液里流淌的是哪里的歌谣。这个表演的作业交上去之后，老师给了她一记棒喝：“你是一个西化的中国人。”当年留学的学子们，都以接受西方教育为幸，殊不知格洛托夫斯基甄选不同背景和地域的学生，正是让他们向自己的本土文化汲取养分，进行发问，然后引起不同文化间相互碰撞的关系。那时，刘若瑀开始重新审视自己，反思自己的文化。慢慢地，她从跟着老师唱歌，到做身体训练，渐渐地学会去聆听，学会去看自己，并了解他人。



经过一定的领悟，第二学期刘若瑀交上的演出作品是《庄周梦蝶》。她说，那时其实自己对老庄哲学并没有更深的理解，只知道老师格洛托夫斯基很喜欢中国哲学，喜欢从老子、庄子的智慧中寻找灵感，于是她就选择了《庄周梦蝶》，自认为很有深度。她按部就班演完了这场戏，格洛托夫斯基随即问她：“你做的是谁的梦？是你自己的梦，还是庄子的梦？”这一问，把刘若瑀问住了。“我只知道庄子为什么梦蝶，可是我的梦和庄子毫无关系啊？”

后来，格洛托夫斯基送给她一句忠告：“从现在开始，你要看好你自己。你的体内有两只鸟，一只鸟在吃饭，另一只鸟就看着它吃饭。不论你做什么，都要由另一只鸟看着你自己。”多年以后，刘若瑀才慢慢理解格洛托夫斯基让她在自我中寻找这两部分的意义。

超越自己的路

也许，正是由于格洛托夫斯基对刘若瑀的引导以及她的不断反思，才有了优人神鼓特立独行的训练方法和艺术之路。

1988年，刘若瑀带着她的修理念，在台湾木栅老泉里一座原始山林中创团。“优”，是旧时“表演者”的称呼；“神”，是人内心深层的宁静状态；“优人神鼓”即“在自己的宁静中击鼓”。

沿袭格洛托夫斯基的表演方法，刘若瑀带领团员进行身体有机状态与内在感知能力的开发。从天地自然间汲取能量，随着大自然的力量，把自己放到最大，收回，再放到最大，最终可以感受到自由的身体，进而感受到当下的自己。

不久后，黄志群加入团队，后来成为刘若瑀的先生。黄志群担任音乐总监，并带着大家“先学静坐，再习击鼓”，使身体宁静以感受活在当下。“打鼓、打拳、打坐”变成了“优人”们的三部曲。

“当一切物质都消失，真正重要的是找到内心的自由，不管外在环境如何，只要学会欣赏它，就能看到另一种精彩。”他们在认识自己的过程中，寻找出了“活在当下”的精彩。