

五個房間：楊品蓁經絡芳療創作論述

楊品蓁、廖秀玲

E-mail: 360467@mail.dyu.edu.tw

摘要

生活緊張、忙碌及工作壓力已經成為現今大部分人的夢魘，壓力不只來自於心理，也來自於周遭的環境。面對現今功利主義盛行、名利至上的社會，很多人逐漸迷失了自我，這些都是整體環境所造成的社會亂象，它讓為追求名利而承受高壓力，有些人甚至產生自律神經失調、恐慌、躁鬱、焦慮等病症。但一般人對於健康養生的觀念，還是處於被動消極的態度，只有在疾病發生時，才會被動尋求醫療幫助。筆者從1994年開始投入經絡芳療的事業，近二十年來面對這些目前社會常見健康觀念不佳及壓力產生的病痛等問題，筆者總有些遺憾及感慨，因此想要將多年所學，藉由感官互動及裝置的創作方式，結合有關健康養生的臨床經驗及工作心得回饋給社會大眾。因此筆者以人體之心、肝、脾、肺、腎等五臟所居住的五個房間為主題，從筆者深諳的經絡芳療為出發，以生活化的表達方式，透過互動藝術，結合中國古傳統養生醫學的金、木、水、火、土等五行及白、綠、黑、紅、黃等五色，作為此次創作論述的主題。筆者創作的形式以感官互動為主，空間與色彩為輔，內容亦包含繪畫創作。本次創作透過味覺、嗅覺、視覺、聽覺、觸覺等感官與群眾的互動來完成作品。而空間與色彩也依循中醫五行相剋及五色的理論去做整體規劃，讓房間與內臟之間的關係更緊密，更有邏輯可循，引導觀者了解人體五臟相互之間該如何保養及做疾病的預防，提醒觀者對身體的自我省思。為延續這樣的創作理念，我運用與身體感官互動反應的創作形式，裝置了許多與經絡芳療相關的藝術創作。讓五個房間的創作理念，用很生活化的方式透過與群眾互動的接觸來呈現。

關鍵詞：五個房間、裝置藝術、群眾互動

目錄

封面內頁 簽名頁 中文摘要 iii 英文摘要 v 誌謝 vii 目錄 ix 圖目錄 xii 表目錄 xvi 第一章 緒論 1 第一節 研究背景 1 第二節 研究動機 5 第二章 學理基礎 8 第一節 東方養生醫典思維的啟發 8 第二節 互動藝術及觀念藝術對經絡芳療創作的影響 9 一、Sophie Calle自我療癒創作方式的影響 10 二、運用Joseph Kosuth具象、圖像、概念等創作方式呈現 13 第三節 身心靈平衡概念的導引 14 一、音樂療法於創作上聽覺感官的運用 15 二、芳香療法於創作上嗅覺感官的運用 17 三、色光療法於創作上視覺感官的運用 19 第三章 創作理念 23 第一節 創作靈感的起源 23 第二節 良師益友的影響 24 第四章 形式內容 27 第一節 感官互動 27 一、嗅覺感官互動 27 二、視覺感官互動 29 三、聽覺感官互動 30 四、觸覺感官互動 31 五、味覺感官互動 32 第二節 空間與色彩 33 一、金行房(第一個房間) 35 二、木行房(第二個房間) 36 三、土行房(第三個房間) 37 四、水行房(第四個房間) 38 五、火行房(第五個房間) 39 第五章 方法技巧 42 第一節 芳香療法對嗅覺感官的刺激 42 第二節 影像對視覺感官的刺激 44 第三節 天然食材對味覺感官的刺激 47 第四節 音律對聽覺感官的刺激 48 第五節 身體接觸對觸覺感官的刺激 49 第六章 作品解說 52 第一節 以群眾互動的角度來觀看 52 一、金行房的嗅覺互動剪影 52 二、木行房的視覺互動剪影 55 三、土行房的味覺互動剪影 56 四、水行房的聽覺互動剪影 58 五、火行房的觸覺互動剪影 59 第二節 從空間及顏色的角度切入 61 一、金行房(白色) 62 二、木行房(綠色) 62 三、土行房(黃色) 63 四、水行房(黑色) 63 五、火行房(紅色) 64 第三節 從繪畫色彩的角度進入大自然五行五色的聯想 64 一、肺臟、五行屬金、喜白 64 二、肝臟、五行屬木、喜綠 65 三、脾臟、五行屬土、喜黃 66 四、腎臟、五行屬水、喜黑 67 五、心臟、五行屬火、喜紅 68 第七章 結論 69 參考文獻 72 附錄一 77 附錄二 82 附錄三 87 圖目錄 圖1 楊品蓁《良導絡現場檢測》 3 圖2 楊品蓁《經絡分析曲線圖》 4 圖3 楊品蓁《五行圖》 6 圖4 Sophie Calle《劇痛》 11 圖5 Sophie Calle《色彩飲食》 12 圖6 Joseph Kosuth《一與三張椅子》 13 圖7 陳雅雯《蜂蜜不純砍頭》 14 圖8 BANDARI《Sunny Bay》 17 圖9 楊品蓁《夢想樹草圖》 26 圖10 楊品蓁《夢想樹》 26 圖11 照片《學員精油嗅吸體驗》 28 圖12 照片《學員嗅吸聯想》 29 圖13 照片《群眾視覺感官互動體驗》 30 圖14 照片《群眾聽覺感官互動》 31 圖15 照片《群眾觸覺感官互動》 32 圖16 照片《學員味覺感官互動》 33 圖17 照片《學員心情留言》 33 圖18 照片《五個房間的空間圖》 35 圖19 楊品蓁《草圖系列之一~金行房》 36 圖20 楊品蓁《草圖系列之二~木行房》 37 圖21 楊品蓁《草圖系列之三~土行房》 38 圖22 楊品蓁《草圖系列之四~水行房》 39 圖23 楊品蓁《草圖系列之五~火行房》 40 圖24 照片《金行房空間裝置》 43 圖25 照片《嗅吸媒材~芳香精油》 43 圖26 照片《嗅吸者心情分享》 44 圖27 照片《木行房影片~新生》 46 圖28 照片《木行房影片~翠綠》 46 圖29 照片《木行房影片~轉紅》 46 圖30 照片《木行房影片~墜落》 46 圖31 照片《木行房媒材~投影機及模糊眼鏡》 46 圖32 照片《土行房裝置及養生五穀粥》 48 圖33 照片《群眾味覺心得回饋區》 48 圖34 照片《水行房媒材之一~影片》 49 圖35 照片《媒材之二~投影機、音箱、噪音耳機》 49 圖36 照片《火行房裝置及熾熱遠紅外線燈》 50 圖37 照片《火行房媒材~圓形塑膠發泡軟管內部結構》 50 圖38 照片《金行房嗅吸互動(線西國小)》 53 圖39 照片《嗅吸互動(小小朋友)》 53 圖40 照片《創作者與指導教授》 53 圖41 照片《媒體記者的嗅吸體驗

》 53 圖42 照片《線西鄉民熱情的體驗 ~1》 53 圖43 照片《線西鄉民熱情的體驗 ~2》 53 圖44 照片《創作者的嗅吸分享》 54 圖45 照片《嗅吸留言分享(線西國小)》 54 圖46 照片《參觀者的留言分享》 54 圖47 照片《線西鄉公所職員的留言分享》 54 圖48 照片《木行房影片引言》 55 圖49 照片《木行房觀賞者與模糊眼鏡》 56 圖50 照片《觀賞者戴上模糊眼鏡》 56 圖51 照片《創作者於木行房講解》 56 圖52 照片《線西國小同學於木行房體驗》 56 圖53 照片《創作者與媒體記者等於土行房體驗》 57 圖54 照片《線西公所鄉長及其職員味覺體驗》 57 圖55 照片《創作者與群眾於土行房》 57 圖56 照片《線西國小同學於土行房》 57 圖57 照片《鄉長於土行房分享味覺體驗》 57 圖58 照片《民眾分享味覺體驗》 57 圖59 照片《水行房影片口白》 58 圖60 照片《觀賞者在水行房與耳機的互動》 59 圖61 照片《國小同學與水行房互動》 59 圖62 照片《創作者與其指導教授於水行房》 59 圖63 照片《小朋友在火行房的互動體驗》 60 圖64 照片《作者與指導教授於火行房的互動》 60 圖65 照片《觀者好奇的觸摸火行房的牆面》 60 圖66 照片《創作者與線西鄉長於火行房的互動》 61 圖67 照片《創作者於火行房示範體驗》 61 圖68 照片《金行房白色的裝置》 62 圖69 照片《木行房綠色的裝置》 62 圖70 照片《土行房黃色的裝置》 63 圖71 照片《水行房黑色的裝置》 63 圖72 照片《火行房紅色的裝置》 64 圖73 楊品蓁《夕陽餘暉：依金行房意念繪製》 65 圖74 楊品蓁《綠光森林：依木行房意念繪製》 65 圖75 楊品蓁《大地：依土行房意念繪製》 66 圖76 楊品蓁《今夜星辰：依水行房意念繪製》 67 圖77 楊品蓁《心花怒放：依火行房意念繪製》 68 圖78 照片《位於台中市區新的營業據點》 70 圖79 照片《店內大自然五行標誌》 70 圖80 楊品蓁《仙人掌之一：依木行房意念繪製》 87 圖81 楊品蓁《初春藝象：依木行房意念繪製》 87 圖82 楊品蓁《夢想樹：依木行房意念繪製》 88 圖83 楊品蓁《晨曦曙光：依木行房意念繪製》 88 圖84 楊品蓁《仙人掌之二：依木行房意念繪製》 89 圖85 楊品蓁《天地之間：依土行房意念繪製》 89 圖86 楊品蓁《春光乍現：依土行房意念繪製》 90 圖87 楊品蓁《澎湖牽罟捕魚樂：依水行房意念繪製》 90 圖88 楊品蓁《澎湖蒔裡沙灘夜景：依水行房意念繪製》 91 表目錄 表1 五臟對照表(自繪圖表) 7 表2 芳療事業之營業據點，將筆者創作理念轉化為實體運用的五個房間 71 表3 楊品蓁五個房間創作個展~邀請卡及海報 82 表4 創作者在五個房間的互動體驗示範 83 表5 五月十八日彰視新聞新聞採訪五個房間的創作者及線西鄉長之影片節錄 84 表6 五月二十日開幕茶會當日，創作者、指導教授、公司同仁家人、群眾等與五個房間的互動剪影 88

參考文獻

- 一、中文部分 1.Patricia Davis(2000~2003)。《芳香療法大百科》。(李靖芳譯)。台北:世茂出版社。 2.中谷義雄(1985)。《良導絡理論的研究》。台北市:日新文化出版社。 3.印會河、張作訥(2003)。《中醫基礎理論(高等中醫研究理論)》。台灣:知音出版社。 4.余珮蓉(2006)。《芳香療法對改善糖尿病合併神經痛患者睡眠品質之成效探討》。輔仁大學護理學系碩士論文。台北縣:未出版。 5.沈志威(2010年)。《芳香療法於國小教師自律神經的調整作用中》。亞洲大學光電與通訊學系碩士論文。台中市:未出版。 6.林宗毅(2010年)。《芳香療法對壓力及經絡虛實反應之研究—以美容健康SPA產業為例》經國管理暨健康學院。產業管理研究所碩士論文。基隆市:未出版。 7.張湖德、劉福奇(2001)。《黃帝內經養生全書 後天知本—脾胃保健》,台北市:薪傳出版社。 8.張湖德 劉福奇(2001)《黃帝內經養生全書將軍之官—肝的保健》台北市:薪傳出版社, 1~2頁 9.莊淑真(2009)。《芳香療法介入對罹患慢性肩頸酸痛社區婦女之疼痛、關節活動及疲癥症狀成效之探討》。國立台北護理學院護理研究所碩士論文。台北市:未出版。 10.陳秀蘭(2010)。《本草複方精油緩解年輕女性經痛功效之研究 - 以北部某護理學院學生為例》,國立台北護理學院旅遊健康研究所碩士論文。台北市:未出版。 11.彭淑敏(2006)。《聆聽舒緩音樂與佛手柑精油噴物吸入在心律變異分析之比較》。南華大學自然醫學研究所碩士論文。嘉義縣:未出版。 12.潘新祥、馬芳傑(2010)。《不藥而癒不是夢》。台北市:華滋出版社發行。 13.蘇永安博士(1997)《十二經脈時間養生法》台北市,遠流出版社, 41~42頁 二、英文部分 1.Braden R, Reichow S, Halm MA.(2009). He use of the essential oil lavandin to reduce preoperative anxiety in surgical patients. J Perianesth Nurs, 24(6), 348-355. 2.Setzer W. N. (2009). Essential oils and anxiolytic aromatherapy. Nat Prod Commun, 4(9), 1305-1316. 3.Seo J. Y. (2009). The effects of aromatherapy on stress and stress responses in adolescents. J Korean Acad Nurs, 39(3), 357-365. 4.Sophie calle (2003). SOPHIE CALLE. Prestel Verlag, Munich.Berlin. New York. 三、網路部分 1.Sophic Calle《劇痛》(1984)。民國100年11月20日, 取自 <http://colourchroma.wordpress.com/author/jcashton/page/4/> 2.Sophic Calle《色彩飲食》(1997)。民國100年11月20日, 取自 <http://absolutecasket.tumblr.com/post/973761732> 3.Joseph Kosuth《一與三張椅子》(1965)。民國100年11月20日, 取自 <http://www9.georgetown.edu/faculty/irvinem/CCT510/Statement-Representation-Reference-Sign.html> 4.人體身心健康百科。民國101年4月17日, 取自 <http://psychologicalcounselingspsychotherapy.com/> 嗅覺/ 5.五術高手知識庫-搜尋系統。民國101年5月20日, 取自 http://www.105.idv.tw/index_c38.asp 6.幼兒聽覺與音樂能力發展知多少。民國101年4月17日取自 <http://www2.nutn.edu.tw/gac500/webservice/96/book/p5/> 國教之友590期/37-44林朱彥.pdf 7.有名小站(2011)。《2012世界末日預言》。民國100年11月11日, 取自 http://spline88.blogspot.com/2011/01/2012_15.html 8.台灣醒報記者楊舒婷綜合報導(2003年)民國100年10月15日, 取自 <http://blog.udn.com/wangkwo/3286843> 9.林庭安、高千雅、陳思樺報導(2011)。《政大大學報》民國100年9月25日, 取自 <http://school.cw.com.tw/article/show/301?cname=&offset=0&max=1> 校園天下 10.洪蘭(Daisy L. Hung, 1947年 -), 福建省同安人, 現任國立中央大學認知神經科學研究所教授兼所長, 知名台灣科學家。她多年以來致力於腦科學的研究, 以及相關知識在教育的應用和推廣。民國101年3月14日, 取自維基百科。 <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/洪蘭> 11.祝大元(無日期)。《形由心生~祝大元雕塑創作集》民國100年12月4日, 取 <http://www.aerc.nhcue.edu.tw/5-0/artist/ac/index.htm> 12.郭艷蕙(無日期)。《陰陽五行與十二經絡全光譜音樂療法》。民國100年10月27日, 取自 http://www.energymedicine.org.tw/pdf_files/陰陽五行與十二經絡全光譜音樂療法.pdf 13.陳雅雯(2010)《蜂蜜不純砍頭》。100年2月7日, 取自大紀元民訊(自由時報記者陳雅雯) / 台北報導。攝影) 14.維基百科(無日期)。《黃帝內經》100年12月14日

, 取自 <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%BB%84%E5%B8%9D%E5%86%85%E7%BB%8F> 15.維基百科(無日期)。《班德瑞》民100年11月19日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%8F%AD%E5%BE%B7%E7%91%9E%E4%B9%90%E5%9B%A2#維基百科> 16.維基百科(無日期)。《芳香療法》民100年12月10日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%8A%B3%E9%A6%99%E7%99%82%E6%B3%95> 17.維基百科(無日期)。《感官》民101年4月17日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/zh-hant感官> 18.維基百科(無日期)。《味覺》民101年4月18日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/味覺> 19.維基百科(無日期)。《肺臟》民100年10月10日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/肺臟> 20.維基百科(無日期)。《肝臟》民100年10月10日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/肝臟> 21.維基百科(無日期)。《心臟》民100年10月10日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/心臟> 22.維基百科(無日期)。《腎臟》民100年10月10日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/腎臟> 23.維基百科(無日期)。《脾臟》民100年10月24日, 取自 <http://zh.wikipedia.org/wiki/脾臟> 24.潘新祥、馬芳傑(2010)。民100年10月27日, 取自 <http://www.i-nature.com.tw/articles3/4/378.html> 《題目》五色 25.對應五臟, 色光照射輔助治療。 26.蘇文清的兒童療癒世界101年4月17日, 取自 http://tw.myblog.yahoo.com/jw!5DKdImWfCR8z_J0eHYmUxw--/article?mid=8