


---

# Lesson 8

---

## 如何說好一個故事

講師：李維國@  [garyli@pulse899.com](mailto:garyli@pulse899.com)

---

# 聽聽看說故事的Podcast

---

豬探長推理故事集/如果兒童劇團

<https://open.firststory.me/user/detectivepig>

鬼哭狼嚎/郎祖筠

<https://open.firststory.me/user/cl61xgok300g301uh7xt8402h>

---

# 一個好故事的組成要素 (Eric Nuzum)

---

- 精彩的有聲故事包含**場景**。
  - 場景包含**角色**。
  - 角色持有**動機**。
  - 動機引領他們採取**行動**。
  - 他們會遇到**阻礙**。
  - 故事有**解決方案**。
  - 最後，故事有一個**教訓**。
  - 而且最好的故事都有**轉折點**。
-

# 場景

---

- 場景是行動發生的地方。一個優秀的佈景，建立了戲劇的基調、增強了戲劇性、行動和情感，一個優秀的佈景幾乎可以說是戲劇中的一個角色。
  - 「要展示，不要講述」：  
意思是展現出一個人很生氣的情緒反應（或是播放他們生氣的錄音），而不是直接說「他很生氣」；「場景」是達成這個目的的極佳工具，藉由展現出「什麼特徵」來揭示情況、角色、即將發生的狀況，以及故事的主題要素。  
Ex. 如果你在描述一個人，發現到處都是散落著的報紙和雜誌堆時，請提到這堆報紙和雜誌，而不是說「她什麼都不肯扔。」
  - 音頻把聽眾放在故事之中，並把他們從敘事弧線上的一點帶到下一個點去，作為用音頻講故事的人，去建構出一個「讓聽眾沈浸在他們自己腦海中可以看到的『場景』基礎」。
-

# 角色

---

- 「角色」，尤其是好的角色，是複雜的。但是他們不需要立刻就展現出自己的複雜性。一個好的「角色」就是要像俄羅斯娃娃一樣可以展開，在每一次的揭露中以一種新面貌呈現。
  - Podcast的「角色」需要有深度、生動豐富、而且多面相的。
  - 我們看到的「角色」會是他們持有的價值觀、信仰和行動的總和，不只是他們的強項、能力和獨特性讓他們顯得鮮明突出，他們的弱點、矛盾和反差的地方，也同樣會讓他們顯得很有趣。
-

# 動機

---

- 在每一個故事中，角色的「動機」就是引擎燃料。假設主角就算處於毫無變化的環境，還是會想要追求更多，或是一些其他的、不同的東西，這種慾望會迫使他們去做些不同的事情，去打破常規、違背傳統或是承擔風險。
  - 這時，事情才會變得刺激起來，他們才會變得有趣。一個「表裡如一」、一成不變或是未受到挑戰的角色，是相當無趣的，他們是二維度的，而且還很陳腔濫調；反之，一個生動的角色是「可以改變的」，或是至少是願意「嘗試」去改變的角色。
-

# 動機

---

- 而作為說故事的人，我們有責任義務要去闡明那個「慾望」、去展現那個「動機」。「動機」不需要總是直接具體的，一個善於說故事的人可以暗示、給予提示或是指引聽眾正確得方向。一個好的故事展示出「動機」是如果推演和變化，或是一個「動機」是如何掩蔽另一個「動機」。
  - 「問題」也可以是「動機」。一個尚未被回答的問題，會產生懸念、產生一個尋找答案的動機，身為創作者你應該學習「重視問題的力量」，問題會帶出謎團、奧義、悖論和未知，這些都是你在發揮想像力的好朋友。
  - 揭示被隱藏的動機，也是在故事中建立轉折的好方法。
-

# 行動

---

- 情節就是「行動」一系列的因果關係，推動角色在故事中的發展。
  - 「行動」是指角色為了追求某種東西而引發的行為。
-



# 阻礙

---

- 如果每個人每一次都可以得到自己想要的東西，那真是太棒了，可惜這種狀況從未發生。如果這種事情真的發生了，聽起來也不會很刺激。你的主角和世界上其他人一樣，需要遇到「阻礙」，這樣我們的聽眾才能投入，有些麻煩發生才會比較有趣。
  - 角色遇到的阻力、障礙和緊張，不僅讓故事變得更精彩、更好聽，而這股壓力也讓故事、角色、場景變得更複雜（往好的方面）、更深刻，並且最終也會揭露出更多東西。
-

# 解決方案

---

- 「解決方案」是故事講述中最有趣的一個元素...
  - 羅伯特·麥基（Robert McKee）在他具有開創性的書籍（故事的解剖）（Story）中，花了很長篇幅講述「好萊塢結局」（Hollywood ending）。好萊塢結局有兩種，有一種是「封閉式結局」，意思是一切問題都有答案，問題都被解決；簡而言之，有一個「明確的解決方案」。反觀「開放式結局」，就是留下了一些爛攤子，不是乾淨俐落的，有些問題沒有得到答案、沒有被解決。
  - 我特別鍾情於開放式結局，主要是因為現實生活中的故事很少會有那樣乾淨俐落、搞定、搞定結案的特質，總是會有一些事情出差錯或是無法恰恰好的解決。
-

# 教訓

---

- 每個故事都有一個「寓意」或一個「教訓」，不然的話還有什麼意義？
  - 你還會發現說故事的人喜歡辯論寓意該如何展示：這個道德教訓應該要明示還是暗示，或是完全留給聽眾自己去發覺？
  - 如同我在本書前面提到過的，我相信如果是一個大的主題或是謎題，我們需要帶領聽眾走85%的路去尋找答案，但是我不會把所有的東西都直接填鴨式的餵食給他們，這樣做一點都不有趣，沒有發現新大陸的感覺也沒有自我啟發感，聽眾沒有辦法享受自己摸索故事寓意的美好之處。
-

# 轉折

---

- 轉折和關鍵是故事裡最令人開心和驚喜的部分，每一個好的故事中都包含了很多意想不到的轉折、關鍵、情境變化、新面向，或是讓人無法預想到的複雜狀況。
  - 一個「好的轉折」能夠顯露一個故事的「真正含義」。也許你一開始被故事吸引的原因，可能因為這是個真實的犯罪故事，說的是一起沒有破案的謀殺案，但是一但深入了解，你就會發現這個故事其實是在講種族主義和文化衝突；也許你一開始被故事吸引的原因，可能因為這是個關於瘋狂陰謀論者的故事，但是一但深入了解，故事轉折會顯示那個古怪的陰謀家其實一直都是正確的，故事就轉變成要如何對待外來者和那些違背文化規範的人。
-

# 轉折

---

- 一個有轉折的故事如果是可以被預測的，那就可能會是無聊和二維的。一個故事如果有「無法預料的轉折」，就會變得讓人愉快、令人驚訝、有啟發性和挑戰性。
-

# 故事分析：小紅帽（From佩羅to格林童話）

---

从前有个可爱的小姑娘，谁见了都喜欢，但最喜欢她的是她的奶奶，简直是她要什么就给她什么。一次，奶奶送给小姑娘一顶用丝绒做的小红帽，戴在她的头上正好合适。从此，姑娘再也不愿意戴任何别的帽子，于是大家便叫她“小红帽”。

一天，妈妈对小红帽说：“来，小红帽，这里有一块蛋糕和一瓶葡萄酒，快给奶奶送去，奶奶生病了，身子很虚弱，吃了这些就会好一些的。趁着现在天还没有热，赶紧动身吧。在路上要好好走，不要跑，也不要离开大路，否则你会摔跤的，那样奶奶就什么也吃不上了。到奶奶家的时候，别忘了说‘早上好’，也不要一进屋就东瞧西瞅。”

“我会小心的。”小红帽对妈妈说，并且还和妈妈拉手作保证。

奶奶住在村子外面的森林里，离小红帽家有很长一段路。小红帽刚走进森林就碰到了一条狼。小红帽不知道狼是坏家伙，所以一点也不怕它。

“你好，小红帽，”狼说。

“谢谢你，狼先生。”

---

# 故事分析：小紅帽

---

"小红帽，这么早要到哪里去呀？"

"我要到奶奶家去。"

"你那围裙下面有什么呀？"

"蛋糕和葡萄酒。昨天我们家烤了一些蛋糕，可怜的奶奶生了病，要吃一些好东西才能恢复过来。"

"你奶奶住在哪里呀，小红帽？"

"进了林子还有一段路呢。她的房子就在三棵大橡树下，低处围着核桃树篱笆。你一定知道的。"小红帽说。

狼在心中盘算着："这小东西细皮嫩肉的，味道肯定比那老太婆要好。我要讲究一下策略，让她俩都逃不出我的手心。"于是它陪着小红帽走了一会儿，然后说："小红帽，你看周围这些花多么美丽啊！干吗不回头看一看呢？还有这些小鸟，它们唱得多么动听啊！你大概根本没有听到吧？林子里的一切多么美好啊，而你却只管往前走，就像是去上学一样。"

小红帽抬起头来，看到阳光在树木间来回跳荡，美丽的鲜花在四周开放，便想："也许我该摘一把鲜花给奶奶，让她高兴高兴。现在天色还早，我不会去迟的。"她于是离开大路，走进林子去采花。她每采下一朵花，总觉得前面还有更美丽的花朵，便又向前走去，结果一直走到了林子深处。

---

# 故事分析：小紅帽

---

就在此时，狼却直接跑到奶奶家，敲了敲门。

"是谁呀？"

"是小红帽。"狼回答，"我给你送蛋糕和葡萄酒来了。快开门哪。"

"你拉一下门栓就行了，"奶奶大声说，"我身上没有力气，起不来。"

狼刚拉起门栓，那门就开了。狼二话没说就冲到奶奶的床前，把奶奶吞进了肚子。然后她穿上奶奶的衣服，戴上她的帽子，躺在床上，还拉上了帘子。

可这时小红帽还在跑来跑去地采花。直到采了许许多多，她都拿不了啦，她才想起奶奶，重新上路去奶奶家。

看到奶奶家的屋门敞开着，她感到很奇怪。她一走进屋子就有一种异样的感觉，心中便想："天哪！平常我那么喜欢来奶奶家，今天怎么这样害怕？"她大声叫道："早上好！"，可是没有听到回答。她走到床前拉开帘子，只见奶奶躺在床上，帽子拉得低低的，把脸都遮住了，样子非常奇怪。

"哎，奶奶，"她说，"你的耳朵怎么这样大呀？"

"为了更好地听你说话呀，乖乖。"

"可是奶奶，你的眼睛怎么这样大呀？"小红帽又问。

"为了更清楚地看你呀，乖乖。"

---



# 故事分析：小紅帽

---

"奶奶，你的手怎么这样大呀？"

"可以更好地抱着你呀。"

"奶奶，你的嘴巴怎么大得很吓人呀？"

"可以一口把你吃掉呀！"

狼刚把话说完，就从床上跳起来，把小红帽吞进了肚子，狼满足了食欲之后便重新躺到床上睡觉，而且鼾声震天。一位猎人碰巧从屋前走过，心想："这老太太鼾打得好响啊！我要进去看看她是不是出什么事了。"猎人进了屋，来到床前时却发现躺在那里的竟是狼。"你这老坏蛋，我找了你这么久，真没想到在这里找到你！"他说。他正准备向狼开枪，突然又想到，这狼很可能把奶奶吞进了肚子，奶奶也许还活着。猎人就没有开枪，而是操起一把剪刀，动手把呼呼大睡的狼的肚子剪了开来。他刚剪了两下，就看到了红色的小帽子。他又剪了两下，小姑娘便跳了出来，叫道："真把我吓坏了！狼肚子里黑漆漆的。"接着，奶奶也活着出来了，只是有点喘不过气来。小红帽赶紧跑去搬来几块大石头，塞进狼的肚子。狼醒来之后想逃走，可是那些石头太重了，它刚站起来就跌到在地，摔死了。

---

# 故事分析：小红帽

---

三个人高兴极了。猎人剥下狼皮，回家去了；奶奶吃了小红帽带来的蛋糕和葡萄酒，精神好多了；而小红帽却在想：“要是妈妈不允许，我一辈子也不独自离开大路，跑进森林了。”

人们还说，小红帽后来又有一次把蛋糕送给奶奶，而且在路上又有一只狼跟她搭话，想骗她离开大路。可小红帽这次提高了警惕，头也不回地向前走。她告诉奶奶她碰到了狼，那家伙嘴上虽然对她说“你好”，眼睛里却露着凶光，要不是在大路上，它准把她给吃了。“那么，”奶奶说，“我们把门关紧，不让它进来。”不一会儿，狼真的一面敲着门一面叫道：“奶奶，快开门呀。我是小红帽，给你送蛋糕来了。”但是她们既不说话，也不开门。这长着灰毛的家伙围着房子转了两三圈，最后跳上屋顶，打算等小红帽在傍晚回家时偷偷跟在她的后面，趁天黑把她吃掉。可奶奶看穿了这家伙的坏心思。她想起屋子前有一个大石头槽子，便对小姑娘说：“小红帽，把桶拿来。我昨天做了一些香肠，提些煮香肠的水去倒进石头槽里。”小红帽提了很多很多水，把那个大石头槽子装得满满的。香肠的气味飘进了狼的鼻孔，它使劲地用鼻子闻呀闻，并且朝下张望着，到最后把脖子伸得太长了，身子开始往下滑。它从屋顶上滑了下来，正好落在大石槽中，淹死了。小红帽高高兴兴地回了家，从此再也没有谁伤害过她。

---

# 故事結構

- 法國電影導演暨製片人尚盧·高達（Jean-Luc Godard）曾經說過：「一個故事應該要有開頭、中間和結尾，但不一定要按照這個順序。」
- 故事結構的大家長就是喬瑟夫·坎伯（Joseph Campbell），莎拉勞倫斯學院（Sarah Lawrence College）的比較神話和宗教學教授。坎伯在1949年出版了他的開創性作品「千面英雄」（The Hero with a Thousand Faces）後嶄露頭角。坎伯建立了一個理論，說明所有的優秀故事都是來自單一個優秀故事（也就是所謂的「單一神話」）的變體，即使在今天，我們也持續在應用這個理論。基本上，他主張史詩故事都遵循著同一個公式，坎伯提出了「英雄之旅」模式的觀點：就是一個人經歷了巨大的苦難後獲得了勝利，然後把新發現的智慧、經驗或是其他一些可以改善人類的「東西」帶回來的故事，這也是為什麼這個基礎結構會這麼耐久和有吸引力的原因。



# 故事結構

---

坎伯對於單一神話的洞察觀點，共有17個階段、分跨三幕：

- 第一幕「出發」，包含以下階段：
    - 冒險的召喚
    - 超自然的援助
    - 鯨魚之腹
    - 拒絕號召
    - 跨越門檻
  - 第二幕「開始」，包含以下階段：
    - 試煉之路
    - 女人作為誘惑者
    - 神格化
    - 與女神會面
    - 向父親的贖罪
    - 終極的恩賜
  - 第三幕「回歸」，包含以下階段：
    - 拒絕回歸
    - 外界的救援
    - 兩個世界的主人
    - 神奇的飛行
    - 跨越回歸的門檻
    - 自由的生活
-

# 故事結構

---

- 有許多廣為人知的故事被認為是典型的坎伯單一神話結構，例如「星際大戰」、「白鯨記」、「簡愛」、「魔戒」和史蒂芬·金 (Stephen King) 的「黑塔」；甚至是最近最紅劉慈欣的「三體」。
-

# 故事結構

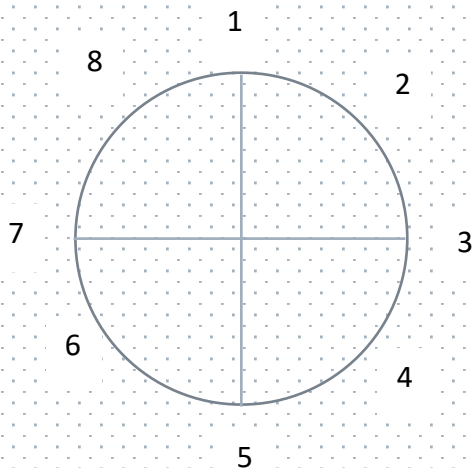
---

- 丹·哈蒙（Dan Harmon）把經典的英雄結構提煉為更簡單的8個循環過程，稱為他的「故事圈」（Story Circle）技巧。
  - 這8個階段為：
    1. 一個角色在熟悉的舒適圈。
    2. 他們渴望某種東西。
    3. 他們進入了一個陌生的環境。
    4. 他們適應了這種狀況。
    5. 他們得到了他們想要的。
    6. 他們為此付出了沈重的代價。
    7. 他們又回到了自己熟悉的環境中。
    8. 他們因為這次旅行發生了變化。
-

# 故事結構

---

- 後來他又把這些東西濃縮成了8個字：  
**你、需要、行動、尋找、找到、獲取、回歸、改變。**



- 兩條截線把故事分割成幾個部分，中間線（中間線又被稱為「冒險門檻」）以上的區域和以下的區域，代表了生命中的陰陽對立面：秩序/混沌、意識/無意識，以及生/死；垂直線左邊和右邊的兩側，則分別代表故事前半段和後半段的下降和上升。
-

# 故事結構

---

- 如果全部看完之後讓你頭昏腦脹（這讓我頭昏腦脹了很久），其實還有一個更簡單的方法可以處理這些，一個只需要三個字就可以理解故事的摘要：有一個「**主角**」，他遇到了「**複雜的問題**」，然後找到了「**解決方法**」。
  - 主角、複雜的問題、解決方法。
  - Protagonist、Complication、Resolution.
-



# 故事結構

---

- 「敘事弧線」的結構：
    - 說明 (Exposition)
    - 劇情鋪陳 (Rising Action)
    - 高潮 (Climax)
    - 故事收尾 (Falling Action)
-

# 故事結構

---

- 其實選擇「從哪裡開始」以及要如何展開故事，是說故事過程中最可以量身定做的部分，完全取決於這個故事跟你。
- 在短篇小說中，一種流行的敘事風格是「在故事開頭時，就越接近結局越好」，然後再回溯去告訴讀者我們是如何到達那個情節點的。我在電影中常常看到這種手法（「美國心玫瑰情（American Beauty）和「猜火車」（Trainspotting）是我腦海中最快想到的兩個例子。）

在說故事的過程中，我最喜歡的就是故事中的「決定性時刻」，一個從那刻起全部的事情都翻盤、被突顯或是無路可退的時刻，在那一瞬間好似某個開關被打開，沒有什麼東西可以再回到本來的樣子了。這種「決定性時刻」的手法，會向聽眾提出很多問題，然後你可以填上答案（或是努力去填上）。

---

# 故事結構

---

- 我認為開始琢磨這個問題最好的地方，就是圖解你的故事。你可能要回想一下學生時期的語法課程裡上過的句子圖解法，如果你對於我說的圖解句子有任何概念的話，那麼這個概念和這裡的非常相似。
  - 這很類似於建立大綱。一開始只列出所有場景、角色、行動、情節點和其他需要包含在故事中的要素。然後如果是特別複雜的項目，我會把這份清單印出來（通常會有好幾頁長），接著開始剪裁頁面，剪下的每張紙條上都包含單獨的一個敘事片段。
-

# 故事結構

---

- 然後我會開始進行排列，特別是作為一位音頻創作者，你可以做的最重要的事情之一，就是以一個生動的、難以抗拒的誘餌作為開始。這時你要記住，聽眾在收聽的同時其實也在做其他事情：開車、做午飯、遛狗和摺衣服等等，當他們的身體被平凡的任務佔據時，你可以幫助他們保持忙碌和快樂。這樣做唯一的缺點就是，如果你沒有辦法完全吸引聽眾，他們就會開始分心（當聽眾分心時，就沒有人會注意到你在說些什麼了）。
  - 所以在故事的開頭，特別是你開場的那幾分鐘，你最重要的一個任務就是要給別人一個理由，讓他們在精神上保持專注，集中注意力。大部分的製作人都專注於挑選他們「最吸引人的片段」。
-

# 故事結構

---

- 當我和創作者一起編輯故事和節目時，他們經常會評論我對於一個作品前3分鐘的關注程度。我在這前180秒所花費的心思，可能比我花在這集其他部分加起來的都還要多，為什麼呢？因為這就是聽眾做判斷的時候，他們會從這3分鐘來決定是否要花好幾個小時來了解你和你的故事。
  - 你也可以「使用便利貼」，把每一個場景、角色、行動、情節點等等都寫在不同的便利貼上，然後攤開。不論是哪一種方法，基本概念就是按照你覺得對的順利擺放，接著移動，然後再移動一次。
-

# 故事結構

---

- 如果你已經將上述這些工作都執行了，那麼你所擁有的絕對是一個好的故事；但是「為什麼要使用聲音」呢？你是否可以說明這個故事必須要以「聲音」形式，而不是文字、影像或是其他形式來講述的理由？
  - 許多情況下，聲音可能會是一個首選媒介，原因很簡單，因為視覺會分散觀眾的注意力，或可能會引導聽眾做出一個草率判斷或冒然下結論。無論如何，回答「為什麼是音頻」這個問題，是確立你的故事與其結構上一個重要里程碑。
-

# 故事結構

---

- 聲音和音樂都是非常強大的工具，會引出一些沒有被明白指出的事物，引導聽眾注意到比較重要的時刻，提供聽眾情緒和感覺的線索，並且也能展現出你作品的品味美感。隨著故事場景的變換，聲音和音樂也應該隨之變換，然後反映出新場景的不同環境。聲音和音樂能作為提示事物已經變化的路標，或是指出哪些事物是很重要的。（這個作法同樣也有副作用，這也是為什麼有很多記者不喜歡在作品中使用音樂。）
-

---

# 演練一，改編一個故事

---



---

# Q & A

---

---