作品標題	您是否在雪山救過一隻狐狸？我是來幫您掏耳朵的		
作品分級	一般向	台本作者	白野蓮子
格式版本	20230508版	檔案版本	20260719A
作品介紹	你是一位身陷輪迴樵夫，去年冬天在雪山上碰到一隻受傷的狐狸 於是你將身上的醬板鴨留在一旁，希望能幫助牠度過難關 數個月後，當自己正在家中勤奮劈柴時，一位姣好女子翩翩到來 她表示自己是你救的狐狸所變，此行是想報答救命之恩 隨後她以細膩且溫柔的各種手法，給予你舒服又放鬆的體驗		
適合標籤	狐仙、按摩、掏耳、治癒、邵氏AI迷因、雪山救狐、輪迴		

角色設定	狐狸
基本資料	在雪山上被樵夫所救的狐狸 為了報恩，努力修成人形 準備了許多幫助放鬆的手法，希望能幫恩人紓壓
外表	
性格	溫柔婉約，處處體現著感恩之情 用詞上十分注重對樵夫謙卑與敬重
演繹指示	
配音人員	

演出指示	指示及範例
()	(演出語氣)台詞內容
	(生氣)我才沒有生氣！ (害羞，聲音漸小)我覺得這樣進展好像有點……太快了。 難道你不想知道……(耳語)我、的、祕、密、嗎？
*	(*聲演的動作指示，時間長度或次數)
	(*急促的喘息聲，10秒) (*深呼吸，三次)
@	@聲音位置、方向
	(@後方，近處)猜猜我是誰？
	(@前方，聲音快速由近至遠)抱歉，我有事得先走了，我們晚點見！
※	※段落指示
	※以下段落以上氣不接下氣的感覺配音。
	※以下段落以通電話的口吻配音
空行	空一行表示台詞短暫停頓，或以(備註停頓時間)
	空二行表示台詞話題轉換、場景改變等大停頓，或以(備註停頓時間)
斜體	旁白口吻或角色心聲
	我只能這樣靜靜的看著他走掉，並厭惡著跨不出步伐的自己。
	啊啊！怎麼辦？這太突然了吧，我從來沒遇過這種狀況啊！

音效指示	指示及範例
#	#音效，時間長度或次數(使用灰字以利音效師區別)

ASMR台本

	#不耐的跺腳聲，10秒
	#愛的鼓勵，一次
=	=音效意涵備註
	#快速的衣物摩擦聲，三下(=嫌惡的撥肩)
	#緩慢的皮膚摩擦聲、衣物摩擦聲、床板擠壓聲(=睡眠中翻身)

持續音效	指示及範例
>>	>>持續效果音開始，速度、頻率、描述(使用橙字以利音效師區別)
	>>搥背聲開始，速度4
><	><持續效果音暫停、繼續、變化等指示，速度、頻率、描述
	><掏耳音效變化，速度2、濕潤、較深
<<	<<持續效果音結束
	<<腳步聲結束，淡出
速度備註	速度1～5代表「緩慢、較慢、自然、較快、快速」五個區間為參考

背景音效	指示及範例
//	//背景音開始，速度、頻率、描述(使用綠字以利音效師區別)
	//人潮聲開始，淡入
/\	/\背景音暫停、繼續、變化等指示，速度、頻率、描述
	/\雨聲變化，頻率變高、音量變大
\\	\\背景音結束
	<<警報聲結束
速度備註	速度1～5代表「緩慢、較慢、自然、較快、快速」五個區間為參考

白野薄子ASMR台本

章節名稱	1. 您是否在雪山救過一隻狐狸？我是來幫您掏耳朵的
劇情概述	同作品介紹
環境場景	古老的木製平房，大門進去是劈柴、勞作的前院，裡面是正廳和簡單的臥房 臥房內有簡陋的木桌木椅，以及歇息用的草蓆
註1	以直播形式演出時，時間指示皆為參考，可依個人直播習慣及時間需求自行調整。 左右方向也並非固定，可依演出順暢之模式調換。

#劈柴聲，兩次

#推開木門聲

公子，您是否在雪山救過一隻狐狸？

稍等，公子請冷靜。

我是那隻狐狸，是來報恩的。

不錯，我是您去年冬天救的狐狸。

多虧公子給的醬板鴨，我才能熬過來。

我花了一點時間恢復元氣才終於能下山找您。

（*輕笑）怎麼了，公子為何如此戒備？

（停頓3秒）

嗯？醬板鴨報仇？

我身為狐仙，都要花上許多年月修行才能練成幻化自如。

醬板鴨化身人形實屬前所未聞。

不過請別擔心，您是小女子的恩公，我是不可能加害於您的。

白野薄子 ASMR台本

公子每天挑柴砍柴，淨是些粗重的體力活。
長期下來身體肯定累積了許多勞累吧？
既然說是來報恩的，請容我先表示誠意，幫您舒緩積勞吧。
不知能否借用公子的臥榻？

十分感謝。
#輕緩的腳步聲
#輕開木門聲
那麼請公子在外頭稍待我做些準備。
#輕關木門聲
（*間隔3秒）
#整理器物的連續輕碰聲，約5秒@門後
（*間隔3秒）
#輕開木門聲
公子久等了，請進屋。
#較粗重的腳步聲
#輕關木門聲

來，請公子脫下上衣，趴臥在床上。

(*輕笑)沒關係的。
恩公救了我，我早就是您的人了，怎麼會在意這點小事呢？
您長期勞動，身上應該會有肌肉緊繃的地方。
先除去衣物我會比較好幫您推拿。

白野蓮子ASMR台本

……怎麼了嗎？

如果沒問題的話，就麻煩公子趴下來吧。
我這邊隨時可以開始。

#草蓆摩擦聲@正面近處

公子準備好了嗎？
這就開始替您推拿。
#雙手搓揉聲，數秒

>>肩背按摩，用力而緩慢，開始

（間隔10秒）
目前這個力道還舒服嗎？

感謝公子的稱讚。
畢竟是第一次替人推拿，本來還擔心力道拿捏不穩。
看您頗為滿意，我也稍微安心了。

（*用力推拿的氣息聲，60秒）

話說，可以問問剛才是怎麼了嗎？
我請您解衣趴臥時，神情突然變得很慌張。

（間隔5秒）

白野夏子ASMR台本

啊～～原來如此，公子怕不是誤會了吧？
（*壞笑）難怪突然表現得那麼靦腆。

雖然我對公子也有那個意思，但可以的話，那種事我還是希望留到成親之後。

是的，如果您不嫌棄小女子的話。
排場不必大，就算僅有天地為證、花鳥為客也無妨。
我希望能正式與您拜堂、彼此共結連理。
我會在互許誓言的夜晚將自己的一切交給您。

（*害羞的笑）
話似乎說遠了。
一切都還要看公子的意願呢。
目前還是先繼續推拿吧。

（*用力推拿的氣息聲，60秒）

說起來，公子的體格十分結實呢。
不光身形壯碩，練出來的肌肉線條也頗有剛勇之姿。
想必是多年肩負生活重擔而鍛鍊出來的。

不，怎麼會嫌公子粗俗呢？
這寬闊的肩膀一看就很讓人安心。
這些都是您的意志與責任感在身上留下的痕跡。
而且在雪山相遇的時候，還特地為我留下一隻醬板鴨。
像您這樣有擔當又善良的人，哪有什麼可嫌棄呢？

白野瑤子ASMR台本

（*用力推拿的氣息聲，60秒）

……不過雖然剛剛都在誇獎公子。
您還是要多多注重身體健康喔。
因為目前推下來，能感覺到有許多地方非常緊繃。
如此久了，會逐漸在身上累積看不見的惡疾。
到了發作那天，對身體的劇變甚至會影響日常作息。

不過也不必太擔心。
日後有我跟著公子，以後睡前替我留一刻鐘的時間。
我會天天像這樣幫您舒緩身上的積勞。
這樣活動起來也會比較輕鬆。

（*用力推拿的氣息聲，30秒）
><肩背按摩，力道加重
哼——！嘿咻——嘿——！
（*特別用力推拿的氣息聲，30秒）

<<肩背按摩，用力而緩慢，結束

呼——！
目前這樣差不多了。
不得不說有些吃力呢。
果然沒辦法像公子那樣擅長體力活。
（*輕笑）

#草蓆摩擦聲@正面由近至遠

白野蓮子ASMR台本

肩膀動動看，是否有比較輕鬆？

太好了，看來成效不錯呢！
那麼這次能麻煩換成仰躺嗎？
接下來是幫您掏耳朵。

(*輕笑)我就知道。
公子沒有掏耳朵的習慣對吧？
肯定都是耳朵癢了才找支木籤往耳朵胡亂一掏。

那麼今天就讓您好好享受一下……掏耳朵的絕妙之處。

#衣物摩擦聲@側面移至正面
#草蓆摩擦聲@左右兩側近處(=爬至主角上方跪趴)

公子別慌，像這樣趴在面前，才好替您掏耳朵呀。
(*壞笑)
我不會踰矩的，畢竟剛剛都說了，有些事我希望能先等我們成親。
不過您也不可以趁機亂來喔！

(*輕笑)我相信您。
畢竟您為人如此正直，肯定會保持君子風度。

那麼稍等一下，我先取下髮簪。
#髮簪輕碰聲
#髮絲撫過耳畔聲@左右兩側近處

台野蓮子ASMR台本

等會我會慢慢往裡面掏，如果碰到會痛的地方要說喔。

>>左側掏耳棒掏耳，耳廓及較外側，溫柔且緩慢，開始

（*耳邊的氣息聲，60秒）

您的呼吸有點亂唷。
是因為靠很近在緊張嗎？
還是說……你在偷偷聞我身上的味道呢？

（*壞笑）
（耳語）萬一真的有反應也沒關係唷。
我不會笑的，但是絕對不能亂來喔。
我正在幫您掏耳朵，萬一亂動的話可能會受傷。
發生這種事就不妙了！

（*耳邊的氣息聲，60秒）

嗯……？
真的嗎？
你喜歡我把頭髮放下來的樣子呀。

（苦惱）嗯……
因為長髮不好做事，白天還是會髻起來。
不過晚上的話，我可以放下來給您看。
這樣就能讓您每天幹活時，都對夜晚充滿期待。

白野漣子ASMR台本

(*輕笑)

><左側掏耳棒掏耳，耳道較深處，溫柔且緩慢

(*耳邊的氣息聲，60秒)

嗯……深處的汙垢不少呢……
不過清理起來也更有成就感。

才不會呢，我完全不介意。
我的願望就是幫上您的忙。
能有效發揮掏耳朵的價值，對我來說可是求之不得呢！

(*耳邊的氣息聲，60秒)

<<左側掏耳棒掏耳，結束

(*耳邊輕柔的長吹氣)

(*輕笑)不好意思，讓您嚇一跳了嗎？
因為要換邊了，想說結束前這樣吹一吹，耳朵應該會更乾淨。

#衣物摩擦聲@由左至右

嗯？我的手嗎？
#慌張的衣物摩擦聲(=遮掩)
沒事，之前受了點小傷而已，現在已經痊癒了。

自製漫子ASMR台本

只是留了點疤，不太好看。

公子在意的話，以後我用衣袖遮著。
這樣就不會讓您見到難看的疤痕。

咦，沒關係嗎？
謝謝您不嫌棄。
您不僅善良，心胸也寬闊。
能被您這樣的好人所救真是我的福分。
我一定會加倍報恩給您。

>>右側掏耳棒掏耳，耳廓及較外側，溫柔且緩慢，開始

（*耳邊的氣息聲，60秒）

公子怎麼到現在還一直盯著我？

哈哈，說的也是。
畢竟我就貼在您面前，想不看也難呢。

不過可以的話，我推薦把雙眼閉上，並且全身放鬆。
用最自然、最輕鬆的姿勢感受掏耳朵。
這樣會非常舒服唷。
說不定一不小心還會睡著呢。
（*輕笑）

（*耳邊的氣息聲，60秒）

白野蓮子ASMR台本

接著我要掏得更深一點。
要不要深吸一口氣，試著更放鬆一點？

……嗯。

><右側掏耳棒掏耳，耳道較深處，溫柔且緩慢

仔細聽聽耳朵裡的聲音。
那是我的心意透過指尖傳達進您耳中的聲音。

（間隔5秒）

有沒有感覺更放鬆、更舒服呢？

(*輕笑)太好了。
當時在雪山救我的那份溫暖，如果能順利傳回您的心中就好了。

(*耳邊的氣息聲，60秒)

(*輕笑)真是的，眉頭皺那麼用力，怎麼可能放鬆呢。
眼睛不用閉得那麼刻意也沒關係唷。

原來是舒服到太興奮，反而睡不著嗎？
這還真是……
我都不知道該高興還是煩惱。
(*苦笑)

白野蓮子ASMR台本

謝謝您這麼滿意。
能讓您感到舒服是我的榮幸。
……雖然目的有點顛倒就是了。
(*輕笑)

(*耳邊的氣息聲，60秒)

<<右側掏耳棒掏耳，結束

(*耳邊輕柔的長吹氣)

兩邊的耳朵清乾淨了。
是否變得清爽許多呢？

您喜歡的話，我很樂意隨時幫您掏耳朵。
不過太頻繁的話也容易受傷，所以要有所克制喔。
(*輕笑)

#衣物摩擦聲@由近而遠(=女主角起身)
#草蓆摩擦聲@後方由近至遠(=主角起身)

接下來的話……
#衣服與肢體拍打聲(=女主角拍打裙襬)
我來幫忙燒菜吧！
公子平時都喜歡吃些什麼呢？

白野蓮子ASMR台本

（*得意的笑）

為了向公子報恩，我可沒少學習過呢！

#有些急躁的敲門聲，兩次

咦？

（停頓3秒）

……！

公子，您要去哪？

先等等。

這個時間突然有人來訪，總覺得有些可疑。

（緊張）不如我們先假裝不在？

這不是想不想多的事情，我只是擔心您……

#較粗重的腳步聲

啊、等等公子，先別開門，公子！

#豪邁的開木門聲

#槍聲

#倒地聲

（驚呼）不，公子！

#慌張的小跑步聲

（哭泣）不——！

為什麼您不聽我的勸呢……

白野蓮子ASMR台本

（怒火中燒）……醬板鴨！

想不到把妳壓在雪山下都還殺不死妳。

下次我絕對會讓妳屍骨無存！

（語調轉回哀傷）我的恩公，很抱歉這次又沒救到您。

下一次我一定要保護您。

下次不行就下下次，下下次再不行就再下次！

無論多少次我都會嘗試，直到這個輪迴結束。

所以……請您一定要等著我……

（停頓5秒）

#槍聲

白野蓮子ASMR台本