

心身一如

The body is our general medium for having a world.

Maurice Merleau-Ponty, *Phenomenology of Perception*

Experience is not what happens to you.

Experience is what you make of what happens to you.

Aldous Huxley, *Texts and Pretexts: An Anthology with Commentaries*

日常生活無法避免矛盾、口角、爭吵甚至暴力，儘管如此，在某些領域人們還是願意遵守共同的默契與規範。交通、運動與音樂成為人類互動方式文明化進程中所展現出的三種範例。交通，除了法規之外，我們通常也默許一些小小的壞習慣，只要馬路三寶不滿街跑，大體上可維持交通順暢。運動追求更高、更遠、更快，文無第一，武無第二，大家都想贏，但勝不驕敗不餒的公平競爭是基本信念。音樂則有些不同，交響樂強調和諧是明顯特點。偉大獨奏家不見得是成功團員。個人為了融入群體，必須入境隨俗獲得在地生活經驗。《美麗新世界》的作者赫胥黎曾表示，類似觀光體驗的一次性遭逢並無法形成經驗，經驗來自對體驗的迭代反思，產生的認識與回應才能積累成生活與生命經驗。

經驗既然如此重要，那麼成大生命經驗中究竟有哪些值得反芻的呢？「合力寫校史」呈現成大發展史中一段鮮為人知的轉折。〈台灣省立台南工業專科學校的緣起緣滅〉描述了戰後歷史轉型期，學校無論是在制度或學習內容上的回應。這段時間不長，如何賦予意義，在於當下的我們。



「觀點」圍繞上述提及的運動。〈成大體育年——跨域團隊合作精神的最佳練習場〉介紹了2025成大體育年。是否想過，為什麼學校擁有歷史悠久的體育校隊，卻無悠久的藝文校隊？大學中的體育究竟何用？體，從骨，從豐。骨，身也，豐，行禮之器也。究其精神，體育應在培養節制掌控身體的能力。〈身體與協作的練習：型一心身一如臺日協作展〉即從物理與生物性的身體入手，探索美感的身體，道德的身體，文化的身体，以及歷史的身體。心身一如的「型」(kata) 不只是輪廓外形、類型區分、動作集合，更不是規訓技術，是東方心身論的體現。

介於校隊與個人運動之外，大學中的體育活動還見諸於校方對各種體育性社團的鼓勵。成大286 有幸邀請了部分社團以文字與成人相見，歡迎有空一起來運動。由於邊緣參與了「型」的策展，因此此次接觸較多武術與舞蹈社團。〈充滿爆發與控制的張力〉（空手道社）、〈勝負就在一刀之間〉（劍道社）、〈身體的西洋棋〉（西洋劍社）、〈冷兵器的現代演武場〉（兵擊社）、〈靜中有力〉（騎射協會），以及〈舞動青春、震撼靈魂〉（舞蹈研究社）都具有內視身體以及探索身體與外界關係的內涵。武術競技的控制與文化禮儀的節制相表裡，舞蹈的身體則如河岸中的湍湍流水，在限制規訓中追求自由。雖然所有運動都需磨礪基本功以成就掌控與精準，但武術與舞蹈或許更能體現對身體技術的要求，畢竟我們都習慣把花時間打基礎稱為「練功夫」了。

球類運動其實是大學校園中的大宗。可惜這次只邀請到兩個社團。足球社以〈除了世界盃以外還有？〉為題，雖有邀請球友之意，卻意外觸及了運動的國際化流行趨勢與地域特色。臺灣足球人口不多，但球迷不少。拜仁慕尼黑，AC 米蘭，皇家馬德里……，各有死忠粉絲。網球社的〈速度 × 技巧 × 智慧〉呈現了另一種運動競技模式。無論單打或雙打，隔著球網，是沒有身體衝撞的君子之爭。網球在臺灣的運動人口有多少並不清楚，但「網壇四大天王」或謝淑薇的賽事，也經常成為新聞。

以雙腿驅動身體的運動是一類，以「交通工具」移動身體則是另一種。單車社追求介於汽車與行人之間的速度，以〈用最舒服的速度前進〉分享領略風景的方式。〈沒有冰也可以溜〉則是溜冰社熟悉的兩種速度，滑輪與冰刀。速度或許能帶來另一種寧靜，成大人不妨試試。

最後的「榕園記事」只收錄了〈在綠光中起舞—觀徐秀美個展心得〉一文。是藝術中心推出的展示，簡短描述觀看者與創作者在展場中的共舞。觀展經驗雖然私密，但作者大方分享其與作品的私密對話。共舞是誠實面對，必須是時間的藝術，因為必須在時間中慢慢醞釀發生。

AI 虛擬時代，絕對值得以身體技術重新思索心身二元與心身合一的問題。究竟是「我思，故我在」還是「六大所遍皆是我身，十界所有並是我心」？無論如何，成大人先動起來吧！