

東方身體文化的覺醒

蔡麗華、陳怡靜

摘要

隨著生活健康與身體保健的意識影響，人們開始意識到「身體」的重要性，體適能、有氧運動、瑜珈、太極拳、太極導引、藝術治療等課程也開始流行；傳統西方「奧林匹克」之身體文化中，講求更快、更遠、更高的教育目標，在此多元需求的世紀中，面臨了分化和挑戰。

舞蹈藝術界，在 90 年吹起「東方身體風潮」，此風潮中，國內外的一些舞蹈先進們，紛紛從太極拳、氣功、瑜珈、冥想等修練方法中得著靈感和啟發；除此之外，2001 年 9 月舉行的「亞洲東方人體文化研討會」中，劉峻驤教授提出了「東方人體文化」學門，正式將東方人體文化引進台灣，與學術界對話。

由以上諸多現象中，可知「東方身體文化」正在打破國內傳統以來，以西方體系為主的「身體教育」，包括舞者身體教育；研究者本著對「身體探索」之興趣，對於此一覺醒和趨勢十分關切，於是著手進行「東方身體文化」的相關研究。此篇「東方身體文化的覺醒」，提出了東西方身體觀的相異衝突與相同交會之處，並以「東方人體文研討會」和「東方身體風潮」作為進一步探討其「內涵」與「表現」的依據。

壹、緒論

2001 亞洲東方人體文化研討會，於 9 月在北體舉行，中國藝術研究院東方人體文化研究中心主任劉峻驤，在會中提出了「東方人體文化」學門，正式將東方人體文化引進台灣學術界。他認為：「東方人體文化和西方人體文化的根本區別在於，前者強調『內心、內外一致』，而後者則注重『張揚個性』及『表現自我』。」；早在學術界開始重視身體文化之前，舞蹈藝術界，在 90 年已吹起了「東方身體風潮」，此風潮中，國內外的一些舞蹈先進們，也紛紛從太極拳、氣功、瑜珈、冥想等東方修練方法中得著靈感和啟發，例如：後現代舞蹈家，黛伯拉 黑 (Deborah Hay)，從太極拳的練習中，領悟到身體從未有過的流動。舞蹈家林懷民、蔡麗華等人，則分別以太極導引為出發，創

作出〈水月〉與〈異色聯想〉之舞蹈品。〈表演藝術雜誌〉也在多期報導中，提出相關評論與訪談記錄，來介紹此一新風潮。以上事件與現象，皆點明了「東方身體」的觀念，在現今台灣受到重視與肯定。

貳、東西方「身體觀」的衝突與交會

「身體」在東、西方思想上，分別呈現如何的風貌？相異衝突與相同交會處又在何處？以下分四個重點，針對以上兩個問題，進行討論：

一、身體觀的提出

波蘭劇場大師葛羅托斯基 (Grotowski) 認為身體可分為「日常的身體」與「古老的身體」；前者因語言 (文化、社會) 的歧異而差異甚大；後者又可稱為「脊椎體」 (reptile body) 或動物體 (animal body) 具有人類皆同的普遍。作為一現代人，日常的身體和古老的身體必須同時活著、對立、互補，才可達到圓滿之境 (a totality, a fullness)；而日常的身體必須加以鍛鍊，使之不成為能量循環的障礙；同時，動物的身體必須加以導引，以免陷入能量之流而無法自拔。(鍾明德，民 90)。由其身體理論可知，東西方因語言 (文化、社會) 的歧異使得「日常的身體」呈現極大差異，在差異中各自彰顯其特色；然而「古老的身體」中特性，諸如害怕會顫抖、寒冷會屈身等自然身體反應，卻具有世界共通性的「肢體語言」，此乃通過身體，可以跨越語文鴻溝的道理。

體育學家陳定雄 (民 67) 在〈體育思想〉中，列舉出多位西方哲人對身體教育的看法和理念。例如：希臘荷馬 (Homer, 850 B.C) 相信「神」所喜愛的是強壯而又高度技術的優勝者，因為人類在此狀況下才能生存。洛克 (Locke 1623-1704) 在他的〈教育思想〉中則說：「教育的秘訣在身心的交互訓練。」、「健全的心靈寓於健全的身體是世界上一種愉快境界之簡短而完整的描述。」。康門紐斯 (Comenius 1592-1676) 說：「首先，必須注意我們靈魂，使其達到最高境界，其次，才注意到身體，使其成為靈魂的適當寓所」。盧梭 (Rousseau 1712-1788) 卻持相反看法，他在〈愛彌兒〉中一再強調：「自然意圖是先壯其身，再鍛其魂。」又說：「健康、敏捷之身是自然人最重要的條件，-----為了學習思考，人應令四肢、感覺、內臟器官活動起來，因為這些都是智慧的工具。」。大教育家裴絲塔洛齊 (Pestalozzi 1764-1827) 則認為：「智慧之運用及道德之表現以健康的身體為後盾，體育足以解放心靈對身體之約束，足以培養身體表現思想之能力。」。韻律體操之父達克羅茲

(Dalcroz1865-1950)說：「身體隨音樂旋律而動時，是一種美麗而調和的樂器。」。

身體治療師們也提出對身體的不同看法，Louise L.Hay(1991)提到：「身體就像生命中的每一樣事物，是我們內在思想及信念的一面明鏡，身體對我們說話，只要花時間傾聽，你身上的每一個細胞，都對你的每一個思想和語言做出反應」。完形動作治療師 Penny Lewis,提出「整體論」認為：一個人不能以部分來加以區分，也不能被簡單的歸納成某一種個體，身體內外組的組織以一種不可思議的方式進行轉換與互動，「自由的舞蹈」可以經驗到整體，隱約透露出尚未統合的內部訊息。治療師李宗芹(民85)在〈與心共舞〉中說：「東方文化中以不同於西方的另一種形式呈現身心合一、平衡和寧靜的追求。東方身體律動方式是以圓為移動。以太極拳為例，除講求氣的運用，柔的力量外，整個動作的身法、移動路徑都是圓的。」另外她在書中也提到夏威夷舞蹈中，手部與臀部的環形舞動，無限持續，帶給人們和宇宙合一的感覺；印度「納塔吉」(Nataraji)舞，藉由身體的不停的旋轉，跳到疲憊之後，倒下腹部著地，人的身體因此更接近大地，並藉此舞蹈，獲得心靈更新。

綜合以上文獻，研究者發現身體一直是人類欲求探索和理解的問題，「身體」與「心靈」的主客之戰，早在西方文化中，展開大量的探討，間接發展出解剖學、心理學等；然而反觀在東方文化中，「身心合一」的觀念，很早就有，身體與心靈乃至於自我與宇宙皆被視為一整體來討論，並且運用到各種東方身體運動中。在這樣一個極度現代化、西化的世紀，能有回看東方、關照傳統的現象產生，研究者在此稱之為「覺醒」(Awakening)。

二、西方身心二元論

美國學者 Thomas(1983)的研究指出：由於柏拉圖(Plato,427- 347B.C)的理性主義及笛卡爾(Descartes,1596-1650)的身心二元論(dualism)主張，使身體與心靈分離，身體居於心靈之下，因而導致體育與運動之意義與價值無法獲得學術界肯定。學者松本芳明，在日本第八屆體育史學會氣功專題討論會上，發表論文指出：近代的體育運動是立基於理性主義及笛卡爾身心二元論以降的科學觀，這種科學觀強調一切事物都要客觀地、合理地加以研究和控制，認為科學萬能，且在各種領域都強調自由競爭的理論；於是人的身體與自然都被當成「物」的對象來研究，因此在體育運動中忽略了其他內涵的運動文化。同樣在朱文忠(民82)的研究中表示：競技運動過度激發運動中的競爭性，人被當成「物」與「運動機器」來研究，人的尊嚴與人性受到輕視；而職業運動員被視作商品展示與買賣，使其人性價值為經濟價值所取代。

從以上體育史及哲學的考察中，皆歸結出，西方近代以來的體育運動，深受「理性主義」及「身心二元論」思潮的影響，這也是當代台灣體育運動界所面臨的問題來源之一。然而應如何思考身體在體育中的地位與角色？研究者以為，除了從西方的觀點來探究運動的現象與本質之外，還有一條新穎的思路，即是重新認識東方的身體觀。

三、東方身體氣論觀

李申（民82）表示：氣是東方特有的身體思想，亦是中國古代學術中最基本的哲學範疇。林德宏、張相輪（民84）提出：氣功是跨越傳統民族思想與現代科學文化的歷史概念。它包含著古代人對「自然進化」、「生命原理」、「身心關係」和「藥物化學」方面之概念。曹建之〈氣功導論〉一書中則以氣的「精、氣、神」結構和人體的「氣化結構」作為探討東方氣論觀的重點。胡孚琛在〈道家和道教形、氣、神三重結構的人體〉一文中表示：「道家的養生方術是從『煉形、行氣和存神』三個方面著手的。道教內丹養生學以『煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛』作為修煉的關鍵，這說明金丹大道本與天地造化同途，氣功是古代道家和道教學者，數千年來探究宇宙自然法則和人體科學的智慧結晶。」

劉長林在〈說氣〉一文中談到：「中國傳統看重自我的觀念和向內的思維方式，促使古人特別重視心性意念的作用和修煉，較早地注意到心與身關係，在整體觀的指示下，將調身、調息、調心三者統一起來考慮，-----就是中國最早的氣功。」其中又以〈抱朴子·至理〉的氣化觀點：「人在氣中，氣在人中」，與現代科學相互比較，發現氣具有物質、功能和信息三合一的特質，人體內的整體聯繫以及人體與宇宙的聯繫可通過「氣」而實現。

東方身體文化中，諸如氣功的機制與效用近年來透過大陸、日本、歐美及台灣等地以科學方法研究「氣」，得到肯定；以上文獻，皆說明了傳統氣論的身體觀是如何的延伸、發展、應用於內丹派、內家拳、氣功等修身法，同時，就在氣論與氣功相互交叉印證下，中國傳統身體文化得以流傳至今，立於不滅之地。

四、東西方身體觀的交會

湯淺泰雅於〈『氣之身體觀』在東亞哲學與科學中的探討及其與西洋的比較〉一文中指出：氣是在中國傳統，形而上學思考模式之下的產物，而「氣」是展現身心與萬物的依據。該文以禪宗的思想為主軸，道、儒、醫家等為輔，探討「氣之身體觀」，其中心內容歸結於「身心一如」的「身體思維」，他並將「氣之身體觀」與西洋科學、哲學思想相比較，發現它與梅洛龐帝

(M.Merleau-Ponty)所主張之「生命體」(Lived body)，亦即「體現」觀頗為相近。梅洛龐帝曾說：「知覺天賦是人類身體的『生成之理』，能感通外在世界或藝術作品(物)，而使得身體(我)與物的交感中，形成不同於傳統一元論，或主張物我、主客對立的二元論。」。他又再文集〈可見與不可見〉(1968)中強調要達到物我合一、互為主體後的另一種身體真實世界，必須不斷地感通藝術(物體)的本質，也唯有藉此萌發靈感的藝術創作，可以傳遞這種心理真實(Psychological reality)。吳士宏(民90)在「感通創作的心理現象」一文中，進一步的肯定梅氏論點，他認為：舞蹈語彙或美學(aesthetic reality)，透過此「感通」作用，才能具有深厚的內涵，同時又不會削弱創作的主體性。由以上得知，東方傳統的一元論或西方的二元論可以經由身體的體驗、感知、心靈的感通，以及藝術的表現，得到交會和解釋。

國內身心學者劉美珠(民88)，在〈提供體育教師另一思考方向〉一文中提到：「雖然現在西方提出了身心統合的『身心學』，嘗試發展出一系列引導現代人重新體認身體的論點、方法和技巧，但從其歷史發展來看，深受東方哲學思想的影響。東方雖然沒有明確而有系統的理論，但許多傳統鍛鍊身體的方法皆被西方學者重新詮釋，而列入身心統合的最佳良方。」她更清楚的點出，傳統鍛鍊身體的方法包括：中國的「氣功、靜功、自發功、太極、養生法」；日本的「合氣道、劍道、禪坐」；印度的「瑜珈、靜坐」。在90年東方人體文化研討會中，劉美珠將東方文化思維對西方身心學發展的支持，提出以下五點：(一)、無常與改變(Changing)(二)、身體的小宇宙(Microcosm)(三)、流動的身體觀：氣的概念(Chi wave and flowing)(四)、存在當下(Being in the moment)(五)、圓融、沉穩、平衡與和諧(Roundness、Groundness、Balance and Harmony)。以上文獻皆點明了，當代在東西方身體觀念之匯通處，於是研究者又產生了一個問題，為什麼會產生如此多「殊途同歸」的路徑？研究者取身心學家所言作結：東方與西方的神秘交流處，其實就在人類的身體。而此指的身體，可與前面羅托斯基(Grotowski)提出的「古老的身體」相互呼應。

參、東方身體文化

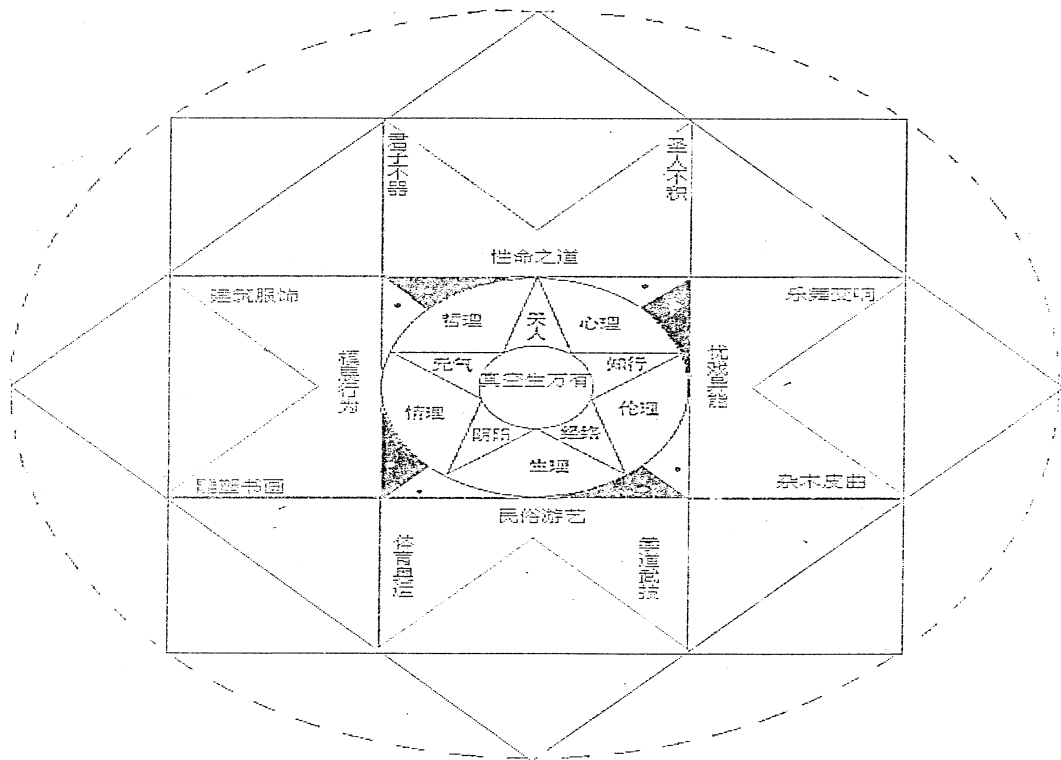
此章節將以「東方人體文化」研討會與舞蹈界興起之「東方身體風潮」作為論述「內涵」與「表現」的依據：

一、「東方人體文化」之內涵

「東方人體文化」此一名詞與學門，由劉峻驤提出，其指的是：以中國為中心，包括印度、日本、韓國的東方國家所創作豐富的人體文化。東方人體文化強調內心、內外一致，「內心」有兩層的意義，一是尊禮、一是表現內斂的情感，且東方人體文化可說是內修性與外練性緊密結合的一種具有高度理性精神又極富魅力的神秘意蘊文化。

以先秦諸子儒、道兩家為例：孔子整理原始禮樂開始其禮、仁、義、知的學術體系。老莊以張揚原始時代的「小國寡民」，「民知其母，不知其父，與麋鹿共處，耕而食，織而衣，無相害之心」的生殖文化精神從而提出的超世、順世、遊世的人生智慧，這些都是直接造就形成以內修性命為旨歸的東方人體文化特點。(劉峻驤，民 90) 劉教授將近十年研究中華原始藝術的結果，製作成「東方人體文化體系圖」，首次發表於研討會中，如圖：

東方人體文化體系圖



- 1、“外圓”象征宇宙，以“虚线”代表人类认识的界限，科学和人文都会不断扩大其界限。
- 2、“正四方形”象征人文学科。
- 3、“交角四方形”象征自然科学。
- 4、在人文与科学重叠的八角星象征东方人体文化根植八荒、花开百杂的内涵与外延。
- 5、中心四方与两圆间的五角星象征东方人体文化的理论基础，三论（天人合一论、知行一致论、元气环通论），二说（阴阳说、经络说），一图（太极图）。

此圖參考距今 6000 年大溪文化湯家崗類型彩陶盤的八角星紋圖，以原始藝術為源，並以宋儒周敦頤〈太極圖說〉為流，相互結合而創作。外圓虛線代表人類知識的界線，中心四方與兩圓間的五角星，象徵東方人體文化的理念基礎，即是「三論二說一圖」。根據劉教授的說法，三論指的是「天人合一論、知行合一論、元氣環通論」，二說是「陰陽說、經絡說」，一圖是「太極圖」。這樣的理論也包括了心理、生理、以及哲理的意涵。最後他還結合理念，創作了「九脈連環修身法」，作為理論與身體經驗的實際結合。

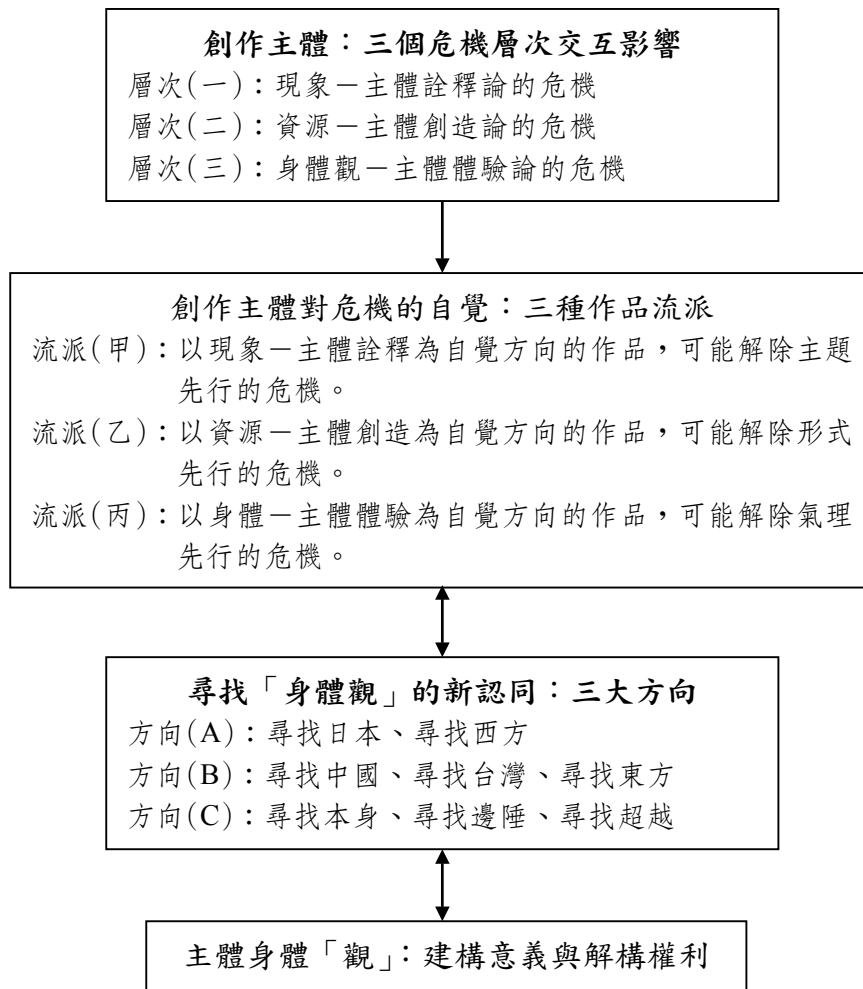
綜合多年劉教授對東方人體文化之研究心得，可知中國的身體觀離不開道家、醫家等的思想範疇，而其內涵，是全面開展，包羅萬象的，從性到命、由身到心、從個人到宇宙都能關注到；身體的表現也在此全面的關注下，發展出特色，例如：「求圓占中、子午陰陽、仿生超越、象形取意」以及「數術的身體觀」。李建民（民 90）；此外對於追求「天人合一」的境界——「至大無外和至小無內」的無限情境，李志明（民 90）在會中發表的〈中國武術之天人合一觀〉，有進一步描述：中國傳統道家思想有「人身小太極，宇宙大太極」的觀念，佛教亦有「一花一世界，一草一菩提」的思維，這種觀己身可以體天地之情，如同「庖丁解牛」，可以從生活中體會生命之理，而中國人「天人合一」或印度人「梵我如一」的境界，皆可以透過武術，以及藉由身體的體驗，進入宇宙的大世界。

二、「東方身體風潮」之舞蹈表現。

「東方身體風潮」是相對於西方而言，它的肇端是對台灣舞壇長久以來以西方為師之傳統的反動。（陳雅萍，52 期表藝）。此一風潮又名「新東方肢體觀」或「東方身體觀」，這裡指的是包含了：企圖擺脫西方舞蹈觀念及技法的影響，改由東方傳統身心律動哲學、技法、藝術觀點著手，重新尋找完全屬於個人的、當代之肢體美學的舞蹈。（王凌莉，民 89）

吳士宏（民 90）在〈為什麼是東方身體觀〉一文中，針對台灣這股「東方身體風潮」進行反省，並提出一些問題：（一）在追尋這種身體風潮的歷程中，創作體驗的美學與身體觀的意義如何建構？（二）如何避免建構出另一種主體虛化或霸權化的危機？他列出了反省模式，如下表：

台灣舞蹈創作的「東方身體觀」探索與反省模式



研究者認為這樣的一個檢討模式頗具新意，然而如何劃分流派？其指之危機是否只是見人見智的看法？這一連串的問題與創作者的身體觀有直接的關係，而創作者的身體觀又關係到其對東方身體文化的體認與經驗，體認與經驗是非常個人的，如何納入系統歸類？而藝術貴在創作，誰又願意被貼標籤或區隔開來分析討論？藝術評論往往在討論的同時，遭受到種種指責與批評，此現象也說明了，身體依賴經驗感受的特性，以及量化、格式化和語言化的困難度。

〈表演藝術〉第 51 期中，林亞婷以〈倒吃甘蔗，漸入佳境〉一文，報導了太古踏的《生之曼陀羅》、光環的《奧林匹克》及雲門的《流浪者之歌》等作品，作為東方身體風潮之例證；其文中對舞作的描述為下：林懷民在九四

年底推出心靈之作《流浪者之歌》，悠遠的喬治亞民歌和漫天撒下的金黃色穀粒是這場心路旅程的絕佳背景。隨著舞蹈的進行，身體逐漸與其語言脫離。「形」、「身」、「心」之間並非絕對地對立。《流浪者之歌》舞者們將瀑布般流瀉的穀粒奮力地撒向天空，全身的精力傳達的正是心靈的狂喜。扒穀的舞者專心致志地將滿台的穀粒耙成螺旋形，每一絲心力都放在那單純而徐緩的動作上，不再是表演而是行動、經歷。唯有如此，取自日本禪園的紀沙儀式才能被賦予厚實的內涵。

陳雅萍（民 86）在〈尋找東方〉一文中，總論十年來台灣舞壇的東方身體觀，其中專訪林秀偉、劉紹爐與陶馥蘭三位「東方身體觀」編舞家。根據其訪談紀錄與實際工作經驗，研究者整理於下：

林秀偉的舞蹈經常圍繞著母性生殖與宇宙動能的神祕關連，來探索身體與自然之關係。因此胎體、獸體(人體中所蘊含動物性的本能)、與原始性就成了她許多作品的基本要素。她創作發表的獨舞《女蝸》即是從女蝸創生伏羲的傳說為起點，描述萬物的誕生與人類的起源。作品《世紀末神話》中允指揉眼的身體表現，成了「太古踏舞團」重要的身體語言之一「胎體」，並藉由冥想，引發身體緩慢地收縮、舒展、孺動、滾動等動作。其舞蹈理念受日本舞蹈家永子與高麗影響很大，永子與高麗的舞蹈通常以一種高度緩慢而凝聚的身體狀態來喚起觀眾對事物的感覺與記憶。

舞蹈家陶馥蘭嘗試許多東方身體律動方式，包括中國的氣功、太極、日本的舞蹈及印度的瑜珈，透過這些身體律動方式，幫助她找到不同於西方現代舞技法的舞蹈方式。「冥想」則是她完成創作的媒介，透過冥想讓身心結合，肢體語言也在冥想的過程中構逐而成；她將這樣的肢體觀稱為「止觀釋肢體觀」。經過長時間的聚累，她對東方肢體的探索並不局限於純肢體律動的探究，舞蹈成為傳達哲理思想的手段，藉著身體呈顯觀想後的肢體美學，作品《大地的母親—蓋雅》傳達這種想法，《靈魂的圖像》則在舞台上展現她潛修東方身體的成果。即便面對新世紀和速度競爭的社會特性，她仍然不急不緩，因為她相信，身體律動要經歷冥想的過程，而冥想需要的是時間。

舞蹈家劉紹爐重視「氣」，他從太極與氣功中得到啟發，強調「氣身心」的舞蹈觀。六、七年來，劉紹爐努力將此的身體觀運用在「嬰兒油」肢體表現上，並陸續發表他藉著嬰兒油，探索東方人以氣帶動身體的律動方式。他表示：氣、身、心是一種整體的感覺，如果只是談其中某個部分，就很難說得清楚；在訓練舞者方面，使用「呼吸導引鬆筋法」，靠呼吸放鬆身體，會增強敏銳度，對舞蹈的基本要素如時間、空間、力量的掌握，以及跟別人的默契也會跟著增強。舞蹈要具備的重要法則，就是「安靜、敏銳」，唯有抽離

情緒，舞蹈的本質才會更清楚，如此才能讓觀眾看到創作者要表達的東西，間接對它產生情感。

由以上對四種舞蹈創作理念的描述中可得知，東方對待身體的思考方式，諸如：「純淨心靈」、「捨」、「單純徐緩」、「精氣神」、「冥想調息」、「鬆靜」、「自然」等概念已在舞蹈肢體表現中展開新的生命。

肆、結論

總結以上兩章節，研究者做出以下結論：

一、身體探索的矛盾與無限歷程

葛羅托斯基曾說：「活生生的東西是無法用概念來掌握的，定義只存在腦中。」儘管許多身體工作者，曾提出對身體的種種看法，肯定了藉由概念和方法，人們可以喚醒身體（awakening）知覺的事實；然而他們卻又再三拒絕將真實的「身體」變成一種「概念」；於是身體探索的矛盾就此展開，然而矛盾並不能阻止身體探索的工作，於是葛羅托斯基，又建構了「藝乘」（art as vehicle）的方法，即是透過藝術這條路，可以除去我執，以完整的面對生活。在此方法下，藝術成了一種生活與存在的方式，並且透過藝術可以免去身體概念化的危險。

多恩（John Donne）曾在〈初期狀況的祈禱〉中感嘆到：「為何我的心靈對於罪惡不能像身體對於疾病一樣，具有焦慮、預感、變化、抗體，以及懷疑？」以他的說法，即人的心思若轉向內在，則我們將會發現就連身體也難以理解心思的去向。栗山茂久也曾表示：在所有探索身體真相的過程中，我們有如盲人摸象，並隨時可能掉入羅生門般的陷阱。不同敘述中的真相之間有極大的差異，有時令人不得不對真相這個概念本身感到懷疑。研究者認為：儘管中西各方學術，如此用心不懈的找尋身體的真相，然而我們必須卑微的承認，人的真相是難以得知的；於是這樣一個艱難又無止境的探索與爭論將會帶領人們走向各種不同的境界，對於東方身體文化的探索也同樣是無止盡的。

二、東方身體文化的再思考

吳士宏（民 90）在〈評論、再評論、過度評論〉說：「舞蹈身體不可言說的特性，在古老中華文化的道家或禪宗的思想中早有淵源，但這並不表示，台灣的舞蹈創作者可以比西方人更容易掌握其精髓。」古名伸（民 86）「從誠實健康出發」一文也提出相同的論點，她說：「東方這標籤是一個迷思，應

該誠實面對自己，從最誠實的角度出發，讓動作發生。」。「健康有機」的身體是二十世紀末的非常重要的觀念，從我們的吃、生活形態，與環保觀念來看，是全球的趨勢，因此同樣的觀念下，是很難絕對的劃分東方和西方的，所以東西方身體觀會產生不謀而合的現象，是非常自然的。因此如何以東方身體文化出發，融會西方身體文化？又如何以身體經驗出發，匯通理論思想？成了下一步要努力的工作。從覺醒到發展，亦如從傳統到創新，我們有無止境的路要走，儘管身體不可言說的特性，與不可標籤和劃分的特性，阻礙於前，然換一角度思索，這樣一種對身體的討論，不正也是人類熱中於追尋意義、探求真理的必然過程，應予以鼓勵和肯定。

最後研究者將把劉駿驥教授的肺腑之言：「東西方人體文化的共榮互補，是人類自救新生的唯一道路。」，獻給每一位熱衷身體創作、探索和身體活動的人們。

參考文獻

- 平珩(民 84)。舞蹈欣賞。台北：三民書局。
- 吳謙(乾隆千年)。醫宗金鑑。台中；志遠。
- 吳士宏(民 90)。舞蹈評析與身體觀。台北：五南。
- 李建民(民 89)。死生之域-周秦漢脈學支源流。中研院歷史語言研究所。
- 李宗芹(民 85)。與心共舞—舞蹈治療的理論與實務。台北：張老師。
- 李立亨(民 89)。我的看舞隨身書。台北：天下。
- 許天治(民 76)。藝術感通之研究。台北：台灣省立博物館。
- 栗山茂久(民 89)。身體的語言。台北市；究竟。
- 張介賓(明)。類經圖翼。台北；新文豐。
- 歐建平(民 86)。舞蹈名人錄。台北市：洪葉文化事業有限公司。
- 陶馥蘭(民 85)。身體書。台北：萬象圖書。
- 陳定雄(民 67)。體育思想。台中：書恆。
- 楊儒賓編(民 82)。中國古代思想的氣論及身體觀。臺北：巨流。
- 趙捷、尤廉(民 82)。藝林析技。台北：萬象。
- 劉峻驥(民 85)。東方人體文化。上海：上海文藝。
- 劉思量。(民 81) 藝術心理學。台北：藝術家。
- 鍾明德(民 90)。神聖的藝術。台北：揚智。
- 鍾明德(民 88)。舞道--劉紹爐的舞蹈路徑與方法。台北市：時報。