

自然環境下的身體文化探究

莊珮琪*

摘 要

本研究起於研究者自身從事戶外運動的經驗，以及對於在自然環境下的身體活動所進行的反思。研究者透過自然的雙重性，以「能產的自然 (natura naturans)」與「所產的自然 (natura naturata)」解讀人在自然環境中所進行的身體活動、身體活動經驗所呈現出的文化意涵，以及對意向到此自然空間、身體活動與文化意涵而生產意義的自我主體進行反思。研究發現，自古以來，所產的自然被視為人類得以統治並且分配的客體，無論是早期的勞動對象或晚近的休閒、消費對象。另一方面，人類與至高無上的能產自然互動下，在自然環境下的身體活動具有不同層面的文化意涵，包括鄉愁似的回歸自然、充滿沉思的鄉間步行、探險未知的壯遊之旅、攀高越嶺的征服與朝聖般的苦行等。最後，研究者回到現象本身，以個人身體經驗歸結出「浩瀚感」與「私密感」兩項具普世性的本質。研究者希冀能透過在自然環境中活動的身體與自然進行對話，重新定位自然的位置，尊重其為複數、多元且異質的空間，並致力發展與其公平與正義的關係，始能獲得人與自然之間的平衡。

關鍵詞：能產的自然、所產的自然、自然環境、身體文化

* 莊珮琪，國立臺灣師範大學體育系博士生，E-mail: chuangpeichi@hotmail.com

A Study of Body Culture in Nature

Pei-Chi Chuang *

Abstract

This study was inspired by the reflection on researcher's physical practice in natural environment. The concepts of "natura naturans" and "natura naturata" are adopted to explain the role of nature, the meaning of physical activities and its cultural background in the natural environment whereas the human-subject who produces meanings by taking part of it is reflected as well. The results show that "natura naturata" has been considered as an object which can be controlled, distributed and consumed. Moreover, human beings create both personal and cultural meanings by their interaction with supreme "natura naturans". Hence, different ideas including nostalgia, meditation, adventure, conquering and pilgrimage can be connected with multiple physical practices in nature, and the universality of "immensity" and "intimacy" can be identified based on these personal experiences. In conclusion, through the understanding of body culture in nature, we would be able to relocate the role and situation of nature; and further, to respect it as an equal subject to human beings. Thus, a balance between nature and human beings can be expected in the future.

Keywords: natura naturans, natura naturata, natural environment, body culture

* Pei-Chi Chuang, Doctoral Student, Department of Physical Education, National Taiwan Normal University.

*Nature is a child at play; it gives meanings, but in the manner of a child who is playing, and this meaning is never total.*¹

一、緒論

簡單來說，研究者喜歡登山、健行、定向越野這類可以接觸自然環境的身體活動；而這樣一個現象，如果僅以個人興趣歸結，將不會有下文的討論與反思。實際的情況是，當我看著自己，再看看他人，這樣的一個喜好，在不同人身上，確實有著不同的發生與迴響。記得有一次和朋友聊天的時候，朋友談到：「並不是每個人都和我們一樣喜歡大自然；像我周遭的人，會想去爬山、往大自然跑的，其實沒幾個。」仔細想想，撇開幾個興趣相投的同好外，身邊會想往山裡跑的家人、朋友，確實屈指可數。誠然，對這些不喜涉足自然環境的人而言，或許沒有這樣的身體經驗足以激起動機、生產意義，進而以此為對象進行反思。然而，對我們這群愛好大自然的人而言，親近大自然一事，確實在我們身體經驗上發生，並持續影響著我們的情感與行為，無論是從自然裡獲得能量、力量，造成自我改變、自我成就、自我實現等實用性質，抑或僅是單純為了「我在自然裡」這樣的存在感，在在顯示這樣的具體經驗確實在我們這群人身上共享著普世性 (universal) 的價值。歐宗明即曾以細膩的筆調描寫許多登山經驗者的動機與經驗：有藉由接近大自然放鬆心情的、維持身體健康的；有習慣每日清晨或傍晚到山林走走的；有逃離日常生活壓力往高山去的；有視爬山為挑

¹ 原文摘自 Maurice Merleau-Ponty, *The Nature: Course Notes from the Collège De France* (Evanston, Illinois: Northwestern University Press, 2003), 84. 梅洛龐蒂在文中指出，這句話出自於希臘哲學家赫拉克里特斯 (Heraclitus, 540-480 B.C.)，該書註釋則認為此為梅洛龐蒂藉著赫拉克里特斯所說的“Time is a child playing draughts.”所作的衍意。

戰、征服的；有透過野外冒險體驗探索未知，甚而增進個人復原力、社會適應能力的；當然也有把登山當成工作的；甚至是把山林土地視為認同、依戀等情感象徵。²由此可見，即使單就不同研究者的「登山經驗」已呈現五花八門的情感與行動，更遑論在自然環境裡各式各樣的身體活動。

對研究者而言，從事登山、健行，以及各種在自然環境所進行的身體活動，又是為了什麼？在自己的研究筆記裡，曾寫到：「不知道為什麼，就是覺得時間到了，該是離開這裡，往山上去的時候了。」這是什麼意思？似乎有為了放鬆心情、釋放壓力的意圖，但也不乏探索未知、找尋自我的企圖；然而，事實上，真的是這些目的或功能驅使我往野外前進嗎？難道不僅僅是為了在大自然裡跑跑跳跳，攀爬過一座一座高聳的山、跑過一片片廣闊的森林、穿越過一望無際的草原、踩跳過一條條小溪、遭遇到不同樣貌的生物等體驗的這個過程嗎？一旦研究者將在自然裡的身體活動經驗當成「思」的對象的時候，首當其衝的是直接而清楚地展示在眼前，來自自然環境所昭示的衝擊；或者是混雜著酸楚、疼痛的身體感知；還有些是看不見的、無以名之的情緒起伏。因此，研究者將透過相關文獻的整理、參與觀察與深度訪談等研究方法，爬梳個體在面對自然環境、在自然環境中進行身體活動，以及這樣的身體活動經驗所呈現出的意義，進而嘗試梳理生產這些意義背後的社會、文化脈絡，並透過對在此空間、行動、意義生產的主體進行反思，期使這副自然環境下的運動身體，在遊走社會空間與自然空間的同時，為兩個生活空間搭起橋樑，取得人類身體與生活空間和諧與平衡的關係。

² 歐宗明，〈登山經驗的現象學探索——在身與心之間〉，《運動文化研究》，21（臺北，2012.12）：38-39。意者可參考文中對於不同登山經驗研究者所做的說明，同是登山這個行動，卻有著各異其趣的目的、實踐方式，以及反思。

二、所產的自然與身體活動

在進入自然環境的身體活動經驗的剖析之前，必須透過釐清自然的定義，建構出對自然環境的勾畫，進而區隔出在自然環境的身體活動，與健身運動、競技運動的差異，以利理解研究者以此為題的特殊性與必要性。

(一)自然的定義

自然是什麼？nature 的字源於拉丁文 *natura*，其義為天地萬物之道 (the course of things, natural character)，希臘文 *physis* (φύσις) 則意為植物、動物及其他世界面貌自身發展出來的內在特色；亞里斯多德在《形而上學》書中即列出自然一詞的六種解釋：1.生長物的生長；2.生長物的種子；3.自然物的運動根源；4.質料；5.自然物的本質；6.任何事物的本質。³換句話說，古希臘時期的哲學家乃以探究本質的方式去理解自然，企圖在變化多端且具有偉大力量中尋找其本質，因而提出萬物的本源是水、火、氣、土等多種不同的元素理論。接續上述定義，可從中提煉出自然的雙重性，其一為 *natura naturans* (nature naturing)，是謂能產的自然，即為一生產者、無限者、是至高無上的準則，是意義寓居之處；另一則為 *natura naturata* (nature natured)，亦即所產的自然，意指產物、是純粹的外在生成之物。⁴時至近代，自然的定義日趨於具體。牛津英文字典裡的 *nature* 一字的解釋有：“1.the phenomena of the physical world collectively, including plants, animals, the landscape, and other features and products of the earth, as

³ 吳國盛，《希臘空間概念》（北京：中國人民大學，2010），126-134。

⁴ 基督教文明以降，能產的自然為創世紀的一部分，自然是依據其自然律而運行，自行生產；此在爾後的自然哲學裡有諸多的討論。參照 Maurice, Merleau-Ponty, *The Nature: Course Notes from the Collège De France*, 9.

opposed to humans or human creations; 2.the basic or inherent features, character, or qualities of something.”簡言之，自然意指物質世界的集合體，以及事物的本性。⁵19世紀英國哲學家彌爾(John Stuart Mill, 1806-1873)在‘nature’一文亦有同樣的定義：指事物及其所有屬性的集合所構成的整個系統，或者是指未受到人類干預，按其本來的樣子所是的事物。⁶在我國教育部公告的字典裡查詢到的自然一詞，主要解釋有二：1.天然生成的東西，如空氣、日光、山河等皆是。如：大自然、自然界；2.非由人工製造而是渾然天成的。⁷爰此，在古今不同用法中，「自然」的概念可說包羅萬象，從具有生命的動植物種類的普遍領域，至無生命物體的物理過程皆可稱之。

研究者在本段所稱之「自然」，指的是實際接觸到的自然，亦即，所產的自然，與現代人所理解的外在自然物或自然界較為相近；一般亦指「自然環境」或「荒野(wilderness)」——包括有野生動、植物、岩石、沙灘及本質上未受人類介入，或是即使受人類介入仍然存留的東西。然而，梅洛龐蒂曾指出，我們所設想的自然概念，不可能不摻雜人為的痕跡。⁸此外，地理學家亦宣稱，大部分我們稱為自然的東西，至少就地表生態及大氣來說，都已經被人類活動大大地改變了。⁹因此，研究者將進一步釐清「自然」一詞在人類歷史中，無論是在實景上，抑或社會文化的意義上所產生的變化。

⁵ “Nature,” *Oxford Dictionaries*, <<http://oxforddictionaries.com/>>, 17 Oct. 2013, <<http://oxforddictionaries.com/definition/english/nature?q=nature>>.

⁶ John Stuart Mill, *Three Essays on Religion* (New York: Broadview Press, 1874), 3-7.

⁷ 教育部國語推行委員會，〈自然〉，<<http://dict.revised.moe.edu.tw/cgi-bin/newDict/dict.sh?cond=%A6%DB%B5M&pieceLen=50&fld=1&cat=&ukey=1151091737&serial=1&recNo=11&op=f&imgFont=1>>，2013.10.17 檢索。

⁸ Maurice, Merleau-Ponty, *The Nature: Course Notes from the Collège De France*, 86.

⁹ B. L. Turner, W. Kates Robert and B. Meyer William, “The Earth as Transformed by Human Action in Retrospect,” *Annals of the Association of American Geographers*, 84.4 (Washington, DC, Dec. 1994): 711-715.

(二)從歷史脈絡觀看「所產的自然」與身體活動

■城市的歷史與自然

自然一詞的英文為nature，時常用陰性的她 (she) 代表，此即與自然的生產力有著極大的關係。下文將從所產的自然與人類的交互關係出發，探究自然環境在人類發展的角色，以及社會文化上的意義。

人類，被視為萬物之靈，看似是自然的一份子，卻又無視於自然的定律。動物學家莫理斯 (Desmond Morris, 1928-) 在《人這種動物 (*The Human Animal*) 》這本書中寫到：「我們來自於動物的遺傳遠比我們平常願意承認的要多。」就動物學的觀點看來，即使人類從猿猴演化而來的過程眾說紛紜，轉捩點確實是用後腿站立起來跨出的第一步，自此，人類得以空出雙手，並透過製作武器與工具維生；換句話說，人類在沒有尖牙利爪的情況下，透過這些人造器具延伸了自身肢體，彌補人類生物上的缺陷，大幅增進對於周遭世界的控制。人類的歷史即是從這副能夠長時間直立、得以邁開大步走路的身體開始。¹⁰靈活敏捷的手腳讓人類進入草原游獵及逐水畔而居的生活，而投擲、射擊、追逐等等狩獵、捕食、採集等身體活動，皆可謂為體育運動之源。¹¹多元化的飲食與營養間接促進智力發展後，人類的溝通、協調與分工合作的能力完全凌駕其他物種，距今一萬年左右，人類以農牧取代游獵，食物變更多了，部落形成了，緊接著村落發展成城鎮，城鎮再發展成都市，短短幾個世紀，人類就遠離了自然。¹²

能產的自然既是神的作為，用單數形表示並不意外；然而，在人類邁向文明發展之際，所產的自然儼然取代了自然的神聖性，形構成更為多元

¹⁰ Desmond Morris 著，《人這種動物 (*The Human Animal: A Personal View of the Human Species*) 》(楊麗瓊譯)(臺北：臺灣商務，1999)，3、8-11、57-91。

¹¹ 許義雄等，《運動文化與運動教育》(臺北：師大書苑，2003)，21。

¹² Desmond Morris 著，《人這種動物 (*The Human Animal: A Personal View of the Human Species*) 》，57-91。

的概念。文化研究者威廉斯 (Raymond Williams, 1921-1988) 在 'Ideas of Nature' 一文中，即對單數的「自然」一詞提出質疑，他認為「自然」是語言中最複雜的一個詞，當人們提到這個詞時，指得不僅僅是一草一木、山水或動物等概念，它還包括人類所處的世界和與其共存的關係；因此，當我們談論自然時，亦不可避免地談論了文化。換句話說，自然這個詞有著大量的，常被忽視的人類歷史觀念和經驗，隨著世紀演變，它不但複雜難懂還持續變化。¹³麥諾登 (Phil Macnaghten) 與烏利 (John Urry, 1946-) 在 "*Contested Natures*" 一書中，則直接反駁以單數來理解「自然」的論述，他們認為，當文明進入人類的歷史後，自然和社會即被劃分為二，然而，當實際考究「自然」這個名詞時，其意義卻比一般大眾所認知到的更廣泛多元。¹⁴莫蘭達 (Scott Moranda) 進一步表示，代表自然、原始的山林、原野、溪流及海洋等空間，與人類的政治、經濟、宗教、休閒等符號密不可分。¹⁵因此，我們耳熟能詳且不疑有它的「自然」，其實並不如字面上那般單純無瑕。長久以來，它是作為被置於人類的社會文化關係下理解的客體而存在，因此，欲探究自然環境下的身體文化，首先必須釐清人類身體活動在自然環境中移動的歷史。

由於對自然環境的研究是晚近才興起的課題，因此，研究者輾轉藉著城市空間的歷史，旁敲側擊瞭解位於社會邊緣的自然環境。桑內特 (Richard Sennett, 1943-) 在《肉體與石頭 (*Flesh and Stone*)》這部以人類的身體體驗寫成的城市歷史，描述古典希臘時期的雅典、神聖羅馬帝國時期的羅馬城、16 世紀的威尼斯，18 世紀法國革命前後的巴黎、19 世紀繁

¹³ R. Williams, *Problem in Materialism and Culture: Selected Essays* (London: Verso, 1980), 67.

¹⁴ Phil Macnaghten and John Urry, *Contested Natures* (Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 1998), 1-5.

¹⁵ Moranda, Scott, "Maps, Markers and Bodies: Hikers Constructing the Nation in German Forests." *The National Project* (Dec. 2000). <<http://www.nationalismproject.org/articles/Moranda/moranda.html>>.

華的倫敦及 20 世紀多元融合的紐約等大城市中生活的人類身體經驗，試圖勾勒出人在社會空間中受到權力支配的關係與結構；而自然的角色在此即作為被支配的對象。以人口密集的雅典城為例，牆外的土地是奴隸得以透過勞動提供橄欖、葡萄、白銀、大理石等物質換取生存的空間。¹⁶換句話說，自然除了象徵蠻荒外，亦是勞動者賴以生存的對象。在此，值得關注的對比是，希臘文明所崇尚的赤裸的、力與美的身體，多賴於在體操場的鍛鍊；¹⁷而古希臘哲人所強調的休閒概念，主要則是一種心靈的自由狀態，透過沉思獲致真理，得到真正的快樂，與現今休閒產業所仰賴的自然環境大異其趣。¹⁸

經過幾個世紀的推移，身體的移動性隨著交通網絡的發展日益提高，人口大量向都市集中後，經濟條件和社會階級的邊界亦逐漸模糊，此後，社會與自然環境的發展亦產生極大轉變。原本劃分在社會空間外的自然環境，從野蠻不毛之地提升為「都市之肺」；18 世紀時，在巴黎、倫敦、紐約等大都市開始規劃建設大型公園，作為提供居民呼吸新鮮空氣的場所；至 20 世紀中葉，公園周邊與市郊區域反而成為中產階級的住家首選；¹⁹此外，透過商業包裝，公園或市郊所提供的浪漫元素，成為能自由移動的人類身體追求健康、舒適，甚至是炫耀象徵的指標；有趣的是，人類對自然控制已不滿足於自然生成的、雜亂無章、缺乏秩序的自然景物，取而代之的是奇花異草、亂中有序的庭園造景，乾淨、衛生的公園綠地。²⁰由上可

¹⁶ Richard Sennett 著，《肉體與石頭 (Flesh and Stone: The Body and the City in Western Civilization)》(黃裕文譯)(臺北：麥田，2003)，45。

¹⁷ Richard Sennett 著，《肉體與石頭 (Flesh and Stone: The Body and the City in Western Civilization)》, 39-88。

¹⁸ Josef Pieper 著，《閒暇：一種靈魂的狀態 (Leisure: The Basis of Culture)》(劉森堯譯)(新北：立緒文化，2009)，52-58。

¹⁹ 郭奇正，〈衛生、城市現代基礎設施與商品化過程中的身體經驗——上海里弄住宅的社會形構〉，《體物入微：物與身體感的研究》(余舜德編)(新竹：清華大學，2008)，83-134。

²⁰ Thorstein Veblen 著，《有閒階級論 (The Theory of the Leisure Class)》(李華夏譯)(臺北：左岸文化，2007)，112-116。

見，自然環境一方面仍是物質世界的集合體，另一方面卻逐漸與其發生的本性漸行漸遠；爰此，研究者將透過人類勞動與自然環境的相互關係，繼續勾勒自然環境下身體活動的面貌。

■對自然的統治與支配

從人類是萬物之靈這句話，我們可以看出人類是自然界的支配者的隱喻。笛卡兒 (René Descartes, 1596-1650) 曾在《笛卡兒談談方法》一書中提到：「我們可以撇開經院中講授的那種思辯哲學，憑著這些看法發現一種實踐哲學，把火、水、空氣、星辰、天宇以及周圍一切物體的力量和作用認識得一清二楚……充分利用這些力量，成為支配自然界的主人翁。」²¹啟蒙時代以降，自然時常被視為資本財產的組成部分——供人類開採、利用的資源，因而對自然的統治是切實可行的計畫；此外，由於人類意識到自然資源的相對稀少，因此，對自然資源進行分配亦成為首要任務。馬克思 (Karl Marx, 1818-1883) 即認為，人為了自身需要而改造自然界的所有事物，並占有其生產。再者，人類一方面對立於自然，同時卻也是自然本身力量的一部分，人類透過他的手、腿與頭——自然有機的身體，去影響外部世界並改變它；人類將文化標誌強加在自然上，以弱化自然的邊界，在此同時，人類對自然的依賴減少，自身的本性亦受到改變。²²換句話說，人與自然的交流是一種生產性且目的性的行動，人類享有對自然世界主動積極的統治與支配權，而自然環境則是被人類文化詮釋的客體。

對自然的控制亦可見於自然界孕育萬物的陰性生育特質。哈洛威 (Donna Haraway, 1944-) 曾在《猿猴、賽伯格和女人：重新發明自然 (Simians, Cyborgs, and Women: The Reinvention of Nature) 》書中亦提及，

²¹ René Descartes 著，《笛卡兒談談方法》(王太慶譯)(臺北：網路與書，2007)，126。

²² 引自 Bryan S. Turner 著，《身體與社會理論 (The Body & Society: Explorations in Social Theory) 》(謝明珊譯)(新北：韋伯，2010)：291-295。

自然在文明進程中，與他者、陰性、原始、生育、女性等概念劃分在一次等的範疇。²³現代的知識體系延續馬克思的理論，將人透過勞動支配、占用或中介自然的論述挪用至女性身體的處境。女性主義先驅西蒙·波娃 (Simone de Beauvoir, 1908-1986) 雖以 “One is not born, but rather becomes, a woman” 試圖推翻生物決定論並提出社會建構論，卻未能成功地將女性生殖的生理特徵與自然的界線劃分清楚，女性角色在社會結構下，仍舊擺脫不了被動的、生產的意識型態。²⁴值得關注的是，當自然與女性劃上等號的同時，女性在家屋外的空間進行身體活動卻受到文明視線的制約。長期以來，女性作為男性的所有物，所處的空間僅限於家居環境，社會文化教育女性恪守待在室內的本分，建築物儼然成為男性對女性的控制。然而，透過英國作家珍·奧斯汀 (Jane Austen, 1775-1817) 的著作，我們得以窺見女性的身體活動與社會文化、自然環境相互牽引的意義，特別是其著名小說《傲慢與偏見 (Pride and Prejudice) 》的女主角 Elizabeth Bennet，即以特立獨行、顛覆傳統的野地步行而聞名，該書反映出自然環境在當代社會文化的附屬地位，並透過女性參與戶外運動的社會批判，呈現出新時代女性透過獨自步行爭取身體與精神自由的具體行動。²⁵

■ 自然資源與消費

齊美爾 (Georg Simmel, 1858-1918) 曾在其〈風景的哲學〉這篇散文中提到，當我們到野外去，看著樹木、江河、草地、田野或山丘，以及那光和雲變換無窮的相交輝映，確切地來講，我們視野裡看到的是「風景」。風景超脫大自然的要素，和大自然要素的特殊涵義是沒有關連的。換句話

²³ Donna J. Haraway 著，《猿猴、賽伯格和女人：重新發明自然 (Simians, Cyborgs and Women: The Reinvention of Nature) 》(張君玫譯)(臺北：群學，2010)，109-203。

²⁴ 譯文可作：「人非生而為女人，反倒是成為女人。」Simone de Beauvoir, *The Second Sex* (London: Vintage Books, 1973), 301.

²⁵ 珍·奧斯汀的小說時常以獨立自主的女性為題材，可參閱 Jane Austen, *Jane Austen: Four Complete Novels: Sense and Sensibility/ Pride and Prejudice/ Emma/ Northanger Abbey* (Arkansas: Advantage Pub Group, 2010).

說，風景是一種形成物，它從一個整體的部分變成一個獨立的個體，而人、群體及形成物互相交織出複雜的關係，使得到處都存在著二重性；風景的情調是一種心理狀態，它存在於觀察者的感知反饋中，因此，對風景的感知，反映出觀看者對該風景素材的直觀與情感基礎。²⁶ 由此脈絡看來，即不難理解自然的角色轉變。彌爾絲 (Stephanie Mills) 說：「在美國，他們看到的不是森林，而是木材。」²⁷ 研究者無法判別這句話是否過度嘲諷資本主義掛帥的美國，然而，較為公允的說法應該是，邁入 20 世紀後半葉，自然的角色從勞動的對象轉變為消費的對象，成為具有休閒遊憩等商業價值的載體。首先，以戶外遊憩的定義為例：那些可在戶外進行，直接關連或倚賴大自然，並使參與者直接接觸這些自然要素的遊憩經驗與活動。²⁸ 換句話說，鄰近都市的森林與水域被保留的主要原因或許在其休閒遊憩的經濟效益。

休閒理論的先驅范伯倫 (Thorstein B. Veblen, 1857-1929) 曾論及，富裕階級展示其財富的方式有二：炫耀性消費與勞務免除；此皆與對自然環境的消費密不可分。²⁹ 布迪厄 (Pierre Bourdieu, 1930-2002) 進一步對體現的慣習 (habitus) 來解讀身體如何展現其社會背景、社經地位、文化品味、價值觀等資訊；簡單的說，做什麼運動、吃什麼食物、穿什麼衣服、因勞動或運動所造成的肌肉分配，都是秀異得以發揮其宣示效用的領域。³⁰ 即便休閒的種類有許多種，其基本元素卻不離「個人自己支配的時間」或「不受職責束縛的自由時間」，因此，撇開自然環境本身的經濟價值，從事戶外遊憩所需的經濟基礎和移動能力確實亦高於其他種類的休閒活動。如同

²⁶ Georg Simmel 著，〈風景的哲學〉，《橋與門，齊美爾隨筆集》（姚鵬編）（中國：貓頭鷹文庫，1989），159-175。

²⁷ Stephanie Mills 著，〈物種滅絕危機，陰魂不散〉（朱琳譯），《消費的慾望 (Consuming Desires)》（Bill McKibben 編）（北京：中國社會科學，2007），108。

²⁸ Douglas M. Knudson, *Outdoor Recreation* (New York: Macmillan, 1984), 12-15.

²⁹ Thorstein Veblen, 《有閒階級論 (The Theory of the Leisure Class)》，66-88、156-172。

³⁰ Pierre Bourdieu, "Sport and Social Class," *Social Science Information*, 17.6 (Paris, Dec. 1978): 819-840.

多數戶外研究所示，其參與者多數屬高學歷、社經地位的群體，且其參與者與其所使用的器材設備，亦成為階級攀比的象徵。³¹雖然不同於都市裡的運動空間有著供給和需求上的資源分配問題，在自然環境下進行身體活動，並無固定的活動空間，甚者，這群身體實踐者根本無法滿足於待在恆常不變的自然環境，因而，尋求不斷變化的自然環境需求亦是資源與消費的一部分。

綜上所述，人類最早的身體活動源起於與自然環境相互抗衡，透過雙手製作的器物延伸自身肢體，擴大對周遭世界的控制。經知識論長期建構，自然與社會被理解為二元對立的空間，而「自然」觀念受社會制約，孕育萬物的自然淪為人類得以統治並且分配的客體，無論是早期的勞動對象到晚近的休閒場域，在在顯示自然環境下的身體活動，與勞動、經濟價值、社會規範密不可分。換句話說，素樸的自然已不可得，每一種對自然的認知總不免以隱晦的方式訴說著人類整體社會的構成經過。

三、能產的自然與身體文化

萊布尼茲 (Gottfried Wilhelm Leibniz, 1646-1716) 曾說，若欲觀察事物的本質，無非是觀察我們自身精神的本質。³²因此，在檢視完自然的定義，以及自然環境在人類文明中所占的位置後，研究者將回到對身體活動的觀察，並著重於基於身體活動所建構出文化意涵，進而探究人與至高無上的能產自然互動下，所產生的意義與生命價值。

³¹ 參閱李佩璇，〈自行車的休閒化：休閒實作型式的象徵鬥爭〉（臺北：國立臺灣大學碩士論文，2008），23-30。

³² 引自 David Harvey 著，〈正義、自然和差異地理學 (Justice, Nature, and the Geography of Difference) 〉（上海：上海人民，2010），81。

(一) 身體文化的定義

身體是人類生存的依據，沒有這副軀體，我們就不存在。然而，這副具象的身體，在歷史長河中，卻始終備受輕視。自古希臘哲學起，身體僅被視為一只臭皮囊，是高貴無瑕心靈的牢籠。17世紀，在笛卡兒「我思，故我在」的主張影響下，強調精神與身體相分離，且身體從屬於精神，更將身體的貶抑推向極致；至19世紀末，尼采 (Friedrich Wilhelm Nietzsche, 1844-1900) 開始談論身體；³³ 沙特 (Jean-Paul Sartre, 1905-1980) 和梅洛龐蒂 (Maurice Merleau-Ponty, 1908-1961) 接著將其視為主體後，³⁴ 身體的議題才逐漸受到重視。自此，身體不再被視為一個消極被動的場所，從而變成一個活生生的存在。在此理論基礎下，以身體為主體的研究，逐漸成為國內外學界關注的主題；無論是與科技結合的醫學及自然科學議題，討論身體與權力相互銘刻的社會學及政治學議題，理解身體與文化關係的人類學取徑，在文史哲學領域中，亦有包羅萬象的身體與知覺之研究。身體主體的多樣性，激發不同學術領域的多元觀點，亦影響了與其息息相關的運動場域。

與身體息息相關之運動場域，其複雜性亦不遑多讓。單僅就「運動 (Sport)」一詞而言，廣義的如聯合國教科文組織 (UNESCO) 下屬的「國際運動暨體育會議 (International Council of Sport and Physical Education, ICSPE)」所發表的〈運動宣言 (Declaration on Sport)〉：

Any physical activity which has the character of play and which involves a struggle with oneself or with others, or a confrontation with natural

³³ 文軍，〈身體意識的覺醒：西方身體社會學論的發展及其反思〉，《華東師範大學學報》，6 (上海，2008)：73-81。

³⁴ 楊大春，〈梅洛龐蒂〉 (臺北：生智，2003)，92-149。

elements, is a sport.³⁵

即定義「運動」是一種與自己、與他人以及與大自然搏鬥的身體活動。中央研究院研究員湯志傑亦曾整理「體育」與「運動」在臺灣發展之軌跡及其意涵，指出「運動」一詞為一無法定義之歷史產物，一面是由國家主導，以規訓為取向的體育；一面是以模仿、習自西方，以遊戲、競賽為核心的運動；兩者之外，尚有受本土傳統影響的養生及健身元素，共同匯集於本土而產生此混雜狀態；³⁶隨後，湯志傑續發表〈運動：一個詞彙，兩種不同的身體文化〉，將西式競賽運動與東方養生文化皆視為「身體文化」，試圖調和其混雜性。³⁷

西方文化同樣面臨“Sport”一詞的不明確性，因此，丹麥運動人類學者艾希伯格 (Henning Eichberg, 1942-) 即以身體文化 (body culture) 一詞論述身體活動及與其相關的社會文化脈絡。相較源於英國的近代運動概念，北歐人的運動觀，偏向非競技性的運動，舉凡遊戲、體操、舞蹈、節慶活動、市民活動及戶外活動；更甚者，亦指涉一種良好的生活。³⁸ 故艾希伯格透過歷史脈絡爬梳人類活動，並考察莫斯 (Marcel Mauss, 1872-1950)、伊里亞斯 (Norbert Elias, 1897-1990)、傅科 (Michel Foucault, 1926-1984)、布迪厄等人之社會學理論，以及梅洛龐蒂的知覺現象學，進一步澄清 body culture 不僅僅是身體活動，更是一種社會文化產物，可以從公民活動，亦即人際互動關係及文化差異中去理解，透過觀察人類活動

³⁵ ICSPE, *Declaration on Sport* (Edinburgh, The International Centre for the Study of Planned Events, 1964).

³⁶ 湯志傑，〈體育與運動之間：從迥異於西方「國家／市民社會」二分傳統的發展軌跡談運動在台灣的現況〉，《思與言》，47.1 (臺北，2009)：1-126。

³⁷ 湯志傑 (Tang, Chih-Chieh)，〈運動：一個詞彙，兩種不同的身體文化 (Yungdong : One Term for Two Different Body Cultures)〉，《東亞運動思潮 (East Asian Sport Thoughts)》，1 (臺北，2010)：73-104。

³⁸ H. Eichberg, *Bodily Democracy - Towards a Philosophy of Sport for All* (London: Routledge, 2009), 1-17.

的諸多現象，可理解個體與社會實踐的關連性。³⁹2003年，許義雄教授亦提出跨學科之創見，透過日本學者清水諭 (Satoshi Shimizu, 1986-) 的介紹，援引艾希伯格之觀點，提出〈臺灣百年身體運動文化之建構〉一文，鞭辟入裡地分析現下我國體育運動所面臨之問題，反思追求業績的體育教學或競技運動，及休閒、健康取向的休閒活動與體適能，並提出建構第三條路線，亦即，發展蘊含文化相對性及歷史理論縱深度之「身體文化」，作為我國體育運動研究與政策發展之出路。⁴⁰2009年，艾希伯格續出版“*Bodily Democracy*”一書，以觀察丹麥為主，細述這被譽為世界上最先進社會福利國家之身體文化進程；其所謂之身體文化，包括各種形式之身體活動（玩樂、學習、歌唱、歡笑、參與節慶行為，以及與自然環境互動之行為）、情感活動（感覺、感知、動機）及社會活動（包含政治、經濟、文化等各式正式的團體及非正式的組織）等。⁴¹

綜上所述，身體文化的概念比起體育、運動等概念較為靈活、廣泛，適用相對開放的自然環境。因此，研究者將於下文討論不同類型的身體文化。

（二）自然環境下的身體文化

事實上，研究者以身體活動及其所發展的身體文化概念為文，亦有意與現代體育運動中的健身運動或競技運動做出區別。我們所熟知的現代體育運動，以紀錄為重，牽涉到的對象有對手、器械、抑或是與制式場地抗衡的運動項目；而自然環境裡的身體活動，受限於必須與變動不居的自然進行互動，以致難以產生客觀的評定標準，而沒有受到太大的關注。⁴²再

³⁹ H. Eichberg, *Bodily Democracy - Towards a Philosophy of Sport for All*, 1-17.

⁴⁰ 許義雄等，《運動文化與運動教育》，1-20。

⁴¹ H. Eichberg, *Bodily Democracy - Towards a Philosophy of Sport for All*, 2-3.

⁴² Allen Guttmann, “The Development of Modern Sports,” *Handbook of Sports Studies*, ed. J. Coakley & E. Dunning (London: Sage, 2000), 248-259.

者，這些非主流的身體活動，時常被邊緣化成為一種小眾文化，在探討的取徑上，多圍繞在以需求與供給為核心的心理層面、經濟層面、社會關係及文化面向。因此，研究者提出的自然環境下的身體活動，不僅是從身體文化的脈絡而生；更清楚地說，其概念近似於北歐的“Friluftsliv”思維，此字彙通用於丹麥、瑞典與挪威，直譯成英文則是“open air life”，包括隨興散步 (walking, wandering)、健行 (hiking)、登山 (mountaineering, mountain climbing)、攀岩 (rock climbing)、登山車 (mountain biking)、滑雪 (skiing)、溯溪 (stream tracing, gorge-walking)、獨木舟 (canoeing, kayaking)、衝浪 (surfing)、定向運動 (orienteeing)、越野滑雪 (crosscountry skiing)、釣魚 (fishing)、露營 (camping)，甚至在野外採集花果、菌菇等身體活動皆是。⁴³

接下來，研究者將透過觀察與自然環境遭遇的身體活動，重新回到我們如何對能產的自然所帶來的不確定性、至高無上的精神象徵，所形成的思想活動來深究這些身體文化。

■以鄉愁為名回歸自然

兩三個世紀前，置身於自然環境的身體，意味著不受社會規範限制，充滿著野性的象徵。工業革命之後，人類對自然環境的想像卻起了戲劇性的變化，原始、野蠻的自然意象，逐漸轉為善良、單純的意境，這是以基督教文明為首的西方社會一重大的突破。伊里亞斯在其著作《文明的進程：文明的社會起源和心理起源的研究 (Über den Prozess der Zivilisation)》曾寫到：「我們所看到的總是一望無際的田野，畫面上幾乎沒有任何能使人聯想到城市的東西……當城市與鄉村生活之間的區別越來越明顯的時候，最初在畫面上幾乎總是作為人物陪襯的『自然』，那

⁴³ Hans Gelter, “Friluftsliv: The Scandinavian Philosophy of Outdoor Life,” *Canadian Journal of Environmental Education*, 5.1 (Canada, Summer 2000): 77-90.

一望無際的田野便顯出一種對以往的思戀。」⁴⁴盧梭 (Jean-Jacques Rousseau, 1712-1778) 在《論人類不平等的起源和基礎 (*Discours Sur L'origine Et Les Fondements De L'inégalité*)》書中則描繪出對自然的嚮往：「出於自然的一切都是真的；只有我於無意中摻入的我自己的東西，可能是假的。我所要談的時代已經很遙遠了，你已經改變了原來的狀態，而且改變得多麼大呀！」⁴⁵在資本主義興起後，勞動人口往都市移動，久而久之，自然成為家園的代名詞，提供日以繼夜賺錢餬口的勞動階級一個自由且愉悅的想像。盧梭不斷藉由對自然的讚美，「明艷的花朵、繽紛的草地、清新的綠蔭、自然的蒼翠、小溪流水、灌木叢林，快快來幫我洗淨那已被種種醜陋玷汙了的想像力吧。」說明人類對於文明社會快速變遷的經濟與社會文化存有的抗拒。⁴⁶梭羅 (Henry David Thoreau, 1817-1862) 也曾嘗試以《湖濱散記 (*Walden*)》一書呼籲社會大眾回歸自然以尋求平衡的身心靈發展。⁴⁷然而，以自然作為善良和睦的象徵並不僅限於西方世界，中國宋代文學家陶淵明所著〈桃花源記〉一文，也充分表達了對自然純樸的嚮往。由此可見，在人類對都市空間、社會人群日趨依賴的同時，對於如同母親懷抱般純淨無瑕的自然環境仍抱持著思戀。

事實上，多數山友都曾有的這樣的經驗，在攀爬途中，往來的山友會互道加油，同行的朋友甚至常常熱情地分享食物，彷彿一家人一樣；此外，大家也都覺得，愛爬山的人比較真誠、簡單，爬山的過程，似乎比都市空間多了些人性的溫暖：

⁴⁴ Norbert Elias 著，《文明的進程：文明的社會起源和心理起源的研究 (*Über den Prozess der Zivilisation*)》(王佩莉、袁志英譯)(上海：上海譯文，2009)，218-219。

⁴⁵ Jean-Jacques Rousseau，《論人類不平等的起源和基礎 (*Discours Sur L'origine Et Les Fondements De L'inégalité*)》(李常山譯)(北京：商務印書館，2002)，73。

⁴⁶ Jean-Jacques Rousseau，《一個孤獨漫步者的遐想 (*Les Reveries Du Promeneur Solitaire*)》(袁筱一譯)(臺北：自由之丘，2011)，149。

⁴⁷ 梭羅以本書記錄自己獨自一人在華爾騰湖畔 (*Walden*) 生活的過程，對自然生活有極大的推崇。參閱 Henry David Thoreau，《湖濱散記 (*Walden*)》(樂軒譯)(臺北：臺灣商務，2010)。

XX 媽媽 70 幾歲了，還在爬山，身體好的咧。跟她們登山隊去爬山，都不用自己準備食物，從早餐、零食到中餐，還有水果，都幫你帶好好的，真的像媽媽一樣。她們都會說，帶來就不想帶回去啦，大家分一分吃掉就好（受訪者 B，2012/3/17）。⁴⁸

我第一次去爬山的時候，嚇一跳，不認識的人都會互相說早安、加油的；平常，誰理你啊；到了山上，好像大家都變好了，距離變近了（受訪者 C，2012/2/25）。⁴⁹

在自然環境裡，大家能依靠的只有自己的身體，不管爬高、涉水，遇到什麼樣的狀況，都要一步步往前進。因此，在這樣的體現實踐中，不管身體上有多少社會文化的符號，還是得回歸到原始野蠻的體能，離原初的本性更近一點，也離家更近一點：

以前待的單位比較特殊，十幾、二十年都在山裡，現在，還是每個月要上山當志工啊，回到山裡，才像回到家裡（受訪者 A，2012/3/17）。⁵⁰

研究者自身也時常感到：「已經到極限了，不去山上走走不行！」而開始計畫起下一趟踏上山林野地的旅程，希冀從自然環境裡獲得心靈的淨化，從零開始再度投入社會生活。

■自由、獨行與思考

刻板印象下的自然環境，並不是一個適合思考的空間，它太廣闊空

⁴⁸ 受訪者 B 是一位長年登山的山友，領有專業的嚮導證照，登山年資約三十年。於登山途中接受訪談，訪談日期 2012.03.17。

⁴⁹ 受訪者 C 是研究者從事定向運動的培訓隊友，因受影響，開始接觸登山活動。於受訪者家中接受訪談，訪談日期 2012.02.25。

⁵⁰ 受訪者 A 曾任職於我國軍的野戰部隊，退休後長年擔任高山志工，對自然環境的知識與經驗豐富。於登山途中接受訪談，訪談日期 2012.03.17。

曠、太雜亂無章、太缺乏知識體系應有的架構、節奏。然而，很多哲學家卻身體力行的告訴我們，他們在自然環境下行走以進行思考。盧梭曾說 “I am unable to reflect when I am not walking; the moment I stop, I think no more, and as soon as I am again in motion my head resumes its workings.”⁵¹ 在行走之際沉思，似乎是許多哲學家共同的運思方式。亞里斯多德在阿波羅神殿裡的柱廊間來回走動，進行思考、演講及教學；斯多葛學派也以一條他們經常來回漫步交談的柱廊為名；海德堡著名的哲學家之路 (Philosophenweg)，有著黑格爾 (Georg Wilhelm Friedrich Hegel, 1770-1831) 的足跡；康德 (Immanuel Kant, 1724-1804)、齊克果 (Søren Aabye Kierkegaard, 1813-1855)、盧梭與梭羅，也有自己每日的散步路線。據悉，霍布斯 (Thomas Hobbes, 1588-1679)、邊沁 (Jeremy Bentham, 1748-1832)、彌爾也是善走路的人。⁵²

就理想而言，走路是一種將心理、生理與世界鑄於一爐的狀態，彷彿三者終於有了對話的機會，亦彷彿三個音符突然結合成一個和弦。走路使我們能存在於我們的身體與世界中，而不致被身體與世界弄得疲於奔命。走路使我們可以自己思考，而不至於全然迷失於思緒中。⁵³

事實上，走路、獨處和荒野，是一種追尋自由的表徵，是人類面對現實社會種種異化的出口。當人類獨自行走時，我們聽到自己的呼吸，感受自己的心跳，我們有時間和空間的餘暇去察覺身體與心靈的承載力，我們有機會去反省自己的生命歷程，透過與自己對話，與自己商量，我們還能

⁵¹ 譯文可作：我只有在走路時才能反思。一旦停下腳步，思考便停止；當我再度移動腳步，我的腦袋才又開始工作。參見 Jean-Jacques Rousseau, *The Confession* (Hertfordshire: Wordsworth, 1996), 360.

⁵² Rebecca Solnit 著，《浪遊之歌 (Wanderlust)》(刁筱華譯)(臺北：麥田，2010)，27-30。

⁵³ Rebecca Solnit 著，《浪遊之歌 (Wanderlust)》，16。

去權衡生命的可能性和侷限性，並藉此找到對自我生命主體的信任。⁵⁴就理想而言，走路是一種將心理、生理與世界鑄於一爐的狀態；因此，哲學家透過走進風景裡，思考。

那麼，在自然環境裡的運動身體在思考些什麼：日本作家村上春樹在其著作《關於跑步，我說的其實是……》中，也談到慢跑時想些什麼：天冷的日子，想有關冷的事情，天熱的日子，想到熱的事情，悲傷的、快樂的、以前發生過的、小說的點子等等，不過，實際上，認真的事情幾乎什麼也沒想過。⁵⁵研究者與其他定向運動員曾討論過，在比定向時，腦子裡到底在想什麼。結果發現，在專注的時候，我們一直在遭遇地圖和現地風景的相互印證，腦子裡盤算著前往檢查點的最佳路徑，想像著沿途會經過的地形、地徵，自己的速度、已經跑過的距離，還剩下多少距離，遇到其他跑者，盤算相互之間的時間差，我們不斷在比對、確認、抵達、再出發。⁵⁶而不專注的時候，腦子裡什麼都有，昨天聽到的曲調、看過的片段文字、和什麼人說過的話等等。自然，提供獨自一個人思考的空間，它一面與社會空間銜接，一面又與之維持的微妙的區隔，在這裡，我們很容易可以和自己展開對話，清算自己的思想、尋求貼近心靈深處的答案。研究者認為，一副與自然環境互動的身體，更能明顯地透過體現感受到存在的價值，更貼近希臘哲人所倡的休閒概念——透過沉思，自我追尋、自我挑戰、超越自我。

■ 求知欲、冒險與壯遊

壯遊起於文藝復興時期以後，歐洲貴族子弟進行的一種歐洲傳統的旅

⁵⁴ Tim Edensor, "Walking in the British Countryside: Reflexivity, Embodied Practices and Ways to Escape," *Body & Society*, 6.3-4 (London, November, 2000): 81-106。

⁵⁵ 村上春樹，《關於跑步，我說的其實是……》（賴明珠譯）（臺北：時報，2008），26-27。

⁵⁶ Pei-chi Chuang, "The Formation of Intentionality in Orienteering in Terrain," *2013 IAPS Conference*. (Fullerton, CA: International Association for the Philosophy of Sport, 2013): 14.

行，後來逐漸擴展到中歐、義大利、西班牙富有的平民階層。18世紀後，接受過牛津、劍橋教育的富有的英國年輕人開始前往法國和義大利各地跋涉，尋求藝術、文化和西方文明的根源。這些憑藉無限資金的貴族，透過經年累月漫遊各地，增加自己的語言技能與社交資源。這種為了滿足求知欲和學習知識的旅行主要建立在，知識完全是來自外部的感覺，知識來自於環境的刺激等論點，因此，人們透過在自然環境與文明社會間的移動，獲取土地提供的知識。因此，梭羅說：

我們對於大自然的需求總是不夠的。我們必須看到消耗不盡的活力、看到廣大的泰坦般的神采才能重新煥發……需要見證自己的限度被突破，需要見證……自由的生活……對於一個旅行者來說，走每一步，山的輪廓都在變，而且是無數的側面，儘管它絕對只有一種外型。即便把它劈開鑽開，也不能算是瞭解了全貌。⁵⁷

齊美爾在〈阿爾卑斯山的旅行〉一文中也曾提到，去阿爾卑斯山是教育的一部分，有睿智的和精神性的人遊訪阿爾卑斯山時，他們培植的是內在的深度與靈性。⁵⁸此外，藉著攀爬的體力行為，身體的力量與靈魂的深度讓登山者獲得永久性的價值。換句話說，壯遊的身體實踐，將人類克服自然障礙的險阻，投射在面對生命險境的勝利，這不僅是象徵著人類在勇氣、意志上的取勝，也是道德上的成就。研究者在接觸定向前，雖然曾遊歷許多國家，在城市空間移動，從博物館、歷史古蹟、現代街道、購物中心、熱門景點，開拓了眼界，增添了知識；然而，真正的改變和感動卻是在接觸定向後，遊歷的國家數持續增加，停留的空間卻是許多不知名的山水間，和一群熱情的參與者分享臺灣、定向經驗，甚至是生命歷程，記得一名向我攀談的芬蘭女性這麼說過：

⁵⁷ Henry David Thoreau 著，《湖濱散記 (Walden)》，329。

⁵⁸ Georg Simmel 著，〈阿爾卑斯山的旅行〉，《時尚的哲學》（費勇等譯）（北京：文化藝術，2001），200-203。

When you go orienteering in other countries, you don't visit places marked in the guidebooks. You go mountains without names, you run through forests without paths.⁵⁹

我以前就只知道練田徑啊，大學就沒練了，後來是老師介紹我玩定向以後，就有機會去很多國家比賽，瑞典、香港、土耳其、韓國、日本啊。看到很多不同的東西、不同的人，才想說，你英文要好才能跟人家溝通啊，我開始覺得要有夢想，要去創造自己的路（受訪者 C，2012/2/25）。⁶⁰

參與定向賽事，不僅僅是一場比賽，我們移動到不同的國家、區域，在長達 1-2 週的時間內，除了遭遇不同的自然地形，還必須在野外進行煮食、更衣、露宿、行走、搭便車、玩樂與學習，隨時隨地面對不同的社會與人文。透過參與定向賽事的經驗，研究者和其他同好，對於世界空間的質量產生不同看法。換句話說，原本廣大的世界，由於心境空間的縮小而變得近在咫尺，我們開始勇於嘗試，並且期待有所突破。以往，受限於社會空間給人的沉重負擔，人們必須背負許多責任和義務，同時，也在社會結構中迷失自我，進而喪失主體性與能動性；然而，透過自然環境給人的不同社會文化意涵，人所背負的枷鎖彷彿減輕許多，如此一來，不僅人與人的距離縮短，心靈層次也有所轉變，研究者認為，在自然環境下進行身體活動，確實有助於提供自我一個自我認知、自我價值建構的發展空間。

壯遊的另一面向是對於自然這個物質財產的挑戰，自然環境被視為公共財的概念也是晚近的觀點。在斯堪地那維亞半島上的諸國，普遍有著

⁵⁹ 研究者在 2010 年 7 月份參加挪威的 Fjord-O 定向比賽，與同是外地而來的一位芬蘭女性所進行的對話。譯文可作：當你去世界各國參與定向越野時，你去的不是旅遊手冊所介紹的景點，去的是不知名的山，跑的是沒有路徑的森林。

⁶⁰ 受訪者 C，受訪者家中，2012.02.25。

Landscape for all⁶¹的國有法律，野外的野菜、野菇或野莓皆可採食，前後 200 公尺沒有民家的空曠地可自由紮營等；由於自然環境是人民共有共享是普遍的認知，故這座土地上的人民，也對這片自然環境付出對等的關懷與愛護。研究者的挪威籍友人說：“You know it (the nature) is for you, and for everone. We share this gift together.”⁶²事實上，許多戶外活動的愛好者，同時身為自然環境的志工，研究者即時常跟著愛好登山的友人，在下山途中淨山，因此，更能深切體認在自然環境下的運動身體，有著比一般大眾更貼近於與自然環境的互動關係，也更有機會為人與自然環境搭起互相尊重、和平共處的橋樑。換句話說，壯遊是自然環境下身體實踐的另一種形式，它象徵著人類文明與自然和諧發展的可能性，為研究者所希冀的人類與自然主客體置位的假設提供一個出口。

■朝聖、征服與身體苦行

自中古世紀以來，朝聖指的是步行到某個「充滿精神力」的地理位置，多數指向具有宗教象徵的地點。研究者曾在日本四國的德島縣住過一年的時間，讓我印象極為深刻的是縣內各地可見的步行僧侶。德島縣擁有著名的四國環島朝聖路線的首號廟宇，縣內隨時可見穿著白色僧服、拄著法杖的僧者，以緩慢而穩定的步伐在路上移動。換句話說，朝聖在其物質性的基礎上，藉由苦修的身體勞動方式，完成其精神性的信仰。朝聖之旅是以「神聖物不完全是非物質性的，充滿精神力的地理位置是存在的」⁶³的觀念為前提，朝聖的地點遊走在精神性與物質性中，通常，在朝聖之旅中，個人遠離了其日常生活的位置，在另一個空間與時間中完成，和遊戲略微

⁶¹ 意旨自然景觀是屬於全民的。

⁶² 研究者在 2010 年 7 月份參加挪威的 Fjord-O 定向比賽所認識的定向同好，定向運動的經歷約三十年，在其正職外，另經營一定向運動網站，提供全世界定向愛好者有關定向運動的各類資訊。譯文可作：你知道它（自然）是你的，是每個人的。我們共享著這份禮物。

⁶³ Rebecca Solnit 著，《浪遊之歌 (Wanderlust)》，72。

相似之處，朝聖的目的與報酬在其抵達本身即得到滿足。⁶⁴再者，宗教式的朝聖目的地和奇蹟是合而為一的，自然環境裡的運動身體，所嚮往的朝聖地點確實也少不了物質性的標記，除了上述的步行外，登山、攀岩、衝浪等愛好者，往往也有其一生必去的朝聖地，而這些自然環境下的身體實踐者進行朝聖的動力往往來自於對自身身體的信仰與表達行動的熱情與欲望。舉例而言，登玉山是臺灣人三件不可不做的事之一，而更積極的登山愛好者，則是將百岳作為目標。

每次跑，都會覺得幹嘛要這麼累，找自己麻煩，下次不來了……跑完以後，馬上問下一場是什麼時候……（受訪者 B，2012/3/17）⁶⁵
背那麼重走那麼久，當然會累啊，可是，一到山上，你的感覺就不一樣了，一整個就放鬆了，所有的辛苦都值得了（受訪者 A，2012/3/17）。⁶⁶

與朝聖具有微妙界線的，則是征服的感覺。研究者認為，征服具有「數量」上的差異，包括在空間上占有量化數字的距離、完成的數量等建構而成的文化上的比重。或許我們可以說，攀登玉山可能是一種朝聖；攀登百岳則意味著征服。然而，伴隨著參與活動的比重增加，數量的增長、成績的優劣……這些征服的感動並不會持續太久，想再投入這個場域的心態反而變得更單純、更享受。

百岳，不知道第幾座耶，沒有去算了啦……剛開始，自己也會覺得很了不起，現在不會了。現在我自己知道，哪裡有什麼特別的植物、

⁶⁴ Huizinga 認為，遊戲的特質包括有 1. 自由；2. 非日常性；3. 非生產性；4. 時空的限制性；5. 不確定性；6. 規則的限制。參閱 Johan Huizinga, 《人：遊戲者 (*Homo Ludens: A Study of the Play-Element in Culture*)》(成窮譯)(貴州：貴州人民，1998)，1-25。

⁶⁵ 受訪者 B，登山途中，2012.03.17。

⁶⁶ 受訪者 A，登山途中，2012.03.17。

動物，在這條路的轉角會出現什麼，每座山、每個地方都不一樣，這個才是最迷人的地方（受訪者 B，2012/3/17）。⁶⁷

此外，與朝聖和征服不可切割的則是受苦的感覺，村上春樹在其對參與馬拉松的敘說裡曾提到：“Pain is inevitable; suffering is optional.”⁶⁸ 由此可知，無論是朝聖或征服的自然環境身體實踐，皆具有重組物質世界與肉體世界的的能力，將實踐者帶向更具體的存在感受，繼而開啟人對於生活世界的反思。

綜上所述，相對於能產自然的不確定性與至高無上的精神性，人類作為一個行動主體，仍致力於透過自我身體作為在世的行動力和創造力的根源；而在自然環境裡進行的諸多身體活動，即代表著身體對於流動所持的立場、選擇、過程及意義，身體在投入各式多元的自然環境下時，作為主體性的身體就站在主動的所在地，人的心靈與身體皆從勞動的困境走出來，獲得了整體世界。

四、自然與內在意識

依據長久以來應用在科學研究上的思維方法，一套客觀的檢驗過程是必要的，然而，客觀的方法免不了又受制於科學知識的框架，阻斷了洶湧澎湃想像力的可能性。哈洛威即曾對科學研究提出嚴厲的批評，她認為科學研究長期在偽客觀性下進行，無論在研究假設、田野觀察及研究方法等，皆不免存在著以男性霸權視角觀看的危機，而在此一前提下被提出的「知識」，時常被化約為二元論，諸如：自我／他者、心智／身體、男性

⁶⁷ 受訪者 B，登山途中，2012.03.17。

⁶⁸ 村上春樹，《關於跑步，我說的其實是……》，譯文：痛是難免的，苦卻是甘願的，2-3。

／女性、陰性／陽性、文化／自然、文明／原始、實在／表象、整體／部分、行動者／資源、製造者／被造者、主動／被動等。⁶⁹這些二元對立，不僅揭露了對自然環境的矮化，亦遮蔽了我們對自然本身的認知。因此，研究者在文末將採取現象學的方法，藉此對上述的理論進行懸置，並試圖貼近最根本的自然環境裡的身體實踐的存在本質，讓此一真實現身。故本節將透過描述身處在自然環境裡的內在意識，呈現出另一種空間，一種以體現的方式來連結外在自然環境的內在空間。

(一) 浩瀚感

莊子：「天地有大美而無言」。天地之美確實難以名之，然而，即便是說不出來，意識還是運作著。當研究者從事定向運動的時候，手拿著地圖，意象著我想去的位置，雙腳移動著，穿越不同的地形、地貌，想像和實景從空虛的意象抵達滿實的過程中不斷交替互換，天地萬物對我而言忽遠忽近，既幻又真。專業運動員所看到的、體驗到的是什麼，一個業餘的愛好者無從得知，然而，就研究者個人的運動經驗中，在活動的過程中，腦中實際處理的意識，不僅僅是運動表現、成績、身體感覺等等思維，更多的是前於意識的感受，一種與自然環境的各種生態接觸所產生的想像意象。巴舍拉 (Gaston Bachelard, 1884-1962) 提到：「浩瀚並非是事物，浩瀚的現象學直接指涉到我們的想像意識。」⁷⁰ 因此，研究者認為，面對大自然，不得不提內在意識的浩瀚感。

巴舍拉在《空間詩學》裡寫到許多對於廣袤自然的感受，令人心有戚戚：

⁶⁹ Donna J. Haraway 著，《猿猴、賽伯格和女人：重新發明自然 (Simians, Cyborgs and Women: The Reinvention of Nature)》，295-323。

⁷⁰ Gaston Bachelard 著，《空間詩學 (The Poetic of Space)》(龔卓軍譯)(臺北：張老師文化，2003)，9、279-280。

浩瀚感就在我們自身體內。它與一種存有的擴張狀態緊密關聯，這種狀態總被生活所箝制，被謹小慎微所侷限，但是當我們孤獨一人時，它又再度復甦。一旦我們靜止不動，我們就身在他方，並且在一個浩瀚無垠的世界裡做著好夢。⁷¹

研究者以為這是自己「體驗森林」的過去經驗被巴舍拉的文字召喚到現下而致。龔卓軍在《空間詩學 (*The Poetic of Space*) 》的導讀中提及，我們對於現象的經驗，通常是先有了感動而後產生共鳴，當我們的過去被喚醒了，於是在精神上掌握到某種意象的典型特質，並且在知性上發現到這些特質其實潛存在我們過去的許多生活經驗脈絡中。⁷²生活在不同環境的人，在其過往的生活經驗脈絡中無從體驗到文字裡描述的「浩瀚感」，那麼，他們對自然環境沒有特別的情感則不難理解。人遠離海洋與森林，邁向社會空間，自然環境與社會生活的相悖離，端靠著這種「自然意象」的想像力支撐著，讓我們得以超越現實的牢籠，覓得一種內在的祥和狀態；然而，想像力的無遠弗屆或許能滿足對於浩瀚感的追求，對於解釋「存在」的在場卻少了點說服力。研究者認為，在文本上做文章是不夠的，沒有體現是不夠的。前不久剛從白雪靄靄的雪山下來，同行的友人是雪山的救難人員兼志工，他曾說過：「山既不危險，也無須去征服，爬山只是與自然之美相遇的一段體驗。」⁷³研究者認同這樣的說法，人身處在自然環境裡，應該是一種對等的關係，自然就在哪裡，是活生生的；如同人跟人間互動有歷史性、空間性及未知性，因此在社會文化中形成了許多不成文的規範、尊重方式，我們對應自然也是如此。換句話說，我認為爬山不僅僅是運動員常說的「受苦經驗」，也不是山友們說的，想透過山林證成

⁷¹ Gaston Bachelard 著，《空間詩學 (*The Poetic of Space*) 》，280。

⁷² 龔卓軍，〈空間原型的閱讀現象學〉，《空間詩學 (*The Poetic of Space*) 》（Gaston Bachelard 著）（臺北：張老師文化，2003），20-33。

⁷³ 此友人亦即受訪者 A，攀登日期為 2013 年 1 月。

自身的價值；⁷⁴而是在自然裡的人，透過「森林瑟瑟作響」得知它是因無數的生命而活力十足，我們只不過是其中之一。⁷⁵

此外，巴舍拉在書中援引馬賀果及戴黑斯·布羅斯的作品：

森林首先帶著神秘，其空間無限延伸於樹幹與葉片織成的遮蓋中，使得空間對雙眼來說是遮蔽的，但活動起來卻能通行無阻，森林因而擁有具體心理上的超越性。⁷⁶

研究者傾心於定向運動的絕大因素亦在於此，自然是我們得以感知的、想像的神秘角色，因而在森林中奔跑，雙眼並不是最重要的感知器官，跑者的手、腳、身上的毛細孔，都沐浴在這樣的神秘感當中，即便是繪製出詳實地形、地貌、地物的地圖在手，跑者仍無法確切在意識中描繪出將實際遭遇到什麼景物；橫斷的樹木、蜿蜒的溪流、野生的動植物帶給我們的不確定性，反而加深了我們具體的存在感，我們看到的不只是眼前的自然，我們用身體和意識感受到它的浩瀚，以及我們和自然共享的互為主體性。

透過上述內在意識的反思，研究者聯想到孔子所說的：「登泰山而小天下。」身處自然，感受自然，從內在意識所感受到的，不僅僅是視覺的作用，而是現場之浩瀚感所引發的反思，透過在自然環境的身體實踐，我們確實體現到自我存在，也正因感受到這樣渺小的存在而進行反思，最終得以獲得自我的超越。因此，研究者認為，即便是透過回憶、想像，在文本的描述中尋找自然意象浩瀚感的蛛絲馬跡，絕對沒有在自然環境裡的身體實踐來得直接確認自身的存在。換句話說，在場，是一個關鍵，它可以把外部世界的本真品質內在化入自我；一旦思及到自我從自然所獲得的存在價值，我們將更懂得謙卑的與自然共處，我們必須學習如何與自然萬物

⁷⁴ 歐宗明，〈登山經驗的現象學探索——在身與心之間〉，38-39。

⁷⁵ Gaston Bachelard 著，《空間詩學 (The Poetic of Space) 》，282。

⁷⁶ Gaston Bachelard 著，《空間詩學 (The Poetic of Space) 》，281。

一起在大地上生活。

(二) 私密感

相對於自然環境所給予的無窮盡的浩瀚感，對照出人存在於該空間所體會到的私密感。盧梭在《一個孤獨漫步者的遐想》開宗明義即寫到自己孤獨的身影，透過在野外步行，描繪自我的心靈狀態，以及對世間環境的感受。⁷⁷確實，當我們遠離日常生活的社會空間，實際在野外進行身體活動時，對照遼闊的自然最明顯的感受即是遠離人群的孤寂，而「這種無邊際的孤寂」，令每一日的生命時光與天地聲息相通。確實，當登山者、攀岩者、航海者等在自然環境挑戰自身極限與自然邊際時，最終身處在高山之巔、海洋盡頭時，天地之大，宛若僅有自身存在；⁷⁸此時，自然的聲音似乎是靜止的，卻也是騷亂的，然而，我們很難辨識這樣的情緒是否肇因於內心太激動所致，能確信的，是在自然環境下的身體實踐，讓我們的靈魂變得具有充分的可感度。

事實上，運動中的身體，是一個不斷移動至「彼處」的「此處」，在廣袤的自然環境裡，則不時得遭遇著變化萬千的外在環境，此時的身體伴隨著靈魂顫動，內在與外在的深廣達到共鳴，自然的深不可測反而使我們體驗到「此在存在」。在這時空裡，自己與自己最接近，自己與作為他者的自然環境卻又是那麼地無限延伸，孤獨裡擁抱一切，看似征服了卻仍無比渺小，存在在此獲得最豐富的內容，那是一種讓人戒斷不掉的身體經驗。換句話說，置於自然環境之中所擁有的私密感是無償的，也是無價的，世間他人往往無法理解這樣的身體感受與情緒波動。當我們回到日常生活空間裡，我們會無意識的回憶、想像起這樣的體驗，由於這樣的私密感無

⁷⁷ 盧梭對在戶外漫步的情境與對自然的描寫，可參考 Jean-Jacques Rousseau 著，《一個孤獨漫步者的遐想 (*Les Reveries Du Promeneur Solitaire*)》，28。

⁷⁸ Neil Lewis, "The Climbing Body, Nature and the Experience of Modernity," *Body & Society*, 6.3-4 (London, Nov. 2000): 58-80.

法對外在世界開放、無法言傳，因此，它會逐漸膨脹，擴張到我們的內在意識無法容納，只能再一次回到自然的懷抱裡尋求這樣僅屬於自己的感受。因此，我們可以說，人類本能的私密需求促使我們往自然環境移動，遊走在此方彼方的同時，我們身為人的此在存有被空間支撐住了。

研究者所提出的浩瀚感與私密感或許不是此現象的內在意識全貌，或許也稱不上是自然環境身體活動經驗的本質；然而，這確實是許多愛好自然環境的身體實踐者所共有的意識經驗。研究者認為，掌握此二者即是前言所提及的普世性，足以形構行動主體對於自我從事這些身體活動所生產的意義與生命價值進行初步確認。

五、代結語——自然、公平與正義

如同畫家畫的風景畫，不僅是其視覺的結果，還包括以知識、想像力所填滿的背景，以及自身過往生活經驗對該風景的詮釋，這些事物的總集不只是一幅畫作，它傳達了畫家的存在，以及同時存在於當下的自然。而我們身處在自然環境裡進行各式各樣的身體實踐，亦充滿了許多對自然的直觀、想像力、記憶的運作，以及視覺、其他感官給出的諸多面向，這些皆成就了身體與自然互為主體性的存在感。換句話說，自然對我們開放，我們亦必須以禮相待。

在臺灣接觸自然環境，多是混合著人工建物的經驗，為了符合易達性與便利性，即便是在環保意識的牽制下，仍可見許多過度的開發；事實上，即便我們走進偏遠的山林，遊憩領域提倡的解說理論所設置的解說牌依然到處林立，這不能不說是以人為主觀的發展方向。此外，研究者近期另外進行的研究，在探討童軍教育對於童軍建立自然知能、形塑自然意象，以及其身體實踐的影響，意外發現標榜透過戶外運動促進自我成長的救國團

組織，在接觸山林的過程中竟也為自然帶來不少傷害。更不用提那些打著親近自然之名號，剝削自然資源的休閒產業。相反地，因這幾年接觸定向而經驗到的北歐自然文化，人類接觸自然的方式卻是相當自然而原始。如前所述，藉由研究釐清自己在自然中所得的身體經驗，是對自己存在的澄清；而研究者另外想做的，則是透過文字建構知識以傳達對自然的和平訊息，希冀透過呈現的內容對自然的位置進行反思。

由本文之論述可知，身體與自然的邊界一直是流動的，各自相交轉變，不斷生產意義。不可諱言的，自然原本是活生生的組成，是人類與其它萬物彼此關聯的有機連結，但是科學知識卻把它與人類切割開來，並且，原本在自然裡的人類轉而將「自然」客體化，使其成為被動的觀察對象，理解進而化約、固著、占用它。研究者認為，我們必須矯正這樣的論點，停止從男性／文明／理性中心來物化自然環境的做法，並重新認識人類文明其實依賴自然甚深，人類與自然本為一體，我們必須在生存環境中互相依存，「如同我們摧毀的森林及我們想馴服的河流，我們即是自然。」⁷⁹從近幾年的自然反撲中，我們重新認知自然界產生新事物的速度是緩慢並有節制的，我們對自然的傷害最終會反噬人類，我們即將發現人類將不再是掌握世界萬物的主體，自然才是行動的主體。如同恩格斯 (Friedrich Von Engels, 1820-1895) 所說的：

我們不要過分陶醉於我們人類對自然界的勝利。對於每一次這樣的勝利，自然界都對我們進行報復。每一次勝利，起初確實取得了我們預期的結果，但是往後和再往後卻發生完全不同、出乎預料的影響，常常把最初的結果又消除了……我們每走一步都要記住：我們統治自然界，絕不像征服者統治異族人那樣，絕不是像站在自然界之外的人似的——相反的，我們連同我們的肉、血和頭腦都是屬於

⁷⁹ Susan Griffin, *Woman and Nature: The Roaring inside Her* (NY: Harper & Row, 1978), 10.

自然界和存在於自然之中的。⁸⁰

因此，有鑑於人類與自然休戚與共的關係，研究者欲嘗試以不同知識論視野去看待自然，從非暴力的身體實踐漫遊於自然環境，為身體找尋一個非征服式的主體位置，也為自然找尋一個非壓迫的客體位置。最後，研究者相信就如同梭羅在《湖濱散記》中引達摩達拉的話所說的：「只有那些自由地欣賞遼闊原野的人，才是世界上最幸福的人。」⁸¹透過人—自然、主體—客體，重新置位的過程，研究者希冀以身體實踐負起責任，超越知識體系間爭議，在公平與正義的前提下，與具有無窮潛力的自然環境進行對話。

引用文獻

- Bryan S. Turner 著，《身體與社會理論 (*The Body & Society: Explorations in Social Theory*)》(謝明珊譯)，新北市：韋伯，2010。
- David Harvey 著，《正義、自然和差異地理學 (*Justice, Nature, and the Geography of Difference*)》，上海：上海人民，2010。
- Donna J. Haraway 著，《猿猴、賽伯格和女人：重新發明自然 (*Simians, Cyborgs and Women: The Reinvention of Nature*)》(張君玫譯)，臺北：群學，2010。
- Friedrich Von Engels 著，《馬克思恩格斯選集》，第四卷，北京：人民，1995。
- Gaston Bachelard 著，《空間詩學 (*The Poetic of Space*)》(龔卓軍譯)，臺北：張老師文化，2003。

⁸⁰ Friedrich Von Engels 著，《馬克思恩格斯選集》，第四卷(北京：人民，1995)，383-384。

⁸¹ Henry David Thoreau 著，《湖濱散記 (*Walden*)》，90。

- Georg Simmel 著，〈阿爾卑斯山的旅行〉，《時尚的哲學》（費勇等譯），北京：文化藝術，2001。
- Georg Simmel 著，〈風景的哲學〉，《橋與門，齊美爾隨筆集》（姚鵬編），中國：貓頭鷹文庫，1989。
- Henry David Thoreau 著，《湖濱散記 (Walden)》（樂軒譯），臺北：臺灣商務，2010。
- Jean-Jacques Rousseau 著，《一個孤獨漫步者的遐想 (Les Reveries Du Promeneur Solitaire)》（袁筱一譯），臺北：自由之丘，2011。
- Jean-Jacques Rousseau 著，《論人類不平等的起源和基礎 (Discours Sur L'origine Et Les Fondements De L'inégalité)》（李常山譯），北京：商務印書館，2002。
- Johan Huizinga 著，《人：遊戲者 (Homo Ludens: A Study of the Play-Element in Culture)》（成窮譯），貴州：貴州人民，1998。
- Josef Pieper 著，《閒暇：一種靈魂的狀態 (Leisure: The Basis of Culture)》（劉森堯譯），新北：立緒文化，2009。
- Morris Desmond 著，《人這種動物 (The Human Animal: A Personal View of the Human Species)》（楊麗瓊譯），臺北：臺灣商務，1999。
- Norbert Elias 著，《文明的進程：文明的社會起源和心理起源的研究》（王佩莉、袁志英譯），上海：上海譯文，2009。
- René Descartes 著，《笛卡兒談談方法》（王太慶譯），臺北：網路與書，2007。
- Richard Sennett 著，《肉體與石頭 (Flesh and Stone: The Body and the City in Western Civilization)》（黃裕文譯），臺北：麥田，2003。
- Rebecca Solnit 著，《浪遊之歌 (Wanderlust)》（刁筱華譯），臺北：麥田，2010。
- Stephanie Mills 著，〈物種滅絕危機，陰魂不散〉（朱琳譯），《消費的慾

- 望 (*Consuming Desires*) 》(Bill McKibben 編), 北京: 中國社會科學, 2007。
- Thorstein Veblen 著,《有閒階級論 (*The Theory of the Leisure Class*) 》(李華夏譯), 臺北: 左岸文化, 2007。
- 文軍,〈身體意識的覺醒: 西方身體社會學論的發展及其反思〉,《華東師範大學學報》, 6 (上海, 2008): 73-81。
- 吳國盛,《希臘空間概念》, 北京: 中國人民大學, 2010。
- 李佩璇,〈自行車的休閒化: 休閒實作型式的象徵鬥爭〉, 臺北: 國立臺灣大學碩士論文, 2008。
- 村上春樹,《關於跑步, 我說的其實是……》(賴明珠譯), 臺北: 時報, 2008。
- 教育部國語推行委員會,〈自然〉, <<http://dict.revised.moe.edu.tw/cgi-bin/newDict/dict.sh?cond=%A6%DB%B5M&pieceLen=50&fld=1&cat=&ukey=1151091737&serial=1&recNo=11&op=f&imgFont=1>>, 2013.10.17 檢索。
- 許義雄等,《運動文化與運動教育》, 臺北: 師大書苑, 2003。
- 郭奇正,〈衛生、城市現代基礎設施與商品化過程中的身體經驗——上海里弄住宅的社會形構〉,《體物入微: 物與身體感的研究》(余舜德編), 新竹: 清華大學, 2008。
- 湯志傑,〈體育與運動之間: 從迥異於西方「國家 / 市民社會」二分傳統的發展軌跡談運動在台灣的現況〉,《思與言》, 47.1 (臺北, 2009): 1-126。
- 湯志傑,〈運動: 一個詞彙, 兩種不同的身體文化 (Yungdong: One Term for Two Different Body Cultures) 〉,《東亞運動思潮 (*East Asian Sport Thoughts*) 》, 1 (臺北, 2010): 73-104。
- 歐宗明,〈登山經驗的現象學探索——在身與心之間〉,《運動文化研究》,

- 21 (臺北, 2012), 37-68。
- 楊大春, 《梅洛龐蒂》, 臺北: 生智, 2003。
- 龔卓軍, 〈空間原型的閱讀現象學〉, 《空間詩學 (*The Poetic of Space*) 》
(Gaston Bachelard 著), 臺北: 張老師文化, 2003。
- Austen, Jane, *Jane Austen: Four Complete Novels: Sense and Sensibility/ Pride and Prejudice/ Emma/ Northanger Abbey*, Arkansas: Advantage Pub Group, 2010.
- Bourdieu, Pierre, "Sport and Social Class," *Social Science Information*, 17.6 (Paris, Dec. 1978): 819-840。
- Chuang, Pei-Chi, "The Formation of Intentionality in Orienteering in Terrain," *2013 IAPS Conference* (Fullerton, CA: International Association for the Philosophy of Sport, 2013): 14.
- De Beauvoir, Simone, *The Second Sex*, London: Vintage Books, 1989.
- Knudson, Douglas M., *Outdoor Recreation*, New York: Macmillan, 1984.
- Edensor, Tim, "Walking in the British Countryside: Reflexivity, Embodied Practices and Ways to Escape," *Body & Society*, 6.3-4 (London, Nov. 2000): 81-106。
- Eichberg, Henning, *Bodily Democracy - Towards a Philosophy of Sport for All*, London: Routledge, 2009.
- Gelter, Hans, "Friluftsliv: The Scandinavian Philosophy of Outdoor Life," *Canadian Journal of Environmental Education*, 5.1 (Canada, Summer, 2000): 77-90.
- Griffin, Susan, *Woman and Nature: The Roaring inside Her*, NY: Harper & Row, 1978.
- Guttman, Allen, "The Development of Modern Sports," *Handbook of Sports Studies*, ed. J. Coakley and E. Dunning (London: Sage, 2000):

248-259.

ICSPE, Declararion on Sport, Edinburgh, The International Centre for the Stufy of Planned Events, 1964.

Lewis, Neil, "The Climbing Body, Nature and the Experience of Modernity," *Body & Society*, 6.3-4 (London, Nov. 2000): 58-80.

Macnaghten, Phil and Urry, John, *Contested Natures*, Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 1998.

Merleau-Ponty, M. *The Nature: Course Notes from the Collège de France*, Evanston, Illinois: Northwestern University Press, 2003.

Mill, John Stuart, *Three Essays on Religion*, New York: Broadview Press, 1874.

Moranda, Scott, "Maps, Markers and Bodies: Hikers Constructing the Nation in German Forests," *The National Project* (Madison, Dec. 2000).

"Nature," *Oxford Dictionaries*, <<http://oxforddictionaries.com/>>, 17 Oct. 2013, <<http://oxforddictionaries.com/definition/english/nature?q=nature>>.

Rousseau, Jean-Jacques, *The Confession*, Hertfordshire: Wordsworth, 1996.

Turner, B. L., Robert W. Kates, and William, B. Meyer, "The Earth as Transformed by Human Action in Retrospect," *Annals of the Association of American Geographers*, 84.4 (Washington, DC, Dec. 1994): 711-715.

Williams, R., *Problem in Materialism and Culture: Selected Essays*, London: Verso, 1980.

