



Lesson 4: 第四節撮要

1. 孟子：天將降大任於斯人也... — **以身體鍛練思維**

身體 = 工具

2. 為何 學/練習觸感學?

分析：**理解**身體

務實：**使用**身體

實用：**達成目的**

3. Philosophy of Kinestheology—**思維背景**：背景思維 影響 前景思維

現象學：人**不能**觀察身體，卻以身體觀察世事，需要**第二個身體**

分析哲學：意志與情緒**影響**思維；以身體來接收及思維外界資訊

社會學：慣習 Habitus (在社會上行動的關鍵原則) **溶入身體**之中

務實主義哲學：**質 Qualitative Background**，難察知，但主動影響思維，特別是**對錯分野**；**闊 Wider Background**，即態度與興趣，反映於身體表現，並溶入身體之中

察覺身體 → 察覺身體對思維的影響 → 改進思維

1. 提昇內感：

研究發現：**Weeks**

鬆緊 分

呼吸 分

脈膊 用手指 / 不用手指

Keith To 即將開辦課程：www.KeithToPrograms.com