

(4) 文專動活週雙才求

三陽工紫的新求精

會畢供服

以柔克剛的自然之道

柔道符合人體力學，不論身體壯瘦，都能發揮其特長，達強身自衛之效。

/ 柔道社提供

柔道在一般人印象中可能耳聞其名，可惜又無由認識。實際上柔道的運用在軍警人員而言，是相當必需，不僅其本身有確實的物理原理，符合人體力學，並且不分壯碩或瘦小，都能應用柔道技巧，發揮身體各部特長，達到強身自衛的效果。

柔道最初起源於中國擒拿、摔角等武術，在明末由福建少林寺出身的武術家陳元寶傳授給當時日本「福野七郎右衛門」、「三浦與次右衛門」、「磯貝次郎左衛門」三人，後來各成流派，分別演成「三浦流派」、「福野流派」、「磯貝流派」，在平安朝末期至源平戰國時代，長久的戰爭中，這項武術被積極的研究訓練，逐漸的充實其武學內涵，到近代，由嘉納治五郎集其大成，把原本面對現代武器即將被

剛則賊；弱，人之所助，強，怨之所攻。」在柔道的技法中講求自然之道，不注重自身力量的蠻勁，而是順對方之力，以退為進借力使力，也就是視情形作出適當的防衛，一個練習柔道的人，做到順乎自然的地步，不勉強自己輕犯其鋒，受攻擊時，不加抗拒，而以順勢的方法來制服對方，這種「不抗而抗」、「不拒而拒」的原理，與老子的「不爭」之道、「柔」

之道不謀而合。

現在我們以實際的例子作解釋：為什麼柔道

地歡迎你來參觀。

柔道社在每週二、四，晚間五時至七時，竭誠

用250元，歡迎各系社團單位組隊參加。

淘汰的武學重新再發揚，確定其根本的精神，再次投注在現今體壇上，而受到各方注目與重視，不分膚色大家紛紛起而學習柔道的技能與精神。

柔道之父嘉納治五郎曾說：「柔

道是以身心之最善活用為信條之道

。其修養以攻擊防禦之練習來鍛鍊

，修行身體與精神兩方面。藉此探求斯道之真髓

，完成自己能貢獻國家社會為柔道修行之目的

。」並且以「柔能制剛」與「精力善用」為宗

旨。柔道不但包涵技能並有修行修道的涵義，

老子有云：「柔能制剛，弱能制強，柔則德，

剛則賊；弱，人之所助，強，怨之所攻。」在

柔道的技法中講求自然之道，不注重自身力量

的蠻勁，而是順對方之力，以退為進借力使力

，就是視情形作出適當的防衛，一個練習柔

道的人，做到順乎自然的地步，不勉強自己輕

犯其鋒，受攻擊時，不加抗拒，而以順勢的方

法來制服對方，這種「不抗而抗」、「不拒而

拒」的原理，與老子的「不爭」之道、「柔」

之道不謀而合。

「其修養以攻擊防禦之練習來鍛鍊修行身體與精神兩方面？」柔道的上乘功夫是如果對方使出六分力，我們只要用上四分推的力量，就能產生十分的推力，順利地將對方摔倒；這就是「以敵制敵」、「借力使力」的柔道技巧。其實，在力量的運用中我們可以佯推真拉，或是佯拉真推，也就是在比賽的過程中，先推對方，讓對方會本能的加以反抗，接著藉其抗力，出其不意的推拉，必能奏效。這樣才能有效地節省自己的力量，將全部力量全數用在攻擊的一擊那，故運用力量引導對方陷入己身有利於施其技的體勢，並考慮時間的配合失去重心平衡的強弱、方向等問題。

在剛剛我們談過柔道之「道」，並且略談柔

道之技能，可以發覺兩者相對的地方，我們可

以從柔道的技法習得其哲學內涵，也能從其內

涵修得技法，兩者環環相扣，相得益彰。柔道

的偉大就在它可大可久、謙沖和諧之中，

它不分高矮胖瘦只要明瞭柔道原則，就可以學

得既有趣又愉快，柔道運動是屬於全民的運動

，任何有興趣者都可以到大孝館2樓柔道房，

慶特舉辦了此次華岡盃躲避球趣味大賽

，這次的球賽採男女混合方式，每隊至

少需包含五名以上女球員；同時，為配

合其趣味性，並訂有特殊之比賽規則。

於有一個機會了，活動中心為了配合校

慶烈日當頭，汗水淋漓，同學們仍願

享受躲避球的快感與追求團體的榮耀。

即使烈日當頭，汗流浹背，同學們仍願

享受躲避球的快感與追求團體的榮耀。

會幾何時，上了大學後，同學們各忙

著自己的事務而努力，昔日的

回憶雖甜美，卻難以再重現。現在，終

於有一個機會了，活動中心為了配合校

慶烈日當頭，汗流浹背，同學們仍願

享受躲避球的快感與追求團體的榮耀。

即使烈日當頭，汗流浹背，同學們仍願

尋訪火山遺跡 陽明山國家公園巡禮

生物二陳慧玲撰文

在十丈紅塵的台北附近，要找一處天然景觀獨特又保持原始風貌的地方，的確不易，但大屯火山區似乎是獨一無二的選擇，這也就是它建設成陽明山國家公園的基本條件。

陽明山國家公園不但在生態上扮演極重要的角色，同時也為台北市民提供親炙大自然的良機。

獨特珍貴的火山分佈區

陽明山國家公園範圍，面積共計約一萬方公頃，涵蓋士林、北投兩區的大部分，及北縣的萬里、金山、石門、三芝、淡水等臨海的內陸山地。這區域是大屯火山羣集地區，也是台灣本島最重要的火山分布區。這些火山噴發活動至十數萬年已逐漸熄火成休火山，但地底下潛伏的殘餘岩漿，以及地表上火山活動所留下的種種遺跡——溫泉、爆發火口、噴氣孔、火山湖、峽谷……等，卻仍十分明顯。觀察全島獨一的地形景觀，不但能追憶火山爆發的驚天動地，更能領略到天地之長

遠，人類之渺小，而油然產生一股謙卑之情。

山岩體加熱達沸點成為蒸氣時，會順著裂隙噴出地表是為噴氣孔；當然也可利用人工方法將蒸氣導引出來，如馬槽等地的地熱井。可惜也可由大屯火山區的蒸氣中硫磺成份太高，硫份溶於熱水中，成為硫酸，對金屬強烈腐蝕，使本區地熱無法利用，但觀看沖天的噴氣，發出震耳欲聾的噴氣聲，仍十分可觀。

大口湖

一塊塊黃色方磚，能想像這裡必定風光一時。大大小小的噴氣孔，有的仍噴發蒸氣，有的呈休止態。洞口上端的石塊，一簇簇針狀的黃色硫礦晶體，有如黃色雪花。地面上的岩石由於經過了熱水的變質作用，不僅變得鬆軟，也形成各種顏色，令人目不暇給。

噴氣孔

斷層是大屯山區特有的地質景觀，有崁腳斷層、金山斷層、山崁腳斷層，除溪谷區可供遊憩利用外，還有山脈、瀑布、地層、巨岩、分水嶺等景觀。金山斷層，因地下有高溫氣體存在，在氣體沿斷層上升，遂成一連串溫泉、噴氣孔、硫氣孔等地熱地表特徵。

溫泉

台灣地熱豐富，溫泉也多。地面水下滲流入地層深部，受地熱而透過孔隙較大的地表岩層或裂隙外冒，形成溫泉露頭。本地的溫泉區共劃分十三處，這些溫泉區由於近台北，多已開鑿，水源充沛，四時不竭，確實為台北市市民假日休閒好去處。

地熱

當地表水順著許多裂隙下滲到地層深處，受溫度仍高的火

夢幻湖

夢幻湖是本區著名的火山湖之一，土壤屬酸性，水質亦偏酸。湖面經常霧氣瀰漫，雲霧繚繞。湖中生長一種稀有水生植物——水韭。目前全世界僅見於七星山的夢幻湖。它是水生的蕨類植物，葉形及地下莖均與韭菜十分相似，但灰黑色的孢子囊長在葉子基部，與韭菜截然有別。夢幻湖目前湖底淤泥堆積，頗有由湖泊生態系轉為草原生態系之趨勢。原本多變之水位，可淘汰一些全水性或全陸性之植物，而有利於水生長之條件，恐將消失。

火口湖

看至此處，您是否和我一樣沈醉於這神奇的大自然？渾峻的火山，令人沈醉所有的塵思。身為文大學生的我們，更與其結下了難捨之緣，讓我們有空一起去欣賞這位雄偉的鄰居吧！

生物週

生物週生命之美系列活動，將舉行「認識陽明山國家公園」活動，共分本月十九、廿、廿一日三梯次，並有實地參觀活動，有興趣的同學請至大義三樓生物系圖報名。

◎生物學社提供

木星離太陽 7.8 億公里，12 年繞日一周；自轉週期 9 小時 50 分，結果使赤道特別隆起。木星質量大過所有其他行星以及其衛星的總和，是地球的 318 倍；直徑是地球的 11 倍，具有 16 顆衛星。在夜空中，除了金星以外，要算是最明亮的一顆行星，近日在天空中亦可用肉眼觀察其所在。若採用一架小型望遠鏡，即可找到這顆神秘的行星，並可看到其中四顆明亮的衛星，每晚成不同的位置變化，點綴在其周圍，煞可激引起探索浩瀚宇宙的神遊之心。

木星，不同於一般的「類地行星」（包括水星、金星、地球、火星），它不具有固體的表面，而是一個巨大液態氳的球體，這乃是因為氳被木星由外層向核心逐漸升高的氣壓擠成了密度和溫度均高的流體。其中心的壓力，大約每平方公分三五〇〇萬公斤以上，亦即相當地球海平面上大氣壓力的三五〇〇萬倍以上。木星中央，或許有一極小的金屬性的氳核心，但並未變成固體，卻具導電性等金屬的一般特性。

在木星液體表面的上方，是一層主要由氳和氮所組成的稠密大氣，並含有甲烷、氨、水蒸氣及其他氣體的跡象。在這大氣中，亦有風暴與晴朗等氣象變化，但有異於地球的氣象變化乃是其能量的來源，並非得自於太陽的輻射，而是由於行星內部的熱。巨大的風暴和環流是它的天氣典型，但這些氣象變化，造成了木星五彩繽紛的面紗。其要項簡述如下：

一美麗而平行，且明暗相間的雲帶

其中黃白色的圈，稱為「區」，紅褐色的稱為「帶」，淺色的「區」是一些比暗色的「帶」要高的雲，而雲的邊緣是漩渦和雲柱。從外面看來，「帶」躺在白色「區」的兩邊，這層雲是由氨水硫化物的冰晶所組成。在實驗室的氨水硫化物，看起來和食鹽相似，但經光線的照射，起光化反應，它的顏色開始變黃，然後成橙色，最後成為褐色。科學家相信，木星表面的顏色變化就是這樣形成。

天文專欄

太陽系最大的行星—木星

畜牧—施權峰撰文·天文社提供

二神秘的巨大紅斑

早在三百年以前，人類就觀測到了這個巨大的紅斑，並注意到它永遠在同一緯度上運行。它是木星最高的上升氣流，它反時針旋轉，每一轉約十二天之久。紅斑的大小遠超過地球的大小。它的顏色和亮度，經常因時而異。科學家相信，它可能是個持久的大風暴，如同我們在氣象衛星雲圖上所見強烈氣旋的風暴中心。將來終於有一天會消失。而為何紅斑是紅色的呢？經地球上科學家的實驗，認為乃是因為其大氣中甲烷、氨和氮氣，經放電而產生的顏色。

三消失的太陽

木星的另一個特殊點，是除了太陽外，它是太陽系中「最吵鬧」的東西，具有發射無線電波的現象。那激烈的無線電風暴一次要持續好幾分鐘，而每秒鐘放出的能量相當於兩顆百萬噸的氳彈同時爆炸。因為木星放出的能量比它吸收的為多，故有人把它稱為「似星」（這裏「星」的意義是指發光的恆星而言），但是木星內部最高壓力為 40,000,000 atm，而溫度不超過 27740 °C。因為要幾百萬度方可觸發星球內部的熱核反應，所以木星比起「星」尚有一段距離，但如果木星的質量再大上八十倍的話，該核融合反應就開始進行，那麼太陽系便又多出一個太陽了。至於木星輻射出的能量來自何處，尚不確定，但多數人相信，這是由於重力壓縮所放出的熱，而且這放熱反應，早在行星形成時，便已開始了。

在一九七七年時所發射的航行者太空船，更已發現木星有一層甚難看見的微粒，環繞木星而形成一條光環，使得木星成為太陽系中，第三顆擁有光環的行星（另兩顆為土星和天王星），更增添這顆巨大行星的神秘性及探索宇宙奧秘的好奇心。天文的知識，包羅萬象，其中的奧妙，更是令人嘆為觀止，有興趣不妨就加入我們的行列吧！

環保工作

人人有責

春日三月，杜鵑開滿山坡，桃花、櫻花、茶花各種不同的花朵也把山城綴飾得非常燦爛美麗。在晴朗的日子，陽光溫煦的揮霍著，親愛的你是否已曾喚出春天的氣息，到山上欣賞絢麗的花容，採擷屬於這一季的芳香？

華岡人何其有幸，在這裡生活四年，不但可以在課堂上接受知識的啓發，還可以在社團、活動中接受人際的成長，亦且可以在風光明媚的這裡，接受大自然的薰陶。春天的陽明山是屬於民族的季節，在中國的歲時這一季該是萬物復甦，氣象一新的時令，而我們另一階段的學習活動也是由此開始。

走在花園錦簇的校園裡，照來攘往的人群不斷，好像在告訴我，華岡又恢復了該有的熱鬧生氣。五顏六色的文宣海報、大典大義招新的攤位、以及活動中心的年輕笑語，也代表了屬於所有華岡人的各種多采多姿的社團活動又將熱鬧展開。華岡集郵筆友社今年籌辦的第一項大活動——「八〇年陽明山花季郵展」也