

北醫大首辦沉浸體驗展，五感體驗療癒身心靈

臺北醫學大學於 2022 年 8 月 28 日在臺北 101 舉辦沉浸式體驗展，首創將正念冥想結合五感聲光裝置，營造身歷其境的沉浸式體驗展，讓體驗者在忙碌的都市生活中，也能彷彿置身銀河、徜徉大海、隱居森林，幫助人們身心放鬆減壓，舒緩焦慮、疼痛及失眠等症狀，提升身心幸福感。

北醫大人文暨社會科學院楊政達院長表示，此次展演首創將醫學教育結合時下最夯的智慧顯示科技，集結北醫大與臺北科技大學、中國科技大學三校優勢，分別負責企劃腳本內容、體感回饋裝置及影像視覺音效，並整合心理學、認知神經科學、人機互動、空間與視覺音效設計等專家學者，打造一場跨界、跨域的融合饗宴。



「這也是全臺首次由學校團隊，挑戰大型沉浸體驗的實驗性創作」楊政達指出，有別於時下的科技藝術體驗展，此次「元心流沉浸體驗展」，特別強調與五感的對話，透過正念引導師的帶領下，首先進行 5 分鐘的冥想訓練，接續融合視覺、聽覺、觸覺、嗅覺及味覺等五感體驗，例如：冥想常用的鹽燈（觸覺、視覺）、讓觀眾體驗水流循環的「竹水流」（聽覺、觸覺、視覺），口中含枸杞（觸覺、味覺、嗅覺），達到身心放鬆減壓的效果。【上圖：利用鹽燈來體驗觸覺與視覺（左圖），透過水流循環的「竹水流」讓民眾體驗聽覺、觸覺、視覺（右圖）】

運用聲光科技融入藝術創作，團隊營造宇宙、城市、海洋、森林及沙漠 5 種場景，讓體驗者彷彿置身於日本 teamLab 展覽空間，「一秒即是世界，只需打開你的想像力，將一起遊歷不同場域」，不管是沉浸於銀河中、遠眺望地球、徜徉在大海、隱居在森林或穿梭在沙漠、綠洲等場景中。與眾不同的是，它融入健康及受大眾青睞的正念冥想觀念，幫助忙碌的現代人，感受身心靈健康，增強免疫及抵抗力，提升幸福感。

楊政達說，從 2021 年 8 月開始，北醫大承接「教育部前瞻顯示科技與跨領域應用教學聯盟計畫」，跨校展開合作，經過近一年的籌備，終於成功舉辦這場大型的示範性展演，期盼未來能培育更多跨醫學與顯示科技領域的創新生醫人才。此外，北醫大也將開設「打造具療癒效果之沉浸體驗」MOOCS 課程，不僅翻轉醫療機構冷冰冰的刻板印象，也讓醫療環境更有溫度。

除了此次在臺北 101「双融域 AMBI SPACE ONE」舉辦的「元心流沉浸體驗展」外，9月及12月也將分別在南臺科技大學與高雄軟體園區夢想方舟，展開巡迴展演，盼推廣跨域創新的沉浸體驗與學習，有助社會大眾身心共好。（文/人文暨社會科學院·秘書處）【下圖：療癒的五感體驗，彷彿走進世外桃花源】

