

## 讓老小孩與小孩回到自然

### 失去山林的孩子讀書心得

前行政室科員 / 陳香君

心

靈

饗

宴

**與** 讀失去山林的孩子這本書，不禁讓我想起關於大自然的記憶，在我腦海裡她是我慈愛的母親，我在大自然的搖籃中快樂的成長。還記的小時候我與哥哥常去溪邊捉魚，鄉下田裡奶奶種的西瓜又大又甜，每年收成時，我和哥哥打赤腳在西瓜田上跑來跑去，感受沙子傳送大地的溫暖；夏天的午後，奶奶把偌大的西瓜剖開，鮮紅的顏色及滿溢的湯汁，我們張口大嘴吃西瓜吃個過癮，比賽誰把西瓜子吐得比較遠，大家快樂滿足的笑聲，縈繞在炙熱的天氣中為我們消暑；大自然除了帶來農民辛苦工作的禮物農作物之外，也孕育著無數的生命。自然是帶有缺憾的完美，總是有許多新奇好玩的事等待我們去挖掘體驗，充滿了「活動零件」和各種可能，佈滿了泥巴和灰塵、蕁麻天空，冒險的時刻，汨濫的笑聲和鳥語蟲鳴的交響樂！

然而現在多元求學教育改革體制下，越來越多的超級媽媽，孩子的童年都在被組織過度的行程中安排度過，取而代之的日常生活食衣住行，越來越多被刻意製造出的環境，公園及學校內人造兒童遊戲區、市面上的加工食品、便利的交通、快速的網路世界，原本自由創造的自然空間變成刻意追尋的生活框架與生命地圖。因此，讓兒童和民眾及老小孩(老人)與自然重逢是世界各國努力的方向，政府在針對兒童方面透過「行政院兒童e樂園」的網站，鼓勵學童透過網路資源了解台灣不同面相及文化特色；教育部青年發展署鼓勵台灣青壯年透過「壯遊」的方式，讓青年朋友走出教室及網路世界行遍臺灣，培養對這片土地的熱情與關懷同時與地方人文接軌。除此之外，綠自然照顧是歐洲國家最近極力推廣的健康照顧與農牧生產結合的新興社會照顧模式，如花草樹木、流水、泥土、動物與自然景觀，透過感官，對人體都能產生療癒力，一般人在綠

讓老小孩與小孩回到自然？失去山林的孩子讀書心得



心

靈

饗

宴

讓老小孩與小孩回到自然？失去山林的孩子讀書心得

自然環境下從事身體活動（如耕作、健走、爬山等）也有較好的身心健康促進效果。因此針對特殊族群（例如身心障礙者、心理疾患者、失能失智老人、學習障礙者、中輟生、受刑人等）若能在綠自然環境中接受健康照護服務、工作與生活，也會有較佳的全人健康效果。

任何人都值得一朵美麗的花，透過與植物的互動與對話，希望的種子就會發芽成長，進而茁壯成為大樹與森林，心中自然就會每天開出一朵花。我們最終要找回的是人類與天地自然間共同相處的愛，在愛中生存，而非為了生存而去刻意破壞環境。我們應該喚回愛自然原始我們，孩子應該去水裡。把我們連結在一起的、溝通人性的、使我們成為一體的，不是網路，而是海洋。其中失去山林的孩子這本書讓我最感動最省思

的一段話：「追溯一條河流或一顆雨滴的歷史，就是追溯靈魂，追溯在身體裡跌宕起伏的心靈的歷史。在這兩種追溯中，我們不斷地尋找，然後突然發現神性...」。如同《易經》所載：「天行健，君子以自 不息...。地勢坤，君子以厚德載物...。」從古自今，農民仰賴天地生存，天人是一種感恩的關係，我們傳承拜天謝天的信仰，也是感謝大地賜與我們豐富的自然資源，除了保護環境資源之外，現下吾人還要秉持著向自然學習的精神和胸襟，將自然的智慧深植每個人的心中，充實每個人的內在，方能使我們的心靈不被現在快速變遷的資訊社會所奴役而失去自我，讓內心像原始森林般的充滿能量及無限可能。

