

守護自然，成為一輩子的事

文／曾意婷〈台北分會解說二格組／生態心，自然名：花楸〉

圖／林修齊〈森子工作室負責人〉

每天都是世界地球日

我跟阿順很幸運參與了荒野保護協會的志工影片拍攝，在很特別的日子上了！每一年的4月22日是世界地球日，趕不及在這一天分享感動，但我想，關心大自然的人，每一天都可以是世界地球日：）。

在荒野裡學習感恩

2018年，我加入荒野保護協會，一點一點被改變生命，以我從未想過的方式、狀態、可能，成為現在的自己。因為學習環境保育工作，接觸了大量的專家，這些專家有外部老師，而更大一部分是荒野的前輩們，或者說，我們更常說「夥伴」。

我感恩身為專家的他們，願意以夥伴的平等關係，帶領我們學習，毫不藏私地傳授給我們經驗跟知識，那些熱切真摯的眼神，蘊含著信賴與寬容，我在這些信賴與寬容中逐漸茁壯。

人與自然的連結從照顧自己開始

生態心，是我最開始參與的志工群組，也是幾年來累積最深度的夥伴關係，我在這裡學習「照顧自己」。還在努力中。照顧自己絕對是人生最困難的一門課程，要先照顧好自己，才可能照顧別人、關照自然。

我在生態心，學習更深刻並且清楚的表達感受、情緒，恐懼的、脆弱的、沮喪的、憤怒的、痛苦的等負面的情緒，在這裡學習用語言或肢體



展現它們，而不將「表達」負面情緒，當成避而不談的狀況，而是深刻地談論它們，並且理解它們。這對長期在環境工作裡，是非常有幫助的，表達脆弱，能夠讓自己走得更長遠，身心靈會以更健康的狀態在大自然中生存著。我們也才更有機會，帶領更多人，走進自然裡頭，得到能量。

我也在生態心，得到超乎想像地支持的力量，眼淚淘洗掉傷痛，彼此擁抱大笑的溫度，成為永遠的信靠。故事太多了，生態心的夥伴一定能夠明白的。

聆聽植物的語言

同時，我也經歷一段時間的學習，成為解說員。解說志工群組，是人數龐大，也知識含量極驚人的地方。我從對於學習動物、植物的茫然無興趣，到被打開，透過感知去學習萬物迷人的存在。生態系的語言，就跟世界上百種語言一樣，也許聽不懂，但聆聽的過程，本身就是很美的事情。當你多讀懂一點，這個語言就屬於你了。

曾經在還沒參加解說員訓練前，我很害怕，覺得理解自然知識是一件很困難的事情，也有了抗拒之心。「我不介意多收一個學生」，2019年那一次跟隨山林行腳，與一群夥伴走在明池，知識淵博的燕子這麼對我說，雖然後來解說員結訓當天分組，我進到二格組，並不是加入燕子所在的獅頭山組，但這句話烙印在我的心裡，我感恩我好喜歡的前輩，說了一句這麼溫暖大方的鼓勵。

我還記得剛接手 iNaturalist 籌備工作時，我參與獅頭山組在銀河洞的自然觀察，我說我很不熟悉，要滿 50 筆記錄才可以開專案，當時當組長的啤酒花說，「你手機拿出來，現在就開始用啊！」，於是在隨興的自然觀察活動當中，開始練習記錄物種，打破心裡的焦慮感，開始有更多的行動力落實在人生的各種面向。小小的行動，練習、累積多了，就逐步增加行動力。



守護自然是一輩子的事

這些都是我在荒野開端的故事，而持續的參與也是現在進行式。還沒成為解說員前，我很愛去湊熱鬧的獅頭山組、溪山組，直到現在，我總覺得心裡跟他們的距離很近。成為解說員之後，正式的加入二格山組，也像是找到了在荒野保護協會裡的第二個家，這裡的人有著浪漫的靈魂，一起露天躺在山上看星星聊天直到睡著，不會太嚴格拘謹，鬆鬆的、慢慢的，很美好的。

我好像可以一直寫下去，因為在這裡有很多的故事、有很多感受，還有參與過其他志工工作的感動等等。參與荒野保護協會是我參與環境保護的開端，從那之後，守護自然就成為一輩子的事。💚