



與孩子共遊雪山圈谷

# 當山林體驗 與華德福相遇

文圖 | 彭瑞祥（同心華德福家長會會長）

「親子登山」話題正夯，自己就是一個愛往山裡跑的大孩子，家住新北深坑，周遭正好是理想的親近山林場域，對我來說親子親山太方便了。孩子還在襁褓中，就登山了；還記得三個月大時抱著他，登上平溪三尖之一的石筍尖，結果孩子在山上便便，我和老婆手忙腳亂幫他換尿布，直到現在，回想到那時在壯麗美景中操持尿布的滑稽情景，還是忍不住一笑。

## 找回孩子連結自然的教育新探索

我們家常去深坑炮仔崙山區。孩子2歲時就學會在其中赤腳奔跑，溪水玩到全身溼透，對穿山甲挖出來的洞穴、臺灣獼猴的林間騷動，竹雞「雞狗乖」、五色鳥咕咕叫的鳴唱更是習以為常，山上的長輩暱稱他「小土雞」，孩子聽了也只是一笑置之。

孩子現在10歲了，除了郊山，也跟著我走過大大小小的山嶺和步道，像是霞喀羅、瓦拉米、司馬庫斯和鎮西堡神木群、淡蘭古道中路幾條路線，最高走過雪山主東峰，一起經驗灑在箭竹林坡地上的泛黃日光、黑森林裡從冷杉樹冠間流洩而下的雲霧，很幸運的，孩子在其中目睹山羊、山羌、在山屋附近邂逅黃鼠狼、三月天竟還能於圈谷遇上早春的殘雪……這些與大自然相遇的經驗，已深深烙印在他對大自然的經驗中。

這10年來，孩子一方面跟著我勤跑山林，一方面也從幼兒期開始，包括幼幼階段的親子共學、幼兒園到小學，都是接受華德福教育，孩子的媽在20年前就已接觸了華德福教育，在家也把華德福教育的精神落實在生活，並很樂在其中。我也深受影響，還在臺灣環境資訊協會任職主編期間，就參加了相關的課程和師資培訓，今年離職後，也是考慮著要將山林經驗和華德福教育結合，持續在這領域探索可能的山林教育方式。

## 人與萬物有關

即便以我有限的經驗，已經能強烈感受到兩者之間有強烈的共通性，山林體驗活動恰恰好適合作為華德福教育實踐的內涵，兩者的教育都能導向「人與自然和諧相處」，簡要來說，這個看法基於以下觀察到的共通性：

第一，華德福教育理論認為每個「我」，恰恰是一種「靈性的存在」，而這「我」又是整個世界「大我」的一部分。這點強調，人生而為人，不只是物質性的存在，更不是獨立於外在世界—包括自然環境的存在。人既然作為大我的一部分，在追求自我價值與自我實現的過程中，必須不斷自我省思與大我的關係，也就是人與萬事萬物的關係。

也因此，透過與萬物相應的規律學習節奏，透過如呼吸般的「動態、靜態」活動交替安排，透過每周至少一次的自然日課程，華德福教育希望讓孩子從這些大人深思熟慮的安排中，不經意讓自己身處自然的學習環境中，也從很細微的成人對自然崇敬的態度與言行舉止，將對自然的虔敬全然內化於尚在萌發的自我之中。

## 經驗自然的美好



跟著大人把垃圾背下山的孩子們

第二，華德福教育透過成人（注意，不只是老師，而是他周遭的成人，包括家長）溫暖、鼓勵的帶領方式，在孩子的發展階段，讓他享有在自然環境中自由遊戲、自由探索的機會。

這樣的安排，把孩子發自內心的衝動與好奇心，放置在自然環境中，放手讓孩子觀察每一個細節，實際操作肢體，透過他的主動性，經驗他的肢體動作造成什麼樣的外在反應，從而透過實證（實際的遊戲）來明白自身和外在世界關係。這不只是讓他天生的動能不受到壓抑，更有鍛鍊孩子體力、乃至於意志力的積極性意義。

這樣的經驗讓孩子在意志力的鍛鍊、情感整合、清晰思考各方面都獲得充分的滋養，從而鞏固／強化了他內在的學習動力，經驗過完整體驗自然的孩子，藉由實際操作，他能開展出面對世界的「篤定感」，從而更有機會發展出「為自己做好準備」的能力。

在常見的華德福教育活動中，老師常會安排收集落葉、落果或種子的活動，並透過成人自身的實際做法，例如老師將葉子排列成曼陀羅的形狀，或是單純觀察一棵樹上的動物咬痕等活動，引領孩子的好奇心，讓他自然而然克服陌生感，主動開放感官與四肢，去經驗自然的美好，從而在他自己的行動中覺察自我的自主能力，為面對未來世界的「篤定感」奠下基礎。

華德福教育非常強調呼應自然的律動，包括春夏秋冬各有一次較大型的「慶典」。慶典可大可小，例如一場短程的路跑，或是一次藝術表演，重點是讓孩子收攏／統整一整季的學習體



①

②

- ① 攀爬雪山黑森林
- ② 行經猴山岳需要攀繩的山路

驗，彷彿是自然界裡的動植物、或是看天吃飯的農漁民，因著季節變換而有一一次次較為深刻的回顧。

## 充滿好奇 自發求問

第三、華德福強調從小帶孩子經驗藝術活動，而這些藝術活動又與大自然息息相關。例如：老師在一天的課程中，帶著孩子經過自然體驗後，會以靜態藝術活動作收尾，讓孩子透過寫作、繪畫（對較小的孩子可能是蠟磚、或濕水彩），將他在自然中所感受到的，加以轉化和整理。這需要孩子運用思想能力，去編輯、創作。從而，這樣的教育歷程，把孩子的意志、情感、思考做完整的串接，也為孩子的內在素質作了完整的鋪墊。

在接受華德福教育孩子的身上，我看見他們對於外界的事物充滿著好奇，對未知的環境和經驗有著滿滿的衝動，面對外在環境的經驗→吸納→整合等過程，已化為自然而於無形中運作的過程。孩子在這樣的過程中，無須成人用「灌輸、說理」方式灌輸知識，而是孩子自主形成對外界事物的概念，自己帶著疑問來求教於師長。在這樣的教育歷程中，充分經驗自然，是一個非常重要而關鍵的元素，也因此，追求華德福教育的家長、接受華德福教育的孩子，必然也是山林自然環境的守護種子。

## 鏈結孩子與土地

誠然，鼓勵孩子親近山林與自然環境，不是用強迫、威嚇或喝叱的方式，而是要順著孩子的特性，讓孩子透過模仿來學習。所以最重要的，帶領的成人本身，也必須對自然充滿愛、虔敬與好奇。

其次，孩子還小，無法辨明危險的場地或動作，成人可事先認識環境，熟悉最安全的體驗方式，設定好紅線，就可放心地陪伴孩子嬉戲。例如，選定安全場域，設好紅線，好讓親子「安然」於其中；就算孩子不慎滑倒、跌倒，都有把握在一旁趕上呵護他，這樣可以減少很多喝叱孩子「不可以」、「不准」的負面氣氛，也是鼓勵孩子用肢體和自然互動，揣摩環境的特性和鍛鍊自己的動作能力。



孩子對外在世界有著本能的好奇心，應多加引導。

「髒髒不能摸」

「尖尖的不要拿」

「不可以跳」

「不可以爬高」

「不可以跑」

當孩子生命中充滿了禁止、不可以，其實是被剝奪了學習的權利，而現代文明營造的生活環境已過度人工化，也讓長期關注兒童議題的作家查·洛夫（Richard Louv）寫下《失去山林的孩子》，提出「大自然缺失症」（Nature-Deficit Disorder）的觀察：他發現許多孩童，在沒有插座、沒有耳機的野地裡，便覺得無趣，或者說，已經不知道怎麼玩了。其實這是我們這一代人造成的，期待我們透過更適合孩子本質的教育方式、以及不受汙染的自然環境，反轉這扭曲的人與自然的關係。帶著孩子體驗山林，正是要把那受剝奪的經驗，還給孩子，在這群孩子帶領未來的世代，重拾人與土地的鏈結。🌲