



評

## 《陽明山國家公園自導式步道傳奇》

國立臺灣大學地理環境資源學系教授  
王 鑫



陽明山國家公園自導式步道傳奇

林宗聖撰文・攝影著

人人月曆 / 8912

ISBN 9573088568 / 平裝

《湖濱散記》的作者梭羅，也是美國戶外環境教育的先驅，因此在美國的環境教育法中，明訂的頒獎項目之一就是「梭羅獎」。梭羅獨居華爾騰湖畔之前，曾經擔任過短暫的教師生涯。他的教學方式特別，除了尊重孩子的人權之外，他常帶學童到林子散步。為的是給孩子們機會從觀察中、體驗中，探索、學習我們生活的世界。梭羅的另外一本著作《散步》中，有如下這一段話：「我邀請你們，像我一樣，一天花幾個鐘頭散步，從你的門口出發，從森林散步到高崗原野。毋需經過任何房子，不必穿越街道，沿著河水、小溪，然後是草原，以及森林，完完全全擺脫現實的束縛。散步的真諦，不是運

動，而是帶著你的靈魂，去追尋生命的春光。」（註1）

梭羅之後，又出現了一個「散步」高手，那就是美國的國家公園之父－約翰·繆爾。其實，他一點兒也不是散步，他是長途跋涉，健行兼登山。他還爬樹呢！

西方國家的休閒教育課程，也常將「散步」列在休閒活動的首項。如果你身體不好，醫生也常教你要多散步。臺灣的民間團體中，有登山協會、健行協會、還有自然步道學會。週末假日，臺北市近郊山區 的步道，常像是西門町的商店街，人擠人。

這一切，都告訴我們，「散步」大有學問。

林宗聖的《陽明山國家公園自導式步道傳奇》就是引領你我到陽明山國家公園尋尋覓覓的指南。這本書的圖、表、文字等，在照片的襯托下，細述了陽明山自然步道的各個面向。氣候因子、地理、地形、地質、動物、植物、人文史蹟、建築產業 根據他親眼看到的，以及追溯前人研究而查證的，簡單明瞭的列出了種種值得觀察的事項。除了客觀介紹事實之外，這本書真的教你怎麼看風景，因此交通路線、觀察季節、裝備安全等等一應俱全。例如表15的標題就是：七星山自然及人文資源觀賞及遊憩的最佳時



機」表14的標題是：「面天山、二子坪賞鳥步道鳥種出現期一覽表」。搭配的還有「自導式步道地圖」和「行程路線剖面圖」，以及耗時、耗力，拍攝的精美相片。如果硬要挑些毛病的話，是本書稍感嚴肅，似乎缺少了一點浪漫的、如詩人吟唱般的情懷。當然這就和作者的個性以及撰寫時採用的格調有關了。作為「博物誌」或「自導式步道指南」，這種文體確是恰當的。

林宗聖先生在本書中再三查證引用資料，然後根據個人經驗把陽明山國家公園的步道做出分類。從路線行動方向、活動遊憩型態、地理特性、路徑開拓程度、以及解說設施有無和多寡等，把一條條的步道有系統的歸類。並且在書中擇取了特別值得探訪的十一條自導式步道。如果您能掌握每一條步道的優缺點，並且衡量自己的偏好程度，那就必能盡情享受造訪的樂趣。如果您每個月走一條步道，那麼一年內，您就可以深悉陽明山國家公園的奧秘了。

政府建設國家公園的目的，原本就是為了保護國家特有傑出風景、動植物、以及人文史蹟，提供國民世世代代永續地享用。為了維持高品質，有必要進行嚴格的管理；但是，如果沒有破壞環境的威脅的話，確實需要作好解說服務，讓民眾確實瞭解並享受大自然。解說服務要政府提倡，但卻需要全民參與。林宗聖先生的書，提出他個人近二十多年來在陽明山登山溯溪的累積經驗，再加上廣泛查證中、日學者的文獻資料，確是難得的一本「博物誌」。他在書中列出了自導式步道周遭的生態環境，包括地理、地質、氣候以及人文。介紹了山川水系、氣溫、風、相對濕度、降雨等等，幫助您尋找登山健行的好天氣和好路線。他介紹了地形、地質和土壤，讓您瞭解這兒是火山地形，還能見到許多後火山活動留下的溫泉、噴氣孔、和熱

水變質帶。他也介紹了人文，告訴您這兒先民的生活。明白了從金山到士林的魚路古道，不只是運送魚貨上市場的古道，也曾是出產大菁、開採硫磺、種菜的地方，而且原來的名字是「金包里大路」。

自導式旅遊應具備的裝備和涵養說明了保護自己的必要行動，也指出能否充分享受登山健行之樂，和您自個兒的涵養有關，而且也指出了環境保護人人有責的觀念。愛他，就要珍惜他！

本書中，自導式步道的解說項目高達十七項，分別是步道等級、地圖、交通、路線、行程和標高、山岳景觀、解說點、地質、溪流、瀑布、植物、動物、溫泉、聚落建築、田野景觀、氣象景觀，以及注意事項等。根據這十七個解說項目，本書詳述了十一條自導式步道沿線可見的資源。文中也引用了本區的專業調查及研究文獻，並且在書尾列出了參考文獻的原作者和出版處，供讀者進一步自行研究時查尋的需求。

本書的文尾，特別指出「愛惜國家公園，先從你我個人做起」(頁210)。這也是我們需要學習的。綜合的說，這本書正好符合了國家公園設立的深層目的。那就是為了提高臺灣人、中國人的品質。從這種五育兼備的步道健行活動中，不僅可以鍛練體魄、提升自己的心靈素養，也可以建立正確的環境倫理，養成對環境負責任的態度。

林宗聖這本書不僅僅進一步充實了陽明山國家公園的解說資料，更展現了他對這塊土地的愛戀。他把他的熱愛，轉化成文字和圖片，獻給了同住在這塊土地上的同胞。

#### 附註

- 註1. 《梭羅·心靈散步》，梭羅著，藍瓶子文化編譯，藍瓶子文化，民88年。