

# 看見瞭解才能夠改變——從禁山到近山，海禁畏海到航向世界

李偉文 荒野保護協會榮譽理事長

## 原來臺灣是這個樣子？！

這20多年來，我常有機會應邀到政府部門或機關學校講有關環境教育方面的題目，我常會問大家一個問題：「假如你在國外遇到一個人，他從來沒有聽說過臺灣，也完全對臺灣沒有任何概念，而且你只能用一兩句話跟他形容臺灣時你會怎麼說？」

這個問題主要是想知道這些在臺灣出生、長大，一輩子都生活在臺灣，而且來自四面八方各個年齡層的臺灣人，瞭不瞭解臺灣？知不知道臺灣環境的特色？

我還會補充強調，所謂特色，就是只有我們有而其他國家沒有的。的確，臺灣的地理環境，擁有全世界獨一無二的特色，臺灣所有的美麗與豐富，來自於這個特色，臺灣的苦難與災難，也是來自於同一個特色。

往往大家都亂猜一通，被我點名回答的人，情急之下還會湊數：「臺灣有檳榔西施。」「臺灣人很友善」……。

其實，臺灣的確擁有全世界獨一無二的特色，若是最簡單的一句話描述，我會說：「在全世界最大的海洋與全世界最大的陸地交界，同

時在北迴歸線上，有一大群非常高的山從海底浮上來，這座高山島就是臺灣！」

北迴歸線附近是亞熱帶與熱帶，同時高山代表不同的溫度，因為高度每上升100公尺溫度降低攝氏0.6度，所以當平地10多度時，高山上就是零下的氣溫。平常在地理課上課讀到臺灣的氣候時，會提到包括熱帶、亞熱帶、溫帶與寒帶，我們隨口背背，好像沒什麼，其實仔細想想，所謂熱帶生態就是赤道附近的生態，寒帶生態就是北極圈附近的生態，全世界有那一個地方，我們白天可以從屏東墾丁附近開車，那是屬於熱帶生態，然後一天之內到達中部3,000公尺以上的高山上，那是寒帶的生態，我們隨時可以停車觀察或採標本，從赤道生態一直觀察到北極圈的生態，不用搭飛機，全世界還可以找到多少地方像臺灣一樣？

這是因為臺灣位在北迴歸線上，山很高，地方又很小，才有這樣的特色。而且整個臺灣3,000公尺以上的高山有兩百多座，面積佔全臺灣60%，我們簡直可以說整個臺灣就是一座山。

我們說臺灣從海底浮出來，表示臺灣是兩個板塊撞擊產生的，所以地震多也是臺灣的宿命，甚至可以說是有地震才產生了臺灣！



而且臺灣的地理位置很特別，全世界最大的陸地是歐亞大陸，全地球最大的海洋是太平洋，臺灣就位於這兩者的邊界，因此臺灣的氣候會受大陸氣候影響，也同時會受海洋形成的颱風或潮汐、季風所影響，因此氣候的複雜度很高，連帶著物種也非常多，甚至在小小的臺灣上面，包括了許多的不同的地形，有山脈、有火山、丘陵、平原、臺地、盆地、河流、湖泊、沙漠，各種類形的海岸，除了沒有冰川與高原之外，簡直是應有盡有。

也因為臺灣是兩個板塊擠壓而成，臺灣海峽在冰河時期是陸地，收容了從北方一路往南遷徙

的各種物種，剛好落腳在海拔不同、不同溫度的臺灣森林裏，再加上候鳥及海漂帶來的海洋性物種，因此臺灣匯聚了來自北方大陸型以及南方海洋型的物種，若以單位面積來算，臺灣的生物種類是大陸國家的 100 多倍以上，這麼豐富的生命，正是上天對寶島臺灣的厚待啊！

有人說：「仁者樂山、智者樂水。」上天給予我們近山又近海這麼得天獨厚的環境，住在臺灣的我們，卻沒有好好地享受這個獨特環境可以帶給我們身心靈的陶冶。

我們雖然近海，卻懼海畏海，除了歷史上從明朝至清朝末年，整整 600 年的海禁，所謂海禁

在最嚴格的時期，規定離岸 30 公里之內都不准住人，只要出現在海岸就當倭寇來辦，到了國民政府來到臺灣，海岸線也是管制的，有海防部隊防守，逗留海岸就有匪諜的嫌疑，直到民國 76 年解除戒嚴，理當人們可以自由到海邊去了，可是短短沒幾年，西部海岸全蓋了堤防，東部則丟滿了消波塊，所有我們不喜歡的設施，比如核電廠、汙水處理廠，以及各種工業區將海岸占滿了。

## 不能近海，那麼山呢？

從清朝到日治時代，山地始終是漢人移民眼中的危險地帶，不管是清朝的「畫界封山」、「開山撫番」到日治的「理番」，然後國民政府來臺後以國家安全為由，大部分的高山林地是管制的，直到 2019 年才全面開放山林。

2019 年，你沒有看錯，直到 2019 年，臺灣的老百姓才得以自由進出臺灣的山林，管制站或哨所才全部撤除。

因此，我們必須重新認識臺灣。

## 徒步入山林，尋找臺灣特有種

「透過閱讀，我發現我對自己所在的地方，並沒有自己想像中那麼了解，於是近二十年陸續將閱讀旅行的足跡刻繪在島嶼上，尤其是，徒步先民足跡的古道，但我不想以弔唁史跡的方式走入，而是藉故道為線索，以「提問」的方式深入。」

這一段話是《徒步旅人》的作者邱一新所寫，他曾經是位資深的媒體人，但生活上，他更像是一位專業的旅行家，足跡遍及全世界，是一位追尋先行者足跡的「意義探索者」，希望以人文地理踏查為經，以動植物生態觀察為緯，探索島嶼深邃之處。

10 年前他所寫的《尋找臺灣特有種》就開始這一趟溯源之旅，透過追尋只有存在臺灣的獨特物種，重新認識生養我們生命的最源頭——臺灣這塊土地。

臺灣有這麼多特有種，有這麼多古道得以供我們徒步探尋，都來自於臺灣是個島嶼，而且是一座多山的高山之島。

我們都知道，臺灣是一個四面環海的島嶼，但是我們卻常忽略了臺灣也是全世界非常難得的高山島，一個擁有 200 多座 3,000 公尺以上高山島嶼。

所以我們雖然是在海島上，但事實上卻是住在山腳下或山裡面，我們的祖先為了工作與生活，經常必須翻山越嶺，久而久之，就在山裡面走出一條又一條的山徑，這些若是到今天都還沒有被拓寬或改建成車輛可以走的道路，就稱為古道。

因為隨著時代改變，人們逐漸改用方便的交通工具，所以這些山徑慢慢就愈來愈少人走，因為荒廢而被草叢給掩蓋而無人知曉。過了好多好多年，一些研究歷史的學者跟喜歡冒險的自然探險家，從祖先留下來的資料中尋找，總算讓這些古道重見天日。

這些分布在臺灣各地的古道，不管從南到北，從西到東，不管是穿越高山，或者在丘陵間連結附近的村落，每個古道的功能或目的都不一樣，有的是官方的軍事用途，也有老百姓運送商品貨物的通路，或者是原住民狩獵的捷徑，當我們走在這些古道上，除了欣賞周邊的自然生態之外，還可以去探索祖先的生活方式。

每條古道一定是從一個或一群人的故事開始，我們也能知道我們腳下的這個駁坎，某個歷史上的知名人物也曾在此歇腳，山徑古道除了地理上可以連結二個地方之外，也可從空間走向時間，走向古人的生活場景，產生更多思古幽情的歷史情感。

## 從婆娑之洋美麗之島出發航向世界

「你知道全世界近二百個國家中，哪兩個國家對民眾划船出海是有管制的？」

答案是北韓跟臺灣。

《拖鞋教授的海洋之夢：DIY 一條船去環遊世界》這本書在 2014 年 6 月出版，之後上院線發行了一部《夢想海洋》的紀錄片，在鹽寮海邊的追夢農場，帶領一群熱血青年，親手打造帆船，打算以「跳島」的方式完成帆遊世界的目標，紀錄片結束在臺灣沒有一個相關單位願意核准他們這個計畫，團隊只好解散。

可是拖鞋教授還是不放棄，隔幾年訓練了一批年屆花甲以上的不老水手，再度啟程，航向日本的與那國島，這個過程記錄在一部沒有公開發

行的紀錄片《南風再起》。

為什麼第二次他們能成功出海？很諷刺的，答案是他們沒有申請，就直接將帆船從鹽寮海邊推向大海，然後就航向日本。

其實是滿感慨的，臺灣明明是個海島，但是生長於其上的子民，對海卻很生疏，到海邊只想去吃海鮮，連海岸都不太敢靠近，這種恐懼海洋的心情，從老百姓到政府都是一樣的。

在如此環境下，是沒有辦法孕育出朝向世界，勇於冒險的海洋文化，反而變成只會朝向擁擠的島內，搶奪有限資源，胸襟狹隘，眼光短淺的島國心態。

我們常常號稱臺灣是個「寶島」，但是這些年來大量的海埔新生地、海港、海岸公路不斷建設，也丟下了大量的消波塊，造成如同「監獄臺灣」般的水泥圍城，臺灣「寶島」變成了臺灣「堡」島。

有許多人夸夸而談臺灣的海洋文化，說臺灣是個海洋國家；其實到目前為止，我們沒有傳統的海洋習俗，日常生活也很少跟海有關，因此談不上是個海洋國家，因為我們很少接近海，看見海，當然也就沒有屬於海洋的文化。

不過，臺灣的確是個島，海洋文化所代表的寬容壯闊、勇於冒險、視野恢弘，甚至面對海天一線所領悟呈現的純真浪漫，的確是值得追求或塑造的文化意象。可惜的是，倘若我們沒有改變與海洋接觸的關係，臺灣所追求的海洋文化只會變成「海鮮」文化！

君不見各地縣市政府推動海洋文化所舉辦的活動，不是「鮪魚季」、「曼波魚季」，就是「活魚幾吃」；臺灣觀光客來到海邊，最重要的一件事就是大啖海鮮。沒有人仔細地感受海，想像海所延伸出去的無限世界，臺灣人念茲在茲的只是有沒有好吃的海鮮。

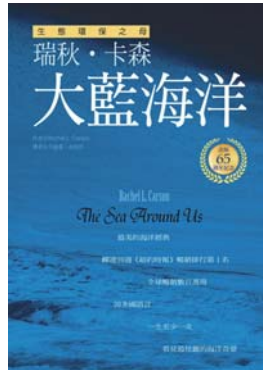
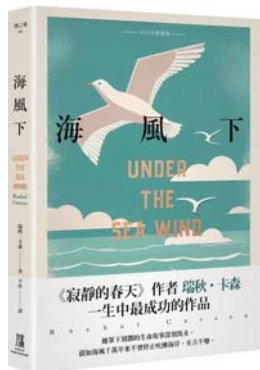
想要塑造臺灣的海洋文化，首先得讓大家認識海。我推薦大家可以找陳揚文所寫的《一個潮池的秘密》以及《Formosa 海平面下》，這是非常少見的，能以海洋觀點，有系統地記錄臺灣島沿海的海洋生態與變遷的書，更難得的是作者能以生動且文學性的筆觸，描繪臺灣的海洋生態，我覺得足以媲美全世界生態書寫經典之作，瑞秋·卡森的海洋三部曲。

我總是覺得，不管全世界哪一個國家的人，都欠瑞秋·卡森一個人情。因為對於大自然終生不渝的好奇，以及對萬物生命的關懷，瑞秋·卡森以溫柔卻堅定的努力，開創出全世界的環境保護運動潮流。

瑞秋·卡森她在 1962 年出版了《寂靜的春天》這本書，描述因為人類使用殺蟲劑與許多化學農藥，傷害了土地以及許多生物，並且透過食物鏈而擴及到幾乎所有的生態環境。因為這本書的影響，美國成立了世界上第一個環保署；1972 年，有 100 多個國家代表聚集在瑞典，一起舉行了全球環境會議；同時，聯合國因為這個會議的建議，成立了聯合國環境署，開啟了全世界各個國家在環境議題上共同合作的新紀元。

瑞秋·卡森其實是一位海洋學者，除了《寂靜的春天》之外，她還寫了海洋三部曲：《海之濱》，《海風下》與《大藍海洋》，這三本書也是美國，乃至全世界民眾認識海岸與海洋重要的啟蒙書。同樣的，從陳揚文所寫的《一個潮池的秘密》到《Formosa 海平面下》，我們也可以瞭解他的企圖與使命，建立屬於臺灣的海洋三部曲，讓住在海島的臺灣民眾認識臺灣的海洋生態。

我在非常早以前就認識陳揚文，他也是荒野保護協會從籌備，成立，建立組織制度到走向國



際這 20 多年成長過程中，重要的核心幹部。他出生在現在是臺北自來水博物館現址的水源地，對於美好的自然環境因為人為不當開發所遭致的破壞深感痛心，因此以守護環境為生命職志，除了調查、研究之外，也致力於環境教育的推廣，希望能引領民眾從接近大自然開始，進而認識，然後喜歡，甚而被感動，這種發自內心的感動也才是環境保護永不止息的力量。

## 用心用眼，看見臺灣

最後也要再度提醒，臺灣是一個島嶼，但是卻是一個全世界都非常罕見的高山島，我們不只是住在海島上的民族，我們更是住在山裡山邊、山腳下，屬於山的子民。山是臺灣生態豐富美麗的原因，山也將會是臺灣在極端氣候影響下，苦難與災難的來源，假如我們無法善待我們生存所依賴的這片山林的話。

從齊柏林導演拍的紀錄片《看見臺灣》裡，我們也可以發現，臺灣美麗的天然海岸線大半已消失了，西海岸因建濱海快速道路而築滿堤防，再加上 200 多個漁港，一大堆工業區，發電廠、汙水處理廠……東海岸線全丟滿了消波塊，臺灣是一個被水泥給禁錮的島。

臺灣是一個島，但是臺灣人無法接近海岸。

我們看不到海岸，只看到巨大的水泥堤防與消波塊。於是我們只好轉身向內。

有人說「島國心態」，這是批評人的話吧！形容人心胸狹窄，短視近利。這是因為環境會塑

造人的個性與視野，若是大家只習慣朝內看，擠成一團爭奪資源，久而久之，就會形成島國心態。

但若是我們轉身，面向海洋，朝向世界，海洋民族的特性是寬厚包容，是勇敢進取，那麼我們能成為具有大胸襟大視野的民族！

### 參考書目

1. 邱一新著。《徒步旅人：深入台灣 20 條故道，在走路與獨處中探索島嶼記憶，與自己對話》（臺北市：馬可李羅，2023）。
2. 邱一新著。《尋找臺灣特有種》（臺北市：遠流，2013）。
3. 蘇達貞、王梅著。《拖鞋教授的海洋之夢：DIY 一條船去環遊世界》（臺北市：臉譜，2014）。
4. 陳楊文著。《一個潮池的秘密：跟著生態觀察家一起探索台灣東北角潮間帶》（臺北市：行人，2011）。
5. 陳楊文著。《Formosa 海平面下：浮潛台灣婆婆之洋·美麗之島》（臺北市：山岳文化，2013）。
6. 瑞秋·卡森著；黃中憲譯。《寂靜的春天》（臺北市：野人文化，2017）。
7. 瑞秋·卡森著；莊安祺譯。《海之濱》（臺北市：天下文化，1998）。
8. 瑞秋·卡森著；尹萍譯。《海風下》（新北市：鷹出版，2023）。
9. 瑞秋·卡森著；方淑惠、余佳玲譯。《大藍海洋》（臺北市：柿子文化，2006）。



**高效焦慮法**  
：讓焦慮啟發正念思維，  
重置你的人生推進器

崔西·丹尼斯-蒂瓦里 著；洪慈敏、陳雅馨 譯  
臺灣商務印書館 / 11201/304 面 / 21 公分 / 420 元 / 平裝  
ISBN 9789570534740/176

我們時常把焦慮視為被壓抑的情緒，但其實是開創新局的關鍵。研究顯示，焦慮是人類文明成功的核心，幫助我們預測風險、創造先進科技。焦慮與獎賞機制相連，通過行動緩解焦慮，帶來成就感和自豪。逃避只會讓自己被焦慮追趕，必須從刻意練習到自主運用，掌握焦慮心法，以促進快速決策和掌握局勢。《高效焦慮法》將讓你認識焦慮的腦迴路，改善情境，並學會刻意練習與之共處，判斷焦慮的類型並做出適當反應。（臺灣商務印書館）

哲學



**給明日的你**  
：台大教授改變人生的  
10 堂課

曾雪峰 著  
平安文化 / 11203/264 面 / 21 公分 / 399 元 / 平裝  
ISBN 9786267181591/191

26 歲，所有人正全力築夢的年紀，作者卻失去了他的未來。他罹患腦瘤，經歷無數煎熬後，才終於克服難關，而這場病，卻從此改變他的世界。從前的他，只為了成就自己而活；現在，他是台大學生的人生明燈、溫暖的好朋友「Snow 老師」。他用自身的病痛，讓我們明白苦難是包裝過的祝福。他用無私的傾聽與陪伴，讓我們知道：只要好好認識自己，不因挫折而卻步，努力讓「現在的你」和「明日的你」產生連結，未來縱使充滿不安，生命也無所畏懼！（平安文化）

哲學



**諮商理論與實務**  
：從後現代與家族系統的  
觀點著手

駱芳美、郭國禎 著  
心理出版社 / 11204/704 面 / 23 公分 / 850 元 / 平裝  
ISBN 9786267178461/178

人生是個改變的過程，請看本書 12 派學者提供給你的解套之道！本書作者將家族諮商的 4 位開路先鋒——薩提爾、鮑恩、海利、米努欽的理論放入前 4 章作前導，帶領讀者瞭解家族諮商建構與發展之路。之後再介紹因薩提爾創設的心理研究機構，提出看重「改變」多於症狀和語言在心理治療的角色，所興起的後現代諮商學派的理念。從這 8 個後現代諮商理論去品味這些反病態，視案主為其人生專家、強調發掘其特長、進而幫助其改變的諮商實務。本書不僅有理論、有故事，還有許多發人深省的人生哲理值得細細品味。（心理出版社）

哲學



**終於來到  
不必討人喜歡的時候**

彭樹君 著  
皇冠 / 11203/256 面 / 21 公分 / 340 元 / 平裝  
ISBN 9789573340065/191

這是歲月累積而來的叛逆，是流逝的光陰把我帶到了這裡，可以放下別人，可以放過自己。僅僅是為了這樣一個心境上的自由，我就不會眷戀過去……真正的大人是不必相守、不必擁有、不必將就、不必擔憂。不必糾纏於複雜的人際關係，不必受制於一段感情，不必為了任何人委屈自我，不必為了任何理由留下不要的東西，也不必再為了討人喜歡而隱藏真實的自己。來到清心如水的秋天，終於明白唯一必須做的事，就是事事都要讓自己喜歡。（皇冠）

哲學



## 神的隱匿 與人的理性

J. L. Schellenberg 著；陳樂知 譯

臺大出版中心 / 11205/292 面 / 21 公分 / 430 元 / 平裝  
ISBN 9789863507192/216

如果上帝存在，為甚麼祂不顯現自身，向世人宣示自己的存在？這是纏繞宗教信徒千百年的問題，在學界卻鮮有討論。直至 1993 年，著名無神論宗教哲學家 J. L. Schellenberg 出版本書，為「上帝隱匿問題」提供了嚴密的論證，轟動國際學界，隨即成為經典。本書博古通今，與之深入互動者古有帕斯卡、巴特勒主教、齊克果等經典大哲，今有 Hick、Swinburne、Plantinga 等當代基督教哲學名家。雖為無神論之作，本書亦對神人關係作出了深刻透澈的分析。（臺大出版中心）

宗教



## 菩薩心·青年力 ：自利利他的 58 種態度

慧傳法師 總策劃

佛光文化 / 11206/320 面 / 21 公分 / 320 元 / 平裝  
ISBN 9789574577088/225

生命，因學佛而精采；人生，因利他而成就。佛光青年團成立至今，已走過四分之一世紀，9000 多個日子裡，一代一代青年薪火相傳，遍及五大洲，無數人因佛光而改變。本書由國際佛光會世界佛光青年總團執行長慧傳法師總策劃，58 位佛光青年擔綱領航，請聽他們娓娓道來，在青蔥歲月裡，是如何早早踏上「同結萬人緣」的道路，甚至在無數的活動與服務之間，怎麼挑戰極限、突破困難，化壓力為願力、以信仰為品牌，最終自利利他、圓滿自我。（佛光文化）

宗教



## 道教與佛教

蕭登福 著

東大 / 11203/432 面 / 21 公分 / 520 元 / 平裝  
ISBN 9789571933450/218

道教影響於佛教者，有儀軌上的，有哲理上的，有習俗禁忌，及煉養術法。在哲理上的，如道教《太極圖》被唐代的宗密拿來解釋佛教唯識學，甚至唐代禪宗的不立文字、明心見性等，也都與老莊的思想有關。再者，在儀軌、習俗及煉養上，道教的講經儀、壇儀、符印、星斗崇拜等等，也都曾對佛經有所影響，常被佛經所襲用。而道教房中術與佛教密宗無上瑜伽，更有密切關係。本書即就這些方面，道教所影響於佛教者，來加以論述。（東大）

宗教



## 西藏生死書 ：心靈經典與全球暢銷 （三十週年版）

索甲仁波切 著；鄭振煌 譯

張老師文化 / 11206/584 面 / 23 公分 / 800 元 / 平裝  
ISBN 9786269687039/226

當代最偉大的生死學鉅著，最實用的臨終關懷手冊。本書是一本字字珠璣的心靈鉅著，引導我們認識生死，直驅西藏佛教的智慧泉源。本書提供給讀者的，不僅是有關死亡和臨終的理論描述，還有實際的方法，可以用來了解死亡的真相，並幫助自己和別人死得寧靜而充實。（張老師文化）

宗教