

協力與感動-1

林務局國家森林遊樂區無障礙旅遊環境營造的協力夥伴們

林務局利用與身障團體、保育團體等多元行動者合作參與森林遊樂區無障礙旅遊環境營造的工作，展開公民參與的互動。「內洞國家森林遊樂區局處長無障礙體驗及工作假期」、「無障礙旅遊服務教育訓練」、「林務局國家森林遊樂區住宿無障礙環境創意設計競圖」的辦理過程，都可見公私協力合作的脈絡，而這些參與工作夥伴的協助及回饋，讓林務局的國家森林遊樂區無障礙旅遊環境營造更臻完善。

喚醒心中的野孩子

蔡祐庭/林務局無障礙旅遊服務教育訓練講師

「人可能有兩種重要的大自然：一是與生活息息相關的，周遭的自然，比如說：路旁的草花，或是附近河川的潺潺流水；另一個，則是與日常生活無關的，遙遠的自然，並非一定得到過那裡，只要心裡知道那裡有大自然，心

靈自然就豐富起來，這樣也可以增加我們的想像力。」

～日本自然攝影家 星野道夫

在奧萬大草原玩瘋了

2010年11月8日，奧萬大國家森林遊樂區：

去年初冬，奧萬大滿山楓紅，山嵐繚繞的午後，一片寬闊的綠色草原成了一處大人的遊樂場。一群長年在這片美麗山谷裡的夥伴，光著腳丫，一會兒在草原上各自扮演奧萬大常見的動物，再合作創作出精采的生態戲碼；接著，兩兩一組，一人當攝影師，一人當照相機，把眼中的美景用夥伴的眼睛拍下來；然後在草原上又爬又滾，累了躺在草地看天空。

路過的遊客看到這群怪怪人，都不免停下來觀看，忍不住笑了出來。

在觸口樹木銀行抱樹

2011年6月22日，嘉義觸口自然教育中心：

20幾個大人，脫掉鞋襪、閉上眼睛，肩搭著肩，串成一條長長的毛毛蟲，在牽引下從吹著冷氣的二樓教室，一步一步，安靜無聲的走下樓梯，走出戶外，走進草地上、碎石路、木板橋、樹蔭下……等。這條人肉毛毛蟲花了15分鐘，徐行了約60公尺。

這期間，有的感覺到溫度、觸感、光線、氣流的變換，有的覺得很緊張，或者漸漸放鬆信任，有的微笑、也有的皺眉，有位大哥說：「我的腳步很踏實，我的心裡不踏實」。

接著，每個人找一棵樹，擁抱他，用最舒服的方式，最多的身體接觸，安靜無聲的，感覺樹的呼吸，和樹一起呼吸，一起律動。

8分鐘裡，20幾個人和20幾棵樹，形成了一片特別的風景。在裡面，每個人和自己的樹，進行著各式各樣的對話，或是輕輕觸摸著樹皮，或是細看樹的紋理、樹葉或蟲鳥，或是躺在樹幹休息、和樹跳著舞、緊緊擁抱，或是不停的抓癢、默默忍耐時間趕快過去……。

先和大自然交朋友吧！

交朋友要先互動一下，花時間感覺一下在一起的氣氛，找出彼此的共通點。要是一味的打量對方身材、穿著品味、歌聲優不優、名字好不好……，或一下就叫出對方的祖宗十八代，好像有點失禮了。

透過自然體驗的引導，再進入實際的教學設計，會發現夥伴們設計出的活動充滿創意和心意，例如：帶樹葉回家找樹媽媽、給小樹苗新家、氣味地圖……等等，不但更懂得去看到不同族群的需求，願意花時間去引導對方去先單純感受，進而和大自然交朋友，產生出內在情感的連結。一旦發生了感情，就會想要更近

一步了解，想忘也忘不掉，不是嗎？

什麼是「自然體驗」？

或許這樣說有一點壞心，不過對於一個自然體驗帶領者的我來說，上面所述的「特殊風景」，算是最大也最值得的收穫吧！因為我在裡面感受到人和自然各有不同的關係和可能性，也看見了參與者的性格特質或習慣，也分享了不同的生命故事和思維見解。這讓我深深覺得：每個人的風景都不一樣，都很美！

這兩年有幸和「牽手無礙、親近自然」的夥伴，一起前往奧萬大和阿里山兩處國家森林遊樂區，和林務局工作夥伴以及志工一同分享帶領「自然體驗」活動的經驗和想法。

到底什麼是「自然體驗」？

說真的，我也不知道！因為十個人有十種大自然，每個人體驗到的自然都不盡相同。但我想自然體驗的目的，主要有兩個部份：一方面，是打開自己的感官、內在與大自然進行對話，另一方面則是，創造出和大自然互動的無限可能性。

喚醒心中的野孩子

回想當初，夥伴邀請我來帶領自然體驗時，我直說：「那些林務局的夥伴個個都是自然解說的高手喔！我花草蟲鳥認得不多，只會玩玩遊戲，恐怕會被瞧不起喔！」鯉綺笑說：「找你來就是要打破自然解說這種比較偏重認知的模式啊！大自然裡面用摸的、用聽的、用看的不同的感官接觸，正好可以開啟對不同障礙者的想像。」聽了這句話，我才稍稍放心，打破模式，算是我的長項啦！

不是要說科學壞話，但說真的，這是一顆被人類左腦惡搞的星球！



學著用另一種方式來欣賞森林之美

人類不斷的用邏輯、分析、分類、專業……等等分割的方式，在切割著一切。凡事都要有個目的和好處，無所事事變成沒有意義、浪費時間。而經年累月不斷循環、生生不息的大自然，就成了沒有意義、浪費時間的代表作。照著這邏輯，砍掉森林、炸開石頭、翻開土地、與海爭地……等等，好像也就不難理解了。

然而，人類慢慢發現似乎不能脫離自然獨活，為了說服左腦，大自然成了水土保持者、氣溫調節者、生物多樣性的寶庫……等等，擁有諸多強大功能的載體。

但回想，我們小時開開心心的在野外玩耍，有想那麼多嗎？這些單純的心情到哪裡去了？那些野孩子到哪裡去了。或許自然體驗要做的就是，喚醒沒有任何知識包袱、自然開心玩耍、打從心底享受生命的野孩子吧！一個用右腦去平衡左腦，感受整體、與自然同在，願意關愛和敬畏自然的野孩子。

而我深深相信，這個與自然母體連結的野孩子，存在於任何年齡層和各種身心狀態的族群心中。

最後，要感謝林務局、牽手無礙的夥伴和參與課程的所有朋友們，經過這兩次的美好經驗，讓我更加確定也更加想要把大家心中的野孩子通通叫醒，一起在大自然中開心放肆的大玩特玩！

森林無礙 大地有愛—從「參與式無障礙棧道工作假期」說起

林芸姿/內洞國家森林遊樂區局處長無障礙體驗及工作假期工作人員

一樣的風景 兩樣的心情

內洞國家森林遊樂區位於新北市烏來，園區內有南勢溪主流穿梭而過，南側有內洞溪匯流而來，豐沛的水資源，孕育了繁茂的森林，一連串的瀑布群更是遠近馳名，其中信賢三層瀑布所蘊藏的豐富負離子含量居全台瀑布之冠，漫步其中讓人身心清新舒適，忍不住的大口「森」呼吸，為北台灣熱門避暑勝地。

園區內精彩而多樣的動植物生態，會吸引人們一再的回到這裡，自2006年起，多個民間團體聯合舉辦的「牽手無礙親近自然」系列活動中，每年的內洞森林步道、賞螢探險遊，總是成為最受到身障朋友喜愛的活動之一。然而多年來，與一般民眾不同的是，要看見步道盡頭的瀑布，卻是身障朋友遙不可及的奢求！也成為美中不足的遺憾。那是因為，坐輪椅到不了觀賞瀑布的地方……，直到今年(2011年)，改變發生了！

3月18-19日，初春時節天氣微涼，在烏來內洞美麗的瀑布區前，有一群身著紅色T恤、工作手套、頭頂安全帽的志工，專注蹲坐在平台上分組協力一步步將木棧板釘製上去，用雙手

完成了全台首座由志工參與鋪設的無障礙棧道平台。這也是全台第一場的「參與式無障礙棧道工作假期」！讓始終與瀑布無緣的行動不便朋友終於可以一親芳澤！而這群參與了別具意義時刻的夥伴們正是一步道志工。

2個月後的5月13-15日，進入夏季前的花蓮光復大農大富平地森林園區，在規劃的過程中，也將無障礙設計概念納入其中，加上與原住民太巴壠部落的合作，展開了第二場的參與式無障礙棧道工作假期，手持鐵鎚的志工在步道上此起彼落的咚咚鎚釘聲，也成為園區內最和諧悅耳的聲音。然而，要促成這些改變並不是件容易的事，著實是累積了許多人的努力投入與跨領域的對話合作。

牽手無礙 親近自然

走出戶外享受大自然的洗禮，是現代人不可或缺也最嚮往的休閒活動，不僅能放鬆心情，也有助於增進身心健康。然而，對行動不便的身心障礙朋友來說，走出戶外卻是件困難重重的事，有形與無形的限制與障礙充斥在生活空間中，當然更別說是想要進一步的親近大自然了。同為社會中的一分子，身心障礙者也應該擁有公平的機會參與享受戶外休息和體驗



志工們齊力打造無障礙平台

不同的自然環境；同時，對於逐漸發展為高齡化社會型態的台灣，建立一個友善而無礙的生活環境，更顯得必要且重要。

因此，長期推廣無障礙生活空間的行無礙資源推廣協會結合了生態、環保與社福等16個民間團體，組成牽手無礙親近自然聯盟，以NGO協力牽手、讓心無障礙為號召。自2006年開始，每年推出「牽手無礙親近自然」系列活動，藉由各個生態保育團體的專業，結合無障礙的服務與志工的協助，讓身心障礙者也能無礙地參與步道導覽、賞鳥賞蝶，甚至於是下水划獨木舟等，歷年來每年至少協助400位身心障礙朋友與其家人能夠無礙的親近大自然，獲得相當高的滿意度與迴響。

然而，在活動的過程中，我們也發現許多自然度高的戶外環境存在有許多的障礙，台灣有關於戶外休閒的無障礙設施設計規範相當缺乏。2009年，聯盟透過林務局委託對國家森林遊樂區完整進行無障礙環境的勘檢後，發現有些遊樂區的遊憩條件不錯，僅需要做些適度的設施改善，就可以提供行動不便者一定而足夠的活動範圍，進而體驗到森林的美麗。

我們深信，要推動無障礙的休閒旅遊環境，除了硬體的無障礙設施改善，軟體也很重要，要能尊重與同理行動不便者的感受，才能真正平等對待社會的多元族群。

用手做步道的志工

相對於大量依賴重機具的步道工程手法與民間自力以廢料營造步道的方式，這兩者常使許多步道失去了原有的特色、模糊了自然的面貌。在美國，第一條國家步道—全長超過2,150英哩的阿帕拉契山徑，在公私部門合作協力之下，是

全部都由步道志工們一手打造出來的。

台灣在2007年引進了美國手作式步道概念，由農委會林務局與千里步道籌畫中心等民間組織合作以工作假期的形式，在各地推展步道志工理念。讓一般民眾共同來學習手作步道的工法，參與打造使用者理想中的步道，不但可以減少步道發包工程對生態環境造成的破壞，也減少不必要的硬體經費，更提供了一個讓大家更親近山林、回饋腳下自然步道的機會。

另一方面，在台灣邁入高齡化的時代，步道更為貼近人性的一面，應該也展現在能讓老年人與小孩子、暫時行動不便的人、推嬰兒車的親子以及身心障礙者都能通用可及的無障礙考量上。而日本民間的IBO組織(Independence Board-Walk Org Japan)在其全國各社區推動戶外休閒公共空間的無障礙棧道，就提供了我們一個與步道志工結合很好的典範。

當工作假期志工遇上無障礙棧道

因此，也就是在2011年，呼應聯合國「國際森林年」的主題：Forest for People, Forest for All，促成了首度跨領域的對話與合作。林務局與新竹林區管理處邀集參與國家森林遊樂區無障礙改善建議的台北市行無礙資源推廣協會與推展手作步道的千里步道籌畫中心，擇定了地處台北近郊，地形條件平坦，且有可及性高負離子瀑布景觀的內洞國家森林遊樂區，舉辦了全台第一場結合無障礙設施改善與手作步道志工的工作假期。

在這樣的活動流程規劃上，除了讓志工們參與捲起袖子釘棧板、做步道，更要透過親自體驗行動不便的課程，與實際協助身障朋友一起進行生態導覽的過程，讓參與的步道志工能深一層體會這次勞務工作的意義，了解從環境

關懷進一步到社會關懷，也是工作假期志工參與守護步道的一環。

一如每場招募工作假期志工的活動，無障礙棧道工作假期的簡章訊息一發布便很快的報名額滿，有時常回流參與的熟面孔，有第一次初體驗的新夥伴，更有因為家人中即有行動不便者而深有體會的朋友加入。透過兩天一夜的活動體驗，志工們從參與改善的過程中感受流汗工作的樂趣，從體驗課程中感同身受行動不便者的需求，也從看見身障朋友得以親近瀑布後所展現出的笑容中，內心得到了溫暖的回報。

這兩條全台唯二由工作假期志工參與打造的無障礙步道與棧道平台，具有里程碑的意義，我們期許未來步道強調在兼顧自然生態之下，也要融入通用的設計(Universal Design)概念，觀照到社會多元的族群，而步道志工也能更深度的參與無障礙的改造過程。

我一直不能忘懷，想起那天身障朋友看見瀑布時的驚呼與笑容；響起那天空氣中迴盪著志工鐵鎚的敲打聲，每每心裡總是滿滿的感動！雖然，美夢要成真或許不容易，但透過了一些些的改變，我們就會看到世界原來可以很不一樣！

好久不見

余秀芷/無障礙旅遊推動記者會主持人

如果聊起無障礙設施，你會想到什麼？飯店前的斜坡，百貨公司裡的電梯，或者是車站前的無障礙斜坡？

無論你還說了些什麼，一定很少想到，美麗的森林遊樂區裡，充滿芬多精與蟲鳴鳥叫的大自然心靈饗宴、在山頂上看著令人震撼與感

動的日出景緻，這些舒壓且令人愉悅的大自然景點，有多少是行動不便者只能盯著螢幕裡的照片，遺憾著無法親自體驗的感受。

如果說曾經擁有後的失去，比不曾擁有來的痛苦，那麼我其實感激自己曾經擁有過。

從小，父親就喜歡帶著孩子親近自然，他認為這是課本裡所感受不到的，最珍貴的生命課程，因為住在新店，我們最常去的、最期待的景點就是「烏來」，印象中的烏來有著著名的負離子瀑布，原住民舞蹈，還有纜車，我實在不記得自己究竟去了多少回，但卻清楚那是從小到大，郊遊、約會、介紹外地朋友認識新店的好去處。

回憶就此停在1998年，因為一場病，這個美麗的地方，成了我再也回不去的世界。

記得父親為了安慰我因癱瘓而感到痛苦的心情，特別開著車子帶著家人，跟小時候一樣一家子開心的前往烏來，但是在下車的時候，大家愉快的心情都蒙上了一層灰，滿是階梯與障礙物的烏來，再也不是小時候印象中得美好，父親尷尬的說著：「沒關係，裡面也沒什麼好玩，我們在門口坐坐就好。」開著車子，一家人在車上吃著溫泉蛋，遠遠的望著那瀑布，幸福中帶著些許的惆悵。

我以為再也無法接近瀑布了，以為就像其他景點，認為身障者不適宜來此，不適合這裡面的設施，就為我們擅自做了決定，硬在這個熟悉的環境中，劃分出兩個世界來。

2011年，信箱中得一封邀請函，讓我十分驚訝，「內洞國家森林遊樂區無障礙平台記者會」我沒有任何猶豫的接下了主持的工作，並且期待著可以見到小時候，印象中的景色。

蜿蜒靜謐的山路，忍不住像小時候一樣打開車窗擁抱這片寧靜，車子往前進，帶我進入回憶裡，下了車映入眼簾的，是一條看似普通卻很特別的登山步道，一半碎石一邊柏油的設計，既不對排水影響太大，讓許多推娃娃車、行動較緩慢的老人家，還有跟我一樣的輪椅朋友，都可以順利的往瀑布區走。

空氣明顯的與城市不同，翠綠洗刷過充滿鐵灰的眼睛，「我在爬山耶」，內心激動的吶喊著、激動著，通過那條透過志工與林務局各處長努力搭設的木製斜坡步道，我在瀑布旁與久違了的瀑布對話：「好久不見。」

記者會前的準備，林務局顏前局長親切的走過來打招呼，在行無礙資源推廣協會的簡單介紹後，握著手問：「你也是來體驗的吧？」一時無法反應過來，直覺認為局長在問我體驗無障礙步道的感受，於是愉快的回答：「是啊，有這步道真好，終於可以接近瀑布區了！」局長開心的說：「是啊，我就說怎麼會有這麼漂亮的主持人坐在輪椅上。」這回，我聽懂意思了。

「局長，我是真的坐輪椅。」尷尬的笑著。

「哈哈，你別跟我開玩笑了。」

「局長，是真的，我在輪椅上13年了。」收起微笑，我認真的回答這問題。

「喔？抱歉……我不知道。」沙沙的瀑布聲襯著我們一臉的尷尬。

再度，又被誤以為是體驗坐輪椅，而這應該也是一般人對於身障者刻板印象所致，身障朋友應該是一臉憂愁，應該是呈現病態，應該是待在家中不愛出門的，那些大家的以為，扼殺了許多身心障礙朋友參與社會的機會，也常因此剝奪了行動不便者感受美景的平等權，如

果有良好的無障礙環境，如果可以拿除刻板印象給予機會，身心障礙朋友會有更好的發展，有更多令人驚豔的表現。

各局處長在無障礙平台上鎖下最後的螺絲，在音樂聲與歡樂感動的氣氛中，台灣首座森林無障礙坡道完成了，我轉身再看了瀑布。

終於可以跟小時候一樣，用著愉快的步伐接近你，聞著你芳香的氣味，讓你的美撫去我內心的苦悶，並帶著更多朋友來認識你，像從前一樣，像父親一樣。

牽手力量大

黃怡蓉/內洞無障礙旅遊活動參加者

2006年，「牽手無礙」聯盟啟動了！參與的各個NGO團體都在努力在思考著：「要選擇哪裡帶身障朋友親近自然呢？」對當時的台大保育社社員來說，最熟悉的地方就是大台北的後花園—烏來，但烏來的哪裡適合身障朋友呢？幾經思量後，我們決定試著以路線平坦，又有螢火蟲的內洞國家森林遊樂區和信賢步道做為活動規劃的地點。因著內洞本身的迷人風采，台大保育社至今在內洞辦的5-6場牽手活動，幾乎是場場爆滿哩！

活動多選擇於5月中下旬舉辦，在這春末夏初之時，除了螢火蟲是迷人的焦點之外，也是許多動植物蓬勃生長、活動的時期，我們規劃下午在內洞國家森林遊樂區進行生態導覽，傍晚在種籽學苑簡單用過晚餐後，晚間進入信賢步道探訪螢火蟲和其他夜間生物的蹤跡，很貪心地企圖將此地的美，一次介紹給來參加活動的朋友。

當參與活動的身障者和陪伴者坐著車子一

路搖晃行經台九甲線(新烏路)、烏來的環山路，進入北107線道時，相信大部分的人都已為滿眼的綠意而心曠神怡！下了車之後，水鴨腳秋海棠總是在內洞入口的山壁邊生氣勃勃的挺立著，可愛的葉形讓人對它的名字印象深刻，再加上雄花、雌花分立的特殊生態，總是可以成功的引領參與者進入植物的微觀世界，開啟不同的視野。遊樂區步道旁不時出現的人面蜘蛛、自力更生的鳥巢蕨……等等豐富的生態，在社員細心地導覽下，贏得大家讚嘆的目光。

帶大家行經小巧的羅好水壩後，就等於宣告行程結束了，因為適合身障朋友行進的柏油路面只到水壩旁。站在柏油路的「終點線」上，看著前方蓊鬱的森林，叫人心生嚮往，但再看看腳下的碎石鋪面，唉~~叫人望而生畏、望之興嘆呀！曾有拄柺杖的朋友不死心，試著撐柺杖前進了幾步，但險象環生，不得不放棄；也有坐電動輪椅的大哥不畏路面顛簸，硬是將戰車開到了步道底端，迎接著他的，是十幾二十階的階梯，儘管瀑布的水聲似乎已近在耳邊，但這一步之遙在當下終究是無法跨越的障礙。

帶著些許遺憾，大家夥兒移動腳步或輪步，前往種籽學苑解決「吃」與「拉」這兩件人生大事。在這強調多元學習的森林小學校裡，大家吃著志工煮的大鍋麵，三三兩兩的或坐或臥地聊天，等待天空漸暗，出發至信賢步道探訪夜的精靈。

趁著天還有點微亮，可以看見信賢步道山壁上的小溪溝，在水流豐沛時便成了一道道可愛的小瀑布，瀑布下方的小水潭在夜間可是眾蛙覓食的廚房、鳴唱的大舞台呢！古氏赤蛙、

褐樹蛙、叫聲像小鳥的斯文豪氏赤蛙、澤蟹……等都在這小小的生命之泉裡努力生存著。有青蛙當然就會有蛇啦！青蛇大大的眼睛和溫馴的性情，讓人放下對蛇的偏見與恐懼。常有身障朋友牙關咬著、手指顫抖的伸出手觸摸後，訝異於蛇的表面是如此冰涼好摸，完全不是想像中的濕黏噁心。而總是會有人問道：蛇不會咬人嗎？為什麼你們都不怕？其實蛇遇到人都避之惟恐不及，只有真的沒辦法逃了，才會攻擊人。蛇的毒液是為了捕獲獵物用的，要是用在人身上，牠自己可是會元氣大傷，得休息好一陣子才能再出動。


隨著天空漸暗，螢火蟲也漸漸活躍了起來，點點螢光讓人莫名感動。我們總是會找個適合停下的好位置，提醒大家把手上的燈熄滅，隨著螢光一閃一滅，一同感受自然的脈動。在漆黑的夜晚中，形體上的差異已漸模糊，有的是對自然之美的同聲讚嘆。

牽手活動很奇妙，不知不覺中，已成了台大保育社年度的傳承活動之一，每年總是吸引了許多社團的夥伴參加。不論參與的角色為何，或是帶解說、或是設計生態小遊戲，或是

純粹出人力協助來參與的身障朋友，總是帶了滿滿的感動回家、回社團。

在平常生活中，我們實在是沒什麼和身障者相處的經驗，因此儘管上過了志工訓練的課程，初步認識了身障者可能需要的協助及協助的方式，也練習過了怎麼推輪椅，但實際面對身障者時，還是會有很多的擔心在腦中浮現，擔心自己的用詞、自己的態度……等等，會不會讓身障者感受到不舒服。而在一天的活動結束後，這些擔心都會自然消失，因為實際接觸的經驗讓我們了解到，人與人之間的溫暖相待可以消除形體上的歧異。

而對於動植物解說功力深厚的人來說，帶生態解說原本是再輕易不過的事，但帶坐輪椅的朋友親近、了解自然，可是新的挑戰。在上過基本的志工訓練後，了解到坐在輪椅上的視野與直立人是不同的，而且因為輪椅移動上所需要的空間較大而自然中許多的可及性卻又較低，所以要更加細緻地挑選解說的標的，並儘量製造「觸摸、嗅覺和親眼所見」等感官經驗來取代知識的傳遞。在此過程中，我們也學習從另一個角度來觀察這些已經是習以為常的自然世界。在看似付出的過程中，我們才是受益的一方。

牽手活動的全名是「NGO牽手協力，讓心無障礙」，冀望透過人與人之間的相互幫忙，來跨越環境中存在的障礙。在內洞多次活動的經驗中，感受得到參與者無法親近瀑布的遺憾，因為再多的籌備，還是無法減少碎石路面的顛簸不適，也無法消除階梯造成的阻隔。很高興如今在內洞，這些遺憾已不復見。NGO與公部門牽手協力，力量更大！



平穩的路面讓輪椅使用者舒適得享受內洞國家森林遊樂區的芬多精

圖片/視野創興行銷