

獲得名次：第二名

評審評語：作者對東北角活動及景緻描述清楚，觀察入微，將外在觀察和內心省思做深度結合。

野柳、富貴角參訪活動心得

教傳科所碩二 簡宇紳

上次來野柳是高三的畢業旅行，但是那一次的印象卻很模糊，感覺那次行程很匆忙，旅程沒有看到課本上看到的女王頭；所以這次來野柳除了欣賞大自然創作的藝術外，也一定要朝拜那屹立不搖的女王頭！雖然一開始的行程有點 delay，但是旅途中沒有塞車，很快的就抵達目的地—「野柳」。沒想到不到十點，停車場已經停滿了好多臺遊覽車，且都多大陸及韓國遊客，讓這次的野柳之旅充滿著異國風情，彷彿自己是到國外參觀一番。原本擔心旅程會因天雨而受影響，沒想到當天可用「艷陽高照」來形容。

大自然創造出來的藝術，是非常驚人的，海水不斷地漲潮及退潮，加上風吹雨打，才有今天野柳的風貌，它帶給我們驚喜，也隨時會把驚喜帶走。其實，除了來野柳朝拜女王頭外，還有傳說中的豹，它一年只出現了十幾次而已，幾乎都是泡在海水裡，在這次的旅行中，意外的發現它已經成為歷史了，它的頭已經自然風化而斷掉了。對於野柳的各個景觀，政府採取讓它自然風化，不做任何人為的補強，僅加強「禁止觸摸」的告示及管理，以免這些藝術品被觀光客破壞，呈現自然的風貌。野柳除了女王頭外，還有非常多有趣的景觀，像是蠟燭、冰淇淋等。到了女王頭前，發現這裡的人氣果然是最高的，並且有專門的步道，讓遊客走到女王頭前面。看了這些大自然的藝術品後，希望它們能夠繼續屹立不搖；也希望過幾年再來看時，又有不同的風貌。

「智慧不起煩惱，慈悲沒有敵人」這句話，是我在當兵時，一個高階長官對我們阿兵哥講的話。那時我們在外面支援演習，長官希望我們可以用智慧及慈悲的心面對演習，而不選擇逃避。很高興午後可以來到法鼓山，希望帶給自己更多的智慧更多的慈悲；來到法鼓山，與我想像中的宗教團體非常不同，剛抵達時，不僅讓我有神聖感，也感覺格外地安靜、舒適，頓時忘了野柳的炎熱。

法鼓山的義工在帶領我們的過程中，教導了我們很多觀念，如「尊重及互相」。一開始，義工師父先帶領我們如何放鬆，放鬆不是一件容易的事情，平常我們活在水深火熱忙碌的生活，要放鬆可能是用睡覺、遊玩等方式來放鬆自己；但今天所學到的是，閉上眼睛告訴自己及身體每個部位的放鬆，等片刻睜開眼

時，彷彿是一個全新的自己。接下來觀看了一段影片，影片中告訴我們關於法鼓山的故事，「空、山、靈」是影片的關鍵字，也是我們接下來的行程。聖嚴法師希望人們來法鼓山，並不只是一座山，而是一座變化無窮充滿著生氣、靈氣的一座山，義工師父希望我們可來這體驗如何「活在當下」。在走登山步道時，義工師父告訴我們，這是一條不短的路，但是我們要學著怎麼走得紮紮實實；師父提醒我們去感受左腳及右腳分別踏下去的感受，師父說這是走路禪，打禪並不是只有打坐而已，也可以用走路的方式打禪，透過這個想法、意念，讓我們懂得如何活在當下。法鼓山是我見過最不一樣的佛教團體，雖然是佛教聖地，但並沒有特別濃厚的宗教氣味，來到這裡，學到的是如何打禪、活在當下，當我們認真做自己時，一切都會順心如意。

最後一個行程是富貴角。在最後這個行程，有點慌了手腳，因為路標的指示不清楚。一開始不小心走到「老梅石槽」，這裡的地質景觀與野柳同樣是受到海水的侵蝕而形成，只不過這裡的地質美感更超乎想像，例如石槽上長滿了青苔，美不勝收。因為地標不清，繞了一大圈才追上老師及同學，好在有先去法鼓山，師父教導我們要如何正確的走路，如何活在當下，雖然一直走著會累，但是卻很紮實！

感謝所上規劃出這麼棒的旅程，這趟旅程，從海邊到山上，短短地幾公里，卻帶給我很多不一樣的體驗，從視覺到心靈層面。雖然我們平時忙於學業、工作或照顧家庭，但也應偶爾體驗一下並放鬆自己。台灣真是一個寶島，上山、下海皆不必花費太多的時間就可以到達，希望我們在享受的過程中，用心去欣賞，不要去破壞，雖然大自然的藝術品有它的壽命，但人們只要用心去感受，就可以讓它延續下去，讓下一代也可以欣賞到大自然的藝術。