

教育部青年發展署
大專院校學生國際體驗學習計畫
成果報告書



國立臺北藝術大學 美術學系大學部四年級

姓名：張庭甄

性別：女

生日：1995.09.12

出國地點：瑞士、芬蘭

出國期間：2018.8.6 – 8.24

計畫名稱：生活裡有山，山裡有家

計畫簡介

在「生活裡有山，山裡有家」的這個計畫之中，我選擇了具有豐富山林生態及自然景觀的瑞士（Switzerland）及芬蘭（Finland）作為登山健行計畫的漫遊國家，並試圖將以往創作核心關懷之對象（家庭、家人）共同納入行動，透過對象的直接參與，期望開啟更多創作思維與對話空間的可能性。此計劃於我而言不僅作為擴張異地漫遊的身體感受性認知之功能，也不僅只是資料的蒐集及創作的生產與行動，而是首次將創作素材、田調對象提升至共同創作者身份的新嘗試，並試圖在過程中反覆進行自我覺察的思考與自我實現的修行。

目錄

I. 待發

- i. 計畫起源與動機
 - 2017 漫遊經驗
 - 家庭團體氣氛的改變
 - 創作核心脈絡之關聯
- ii. 計畫欲前往地點
- iii. 計畫內容與特色
 - 創作方面：與家人共同創作
 - 思想方面：自我覺察與自我突破
- iv. 計劃行程
 - 行程表

II. 尋覓

- i. 芬蘭國家公園的森林課
 - 三道題目
 - 森林課題設計的原因及目的

III. 發現

- i. 自然與自然
 - 瑞士山脈與芬蘭森林的自然景觀視野差異
- ii. 自然與人
 - 在地人與外來者對於森林的態度及人生觀
- iii. 人與人
 - 森林家庭教育與書本知識教學

IV. 拾獲

- i. 芬蘭人的平等精神
- ii. 森林是無語的教室
- iii. 對自己的期望

I. 待發

i. 計畫起源與動機

· 2017 芬蘭漫遊經驗

2017 年夏天，因姊姊作為芬蘭交換學生的身份，我來拜訪了芬蘭的首都－赫爾辛基（Helsinki）。

待在芬蘭赫爾辛基的這一個月，最讓我流連忘返，便是投入芬蘭豐富多樣且與人緊密連結的森林生態，以及享受那在漲熱得全身冒汗的桑拿浴之後，縱身躍進冰涼湖水裡的浸心快感。

· 家庭團體氣氛的改變

關於與森林的連結，我想起了我的媽媽。我的媽媽身體狀況一向不好，積勞成疾，情緒也受到影響而起伏不定，家庭氣氛時常處於緊張狀態。

然而，去年秋天起，媽媽開始調理生活作息及飲食、培養運動習慣，經過半年的時間努力不懈，身體逐漸變得健康，心裡也變得開朗且自信許多！開始跟著朋友一起爬山，在台灣各個地方走跳。媽媽的轉變不僅使她自己煥然一新，也間接影響了家庭氣氛的變化，就像開闢了一條新的道路引領著我們彼此朝向全新的方向前進，同時也使我興起了改變自己與家人的相處關係、突破既有創作模式的想法。

· 創作核心脈絡之關聯

身為一位美術系大學畢業的學生，在即將繼續研讀美術研究所的這段暑假期間，我回顧以往處理家庭議題的作品，內容較著重於家庭過去我未曾參與、或是只參與了一點點的時光（如：出生前的我、年幼的我），著迷於這些模糊的記憶於我而言作為一種美好想像的移情作用，同時也是慰藉我在面對家庭結構時而起的矛盾情感。

大學四年裡，我始終與家人保持一定的距離進行著有關家庭議題的創作，如隔空喊話一般，希望透過藝術為自己發出一點聲音。然而，現實是，藝術原已在彼此的認知觀念上形成落差，又要如何期望藝術可以作為彼此

之間溝通的橋樑呢？若從實際的角度來看，創作或許沒有辦法解決現實問題，但可以作為輔助的角色，然而要使藝術發揮輔佐效用的前提是，必須先實際身體力行於生活之中來解決問題才行。

如果說，森林是我魂牽夢縈、欲將心靈託往的希望之地，而家庭是我欲創造理想現實的牽絆對象，我何不嘗試將兩者連結，一同在自然裡找尋歸屬，在歸屬中尋求自由呢？因此，在這樣的基礎上，我認知到，欲突破既有創作模式，不能再只侷限與自己對話的框架之下，也許家人的參與比起自己獨自完成登山健行更具意義。與熟悉的家人，在一個對彼此而言皆是陌生的環境之下，進行彼此不曾共同經驗過的行為及互動，將提供我們對於關係的全新觀看，也將會是成就我創作的珍貴養分。

ii. 計畫欲前往地點

計畫欲前往國家為擁有豐富山林生態、自然景觀的瑞士 (Switzerland) 與芬蘭 (Finland)，自然環境之探訪包含山脈、森林、小島，及城市公園。

Country	City	Nature			
		Mountain	National park & Urban park	Island	Natural museum
Switzerland	Luzern	<ul style="list-style-type: none"> · Tilis · Pilatus 			<ul style="list-style-type: none"> · Glacier Garden & Museum
Finland	Helsinki		<ul style="list-style-type: none"> · Kaivopuisto Park 	<ul style="list-style-type: none"> · Seurasaari · Suomenlinna · Vallissaari · Lammassaari 	<ul style="list-style-type: none"> · Seurasaari Open-air Museum
	Espoo		<ul style="list-style-type: none"> · Nuuksio National Park 		
	Vantaa		<ul style="list-style-type: none"> · Sipoonkorven National Park 		
	Hämeenlinna		<ul style="list-style-type: none"> · Aulanko Natural Urban Park 		

iii. 計畫內容與特色

「與其自己去爬山，在山裡想著要做什麼創作，不如直接帶著家人一起去爬山，在山裡想著如何面對家人，以及如何讓他們了解我的創作。」

探訪自然環境、登山健行作為此次計畫的主要方向，而在計畫的執行過程中，我給了自己二個任務，分別是：

· 創作方面：與家人共同創作

以任何媒材、形式生產與計畫方向有關之創作，並將家人納入創作行動。

· 思想方面：自我覺察與自我突破

於漫遊過程中進行撿拾物件、影像紀錄，作為後續心得、收穫的整理。

iv. 計畫行程

行程安排以探訪自然環境為主，參訪人文景觀為輔。為考量個人漫遊、以及與家人執行共同創作計畫的分配，規劃行程總計 19 天（含搭機時間），原則上在芬蘭預計 4 天（包含探訪國家公園的行程）將與家人會同，其他行程皆個人單獨行動。

而在 19 天的行程裡，有其中 3 天的時間旅遊於俄羅斯聖彼得堡（Russia St. Petersburg），1 天的時間於愛沙尼亞塔林（Estonia Tallinn）。其一是因為原訂在芬蘭的行程比預期的規劃要來得早些完成，因此多了許多時間能夠彈性運用；其二是考量到俄羅斯、愛沙尼亞與芬蘭在歷史上也有密切的關係，是個認識不同文化互相融合的機會。

· 行程表：

Date	Itinerary		City	Country
	Nature	Culture		
8/6		Taoyuan Airport	Taoyuan	Taiwan
8/7 8/10	Mount Titlis Mount Pilatus Glacier Garden & Museum	Lion's Monument St. Leodegar Im Hof Kabel Bridge Spreur Bridge Reuss Bridge	Luzern	Switzerland
8/11	Kaivopuisto Park	Rock Church	Helsinki	Finland

8/12	Seurasaari Open-air Museum	Sibelius Park		
8/13	Suomenlinna	Kauppatori Tuomiokirkko		
8/14	Vallisaali			
8/15	Lammassaari	West Terminal Länsiterminaali		
8/16		Kazan Cathedral St.Isaac's Cathedral	St.Petersburg	Russia
8/17	Summer Palace of Peterhof	Winter Palace,Hermitage Museum		
8/18		Church of the Savior on Spilled Blood		
8/19	Nuoksio National Park		Espoo	Finland
8/20	Sipoonkorven National Park (Kuusijärvi Sauna)		Vantaa	
8/21	Aulanko Natural Urban Park	Häme Castle	Hämeenlinna	
8/22		Tallinn Town Hall Square St.Olef's Church Balti Jaam Market	Tallinn	Estonia
8/23		Hakaniemi Kaupaahali	Helsinki	Finland
8/24		Taoyuan Airport	Taoyuan	Taiwan

II. 尋覓

i. 芬蘭國家公園的森林課

姊姊去年在芬蘭當交換學生時，上了一堂長達五天的森林課，老師與學生們共同在森林裡紮營生活、尋找創作元素及養分。在其中一個活動中，老師給了學生們一個題目，要學生們直接運用森林資源呈現思考成果，那個題目便是：「請在森林裡找一個屬於你自己的家。」

如果說，這是一趟我想藉由自然環境的感染力量開啟家人對彼此關係全新觀看的旅程，那麼家人不應該只是單純的參與者或共同完成者，他們應是我欲尋求某些答案並試圖解套僵化關係的關鍵對象。於是，我決定延

用姊姊森林課的概念，藉由對於家人個性、習慣的了解，設計了共三道題目給予家人，引導他們運用對於森林的觀察與認識做出回應。

· 三道題目

1. 如果你獨自一人在森林裡，想找一個屬於你自己的家，你會選擇哪裡？
If you are in the forest alone and want to find a place as a home, where will you choose?



圖 1、2.爸爸躺在天鵝湖旁的一顆斷樹幹上，像一張天然的床。

第一道題目是給予我的爸爸去呈現。一開始爸爸的反應出乎我的意料，平常高配合度、具幽默感、善於邏輯推理、樂於運用廢料自創生活小物的他，對於我給予的題目卻一點想法也沒有，甚至興致缺缺。

當經過奧蘭科國家公園裡的天鵝湖畔時，我瞥見一棵傾斜但仍屹立在湖畔邊的樹幹，於是我提示了爸爸：「你看那棵樹好特別，好像一張床。」接著，爸爸便走向那棵樹，放下包袱，調整好姿勢，整個人仰躺在那棵傾斜的樹幹上。躺了不到一分鐘，他便又起身，拿起包袱抱在懷裡，再次躺回樹幹上。

：「為什麼你要抱著包包？」

：「因為這是我們學校的書包。」（爸爸是位高職學校老師，在學校也兼任管理福利社及處理學生制服、書包等事宜。爸爸認為學校的書包平價又好用，引以為傲。）

：「躺在這裡舒服嗎？」

：「嗯，舒服。」

2. 如果要你留下一個身上的物件當做禮物給森林，你會選擇哪一個？如何給？
If you are asked to leave one of your objects for the forest, what will you choose? And how to give it?



圖 3、4. 媽媽決定將方才採的野生藍莓及撿拾到的松果當作禮物，送還給森林。

第二道題目是給予我的媽媽。

媽媽接收到題目的反應同樣出乎我意料。原以為媽媽會出於膽怯、及不自信而拒絕，但她卻開始認真思索並不斷翻動包袱、考慮可使用的物件。在屏除一切人造物之後，媽媽決定將剛剛沿路採來的野生藍莓、以及隨地撿拾的松果，送給森林。然而正確來說，應該是還給森林。

：「也不能把垃圾送給森林呀！仔細想想，我還是把剛採到的藍莓及撿到的松果留在原本的地方讓它自然生長好了，而且我在一邊採、一邊撿的過程中也得到了快樂呀！」

3. 如果森林問你你是誰，你會怎麼介紹你自己？

If the forest asked who you are, how will you introduce yourself to it?



圖 5、6. 國家公園多有設置篝火場，供人生火取暖、烘烤食物。在我們飽餐後，芬蘭朋友K翻弄爐裡的石子與碎木柴，等待餘火自然熄滅。



最後的題目是給予我的芬蘭朋友（以下簡稱 K）。K 是血緣上非家人、但情同家人的朋友。K 得到這道題目時，主動對我說：「給我一點時間，我可能要在森林健行的過程之中一邊思考你的問題。」

在健行了兩個小時之後，我們在國家公園裡的篝火場，燻烤完行前買好的香腸，也填飽了肚子，行動較緩慢的媽媽、爸爸決定先行啟程，留下 K 與姊姊、及我靜待餘火自然熄滅。K 短暫抽了一根菸之後，緩緩回答了我的問題。

：「要如何跟森林介紹我自己...抽煙算嗎？」

：「其實我不知道該怎麼做你的這道題目，因為我認為森林早就知道我是誰，即使我不說話。而且，為什麼需要告訴森林我是誰？」

：「因為，森林對我來說是個神聖的地方。就像在台灣，當去到廟裏跟神明說話時，我們總是必須先說我是誰、我來自哪裡，讓神明知道是什麼人來了。而來到森林，踏進這塊土地，就像走進別人家一樣，我們也應該要告訴森林我是誰、我為什麼而來。」

：「但是我們就在森林裡，森林不是城市裡的一塊小綠地，反而城市是在森林（K 此指的森林意義趨近於自然 nature）裡面的，森林一直都在，即便以前有過戰爭、有過改變、有過生命的誕生與死亡，但森林還是依舊在那裡。森林提供給我們火、食物、生活的材料，而當我們離開時，不留下任何自己的東西，讓森林保持它原本的樣貌。因此，當走進森林，不需要有任何儀式，只要保持著尊重的心，森林自然會知道我是誰。」

· 森林課題設計的原因及目的

除了第一道題目延用了姊姊森林課老師給的題目，其餘兩道題目的發想，是來自於我對於家人平時習慣及觀念態度的了解，每一道題目都是有其配對的對象，就像每一道鎖都有其獨一無二的鑰匙。我希望藉由這些關於森林的命題可以開啟他們另一個視角來觀看自然，同時也觀看自己。

第一道關於「家」的題目，我給了爸爸。就題意看來，家可以理解為一個「舒適、安全的地方」，也可從題目獨自一人的提示，點出「陪伴」及「歸屬感」的需求。

我的爸爸其實是個「念家」的人，然而，家裡的氣氛使他即使下班了、放假了，也寧願找個加班機會以待在工作的地方久一點。然而，這並不代表他不「顧家」，只不過他需要的是一個舒服、安心的地方可以好好放鬆，並且做自己，也許對他來說，擁有成就感的工作場所是家。這段旅程是爸爸人生中的第一次長途旅行，在旅程之中我發現爸爸時常表露出想回家的念頭，我不禁思索：爸爸是想回哪個家呢？又為什麼想回家呢？

第二道關於「禮物」的題目，我給了媽媽。題目表示禮物必須是從自己身上取得的物件，而且，既作為禮物，代表是用來表達善意與敬意的。

在我的認知裡，媽媽是位把生命過得很重的人。媽媽勤儉持家，積極把握生命的每分每秒、發揮事物的再利用價值，然而她也有一個毛病，便是無法勇敢面對失去。這樣的生命觀不僅體現在她的生活規劃中，她的包袱也不例外。或許是不知道如何面對失去後的心態調整，因此寧願讓一切都在掌控之中，除了裝滿生活必需品之外，也要將安全感給裝進去。在擔心媽媽的身心將無法承受過多重量的考量下，我希望藉由第二道課題，體會失去也能成就另一個美好。

第三道關於「我是誰」的題目，我給了芬蘭朋友K。這道題目擬人化了森林，並預設森林想知道這群來到此地的人們是誰，然而，和森林的溝通不一定是語言，我認為人與大自然維持平衡的關係之中也存在著某種溝通模式。我認識的K，溫和含蓄，沈著穩重，不會展露太過起伏的情緒，但其實他對任何事物都充滿好奇及興趣，享受探索未知的樂趣。然而儘管和K相處多次，對於K的認識還不夠全面，互相身為外來者身份的彼此，我好奇K是如何看待我們（台灣），以及如何看待他自己（芬蘭）。

III. 發現

i. 自然與自然

· 自然景觀視野的差異－瑞士山脈與芬蘭森林

走訪瑞士的群峰山嶺、踏足芬蘭的國家森林，身處在這兩者環境之中，空間視野及身體感受是相當不同的。

纜車是提供人們窺探自然的大攝影機。

瑞士有許多山峰景點區都配有纜車設備，搭乘纜車便可輕鬆登上山峰。纜車將我們提升至常人無法到達的高度，並以規律的速度移動著，彷彿向上帝借了雙眼，讓我們足以俯瞰整個城市，而一切風景也彷彿攝影鏡頭畫面，平順瀏覽、盡收眼底。

當搭纜車到達山峰，仍有規劃良好的登山觀景步道提供人們「繼續往上爬」。古云：「登高而望遠」，意旨提高視角，才能看得更遠，原本眼前執著的事物都變得渺小，心胸也自然開闊。然而，如今不需費太多力氣及時間便能輕易登上山頂，迎接了登高望遠而來的壯麗美景，身體的空間感雖開闊，然而踏實感似乎少了一些。



圖 7. 瑞士皮拉圖斯山 (Mount Pilatus)。其中一條健行步道通往埃塞爾峰 (Esle)。海拔高度 2118 公尺，為五條健行山峰步道之中第二高的山峰，從觀景台上往下看，整個琉森市景山色一覽無遺。

芬蘭的森林是萬花筒。

相較於瑞士的高山景點旅遊區，這次走訪芬蘭的國家森林公園海拔高度較低，身體的移動不再是靠外力，而是真真實實的靠著雙腳一步一步拼湊。

國家公園裡沒有登高纜車，承載著人們的是森林步道，以及湖與土地，走進芬蘭的森林，是一件很自然且輕鬆的事。跟著清楚的標誌、或循著前人踩踏而留下的小徑走，樹木、草叢、岩塊、石壁就在身旁，看得見光在

樹梢間竄動，影子在腳下起舞，太陽在湖裡漂浮，風在髮梢停留。森林的景觀豐富，如同萬花筒一般，視野畫面不斷變化，走著走著又是另一片風景。雖然身處在森林裡，我們看不見樹頂之外的整片天空，也看不見這片岩壁後的萬頃湖泊，然而被自然團團包住的我們，可以微觀發生周遭的每一個變化，身體的踏實感及安全感也增加了許多。



圖 8. 芬蘭國家森林公園 (Nuuksio National Park)。滿滿的雲杉林是努克西奧國家公園裡隨處可見的景色。

ii. 自然與人

· 在地人與外來者對於森林的態度及人生觀

在國家公園的森林課題之中，K 對於第三道題目－關於「我是誰」的回答，不僅出乎我的意料，也如當頭棒喝一般，在瞬間點醒了我，讓我意識到之於芬蘭，我為外國人的身份，而面對森林，我也持著外來者的心態。

K 其實沒有正面回應我的問題，反而質疑了我的問題。他疑惑為什麼森林需要知道我們是誰，而我引用了台灣傳統宗教文化信眾之於神明的關係，猶如我們之於森林。我認知中的森林，是一座神聖的殿堂，是一片有範圍的區域，如果有森林之神的存在，那麼整座森林便是它的「地盤」。每當我愈往森林的深處走去、每撿拾一顆樹上落下的松果、每採下一顆野生的藍莓同時，除了內心欣喜之外，罪惡感也油然而生，「尊重」在此刻的定義開始模糊，我懷疑自己是否侵略了自然範圍，不告而取的行為是否是種罪過？

K 同樣認為森林是神聖的，然而他告訴我，森林不只是城市裡的一塊綠地，也不只是一個我們要前往的「地方」(There)，它是連接整個大地形成乘載萬物的自然，大於並包含者我們的。接著K分享小時候與父親一同

在森林裡工作、遊玩的生活經驗。對K而言，自小生處在森林生態豐富的國度，走進森林是很自然的一件事，面對森林，K不是外來者，而森林對於他，也不只是景觀，而是生活。

在談話的過程中，K一邊以長樹枝翻弄著火爐中的碎木柴與小石子，覆蓋在剛燻烤完香腸的餘火之上，緩慢重複這個動作等待餘火熄滅，前後時間長達三十分鐘之久。然而，為何不直接取一桶水往火源灑去呢？K表示，等待火源自然熄滅不僅是芬蘭在地的傳統精神，也是一種對自然表示尊重及感謝的態度。大自然供予我們生活所需、讓我們生起火苗足以在寒冷的天氣中擁有溫暖、足以烹煮食物溫飽肚子，而當我們滿足了需求之後，也應當感謝自然，感謝火源，從自然裡慢慢生起的火，就讓它自然地、慢慢地熄去。在慢慢等待餘火熄滅的同時，我也重新梳理自己面對自然的想法及態度：也許大自然就是像家一樣的存在，而尊重就是心懷感謝。



圖 9. 奧蘭科國家公園 (Aulanko Natural Urban Park) 裡的篝火場火爐。讓火源自然熄滅是芬蘭人對自然的一種尊重及感謝態度。

即便K最後沒有真正按照我的題目設定給予所要求的回應，但他反思我的問題，並提供他的觀點，反而給予我更多重新思考自己與世界關係的機會。

iii. 人與人

· 森林家庭教育相對於書本知識教學

步行於努克西奧國家公園 (Nuuksio National Park) 內時，我遇到了一家人，是一位爸爸帶著三位年紀約五、六歲以下的孩子一同健行，一家人全副武裝，登山背包、登山鞋、舒適涼爽的衣服，與我相較之下顯得十分「專業」。這樣的景象令我吃驚的不僅是這群孩子們在如此小的年紀便能背起自己的行囊走進山林，不吵不鬧，不需要家長的幫忙及扶抱，而這

位爸爸也突破了許多人對於照顧小孩為母職的印象，獨自帶領著三個小毛頭登山健行。然而，仔細想想，當我感佩爸爸及孩子們的勇氣與獨立，對於他們來說也許只是他們的日常，是生活中的一部份。

到了公園裡的其中一座湖，又遇上了這一家人，只見孩子們興奮的往湖畔的木棧浮板方向跑去，而爸爸並沒有阻止他們，反而是站在距離他們約五公尺遠的身後默默觀望，讓孩子們的好奇與活力盡情發揮。這群孩子們站在木棧浮板的邊緣上，手指著湖裡互相交談了幾句，沒有停留太久便走了回來，也許是已滿足了好奇心，也許是知道必須隨時注意自己的安全不讓爸爸擔心。



圖 10. 努克西奧國家公園 (Nuukio National Park) 近一年在公園裡的湖畔旁皆設置了木棧浮板，為連接陸地及湖的平台。

這般情景使我印象深刻。若同樣的情況移至到台灣，或是我的家庭裡，面對外在世界、大自然的態度總是保持著距離，「不要隨便碰」、「不准靠近水」，在許多的海域周邊也常見「水深危險，請勿靠近」等告示，如此預防勝於補償的心態常常阻斷了孩子認識外界的求知慾及好奇心，即使在避免及禁止之後也沒有清楚教導孩子們其應變狀況的處理方式，使得孩子們無法培養自主做選擇及決定、並為自己行為負責的能力。

另外，我想起旅經俄羅斯聖彼得堡的經驗。在著名的喋血救世主教堂 (Church of the Savior on Spilled Blood) 外，身旁傳來熟悉的語言，是一位亞洲男士，手裡拿著俄羅斯旅遊書，書停留在介紹喋血救世主教堂的那一頁，他一面指著書上的圖片，一面對著他的孩子說：「來這裡，我們不用多花錢，你想知道教堂裡面長怎樣，看這張照片就可以了！」聽完那位爸爸這麼一講，我決定排隊買票，因為我想親眼見證堂內部壯觀華美的馬賽

克拼貼，站在前人嘔心瀝血的作品前，遙想歷史的變遷，那是我在書本上感受不到的經驗。

自古芬蘭有一個詞語「jokamiehen oikeus」，亦即每個人的有親近自然的權利，大自然是大家共有的，是教室也是家，豐富的生態帶領我們認識世界的奧妙，提供我們生活溫飽，在自然裡，我們學習如何與自然共處，也同時學習如何獨處。我在心中感謝那位芬蘭爸爸，讓孩子主動接觸世界，為孩子創造學習勇敢與負責的機會。

IV. 拾獲

i. 芬蘭的平等精神

在旅行中的獨處或共處時刻，總是會遇上無可預料的狀況及困難，一開始對自己身份的自卑與對陌生環境的恐懼使我錯過了許多能夠好好接觸未知世界的機會。

然而當我意識到不同族群的人們也和我走一樣的道路、坐一樣的車、買一樣的食物時候，我發現其實每個生活在這座城市的人都一樣為了幸福而努力著，為了信念而好好活著。芬蘭是一個平等意識強烈的國家，在社會階級、教育、性別、文化發展上都講求每個人平等的權利，正如同芬蘭具有民族精神象徵的桑拿 (Sauna)，也可以是工作談公事的場所，每個人去除衣物，也去除頭銜，上司與下屬坦誠相見，彼此是最真誠而直接的交流。也如同我和芬蘭朋友 K 的日常交流，K 對於任何事物都能自然而直接的表達他的想法，認真的思考每一個我拋出的疑惑，不談身份、不談交情，不以美麗的詞藻包裝，也不隨便將我的恐懼丟下。與 K 相處可以拋棄客套、去除假裝，彼此情感在尊重、互信與真實之間串流。

ii. 森林是無語的教室

在這次的藝術漫遊計畫中，我除了接觸陌生的、熟悉的人之外，大部分的時候，是面對無語的自然，及不斷學習如何與世界相處的自己。

也許是因為語言不足、不太擅長交際的關係，我選擇走進自然。森林是無語的教室，它一直在那裡，什麼話也不說，然而它仍告訴了我好多事

情，教導我如何面對孤獨，引領我探索未知方向，讓我學習只取所需而不貪求的道理，提供我機會磨練勇氣與信心，也給予我時間好好看見自己。

在森林裡，我感受到身體與時間是大自然的，也是自己的。我用雙腳拼湊森林的臉龐，用眼睛觀察每一瞬間的變化，用手觸摸它的柔軟與堅強，用耳朵建構空間距離的交雜。漫步在森林裡，沒有固定的路徑，也沒有固定的終點，身體的移動是時間累積的證明，是一個沒有目的的行為，是一段不需要效率的過程，也許就是隨著那道光走，或是朝著另一片風景的方向而去。身體跟隨著大自然而動，心引領著身體前進，可以自己決定是否啟程或返航，又或是仰躺在日光下虛度光陰。身體與時間是大自然的，也是自己的，可以自己決定要在哪裡停留、要往哪裡去。

iii. 對自己的期望

經過這次計畫的執行、自然環境的探訪、森林課題的收穫，我期望自己在未來的路上，除了保有勇氣之外，也能學習芬蘭「Sisu」的精神－培養長時間的恆心與毅力，並平等的去看待自然萬物，尊重每一個生命及不同的價值。

這趟旅程也使我重新思考關於「家、身份」的定義，原生家庭是家、大自然是家、即便到達另一個陌生國度也可以讓自己的心態如同回家一般。期望自己在創作中誠實面對創作對象，在生活中依然，真誠對待每一個出現在生命中的人，正面迎接每一道出現在親密關係之間的難題。對於我的家庭，期望我能不斷創造全新的生活經驗，成為活化家庭關係與氣氛的人；對於這個世界，期望我能屏除膽怯、敞開心房去探索未知，接觸良善與惡劣，並且時時刻刻提醒著自己是誰、自己要往哪裡去。