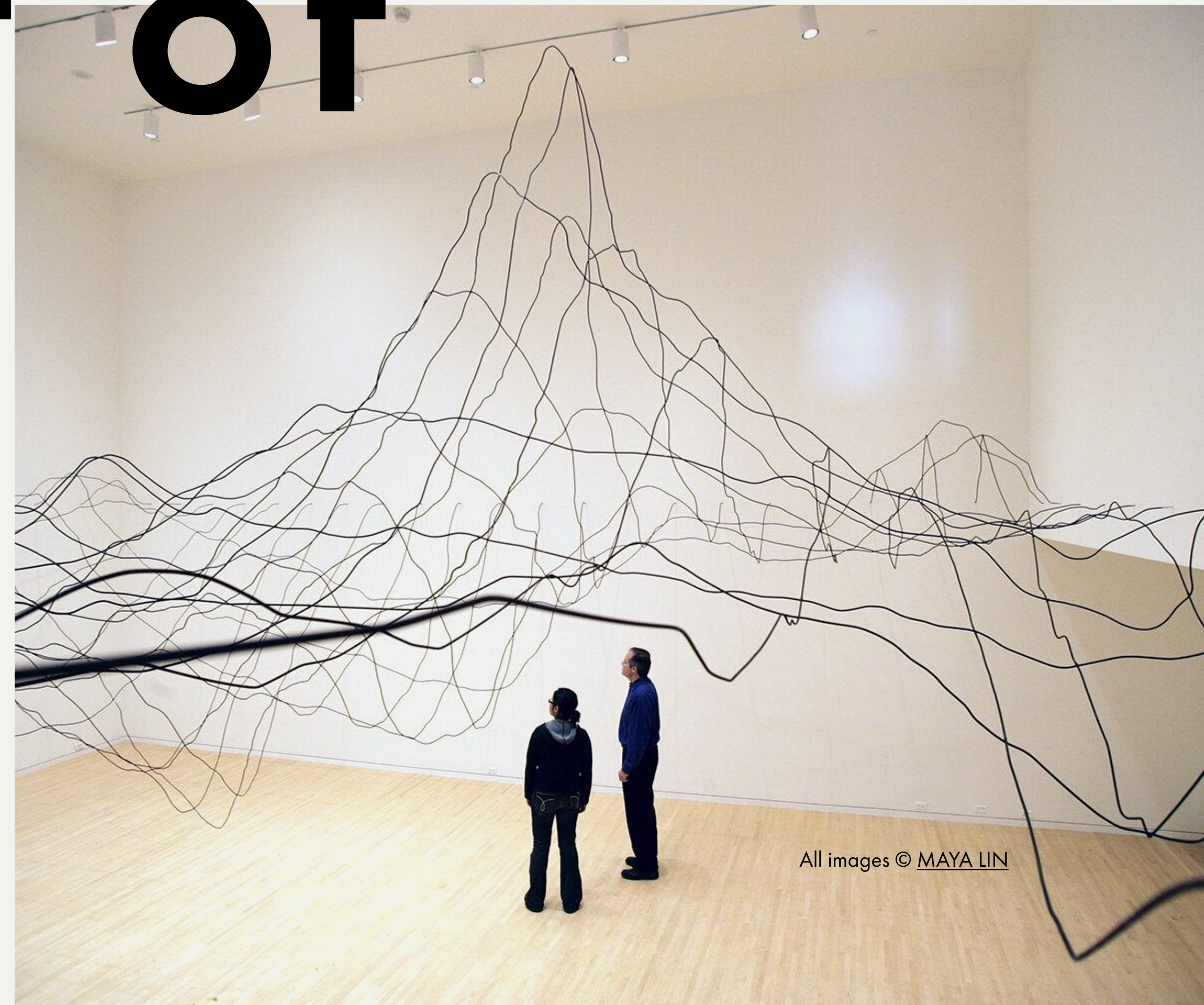


# The Art of Living

東海大學多物種文化生態保育區



All images © MAYA LIN

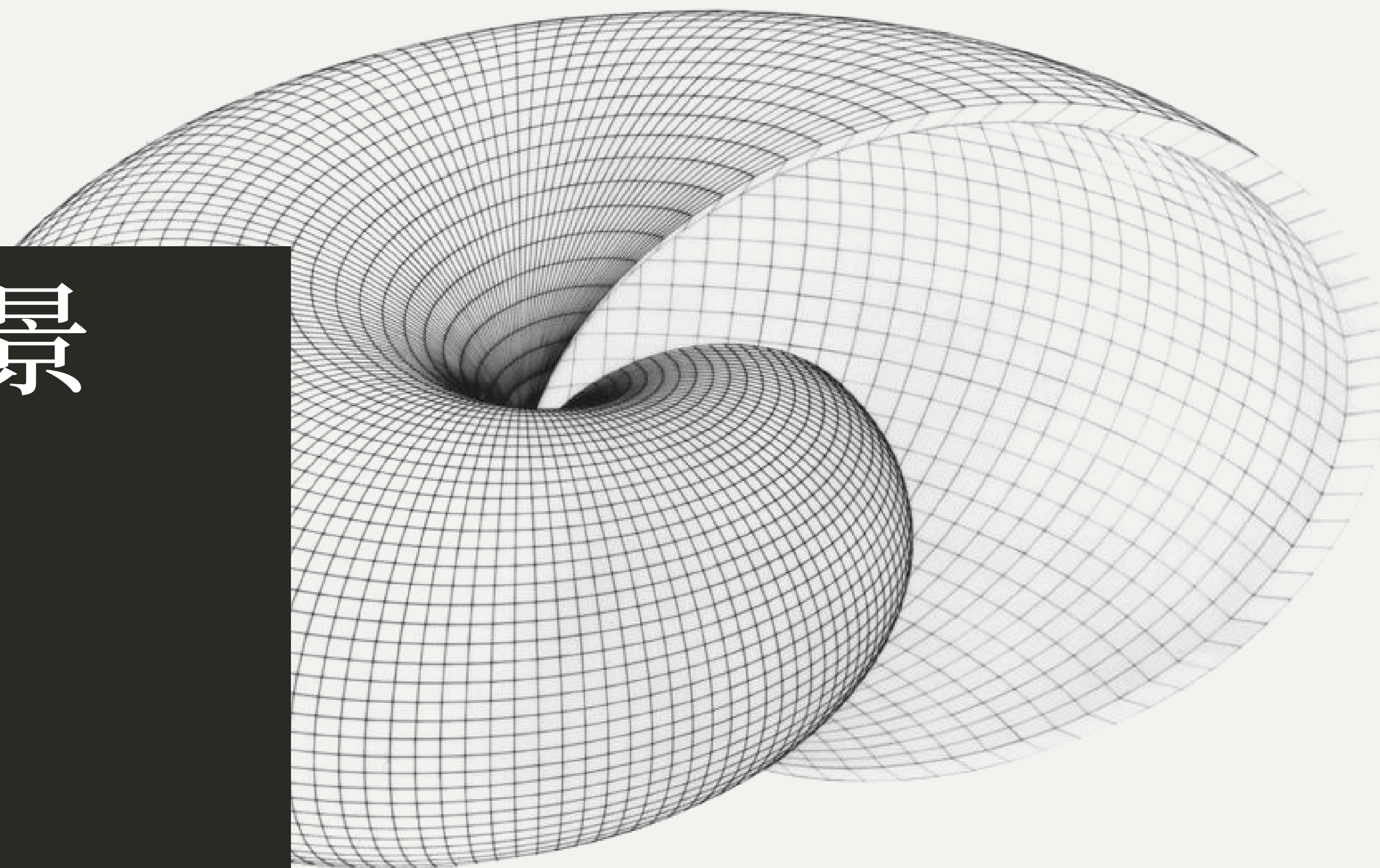


# 一、計畫願景



**The Art of Living** 旨在讓人們重拾與大自然的連結，不只是學習知識，更是在真實的土地上「生活、感受、體驗」。我們希望每一位參與者，皆能在東海大學以東海湖為核心、綠意盎然與生機交織的園地中，體會返樸歸真的純粹、慢活自在的步調，以及對每個生命的溫柔關照。

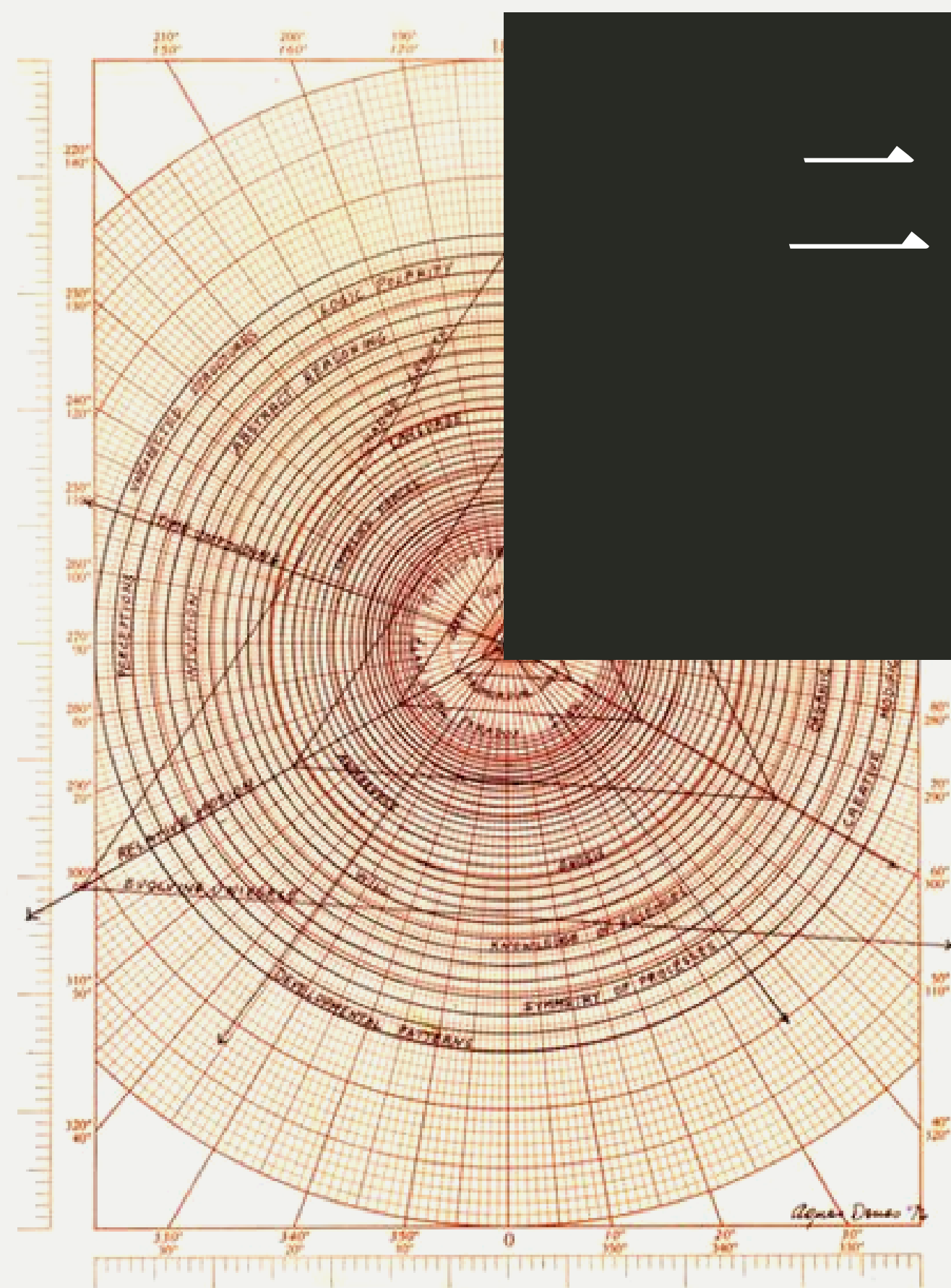
All images © [Agnes Denes](#)



Agnes Denes '88

## 二、核心理念

All images © Agnes Denes



Evolution II - Paradox and Essence  
India ink on orange graph paper, 11 1/4" x 8 1/2"  
© 1976 Agnes Denes

### 01 從學習走向生活：

讓保育區成為大家的「第二個家」，參與者不是過客，而是真正的生活者。

### 02 五感喚醒，內外合一：

透過體驗活動，讓人們用視覺、聽覺、觸覺、嗅覺、味覺全方位擁抱自然，喚醒對土地與生命的細膩感受。

### 03 生態共生，文化交融：

在這裡實踐人、動物、環境的共生願景，也結合藝術與文化，豐富自然生活的層次。

# 三、自然生活體驗設計



All images © [MAYA LIN](#)

# 1. 棲地探索與動物互動

## 01 主題導覽體驗：

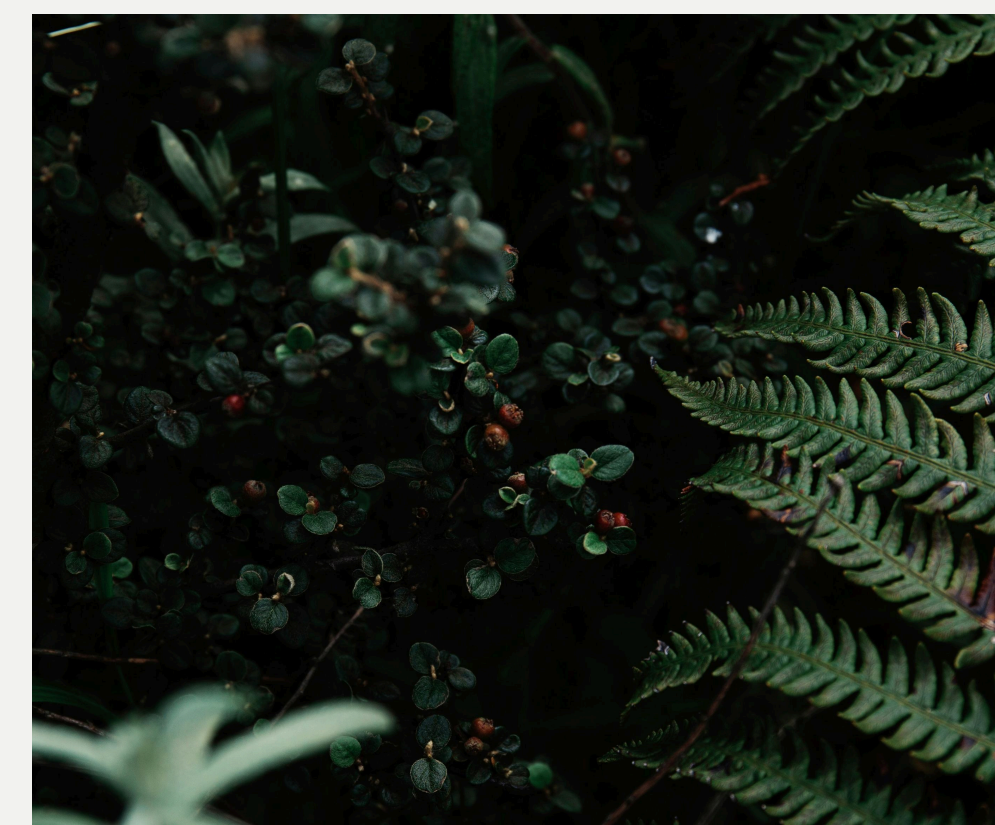
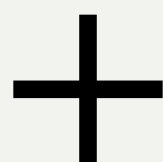
日夜觀察季節生態、動物行為、特有植物，帶領參與者認識台灣原生物種與國際療癒動物。

## 02 動物照護參與：

實地體驗餵食、棲地清理、動物豐富化設計，建立對生命的責任與共感。

## 03 微旅行小隊：

組成小隊深入各區探索，體會戶外求生與棲地觀察。



## 2. 自然生活工坊

### 01 野炊與野外飲食：

學習辨認、採集可食野菜與香草，體驗柴火野炊與自然料理的樂趣。

### 02 自然手作課：

用自然素材創作筆記本、布袋、拓印畫，將大自然的印記帶回生活。

### 03 生態建築體驗：

動手搭建簡易庇護屋、學習永續建材與原民智慧。



### 3. 深度療癒與慢活練習

#### 01 森林浴與靜心冥想：

在林間散步、冥想，傾聽鳥鳴與風聲，學會放下焦慮、專注當下。

#### 02 日出日落活動：

晨間瑜珈、日落觀察、夜間星空解說，感受自然時間的流動。

#### 03 自然攝影與書寫：

記錄生態美景、撰寫自然日記，深化內在的感動。

+40%

+30%

+30%





## 4. 共生農藝與永續實踐

- 01 有機農耕體驗：  
參與耕作、施肥、採收，了解食物與自然的循環。
  
- 02 濕地保育與水生探索：  
參與濕地維護、觀察水生動植物，認識自然淨化與生態平衡。



## 5. 親子與家庭自然共學

### 01 親子尋寶闖關：

透過辨認動物腳印、觀察昆蟲行為、樹葉拼圖等親子互動遊戲。

### 02 小小動物守護員：

邀請孩子參與動物照護、棲地布置，培養同理心與責任感。

## 6. 藝術、文化與自然結合

### 01 生態音樂會：

在戶外草地舉辦原音音樂會，感受自然環境中的樂音流動。

### 02 大地藝術共創：

與藝術家合作，運用自然素材創作地景裝置，讓自然本身成為展覽場域。



# 四、體驗意義與延伸

這裡會是一個可以放慢腳步、感受純粹、重新思考生活本質的所在，也是一個將生態、教育、藝術、生活融合於一體的創新平台。



# 五、預期效益

## One

No. 1

強化東海大學校園生態教育與文化影響力。

The Art of Living —

## Two

No. 2

培養具有永續行動力的師生、親子與社區夥伴

邀請每個人重新學習與自然生活，

## Three

No. 3

打造全台灣最具特色、最貼近人心的自然生活保育基地。

讓生命因土地而溫柔，因生態而豐富。

# “執行計畫 與預算



# 一、計畫期間與階段目標

第一階段 | 基礎建置與試辦  
(2025.6–2026.5)

No. 1

- 棲地整備、動線規劃
- 體驗模組開發與試辦
- 訓練導師與志工，建立基本運作架構

第二階段 | 體驗擴展與社群推廣  
(2026.6–2027.5)

No. 2

- 擴展對象至學校、社區、家庭
- 推出節慶與季節活動，連結在地教育資源
- 建立共學社群與文化自然體驗網絡

第三階段 | 深化影響與永續經營  
(2027.6–2028.5)

No. 3

- 推動自然生活品牌識別與延伸
- 完善營運模型，導入民間協力與學術合作
- 建構回饋與成效評估機制，形成正向循環

## 二、分項執行內容



### 1. 棲地建置與動物照護

- 01 劃設不同生態棲地區（濕地、草原、林地）。
- 02 設置觀察台、導覽路線與安全標示。
- 03 小型動物照護設施與教育用原生物種復育點。
- 04 編寫照護作業流程並訓練志工操作。

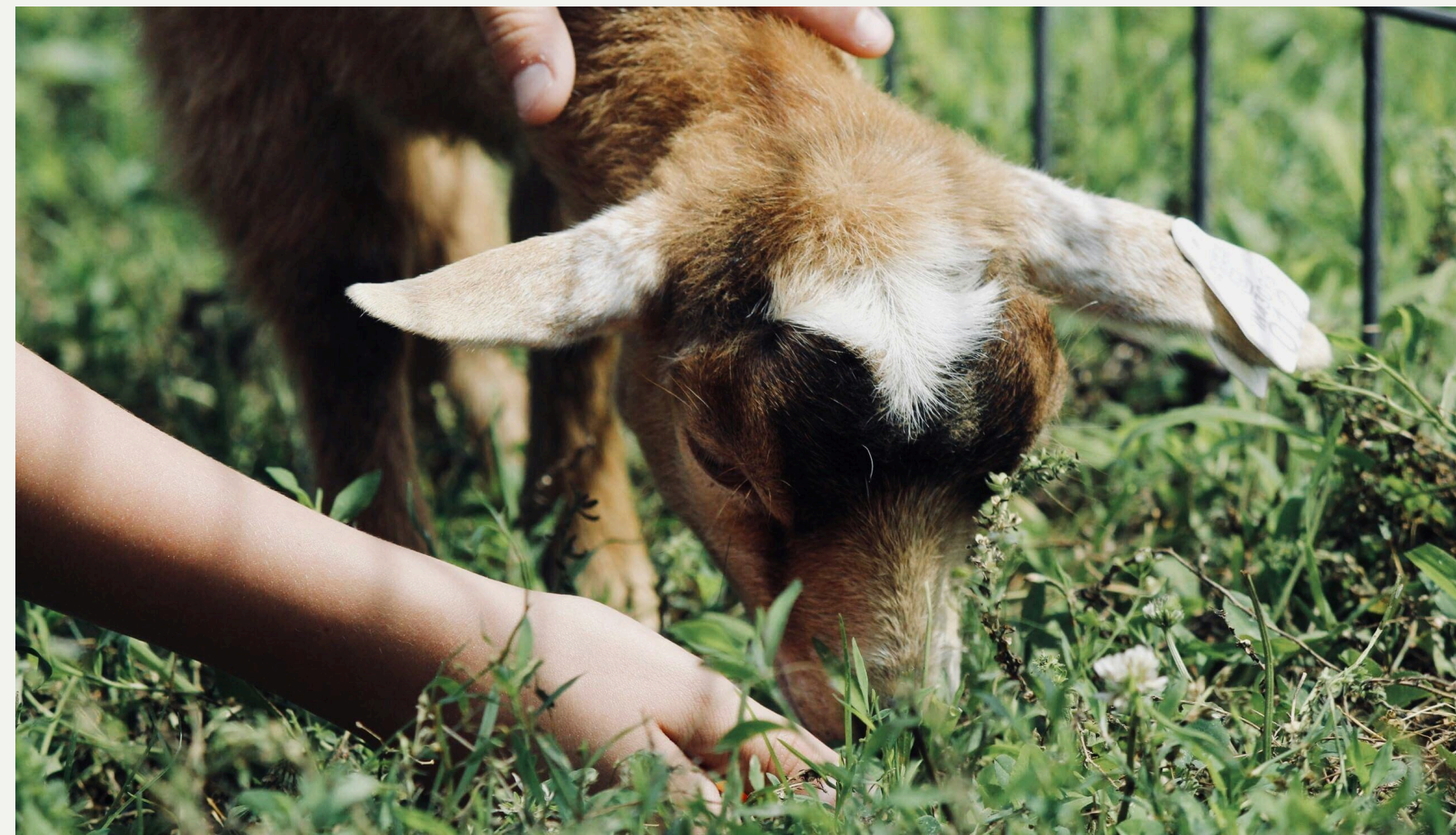


## 2. 體驗課程模組開發

- 01 六大體驗主題（如森林浴、野炊手作、共生農藝）教案編寫。
- 02 模組活動設計含：流程說明、教具材料、引導語、學習成果產出形式。
- 03 課程試辦並收集參與回饋以滾動修正。
- 04 配置必要器材：如柴火爐具、瑜珈墊、望遠鏡、拓印工具等。

### 3. 志工與教學人員培訓

- 01 招募並建立志工資料庫。
- 02 分層訓練：基礎引導、動物照護、生態安全、親子互動。
- 03 導入情境演練、現場引導訓練，建立一套教學與互動標準。



## 4. 教育推廣與社群連結

- 01 與東海大學多個系所合作推動建教與實習（生態系、社工系、藝術系）。
- 02 結合社區與親子家庭導入共學模式。
- 03 舉辦主題活動（如星空觀察、森林故事日）。
- 04 建立共學社群，定期辦理閱讀會、沙龍、工作坊。



+

SPACE

+

FACILITIES

All images © MAYA LIN



## 5. 空間與設施整備

- 01 自然步道鋪設與觀察點設計。
- 02 小型木構工坊搭建（野炊區、手作區、靜心空間）。
- 03 設置友善標示系統與戶外洗手設施。
- 04 導入永續建材，展現生態設計美感。

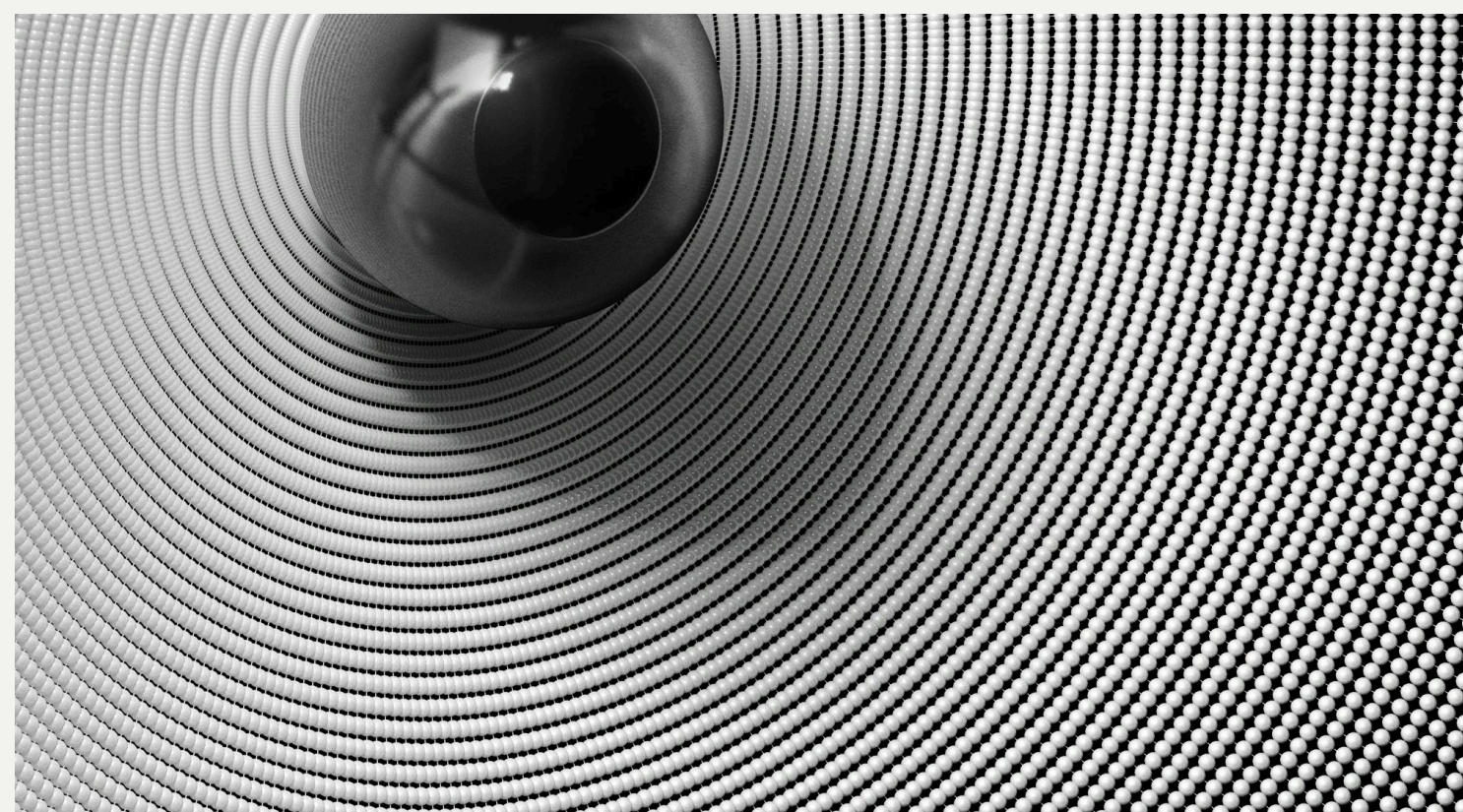


## 6. 自然與文化活動整合

- 01 舉辦戶外草地音樂活動與靜態攝影展。
- 02 推廣自然素材創作課程（如樹葉拼圖、石頭畫）。
- 03 鼓勵參與者記錄自然故事，發表於園區與社群平台。

## 三、任務時程規劃（首年為例）

月份	任務重點
6-8月	棲地初步整備、體驗模組設計、志工與導師招募與培訓
9-12月	試辦初期課程模組、設施設備進場、舉辦首場主題體驗活動
次年1-3月	擴大對象至親子社群、進行系列課程、收集回饋與優化設計
次年4-6月	發表年度成果、檢討優化內容、規劃第二年擴展與合作策略



## 四、預算規劃（首年預估）

類別	預算項目	小計 (NTD)	說明
棲地建置與設施整備	步道與觀察點整修、解說牌、動物照護空間、自然工坊等	60%	包含建置與材料人工
體驗活動與教學設計	模組教材、器材購置、導師費、活動籌辦、志工訓練等	15%	六大模組與活動用具
廣與社群經營	宣傳設計、網站社群維運、意見調查平台	15%	文宣與回饋平台建置
行政與人力支出	專兼職人力、行政雜支、保險諮詢費用	10%	含薪資與保險支出
合計	—	30,000,000	首年總預算

## 五、後續建議與資源整合方向



- 01 爭取環境／教育／文化部補助案資源。
- 02 與企業 CSR 合作推動「生態命名」、「公益日」、「永續志工日」。
- 03 開發自然手作包、紀錄本等共學商品，延伸參與者記憶。
- 04 逐步導入預約制體驗與多層級學習證書機制。

# “總結

《The Art of Living》不只是一次活動，而是讓人們重新學會「自然地生活」的練習場。透過東海大學的綠意與知識，這裡將成為人與動物、文化與生態共生的實驗場，也是下一代重新建立自然感知與永續態度的起點。

