

實踐樸門農藝生活一

臺灣第一位園藝治療師黃盛璘校友專訪



文／林秀美
照片提供／黃盛璘



黃盛璘走下熱愛的編輯台，轉進最初令她著迷的園藝世界，以園藝治療與樸門農藝，為自己開創生命新境界。（攝影／彭玉婷）

黃盛璘，對植物有興趣，卻考上藥學系，她無奈的表示，那是父親對她習醫的期望與個人興趣折衷下的選擇。1974年，也是保釣運動、校園百萬小時奉獻的尾聲，她適時抓住了學運的尾巴，熱衷於社團活動，從登山社的山地社服，到慈幼社的廣慈博愛院，都有她的身影，而「實驗室的化學成分」則離她越來越遠。升上大三，課業加重，已無法兼顧社團，她竟然辦休學，然後到甫創刊不久的漢聲雜誌社工作，主跑民俗文化採訪，她說這非常契合她當時的心境，就是瞭解臺灣到底發生了什麼事！由於藥學系畢業不是做藥劑師，就是進藥廠工作，這對一心想擁抱社會的她來說，絕非所願，所以在休學一年後，決定退學。問她何以未考慮轉系，她說「我其實是社會與學校的選擇，不是科系的選擇。」



黃盛璘小檔案

1977年臺大藥學系肄業。1977-85年任職漢聲雜誌，1986年赴日留學，1989年自日本東京外國語大學畢業，專攻日本文化。1996-2000年任職遠流臺灣館，編輯深度旅遊手冊、歷史照相館、親子館等系列叢書。2002年赴美遊學，學習樸門農藝及園藝治療，並取得美國認證。2004年回臺，於三峽經營「草盛園」，2006年出版《走進園藝治療的世界》，2007展開園藝治療服務，為發展遲緩兒、高齡者、視障者、智障青少年、高關懷班及腦性痲痺患者奉獻所學。

從大學社團步入社會學校

大學沒畢業，不過此生最好的朋友都是當年參加社團的同學。「因為大家一起為一件事努力過，有同志的情感。我很感謝臺大，讓我有選擇的空間與可能，所以才有機會選擇社會學校。我對社會的瞭解、想法都是在大學期間快速累積起來的，對我影響很大。」當年登山社山服的一家子，有陳惠英（植病系畢，現職家管）、蔡素娟（中文系畢，現任中正大學教授）、呂志廣（森林系畢，現任太魯閣國家公園副處長）及蘇慧娟（藥學系學長，於臺大藥學系協助另一半）等，於今各在不同領域善盡其職。

在漢聲工作10年後，她到日本進修語文，1989年從國立東京外國語大學畢業。去日本係基於工作需要，當時出版社參考非常多的日本資料，為了不必假他人之手而想學日語，同時充電。後來發現一年時間不足以瞭解日本社會，才決定考日本大學。她笑稱命中注定，在臺灣沒念完大學，結果到日本完成。

在日本4年，越發覺得對臺灣有太多不了解，如



園藝治療也可以是兒童生命教育最佳教案。圖為黃盛璘在美國園藝治療的實習課程。

228事件是到了日本才知道，也正因為如此，當漢聲老同事邀她加入遠流臺灣館時，她心動了。她想透過對臺灣文獻資料的整理與紀錄，重新認識臺灣，就這樣在編輯台又工作了10年。「我認為文字是一項工具，我將之視為參與社會的方式，不只是一份工作，這是我從事編輯20多年所抱持的態度。」

所以她從沒想過離開出版界，第二次走下編輯台不是倦勤，而是面臨中年危機。「工作有點像爬山，爬山時你會想像登頂的風光，於是埋頭苦爬，可是到了40幾歲，爬到某個職位的高點時，你看到你的路已經是往下，這時會產生質疑：真的要這樣走到死？」她自問：除了編輯，還有其他想做的事嗎？雖然還是很喜歡編輯工作，可是她認為20年夠了。為了跳脫框架，唯有離開太熟悉的臺灣。這回她選擇了美國。

在園藝治療覓得第二春

2002年，她47歲，到美國柏克萊大學附近的社區大學修課兩年半，在園藝治療（Horticulture Therapy）和樸門農藝（Permaculture）找到了人生第二春。取得園藝治療師的認證後，滿心期待回到臺灣，開創她的新志業。但發現沒幾人聽得懂，只好改口投筆從農，好友遂慷慨出借土地。頭兩年她就專注在三峽農地上墾荒，實驗樸門農藝的可能性。所謂樸門農藝，是由澳洲Bill Mollison和David Holmgren於1974年所共同提出的一種生態設計方法，主張依循大自然的運作模式來設計生活環境，以照顧地球、照顧人民及運用剩餘的資源為三大核心精神。「草盛園」就在這樣的概念下成形，取其意為與草共生。

樸門農藝是她的生活態度和哲學，而園藝治



草盛園位於三峽，堪稱世外桃園。

療則是在建立人與植物良好的關係，她希望未來草盛園也可以用來進行園藝治療，有選擇性的開放，每周一至兩天，為特殊族群進行生命教育課程，也作為一個示範點，讓更多休閒農場、森林遊樂中心的經營者願意為特殊族群保留一個親近大自然的空間。

在草盛園墾荒的同時，她也在為園藝治療找出口。與臺灣心理治療學會理事長王浩威第一次接觸即受邀到年會上發表，從此開始四處演講推廣。透過臺大園藝系曹幸之教授，與日本第一位取得美國認證的園藝治療師—菅由美子認識，將國際園藝治療研討會搬到臺灣舉行，進一步與香港、韓國園藝治療師有了交流，並促成亞太園藝治療協會的成立。

在前自然科學博物館林宗賢館長支持下，臺灣在2007年舉辦了第一屆國際園藝治療研討會，今年已邁入第三年，每年都有超過200人與會。同時亦經過這些年在國內散播種籽，目前已有多所大學開授相關課程，如開南大學健康照護管理學院銀髮養生環境學系郭毓仁副教授，臺大園藝系曹幸之教授、張俊彥教授、陳惠美老師，以及陽明大學林一真教

授（具園藝治療師資格）等人，培育專業人才也進行實務操作與檢証。惟在臺灣，除了職能治療師及物理治療師，其他輔助治療均未被認可，為了建立認證制度，同僚期待她出面組織學會。只是她比較鍾愛在第一線實作。

發展本土性園藝治療

並非她卸責，她現在週間行程滿檔，從老人院、醫院精神科、伊甸、高關懷班學生到障礙兒、教養院，就像她大學時參與社團服務一樣，她幾乎把所有時間都奉獻給了他們。兩年多來全職投入，她發現這種需求是無止盡的，「就像一張大拼圖」，的確需要更多人加入。她希望再給她一些時間，待累積更多族群案例後，再進行下一階段的培訓工作。

園藝治療在美國發展已50多年，臺灣才剛起步，文化環境不同，美國的經驗不能完全套用在臺灣，必須尋找本土素材。而且臺灣族群多元，成長背景不同，要配合對象設計合適的課程。「就以老人家來說，臺籍與外省籍需求就不一樣，臺籍老人大多喜歡種菜，外省籍老人則多喜歡種蘭花。同樣是種菜，種類也有差異。譬如火鍋配料，臺灣人習慣用高麗菜，但外省籍老人要的是山東大白菜。如果種山東大白菜，他們就會很努力的去照顧。」

所以園藝治療的成效因人而異。有次為乳癌病人演講，讓她對園藝治療有了明確的定位。「我在演講前還很不安，想到乳癌病人面對的是沉重的生命挑戰，我講園藝治療會不會搔不到癢處？結果病人在醫生講完最新乳癌藥物治療之後發問，問的都是會不會掉髮、失眠等生活上的細節，這時我懂了，醫藥能殺死腫瘤，卻不能改善生活品質，而園藝治療可以幫助病人調整身心靈狀態，樂觀面對治療，從而維持生活品質。」她認為只要協助其跨越

原有的肢體或心理障礙，享受園藝帶來的樂趣，就算是一種療效了。目前的課程，除了亞東醫院精神科有醫護人員參與觀察作評估之外，大部分社服機構較不要求數據上的評量，他們更希望學員在過程中能開心、建立自信，不過經過一段療程後，社工



利用週休與同好們墾荒，用心打造一處園藝治療示範點。其規劃理念為：kitchen garden 和 children garden 各占1/2，設有堆肥箱、雨水收集及麵包窯等，希望達到自給自足。栽種的作物則以藥用、本土及食用植物為考量。

及保育員還是能驚喜地發現學員微妙的轉變。

植物是生命體，園藝治療是人與植物兩個生命互動的過程，這構成園藝治療最大的特色，也是其果效所在。「基本上臺灣是資本主義社會，當一個人離開生產線，會讓人覺得自己沒用了，尤其在老人院的老人都有被遺棄的感覺。」她說，學員在照顧植物過程中，感受到自己有能力照顧另一個生命，讓它長得更好，自信會被重新點燃。一個人只要有自信，生命力就油然而生，尤其是老人家。這是她樂於站在第一線的原因之一。

回饋：同理心VS.大頭症

而最大的回饋是「我也被治療了！」。她舉了個盲胞案例，在接受輔導的5位學員當中，只有一位是天生盲，其他4位都是後天失明，包括眼科醫師、



為老人家進行園藝治療課程。透過植物生命照顧，重燃銀髮族的信心。

大學教授。和他們一樣，「我做文字工作，也非常依賴眼睛，我很難想像有一天看不見怎麼辦？心中有隱憂。但當我看見他們面對自己失明時調適的過程、樂觀的態度，從他們身上我也知道社會資源在那裡，這讓我突然安心。如果有一天我也看不見，我知道可以去哪裡獲得協助、我也知道用什麼態度去面對。我覺得我被治療了。」過去在編輯台上接觸的人同質性很高，現在她接觸各式各樣的人群，尤其是特殊族群，讓她的眼界拓展，世界變得開闊起來。「我以前自我發展得很巨大，加上金牛座性格固執得很，想做什麼就一定要達到目標，做了治療師之後發覺，自我要壓得很小。你的想法不代表服務對象的想法，你不可以把自己的想法投射在他們身上，而他們的問題也不是用我的意志就可以克服的，必須用同理心去思考。總之，對我最大的挑戰是要削弱自我，如果我一直待在出版界，可能會得到大頭症。」這位臺灣第一位獲美國認證的園藝治療師，透過一段自我尋找、擴展生命的旅程，為自己人生下半場覓得新價值。她帶著「園藝治療」和「樸門農藝」兩個大夢回來，要療癒你我的身心靈。圖