



地球日 40 周年 環境保護新思維 當蓋婭遇上賽琪，生態與心理攜手共進

今年適逢世界地球日四十週年，地球日前夕，荒野保護協會與美國最大的保育團體山岳協會簽約譯印與出版《生態心理學》一書，並協同中華心理衛生協會、臺灣心理治療學會、中華民國環教育學會等四大團體，結合國內環保界與心理界將近四十個民間單位，共同發起「2010 生態心理季：當蓋婭遇上賽琪」系列活動。地球日當天以「關懷大地，綠化心靈；綠化大地，關懷心靈」為訴求在 NGO 會館舉辦生態心理季記者會，反思 88 風災前後，人類與土地的態度與關係，並提出橫跨環保與心理界之四大訴求，代表環境保護觀念不只關心土地與棲地，更需要跨足心理界，讓心靈與土地的重新建立連結，反思大地與人類的互動關係。

「蓋婭」(Gaia)是希臘神話中的大地女神，也常被環保人士引為環境運動的女神。「賽琪」(Psyche)則是希臘神話中調皮好奇以致歷經苦難的小公主，後人引為心靈的代表。這兩位原本各自是生態環保界和心理衛生界的圖騰，各有一群專業追隨者。然而，今年透過環保界與心理界的跨界合作交流，提出結合兩大學們的「生態心理學」(ecopsychology)。生態心理學是環境運動中很有特色的一個支派，主張「生態健全」與「心理健康」是一體的兩面，認為要達成其中一者，都必須同時注重另一方面的並進。沒有平衡的生態環境，人心也將受到創傷；人心如果貪婪自大，生態環境也必然受到破壞。

記者會現場以 88 風災為反思範例，邀請四大發起單位代表分別探討地球日 40 週年之後，人類應以什麼樣的態度面對我們的環境。並於記者會中提出四大主張：(1)確立生理、心理、社會、生態的整全健康觀念。(2)重視氣候變遷與環境災害造成的心理衛生衝擊。(3)推動修復人類與自然關係的綠色心靈療癒模式。(4)促成生態平衡與心靈和諧兼重的永續快樂島嶼。

中華心理衛生協會理事長呂淑貞表示，世界衛生組織原即定義「健康」應該是生理、心理、社會三方面的福祉，但在全球氣候變遷，人類生存環境隱然有崩潰之危的當代，生態的健康亦應納為整體健康考量的一環，才能讓人類擁有真正永續的健康生活。尤其 2009 年八八水災造成南臺灣居民的心靈震撼，以及原住民文化流離失根，更印證了生態災變對健康的重大威脅。

出版《生態心理學》一書的荒野保護協會理事長林耀國以過去荒野保護協會 15 年來投入境守護與環境教育的經驗為例，認為許多環保的工作的最後的結果的關鍵都在於人心，人類如何對待非人的自然環境，其實也反應人類的心態，更代表著這片土地最終的結果。現場並

引用前美國副總統高爾在任參議員時所提出之言論作為結論：「什麼地方，人的精神被踐踏了，生態環境便蒙災難；什麼地方，人感到無力時，生態環境便蒙災難；什麼地方，人活著感受不出生命的意義和目的時，生態環境便蒙災難。換句話說，人蒙受痛苦時，生態環境便蒙受痛苦。」

臺灣心理治療學會理事長王浩威醫師則說，人類的心靈與感官實隨著自然的環境發展而來，他就曾有一位個案，只要身處森林中，當清晨的風拂過樹林，或臨晚的飛鼠滑過林間時，不必去分析，就可以從土地和森林中獲得清明的思緒與清晰的條體。但到了都市，就會覺得所有的訊息都是混亂而不可預測，以致永遠都要處於緊張的備戰狀態。隨著人與自然重新結合的理念逐漸興盛，國內和世界各國都陸續出現了動物輔助治療、園藝治療、冒險治療、荒野治療、生態治療等綠色照護理念。

中華民國環境教育學會理事長王順美教授指出，要改變人心，就必須從教育紮根做起，未來的社會應該要更重視環境教育和心理衛生教育，讓每個人從過度物化的思考中重新學習尊重生存環境，讓心靈學得真正的自由。政府尤應建立好環境教育法規及環境教育制度，讓孩子們從小學起。

整個記者會，在生態界與心理界攜手為地球種下祝福的儀式中達到最高潮。後續在今年四到六月間，生態心理季系列活動共推出十項活動，有讀書會、演講、戶外自然體驗、自然輔助心理治療的研討會等，讓每個人都有機會碰觸到生態心理學的多樣風華。民眾不論是有興趣了解園藝治療與冒險治療的進行方式，或是只想走出戶外體會一下讓心靈放鬆的感受，都有適當的活動可以選擇參加。詳情請見活動官網：<http://eco.ecopsychology.tw>

【新聞聯絡人】：

荒野保護協會企劃部主任 鄔嘉綾 (02)2307-1568 分機 32 / 0920529299

附件一：

當蓋婭遇上賽琪～～2010 生態心理季系列活動

壹、緣起：

生態心理學 (ecopsychology) 主張「生態健全」與「心理健康」是一體的兩面，認為要達成其中一者，都必須同時注重另一方面的並進。沒有平衡的生態環境，人心也將受到創傷；人心如果貪婪自大，生態環境也必然受到破壞；2009 年八八水災造成南臺居民的心靈震撼，以及原住民文化流離失根，更讓我們深信這個理念的價值。

2010 年適逢世界地球日 40 週年，是故生態保育界與心理衛生界的四個團體，合作於此際辦理「生態心理季」活動，結合生態界與心理界的力量，推動此一理念。期能為國內日後的生態心理發展種下第一顆種籽。在環境或心靈均日受擠迫的當代社會，我們試圖弘揚此一精神，引進相關資訊，並串結生態環保團體與心理衛生專業界的力量，讓自然生態成為照顧心靈的守護神，也讓心理學成為環境保護的好幫手。

貳、年度主題：

1. 年度標題：關懷大地，綠化心靈；綠化大地，關懷心靈
「Ecopsychology: Green the Mind; Mind the Green」

2. 具體訴求：

- (1) 確立生理、心理、社會、生態的整全健康觀念。
- (2) 重視氣候變遷與環境災害造成的心理衛生衝擊。
- (3) 推動修復人類與自然關係的綠色心靈療癒模式。
- (4) 促成生態平衡與心靈和諧兼重的永續快樂島嶼。

參、辦理單位：

一、發起單位：

中華心理衛生協會、臺灣心理治療學會、中華民國環境教育學會、荒野保護協會

二、主辦單位：

亞洲體驗教育學會、心靈工坊文化公司、財團法人天主教康泰醫療教育基金會、都市人基金會、生態關懷者協會、臺灣綠色養生學會（陸續聯合中）

三、聯合發起單位：

財團法人勵馨社會福利事業基金會、臺灣沙遊治療學會、野人文化出版公司、臺灣環境保護聯盟、呂旭立紀念文教基金會、臺灣區臺北區中等學校心理衛生中心、人禾環境倫理發展基金會、中華民國職能治療師公會全國聯合會、華人心理治療研究發展基金會、中華團體心理治療學會、臺灣遊戲治療學會、草盛園園藝治療工作室、風潮音樂、音樂心靈推廣協會、國軍北投醫院、臺灣動物輔助活動及治療協會、國際珍古德教育及保育協會中華民國總會、中華民國傷健策騎協會、花蓮黎明教養院、財團法人光寶文教基金會、法鼓山人文社會基金會、廣青文教基金會、中華民國紅十字會總會、新竹市野鳥學會、余紀忠文教基金會、馬偕醫學院、中華民國人與植物學會（陸續邀集中）

官網：<http://eco.ecopsychology.tw>