

## 山茶花體驗課程

### 一、課程動機：從植物到生活的連結

在參加這次山茶花課程以前，我對山茶花的印象僅停留在「冬季盛開、花型優雅」的表面理解。過去雖然也喜歡觀察植物，但多半停留在欣賞外型，對於其生長環境、栽種方法，以及植物背後所代表的文化意義，其實了解不多。因此，當得知這堂課不僅包含基礎知識講授，還能親手實際種植山茶花時，我便產生了濃厚興趣，也期待能藉由這門課將課堂知識與實作經驗結合，建立起更全面的植物與環境意識。

另外，這門課吸引我的原因在於 想透過照顧一株植物來訓練自己的耐心與觀察力。現代生活步調快速，習慣立刻獲得成果，但植物生長需要時間，需要觀察、調整與等待。我希望藉由種植山茶花的過程，重新找回對生活細節的注意力，培養出面對事物時更穩定、細緻的態度。

也因此，這門課的動機不僅是學習栽培技巧，更是希望透過植物找到與自我相處的方式，並理解自然環境與人類生活之間的深層關聯。

### 二、課程內容的啟發：山茶花教我的那些事

#### 1. 山茶花的生命韌性與季節性

課程中，老師首先介紹了山茶花的品種、生長習性與栽培特性。讓我印象最深刻的是，山茶花是一種在冬天開花的植物。當多數植物在寒冷季節休眠時，山茶花卻能在低溫環境綻放，展現出強韌生命力。這讓我重新思考「堅韌」的意義——不是對抗環境，而是在最不被期待的時刻展現自己的獨特價值。

這種在逆境中開花的特性，對照到人生也很有啟發。並不是所有成功都會發生在大家看好的時機，有時候反而是在困難、低潮或外在不友善的環境中，人們真正的能力與定力才會被看見。山茶花的生命週期像是對我們說明：每個人都有自己的時區，而綻放的時刻不必與他人一致。

#### 2. 栽培知識讓我重新理解「照顧」這件事

老師也提到山茶花對土壤酸鹼值的敏感度、對光照需求的平衡，以及如何透過修剪來維持植物的健康。這些知識讓我發現，照顧植物並不僅是澆水與等待，

而是一種需要觀察、調整與理解的技術。

特別是在學到「土壤 pH 值」的重要性時，我才意識到植物並不會主動告訴你它哪裡不舒服，但你可以從葉片的顏色、枝條的狀態去判斷它需要什麼。這種「用心察覺而不是被動等待」的態度，其實也是生活中的重要能力。我們面對人際關係、面對工作、面對自己時，常常也需要透過觀察、反思與調整，才能讓事情順利成長。

### 3. 從課堂分享中獲得對自然更深層的理解

課程中有一段討論到山茶花在東亞文化中的象徵，不同國家、不同時代對山茶花有不同意涵。比方說，在日本文化中，山茶花象徵優雅與堅毅；在中國文化則有端莊、潔白與堅貞的意象。這些文化符號讓我重新思考植物不只是自然物件，它們也形塑了人類的審美與生活想像。

自然與文化原來一直是交織的，而我們今天欣賞山茶花的方式，某種程度也延續著這些象徵。植物不只是植物，它也承載著歷史、記憶與情感。

## 三、實際種植山茶花的過程與體會

### 1. 親手種植的感受

在實作課中，我們實際操作了種植山茶花的步驟，從選盆、配土、放置位置到第一次澆水，每個環節都提醒我不能急躁。與其說這是在做園藝，更像是在「陪伴一個生命的出生」。

其中，我感受最深的是「土壤混合」這個步驟。看似簡單，但需要理解不同介質的功能，例如泥炭土提供保濕，珍珠石提高透氣性，而山茶花喜歡弱酸性土壤。這讓我意識到，植物之所以能長得健康，是因為背後有人為它設計好適合的環境，但植物本身的努力也是不可或缺。

這提醒我：每個生命看似輕鬆地生長，其實背後都有許多不被看到的條件與努力。無論是植物或人，都是如此。

### 2. 每日觀察帶來的新視角

實種後，我持續觀察山茶花的變化。雖然每天看似沒什麼進展，但葉片的色澤、土壤乾濕、枝條的新芽，其實都透露著植物的狀態。透過這些微小的變

化，我開始訓練自己注意細節，也在觀察過程中增強了耐心。

我也發現植物的成長速度其實比想像中慢許多，這種「慢」反而讓我感到踏實，像是提醒我不必急著追求成果，只要今天比昨天更健康、穩定，就已經是好的進展。這種體悟也反映到我的生活態度上，使我減少對於立即成果的焦慮，更能接受穩定前進的節奏。

#### 四、個人反思與觀點：從植物學到的自我對話

##### 1. 從山茶花學會與自己和時間相處

在照顧山茶花的過程中，我逐漸體會到「慢慢來比較快」的道理。每一次澆水、修剪、移盆，其實都不是匆忙能完成的。植物需要時間，我也需要時間。這讓我反思過去自己常常急於完成、急於看到成果，但反而忽略了成長過程中的細節與累積。

山茶花教會我：生命中真正重要的事情，是需要被耐心等待的。

##### 2. 反思自己與自然的關係

過去我與植物的關係大多是「欣賞」或「消費」，但透過這次課程，我重新感受到照顧植物的責任感。植物並非任由我使用的物品，而是一個需要被理解、被尊重的生命。這種觀念讓我對自然環境有更深一層的同理，也意識到人類對自然的依賴與責任。

##### 3. 照顧植物也是照顧自己

最後，我也從栽種過程中意識到，照顧山茶花的同時，我其實也在照顧自己的狀態。當我在為植物調整光照時，我也在提醒自己是否給自己過多壓力；當我看見新芽長出時，我也感受到自己的努力正慢慢累積。植物成為了我的投射，也成為反思自我狀態的媒介。

#### 五、結語：山茶花課程帶來的收穫

這門課不僅讓我掌握了山茶花的栽培知識，更重要的是，它讓我學會以更細膩的方式觀看生命，無論是植物的生命，還是自己的生命。透過實際種植，我理解了耐心、觀察與照顧的重要性；透過反思，我重新建立了與自然、更與自己

之間的連結。

山茶花在冬天綻放，而我在這堂課中也找到了一種屬於自己的「綻放方式」。未來我會持續照顧這株山茶花，也會持續照顧自己，期待在不久的將來，看見植物與自己都能在合適的時機盛開。