

企業家的山居歲月系列十五

山中藝境 風呂美學



圖/觀森里山 提供

聯合聚聚
United City Residents

有行旅
uTravel

「里山倡議」

「里山」一詞源自日文，意思是傳統的農村地景，包含耕地、果園、稻田、池塘和溝渠、村落與農場，而里山地景正是這些環境所組成的農村生態系。

在地景中，有許多不同種類的樹林、草地與濕地，其中有的是瀕危物種，另外也有助於防災、集水區保護及其他重要的生態系統，

「里山倡議」的願景是希望能兼顧生物多樣性維護與資源永續利用之間的平衡。

目前全世界有包括西班牙、德國、法國等 230 個會員國，台灣共有 20 個潛力點，宜蘭更囊括多處。

這次新推出的「企業家山居歲月系列十五～山中藝境風呂美學」旅程將帶著大家前往「宜蘭里山」，探訪實現人類與自然和諧共生、反璞歸真的烏托邦；同時，在走訪過全台各種不同自慢自居內涵的私人莊園 Villa 後，後山蘭城的精品旅宿，將好山好水融入的同時，更將村落美學隨四季更迭，展演出多采多姿的風貌。

獨家設計
exclusive

安排旅人前往隱境莊園，
宛如 long stay 遊學旅程

即使旅人已去過的城市，
也會有不同見學設計

隨山林地景，見學隱居工匠職人、
樂音藝術手作

落實從產地到餐桌
「綠哩程節氣飲食及餐桌風景」

蘭城人物
people



麟手創第五代



農場生態專家



心靈療癒文史職人

A nighttime photograph showing a coastal town with its lights reflecting on the water. In the background, dark mountains rise against the night sky. A road with light trails is visible in the lower left foreground.

馥蘭朵宜蘭里山

里山藝術——以人與土地的和諧關係，
體悟生命價值而返璞歸真

馥蘭朵宜蘭里山佔地約30公頃，是臺灣首見以「里山」為名的自然共生藝術文化園區，企圖用藝術改變人與土地的關係體悟生命價值。此處倚山面海，又有著雪山山脈貫穿，林相豐富，飛瀑流泉無處不在，成為一處富含芬多精與負離子的幽靜山谷，是絕佳的綠色寶庫。晨間藍鵲、樹鵲成群飛行覓食，溪裡毛蟹、過山蝦、溪魚優游水中，暗夜火金姑飛舞林中，是一處身心療癒天然舞台。



圖/馥森里山 提供



藝／五段融合山海藝術生活儀式，驚豔大自然感動禪旅

里山全程 1、2 公里，有五段與山融合生活儀式表演及藝術融合大自然演出，包括「離塵囂、塵虛入、即靜音、棋不語、山海繞」，靜寂療癒，感受極好生態之美的同時，卻又令人驚豔感動的禪旅。

獨特的里山儀式演出，首先以鼓聲洗滌塵世的虛實，進而欣賞溪谷中演繹回首一生來盡處，又利用瀑布聲中玉鉢現寧寂，縈耳環繞，隨即進入自然與靜的空靈感。

中途小憩靜賞「棋不語」，是人與人、與自然內心的對話。行至山頂，眼前龜山島多了一種氣勢磅薄，壓軸主秀是鼓藝山海繞，有如欣賞史詩般於林間與溪澗展示人與土地的深情記事，展演大自然對生命包容的姿態。



d e l i c i o u s



食／里山「知」味，料理極致簡約詮釋「中、西式台魂料理」

為了實踐產地餐桌，主廚歷經25年遍訪台灣食材產地，無論野菜海鮮，均以尊重食材的本質、及依循著四季節氣的自然養生法則，將台灣傳統食材轉換成一道道讓饕客驚喜的料理，2018年更以「透過美食讓世界看見台灣的精彩」獲台灣10大好湯溫泉美食套餐類獎。

里山知味，正是以尊重台灣在地食物原味的料理，透過不斷的探索和嘗試，讓料理與自然共生，實踐對土地最好的守護，廚藝以描繪自然食材的輪廓手法，詮釋出極致簡約的「中·西式台魂料理」我們將依季節擇一品嚐。

圖/馥森里山 提供

山中美術館

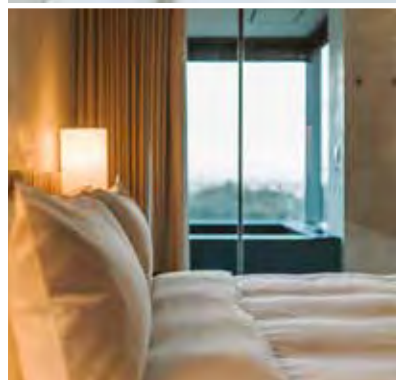
實踐大人「居、食、藝、遊」美學行旅

旅宿命名源自禪學境界，意即縱使面對繁盛消逝，內心依然澄澈安靜才是自在。步入旅宿，會先引領旅人前往藝術廊，藉由步行而下的過程，逐漸看見建築壯闊之美，再經由潺潺水流聲，不知不覺心情也跟著轉換沉澱。此外，為了營造專屬的味道，香氛實驗室調配出融合木質、乳香與菸草的味道，走入穿廊時，伴隨著若有似無療癒味道，彷彿得以讓人甦醒重生，使人回歸到最平靜的心情，靜心體會身邊單純的美好。是一段必要的儀式，也是一場藝術創作及美學行旅。



圖/了了礁溪 提供





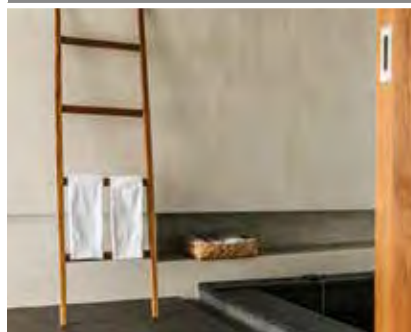
圖/了了礁溪 提供



居／仿若山體有機建築，美學系旅行

Villa 以自然為植、人文為璞為主軸，由《自然洋行》曾志偉建築師團隊設計，建築師幼年居住帛琉，又頻繁往返峇里島，對原始大自然熱愛，也實踐在旅宿設計中；以樹洞為靈感，圓弧竹圍籠罩的主體概念，將建築本身轉化成一個融入山中的有機體，園區花、草、樹種隨著四季更迭各有姿態，伴隨而來蝶飛鳥鳴，讓旅人每趟造訪都能有不同驚喜，宛如一棟有生命力的建築。

房宿從命名即能預見意象巧思。採光極佳的是「森林」，能靜靜欣賞窗外的樹林綠意，療癒感油然而生；獨立洞室，讓人可以悠哉此品茗與閱讀是「大地」；「溪流」則猶如順暢線條，所呈現的是婉約恬靜感。部分房型內的 mini bar 為呼應彎曲牆面，採特殊的球型設計，讓人有種似開彩蛋的驚喜，而選品店更是未來體驗生活品味的計畫之一。



藝／山中美術館藝術之旅，天橋通道儀式穿越時空

尊崇綠色永續理念，旅宿的內外建材以「取之大自然、用之大自然」為原則，多數為環境友善或來自台灣在地工藝。如建築物外觀採用「孟宗竹」作為建材、內牆「樂土」能吸附濕氣，此外，浴池與洗手台使用黑瑪瑙製作、客房內桌則使用特殊氣味的「雨豆木」、手工拉胚製成的「森雨制陶」，更把每個器皿賦予新生命！

毛巾籃是部落工藝師使用原生「月桂葉」編織而成的盆籃，而房卡則是利用超有台味質感檳榔葉製成，以具體行動、友善環境及支持在地產業。

旅宿軟硬體皆融入宜蘭山水人文，導入大量藝術元素，B1 設有藝廊空間「Sunis」，每季會邀藝術家進駐策展，創作主題也是與生態自然有關，我們也將邀請專業導覽員，以山中藝術為我們帶來的自然療癒。

圖/了了礁溪 提供



delicious



圖/了了礁溪 提供



食／阿拉伯洞穴棲息餐桌，品味香料舌尖驚喜

餐廳 Habitat 意思是「棲息地」，為動植物自然生長或生活的地方。餐廳以有機竹材包覆洞穴空間，加上大片的落地窗引入自然光線，半開放的空間讓光就像走入曠野一般，卻又讓在地野味與前衛衝擊融合如此協調。

餐廳主廚曾在沙烏地阿拉伯、杜拜工作過 7 年的時間，香料使用非常大膽創新，除了竭力將宜蘭當地食材入菜，更運用大量的香料結合東西方料理方式，從餐具、杯盤選用，以季節限定菜單化作餐桌上的風景，帶給旅人舌尖上的驚喜。

而餐桌經常是家庭成員分享一整天大小事情的地方，「洞穴空間」同樣扮演著凝聚情感的角色，讓來訪的旅人一起在餐桌上欣賞精彩的味覺演出，人性的用餐時間，便是想把旅人留在旅宿內，悠閒享用大人的美學行旅。

山居歲月

Y e a r s i n Y i l a n

台大昆蟲系教授向森林稱臣 山中稱王 後宮三千是雞鴨鵝禽

有機生態農場民宿主人，曾是台大昆蟲系教授，帶著學生作田野調查時，發現這一塊滿是蜻蜓的福地，遂有了壯年退休後，夫妻一起勾勒山居歲月的計畫。

最初，身段柔軟的以農夫為第2志業，未料身為昆蟲專家，一樣只能分食到滿是蟲咬後的剩食，遂感受到尊重大自然法則的重要性，於是，轉念順天反而受益更多，於是以有機農產的認證為最高目標後，梯田化身山居廚房、放山雞是環保小尖兵、導覽活動還會帶客人去餵雞，到產蛋室撿拾雞蛋。段木香菇為冬季加菜，四季都能嘗到旬味，筷子到鋤頭的距離最近只有10公尺。

經過12年向森林稱臣，如今山居在海拔250公尺的頭城山上，雪山山脈的前端，正對太平山和蘭陽平原，有一棟冬暖夏涼會呼吸的清水模建築，1500坪的平衡生態環境，復育蝴蝶、螢火蟲及蜻蜓隨季節漫天飛舞，開窗即可看到天上的星星和海上漁火互相輝映的壯闊夜景，宛如東坡先生隱逸田園的復刻山居歲月，更感受到：退一步原來是向前的無限延伸。



圖/蜻蜓石 提供

廊後漁村遺世村落藝術祭 文史老師依季節東港散策走讀

壯圍小鎮出海口的老榕樹因茂盛樹枝交織成濃蔭蔽日的自然奇景而得名，最特別的「漁網吊床」是老漁民以漁網編織而成，來到公園一定要試試在吊床上放空的快活，才不虛此行。

如在冬天時，前來東港海邊巧遇鰻魚苗捕捉月，宜蘭壯圍鄉東港海邊，便會見漁民在沙灘上搭起一座座帳篷形成聚落，色彩繽紛的露營蒙古包滿佈，爲了就是等待入夜時，入海掏魚金，星光點點形成季節性海岸奇景。

另，位於宜蘭靠海的廊後，正是失落的宜蘭秘境小漁村，這邊有個供奉漁師大神，主要把「大陳人」帶來漁師神供奉在漁師廟做為主要信仰，對大陳居民來說這樣的漁師廟正是他們心目中的海神，大陳人以牽罟為古老的傳統沙灘捕魚方式，過著一代又一代，有別於宜蘭其他地區，濃厚的漁村味道及純樸老屋風情，懷舊風味十足。

最近這幾年壯圍的觀光越來越受到注目，有壯圍「瓜瓜節」、「加留沙埔音樂節」及「藝術祭」，新舊的文化不斷激蕩尤能見穿越時空的交融，我們將則依季節性擇一處遺世村落由文史老師帶領走讀蘭城即將失落的一頁。



蘭城四季旬味

d e l i c a c y



圖/麟手創 提供



人生靈感故事佳餚 濃縮人生百態的滋味

「麟手創台菜創意」是以人生道理作為靈感來源，將每道菜背後所蘊含的故事，濃縮成人生百態的滋味呈現在菜餚之中；外冷內熱的糕渣象徵著宜蘭人性格、白米熬煮成米水狀的『糜』是大地母親奶水，或以禪、昇華、雷鳴、破甬、甦醒等...，傳達生活節氣、心靈故事，又結合花藝與瓷器盤飾，讓五感滋味油然而生。迎賓一樓以沉穩大理石地磚融合深色木質基調，櫥櫃內的器皿藝術作品，則來自家族陶藝家陳兆博的創作。二樓充滿古樸禪意，結合山水元素，並以漣漪來貫穿設計理念。餐廳連潔手小毛巾都可化成一塊白哲豆腐，而豆腐板更是寫實手感的陶板，讓人都不忍擦拭怕壞了美感。



圖/麟手創 提供

家有過敏兒風險 巧婦當農婦 種菜曬瓜釀醬醃醬成餚饌

宜蘭是企業家、文人雅士山居歲月的首選，也是無菜單、料理工作室的搖籃，無論是山邊海角，都有人願意候補多月才能一嘗產地餐桌的四季旬味。隱身五結的廚娘，起因為兩個小孩都過敏，常冒著外食踩雷的風險，遂自己當起農婦，種菜、曬瓜、釀醬油、醃醬，磨花生壓豆腐，於是，一間低調日式外觀，隱藏在民宅區料理工作室就悄悄連結起有心人，女主內創作烹調，男主外出門尋材，逐而開始真正手作料理的田居歲月。廚娘自製花生豆腐、自釀醬油；男主人每日清晨上漁市搶標鮮食，搭配現磨蘿蔔泥醬、或是宜蘭名產金棗醬，也是後山獨有的滋味。壓軸煲湯則是以新鮮蔬果為底，再加入大骨，經 18 小時燉煮當一道功夫煲湯，也是熟客期待的美好收尾味蕾料理。



餐食會配合旅宿的營運日擇一選用。

頭城礁溪走讀

斜槓壯年設計師迷走蘭城 山居歲月終尋獲山海文化鎮
循跡墾荒路樂找生命意義 化身能量心靈療癒文史職人

曾是室內設計公司負責人，37 歲到宜蘭開民宿、半退休式的選接小案，擔任社區導覽員，偶然閱讀到馬偕醫生百年前行走蘭城與台灣足跡，深受感動，於是，開始尋走馬偕行腳，藉此省思自己的生命價值，再將深度見聞帶著旅人走讀小鎮，也讓設計師變得比在地人更在地，甘願繼續迷走蘭城。

曾經有位旅人回饋：「走在寧靜小鎮，聽著不同視角的文史，有穿越時空的夢幻，也有補上一頁民初史的踏實。」說是文史導覽，旅人卻有被療癒的感覺，設計師說，這真是一個美麗的意外收穫。

因為有了被需要，設計師希望未來可以結合導覽解說、小旅行、等不同項目，服務在地與旅人，也能做更多身心靈療癒相關的活動。

一開始因為喜歡山跟溫泉而移居礁溪，後來喜歡海而搬到壯圍，最後，找到宜蘭一個有山有海，又有文化、老街氛圍及人情味的頭城，如今想像的第二人生碰撞了許多可能的貢獻，正如美國詩人羅伯特·佛洛斯特在選擇的詩裡所說：「森林裡分出了兩條小徑，而我，選擇了人煙罕至的那條，這讓我的人生從此不同。」



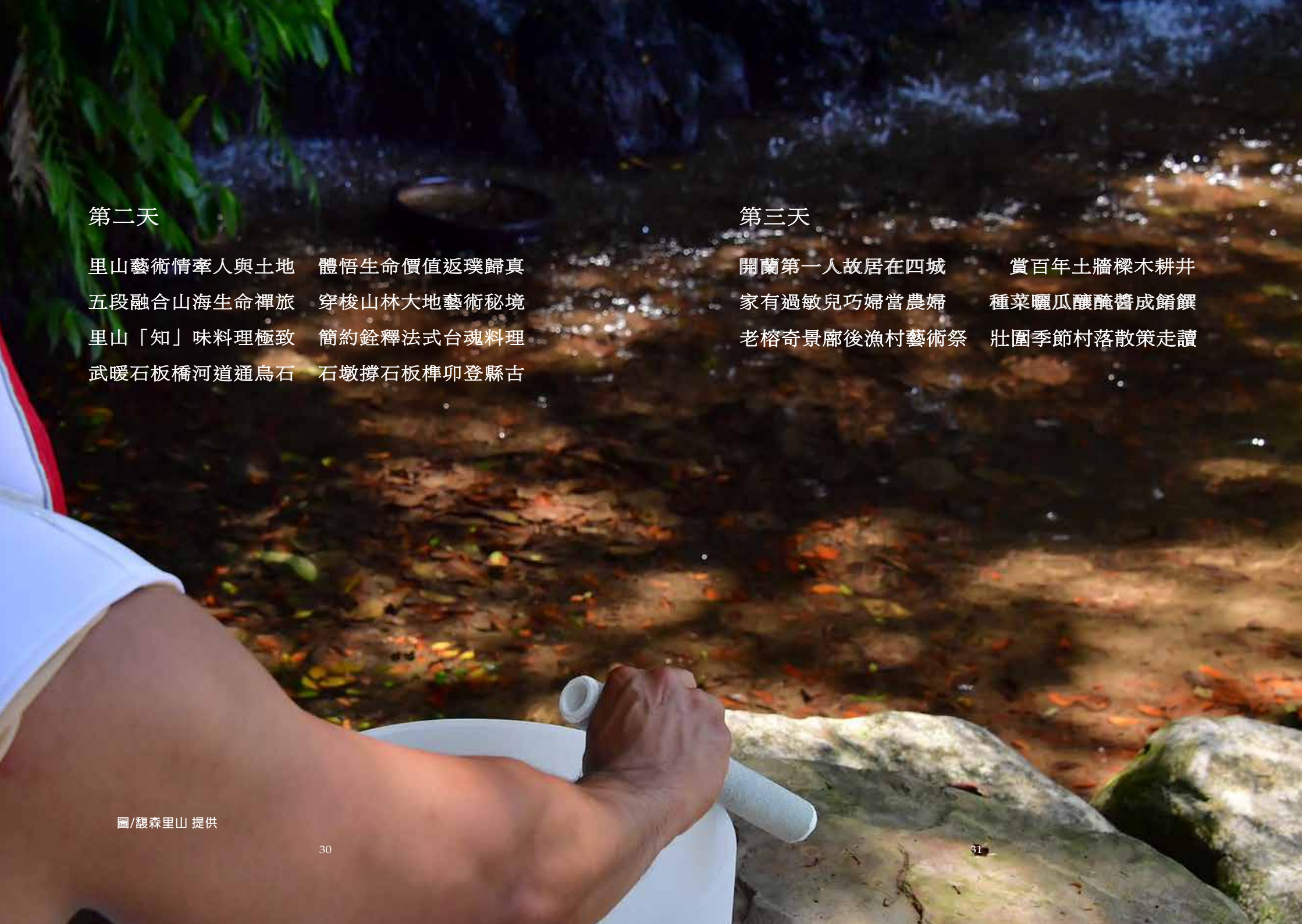
圖/陳順福 提供

每日行程
s c h e d u l e

第一天

台大教授向森林稱臣 愚公移山納海川山稱王
嬌妻學畫建圖開怪手 後宮三千是蟲雞鴨鵝禽
斜槓設計師迷走蘭城 化身心靈療癒文史職人
若山有機建築洞穴居 實踐大人居食藝遊美學
阿拉伯洞穴棲息餐桌 品味杜拜香料舌尖驚喜

圖/了了礁溪 提供

A photograph of a person's arm and hand holding a white ceramic bowl. The background shows a stream with water flowing over rocks, surrounded by lush green foliage and trees. The scene is captured in a soft, natural light, suggesting a peaceful outdoor setting.

第二天

里山藝術情牽人與土地 體悟生命價值返璞歸真
五段融合山海生命禪旅 穿梭山林大地藝術秘境
里山「知」味料理極致 簡約詮釋法式台魂料理
武暖石板橋河道通烏石 石墩撐石板樺卯登縣古

圖/馥森里山 提供

第三天

開蘭第一人故居在四城 賞百年土牆樑木耕井
家有過敏兒巧婦當農婦 種菜曬瓜釀醃醬成銷饌
老榕奇景廊後漁村藝術祭 壯圍季節村落散策走讀

報 名 資 訊

●**團費：**38,800 元，16人以上成行。

●**繳款帳號**

銀行：台灣銀行松山分行

(銀行代碼 004/ 分行代碼 0646)

帳號：064-001-056-509

戶名：有行旅旅行社股份有限公司

●**費用包含：**專家導覽、職人對談、全程食宿、交通、保險、小費等。

●**費用不含：**因不可抗力因素而衍生之費用。

※ 為保留貴賓的名額之權益，請於報名完成後三天內繳交全額團費。

※ 為確保疫情期間所有出團旅客的健康安全，我們會要求旅客繳交疫苗接種小黃卡證明及健康聲明書，若無法提交，請於報名前告知旅程服務專員，主辦單位保有拒絕報名的權利。

●**報名請洽**

聯合報行旅事業部

地址：22161 新北市汐止區大同路一段 369 號 2 樓

(近台鐵汐科站)

專線：(02)8643-3926、(02)8643-3905、

(02)8643-3581、(02)8643-3543、(02)8643-3517

傳真：(02)8643-3545