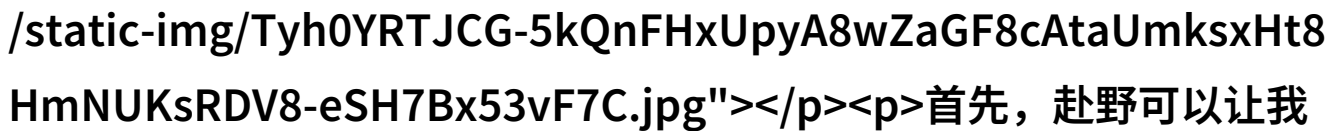


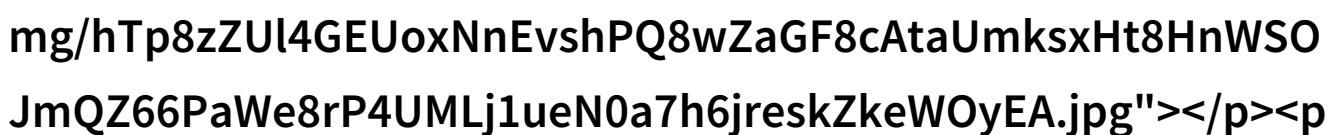
探寻自然之美赴野的愉悦体验

在这快节奏的现代生活中，我们常常被城市喧嚣和灯火通明所包围，忘记了与大自然亲近的重要性。赴野不仅是一种旅行，更是一种心灵上的释放，是我们对大自然深情怀念的一种方式。



首先，赴野可以让我们远离污染和压力。长时间处于室内环境下，我们的大脑和身体都需要一些清新空气来调节。在森林里呼吸新鲜空气，不仅能净化肺部，还能减少身心疲惫感，让人感到轻松愉悦。

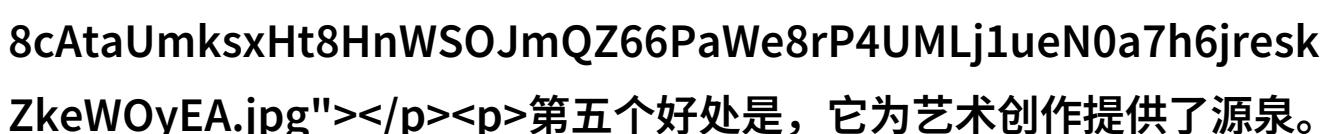
其次，赴野是观察生物多样性的绝佳机会。大自然中的每一棵树，每一朵花，都有其独特的生命力和生存策略。通过观察这些生物，我们不仅能够学习到科学知识，也能培养出敬畏生命、尊重自然的态度。



再者，赴野还可以锻炼我们的身体。在山地徒步或骑行时，我们需要平衡、协调以及耐力的提升，这些都是日常生活中难以得到锻炼到的能力。而且，与伙伴们一起进行户外活动，可以增进团队合作精神，同时也能促进彼此间的情感交流。

第四点，赴野提供了一种放松身心的手段。当你站在高山上，看着遥远的风景，或是在河边静静地坐着看着水流，你会发现自己陷入一种超脱世俗烦恼的心境。这时候，大脑中的负面思维会逐渐消散，而正面的积极情绪则开始占据主导地位。

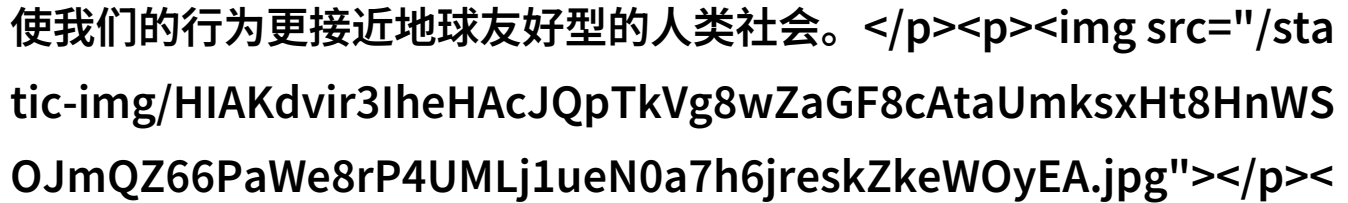




第五个好处是，它为艺术创作提供了源泉。无数画家、诗人和音乐家都曾受到了大自然之美所启发，他们通过作品表达出了对大自然深沉的情感。而对于普通游客来说，只要带上相机或笔本，即使是最简单的一张照片或者几行文字，也足以记录下那份不可复制的情感经历。

最后，由于现在人们越来越关注环保问题，

因此参与“绿色旅游”也是一个重要方面。在选择目的地时，要考虑到资源保护，并在旅行过程中尽量减少废物产生，从而支持可持续发展，使我们的行为更接近地球友好型的人类社会。



[下载本文pdf文件](/pdf/991865-探寻自然之美赴野的愉悦体验.pdf)