

亲近自然
入门宝典
2013 年台湾
金鼎奖
最佳图书类优秀作品

自然观察

黄一峰 著

达人养成术

THE PRACTICAL
KNOW-HOW OF BECOMING
AN OBSERVER IN THE WILD



非虚构



联合出版公司
United Publishing Co., Ltd.

自然观察

THE PRACTICAL KNOW-HOW 达人养成术
OF BECOMING AN OBSERVER IN THE WILD

黄一峰◎著



图书在版编目(CIP)数据

自然观察达人养成术 / 黄一峰著. — 北京: 北京
联合出版公司, 2017.8

(自然野趣系列)

ISBN 978-7-5596-0610-5

I. ①自… II. ①黄… III. ①自然科学—普及读物
IV. ①N49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第157133号

本书由台湾远见天下文化出版股份有限公司授权出版,
限中国大陆地区发行。

自然观察达人养成术

著 者: 黄一峰
总 策 划: 陈沂欢
策划编辑: 乔 琦 程 曦
责任编辑: 牛炜征 程 曦
营销编辑: 李 苗
装帧设计: 黄一峰 王喜华
制 版: 北京美光设计制版有限公司

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)
北京联合天畅发行公司发行
北京利丰雅高长城印刷有限公司印刷 新华书店经销
字数: 65千字 880毫米×1230毫米 1/32 印张: 7
2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷
ISBN 978-7-5596-0610-5
定价: 68.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-68210805 / 64243832

自然

THE PRACTICAL KNOW-HOW
OF BECOMING AN

OBSERVER IN THE WILD

观察

达人养成术

contents

系列推荐序 / 我很高兴能再次为他写序 005

推荐序 / 一峰风格 007

作者的话 / 一本写给自然观察初学者的书 008

CHAPTER

1

五感先修班 014

Lesson 1 视觉体验课 016

Lesson 2 味觉体验课 026

Lesson 3 触觉体验课 032

Lesson 4 嗅觉体验课 040

Lesson 5 听觉体验课 048

CHAPTER

2

自然观察选修课 054

Class 1 白天的自然观察 056

Class 2 夜晚的自然观察 064

Class 3 居家周遭的自然观察 074



CHAPTER 3

达人特训班 082

- Workshop 1 观鸟专修班 084
陆鸟 / 水鸟 / 猛禽
- Workshop 2 哺乳动物专修班 132
- Workshop 3 观蛙专修班 151
- Workshop 4 观虫专修班 170
甲虫 / 蝴蝶
- Workshop 5 植物专修班 202
树木 / 野花

致谢 220

参考书目 221

自然观察

THE PRACTICAL KNOW-HOW 达人养成术
OF BECOMING AN OBSERVER IN THE WILD

黄一峰◎著

图书在版编目(CIP)数据

自然观察达人养成术 / 黄一峰著. — 北京: 北京
联合出版公司, 2017.8

(自然野趣系列)

ISBN 978-7-5596-0610-5

I. ①自… II. ①黄… III. ①自然科学—普及读物
IV. ①N49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第157133号

本书由台湾远见天下文化出版股份有限公司授权出版,
限中国大陆地区发行。

自然观察达人养成术

著 者: 黄一峰
总 策 划: 陈沂欢
策划编辑: 乔 琦 程 曦
责任编辑: 牛炜征 程 曦
营销编辑: 李 苗
装帧设计: 黄一峰 王喜华
制 版: 北京美光设计制版有限公司

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)
北京联合天畅发行公司发行
北京利丰雅高长城印刷有限公司印刷 新华书店经销
字数: 65千字 880毫米×1230毫米 1/32 印张: 7
2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷
ISBN 978-7-5596-0610-5
定价: 68.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究
如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-68210805 / 64243832

自然

THE PRACTICAL KNOW-HOW
OF BECOMING AN
OBSERVER IN THE WILD

观察

达人养成术

contents

系列推荐序 / 我很高兴能再次为他写序 005

推荐序 / 一峰风格 007

作者的话 / 一本写给自然观察初学者的书 008

CHAPTER
1

五感先修班 014

Lesson 1 视觉体验课 016

Lesson 2 味觉体验课 026

Lesson 3 触觉体验课 032

Lesson 4 嗅觉体验课 040

Lesson 5 听觉体验课 048

CHAPTER
2

自然观察选修课 054

Class 1 白天的自然观察 056

Class 2 夜晚的自然观察 064

Class 3 居家周遭的自然观察 074



CHAPTER 3

达人特训班 082

- Workshop 1 观鸟专修班 084
陆鸟 / 水鸟 / 猛禽
- Workshop 2 哺乳动物专修班 132
- Workshop 3 观蛙专修班 151
- Workshop 4 观虫专修班 170
甲虫 / 蝴蝶
- Workshop 5 植物专修班 202
树木 / 野花

致谢 220

参考书目 221

我很高兴能再次为他写序

一峰的书再版了，这是一件十分令人高兴的事。《自然野趣 D.I.Y.》第一次在大陆出版的时候，我就为他这本书写序，现在“自然野趣”系列再版，我很高兴能再次为他写序。

我很有幸能够在真正的自然中长大。我的童年离自然很近，森林、溪流、群鸟和繁星都使我的童年生活充满了“自然野趣”。但很遗憾，现在的孩子们并没有这样的幸运。

在过去的几十年中，全球的自然环境发生了极大的变化，森林被砍伐，湿地遭到破坏，野生动物的生存受到严重的威胁。同时，急速的城市化发展使得城镇周边的林地、水域急剧减少，农田几乎荡然无存。在“钢筋混凝土森林”中成长起来的孩子，对自然的认识几乎为“零”。即使是在乡村，孩子们对自然的兴趣也在逐渐降低。手机、电脑以及电子游戏越来越多地占据了孩子们的生活，使孩子与自然越来越远。传统的中国文化历来追求人与自然和谐共生，但在过去的几十年中，这种联结出现了断层。此刻，唤醒民众对自然的感情、重新建立中国人的“自然观”显得尤为重要。

可喜的是，近年来这种情况开始发生了一些变化。尤其是在一些大城市，很多的家长们逐渐意识到自然对孩子成长的重要性，开始有意识地引导孩子去接触自然、了解自然，自然观察、自然教育机构也在蓬勃发展。但如何在自然环境已经遭到了一定程度破坏的情况下，让大众去更好地认识自然呢？一峰“自然野趣”系列图书就是很好的工具。在书中，他告诉我们，即便是在城市的“钢筋混凝土森林”，在我们的身边依旧还有着不少令人欣喜的美好自然：一块石头，一片枯叶，都可以成为自然观察的重要部分，甚至还可以成为自然创作的源泉。同时，他满怀对自然的热爱，以轻松而又有趣的方式将自然故事分享给大众，而不是让

人望而却步的严肃死板的“背书考试”。这让我们能够从身边不起眼而细微的自然中开始认识自然之美，在不知不觉中建立起与自然的连接，对自然产生感情。每一个连接的建立，都在修复曾经的断层。这正是重塑中国人“自然观”的过程，也是自然保护的希望和未来。

希望大家能喜欢一峰的“自然野趣”系列图书，并由此得到启发，去认识我们所身处的这个世界，进而了解自然的美丽与脆弱，唤起我们每一个人的爱和行动。

美志农



著名野生动物摄影师
“野性中国”创始人

一峰风格

2012年，一峰“闭关”了好长一段时间，说是在家写书，要把这些年带队做自然观察的经验写出来。我就想：哇哦！一峰终于开始做自己的作品了（以前他总是做别人的书），他能做成什么样子呢？拭目以待。结果，2012年10月，《自然观察达人养成术》诞生。

第一次拿到它时，我仔细地翻看了一遍，不禁慨叹一峰的用心和功力，同时也领会了他的开心和执着。这完全是一峰的风格啊！他将自助餐店的夹子比作黑脸琵鹭的喙，将筷子比作大杓鹬的喙，精准，形象。讲鸟、兽、蛙、虫的观察，通通从它们的衣、食、住、行入手。他还让你观察家里米桶里的米虫，以及餐桌上的自然……这就是一峰风格。他最擅长把各种日常生活中大家熟悉的事物，融入自然观察的体验之中；讲实话，但从不刻板，总是诙谐有趣，就如同他本人。

这本书还体现了一峰另一个独特的风格，我偷偷透露给大家，那就是他写这本书的方式。他可不是先写文稿、再找图片、然后排版；他是反过来的，先排版！缺照片找图片，不行马上补拍；缺插图，马上画；排版留个空白，然后写文字。疯了把！熟悉做书的人一定会这样讲，因为这会被美编写死。但是别忘了，这是美编自己的书！我在想，一峰做这个的过程，一定很享受，对于一峰，这不就是孙猴子到了花果山吗？其实最终受益的是读者们，因为这样一来，只要你打开这本书，每一个页面，都是一峰十多年自然观察经验的总结和分享，同时又是美术设计的精品，难怪这本书能在强手如林的台湾图书界获得“金鼎奖”。

珍·古道尔说：“唯有了解，我们才关心；唯有关心，我们才会采取行动；唯有行动，生命才会有希望。”现代的都市人，尤其是孩子们离自然越来越远，这是巨大的生命遗憾，但已经有很多人开始行动起来，改变这种现状。我真希望能有更多朋友读到这本书，因为这本书的趣味远远超过自然课本。它能让那些还保有博物学火种的人继续燃烧，也许还能让博物学火种即将或已经熄灭的人重新燃烧。

徐健

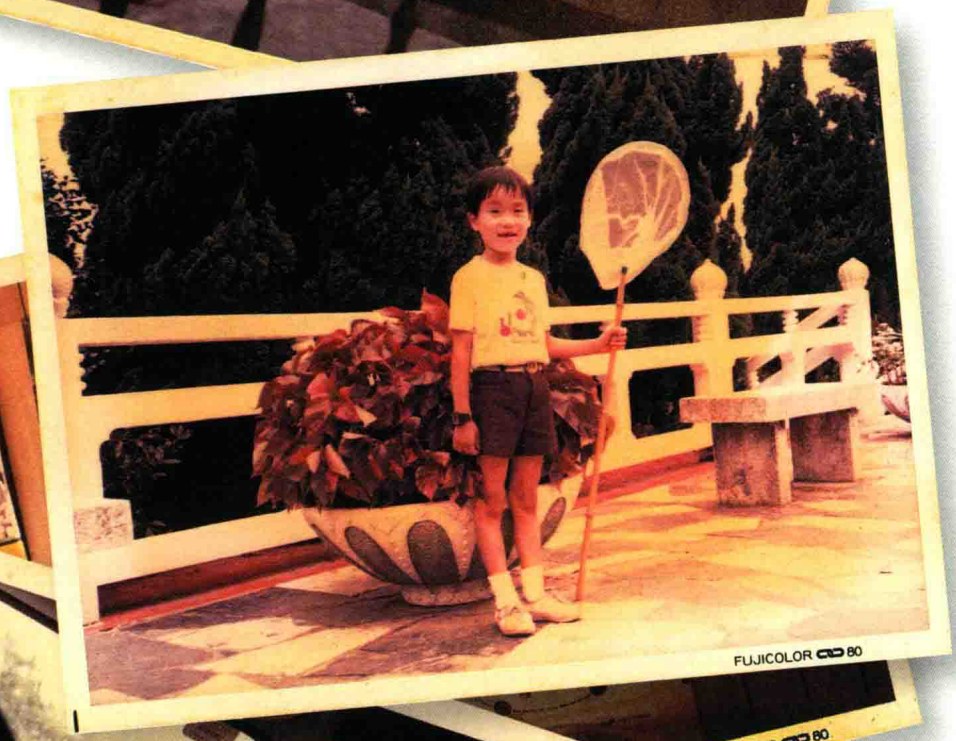
资深野生动物摄影师

一本写给自然观察初学者的书

每次带活动或演讲时，都会有人以为我念书时是学生物相关科系的，每当我说我念的专业是“美术设计”，大家都会发出一声惊叹。其实不是我可以认出很多生物，而是我能讲很多有趣的生物故事。我只在初中上过生物课，都是浑水摸鱼过关，对于自然的喜好全都是兴趣使然，讲的生物故事也都是自己观察来的。

还记得妈妈常跟我说的一个我小时候发生的事。小学的时候，我和妹妹睡上下铺，我睡在上铺。有一个晚上，我躺在床上，死命地向天花板伸长手脚，妈妈见状连忙问我：“你在做什么？”我回答：“我看蚊子都会倒立站在天花板上，我也想试试。”“那你试试看。”妈妈接着说。我用尽所有方法，完全没办法像蚊子一样吸附在天花板上，妈妈就告诉我：“下次你再看到蚊子，仔细观察看看它是怎样吸在上面的。”我就这样接连观察了蚊子好一阵子。现在回想起这事，还是觉得非常有趣。当时妈妈不曾阻止我这别人看似白痴的举动，再加上对生物的知识不足，无法告诉我答案，只能陪我做观察，虽然没有解开我的疑惑，但也开启了我对自然观察的开端！有时想想，如果那时候妈妈很博学地直接告诉我答案，或是要我赶快睡觉不要浪费时间，或许我现在对自然生物就没有那么大兴趣了。





妈妈的引导开启了我走向自然的一扇门。小时候的我曾翻遍爷爷家后巷所有邻居的水表箱，只是为了看一看住在箱子里的蟾蜍；也曾经在铅笔盒里饲养菜粉蝶的幼虫，把隔壁女同学吓得花容失色，但我不是调皮想吓人，叛逆的我只是不想跟同学一样，在自然课饲养从福利社买来的白胖蚕宝宝。这些我从小做自然观察的过程，虽然早已淹没在泛黄的岁月中，写这本书时却一一重新浮现脑海，记忆犹新。

唯一上过的生物课，是在初中的课堂里。原本我满心期待，却被“细胞核”“细胞壁”等诸如此类的考试资料完全打败！虽然如此，我对有趣的大自然还是保持着浓厚的兴趣。一直到退休之后，我加入荒野保护协会，在生态摄影家徐仁修老师的引导下，才真正对自然有所认识。很多人以为徐老师教我的是生态摄影，其实，他真正教我的是“自然观察”，他的自然观察是在体验中学习，而不是背书和死记。在荒野里的自然学习，弥补了一些遗憾。也许我无法成为一个自然科学家，却能愉悦地朝着当一个自然观察家的方向迈进！

在我学习自然观察的过程中，我深切感受到自然观察是一种习惯，而不是一件要特地去完成的事。但每当我亲身带领大家做自然观察时，才发现要养成自然观察的习惯，好难！因为每个人看到一种特别的生物时，第一个问题多半是“这是什么？”大家都希望知道它的名字，但几乎没有人仔细地观察和欣赏它的模样。

我曾经做过一个实验，在带自然解说活动时，不断回答大家询问的生物名称，等到活动结束前，我询问所有学员刚刚见到哪些物种，大家左思右想，想出来的物种名称往往不到三分之一，而且还有一半是常见的物种。所以奉劝想做自然观察的朋友，多多观察自然生物的美好，例如外观、色彩、行为等都是值得深入欣赏的特点，“名字”反而应该是最后的信息。



自然观察不是学生时代的背书考试，所以暂时先抛弃名称的迷思吧！不要做一个只是懂得背诵生物名称的“百科全书”，那是多么可惜的事！我们可以透过自然观察，看见生物的美和大自然的生命智慧，就跟认识朋友一样，为了应酬而强记的人名，一会儿就忘光光了，但是如果我们对他们有所了解，名字自然就能联结，也能够记住了。而且观察能让你看见生物许多不为人知的行为，这些也是在与人分享时最有趣的部分，而唯有仔细地观察，才能说出生动的自然故事！

这本书里有很多是我自己的自然观察经验谈，力求以最轻松、有趣的方式来告诉大家各种生物的自然观察，不过碍于篇幅所限，无法将许多物种囊括在内，只能先以一般人最常观察的鸟类、昆虫、蛙类、哺乳动物和植物等五大项目来与大家分享。这本书是写给初学者的，我将许多生物书里生硬的知识，以自身的经验，化作有趣的文字，甚至采取拟人化的描述方式，希望让读者马上就能懂，也马上能派上用场。虽然可能会被一些生物专家们贬为不专业，不过无所谓，“自然观察”不就是要我们自在地观察大自然里的美好事物吗？

《自然观察达人养成术》只是一块敲门砖，用简单易懂的方式让你敲开自然之门，不要被深奥的自然科学打败而望之却步。大自然是一本深奥的书，当你真正深入其中，才会发现自己对大自然的了解完全不够，此时你就会迈向更专业的自然学习之路了！

准备好了吗？

让我们一起开心地追寻与观察大自然的奥妙吧！