

親親大自然的好處

在現今這個發達的世界，大部分人們都活在壓抑的世界裏，壓力巨大，越來越少人有時間去接近大自然。但其實親近大自然的好處數之不盡，就讓我來說明親近大自然的好處吧。

首先，親近大自然可以強身健體。眾所周知，在現代世界裏，人們的日常無非就是上學、上班，早出晚歸，累死累活，而登山可以促進血液循環，增強肺活量。而且途中山清水秀的風景可以讓我們疲倦的身體得到一絲放鬆。可見，親近大自然可以讓我們變得健康。

其次，親近大自然除了強身健體，還可以擴寬我們的視野。比如我們在書上了解植物和動物，不如到實地去欣賞，這樣不僅印象會很深刻，還有可能遇到從沒見過的生物或植物。而且一邊遊玩，一邊增長知識，這不是一舉兩得嗎？因此，親親大自然可以令人增廣見聞。

最後，親近大自然不僅能強身健體和拓寬視野，還能拉近人與人之間的距離。因為在野外遊玩時，我們難免會遇上不適或困難，而這時人們會互相幫助。在外遊玩時，人們肯定會有話題，可以聊天，而人們談天說地時已經在不知不覺中增進了感情，可見，親近大自然真是兩全其美啊！

總的來說，親近大自然既能強身健體，又能拓寬視野，更可以拉近人與人之間的距離。出外遊玩好處多到數不勝數，而樂而不為呢？讓我們在忙碌的生活中抽出空閒時間，到大自然放鬆放鬆吧！