

心情札記

退休校長／葉耀讚

老後人生

老後的同溫層，傳來的影片，啟示語，重覆的盡是覺悟、感嘆與智慧的生活語錄。

再三的讀過、意會之後，覺得其實這些全都是每個人自己的生活經歷，經驗的結晶，都很值得咀嚼，很能激起共鳴，也很能讓人感同身受。

回想我們年輕時，那時的夢想很多，很多人也都想盡力實現，也實現了不少，只是畢竟人力有限，大多壯志未酬身先死。而且每個人也都在發現自己體力，活力消弱，健康走下坡之後，才再度認真型塑自己的老後人生觀。

我自以為曾經盡心盡力活過有用人生，對我的無用老後人生也經過沉澱思考。也將自己的老後人生定位為：繼續健康的，且很珍惜的，很認真的玩完我的老後人生。堅持抱著能動會動就繼續的動下去，直到躺下不動那一天，實現我的不完美卻很完整的人生。

那瑪夏區達卡努瓦里小旅行

午後十二時三十分屏東市出發，經里港美濃甲仙錫安山一路沿二十九號臨時便道，直達那瑪夏區達卡努瓦里來回近二百公里，回到屏東已近傍晚八時。從甲仙進入原小林村山谷，兩邊山形壯闊近似中部橫貫公路，便道雖彎曲時而單行道時而雙線道路況還算不錯，近十個便橋和近似中部橫貫公路的景色是這條便道的特色。

整個那瑪夏區我的感覺是一個現代的世外桃源。生活環境簡單，寧靜健康。現在正是曼陀羅、九重葛、茶香樹花盛開、水蜜桃、黃紅肉梨盛產時候。因為正是防疫期間，我們停留的地方不多，也不外食，只在一處小咖啡店買了杯咖啡外帶，小心翼翼地走一趟小旅行。

空掉自己，虛無一下

人生不留白，青春不留白，要活得喜悅，要活出精彩。但疫情緊繃，在每天關心全球，台灣確診死亡數字的無趣、苦悶、憂懼氣氛之下，能放輕鬆，腦筋空白，虛無一陣不容易。

讓我們的腦筋空白一下，緩和一下，拋開心中的焦慮、焦躁，回到之前平靜的生活吧！





也是疫時的好去處

防疫期間往山上海邊公園景點尋尋覓覓要的，其實都是想找到一處很有綠意，很空曠，很能忘掉疫情苦悶的地方。藉著換地方，換感覺，換心情達到忘掉疫情的苦悶。

經過幾天來的尋覓，我倒發覺自己每天來報到，來投懷送抱的，自己的桃花心木林就是一個最適合的地方。

這個地方，有自己最方便的設施，最不必在意別人的孤獨安靜，如果能加上自己的靜定好功夫那實在太棒了。健康的退休老人此時此刻有這樣的地方可以獨處，避開延燒的疫情，又不必刻意與人保持適當的社交距離真的太棒了，怎能人在福中不知福呢？

種田老農的樂趣

小時候就跟著父母親去種田，他們趁我睡在綁在兩棵樹之間的布搖籃時趕工完成工作進度，太陽移動後我們有時會差點被曬乾，有時睡在樹下小草蓆，等他們工作完來抱回家時，還發現多了一條響尾蛇。所以在我的環境基因中就讓我從小就帶有了農人性格的。

也因為跟著父母親種田，才體會到在大太陽下種田的辛苦，才學會使用大小農具。但因為種田很苦，收入不穩定所以才有改行的念頭，想認真讀書從讀書當中找翻身的機會。因此不種田去幹了四十幾年公家工作。退休下來，很自然就回到鄉下，接父母親留下的田地，也很自然的以基因中的農人性格玩起農事。

只因為退休後玩農事是玩票性質，繼續管理那種了二十幾年的樹。並在樹林半日照的地方弄塊地種菜玩玩。我以自然農法種菜，人工拔草，施放有機肥，不灑農藥的以人工抓蟲，試種下來，其實是蟲肥草長人瘦了，往往很難有菜吃。

這回我又再種一小塊地，種好之後，不巧遇上梅雨期下致災性豪雨，幾乎全軍覆沒。唯一留下的最耐雨水的芋頭和地瓜葉、皇宮菜，幾棵歪歪斜斜的玉米，其他的葉菜類既怕雨又躲不過蝸牛吃全不見了。我想，像這樣的自然農法種菜還能玩幾次？

