

閩東味的一年

甘

文與圖：可牧

有些滋味，不在舌尖停留，而是在歲月裡慢慢回甘。

每到歲末，我總會想起那一籃沉甸甸的拜年柑。馬祖的冬陽不烈，卻把柑橘照得金黃透亮。母親說，柑與「甘」同音，「吉」意，擺上一盤，便是把來年的甘甜與吉祥先請進門。

除夕午後，我跟著母親擦拭神桌。她將一顆顆虎頭柑挑得圓潤無瑕，貼上紅紙，安放在燭臺旁。那柑果碩大，色澤沉穩，像一盞盞靜默的燈。母親點香禱念，我在一旁遞香。她常說：「拜年柑，年年甘。」語氣篤定，彷彿只要誠心，來歲便能少些風雨。

虎頭柑味酸皮厚，多半只供不食。元宵過後，母親才將它取下。有的果皮微皺，仍捨不得丟。她在果皮挖孔，掏出果肉與茶葉拌勻，再塞回壓實，用棉繩綁成南瓜模樣，懸在簷下風乾。日子一久，外皮轉深，敲來鏗然有聲，那便成了酸柑茶。原本酸澀的滋味，竟在歲月裡轉為溫潤。

我第一次偷喝酸柑茶，是在寒流來襲的夜晚。母親泡開一壺，熱氣氤氳，入口微甘回甜，喉間暖意緩緩散開。我忽然明白，所謂「甘」，並非全然甜美，而是歷經時間沉澱後的柔和。

童年過年，堂兄弟姊妹齊聚一堂，院裡曬滿笑聲。桌上總有一籃柑與柑餅，我們剝開橘皮，香氣四溢，果肉多汁。大人說：「一瓣是一萬，吃得愈多，愈有財氣。」孩子們信以為真，吃得滿手橘香。

那時不懂離別。直到離鄉求學，除夕夜宿舍寂靜，我從市場買回幾顆柑餅，擺在書桌上。剝開時，香氣忽然牽動心緒。想起母親在燈下整理年柑的身影，想起父親點香時的背影。原來，一顆小小柑果，竟繫著千里鄉愁。

前年返鄉，鄰居阿伯送來一籃自家栽種的茂谷柑，果皮金亮，握在掌心溫潤紮實。我帶回臺灣分送朋友，席間泡茶剝柑，大家笑著道謝。那一刻，我想起那句詩：「人間至味是清歡。」簡單一顆柑餅，竟讓久未相聚的情誼悄然升溫。

歲月推移，父母雙鬢漸白。我回家過年的次數不若從前，卻愈發珍惜圍桌而坐的時光。母親仍舊擺上拜年柑，仍舊念那句老話。我看著那一抹橙黃，忽然懂得，這不只是祈福的形式，而是一代人對生活的盼望。

柑果從青澀到成熟，需要陽光與風霜；人生亦然。夜深時，我在窗邊剝開一顆柑，香氣瀰漫，小小一瓣入口，酸中帶甜。我知道，那不只是果肉的滋味，而是故鄉在歲月深處為我留存的一顆年柑，願年年有甘。也願我們在人生的寒暖更迭裡，都能守住那一抹回甘的光。



少點負面能量，多點正向思考

文：羽毛

近來網路上提到一個生活玄學，從相關人話「且多點「正向思考」，才能邁向人生成功道路。

不可諱言的是，語言是有能量的，負面話語諸如「我好慘」、「我不行」、「我好倒楣啊」、「我運氣也太差了」之類的話，雖然只是無意間脫口而出，但平常一個人說出來的話，就代表一個人的能量場，遇事若皆往負面量靠攏，久而久之可能會形成一股負向信念，時日一長不啻直接影響個人流年運勢。

去年有幸榮陞主管職，開始學習領導統御，但過程中發現人際關係錯綜複雜，尤其凝聚士氣與工作分配是件困難事，舉辦公室內案例可知，譬如他單位來公文需推派人員參加課程研習或考試認證，年輕同仁皆稱自己不行或

能力沒辦法，必須曉以大義才勉為參加。不過更令人頭痛的是，有位資深同仁長期無心工作，交辦事項推三阻四，有時負面情緒高漲，隨即哭訴工作量龐大且執勤環境不佳，四處散發負面能量，又三不五時寫報告想調單位，卻因能力不佳乏人問津，長期下來搞砸辦公氣氛不說，也讓團隊向心力逐漸瓦解。

古時有一段荒謬的故事，足以說明見心見性，大文豪蘇東坡與佛印和尚時常一起論佛，有一天兩人一起打坐。蘇軾問：「你看看我像什麼啊？」佛印說：「我看你像尊佛」。蘇軾聽後大笑，卻對佛印說：「你知道我看你坐在哪兒像什麼？就活像一坨牛糞。」事後反遭蘇小妹冷笑其不具參禪的悟性，顯見每個人內心如何思考影響甚鉅，心中無礙，生活就無礙，人生也能暢通無阻。

亞伯林罕·馬斯洛曾述：「心若改變，你的態度跟著改變；態度改變，你的習慣跟著改變；習慣改變，你的性格跟著改變；性格改變，你的人生跟著改變。」桑普森和勞伯的持續犯罪與終止犯罪的生命史理論，其中也講述到不可忽視人類意志選擇改變命運的力量，即使是長期、持續性的犯罪者，也會嘗試改變自己，積極建構自己的生命，尋找生命的出路，猶如吸引力法則，如果正向思考搭配行動力就能改變人生。

個人認為正向思考的人，運氣不會太差，相信多說正面的話，廣發正向意念，生活必定會越來越順利，因為很多歷史典故告訴我們，上天會更願意眷顧那些相信自己是好運的人！

馬祖北竿 2026 第十屆 硬地超級馬拉松

選手之夜2026/3/20(星期五)			
編號	管制路段範圍	管制措施	管制時間
1	中正路 (中山路-環島東路)	封閉雙向車道	12:00~15:00
2	塘后路 (中正路-戰爭和平公園)	封閉雙向車道	12:00~15:00
3	戰爭和平公園	封閉雙向車道	12:00~15:00
正式賽事2026/3/21(星期六)			
4	中正路 (中山路-環島東路)	封閉雙向車道	05:00~15:00
5	中山路	封閉雙向車道	05:00~08:00
6	(中正路-北竿大道)	封閉西向車道	08:00~15:00
7	北竿大道 (中山路-環島北路)	封閉西向車道	05:00~15:00
8	北竿大道 (環島北路-白馬尊王牌樓)	封閉南向車道	05:00~15:00
9	尼姑山	封閉雙向車道	05:00~15:00
10	環島北路 (北竿大道-環島東路)	封閉北向車道	05:00~15:00
11	環島東路 (環島北路-中正路路段)	封閉南向車道	05:00~15:00
12	壁山路	封閉雙向車道	05:00~09:00

交通管制路段