

鞋底與心底

文：簡綾仙



AI生成之情境示意圖

有些島嶼，不是為了抵達，而是為了收藏一段靜靜發亮的時光。

初夏的馬祖，海風裡已有幾分暖意。五月的大海仍帶著遠方島嶼的清爽。天空時晴時霧，好友陳老師搭上前往大坵島的船班，只因彼此都有一個相同的習慣——喜歡用鏡頭留住風景，再用文字安放回憶。

船離開北竿後，海面漸漸開闊。潮水推著船身前行，霧氣則從海上緩緩湧來。遠遠望去，大坵島像浮在灰藍色海面上的一枚舊印章，沉默而神秘。

陳老師師在船頭拍照，我則望著浪花發呆。忽然想起張九齡詩句：「海上生明月，天涯共此時。」雖然眼前沒有明月，卻有一片遼闊海天，讓人不自覺放慢心情。

登島後，四周出奇安靜。沒有車聲，沒有市集，只有風穿過草坡的聲音。沿著步道緩緩而行，廢棄石屋散落山坡之間，斑駁牆面記錄著歲月流逝。

不必刻意尋找話題，只需共享一段風景，便足夠溫暖。

朋友之間有時就是如此。沉悶的，只是換了一種方式留存。消失，只是換了一種方式留存。

午後時分，海霧再度升起。遠處潮聲隱隱傳來，整座島彷彿被包圍進一層柔軟的薄紗裡。我與陳老師坐在石牆旁休息，看著鹿群三三兩兩穿林過隙。沒有人說話，卻不覺得沉悶。

有些風景離開後才明白，它留下的不是畫面，而是一份安靜而長久的感動。

我想起王維《鹿柴》中的詩句：「空山不見人，但聞人語響。」眼前雖有鹿影，卻同聲、潮聲與偶爾傳來的鹿鳴，交織成島嶼獨有的旋律。

傍晚返航時，海潮漸漸高漲。站在甲板回望，大坵島已被霧氣慢慢吞沒，只剩輪廓浮在海天之間。陳老師低頭翻看相機裡的照片，滿意地微笑；而我則在筆記本上記下今日所見。

有人說，旅行是為了看見世界。我覺得，更多時候，是為了看見自己。那些荒廢的石屋提醒我們歲月無常，那些自在漫步的鹿群則告訴我們，生命總會找到繼續前行的方法。

船身劃開暮色，岸上的燈火逐漸亮起。我知道，大坵島將遠去，但那日的海霧、鹿影，以及與陳老師同行的時光，會像潮聲一樣，在記憶深處反覆迴響。

自從我是一個熱愛自然的野孩子，喜歡在山林間自由奔跑，那時，泥土的氣味與樹葉的沙聲，是生活中最真實的交響樂，我的鞋底永遠沾滿了山徑的印記。

但隨著年歲漸長，生活的重擔取代了輕盈的步伐，那份生命力被層層疊疊的瑣事壓抑，心中雖常幻想與朋友重返山嶺，享受大自然的召喚，但緊湊的日程讓我無暇抽身，我甚至忘了上次專注地仰望一朵雲是什麼時候。

每天早上，我總是被生硬的電子音叫醒，而非清晨悅耳的鳥鳴，對於未來，似乎是個遙不可及的詞彙，我無力去構想；日復一日的忙碌，讓我對生活失去了敏感度，竟忘了抬頭仰望，傾聽風的聲音，兒時那份純真的快樂與活力，被塞進了無數份待處理的文件夾中，鎖在了抽屜的深處。

直到上個週末，我帶著小憲，再次踏上了記憶中的紅淡山山路，試圖從空寂的童年回憶。

父親總是健步走在前方，他的運動鞋踩在碎石上那規律的聲響，總給我一種堅實、可靠的安全感；偶爾回頭望我時，眼中是比任何語言都更有力量鼓勵光芒。

當我感到疲憊，他會放慢腳步，耐心地等，那份支持的力量至今仍清晰。但這次攀登，我的疲憊感卻如秤砣般沉重，每一步都覺得腿痠，大口喘著氣，感覺肺部被城市裡的塵埃堵塞，心中不免懷疑，是否還能找回兒時的無慮。

但是看著身邊的小憲在山間輕快地奔跑，他好奇地研究著地上的小昆蟲，那份未被世界染指的簡單與專注，瞬間點醒了我。

突然間領悟，人生的意義，不在於追求多少成就，而在於真切地體驗過程，享受當下的美好。

我告訴自己，努力工作與照顧家人是責任，但更需要留點時間給自己，去感受生活中的美好；而與小憲的這次爬山，讓我重拾了自信與挑戰，並相信自己可以享受快樂，兼顧工作與生活，不再只是勉強前行。

當晚，我夢見了那條熟悉的山路，見到了年幼的自己，那個小小探險家的愛意（麵包、零食和水壺），女孩心中充滿對大自然的憧憬，那份純真的夢想，像一位久違的朋友，靜靜地回到了我的身邊。

夢醒後，空氣中彷彿還留有山徑清新的草木香，我的心被這溫柔的氣息徹底洗滌，心中盈滿了對這方母親無盡的思念，他的愛，如同山間清新的空氣，永恆地陪伴著我，讓我在生活的每一步都感受到力量，而這份愛提醒著我，無論面對多少挑戰，都應當不忘初心，更帶著來自山野的力量與母親的祝福，更加努力地向前行。

浮生拾趣

鹿影

潮聲

魚、炊煙裊裊，如今只剩斷垣殘壁與海風相伴。

正當我凝望一座坍塌的石厝時，一隻梅花鹿忽然從牆後探出頭來。

牠安靜地站著，眼神清澈而警覺，陽光恰好落在背上的白色斑點。陳老師立即舉起相機，快門聲輕輕響起。鹿沒有逃走，只是望了我們一眼，便悠然走向草坡深處。

那一瞬間，我忽然覺得，大坵島最動人的，不是風景，而是生命與荒涼共存的模樣。

島上的石屋雖已沉寂，鹿群卻在此自由繁衍；昔日駐軍留下的痕跡逐漸褪色，大自然卻重新接管了土地。歷史沒有消失，只是換了一種方式留存。

船身劃開暮色，岸上的燈火逐漸亮起。我知道，大坵島將遠去，但那日的海霧、鹿影，以及與陳老師同行的時光，會像潮聲一樣，在記憶深處反覆迴響。

自從我是一個熱愛自然的野孩子，喜歡在山林間自由奔跑，那時，泥土的氣味與樹葉的沙聲，是生活中最真實的交響樂，我的鞋底永遠沾滿了山徑的印記。

但隨著年歲漸長，生活的重擔取代了輕盈的步伐，那份生命力被層層疊疊的瑣事壓抑，心中雖常幻想與朋友重返山嶺，享受大自然的召喚，但緊湊的日程讓我無暇抽身，我甚至忘了上次專注地仰望一朵雲是什麼時候。

每天早上，我總是被生硬的電子音叫醒，而非清晨悅耳的鳥鳴，對於未來，似乎是個遙不可及的詞彙，我無力去構想；日復一日的忙碌，讓我對生活失去了敏感度，竟忘了抬頭仰望，傾聽風的聲音，兒時那份純真的快樂與活力，被塞進了無數份待處理的文件夾中，鎖在了抽屜的深處。

直到上個週末，我帶著小憲，再次踏上了記憶中的紅淡山山路，試圖從空寂的童年回憶。

父親總是健步走在前方，他的運動鞋踩在碎石上那規律的聲響，總給我一種堅實、可靠的安全感；偶爾回頭望我時，眼中是比任何語言都更有力量鼓勵光芒。

當我感到疲憊，他會放慢腳步，耐心地等，那份支持的力量至今仍清晰。但這次攀登，我的疲憊感卻如秤砣般沉重，每一步都覺得腿痠，大口喘著氣，感覺肺部被城市裡的塵埃堵塞，心中不免懷疑，是否還能找回兒時的無慮。

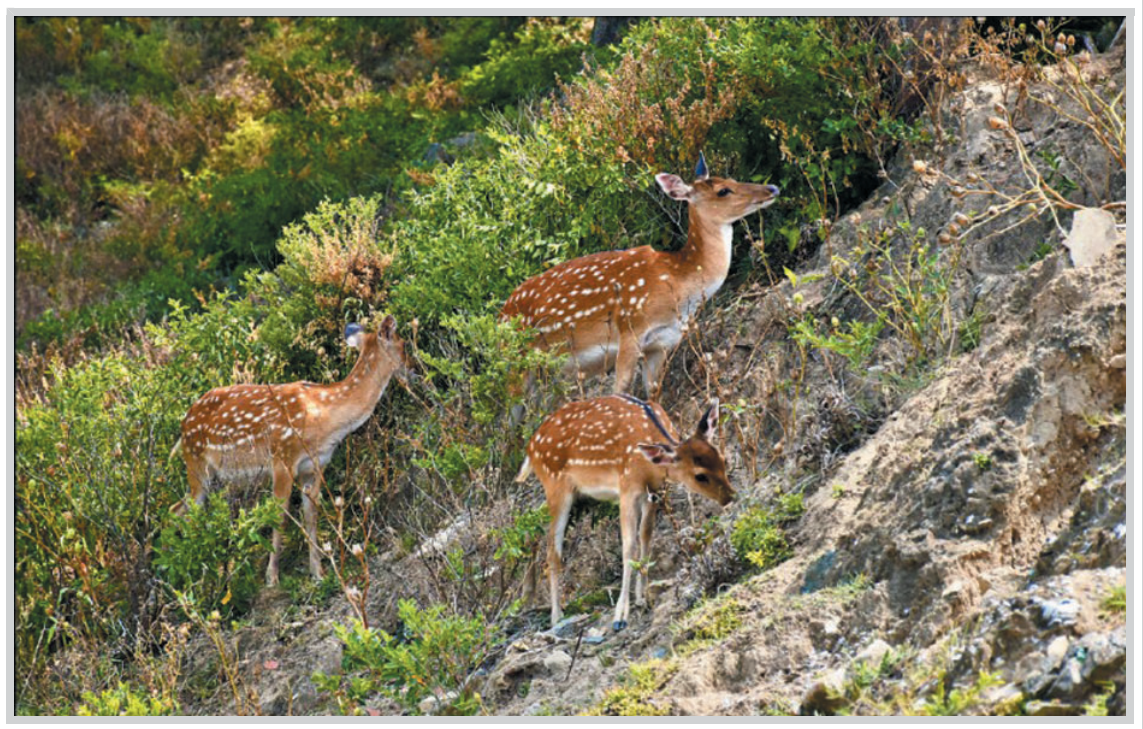
但是看著身邊的小憲在山間輕快地奔跑，他好奇地研究著地上的小昆蟲，那份未被世界染指的簡單與專注，瞬間點醒了我。

突然間領悟，人生的意義，不在於追求多少成就，而在於真切地體驗過程，享受當下的美好。

我告訴自己，努力工作與照顧家人是責任，但更需要留點時間給自己，去感受生活中的美好；而與小憲的這次爬山，讓我重拾了自信與挑戰，並相信自己可以享受快樂，兼顧工作與生活，不再只是勉強前行。

當晚，我夢見了那條熟悉的山路，見到了年幼的自己，那個小小探險家的愛意（麵包、零食和水壺），女孩心中充滿對大自然的憧憬，那份純真的夢想，像一位久違的朋友，靜靜地回到了我的身邊。

夢醒後，空氣中彷彿還留有山徑清新的草木香，我的心被這溫柔的氣息徹底洗滌，心中盈滿了對這方母親無盡的思念，他的愛，如同山間清新的空氣，永恆地陪伴著我，讓我在生活的每一步都感受到力量，而這份愛提醒著我，無論面對多少挑戰，都應當不忘初心，更帶著來自山野的力量與母親的祝福，更加努力地向前行。



文與圖：仁宏

馬祖日報

生活情報站

MA TSU DAILY NEWS

連江縣	06/23 星期二	06/24 星期三	06/25 星期四	06/26 星期五	06/27 星期六	06/28 星期日	06/29 星期一
白天	☀️ 28 - 30°C	☁️ 26 - 31°C	☁️ 25 - 28°C	☁️ 25 - 27°C	☁️ 24 - 26°C	☁️ 24 - 27°C	☁️ 26 - 30°C
晚上	☁️ 26 - 28°C	☁️ 25 - 28°C	☁️ 25 - 26°C	☁️ 24 - 26°C	☁️ 24 - 25°C	☁️ 25 - 26°C	☁️ 26 - 28°C
體感溫度	28 - 32°C	27 - 35°C	24 - 30°C	24 - 27°C	24 - 28°C	24 - 29°C	25 - 31°C

MATSU ISLAND 馬祖列島

南竿 | 北竿 莒光 | 東引

台灣好行@馬祖

TOURIST SHUTTLE MATSU ISLANDS

科別	星期一		星期二			星期三		星期四			星期五		星期六	
	上午	下午	上午	下午	夜診	上午	下午	上午	下午	夜診	上午	下午	上午	夜診
家醫科	陳紹宇	曹玉舫	王格	陳紹宇	謝春福	陳君鼎	劉增應	張志華	陳君鼎	王格	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱
外科一診	陳行鑫	劉瑞文	陳行鑫	劉瑞文	陳行鑫	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱	許智凱
婦產科				李浩		李浩					李浩		李浩	
小兒科		排班醫師									邱和聖			
骨科	陳俊諱		陳俊諱	潘韋綱	陳俊諱	潘韋綱	潘韋綱	潘韋綱	潘韋綱	潘韋綱	潘韋綱		潘韋綱	
復健科		陳志嘉			併超音波(限約診)				陳志嘉					
疼痛科			劉瑞軒						劉瑞軒(限約診)					
皮膚科	馬軍	馬軍		馬軍										
腸胃內科	(併家醫科)		(併家醫科)			(併家醫科)		(併家醫科)			(併家醫科)		(併家醫科)	
新陳代謝科														
泌尿科	(併外科)		(併外科)					(併外科)						
眼科		林文智				林文智	林文智							
新冠疫苗						(併小兒科)								
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師	牙科醫師
牙科二診	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師	支援醫師
戒煙門診	(併家醫)		(併糖尿病)			(併家醫)		(併糖尿病)			(併家醫)		(併家醫)	
糖尿病			謝春福					陳紹宇	王格					
超音波	陳君鼎		陳紹宇	陳志嘉		支援醫師	王格	陳君鼎	劉增應		謝春福		陳紹宇	
腸胃內視鏡	陳君鼎													
體檢門診					陳志嘉	曹玉舫								
國際旅遊醫學門診					併體檢門診	併體檢門診								
急診一線	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	值班醫師
急診病房二線	陳志嘉	劉瑞軒	醫師	曹玉舫	陳俊諱	醫師	林文智	陳行鑫	醫師	王格	陳君鼎	醫師	劉瑞文	陳紹宇

*家醫科門診接受一般內科醫療諮詢及超音波預約。*婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房X光攝影預約。*小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。

掛號時間：週一至週六上午8時至11時30分。週一至週五下午13時20分至17時。

門診時間：週一至週六上午8時40分至12時。(掛號病患最遲於11時40分前需到診時間)。週一至週五下午14時至17時30分。(掛號病患最遲於五時十分前需到診時間)。

本院自111年1月起推廣高齡友善照環境，若您或您的家人符合85歲以上敬老對象，請於看診時先向診間護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。

本院宗旨：便捷貼心、優質醫療、關懷社區、促進健康。

申訴專線：23995分機1300

114年 農林漁牧業 普查

普查期間：115年4月10日~6月30日

網路填報期間：115年4月10日~6月15日

普查專區

主辦單位：行政院主計總處 協辦單位：連江縣政府及本縣各鄉公所