

生命中的自我

李淑慧

第二十一屆(1968年畢)

庸凡一生，一不留神，竟已來到「樂齡」年紀，領「老人卡」也指日可待了。捨不得，卻已春去秋來，生命是一種鮮活而生動的真實啊！在人生的後段計劃永遠趕不上變化，年輕時的夢想早已灰滅，剩下的是無盡對已逝去的眷戀。

坐公車不要錢，還有國民年金可領，這會是什麼樣的心情？回想起2003年，我從健保局領到「重大疾病卡」的當時，楞楞地坐在新公園的椅子上，醫生的話言猶在耳：

類風溼關節炎就是免疫力出了問題，不會好，只要穩住病情就不錯了，它要終身吃藥，妳要靠多運動流汗、排毒，心裡一陣難過，什麼！類固醇，止痛藥……哦！那不就是要吃藥吃到死嗎？！

自此，我認清了一個方向，自己要努力健身，不要拖累家人，於是每天與陽光草坪有約；休憩、靜坐、發呆、曬太陽、放風箏。「新莊運動公園」

成了我每天必去之地，眼看著一排排欖仁樹由綠變紅，落葉掉滿地，樹枝枯了再發芽……，三五天不去就變化許多，樹下放風箏時與天比高，睥睨人群，可享受、體驗人生；放風箏看似簡單，其實不然，沒有順逆風勢，單憑己力，未必能夠飛揚上去，反倒是放得愈高，「高處不勝寒」，一不留神，也會摔得愈重。「人生親像風吹按呢飛……」「心事希望變成紙風吹、在風中展姿勢……」，不自覺地，心裡開始輕輕哼著

新莊區公共托老中心成立，新北市長朱立倫主持開幕儀式



新商人

第41期, 2014年12月, 第87-88頁

「戀歌」「思戀你，思戀你啊！你我分別已8年了……」，我望著天空，問起白雲：親愛的爸，您到底去到那裡了……，淚眼模糊時，有人叫著「阿姐」你在發什麼呆？」哦！原來是游民阿福，幾年前聽說他睡公園樓梯口，我曾送他棉被並在過年時包了個紅包給他，今見他跛腳，問他怎麼了，方知他受傷，托一個老人家扶著他，眼看他一拐一拐的背影，心裡感嘆著：這就是一個游民的人生。

另外我排除了所有的社團活動，每天除了靜坐公園就是打桌球，借著喜歡的運動流汗、排毒、釋壓、唱歌與音樂更是讓我可以宣洩與安撫情緒，2006年參加台北彰商校友會舉辦的桌球與卡拉 OK 比賽，竟然得了雙冠軍，上個月底新北市政府於新莊的老人文康中心成立了第17家的托老中心，當天舉辦了一場銀髮族桌球比賽，我又很不客氣的拿下了混雙與女雙的雙料冠軍，兩次的雙冠，再次對自我突迫自我

桌球比賽，全體合影



肯定。

2008年某天，我突發奇想，把自己寫過的文章與這半輩子走過的事蹟與照片作一番整理，蒐集成冊，印了1,000本「人生采風」分贈親友，至今僅剩數十本。

回想起來，自62年走入婚姻，數十年為家庭全心全力付出，打拚，空巢期後，卻得了類風濕關節炎，別人看我在球場上生龍活虎的歡樂聲，卻想像不出當我在家時的痛苦，僵硬無助的模樣，那是我充電(吃藥)後的成果啊；

對過敏體質又久病纏身的我，能夠出書、參加桌球賽、卡拉 OK 比賽，這種苦中作樂的日子，卻因緣際會，無心插柳，而在無意中成就了一些意外的驚喜，它帶來的快樂與成就感，就像陰暗牆角裡的枝椏，偶爾和風輕拂陽光普照，頓時搖擺生姿起來，重捨生命樂趣，這就是我的「海海人生」，也算是我這十幾年來將邁入銀髮族前所擁有「生命中的自我」吧！

女雙冠軍，秀美與作者(中)，廖主任頒獎

