



爬山品味自然與美感 閱歷人生堅持與感動

國小四~六年級組

江晟暄

指導老師或家長：范燕歸 老師

台北市私立靜心小學六年愛班



起初爸爸單純為鍛鍊我「中看不重用」體力，而有了假日親子爬山運動。剛開始我從輕鬆涼爽小山開始，爸爸也以小型競賽方式「看誰先抵達終點」來增添我的趣味感，以美食獎勵方式「看誰能堅持攻頂」來誘發我的驅動力，以尋寶方式「看誰能發現颱風草」來培養我的觀察力，漸進式讓我愛上爬山、愛上大自然、愛上每次自我挑戰、愛上攻頂喜悅。

第一次我爬七星山，爬到三分之一時，已經汗流浹背，唇齒發白，氣喘如牛，腦海中浮現出嘲笑魔「你無法攻頂...」，心中懶惰魔呼喊著「好累喔！」，搗蛋魔在耳邊呼喚著「趕快棄械投降吧！」，我的嘴巴不猶得脫口而出「我想中途折返...」。這時爸爸伸出溫暖大手牽著我無力小手，以父愛鼓舞著我不輕言放棄的毅力、陪伴引領著我繼續堅持往前走的決心。

我像是龜兔賽跑中的烏龜，一步步慢慢的爬，一次次戰勝我的心魔、克服我的意志力，站在山頂那一刻，放眼展望山野美景，深深呼吸著大地所賜的芬多精，內心所激盪出的興奮喜悅與感動，是翻越重重高峰、步步階梯、穿梭青苔、昆蟲、森林與雲海，才能領悟到大自然的雄偉，才能享受到令人神清氣爽、心曠神怡的美景，更能大聲說「我做到了！ Believe that I can do it」。

爸爸說：「人生像是爬山，有平坦小道、崎嶇泥濘山路，堅持最後者便是人生勝利者 winner，丟盔棄甲者便是魯蛇 loser。」走進山裡，我們無法預測山中蘊藏著什麼寶藏與景色，必須不辭艱辛與揮灑無盡汗水，不斷磨練毅力與耐力，靠著堅強意志力來克服層層障礙，堅持到攻頂，站在山頂那一刻，盡收眼前的美景與振奮人心的優越感，將是無以言喻，令人回味無窮的。