

瓦拉米古道探索

10308102 特教二 郭虹伶

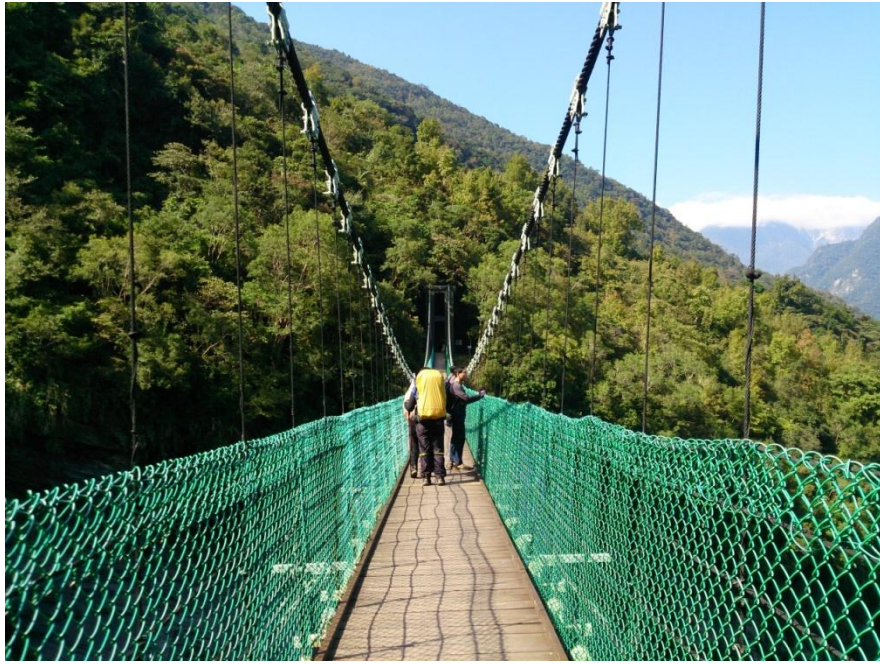
1. 照片回顧



為了這次的登山，我做了萬全的準備，從毛帽、墨鏡、口罩、防風外套、手套到長襪……，還有麵包、水、零食等等都樣樣齊全，特別掛了一個防水的袋子把手機放在裡面，可以邊走邊拍照。原本以為山上會很冷，穿了一層又一層，不過今天天氣很好，有點熱呢！瓦拉米~我來了！



輕鬆愜意的走在兩旁樹木林立的路上，偶爾從葉片中透出微微陽光，走著走著，前方出現一片翠綠，綠葉與小草透著金黃的陽光呈現青澀的嫩綠。



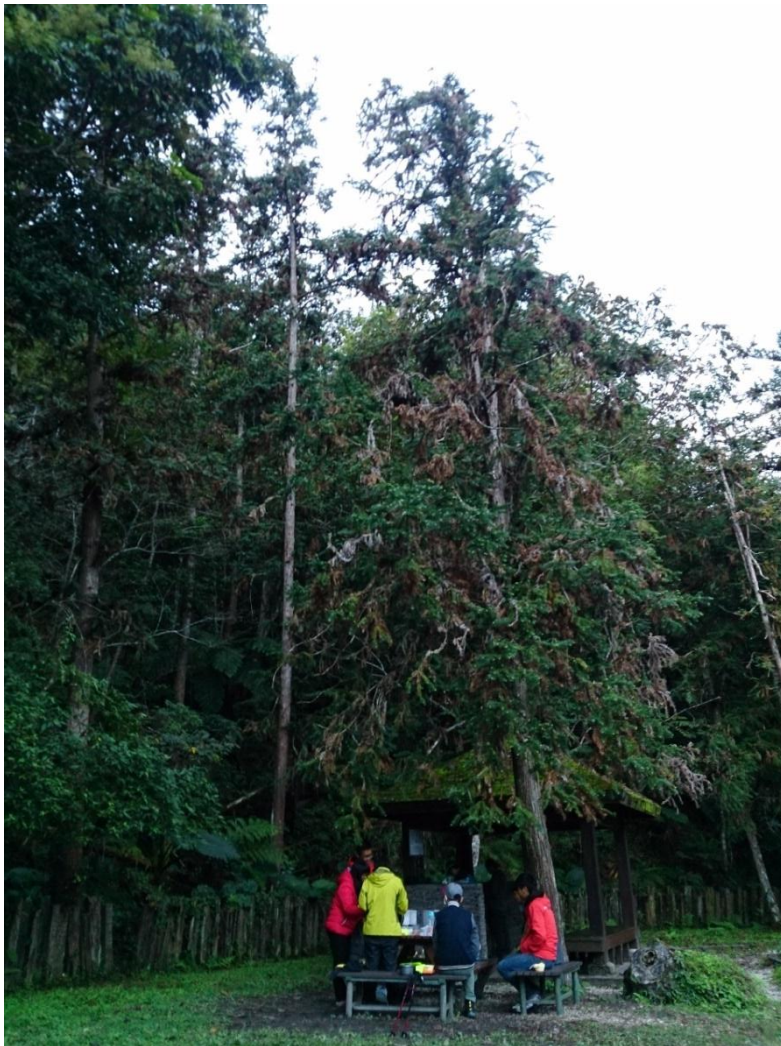
吊橋！山風一號吊橋是這次行程中我覺得最美的一座，走在上面有一點晃，底下是深深的山谷，左邊有一道瀑布，雖然離我們沒有很近，也不是很寬大的那一種，但從左側瀑布一直延伸至腳下，在到右側的蜿蜒河道一覽無遺，兩旁的山谷加上蓊鬱的樹林，襯托了山川的壯麗，佇立在中央視野遼闊寬廣、居高臨下，有種興奮的感覺燃起，有那麼一刻彷彿感受鳥兒乘風飛翔的自由，突然想來個刺激的高空彈跳！腎上腺素和心跳因為這一閃而過念頭而飆升。



沿著一個長長的階梯向下走，來到了一處休息平台，右前方美麗的白色瀑布周圍罩了層薄薄白紗，享用午餐的同時一邊聽著嘩啦啦的瀑布聲，充分的水氣加上沒有陽光透進的山谷，不禁感到微微寒意。



登高才能望遠，爬到高處所看見的風景果然不同於平地，視野整個開闊了起來，人生中也是如此吧！經過一番磨練，逐步培養能力、累積一定經驗，見識廣了，看事情的角度自然會不一樣。



到佳心營地了！太陽下山後冷冷的空氣圍繞在四周，灰暗的色調配著深黑高聳的樹林，陰鬱的美別有一番風味。

傳來陣陣食物香味，大家都迫不及待想要來一碗熱騰騰的白米飯還有熱湯，暖暖胃和冰冷的身體，組員們將鼻子湊近輪流聞著是否有米飯微微的焦香，鍋蓋上壓的石頭散發出潮濕的土壤味，是大自然的味道！



雖然帳篷中跑進了不少隻不請而來的昆蟲，卻沒打壞我的興致，這是第一次在帳篷中過夜，帶著新奇的感覺躺下，原本以為會很冷或是地面很硬等等，不過伴著唧唧蟲鳴，不知不覺進入了夢鄉。
（右手邊是我們的帳篷）

第二天早晨，剛穿上鞋子時就覺得鞋口前後兩面接觸腳腕上方的地方有點痛，但因為被外物吸引，我並沒有太在意。期待夜行的興奮還有夜空高掛的清澈明月及星星轉移了我的注意力，自己的呼吸節奏伴隨著大家前進的腳步聲與登山杖撞擊地上岩石的聲響，有時配上嘩啦啦的瀑布聲，黑夜的神祕使人深深著迷。從凌晨天還沒亮一直到微弱的晨光爬上對面山頭，再到絢爛金黃的陽光刺入雙眼，慢慢地，經過幾小時的健行，我沒辦法忽視雙腳的不舒服，雖然還是在可以忍受的範圍。



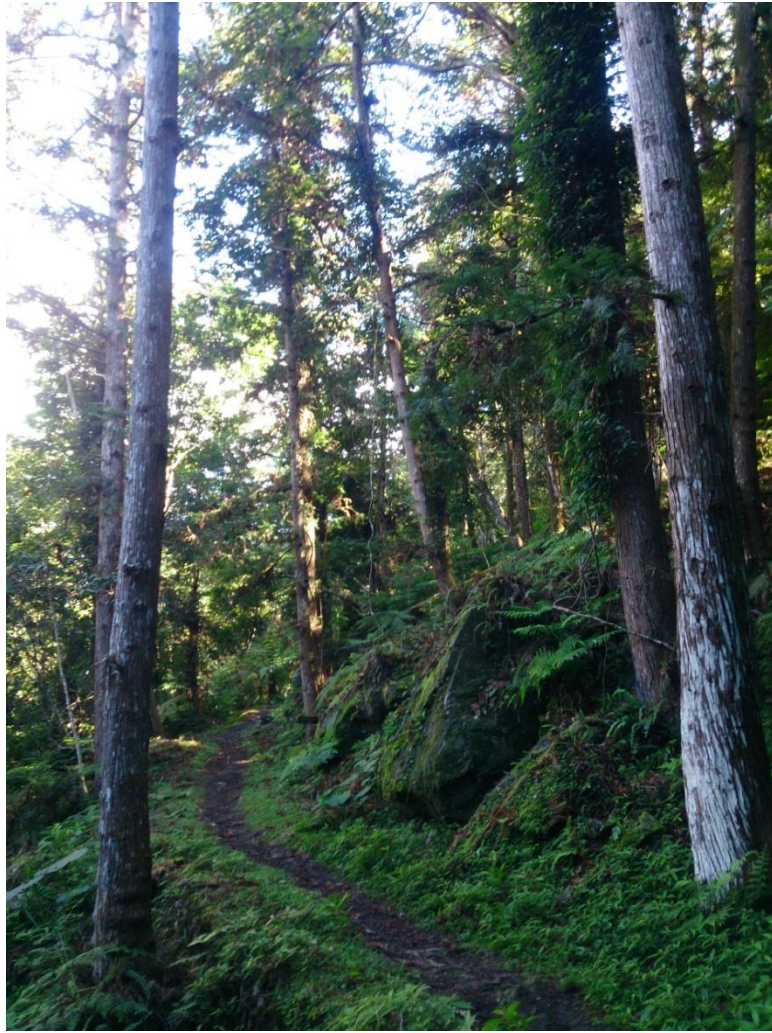
沿著蜿蜒的小路前進，走了好長好長的一段時間，覺得身體累了，不斷盼望能夠看到山屋，剩1公里，0.5公里，但是一路上都是窄窄的小路加上右側的懸

崖，一直沒有看到可能蓋房子的大塊空地，前面突然出現一段陡坡，一鼓作氣爬上去，跟它拚了！天啊，腳好酸！快爬到上面了，再撐一下！終於上來了！沒想到映入眼簾的是期待已久的瓦拉米山屋，真高興終於可以休息了。

流汗加上吹風讓我覺得有點冷，離開陰影處，走到另一邊的空地迎接溫暖的陽光，索性拿了一件衣服鋪在草地上，來一段愜意的日光浴時光，鬆開緊緊綁住的鞋帶，脫下被汗沾濕的外套，享受太陽的熱度，看著身旁高聳的樹木、眼前紫色的小花和青綠的葉子，以及四周忙碌的蜜蜂，幸福真是簡單而美好！



來張大合照吧！真美的畫面！很高興可以和大家一起爬山，你們都會成為我未來美好回憶的一部分~



眉頭深鎖，嘴唇緊抿，喔！痛！踢到地上的石頭，痛楚從腳指尖蔓延開來，鞋口的摩擦到後來已經不算什麼了，回程的路真是令人刻骨銘心，每一步都覺得痛苦萬分，感受格外深刻，撐住！我對自己說，快往好處想，到時候就可以驕傲的跟大家說我成功爬完瓦拉米，無論如何一定要走完！撐住！看著路邊距離步道口幾公里的指標數字越來越少，快到了，快到了，不斷催眠自己，再一下下就好，但是不知為什麼指標上小小的個位數竟然比想像中還要遠很多，到底還有多長？後來有一點點失去耐性，腳痛死了！

到了嗎？還沒，到了嗎？還沒，為什麼還沒到？一個人走到微微下坡的轉彎處，有點絕望的心中充滿無數複雜感受，眼淚差點奪眶而出，覺得一哭就會一發不可收拾，不行不行，要堅強啊！我知道不管用什麼心情來面對現在遇到的痛苦都必須走完，何不往好處想，讓自己快樂一點呢？為了分散注意力，我把目光望向前方覺得走也走不完的路，深吸一口氣，這裡風景很漂亮，心中默默想著，繼續認命地往前走。



呼~終於啊！走到終點時已經笑不出來了，全身無力、腳趾痛到不像是我的，第一件事就是坐下來放我的腳自由，覺得它這兩天下來很可憐，一直被綁住、承受很大的壓力，還受到折磨，辛苦了！應該要拍下到終點後的狼狽模樣，但當時真的太累了管不了那麼多，覺得自己好臭，衣服的纖維中都吸滿飽飽的汗水，一路上汗乾了又濕，濕了又乾。

上次爬完都蘭山我殘廢了三天，這次也是，一連幾天走路都怪怪的，上下樓梯更是痛苦，左腳抬不太起來，右腳小腿異常緊繃，兩隻手臂（特別是右手）只要輕輕施力就會非常痠痛，兩側的腰也酸酸的，噢~自己真是太弱了，不過藉由這個機會深深意識到，有一個健全的身體很重要，也覺得年輕真好！短短的時間內就可以完全復原。

寫這些心得的過程中，臉上不時泛起暖暖的微笑，覺得不可思議，沒想到我有這個機會能夠擁有這麼特別體驗！回想起爬山的總總，景象歷歷在目，身體的疲累會消逝，但美好的回憶會一直留在心中☺

2. 瓦拉米古道探索活動的安排建議

回程時老師知道我和盈禎腳痛，所以跟我們說依自己的腳步慢慢走就好，同時安排了一組同學壓後，當時不知道這樣安排的用意為何，只覺得這樣我們走很慢會讓他們落後，不過後來卻發現老師的用心。

剩下大約兩公里時，老師評估盈禎的狀況，決定讓我們一起分擔她背包的重量，這時姿婷突然說她一個人可以背兩個裝備，太厲害了！真是謝謝姿婷！覺得老師安排其他兩位體力好的同學負責壓後是一個明智的決定，當身體不適的同學需要協助時，才有更多人可以一起幫忙。