

行讀美濃山 一起閱讀矮山的紋理 (中)

「門農村裡的人文社會課」而與旗美社區大學結合開設「行讀美濃山」，則是帶著書本上路，從書中篩選出幾段精彩路段編寫為課程。

原來，課程規劃的是「登山旅行生活食」，講師是剛返鄉滿一年的譚心，打算透過介紹醃、油、蛋白質如何吃、如何製作登山糧，讓身體在搭配登山這類高強度的活動時，能適度提升與保持能量。

然而，譚心遇到的第一項困境是：美濃並沒有高海拔的峻山，及長距離的山徑，似乎無法驗證登山糧的功効。而高中畢業後即離鄉的她，對美濃並不熟悉，境外的高山她走過

行讀美濃山的山，並非高山，是淺山，一座矮(2,000)的海拔高度，以美濃最開名的月光山而言，是六百四十九公尺；美濃與六龜接壤的大貢山 (Dagongshan 2,000) 也僅僅八百二十公尺。對於喜愛征服高山的人們來說，這的確是「矮」山，它不是荒野化的自然，而是佈滿人文活動痕跡、半人工半自然的環境。

美濃人說的「矮山仔」，具體指的是台二十八線往六龜，進入龍肚平原之前的一個小地名——小山。以山名為方位，還有美濃山下、靈山腳下、龜仔山下、尖山仔、橫山尾、旗尾山下、人字石等等，讓居住在廣袤平原的我們，透過地方自有的命名方式，辨識彼此之間的距離。除了西南側，平原的三面均被山環抱著，莫怪乎，有人說「山孕育美濃人的靈魂」。

不少，但家鄉的這些矮山，她卻一座也沒走過。

課程委員對課程定位的討論，似乎成了對初返鄉青年的挑戰。幸好，譚心不氣餒，轉向思考自己是否能夠透過與組織合作來完成課程開設，更重要的是重新認識家鄉的山。在一場長達三、四小時的午後討論後，「行讀美濃山」的課程誕生了。

「行讀美濃山」由講師群合作開設，課程總召即是《行讀美濃山》的第一作者劉孝仲。課程內容也做了大幅度修改，山雖淺又矮，但輕忽往往是危險的肇因。劉孝仲堅持這門課不僅僅是健行，開頭幾堂課紮紮實實地介紹了戶外活動常用應用軟體、登山核心能力概念、走山路的核心技巧與登山杖的使



▲劉譚心老師進行登山健行糧食的準備教學。

路技巧、登山杖運用的黃成江老師說：「走路要輕鬆，必須學習用骨骼支撐肌肉。」在跨出每一步時，需把此刻撐住身體的腳打直，讓另一條腿可以稍做休息，一步一步交換行走，搭配步行的韻律調整呼吸，長距離遠行時，才能保持一定的能量。

文／邱靜慧 (美濃愛鄉協進會總幹事、旗美社大「行讀美濃山」課程共同講師)

原始來源：
https://opin-ion.cw.com.tw/blog/profile/442/article/8852

【正式取得「獨立評論」天下」授權刊登】

用，戶外危險因子的預防與因應等。恰好秋冬幾無雨，課程教室內以打破室內與戶外的界限，例如介紹手機地圖軟體時，我們在雙溪、木平台上的課，然後循著東坑溪的軌跡紀錄的操作練習；登山核心能力在室內進行，則移至靈山實走。我們感覺身體移動的能量。

借風景—編織工作坊 我們一起「借風景」(上)

我參加黃蝶祭借風景工作坊的最大動力是想陪伴女兒 Akiki 一起學習、共同創作，這是她從一歲開始參加黃蝶祭的第十個年頭。工作坊除了我和 Akiki 以外，彥伶老師和稚晴、靜慧與豪豪、婷婷和彥喬、蘇英和裕紘也是親子檔。

為期三個週末的工作坊沉浸在濕熱的五月天裡，時而太陽時而雨，我十分佩服領頭的彥伶老師，觀察氣候的變化隨時微調課程的行動，學員夥伴們則貢獻己長自動分工合作。年歲不一的夥伴們在課程第二週時彼此更加默契，建立起良好的默契，廚藝純熟的譚心成為小孩們的大廚，編藤、洗菜、安頓了一起料理午飯，安頓了夥伴們的身心。

女兒在藤編接近完成的階段發現為夥伴們煮食的譚心還沒有自己的藤編作品，積極的鼓勵她進行創作，終於型塑出一隻蝴蝶，雖然老師開玩笑說形體像別的昆蟲，但由孩子鼓勵下真的讓大人誇進了不同的領域，以下由女兒 Akiki 分享她的心情。

還記得五月時我們借風景的大家一起採藤、煮菜、編藤的日子，有



歡笑、有煩惱也有哀傷！在這些日子裡讓大家的生命寫下了故事。在這些故事裡讓我印象最深刻的是，我們在採藤的時候發現了很老的藤，當我們要把它採下來時，發現它纏繞在樹上拔不下來，後來我們把它當作鞦韆，就在盪鞦韆時我摸到百果粗粗的莖，感受到無比的生命力，大自然是多麼的寬廣、強大又是多麼的後來我們取了一段百香果藤來用。

還有我們在黃蝶翠谷的溪裡做了一個小小的瀑布，可以給大家不用曬太陽就可以玩水，在做瀑布時我、豪豪、稚晴姊姊、阿佑都很認真地做。有人引水、有人把石頭搬開，有人把水流變快。後來有別人來玩水，因為瀑布把水流減少就把瀑布堵了起來，我們做瀑布的大家都有些心疼，又看到玩水的人亂丟垃圾，真的心情很不爽！後來我們又努力的把瀑布清乾淨，恢復原狀，但後來下了場大雨把瀑布沖掉了，好可惜。

我用藤編了一隻蛇，因為我喜歡蛇，只要大家不要去干擾到蛇，蛇也不會弄你，蛇蛇大概也想安靜的生活吧！希望大家可以親近大自然。

最後，對於身為成人的我來說，則是在王耀俊、林彥伶老師和工作坊的夥伴們討論自然素材的生與滅，作品與作者的表裡關係時，漸漸的藉由藤編蜜蜂造型、展翅、蕭條，隨著時間化作塵埃，從中感受自己與大自然的一體關係。

文／宋長青、Akiki (借風景—編織工作坊學員)

一〇九年度瀾濃永安庄伯公福廠入年駕

滿年福
還神儀式：民國 109 年 1 月 19 日 (日) 晚間 9 點
登席：民國 109 年 1 月 20 日 (一) 中午 12 點整

新年福
還神儀式：民國 109 年 2 月 8 日 (六) 晚間 9 點
登席：民國 109 年 2 月 9 日 (日) 中午 12 點整

高雄市文化局已於一〇七年九月十日明文公告「瀾濃永安庄伯公福廠入年駕祭典」登錄高雄市重要民俗。

每年農曆十二月廿五日，美濃永安庄民搭福廠、迎伯公，揭開為期二十天的入年駕。這一天，福首領著八音樂手和伯公轎，將境內伯公請至福廠內供奉，晚間結祭壇，深夜拜天公還神，是為「滿年福」儀式。

入年駕期間，福廠供奉福神，接受庄人祭拜，至翌年農曆元月十五日舉辦行新年福儀式後，再送神、卸壇，至此，入年駕才全部結束。

歡迎一起來認識這個具有百年傳統的入年駕活動，也鼓勵大家捐款支持，讓「瀾濃永安庄伯公福廠入年駕」的重要民俗活動可以延續！

地點：美濃下庄水橋附近 (近高雄市美濃區永安路 320 號)
落名登席費用：每位 500 元整
報名窗口：高雄市美濃區永安庄福廠文化協會
劉和昌理事長，0983-807-000

【捐款資料】
金融機構：高雄市美濃區農會 (農分會 代號 619-0048)
帳戶名稱：社團法人高雄市美濃區永安庄福廠文化協會
匯款帳號：00048-21-23612-7-0

* 懇請捐款者來電 0938-510-821 劉小姐，或來信 mnbaggung@gmail.com，告知您的大名與通訊地址，以便將捐款收據郵寄給您，感謝！