

不只輕鬆愉快，還實踐了環保的生活觀，而且洗衣的身體勞動中還能沈澱思緒、放鬆心情，偶現智慧的吉光片羽呢！

玩味家務創造生活

其他家務的處理如：居家清潔、空間收納等，也是抱持這樣的態度，結合自己的知識、訓練，玩味其中的樂趣，還將自己喜好自然的興趣融入生活，是故在我家中可見到上有如嫦娥奔月圖案的野草、似女王頭的竹根小擺飾，還有由種子發芽的大王椰子、煮菜剩下的紅蘿蔔頭小盆栽。還曾縱情的每日觀察樂樹一、二個月，只為仔細品嚐它的開花、結果、落葉、萌芽時的美，從中體會到單純動機、堅持、隨興帶來無目的的快樂與美感。

家事有太多可以嚐試玩味的，有想法就去做做看。但人常易習於日常的生活習慣，不知從何下手來玩出興味，不妨自閱讀、廣播電視等媒體、或別人的經驗尋找點子。有時是不知自己的喜好為何？那可由最容易的部份著手，鍥而不捨的做做看，當玩出興味，成為生活中的調劑，那家事就不會那麼一成不變，生活也就不僅是匆匆徒然的過日子了。時間一久，搞不好還真成為生活智慧王，創造出自我的空間，那所謂的犧牲也就不存在了，反成源頭活水般，使我們的生活常新，時時豐富自我的生命。

解

捷運貫通鄉間小路 文圖/天姿

雙手可以萬能，坐在地下化台大醫院站月台的「金交椅」片刻，讓人聯想「捷運」果然溝通了台北盆地的「山邊」與「海濱」。

搭乘台北捷運，不僅感覺舒適，還可以欣賞山光水色。甚至，各站設有接駁公車轉運到達目的地，交通非常方便。

更可貴的是，使得住在水泥叢林中的人們，能有機會踏進鄉間小路；增廣見識，體會不同角落的人文與生態。

解

