

## 河堤好美

健康系 蔡O靜

喜歡跑步的我，喜歡享受一個人邊跑邊欣賞跑過的風景，沒有喧嘩，沒有正規跑道，只有一路到底的柏油路和旁邊伴著的芒草，是從我家轉個彎有戶人家種的櫻花樹後直走的「河堤」。

可能河堤的美不是每個人都能夠明白的，但對我卻是個宣洩身心靈的秘密基地！耳機帶起，然後放著喜歡的歌時，剎那，彷彿全世界都與我無關，腳步一步一步隨著音樂跑起，在這接近六點的傍晚，天氣漸漸的涼爽，看著夕陽的餘光，還有左鄰右舍的人們帶著自家的狗兒和小孩，然後悠哉著散步，眼前就是幅好畫呢！一整天的壞情緒也隨著餘光下去了。

每個人都有屬於自己的發洩基地，可能在別人眼裡中不是最美，卻是心中的最美。