

# 我在野外隔離

老頑童/洛杉磯

當加州開始宣佈居家隔離時，就在想，我該怎麼辦呢？

我的居處很小，不會做飯又不善理家，更不像以前經常組隊登山四處去玩，如此這般悶在家裡，真是有若苦刑般難熬，我實在不喜歡！

所謂居家令，就是避免與人接觸，避免感染。只要“不和別人接觸”不就可以了嗎？何必要“居家”呢？如果投身在寬濶的大自然裡，空氣新鮮、陽光充足，保持鍛練，不是更安全嗎？

很多專家講，若能多曬太陽多運動，必能提高免疫力，更有助於防疫。我自然深信不疑！因此，別人在居家隔離，我在野外隔離。

從三月中開始，我每天去找風景好、人又少的地方去運動、散心，兼躲病毒。疫情期間，公園大多都已關閉。這無所謂，通常我會避開景點，找景色怡人，不為人知的地方。有新鮮感，很可能會發掘到一些很值得去的地方。

這段期間，我走遍了南加地區，山上、海邊、河道和湖泊。我車上備著帆布涼椅、防風外套、水果和乾糧，瀟灑自在的在野外過上一整天。每到一處，除了休閒、觀景、午睡或閱讀，一個半到兩小時健行。曬曬太陽、甩甩手、深呼吸。扯開嗓門大聲歌唱，是為了健身，吼完之後，心情舒暢無比。

對我而言，四處溜達還有很多好處。其一、自在輕鬆。記得以前帶隊出遊，當別人在欣賞美景之時，我還在操心吃喝拉撒的問題...。都要捱到大家下車才能放下心。其二、我一個人去玩不需計劃，隨心所遇見機而行，走到哪算哪。發掘到了很多很美的地方。其三、帶隊出遊有很多顧慮之處，而我一個人則自由自在！

總之，新冠病毒肆虐的這段日子裡，正是我老頑童最悠閒、最自得其樂的期間。說句也許令人生氣的話，當我今天看到加州防疫令解除還要延遲三個月時，心裡就偷偷樂著...。哈，俺的好日子還長著吶！

