

No.

145

2021

1-2月

關懷社會 點亮台灣



ISSN 1026-2423

安居利農、豐饒之溪——
宜蘭三星安農溪上善若水的故事



源
YUAN
MAGAZINE

關 懷 社 會 · 點 亮 臺 灣



台電蘭陽發電廠 楊雯茹攝

母親的名，叫做臺灣

這裡有我們共同成長的記憶

請您疼惜這款情

來寫臺灣的故事

臺灣很美

人民善良、勤奮、堅強、樂觀

這裡是我們生長的地方

是咱永遠的故鄉

源
YUAN
MAGAZINE



編輯手札 Editorial Note

宜蘭三星的電火溪

安農溪，
一條安靜流淌在宜蘭平原上的溪流，
用一種寧靜致遠的態勢，
奔流推動著台電蘭陽發電廠的發電機組，
溫柔灌溉著三星地區的田野風光，
讓宜蘭的土地上，迸發出美好的藝術、人文、生態。
「安居利農」或許正是安農溪之名的真實寫照。



徵稿資訊 Call for Papers

期數	專題	截稿日期
146期	苗栗故事	2月20日
147期	馬祖故事	4月20日

各專欄單元亦歡迎投稿，相關注意事項請見封底裡來稿說明。

目錄

CONTENTS

01 編輯手扎

台電故事

04 穿梭微小之隙—小水利、微水力發電廠巡禮

文／鄧宗文

圖／台電卓蘭發電廠、明潭發電廠、
蘭陽發電廠、牡丹水庫管理中心、
南寧工程公司、鄧宗文

14 駕著雪橇暖迎新春

文、圖／台電南部火力發電廠

臺灣故事

18 安居利農、豐饒之溪—宜蘭三星安農溪上善若水的故事

文、圖／王新偉

28 「蔥」滿希望，「蔥」滿感恩— 「蔥」滿人情味的三星蔥

文、圖／容容

38 在南澳，遇見泰雅與客家

文、圖／阡陌

42 太平山上的山毛櫸之美

文／駱致軒 圖／林勝裕

特寫人物

46 經典傳統x現代設計— 陳惠美與春仔花的故事

文／林蔓禎 圖／陳惠美、林蔓禎

好食便當

56 減醣生酮跟我做 增肌減脂好輕鬆— 氣炸牛排便當

文、圖／貓尼先生

臺灣藝術

58 多元智慧星球的pulima— 武玉玲與峨塞

文、圖／鄭芳和



引古鑑今

70 安住自己、留有餘地

文／鄭筠蓁

72 緣生緣滅、沉默靜觀

文／鄭筠蓁

同心源地

74 你，也在寂寞叢林裡嗎？

文／張靜安 圖／編輯部

82 做自己的貴人—從理財開始

文／令達 圖／編輯部

86 有趣的客家話

文／李道勇 圖／編輯部

88 遇見「過路財神」

文／蕭福松 圖／編輯部

92 跳脫框架 開拓多角視野—非常識法則

文／墨客 圖／編輯部

95 狸老酥的日常碎碎念

文、圖／狸老酥

96 讀者回響



中華民國85年1月1日創刊

中華民國110年1-2月第145期

封面設計—集思創意

封面題字—徐永進

封面攝影—王新偉

發行人—楊偉甫

總編輯—王耀庭

主編—沈宜蓉

編輯助理—陳思蓉

發行—促進電力發展營運協助金審議委員會

地址—100臺北市羅斯福路3段242號副樓10樓

電話—(02) 2362-0285

傳真—(02) 2362-0944

網址—<http://www.taipower.com.tw>

編輯企劃—財團法人台灣綜合研究院

地址—251新北市淡水區中正東路2段27號29樓

電話—(02) 8809-5688#239或152

傳真—(02) 8809-5066, 8809-5098

投稿專用—zoe@tri.org.tw

《源》網址—<http://www.tri.org.tw/per/yuan.html>

美術設計—集思創意顧問股份有限公司

電話—(02) 8797-7333

印刷—中華彩色印刷股份有限公司

電話—(02) 2915-0123

行政院新聞局登記證局版北市誌字第539號

中華郵政臺北雜字第5557號執照登記為雜誌交寄

穿梭微小之隙

小水利、微水力發電廠巡禮

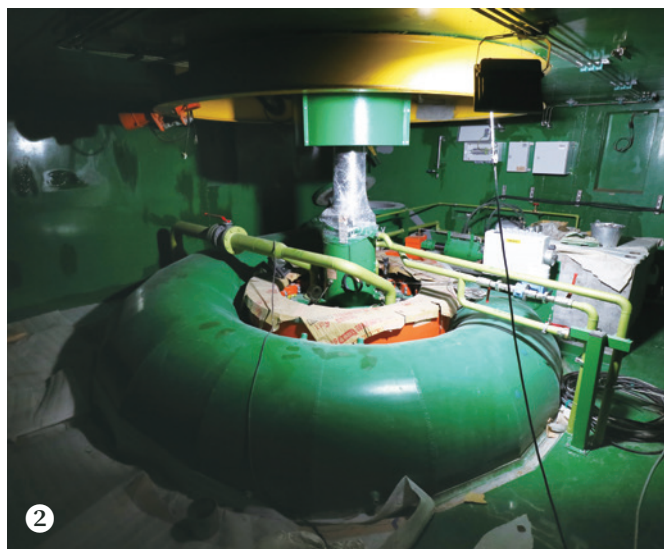
文／鄧宗文

圖／台電卓蘭發電廠、明潭發電廠、蘭陽發電廠、牡丹水庫管理中心、南寧工程公司、鄧宗文



水力發電是相當古老的電力生產方式，早在 18 世紀末期，歐洲即有水力發電的利用紀錄，臺灣在光緒 31 年（西元 1905 年）由日本人於新店溪上游完成龜山發電所，開啓臺灣電力史的序章。從日治初期各地小水力電廠爭相出場，中後期大型水力電廠奠基工業發展基礎，直到戰後火力發電逐步取代臺灣發電重心，時過境遷，如今臺灣大型水力發電開發已相對飽和告一段落，再生能源異軍突起的時代，風力發電、太陽光電，成為耀眼的能源新星，而利用既有灌溉圳道、水庫、自來水渠道興建小型水力發電廠的風潮，也成為全新的水力發電發展方向。

台灣電力公司自民國 104 年起依據中央政府發展再生能源極大化的政策，除了加速離岸風力發電、太陽光電、地熱能等再生能源的推動外，老資



- ❶ 鯉魚潭水庫洩洪道與放水口，未來這條強勁水柱將先引至台電景山電廠發電後再排放回景山溪。
- ❷ 台電景山電廠豎軸法蘭西斯水輪機，因裝置容量不大，故顯得小巧精緻。

格再生能源的水力發電亦不缺席，重新檢視自身所擁有的水壩、水路等評估是否有小水力發電的效益，除了與經濟部水利署中區水資源局合作，盤點臺灣中部多座既有水庫來新設小水力發電廠，許多民營企業不落人後，也在東部地區發展社區型的小 / 微水力發電廠，在這場水力發電轉型的革命中，站足一席之地，讓我們踏出家門，一同尋訪臺灣各地隱匿在鄉野間的小 / 微水力發電廠。

台電小水力先鋒—— 景山水力發電廠

順時針沿著臺灣繞一圈，第一站我

們來到苗栗縣三義鄉鯉魚潭水庫的景山小水力發電廠，景山電廠是台電公司開始推動小水力發電以來，百花齊發的最前鋒，利用鯉魚潭水庫大壩，所形成 81.7 公尺的有效落差及 5.5CMS 的放水量，興建一座 4,013KW 的小水力發電廠，自民國 106 年 1 月 20 日台電與中區水資源局完成簽約起，景山小水力電廠如火如荼展開工程，從鯉魚潭水庫第二原水管所預留的電廠壓力鋼管盲蓋口，將水導入電廠發電後，再排放回景山溪中，預估年發電量可達到 13.886 百萬度電，不僅減碳效益 7,235 公噸，且有效利用這段落差所形成的龐大能量。

台電在施工前，也詳加調查了鯉魚潭

水庫周邊自然生態環境，將水庫周邊最常見的綠繡眼，融入到電廠一大一小的建築中，猶如母鳥帶領小鳥般，蘊含著生生不息，與水力發電川流不息的意境，除此之外，台電也規劃電廠戶外環境完善的綠美化與宣導措施，從裡到外都是實實在在的「綠電廠」，未來卓蘭發電廠預計將景山電廠規劃成絕佳再生能源教育與生態環境推廣場域。

雙綠能示範園區— 明潭微水力示範區

接下來，我們來到臺灣地理中心的南投，走訪水里鄉的明潭發電廠鉅工分廠，鉅工分廠是日本人極具野心推動日月潭水力電氣工事中的第二發電廠，直到戰後初期，仍占有臺灣電力史舉足輕重的地位，不過今天我們的主角，是架設在鉅工分廠發電尾水出口的兩部微水力示範機組，明潭電廠利用鉅工分廠強勁的尾水水流，分別在民國 108 年 10 月及 109 年 2 月，裝設兩部由電廠人員自行設計、組裝，並運轉的蹺蹺板式與固定式微水力發電機，合

- ❶ 明潭微水力示範區，分別裝有蹺蹺板式與固定式兩種水力發電機，達到發電後再發電的最佳效益。（台電明潭發電廠提供）
- ❷ 台電明潭發電廠鉅工分廠尾水出口。（台電明潭發電廠提供）



併出力可達到 900W，達到發電後，再發電的最佳效益，並在碩大的鉅工分廠園區，設置一系列機組運轉狀態、各型水輪機介紹等解說看板。

除此之外，電廠亦利用大灣棄渣區約 2 公頃的土地，委由再生能源處架設近 1KW 的太陽光電板，預計每小時最大發電

量可達 880 度電，微水力與太陽光電的結合，打造出鉅工分廠雙綠能生態教育園區，可提供水里周邊社區民衆、遊客、機關，及學校等參訪，一舉打破電廠戒備森嚴的銅牆鐵壁，讓能源議題與民衆的距離不再遙遠。

小工程開發大發電效益—— 湖山與集集南二發電廠

跨過濁水溪，踏進雲林縣斗六市臺灣最年輕的湖山水庫，壩下台電施工人員正為湖山小水力發電廠一磚一瓦的興建中，與此同時加速施工的，還有北面集集攔河堰南岸進水口的集集南岸第二小水力發電廠，這兩座電廠都是台電公司與中區水資源局共同推動全臺小水力發電計畫的成果之一，起初湖山水庫興建計畫中，是沒有建設水力發電廠的規劃，不過台電公司開始規劃全臺小水力發電時，了解到湖山水庫取水塔至下游供應給臺灣自來水公司的穩壓池之間，有 54.87 公尺的落差，且相關發電會用上的輸水管線等，均已預留興建電廠的設施，等同於再既有管路上只要增加一部 1,950KW 的水輪發電機，不需耗費鉅資與時間，即可完成一座發電廠，故決定興建湖山小水力發電廠，完成後估計每年可帶來 809 萬度的無汙染水力發電。

集集攔河堰是中部地區最重要的水利設施之一，更是全臺最大的攔河堰，可想





① ② 正在進行地下基礎與水輪機組件安裝的集集攔河堰南岸第二跌水工發電廠。（南寧工程公司提供）

而知，攔河堰本身所擷取的水流量有多龐大，民國 90 年集集攔河堰完工啓用後，將濁水溪溪水一分為二，分別由南北岸兩邊的取水口送往彰化與雲林使用，其中北岸取水所形成的 31 公尺落差，已在民國 96 年由民間企業投入開發名間水力發電廠，而南岸取水口所形成的多座跌水工，則長期未有相關企業投入開發水力發電，適逢

台電與中區水資源局盤點中部各地既有灌溉水路的水力發電潛勢，集集南岸取水擁有高達 13 座跌水工所形成的落差，或許每一座跌水工能產生的電力不多，但將它們累積起來，就有不可小覷的發電能量，經過台電的評選，落差最大的南岸第二跌水工雀屏中選，將採用國內首次引進的燈泡式水輪發電機，預計將在民國 110 年與湖山小水力發電廠一起完成。

水力發電挺進國境之南——牡丹小水力發電廠

經過長途旅程的辛勞，西部小水力發電最終站，我們來到四季皆風光明媚的恆春半島，恆春半島的山區，有座供應大恆春地區農業、觀光、民生用水的重要水庫，牡丹水庫。牡丹水庫是民國 77 年政府因應

恆春的觀光與商業都將蓬勃發展，勢必有龐大的用水需求，因此擇定於牡丹鄉里仁溪、牡丹溪所匯流的四重溪上游興建牡丹水庫，同樣的，牡丹水庫早在興建之初，就沒有水力發電的設計，僅作為純供應民生用水的水庫定位存在。

但是牡丹水庫興建小水力發電廠的構想，從水庫竣工蓄水以後就一直都有計劃萌芽，民國 92 年南區水資源局曾針對牡丹水庫進行水力發電評估，但當時小水力發電仍不是能源寵兒，評估後認為發電量遠

小於石門、翡翠等大型水庫的效益，因此牡丹小水力電廠首次告吹，民國 94 年 6 月牡丹小水力再度浮出檯面，卻又因為最終評估結果不具經濟效益，第二度告吹。民國 104 年是臺灣再生能源蓬勃發展的一年，牡丹小水力電廠乘著這波潮流第三度躍出水面，這回，兩次接連無疾而終的牡丹小水力電廠終於有令人振奮的結果，南區水資源局重新對牡丹水庫發展水力發電規劃，利用水庫放流到四重溪之間的閘閥室，增建一座小水力電廠，裝置容量也調整到 490KW，經過評估牡丹小水力電廠終於獲得南區水資源局首肯而決定開發，目前牡丹小水力電廠預計將在民國 110 年 9 月竣工啓用，也將原先僅到台電高屏發電廠竹門機組（舊稱竹子門發電廠）的臺灣水力發電版圖，一舉延伸到國境之南的恆春半島。

新武呂電力泉源—— 關山圳水力發電廠

跨過中央山脈，映入眼前的是好山、好水、好風景的後山臺東，臺東縣是聞名全臺的農業縣市之一，孕育屢屢得獎的池上好米，歸功於新武呂溪純淨山泉水與穿梭在田埂間的灌溉圳道。關山大圳是東臺灣規模第二大的灌溉系統，自新武呂溪初來橋北側引水，經沉沙池過濾水中砂石後，流入四通八達的圳路，滋潤每一株飽滿的水稻米粒，關山大圳沉沙池與進水口間，



牡丹小水力發電廠配置圖與施工近況，將臺灣水力發電版圖一舉延伸到國境之南的恆春半島。（牡丹水庫管理中心提供）

有約 10 公尺的落差，再加上關山大圳本身擷取新武呂溪每秒 10 立方公尺的水量，讓此地成為極具優勢的小水力發電地點。

潛藏在東部的小水力潛勢亮點，逐被發掘出來，民營企業嗅得商機，搶先在民國 105 年 10 月 7 日取得能源局同意，

並已與主管圳道的臺東農田水利會完成簽約，裝置一部 800KW 的豎軸卡布蘭水輪發電機，年發電量 480 萬度，約可供 1,200 多戶家庭，關山圳發電廠在民國 108 年底與台電系統併聯，達成商轉目標，為臺東再生小水力步出新里程碑。

臺灣首部自製小水力機組— 松浦小水力發電廠

離開臺東，循著花東縱谷的稻香持續北進，行經花蓮玉里鎮 193 線道的松浦米廠旁，一間小巧不起眼的鐵皮建築依附在米廠旁，它是松浦小水力發電廠，廠內裝設的是臺灣首部自行設計打造的小水力發電機組。松浦小水力發電廠利用太平渠約





- ❶ 關山圳小水力發電廠。
- ❷ 關山圳小水力發電廠發電機。
- ❸ 松浦小水力電廠全臺首部自製的小水力發電機組外觀。

8 公尺的高低落差進行發電，裝置容量有 80KW，每日均發電量可達到 1,000 度，年發電量約 20 萬度。

民國 107 年民營企業向能源局申請「業界能專計畫」獲得補助，以德國研發的貫流式水輪機為雛型改良微結構更加簡化、且安裝要求更低的溝渠用小水力發電機組，並與花蓮農田水利會合作，將新開發的水力發電機安裝在玉里鎮太平渠，經過財團法人農業工程研究中心及台電公司綜合研究所的水輪機組效能驗證測試，松浦小水力電廠於民國 108 年 12 月 1 日竣工啟用，成為花蓮地區第一座民營小水力發電廠。

農村水力微電網先驅— 福慧農場微水力發電系統

結束玉里松浦小水力電廠的巡禮，我們向北來到吉安鄉的福慧有機農場，是花蓮農村矚目實驗室的環境教育重鎮，農場內吉安圳的水源—木瓜溪，與台電東部發電廠轄內機組（龍溪、龍澗、水簾、銅門、榕樹、初英）發電的水源相同，經過上下游機組發電與沉砂過濾後，儼然形成得天獨厚的微水力發展場域，福慧有機農場早在民國 103 年就利用這條圳道，展開微水力發電實驗，發展出簡易發電應用模式，民國 107 年更有水土保持局花蓮分局的加入，但畢竟非真正專業電力技術單位與欠缺設備、技術等，形同「萬事俱備，只欠東風」。

民國 109 年 2 月台電東部發電廠利



利用吉安圳豐沛水源的福慧有機農場微水力發電系統，為臺灣首個農村微水力電網。

用早先於民國 106 年在立霧機組成功自製微水力發電機組的經驗，主動與福慧有機農場洽詢合作，在圳路上裝設兩部合計約 200W 的自製微水力發電機，每天約可發 4.8 度電，所產生的電力導入 UPS 不斷電系統中，供應福慧農場綠能教室的電燈、電扇、以及電視使用，於 9 月 24 日舉行「東部發電廠協助地方發展微水力成果發表會」，成為全臺首例成功推廣的農村水力微電網系統。

安農溪的漂浮水車— 蘭陽發電廠微水力發電機組

環島小水力巡禮終於來到最後一站—台電宜蘭蘭陽發電廠，台電蘭陽發電廠分別由天埤機組與圓山機組組成，兩座電廠均是日治時期所興建的活骨董電廠，其中天埤機組發電後的尾水，更是素有三星鄉生命之河稱號安農溪的源頭，為三星地區

挹注近百年的潔淨活泉。行經安農溪自行車道，我們可以注意到左手邊天埤電廠四部發電機組尾水匯流的安農溪起點，有部外型特殊的水車橫宛如漂浮在溪流中央，這部「漂浮」水力發電機，是台電蘭陽發電廠同仁集思廣益的成果。

民國 107 年 11 月台電蘭陽發電廠開始在廠區環境計畫裝置微型水力發電機組，並委請台電電源開發處同仁測量發電環境，經過評估水力發電機預計裝置在安農溪自行車道旁，電廠同仁隨即開始規劃發電機的構型、維修平台的設計等等，再利用電廠停止發電，安農溪沒水的狀態下，迅速完成維修平台架設與發電機組裝，並且為配合上游天埤機組尾水的多寡影響安農溪的水量，水輪機利用兩具玻璃纖維材質的浮艇作為支撐，猶如水輪機漂浮在水面上轉動，經過電廠人員共同努力合作下，安農溪流速型水力發電機在民國 108 年 7

月 23 日完成啓用，成為安農溪觀光自行車道上的一大綠能新亮點。

結語

環島一圈，走遍臺灣各地，親眼見證臺灣水力發電發展史的全新篇章，利用既有引水路所興建的小型 / 微型水力發電，不只更加友善環境，相對於大型水力發電所需耗費曠日廢時的施工期程，與龐大的

人物力資源，其完成難度大大降低，也是促使民營企業在這波臺灣能源變革中加入的一大主因，我們眼前所看到的景山、集集南二、湖山等小水力電廠只是水力發電新章節的第一步，台電所推動的全臺第一期小水力發電計畫，桃園石圳聯通管、臺中大甲溪馬鞍後池小水力等蓄勢待發，讓小水力發電在全臺各地百花齊放。●

參考資料

- 台電卓蘭發電廠、明潭發電廠、蘭陽發電廠簡報資料。
- 「漂浮發電！蘭陽發電廠流速型水力發電機組 23 日揭幕」，《聯合報》，民國 108 年 7 月 20 日
- 「台電助攻 全台首例農村微水力示範機組花蓮設置」，《中廣新聞》民國 109 年 9 月 24 日
- 「臺灣首部自製水力發電機組開動 玉里太平渠打先鋒」《中國時報》民國 108 年 12 月 1 日
- 「水資源之綠能開發-牡丹水庫小水力發電新建工程簡介」《水利署電子報》第 207 期 民國 105 年 12 月 30 日
- 《後山活水：臺東農田水利會圳路史(上)(下)》臺東農田水利會 民國 109 年 9 月

電廠開放參觀資訊

台電明潭發電廠 鉅工分廠

聯絡電話：(049)277-6605

地 址：南投縣水里鄉鉅工村二坪路 7 號

台電蘭陽發電廠

聯絡電話：(03) 9893-854 轉 215

地 址：宜蘭縣三星鄉天山村電力路 25 號

開放時間：週一至週五，上午 9 時至 11 時，下午 1 時 30 分至 3 時 30 分。



利用浮艇漂浮在安農溪上的台電蘭陽發電廠微水力發電機組。(台電蘭陽發電廠提供)

駕著雪橇暖迎春

文、圖／台電南部火力發電廠

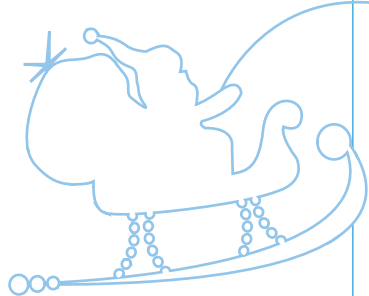


佳節來臨，孩子們總會期待著收到來自聖誕老人的禮物。

鈴聲多響亮

每到 12 月，孩子們總是期待著聖誕節是否能夠收到禮物，猜想著今年對聖誕老公公許下的願望是否能夠成真；早早準備好聖誕襪擺在房間，不停詢問爸媽聖誕老公公的故事，生怕錯過任何一個環節丟失了禮物的細節，擔心地想著沒有壁爐煙囪是否會無法收到禮物。在許願卡上用注音符號歪斜的寫下公仔、玩偶以及籃球、足球和各種樂器，或是那些還沒有看過的漫畫，確認聖誕襪是否可以塞進所有願望，帶著期待的心情倒數聖誕節的到來。

叮叮噹，叮叮噹，鈴聲多響亮。在平安夜這天，南部發電廠決定為孩子們圓夢，舉辦「電桿上的耶誕禮」邀請獅甲國小全校二年級的師生來廠歡慶聖誕，一同遊戲。





平安夜這天，獅甲國小二年級的師生來到台電南部火力發電廠歡慶聖誕。

活動一開始，馬上幫去年許願的小朋友美夢成真，完成他們去年來電廠許下的聖誕願望，送給他們水壺與足球；孩子們害羞靦腆地說他們忘記當年他們許下的願望，但非常開心收到這個特別的驚喜。繪本故事達人紅豆冰哥哥準備了故事屋和孩子們說繪本故事，透過小蝸牛找殼的過程中發現自己原本的殼就是最好的來鼓勵孩子，並藉由小女孩找胎記的故事告訴孩子那是最美的記號，讓孩子擁有自信並且肯定自己生命的價值與獨特，同時透過有獎徵答和孩子們遊戲互動，與孩子們嬉鬧玩成一

團。台電南部發電廠也準備了分組競賽的活動，透過「發電腳踏車騎乘比賽」，在遊戲中讓孩子們體會電力資源得來不易，同時看到自己努力騎乘腳踏車能夠發電獲得滿滿的成就感；「跳跳圈圈叉叉」的活動，則透過問題讓孩子思考身邊的環境議題，讓孩子對能源有更進一步的認識。活動競賽為孩子們準備了益智積木與聖誕圖書作為禮物，並準備文化與環境議題的兒童圖書送給孩子們作為班級圖書，喬裝成聖誕老公公的副廠長更在活動進行到一半時突然出現，讓孩子驚喜連連，開心地圍

著聖誕老公公期待收到禮物；禮物是用回收的煤灰製成的牛寶寶，圓滾滾的身軀配上萌萌大大的雙眼，非常討喜可愛。孩子們認真的在許願卡上寫上願望，布置的電桿上掛滿了一張又一張的許願卡如同七彩的瀑布；有孩子撒嬌的問著同仁什麼時候可以收到禮物、什麼時候還可以再過來電廠一起玩，童言童語的跟我們說這裡是最棒的「南部遊樂場」，臨走前還帶走了會場布置的各種聖誕裝飾與造型氣球，珍惜的捧在手心，害羞地與我們道別，每個笑容都成為平安夜最可愛的雪花，在寒風中吹響著聖誕活潑的鈴噹。

記得那個不下雪的冬天

與孩子聖誕同樂，我們也不忘仍有許多孩子無法歡慶聖誕；生活中的欠缺時時挑戰他們，但他們總是很努力的突破各種困難，用笑容與活力迎接每一個寒冬。

帶著溫暖與祝福，從聖誕老公公的服裝褪下，轉化為最友善的鄰居與家人，我們走訪鄰近中小學，發放急難救助與獎助學金給需要的學子，期待歲末小小的送暖，可以給孩子們一個充滿陽光的冬天。

我們柔聲的造訪，在下課的時間輕柔的不做更多的打擾，走過一間又一間的中小學校長辦公室，悄悄的用短短的時間，為需要的孩子點一支溫暖的燭光；沒有鎂光燈，沒有頒獎台，沒有同學們的好奇張



望，簡簡單單的為需要的孩子們送上一份最暖心的問候、一個肯定的眼神、一句藏在心裡最深的祝福與加油，還有太多想要伸手卻被社交距離阻隔的擁抱。孩子的臉上帶著純真同時透著提前長大的成熟，不需要我們說更多的故事鼓勵，孩子的眼神中早已帶著前行生命的勇氣與智慧；我們只是試圖為他們的冬天點燃一盞小小的燭光，但他們本身就是最耀眼的光芒，強韌的溫暖著被寒流降溫的冬季。

沒有寒流的冬季，臺灣連高山都不會降雪，在平地的都市更是從來沒見過大雪紛飛；聖誕節的雪花翩翩如同童話故事，銀色聖誕也只是異國情懷。今年冬季迎來了好幾個寒流，一個又一個刷新低溫紀錄，也讓山區遍布白雪，如詩如畫，璀璨動人。然而，不管冬季多麼嚴寒，不管是否有機



會看見心中美麗的銀色聖誕，我們都仍有著一股愛的力量能夠溫暖整個冬季；或許是一杯熱可可送到朋友的手心，或許是一通電話關懷遠方的家人，而我們則是靜靜地走入社區，試圖緊握我們看見的每一雙顫抖的雙手，給予他們一份溫暖度過寒冬。聖誕節，留下禮物，留下歡笑，也留下對未來前行的支持與祝福，盼望著這些孩子們都能擁有一個美好的童年，對未來繼續帶著想像與期待，對明天繼續帶著純真與相信，對生命繼續帶著熱情與肯定。

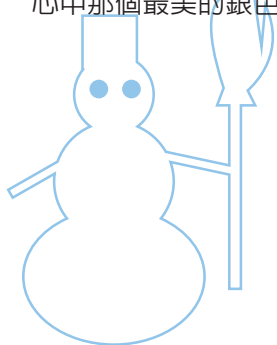
而那是我們共有的童年回憶，濃縮成一首輕快的聖誕兒歌，輕快而活潑的反覆歌唱：「叮叮噹，叮叮噹，鈴聲多響亮。他給我們帶來幸福，大家喜洋洋！」

而我們將繼續推著聖誕麋鹿的禮物車，帶著數不盡的禮物與祝福，傻傻地在



- ❶ 孩子們認真尋找屬於自己的許願卡。
- ❷ 精心裝飾的造型汽球，孩子們開心地捧在手心。
- ❸ 孩子們開心的告訴電廠同仁說：「這裡是最棒的南部遊樂場！」

社區裡邊走邊迷路；就這麼安靜地停留在社區裡，和鄰里一起走過一年又一年的寒冬，和孩子們歡笑過一年又一年的聖誕，一起用愛溫暖著我們的家園，彩繪著我們心中那個最美的銀色聖誕。❹





安居利農、豐饒之溪

宜蘭三星安農溪

上善若水的故事

文、圖／王新偉

「開蘭之地」三星鄉

為蘭陽溪源頭之一的雪山山脈，其北段在宜蘭縣境內因處在大陸冷高壓的迎風面，為宜蘭全境帶來四季潮濕多雨的氣候，也造就了所謂「霧林帶」的自然風

貌，從海拔 1,000 公尺以上的山脈下落到 200~300 公尺的高地，多變的地貌形塑了蘭陽平原多樣而細緻的環境生態。而首當其衝受這種季風氣候影響的就是蘭陽平原最西端的三星鄉，因其處在與山地的連接



2



3

- ❶ 安農溪堤防的邊坡綠草如茵，是民衆散步的好去處。
- ❷ 身處如此優美宜人的水岸環境，正可忘憂遠離塵囂。
- ❸ 宜蘭三星安農溪是源自台電蘭陽發電廠的「天埤電廠」發電後尾水所形成的溪流，故安農溪在當地人的口中曾被稱作「電火溪」。

之處，所以也是蘭陽平原地勢最高的地方。

從國道 5 號蔣渭水高速公路過雪隧進入宜蘭縣，頭城、礁溪、宜蘭、羅東、冬山、蘇澳…這些耳熟能詳的地名占據地利之便，成為車旅一族停車駐足的首選，鐵路交匯、且集結了宜蘭眾多的景點和美食，讓遊客有「到此一遊」的滿足感。而同樣是先民「開蘭之地」的三星鄉卻因為地處偏遠，加之高速公路和鐵路皆未通達，變成了宜蘭的「後山」。若不是近年來地方政府欲重啟太平山森林鐵道這條昔日著名的林業鐵路，並將位在三星鄉境內充滿日式風情的天送埤木造車站打造成熱門的「文青車站」，才使三星迎來關注的眼神。

天送埤車站，是昔日羅東至太平山林場的森林鐵道的重要一站，超過 55 年的營運光景不僅運送太平山上的木材下山，也肩負山上與山下人員往來的客運重擔，太平山森林鐵道沿線共設有 10 個車站，橫跨三星鄉全境，成為早年三星聯外交通之依賴。

天送埤與安農溪

而太平山森林鐵道的興建又與現今的台電蘭陽發電廠息息相關，民國 10 年 1 月，日本政府為滿足宜蘭地區的民生用電需求，在蘭陽溪的上游興建「天送埤發電所」，是為蘭陽發電廠的前身。民國 11 年 6 月「天送埤發電所」完工發電，是當時臺灣發電量排名第三的電廠。「天送埤發電所」位於現今宜蘭縣三星鄉的天山村，取水口則位於蘭陽溪與清水溪的交會處，主要是攔截蘭陽溪上游的溪水，將溪水引水入九芎湖，經過沉沙後，再供「天送埤發電所」發電。

其實遠在「天送埤發電所」尚未興建之前，日人在太平山林場所砍伐的檜木等都是藉助蘭陽溪以「流木」的方式運送到下游的羅東林場，發電所的興建造成蘭陽溪上游水流部分被阻斷，使得山上的檜木無法再通過蘭陽溪順流而下，於是，才有了後來總長 36.95 公里的太平山森林鐵道的修建。

太平山森林鐵道的啟用，使得林木的運送更加安全便捷，也帶動了三星的繁榮與發展。至於「天送埤發電所」，則為宜蘭民生輸送源源不絕的電力，也為蘭陽平原造就了另一條「生命之河」—安農溪。

乍聽之下，安農溪這個名字對外地人來說是很陌生的，一一檢索臺灣河流的列表，其中並無她的名字，即使將範圍縮小，把宜蘭境內的所有的河川水系全部收錄，安農溪也只「隱身」於羅東溪的支流之下。所有這一切都是因為安農溪主要源自於「天送埤發電所」發電後的尾水所形成的溪流，可以說是一條人工河，故而安農溪在當地人的口中，舊時曾被稱作「電火溪」。即使時至今日，很多上了年紀的三星耆老依然「電火溪」、「電火溪」的稱呼這條河。

何以這條名不見經傳的安農溪，卻在三星、冬山，甚至羅東、五結等地衆多鄉人的口中，被譽為蘭陽平原的另一條「生命之河」呢？三星國中的張輝志校長甚至告訴我，如果沒有這條安農溪，就沒有今天以休閒農業和田園風光聞名的三星鄉和冬山鄉，聽張輝志校長如此讚美這條溪，更讓我對安農溪心嚮往之。於是，在民國 109 年邁入尾聲之際，我跟隨著三星國中張輝志校長的腳步，深入到安農溪流域一探究竟。

既然是「天送埤發電所」發電後的尾



1

水所形成的溪流，要了解安農溪的身世，當然要從她的源頭說起，張煒志校長便先帶我來到距離天送埤車站不遠的蘭陽發電廠。

百年電廠 綠色能源的模範生

從民國 10 年宜蘭第一座水力發電站「天送埤發電所」運轉發電，到民國 110 年這座發電所正好走過一百年。「天送埤發電所」從最初的 3 組發電機組增加到 4 組，數年後再於三星鄉員山村興建「圓山發電所」，時間回溯至上世紀末，兩座發電所進行組織合併，正式更名為蘭陽發電廠。

張校長駕輕就熟地帶我繞過蘭陽發電

廠的廠區大門，沿著廠區外圍平整的自行車道進入電廠左側的尾水出水渠道，映入眼簾的是蒼翠的天送埤山，而灰白色的天埤機組就橫亙在山腳下，電廠後方有 4 條



2

- ① 主流全長 17.2 公里的安農溪，由於急彎道多，所以設置大大小小的攔洪堰，以因應防洪治理的需要。
- ② 由台電蘭陽發電廠與三星國中合作開發製作的流速型微型水力發電設備，做為環境教育與能源教育的示範。

巨大的滑梯狀水道，以近 60 度角斜臥於山坡之上，滔滔水流則從電廠前方建築底部的巨大橋拱型水洞排出，形成十幾公尺寬的河面，這裡就是安農溪的源頭。

天埤這座川流式發電廠不捨晝夜的引蘭陽溪水發電，發電之後的尾水再成為蘭陽平原眾多鄉鎮的農業灌溉用水，以對環境友善的水利資源作為再生能源的開發，一百年間周而復始的循環利用，無疑是臺灣綠色能源的「模範生」。

張校長指著距離出水口不遠處一座還在施作中的鋼鐵水車，告訴我，那是蘭陽發電廠與三星國中合作開發製作的一部流速型微型水力發電設備，運用水流驅動水車的原理，帶動渦輪發電，完成後除可提供學校師生參訪學習、綠能教育展示，兼具帶動地方觀光，未來還可以利用其延伸建置方便性等優勢，通過農田水利會在安農河流域廣設，以做為環境教育與能源教育的示範。

離開花木扶疏、小而美的蘭陽發電廠天埤機組，我們順源而下，由於地勢呈沖積扇狀下降，原本平緩狹窄的河面也漸漸變得開闊，溪水的流速也隨之湍急。感受到公路的彎道變多，安農溪上的分洪堰也開始增加，張校長告訴我，主流全長 17.2 公里的安農溪，大大小小的攔洪堰有 7 座之多，由於攔洪堰多在河道急彎之處設置，目的就是因應防洪治理的需要。我們在一

處攔洪堰旁停車，走下河道邊堤，沒想到腳下的河堤一點都不高，只有三五個台階，連小朋友都能輕鬆跨越，更讓人驚訝的是，堤防的邊坡綠草如茵，河畔宛若高爾夫球場，波光粼粼的安農溪如一條銀帶般鑲嵌在無邊際的綠色田野中，白色的芒花則輕歌曼舞，好像唱和著溪水的歡鳴，一幢幢漂亮的農舍矗立在河的兩岸，涓涓流水，祥和靜謐。

落羽松美景「田」入你心

我正被眼前的美景陶醉著，張校長說，前方不遠處還有一個秘境，那可是今年最夯的網紅打卡聖地。還有秘境？心中雖然雀躍，但腳步似乎略顯姍姍，來到張校長口中的秘境－田心落雨松步道，從車窗看到遊人如織的盛況就已不難領略她的魅力了。

此刻正值午後金燦燦的陽光灑落，時序已是隆冬，剛經歷一波入冬最強寒潮的洗禮，這一大片集聚成林的落羽松步道正漸漸轉色，原本在秋天已變成褐黃、金黃的針狀葉片，此刻開始泛出紅色，五彩繽紛已不足以形容眼前的所見。當陽光從落羽松羽毛般的葉隙間篩落地面，紅黃交錯與綠毯般的草地交織成一幅美不勝收的靜謐美景，身旁則不斷出現驚歎連連，生怕眼前這一刻美景稍縱即逝，落羽松的美在這裡盡覽無遺。據說，這些源自北美濕地

的落羽松來到臺灣，很快就成為適應良好的「新住民」。春天時，抽出嫩綠的新芽；夏天時，展開蔥綠的樹蔭；秋天時，綻放嫣紅的容顏；冬天時，領受孤寂的禪意。

時間漸晚，卻仍然有遊覽車一輛輛的開進來，剛過去的 2020 年因一場突如其來的疫情，城市的緊密生活被禁止，跨國旅遊變得艱難，但「禍兮福之相倚」，許多人選擇走向自然。在遠離群聚、找回自我的驅使下，三星的落羽松步道因網路多元傳播，成為熱門的打卡秘境，吸引遊客紛至沓來，也讓人們在面對疫情的低潮下，獲得心靈的療癒和紓壓。

除了落羽松秘境，安農溪沿岸還遍植茄冬、小葉欖仁、冬青等樹種，皆以分片分區種植單一林木的方式，營造整齊成林的环境景觀，顯見當初規劃的用心。

沿著安農溪逕邐而行，一座座風格獨具的橋梁也令人目不暇給，細細數一下，橫跨安農溪上的大小橋梁竟然多達十幾座，極大地方便了左岸和右岸民衆的交通往來。張校長特別指點我一定要看「牛頭五橋」，被譽為是安農溪上最具特色的橋樑。這 5 座橋分別是二萬五橋、田心橋、健隱橋、健富橋、農義橋，五座橋的特色都



紅黃交錯的落羽松與綠毯般的草地交織成一幅美不勝收的靜謐美景。

是橋身上有大大水牛頭石雕以及裝滿稻穀的米籬，而橋欄上則立著一個個戴著斗笠的人形，好像挑著扁擔的農人不畏日曬雨淋的站在橋上，由

於三星在地主要務農，因此以農民、牛頭和米籬等造型，來象徵在地人的農村文化。

而貫穿安農溪右岸、左岸的環狀自行車道，除可欣賞沿岸的景觀及綠意盎然的自然風光，濃濃的農村氣息，很適合全家人共騎及親子同樂，也是近年沿岸特色民宿最夯的休閒娛樂活動。

用如詩如畫來形容安農溪的水岸風光，似乎再找不到別的貼切的詞彙了。徜徉在如此優美的水岸，我也注意到，在溪畔除了有經濟部水利署第一河川局所立的管轄告示牌，還出現以「宜蘭縣安農溪總體發展協會」名義的溫馨提示：「愛水一起來，開創水未來！」、「本場地環境由宜蘭縣安農溪總體發展協會定期認養維護，歡迎您加入我們守護河川環境的行列。」

守護安農溪 打造安居利農之境

宜蘭縣安農溪總體發展協會，引起了我的好奇，張校長看出了我的心思，他說：「我現在就帶你去見見這些安農溪的守護者——一群熱血的志工夥伴，跟他們聊聊安農溪，你會更有收穫。」聽校長這番話，我的精神一振，正中下懷。

看到安農溪驛站的路牌，張校長說：「就是這裡。」眼前的驛站是一座開放空間的兩層建築，2樓是觀景平台，視野極佳，可以遠眺3公里外的落羽松秘境。1





樓就是安農溪總體發展協會的服務基地，也兼作遊客品茗咖啡的休憩空間。只見驛站外立著一塊牌子，刻寫著協會成立的宗旨：「為永續優質、友善的水環境，兼顧保育及利用，肩負守護安農溪環境的責任，與流域居民、水利署第一河川局攜手護川。」

驛站內陳列著安農溪的導覽小冊和協會的活動手冊，桌上的木質墊板上則烙印著唐人李白《襄陽歌》中的部分詩句：「鸕鷀杓，鸚鵡杯。百年三萬六千日，一日須傾三百杯。遙看漢水鴨頭綠，恰似葡萄初醱醅。此江若變作春酒，壘曲便築糟丘臺。千金駿馬換小妾，醉坐雕鞍歌《落梅》。車旁側掛一壺酒，鳳笙龍管行相催。」詩中看似以醉漢的心理和眼光看周圍世界，

實際上是以帶有詩意的眼光看待世間一切，思索一切。我想，天天面對這般美景，與志同道合者相伴，任誰都會有這般詩意的情懷吧。

張校長特別為我介紹協會兩位重要的志工夥伴，人稱「張姐」的張貴美理事和會計王麗說大姐。這兩位協會的重要幹部也是協會裡最資深的志工。令人訝異的是，她們兩位都不是在地的三星人，卻都受這條溪流的自然人文魅力所感召，而一股腦投身協會的志工行列，不但出錢出力，還把大部分的精力都放在這條溪的環境維護上。



- ❶ 以綠、水、健康來規劃安農溪的地貌，營造親水空間及水生動、植物棲息繁殖水域環境。
- ❷ 被稱作「二分之一的智慧」的分洪堰將安農溪水分成南北兩條水路，左邊北流三星，右邊南流冬山，目的是為了讓下游兩鄉的農民都能有效取得灌溉水源。
- ❸ 分洪堰如今已劃設為風景區，成為一座兼具了解水利工程及觀賞自然生態的風景點。
- ❹ 安農溪的龍形圖騰。

王麗說大姐告訴我，安農溪是在民國 58 年，為因應防洪治理並兼顧農業灌溉需求制定治導計畫，花費廿幾年才完成堤岸整治及農業取水設施，主流全長 17.2 公里，流域面積約 55.9 平方公里，灌溉面積逾 5800 公頃。前臺灣省主席林洋港先生有感於該溪對農業生產和安定農民生活有舉足輕重之作用，遂將其命名為「安農溪」，取安居利農之意。但在治理初期，沿岸耕

農多不重視環境的維護，不論農業廢棄物還是一般垃圾都往溪流裡排，讓安農溪變成當地人眼中的「垃圾溪」。直到民國 88 年，安農溪被公告為中央管河川，業務由水利署第一河川局接管，河道景觀才逐步獲得改善，並以綠、水、健康來規劃安農溪的水景地貌，以近自然工法整理河岸邊坡，同時融入社區總體營造理念，建造親水空間及水生動、植物棲息繁殖水域環境，提供遊憩景點。

民國 99 年，安農溪總體發展協會成立，在創會理事長吳金波先生的大力奔走下，促成由第一河川局規劃整治、三星鄉公所和安農溪總體發展協會共同認養的公私協力模式。協會並將每月的第一個周日訂為「安農溪河川日」，結合社區所有志工夥伴的力量，以在地人管在地事、以態度認同和具體行動表現推動綠美化水岸的認養維護管理。由於公私的群策群力，再加上沿岸農家住民的熱烈響應，安農溪以豐富多樣的自然生態和優美蜿蜒的河岸景觀，成為宜蘭縣觀光遊憩的新亮點，其河川整治成效和環境營造連年在全國評比中獲得優勝，成為其他縣市河川整治的典範。

安農溪整治成功的另一幕後推手是宜蘭縣前議長陳文昌先生，熱愛鄉土的陳文昌先生不但為安農溪整治爭取各項經費，更與志工夥伴一起參與「安農溪河川日」的淨溪活動。就在 2021 年的第一個周日，





- ❶ 每月的第一個周日是「安農溪河川日」，社區所有志工和居民會齊心協力，淨溪以維護河川環境永續。
- ❷ 安農溪總體發展協會的熱血志工，右起張貴美女士、王麗說女士及三星國中張輝志校長。

他在臉書上以「日日是好日，為最美的風景開啓」為題貼文，分享「2021 安農溪河川日」淨溪活動的照片。

「張姐」張貴美，一位道地的臺北人，也是無意間發現了安農溪的美，不但加入協會做終身志工，還把家從臺北搬到安農溪畔。她說，每天只要一睜開眼看到這條蜿蜒流長的美溪，就想用心呵護這裡的一草一木。

穩定供水 創生三星

離開安農溪驛站，我們來到安農溪的最後一站，也是安農溪下游最重大的一項水利工程－安農溪分洪堰。這個被稱作「二分之一的智慧」的分洪堰將安農溪水分成南北兩條水路，一條北流三星，一條南流冬山，目的是為了讓下游兩鄉的農民都能有效取得灌溉水源。分洪堰共設置 4 道電

動水閘門以進行流量分配，並平衡下游農田的灌溉用水，如遇洪水，溢流牆與溢流堰的構造也有導洪及排砂的功能，防止意外災害的發生。

安農溪分洪堰於民國 77 年完工，解決了三星鄉與冬山鄉長期爭水的問題。登上長達 1000 多公尺長的分洪堰水門，安農溪河面被中間墊高的沙洲一分為二，原本一條巨龍在此變成雙龍兄弟，向著下游的千畝良田奔騰而去。隻身走在狹窄的分隔兩支流的溢流牆上，更能感受一江春水向東流的煙波浩淼。

一川溪水臥田壟，漲落無常擾民耕。

治水工程洪患除，春夏秋冬安農心。

安農溪分洪堰如今已劃設為自然風景區，成為一座兼具了解水利工程及觀賞自然生態的風景點，環繞一圈，含河堤步道及園區內步道，長約 1.5 公里，遠觀近視都令人嘆為觀止。

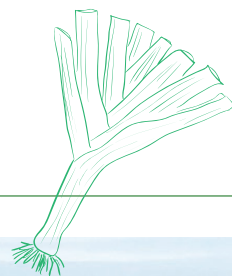
兩千多年前的古人曾告訴我們「上善若水」的道理，今人將河川比擬為大地的彩帶，川流善水需要所有人的共同維護。安農溪總體發展協會正扮演著延續維護的後繼者角色，他們細心呵護著前人治水的成果，不但要讓安農溪成為真正安居利農的生命之溪、舒適宜居的豐饒之溪，更要為三星的優質農業和休閒經營注入新的活水，並使之成為帶動三星創生的未來之溪。



「蔥」滿希望，「蔥」滿感恩

「蔥」滿人情味的三星蔥

文、圖／容容





- ① 由於雨水充沛，氣候濕潤，蘭陽平原在每年的穀雨播種時節，就會呈現一幅綠波萬頃的景象。
- ② 三星蔥的特色是蔥白特別長，蔥白長自然香氣就濃郁、甜味濃、不嗆辣又多汁。



臺灣民間信仰中凡有祭祀文昌帝君的廟宇，每逢升學季或考季，就會有莘莘學子或其家長前往「抱佛腳」，除了準備准考證之類證明考生身分的文件，另外還會帶上幾根蔥、一把芹菜或是粽子、糕餅之類的食物，貢奉於香案之上。取其諧音，就是希望子女聰明、勤奮、考試高中。於是神明面前擺滿了青蔥、芹菜，雖不是鮮花素果，但寄託著望子成龍、望女成鳳的殷殷期盼，相信神明也能體會天下父母心。

蔥，除了有開啓智慧的寓意。臺灣傳統社會還有一個在元宵夜「挽蔥」的習俗，昔時民間相信待字閨中的女子，在元宵夜如果偷摘蔥或菜將會嫁到好丈夫。臺語俗諺有云：「偷挽蔥，嫁好尪；偷挽菜，嫁好婿。」就是因為臺語中「蔥」與「尪」諧音，雖然「偷菜」的行為有違善良風俗，但傳統社會認為嫁個好尪婿是女孩子一生的頭等大事，所以女子為求姻緣偷蔥偷菜竟成了一種被「默許」的風俗。

說到蔥，除了傳統文化對其隱喻褒揚有之，在飲食文化中，也是大眾喜好甚至是很多料理不可或缺的提香之物。



「蔥」的故鄉 三星鄉

蔥在臺灣的種植歷史久遠，但引入北部種植卻是在日治時代，宜蘭縣的三星鄉是全臺聞名的青蔥之鄉。就連來臺灣玩的外國友人，聽到三星這個地名，也會冷不丁地冒出一句：「那裡的蔥是不是很有名？」

一腳踏進三星鄉，就像一腳踏進了蔥田裡。這個說法一點也不誇張，搭乘客運從羅東往三星，過了羅東溪上的「歪仔歪橋」，就正式進入了三星鄉的地界，不經意會看到路邊有婦人從自家的蔥田裡拔幾根蔥，轉身進了屋子，猜想應該是燒菜煮飯之用。在臺灣料理中，蔥是不可少的調味料，而在三星，青蔥俯拾即是，「蔥鄉」果真名副其實。

國中的社會科目中，常會出現一道考題：臺灣的平原中，何者冬季乾旱現象最不明顯？答案是：宜蘭的蘭陽平原。

據此可知，當臺灣的西部平原在冬季時旱象嚴重、普遍遭受缺水之苦時，蘭陽平原卻是大異其趣，依舊雨水豐沛。這跟蘭陽平原三面環山、一面向海，地理上自成一格有很大的關係。整個蘭陽平原從西邊逐漸往東緩斜而入於海，橫切平原中央的蘭陽溪，自上游兩山狹峙的三星牛鬥源源流出後，於天送埤開始進入平原，網狀式的河水自此奔放，傾洩於平原當中，再加上宜蘭地下高水位以及伏流多，讓沒有水庫的宜蘭一年四季不論灌溉用水還是民生用水都不虞匱乏。

受惠雨水充足，蘭陽平原在每年的穀雨播種時節，就會呈現一幅綠波萬頃的景象，當稻華漸次拉開，如酥的綠絲條化作青青水岸春煙；翠野之上，無邊際的碧玉妝點成蘭陽平原醉人的春田。

三星鄉位於宜蘭的山地、平原及河川的交匯點，正好是扇狀式蘭陽平原的扇頂位置，在這種自然地形及環境的影響下，早期的三星鄉常遭河川氾濫之苦，整片土地被四散奔流的蘭陽溪所覆蓋，形成一個大「溪埔」。先民來此拓墾，只能在網狀散流的河道中，擇定積沙成洲的土地開墾種植。原本肥沃的泥土也因河水的冲刷，其厚度比平原其他地方薄，一挖即見石頭滿地，拓墾起來便相對的艱苦與困難。

卻也正是位居蘭陽平原最高的台地，三星鄉因而占據了「水頭」之利，其水質比其他地方要來得清純、乾淨。又其位於

山邊，常年雲霧繚繞，日照少、濕氣重，加上雪山山脈經年吹拂的西風，造成日夜溫差大，還有溪水冲刷形成的板粘岩沖積土，其土壤較薄而底下的礫石層發達，具有天然的排水性，這種天然環境的孕育，造就了三星特有的自然景觀和物產，尤其適合怕熱又怕濕的蔥、蒜生長，三星蔥、上將梨便因此聲名遠播。

三星鄉有個特別之處，就是全鄉的道路都被稻田、蔥田、果園和苗圃環繞連接成方格狀，怎麼走，不遠處的山脈都在你的右手邊不疾不徐地跟著。這些方格狀的鄉道有如迷宮般，外地人開車來三星轉來轉去最終都被導航導入通往天送埤的唯一縣道上，所以假日塞車總是難免，也只有當地人才能在這迷宮般的阡陌道路中找到「出路」。於是，最多最美的三星風景也就應接不暇了。



- ① 青蔥要與水稻輪作，是三星蔥獨有的「蔥」明種植方法。
- ② 三星鄉因溪水長年冲刷造成土壤較薄而底下的礫石層發達，具有天然的排水性，適合三星蔥的生長。



- ❶ 三星農會的青蔥文化館以三星的「四寶」—青蔥、白蒜、銀柳和上將梨作為展示的主角，讓來三星的遊客體驗不一樣的綠色產業。
- ❷ 三星「四寶」的馬賽克拼貼畫。
- ❸ 造型可愛的三星「四寶」地磚。



青蔥文化館參觀資訊

參觀時間：平日 08:30-17:00 / 假日 09:00-18:00
 休館日：除夕及初一休館
 門票：免費參觀
 電話：(03)989-3170-4
 地址：宜蘭縣三星鄉義德村中正路2段41號

宜人環境 農產優質

三星農會的青蔥文化館以三星的「四寶」－青蔥、白蒜、銀柳和上將梨作為展示的主角，讓來三星的遊客體驗不一樣的綠色產業。

傳統紅磚厝外觀的三星青蔥文化館，外牆上鑄刻著綠白分明的青蔥裝置藝術，騎著單車的可愛「蔥哥」和「蔥妹」，則滿載著上將梨於入口處歡迎大家的光臨。腳下的地磚彩繪著臺灣地圖，當然少不了三星的青蔥、白蒜、銀柳和上將梨。

走進館內，則是別有洞天，全館以設計可愛的主題裝置藝術來展示，通過淺顯易懂的圖文解說和觸控互動模式，再加上大型擬真的展示品，讓參觀的大小朋友都能對三星的「四寶」－青蔥、白蒜、銀柳和上將梨一目了然。

臺灣的婆婆媽媽都知道三星蔥好吃，其市場價格也是各地蔥品中最貴的，但三星蔥為何與眾不同，由館內的介紹便可一窺究竟。原來三星蔥的特色是蔥白特別長，大約是一般市面上所見蔥白 7、8 公分長的兩倍以上，蔥白長自然香氣就濃郁、甜味濃、不嗆辣又多汁，而這正歸因於三星蔥特殊的栽種方式。

文化館內以拼貼版畫的形式，讓參觀民衆很直觀就能了解三星蔥的栽培方式，整地培畦是第一步，培畦就是墊高田壟。

三星蔥田的田壟比我們一般看到的作物田壟更寬更高。然後以稻草桔梗覆蓋田壟，這一步很重要，叫做「搭草蓆」，作用是藉助稻草的間隙使田壟不致蓄積過多的雨水，且有良好的透水性。接下來才是將蔥苗一支支以定植的方式插入稻草中。

蔥有耐旱不耐澇、耐寒不耐熱的脾性，三星鄉的早晚溫差大、露水多，正可滿足青蔥生長的需求，但連續下大雨反而對蔥的生長不利。當夏季溫度過高時，早晚必須進行畦溝灌水以降低土溫，但要加強排水，避免蔥田泡水。青蔥的生長週期大約是一百天，從田裡採收的青蔥，經過清洗後，一枝枝褪去泥土，呈現出晶瑩的蔥白和碧綠的蔥葉，就是質地細嫩、蔥味香濃、人見人愛的三星蔥啦。

三星人的「蔥」明種植法

三星蔥還有一個鮮為人知的「蔥」明種植方法，就是青蔥要與水稻輪作。一塊蔥田在收作兩年後，就得改種水稻，相隔一年後才可再種蔥。如此輪作交替，就是讓土壤可以回復青蔥生長的質地和獲得必需的養分。這也是臺灣其他地方青蔥種植所沒有的耕作方式，而這種優化種植造就了三星蔥的優良品質。

三星白蒜，與三星蔥系出同門，特有的香味跟青蔥一樣都是含硫化丙烯所致。三星白蒜的產量雖然沒有青蔥高，但在國

內市場的受歡迎程度和知名度可不輸三星蔥。

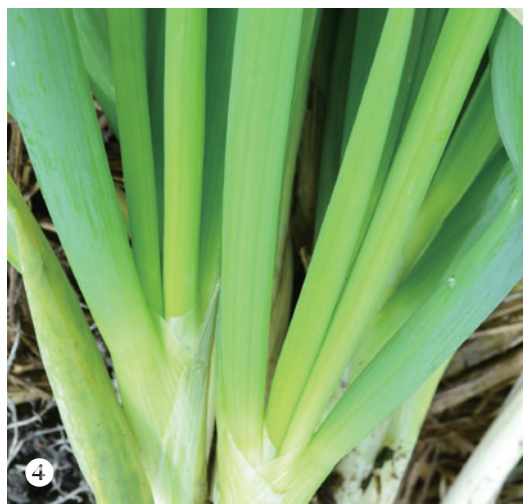
上將梨，因「三星」的地名與軍階的上將相同，故地方將所生產之高接梨取名為「上將梨」，代表著三星梨具有至高無上和果中極品的地位。上將梨汁多、心細、甜度高、口感清脆，用一句話說，不負「上將」的厚望。

銀柳，則是近年三星鄉另外一個優質農作的「明星」。據三星農會的工作人員介紹，三星銀柳的栽培面積占全省栽種面積的 95% 以上，由於採收期剛好在農曆年前，且花名與臺語的「銀兩」諧音，其花語又是「生命光輝，銀元滾滾而來。」所以是吉祥富貴之花。當花卉銷售者略加裝飾，將一束束結滿銀色絲絨花苞的細枝繫上彩緞、絲帶、元寶、紅包等，銀柳就如同它的臺語發音「銀兩」，呈現出迎春招財的喜悅，可增添新年的財運喜氣，是農曆新年應節不可或缺的討喜花卉。而且銀柳的花期長，既可插水觀賞，又可乾插觀賞、盆栽觀賞，若花點巧思將其編成花器，更是多采多姿的花藝設計的素材。三星鄉的銀柳種植業者說，銀柳即使擺放一年，仍生命力不竭。目前，三星銀柳正積極拓展國際市場，出口到鄰近的東南亞國家，更加打響「三星製造」的國際知名度。

走出青蔥文化館，在不遠處的蔥田遇到一位正在種蔥的老婦人，好奇的上前查

看，果然發現蔥田的田壟高度及膝，寬寬的田壟上覆蓋著厚厚的稻草，只是看到婦人正將蔥苗長長的鬚根剪除，有些大為驚訝，根不是越長越好嗎？一問之下，才知道育苗用的青蔥不能有鬚根，將其分枝插入土中，原本的蔥葉大約 20 到 30 天後會枯萎，新葉隨之長出，便代表生根了。老婦人說，老天爺已經連續下了月餘的大雨，蔥田最怕雨水多，趁著周末難得出日頭，抓緊時間要把蔥苗種在稻草覆蓋的田壟上，蔥苗入土怕水浸。老婦人說這些蔥苗割下來已經在冰箱裡保存了廿幾天，再不種下去幾個月的心血就要白費了。





跟老婦人一聊才知道，蔥田採收時會保留一兩條田壟的青蔥作為育苗之用，作為育苗的青蔥要從根部割下來，再以粗細來分枝，中間如果有分岔的青蔥定植最好，她說這代表蔥有了「小寶寶」，新蔥就會長得又快又好。我仔細端詳老婦人所說的已經有「蔥寶寶」的青蔥，頗覺新鮮有趣。

老婦人還告訴我，她靠著兩塊蔥田把外孫女撫養成人，後來更進入臺大求學。聽她講述靠著種蔥供養外孫女讀書成才的經過，敬意油然而生。

- ❶ 銀柳是近年三星鄉另外一個優質農作的「明星」，因其花名與臺語的「銀兩」諧音，是農曆新年應節不可或缺的討喜花卉。
- ❷ 三星蔥的栽培方式，整地培畦是第一步，培畦就是墊高田壟。三星蔥田的田壟比我們一般看到的作物田壟要寬要高。
- ❸ 作為育苗用的青蔥不能有鬚根，所以栽種之前要將鬚根剪除。這就是剪除了鬚根等待定植的蔥苗。
- ❹ 青蔥中間如果有分岔，代表有了「蔥寶寶」，作為定植的蔥苗最好。



揮灑愛與創意 成就三星之光

我深入「寶山」，去拜訪一位學生簡葦佳的家。這位學生家境清寒，年幼時父母離異，她和姐姐跟著姑姑生活。樂觀好學的她參與學校和社區協力舉辦的「未來假日學校」課程，發揮興趣與專長，每天為課後班同學烹煮晚餐。2020 年她和同學參加宜蘭縣的米食創意料理競賽，把對同儕的關懷捏成「夜光陪伴糰」，獲得全縣國中組第二名，後來更入選《國語日報》「2020 兒童少年好 Young 人物・社會參與類」，成為三星國中之光。

走進被蔥田圍繞的簡葦佳的家，只見院落裡有一方大水塘，水塘裡黑色尼龍布包裹的青蔥半浮在水面上，從蔥田外溝渠

引來的灌溉水正嘩嘩地沖刷著蔥頭根鬚上的泥土，而穿著青蛙裝的簡葦佳的姑姑手握著一把蔥，在水塘裡來回淘洗，然後熟練的除去青蔥外層，再整齊的擺放在身旁。姑姑大半的身子都泡在冷冽的水塘裡，青蔥則在水中載浮載沉。

聽姑姑說：「青蔥採收下來，洗蔥的工作就一刻也不能停，不然蔥很快變老，賣相就會變差。」姑姑頭也不抬邊做邊說。

手腳也一刻沒停下來的還有簡葦佳年邁的阿公，他從蔥田裡把蔥連根拔起，再用黑色尼龍布包好，一趟一趟地用獨輪車載著大捆大捆的蔥倒進水塘裡，再把水塘裡淘汰的青蔥外層撈起載回田裡做肥料。而簡葦佳跟姐姐則負責把洗好的青蔥分類包裝。



青蔥採收的時節，要跟時間賽跑，這樣就能多賺一點。靠著種蔥、洗蔥、賣蔥，簡葦佳的姑姑獨力把她們姊妹倆撫養大。

天道酬勤。體力與汗水是承擔生計的籌碼，雖然辛苦，但心安理得。簡葦佳的阿公和姑姑，還有靠著兩塊蔥田把外孫女拉拔養大的阿嬤，人生的曲折就這樣在生活中真實的上演。

大家都知道臺灣最好的蔥在三星，卻可能不知道三星蔥背後動人心弦的人文風情。「挽蔥嫁好」、「蔥（昌）旺」……幾句俗語，無不「蔥」滿著三星農民在地耕耘的心血及希望。

這些「蔥」滿希望、「蔥」滿感恩的故事在這塊土地上生生不息，拼貼出臺灣「尚青」的鄉土情。❧



- ❶ 入選《國語日報》「2020 兒童少年好 Young 人物」的三星國中學生之一簡葦佳和她的阿公。
- ❷ 青蔥採收下來，要馬上進行洗蔥的工作。
- ❸ 穿著青蛙裝的簡葦佳的姑姑手握著一把蔥，在水塘裡來回淘洗，然後熟練的除去青蔥外層。
- ❹ 經過清洗後，一枝枝褪去泥土，呈現出晶瑩的蔥白和碧綠的蔥葉，就是質地細嫩、蔥味香濃、人見人愛的三星蔥。

在南澳， 遇見泰雅與客家

文、圖／阡陌

我坐在南澳火車站候車室面向門口的位子，欣賞大雨後的南澳景觀。

一尊白玉觀音巍然聳立在廣場，護佑著整個村落；雲霧在山巒間飄移，有時像仙女揮舞白緞帶，有時又化成一大團綿絮。寧靜安詳的街景，讓我暫時忘了一身濕黏的不舒服。

南澳位於宜蘭縣南方，三面環山，一面向海，是泰雅族的故鄉，也是進入蘇花公路的起始點。

趁著新冠肺炎 (COVID-19) 疫情尚未嚴峻之際，我與家人搭乘從臺北啓程的自強號來到南澳，體驗了一趟歷史因素造成的南澳奇特行政區域之旅。

走出小小的車站，右轉依著「朝陽國家步道」的標誌走，想去探訪美麗的朝陽漁港。經過朝陽環山生態園區，野花盛開，蝴蝶紛飛；白鷺鷥有時結伴飛翔，有時漫步覓食，好一幅閒適的田園風光。

1

來到登山步道起點，下方就是朝陽漁港。小小的港灣依偎在山崖邊，幾艘漁船停泊在港內，一兩艘船上有漁夫忙著修補魚網。順著階梯爬上防波堤，蔚藍大海，無邊無際，我忍不住脫下口罩，暢快呼吸。

在港邊小餐廳用餐，一鉢白帶魚米粉、一盤芹菜炒花枝、一份炒海菜，三人大快朵頤，開心享用物超所值的鮮美味。後方一個大圓桌圍坐了四男二女，你一言我一語談論著有關發展南澳觀光的各種方案，國語中夾帶著濃濃的泰雅腔和客家腔。談到有共識時，便開心敬酒大喊乾杯。

下雨了，披上雨衣，往朝陽社區行去，經過「羅大春開路紀念碑」和「天后宮」、「震安宮」，輝煌雄偉的宮廟，是朝陽社區客家住民的信仰中心。

清同治 13 年 (西元 1874 年)，羅大春率兵修築蘇花古道，漢人勢力正式進入大南澳地區，但遭泰雅民族抵抗，築路中

斷。光緒 16 年 (西元 1890 年)，劉銘傳派兵征討南澳，留下三營兵力駐守，漢人在大南澳平原建立了穩固的據點，即今日蘇花公路以南區域。

從「蓬萊國小」越過蘇花公路，一尊泰雅酋長威武的雕像立在武雲橋頭，旁邊屋舍牆壁上彩繪有泰雅原住民的圖騰，前方的南澳社區靜靜倚靠山下，這裡住著泰雅族群。

朝陽國家步道旅遊資訊

門票：免費

設施：觀景台 & 步道

交通：自行開車：

台 9 線 (蘇花公路) 看到南澳分駐所後，轉南澳路接朝陽路進入南澳後，往南澳漁港方向到底右手邊抵達登山口。或於台 9 線 128.5 公里處新澳橋轉娜娘路，往南澳漁港方向到底右手邊抵達登山口。

大眾運輸：

搭乘臺鐵至南澳火車站下車，在火車站附近可租用腳踏車，往宜 56 鄉道往南澳漁港方向到底右手邊抵達登山口。

❶ 雨後雲霧繚繞的南澳街景。

❷ 火車快飛綠野間。





1

一群剛放學的小學生，在雜貨店門口邊吃零食邊嬉鬧。向店家問明了南澳天主堂方向，這座建於民國37年(西元1948年)的老教堂，全名叫「南澳聖若瑟天主教堂」，堅毅地聳立在山坡邊，默默守護著眼下的子民。素雅的灰色建築，當初是由華思儉(Georges-Etienne Beauregard, S.J.)神父一磚一石建立起來，神父在南澳設立天主教會南澳醫院，傳教兼行醫，在南澳教區服務60年，直到高齡90才退休，奉獻的精神，深受當地居民感念。轉往另一條巷子，遠遠望見高聳的真耶穌會教堂，高聳的建築除了是在地的明顯地標，也是在地民衆的信仰中心。靜謐安寧的教堂，帶給人平靜穩定的生命力量。

社區街道整齊劃一，兩位婦女坐在屋前桌邊喝茶談天；老中小三代在院子忙進忙出，好歡樂的家族聚會。

沿著蜿蜒小路往車站走，迎面三三兩兩走來南澳高中學生，不分泰雅或漢族，

邊走邊談笑。

出了南澳社區往車站走，雨勢傾盆而下。丈夫招來一輛計程車，車子在暴雨中駛向海岸社區的「天祝宮」，我全身溼透走上二樓，管理的師姑訝異問說：「要看直立媽祖像嗎？快進來。」小小的天祝宮裡因有尊直立媽祖而聞名，。

南澳三面環山，一面向海，南澳溪在出海口附近沖刷出一塊肥沃平原。依地理位置，南澳屬於宜蘭縣的一個區域，卻被蘇花公路切割成兩個不同的行政區，公路以南屬蘇澳鎮；公路以北屬南澳鄉。例如「南澳火車站」屬蘇澳鎮；「南澳鄉公所」位在蘇花公路旁，但馬路對面的「蓬萊國小」和旁邊住家卻屬蘇澳鎮。

日治時期因實行「漢原分治政策」，大致上以蘇花公路為界，南側沿海地區劃為蘇澳鎮東澳里，漢人在此開墾平地、出海捕魚維生；北側山區為南澳鄉東岳村，散佈著金岳、武塔等幾個原住民部落。如



① 白鷺田中覓食。② 清澈的朝陽漁港。
③ 震安宮漢民族的信仰中心。④ 泰雅族的故鄉。

此複雜的區分情況，不是基於地理條件，而是緣於複雜的歷史因素。

司機朱先生又載我們前往武塔部落，大雨滂沱中我披上雨衣，踩過地上積水，走往宜蘭縣南澳鄉莎韻紀念公園的「莎韻之鐘」，繞著亭子，拍了幾張照片，一身

濕漉漉回車上；車子又繞到武塔部落前，我登上南澳南溪堤防邊的涼亭，拍下兀立一旁、字跡模糊的「莎韻紀念碑」。

民國 27 年，日治時代後期，泰雅少女莎韻・哈勇（Sayun Hayon）為了送日籍老師返國入伍，在暴風雨中過獨木橋時，不幸失足掉落南澳溪殉難，臺灣總督聽聞此事，特在南澳南溪堤防道路盡頭，豎立「莎韻紀念碑」，並頒贈一只鐘作為表彰，稱為「莎韻之鐘」。

由於朱先生熱心協助，在暴風雨中載著我們再度遊走在南澳兩個不同的行政區，詳細解說了景點的故事，讓造訪南澳拍照的我，在回憶照片時有了更深刻的體驗。

正想著該如何感謝，車站前突然聚集了不少小轎車、摩托車和計程車，一班火車進站，大群乘客有說有笑出來，急忙互道再見，各自坐上來接載的車子回家去。

廣場上的白玉觀音，慈悲無分別地守護著眼下的土地和居民，讓他們不分先後來到，和樂共處，平安過好每一個日子。

華燈初上，我們驗過票走進月台，一列從花蓮開來的自強號緩緩停靠月台，我們依數字找尋片刻專屬的車廂、座位，等待汽笛鳴響，火車載著我們慢慢駛離南澳。

短短一日遊，我認識了這一方清淨山水，遇見了南澳複雜行政區域中，和樂共處的泰雅與客家族群。❧



位於太平山上的山毛櫸國家步道，每個時節都有不同的植物生態更迭。

太平山上的山毛櫸之美

文／駱致軒 圖／林勝裕

植物，用生命為四季點綴出對應的色彩，春夏秋冬的更迭影響著大地色塊的變化，如此順勢，自然間流露出大地之美。秋冬常見的變色植物有銀杏、楓葉、槭樹、山毛櫸等。其中臺灣特有的落葉喬木—臺灣山毛櫸 (*Fagus*)，近年來透過網路的推波助瀾之下，在山毛櫸開始變色的秋天上山，捕捉山毛櫸的美麗身影，似乎成了全民運動，上山打卡成為了跟上流行的實踐。

臺灣山毛櫸又稱臺灣水青岡 (*Fagus hayatae* Palib)，亦稱為早田山毛櫸，早田文藏 (はやた ぶんぞう) 是日本植物學家，為「臺灣植物界的奠基之父」。臺灣山毛櫸是古老珍貴的孑遺植物，葉面呈橢圓或

卵形，通常生長在海拔 1,300~2,300 公尺溫涼濕潤的山頂稜線附近。在臺灣主要分布在東北部山區，包含北桃山脊插天山自然保留區內的拉拉山至魯培山之稜線、烏來阿玉山西峰、新竹尖石的內鳥嘴山及宜蘭縣太平山區望洋山至銅山的稜線等，其中以銅山一帶的山毛櫸純林面積達 900 公頃分布最多，並常與高山八角、山香圓、雲葉、紅淡等混交，山毛櫸實際分布區域小且狹隘，實際占有面積約 100 平方公里，是列入公告保護之珍貴稀有植物。

山毛櫸所占領地不大，臺灣可接觸到山毛櫸的幾條路線，有較方便可達也有位於深山的路線，大致整理如下：

入門行程：太平山 & 內島嘴山，總里程大約在 6-7 公里。

進階行程：卡保山逐鹿山、夫婦山、北插天山、南插天山，總里程大約在 10-14 公里不等。

專業行程：巫山、銅山，總里程 14 公里，但因入山路徑維護不佳，較不建議前往。

羅東林區管理處與客運合作，民國 109 年 8 月起開始試辦「翠峰景觀道路」付費接駁服務，平日專車 7:40 自宜蘭轉運站發車，大約 3 小時車程可抵達太平山莊，另可再轉搭付費接駁車進入「翠峰景觀道路」。但太平山莊返程的班車最晚發車時間為下午 14:30 開車，民衆搭乘該接駁車僅能在翠峰湖區短暫停留，無法走完步道全程。為解決山毛櫸旺季期間的大量遊客交通難題，羅東林區管理處進一步協調國光客運加開專車。由宜蘭轉運站發車時間提早至 6:40，旅客能更早抵達太平山莊，續搭付費接駁車進入「翠峰景觀道路」，10:00 可到步道入口，並貼心的將下山返程車班延後至 15:00 發車，拉長停留時間，讓上山的旅客能盡情漫步在林道間。

綜合交通可親近度、步道長度，以及個人體力的考量，宜蘭太平山的山毛櫸步道，可能是最平易近人又能近距離欣賞山毛櫸的最佳選擇。搭乘客運不必受到交通及車輛管制，又能舒服的在車上休息，因



外型可愛的黃喉貂出沒於山毛櫸國家步道中。

此直接前往宜蘭太平山國家森林遊樂區，拜訪山毛櫸國家步道、翠峰山屋、翠峰湖環湖步道、見晴懷古步道，臺灣山毛櫸步道起點位於翠峰景觀道路終點，步道單程 3.8 km，需原線折返，若想欣賞金色森林美景，要走到里程 3.4 至 3.8k 路段，步行往返約 3 小時，手機自 2K 處以後訊號微弱，而 2.5K 至 3K 處有落差近 100 公尺的急陡坡，想前往的人需留意自身體力，另外基於安全考量，下午 2 點後請勿再進入步道。

山毛櫸國家步道自登山口出發後不久，有一段平坦的林道，此外在接近亞普拉塞山（yax plasai）之前，有一段為山地運材軌道之舊路。亞普拉塞來自於泰雅族語意思是「下去到那個地方」，在地理的意義上表示族人只要越過這個山嶺往下，便能到達蘭陽平原。這段道路，也是泰雅族人從太平山上下到宜蘭地區，與平地民衆接觸的通道，也因為這段道路，接起了



過往因運輸木材所鋪設的鐵道，成為太平山上的產業遺跡。



臺灣山毛櫸國家步道因生態資源豐富，近年來深受遊客的喜愛。

平地與山上的物資交流，更與戰後大元山林業生產息息相關。

太平山區多元的林相，在日治時期被視為重要的木材輸出中心，當時的臺灣總督府為準備太平洋戰爭，需要軍事木材，因此募集日資林業會社及少數富有的臺資林商，共同組成南邦林業株式會社。

西元 1945 年 7 月底，南邦會社透過臺灣總督府取得大元山山區林業經營權，未料尚未正式經營，日方便於 8 月宣布戰敗。同年 10 月，臺灣省行政長官公署成立，於農林處下設立林務局接收臺灣總督府山林課之業務，並負責接收阿里山、八仙山、太平山等三個伐木事業區，並接收 72 所日資木材株式會社，包含前述南邦會社以及所屬的大元山林業經營權，開啓了大林業時代。今日所見到的舊鐵道路線，即為當時經營伐木所需而設置的鐵道路線。

太平山山毛櫸國家步道近年來，以山毛櫸純林的珍貴稀有性，以及其植物變葉之特色，相當受到遊客的喜愛。遊客走林道中，也能遇見高山特有的動物—黃喉貂 (*Martes flavigula*)。個頭小小的黃喉貂，族

群數量不多，屬臺灣特有亞種，活動範圍大多在高山上。而太平山海拔大約 1,800-2,000 公尺，實不屬黃喉貂的生存區域。但近年來屢有民衆在低海拔地區見到黃喉貂出沒，可見黃喉貂已經愈加適應溫暖低海拔地區的生活環境。儘管黃喉貂外表可愛，本身可是能夠單獨攻擊山羌的兇猛動物，平時若是見到它，還是遠遠的用相機拍下可愛的身影，也不要餵食，確保自身安全，也避免影響黃喉貂的覓食本能。

山毛櫸國家步道有著豐富多元的生態環境，並具有濃厚的泰雅風情，在族群關係、歷史發展及林業生產等，都有著深厚的歷史意義。然而許多遊客對於山毛櫸步道的認識，大多在於山毛櫸林道之美，少有人知道太平山的林業歷史及族群故事，或許未來在解說及相關導覽時，可納入在地產業及人文面向，或許來年的山毛櫸季節來臨，隨著山頭顏色的改變，太平山的歷史，將如太平山的美麗景色，得以直通、且延續永存於每一位，曾經踏上太平山土壤的旅客心中。❶



經典傳統 x 現代設計

「玫瑰七十」是陳惠美七十大壽的經典之作。

陳惠美與春仔花的故事

文／林蔓禎 圖／陳惠美、林蔓禎

「春仔花不只是一門精緻的手工藝術，更是一種生活文化，因此，必須以文化的態度，站在文化的角度與它對話。而文化是傳統，傳統是根本，傳統的根本精神及內涵了解透徹、基本技法熟能生巧之後，才能進一步衍生、創新，賦予春仔花新的生命與意義。」

—— 陳惠美



關於「纏花」(春仔花)

「纏花」，是以絲線不斷纏繞在模型紙板、胎體或鐵絲上，經由纏、繞、捻、盤、綁等技法及步驟，再結合其他飾品或零件所完成的成品，是結合纏繞、剪紙與刺繡的一種綜合性應用之傳統手工藝。「纏」是動詞，指的是纏繞絲線這個動作；「花」是名詞，指的是「花樣」，不限於花卉，舉凡可以創作出造型圖案的蟲、魚、花、鳥等動植物及物品…，都能涵蓋其中，取其福壽、祥瑞的祝福之意。

若要追本溯源，纏花確切出現的年代已不可考，根據典籍資料記載，應於清朝時期即有纏花工藝的存在，主要運用於婚禮及年節喜慶等場合，由婦女配戴於髮上做為髮簪之用。到了民國時期，纏花依舊廣為流傳，在臺灣亦十分風行，且因不同的地域及風俗民情，各自發展出不同的特色與流派，包含閩南纏花、客家纏花及金門吉花三大系統。閩南纏花又稱「春仔花」，



「生生不息」強調多媒材的複合運用，螃蟹蘭的葉子即由牛皮所製成。

臺語的「刺」與國語「春」同音，象徵「年年有餘」、吉祥如意。閩南春仔花又分為南、北兩大路線，技法相同，造型與纏繞方式則有所差異。北部春仔花精細雅致，樣式簡約中帶有古典風韻；南部春仔花樣式多元而華麗，展現南部鄉親大器海派的風格。而講到客家纏花，不可不提到「供花」，特別注重家族輩分、倫常關係的客家族群，每逢年節與祭祖的重要時刻，代表尊貴圓滿的「供花」則不可或缺，是客家民族的一大特色。至於金門吉花則又有祭拜佛祖之用，譬如「佛祖冠」，極具地方特性。從小小一支纏花就能觀察出不同地區的風俗習慣，這就是文化的精髓與內涵。

纏花是從前大戶人家必學的女紅之一，甚至自女兒年幼時即聘請師傅到府傳藝，教導小女孩親手為自己添嫁妝。在古老的年代，每一支纏花都代表不同的涵義，只是，工業化的腳步帶來了速度及便捷，凡事皆求快的結果，少了醞釀的過程，精緻手工藝當然深受其害，低廉劣質的塑膠春仔花取代了手工春仔花，用完即丟，少了細緻度及質感，二者完全無法相提並論。另一方面，傳統手工技藝在不敵科技洪流而日益式微之下，手工藝師亦逐漸凋零、後繼無人，傳統「纏花」瀕臨斷層與失傳的危機。



與春仔花結緣

然而，任何一門工藝或技術，只要有少數人，甚至只有一人還堅持守護著，這門工藝就有機會保存與傳承。目前，臺灣春仔花最為人津津樂道的發源地，或者說是再興之地，多數人都會直指宜蘭，主要原因是宜蘭孕育了一位陳惠美，她是臺灣無形文化資產「纏花（春仔花）工藝」技藝保存者第一人。

民國 39 年，陳惠美出生於宜蘭羅東，這塊地靈人傑的文化沃土，是許多知名作家、文人雅士的文化故鄉與創作基地，陳



- ❶ 臺灣最巨型的春仔花「百合」，曾於國家音樂廳展出並收藏。
- ❷ 纏花工藝前輩謝陳愛玉阿嬤。
- ❸ 愛玉阿嬤開課，手工藝中心主任前來探視之情形。

惠美生活在充滿藝術氛圍的環境，自幼即涉足多項才藝，她尤其擅長皮革工藝，長期從事相關教學與創作。民國 88 年左右，在一次偶然的機緣下初識春仔花，她不只喜歡，更想深入了解、學習，透過友人引薦，認識了善於製作春仔花的謝陳愛玉阿嬤，此時阿嬤已高齡 90 歲，沒受過正式纏花訓練，也無任何教學經驗，但終究拒絕不了陳惠美想學春仔花的熱忱，最後於臺

北市華陰街的手工藝研究中心開班授課。教課期間，愛玉阿嬤透露了她年輕時學纏花的困境，由於農業社會懂得這項技術的人，可以幫人代工做春花賺錢，這只鐵飯碗捧得越牢越好，怎麼可能傳授他人。阿嬤想學，自然沒人肯教，阿嬤在無計可施之下，開始自創技法，這些一點一滴累積下來的資產，也演變成後來的地域性與流派之別。想想世上許多工藝技術的傳承，都是許多先人、前輩心血與歲月的累積，再經過不斷的研究、開發，才得以流傳、保存至今。陳惠美跟愛玉阿嬤學了幾年時間，阿嬤即仙逝，當時班上約 20 幾名學生，至今仍堅持走在纏花工藝這條路上的只有陳惠美。

民國 97 年，全國第一家「春仔花」工作坊正式成立；101 年，全國第一家「春仔花工藝之家」獲文化部核准掛牌。陳惠美不忘初心，始終默默耕耘、不遺餘力。

「傳習至今，我越能深刻感受愛玉阿嬤的重要性。當年如果不是阿嬤願意開課，在人生的最後階段將一輩子的精湛手藝傾囊相授，而我也不是這麼用心學習的話，臺灣的春仔花不會是現在這樣的局面，所以真的非常謝謝愛玉阿嬤」，惠美老師心懷感恩的說。愛玉阿嬤的無私傳承，以及惠美老師的義無反顧、全心投入，讓臺灣的纏花工藝持續展翼高飛、發揚光大。

12 支春仔花的意涵

「傳統是文化的根，不能背棄、改變或遺忘」，這是陳惠美不論授課、演講或受訪時，都會再三強調的中心思想。以纏花（春仔花）工藝為例，傳統的春仔花文化必須先深入了解、有所領悟，懂得最基本的內涵，纏花技術也學得熟練、基礎打穩之後，才有條件談作品的延伸性與創意。

從前的農業社會，婦女習慣在婚宴中配戴簪花以表身分，就是所謂的「春仔花」，通常指的是 3 公分見方大小的紅花，不同的身分配戴不同的花，都有一定的禮俗與規範，代表的涵義也各不相同，這是春仔花最根本也最原始的由來與意義。這些傳統文化，透過文物收藏家、地方耆老、手作師傅及文史專家的口述傳遞或交流，逐漸還原部分原始面貌；傳承到陳惠美，經由她的考證、研究、設計並制定的十二支春仔花，是婚禮中常見的式樣，包含從恩師謝陳愛玉阿嬤傳承而來的 8 種（龜、鹿、石榴、康乃馨、百合、玫瑰、梅花及牡丹）；以及參考另一位藝師蔡謝英阿嬤作品之後，所加入的五福花、圓仔花、蝴蝶及玉蘭花 4 種，總共 12 支春仔花。這 12 支春仔花經過惠美老師的整合與修改，注入創新思維與設計元素，制定出統一的形



作品「喜宴」忠實傳達春仔花幸福圓滿的精神。

式、名稱與功用，使傳統春仔花有了正式的位置與身分。

龜：象徵福壽雙全，配戴者有新郎的祖母及新娘的母親。

鹿：表福祿雙全之意，配戴者為新郎的母親。

石榴：有多子多孫多福氣的含意，只有新娘可以配戴。

康乃馨：表達對母愛的感念，通常只有雙方新人的母親可配戴。

梅花：因「梅」與「媒」同音，因此由媒人配戴。



右及中圖為北部的「鹿」與「龜」，左則是南部系統的春仔花，龜鹿同支。

牡丹：象徵富貴吉祥，雙方女眷皆可配戴。

百合：比喻百年好合，雙方女眷皆可配戴。

玫瑰：象徵愛情純潔堅貞，亦由雙方女眷所配戴。

五福花：象徵福、祿、壽、喜、康寧五福臨門，由雙方的孀孀及舅媽所配戴。

玉蘭花：比喻德慧雙全、滿室芬芳，女眷皆可配戴。

圓仔花：取其圓滿富貴之寓意，女眷皆可配戴。

蝴蝶：取諧音「福疊」，象徵福氣綿延，亦由女眷們所配戴。

仔細推敲每支春仔花所蘊含的意義，除了具備身分識別的功能之外，更蘊含雙方親友對婚宴禮俗的重視以及對新人無限的祝福，是華人社會對家族凝聚力，慎終追遠等文化的體現，濃厚的人情味，在在讓人感動。此外，從造型上的設計，也出現臺灣南北的差異，例如南部的龜鹿會纏在同一支，而且必須同時配戴兩支，表示成雙成對；但北部習俗則以意象式的福祿壽呈現在同一支春仔花上，因此單獨配戴即可。

基本製作概念及工序

長久以來，像纏花這類的民間手工藝除了少許零散的口傳資訊之外，缺乏具體的文字記錄，因此曾長期出現斷層、瀕臨失傳。陳惠美從愛玉阿嬤身上承襲來的都



纏花基本「唇形」零件。

是阿嬤一個動作一個步驟手工示範而來，欠缺文字的描述。為了將珍貴的技藝流傳於後世，也為了傳承的使命，陳惠美投注大量時間與心力，在團隊夥伴與學生的協助下，以愛玉阿嬤傳授的所有技法、工序、步驟、材料…為根基，融合臺灣南北、客家與金門吉花等系統，並針對各工序、樣式、零件…，一一重新命名。完整的系統化之後，老師授課有脈絡，學生上課也有依循的方向，更能提高學習的效果。

此外，惠美老師亦花費多時先後完成兩本中英對照著作，從《春仔花細工：傳遞祝福的纏花手作》，12支春花的內涵、製作工序、纏繞方式…，完整介紹春仔花的技法及「零件」；到第二本書《纏花工藝傳承經典：陳惠美的春仔花設計課》，分享了纏花的設計、製圖及基本技法的變



從研發、創新到傳承，陳惠美以無私的精神，積極推動臺灣繡花工藝的發展。

化與運用。從基礎到進階，技法養成到創作，由簡至繁、循序漸進，將做法、技巧不藏私的完全公開。而「製圖」就是設計圖案，是創意的源頭，也是設計的根本，有了製圖的能力，才能跳脫模仿的框架，描繪出自己想要的式樣，創作出真正屬於自己的作品。

惠美老師表示，所有最基礎的技法、概念，都是源自於「半唇形」，從最基礎的線條、美感開始培養；從半唇到唇形，到三連片、四連片…，甚至十幾連片，都

能再做延伸與變化。惠美老師獨創的「經緯線繪製法」，以經線（直線）、緯線（橫線）畫出垂直中心點，再以同等份往左右畫出數條基礎線，就能輕鬆剪出對稱的唇形。學會自己打版、設計版型，用經緯去切割等分做變化，一步步進階，由唇形到「月眉」到「官帽」，官帽再衍伸到「孔雀翎」；孔雀翎還可繼續變化出更多花樣與形式，也是玫瑰、茶花及牡丹的一個基本形式。這些唇形、月眉、官帽…，都是「零件」，也就是「樣式」。每個零件放



① 陳惠美受邀為五結鄉所設計的 logo 圖形。② 由右而左分別是唇形、官帽與孔雀翎等技法零件。

大、縮小，互相組合、搭配，技巧千變萬化，創意及作品型態皆可無限擴充、延伸。例如三色零件、四色零件、蟹腳形零件、舟形零件…，都是由唇形零件演變而來，光是唇形就有非常多的學問和技巧，把基礎的 30 幾種零件都操作得很熟練，才有足夠的實力進階玩色、玩創意。

技法部分，惠美老師自創兩個口訣，第一個是「鬆、緊，鬆、緊」，主要針對纏繞的技巧。因為纏線完全純手工，纏得太鬆太緊都不行，鬆緊之間的拿捏是一大學問，沒有訣竅，只能耐心的練到不需思考就能自然施力。第二個口訣是「有法變無法」，指的是初學者需要老師的教導，將祖先留下來的傳統技法學透徹之後，就

懂得變通、發揮創意，走自己的路。這就是從有法到無法的過程。

傳統的再生與創新

傳統春仔花的線材只使用純絲線，直到進入工商業社會，才開始以縲縲（樹皮製成，亦屬天然材質的一種）取代部分絲線。之後因天然材質日益減少，各種化學材質如 PP 線、QQ 線…包邊線也陸續出現；另外包含毛線、金屬線材、刺繡的繡線…，也都在可用之列，運用可說越來越廣泛而多元。顏色部分，紅色就是傳統春仔花的代表色，因此愛玉阿嬤還在時，陳惠美從不「玩色」，這是對阿嬤基本的尊重，即使阿嬤已離開多年，惠美老師到現在，每



各式線材是纏花工藝的靈魂。

回正式上課時，她仍帶著學生，每人桌上擺好一條紅絲線，為的是要提醒學生們，必須用心學習纏花，更要發自內心感謝愛玉阿嬤傳承下來的工藝與技術，這是惠美老師立下的規矩，很傳統，也很讓人感動。

愛玉阿嬤離開後，陳惠美考量到傳統必須與時俱進，傳統文化一定得跟大環境結合，才有更多前進與創新的機會。不只創作型態、方式，創作材質亦然。「十二生肖」的誕生就是陳惠美的第一個全新概念的纏花創作。作品命名為「從鼠開始」(台語發音)其實是有原因的，當時從起心動念到規劃就緒，陳惠美才猛然發現當年剛好是鼠年。此後一年一種動物，全部完成就是 12 年，這一年，陳惠美剛好 70 歲。這一切的奇妙機

緣，與其說是巧合，更像是老天自有安排。

12 生肖的創作同時嘗試多種複合媒材的應用，譬如「羊」的身體用保麗龍取代原始的紙板…。此外也加入她擅長的皮革工藝，以「塑」的概念融入纏花創作之中，譬如作品「生生不息」，螃蟹蘭的莖葉部分即由牛皮製成；另一創作「現代玫瑰」也是用皮革「塑」的概念去完成，二者皆栩栩如生，令人驚艷。

「喜宴」以類喜帖的形式做設計，圓形符碼為主視覺，代表團圓、圓滿之意；中間的囍字由 12 支春仔花所環繞，充滿吉祥和樂的幸福氣息。「玫



「從鼠開始」十二生肖創作象徵有始有終、事事如意。

瑰七十」是惠美老師七十大壽的經典之作。展出場地為國立臺灣工藝研究發展中心臺北當代工藝設計分館的圓廳，以 70 朵玫瑰置於中央，周圍圍繞著以五行相生相剋概念創作的荷花與之對應；玫瑰在漁網上，荷花則嵌於玻璃內，玫瑰柔美婉約，五行荷花氣勢磅礴，二者各具姿態，同時做為陳惠美投入纏花工藝傳習志業滿 20 周年的回顧與註解。

曾在國家音樂廳展出的「百合」，每個花瓣都超過 100 公分，是臺灣有史以來最大的一朵春仔花；纏繞的線材使用麻繩、水管等材料，纏好之後再上漆固定。由惠美老師現場指導，學生群通力合作、齊力完成。當時國家音樂廳邀請陳惠美創作一朵巨型春仔花，起源於從前人們觀賞演出或參與盛會時，習慣在胸前別上一朵春仔花，以辦喜事的心情前往祝賀一般，如此深意，更凸顯作品的內涵與價值。

未來的傳承與計畫

目前，除了持續創作與規畫第三本著作的出版事宜之外，陳惠美對於臺灣纏花工藝的傳承依舊念茲在茲。她計畫在未來幾年全力推動「往下扎根」與「邁向國際」兩大主軸及方向。往下扎根指的是前進校園，特別是國小階段的小朋友。先前曾邀國小四年級生體驗纏花課程，為了方便小學生操作，特地將紙型放大尺寸，線材也



透過與小朋友的互動，激起陳惠美創作的靈感。

改用較容易纏繞的 PP 線，小朋友的可塑性強，對於從未接觸過的纏花接受度很高，態度認真專注，連小男生都纏得又快又好，讓陳惠美信心大增，往下扎根指日可待。

另外，為改善整體環境，陳惠美幾經考量決定強化認證機制，讓有心學纏花的人都能循正規管道獲取正確資訊。同時，為學員爭取更多對外斬露頭角的機會，也是陳惠美的重要目標之一。「每當來到國際的場合，外國人藉由我的作品認識我們的國家、我們的文化，他們支持的行動、讚賞甚至欽羨的眼神，都讓我深感光榮，為自己的文化之美深感驕傲，更希望將這份榮耀與自信分享國人」。

誠如惠美老師所言，認識自己的文化，認同自己的國家，抱持這種精神與信念，持續努力、奮進，在傳統之中注入新意，賦予傳統文化新的思維與未來。源



減糖生酮跟我做 增肌減脂好輕鬆

氣炸牛排便當

文、圖／貓尼先生

美食當前，往往都無法控制享受的慾望，一不小心就會攝取過多，尤其臺灣近8-10年非常流行吃到飽餐廳，常常大排長龍一位難求，這樣的飲食形態讓人短時間內吃入過多大魚大肉或者油膩的食物，也衍生出一些健康問題，再加上以往的飲食習慣，大多是精緻澱粉過多的狀態，澱粉過多使胰臟為了平衡血糖不斷分泌胰島素，導致身體有過多胰島素，且使身體血糖過低，具體的生理現象就是肚子餓、精

神恍惚，想吃更多糖份，陷入惡性循環，不過隨著電視播出許多健康節目及網路上越來越多提倡健身運動及清淡飲食，讓現代人也反思過多的食物攝取或者油膩的飲食形態的確會使身體承擔過多的負荷，於是近幾年開始更多人注重健康飲食、養生，也越來越多人推行許多減少身體負擔的飲食法，例如低碳飲食、減糖飲食、生酮飲食等等。

什麼是減糖飲食？簡略的介紹減糖就

是減少攝入過多的精緻澱粉，碳水化合物，以優質的澱粉及優質的蛋白質及均衡的蔬果取代爆飲暴食及大魚大肉。降低過多的胰島素分泌，身體機制回歸正常數值，不易疲倦也不會經常想吃東西，因此身體機能將慢慢的復原。一般人可能會以為這樣的方式很麻煩，其實不然，簡單到連外食族也可以輕鬆達到健康的減醣飲食，這樣的飲食法不是這個不能吃那個不能碰，關鍵的要訣是”選擇”，選擇多樣化的澱粉，

例如地瓜、芋頭、馬鈴薯等，並將份量調整一下，就已經是減醣的第一步了，再將高油高糖的食物減少，下降的熱量缺口用蛋白質及優質油脂補齊，選擇雞腿、牛肉、豬排等原型肉類都是很好的種類。一般外食只要懂得選擇，輕輕鬆鬆就可以達到減醣飲食，如果自己製作便當，更能掌握食材內容，想要擁有健康的飲食習慣也可以簡單入門。

氣炸牛排高蛋白便當

食材準備

牛排	150g
玉米筍	3 支
花椰菜	3 朵
水煮蛋	1/2 個
玉米	1 截
橄欖油	少許
黑胡椒	少許
鹽	少許

作法

1. 將牛排退冰，使整塊肉的溫度趨於一致，烹調時熟成將較均勻。
2. 牛排兩面灑鹽及黑胡椒簡單醃製 10 分鐘，再塗抹上一些橄欖油後即可放入氣炸鍋內。
3. 放入氣炸鍋前先預熱 200 度 1 分鐘，放入牛排後 200 度 5 分鐘烘烤，烤完先不急著取出於鍋內靜置 5 分鐘後再取出切片。
4. 將玉米筍、花椰菜、玉米等蔬菜加入少許鹽巴調味後，取烘焙紙包起來放入氣炸鍋內 180 度 10 分鐘，鮮嫩多汁的蔬菜就出爐了。
5. 將牛排及蔬菜裝入便當盒內，不輸餐廳的牛排便當就完成了。
不管是想要控制體態或者運動後想吃一份高蛋白質的餐點增加肌肉量，不用挨餓，利用氣炸鍋 20 分鐘就可以吃的飽足又健康。🍴



文、圖／鄭芳和

武玉玲與峨塞

多元智慧星球的 pulina

當文明與文化產生扞格，藝術能否插入縫隙，進行對抗？

一場由地域性的病毒新冠肺炎（COVID-19），迅速發展成全球化的疫戰，襲擊人體的健康系統也摧毀文明社會的日常生活運作系統，致使全球人心流離失所。國泰民安，永保安康頓時成為全世界驅瘟避疫最大的祈福願景。

疫情蔓延，你我不住在同一星球上

當病毒以不確定性，隨興混種、突變的菌株，大刺刺刺戳地球人類的心肺，你我都住在同一個地球上，

武玉玲〈生命軸〉（西元 2018 年）及〈山林中的藤蔓〉（西元 2020 年）
一左一右排列的作品，營造出具有氣場的場域。



插翅難飛。當全球不斷瀰漫著末世般的空茫危殆感，每個人的靈魂都惴惴不安時，臺北市立美術館（北美館）卻還能舉世難得地推出「2020 臺北雙年展」，且劈頭便宣告「你我不住在同一星球上」，這蠱惑人心的勁爆消息使困在危城、封城的地球子民，燃起一絲曙光。若可以逃逸，要往哪裡去尋找身心安頓的樂土，了無掛礙的星球？

在疫情肆虐之際，北美館突圍而出，戲劇性地變身為眾星雲集，撲朔迷離的巨大星球體，囊括著五大不同能量的星球。它是人類的思想與情感凝聚而成的能量體，當集體的思維累積到一定的濃度，便化現為一顆星球。地球上由於不同國家日益分歧的思想，緊張的地緣政治，經濟體系的崩盤，氣候變遷的極端化，與生態危機，竟形塑出五個價值觀迥異的差異星球，是否會引爆星際大戰，仍在持續醞釀之中。

奇特的是五大星球的命名，也是其來有自，全是人類所思所為所蘊育而出「名如其人」的星球。一、為全球化星球，社群媒體網路是恩寵與驚悚？全球化的經濟交往與資訊傳播密切互動的網路，推動著各國經濟、政治、文化的同趨同步，產生互滲作用。在全球化不斷自我複製的進程中，是否會解構民族發展的自我凝聚力？全球化的夢，美則美矣，卻已造成許多不公平、不和平、不理想，它將持續到何

時？二、為維安星球，強人執政所構築的堡壘，就能捍衛一切？對全球化失望與日益惡化的環境，有人選擇躲在民族國家的高牆後面，以求自保，藉著民粹主義的論調，自穩根基，忽視所有與你共生的人類與非人類的存在。三、為脫逃地球，殖民火星是人類的終極希望？富人挾其財富，享有殖民火星的特權，或蓋一座設備齊全的地下碉堡，無盡享用，而遺忘了世上仍有幾十億的人苦在其中。四、為實地星球，有六個地球才夠人類揮霍，該如何善用資源？若要安住於地球，人類必須敏感覺知地球的脆弱，研發有利於地球永續生活的生態環境，並形成反饋的迴路。五、為另類重力星球，同時存活在不同星球上的人類，如何在行星間的吸力與斥力中縱橫捭闔？不住在同一星球的子民，各個行星之間的互動或互斥，得靠全體子民的智慧。平衡彼此之間的引力。

當我正跌入如小王子拜訪其他星球的驚喜時，忽然一陣天搖地動（12月10日晚上9時20分，西元2020年），愈演愈烈且愈久，我手足無措，心跳加速，當下又跌回921大地震那般驚悚的悸動。心想我所住的星球，為什麼總是地震頻繁？一種人類無法預測，無法掌握的星球脈動頻率，不定時擾動，驚擾星球的子民，不得不震懾、臣服於它的威力，只因生死就在一瞬間。

而這個星球也是颶風、颱風不斷。看著展覽室一張張空拍圖的錄像裝置，蘇郁心的〈參照系〉（西元 2020 年）監測出太魯閣峽谷的大片山崩，山河大地滿目瘡痍，令人不寒而慄。伊山·貝哈達(Hicham Berrada)的〈預兆(Presage)〉（西元 2020 年），當你正沉浸於如抽象畫般五彩繽紛的夢幻全景影像時，美麗的實像卻是驚人毒素的生發流淌。藝術家將化學物質投入水族箱中，拍攝它緩緩流動凝固的過程，當你被絢麗的色彩所包圍，同時也被汙染所圍繞。那正是我們對習以為常的「美麗的糖衣」的習而不察。貝哈達說：「所謂的汙染，其實就是在特定範圍裡以過高濃度出現的一種『純粹』產物，像是一些實驗室生成物，例如百分之九十九的純硫酸銅。」這是「全球化星球」的子民，為了加速現代化的進程，推動經濟，犧牲了一切。

不但大自然反撲，連人類也反撲向自己。

在「維安星球」上，有人以危言聳聽吸引信眾，宣傳右派政治，勾勒描繪未來的經濟危機，伊斯蘭基本教義派，世俗享樂主義等恐怖意象，達到宣傳目的。尤拿斯·史塔(Jonas Staal)的〈史蒂夫·班農：宣傳大業的梳理與回顧(Steve Bannon: A Propaganda Retrospective)〉（西元 2018-2019 年），一排排電腦螢

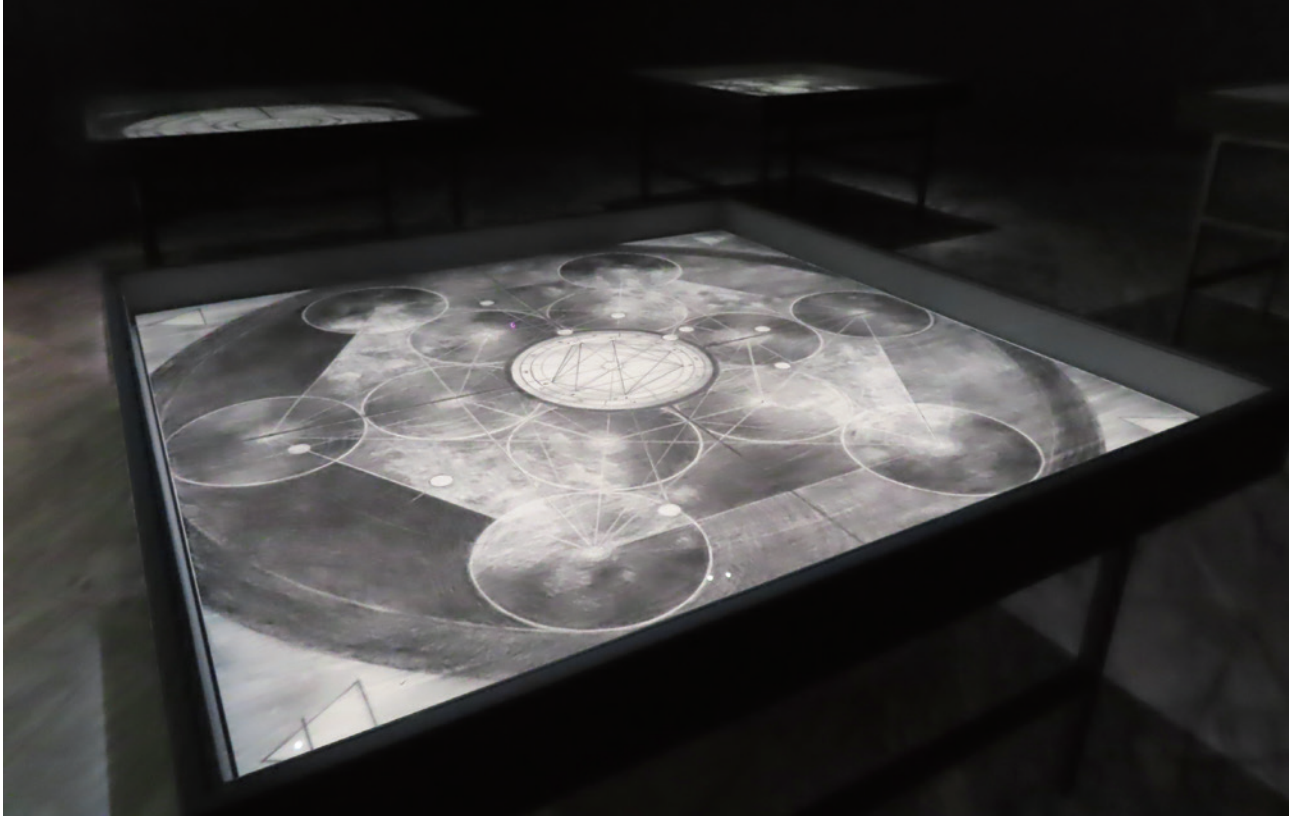


范柯·荷瑞古拉芬〈腐敗的空氣－第六幕〉
西元 2019 年。

幕上播放的全是班農，這位唐納·川普(Donald Trump)的前首席策略長的政治宣傳紀錄片，用以捍衛基督教信仰，軍事力量，美國的經濟與家庭價值觀。

逃脫星球另類重力星球的新想像

針對無所不在的班農宣傳大業，藝術家史塔以歐洲人的觀點認為需要對「獨裁政府得以運作文化戰爭機制進行解構」，並思考「如何藉藝術和文化之力，去創造出不同的平權現實。」其實文化戰爭機制，一直是強國、強勢者對弱國、弱勢者的監控權力的文化霸權。著有《東方主義(Orientalism)》（西元 1978 年）的薩伊德(Edward W. Said)，是被全球公認為反西方霸權論述的代言人，也是「沒有被拔掉利齒的知識分子」，且因知識分子常常在體制下被馴化。這位重量派的文化評



陳滢如〈屠學錶〉之紅色高棉大屠殺，柬埔寨 素描 西元 2014 年。

論者的「入世批評」，不斷激勵第三世界的知識分子，針對支配性的新、舊殖民勢力，發展他的批判立場。

若問藝術能為世界做什麼？「2020 臺北雙年展」正是集結許多政治學、社會學、地理學、海洋科學、人文學者及藝術家的研究實踐成果，而以藝術形式的方式呈現，提出「我和你看世界的方式不一樣」的論證關係，而最終的關懷是在不斷全球化的進程中，我們無論是居住在哪個星球都要意識到我們是住在一個有限、敏感、脆弱而受限的星球，不要讓地球超載。

藝術家范柯・荷瑞拉拉芬（Femke Herregraven）的〈腐敗的空氣－第六幕（Corrupted Air-Act VI）〉（西元 2019 年）為想要離開地球的子民，安置了一座地下碉堡，潔白無垢的安全屋，有床、有冰箱、

有滿滿的桶裝水、有影像，值得「逃脫星球」的落跑子民在地下室慎重思索人類死亡率與生態滅絕的相互牽拖，而與世無爭。

「另類重力星球」的臺灣藝術家陳滢如繪製星象占星圖，以臺灣的小金門屠殺（西元 1987 年）、新加坡的華僑肅清事件（西元 1942 年）、柬埔寨的紅色高棉大屠殺（西元 1975 年），東帝汶危機（西元 1999 年）及南韓光州事件（西元 1980 年）等不幸事件作為星體排列組合而成〈屠學錶〉（西元 2014 年）。藝術家詰問這些事件是否注定無可避免？她直言：「這些星體排列發揮了某種力量，無論你是否相信，僅能接受或離開。」

而兩位克羅埃西亞藝術家尼可拉・波伊奇（Nikola Boji）與達米爾・蓋姆林（Damir Gamulin）的〈宇宙政治學的建



築 (Architecture of Cosmopolitics)》(西元 2020 年)，是以他們國家的建築師布朗柯·佩特羅維奇 (Branko Petrovic) 的觀點鋪陳而出。佩特羅維奇的研究融合南斯拉夫人的自我管理邏輯及他個人擔任衣索比亞國際計畫專家的經驗。而這兩個國家是與西方集團、共產集團相抗衡的第三勢力，皆為「不結盟運動」的成員國，對星球的未來開啓一種非傳統的視野與不同的想像結構。

實地星球反轉不可逆的結局

以素樸的材質，枯木、沙土、漂流木椅及影像，裝置而成的〈不同吸引地：流客〉(西元 2020 年)，是生於美國任教於柏克萊大學音樂系，長居臺東都蘭部落的人類學博士施永德與阿美族藝術家季拉黑子及希巨·蘇飛的共同創作。施永德長期



- ① 蘇永德、季拉黑子、希巨 〈不同吸引地：流客〉 西元 2020 年。
- ② 尼可拉·波伊奇等 〈宇宙政治學的建築〉 西元 2020 年。

關注阿美族的歌謠，精通阿美族語的他將臺東阿美族人穿越秀姑巒溪激流所吟唱的歌謠與臺北城市濱臨河岸的人聲並置，製成聲音藝術。施永德總是好奇地問：「海洋如果有聲音，它會說些什麼話呢？」他甚至曾經將麥克風架在大海中，聆聽層層

海浪的絮語，他覺得海洋的回音，可能是它聽到了我們的故事。他讓大河或海洋自己發聲，自由傾訴，而作為訪客，我們只須靜靜傾聽。

作為現代人，我們既置身於爭議、衝突不斷與差異的地緣政治中，又要適應日益惡化的生態及天災人禍連連的生存環境，我們如何不再漂浮於星球的邊界之外，而腳踏實地扎根於一顆「實地星球」，在極為有限的資源中反轉不可逆的結局？這正是「2020 臺北雙年展」在瘟疫橫行時，法國哲學家暨人類學者布魯諾·拉圖(Bruno Latour)與策展人馬汀·奎納(Martin Guinard)、林怡華所共同策畫拋出的問題意識。

英國納薇恩·康一多叟(Navine G. Khan-Dossos)的〈地震外交學院〉(西元 2018 年)一系列的圓形畫作，是由無數大小的同心圓，由中央向外層層環繞，猶如震央由內而外不斷擴散的環狀結構。由一圈圈不同符號/圖騰的四分之一環狀弧帶，拼組而成的大同心圓，如同地震時被震破的碎片一一拾起再補綴成圓，它承載的是災民的記憶與災後重生的愛。象徵圓滿同心的〈地震外交學院〉是因西元 1999 年在希臘與土耳其數周內接連發生多起地震，災難串連起兩國人民共享資源，愛的互助合作，形構出交流網脈，色彩暗中有亮，交織成愛與淚的同心共振。

織出族群纏繞的文化認同

同樣地，同心圓造型也在臺灣排灣族藝術家武玉玲(Aruwai Kaumaka)的編織作品上不斷呈現。排灣族武玉玲的編織裝置〈山林中的藤蔓〉(西元 2020 年)，以回收的布料、棉線、毛線或編或勾或綁，纏繞成大型軟雕塑的纖維藝術，其中布滿大小不一的圓，有如太陽，有如眼睛，又有如花朵的綻放。色彩以紅色為主調，輔以黑色，表面肌理凹凸有致的環狀結構，譜出柔軟的脈動，是一種連結，連結她的生命記憶和同部落的婦女與土地、族群命脈的緊密共生。

西元 2009 年一場巨大的莫拉克颱風，為排灣族的藝術家注入一股新生的創作能量，其中伊誕·巴瓦瓦隆(Etan



納薇恩·康一多叟〈地震外交學院〉西元 2018 年。

Pavavalung) 開啓「現代書寫」的「紋砌刻畫」，透過紋路疊砌雕刻畫色的創作過程，再創排灣族的書寫理念。

而莫拉克颱風重創的達瓦蘭部落是伊誕的原鄉也是武玉玲的故鄉，她因而回鄉，在編織裡發展出猶如地下根莖不斷蔓生、滋長、衍生的「纏繞」編織美學。「纏繞，或可說是武玉玲的生命印記，她是排灣族的公主，貴族的血統，使她的身分認同與祖先血緣緊密相連也與族群血脈不可切割。纏繞所編織的是她與山林大地，部落族人，天、地、人共生的相依關係。

排灣族一向以古陶壺、青銅刀及琉璃珠為三寶，也是祭祀、婚禮等重大祭典的傳承文物。排灣族藝術家撒古流·巴瓦瓦隆 (Sakuliu Pavavalung) 解釋古陶壺被視為文化的子宮，為祖靈在人間的居所；青銅刀被視為男性，是守護部落的力量，琉璃珠被視為女性，是穩定部落的力量，而三寶中常常出現同心圓圖紋，男性族人運用在陶壺，排灣族的古陶壺上除黏附浮雕的百步蛇紋外，也有圓點紋、雙重圓紋、菱型連續文環繞肩部，而雕刻刀的刀鞘上或菸草盒、竹筒上也有同心圓圖紋；女性長裙的裝飾紋樣也有圓形的人頭紋、太陽紋，或針線板上常常雕刻著圓形的蜷蛇紋圖樣，同時琉璃珠上出現的同心圓，象徵宇宙運轉的規律。

古早的排灣族人沒有文字，反而在雕

刻、刺繡與琉璃珠中，以最原始的方式，呈現族群的圖騰書寫，既是裝飾性代號也是內隱情感的抒發，共構成族群的書寫。

貴族出身的武玉玲曾向祖母學習十字繡、串繡、珠繡等傳統刺繡，練就精巧的手藝。一場颱風把她打回部落，受重創的原鄉部落被迫遷移至禮納里新聚落。族人經歷從習慣、生活的山林空間撤離，既是身體的一種流放，也是內心無形的流放，在原鄉、他方掙扎的悲苦離散經驗，促成武玉玲把身分認同的位勢流動化，與族人同悲共泣，邀請部落女性共同編織〈堆砌的夢想〉，只因那彷彿是祖靈在夢中對她的叮嚀。武玉玲返回祖先的鄉土後，找到自己的主體身分，激發創作力，引領轄區內的婦女，透過手作療傷止痛。於她不僅積澱出創作的泉源，也是族群療癒蛻變新生的開始。

非爭奪話語權的陰性姿態

〈山林中的交纏〉作品中那一圈圈翩然綻放的紅豔花朵，那紅猶如排灣族木雕上的捲蛇紋或人頭紋上的紅漆。而絲絲縷縷織扣交纏而出的圓，又如女性由子宮流漾而出的陰性能量，織就與母體文化的血脈相連。

「同心圓」圖騰，也是許多南島原住民，自我期許的「回歸自我」，即回到自己原生地文化，從中汲取祖先的智慧，再



武玉玲〈我自己〉西元 2018 年。

融入當今的生活情感，創造出新的作品，它不再是原住民的歷史遺物，而是活生生的當代原住民藝術。西元 1993 年在臺北市立美術館的「文化與認同－澳洲當代藝術展」其中有三分之一為原住民藝術家，他們的作品往往是大量擷取過去的傳承，而在當下的環境中，以獨特的觀點創生新的表現。

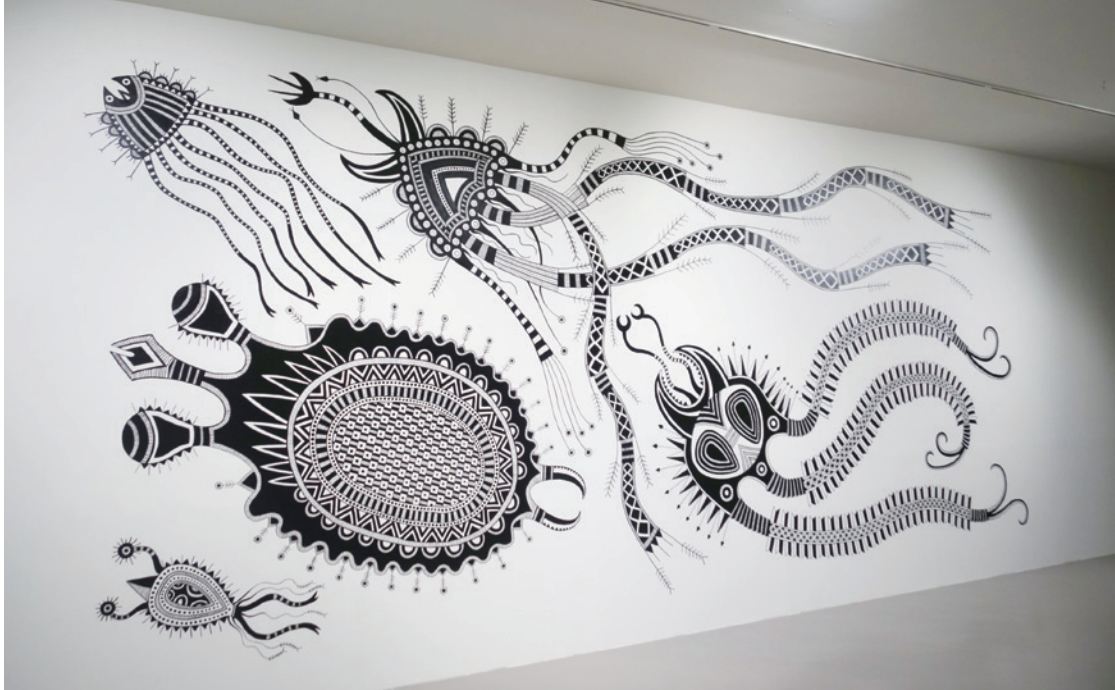
在〈山林的交纏〉作品的左右，又各裝置著〈我自己〉（西元 2018 年），〈生命軸〉（西元 2018 年）等小作品，營造出

具有氣場的場域，也是一個具有強烈文化認同的精神空間。纏繞的交織，織出彼此心靈的共振網絡的同心圓，形塑部落的生命共同體，讓災難、創傷變成一種沉澱的記憶與安魂。

西元 2018 年獲得 Pulima 藝術獎的武玉玲從女性經驗出發，以原住民婦女擅長的手工編織，拼組成的作品，每個細部的織紋或肌理不盡相同，但卻圍繞著一個圓而迴旋。在當代藝術的領域中，她沒有像其他展覽的藝術家率多運用高科技的影像作為批判的辯証，她只是以前現代的古老編織，已非爭奪話語權的姿態，靜靜地張掛著大而根鬚相纏的手工織品，在全球化的當代藝術進程中，顯得十分突兀卻又別具一種殊異美。那種殊異的美感是因為纏繞而使生命的質地更純粹，能量更豐沛、具足的原生之美。

達瓦蘭部落的土地倫理

也是來自達瓦蘭部落的峨塞・達給伐歷得 (Cemelesai Takivalit) 的〈病毒系列〉（西元 2020 年）是以十分精細、縝密的線條，勾繪不知名的細菌的有機形體，每個細菌像是山林荒野深處迸放出的精靈，有頭有角有章足，爬行 / 飛行在美術館的壁面。峨塞不預設草圖，天馬行空地勾勒描繪無人知曉的病菌，靈動的線條與奇異的



峨塞〈病毒系列〉西元 2020 年 壁畫。

造型，顯露他驚人的想像力。他感覺的眼睛比他觀看的眼晴還犀利，而在病毒的圖文筆觸中，無形中也融入了排灣族的圖騰。

這些病毒的誕生，源起於多年前穿越於森林觀察生物的峨塞與部落的一群年輕人，在傳統的領域進行田野調查，其中有人感染了神祕的疾病，峨塞憶及部落的耆老曾告誡過有些土地須受到保護，不讓人類的活動打擾。疾病與禁忌引發峨塞的創作動機，讓他栩栩如生地勾勒他腦海裡的病毒。

達瓦蘭部落的族人，世代居住在山的斜坡上，原住民耆老對待土地的倫理觀，若從洛夫洛可的《大地之母》來看地球，的確充滿智慧的遠見。洛夫洛克認為地球是一個活生物，必須生活在一個適宜的環境，而今人類的活動卻已大幅度改變了大氣組成、海洋化學與地形地貌。人類的活動諸如森林的破壞、砍伐，原子彈爆發，

核電廠意外事件、石化燃料使用、大油輪洩油、海岸的開發利用，水庫的興建，農業與肥料的使用，都市的擴張等等。

而大氣中的二氧化碳含量不斷加重濃度，西元 2020 全球碳排放減 7%，歸功於新冠疫情，人類減少活動、封城、鎖國所致，然而亞馬遜雨林遭濫伐，18 年來已消失了 14 個臺灣的面積。因此人類需要 6 個地球，才能永保生存的資源，可是我們卻只有一個資源被大家耗竭的地球，如何是好呢？因而建構人與自然和諧相處的保育觀，是美國生態保育之父里奧帕德極力呼籲，他認為我們必須提供棲息地給「所有與人類一樣同為進化旅程中的夥伴」也就是與我們一起分享地球上所有資源的其他物種。

生態永續的保育已是人類在全球化的進程中迫在眉睫的課題。峨塞的另一件作品〈植物系列〉（西元 2014-2015 年），

以精密的素描所描繪的植物，是他精確地觀察且雜糅童年的回憶，所召喚出的植物意象，因為許多奇形怪狀的植物早已消失絕種，物種的棲息地已不復見。峨塞以細膩的鉛筆筆觸畫出植物欣欣向榮的野性生命力，只是已變成標本，留在他蒼涼而浪漫的線條記憶裡。

會說故事的手， 畫出圖紋的原始思維

父親是獵人的峨塞，從小在大姆媽山遊走，與父親一起打獵或網魚，他還喜歡觀察大自然。孩童時代他便在撒古流的部落教室捏陶，未滿 17 歲前已成為他的弟子。他也時常跟隨老師去參訪部落的耆老對古陶壺的奧妙充滿神往，因為那是他們的祖靈在人間的居所。他也曾與老師到三義、鶯歌去參學漢人的陶藝與木雕。

峨塞在撒古流那兒受到極多的薰陶，陶壺的製作或木雕、石雕上觀念的開展或技藝的鍛鍊都日益精進，更重要的是對自己排灣族的文化有更深沉的體認撒古流這位文化藝術的傳播者，一直期盼每位徒弟是一顆文化的種子，能成為排灣族文化傳承與創新的重要分子，身為撒古流第一代徒弟的峨塞如今已獨當一面，且常樂於與人分享他精密手工創作背後的奧妙，如陶壺的身世，排灣族的神話或口傳的家庭故事及他在山林的勞動生活體驗等等。

峨塞對族群的圖騰十分崇敬，器物上或家屋屋簷上的一刻一畫，都是祖先生活智慧的結晶，無不含藏著排灣族獨特的象徵意義。例如點意指土地，圓是太陽，菱形是百步蛇的蛇背紋，條紋是田埂中的路。沒有文字傳承的部落，便以圖紋傳輸他們的生活情思與文化符號。峨塞堅持以圖文創作，他敏感的心思與細緻的手作，讓部落最原始的記憶，不斷地在今日繼續說故事。

在峨塞藝術養成的歷程中，他不斷鍛鍊自己成為 **Pulima**，排灣族語 **Pulima** 意指多隻手的人。別人常稱峨塞為藝術家，然而他卻寧可把自己定位為生活家，即是製作 / 創作與生活有關的美的工作者，練就自己可以成為全方位的 **pulima**，他已經擁有多隻會說故事的手。

峨塞秉持撒古流文化的續命，在長榮百合國小擔任文化課程老師，教導學生實作排灣族「傳統建築－石板屋」，也在學校舉行「說故事的手」個展（西元 2017 年），並在國小的工寮草地舉辦「田間生活節」，指導小朋友透過勞動親近土地的智慧。這位從小就喜歡畫畫，夢想有一天成為畫家的峨塞，對自己藝術的發展並不像漢人藝術家那般充滿雄心壯志。峨塞說：「屬於我自己的還不是很重要，重要的是部落，沒有部落，就沒有你，這才是力量。」

未來植物的美麗報復！

的確，年屆 50 的他仍是屬於部落的孩子，他一直持續厚植他的文化勞動，為部落的下一代。尤其八八風災瞬間摧毀了部落，又飽受遷村之痛峨塞，對於他從小長大的美麗山林佈滿了傷口，他不禁深深感嘆：「既然我們是生活在這個地球，要如何做？從自己開始做起，再形成部落來做，大社區來做，把環境弄好。」

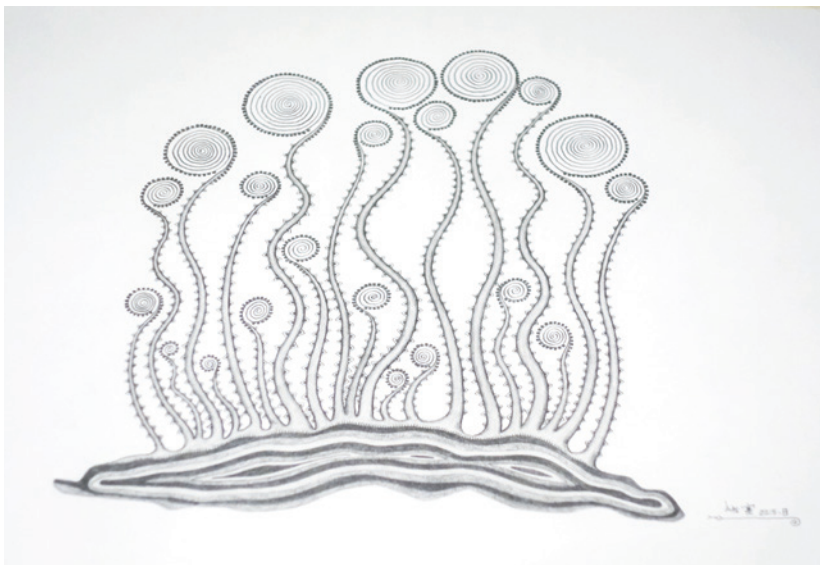
他用心良苦地期待這片土地能永續保存，更期盼下一代能記得部落曾經擁有的珍貴物種。他透過手繪把他記憶中美好的植物鉅細靡遺地描繪出來，甚至還畫出他尚未見過的未來植物。他說：「未來植物生長在不乾淨的土地，活得很辛苦。它有可能長得很漂亮，也很奇怪，你可能想摸

它，但它隱藏許多毒性、毒粉，這是一種美麗的報復。」從小到當兵前都在部落生活的峨塞，他了解山林，也懂山林的花花草草，山林已是他創作的源頭活水，但願他說的「美麗的報復」不會成真，前題是人類能保留生物多樣的棲息地，保持生態系統健康運作的機能。

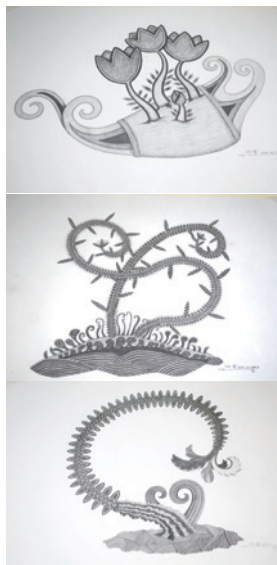
峨塞將土地、山林、物種及萬物的自然紋理，與排灣族祖先的文物圖騰匯通融和，並以原鄉的故事為創作思維，形塑他自己的新圖紋的手作之美，那是藝術與文化創意產業融鑄而成的生活美學，是既返本又開新的生命實踐歷程。

百步蛇死而復活黃昏民族斬露曙光

曾經臺灣原住民在長期受到政府天



峨塞〈植物系列〉西元2014-2015年。



羅地網的同化下，他們的文化圖像受到嚴重的扭曲，原住民變成一個空洞的軀殼。排灣族盲眼詩人莫那能 (Malieyafusi Monaneng)，便在詩中宣判排灣族信奉的祖先「百步蛇死了，裝在透明的大藥瓶裡」。一向渴望自由、尊嚴與重生的原住民終於在 1980 年代以還我土地，還我姓氏的政治社會運動中，逐漸以主體的身分，述說族群的創傷，消解百餘年來的不堪與汙辱。

曾任原住民委員會主委的孫大川認為：「原住民狩獵行為和魚撈文化中，與大自然節奏合拍的傳統精神，顯示簡樸生活和環境意識乃是原住民社會早已存在的核心價值。」臺灣何其有幸有原住民的存在，讓漢人有機會意識到對「異己」的異質文化的平等對待，並培養跨文化的胸襟，擺脫我族中心主義的文化霸權。

臺灣的原住民正以祭典、歌唱、雕刻、陶藝、編織、建築、文學、繪畫等等藝術，活出祖靈的靈光。排灣族的文化先鋒撒古流寫到：「一座山，住了一個民族，講自己的神話，說自己的語言，唱一首地方情歌，住一種獨特風格的石板屋，穿一件串有貝殼的精緻山地服…這就是文化特色，代表一個民族精神，民族尊嚴。」臺灣的原住民從山上的石板屋到海裡的拼板舟，逐漸讓世界聽見他們，看見他們的獨一無二。雖然在孫大川眼中的原住民已是走入

黃昏的民族，然而再生的時代仍有更多的 Pulima 如旭日東升，在族群的命運中發出曙光。

武玉玲與峨塞在「2020 臺北雙年展」的作品所凸顯的意義，正是以原住民的主體性，宣告他們所住的星球的與眾不同。在文明交鋒中，他們悠悠穿行在山林空氣與祖靈的光照氣場中，他們所住的星球是一顆充滿元氣淋漓的創造活力與蘊含多元智慧的星球。達賴喇嘛 (Dalai Lama) 說過：「每個人都有責任去塑造人類的未來。」作為一個地球人，你將如何塑造自己的未來？塑造星球的未來？那會是一個看見內在心靈宇宙的星球嗎？

參考書目

- 盧梅芬，《傳譯·詩意·撒古流》，藝術家出版社，西元2018年
- 孫大川，《山海世界：台灣原住民心靈世界的摹寫》，聯合文學出版社，西元2000年
- 金恆鑣，〈從「大地之母」觀點看台灣生態問題〉，《當代》100期，西元1994年8月
- 布魯諾·拉圖等，《你我不住在同一星球上》，臺北市立美術館，西元2020年

安住自己、留有餘地

文、圖／鄭筠蓁

觀世音靈籤第五十八首

忠言善語君須記 莫向他方求別藝
勸君安守舊生涯 除卻有餘都不是

靈詩愛語——安住自己、留有餘地

綁在內心的那匹野馬
時而奔馳
淹至心底的那顆心
時而飛竄
急急切切地踏花歸去
世界在你的腳底
你心中還有餘地
容下彌陀的旋音

歷史典故——羅隱歸咎越王

羅隱（西元 833-910 年），餘杭人，晚唐道家學者。20 歲應進士試，多次不中，光啓三年（西元 887 年）歸江東，窮愁潦倒。55 歲歸鄉，成為錢鏐幕僚，累官至錢塘令，鎮海軍掌書記，節度判官，鹽鐵發運副使，著作佐郎、奏授司勳郎，仍狂傲不改。羅紹威歸附後梁，大力推羅隱，表薦為給事

中開平三年（西元 909 年）卒於錢塘，世稱「羅給事」。

他的詩文善於提煉民間口語，讀來如白話文，如「今朝有酒今朝醉，明日愁來明日愁」，著有《諷書》及《太平兩同書》等，他的思想屬於道家，他的書吏圖提煉出一套供天下人使用的哲學，是亂世中黃本思想的復興發展。

—《舊五代史》（卷24）

愛的甘露水——歸咎他人的同時也將自己往外推，失去了自己

當抱怨變成了習慣，當歸咎他人變成了習慣，你對自己可能已經麻木不仁了，因為你總是往外看、往外推，而忘了看看自己，觀照自己，批評自己，聆聽自己，你失去了自己。

愛的生命故事

年輕時待過幾家公司，幾個同事聚在一起時，不免口徑一致批評老闆，有一次在一家大學出版部工作，主任十分嚴厲，每每一聲令下，要求都須又快又好即刻完成，有些同事稍微粗心，馬上被他訓得眼淚直流，他的眼神十分兇狠，往往令人不敢逼視，當然私底下大家也常常批評他，但很奇怪卻很少人離開工作崗位，可是又抱怨連連。大家總是相濡以沫，乖乖任主任訓話，長久以來，我總覺得心理不平衡，為了生活，工作環境雖不滿意，但仍可度過這是我們同事的一致想法，但我不再與大家一起抱怨，我選擇離開。

我想與其一直耗下去，不如改變自己，換個環境，換一種心境，再累積能量，迎接新挑戰。我不想一再聽到主任訓人，彷彿所有的負面能量都集中在我身上。



觀世音靈籤

第五十八首 中中	意聖	勸忠	羅隱
	自求婚姻	君言善	歸咎越王
	欠吉阻成	安守語	解
	利	舊君須	
法財人團	壽田六家宅	涯記	得往且往可往舊路溫故知新莫求別路此籤
	五平	除莫	守舊生涯之象凡事不可妄為
	見損	卻向他	
	分安	有餘方	
台北市艋舺龍山寺	訟山六行人	都求	
	銅鼓甲	不別	
	新改驚通	是藝	
	移徙物病		
	守欠		
	舊安		

58

「生活

即道場」，自

己的生命該如何

安頓呢？如果我們總

是在背後批評上司，他雖然沒

聽到，但據說送出去的波，那個頻率也會與他產生共振，傳

到他的耳朵，無妨把職場當成

「修心」，抱怨的心是一種，

感恩的心是一種，包容的心是

一種，懷恨的心是一種，「境

由心造」，你想造哪一種境呢？

你想讓自己抱怨過日，抑或感

恩過日呢？或是在抱怨中感恩，

在感恩中抱怨？只要取得平衡

都是美好的修心，凡事不用歸

咎任何人，「萬法唯心」才是最佳面對人

生的處世之道。源

緣生緣滅、沉默靜觀

文、圖／鄭筠蓁

觀世音靈籤第五十九首

直上高樓去避身 四邊繞處是荊榛
誰知造物安排定 得意番成失意人

靈詩愛語——緣生緣滅、沉默靜觀

你一不小心
墜落在荊榛的昏眩裡
當你蒙昧未覺
倏忽
瞥見造物者的緘默
你禁不住
擁抱自己
當下明白
萬物生滅有時
緣生緣滅有時

歷史典故——李德裕貶崖州

李德裕（西元 787-850 年），字文饒，唐代元和時宰相李吉甫的兒子。唐文宗時受李宗閔，牛僧孺等牛黨勢力傾軋，由翰林學士出為浙西觀察使。大和七年入相，旋遭奸臣鄭注、李訓等人排斥。唐武宗即

位後，李德裕再度入相，重視邊防，主削弱藩鎮，鞏固中央集權，功績顯赫。公元 844 年，輔佐武宗討伐擅襲澤潞節度使位的劉稹，平定澤、潞等五州。進而加太尉賜封衛國公，唐武宗與李德裕之間的君臣相知成為晚唐的絕唱，唐宣宗即位後，李德裕位高權重，為宣宗所嫉，初貶荊南，次貶潮州司馬，再貶崖州司戶，曾兩度為宰相的李德裕為相時間共計 7 年 3 個月，卻因「牛李黨爭」的朋黨爭鬥，再被貶，終卒於貶所，終年 63 歲。

——《舊唐書》（卷174）

愛的甘露水——當好牌在手，能萬無一失打完全局的人是善類

雖說「人生寄一世，奄忽若飄塵。」，生命總匆匆，聚散離合是常事，但當你握住一張好牌時，要好好把握，切莫丟失。

愛的生命故事

過去在美術館服務，館方要開除一位員工，是十分罕見的事，就有一位駐警，

平日上班就是一副唯我獨尊，吊兒郎當姿態，有次他剛好值勤在美術館入門處，那一天不巧來了一位大人物，他卻有眼不識泰山，不耐煩地問：「你是哪一位，證件拿出來！」像在偵訊犯人一般，那一天粗魯的不禮貌行為，導致美術館顏面丟失，上級指責，被他的不當行為列入人評會議處，當我出席會議時，雖然主張再給他一次機會，但其他委員覺得他已多次目中無人無法原諒，決定請他離開。



觀世音靈籤

第五十九首 中平	意聖	誰直	李德裕貶崖州
	自求婚姻	知上	解
	平不	造物	如醉飲酒如何且守直待時來無災無咎此籤
	安成	安去	守常待時之象凡事只宜守舊
法財人園	常合	排定	
	身人	身	
	田六家宅	得四	
	舉人	意邊	
台北市艋舺龍山寺	半大新	番繞	
	阻	成處	
	吉利保	失是	
	松山六行人	意荊	
	新至	人榛	
	郭吉		
	移疾		
	徙從病		
	求		
	吉凶		
	福		

59

當他獲知會議決議後，幾次請託希望能獲得挽留，奈何已無法挽回，只好黯然傷神離開美術館，原本是一份鐵飯碗的工作，卻被他自己糟蹋掉，十分可惜，我們的其他駐警同事，大都十分敬業，在待客方面也受過訓練，且又時常接受美的薰陶，理應比其他單位的駐警更彬彬有禮。那位被開除的駐警同仁在如此優良的環境中卻表現出不可思議的脫軌行徑，令許多同事不齒，而遭到懲罰，許多時候往往是自己親手葬送美好的前程。待人處事若時時心存感恩，抱持善念與

愛，就不會有荒腔走板的演出。源





你，也在寂寞叢林裡嗎？

文／張靜安 圖／編輯部

親愛的你是不是也常會有這樣的心情？沒人陪在身邊時，特別孤單；無法獲得認同時，就感到不安；覺得周遭都沒有人瞭解我，內心彷彿空洞般空虛。

現代人除了為生活壓力所苦之外，也愈來愈多人被寂寞困擾著，想和別人在一起，相處後卻覺得累，真的一人落單時又孤獨得發慌。

然而在高速網路普及的時代，種種難以與人訴說的寂寞感，創造出如臉書等等如此具備高黏著度的社群媒體，沉浸在同溫層裡使人感到被接納，被瞭解。

虛擬世界裡，人們可以大膽地為自己創造與現實生活相比更成功，幸福或富有的完美人物設定，濾鏡美肌後的照片，各式美食，全世界旅遊，然而如成癮般的快感也隱藏著各樣的陷阱。



超越時空藩籬、地理疆域的社群網路，靠販賣寂寞解藥，西元 2020 年 7 月的活躍用戶已超過 30 億人。

社群網站上的生日深夜燒炭直播

一個傷心寂寞的女子，驚悚地選擇 31 歲生日當天，在社群網路平台上直播燒炭自殺的實況。連線的 67 分鐘裡和網友一來一往的留言回應，說明她沒有服用鎮定劑來緩和碳燃燒過程中高濃度一氧化碳吸入的痛苦以保持意識，直到一命嗚呼為止。

她最後令人不勝唏噓的留言是：「…死了都要直播？網路中毒吧！哈哈…」。

也許她在這 67 分鐘裡，企圖傳遞一個絕望的求救信號，但人們對網路世界虛實的一貫存疑，讓她真真實實的丟了寶貴的性命。

席捲全球的商機狂潮，一個全球超越 38 億名網路鄉民投入，每年產出數兆億元美金的龐大寂寞供應鏈產業。

作家蘇惠昭在「寂寞城市」影評裡說：「寂寞是一種人與人互相傳染的時尚病疫，更是一股蘊含無限商機的偉大創造力量！」；她認為社群網路的誕生源自於人類心中最原始的寂寞感受，商業週刊編輯林俊劭在專題中進一步破題：「你的每一分寂寞，都轉換成它的 EPS」。

超越時空藩籬、地理疆域的社群網路帝國，西元 2012 年初夾帶全球 9 億俯首稱臣的龐大鄉民實力，靠販賣寂寞解藥，

西元 2020 年 7 月的活躍用戶已超過 30 億人，而其市值更突破美金 7000 億元！

發想自寂寞的驚人社群平台

其實，社群網路的營運雛型正發想自寂寞，創辦人表白被拒絕的寂寞夜晚靈感乍現，嘗試建立可評論留言的公開網頁，短短 8 小時內湧湧的瀏覽量，當下竟癱瘓大學宿舍網路。

還來不及細究失戀痛苦的佐伯格於是發現，原來大家都想融入群體、渴望被認同，甚至願意拿隱私交換溫暖。賦予商業模式後，它真實地以勢如破竹的成功，締造令人瞠目結舌的寂寞社群帝國。

但是有了社群網路帳號的你，真的感覺擁有更多的朋友了嗎？

電影「社群網戰」製片之一史考特·路丁（Scott Rudin）說：「臉書的興起暗喻了一個很重要的主題：溝通的本質。到底什麼叫友誼？寂寞的本質又是什麼？」

網路社群模糊了虛擬與真實的界限，提供企圖藉社群網路找回失落的社群歸屬感的寂寞網民們殺時間的遊戲、突破地域限制的交友機會、分享貼身生活訊息、隨時插科打諢、八卦趣聞、或吐苦水、或曬幸福的場域，只要網際網路連線保持暢通，它就是 24 小時開放、全年無休的便利店舞台。

但社群網路是否真的解決了人們某部份的寂寞呢？

澳洲一項調查發現，玩社群網路、發電子郵件、簡訊上癮者，其實是寂寞感最深的人。逾 1200 名受訪者中，顯示越多元深入社交科技平台的使用者，越感到寂寞，而最寂寞的年齡層分佈在 25 至 34 歲的青年。

然而這結果並不能完全說明社交平台使人寂寞，很可能是寂寞的人們企圖用社交平台消除孤獨感，而隨著時間的深入他們也將發現這美好妄想終會落空。

遠見調查：六成青少年為孤寂高危險群

你寂寞嗎？

根據西元 2020 年 3 月《遠見雜誌》公布與「精神健康基金會」合作「2020 年孤寂大調查」，發現有 44.2% 國人經常感到孤寂。對比西元 2014 年「精神健康基金會」的調查結果，增加了 12 個百分點。

調查中也發現，超過六成臺灣青少年，正深陷孤寂漩渦中載浮載沉，30 歲以下孤寂感最重，11~20 歲有 61.6%、21~30 歲有 65.2% 感到孤寂。

遠見表示，孤獨僅是客觀條件的「一個人」，孤寂還包含主觀上「覺得寂寞」。

據內政部統計，西元 2019 年臺灣的一人戶創新高，達 295 萬戶、占 33.4%。獨居者大增，孤寂現象也日益嚴重。

孤寂讓身心不健康，導致各種致命疾病，連帶造成的損失與社會成本，恐將拖



調查發現，超過六成臺灣青少年，正深陷孤寂漩渦中載浮載沉，30 歲以下孤寂感最重，11~20 歲有 61.6%、21~30 歲有 65.2% 感到孤寂。

垮各國財政。而青少年孤理事態愈形嚴重，衛福部統計，近年自殺已是臺灣青少年前二大死因，僅次於意外。

另外失業、低收入也是孤寂的潛因數，71.5% 待業者有孤寂感為最高，63.3% 學生有孤寂感居次；收入愈低，孤寂感受愈明顯，年收入低於 50 萬元，每 2 人就有 1 人感到孤寂。

若以婚姻狀況分析，《遠見》調查顯示，未婚者孤寂感最高，為 61%，其次為離婚的 43.5%，第三為已婚的 34.5%，竟比喪偶的 29%、再婚的 20% 更高。

若分析居住狀態，獨居者感到孤寂最高，為 62.4%；與配偶及其他家人同住而感到孤寂的比率最低，為 32.5%。

因為情感空虛在社群平台上投射的另

一半，也可能伴隨著風險。

中國大陸一名甘肅省單身男子在西元 2019 年 6 月認識一名女直播主，之後他經常在直播間送禮物給對方，二人關係越來越好，也順利發展成情侶。

由於直播主之間經常要 PK 人氣，為了支持女友，王男前後送了共 80 多萬元人民幣（約新台幣 344 萬元）的禮物，身為一間公司高階主管的他甚至動用公款，不過最後被公司發現，被迫離職。

王男失業後和直播主女友同居，這才發現女友和其他男粉絲之間相當曖昧，除了自己之外還陸續有男粉絲送了 40 萬元人民幣，而女友也準備訂機票去見這些男粉絲們，他驚覺自己不但人財兩失，還一時行差踏錯地失了業，後悔已遲。

虛擬世界的完美同溫層，將讓意見趨向兩極化

寂寞人口為解決孤單而尋尋覓覓，通過社群平台的交流，恰巧滿足了寂寞的人們既可躲在鍵盤後的安全空間，又可用自己營造出的人物設定尋求慰藉，於是社群網路成為這群成長中的廣大獨居者群體的最佳避風港。

於是虛擬世界裡，人們大膽地為自己創造與現實生活相比更成功，幸福或富有的完美人物設定，濾鏡美肌後的照片，各米其林名店的美食，全世界奢華旅遊，通過貼文、直播、按讚、分享，迅速擴大了朋友群體的總數。

經調查發現，社群網路上呈現的刻意炫富照的背後，不少連動著詐騙或直銷釣魚手法。經刻意粉飾吸引了某些渴望成功的群體，毫無警覺地進入充滿粉色泡泡的財富陷阱；而為了呈現出最美好的形象，希望臉友們可以更羨慕自己經營的美好生活，各樣的修圖軟體如雨後春筍般百家爭鳴，說穿了其實不正是因為對自我認同的缺乏信心。

值得注意的是，人性讓我們安於留在自己的回音室裡，社群媒體則強化了同溫層效應。

在社群網路日益精進的人工智慧精練下，社群網路愛好者們常只能聽到世界的某

種特定聲音。精心設計經過無數優化過程的演算法，為提升平台的粘稠度，隔離了不同群體的理解障礙所創造出溫暖的同溫層，從此世界只剩下你喜歡的群體以及贊助商投放的推播廣告，然而使人沉醉的溫暖快感，其實隱藏著各樣的陷阱。

由「阿拉伯之春」看見 社群鄉民的串聯力量，國家傾覆一夕之間

西元 2010 年突尼西亞 (Tunisia) 的水果小販以自焚抗議員警粗暴對待引爆了「阿拉伯之春 (Arab Spring)」，接著英國公投脫歐、西元 2016 川普當選美國總統，大西洋兩岸接連政治地震，讓歐、美媒體頻繁討論幾個網路現象，尤其是「假新聞網站」、「後真相 (post-truth) 時代」及「同溫層現象」，社群網路的塗鴉牆變成一個個客製化轉貼版。

在這個社群媒體同時扮演眾人極度依



1



2

賴的媒介及主要資訊來源的時代，「同溫層」效應與大眾生活緊密連結，但不少問題由此而生，人們寧可抱團取暖的最終，將讓意見趨向兩極化，造成社會各層面不用族群間的撕裂。



3

新冠疫情如警鐘，好好面對最真實的自己

「這次的流行病，也許是個方法吧，逼迫你靜下來，」美學大師蔣勳曾在接受天下文化訪問的時候，特別提到從英國返台，他利用 14 天隔離期間，重新整理塵封已久的老照片，包含他在西元 1989 年六四天安門事件後，曾到北京拜訪名作家楊絳、錢鍾書、冰心，留下的珍貴合影。

- ❶ 虛擬世界裡，人們大膽地為自己創造與現實生活相比更成功，幸福或富有的完美人物設定。
- ❷ 2020 蔓延開的疫情，也許是個讓人靜下來思考的方法之一。
- ❸ 「阿拉伯之春」自西元 2010 年突尼西亞小販自焚引爆起，截至 2020 年已造成逾 25 萬人死亡。

一場疫情，讓原本疏離的人際關係變異更劇烈，也許是更深刻的方式提醒人類，從速食文化或虛擬平台的世界走出來。

蔣勳重新細讀亦師亦友的陳映真、江兆申親筆寫給他的信，在數位科技當道的現代，欣賞手寫文字的溫度，領略孤獨的樂趣。他說「好久沒有做這些事了，人為什麼不能回來，跟自己在一起？」他認為傳染病的傳播，和大自然的脫序有很大關係。過去農業民族，在宇宙循環當中，對日升月沉都有自然的記憶，不會違反自然。我們千萬別以為光靠人為方法，就足以扭轉大自然的秩序。

生命最終最需要誠實面對的人是自己，窮極一生需要好好探究，和解或與之認同的目標也是自己。

現代人生活裡實際人際關係的疏離，再加諸了這場影響全球的新冠肺炎疫情，我們以為天經地義擁有的東西，其實並非想當然耳的天經地義。

來個華麗轉身吧，你我真實的人生值得用心營造

強大的社群軟體好比一個龐大的寂寞磁鐵，吸引需要被認同與接納的靈魂，一旦開啓，人便不知不覺把時間和精力牢牢緊盯上頭的絲毫變化，花大量時間投入輕易進出、幾乎沒有門禁的虛擬世界。

3G、4G 緊接著 5G 高速智慧手機與電信商「貼心資費方案」幾乎弭平了無限上網的進入障礙。盡情盯牢螢幕並同步回應的結果，帶來真實人際關係的疏離，連



帶生活裡接觸的溫熱臉孔可能也少得可憐。

只是，虛擬的本質終是虛無，網路一斷線，所有的粉絲團、按讚與熱血，就成了一個與你無關的世界。作家駱以軍說，「無數個夜晚，我們掛在社群網路上，好像什麼都經歷過了，但醒來什麼都沒有。」

善用社群平台的群組當然有許多其DNA自帶優點，具備跨界、跨疆域、跨時區平台創造出資源分享及資訊效用極大化的絕佳好處，諸如弱勢團體的即時協助、交流；或是共同興趣嗜好者所組成的社群成員間互通有無的分享，發乎情止乎禮的善用，將讓生活處處驚喜、趣味無窮。

危機就是轉機，或許是時候可以讓我們重新思考，如何釐清現實與網路虛擬世

界的分際線？能不能有另外經營生活的方式？或是能不能好好和自己，甚至和身邊的人好好相處？

何不重新嘗試翻閱喜愛的書籍，陪伴親愛的家人、伴侶，或和久違的老朋友聊聊天，或參與社區的義工活動，或到市集走走感受城市的脈動…別忘了，你我真實的人生同樣值得用心澆灌！

生命最後一小時，比起在社群網路直播平台拋出傷心的絕望訊息尋求安慰，若那位燒炭自殺的女子肯鼓起勇氣撥電話給家人、親友甚至對門鄰居求援，可能年輕生命會有重新來過的機會，真實的生活社群，不正是拖住脆弱個體間最直接有力的支持力量。●



陪伴親愛的家人、伴侶，或和久違的老朋友聊聊天，你我真實的人生同樣值得用心澆灌。

做自己的貴人 從理財開始

文／令達 圖／編輯部



除舊布新的時節又來到了，在大家恭喜發財的祝賀聲中，您有檢視過去一年的資產配置了，然後在新年來臨時，期許明年的理財績效嗎？理財，並不市儈，它是提升生活品質、讓生活無虞、財富自由的方法。我們沒有富爸爸，不含金湯匙，只能用理財來做自己的貴人，達到財富自由進而心靈自由的目標，讓我們一起為自己許願，做自己的貴人吧！

改變的動機

大家耳熟能詳的買房三要件是：地段、地段、地段；理財的三要件是：觀念、觀念、觀念，理財之鑰在於觀念的建立。

從小，我在爸媽耳濡目染下學到的是節儉生活，總到了農曆年才能擺脫穿哥姊舊衣的宿命一穿新衣、戴新帽；平時能用10元買的東西貨比三家不吃虧，絕不多花冤枉錢；經過文具店，看到新穎的鉛筆盒，站在店內靜靜地天人交戰，最終也悻悻然的只是路過而錯過。這樣的我走過青春，進入婚姻，生養小孩後才漸漸有所改變。改變的動機當然是想給下一代更好的生活，不想他們像我一樣，想要不敢買，想玩不敢花，我想許自己及下一代財富自由的生活，於是，我決定除了節流，更要開源，開源的方法無非就是理財。



理財先理心

理財是認識自己的好方法，首先，要知道自己的個性是屬於保守、穩健還是積極，也就是承受風險的能力，理財的前提一定是要做這件事，仍然要吃得好、睡得飽！再來就是方法，理財並非有勇無謀，理財要以適合自己個性、未來需求、財富自由、心靈自由的境界來打造，最簡單的先問自己這樣的資產配置方式，每天吃得好，睡得著嗎？

達到財富自由一定要有方法，理財的概念來自於理財三識：要有常識、知識以及膽識。理財常識是基本，常識是指符合



理財的概念來自於理財三識



明瞭自己的收入總額，勾勒理財藍圖。

可理解的邏輯，天下沒有白吃的午餐，千萬不要相信無本生意，不要錢的最貴不是嗎？反群眾心理的巴菲特心法就是初學者的聖經。理財知識是建設，搭配理財分析的專業知識，理財其實是一門心理學，理財要先理心，簡單的理財知識就是把自己的資產配置好，先從 1 塊錢開始記錄自己的支出，明白自己收入的總額，做出自家的資產負債表、現金流量表，就能清楚掌控有多少錢可以用來投資理財，勾勒出自己的理財藍圖。接著，理財要有膽識，所謂膽識是指貫徹自己的理財策略，循序漸進、穩步向前，不要眼高手低幻想一夜致富，運用理財知識及理財常識，有膽識的開始執行自己的理財策略，行動就是最直接的膽識，否則就淪為空談，找出適合自己的理財模式，做就對了！

打造理財計畫

我以自己十年磨一劍的實例與大家分

享：我的理財動機是想要跟所愛的家人，即便我們退休後，不為錢所困仍能過著財富自由、心靈自由的生活。當初，我的理財常識來自於原生家庭，就是定存啊！在「那時」銀行定存都有高利率的年代，理所當然錢放銀行定存，就能生出一顆顆雞蛋。不過，時空變遷轉換，資金利率條件每況愈下，以目前銀行定存年利率約 1% (可能更少)，通膨率 4%，若錢存在銀行是「月」存越「窮」的世代！於是，我開始減少自己定存的比例，先留存 6 個月收入的生活預備金後，從買基金開始踏出理財的第一步；運用理財知識「雞蛋不要放同一個籃子」。面臨小孩就學、房貸支出，有餘錢之後，開始選擇當時殖利率大於 5% 的銀行定存股及績優龍頭股，單純想當個存股族，創造每年的現金流；繼而慢慢建立自己的核心持股及護城河股，開始規劃資產配置，所謂資產配置就是透過將資金投資到不同類型的資產類別 (如：基



推算出未來金錢需求，打造理財計畫。

金、股票、房產、黃金、定存等)，達成期望的風險與報酬配置，主要目的是降低波動度。

持續更新檢視自己理財的動機及目標，我的動機是未來要過怎樣的退休生活？嗯，退休之後，我仍然希望享受樂活，想出國就出國，若是坐吃山空，以我的個性是花錢心驚驚，是無法像現在每年規畫兩次出國的大小旅行。退休後，到底準備多少錢才夠？其實因人而異，首先要將退休後最大的幾項花費找出來，就能推算出大概需要的範圍！退休後最大的三筆花費：生活費、休閒娛樂、醫療照護，主計處統計台灣平均每人每月消費大約是 2 萬元。理想的退休生活，可以把這個數字當成一個「底線」，至少每人要有 2 萬元的開支，夫妻兩人最低一個月生活費大約 4 萬元；但如果要讓生活品質更好，就要考慮夫妻每個月 8 萬元以上，如果到 16 萬就算非常

寬裕了。退休後的生活費，不是要你存夠才能退休，它的關鍵是退休後仍然可以有多少現金流的概念，就是當您沒有主動收入時，您有沒有被動收入？例如：股票、基金、配息、房租等資金來源。

於是，我訂出未來退休後的目標，就開始大量閱讀理財書籍、看財經節目，增加自己理財的專業知識，創造被動收入，定期定額的投資是很好的方式，強迫自己每月提撥固定的錢去理財帳戶定期定額扣款，利用景氣循環高山低谷的金融環境，持續買進好的金融標的，創造出一個微笑曲線。時間複利會幫我們生出金雞蛋，當然，首要利用不斷增進的理財知識及常識，選出會下蛋的母雞，長期執行下來，定期檢視汰弱留強，打造出持盈保泰的被動現金流，再次強調，前提是要能好好過生活，吃飽睡好，不要患得患失才去理財。●

有趣的客家話

文／李道勇 圖／編輯部

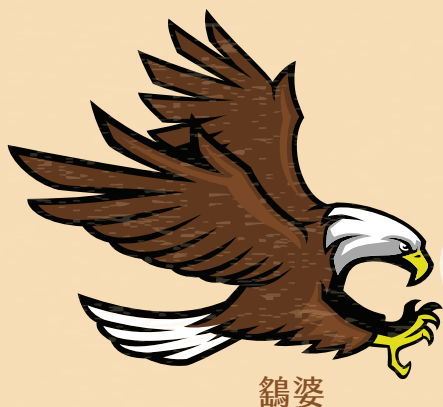


天天上圖書館的林老師，與我路過偶遇時，給我兩支日本抹茶麻糬，另一支囑我給內人，還說：「一人分一半，感情較袂散」。抹茶麻糬的味道，讓我想起客家人的「牛汶水」（又叫燒湯糍）——將「粿粿」放進糖粉、花生粉中翻攪，如同夏日水牛在水坑中和泥翻身，客家話「牛汶水」不但具象傳神，而且幽默。

70年前，我們剛從北師畢業，便約好

幾個老同學騎單車去關西余家庄拜訪老同學。當我們到達時，客廳就擺了一桶佐料豐盛的「鹹湯圓」，我們不由分說便一扒兩碗，可是它竟只是客家待客的「點心」，望著後來端上桌的白斬火雞肉拌著「九層塔」（客家人稱七層塔），大夥只能乾瞪眼。

當晚我們學會第一句客家感謝詞——「承蒙你」，言下之意是「承蒙你盛情招待」，比「謝謝」更表情意。余老爺還教



我是母的？

我是母的



我是公的



蟻公

我們另一句—「恁仔細」(感謝竟用讚美來表達—「虧你這麼細心」)。余老爺說，前一句是海陸腔，後一句則是四縣腔，余老爺還說客家話另有饒平、詔安腔，所以湊起來可稱「四海平安」！饒平、詔安大多說「勞力」(說感謝時，好像人家的辛勞，我們全看到了。)。我們真沒想到「感謝」一詞，竟然意涵著體念與讚美！余老爺再三留我們住一個禮拜，我們也就恭敬不如從命，便把余家庄當成客家學堂上起課來。

諺語是語言的結晶，結合前人的經驗與智慧而成。余老爺就用客家諺語當教材：「舌嫲 ma̍ 同牙齒恁好，有時又係 me 會相咬」(舌齒是體內器官，因此為母(舌嫲)，體外突出的部分為公，如鼻公、耳公)；「鍋嫲吊起來—比喻無米炊。」(福佬人古早說「吊鼎著害了了」；客家人把內凹的鍋子，認定鍋子是母的一鍋嫲)。「笠好遮身—廢物也有用途」(斗笠也內

凹，客家人就認定斗笠是母的一笠嫲)。

房屋內外也有另類思考，如屋簷稱「屋唇 siin」，屋簷如人的嘴唇，屋內稱「屋肚」。「灶頭背相打—難出手」(灶頭也有「背」)。「食碗內洗碗背—吃裏扒外」(福佬人說「食碗內說碗外」，客家人把碗外，當成碗公的背部)。「牛攔肚鬥牛—怕強欺弱」(福佬人說「牛稠內鬥牛母」，客家人把牛稠內，當成人的腹部)。

法國人也有像客家人的思考，他們也會把事物分成雌雄，像法語把「la France」法國當陰性名詞(因 e 字結尾)，把「le Japon」日本當陽性名詞；把「un livre broché」一本書(陽性)；可是「une table」一張桌子卻是陰性。這就讓我們想破頭，也沒有想出一本書為什麼是「公的」？一張桌子為什麼是「母的」？大概就像客家話把螞蟻叫「蟻公」，把老鷹叫「鵠婆」，把鯉魚叫「鯉嫲」，也是習慣成自然吧。源

遇見 「過路財神」

文／蕭福松
圖／編輯部



我的五官鼻小耳薄，自知財運不豐，沒有偏財運，從來就不敢奢望會大富大貴，不過，人性使然，不免也跟芸芸衆生一樣，懷抱著發財夢。

每次看到有人在超商買份報紙、買瓶飲料，就中千萬發票大獎，心裡不禁又羨又嫉：「太不公平了，為什麼中獎都是別人而不是我！」。

仔細探討原因，會不會是財神爺不認識我的緣故，這讓我想到台東豐年機場跑道尾有一戶農家，屋主很有幽默感，在新換的鐵皮屋頂上，漆上三個大大紅字—「看

三小」，不曉得是要給開離島小飛機的駕駛看，還是給神明看，反正很有創意。

想到財神爺看都不看我一眼，我也想學那位農友，在頂樓噴幾個大字：「親愛的財神爺，弟子蕭 XX 住此，有空歡迎大駕光臨。」。結果我沒寫，祂也沒來。

財神爺不認識我也是應該的，因為我很少買樂透，都不捧祂場，祂怎會特別注意到我。不過，我倒有注意到星座大師的



生肖預言，說屬龍的今年財運特別好，會「錢如雨下」，這讓我很振奮，充滿期待，期待銅板從天上掉下來砸到我。

其實，我也做過幾次發財夢，每次都是路上走啊走的，一低頭，哇！銅板耶！二話不說，俯身就撿，才撿起一個，旁邊還有一個，再撿，再一看，還有，再撿……，於是一個接一個的撿，撿得不亦樂乎！正擔心口袋裝不下的時候，鬧鐘響了，赫然夢醒，才知是在做夢。

老天還真會尋我開心，現實中不讓我發財，就讓我在夢裡過乾癮，算是一種補償吧！

學生時代，幾個經常吃土的同學一起租住在房租便宜的半山腰上，離市街有一段距離，每次下山吃飯都要走一段路。窮極無聊，就有同學故意把銅板丟在前方，然後大夥兒爭著搶撿錢，那種意外撿到錢的驚喜真的很好玩，算是窮學生的發財夢。

我估量這種期待「天上掉下銅板」的心理，跟呂純陽〈求仙記〉裡描述的心境很相似，都是現實中無法實現的願望，轉而在夢裡尋求慰藉。

那首詩是這樣寫的：四十年來公與侯，縱然是夢也風流，我今落魄邯鄲道，要向先生借枕頭。明知是作夢，但過過乾癮也

挺不錯的。

後來，我又做了幾次撿到錢的夢，卻一點驚喜的感覺也沒有，因為夢中撿到的錢幣都很大，不是幣值大，而是面積很大，像運動員的獎牌一樣，很假，分明是在戲弄我。

但有道是「真亦假時假亦真，假作真時真亦假」。一個週末黃昏，見太陽漸西下，天氣不再那麼酷熱，決定騎單車到海邊看海散心兼運動。行頭很簡單，一頂便帽、一條鬆緊帶短褲、一雙慢跑鞋，跨上老爺車，這就輕鬆寫意上路了。

我沿著自行車專用道慢慢騎著，時而仰看天空變幻無窮的黃昏彩霞，時而欣賞遠處的山巒田疇，愜意極了。馬亨亨大道很長，騎到尾端路口時，發現前面道路施工，圍了很多紐澤西護欄，剛好又碰到紅燈，無法右轉，索性騎靠在安全島，等綠燈亮再繞過去。

就在我把左腳停靠在安全島上，東張西望時，突然發現近在咫尺的護欄下方，散落著一地金屬片，以為是工人不慎掉落的螺絲墊片，並不以為意。

可是不對啊！怎有金色、銀色的，再仔細一瞧，我的天啊！竟是一堆銅板，有大有小，50 元、10 元、5 元、1 元都有。

我愣住了，嘴裡直唸著：「怎麼可能？

怎麼可能？」，怎麼可能有一堆如假包換的銅板出現在我眼前，太不真實了。

平常散步，偶爾撿個 5 元、10 元的，就樂個老半天，此刻在眼前，竟有那麼多散落的銅板，莫非有人設圈套要找女婿或姊夫的，這可不好玩，小心為要。

睜大眼睛仔細掃描四周地面，未見紅紙、紅包袋之類的，我稍放心些，代表沒有人要找女婿、姊夫的，不過，心裡還是滿滿疑惑。

因為不但時間巧，連地點也巧，就在我發現銅板的當下，前後竟都不見有人散步或騎車靠近，旁邊快車道等紅綠燈的汽機車，因隔著安全島，也看不到這一頭地面有啥東西？

莫非老天真要賜我意外之財？可是無功不受祿，橫財也非好財，怎麼辦？撿還是不撿？

我必須迅速做出決定，否則，等有人靠近一起爭搶的時候，場面可能會很亂，說不定還會幹架呢！

再三確認附近沒有紅紙、紅包袋，也沒有監視器，我停妥腳踏車蹲下身來，迅速的先從幣值最大的 50 元先撿，萬一有人想分杯羹的話，他們只能撿幣值較小的 10 元、5 元或 1 元銅板，我必須把握先機。

以前只有夢裡出現的情景，現在竟活

生生在我眼前上演，只是心裡還是疑惑，怎會有那麼多硬幣？

撿硬幣的時候，我第一次感覺兩隻手不夠用，因為散落的銅板實在太多了，我又必須爭取時間，否則，被人看見是很尷尬的，當時真希望腋下多長出兩隻手來幫忙。

我是臨時決定騎車出來逛的，啥背包、提袋、塑膠袋都沒有，手裡滿滿的一大把硬幣，只好往褲子兩邊口袋塞，幸好口袋沒有破洞。

很迅速地把散落一地的大小硬幣，全塞進褲子口袋，乖乖！怪沉的，少說也有一、兩斤重。幸好我是騎腳踏車，萬一走路，不兩手提著褲頭走路才怪哩！

奇怪的是，當我撿完所有硬幣站起身來，四周仍無一人車靠近，還真是邪門！

接下來，我要扛著戰利品立馬打道回府？還是繼續末竟行程？

猶疑了下，決定繼續往前行，也趁騎車同時，好好釐清到底是怎麼回事。

我冷靜思考，這絕不會是「神蹟」，老天也不可能無緣無故送我錢，其中恐有貓膩，再仔細推敲吧！

猜想這一大把硬幣肯定是有人掉落，並且一定是做工務農或擺攤做小生意的，因為全是 50 元、10 元、5 元、1 元硬幣。

很可能是騎車途中，裝錢的袋子不小心破了，銅板才掉落一地？

我該拿這些錢怎麼辦？一大堆銅板一定是艱苦人家賺的辛苦錢，也一定有用途，說不定是生活費、醫藥費或小孩學費，丟了心裡一定很著急，這錢千萬要不得。

主意打定，我奮力踩腳踏車，但兩邊口袋鼓鼓沉沉的，騎起來頗費力。很快騎到海邊，看了一眼綠島，意思是「我來了！」，然後匆匆回頭，直奔派出所。

值班警員看到我兩手提著褲頭走進派出所，模樣很古怪，覺得好笑，但仍禮貌地問：「先生，有事嗎？」

我說：「撿到錢。」

又問：「很多嗎？」

我說：「你看。」

看到我分好幾次從口袋裡，掏出一把又一把的銅板，他驚呼道：「哇！怎那麼多？」

，我把兩邊口袋的銅板全部掏出來放在值班台上，滿滿一堆，他看了笑問：「都是撿的？」，我說：「是啊！」，他大概沒看過有民衆撿那麼多銅板交派出所的。

望著那堆銅板想了一會兒，他說：「請稍等一下。」，然後，耐心地按銅板大小分別堆疊，排了好幾列，核算結果，共



1,108 元，難怪我褲頭都快撐不住。

值班警員開了收據給我，打趣說：「沒看過人撿那麼多銅板交派出所的。」。

離開派出所時，天色已暗，看到掛在天邊的弦月，不禁覺得好笑，我這是拾金不昧？還是當過路財神？

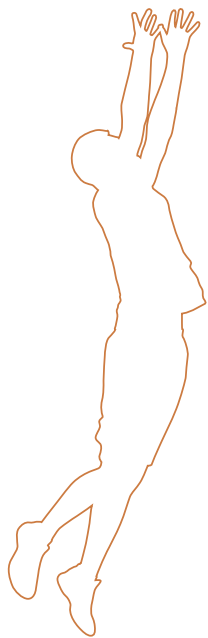
說真格的，這可是很難得的撿錢經驗，本應夢裡才有的情境，現實裡真讓我遇上了，儘管沒十分成全，不過，還是很感謝老天給我這個半生不熟的發財夢，讓我感受一下意外撿到錢的快樂感覺。

最盼望的是失主能儘快到派出所領回失金，這樣我或許可勉強稱作「日行一善」。

源

非常識法則

跳脫框架 開拓多角視野



文／墨客 圖／編輯部



心理學上有個名詞，稱之為「非常識法則 (ひじょうしき)」，指的是一個人的行為、所經歷的事，要能跳脫原本既有的框架，走進不同的視角，並試著質疑原本認為理所當然的事實。

這個法則的研究，是來自於有一位日本人到美國工作的一段故事。有一次，一位美國人請那位日本人把信件投進郵筒裡，但日本人怎麼找就是找不到郵筒，一問之下，才發現，原來美國的郵筒是藍色的，和平常認知中的綠色或紅色完全不同，所以，從沒看過藍色郵筒的日本人，想當然爾，就不會意識到所看



到的東西，就是郵筒。

這個研究，同時也告訴我們，很多我們在日常生活中習以為常的事，在不同的時空背景下，或許真的不是理所當然。又如，倘若我們到日本吃飯，把餐桌上的菜餚吃得精光，對掌廚的人來說，是一項肯定，代表廚藝很好；相反地，如果把這群日本人的飲食習慣帶到中國去，把餐桌上一掃而空，可能就會讓掌廚的人失去面子了，因為掌廚的人可能會覺得自己煮得太

少了，不夠大家吃。

多元文化的差異，其實就是「非常識法則」的典型實例。

如果把這個法則，運用在教養孩子的觀念上，也確實是很好的親職教育。如果你的孩子，平常很喜歡看歷史小說，閱讀了好幾年，或許可以嘗試讓他閱讀不同型式的文本，比方說，古典詩詞、科學實驗、現代散文，雖然這些同樣都是閱讀，但是範疇與性質不同，能刺激到的腦部區域也不大相同，長期下來，腦神經的觸類旁通，對孩子的學習是極有幫助的。又如，平常總是習慣從事慢跑運動，這樣的規律與持之以恆固然很好，然而，倘若想透過非常識法則，去改變我們平常較少用到的肌群，或許可以試著改跳繩、瑜加、球類、游泳，因為所活用到的身體肌肉和大腦都不相同，對於腦部的活化是有相當助益的，而且也會間接影響到我們的情緒、性格、處事態度與人際關係。

又如，平常總是習慣走這條路上下班，那麼，下次就試著走不同的路，或許稍微遠一點，感受到的風景、身體的經驗、遇見的人、物都完全不一樣；而也有病理上的研究指出，多走不同的路，多接觸不同的事物，可預防阿茲海默症呢！基於這個理念，我也確實這麼去落實。以往我總是走主要幹道到上班的地點，而現今我除了原本的摩托車之外，我還加上了公共自行



車，因為一旦騎上自行車，就能瞬間轉化上班的心情，而鑽入另一條小路小巷時，也確實讓我看到不同的風景，這些都是以往未曾體驗過的。雖然可能多花上 20 分鐘，但只要好好調配好自己的時間，其實是可行的方式。

再從教育的面向來看，新課綱已經上路一年多了，關於素養導向教學與評量的其中一個重要方向，便是「跨領域」的學習。其實，所謂「跨」的概念，也類似非常識的精神。以往試卷的題目單一，語文領域的題目，全都是語文單一領域的命題，但是現在卻可能是用數學圖表的概念，去包裝語文的學習重點，又或將自然與閱讀合而為一，又或歷史年表和人權法治的結合，以及地圖出現在語文考科中……。而師長們的課程準備，也得有「非常識」的涵養，才能教出跨域的學生。

也難怪乎，有一位家長跟我分享，他很慶幸自己不用再參加會考、學測等考試了，他是聯考時代背景的家長，往昔的社會環境單一，民風相對保守，所以反映

在教學與試卷上，也是單一，甚至反覆抄寫的記憶式作答。但這位和我分享的家長，他說，他大兒子的考卷，已經分不清是考社會還是考國文了，因為每一題的文字都很長，而且每一道題目，都搭配著圖或是表格，偶爾還有漫畫、對話、生活趨勢的文案……，如果孩子，依舊用傳統的讀書方式去面對，有辦法適應現今的多元命題考題嗎？

現今是一個資訊極為複雜的時代，我們需要的，不是單一領域的人才，而是跨領域的斜槓人才。有一說，傳統為「T 型人才」，近年來為「 π 型人才」，未來將需要「非型人才」(「T 型」只有一個專長，「 π 型」有兩個專長，「非型」除了兩個專長，還延伸出許多興趣。)，而進到「非型人才」的必要條件，便是多讓孩子接觸不同的生活體驗，為他們創下多元的生命價值，打破慣性所學，摒棄早已習慣的經驗，或許這就是「非常識法則」所要帶給我們的真諦。源



狸老酥的日常碎碎念

文、圖／狸老酥



狸老酥，簡稱「狸酥」。栽進高教叢林的一介老狸。「唔」人子弟專業。喜於察弟子言、觀弟子行，書畫成冊，供同處叢林求生的十方善信一笑泯辛愁。

讀者回聲

一本充滿臺灣味的雜誌，
是生活中的精神食糧，
也是人生中的優質朋友，
用多元的觀點啟發了我。
希望《源》雜誌持續成長，
陪伴讀者一起茁壯。

高雄 柯先生



》勘誤公告

《源》雜誌144期P90標題應為「從燒開水來節省能源 Save Energy from Boiling Water」，其中「water」誤植為「wate」，特此更正。

徵稿 Call for Papers

【歡迎來稿】

- ◎ 請附真實姓名、身分證字號、戶籍地址（含區、里、鄰）、聯絡地址及電話、傳真，發表時可用筆名。來稿文約兩千字，請用稿紙書寫，最好用電腦謄打列印並附電子檔，或用e-mail傳寄，照片／圖片可用高檔光碟。
- ◎ 凡所提供文字內容、照片、圖形、須皆無著作權爭議，文責由作者自負。
- ◎ 來稿請搭配相關圖片，並請寫圖說，圖片用完退還。
- ◎ 因發行量有限，為便利大眾閱讀，刊登於《源》之文圖將免費提供網路轉載，經轉載之文章，不另支付稿酬，不願被轉載者請註明。

【感謝您的厚愛】

- ◎ 《源》每期分送各公私立圖書館，請就近參閱。個人可親向附近台電所屬機構，或附回郵信封向台灣綜合研究院《源》雜誌編輯部索取，送完為止。
- ◎ 歡迎各社區、團體、醫療機構等之圖書室來信索閱，自次期起寄贈。
- ◎ 讀者來函請寄台灣綜合研究院《源》雜誌編輯部收。歡迎網路轉載《源》文章，請先與我們聯絡。
- ◎ 想看更多《源》文章，請上台電公司網站《源》雜誌網頁<https://www.taipower.com.tw/tc/report.aspx?mid=90>或台灣綜合研究院《源》雜誌網頁<http://www.tri.org.tw/per/yuan.html>觀看。
- ◎ 歡迎與本刊物交換刊物。





穿梭微小之隙—小水利、微水力發電廠巡禮

駕著雪橇暖迎新春

「蔥」滿希望，「蔥」滿感恩—「蔥」滿人情味的三星蔥

在南澳，遇見泰雅與客家

太平山上的山毛櫸之美

經典傳統 x 現代設計—陳惠美與春仔花的故事

減醣生酮跟我做 增肌減脂好輕鬆—氣炸牛排便當

多元智慧星球的 pulima —武玉玲與峨塞

安住自己、留有餘地

緣生緣滅、沉默靜觀

你，也在寂寞叢林裡嗎？

做自己的貴人—從理財開始

有趣的客家話

遇見「過路財神」

跳脫框架 開拓多角視野—非常識法則

狸老酥的日常碎碎念

讀者回響



台灣電力公司
www.taipower.com.tw