

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	友善校園、快樂學習	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	-----------	----

吃了冬至圓，就算過一年。

## 冬至添歲慶團圓

◎ 于愷駿

清今年「冬至」為12月21日（農曆11月24日）。臺灣的冬至通稱「冬節」，主要的民俗是搓湯圓及祭拜家中供奉的諸神和「地基主」。湯圓象徵圓滿、團圓，圓滿的意思，也具有「取圓以達陽氣」的涵意。因為過去民間有天地的觀念，天代表陽、乾，冬至過後陽氣開始上升，所以說「冬至一陽生」，為了使陽氣回復，於是圓象迎接陽氣，而吃過湯圓就表示又多了一歲。

冬至的湯圓，俗稱冬節圓，要作成紅、白兩色。拜過祖先的冬節圓，照例要黏貼一兩顆在門扉、窗戶、椅桌、床櫃等處。據說，這些冬節圓，日後乾燥給孩子吃，能保佑小孩平安長大。

一般也有在冬至日「補冬」的習俗。補冬的內容視家庭貧富而異，習俗上來講，冬至的前一天才是補冬。農業社會時代，補冬日家家戶戶搓湯圓，意味著年關將近家人就要團圓，搓湯圓剩下的材料捏成家禽、家畜的形狀，染上食用色素，冬至拜拜時連同湯圓上桌謝天敬祖。這項習俗衍生為捏麵人，至今仍有鹿港人會捏一些素牲禮。

除了湯圓外，紅龜粿及菜粿過去也是冬至拜拜的應節食品。有的人會省略紅龜粿，但菜粿及湯圓絕不可少，菜粿的餡有甜與鹹兩種口味。甜的以黑豆沙、黑芝麻為原料；鹹的餡以蔬菜為主，外形顏色一律為紅色，以示吉祥。菜粿包好餡要入蒸籠之前，要在粿的下面貼一張樹葉當粿底，以免蒸熟後黏在蒸籠上；可使用的樹葉很多，菜粿蒸熟後，會散發一股樹葉的香味。

和冬至有關的俗諺也不少，有「冬至月中央，霜雪兩頭光」、「乾冬至，澹過年」、「冬至澹，做孝男」、「冬至晴，百物成」、「冬至出口頭，過年冷死牛」、「冬至天氣晴，來年果木成」、「冬至天氣爽，來年果木廣」、「冬至夜長，夏至夜短」、「不到冬至不寒，不到夏至不熱」、「冬至不割禾，一夜脫一籮」、「冬至蘿蔔，夏至薑」、「十一月年兜邊，家家戶戶人搓圓」、「吃了冬至圓，就算過一年」、「冬節置月頭，麥寒年腳兜」。

傳統農業社會，農民的作息是依照歲時節令播種收成；現代工商時代，節氣已不再支配人們的生活。冬至習俗流傳至今，僅存吃湯圓、添歲、慶團圓的象徵意義了。

我國有句俗話說：「冬至大如年」，即是說冬至的重要和過年一樣；傳統的冬至要過三天，冬至前一天叫「小至」，當日叫「長至」，隔日叫「後至」。應節的食物在南方吃湯圓，在北方吃餛飩或餃子。宋人周密在《武林舊事》中有傳神的記載，他提到杭州人過冬至的情形，「三日之內，店肆皆罷市，垂帘飲博，謂之『做節』。饗先則以餛飩，有『冬餛飩，年鱖鮓』之諺。貴家求奇，一器凡十餘色，謂之『百味餛飩』」。

因為冬至這一天，太陽在極南，日影極長，所以冬至從前又稱為「長至節」或「南至」。同時，冬至這一天白晝最短，所以冬至又稱「短至」。意思是過了冬至這一天，白天將開始慢慢增長了，太陽也同時逐漸向北移動。天文學家將圓天分為360度，以分配於一年的時間內。從春分算起，以「春分」、「夏至」、「秋分」、「冬至」，各放在90度的位置上，其他的節氣，則平均分配在這四個間隔中。因此，依陽曆來說，每年的冬至，一定在12月的21、22，或23日，這是依據太陽運行而計算出來的，以冬至為基準氣候，極為準確。但農曆因為是依據月球，所以冬至的日期就沒有固定。大抵冬至在農曆的11月前半月是大雪，後半月是小雪，有時在上旬，有時在中旬，有時在下旬。因此，史籍上有占時的說法，左傳僖公五年載稱：「凡分、至、啟、閉，必書雲物，為備故也。」這就是說，凡是春分、秋分、夏至、冬至、立春、立夏、立秋、立冬八個節日，一定要記錄太陽附近的雲氣顏色，作為吉凶水旱的占驗。又如《胡廣志書》上說：「冬至在上旬則冬寒，中旬則暖，下旬則次年正、二、三月極寒」。

另外值得一提的是，冬至之後，白天的時間漸長，黑夜的時間漸短。中醫認為：夜間屬陰，白晝屬陽，冬至這個節氣，是陰陽主氣交替的時候。《內經》書說：「人與天地相應」，也就是說人與自然界息息相關，自然界的變化能夠直接或間接引起人體不同的生理和病理變化，特別是對那些長年患有較重病證的患者，身體抵抗力差，屬於陽衰之症，不能適應陰陽交替的急劇變化，所以往往會在類似冬至這樣的重要節氣變化之際，加重病情，甚至死亡。而冬至過後，陽氣來復，「陽衰」的情形會得到陽氣的扶助，病情才會有所好轉。所以「重病難過冬至節」的說法，是值得多加注意的。

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	友善校園、快樂學習	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	-----------	----

大橋的夢想已成真，不但凝聚社區民眾的感情，也帶來觀光人潮。

## 躍動的西螺

◎趙元才

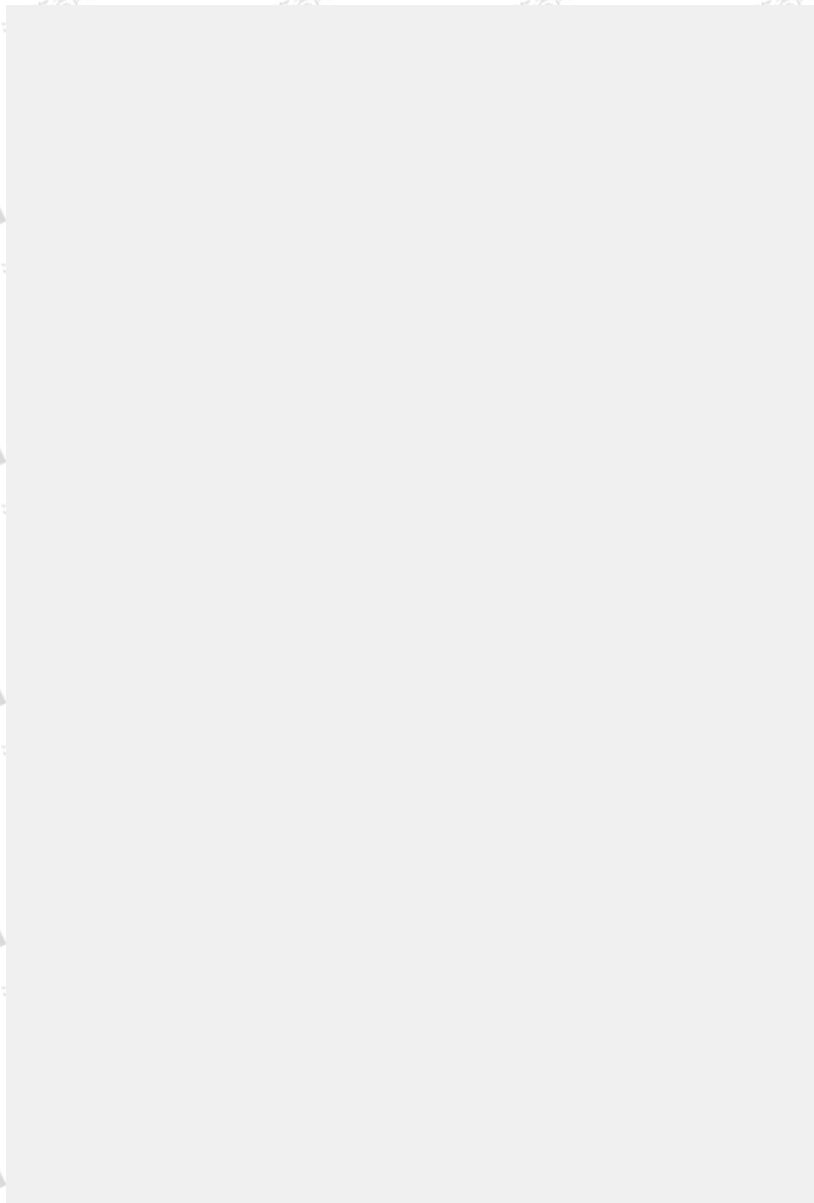
虹橋與夕照，醞釀一份守候遊子的在地精神；進步與繁華，見證西螺耀眼不朽的生命活力。「西螺大橋觀光文化節」的活動已舉辦了10年，驗證了我們常說的一句話「人生因有夢想而遠大」，大橋的夢想已成真，不但凝聚社區民眾的情感，也帶來觀光人潮，讓西螺再一次展現文藝、運動、藝術的魅力。

今年「2008年西螺大橋觀光文化節」一系列的活動中，結合了運動、教育及文化傳承三方面：

一、**運動方面**：有因應最近流行的騎單車風氣而舉辦的自行車賽及單車逍遙遊，讓遊客探訪西螺古蹟、觀光產業景點，也讓外地人深刻了解西螺的文化。有為了倡導慢跑運動的馬拉松賽，活動主要場地以西螺大橋特殊場景為範圍，邀請臺灣地區愛好戶外運動的好手參與，共同為美麗的大橋留下一篇史頁。

二、**教育方面**：有專為小朋友舉辦的彩繪風箏製作及以延平老街歷史街屋為繪畫題材的寫生比賽，讓我們的下一代見證西螺老街傳統建築的美麗。另有以西螺名產醬油為主題及DIY製作的活動，希望能透過各種創意巧思，打響醬油王國的名號。

三、**文化傳承方面**：有七崁武術表演，除了展現傳統武術精神外，更希望能再現七崁武術之風華。晚會節目邀請九天民俗技藝團演出，由鼓的串連結了「技」與「藝」，表現臺灣特有的藝術之美。



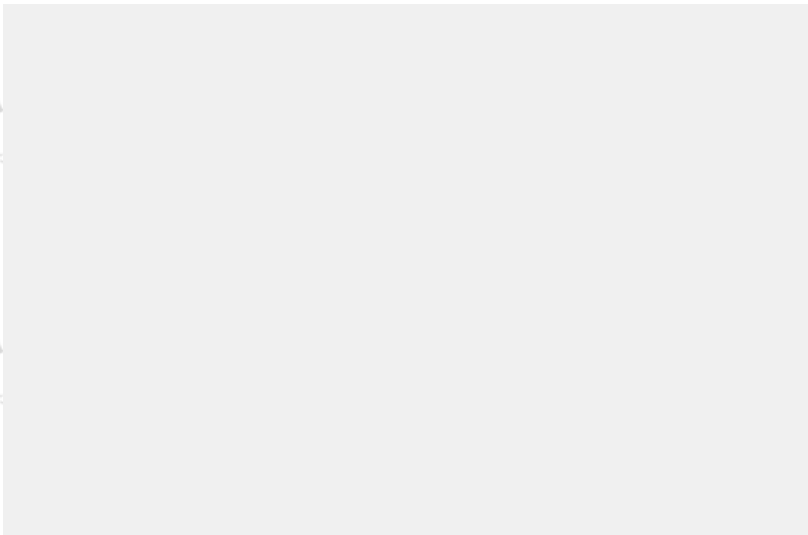


「西螺大橋觀光文化節」舉辦的自行車賽及單車逍遙遊

整個活動的壓軸好戲是「大橋之夜」晚會，在絢爛的煙火及燈光設計下，將西螺大橋在人們心中的記憶圖像，從白天延續到黑夜，不分晝夜地烙印在人們的心底深處。走一趟虹橋讓我們靜下來細細感受及領會它獨特的美麗！

西螺擁有珍貴的文化古蹟及豐富的風土文物，建議遊客們必去的「人文之旅」景點如下：

一、**福興宮**：俗稱舊街媽祖廟，奉祀主神是天上聖母（媽祖），創建於1723年（清雍正元年），廟內留存許多古物；天上聖母神像、十八羅漢像、石柱及石獅等雕工細膩，處處都是珍貴藝術品。近年來中部地區隆重的廟宇活動—太平媽文化祭亦成為西螺鎮內一大盛事。





西螺鎮福興宮—俗稱舊街媽祖廟，創建於1723年（清雍正元年）

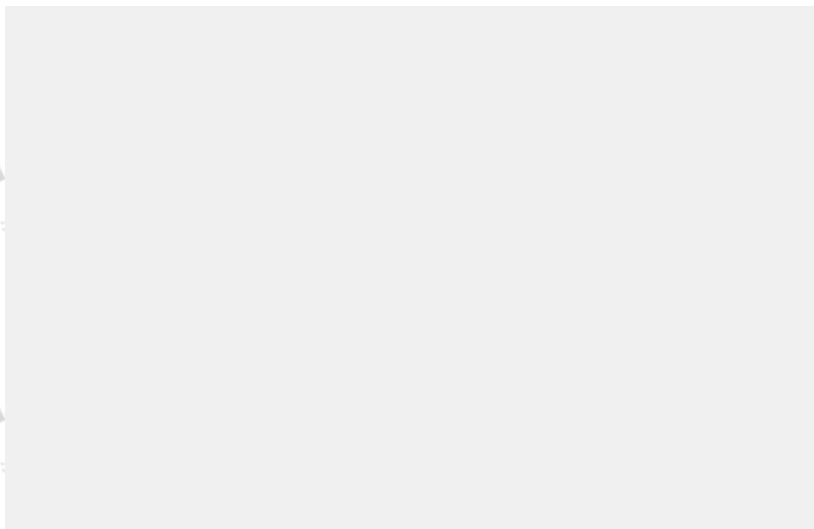
二、振文書院：位於興農西路與文昌路口，前身為文昌帝君祠，建於1797年（清嘉慶2年），1812年成立書院，樑上懸有1813年梅月古匾「千秋書祖」；振文書院為雲林縣碩果僅存的書院，列為三級古蹟，是西螺珍貴文化資產。



西螺鎮三級古蹟—振文書院，前身係創建於1797年（清嘉慶二年）的文昌帝君祠，1812年成立書院

三、廣福宮：俗稱新街媽祖，創立於1760年（乾隆25年），奉祀主神是天上聖母。廣福宮的興建歷史，與西螺歷史發展中成立新街有關，廟內雕樑畫棟，手工精細，平時香火鼎盛，是西螺信仰中心之一。

四、延平路街屋：位於現在所稱延平老街，造型獨特的洋房街屋建築，蘊藏了西螺的歷史文化精髓。





西螺鎮延平老街風貌

五、全臺最大的泰山石敢當：鎮民用來防患水災，祈求平安的精神象徵。

六、七崁武術牌樓及阿善師墓園：代表西螺武術精神，今日西螺習武之風仍盛，還有許多國術館在傳授武藝，延承西螺傳統武風，「西螺七崁」的故事及精神更流傳於西螺在地人的心中。

七、西螺的產業文化：西螺的醬油已有百年歷史，造就今日臺灣的「醬油王國」，氣味芳香甘醇，風味特佳。西螺鎮位於臺灣第一大溪流濁水溪的中游南岸，西螺米自然香且Q，西瓜香甜可口。另全省每日有六成以上的蔬菜在西螺果菜市場交易，西螺蔬菜種植，屬於專業生產，近年更積極推廣有機蔬菜栽培。

西螺之美主要在於富含躍動生命力的西螺大橋及豐富人文氛圍的老街，期待西螺這個古老的城鎮能在文化觀光、產業觀光上找到新的生命。我們期待讓整個西螺鎮建設成為一個環境優雅、適合居住、悠閒有文化的觀光小鎮，期盼您的親臨，與我們一起感受它的美、它的真、與它的活力，西螺：歡迎您來！

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	友善校園、快樂學習	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	-----------	----

## <到處走走畫畫>

### 敖包相會

◎文·繪圖／王廷俊



在內蒙的昭河草原蒙古包裡做客，蒙古姑娘禮數周到，幾杯黃湯下肚後，姑娘們一曲「敖包相會」，高亢繞樑的嗓音，伴隨著天蒼野茫的氛圍，直唱入了我的心坎裡。

終究只是聽聞，內蒙的作家朋友特地在赴成吉思汗陵的半路上，安排了一場「敖包相會」初體驗，這當然沒有歌聲裡的男女情侶那般旖旎；大夥兒一行從左向右走了3圈，祈神降福，保佑我們旅途平安順暢，也算入鄉隨俗。

敖包是由人工堆疊而成的石頭堆，多作圓錐形實心塔，頂端插一長桿。其實最初它是用做道路和境界標識，方便指路、辨別方向和行政區劃。也難怪，偌大一片草原，沒山也沒河，東南西北怎麼抓，這敖包石誌，自然扮起地理識別的角色，只是後來受到宗教的影響，演變而為神物。尋常旅途中，常見人下馬膜拜，6至8月草豐馬壯之際，蒙古族會獻上貢品祭敖包；禮儀結束，草原娛樂也跟著登場。

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	友善校園、快樂學習	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	-----------	----

年輕人要愛惜生命，有可能發生危險的行為，事前都要好好想一想。

## 事前三思和事後懊悔

◎ 游福生

每次看到青少年飆車，就為他們捏一把冷汗，因為道路車來車往很多，馬路如虎口，騎著機車狂飆，實在太恐怖了！不可把生命當兒戲，希望年輕人要愛惜生命，有可能發生危險的行為請事前三思！

人人都有犯錯的時候，不過，有些過錯是可以經由思考過濾而避免的。就以飆車為例，不能以好奇、好玩、夠刺激來思考，而應多想想，飆車的後果是什麼？要付出多少代價？一件事情要多從各種角度切入，四面八方去設想，才會更周延；有了圓滿的答案，再去採取行動，這樣才是行為的準則、做事的態度啊！

前幾天筆者到某外科醫院當志工，跟一位拄著拐杖的年輕人交談，這是位剛考上大學的學生，在好奇的衝動下跟朋友去飆車，結果機車失控跌落橋下，車毀人傷，腳也斷了！從此必須終生拄著拐杖，也只能暫時辦理休學。這是多麼殘忍的自毀行為，也付出多麼慘痛的代價啊！一失足成千古恨，再回頭已百年身，實在值得我們警惕。

他說他很後悔，不該因為好奇及一時想找刺激而去飆車；他很對不起父母，也辜負了師長的期待。有一陣子他對人生心灰意冷，很想自殺，很痛苦也很懊悔。我當時一再安慰他，鼓勵他。「明知有今天，何必當初呢！」人們往往得到教訓後才會學乖，所以記取教訓非常重要，而這種教訓似乎太沉重啦！代價太大了！

跌倒才學會走路，有些人跌兩下就會走路，有人跌了數百次才會走路。智慧較高與經驗豐富的人，很快就知道，錯在那兒，對在那兒，所以凡事多聽別人的意見，多看他人怎樣做，多方面去想問題，這是非常重要的事，不要光從個人本位去想問題，「不聽老人言，吃虧在眼前」就是這個道理。事前好好想一想，想到圓滿答案才放手去做，朋友的邀約不必立刻答應，想通了再給答案也不遲！

（作者是國小退休教師）

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	友善校園、快樂學習	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	-----------	----

我們初見面時他那誠懇而開心的笑容，常在我的腦海浮現。

## 小 弟

◎ 憫 慧

平我的公婆有三個兒子，在家裡他們習慣稱呼老三為「小弟」。

第一次見到小弟，是在華崗山上。小弟專程從淡江來探望他的大哥，那時我還只是他大哥的女朋友。見了面，他很有禮貌地稱呼我為「曾姐姐」，臉上綻放出誠懇而開心的笑容。此後，我們每一次相聚，我總為他的大哥有個這麼溫和可親的好弟弟而感到格外的歡喜。

還記得我們結婚時，小弟盡心護衛著新郎新娘；他忙著張羅婚禮的迎娶，穿梭在賓客之間，開懷地敬酒、寒暄……。我從他那眉眼嘴角間盈盈的笑意和洋溢的喜氣，讀出他內心最真摯的祝福。

小弟當完兵回來，替他大哥管理工地，並來臺北和我們同住。那時我懷著身孕，每天一大早趕車上班，必然急忽許多家事；但小弟絲毫不見外，他真誠地融入我們的小家庭，親密地和我們一起過著自由自在的生活，使我們家增添了好些熱鬧的氣氛和歡樂的笑聲，也讓我分享了和他一起生活的許多樂趣。

小弟的嘴巴甜，從不吝嗇說出好聽的話，但絕不天花亂墜。

有一次，當我為他到訪的同學手忙腳亂地準備了連自己都沒有勇氣嚐試的菜肴時，小弟竟然說他的同學對我的豆瓣鯉魚讚不絕口。

有生以來我第一次熱情地拿客人的胃口實驗這道「豆瓣魚」，就被稱讚燒得好，那種心虛得喜出望外的感覺，使我久久不能忘懷；一直到現在還常常記起這件溫馨的往事。

小弟為人體貼、勤快，隨時樂意幫忙，心地又善良。

有一次，我打開熱氣騰騰的電鍋，準備端出蛋碗蒸上桌。但熱烘烘的大碗公貼近高溫的內鍋，怎樣才能從鍋碗之間的夾縫捧出大碗公而不流出湯汁呢？正為難時，小弟拿起不鏽鋼的倒勾碗夾，向大碗公夾去。我擔心大碗的磁面太滑溜，恐怕不堪一夾，便急急阻止。小弟仍然認為夾子實用方便，何必白操心呢！

眼看著大碗公輕易被夾出電鍋，迅速往餐桌移送，我按住心跳，驚喜呼叫；突然「碰！」大碗應聲落地，蛋花碎磁肆意迸濺。

小弟一邊收拾殘局，一邊對著我連聲道歉。

我再三地說沒關係，心裡也確實不在意，反而覺得能夾出大碗公就很厲害了；只怪自己反應太慢，沒拿出盤子托住，以至於功敗垂成。

當年小弟那滿臉的歉疚，至今我仍清晰記得。

自從小弟住到我們家後，少了小兒子陪伴的婆婆，每當和我獨處時，談話的內容總離不開小弟，表露出母親對兒子的深切關愛。

有一次，婆婆對我訴說臂膀的疼痛。

「哎！我這膀子是小弟害的！」婆婆放下手中的勾線，搓揉著臂膀。

也許是察覺到我臉上的疑惑，她趕忙補充著：「我這膀子疼是生了小弟後造成的！」語氣透出些許無奈。

「以後小弟要特別孝順我！」婆婆近乎自言自語。

我默默地聽著，那時左傳裡「寤生」的故事突然跳出來；一個母親對分娩所造成的不適，真的會在心裡留下不悅的記憶嗎？

多年後證明，慈愛的婆婆把膀子的疼痛追溯到與小兒子相關連的、已然發黃的記憶裡，是頗耐人尋味的。表面上彷彿是出自母親對小兒子情感的一種宣洩，其實隱含的？是母子骨肉相連、綿密而不可割捨的深情告白。另外，婆婆對小兒子的個性，向來也最了然於心。所以她才會說出：「以後小弟要特別孝順我！」這樣的話來。

小弟長得一表人才，他的個兒高瘦，五官端正，白皙的臉上戴副眼鏡，一派斯文的樣子；他還會彈吉他，經常自彈自唱，歌聲悅耳動聽；他也擅長繪畫，自畫了一張當時流行的人物海報，貼在客廳的牆壁上，顯得時髦又氣派。尤其，他的個性隨和，加上善解人意，所以很得女孩子的青睞。無論是樓下黃家的妹妹或對面李家的姪女，她們一旦認識了小弟後，都很喜歡和他做朋友，並常藉故請教，找機會接近他。

有一天，婆婆到我家，正巧聽到窗外傳來女孩子連續叫著小弟的名字。

「叫什麼叫！有什麼好叫的！」她對我說著，「蓋好房子，立即叫小弟搬回板橋住！」一向如春陽般和煦的婆婆，臉上霎時布滿了秋霜。

此後，她三不五時來探詢，並隔空對女孩子大聲回話：「小弟不在！」

女孩子沒聽到小弟溫和的應答聲，倒是逐漸聽懂了婆婆生硬而嚴峻的語調，再也不敢隨便隔空發話了。



婆婆一心盼望小弟出國留學，希望他好好準備托福考試，不要浪費時間。婆婆又一再叮嚀我，房子一蓋好，就叫小弟搬回板橋，不要再住我們家了。

我知道婆婆不喜歡有任何女孩子來打擾小弟，甚至影響了小弟出國的決心。我體諒身為母親對小兒子的用心良苦與深切的期望，便遵照婆婆的囑咐去做。後來，小弟考上托福，申請到南加大就讀，也曾搬回板橋小住，如婆婆所願。

10年後，小弟成家立業，接公公婆婆到美國定居，並盡心照顧倆老。在所有的兒女中，小弟最孝順了！

想起當年，婆婆無意中說出的話：「以後小弟要特別孝順我！」可說是一語成真了。

小弟負笈異國，30年的歲月匆匆流逝。他那多情而真誠的生命內涵，自然形成一股迷人的魅力，像漩渦一般，吸引許多志趣相投的朋友，定期舉辦家庭聚會，互相扶持勉勵，情逾手足，過著快樂無憂的生活。

我們初見面時他那誠懇而開心的笑容，常在我的腦海浮現。

我真心喜歡這個小弟，也時時惦記著他。

論述	大陸透視	法令天地	工作園地	科技新知	健康生活	生態保育	文與藝	友善校園、快樂學習	其他
----	------	------	------	------	------	------	-----	-----------	----

你願意別人怎樣待你，你就應怎樣待人。

## 伸出友誼的雙手，你會成為快樂的人！

◎ 郭德賢

世界上有兩種人，一種是肯定與樂觀的人，另一種是否定與悲觀的人。肯定與樂觀的人早上起床常會心情愉悅地說道：「美好的一天開始了！」悲觀與否定的人則會把被子拉到頭上，非常苦悶的說道：「天哪～又到早上了！」同樣的道理，面對著半杯飲料，悲觀者說：「可惜，只有半杯！」而樂觀者則會說：「很好，還有半杯！」

你是哪種人呢？你想成為哪種人呢？事實上成為一個樂觀的人才是幸福的。一個人或一個團體跟另一個人或團體發生衝突的最大原因，是一方想將他的價值觀和期望加諸在另一方身上。不論在任何行業，成功的秘訣是：「了解別人要什麼，並慷慨地幫助他們得到」。如果你幫助別人成功地實現夢想，那麼你就等於實現了自己的夢想，你在一生中就會交到許多的朋友。就如同聖經上所說的：「你願意別人怎樣待你，你就應怎樣待人。」這永遠是建立良好人際關係的不二法門。

當我們肯定自己的時候，絕對不能忘記同時也要肯定他人，並願意伸出友誼的雙手。因為，一方面，我們不能以排斥他人來成就自己，把自己的快樂建立在別人的痛苦上；另一方面，當我們獲得快樂時，也唯有能夠與他人分享，才顯得可貴，深具意義。

伸出友誼的雙手，是一種肯定的行動，我們必須先以肯定的態度與他人交往，學習接納他人與尊敬他人。因為肯定自我的人才會真心地幫助別人，也因為透過助人的歷程，讓別人對自己產生好感，從而建立自信並更加地肯定自己。在如此的「良性循環」中，你將會成為世上快樂又幸福的人，別人也會經由你的熱忱而在人生的旅程中更加幸福。