

如何讓役男在服役期間成長

健康來服役、服役中成長、平安的退役

一、前言-思考如何讓役男在服役期間成長

「服役」是男孩子一生中的大事，而現在的青少年多被譏為「草莓族」，經不起風吹雨打，抗壓能力不足，當兵期間常讓家長擔心不已，害怕自家小孩在服役中出事。過去，大家認為當兵是一件光榮、值得炫耀的事，隨著時代變遷，加上社會價值觀的改變，曾幾何時，「服役」的正面評價正逐漸減少而負面評價卻相形升高。因此，役政業務需要重新調整工作觀念和方向，役政人員需要有新的思維和新的作法，讓「服役」國人的心目中重新定位，給予鼓勵，給予肯定。

為因應時代及社會趨勢所需，役男服役（勤）除了原有保家衛國、維護鄉土的目的外，今後役政業務，於役男服役（勤）期間，要朝向使役男「健康來服役、服役中成長、平安的退役」的工作目標邁進。常備役及替代役役男之服役（勤）機能，除原有之使命和職責外，可以朝向公共服務、社會公益及社區關懷的區塊領域來發展。如何讓役男在服役期間成長？

將是現階段役政業務的重要課題與工作方向。



二、役政業務新思維-讓役男在服役中成長

由於國家經濟成長進步和社會人民生活穩定，一般大眾對於服役保家衛國的觀念，逐漸隨著時間因素變淡、變模糊。更由於「少子(女)化」的現象，為人父母者常有私心懼怕孩子當兵受苦或遭遇危險，不想當兵的世俗化想法逐漸充斥於現今社會，這種現象時常發生在役政人員與役男家屬、役男本人的對話過程當中。因此，啟發了我們役政同仁思考「如何讓役男在服役期間成長？」的想法。畢竟，當前服役仍為憲法所規範之人民應盡義務，如何以正面的積極思考取代負面價值觀的瀰漫，才是現代政府及公務員應有之作為。

我國自八十九年五月施行替代役制度以來，至今已經有近七萬五千名替代役役男，投入政府各部門及社會各個角落，分別從事社會治安、文化教育、環保醫療、社會服務以及多項公共行政輔助勤務等工作。替代役役男的表現，給予我們的國家和社會，適時提供了一批公共服務的生力軍。「愛心」、「服務」、「責任」、「紀律」四大信念，展現替代役役男服務社會之熱誠，除了加強一般及專業的服勤訓練外，另外還有種種服役功能的規劃與設計，其目的無非是要讓役男在服役期間得以成長，充分發揮他們的專業與長才。

因應時勢所需，常備役役男入營服役，除了執干戈以衛社稷，保家衛國的任務與使命外，應亦可比照替代役役男有其服務社會的表現空間。在戰訓本務之外，增進「社區公益」及「社區關懷」項目的安排，透過活動式的參與過程，在可允許的一定時間裡面跨出生硬的部隊藩籬，在軍中當兵的日子不會只是單調與枯燥，讓服役中的常備役役男也有紓解身心獲得成長的機會。



三、投入社區公益-役男化身為關懷社會的青年大使

役政業務日益擴展，體察國家及社會現況，役政機關及役政同仁需要重新思考和重新定位。兵役制度的發展，制度面的變革以外，對於服役的內容與方式，必須強調社區參與和公益關懷層面，以新觀念、新思維來擴大役男服役（勤）在政府及社會間各個領域的服務功能，展現服役青年們螞蟻雄兵的服務功能，使其投入社區公益服務，秉持「榮譽與奉獻」的精神，參與社會接受社會洗禮，經由服役（勤）鍛鍊，讓役男心智成長，進而獲取社會與民眾的認同和支持。

替代役役男除了各項公共行政輔助勤務優異的事蹟外，我們也非常重視役男的權益。對於役男服役權益的保障，社會地位的提昇，實質生活的照顧，辦理心理諮商、法紀教育、心靈成長和退役就業輔導，甚且，有限度地開放替代役役男利用公餘時間外出進修或補習，俾使替代役役男能利用時間充實本職學能，以提高工作效能。最近，為了進一步發揮替代役役男的社會影響力，役政署成立了替代役男樂團（BAND），同時也組成「替代役反毒大使團」，今（95）年5月25日正式成立暨首次巡迴演出，希望藉由役男化身為關懷社會的青年大使，積極投入社會公益活動及深入社區關懷，涵養時代青年積極正向的人生觀，熱心公益關懷我們的社會。

四、擴大成效-地方政府、需用機關及服勤單位配合推廣

為使各機關單位了解役男從事社區公益服務之理念及未來規劃方案，役政署於本（95）年4月17日邀集直轄市、縣市政府及需用機關管理人員，辦理「擴大替代役役男參與公益服務管理人員講習」，會中除說明推動理念外，並邀請專家學者講授替代役役男公益服務管理及方案規劃課程，請各機關單位積極配合推動役男參與公益服務事項，以求擴大實施成效。在部隊中服役的常備役役男，國防部也可以召集研商或傾聽各界反映，共襄盛舉。

目前已參與之替代役男需用機關，有經濟部水利署及經濟部貿易調查委員會業已提列計畫，並開始實施。其中經濟部水利署為輔導弱勢學童課業，成立替代役男「助學團」，主動關懷弱勢學童的功課學業問題；經濟部貿易調查委員會為投入社區公益，規劃替代役男與社區結合，積極實行「鄰里公園美化」和「育幼院院童課後輔導」方案。上述需用機關均利用役男服勤以外或公餘時間，從事社區公益服務活動，以每週一至二次、每次二小時方式為之。散佈全台各地之部隊營區，應可仿效上述作法，讓義務役之現役軍人，在不影響軍中勤務的原則下，加入社區公益服務和關懷社會的青年大使行列。

展望未來，常備役及替代役役男從事社區公益服務，必須落實「地方化」、「在地化」、「社區化」和「多元化」。役男在經過軍事基礎訓練及專業訓練後，由訓練中心或需用機關分發至服役（勤）單位，從事軍事防衛或各項公共行政輔助勤務等工作，其分佈於台灣地區的各地營區、政府各部門及社會各個角落，為有效整合並提升服役役男的社會功能，充分發揮他們的專業與長才，結合地方政府-縣市政府及鄉鎮市區公所之行政資源，用在地人的觀點和需求，配合民間團體社區組織的活力與能量，展開在地化的多元性社區公益服務，扶弱濟傾，關懷鄉里，熱心公益關懷社會的青年大使，必定能帶給國家及社會更多的貢獻，傳播幸福與快樂。

五、結語-役男「在服役中成長、在成長中服役」

現今役政業務之主流面向，應是「如何讓役男在服役期間成長」。換言之，是在思考營造一種「有關愛、有信心」的社區公益服務的氛圍與空間，透過制度設計、工作規劃以及功能發揮，基於對弱勢團體與需要幫助之人的關心及照顧經驗，淬鍊役男在服役中轉型成長，並使其在年輕階段涵養具備積極正向的人生觀，以奠定未來服務人群、貢獻社會國家之基礎。

相信經過一段服役期間的訓練培養，透過與社會直接面對面的接觸，身體力行體驗人生，了解「得以付出便是有福之人」的人生真諦，使役男不再視服役為畏途。經由服役中身心靈之成長，退役後的役男能有脫胎換骨「轉大人」的成效，可以為國家社會訓練無數熱愛生命、關心社會及熱心公益的青年生力軍。重新開啟役政工作歷史新頁，這是我們嶄新的工作使命。



反毒大使團彰化縣巡迴宣導



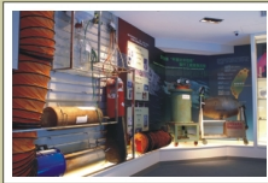
為配合政府2005-2008年政府全面反毒作戰年，內政部役政署已於95年5月25日正式成立替代役反毒大使團，並於台北縣政府進行首次公演，由於節目內容設計創新，並兼具反毒宣導意義。

所以，繼首次巡迴表演後，又於6月28日下午假彰化縣政府大禮堂向彰化地區之替代役役男進行第二場巡迴宣導表演，當天役政署鍾署長台利及彰化縣卓縣長伯源皆親臨會場一同與反毒大使共襄盛舉。鍾署長不但對反毒大使持之肯定，並且表示陸續將於台中、南投、花蓮、宜蘭等縣市展開多場次的巡迴宣導，甚至於到外島進行戶外的宣導。而卓縣長更表示反毒大使團的表演，不但具有相當的表演水準之外，更能夠以生動活潑的方式，將毒品有害身心的觀念及選擇健康的方法，傳達給台下觀眾，同時在會中表示希望反毒大使團能夠到彰化縣中小學表演進行宣導，俾讓更多的學生及年輕族群觀賞及受益。

「認識毒品」-毒與藥

三國演義中，關雲長攻樊城，右臂中曹仁所率弓弩手之毒箭，名醫華陀看過之後說明所中之箭頭塗有烏頭之藥，已直透入骨，若不早治則右臂無用，須「用尖刀割開皮肉，直至於骨，刮去骨上箭毒，用藥敷之，以線縫其口，方可無事」，於是有了關雲長刮骨療毒的英勇故事。

烏頭為植物名，可入藥，其性味辛熱有大毒，能祛寒濕、散風邪、溫經止痛。因含有毒性強大的烏頭鹼，口服少量即可能致死。曹仁之兵以此藥塗於箭頭，以毒殺一代名將關雲長。



八〇年代從日本傳入的「覺醒劑」安非他命製作工廠產製流程

心、嘔吐、盜汗、意識混淆、恐慌、幻覺，甚至心臟、腎臟衰竭、休克死亡等等中毒狀況；又服用安非他命會有抑制食慾的效果，有些不肖業者便將其製成減肥藥謀取利益，導致許多不知情的服用者成癮、失眠、情緒不穩，甚至出現幻覺等等可怕的副作用。

這些會讓使用者一而再、再而三地重複使用的物質，在醫學上通稱為成癮物質，從毒品危害防治條例中所列為毒品的安非他命、海洛因，到便利商店可以買到的菸酒中含有的尼古丁、酒精等等，都是成癮物質的一種。這些成癮物質在使用後有可能產生舒服、欣快的感覺，或是在停止使用後在生理上產生不舒服的症狀，因而讓使用者在心理以及生理上脫離不了再次使用相同物質的命運，如此一再重複循環，便墮入無法回頭的深淵。

烏頭之藥，深入入骨，若不割開皮肉，將骨頭上的毒刮去，便會失去手臂；毒品之害，亦深入我們的社會，若不重視此問題，從人心、用教育將此毒從社會之根挖除，我們的社會將如林則徐所說的「國度日貧，百姓日弱」，人人活在毒害所帶來的攻擊、搶奪、幻覺與死亡之中。

內政部營建署辦理替代役役男服勤與生活管理示範觀摩



內政部營建署為建立各役別服勤單位一致性管理模式，使管理人員對役男之服勤與生活管理方式更臻一致，於95年7月4日假內政部營建署台中都會公園管理站，舉行役男服勤與生活管理示範觀摩會，由營建署公園組副組長偉宏主持，參加對象為所轄服勤單位管理人員，並邀請到內政部役政署鍾副署長家治與會。

役政署鍾副署長家治於會中表示：替代役制度的法令、規章完備，無庸置疑，但替代役制度是否能被社會大眾所接受、所肯定；是否能永續經營，首重管理工作。替代役與常備兵的管理方式因時空環境、制度而所不同，役男散布全省各需用機關、服勤單位，要以有限人力做好服勤與生活管理工作，除役男本身自我約束、自我要求外，內政部役政署、需用機關與服勤單位責無旁貸，須負完全成敗責任。

但也因時空環境不同，需用機關、服勤單位無法24小時看管役男，管理人員也因人、因事、因地產生不同結果。若能做好生活管理機制不但機關內替代役男被各界所肯定，相對也提高機關單位形象。就如同台中都會公園管理站被主管機關營建署所贊許，並選定在此舉辦示範觀摩會，就是希望藉機讓各位管理人員，對役男生活管理規範觀念一致、做法一致建立良好管理制度。

本次活動台中都會公園管理站鍾主任銘山簡報役男勤務概況，並參觀役男住宿環境及綜合座談，會中提出服勤管理心得與管理人員分享及交流，藉此強化役男管理規範，增加管理效益。

●建立完善的管理制度：提供役男執行勤務及一般生活之依循，明訂服勤規定、獎勵制度。如：本站將到達值班據點、巡邏時間的掌控，提出來與役男討論，建立既定模式，往後役男必須遵循自訂的模式值勤。

●提供役男與管理者互動的管道：藉由開會、聯誼方式，提供役男表達之機制。本站以集中式管理及分編小隊，役男可藉開會時間、聯誼活動，用公開說明的方式，將困惑、不滿提出來共同討論，進而與管理人員保持良好互動，更提供役男充分表達的機會。

●提供週全舒適之服勤環境：包括住宿伙食及休閒空間。提供舒適的服勤處所、住宿環境、完善的康樂設施及豐富多樣的伙食，讓役男有家的感覺。

●形塑機關認同與自我成就：提高役男對服勤機關向心力及培養責任感。於專業訓練期間讓役男了解，每位役男都是重要的，希望能借重役男專長發揮，使役男對機關有一份向心力及認同感，並培養役男的責任心，期讓役男在服役期間有所成長。

●鼓勵培養專長與興趣與生涯規劃：鼓勵役男學習動植物生態攝影、在職進修等。針對役男專長調派勤務，鼓勵在職進修，發揮潛能，為將來進入社會預做生涯規劃。

役男服勤是機關珍貴的人力資源，期望藉由制度的建立及有效率的管理，充分善用役男專長與潛能，共創協助機關業務推動及役男自我成長雙贏的目標。



左為營建署鍾銘山主任，右為營建署曾偉宏副組長

螢幕建議檢析度 1028*768

普羅印刷設計有限公司 版權所有 2006 Pro Vision CO.,LTD! Taiwan Inc. All Rights Reserved.



透過莊牧師的演講，讓我認識了向日葵學院充滿愛與關懷的教育方式。莊牧師在演講中提到幾個看法，我覺得很有道理，具有引人深思的意涵。第一點：在向日葵學園中的孩子，都享有尊嚴。我認為這一點很重要，孩子在被人尊重的過程中，同時學會了如何去尊重別人。今天，若是我們認為孩子年紀小不懂事而忽略了他的想法，沒有給予適度的尊重，那麼孩子除了不被認同的挫折感外，他也會認為既然自己不被尊重，也不需要去尊重別人，這種負面的想法對於孩子的教育將會是一大障礙。

第二點：支持性的生命教育，以生命影響生命。我記得高中時老師曾說過：「教育就是用施教者的生命，去影響受教者的生命，而在施教的過程中，施教者同時也會受到受教者的影響，這就是教學相長的道理。」透過教育的方式，可以將一個人的思維模式傳遞給其他人，而不論好壞，都將會影響到他人的一生，所以在校園中，教職員工的一舉一動都很重要，尤其是在國小、國中階段，這個時期的孩子可塑性最強，而他們學習的對象，就是在校園中的長輩，所以身教相當的重要，有時我自己也有點惶恐，若是我在學校有表現出什麼壞習慣，而被小朋友看到而學起來，可能這位小朋友一生就多了一個不良的習慣了。

最後的一點：今日政府的經費若不用在教育之上，明日必定用在監獄之上。若是我沒記錯的話，這是美國南加州大心理學講座教授雷恩博士在榮總的「腦與暴力行」的演講，因為我之前在網路上有看過相關的文章，其中提到童年期只要二年的額外照顧就可以避免以後很多的社會成本。我想一想覺得這話說的真是有道理，當今這麼多社會問題，有很大部分是家庭環境因素，但是若能透過額外照顧，讓這些孩子感覺到愛與關懷，那將來他們也比較不容易誤入歧途。但是若是因為教育無法立竿見影馬上見效，因此就不將經費花在教育之上，等到孩子將來長大出社會，因為沒有受到良好的教育，而製造出許多的社會問題，那時付出的社會成本將更高。



打開世界的窗 別忘了做好防範準備



「貿易讓我們打開了世界的窗，讓國家更有活力生機」。近年來，隨著經濟的發展與交通便利性提高，全球化已成重要之趨勢。面對激烈競爭的時代來臨，各國皆面臨嚴重挑戰。尤其是台灣，如此之小，小到令人憂心，小到常不知道該怎麼走出自己的路。

然而，我們卻也不需妄自菲薄，台灣雖然有其先天不利之因素，但我們生產技術優異、國家基礎建設良好，若能有政府強有力的政策配合與協助，透過鉅細靡遺的規劃，台灣就能在未來的自由貿易體系中佔有一席之地。在此背景下，貿委會肩負起台灣產業遭受自由貿易衝擊時，執行進口貿易損害調查之任務，提供國內產業暫時的保護傘，進而建立起自我的競爭優勢。在瞭解到貿委會的使命與願景後，我相信當初放棄外交部國外單位，來貿委會的決定非常正確。

軍事基礎訓練的剛嚴與紀律，對每個人來說，都是畢生難忘的回憶。踏著堅強、果敢的步伐離開訓練班的同時，心中除了期待和興奮外，尚夾雜著漸增的恐慌與茫然。面對專業訓練前，我擔心自己的能力、知識與經驗會不足以應付未來富挑戰性的工作勤務。如此的疑慮在見識豐富的課程內容後，逐漸的消散。從那時開始，我們只需努力的學習，生活上的種種都有會內長官細心的照顧，使我們能專心一致。因此，在專業訓練的過程中，我不斷的提醒自己：「先不要問未來結訓時，可以做什麼？應該先問問內心，結訓以後，我到底會了什麼？」的確，未來的生命事件無法預測，往後在會內可能遭遇到各式各樣的挑戰與任務。

在此時，我們應配合外在環境的發展，藉由工作的磨練，協助自己達成長期生涯規畫的目標。職位與工作內容的選擇並不是最重要的，重要的是，能否藉由這份工作的經驗提升自我、累積實力，從而築夢踏實的邁向人生願景。

台灣雖小，世界雖大，但我相信只要人人都能在自己的崗位上克盡一份心力，共同為台灣經濟的願景打拼，台灣奇蹟再現是水到渠成之事。讓我們一起找回屬於我們台灣人的驕傲與榮耀吧！



不可替代的青春

報導。但進成功嶺後，相信大家無法忘記那嚴格紮實的軍事基礎訓練。對生活紀律的嚴格要求，對於服役期間的觀念指導都有明確教育。實際加入替代役行列後，也對過去替代役不良的印象，有正面的改觀。

經過成功嶺的基礎訓練後，我分發到退輔會訓練中心服役。這單位是提供榮民職業教育，輔導屈退官兵、退役軍人、榮民、榮眷，達到就學就業的目標，參與輔導課程的學員大部分是屈退或是退役的官兵。他們平均都在軍中服役十年甚至二十年以上。過去他們在軍中所學習的技能，並不符合社會需求。當他們來到這裡，放下在軍中時階級地位，用最誠懇精神來重新學習新的知識技能，努力開創人生的第二春。因為年齡的關係，他們學習無法像年輕時那樣迅速，某些觀念也與社會脫節。但這種不向環境低頭，創造生命價值的精神，讓我受益良多。

退輔會訓練中心也秉持著服務的精神，給予參與課程的學員就學就業上的協助。從受訓前的課程宣導，受訓時的課業生活起居照顧，到結訓後的就業輔導，無一不盡力去輔導。我做為從事協助輔導的工作，可以從中學習他們的人生經驗。工作之餘，也可學習職訓上的專業技能。下班後，雖然不可以自由外出，但生活作息上給予我完善的照顧。晚上可以自主利用時間，充實自己閱讀書籍，也改掉過去晚睡晚起的不良生活習慣。更藉著服役的機會，學習到團隊生活的態度，拋棄無謂的個人主義，用謙卑的心態來學習團隊生活。



在以前聽演講的時候，曾經聽過：服役像是未來就業的職前訓練，讓人從學生的心態轉換成社會人士。「學而知己不足」，在這單位看到學員們用心學習的態度，再反觀自己的實力，更會覺得自己的渺小。青春是無可替代，學習也是無可替代。感謝也慶幸自己在替代役中完成兵役，讓我這段兵役時期有更好的規劃與利用。充實自己，使自己有更好的實力面對人生的挑戰。



揮別「小胖」時代

替代役役政大事記：憂心、嚴厲、責任、紀律。

調查發現，4成5的成年男性、3成的女性有體重過重問題，在未成年孩子中，有3分之1的男孩、4分之1的女孩是小胖子，顯示國人肥胖問題有「從小紮根」的狀況，對健康相當不利。

體重過重對身體健康影響大，包括易罹患糖尿病、高血壓、心臟病、腎臟病、膽囊疾病等，亦可能因動脈硬化，而引起中風或心臟病發作，並加重手術和生產的危險性，更由於體重過重者，會使關節負荷太重，致關節變形發生骨關節炎...等。

體重過重者，在心理上亦較容易有沮喪、自卑、缺乏自信心之情形。研究指出，一般人如在青少年階段即有肥胖情形，將大大提高中老年後罹患心血管疾病、糖尿病的風險。

衛生署曾在91年4月提出以身體質量指數（BMI）定義國人體重標準之計算方式，公式為「體重（公斤）除以身高（公尺）平方」，身體質量指數在18.5至24中間為體重正常範圍，大於24者需要減重，一般人可依此方式計算出自己的理想體重。

探究造成青少年體重過重因素，主要為飲食西化，攝取高脂、高油機會增加，其次是運動量太少等，因此健康的體重管理方法，必須由此二方面著手。均衡營養、低熱量是減重最重要的原則，飲食上應盡量習慣味道較淡的料理，購物時注意食物標示，多選取低熱量、高纖維的食物。

膳食纖維可促使排便順暢，增加飽足感，油炸性的調理食物宜盡量避免食用，飯後刷牙可減少過度的進食機會，喝牛奶應喝脫脂或低脂牛奶，避免全脂牛奶及調味乳。除了注意飲食之外，運動也是減重的利器，學者指出，運動能舒緩壓力，增加耐壓性，可避免因壓力引起的飲食過量，且運動可刺激肝臟釋出葡萄糖，因而減少食慾。

持續的運動會增加新陳代謝率，高新陳代謝率有利減重，激烈的運動後，所提高的新陳代謝率可以持續15個小時以上。運動會增加肌肉，肌肉所消耗的能量比脂肪多，比較不會因為多吃而急速發胖。健康的身體從小就要打下好的基礎，肥胖是隱形殺手，會漸進性的增加罹患多種代謝疾病的風險，宜及早預防，積極建立「少吃多動、作息正常」的健康生活型態，維持理想體重。





台灣柑仔店【肆】

文/鄧文瀾 插畫/李淑玲

歌謠與人生 水潑落地難收回

每當黃乙玲幽怨的唱著：「水潑落地難收回，何必今日才想要來反悔，既然知影咱不能永遠做伙，量早切，才不會多舉枷！」我們總也是隨著她這樣哼著，可是你是否真正瞭解「水潑落地」這句話的典故和真正含意嗎？

我先來說個故事，漢朝的朱買臣立志專心讀書上京應考，所以家境非常貧窮。這種苦日子一久，朱買臣的妻子也受不了，就要求離婚，雖然朱買臣勸她再忍耐，終有苦盡甘來的時候，但是妻子仍然堅持求去。幾年之後，朱買臣終於當上了會稽太守，當他衣錦還鄉時，妻子也擠在人潮中觀看，不禁主動上前要求和朱買臣再復合。朱買臣卻叫隨從端來一盆水，並且潑在地上，然後對著已離婚的妻子說：「如果你能把潑在地上的水收回來，我就和你復合！」妻子真是悔不當初。

「覆水難收」這句話，通常用來形容男女感情，當一切已成定局，就不能反悔更改。也引伸為做人說話要「一言九鼎」，不可「空口薄舌」，謊話一大篇。

此外在本省的婚禮習俗上，在女兒出嫁要送出門時，有丟扇子和潑出一碗水的儀式，「扇」與「散」同音，表示此後母女各自分散不易再相聚，而潑水之禮更有「嫁出去的女兒，如同潑出去的水」是不可再走回頭路的。關於丟扇子也有民俗專家解釋說：「象徵新娘已經把過去的壞脾氣散掉了，嫁到大家會是一個好媳婦。」

說到水，我們也會想到雲南傣族和泰國都有「潑水節」的習俗，傣族人民有著這樣的傳說：很久以前傣族居住的地方，住著一位惡魔，到處為非作歹，百姓敢怒而不敢言。惡魔還霸佔了七位美麗的姑娘做為妻子，這七位姑娘決心為民除害。有一天，趁著惡魔酒醉的時候，她們設法用話套出了惡魔的致命弱點，就趁著惡魔還在熟睡的時候，一舉殺死了惡魔。不料，惡魔的頭剛一落地，整個山林就燃起了熊熊烈火，只有把惡魔的頭再舉起來，大火才會熄滅。於是這七個姑娘就輪流舉起惡魔的頭，並且相約在新年這一天來交換輪值。後來，傣族人民舉行潑水節儀式，就是為紀念這七個姑娘為民除害，並表示對她們的感恩之心。

現在，每年一到潑水節，傣族人民一早就會先到附近的山上採集一些鮮花和樹葉，潑水的時候就用這束花草沾滿清澈的泉水，灑向親戚、朋友和遠方的客人，把自己最美好的祝福奉獻給親友。傣族人認為，在潑水節裏誰被水潑得最多，得到的幸福也會最多，現在這潑水節慶更已成為觀光熱門項目呢！

最後，讓我們把這首由蔡素惠詞曲，黃乙玲演唱的「水潑落地難收回」好好吟唱一遍，你會體會到更深的含意了：

「水潑落地，潑落地，歹收回，何必今日才想要來反悔，既然知影咱不能永遠做伙，量早切，才不會多舉枷！啊～無需要解釋，無需要解釋，解釋多講的！啊～無需要回頭，無需要回頭，倒返來相找！純情的愛變有頭無尾，誰人不會心怨碇，水潑落地難收回！」



十二生肖與人生

在悠久的台灣歷史文化中，我們可以發現許多流傳下來與十二生肖有關的諺語，不但一語雙關，妙趣橫生，也是充滿先民的睿智，對現代的人還是頗有值得去領悟的人生道理，我們依照十二生肖的順序，逐期為您精選幾則精彩好諺語供您參考。

十二生肖的台灣諺語（四）

馬羊篇

1. 惡馬惡人騎，胭脂馬拄著關老爺惡馬；兇惡的馬。惡人：邪惡的人。胭脂馬：即赤兔馬，指兇野而善跑的馬。拄著：遇到。謂兇惡的馬，自有兇猛的人來馴服騎用，赤兔馬自會遇到驍勇善戰的關公老爺，也只好聽命於人，比喻一物剋一物。

2. 天落紅雨，馬生角天下紅雨，馬生角，皆指不可能發生之事，形容出人意料，令人稀罕之事，引申形容一些反常情事。例如一個平常吝嗇之人，突然慷慨請客，就可以用此句嘲諷。

3. 老馬展鬃鬃：馬脖子上的長毛。展鬃：逞威逞強之意。



·羊仔見青好戀

1. 羊愛吃青草，見到青綠的花草植物就會勇往直前，比喻對事物好奇、喜好的心態。亦被引伸為追求異性時，不加選擇，只要是異性，不論相貌、品德、學經歷、家庭背景就窮追不捨。

2. 羊羔面，快反羊羔(音哥)：小羊。指小羊皮製成的皮衣。反(音病)：翻覆、翻來覆去，此指翻轉過來。講小羊皮做的皮衣柔軟，很容易翻轉過來，因此稱為快反，形容人翻臉像翻書，善變易怒。



· 賒豬賒羊，無賒新娘

賒：欠帳，不付現，掛帳。意指以前農業社會，農村生活簡樸清苦，現金缺乏，在農作物收成或飼養家畜成長出售前，購買生活必須品大多用掛帳賒欠方式，等到作物收成或家畜出賣再清償，連買豬、羊都可以欠帳，唯獨娶妻結婚所需之聘金及依習俗所需之一切禮物，一概不得賒欠。本句旨在形容往昔農村生活，任何物品大都可以欠帳，只有娶新娘不能賒欠。

台灣鄉土地名謎猜

《謎題》：菜籃貯沙

《謎底》：沙鹿（用菜籃裝沙子，沙一定會漏出來，「沙漏」與「沙鹿」同音。）

《謎題》：三頓呷飽

《謎底》：五堵（三餐沒吃飽就會肚子餓，台語的說法是會「餓到扒肚」，就是『餓肚』，這剛好與『五堵』的台語發音約略相同。）

