

01 運動的好處

吳永行¹

人講：活動、活動、欲活就愛動，真正一點仔都無毋著。阮阿公今年食到七十外，猶閣是「大籐健、勇身命」，「老骨冇khong-khong，老皮袂過風」，逐工嘛「紅膏赤蠟」，因為伊有咧運動。阿公伊愛蹈山，透早雞未啼、狗未吠、天未光，就去阮兜附近的牛馬頭山矣。除非是風颳天落大雨，若無，阿公是毋捌無出門的。準做寒流來的時，逐家攏猶覘佇棉積被裡，毋甘蹈起來，人伊已經蹈甲山頂去矣。轉來的時間順紮阮規家伙仔的早頓，予阮食甲笑哈哈。佇阿公的身上，阮看著運動的好處，所以阮兜的人攏真愛運動。

運動有真濟款，無愛蹈山的人會當拍球、走標、散步、跳舞。阮阿母上愛跳舞，阿爸雖然無興趣，毋過伊真愛看阿母跳。伊講阿母的姿勢真嬌，真好看。有一遍，阿母欲教阿爸跳「恰恰」，阿爸按怎教都教袂會。阿母閣嫌伊跳舞柴柴，有夠歹看。自按呢，阿爸甘願唱歌，嘛無愛閣落舞池。阿母因為愛跳舞，所以體格有夠讚，真濟親朋友攏真欣羨。阿兄愛泗水，我上愛拍籃球，阮兩兄弟仔的體格攏比阿爸、阿母較懸大。這嘛是運動的功勞啦！

阿爸遺傳著阿公愛蹈山的興趣，自細漢就定定點阮規家伙仔去蹈山，連玉山頂嘛有阮的跤跡。逐擺出去露營擺會予阮規家伙仔的感情閣較好，因為普通時佇厝裡攏是各人個各人的房間，干焦露營的時，規家大細躡佇一頂布篷內底，開講、講笑談、互相落氣求進步。

尤其是佇玉山露營彼暝，天星是遐爾仔近，天河看甲清清楚楚。雖然天氣是遐爾仔寒，阮規家伙仔的心是燒滾滾。閣有一遍佇阿里山露營，半暝仔拄著落大雨，布篷淹水，欲睏嘛無法度，逐家只好起來鬥挖排水溝，予阮後擺毋敢閣精彩揣營地。事前的規劃一定愛周至，按呢躡了嘛才會四序，要了才會安全閣歡喜。

運動毋但會當予身體愈勇健，心胸愈開闊，閣會使交著真濟朋友，像阿母的跳舞伴，阿爸蹈山露營熟似的朋友嘛愈來愈濟。逐家鬥陣分享經驗，有好坦坦的所在報予逐家知。這馬連阿母的舞伴，嘛會走來阮兜同齊去露營蹈山囉。

運動予阮兜的人充滿活力恰歡喜，是阮快樂的源泉，嘛是健康的保證。有人講：「好額毋值得會食，好命毋值得勇健。」人若欲勇健就一定愛運動，按呢才會康健食百二啦！

¹行(hàng)

02放學了後

游蒼林

哇，上尾一節課總算下課矣，欲紮轉去的物件趕緊收收咧。作業簿仔、聯絡簿仔，一定愛會記得紮，轉到厝才袂予人罵甲臭頭。便當盒仔嘛愛提轉來去洗，啊若無，明仔載就愛洗臭酸的便當盒仔，嘛會予老師罵。

阮兜離學校無倍遠，用行的十分鐘就到矣，毋過，我毋免行遐緊，沓沓仔行就會用得，因為，今仔日早起欲出門的時陣，阮阿母有共我交代，放學愛較緊轉來門祛葉仔。我才無想欲遐早就行到厝咧。著啦，先楚入來去店仔買一寡四秀仔才閣講，啊若無，等咧，我一定會楞甲吖吖掣。

「阿母仔，我轉來矣。I'm home!」猶未踏入戶摸我就大聲叫阮阿母。我定定落一寡英語予阿母聽。阿母雖然有時陣敢若虎豹母咧，啊母過，我嘛是真愛伊。莫怪阿姊笑我有淡薄仔『戀母情結』，毋過阿母嘛講：「恁姊仔細漢的時嘛是一工到暗共阿母綴牢牢，真正是龜笑鰲無尾，鰲笑龜頭短短。哈哈！」

「冊包囡咧就緊來祛葉仔hànn！」阮阿母又閣咧催矣。「好啦！好啦！連鞭就來啦！」阮兜是種田的，阿爸講佈田無利純，只好改種荖葉仔。種荖葉仔是足厚工的。

大人去種葉仔，挽葉仔；阮囡仔人若有閒，著愛鬥疊葉仔。祛葉仔就是共對園裡挽轉來的葉仔，倒佇大水桶內底用水洗洗咧，才閣一葉一葉祛做伙，疊子好勢。上煞尾才一沿一沿囡佇籠仔底裝子好勢，才交予販仔賣出去。

祛葉仔真簡單，毋過規工攏做全款的動作，實在有夠無聊的，而且，工錢嘛足少的。放學了後若做兩點鐘，上濟才會當趁入、九十箍爾。熱人，天較慢慢暗，啊若寒天時仔，著愛做甲暗眠摸才會當歇睏。別人兜的囡仔放學了後，若毋是看電視就是拍電動、耍電腦，我實在足欣賞個的。毋過，阿母定定講：「艱苦頭，快活尾。細漢食過苦的人，大漢較有出脫的機會。」看阿爸阿母逐工攏無暝無日咧趁錢餉阮一家口仔，實在是誠辛苦，咱做序細的會當鬥做一寡工課嘛是應該的。錢少無要緊，阮兜一家，會當平安幸福，我就足滿足矣！

03 弓蕉欖

許忠和

又鬧是弓蕉大出的季節。市仔內弓蕉黃錦錦一批一批排甲一重一重，疊甲若山。看起來今年弓蕉的收成取若袂擺的款。

會記得細漢的時陣，阿爸駛車載阮轉去庄跤阿媽兜，行過庄外的溪埔邊，路邊的弓蕉欖已經結甲規欖青ling-ling 的弓蕉。阿媽恁阮去田裡鬥挽菜的時，攏嘛會經手共弓蕉割落來，提轉去隱子黃，才予阮窰喙空。

有一擺，我看著本成規層樓仔懸的弓蕉欖歪歪倒倒，若親像欲倒去空款，就緊欲叫阿媽來共扶予正。阿媽輕聲細說共阮講：「惹孫，人講：弓蕉吐因為困死。你看！這欖弓蕉邊仔已經發兩欖細欖的弓蕉仔囡出來矣。伊有生弓蕉予咱食矣，算是完成一生的任務，伊結束家己的性命倒落去閩化做青肥，最養伊的困兒大漢。這就是大自然的輪迴啦！」阮細漢時仔，庄跤的代誌逐項毋捌，聽阿媽按呢講，感覺弓蕉有夠偉大。往過，拄著年仔節仔歇暈的時，阿爸若有閒，就會恁阮南北二路四界去，規家伙仔要甲真歡喜。毋管是都市抑是庄跤；毋管是迷人的「東海岸」，抑是鬧熱的「劍湖山」，臺灣頭到臺灣尾攏有阮去坦迥的形影。

阮兄弟姊妹開始讀冊了後，阿爸的擔頭加誠重，彼站

仔景氣無蓋好，阿爸想欲予囡仔有較好的生活，就換一個月給較懸的頭路。為著一個月會當加趁幾千箍仔，伊逐工愛加騎二十分鐘的遠路去上班。家已儉腸凹肚，連衫仔褲破去嘛毋甘換新的。干焦希望會當加儉一寡仔，通予阮會當享受較快活的生活。看伊按呢為著厝內底咧拍拚，甘願為著某困犧牲，我恰阿兄哪會敢無認真讀冊。

頂禮拜駛車轉去庄跤，溪埔邊的弓蕉欖和較早空款結甲規欖滿滿是。啊！又鬧是弓蕉大出的時陣！目睷前的景緻看起來是遐爾仔熟似、遐爾仔親切，毋過我的笑容內底煞透濫著淡薄仔心酸。