

01 菜瓜棚仔跤

王朝源

阿爸上愛褪腹襖，佇翕熱甲予人強欲擋袂牢的六月天。

菜瓜棚仔跤，阿爸有園一條竹仔做的鬘椅。伊定定泡一鉅茶米茶、咬一支薰，共收音機倚佇咧耳空邊，聽伊上俗意的歌仔戲，那聽那綴咧唱。

阿爸有歲矣，田裡粗重的穡頭攏做無法矣。這幾冬來的熱人，逐個熱翕翕的下晡，伊差不多攏是按呢過的。

工廠的工課若無誠趕，我定定會提細塊椅頭仔，坐踎阿爸的身軀邊，看伊軟空氣、吐白煙，聽伊講少年的時奢颯的過去。

自我捌代誌了後，阿爸予我的感覺，是一个『a-sá-lih』講義氣的條直人。

佇庄仔內，阿爸毋但是上老輩的村長，閣是重大糾紛的中間者。聽阿爸家己咧講，較早若是伊欲出來選村長，規庄仔內的人，無人敢和伊拚，會使講是百面贏的。

一直到六冬外前，身體袂堪得，阿爸才無閣佻人佇選舉場拚輸贏。毋過庄仔內，若有拄著啥物撫撼袂好勢的大代誌，嘛是攏著愛請阿爸出面來撫。逐家攏呵咾阿爸，親像是古早的魯仲連¹，真正是「頂港有名聲，下港有出名」。這是予我感受上濟、嘛是阿爸一世人上值得囂俳的一層代

誌。

阿爸講伊十三歲就綴阿公學作田，十五歲就佻庄仔內的佈田、割稻仔班，四界去共人佈田、割稻仔。

當當下港的稻仔黃甲會當收成的時，庄仔內就會組一班割稻仔班，落下港割稻仔趁錢。落下港一逝，上無嘛愛個外月，才有法度閣踏入門。十四、五歲仔半大人囡仔，欲參大人做全款的工課，毋但愛綴人會著陣，穡頭閣袂使做比人較稔。阿爸講，彼當時若毋是靠「輸人毋輸陣，輸陣歹看面」的志氣，參「天拍天成」、勇甲若牛的體格，欲哪堪會去。

俗語講：「天飼人肥胸胸，人飼人一支骨。」阿爸講伊一世人攏咧軀田塗，伊對土地誠敬重。伊定定會提田裡種作的過程佻其中所包涵的哲理來教示我。阿爸雖然無讀佻濟冊，毋過參伊開講，會予我學著誠濟冊內底仙學嘛學袂著的智識。

¹魯仲連(Lóo Tiōng-liân)

02 簞仔店

蔡櫻華

細漢的時陣，阿母定定恁我去揣躡佇鹽埕埔的外公。外公開簞仔店，外口有掛一塊鴨綠色、淡薄仔落漆的薰酒專賣圓形的鐵牌仔。光映映¹的店內啥物都有咧賣，厝邊隔壁煮菜的時無鹽抑是無豆油，就會叫厝裡的囡仔來遮買。簞仔店內底囡仔愛食的四秀仔嘛真濟：樹奶糖、金含、鹹酸甜、牛奶餅、塗豆糖……。見擺外公若問我講：「阿華，欲食糖仔無？」我攞會真歡喜大聲喝講：「好啊！」阿母會共我擋，講彼是外公欲提來賣的。外公總是笑講：「無要緊啦！囡仔愛食就予伊食，無差彼幾箍銀啦！」這個時陣阿母就會佇邊仔惹惹唸，講外公傷倖孫。外公干焦笑笑摸我的頭。我因為有糖仔通食，感覺真滿足。心內嘛希望家己大漢的時陣會使佻外公全款開一間簞仔店，予我的孫有糖仔通食。

彼當陣簞仔店誠時行，干焦外公厝附近就有兩三間。我佻小弟、阿芬猶有潘的攞會走去外公厝後彼條巷仔的簞仔店買「養樂多冰」，熱天食真正是透心涼，予人心花開。嘛會行去鹽埕國小閣過去的巷仔內彼間簞仔店抽獎。若是提著鬥字獎，全款的字總是鬥袂峇，一直鬥袂著「臺」、「灣」、「是」、「寶」、「島」抑是「義」、「賊」、「廖」、「添」

「丁」。每擺外公予我的銀角仔，總是投資佇彼註死永遠祛袂著的第五字。

我嘛真佻意去彼間簞仔店買物。有時共頭家娘講我欲買十粒糖仔，伊就會對櫥仔頂提紅蓋的桶仔落來，蓋掀開，對內底提糖仔，一粒一粒園佇我充滿期待的手內。我心肝內嘛綴咧算，一粒、兩粒……佇我的手內疊一粒細粒山，了後我就足歡喜共糖仔園入去褲袋仔內底，擲十箍予頭家娘。簞仔店外口有一台大冰櫥，內底有真濟枝仔冰，我佻小弟躡躡尾，共頭直欲栽入去冰櫥內揀想欲食的冰。梅仔的看起來真好食，啊毋過芋仔的嘛袂稜呢！「正陽，你買梅仔的、我買芋仔的，按呢就攞食會著矣！」做阿姊的我就真壓霸替小弟決定，閣來就那行那食轉去厝裡。

去外公個兜厝邊的簞仔店買物件，成做是我永遠攞會記佇心肝內的記持。

¹映(iànn)

03 食俗補

陳憲國

俗語講：「食飯皇帝大」、「趕人生，趕人死，趕人食飯無情理」俗「先顧腹肚，才顧佛祖」，這攞是咧講「食」對咱人是誠重要的。腹肚若顧袂飽，賸的就攞免講矣。

早一站仔，誠時行「一九九食甲飽」的自助餐。這款佇美國個講是『buffet』，抑是講『All you can eat.』。照講應該是「據在你食」較合理，並無一定限制著愛「食甲飽」啊！

毋過俗語嘛講「食暍無分寸」，食有夠飽無是真僥得講的，嘛真歹擲節的。若照咱人的想法，想講橫直加食也無加錢啊，加食是加趁的，所以講「食甲飽」定著會食了傷過飽。

有一擺去中央研究院聽醫學博士許重義先生的演講，主題是欲按怎防止「老化」。伊講咱人食物件了後，DNA加減攞會受著損害，著愛閣修補。食愈濟著愛修補愈濟，修補愈濟人就愈緊老化。所以伊共人建議講，若無想欲遐爾緊老化，上蓋重要的就是「莫食傷濟」，食甲七、八分飽就有夠。

另外，若講著食補，咱俗語有咧講「立冬補冬、有錢的補喙空，無錢的補齒縫」。食補的心理若親像是DNA全

款，早就牢佇咱的頭殼內矣。講啥物「食啥補啥」、「有病治病，無病補身體」，敢有影是按呢？敢真正食血會補血、食腦會補腦？醫學專家叫人毋通烏白補，補無好勢是會加補加艱苦的。

會記得三、四十年前，蘋果攞是進口的，價數是貴參參，一粒就愛規百箍。遐爾仔貴，普通時仔真少人會家己買來食，攞是去病院探病人的時，買去做伴手的。講食蘋果對身體誠補，食著病就會較緊好起來。到甲蘋果開放進口了後，價數加足俗矣，就真少人閣再紮蘋果去探病人矣。敢講以前的蘋果較補，這陣的就無補？當然嘛毋是按呢，是因為彼當陣蘋果稀罕閣貴，是一款「少就貴、貴就補」的想法。這陣蘋果加足俗矣，就無啥補矣。

逐家攞知影，世界的人口愈來愈濟，毋過地球的資源是有限的。逐家嘛智覺著咱干焦一粒地球，著愛緊來做環保俗生態的保育，才袂影響著咱後代的囡囡孫孫。咱若共這個觀念用佇咱生活上食俗補的方面，莫討債、莫食傷濟，無需要烏白去食遐有的無的補，咱的身體會較好嘛無定著。