

花蓮縣網路小論文暨本土使命式行動研究競賽書面報告

國小社會人文類

## 當臺風遇見韓流——傳統文化與現代生活

作者：

詹淳茹 慈大附小 六年級

鄭欣宜 慈大附小 六年級

劉維靖 慈大附小 六年級

戴佑宇 慈大附小 六年級

指導老師：

何欣穎老師

江拓霖老師

## 壹、前言

### 一、研究動機與目的

今年暑假時，我們參加學校主辦的國際教育交流團，到韓國慶尚北道的姊妹校慈川國小與北安國小交流。交流期間，我們體驗了姊妹校精心為我們準備的學校學習、傳統文化、飲食等等，多元又豐富的學習課程，讓我們大開眼界，也增廣了見聞。

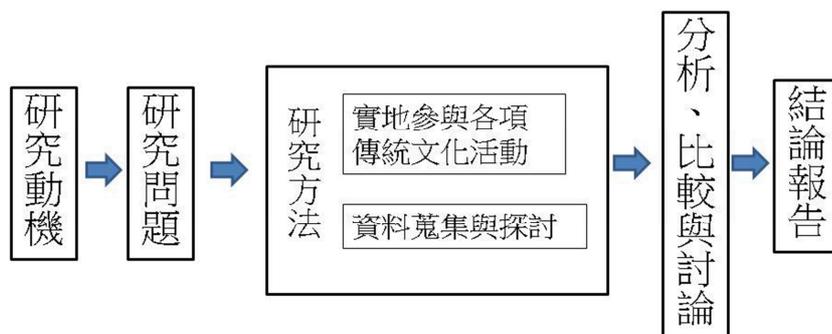
在這將近一週的交流裡，我們對一些體驗活動有相當深刻的印象，例如：我們穿上了原來只在古裝韓劇才看得到的傳統韓服；親手料理食材色澤鮮豔，但嘗起來有點辣的石鍋拌飯；在書院裡，和姊妹校同學們一起玩歷史悠久的韓國傳統遊戲；體驗典雅精緻的韓國茶道。姊妹校的老師和同學們，希望在韓劇和流行音樂之外，藉由服裝、飲食、遊戲、茶道等，讓我們親身體驗韓國歷史悠久的傳統文化。感恩他們的用心，我們收穫良多。

而他們也準備在明年的三月時，來我們學校拜訪交流。為了感謝他們在韓國時的精心規劃，讓我們有一段精彩的傳統文化之旅；現在，我們也要透過服裝、飲食、遊戲、茶道這四項活動，分析比較「韓國版」和「花蓮版」的異同，好好精選、安排我們花蓮在地的傳統文化活動，讓韓國的同學們能有---臺風遇見韓流的精彩之旅。

### 二、研究問題

- (一) 分析與比較韓國傳統服飾與太魯閣族傳統服飾的特色。
- (二) 分析與比較韓國石鍋拌飯與花蓮原住民竹筒飯的特色。
- (三) 分析與比較韓國傳統遊戲與花蓮本地傳統遊戲的特色。
- (四) 分析與比較韓國茶道與慈濟靜思茶道的特色。

### 三、研究架構



## 貳、正文

### 一、韓國傳統服飾與太魯閣族傳統服飾的特色比較

#### (一) 傳統韓服

穿上了傳統韓服真讓我們覺得新奇又優雅。一般而言，韓國人只有在節日和有特殊意義的日子裏穿。受到部分陰陽五行思想的影響，韓服的美展現在其線條、布料的色彩以及裝飾上。從外觀來看，韓服的特點是上衣窄、下衣寬，窄小的上衣展現出上半身的形體美，寬鬆的袖子與下衣將下半身的活動遮蓋起來，是其特色。此外，韓服的材料皆取諸自然，採天然染色而成，布料上也展現出自然之色。天然染色的韓服色彩雖不像人工染料豔麗，但看上去更加高貴、典雅。

女性的傳統韓服是短上衣和寬長的裙子，看上去很優雅；男性則是以短上衣、背心、馬甲以及褲子為主。短衣相當於上衣，男、女裝是有差別的：男裝線條較粗、衣款較為平坦；女裝衣款曲線較短，且裝飾華麗（圖1）。韓服可根據身份、功能、性別、年齡、用途而有分別。

現代韓服的設計重視活動性、方便性，以便現代生活中能適用。對現代韓國人而言，韓服是傳統節日或重要日子裡穿著的正式服裝，例如：小孩子在周歲生日時會穿韓服，成人則是在婚禮時、過生日時或是重要節慶時穿韓服。雖然對韓國人來說，只在特別的日子才穿韓服，但他們對韓服的關注卻並未消減，顯見他們重視傳統，並且能因應現代的需求而做改良呢！

#### (二) 太魯閣族傳統服飾

太魯閣族傳統服飾是屬於「方衣」系統，也就是將織成長條形的布，不經剪裁，以簡單方法來縫製成衣服。太魯閣族傳統服飾的外觀類似無袖背心，沒有領子，也沒有袖子。太魯閣族傳統服飾常以白底夾茶褐色條紋的麻布製成，服裝織紋以幾何圖形為主，以菱形織紋最為常見，象徵「眼睛」的概念。女裝衣款上身通常穿著白色無袖上衣，再套上袖套，下身圍著白色單片式的長裙（圖2）。

太魯閣族的織品以輕、薄、素、淨聞名，不同圖紋、款式、質地等，都與其信仰有關連。雖然服飾較為素淨，但在出席祭典等重要日子時，太魯閣族人會搭配五花八門的裝飾品，例如：貝珠、貝板、色彩鮮豔的鈕扣、塑膠珠、亮片、毛線等材料，並將這些材料應用製作出各種裝飾品，包括帽飾、頭飾、耳飾、頸飾、腕飾、臂飾、腰帶與腳飾等裝飾，也展現出強烈的視覺效果。



圖 1：高尚典雅的韓服



圖 2：清新脫俗的太魯閣族傳統服飾

## 二、韓國石鍋拌飯與花蓮原住民竹筒飯的特色

### (一) 韓國的石鍋拌飯

韓國的石鍋拌飯是有著百年歷史的傳統米飯料理，又被稱為朝鮮拌飯，是一種著名的韓國菜餚，材料有米飯、炒過並加上調味的蔬菜、牛肉（豬肉或雞肉）、雞蛋和辣椒醬（拌飯辣椒醬），食用時把材料拌勻，可以熟食或冷食。

韓式拌飯所用的蔬菜包括切絲的 櫛瓜、胡蘿蔔、蘿蔔、香菇、海苔、桔梗、蕨菜、菠菜和豆芽菜。肉類可以使用牛肉、雞肉或豬肉來料理，亦有只放蔬食，給素食者享用的拌飯。我們在韓國交流時，也親手做了一道韓式拌飯，鋪放在飯上的食材都得切成細條狀，以韓國人篤信的「五行說」，配成五種能量色彩——紅、綠、黃、白、黑，所以必有的配料包括紅蘿蔔、櫛瓜、煎蛋（蛋黃）、煎蛋（蛋白）、海苔，當然最重要的就是澆上一大匙紅通通的韓國辣醬，這時就可以攪拌均勻，讓各種食材與辣醬充分沾著於飯粒上，大快朵頤。（圖 3、圖 4）

在拌飯的容器方面，除了用一般容器，也有用石鍋、銅鍋盛裝，最著名的稱為石鍋拌飯，是鍋飯的一種，以熱石碗盛載材料，塗上麻油，靠近碗面的米飯會變得色澤金黃且口感酥脆，也就是所謂的「鍋巴」。如果使用一般容器，韓式拌飯可以是熟食，也可以是冷食；而如果是使用石鍋當容器，就都是熟食的。

### (二) 花蓮原住民的竹筒飯

在我們花蓮，原住民的米食種類裡，最著名的就是竹筒飯了。傳統的吃法是不添加任何佐料，僅在洗淨的竹筒裡放入糯米及水，再以滾水蒸煮。其中，竹筒

的選擇很重要，我們覺得使用桂竹製作竹筒飯的味道最好了。因為桂竹內壁有一層薄薄的竹膜，竹筒飯經過蒸煮之後，竹膜會包裹著竹筒內的米飯，因此很容易就可以整個撕下來；再來是因為竹筒飯在蒸煮時會吸收了桂竹的香味，煮熟的米飯就有一股淡雅的竹香，吃的時候連著竹壁的內膜一起食用，風味真是絕佳。除了這種享受竹子清香的「原味」吃法之外，也可以沾著甜辣醬或醬油膏食用，各具特色。

我們也發現，市面上還有「花式」的竹筒飯呢！原來是將一些佐料，例如：香菇、洋蔥、油蔥酥、肉末甚至碎培根等，直接加入糯米裡再蒸煮，這種「花式」的竹筒飯風味各有千秋，而且可以隨心所好呢！（圖5、圖6）



圖3、圖4：親自烹煮一道韓式拌飯

圖5、圖6：向原住民媽媽學習做竹筒飯

### 三、韓國傳統遊戲與花蓮本地傳統遊戲的特色比較

#### （一）韓國的傳統遊戲---擲柶

我們在韓國慶尚北道的姊妹校慈川國小交流時，韓國的同學們教我們玩一種當地的傳統遊戲，這種遊戲叫作擲柶。

擲柶的玩法是將四根半圓柱的東西像骰子一樣拋出後，再以落地後的木棒形狀來計分：根據一點、兩點、三點、四點、五點的不同點數，然後在柶板上移動棋子，一點移動一步，兩點移動兩步，同理五點則是移動五步，最後再看看哪方的四個棋子最先走完一圈就算勝利。

#### （二）花蓮本地的傳統遊戲---跳房子

我們找了一種在校園會玩的遊戲，那就是跳房子遊戲。這種遊戲，只需一支粉筆和一個沙包就可以玩。首先，在地上畫出一串大大小小的格子，這些格子被稱作房子。方格以數字區分，然後按數字單雙，一邊前進一邊要把沙包扔到正確的格子裡，出界或者跳錯了格子、踩線都算失敗。

遊戲時幾個人輪流進行，將沙包扔進靠自己最近的一個小方格中，單腿跳躍著跳進小方格里，拾起沙包跳到「房子」頂部，然後按格子的單雙跳過去，再將沙包扔進起步的格子裡，跳回來則闖關成功。依次下去，直至跳完所有格子。誰先完成，誰就是贏家。

#### 四、韓國茶道與慈濟靜思茶道的特色比較

##### （一）韓國的茶道

我們在慶尚北道交流時，在傳統書院體驗韓國的茶道。（圖7）行茶的老師輕輕的打開壺蓋，右手持茶匙，左手持分茶罐，用茶匙撈出茶葉置壺中，投茶量為一杯茶投一匙茶葉。將茶壺中沖泡好的茶湯，按自右至左的順序，分三次緩緩注入杯中，茶湯量以斟至杯中的六、七分滿。

茶沏好後，老師以右手舉杯托，左手把住手袖，恭敬地將茶捧至我們的茶桌上，然後再捧起自己的茶杯，對我們行「注目禮」，口中說「請喝茶」，而我們則是以韓語答「謝謝」。接下來即可一起舉杯品茶湯。在品茶湯的同時，也一起品嚐各式韓式糕餅、茶食。整個過程十分寧靜，行茶的動作典雅且流暢，可以清楚感受到行茶老師與品茶的我們沈浸在誠敬的茶禮之中。

##### （二）慈濟的靜思茶道

我們是慈濟的學校，課程中有學習人文課，其中包含了靜思茶道課程（圖8）。課程一開始就是先以清涼的水，洗淨雙手，也洗滌心中的煩慮；然後我們坐在蒲團上，在輕柔的茶樂裡，讓心靜下來；接著以恭敬心來行茶，這份恭敬心不單單是為了品茶者，也是一份對天地的虔誠。在茶香與樂音中，茶人輕揚的袖擺，茶湯流溢瑩白茶具中。老師提醒大家：「最美的境界是肢體與茶具融合為一，收放自如也是養心、養性之道，希望同學們都能安住身心，藉茶事修練自己的心。」

而品茶者在接到茶時，要先適度表示謝意，然後觀賞茶湯顏色、聞茶湯香氣、然後優雅的品茶湯滋味。「以虔誠專一的心行茶；以恭敬誠懇的心奉茶；以感恩歡喜的心品茶」，這正是我們從靜思茶道課程裡所學到的。



圖 7：我們在韓國體驗韓國茶道



圖 8：在校學習靜思茶道

### 參、結論:

- 一、我們發現傳統韓服和太魯閣族傳統服飾的差異性頗大。傳統韓服的色彩鮮豔且優雅，但細節處相當複雜且布料覆蓋面積大（也許是因為居住地緯度較高）；太魯閣族傳統服飾素淨清新，款式簡單大方，但著重幾何圖騰的表象。
- 二、我們發現韓國石鍋拌飯與花蓮原住民竹筒飯的差異性也很大。韓式拌飯的用料多樣，菜色豐富且擺置講究，但食用時要將一切食材和米飯拌在一起，和辣椒醬混勻後，全都成了紅色，屬於重口味的飲食；花蓮原住民竹筒飯的食材雖簡單，但其精巧處在於善用在地食材，將大自然最單純的風味展現極致，反而有一種清新脫俗的不同感受。
- 三、我們發現韓國的傳統遊戲擲柶與花蓮本地的傳統遊戲跳房子，雖玩法有些不同，但都是能簡易取材，著重在多人一起同玩。雖然都不複雜，但是都能讓大家玩得很盡興。
- 四、我們發現韓國茶道與靜思茶道有許多相通之處，雖然行茶的程序有一些不同，但兩者都以恭敬、誠意與感恩來孕化在典雅的茶禮之中，所以我們感受到的氛圍是相近的。
- 五、經過我們親自參與這些挑選過的傳統文化活動，並與暑假時在韓國的交流心得作分析與比較，我們決定向學校推薦試穿太魯閣族傳統服飾、動手做原住民竹筒飯、玩跳房子遊戲以及體驗靜思茶道課程這四項我們本地的傳統文化活動，來當作明年韓國姊妹校慈川國小與北安國小同學們來訪時的交流學習課程。希望當臺風遇見韓流，能激起彼此傳統文化與現代生活的美麗火花。

### 肆、引註資料

註一、維基百科：韓式拌飯

<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%9F%A9%E5%BC%8F%E6%8B%8C%E9%A5%AD>

註二、韓國觀光公社

[http://big5chinese.visitkorea.or.kr/cht/CU/CU\\_CH\\_3\\_3\\_4.jsp](http://big5chinese.visitkorea.or.kr/cht/CU/CU_CH_3_3_4.jsp)

註三、原住民文化發展中心

[http://www.tacp.gov.tw/home02\\_3.aspx?ID=\\$3123&IDK=2&EXEC=L](http://www.tacp.gov.tw/home02_3.aspx?ID=$3123&IDK=2&EXEC=L)

註四、台灣原住民族文化知識網

<http://www.knowlegde.ipc.gov.taipei/ct.asp?xItem=1001132&CtNode=17421&mp=cb01>

歡喜學茶道—初級入門篇，李六秀，山岳

不可不知的日韓文化（基礎篇），孫銀銀，中國水利水電出版社

花蓮原住民市集發現記，林正木, 曾崢萌, 劉興榮, 黃安葳，行政院農業委員會花蓮區農改場