貳零 Katratripulr Takesiyan

貳陸 卡大地布的呼吸

有一道題，算式很長，答案永遠只有正數。

編輯者的話

很開心能夠在今年的暑假來到卡大地布，這貳拾天被滿滿的溫暖和愛包圍，很幸福。

看見文化成長班的前身完整地被記錄成冊，那一刻萌生了一個想法，想用文字紀錄今年成長班的模樣。雅玟老師說過，原本想在第十八年的時候做些什麼，當作成長班的成年禮，但很可惜當初沒有做特別的事。今年是第貳拾年，就由我們來完成這個任務吧！

「貳零貳陸年，成長班的第貳拾年，我們的貳拾天。」

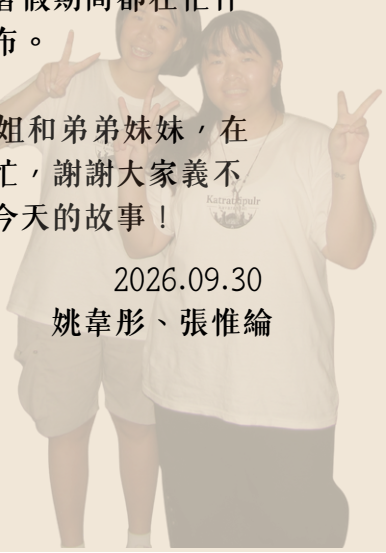
總是希望自己的文字能夠有溫度，希望這本屬於今年卡大地布的地方誌能夠讓大家的記憶保存，記住當下的笑容，記住當下的收穫，記住那個難忘的瞬間。

我們將用文字和鏡頭回顧這貳拾天的大小事，還有挖掘文化教育背後的故事，讓大家更了解青年們在暑假期間都在忙什麼，更了解文化成長班，以及更認識卡大地布。

謝謝每一個願意讓我們問問題的哥哥姐姐和弟弟妹妹，在製作這本地方誌的時候，尋求了好多人的幫忙，謝謝大家義不容辭地回答我們提出的問題！有你們才會有今天的故事！

2026.09.30

姚韋彤、張惟綸



蹲點台灣

一手服務，一手紀錄。

「蹲點·台灣」活動由中華電信基金會和政治大學廣播電視學系共同主辦，鼓勵大學生利用暑假走出舒適圈，前進偏鄉蹲點15天，進行「一手服務，一手記錄」，參與學生實際踩踏土地，蹲下來傾聽在地聲音，從中發掘社區需求，並發揮專長提供社區服務，成為社區向上提升的媒介與動力；同時利用擅長的文字與影像紀錄能力，透過最熟悉的數位媒體，保留與傳承珍貴的台灣在地文化，也讓社會大眾藉由他們的文字與鏡頭，看見正在各個角落為這片土地努力的人事物，期待這些默默發光的亮點，能帶給這個社會更多正面力量，啟動善的循環。

自2009年舉辦以來，每年都獲得熱烈迴響，報名組數屢創新高，參與學生的學科背景也益發多元，也因此為偏鄉帶來更多也更富創意的活動，舉凡閱讀陪伴、英語教學、活動記錄、戲劇表演、舞蹈教學、老屋重整、小記者培訓、家鄉探索活動、長輩律動課程、社區空間彩繪、口腔衛教宣導、宣傳影片拍攝等等，陪伴偏鄉老少度過精彩暑假，社區也因此熱鬧非凡。

為鼓勵蹲點青年持續關懷在地、為能讓更多地方獲得年輕活水，自2014年起開辦蹲點青年培力工作坊，邀請專家學者傳授深耕在地的進階能力，期望能讓蹲點青年的社區服務與記錄能力再進化。2016年起為強化實戰經驗，更將培訓場域拉到社區，在田野調查與社區營造專家的引導下，蹲點青年扎實地從「做」中學，「讓整個身體浸入鄉野」以不同的視角探查、伸出觸角連結，也發揮創意為社區提出解決方案，青年的嶄新觀點與提案，給社區許多啟發，整個過程也讓青年重新反思自己與社會的關係，為自己重新定位，也找到更多元的答案。

–摘錄自 蹲點台灣官方網站

卡大地布

文｜姚韋彤

Katratripulr 團結、在一起

「卡大地布」位於臺東市知本里，屬於卑南族部落。卡大地布的卑南族語「Katratripulr」意旨「團結、在一起」象徵部落族人彼此的牽絆。

部落主要由三個家族組成，分別為Mavaliw、Pakaruku與Ruvaniyaw。在現今的卡大地布文化園區可以看到三個傳統建築，分別為：

- 巴拉冠（Palakuwan）：部落的男子青年會所，是傳承傳統知識與訓練青少年的核心場所。
- 達古範（Takuvan）：青少年聚會所。
- 祖靈屋：三大家族各自的祖靈屋。

卡大地布文化園區除了傳統建築之外，也設置了「活動中心」、讓族人們能在活動中心內聚在一起；也有設置「文健站」，提供長者學習、參與活動；另外，也在近幾年設置「遊戲屋」，提供小小朋友們玩樂。讓卡大地布的所有族人們都能在園區裡留下美好的回憶。

文化成長班

為什麼會有文化成長班?

採訪/撰文｜姚韋彤　　受訪者｜高雅玟 Salreng

卡大地布文化成長班大致會分成兩個階段來看。第一個階段大約是在2000年8月，陳政宗跟桑布伊擔任青年會正副會長時，籌辦過「卡地布部落文化成長暨母語歌謠班」，那時候的模式比較像是照顧班，內容包括課業輔導、練習族語歌、認識口傳歷史、手做傳統手工藝、戶外教學，初衷是希望孩子們在暑假期間不要到處亂跑，或是無聊沒事做，並持續了一個月。







「2005年的夏天，有一次我經過巴拉冠，看到一群不認識的大學生，正在帶知本的小朋友玩。那個時候我就覺得很奇怪，明明祭典的時候部落的年輕人都很多，可是為什麼我們的孩子卻是由我們不認識的、別的部落的大學生來陪伴他們？這個畫面對我來說蠻衝擊的。」

「2006那一年，我的阿累那時候是青年會會長，我們就開始想說，那我們來辦文化成長班，模式和以往不同，開始是有主題性的，整個工作團隊也比以往龐大很多，我們也把寫課業輔導這件事抽掉，因為後來學校的模式也不太一樣，所以我們就也把寫暑假作業這件事情拿掉，然後把那一個禮拜的時間比較著重在部落文化教育。」

註：ali'（阿累）：男性朋友；anay（阿奈）：女性朋友。

文化成長班

工作人員的組成為何？為什麼是由他們負責籌備？

採訪/撰文｜姚韋彤　　受訪者｜高雅玟 Salreng

一個成長班要運作，不單單只是像老師對學生。我覺得文化教育並不是只有有錢就好，要有很多人願意一起，譬如說要有耆老願意分享他的文化知識，然後要有人願意幫我們煮餐點，要有人可以帶小孩，所以後來的工作人員組成就會變成是有老一輩的族人、有中壯年，然後再來是青年，不同的年齡階段，會有不同負責的工作。國二以上到高中的青年，主要擔任小隊輔，陪伴小朋友；而高三到大學的青年已經累積了很多年的成長班，也參加了幾年的青年教育營，他們的能力也比較足夠，就會讓他們嘗試去當課程組，成長班的主題出來後，他們要去規劃、統籌整個課程內容，可能有涉及歌謠類的，涉及文史類，涉及傳統記憶類等等。

青年教育營

既然都有文化成長班了，怎麼還會想再多辦青年教育營？

採訪/撰文｜姚韋彤　　受訪者｜高雅玟 Salreng

文化成長班是針對比較小的孩子，從幼兒園到中班再到大班，再到國小生，文化成長班的屬性和內容會比較偏向於陪伴以及一個很初階的文化認識而已。

可是如果孩子們到國小畢業之後，沒有持續往上學習的話，在部落學習的機會就只剩下祭典期間。祭典說實在話大家都在忙，小孩子們頂多就是跟著長輩做，沒有辦法有多餘的時間去問，去理解為什麼要這樣做，為什麼要學這個，所以後來就覺得青年教育很重要，青年教育可以讓更大的孩子去學習更深的文化內涵，去補足平常可能都有在做，可是不曉得為什麼要做的這件事情。

REKEREKEPAN

文｜姚韋彤

「rekep」是「組合」的意思，而「rekerekepan」的意思為「多種物件組合」。

而rekerekepan在部落裡指的是知本和建和的卑南族未婚女子傳統服飾才有的背袋飾品。知本部落 (Katratripulr)的rekerekepan形似圓球狀或膨起的「爆炸頭」，造型會特意向外凸出。在部落長老的形容中，知本的 rekerekepan就像一隻突出的「單隻耳朵」；而建和部落 (Kasavakan)的rekerekepan外觀上更為延伸與複雜會在原本的基底結構外，額外多出兩個橢圓形的結構，也因為這左右（或上下）多出來的延伸形狀，視覺上就像長了「兩隻耳朵」。可是因為現代大家很少親手製作，大多數都是採用購買的方式取得，所以在現今兩個部落的 rekerekepan就分不太出差別。

以前rekerekepan都是由男生製作，老人家的說法是：「以前男生長時間在會所裡，他們在有空的時候就會做rekerekepan，送給喜歡的女生。但後來因為時代改變，男生無法常駐在palakuwan（巴拉冠），所以漸漸變成是願意承襲手藝或是手很巧的人才會繼續做rekerekepan。

rekerekepan不僅製作工程繁瑣，連材料也很講究，材料包函「竹片、藤、細繩、布」，需找到適合大小的竹子並削成竹片，細繩纏繞，就會花很多時間，猜測這也是手藝快失傳的其中一個原因。

出發吧！

文｜姚韋彤

卡大地布的少男少女

這次教育營的課程，出動了四個部落，分別是Likavung（利嘉部落）、Tjavualji（大王部落）、Pinaski（下賓朗部落）和Mulivelivek（初鹿部落）。

每個部落生長的環境，遇到的事物，演變出來的祭典和文化，都會有差異，即使一樣是卑南族也會有所不同，這也是我們這一次要尋找的寶藏。

出發前，每一個學員在數十幾張卡大地布的照片中，挑選1～2張最有感觸的照片，和大家分享挑選的原因，再以小組的方式，將這些被挑選中的照片連結，並訂定主題，繪製成海報，成為屬於卡大地布的寶藏。讓我們帶走對方部落寶藏的同時，也能讓關主們帶走卡大地布的寶藏。

跨部落闖關尋寶

遊戲規則如下：

1、每一組到指定起點開始攔車
2、攔車需判斷是否安全
（各組會有隊輔跟著，且也會有一台部落的車隨後確保安全）
3、到達地點後會有提示卡，尋找指定部落的關主
4、向對方部落分享屬於卡大地布的寶藏
5、吸收對方部落的寶藏
6、邀請部落的關主們一起共進午餐
7、最晚13:30從指定部落攔車回知本
8、整個闖關活動需製作至少1分鐘的短片
9、晚上進行心得分享，各部落的關主們將會來到知本聽分享會

初鹿部落

MULIVELIVEK

文｜姚韋彤

「Mulivelivek」在卑南語裡意指「風吹不進來的地方」。隱蔽處、覆蓋之意-山麓避風之處。舊稱為北絲鬮社；卑南族八社地理位置最北方的部落。

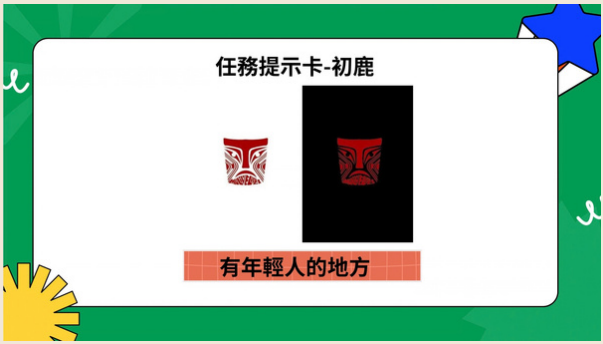
Mulivelivek 相較於其他部落來說比較遙遠，雖然起始點有因為各部落的位置不同而調整，但回程都是從每個小組抽到的部落為起點，直接回知本，所以出發時大家都還是很忐忑。

我們先從知本搭部落哥哥的車到「賓朗全家」下車，並開始攔車之旅。到了起點位置之後我們開始攔車，開始高高舉牌，向車道揮手，有大卡車的學長探頭看著我們對我們說加油，也有很多駕駛特別慢下來看清楚紙板上的字，不到五分鐘的時間，有一台9人座的車停在我們面前，副駕開了個車門，很霸氣的說：「你們要上車嗎？」



我們和一堆食材一起坐在車上，在聊天的過程中發現，原來車主他們開了一間餐廳，會經過這裡是因為來採購食材，剛好看到我們，就停下來順路載我們，還直接把我們載到初鹿部落下的7-11，只能說我們很幸運！

到了便利商店後發現我們太早到了，決定先在7-11討論我們等一下想問Mulivelivek關主的問題，Lena'an（詠心姐姐）是我們的隊輔姐姐，她提醒我們可以扣合我們想分享的主題去發問，這次我們統整的主題是「Katrtripulr 分工合作 團結在一起」。討論完想問的問題之後我們就出發去找關主啦，出發前我們拿到了提示，如下：



我們直覺就是巴拉冠，所以直奔初鹿部落的巴拉冠前進，一進到部落覺得很安靜很舒服。也很順利在這裡找到我們的關主！關主哥哥其實也大學畢業沒多久，跟我們年紀差不多，但發出很有自信的氣息，而且對於自己的部落故事都很瞭解，跟我們分享Mulivelivek的'Amiyan （年祭），包含kiyalutung（猴祭）、kasangalan（大獵祭）、venasivas（除喪）、puwazangi（訪少女）。另外也有跟我們分享巴拉冠外的陶燒拼貼，上面記載著各個卑南族的祭典文化，有鞦韆、刺福球、小米收穫祭、猴祭、大獵祭、除喪、盾牌舞、成年禮。





在分享的最後也有互相交流現在部落裡面臨的困境，不會因為不同部落而忌諱討論，也會願意為了文化紀錄與傳承，找到與現代的平衡，像是拍攝短影音以及假設屬於部落的網站，並結合AI製作出商品的模特，這些畫面都是很珍貴的寶藏。



我們得到寶藏之後，也和初鹿部落的青年們分享屬於知本的寶藏，也有卡大地布的哥哥跳出來補充我們沒有聽過也沒有準備的故事，過程中初鹿部落的人也會提問，這些交流的畫面真的很適合收藏。





最後來到了攔車回知本的環節，我們這次沒有去程這麼順利，但還是在十分鐘內攔到第一台車，第一台車只載得下三個人，我們總共有五個人，所以分兩台車回知本。第一台車的車主從台中開車來台東玩，今天要南迴在高雄停留，所以會經過知本，就順路載我們回去。剩下的兩個人在拼盡全力攔車，還真的被許願到遊覽車！進香團的遊覽車趁紅綠燈的時候叫他們趕緊上車，不到五秒的時間他們就上車了，不到十秒的時間兩個人手上就出現紅茶，實在是太熱情啦，一路就載他們回到知本，回去知本的7-11之後，他們又再攔一台車，攔到台東本地人，直接載他們回巴拉冠。



我們一樣，也不一樣。

文｜陳思謹 Teve'



一開始要前往初鹿部落之前，心情很期待與緊張，我們雖然都是卑南族但是其實對初鹿部落沒有很多的了解。

到了初鹿部落聽到他們的青年分享他們每個祭典在做的事情的涵義、故事等等，在吸收這些故事的過程我也會想跟我們部落的不一樣的地方在哪裡。其中我最有印象的是他們青少年要做進階儀式時手上會拿著刀，會長會拿咬人狗來回刷他們的雙腳，青少年如果不喜歡、不認同這個會長就會直接砍會長，但在我們部落的進階儀式會先有許多的體能訓練等等，在這些過程就是要訓練每個要進階的男生，而我們是用打屁股的方式，會長會問要進階的男生：「你是男人嗎？」他要勇敢、自信的回答說：「是的，我是男人！」儀式之後要對自己以及巴拉冠負起責任。

光是一個進階的方式，即便都是同一個族群但我們進行的方式、模式就很大的不同。

在那短短幾個小時互相分享的時間，我從初鹿部落青年身上看到的是，勇敢說出自己所了解的文化故事，他們是很有自信的在跟我們分享，即便有一點不確定的地方，但他們看向哥哥們，哥哥們也都能很快的去幫助他們。

很開心、很感謝有這個機會能到初鹿部落去做交流，不只是吸收也在這個過程中反思自己對自己的部落了解了多少、還有哪裡能再去認識、了解並且記住在心裡。

利嘉部落

LIKAVUNG

文｜張惟綸

比起其他部落，Likavung（利嘉）距離知本不算太遠，儘管如此我在出發前還是十分焦慮，畢竟是第一次搭便車，深怕攔不到車過去，幸好我的夥伴們都很給力！不到十分鐘，對面酒店的旅客看到我們的手舉牌，就熱情的說要載我們過去，所以去程就這樣順利的搭到車啦！



抵達部落後的第一個任務是要找到目標關主！我們根據簡報上的提示到palakuwan（巴拉冠），不過我們左看右看都找不到人，索性在大樹下休息一下，沒想到毅傑哥哥接到關主的訊息「你們不要太認真，先休息20分鐘」，我們當然就乖乖休息啦～後來去活動中心時，在門口看見兩個行蹤詭異的人，追上去才發現原來就是我們的關主-郁喬姐姐。

我們一開始就看到Likavung（利嘉）的palakuwan屋頂少了大半邊，詢問部落的哥哥才知道，之前因為天氣因素把屋頂吹走，只留下半邊，而這也讓原本堅持不用五金財料製作palakuwan（巴拉冠)的部落族人，開始用鐵絲加強屋頂結構，才讓palakuwan不至於整個倒塌。而利嘉和知本的palakuwan最大的差別是門的開口方向不同，知本的門是在屋簷底下，但利嘉的是在側邊，聽哥哥說這是因為以前的文獻有記載，所以才呈現這麼特別的方位。

不止如此，雙方的karuma'an（祖靈屋）也有很大的不同。Likavung（利嘉部落）的karuma'an（祖靈屋）到現在其實已經名存實亡，很多戶人家都是用「神主牌」的方式祭拜祖先，而原本的karuma'an（祖靈屋）大多都遭到遺忘，或不敢移動（因為有祖靈），所以留在原地隨風消逝，僅存的karuma'an（祖靈屋）則是放在palakuwan旁邊。

聽了郁喬姐姐和部落的哥哥方享這麼多事情，我們也要來交換知本部落的「寶藏」啦！我們分享的主題是「缺一不可」，主要是希望讓Likavung（利嘉部落）的弟弟妹妹們了解，雖然男女分工做不一樣的工作，但每個工作都是重要且不可被取代的。他們也分享了參加成長班的心得經驗，提到能和部落裡年紀相仿的朋友同學一起參加是很幸福的事情，有的人是從學員成為小隊輔，更能體會設計課程、安排活動的用心良苦。

最後，我們和Likavung（利嘉部落）的弟弟妹妹們一起上完成長班的課程就回去啦！回程也要用攔車的方式，所以這次我們只能走出沒有人會經過的Likavung（利嘉部落），一路到大馬路旁舉牌，值得慶幸的是有人願意順路載我們回去，就算分成兩車也都在差不多的時間抵達！





這一次的教育營我覺得都很深刻，我自己覺得很久沒有參與教育營，因為平常都在外縣市，很難得有這個機會能夠完整的參與部落暑假的活動，所以我很珍惜這次的時間，把握每分每秒留在部落的暑假。在教育營中收穫很多也第一次踏入別的部落來去汲取知識，從這一次的學習過程中我發現我原本擁有的一些自己部落的知識在時間長流下慢慢的變淡，一次又一次的詢問才慢慢把他補回並加深，對於其他部落的文化則是第一次聽說，才發現我們身為同一個族群卻有不一樣的文化，但在現在的社會我們卻面臨著同樣的問題。

筆｜張絃齊 Uliy



我第一天的時候，還有點害羞，但是後來有慢慢放開來 還有一開始我不敢拿麥克風講話，但我一直練習，就變得不緊張了。最印象深刻的是我們去到大王部落學習他們的文化，學習他們和我們有什麼一樣、不一樣的地方。

筆｜鍾陳依 Sunay



很開心可以去其他部落了解他們的文化特色和攔陌生人的車子去其他部落。

筆｜田秉霖 Siti



第一次參加教育營，不僅學到了很多很多不一樣的事物，還更認識了哥哥姊姊們，從一開始很陌生，一直到最後大家玩成一團像朋友一樣，謝謝哥哥姊姊～

筆｜謝侑妘 Imuy

青年教育營

怎麼會發想到跨部落闖關？

文｜陳育如 Ungili

關於跨部落

卑南族分布在台東縣內，共有十個部落，雖然都是卑南族，但各部落因為地域性、鄰近其他族群…等因素，十個部落間仍存在些許的文化差異，每兩年會舉辦一次「卑南族聯合年聚」，展現各部落的文化及交流情誼。

大概將近二十年前左右，有一個營隊活動名稱為「卑南族青少年跨部落成長營」（還有臉書可考古）。這場活動開始的契機是，那時的一群青少年，希望各部落的年輕人可以互相認識，所以才有了第一場的聯誼性質的營隊活動。






而約莫十五年前，那年我高二，也參加了第一次的跨部落活動，於是我認識了許多來自不同部落的卑南族青年，而陸陸續續參加了好幾屆，彼此的情誼也越來越深，十五年後，我們已經成為部落的三十世代，成為弟弟妹妹們的哥哥姐姐了，那些年累積的情誼，仍能為彼此出力、支持著彼此。

而為什麼這次會有排灣族的大王部落呢？除了我們與大王部落有一些歷史上的淵源之外，也因為當代部落的青年會常常會因各種因素，不論是一年一度的祭典，或是任何文化相關場合，更或是因為部落面臨任何議題時，當代的部落青年會，都會盡力做好橫向的連結與協助，所以這也是為什麼部落與部落之間的青年會，會有很多合作與交流的機會。

青年教育營

關於寶藏

關於寶藏，每一位青年從小在部落生長、參加部落的大小事務以及祭典，想要先從他們的視角，看見對他們來說，部落的什麼，是他認為珍貴的、視為寶藏的、想好好珍藏的？因為在部落的日常，都是集體的勞動，若沒有好好的去思考過，也容易忽略了所謂「集體性」存在的意義是什麼？為什麼我們總要「一起一起」？是這樣的文化，能去體現部落的集體照顧、分工，把我們好好牽在一起。

活動開始請大家直覺挑選自己有感覺的照片，這些照片都是在部落祭典及工作的畫面，透過直接圖像連結，引導思考和表達，再來進行小組的統整與聚焦，接著去到各部落進行分享，透過分享能加深感受並與自己所經歷過的經驗結合。各部落也有準備他們的分享，我們的青年也能在其他部落分享中，去反思和對比自己與部落、與文化的關係。

關於搭便車

而搭便車就是一場冒險體驗設計，我們一群哥哥姊姊一起討論後，認爲這場冒險體驗很適合弟弟妹妹，因為是第一次所以也不敢設計太困難、太複雜，就怕挫折感或壓力搞砸這場活動的美意。在各個因素都設想完後，最後選了四個部落一起去拜訪，真的很感謝四個部落的協助與配合，我們才能順利安全的完成這場活動。

我們不是故意惡整弟弟妹妹，而是真心的希望能夠留下些印象深刻的回憶，大家要記得，不論是在做部落事務、或者是在課業上、人際上，很多事情其實沒有想像中的困難，只要付諸行動，不怕困難、不怕開口求助、不怕麻煩、不怕犯錯、信任夥伴，記得大家是一起學習、一起玩樂的夥伴，我們還要陪伴彼此，一起做很多事。

青年教育營

竟然給我那麼順利，下次要繞台灣半圈。

文｜陳育如 Ungili

看見大家完成任務的成就感與喜悅，尤其是年紀比較小的弟弟妹妹，能看見他們很自豪自己能夠與哥哥姊姊一起完成這趟任務，除了長出自信以外，也讓彼此間的距離也因此拉近了，這是我覺得很感動的發現。



謝謝你/妳們每一位，還願意在這個位置的每一位。在部落裡，每一個位置都好重要，「感恩、禮貌、傳承」，這是我們的哥哥姐姐一直期許我們的。

我們一起在這裡成長，從小到老，一起學習無私的付出、無條件的給予、無條件的被愛，也學習怎麼在無私中找到與自己內心的平衡。無論在哪個地方、哪個位置，試著去理解那份被需要的美好，欣然接受那份被期待的眼光，這些也讓我們的生命變得更有重量，使羽翼更加韌強，可以守護這裡，也能展翅翱翔。記得要帶著好奇去探索，勇敢的去尋找答案，謙虛地去學習，讓自己身上的裝備越來越精實，成為一個自己想成為的人，認同自己、要開心、要喜歡自己。

袋走我的記憶

文｜姚韋彤

每一年的成長班都會製作小書，但會以不同的形式呈現。今年則是「袋書」，做成像袋子可以背起來的模樣，讓小朋友們能「袋走成長班的記憶」。



小書在成長班扮演很重要的角色，可以是圖畫，可以是文字，讓小朋友們記錄今天看到什麼、學到什麼又或是心情是什麼，也可以成為上課的筆記本，學到新的母語單詞、學習到祭典背後的故事等等，都可以寫進小書裡，成為屬於自己的記憶。

族語小教室



sawka 廚房

puteha mekan 開動

tavunan 廁所

alamu muwazuk kania 集合

tilivi 電視

alra katikeriz 起立

dingki 電燈

semungala ta 敬禮

to 桌子

sinsi inavayan 老師好

lipad 椅子

melak nannu putavuwan 把便當拿出來

awa u i iyan? 你要去哪裡？

palakuwan 巴拉冠

awa ku i ____ 我要去____

kiokay 教堂

水果數來寶

香蕉velrvelr
甘蔗varikuway
西瓜taramunah
鳳梨pangudangudalr
釋迦果kizay
芒果latru'
蕃石榴kulriyaves
桃子lupas
李子kanuwad
椰子dudu
龍眼hinghing
橘子vartrenuk
柚子kamuraw
柿子'adupar
楊桃latak
木瓜katana

動物數來寶

猴子unay
狗勾suwan
貓咪ngiyaw
魚 vulraw
ㄍㄡㄍㄡㄍㄟ vuyu
馬 'eva
山羊trakulis
小鳥'ayam
水鹿marenem
鴨子maymay
蟬visvis
山豬vavuy
豬verek
青蛙Kakiyas
飛鼠nawan
老虎Irikulraw

牧牛歌

ho i na lu wan
na i ya na ya o ~
ho ~ i yo in ho i yan
hey ya o ~
i yan hai yo in hai yo yan
i ya o ha i yo in
ho i yan
hai yan o ~i yan
ho i yan
i ya o ~ hai i yo in ho yan
Kai ya i ta Ira puwalikana
ho ~ i yan
hey ya o ~
i yan hai yo in hai yo yan
i ya o ha i yo in
ho i yan

YoKoSiYoSi

yokosiyosinoko ta mo ran
yokosiyosinoko ta mo ran
van sa ran ~ pu ta te ~ nga
sa ma sa nai na vu ra vu ra yan ~
u ri u ri ~ sa ~ la ~ ne ~
pa lu ngus ~ to ko si yo si
hai ~ yan ~ he ~ hi hi ye i yan ~
Ho A i Ya Ho Han He i Ya~n
Hi Yai ~ Ho Wan Hi Ye i Yan
Hai ~ Yan ~ He

耕作歌

1

a sa hi ka no poro
a ya a sa hi ka no poro
mi sa to ko ira to mi sa sa
mi na ho si so ha ya
ha ya na i ho ya
i chi ni no san no si ko roku
Ha yan ha yan no in ha yan

2

ko lo ka si ka ke de
a ya ko lo ka si ka ke de
mi sa to ko lra to mi sa sa
mi na ka ko sa ke de
hay i yan na in ho i yan
i chi ni no san no si ko roku
ha wei yo ha chi me ma sho hay yan

3

lan ki no hi ka li a ya
lan ki no hi ka li
mi sa to ko la to mi sa sa
mi na ho si so hay yan
hay i yan na in ho i yan
i chi ni no san no si ko ro ku
hay i yan ha i no in ho yan

部落大地圖

欸？巴拉冠以前是知本國小？！

什麼？！以前巴拉冠蓋在其他地方？！

pana 是什麼？



你知道哪些地方以前也是巴拉冠嗎

知本農會

文｜陳雁婷 Pangay

於1943年興建，當時是政府公有地（非傳統建築），主要是多功能活動中心、開會的地方。以前會在室內起火，但煙出不去，所以族人就在它的隔壁蓋了竹製的palakuwan。

知本農會以前常去卑南拿肥料，路途太遠，就向村民代表借palakuwan堆放。（北邊：堆放肥料、南邊：會所使用）主要的會所活動都以竹製的palakuwan為主，農會較少使用，takutakuvan訓練也都借用竹製的。

1956-1957年，因takuvakuvan在集會所被責罰，會所哥哥與家長起衝突，takuvakuvan階層一度中斷。

天主教

文｜陳薀如 Iruiru

在1952年（民國41年）來到知本，約在民國51年，因爲傳統palakuwan消失多年，費道宏神父與部落領袖，商議在天主堂旁建蓋了新式的palakuwan，重新恢復青年會所valisen的訓練，同時也在天主堂開辦了女子縫紉及理髮班的訓練課程。

在天主堂時期的palakuwan大約持續到民國58年，因為當時的青年會長高明宗和多位同齡的青年提前入伍，導致進駐palakuwan的青年人減少，最後逐漸停止運作。直到1993年，才在現在的文化園區，高明智青年會長時期，重新復振palakuwan青年會所制度，直至今日！

巴拉冠

文｜張絃齊 Uliy

1900年前的前身為知本國小的舊校區。在民國70年的時候，族人選上了里長，找到了這個位置後，民國80年palakuwan移到現在的位置。

takuvan是在靠近現在大門的位置，第一個巴拉冠則是在茄苳樹前，祖靈屋是現在的小教室，第一間palakuwan是用檳榔樹蓋的，那時經歷了國家劇院的演出，部落的族人開始重振我們的文化，根據以前的一些紀錄、印象來蓋出第一間palakuwan。

當時的祖靈屋三間連在一起，我們的pulingaw說祖靈屋要面朝東方且不可連在一起，於是申請經費過後移到現在祖靈屋的位置，在這個園區內我們的palakuwan經歷了約三次的換位，第一次移到現祖靈屋位置，第二次移到現在takuvan的位置，第三次由桑布伊叔叔帶領將palakuwan移到現在的位置。

在這個園區以前和現在也有很大的不同，除了被拆除的舊校區的建築消失了，還有以前在現在祖靈屋的後方有一顆芒果樹，那裡以前有用竹子搭建的老人會館但在芒果樹被挖除後就沒有了，以前的精神圖騰是立在園區中間的一棵樹，樹不見了，精神圖騰也變成立在現在palakuwan的旁邊，至於現在mi'alrup是以前舊校區的升旗台。

Pana'

文｜鍾陳又湘 Lina'an

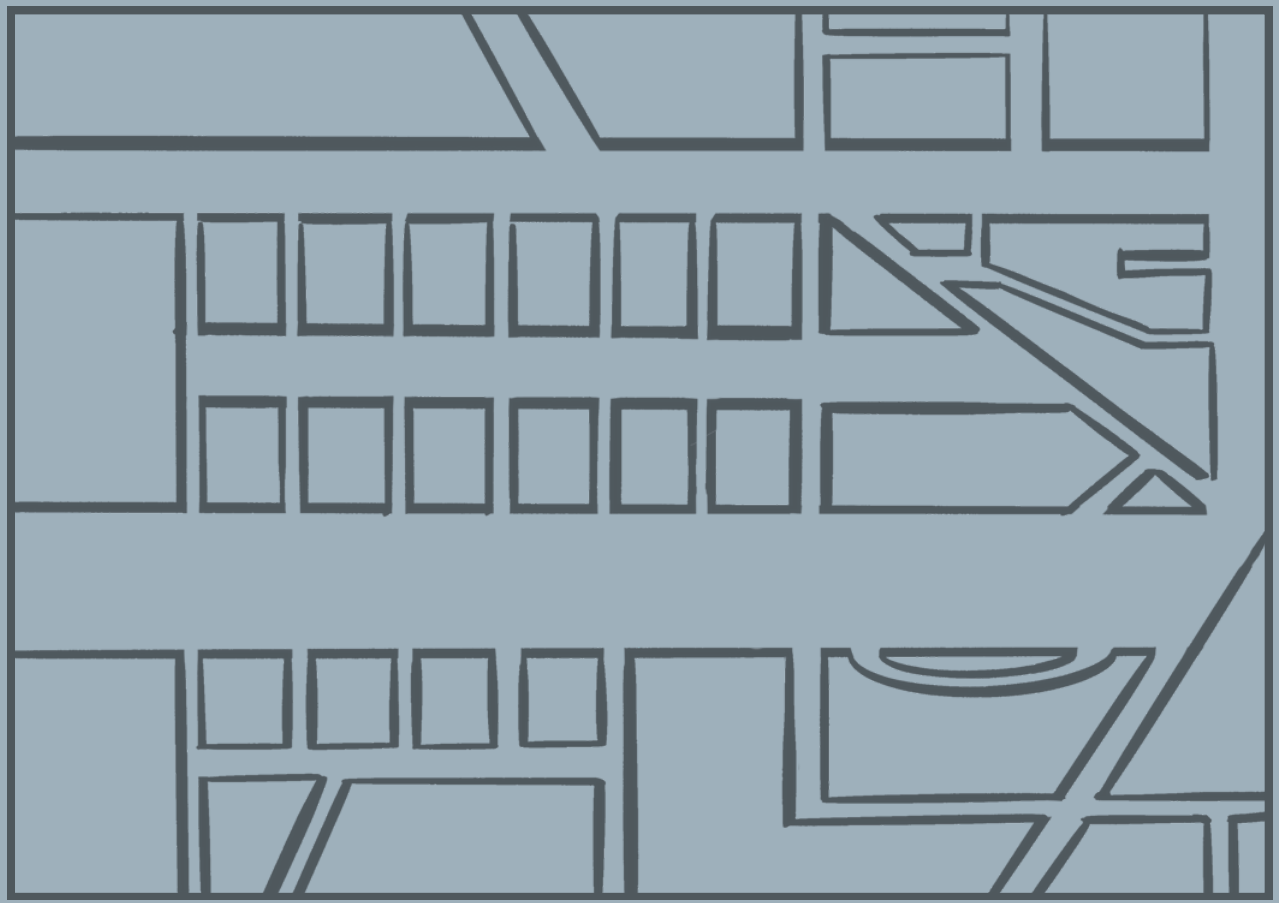
為什麼叫做Pana'？

有兩種意思，第一個意思是「猴祭時takuvakuvan射猴子的地方」，第二個則是「敵人射箭過來之地」。

為什麼要射草猴呢？

以前會抓真正的猴子，養一年之後再把它殺掉，培養成年之後的膽量，訓練「遇敵不能手軟」的能力。但因為現今社會法律的關係，改成射草猴。在猴祭時，takuvakuvan會上山找草猴，在最後一天下山時，從崎仔頭7-11附近斜坡路一直往下走，走到Pana'，並開始射草猴，把不好的東西留給牠，rahan會做結界擋住不好的東西，在射完草猴之後，要把弓折斷並且往身後跑，跑的過程中不能回頭，要把不好的東西都留在Pana'。

你心中的**部落地圖**是什麼模樣？









Pana'不好的帶走







祖先的主食
你知道除了小米還有什麼嗎?



湯然要謝謝你啊

利用祭典上常出現的地瓜和芋頭，製作地瓜芋圓西米露甜湯。
並在拜訪大寶貝的活動中，攜帶甜湯給各個大寶貝！



拜訪大寶貝們



「imu ‘inava u ziya ? 」

「imu marepana’uwa ta ziya」



















ziya maw
imu
ziya.

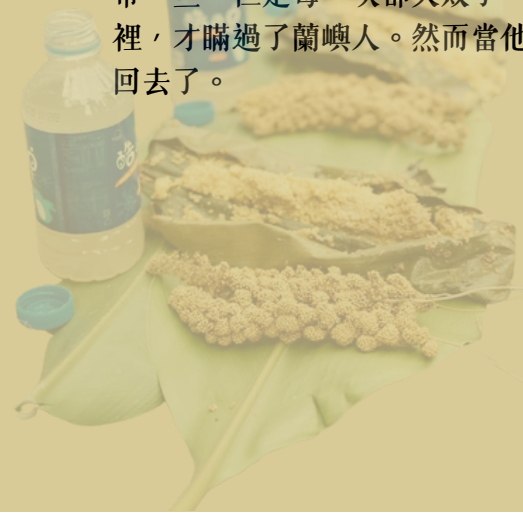



口傳故事：小米的由來

本文引自《臺灣卑南族民間故事》一書提及出自卑南族口傳故事〈小米的由來〉

古時候，有一個名叫「歐喇盧安」的年輕人，他好吃懶做，常常偷別人的東西，大家都很討厭他。那時候，在發祥地(今臺東縣太麻里鄉華源村一帶)有一棵榕樹，樹根穿越海洋，一直延伸到蘭嶼，是臺灣和蘭嶼間唯一的橋樑。有一次，歐喇盧安又偷別人的東西，村子裡的人就將他送去蘭嶼，並且砍斷了那棵榕樹的根，不讓他回來。

在蘭嶼，歐喇盧安悔悟了，他決心改過自新，回自己的村裡去生活。同時，他也打算把蘭嶼的小米帶回去給大家，作為對自己以往行為的贖罪，以求族人的原諒和接納，因為那時候臺灣還沒有小米。可是蘭嶼人不讓他把小米帶走，要離開時必須經過嚴密檢查，他試著偷帶一些，但是每一次都失敗了。最後，他將一粒小米種子藏在包皮裡，才瞞過了蘭嶼人。然而當他到達海邊時，卻發現樹根已斷，不能回去了。

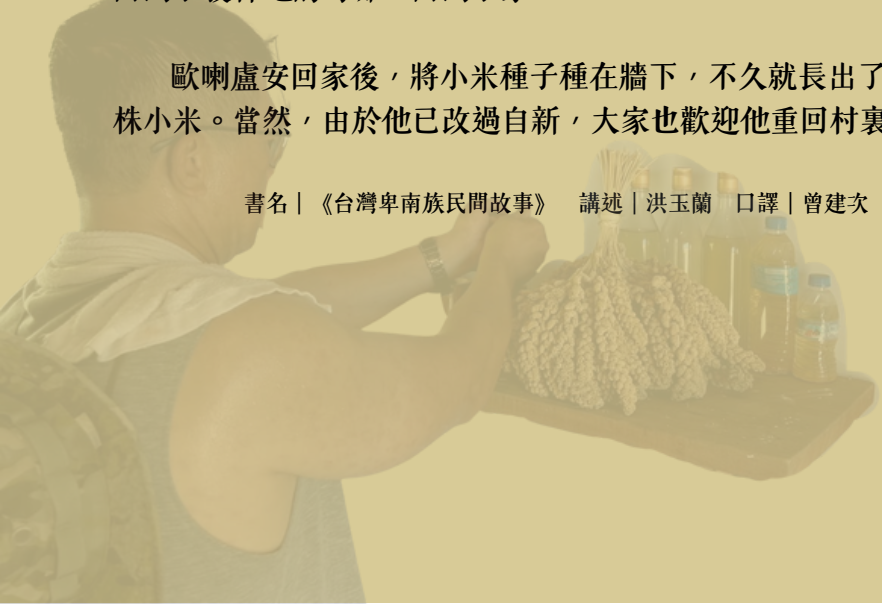


歐喇盧安獨自站立在海邊，傷心地望著茫茫大海，無計可施。這時候，忽然來了一隻海龜，看見歐喇盧安站在海邊發呆，問他有什麼心事。歐喇盧安便將自己因為品行不良而遭族人驅逐、現在決心改過卻因樹根已斷無法回去的情形告訴牠，海龜聽了，表示很同情，問道：「你真的決心改過自新了嗎？」歐喇盧安說：「是的，我已經決心改過自新了。」海龜說：「那你來坐我的背上，我送你過海。」歐喇盧安一聽，喜出望外，連聲向海龜道謝，也趕緊去海龜背上坐下。

海龜等歐喇盧安坐好後，又說：「你要坐穩了，等一會我將潛入海底前進，你需要呼吸時就在我耳朵旁邊捏一捏，我會立刻浮上來讓你呼吸。」說完便潛入海中，向臺灣游來。一路上，歐喇盧安曾經在海龜耳旁捏過幾次，使海龜浮出海面讓他呼吸。最後，他終於回到了發祥地的海灘，回到了家。

歐喇盧安回家後，將小米種子種在牆下，不久就長出了臺灣第一株小米。當然，由於他已改過自新，大家也歡迎他重回村裏生活。

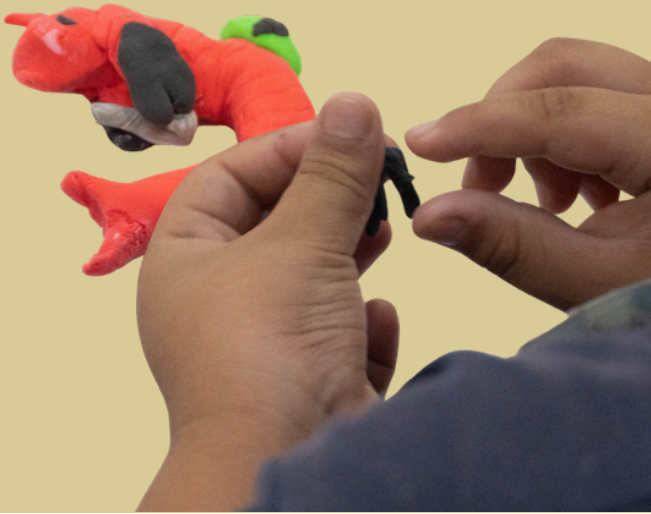
書名｜《台灣卑南族民間故事》　講述｜洪玉蘭　口譯｜曾建次



蝦與謝同行



小米收穫祭「感恩蘭嶼賜予小米儀式」
會把製作好的'avay（原住民傳統美食）綁在樹枝和寶特瓶上，讓河流送往蘭嶼，以前則是會拜託蝦子幫忙運送，跟蘭嶼告知卡大地布的小米豐收，並感謝蘭嶼。
















愛很撿單。

一起出去為部落撿垃圾，很簡單，讓愛很撿單。

愛心認養餐點



台東蘭田 & 双口町日式豬排



婦女會小班 & 陳政宗議員

文化成長班



十二少



婦女會幼班



知本天主堂 張水仙

Q　成長班最一開始成立的時候，怎麼會想認養餐點？

A　大家都知道創世主就是我們天主，包括文化也是祂的產業，我們在做天主的事情，這個部落就是天主的一個大家庭，我們怎麼可能不去支持、不去做？那也因為是自己的部落，都是我們自己的家人、自己的族人，所以就是很簡單的理由，因為天主的關係，我們去做這個對的事情。

Q　為什麼願意持續做這件事情，且長達二十年沒有間斷？

A　這個部落就是個大家庭，是我們生活的地方啊！每一個小朋友都是我們自己的孩子，因為部落每個父母親都是我們的親朋好友，大家都互相認識，所以看到那些孩子們都會知道是誰家的，我們就是一個大家庭，由很多個小家庭組織而成的。所以好像就必須要做這件事，感覺如果今年沒參與到認養餐點的話，會少了一塊回憶，所以會盡量去爭取。我們一個家庭很多會分爸爸、媽媽要做的工作，那我們這個大家庭當中，我們也要分工合作，所以如果成長班需要支援的話，我們身為部落的人、家長的人，肯定會去支援。

Q　對目前文化教育推廣有什麼看法？

A　我覺得很棒，可以讓孩子去體驗團體生活，因為在家裡能學習的有限，透過活動出去跟大家、跟外地各個凝聚起來的青年、朋友或小朋友，可以在彼此身上學習到很多。不懂的、不會的，也可以透過成長班或是教育營的課程領悟到，我覺得是一件很棒的事情，讓他們有一個場所能學習到不同面向的生活與文化。

Q　認為這些文化教育推廣對部落有什麼影響？

A　孩子們會特別因為部落的活動，和學校請公假，會把部落的祭典當成他們一年當中數一數二重要的事情，特別撇開自己的事，回到部落一起參與。

部落的大學生每年也都會回來協助成長班，有了這些經驗，我相信出社會之後，這些經驗也一定能派上用場，尤其是人際關係、處理問題以及領導的能力。



61尬62卡大地布文化發展協會 陳志偉理事長

Q　為什麼最一開始會想認養餐點？

A　從八零年代那時候，我們部落開始在做文化復振，我們自己知道復振的辛苦和過程，我們也希望自己下面的弟弟妹妹們一起來參與自己部落的文化。以前希望把弟弟妹妹們留在部落，希望他們不要暑假沒事做，或是不知道在忙什麼，又或是一天到晚找不到人，所以那時候跟會長討論，我們要如把這些青年學子留在部落，不要讓他們東跑西跑，怎麼有效地管理他們，怎麼讓他們可以出一份心力，讓他們知道自己正在復振自己部落的文化，需要很多的能力，也需要很多的參與。

我們就想，不然把孩子們留在巴拉冠，然後我們供應他們餐點，我們號召一些家長和族人一起出一點錢、出一點力，也一起關注孩子們的課業，叫他們一起來巴拉冠。這是最一開始提供孩子們餐點的初衷。

到後來，雅玟老師和一些教育界的人認為這個活動很重要，必須要持續做下去，認為需要像學校一樣編排課程，所以有了現在的文化成長班。但那時候部落的資源和經費是有限的，他們來巴拉冠學習，那他們的「吃」我們來想辦法。有錢出錢、有力出力，沒空的、需要上班的，如果有餘力也可以出一點，然後大家一起購買一些食材自己煮。也因為曾經很努力復振文化，了解其中的辛苦，也認為這個活動很有意義，所以會號召自己的朋友一起幫忙，我在我們的群組跟大家說，我們要認養餐點。

這個認養過程中，我們發覺到越來越多人願意一起認養餐點，我們「61尬62」就退下來，退下來不是不繼續做，而是讓其他有想法、想要做一些菜餚給孩子們的團體，我們不要一直佔著這個名額，所以有幾年沒有看到61尬62，反而多了一些新的團體去認養餐點，慢慢的整個部落都對這件事情很活絡。



我覺得這是一個每年必須要有的活動，是一個可以讓大家聚集在一起的時候。這三年看我的阿類阿奈絞盡腦汁、想破頭地設計課程、找講師、更深入地了解部落文化..等，真的很佩服他們，真真正正的五邊形戰士，沒有任何一個是他們不會的，辛苦了！也要感謝有這個機會，讓我們除了更了解部落文化，還讓我們學會了領導能力：帶著小隊輔弟妹們更好的陪伴學員們；反應能力：出事時第一時間該做什麼反應，如何解決和反省，避免再次出現同樣問題。總覺得檢討時可以領悟到好多，總召和哥哥姐姐在講話的時候都會瘋狂點頭，發現其實一件事有多個解決方式外，會有的風險和意外都要多多注意。很珍惜每年的這個時候，因為可以從經驗豐富的哥哥姐姐身上學到出社會前沒遇過的問題，當出社會遇到問題時，馬上就會想起哥哥姐姐說的 再快更有效率的解決問題。我覺得這贏過很多人。謝謝！

筆｜陳黃妍琇 Panay



今年是我第二次當小隊輔，比起去年有比較清楚自己要做什麼事也知道要怎麼和弟弟妹妹相處、帶領他們。

要跟哥哥姐姐們說聲 辛苦了！他們一直都很用心、努力的在籌備成長班，我們有做不好的地方，他們都會提醒我們。以後的我們，也要向他們學習。成長班也更讓我認識了部落以前的故事，希望在未來能夠學習到更多。

筆｜鍾陳依 Sunay



第三次擔任副召，這一次其實我和阿瑾很早就有在討論，但暑假才有了有共鳴的想法，不得不說今年很難，沒有那麼多新穎的想法，感覺在做的事情都在原地踏步，即便安排好了所有的課程，卻還是有許多的不安，怕內容太難、太淺小朋友學不到東西。在成長班那週其實不是最有感觸的，而是到了成長班結束之後，看著群組傳來小朋友在pidalrep的照片，「感謝」是今年的主題，小朋友居然把我們時時刻刻在提醒的東西放在心裡，不只在成長班做，回家也做，我非常的感動。第二個感動的則是我們的哥哥姊姊們，這一座靠山，很多時候我們不清楚下一步該往哪走或者是執行的過程中有不順、不會的地方，哥哥姐姐們都主動地為我們扛下來，儘管嘴上說著不要，但他們還是做出來給我們看，這一個暑假很難得能夠聚在一起，儘管年齡差異很大但我們都在為同一件事付出。知本的土地很黏，希望我們都不要忘了我們現在所做的事情，慢慢的、長久的一起做下去。

筆｜張絃齊 Uliy



今年的事物很多都是我的第一次，小隊輔也是，當學員時很想要快點成為哥哥姊姊那樣，感覺很輕鬆，但實際去做才知道，哥哥姊姊沒有想像中那麼容易。在看不到的時候，哥哥姊姊正在努力的收拾環境打掃，想要讓弟弟妹妹們有舒服的環境學習；小朋友們都回家時，哥哥姊姊卻要留下來檢討今天的事物以及為明天的課程做準備和叮嚀，大家都辛苦了~

筆｜謝侑妘 Imuy



陳思瑾 Teve'

文化成長班總召

Q　怎麼會想要接下文化成長班的總召？而且一接就是三年？

A　因為上一個總召就是我二姐跟她的阿累一起辦，然後再上一個就是在更上面的哥哥姊姊，然後在2024年的時候，又馬上換我們。

第一年有被接收到這個任務，當初可能就是嘗試看看的心態，因為感覺好像都是要一棒接著一棒，所以我跟絃齊就接下這個總召的任務。當初原本想說應該只有一年，就要換下一位接棒，但是那時候我們的會長楊展哥哥就問，要不要就跟他們一起當三年，他們當三年的青年會正副會長，我們當三年的總副召，因為如果馬上換下一個人，會有一些事情還沒有了解清楚，就沒有辦法清楚地交接給下一棒，所以我們當初思考了一下，我們就試試看當三年，接下總副召的任務。

Q　在辦文化成長班的期間，有遇到什麼困難，或是有受到什麼幫助？

A　困難我覺得每一年一定都有，像是我們第一年就遇到報名上有一些問題，很多人都沒有拿到報名表，導致大家都沒有報到名。還有遇到一些課程安排的問題，但當我們遇到這些問題的時候，都會先尋求哥哥姊姊跟雅玟老師的幫忙。接下成長班的前兩年，我認為我們都沒辦法在當下即時想到適合的方法去解決，我們自己可以想，但會認為自己想的解決方法沒有辦法完善的去解決我們遇到的問題，所以我們就會去尋求哥哥姊姊的幫忙。

「我們製造麻煩，而他們就是解決我們麻煩的人。」

他們也不會說什麼，我們一提出問題，他們就是會正面的去解決，告訴我們該怎麼做，慢慢地去引導我們，所以我覺得背後會有很多很多的幫忙，不只是哥哥姊姊，還有族人們。

很多家長會很放心的把小朋友交給我們，還有一些族人看到我們都會說聲：「辛苦了」，很多族人都會知道我們八月就是會在忙這些事情，他們可能看到年輕的面孔；不管我們是否有在成長班擔任什麼角色，一句「辛苦了」就是讓我們知道，我們這些還在籌備、還在為成長班努力和付出，很值得。

還有我們在籌備過程，會送點心的哥哥姊姊和族人們，我覺得這些都是很大很大的幫助，因為成長班絕對不是總召們的事情，這是一個整個部落的事情，我們其實只是成長班裡很小很小的一個點。

「如果沒有這個部落，成長班沒有辦法運作下去。」

像是我們很重要的「認養餐點」，如果沒有認養餐點，我們還要想辦法去找錢，還要去買午餐，而將近百人的餐點，他們還要安排時間，還要召集他們自己的阿累阿奈，來為我們準備餐點，代表他們的心有在這個成長班，有在這個部落。在外縣市的哥哥姊姊，還是各位族人，他們都會用一些行動贊助，不管是贊助錢，或是贊助點心等等，都是一點一點一點，變成是部落的事情。

Q　從小參加成長班到現在，有沒有給你帶來什麼影響？

A　低年級、中年級的成長班，好像都沒有什麼特別的印象，我只記得我們七八月，就是暑假期間，我們會很常很常去巴拉冠，跟著哥哥姊姊，跟著整個部落的小朋友們一起。其實我是上隊輔之後才對每一年的成長班比較有印象，可能是因為自己是當一個要去協助、陪伴的角色，所以會更努力去記住每一步，對於小時候的我，成長班可能就是一個很開心，然後可以在這個時候，去跟所有小朋友、哥哥姊姊、叔叔阿姨以及部落族人一起去學習。因為每一年的成長班主題都不一樣，像是某一年往族語方面，那一年我們就會一直學族語，還有一些是，還是要搞藝術吧，我們也會有一些藝術方面的課程，還有一些很不一樣的方向，所以我們每一年學的下都是很不一樣的，雖然沒有很大的記憶點，但我覺得一定會有很多很多的累積，我小時候看到的成長班就是，去累積、去學習、去觀察的一個階段。

「我們真的就是跟成長班一起長大的孩子，很多人都是，成長班就是一個很必要很必要很必要的存在。」

不管是國小還是國中，出社會以前一定有放暑假，我們特別在這兩個月時候一起，一起去學習。如果我們真的把這個成長班斷掉了，那其他的小朋友，還有在外縣市讀書、長大的，他們的根在這裡，他們怎麼認識自己的文化、歌謠、族 語，如果沒有這個成長班，是很可惜的。我覺得即便是沒有學習，他們也少了跟自己的阿累阿奈一起的心，也不會常常來巴拉冠，這些都是很可惜的事情。

像現在的第八組，他們可能不知道現在在做什麼，可能就是來玩耍、來吃飯的，但沒有關係，至少他們心裡面還是有一點點回憶，他們之前都會來巴拉冠這裡玩耍，至少他們也是很快樂在學習自己的文化，即便真的很不聽話，但簡單的母語、歌謠他們都會，慢慢長大之後再慢慢去學，至少他們也有參加過，我覺得這是一件很棒的事情。

Q　長大之後辦成長班，有什麼不同於以前的想法嗎？

A　我從隊輔開始參加成長班，那時候在轉換角色的時候可能會有一點不習慣，會覺得自己有很多不足，到現在還是會有這種感覺，會覺得自己對很多很多文化的地方有很多的不足，有時候會覺得很沒有信心，有時候會想「我有那個資格去帶弟弟妹妹嗎？我有這個資格可以去帶動很多人嗎？」在有這個心態的時候，我會再去發掘、再去認識、再去學習很多很多我不足的地方，我覺得這樣就是一個成長吧。

當隊輔的時候，籌備過程比較像在接收任務，譬如上面的哥哥姊姊、課程組、總召，他們需要我們國中生做什麼，我們就去完成，在成長班期間也是在接收任務，我們要怎麼去帶他們，怎麼去陪伴他們。

但當了總召，我轉變成發號指令、發號任務的人，通常就是要很清醒的知道現在要做甚麼，該怎麼做，要分配多少人去做，然後還有今天、明天、後天該做什麼事情，都是要很清楚的。如果當下遇到什麼問題，我要想可以怎麼解決。所以在當總召的時候我覺得需要處理很多大大小小的事情，不管是人、課程，很多東西需要去處理，腦袋方面比較清楚，情緒上也要控管好，如果真的太多事情累積起來，情緒可能會很不穩定，但那時候更要去控管情緒。當上總召，會遇到很多的困難很多要學習的地方，我覺得我遇到這些事情有慢慢地在成長。

也透過總召這個角色，我更認識上面的哥哥姊姊，更認識我的弟弟妹妹，更認識我的阿累阿奈，我們一起工作的時候，就會去慢慢觀察他是怎麼樣的一個人。之前我會對我們的哥哥姊姊有一點害怕，我會想很多，會覺得他們是哥哥姊姊，會不會覺得我怎麼樣，但是當上了總召之後，會慢慢地敢問、敢學，會敢提出自己哪裡不懂，當哥哥姊姊耐心回應我的問題時，才發現真的是我想太多，他們真的是把我們當成弟弟妹妹，一直在學習的弟弟妹妹，所以他們很願意幫助我。

我覺得當上總召真的很不一樣，我覺得成長很多，我也沒有覺得我很偉大，我是成長班裡面很小很小的一個角色，負責協助一點一點，很多力量都是由族人、阿累阿奈、哥哥姊姊、弟弟妹妹，還有最重要的小朋友，才能去維持這個成長班。所以我覺得每一個人都站在不同地方、擔任不同角色去學習我們自己的文化，至少我們還有再去學，我們還有再去了解。雖然還有很多地方我們不知道，這是每年又或是每天都會意識到的事情，會覺得自己會有一點點「文化焦慮」，像我們當了三年的總召，去年是在講一些祭典的大大小小的事情，那時候規劃想從祭典祭儀祭祀的方向去發展，我們每做一件事情就是去做祭祀的動作，那就是透過課程去了解，為什麼要做這個動作？為什麼會有這個祭典？為什麼要祭祀？，慢慢去了解我們做這些事情是為了什麼，我們在籌備這些的過程，同時也正在學習，也才真正瞭解到祭典的每一天都在做什麼事。

我覺得這三年除了大大小小的事情，在排課程方面，去問老人家，去問族人我們想問的問題，他們丟答案回來給我們，就是當下馬上吸收，聽到回答之後也會覺得「原來是這樣」。

成長班不是只有讓小朋友在學習，這些過程我們也都正在學習，即便有一些地方是有一點點了解，但其實還有另一方面我還有不了解的地方，自己還有很多很多的不足，正在努力追上這些我們不知道的地方。

Q　對於文化教育推廣有什麼看法？

A　我覺得我們部落，在文化教育這件事情，從小就是要參與，來巴拉冠跟自己的阿累阿奈一起參與，這是我們的第一步。讓他親自來參與，才會知道祭典是什麼樣子，知道會做什麼事情，不單單只是歌跳舞這兩件事情而已，在參與的過程一定會有很多的疑問，現在在做什麼？為什麼我們要這樣做？我相信這些問題都會藏在心裡，那等他慢慢長大，多聽多問的時候，他就會慢慢了解。

我覺得參與這件事情，比任何事情都還要重要，如果沒有親自去參與自己的祭典，然後沒有親自來參加教育營、成長班，你只是在手機上面看，那是不一樣的感覺。參與的過程，你跟自己的阿累阿奈一定會產生出更多的連結，你在文化上可能會有更多想知道的心，你就會繼續參與。

近幾年我們希望小朋友來參加成長班，也希望他們要勇敢地去參加部落的祭典，所以我這幾年都把課表寫說「十二月見」，因為十二月是屬於小朋友的祭典，是他們這個年齡可以參加的祭典，也是我們部落的第一個祭典，象徵著部落新的一年的開始，所以小朋友們是很重要的角色。

在成長班的期間，想要透過鼓勵的方式，讓他們上台去分享自己的心情，或是在底下寫下他們自己聽到的學到的，我們都想要用鼓勵的方式，你要勇敢說勇敢寫下來，你才會知道你現在心裡想的是什麼，因為一直把自己包起來，你會一直認為自己不敢，會很可惜。現在小朋友越來越少，每一個小朋友都是很重要很重要的一個種子，我不知道他們長大後會變成什麼樣的哥哥姊姊，或許他們不會想要繼續待在這裡，或許他們不會想要為了自己部落的事情繼續參與，但我覺得沒有關係。

我阿累阿奈其實也有一些人可能是因為有一些自己的事情要做，今年回來的人也很少，但我覺得都沒有關係，他們只是今年沒有回來，可能之後會突然出現。像今年有一個阿累，快一年他都沒有跟我們一起工作，但他在成長班的某一天中午，我在茄苳樹下看到他，我就說「你怎麼在這裡！」他就說他的工作在這裡，想要回來看看。我們真的很久沒有聯絡，當下是真的很感動，多多少少都會有這個心，想要回來看看，想知道我們現在在做什麼事情，所以我沒有去檢討他，我就直接跟他說我們晚會你可以來幫忙，跟他說我們會有任務給你，馬上拋出一個事情給他做，或是跟他說我們需要他。我不知道他到底會不會來，但他的心裡會知道我們都還記得他。

「讓小朋友從小去參與，去練習「一起」這件事情，一個人可以走很快，一群人可以走很久很久，即便很慢，但我們是一起的。」

我們也是正在慢慢走慢慢走，讓小朋友從小可以跟自己的阿累阿奈一起去學習，然後到長大也是跟著自己的阿累阿奈去學習，帶著自己的弟弟妹妹，在往上又是不同的任務，所以我覺得「一起」這件事情是很重要的。

「即便是身體一起又或是心一起，我覺得這些都是可以的，只要我們是一起的，我們就可以往前走。」



高雅玟 Salreng

文化成長班與教育營創立始祖、知本國小原舞老師

Q　文化成長班和教育營的經費來源是？

A　很早期的時候，我們其實也有跟史前館合作過，大概就是小小的支撐，大約是兩萬塊這樣子，然後好像還有一兩年，有跟語言推廣那邊的小計劃合作，但也大概都是兩萬三萬的補助。但我覺得那都是零星的幾年，我們這20年來最主要最主要的經費，其實都還是源自我們自己部落族人的捐助。

以愛心餐點為例，活動長達六天，餐費將近百人支出，視為最龐大的一個費用。我們現在的機制是族人們去形成一個團體，目的性地形成團體，去認養那一天的餐點，所有的餐費、人力都由他們處理，光這件事情就幫整個文化成長班還有教育省去很多的錢。

所以其實還是源自於族人捐贈捐助是最多的。

Q　成長班舉辦了這麼多年，對於部落有什麼影響？

A　我認為文化成長班不在於六天的課程我教了孩子多深的文化知識，那麼小的孩子，他們絕對沒有辦法在那麼短的天數裡面熟記資訊，他們絕對沒有辦法可以講出知本部落的遷徙史，絕對沒有辦法。

所以我覺得文化成長班其實不是在於說我們教了他多少，而是說他在這幾年的過程裡面，他對部落的認識有沒有越來越多。

以前說文化就是生活，生活就是文化，可是現在並不是這樣子。如果我們沒有刻意去辦這樣的課程，現在的孩子其實很難跟部落產生很深的連結。所以我覺得文化成長班產生的效益反而是在補足這件事，讓現在的孩子不要跟部落斷掉。在國小階段，在小朋友階段，會有很多時間可以去認識部落，那認識、認識、認識他就不陌生，不陌生之後，他就不會害怕回來。

我覺得這件事情是文化成長班這20年讓我覺得最感動、效益最大的一件事情。再來就是整個部落不同年齡世代的捲動，老一輩的人來教我們知識，可能是爸爸媽媽輩、中壯年輩們來提供我們餐點，青年去負責排課程、去照顧孩子。

所以一個文化成長班的對象雖然是小朋友，可是往上是青年、中壯年、老年，這樣子把它包起來，讓成長班可以去運作這20年。

Q　這20年在辦成長班有遇到什麼瓶頸嗎？比較難解決的問題？

A　我覺得知本的族人真的蠻給力的，每年都會擔心的一定都是「人」，雖然部落的青年他國小在、國中在、高中在，但是我每天遇到的問題是我們的孩子到大學，很多都會去到外縣市去讀書，因為台東就只有一間大學的選擇。

所以說成長班在接棒的時候，我們其實都會很害怕說今年會不會沒有孩子可以去接這個棒。所以在很早期的時候，由我統籌規劃，去發落事情的那段時間很長，到育如他們那段的時候也很長。可育如他們之後，在籌辦課程的孩子交棒的速度比較快，可能一兩年、一兩年。我覺得那個時期好像就安全的過關了。我們早期接棒時間那麼長是因為，好像沒有人要主動來接我們的棒子，是從育如們那屆之後，一直都有孩子願意出來接棒。

當初覺得很害怕會斷掉，但也幸好沒有斷掉，即便說只能接一年，但在下一年還可以很順利地找到自己的阿累阿奈，或是弟弟妹妹來接成長班的棒子。

Q　對於文化教育推廣有什麼看法？

A　推動部落文化教育這件事情，現在的社會、部落裡，我們的孩子相較於前幾年其實非常少。成長班的人數，根據之前的網誌，光學員最高有到七十個人，那時候加上大孩子和工作人員，總人數最高有到一百一十幾個，很可怕，可是像今年很明顯的就大概落在八十個。我們有刻意控管人數也是一個問題，我們今年把學生人數控管在60人以內，但我後來看名單，其實沒有到六十個。第一個原因出在孩子生的少，再來現在的孩子有很多的選擇，暑假可能會去安親班，可能會有參加別的戶外的團體，就覺得這件事情會有點擔憂。

孩子們在日常跟部落文化的連結真的沒有很多的機會，除了祭典，可是祭典期間很忙也不可能去多問多學，所以八月的文化教育課程就是要去補足這件事。但如果說我們人數再減少，孩子們同時也有很多選擇的時候，文化成長班也有可能是被捨棄的那一件事情。其實真的還蠻擔心的，所以我也很希望說現在的家長，或是之後的家長，如果可以的話，還是盡量鼓勵孩子們參與文化成長班，因為文化成長班真的是一個很厲害的事情。

雖然很多卑南族部落都有成長班，但卡大地布的文化成長班真的很了不起，可以全靠族人的力量，辦得這麼盛大，而且大孩子的創意無限。但是如果沒有家長的支持，沒有小孩子的參與，那文化成長班上面的青年跟更大的族人辦得再怎麼用力都沒有用，所以很希望現在的家長和之後的家長，跟著我們一起推孩子們參加，讓文化成長班可以再延續20年。



楊展 Tungsin

青年會會長

Q　青年會是怎麼組成的？

A　青年會組成的結構主要是由部落的男性，然後按照年齡來去分為takuvakuvan跟valisen、venagesangesar、kavangsaranan、vansalan這五個階級，那會在青年會裡面的階級只有valisen以上，那我們的takuvakuvan有自己的聚會所，就是園區裡比較高的建築物「達古範」。最小的階級是takuvakuvan，年齡從國小三年級到國一，進階就是進階到青年會所「巴拉冠」裡面，階級就是valisen，valisen的年齡就是國二到高一，一個階段以三年計算，依此類推。vansalan是在巴拉冠穿白衣的，是可以結婚的男性，結婚已婚的我們稱他為musavasavak，意旨他是已婚的男人。

Q　青年會在部落的定位是什麼？

A　算是部落底叫核心的單位，因為在這個部落裡，部落有什麼事務，還有族人家有什麼事務，青年會都要協助，執行一整年所有的祭典跟儀式。那部落有什麼婚喪喜慶，青年會也要第一時間去慰問、去詢問有沒有需要幫忙。

Q　身為教育營第一屆的學員，到現在主辦教育營，覺得有什麼差別？

A　我那時候參加是雅玟姊姊他們主導的，由他們來主辦教育營，因為我們那時候是第一屆，有比較多的想法和方向可以去執行，那中間已經好幾屆了，到現在當上青年會會長，有時候會想是不是要安排以前重複的課程，還是要創新？因為我們遇到的不只有傳統上的事情，也有現代社會上的事情，例如議題，這個是不是我們也可以排入課程，所以我們都要去設想這些，後面再規劃課程時，後期在籌備教育營時，有時候方向會比較沒有那麼明確，會比較困難。

Q　在籌備教育營的這幾年，有受到什麼幫助嗎？

A　我們所受到的幫助就是族人的幫忙與贊助，以及一些我們沒有能力去執行、也不足的地方，都會由我們的哥哥姊姊來支持我們、資助我們，協助我們完成課程。

Q　這三年籌辦教育營有沒有最印象深刻的事？

A　可能就是前兩屆吧，我們教育營的年齡大概都是國中生到大學生，暑假可能有些人會去打工，比較沒有辦法參與，第一屆和第二屆就是由富邦和旭海部落的年輕人和我們一起參加教育營，所以課程會有比較多的變化和創新。可以了解到他們的文化，因為富邦的學生並不是原住民，所以也可以透過教育營了解富邦的學生在想什麼，或是他們想學什麼，他們有什麼不懂的地方，我們可以很有自信的去告訴他們，而且並不是由我們去說，而是由學員他們去說。

Q　巴拉冠的制度對部落有什麼影響？

A　讓部落更有凝聚力，一年裡男生會有比較多的時間聚在一起，聊天、討論、做事；女生可能會在比較大的祭典聚在一起編花、煮菜。男生們每個禮拜五晚上會集合、割草等等，也已經成為了習慣，習慣「一起、一起」這件事情。

Q　從小在知本長大，對於一直以來的文化教育推廣有什麼感觸？

A　感觸比較大的可能就是我們以前從小就是在巴拉冠跟著哥哥姊姊一起生活長大的，那個凝聚力跟團結一起去完成一件事情的那份心境，哥哥姊姊們很難在我們這一輩和下一輩感受到相同的份量，他們以前是去享受那個生活，而不像現在會形容成「難得去感受」。

「文化是一定一直在保存著、留存著的，只是要讓他怎麼用別的方式去呈現，意義和內涵是不變的。」

就像現在我們不能殺猴子，那要怎麼把傳統留下來，要怎麼繼續延續它的傳統、意義和重要性，就是用別的方式來取代，但是沒有把它原本的根都變不見，也沒有把它原本的意思都變調，完全沒有。我們只是用比較能配合現代的教育模式來讓他們學習我們想表達、想傳承的內容。

Q　鄰近交接會長，頭偕的有無，是否對你有不同的改變？

A　像我們的哥哥們，他們沒有因為卸任青年會會長之後，就忘記這裡，我們卸任之後只是換了一個身份回到原本正常的生活，我們還是一樣要去幫忙這個巴拉冠，一樣要去做這個巴拉冠的事情，我們也要帶著底下這些弟弟妹妹，繼續把文化跟傳統一起傳承下去。我覺得不是說卸任就是換了一個想法，只是少了一個頭偕，但做的事情還是一樣的。其實未來只要更新的會長、更年輕輩的會長，來找我們幫忙，我們一樣會去盡自己最大的力量去幫忙。

：你認為文化成長班是怎麼樣的一個存在？

：很必要、很必要、很必要的存在



「我們是哥哥姊姊的弟弟妹妹，弟弟妹妹的哥哥姊姊。」

陳思瑾 Teve’ & 張絃齊 Uliy

後記

關於緣分

文｜姚韋彤

貳拾天的旅程結束了。說長不長，說短不短，足夠讓我有歸屬感，讓我在離開前認定這裡會是再訪的地方。

卡大地布是個充滿幸福、充滿愛的地方，認識了一群哥哥、姊姊、弟弟、妹妹，或許這趟旅程的我們很慢熟，但每一幀畫面都刻在我們心底，也試圖用文字和鏡頭表達我們的感受。

「你們怎麼會想來知本？」

每當我們被問到這個問題的時候，總是很忐忑，最一開始的六個志願序裡其實完全沒有知本，後來公布據點結果的時候，我們甚至很焦慮，發現這個據點的需求就只有「紀錄」。別組蹲點夥伴在前期準備不是在備課，就是討論服務內容，但我們在聯絡期間收到的資訊也僅僅是「紀錄文化成長班」。也因為卡大地布並不是每一年都是蹲點的據點，所以能考古到的資料少之又少。到部落的那一刻，我們始終都在害怕，怕我們糟蹋這貳拾天的旅程。

我們也如實回答族人們，我們是碰巧踏入知本的，本來還很害怕被數落一番，但他們告訴我們：「這就是緣分啊。」但過完這貳拾天，我們才發現，光做好「紀錄」就是一件很難的事。要怎麼把每一幀畫面呈現，要怎麼不錯過珍貴的畫面，要怎麼拍出有溫度的影片和照片，要怎麼讓卡大地布的大家留下美好的回憶，要怎麼把我們的感受轉換成文字記錄下來。

我想我忘不了成長班慶功宴結束的那個夜晚。我們準備要離開時，被楊展哥哥叫住，留下來聊天。身上背負著青年會會長的頭銜，在今年年末正副會長要交棒，而那個晚上，我們聽見了楊展哥哥這三年的心路歷程，或許只是一小部分，但此時此刻的我們是被信任、被認可的，有一種說不出的悸動，謝謝楊展哥哥願意跟我們分享這些，願意把我們當作自己人，邀請我們再回來卡大地布。

我想我似乎能理解為什麼蹲點的學長姐願意在後續的幾年自願回來幫忙成長班，為什麼願意一直參與部落祭典，為什麼有空就會回來看看，為什麼會願意在卡大地布旁邊蓋房子。

原本很擔心我們看不見卡大地布的故事，挖掘不到適合當紀錄片的題材，一直嘗試在文化成長班之外的地方尋找故事，但後來瞭解成長班之後，發現原來故事離我們這麼近。

在一年前，看見了高中同學參加蹲點，當時就立志隔年也要成為蹲點夥伴。而大學的最後一個暑假，如願加入蹲點，和知本建立了緣分，心中也在這紮了根，已經約定好下一次的見面。

謝謝我的夥伴，雖然我們這貳拾天並不順遂，連乖乖都壓不住陣，我們也有壞習慣，總是把事情留到最後一刻，但也謝謝你願意跟我一起完成蹲點，甚至還願意在十三個小時的時差裡找到平衡，謝謝你。謝謝卡大地布的哥哥姐姐弟弟妹妹們，願意被我們紀錄，而且對我們很照顧，讓我們在卡大地布找到歸屬感，也很謝謝你們喜歡我們的紀錄。謝謝雅玟老師，在我們迷茫的時候陪我們找到方向，也很願意聽我們的想法，很謝謝老師願意相信我們，讓我們完成蹲點。

謝謝卡大地布，我們約定好了，下次要再相見！

2026.09.30

關於旅程

文｜張惟綸

我想這一切都是緣分吧。種子早在高中就和韋彤一起悄悄埋下，然而大學這幾年，雖然有朋友接連找我組隊報名蹲點，不過最終都以時間對不上為由，往往連第一關報名表都還沒送出就被擋在門外，無疾而終。

隨著人生的最後一個暑假即將來臨，本以為這個想法大概只能成為遺憾了，沒想到很幸運能在大學的最後一個暑假，和高中朋友一起參加蹲點。通過書審和二階面試，對於許久沒面試過的我們，已經稱得上是過五關斬六將了吧！放榜那天，在錄取名單上看到彼此名字的當下又驚又喜，但興奮過後緊接著的是懷疑，沒什麼特長和專業技能的我，真的有辦法去蹲點嗎？這些自我懷疑的想法在腦海裡不斷湧現，不過定睛一看，蹲點社區竟然完全不在我們的志願序中，而接下來在卡大地布經歷的一切也徹底不在我的預想內。我想，這一切都是注定好的緣分。

在卡大地布的每一天，天公伯幾乎毫不保留、用赤白火燙的陽光伺候著我們。即使每天都汗流浹背、皮膚都曬到分層，但也正是因為這片晴朗天空，讓所有活動得以順利進行，也讓我們捕捉到許多可愛的畫面。二十天的日子裡，遇到的每個人都是幫助我們成長的珍貴養分，不論是在巴拉冠相遇的哥哥姐姐、弟弟妹妹，或是部落裡的長輩、老師們，甚至是利嘉與初鹿部落的大家，每一次的相遇會帶來不同的知識碰撞，悄悄拓寬看待世界的視野。很幸運在剛滿 21 歲的暑假遇到這麼善良、有趣的一群人。

從抵達知本的那天起，身上的基本裝備一定有相機、電池和手機。鏡頭成為我探索部落的媒介，透過觀景窗看著知本的藍天、建築與日常，而手指離開快門的時刻，則全心全意專注在與人互動的每一幀畫面。

某天，我們到雅玟老師家作客，在日常的家常對話中，才漸漸了解卡大地布建立情感聯繫的基礎；在教育營裡，我們不只和大家一起參與課程，更像是一塊海綿，努力學習與吸收不同部落之間的文化差異、傳統飾品的由來和做法，以及一點點有關這片土地的故事。

微涼的晚風，大家圍坐在白色方桌旁，看著楊展哥哥眼裡閃著淚光，嘴上卻侃侃而談自己和部落的羈絆。不僅是他，這二十天裡我們在部落遇到的每一個人，他們都是毫無保留、真切地愛著自己的家鄉，願意為了這片土地與文化奉獻自己。這種不計較得失、捨己為人，正是我所缺少的，也是我正在努力學習的人生課題。

回過頭來，很感謝最初願意鼓起勇氣跨越舒適圈的自己。

從繳交書審資料的那刻，身邊就有太多貴人相助，更遑論這二十天蹲點在部落受到的無微不至的照顧。這段日子裡，我總是貪心的想要把大家的笑容和神情牢牢記在腦海裡；只要每天經過巴拉冠，我都忍不住多看幾眼，把那棟建築、那片草地和傍晚空氣中升火的氣味深深記住，深怕一回到大樓林立的城市就會忘記眼前這份大自然美好純粹的贈禮。

直到搭上火車離開知本前，我都還恍恍惚惚懷疑這究竟是不是一場夢，一場很累但很充實的夢。謝謝部落裡一直很照顧我們的大家，也謝謝這一路上給予我們支持與鼓勵的所有人。

希望下次再回到知本，可以拋開交件的死線和焦慮，真正地放鬆體驗這片土地的慢活與自在。

2026.09.30

每人三杯米、三百塊＋族人愛心認養餐點＋
部落族人當講師＋身體一起、心一起＋很多很多愛
＝卡大地布部落文化成長班

Pakutatena’ marengay za Irayuwan