

青年好政系列 Let's talk
文化煉習生 X 教育部青年發展署

×
議
題
手
冊
×

03.13

原青 LET'S TALK
文化煉習生 LET'S TALK
LET'S TALK

指導單位 / 教育部青年發展署

主辦單位 / 文化煉習生

協辦單位 / 國立暨南國際大學

(原住民族文化產業與社會工作學士學位學程原住民族專班、原住民族學生資源中心(原住民族文化教育暨生計發展中心))

目錄

- 一、團隊介紹
- 二、提案緣起
- 三、活動流程
- 四、講師介紹
- 五、審議式民主簡介
- 六、議題背景資料
- 七、海嘯筆記



想看手冊彩色版的各位~請掃我



一、團隊介紹

文化煉習生-是一群關心大專原住民青年自我認同煩惱的原青，因著暨南大學原專班服務學習課程規劃，鼓勵學生勇敢發聲、嘗試提案計畫，矢志成為以原青發聲為主體的團隊，對於全民原教與落實原住民主體性，現今這群面臨大學階段的原民青年的心聲，是團隊迫切追求了解並期望讓更多看見發生。



Rimuy
田芷涵

泰雅族
水田部落



Kaliting fuyan
陳家宜

阿美族 X 布農族
大俱來部落
清水部落



Tanivu peongsi
汪晴

鄒族
阿里山里佳部落



Yapasuyongu Anuwana
湯佳諺

鄒族
來吉部落



Sawniyav Qidaqiday
高以恩

排灣族 X 閩南
文樂部落



Temu Hayung
黃丞佑

賽德克族 / 清流部落
泰雅族 / 雙崎部落



Batu
洪翔

布農族
卡度部落



Tilu Manqoqo
全彥祖

布農族
望鄉部落



Lisin
劉怡忻

阿美族
瑞源部落



二、提案緣起

文化煉習生-是一群關心大專原住民青年自我認同煩惱的原青，希望透過走入文化場域與自然環境的實體論壇，以部落式辦桌，讓共談的原青在接近部落的氛圍，討論當代原青自我認同的心理壓力議題。

本次活動分兩階段式，第一階段以原住民族「圍火議事」共識會議，採用在部落討論事情的氣氛，助於原住民青年得以抒發自我認同心理壓力，讓論壇不僅是人與人的溝通暢談，也是人與環境的共鳴，營造屬於原青的議事空間。

第二階段採部落辦桌的氛圍，聚焦子議題進行暢談，期望能讓原青深度探討原青自我認同的子議題，預計將分為數個小組，針對四大子議題進行討論，使參與討論的個人能夠在各小組中，針對子議題有充分的時間討論，透過討論的過程，刺激更多元的想法與溝通可能，並使每個人都有發言的機會。

期望透過大專原青議題討論及延伸分享，針對議題上困境來策略集思廣益，把自己作為一顆種子，讓議題軸心能在社會大眾心中開花並結果。





在經過多次的討論及文獻回顧後，團隊整理出幾項可能影響原住民族心理健康的因素，提供本次Let's Talk會議參考，更詳盡的內容仍須本次會議參與者及相關學者共同研議。

- 個人因素（家庭、性別、性傾向、教育等）
- 社會因素（歧視、污名化）
- 文化因素（文化差異、文化學習）
- 政治因素（歷史及集體創傷）



三、活動流程



時間

流程

09:30-10:00	參與人員報到
10:00-10:10	主持人開場
10:10-10:15	來賓致詞
10:15-10:30	議題面相說明
10:30-12:00	原青講談-原青心理壓力

12:00-13:00	午餐
13:00-14:10	Talk第一階段-爬梳個人經驗
14:10-14:30	綜合交流/茶敘時間
14:30-15:30	Talk第二階段-理想世界
15:30-15:40	中場茶敘
15:40-16:40	Talk第三階段-政策建議
16:40-17:10	各桌小組結論發表 + 總結分享
17:10-17:30	大合照&自由交流-海嘯美美吧!

文化煉習生



四、講師介紹



洪簡廷卉 Tuhi Martukaw 建和部落(Kasavakan)

台東Kasavakan (建和) 部落卑南族人，政治大學外交系學士，德國漢堡大學經濟社會學院歐洲研究碩士，關注並投入原住民族權利、性別議題、青年培力、氣候變遷等相關工作，曾任聯合國兒童基金會實習生、國會法案助理、國立師範大學地理系研究助理，現為原住民族電視台新聞部國際新聞編譯、(LIMA新聞世界)及(青年TuPa)節目主持人、台灣原住民族國際訊息平台副總編輯、LIMA台灣原住民族青年團團長、台灣原住民族政策協會常務理事、行政院青年諮詢委員會委員以及法律扶助基金會董事。
自2006年迄今，持續參與聯合國原住民族議題。



邱韻芳

漢族/靈魂肯定來自部落

出生於基隆，台大數學系畢業，進入數研所就讀一年後因興趣不足而離開，在因緣際會下進入多面向藝術工作室，參與一系列原住民族紀錄片的拍攝。

與部落的接觸開啓了人生一個重要的窗口，讓我初窺文化的豐富多采與台灣土地質樸的美，並且引領著我一路走向人類學這條既迷人又艱困的旅程。



慕里諾恩·達里拉旦 Mulinung Tangiradan Tjukuvulj(德文部落)/ Tjajatjavang(達來部落)

來自於於三地門最高的部落，同時盛產享譽世界咖啡的Tjukuvulj(德文村)是她母親的家，人稱山中的石頭城，黑鶯的故鄉Tjajatjavang(達來村)是她的祖社。
我的名字來自從未見過的Vuvu(曾祖母)，為了紀念她的存在，同時期許我聰明能幹，勇敢有力量如同她。而為我命名為Mulinung。

Taliladang是家的名字，猶如臍帶緊緊相連我生命的起源。



Savungaz Valincinan 曲冰部落(布農族)

- 1.原住民族青年陣線成員
- 2.Lima幫幫忙第三季、企劃&網路主持人
- 3.成大原住民族交流社創社社長



徐頌榮 Turay Isaw 石磊部落(qalang Quri)

爸爸來自石磊部落，媽媽來自桃園市復興區高坡部落。

國立暨南國際大學-社會政策與社會工作學系(畢)
國立臺中教育大學-教師專業碩士學位學程 一年級



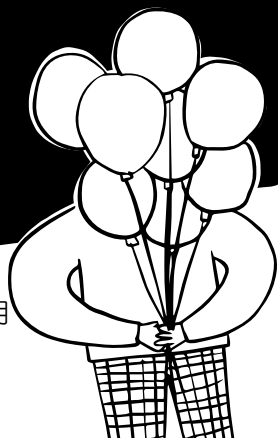
瑀瑪蒂 伊斯巴拉淦 Umav Ispalakan 泰雅族X布農族

南投信義鄉羅娜部落的郡社群以及宜蘭縣大同鄉寒溪部落。

- 11.Umav如何了！PODCAST 平台
- 2.粉專「每天來點布農語喇！mapasnava Bunun saikin」
- 3.見識南島-原民台節目專題分享來賓(演講主題：自媒體時代中的原青)
- 4.原創族語貼圖/設計師

- 1.國立暨南國際大學 Knbiyax 原住民族青年社社長
- 2.第二屆全國大專原住民族領袖培訓營-司木 活動總召
- 3.中區區域原青中心 兼任助理(中區青年論壇 籌備人員)
- 4.國立暨南國際大學原住民族學生資源中心 兼任助理
- 5.財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會-新竹家扶中心 實習

五、審議式民主簡介



審議式民主 (Deliberative democracy) 係指利用理性思辨、知情討論方式，讓所有受到決策影響公民或其利害關係人能夠集體參與決策的一種形式。

目的在建構一個公共討論場域，讓公民可以在充分資訊基礎下，透過理性思辨與溝通過程逐步形成集體意見。常被運用作為公民參與及公共議題討論途徑與機制，除了創造公民參與公共事務討論和決策機會，藉由審議參與過程，亦可增加民衆公共事務參與動機、提升政治效能感並串聯不同利害關係人間的社會連結，逐步由下而上強化民主素養與公民意識。審議式民主不僅可做為公民直接參與公共議題討論的公民社會實踐過程，也被視為是公民賦權、解決社會衝突、提供政府政策正當性的解方之一。

審議民主有別於其它會議形式，必須涵蓋知情、理性、互惠與對話等元素與精神，能讓與會者在參與過程中理解到平等、尊重與包容重要性，在實際推動上，特別注重參與者能在議題知情與資訊平等基礎下，透過講道理等理性論辯方式逐步形成不同利害關係人間的集體共識，最終形成較佳的決策方向與行動方案。

三階段的審議過程

第一階段

爬梳個人經驗

藍圖要夠清楚!
從個人議題到團體議題。
個人經驗還是集體共識?
自我感覺還是共同感覺?
(釐清現況困境)

第二階段

理想世界(願景)

理想世界的樣子與調整。
理想中應要長什麼樣子。

第三階段

提出解方與政策建議

現行政策及做法的修正與改善建議。
法規修正?
政策推動?
作法創新?
明確的建議及具體執行方向。

六、議題背景資料

原青

LET'S TALK

LET'S TALK

文化練習生

LET'S TALK

議題現況及問題



當代原住民青年在族群聯姻、政府政策、生活環境等影響下，生長過程中也衍生出許多因自己身份帶來的煩惱，持續困擾著原住民青年們。像是：社會上對原住民的誤會、前往都市地區求學的考量、家庭經濟壓力的重擔、對自我身分認同的迷茫等等，都在不斷的穿梭過程中，迷惘了自我。

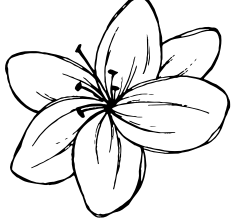
也許是社會環境剝奪了太多原住民的選擇，甚至讓我們無從選擇。

而其中「自我認同」也是當代原青面臨的心理壓力，對正在建立自我認知與核心價值觀的青年來說，常在主流社會和自我文化價值中拉扯、切換。

當我們想要認識自己的文化和語言時，原鄉部落真正了解文化的耆老們也漸漸凋零，且速度之快，是衆人所不及的差距，也是現在正面臨的難題。

到底原青的「自我認同」煩惱是什麼？如何定義我是誰，誰說的算？

自我認同是每一代原青都需去重視的一環，透過本次論壇形式，以交流並刺激彼此的沒有察覺的「感覺」，也讓原青進而更多想法去思考，也期許能為正在被身分認同所苦惱的人脫離自我質疑，有更多同儕陪伴面對，也期望透過本次論壇所提出的社會或環境營造的問題，在法規上有所回應或是迎來政策的改變契機。



我是誰？誰說的算？

一、身份／自我認同

「認同」(identity) 跨及不同類別 (category) 劃分族群的邊界：當代臺灣原住民認同之社會成因的認同探討，如：文化群體、或社會群體。在認同研究的範疇中，認同的意涵在於本身 (the self) 與他者 (the other) 之間的區分，包括客觀認同與主觀認同，其中的邏輯在於：「確認自己」(identify selfhood) 的同時，也意味著「區隔他人」(Lash & Featherstone, 2002 ; Taylor, 1994 ; Smith, 1991) 。

族群認同的建立應是總和個體在家庭、學校、工作和社會各方面的生活養成，它的發展包含整個人生歷程 (鄭玉雲，2000) 。族群認同也是一個人用來區分我群和他群的標準。

因此，認同構成的兩種型態，一則為自我多重認同之間的交互作用，二則為自我與他者的交互作用。前者為主觀認同，通常發生于個人心理；後者則牽涉到自我與他人的互動，為主觀認同與客觀認同的關聯。

二、原住民認同



戰後臺灣，「原住民」的概念，是社會身分，也是族群指稱。若從法定內容而言，溯及戰後初期的九族分類，以至2015年11月所指稱的十六個原住民族，是身分指稱；而若從族群概念理解，「原住民」則指稱族群類屬，與閩南、客家、外省合稱四大族群，起源於1990年「四大族群」說（王甫昌，2003）。然而，在《原住民身分法》「原住民」概念下，卻也區隔了「平埔族群」作為「原住民」，而形成近30年持續爭取平埔族群正名運動。

1984年「台灣原住民族權利促進會」主張將「山胞」的稱呼修正為「原住民」，是為台灣原住民族正名運動的開端，希望透過這個由原住民自行決定的名稱，以作為自我認同與擺脫汙名化的開始，進而，要求社會接受原住民族才是這塊土地的主人，並拒絕殖民式的政策；1987年更發布「台灣原住民族權利宣言」，宣示原住民族的地位與權利；1994年國民大會三讀通過憲法增修條文，正式將「山胞」改稱「原住民」，係為原住民族正名運動的重大勝利；1997年則是更進一步將「原住民」修改為具有集體權屬性的「原住民族」納入憲法。對此，為了紀念原住民族正名運動的歷史過程，政府明訂每年8月1日是「原住民族日」，為中華民國紀念原住民正名自我認同之日，亦為中華民國的國定紀念日之一。

時至今日，台灣社會對於原住民族有了更多的理解與接納，但不時仍有缺乏尊重的言行出現（劉培玲，2021），在議題手冊中執行團隊的個人生命故事中，便可發現這些刻板印象及日常生活中的歧視仍層出不窮。

三、社會對於原住民的想像



90年代以來，台灣開始重視多元文化與文化參與權，族群議題是這方面的實施重點，藉由政策制定，就如原住民委員會的成立，強調包容文化之間的差異，嘗試建構多元共存的文化論述（王俐容，2006）。

在現代政治、社會氛圍的激化下，身分認同成為當代共同的焦慮，社會大眾對於「原住民」的身分，有既定框架的想像，例如外貌、語言、文化等刻板印象（詳見議題手冊內個人經驗），或是對其瓜分資源或相對剝奪（原住民加分政策）的敵意。而此種多重的想像往往造成原住民青年，在形成自我認同時產生巨大的挫折。

此次Let's Talk 會議，因著原住民自我認同挫折與心理健康壓力等多重壓力，期待招募原住民族及部分漢族一同透過審議會議討論，從梳理個人經驗出發，到描繪原住民族理想生活願景，最後提出原住民青年觀點的具體政策建議，提供中央各部會政策擬定上的參考。



議題介紹

原青講談-原青心理壓力

桌號	議題名稱	子議題內容
1	【自我認同的壓力】	(1)「都市原住民的自我認同」-都市原住民在都市是極少數的群體，很難找尋同溫層，對自己的身分迷惘。 (2)「身分的壓力」-因為環境壓力或生命經驗，對於原住民族身分的迷惘。
2	【刻板印象的壓力】	(1)「刻板印象的自我認同」-大眾視角裡的原住民既有的特徵，被質疑自己不夠「原」。又該把自我期待放在那些準則上？ (2)「缺乏多元角度」-被刻板印象束縛，讓原住民的文化扁平且單一化，無法看見原住民多面向的風貌。
3	【文化學習的壓力】	(1)「文化好難」-對耆老來說「文化」就是日常生活；但對於我們現今的原青來說，「文化」是一種要去特別學習的事情，更是要從 0 開始，是很有挑戰的事情。 (2)「語言是學習文化的根基」-在主流文化的衝擊下，各族的母語漸漸式微，也瀕臨消失的危機；而學習文化很需要母語的幫助，對現代的原住民青年來說更加困難。
4	【走八方的壓力】	自己的故事自己說，如何開出屬於自己的花？在自己的土地上流浪。



文化學習



習慣了學校學習模式，
用測驗答案卡檢驗學習能力。

那屬於原住民的文化學習，
要怎麼檢驗？怎麼學習？

110 年學力檢 測驗答案

縣市		代碼	
學校		班級	
科目	文化學習	座號	
		姓名	

※請核對題本與答案卡上之各項資料是否相符，如有不
※請用黑色 2B 鉛筆畫記，畫記要清晰均勻，且需畫
擦拭要清潔(請勿使用修正液塗改)，若畫記過輕或污
考生自行負責。

※畫記說明：正確→●

1	① ② ③ ④	11	① ② ③ ④
2	① ② ③ ④	12	① ② ③ ④
3	① ② ③ ④	13	① ② ③ ④
4	① ② ③ ④	14	① ② ③ ④
5	① ② ③ ④	15	① ② ③ ④
6	① ② ③ ④	16	① ② ③ ④
7	① ② ③ ④	17	① ② ③ ④
8	① ② ③ ④	18	① ② ③ ④
9	① ② ③ ④	19	① ② ③ ④
10	① ② ③ ④	20	① ② ③ ④

青年好政系列

LET'S TALK LET'S TALK LET'S TALK

母親的舌頭
身體的記憶
跟著學

文化學習-原青心理壓力

在現代社會，我們用考試來測驗自己的學習程度，從會考、指考、學測，在一題題勾選畫卡，確認自己學科學習能力。

但文化學習要怎麼測驗又要怎麼學習？

過去學習文化是耳濡目染、日常看多了也就學了，那是一種透過「經驗」傳遞「經驗」的過程。

但我們卡在當代紙筆測驗、口授教學的影響，當我們7-11逗留比山林逗留不分上下的時候，要怎麼學起來這些文化知識？

是否曾有想過你認同自己的文化、認識你的文化嗎？

是否曾經被笑稱不會講族語？不會打獵處理獵物？織布？

而是否曾幾何時，因為不會這些文化知識，而被認定或自我感到「沒有那麼原」呢？

到底怎麼樣才叫文化？



#自我認同

習慣照鏡子看見自己的樣子。

那身為原住民身分的自己，
要怎麼找到那面看見自己的鏡子。



青年好政系列

LET'S TALK

LET'S TALK

LET'S TALK

#我是誰

#你是你就是

#原漢家庭

#原原家庭

#都原#部青

自我認同-原青心理壓力

自我認同 像面鏡子
看看鏡子中的自己勇敢去面對自己
正確看待自己並接納自己
如果你連自己都無法認同
那我們就沒辦法去認同他人
就會產生對他人的評判
那我們永遠無法從他人身上學到東西。


原住民、漢人，之間的代溝是什麼？
是絕對的不對等、還是絕對的仇視？

彼此之間的關係，隱含著怎樣的歷史誤解
很多原漢家庭的產生
要我們從中選擇一個身分代表我們自己

但我們就是原住民、就是漢人
不管哪個我都是我，照照鏡子、想想自己

我是誰並不難懂，只是你自己想成為怎樣的你
這條路很難很艱澀，但有人與你一同奔跑，一同解開你心中的疑惑。
讓你的認同不再一分为二，而是完整的包容所有的你。

小編曾經遇到一位漢人朋友，他都和小編說台語，
小編聽不太懂，但為了有好的溝通，小編我和漢人朋友說：
「不好意思我聽不太懂您可以說中文嗎？」
漢人朋友卻說身為台灣人你怎麼不會台語呢！你應該要好好的去學台語阿！」
在不了解彼此的身分時，會有很多的誤解產生，
這就是學習文化了解文化釐清文化的重要，
在現在的原青中更是如此，我們生活在都市中，更會有這樣的問題產生。
釐清自己、照亮自己、完整自己。



歧視議題

從番到山胞，再到原住民。

歧視無所不在、如影隨形。

而我們是否也麻痺而一笑帶過？

或開始不敢承認面對自己身分？



青年好政系列

LET'S TALK
LET'S TALK
LET'S TALK

#你不懂我的明白

#微歧視

#歧視就是歧視

#受傷的心靈

#看不見的傷

歧視議題-原青心理壓力

現今大眾對於原民歧視，似乎都當做是一種微幽默，
以一種開玩笑的態度訴說，那這樣的歧視就不算歧視？

但從根本上來思考，對於原民的幽默玩笑，
也是來自於社會大眾對原住民的偏見和刻板印象，
或者來自不了解的誤解，這樣的偏見，好像是我們無法抹滅掉的印記。

從考試加分、教育補助、獎學金，
到運動、唱歌、跳舞、喝酒的既定印象，
再到長相「國際」、OO公主、番仔、騎山豬上學，
有多少的標籤在原青成長過程中，一張張被貼上？

面對這些歧視，對於很多原民青年來說，彷彿是一把透明的刀，
狠狠的劃在心上，無力防抗的無奈感，
而轉由自我嘲諷式的方式面對，失去對自我認同的動力。

承受外界的質疑，這些都是當代原青所遭受的壓力，
過去大人們要我們笑著度過，過了就會過了，長大就會好了。
但我們知道，過去的沒有過去，
如果不站出來，如果不面對人直球對決，長大了也不會好。

歧視這件事—好像很遙遠，好像會特別地避開歧視的話語，
但某些歧視是從歷史上、從根本上從制度上延續至今的，
需要一起談、一起抽絲剝繭，讓更多不曾被看見的傷，能夠慢慢好起來。



走八方的壓力

有好多好多的想說，有時候好好說，有時候不敢說。

身為原住民很辛苦，
卻也是上帝給的最美禮物。

這次，換你說。
我會好好聽，接住你。



青年好政系列

LET'S TALK

LET'S TALK

LET'S TALK

#原資中心

#原青力

#一起一起

#接住彼此

走八方的壓力-原青心理壓力

就這樣～我喜歡～走八方的路

就像這首一樣，原民青年的路好多、好複雜，拒絕再玩，重覆同樣的錯誤。

「作為原住民身分很辛苦！卻也是上帝給予我們的禮物。」

我們要努力學習文化、要努力順應社會；要學習傳統、還要順應社會潮流過生活，我們的路好漫長，在部落跟都市間迷惘，在身分間穿梭，我到底是誰，總容易不小心失去方向。

好多想說的、好多想做的，擔心只有一個人向前走，擔心自己的身分「太特別」，開始選擇成為「多數」，開始不再希望自己「被特別」。

原住民青年—那走八方的壓力，是因為我們有太多的結構壓力，有太多想平反，太多的難受想闡述，這些壓力是成長的動力，是往前邁進的推進力。
有著原住民身分取得的壓力、有著族語名字的錯誤稱呼、有著平埔族群不斷再「被定義所謂原」、有大專族群友善校園的真實血淚…

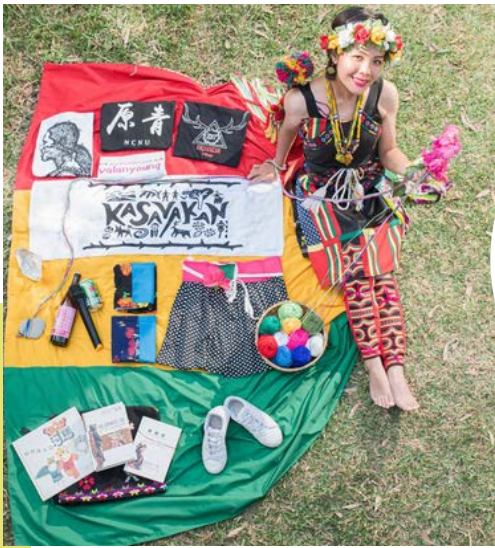
走八方的壓力—我們嘗試看見更多屬於原青的內心世界，那顆躁動的靈魂，我們一起好好守護。

-一起一起

我們期待你們說、我們一起說，等待你們和我們一起往前，走八方，我們和你一起。



文字:A.C、Dawan
文字編輯:貝禮獅
攝影: Unwoods



Tiyamuy Kadangilran

古珮琪 卑南族X閩南人
建和部落 Kasavakan

跳一條台東路-穿上花裙在鞦韆下舞蹈!

【小時候生命物件：菊花裙、玫瑰花裙、五角花、海邊的石頭。】

我是A-pekí，在建和部落的古家路長大，墳墓抓蝴蝶、後山探險，跟著爸爸到海邊撿石頭，那時部落是我的探險場。我喜歡跳舞!常在部落喜宴表演，年祭一早在家門前聽到會場放音樂，我會馬上換穿族服、帶上美麗的花環。但是某一年，我的漢人媽媽幫我做了玫瑰花族服裙，卻不小心穿錯方向，在巷子口被mumu攔下來...別的小女生都穿菊花裙，我也好想要大菊花的樣式，好想要跟別人一樣的菊花裙。

【求學階段生命物件：麥克風、converse白鞋、料理米酒、海尼根。】

一直到大學畢業，我沒有自己的族語名字，家人在部落外圍開卡拉OK，我的生活只在店裡和學校之間，我不喜歡爸爸喝酒，漸漸地我也不喜歡部落喝酒的族人，內心很難過，也擔心不參與部落事務會被罵，於是更加害怕，在往返部落和學校、家庭和自我成長之間的道路迷路。

【當代女青生命物件：卑南學文章、sukun、花環、針線。】

可是，慢慢地朝部落的方向望去，我還是想回家。我選擇以自己的族群、自己的部落為主題發表卑南學的研究，更開始在大學裡原資中心為原住民學生服務，爸爸終於在那時給了我外婆的名，我有了自己的族名-Tiamuy；而那一次，我邀請爸爸到學校裡傳授漂流木工藝，當時我好驕傲，重拾對我的獵人爸爸的崇拜，2019夏天，去紐西蘭拜訪毛利部落後，克服恐懼，我回到建和部落參與夏季籌備，跟部落女青一起穿著sukun工作，重新感受部落的生活節奏。

我正在回家的路上，要把自己帶回家。



文字:A.C、Dawan

文字編輯:貝禮獅

攝影: Unwoods



Zuljezulj · Mavaliv

蕭恩霖

排灣族

馬兒部落 / 東源部落 / 內文部落

在文化汪洋中搏回根莖葉的認同-面對未知的勇氣

【來自根(馬兒部落)的生命物件：sikau(束口包)、鐵角勾、頸鍊、頭巾。】

馬兒部落是我父親的部落，是我接觸排灣文化的開始。我是vusam(家族長子頭生的孩子)，從小就被期待要做個稱職的當家，從奶奶手中接過親手做的束口包與象徵責任的頸鍊與頭巾，我就有責任開始學習如何勾織屬於自己的文化，與文化物件。

【來自莖(東源部落)的生命物件：編織繩、全套族服、腳套、手套。】

東源部落是我媽媽的部落，一樣是排灣族的部落卻與馬兒部落的文化截然不同，在族服上的圖騰、配色有明顯的差異，我必須學習、編織、修復南北排灣的跨文化。我與我母親提議：「我也是來自東源部落的小孩呀！所以我想要一套南排貼布繡的族服。」母親訂製了一套南排灣的族服，我很珍惜，也開始學習如何維護我的族服和配件，編織繩是我修復族服的第一條素材。

【來自葉(內文部落)生命物件：釣竿、漁夫帽、手錶、後背包。】

內文部落是我現在居住的部落。求學在外生活，但是只要一有空，我就會揹起我的背包踏上漫長的返家路線，不斷凝視手錶時間、把握每一班最快速的車。回家是最放鬆的時刻，我跟父親的休閒時光一釣魚，讓我不因身為女子有遺憾，我的父親總是帶著我在身邊，用他的方式教導我有關山林的知識。

【來自花(大學生活時期)生命物件：紅布條、排球、T恤、貼紙。】

大學時期的日常就是讀書跟球隊，部落文化沒有參與我的生活，參與學校原資中心的活動之後發現許多與自身相關的議題，不單只有文化上的自我認同，還可以去關心我們與土地之間的關係，從沒有人是局外人的活動開始，到真正的走進山林的內本鹿行動，都讓我身體感受到文化的與我之間的連結。

【持續努力的勇氣—藍布】

透過young飛計畫去紐西蘭拜訪，我看見青年們在面對自身相關的議題的勇氣，同時也找到一起努力的夥伴，能夠帶著這趟旅程累積的勇氣繼續前進探索未知的領域。

文字:A.C、Dawan
文字編輯:貝禮獅
攝影: Unwoods



張心沂

卑南族 X 漢族
下賓朗部落 Pinaski



想什麼呢，做就對啦！

【20歲前之生命物件：番茄炒蛋(以番茄醬代替)、與家人的拍立得】

我是C.Y.，卑南族下賓朗部落。在都市長大，對於下賓朗部落的老家回憶僅只於長輩過世時的探訪。熬過一整天的生活轟炸，最期待的莫過於客廳桌上母親的那一道番茄炒蛋。番茄的樸實滋味支撐了我的求學階段，這最平凡的家鄉味，是我記憶裡最不平凡的感動。高中有一段時期迷戀上拍立得，喜歡將底片中最美好的瞬間送給這輩子或許難有機會再見的朋友。不求遙遠的將來，只盼能把握當下，任何重要場合的拍立得中都有著家人的身影，每年的生日、高中畢業典禮、難得的四人旅遊……等。家中的一隅存放著一箱的拍立得，裡頭滿滿都是與家人間的點滴。那時的我，對於部落僅存有著淡淡的嚮往，現實的生活之於我格外的美好。直到大三的來臨，不斷的驚喜和衝擊改變了我現在及未來的步伐。

【20歲後之生命物件：機車鑰匙、單眼相機、卑南族花環】

機車鑰匙是我自由的開端！與家人經歷一番爭執後，不再受到末班公車的侷限、能在夜晚聽到不同原住民的人生故事；偶爾的小酌，也更想讓自己更融入原民的生活。儘管生長環境的不同還是帶出些微的不適應，但這些好的開始，將是續寫更好故事的動力。我熱衷於參與校內外的原民活動，時常拿著自己的單眼紀錄些美好的人事。然而，憑藉著相機的鏡頭去認識文化，在看見作品時，滿足的背後實是淡淡的空虛。我時常在想，褪下相機這個熟悉的武器，需要更大的勇氣來接納真實的自己？因此，我開始實際參與鏡頭後的一切，少了堅固的防護，實際用「心」去參與每一次的大小活動。曾遇到許多貴人，也聽聞許多譏笑。兩年前，一位不斷鼓勵我的鄒族學長帶我進入了原住民的世界，也在去年引領著我來到台東參與年祭。在初鹿部落的跨年夜，我得到了珍貴的禮物——花環。

【當代女青生命物件：回家的勇氣】

戴上花環、牽起陌生人的手、跳著圍舞（雖然我的步伐真的是笨拙）、共同為新年倒數，那份感動直穿心底，至今仍無法忘懷。2019年初，我距離部落又更近了一些。在年祭前夕，來到建和部落，參與了女青留學營，遇見許多想回家的女青。要道出自己的故事、剖析自己的內心並不簡單、找到自我更非件易事。我擁有了族服，接下來呢？為找尋回家的路，階段性的給出目標、克服自我的框架；多給自己一些勇氣，我決定在今年的年祭，用嶄新的心境，回到我摯愛的台東！那些我認為對的事，甯想那麼多，做就對啦！！

文字:A.C、Dawan
文字編輯:貝禮獅
攝影: Unwoods



Pi'can. Dumaradas

卑南族
建和部落 Kasavakan

手刺一件祖先認得的卑南族服-縫回自己。

【兒時生命物件：紅布袋、照片】

對於部落的記憶，只有逢年過節的時候回去待在家裡和隔壁阿姨家，出去也只會走家門前的路，很少繞進部落裡，沒有認識相仿年紀的朋友，明明知道自己具有原住民身分，卻很不了解文化，藉由照片才能回味到那已忘卻的童年部落生活。

【求學階段生命物件：族語課本與證書、花環、紀念毛巾與衣服】

在國中時，學校請的老師的方言是南王語系，對於文化的了解也是從這裡開始，後來才自學建和卑南語，同時，第一次編花環、第一次戴花環。我還記得第一次拿到部落年祭的紀念毛巾時，明明沒有參加祭典，卻很想、更想走進部落裡親自感受。

【女青的當代生命物件：半成品服裝、迎新服、活動紀念項鍊】

我還記得，第一次參加學校原住民資源中心迎新時，我感受到強烈的自我認同，藉由感動找到了自己的身分；第二年時因為想延續這份感動，自願擔任迎新的工作人員訴說著自己的故事。上了大學，擁有更多的自由與勇氣，第一次回到部落參加祭典，讓我更貼近文化，更接近部落，也學會穿族服，族服上的圖騰好漂亮!所以我開始學習傳統技法，利用我的專長所學製作傳統服飾，慢慢的、慢慢的，在背帶上、在還不能穿的傳統工作裙上繡的又大又小、歪歪曲曲的，我卻非常喜歡。走訪其他部落服務時，我也能介紹自己的文化給大家認識，分享我的建和部落了!

這次參加女青留學營，在我的部落裡，雖然有點害羞，但我知道，我不必感到拘束，只要知道自己是誰，就可以讓「心」很自在。

文字:A.C、Dawan
文字編輯:貝禮獅
攝影: Unwoods



J.N (漢族)

回家」-儀式的觀察與感受。

【兒時生命物件：蟲網。】

我的名字叫J.N.，從小在台北長大，住在社區型的大樓中。爸爸的家鄉在苗栗，而每每回爸爸的老家的旅程於我而言實在很不舒服，坐近兩小時的車程來到苗栗後面對說著不同的語言、生活經驗截然不同的親戚，讓我和媽媽感覺就像個局外人，無法融入，但也好在語言的隔閡讓我們有個冠冕的理由迴避這些尷尬。為了尋找樂子，我便在親戚家門外的田野嬉戲，和弟弟一起抓蟲玩。我喜歡台北，住在分割成一戶戶的大樓中，看似圍圈，實則因為沒有人情的禁錮，我們活得自由。

【求學階段生命物件：捧花、頭燈、手電筒、圖鑑和雨鞋】

高中由於課業的壓力，加上失戀，我開始往其他地方逃跑。我會翹掉晚上的補習班課程，跟社團朋友搭著捷運到山上夜探，小時候的田野寄託如今再次升級，變成我梳理情緒的地方，跟朋友一起在月光下同樂，也把眼淚流在土壤，在山上我得以真誠地面對自己，了解那些情緒的來源，知其所以然。

【當代生命物件：紡織書籍、沒有人是局外毛巾】

大學時期，我因為狩獵及傳統領域的議題開始更進一步了解原住民文化，也有幸認識了幾位不同部族的都原朋友，他們的眼神共同都散發著回到原鄉的渴望，對他們來說那便是回家，即使有人從不在原鄉長大。我在原住民身上發現自己從來沒有過的強烈意志，回家不只是一個念頭，而是一種信念，我很困惑，是甚麼使人願意克服重重阻礙，踏入一個不熟悉的環境呢？願意圍成一圈訴說對於回家的渴望，即使這個環境陌生、有時不甚友善，對我而言，那似乎是一種信仰，來自對於自身被當代群體排擠的焦慮，因此，回家不需要理由，對於這個議題我還在探索的路上。

文字:A.C、Dawan
文字編輯:貝禮獅
攝影: Unwoods



Dawan Xiubhee Makaunamun

A.C (漢族) 卑南族
建和部落 Kasavakan



坐一張部落族人的椅子-文字和影像作為工具。

【兒時生命物件：花環、斗笠】

我是A.C，漢族，成長在傳統漢人社會，前排灣男友的奶奶給過我族名，但現在我沒有使用。我的奶奶作為兒時的主要照顧者，總是帶著花布斗笠奔走在農事與廚房間，她也告訴我，女子在家從父、出嫁從夫、夫死從子，我卻從來不聽話，她告訴我如果在古時候，我就會被浸豬籠，是我生命中愛得很深、卻也傷害我很深的人。

我是Dawan Xiubhee Makaunamun，卑南族建和部落，爸爸是漢族，媽媽是卑南族，在都市(桃園)長大，媽媽的姊妹在家裡附近開了複合式檳榔攤(兼有熱炒店和KTV功能)，許多在桃園工作的族人下班後都會到檳榔攤來聚會，他們會照顧我，所以我常常見到帶著花環的人，也知道自已來自建和部落，我是被建和部落旅外族人養大。

【求學階段生命物件：rekerekepan (背劍)、Katin(綁腳)、彩虹旗】

身為傳統漢人家長子女，必須要一直勞動，卻必須是隱形的，藉由離開鄉下到都市中求學，不斷逃離傳統文化的禁錮，離家很遠，很自由，卻也不適應現代社會的規則與教育升學主義，內心卻一壺滾燙的開水無法平靜，與家人彼此愛著、卻無法相互靠近，對於自我性別與生涯性向的探索，把我推得離家更遠。

身為都原，對於部落的印象是建立與表兄弟姊妹漫長的向東台鐵交通上，對當時的我而言，回部落就是回外公外婆家，像觀光客一樣不敢加入舞圈，跟族人始終有一段距離。麥克風傳來：「請穿著族服的族人到鞦韆下面，我們一起跳舞！」，看著表妹穿上族服、背上彩劍，內心卻默默地抗拒，「我想要穿男生的...」、「Palakawan(男子會所)是什麼樣子呢?」、「有機會我也想學習打獵...」，這些念頭讓我尷尬又害怕，傳統文化禁忌與性別認同的衝突讓我很混亂，我不想背劍、不能綁腳，那我是部落的人嗎?

【女青的當代生命物件：KasavakanT恤、318攝影紀錄、教育改革毛巾、相機、筆】

漢人永遠是漢人，不會變成原住民，但傳統智慧中對於環境與教育的宇宙觀深深影響我的教育理念，我待過拉勞蘭部落、大武部落、建和部落，都在台東。漢人教師對於原住民學生的教育存在殖民與文化清洗的兩難，也讓我對於文化的敏感度更高。因為318學運我與Dawan變的親近，也因為Dawan有機會參與建和Amiyan(年祭)，從坐在外圍觀察的觀光客，到接下建和青年會的邀稿，讓我能更靠近摯愛的台東、摯愛的建和，穿梭在原生家庭、部落、城市與各種知識工作之間，我以我的筆作為武器來對抗、守護、參與、陪伴，我不是原住民，但我能做一個部落的人。

沒有族服可以穿，那我就穿部落T恤，自從知道外婆是巫師之後，對於部落文化有了追尋的渴望，帶著一台相機就回到台東，採訪外公、採訪族人，我的個性很內向不會說笑話，反應有點慢，也不好意思跳舞，雖然因為害羞常常拍不到好照片，但是相機是我凝視Kasavakan的方式，是我的武器、也是我的保護殼。我正在回家的路上，不管我在哪裡，在台北、桃園或是嘉義，我以我的方式，以影像作為武器，對抗、守護、參與、陪伴，做一個Kasavakan的人。



林采妮 / 安捏 (漢族)

活在自己喜歡的文化脈絡下，當個閃閃發亮的原青！

——初見「原青」

上大學前，我總騎著我的摩托車穿梭在各部落間，只為了不想從書面上、刻板印象知識上去了解原民事物，雖然我的認識了很多人，但我總覺得自己仍舊不是一個客體、一個旁觀者去看這些東西，我得到了也只會表層上傳承文化的空殼，當代社會面臨的土地問題。市的對原青們一起相處、一起學習、一起玩樂、一起成長，與來自各到什麼原與活動的參加、對原住民族相關社會議題的認識，也從粗淺的了解慢慢深掘至課程選修、論壇與生活成長的生命經驗，讓我的表演籌備，到日常與好友們之間的探討。也許是曾在印尼生活成長的生命經驗，讓我的團圓有股久違的熟悉歸屬感，還有不漢主流社會框架的思維模式，甚至能更輕易的融入。

——歧視與身分上的拉扯

質疑的聲音在開始的階段，總是沒有停過。

「妳是原住民嗎？」

每次回答不是的當下，很容易第一時間點會被當成是有刻板印象的漢人，只是帶著獵奇的心態，闖進來走馬看花。所以很不喜歡別人問我這個問題，內心總是很激動，能不能不要管我是誰，看我做的事就好。

「她很喜歡原住民，她想變成原住民。」、「妳是想當排灣族的媳婦嗎？」

這樣的介紹總是讓我特別沮喪、難過、生氣，我所謂的努力與熱愛的事物被膚淺的解釋，諸如此類等，但擊垮我的終究是自己對自身的質疑，「我又不是原住民，我到底在幹麻？」。

我能懂在大群體裡，身為少數的感受，那就像是原住民處於漢主流社會下的種種窘境，在原專、在中心、在社團，我就成了那唯一，於是開始戰戰兢兢，做任何事都備感壓力，只因為太在乎別人眼光和不想被誤會，可是這樣的情況久了，甚至是被排擠與歧視時，我都忍不住在心裡質疑自己無數次，到底為什麼要那麼累？我真的知道自己在幹麻嗎？也想過乾脆就放棄好了，反正我就不是原住民。在這裡我便停下了，無限次糾結在自己情緒的死結裡跨不出去。

——成為自己認可的「原青」

我花了很多時間沉澱，但依然沒有停下手邊繼續學習的事，直到某年暑假我到族語老師的部落去打工、帶小朋友，我才發現我熱忱馬不停蹄的，是我對自身血統的矛盾，讓我無法好好抬頭挺胸前進，既然我沒有想要成為原住民，那我何必糾結在血統，這種無法改變的事實呢？血統是天生，但定我的價值，我從來都是自己選擇的，我就是我，不需要成為特定的什麼身分才能認識自己的文化，就像我在老師的部落帶小孩子那樣。原民的孩子話語、教他們認識自己的事，都是支持我不斷向前的動力，但最重要的還是自己內心的那一關，做喜歡的事很簡單，但受外在影響，堅持相信自己卻很難。我可以大方的分享我與原民文化的淵源、這趟旅途這種種故而我也可以很大聲的說我是「原青」，但我不是原住民，我是喜歡活在這個脈絡下，為文化而努力的人。



Rimuy

田芷涵

泰雅族 / 水田部落
Slaq

再次拾起被遺忘的事務只為好好回家。

【 小時候生命物件：紙箱、鬼針草、芒草、桑葚、姑婆芋。 】

我是Rimuy，從小生活在尖石鄉水田部落的孩子，我的童年充滿著與家人們玩樂的記憶，因為家裡很多表哥表姊弟妹們，常常帶著一堆紙箱與他們玩起蓋房子的遊戲，或是帶著紙箱與阿嬤到菜園，並且將紙箱鋪在土地，睡上一個慵懶的午覺！有時候也會與妹妹和表兄弟姊妹們奔跑到山間小路上，在路上我們有時候會摘掉一些東西，像是摘掉鬼針草射人、揮舞芒花製造雪、採摘桑葚吃或是拔竹筍等，唯一讓我印象深刻的就是我們錯把姑婆芋當成可以吃的野菜，順手就摘了姑婆芋且拖著回家，後果可想而知就是雙手被癢得要命，儘管如此我們依然喜歡在路上「順手牽羊」。

童年的那段時光蠻無憂無慮的，夏天熱了就跑到溪流、攔砂壩玩水，偶爾拿著寶特瓶到河邊抓小蝦、溪蟹；冬天冷了大人們就會生火，並且烤橘子、地瓜來吃，直到現在仍忘不了仲夏之夜滿地的螢火蟲，以及嚴寒冬日滿天的星辰。

【 求學階段生命物件：醃肉、竹筍、樹豆、火堆、歷史課本。 】

當我上了高中後，那是第一次離開部落到外地求學，不僅僅第一天就在學校免對奇形怪狀的問題，像是：「你應該很會運動吧？」「你們會騎山豬上學嗎？」等問題，甚至在某次的歷史課上到有關台灣原住民族的課程時，突然有同學問老師說：「憑甚麼原住民可以加分？」老師不只沒有辦法回答這個問題，還將這個問題拋給班上唯一是原住民的我，而那個問題也在我不知怎麼回答的情況下落幕，而在那一刻我覺得自己被大家當成罪人注視著，更準確來說我很像「小偷」拿了不屬於自己的東西。

所以每次回到部落對我來說都是種解脫，不僅僅能夠吃到我愛吃的醃肉、竹筍湯或是樹豆排骨湯，更重要的是部落不會帶給我那種感覺，那種被特別注視或是不舒服的感覺，而且當一家人圍在火堆旁邊吃飯、聊天時，那股全身沾滿的火燒煙味總是能夠帶給我安全的環境，反之就更加對高中的墨水味感到鬱悶。

而高中階段對我來說是很壓抑的時期，我沒辦法否認自己的身分認同，但當時也沒有辦法清楚跟別人解釋某些問題，特別是遇到有意無意的歧視時，都讓我感到非常的心累，那時候常常在想我喜歡且認同自己身分，但是這個身分在某些時候壓的我喘不過氣，會不會越認同的同時就越承受不了某些傷害，畢竟越在意所帶來的影響也會隨之增長。





Rimuy

田芷涵

泰雅族 / 水田部落
Slaq

我是Rimuy，是Tayal的孩子，我正走在拼湊自己是誰的道路。

【大學階段生命物件：日治時期戶籍謄本、老照片、泰雅語法概論書、礦泉水、保力達。】

隨著時間的流逝我對於認同這件事情有了更多的重視，在某一次的族譜課程時，我就申請了我日治時期的戶籍謄本，借用片假名的拼音，我拚出了很多我不認識的名字，我就馬上問我的阿嬤及阿公還有叔叔，沒想到他們說出了更多我不知道的故事及其他家人的名字，那也是第一次我才知道自己是多麼不認識自己，但也是那次讓我更加的想知道「我是誰？」這件事情，但讓我感到可惜的是很多老人家都隨著時間凋零，再加上小時候的我並沒有熟練地使用族語，所以導致我在詢問老人家時，會有中文、族語上的詞不達義等。語言的流失讓我在追尋自己是誰時會有一些困難，特別是因為聽不懂長篇的族語時，老人家就不願意跟我說更多，重複的解釋一件事情讓他們會感到煩躁，甚至大人還會對著我開玩笑說：「跟你解釋這些事情，可能要先喝一瓶保力達才可以！」有一次我還問我阿嬤說：「為什麼你都不跟我說很多族語？」阿嬤跟我說：「我以前很常對你說族語，但是你去學校回來都忘記，所以我講了你也聽不懂。」如今我長大了，努力的藉由電話或是實體與阿嬤用族語溝通，就是希望有朝一日我能夠藉由族語問到、知道更多故事，或許語言文化在某段時期我是與它斷連的，如今我想將它再次連接起來，因為我清楚的知道它能夠讓我更加知道我是誰，也能夠更多的支撐我的自我及文化認同。

我是Rimuy，是Tayal的孩子，我正走在拼湊自己是誰的道路。

學習文化好難的壓力

#拼湊不完整的自己

#族語文化學習的煩惱

#再次拾起被遺忘的事務只為回家



Sawniyav Qidaqiday

高以恩

排灣族X閩南
文樂部落

好像又離文化更近了一點點、好像又可以找回一點點我自己。

【小時候的生命物件：眼鏡、阿鵝商店、鬼抓人、花手環、秘密基地】

我是以恩Sawniyav，雖然我是個都原，但其實小時候是在部落長大的。因為天生眼睛不好有弱視、斜視、遠視各種眼疾，從4歲開始就戴著厚厚的眼鏡，也因為這樣，很常被身邊的朋友嘲笑，雖然很難過但還是喜歡跟大家一起玩。小時候大家最常做的事，就是揪三五好友一起去部落的阿鵝商店，拿著vuvu給的50塊買冰棒、飲料還有零食，一起去秘密基地。

大家會一起在那邊吃東西玩遊戲、摘花編花環吸花蜜，大家也常常在學校的遊樂設施玩鬼抓人，小時候的我，非常討厭當鬼，因為大家都跑得很快，每次都抓不到人，有時候我就會直接跑回家。

【階段的生命物件：捷運、高樓大廈、手環】

自從上小學開始，我就一直在都市生活，我的周遭，都是充斥著高樓大廈、捷運、大馬路跟很多的汽機車。

從國中開始，就一直補習到高中，5年不間斷，求學這期間身份認同跟歧視其實是模糊的，因為從小就沒有人告訴我，什麼樣子對我們來說是歧視、是傷害，最多我只知道「是蕃仔」這個詞。

所以，有時候我不知道他們可能是在歧視我，也就默認了這些行為，更有可能「我也覺得我就是這樣」，也有可能因為我的長相不是很像大眾普遍認知的原住民吧！其實我很少被認出來，但是幸運地，我遇到的幾乎都是好人，很少人對我會用很嚴重的謾罵或歧視。

【大學階段生命物件：Line、族語、族譜、料理米酒】

正式開啓我的原專人生時，開始想要探討更多自己的文化。

而語言當然很重要，我非常喜歡我們的族語，但是這也是我的弱項，除了學校的族語課，我最好的老師就是vuvu們，所以我很喜歡打電話給vuvu，跟他們用族語對談，這樣的感覺很好，很像我正在慢慢的鋪上回家的路。

在大學時有幸接觸到了族譜，這堂課太過印象深刻了，心中很興奮激動，因為我終於可以了解自己的家族，慢慢的對上羅馬拼音，拼湊出戶籍謄本上的名字。

在回家時，也詢問了家裡的vuvu跟長輩，開始了解更多家裡的歷史脈絡，我很開心！真的好開心！因為我好像又離文化更近了一點點、好像又可以找回一點點我自己。

自我認同的壓力

#都原的自我認同

#我是原住民還是空有原住民身份的漢人



Kaliting fuyan

陳家宜

阿美族 X 布農族
大俱來部落 Tapowaray
清水部落 Sisui



不想要再像以前一樣被動去學習文化這件事了。

【小時候生命物件：割稻機、水鴨、雜貨店、紅燈】

我是Kaliting，爸爸媽媽很早就搬來玉里鎮上工作，雖然我不是從小在部落長大的孩子，卻常常跟著爸爸去樂合部落玩，那裏的族人對我們都很慷慨，讓我有融入他們的感覺，所以樂合也承包了我的童年。

那時，爸爸種稻，放學常常跟著他去看稻田的狀況，我覺得很無聊，就會去附近的雜貨店消磨時間，或者就去看看水溝裡面有沒有水鴨，常常在想這麼可愛的生物為什麼要被爸爸討厭。

樂合部落讓我最印象深刻的是，那裡很多族人都是燒香拜佛的信仰，也讓我對神桌上紅色的燈泡產生奇妙的感覺，有點像是畏懼、害怕的感覺。

【求學階段生命物件：族語課、攤販、教會會堂】

國小的時候，中午都要去上族語課，那時候很怕阿美族語老師，因為他總是拿著一根很長的棍子揮來揮去，可能哪裡唸得不太好就要被敲頭或是用力的敲擊桌面，讓人備感壓力，因而對族語課的印象很不好，也讓我上學族語的過程中是恐懼緊張的。

而我跟爸爸偶爾會造訪不同的部落的豐年祭，雖然他們都有自己該部落的特色，但卻又大同小異，總有那幾個攤販烤香腸、檳榔攤都在出現在豐年祭的現場。

那時候到豐年祭現場，都覺得自己沒有什麼容身之處，就寧願跑到攤販買炸熱狗，看著他們開心地進行每個祭典活動，自己顯得很冷清。

相對去不同部落沒有歸屬感，當時的我比較喜歡去教會，跟青年團契在一起。但是還是會遇到因為不了解我們文化的人，問了些文化生活上的問題，但當我一時答不出來的時候，會感到尷尬和無助。

【大學階段生命物件：公車、櫻花、八德路、石版屋】

上了大學之後，不管是自我認同跟文化的認識，都像是開了一個新的大門一樣，是之前從未在教課書上面念到的內容；以及遇到一群對文化學習很有熱誠的人們，都是讓我能跳脫過去狹小的思考模式，並給我更多學習的動力。

就像我第一次來到暨大的原住民保留地，看到很多不同族群的建築一起展示，並且可以跟這些傳統建築互動，真的很奇妙的感覺。

而我也希望自己不要再像以前一樣，被動去學習文化這件事，

而是真的知道自己生為原住民是充滿使命，要去為自己發聲、尋找自己身分的自我價值。

自我認同的壓力

#尋找自我的過程

#正在學習文化的路上

#族語學習的壓力





Temu Hayung

黃丞佑

賽德克族/清流部落
泰雅族/雙崎部落

想要受到他人的幫助，就要先學會自己幫助自己。

【小時的生命物件：鉛筆、橡皮擦、白紙】

我的小時候並沒有所謂的族群認同或是過多的族群記憶，因為我的童年並沒有一般孩子來的安穩。在學校的生活不是那麼好過，因為我長得和他原住民的孩子太不一樣，眼睛又是細又長的鳳眼，還有常常被認為單眼皮；曾經發過腫起來，還意外的情況，像廁所時，邊有幾個同學在霸凌，取不少外號來嘲笑我；到地境，而且還很傷心，比起來，那些霸凌，但當時只要轉圈的動作，導致了我各式各樣的困難，也因爲我的家才有的辦法度過那些霸凌，但當時只要住，再會到門上陪伴說了面對這些情況，也難免會產生害怕和負面情緒。老師，會一直陪著我，換種層面來說，也是因爲我的家才有的辦法度過那些霸凌，但當時只要碰到這些事情，換種層面來說，也是因爲我的家才有的辦法度過那些霸凌，但當時只要戴上面具和擅表達情緒的我，喜歡寫字、寫文章，因為那比我所說的話和表現出來的行為，都還要更加真實。

【求學階段生命物件：筆記本、pala、瑪姬原宿、霧社事件的故事、清幹】

我開始接觸自己的文化時，被我的部落Alang Gluban深深的吸引，從了解自己以後，知道我的祖先來自於霧社事件，在部落視事件為禁忌的時空裡，一點一點的去了解，在那個說懂事也不是不懂事，也不是年紀裡，因為聽了耆老們的記憶而掉淚，天真的問自己：「為什麼我們孩子什麼都不知道？」過去的悲劇讓他們不再提及，而我卻不想因為自己的求知慾而再度揭開他們的傷疤，只等機會來臨時在一旁默默聽著，同時也自己的認同裡，感到一絲絲的徬徨。我不再管別人說自己像原住民，無論外表、行為，那都並不能代表什麼，Yaku Seediq Tgdaya。

即使求學路上受到歧視、不公平的對待，我會告訴他們我不自哪裡，我雖然還在了解我的文化、我的部落還有我自己的歷史，但我知道他實人；在學習的過程中，不斷的和這些跟我在偏見。那我在長大的朋友們，我們像沒有血緣的對起，到清流部族，我認識這裡的人們、認識這裡的故事。





Temu Hayung

黃丞佑

賽德克族/清流部落
泰雅族/雙崎部落

【大學階段的生命物件：族服、檔車、清幹、古謠歌本、清流出隊、lunlungan】

來到大學以後，終於有機會可以帶著朋友回到部落，所以就課程中提案成為清流的出隊總召，但到現在我依然害怕不放心讓著老們感到難過，所以在提案之前非常的猶豫，可是想起我的班導師曾這麼說過：「有些傷口需要清創，它才會好得快。」我試著把自己的和團隊的生活中融入，從著老們的生活後，在部落遇到某位受訪的耆老，緩慢地向我走來，並輕輕拍著我的肩膀，在這次出隊結束以後，做在部，帶著大家一起了解部落的故事、做傳承。」而我也在學校的說：「丞佑，你這樣做很好，帶大家一起了解部落的故事、做傳承。」而我也在學校的成時，發表會告訴大家，想到耆老們在訪談的過程中流淚，卻還是把想說的話說出來，我運用哽咽的聲音感謝耆老們、青年們以及我們的團隊；同時，我又完成了對自己身分認同上的其中一塊拼圖。

「如果你們只是這樣唱，就只是裝有賽德克血液的軀殼而已，你們不是賽德克族。」我喜歡唱歌、跳舞，但卻沒辦脫離為表演而制腔調和舞步，臺上的老師們有太多的束縛，無論是社會眼光、自我認同，變得不動接近文化，只能被動的去觸碰，但「機會」永遠只留給準備好的人，若想要的原民來，我們終其一生都在尋求對自己的認同；成長的磨練，讓少部分的人，不再去在意別人的眼光，但在大階段裡，我會「一個人雖然可以走得很快，但一群人可以走得更遠」的道理，那是我從一起長大的清幹當中體悟以及參與inlunagn泛文面自學這條路有『慢慢走才會快』。」最後，想在文化這條路上努力，我們說：「無論這條路有多長，好多人都在這條路上，雖然不太清楚前面的路，所以走得有點慢，但這條路要『慢慢走才會快』。」

Knbeyax (加油)

- 自我認同的壓力
- #面對身分的壓力
- #原原排擠的壓力
- #文化逝去的速度比我想像得快



Tanivu peongsi

汪晴

鄒族

阿里山里佳部落 nia 'e ucha

好像又離文化更近了一點點、好像又可以找回一點點我自己。

【 小時候的生命物件：鋤頭、背籃、泥土、櫻花、火 】

我是Tanivu，小時候因為爸媽工作關係，所以我和我哥大部分的時間，都由爺爺奶奶照顧，早上都跟著奶奶去菜園耕作，拿著鋤頭在菜園裡耕作，而背籃裡都裝著採下來的農作物，雖然身上總會有些許的泥土，但我和我哥還是很開心的在菜園裡跑來跑去，而每當櫻花季時，奶奶菜園附近的櫻花樹就會飄下很多花瓣，所以每次要回家時，我和我哥就會撿花瓣回家玩，而回家時，就會看著爺爺在火爐旁等我們回家，永遠記得那個溫暖的感覺。

【 求學階段生命物件：課本、十字架、排球、族服 】

從國小畢業後，就離開部落來到嘉義市區讀書，每天接觸的不是一大堆課本，就是一群人的瘋狂問答。因為一開始對漢人同學的不熟悉和害怕，所以每次上課時，都讓我感到很有壓力，不是被問問很多奇怪的問題，就是有很多不太友善的話，而且連老師都會開這種他們所謂的「玩笑話」，所以我覺得好累也很煩，雖然他們都說在開玩笑，但在我眼裡這一切根本就不好笑也很傷，所以每天都很累很想逃避，但為了不被討厭，我選擇了不去爭執或辯論，而是假裝接受這些「玩笑話」，所以每天能讓自己放鬆的時候，都在下課後的原青社練舞時間，可能是在原青社裡面找到歸屬感吧！總能很開心的學自己的舞蹈和歌曲並穿著自己的族服。在這些之外，我也因為興趣開始接觸排球，加入排球隊之後，就是練完舞就去練球，而因為同儕的關係，我從國中就開始接觸教會。





Tanivu peongsi

汪晴

鄒族

阿里山里佳部落 nia 'e ucha

要好好學，好好傳承，不要忘記自己是誰。

【大學階段生命物件：麥香紅茶、族服、火爐】

在某一次跟朋友的聊文化時，我說到了我的姓其實叫peongsi，因為高中族語課被族語老師質疑姓氏，老師說我的姓應該為vayaeyana並不是頭目家用的peongsi，但因為從小家裡的長輩就是這樣教我的，所以當下我非常疑惑我的名字到底是什麼。

但自從那次被當衆小羞辱後，我開始不敢說我真正的姓氏，出於疑惑我再次跟家裡長輩詢問姓氏，長輩說：「我們家是大汪，是peongsi沒錯啊，為什麼要質疑，妳就是汪家的小孩，這就是妳的姓氏，妳的名字叫Tanivu，不要因為不懂的人質疑妳，而害怕說出自己的名字，妳知道自己是誰最重要。」

雖然如此，但因為那次事件後，我因為害怕日後可能會被別人質疑第二次，而且我害怕自己學的沒有長輩多時，而無法完整、正確的跟別人說我是誰，所以我始終沒有把自己的名字改回來。

不然，我也只敢在戰祭回達邦時，才敢介紹自己，但直到最近跟朋友們聊到這件事，我才敢慢慢跟大家說，自己的名字叫peongsi並認同自己。

因為讀大學後，回家的次數開始慢慢變成半年回家一次，但因為這樣，我發現我開始忘記自己族語怎麼念或是族語的意思，直到上次跟家裡長輩聊過這些事，長輩們也很擔心文化無法被傳承，擔心我們的東西越來越少，之前聽過長輩的一段話：

「要趁我們還在的時候跟我們學習語言和文化

不要等我們都不在了才想到要尋找這些

要好好學 好好傳承

不要忘記自己是誰

不要忘了自己的族群

消失的東西夠多了 剩下的要好好保存

回部落 去問 去學習 不要怕

不要成為那個穿著族服卻不知道自己文化的人

有身分卻沒有內容 那就不要說自己是鄒族人。」

其實這是大一時的事情了，是因為最近課程和跟別人聊到姓氏這件事後，我想到了這件事，這些事讓我意識到要開始慢慢回部落了，需要趕快跟長輩學習了，絕對不能忘記自己是誰，以及不能讓自己的文化流失掉。

自我認同的壓力

#被質疑後的自我認同

#正在學習文化的路上

#慢慢尋找快不見的自己



Lisin

劉怡忻

阿美族
瑞源eʼfong部落

好像又離文化更近了一點點、好像又可以找回一點點我自己。

【 小時候生命物件：鞦韆、灶、稻田、點滴、小熊娃娃。 】

我是Lisin，從小跟著阿公阿嬤生活在台東鹿野的阿美族部落裡。家中雖然沒有那麼富裕的生活條件，但因為家裡有菜園和養豬、雞和水田，非常足夠一家人自給自足。家裡沒有熱水器，冬天沒有熱水時就用灶上的大鍋子煮熟水當洗澡水。小時候沒有太多玩具能夠玩，也因為是獨生女的關係，陪著我的就只有一隻小熊娃娃，於是阿公就在後院架了一座鞦韆讓我玩。我童年裡最美好的部分都是阿公阿嬤給予的，小時候因為身體不好常常需要住院，也都是他們陪伴在我身邊。

【 求學階段生命物件：族服、阿美語聖經、數學課本。 】

我第一次真正的離開家裡是在我15歲的時候，當時要上高中所以離開了台東、離開那個熟悉的地方，來到一個完全陌生的城市。當時的適應期過的非常痛苦，也是在那個時候才知道原來在平地人的眼裡，原住民這個身份對他們來說是那麼刺眼和陌生。阿美族這個身份的存在對我來說像呼吸一樣自然，也許是因為從小生活在部落，阿公阿嬤也都是阿美族的關係，我沒有懷疑過自己的身份，直到上了高中才開始對自己的身份認同產生動搖。

有一次跟著同學一起到高雄去面試大學時，我們穿著完整的族服來到那裡，面試完畢後我們也沒想過要換下來，直接穿著到了街上吃飯、搭捷運，迎來的卻是路人們異樣的目光。我永遠忘不了當時穿著族服的我居然第一次有了這種不自然和想躲起來的莫名羞愧感，好像我做了什麼錯事。他們問著「你們是要去表演嗎？」、「為什麼要穿這樣？」，當時的我卻回答不出來。什麼時候開始我們的族服變成表演服？又是從什麼時候開始，我們變成了路人眼中奇裝異服的異類？而我也同樣的問自己。

【 大學階段生命物件：米酒、摩托車、情人袋。 】

因緣際會我來到了暨大的原專班，在這裡有好多跟我一樣的原住民孩子，我們面對到同樣的身份認同問題，也同樣在找回文化的路上耕耘。和高中不一樣的是我身邊所接觸的都是原住民而不是平地人，有許多共同的煩惱和感受可以共享，對我來說大學的階段比起高中來說幸福許多，而我們也可以共同朝著同一個方向努力的前進。

我是Lisin, ci pangcah kako!

正在學習當個堂堂正正的阿美族。

#受到外界眼光的壓力

#我們都走在找回文化的路上





Batu Balincinan

洪翔

布農族 / 卡度部落

生命給的禮物

【小時候的生命物件：動物、聖經、鏟子】

我的第一份禮物是爸爸傳承給我的。在我小的時候，只要到六日就會回到山上。那時候，我打獵帶到原野的動物，爸爸很動物的，我帶著獵物，我慢慢打獵。爸爸從知道直重，爸爸很動物的，我帶著獵物，我慢慢打獵。爸爸從知道直重，爸爸很動物的，我帶著獵物，我慢慢打獵。...

第二份禮物是教會的。我從教會長大，教會是我成長的地方。我聽著牧師的講道，學習聖經，這是我成長的動力。教會是我成長的地方。我聽著牧師的講道，學習聖經，這是我成長的動力。...

第三份禮物是大自然。我從小就愛大自然，大自然是我成長的動力。我聽著大自然的聲音，學習生存，這是我成長的動力。大自然是我成長的動力。我聽著大自然的聲音，學習生存，這是我成長的動力。...

- #大自然給予我的知識
- #小時候接觸的所有
- #部落的生活型態





Batu Balincinan

洪翔

布農族 / 卡度部落

【求學階段生命物件：美髮、教會、聖經】

在我們這個開始覺得很恐怖、一個鄉下的原住民，當我聽說水溫會不會太燙，他選了去台北學做美髮這條路，自己上難免有點緊張，在這剛開一有客問我，雖然被問到一些過程當再說一次嗎？

他的回應是身為台灣人，你用什麼不台語，你應該去學台語阿，我就尷尬的說抱歉，我是原住居平，去學，我開始想

- # 社會的歧視和不尊重
- # 社會對原住民的剝奪
- # 社會的公義
- # 社會的價值觀

【大學階段生命物件：朋友】

我一直都是在一個很保守的家庭長大，我的經驗和接觸了很多人，學姐、同學、老師，我也上了一個原民課，加上以前的大學經驗，和過去心悲涼，我種下想做的好多，想影響起是來，我以

- # 朋友的引響
- # 生命想法的擴張



Yapasuyoungu Anuwana

湯佳諺

鄒族 / 來吉部落
Lalachi

潛意識知道每一位善良的祖先都在路上看著我吧！

【小時候生命物件：森林、塔山、鄒語童謠。】

因為父母工作的緣故，小時候我和姊姊住在阿里山森林遊樂區，只有偶爾會回去來吉。

阿里山森林遊樂區，那裡就像是一座小型城市。

雖然位於高山上，但卻擁有便利商店以及相對發達的交通。

森林遊樂區中我認識的鄒族長輩不多，與我年齡相仿的更是寥寥無幾。

在這樣的環境下，我雖然知道自己擁有鄒族的血脈，但對此我總是避而不談。因為我不想變成同儕之中的「異類」。

我當時的我因為對「鄒族」這個族群壓根不熟，所以只把它當作一個負擔。

每當別人都是會問「鄒族有什麼傳統嗎？」、「鄒語的山豬怎麼講？」、

「原住民族不是都很黑嗎，怎麼你太白？」.....

類似這樣的問題很多時，我大多都只能回答不知道，只是一味在逃避這些問題。

但其實這階段也漸漸開始尋找「我是誰？」這個問題的答案。

記得在父母工作的期間，我總是和姐姐還有一些同為鄒族的朋友們衝進森林探險。我們總喜歡揮舞樹枝裝作大人在前面用鐮刀開路的模樣，雖然有時候前方的人對因為揮太大力擊後方的臉，我就是一個血淋淋的例子。

這邊抱怨一下，揮到我的人正好是我姐姐，而且拿的還是黃藤。（黃藤因為有彈性，所以打到人會非常痛。）

森林遊樂區也與鄒族的聖山「塔山」距離就十分接近。

記得每當長輩們有空的時候都會相約去登塔山，而我們這群閒著沒事做的小朋友就會跟著一起去。

那時的我完全不知道塔山象徵著什麼意義，只知道它的步道有點陡峭，而且很高。

但就是很神奇，聽茶山來的長輩解釋完塔山在鄒族的象徵之後，稍微改觀了。

之後每次要去爬塔山時，一路上我都帶著敬畏的心。

大概是因為我潛意識知道每一位善良的祖先都在路上看著我吧。

每次鄒族長輩們圍火烤肉之時，我們小朋友都會在一旁玩。

但往往在一位長輩拿起吉他時，我們就會一窩蜂地聚集到他身邊。

伴隨著吉他聲響起，我們不分年齡一同唱出鄒語童謠。

歌聲中，我感受到每個人的喜悅。

短短兩分鐘的歌曲中，我感覺到自己其實很愛鄒族。

而我不知道的是，自己早就在此刻知道「我是鄒族」了。





Yapasuyoungu Anuwana

湯佳諺

鄒族 / 來吉部落
Lalachi

他說：「我們是家人，雖然家族不同，但都是鄒族。」

【求學階段生命物件：練舞、八掌溪、部落教會。】
時間飛快，我已經到了要下山去讀書的年紀。
此時的我依舊不怎麼跟別人說自己是鄒族的事情。
直到國一的我遇見了一位高三的學長。
雖然忘了當時情況如何，但我始終記得他勾住我的脖子對我說：
「我們是家人，雖然家族不同，但都是鄒族。」
聽完這段話，我才開始正視自己逃避的問題。
雖然我還是不太懂鄒族的傳統，但至少我能夠親口告訴周圍的人，
我是鄒族。

每次放學都會有一個讓我又愛又恨的活動。那就是練舞。
由於我們學校的原住民佔比較少，所以原青社的學長姐們要求原住民住宿生都要加入
以及練跳鄒族舞蹈。
每次練舞的時候只要跳太爛就會...「歡樂十點半」，
反正就是晚上睡前被學長好好教育。
練習的過程中總會痛苦到差點哭出來。
不過，就是在我們舞練好，大家一起表演的時候，我感覺到團結。
表演結束後，觀眾如雷的掌聲以及朋友們喜悅的笑容都讓我感到溫暖。
我很討厭練舞沒錯，但我也很喜歡和朋友們一起跳舞。
也是因為練舞，我感覺到，自己其實沒有那麼孤單。

八掌溪，位於我們中學後方的一條溪流。
禮拜日的午後，我總會走去那裡打發時間。
那裡對我來說是一個能讓我感到輕鬆的據點。
說起來有些可憐，但在高中三年裡，我都是一個人去那裡的。
但一個人的好處就是，可以完全拿下面具和自己對話。
我看著流動的溪水，從「今天過得怎樣？」一路問到「晚上要吃什麼？」
，就這樣和自己不斷對話。
而當我問到「我到底是誰？」時，我完全答不出來。
我知道自己是鄒族，但我什麼都不懂，有資格自稱「鄒族」嗎？
我只能暫時跳過這個問題，期待自己在日後能找到答案。



Yapasuyoungu Anuwana

湯佳諺

鄒族 / 來吉部落
Lalachi

只要我懂，那麼就不用再擔心別人的眼光，因為那就是「我的事」。

長期待在山下，我終於開始有了對山上的思念。而在我高中時，因為媽媽退休的緣故，我總算有機會回去來吉部落。但我最尷尬的事情又發生了。沒錯，我對部落的同輩完全不熟。這讓我有點膽怯，因為這對我來說又是一個新環境。好在我的小姑姑是教會的傳道，因此她將我拉去上禮拜六的青年會禮拜。一開始我還有點緊張，但唱完歌，互相認識之後才覺得沒什麼大不了。我真的很幸運。因為新認識的朋友全都沒有因為我剛回部落而用另類的目光看我。也因此，每當我有機會回到山上，禮拜六的優先行程都是上教會。只能說，教會對於我在建立對部落的認可來說很重要。

【大學階段生命物件：火堆、眉溪。】
不知不覺，我已經畢業，以備取一的成績入取暨南大學。而對於這個新環境，我完全沒有絲毫緊張，反而是恨不得把全校都走遍的興奮。（全部走過一遍了，但不是當下。）在這裡我也遇見各式各樣的人，但在原住民保留地遇見的人，卻讓我找到從小到大，自己缺失的那一塊拼圖。

黑夜中，一群人圍在火堆旁邊，互相講述自己的故事。這讓我想起了小時候和長輩們一起烤火的溫馨感。在許多人的故事中，有一則讓我堅定自己的認同。「以泰雅族的事情來說，當我什麼都不懂時，我與漢人是下對上的關係；當我什麼都懂時，我與漢人就是平等的關係。」我這才面對自己逃避的問題。

「自己不去問」。
只要我不去問，那麼就無法再增進自己的知識，就會因為不知道而被別人消費。反過來，只要我懂，那麼就不用再擔心別人的眼光，因為那就是「我的事」。



Yapasuyoungu Anuwana

湯佳諺

鄒族 / 來吉部落
Lalachi

我是鄒族，就算不太專業，但仍然是鄒族。

離開了八掌溪，我來到眉溪，只不過是在下游。
原本只是在崎下散步，結果不知道怎麼的就走去眉溪看夕陽。
坐在高聳的河堤上，我回憶起自己在八掌溪也是差不多樣子。
同時，我再次想起當時保留的問題。

那就是「我到底是誰？」。
這次，我深思熟慮地想了一會。
看著夕陽，我回答「我是鄒族，就算不太專業，但仍然是鄒族。」
花了三年，總算找到答案，可是我知道自己的難題不會只有它。
能說出這個答案，我想也只是開始。
之後會遇見的問題，只希望能答得出來啊。

自我認同的壓力

- #潛意識知道每一位善良的祖先都在路上看著我吧
- #我們是家人
- #我的事
- #我是鄒族，就算不太專業，但仍然是鄒族。

tuiisua tacini Cau Vuvurung

用一生
成為一位真正的原住民



當一個真正的原住民有多難？
我們必須皮膚深、唱歌好聽、很會運動，
有時候又得很幽默、很樂觀，甚至很會喝！



但難道不符合社會的期待，
我就不是真正的原住民嗎？

原住民一生的每個階段，
都在經歷文化的陶冶與鍛鍊。
從出生時被賦予的名字，
讓我們有了辨別的符號，知道自己是誰；
成年後得通過嚴格考驗，

才能扛起家族的責任，成為保衛部落的勇士；

進入婚姻與家庭，
有需要遵守的習俗與禁忌，
不僅是讓家族團結幸福，
更是做孩子的榜樣，一代傳承一代。



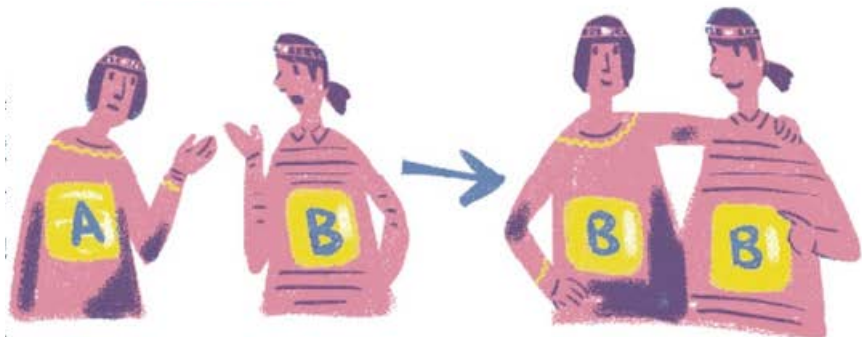
成為一個真正的原住民，
從來就不是外在的想像，
而是經年累月的文化積累，
養成我們對自我的認同，
感受我們身為原住民的使命與驕傲。

《原視界》
〈我的名字我作主〉





《原視界》〈原住民加分政策，加了分就能回到家嗎？〉



《原視界》〈我的名字我作主〉



《原視界》〈平埔族群的未竟之路〉



《原視界》〈轉型正義是一個進行式〉



封面故事 TAIMAZAVMAZAV SIA BAHTAN 都市叢林

都市原住民 怎麼來又走向哪？

文／Hafay Nikar 插圖／林家棟 原視界 2014-04-23



遷徙，代表人群離開原有的空間，到另一個場域展開新的生活。遷徙本身無關好壞，但卻帶有不同的意涵，也許是受到外部環境的影響，也可能是內部社會的瓦解使然。然而，原住民族的文化脈絡與土地高度連結，為何會展開離鄉的路途，又為何在城市定居？

原住民族與土地關係的斷裂與分離，現代國家的出現帶有很關鍵的影響。「國家」改變了社會、空間、土地的運作方式，以各種的管理規定，快速且大幅度地改換部落社會的樣貌。小面向從影響當地群體的衛生醫療系統、現代教育體制或國家稅收制度，到大方向的導致人類移動的社會制度控管、集村政策、施行義務勞役制度、土地國有化政策等等，迫使原住民族納入現代國家體系之中，也轉變族群社會運作的規則。

這看似僅為一個社會樣貌的改變，實質上卻造成原住民族失去土地的使用主權，以及社會制度的瓦解，更面臨到需要「金錢」繳納各種稅收與學費。於是，「金錢」逐漸扮演重要的角色，也開啟現代金錢遊戲的序章。

不僅是原住民族對資源開始有了迫切的需求，在政府政策的主導如日本政府的「皇民化運動」、中華民國政府的「山地平地化」政策，國家以「同化」的手段，迫使原住民逐漸從原鄉出走，一方面符合國家政策的導向，走向現代社會；另一方面也為獲取「金錢」，走向都市。

一個拉一個 一起到都市

走向都市是一個方向，但是究竟是如何走到了都市？依循著什麼樣的路徑來到都市？移動的過程與方向，也表現出原住民族文化的特性。像是阿美族以部落組織為單位形成集體，布農族則是氏族社會產生連結，而泰雅族更有血族與聯盟的社會關係。透過集體生活的特性，使族群內部的社會網絡具有高度的連結性與信任感，形成一套資訊流通的內部社群關係。

因此，在內部資訊的傳遞下，當群體內有人向外遷徙到都市時，便會在內部交疊成資訊網絡，構成了「一個拉一個」的遷徙型態。在阿美族的部落中，也出現「拉臺北」的名稱，代表著該年齡層有大量的青年往臺北移動，不僅以此作為階級命名的由來，同時也展現出該時代發生的重大事件。

除了一個拉一個的連鎖遷徙，居住型態也呈現群聚的樣貌。遷徙到都市的原住民透過生活經驗所習得的蓋屋技能，應用在都市郊區的空曠地，搭建起一棟又一棟的住宅，逐漸在都市中長出一個原住民族聚落。基於生活習慣與文化習俗，族人也將原鄉種植的田園作物帶至都市，在住宅旁栽種糧食作物，一如在原鄉組成新部落的過程，唯一改變的僅有土地的容顏。

由此可見，原住民族往都市移動，是尋覓新的生活空間，同時也帶來原鄉的生活文化，使得「都市原住民族」的概念漸漸成形。

一個拉一個 一起到都市

走向都市是一個方向，但是究竟是如何走到了都市？依循著什麼樣的路徑來到都市？移動的過程與方向，也表現出原住民族文化的特性。像是阿美族以部落組織為單位形成集體，布農族則是氏族社會產生連結，而泰雅族更有血族與聯盟的社會關係。透過集體生活的特性，使族群內部的社會網絡具有高度的連結性與信任感，形成一套資訊流通的內部社群關係。

因此，在內部資訊的傳遞下，當群體內有人向外遷徙到都市時，便會在內部交疊成資訊網絡，構成了「一個拉一個」的遷徙型態。在阿美族的部落中，也出現「拉臺北」的名稱，代表著該年齡層有大量的青年往臺北移動，不僅以此作為階級命名的由來，同時也展現出該時代發生的重大事件。

除了一個拉一個的連鎖遷徙，居住型態也呈現群聚的樣貌。遷徙到都市的原住民透過生活經驗所習得的蓋屋技能，應用在都市郊區的空曠地，搭建起一棟又一棟的住宅，逐漸在都市中長出一個原住民族聚落。基於生活習慣與文化習俗，族人也將原鄉種植的田園作物帶至都市，在住宅旁栽種糧食作物，一如在原鄉組成新部落的過程，唯一改變的僅有土地的容顏。

由此可見，原住民族往都市移動，是尋覓新的生活空間，同時也帶來原鄉的生活文化，使得「都市原住民族」的概念漸漸成形。

隨著臺灣社會人權教育的推廣，社會大眾逐漸意識到某些言辭與行為可能會對社會中某些群體造成冒犯。受到政治正確思潮的影響，越來越多人在交流互動與政策制定中，避免使用帶有攻擊性、貶抑或詆毀的言辭，以免落入歧視。

以「番仔」為例，這個詞彙是漢族用來形容語言不同或無法溝通之人，「番」字也蘊藏著野蠻人的含意。又或者以「山人」為例，用山人來稱呼原住民族，除了弱化原住民族在臺灣的主體性，也忽略原住民族內部生活型態與文化慣習的多樣性，隨著原住民族正名運動與權益的推展，「山人」早已被視為政治不正確的使用。

上述具有歧視性的詞彙隨著臺灣社會政治正確的強化以及人權意識的進步，已逐漸不被使用，雖然看似正面，卻仍聽到不少原住民族人表達其日常生活中，依舊可感受到主流社會對於原住民族歷史與社會變遷、文化知識與生活慣習的無知、陌生與不理解。

「你是原住民，你會講母語嗎？」

「你知道你部落在哪裡嗎？」

不符合你的期待

「在都市長大的原住民為什麼可以加分？」

我就不是原住民嗎？

「你是原住民，你酒量一定很好」

「你是原住民一定很會唱歌、跳舞」

這些問題相信對原住民族人來說並不陌生。從主流社會群體的視角來看，可能僅是單純且無惡意的詢問，但是在原住民族人聽來，卻可能會感受到不舒服。這種問題的背後似乎已預先假設，認為具備某些特徵的原住民才能被稱作原住民，而不符合這些特徵的，似乎沒有當原住民的權利。言下之意，不會講母語的、不知道自己部落在哪裡的、酒量不好的或不會唱歌跳舞的，這些不符合主流社會對原住民族印象的這群人，不應被視為原住民。

此種假設忽略當代原住民族在殖民壓迫的歷史創傷和社會變遷下，有著多元的樣貌與經驗。以母語為例，若探究當代原住民族青年無法流利說母語的原因，需追溯到上個世代經歷不能說方言（國語運動）的傷痛，衝擊這個世代青年學習母語的機會。在筆者歷史創傷研究的調查中，常聽到部落長輩描述在不能說方言的年代，不少族人因為在公共場合說母語，而被體罰、掃廁所、帶牌子走校園，甚至是下跪道歉；他們雖然憤怒、不滿與不解說母語要被如此對待的原因，但因國家體制的規定與要求，他們還是努力學習講「國語」。更加無奈的是，進入職場後，有很高比例的族人會因為講話有口音，而受到主流社會中的雇主或同事的歧視。

約20年前，標準且無口音的國語，似乎已成為在大社會生存的重要條件，也導致不少原住民族家長選擇不教孩子講母語。在筆者歷史創傷的田調訪談時，好幾位受訪者表達，不讓自己孩子學母語是很痛苦的，這並非不認同自己的族群，而是為了保護孩子避免同樣經歷到他們沉痛的歧視經驗。只是在這樣的保護傘下，隨著時代變遷與政府本土化的推動，會說原住民族語在當今社會開始被肯定，這些因殖民壓迫而無法在家庭環境中習得流利母語的孩子，又被迫面對因為不會說母語，遭主流社會質疑其原住民族身份的環境，使得不少原住民族青年在這過程產生認同的懷疑與掙扎。一句無心或無惡意的「你是原住民，你會講母語嗎？」不僅容易讓被詢問的原住民感受到刻板印象，另一方面也會勾起其母語流失、沉重的生命經驗。

無心的微歧視 帶來沉重的傷痛

說者無惡意（甚至自認為帶著善意），但其所說出的話或表現的行為卻讓人感受到不舒服，這構成「微歧視（Microaggression）」。

一個人若日常生活中，長期經歷到微歧視，很可能會影響身心健康的發展，例如：憂鬱症、焦慮症或創傷後壓力症候群。由於陸續有調查顯示微歧視對北美洲原住民健康的衝擊（Walls, 2015；Jones, 2014, Clark, Spanierman, Reed, Soble, Cabana & Sharon, 2011），近幾年來北美的原住民族開始力倡主流社會應正視微歧視的影響。「Microaggression」一詞在臺灣翻譯為微歧視或微侵略，考量Microaggression事件發生的情境，可被視為是某種歧視的展現，在尚未有更合適且不去脈絡化的中文翻譯前，本文暫以微歧視一詞作為其中文的翻譯來進行討論。

單純從字面上看「微歧視」，可能會讓人直覺地認為歧視經驗被淡化或忽視，但微歧視絕對不是低估原住民受到歧視的傷害，也不是指原住民族的歧視經驗是微小的、可以輕忽的；這個概念主要是呼籲主流社會反思與檢視，很多時候自以為無意、無害或無傷的言語或行動，卻可能對聽的、看的人造成了傷害。許多微歧視的事件，對於原住民族人來說其實是構成歧視，且帶來的傷痛與衝擊，和歧視一樣有著相當的重量。然而，當面對許多自認為對原住民族友善，但說出的話語和做出的行動卻讓人頭皮發麻或難以接受的人，如果直接跟他挑明這是歧視，通常的反應是啟動防衛機制，強烈地否認自己的歧視行為，並拒絕接受這樣的指控，更甚者還會築起一道牆，不願再接觸原住民族及其所關心的議題。因此，微歧視的概念，是想讓有善意但還不理解原住民的群體知道，「雖然你不是惡意，但這樣的說法真實傷害到我」。若希望善意能真實被傳達，需要進一步去思考，該怎麼適切地問問題、怎麼互動交流，才可能減少因為不理解而對原住民造成傷害。

之所以呼籲須正視歧視與微歧視對原住民族的影響，除了相關經驗可能衝擊原住民族的身心健康，當代人際間的歧視與微歧視也可能會觸發或強化原住民族的歷史創傷（Evans-Campbell, 2008; Walters & Simoni, 2002）。雖然祖先所經歷的殖民壓迫已成歷史，但隨著族人面對到當代國家制度性與人際互動的暴力、歧視與不平等，這些過去由口傳或親身經歷的殖民壓迫記憶，會容易浮現於族人腦海中，提醒著族人自己族群與部落長年來所遭遇的歷史不正義。這些直接與間接的殖民壓迫經驗與記憶，如同附加的壓力源，伴隨著當代生活的壓力，影響原住民族的精神健康。歷史創傷在臺灣仍有待更多實證研究的佐證，但在北美原住民族的調查中，已陸續有相關學術文獻提及北美原住民族所面臨的高比例憂鬱、焦慮、心理失序症狀、物質使用、自殺等與歷史創傷有所關聯。從上述可知，歧視與微歧視的杜絕，除了能夠減少當代原住民族在日常生活中的壓力，在某個程度上來說可以避免激化歷史創傷帶來的衝擊。然而，在當今的臺灣社會要如何減少歧視與微歧視的發生？

歧視與微歧視通常來自於對不熟悉群體的不認識與不理解，並藉由媒體、社會輿論與主流教育形塑出的刻板印象與之互動。避免歧視與微歧視的發生，最根本的做法是增加認識與互動的機會。在此建議政府推動「族群主流化」的理念，呼籲整個社會一起努力，認識不同族群的歷史和文化，讓臺灣成為一個多元平等的國家。因此，若能根據族群主流化的精神，將原住民族的宇宙觀、文化知識與經驗，納入主流教育的基礎課程，讓全臺灣的學生，不論族群身份，從國小至大學都可以在現行的一般教育中習得原住民族歷史脈絡、知識與文化。而在學校課程規劃上，也可以透過與部落合作，適切安排並帶領學生們前往部落實地學習，藉此鼓勵學生走出生活的舒適圈，從小培養文化敏感度。相信不遠的將來，整體臺灣社會大眾將對原住民族有更深一層的認識與理解，讓臺灣社會走向真正的尊重與包容。





每天來點布農語啊！
mapasnava Bunun saikin





想想他們以為你可以靠
加分加分就不用讀書



想想我功課都比他們好
我是不是也要歧視他們

水準的問題嘛



想想你的村莊



想想是誰攻擊了你的村莊
明年鄉運你就知道了「Y、



想想他們都
以為你很會喝酒



不好說

喂



想想你一穿族服就
被觀光客攔下來拍照



想想我還是要酌收費吧

但也只是想而已因為我太親切

請排隊



想想他們一直問你
什麼時候豐年祭



「呢我們沒有豐年祭」

「也沒有給觀光客
跳舞喝酒的祭典」



想想你的原住民朋友



想想有人跟你說
他好想當原住民

(原住民族權利宣言)

2007 年 9 月 13 日聯合國大會通過

(教育部補助大專校院

原住民族學生資源中心要點)

(消除一切形式種族歧視國際公約)



(獨立評論)

現代原住民刻板印象，是否依舊存在？

(小世界)

原住民文化保存 母語還記得多少？

(喀報)

新生代！都市原住民 與部落的距離



(關鍵評論)

《 日常生活中的社會運動 》：
「 原住民同志 」具雙重邊緣身分，夾雜在同運追求個人人權展現、和原運爭取集體權之中

(天下雜誌)

姑姑叔叔不同姓、孩子不會講族語
名 教育為何剝奪了原住民的
GPS？

(天下雜誌)

上台大被問「 你騎山豬上學 」？
原民教授：沒惡意的微歧視更需
討論



(原住民族教育法)



(原住民族基本法)



(總統府原住民族歷史正義與轉型

正義委員會)

為什麼要道歉？
蔡英文總統的九個理由與八項承諾



七、海嘯筆記吧!

原青

LET'S TALK

LET'S TALK

文化練習生

LET'S TALK



110年青年好政系列活動

青年指點好未來



文化煉習生

文化煉習生

文化煉習生

文化煉習生

文化煉習生

原青

LET'S TALK

LET'S TALK

文化煉習生

LET'S TALK

文化煉習生

文化煉習生

文化煉習生

文化煉習生

原青Let's talk

文化煉習生