



懊啍面通人驚

俗語講：「好笑神得人疼，得人疼較贏家己戇戇仔咧拍拚。」所以便若咧欲予人翕相的時陣，差不多逐个人攏會激笑面，閣用兩肢手指頭仔比一个『V』字的型，開喙發出親像華語詞『七』抑是『耶』的聲來表示笑容的喙形。毋過真濟人可能無了解，咱猶有一句俗語閣較愛知影，彼就是「好笑神得人疼，懊啍面通人驚。」

啥物是懊啍面咧？想看咱人若是咧受氣、辛苦病疼，抑是誠袂爽快的時陣，差不多攏會覷喙覷喙若像蓋高貴，喙唇翹翹強欲會當吊半斤豬肉，抑是面容烏昏烏昏若咧煩惱十三代囝孫無米通煮飯，予人看著攏小可驚驚，親像有佇佗位得失著你，抑是欠你偌濟咧，嘛毋知底當時你欲發性地。雖然講你本人可能無啥會感覺著，毋過予別人看來就是這欸，致使大多數人攏會閃你。這欸情形佇我細漢所蹣的莊跤所在較罕得看著，佇都市裡，差不多逐日都會搪著幾若擺，尤其是我逐日攏咧坐公車的時陣。我不時咧想講：逐个都攏知影好笑神才會得人疼，是按怎哪無欲照按呢做呢？

咱攏知影人身體的健康，應該著愛包含肉體佻精神兩方面在內。肉體的健康，需要咱日常生活的食食佻活動來達成，毋過若欠缺精神上的健康，就攏變成空的。人若一日到暗攏是煩惱、悲傷、鬱卒、受氣遮的負面的情緒，絕對是無法度健康的。

最近真濟歐美的先進國家，有袂少醫學上的研究報告，證明講大笑對咱人身體的健康有真大的幫助，尤其是對心臟方面閣較有效果。甚至嘛有人講毋但是真正笑，就連假影笑嘛加減有全欸的效果喔。所以咱臺灣有一寡民間團體有咧提倡每日大笑 30 分鐘久的運動，相信對咱人的保健是有幫助的。

無定著有人會講知影較簡單，欲做就較困難。當然這嘛親像是「七月半割鴨仔，連鬼嘛知」的代誌，無都毋免有精神科的醫生矣！毋過咱敢毋知影有「先生緣，主人福」這句話咧。閣偌高明的醫生，若無病人的配合，神仙來嘛無效。

有人講：「人生不如意事，十之八九。」無毋著，毋過嘛猶閣有一兩分是如意的啊！敢毋是咧！過去不如意的代誌，閣想若有效，敢毋是早就解決矣！想若無效，在伊去就好矣。敢著一工到暗攏著煩惱？不時想著往過值得紀念、歡喜、快樂的代誌，共規个面容放予輕鬆、放予冗，莫不時都激一个懊啍面，對咱個人、社會、國家才是正面的。

作者：陳憲國

☆詞彙學習☆

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------|
| 【懊啍面】àu-tū-bīn：氣啍啍、擺臭臉。臭著臉，懊惱的樣子。 | 【烏昏烏昏】oo-hng-oo-hng 臉色發黑。 |
| 【翕相】hip-siōng：拍照、攝影。 | 【得失】tit-sit：得罪、冒犯。 |
| 【時陣】sî-tsūn：時候。 | 【閃你】siám--lí：避開你。 |
| 【激笑面】kik tshiò-bīn：裝笑臉。 | 【假影笑】ké-iánn tshiò：假裝在笑。 |
| | 【放予冗】pàng hōo līng：鬆弛下來。 |