

### 關於聖誕節：

聖誕節是個既浪漫又充滿感恩氛圍的節日，家家戶戶豎立著，滿佈裝飾的鮮豔聖誕樹，商店街也販賣著琳瑯滿目的週邊產品，例如：聖誕襪、各式禮品、花園等等。此外，「薑餅」也是聖誕節的代表性物品之一，那你們知道為什麼聖誕節要做薑餅屋、薑餅人嗎？這最早可以追溯到古羅馬帝國時代，也和十字軍東征以及英國女皇伊莉莎白一世，有很大的關係喔！接下來就讓小編跟你們娓娓道來吧～



### ★為什麼聖誕節就會聯想到薑餅？

相傳在十字軍東征的時候，"薑"是一種昂貴的進口香料，因此，只捨得用在聖誕節、復活節這樣的重要節慶。把薑加入蛋糕、餅乾中增加風味，並有驅寒的功用。久而久之，薑餅就成了與聖誕節有關的點心。歐洲因此產生"薑餅市集"！在薑餅市集中，不同的季節或慶典，人們會製作不同型式的薑餅應景。歐洲有許多國家都會做薑餅，但製作平板薑餅歷史，最悠久的國家則是德國。

德國的大城紐倫堡（Nuremberg）甚至因薑餅做得好而有「薑餅之都」的封號。在12月6日聖尼古拉斯節時，法國北部和德國，教父、教母都會在這一天送各種形狀，如星星、人形的薑餅送給孩子們，或偷偷地放入孩子們期待的襪子內。漸漸地薑餅也成為童話故事的素材，製作成各種造型的薑餅屋，隨著歐洲移民新大陸，便將代代相傳的薑餅製作技術及習俗帶到美國，而後美國人更將薑餅屋的氣氛推到極至！

如今，沒有一個國家像美國一樣，可以擁有過麼多口味、形式的薑餅食譜，並且利用豐富的材料、工具融合各地的文化，以及無窮的想像力，製作出令人讚嘆的薑餅屋！

### ★薑餅人造型 Gingerbread's Modeling 的由來

Gingerbread 是個古老的食物，最早可見於古羅馬帝國時，一本叫羅馬帝國的烹飪和用餐的烹飪書中。Gingerbread 的主要原料—薑，在當時的是非常受歡迎且數量豐富，但在羅馬帝國沒落後，「薑」就在歐洲消失了蹤影，一直到馬可波羅在大約西元 1295 年時，才再次從中國把薑帶回歐洲大陸。

在中世紀時，許多年輕的淑女會把裝飾過的 Gingerbread，在參加馬術的騎士要上場前送給他們。因此，Gingerbread 成了一種很具代表的象徵，也產生了許多以 Gingerbread 為主題的市集，甚至有些村莊還有些傳統，就是請未婚的女子在市集上吃 Gingerbread "husbands"，讓她們有機會可以遇見真的合適丈夫人選哦！

到了西元 1430 年，第一次在英國的食譜書上提到 Gingerbread；到了西元 1573 年，在一本日記上又見到 Gingerbread，文中說到某人因為宿醉，吃了一種用薑和麵粉混和成的麵糰所做成的食物後，胃就感到舒適不少。女皇伊莉莎白一世可以算是薑餅人的『發明者』，她要求烘焙師依她的肖像烤成人像餅。



到了西元 1796 年，第一本在美國公開印刷發行的食譜書—美國的烹飪，就在書中提到了四種 Gingerbread 的做法，Gingerbread 受歡迎的情形也一直延續到下一個世紀。

在英國還流傳著一個傳說，未婚女子吃下薑餅，即能遇見理想的伴侶。在賦予了聖誕節的氣氛之後，薑餅很快就被大家廣為流傳，成為聖誕節應景的點心。

### ★薑餅小故事 A Story About Gingerbread

一對老先生老太太把一個做成小人模樣的薑餅烤熟後，這個小人卻從烤箱中跳出來，然後便展開一段追逐的情節，包括老先生、老婆婆、一隻乳牛、一隻馬兒、三個農夫都加入這場浩浩蕩蕩的追餅行列，但是薑餅小人跑得非常快，沒有人能追得上，直到他遇到一隻狡猾的狐狸。

狐狸不像前頭那些愚笨的人和動物，早早便洩露了想吃薑餅的念頭，只是示好的說：「無論你跑到那裏，我都會跟著你一起！」薑餅小人於是對他毫不設防，等跑到河邊時，狡猾的狐狸虛情假意要帶小人渡河，然後便一步步誘引薑餅小人由尾巴、背上一路轉移到狐狸的肩膀、頭頂、鼻尖…然後咕嚕一口，把香醇誘人的薑餅吞食殆盡。

摘錄自亞洲餐旅學校—薑餅屋專題〈細說薑餅〉

★看完了上述的由來與故事後，以下有幾個問題，請同學們思考一下：

(一)、西方人製作了薑口味的蛋糕和薑餅，用以在冬天驅寒，而東方也有相同的應用方式，在《本草綱目》的記載中表示，薑辛、溫，歸五臟，除風邪寒熱，祛痰下氣。生薑，性辛溫，逐寒邪而發表；乾薑，溫中散寒，回陽通脈，溫肺化飲。請你試著回想，在生活中有那些運用「薑」來去寒的例子呢？

(二)、聖誕節對西方人來說，具有感恩以及團聚的意義，在這個節日，家人們會團聚，一起享用聖誕大餐，互相送禮，寄聖誕卡問候遠方朋友們，希望在新的一年，大家也可以過得開心順利。北歐地區的人們，則是將聖誕節與當地的「神秘送禮人」傳說結合，並由可口可樂公司畫出了聖誕老人的形象（所以聖誕節代表色是紅白色），成為聖誕節最受歡迎的明星，世界各地也都相信著，聖誕老人住在北歐，會駕駛著北歐特有的馴鹿雪橇，來發送禮物，也因此每年都有無數的明信片，湧向芬蘭聖誕村向聖誕老人許願。那麼對你／妳來說，聖誕節有什麼樣的意義，或是，你／妳是否有特殊過節的方式呢？



請同學自由回答，不必繳回喔～

然而，在這個團聚的節日中，仍有許多相對弱勢的家庭，因為沒有一個能夠遮風避雨的房子，而讓家庭的溫暖有所流失，目前社會上有一群人，組成「台灣寶島行善義工團」，到台灣各地幫助弱勢家庭，興建能夠給予他們溫暖的房子……☺☺

### ★關於台灣寶島行善義工團

從 1999 年迄今，台灣寶島行善義工團，已走過十五個年頭。十五年來，義工團秉持「愛，就是在別人的需要上看到自己的責任」的宗旨，走遍全台，一步一腳印地在這塊土地上默默耕耘著。未來，我們也不改初衷，要幫助更多需要幫助的人。

921 大地震帶給台灣極度的震撼及傷害，但也喚醒人們相互扶助的心，台灣寶島行善義工團就在這時空環境下形成，一群人把自己無私的愛凝聚在一起，緊緊扣住每一個團員，在這個大家庭裡愛與奉獻是不需言語的，我們只用行動表達來自內心深處的愛。

過去十五年來，寶島義工團用愛灌溉台灣，巡迴全台蓋房屋，堅持幫助弱勢族群完成「人人有其屋」的夢想，毅然向前地在台灣島內默默耕耘。至今，我們已協助新建或修繕 400 多戶的房屋，讓弱勢朋友可以擁有一個遮風避雨的溫暖家園；義工團本身也從由一個默默無名的民間小團體，緩慢而紮實的成長，每次出團動員人數從早期的十幾人，至現在常態性出團有四、五十人成行，最高有近百人同時出團的紀錄，2009 年八八風災更一次動員三百多名志工協助災區居民清理環境。

而在 2010 年三月，寶島義工團秉持「行善無國界」的理念，走向國際人道救援，與柬埔寨 CDEP 組織共同合作，在柬埔寨邊境興建緊急醫療中心，造福更多人群。

義工團服務範圍包含起造房舍、整屋修繕及關懷弱勢等，在施工過程中，使用甚多鐵工、木工及水電工具，如：木工桌枱設備、打地基用的鑽孔機、鐵工用的電焊機...等中小型機具，需要大坪數空間放置工具建材、交通設備，及各界善心人士捐贈之物資等。由於義工團經費有限，加上外界捐款用於出團經費及建材購置實已捉襟見肘，無力購建倉庫及辦公室。

因此，成立以來，寶島義工團經歷了五次搬家，如今義工團依舊沒有一個屬於自己的團部，期盼未來我們可以擁有一個真正屬於自己的家，藉由一個可以讓我們幫助更多人的溫暖家園，讓我們建立更完善的專業分工制度，從職前、工安等教育訓練，到專業分工、技術提升與傳承、與個案關懷等都是寶島義工團急需努力的目標。因為從每一個個案中，總會發現可以再改善及努力的細節，過去我們專注在與時間競賽，如今我們希望用更專業也更安全的方式，為弱勢族群建構或修繕舒適安全的家。





「愛，就是在別人的需要上看到自己的責任」這是台灣寶島行善義工團一路走來不變的宗旨，也是我們前進的動力；我們期盼義工團有永續的未來，我們要散播愛的種子，關懷照顧每一個需要我們的人。懇請給寶島義工團一個站穩腳步向前邁進的家，幫助我們成就更多人的幸福未來！

### ★台灣寶島行善義工團近期完成的項目

78 歲阿嬤鍾羅米妹的先生、兒子 4 年間相繼過世，3 名女兒嫁到外地、經濟也不佳，鍾羅米妹獨自居住在逾 50 年的老屋，地勢又比兩側房屋要低，每逢下雨屋內就漏水，地板也容易淹水，經林森里長王廣禮、社福團體轉報，台灣寶島行善義工團 98 名義工今天集聚嘉義市，為鍾羅米妹阿嬤蓋新屋。

台灣寶島行善義工團專案人員賴亭岳說，4 月接獲通報就到阿嬤家探訪，當時發現阿嬤住的地方幾乎可說斷垣殘壁，不僅屋頂漏水，因地勢比兩側房屋低，一下雨，阿嬤家就會淹水。

回報阿嬤的處境後，經義工團理事會通過，決定以近 50 萬元經費替阿嬤重建新家，今、明兩天進行前置作業，包含搭設屋頂鋼架、鋪設屋頂及牆板，規劃打造兩房一廳的一樓房屋，預計下週日完工。

台灣寶島行善義工團理事長黃國峯說，每個案主都會經訪視、理事會通過再進行設計、備料及施工等程序，一個案子約耗時 2 個星期；每次個案施工時，都讓義工自由報名，如此次到嘉義市計有 98 名義工報名參加，每人還繳費 200 元，就是希望幫阿嬤重建可遮風避雨的家。



摘錄自《自由時報》〔記者王善嫻／嘉市報導〕

最後，希望各位同學們，能夠珍惜你所擁有的一切，並且表達感恩，以及適時地提供協助，給需要幫助的人。 實習老師 芳玲、佩字製



# 祝大家聖誕節快樂～