

psaniq

baqun ta mha inlungan na Tayal hiya ga, helaw balay ru mutu smoya mprraw ru mpbbiq kin squliq qu inlungan ta. nanu gaga sraral ka Tayal hiya ga, mha ta trang nyux maniq ru, ana nanu' qu nyux ta nniqun ga, mha si trang mhtuw qu llpyung 、squliq ru qenu na rrangi' ga, ini balay lqing sa nniqun qani, utux ta helaw balay shlagan qu llpyung ru rangi mha, “mqoyat su balay. nhay! nhay! wah mlaw maniq.” hmswa liy baqun ta mha, krahu balay na zyaw qu son mha maniq qani, ru yasa qu sqyanux ta ita tayal uzi rwa ! nanu gaga ita Tayal hiya ga, ini balay srci' ru kyubing qu qnaniq qani pi ! mha ta ini plagi maniq qu llpyung ru rangi qani lga, yasa qu son mha : nyux ta psasa' squliq qu nniqun qani lru nyux ta hmiriq squ gaga na ita Tayal mqu bnkis ta sraral. yasa qu son mha psaniq son ma gaga ta. sgayun ta qu ke' qani lga, mosa kahul squ psasa' ru maniq qu puqing na ke' qani!

son sqa mglung qu gaga qani lga, iyat balay na kinqiri' qu gaga qani. nanu gaga bnkis sraral hiya ga, qutux hiya ga ini balay s'aris. ana nanu ka qinsugan ga, ini ggoyaw ru ini tbcig, musa qmalup uzi ga, yasa qoyat bniq na utux lga, yasa qu pqasun na tayal, musa tmuba' gong uzi ga, mutu qsugun kwara qutux gluw ru qenu na qutux qalang, ini balay srci' lmqing nanak. ru

musa qmlih uzi ga, ini balay tgali tmasuq qmlih qu qutux gong uzi, mutu nha sqon smka' qu gong i qmlih, ru utux nha sqasuwa sa qutux niqan ru qenu na qutux qalang. musa te llahuy hmkangi' ana nanu aki nniqun uzi ga, yasa tnaq niqun lga, ini balay s'aris tksyaw magal uzi qu ita tayal. baqun ta mha, kwara ka nyux mqyanux squ rhyal qani ga, nanu si ga thyayun ta cikay qu gnalan ta ru, mosa utux thuzay mk'uyuk ru maki galan ta lozi qu babaw nya.

sazing lga lokah balay mprraw, squ qalang ana nanu hupa na zyaw ga, utux prraw qu qutux qalang. yan nqu kbalay ngasal ru muya' pagay, ru kmloh ru mnayang qmayah, ru tmuba' ru qenu nqu qmlyeh gong ga, utux si tbuci' mhtuw ru rmaw mtzyaw qu qalang squliq. ru utu msbayux uzi qu son ma zyaw, nanu mssi balay inlungan qu son ma qutux qalang. ini balay pbbiq turu' ru mqeway qlcing qu son mha ita tayal. nanu leqaw ta mglung qu gaga qani ru, ssmaw tqi inlungan ta, te ta mgamil sa zik qsahuy ta ru, te ta mruruw kinleqan nqu qnxan ta babaw cinbwanan qani.

禁忌

泰雅族人的特性是好客、相互幫忙協助與分享的民族。進餐或吃東西、食物時，親人、路人或朋友路過，不會隱藏食物，而是說：

「快來一起吃！你真有福氣。」重視吃，靠吃來維持生命與生活，不吝分享食物的美德，是族人堅持的傳統文化。若不一起進食分享，等同炫耀食物，破壞祖先的文化與傳統。psaniq 就是「psasa」與「maniq」的結合！

首先，凡事不貪心、不過取：任何分享的物品，不嫌棄與挑剔；若去打獵，都存著感謝與歡喜的心；若去溪流捕魚，一定分享漁獲給親人、族人，不會多分或隱藏；也不會圍堵整條河流捕魚，而是分流成半為捕撈；到野外尋找食物與物品，不會貪心濫取。取之萬物要有所留，萬物方能繁衍共存。

第二是相互協助支援與幫忙：遇上任何事，族人會相互支援幫忙，建造房屋、插秧、割稻、開墾或圍堵捕魚等。族人會幫忙或以換工協助，向心力緊密，不會發生不理會狀況。

重新審思文化的意義，檢討行為與觀念，讓美好的傳統文化，深植心中，進而發揚光大改善生活。