

# 體驗原住民飲食文化

文·圖片提供／劉炯錫  
(臺東大學生命科學系教授兼理工學院院長)

原住民族傳統生產方式多半仰賴採集和狩獵，隨著自然生活環境、歲令時節、慶典儀式不同，使得臺灣原住民各族在食材選擇、烹調等發展出各具特色的飲食文化。



▲ abai 是用米磨碎加魚蝦等配料，再用假酸漿的葉子包起來蒸熟。



鏟等用具，在百年前的傳統部落還是很少見。1960年代，臺東的原住民部落多以大鼎烹煮食物，尤其是布農族的鼎最大。在大家族裡，大人通常半夜兩三點就

起床，小孩以杵臼打小米，然後用大鼎煮，煮熟後，一面吃，一面攪，以免黏鍋底。湯則是大鍋湯，有野菜、豆、瓜、肉骨一起煮。烤、煮是臺灣原住民最普遍的烹調法，臺東的阿美族、卑南族及臨海群的排灣族，常用樹幹做成蒸斗來蒸飯，再用手抓飯揉捏後食

每獵獲必分享的習慣，可見對原住民而言，飲食不只是填飽肚子、獲取營養，還是維繫家族、部落與祖靈的生命共同體。

現在原住民社區常看到的油、鹽、醬、醋等作料，或茶、咖啡之類的飲品，以及筷子、炒

在排灣族部落裡，老人家圍著一鍋半乾半水的野菜飯，每個人用湯匙吃靠近自己面前的食物，不用碗和筷。在臺東市近郊的達魯瑪克部落，湯匙還刻意做成象徵祖靈的百步蛇頭形；加上

## 臺灣學系列講座 54

主講人／顏綠芬（國立臺北藝術大學音樂系教授）  
記錄／沈佳姍（國立臺北大學民俗藝術研究所碩士）

# 臺語藝術歌曲的詼諧與典雅

「飲啦！杯底不可飼金魚……」二二八事件後，呂泉生看到本省人、外省人互相仇恨，創作了〈杯底不可飼金魚〉，用歌詞「好漢剖腹來相見」希望兩方一酒解千愁、化千恨，不論是動聽度或歷史背景，這首歌都是現代臺灣人一定要知道的歌。

國立臺北藝術大學音樂系教授顏綠芬2月12日在央圖臺灣分館臺灣學系列講座中，講述「臺語藝術歌曲的詼諧與典雅」。顏綠芬說，「民歌」又稱民謠，簡單易唱，用大家熟悉的

語言和題材，以口耳相傳方式傳播。臺灣很早就有民歌，但直到日治時期受西式音樂教育，才開始有創作歌曲。

臺語創作歌謠發軔於1920年代，蔡培火的〈臺灣自治歌〉及〈咱臺灣〉，描寫臺灣的美，並激發人民愛臺灣的心，具抗日意識，屬社會運動歌曲；但因只有旋律，少有伴奏，文學性弱，無法被稱為藝術歌曲；1932年發行的電影宣傳曲〈桃花泣血記〉，則是臺灣第一首流行歌曲。1933年，古倫美亞唱片網



▲顏綠芬。

羅作詞、作曲人才，如鄧雨賢、李臨秋等人參與流行歌曲製作，如〈雨夜花〉、〈望春風〉都是此時期的創作。這類30年代的流行歌，在廣泛傳唱後也可說變成民謠，但學術上仍定義是流行歌。

藝術歌曲則是詞句具文學性，並以音樂伴奏來加強或烘托詞意，使旋律和詩詞完美結合。臺灣早期

用。

除了用鍋、鼎煮食外，也可以用熱石頭煮、爛食物。東海岸的麥飯石熱容量很高，烤熟後，放到裝有魚、蝦、蛙、野菜及水的碗裡，這樣的石頭火鍋很夠味，湯頭常留給長老吃。達魯瑪克部落則把烤熱的石頭鋪好，放上地瓜、芋頭、玉米、肉類等食材，蓋上姑婆芋的大葉子，再覆上土、沙隔熱，最後插上一枝野草，等草葉萎垂後就可以熟食了。茂林鄉O'ponoho（萬山）部落，用假酸漿的葉子包住整隻虱目魚大的高身鮎魚，然後燜熟或以熱氣蒸熟，再將葉子與去骨的魚肉攪拌吃，風味絕佳。

東海岸的阿美族很會品鹽，

他們用鹽醃肉，特稱為silau。醃肉文化在日月潭的邵族也很普遍，他們具有臺灣「最湖沼」的文化，鹽醃的奇力魚、豬肉可做為禮品。苗栗縣南庄鄉八卦力的賽夏族人也很擅長醃魚；除了鹽醃保存外，東海岸用柴烤飛魚，蘭嶼則用日晒。

在保存主食上，用大樟樹的樹幹做米缸最為普遍。霧臺鄉的烤芋頭也是一絕，有特製的烘焙灶，能去掉水分卻留住芋頭香。芋頭乾輕便又高熱量，可讓部落勇士在山上打獵一兩週食用。但以芋頭為主食的蘭嶼達悟族，則習慣食用新鮮的芋頭，當天食用的芋頭都是前一天才從水田裡挖起的。

遇到特別的節日時，各部落也會特別製作食物慶祝，如收穫祭、結婚喜慶等。把米磨碎加魚蝦等配料，再用假酸漿的葉子包起來蒸熟後叫 abai，類似年糕；如果不把米磨碎，叫 jinavu，類似粽。而除了蘭嶼外，每個部落都有釀酒達人，所釀的好酒常可換得貴重的禮物。

此外，除了高山的布農族、泰雅族外，原住民以檳榔為重要作物。將檳榔煮熟或不煮熟，剖開夾石灰泥，再夾入老藤、老花，或用老葉包石灰、檳榔一起咀嚼，不僅自己食用，也做為親友日常社交的輕便禮物。在婚禮之中，男方以檳榔與老藤做為聘禮，由女方分享給觀禮的親朋好友。

的藝術歌曲是由中國傳入的華文藝術歌曲，如〈教我如何不想她〉。戰後，臺灣開始創作華文藝術歌曲，有政府公告歌詞再徵曲，如以余光中詩所譜曲的〈鄉愁四韻〉；利用古詩詞再譜曲，如郭芝苑〈虞美人〉。當時也有少數臺語藝術歌，像呂泉生的〈搖籃仔歌〉，曾被日本NHK票選為世界十大搖籃曲之一。

臺語藝術歌在戰後初期僅曇花一現，之後因白色恐怖、作家不熟悉臺語入樂規則，以及政府偏差的語言政策，停滯了三十年。像郭芝苑曾用詩人詹冰的臺語詩寫〈紅薔薇〉，最後呂泉生須另請盧雲生改寫成國語詞才能公開；另外，崇洋心態也影響了臺語藝術歌曲的創作。

80年代臺灣本土意識開始浮現。90年代初，扶輪社出版《臺灣歌曲》；和成公司委託作曲家改編〈臺灣民謠交響詩〉，在國家音樂廳演出，臺語歌開始登入「大雅之堂」。同時，東方白等作家和旅居國外的作曲家，開始用臺語寫詩譜曲。郭芝苑從傳統歌仔戲曲調的「雜念仔」中的繞口令取材，改編成〈一個姓布〉；巫永福用「我來念歌大家來喔」的古早念唱方式，將來臺老兵被迫流浪異鄉，異鄉終成故鄉的心情寫成〈蘇武在臺灣〉。

顏綠芬強調，就像文學有深沉的論述，也有輕快的打油詩一樣，臺語歌也有很深刻的歌曲，像蕭泰然的〈出外人〉：「雖然我會講美國話，言語會通心未

通」；〈上美的花〉：「我孤開在你心中，你日夜思念的故鄉」。這些臺語藝術歌曲象徵臺灣本土化思潮的擴大，以及音樂家從中國情懷到臺灣意識的自我認同，為本土詩人和音樂家提供跨界對話，並帶動客語、原住民歌樂的新創作。

### 臺灣學系列講座預告(55)

●蒐藏、臺灣歷史——以臺灣歷史博物館為例

主講人：呂理政（國立臺灣歷史博物館館長）

講座時間：3月12日（星期六）

上午10時~12時

講座地點：央圖臺灣分館四樓

4045教室

洽詢電話：(02) 29266888

轉 4221 余小姐