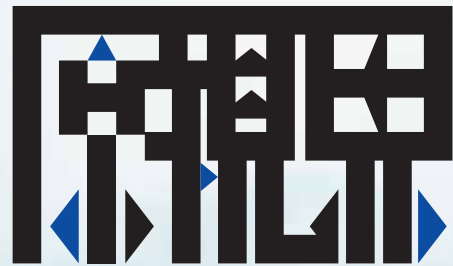


Issue 35 | INDIGENOUS
SIGHT
| IPCF雜誌 |



交棒

尋找身體感

tasilotor: komi:im
ray basang ka hin'azem



kmalawa sa mia' atha' athan kazakazash a kalapaw

搭建多元文化的交流平臺

tu kahiwan a Tai-waan munsai Shpuut a kazash a miakuza ya mriqaz kmalawa mangqtu sa thuini, numa mashtay a thau muqay ya mafazaq miniahala inai a thau muqayiza sa kilhnaqualh a kalawan. antu miazithu, isa Tai-waan miniahala inai a thau antu muqay naur a ipruq a talima, ianan ita mani manasha sa kazakazash, numa kmalawa mia' atha' athan kazash pinfazaq masa palhkakaktha wa mindahip a paziwat a Yuan-un-hui, numa amangqtu kmalawa manasha wa mia' atha' athan malhkaktha wa saran, numa ya suma wa qbit a thau shduu minakaminiahala inai a thau a kazakazash minfazaq numa pasain sa mashashu a mangqtu masa mafazaq lhungqizi mita wa prug, numa musuun piaqitan ya kahiza.

haya wa 《Yuan-sir-kai》 sa mutal faqlhu a lhmaza, iamin palalawan sin-zui MV 郭佩萱 itantu Amis a malacecay kazash taun masa maqitan a aniamin a makakakri, musuun mita wa thau malhkakaktha numa minfazaq. munsai thithu mafazaqiza wa kalawan, tu Shpuut niza tu pasain kilhnaqualh a thau munai, numa pasain sa huruy munai mafazaq numa mriqaz Amis mapitan a kazakazash.

Tai-waan inai maqitan a prug, maqa ianan miniahala inai a thau ianan Shpuut numa ianan Kakitlan, numa ianan shauna' az' az a katataunan qbit a thau, ya miazithu thuini mathuaw maqitan dai. numa thuini a dawaz saran a qu-kii mathuaw maqitan, thuini iamin mat tu kahiwan ianan manasha sa mia' atha' athan a saran, mafazaq mashashu a qbit a kazash masa ininthawan. Yuan-un-hui aminra' inra' in kmalawa manasha wa maqitan a malhkaktha wa kalapaw, pishbiskaw parhaway qbit a thau shduu mafazaq ananak a kazakazash a intua masa miakuza ya mriqaz, numa sunda mutusi pasain sa izai a kafazaqan masa kazakazash, apiqitan mita mushnaw a Tai-waan.

過去臺灣社會主要以漢文化的價值觀作為主流思考模式，造就大眾對原住民部落文化的認識，往往只停留在觀光層面。事實上，原住民不僅是臺灣這片土地原本的主人，我們也擁有豐富的文化底蘊，而作為多元文化認識與互動窗口的原文會，希望藉由建立更多元的交流管道，讓其他族群能夠從原住民文化中，學習運用不同的觀點和方法愛護我們的家園，共創更美好的未來。

本期《原視界》是一個全新的開端，我們特別邀請新銳MV導演郭佩萱到阿美族的malacecay傳統家屋構築與寶庫工坊，與我們的族人彼此交流學習。透過他的視角，讓非原住民的朋友們跳脫過去遊客的身分，重新以朋友的眼光，更深入地認識、欣賞阿美族的傳統文化之美。

臺灣這片美麗的土地，正因為有原住民、閩南人、客家人，以及來自各個國家的多樣化族群，才養成今日的繽紛色彩與欣欣向榮。隨著網路科技越來越發達，現在我們擁有比過去更多元的管道，了解不同族群的文化與生活。原文會會持續搭建更多友善的交流平臺，鼓勵年輕族人深入了解自己文化的定位與價值，並且堅定地應用特有的知識與文化，點綴我們愛的臺灣。

naur kazash a kalangkan
財團法人原住民族文化事業
基金會執行長

世界

INDIGENOUS SIGHT

Issue

35

發行單位：財團法人原住民族文化事業基金會

發行人：Maraos 瑪拉歐斯

總編輯：Magaitan 瑪蓋丹

統籌：孫琳鳳、希給·梧梅

編輯執行：曾瓊慧 Lovenose、賴星羽 Bali

美術統籌：賴星羽 Bali

地址：11573 臺北市南港區重陽路120號5樓

電話：02-2788-1600 / 0800-581-600

傳真：02-2788-1500

E-mail：ipcfservice@mail.ipcf.org.tw

編輯製作：今周刊代編部

統籌：羅景馨

文編：郭柏均、田俤聿

文字：郭柏均、邱睦容

攝影：林靜怡

美編：張為舜

插畫：林家棟

族語翻譯：馬月琴（達悟族）、蔡麗綉（邵族）

hewen a ta:in tawtawazay（賽夏族）

地址：臺北市中山區南京東路一段96號8樓

電話：02-2581-6196#336

傳真：02-2531-6433

版權所有 翻印必究／未經本會書面同意，請勿轉載。雜誌內所有言論與撰述均不代表本會立場。中華郵政臺北雜字第2064號執照登記為雜誌交寄 ISSN：2313-111X

從原住民族的角度看世界
圖文好看線上版 ►



01

Kmalawa sa mia'atha'athan
Kazakazash a Kalapaw
搭建多元文化的交流平臺

10

新手入山的第一課

20

好多事都是我的第一次

06

我以前只知道石板屋耶！

08

長出歸屬感與生活感的家屋

12

看到家屋還以為是布景

16

備好工具，
要去潮間帶尋寶啦！

24

想吃自己採
路邊野菜攤挖寶去

28

希望有一天也能
傳承這些知識

接棒>>

噶拉巴

taSilotor: komlun nay basang ka binlaxem

你對原住民的想像，真實嗎？

傳統生活離我們太過遙遠，原住民部落又非日常觸及的範圍，

於是「原住民」藉著學校教材、媒體報導，
形塑出大眾想像的樣板。

但這次我們不用口水論戰，
而是下戰帖讓非原住民親自認識我們。



本期《原視界》邀請體能表現不俗、偶爾會被誤認為原住民的導演郭佩萱，

到 Madawdaw 部落體驗傳統原住民生活，

從砍竹子、削藤、編竹籃，
以及到潮間帶與田野採集，

用了 3 天的日常切身體會原住民的生活方式。

郭佩萱會如何接招？

註：faSilotori komi:im ray basang ka hin' azem，
賽夏族語「傳承：尋找身體的感受」之意。

我以前只知道石板屋耶！



草口味影像工作部(原輯)

1992年生

郭佩萱

海端

很愛喝酒，
越喝話越多

，要知什麼
才了解金蟻社



收到這項原住民文化體驗邀請的前一個月，才剛去一趟臺東旅遊，除了令人放鬆的山水美景，也注意到很多主打原住民特色的小吃與建築，以及許多擺放在自家門前的手作裝飾和擺設等。但當提到原住民文化的特色，一時之間我竟然難以解釋，因為生活中並不會把「原住民」特別區分（除了看到身穿傳統服飾的表演者，或是強調原住民的商品名稱），我一直認為我就是生活在有這些人存在的地方。我要如何訴說自己與原住民族的關聯？是為了考試而把分布臺灣各地的原住民族背下來，或是聽原住民的音樂、看相關的電影嗎……

我對於小時候的記憶異常清晰，常常講出一些連父母都驚嚇到我居然記得的回憶。他們喜歡帶孩子親近自然，也因此我有很多去部落遊玩的經驗，我有一些大約5歲時的畫面片段，長大後回想起來，我都覺得有可能是夢——大人們圍成圈，夜晚有人彈吉他、唱歌，我好奇地東摸西看，被一個發著紅光、有熱度的東西燙到，爸媽把嚇一跳的我拖起，但唱著歌的中年人只是哈哈笑地說，「這是香菸喔。」之後有個跟我年紀差不多大的當地小女孩，他熟門熟路地帶我玩捉迷藏，以前我的個性很內向，而他好像什麼都不怕地東闖西闖，故意帶我躲起來不讓大人找到，還邀我到他家玩，最後我才被大人領回去。大人們跟我要說，「他是頭目的女兒喔，是公主。」頭目是什麼？那時我也不清楚，只覺得——哇！他跟我卡通裡看到住在城堡裡的公主真不一樣。後來我有找到幾張照片，證明這場像夢一樣的經歷是真實發生的。

如今的現實生活因為拍攝音樂錄影帶的關係，接收比較多音樂人的資訊，原住民族最令人熟知的是阿妹、動力火車、阿爆等，最近也對新世代的原住民饒舌歌手和YouTuber很有興趣。他們的活力及渾然天成的韻律感形成我對原住民的認知，還有酒量好像很好，不得不說對於愛喝酒的我有點期待……

近幾年在社會上打滾，常常覺得現代的生活模式容易讓人迷失生存的安全感，好像什麼都很容易擁有，又什麼都不是自己的。加上最近迷上露營、釣魚，看到這次的課程可以學習從採集到製作的過程，感受與自然環境的互動，以及自己建造出的成果，雖然目前對家屋沒有什麼想法，但這正是我所期待獲得的知識和心靈成長。



長出歸屬感與生活感的家屋

Ayac Orat, 陳豪毅

還有雞與豬

養了3隻狗、5隻貓，

野外知識與藤編文化
全都難不倒他

從小在南王部落長大、受過卑南族年齡階級訓練的陳豪毅，在30歲回到阿美族母親所屬的麻荖漏部落時，他發覺這裡只有教會，卻沒有族群文化的痕跡，誘發他開啟認識母親文化的路徑。陳豪毅透過自己的身體向老人家請教，花了近7年的時間學習藤編。藤，除了做籃子，最主要的功能是用於綁房子，在陳豪毅對自然素材有十足的認識後，他決定開始備料建房。

陳豪毅用2年半的時間採集與處理材料，並募集大約600位志工在3個半月將這幢仿造1百多年前樣式的家屋建造完畢。這幢家屋全是天然素材，過程唯一使用現代工具是鏈鋸，其他都是手工製造，不過陳豪毅並非刻意拒絕便利的方式，只是他全心投入建家屋，無暇分心工作賺錢，也就沒有經費採買工具。

廚房

家屋花費的材料

約有600支竹子、800把茅草、1,500支五節芒、12支原木，以及3公里長的黃藤。

有些族群的家屋是家庭式的，但阿美族是整個家族數十人都住在家屋，陳豪毅認為建築是讓人使用的，便因應他的需求做了許多改良，在格局上都有縮小。家屋外頭有廚房、天然廁所*，接著他還預計要蓋豬舍與雞舍，打造傳統的生活環境。

在居住環境與模式建立後，陳豪毅的生活節奏變得要花更多的心力，每天都必須確認家屋狀況、上山砍柴生火、燻茅草、視氣候時節獵捕動物等，日常不再只是上班、下班、滑手機。「這就是你要選擇自己想要的生活，錢並不是唯一，有那麼多的錢，但不了解生活的環境、不認識土地，這樣空洞過每一天不是我想要的。」陳豪毅說。

2018年擔任蓋家屋的志工後，就一頭栽入這裡，再也沒離開過

港臺混血的香港人

吳恩

*「阿美族對死亡不忌諱，但對屎尿很忌諱。」陳豪毅分享，過去沒有廁所，族人會趁一大早到很遠的海邊上廁所，順便洗屁股。這間他特製的天然廁所沒有馬桶、沒有水，大小便後鋪蓋木屑就可以消除臭味囉。



陳豪毅認為在自然環境無法完全防範白蟻，只好與牠們和平共處，白蟻要吃木頭就讓牠吃，便放了成堆的木頭在外，以防白蟻們侵襲家屋。

新手的 入山第一課



使用便利的工具是人之常情，但若學會野外生存的一招半式，遇到危險也能淡然處之。陳豪毅先是在家屋外教郭佩萱學習用小刀製作竹筷，接著再到海岸山脈第一高峰麻荖漏山認識山林環境及採黃藤，讓郭佩萱運用自己的雙手觸摸原住民族的傳統文化。

砍竹子做餐具

現代工具雖然較為方便，但傳統不會用鋸子鋸竹，因為鋸下的木屑會塞住竹子的孔洞，導致竹林死亡。陳豪毅也提醒，鋸完拖竹子時要先觀察上方有沒有蛇，不然蛇可是會掉到頭上的唷。



在阿美族的生活裡，黃藤簡直無所不在，不論是蓋房子、做籃子、吃食等，通通能看到黃藤的身影，尤其黃藤心更是祭儀不可或缺的料理。但採黃藤可不容易，沿路一起認識其他植物吧。



紫花藿香薷是山裡的緊急醫藥包，將葉子搓揉後，再取長葉樹如山棕、鬼針草等葉子包紮，能夠消炎、止血，並避免受到細菌感染。



通脫木內的白色髓心是自然界的保麗龍，重量非常輕，在濕潤的時候能夠塑型，待乾掉會變硬。白色髓心放入製作家屋的竹管可以防止雨水與蜜蜂進入，若放在竹筏的破洞處，還能夠增加浮力。

採黃藤

採藤心要挑部位，從末梢數來第六片葉子處切斷，能讓植物繼續生長，而切下的藤便是能食用的部位。但森林草木叢生、枝葉糾纏連成一片，切斷後也沒這麼容易能拿了就走，還得與這片茂密的樹林拔河，割除纏繞的枝葉；取下後必須先削皮，除去布滿藤身的尖刺，才不會採個黃藤卻流汗又流血。



禾本科的植物如芒草、狼尾草、甜根子草、五節芒等，適合製成筷子或烤肉架。若是環境中能食用的野菜少，阿美族人也會將禾本科植物的莖拿來料理，苦澀的味道能降火氣，搭配蛋白質，味道會轉為清甜。此外，在野外飲用溪水容易喝到寄生蟲，可以吃野薑花排毒。但族人並不太會喝河水，而是靠吃芒草補充水分。



吳恩正在教郭佩萱用鐮刀削黃藤皮。

我10分鐘就可以用完了，這part還要多久？

看到家屋 還以為是布景

在抵達之前，你對家屋的想像是什麼？



我以為原住民的家就是石板屋，因為戶外教學或去觀光都是看到石板屋，就對石板屋印象滿深刻的，他們都說過世的人會埋在石板底下。所以你們一開始在講家屋的時候，我很想發問家屋到底是什麼？原本以為是一個機構的名字。

這次看到阿美族家屋時閃過的念頭？



很特別，因為我沒有真實看過，印象中看到的影片可能有類似茅草蓋下來。不過我第一個想法覺得很像搭景，我還發 IG 限時動態，很多拍片的朋友都問我是在拍片嗎？大家都以為那是布景，他們還懷疑我有什麼大片要拍。會有這樣的想像，有一部分是因為裡頭的分類有點太齊全，每個角落、每個位置都有很明確的用處，對我來說好像有點缺乏「生活感」。但可能是我平常沒有接觸過這類的建築，沒看過一個建築都是竹子，連屋內的用品都是我們很少看見的材質。

沒有「生活感」，是因為很像被當成文化場域介紹的感覺嗎？



有一點，因為我覺得很少人會捨棄科技去住在那樣的房子裡，就像每個人都會用手機……對耶，那邊有插座嗎？我很難想像有人捨棄電或是一些很方便的東西過生活，尤其在科技這麼發達的情況下，如果刻意過很原始的生活，對我來說也是很違和。但今天參觀家屋、聽他的說明，我覺得他是有想過才做出選擇，這樣的做法我覺得很好、很認同。我相信文化是需要保留，但如果太刻意就會很像作戲，所以才會那麼多人以為我好像在拍片，因為只有拍片才有可能這麼真實地呈現原始生活。

你曾經有部落觀光的經驗，跟這次有什麼差別？



近期春假我有跟家人到部落觀光，我覺得滿弔詭的是那一整條街都很像是 set 出來的，一些傳統的石板街道參雜現代建築，再加上到處都賣石板烤肉或相同的商品，好像為了販賣他們這個特色，而刻意強調一些事情，我在那個環境就不是很自在。

不過今天的體驗我覺得滿真實的，因為他是真的這樣生活，沒有在演給你看。他不會刻意用最原始的工具，畢竟我們想要的生活不可能這麼辛苦，人類就是不想要那麼辛苦才進化到現在這樣，有什麼理由回去荒野求生，那是為了節目塑造的，但我們是真的在過生活，使用現代工具真的不是罪。

你今天是第一次砍竹子嗎？感覺如何？



應該是第一次，但今天以前我沒有想過我這麼不會用刀，我一直以為我很會用！我傻眼！我無法想像今天刀子砍下去都不在同一個位置，我真的超慌，我想說我有這麼不會砍嗎？都沒有準頭，很奇怪耶。早上滿挫折的，因為我自認運動細胞滿好，領悟力也滿高，加上我很愛看野外生存的網路影片，覺得操作起來很容易，今天才發現怎麼會這麼難，真的不敢相信。我從早上開始一直在ㄍ—ㄌ，想說這次安排的級別也太難了吧，我人生真的很少遇到這種自我懷疑的時刻，我以為我是日本節目的森川葵，今天才知道，好吧我不是。

你有滿多露營的經驗，今天看到老師生火烤食物有什麼想法？



我已經跟我朋友放話以後不用帶噴槍了，我想挑戰之後露營也用這種模式，只要帶打火機就好，沒有木頭也可以砍一些樹枝燒。生火這件事讓我滿著迷的，因為視覺對我來說很重要，我聽過一個說法——火是原始人的電視，我希望隨時隨地可以看到一些視覺的東西，當你在野外沒事情做，天那麼黑，你就喜歡看著火，發現它的千變萬化。

你對下午認識的植物還有印象嗎？



我是比較喜歡動物，植物的記憶點很少，聽完就忘了，不過我滿喜歡野外採集這種自給自足的生活模式。我目前只記得敷傷口的草藥，因為電動玩具補血的草也是紫色的。

今天跟黃藤拔河後有什麼感想？



我之前從事的戶外運動都沒有像今天這麼疲勞，強度好高，我還默默心想要是其他人受得了嗎！雖然很挫折，但我又拚了命地想要搞懂，那些真的是身體的經驗，你沒辦法用「看」來學習，體感完全不一樣。身體這件事很奇妙，就像老師說：「你頭腦很聰明，但你身體很笨。」你在腦中想和身體去體驗是不一樣的，用腦袋想事情很容易，但如果沒有身體去接觸它、沒有經驗去熟悉它，你是學不會的。





要去潮間帶尋寶啦！ 備好工具

手腳運用很重要，如果只靠手壓，不靠腳踩固定，藤的位置就會跑掉囉。



要吃飯，必須先做餐具；要去潮間帶採集，就得先編籃子！為了下午的採集行程，郭佩萱先在家屋用印度鞭藤製作籃子，下午就能裝入採集到的螺類、貝類。只是編籃子講求手感，這對「能動不能靜」的郭佩萱可是一大挑戰。

考驗手感與耐心的時刻

1 先挑 6 根藤對稱擺陣，再拿 1 根較細的藤，以一上一下交錯方式穿過底座 6 根藤。

2 手上的細藤編完 1 圈為上下彼此交錯，但第 2 圈開始會和第 1 圈重複，原本 6 根藤的底座需要再加入 1 根，才能繼續上下交錯的格式。

3 當手上的細藤快沒空間編織，再取 1 根細藤與手上的細藤交疊續編。視要做的籃子大小，決定這步驟重複幾次；當底部大小差不多，就可以將底部立、挺起來，形成碗盤的圓弧狀再往上編織。





以前向老人家學習，不像現在的步驟教學，老人家都會說：「用看的就好了。」他們會示範，我們有時候一看就是一整天。我們的文化不會問太多，不然老人家會罵：「你這個孩子怎麼平常都沒在看，只會用嘴巴問，不會動手做。」所以「看」的能力很重要，我們很會看手機，但要做的時候，眼睛跟手沒有辦法相連，這就是缺乏身體感，需要培養和訓練。

4 要收尾時，將底座原本的7根藤，先取1根壓上右邊的藤，再往下塞入橫面的藤（也是1上1下），並將尾段藏在籃內，7根藤依序操作就完成囉。

阿美族的編織方法有十幾種，這為普遍編織方式，不是阿美族的傳統編織。



郭佩萱拿自己編的籃子與陳豪毅編的魚簍們合照。



動物在哪裡？不要隱藏你自己

傳統阿美族分工為男性負責竹編器具與打獵，女性是織布、種田，但水域則是男女都會參與。為什麼下海對阿美族這麼重要？原因在於阿美族有 Pakelang 的習俗，現在雖然多被詮釋為慶功宴，但實質是代表一件重要的事情結束，要開始做另一件事情。做 Pakelang 需要下水，因為「水」在阿美族文化中有「淨化」的意義，象徵洗滌汙穢、洗去疲憊，所以 Pakelang 有出現魚、蝦等，就代表你下過水了。

陳豪毅也提醒，到海邊除了抓生物，也要懂得觀察海浪的變化，隨時注意風與浪的狀況，在自然環境得隨時提高警覺，安全最重要。



發現目標，海膽！



抓到你了，
少了刺，你就沒什麼好怕的！



把你的精華通通挖來吃。



其他的戰利品就帶回家吧！





郭佩萱採集到的生物。



即使潮間帶的生物種類豐富，但也不是撿到都能吃。像是芋螺有毒性，只能吃腹足的一點點肉，而且帶回家千萬不要碰到淡水，不然會臭掉，直接冷凍即可。蝦類、蟹類雖然常吃，但滿多螃蟹都有毒，東海岸大概只有 5 種螃蟹能夠食用喔。



海參噴出白色細絲。



石頭火鍋還要放石頭才能煮？



麥飯石

煮火鍋還要撿石頭？

陳豪毅透漏隔天的午餐是阿美族石頭火鍋，要煮石頭火鍋就要先撿石頭，而且還限定只能撿麥飯石。這種事還是第一次聽說……

好多事都是我的第一次

用早上的時間編完一個籃子的感覺如何？



我覺得好累喔，要好專心，老師幫了好多忙。一開始滿像昨天一樣感受到挫折，因為會突然做到一個地方才發現順序不對，全部拔開重來，當下心想好險才做沒多久，不然會崩潰。最難的是第一、二圈，要靠腳幫忙，藤很難控制，後來用夾子發現藤需要一點時間就會固定、定型，然後就進入重複的動作，很像打毛線，有點催眠。

如果重複的事情做多了，或是太專注，這件事情就很容易遺留在我腦海，卡著出不去。像是拍一支 MV，等它上線後，我會一直重複看到我再也不想看為止，等於我和這件事情的關係已經結束。我昨天就有被削藤的畫面困擾到，一直想到底要怎麼削啊？今天編籃子也滿重複的，還好下午有其他記憶蓋過，我一看到海就超開心的耶。

午餐吃了昨天採的黃藤和其他野菜，有什麼印象深刻的地方？



我印象最深刻的是竹筒飯，飯真的超黏，老師有說以前會當作膠水用，我洗手都洗不掉耶。另外我平常不太會吃苦瓜湯，今天黃藤吃起來滿像苦瓜，但我覺得我可以，可能是因為昨天削藤太辛苦了，所以才比較愛吃它吧。

今天還有飛機菜，我沒吃過，也不知道飛機菜可以吃，不過我滿疑惑老師說日軍用飛機灑飛機菜種子，日本這種菜很多嗎？我沒在日本料理吃過這樣東西。不過吃那道菜的時候，我一直陷入「招河童」的畫面，腦中一直有個小劇場擺脫不了，為什麼跟河童有關係？拿葉子河童就會過來嗎？後來才知道老師是說「昭和投」的……



為什麼對潮間帶採集這麼有興趣？



我超喜歡海，平常就滿愛去海邊釣魚、游泳，而且今天有超多種生物，石頭上面都是珊瑚，真的超漂亮。我小時候很喜歡抓寄居

蟹，今天寄居蟹的殼是我看過最漂亮的，有超多顏色，仔細看殼還有不知道是什麼的生物寄居在上面，超酷。會動的魔鬼海膽也很驚人，牠腳超長還會自己移動，超像外星生物。我們最開始到的大礁岩裡面都是海膽，我沒有想過會有那麼多，那一整個區域的每一池都超級五顏六色，其實我很想要在那邊待著看很久，只是老師速度很快一直走，我想說真的沒東西嗎？一看發現，好吧真的沒有。

潮間帶跟海不一樣，如果在海裡能很快看出這一片都是珊瑚，會比較有立體感，知道這些是生物；但潮間帶很像一池、一池的作品，我會想要看很久，確定這些是什麼東西，而且我在潮間帶的觀察力有降低，因為我都會被每樣在動的東西吸引。

在潮間帶採集有感到困難的地方嗎？



我今天一開始有學貓咪想徒手抓魚，但完全沒成功，連碰到都沒有。老師分享他以前被礁岩刮傷的事情，我想到我有一次海泳要潛過一個洞，但因為浮力太高，我的背整面刮過去，所以我聽老師講受傷的故事都覺得可怕，一路上有領悟到「體驗真的是身體去驗證那些事」，才知道什麼事該注意、什麼事該怕。老師在海邊提醒我很多次，海膽的刺會噴射，他使用「噴射」這個字讓我滿驚恐的，是你太靠近牠，刺就會「噗嘶」出來嗎？

老師在回程有分享環境保護面臨的狀況，有引發你什麼想法嗎？



他講的一點我滿喜歡，就是「你從這裡拿了，你可以再放一點。你抓一些魚，可以也收一些垃圾」，這想法很不錯，是個人就可以做到的事情。如果以後我釣魚看到垃圾真的會撿一下，但如果太多可能就算了……

在海邊撿麥飯石為石頭火鍋做準備，有給你什麼疑惑嗎？



我看過有人用那個石頭烤東西，但我不知道那叫麥飯石，我現在還想像不到明天石頭火鍋是怎麼用。真的會把石頭丟到鍋裡面，讓石頭跟食物在鍋裡面一起煮嗎？有麥飯石過濾後，應該會別有風味？我自己覺得這樣想像很合理啊。



郭佩萱想像的
石頭火鍋。





想吃自己採 路邊野菜攤挖寶去

阿美族是「吃草的民族」，許多田野路間的野草都是阿美族人的生態寶藏、桌上餚饌；更有一說是「阿美族愛吃苦」，因為多數野菜帶有苦、澀的味道。這些野菜常見的料理手法是入湯，再加點調味用的野菜或蛋白質，即是營養豐富的一餐。跟著陳豪毅巡視家屋周遭，一邊認識野菜，一邊準備等會兒火鍋的食材吧！

刺蔥

煮魚若沒有生薑，可用刺蔥取代。葉子曬乾打成粉、加入鹽巴，就是原住民的胡椒鹽。拔的時候要斷頭，不然刺蔥越長越高，就會失去味道囉。



構樹

又稱鹿仔樹，以前是養鹿用的飼料。有雌雄之分，雄的會長出小花，族人大多食用雄的構樹葉。



肉桂

帶有毒性，不能吃太多，料理時加入1、2片即可。搓揉葉子會釋出油，抹在額頭上有提神醒腦的效果。



飛機菜

又叫做昭和草，因日本飛機在昭和年間投灑種子，不是「招河童」喔。



芭樂

葉子有去黏膜的功効，胃酸過多或腹瀉時可以吃個 1、2 片。

芭樂小時候長這樣？不好吃！

採野菜要觀察細節，像是莖脈的顏色、葉片的長寬和形狀，或是搓揉聞味道。



聞起來好像檳榔喔。



過山香

是釀酒的植物，味道近似八角。葉子搓揉有獨特香味喔！



雨來菇

又稱為情人的眼淚，是一種藻類。下雨的時候會在乾淨的地方膨脹、出現。營養之高，被視為「雨中珍寶」，不過一定要洗乾淨喔！



我們採野菜的方式很像鳥類吃草，植物的果子會掉落再生，野菜的环境就能夠永續。以前的野菜隨便找都有十幾種，現在就剩飛機菜、龍葵比較多，滿大原因是受到外來鳥類影響，導致食物鏈失衡。





龍葵

只有冬天才有，龍葵耐煮，適合煮粥。果實有微量毒性，吃多會拉肚子。

芳香萬壽菊

香草植物，可以泡茶、釀酒。阿美族能用於釀酒的植物約有 12 種，而黃藤的果實也可以用來調酒喔。



採完回家分類後，還記得這些菜是誰嗎？



羊奶頭

適合取根煮雞湯。



野萵菜

葉子可以入湯。



Sama

又稱山萵苣，非常苦的菜，可以做藥、入湯，或製成青草茶。採嫩葉就好，太老就不吃了。



石頭火鍋是真的要加石頭！

阿美族傳統石頭火鍋跟在火鍋店使用的琺瑯鑄鐵鍋不同，是將麥飯石用火烤到極高溫，再放入裝滿食材的檳榔鞘葉容器，用石頭的高溫將湯燒滾、煮熟食物。這項料理方式的緣由，是因過去在河邊 Pakelang 時皆就地取材，東海岸盛產安山岩，祖先處理食物過程發現這類石頭非常好用，而流傳至今。

斑狀閃石安山岩，俗稱麥飯石，具有過濾水質、高溫環境不易裂等特性。



阿美族傳統會以3顆大石頭排三角形成三石灶，稱為Parod，「火爐」的意思。



早期原住民社會會拿掉落的檳榔鞘葉製成器皿，其具彈性，泡軟後能輕易彎折成型，風乾後能變得堅韌，保存相當容易。

石頭放入湯水中會降溫，需不斷將變涼的石頭放回 Parod 再烤熱、將高溫的石頭加入湯裡加熱食材，重複數次，直到食物都煮熟、可以食用。陳豪毅分享：「石頭火鍋是阿美族生活智慧的一環，過去的食物就只有飯跟湯，沒有太多料理方式，這能吃到食物的原味，加入辛香料類的野菜就能提味。」

過去在河邊煮石頭火鍋是用冰冷的河水與生食，通常一碗湯需要用至少20顆石頭才能煮熟食物。



原住民不是博物學，不是知道越多越厲害。很多事情都是靠身體的經驗學習，就像削藤不是在認識用刀，而是認識用手，身體感有了，就會越做越順手。我們不是拒絕用方便的工具，是希望用傳統的方式讓大家了解土地的精神與文化。

希望有一天也能傳承這些知識

採野菜的感覺如何？



我原本以為是像第一天要去山裡採，結果馬路邊就有很多，這樣是不是等於沒有有人在專門種野菜，植物就真的是亂長，然後你要懂得去辨識，那認錯就麻煩了。現在應該只有 Sama 我比較認得出來，它的葉子很不規則，但我只會認第一種型態，其他變化型我就認不出來。這也是我很訝異的地方，同一種植物會長不一樣的型態，我以前沒有想過耶，這根本增加難度，自己去採一定會在野外中毒吧？

第一次吃石頭火鍋享受嗎？



石頭火鍋超好吃，讚！湯的鮮味完全不一樣。我原本想像是丟石頭下去煮，結果是把石頭燒完丟到水裡，我滿嚇到可以這樣料理，我從來沒想過石頭能這樣做，然後湯又真的很好喝。其實我口袋偷藏 1 顆麥飯石，想說以後可以對照著撿石頭，哈哈。

這 3 天有哪些讓你感受到族群文化的異同嗎？



我覺得是對時間的感受很不一樣，他們會認為這件事情本來就應該經過很長的時間執行，不像我們都想把時間壓縮，在這段時間挑戰能做完的極限。他們好像沒有那麼在乎效率這件事，這不是缺點，而是很自然而然發生，這是我沒感受過的。還有老師提到有白蟻就放木頭給牠吃，這想法很棒，用自然的方式避免牠影響你，但我想到家裡廚房的蟑螂，我該怎麼辦呢？在陽臺放食物嗎？這樣好像變成在養蟑螂……雖然還不確定怎麼實際運用在我的生活，但他講得滿有道理。

經歷這 3 天的學習有什麼感想？



即便我用完整的 3 天栽在這個環境，都還是很像觀光客，原住民還有很多生活智慧學不完，真的需要很長時間深入體會。但我有個疑問，如果這環境是大家都能接觸的類型，會變得很觀光，但如果有非原住民想學習，要怎麼接觸這些東西？就像有些原住民要回部落學習也是困難重重，所以這個門是不是有點窄？但它窄也是滿有道理，因為太開就像觀光類的豐年祭，又變成是一種表演了。

這樣的邀約，應該是一些常人能做的觀摩體驗而已吧？帶著戶外教學的心情，我萬萬沒想到這3天會是一個生存訓練營。

見到家屋外觀，以為是一般的舊草屋，令人訝異的是內部原始又齊全的生活空間，彷彿是歷史博物館裡的模型，最大的差別是這裡有著濃濃的生活氣味。用完午餐後，我還沉浸在遊客體驗的心情，老師卻說：「吃飯很重要，趕快吃飽要上工。」後來我才理解，每天打獵採集、生火吃飯就是生活最大的挑戰，喝下午茶的心態可會讓自己活不下去。

顛簸的山路上，我對下午認識花花草草的課程感到愜意又竊喜。沒想到雨後的山路濕滑，腳下新買的登山潮鞋根本不堪一擊，雖然一向自認體育細胞發達，在幾次腳滑後也不免小心翼翼。我看著老師認真介紹山中植物的名字與用途，只是我平常連人名都記不住，對這個項目一點也不帶希望。更慘的是接下來還要用鏟刀剖開藤蔓，且不能傷到藤心，讓早上連刀子都拿反的我差點心態崩盤。老師分享過，「觀察就是最好的教學。」但我卻怎樣都模仿不來老師的身手，面對這巨大的挑戰，火象星座的暴衝執著都衝了出來，我只能不認輸地繼續揮著鏟刀，可惜最後還是帶著一身挫折與痠痛而回。所謂「體驗」，果然是用身體去驗證的事啊。就像老師說，「很多人頭腦聰明，但是身體很笨。」我在這3天切身體會到什麼叫「想得比做得美」。

我可以每天開3個會再打個工，每天的時間都要經過頭腦精細安排，但在面對原始的生活，時間感變得截然不同。蓋房子花3、5年，植物生長也要數年，培養使用工具的體感更不知道要花多少時間。我才知道原來時間用在身體上時，需要不斷重複、重複、再重複，沒有小聰明與捷徑，只剩下身體和時間。現代生活輕而易舉的吃喝拉撒睡，對前人來說是一輩子努力達到的目標，但我們卻不敢說自己過得比前人富足，知識之所以不等於智慧，正是因為「知道」與「體會到」完全是兩回事，而我們平常又花多少時間在培養身體感和感官的敏銳呢？

想到老師提到他被浪打到珊瑚礁上而滿身傷的經歷，我想我們的祖先世世代代努力、進步想要逃離身體傷害，沒想到卻進入這個精神傷害的時代。我無法評斷那個選擇比較正確，只希望此行的體感經驗可以跟隨著日後的我，做出更多生活方式的選擇。

2022.06.08







接棒>>

