

毛南“五香”：名噪一时今犹在

文/王南玲

编只飞鸟来祈福

毛南族自称“阿难”，意思是“这个地方的人”，表明他们是岭西的土著民族，事实上毛南族也是岭南百越支系发展而来，别看人口少，却是一个自唐代起就被史料记载的古老民族。对于广西人来说，毛南族是一个神秘的民族，这个民族有独特的文化，也有自己的信仰图腾，还有闻名于世的神秘傩舞，这样一支祖祖辈辈生活在群山怀抱中的民族，美食是否也同样神秘？

毛南族最特别的美食，当属过年时编的飞鸟了。据说那只飞鸟，要从年三十晚一直挂到元宵节，整整十六天呢。飞鸟是毛南族一种很有童趣的工艺年货，类似于粽子，里面装满了五谷杂粮，要悬于屋檐下，用于过年时的祈福许愿。编飞鸟用的叶子是山上的一种野草——菖蒲。菖蒲通常长在坑坑洼洼的石缝里，寒冬腊月，万物萧条，唯独菖蒲叶子长得格外精神，墨绿硕长，韧性十足。毛南人之所以选择这种带刺的菖蒲叶来做飞鸟，大概也是希望好日子源远流长吧。先将菖蒲洗净，就可以编成一只鸟的形状。鸟是毛南人的一种图腾，没有严格的规定，心中的鸟是什么样就可以编成自己心中的样子，可编成鹧鸪、山鸡、燕子、鸬鹚、画眉等。长长的菖蒲在手中飞舞，小孩子则兴致勃勃地在一旁观看。老人一边编着“鸟”，一边给孩子讲述鸟的故事、鸟的形状，还有鸟的好处，这也是毛南人让孩子了解大自然的重要方式。

相传，过去毛南山乡有位老老师，他有个心灵手巧俊美出众的独生女儿，擅长以竹篾和菖蒲叶编百鸟，人称“小鸟姑娘”。她与一小伙子相恋，准备大年初一完婚。老老师想考验一下未来女婿的本领，在除夕那天让他把山上土地在天黑前都撒上种子，本该撒谷种(小米)，但小伙子一着急，错撒成了糯米稻种。老老师令其把种子全部捡回来，省得糟蹋了。这下可难住了小伙子，小鸟姑娘看到此情，让未婚夫回家把他们两人过去编的百鸟都用箩筐装来。姑娘对着编的百鸟吹了口气，又对小伙子说了几句悄悄话。小伙子把百鸟带到山上，这些鸟很快便飞出去捡回了所有的糯种。小伙子在天黑前重新撒上谷种。老老师一看高兴了，说：“过年让我们父女俩好好团圆团圆。正月十五再送小鸟姑娘去你家成亲。”从此，便有了“放鸟飞”的习俗。

飞鸟的尾部都留有一个孔，以便装入糯米、大豆和猪肉的混合馅料。装馅的过程名叫“喂鸟”，冀望春天里百鸟能够吃饱，一来可以消灭害虫，二来不要叮食庄稼。这与毛南族世代居住在山区，以水稻种植为农业主体的历史有着密切联系，这种愿望也反映了毛南族的祖先希望在族群生存与保护自然生态之间寻找一个平衡点的朴素愿望。

做好的飞鸟，直接放入锅里煮熟。飞鸟煮熟后，在客厅里挂上一根象征新年节节高的甘蔗，大家一起把飞鸟挂上甘蔗，尾朝板壁，头向大门，叫做槽鸟，表示冰封大地，百鸟烘巢，合家幸福。直到元宵那天，飞鸟才可以取下，经过又一轮的蒸煮，飞鸟被呈上了供桌，与牛肉、米酒一起成为毛南人祭祀三界公和祖宗的特定供品。

这么漂亮的飞鸟被高高地挂着，小朋友可能会忍不住搭高凳上去偷吃了。到了元宵节，毛南人就会取下飞鸟剥除菖蒲叶，飞鸟显露出圆润的身段，令人食指大动。人人都要吃百鸟的，传说这样能除百病、保健康，剥下的菖蒲叶不能丢弃，收集在一起有驱邪的作用。这种仪式叫做“松傩”，既是放飞鸟，把刚度过冬的百鸟放归大自然的意思；也是毛南族同胞庆祝春节的最后一个仪式，代表着毛南人对祖先的怀念，代表着人们对大自然的崇敬。

毛南族以悠久的历史 and 独特的文化闻名于世，人口主要分布在广西壮族自治区河池市环江毛南族自治县，环江毛南族人口约占全国毛南族总人口的51.6%。环江丰富的土特产，像香牛、香猪、香米、香鸭、香菇这“五香”都是名扬四方的特产。善良纯朴的毛南族人民热情好客，其中的五彩饭给我们留下了深刻印象。五彩饭由红、黄、绿、黑、白五种颜色的糯米蒸制而成。五彩饭为毛南族人家迎接娘家亲戚和远道而来的宾客特别准备，是为毛南族迎宾的最高礼仪。



毛南五香说香牛

在环江，想到餐馆吃吃饭，往左走是牛菜馆，往右走还是。外地客人都有些疑惑了：这餐餐吃牛菜，难道不腻烦？要怪就怪这有500多年养殖历史的环江菜牛。菜牛又称为毛南香牛，与香猪、香鸭、香米、香菇，被誉为环江五香。环江菜牛以前叫“下南菜牛”，或叫“毛南菜牛”，是毛南族人养殖的黄牛品种。该县下南乡属于毛南族人的主要聚居地之一，环江菜牛的原产地就在下南乡。

环江县地处国家级喀斯特地貌原始森林自然保护区。由于毛南族山区缺少耕地，限制了农业经济的发展。毛南人除惜土如金，见缝插针开垦面积很小的“鸡窝地”之外，就是利用满山的青草来发展家庭饲养业。家家都养菜牛，专供食用，不作劳役，成为毛南族的特产。

“养牛种姜，本小利大。”这是《环江毛南族自治县志》记载的一句谚语。在环江，养牛有500多年历史，放牧有4种方式：全放牧、轮流放牧、牵牧、圈养。全放牧很有趣。把黄牛放到弄场(由石山形成的牧场)，四周有石山作天然屏障，只要把进出口用石头堵住，牛群就走不掉。弄场有树有草，山泉淙淙，还有岩洞供牛群避风躲雨、休息。轮流放牧很有趣。把黄牛放到两个弄场，一年或一年半之后，牛可长到200公斤左右，用当地话说，即可把牛带到市场上去要一耍。这里说的“耍”，就是卖牛。轮流放牧是指以屯为单位，轮班派人放牧，白天放于草场，晚上收回。没有草场或草场少的村屯，则一般由老人或小孩早晚牵牛放牧于田间地头。牵牧就是下田劳动时牵牛吃草，收工时牵回。圈养则是将牛放在家中的圈中饲养。

如今，当地也出了个养殖能手叫谭志勇，他的养牛之法令人叹服。启明星还在天边眨眼，谭志勇就上山割露水草了。要养好牛，离不开这样的草料。太阳出来把露水晒干，牛就不爱吃，就像人不喜欢吃隔夜菜一样。接下来谭志勇有个神秘之举：端来一大口盅水，喝一大口，噗噗地把水喷到草料里。这是什么“把戏”？原来，他嘴里喷的水是盐水。草料里洒点盐，牛才爱吃。

谭志勇的这些做法并非没有根据。在环江菜牛的食谱中，除了莎树叶、野麻叶、斑马草、玉米、红薯等食料之外，还有特殊的两种食料：一是前面提到的盐水；二是酒糟。盐水和酒糟的作用主要是调味，均能增强牛的食欲。所提到的莎树叶也很特别，把这种树叶的茎皮剥开，有滴滴“乳汁”。当地人认为，这种“乳汁”可改善牛肉品质。

“油疙瘩”是当地人养牛的一个有趣的典故。端来一盆水，放在牛背上，牵着牛走起来，水盆不但不掉，里面的水也不溢出来——这是形容牛肥。小米加豆浆，用这样的美味攻膘(进入最后一个月囤肥阶段)后，牛背上的肉鼓得高出背脊骨，形成一条凹槽，这就是当地人所称的“油疙瘩”。这些东西在这样的牛背上，自然不容易掉下来。这时的菜牛可以上街“要(上市)”了。

环江菜牛肉与众不同。一般的牛肉大多是瘦肉，由于劳作和喂养的原因，一些牛肉质地比较粗糙，肉质暗淡，含水量较多。而环江菜牛肉是粉红色的，肉的层次分明，一层瘦肉夹着一层肥肉，就像猪的五花肉一样，红白黄相间，有“三隔肉”之称。环江菜牛肉肉质饱满，富有弹性，手指轻轻一摁，指头绝不沾水，肉又很快弹了回来。牛肉本身已香甜，所以吃的时候不需过分讲究配料，只需找来几根芹菜和白蒜，再切上几片姜，放到切好的牛肉上，便可开锅。搭一个火炉，把火烧得旺旺的，架上火锅，加些泉水，倒入调和油，放入几个西红柿。把配料、牛肉一同倒进烧开的锅里，只待水再次开滚，便可动筷夹出，放入嘴里一咬，肉汁满嘴流。这时若再配上当地的“土茅台”——毛南红酒，那么更是让你乐不思蜀，想“不辞长作环江人”了。

色艳味美情更真

“分龙”节和“傩戏”是毛南族人最有特色的民族文化。毛南山乡地处云贵高原东南麓，石多土少，易旱易涝，旧时“毛南年年为水愁，渴死禾苗旱死牛；男人说水贵如酒，女人说水贵如油”民谣在毛南山乡仍家喻户晓，妇孺皆知。传说龙是管雨水的神，所以环江毛南族人每到农历夏至后的第一个辰日(龙日)前后，都会举行盛大的传统“分龙”节祭拜它，意在求其均匀降雨，祈求风调雨顺，以保五谷丰登。风风雨雨无数载，“分龙”节以其独特的风情魅力保留了下来，至今，成了环江毛南族自治县一道独特的风景。

“分龙”节期间，毛南人男女老幼穿上民族盛装，年轻媳妇则回娘家与父母团聚。毛南山乡千

山百弄，村村寨寨，每家每户都上山采集金桂花、枫树叶、紫兰花等各种有药效的彩色植物作染料制作五色糯饭、粉蒸肉等精制彩色食品，折回竹桠柳枝插在中堂神龛上，把五色米饭捏成小粒团，粘在枝叶之间即结丰收果，预祝五谷丰登，硕果累累。

我们来到一户毛南族人家时，只见在主人家的大门外已摆放好一张方方正正的八仙桌，桌子上有一口干净的簸箕，在簸箕里面呈扇形五等分均匀地分布着红、黄、绿、黑、白五种色彩的糯米饭，圆心也是一团直径20厘米的五彩糯米饭，所不同的是圆周缀以嫩绿的枝叶，正中间立着一颗条形石头为圆点，环以红、黄、绿、黑、白五色鸡蛋，远远望去俨然一朵绚丽多彩的鲜花，四溢着一阵阵扑鼻的幽香。我仔细端详，就是不知道其中的来头。毛南族朋友说：“这是毛南族同胞最具特色的迎宾礼仪，是专门为至尊亲戚和远方贵客而设的——五彩拦门饭。你们远道而来，当受此礼遇！”

此时，身着毛南族盛装的主人夫妇和他们的孙子孙女已经入座，于是主客双方的歌手你追我赶地唱起欢快的山歌，尽管我们听不懂歌词，但是从优美动听的歌声、热情洋溢的谈吐、春风烂漫的表情，就可以感受“左右对唱歌大，宾主互祝颂金安”的情味了。仪式结束，我们忍不住先动筷挑起那香沁入心脾的五彩饭一饱口福。毛南族朋友告诉我：五彩饭的制作工序繁多，红色是用虎杖(俗称酸汤杆)的嫩叶捣碎，过滤取汁浸染，其色泽桃红；黄色是用醉鱼草的花浸泡出的汁液来染糯米饭，其色泽鲜黄；黑色则是用枫香树和黑糯米树的嫩叶捣碎，过滤取汁浸染，其色泽青黑；对于绿色，毛南族朋友说是用一种他也不知道叫什么名字的草本植物嫩叶捣碎，过滤取汁浸染；白色就是糯米饭的自然色。

毛南族朋友强调，因为环江盛产的优质糯米，颗粒饱满，晶莹剔透，煮熟之后每一种颜色的光泽会更加明亮，稻香和花香混合而成的味道会更加扑鼻，正是一种色感和口感有效统一的原生态绿色食品。回味刚才食用五彩饭时的味道，我这才真正体味出回归大自然的感觉！

我留意到男女主人身后还站着一对笑容满面的童男童女……后来才了解，簸箕的中心位置那块小山状的石头，表示主人诚心实意欢迎客人，树叶表示友谊长青，彩蛋和糯糯饭表示生活丰富多彩，丰衣足食，而一对笑容满面的童男童女作陪，则喻意主人祝愿未婚的男女宾客将来成家立业后，儿女健康，幸福美满。

