

專訪苗栗南庄八卦力部落 嘎嘎歐岸素食教學推廣

◎ 本社採訪組



▲ 邱老師(中)示範講解。

編按：邱寶鈞老師（本刊「素食養生一把罩」專欄作者）應原住民委員會之邀，於2009年10、11月前往苗栗南庄八卦力部落，作為期八天的素食推廣烹飪教學，以當地農產品特有的山上食材，原味的料理，以顯揚原住民餐廳的特色；發現素食是最佳的選擇，八天共教了：蔬菜煎、桂竹筍燒梅干菜、炸豆腐丸子……等二十七道家常素食菜餚及點心，學員皆為原委會聘用之原住民同胞，邱老師發現他們認真學習，吸收力和接收度都非常好。

感謝導覽員豆一龍先生詳盡解說，讓我們了解台灣原住民祖先與部落的文化傳承。因為邱老師廣結善緣，有機會到此進行素食教學隨行採訪，讓原住民了解素食之美、大自然賜予的豐美天然蔬菜、素食對身體更健康、對人和大地更環保。該部落非常有心推廣「蔬食」（素食），是各位前賢大德聯誼、郊遊地點的好選擇！更希望未來將大道傳進此淨美、清新無染的純樸善良之地，因為他們知足、自力更生，自助人助、得天助，祝福他們！



▲ 邱老師教學實況。

南庄及八卦力由來

南庄近幾年來以休閒旅遊聞名，這片風光明媚的山區有著名的賽夏部落——嘎嘎歐岸（八卦力）。十年來，八卦力仍然保有淳樸風貌。全台灣第一個開發的山地部落在十多年前發展出饒富自然風味的度假勝地——賽夏族民居，以竹飾還原賽夏的傳統建築，配合藝術家的「賽夏古風」圖騰創作。

南庄地名的由來是民國16年（1927）日本人在田美設莊，向南開發的村莊叫南庄，一般礦坑旁邊就會建土地公廟，部落有三座土地公廟代表有三座礦坑。民國38年（1949）礦業發達，大量漢人進來部落。在原住民來講，無論客家人、閩南人、外省人，統稱為漢人。漢人靠海拜媽祖，靠山拜山神。這裡海拔大約500公尺，早晚天氣很涼，冬天會起霧。

八卦力地名據記載，日據時代此地有八個山頭，中間這一塊初陵地叫作八卦力。還未開發前，有許多的科類喬木大樹，進來好像走入八卦網一樣（部落說法），又稱為老鷹的故鄉，非常多大斑鳩、老鷹喜歡在科類喬木上築巢以及盤旋，開發後，老鷹已經很少了，但是更山上會更多。



▲ 風景如詩如畫的八卦力部落。

渾然天成 靜謐美地

沿著美麗而純淨的八卦力溪上山——是全國護溪最成功的一條溪，下游是中港溪，中游是蓬萊溪，到上游就是八卦力溪。松柏山莊是北賽夏族，那邊的山好像切下去的，雄壯威武，八卦力這邊比較溫柔。八卦力吊橋封了一年多，因為纜繩斷掉，鄉公所和警察局為了遊客的安全，維修即將完成，吊橋非常漂亮，可以看到八卦力溪。

嘎嘎歐岸，第一個嘎是語助詞，加重語氣，嘎歐是賽夏族對科類喬木大樹的稱呼，原住民的語言，不像國語、閩南話分得那麼細，只是蓋括而已，這裡還沒有開發時是種滿科類喬木大樹，岸就是部落，嘎嘎歐岸就是非常歡迎嘉賓來到許多科類喬木大樹的地方。

認識賽夏族

每一個族群都有祖靈祭，在賽夏族是巴斯巴給，祖靈祭是各縣市、各區塊，比如姓豆者會在長老級的家

裡，豆家的人全部集合起來，分階級席地而坐，祖先牌位前面那兩桌是階級最高的，一般輩份較小的就蹲在外面，全部席地，用手吃，長幼有序。賽夏族是父系社會，人口約5600人，有200人姓豆（註：2007年7月原委會統計5514人）。賽夏族原本由大霸尖山分出來，分南賽夏跟北賽夏，八卦力部落是南賽夏，北賽夏在新竹五峰鄉大愛部落，兩區塊大概均2000多人，其他則分散各地。

這裡佔地兩甲，裡面住了28戶，5戶是客家人，23戶賽夏族人，有5個姓氏：豆、日、高、風、楓，人口約100人，以前原住民在一座山頭上住了4、5戶人家，他們認為這是自家的地。所以部落可以聚集這麼多族人，以部落共同經營觀念去思考，大家不會自私，部落今天才能發展出這局面。

靠山敬天愛地

部落餐廳是目前在園區裡保留最完整的建築物，賽夏族在山上所建造的大部分是以貴族式，屋頂是陰陽交錯重疊法——正反面蓋，一直重疊，主要以竹、

木、藤，窗戶是藤編，框框是木頭，牆是由桂竹，桂竹很好用，除了建造房屋，桂竹筍很好吃，剩下枝葉可做DIY竹螃蟹、蜻蜓。南庄賽夏族幾乎是以桂竹為主，喬木科是還沒開發之前才用。

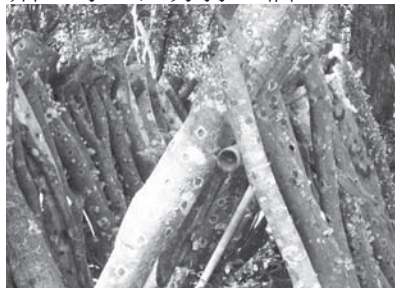
筆筒樹對賽夏族影響很大，中間是軟的，久了會變空心，不會蛀蟲，杉木會蛀蟲，所以筆筒樹比杉木還耐，但硬度不夠。

早期賽夏族建造房子時，筆筒樹比較粗，比較直的，會用做房子四周支柱。筆筒樹又叫蛇木，其紋路像蛇的斑紋，比



較彎的就做造景。原住民朋友就是在山上生活，樹也是自己種的，取之於山上，用之於山上，最重要的是水土保持做得很好，樹是局部性的砍，而且不會連根，還可再長，不論颱風天還是水災，部落從來不會有災害問題。

種植段木香菇，每10公分打一個洞，深度6、7公分，裡面打入香菇菌，外面用蠟封起來。剛開始3個月必須在地



▲ 保存最完整的建築餐廳。

▲ 種植段木香菇。

上躺平，第四個月才立起來，一個月轉一次方向，前後要9個月。比較好的樹木用3次，其餘的用兩次就拿去當柴燒，養分都被吸光了。

先人的智慧

山區的植物，例如金露花是有毒的，不要隨便摘來吃。美人蕉跟芭蕉有差別，美人蕉差不多一人高，有芭蕉的葉子，會開花，但不會結芭蕉的果實。芭蕉長得非常高，它會打果實，但不會開花。野生的柚子，一般我們都會讓它自動落果，它會開花，我們看動物敢吃，我們就敢吃。



▲ 賽夏的穀倉。

食及小米用，原住民老的老，小的小，建造穀倉是讓下一代知道早期先人的穀倉長像，穀倉有特別涵義：挑高式（防水），樓梯是活動式。四個樑柱中間有一個半圓形，不是造型好看，它叫防鼠板，老鼠想要爬上去（偷吃）到一半就會掉下來。

賽夏之矮靈祭

部落裡有矮靈祭，在向天湖舉

穀倉
（賽夏族
母語叫撒
撒尅）是
早期先人
在儲存糧

行是兩年一小祭，十年一大祭，民國75、85、95、105年時是大祭，爲了讓嘉賓平常時欣賞到矮靈祭歌舞秀，潘三妹理事長跟長老溝通後，局部性、濃縮版展現矮靈祭盛況。賽夏族目前有15個姓氏（15位長老），且有解說員在旁解說表演內容，了解賽夏族的傳統文化。矮靈祭是全台灣省保存最完整的祭典，我們是很神祕的族群，400多年前就開始舉行矮靈祭。10幾年原委會推動觀光，局部性讓人參加，有大約四區塊：第一，迎靈，第二，會靈，第三，娛靈，第四，送靈，嘉賓參與的是娛靈，濃縮祭典約10到15分，歌舞秀40分鐘，其中有矮靈祭、原音重現織布，非常奇特，三首歌曲融合一首，裡面看到賽夏族打獵、豐收、織布的情形。

矮靈祭傳奇篇

原住民以前沒有文字記載，都是由長輩口述，如矮靈祭，矮人被我們消滅了400多年，那時都是打打殺殺。後來由朱家想出計策，所以現在矮靈祭的祭司是朱家擔任，在台灣的記載裡面，最早台灣的原住民叫矮黑人，傳說中身高不滿3尺，頭髮捲曲，皮膚黝黑，力大無窮，且擅長農耕、織布、打獵、跳舞，最厲害的是會巫術，族人對他非常恐懼，賽夏族早期

時是豐年祭，都會邀請矮人來參加，可是他們總是喜歡調戲賽夏族的婦女。

在一次的豐年祭，矮人在一對新婚夫妻的家裡，妻子被調戲，老公回來看到氣死了，抽刀即殺，時恍然大悟，原來矮人也是會死的。長老就開始計策，把他們的山枇杷樹樹幹掏空，抹上泥土，他們爬到樹幹時，聽到啪一聲，前面的人問後面的人是什麼聲音？答說：是織布機的聲音，所以他們繼續上去，結果樹枝斷掉，人就掉落懸崖，幾乎都死掉了。我們族人早就在旁埋伏，能殺幾個就殺幾個，最後剩下兩個矮人，他們非常氣憤，他對我們賽夏族人這麼好，為什麼要消滅他們！於是開始詛咒，在路邊隨手抓起山中葉，就開始詛咒賽夏族人永遠像山中葉一樣，災禍連連，病禍不斷。說也奇怪，從那時開始，一連好幾年，族人常常生病，農作物也欠收，於是由朱家帶領各位長老向矮人跑的東方開始祈禱，從那時開始，我們的豐年祭才改成矮靈祭。我們的祖靈祭每年都舉行，祖靈祭對原住民來講非常重要，矮靈祭在國曆10月中旬，約9月15日，新竹五峰鄉的長老會下來向天湖，跟南賽夏的長老，在一個靈屋，約選三個日期，四天三夜，他們向矮靈祈求，溝通之後，打勾的那個日期才舉行。



族人大部份聚集在靈屋外，祖靈祭的時間會在矮靈祭前約一星期，還是保留最原始的方式，這個文化不能消失，且都穿著傳統服裝，有三種色系：紅、白、黑，紅色是熱情，白色是純潔，黑色是神秘，矮靈祭舉辦這麼久，到目前十幾年還只讓大家參加小部份，長老不會輕易把傳統祭典公佈出來。（記者：會不會忘記？）不會，我們都有固定的繼承人，當祭司的時候，就是豆家的長老，以最長的那一位當長老。

春夏秋冬美不勝收

在這裡，春天（3-5月）為油桐花、螢火蟲的季節，夏天（6-8月）為螢火蟲季及自然溪谷戲水，秋天（10-11月）則為楓葉季和矮靈祭，冬天（12-2月）為櫻花、梅花、桃花李花季。佔地兩甲，種3000棵山櫻花，一棵差約16年，約在農曆過年前一星期，山櫻花盛開時非常漂亮，中間白色，外面粉紅色。桃花紅，李花白，櫻花開，李花就開，所以這裡紅白相間，導覽員園區解說，部落民宿打開窗戶沒有看到櫻花不用錢（上網站訂

房），住宿20-45位以上供迎賓晚會。部落整合經營以賽夏文化為主題，結合生態及文化發展知性之旅。

保存與推廣原住民文化

豆先生說：我們在原委會工作，剛開始申請3年的社會型，建設硬體設備，今年又申請3年經濟型，由原委會輔導7個員工，要保持部落的乾淨。五峰鄉無法這樣做，他們族人溝通有問題。我之前帶過五峰團，理事長請我講解部落如何經營，大家要有共識，讀書比較多的寫企劃案上去，向政府申請經費，就可以蓋一些東西，經營方式以各方面的經營，然後回饋給部落，等到他們（原委會）沒有資源可以給時，最起碼還有基金自己再建設、再翻修，大家溝通好，作長期的計劃。3年前這個部落已經開始（對外開放）了。



▲ 素食成果展。

在此可體驗賽夏族如何打麻糬DIY，不加油、水，靠一條繩子就可把麻糬刮下來，非常



▲ 導覽圖。

神奇，而且自己體會杵的重量。接著是解說課程，行程安排約1個半到2小時。山上有很多東西都可以運用，最重要是不忘祖先的傳承，保留賽夏族最原始文化，祭典時才會穿上傳統服裝，包括矮靈祭的祭歌，平常也不能亂唱，規定在祭典前一星期才可以學唱，平常嚴格禁止。

預見美麗的未來

豆先生說：「我們潘三妹理事長約60幾歲，以德服人，任何事情都身先士卒，是無薪的奉獻，盡心盡力，也是竹、籐編國寶級的民族藝師，參加過所有原住民籐編的製作，有非常多作品，且有工作坊可以參觀，一樓是教學室，二樓是展示區，規劃非常漂亮，未來都會移來部落。」部落為了發展，做很多的學習，包括邱老師的素食烹飪教學（部落餐廳）、禮儀教學、衛生講習、廚房管理。雖然賽夏族是用手直接吃東西，禮儀還是非常講究，一定要跟上時代腳步，平常吃東西時用碗筷，在祖靈祭時，一律用手，外面會有一盆洗手水。

我們作彈性規劃、長遠計劃、人員訓練，以觀光景點來說，才不會浪費好地方，讓遊客來了還想再來，是我們最大的希望。部落資源非常多，而且不刻意建造，非常天然，善用資源是族人最大的驕傲。目前部落在作美化工程，由原委會整個規劃，且經過我們同意，12月底完工，讓部落看起來更漂亮。

部落與漢人通婚，但部份固定姓氏因血緣太近，是不能通婚的。母語的流失率非常嚴重，用族語溝通的剩下50歲以上的長者，只能是局部性的問候語，南庄這裡以客家人居多，75%客家人，20%賽夏族人。山下的蓬萊國小還有母語課程，由潘理事長義務親自教學，她也是賽夏族文化藝術協會團長，旗下有一支成立多年、曾多次拿到原住民歌舞比賽第一名的賽夏傳統歌舞班。內外兼顧，且部落的建設全部由他規劃。蓬萊國小都是族人去就讀，原住民沒有多少人，上國中要到南庄就讀，國中就有泰雅族、賽夏族、客家人。潘理事長也將母語作記錄，電腦時代比較發達，我們的天空會大一點，不像以前限於山區，作觀光事業，外國人也來參觀，我們有翻譯人員，很多國家的留學生整台遊覽車過來，也有日本觀光客來看櫻花，歐美遊客比較少。部落最大

的缺點就是廣告招牌不足，目前還在爭取，包括網路及電視，希望更多人來認識這裡。

八卦力（嘎嘎歐岸）文化部落連絡方式：

※ 部落網址 www.822870.com/

※ 電話：037- 825865

※地址：苗栗縣南庄鄉蓬萊村(八卦力)
11鄰23-1號 124甲線38.6 K

※指導、執行：南庄鄉公所、苗栗縣賽夏
文化藝術推展協會

賽夏族藝術圖騰介紹：

1. 祖靈的眼睛：原住民部落裏可看到

三角、菱形圖騰在樑柱或步道上，人家說：舉頭三尺有神明，祖先的眼睛都在看著我，代表叫我們不要做壞事。



▲ 祖靈的眼睛。

2. 雷女：早期雷女下來教導賽夏族3年的織布及耕種，我們感念她，圖騰上，類似萬字即是雷女兩個打雷閃電能力結合的標幟，這是賽夏族特有圖騰，別的部落看不到的。



▲ 雷女教種植與織布。

3. **出草**：原住民會有砍人頭的動作，以賽夏族來講，在秋收時，會由長老以及勇士，大家協議今天要攻打那一部落，獵取多少人頭，這種習



俗最大的意義是防衛自己（以前的部落都是靠得非常緊的，總是會你攻我，我攻你，也必須有防衛

機制。）身上這個紋代表獵取人頭的數量，一橫代表一個人頭，一豎是兩個人頭，用鐵烙印，讓下一代知道說祖先以前是砍了多少人頭。全台灣省只有賽夏族跟泰雅族有紋面，泰雅族是紋臉頰，賽夏族是男孩子是紋上下兩額，且必須在18歲

成年禮時，要有豐富的打獵經驗，賽夏族婦女紋上面，也是在18歲，要有織布的能力，且代表可以嫁老公了。我們獵取人頭時有規定，小孩跟婦女是不砍的，都是獵勇士的，現在當然是沒有了。

4. **矮靈祭旗**：部落裡每家分別使用竹材、編織、木板、石頭、浮雕等裝飾區內牆面，有巴斯達隘祭典的盛況，傳統搗米圖像，還有打節奏的臀鈴，充分表現出賽夏族生活細節及祭典特色。中間「祭旗」是大祭時才會出現，約1樓高，需4、5個勇士撐起，由朱家的人撐。在賽夏族的傳說中，迎靈歌曲唱的時候，祭旗撐起時，上面會站著許多小矮人的靈魂，看賽夏族人有沒有照著當初的約定來舉辦祭典，我們都深信不疑，因為開始舉行後，我們的農作物恢復了，且現在人口數越來越多。



▲ 矮靈祭（右為祭旗）。