

# 黔东地区土家“熬熬”茶的饮食人类学调查

陈丹

铜仁学院艺术学院, 贵州铜仁, 中国

**【摘要】**油茶是深受我国广大民众喜爱的传统饮品,在许多民族和地区都广为流传。但由于各地历史文化传统、社会经济条件和自然生态环境等方面的差异,人们在制作油茶的工艺、食材的选用和食用油茶的方式、习俗等方面也各具特色。土家油茶作为“土家族四大代表性传统文化之一”,长期以来一直在土家人社会生活中发挥着重要影响。从整体论的视角出发,结合人类学田野调查方法对德江土家族油茶(熬熬茶)非物质文化遗产进行实地考察和研究,探寻熬熬茶与当地民众社会生活的关系,阐释其丰富的社会文化内涵,为保护、传承和开发这一文化遗产提供必要的参考。

**【关键词】**黔东;土家族“熬熬”茶;饮食人类学;民俗与社会

## 1.引言

食物既是人类延续生命的物质基础,也是人类最普遍的、最重要的外显文化符号。它集中体现了一个民族所处的地理环境自然、社会经济发展状况、宗教观念、社会交往、历史文化和社会心理状况等。可以说,“从食物的视角几乎可以探讨人类社会与文明发展的所有内容”[1]。因此,自人类学问世以来,饮食文化一直是深受人类学界高度重视的传统话题之一。

油茶,也称油茶汤,是深受我国广大民众喜爱的传统饮品,长期以来在许多民族和地区均有流传。流传于武陵山区土家民众中的土家油茶被誉为“土家族四大代表性传统文化”之一,在土家民众社会生活中扮演着十分重要的角色,社会文化内涵十分丰富。其中贵州省铜仁市德江县土家“熬熬茶”因其选料考究,制作工艺和食用方式独特而成为土家油茶文化中最具地域特色的组成部分。

## 2.武陵山区茶文化概况

武陵山区是中国著名的民族聚居区,也是中原进入西南和四川的咽喉要地。长期以来,土家、仡佬、侗、苗族和汉等民族的先民就在这块神秘的土地上繁衍生息。武陵山区气候温和多雨、地理环境独特,土壤肥沃,森林覆盖面广,生态环境好,十分适合茶类的生长。1980年我国古生物学家在位于乌江上游的贵州省晴隆县茶园发现的距今100多万年前的新第三纪三季四球茶籽化石证明中国西南地区乌江流域是茶树的重要原产地之一。相关统计显示,全世界山茶科植物共有23属380种,中国就有15属260多种,而

其中大多数分布在云南、贵州、四川和鄂西交界的武陵山区。[2]加之该区地理环境优越,非常适合早期人类的居住,早在旧石器时代,武陵山区就有人类活动。而据相关考证,中国古代神话“神农食百草日遇七十二毒,遇茶而解”的故事就发生在该区域。可见,早在原始社会,武陵山区的各族先民就开启了茶文化的创造史。

## 3.土家族及土家茶文化

土家族是我国最古老,人口最多的少数民族之一,总人口达835万,主要分布于湘、黔、鄂、渝四省区交界、总面积约十万平方公里的武陵山区。土家族自称“毕兹卡”或“毕基卡”,汉语称为“土家”。一般认为,“土家”相对于“客家”而言,是汉族及部分百越族系民族进入武陵山民族地区后逐步形成的对当地巴人后裔及部分仡佬族等民族先民的称呼。土家族以古代巴人的两支廪君蛮和板橈蛮为主源,不断融合部分当地的百濮、苗瑶及进入该地区的汉人、乌蛮等族群的人口共同构成,秦汉时期称作“廪君巴”,南北朝时期称作“武陵蛮”,唐朝中后期逐步定型。土家族有本民族的语言——土家语。但因特殊的历史原因,目前族内通用汉语。

贵州东部及东北部,是土家族世居地之一。据2010年全国第六次人口普查统计,居住在贵州省的土家族有143.7万余人。主要分布在铜仁市的沿河、德江、印江、思南、江口、碧江、松桃、石阡等县(自治县)区;遵义市的务川、道真、正安、凤冈、湄潭、余庆等县(自治县);黔东南苗族侗族自治州的镇远、岑巩、三穗等县;还有贵阳市[3]。

“不同民族的饮茶习俗是在长期饮茶过程中逐渐形成的，与各民族的社会经济、地理环境和文化艺术等密切相关。”[4]在土家族光辉灿烂的传统文化中，茶文化是土家文化最核心的组成部分，也是联系中原王朝的重要纽带。早在先秦时期，当地土家族的先民就以茶叶作为土贡方物，进贡周天子。正如常璩《华阳国志·巴志》上就记载：“武王既克殷，以其宗姬封于巴，爵之以子。……丹漆、茶、蜜，……皆纳贡之。……园有芳蒟、香茗。”逮至唐宋时期，今德江一带的茶叶已经走出武陵山区，受到中原统治者的青睐。《太平寰宇记》也记述：“夷州、播州，思州以茶为上贡”。土家人爱茶，对茶有着十分深厚的感情。茶既是重要的经济作物，也是每天须臾不可或缺的重要饮品。千百年来，围绕茶叶的消费，土不断地探索新的探索、实践、学习和创新，创造出了独具民族特色和地域特色的土家饮茶习俗。

饮食人类学研究表明，食材的选取、加工制作和食用方式等，不仅与一个民族的社会生产力发展水平密不可分，而且还与民族生活的自然环境、认知方式、社会历史背景和文化传统息息相关。在漫长的岁月长河中，土家先民依托“靠山吃山，靠水吃水”的独特自然地理生态环境和优越的物质经济条件，积极探索大自然的奥秘和各种动、植物资源的用途，取得了丰硕成果。根据相关统计，在土家传统医学中，可用于医药用途的植物多达1283种[5]。而在用作饮品的植物中，除了茶以外，其他用于烹煮、冲泡的日用代茶饮品的植物资源也非常丰富。如薄荷、竹叶、菊花、蒲公英、救命粮树皮等等，不下几十种。土家人素有“敬茶待客，献茶祭祖，送茶为礼，相习成俗。人不离茶，神不离茶，礼也不离茶”[6]的说法。在历史长河中勤劳智慧的土家人结合茶叶的不同品种、属性和适用场景等因素，还开发出了丰富多彩的茶品品类。并因特殊的社会经济条件和文化生态的缘故，这些传统的饮茶、吃茶方式至今仍较完整地保留着。如“盐茶”“凉水甜酒茶”“茶果茶”“水蜂蜜茶”“糊米茶”“核桃茶”“姜茶”“油茶”“锅巴茶”“蒜油茶”“灯笼果茶”“老叶”“炒米茶”“芝麻茶”“蛋茶”“沙茶”“擂茶”“钵钵茶”“泡青茶”等等，都是耳熟能详的土家人传统茶品。其中，土家油茶是土家民众中流传历史最悠久、流传范围最广、品类最多、地域性特征最显著，

且与广大民众日常生活联系最紧密、影响最深远的大众饮品。

#### 4. 土家熬熬茶的饮食人类学考察

早在三国时期，文献中就记录下了武陵山区的各族民众的饮茶方式。据《广雅》记载：“荆巴间，采叶作饼，叶老者饼成，以米膏出之。欲煮茗饮，先炙，令赤色，捣末置瓷器中，以汤浇覆之。用葱、姜、橘子芼之。其饮醒酒，令人不眠。”虽然我们不能将该文献中所记载的饮茶方式完全与油茶画等号，但二者之间非常相似，只不过在制作工艺和选料上有细微差别而已。进而我们可以大胆地推测，武陵山区广大民众的油茶文化源远流长，自成一统。

在整个武陵山区，油茶虽是各族民众十分珍爱的饮品和食物。但对于土家人来说，油茶不仅是土家人最具特色的传统饮品，也是土家传统文化中最具代表性的事项，在社会文化生活中占有特殊的地位，它与泡米茶、白鹤茶、鸡蛋茶一道，并称为“土家传统四道菜”。因此，民间素有到了土家族聚居区没喝过油茶就算不得接触过土家文化的说法[7]。

由于社会经济发展状况和文化传统方面的差别，各地土家人的油茶既有共同点，也有显著差别。根据制作工艺和食用方式的不同，总体上可将土家油茶划分为清汤油茶、茶膏油茶、干盐油茶等三类。并受不同时期、不同地区社会经济发展状况的差异和民族间相互交流的影响，土家油茶也始终处于发展、变迁之中。有关油茶的溯源在各地民众中也流传着不同的版本。有研究者认为：“（土家）油茶汤是从茶叶水演变而来的。旧社会，土家人的食物以洋芋、红薯苞谷为主，很少油盐，伴着野茶叶熬制的茶水下咽。新中国成立后，土家人的苦茶水逐渐演变成现在的油茶汤，而且不断增加新的内容，如炒米、油炸豆腐、粉丝、肉丝、蛋片等[8]。”也就是说，油茶汤源自土家人日常饮食，后随人民生活水平的改善而不断升级。这一说法有现实依据作基础，具有很强的合理性和解释力，可备一说。

铜仁市德江县一带的土家人对油茶十分钟爱，并根据制作工艺的特点形象地将其称作“熬熬茶”。楠杆土家族乡位于德江县城西部距县城46公里、地处北纬28°11'-28°23'，东经107°51'-107°57'，东临沙溪乡、龙泉乡，南接煎茶、平原两镇乡，西与遵义市务川县

丰乐镇相连。楠杆土家族乡地处深山峡谷，东西宽 9.25 千米，南北长 23.30 千米，国土面积 124.31 平方公里。西面为马家梁子天畈寺，东面为石重盖大连山，中间为南北流向的野猫河谷地。森林面积 101970 亩，覆盖率达 65%，耕地面积 16140 亩。楠杆土家族乡属亚热带季风性湿润气候，常年温和多雨，空气清新，生物多样性保持完好。地势东西部较高，中部、北部较低。最高海拔 1293 米，最低海拔 615 米，属典型的喀斯特地形。野猫河自南向北纵贯全乡。据地方文献记载，在清光绪年间，楠杆土家族乡一带隶属务川县管辖，民国后划归德江县，以出产优质天然大漆和茶叶著称。全乡下辖 13 个村 1 个社区 123 个村民小组，共计 4813 户 18146 人，均为土家族。2014 年底乡村农业人口数 16635 人，传统的农耕是重要的生计方式。近年来，该乡青壮年外出务工者居多，村民的经济收入增长幅度很大。

受特殊自然地理环境、经济发展水平差异等方面的影响，较之周边地区土家人的油茶而言，德江土家熬熬茶在制作工艺、选原料和食制十分独特，并表现出明显的地方性特征。据小寨村原村主任、楠杆土家族乡水文站现任杨站长介绍，熬熬茶在楠杆土家族乡及周边的沙溪乡、复兴镇、煎茶镇、平原镇土家民众中广为流传，深得人们的喜爱。之所以称作“熬熬茶”，究其原因，一则可能是因为这种茶系熬制而成，二则可能是因为熬与“阿”（西南方言，挤压的意思）音近。过去熬熬茶是每家都会制作的，逢年过节、结婚、接待贵客时都要熬制。但随着经济的不断发展，人们的物质生活水平的提高，各种饮品类的副食日益丰富，情形之下土家熬熬茶也不免受到一定的冲击。2014 年，德江土家熬熬茶入选贵州省第四批省级非物质文化遗产名录，成为贵州省 13 项茶文化非遗项目之一，与“凤冈饮茶习俗”“都匀毛尖茶制作技艺”“贵定云雾贡茶手工制作技艺”“正安油茶制作技艺”“玉屏油茶制作技艺”“息烽西山虫茶制作技艺”“松桃茶灯”“湄潭翠芽茶制作技艺”“湄潭‘遵义红’茶制作技艺”“湄潭手工黑茶制作技艺”“石阡苔茶制作技艺”“清茶贡茶制作技艺”等项目并列。

家住德江县楠杆土家族乡小寨村，现年 72 岁的土家族妇女余再容是铜仁市级土家熬熬茶代表性项目省级传承人。据余再容介绍，楠杆当地及周边乡镇土家人都有喝熬熬茶的

习惯。余再容的娘家在离楠杆土家族乡毗邻的沙溪乡，她学做熬熬茶的技艺是从小跟父母学的。后来经人介绍嫁给了楠杆土家族乡小寨村的杨胜贵，于是把沙溪制作熬熬茶的工艺带到了小寨。目前，余再容是楠杆土家族乡最有名的“熬熬茶”制作者之一，当地及周边村寨有人举办婚礼时也常请她去制作熬熬茶，极受尊重。

油茶的制作工艺各地繁简不一，刘铭忠，郑宏峰在介绍湖北土家人打油茶的程序时，将其划分为：放阴米、炸配料、煮茶汤和冲油茶等四道工序[9]。笔者经过实地考察，对德江土家熬熬茶的制作工艺介绍如下：

#### (1) 原材料的选取与加工

油茶是一种传统的、流传范围极广的大众化饮品，虽然在我国许多民族和地区均有分布，但受各地自然生态环境、经济发展水平等因素的影响，各地制茶所选用的原材料各不相同。从总体上来看，武陵山区的侗族、苗族、仡佬族和大部分土家族在内的许多民众在制作油茶时大都选用绿茶，尤其是上等炒青为主料[10]，少部分地区土家民众也选用油茶果为原料熬制油茶。而德江土家熬熬茶制作原材料不选用山茶科的“茶叶”或“油茶果”，而是选用当地出产的“老鹰茶”为主料，茶不滤渣，与各种调料熬制成糊状，煮成茶羹后食用，进食方式与喝粥一致。制作工艺和食用方式原始、古朴，独具一格。

“老鹰茶”学名豹皮樟，属樟科木姜子属常绿乔木，皮灰棕色，鳞块状剥落，叶互生，革质，色泽深绿，在中国长江流域均有广泛分布。因其生长环境独特，外形奇异，人们也将这种茶称作“老茶”“老荫茶”“白茶”“大叶茶”或“老鹰茶”。中华饮食文化和中医药文化都同样博大精深、源远流长，且二者之间相辅相成、互融互通，因而素有药、食同源的说法。有资料显示，华夏先民摄取樟树叶入药（或入食）的历史十分悠久。20 世纪 70 年代，考古学界在浙江余姚河姆渡遗址中发现了大量的樟科植物叶片，和一只剩有樟科植物枝叶的陶罐。有专家结合樟科植物所具有的“辛温，无毒，主治恶气，中恶……霍乱，腹胀，宿食不消，常吐酸臭水”的多重药效，据此推论余姚河姆渡先民可能已经开始将樟科植物枝叶用陶罐煮泡饮用[11]。由于河姆渡遗址的年代略早于神话传说的神农时期，如果上述推测成立的话，那么中华民族采食樟科植物的嫩叶、幼芽的

历史当不晚于采食茶叶的历史。

武陵山区生态环境良好，立体气候特点显著，类型众多，是天然的植物王国，素有植物基因库的美誉。亚热带山茶科、樟科、杜鹃科和木兰科植物品类之繁盛，举世罕见。生活在当地的土家、汉、苗、仡佬、侗等各族民众不仅十分喜好饮茶，而且对当地资源丰富、药用价值独特的豹皮樟的嫩叶也情有独钟，并将其作为制作“老鹰茶”“白茶”和“虫茶”的主要原材料。而“老鹰茶”则因其制作工艺简单、成本低廉、保健价值高而成为土家人重要的日常代茶饮品和治病、防病的良药。因此，老鹰茶在土家人社会生活中占有突出地位。

据余再容介绍，老鹰茶当地也叫老茶、大叶茶，是楠杆熬熬茶的制作的主料。当地出产的绿茶因“后劲大”，多饮容易引起失眠，故不宜制作熬熬茶。“靠山吃山”，楠杆土家族乡生态环境好，无任何工业污染，周边的大山目前仍为原生态，山中尚有大量的野生“老鹰茶”。老鹰茶以豹皮樟嫩枝幼芽为主料，于每年谷雨至立夏前的晴天午后上山采摘。摘回后用木甑蒸一个小时，然后放在竹篾垫子上或竹筛中摊开，放在阴凉、通风处晾干。晾干后用塑料袋收集、密封保存备用。采摘和制作工艺原始而简洁，保留了传统的风格。

楠杆土家族乡土家民众制作熬熬茶除了“茶叶”的用料比较独特外，较之其他地区 and 民族制作油茶不同的另一个显著特征是，炒制茶叶和其他辅料时，不使用菜油、茶油，而是使用当地产的土猪的脂肪或五花肉炼制的猪油和油渣。

据余再容介绍，过去茶油和菜油均不易得到，而猪油则比较普遍。在茶汤中放猪油具有多重功效，一则可以防止单纯饮茶造成的饥饿；二则可以在解乏的同时补充人体所需的营养（如维生素、脂肪、蛋白质等）；三则可以通过油煎的方式增加茶汤的香味。在制作熬熬茶的过程中，如果猪油和油渣是现成的，则直接将炼好的猪油下锅烧热，然后将油渣下锅炒焦黄后起锅。如果没有现成猪油和油渣的话，则首先要炼油并制作油渣。猪油和油渣选用猪板油和五花肉，浸泡一个小时，倒掉血水，用刀切成小块后，锅底注入少数清水后，将改刀切好的猪板油和五花肉放入锅中，用中火熬一个多小时左右，直到出油，油渣表面发硬并略显焦黄，即可出锅，

并用漏瓢将猪油和油渣分开，猪油的提炼和油渣的制作即告完成。如果没有新鲜猪油渣也可用切成丁的腊肉替代，味道更为香醇。

### （2）茶点及其制作

喝油茶，往往会配以各种茶点。受自然环境和社会经济发展水平的影响，各地土家人喝油茶时搭配的茶点各不相同。但总体上来讲，这些茶点大多由日常生活中容易获取、深受当地民众喜爱且制作工艺独特的副食组成。德江土家熬熬茶的茶点比较丰富，并带有浓郁的乡土气息。主要有米花、米糕、糯米糍粑（清蒸与油炸两种）、芝麻炒面、白心红薯、土豆、核桃、土鸡蛋、米花糖、瓜子、花生、油炸土豆片、油炸虾片、白砂糖、辣椒酱、鱼皮花生。这些茶点全部是选取当地出产的原生态、无污染原材料，采用当地传统工艺精心制作而成。其中，米花是必不可少的主食。米花一般直径在一尺许，呈圆拱形，置放于茶宴席的中心位置，象征团团圆圆、和和美。米花选取当地出产的优质大米，洗净、蒸熟后制成饼，放在通风干燥的阴凉处阴干成“阴米”饼。食用时拿出，在锅底放上猪油，待油温升高后将“阴米”饼放入锅中，用竹筷按逆时针拨动，使受热均匀。待米花饼通体油炸透后，用漏瓢捞起控油。这一步的核心环节一是必须使用柴火，二是油温不宜过高，三是要不停拨动使受热均匀，四是必须使用猪油。用猪油炸既可保持米花饼的成色美观，又可以使米花带有猪油的香醇。否则成色会黄中泛黑，影响美观。食用时将糯米花饼用手掰成小块，放入滚烫的茶汤中浸泡至软，入口即化。

糯米糍粑是选用当地出产的糯米，经过浸泡、蒸煮后放入粑槽中，用木槌“打”制而成。糍粑“打”好后，揉成巴掌大小，或蒸或炸；芝麻炒面选用当地出产的芝麻、苏子和黄豆炒香，按一定比例搭配，放在碓窝中搗成粉末，加入一定量的白砂糖调制而成，用于蘸糯米糍粑。其余茶点或煮或炒，烹制方式简单，但都最大程度保持了食材的原味。

### （3）茶汤的熬制与储存

由于老鹰茶的营养成分比较丰富且特殊，含有大量的樟油和多酚类化合物，民间对老鹰茶主要采用煮饮、熬制方法来饮用，间或采用与茶叶相同的冲泡方法。但煮饮、熬制的味道更醇，且御寒、祛湿效果更为显著。因此只要时间允许，当地群众大都采用慢火熬制的方式食用，很少用沸水冲泡。在熬制

油茶过程中，加入的辅料各不相同，所制成的油茶的风格也各不相同。重庆土家人制作油茶时，将茶叶与粉丝、黄豆等物用油炸过，加煮熟的腊肉粒、豆腐颗和玉米泡，再加上葱花、姜米等佐料，掺上烧沸的油汤。其味道清香爽口[12]。德江熬熬茶茶汤是以柴火熬制。具体操作过程是：首先用中火把锅烧热后，将炼好的猪油下锅，待猪油有八成热后，再放浸泡过的豆子下锅炸至酥脆，再放核桃米、花椒。等核桃仁、花椒的香气出来后，再按照一定的比例放入一定量的老鹰茶茶叶。老鹰茶茶叶的投放量根据制作量的大小决定。比如：制作3个成年适量的熬熬茶时，茶叶与猪油、豆子的比例为：10片茶叶：5钱猪油：1两豆子。茶叶下锅翻炒至樟油香味出来并略显焦黄后，放入当地产的芝麻，继续翻炒直到芝麻的香味溢出，掺入少许山泉水，改用小火，并用木瓢沿锅底将食材反复挤压成茸，然后再次掺入山泉水，并加入适量的食盐、姜等煎煮成羹，半个小时即可出锅。由于制作熬熬茶工艺复杂，为了节省时间过去做一次熬熬茶要吃数天。为此，通常会适当减少水的用量，以便熬制成可存放的茶羹。茶羹熬制好后，留下当日食用的部分，盛出多余的部分，然后加水稀释，烧开后盛出。

由于老鹰茶本身即有防腐、防霉的功效，因此，在相同的条件下，较之其他食品而言，其保质期相对较长。过去熬制好的茶如果一顿吃不完，会用木盆盛好后，盖上纱布，放在厨房的水缸上。现在随着冰箱的普及，熬熬茶羹也可放在冰箱、冰柜中。

### 5.熬熬茶的食用民俗与当地社会文化

《“十四五”非物质文化遗产保护规划》中明确指出：“非遗是中华优秀传统文化的重要组成部分。保护好、传承好、弘扬好非遗，对于延续历史文脉、坚定文化自信、推动文明交流互鉴……”。并要求“开展多学科、跨学科的综合研究，挖掘阐释非遗项目中蕴含的中国文化基因及其当代作用和应用途径。”传统手工小吃是历史悠久、文化蕴涵丰富的民间技艺，也是民族文明史的一部分。当前，受社会转型的影响，我省部分传统手工小吃日渐式微，为此，应该以实际行动保护好、传承好、弘扬好这一优秀的传统文化，为乡村振兴战略的实施和正在蓬勃兴起的乡村旅游业的发展提供可资利用的资源。

德江土家“熬熬茶”是当地土家族民众

勤劳智慧的结晶，是值得传承、保护和弘扬的优秀文化遗产，具有突出的民族性、地域性和兼容性特征。我们应该从多学科视角出发，综合应用相关学科的理论 and 知识，对土家熬熬茶的文化基因进行深入挖掘、阐释，寻求它的当代作用和应用途径。

正如美国社会人类学家华森（James L. Watson）所言，“通过食物这个‘透镜’（lens），几乎可以观照社会、文化特征及其变迁的所有方面[1]。”关于老鹰茶的饮用源于何时，因史料阙如，难以考证。但正如学界根据良渚文化遗址出土的陶罐里的樟科植物的叶、茎所推断的那样，华夏先民食用老鹰茶的历史应当十分悠久。相对于茶而言，老鹰茶虽算不得高端，甚至略显“贱滥”，但因产量大，价格低廉，经济实惠，所以深受武陵山区，乃至整个西南地区各族民众的欢迎。

德江县自然条件优越，出产优质茶叶。根据唐代陆羽《茶经》的记载：“茶之出，黔中生思州、播州、费州、夷州，往往得之，其味极佳[13]。”可知，至少在唐中期，德江一带所产的茶叶就已经名满天下。逮至赵宋时期，德江隶属羁縻思州，老寨所出的茶叶成为地方官吏和土酋“任土作贡”的方物，进贡皇室。清代乾隆年间，当地所产的官林茶也曾作为贡茶多次进贡皇室。除了白茶、绿茶外，德江县老鹰茶也质量上乘，分布广阔。根据德江县志载，县内的南容、龙泉、乐泉、平原、高席、楠杆、天井、煎茶、偏岩、明溪、川岩、龙溪、露青、稳坪、桶井、木叶、共和等乡，都有广阔分布。因此，在德江民众的日常生活中，用老鹰制作的各类饮品非常普及，其中尤以熬熬茶最受广大民众喜爱。冬天喝熬熬茶可以暖身，夏季喝熬熬茶可以解暑、止渴，且具有多重保健价值，进而食物也成为民族象征文化的重要组成部分。熬熬茶渗透到土家人的生产劳动、社会交往、人生仪礼、精神信仰、营养保健等社会生活的多个领域和层面，并发挥着多重社会文化功能。其所蕴含的社会文化内涵与所体现的社会关系丰富而复杂。因此，对于土家熬熬茶的研究，要把它与土家族的历史、宗教观念、社会经济发展状况、生态环境和生计方式，以及其他饮食等联系起来做一个整体性、综合性的研究。

#### （1）文化记忆中的土家熬熬茶

瞿明安教授认为，“饮食象征文化通过主体把外在的饮食活动与其内在的观念意识、

心理状态及思维方式有机地整合起来,形成一个人与物、物与物、人与人相互联系和相互转换的系统结构,它既是饮食文化中兼有生理、心理、社会三重属性的典型表现形式,同时也是象征文化中作为信息传递方式来表达人类思想观念最为丰富和最具有普遍性的构成要素之一[14]。”因此,食物不仅是满足人们延续生命的物质基础,而且也是一种基本的文化符号,在传承、建构和强化人们的思想观念、文化认同或族群认同等方面都发挥着积极作用。正是由于茶对于土家人有着十分重要的现实意义,在土家人的精神世界中成了最亲近又神圣的“天物”。在没有文字的时代,勤劳、质朴的土家人自然而然地将文化记忆中世代传承的对茶的敬畏与珍贵的感情,用朴素的口头语言表达出来,口耳相传,从而形成了大量的关于茶的神话、传说和民间故事。透过这些土家油茶的文化表象,我们可以探寻土家族独特的社会记忆和文化心理。

关于油茶的起源,武陵山区广大地区土家人中流传多个有关解释油茶来历的传说,在这些不同版本的民间传说中,有的将茶文化与地方神祇信仰互融,从而形成了与茶相关的民间信仰;有的将油茶的发明与民族生存的历史链接。但不论何种形式的口头文学形式,都集中体现了油茶在土家人社会生活中的重要影响。

比如,武陵山区酉水流域土家族世代传承的著名史诗《梯玛歌》中记载的“苕禾娘娘吃茶生子(即土家族的祖先——笔者注)”的传说就充分表达了原始社会时期土家人对茶的高度认同,也体现了土家先民们与自然的融合关系。这种精神情感世代传承,渗入到土家人的民族心理素质之中,成为区别于其他民族的最核心组成部分。正因为茶在土家族的文化中是祖先的化身,土家族不仅享有“茶族”的美誉。而且在乌江下游的沿河与恩施等地的土家族民众中至今还保留着最古老最原始的茶图腾信仰。

除了被广大民众尊奉为“一个民族的根谱”的史诗以外,土家民众中流传的溯源油茶起源的传说也十分丰富,流传于武陵山区土家民众中的《土家油茶的来历》这样描述道:

明时,土家族人常受到官兵的骚扰、驱赶。到了大年三十,家中没有存粮,只剩下一些粗茶叶、玉米、茶油和蒜苗了,不堪饥

饿的土家族人就把这些东西混在一起熬煮,成为土家人的年夜饭,既能充饥又可解渴,风俗至今犹存。

又如《酉阳县志》所载《马援将军与土家油茶》:

相传汉代将军马援伏波驻扎在酉阳时,士兵受到当地瘴气的威胁,于是将军将合茗叶、茱萸、芝麻等研制成末,加盐熬成汤,让士兵服下,用于防治瘴气。后来,当地百姓纷纷效仿,渐渐成为一种习惯,成为今天的“油茶汤”。

此外,在楠杆土家族乡当地土家民众中还流传着另一则有关楠杆土家熬熬茶起源的传说:

据传在清朝分南北二号两派之时,经常是北号人屠杀南号人。在楠杆水井湾有一位土著首领杨怀远将军,为了抵御和反攻北号人的追杀,将南号人带到狮子山上安营扎寨。由于人们心慌意乱,精神萎靡不振,于是杨将军就想出一个办法,便叫炊事员做熬熬茶来给大家吃。南号人吃了熬熬茶,果真气势旺盛充沛。当北号人追杀过来时,却被南号人杀得落花流水。不但南号人取胜了,而且保住了领地。从此人们为了纪念杨将军,就经常做熬熬茶来食用,故而得以流传至今了[15]。

这些传说赋予了土家油茶神圣的文化内涵,体现了土家人对熬熬茶的珍爱和土家油茶在广大土家民众社会生活中的重要地位。同时,也反映出历史上当地民族关系的某些状况,和土家人崇尚英雄的文化心理。

此外,在楠杆当地的《熬熬茶的来历》还流传着这样一则解释性传说:

相传楠杆曾有一株远近闻名的大茶树,已经生长了好几百年。这棵神奇的茶树,不但枝叶繁茂,而且冠盖如云。据说在茶树刚到百岁,长势正旺,片片绿叶,闪闪发光。然而在一天中午,茶树附近天井书院处一声巨响,瞬间就是天昏地暗,雷电交加,洪水暴涨。此时一条巨龙飞过茶树的树梢,将那棵大茶树扫倒在地了。

从此以后,那棵茶树的树叶逐渐变黄,濒临死亡的危险了。此地乡亲们心急如焚,赶紧请来傩堂戏班子为茶树超度保佑。只因傩师设坛祭祀以后,这棵茶树竟然能够起死回生了。由于乡亲们为了表达对这棵茶树的顶礼膜拜,于是摘下树叶和祭祀神灵的几种食物一起熬煮,从而就做成一种混合食物“熬

熬茶”了。

众所周知，土家人的传统社会中，以“万物有灵观”为思想基础的自然崇拜、图腾崇拜和巫术信仰，以及围绕上述信仰所形成的原始宗教习俗在整个土家人的精神生活中始终占据统治地位，并渗透到社会生活的各个领域，其中尤以雷神信仰及相关习俗最具代表性。人们不仅崇拜雷神，将雷神视作天神，而且对遭受过雷击的各种东西都充满了敬畏。而傩坛师作为知识的传承者和沟通人、神的媒介，在土家人社会生活中也有着十分神圣的地位。该传说将土家人对茶的热爱与遭雷击的百年古茶树的重生和傩坛师用熬熬茶禳解巧妙地结合在一起，准确地表达出土家人对熬熬茶的深沉情感，同时也赋予了熬熬茶极高的文化地位。这种现象看似偶然，实为必然。进而我们还可以大胆推测，楠杆土家熬熬茶在起源、发展的过程中极有可能曾经与土家族祭祀祖先的仪式有密切关系。换言之，土家熬熬茶最初可能起源于祭祀祖先的祭品，后来才逐步走下神坛，成为世俗化的饮食。

### (2) 社会交往场景中的土家熬熬茶

“食物是社会意义的储藏物，是表达和形成人际关系的最有力工具[16]。”“在生活中，茶已成为友好、尊敬、和睦的象征。客来敬茶是以茶示礼；朋友相聚，品茶叙旧，可以增进友谊；向长辈敬茶，表示尊重之意；邻里纠纷，献上一杯茶，亦可化解矛盾，促进团结。”[2]土家族作为中华民族大家庭中的重要成员，也是一个十分崇尚礼仪的民族。由于茶在土家人心目中具有十分崇高的地位，所以，土家人的日常生活礼仪中都少不了茶的伴随。武陵山区的土家族有着悠久的栽种、饮用茶的历史。喝茶待客是土家习俗，也是建立和维护社会关系的重要纽带。在日常生活中，土家人将施茶作为待客的最高礼节和行善之道。夏季时节，在道路边临时搭建的茶亭中或树荫下为来往行人免费提供熬制老鹰茶不仅方便路人，广结善缘，也是积德的重要途径。在贵客登门拜访之际、青年男女喜结连理之时，熬上一锅热气腾腾的油茶，更是主家对客人至高无上的礼遇。因此，武陵山区各地土家民众中普遍流传着类似“窑溪沟边窑溪茶，困龙山下有酒家；客来不办苞谷饭，请到家中喝盐茶[17]。”“施得三年茶，不生娃也生娃”的民谚。饮用熬熬茶时，如果有长辈或身份尊贵的客人在场，必

须先按照长辈、贵客的顺序向客人敬茶。与土家油茶食用方式一样，熬熬茶的食用是将现熬好的油茶汤舀到碗中，趁热将油炸好的米花等物放入碗中浸泡至软即可食用。所以，主人盛茶时不宜过满，也不宜太少。茶汤添得太满，会影响茶食的添加，也容易烫伤客人，过少则显得主人待客不热情。客人入座后，主人左手端熬熬茶，右手执勺，依照顺时针方向，从长辈开始添茶入碗中。客人边聊边吃，主人则在一旁伺候，及时为客人满上茶汤并补充茶点，十分周到。

传统的熬熬茶食用方法是只用嘴喝，不用筷子。为了将茶汤与碗中的其他食物一起喝入口中，食用时必须将碗朝一个方向不停转动，防止碗中的花生、米花等物质不至于沉底。边转边喝，待汤喝完，碗里食物也吃完。此外，为了显示对主人的尊重，客人在喝茶时务求将碗中的茶汤喝完，除了便于食用、防止浪费外，还寓意圆满、完美。

### (3) 人生仪礼场景中土家熬熬茶

正如巴特（Roland Barthes）所称“（食物）是沟通系统，想象载体，以及使用、情境和行为规范”[18]。自人类进入新石器时代开始，食物就不再仅仅是满足人类延续生命的物质基础，而且还被赋予丰富的文化内涵，在人们的社会交往、宗教仪式及其他社会生活中发挥着重要作用，并满足着人们在生理、心理和社会等多个层面的需求。

在广大武陵山区，油茶在土家族人的婚俗礼仪中占有极其重要的位置。如：在湖北恩施一带的土家人中，男女双方建立恋爱关系后，媒人在为男女双方协调关系、张罗婚事的过程中，油茶始终是女方向媒人表达自己意愿的重要“符号”：每次手续男方都要托媒人捎去2斤上好的阳雀茶（阳雀开口前摘的茶），以备女方将此茶熬油茶给媒人喝用。并要求这茶叶必须由男方的母亲亲自采摘：母亲要一边采摘一边念念有词。不会唱词的母亲们还得请人教会，否则儿子大了谈媳妇不顺利，处处碰壁。媒人拿着阳雀茶去女方家，若女方的家长乐意将茶叶收下，并当即抓把熬油茶给媒人喝了，就表示同意自己的女儿与男方家那小伙子谈恋爱，正大光明地往来。反之，则不同意“开亲”。送“定亲茶”时，若姑娘亲自出门迎接媒人，并亲手将定亲茶叶熬油茶给媒人喝，则表示婚事正式定下来了，当媒人回到男方家，小伙子问媒人的第一句话便是：“她熬油茶给你喝了吗？”

若回答：“熬了，香着哩！”全家就皆大欢喜。若回答“没喝油茶”。全家人就默不作声，小伙子拉着脑袋，阵阵叹息[19]。在婚礼过程中，迎接新娘要带“三茶六礼”，新娘进门后，首先要举行拜茶仪式，这种仪式过程，就相当于今天的“以茶认亲、以茶会友”。晚上闹新房，更有一番有关茶叶来源、采、制等方面的盘根问底的口舌论战。“打油茶”“油茶汤”，在武陵山区颇为盛行。此外，生活在沿河一带的土家族民众在办喜事时至今都喜欢喝“盐茶汤”，并将媒人提亲称为“提茶”，订婚称为“递茶”。二在不同的环节还有所谓的“准茶”“烧香茶”“拜年茶”等，[20]不一而足。

德江楠杆土家族乡的土家熬熬茶也具有突出的礼俗功能。根据当地部分老人介绍，过去由于楠杆土家族乡社会经济发展水平滞后，当地民众忙于生计，平日里许多制作熬熬茶的食材很难一时凑齐。因此，人们只有在比较特殊的场合才会烹制和饮用熬熬茶。最常见的是逢年过节、结婚、接待贵客特殊场合。改革开放以后，随着人们的经济收入大幅度增加，生活越来越富裕，绝大多数制作熬熬茶和制作茶点的食材都很容易获得，因此，现在土家人平时若想喝熬熬茶都可以随时熬制，不像过去那样困难。

随着社会经济的不断发展和生活节奏加快，饮料的种类也变得十分丰富。但大多数土家民众对土家熬熬茶仍怀有乡土情结，并将其作为接待贵客、婚礼场合待客的重要食品，为远道而来的客人洗尘、解乏。同时还有祝愿来宾百事顺利、财源广进，新人幸福美满的意思。据余再容介绍，在楠杆土家族乡当地，虽然现在的年轻人举办婚礼越来越时尚，但每逢有人结婚，主家都要提前熬制大量的熬熬茶，专供来参加婚礼的贵客取食和饮用，以显主家对客人的尊重。但由于现在楠杆土家族乡能熬制地道熬熬茶的人越来越少，因此，每到春节前后年轻人结婚的高峰期，提前向她预订熬熬茶的人很多，常常应接不暇。

#### (4) 劳动生产场景中的土家熬熬茶

“人类进化至一定文明阶段，不再随意进食，对食物的生产、加工、消费早已超出维持生命存在和身体营养的状态，选择、制作、调制适合人体健康生存所需要的食物组合。从这层意义上说，它就是我们。”[21]土家族生活的地区山峦起伏，道路崎岖，山

地农耕是土家族传统的主要生计方式。勤劳、智慧的土家人日出而作，日入而息，辛勤耕耘，每天消耗大量的体力，需要及时补充水分和营养。“茶叶虽是一种特殊的普适性产品，但饮茶习俗的产生是具有具体性和针对性的，不同民族的饮茶习俗虽然千姿百态，但无不具有其科学性和合理性”[22]。土家油茶不仅营养丰富、味道醇美，而且具有解渴、生津、止乏的功效。在劳作之余，喝上一碗价廉物美的用老鹰茶熬制的熬熬茶能及时有效地解乏、解渴、补充营养并恢复体力。为此，各地土家民众中广泛流传各种与油茶有关的民谚和民谣，这些民谚和民谣非常类似，只不过对油茶的叫法不同而已：“不吃油茶、头晕眼花”“宁可无米，不可无茶”“一天不吃茶两碗、走起路来脚打闪”“油茶汤，喷喷香。一日三餐三大碗，做起活来硬邦邦。”可以说，土家油茶就是伴随土家人的生产劳动而创造出来的特殊文化。没有辛勤劳作，土家人就感受不到油茶醇美的滋味，没有油茶的滋养，劳动带来的快乐自然也就黯然失色。劳动之美与油茶的香醇可谓相得益彰。而这些民谚、民谣同时也深刻地揭示了劳动生产与熬熬茶的亲密关系。

#### (5) 营养健康、医药保健场景中的土家熬熬茶

正如哈维兰所言：“对于当地人来说，一种饮食习惯的形成总是与营养的、生态的和收支效益等因素有关”[23]。饮茶不仅能增进营养，而且还具有突出的医疗保健价值，中国人很早就注意到茶的医疗保健功能，且一直延续着茶疗的传统。据《本草纲目》记载，老鹰茶拥有“止咳、祛痰、平喘、消暑解渴”的功效。油茶汤能提神醒脑，令人心旷神怡。正如重庆一带的土家歌谣所唱道的那样：“土家儿女爱唱歌，只因烧了油茶汤喝。吃了油茶提精神，嗓音洒满酉水河。近几天来心发慌，只因未吃油茶汤。合在一起烧油茶汤，吃了油茶汤心舒畅。”[24]油茶在整个西南地区和武陵山区民族民众中之所以深受欢迎，一则是由于它本身具有丰富的营养价值，且可以作为代茶饮品解渴；另一则是因为它具有极高的药用价值。

关于土家人发现熬熬茶所具有的医疗保健价值的过程，黔东地区土家民众中至今还流传着类似《土家人喜欢喝油茶的来历》的民间传说：

“传说很久以前，土家山寨有一户人家，

年过花甲的老两口，守着一个十岁出头的儿子小宝过日子。一天小宝给祖宗烧香，突然肚子疼痛跌倒，老两口四处求医问药，可是是什么药都不见效。土老司告诉大家，要在香火放上黄豆糯米、盐、茶叶等几样东西。老两口照办了，小宝的病果真好了。老两口说，祖先吃得我们也吃得，于是把茶叶、油、腊肉、姜放在锅里煮水喝，土家人称之为熬茶，或油茶汤。喝油茶汤冬可暖身，夏可消暑，止渴消乏，解饥醒酒，常饮则脾胃畅和强身壮体。不少土家人已养成喝油茶的嗜好，一日不喝，浑身乏力，多日不喝，如患大病。”[25]

在西南地区的广大农村，老鹰茶仍然深受广大民众的喜爱。除了用作生津解渴的日常饮品之外，各族民众更是始终对老鹰茶防馊、防腐作用、消渴去暑、清热下气，行水止痢，解渴除乏，明目退赤、御寒、止泻、止嘔和消食解胀等功效了然于心。而喝油茶能预防感冒更是尽人皆知的常识。随着现代医学研究手段的进步和先进技术广泛应用于医学，人们对老鹰茶的营养成分、医疗保健功能也有了更全面地认识。经过医学化验分析表明，老鹰茶中含有包括氨基酸、矿物质、维生素 C、维生素 B1、维生素 B2、黄酮类、多酚类、咖啡碱等物质在内的多种人体所需的营养成分。其具有改善造血系统和内分泌系统的功能可对脑神经和心脑血管进行养护，并达到消渴去暑、消食解胀、解毒消肿、提神益智、明目健胃、散瘀止痛、止泻、止嘔的目的。[26]相应地，熬熬茶的保健价值也得到进一步的证实。

## 6. 结束语

饮食文化是民族传统文化的核心组成部分，“饮食系统总是建立在人们该吃什么，如何吃，为什么吃，在什么情况下吃等模式之上，体现了人类文化的一个层面，涉及人的思想、信仰、行为、艺术等。同时，人们也通过食物来维持社会和身体的意义。”[21]土家油茶文化融酥、香、涩、咸、脆等风味于一体，是土家人在特殊的自然环境和人文环境中创造的文化，蕴含着丰富的文化内涵，并在广大民众社会生活中有着十分深远的影响。它不仅是土家民众文化记忆的存储器，也是广大社会成员社会化的重要依托、补充营养的美食和治疗疾病的良药。随着社会的不断发展，土家油茶的社会空间虽受到一定程度的挤压，但广大土家民族对油茶的

认同度并未因此而减轻。“非物质文化遗产是乡土文化的精华，是乡村振兴的文化驱动力，具有丰富乡村文化内涵、推动乡风文明建设和实现产业兴旺等积极作用”[27]。当前，中国正在实施非物质文化遗产保护、文化旅游和乡村振兴战略，这为土家油茶文化的传承与发展提供了广阔的制度空间。充分利用政策资源优势，保护土家油茶文化，大力挖掘其在旅游业中的经济功能，不仅有助于土家族地区乡村文化的振兴和旅游业的发展，而且还有助于增进社会和谐，提升文化自信。这无论对于满足旅游者不断提升的旅游需求品味，助力形成土家地区的饮食文化模式，还是对于传承民族优秀文化，开发价值和现实意义都是巨大的。

## 参考文献

- [1] 郭于华.关于“吃”的文化人类学思考——评尤金·安德森的《中国食物》[J].民间文化论坛, 2006.
- [2] 陈文华.中国茶文化[M].北京: 中国农业出版社, 2006.
- [3] 贵州省土家学研究会.贵州土家族百科[M].贵阳: 贵州民族出版社, 2018.
- [4] 李德宽, 田广编.饮食人类学[M].银川: 宁夏人民出版社, 2014.
- [5] 赵运林.湖南药用植物资源[M].长沙: 湖南科学技术出版社, 2009.
- [6] 田用三.黔东北土家族茶文化[J].贵州民族研究, 1993.
- [7] 贵州省政协文史与学习委员会.贵州旅游文史精编·东部卷(铜仁、黔东南)[M].贵阳: 贵州人民出版社, 2013.
- [8] 张哲永, 等.中国茶酒辞典[M].长沙: 湖南出版社, 1991.
- [9] 参见刘铭忠, 郑宏峰.中华茶道 2[M].北京: 线装书局, 2008.
- [10] 全国政协暨湖南、湖北、四川、贵州政协文史资料委员会.土家族百年实录(上).北京: 中国文史出版社, 2001.
- [11] 李璐.茶文化与大学生素养[M].重庆大学出版社, 2017.
- [12] 《重庆百科全书》编纂委员会.重庆百科全书[M].重庆: 重庆出版社, 1999.
- [13] 吴觉农.中国地方志茶叶历史资料选辑[M].北京: 农业出版社, 1990.
- [14] 瞿明安.隐藏民族灵魂的符号——中国饮食象征文化论[M].昆明: 云南大学出版社

- 社, 2001.
- [15] 贵州德江县土家熬熬茶, 你吃过没有? [EB/OL]. [2018-08-05] <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1607968868941666210>.
- [16] 瞿明安. 当代中国文化人类学(上) [M]. 昆明: 云南人民出版社, 2008.
- [17] 余悦. 事茶淳俗 [M]. 上海: 上海人民出版社, 2008.
- [18] [Barthes, Roland]. Toward a psycho-sociology of Contemporary Food Consumption. *European Diet from Pre-Industrial to Modern Times*, Harper Torchbooks, 1975.
- [19] 唐文荣. 乡村情结 [M]. 文化艺术出版社, 2010.
- [20] 熊嘉, 彭继光. 发展武陵山区大茶业的思考 [J]. 茶叶通讯, 2005.
- [21] 袁同凯, 吴新悦. 当代国外饮食人类学研究的范式转变 [J]. 河北学刊, 2020.
- [22] 崔海洋. 茶的技术与生态——基于茶史解读与东苗茶比较视角 [J]. 广西民族大学学报(哲学社会科学版), 2015.
- [23] (美) 马文·哈里斯 (Marvin Harris). 好吃 食物与文化之谜 [M]. 叶舒宪, 户晓辉译, 济南: 山东画报出版社, 2001.
- [24] 沈智敏集撰. 重庆风味小吃 [M]. 北京: 金盾出版社, 2006.
- [25] 田永红. 走进土家山寨——贵州土家族风情录 [M]. 贵阳: 贵州人民出版社, 2001.
- [26] 张景. 中国茶文化 [M]. 天津: 天津科学技术出版社, 2018.
- [27] 崔瑾. 乡村振兴视域下非物质文化遗产的保护 [J]. 农业经济, 2019.