

走進百節之鄉 唱響侗族大歌

三江侗族自治縣民族風情之旅



▲程陽八寨處處是美景

從北海坐動車到三江，沿途風光無限，不僅可以看到典型喀斯特地貌的山山水水，還能看到南方風韻的農耕文化，車窗外似一幅幅流動的山水畫，時而有鬱鬱蔥蔥的樹林，時而有斜陽下犁地的水牛，豐富多變，層次無窮。



▲中國首部侗族風情大型實景演出《坐妹·三江》

三江侗族自治縣地處湘、桂、黔三省（區）交界地，是全國七個侗族自治縣中侗族人口最多的一個縣。除侗族之外，這裏還有苗族、瑤族、壯族等少數民族。一路上聽說三江侗族自治縣擁有中國最完好、數量最多、分布最集中的侗族建築群，《童年的稻田》、《絕地逃亡》、《夜鶯》等影視作品都是在這裏取景拍攝，我們對此程的期待之情不言而喻。三江每年都舉辦豐富多彩的侗族民俗文化活動，還享有「百節之鄉」的美譽。

「坐妹三江」盡顯「多耶」熱情

我們一行人抵達三江已是將近傍晚，剛好趕上當地的侗族風情大型實景演出——《坐妹·三江》開演。遠遠的我們就看到了演出劇場——三江侗鄉鳥巢，木質圓形結構的「鳥巢」極富民族風情，圓圓的形狀讓人聯想起廣西特色的銅鼓，整個建築外掛滿大紅燈籠，夜色中有種無比震撼的美。一步入場內，我們才發現原來「鳥巢」裏更是別有洞天，整個舞台以侗族的銀項圈型形狀設計，兩邊是威嚴莊重的侗鄉鼓樓和神秘多彩的吊腳樓，同時還伴有雲霧迷蒙的瀑布、波光粼粼的彎月河，阿哥阿妹在變幻的光影中載歌載舞，露天的舞台籠罩在月光之下，彷彿夢境一般。

「坐妹」是侗族人特有的戀愛方式，阿哥阿妹通過行歌、聊天、玩遊戲等方式相互了解，尋找意中人。如果小伙子看上哪個姑娘，就會坐在那個姑娘的腿上，表達對姑娘的愛慕之情，因此被

►鼓樓被譽為「侗族三大寶」之一

稱為「行歌坐妹」。《坐妹·三江》演出分為四部分：一、走姑娘；二、鬧姑娘；三、坐妹；四、破曉之喜。整個演出以講故事的方式，融合侗族特色的「多耶」（侗語，代表侗族的一種歷史悠久的傳統歌舞藝術）以及被列為第一批國家級非物質文化遺產名錄的「攤面舞」等藝術形式，將侗族地區的建築文化、農耕文化、耶歌文化、服飾文化、笙舞文化、婚俗文化等全面呈現給觀眾，最後還有互動環節，邀請觀眾們一起到美輪美奐的舞台上手把手、肩並肩參與「多耶」，讓我們通過一個多小時的演出就能體驗侗族文化的無窮魅力，感受到侗鄉阿哥阿妹的熱情。

程陽八寨 侗家風情

第二天一大早，我們就驅車前往「程陽八寨」。「程陽寨」位於三江縣城古宜鎮北20公裏，是侗族千戶大寨，有馬安、平寨、岩寨、平坦、懂寨、程陽大寨、平埔、吉昌等八個自然村寨，因此被稱為「程陽八寨」。進入寨子，我們頗有「豁然開朗」之感，這豈不是「屋舍儼然，阡陌交通，雞犬相聞」、「有良田美池桑竹之屬」的世外桃源嗎？寨子裏無論吊腳樓、風雨橋，抑或鼓樓，都是木結構，或背山而建，或臨水而居，不用一釘一鐵，皆為榫卯嵌合，一樑一卯之間、一轉一折之際，將侗族建築的智慧和藝術展現的淋漓盡致。

這裏有寨必有鼓樓，過河必有風雨橋，尤其以程陽風雨橋最為著名。這座建於1912年的風雨橋，是目前保存最好、規模最大的風雨橋，被譽為世界四座歷史名橋之一。橋頭一早就有盛裝打扮的侗家姑娘等待我們的到來，她們用原生態的侗族大歌歡迎我們，歌聲悠悠，情意綿綿。橋上有5座塔式橋亭和19間橋廊，亭廊相連，別具一格。

風雨橋和寨子裏群鴨戲水、魚米稻香的景致融為一體，渾然天成，遊覽過程中，在寨子的不同角度回望這座風雨橋，眼前都是別樣的美景，有「遠近高低各不同」之趣。

這裏世世代代居住着原始的侗鄉居民，他們現在依然保持着上山採茶、下地種田、在家織布的農耕生活。漫步於寨子裏，沿途處處可見在茶園裏、稻田間從容的身影，還有晾曬在吊腳樓外剛染好的土布，這不得不讓習慣於快節奏生活的我們感慨萬千——平時在車水馬龍的大城市裏，人們用一把「有



▲盛裝打扮的侗家姑娘用原生態的侗族大歌歡迎遠方來客，歌聲悠悠，情意綿綿

機青菜」作為衡量生活質量的指標，而這裏的人們原來一直就過着這樣一種「有機生活」，亭台樓閣，水樹歌臺，怡然自得。

與風雨橋並稱為「侗族三大寶」的還有鼓樓和大歌。鼓樓是侗寨老年人教歌、青年人唱歌、幼年人學歌，民間老藝人傳歌編侗戲的集中場所，每座鼓樓都各具特色。侗鄉被稱為「歌的海洋」。來到這裏之前，我們就聽說過享譽海內外的「侗族大歌」，這種多聲部、無指揮、無伴奏的原生態合唱形式，早在幾



▲《坐妹·三江》大型實景演出

十年前就在法國巴黎的藝術節上技驚四座。當我們在「程陽八寨」裏逛得優哉游哉的時候，就聽到了不遠處山上侗家阿姐悠揚的歌聲，這與《詩經》一樣歷史悠久的「嘎老」（侗語，「嘎」就是歌，「老」具有宏大和古老的意思）果然名不虛傳，山水之間婉轉傳來，聲聲入耳，如同天籟。怪不得侗家人常說「飯養身，歌養心」，也可見他們把唱歌看得和吃飯一樣重要。

文 馬麗音 攝影 鄭雷



▲建於1912年的程陽風雨橋，是目前保存最好、規模最大的風雨橋

侗族美食 百菜百味

說起「吃飯」，程陽八寨裏的美食可真是讓人回味無窮。這裏的「百家同盛宴」是侗族熱情好客、和諧大同的文化象徵，在三江侗鄉地區已經流傳了數百年。每逢重大節慶或貴客到訪，全村各戶自備飯菜和美酒，一起到鼓樓坪「一」字型擺開長桌，客人可以從第一桌開始把美味品嘗個遍，你來我往，觥籌交錯，好不熱鬧。當地產的糯米香軟彈牙，油亮的光澤和香噴噴的味道很是誘人，而當地習慣用手抓着糯米飯來吃，因此也叫「坨坨飯」。侗族人還把糯米飯泡在用當地產的茶油和茶葉煮好的油茶裏，再依個人口味加入炸花生米、油果、青葱等，清香甘甜，一試難忘。寨子裏還有侗家一絕的酸魚、酸鴨、酸肉，搭配醇香撲鼻的重陽酒，真是人生一大享受！據說侗族家家幾乎都有一個泡酸菜的壇子，醃製酸魚有時甚至會達到十多年的時間，這是侗族人用來盛情款待遠方貴賓的菜餚，打開壇子的那一刻，酸魚的香味滿溢，整個寨子都聞得到。這裏還有一道流傳千年的美食，叫「醋血鴨」，醋香撲鼻，鴨肉綿軟，酸辣鮮香，再來一碗用鴨湯小火慢熬的鴨粥，用當地人的話來說就是「鴨子也得，粥也得」。



▲「百家同盛宴」

三江真是一個說不盡、道不完的好地方，這裏有熱情的侗族阿哥阿姐，也有妖嬈多彩的《坐妹·三江》；有熱鬧非凡的百家宴，也有婉轉動聽的侗族大歌；有唇齒留香的美食，有自家純釀的重陽酒，也有回味無窮的仙人山茶。在這裏，既可以歡聲笑語、載歌載舞，也可以「偷得浮生半日閒」，看山看水靜坐，伴一壺仙人茶，細品「見天地、見衆生、見自己」的意境。