

Daj Gvigawj Hwnjdaiz Gwnhaeux Yawj Vwnzva Laex Caeuq Hauq Bouxcuengh

从餐桌上规矩看壮族的礼仪和孝道文化

□蒙宁

壮族其实是一个十分讲究文明礼仪的民族。何以见得呢？我们不妨从壮族餐桌上的一些规矩谈谈壮族的礼仪文化。

一、入桌

入桌是进餐的前奏。在壮族地区，进餐入桌是十分讲究的。客人将要入桌，东家里的晚辈（特别是家里有女孩子的）要把进餐所需要的餐具摆放好，如摆好碗筷、酒杯之类的餐具。碗筷、酒杯摆放有一定的规矩要求，不得随意摆放。通常情况下，筷子摆在饭碗的右手边，酒杯则摆在饭碗的左手边，特别是筷子只能放在饭碗的旁边，绝不能将筷子架在饭碗之上，更不能将筷子交叉放在饭碗上面。待客人入桌后，先问客人是否盛饭，征得客人同意之后，由晚辈（主要是家里有女孩子的）帮客人装饭。另外，在帮客人装饭时一定要小心谨慎，饭勺不能碰到饭锅边缘，更不能弄出响声，以免让客人认为锅里的饭所剩无几或没有饭了。盛饭也要有讲究，不能装得太满，也不能装得太少，以装到饭碗的三分之二多点为宜。盛好饭后，不能直接将饭碗从其他人面前递过去，这是对其他人极大的不尊重。盛好的饭碗，一般要从客人侧后身双手递送给客人，不能单手递送。客人接拿晚辈递送过来的饭碗时也不能单手接拿，要伸出双手接拿，以表示对晚辈的肯定。

二、进餐

进餐是就餐的核心环节，它最能体现壮族人的礼仪和孝道文化。

1. 动筷。吃饭就要动筷夹菜。在壮族人家作客，动筷夹菜是有讲究的。动筷时主人夹的第一道荤菜不是往自己碗里夹，而是经过精挑细选给客人夹第一块荤菜，然后主人和家人才依次夹荤菜。

2. 夹菜时要夹自己前面的菜，不能将手中的筷子随意伸到别人前面去夹，哪怕是自己最喜欢的那块菜在别人的前面或那一边，也不能伸出长长的筷子往别人前面去夹。长辈平时在家里经常这样教育晚辈。

3. 吃饭时，不能将筷子倒插在饭碗里。为了使小孩牢记这样的教诲，养成吃饭好习惯，大人们往往对小孩说：将筷子倒插在饭碗里，会闹肚子疼。于是，小孩们自然而然记住大人的教诲，并逐渐形成良好的习惯。

4. 吃饭时，不能将筷子交叉放在饭碗上。交叉放着的筷子有“剪刀”之意，这是一种不吉利的征兆，特别是交叉的筷子一头对着别人，这也是对别人的一种极大的不尊重。

5. 为了不让小孩将碗、筷等餐具当玩具玩，大人们时常教育



小孩不能以筷击碗，并告诉小孩以筷敲打饭碗这是乞丐乞讨的行为。久而久之自己将成为乞丐，遭人鄙视。

6. 斟酒也很讲究。斟酒时，要从客人之侧后斟酒。一手提着酒壶，一手伸出去拿酒杯，然后往酒杯里斟，一般以斟满酒杯为宜，不能只斟半杯。因为壮族人一样讲究“酒满敬人”的道理。

7. 吃饭时，不能将筷子架在饭碗上。如果未吃饱，又非得出去办事，只能将筷子摆放在桌面上，表示自己还会回来进食。

另外，在物质十分稀缺的年代，为了满足不同年龄段对稀缺食物的需求，对于稀缺食物的分配食用很是讲究。下面以吃鸡为例，简单做个说明：

小孩是不能吃鸡头的。为了不让小孩抢着吃鸡头，大人们告诉小孩说：小孩吃了鸡头会招来很多蚊子叮咬。

小孩是不能吃鸡肠子的。为了不让小孩抢着吃鸡肠子，大人们告诉小孩说：小孩吃了鸡肠子哭闹时，会哭闹不停，就像鸡肠子一样绵绵长长。

小孩是不能吃鸡爪子的。为了不让小孩抢着吃鸡爪子，大人们告诉小孩说：小孩吃了鸡爪子，长大后，会写字不好，所写的字会像鸡爪扒泥一样难看。

小孩是不能吃鸡屁股的。为了不让小孩抢着吃屁股，大人们会告诉小孩说：小孩吃了鸡屁股，会在同伴中落伍，掉队，容易被别人看不起。

小孩是不能吃鸡胗的。为了不让小孩吃鸡胗，大人们会告诉

小孩说：小孩吃了鸡胗，就会变成木讷，一窍不通的人。

小孩是不能吃鸡肝的。为了不让小孩吃鸡肝，大人们会告诉

小孩说：小孩吃了鸡肝，就会变成愚笨、愚蠢的人。小孩是不能吃鸡脾的。为了不让小孩吃鸡脾，大人们会告诉小孩说：小孩吃了鸡脾，就容易得健忘症，记不住别人讲过的事情。

为了让小孩牢记教诲，在壮族地区还流传着这样一首顺口溜：

Gwn gyaeuj nyungz byuz;
Gwn saej daej raez;
Gwn nyawj sij cih rwix;
Gwn soenj doeklaeng;
Gwn daw vunz ngawz;
Gwn daep vunz huk;
Gwn lumz hozgyaengx(lumzlangh).

为什么呢？说来话长，但大人们对小孩的这种限制，并不说明大人们对小孩的歧视或不关爱自己的小孩。只是在物质贫乏的年代，要想进食时人人都能享受到美味佳肴，大人们只能编造这些美丽的谎言来欺骗小孩的童真，才能满足不同年龄段的人的进食需求了。因为除了这些不能进食之外，小孩可食的还有鸡腿、鸡翅、鸡肉。而鸡肝、鸡脾、鸡胗、鸡屁股肉质相对较细软的则专供老年人食用，至于鸡爪、鸡头质地较坚硬的则专供成年人送酒之用。这种分配原则公平合理又体现出一种饮食文化的礼仪和孝道。

三、餐后

餐后，客人全部离开桌面了，餐桌上的碗筷以及进食时产生的垃圾，原则上是由晚辈负责收拾的。收拾桌面的东西时要尽可能动作轻巧，不能弄出叮当响声。收拾碗筷后，要煮沸水冲洗碗筷，然后再将地板打扫干净。

这种餐后清洗、打扫的习惯也许各地、各族都有。但需要说明的是，在壮族地区还有一个不成文的规矩，即客人未散席之前，无论客人吃喝到什么时候，负责收拾碗筷的晚辈都必须耐心坐等，直到客人散席后，收拾好碗筷，打扫好卫生后，才能离开，否则视为不孝不敬，更是对客人的不尊重。

总之，壮族是一个十分讲究规矩的民族，仅从壮族的餐饮规矩中，我们也可以窥见壮族的某些礼仪和孝道文化。

（作者单位：环江毛南族自治县恩思镇中心小学）

Gveibingz Conzdungj Daegsaek Ceizndek Raemxcawj 桂平传统特色水煮糍粑

□谭鉴玲

糍粑，一种平凡的食物。在我国，只要是产米的地区，几乎随处可见有当地特色的糍粑。桂平是产粮大市，桂平人做的糍粑，最具传统特色。桂平人把做糍粑形象的叫做“整”糍粑。

说起桂平的糍粑，就像说起桂平的父老乡亲一样亲切，那浓浓的米香，带来的就是浓浓的乡情。

桂平人外出工作、求学想家的时候，总会想起家乡的味道，想起家人“整”的鲜糍粑，那晶莹白嫩，那圆滑甘香，直教人口涎直流。实在谗得不得了，便大街小巷寻觅，然而尝遍各色各样的糍粑小吃，味道永远比不上家人“整”的新鲜水煮糍粑。

水煮糍粑，在桂平也有人叫“米果”或叫“茶果”，据说，这种小吃，在桂平已有上千年的历史。当下，走进桂平乡间，你总能不经意的在某一间老屋子的天井一角，发现一个古老的青石磨。村人说那是老祖宗留下的用来磨米做糍粑的石磨，已用了不知有多少年代了，这些古老的青石磨足以见证桂平传统糍粑文化的年代久远。

现在的农民大多耕地用拖拉机，收稻子用收割机，磨米用电动机，很少有人再愿用老青石磨磨米做糍粑了。旧石磨便成了古董，成为时下一些附庸风雅的商人文士极力追捧的宝贝，他们不惜用重金与农民买下，拉回家用作茶几，换来三五知己，围坐旧石磨，品茗阔论，指点人生……

桂平人往往在节气、社日或家人团聚时，全家人一起动手“整”糍粑。这种风俗在今天桂平的蒙圩、白沙、西山、社步一带仍然保持着。

桂平人社日去“吃社”也叫去“吃糍粑”，因为做社的人家总会准备好几个茶几托盘的新鲜

糍粑，客人一进门，主人家就热情招呼叫尝一个鲜糍粑，客人要走了也让带走几个。桂平人形容人多东西不够分时，不说“僧多粥少”，只说“三个糍粑轮不到亚四”，形象生色至极。

桂平传统特色糍粑的制作工序特复杂，食材极其讲究。

为让家人、亲戚、朋友吃上鲜美的糍粑，桂平人总是精心制作，他们把对家人浓浓的爱意，对亲戚、朋友厚厚的情谊，凝聚在每一道制作糍粑的工序里面，用心做好选米、浸米、磨米、压浆、搓团、刨丝、剁肉、煮馅、捏果、水煮糍粑果的种种功夫……

做靓糍粑第一步也是最关键的一步就是要选上好的糯米和粘米，二者按一定比例，这一步不能有疏忽，否则就极难做出“靓”糍粑了。有经验的人说，所选的糯米最好是储存一年多的陈谷糯，这样的糯米做出的糍粑最爽口，滑而不腻。

选好配好米，就用清水把米泡浸足够一天时间。只有把米泡透，磨出的米浆才滑腻稠粘，才能做出细腻滑嫩的糍粑果。因此一定要把米浸泡充分。

让米浸泡充分后，淘洗干净，拿到石磨坊，米加水磨制米浆，并用专门的糍粑布袋等盛着。

磨完后，把盛着米浆的布袋口扎紧，移开石磨上层石盘，把整袋米浆放置在石磨上，再把移开的上层石盘轻轻覆压在米浆袋上，一定时间后，米浆里大部分水分便被挤压掉，形成糍粑团，这过程叫“压浆”。

也有人用一条长板凳和一条长扁担，把整袋米浆夹放在板凳和扁担中间，扁担和板凳两头用绳索扎紧夹实米浆袋，压去水分。

“压浆”成型，家人便一齐上阵，分工合作，准备好捏糍粑果。捏米果之前要做好两道工序，一道是搓糍粑团，一道是煮糍粑馅也称“糍粑心”。一里一外，里外都要精心制作。

搓糍粑团是力气活，往往是手力大的人揽下了，他（她）务必把糍粑团搓到合适的粘度和柔韧度才算完成此道功夫。

煮糍粑馅也极要功夫。人们会随着不同的季节和各自的喜好，用木瓜、萝卜、豆角等做糍粑馅，并配以肉类、虾米、腐竹、木耳、香菇等。为此，刨木瓜丝、萝卜丝，切豆角，碎腐竹、木耳，剁猪肉、香菇，人人都有功夫，忙得不可开交，热闹闹腾……

随着木瓜丝、腐竹碎、猪肉泥、香菇丁等做出来后，就由家里的好手煮糍粑馅，这一步关系到糍粑果的甘香与否。为此，人们用本地生产的浓香花生油，精心调料，炒香腐竹碎、猪肉泥、香菇丁，再拌着木瓜丝搅拌均匀，煮到七八成熟，盛放到一个大菜盘上。

糍粑团搓好，糍粑馅盛出，捏“糍粑果”便可以开始了。

一家人个个洗干净双手，大家聚在一起，有说有笑做糍粑。人们朝搓好的糍粑团掐下一小团，放在手心上来回团圆搓成圆，又把圆球捏成窝头状，朝窝心里放满糍粑馅，再小心翼翼的捏紧窝心口，不让露馅，紧接着又用双手来回搓成圆，一个糍粑果便做成了……

这说的简单，可要成功的做成一个并非易事。生手捏米果不是露馅，就是少馅，要不就是厚薄不均。露馅不成果，缺馅果不甘，厚薄不匀就会变成生果。你功夫不到，最好还是老老实实地在一旁看着吧，否则一家人落足功夫做的靓食材，被你糟蹋了岂不可惜。

据说，曾有一知识高深的学者来到桂平，尝到当地人送上的糍粑时，惊讶万分，他怎么也弄不明白桂平人是如何把这么多的馅放进米果内的，而且竟能做到没有一丝缝隙？

最后一道工序就是水煮糍粑果了。这水煮米果，也是极有讲究。首先要用猛火烧开一大铁镬清水，待大镬水烧开后，再用中火烧，让滚动的大镬清水平缓些时，才能把捏好的米果，一个一个轻轻的放到镬头里，尔后，把镬铲背朝外往大铁镬里，轻轻推动沉没水里的米果。随着时间的一分分过去，镬里的米果便一个一个不断的浮起水面，并随着大镬滚水在不停地转动着。不多一会，所有的米果便全都浮起在水面上转动着，只只滚圆鼓胀，嫩白晶莹，香气四溢……此情此景，馋人眼。

米果浮起，说明已经煮熟。趁热吃糍粑果，是最幸福的事。从大镬里捞起一个，放在碗里，左右手各拿一个筷子把碗里的糍粑果“叉”成几等分后，一小块一小块往嘴里送，慢慢品咂着，那满嘴的甘香滋味呀，妙不可言。大家都是边咂着嘴巴边说“好吃！好吃！”连吃几个，也不必担心上火。

怎能不好吃呢？这米果的甘香，是一家人用心做出的呀。圆圆糍粑果象征着一家人团团圆圆，幸福的时光不就是一大家人团聚的时候吗？

时代进步了，现今人们做糍粑不用这么复杂了。人们可以用电动机磨米，甚至可以从市场里直接买回糍粑团或者糍粑粉。做糍粑馅也简单多了，因为有了搅碎机，省却了人工切割的繁琐。做出的糍粑也好吃，但桂平人总是忘不了那传统特色的糍粑文化，总是想着一大家子制作糍粑的欢乐情景。