

民间历史文献示例

技艺、记忆与意义：试析擂茶在马来西亚的特色与发展

Handcrafts, Memory and Significance: Characteristics and Development of Lei Cha in Malaysia

张菁蓉*

(ZHANG Jing Rong)

陈琮渊**

(CHEN Tsung Yuan)

摘要

擂茶由客家移民携至，在马来西亚扎根发芽，融合不同元素与符号，绽放新的生命力。擂茶初期主要是河婆人的家庭饮食，更保存在节庆及社团活动中，铭刻着传统技艺与历史记忆，且逐步发展为客家认同与集体记忆的象征。擂茶在此意义上，成为建构再现客家认同与族裔身份的重要媒介。本文主要的发现有二：首先，擂茶强大的包容性，凸显了马来西亚华人饮食的兼容并蓄。其次，擂茶保留历史意识并融入在地的创新实践，体现了客家精神象征与大马的多元文化。

关键词：马来西亚、擂茶、客家、河婆、华人饮食文化

Abstract

Lei Cha, which was brought by the Hepo Hakka immigrants, took root and germinated in Malaysia. It blends with different elements and symbols, and blooms with new vitality. In the early days, Lei Cha was mainly the family food of the Hepo Hakka and it was preserved in festivals and community activities, symbolizing traditional skills and historical memory. It gradually developed into a symbol of Hakka identity and collective memory. In this sense, Lei Cha has become an important medium for constructing and reproducing Hakka identity and ethnic identity. The two main findings of this paper are: Firstly, Lei Cha's all-embracing characteristics highlights the inclusiveness of the Malaysian Chinese diet. Secondly, Lei

* 张菁蓉 华侨大学国际关系学院硕士研究生。电邮地址：1773725770@qq.com。本文修改自作者硕士论文的一部分，写作过程中幸获多位师长协助，特别感谢安焕然教授、廖文辉教授的建言指正，以及导师陈琮渊老师指导与鼓励；李国胜、宋妹、李云桢、杨翠梅等前辈提供资料及接受访问，在此一并致谢。

** 陈琮渊 台湾淡江大学历史学系助理教授、淡江大学东南亚史研究室主持人、《淡江史学》编辑委员、政治大学国际关系研究中心东南亚研究中心国际研究员、中央大学海外客家研究中心兼任研究员。电邮地址：kurtchen1979@yahoo.com。

Cha with the blending of historical consciousness and local innovative practice embodies Hakka spirits and Malaysia's multiculturalism.

Keywords: Malaysia, Lei Cha, Hakka, Hepo, Chinese food culture

一、前言

本文结合跨学科的视角与方法，探索擂茶在马来西亚的发展特色。华人迁移至马来西亚，其日常风俗文化也随之流传到大马各地，客家擂茶便是代表性食物之一。为确切了解擂茶在地发展状况，本文采用田野调查与口述历史相结合的研究方法，深入实地观察及透过访谈探究，但由于疫情影响，未能如期完成田野计划，多以当地报刊资料及社团刊物作为佐证材料。同时，引入社会学理论辅助阐释相关史实。

二、传统擂茶技艺

（一）制作工具

客家人移居马来西亚，传承吃擂茶习俗，如张肯堂（2008：81、226、275）在回忆录中三次提及擂茶，河婆元宵时节的十五样菜擂茶、吃擂茶作为河婆妇女的风俗，以及回忆妻子制作擂茶等家乡风味食品等。制作擂茶最重要的两种工具是擂钵和擂棍（图1）。擂茶可能从古代食物制作方法中获得启发。新石器时代人们食用藕、芋之类植物块茎时，为了更好的口感，常常一手持擂钵，一手持块茎，利用擂钵凹槽磨碎成泥糊后，再进一步加工食用（安家媛 1986：355）。

客家人迁移时便带着原乡的擂钵和擂棍，安焕然在新村田野调查过程中见到不少客家家庭仍保存擂钵和擂棍¹。当然，随着时间的推移，大多在当地亲自制作，大马各地有专门生产擂茶器具的工厂。也有些人专门从中国侨乡定制，以备访客询问、表演比赛之需。

在大马，擂棍制作多取长约40公分番石榴树、油茶树、山苍子树干去皮后使用。番石榴和油茶树独特芳香，可增添美味，而山苍子树味辛辣，有顺气、驱寒、发散之功能，是治感冒良药。这些树材在大马四处都有野生的，取用方便。



图1：擂钵与擂棍

资料来源：本研究拍摄于美里河婆同乡会。

¹ 受访者：安焕然，南方大学文学院教授。2020年9月1日，视频访谈。

擂钵是用一整块石头凿成的石臼，其内侧有许多垂直向下的纹路，纹路越粗，擂的时候摩擦力就越大，就越容易将物体磨碎；大小不一，具体以实际需求为准。擂钵最初也多是从原乡带入，一般在市场上也能买到。

传统华人社会，家庭是饮食文化再生产的重要场域。承担烹调任务的多是婆婆妈妈，她们不只是提供食物，也要满足家人的口味。嫁入客家家庭，自然要学会擂茶。擂钵擂棍被视为传家之宝，更是客家妇女们劳动的象征，近而代代相承形成擂茶传统。丘秀风的经验，是很典型的例子：

“每个星期日，我丈夫的弟妹们都会回到家里相聚，而且固定菜色就是擂茶，因此真的把我逼到一定要学会烹煮这道菜！她只能跟随家婆到菜市场采购所需食材，再依照家婆的教导，一步步学会将材料研磨成粉。由于每个星期都需要‘擂’，熟能生巧后也就习惯……随着年纪见长，体力渐差，便强迫三个儿子学习研磨擂茶手艺，不仅是希望有人能够分担她的工作，也希望这门手艺可以让下一代继续传承下去”。（中国侨网，2017）

制做擂茶时，擂者通常会坐下，先以双腿夹住擂钵，然后抓一把绿茶放入钵里，并握一根擂棍频频舂捣、旋转。接着，擂者还会边擂边不断地给擂钵内添些芝麻、花生仁、擂茶菜等材料，再待钵中的东西捣成碎泥后，才将煮沸的水注入钵内制作成擂茶汤料。擂茶仅靠人力手工使用擂棍擂钵研磨，因而其口感较为粗糙，吃完后碗底常有渣滓残留。

“讲起擂茶，我总会想起一名特别令我怀念的老人——慈祥的祖母。我家称祖母为‘阿婆’。阿婆最爱吃擂茶，每天吃过中饭不久，她就习惯煮擂茶了，双手一拉一推不停转动直至把茶叶、花生、芝麻、香菜、苦刺心、薄荷和茼蒿等料研磨成粉碎，吃时才不会有渣、哽喉。阿婆年纪衰老，手力不足。她老人家便叫我们几个孙儿女练习擂茶。一开始我们自以为容易，拿起棒子就在钵里推转，岂料力度不准，把钵敲得丁丁当当响。阿婆呵呵笑，忙说：‘乖孙，这样敲，会把钵敲破的。’他说，做擂茶最讲究耐心。必须一手握住棒的顶端，另一手紧握棒的中断，缓缓用两手一推一拉互相运作转动。擂多了，就能生巧，运转自如，一钵香醇美味的爱心咸茶就可上桌了、、、就这样，我们爱上‘擂’茶了。偶尔，小孩擂茶擂得太久了会发脾气，此刻擂茶棍在钵中所发出的声音是‘不同凡响’的。阿婆一听硬朗了，会叫另一个孙子接棒。连续换人直到把一钵茶擂好。所以，有时候，一钵擂茶是经过好几个人的血汗才磨成的。”（星洲日报，2015）

一个族群的饮食，包含其文化传统，而一道美食，从观看、学习、到实做，也蕴含许多深刻的意义。擂茶的技艺和记忆在大马一代代客家家庭中延续，婆婆传授儿媳，或妈妈传授给女儿，儿孙们在玩乐中体验擂茶。一碗擂茶透露着浓郁的亲情，一点一滴慢慢地“擂”保留了食材的新鲜原味，在研磨擂茶的动作中，藉着身体的舞动，

体验有关擂茶的一切，藉着擂茶忆起从前，回味生活，形成留存于食用擂茶者的脑海中、家庭中乃至族群中，了解擂茶，传承擂茶习俗，延续客家族群的集体记忆。

亨利·伯格森（Henri Bergson 2018: 165）将记忆区分为两种：一种是形成动作习惯的记忆，另一种则是带有意识的记忆。前者即身体动作多次重复而形成的习惯记忆，后者则是在无意识中保留下来的个人的真正记忆，是自发的，不受时间影响的。在擂茶的制作中，每一工具、每一动作、每次研磨、每种材料在擂的过程中熟记保存擂茶的认知。磨擂茶汤是体力活，极为费工费时，体现出不畏艰苦的客家精神。然而随着时代变化，电力打碎机、榨汁机等家庭机械设备逐渐代替擂钵和擂棍，擂茶形式与内容逐渐发生转变。“擂钵做出来的有很多杂质，粗粗的。现在都用搅汁机了，方便制作，节时省力，而且用它制作出的菜料更为细致、容易入口”²。“擂茶是一种文化，肯定会被传承的，现在有机具，也很方便做，没有那么麻烦了”³。

现代人为了方便几乎摒弃传统，从擂茶钵中发出的平缓闷擂声也减趋寂静。一方面，客家擂茶带有杂质、粗糙的古早味也渐消散在繁华中；却也让制作擂茶更加便利，传承愈加简单，而更常出现在大众视野中。

（二）制作材料

擂茶是早期客家人主食之一，也是特制饮料。传统擂茶形式与材料都很简单，将茶叶、花生、芝麻等放入擂钵研磨，再加入其他辅料即可。迁移至大马，其制作方法和材料也尽量保持一致，但因时、因地、因人而各有其特色。擂茶汤料以番石榴叶、茶叶、薄荷、九层塔、艾草、苦枋芯等为主（如图2）加上炒熟的芝麻和花生、少许食盐，置入擂钵，以擂棍慢慢磨成浆状，再将沸开水冲进钵内搅拌即可，食用时用碗盛饭或米仔（生米经过浸泡、蒸煮、暴晒、拌炒而成，易贮存），依据个人口味喜好一一加入配菜，包括韭菜、长豆角、豆干、虾米、葱、蒜、菜脯（萝卜干）等炒熟蔬菜，冲上擂茶汤即成一碗擂茶饭。擂茶菜料大多是绿色蔬菜，在大马各地都容易取得，同时为方便制作擂茶，客家人甚至家家户户都在门庭周围和菜园种植这些食材。笔者于田野调查中所见亦复如此：

“日常的生活主食之一，河婆擂茶，一定要吃的呢，也是我们河婆人的特别菜肴，以前请客人都是用擂茶来请客人的。以前人们也将番石榴叶子放入擂茶中，番石榴树干做成擂茶棍，加上茶叶、花生、越磨越香。其实，以前我们吃擂茶是很穷，很穷苦的人才吃擂茶的，因为河婆人以前都是靠耕种为生的，在山里面住，都是在菜园里面，不是在城市里面，我们拿到什么就吃什么。将茶叶、自种的花生一起擂成浆，韭菜、花生很容易种，最初没有芝麻，马来西亚没有种，再将饭泡入，一定要放饭，端去菜园给做工先生们吃，每人一碗。每一年过新年一月初七，我们用七样菜，七样不同的青菜来煮擂茶，但是，擂茶最主要的菜是蒜跟韭菜花，是主菜，没有这两样菜，擂茶就没那么香。蒜种不到，只有过新年的时候才有蒜，

² 受访者：安焕然，南方大学文学院教授。2020年9月1日，视频访谈。

³ 受访者：李雲楨，吉隆坡暨雪兰莪客家总会顾问。2019年8月13日，笔者采访于吉隆坡嘉应会馆。

就用韭菜花代替。每一个的住家河婆人的家前面都有种韭菜、薄荷、九层塔，这就是河婆人的家，为什么呢，方便煮擂茶。通常我们吃的擂茶是自己家里做的，树仔菜、四季豆、菜卜、苦枥芯、豆干、蒜、韭菜、虾米是现在制作擂茶不能缺少的食材。虾米、虾脯、豆，这三样也不能缺少。树仔菜是马来西亚本地才有的，带有甜味，经过改良，加入擂茶。”⁴



图2：擂茶原料：九层塔、芫荽、薄荷、艾草、树仔菜

资料来源：本研究拍摄于访谈者宋妹家中。

在艰苦的生活条件下求取生存资源，加上政治、经济与社会因素的影响而迁徙移民，由于不安与变动中因缘际遇，影响食材的料理特色，也培养珍惜物力与勤俭自奉的生活风格，物质需求的满足在客家文化的价值环节中，并不崇尚奢华取巧，擂茶材料实在又能获得起码的温饱，就足以让客家人心满意足，这或许也是处于相对经济社会弱势的客家人，所采取的一种节制饮食策略。

客家人早年从事种植或采矿等劳动，长时间在太阳下暴晒，容易中暑，而用树仔菜、薄荷、艾草、芫荽等制成的擂茶汤料既可补充水分，又能清热解暑，有药用功效。客家人吃擂茶多加入米饭，一方面，大马擂茶主要是广东河婆客人带往，延续原乡吃法，多与米饭混吃；另一方面也满足了客家人务农开矿希望吃饱喝足的生活处境。在适应大马生活中，客家人因地制宜作出改变，就地取材。另如芝麻、大蒜等食材难以取得便暂时舍弃，⁵同时纳入在地特有的食材，如树仔菜、四角豆，创造出不同于中国擂茶的大马客家擂茶。

⁴ 受访者：宋妹，隆雪华堂妇女部主席。2019年8月13日，笔者采访于宋妹家中，后整理。

⁵ 受访者指出，当地并未种植大蒜，本地，是KK（亚庇）来的，或者是中国来的。受访者：杨翠梅，美里河婆同乡会秘书。2020年9月14日，电话访谈，后笔者整理。

在吃法上，除当作农忙时节饱饥止渴、生津提神的擂茶饭外，也有用擂茶配以米仔、米粿、糕饼，亦可当作早餐和午餐之间的牙祭和随时食用的茶点，有汤有水，可口开胃，别具风味。在口味上，因劳动强度大，生活条件艰苦，需要较多盐分补充热能，故而传统擂茶大多是咸味的。

擂茶初期是客家人家庭食饮，满足家人的口味喜好左右烹饪方式和调味。而当擂茶走出家庭，进入到公共领域的食店中，为迎合饕客口味及节省成本，往往改变食材、烹饪与调味方式，对食物的记忆也因为大众料理的影响而有所改变。

如今众多擂茶食店常见饮用擂茶多为较甜口味。菜料则多去除香菜、九层塔、虾仁、青菜等气味较为浓郁的食材，在倡导健康、养生观念影响下，改放以研磨或粉状的淮山、芡实、玉米、黄豆等谷类食品。也会再加入细砂糖、脱脂奶粉配方，冲入开水调匀，后加入玄米即可，方便快捷。据2009年2月10日《诗华日报》中记载的一则现代擂茶制作材料如下：

“改良式擂茶：绿茶、芝麻、花生、燕麦、荞麦、糙米、高粱、玉米、小米、红小麦、大麦、黑豆、黄豆、绿豆、米豆、白凤豆、青豌豆、雪莲子、淮山、芡实、白果、细砂糖、脱脂奶粉。”（杨顺才，2009）

也有别出心裁者，开创香辣擂茶饭，使用红葱、虾米及红辣椒、胡椒等制作香辣擂茶饭的辣椒料，后进行翻炒，爆出香味，受到食辣者们的热烈欢迎。

在此同时，家庭中，擂茶菜料也愈加丰富多彩，完全根据个人口味决定，随意搭配任何食材。“擂茶的菜料多种多样，有些放紫苏，有些不放，有些放茴香，有些要加辣椒、胡椒粒，辛辣的味道也有，甘甜的味道也有，多放树仔菜，苦的也有，每个家里吃的味道都不一样，有些放多有些放少，所以说，只要你喜欢吃擂茶，就没有什么怨言了，都OK了”⁶。正如受访者所说只要你自己喜欢擂茶，无论添加何种材料都无所怨言。擂茶在食材及制作法式具有一定灵活性，也反映出擂茶的强大包容性。

家庭日常充饥饱食的擂茶饭制作程序繁杂，在繁忙的工作生活型态下，加之炒熟的蔬菜也不宜留到隔天食用，家里制作擂茶的逐渐减少，变成有闲暇时间或事聚会时才会想到制作擂茶。“外面有吃，家里没有做的，很多菜，三两个人吃不完的，要很多人的时候，才煮那么多菜”⁷。新生代大多只有在重要佳节聚会时才会煮擂茶，也不再使用传统擂钵和擂棍，而是直接用研磨机器。

社会变迁之中，也不缺乏少数依然坚持擂茶传统者。据马来西亚《星洲日报》报道。祖籍广东东莞70岁多的蔡菊兰将推广擂茶视为己任，即使工序繁琐也乐此不疲。她说：“先人虽然到了海外生活，却一直保留着喝擂茶的习惯，制作擂茶就是连接故乡情的纽带。因此，我对介绍擂茶具有一种使命感。这不只是一碗汤，更是前人浓浓的相思之情。现今很多人都觉得做擂茶麻烦，但如果没有人肯去做，又如何能传承

⁶ 受访者：杨翠梅，美里河婆同乡会秘书。2020年9月14日，电话访谈，后笔者整理。

⁷ 受访者：李雲楨，吉隆坡雪兰莪客家总会顾问。2019年8月13日，笔者采访于吉隆坡嘉应会馆，后整理。

下去呢？我不止做擂茶给家人吃，也要让更多的人品尝到擂茶的芳香，知道擂茶的故事”。（中国侨网，2019）

三、节庆时节擂茶记忆

保罗·康纳顿（Paul Connerton）认为社会能和个体一样具有自己的记忆，并通过纪念仪式和身体实践的方式实现其保持和传递。在纪念仪式中，我们的身体以自己的风格重演过去的形象，也借助表演某些记忆动作，完全有效的保存过去（保罗·康纳德著，纳日碧力戈译 2000：90）。每一次的擂茶就如同一种仪式、庆典，都与过去的经验有关，现在的仪式模式，也是借助于过去。擂茶虽然没有繁缛的礼节与程序，但是透过研磨的程序，成为一套记忆的仪式，透过身体的研磨，将历史、生活、族群、文化、饮食带入人的认知中，将记忆保存下来。

（一）人日节“七样菜茶”、元宵节“十五样采茶”

人日是中国传统节日之一，在农历正月初七。人日节，又称“人节”“人庆”“七元”等。传说女娲初创世，于第七天造出人类，所以这一天是人类的生日，古代人眼里是很重要的节日，关系人的安危和祸福。西汉东方朔《占书》记载“岁后八日，一日鸡，二日犬，三日豕，四日羊，五日牛，六日马，七日人，八日谷”。为庆祝这一天，人们通过一些活习俗动来祝福，魏晋时期时人用7种菜混合米粉煮羹，全家聚食，俗信食此羹可拂邪气，能治百病。南朝梁宗懔《荆楚岁时记》记载“正月七日为人日，以七种菜为羹”，明代何乔远《闽书》：“泉人，以是日取菜果七种作羹，名七宝羹”，所用菜果因时因地而异，在潮汕地区用芥菜、芥兰、韭菜、春菜、芹菜、蒜和厚瓣菜等（叶大兵、乌丙安 1990：372）。

客家有俗谚道：“七胜八拜”，而其中的“七胜”，正是由初七“戴人胜”民俗简化而成。为此，“七”被引申为“吉庆”“胜利”“顺意”，而“八”，则是“白”“败”的谐音，借指白事、忌日、凶灾等。所以生于“七”对客家人来说是喜，因此，大马客家人，在大年初七“人日”家宴上，一定要吃“七样菜”（李惠如，2011）。一般以葱、芹菜、韭菜、蒜、芫荽、韭菜、豆腐和鱼七种菜，一锅煮熟，全家共食，此俗主要取其兆头：葱谐聪，吃了会聪明；芹谐勤，吃了会勤快；韭谐久，吃了会幸福长久；蒜谐算，吃了会会计；芫谐圆、缘，吃了有缘又圆满；豆腐之腐，谐客家话“富”，吃了会使人富裕起来，鱼谐余，年年有余。客家人正月初吃“七样菜”，以菜名取其谐音，祈求新春幸福，吉祥如意，年年富裕，岁岁有余（中国人民政治协商会议广东省大埔县委员文史资料委员会 2002：128）。在七样蔬菜基础上，加入花生、虾米炒熟泡上擂茶，称为“七样菜茶”。

在马来西亚，客家人延续这一传统习俗。“大年初七，煮一家7口的擂茶，是每年要做的事，我们当时年纪虽小，但什么都要做，如洗菜、切菜等”（刘纯瑶，2018）。一碗健康养生擂茶既可以清肠肚，也将家人汇聚在一起。除了家庭聚会庆祝人日节吃擂茶，河婆同乡组织也会在人日节共同吃擂茶庆祝。例如2018年2月22日砂拉越河婆同乡会在大年初七“人日”举办戊戌年新春团拜会，共同享用擂茶。随着擂茶普及，食

素者们也开始吃擂茶。2018年马六甲马接翁武佛学会举行人日吃擂茶活动，称其有责任将吃擂茶传统习俗延续下去（古乃光，2018）。

在重要时节，正月初七人日和正月十五元宵，以及客属组织的活动中，仍然可以见到擂茶的身影。“年初七人日都要吃擂茶，一定会吃擂茶，煮擂茶觉得非常浓重，等于像VIP一样，远方的客人来，就要煮一些擂茶来吃，表示特别的尊重，年十五也会做着吃，不想吃那么多肉”⁸。人日时节吃七样菜茶，在正月十五元宵时节则搭配15种菜。在大马最常见的菜料有树仔菜、芥蓝菜、香菜、四季豆、白豆、豆腐炒虾米、九层塔、青蒜等。

不同地区吃法也大不相同。居住在增江的河婆人客家准备的15样菜式中有7道属于青菜类。柔佛州古来地区大年初七吃擂茶传统经久不衰，不断发展出新意。2013年人日节，柔佛河婆同乡会更是别开生面，用“客家擂茶来捞生”，以示庆祝。用7种擂茶菜作为捞生的材料，包括生菜（发财）、萝卜丝（鸿运当头）、豆腐（黄金满地）、玻璃生菜（恭喜发财）、韭菜（长长久久）、面条和虾米（哈哈笑）。该创意由柔佛州河婆同乡会会长黄福庭提出，他说“面条是河婆的传统食物，而擂茶菜是客家人的家乡菜，马来西亚捞鱼生的传统可以与擂茶做结合，传统鱼生吃起来油腻，往往吃不完，浪费又不健康，擂茶捞生则是将康有机食品，无化学成分，符合环保概念，不油腻，全盘吃完都没问题”（星洲日报，2013）。各区域性的擂茶传承，丰富着擂茶的形式，呈现出无限生机。

（二）客家族群擂茶活动

在传统节日外，擂茶还出现于客家社团各类活动中，如举办品茗会或欣赏会、义卖筹款、同乡访问、风味食品展销会等，都会煮擂茶、吃擂茶，同族群人共享，也将擂茶推广给其他族群。早期主要是河婆客家人传承吃擂茶习俗，大多在各地河婆同乡会组织中传播。各式各样的擂茶菜摆放满桌，食客拿着大碗排队自由挑选自己爱吃的口味，大家边吃边谈，促进友情。

“记忆中，小时候也偶尔会在外公家吃到客家擂茶，好不好吃？味道如何？说实在，真的忘了，但是那种情景仿佛还在。后来，再吃擂茶，印象最深的，便是几次出席河婆同乡会举办所办的‘擂茶品茗会’。会场上，毫未见严肃，大伙走走坐坐，说说笑笑，一片热闹是一种特色，而捧在手中新鲜刚出炉的一碗河婆擂茶，更觉温暖窝心，和着会场的茶香与菜香吃下去，却也是一份记忆。（再后来，吃得最多的，则是市面上的擂茶，有的合胃口；有的不称心。有的苦得有味，有的太大众化。在商业利益下的擂茶，是为了添泡肚子）。”（国际时报，2002）

1993年出版河婆同乡会会讯《河婆之声》中，有数处记载河婆同乡会在公共活动中烹煮擂茶活动。1991年7月7日，美里河婆同乡会妇女组与青年团借会所举办食物义卖会以筹措款项充作两组活动基金，现场制作售卖擂茶，擂茶飘香，如图3所示，吸引大

⁸ 受访者：杨翠梅，美里河婆同乡会秘书。2020年9月14日，电话访谈，后笔者整理。

批同乡争购。1992年2月6日年美里河婆同乡会组团访问峇甘时，受到当地同乡以擂茶热烈欢迎(杨谦俊 1993: 18、20)。2001年5月20日，美里河婆同乡会妇女组举办河婆风味食品展销会，现场展出二十余种河婆美食，尤以擂茶最具代表性，吸引大批同乡前往品尝美食(美里河婆同乡会 2014: 157)。



图3：1991年7月7日 美里河婆同乡会擂茶义卖

资料来源：1993年《河婆之声第十三期》，第20页。

华人社团组织擂茶活动，将擂茶展现在大众面前，参与层面扩大到客家、华人和当地其他族群。杨翠梅就谈到，她虽然是河婆人，但小时候从未吃过擂茶，而是在加入同乡会后才开始吃擂茶。“河婆人吃擂茶主要是穷苦人在吃，我自己本身，小的时候家境不是很贫困，我真的没有记忆妈妈有煮过擂茶，虽然我是河婆人。不过自从我加入了河婆同乡会，参加河婆同乡会活动举办，比如全国五一擂茶节，某一些特殊情况，或是庆祝乐龄的生日，我们妇女组都会煮擂茶。所以，自从那个时候开始常常吃擂茶”⁹。

在各地河婆同乡会中，妇女组是制作擂茶的主力军，居銮河婆同乡会妇女组主任蔡菊兰说“制作擂茶是劳师动众的活动，特别是要准备大分量时，我们妇女组都会总动员，单单备料就要忙上一两天，因为所有的菜都要切得很细，又要磨又要炒，但通过一起预备食物，不失为联系组员之间感情的好机会”（星洲日报，2019）。一起准备擂茶，让妇女组成员们的感情擂在一起，凝聚了妇女组的核心力。

当然，除分享美食、沟通情感、促进同乡联谊、团结族群，筹集活动经费外，河婆客家人在公领域吃擂茶，增加擂茶的曝光度，推广擂茶，让更多人知道河婆客家美食，传承和发扬擂茶文化，借此提高河婆人在马来西亚各族群中的知名度。

⁹ 受访者：杨翠梅，美里河婆同乡会秘书。2020年9月14日，电话访谈，后笔者整理。

“既然我们拥有这么优良的传统美食，为何不加以推广发扬？一来可以让大马各籍贯人士都晓得吃‘河婆擂茶’的好处，同时也可藉推广‘河婆擂茶’而使‘河婆’的声誉更加响亮，受人尊敬及广为人知。一旦‘河婆擂茶’打响了名堂，人们就会对‘河婆’和‘擂茶’起联想的作用，一提起‘擂茶’就会马上联想起‘河婆’，就像一提起‘鸡饭’就会想起‘海南’一样，有异曲同工之妙”。（蔡冠群，砂拉越美里河婆同乡会官网）

检视1990年代以前的客家社团刊物，容易得到河婆同乡会以外的客家社团较少举办擂茶活动的印象，但随着客家联结意识发展，各地客家社团也在各类活动中做擂茶、食擂茶，让客家擂茶传遍马来西亚各地。大马客联总会将传承客家文化视为公会责任，包含客家美食文化，在这种制度的脉络下，擂茶自然地成为“客家美食文化”的一员。因而在客联举办各类同乡活动中也都必将准备擂茶餐、推广擂茶。如图4中八大灵美食义卖筹款活动就准备了擂茶作为义卖食物。



图4：2018年11月18日客联妇响应“情义嘉年华”八大灵精武华小美食义卖筹款活动

资料来源：马来西亚客家公会联合会官网。

笔者拜访过吉隆坡嘉应会馆，会馆人员纷纷表示他们也吃擂茶，“一想到擂茶，就是客家的，是客家的一个特色，没有别人¹⁰”。在他们心中擂茶是客家族群共同的美食，是客家人的文化，通过传承这份客家饮食，可以增强族群之间的联系与团结。

哈布瓦赫认为“集体记忆……是一个社会建构的概念，尽管集体记忆存续于人群集合体之中，并由此汲取力量，但也正是作为群体成员的个体才能够记忆”（莫里斯·哈布瓦赫著，毕然、郭金华译 2002：39-40）。正是客家妇女们在家庭厨房里、在客家社会活动中一代一代地传承着食擂茶传统，保存擂茶饮食文化，形成凝聚家庭、族群团结的力量，延续着擂茶的集体记忆。

历史记忆保留在传统节日庆典与客属社团组织活动当中，强化了族群认同感。在每年人日节与农历正月十五元宵节，以及一次次河婆同乡会、客家社团组织的活动中，通过分享擂茶的共同食物体验，擂茶得以延续，客家文化得以传承。

¹⁰ 受访者：李雲楨，吉隆坡暨雪兰莪客家总会顾问。2019年8月13日，笔者采访于吉隆坡嘉应会馆，后整理。

四、擂茶象征意义

（一）客家精神

饮食，连接着味蕾，连接着精神与文化。文化是一个民族或社群，在历史长河发展出来的物质和精神文明，是生活中提炼出来的人生观、世界观和价值观的总和。客家人是中华民族的重要民系，河婆人则是客家民系中的重要支系，与其它族群一样，河婆人创造属于自己的文化与精神（见表1）。河婆擂茶丰富了客家饮食文化，河婆擂茶体现了客家精神的核心意涵。

表1：河婆文化与客家文化

文化	物质文化 精神文化：思考习惯、行为模式、民俗言语、歌舞艺术、家训传承、以及面对挑战时所展现的气节和精神风骨。
客家文化	惠州客、大埔客、嘉应客、河婆客等客家人文化
河婆文化	核心精神、饮食文化、养生文化、山歌谚语、家传伦理、婚嫁习俗

资料来源：本研究美里河婆同乡会提供河婆文化的概括绘制。

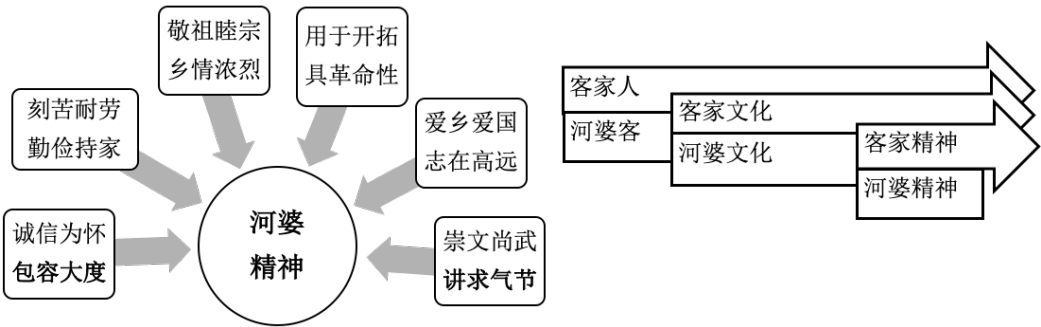


图5：擂茶所蕴涵的河婆精神

资料来源：本研究绘制。

传承至今，擂茶成为河婆人认同的文化载体，并借此传统饮食维系与凝聚人群，形成河婆人身份属性的文化象征，展现河婆精神（见图5）。在擂茶节、擂茶赛等社团活动中，擂茶已然成为了展现河婆族群文化的一种符号。同时，通过客家社团活动的擂茶记忆逐渐建构起客家族群认同，形成客家族群文化。擂茶作为再被发扬、论述、宣传的“客家传统”，在家族聚会、社团活动中形成集体记忆，成为可被品尝到的客家精神。

1. 开拓进取的奋斗精神

粗犷、朴实无华的客家擂茶既是日常饮食，也是逢年过节、招待朋友的佳肴，更是客家人勤劳简朴、艰苦奋斗、自强不息的精神品格的饮食写照。客家先民初到大马，多聚集于偏僻农村或矿区，资源匮乏，生活艰辛。擂茶菜料往往取材于家中菜园与山

林中草药和野菜。口味上，传统重咸以补充盐分，如今发展出甜擂茶、辣擂茶等多种口味。吃法上，传统多加入米饭或米花，讲究吃饱，以补充体力，而在商业化中发明出各式形态擂茶商品，如擂茶面、擂茶奶酪、擂茶披萨等，擂茶成为一种“符号”，可任意添加到任何食材上。工具上，现今多使用电力研磨机，制作更加便利。可直接饮用、可作饭食，可解渴，可充饥，可保健养生，可美容养颜，伴随着客家人在马来西亚辛勤耕耘史，擂茶持续创新着。

2. 海纳百川的包容精神

共同生活经历让客家人形成了海纳百川的精神。没有强大的包容精神，就无法团结一致。客家先民迁徙过程中历经千山万水、承受千辛万苦，没有团结协作精神，不依靠群体力量，难以在险恶多变的环境下生存下来。到现在，擂茶几乎在所有客属社团组织各类活动中呈现。而通过客属组织的活动，河婆擂茶成功完成了到客家擂茶的转变，更加凸显着客家人的团结性，包容性、使命感和责任感，并促使他们组团结社或薪火相传，以群体的力量，通过实际行动将擂茶文化发扬光大。无论在家庭内，或是宴请，亦或是在同乡组织活动中，都是众人合力一起煮擂茶，吃擂茶。

材料上，擂茶也将包容性发挥到极致。擂茶食材是其他族群菜肴都有的，我中有你，你中有我，不排斥任何香料，只要是能想到的，几乎所有食物都可根据个人喜好添加，并结合各种不同食物的特性，有的属温，有的属凉，有的属热，相辅相成，博采万千，体现和合的烹调原则。正是这种创新和包容，使得客家擂茶具有无穷无尽的做法与味道，也使得客家饮食文化在创新中得以持续性地传承。

3. 饮水思源传承精神

原乡情怀是海外客家族群的精神纽带，客家家乡情结的潜意识积淀以饮食的形式表现出来，从而使客家饮食诸多方面打上了鲜明的原乡印记。擂茶源于中国原乡，虽历经数百年的辗转迁徙，但在马来西亚依然不改当年风采，依旧是一个反复回旋研磨的动作，依旧使用陶制擂钵、蕃石榴树等制成的擂棍，如同蔡菊兰这样一批客家人们始终坚持传承，乐此不疲，相信食材经过一点一点用双手圈圈层层擂磨，能完全释放食材香味，融合各样味道，依旧是芳香四溢的气味，依旧是和乐融融的吃茶人。

有着浓浓乡情的客家人，保持着传统古朴敦厚的民风，吃擂茶的习俗也渗透着浓厚的传统文化观念。热情好客，以擂茶待客是原乡和大马客家人最普遍，也是最隆重的一种礼节，农历初七日人日节和十五元宵节都要吃擂茶，社团组织活动要煮擂茶，菜里都必有芹菜、蒜、葱和韭菜等，表达客家人对生活的美好祝愿。

（二）多元文化

在客家族群的集体传承再造中，擂茶成为客家人文化象征，同时，在融入大马在地的过程它也逐渐发展成一种具有多元文化意识的代表性饮食。

首先，在形式上，擂茶兼容了中国原乡和马来西亚在地特色。它最初由客家人从中国原乡带入，使用擂钵和擂棍进行制作，是客家传统食物，代表着华人饮食文化。传入马来西亚后，在擂茶菜料上加入当地食材，如树仔菜、四角豆、胡椒等。同时，人们也几乎不加入猪肉、牛肉等荤食，保留其绿色低脂风味，避免了触碰当地伊斯兰教徒和印度教徒们信仰壁垒。在制作方法上，如今随着时代发展，使用机械电动设备代

替传统工具，方便快捷，大家都能随时在家烹饪。而在味道与口感上，从带有粗糙渣滓与浓重苦味的传统咸味擂茶，发展出适宜各族群口味顺滑细腻的甜擂茶、辣擂茶、甚至伊斯兰清真（Halal）擂茶，擂茶粉、擂茶膏、擂茶雪酪等等新式擂茶。

其次，客家擂茶的食用者与制作者也早已超越河婆人、客家人的范围。“擂茶，我们现在很多人知道擂茶是一种含有药性的食物，能够治疗身体健康，帮助排便，一大堆好处，慢慢地变成整个客家、其他族群的人都来吃擂茶，在我们这边有一些非洲人都有在吃擂茶，还有一些外国人跟着他的太太来吃擂茶，所以，现在擂茶已经慢慢传开来了，各个族群都能接受，认可这种食物对我们的身体是有益处的”¹¹。并且客家族群致力于将其打造为“马来西亚健康饮食”。透过各类活动，吸引当地族群一起食用擂茶，例如通过举办“擂茶班”，教授华人、马来、印度等家庭主妇们烹煮擂茶，相互交流烹饪习俗。通过一根擂棍、一只擂钵、一碗擂茶，将客家人乡情与参与者支持的热情“擂”在一起，不仅大大推广了擂茶文化，更让当地多族群饮食风俗与客家擂茶交杂融合在一起，充分发挥了联络彼此感情、团结族群的重要作用。

砂拉越美里河婆同乡会名誉会长李国胜对于擂茶提出了一种极具包容性的理解，他说，“假如我们把这擂茶引申到人类的团结上，我们各个不同种族混合团结在一起，就能组成新的民族，你中有我，我中有你，不管你是什么种族的人，就能实行大团结。假如我们能将擂茶的含义，贯穿在整个社会、世界里，最重要是将全部人类混合在一起，搅合在一起时，组成一个新的民族，这个民族，不管你是血液、还是任何一部分，不管你是福州人也好、客家人也好、外国人也好，全部在一起。我们的擂茶引申为团结的意识，将会对我们整个人类的团结起到一点帮助”¹²。从这段话中，我们明确得知，擂茶不仅是在地创新那么简单，而是对自己族群、国家独特文化的一种自豪感，是一种对当地社会乃至全体人类世界团结合作的期盼与愿景。因此，不难看出，现在我们看到吃到的客家擂茶已呈现超越其原乡的风格，它是超越族群、民族、宗教的绿色健康食物，已成为马来西亚多族群与多元文化生活情景与意识形态之中的饮食象征。

从政治文化来看，饮食深受国家政治经济文化政策的影响，擂茶的发展与多元文化治理似有应和。马来西亚多元社会有其历史渊源，自马来西亚独立之日起，历届政府长期将马来文化宣传为国家主流文化，强调单元的马来民族认同。但值得注意的是，1990年代首相敦马哈迪一度提出“马来西亚民族”，试图打造更具概括力与包容性的国族认同，纳吉的“一个马来西亚”也标举塑各族互相包容、提高和巩固马来西亚种族的团结。撇开政治权谋及宣传话术，官方表面宣扬追求多元、和谐、包容的族群关系论述，客家擂茶在此语境下，意外地“政治正确”。

马来西亚擂茶，伴随着客家人的迁徙、定居而诞生、发展和成熟，源于原乡客家又有异于原乡，见证了客家历史沧桑，传承中国的饮食遗风，融入当地多元文化，它是生长在马来西亚的具有独特个性的客家精神，深刻、形象地表现了大马客家人的

¹¹ 受访者：李国胜，美里河婆同乡会名誉会长。2019年8月17日，笔者采访于美里河婆同乡会，后整理。

¹² 受访者：李国胜，美里河婆同乡会名誉会长。2019年8月17日，笔者采访于美里河婆同乡会，后整理。

民性，展现出他们的团结奋进，透露客家人乃至华人族群在当地耕耘发展的痕迹。如今，擂茶对于大马客家人而言，更多了一份属文化认同与自信，透过这个符号，既动员客家人认同自身文化，也让其他族群体了解客家文化。

五、结语

马来西亚擂茶的发展，经历埃里克·霍布斯鲍姆（Eric Hobsbawn）提出的“传统的发明”（Invention of Tradition）（埃里克·霍布斯鲍姆等编，顾杭、庞冠群译，2020）过程。擂茶除了被当作传统饮食自发性地保存下来，也因为族群团体的需要与推广，而被重新建构，增添、连结上新的形态与意义。在早期河婆人家庭中，擂茶是饮食传承，家里阿婆教的，或是原乡习俗，强调与擂茶的原生性关联，制作上强调自然模仿。而在时代发展过程中，擂茶产生了一些新传统。融合在地食材，在大马族群文化治理语境下，逐渐成为一种在地多元文化象征性饮食。从2004年起，客家社团发起五一擂茶节日、举办全国性擂茶比赛等，擂茶俨然成为客家传统文化与身份认同的象征。在全球化时代，擂茶迅速对外传播，移民、再移民以及世界各地客家族群交流互动日益频繁，国际性擂茶活动正在开展，各式各样的便利包装式新型擂茶更在全球流通。同时，在地方政府、媒体宣传的推波助澜下，摊商、餐厅、食品业者等商业资本不断创造出各类新式擂茶，这些都是未见于中国原乡擂茶与大马早期河婆擂茶的传统。

这一系列“传统的发明”是场集体行动，基于擂茶是河婆人、客家族群的集体记忆，他们曾在家庭、族群活动中有吃擂茶的共同记忆，擂茶是他们精神文化的象征，并以此为基础不断推陈出新。擂茶作为族群饮食，除了形成集体记忆外，也强化客家族群的地位。透过擂茶，客家人展现了对原乡的眷恋与想象，在传播客家历史与生活文化的同时，也表达了心系本土的认同及客家意识。

大马擂茶不只是饮食文化的流传与延续，更是一种在地饮食创新与发展。受环境因素影响，马来西亚擂茶在不同地区有着地域性差异与在地化发展，不断变革创新以适应社会需求，呈现崭新面貌。

参考文献

- Admin, 2015,〈擂茶情〉，《星洲日报》，10月23日。
- ，2017，〈大马华人媳妇制作客家擂茶，海外传承客家记忆〉，《中国侨网》，5月2日。
- ，2019，〈马来西亚华裔推广擂茶多年，冀更多人欣赏传统美味〉，《中国侨网》，10月17日。
- 埃里克·霍布斯鲍姆，特伦斯·兰杰主编，2020，《传统的发明》，顾杭、庞冠群译，南京：译林出版社。
- 安家媛，1986，〈擂钵小议〉，《考古》，第4期，344-348页。
- 保罗·康纳德著，2000，《社会如何记忆》，纳日碧力戈译，上海：上海人民出版社，页90。
- 蔡冠群，《河婆擂茶》，砂拉越美里河婆同乡会官网。
<http://imm.gbs2u.com/bd/index3.asp?userid=GBS2U&idno=1273&lang=>

- 古乃光, 2018, 〈健康又营养 代代相传吃擂茶〉, 《中国报》, 2月23日。
- , 2013, 〈古来. 河婆同乡会. 客家擂茶捞生特别〉, 《星洲日报》, 2月19日。
- 亨利·柏格森著, 2018, 《物质与记忆》, 姚晶晶译, 北京: 时代华文书局, 页165。
- 李惠如, 2011, 〈客家擂茶·潮州七样羹〉, 《诗华日报》, 2月9日, A8版。
- 里斯·哈布瓦赫著, 2002, 《论集体记忆》, 毕然、郭金华译, 上海: 上海人民出版社, 页39-40。
- 刘纯瑶, 2018, 〈好味道·客家人人日吃擂茶〉, 《中国报》, 2月22日。
- 美里河婆同乡会, 2004, 《砂拉越美里河婆同乡会庆祝廿五周年纪念暨敬老晚宴特刊》, 美里: 美里河婆同乡会, 页157。
- 杨谦俊主编, 1993, 《河婆之声第十三期》, 吉隆坡: 马来西亚河婆联合会, 页18、20。
- 杨顺才, 2009, 〈来碗客家擂茶吧〉, 《诗华日报》, 2月10日, C8版。
- 叶大兵、乌丙安, 1990, 《中国风俗词典》, 上海: 上海辞书出版社, 页372。
- 张肯堂, 2008, 《风雨九十年: 一个马来西亚河婆老华人沧桑录》, 吉隆坡: 智慧城有限公司, 页81、226、275。
- 中国人民政治协商会议广东省大埔县委员文史资料委员会编, 2002年, 《大埔文史》, 大埔: 中国人民政治协商回忆广东省大埔县委员文史资料委员会, 页128。