

體驗阿美部落食的文化

歡迎造訪臺東縣長濱鄉永福社區

文 / 圖 吳菁菁、張新珮、吳昌祐

前言

臺東縣內原鄉部落薈萃，每一個部落都有各自的故事，帶給人們不同的感動。為感受農村生活與原民文化相扣交織下的特殊氛圍，走入部落體驗當地居民的生活是近來相當風行的旅遊方式。本篇文章將帶領大家認識長濱鄉永福社區的發展現況，介紹該社區近來對外致力推廣的農村體驗活動及在地文化食材與餐點。而促成這些精采活動運作的背後，是更多在永福社區投入精力與執著的人們，海洋、農村、文化、人文，在臺 11 海岸線的永福社區交織出蘊著濃濃原民風味的美好與純樸。

用自然農法突破原鄉困境



住宿的遊客可參加有趣的射箭體驗活動

從臺東市區往北行經歷漫漫的海岸風光，到了臺 11 線約 92 公里處時，往前可看見充滿阿美族風味的入口立牌，再拐一個彎蜿蜒而上便能進入永福社區。永福社區是個位於東海岸典型的阿美族部落，在地人用阿美語“慕樂諾斯 (Mornos)”稱呼自己的部落，Mornos 在阿美語中，意指初生的草與牙齒，也有年輕女子烏黑亮麗頭髮的意思。從前移居本地的阿美族人初來此地時，眼見這個地區滿是青翠的樹木及嫩草，便以此為部落命名。這個部落的居民不到 100 位，且平均年齡在 60 歲以上，對社區發展的條件來說，是相當程度的人力老化且貧瘠。並且在原住民最重要的經驗的傳承上，永福社區也和許多其他部落一



阿美族部落長老展示製作海鹽的傳統爐灶

般，面臨年輕人不回鄉，部落文化難以延續的斷層與困窘。

現在的永福社區發展協會執行長李登庸先生，於2008年與妻子在因緣際會之下，從臺北遷至臺東縣長濱鄉永福社區。李登庸先生雖是個初來到的漢人，卻在永福社區落腳，與部落內的年邁長老們，因著同樣想為環境及後代盡心力而有了共鳴，開始在社區內推行自然農法。原住民傳統文化上雖高度仰賴在地自然資源維生，但礙於人力不足與效率考量，永福社區也總有慣行法中的用藥情形。一開始推行自然農法時，部落內居民仍然疑惑與不解，總帶著遠望的角度視之。當時社區發展協會的理事長邱金枝先生及蔡利木先生深受此信念感動，首先捐出自己的地開始共同農作，社區的有機菜園就這樣誕生了，社區內的居民們一起挽起衣袖，用快樂與歌聲來耕作，共同在這些年經歷著發展有機農業遇到的難處：不使用農藥，就要花更多的精力除蟲除草；地處偏遠，於是需要招募更多協力伙伴參與...，永福社區一步一步的用正向的態度面對發展必須的考驗，用「Mornos 慕樂諾斯·自然農法」這個快樂的招牌，展現自然農法的生命力。

深度旅遊 體驗部落食的文化

除了發展自然農法外，永福社區也致力推展部落生活體驗的深度旅遊。在地的阿美族本有一套族人與土地和諧共

存的永續文化觀，除了有助於鞏固社區發展的向心力外，這個觀念也很需要被推介給每個遊客認識。遊客透過體驗的旅遊方式，除了能最直接的接觸原住民傳統文化的美好，也能用更長的時間，讓這些經歷在自己的心底發酵茁壯。永福社區目前提供的體驗活動類型相當多元，遊客可自己動手做都崙(dulun，阿美族傳統小米美食)、煮傳統海鹽、採



遊客可跟隨部落長老親手製作餐具，體驗早期阿美族人的飲食智慧。(圖片來源：李登庸先生)



永福社區提供的原味簡餐，使用在地食材並結合當地木工師傅精心製作的餐具，充分展現原住民的特色與風味。



永福社區李登庸執行長為遊客進行部落食材解說導覽(圖片來源：李登庸先生)

收藤心箭筍等野菜，或是直接跟隨農家進行農事體驗。除了進行各種體驗外，部落也相當強調傳統文化中的「飲食文化」。為結合社區發展中力行的有機農業，李登庸執行長強調，永福社區的飲食文化融入了「在地食材」及「文化食材」兩個面向。在地的食材能讓遊客確定健康的自然農法食材的完整種植過程，可說是看得到、摸得到的食材；而文化食材則述說著這些富含故事的餐點，有別處吃不到的東西、別處聽不到的食材故事。來到部落體驗的遊客，都可預約品嚐豐美的原味餐點，餐點中的菜色包含了阿美族傳統飯團、飛魚乾、各種時令野菜、水果及費時熬煮的青草涼茶，份量恰到好處且營養健康，若再佐以一份同樣是利用在地材料製作的手工麵包，更是令人沉浸在濃濃幸福的飽足感中。值得一提的是，這份原味餐點的擺盤餐具都是由可再利用的當地材料製作而成，拿著部落族人手削的竹筷及

竹湯匙，淺嘗一口放在荷葉及石盤陶碗中的美味料理，更能深刻體驗阿美族人早期的飲食文化。

從食文化推展 體現阿美族社區源源不絕的生命力

永福社區結合居民共同的努力及樂觀態度，從落實自然農法到推展部落飲食文化體驗，都能看出社區內每一個人的純真與付出。李登庸先生很自豪的說著：「這樣的生活體驗及深度旅遊的方式，充分展現阿美族人崇尚與自然共存的智慧與法則」，也歡迎有興趣的朋友一起來體驗部落美食與文化！九月起預約窗口：永福社區發展協會執行長 李登庸先生：089-832787；0930-710512。



親手製作阿美族美食—杜崙(圖片來源：李登庸先生)