

# 生命禮俗中的飲食文化

文／林茂賢（國立臺中教育大學臺灣語文學系副教授兼系主任）

生命禮俗是人生歷程中，從一個階段過度到另一個階段，經由「過關儀式」改變原本的身分，賦予新的關係、階層。例如婚禮使男女朋友成為夫妻，身分轉化為丈夫、人妻、媳婦……，非血緣關係的人建立新的人際關係；透過「成年禮」使青少年轉變為成人；喪禮後親人變成祖先。

生命中的每個轉化過程都是重要的轉變，因此都有特定飲食做為象徵，成為「過關儀式」的一部分。臺灣生命禮俗中的食物，並非日常生活的飲食，更具有祈福、補身的意義，最大特色在於祈求吉祥、增強功能，透過食物，象徵對未來的期望，並適應新的人生階段。

## 婚俗中的食物

臺灣民間婚俗訂婚十二禮中，喜餅是最重要的禮品，無論傳統大餅或現代西式喜餅，都代表婚姻關係的確認，送喜餅表示向親友宣告終身大事。民間俗信新人不可吃自己的喜餅，否則將會吃掉自己的福氣。十二禮中的檳榔是受平埔族文化影響，所謂「會成袂成，檳榔提進前」，以檳榔作為男女雙方見面禮。冬瓜糖或冰糖等甜食象徵甜甜蜜蜜及「食甜甜生後生」，閩雞意指「起家」建立家庭；龍眼乾俗稱「福肉」代表福氣；男方贈送豬肉塊，女方需退回



▲結婚宴客，媒人會夾起各種菜肴在新娘面前比畫並講好話。（圖片提供／陳榮）

豬骨、豬蹄，意謂「食恁的肉無醫恁的骨」，表示為人不敢過分。訂婚前新郎會先奉上「洗手雞」，代表感謝岳父母從小為新娘把屎把尿的辛勞。

女方回禮「糕點」象徵女婿前途步步「高升」；香蕉臺語諧音「緊招」貴子，蓮蕉則祝福「連招」貴子；芋頭代表繁殖力強；長壽麵線象徵長命百歲。訂婚戴戒指前，新娘奉「甜茶」男方親友需喝乾，表示「咁焦焦生孺睇」（指生男孩）。

結婚時，新郎禮車抵達新娘家或迎娶回到新郎家門，都會由晚輩、孩童捧橘子或冰糖、蘋果迎請新郎新娘下車，象徵祝福新人吉祥、甜蜜、平安。洞房床上會擺放米糕或發糕、蛋糕，代表婚後家運一路發。新人入洞房後會一起吃紅湯圓，代表一切圓滿、闔家團圓。



▲宴客結束後「送客」，新人捧菸、糖果奉送賓客。（圖片提供／連鈺民）

結婚宴客時，媒人會夾起各種菜肴在新娘面前比畫並「講好話」，例如「食雞」起家、「食塗豆食到老老老」、「食魚丸中狀元」、「食魚喙賴緊作娘禮」（吃魚嘴快作母親）、「吃魚尾叉緊作大家（婆婆）」、「吃豬肚揣著好頭路（職業）」、「吃魷魚囡仔好育飼（養）」、「吃青菜嫁著好翁婿」等祝福語。親家不可全程參加婚宴，見到蒸魚上桌時就須離席，不能吃到最後一道菜，表示不可「食人到到」（吃定對方）。宴客結束後「送客」，新人捧菸、糖果奉送賓客。糖果甜點象徵「食甜甜生後生」，香菸代表「年年賸」（年年有餘）。

婚後，新娘第一次返回娘家稱為「頭轉客」，作客時新人會攜帶糕點、壽桃作為伴手禮，俗稱「等路」或「伴手」。新娘回夫家時，女方會準備有頭有尾的整支甘蔗，象徵「節節高升」、「有站節」（有分寸）；兩隻小雞稱為「羔路雞」（帶路雞），讓新娘帶回餵養繁殖，期待「年頭飼雞栽（小雞），年尾做月內」。

## 生育禮俗中的食品

婦女懷孕時食用營養食品謂之「補胎」，俗信「補胎較贏作月內」，意謂懷孕補胎比產後坐月子更重要，通常是中藥或營養品，如安胎藥方，為孕婦補身並供給胎兒充足養分。據說孕婦食用珍珠粉可使嬰兒皮膚光滑亮麗，喝牛奶、豆漿可使嬰兒潔白細嫩，民間俗信孕婦不可吃醬油、喝咖啡等黑色飲料，否則嬰兒皮膚會烏黑；孕婦吃木瓜、芒果等黃色水果，嬰兒出生後會有黃疸。但這些都是民間傳說，未必符合食品營養作用。

臺灣人非常重視產後「坐月子」，須充分進補才能使身體健康強壯，所謂「查埔愛食望人請，查某困愛食望生困」，意指男人想吃豐盛美食就指望人家請客，女人只能等產後坐月子才能享用美食。坐月子的傳統食俗最普遍的是用麻油雞酒為產婦補身，其他如豬肝湯補血、麻油腰子補腎、麻油煎蛋補熱量等，意在增加熱量、蛋白質。豬腳燉花生據稱可增加奶水；剖腹生產則要吃鱸魚促進傷口癒合。坐月子的食物幾乎都會加麻油、薑、酒，且不可加鹽，據說鹽會生風，產婦會感染到「月內風」，也不可食用生冷食物和冰品。

初生嬰兒初期以母乳、牛奶為主食。嬰兒出生三天（三朝）或十二天，要準備雞酒、油飯到娘家「報酒」，娘家則回贈補品或雞，稱為「送庚」。嬰兒滿月時贈送油飯、紅蛋給親友，親友則回贈白米、雞蛋或石頭（頭殼硬硬好



▲嬰兒「作四個月」時，以紅絲線串穿餅乾掛在脖子上，請鄰居收涎。（圖片提供／連鈺民）

育飼），現代多改為彌月蛋糕。民間俗信嬰兒四個月內不可吃肉，否則會長瘡，吃茄子會蛀牙，吃魚卵不會算術，吃雞爪會撕破課本或作業簿。

嬰兒「作四個月」進行「收涎」，以紅絲線串穿餅乾掛在嬰兒脖子上，家人抱著前往鄰居家，首次與左鄰右舍見面，鄰居則折取一塊餅乾在嬰兒嘴邊念：「收涎收予焦，後胎生孱脬；收涎收予離，後胎招小弟」，祈求下一胎生男孩，並希望嬰兒不會再流口水。嬰兒長第一顆牙齒時姑姑要送「水米」，謂「孤齒食姑米」。客家族群家裡添丁，則在元宵節製作「新丁粿」，分贈親友，分享喜氣並為孩子建立人際關係。

### 成年禮或壽禮的食俗

成年禮俗稱「作十六歲」，當年七夕以麻油雞酒、油飯祭拜床母和七星娘娘，感謝在成長過程中的庇佑，其中又以臺南府城作十六歲最慎重。原住民成年禮則常以頭目賜酒為象徵；客家族群孩子滿十六歲會以「打丁粿」祭拜神明，並分贈親友，宣告孩子長大成人。

壽禮稱為「作生日」，通常三十

歲、六十歲或八十歲以上才擴大舉辦。一般作生日常用食品是長壽麵線、水煮蛋、豬腳，親友送禮則回贈壽桃，現代作生日幾乎以蛋糕取代。民間習俗，作壽只能提早，不能延後。

逢年中有閏月，已出嫁的女兒須準備「豬腳麵線」為父母祈求長壽。中部習俗每年「立夏」，女兒須贈送父親補品，俗稱「立夏補老爸」。

### 喪葬禮俗的食品

喪葬禮俗中與食物相關的民俗不多，親人斷氣後要在腳底拜「腳尾飯」，在白飯上插一雙筷子，放一粒鴨蛋（表壓制不好之事），祭拜後通丟棄不食用。守喪期間家屬每天早晚需「捧飯」祭拜亡者，「待死如待生」直到「百日」。

喪禮中的祭品通常是單數。出殯時要拜「豬頭」（以豬頭代表全豬），俗語有「在生一粒豆，較贏死了拜豬頭」。喪禮後宴請前來幫忙的親友用餐稱為「吃白肉」（白色指喪事），喪家致贈韭菜、甜點讓親友帶回，意謂祝福大家長命（韭音同久）、大賺錢。

從臺灣民間生命禮俗中的食品觀之，每項食品均有其象徵意涵：婚俗食品以祝福、祈求為主；生育禮俗的食材以進補為目的；成年禮食品有謝神或建立人際關係作用；壽禮食品皆為祈求延年益壽之象徵；喪葬禮俗中的食品未必具實質功能，卻代表百姓的希望，反映民眾的價值觀。透過這些禮俗食品，轉化身分、關係，期待更美好的未來。☞