

研究节气的开始，就是想跟自然学吃饭、学呼吸、学洗涤、学回家。



# 簞食瓢饮，道法自然

【文/张晓雯 图/受访者提供】

## 属于过去时的内在美

在中国台湾，有这样一个作者团队，几乎只做一种书——《跟着节气学吃饭》《台湾渍》（节气食材的保存食法）、《二十四分之一挑食》（节气食材巡礼）……从一而终一颗信奉风土与食物关系的老灵魂。

中国台湾并不少见讲求手作食物、食材原味的文创品牌，但为什么特别从“节气”的角度与食物做连结？被问及这个问题，种籽设计的总监湓克萍认为，他们正是抓住了华人的“爱吃”，对饮食与逻辑的想象力：“然而，我们现在的的生活，不管是设计、饮食或教育，都在‘瞎吃’。我们并不明白吃了什么，甚至在咀嚼的过程中也不完全理解。而节气饮食是华人珍贵的古老智慧，应该要我们年轻的身体去重新呈现和发表。”

将节气视作时间轴，将风土视作空间轴，种籽设计将各种食材追根溯源，研究祖传食谱、土地植生的农法，常常是每天采集、料理、上山下海带回作物，“抢时间地想保留住它们的姿态”，团队成员间分工负责料理、手绘、文字等部分。

“端午时曾祖父总在大厅门边插上避邪香草束，顶楼的花园是曾祖母枸杞叶茶的产区，盛夏时奶奶会自制清凉退火茶，还有令人难忘的倒地铃。母亲准备晚餐时餐桌上的琼花肉丝汤，老爸珍贵的赛鸽食用一整盆的到手香，念书时期租屋处后院长的龙葵加泡面，家聚时草山上土鸡城的热炒川七，当然还有让我面对自己的天母古道上的植物……工作后却只认得咖啡树开的小白花和马路安全岛上的园艺植物。”这是在中国台湾农业地区长大，在外地求学与工作的妙满在序言里写下的话。加入种籽设计就像是一种“秩序回复”，重新收集有关土地甜度的故事。虽然从古老走到现代的事物或许已经经过了改良、推翻，还是想用现在时去说说记忆里共有的过去时，美好的部分不该变成今日的老梗。

## 野菜の恩典

距离现在最近的这本《台湾好野菜》，看上去是个“不登大雅之堂”的题材。“野菜本质或许称不上野，我想它们只是乐于低调生活在山野小径中，所以总是安静，总是闲适，让人忽略。”工笔插画作者莉淇发现，在透过画笔重新注视那些叶、果、花时，其实她都能不陌生地叫出名称。

例如，秋分时节的川七，比起家常的蔬菜，野菜的口味不是那么大众化，更“桀骜不驯”；再比如寒露时候的萝卜婴，当畦上洒下点点萝卜种子，发成密密麻麻的菜苗，接着便要疏苗，留下健壮的苗株，保持一定的株距，这拔下的苗便成了萝卜婴。市场上是买不到的，只有在种萝卜的农家这样吃，如今芽苗菜热门，殊不知早期这样吃就是养生。“台湾的野菜强调适地适种，尊重大自然的农法。”湓克萍说。

一路上溯到生鲜超市、菜市场，甚至是田间生产者的过程中，种籽设计感慨于野菜的境遇。生长于山野、未经人工栽培的野生可食植物在古代甚至被叫做“救荒本草”，现在，都敌不过三步一坊、五步一店的外带手揉菜，或是三把十元的工业化农产菜蔬。种籽设计不仅在台湾，如今也在成都做了“生态农业知识城”，也在北京实地考察，瓶瓶罐罐的“标本”堆满了工作间。就是因为一方水土养一方人，一颗野外的种子其实蕴藏的是一个地区特有的农事记忆。比如夏至时节，只有在台中地区才能吃得到麻笋，料理时撕叶、挑梗、搓洗去除苦味，用于消暑降火。

有一年，湓克萍和台湾原味、台湾好食的创办人送了四颗原生种子到意大利的“品味方舟——方舟保种计划”，各地食经中人的每件事情都与“食育”有关。“我会刻意甚至做作地不断提起‘节气’的概念，因为我想让大家开始注意这件事。”研究节气的开始，就是想跟自然学吃饭、学呼吸、学洗涤、学回家。



生活周刊 × 湓克萍



Q: 现在差不多是芒种，该吃什么、怎么吃？

A: 水田芥（西洋菜）可以做成水田芥浓汤，地瓜叶可以做成地瓜叶细面。说到地瓜，其实可说是代表了一种精神。在物资匮乏的年代，地瓜被当做饭，地瓜叶被当做菜。现在吃地瓜，则不再是谋生而是养生。栽种地瓜叶时，叶子是摘采越多次，口感吃起来愈加鲜嫩可口，是芒种时分营养又容易取得的好野菜。

Q: 种籽设计的节气生活书系列每一本切入角度都略有不同，有没有一个统一的逻辑思路？

A: 三年多以前成立节气研究室开始，就紧扣华人传统的24节气为时间及空间轴线，在柴米油盐酱醋茶的部分做了一些分类和想象。如在吃植物这件事情上，分了根、茎、花、果、叶子、芽，用新鲜食、保存食、发酵食、花草食等做料理的方式去交织。这种节气饮食，就好像每15天所产生的论断，把节气农产品抒情化、论述化、历史化、风土特产化、科学化。

Q: 在现在这个时代，再去看节气，按照其中古法、习俗践行生活和观察周边风物，会略显“老气”吗？你觉得价值和意义在哪里？

A: 我始终都相信情感可以改变商业世界的样貌，也是这样的初衷，我们去寻找了每一种食材和土地、环境、人的关系。我相信这些情感的印记从很远很远的以前来，也会继续走到很久很久以后。这些情感印记在每一个日子里面都滋养着我们。当代的世界，其实是门户大开的世界，语汇并陈，就看看节气饮食的现代演绎能如何与当代对话，与世界交往。

