

►青秀山景區裏的蘇鐵園



大公報記者 蘇徵兵

青草茵茵，秀水淙淙，青山連碧，邕城翡翠。
上佳的生態環境使邕城南寧早在十餘年前便被聯合國授予「最佳人居獎」，四季溫潤，「草經冬而不枯，花非春而常放」，即便是城市中心，也被綠樹鮮花環繞。



▲廣西邕劇

南寧

邕城翡翠最宜居

南寧 短程遊推薦

第一天

- 下午從香港西九龍站出發，乘搭高鐵到南寧東，車程約4小時。
- 入住酒店後，前往南寧中山路夜市，品嚐南寧特色老友粉以及各種美食。

第二天

- 8:00前往5A景點南寧青秀山，之後遊覽南寧南湖公園，欣賞亞熱帶風光的水上公園風光。
- 下午前往橫縣萬畝茉莉花種植區中華茉莉園（車程1.5小時），並可選購一系列獨具花鄉特色的茉莉花創意產品。
- 18:00回到南寧市區酒店，晚飯後前往民歌湖酒吧街，欣賞民歌湖夜景，面對東盟會展中心燈光夜景小酌一杯。

第三天

- 上午從南寧東搭乘高鐵，下午返抵香港西九龍站。



▲青秀山蘭園「湖納天雲」景點

作為鑲嵌在廣西邕江之畔的翡翠，青秀山風景區興建於隋唐，盛於明朝，湮沒於清末民初，在改革開放後重建。如今的青秀山，名園薈萃，遺跡眾多，並融入南寧的城市血脈，十八座山巒，群峰起伏，林木青翠，泉清石奇，玄雲翻騰，江環如帶，素稱「山不高而秀，水不深而清」，被譽為「綠城翡翠，壯鄉鳳凰」。

感受「活化石」生機

世界上最古老的樹種之一的蘇鐵，被稱為來自恐龍時代的活化石，其樹形古樸，莖幹堅硬如鐵，體形優美，頂生大羽葉，潔滑光亮，油綠可愛，四季常青，帶有濃濃的熱帶氣息。

五十餘種、上萬株蘇鐵在此鬱鬱蔥蔥，樹齡千年以上者竟達百株，是中國「千年蘇鐵最多、景觀最好、樹齡最老、胸徑最大、植株最高」的蘇鐵園，其中年齡最大的「蘇鐵王」距今已有1360餘年，與中國唯一女帝武则天同期。

「在我們印象中，蘇鐵就是矮矮的一團，沒想到還能長得像樹那麼高啊！」不少遊園者嘆道：「人說鐵樹開花千年一見，可在這裏隨處可見。」

走在園中，密布的藤蔓纏繞着高聳的蘇鐵遮天蔽日，看着周遭盡是承載着數億年DNA遺傳的神奇植物，彷彿回到了億萬年前那個原始的叢林。

步入蘭園，幽幽而至的暗香，沁人心脾，如畫如幻的造景，倏而把人扯入天宮仙境，幾步過後卻又似走入了沉靜秀美的蘇州園林。蘭園的景觀別具特色，匯集了「艷、美、香、純、媚、珍」之靈性，集園林造景「借、對、框、漏、障」之大成，既有江

浙一帶園林的秀氣，也飽含大氣的自然之美，讓人心曠神怡。

蘭園佔地三百二十畝，種植各類蘭花五百多種，植株總數達五十餘萬株，是國際領先的高品質戶外蘭花專類園，也是全國最大的自然生態蘭花專類園。

邕州老戲粵港受落

白日觀美景，入夜賞邕劇。南寧本土的戲劇叫做「邕劇」，起源於清朝道光年間，至今已經有百餘年歷史。

華麗的頭飾、精美的服裝、細緻的妝容，乍眼一看和京劇有些類似，但只要細細分辨，就能體會到屬於邕劇特有的樸實音樂和粗獷表演。

邕劇表演大開大合，與京劇相比，在劇情和表演方式上注入更多的詼諧元素，娛樂的風格更多一些，和廣西彩調一樣被稱為「快樂的劇種」，並以其藝術技巧、獨特風格、戲劇語言等特色，入選國家級非物質文化遺產名錄。

上世紀九十年代，《龍象塔奇緣》、《三進士》、《打扣珠》等多個邕劇劇目首次赴港演出，很受歡迎。尤其是南寧邕劇與粵劇相融合而成的廣西粵劇，更受粵港戲迷的青睞。廣東粵劇講究的是唱腔優美，廣西粵劇則以動作性、表演性見長，特點是熾烈剛猛，粵劇不僅僅只有廣東的劇種。

邕劇傳承人馮杏元曾說，香港中文大學一位戲劇學教授告訴他，粵劇的精華在廣西，而且集中在南寧，因為有邕劇這個傳統文化，它有南派的技藝，和粵劇結合起來，去到香港回響極大。

圖片：受訪單位提供

下期「城市地圖」將於8月16日刊出

風情花婆節

「吃了花婆粥，一生都有福」。花婆節又稱花王節、花王聖母節，流行於廣西壯族各地。

民間傳說，壯族始祖母六甲是從花朵中生出來的，所有的人都是從六甲花園中的花轉到世上來，故其被奉為花婆神。花婆被壯族奉為生育女神和兒童守護神，專門主管賜花送子之事。

花婆信仰經過幾千年流傳至今，形成具有鮮明地域特色的花婆節文化。每年農曆二月二十九花婆神誕辰日，壯族婦女要舉行祭祀儀式，村寨裏同一輩的婦女穿上節日盛裝，做五色糯米飯和五色蛋，供祭花婆神，然後成群結隊到野外採花來戴，祈求生育和保佑小孩健康成長。沒有生育的女

子，是日要到野外採花來戴，以求花婆神賜花送子。

時光流轉，花婆節有了新的演繹。相傳在南寧蒲廟鎮五聖宮對面的大眾碼頭，有一位樂善好施的阿婆常常給來往的客商煮粥，如碰上窮人則免費施粥。阿婆過世後，鄉親們為了紀念她，建有一廟，並在每年農曆三月十二舉行紀念活動，逐漸形成當地特有的花婆節。

每年這個時候，小鎮上人山人海，各種巡遊、演出和百家宴輪番舉行。更有風采的是「花婆送福」活動：幾個笑容可掬的花婆在廟前給人們分粥，說是吃了花婆粥，長壽又多福。而吃粥的人排着長隊，等着花婆來賜福。

橫縣茉莉飄香

八、九月時節，走進廣西橫縣的茉莉花田，萬畝的茉莉花正嬌豔盛放，瀰漫着濃郁的花香，讓人沉醉，身穿民族服飾的少女正在採摘茉莉花，花香入美，一幅美好生活的畫卷就在眼前。

沒有到過橫縣的人，卻有可能喝過橫縣茉莉花茶。橫縣年產九萬噸茉莉鮮花，七萬噸茉莉花茶，均佔全國80%以上、世界60%以上，每年出口東盟、歐美以及日本、韓國等國家和地區的花茶產值，達五億元人民幣以上。

茉莉花花形比較小，在開花之前就必須採摘下來，才能在製作花茶的過程中，讓花朵散發更香的味道。在花農的帶領下，小心翼翼地採摘茉莉花，然後喝上一杯自己親自採摘的茉莉花茶，買上一些不一樣的茉莉花種回家養殖，感覺舒適愜意。

除了傳統的茉莉花茶，橫縣人還開發出了茉莉花糕、茉莉花月餅、茉莉花面膜、茉莉花純露、茉莉花香薰、茉莉花香包、茉莉花枕頭、茉莉花潤唇膏、茉莉花護手霜等獨具花鄉特色的茉莉花創意產品。



▲少女在橫縣花田採摘茉莉花

老友粉品老友味

廣西的粉，種類繁多幾達百種，但真正出產於「南寧」的，只有老友粉。筍的酸，椒的辣，豆豉的香，米粉的糯，生菜的鮮，百味雜陳，熱騰騰來一碗老友粉，濃郁的香味迅速佔領身心，讓人把煩惱拋諸腦後，一時只覺心滿意足。

每一道美食，除了獨特的味道，背後都隱藏着一個故事。民國初年（1910年代）邕江邊有家周記茶館，老闆周德安因得罪權貴遭報復被投入牢中，結識一獄友並得其照顧。周老闆出獄後仍經營茶館，後來該獄友找上門來，周老闆叫夥記煮了一碗肉粉接待他。沒想到此後，這

獄友三天兩頭來蹭粉吃。不勝其煩的周老闆想了一個辦法：讓夥記在粉中加了大量的辣椒和酸筍，希望怪味能把人趕走。不料那獄友是貴州人，這碗「趕人粉」讓他吃得大呼過癮，連問「這是什麼粉」。周老闆只好隨口稱之為「牢友粉」。

吃了幾個月後，那名獄友突然沒了蹤影。多年後，他成了軍官並再度出現在周記茶館，拿出一筆錢感謝周老闆當年的贈粉之恩，希望再吃一碗「牢友粉」。兩人相談甚歡，「牢友粉」也就變成了「老友粉」。此後，軍官每次回到南寧

，都要帶着其他官兵來吃碗「老友粉」，很多人慕名而來，不大符合南寧人口味的「怪味粉」，也被大家吃出了「老友味道」。

抗戰開始後，軍官又沒了音訊，南寧淪陷後，周老闆躲到了貴港老家，1945年抗戰結束後才回到南寧重開店鋪賣「老友粉」，多方打聽方知軍官已在崑崙關戰役中殉國。周老闆大悲，專門做了一碗老友粉，到將士公墓祭拜老友。

此後，老友粉便在南寧傳開。解放後，周老闆返回老家，1960年代去世。

改革開放後，戀戀不忘老友粉的老南

寧，根據以前的味道和材料，再製作老友粉。現在的人們不會想到，「老友粉」最早竟是「牢友粉」，更不會想到，其中還有一個感人的故事。

老友粉混合了非常多的味道：酸、辣、鹹、香、餛、鮮。初聞此味，你可能不習慣，覺得這碗粉是不是餛了。但只要你吃上了，就會被這種味道征服。

「老友」，廣東話指死黨、關係很鐵的朋友。南寧這座城市把一種米粉小吃稱為「老友粉」，已不僅是滿足人們的口腹之慾，而是在品嚐一段南寧文化的味道——老友味。



▲南寧老友粉

►廣西壯族表演傳統歌舞

