

恩施土家族苗族自治州（下稱恩施），是湖北最神秘、最與眾不同的地方。

湖北省多平原，而恩施則是奇峰競秀、怪石嶙峋，可與「地無三尺平」的貴州一較高下；恩施的水流也不像江漢平原那樣平緩，或從萬丈高崖飛流直下，或隱藏在地下溶洞中潛行數十里，十分個性；恩施清涼的氣候，每年還吸引著大批來自隔壁火爐城市重慶的遊客，儼然山城霧都的後花園；就連影響重慶數千年的神秘巴文化，也是從恩施的清江流域走出。

山塑造了恩施的物產，也塑造了恩施人的生活方式。湖北是最典型的魚米之鄉，而恩施人則偏愛大山裡的土豆和包谷（玉米）。武陵山陡峭的山嶺中，生長出了能讓湖北人拍著胸脯推薦的「湖北第一歷史名茶」恩施玉露；同時恩施人受湘西影響，偏愛酸辣口味，家常菜餚做法中則是鄂湘渝混雜，與當地山地物產相結合，誕生了別具一格的恩施特色菜餚。這樣的恩施文化，充滿了野趣。

►恩施大峽谷的雲海。



恩施：中國最接近「仙境」的地方

最「不湖北」的鄂西角落

湖北是一個「含水量」非常高的省份，長江橫穿江漢平原，留下了大小近 1200 條支流。位於鄂西大地的恩施土家族苗族自治州，是長江入鄂的第一站，「巴東三峽巫峽長」的巴東，就在恩施。

打開中國地形圖，秦巴山地如巨龍一般橫亙在華夏大地中部，塑造了中國的氣候格局。在秦巴山的最東緣，在湖北、湖南、重慶、貴州四省市的交界地帶，有一個獨特的小氣候區。大巴山、巫山、武陵山山脈在這裡交匯，孕育出一座群山連綿、溫和濕潤的洞天福地——恩施。

春季的恩施，宛如仙境。由於武陵山和大巴山的影響，南北氣流在恩施盆地交匯，形成多雨多霧的小氣候，這使得恩施氣候宜人。恩施春季雨季尚未來臨，空氣澄澈透亮，可一眼望盡萬重山。

儘管交通不便，恩施仍然是個非常宜居的地方。恩施州 70% 的面積被林海所覆蓋，綠色是這裡的主色調；直插雲霄的高山分割出一個個溫濕度各異的小氣候區，正是所謂的：「一山有四季，十里不同天」。

每年一到夏季長江流域的各大城市都開啟了「地表能煎蛋」的炙烤模式，夾在重慶和武漢這兩個火爐中間，恩施卻是一座涼城。平均 20℃ 出頭的夏季溫度，吸引大批來自五湖四海的「候鳥」型遊客，讓恩施成為了南方人心目中的「避暑山莊」。

恩施的位置，奠定了其多元文化交融的底色。恩施東面是以武漢為代表的江漢平原，西面和北面被重慶半包圍，南面則是擁有神

秘文化的湘西。如果說，江漢平原上星羅棋布的湖泊，體現著湖北的江湖氣；那南北山脈交匯托舉出的恩施，則隱藏著湖北的山野性格，這是湖北鮮少為外人知道的另一面。

恩施是古巴文化的發源地之一，自古就是巴渝、楚、關中和西南少數民族文化區域的十字路口，四面八方不同文化區域的人都來此匯聚。先秦時期曾被巴、楚、秦反覆爭奪；漢末三國時是吳、蜀和武陵蠻你方唱罷我登場的古戰場；隋唐以後，恩施曾長期隸屬川東的夔州路，即今天的重慶市。如今恩施的方言仍然與渝東北地區近似，不僅是語音語調，像「日白」「卡卡國」「擺龍門陣」這樣地道的川渝味表述，在恩施人口中也經常出現。

在恩施行走，猶如進入了陶淵明的《桃花源記》，武陵山深處的山坳交通閉塞，穿過一條溶洞也許就會誤打誤撞地闖入一方與世隔絕的天地。在這裡繁衍幾個世代而不為外人所知，並非難事。與湖北人普遍的精明多變的特點相比，恩施人的性格中爽朗豁達的山民性格也更多些。

如今巴人先祖留給恩施人的血脈依舊被傳承著，恩施是湖北省唯一一個、也是中國最年輕的少數民族自治州，轄區內有著漢族、土家族、苗族、侗族等 29 個民族世代居住。女兒城、魚木寨、土司城，等等土家特色建築，將恩施州的千百年傳統，凝固在了梁椽斗拱之中。隨著鄭渝高鐵等道路的建成，原本閉塞的恩施逐漸被揭開了神秘的面紗，變成了武漢、江漢平原乃至整個湖北的後花園。



▲恩施騰龍洞洞口，大自然的鬼斧神工。
►被稱為「天然奧陶紀地質博物館」的梭布垭石林。



喀斯特地貌造就恩施的「仙」

恩施毫無疑問是上天賦予中國人的寶藏之地。由於地形複雜多樣、海拔落差大，再加上自古以來的人跡罕至，恩施的自然資源保留的極好。

從《十面埋伏》裡的竹林，到 86 版《西遊記》裡的水簾洞，再到《阿凡達》裡的異星石林，都能在這裡找到對應的景觀。這裡是長江入鄂的第一站，是雲貴高原最後的餘脈，是中國最接近「仙境」的地方。

恩施之所以這麼「仙」，正是在於喀斯特地貌。這裡的奇峰、絕壁、天坑、天生橋、天生柱數不勝數，萬米絕壁、千丈深淵、隱藏在深林裡的瀑布群，構成了這座天然秘境的基本形態。

無數絕美的景色，在人們印象中都是「只應天上有」，可卻真實地出现在了恩施州的各地。《三生三世十里桃花》等影視作品，都在「仙境」恩施取景。

多雨的中國西南地區，流水與岩石中的碳酸鹽相互作用，大地被溶蝕、被重塑，形成了奇秀壯觀的喀斯特地貌。廣佈於中國南方的喀斯特地貌當中，鄂西恩施的自然景觀別具特色。中國喀斯特地貌分佈雖廣，但像恩施這樣位於中國第二三級階梯分界線上的地方，可並不多見。

三大山脈的環抱，把江河與季風帶來的豐潤水氣留在了恩施這片土地；巫山山脈與江漢平原之間的巨大高差，又賦予了恩施的

流水以磅礴的衝擊力。河流與降水在恩施的山間河谷和斷陷盆地不斷積聚，蓄積著能量奔湧向東流去。

水的切割和溶蝕作用，讓恩施的地貌變得千溝萬壑，溶洞、暗河、窪地、峰林比比皆是。

許多看過《西遊記》的觀眾，都對「煙霞常照耀，祥瑞每蒸新」的水簾洞記憶猶新。而中國最大的溶洞，就在恩施。恩施利川市的騰龍洞，長度接近 60 公里，可容十多輛卡車並列而行，最高處有 200 米，就連巨大的熱氣球都可以在洞中起飛。很難想像，在千萬年前是怎樣一條雄偉的地下暗河從此穿過。

獅子關最美水上公路，讓恩施州成了網紅打卡聖地。這段被稱為「廊橋遺夢」的水上浮橋，彷彿一條蜿蜒的玉帶垂於平靜的水面。走在這條路上，讓人彷彿置身於世外桃源，一股「緣溪行，忘路之遠近」的感覺油然而生。

恩施最值得駐足觀賞的景觀，一定是恩施大峽谷。全長 108 公里的恩施大峽谷，讓恩施在眾多中國景觀城市中脫穎而出。在恩施大峽谷俯瞰清江，平靜透徹的水面上，漂浮著一葉扁舟，像是空遊無所依；山體上長江、清江等水流侵蝕出的石柱千姿百態，其中矗立千年的「恩施大峽谷一炷香」堪稱一絕。正因億萬年流水塑造的喀斯特地貌帶來的豐富地質景觀，才讓恩施成為了「中國最美的地方」的有力競爭者。

▼恩施南河村椒木園的老院子裡，民間美食傳承人謝海艷手工製作糍粑迎新年。



鄂渝湘黔的味道，在恩施都能吃得到

說起土家族，很多人都會想到土家醬香餅。的確，醬香餅是從恩施走出的網紅小吃，不過恩施的美食可不止醬香餅。

恩施的物產，與魚米之鄉江漢平原有著很大差別，山貨特色濃郁。兼有湖湘、巴蜀的味道和獨特的恩施山民性格。靠山吃山，恩施的美食底色是當地海拔落差巨大帶來的多樣物。山藥、茶葉、葛仙米、蕁菜等等山貨，都是恩施人日常飲食中不可或缺的元素。

恩施人喜聞樂見的主食有兩種，即包谷和土豆，這二者能霸佔恩施人心目中美食榜首的核心原因，主要也是在於它們能在山地上種植。

當地人將土豆叫做洋芋，對其頗為偏愛，吃土豆的方法層出不窮，有炕洋芋、炸洋芋、烤洋芋、洋芋飯等等。就連看似單調的包谷，在心靈手巧的恩施人手裡，也演化出了包谷飯、包谷酒、包谷豆皮等多種形態。

在恩施，包谷最廣泛的用法，除了包谷飯之外，就是將其磨成粉之後，加上些許鮮紅的辣椒末在壇中發酵。製作完成之後的成品呈現出誘人的橘紅色，味道酸辣，十分開胃，被稱之為榨廣椒。佐以臘肉、土豆、蒸肉，可稱得上是人間一絕。

都說「給湖北人一個蒸籠，他（她）能蒸下整個世界」。湖北菜中，蒸菜佔比極大。這種做法在恩施本地美食當中也得到了體現，恩施街頭的小館子裡隨處可見一種吃食名叫「格格」。這格格即是用小蒸籠，在土豆塊上鋪滿一層羊肉，就是羊肉格格；鋪上肥腸，就是肥腸格格；鋪上排骨，就是排骨格格，在恩施「萬物皆可格格」。

當然，最普遍的還是用豬肉、土豆和恩施特有的榨廣椒製作的格格。出鍋以後油而不膩、醇香鬆軟、又香又辣，令人回味無窮。

一碟香酥的恩施小土豆，酸辣衝鼻的榨廣椒臘肉，再加上熱氣騰騰的格格，如果想要體驗更多當地美味還可以嘗試一下合渣、柏楊豆乾等特色小吃。搭上一碗包谷飯，斟上一碗土家米酒，就是最地道的恩施土家味。

雄偉的山巒，為恩施的先民提供了庇護。也為恩施匯聚了鄂渝湘三地的文化精粹，她非常的「不湖北」，又與湖北的漢江平原有著千絲萬縷的聯繫。作為鄂西南的明珠，恩施綺麗的景色和多彩的文化，始終讓每一位前來拜訪的人，沉醉在這片土地上。

作者 / 熊澤楚
本版圖文均據「地道風物」微信公眾號



▲油茶湯。