

|| 专 题 史 系 列 丛 书 ||



---

# 中国饮食文化史

---

赵荣光 著

# 中国饮食文化史

赵荣光 著

上海人民出版社

# 出版说明

在浩如烟海的史学著作中,专题史著作是专门性强而主题面广的一类学术研究专著。这类著作,以政治、经济、军事、文化、艺术、宗教、科学技术等领域的某一专题为研究对象,在广征博引文献典籍和考古发现及前人研究成果的基础上,钩沉稽玄、探幽发微、考镜源流、传承文明,力求翔实而又清晰地展现这些领域滥觞、形成、发展的历史轨迹;在加深对“通史”和“断代史”等相关领域的阐述方面,起着其他论著无可替代的独特作用。

上海人民出版社致力于专题史著作的出版。自20世纪50年代迄今,先后出版了长期从事专题史研究的专家、学者撰著的《中国货币史》、《中国古代冶铁技术发展史》、《中国印刷史》、《中国天文学史》、《中华文化史》、《中国民间宗教史》、《中国舞蹈发展史》、《中国杂技史》、《中国小学史》等一大批专题著作,受到海内外学界和广大史学爱好者的欢迎和好评。

为了满足学术界和广大读者的需要,我社决定组织出版“专题史系列丛书”,并从历年已出版的数百种专题史著作中遴选出一批学术价值较高、出版时间较长的图书,汇入“专题史系列丛书”,分批出版,以飨读者。

本丛书出版前,在编辑工作中,或由作者对原书作了必要的校订,或由编者对原书插图作了相应的技术处理。特予以说明。

## 作者简介



赵荣光（1948～ ），男，浙江工商大学教授，中国食文化研究会副会长、认证委员会首席专家、饮食文化研究所所长，《饮食文化研究》(美国国际联盟)杂志编委会主任。从事中国饮食史、饮食文化研究与教学累三十年，有《中国古代庶民饮食生活》、《天下第一家衍圣公府食单》、《赵荣光食文化论集》、《中国饮食文化研究》、《满汉全席源流考述》等十余部专著出版。



# 目 录

第一章 中华民族饮食文化历史发展的基础理论.....	1
一、“饮食文化”与“饮食文化史”的含义 .....	1
二、中华民族饮食文化的四大基础理论 .....	3
三、中华民族饮食文化的五大特性 .....	22
第二章 中国饮食文化的区域性历史 .....	33
一、“饮食文化圈”理论的明确 .....	33
二、中国饮食文化区位形成的历史原因 .....	36
三、中国饮食文化区位的历史概况 .....	40
第三章 中国饮食文化的层次性 .....	75
一、“饮食文化层”理论的认定 .....	75
二、饮食文化层的历史概况 .....	78
第四章 中华民族酒文化.....	114
一、酒的起源 .....	114
二、百药之长 .....	127
三、酒店 .....	130

---

四、酒文学 .....	137
五、中国历史上的酒人 .....	139
六、酒德 .....	148
七、酒礼 .....	150
八、酒道 .....	153
九、酒令 .....	154
第五章 中华民族茶文化 .....	157
一、茶的源流 .....	158
二、茶品 .....	163
三、制茶 .....	168
四、藏茶 .....	169
五、点茶与候汤 .....	171
六、茶水 .....	173
七、饮法 .....	176
八、斗茶 .....	181
九、陆羽与《茶经》 .....	184
十、茶与士 .....	188
十一、茶与佛 .....	192
十二、茶道 .....	195
十三、茶德 .....	201
十四、茶文学 .....	202
十五、采茶盛况 .....	206
十六、茶法与茶政 .....	208
十七、茶宴与茶社 .....	212
十八、茶馆 .....	213

---

第六章 中华民族麦文化·····	222
一、麦之始·····	222
二、麦饭的历史·····	224
三、粉食之始·····	226
四、酵法之利用·····	229
五、点心的由来·····	233
六、汤饼与面条·····	237
七、馄饨与饺子·····	247
八、胡饼名实·····	256
九、河漏·····	268
第七章 中华民族菽文化·····	271
一、菽的驯化·····	271
二、大豆的营养·····	273
三、中国历史上的传统大豆制品·····	276
四、豆腐的出现·····	281
五、豆腐制品·····	293
六、豆腐的东传朝鲜、日本·····	295
第八章 中国人对食味的历史追求·····	302
一、咸味调料·····	305
二、酸味调料·····	324
三、甜味调料·····	332
四、苦味调料·····	344
五、辛香味调料·····	345
六、鲜味调料·····	354
七、涩味·····	357

---

第九章 中华民族饮食民俗的历史特征·····	359
一、厚重的民族食俗文化·····	359
二、中国传统节令食俗·····	375
第十章 中国传统食礼的历史演变·····	396
一、先秦时代的食礼·····	397
二、孔子认定的食礼·····	399
三、中国封建时代的食礼·····	405
第十一章 中国饮食审美思想的历史发展·····	413
一、中国古代饮食审美思想的历史特征·····	413
二、中国饮食审美思想的社会族群类型·····	438
第十二章 中华民族共同体中各少数民族饮食文化·····	468
一、东北及华北地区少数民族食俗·····	469
二、西北地区少数民族食俗·····	475
三、西南及中南地区少数民族食俗·····	485
四、华东及东南地区少数民族食俗·····	505
后 记·····	507

# 第一章 中华民族饮食文化历史发展的基础理论

## 一、“饮食文化”与“饮食文化史”的含义

少年时的笔者,曾经目睹了太多的贫穷,经常性饥饿的经历一直持续到20世纪60年代的终结,60年代末、70年代初的农村生活经历更是刻骨铭心。这种人生经历,作为财富,就是让我比较早地深刻理解了“民以食为天”的真切涵义。似乎就是这样一种冥冥中的力量推动我于80年代初开始着力于中国饮食史问题的思考。1984年,当我在大学课堂上正式开授“中国饮食史”时,我知道,我在从事着一桩有特别意义的事。我在课堂上首先要说明的两个题目是:什么是“饮食文化”,怎样理解“饮食文化史”。照我对历史文化的理解,“饮食文化”应当是一个涉及自然科学、社会科学及哲学的普泛的概念,是介于“文化”的狭义和广义二者之间而又融通二者的一个边缘不十分清晰的文化范畴。正是基于对饮食文化的这种宽泛性理解,笔者一直认为:“饮食文化是无比复杂的人类社会生活现象,它几乎同人类文化的任何门类都有程度不同的关系。可以说任何一个民族的文化在一定意义上讲都是一种饮食文化,全面地了解了一个民族的饮食文化,也就从一定意义上了解了那个民族的历史;反过来说,只有全面了解了一个民族的历史,才可能全面了解那个民族的饮食文化。”〔1〕中

---

〔1〕 赵荣光《中国饮食史论·后记》,黑龙江科学技术出版社1990年版,第420页。

国有句古老的俗语叫作“一方水土养一方人”，换成时下西方流行的表述就是：You are what you eat(人如其食)，这句话的更学术一点的表述则是：Do you want to understand another culture? Then you ought to find out about its food. (你想了解某一种文化吗？那么你就必须认识它的食物。)因此，我们理解的饮食文化应当表述为：“饮食文化是指食物原料开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、科学、艺术，以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学，即由人们食生产和食生活的方式、过程、功能等结构组合而成的全部食事的总和。”

人类的食事活动包括这样一些内容：

食生产：食物原料开发(发掘、研制、培育)、生产(采摘、渔猎、种植、养殖)；食品加工制作(家庭饮食、社会餐饮、工厂生产)；食料与食品保鲜、安全贮藏；饮食器具制作；社会食生产管理与组织；

食生活：食料、食品获取(如购买食料、食品)；食料、食品流通；食品制作(如家庭饮食烹调)；食物消费(进食)；饮食社会活动与食事礼仪；社会食生活管理与组织；

食事象：人类食事或与之相关的各种行为、现象；

食思想：人们的食认识、知识、观念、理论；

食惯制：习惯、风俗、传统等。

也就是说，饮食文化是关于人类(或一个民族)在什么条件下吃、吃什么、怎么吃、吃了以后怎样等等的学问。因而它便由食物原料(生产、开发、选择、分类等)、加工技术和制作工艺、保藏、保鲜、饮食商业和服务、加工工具和饮食器具，以及有关习俗、制度、心理、思想等，构成了自己特定的学科领域。对上述领域的具体研究，便分别形成了诸如原料学、烹饪工艺学及食疗保健、饮食思想、饮食考古、饮食商业、餐饮楼馆建设与服务设施、饮食心理、公共关系、饮食风格、饮食典籍和生物化学、营养学、储藏保鲜等科技文

化、思想理论研究的具体分支。以上诸项,又均可从史的角度作分别和总体的研究,从而构成了饮食文化作为一门独立学科的体系。其中研究的重点为食事的形态、方式、过程、规律与社会、历史功能。

至于对“饮食文化史”的理解,在认同了我们对“饮食文化”的解释之后,似乎就不难有顺乎逻辑的推论了。“饮食文化史”,有时我们又习惯称之为“饮食史”,那是因为“饮食史”作为一门历史科学的独立研究领域,在学科属性上基本是“文化史”的大门类。当然,这并不是说二者是没有任何区分的一回事,事实上它们是可以有所区别的,至少是可能会因不同研究者的史学修养、资料占有与利用、理论方法等等的差异而形成重“史”和偏“文”这样两种不同的倾向或风格。前者,应当是运用基本史料叙述史实,依据某种史学理论再现史事过程,探讨问题和揭示规律,侧重的是史料、史实与史事因果;后者对资料的利用则会更关注历史事象、形态方式与规律思想,更注目的是历史的文化学描述与思考。但是,无论是侧重“史实”还是注重“文化”,作为饮食的历史,都不能不以历史上一定生态环境中和特定文化系统中人们的食生产、食生活、食事行为及其后果影响为叙述基本内容和讨论主线。因此,“饮食文化史”或“饮食史”可以作这样简捷与原则性的把握:某一时空条件下人们食事活动过程的历史再现。笔者对本书内容的讨论,就是本着这种原则努力驾驭好“史实”与“文化”两者,而不依偏倚重——当然这只是笔者的一种尝试和努力。

## 二、中华民族饮食文化的四大基础理论

被西方文化界誉为功能派文化人类学开山大师的马林诺夫斯基,说过如下一句十分浅显,但却十分正确的名言:“人类极其关心的

是传种与营养。”〔1〕他所说的“营养”，其实是指人们为维系生命发展基本需要和能量消耗所必要的食料的摄取；而他所说的“传种”，则是人类为了延续生命——事业和理想的继续而生产“自己的”孩子，也就是使自己的生命基因通过婚媾孕育下一代以保证种的延续。如同演员走下舞台便是现实生活中的一个普通人——拥有普通的思想与普通的需求一样，当作为群体与社会生物人的种种文化表象及属性被逐一剥离之后，我们看到人类最关心的真的莫过于这样两件大事。这一点在近代文明以前尤其表现得显明。这一相同的看法，在中国，至迟于两千几百年前便见于文献记载了：“食、色，性也。”〔2〕“饮食男女，人之大欲存焉。”〔3〕中国古人所讲的“食”、“色”，即“饮食”、“男女”，也即是西方现代学者所谓的“营养”与“传种”。

与西方人的认识方法与侧重有所不同的是，中国人很早形成并一贯坚持的看法是将饮食列于食、色二者的首位。“民以食为天”〔4〕，食是最重要不过的，如俗谚所云：“人生万事，吃饭第一。”不仅位序第一，还是最重要、最基本的生活内容：“开门七件事，柴米油盐酱醋茶。”件件都与饮食有关。庶民百姓人生如此，国家管理者的大政亦本于此：“八政：一曰食……”〔5〕。国家大事千头万绪，搞好民食是第一项大政。几千年来，老百姓耕种、收获、吃饭，吃得饱就是“太平盛世”，吃不饱，便来一场“革命”。历朝历代，兴也是因为“吃”，亡也是因为“吃”。吃成了中国改朝换代最直接、最普遍、最根本的原动力与导火线。

---

〔1〕〔英〕马林诺夫斯基著、李安宅译《巫术科学宗教与神话》第三章“二、原始生活所表示的天意”，中国民间文艺出版社1986年版。

〔2〕《孟子·告子上》卷十一，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《礼记·礼运》卷二一，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕西汉·司马迁《史记·酈生陆贾列传》卷九七，中华书局1959年版。

〔5〕《尚书·洪范》卷十二，并《礼记·王制第五》卷十一；清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。



正是因为食事在中国百姓民生和国政中居有如此重要的地位,因而食事很早以来便受到历代各阶层人们的高度重视,所以我们民族远古时代的“礼”——最早的社会精神文明建设便与之结下了深缘:“夫礼之初,始诸饮食。其燔(fán 凡)黍稷(bǎi 百)豚……犹若可以致其敬于鬼神。及其死也,升屋而号,告曰:皋(gāo 高)某复,然后饭腥而苴(jū 居)孰。”〔1〕早在陶器尚未发明的遥远的古代,先民们便郑重地将精心洗过的米、仔细撕开的小猪肉置于火塘中烧得极热的石块上炙熟后祭献给鬼神,以表达自己的敬畏之情、祈祷之意。待到人死之时,人们则反复呼喊他的名字,让他的魂魄归来。然后则用生米、熟肉来祭享死者。这是汉代学者对上古历史文化的理解。那时,人们生产和生活中无论是吉祥还是凶丧的大事都要祭告鬼神,即他们所理解的人事与自然万事万物的主宰们,总是要拿他们可能有的最贵重美好的食物献祭。食物既是人们的养生之物,也是他们用以“通灵”之具。礼,是少不了食物的,要通过食物的烹饪和献祭来演示和完成。照春秋至汉代时学者们的理解,这种“礼之初”是陶器发明以前的事,距今至少有八千年左右的历史了。从人类的食生活文明发展历史来说,那是在陶烹时代之前的燔炙时代。如同那个埃及和希腊神话中的斯芬克斯(Sphinx)用以难人的缪斯谜语是适合于全体人类的一样,“夫礼之初,始诸饮食”的结论也应当是人类远古时代精神文明与食文化发展的一般规律。

很显然,人类的饮食生活,是一定历史阶段的文明基准与文化风貌的综合反映。如果我们剥离(如果能够的话)某一民族文化中的食文化因素,即该民族食生产、食生活及全部与食有直接和间接关系的文化成分,那么,那个民族的面貌一定是极其奇怪的畸形和令人难以想象的。事实上,我们也无法作这种剥离,因为这种食文化与民族文

---

〔1〕《礼记·礼运》卷二一。

化的关系是无所不在的生命机体的结合,也就是说,任何一个民族的文化都具有相当浓厚强烈的“食”的色彩,也就是一定意义上的该民族的饮食文化,反之亦然。这种情况,越是在历史的来路上追溯得久远便越是明显。食文化的这种广泛渗透生活各个领域的特性,决定了它是一个普泛的范畴。

但是,如同千人千面、心情各异一样,一个民族的文化也有自己的个性;各个民族的食文化彼此间也有许多差异,表象的差异和思想心理的深层差异。当我们对中华民族食文化的发展作了系统的历史考察,尤其是对中外文化的历史发展作了一番比较之后,我们发现几乎没有哪个民族能像中国人的祖先那样,在自己的饮食生活中倾注了如此多的注意力,有如此深刻的理解、如此辉煌独特的创造。也就是说,中华民族的历史文化,有更为鲜明和典型的“饮食色彩”。中华民族文化的这种“饮食色彩”不仅表现在餐桌上,而且表现在中国人食生活的全部过程之中,更表现在他们对自己食生活、食文化的深刻思考与积极创造、孜孜探索中。任何民族文化,最终决定于哲学;哲学的深厚土壤乃在于该民族一定历史阶段的社会生产方式、生活方式以及文化和文明发展的水准与特征。因此,饮食生活作为基本的社会生活内容,饮食文化作为主要的文化门类,也就无疑是哲学的肥沃土壤。而哲学的决定作用,在施加于民族文化的同时,也对该民族饮食生活的风格、饮食文化的特质及思想产生了不可低估的深远影响。中国饮食文化的辉煌发展,主要得益于饮食思想的肇基久远和内蕴丰富。这种深厚坚实的思想渊源,表现为基础理论的四大原则以及相关的五大特性。

### (一) 食医合一

早在原始农业开始以前的漫长的采集、渔猎生活时代,我们的先民就已经注意到了许多来自植物、动物或矿物,即人们日常食用的食物中的一些品种具有某些超越一般食物意义的特殊功能。可以说,

医药学的最初胚芽就是孕生于原始人类的饮食生活之中的,这应当说是人类医药学发生和发展的一般规律。中国的传统医药学,两千余年的历史上被称为“本草学”。“本草”之称最迟不晚于汉代,它的最初渊源,当发轫于上古的采集实践。《淮南子》一书关于神农“尝百草之滋味,水泉之甘苦,令民知所辟就,当此之时,一日而遇七十毒”的追述〔1〕,正反映了这种关系。神农,是中国古代传说中具有某种伟大智慧和特异功能的神圣人物。其实他不应是一个具体的个人,而是远古英雄崇拜时代人们希冀塑造的伟人,人们在他的形象上寄托了自己提高生存能力的美好愿望。集中于神农一身的各种本领,有许多是人们长久生产和生活实践经验的凝结,有的则是人们意愿理想的赋予,这些都程度不同地反映了他们的生产和生活实际。神农,古史又记为“神农氏”,表明是一个擅长种植业的部落群体,应当出现在原始农业有了相当发展时期以后,即大约距今七千~四千年前。但这里的“尝百草之滋味”,却又显然是原始采集时代即原始农业发生以前的事,因为书中描述的这个仅以采集为业并极精采集之道的神农,只能是原始农业出现之前食生产方式的人格化代表。因此,其时间大约要上溯到距今一万年以前。

由于饮食的获取营养和医病双重功能的相互借助与影响,从“医食同源”的实践和初步认识中派生出了中国饮食思想的重要原则,形成了中国特色的“食医合一”的宝贵传统。正因为如此,中国历史上饮食著述便与农学、医药学著作结下了不解之缘,无论是贾思勰的《齐民要术》,还是李时珍的《本草纲目》,或是其间与其后汗牛充栋的相关著作,莫不如此。这事实上已经与把农业和医药学结构为生物科学的现代科学认识相当接近了。因为中国人自古以来就持万物交感的人与自然和谐的观念,并且始终不懈地探求作为自然和谐结构

---

〔1〕《淮南子·脩务训》卷十九,中华书局1954年《诸子集成》本。

存在与活动的人类生命的科学真谛。于是,一方面是“食”,另一方面是“医”,二者一而二,二而一,相互参校、启发、补益,相得益彰,历久弥深。历史上“本草”书中的药物,几乎多是人们正在吃着(或曾吃过)的食物;而凡是被人作为(或曾作为)食物的原料,又几乎无一不被本草家视为药物(或具有某种药性)。

“食医合一”实践与认识不断深化发展的历史性结晶,是食医制度的出现。食医制度的文字记录见于中国饮食史上的“三代期”〔1〕。最迟在周代,王宫里就已设有专门的管理和研究机构,有专司其职的“食医”。“食医”作为宫廷营养师地位颇高,职在“天官”之序:“掌和王之六食,六饮,六膳,百羞,百酱,八珍之齐。凡食齐眠(shì 视)春时,羹齐眠夏时,酱齐眠秋时,饮齐眠冬时。凡和,春多酸,夏多苦,秋多辛,冬多咸,调以滑甘。”〔2〕食医所掌和周王所食膳品的具体名目大多不得其详,至于其确切主、配、调等各种原料的质与量则更是几乎无法知晓。一些膳品的制作方法虽基本未有明确文字记载,但大体上可以根据烹调工具、工艺、饮食习惯、饮食心理与历史文化的考据研究作出推测。重要的是,食医职司的原则具有超越等级界限和历史时代的重大意义;着眼人与自然的和谐和人体机理的协调来合理进食;主张合理杂食,注重节令变化进食;重视味型与季节变换和进食者的食欲与健康的关系。虽然在距今两千数百年前甚至更早的历史时代,人们的医学和营养学知识还很幼稚浅薄,不可能很科学地解释自己的食生活,然而这种基于长久实践的朦胧认识和总体把握的原则无疑是很有道理的。可以说,人类今天饮食医疗保健学的认识和成就,就是周宫廷食医职司原则的不断深化和科学

---

〔1〕 关于中国饮食史发展阶段性的认识,参见拙文《关于中国饮食史发展阶段性的初步思考》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

〔2〕 《周礼·天官·食医》卷五,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

发展。当然这种深化和发展是缓慢的,在近代科学理论与科学手段出现以前则尤其如此。到了公元7世纪中叶,孙思邈(581~682)写出了《备急千金要方》(652),该书第二十六卷列有“千金食治”,是我国历史上现存最早的饮食疗疾的专篇。孙思邈主张:“为医者,当晓病源,如其所犯,以食治之,食疗不愈,然后命药。”富有启发意义的是,孙思邈非但是个著名的食医理论家,而且是一个成功的实践家,享年逾百岁,这在一千三百年前的中国历史上,称得上是罕见的“人瑞”了。孙思邈之后,他的学生、青出于蓝而胜于蓝的著名医学家孟诜(约621~713),用自己的《食疗本草》一书,把食医的理论和实践又推向了新的历史高度。有趣的是,孟诜的享寿虽未及其师,却也活到了九十三岁的高龄。他认为,良药莫过于合理地进食,尤其是老年人,不耐刚烈之药,食疗最为适宜。他的《食疗本草》是食医的长久实践和理论的完备,使得它最迟于公元7世纪末叶已发展成为一门独立的科学了。“食饮必稽于本草”〔1〕,已成为历史上尊荣富贵之门和饮食养生家们的饮食原则了。更进一步,又有“药膳”的出现,这更超出了一般意义的饮食保健和疗疾。因为前者在“食”和“医”二者间更侧重于“食”,而后者则侧重于“医”,所谓“药借食威,食助药力”(李东垣)。

## (二) 饮食养生

饮食养生,源于医食同源认识和食医合一的思想与实践。生命、青春、健康和长寿是人的自然本质所最珍贵的东西;而长寿则是人类的最大希求。相传上古唐尧时代,由于天时不利,雨水过多,人们长期生活于积水和阴湿的环境中,“民气郁阏而滞着,筋骨瑟缩不达,故作为舞以宣导之”〔2〕。先秦时代,把养生主张表达得最丰富突出的

〔1〕 元·忽思慧《饮膳正要》虞集“序”,中国书店1985年版。

〔2〕 《吕氏春秋·仲夏纪第五·古乐》,中华书局1954年《诸子集成》本。

莫过于老子和庄子,他们还主张用“吐故纳新”的“导引”气功来健身长寿。先秦诸子大都有追慕长寿的思想,屈原甚至就饮食与长寿的关系发出由衷感慨:“彭铿斟雉,帝何飧?受寿永多,夫何久长?”〔1〕尔后,成书于战国末期的《吕氏春秋》也注意到了饮食对于长寿的作用:“凡食之道,无饥无饱,是之谓五藏之葆。口必甘味,和精端容,将之以神气。”甘、酸、苦、辛、咸食料如果不加节制、无厌摄取,“五者充形,则生害矣”〔2〕。足用则止,一定把握“口不可满”的原则,克制人皆“口之欲五味”的“情欲”,才能达到养生的目的。“口虽欲滋味,害于生则止。”〔3〕《吕氏春秋》一书的大量有关文录可视为先秦饮食养生思想的荟萃,反映了时代的认识水平。但总的说来,我国饮食养生思想的明确,它的走上独立发展道路,乃至成为一种社会性的实践活动,都是进入汉代以后的事情。

饮食养生不同于饮食疗疾。饮食疗疾是一种针对已发疾病的医治行为,而饮食养生则是旨在通过特定意义的饮食调理去达到健康长寿目的的理论和实践。因此饮食养生也不同于一般意义上的饮食保健。

两汉时期,为饮食养生的独立发展创造了必要的社会条件。经济的发展,贵族的优裕悠闲生活,最高权力层的政治斗争和“无为”政策的推行以及老庄思想的推崇,谶纬之学和仙道之风盛行,道学思想向宗教化的演进等等,这一切就在上流社会逐渐造成了一种饮食养生的风气,一种基本属于权贵阶层的特殊的社会实践。这种实践历经以后诸代,日趋深化和细密,从而成为中国饮食文化的宝贵传统,饮食养生的理论也因之成为一条重要的思想原则。汉代人首先想到探究古人的那些享受“天年”〔4〕或“永年”的奥秘。他们的结论之一

〔1〕《楚辞·天问》,宋·洪兴祖《楚辞补注》,中华书局1983年版。

〔2〕《吕氏春秋·季春纪第三·数尽》。

〔3〕《吕氏春秋·仲春纪第二·仲春》。

〔4〕《尚书》王肃注为“百二十年”。

就是“食饮有节,起居有常”〔1〕。于是导引和服食便成为汉代以后养生家们企图享天年、求永年的两个基本方法。导引又多为道家采用,服食则为贵族仕宦们看重。二者虽不可分,却又由于社会地位、条件的不同而各有侧重。西汉淮南王刘安(前179~前122)以皇族封国之富贵身体力行,在中国饮食养生思想和实践的历史上占有很重要的地位,他和他的门下士们提出了一整套简单易行的养生方法:“凡治身养性,节寝处、适饮食、和喜怒、便动静,使在己者得,而邪气因而不生”〔2〕。此后的嵇康(224~263)、葛洪(284~363)、陶弘景(452或456~536)都是饮食养生的理论家和实践者。《淮南子》本于老子“虚静恬愉”的养生观,认为养生长寿的核心在于“适饮食”、“省嗜欲”,做到这一点,“则所以修得生也”。东汉末年,年逾百岁的“青牛道士”封衡,在回答曹操关于养生之问时说:“体欲常劳,食欲常少,减思虑,捐喜怒,除驱逐,慎房事,则几于道矣!”曹操则认为“体欲常劳,食欲常少”最具普遍的实践意义。三国时期的嵇康是个著名的养生理论家,他认为“呼吸吐纳”、“服食养身”是基本实践,“善养生者……识厚味之害性……”。东晋人葛洪也是一个著名的养生家,他主张“养生以不伤为本”,在饮食方面应当“不欲极饥而食,食不过饱。不欲极渴而饮,饮不过多。凡食过则结积聚,饮过则成痰癖……不欲多啖生冷,不欲饮酒当风……五味入口,不欲偏多”〔3〕。南北朝齐梁时的著名道教思想家、医学家陶弘景也是一个著名的养生家,他的《养性延命录》一书中的《食诫篇》便专述了饮食养生的主张。

唐宋时期的六七百年是养生家辈出的时代。而后到1330年,元

〔1〕 《黄帝内经·素问·上古天真论篇第一》,周凤梧、张灿坤编《黄帝内经素问语释》,山东科学技术出版社1985年版。

〔2〕 《淮南子·论言训》卷十四。

〔3〕 晋·葛洪《抱朴子·内篇》,《诸子集成》本。

饮膳太医忽思慧的《饮膳正要》一书,对饮食养生及食疗、保健思想和成就进行了集大成的工作。明清两代,饮食养生的思想进一步深化扩展,实践的范围超越了以往基本囿于显贵高人圈的局限,开始为更多的文人士子所宗奉和力行。忽思慧认为,饮食的原则应是利于养生,“食饮必稽于本草”,“饮膳为养生之首务”。通过合理的饮食实现健康长寿的目的,逐渐成为中国古代的科学饮食观。元明之际著名养生家贾铭不仅写出了我国第一部详论饮食禁忌的专著《饮食须知》,而且身体力行,享年一百零六岁。他生于宋末,明初已百岁高龄。他在回答明太祖朱元璋养生术之问时说:“无它,只是注意饮食而已。”明晚期李时珍《本草纲目》一书(1596),把饮食养生思想牢固地建立在科学唯物的基础之上。清代文人顾仲对烹调颇有研究,他将菜肴同养生结合起来,选择对人的健康长寿有明显益处的菜肴,详述技艺,所著《养小录》一书“序”中阐明了菜肴与养生的关系:“饮食之人,大约有三:一曰铺(bù布)餽(zhuì坠)之人,秉量甚宏,多多益善,不择精粗;一曰滋味之人,求工烹饪,博及珍奇,又兼好名,不惜多费,损人益人或不暇计;一曰养生之人,务洁清、务熟食、务调和、不侈费、不尚奇。食品本多,忌品不少,有条有节,有益无损,遵生颐养,以和于身,日用饮食,斯为尚矣。”这才是达到了“卫生”的目的,也符合“饮食以卫生”的原则〔1〕。

### (三) 本味主张

注重原料的天然味性,讲求食物的隽美之味,是中华民族饮食文化很早就明确并不断丰富发展的一个原则。按中国古人的理解,所谓“味性”,具有“味”和“性”两重含义。“味”是人的鼻、舌等器官可以感觉和判断的食物原料自然属性,而“性”则是人们无法直接感觉的物料

---

〔1〕 清·顾仲《养小录》顾仲“序”,中国商业出版社1984年版。



的功能。中国古人认为性源于味,故对食物原料的天然味性极其重视,先秦典籍对此已有许多记录。《吕氏春秋》一书的《本味》篇,集中地论述了“味”的道理。该篇从治术的角度和哲学的高度对味的根本,食物原料自然之味,调味品的相互作用、变化,水火对味的影响等均作了精细的论辨阐发,体现了人们对协调与调和隲美味性的追求与认识水平。唐“五世长者知饮食”一类人物段成式,在《酉阳杂俎》一书中将这一认识概括为八字真言:“唯在火候,善均五味”〔1〕。它既表明中国烹调技术的历史发展已经超越了汉魏及其以前的粗加工阶段,进入“烹”、“调”并重阶段,也表明了人们对味和整个饮食生活有了更高的认识和追求。明清时期美食家辈出,他们对味的追求也达到了历史的更高水平,主张食物应当兼有“可口”与“益人”两种性能方为上品。中国古代食圣、18世纪的美食学大家袁枚(1716~1797)更进一步认为,“求香不可用香料”〔2〕,“一物有一物之味,不可混而同之”,“一碗各成一味”,“各有本味,自成一家”〔3〕。数千年中国食文明历史的发展,中国人对食物隲美之味永不满足的追求,中国上流社会宴筵上味的无穷变化,美食家和事厨者精益求精的探索,终于创造了祖国历史上饮食文化“味”的独到成就,形成了中国饮食历史文明的又一突出特色,以至使洋人惊呼:中国人不是在吃食物,而是在“吃味”。

在中国历史上,“味”的含义是在不断发展变化的。“味”的早期含义为滋味、美味,这里的“滋”具有“美”之意。触感与味感(指某种物质刺激味蕾所引起的感觉)共同构成“味”的内涵。也就是说,“味”的早期含义中包含着味感和触感两个方面的感觉,即指食物含在口中的感觉。《吕氏春秋》中讲:“若人之于滋味,无不说甘脆。”〔4〕甘

〔1〕 唐·段成式《酉阳杂俎》前集卷之七“酒食”,中国书店1981年版。

〔2〕 清·袁枚《随园食单·须知单》“色臭须知”,文明书局藏版。

〔3〕 《随园食单·须知单》“变换须知”。

〔4〕 《吕氏春秋·遇合》。

是人们通过味蕾感受到的美味,脆则是食物刺激、压迫口腔引起的触觉。同时又说:“调和之事,必以甘、酸、苦、辛、咸,先后多少,其齐甚微,皆有自起。鼎中之变,精妙微纤,口弗能言,志不能喻。若射御之微,阴阳之化,四时之数。故久而不弊,熟而不烂,甘而不啗,酸而不酷,咸而不减,辛而不烈,澹而不薄,肥而不腠(hóu 喉)。”〔1〕这里讲的是调和味道的技巧和调味之后的理想效果。文中甘、酸、咸、苦等属味感,辣是物质刺激口腔、鼻腔黏膜引起的痛感,而“熟而不烂”的“烂”,“肥而不腠”的“肥”、“腠”,则属触感无疑。联系到“味”归于口部而不归于舌部,说明“味”当不仅指味感,还应包括食物在口腔中的触感。

在“味”文字表述之初,就涵盖了味感和触感两重意义。但嗅感则是独立的。不过,那时表示嗅感的汉字是“臭”(xiù 秀),如《易》的“其臭若兰”,其义是“气香馥若兰也”〔2〕。又如《礼记》:“中央土……其味甘,其臭香。”〔3〕《列子·汤问》:“臭过椒兰,味过醪醴”,等等,均把臭、味清楚地区分开来,臭是一种独立的由鼻产生的感觉。从臭字看,嗅觉起源于动物的生存活动,包括谋食和逃避猛兽,所以臭字从犬。故《说文》对臭的解释是:“禽走臭,而知其迹者,犬也。”段玉裁注云:“走臭犹言逐气。犬能行路纵迹前犬之所至,于其气知之也,故其字从犬自。自者,鼻也。引伸假借为凡气息芳臭之称。”自是古代的鼻字,犬走以鼻知臭,所以臭字由“犬”、“自”两字构成。

“臭”本义指气味,故最初是中性的词,一般兼表美恶气味之义。但禽兽的气味多很难闻,故春秋以后的文献中已有侧重表恶腐之味的

---

〔1〕《吕氏春秋·本味》。

〔2〕《易·系辞》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《礼记·月令》卷十七。

倾向,如《吕氏春秋》:“夫三群之虫,水居者腥,肉攫者臊,草食者膻。臭恶犹美,皆有所以”〔1〕;《庄子》:“其所恶者为臭腐。”“其所美者为神奇”〔2〕;《史记》载公元前 210 年秦始皇病死于巡行途中的沙丘平台(今河北广宗西北),“丞相(李)斯为上崩在外,恐诸公子及天下有变,乃秘之,不发丧。棺载辒凉车中,故幸宦者参乘,所至上食。百官奏事如故,宦者辄从辒凉车中可其奏事。独子胡亥、赵高及所幸宦者五六人知上死。……会暑,上辒车臭,乃诏从官令载一石鲍鱼,以乱其臭”〔3〕。东汉《说苑》中的“入芝兰之室,久而不闻其香;入鲍鱼之肆,久而不闻其臭”〔4〕,显然是《史记》上述引文的同义。这就是唐孔颖达在讲解《左传》时分析所说:“臭……原非善恶之称。但既以善气为香,故专以恶气为臭耳。”

由于原本无香臭分辨的表义,此时臭(xiù 秀)字引申出了“臭”(chòu)义,借以区别两者,即从口进入的为香,体后排出的为臭,臭(xiù 秀)字已经不能准确表达两种相互矛盾的意义了。于是汉代出现了新字“𤝮”取“臭”(xiù 秀)而代之,入晋以后𤝮字又为“嗅”所取代。宋元时期的《古今韵会》开始收入“嗅”字,而这部字典的前身是晋代的《韵会》。古代词典解释“嗅”为“鼻审气也”,审气明明用鼻,却要加个口旁,看来“味”已步入了嗅感的领地,人们在进食过程中,嗅觉已大大失去了独立地位,而与“味”相结合,形成了不同以往意义的新“味”或“味道”。

而后,在经历了一个相当长的时期后,原本由“味”来笼统表述的味感、触感和嗅感三重意义,最终独立开来了。当然,三者的明确严格分开,还是 20 世纪中叶后生物化学与食品科技取得长足发展以后

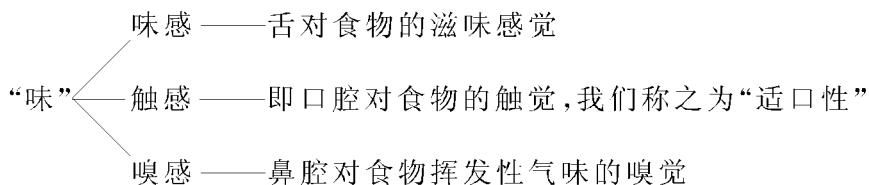
〔1〕 《吕氏春秋·本味》。

〔2〕 《庄子·知北游》,中华书局 1954 年《诸子集成》本。

〔3〕 《史记·秦始皇本纪》卷六。

〔4〕 汉·刘向《说苑》,赵善诤疏证本《说苑疏证》,华东师范大学出版社 1985 年版。

的事。于是,传统意义上的“味”被一分为三:



#### (四) 孔孟食道

所谓孔孟食道,严格说来,即春秋战国(前 770~前 221)时代孔子(前 552~前 479)和孟子(约前 372~约前 289)两人的饮食观点、思想、理论及其食生活实践所体现的基本风格与原则性倾向。孔、孟两人的食生活实践具有相当程度的相似性,而他们的思想则具有明显的师承关系和高度的一致性。事实上,毕生“乃所愿,则学孔子也”〔1〕的孟子的一生经历、活动和遭遇都与孔子相似。他们的食生活消费水平基本是中下层的,这不仅是由于他们的消费能力,同时也因为他们的食生活观念,而后者对他们彼此极为相似的食生活风格和原则性倾向来说更具有决定意义。他们追求并安于食生活的养生为宗旨的淡泊简素,以此励志标操,提高人生品位,倾注激情和信念于自己宏道济世的伟大事业。

孔子的饮食思想和原则,集中地体现在人们熟知的下面一段话中:“食不厌精,脍不厌细。食饐(yì 译)而餲(ài 爰),鱼馁而肉败不食;色恶不食;臭恶不食;失饪不食;不时不食;割不正不食;不得其酱不食;肉虽多,不使胜食气;唯酒无量,不及乱;沽酒市脯不食,不撤姜食,不多食;祭于公,不宿肉;祭肉,不出三日,出三日,不食之矣。”〔2〕这既是孔子饮食主张的完整表述,也是这位先哲对民族饮

〔1〕《孟子·公孙丑上》卷三。

〔2〕《论语·乡党》卷十,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

食思想的历史性总结。略去斋祭礼俗等因素,我们便过滤出孔子饮食主张的科学体系——孔子食道。这就是:饮食追求美好,加工烹制力求恰到好处,遵时守节,不求过饱,注重卫生,讲究营养,恪守饮食文明。若就原文来说,则可概括为“二不厌、三适度、十不食”。其中广为人知并最具代表性的,就是“食不厌精,脍不厌细”八个字,人们把它作为孔子食道的高度概括来理解。

孔子的“八字主张”,是他就当时祭祀的一般原则而发的,因而只能放到他关于祭祀食物要求和祭祀饮食规矩的意见中去理解。“祭者,荐其时也,荐其敬也,荐其美也,非享味也。”〔1〕孔子主张祭祀之食,一要“洁”,二要“美”(美没有固定标准,应视献祭者条件而论);祭祀之心要“诚”;有了洁和诚,才符合祭义的“敬”字。所以他非常赞赏大禹“菲饮食而致孝乎鬼神”〔2〕的模范榜样,主张“虽蔬食菜羹瓜祭必齐如也”〔3〕。正如汉儒孔安国所云:“齐,严敬貌也,三物虽薄,祭之必敬也。”〔4〕这样,除因致祭人经济和政治地位的不同必然决定的各自献祭食品“美”的等级差别之外,致祭的“诚”,就只有“洁”一个客观标准了。故祭义的要旨及孔子祭时的“恂恂如也”,都是与周礼祭祀时食品不必苛求华美奢侈的历史传统相一致的。《孔子家语》中所记孔子“周游列国”“厄于陈蔡”时企图以“告糝于野人”所得粗粝之米炊饭进祀“先人”,但因“有埃尘堕饭中,欲置之则不洁”而几乎废祀的史事〔5〕,也恰好证明了这一点。

“食不厌精,脍不厌细”八字主张,并非孔子对常居饮食的一般观

---

〔1〕《春秋穀梁传·成公十七年》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《论语·泰伯》卷八。

〔3〕《论语·乡党》卷十。

〔4〕《论语集解》,《四部丛刊·经部》。

〔5〕《孔子家语·在厄》,清·陈士珂辑《孔子家语疏证》,上海书店1987年版。

点。孔子生活的时代,无论是食物、食品结构、烹调工具和方法,还是饮食习惯和风格,都是比较简陋和粗糙的。“民之质矣,日用饮食”〔1〕,反映的正是当时社会基本民众的一般饮食生活水准和饮食思想特征。说到孔子本人的饮食生活和他的饮食思想,可以用“简素尚朴”四个字来概括。孔子的一生基本上是踣顿寒简的。“吾少也贱,故多能鄙事”〔2〕,说的是他入仕之前的状况;而“饭蔬食饮水,曲肱而枕之”〔3〕,则是他一生饮食生活的基本写实。虽然他短暂的三年仕途生涯中曾有过任司寇且一度摄行相事的显耀,但也是信守“君子谋道不谋食”、“忧道不忧贫”的准则〔4〕,而绝不耽娱于美食的。“君子食无求饱,居无求安”〔5〕,孔子在物质生活上安于简约淡素,不仅基于他的经济条件,也不仅是他的生活态度,更重要的还在于是一种思想操守。孔子认为:“中人之情也,有余则侈,不足则俭,无禁则淫,无度则逸,从欲则败……”〔6〕孔子不贪图口腹之欲的满足,相反还警惕自己:安于贫顿“不足”,以使自己永远有“禁”,有“度”,永不“从欲”,因而终身执著追求“仁”和“道”的实现。他甚至还把一个人对衣食的态度看作是他品行操守的直接体现,认为那种“耻恶衣恶食者”是“未足与议也”〔7〕的庸鄙之徒,是“道不同不相为谋”的利禄荣身小人〔8〕。孔子的饮食思想是根植于他对人生意义的深切理解之中的;而他的食生活实践,则严格受制于他自我约束修养的规范之中。

“精”、“细”二字,只有放到孔子所处时代的生产力水平和生活条

---

〔1〕《毛诗正义·小雅·天保》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《论语·子罕》卷九。

〔3〕《论语·雍也》卷六。

〔4〕〔8〕《论语·卫灵公》卷十五。

〔5〕《论语·学而》卷一。

〔6〕《孔子家语·六本》。

〔7〕《论语·里仁》卷四。

件下才能得到正确的理解。孔子所处的春秋时期,谷物脱壳用杵臼舂捣的加工方法。这种加工方法,首先是脱壳率和出米率都比较低,加工出的米时常伴有未脱尽壳的谷。所谓出米率低,主要是指脱出的完整米粒比重小,因为这种加工方法有出米和出粉的“综合效应”,所以也被作为旋转磨出现以前的基本制粉法〔1〕。这样理解就可能更接近孔子之论的本意了。“食不厌精”的“精”,就是指这种加工方法所能制出的颗粒完整的米。宋儒邢昺疏“精”为“精细”,即美好之义,那还是没有太离谱的。刘宝楠《论语正义》释“精者,善米也”,似更确切。由此可知,孔子主张的“精”,是鉴于一般人常食粗粝“脱粟”的生活现实,主张祭祀应选用好于粳米的米,这就是“精”、“善”、“拣米”,这也就是“不厌”的本义。同样道理,“脍不厌细”的“细”,也是不厌精细的意思。“肉腥细者为脍,大者为轩”〔2〕,肉是指各类畜禽和鱼类之肉,脍是指这些肉类原料切后供生食的肴。为使生肉尽可能除腥味,就必须切得薄些、细些,味道才能更理想可口,既便于调料的入味,也更便于咀嚼和消化吸收。如果我们了解到孔子时代用于切割肉料的刀具主要是青铜质的,若不具有娴熟的刀工和极认真的态度是很难将肉料片割成细薄的这一重要历史因素,那就更易于理解孔子特别强调脍的加工要“不厌细”的用意之所在了。总之,孔子的主张“脍不厌细”,不仅含有肴品可口的意义,同时也含有加工的态度认真与否的问题。也就是说,肉切得越薄,则越能表示敬祀鬼神的真诚。孔子食道中的八字主张引申为日常生活中的一般原则应当是:食物原料的选择、加工、制作,都要严肃认真,重视卫生,充分利用物性和发挥技艺水平,使物性美质的利用和加工技艺的发挥都达到最

---

〔1〕 详见拙文《两汉期粮食加工、面食发酵技术概说》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版;《中国古代焙烤技术与焙烤食品》,载《赵荣光食文化论集》,黑龙江人民出版社1995年版。

〔2〕 《礼记·内则》卷二七。

佳状态。

孔子的这一番议论译成今天的语言就是：斋祭时用的食品不能像寻常饮食那样，用料和加工都要特别讲究洁净。献祭的饭要尽可能选用颗粒完整的米来烧，脍要切割得尽可能细些。饭伤了热湿甚至有了不好的气味，鱼陈了和肉腐了，都不能吃；色泽异样了不能吃；气味不正常了不能吃；食物烹烧得夹生或过熟了均不应当吃；不是进餐的正常时间不可以吃；羊猪等牲肉解剖得不符祭礼或分配得不合尊卑身份，不应当吃；没有配置应有的醯醢等酱物，不吃；肉虽多，也不应进食过量，仍应以饭食为主；酒可以不划一限量，但也要把握住不失礼度的原则；仅酿一夜的酒、市场上买的酒和干肉都不可以用（虑其不醇正、不精洁）；姜虽属于斋祭进食时的辛而不荤之物，也不应吃得太多；助祭所分得的肉，应不留神惠过夜而于当天颁赐；祭肉不能超过三天（祭日天亮杀牲至宾客持归于家，肉已经放置了三天），过了三天就不能再吃了（很可能变质）。孔子的论述，正体现了他主张恪守祭礼食规以示敬、慎洁、卫生的完整思想和文明科学的进食原则。

对于孔子的“八字主张”，两千数百年来，许多论者离开了祭祀的前提，离开了孔子的时代，离开了孔子的食生活准则和孔子饮食思想的根本原则，认为“食不厌精，脍不厌细”是指孔子对日常饮食的一般要求，并强解为饮食应当无限制地追求精美奢华，越精细越华美越好。这是不合孔子初衷，也是有悖历史实情的〔1〕。

孟子以孔子的言行为规范，可以说是完全承袭并坚定地崇奉了孔子食生活的信念与准则，不仅如此，通过他的理解与实践，更使之

---

〔1〕 参见拙文《“食不厌精、脍不厌细”正义》，载《赵荣光食文化论集》，黑龙江人民出版社 1995 年版；《“孔孟食道”与中华民族饮食文化》，载《黄帝与中国传统文化学术讨论会文集》，陕西人民出版社 2001 年版。



深化完整为“食志——食功——食德”这一鲜明系统化的“孔孟食道”理论。他主张：“非其道，则一簞食不可受于人；如其道，则舜受尧之天下，不以为泰。”〔1〕提出不碌碌无为白吃饭的“食志”原则，这一原则既适用于劳力者也适用于劳心者。劳动者以自己有益于人的创造性劳动去换取养生之食是正大光明的：“梓匠轮舆，其志将以求食也；君子之为道也，其志亦将以求食与”，这就是“食志”。所谓“食功”，可以理解为以等值或足当量的劳动（劳心或劳力）成果换来养生之食的过程，即事实上并没有“素餐”，“士无事而食，不可也”。“食德”，则是坚持吃正大清白之食和符合礼仪进食的原则，就是他所欣赏的齐国仲子的行为原则：“仲子，齐之世家也。兄戴，盖禄万鍾。以兄之禄为不义之禄，而不食也；以兄之室为不义之室，而不居也。”〔2〕这也就是孟子所表白的：“鱼我所欲也，熊掌亦我所欲也。二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也。生我所欲也，义亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。”〔3〕孟子认为进食遵“礼”同样是关乎食德的重大原则问题，认为即便在“以礼食，则饥而死；不以礼食，则得食”〔4〕的生死攸关面前，也应当毫不迟疑地守礼而死。

孔子、孟子，人则为二，而其食的实践与思想却浑然为一，此即金声玉振、浑然一体的“孔孟食道”〔5〕。孔孟食道，是春秋战国时代中国历史上民族饮食思想的伟大辉煌，是秦汉以下两千余年中华民族传统饮食思想的主导与主体，同时也是影响至今的中国人饮食生活实践中潜在作用的重要因素。因此，可以说孔孟食道既是历史的，也是现实的。说它是历史的，不仅因为它是历史上出现与存在的，同时

〔1〕〔2〕《孟子·滕文公下》卷六。

〔3〕《孟子·告子上》卷十一。

〔4〕《孟子·告子下》卷十二。

〔5〕《“孔孟食道”与中华民族饮食文化》，载《黄帝与中国传统文化学术讨论会文集》，陕西人民出版社2001年版。

也还在于它是历史个人与历史局限的。它首先是小农经济时代的历史产物,是孔孟和孔孟式个人的“谋道不谋食”的君子类型的食思想与食实践;其次,它只重民食而菲己食,是抑制个人饮食欲望愉悦追求的理论。孔孟食道无疑有其历史的革命性、进步性、合理性,但显然并不完全适合改变了的时代和思想与生活都发生了重大变化的人们的需求。

### 三、中华民族饮食文化的五大特性

中华民族饮食文化的形态特征及其演变轨迹,若从纵横贯通的历史大时空来考察,则明显地存在着食物原料选择的广泛性、进食心理选择的丰富性、肴馔制作的灵活性、区域风格的历史传承性和各区域间文化的通融性等五大特性。这五大特性,广泛涉及食物原料生产、加工、利用,饮食思想、习惯、心理,肴馔制作工艺特点、传统,文化风格的历史成因、区域分野,区域间食文化的交互作用等民族食生活、食文化的诸多领域,是中华民族食文化民族性的突出风格与历史性特征。直至今日,这五大特性仍然是我们民族食文化的典型传统与基本风格。

#### (一) 食物原料选取的广泛性

由于中国幅员辽阔,北南跨越寒温带、中温带、暖温带、亚热带、热带,东西递变为湿润、半湿润、半干旱、干旱区,高原、山地、丘陵、平原、盆地、沙漠等各种地形地貌,形成自然地理条件的复杂性和多样性特征。在中国居留二十九年(1582~1610,明神宗万历十年至万历三十八年)并最终魂系中华的意大利传教士利玛窦(Mathew Ricci),以他对中国情况的全面了解和对中国文化的深刻研究,说过如下的话:“由于这个国家东西以及南北都有广大的领域,所以可以放心地

断言:世界上没有别的地方在单独一个国家的范围内可以发现这么多品种的动植物。中国气候条件的广大幅度,可以生长种类繁多的蔬菜,有些最宜于生长在热带国度,有些则生长在北极区,还有的却生长在温带……凡是人们为了维持生存和幸福所需的东西,无论是衣食或甚至是奇巧与奢侈,在这个王国的境内都有丰富的生产,无需从外国进口。我甚至愿意冒昧地说,实际上凡在欧洲生长的一切都同样可以在中国找到。否则的话,所缺的东西也有大量其他为欧洲人闻所未闻的各种各样的产品来代替。”〔1〕应当说,这位伟大的西方观察者的历史性看法是相当客观真实的。正是这种特征造成了生态环境的区域差异,从而决定可食原料品种(从原生到驯化)分布的差异性和丰富性。

另一方面则是中国人在“吃”的压力和引力作用下,表现出来的对可食原料的开发极为广泛。中国历史上历代统治集团的御民政策和过早出现的人口对土地等生态环境的压力,使中华民族很早就产生了“食为民天”的思想,吃饭问题数千年来就一直是摆在历代管理者和每一个普通百姓面前的头等大事。中华民族的广大民众在漫长的历史性贫苦生活中造就了顽强的求生欲望和可歌可泣的探索精神:“于是造就了中国祖先特异的嘴巴和牙齿。凭着这一张嘴巴和牙齿,我们中国人便从树上吃到陆地,从植物吃到动物,从蚂蚁吃到大象,吃遍了整个生物界。”〔2〕可以说,我们这个民族是从来没放过任何可以弄到手的生物的。我们这个民族不但吃过一切可以吃的东西,而且还吃过许多不能吃和不应吃的东西。明初朱橚《救荒本草》一书开给中国百姓救荒活命的草木野菜就达 414 种之多,在这本植

---

〔1〕 何高济等译《利玛窦中国札记》第一卷第三章“中华帝国的富饶及其物产”,中华书局 1983 年版。

〔2〕 林语堂著,朱澄之译《中国文化精神》,上海国风书店 1941 年版。

物学著作的背后就是劳苦百姓的民食惨状。人类文明史上许多文化创造的成就是光彩夺目的,而其创造的过程却是充满了创造者的辛酸和痛苦。中国的万里长城如此,贯通南北的大运河如此,中国历史上食物原料的开发也差不多如此。中国人开发食物原料之多,是世界各民族中所罕见的。中国人不仅使许多其他民族禁忌或闻所未闻的生物成为可食之物,甚至还使其中许多成为美食。当然,在这种原料开发中,与下层民众的无所不食的粗放之食相对应的,是上层社会求珍猎奇的精美之食。

正是以上两个方向、两种风格的无所不食,造成了中国历史上民族食物原料选取的异常广泛性。毫无疑问,人类无限制地以其他生物为自己的食物,是对生态系统和自然界平衡的破坏,尽管作为一种最高级生命,人自身也需要获得生存所需最低限度的热量和营养,他也有生存和发展的“权利”——或许也可以说成是一种更优先的“权利”,但是,从比人类的文明观和历史观大得多的自然与宇宙的观点来看,它只是一种能力——一种远远高出于自然界共存环境中其他生物生存能力的一种生命能力。然而,人类历史就是这样走过来的,历史文明就是这样积累起来的。与主要属于上层社会猎奇之食不同的是,广大下层社会果腹层民众无限扩大食物源往往是迫于生存的需要,满足这种需要的结果是使得破坏大自然平衡的野蛮与维系人群生命的痛苦两者长期并存。在果腹线上下挣扎活命的中国历史上的庶民大众,事实上是很少有追求美味的奢望与享有饕餮珍膳的快乐的。正是这种野蛮和痛苦的长期结合,造成了中国人的既往食文化史,给我们留下了许多哪些生物可以食以及如何食的记录;当然更重要的是养育了民族大众,丰富了他们的劳动生活、情感和创造性才智。早在距今三千年左右,以动物血液制作的各种“醢醢”、鲛鱼子制作的“卵醢”、蚁卵制作的“蜣醢”即已成为贵族平居常食。此外,包括蚕、蚕蛹、蝉,甚至蜘蛛在内的各类昆虫也是中国人自古吃到今的食

物。就连令人生厌的老鼠、蝗虫,令人生畏的毒蛇、蝎子等也成了中国人的盘中餐。总之,一切可以充饥、能够入馔的生物,甚至某些对人有害无益的非生物也相继成了中国人的腹中之物。一个民族食生活原料利用的文化特点,不仅取决于它生存环境中生物资源的存在状况,同时也取决于该民族生存需要的程度及利用、开发的方式。中华民族食生活史正充分地体现了这种双重因素极限作用的特点:自然和人工培育食物原料的十分广泛性,人们加工利用这些原料的最大可能性,同样是十分突出的。

## (二) 进食心理选择的丰富性

与广泛性互为因果、相互促进的则是进食心理选择的丰富性。应当说这种进食心理选择的丰富性是世界各民族的共性,但我们中国人将这一人类共性发展为突出的民族个性。这种进食心理选择的丰富性表现在餐桌上,就是肴馔品种的多样性和多变性。在上层社会尤其是那些“食前方丈”的贵族之家,这一特性尤为突出。他们每餐有尽可能多的肴馔品种:远方异物、应时活鲜、山珍海味、肥畜美禽,同时还要勤于变化,不断更新。即便如此,“日费万钱犹言无下箸处”仍是此辈人的不时之慨。饮食不满足于习常,力求丰富变化,是中国历史上上层社会的主要食性,因为上层社会有必要的政治权势、经济实力和 cultural 优势。对于上层社会成员来说,饮食早已超越果腹养生的生物学本义而跃上了口福品味、享乐人生的层面。不仅如此,他们的食生活还大大超越了家庭的意义而具有相当的社会学功能。官场上的迎来送往,社交往来的酬酢,以及为了声势地位、礼仪排场的需要等,都使上层社会成员的餐桌无限丰富,都使得他们的进食选择具有永不餍足的多变与多样性追求。而下层社会受到政治、经济、文化诸方面明显劣势的限制,进食心理选择的丰富性就要受到极大的制约。这同时也决定了下层民众更多地是以廉价或无偿(如渔捞

采集)的低档粗疏原料及可能的变化来调剂自己粗陋单调的饮食,许多流传至今的民间风味小吃、家常菜与此不无关联。

一方面是上层饮食社会层追求多样和多变的丰富心理,另一方面是庶民社会补充调剂的多样和多变的努力,于是整个社会表现出了似乎一致的追求食生活多样化的丰富性心理倾向。历史上的中国人将这种丰富性的心理发展到了极致。中国人以为自然界中的万物都是“天”造地设以供人养生之需的,所以他们食一切可食之物便合于“天道”。因此,中国人食的想象、追求与创造便没有了什么禁忌。与基督教文化不同的是,中国人主张的是与自然和谐相处的生存原则,提倡取之有时,用之有度,反对暴殄天物的用物原则,这既不限制中国人索取自然的自由,又使中国人对自然之物的利用充分发挥了物尽其用的创造性才智。这一点,从中国人对食物原料的加工利用几乎到了毫无弃遗之物的传统中可窥一斑。早在周代天子常膳的食谱中,仅肉酱“醢”和各种酸味的“醢”便各有百余种之多〔1〕。上层社会奢侈之宴的“炙牛心”、“烧象鼻”、“燔熊掌”、“烧驼峰”、“扒豹胎”、“啜猴脑”、“煨鱼翅”、“烩鸭舌”以及鱼骨、燕窝、犴鼻、猩唇,甚至各种名堂古怪、创意离奇的虐食、怪食等纷纷登场亮相。那种传统的以一猪或一羊为席出肴百余品的所谓“全猪席”、“全羊席”,以及今日新疆乌鲁木齐市厨师以哈密瓜铺陈数十品肴馔的“哈密瓜宴”等,均是这种进食丰富心理要求的随处可撮的例证。而俗语所说的“希罕吃穷人”,更生动地反映了这种普遍性的民族心理。任何一种未曾品尝过的食品,都极大地吸引中国人的食兴趣;每一种风味独特之馔,都鼓动中国人的染指之欲;中国人的确是一个尚食而又永不满足于既有之食的民族。

---

〔1〕 参见拙文《周王廷饮食制度略识——兼辨郑玄注“八珍”之误》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

### (三) 肴馔制作的灵活性

上述的广泛性和丰富性,以及中国人对饮食、对烹饪的独特观念,富于变化的烹调方法,从根本上决定了中国人肴馔制作的灵活性。

对于饮食,中国人以追求由感官而至内心的愉悦为要旨,追求的是一种难以言状的“意境”。对于那种“只可意会不可言传”的美好感觉,人们又设法从感官上把握,用“色质香味形器”等可感可述可比的因素将这种“境界”具体化,其中的“美味”又是人们最为珍视和津津乐道的。中国菜的制作方法是调和鼎鼐,最终是要调和出一种美好的滋味,一切以菜肴味道的美好、谐调为度,“度”以内的“鼎中之变”决定了中国菜的丰富和富于变化。因而中国烹饪界流行“千个师傅千个法”的宽松标准和“适口者珍”的传统性准则,菜点制作缺乏严格统一的量化指标,甚至也不去追求这种标准。“手工操作,经验把握”,是中国传统烹饪的民族和历史的根本特点,也是最大的优点和不容忽视的弱点,民族历史文化的悖论在中国传统烹饪领域同样鲜明地存在着。在这种悖论状态下,高明的厨师能有章无矩、匠心独运,通过自己的聪颖和努力将中国传统烹饪发展成仅属于个人的艺术;而对于绝大多数厨工来说,则主要停留在技术的层面。而烹饪者技术的熟练程度和具体操作时的发挥状态,则直接影响着肴馔的质量。所以有中国烹调技法的复杂多变,有中国肴馔的万千名目、无穷花色,也同时有中国肴馔因店、因人、因时不同的质量优劣差异。当然,这种灵活性表现在上、下两大不同等级的社会结构中是风格迥异、差别甚大的。上层社会的示夸、悦目和适口之需,要求他们的厨下不拘一格竞出新肴,以致餐桌广延方丈不足以悉数罗列珍奇。肴馔色、质、香、味、适、形等诸多审美指标的无穷变化,正是中国食文化的优秀传统,也是尚食者追求的美学境界。正是尚食者的价值指向,决定了美食创制的风格趋向;后者又不断培育了前者的审美观念和

价值观倾向。中国肴品的制作,总是厨者依人们的尚食习惯和本人的传习经验,依据不同原料随心应手地操作而成。其中每一个参数都不是十分严格不变的,它们几乎都是变量,一切都在厨师每一次具体烹制的即兴状态下完成。没有也无法永远一成不变地把握每一道菜肴的量和质,它们都在厨者经验的眼光和灵巧的手的掌握中,灵活性是它们因地、因时、因人等诸多具体特异因素而成的中国肴馔文化的心理习惯的、历史文化的和技艺传统的民族性特点。

手工经验操作的中国肴馔,既然不是通过严格定量由机械规范生产的产品,它们就只能一地厨师一个样,一个厨师一个样,一时厨师一个样;这种千个厨师同时操作千个样,一个厨师千时操作千个样的文化现象,正是中国肴馔手工经验操作的必然结果。正是这种灵活而非机械、模糊而非精确的随意性、调和观,方使中国食文化完成了从感性到理性的超越,致使中国食文化充溢着丰富的想象力和巨大的创造性。

至于广大下层社会民众平居三餐的餐桌,虽然无法与上层社会相比,但也同样充分体现了这种灵活性。如果说上层社会——富贵之家中馔或主要服务于中上层社会的酒楼饭庄的肴馔制作的灵活性主要表现为传统风格的应手复制和习惯品种的匠心变通,即灵活性还有相当的经验章法的话,那么下层社会庶民之食则没有那些顾虑和约束。他们更多的是随意性,是在有限原料(就每一次烹饪来说)和简陋条件下的家庭或乡里市民经验的操作,即所谓“妈妈味”。没有严格的章法可循,也不必特别考虑烹饪技巧——他们认为那是“饭店里的事”和“讲究人家的事”。但这种不循严格章法和不特别考虑烹饪技艺的亿万之家的家庭烹调,正反映了更广泛的千差万别性和每一次操作的特殊性,从而充分地体现了庶民社会肴馔制作的灵活性。

当然,中国饮食文化肴馔制作灵活性的上述特点,既是历史传统



的,也仍然基本是现实的,而且在以后相当长的时间里还将是主要的。但这既不表明传统肴馔原料、工艺、形态等要素的一成不变,也不意味着灵活性节律的完全照旧。

#### (四) 区域风格的历史传承性

我国疆域辽阔,各地气候、自然地理环境与物产存在着较大的差异,加之各区域民族、宗教、习俗等诸多情况的不同,在中国版图内历史上形成了众多风格不一的饮食文化区。这种从食文化角度审视的文化区域风格的形成,是在漫长的历史过程中逐渐实现的,它的存在,它的发展,都体现了食文化的历史特性——封闭性、惰性、滞进性和内循环更生性。这种特性,在以自给自足小农经济为基础的分割和封闭性很强的封建制时代尤为典型。从某种意义上说,某一人群的社会生活越是孤立和封闭,其文化的地域性便越明显,该种文化的民族的和历史的,即传统的色彩便越典型,个性的特征便越强。人类的历史文化,至少是殖民时代以前的世界各民族的文化,首先便是这种意义的地域性的文化。

封建制时代的中国,一方面由于自给自足自然经济的封闭性、封建政治的保守性,另一方面也由于商品经济的极不发达和广大庶民生活的非常贫苦,各区域的食文化在漫长的历史上保持着极强的“地方性”,“邻国相望,鸡犬之声相闻,民至老死不相往来”〔1〕,可以说是近代以前中国数千年广大农村、山区,尤其是边鄙地区经济文化生活的主体风貌。于是,自然地理的差异、经济生活的差异、人文的差异,进而是习俗和心理的差异,其结果便是在封闭性极强的历史条件下区位文化的长久迟滞及内循环机制下的代代相因,即区域内食文化传承关系的坚实牢固保持。食物原料品种及其生产、加工,基本食

〔1〕《道德经·第八十章》,《诸子集成》本。

品的种类、烹制方法,饮食习惯与风俗,总之是区位食文化的总体情况与风格,似乎都是这样代代相因地重复存在的,甚至区域内食品的生产者与消费者的心理与观念也是这样形成的。因为在迟滞生产力水平基础上高度封闭的人们,食生活的变化的确是太慢、太小了。这种传承性在区位文化历史顺序的每一个时期及历史过程的交替阶段表现得极为明显,它们几乎是凝滞的或周而复始、一成不变的。由于中国幅员广大,各文化区域彼此间存在着诸多的差异,对比之下,不相毗连、尤其是距离遥远的各区域的这种属性便更为鲜明突出。当然,不是事实上的丝毫不变,只是说变化与发展非常微小和缓慢,因而在历史上呈现为一种静态或粘滞的表象。

#### (五) 各区域间文化的通融性

文化就其本质来说是只有一定的地域附着而没有或很少有十分严格的地理界限的,只要有人际往来,便有文化的交流;食文化因其核心与基础是关乎人们养生活命的基本物质需要,即以食物能食的实用性为全体人类所需要,因而便天然地具有不同文化区域彼此间的通融性。无论历史上各文化区域间的封闭是如何地高垒深沟、关梁阻断,也无论各地域内人们的生活是怎样单纯地自食其力,绝对的自给自足和完全的与区位外隔绝都是不存在的。各区域间的交流是随机可能发生的,并且事实上几乎是无时不在发生的。和平时期的商旅往来:“天下熙熙,皆为利来;天下攘攘,皆为利往。”〔1〕可以说,在食文化和更广泛意义的文化交流史上,无论时间发轫之早,范围之广,频率之高,还是渗透与习染能力之强,都是以商旅为最的。商人的活动之外,官吏的从宦,士子的游学,役丁的徭戍,军旅的驻屯,罪犯的流配,公私移民,荒乱逃迁,甚至战争,都是

〔1〕《史记·货殖列传》卷一二九。

食料、食品通有无和食文化认识融汇的渠道。而历史上的战争则往往能引起更大规模、更迅速、更积极、更广泛和深刻有力的食文化交流。

当代国际食文化学界有一个“中华食文化圈”的观点,照这一观点的理解,以中国本土为中心,包括朝鲜半岛、日本列岛以及更广阔的中国周边地区在内的广大亚洲地区属于同一食文化区域。中华本土食文化与周边国家食文化的历史交流彼此通融,互补增益,相得益彰,因而呈现出毗连或邻近国土之间的共同体结构风格。中华本土内部各食文化区域就“中华民族饮食文化圈”来说,是文化共同体母圈之中的子圈,它们彼此之间的联系当更为紧密,通融自是更加频繁。事实上,中华本土内各食文化圈的历史孤立与独立性,它们各自有别于其他子属区域的个性,都是相对的,既是历史形成中的相对,也是历史不断发展中的相对。那种各区域自身食文化风格的历史传承,同样也是在不断吸收本区域外文化影响的相互交流中实现的。黄河流域新石器时代最重要的煮食器——鬲,经研究证明是受了北方草地游牧民族食生产与食生活的影响后才出现的;西北少数民族的“胡饼”——中原汉人所谓“胡人”的炉烤饼,也即今天主要流行于新疆等地区的馕的早期形态,汉代时便对黄河流域农耕民众的食生活产生了重要影响;茶之作为饮料,其饮用风习最初形成于西南地区,汉以后茶的种植沿长江而下至大江南北推广开来,并于唐代形成普遍种植与全社会广泛饮用的局面。唐代这种通国嗜饮之风又很快流行于西北广大地区。与中土盛行饮茶之风相辉映的,是西藏地区的饮茶之习,那里因与西南的川、滇地区早有商道相通,饮风流被或更早于唐代。其后的茶马互市,是中央政府或中原政权同周边少数民族的经济交流;至于茶通过几条丝绸之路长途输送域外则是更大范围的国际交往。边疆地区畜牧民族对中华民族茶文化的创造性贡献之一,是奶茶的发明与普遍饮用。

---

中华民族的各个成员在数千年漫长的历史上始终生存在一个相互依存、互勉共进的文化环境之中,并且随着时间的延续而不断加深这种彼此依存的关系。从根本上说来,正是各区域间互补性的经济结构决定了彼此的共存共荣关系,决定了这种结构之上彼此沟通联系的民族共同体的全部社会生活,决定了这种关系下充分展示的各种文化形态。而贯穿于这一庞大生命机体中的一条主动脉,即是各区域间人们食生活的紧密纽带。

## 第二章 中国饮食文化的区域性历史

### 一、“饮食文化圈”理论的明确

“饮食文化圈”，是笔者于 20 世纪 80 年代初在中国饮食文化课堂上提出的一个概念。提出这一概念，既是笔者理解历史文化一贯性思维方式的必然，也是对当时“烹饪热”中“菜系”张扬概念的检讨批评。笔者的理解是：“饮食文化圈是由于地域（这是最主要的）、民族、习俗、信仰等原因，历史地形成的具有独特风格的饮食文化区域。”文化区又称作“文化地理区”，每一个饮食文化区可以理解为具有相同饮食文化属性的人群所共同生息依存的自然和文化生态地理单元。具有一定文化差异的地理区域也常被一些学者称作“文化圈”，如著名历史学家李学勤先生综合文献和考古成果认为，东周时代大约存在“七个文化圈”：地处黄河中游的“中原文化圈”，营游牧生涯少数民族所属的北方的“北方文化圈”，今山东省范围内的“齐鲁文化圈”，以长江中游为主体的“楚文化圈”，长江下游和淮河流域的“吴越文化圈”，西南地区的“巴蜀滇文化圈”，西北地区的“秦文化圈”〔1〕。人们也常将东亚和东南亚受中国文化影响较深远的地区称之为“中国文化圈”或“汉文化圈”。“文化圈”的理论，是德国民

---

〔1〕 李学勤《东周与秦代文明》，文物出版社 1984 年版。

族学家格雷布纳(Graebner, Robert Fritz, 1877~1934)首先提出的。其后,不仅在地理学、历史学、文化学、社会学、民俗学,甚至在更广阔的学术领域为国际范围的学者们所认同或借用。我们依据中国客观存在的饮食文化的区域差异,提出了“饮食文化圈”、“中华民族饮食文化圈”等一系列表述饮食文化区域性的概念〔1〕。“饮食文化圈”与“饮食文化区”所表达和反映的均是中国饮食文化的区域性属性与特征。

经过漫长历史过程中发生、发展、整合的不断运动,至17~18世纪,中国域内大致形成了东北饮食文化区、京津饮食文化区、黄河中游饮食文化区、黄河下游饮食文化区、长江中游饮食文化区、长江下游饮食文化区、中北饮食文化区、西北饮食文化区、西南饮食文化区、东南饮食文化区、青藏高原饮食文化区、素食文化区这十二个饮食文化区。其中,本来以侨郡形式穿插存在于其他相关文化区中的素食文化区,因时代、政治等因素致使佛、道教迅速式微,而于19世纪逐渐解析淡逝了,它在中华民族饮食文化史上大约存在了十三个世纪。其余十一个饮食文化区,是经过了至迟自原始农业和畜牧业发生以来近万年时间的漫长历史发展,逐渐演变成今天的形态的。由于人群演变和食生产开发等诸多因素的特定历史作用,各饮食文化区的形成先后顺序和演变时空均有各自的特点,它们在相互补益促进、制约影响的系统结构中,始终处于生息整合的运动状态,尽管一般来说这种运动是惰性和渐进的。我们将各饮食文化区的大致区域绘成示意图(图2-1)来表示:

---

〔1〕 赵荣光《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版;《赵荣光食文化论集》,黑龙江人民出版社1995年版;《关于中国食文化的报告》,载《韩中口报告特集》,韩国食生活文化学会,1993年;《“中华民族饮食文化圈”、“中华饮食文化圈”、“中国菜”区域风格及相关的若干问题》,载《第六届中国饮食文化学术研讨会论文集》,台湾:中国饮食文化基金会,1999年,等。

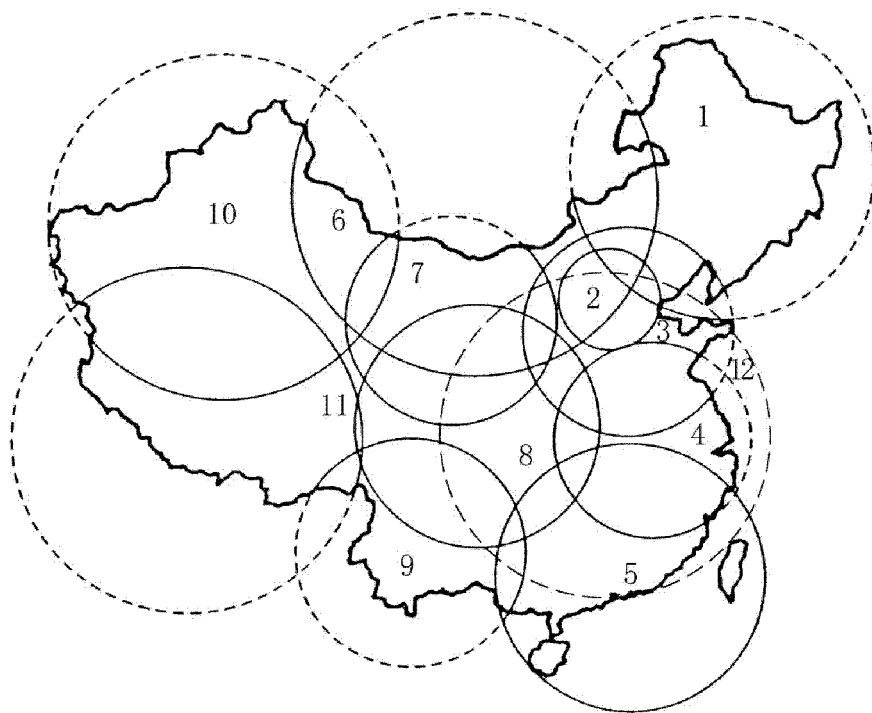


图 2-1 中华民族饮食文化圈示意图

1. 东北地区饮食文化圈 2. 京津地区饮食文化圈 3. 黄河下游地区饮食文化圈 4. 长江下游地区饮食文化圈 5. 东南地区饮食文化圈 6. 中北地区饮食文化圈 7. 黄河中游地区饮食文化圈 8. 长江中游地区饮食文化圈 9. 西南地区饮食文化圈 10. 西北地区饮食文化圈 11. 青藏高原地区饮食文化圈 12. 虚线部分为素食文化圈(约 6~19 世纪)

关于中华民族饮食文化圈示意图,应当说明的是,它旨在示意,表示的仅是其本质和原则关系的意义,还不是反映确切量的分布的文化地理图。本图表达的意义主要有以下几点:

第一,中华民族饮食文化圈是一个以今日中华人民共和国版图为基本地域空间,以域内民众——中华民族共同体大众为创造与承载主体的人类饮食文化区位性的历史存在。

第二,中华民族饮食文化圈由十二个子属文化圈,即相对独立、彼此依存的次文化区位结构而成;无论是中华民族饮食文化圈这个母圈,还是各次文化区位的子圈,其饮食文化形态与内涵,都是历史发展的结果,都是有条件的历史存在。

第三,每个子圈显然不应当被简单理解为其所代表的次文化区位的实际地理阡至是 $360^{\circ}$ 的绝对圆形态,事实上,对中华民族饮食文化圈我们也没有作为一个圆形的轨迹来图示;各次文化区位圆周轨迹走向中华人民共和国版图以外的部分采取虚线表述,既表明中华民族饮食文化圈的现实地域分野,同时也表明中华饮食文化作为一种传播能力很强的文化,不受政区地理界限限制的历史存在与现实影响。

第四,各个子圈的相交,表明各相邻次文化区位的文化传播与相互影响、渗透的地域空间交叉关系;邻近子圈的直接交叉和这种交叉的连环链锁,体现了中华民族饮食文化圈是一个密切相关的生命整体。

第五,以不同于其他虚线的特别虚线标志的素食圈,已不作为一种区位性文化地域空间存在。

第六,与中华民族饮食文化圈作为同心圆同时存在的“中华饮食文化圈”,是一个以历史上中国版图为传播中心,以相邻或相近因而受中华饮食文化影响较深、彼此关系较紧的广大周边地区联结而成的饮食文化地域空间的历史存在。这种历史存在,以历史上的中国为文化传播中心,中心区的文化同时也不断地积极和大量吸收周边文化因素,整个中华饮食文化圈的内部结构,历史上始终处于双向和多边的传播、交流状态中,不断增殖和整合,当然也少不了文化冲突。

## 二、中国饮食文化区位形成的历史原因

### (一) 地理环境、气候物产等地域因素

人们择食,多是“靠山吃山,靠水吃水”,就地取材。越是历史的早期和文化封闭程度高的地区就越是如此。例如,东南沿海地区,人们嗜食鱼虾,且尚生猛;而西北地区与海无缘,当地居民传统上基本



不吃海产鱼虾；中北地区，人们离不开羊牛肉和奶制品；长江中下游地区则是“饭稻羹鱼”、时鲜蔬果、点心小炒。一般来说，地域相邻地区的饮食文化差异相对较小，当然这要以自然地理不出现巨大反差以至造成物候差异过大为限。例如，西藏高原毗连四川盆地，但地理物候的不同是十分明显的，以至饮食文化形成巨大的反差。黄河下游濒海地区鱼盐便利，运河转运物资方便，与黄河中游地区内陆的典型自然经济农业不尽相同，因而在历史上形成了原料、制法、口味及品目等总体风格上的诸多不同：下游地区菜肴中多海味、多鲜活，而中游一带偏畜禽、尚汤煮。当然，饮食的这种地域差异不仅局限于各饮食文化大区之间，即便在文化区内部也会有程度不同的体现。如长江下游地区的江南、江北也有食习上的许多不同，江北至徐州一带的苏北风格近鲁，与苏州等地传统的典型江南风格存在着不小的差异。甚至高原雪域也有“西藏江南”（察隅、墨脱、波密、林芝地区），那里依次分布有低山热带雨林，低山准热带季雨林，山地亚热带阔叶林，山地亚热带常绿、落叶阔叶混交林，山地温带松林，亚高山寒温带冷杉林，高山灌丛疏林，高山草甸等特异的生态区，所提供的植物性食料显然多于高原的其他地区。如果自然生态相近，同时文化生态也比较接近，一般来说便会依其饮食文化特点的基本一致而自然形成同一个饮食文化区，相反则不然；但这只是就一般意义而言，也有自然因素差异虽然较大，但由于民族、习俗、宗教等原因导致人们的饮食文化表现出某种典型的一致性，因而也就结构为一个共同的文化区，喇嘛教盛行的青藏高原区就属于这种情况。

## （二）政治、经济与饮食科技因素

政治、经济及饮食科技也是饮食文化区形成的重要因素。北京自古为中国北方重镇和著名都城，长期是全国政治、经济、文化的中心，人文荟萃，各地著名风味和名厨高手云集京城，各民族的饮食风尚也

在这里相互影响和融合。天津早在明代就成为“舟楫之所式临,商贾之所萃集”的漕运、盐务、商业繁盛发达的都会。明朝灭亡之后,不少御厨和王公府厨流向津门;民国前期,清朝皇族、遗老遗少迁居天津,买办、官僚、军阀、洋商也云集于此,饮食业空前繁荣。京津地处北方少数民族文化与中原文化的交汇之地,饮食文化形成了独特风格。

经济的发展,对饮食文化的发展起着十分重要的作用。例如我国的东北地区,在漫长的古代一直是一个以采集——渔猎和游牧文化为主的地区,但随着大批汉人的不断迁入和垦殖、开发,中原农业文化渐渐普及于白山黑水之间。至20世纪中叶时,东北地区已经开发成中国最重要的农业地区。然而,尽管如此,这一地区的农业文化仍与中原地区传统的农业文化不尽相同,其饮食文化仍呈现出独特的地域特点。

饮食文化区处于不停止的动态运动之中,由于经济的发展,科技的进步,历史的变迁,而不断地发生变化。我们对饮食文化区的考察和认识,是将其置于特定的历史时期和所处的经济、科技状态中,并且是从历史的贯通发展过程中来把握的,其时间下限一般至19世纪末、20世纪初。

需要看到的是,经济、科技对饮食文化的影响仍在不停地进行着,尤以现代为甚,因此,我们不难注意到各区域饮食文化在近现代的显著变化。人们利用科技改变生态环境从而改善自己饮食生活的能力越强,用以克服生态环境局限与制约的能力越强,饮食生活也就可能越丰富、质量可能越高,餐桌上菜肴的变化也就越大,饮食生活的地域自然性差异也就会相应地减弱。今天的日本是一个很好的证明,“除去有余的大米和基本可以自给的蔬菜、鸡蛋之外,就没有能够自给的主要农产品了……现在,日本进口食物原料的80%依赖于美国”,而全体日本国民享用的朝鲜泡菜几乎完全来自朝鲜半岛。由于经济上的巨大优势,全世界任何地方的食物原料都可以以最快的速

度摆到日本人的餐桌上〔1〕。向有“东方巴黎”之称的海,近百年来餐饮业繁盛异常,外邦风味荟萃,名店棋布栉比,肴膳之精,发展之快,尤为突出,所赖也为经济、政治之实力,交通、商业之发达〔2〕。商品流通和交通便利越来越有力地改变了地域差异对各区域之间人们饮食生活的限制性影响。

### (三) 民族、信仰与饮食习俗因素

在中国西部游牧文化区历史地形成了中北、西北、青藏高原这三个彼此风格差异较大的饮食文化区位。这既有自然地理、气候物产、政治经济的原因,也有民族、信仰与饮食习俗的因素。蒙新草原沙漠地区横亘于祖国的北疆,地形以高原、高山和巨大的山间盆地为主。由于地处内陆,东南季风的影响逐渐减弱以至最后消失。水分的分布自东向西依次减少。因而从大兴安岭到天山地区,在我国北部呈现出典型的温带草原、沙漠草原、荒漠和戈壁这种自然景观有规律的递变。这里分布着蒙古、维吾尔和哈萨克等典型的游牧民族,其饮食具有鲜明的食肉、饮奶的特点。但由于新疆一带居住的维吾尔、哈萨克、回、柯尔克孜、塔吉克、乌孜别克、塔塔尔、撒拉、东乡、保安等民族是信奉伊斯兰教的,而内蒙古主要居住的蒙古、达斡尔、鄂温克、鄂伦春、满等民族的传统宗教是萨满教,流行的则是同一的喇嘛教,因此形成了特色不同的两大饮食文化区。

同样是游牧文化区,青藏高原上的藏族游牧文化却又别有风韵。青藏高原是世界上最年轻、最高大的大高原,平均海拔在四千米以上,有“世界屋脊”之称。这里既高且寒,既寒且干,加之这里弥漫着喇嘛教文化的神秘气氛,因此形成了别具一格的饮食文化区。

〔1〕 [H]石毛直道著、赵荣光译《饮食文明论》,黑龙江科学技术出版社1992年版。

〔2〕 赵荣光《上海与近代中国饮食文化》,载《商业经济与管理》1999年第5期。

而西南地区居住着的为数众多的少数民族,虽大都以农耕为主,但其文化风格较为独特,既与藏族饮食有异,也与东部汉族的饮食有所不同,自成一体。

我们在认识和把握中国饮食文化区位时,是从历史发展的客观过程和现实文化特征出发的,立足于民族饮食文化的总体结构,分区界线的划分主要着眼于全国饮食文化差异的大势,考虑的重点则是饮食文化风格的相近与差异。

饮食文化的地域性差异不是不可逾越的,而且事实上它也一直处在“逾越”的运动状态之中,应当说严格的界限和最后的限度是没有的。同时,地域差异本身也不是固定不变的,它也是历史的和运动的,在不同的时间单位上其空间状态也不是完全一样的。它本身也按“文化”规律运动,在不间断的相互影响过程中,求同存异的变化恐怕是不能止歇的,新的差异即新的个性因素将不断被增殖和整合出来。

### 三、中国饮食文化区位的历史概况

#### (一) 东北地区饮食文化圈

东北地区饮食文化圈,是包括今辽宁、吉林、黑龙江三省全部及内蒙古自治区昭乌达、哲里木、呼伦贝尔三盟在内的一个饮食文化历史区域。土壤肥沃、地面水源丰富、草原肥美、平原广阔、山林原野动植物及江河湖海水生资源丰富、无霜期短、冬季严寒而寒冷期长、人口稀少(尤其是清中叶以前)等,构成了这一区域特定的自然地理环境、生态环境与饮食文化的基本条件。

迄 19 世纪中叶,在当时的东北饮食文化圈内生活的民族除汉族以外,主要有满族、蒙古族、达斡尔族、鄂伦春族、鄂温克族、锡伯族、赫哲族、吉里迷族、苦夷族、回族、朝鲜族等。就民族与文化发展的历史来看,东北地区在相当长的一段时期内,是以少数民族(尤其是满

族及其前身)文化占主导地位的。从商周时代的肃慎人、战国以后的挹娄族,到隋唐时代粟末靺鞨人建立的“渤海国”,白山黑水之间一直是众多的游牧狩猎部族活跃的天地。从12世纪开始,契丹、女真族相继崛起,迭主东北。至明末,女真族演化而成满族,继而强兵入关,统一全国。

东北是畜牧、种植、射猎、渔捞、采集等各种成分并存的经济结构,与黄河中下游史前期和长江流域两汉以后就已形成的过于偏重农业的生产和生活模式相比,人们的畜、兽、禽、鱼等动物蛋白的比重明显比中原等广大地区民众日常所食为多。这种食物结构,是这里人们体质健壮、健康水平比几乎是单一植物原料的关内广大汉族庶民百姓高的基本物质保障。除了主食原料品种丰富合理、动物蛋白比重较高的特点之外,由于地处多雪地带,食物中动植物脂肪含量、盐的摄入量都略高于关内一些地区,同时嗜辛辣味,酒的人均消费量也较高,并且是烟草最早吸食和种植的地区之一。烟草自朝鲜半岛传入东北然后进入关内,这里因此是明中叶以来烟草传入我国的重要地区之一。

东北冷冻食品种类多、数量大,持续食用时期长,是一大典型区域饮食文化特点。冻肉、冻鱼、冻干粮(饺子、豆包、馒头、年糕、饭团等)、冻水果(梨、红果、苹果等),尤其是冻豆腐更为一大特色。大豆、饭豆、菜豆等豆类及水豆腐、干豆腐等豆制品和黄豆芽、绿豆芽的食用比重远远高于其他地区。

由于无霜期短,地产时鲜蔬菜品种和数量都不及关内,因而在旺产季节大量晾干菜以备冬春两季食用是各民族共同的习惯,如家蔬的倭(南)瓜、角瓜(西葫芦)、豆角、萝卜、胡萝卜、茄子、马铃薯、黄瓜、辣椒、葱、蒜(后两种并非失水全干),野菜的蕨、薇、刺五加芽、苦菜、菘蒿、木耳、各种菇,海产的龙须菜、鹿角菜、海带等,以及用马铃薯粉等制作的各种式样的大量粉条。一些民族还要晾干肉、干鱼。家家

户户挖菜窖贮存大量的白菜、萝卜、马铃薯等。每家都有数个大小不等的咸菜坛,腌有各种家蔬野菜。咸蛋、咸肉的腌存也很普遍。每家有酱缸一大口(大酱或盘酱),这也是汉族等许多民族的共同习惯。此外,最具特色的,是用白菜等腌渍的酸菜,用其烧猪、羊、鸡肉和鱼,鲜美无比。

东北饮食文化圈虽属祖国版图的边疆,但区域饮食文化却不因边界和长城而封闭保守,是一个全开放的系统。这主要表现在:

第一,早在原始文化发轫之初便与中原文化渊源密切。先是有内地文化的“移植”(受华北史前文化影响),接着是新生态环境中的异化再生,并且成为楔形石核文化由华北经过东亚大陆“陆桥”向东北亚及北美传播的重要的中间文化带。

第二,自有文字记载以来,东北地区与中原文化就有着紧密频繁的交流关系。这种记录之早之多,在汉末以前远远超过周边其他地区。

第三,伴随着势力推进进程的本地区饮食文化向中原地区的楔入渗透,缔造统一黄河流域北魏政权的鲜卑族和金政权的女真族,建立大元帝国的蒙古族和清帝国的满族,都是以东北地区的营养发达了肌体,开拓了心智的。随着这些民族势力的南下,东北地区饮食文化也就一次次如潮水般涌进黄河流域,流向江南,漫漫全国。

第四,清中叶时,东北地区就已经是“内地十三省(之人)无省无之”〔1〕。其后直至20世纪中叶,山东、河北、河南等关内许多省份一批又一批移民来到了东北,他们的到来,既扩充了生产力,也带来了关内各省区的饮食文化。此外,清代至民国期间,这里又涌入了各种国籍的欧洲移民,他们中的许多人便以经营本国、本民族风味的各类饭店、餐馆、酒吧、点心店、食品加工厂等为业,形成了欧洲饮食文

---

〔1〕 清·西清《黑龙江外纪》卷八。

化东来的一次历史性狂潮。当时仅哈尔滨市即有外籍侨民及当地人经营的西式餐饮店 260 家之多。

20 世纪中叶以来,由于人口高速增长、环境破坏和工业污染以及经济指令政策等因素的作用,一方面是农业比重极大上升,畜牧、渔捞、采集比重大幅度下降,射猎则几近消失;另一方面则是城市化的大发展,食物新品种和商品性食品的大量引进,以及食品加工的深化和多样化等。这便从两个方面,或向两个方向,深刻影响着东北地区人们的饮食生活和饮食文化。

## (二) 京津地区饮食文化圈

京津地区饮食文化圈,是以今北京、天津两大中心城市为重心,包括其日常生活赖以依存并同时受其经济、文化直接辐射影响的周围地区。

京津地区,自北京人、山顶洞人的最初开发以后,经仰韶文化、龙山文化的丰厚积淀和三代燕、蓟的发展,到了西汉初,已是地区“南通齐、赵,东北边胡,上谷至辽东,地踔远,人民希”的一个经济、文化“都会”〔1〕。

随着历代封建皇朝国家经济、政治、文化中心的不东移,自元至清,北京都是全国的政治、经济、文化中心。女真人、蒙古人、汉人、满人先后在北京建都。加之自公元 7 世纪后,许多回族人也迁徙于此,便形成了多民族聚集北京、五方杂处的历史状况。统一大帝国的这种天子脚下、帝国京师的至高至重地位,使其成了全国最庞大、最集中和最高层的消费热点。明末北京地区人口已达到七十万,到清末则增至八十万以上。为了麇集于京师和京畿地区的诸多衙属官吏、庞大驻军以及五行八作、乐医百工的口腹之需,除了帝国的漕粮

---

〔1〕《史记·货殖列传》卷一二九。

之外,主要靠京畿近县提供米面油盐、酱醋糖茶、蔬菜瓜果、猪羊鸡鸭、鱼虾蚌蛤、刀釜柴炭等一应食料、食品及餐具。京畿就是一个饮食生活的特别消费区。金、元统治者均为塞外游牧民族,饮食上习惯食用肉奶。明永乐皇帝迁都北京,大批官员北上,又带来了南方风味的菜品及饮食习惯。清代,东北、山东、江南等地食品纷纷汇集京都。

天津作为王师控御的交通东、南、北三面的运河枢纽、海运门户和陆路锁钥,在经济、交通、政治和文化上与北京的联结至为紧密。元以来,尤其是明中叶以来,天津已与北京在经济上连成一体,天津是出入帝都的第一要埠,是“滇南车马,纵贯辽阳;岭徽宦商,衡游蓟北”的天下财货集散之地〔1〕。明代,天津已成为“舟楫之所式临,商贾之所萃集”的漕运、盐务、商业繁盛发达的都会。京津经济圈已事实上形成。

明朝灭亡后,一些御厨流入津门,宫廷饮食也开始在天津流布。至清朝康熙初年,漕运税收衙门“钞关”、“长芦巡盐御史衙门”等由京移津,官府增多,商业进一步发达,饮食业也出现了最早的饭庄,经营的菜品以当地民间风味为基础,吸收了元、明特别是清朝宫廷菜的精华。清中叶以后,由于海运的发展、商品经济的兴旺,尤其是近代开埠、租界兴起、铁路架通、商贾汇聚、政客云集,天津不仅勃兴为几与北京比肩的商业都会、金融重地、人烟大埠,甚至俨然形成政治上的犄角之势。民国前期,清朝皇族、遗老遗少多迁居津门,买办、官僚、军阀、洋商也云集于此,饮食业空前繁荣。京、津各据政治、经济、商业、交通、文化优势的两大中心城市的紧密连接、辅成相依关系更加突出,京津饮食文化区的区位特征因之也更加显明,在中华民族饮食文化圈结构中的特殊地位也就更加突显。

自明代以来,除京津地区的粮食、瓜果、蔬菜、畜禽肉类、河海产品、五味调料等大宗地产以供各层消费者基本食用外,从四面八方汇

---

〔1〕 明·宋应星《天工开物》序,上海古籍出版社1993年版。



集来的全国各地的食料、食品更极大地丰富了京津地区民众的饮食生活。地产仅举几类可见一斑：“津门为畿南重地，富丽繁华，几与京师相埒……津沽出产海物俱全，味美而价廉。春令最著者则蚬蛸、河豚、比目等类；秋冬螃蟹，肥美甲天下；冬令则卫河银鱼，驰名远近。更有铁雀，佐酒亦佳。黄芽白菜胜于江南冬笋者，以其百读不厌也”〔1〕。“京都虽陆地，而多谙陶朱种鱼术，故鱼多肥美，不徒特津门来也。酒肆烹鲜，先以生者视客，即掷毙之，以示不窃更。肆中善烹小鲜者，可得厚俸，谓之掌勺，故人争趋焉，南中无此妙手也”〔2〕。“京师最重活鱼，鲩(huàn 换)鱼一斤值钱三四百，至小鲟及乌鱼黄鳢之类，虽活亦贱，其价有下于南方者”〔3〕。

各地美食汇集京城，丰富了人们的饮食生活。如：“贡物咸来：北置则獾狸狍鹿，野豕黄羊，风干冰冻；南来则橙柑橘柚，香椽佛手，蜜饯糖栖。”〔4〕“冬时关东来物，佳味甚多，如野鸭、鲟鲤鱼、风干鹿、野鸡、哈拉、庆猪、风干兔、哈实藿(má 麻)，遇善庖手，调其五味，洵可口也。其他石花鱼、滦河鲫、宝坻银鱼，更不胜数指矣。”〔5〕举凡南漕北米、口外牛羊、关东货物、沿海珍错、江南茶酒、云腿野笋、川椒疆瓜等，无不车载船航，齐来王畿。

京津饮食文化圈的形成，主要在明中叶至清末的数百年间。朝廷天子、王公贵族、富商大贾、拥金寓公、悠游士流、乐医百工、三教九流、乡鄙农民、贩夫乞儿等构成了多层次、多类型的饮食文化，是最集中、最典型地反映中国封建社会饮食文化结构的一个区域。尤其是

〔1〕 羊城旧客《津门纪略》跋、卷十一，天津古籍出版社1988年版。

〔2〕 严缙生《忆京都词》注。

〔3〕 《燕京杂记》，北京古籍出版社1986年版。

〔4〕 清·潘荣陛《帝京岁时纪胜》，北京古籍出版社1983年版；另见震钧《天咫偶闻》卷十，北京古籍出版社1982年版。

〔5〕 清《水曹清暇录》，转引自《北平风俗类征·饮食》，上海文艺出版社据商务印书馆1937年版影印本。

京、津两大都会的饮食生活消费类型、习尚和整个社会的饮食文化风貌,更与其他各饮食文化区多有不同。早在明末清初时,这里就既有“闾巷佣贩之夫”“坚悍不屈”、“急人为务,无鬪(tà 挞)冗咎(zǐ 紫)窳(yǔ 雨)之习”的善良正直、清贫节俭的一面,又有富家子、轻薄夫“大都薄骨肉而重交游,厌老成而尚轻锐,以燕游为佳致,以饮博为本业,家无担石而饮食服御拟于巨室,囊若悬罄而典妻鬻子以佞佛进香,甚则遗骸未收,即树幡叠鼓,崇明云集”,百味竞高、浮华侈靡的另一面〔1〕。

### (三) 中北地区饮食文化圈

中北地区饮食文化圈是一个在历史上地域文化变化变量较大、又较频繁的饮食文化区位,它是以游牧和畜牧为主要生产方式的草原文化类型。在16至17世纪以前,这一文化圈大致包括了当时中国长城以北,从东北直到大西北的一条非常广阔的牧业文化带。而在今天,则主要是指以内蒙古为中心,包括毗连的东北三省、宁、陇、青、新等省区局部在内的畜牧业地区,并且在东北和西北地区有深入的文化交叉。

这一地区,新石器时代有着广泛的文化分布,并且在河套一带明显地受到仰韶文化和龙山文化的影响。先秦文化典籍《尚书》、《诗经》、“春秋三传”等对这一地区都有述及。尔后,自《史记》以下的有关史书都对这一广阔草原文化带上的各民族文化相继作了程度不同的记录。其中有:三代时肃慎、鬼方、猃(xiǎn 险)狁(yǔn 允)以及诸戎、诸羌、东胡、匈奴、月氏、乌孙等;汉时的肃慎、夫余、鲜卑、乌桓、匈奴、乌孙;三国魏晋时的挹娄、夫余、鲜卑、匈奴、羌胡、西域诸部;南北朝时的挹娄、寇漫汗、夫余、乌洛侯、契丹、库莫奚、高车、契骨、匈奴、柔然、鲜卑、西域诸部;隋唐五代时的靺鞨、室韦、契丹、铁勒、契骨、突

〔1〕 清·孙承泽《天府广记》卷一,北京古籍出版社1982年版。

厥(东、西)、西域诸部;辽宋金时期的女真诸部、室韦、斡朗改、辖戛斯、契丹、党项、回鹘、黑汗;元明直至清中叶以前,以蒙古人为主的许多少数民族生活在上述地区。

司马迁曾对匈奴人作了如下描述:“居于北蛮,随畜牧而转移。其畜之所多则马、牛、羊,其奇畜良马则有橐(tuó 驼)驼(tuó 驼)、驴、骡、𩇑(jué 决)𩇑(tí 蹄)、𩇑(táo 桃)𩇑(tú 图)、𩇑(tuó 驼)𩇑(xí 袭)。逐水草迁徙,毋城郭常处耕田之业,然亦各有分地。……其俗,宽则随畜,因射猎禽兽为生业,急则人习战攻以侵伐,其天性也……自君王以下咸食畜肉……”〔1〕此后,直至“蒙古旋风”掀翻整个欧亚大陆的一千余年间,尽管这一地区舞台上许多民族势力起伏消长、变化不止,社会生产、人民生活和区域文化同样处于持续不断的进化之中。但由于基本生产方式无大变,故区域饮食生活、饮食文化的传统模式与风格亦无根本变化。

历史上,欧洲目击者也记下了他们在这一地区的所见:“他们拥有牲畜极多:骆驼、牛、绵羊、山羊;他们拥有如此之多的公马和母马,以至我不相信在世界的其余地方能有这样多的马;他们没有猪和其它耕作的牲畜。”“他们相信只有一个神,他们相信他是一切可见和不可见事物的创造者。”“他们经常把每一头乳牛和母马第一次挤出的奶供奉他们的偶像。当他们将要进饮食时,首先拿一些食物和饮料供奉偶像。当他们屠宰任何动物时,他们把它的心放在杯子里供奉车子里的偶像。”肉料是“煮而食之”。“他们的食物包含一切能吃的东西,因为他们吃狗、狼、狐狸和马……他们既没有面包,也没有供食用的草本植物、蔬菜或任何其他东西,什么也没有,只有肉。”而当他们实在没有可吃的食物时,还会吃“小老鼠”、“睡鼠”、“土拨鼠”甚至其他的肉料。这些欧洲人公正地认为优质马奶酒“哈刺忽

〔1〕《史记·匈奴列传》卷一一〇。

迷思(cosmos)“无疑是一种非常好喝的饮料”,并且赞赏地讲到了蒙古人的“奶油”、“酸奶块”。“他们通过打猎获得他们食物的一大部分”,猎取的野兽有:野兔、野驴、羚羊、獐羊等。夏季里牛或马死了就将肉“挂在太阳光风下,这些肉很快就干了,不用盐也没有任何不好的气味,他们用马肠做成腊肠,这种腊肠比猪肉做的腊肠好吃”。当然,用交换或征掠的办法,他们可以得到足够的盐、大米、小米、小麦、蜂蜜、葡萄酒等食物,能够用粮食和蜂蜜酿造酒,也“像吃羊肉一样吃”大鱼,并且晾许多鱼干〔1〕。

当然,欧洲人的眼见还是很有限的。比如忽迷思的饮用历史,文献记载早在欧洲人见到的一千多年前即已饮用了。至于所饮畜奶,除了马奶之外,还有牛、骆驼、羊奶等。猎获物还有鹿、野猪、野马、黄羊、黄鼠、旱獭等。12世纪时,与黄河中游等饮食文化圈交叉地带的蒙古等少数民族因受汉文化影响,食物中的粮食比重明显增大。尤其是蒙古帝国建立之后,随着区域内屯田的发展及汉地粮食的流进,用米和奶煮“乳粥”已成习尚,“晨餐乳粥碗生肥”〔2〕,漠南地区尤为如此。尔后,草地民族对粮食、酒的依赖越来越重,如永乐十二年(1414),明军入漠征瓦剌,阿鲁台部来“朝会”,因对其“赐米五十石,干肉、酒糗、彩币有差”〔3〕。

入清以后,由于满族皇权国家推行的与蒙古族上层联亲、分治和倡行喇嘛教等一系列不同既往汉族中央政府的政策,广阔草原文化带上的民族关系及各自的生产和生活都比以往历代更稳定。由游牧更多地向畜牧转化,农业比重的逐渐提高,与内地文化联系的更趋紧密,使中北饮食文化圈内单调的牧猎经济逐渐向牧、农和手工业综合

〔1〕 《鲁不鲁乞东游记》第二~五章,中国社会科学出版社1983年版。

〔2〕 元·杨允孚《滦京杂咏》,《四库全书·集部五·别集类四》。

〔3〕 清·张廷玉等《明史》卷三二七,中华书局1974年版。

经济的模式演化,从而对丰富和改善该地区的饮食生活、饮食文化产生了积极有力的影响。清中叶以后,国际间的政治变故给了这一传统广阔的饮食文化区极大的冲击。冲击力作用的一方面是以内蒙古为核心地区的饮食文化同内地的联系更加紧密了。

新中国成立后,由于逐步实行定居放牧,土房和汉式砖房日渐增多。牧区以牛羊肉及奶食为主,粮食、蔬菜为辅;农区则以粮食为主,奶食为辅。牧民尤其嗜饮砖(伏)茶,煮好之后稍加鲜奶,别有风味。草原蒙古人民热情好客,真诚直率。在茫茫的大草原上,每一座蒙古包里的主人都会愉快地留住那些素不相识的客人,他们煮上羊肉,端出奶茶,斟上奶酒,全家男女老少围着客人坐下,问长问短,宛如自家人。当客人告别之际,常常送出很远路程,再指出前方的路线,令人依依不舍。

#### (四) 西北地区饮食文化圈

以今天的新疆地区为主,并兼及陇、青、藏等省区邻近地带,构成了历史上的西北饮食文化圈。这一地区的史前文化同样有着广泛的分布和丰富的文化积淀。但在张骞出使西域以前,这一地区同内地的直接文化往来比较薄弱,历史文录也较少。西北饮食文化圈如同东北、中北、西南等饮食文化区一样,由于历史上某种政治因素的巨大作用,从而给区域饮食文化的许多方面带来了深刻的影响。而对比之下,这一区域所受到的影响似乎更为深刻,更具特殊性。

自从张骞出使西域和汉帝国在西域建制之后,直至清帝国中叶以前,在近二十个世纪的时间里,这里基本上是以畜牧业为主(游牧占有相当比重),农业种植为辅,间有一定比重的射猎经济的生产方式,而在近代前这里的牧业比重更高。

地广人稀是这一饮食文化区域的一大历史特点。汉时这一文化圈大致覆盖着东自河西四郡、阿尔泰山脉以南,西至巴尔喀什湖,南到葱岭的广大地区,牧猎经济是当时基本的生产部门。而人口则非常稀少。

比如西汉时狭义“西域”(天山以南、昆仑山以北、葱岭以东的塔里木盆地一带)范围的三十六个小国总共才两三万人口(小的只有一两千人口)。

少数民族分布广是这一区域的又一大特点。该区域生活着维吾尔、哈萨克、回、蒙古、柯尔克孜、锡伯、塔吉克、乌孜别克、满、达斡尔、塔塔尔、俄罗斯等民族,因而使这里的饮食文化民族风情丰富多彩,民族风味食品琳琅满目。

陆路丝绸之路文化在中西交流漫长历史上的作用、地位及中亚和西方文化在这里的积淀,是该区域饮食文化的第三大特点。

宗教影响是这一饮食文化区的第四大特点。10世纪以前,这里的诸民族分别信奉萨满教、摩尼教、景教、袄(xiān 仙)教、佛教等宗教。10世纪末和11世纪初,伊斯兰教主要凭借武力在这里迅速有力地传播开来。15世纪末、16世纪初,伊斯兰教遍及天山南北,成了这一地区占统治地位的宗教。伊斯兰教教义、教规对教民思想、行为规范具体而严格的规定以及教规对教民实际生活的约束效力,使得信奉者遵守着严格的食物禁忌、进食礼仪,保持着伊斯兰教特有的食生活观念和食文化风格。

今天,农业、畜牧、种植业是这一地区的主要生产部门,小麦、稻是主要的粮食品种。肉类主要是羊。奶、奶茶、奶酒和众多的奶制品是各少数民族普遍食用的美食。以葡萄、哈密瓜、西瓜等为代表品种的瓜果种植是举世闻名的。中国历史上葡萄酒的制法就发明于这里,并于西汉时传入内地。

在西北地区饮食文化圈内,北疆与南疆的饮食风格也存在着一些差异。北疆除维吾尔族、蒙古族和锡伯族等少数民族之外,主要居住着哈萨克族。哈萨克族人民爱吃馕、羊油炸面团、羊肉面片、抓肉、马腊肠、奶茶、马奶子酒、奶油等二十多种富有特殊风味的食品。平时多吃羊肉,通常的吃法是大块白煮的抓肉。晚秋季节宰杀牲畜后开始熏制冬肉。马肉灌制的腊肠不仅风味特殊,而且可以长期保存。

过去基本不吃蔬菜,现在粮食、蔬菜也成了日常食物。南疆居民,除汉族外,主要有维吾尔族、柯尔克孜族、塔吉克族、蒙古族、乌孜别克族等少数民族,其中维吾尔族的人数占绝对优势。维吾尔族人民以面粉、玉米、大米为主食。平时喜欢喝奶茶,佐以玉米面或面粉制成的烤饼——馕。用羊肉、羊油、胡萝卜、葡萄干、葱和大米制成的具有民族风味的“朴劳(普劳、帕罗)”——手抓饭,是节日或待客不可缺少的珍贵食品,以手抓食,故称“抓饭”。

#### (五) 黄河中游地区饮食文化圈

黄河中游地区饮食文化圈,在地域上大致包括陕、晋大部以及豫、陇、青、宁诸省区的饮食文化风格上较接近的地带。这一地区史前文化十分灿烂,马家窑文化、齐家文化、仰韶文化、龙山文化等有着极为广泛的分布。三代时期相继崛起的夏、商、周三个奴隶制国家的文化中心区也都在这一区域内。此后,秦、汉、隋、唐直至北宋,这里一直是中华文化的中心地带,并且大致围绕着当时的政治中心西安—洛阳—开封这一轴心作徘徊式地由西向东移动。直至女真人将汴梁(开封)毁灭性地洗劫一空,最终宣告了黄河中游文化带的衰落。

史前期的开发奠定了这里发达的农业基础,其后长期作为全国政治、经济、商业、文化、交通中心区的持续开发和特别培育,直至北宋都城汴梁被毁以前的三千余年里,这里一直是中华大地上最繁荣发展的饮食文化区域。

这里早自先秦以来,就是“其畜宜五牲(马、牛、羊、犬、豕),其谷宜五种(黍、稷、菽、麦、稻)”的业农之地,直到近世以前都是以粟、麦为主的五谷杂粮并食区,近现代虽仍以杂粮为主食,但麦、稻所占比重明显增加。家蔬野菜及果、菌类植物性食物十分丰富。仅《诗经》一书的很不全面反映,这里的各类植物性食物即不下百种之多。由于过早形成的农业畸重定势,肉类在南北朝以前主要是家庭饲养的

猪、狗、鸡、鸭、鹅等,其后的家畜主要是猪、羊。生态和环境没有遭到严重破坏和污染以前,江河湖泊里的大量鱼虾也是重要的食物来源。两汉以后草原文化逐渐向南推进,使畜牧业比重较大的文化区域交错地带重新(相对农业畸重定势形成以前而言)有所增长。总之,这里是以农业为基础的传统的华夏内陆文化,是典型的黄河文化。

大一统中央集权国家政治中心施加于这里的长久和过重的负担,加上黄害、战乱和生态破坏,使这里的土地承载力疲惫了。多次大战乱和大批人力的外徙,是人为的破坏;而政治中心的次第东移则又是社会经济和自然力衰退的必然结果。除了历史上作为王都时期那种“万国来朝”、“百物汇集”所带来的封建都市的畸形繁华与浮侈消费外,朴素节俭一直是这里庶民百姓的饮食生活传统。

黄河中游地区居民以擅制和喜食面点小吃著称,并以陕西、山西两省最有代表性。陕西的面点小吃以面粉为原料的居多,同时涉及米、豆、荞麦、蛋、禽、奶、果蔬各类。有的小吃所用主、配料系陕西独有的物产。如临潼用火晶柿子制的黄桂柿子饼,陕南洋县用黑米熬制的长生粥,商洛山区用核桃做的王家核桃饼等,均具有鲜明的乡土风味。陕西人素以朴实厚道、直爽旷达的习性著称,这也多少在小吃品种中有所反映。陕西关中群众酷爱食用的油泼扯面,有“宽如腰带”之说,并有“面条像皮带,烙饼像锅盖”的民谚。“面条像皮带”,形容陕西面条既宽且厚;“烙饼像锅盖”,形容烙饼之大。咸阳一带的“锅盔饼”,一张足有五千克重。而牛羊肉泡馍所用海碗,大如小盆,盛满泡馍后足令外乡人却步,显示了粗犷豪放的风格。

山西历来以面食为主,品种繁多,可谓全国驰名,素有“一面百样吃”之誉。山西面食包括山西面饭、面类小吃和晋式面点三大类,不下五百种。其中最具地方特色的是山西面饭。面饭属面条类,但制法别具一格,食法五花八门,用料异常广泛,具有浓厚的乡土习尚。山西面饭有三大特点、两大讲究。三大特点:一是花样繁多。普通的



面粉在山西人手中可以做出拉面、削面、拨鱼儿、刀拨面、擦蝌蚪、搓鱼等一百多种。二是用料广泛。除使用小麦面粉外,还使用高粱、莜面、荞面、黄豆面、豌豆面、绿豆面、玉米面、小米面等。三是制法多样。山西人吃面,不单煮着吃,而且采用炒、炸、焖、蒸、煎、烩、煨、凉拌、蘸作料等多种制法。两大讲究:一讲浇头。山西面饭的浇头大致有盖浇类、汤类、凉面类、蘸面类、煎炒类、焖炸类、风味面饭等类。二讲菜码。菜码是吃面时配备的各式佐餐菜料。菜码制作讲究四季新鲜,品种以季节鲜菜为主。晋式面点制作注重口感,做工比较精细。面类小吃有荞麦灌肠、荞麦凉粉、莜面搓鱼、硬面帽盒、石头巴饼、豌豆澄沙糕、红枣黍米切糕、羊肉蒸饼、鸡蛋旋、猪肉旋饼等。

今河南省一带,在先秦时期就有“中原”之称,是黄河流域最早的农业文明发祥地之一。这里的人们有种植和食用麦、豆类、高粱、玉米、红薯等五谷杂粮的漫长的历史,对小麦食品有浓厚的情感,因而形成了独特的“馍”习俗。河南人的馍是小麦粉制作的“干粮”类食品,众多的品种大致可以分为四类:(1)笼蒸类:发面馍、开花馍、有馅馍(甜、咸)、无馅馍、白面馍、杂面馍、包子(各种馅料);(2)熬烙类:各种烙馍;(3)锅炕类:锅盔、火烧、油馍、菜合、贴锅;(4)油炸类:油条、炸果子、鸡蛋螯、油香(回族尚食)。汤煮类的面食品自然以面条、饺子为典型代表,而且是婚丧嫁娶类红白喜事及喜庆待客、节假自娱的通行首选美食品种。饺子会因馅料的不同和煮、蒸、煎、炸等制作方法的差异而名目繁多,面条则有汤面、卤面、捞面、拉面、炒面、烩面、焖面、浆面等形态名目。红薯饸饹同样是中原地区传统的大众食品,有热炒和凉拌两种吃法。“喝汤”是中原地区士庶社会长久流行的俗语,意即“吃粥”。“小米汤,放豇豆;打糊涂,放红薯”是中原地区习俗最久远醇厚的“汤”的做法,汤有咸、甜两大类,其他的品种则有面穗汤、菜汤(面汤中煮青菜、粉丝、肉、豆腐及调味品)、胡辣汤(菜、药两类)、麻糊(或作“妈糊”、“沫胡子”,以小米浆、豆浆熬制而成)。历史上大众的馍,则主要是玉

米面、高粱面或再掺入其他食料的窝窝头之类的干粮,那是农业社会里农民大众正常年景的食物。而洛阳、开封、郑州等大都会与城镇中的上层消费群体以及主要服务于该社会族群的市肆餐饮,则是另外的景象。《洛阳伽蓝记》、《东京梦华录》等文献记录的都市餐饮业的繁华,堪称城市餐饮和上层社会食事生活的历史峰巅。“……按管调弦于茶坊酒肆,八荒争凑,万国咸通。集四海之珍奇皆归市易,会寰区之异味悉在庖厨。”〔1〕都会饮食的繁荣可见一斑。

黄河中游地区的菜品也极具区域特色。自《盐铁论》、《齐民要术》、《东京梦华录》以下所记载的累计约数百种市肆肴馔与民间传统食品,反映的基本都是黄河中游地区的原料、食品、工艺特点与文化特征。河南地区的黄河鲤鱼素享盛誉,民间有“鲤吃一尺,鲫吃八寸”,“鞭杆鳊鱼马蹄鳖,每年吃在三四月”等俗谚。河鲜水产之外,禽畜菜蔬等原料均成风味佳肴,历史上河南人餐馆因此开遍全国各地。陕西地区则擅烹猪、牛、羊肉及其内脏,烹调技法以蒸、烩、炖、煨、氽、炆见长,讲究料实量足,经济实惠,咸鲜、酸辣、鲜香等风味比较突出。山西菜具有油大色重、火强味厚、选料讲究、调味灵活多变、朴实无华的特点,擅长爆、炒、溜、炸、烧、扒、蒸等技法,民间则以“十大碗”为代表,流行经济实惠的蒸菜。

#### (六) 黄河下游地区饮食文化圈

黄河下游地区饮食文化圈大致包括山东以及晋、豫、冀、皖、苏部分地区,主要依托现今的山东省。古以太行山以东地区为山东,春秋时代这里曾为齐国、鲁国所在地,故又称齐鲁。

仰韶文化、大汶口文化和龙山文化是这一地区史前文化的光辉文明。三代时期主要是灿烂的齐鲁文化。春秋战国时代曾形成以鲁国

---

〔1〕 北南宋之际·孟元老《东京梦华录》“自序”,中华书局1982年版。

为核心的黄河下游文化圈。在中国文化发展的前期,这一地区处于中国文化主轴的东部。在后期,虽然中国的经济、文化重心已转移到江浙地区,但是政治中心却在此时北上燕赵,因而作为联系南北的大运河在齐鲁境内的贯穿,不仅促进了齐鲁文化的继续发展,而且加强了中国南北文化的相互交流。近代以来,随着铁路的修筑,沿海港埠的开放,这一地区又在厚重的传统文化的背景上,增添了现代文明的艳亮光彩。

早在两汉时,这里就是兴“女工之业”、“颇有桑麻之业”、“通鱼盐之利”,富者“其俗弥侈”,下民“俗俭嗇”,“爱财,趋商贾”的农、工、商并作的文化发达的地区〔1〕。尔后,这里绝大部分地区倚重农业,近海之区仰赖鱼盐,城邑和近运河驿道之民业商者较多。由于人口的累代繁衍,人稠地窄,民艰于耕,故广大农民多是“俗勤耕作”,“简朴、务稼穡”,“民多勤俭力农”,“负山而居者,守桑麻之业,其余瘠土,亦勤于蔬”,“土瘠民劳,习尚俭素”,“百姓务稼穡,有垂白不涉公庭者”。总之,凡是“不通商贾”之地多“风俗俭朴”。凡“农居六七,贾居一二”之处则“婚姻称家,烝尝燕会,奢俭得中”。许多地区因“物产不繁,无艳佚骄纵之资”,民多“笃忠勤”、“敦本业”,中平之区的普通百姓则是“四民有常业,六礼有常仪,岁时有常节,宁朴无华,宁俭无奢”。人们信奉的是“勤者生财之道,俭者用财之节”的守业持家原则。商业都会往往“俗近奢华”〔2〕。

普通百姓以五谷杂粮、寻常菜蔬为主副食,味喜五辛,习尚海产,俗尚俭朴之食。清中叶以后,由于人口繁盛,民更艰于食,高产的玉米、甘薯在农民口粮中占较大比重。就山东省而言,以主食的不同大致可以划分为两个区:胶济铁路以南,从济南南下的津浦铁路以东,是

〔1〕 东汉·班固《汉书·地理志》卷二八下,中华书局1962年版。

〔2〕 以上引文多据胡朴安《中华风俗志》录鲁、晋、豫等郡县志书,上海文艺出版社1988年据上海大达图书供应社1936年版影印。

以吃煎饼为主的地区；其余地方大都以吃玉米饼子为主。煎饼是用五谷杂粮制成的。上乘的煎饼，用七分小米、三分黄豆磨浆制成。此外，各色粮食，包括鲜地瓜纽、青玉米粒等几乎无不可作煎饼的原料。煎饼不易变质，农家主妇常于得闲时摊制很多，折叠保存，食用时取出卷葱抹酱，稍佐小菜，加上热水一壶即可成餐，实为山东人饮食简朴的典型。

在玉米传鲁之前，现以吃玉米饼子为主的地区的人们是以吃米饭为主的，那时农家上等饭为大米饭，中等饭是小米干饭，一般贫苦农民吃的是粗粝的糝(cǎn 惨)子米饭。后来，随着玉米的广泛种植，人们不断总结吃玉米的方法，做出现在这种玉米面加豆面的玉米饼子，香甜可口，备受欢迎，渐次普及，竟把陪伴农家数千年的糝子米排挤到绝种的境地。到19世纪四五十年代，玉米饼子发展到极盛时期，“三亩地，一头驴，吃着饼子就着鱼”，成了公众承认的小康之家的写照。饼子毕竟是粗食，与之相伴的副食大都具有刺激性。大葱蘸酱，咸菜炒辣椒，在沿海则虾酱、鱼酱之类，就成了与大饼子相配的“就头”，正如俗语所谓“臭鱼烂虾，下饭的冤家”。

除了煎饼与玉米饼子之外，用小麦面粉制成的馒头、花卷、包子、饺子、火烧、饼、面条，以及用大米、高粱制成的饭、粥、糊等也是人们的日常食品。渔民的饮食则别有风味，出海打鱼，在船上就餐，以熬鱼为主。船上美餐有“刀鱼喂儿面”、“鲢鲃(tíng bā 廷巴)过水面”等，可谓无鱼不成饭。岛里人赶海，常常随身带一块玉米饼子，从礁石上打取海蛎子的时候，现场就着饼子吃生鲜蛎肉。沿海地区的海鲜菜、沿湖地带的淡水鱼虾菜、内陆地区的畜禽菜均颇具特色，烹调上以爆炒见长，味型以咸鲜取胜。

### (七) 长江中游地区饮食文化圈

长江中游地区饮食文化圈，在区域上大致包括今之鄂、湘及赣大部。地形以丘陵、低山、平原为主，境内河网交织，湖泊密布；地处亚

热带,有着雨热同季、光照协调的气候资源,四季分明,气候温暖湿润,热量、雨量充沛,物产丰富。

长江中游是中国古代文明的发祥地之一。根据考古发现,距今约一百万~五十万年前就有古人类在这里生活。那时的猿人已能使用简单的石制工具,进行狩猎或采集,过着“食草木之实、鸟兽之肉”的生活,并开始了由生食向熟食的过渡。十万年前,湖北长阳下钟家湾龙洞中有“早期智人”在生活,他们学会了人工取火和用火,并掌握了烤、炙、炮、石烘的制食方法。至新石器时代,这里出现了大溪文化、屈家岭文化、青龙泉文化和印纹陶文化,人们学会了种植粮食、饲养畜禽,能制作并使用陶制炊具煮、蒸食物。

夏、商、周三代时期,长江中游饮食文化得到长足发展,并随着楚国的强盛、楚文化的繁盛而进入历史的高峰期,饮食文化也因之突显了独特的区域风格。长江中游地区的主要粮食作物有稻及粟、稷、麦等“五谷”。战国时苏秦(? ~前 284)称楚富足,可“粟支十年”。这里水田广布,稻谷自然成为人们的主粮。又因河湖密布,鱼鲜产品随处皆有,得自天然,既多且贱,所以鱼虾成为人们的重要副食品,于是自然形成“饭稻羹鱼”的区域食文化特色。史书对此多有记载:“楚越之地,地广人希,饭稻羹鱼,或火耕而水耨,果蓏赢蛤,不待贾而足,地势饶食,无饥馑之患”〔1〕;“楚有江汉川泽山林之饶;……民食鱼稻,以渔猎山伐为业,果蓏赢蛤,食物常足。”〔2〕《楚辞》给我们留下了两千数百年前当地人们的食料、食品与饮食嗜好记录:

室家遂宗,食多方些。稻粢(zī 姿)穠(zhuō 卓)麦,挈黄粱些。大苦咸酸,辛甘行些。肥牛之臠,臠(nào 闹)若芳些。和酸若苦,陈吴羹些。膾鳖炮羔,有柘浆些。鹄酸臠(juǎn 倦)臠,煎鸿鹄

〔1〕《史记·货殖列传》卷一二九。

〔2〕《汉书·地理志》卷二八下。

(cāng 仓)些。露鸡臠(huò 或)蠪(xī 西),厉而不爽些。糗(jù 巨)糗(nǚ 女)蜜餌,有侘(zhāng 章)惶(huáng 皇)些。瑶浆蜜勺,实羽觞些。挫糟冻饮,酌清凉些。华酌既陈,有琼浆些。〔1〕

五谷六仞,设菰粱只。鼎臠盈望,和致芳只。内鸽鸽鹄,味豺羹只。魂乎归来,恣所尝只。鲜蠪甘鸡,和楚酪只。醢豚苦狗,脍苴(jū 居)蓴只。吴酸蒿萎,不沾薄只。魂兮归来,恣所择之。炙鸱烝鳧,黏鹑陈只。煎鱠臠雀,遽爽存只。魂乎归来,丽以先只。四酎并孰,不涩啗(yì 亦)只。清馨冻饮,不歠(chuò 啜)役只。吴醴白蘘,和楚沥只。魂乎归来,不遽惕只。〔2〕

这两张食单表明,当时楚贵族的饮食是十分讲究的。从口味上看,酸甜苦辣咸辛五味俱全;从食物类型看,有菜肴,有点心,有主食,还有冷饮。不仅有浓郁的鱼米之乡的情韵,而且注意到了主副食的相应搭配、作料的协调使用和上菜顺序的衔接。地下发掘和考古研究对上述文献记载提供了大量的实物支撑,其中的两件青铜器物可以集中反映距今两千数百年前长江中游地区饮食文化所达到的历史高度:1978年随县(今湖北随州市)曾侯乙墓出土的一个高21.2厘米,上下两层结构的青铜炉盘,为煎、炙食物的炊具。出土时上盘有鱼骨,经鉴定为鲫鱼,盘底有烟熏火烤痕迹。这表明,除了传统的烧、烤、煮、蒸等烹调方法之外,还出现了煎、炙类油烹方法。由单纯用水及水蒸气为介质烹调发展到用油烹调,这是人类食物加工史上的又一次飞跃。另一个引人注目的饮用器物是曾侯乙墓同时出土的大气精美的“调温器”(考古学界称之为“冰鉴”,有研究者谓之“鉴缶”,似均不够恰切)。这个调温器当中为一方酒壶,外为一大方鉴,鉴、壶之间有较大空隙,既可夏日镇冰制冷饮料(《楚辞》中的“冻饮”当由其

〔1〕《楚辞·招魂》。

〔2〕《楚辞·大招》。

出)和降低室内暑温,亦可冬季填炭热食和堂中取暖。经试验,夏季冰酒需填冰五十多千克〔1〕。

楚人普遍有尚赤之风,楚墓出土的漆器,大量施用红彩。楚乡民间一些地区至今仍保留着用红桌面,摆红筷子,上红色菜肴的习俗。楚人有独特的饮食嗜好,喜饮芳香饮料,尤爱饮酒,爱吃鱼和稻米饭、菰米饭。楚地自古就是鱼米之乡。那时等级森严,不同等级的人能否吃肉,能吃多少种肉,吃什么样的肉都是有规定的,而鱼则是上自君侯,下至百姓均可食用的动物类食物。楚人的口味趋向甜酸,亦爱生冷。楚人烹调所用的调料已相当齐备,酸甜苦辣咸辛俱全。咸味调料有食盐、肉酱、豆豉等,甜味调料有饴、蜂蜜、蔗浆等,酸味调料有梅和酢,辛香味调料有花椒、襄荷、桂、酒、蓼、姜等。

考古发掘还提供了丰富的食料与食物的实证,湖南长沙马王堆汉墓中出土的一大批食品实物和记载着食物名称的十个木牌使我们更能够看到这一地区翔实的历史食生活原貌:食物的品类极多,仅马王堆一号汉墓“食简”就记有一百五十种。一号墓四十八个竹筒中就有三十个盛有食品〔2〕。而在湖北云梦睡虎地秦墓、江陵凤凰山汉墓中也出土了大量的记载食物名称的简牍和食品实物。荆楚嘉肴在当时已享有很高的声誉,有“煎熬焚炙,调齐和之适,以穷荆、吴甘酸之变”的赞美(《淮南子》)和“天下之至美”的盛誉:“刍牛之腴,菜以笋蒲。肥狗之和,冒以山肤。楚苗之食,安胡之饭。抔之不解,一啜而散。于是使伊尹煎熬,易牙调和。熊蹯之臠,勺药之酱,薄耆之炙,鲜鲤之鲙。秋黄之苏,白露之茹。兰英之酒,酌以涤口。山梁之餐,豢豹之胎。小饭大歠,如汤沃雪。此亦天下之至美也。”〔3〕

〔1〕 湖南省博物馆编《随县曾侯乙墓》,北京文物出版社1980年版。

〔2〕 湖南省博物馆、中国科学院考古研究所主编《长沙马王堆一号汉墓》,北京文物出版社1973年版。

〔3〕 南朝梁·萧统《文选》卷三十四,中华书局1977年版。

“武昌鱼”、“槎头鳊”、“镂鸡子”等是很早就见于文献记载的楚地名肴。三国时,吴国曾两次迁都武昌(今鄂州),民谣“宁饮建业(今江苏江宁县)水,不食武昌鱼”〔1〕,从侧面反映出“武昌鱼”在当时具有很高的知名度。南北朝时鄂西北襄阳所产的槎头鳊曾作为贡品送往建康(故城在江苏江宁县南),因负责操办此事的官员是襄阳刺史张敬儿,后来有人给襄阳峴山鳊鱼加了个“槎头刺史”的官衔。晋代江陵还出现了经过雕刻美化了的鸡蛋“镂鸡子”。南朝梁人宗懔的《荆楚岁时记》就全面地反映了长江中游地区人们岁时节令的饮食风貌。

史进唐代,长江中游地区更以茶文化的兴旺发达举世瞩目。中国茶文化的历史发展,源于长江上游,兴于中游,发展于下游,尔后普及于全国;长江中游饮食文化圈正是中国历史上茶文化襟带西东、贯通南北的特殊而重要的地理文化区位。饮茶之风盛,植茶、业茶之人众,茶学研究亦领全国之先。自竟陵(今湖北天门)人陆羽(733~804)以儒、释、道文化融通茶饮,倡导中国茶道精神,著就《茶经》后,不仅有力地推助饮茶之风靡被全国,而且确立了中国茶学文化的基本格局与走向。茶文化的兴起与生存,主要得益于士群体的作用。封建中世以后士子族群的活跃对长江中游地区饮食文化的生态与发展产生了不可低估的积极影响。

明末至清中叶,长江中游地区的粮食生产在全国所占的地位尤为突出,“湖广熟、天下足”的谚语广为流传。甘薯、玉米及马铃薯的引进推广,打破了这一地区的传统食物结构。除水稻仍占主导地位外,大部分山地丘陵与贫瘠之地则以杂粮为主,甘薯、玉米成了杂粮的主要品种。自清末以来的一个多世纪,长江中游地区的城市,尤其是中心城市的餐饮业发展明显超越历史上的任何时期,名菜、名点、

---

〔1〕 晋·陈寿《三国志·吴书·陆凯传》卷六一、南朝梁·沈约《宋书·五行二》卷三一、南朝梁·萧子显《南齐书·文学·邱巨源传》卷五二。



名酒、名茶、名店层出不穷。

#### (八) 长江下游地区饮食文化圈

长江下游饮食文化圈大致范围包括今长江下游两岸的苏、浙、皖大部,沪,赣局部等地区。河姆渡文化、马家浜文化、良渚文化、青莲岗文化、印纹陶文化等是这一地区新石器时代史前文明的辉煌成就。距今七千年的河姆渡第四文化层举世震惊的稻谷堆积,证明中国是世界上稻作文化的重要发源地之一。以上诸文化都是稻作文化,马家浜文化和良渚文化甚至已经有了籼稻和粳稻之分,表明水稻种植已经相当发达。长江下游地区史前人类的食物除稻谷之外,其他丰富的食物原料有植物的花生、芝麻、蚕豆、两角菱、甜瓜、毛桃、酸枣、葫芦等,动物的猪(饲养)、鸟类、鱼蛤类以及象、犀牛、鹿、猕猴、红面猴等。该区域饮食文化的模式已经萌芽了。

商周时期,长江下游地区得到一定的开发,特别是吴越两国在春秋战国时代的崛起,形成了颇具地方特色的吴越文化,“鱼米之乡”的格局已初步形成。《尚书·禹贡》和《吕氏春秋·本味》记载了当时被视为美食的淮鱼、太湖韭花等原料。春秋时期,江苏已有较大规模的养鸭场,反映了当时人们对水禽的利用。战国时期,江苏有全鱼炙、脍鳖、吴羹和讲究刀工的鱼脍等名馐。那时,酒在绍兴等地已十分流行。据《国语·越语》载:“生丈夫(男孩),二壶酒,一犬;生女子,二壶酒,一豚。”酒、狗、猪被作为生育子女的奖品。《吕氏春秋·顺民》记载,越王勾践出师伐吴时,父老向他献酒,他把酒倒在河的上流,与将士们一起迎流共饮,于是士卒感奋,士气百倍,历史上称为“箪醪(dān láo 丹劳)劳师”。

自孙吴至南朝陈,是长江下游地区饮食文化充分发展的时期。晋武帝咸宁六年(太康元年、公元280),西晋灭吴时,吴仅有户52万,男女人口230万。尔后三个半世纪里由于北方人口的相继南徙

和江南人口的和平繁衍,劳动力的质量和数量都大大地超过了汉代。农业、铸造、造纸、制瓷、商业、文学艺术都得到了空前的大发展,为区域食生活与食文化的发展准备了充分的物质和精神条件。最大的商业城市建康,城中有四“市”,已经是“小人率多商贩,君子资于官禄,市廛列肆,埒于二京(长安、洛阳)”。司马迁笔下那种近乎原始的状态早已旧貌无存。佛教的兴盛和佛家思想深入人心,继之以道家的形成与发展,对江南地区素食文化的发展起到了巨大的推动作用。这一时期,江浙的面食、素食和腌菜类食品有了显著的地域和时代特点。人们已有喜食甜味食物的习惯,汉时会稽(今浙江绍兴)人王充在《论衡》中便有“尚甘”的论述。这与现代江浙人喜甜食是一脉相承的。

隋唐宋元时期,本区域饮食文化发展迅速。我国政治、经济、文化中心完成了由“中原文化轴心时代”向东南地区的转移。直至中唐时期,我国的政治、经济、文化中心虽然表现出逐步东移南迁的趋势,但总的来看,由于政治中心尚未迁离中原,因而文化中心和优势仍在黄河流域。经过唐代中叶开始的安史之乱和随后的藩镇割据之难的冲击,我国的经济中心已经基本上转移到了江南地区。晚唐时朝廷每年的财赋收入,主要来自浙东、浙西、宣歙、淮南、江西、鄂岳、福建、湖南等江南八道,其中长江下游居其半。海盐、漕米、茶叶的集散地、运河重镇扬州,已成富冠全国的大都会,广为流传的名句“腰缠十万贯,骑鹤下扬州”,反映出扬州昔日的繁盛。文化中心向江南转移,完成于北宋后期。政治中心以北宋末年的宋室南迁为分野,从中原的开封转移到了东南地区的临安(今杭州)。南宋时期东南经济进一步发展,南宋末年,周围七十里的首都临安已有户 39 万,人口 124 万(包括府属各县),是当时中国最繁荣的商业大都会。临安市上按货区分的“行”(也称“团”),竟有 440 之多。建康城有人口 25 万。由于海外贸易的发展,南宋初年市舶收入已达北宋最高额的两倍以上。

唐宋时期,浙江、江苏、安徽等地饮食文化发展很快。唐代的白

居易、宋代的苏轼和陆游等均有关于浙菜的诗作,增强了饮食的文化氛围。南宋时,黄河流域与长江流域的饮食文化交流融合,下江地区出现了一系列有典型区域风味特色的美食名品,成为“南食”风味的典型代表。据史料粗略统计,仅在临安,当时采用的主要烹调技法多达十五种以上,菜品七百多种,工艺菜及食品雕刻已在饮宴中普遍出现。浙江各地的菜品,也有不少相当精致。据《经筵玉音问答》介绍,南宋皇帝夜宴,就有明州(今宁波)虾脯这道特别作为贡品供用的地方名菜。宋代陈仁玉的《菌谱》、赞宁的《笋谱》,反映了当地的土特产;浦江吴氏的《吴氏中馈录》,以浙西南七十六种菜点的制法,体现了江南烹调风格。南宋时,浙江小吃品种繁多。据宋代吴自牧的《梦粱录》记载,当时的临安,经营小吃点心的,就有蒸作面行、馒头店、粉食店、菜羹店、素点心等以及兼营小吃的茶肆、酒店等。

那时,不少江苏海味和糟醉菜被列为贡品,并得到了“东南佳味”的称誉。《清异录》所载的扬州缕子脍、建康七妙、苏州玲珑牡丹鲈等肴馔受到世人称道。元代倪瓒的《云林堂饮食制度集》,反映了元代无锡地方的饮食风格。此书所汇集的饮食中有菜肴,也有茶、酒、酱油等制法,而菜肴以鱼、虾、蟹、螺及湖泊水蔬为多,正是该书作者家居水乡的饮食特色的反映。

安徽菜随着徽商文化的发展而发展,并随之传播各地。史称“新安大贾”的徽商起于东晋,唐宋时期日渐发展。徽商经营以盐、典、茶、木为最著,并插足其他行业。商栈、邸舍、酒肆、钱庄随之兴起。宋代著名理学家朱熹的外祖父祝确所经营的邸舍、酒肆,即占歙州城的一半。随着徽商的发展,为商业交流服务的饮食业也活跃起来,可以说哪里有徽商,哪里就有徽菜馆。南宋时,京城临安的徽商想吃家乡风味,每年命人从徽州挖笋送入京城,他们用炭火沙锅在船头煮炖,船到笋熟,开锅即食,保持了鲜笋的风味,此菜已成为安徽名肴“问政山笋”。

明清两代,下江地区是帝国财税的主要依赖地。近代开埠以后,这里更是百川朝宗的财货集中地,在内地积贫积弱的清末至民国时期,如朽木生耳,长江下游地区成了中国东南沿海一带生产和商业相对发展和发达的地区之一。

江苏菜品的影响日益显著,明代韩奕的《易牙遗意》和宋诒的《宋氏养生部》、清代袁枚的《随园食单》和童岳荐的《童氏食规》等均反映了江苏菜品的丰富多彩,并起到了宣传推动江苏菜发展的作用。据《清稗类钞·各省特色之肴馔》所载“肴馔之各有特色者,如京师、山东、四川、广东、福建、江宁、苏州、镇江、扬州、淮安”中,所列十处,江苏占了五处。

上海菜肴小吃在清代发展迅速,特别是19世纪中叶上海开埠以后,畸形繁荣的经济导致上海食品的变化,并以世所罕见的速度飞跃发展。各地饮食风味一时云集上海,出现了竞相标奇的局面。上海成了集中外古今美食为一地的美食之都。

明清之际,徽商在扬州、武汉盛极一时,两地的徽菜发展十分迅速。那时传入扬州的徽州圆子、徽州饼和大刀切面等,至今仍盛名不衰。鸦片战争后,屯溪(今黄山市)成为皖南山区土特产品的集散地,徽商沿新安江南下经浙入沪以至沿江各地,徽菜因此在屯溪和沿江一带得到进一步发展。抗日战争前后,徽菜馆遍布长江中下游地区的一些城镇,名噪一时。

20世纪中叶以后,长江下游经济发展迅速,饮食文化在不断交流融合中繁荣昌盛,具有独特的食物结构和饮食习俗。稻谷、油菜、猪肉、淡水鱼虾、茶叶是五大优势食料,禽及禽蛋、海产品也相当丰富,蔬菜、瓜果四季不断。该区饮食具有灵巧、雅致的特点,其风格被人誉为“江南才女”,呈现出江南小桥流水式的秀美。同时,由于商业的发达,饮食趋于精致,注重色、形、味、质之美,人们追求饮食的感官享受,口味多清鲜淡雅与甜美。年节食品和应时菜点丰富多彩。

江苏菜用料上长于水产原料的制作,注重鲜活;讲究刀工,注重火功,擅长炖、焖、煨、焐;注重本味,清鲜平和,咸甜适中。江苏小吃是荤素兼备,口味清淡平和,咸甜适中,造型典雅清新,美观大方,乡土风味浓。维扬点心、苏州小吃颇负盛名。

浙江菜品具有醇正、鲜嫩、细腻、典雅的特色,讲究时鲜,取料广泛,多用地方特产,烹调精巧,善治河鲜海错。浙江小吃以米、面为主料,选料配料广泛而精细,造型美观,形成风味各异的糕团点心、面食、豆品等小吃系列。

上海菜具有清新秀美、温文尔雅、风味多样、富有时代气息的特点。追求的是口味清淡,讲究其味,款式新颖秀丽,刀工精细,配色和谐,滋味丰富,口感平和,形式高雅脱俗。上海小吃品种繁多,兼具南北风味,选择严谨,制作精致,应节适令,因时更变,供应方法灵活,充分体现了现代大都市的文化特征〔1〕。

安徽菜以烹制山珍野味、河鲜与讲究食补见长。徽菜之重火功是历来的传统,其独到之处集中体现在擅长烧、炖、熏、蒸等功夫菜上,基本味型是咸鲜微甜,注重原汁原味,适应面广。皖南山区的小吃具有古朴典雅的风格,以蒸、煮见长,多以糯米、粳米制粉或磨浆淀粉为主料,常用精雕细刻的木模制作,古色古香。沿江一带小吃的口味受江浙影响,咸鲜略甜,制品精细,蒸、炸、烤、煮各具特色。沿淮、淮北的小吃,以炸、烤见长,多以面粉、豆类为主,纯米制品极少,不少品种具有浓郁的乡土气息,讲究复合新鲜口味,往往一个品种的原料多达十余种。

### (九) 东南地区饮食文化圈

东南地区饮食文化圈大致包括闽、粤、台、琼以及浙、赣、湘、桂局

---

〔1〕 赵荣光《上海与近代中国饮食文化》,载《商业经济与管理》1999年第5期。

部,以闽粤为中心地区。

这一地区的史前文化,以1958年发现于广东韶关马坝乡狮子山洞穴中旧石器时代中期的马坝人而闻名。其后的印纹陶文化等史前文化类型在这里有极广泛的分布。秦时的闽越、南越,汉时的闽中郡、南海郡及九江郡南部,南朝时的广州、越州,唐时的岭南东部诸郡,明清时的福建、广东等省,是这一区域食文化的大致分布。“处近海,多犀象毒冒珠玕银铜果布之凑,中国往商贾者,多取富焉。番禺,其一都会也……男子耕农,种禾稻纡麻,女子桑蚕织绩……民有五畜,山多麇麋……”这是西汉时北方政治家眼中的“岭南”一带的风土人文概况〔1〕。

该地区以稻米为主食,以丰饶的蔬果、海产、禽畜为副食。繁盛的海外贸易和便利的域外交通,以及相对长久稳定的社会环境,丰富的物产,形成了这一地区饮食文化的区域特点:喜食稻米,重鲜活,尚茶饮,嚼槟榔,蔬果与海产比重高,俗尚食事。广东谣谚“饥食荔枝,饱食黄皮”;“秋冬食獐,春夏食羊”;“霜蟹雪螺,味不在多”;“西水漫漫,鱼蟹满盘”等正足以表明物产及人们食尚的特点。闽、粤地区因是中外交通的重要通道,故商业、手工业一向发达,且为玉米、烟草(包括鸦片烟)、甘薯等舶来物种最早的试种地区。

清末以来的一个半世纪,尽管自然地理环境基本一仍故旧,但社会政治、经济以及人文诸因素都发生了极大变化。西方饮食文化对香港、澳门等地食风的浸习,台湾岛食生活、食文化的现代工业社会模式和更多的受欧美影响,这一切都对中国历史上传统的“岭南”食文化产生了极重大而深远的影响。商业优势、商业传统和商业风气,使食文化也带有明显的商业性。

开放的文化观念反映在饮食方面,则明显地表现出该区人民敢

---

〔1〕《汉书·地理志》卷二八下。

于尝试、敢于创新的开拓精神。有人曾开玩笑说,广州人什么都敢吃,天上除了飞机、地上除了四脚的家具之外,蛇、猴、猫、鼠、禾虫等都成了席上佳肴。台湾学者张起钧先生曾在《烹调原理》一书中讲:广东菜与江苏菜比,虽都具商业气,但粤菜沾了些“洋气”。此等商人不同于两淮盐商之“灵气”,而是透着一股买办与外贸商人的气息,具有少年革命精神。粤、闽、港、澳等菜肴在中国独树一帜。这里的厨师善于吸取中、西烹饪技术的精要,根据本地百姓的口味、嗜好、习惯,大胆改良,锐意创新,选料广泛而精细,刀工精致,调味有方,呈现出勃勃生机。

#### (十) 西南地区饮食文化圈

历史上的西南地区饮食文化圈,主要包括今滇及桂、黔、川大部。这一区域史前不同阶段人类文化遗存分布广、积存厚,著名的元谋人就发现于这里。考古发现证明,远在元谋人生活的一百七十万年前,大量的竹鼠、兔、爪蹄兽、小灵猫、野猪,成群的云南马、犀牛、羚羊、麂鹿、大型鹿类以及象、剑齿虎、豹等四十多个种类的动物,湖滨中的鱼、龟、蚌类和众多的植物及其果实等动植物为元谋人提供了丰厚的食料。

事实上,西南地区不仅在漫长的地质年代里,而且在整个古代文明史上都是气候适宜、生物丰厚的美好的生态区域。由于万山阻断的地理环境,除了四川盆地等地区历史上较早发展了发达的农业并因之承载了集中的人口之外,西南地区始终是人口稀少又疏散为无数村寨小聚居区的少数民族分布最多的地区。这一地区很少平原地带那种适宜大面积垦殖的土壤条件,只有黍、玉米、高粱、荞麦、谷、甘薯、马铃薯、豆类等能在山地等贫瘠土壤条件下生长的作物成为主要的粮食品种和主要的食物原料,小麦等作物也有较广种植,坝区和河谷地带则多种稻米。这种地理环境造成了历史上彼此间文化联系薄

弱,近乎相互割裂和隔绝的状态,因此这里的各少数民族待客都非常热诚,待客的礼节和讲究也很诚朴敦厚。主要由于湿瘴气候的原因,嗜酒是西南地区各少数民族共性的习俗,烟草的吸食也很普遍。这里还是中国茶文化的发祥地,至今饮茶的广泛和嗜重都超过其他各区。食物原料上的禁忌很少,不仅猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅、鱼、蛤、鸟等皆成佳肴,而且一些少数民族(如傣族等)还吃蚂蚱、蚁卵、大蚰蚰、蝉、竹虫、田鳖、蜘蛛等昆虫。西南地区生活着祖国民族大家庭中一半以上的少数民族,因而这里的民族独特食品和风味食品也就最多。因辣椒、花椒等辛香料用得最多,故在嗜味上,辣、酸、麻等较其他地区突出。

西南地区的四川菜,因具有鲜明的地方特征而名扬海内外。如果说京菜具有官府气,苏菜、粤菜具有商贾气,那么川菜则具有明显的乡土气、家常味,犹如淳朴的山民,适合普通市民和劳动人民食用。川菜以味道丰富著称,尤以麻辣突出,有人形容吃了川菜后,打一个嗝,半天都是香的、辣的,有“味在四川”之誉。

### (十一) 青藏高原地区饮食文化圈

青藏高原区饮食文化圈,以青藏高原为基本文化区域范围,即今西藏自治区全部及青、川、陇、滇等省份毗连或文化接近的部分地区构成了青藏高原区的饮食文化圈范畴。

青藏高原区饮食文化圈的形态存在,是自然地理环境、民族或相近文化的民族分布以及政治历史原因等诸文化因素历史地形成的。青藏高原地区是中华民族共同体的发祥地之一,迄今为止,这里相继发现了史前文化的广泛分布。不断出现的考古学新成果更提供了充实的新证据:1995年6月贡嘎昌果新石器时代晚期遗址(距今约四千~三千五百年)出土的史前青稞碳化粒是当地吐蕃先民农耕史的实物。当中原历史进入到战国末期时,这里的历史开始进入原始公社的繁荣阶段。



从名世的仰赤赞普到师赤赞普的七个酋长,是藏史上光荣的“天上七赤座王”时代。其后历经“中间二杰”(始炼铜铁,进入奴隶制社会)、“六地善王”、“八德统王”、“五赞霸王”等阶段,持续发展到朗日松赞时,吐蕃部落已统御了卫(“卫”藏语意为“中央”)藏区,即雅鲁藏布江流域,奠定了吐蕃帝国的基础。朗日松赞之子就是声名赫赫的松赞干布。松赞干布迁都拉萨,建立了吐蕃大帝国。他娶尼泊尔芝尊公主和唐文成公主,大力发展与唐、尼泊尔、印度的关系,接受了唐、印、尼文化,创造了西藏文字,他本人则成为西藏有文字记载的第一位藏王;其间,以佛教和藏族原始宗教的结合为基础的喇嘛教信仰形成。其后数代赞普期间,吐蕃势力不断扩张,四传至金城公主之子赤松德普(755~785)时,势力大大超过了松赞干布时代。这就是以藏传佛教为核心,以藏民为主体的青藏高原食文化圈形成的历史大前提、大背景。直到今天,大面积分布于滇西北、川西、青西南以及陇中、陇西南地区的藏民聚居区都是上述历史的直接后果,都是高原食文化推移的历史存在。文化不会完全屈从于政治,国界也割不断文化的传播,今天“在印度、尼泊尔、苏联、蒙古等国家中,也有属于这一文化系统的民族”〔1〕。

建立在独特地域环境上的食料生产及发达的佛教文化,决定了青藏高原食文化的基本内容和独特风格。二百余万平方公里的青藏高原(包括陇、川、滇的一部分),大致分为四种类型。“贡”:海拔五千米以上永冻的雪山地带,无生物,约占全部高原面积的十分之一;“塘”:海拔四千~五千米之间的草原地带,为牧区;“柯”:三千~四千米之间的浅谷地带,为农牧混合区;“绒”:三千米以下的暖谷地带,为农业区。农牧业是青藏高原的主要经济形态。这里的农业大约有二

〔1〕 参见毕玛·嘎尔布《藏族的食文化》,载中山时子主编《中国饮食文化》,中国社会科学出版社1992年版。



十个世纪的经营历史了。自唐以后见于历代史录的有青稞、大麦、豌豆、小麦、荞麦、谷子等作物品种,后来又有了水稻、玉米等。菜蔬和水果比重不是很大,盛产许多珍贵的中药材。这些植物类品种有:洋芋、油菜籽、圆根、豌豆、大黄、贝母、虫草、知母、车前子、人参果、青果、羌活、木香、赤芍、甘草、甘松、当归、柴胡、秦艽(jiāo 交)、麻黄、茜草、木通、独活、五加皮等。动物性药材以鹿茸、麝香为主。用春天采来的野菜煮肉汤或晒干贮为冬用,是藏民的传统习俗。牧业以牦牛、黄牛、犏(piān 偏)牛和绵羊、山羊为主,其他马、牛、驴、猪和骡、犬等均有大量饲养。历史上射猎经济也占有一定比重,兽禽有虎、豹、鹿、狐狸、猓猓、狼、獭、麝、獐、猴、野牛、野马、羚羊、野羊、雪猪、野兔、地鼯(liè 列)、鹌鸡类、马鸡、雪鸡以及大雁、野鸭、天鹅、仙鹤、鸽、乌鸦、白颈鸦、鹊、雀、孔雀、鹦鹉、鹭等,除了极个别的禽兽,其余都是人们历史上猎食的对象。河中的各种细鳞鱼虽然很多,但是很少有人食用。

糌粑、牛羊肉、各种面食品是藏民的主食料,但不同地区间各种主食料的比重又因农牧业发展的程度不同而有所侧重。“茶桶一响,酥油三两”,这句俗谚说明了酥油茶(藏语“查·西玛”)在人们日常生活中的重要性。一般来说,一个藏族人每天要喝三十碗酥油茶。奶油、奶饼、奶糖、酸奶子(藏语“肖”)是藏族人的重要食品。青稞酒(藏语“哈恩”)是人们(尤其是妇女们)喜饮的微醇饮料,蒸馏酒“阿拉”和小米酒“帕尤”也是人们嗜饮的酒精饮料。茶是很早就进入高原的饮料,可能早于茶饮在北方普及的中唐以前。糖、蛋、盐等是高原人们日常生活中广泛利用的食料。生冷食物比重较高,每人都有自己专用的碗,吃菜时每人一份。“敬将此食的精华,供献佛法僧三宝”,是藏族人在餐前必先颂念的经语,它表明佛教思想和意识已深深地渗入到高原人们的食生活和食文化之中。

## (十二) 素食文化圈

### 1. 素食的含义

(1) 素与荤。素原指白色的生绢,也指色白,空,后引申为平常、质朴、不华丽。与“素”字相对的“荤”字,原指葱、姜、韭、蒜一类有辛臭刺激性气味的菜蔬,后引申为用辛臭类菜烹制成的鱼肉之类的菜肴。因鱼肉多含腥臊膻等动物所独有的气味,在去除异味时常用葱、姜、韭、蒜当作料,所以“荤”从“艹(草)”而不从“豸”、“鱼”、“豸”、“虫”、“鸟”之类。

(2) 素食。素食原有三层含义:其一,指不劳而食,如尸位素餐;其二,指与熟食相对的生食;其三,平常之食。后又有一些引申义,如由植物原料制成的食品;斋食;吃素制食品的饮食行为;平日的饮食。可见,素食的含义相当广泛,在不同的情形下具有不同的意义。现代意义的素食一般具有三层含义,一是指以植物性原料制成的少油腻且较清淡的食物;二是指只食用由植物构成的严格的素食,又称为“全素”;三是以植物性食料为主,兼及蛋、奶,甚至鱼类,仅拒绝牲畜类红肉的一种行为模式或生活方式。可见,素食的内涵在不同宗教、不同人群及地域间是存在着一些差异的。如在佛道两教里便将一些植物列为荤。佛教以大蒜、小蒜、兴蕖、慈葱、茗葱“五辛”为荤,道教以韭、薤、蒜、芸苔、胡荽为荤。

(3) 斋食。一是指古人于祭祀之前,不饮酒、不吃荤的素食行为及所食用的食物。二是指佛门弟子中午以前所进用的食物,午后禁食,否则就不是清净的身心了。三是指伊斯兰教的斋戒之食。该教规定教徒每年在教历太阴年莱麦丹月斋戒一月,每日从黎明到日落禁止饮食和房事。目前,一般人将素食作为斋食的代名词,那已经不是我国素食的原来意义了。

### 2. 素食文化圈的区域范围及素食者群

素食文化圈是中国历史上形成较晚,又于近代基本淡逝了的一

种特别的食文化类型。关于这个文化圈,多年前我们曾这样指出过:我们把它理解为一个特殊的饮食文化圈,它和其他十一个饮食文化的区域性类型一道,构成了中华民族饮食文化的大区域特征和民族食文化的总体风格。作为一个特殊的食文化圈,它不像其他十一个圈那样比较长久地(甚至自始至终地)附着在某一特定的地域之上。相反,它既没有上述那些食文化圈那种严格固定的地域,也没有它们那种比较清晰的区域界限。它以穿插渗入的方式重合于上述若干食文化地域之中,是中国饮食史上的一种“侨郡”现象。与其他食文化区域性类型比较,它似乎更像一种饮食习惯和风格,但习惯和风格则过于流动、过于漂浮了,它从根本上说来还是一个有着相对稳定附着地域和明确稳定文化主体,并长久地存在了十四~十五个世纪之久的一种特别的区域性食文化类型〔1〕。

中国历史上素食文化圈的形成,大约经历了东晋至南北朝这一段历史的三个多世纪的时间过程。其大致地域是黄河中游以下、长江中游以下的广大地区,包括京津区、黄河中游区、黄河下游区、长江中游区、长江下游区、东南区及西南区等部分地区。素食文化圈的存在,是以释、道教众为主体,包括素食隐士、处士、居士,各种类型的上层社会素食者及整个社会受素食观念与习俗影响而奉行素食主义的食者群,还包括那些介于素食与杂食二者之间定期斋食的更广大的食者群。至于那些经常波动于果腹线上下,连免于饥馁都不敢奢望的广大饿乡之民来说,他们那种无可选择的糠菜蔬食状态,只能视为是“准”素食主义的食文化现象。

### 3. 素食文化圈的历史成因

素食文化圈的形成并长久存在,有着深刻的历史原因。最根本

---

〔1〕 赵荣光《略谈中国饮食史上的素食、素食主义、素食文化圈及其相关问题》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

的原因是由于东汉以后直至南北朝的数百年间,激烈的政治动乱和大规模的战乱非常频繁;阶级矛盾、民族矛盾、政治矛盾、社会矛盾十分复杂、尖锐、深刻、激烈;货币废止,流通阻断,社会经济经常处于崩溃状态;统治者视百姓如草芥,征敛无度更兼肆意杀戮,民不聊生。庶民大众不仅常处于饥寒之中,而且毫无生命保障;上层社会也充满危机,权谋、倾轧、杀戮与偷安、苟且、逃避诸心态并存,整个社会都处于没有安全感的混乱、复杂和沉落状态之中。首先是广大民众食难果腹,他们事实上长久地处于“蔬食饮水”的准素食状态。其次是佛教的大兴盛、大普及使人们安于这种现世的清贫困苦,安于并进而“乐于”素食以赎前世罪、积“阴鹭(zhì志)”、图来世福;追随佛教的兴盛而创立并普及的道教也以相近的教规教义相号召,更助长和强化了这一时代风气。第三是包括至尊皇帝、王公贵戚,直至方伯大吏、文学名士等上层人士的身体力行、极力倡导,于是在广建伽(qié茄)蓝、大度比丘的同时,使积善观念深入人心,素食之风渐浸成习。

素食文化圈形成之后,由于中国封建社会的各种矛盾依然不同程度地存在,由于土地与人口、百姓收获无多与统治阶级苛征暴敛的矛盾一直尖锐存在,也由于释、道、儒的世界观与人生观严格支配民众人生,于是蔬食条件和素食观念便长久地维持了下来。但素食文化圈的出现和存在,还必须有一定的物质条件来维系,因为无论哪一种食文化模式都不能不以一定的物质因素为基础而存在。中国历史上素食文化圈的维系,靠的就是早在三代时期就成为人们“五谷”之一的“菽”——各种豆类植物食料。先是“豆饭”、“豆羹”,继之是豆酱、豆芽、豆粉、豆腐和难以数计的豆及豆制品,极大地丰富了中国历史上素食者及果腹层大众的素食或蔬食生活,为他们长期的没有或很少有动物蛋白的食生活提供了营养健康的最低保证。

近代以后,由于佛、道两教的衰落和释、道、儒对民众思想影响的逐渐淡薄,由于商品经济的发展和市民阶级的兴起,尤其是西方文化

的冲击和现代科学文化的进步与启蒙作用,人们开始逐渐从传统的素食观念中解脱了出来,更多的人对食生活和对人生开始有了正确认识,人们既注重科学的营养,也认定了享乐人生的态度。作为一种历史的食文化区位类型,素食文化基本模式在它曾赖以存在了十几个世纪之久的地域上逐渐淡逝了,淡逝到今天只剩下寺观之中仅以十百计的释道教以及部分居士们的生活清规戒律了。尽管仍有非宗教信仰的民众出于某种原因实行素食原则与方式,但因两个群体的数量相对来说甚微,且没有中国历史上那种广泛覆盖和牢固附着的地域性特征,故仅可视为一种漂轮流变的文化方式和习尚。

# 第三章 中国饮食文化的层次性

## 一、“饮食文化层”理论的认定

### (一)“饮食文化层”是历史存在

人类社会在结束了平等而漫长的原始共产主义社会形态阶段后,便开始了等级层次结构的阶级对抗的社会历史阶段。这种等级的严格、鲜明和层次繁复,则以中世纪为代表,长达两千余年之久的中国封建社会尤为典型。如同联结各层次之间有许多阶梯一样,这座社会之塔的各等级内部也有更细的子层次的差异。从详确的文字记载来看,上自《周礼》,下至各代“正史”中的“百官”、“舆服”、“刑法”等志中,都有详细的规定。这些规定,涉及人们的礼、衣、住、行、食的各个方面,几乎涉及了社会生活的全部领域〔1〕。

各个社会等级的政治、经济地位均不相同,相应地也决定了他们在社会精神、文化生活上地位的不同。反映在饮食生活中,各个等级之间,在用料、技艺、排场、风格及基本的消费水平和总体的文化特征

---

〔1〕“饮食文化层次性”理论,是笔者在20世纪80年代初于黑龙江商学院、商业部全国烹饪师培训班等许多场合的讲题内容。之后以《试论中国饮食史上的层次性结构》的题目刊出在《商业研究》1987年第5期,该文后又收入《中国饮食史论》(黑龙江科学技术出版社1990年版)。应当指出的是,笔者的这一理论也如同其他许多创见一样,曾屡屡被当今学界的一些教授、博导们未加任何说明地大篇使用。时下媒体经常言及著作权与学风问题,为避免拙著的个别读者因读书未遍可能产生的误解,故而声明于此。

方面,存在着明显的差异。中国饮食史上的层次性结构即饮食文化层(简称“饮食层”),是指在中国饮食史上,由于人们的经济、政治、文化地位的不同,而自然形成的饮食生活的不同的社会层次。从饮食文化史的角度来看,这种层次性形成了一座等级层次的社会结构之塔,我们可以称其为“食者结构”之塔,或“饮食文化”之塔。

饮食文化层概念的提出,是针对中国饮食史上明显存在着的基本的等级差异的一种概说,不应当如所谓的阶级成分划分法那样地细密准确,因为饮食层次上的区别毕竟不是直接和简单的政治、经济地位上的差异,不能与社会等级成一全等的概念。我们这里只着眼于中国饮食史上封建社会阶段的一般情况,而不特指某一阶段,尽管饮食文化层的存在是阶级社会的一般历史现象。

中国封建制历史时代大致有以下五个基本的饮食文化层次:果腹层、小康层、富家层、贵族层、宫廷层,如图 3-1 所示:

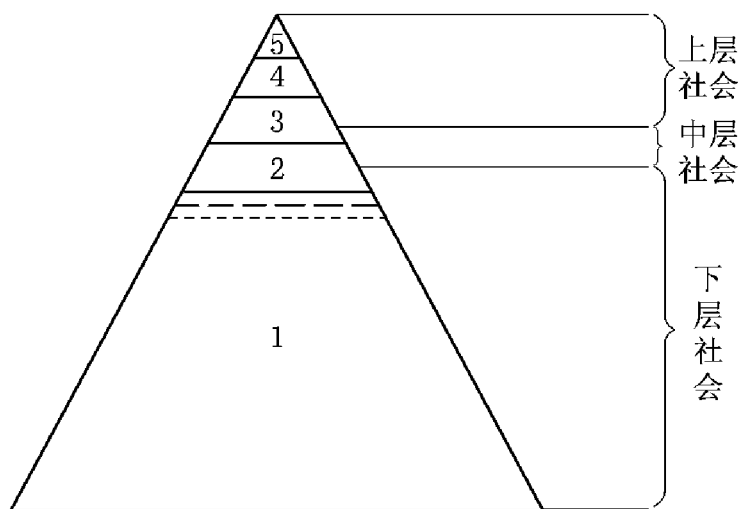


图 3-1 饮食文化层示意图

1. 果腹层 2. 小康层 3. 富家层 4. 贵族层 5. 宫廷层  
--- 文化创造线 ---- 果腹线

以上五个层次的确认,是着眼于中国饮食文化史上的社会性等级结构特点而粗略勾勒的。它不能用来直接和简单地确定历史上一定阶段



的具体个人的层次属性。它是社会基本特征的相对静态的概念。而社会的政治、经济因素,却总是处在变化发展的运动状态中。具体的个人,更有许多社会的和个人的因素决定着他的饮食生活的内容和水平,使他的饮食生活在时间和空间上一般难以长久地处于一个稳定的高度。

## (二) 各饮食文化层之间的关系

饮食文化的五个层次是一个有机的统一体,它们之间的关系大致可以归纳为以下五点:

第一,第一层次的存在,是其他四个层次存在的前提,而且是以第一层次食者群的无限广大和经常波动于果腹线上下为条件的。

第二,层次越高,食者群越小。

第三,一般说来,一个食者的社会经济、政治地位越高,他也就可能处于相应的较高层次上。

第四,一般说来,层次的高低,也就是饮食文化发展系列上的高低,愈高的层次,则愈能更多地反映饮食文化的文化特征。

第五,各层次间交互影响,高层次的辐射作用要大于低层次对高层次的影响。

中国饮食文化之花的根系虽然吸摄着下层社会的营养,但其艳卉却大都繁放在上层。无论是烹调技艺的不断提高,还是肴馔制作的成就,无论是开风导俗,还是创立风格,以至民族总体风格的形成,上层社会饮食文化层的历史作用都是不容低估的。上层社会特有的经济上、政治上和文化上的优势,既赋予较高层次食者群以优越的饮食生活,同时也赋予这些层次以特殊的文化创造力量。中国饮食文化的发展,主要是在上流社会饮食层不断再创造的过程中实现的〔1〕。

---

〔1〕 笔者一向主张中国存在着两部饮食史(整个人类文明进化史亦如此)的观点,参见拙文《关于中国饮食文化研究的几个问题》,载《学术界》1994年第5期。

## 二、饮食文化层的历史概况

### (一) 果腹层饮食文化

#### 1. 果腹层的构成及基本特点

“果腹”，仅仅吃饱肚子之义。柳宗元(773~819)有所谓“充噍果腹兮，骄傲欢欣”之语〔1〕。果腹层由广大最底层民众构成，其中以占民族全部人口绝大多数的农民为主体，也包括城镇贫民及其他贫困者。果腹层是历史上中国社会的基础层次，是反映历史上中国人即民族生活基本水平的层次。这个基本水准是经常在“果腹线”上下波动的。所谓“果腹线”，是指在自给自足自然经济条件下，生产(一般表现为简单再生产)和延续劳动力所必需量质食物的最起码社会性极限标准。他们的饮食生活，在很大程度上属于一种纯生理活动，果腹为度是其基本特征，还谈不上有多少文化“创造”，更多地是文化的维系，是原始的凝固与迟滞。因为饮食文化的创造，在很大意义上说来，是个细加工和“推陈出新”的再创造的性质和过程。创造是一种文化的增值，是质的突破，而非仅是量的增殖。饮食文化的增值是受制于一定的物质和社会条件的，这个条件就是“饮食文化创造线”。文化创造线位于果腹线之上，即居于果腹层与小康层的分界线与果腹线之间。所谓“饮食文化创造线”，应当理解为是位于果腹线之上的相对稳定的饮食生活社会性标准。只有长期相对稳定地超出果腹性纯生理活动线之上的饮食生活社会性水准，才能使文化创造具有充分保证。

作为民族饮食的基本群体，作为饮食文化之塔的基层，果腹层是最少“文化特征”的一个文化层次。这一层次的创造，多为自在的偶

〔1〕 唐·柳宗元《憎王孙文》，《柳河东集》卷十七。

发行为,往往处于初步的和粗糙的“原始阶段”。

## 2. 乡村农民的饮食生活

占全社会人口主体的广大农民是构成果腹层的重心和主要成分。这些居于社会最底层的村野之民既是整个民族饮食文化创造、发展的基础物质提供者,同时也是民族饮食主体风格的主要承载者。历史上乡村农民的饮食生活总体上表现为粗陋和无奈,主要有以下几个特点:

(1) 自给不足的单调食料。“自给自足”是中国历史上小农园田自然经济的生产方式和生活方式,但并不简单等于在这种方式下生活者的生存状态或生活水平。事实上,果腹层大众的基本食料在历史上经常是处于“青黄不接”、“朝不保夕”、“捉襟见肘”状态的。历史文献中极其频繁出现的那些诸如“食不果腹”、“满脸菜色”、“饥肠辘辘”、“吃了上顿没下顿”,甚至完全“断炊”、“揭不开锅”等不可胜计的一类食事艰难的词语,都是果腹层大众生活真实的写照。“自给不足”恰是中国历史上果腹层大众食事生活状态的最恰当不过的表述。中国广大农民长期处在分散、孤立的自给自足园田经济的自然环境之中,如春秋时期著名思想家老聃(约前 580~约前 500)所言:“鸡犬之声相闻,民至老死不相往来。”〔1〕这种只知日出而作,日入而息,几乎不知世事更迭的封闭的乡村生活,在中国历史上保持了长达数千年之久。贫苦农民的饮食是单调简陋的,虽然也不失清新自然的一面。主食原料来自自己的,很多情况下是佃耕他人的土地上出产的粮食品种;房前屋后等少得可怜的零碎边角土地上自种的菜蔬,以及野生采集的可食植物,再加上微不足量的畜禽饲养所提供的肉蛋食料,这一切就构成了中国历史上庶民大众的膳食结构。有限的土地,低微的亩产与软弱的生产能力,沉重的租赋税役负担,使得中国历史

〔1〕《老子·第八十章》,中华书局 1954 年《诸子集成》本。

上的广大农民即便是在正常年景,也是三餐难继,朝不保夕〔1〕。

(2) 粗糙简陋的饮食。村民的饮食是清苦的,仅果腹充饥而已。小国寡民,恬然自乐,那是风调雨顺之年,一帆风顺之家;倘若年景不佳,家有变故则常“为无米之炊”。史书记载,每逢水旱大灾,因饥饿而死亡的,十有八九是村野之民。这应当是中国历史上每每揭竿而起者主体均是农民的根源所在。从整个封建社会村民的食品结构上看,基本上是“盐菹淡饭,糠菜半年粮”。自种的五谷是他们的主要食物原料,很少有可供自食的肉类,因为有限饲料勉强喂养的数量有限的畜禽,主要用途并不是自食,而是用于缴税赋、换盐、购农具等必需的支出。所谓“种田的饿肚肠,卖盐的喝淡汤”,生产者并不是第一消费者,这是历史上中国食物原料生产者的食生活基本状态。三餐保证“脱粟”,是庶民百姓梦寐以求的主食料可能达到的最佳状态了。“一盂饭、一瓯羹、些许酱菜而已”,是寻常百姓家一日三餐的例行公事。而所谓“羹”,也绝非贵族等级从“太羹”到各种畜禽之羹的肉羹,通常也只是“藜藿之羹”或“豆羹”而已。这个“豆羹”,是最粗鄙低廉的食物,一如孟子所说:“箪食壶浆,得之则生,弗得则死。”〔2〕此外就是一两品醢、醢以及最简单的腌渍菜了。果腹层大众的日常食料,一般都是来自于各自的直接农事,并以一定数量的采集、渔猎食品作为补充和调剂。因此,他们的饮食生活基本上属于一种纯生理活动,还不具备充分体现饮食生活的文化、艺术、思想和哲学特征的物质和精神条件,缺乏对饮食文化的深层次创造,粗糙简陋是其基本风格。果腹层成员家中的饮食事务,通常都是由女主人——户主之妻辛苦操持的。因为女主人的主要责任是肩负一家人的吃饭大事,故又有

〔1〕 赵荣光《略谈中国饮食史上的素食、素食主义、素食文化圈及其相关问题》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版;赵荣光《中国古代庶民饮食生活》,商务印书馆国际有限公司1997年版。

〔2〕 《孟子·梁惠王下》卷二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

了“烧饭的”、“锅台转”等准确表明身份地位的称谓。

(3) “农家乐”的状态与心态。“农家乐”,是中国历史上富贵家族和仕宦之门中人眼中所见的农民经年劳作、平淡无奇生活的一面。富贵人眼里见到的是劳苦大众的“民之质矣,日用饮食”,他们的随遇而安、不怀奢望、不患果腹御寒之外的得失,这样一种坚韧与麻木融合的“安”和“乐”曾一再引起了“食日万钱,犹曰无下箸处”的富贵阶级的关注和仕宦知识阶层的感慨。历史主义地考察问题,应当说“农家乐”也的确是中国历史上以农民为主体的庶民大众群体性的食生活状态和人生心态。这个代表民族人口百分之八十以上数量的社会族群,从代代相因的现实深知“果腹”是自身永远无法超越的命运,于是他们就视“日图三餐,夜图一宿”为人生的目标〔1〕。而一旦拥有了相当一段时间这样的生活,“欣慰”和“满足”的“幸福感”就会充满心间,溢于颜色。唐诗对农人社日欢乐聚宴有如下描述:“鹅湖山下稻粱肥,豚栅鸡栖半掩扉。桑柘影斜春社散,家家扶得醉人归。”〔2〕辛劳一年到头,果腹层的民众也会醇情地为难得的果腹生活而欢乐。诚如陆游诗句所云“莫笑农家腊酒浑,丰年留客足鸡豚。”〔3〕开怀畅饮农家乡醪,舒心大嚼村煮鸡豚,酒酣腹膨之际,畅话桑麻得失、躬耕艰辛、世事人生,其中的无穷酸辛苦涩,忧喜交杂,“农家乐”的趣味显然不是局外的旁观者所能够深刻体会的。

## (二) 小康层饮食文化

### 1. 小康层的构成及基本特点

“小康”,其义有二:一指家庭无衣食之虞,虽无多少积蓄但尚可

〔1〕 朱雨尊编《民间谚语全集》,上海书店1990年版。

〔2〕 唐·王驾《社日》,《全唐诗》卷六九〇,中华书局1960年版。作者一作张演;“栖”一作“埭”,“半”一作“对”;鹅湖山在今江西铅山县北稍东十五里。

〔3〕 陆游《游山西村》,《剑南诗稿》卷一,上海古籍出版社1985年版。

安然度日。宋人洪迈所谓：“然久困于穷，冀以小康。”〔1〕其二指中国历史上小农自然经济社会思想家理想的社会发展经济政治状态：“天下为家，各亲其亲，各子其子，货力为己，大人世及以为礼，……禹、汤、文、武、成王、周公，由此其选也。此六君子者，未有不谨于礼者也。以著其义，以考其信，著有过，刑仁讲让，示民有常。如有不由此者，在执者去，众以为殃，是谓小康。”〔2〕小康层大体上由城镇中的一般市民、农村中的中小地主、下级胥吏，以及经济、政治地位相应的其他民众所构成。

这个层次里的成员，一般情况下能有温饱的生活，或经济条件还要好些。他们的饮食构成要比果腹层的人们丰富，既可在年节喜庆时将饮食置办得丰盛和讲究一点，也可在日常生活中经常“改善”和调剂，已经有了较多的文化色彩。

## 2. 普通市民的饮食生活

城镇普通市民是小康层的重要社会构成族群，是小康层的典型代表，其饮食总体风格表现为简陋平俗。

（1）食品质朴自然。从整体上看，市民生活上只是略有盈余，日常生活仍需精打细算，逢年过节可“铺张”一点，重大喜庆或可“隆重”一些，偶尔也可“打牙祭”略微改善调剂一下。所选食品原料多是大路货，有的只是也只能是平常人过平常日子的平凡、实在和朴素。普通市民之家都是家庭主妇主持中馈，食品多是积习循俗，怎么好吃怎么做，家常味浓，所谓“妈妈味”是其生动真实写照。

（2）食品制作简便易行。与农村缓慢的生活节奏相比，城市生活的节奏要快得多，因此，城市普通居民的饮食既不像贵族之家那样精雕细琢讲究吃的“艺术”，也不同于村民饮食那般过于随从四季农

〔1〕 宋·洪迈《夷坚支甲·五郎君》卷一，中华书局1981年版。

〔2〕 《礼记正义·礼运第九》卷二一，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

时时间概念的“随早就晚”，随劳务需要地应对。食品制作的基本特点是快捷方便，城市生存机制决定了市民族群饮食的节奏感，每日食制的时间观念较强。

### 3. 市民饮食文化层的作用

市民饮食生活与乡村社会有更多的联系，乡村社会的饮食主要经过市民阶层的作用而逐渐城市化。从物化形态上看，一般是将食品的形状由大改小，分量由多化少，质量由粗变精，花色品种由单调到繁多。如普通的猪肉、鸡肉，农家往往只能制作成为数不多的品种，而在城市里却变化出较多的花色品种，食品的风味也得到了进一步改善。当然，饮食文化的影响是双向的，一方面是饮食由下而上的文化攀升，另一方面是向下运动的辐射。上层社会的饮食文化也往往会流布于市井之中，通过市民将其通俗化、平民化，又流传普及到庶民大众的饮食生活中。市民在饮食文化的上下运动中充当着“二传手”的作用。

## (三) 富家层饮食文化

### 1. 富家层的构成及基本特点

富家层大体上由中等仕宦、富商和其他殷富之家构成。历史上以“食客”名世的人物，大多集中在这一层次和第四层次。许多美食家、饮食理论家，也大多产生于这一层次或附属于这一层次和第四层次。

这一层次的成员有明显的经济、政治、文化上的优势，有较充足的条件去讲究吃喝。这一层次成员的家庭饮食生活，一般都由家厨或役仆专司，其中有些则能形成传统的风格。在整个社会饮食生活的层次性结构中，这一层次占有很重要的位置，在社会风气的演变上起着不可忽视的联结和沟通上下层次的作用。仕宦的特权（大多为地方守令、衙司权要）和优游，富商大贾的奢侈贪欲，文士的风雅猎奇

等,赋予这一层次以突出的文化色彩。此外,历史上那些名楼贵馆,大体上也是服务于这一层次及第四层次的。中国历史上高层次的饮食文化审美实践与理论的“十美风格”,也产生于这一层次和第四层次,成为上层社会饮食文化的典型特征之一。

## 2. 士大夫的饮食生活

“士大夫”是指实现了“学而优则仕”的抱负而跻身于社会上层的知识分子群体,如《周礼·考工记序》所谓:“坐而论道,谓之王公;作而行之,谓之士大夫;审曲面执,以飭五材,以辨民器,谓之百工。”在中国历史上,士大夫一般是指有名分官职的管理者成员或有相当声望、地位的知识分子所构成的社会族群。士大夫的饮食生活,从总体上看大致可以说是属于富家层饮食文化的结构之一,其社会群体的食文化特征是物质上的享乐倾向与精神层面上的文雅色彩。

(1) 从倾心关注外部世界到讲究饮食艺术。秦汉以后,中国的士大夫阶层的社会结构开始了由贵族沿袭向社会精英组合的历史性转变,到了隋唐以后,随着庶族出身的知识分子大批量地走上政治舞台,这个词便逐渐成为一般知识分子的代称。自汉武帝“独尊儒术”之后,儒学和儒家思想逐渐成为整个社会的主导意识形态与民族历史主流思想。儒家一向积极入世,“以天下为己任”,以“修身、齐家、治国、平天下”为人生准则。所以,中国的士大夫们多注重学识,以至“皓首穷经”,“学而优则仕”是他们为国、为民、为家、为个人理想的基本追求。他们的目光关注的是国家大事和个人的修身操守,文化传统和时论导向不允许他们在个人生活领域和物欲层面过多关照,否则便会被认为德行有亏,会受到舆论时议的批评。士大夫阶层这种不大关注个人饮食生活的习性,大致一直延续到唐代。即便是在可以脱略形骸,放纵情怀的欢宴场合,他们更倾心的仍是志向抱负和经济学问,而非饮食本身的美学审视。如李白的“烹羊宰牛且为乐,会



须一饮三百杯”〔1〕，杜甫的“酒肉如山又一时，初筵哀丝动豪竹”〔2〕，应当说他们的饮食生活仍然是比较粗糙的，情感的豪放远在膳品的精细之上。虽然中唐以后士人开始向往闲适的生活，但大多数士大夫依然希冀建功立业，还不可能以更多的志趣关照日常生活艺术。

宋以后士大夫的生活态度发生了明显变化。随着读书人的日益增多，越来越多的士人无法跻身社会管理者队伍，上流社会的门槛对越来越多的寒庶出身的读书人不断增高。加之国家山河破碎，当国柄政者不思进取、耽于安逸，报国无门的情绪开始笼罩在许多士人的心头。自宋以后，士大夫作为整个群体来说，已经没有了唐代士大夫踔厉风发的外向精神和放逸不拘的思想气魄。他们关注的是自己内心世界的谐调，往往将精力专注于生活的支节，以此寄托其用行舍藏的政治态度和旷荡超脱的人生理想，饮食生活也变成了士大夫的热门话题。继之而起的蒙元帝国（1271~1368）统治集团对汉族的歧视和对汉族知识分子的不信任，更进一步加重了知识分子对统治集团疏远的社会性心态趋势，既往热衷于政治仕途之心开始转向于思想和实际人生。特别是清代近三个世纪的统治，满族作为战胜族群，最大限度地攫取社会财富以满足消费享乐的需求，汉族社会为此承受了前所未有的经济与精神压力，汉族知识分子的入仕之途大半被满族垄断，再加上帝国中枢对汉族士子一贯的疑忌提防、打击迫害，读书人的“去政治”与离心倾向尤趋严重。许多薄有资产的仕宦书香之家也是艰于食、困于世，如明清之际出身于官僚地主、书香门第的唐甄（1630~1704）所说：“唐子有治长泾之田三十亩，谢庄之田十亩。佃入四十一石，下田也。赋十五，加耗，加斛及诸费又一焉，为二十三

〔1〕《将进酒》，《李太白全集》卷三，中华书局1957年版。

〔2〕《醉为马坠诸公携酒相看》，《全唐诗》卷二二二。

石。大熟则余十八石,可为六口半年之用;半熟则尽税无余;岁凶则典物以纳。尝通七岁计之,赋一百五十四石,丰凶相半,佃之所获不足于赋,典物以益之者六斛,而典息不与焉。于是有田而无食,且有害于食,将及于冻馁矣。”“其在于今,斗食小官,皆出于朝廷选授,虽有贤能,不得为也。”〔1〕

与唐甄约略同时的另一个身世相同的姚廷遴亦有相同的经历与感受:“康熙三十二年……天气大旱,稻苗俱死,豆亦枯槁,直至护塘,赤地几百里,河水干涸,舡只不通。诸物皆贵,即如米价向来八钱,今则一两二钱;豆价五钱半者忽涨至八钱半。……不独秋收罄尽,即园蔬亦被淹浸一空,欲求小菜而不可得,即野菜亦无寻处。……所以东乡百姓穷民,俱赶纱布,以御荒年。食物件件俱贱:白米每石九钱五分,花价每斤一分六厘,鲜肉每斤二分三厘,咸肉每斤二分五厘,烛每斤五分,糖每斤二分,笋干每斤三分,果品俱贱极。……往周镇买年货而归,据云各色店铺极其清闲,无人买年货,则知民穷财尽矣。”〔2〕“明季现任官府,用云缎为圆领。士大夫在家,亦有穿云缎袍者。公子生员辈,只穿绫绸纱罗。今不论下贱,凡有钱者任其华美,云缎外套,遍地穿矣,此又衣服之一变也。又如食用,明季请客,两人合一桌,碗碟不甚大,虽至甘品,而肴馔有限,即有碗上丰盛者,而两人所用亦有限。至顺治七、八年,忽有冰盘宋碗,每碗可容鱼肉二斤,丰盛华美,故以四人合一桌。康熙年间,又翻出宫碗洋盘,仍旧四人合一桌,较之冰盘宋碗为省。二十年后,又有五簋碗出,其式比前宋碗略大,又加深广,纳肴甚多,可谓丰极……”〔3〕于是,文人关心自然物欲人生、讲究饮食艺术的风气更加高涨,一些士大夫则把饮

〔1〕 明清之际·唐甄《潜书》上篇下“食难”,四川人民出版社1984年版。

〔2〕 明清之际·姚廷遴《历年记》,上海人民出版社1982年版,第144~147页。

〔3〕 姚廷遴《记事拾遗》,上海人民出版社1982年版,第162~168页。

食生活搞得十分艺术化,超过了以往的任何时代,形成了有别于贵族和小康之家的士大夫饮食文化。

(2) 讲究俭德节欲,追求修身齐家。“重民食、轻己食”是自孔孟以来就明确树立的中国知识分子的食事理念与原则。他们把超过养生所需之上的口腹嗜好视为人的低级生理之欲,是“小人”的“养小”行为〔1〕。因而,崇尚日常饮食生活的简约,并以此作为清正门风、高尚道德的修养标的。“奢则不孙,简则固;与其不孙也,宁固。”〔2〕孔子的这一观点成了春秋时代以后中国历史上两千多年来知识群体传之一脉的主流人生理念,当然还不仅仅是知识群体的理念〔3〕。著名的《颜氏家训》就明确将这一理念定为治家规范,“勤俭持家”成了其后中国历史上传世“家训”的范本条例内容:“生民之本,要当稼穡而食,桑麻以衣。蔬果之畜,园场之所产;鸡豚之善,埘圈之所生。爰及栋宇器械,樵苏脂烛,莫非种植之物也。至能守其业者,闭门而为生之具以足,但家无盐井耳。”〔4〕“唯在少欲知足,为立涯限”;“人生衣趣以覆寒露,食趣以塞饥乏。”〔5〕这种重修身、节饮食的人生态度,事实上已经是士大夫食事观念的主流意识,因而有传世俗谚记录:“多吃无滋味,多话不值钱。”〔6〕

(3) 以养生福口为本,关注饮食格调情趣。北宋神宗末年的时候,潞国公平章文彦博(1006~1097)退休,行前君臣有一段寓意深刻的对话,史载:“元丰(1078~1085)末,文潞公致仕归洛,入对,时年几八十矣。神宗见其康强,问‘卿摄生亦有道乎?’潞公对‘无他,臣但能

〔1〕 《孟子·告子章句上》卷十一。

〔2〕 《论语·述而》卷七,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕 赵荣光《孔孟食道与中国饮食文化》,载《中国饮食文化研究》,东方美食出版社(香港)2003年版。

〔4〕 北齐·颜之推《颜氏家训》卷一“治家第五”,上海古籍出版社1980年版。

〔5〕 北齐·颜之推《颜氏家训》卷五“止足第十三”。

〔6〕 朱雨尊编《民间谚语全集》,上海书店1990年版。

任意自适,不以外物伤和气,不敢做过当事,酌中恰好即止。’上以为名言。”〔1〕文彦博“任将相五十年,名闻四夷”而能够享年九十二岁〔2〕,在一千年前的中国封建社会历史上也算得上是罕见的“人瑞”了。他的这番话,其实可以概括为饮食养生的“中庸之道”。北宋另一个大臣苏易简(958~996)的故事可为另一例证:“太宗问苏易简曰:‘食品称珍,何者为最?’对曰:‘食无定味,适口者珍。’”〔3〕在封建制的中国历史上,士大夫阶层一般成员的社会地位、生活水平与贵族阶层相比,无疑是距离颇大的食生活社会层面。但他们一般是有文化修养、有闲和有钱的消费群体,他们中的大多数成员是衣食不愁、有精力和时间研究生活艺术的,既有条件讲究吃喝,同时也有敏锐的审美思维研究饮食。因此,士大夫是中国历史上饮食文化探索与艺术创建的主群体。事实也正是如此,只有当中国士大夫阶层的精力和视线倾注于饮食生活之后,中华民族的饮食文化才突显出了鲜明的艺术表现力和深刻的思想底蕴。

士大夫的饮食讲究质、香、色、形、器、味、适、序、境、趣的和谐统一,他们讲究食料与食品的先天美质,追求诱人的香味、悦目的色彩、鲜美的味道、美观的形态、精美的器具、文雅的名称、舒适的口感、井然的秩序、优雅怡情的环境以及愉悦的趣味和高雅的情调。注重实惠、美味、情调和文化氛围,反对奢侈和过分的富贵气,体现出鲜明的清新淡雅之美。这些在诸如陆羽(733~804)、苏轼(1036~1101)、黄庭坚(1045~1105)、陆游(1125~1210)、林洪、陈达叟、倪瓚(1301~1374)、高濂(约1573年前后在世)、陈继儒(1558~1639)、李渔(1611~1676)、张英(1637~1708)、袁枚(1716~1797)等士人的饮食实践和

---

〔1〕 宋·叶梦得《石林燕语》卷三,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔2〕 元·脱脱等《宋史·文彦博传》卷三·三,中华书局出版社1977年版。

〔3〕 元·陶宗仪《说郛》卷七四上《冰壶珍》,《四库全书·子部十·杂家类五》。

著述中均有所反映。中国历史上饮食文化审美的“十美风格”主要便是在士大夫阶层饮食生活圈中,并主要是由他们的活动而形成的。

#### (四) 贵族层饮食文化

##### 1. 贵族层的构成及基本特点

贵族层主要是由贵胄达官及家资丰饶的累世望族所组成。他们往往是权倾朝野的权贵,雄镇一方的封疆大吏或名闻遐迩、拥资巨万的社会成员。一批趋附行走在贵胄达官之门的高等食客,也附属于该层次。

贵族层的家庭饮食生活,往往是日日年节,筵宴相连,灯红酒绿无有绝期。府邸之中奴婢成群,直接服务于饮食生活的役仆十数人,甚至数十上百。厨作队伍组织健全、分工细密,独擅绝技的名师巧匠为其中坚。凭着经济上难以比拟的优势和政治上的超级力量,他们是灶上烹天煮海,席间布列千珍。史书上所谓“钟鸣鼎食”、“食前方丈”,指的便是这类“侯门”的饮食生活水平和气派。“五世长者知饮食”,主要指的是这一层次的人员。中国饮食文化的“十美风格”,主要形成于这一层次和第三层次。中国历史上贵族层这种独特的社会政治地位,决定了它在整个社会饮食文化结构中导向风俗的特殊作用。宋代时期有名的“四司六局”餐饮管理制度就出自当时的贵族之家,并广泛深刻地影响了这个社会:“官府贵家置四司六局,各有所掌,故筵席排当,凡事整齐,都下街市亦有之。当时人户,每遇礼席,以钱倩之,皆可办也。帐设司,专掌仰尘、缴壁、卓帏、搭席、帘幕、罽毼、屏风、绣额、书画、簇子之类。厨司,专管打料、批切、烹炮、下食、调和节次。茶酒司,专管宾客茶汤、暖荡筛酒、请坐咨席、开盏歇坐、揭席迎送、应干节次。台盘司,专管托盘、打送、斋擎、劝酒、出食、接盏等事。果子局,专管装簇、盘钉、看果、时果、准备劝酒。蜜煎局,专管糖蜜花果、咸酸劝酒之属。菜蔬局,专管瓯钉、菜蔬、糟藏之属。油烛局,专管灯火照耀、立台剪烛、壁灯烛笼、装香簇炭之类。香药局,

专管药碟、香球、火箱、香饼、听候索唤、诸般奇香及醒酒汤药之类。排办局，专管挂画、插花、扫洒、打渲、拭抹、供过之事。凡四司六局人，只应惯熟，便省宾主一半力。故常谚曰：‘烧香点茶，挂画插花，四般闲事，不讨戾家。’若其遗忘支节，皆是只应等人不学之过。只如结席喝犒，亦合依次等，先厨子，次茶酒，三乐人。”〔1〕

## 2. 衍圣公府的饮食生活

晋代的何曾父子、任恺、王济、王恺、羊琇及石崇之流，唐代的韦巨源、段文昌，宋代的蔡京、张俊，清代的和珅、满洲王爵权贵府第以及《红楼梦》中的荣、宁二府，均应是贵族层的代表。而最能反映这一层次特征的，莫过于“衍圣公府”的饮食了，历史悠久、气派浩大、礼仪严格、隆重尊贵是其典型的文化特征。

(1) 华筵广张的贵族气派。由于衍圣公府超越时空的“与国咸休”、“安富尊荣”之特殊地位，由于它同历代上自天子，下至王侯政要等权臣显贵的频繁迎来送往，使其饮食呈现出用料考究、技艺精湛、品类繁多、款式高贵、等级森严、礼仪庄重等超级富贵之气。原料来自天南海北，各类奇珍异料皆为所备。孔府拥有自己技艺精良的专职厨师队伍，从而为肴饌膳事的高水平、高规格提供了可靠的保证。衍圣公府筵宴常年不断，大致可分为祭祀宴、延宾宴和府宴三大类。

衍圣公府的祭祀具有国家政务性质，体现了服务于封建国家的责任和义务。其祭祀活动十分频繁，每年不下七八十次，因而祭祀宴在衍圣公府饮食生活中占有非常重要的地位，每逢各种名目的祭日，“多数都是大摆席数百桌”。基于孔子的神秘力量和神圣色彩、特殊的政治职能，各代权要显贵都成了“圣府”的宾客。孔府可谓门庭若市，高朋满座。在接待各路宾朋时，显贵宾客多用“燕菜席”，上等宾

〔1〕 南宋·耐得翁《都城纪胜》“四司六局”，中国商业出版社1982年版；又见孟元老《东京梦华录》卷四“筵会假赁”，中华书局1982年版。

客通行“鱼翅席”，普通宾客最高规格也可享用“海参席”。可见山珍海味构成了衍圣公府延宾膳食原料的基本结构与特征。府宴也是频频举行，有些府宴的气派还十分恢宏。七十七代衍圣公孔德成先生成婚之时，席面基本是上、中、下三等，贵宾是最著名的“九大件”，次之是常规的上品“三大件”，下等的则是“拾大碗”。实行的是三班厨作合办分治，内厨一次开十五桌，外厨一次开一百桌，因为来宾太多，筵席自上午一直开到午夜还没完。七十六代衍圣公孔令贻出丧之日，府内酒席就摆了一千六百桌，其气派令人叹为观止。

表 3-1 末代衍圣公时期衍圣公府主要筵宴类型

种类	祭祀类别	祭祀时间、对象	筵宴主要特点
祭祀宴	大祭 (大丁)	每年春夏秋冬的丁口举行	① 有严格的规制礼仪，气氛庄严肃穆 ② 具有“孝”、“道义”的表征 ③ 规格多样，如燕菜全席供、翅子鱼骨供、鱼翅四大件供、参供、十味供、九味供、五味供等
	仲丁	大丁后第十天	
	小祭	清明、端阳、中秋、除夕、六月初一、十月初一、生日、忌日	
	二十四祭	二十四节令 以上均为祭孔	
	明祭 卒祭	生日 衍圣公祭其前三代 忌日	
	大佛堂	祭孔府东路七十二位总神一~四十二、四十四~七十三代	
	慕恩堂	祭七十二代衍圣公孔宪培元配丁氏	
影 堂	祭列祖面像神主		
报本堂	祭孔府东路四十三代衍圣公“中兴祖”孔仁玉		
神 祭	神灵之祭(其他)		
种类	常见类别	筵宴服务对象	筵宴主要特点
延宾宴	显贵宾客上席	皇子、亲王、钦差、督抚等	通行燕菜席，最高档次为燕菜全席
	上等宾客中席	政府要员、社会名流等	通行鱼翅席
	普通宾客下席	普通客人	最高规格海参席，还有八味菜、六味菜等

(续表)

种类	常见类别	筵宴服务对象	筵宴主要特点
府	节令宴	家人	基本上反映的是家庭饮食生活特色
	寿庆宴	主要指太夫人、衍圣公及夫人(太太、妻妾)	体现“孝”、“养”主题,气氛隆重、热烈、喜悦、庄重
	婚庆宴	衍圣公、公子、小姐	喜庆热闹、规格宏大、礼仪冗繁
宴	丧宴	衍圣公、太夫人、夫人	体现“孝道”,食物丰富洁净,席面郑重而不热烈,注重诚敬哀悼
	居常宴	家人	较朴实,具家常风味
	属员等级宴	府内其他成员、近亲、各司职人员	差异较大,总体上较简朴

(2) 鲜明的私家风格。由于衍圣公府的世袭性,他的家庭生活具有超越时代的稳定性。这个历两千余年不衰的家族的饮食生活,在习惯、传统、系列上得以全面发展,并逐渐形成了鲜明的私家风格。

衍圣公府饮食风格的形成,水平的不断提高,除了上述政治、经济因素外,还与其独特的厨作制度等因素有关。圣府实行的是“因事而举、班头招募”制度,有内、外厨之分。府内的三班厨师一般都是父子相承,世代相袭,有的甚至绵续达十余代。大筵之期所需的大量厨作人员,则由班头招聘,事毕皆散。有了世代相传、技艺娴熟的世家府厨作基础,衍圣公府便有了稳定的厨作技术骨干队伍。世家府厨和临时招募制度的结合,既使圣府肴馔能保持风格的连续性,又能使衍圣公府厨作技术不封闭保守,始终充满活力。因为厨役使用主要是临时雇用而不是铁饭碗,故当其事者多能积极努力。每次大筵,如同“烹饪大赛”,各路高手云集,大大促进了孔府烹饪技术的提高。由于圣府采取三班轮做制度(每班值役十天,一月周而复始轮作一次),竞争性增强,使厨师们增强了责任感,因而对孔府烹调技艺始终维系



在高水平上而起到了激活作用。又因为圣府饮食是远离庙堂的民间式,因而也就有了更多的自由发展之可能。圣府既有条件讲究吃,又能随心所好,不拘一格,使其饮食生活和文化色彩更加鲜活。历史上的衍圣公府饮食,正因不断博取了百家之长而始终生机勃勃。

(3) 厚重的文化氛围。衍圣公府是孔子后裔嫡系长男的封爵府第。孔子是几千年来占中华民族思想主导地位的儒学的创始人,曲阜“阙里世家”更是弥漫着厚重的文化氛围。不论是为国家树立封建礼仪和楷模的需要,还是继承先哲孔子文化遗风的需要,衍圣公府都具有维护其文化传统和氛围的义不容辞的职责和义务。

比较官场的铺张、商贾的浮华、庶民的简朴等食者群类型的文化特点,衍圣公府的饮食生活显得更具传统文化色彩。这主要表现在:拥有如“礼食银质全席食器”、精瓷瓷具、华贵奇巧的餐桌椅等珍贵典雅的饮食器具;肴馔用料的珍贵上乘和制作的规范严格;衍圣公府大开筵阵时的组织调度达到了历史上私家宴事管理的最高水平;诗礼贵族“圣人之家”的豪华庄重气派,礼节规范的宴享服务,以及古朴高雅的环境,等等。凭借无与伦比的政治、经济、精神、文化优势,在特定的中国封建制历史条件下,衍圣公府饮食堪称中国古代贵族饮食文化的缩影,是中国古代饮食艺术的典型代表,是贵族饮食文化的活样板、活化石。

## (五) 宫廷层饮食文化

### 1. 宫廷层文化的基本特点

宫廷饮食文化层是中国饮食史上的最高文化层次,是以御膳为重心和代表的一个饮食文化层面,包括整个皇家禁苑中数以万计的庞大食者群的饮食生活,以及由国家膳食机构或以国家名义进行的饮食活动。

《诗经》中讲:“普天之下,莫非王土。率土之滨,莫非王臣。”〔1〕

〔1〕《毛诗正义·小雅·北山》卷十三,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

在中国封建社会中,国家就是帝王一家的天下,因此,帝王可以拥有不受抑限的物质享受。他们可以在全国范围内役使天下工匠,集聚天下美味,经过历朝历代的累积,到了清帝国时,无厌追求口腹之欲的爱新觉罗皇室更将中国历史上的宫廷饮食文化提升到登峰造极的鼎盛阶段。宫廷饮膳凭借御内最精美珍奇的上乘原料,运用当时最好的烹调条件,在悦目、福口、怡神、示尊、健身、益寿原则指导下,创造了无与伦比的精美肴馔,充分显示了中国饮食文化的科技水准和文化色彩,充分体现了帝王饮食富丽典雅而含蓄凝重,华贵尊荣而精细真实,程仪庄严而气势恢宏,外形美与内在美高度统一的风格,使饮食活动成了物质和精神、科学与艺术高度和谐统一的系统过程。正是由于宫廷层在中国历史上饮食文化社会生活中的这种独特的政治、精神、文化地位,其对社会各饮食文化层面具有以重射轻的特别作用。正如 13 世纪末学者研究南宋都城临安(杭州)饮食文化特征时所指出的:“杭城食店,多是效学京师人,开张亦效御厨体式,贵官家品件。”〔1〕这与当代社会餐饮业动辄以“清宫御膳”、“大人名食”相标榜张扬的时潮文化可以说是一脉相承的。

## 2. 宫廷饮食文化的发展概况

(1) 周王廷食制。有文字和器物可证的历史表明,商代国君们的饮食已开始具有了“钟鸣鼎食”、“食前方丈”的规模,但到了周代天子其食事制度才十分完备化。周代把天子的物质享受规格以法律形式固定下来,同时也以鼎的多少来象征宾客的身份、筵席的等级以及肴馔的丰简。据《周礼》记载,周朝宫廷的厨事队伍庞大,分工细密,大致有管理、烹饪、制作(加工)、供应、保健和服务六大类的基本分工。其中管理人员 264 人,烹饪人员 473 人,制作(加工)人员 666 人,供应人员 1 886 人,服务人员 170 人,共计 3 465 人。

〔1〕 吴自牧《梦粱录》卷十六,《四库全书·史部十一·地理类八》。

按《周礼》等典籍的记载,作为“天子”的王,他的一切行为都有政治性、权威性和神圣的色彩,都体现礼制。因此王的饮食,就不是一般意义的生理活动,而是一种尚礼的典范性政治活动。王(后、世子)的这种活动,由膳夫负责规划、执行。膳夫负责王所用的饭食、酒浆、牲肉、菜肴。一般原则是:

食用六谷:稌、黍、稷、粱、麦、苽;

膳用六牲:牛、羊、豕、犬、雁、鱼(或马、牛、羊、豕、犬、鸡);

饮用六清:水、浆、醴、醇(凉)、医、醕;

馐用品数:一百二十样;

酱物品数:一百二十瓮。

这些膳食肴品由掌烹饪制作的职司完成之后,再经食医“和”(调配)、膳夫“品尝食”,然后“王乃食”。食医的“和”,主要是掌握温度和搭配的标准:饭要像春天一样的温,羹要像夏天一样的热,酱要像秋天一样的凉,饮要像冬天一样的冷。膳夫的“品尝”,主要是把握火候适度和味道鲜美的原则。

王进食前,先要奏乐,接着是祭夫捧牲肺供祭(祭在尝之前)。王用膳完毕,音乐又起。这时,膳夫负责把王吃剩下的肴馔收到“造”——厨房中去。王一日三餐,每餐都要杀牲供馔,朝食最为隆重,要排列十二鼎:九牢鼎(牛、羊、豕、鱼、肠胃、腊、肤、鲜鱼、鲜腊)、三陪鼎(臠、肿、臠)。日中和夕食时,朝食所剩肴馔也由膳夫重新奉上。只有在大丧、大荒凶年、天灾地变、疫病流行、寇戎刑杀的非常时日才不杀牲。

王者之食,很重视季节性原则。春天用小羊小豕,以牛油烹制;夏天用干雉和干鱼,用犬膏烹制;秋天用小牛小麋鹿,用猪油烹制;冬天用鲜鱼及雁,以羊脂烹制。调味则坚持“春多酸、夏多苦、秋多辛、冬多咸”的原则,同时都配制成“滑甘”——加枣、饴、蜜和米粉、菜等。

在主副食的搭配上,也有具体的规定:“牛宜稌、羊宜黍、豕宜

稷、犬宜粱、雁宜麦、鱼宜菘”，认为只有这样才是“膳食之宜”的最佳标准〔1〕。

(2) 汉代宫廷饮食。秦始皇于公元前 221 年统一了六国，建立了中国历史上第一个大一统的专制主义中央集权的封建国家，并确立了皇帝至高无上的地位。但秦朝历史甚短(前 221~前 207)，仅有不足十五年，可资研究的史料不足。汉承秦制，宫中饮膳制度正如君主权威的更趋强化一样而更加等级森严。御膳的备办、传膳、进膳、用膳和赐食等都有一套严格的程序，不可紊乱；体现皇帝神圣的饮膳之制不可僭越。

汉宫中的主食仍为各种粮食，其中以麦的地位最高。汉代宫廷中面点的品种增多，大体上可分为汤饼、蒸饼、胡饼三大类。其中“汤饼”是煮饼、水溲饼、水引饼等的统称。水引饼是中国面条迄今所见最早的文献称谓。其制法是：将揉好的面剂制成长约 30 厘米如箸粗细的圆柱体，略浸于水中，然后用手拉成长约 70~80 厘米、宽约 0.5~1 厘米“薄如韭叶”的面条投入沸汤中煮熟〔2〕，这被认为是世界上最早的“面条”的记录。蒸饼是将面粉加水调匀，然后发酵，做成饼状蒸熟而成。胡饼是用炉——如今日流行于新疆等西北地区的馕坑——焙烤而成。

在副食方面，豆制品也被汉代皇室食用。由于石磨的普及，人们可将大豆做成豆腐及其他豆制品〔3〕。宫中尚重猪、狗、牛之肉，追求珍奇之食，诸如“猩猩之唇”、“獾獾之炙”(烧烤而成的獾

〔1〕 《周礼注疏·天官·食医》，清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔2〕 东汉·崔寔《四民月令》，《全上古三代秦汉三国六朝文·全后汉文》卷四七，中华书局 1958 年版；后魏·贾思勰《齐民要术》卷九“饼法第八十二”、“水引”，农业出版社 1982 年版。

〔3〕 赵荣光《中国传统膳食结构中的大豆与中国菽文化》，载《中国饮食文化研究》，东方美食出版社(香港)2003 年版。

肉)、“隼燕之翠”(燕尾肉)、“旄象之约”(旄牛之尾和象鼻肉)等。汉代的“五侯鲭”几乎成了后代美味的代名词。宫廷中水果琳琅满目,桃、枣、柑、橘、柿、枇杷、葡萄等“罗乎后宫,列乎北园”。汉武帝曾专门在南越兴建扶荔宫,种植香蕉、龙眼、荔枝和橄榄等热带和亚热带水果,用邮驿每年贡呈上来。张骞出使西域后,苜蓿、葡萄、石榴、胡桃、黄瓜、大蒜等西域水果蔬菜相继进入内地,引进宫廷膳食之中。

随着佛教传入及道教的兴起,佛教禁杀生、倡导素食的教理与道教轻身、长生和成仙的修炼追求形成了一套饮食条规,开始影响到宫廷食事和食尚。当然,更主要的还是民族传统的节俗,如春节饮椒柏酒、吃五辛盘,元宵节祭灶,寒食节食“寒具”——点心,端午节饮雄黄酒,中秋节祀土地神,七夕拜月,重阳节饮葡萄酒等等。

(3) 魏晋南北朝时期。魏晋南北朝是中国封建社会历史上大动荡、大分裂持续最久的时期。经历了军阀混战,三国鼎立,“十六国之乱”,整个中国成了一个大战场,一个搅拌机,一个大熔炉。连根拔起、秋风扫落叶式的狂飙战争和拉锯式的纠缠不解、绵延不绝的战斗交替发生,同时也促使各地各族人民的饮食文化熔于一炉,使宫廷饮食出现了“胡”汉交融的特点。

这一时期,面食的发酵技术应用更加普遍,宫廷中的面食种类日益丰富,其品种主要有白饼、烧饼、面片、包子、馒头、髓饼、煎饼、膏环、饺子、馄饨等〔1〕。

乳类、羊肉食品在宫廷中占有相当地位。汉民族传统的饮食习俗很少食用乳、乳制品及羊肉食品,但随着大批西北游牧民族迁居中原,以及中原地区畜牧业的发展,汉族人民的饮食习惯有所改变,并

〔1〕 后魏·贾思勰《齐民要术》卷九“饼法第八十二”。

直接影响到宫廷的饮食。据北魏人杨衒之著《洛阳伽蓝记》记载：北魏太和十八年(494)，南齐秘书丞王肃投奔到洛阳。王肃刚到北方时不食羊肉和酪浆等物。数年之后，在一次宫廷宴会上却吃了许多羊肉，饮了不少酪浆，说明汉人中的贵族官僚在饮食习惯上已逐渐接受了羊肉与奶酪〔1〕。

饮茶习俗开始在宫中形成。据《北堂书钞·茶篇》记载：“晋惠帝自荆还洛，有人持瓦盃承茶，夜莫上至尊，饮以为佳。”〔2〕三国时，东吴皇帝孙皓在宫中举行宴会时，赐茶给不会饮酒的大臣韦曜，以茶代酒〔3〕。南齐时，武帝萧赜遗诏中特嘱：“我灵上慎勿以牲为祭，唯设饼、茶饮、干饭、酒脯而已。”〔4〕虽然这表达的是齐武帝俭朴的遗愿，但茶居然成了祭奠皇帝亡灵的供品，可见宫中已有饮茶习惯。特别是梁武帝崇佛，以素食自励，饮茶之风在南朝更是盛行。《洛阳伽蓝记》也认为好“茗饮”之徒主要是南朝人，而北朝官场还以“漏卮”（即饮茶）讥讽南人饮茶〔5〕。

(4) 隋唐宋时期。一统、集权和强盛的帝国一般会给宫廷饮食创造极丰富的物质条件，而嗜欲的极权帝王，又往往将自己的食生活推向奢靡的极致。唐帝国宫廷的饮食，因其强盛的国力和开张的文化而具有明显的中外兼收、多族并蓄的特点。虽趋华丽（出现看席），但民族性更呈包容、丰富、活泼的特征。外来饮食最多的是“西域”食品，引入的有葡萄酒酿法，麩麩、饅饅、胡饼的制法，天竺（今印度）熬糖之法，以及尼婆罗（今尼泊尔）的菠薐、浑提葱等。唐代宫廷饮食文化还广泛地向西域、朝鲜半岛、日本等地传播，至今在许多周边地区

〔1〕 北魏·杨衒之《洛阳伽蓝记》卷三“报德寺”，《四库全书·史部十一·地理类七》。

〔2〕 唐·虞世南《北堂书钞·茶篇》引《四王起事》，中国书店1989年版。

〔3〕 晋·陈寿《三国志·吴书·韦曜传》卷六五，中华书局1982年版。

〔4〕 南朝·梁·萧子显《南齐书·武帝纪》卷三，中华书局1972年版。

〔5〕 北魏·杨衒之《洛阳伽蓝记》卷三“报德寺”。

仍留有文字记录和脍炙人口的美丽传说〔1〕。

宫中名食绚丽多彩。唐代皇室成员的主粮仍以麦、稻为主,间以各种杂粮,但稻米在唐代宫廷饮食生活中的地位有了显著的提高。饭食品种增多,较著名的有越国公碎金饭、御黄王母饭、青粳饭、清风饭、长生粥等。面条以及发酵面团、其他面团制品也增加了许多。名菜佳肴层出不穷,如驼峰炙、假燕菜、金齏玉脍、浑羊殁忽等。此时,宫廷饮食中还出现了“看食”。唐代诗人王维(701~760)晚年所居的辋川别墅有二十一胜景。后来,一个法名“梵正”的比丘尼,用酱肉、肉干、鱼鲈、酱瓜之类的冷食,将这二十一景在食盘上拼制出来,被称之为“辋川小样”,并在宫廷宴会中流传〔2〕。

大臣、皇室向皇帝献食盛行。献食,是历代宫廷常有的现象,献食之人有后妃、太子、亲王、公主、大臣、宗室等,以隋唐为盛。隋炀帝(569~618, 604~618 在位)幸江都,吴中进糟蟹、糖蟹,蟹壳上贴金缕龙凤花云。唐朝从中宗(656~710, 683~684、705~710 在位)开始,大臣拜官,依例要献食于天子,名曰“烧尾”。从韦巨源拜尚书令左仆射时为皇帝献“烧尾宴”的《食单》来看,其中有饭、粥、饅饅、馄饨、糕饼和粽子等饭食面点,也有鸡、鱼、鹅、猪、熊、牛等肉食,还有仙人膏、八仙盘、凤凰胎、金粟平髓、小天酥、过门香、卯羹等名肴。遇上喜庆之时还要上“礼食”。唐高宗(628~683, 649~683 在位)时,攻破高丽,文武大臣纷纷献食以贺。皇室献食也很盛行。唐玄宗(685~762, 712~756 在位)时,诸公主“相效进食”,皇帝委任宦官袁思艺为检校进食使,据目击者说,所进之食,“水陆珍馐,数千盘之费,盖中人十家之产”;进食时,通衢彩仗林立,数百人捧食而行,蔚为壮观。

〔1〕 《关于唐代制糖法的一点小考》,载季羨林《文化交流的轨迹——中华蔗糖史》,经济日报出版社1997年版。

〔2〕 赵荣光《中国历史上的女厨》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

遇上内廷宴会,后妃各进食饌。

唐代宫廷宴会种类较多,宴请蕃使、喜庆加冕、庆功、祝捷、重大节日等都要举行盛大宴会,如朝宴、樱桃宴等颇有影响。朝宴自先秦便有,但唐代的朝宴开创了一个新的时代,无论是仪礼的完善,还是酒食的丰盛,都是前所未有的。开元(713~741)时的朝宴一般是朝会贺毕举行的,大型宴会多在元旦、冬至大节时举行。另外还有较多的宴请大臣之会,如宣召大臣后的便宴就是较常见的一种。这种召对每日必有,朝参后于廊下赐食,称为“廊餐”。唐代基本上保持着这种制度,只是到了唐僖宗(862~888, 874~888 在位)时才改为每月初一朝参时赐食。敬宗(809~826, 824~826 在位)时为朔望二朝,后来在后唐(923~936)时又一变而为五日一“廊餐”。樱桃宴即进士曲江宴,曲江宴时正值暮春,樱桃刚熟,成为尝新食品,红红的樱桃增添了席间的喜庆气氛,故名。进士宴在各朝的名称不一样,它是隋唐以来科举选士的一个产物,是殿试后为文武两榜状元和进士举行的宴会,以及皇帝为特擢人才而举行的宴会。进士曲江宴始于唐中宗神龙(705~707)年间,一直延续到唐僖宗乾符(874~879)年间,历时一百七十多年,是唐代历时最长的游宴。皇帝常赐新进士游宴于曲江,有时还将自己喜爱吃的御膳美食赏赐给他们品尝,如僖宗、昭宗(867~904, 889~904 在位)曾赐新进士们每人一枚“红绫饼餤”,以示祝贺〔1〕。

宋代分为北宋、南宋两个阶段,宫廷饮食风格有明显的不同。北宋以“北食”为主,南宋以“南食”为主,此亦饮食文化区位差异使然。据《宋会要辑稿》所载:北宋时,御厨所用面和米的比例是二比一,说明皇室饮食是以面食为主的〔2〕。南宋时稻米的比重有所增加,据

〔1〕 宋·叶梦得《避暑录话》卷下,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔2〕 清·徐松《宋会要辑稿·方域四》卷二〇六五“御厨”,中华书局1957年版第八册。



《东京梦华录》、《都城纪胜》、《梦粱录》、《武林旧事》等史料性笔记记载,宋代的面食和点心可谓五光十色,种类繁多。

宋代皇室的饮食中,羊肉占有重要地位。北宋皇室的肉食消费,几乎全用羊肉,而不用猪肉,并且上升到作为宋朝“祖宗家法”之一的高度。宋朝南迁临安以后,仍以羊肉为皇室中主要肉食品。不过宫廷饮食中南食比重逐渐增大,其特点是水产品比例上升,特别是蟹饌,更是琳琅满目。

宋代宫廷宴会名目繁多,如“圣节”宴、“春宴”、“秋宴”、朝宴、庆功宴、喜庆宴等。宋代的圣节宴即万寿宴,为皇帝的寿宴。宋代每个皇帝几乎都有自己名称的生日宴。如太祖(927~976, 960~976在位)的“长春节”、太宗(939~997, 976~997在位)的“乾明节”、真宗(968~1022, 997~1022在位)的“承天节”、仁宗(1010~1063, 1022~1063在位)的“乾元节”等等。每逢皇帝生日宴时,就有百官依品秩高低在宰执的率领下向皇帝上寿之仪,皇帝则赐众臣酒,酒称“寿酒”。据《文献通考》记载,从圣节宴开始至结束,共有十九次乐舞。由于这种宴饮更多地在于饮,因而乐舞不绝,笙曲绵绵,并有各种杂技表演助兴,它要求的是一种和融共觴,共祈万寿如南山的气氛〔1〕。春宴与秋宴是宋代皇帝常常举行的升平之宴。春暖花开,万象更新,深居在高阙深宫之中的皇帝也一定想去呼吸一下清新的空气。而金秋时节,果实累累,对于以农立国的皇帝来说又是一个很好的庆贺机会。于是春、秋二宴应时而兴。宋太祖设此二宴,宋太宗时只设春宴,真宗时再设秋宴。景德二年(1005)以后多次整饬宴仪。熙宁元年(1068),曾重新规定了宴时入殿人数,如翰林司 178 人,御厨 600 人,内物料库 9 人,法酒库 16 人,内酒坊 8 人,并规定了负责茶、酒、食等部司。

〔1〕 元·马端临《文献通考·乐考》卷一四六“乐十九”,中华书局 1986 年版。

宋代宫廷饮食生活有一个显著特点,即宫内饮食常常取之于宫外的酒店、饮食店。阮阅《诗话总龟》记载,宋真宗派人到酒店沽酒大宴群臣。《邵氏闻见后录》记宋仁宗赐宴群臣也从汴京饮食店买来肴馔。宋高宗经常从临安饮食店中买肴馔自食,《枫窗小牋》说他曾派人到苏堤附近的鱼店买鱼羹,还常买“李婆婆杂菜羹、贺四酪面脏、三猪胡饼、戈家甜食”等。这同时也说明当时都城饮食业相当繁荣发达。

(5) 元明清时期。元明清是宫廷饮食文化的鼎盛时期,是少数民族饮食与汉族饮食的大融合阶段。自13世纪初叶起,成吉思汗(1155~1227, 1206~1227在位)崛起于大漠,在空前辽阔的版图上建立起蒙古帝国。1279年元世祖忽必烈(1215~1294, 1260~1294在位)灭南宋,中国第一次统一于一个草原游牧民族之下。元代宫廷饮食以蒙古、西域食风为主,融入了汉族饮食。元代饮膳太医忽思慧著《饮膳正要》所列元宫廷九十四种奇珍异馔中,除鲤鱼汤、炒狼汤、攒鸡、炒鹌鹑、盘兔、攒雁、猪头姜豉、攒牛蹄、马肚盘等约二十种以外,其他皆用羊肉或羊五脏制成。明代初年定都南京,皇室成员大多为皖人,宫廷原尚南味。明成祖朱棣(1360~1424, 1402~1424在位)迁都北京(1409)之初,因皇族、大臣、妃嫔多来自江南,习惯使然,许多南货由漕运至北方,宫廷饮食及习俗仍带有强烈的南国色彩。但毕竟宫廷在北方,加之受元代宫廷饮食的影响,不少原料出自北国,因此明代宫中也吃北人所喜食的羊肉,只是多在冬春两季。明宫饮食逐渐呈现出南北相兼、蒙汉两宜,但以北方和汉食为主体的特点。清宫饮食则受满族传统的影响,虽然羊肉仍是重要食料,但肉类中比重更高的是猪肉。“福肉”(清水煮白肉,祭毕食用)、“阿玛尊肉”、“糊白肉”都很有名,烤全猪更是清宫杰作。在烹调技法上,尤其喜用烧、煮、扒、熘之法。满族贵族入主中原后,很快就被内地丰厚的食料和璀璨夺目的汉族饮食艺术所征服。在明宫饮食文化的基础

上,满族传统迅速与中原文化融合,清代中叶时,宫廷饮食在原料和技法上已看不出多少满族的特征。“满族人口少,也没有特别的饮食。满族地位在汉族之上,是因为清朝的皇帝是满族出身。国家的重要地位都由满族占据,为尊重满族,当时习惯把满汉并列。”〔1〕

这一时期的宫廷饮食很注重时序性和节令食俗,一些民间食俗,特别是节令食俗逐渐在宫中流行并制度化。如饺子起源很早,本是典型的中原和汉族之食,明代时已有作为宫中春节食品的记载。明朝太监刘若愚的《明宫史》云:正月初一日,“早上五更起床后,饮椒柏酒,吃水点心,即‘扁食’”〔2〕。“水点心”(扁食)即水饺。清代又称饺子为“煮饽饽”,《燕京岁时记》云:元旦,“煮饽饽,暗中以金银小钁及宝石等藏之饽饽中,以卜顺利”〔3〕。这种吃法在宫内很时兴。又如,“不落夹”、“结缘豆”成为明清时期宫中在浴沸节的节令食品。据《明宫史》记载,初八日,宫中进“不落夹”。这种食物用苇叶包糯米成方形,蒸熟而食,味道与粽子一样。清朝已不再吃不落夹,而是吃结缘豆(或称“接缘豆”)。这种食物原在佛门流行,在僧侣中,很早就有此日煮盐豆,邀人至野外共食的习惯,称为“结缘”。再如,我国原无中秋吃月饼之俗,宋代时虽中秋已与“月饼”相联,但宫中当时尚未时兴中秋吃月饼之习。直至明代,中秋不仅是赏月佳期,而且还赋予了家人团圆的意义,月饼在宫中方盛行起来。清代宫中更重视中秋的团圆意义,还要设宴,这种筵宴称为“团圆宴”,分吃月饼,此饼称之为“团圆饼”。此外,腊八粥最早是寺院僧侣腊八日吃的一种粥。宋代民间已有吃腊八粥之习,只是宫内还未时兴。明代宫中始有食腊八粥的习尚。据《明宫史》载:“初八日吃腊八粥”,在此之前数日,即将红枣捶

〔1〕〔日〕田中静一《一衣曠水:中圃料理俗瘡》23 满汉全席と饮茶,柴田书店 1937 年版,第 235 页。

〔2〕明·刘若愚《明宫史·火集》,北京出版社 1963 年版。

〔3〕清·富察敦崇《燕京岁时记》,北京古籍出版社 1983 年版。

破,泡汤,至初八早,再加以粳米、白米、核桃仁、菱米等煮粥,“举家皆吃,或也互相馈送,夸精美也”。而且,每逢此日皇帝还赐百官果粥。

宫廷筵宴规模不断扩大,烹调技艺水平不断提高。特别是清代,宫廷筵宴达到了登峰造极的程度,万寿宴、圣宴、朝宴、传胪宴等均颇具规模,其中“千叟宴”场面尤其宏大,参加宴会者多达数千人。千叟宴在清代共举行过四次。首次在康熙五十二年(1713),于三月二十五日和二十七日两次大宴耆老,分别有3700余人和2600余人。乾隆帝(1711~1799,1735~1795在位)为庆贺自己即位五十周年和六十周年,也两度举行千叟宴,与宴者分别有3000多人。从参加宴会者的身份来看,有王公、大臣,还有许多身份较低之人。官民无禁,普天同庆,粉饰太平,享乐威福,是皇帝行此大宴的主要意图。千叟宴这样浩大的饮宴场面在中国历史上可以说是罕见的。

### 3. 清宫御膳的饮食文化特征

纵观历史,最能体现宫廷饮膳水平和极权文化特征的当推后来居上的清宫饮膳,而宫廷饮膳的代表莫过于御膳。因此,清宫御膳当是宫廷饮食之典型代表。具体讲,有以下一些主要文化特征:

(1) 华贵尊荣,气势恢宏。清宫御膳高居于中国社会饮食文化层次之塔的最顶端。皇帝进食不仅仅为填饱肚子,更重要的是为了体现至高无上的地位。宫廷层饮食者拥有庞大的机构和数以千计的执厨队伍,数量浩大的名贵食品和独一无二、不可比拟的宏大气势。其中拥有最大享用权的,自然是“天子”本人。御膳所用原料来自各地各类原料中的精品,不论是山珍海错,还是寻常之物,能进御厨房的无例外是其中的上品。清宫肴馔名称多带有明显的皇家气派、宫廷特征和喜庆吉祥色彩。皇帝的饮食富丽典雅而含蓄凝重,华贵尊荣而精细真实,不流于光艳轻浮,也没有华而不实的形式主义和唯美倾向,没有许多附加的点缀之物。皇帝正餐都是二十余道菜,有时加上太后所赐和后妃所献,则多达百余道,其皇家气势可见一斑。清宫最名贵的筵式

是“添安膳”，一般有肴馔二十四品左右，其中燕窝菜可多达七品，最奢侈的是一组四品大碗燕窝“字菜”。“添安膳”流行于慈禧太后时期，是清帝国同时也堪称中国历代封建统治者穷奢极侈膳食的典型代表。

(2) 礼制隆重，程序严格。清宫御膳严格循时，早膳为卯正至辰正(6~8时)，晚膳为午正至未正(12~14时)，早膳之前和晚膳之后尚有一次小食和便膳。从总体上看，清帝饮食比其他朝代刻板得多。饮食的数量和质量都有较严格规定，必须循例。御膳还表现为程仪庄严。皇帝是至高无上的，在严格的礼制下，皇帝是难以在饮食中获得物质与精神上的充分享受的。这样讲拥有天下的皇帝，看似悖理却又在情理之中。清代皇帝除个别时日外，皆单独进餐，享受不到饮馔之中的天伦之乐。即使召来后妃陪膳，因她们要谨遵君臣大礼，陪食时也谈不上什么趣味。以致有研究者认为：“可以说皇帝是没有自由的，他们一切都遵从祖宗的遗制，公式化地度过时光。”〔1〕在烹调上也不例外，许多菜多少年固定不变。所以，即使肴馔品种每日开出来总是洋洋大观，却让人觉得又是老一套，“食日万钱犹曰无下箸处”〔2〕，倒是颇能反映皇帝每天面对程序化御膳的心态。其饮餐具有浓重的“八股味”，革故创新的意思远不及官宦商贾之家和市井食肆。宫廷的规矩也不会允许厨师充分发挥其创造性才智。故大体可以说，富贵之家的规矩相对于皇室要松弛和简疏，美味菜品反而有更多可能被不断创新出来。

(3) 奢侈靡费，赏膳市恩。爱新觉罗政权皇帝的饮食是以奢靡无度著称的，如清帝国中叶时，内廷制度明确规定的皇太后每日膳食标准如下：

猪一口(盘肉用，重五十觔)、羊一只、鸡鸭各一只、新粳米二

〔1〕 爱新觉罗·浩《食在宫廷——中甸の宫廷料理》，日本学生社1996年版。

〔2〕 唐·房玄龄等《晋书·何曾传》卷三三，中华书局1974年版。

升、黄老米一升五合、高丽江米三升、粳米粉三斤、白面五斤、荞麦面一斤、麦子粉一斤、豌豆折三合、芝麻一合五勺、白糖二斤一两五钱、盆糖八两、蜂蜜八两、核桃仁四两、松仁二钱、枸杞四两、晒干枣十两、猪肉十二斤、香油三斤十两、鸡蛋二十个、面筋一斤八两、豆腐二斤、粉锅渣一斤、甜酱二斤十二两、清酱二两、醋五两、鲜菜十五斤、茄子二十个、王瓜二十条、白蜡七枝(内一枝重五两,三枝各重三两,三枝各重一两五钱)、黄蜡两枝(各重一两五钱)、羊油蜡二十枝(各重一两五钱)、羊油更蜡一枝(夏重五两,冬重十两)、红箩炭(夏二十觔、冬四十觔)、黑炭(夏四十觔、冬八十觔)。

皇后每日膳食标准:

猪肉十六斤(盘肉)、羊肉一盘、鸡鸭各一只、新粳米一升八合、黄老米一升三合五勺、高丽江米一升五合、粳米粉一斤八两、白面七斤八两、麦子粉八两、豌豆折三合、白糖一斤、盆糖四两、蜂蜜四两、核桃仁二两、松仁一钱、枸杞二两、晒干枣五两、猪肉九斤、猪油一斤、香油一斤六两、鸡蛋十个、面筋十二两、豆腐一斤八两、粉锅渣一斤、甜酱一斤六两五钱、清酱一两、醋二两五钱、鲜菜十五斤、茄子二十个、王瓜二十条、白蜡五枝(内一枝重三两,四枝各重一两五钱)、黄蜡四枝(各重一两五钱)、羊油蜡十枝(各重一两五钱)、羊油更蜡一枝(夏重五两,冬重十两)、红箩炭(夏十觔、冬二十觔)、黑炭(夏三十觔、冬六十觔)〔1〕。

帝国中叶自高宗弘历以后奢风更盛,乾隆皇帝本人就是一个穷奢极侈的饕餮之徒,如嘉庆四年(1799)正月初一日仅早膳一餐便铺张如下:

---

〔1〕 清·鄂尔泰、张廷玉《国朝宫史》卷十七经费·“日用”,北京古籍出版社1987年版。

辰正上……金昭玉粹进早膳,用海屋添筹有帙子矮桌摆:拉拉一品(大金盘)、燕窝烩糟鸭子热锅一品、燕窝挂炉鸭子挂炉肉野意热锅一品、燕窝鸭丝热锅一品、燕窝白鸭子一品、口蘑拆肉一品、托汤鸭子一品、□□□□□□一品(此四品青白玉碗)、清蒸鸭子鹿尾烧狍肉攒盘一品、羊乌叉一品、烧鹿肉一品、烩猪肉一品、鹿尾一品、蒸肥鸡一品(此五品金盘)、竹节卷小馒首一品、孙泥额芬白糕一品、年年糕一品(此三品珫琅盘)、清白玉无盖葵花盒小菜一品、珫琅碟小菜四品、咸肉一碟、随送有通宝煮饽饽一品四个(上交三阳开泰碗),……随送野鸡粥进一品、果子粥进些(汤膳碗三洋开泰珫琅碗,金碗盖,大膳单,大垫单);克食七桌、饽饽十五品一桌、盘肉九盘一桌、羊肉五方三桌(俱海屋添筹克食桌,上安金银器),上进毕,赏用〔1〕。

清宫御膳至慈禧皇太后时期则达到侈靡无加的地步,其典型代表即是“添安膳”的铺张,如光绪三十四年(1908)正月初一日德宗载湉早膳:

养心殿进早膳,用添漆花膳桌,摆:口蘑肥鸡、三鲜鸭子、五络鸡丝、木耳肘子、炖吊子、肉片炖白菜,后送豆秧氽银鱼、罐鸡汤、炒苜蓿膳、退(腿)羊酸菜锅子、瓦鸭青(清)蒸白菜、头羊肉片氽黄瓜、羊肉片氽冬瓜、英(樱)桃肉炖菠菜、鸭条熘脊髓、氽水晶丸子、熘鸭蛋、鸭丁溜(溜)头豆、肉丝煮炖茄子、溜(溜)鸭肤(腰)、奶子鸡蛋羔(当是“膏”字,以下改过)、炸春卷、肉丁花椒酱、肉片焖蒜苗、肉片焖扁(篇)豆、韭黄炒肉、青(清)蒸火腿、肉片焖冬笋、八宝果羹、酿山岳(药)、杏仁豆腐、炒咸食菠菜罐、辣菜熏香干、芥末撒(墩)白菜丁、炒豆芽、白煮鸭子豆腐汤、大馒首、枣糖羔(糕)、荞麦老鼠尾汤、老米膳、早稻粳米粥、早稻粳米

〔1〕 清宫膳档《宫中杂件·膳单》2227号。

膳、豆腐浆粥、煨米粥、果子粥，上进二碗老米膳、一碗粳米粥。上进添安早膳一桌、火锅二品：金银“喜”字奶猪、锅烧鸭子；大碗菜四品：燕窝“庆”字八仙鸭子、燕窝“贺”字三鲜鸭子、燕窝“新”字口蘑肥鸡、燕窝“年”字什锦鸡丝；怀碗菜四品：燕窝金银鸭条、荸荠蜜制火腿、什锦鱼翅、溜（熘）鸭腰；碟菜六品：燕窝拌熏鸡丝、榆蘑炒鸡片、肉丁果子酱、大炒肉炖玉兰片、炸八件、盖韭炒肉；片盘二品：挂炉猪、挂炉鸭子；饽饽四品：白糖油糕、苜蓿糕、苹果馒首、如意卷，燕窝八仙汤。酉正二刻，上进果桌一桌二十三品，赏总管首领、小太监等。

这一天，载湉晚膳亦同时有“添安膳”，且另进圣母皇太后一桌比其所用更多出“果桌一桌、中碗菜四品、碟菜二品、克食二桌、蒸克食四盘、炉克食四盘、猪肉四盘、羊肉四盘”标准的“添安早膳”。这一天，“圣母皇太后赐万岁爷早晚膳各一桌”，“皇后、瑾妃进万岁爷煮饽饽各二盒”，皇帝一人名下的各种膳桌膳品几近二百品之多。至于西太后那里，品数与规格更要大大超过皇帝的规模。清宫御膳之所以要这样纵情挥霍，除满足饕餮之欲外，还有虚张所谓“皇威至尊”的政治需要。皇太后、皇帝、皇后等中国人的“主子们”再大的胃口恐怕也吃不下如此庞大宴阵的百分之一，于是，所有的膳品都被赏赐掉了。这是爱新觉罗政权御膳文化的又一个政治功能，比如光绪皇帝这一天“添安早膳挂炉猪、挂炉鸭子、燕窝八仙汤赏总管喜禄、尹仪忠……添安晚膳挂炉猪、挂炉鸭子、燕窝三仙汤赏内殿首领张兴山、刘双福。添安早晚燕窝字菜赏总管首领、小太监等。……宴上鸡丝鸭条燕窝八仙汤、备用粥膳一分赏内殿总管喜禄……果桌一桌二十三品赏总管首领、小太监等……”〔1〕每日将铺张之膳的膳品赏赐给信臣近侍，是爱新觉罗主子市恩御人的手段。

〔1〕 清宫档案《宫中杂件·膳单》无帙号。



## (六) 满汉全席与清宫御膳

### 1. 满汉席的演变历程

中国的大陆、香港、澳门、台湾,甚至日本、新加坡等亚洲国家,自20世纪60年代以来,都相继出现过持续的“满汉全席”热。“满汉全席”四个字几乎家喻户晓,并被人们所津津乐道。但人们所晓和所道的,基本是道听途说,缺少信史资料和缺乏科学分析。现据目前已发现的史料将考证研究的结果归纳如下(见图3-2):

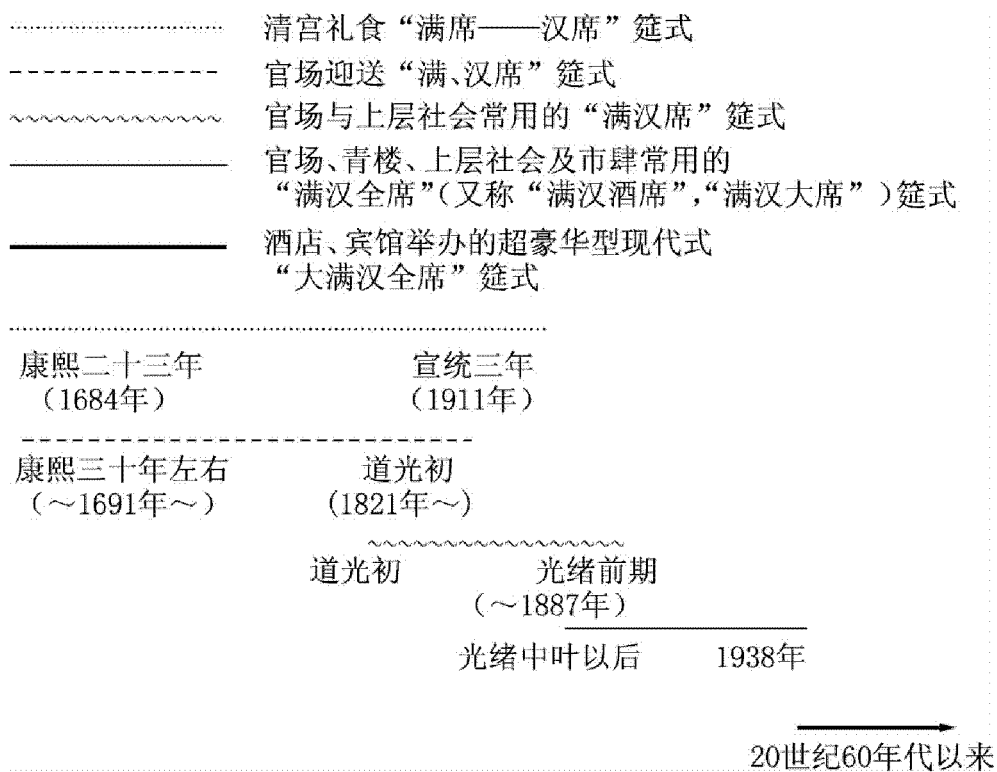


图 3-2 “满汉席”形态演变示意图(据目前发现的史料绘制)

如上图所示,“满席”、“汉席”最初是清帝国朝廷的礼食制度,定制于康熙二十三年(1684),并一直维系至清朝的完结。自朝廷定制之后,“满席—汉席”很快便成为官场迎送的礼宾之食,并一直延续到道光(1821~1850)中叶,于是出现了合璧的“满汉席”。光绪(1875~1908)中叶“满汉全席”之称见于文录,表明“满汉席”形态又有了进一

步扩张。其后,直至民国初年,“满汉全席”曾在市肆酒楼等餐饮高等消费场合流行约近三十年之久。迄今所见“满汉席”的最早史料,为上海人姚廷遴所著《续历年记》,文中叙述到“满、汉饭”(即满、汉席),时值康熙(1662~1722)年间,满席、汉席分列。〔1〕

乾隆(1736~1795)年间或嘉庆(1796~1820)初年,“满汉席”的形态演变,在江左一带尚属“满席”、“汉席”分式对应存在的阶段,并非已成合璧的筵式,还只是清宫两种分式制度在社会上的风闻托制,当然这托名的“满席”“汉席”在内容上已大大充实厚重于朝宴之制的礼食了。

道光(1821~1850)中叶已见合一的“满汉席”,它是由在社会上流行相当长时间的“满席”、“汉席”两类风格筵式(已非清宫中的原有格式标准)中的名贵和代表性肴馔组合而成的。目前我们见到的反映这种合一筵式的最早文字资料是陈退庵《莲花筏》、金安清《水窗春呖》和李劫人《旧帐》等史料。

光绪中叶以前,始出现“满汉全席”之称,它是比满汉合一的“满汉席”更为扩张奢华的席面,它始于清末、盛于民初,是同光年间颓世上层权贵阶级耽迷食色之糜烂风习的自然产物。至迟于光绪中叶已流行于京师、上海等大都市了。

“满汉全席”作为一种筵式的称谓,应当有相应的肴馔品目和不同于“满汉席”其他名称的结构特点。因此,在“满席”、“汉席”——“满汉席”——“满汉大席”——“满汉全席”这样一些不同的名目下,事实上应当存在一个品目不断增益的变化趋势和过程。

“满汉全席”的“全”字也不是一个固定的“度”的界限,它很可能是当时各大饭庄老板们为张大声势而鼓噪宣扬开来的。这个“全”字非但不是一个明确内涵的限定,相反却成了一个可以随意与无限扩张的夸大的修饰词,它是对“整席”格局的突破。各大饭庄相互竞争,

〔1〕 清·姚廷遴《续历年记》,上海人民出版社1982年,第148页。

你“全”我比你更“全”，这大概就是各地所谓“满汉全席”席单膳品内容与数目均不尽相同的根本原因所在。由此可见，“满汉全席”不是、

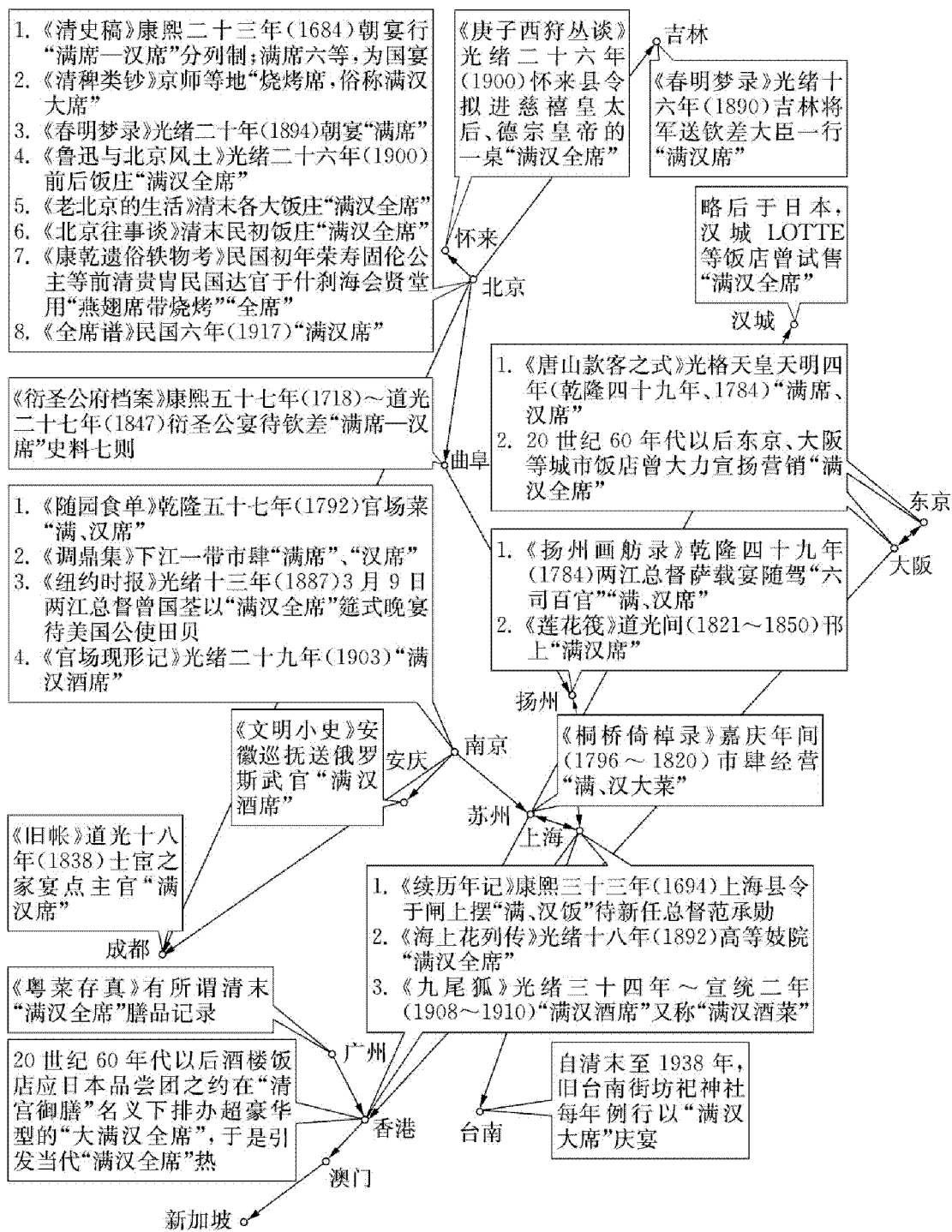


图 3-3 “满汉席”演变流布示意图(据目前发现的史料绘制)

也没有严格不易的划一格式；它没有成为、也无法成为一规范的筵式。

## 2. 满汉全席的蜕变

“满汉全席”既不是什么“清朝最高级的国宴”，也不是一般意义的“宫廷御膳”，但它与清宫饮食又是有关联的。

清末“满汉全席”称谓的出现，表明作为清代饮食史上特有的一种文化现象——满、汉饮食文化交流在二百多年的时间里走过了“满席—汉席”——满、汉两族文化比较存在；“满汉席”——满、汉两族文化渗透、结合；“满汉大席”——“满汉全席”——满、汉两族文化交融合一的历史过程。这种两个民族（事实上不仅是满汉两个民族，有清一代托名为“满”族的饮食文化实质是北方草地民族甚至是北方少数民族饮食文化的特定代表，“汉”族饮食文化则是中原甚至是整个长城以南汉民族饮食文化的泛称）饮食文化的交流融合，是在整个民族文化全面交流融合的总运动和系统过程中逐步实现的。饮食文化的交流只是这一文化总运动和系统过程的一个组成部分，“满汉席”的演变可以视为饮食文化交融过程的一个表征。

当然，“满汉全席”的演变过程并不是这个过程的完全意义的代表，因为它所反映的主要是上层或中上层社会的饮食文化演变。正因为如此，“满汉全席”才能在政治腐败、经济凋敝、灾难四布、民不聊生的清末得以迅速扩张、畸形繁荣起来。

有清一代，自“满席”、“汉席”分立直至“满汉全席”的出现，在膳品原料、数量和筵式规模规格上都已超过了清宫御膳。因为清宫御膳都有“节次照常”或“节庆常例”的规章或成例，有严格的“礼”的限制。但无论这种远离庙堂，不受宫禁之约的“满汉全席”如何铺张排场，却不可能在专一膳具、膳品特殊名目及食礼上仿效御膳，更不要说超过其上了。

但清季的“满汉席”或“满汉全席”膳品，却有相当数目与清宫御

膳相同或相似,如一向被视为满族习尚的“挂炉猪”、“挂炉鸭”、“乌叉”、“哈尔巴”、“汤羊肉”、“烧鹿尾”等,以及汉人大菜的燕窝、鱼翅、海参诸肴等主体菜肴基本上一致。这表明“满汉全席”对“清宫御膳”的确有仿制承袭的关系。显然,在否定了“满汉全席”是“清朝最高级的国宴”或“清宫御膳”之后忽视了这一点同样是不妥的。

民国初期,是“满汉全席”更趋张大、商业声誉更为响亮的时期,名目越搞越多,膳品愈变愈富,承办的楼店不断增多,名埠大邑争相竞办。由于封建等级礼法的突破,过去皇权制度下宫廷和皇帝的特别食礼,民国时代市肆商业社会和新权贵们开始竞相效仿。流传到现在(非近些年当代厨人编写)的一些通都大邑或重埠名城的“满汉全席”单,基本上都产生于民国初期。民国初年的流布风行,使“满汉全席”在膳品名目、数量及格局、礼仪上形成了许多不同的地方性风格。这时的“满汉全席”膳品更为铺张,一方面是趋向“山珍海错齐备”,另一方面则是品数更趋增多。可以说,民国时代的“满汉全席”,更大地超过了“清宫御膳”,因而也就距离清宫御膳的本来面貌更远了。

港、澳、台、新加坡、日本等地区和国家所排办的“满汉全席”,更是“买办化”或“西化”了的新名目,它们不仅大大地超过了民国时代大陆上的“满汉全席”,而且已经达到了面目全非的地步。“满汉全席”已成为一个历史文化的旧名称,其内容却完全蜕变了。

眼下大陆上诸多礼宾性质的“满汉全席”,则更远远超过了民国时代的铺张,是在旧题目下做的新文章,大多是随心所欲的“研制”和“创新”,竟以奢华隆大,历史文化承续的健康积极的意义却更趋淡薄了〔1〕。

---

〔1〕 赵荣光《满汉全席源流考述》,载季羨林主编《东方文化集成》丛书,昆仑出版社2002年版。

## 第四章 中华民族酒文化

### 一、酒的起源

关于中国酿酒的起源,历史记载中科学性比较强的是晋人江统(250? ~310)的《酒诰》:“酒之所兴,肇自上皇。一曰仪狄、一曰杜康。有饭不尽,委余空桑,积郁成味,久蓄成芳,本出于此,不由奇方。”〔1〕仪狄和杜康,都是古史传说中的人物,如果确有其人的话,他们生活的年代,似当与禹同时或稍后,仪狄造酒的传说,分别见于《吕氏春秋》、《战国策》和《世本》等先秦典籍。它们分别有以下记载:“仪狄作酒”〔2〕;“昔者,帝女令仪狄作酒而美,进之禹,禹饮而甘之,遂疏仪狄,绝旨酒,曰:‘后世必有以酒亡其国者’”〔3〕;“仪狄始作酒醴,变五味”〔4〕。杜康造酒的文录则是《世本》和曹操的《短歌行》:“何以解忧?唯有杜康”句。杜康,《说文解字》谓即少康,但历代研究者已经“不知杜康何世人,而古今多言其始造酒也。一曰少康作秫酒”〔5〕。史实已不可考。“上皇”指的是大禹王,说禹的时候中国才

---

〔1〕 《古今图书集成·食货典》第二七六卷,六九八册,中华书局影印本。

〔2〕 《吕氏春秋》卷十七《勿躬篇》,中华书局1954年《诸子集成》本。

〔3〕 汉·刘向《战国策·魏策二》卷二三“梁王魏婴觞诸侯于范台”,上海古籍出版社1985年版。

〔4〕 秦嘉谟辑补《世本》卷九《作篇》。

〔5〕 宋·高承《事物纪原》卷九,《丛书集成初编》卷一二〇九。

开始发明酿酒,这当然不正确。考古学的大量资料和有关文献分析证明,中国发明酿造酒的时间要比这个时间早得多。中国古史传说中关于酒的最初发明人,还有其他的说法,如据《四库全书提要》认定为“周、秦间人”著作的古代重要医典《素问》,便有黄帝与岐伯讨论“为五谷汤液及醪醴”的记载〔1〕。黄帝是轩辕氏(一作有熊氏)部落的首领,后为炎黄部落联盟的组织者,他的时代早于大禹和仪狄。此外,还有舜的父亲瞽瞍用酒去害舜的说法〔2〕,舜也是生于禹前的人,这种传说显然也与仪狄始知酿酒的说法在时间上有矛盾。显然,中国人或人类饮酒的历史源头,要比今天我们可以资据的明确文字记载早得多。

事实上,酒的启蒙知识,应当是先民通过观察含糖野果在贮存过程中自然发酵成酒而逐渐获得的。因为自然界中的浆果表面,都繁殖有酵母菌,当这些水果落到不漏水的地方就会自然发酵成酒,所以科技史学者们认为:“可以肯定,早在人类之前,就已经有了水果酒。人类受自然现象启发,很早就知道了用水果酿酒。”〔3〕历史文录也证实了这种浆果在人们贮藏中意外成酒的事实历史上屡有发生。宋人笔记曾有如下可信文录佐证:“向其家有梨园,其树之大者,每株收梨二车。忽一岁盛生,触处皆然,数倍常年,以此不可售,甚至用以饲猪……有所谓山梨者,味极佳,意颇惜之。漫用大瓮储数百枚,以缶盖而泥其口,意欲久藏,旋取食之。久则忘之。及半岁后,因至园中,忽闻酒气熏人,疑守舍者酿熟,因索之,则无有也。因启观所藏梨,则

---

〔1〕 王冰校《黄帝内经素问》卷四“汤液醪醴论篇”第十四,山东科学技术出版社1985年版。

〔2〕 唐·陆龟蒙《笠泽丛书》丛甲,《四库全书·集部二·别集类一》。

〔3〕 方心芳《对〈我国古代的酿酒发酵〉一文的商榷》,载《化学通报》1979年第3期;《再论我国曲蘖酿酒的起源与发展》,载《中国酒文化与中国名酒》,中国食品出版社1989年版。

化而为水,清冷可爱,湛然甘美,真佳酿也,饮之则醉。”〔1〕山梨能够自然酵酿成酒,含糖和汁水尤丰富的葡萄则更易自酵成酒:“贞祐(1213~1217)中,邻里一民家避寇自山中归,见竹器所贮葡桃(萄)在空盎上者枝蒂已干,而汁流盎中,熏然有酒气,饮之,良酒也”〔2〕。应当认识到,这种意外发现“酒”的现象早在人类掌握酿酒技术之前便已无数次频繁出现了,因为大量采集含糖量很高的多浆野果并长期贮存是史前人类极普通的生产行为与生活习惯。同时值得我们特别注意的是,很可能在史前人类发现自己的贮果意外成“酒”之前,他们便多次发现了所谓“猿酒”或“猴酒”,这一发现或许对人类掌握果酒知识具有重要意义。此类记载,多见于历代文人笔记中:“黄山多猿猱,春夏采杂花果于石洼中,酝酿成酒,香气溢发,闻数百步。野樵深入者或偷饮之,不可多,多即减酒痕,觉之,众猿伺得人,必斃死之。”〔3〕“琼州(今海南岛)多猿……尝于石岩深处得猿酒,盖猿以稻米杂百花所造,二石六辄有五六升许,味最辣,然极难得。”〔4〕“粤西平乐(今广西壮族自治区东部,西江支流桂江中游一带)等府,山中多猿,善采百花酿酒。樵子入山,得其巢穴者,其酒多至数石。饮之,香美异常,名曰猿酒。”〔5〕说猿会酿酒,甚至以稻米杂百花合酿,显然不可信。然而,习惯群体活动的猿猴,在水果成熟时节将那些含糖高因而酵母菌极易繁衍滋长的水果,大量“收贮”于洞穴“石洼中”却是完全可能的。接下来的变化当然是猿猴们所始料不及的。那些堆积于极易酵化环境中的浆果中的糖分开始被酵母菌分解而发酵,于是

〔1〕 宋元之际·周密《癸辛杂识》续集上“梨酒”,中华书局1988年版。

〔2〕 金·元好问《蒲桃酒赋》“序”,《古今图书集成·食货典》第二七六卷,六九八册。

〔3〕 明·李日华《紫桃轩又缀》。

〔4〕 清·李调元《粤东笔记》卷九。

〔5〕 清·陆祚蕃《粤西偶记》,《说铃》第六册。



“酒”便自然析出了。而猿猴又偏偏是极嗜甜味和酒香的动物,古人很早便利用猿类嗜酒的特性捕捉它们〔1〕,好奇而无法在当时求甚解的古人自然就认定猿猴“会”造酒了。这种所谓“猿酒”或“猴酒”现象的一再被史前人类发现和不断深化认识,于是启发人们采取这种仿生办法来酿制果酒应当是可以被理解的。即使人类利用野生浆果酿酒知识的掌握并非来自猿类,合乎历史逻辑推理的看法,也应是这一发现当在原始农业出现以前,即最迟距今一万年以前。

因此,我们可以认为,人类酿酒知识的最早启蒙师是大自然,最早的酿酒原料是多糖野果浆果,最早的酒类是果酒,而它们很可能是史前人类在有意识贮藏食物原料过程中的意外的收获。

然而,启蒙一旦开始,认识便会不中止地深化,由极易醇化的野生浆果的成酒到不易醇化的谷米的酿酒,中间无疑有一道不窄的鸿沟。但是,“社会一旦有技术上的需要,则这种需要就会比十所大学更能把科学推向前进”〔2〕。对于在巨大的社会性技术需要推动下不断积累经验 and 知识,因而始终不停止自己探索脚步的人类来说,这道鸿沟并不是不可逾越的,事实上他们不久就逾越过去了。“有饭不尽,委之空桑”,指的就是谷物原料酿酒。不过,要特别指出的是,最初用来酿酒的“饭”,绝不是今天人们习常理解的“米饭”、“干饭”意义上的饭,而是“粥饭”的饭,即以谷米煮的粥。陶器是人类原始农业出现以后才被发明的,最初的陶器都是饮食器具。出现于新石器时代(约开始于七八千年以前)晚期的大圆口、三空心足的“鬲”,是中国陶器发展史上较早而又最富代表性的煮食炊器。它的功用,主要就是用来煮粥或粥一类多汤汁流质食物的。在蒸食炊器甗出现以前,

---

〔1〕 唐·李肇《国史补》卷下“猩猩好酒屐”,浙江古籍出版社1986年版。

〔2〕 恩格斯《致符·博尔吉乌斯》,《马克思恩格斯选集》第4卷第505页,人民出版社1972年版。

人们是只能啜稀粥而无干饭可食的。而鬲无论从适用性还是形制上都已经是发展程度相当高的炊器了。也就是说,自人类掌握以水为传热介质的熟物技术之后,直至鬲出现之前,还应有其他形制的煮食炊器被人们使用。中国人使用陶器的历史至迟开始于距今八千年以前,甚至可以上溯到一万年前后。最初的煮食炊器就是广口、大腹如盆状的形制,久而久之,由其分别演化出适用性更强的炊器鬲、盛器缶、贮器罐等〔1〕。总之,在煮食炊器出现以前,中国人利用陶器的食粥史大约有三千~五千年之久。这样,在漫长数千年的食粥生活实践中,人们自然会无数次地将一餐未能食尽的盛于缶、孟、罐中的粥置于天然的食橱——“空桑”或其他的便于贮藏之处。接下来,“积郁成味,久蓄成芳”的酶变醇化现象同样多次反复出现了,它最终诱发了人们对谷物酿酒知识的了解和技术的掌握。江统的话,显然是他据生活经验对酿酒发明契机的科学反思,它正确反映了酿酒经过了生活现象——生活经验——工艺和科学这样三个发展阶段,这样一个从无到有,由盲目到自觉的过程。《淮南子》讲“清醯之美,始于耒耜”〔2〕,揭示了谷物酿酒与农业——原始农业的关系。谷物酿酒应是原始农业开始以后的事情。而陶器的大批量制作,彻底武装人们的饮食生活——贮、炊、食、饮等系列化陶制炊饮器具的出现;煮食谷物成为日常饮食习惯;比较稳定的农业收获以及人们从天然果类久贮成酿和“有饭不尽”而发酵的生活现象中获得的启示,积累的经验等等,这一切无疑为谷物酿酒提供了充分的可能。而先民们的生理、心理及精神乃至部落重大事务对酒的需要,无疑都是使上述可能性最终成为现实性的十分重要的契机。

---

〔1〕 参见拙文《陶烹和酿酒——史前期饮食史的光辉成就》等,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

〔2〕 《淮南子·说林训》卷十七,中华书局1954年《诸子集成》本。

另一个更重要的动因则是先民不但祭礼鬼神要献酒,而且沟通鬼神时也离不开酒。巫覡和主祭者醉酒后精神才能进入“神灵世界”与鬼神沟通,受到“启示”;才能“看到”鬼神的存在,感觉自己受到庇佑和监视,于是更信神、畏神、敬神,于是更离不开酒。英文“烈酒”一词 spirits 即由“精神”、“心灵”spirit 而来,它表明了人类酒的发明和早期利用东西方文化的这种惊人的一致性。因此,很可能谷物酿酒不仅与先民们对谷物拥有量的多少并无十分重要关系,甚至还可能恰恰相反,即便仅有很少的谷物也要首先用以祀鬼神——酿酒的。中国科技史界有“人类文明从原始社会进入奴隶社会,由于生产力较前发达,有了剩余粮食,开始用粮食作酒”〔1〕;只有农业生产力提高了,原始社会的氏族公社解体,阶级产生了,剩余的粮食集中在少数富有者手中,谷物酿酒的社会条件才可能成熟,因而谷物酿酒始于龙山文化时期(距今约 4 000 年)〔2〕、磁山文化时期(距今 7 355~7 235 年之间)〔3〕等多种说法;这些看法,显然失于简单化。诚然,谷物酿酒要经过淀粉糊化、糖化和酒精发酵的过程,它不像水果那样直接为酵母菌作用便能成酒。但当淀粉一旦被糊化或被转化为糖类之后,其中的糖分,例如葡萄糖、麦芽糖等就很容易被微生物发酵成酒了。这就是江统观察和总结的那种情况。这无疑是先民们在生产和生活实践中经无数次反复才可能认识和掌握的。鉴于龙山文化时期已经出现了大量的、成系列的、相当精美的专用酒器,也鉴于谷物酿酒的条件早在原始农业发生后不久便已经完全具备了的事实,更鉴于仰韶文化时期氏族公社社会生产和生活的发展的诸多因素,我

〔1〕 李涛、刘思职《生物化学的发展》,载《中华医史杂志》1953 年第 3 号。

〔2〕 张子高《论我国酿酒起源时代问题》,载《清华大学学报》第 7 卷第 2 期;方杨《我国酿酒当始于龙山文化》,载《考古》1964 年第 2 期。

〔3〕 云峰《试论河北酿酒资料的考古发现与我国酿酒的起源》,载《中国酒文化与中国名酒》,中国食品出版社 1989 年版。

们认为,中国的谷物酿酒最迟在仰韶文化中期便已经有相当规模的分工生产了,而其萌芽则应不迟于仰韶文化的初期,即距今至少应当有七千年以上的历史〔1〕。值得庆幸的是,考古学突破性的发现有力地支撑了我们的这一推断:据《美国国家科学院学报》载文,美中考古学家联合进行的一项研究发现:中国古人在八千六百年前就已经能用稻米、蜂蜜、水果等原料酿出美酒了。这一研究成果如果完全可信的话,意味着中国可能是人类最早学会酿酒的国家。据介绍,研究成果来源于一些有酒类沉淀遗留物质的陶器,它们出土于河南舞阳县贾湖遗址。考古化学家帕切克·格文对这些沉淀物进行了气相色谱分析、液相色谱分析、稳定同位素分析等一系列化学分析,结果显示,这些沉淀物含有酒类挥发后的酒石酸,残留物的化学成分与现代稻米、米酒、葡萄酒、蜂蜡、葡萄丹宁酸以及一些古代和现代草药所含的某些化学成分相同,某些残留物还包含有山楂的化学成分,由此可以断定陶器曾被用于盛放美酒。有意思的是,科学家还在“酒”中发现了蜂蜜成分。他们认为,因为这些最古老的发酵饮料掺了蜂蜜,味道肯定“甘甜可口”。而在此前,一直从事世界酒史研究的帕切克·格文教授曾于1994年研究证明,伊朗早在公元前五千四百年左右就有了酒饮料,这是国外所发现的最早的酒精饮料。而中国最早的酒,学界此前大多认为出自距今五千至四千年的仰韶文化晚期至龙山文化时期。贾湖遗址距今约九千年至七千年,是淮河流域迄今所知年代最早的新石器文化遗存,曾被评为20世纪中国一百项考古大发现之一。盛酒陶器的具体生产年代确定为距今八千六百余年〔2〕。

《尚书》记载了商王武丁和他的大臣傅说的对话:“若作酒醴,尔

---

〔1〕 赵荣光《关于中国酒文化研究值得注意的几个问题》,载《中国饮食文化研究》,东方美食出版社(香港)2003年版。

〔2〕 《光明日报》2004年12月15日“我国八千六百年前已开始酿酒”;<http://news.tom.com> 2004年12月18日,来源:北京晚报:《8600年前的古人会酿酒》。

惟曲蘖。”〔1〕它表明,在商代中叶时,用曲和蘖造酒已经是相当普遍并为人所共知的简单的生活常识了。很显然,曲、蘖造酒的发明史应当更早些时间,也许会早很多时候。《说文解字》释云:“蘖,牙米也。”《释名》亦云:“蘖,缺也,渍麦覆之,使生芽开缺也。”可见,蘖是麦芽或谷芽。最初的谷物酒就是依靠这种蘖来作糖化剂酿造的。“古来曲造酒,蘖造醴。后世厌醴味薄,遂至失传,则并蘖法亦亡。”〔2〕这是明末科学家宋应星(1587~1666?)在《天工开物》一书中讲过的话。用蘖酿制薄味“醴”的工艺,也就是酿造啤酒的方法。《说文解字》:“醴,酒一宿熟也”;《释名》:“醴,礼也,酿之一宿而成醴”,“醴”可以说就是最初的啤酒。所以有理由认为,中国也是世界上最早酿造啤酒的国家之一。曲是以含淀粉的谷物为原料作为培养微生物的载体,上面培养着丰富的霉菌等多种菌类。由于各种菌类在生长发育过程中既产生糖化酶,也产生酒化酶,因此用曲酿酒就同时起到了糖化和酒化的作用,这样就把谷物酿酒的两个步骤——糖化和发酵结合在一起,从而为我国后来酿酒的独特方法——酒曲法和固体发酵法奠定了基础。曲产生以后,蘖法便更多地用于制造饴糖,渐渐不用于酿酒了。因此,宋应星说蘖法遗失的看法并不正确,因为他把蘖错误地理解为酒曲了。曲酿酒法作为基本的酿造法,一直沿用下来,这种方法酿制出来的酒,即是甜米酒或黄酒〔3〕。

中国人何时发明了曲酿酒工艺,至今仍是学界未衷一是的问题。宋应星说“古来曲造酒”,但并没有明确“古”的确切时间,究竟古到何时?还是自古以来就如此?应当说,作为一种在缓慢演变过程中长

〔1〕《尚书·商书》卷十“说命”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕明·宋应星《天工开物》卷下“曲蘖”第十七“酒母”,上海古籍出版社1993年版。

〔3〕自然科学史界已有学者持此类看法,如袁翰青《酿酒在我国起源和发展》,载《中国化学史论文集》1956年版。

久存在的科技工艺,曲酿酒法应该存在一个发生、发展的形态逐渐变化的历史。鉴于《诗经》中已有“周原膠膠,萁茶如飴”〔1〕的记载,即周代用谷芽制飴已成习惯自然的生活现象,则说至迟距今三千年左右中国人就已经分别使用曲和蘖,即已经掌握了用曲酿酒的知识,是可信的。周代不仅已经有了较成熟完整的用曲、蘖酿酒的经验,而且还有细密的工艺程序和严格的管理制度:仲冬之月“乃命大酋,秣稻必齐,曲蘖必时,湛炽必洁,水泉必香,陶器必良,火齐必得。兼用六物,大酋监之,毋有差贷”〔2〕。大酋,酒官之长,即“酒正”,职在“天官”系列,秩最高为“中士”〔3〕。这种传统在中国历史上长久地保持着,西汉中叶以前,由于饮酒成习和酿酒的兴盛,大都会中的制曲业很具规模:“通邑大都,酤一岁千酿,醯酱千瓠(xíng 详),浆千甌(dān 单),……蘖、曲、盐、豉千荅(dá 答)……”〔4〕曲是许多酶种的载体,各种酶大量地存在于众多的微生物中,而曲里则含有几十种微生物。酶是一种生物催化剂,在常温常压情况下极易进行物质转化。曲作为粗酶制剂包括了酿酒全过程所需的全部酶种。自曲酿酒工艺发明之后,中国人即不断地摸索提高出酒率和完善酒品质的方法,即改善曲的质量——提高酶活力和改良原料成分的实践。

周代人酿酒所使用的曲,主要是黄曲——黄曲霉占优势的散曲。西汉时又生产出了饼曲。在饼曲中,酵母菌和根霉等较曲霉更易繁殖,因此,饼曲是比散曲更优良的曲种。根霉是我国酿酒工艺中所利用的传统霉菌,它能在酒醪中不断繁殖,从而把淀粉不断地分解成葡萄糖,再由酵母将葡萄糖变为酒精。又由于根霉较酵母更能耐酒精,

---

〔1〕《毛诗正义·大雅·豳》卷十六·二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《礼记正义·月令》卷十七,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《周礼注疏·天官》卷五“酒正”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕西汉·司马迁《史记·货殖列传》卷一二九,中华书局1959年版。

所以酒中残留的糖类便使酒体带有甜味, 饮后使人更生愉悦感。成书于公元 6 世纪初叶的北魏贾思勰的《齐民要术》一书, 对曲的分类、制曲工艺所依据的曲中微生物生产规律和用量原则等作了比较科学和准确的记述。如该书关于观察“五色衣”变化以把握曲质量的叙述, 表明当时通过对霉菌各种颜色表现认识曲质量的技艺与经验, 已经相当丰富和成熟。书中载有十二种造曲法, 其中“神曲”五种, “笨曲”三种, “白醪曲”、“女曲”、“黄衣”、“黄蒸”各一种〔1〕。唐宋时, 曲酿酒技艺又有了长足进步。宋代浙江人朱翼中写于 12 世纪初的《北山酒经》, 总结了汉代以下近十个世纪中国人的酿酒经验。该书按制法的不同把曲分为罨(yǎn 演)曲、风曲、醪(bào 暴)曲三大类十三个品种, 其中以小麦为原料的五种, 用米的三种, 米麦混合的四种, 麦豆混合的一种。全部曲种中都加入了川芎、白术、苍耳等草药, 目的是增加酒的风味。大约在 10 世纪初中国发酵工艺史上又出现了“红曲”(又称丹曲)的记载〔2〕。其时“以红曲煮肉”〔3〕, 已成习尚, 既可除腥, 又能生色增香, 故是烹食肉料的上好调料。人们交际往还之中还多以之为馈物: “剩与故人寻土物, 腊糟红曲寄驼蹄。”〔4〕“未论

〔1〕 北魏·贾思勰《齐民要术》卷七, “笨曲并酒”第六十六等, 农业出版社 1982 年版。

〔2〕 中国人何时发明红曲并用其酿酒, 迄今科技史界尚无统一说法。一些学者倾向于下限不晚于北宋, 如方心芳《再论我国曲蘖酿酒的起源与发展》、袁翰青《酿酒在我国的起源和发展》(《中国化学史论文集》1956 年版)。汉王粲《七释》文中有句: “瓜州红曲, 参糗相半, 软滑膏润, 入口流散。”王粲, 东汉末年人, 生于汉灵帝熹平六年(177), 卒于献帝建安二十二年(217), “建安七子”中的翘楚。依《七释》文, 则红曲的利用, 至迟于东汉中期, 即公元 2 世纪以前使已流行了; 但王氏原文已佚, 清人严可均《全上古三代秦汉三国六朝文》所收《七释》一文中该句, 系据唐徐坚等撰《初学记》卷二六引, 中华书局 1958 年版。

〔3〕 五代宋之际·陶谷《清异录》卷四“饌羞门”“酒骨糟”条, 《四库全书·子部十二·小说家类二》。

〔4〕 北宋·苏轼《次韵钱穆父马上寄蒋颖叔》, 《东坡全集》卷二十一, 《四库全书·集部三·别集类二》。

索饼与饊(zàn 赞)饭,最爱红糟并炆(fǒu 缶)粥”〔1〕,更已成江南地区人们的生活习惯。人们已经能恰到好处地把握曲的菌种选择和酵变形态:(曲)“每片可重一斤四两,干时可得一斤。直须实踏,若虚则不中造曲。水多则糖心;水脉不匀,则心内青黑色;伤热则心红;伤冷则发不透而体重。惟是体轻,心内黄白,或上面有花衣,乃是好曲。”〔2〕文中的“心红”,即是红米霉作用产生的现象。红米霉繁殖很慢,在自然状态下很容易被繁殖迅速的其他霉类所压倒,因此不易得到。红米霉是高温菌,在较高的温度下才能繁殖,具有耐酸、耐高温、耐较浓酒精、耐缺氧等特性,并能进行糖化作用和酒化作用。人们在长久反复的实践中,摸索出了用明矾水维持红曲生长所需的酸度,并抑制其他杂菌生长。人们还掌握了用分段加水法既促使红曲霉进入大米内部,同时又控制其在大米内部进行糖化作用和酒化作用的细微程度,从而得到了色红心实的红曲。红曲被用来生产红酒和黄酒〔3〕。我们的祖先,最早发现了霉菌并最早进行了培养利用,以后传到亚洲各国,对世界酿酒史的发展产生了巨大的推动作用。现在我国已成为世界上利用霉菌品种最多的国家,如根霉、米曲霉、黑曲霉、白曲霉、红曲霉、毛霉等。日本著名发酵学专家坂口谨一郎曾正确地指出:“东洋酒与西洋酒有着根本的区别,西洋酒用麦芽而东洋酒则用霉菌曲。”〔4〕

中国历史上何时掌握蒸馏酒工艺,长期以来中外学者众说不一,迄今学界仍无统一的结论。古人曾认为最早止于元代:“酒法,用器

---

〔1〕 南宋·陆游《冬夜与溇庵主说川食戏作》,《剑南诗稿》卷十七,上海古籍出版社1985年版。

〔2〕 宋·朱翼中《北山酒经》“总论”,胡山源编《古今酒事》上海书店1987年据世界书局1939年初版影印。

〔3〕 明·宋应星《天工开物》“曲蘖”第十七“丹曲”。

〔4〕 〔日〕坂口谨一郎《世界の酒》,日本岩波新书1957年版。



烧酒之精液取之,名曰哈拉基……古所无也。”〔1〕“烧酒非古法也,自元时始创其法”〔2〕。当代研究者也有持元代发明说者〔3〕。但目前比较有代表性的意见,一是东汉说,二为唐代说。东汉说论者,主要依据是被认定为东汉初至中期物的青铜蒸馏器及对两幅分别出土于四川彭县和新都县的东汉“酿酒”画像砖的识读〔4〕。这个被鉴定为东汉时物的青铜蒸馏器,由甑和釜两部分组合而成,通高 539 毫米,凝露室容积 7 500 毫升,储料室容积 1 900 毫升,釜体下部可容水 10 500 毫升。甑内壁下部有一圈穹形斜隔层以积贮蒸馏液,还有一下斜小导流管可将蒸馏液导至甑外,经过多次蒸馏酒实验,得到的酒液含酒精平均度数 20 度左右(最高为 26.6 度,最低为 14.7 度)。如果这一器物属于东汉时是确凿无疑的,那么目前似乎还不足以断定它即是当时的蒸酒器,或者可能是用于蒸馏丹药或其他什么用途。因为自东汉中叶至 9 世纪的近千年间,我们既未再发现类似的器物出土,也同时缺乏更翔实有力的其他资料依据。1975 年,河北省承德市青龙县出土了一件制作年代最迟不晚于 1161 年(金世宗大定元年、宋高宗绍兴三十一年)的金代铜质蒸酒器。该器通高 41.6 厘米,由上下两个分体套合组成。下部分为膨腹甑锅,锅的上口沿有双唇凹形汇酒槽,槽有一出酒流。上部分为圆桶形冷却器,器形与现代壶式冷却器几乎完全一样〔5〕。这是一件标准的蒸馏酒器,但它却不是在中国人掌握酒蒸馏技术的起始年代。鉴于《北山酒经》等文献对

〔1〕 明·叶子奇《草木子》卷三“杂制篇”,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔2〕 明·李时珍《本草纲目·谷部》卷二五“烧酒”,人民卫生出版社 1985 年版。

〔3〕 罗志腾《我国古代的酿酒发酵》,载《化学通报》1978 年第 5 期。

〔4〕 1981 年考古学会第三次年会上,上海博物馆馆长马承源发表了《汉代青铜蒸酒器的考察和实验》,参见方心芳《再论我国曲蘖酿酒的起源与发展》、王有鹏《我国蒸馏酒起源于东汉说》等。1984 年,吴德铎先生曾寄笔者一张现存上海博物馆的该“蒸酒器”的解剖图照片。

〔5〕 方心芳《关于中国蒸酒器的起源》,载《自然科学史研究》1987 年第 6 卷第 2 期。

蒸馏酒技术的翔实记述,说明中国人对这一技术掌握的时间至少应比 12 世纪初早得多。一些研究者倾向于唐代时期掌握蒸馏酒技术的意见。虽然这种倾向性意见尚无更有力的佐证足以作最终的结论,但略早于酒蒸馏技术纯熟掌握的 12 世纪初以前两个多世纪的唐代人便已认识了这一技术并非是不可能的。唐人的诗文中提供了大量可资深入研究的凭证文字,诸如:“酒则有……剑南之烧春”〔1〕,“烧酒初闻琥珀香”〔2〕,“自到成都烧酒熟”〔3〕;“烧酒”一词出现于唐代,自唐而后至今一直沿用,并且均是特指蒸馏酒,即今天人们又习惯所说的“白酒”。唐人称蒸馏酒为“烧酒”或“烧春”(唐人习惯赞美酒为“春”,故酒名中嵌有“春”字者极多),颇为恰切传神。首先,“烧”字反映了特别制作工艺——“用浓酒和糟入甑,蒸令气上,用器承取滴露”〔4〕,这一工艺与传统的发酵榨沥所成的酒明显不同。因此,烧酒又称为“火酒”、“火迫酒”。其次是因酒精含量高,饮者口腹通身有强烈刺激的灼热感,故又有“烧刀”、“烧刀子”之称〔5〕;此外还有“蒸酒”、“汗酒”、“赤酒”、“法酒”、“扎赖吉酒”、“哈拉基”、“阿刺吉酒”等之称〔6〕,亦多取自蒸馏工艺等。

中国葡萄酒的制造,应当早在公元前数世纪以前。传入到黄河流域的内地,则最迟是在西汉中叶,即张骞(? ~前 114)通西域以后。以葡萄酿酒,在中国,最早的发明者应是西汉帝国西域都护府辖内的居民,即今新疆维吾尔自治区内的公元前的居住者。史载:“其

〔1〕 唐·李肇《国史补》卷下“叙酒名著者”。

〔2〕 唐·白居易《荔枝楼对酒》,《全唐诗》卷四四一,中华书局 1960 年版。

〔3〕 唐·雍陶《到蜀后记途中经历》,《全唐诗》卷五一八。

〔4〕 《本草纲目·谷部》卷二五“烧酒”。

〔5〕 《本草纲目·谷部》卷二五“烧酒”;《二刻拍案惊奇》十四回“酒谋财于郊肆恶,鬼对案杨化借尸”,北京十月文艺出版社 1994 年版;等。

〔6〕 朱德润《存复斋集·扎赖吉酒赋》;忽思慧《饮膳正要》卷三,中国书店 1985 年版;叶子奇《草木子》卷三“杂制篇”;等。

俗土著,耕田,田稻麦,蒲陶酒。”〔1〕那里,吐鲁番地区盛产的葡萄所酿的美酒,两千数百年至今,一直是最富有神奇色彩的诗意饮料。中国人食用葡萄的历史很早,《神农本草经》云:“蒲萄,味甘平,主筋骨湿痹,益气倍力,强志,令人肥健,耐饥忍风寒,久食轻身,不老延年,可作酒,生山谷。”〔2〕用来酿酒的,最早是野生葡萄。《周礼》的记载则可能已经是人工栽培之种:“场人,掌国之场圃,而树之果蓏珍异之物。以时敛而藏之。”郑注:“果,枣李之属;珍异,蒲桃、枇杷之属。”〔3〕如果这些文献记载属实的话,则说明陕西一带早于西汉中叶以前已经以葡萄酿酒了。魏文帝曹丕(187~226)的《诏群臣》一文中曾记有葡萄的优点:“又酿以为酒,甘于曲蘖。”〔4〕那已是内地普遍酿制、饮用的文字反映了。而早在汉代,显贵之家就已经多有饮用并大批量贮存、馈送葡萄酒的事了〔5〕。

## 二、百药之长

《本草纲目》“酒”条说:“惟米酒入药用”,曲亦入药,有“合阴阳”之功,为“百味之长”、“百药之长”。并说,金华酒(即古兰陵酒、东阳酒)“常饮入药俱良”,“用制诸药,良”。米酒(老酒,腊月酿造者,可经数十年不坏),有“和血养气、暖胃辟寒”的功用。“春酒(清明酿造者)常服令人肥白”。“火酒”即今蒸馏酒,饮用可以“消冷积寒气,燥湿痰,开郁结,止水泄,治霍乱疟疾、噎膈心腹冷痛、阴毒欲死,杀虫辟瘴,利小便,坚大便,洗赤目肿痛有效”。因酒有此多种效用,故历来

〔1〕 西汉·司马迁《史记·大宛列传》卷·二三。

〔2〕 《神农本草经》上经“蒲萄”,中医古籍出版社1982年版。

〔3〕 《周礼·地官》卷十六“场人”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕 《全上古三代秦汉三国六朝文》,“全三国文”卷六,中华书局1958年版。

〔5〕 晋·司马彪《续汉书》,《太平御览》卷八四,《四库全书》本。

本草、医案,无不著列阐释,列为一类药品,并佐无数方剂。可见,祖国传统医药学是非酒不行的。而酒在古代,更被认为是一种医治百病的灵药,这大概是酒与“神事”关系太密切的缘故。“醫”字从“酉”,酉即古之酒字,由此便可见酒与医的渊源关系和酒的入药地位非同一般了。

“酉”字,据今已经发现的甲骨文资料,作“𣎵”、“𣎶”等约二十种形近的写法,“象酒尊之形;上象其口缘及颈,下象其腹有纹饰之形”。“酒”字,甲骨文作“𣎵”,《说文》释云:“从水从酉。”“醫”,《说文》释为:“治病工也。……得酒而使。从酉。……酒所以治病也。”早在周代时,微醇的“醫”,就作为以周天子为代表的贵族阶级们的日常保健饮料了:“酒正,掌酒之政令。……辨四饮之物:一曰清,二曰醫,三曰浆,四曰醕”;“浆人,掌共王之六饮:水、浆、醴、凉、醫、醕,入于酒府”。贾公彦疏云:“醫者,谓酿粥为醴则为醫。”〔1〕可知,先秦的“醫”,颇类至今南方人仍喜爱食用的“酒酿”(或俗谓“酒娘”)。成书于战国至西汉初期的我国现存最早医书《黄帝内经》,便辟有专章讨论酒的药理与医功〔2〕。正是因为酒与祖国传统医药学的这种渊源,中国才久有“医源于酒”的说法。

自战国之后至东汉末,又经过数百年的实践和理论深化,到了距今十七个世纪以前,东汉末年张仲景(生卒年不详)在他的《伤寒论》和《金匱要略》两部不朽之著中便记下了我国最早的方、药详备的补酒三品:炙甘草汤用酒七升,水八升;四逆加吴茱萸生姜汤,酒、水各六升;芎归胶艾汤,酒三升,水五升〔3〕。从而开了中国传统的补酒

〔1〕《周礼·天官》卷第五“酒正”、“浆人”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《黄帝内经素问》卷四“汤液醕醴论篇”第十四。

〔3〕东汉·张仲景《伤寒论》卷四“炙甘草汤方”、卷十“四逆加吴茱萸生姜汤方”;《金匱要略》第二十章“胶艾汤”,《四库全书·子部五·医家类》。

保健却疾的先河。补阳剂中以酒通药性之迟滞和补阴剂中以酒破伏寒之凝结的原则从而被明确于方剂之中了。但张仲景时代的补酒制法还是比较原始的,还是药、酒、水共煮而非后世的浸渍法。稍后的葛洪(约 281~341)以自己的更进一步实践给我们留下了浸渍法的完整的补酒记录:“以菟丝浸酒,治腰膝去风,兼能明目,久服令人光泽,老变少。十日外,饮啖如汤沃雪也。”〔1〕其后的陶弘景(456~536)增录汉魏以下名医所用药 365 种将载药 365 种的《神农本草经》增订为《名医别录》,并正式将“酒”列为中品,即位于“君”、“臣”、“佐使”中药三品级的臣药一级;“主养性以应人,无毒有毒,斟酌其宜,欲遏痛,补虚羸。”唐初的孙思邈(581~682)则更前进一步,他的《备急千金要方》列有“酒醴”专章,记有二十余种补酒,并且已经有了冷浸制作方法:“凡合酒,皆薄切药,以绢袋盛药,内酒中,密封头,春夏四五日,秋冬七八日,皆以味足为度。”〔2〕唐代以后,因蒸馏酒被用为浸剂,故药物的有效成分溶出率提高,且不易变质,药酒的效果更好。宋金元的四个世纪,是中国传统医学发展的黄金时期,酒的医药功用更为充分发挥。许多成方中,药物的酒蒸、酒炒炮制方法广为利用。明清两代医书著述出版更夥,李时珍(1518~1593)的《本草纲目》所载六十九种药酒中,补酒便有逡巡酒、五加皮酒、女贞皮酒、仙灵脾酒、薏苡仁酒、天门冬酒、地黄酒、牛膝酒、当归酒、菖蒲酒、枸杞酒、人参酒、薯蓣酒、茯苓酒、菊花酒、黄精酒、桑椹酒、术酒、蜜酒、蓼酒、姜酒、茴香酒、缩砂酒、茵陈酒、青蒿酒、仙茆酒、通草酒、柘根酒、磁石酒、蝮蛇酒、龟肉酒、虎骨酒、麋骨酒、鹿头酒、鹿茸酒、戊戌酒、羊羔酒、臙膈脐酒等四十余种〔3〕。与李时珍同时代的著名饮食理论和

〔1〕 晋·葛洪《抱朴子·内篇》卷四“立成丹”。

〔2〕 唐·孙思邈《备急千金要方》,《四库全书·子部五·医家类》。

〔3〕 《本草纲目·谷部》卷二五“酒部”附诸药酒方。

养生家高濂《遵生八笺》之五的《饮饌服食笺》亦列有补酒二十八种，均是医家、民用和商界青目的养生名品。

### 三、酒 店

中国酒店之历史，由来相当久远，饮食业的兴起可以说是相伴商业而来。谯周《古史考》说，姜尚微时曾“屠牛之朝歌，卖饮于孟津”，这算是较早的文字记载了。随着社会文化的进步和商业经济的发展，饮食业的发展总趋势当是日渐繁荣的。从宋代的酒店到明代的酒楼，直到清代的饭庄，都是名酿毕陈，味列山海。这自然是指的酒店中的上乘大号者，犹如今日现代化高星级饭店称为“××大酒店”者。但历史上的酒店不仅指崇奂大店，它更多地是指各类小店，酒店是统称，泛指酒食店。北宋人记首都东京汴梁酒店文为：

凡京师酒店，门首皆缚彩楼欢门，唯任店入其门，一直主廊约百余步，南北天井两廊皆小阁子，向晚灯烛荧煌，上下相照，浓妆妓女数百，聚于主廊榭(qiǎn 浅)面上，以待酒客呼唤，望之宛若神仙。北去杨楼以北穿马行街，东西两巷谓之大小货行，皆工作伎巧所居。小货行通鸡儿巷妓馆，大货行通笺纸店。白矾楼，后改为丰乐楼，宣和间更修三层相高，五楼相向，各用飞桥栏槛，明暗相通，珠帘绣额，灯烛晃耀。初开数日，每先到者赏金旗，过一两夜则已。……大抵诸酒肆瓦市，不以风雨寒暑，白昼通夜，骈(pián)阗如此。州东宋门外仁和店、姜店，州西宣城楼、药张四店、班楼，金梁桥下刘楼、曹门蛮王家、乳酪张家，州北八仙楼、戴楼门张八家园宅正店、郑门河王家、李七家正店、景灵宫东墙长庆楼。在京正店七十二户，此外不能遍数，其余皆谓之“脚店”。卖贵细下酒，迎接中贵饮食，则第一白厨、州西安州巷张秀，以次保康门李庆家、东鸡儿巷郭厨、郑皇后宅后宋厨、曹门埽

筒李家、寺东骰子李家、黄胖家。九桥门街市酒店，彩楼相对、绣旗相招，掩翳天日。政和后来，景灵宫东墙下长庆楼尤盛〔1〕。

以文中所述，均为宋时都城中具有相当规模的酒店。属于“正店”一档，它们多以“楼”为名。这楼，大半是略超乎平居而次第升起的多层结构建筑，但最高似乎也只是三层。如被称为“天下第一楼”的白矾楼是五座楼连成一体的三层建筑。那是北宋正耽于燕乐时代和白矾楼最盛的年月。这种豪华大酒店的消费昂贵也便可想而知：“凡酒店中，不问何人，止两人对坐饮酒，亦须用注碗一副，盘盞两副，果菜樸各五片，水菜碗三五只，即银近百两矣。虽一人独饮，碗遂亦用银盂之类。”〔2〕南宋诗人刘子翬诗：“梁园歌舞足风流，美酒如刀解断愁。忆得承平多乐事，夜深灯火上樊楼。”〔3〕此处的樊楼，是南迁后在南宋都城临安的酒楼，著名的“北食店”，是托名北宋都城的樊楼而来的，或者就是旧楼主家的新楼。正店之外的店都称为“脚店”，大概兼有旅店业务。宋室南迁之后，虽偏安杭州，江山只存半壁，但时代经济大势，已是社会风习积成，上层集团苟且耽安，故京城“临安”的餐饮业之繁华尤不逊汴梁之时：

中瓦子前武林园，向是三园楼康、沈家在此开沽，店门首彩画欢门，设红绿杈子，绯绿帘幕，贴金红纱梘子灯，装饰厅院廊庑，花木森茂，酒座潇洒。但此店入其门，一直主廊，约一二十步，分南北两廊，皆济楚阁儿，稳便坐席，向晚灯烛荧煌，上下相照，浓妆妓女数十，聚于主廊榭面上，以待酒客呼唤，望之宛如神仙。……大凡入店不可轻易登楼，恐饮宴短浅。如买酒不多，只坐楼下散坐，谓之“门床马道”。初坐定，酒家人先下看菜，问酒

〔1〕 北南宋之际·孟元老《东京梦华录》卷二“酒楼”，中华书局1982年版。

〔2〕 《东京梦华录》卷四“会仙酒楼”。

〔3〕 南宋·刘子翬《屏山集》卷十八，《四库全书·集部四·别集类三》。

多寡,然后别换好菜蔬。有一等外郡士夫,未曾谙识者,便下箸吃,被酒家人哂笑。然店肆饮酒,在人出著,且如下酒品件,其钱数不多,谓之“分茶”,小分下酒,或命妓者,被此辈索唤珍品、下细食次,使其高抬价数,惟经惯者不堕其计。曩者东京杨楼、白矾、八仙楼等处酒楼,盛于今日,其富贵又可知矣。且杭都如康、沈、施厨等酒楼店,及荐桥丰禾坊王家酒店、闇(àn 暗)门外郑厨分茶酒肆,俱用全桌银器皿沽卖,更有碗头店一二处,亦有银台碗沽卖,于他郡却无之〔1〕。

时隔九个多世纪以后的今天,酒店餐馆之中所有各种奢华与齷齪促销手段几乎全是昔日酒家伎俩的照搬,历史如此惊人地相似,其发人深省之处也就不能不让今天的读者骇然了。

宋元以后,酒楼之称,一般专指建筑巍峨崇华、服务档次高的大酒家,而酒店则逐渐特指专营酒品,没有或只有简单佐酒之肴的酒家。明清小说中屡屡出现的“酒店”、“南酒店”、“金华酒店”等等即是此类。鲁迅先生《孔乙己》中的“咸亨酒店”是为近代之证。至于狂悖之主,后赵皇帝石虎(295~349, 334~349 在位)所建的“粘雨台”,则是猎奇纵欲的作品,而非本来意义的酒楼。历史文献记载:

石虎于太极殿前起楼高四十丈,结珠为帘,垂五色玉佩,风至铿锵,和鸣清雅。盛夏之时,登高楼以望四极,奏金石丝竹之乐,以日继夜。……台上有铜龙,腹容数百斛酒。使胡人于楼上嗽酒,风至望之如露,名曰“粘雨台”。用以洒尘,楼上戏笑之声音震空中……〔2〕

古代酒为重,故有酒肉、酒食、酒菜、酒肴、酒馔、酒饭等说法,断

〔1〕 宋·吴自牧《梦粱录》卷十六“酒肆”,《四库全书·史部十一·地理类八》。

〔2〕 东晋·王嘉《拾遗记》卷九,《四库全书·子部·小说家类》;另见《说郛》卷九十四上,“嗽”作“漱”,《四库全书·子部·杂家类》。



无易置的称谓。古代的酒店,除逆旅打尖、宴享欢会的作用之外,同时也是一种特定的社交场合。又由于酒榷专卖,一般家庭难得有家酿,故旅从往来、友朋欢会、买卖商洽、信息交换、偶尔思饮、寻求欢乐……则酒店可为第一去处。《宋史·鲁宗道传》载:

宗道为人刚正,疾恶少容,遇事敢言,不为小谨。为谕德时,居近酒肆,尝微行就饮肆中,偶真宗亟召,使者及门久之,宗道方自酒肆来。使者先入,约曰:“即上怪公来迟,何以为对?”宗道曰:“第以实言之。”使者曰:“然则公当得罪。”曰:“饮酒,人之常情;欺君,臣子之大罪也。”真宗果问,使者具以宗道所言对。帝诘之,宗道谢曰:“有故人自乡里来,臣家贫无杯盘,故就酒家饮。”帝以为忠实可大用,尝以语太后,太后临朝,遂大用之。〔1〕

明代,是继宋之后城镇建设与市肆商业进一步发展的时期,酒店业发展也随之超越往古。早在明朝之初,明太祖朱元璋(1368~1398)承元末战争破坏的经济凋敝之后,便令在首都应天(今南京)城内建造十座大酒楼,以便商旅、娱官宦、饰太平:“洪武二十七年(1394),上以海内太平,思与民偕乐,命工部建十酒楼于江东门外。有鹤鸣、醉仙、讴歌、鼓腹、来宾、重泽等名。既而又增作五楼,至是皆成。诏赐文武百官钞,命宴于醉仙楼,而五楼则专以处侑酒歌妓者……宴百官后不数日……上又命宴博士钱宰等于新成酒楼,各献诗谢,上大悦……太祖所建十楼,尚有清江、石城、乐民、集贤四名,而五楼则云轻烟、淡粉、梅妍、柳翠,而遗其一,此史所未载者,皆歌妓之藪也。”时人曾诗咏以志其事:“诏出金钱送酒垆,绮楼胜会集文儒。江头鱼藻新开宴,苑外莺花又赐酺。赵女酒翻歌扇湿,燕姬香袭舞裙纡。绣筵莫道知音少,司马能琴绝代无。”〔2〕这种由至尊天子倡令,

〔1〕 《宋史·鲁宗道传》卷二八六。

〔2〕 沈德符《万历野获编·补遗》卷三。

在国家政策支持下开办的酒楼,其起造雄阔,粉饰豪华,声价隆盛,生意兴旺,自是可想而知。按朱元璋旨令在南京开张的酒楼,相继共有十六座,京中官宦到这些由“工部建”的“国营”——朱记政府官营的大酒楼中去饮宴,也是按市场规矩,现钞交易。但京中文武百官虽是酒楼涉足者中的贵客,毕竟也是稀客,更经常和大数量的,还是来自帝国域内外的众多商人,因此“待四方之商贾”〔1〕才是最主要的业务。尽管如此,大概也总因为官商管理体制的失灵,终于到了宣宗宣德二年(1427),由“大中丞顾公佐始奏革之”。〔2〕

有理由认为,明初官营大酒楼的撤销,除了管理弊窦、滋生腐败等内部原因之外,外部因素则是兴旺发达起来的各种私营酒店的竞争压力所迫。因为明中叶时,已经是“今千乘之国,以及十室之邑,无处不有酒肆”〔3〕,餐饮业十分繁兴发展了。酒肆的“肆”,意为“店”、“铺”,古代一般将规模较小,设备简陋的酒店、酒馆、酒家统称为“酒肆”。“酒肆”之称,至迟于汉时便见于文录了:“酒家开肆待客设酒垆,故以垆名肆。”〔4〕自汉而后,直至近代,“酒肆”一词在文人笔下便泛称各类酒店餐馆,特指则仅限于陋馆小店。正因为酒肆是陋小酒店的特指,故十室之邑无处无之之说才恰切于史实。《水浒》中借酒成名的打虎英雄武松,去寻打蒋门神时的一段文字正好生动地反映了这种史实:

……武松道:“我和你出得城去,只要还我‘无三不过望’。”  
施恩道:“兄弟,为何是‘无三不过望’?小弟不省其意。”武松笑道:“我说与你:你要打蒋门神时,出得城去,但遇着一个酒店便请我吃三碗酒;若无三碗时,便不过望子去。每个唤做‘无三不

〔1〕 周晖《续金陵琐事》卷一,国学珍本文库第一集。

〔2〕 《续金陵琐事》卷一。

〔3〕 胡侍《真珠船》卷六。

〔4〕 东汉·班固《汉书·食货志》注引魏人如淳文,卷二四下,中华书局1962年版。

过望’。”施恩听了,想道:“这快活林离东门去省有十四五里田地,算来卖酒的人家也有十二三家,若要每店吃三碗时,恰好有三十五六碗酒,才到得那里。恐哥哥醉了,为何使得?”武松大笑道:“你怕我醉了没本事?我却是没酒没本事!带一分酒便有一分本事!五分酒五分本事!我若吃了十分酒,这气力不知从何而来!若不是酒醉后了胆大,景阳岗上为何打得这只大虫?那时节,我须烂醉了,好下手,又省力,又有势!”〔1〕

仅这一段描写,从孟州城东门外直至快活林,其间大约十四五里地便有酒肆十二三家,这些酒肆或设于“官道旁边”,或开在林木丛中,或在丁字路口,相间不过一二里路程。连那“不村不郭”的“林木丛中”也有“一座卖村醪的小酒店”,不正是真实印证了“十室之邑,无处不有酒肆”的说法吗?

在历史上的乡鄙之地,更多的则是一些小店,尽管这些小店远离城镇,偏隅一处,却别有一种贴近自然、淳朴轻松的雅逸之趣,因而它们往往更能引得文化人的钟情和雅兴。明清两代的史文典献,尤其是文人墨客的笔记文录中多有此类小店引人入胜的描写。同时,由于读书人的增多,入仕的艰难和商业的发展等诸多原因,一方面是更多的读书人汇入商民队伍,另一方面是经商者文化素养提高,市民文化有了更深广的发展。明代中叶一则关于“小村店”的记述很能发人深省:“上与刘三吾微行出游,入市小饮,无物下饮。上出句云:‘小村店三杯五盏,无有东西。’三吾未及对,店主适送酒至,随口对曰:‘大明国一统万方,不分南北。’明日早朝召官,固辞不受。”〔2〕文中的“上”,当是今北京昌平明十三陵“地下宫殿”定陵墓主神宗朱翊钧。这个在位四十八年之久(1573~1620)的尸位皇帝,于国事几乎是一

〔1〕《水浒》第二十九回。

〔2〕明·蒋一葵《长安客话》卷二“小村店”,北京出版社1960年版。

无建树；明帝国其时已经是落叶飘忽，满目西风了。那个小村店主人或许就是一个洞悉时局的大隐于市者，因而才坚定地拒绝了皇帝让他做官的恩赐。

清代酒肆的发展，更远过以往任何时代。“九衢处处酒帘飘，涑雪凝香贯九霄。万国衣冠咸列坐，不妨晨夕恋黄娇。”〔1〕乾隆（1736～1795）时期是清帝国的太平盛极之世，是中国封建社会经济活跃繁荣的鼎盛时代，西方文明虽正蒸蒸日上，但尚未在总态势与观念上超越东方文明中心的中国。这首描述清帝国京师北京餐饮业繁华兴盛的竹枝词，真堪称形象而深刻的历史实录：早春时节，日朗气清，银屑扬逸，暖意可人。京师内外城衢，酒肆相属，鳞次栉比，棋布星罗。各类酒店中落座买饮的，不仅是五行八作、三教九流的中下层社会中人，而且有“微行显达”等各类上层社会中人；不仅有无数黑头发人种，而且有来自世界各国的异邦食客，东西两半球操着说不清多少种的语言，服饰各异的饮啖者聚坐在大大小小的各式风格、各种档次的酒店中。

京师北京如此，其他各埠邑亦相去无几。当时江南第一都会的南京，则是另一番繁华景象：“……里城门十三，外城门十八，穿城四十里，沿城一转足有一百二十多里。城里几十条大街，几百条小巷，都是人烟凑集，金粉楼台。……大街小巷，合共起来，大小酒楼有六七百座，茶社一千余处。不论你走到一个僻巷里面，总有一个地方悬着灯笼卖茶，插着时鲜花朵，烹着上好的雨水，茶社里坐满了吃茶的人。到晚来，两边酒楼上明角灯，每条街上足有数千盏，照耀如同白日，走路人并不带灯笼。……真乃‘朝朝寒食，夜夜元宵’！”〔2〕

〔1〕 清·赵骏烈《燕城灯市竹枝词》，载《北京风俗杂咏》，北京古籍出版社1982年版。

〔2〕 《儒林外史》第二十四回“牛浦郎牵连多讼事，鲍文卿整理旧生涯”，人民文学出版社1977年版。

## 四、酒 文 学

“李白一斗诗百篇”〔1〕,“酒隐凌晨醉,诗狂彻旦歌”〔2〕;很难说哪一种物质文化、物质生活,同文化活动有如酒和文学这样亲近紧密的关系了。在中国历史上,酒与文学的特殊紧密关系可以说是中华民族饮食文化史上的一种特有现象,一种特定的历史现象,一座不可企及的历史文化高峰。这种特有的文化现象,既是属于中国历史上的,也是属于历史上的中国的。它是文化人充分活跃于政治舞台与文酒社会,和文化被文化人所垄断的历史结果;是历史文化在封建制度所留有的自由空间里充分发展的结果。

在蒸馏酒的饮用开始普及开来的明代以前,人们饮用的基本是米酒和黄酒。而且即便是明代以后,乃至几乎整个清代,白酒饮用也基本是以下层社会和北方为主。只是到了近现代,白酒的饮用才有了进一步的扩展。黄酒和果酒(包括葡萄酒)照中国的传统酿制法,酒精含量都比较低。现在行销的黄酒和葡萄酒的酒精浓度一般大约在 $12^{\circ}\sim 16^{\circ}$ 之间(加蒸馏酒者不计在内),而历史上的这两种酒,尤其是随用随酿的“事酒”或者平时饮用的普通酒,则酒精度可能更趋于低,甚至低得多。这种酒低酌慢饮,酒精刺激神经中枢,使兴奋中心缓慢形成,有一种“渐入佳境”的功用和效果,使文人士子、迁客骚人悦乎其色,倾乎其气,甘乎其味,颐乎其韵,陶乎其性,通乎其神,兴乎其情,然后比兴于物、直抒胸臆,如马走平川、水泻断崖、行云飞雨、无遮无碍!酒对人的这种生理和心理作用,这种慢慢吟来的节奏和韵致,这种饮法和诗文创作过程灵感兴发内在规律的

---

〔1〕 唐·杜甫《饮中八仙歌》,《全唐诗》卷二一六。

〔2〕 陆游《诗酒》,《剑南诗稿》卷九。

巧妙一致与吻合,使文人更爱酒,与酒结下了不解之缘,留下了不尽的趣闻佳话,也易使人从表面上觉得,似乎兴从酒出,文自酒来。于是,有会朋延客、庆功歌德的喜庆酒,有节令佳期的欢乐酒,有祭祖奠仪的“事酒”,有哀痛忧悲的伤心酒,有郁闷愁结的浇愁酒,有闲情逸致的消磨酒;……“心有所思,口有所言”,酒话、酒诗、酒词、酒歌、酒赋、酒文——酒文学便油然而发,斐然成观,成为中国文学史上的一大奇迹!

一部中国诗歌发展的历史,从《诗经》的“宾之初筵”(《小雅》)、“瓠叶”(《小雅》)、“荡”(《大雅》)、“有駉(bì必)”(《鲁颂》)之章,到《楚辞》的“奠桂酒兮椒浆”(《东皇太一》)、《短歌行》的“何以解忧?唯有杜康”;从《文选》、《全唐诗》到《酒词》、《酒颂》;数不尽的斐然大赋、五字七言,多叙酒之事、歌酒之章!屈子、荆卿、高阳酒徒、蜀都长卿;孔北海、曹子建、阮嗣宗、陶渊明;李白、杜甫、白居易,王维、李贺、王昌龄;子瞻(苏轼)、鲁直(黄庭坚)、务观(陆游)、同叔(晏殊)、耆卿(柳永)、尧章(姜夔 kuí 魁);文翰林(徵明)、袁中郎(宏道);归愚(沈德潜)、板桥(郑燮)、随园(袁枚),渔阳(王士禛)、北江(洪亮吉)、龚定庵……万千才子,无数酒郎!

谷,年复一年地收;酒,年复一年地流。数千年来,在偌大的国土上,几乎可以说,无处不酿酒,无人不饮酒。酿了数千年的酒,饮了数千年的酒。但真正优游于酒中的,只能是那些达官贵人、文人士子;一部酒文化,某种意义上说就是上层社会的文化,酒文学也是他们的文学。无数的祭享祀颂、公宴祖饯、欢会酬酢,便有无数的吟联唱和、歌咏抒情。酒必有诗,诗必有酒,中国的诗是酒的诗,中国的文学是酒的文学。唐代是诗的历史时代,现存李白诗作的九百余首中,就有约近二分之一是与酒有关的。一杯在手,浅酌低唱,历代诗人大凡如此。虽然不能说历代诗人的每首作品都是由酒引发的,也不必有诗必有酒——每首诗都是言酒的,但有酒必有

诗——酒趣诗兴则可以说是中国古代文人创作的规律之一。词的创作更多是在宴阵酒场之所,因而词,尤其是宋词,则其现存总数的不下二分之一是直接或间接言酒的。有的词人,如姜夔等的词作则三分之二以上阕阙有酒香。这是因为,词人的生活与词的创作,同宴筵社交、歌酒文会、曲艺活动等文艺生活非常密切的缘故。比较而言,词对酒生活反映得更为真实细腻,包含的酒文化内容更为丰厚多彩。诗词之外,曲、赋、酒歌、酒令以及以酒和酒生活、酒文化为题材的文学创作如传奇、笔记、小说、笑话等等都是酒文学的组成与成就,它们共同蔚成了中国酒文学的斑斓多彩,构造了中国酒文化的灿烂辉煌。

## 五、中国历史上的酒人

《史记》云:“荆轲虽游于酒人乎,然其为人沈深好书”〔1〕,首次提及“酒人”。何谓“酒人”?裴骃(yīn 因)集解引徐广曰:“饮酒之人”〔2〕,即好喝酒的人:好喝酒而成习惯,常喝酒而成癖好,以酒为乐,以酒为事,无甚不可无酒,无酒不成其人,言其人必言酒,是可谓“酒人”。由此观之,酒人是一切爱酒、嗜酒者的统称。但中国历史上酒事纷纭复杂,酒人五花八门,绝难统为简单品等。若依酒德、饮行、风藻而论,历代酒人似可粗略区分为上、中、下三等,等内又可分级,可谓三等九品。上等“雅”、“清”,即嗜酒为雅事,饮而神志清明。中等为“俗”、“浊”,即耽于酒而沉俗流、气味平泛庸浊。下等是“恶”、“污”,即酗酒无行、伤风败德,沉溺于恶秽。纵观一部数千年的中国酒文化史,以这一标准来评点归类,历史上的酒人名目大致如下:

---

〔1〕〔2〕 《史记·刺客列传》卷八六。

(1) 上上品:此谓“酒圣”。李白《月下独酌》诗云:“所以知酒圣,酒酣心自开”〔1〕。李白(701~762),字太白,号青莲居士,成纪(今甘肃秦安西北)人,隋末其先人流寓碎叶(今俄罗斯联邦吉尔吉斯共和国北部托克马克附近)。白一生受抑,遂用酒向时世抗争,以缓解自己在政治和精神重压下的痛苦与郁闷,达到一种“已闻清比圣,复道浊如贤。贤圣既已饮,何必求神仙。三杯通大道,一斗合自然。但得酒中趣,勿为醒者传”的心理状态和精神境界。正是在这种境界中,李白才发为奇语,歌为绝唱,进行了辉煌的创作,为民族留下了珠光璀璨的伟大诗作。这种凭酒力返本还真,充分实现自我,创造非凡业绩的酒人是当之无愧的“酒圣”。酒使李白实现了自我,“天生我才必有用”,成就了伟大的业绩;酒又帮助他超越了自我,成了中华学人不阿权贵,率真坦荡,成名立业的楷模;成了民族历史上士子文人的自况形象。正如史论所谓:“李白嗜酒不拘小节,然沈酣中所撰文章未尝错误,而与不醉之人相对议事皆不出太白所见。时人号为‘醉圣’”〔2〕。陶潜(365或372或376~427),字渊明,一说名渊明,字元亮,寻阳柴桑(今江西九江市西)人。“亲老家贫……为彭泽令。公田悉令吏种秫稻,妻子固请种秬,乃使二顷五十亩种秫,五十亩种秬。郡遣督邮至,县吏白应束带见之,潜叹曰:‘我不能为五斗米折腰向乡里小人。’即日解印绶去职。”颜延之“留二万钱与潜,潜悉送酒家,稍就取酒。尝九月九日无酒,出宅边菊丛中坐久,值弘送酒至,即便就酌,醉而后归。潜不解音声,而蓄素琴一张,无弦,每有酒适,辄抚弄以寄其意。”〔3〕高雅、清醒如此,自然也堪称酒中圣人。历史上有许多可以列为酒圣的文学圣手、思想哲人,他们饮酒不迷性,醉酒不违

〔1〕《月下独酌》之四,《全唐诗》卷一八二。

〔2〕《月下独酌》之二;又五代·王仁裕《开元天宝遗事》卷四“醉圣”。

〔3〕《宋书·隐逸传》卷九三,中华书局1974年版;唐·房玄龄等《晋书·隐逸传》卷九四,中华书局1974年版。



德,相反更见情操之伟岸、品格之清隽,更助事业之成就。

(2) 上中品:此谓“酒仙”、“酒逸”辈。宋欧阳修《归田录》云:“有刘潜者,亦志义之士也,常与(石)曼卿为酒敌。闻京师沙行王氏新开酒楼,遂往造焉。对饮终日,不交一言……至夕,殊无酒色,相揖而去。明日,都下喧传王氏酒楼有二酒仙来饮。久之乃知刘、石也。”刘潜(约1019年前后在世),字仲方,曹州定陶(今山东定陶西北)人,史称:“少卓逸,有大志,好为古文,以文学称京东,举进士,起家为淄州军事推官。尝知蓬莱县,代还,过郟州,与石曼卿饮,忽闻母暴卒,亟归,母已死,一恸遂绝。其妾复哭潜以死,时人伤之。”石曼卿,字延年。刘、石二人友善,且皆以好酒故事闻名于史。一次,二人“剧饮中夜,酒竭。船中有醋斗余,倾入酒中并饮之。明日,酒醋俱尽”〔1〕。可见,“酒仙”是虽饮多而不失礼度,不迷本性,为潇洒倜傥的酒人。杜甫《饮中八仙歌》亦云:“知章骑马似乘船,眼花落井水底眠。汝阳三斗始朝天,道逢曲车口流涎,恨不移封向酒泉。左相日兴费万钱,饮如长鲸吸百川,衔杯乐圣称世(一件避)贤。宗之潇洒美少年,举觞白眼望青天,皎如玉树临风前。苏晋长斋绣佛前,醉中往往爱逃禅。李白一斗诗百篇,长安市上酒家眠;天子呼来不上船,自称臣是酒中仙。张旭三杯草圣传,脱帽露顶王公前,挥毫落纸如云烟。焦遂五斗方卓然,高谈雄辨惊四筵。”〔2〕诗中所讲的“八仙”分别是贺知章、李璡、李适之、崔宗之、苏晋、李白、张旭、焦遂八人。贺知章(659~744),字季真,越州永兴(今浙江萧山)人,自称“秘书外监”,一生好酒,“后忽鼻出黄胶数盆,医者谓饮酒之过”〔3〕。李璡,李唐宗室,唐睿宗长孙,封汝阳郡王,与贺知章等人“为诗酒之交”〔4〕。曾“于上

〔1〕 明·夏树芳《酒颠》下卷,明刻本。

〔2〕 《全唐诗》卷二一六。

〔3〕 《酒颠》下卷。

〔4〕 后晋·刘昫等《旧唐书·睿宗诸子》卷九五,中华书局1975年版。

前醉,不能下殿,使人掖出之。……家有酒法号《甘露经》。尝取云梦石罇(zhòu 宙)泛春渠以蓄酒。作金银龟、鱼浮沉其中,为酌酒具。自称‘酿王兼曲部尚书’”〔1〕。李适之(? ~747),始名昌,陇西成纪(今甘肃秦安县东)人,唐宗室,太宗长子恒山王承乾孙。曾官至左丞相,后为李林甫构罪,仰药自杀〔2〕。崔宗之,滑州灵昌(今河南谓县西南)人,袭父日用封为齐国公〔3〕,曾“与李白月夜泛采石,诗酒唱和,皎如玉树临风,观者羨之”〔4〕。苏晋(676~734),雍州蓝田(今陕西南郑县境)人,有文才,袭父爵河内郡公,终太子左庶子〔5〕。张旭(约711年前后在世),字值高,苏州吴人。善草书,嗜酒,每大醉呼叫狂走乃下笔,或以头濡墨而书。既醒,自视以为神,不可复得。世号“张颠”,又称“草圣”。文宗(827~840)时以李白歌诗、裴旻剑舞、张旭草书为“三绝”。焦遂口吃,醒若不能言,醉后则应答如响。杜甫显然是着眼于这些人的风逸脱俗之点来说他们是“酒中仙”的。所谓“酒逸”,基本类此,不过更重饮酒时的优雅仪态:“且将浊酒伴清吟,酒逸饮狂轻宇宙”(韩偓《拂水蔷薇》),即是写真一例。这种颇具诗人气质的酒人,在中国历史上可谓多矣。

(3) 上下品:此谓“酒贤”、“酒董”辈。孔子云:“唯酒无量,不及乱”,这应当正是酒贤的规范。喜饮有节,虽偶至醉亦不越度,谈吐举止中节合规;犹然儒雅绅士、谦谦君子风度。晋大司马陶侃以人“生无益于时,死无闻于后”为憾,“每饮酒有定限,常欢有余而限已竭……(人)劝更少进,侃悽怀良久曰:‘年少曾有酒失,亡亲见约,故不敢踰。’”〔6〕陶侃堪称中国历史上理智酒人的代表。他如东坡

〔1〕《酒颠》上卷。

〔2〕《旧唐书·李适之传》卷九九;《新唐书·李适之传》卷一三一,中华书局1975年版。

〔3〕《旧唐书·崔日用传》卷九九。

〔4〕《酒颠》下卷。

〔5〕《旧唐书·苏晋传》卷一〇〇;《新唐书·苏晋传》卷一二八。

〔6〕《晋书·陶侃传》卷六六。

居士、公安袁中郎辈虽“不胜杯杓而长夜兴勃勃者”，亦近此类。又苏舜钦(1008~1048)“豪放不羁好饮酒。在外舅杜祁公家，每夕读书以一斗为率。公使人密觇之。闻子美读《汉书·张良传》，至张良与客狙击秦皇帝误中副车，遽抚掌曰：‘惜乎不中！’遂满引一大白。又读至良曰：‘始臣起下邳，与上会于留，此天以授陛下。’又抚案曰：‘君臣相遇，其难如此！’复举一白。公闻之，大笑曰：‘有如此下酒物，一斗不足多也！’”舜钦，梓州(故治在今四川三台县)铜城人，参知政事易简孙。“少慷慨有大志”，“在苏州买水石作沧浪亭，益读书，时发愤懑于歌诗，其体豪放，往往惊人。善草书，每酣酒落笔，争为人所传。”〔1〕其可为“酒贤”类人的极好代表。这档酒人的另一类型是精于鉴别酒味酒质的“酒董”：“娄江酒董别酸甜，上第青齐落二三。”〔2〕其实许多酒人都都精于品酒，而作为酒人标准，则更重在酒事的修养和风度。

(4) 中上品：当指“酒痴”。此辈人沉湎于酒而迷失性灵，沉沦自戕，达到痴迷的地步。晋人张翰(约258~319年间在世)，是其代表人物。翰字季鹰，吴郡吴人。“有清才，善属文，而纵任不拘，时人号为‘江东步兵’。”见“天下纷纷，祸难未已……求退良难”，“因见秋风起，乃思吴中菰菜、莼羹、鲈鱼脍”，遂辞官归里。曾宣言：“使我有身后名，不如即时一杯酒！”〔3〕东汉末年的著名文人蔡邕(133~192)亦属此辈。邕字伯喈，陈留圉(今河南杞县南)人。为东汉末年著名文学家、书法家，博学多才，“好辞章、数术、天文，妙操音律”〔4〕，然性耽酒，每饮无拘，常“饮至一石”，又“常醉在路上卧”，时人送其雅谑之号，曰“醉龙”〔5〕。唐人王绩在《赠程处士》诗中说：“礼乐囚姬旦，

〔1〕《酒颠》下卷；《宋史·苏舜钦传》卷四四二。

〔2〕清·曹寅《南辕杂诗》之八。

〔3〕《晋书·张翰传》卷九二。

〔4〕南朝宋·范曄《后汉书·蔡邕传》卷六〇下，中华书局1965年版。

〔5〕《酒颠》上卷。

诗书缚孔丘。不如高枕枕(一作上),时取醉消愁”〔1〕。“诗言志”,王绩的一生也的确如此诗所咏。绩字无功,绛州龙门(今山西新绛县境)人,兄通为隋大业(605~618)中名儒,号“文中子”。绩有文才,但性“诞纵”,“以嗜酒不任事”,“以醉失职”。“游北山东皋,著书自号‘东皋子’,乘牛经酒肆,留或数日。……其饮至五斗不乱,人有以酒邀者,无贵贱辄往”,“豫知终日,命薄葬,自志其墓”。看来王绩是认为唯有酒才是实在和有价值的,人世间其他任何事都毫无可取。他还“著《醉乡记》以次刘伶《酒德颂》”〔2〕。表露了他要与人世绝诀,与古代酒人阮嗣宗、陶渊明同游的悲切惨淡心理。

(5) 中中品:当指“酒颠”、“酒狂”类。晋人阮籍(210~263)、刘伶(约221~300年间在世)堪为代表。阮籍,字嗣宗,陈留尉氏(今河南开封境)人。“籍本有济世志,属魏晋之际,天下多故,名士少有全者,籍由是不与世事,遂酣饮为常。文帝初欲为武帝求婚于籍,籍醉六十日,不得言而止。钟会数以时事问之,欲因其可否而致之罪,皆以酣醉获免。”“籍闻步兵厨营人善酿,有贮酒三百斛,乃求为步兵校尉。”“虽不拘礼教,然发言玄远,口不臧否人物。性至孝,母终,……既而饮酒二斗,举声一号,吐血数升。及将葬,食一蒸肫,饮二斗酒,……举声一号,因又吐血数升。”又能为青、白眼以区别待雅、俗之客。“由是礼法之士疾之若仇”,而籍则谓:“礼岂为我设邪!”〔3〕于是“嗜酒荒放,露头散发,裸袒箕踞”,以为“通达”得大道之本〔4〕。刘伶,字伯伦,沛国(今安徽宿县西北)人,是个有名的豪饮至癫狂的酒人。史

〔1〕《全唐诗》卷三七。

〔2〕《新唐书·王绩传》卷一九六;《旧唐书·王绩传》卷一九二。

〔3〕《晋书·阮籍传》卷四九;《三国志·魏书·阮籍传》卷二一,裴松之注引《魏氏春秋》,中华书局1959年版。

〔4〕南朝宋·刘义庆《世说新语》“德行”第一注引王隐《晋书》,上海古籍据光绪十七年思贤讲舍刻本影印本。

载,刘伶“容貌甚陋。放情肆志,常以细宇宙齐万物为心……初不以家产有无介意。常乘鹿车,携一壶酒,使人荷锺而随之,谓曰:‘死便埋我。’……尝渴甚,求酒于其妻。妻捐酒毁器,涕泣谏曰:‘君酒太过,非摄生之道,必宜断之。’伶曰:‘善!吾不能自禁,惟当祝鬼神自誓耳。便可具酒肉。’妻从之。伶跪祝曰‘天生刘伶,以酒为名。一饮一斛,五斗解醒。妇人之言,慎不可听。’仍引酒御肉,隗然复醉。尝醉与俗人相忤,其人攘袂奋拳而往。伶徐曰:‘鸡肋不足以安尊拳。’其人笑而止。”此人“未尝厝意文翰,惟著《酒德颂》一篇”却颇能自况他“惟酒是务,焉知其余”〔1〕的心态行止。

(6) 中下品:当指“酒荒”。此辈人沉湎于酒,荒废正业,且偶有使气悖德之行。三国刘琰“禀性空虚,本薄操行,加有酒荒之病”〔2〕。晋建武将军王忱“弱冠知名,……流誉一时。……性任达不拘,末年尤嗜酒,一饮连月不醒,或裸体而游,每叹三日不饮,便觉形神不相亲。妇父尝有惨,忱乘醉吊之,妇父恸哭,忱与宾客十许人,连臂被发裸身而入,绕之三匝(币)而出。其所行多此类”〔3〕。西汉武帝朝(前140~前87)东方朔“尝醉大殿中,小遗殿上。劾大不敬,免为庶人”〔4〕。晋人胡毋辅之、谢鲲、光孟祖等可视为同类。某次,胡毋辅之、谢鲲诸人“散发裸袒,闭室酣饮”,光孟祖为不速客,在外叫门不应,“便于户外脱衣,露顶于狗窦中窥之大叫。辅之惊曰:‘他人决不能尔!必我孟祖!’遂呼入共饮”〔5〕。胡毋辅之,字颜国,泰山奉高(故治今山东泰安东北十七里)人。“少擅高名,有知人之鉴。性嗜酒,任纵不拘小节。……与郡人光逸昼夜酣饮,不视郡事。”〔6〕官止湘州刺史。谢

〔1〕《晋书·刘伶传》卷四九。

〔2〕晋·陈寿《三国志·蜀志·刘琰传》卷四〇,中华书局1982年版。

〔3〕《晋书·王湛传》卷七五。

〔4〕《酒颠》下卷。

〔5〕《晋书·光逸传》卷四九,《酒颠》下卷。

〔6〕《晋书·胡毋辅之传》卷四九。

鯤，字幼舆，陈国阳夏（今河南太康县境）人，“鯤少知名，通简有高识，不修威仪”，每与同侪“纵酒”〔1〕。光逸，字孟祖，乐安（今山东高苑县西北）人，与胡毋辅之、谢鯤、阮放、毕卓、羊曼、桓彝、阮孚同侪酒人被“时人谓之‘八达’”〔2〕。北宋人饶节，字德操，抚州（今江西临川县境）人。因不合新法，乃祝发为僧，陆游称其为“当时诗僧第一”。“少有大志，既不遇，纵酒自晦。或数日不醒，醉时往往登屋危，浩歌恸哭，达旦乃下。”〔3〕

（7）下上品：此是“酒徒”辈。饮必过，沉沦酒事，少有善举，已属酒人下流。曾与猪共饮而在中国历史上留下“豕饮”典故的晋人阮咸常醉不醒，骑在马背上左摇右晃，“如乘船行波浪中”。晋人王恭以酒为事，尝言：“名士不必须奇才，但使常得无事，痛饮酒，熟读《离骚》便可称名士。”郑泉“博学有奇志，而性嗜酒。其闲居每曰：‘愿得美酒满五百斛船，以四时甘脆置两头，反覆没饮之，……酒有斗升减，随即益之。不亦快乎！’……临卒，谓同类曰：‘必葬我陶家之侧，庶百岁之后，化而成土，幸见取为酒壶，实获我心矣！’”〔4〕上述三人，阮咸，字仲容，阮籍之侄，同为“竹林七贤”。“咸耽酒浮虚”，被时人视为“心醉”。“咸妙解音律，善弹琵琶，……惟共亲知弦歌酣宴而已。……诸阮皆饮酒，咸至，宗人间共集，不复用杯觞斟酌，以大盆盛酒，圆坐相向，大酌更饮。时有群豕来饮其酒，咸直接去其上，便共饮之。群从昆弟莫不以放达为行，籍弗之许。”〔5〕王恭，字孝伯，晋孝武帝定皇后之兄。恭并其父王蕴、定皇后均“嗜酒”。“蕴素嗜酒，末年尤甚”〔6〕。“后性嗜酒嫉妒，帝深患之”〔7〕。

〔1〕《晋书·谢鯤传》卷四九。

〔2〕《晋书·光逸传》卷四九。

〔3〕《酒颠》下卷。

〔4〕《三国志·吴书·吴主传第二》卷四七裴松之注引《吴书》。

〔5〕《晋书·阮咸传》卷四九。

〔6〕《晋书·王蕴传》卷九三。

〔7〕《晋书·孝武定王皇后传》卷三二。

郑泉,字文渊,陈郡(今河南淮阳)人,官三国吴国太中大夫〔1〕。

(8) 下中品:此是史文所谓“酒疯”、“酒头”、“酒魔头”、“酒糟头”辈,可以统称为“酒鬼”。指嗜酒如命,饮酒忘命,酒后发狂,醉酒糊涂,甚至为酒亡命一类的酒人。“酒鬼”一词本人们鄙称贪酒无度,不仅全无酒德,且有亏人行一类下流酒人的用语。《异林》记有:“史百户者,性嗜饮,昼夜沉醉不少醒,尝旦谒上官,上官与之语懵然无所答。上官怒叱之曰:‘汝醉邪!’”现今社会亦多有此类酒人。他们嗜酒如命,酒未饮而先见其醉态;见酒必饮,饮则必醉,醉则无形:面赤眼直,鼻肿嘴斜、口出胡言,言多秽语,秽气直冲,唾沫四溅,举止失常,行止猥琐,种种令人作呕之行状,不一而足。

(9) 下下品:此类是“酒贼”辈,为酒人之最末一流,最下之品。此类酒人人品低下,不仅自身因酒丧德无行,且又因酒败事,大则误国事,小则误公事或私家之事。且此类人多是以不光明、不正当的手段吸民之膏血,揩国之脂泽,即饮不清白之酒、赃污之酒,其行为也实同于贼窃。故理当名其为“贼”,当在力戒绝杜之列。史书所记夏禹言:“后世必有以酒亡其国者”〔2〕,当是史家总结历代酒人之误的剖痛之识。夏王桀荒湎于酒,“不务德而武伤百姓,百姓弗堪”〔3〕,终叛归汤,于是亡国。商王帝辛,更是“好酒淫乐,嬖于妇人”,“以酒为池,悬肉为林,使男女裸,相逐其间,为长夜之饮”〔4〕。暴饮之甚竟一连七昼夜而不止。于是诸侯尽叛,前徒倒戈,自焚鹿台,身死国灭。晋人毕卓“为吏部郎,常饮酒废职。比舍郎酿熟,卓因醉夜至其瓮间盗饮之,为掌酒者所缚”。毕卓,字茂世,新蔡铜阳(今河南新蔡东北

〔1〕 《三国志·吴书·吴主传第二》卷四七裴松之注引《吴书》。

〔2〕 《战国策·魏策二》卷二三“梁王魏婴觴诸侯于范台”。

〔3〕 《史记·夏本纪》卷二。

〔4〕 《史记·殷本纪》卷三。

七十里)人,家世代书香长者,“少希放达”,曾对人倡言:“得酒满数百斛船,四时甘味置两头,右手持酒杯,左手持蟹螯,拍浮酒船中,便足了一生矣。”与胡毋辅之等酒人友善,官止平南长史〔1〕。观其所行,倒是个名符其实的盗酒贼了。五代时,东丹王契丹人突欲之子兀欲(后为辽天授皇帝),“好饮酒”,“左右姬妾,多刺其臂吮之,其小过辄挑目、刳灼,不胜其毒”。又记辽穆宗耶律璟“畋猎好饮酒,不恤国事,每酣饮,自夜至旦,昼则常睡,国人谓之‘睡王’”〔2〕。清人“张云騫刺史年少豪迈,不问家人生产作业,好饮酒,一石亦不醉,然时有断炊之患。一日,其妻拔钗,质钱三百文,将以买米,置于几。张见之,即以质券裹钱持之出,买醉于酒家矣。夜半,酩酊归,钱罄而券亦失,不可踪迹矣”〔3〕。现世中更多此辈酒人。他们无能亦无心为国,不择手段专营己利,唯在酒席场上逞见技雄。他们或假权力,或借机缘,多吃国民白食,却又恬然不以为耻。人有以现世中某类饮酒者请问当属何辈酒人:其人,每逢聚会宴酌,见菜好则光吃菜,酒好只喝酒,甚而趁主人不注意之机拼命大塞可口之菜。某次同事聚餐,其人竟先行将两只烧鸡的翅膀悉数吞食。平素则凡不花钱之酒,总要一醉方休。答曰:“此为‘酒人’最下之品,乃十足‘酒贼’,决不可与之同席共餐,人人唾其面可矣!”

## 六、酒 德

唐孟郊(751~814)《酒德》云:“酒是古明镜,辗开小人心。醉见异举止,醉闻异声音。酒功如此多,酒屈亦以深。罪人免罪酒,如此

〔1〕《晋书·毕卓传》卷四九。

〔2〕北宋·欧阳修《新五代史·四夷附录第二》卷七二,中华书局1974年版。

〔3〕《清稗类钞·饮食类》“张云騫以买米钱买醉”,中华书局1986年版。



可为箴。”〔1〕黄庭坚诗《谢答闻善二兄》有句：“四座欢欣观酒德，一灯明暗又诗成。”以上唐、宋两首诗中的“酒德”，指的是酒对饮者的功能，或曰酒人饮酒后现出无矫饰的真情本性，如同镜之明形，使人人露出种种社会角色背后的本相，现出角色生活中各种扮相掩饰之下的真面目、真情感、真心肠、真身份。被酒之后，君子尤君子，小人露原形；不仅如此，酒还能使人灵犀一点、幽径旁通，超出既成思维定势，奇思异想，天目豁开，意外创见。可见，所谓酒德的根本精神，当是崇实求真，发明创见。

然而，这只是封建中世以后贤达酒人对酒德的理解。更早的古代，人们对酒德的理解则与此相去甚远，如周公曾告诫周的后继人“无若殷王受之迷乱，酗于酒德哉！”〔2〕即殷纣王“心迷政乱，以酗酒为德，（周公）戒嗣王无如之”〔3〕。“王当自勤政事，莫如殷王受之迷乱国政，酗鬻（yòng 用）于酒德哉。殷纣藉酒为凶，以酒为德，由是丧亡殷国。王当以纣为戒，无得如之。”〔4〕晋人周“颞（yǐ 乙）招时论，尤其酒德，《礼经》曰‘瑕不掩瑜’，未足韬其美也”〔5〕。这里的“酒德”亦寓贬义。周颞，字伯仁，汝南安成（今河南汝南县东南七十里）人，“少有重名”，“德望素重”，但“荒醉失仪”“屡以酒过，为有司所绳”。与酒友相遇，“乃出酒二石共饮，各大醉。及颞醒，使视客，已腐肋而死”〔6〕。故其身后亦难免史家发过。显然，中世以前，人们所说的“酒德”是指酒人酗酒为事的行为，本属贬义。

刘伶有《酒德颂》一文，从时间上看为上古与中世酒德释义的中

〔1〕《全唐诗》卷三七四。

〔2〕《尚书正义·周书》卷十六“无逸”，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《尚书·周书》卷十六“无逸”孔安国传。

〔4〕《尚书·周书》卷十六“无逸”孔颖达疏。

〔5〕〔6〕《晋书·周颞传》卷六九。

介,而就文化蕴寓与思想阐发来说,则完全包容了后世酒人所能理解的“酒德”的全部精义,其文如下:

有大人先生,以天地为一朝,万期为须臾,日月为扃牖,八荒为庭衢。行无辙迹,居无室庐,幕天席地,纵意所如。止则操卮执觚,动则挈榼提壶,惟酒是务,焉知其余。有贵介公子,搢(缙)绅处士,闻吾风声,议其所以;乃奋袂攘襟,怒目切齿,陈说礼法,是非蜂(一作锋)起。先生于是方捧罍承槽,衔杯漱醪,奋髯箕(一作踦)踞,枕曲藉糟,无思无虑,其乐陶陶。兀然而醉;怳(huǎng 晃)(一作豁)尔而醒。静听不闻雷霆之声,熟视不睹泰山之形。不觉寒暑之切肌,利欲之感情。俯观万物,扰扰焉若(一作如)江海之载浮萍。二豪侍侧焉,如蜾蠃之与螟蛉!〔1〕

刘伶享声名于世,自然不在《酒德颂》一文;但其有声名于史,则大半赖《酒德颂》一文。刘伶生于乱世末叶,颓伤已极,以酒醉神,以醉误身。他曾荒唐得醉后脱衣裸形于屋中。人见讥之,而刘伶却大言道:“我以天地为栋宇,屋室为裤衣,你为什么跑到我的裤裆里来了?”此行今日读来,让人无限怜惜痛楚。但此行当时即已为时议所不容,岂能为后世酒人之法。故酒德当是上等酒人所做的榜样:不至醉,不及乱,不误事,不泯性,不伤身,且能慎于思、敏于行、果于事。诚如孔夫子所教导:“惟酒无量,不及乱。”〔2〕

## 七、酒 礼

酒,在今世已只是一种为人所广泛喜爱的含乙醇饮料;饮酒,早

〔1〕 南朝梁·萧统《文选》卷四七,中华书局1977年版;《晋书·刘伶传》卷四九。

〔2〕 《论语·乡党》卷十,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

已成一日常生活习惯,没有什么特别严格的礼仪讲究了。然而在古代却大不一样。

《世说新语》有两则内容大略相同的文字,讲到饮酒前先要礼拜之礼,其一曰:“孔文举有二子,大者六岁,小者五岁。昼日父眠,小者床头盗酒饮之,大儿谓曰:‘何以不拜?’答曰:‘偷,那得行礼!’”其二云:“钟毓兄弟小时,值父昼寝,因共偷服药酒。其父时觉,且托寐以观之。毓拜而后饮,会饮而不拜。既而问毓何以拜,毓曰:‘酒以成礼,不敢不拜。’又问会何以不拜,会曰:‘偷本非礼,所以不拜。’”〔1〕可见,最迟在魏晋南北朝之世,饮酒仍要先“拜”,仍信从“酒以成礼”的传统。文中的孔文举,即以让梨故事闻名于史的孔融。融(153~208)字文举,鲁国(今山东曲阜)人,“建安七子”之一,孔子二十世孙,“幼有异才”,声望甚隆且好发深奥奇险之论。因抗言“酒德”与曹操禁酒之令相悖,终被操“积嫌忌”致死罪弃市〔2〕。钟毓(?~263),字稚叔,颍川长社(今河南长葛县西)人。钟会(225~264)字士季〔3〕。孔、钟均系阀阅世家,礼仪门规,故循礼之文确为可信。

“酒以成礼”之文,更早者可见《左传》:“君子曰:酒以成礼,不继以淫,义也。以君成礼,弗纳于淫,仁也。”〔4〕“酒以成礼”,是佐礼之成,源于古俗古义。史前时代,酒产量极少,又很难以掌握技术,先民平时不得饮酒。只有当崇拜祭祀的重大欢庆典礼之时,才可依一定规矩分饮。饮必先献于鬼神。饮酒,同神鬼相接,同重大热烈、庄严神秘的祭祀庆典相连,成为“礼”的一部分,是“礼”演示的重要程序,是“礼”得以成立的重要依据和礼完成的重要手段。周公不是曾严厉

〔1〕《世说新语》“言语”第二,上海古籍据光绪十七年思贤堂讲舍刻本影印本。

〔2〕《后汉书·孔融传》卷七〇并注文,《三国志·魏书》卷十二裴松之注引《续汉书》。

〔3〕毓、会之事,分别见《三国志·魏书》卷十三、二八。

〔4〕《春秋左氏传·庄公二十二年》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

告诫臣属“饮惟祀，德将无醉”吗〔1〕？只有祭祀时才可以喝酒，而且绝不许喝醉。酒，在先民看来，与祭祀活动本身一样，都具有极其神秘庄严的特性。周公说：“惟天降命，肇我民，惟元祀。天降威，我民用大乱丧德，亦罔非酒惟行。越小大邦用丧，亦罔非酒惟辜。”〔2〕意思是说：是万能的上天为了让我们愚昧的下民祭祀他，才仁慈地让我们了解了如何酿酒。酿酒只是为了用来祭祀，表示下民对上天的感激与崇敬。若违背了这一宗旨，下民自行饮用起来，即成莫大罪过。个人如此则丧乱行德，邦国如此则败乱绝祀。这就是“酒为祭不主饮”的道理。这种情况，大约主要是三代期前期，即春秋之前的事。尔后，由于政治的分散，权力的下移，经济文化的发展变化，关于酒的观念和风气也发生了很大改变，约束和恐惧都极大地松弛淡化了。于是，像前面提到的“拜”，便是象征性的了。既然最初严格规定“饮惟祀”，那“祀”所礼拜的便是天、地、鬼（祖先）、神。而这种酒祀，在三代以后虽然仍保留在礼拜鬼、神的祭典中，可非祀的饮酒却大量存在了。于是，饮酒礼逐渐演变成一套象征性的仪式和可行的礼节。饮前先“拜”。“拜”而后饮，就是这种象征性的仪式，表示饮者不忘先王圣训的德义，仍将循从那“无醉”的先诫。至于是否真的“无醉”，就另当别论了。而可行的礼节则还是要循的，尤其是在特定的礼仪或严肃的宴饮场合则更应如此。故有所谓“君子之饮酒也，受一爵而色洒如也，二爵而言言斯，礼已三爵而油油以退。”〔3〕严肃的礼仪场合，饮酒不得过三爵。只有“大飨”一类尽欢尽兴的宴饮场合，才允许超过“三爵”之数，但仍不能乱“德”。以上可谓酒礼的根本原则，是为大礼。不同的宴饮场合，又有许多细微具体的礼仪规矩。

---

〔1〕〔2〕《尚书正义·周书》卷十四“酒诰”，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《礼记正义·玉藻》卷二九，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

## 八、酒 道

《礼记》云：“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教；道也者，不可须臾离也。可离非道也。……喜怒哀乐之未发，谓之中。发而皆中节，谓之和。中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。”〔1〕在中国古代先哲看来，万物之有无生死变化皆有其“道”，人的各种心理、情绪、意念、主张、行为亦皆有“道”。饮酒也就自然有酒道。

这样看来，中国古代酒道的根本要求就是“中和”二字。“未发，谓之中”，即对酒无嗜欲，也就是庄子的“无累”，无所贪恋，无所嗜求，“无累则正平”，无酒不思酒，有酒不贪酒。“发而皆中节”，有酒，可饮，亦能饮，但饮而不过，饮而不贪，饮似若未饮，绝不及乱，故谓之“和”。和，是平和谐调，不偏不倚，无过无不及。这就是说，酒要饮到不影响身心，不影响正常生活和思维规范的程度才为最好，要以不产生任何消极不良的身心影响与后果为度。“道之以礼”〔2〕，“道之以德”〔3〕，“道则高矣美矣”〔4〕！对酒道的理解，就不仅着眼于既饮而后的效果，而是贯穿于酒事的自始至终。“庶民以为欢，君子以为礼”（邹阳《酒赋》），合乎“礼”，就是酒道的基本原则。但“礼”并不是超越时空永恒不变的，随着历史的发展，时代的变迁，礼的规范也在不断的变化中。在“礼”的淡化与转化中，“道”却没有淡化，相反，它却更趋实际和科学化。于是，由传统“饮惟祀”的对天地鬼神的诚敬转化为对尊者、长者之敬，对客人之敬。儒家思想是悦敬朋友的，孔

〔1〕《礼记正义·中庸》卷五二，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《礼记正义·祭统》卷四九，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《论语注疏·为政》卷二，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕《孟子注疏·尽心》卷十三，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

子就曾说过：“有朋自远方来不亦乐乎！”〔1〕当然，孔子所说的朋友，是志同道合的有德操的君子，而非随便什么人都可以称为“朋友”的。“君子慎始”〔2〕，“君子慎交友”，“君子不亲恶”〔3〕，“道不同不相为谋”〔4〕，这样的朋友“自远方来”，以美酒表达悦敬并请客人先饮（或与客同饮，但不得先客人而饮）是不为过的。贵族和大人政治时代，是很讲尊卑、长幼、亲疏礼分的，因此在宴享座位的确定和饮酒的顺序上都不能乱了先尊长后卑幼的名分。民主时代虽已否定等级，但中华民族尊上敬老的文化与心理传统却根深蒂固，饮酒时礼让长者尊者仍成习惯。不过，这一般也已经不是严格的尊长“饮讫”之后他人才依次饮讫的顺序了，而是主要体现出对尊长的礼让、谦恭、尊敬。既是“敬”，便不可“强酒”，随各人之所愿，尽各人之所能，酒事活动充分体现一个“尽其欢”的“欢”字。这个欢是欢快、愉悦之意，而非欢声雷动，手舞足蹈的“轰饮”。无论是聚饮的示敬、贺庆、联谊，还是独酌的悦性，都循从一个不“被酒”的原则，即饮不过量，既不贪杯，也不耽于酒，仍是传统的“中和”，可以理解为一个“宜”字。这样，源于古“礼”的传统酒道，似乎用上述的“敬”、“欢”、“宜”三个字便可以概括无遗了。

## 九、酒 令

酒令，作为饮酒时的游戏，即酒宴上助酒兴、行酒饮的规则性娱乐技巧，是中国酒文化的一大特色，可以单独作为一门学问来研究。

〔1〕《论语注疏·学而》卷一，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《礼记正义·经解》卷五〇，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《礼记正义·曲礼下》卷五，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕《论语注疏·卫灵公》卷十五，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

事实上,它也已经成为一门单独的学问了。这就是说,酒令是两人以上群饮场合的强制性游戏规则。作为规则,酒令具有两方面的要求:一是明确的组织与赏罚规则,二是行令的技巧规则。酒令正是因其强制性的规则,又被称为“觴政”、“酒章”、“酒律”等,谓其有政令、法律、章程的威严。酒令产生的历史也很久远,而且种类繁多,难以一一尽举。酒令自唐以来,颇盛行于上流社会及士大夫之中。但现在,似乎只有“猜拳”一类俗令还在一般市民中间实行,其他均因其古雅而渐至湮没了。据《韩诗外传》载:齐侯置“酒令”,“后者罚饮一经程”,这大概是“酒令”一词较早的史录了。《梁书》记载:“湘东王时为京尹,与朝士宴集,属规为酒令。规从容对曰:‘自江左以来,未有兹举。’”〔1〕以上两处“酒令”,实为监行酒令的“令官”。后汉贾逵曾撰写有《酒令》一书,现已失传。唐代是诗酒文化的时代,是文士骚客自由抒发意志和挥洒才情的时代,故在唐代,酒人的文化生活也极丰富多彩。唐人的酒令专著便随之空前丰富,如王绩《酒经》、《酒谱》(两卷),李璿《甘露经酒谱》,崔端己《庭萱谱》,刘炫《酒孝经》、《贞元饮略》(三卷),窦子野《酒谱》、《酒录》,胡节还《醉乡小略》,皇甫松《醉乡日月》、《条刺饮事》(三十篇),李郢《骰(tóu 头)子选格》等。其后千余年,清光绪间(1875~1908)文人俞敦培有四卷本《酒令丛钞》成书,该书特点是搜征古今酒令较全。此书按“古令”、“雅令”、“通令”、“筹令”集有二百三十条。

(1) 古令。“药名”条记梁简文帝“药名诗”句:“烛映‘合欢’被,帷飘‘苏合’香”;“颠倒令”条记录苏东坡在翰林时与同官宴,东坡倡令“上以二字颠倒,下以诗一句押韵发其意”,即云:“闲似忙,蝴蝶纷纷过短墙;忙似闲,白鹭饥时立小滩。”一客云:“来似去,潮翻巨浪还西注;去似来,跃马翻身射箭回。”又一客云:“动似静,万顷碧潭澄宝

〔1〕 唐·姚思廉《梁书·王规传》卷四一,中华书局1973年版。

镜；静似动，长桥影逐酒旗送。”又一客云：“难似易，百尺竿头呈巧艺；易似难，执手临歧话别闲。”又一客云：“悲似乐，送葬之家喧鼓乐；乐似悲，嫁女之家日日啼。”又一客云：“有似无，仙子乘风游太虚；无似有，掬水分明月在手。”又一客云：“贫似富，梢水满船金玉渡；富似贫，石崇穿得敝衣行。”又一客云：“重似轻，万斛云帆一霎经；轻似重，柳絮纷纷铺画栋。”

(2) 雅令。“诗切官名”条云：“百千万里尽传名”——同知；“红袖添香夜读书”——侍郎。“诗分真假”条云：“门泊东吴万里船”——真船；“花开十丈藕如船”——假船；“葡萄美酒夜光杯”——真酒；“寒夜客来茶当酒”——假酒。“词牌合字令”条云：“木兰花、卜算子、早梅芳”——棹；“月下笛、西地锦、女冠子”——腰；“金缕曲、小秦王、月中行”——销。“鸟名贯串”条云：“鸬鹚捻线，十姊妹买去绣鸳鸯”；“啄木为舟杜宇撑来装布谷”；“画眉年少告天不嫁白头翁。”

(3) 通令。“数钱令”条云：“取钱十余枚，矗立盘中，随手揭一枚视宝字所向者饮。”“花名暗令”条云：“令官宣令曰：‘二月桃花放，九月菊花开；一般根在土，各自等时来。’坐客各报花名，须知有时辰者方免饮。如李花是子时，柳花是卯时之类，不合格者皆饮。此为暗令，行过一次人即知之，近于欺人。凡此类者甚多。”“规矩令”条云：“左手画圆，右手画方，一时并举。左邻监视左手，右邻监视右手，误即举发饮酒。扶同者坐。”

(4) 筹令。“觥筹交错令”和“唐诗酒筹令”等。

以上按古令、雅令、通令、筹令四类选例说明，只能管中窥豹。且《酒令丛钞》一书只能是以偏概全，述其大概的辑录，远不是包罗无遗的。同时，酒令也有极大的随意性，即席命题，因酒党、酒客而异。



## 第五章 中华民族茶文化

唐代,是我国茶文化史上一个极为重要的历史时期,唐人所说“风俗贵茶,茶之名品益重”〔1〕,正是真实史录。盛唐以后,茶饮更是蔚然成风,浸习全国。尤其是陆羽等一代茶人的极力倡导标榜,更兼《茶经》的行世,茶事精雅、茶人风流、茶风普被、茶学发展,已成中唐以后的时潮文化。于是,一批批的饮茶雅人,越来越多的咏茶文学作品,如雨后春笋般大量涌现。中唐著名诗人——茶人,或曰“诗茶人”,准确些说应当称之为“传统文化茶人”的刘禹锡就是这样的雅人之一,他的《西山兰若试茶歌》堪称是最具代表性的茶文学作品之一。全诗如下:

山僧后檐茶数丛,春来映竹抽新茸。  
宛然为客振衣起,自傍芳丛摘鹰觜。  
斯须炒成满室香,便酌砌下金沙水。  
骤雨松声入鼎来,白云满碗花徘徊。  
悠扬喷鼻宿醒散,清峭彻骨烦襟开。  
阳崖阴岭各殊气,未若竹下莓苔地。  
炎帝虽尝未解煎,桐君有箴那知味。  
新芽连拳半未舒,自摘至煎俄倾余。  
木兰沾(一作坠)露香微似,瑶草临波色不如。

---

〔1〕 唐·李肇《国史补》卷下“叙诸茶品目”,浙江古籍出版社1986年版。

僧言灵味宜幽寂，采采翘英为嘉客。  
 不辞緘封寄郡斋，砖井铜炉损标格。  
 何况蒙山顾渚春，白泥赤印走风尘。  
 欲知花乳清冷味，须是眠云跂石人。〔1〕

这首茶歌，从茶品、植茶、采茶、炒茶、水泉、候汤、煎茶、品茶、饮境、茶具、藏茶、茶功等都作了恰切、周到的叙述，可谓一首有韵之《茶经》。诗中“骤雨松声入鼎来，白云满碗花徘徊”句，正是讲艺茶最难的环节——候汤，一向被认为是中国茶文学的传神之笔。

## 一、茶的源流

茶的发明、利用，尤其是作为饮料的茶，在中国究竟起于何时，一向是讨论颇多而至今尚无统一看法的问题。许多研究者着眼于文字记载的分析，于是相继得出了“魏晋说”、“三国说”、“西汉说”，甚至比魏晋更晚的说法。从历史上看，最早谈到饮茶起源的当是陆羽的《茶经》：“茶之为饮，发乎神农氏”〔2〕。但陆羽并未对此说法提出论据。也许陆羽认为这是一个毋需讨论的问题，也许在陆羽时代这本来不是一个问题，事实上陆羽之后很长时间也没有人认为这是个问题。但陆羽之后，“茶饮发乎神农”之说却被历代文人学士沿袭下来，几乎无人认真讨论。直到清初，顾亭林(1613 或 1612~1682)才比较严肃地对这一问题作了一番认真的考证：

茶字自中唐始变作荼，其说已详之唐《韵正》。按《困学纪闻》荼有三：“谁谓荼苦”，苦菜也；“有女如荼”，茅秀也；“以薺荼蓼”，陆草也。……(《尔雅》)《释木》曰：“檟，苦荼。”注云：“树小

〔1〕 清·彭定求等《全唐诗》卷三五六，中华书局 1960 年版。

〔2〕 唐·陆羽《茶经》卷中“六之饮”，《四库全书·子部九·谱录类》。

如梔子,冬生,叶可煮作羹饮。今呼早采者为茶(茶读茶音——引者),晚取者为茗,一名荈,蜀人名之苦茶。”此一字,亦从草、从余。今以《诗》考之,《邶·谷风》之“荼苦”,《七月》之“采荼”,《豳》之“葍荼”,皆苦菜之茶也。……而王褒《僮约》云:“武阳买茶”;张载《登成都白菟楼》诗云:“芳茶冠六清”;孙楚诗云:“姜桂茶荈出巴蜀”;《本草衍义》晋温峤上表“贡茶千金,茗三百斤”,是知自秦人取巴蜀而后始有茗饮之事。……《唐书·陆羽传》:“羽嗜茶(自此后茶字减一画为茶),著经三篇,言茶之源、之法、之具尤备,天下益知饮茶矣。……有常伯熊者,因羽论复广著茶之功。……其后尚茶成风。时回纥入朝,始驱马市茶。”至明代,设茶马御史。而《大唐新语》言:“右补阙綦毋煊(jiǒng 炯),性不饮茶。”著《茶饮》序曰(原刻本作日——引者):“释滞消壅,一日之利暂佳,瘠气侵(原作耗——引者)精终身之害(原作累——引者)斯大。获益则功归茶力,貽患则不谓茶灾,岂非福近易知,害远难见?”宋黄庭坚《茶赋》(当为《煎茶赋》——引者)亦曰:“寒中瘠气,莫甚于茶。或济之盐,勾贼破家。”今南人往往有茶癖而不知其害,此亦摄生之所宜戒也〔1〕。

上引顾文,论辨茶、茶之由变,饮茶由起及利弊,可以说较以往诸说都更有见地,而后论茶者无不援引顾文。但顾炎武的“自秦人取巴蜀而后始有茗饮之事”,严格来说还仅仅回答了茶、茶析义和内地饮茶的起始及其以后的流变过程,至于“茗饮之事”在“秦取巴蜀”之前的情况如何,并未言及;秦取巴蜀之前,茶是否也曾从其地向内地流入过?这个问题至今尚无很有说服力的根据。目前可以肯定的是:秦军入巴蜀时发现的是当地人的饮茶风习,也就是说距今二十二个世纪之前,今天的成渝西南地区就已经有饮茶的风俗

〔1〕 明清之际·顾炎武《日知录》卷七“茶”,同治壬申湖北崇文书局重刻本。

传统了。

我们已经在本书的“食医合一”题目中讨论过早在遥远的古代，人们就已经注意到了许多植物或来自动物、矿物的治疗性能，可以说，医药学的最初胚芽是孕生于原始人类饮食生活之中的。事实上，茶事的最初萌芽就是孕发于野生采集活动中的。古史传说文录中曾有“神农乃玲珑玉体，能见其肺肝五脏”的一种说法，理由是，“若非玲珑玉体，尝药一日遇七十二毒。何以解之？”又有说：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之。”剥离两说的传说故事成分，其合理内核中历史真实的信息却是值得注意的：“茶”在长久的食用过程中，被人们越来越注重了它的某些疗病的“药”用之性。它们正是洪荒时代先民的生活经历，经过代代相因的漫长传衍过程后的反映。据《庄子》所记，“神农”史事反映的当是母系氏族时代：“神农之世，卧则居居，起则于于，民知其母，不知其父”〔1〕，亦即原始农业的早期阶段。依照《诗经》等有关文献记录，在史前期黄河流域，“茶”是泛指诸类苦味野生植物性食物原料的。在食医合一的历史时代，茶类植物的止渴、清神、消食、除瘴、利便等药用功能是不难为人们所发现的。然而，由一般性的药用发展为习常的专用饮料，还必须有一种特别的因素，即人们实际生活中的某种特定需要。巴蜀地区，积温多雨，向为疾疫多发的“烟瘴”之地，“番民以茶为生，缺之必病”〔2〕，故巴蜀人俗常饮食偏多辛辣，积习数千年，至今依然。正是这种地域自然条件和由此决定的人们的饮食习俗，使得巴蜀人们首先“煎茶”服用以除瘴气，解热毒。久服成习，药用之旨逐渐隐没，茶于是成了一种日常饮料。秦人入巴蜀时，见到的正应当是这种作为日常饮料的饮茶习俗。如此说

〔1〕 明·周游《开辟衍绎》第十八回王子承“释疑”，并参见周树斌《“神农得茶解毒”考评》，载《农业考古》1991年第2期；陈椽《“神农得茶解毒”考评》读后反思》，载《农业考古》1994年第4期；《庄子·盗跖》，中华书局1954年《诸子集成》本。

〔2〕 清·周嵩联《竺国纪游》卷二，台北文海出版社1977年版。

来,饮茶作为一种社会性风气,它不可能比原始农业的繁荣阶段更早,也就是说,它一般不早于六七千年前。这样看来,所谓“炎帝虽尝未解煎”,倒是很有道理的说法。

早在秦入巴蜀之前,茶已经是人工驯化栽培的植物,而非神农之世的野生采集了。所以可以说,茶由药用转化为习常饮料,严格意义的“茶”也便随之产生了,其典型标志便是“茶”(chá)音的出现。郭璞注《尔雅·释木》“檟”云:“树小似梔子,冬生叶,可煮作羹饮。今呼早采者为茶(茶读茶音——引者),晚取者为茗,一名蔎,蜀人名之苦茶。”可见,汉时,“茶”字已有特指饮料茶的“茶”的读音了,“茶”由“蔎”分离出来并走上了独立发展道路。但“茶”字的出现则是伴随茶事的发展和商业活动的日益频繁,直到中唐以后的事,也正符合新符号的产生后于人们的社会生活这样一种文字变化的规律。

蜀塞通开后,茶作为一种方物和土宜,不断作为贡品进入当时的汉都城长安,也传入某些仕宦之家。常璩《华阳国志》(347)上已见巴蜀出贡茶的较早文录。明人陈霆《两山墨谈》一书曾记有汉成帝(前32~前7)赐赵飞燕茶的事。茶作为贡物入于内府之后,皇室又每每作为赏赐品,分发诸勋戚属臣。这说明,在西汉时,饮茶之事在黄河流域首先在宫廷和贵族阶层流布起来。值得注意的是,在茶作为贡品和商品流入长安及黄河流域的同时,茶的种植也沿长江而下,在南方逐渐散布开来。晋人杜育《荈赋》和山谦之《吴兴记》都记有“乌程县西二十里有温山,出御蔎”。秦汉以后,茶是呈扇形向内地北南两个方向不断传布扩散的。“武阳(今四川彭山县双江镇)买茶”,已是两汉社会习语;“烹茶茶具”〔1〕早成仕宦之家雅尚。三国时的长江下游一带也已经“争以茗饮相尚”,贵族宴享,至有以茶代酒者〔2〕。

〔1〕 西汉·王褒《僮约》,《中国茶叶历史资料选辑》,农业出版社1981年版。

〔2〕 晋·陈寿《三国志·吴书·韦曜传》卷六五,中华书局1982年版。

晋时,南方已普遍栽种茶树,饮茶更是风习普及,“坐客竞下饮”,敬茶已成一种通俗的待客礼仪〔1〕。晋以后,贵族中某些人为标榜自己不同奢华流俗,遗嘱死后专以茶饭代替牲祭,以示俭素〔2〕。

终南朝之世直至唐初,饮茶在南方早成风习,茶树种植也相当普遍,但北方尚未蔚成风气。故陆羽《茶经》开宗即用稽含《南方草木状》语云:“茶者,南方之嘉木也。”中唐以后,北方饮茶随着禅教的盛行而迅速广布开来:“开元中,泰山灵岩寺有降魔师,大兴禅教。学禅(一本无学禅二字)务于不寐,又不夕食,皆许其饮茶。人自怀挟,到处煮饮,从此转相仿效,遂成风俗。”〔3〕又因陆羽、常伯熊等辈茶人的鼓吹倡导,“于是茶道大行”。不仅内地如此,边地回纥和吐蕃等少数民族也很快染习了饮茶〔4〕,饮茶的普及和茶事的大发展,尤其是商业的需要,使长久沿习下来的“荼”字表义有极大的不便,于是使“荼”字去一横而成完全区别于一般苦味植物的“茶”字应运而生。在“茶”字出现以前,古代指茶的字和词虽然曾有檟、选游、莽、葭、菟、檟、茶、皋芦、过罗、物罗、酪奴等多种,但以荼字多用。荼本音 tú,但在荼字出现以前,由于专表茶义的需要已经读为 chá,故有顾炎武所谓“梁以下,始有今音”之说(《求古录》)。但音异形同有时仍难以准确地表达“茶”义,于是终于导致形异。“茶”字的出现,大约在唐宪宗元和(806~820)前后。宪宗前的一些碑文上茶文仍为“荼”形,宪宗以后的文(827~840)、宣(847~859)时便均写成“茶”字了(《唐韵正》)。唐以后,经过五代十国至于北宋,饮茶之习在北地少数民族间

〔1〕 唐·房玄龄等《晋书·桓温传》卷九八,中华书局1974年版;《世说新语》“轻诋”第二十六,上海古籍出版社据光绪十七年思贤讲舍刻本影印本;《太平御览》卷八六七引《晋中兴书》,《四库全书·子部十一·类书类》等。

〔2〕 南朝梁·萧子显《南齐书·武帝本纪》卷三,中华书局1972年版。

〔3〕 唐·封演《封氏闻见记》卷第六“饮茶”,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔4〕 《国史补》卷下、《新唐书·陆羽传》卷一九六,中华书局1975年版。

进一步普及,东北地区也开始饮茶了〔1〕。两宋三百余年,茶事又得到进一步发展。明清以降,南方气润土宜,在在皆产;市井百姓,无室不饮,饮茶已成举国上下的国风民习了。

## 二、茶 品

中国是茶的故乡,中国人饮茶的历史是很久远的。从《周礼》的祭物、《晏子春秋》记晏子的“食茗茶”到《神农本草经》的久服“安心益气、聪察少卧、轻射耐老”的记载(上经),以及汉的贡品和魏晋南北朝时的待客之物,茶事是日趋发展的。但隋唐以前,史籍中很少记录知名的茶品。

中唐以后,“风俗贵茶,茶之名品益众”〔2〕,唐宋两代出现了一大批驰名海内,享誉隆盛的名茶。明清两代也是名茶屡出,不胜枚举。如唐代剑南的蒙顶石花、小方、散牙(“号为第一”),湖州的顾渚紫笋,东川的神泉、小团、昌明、兽目,峡州的碧润、明月、芳芷、茱萸笋,福州的方山露芽,夔(kuí 魁)州的香山,江陵的南木,湖南的衡山,岳州的漚(yōng 庸)湖含膏,常州的义兴紫笋,婺州的东白,睦州的鸠坑,洪州的西山白露,寿州的霍山黄芽,蕲州的蕲门团黄等〔3〕。宫茶中有绿华、紫英〔4〕。又《臆乘》记有豫章的白露、白茅,剑南的箴芽,东川的湖常具、白茶荀,寿州的黄茅,福建的生茅、露茅,以及所谓背虾须、鹊舌、蟹眼、瑟瑟、霏霏、褐皮鼓、浪涌泉、玻璃眼、碧玉池诸品。五代时有玉蝉膏、清风使〔5〕。又有片甲、蝉翼、火番饼,蜀州的

〔1〕 元·脱脱等《金史·世宗本纪》卷七、《金史·章宗本纪》卷十一、《金史·宣宗本纪》卷十六、《金史·地理志》卷二五、《金史·食货志》卷四六、《金史·贾铨传》卷九九,中华书局1975年版。

〔2〕〔3〕 《国史补》卷下。

〔4〕 唐·苏鹞《杜阳杂编》卷一,《四库全书·子部十三·小说家类二》。

〔5〕 五代宋之际·陶谷《清异录·茗笋门》,《四库全书·子部十二·杂家类三》。

横源雀舌、鸟觜、麦颖，雅州的百丈、名山，泸州的泸茶，建州的方山露芽、紫笋，长沙的石楠茶，南平的狼獾山茶，渠江的薄片，袁州的界桥，婺州的举岩茶、团黄旗枪，雅州的蒙山中顶，玉垒关外的宝唐山茶，邛州的早春、火前、火后、嫩绿，涪州的宾化、白马、涪陵，宣城的丫山阳坡横纹茶，龙安的骑火茶，福州的柏岩，洪州的鹤岭茶，睦州的坞坑，蒙山的压膏露牙、不压膏露牙、井冬牙，衡州的衡山，封州的西乡片团，扬州的禅智寺蜀罔茶，歙州的牛椴岭茶，雅州的蒙顶，洪州的双井白芽，峡川的小江园、明月簪、碧涧簪、茱萸簪等〔1〕。

宋有龙坡山子茶、圣杨花、吉祥蕊、缕金耐重儿〔2〕；石嵒白、消风散、蔡公(君漠)小团〔3〕；曾坑小团、拣芽、北苑枪旗、瑞云龙〔4〕；密云龙、霁云龙〔5〕；日注、双井白芽、凤团、龙团，龙凤团茶〔6〕；雀舌〔7〕；建州北苑、绵州绿茶〔8〕；龙园胜雪、龙园白茶、乌带、白合、水芽〔9〕。所谓“茶有十纲：第一第二纲太嫩，第三纲最妙。自六纲至十纲小团至大团而止。第一名曰试新。第二名曰贡新。第三名有十六色：龙园胜雪、白茶、万寿龙芽、御苑玉芽、上林第一、乙夜清供、龙凤英华、玉除清赏、承平雅玩、启沃承恩、云叶、雪英、蜀葵、金钱、玉华、千金。第四有十二色：无比寿芽、宜年宝玉、玉清庆云、无疆寿龙、

〔1〕 五代十国·毛文锡《茶谱》，参见《太平寰宇记》，《四库全书·史部十一·地理类二》；《事类赋补》。

〔2〕 陶谷《荈茗录》，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔3〕 宋·彭乘《墨客挥犀》，《四库全书·子部十二·小说家类一》。

〔4〕 《续闻见近录》，载胡山源编《古今茶事》，上海书店1985年版。

〔5〕 北宋·苏轼《东坡全集》，《四库全书·集部三·别集类二》；南宋·周辉《清波杂志》，上海古籍出版社1991年影印本。

〔6〕 北宋·张舜民《画墁录》，北宋·欧阳修《归田录》，《四库全书·子部十二·小说家类一》。

〔7〕 北宋·沈括《梦溪笔谈》卷二四，《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔8〕 南宋·吴曾《能改斋漫录》卷十五“方物”，上海古籍出版社1979年版。

〔9〕 南宋·姚宽《西溪丛语》卷上，《四库全书·子部十·杂家类三》。



万春银叶、玉叶长春、瑞雪翔龙、长寿玉圭、香口焙、兴国岩、上品拣芽、新收拣芽。第五次有十二色：太平嘉瑞、龙苑报春、南山应瑞、兴国岩小龙，又小凤；续入额：御苑玉芽、万寿龙芽、无比寿芽、瑞雪翔龙、先春、太平嘉瑞、长寿玉圭。已下五纲，皆大小团也。”〔1〕又有乳头、金蜡面、京挺、的乳、研膏茶〔2〕；骑火茶〔3〕；仙人茶〔4〕；白雪茶〔5〕；紫茸玉〔6〕。

明清两代因承前世，名品尤多。明清又是我国茶叶生产和制作都取得较大发展的时期，主要的茶叶产地和茶叶生产的情况都与唐宋有较大的不同。于是便带来了茶品种上五彩缤纷的新局面。如明代茶人论列云：“茶之产于天下多矣，若剑南有蒙顶石花，湖州有顾渚紫笋，峡州有碧涧明月，邛州有火井思安，渠江有薄片，巴东有真香，福州有柏岩，洪州有白露；常之阳羨，婺之举岩，丫山之阳坡，龙安之骑火，黔阳之都濡高株，泸州之纳溪梅岭之数者，其名皆著。品第之，则石花最上，紫笋次之，又次则碧涧明月之类是也。惜皆不可致耳。”〔7〕著名文人屠隆谓：虎丘茶“最号精绝，为天下冠”；天池茶“青翠芳馨”，“诚可称仙品”；阳羨俗名罗芥(jiè介)“惜乎难得”；六安茶“品亦精”；龙井茶“真者天池不能及也”；天目“亦佳品也”等〔8〕。“天下名山，必产灵草；江南地暖，故独宜茶。大江以北，则称六安，……茶生最多，名品亦振。江南之茶，唐人首称阳羨，宋人最

〔1〕《西溪丛语》卷上。

〔2〕南宋·程大昌《演繁露续集》，《四库全书·子部十·杂家类二》；南宋·赵彦卫《云麓漫抄》卷四，《四库全书·子部十·杂家类三》等。

〔3〕宋·无名氏《五色线》，载《古今茶事》。

〔4〕明·陈继儒《太平清话》卷一，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔5〕明·冯梦龙《快雪堂漫录》，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔6〕明·张大复《梅花草堂笔谈》卷七“紫笋茶”，上海古籍出版社1986年版。

〔7〕明·钱椿年《茶谱》“茶品”，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔8〕明·屠隆《茶说》，《中国茶叶历史资料选辑》。

重建州。于今贡茶,两地独多。阳羨仅有其名,建茶亦非最上,惟有武夷雨前最胜。近日所尚者,为长兴之罗芥,疑即古人顾渚紫笋也。介于山中谓之芥,罗氏隐焉,故名罗。然芥故有数处,今惟洞山最佳。……若歙之松罗、吴之虎丘、钱唐之龙井,香气浓郁,并可雁行,与芥颉颃。……浙之产,又曰天台之雁荡,括苍之大盘,东阳之金华,绍兴之日铸,皆与武夷相为伯仲。……武夷之外,有泉州之清源,倘以好手制之,亦武夷亚匹。……楚之产曰宝庆,滇之产曰五华,此皆表表有名,犹在雁茶之上。其他名山所产。当不止此。”〔1〕

清中叶以后,人口爆增,以满族贵族为中心的上层社会竞追奢华、附庸风雅,加之外销倍增等诸多因素,使茶地扩辟,产量激增,品系既夥,名茶益多。据清人所撰文录,清中叶以前的一些著名茶品有:“雅州蒙顶茶(为天下第一)、青州石花露、顾渚紫笋茶、重庆神泉茶、东川晶明茶、巴州兽目茶、峡州碧涧茶、峡州明月房、峡州茱萸寮、夔州香雨茶、福州方山露芽茶、洞庭南衡山茶、岳州瀟湖含膏茶、常州阳羨茶、宜兴紫笋茶、宜兴春池茶、南康北苑云居茶、金华东白茶、严州鸠坑茶、宣州阳坑茶、建宁先春茶、建宁北苑龙涪茶、南昌西山白露茶,霍山黄芽茶、蕲州月园茶、福州武夷茶、杭州龙井茶、苏州虎丘茶、徽州天池茶、六安英山茶、岷山萝芥、休宁松萝、云南普儿茶,……诸茶品类甚多,难以尽述。”〔2〕著名本草家赵学敏精鉴的品目则有:雨前茶,产杭州之龙井者佳,莲心第一,旗枪次之;普洱茶,出云南普洱府;东莞研茶;广西龙脊茶;湖南安化茶;福建崇安武彝茶;徽州松罗茶;定海普陀茶;江西芥片(罗芥);长兴罗芥;台湾水沙连茶;东莞乌药茶;泸州泸茶;福宁瘟茶等〔3〕。此外又有:瓦屋山太湖寺茶〔4〕,

〔1〕 明·许次纾《茶疏》“产茶”,《丛书集成初编》·四八〇《茶录及其他五种》,商务印书馆1936年版。

〔2〕 《致富奇书广集》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔3〕 清·赵学敏《本草纲目拾遗》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔4〕 清·李调元《井蛙杂记》,《中国茶叶历史资料选辑》。

乔松本山〔1〕,香林白云〔2〕,洞庭西山雨前碧螺春〔3〕,荆南茗顶〔4〕,金川熬茶〔5〕,白云茶(寺前茶)、紫姑峰毛茶〔6〕,洞庭逸事〔7〕,云南太华茶,大理感通茶,楚雄儿茶,普洱府茶〔8〕,府茶,建安郑宅茶〔9〕,松罗去尖〔10〕,龙泉雨前云雾芽茶〔11〕,巴东真香茗,蒙顶五花茶,蒙山白云岩茶〔12〕,虎丘金粟房茶〔13〕,名顶春,乐清雁山〔14〕,雀香焙〔15〕,浙江龙井莲心芽,福建红袍建旗〔16〕,武夷花香,小种花香,名种花香,奇种花香,泉州工夫茶〔17〕,横州白毛茶〔18〕,青城山太安寺茶〔19〕,孩儿茶〔20〕,芙蓉仙品,乌龙肆〔21〕,门林茶等等〔22〕。志乘多有,不胜枚举。

〔1〕 清·张泓《滇南忆旧录》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔2〕 清·翟灏《湖山便览》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔3〕 清·戴延年《吴语》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔4〕 清·吴騫《桃溪客语》卷一,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔5〕 清·李心衡《金川琐记》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔6〕 清·刘子秀《西樵游览记》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔7〕 清·李振春《集异新抄》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔8〕 清·师范《滇系》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔9〕 清·祁韵士《西陲竹枝词》、清·杨复吉《梦阑琐笔》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔10〕 清·黄凯钧《遣睡杂言》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔11〕 清·张作楠《梅篋随笔》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔12〕 清·张澍《蜀典》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔13〕 清·顾正涛《吴门表隐》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔14〕 清·孙同元《永嘉闻见录》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔15〕 清·朱航《锦江脞记》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔16〕 清·郑光祖《一斑录杂述》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔17〕 清·梁章钜《归田琐记》,中华书局1981年版。

〔18〕 清·孙耘《余墨偶谈》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔19〕 清·江锡龄《青城山行记》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔20〕 清·郭柏苍《闽产录异》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔21〕 清·叶瑞廷《菴浦髓笔》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔22〕 清·刘献廷《广阳杂记》,中华书局1957年版。

### 三、制 茶

茶之制法,自魏晋至中唐以前比较简单,故饮用也如同喝菜汤一样粗陋:“称茗饮者,必浑以烹之,与夫淪蔬而啜者无异也。”〔1〕入唐后始多详细记录,经陆羽、卢仝等一批优秀茶人的倡导,始形成重茶道之风,于是制茶也便开始日益讲求。依陆羽《茶经》所记,有采、蒸、捣、拍、焙、穿、封等七个过程。其中采、蒸、捣、焙四过程尤为重要。制茶至为关键,若“采不时,造不精,杂以卉莽,饮之成疾,茶为累也”〔2〕。采贵在及时:“茶事起于惊蛰前。其采芽如鹰爪,初造曰试焙,又曰一火,其次曰二火。……故市茶芽者,惟同出于三火前者为最佳。尤喜薄寒气候,阴不至于冻,晴不至于暄。则谷芽含养约勒,而滋长有渐,采工亦优为矣。凡试时泛色鲜白,隐于薄雾者,得于佳时而然也。有造于积雨者,其色昏黄。或气候暴暄,茶芽蒸发,采工手汗熏渍,拣摘不给,则制造虽多,皆为常品矣。试时色非鲜白,水脚微红者,过时之病也。”“物固不可以容伪,况饮食之物,尤不可也。”茶最忌“入杂”。蒸茶时,既不可以不熟,亦不可过熟。“惟正熟者味甘香”〔3〕。“断茶以甲不以指。甲则速断不柔,指则多湿易损”〔4〕,采茶姑娘的秀手锐甲和采茶时的灵巧艰苦由此亦可想见。“茶之美恶,尤系于蒸芽压黄之得失,蒸太生则芽滑,故色清而味烈。过熟则芽烂,故茶色赤而不胶。压久则气竭味漓,不及则色暗味涩。蒸芽欲及熟而香,压黄欲膏尽亟止。如此,则制造之功,十已得七、八矣。”〔5〕“压”即

〔1〕 唐·皮日休《茶中杂咏》“并序”,《全唐诗》卷六,中华书局1960年版。

〔2〕 唐·陆羽《茶经》卷上“一之源”。

〔3〕 北宋·黄儒《品茶要录》,《四库全书·子部九·谱录类二》。

〔4〕 明·无名氏《茗苴》引张源《茶录》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔5〕 北宋·赵佶《大观茶论》“蒸压”,《中国茶叶历史资料选辑》。

“捣”、“榨”。“茶既熟，谓茶黄。须淋洗数过，方入小榨以去其水，又入大榨出其膏。……必至于干净而后已。……膏不尽，则色味重浊矣。”〔1〕焙法要求甚严：“数焙则首面干而香减，失焙则杂色剥而味散。要当新芽初生，即烧焙以去水陆风湿之气。焙用熟火置炉中，以静灰拥合七分，露火三分，亦以轻灰糝覆。良久即置焙篓上，以逼散焙中润气，然后列茶于其中。尽展角焙，未可蒙蔽。候火速彻覆之。火之多少，以焙之大小增减。探手中炉，火气虽热，而不至逼人手者为良。时以手掇茶，体虽甚热而无害。……焙毕，即以用久竹漆器中缄藏之，阴润勿开，终年再焙，色常如新。”〔2〕唐代制茶以团饼为主，间有少量的蒸青、炒青和末茶。总之，随品种不同而略有异。宋之制法略同于唐而更为精工巧作。但主要环节不外上述采、蒸(或炒)、压(或捣、榨)、焙四道。又北宋末以前所研制团茶，多“名香杂之”以增香气。

明代制茶工艺较唐宋有了一个大发展。元代时沿承宋习，团饼仍占相当比重，但已出现以散茶为主的趋势。明初，朱元璋为减少科扰，于洪武初年正式诏罢贡茶。此后，除茶马交易还保留部分团饼生产外，余则均为蒸和炒。随之，过去的煮饮便逐渐被开水冲泡法取代。于是散茶制作法便成了基本的工艺。明代新兴和迅速发展起来的，还有黑茶、薰花茶、乌龙茶和红茶等等。乌龙茶是介于绿茶和红茶之间的半发酵茶。乌龙茶、红茶盛于清代。清的茶叶制法则基本同于明。

#### 四、藏 茶

茶制好后到烹用之前，要妥为保管，才能不失味变质。由于茶叶

〔1〕南宋·赵汝砺《北苑别录》，《四库全书·子部九·谱录类二》。

〔2〕《大观茶论》“藏焙”。

极易走味败真,故古来人们十分重视茶的保存,藏茶已成一门学问。“虽有名茶,当晓藏制。制造不精,收藏无法,一行出山,香、味、色俱减。”〔1〕“茶宜蒻(箬)叶,而畏香药,喜温燥,而忌冷湿。故收藏之家,以蒻叶封裹入焙中。两三日一次,用火当如人体温温,则御湿润。若火多,则茶焦不可食。”〔2〕明人屠隆《茶说》亦云:“茶宜箬叶而畏香药,喜温燥而忌冷湿。故收藏之家先于清明时收买箬叶,拣其最青者,预焙极燥,以竹丝编之,每四片编为一块听用。又买宜兴新竖大罍,可容茶十斤以上者,洗净焙干听用。山中焙茶,回复焙一番。去其茶子老叶枯焦者及梗屑。以大盆埋伏生炭,覆以灶中敲细赤火。既不生烟,又不易过,置茶焙下焙之。约以二斤作一焙。别用炭火入大炉内,将罍悬架其上,至燥极而止。以编箬衬于罍底,茶燥者扇冷。方先入罍,茶之燥以拈起即成末为验。随焙随入,既满,又以箬叶覆于罍上。每茶一斤,约用箬二两。口用尺八纸焙燥封固。约六七层,押以寸厚白木板一块,亦取焙燥者。然后于向明净室高阁之。用时以新燥宜兴小瓶取出,约可受四五两,随即包整。夏至后三日,再焙一次;秋分后三日,又焙一次;一阳后三日,又焙之。连山中共约五焙。直至交新,色味如一。罍中用浅,更以燥箬叶贮之,则久而不涸。”〔3〕

以上是古人的经验之谈,讲的是很正确和全面的。当然他们还不可能有近代理化知识的认识。茶叶极易吸附异味,一经附染又绝难剔除。所以茶叶保藏不得与有挥发性气味的物品接近。“茶性善淫,遇物即染。惟当屏弃香气,一味孤清耳。”〔4〕所谓“惟当屏弃香气”,就是古人所禁忌的挥发性强的“香药”类物品。茶叶

〔1〕 明·许次纾《茶疏》“产茶”。

〔2〕 明·钱椿年《茶谱》“藏茶”。

〔3〕 明·屠隆《茶说》“藏茶”。

〔4〕 明·萧士玮《南归口录》,《中国茶叶历史资料选辑》。

的霉变,则是由霉菌滋生所致。温湿极易霉菌活动,故藏茶又忌温湿环境。此外,茶叶中的脂类、还原酮类、茶多酚等一些化学成分也极易发生自动氧化,引起茶叶变质,使保藏失败。故古人从经验中得知,茶叶的保藏必须在密闭、避光和适当温湿度下方能成功。

## 五、点茶与候汤

点茶之法,宋人远在唐人之上。北宋著名茶人蔡襄《茶录》中的点茶之法,一直为后辈茶人奉为至道:“候汤最难,未熟则沫浮,过熟则茶沉。前世谓之蟹眼者,过熟汤也,沉瓶中煮之不可辩,故曰候汤最难。”〔1〕“茶少汤多,则云脚散;汤少茶多,则粥面聚。钞茶一钱七,先注汤调令极匀,又添注入环回击拂,汤上盏可四分则止。视其面色鲜白,着盏无水痕绝佳。”〔2〕“击拂”,即用“茶筴”搅拂茶盏中的茶汤,以激起汤花。整个注汤和击拂过程中,茶汤变化很微妙迅速,大约经过“七汤”的细微变化程序。治国无方却于茶事精到的宋徽宗的《大观茶论》在论及点茶技巧时说:“点茶不一,而调膏继刻。以汤注之,手重筴轻,无粟文蟹眼者。谓之‘静面点’。……有随汤击拂,手筴俱重,立文泛泛。谓之‘一发点’。……第二汤自茶面注之,……三汤多真,如前击拂,渐贵轻匀。周环旋复,表里洞彻,粟文蟹眼,泛结杂起,茶之色十已得其六七。四汤尚嗇,……五汤乃可少纵,……茶色尽矣。六汤以观立作,……七汤以分轻清重浊,相稀稠得中,可欲则止。……宜匀其轻清浮合者饮之。”这个徽宗皇帝真不愧为品味人生、玩赏珍奇的名家,其“一发点”即可令汤“上下透彻,如醇蘘之起

〔1〕 北宋·蔡襄《茶录》上篇“候汤”,《四库全书·子部九·谱录类二》。

〔2〕 《茶录》上篇“点茶”。

面,疏星皎月,灿然而生”,而其“七汤”则达到“乳雾汹涌,溢盏而起,周回旋而不动”的“咬盏”境界〔1〕。蔡襄的《茶录》成于仁宗皇祺年间(1049~1054),早于《大观茶论》(1107)半个世纪,故赵佶之说是师承了蔡论的〔2〕。这种点茶方法,直到公元1313年元代《王桢农书》中还几乎一字不易地记录着。

点茶难在候汤,贵亦在候汤。唐代茶人苏廙认为:“汤者,茶之司命。若名茶而滥汤,则与凡末同调矣。”〔3〕他将茶汤按老嫩、缓急、器具、薪火划分为十六汤品。诚然,今天看来,有些未免失之繁琐和造作。明代茶人承续宋人候汤点茶之法,虽略逊其刻意苛求,却颇得其精要。钱椿年认为:“凡茶,须缓火炙,活火煎。活火谓炭火之有焰者。当使汤无妄沸,庶可养茶。始则鱼目散布,微微有声;中则四边泉涌,累累连珠;终则腾波鼓浪,水气全消,谓之老汤。三沸之法,非活火不能成也。”〔4〕屠隆亦说:“活火谓炭火之有焰者,以其去余薪之烟,杂秽之气。且使汤无妄沸,庶可养茶;始如鱼目微有声为一沸,缘边涌泉连珠为二沸;奔涛溅沫为三沸。三沸之法,非活火不成,如坡翁云:‘蟹眼已过鱼眼生,飏飏欲作松风鸣’,尽之矣。”〔5〕张源则有更细致的论述:“汤有三大辨十五小辨”。三大辨是:形辨、声辨、气辨。每一大辨又各细析为五小辨。如形变的虾眼、蟹眼、鱼眼、连珠、涌沸;声辨的初声、转声、振声、骤声、无声;气辨的一缕、二缕、三缕、四缕、乱缕。明许次纾的《茶疏》更进一步强调火的作用:“汤之得失,火其枢机。宜用活火。彻鼎通红,洁瓶让水,挥扇轻疾,闻声加重,此

〔1〕 《大观茶论》“点”。

〔2〕 学界对赵佶《大观茶论》著作权有质疑,但笔者倾向于肯定意见,参见赵荣光《宋徽宗与宋茶道精神关系初探》,载《饮食文化研究》2002年第1期。

〔3〕 五代宋之际·陶谷《清异录》卷四引唐苏翼《十六汤品》。

〔4〕 明·钱椿年《茶谱》“候汤”。

〔5〕 明·屠隆《茶说》“候汤”。



火候之文武也。盖过文则水性柔,茶神不吐;过武则火性烈,水抑茶灵。”〔1〕可见,中国古代的点茶之术,在士大夫和上流社会已经完全上升为一种独特的艺术,一种极为讲究的生活和文化艺术,是一种十分高雅俊逸的行为。这种艺术,在宋明两代,可以说十分完美了。

史入于清,又有新的时代特色。清末学者记清代“以花点茶”风尚:“以锡瓶置茗,杂花其中,隔水煮之。一沸就起,令干。将此点茶,则毕作花香。梅、兰、桂、菊、莲、茉莉、玫瑰、蔷薇、木樨、桔诸花皆可。”“诸花开时,摘其半含半放之蕊,其香气全者,量茶叶之多少以加之。花多,则太香而分茶韵;花少,则不香而不尽其美,必三分茶叶一分花而始称也。”〔2〕但也有些清雅之人只让茶袭花香,而不让卉入汤,这样能更充分体现花香茶香。如清中叶江南文士沈复的妻子就经常在“夏月荷花初开时”,于“晚含而晓放”之际,“用小纱囊撮茶少许,置花心。明早取出,烹天泉水泡之,音韵尤绝”〔3〕。

## 六、茶 水

古来论茶者,无一不极重水产品,好茶好水才能相映成辉,相得益彰,否则好茶之神韵必将随水质之劣而汰走大半。那么,究竟以什么水煮汤点茶好呢?这一个问题,应当很早就为人们所注意,而在茶事开始受到特别重视的唐初则有了更高的讲求。现在文字记载,以陆羽《茶经》中的论述为最早。他的看法是:“其水,用山水上,江水中,井水下。其山水,拣乳泉、石池慢流者上。其瀑涌湍漱,勿食之,久

〔1〕 明·张源《茶录》“汤辨”,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔2〕 清·徐珂《清稗类钞·饮食类》“以花点茶”,中华书局1986年版。

〔3〕 清·沈复《浮生六记》卷二“闲情记趣”,江西人民出版社1980年版;又参见拙文《从〈浮生六记〉看清中叶的饮食生活》,载《中国饮食史论》,黑龙江科技出版社1980年版。

食,令人有颈疾。又多别流于山谷者,澄浸不泄,自火天至霜郊以前,或潜龙蓄毒于其间。饮者可决之,以流其恶,使新泉涓涓然酌之。其江水,取去人远者。井,取汲多者。”〔1〕陆氏之谈,可以说是道尽了茶水要义,其后论水者,大多不出此窠臼。据说陆羽曾品评天下名水二十品:庐山康王谷水帘水第一;无锡县惠山寺石泉水第二;蕲州兰溪石下水第三;峡州扇子山虾蟆口水第四;苏州虎丘寺石泉水第五;庐山招贤寺下方桥潭水第六;扬子江南零水第七;洪州西山西东瀑布水第八;唐州柏岩县淮水源第九;庐州龙池山岭水第十;丹阳县观音寺水第十一;扬州大明寺水第十二;汉江金州上游中零水第十三;归州玉虚洞下香溪水第十四;商州武关西洛水第十五;吴松江水第十六;天台山西南峰千丈瀑布水第十七;郴州(一作柳州)圆泉水第十八;桐庐严陵滩水第十九;雪水第二十。

又据载,陆羽曾另有一种“楚水第一,晋水最下”的说法。陆羽是楚人,习用楚水,故列为第一。他足迹不广,天下名泉好水恐怕亲自品鉴未必十能及一,故此说实难不失之以偏概全。且人的水土适宜与嗜习偏差本来很大,故又无法以一人见的为唯。但它也确实表明了古代茶人对水泉的重视和品研之精。与陆羽同时代人、曾任刑部侍郎的刘伯刍,“为学精博,颇有风鉴。称较水之与茶宜者,凡七等”,具体是:扬子江南零水第一,无锡惠山寺石水第二,苏州虎丘寺石水第三,丹阳县观音寺水第四,扬州大明寺水第五,吴松江水第六,淮水最下第七。这七种水的水质据略后于陆羽的著名茶人张又新(字孔昭)称,“斯七水,余尝俱瓶于舟中,亲挹而比之,诚如其说也。”〔2〕

自唐以后,历代茶人对茶水的择用尤为苛刻、精严。如明太祖朱

〔1〕《茶经》卷下“五之煮”。

〔2〕以上引文,均见张又新《煎茶水记》,《四库全书·子部九·谱录类二》。

元璋第十六子宁王朱权就是个饶于著述,颇有才华而又精于茶道的饮食名家。照他的看法,天下水泉次第是:青城山老人村杞泉水第一;钟山八功德水第二;洪崖月潭水第三;竹根泉水第四。

朱权是个颇重道家之学的人,自号“臞仙”、“涵虚子”、“丹丘先生”,故道家第一山的水推列第一。可见古代茶人论水的仁智之悖差之大。但他仅列四品,没有遑及许多,还算比较持重的。

明清两代茶人除品第清泉秀山之外,还很推重雪水、雨水,认为“天一生水,而精明不淆,故上天自降之泽,实灵水也”,“雪尤宜茶饮”〔1〕。“烹茶须甘泉。次梅水,梅雨如膏,万物赖以滋养,其味独甘。梅后便不堪饮。大瓮满贮,投伏龙肝一块,即灶中心干土也。乘热投之。贮水瓮须置阴庭,覆以纱帛,使承星露,则英华不散,灵气常存。假令压以木石,封以纸箬,暴于日中,则外耗其神,内闭其气,水神敝矣。”〔2〕

慎储珍藏茶水之法,早在宋代便有人作过研究,并总结经验说,若是不慎,“藏水坏者,烧瓦片投入坛内便解”〔3〕。此法依今天想来,怕有些不妥,试想水若坏腐,即便久沸之后也难以除腥,何况只是投入一块瓦片,堪当何用?但古人议论如此,故录之以供赏析。《红楼梦》中的女道士妙玉也是个善用雨雪水烹茶的饮人。书中有一段有趣的描述:

当下贾母等吃过了茶,又带了刘姥姥至栊翠庵来。妙玉相迎进。……贾母道:“我不吃六安茶。”妙玉笑道:“知道。这是‘老君眉’。”贾母接了,又问:“是什么水?”妙玉道:“是旧年蠲的雨水。”贾母便吃了半盏,笑着递与刘姥姥,说:“你尝尝这个茶。”

〔1〕 明·田艺衡《煮泉小品》,载《古今茶事》上海书店1985年版。

〔2〕 明·无名氏《茗苴》引《茶疏》。

〔3〕 南宋·魏了翁《邛州先茶记》,《中国茶叶历史资料选辑》。

刘姥姥便一口吃尽,笑道:“好是好,就是淡些!再熬浓些更好了。”贾母众人都笑起来。……那妙玉便把宝钗黛玉的衣襟一拉,二人随他出去。宝玉悄悄地随后跟了来。……妙玉自向风炉上煊滚了水,另泡了一壶茶。……黛玉因问:“这是旧年的雨水?”妙玉冷笑道:“你这么个人,竟是个大俗人,连水也尝不出来!这是五年前我在玄墓蟠香寺住着,收的梅花上的雪,统共得了那一鬼脸青的花瓮一瓮,总舍不得吃,埋在地下,今年夏天才开了。我只吃过一回,这是第二回了。——你怎么尝不出来?隔年蠲的水,那有这样清淳?如何吃得!”〔1〕

名泉之外,又求雨雪“灵水”,甚至“花露”,除了达官显贵和妙玉一类“世外之人”有优厚的条件和足够的闲情雅致外,明清许多士人也有此习。清中叶的苏州穷苦才子沈复夫妇便有此穷欢乐的逸情,他们用“天泉水”冲泡荷花香味茶的行为〔2〕,在明清士子茶人中颇具代表性。

## 七、饮 法

饮茶之法,在中国茶文化史或茶饮史上,既极具地域、民族、饮人类别等丰富的形态差异性,同时也明显呈现为历史风格变化的特点。唐代饮茶“尚杂以苏椒之类”〔3〕,故李泌有赋茶句云:“旋沫翻成碧玉池,添酥散出琉璃眼”〔4〕;又唐薛能诗云:“盐损添常减,姜宜著更夸”〔5〕。

〔1〕《红楼梦》第四十一回:“贾宝玉品茶栊翠庵,刘姥姥醉卧怡红院”,人民文学出版社1957年版。

〔2〕清·沈复《浮生六记》卷二“闲情记趣”。

〔3〕宋·彭乘《续墨客挥犀》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔4〕《全唐诗》卷·〇九。

〔5〕《蜀州郑史(一作使)君寄鸟觜因以赠答八韵》,《全唐诗》卷五六〇。

足见唐人饮茶一般都杂以苏椒、姜、盐、酪等物。边地少数民族甚至还有添入桂料的：“蒙舍蛮以椒、姜、桂和烹而饮之”〔1〕。但情况也不尽然。如刘禹锡《西山兰若试茶歌》中所烹的清茶，是随摘、即炒、旋烹、立饮的。这多是僧道辈清雅茶人所为。添辛香料的饮法在两宋时仍较流行。如陈后山《乞茶》诗句：“愧无一缕破双团，惯下姜盐枉肺肝”。苏辙《和子瞻（苏轼字）煎茶》诗云：“君不见，闽中茶品天下高，倾身事茶不知劳。又不见，北方俚人茗饮无不有，盐酪椒姜夸满口。”茶中熬以盐酪，正是游牧民族的奶茶。从诗中“北方俚人茗饮无不有”句看，当时北方人（黄河流域）的饮食习惯，茶中添加物是比较普遍和随意的。而相比之下，南方（长江流域）则倾向于清淡。苏东坡也认为：“茶之中等者，若用姜煎，信佳也。盐则不可。”〔2〕看来苏东坡认为上好之茶应清饮，而中等之茶宜姜烹。他是反对茶中入盐的。宋代，还有将芝麻碾碎入茶的饮习：“柘罗铜碾弃不用，脂麻白玉须盆研。”这种习尚主要流行于北方，北人煮茶，“其法以茶芽盏许，入少脂麻沙盆中烂研。量水多少煮之，其味极甘腴可爱”〔3〕。时人称这种茶为“雷茶”。依黄庭坚的说法，这种杂以芝麻的饮茶方法源出于游牧民族：“个中渴羌饱汤饼，鸡苏胡麻煮同吃。”宋代建州茶最为著名，“建茶旧杂以米粉，复更以薯蕷。两年来，又更以楮芽，与茶叶颇相入，且多乳。”〔4〕米粉和薯蕷粉可能是为了“多乳”增白的，楮树芽大概形与茶叶相似，又味“颇相入”才调入的。四川奉节一带还饮一种“辣茶”：“夔门有曲鳝瘴，以茱萸煎茶饮之良愈，谓之辣茶。”〔5〕

茶中多杂他物的饮法，亦主要是一般民众及少数民族的饮法。

〔1〕 唐·樊绰《蛮书》，《四库全书·史部九·载记类》。

〔2〕 北宋·苏轼《东坡志林》卷十，《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔3〕 南宋·袁文《瓮牖闲评》，《四库全书·子部九·杂家类二》。

〔4〕 南宋·陆游《入蜀记》，《四库全书·史部七·传记类四》。

〔5〕 南宋·邢凯《坦斋通编》，《四库全书·子部十·杂家类二》。

至于深知饮食的富贵之家或精擅茶道的雅逸之人,则多尚清饮,求本色真香。他们是在饮茶、品茶。而前者则在相当意义上是作为“茶食”和“茶粥”的,是“饮”和“食”结合意义上的饮茶。如招待刘禹锡的西山寺僧的饮法,宋徽宗《大观茶论》的主张,苏轼的观点等,都是后一种饮法的证明和代表。但也有介于两者之间的意见。苏门四学士之一的黄庭坚可以看作一个代表。一方面他反对茶中兑盐,痛斥这样做是“勾贼破家,滑窍走水”,反对掺入“鸡苏之与胡麻”等类物品;但另一方面他又主张,“胡桃、松实、庵摩、鸭脚、勃贺、藤芜、水苏、甘菊”等类,不妨“前四后四,各用其一”。他认为这样“既加臭味,亦厚宾客”,既“发扬其精神,又益于咀嚼”。原则是“少则美,多则恶”。他甚至还上升到政治哲学上说:“盖大匠无可弃之材,太平非一士之略”〔1〕。

北宋时茶多添加香料以增香,包括贡茶龙团、凤团也还是如此。观念的转变和品鉴的提高来自上层。徽宗的《大观茶论》就已经认为:“茶有真香,非龙麝可拟”,开始主张本色香味了。到了南宋时,这种主张便转而成为以天然花香入茶的风习。南宋茶人有文记道:“木樨、茉莉、玫瑰、蔷薇、兰蕙、橘花、梔子、木香、梅花,皆可作茶。诸花开时,摘其半含半放香气全者,量茶叶多少,摘花为伴。花多则太香,花少则欠香,而不尽美。三停茶叶一停花始称。如木樨花,须去其枝蒂,及尘垢虫蚁,用磁罐,一层花一层茶,投间至满。纸箬扎固入锅,隔罐汤煮,取出待冷。用纸封裹,置火上焙干收用。诸花仿此。”〔2〕

到了明代,茶风又为之一变。“宋元以来,茶目遂多。然皆蒸干为末,如今香饼之制,乃以入贡。非如今之食茶,止采而烹之也。”〔3〕明代中叶,大概就很少再有用盐姜入茶的饮习了,万历年

〔1〕 北宋·黄庭坚《煎茶赋》,《山谷集》卷一,《四库全书·集部三·别集类二》。

〔2〕 南宋·赵希鹄《调燮类编》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔3〕 明·于慎行《谷山笔尘》,中华书局1984年版。

(1573~1620)著名学者、书画家张萱(字孟奇,号九岳,别号西园)曾说:“饮茶今未闻有用盐姜者”〔1〕。唐宋时通习的茶用盐姜,明代人只是在为了食疗的目的时才偶一为之了。但又习常在茶中加入榛、松、新笋、鸡豆、莲实及诸般果仁。这要算上述黄庭坚主张的继承和发展吧。据说,这些东西“不夺茶香”。“果亦仅可用榛、松、新笋、鸡豆、莲实不夺香味者,他如柑、橙、茉莉、木樨之类,断不可用。”〔2〕明代社会小说《金瓶梅词话》叙及饮茶多达数十处,除极特殊者外,几乎无一不在茶中掺入果仁诸品:福仁泡茶、木樨金灯茶、木樨青豆茶、熏豆子茶、咸樱桃茶、桂花木樨茶、八宝青豆木樨泡茶、姜茶、瓜仁栗丝盐笋芝麻玫瑰香茶、芫荽芝麻茶,甚至还有梅桂泼卤瓜仁泡茶和土豆泡茶!有时一茶之“泡”,竟要添入十余品这样的果实:“火边茶烹玉蕊,……点了一盏浓艳艳芝麻、盐笋、栗丝、瓜仁、核桃仁、夹春不老,海青拿天鹅,木樨、玫瑰、六安雀舌芽茶。”(第七十二回)但综有明一代饮茶习惯来看,这主要还是北方的特点,也可以说是元帝国的蒙古贵族好尚厚重尊贵食风的余绪。而上层雅逸之士,仍奉行品清真本味的饮茶习惯。如著名文人屠隆曾论述说:“茶有真香、有真味,有正色,烹点之际不宜以珍果香草夺之。夺其香者松子、柑、橙、木香、梅花、茉莉、蔷薇、木樨之类是也;夺其味者香桃、杨梅之类是也。凡饮佳茶,去果方觉清绝,杂之则无辨矣。”如果固有此习或特有所需,即“若必曰所宜”,则“核桃、榛子、杏仁、榄仁、菱米、栗子、鸡豆、银杏、新笋、莲肉之属,精制或可用也。”〔3〕

明代茶风之变,正如同唐宋两代的茶风嬗变一样,主要得益于知识群体的倡带。崇尚清纯本味,追求儒雅意蕴的明代士饮者群,他们

〔1〕 明·张萱《疑耀·茶用盐姜》卷二,《四库全书·子部十·杂家类二》。

〔2〕 明·文震亨《长物志》卷十二“香茗”,《四库全书·子部十·杂家类四》。

〔3〕 明·屠隆《考般余事》“择果”,《中国茶叶历史资料选辑》。

于茶艺、茶韵的追求,的确已上宋人一层,元蒙贵族自然更不能及了:“一壶之茶,只堪再巡。初巡鲜美,再则甘醇,三巡意欲尽矣。”“所以茶注欲小,小则再巡已终。宁使余芬剩馥,尚留叶中,犹堪饭后供啜嗽之用,未遂弃之可也。若巨器屡巡,满中泻饮,待停少温,求浓苦,何异农匠作劳。但需涓滴,何论品赏,何知风味乎?”〔1〕“茶注宜小不宜大,小则香气氤氲,大则易于散漫。若自斟酌,愈小愈佳。容水半斤者,量投茶五分,其余以是增减。”〔2〕泡茶用小壶,饮用两巡,以享清茗,品真味,余者作饭后漱口用,此种饮法既科学又经济,同时又有儒雅的风韵。只是古时劳动阶级很少能有如此闲情雅趣,他们大多“求浓苦”,速消渴,以酹、多、快为意。这就难怪刘姥姥一说出“好是好,就是淡些!再熬浓些更好了”的意见时,立刻引起周围人们的哄堂大笑了。茶泡好之后,又要“酹不当早,啜不宜迟”。因为“酹早元神未逞,啜迟妙馥先消”〔3〕,即一壶好茶,要及时斟,及时品,才能充分享受到它的香韵。

明末清初,茶风又一大变,整个社会南北上下逐渐趋向清茶之饮了。一代诗宗、清初著名文人王士禛(1634~1711)便极力主张清茶之饮:“茶取其清苦,若取其甘,何如蔗浆、枣汤之为愈也!”〔4〕清中叶著名诗人、一代美食大家——食圣袁枚曾记下了他游武夷山时受到曼亭峰天游寺等处僧道待以的茶事之习:“僧道争以茶献。杯小如胡桃,壶小如香椽,每斟无一两。上口不忍遽咽,先嗅其香,再试其味,徐徐咀嚼而体贴之,果然清芬扑鼻,舌有余甘。一杯之后,再试一二杯,令人稀躁平矜,怡情悦性。”〔5〕这种吟品法,正足为清代饮茗

〔1〕 明·许次纾《茶疏》“饮啜”。

〔2〕 明·无名氏《茗笈》引《茶啜》。

〔3〕 明·程用宾《茶录》“酹啜”,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔4〕 清·王士禛《香祖笔记》卷十二,上海古籍出版社1982年版。

〔5〕 清·袁枚《随园食单·茶酒单》“武夷茶”,文明书局藏版。



的代表。这同样在清代反映社会生活的大批文学作品中得到了证明。《聊斋志异》、《儒林外史》、《红楼梦》以及清中叶以后的无数小说中,几乎再也见不到在茶中加以盐、姜、果仁诸般杂物的例子了。

品茶一般以两杯为度,饮到三杯者少有。即便需长时饮茗,也要更盪重泡,不能强饮乏茶。至于上层社会中某些高标风雅的人,则更主张以一杯为限。《红楼梦》中的妙玉姑娘有一句颇能代表此辈人的话:“一杯为品,二杯即是解渴的蠢物,三杯便是饮驴了。”当然这种饮法是不会有普遍性的。

## 八、斗 茶

斗茶是由品茶、点茶及对茶品的鉴别和茶事的艺术化中发展而来的。斗茶又称“茗战”,究其源则已见于唐代:“建人谓斗茶为茗战”〔1〕。“建”,唐置“建州”,宋升为建宁府(今福建建瓯),向产名茶,宋为贡茶主要产地。但斗茶之盛,则是在宋代。宋徽宗对此有很好的评价:“缙绅之士,韦布之流,沐浴膏泽,薰陶德化,盛以雅尚相推,从事茗饮。故近岁以来,采择之精、制作之工、品第之胜、烹点之妙,莫不盛造其极。……而天下之士,励志清白,竟为闲暇修索之玩。莫不碎玉锵金,啜英咀华,较筐篋之精,争鉴裁之别。虽下士于此时,不以蓄茶为羞,可谓盛世之清尚也。”“凡芽如雀舌谷粒者为斗品,一枪一旗为拣芽,一枪二旗为次之,余斯为下。”〔2〕概言了斗茶盛于北宋的原因、规模及基本内容。范仲淹曾有诗歌其事:“年年春自东南来,建溪先暖冰微开。溪边奇茗冠天下,武夷仙人从古栽。……北苑

〔1〕 唐·冯贽《记事珠》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔2〕 《大观茶论》“序”、“采择”。

将期献天子，林下雄豪先斗美。鼎磨云外首山铜，瓶携江上中泠(líng 灵)水。黄金碾畔绿尘飞，碧玉瓿中翠涛起。斗茶味兮轻醍醐，斗茶香兮薄兰芷。其间品第胡能欺，十目视而十手指。胜若登仙不可攀，输同降将无穷耻。……君莫羨花间女郎只斗草，赢得珠玑满斗归。”〔1〕每年斗茶之举都在春季，而且自东南首先兴起。值得注意的是，斗茶已非由上流社会雅尚和须眉男子所专断，连妙龄女郎和艳妆妇人都踊跃其事，乐而不疲了。

参斗之茶预碾为末，水自江之中流取来。开斗之时，五人围住，目不转睛。盯住瓿中翠涛(香水痕)，评香、品味、观色，既十分热烈又格外紧张，以至于“玩久手生胝，窥久眼生花”〔2〕。具体步骤是，“先钞茶一钱匕，先注汤调令极匀，又添注入环回击拂。汤上盏可四分则止，视其面色鲜白着盏无水痕为绝佳。建安斗试，以水痕先者为负，耐久者为胜。故较胜负之说，曰相去一水两水。”〔3〕水痕后者谓之“咬盏”：“烹新斗硬要咬盏”〔4〕。“咬盏”是指茶面汤花持续时间长，能紧贴住盏沿不散，如同咬住一般。否则，汤花散退便在盏沿上现出水痕——“水脚”，即“云脚涣乱”。斗者，一旦取胜便如“登仙”，斗败则如降将一样蒙受耻辱。更何况在斗茶胜败的背后还有巨大的商业利益和荣誉关系着茶农、茶商和许多茶人呢？苏轼有一首斗品贡茶的诗颇为写实传神：“武夷溪边粟粒芽，前丁后蔡相宠加。争新买宠各出意，今年斗品充官茶。”丁、蔡是先后任福建漕使的丁渭和蔡襄。他们分别在任上督造新芽，斗出上品充贡。每年新茶制成都要经“斗”来品评优劣，鉴定高下，贡茶也随之而出。“茶之精绝者曰‘斗’。

〔1〕 《和章岷从事斗茶歌》，《范文正集》卷二，《四库全书·集部三·别集类三》。

〔2〕 北宋·梅尧臣《答宣城张主簿遗鸦山茶次韵》，《宛陵集》卷三五，《四库全书·集部三·别集类二》。

〔3〕 蔡襄《茶录》上篇“论茶·点茶”。

〔4〕 梅尧臣《次韵再和》，《宛陵集》卷五六。

曰‘亚斗’，其次曰拣芽、茶芽。斗品虽最上，园户或止一株。盖天材间有特异，非能皆然也。”〔1〕足见斗茶之盛，与宋代大批贡茶亦有相关。新茶一经斗胜，便能身价百倍，“铢两直钱万”〔2〕。北苑贡茶，“其最精即水芽，细如针，用御泉水研造，社前已尝贡余。每片计工直四万钱”〔3〕。

宋之斗茶为一大盛事，凡有贡茶之地，每逢春芽新发，斗茶便紧随之开始。如陆游淳熙元年于蜀州诗《晨雨》有句：“青蒨云腴开斗茗，翠罍立液取寒泉”〔4〕。政和二年，唐庚有《斗茶记》四百余字短文，记叙和议论了几个友人斗茶（实为私相品第高下，而非盛会斗茶所比）的情形：“政和二年三月壬戌，二三君子相与斗茶于寄傲斋。予为取龙塘水烹之，而次其品。以某为上，某次之。某闽人，其所赍宜尤高，而又第之。然大较皆精绝。盖尝以为天下之物，有宜得而不得，不宜得而得之者。富贵有力之人，或有所不能致，而贫贱穷厄，流离迁徙之中，或偶然获焉。所谓尺有所短，寸有所长，良不虚也。”〔5〕可见，宋之斗茶，有公行盛会，亦有私下即兴所为，且上自达官显贵（乃至至尊天子），下迄贫士凡夫，尊卑、雅俗、男女不限，皆可侧身其间，真算得上是一种广泛的社会性活动了。

还应当指出的是，斗茶是竞争、比赛，比的是茶品、汤泉，竞的是点茶之技艺。故斗茶并不一般地等同于“点茶”，尽管二者有时混同称谓。宋以后，斗茶之习渐寝，而点茶作为茶艺和茶道的技巧功夫、生活艺术却沿袭保留下来。

---

〔1〕 黄儒《品茶要录》。

〔2〕 梅尧臣《王仲仪寄斗茶》，《宛陵集》卷二九。

〔3〕 南宋·胡仔《苕溪渔隐丛话》前集卷四六“东坡九”，《四库全书·集部九·诗文评类》。

〔4〕 南宋·陆游《剑南诗稿》卷五，上海古籍出版社1985年版。

〔5〕 清·汪灏等《广群芳谱》卷十九，上海书店据商务印书馆1935年《国学基本丛书》本1985年影印版。

## 九、陆羽与《茶经》

中国是茶的故乡,记载讨论茶事的茶书也始于我国。我国之有茶书始见于唐。陆羽的《茶经》就是我国,也是世界上第一部茶书。

陆羽(733~804),字鸿渐,一名疾,字季疵,晚年隐居江西信城时,又号东岗子,复州竟陵(今湖北天门)人。史载其人,“不知所生,或言有僧得诸水滨,畜之。既长,以《易》自筮,得《蹇》之《渐》,曰:‘鸿渐于陆,其羽可用为仪。’乃以陆为氏,名而字之”。少年牧牛,剃草,屡受鞭捶之苦,苦不自胜,因亡去,匿为优人,后为伶师。羽为人,“貌俚陋,口吃而辩。闻人善,若在己,见有过者,规切至忤人。朋友燕处,意有所行辄去,人疑其多嗔。与人期,雨雪虎狼不避也”。“上元初,更隐苕溪,自称桑苎翁,阖门著书。或独行野中,诵诗击木,裴回不得意,或恸哭而归,故时谓今接舆也。久之,诏拜羽太子文学,徙太常寺太祝,不就职。”〔1〕又据《鸿渐小传》记:“羽于江湖称竟陵子,南越称桑一翁。少事竟陵禅师智积。异日,羽在他处,闻师亡,哭之甚哀。作诗寄怀,其略曰:不羨黄金罍,不羨白玉杯,不羨朝入省,不羨暮登台,惟羨西江水,曾向金陵城下来。”〔2〕足见他是个耿介任放、郁愤不得志而只耽于茶事的人。传中提及的智积禅师,也是一个嗜茶的茶人。恐怕陆羽的献身于茶事,与他便大有关系。陆自幼为智积煮茶,在他的点拨提调之下,陆羽不仅对茶事萌生了极大的兴趣,积累了许多茶事的经验和知识,而且练出了一手烹茶的高超本领。据《记异录》载,智积善品茶,陆羽善烹茶,以至智积在陆羽出游时竟辍饮。此事传到朝廷,代宗皇帝便召智积进宫,然后命宫中烹茶能手

〔1〕 北宋·欧阳修等《新唐书·陆羽传》卷一九六。

〔2〕 《全唐诗》卷三〇八。

为之煮饮。智积竟一啜而止。皇帝便秘宣陆羽进京煮茶进献,智积一饮而尽,而欣然道:“这真像是陆羽亲手煮的茶啊!”这段故事未必有几分是真,但陆羽的历史声名和历史价值,则全在于他潜心于茶事研究,并著成不朽之作《茶经》,因而对中唐以后乃至中国历史上茶事的发展作出了杰出的贡献。“羽嗜茶,著经三篇,言茶之原、之法、之具尤备,天下益知饮茶矣。时鬻茶者,至陶羽形置炆突间,祀为茶神。”〔1〕陆羽的献身茶事,是几十年艰苦磨砺和潜心钻研的历史过程。他曾广泛游历浙江、江苏、江西茶地,浏览茶品,品鉴水泉,并亲自制,反复实践。时人皇甫冉曾有《送陆鸿渐栖霞寺采茶》诗记道:“采茶非采菘,远远上层崖。布叶春风暖,盈筐白日斜。旧知山寺路,时宿野人家。借问王孙草,何时泛碗花?”〔2〕又皇甫冉曾有《送陆鸿渐山人采茶》:“千峰待逋客,香茗复丛生。采摘知深处,烟霞羨独行。幽期山寺远,野饭石泉清。寂寞燃灯夜(一作火),相思一磬(一作磬一)声。”〔3〕

陆羽的成就和名声,还在他生前就已经受到社会的承认和传誉。《煎茶水记》的作者张又新,是与陆羽同时稍后的人。元和九年(806,羽卒后二年),张氏与同年生聚会于荐福寺。张氏与一人(李德垂)先至,于是在寺西厢玄鉴室小憩。“会适有楚僧至,置囊有数编书。予偶抽一通览焉。文细密皆杂记。卷末有一题,云《煮茶记》,云:

代宗朝李季卿刺湖州。至维扬,逢陆处士鸿渐。李素熟陆名,有倾盖之欢。因之赴郡,泊扬子驿,将食,李曰:“陆君善于茶,盖天下闻名矣。况扬子南零水又殊绝,今者二妙千载一遇,何旷之乎!”命军士谨信者,挈瓶操舟,深诣南零,陆利器以俟之。俄水至。陆以杓扬其水曰:“江则江矣,非南零者,似临岸之水”。

〔1〕《新唐书·陆羽传》卷一九六。

〔2〕《全唐诗》卷二四九。

〔3〕《全唐诗》卷二一〇。

使曰：“某櫂舟深入，见者累百，敢虚给乎？”陆不言。既而倾诸盆，至半，陆遽止之。又以杓扬之曰：“自此南零者矣。”使蹶然大骇，伏罪曰：“某自南零赍(jī 基)至岸，舟荡覆半。惧其少，挹岸水增之。处士之鉴，神鉴也。其敢隐焉！”李与宾从数十人皆大骇愕。李因问陆：“既如是，所历经处之水，优劣精可判矣？”陆曰：“楚水第一，晋水最下”。李因命笔，口授而次第之：庐山康王谷水帘水第一；……(以下见本章第六节“茶水”条文)”

上述文字，言陆羽辨水之技，已达出神入化的地步，颇似传奇之笔。但认真想来，却也有相当程度的可信性。陆羽一生精研茶、水，曲辨其微，技艺之高之精湛，已为当时所公认。

又张文续云：“此二十水，余尝试之。非系茶之精粗，过此不之知也。夫茶烹于所产处，无不佳也。盖水土之宜，离其处，水功其半。然善烹洁器，全其功也。李置诸笥焉。遇有言茶者，即示之。又新刺九江，有客李滂门生刘鲁封言尝见说茶。余醒然思往岁僧室获是书，因尽篋，书在焉。古人云，‘泻水置瓶中，焉能辨淄澠’。此言不必可判也，万古以为信然。盖不疑矣。岂知天下之理未可言至，古人研精，固有未尽。强学君子，孜孜不懈，岂止思齐而已哉！”细读张文，颇以为其言之凿凿，指陈不虚，即细微末节，亦不疏漏。且文中“余醒然思往岁僧室获是书，因尽篋，书在焉”句，当不是杜造欺世之言。故事中心人物之一的李季卿，系唐宗室，恒山王李承乾重孙，父李适之曾一度为左相。李季卿传在两唐书：“代宗即位，大举淹抑，……奉使河南、江淮宣慰，振拨幽滞，进用思廉，时人称之。在铨衡数年，转右散骑常侍……其在朝以进贤为务，士以此多之。大历二年(768年)卒，赠礼部尚书。”〔1〕正史所记，正合张所见楚僧《煮茶记》叙李季卿

〔1〕 后晋·刘昫《旧唐书》卷九九，中华书局1975年版；《新唐书》卷二〇二，中华书局1975年版。

故事之文。代宗李豫在位十八年(762~779)。李季卿卒于大历二年,即在李豫即位的第五年死去。其间李季卿“自通州征为京兆少尹。寻复中书舍人,拜吏部侍郎。俄兼御史大夫,奉使河南、江淮宣慰;……在铨衡数年……”经历、仕途及时间又全与《煮茶记》叙事吻合,故似可断言,李季卿于764~767年之间的数年中与陆羽相会并试茶辨水之事是完全可信的。李、陆相会湖州之时,也正是陆羽《茶经》撰成六到十年后,因而也恰是陆羽名噪海内之时。《煮茶记》或张又新文所记自然不免溢美之笔,但陆羽精于辨水,且能比较数水之高下,当不是虚妄之语。此外,唐封演的《封氏闻见记》等书也记有“御史大夫李季卿宣慰江南”专意访会“善茶者”陆羽等人之事,亦可作为旁证。陆羽能诗善文,著述颇多,但流传至今的著作却只有《茶经》一书了。

《茶经》一书撰于758年(唐肃宗至德三年)左右,全书仅七千余字,分成上、中、下三卷,列为源、具、造、器、煮、饮、事、出、略、图十节,外加一序。全书行文洗炼,言简意赅,举凡茶事诸项,从茶的起源、性状、名称、品质、种类、采摘、制法、煮饮器具,至烹茶方法、水质品第、饮茶风习、故事、产地、药用等,无不述及,是我国古代众多茶著中最详细完整的一部。而且通书持论精到深辟,每一条议均成方家之言。故此书为中国茶事由来之大经并时人及后来者之大典,成尔后一千二百多年研究茶事者与无数茶人之圭臬。《茶经》之为“经”,名实相当,一千二百多年几无一人能发微辞。书中许多论述,直到一千二百多年以后的今天,仍有重要的参考价值。如关于茶树对土壤的要求,采春芽的时令要求等的科学性,都基本吻合于近代研究的结果,为现时所循行。《茶经》一书,引起社会上极大的震动和反响,旋即引起一场茶事革命:时人(尤其知识界和上层社会)群起效法实行,从而结束了魏晋(岂止魏晋)以来的“与淪蔬而啜者无异”的传统饮法;无数茶人开始精研茶事。《茶经》之后讨论茶事的专述不断涌现,迄于清末,

仅有文可稽者便不下百余种之多,我国成了世界上茶书最多的国家;茶事开始成为一种雅事(尤其在知识界和上层社会),一种中国古代特有的文化现象,推动了茶文学的发展,影响之所及,几乎风俗、食习、思想文化、社会经济乃至茶之生产、制作,无所不包。

陆羽被后人甚至同时代人奉为“茶神”。“神”是没有的,但他却是标新立异、开风导俗的一代大师,称之为“圣”,是当之无愧的。而他的《茶经》一书,则是引起一场意义深远的茶事革命的理论指导书和取法范本,也是当之无愧的“经”。

## 十、茶 与 士

中国历史上“士”这一阶层或群体的思想、言行的主要特点之一,便是以“脱俗”自诩,以“高雅”相标榜。其间虽不乏伪君子、假道学和文过饰非之辈,但就其主流来说,就其积极意义上说,脱俗高雅不能不说是中国士阶层的宝贵品格和传统。中国封建社会里的“士”,泛指知识界人士,又特指未曾做官的读书人。士做了官便是“仕”。我们这里讲的“士”,便泛指历史上的文化人。脱俗即是高雅,高雅即是脱俗。茶事之所以雅,之所以雅得起来,雅得下去,之所以有那无数的雅兴、雅趣、雅事,从根本上说来,无不与士有关,无不与士的生活、士的文化素养有关。茶圣陆羽就是这样的一个士,一个集儒释于一身的江湖高士。从一定意义上说,茶事之所以雅,就是在士的手中造成的,士引导消费和指导生产,有关茶事的一切雅:称之为雅、风习之雅、饮法之雅、器具之雅、趣味之雅、故事之雅、制度之雅……几乎无不与士的这种雅有关。

茶事与士的这种特殊关系,或曰茶事之雅,到了明代中叶以后有了更为突出的色彩。明代士子茶人认为:“饮茶以客少为贵。客众则喧,喧则雅趣乏矣。独啜曰神,二客曰胜,三、四曰趣,五、六曰泛,七、



八曰施。”饮茶重在领略“雅趣”〔1〕,这是明代士子茶习的突出风格。他们主张相与品茶之友,必须是“素心同调,彼此畅适,清言雄辩,脱略形骸”的脱俗雅人。他们认为茶友要高于酒友,茶人高雅胜于酒人:“宾朋杂沓,止堪交错觥筹,乍会泛交,仅须常品酬酢。”〔2〕把茶事看作远胜于酒事,是明代士人的一个很有代表性的说法。明代士人对茶的质地,即香、色、味有了更高的要求;对茶水及茶具更为讲求和挑剔,概言之,有以下若干要点:

香:茶有真香,有兰香,有清香,有纯香。表面如一曰纯香,不生不熟曰清香,火候均停曰兰香,雨前神具曰真香。更有含香、漏香、浮香、间香等,此皆不正之气。

色:茶以青翠为胜,涛以蓝白为佳。黄黑红昏,俱不入品。雪涛为上,翠涛为中,黄涛为下。新泉活火,煮茗玄工,玉茗冰涛,当怀绝技。

味:味以甘润为上,苦涩为下。

品茗雅趣源自茶,茶性贵真,即真香、真色、真味。为保茶真,坚决反对“点染”。所谓点染,就是添加别物,“如水中着碱,茶中着料,碗中着果”,“一经点染……皆失真也”〔3〕。可以说,这是自唐陆羽以来,经宋之苏轼等人,直到明代诸多士人一脉相承的“清饮”法——士饮法。这种饮法,终于在明末清初之际上升并普及为全社会所习用的饮茶之法。

关于水泉,则认为:“精茗蕴香,借水而发,无水不可与论茶也。”“甘泉旋汲用之则良,……理宜多汲贮大瓮中。但忌新器,……久用则善。最嫌他用。水性忌木,松杉为甚。木桶贮水,其害滋甚。挈瓶为佳耳。贮水瓮口,厚箬泥固,用时旋开。泉水不易,以梅雨水代之。”〔4〕择

〔1〕 明·张源《茶录》“饮茶”。

〔2〕 许次纾《茶疏》“论客”。

〔3〕 张源《茶录》。

〔4〕 许次纾《茶疏》“择水”、“贮水”。

水要求精于前代,认识的科学性也相对地高于前代。晚明时,士人更以品泉论水相标榜,于是出现了不远千里取饮名泉的奢习。明末清初著名戏曲作家张大复的茶饮生活及品泉标准,可作为明代士人茶文化现象与思想观念的很好标本。张大复字星,一字心其,号寒山子,苏州人。据说他“粗知书,好填词,性淳朴,不治生产,亦颇知释典”。总之,是个家境并不如何富裕的“寒儒”型读书人。就是这个张大复,他的茶饮生活竟是如下:“料理息庵方有头绪,便拥炉静坐其中,不觉午睡昏昏也。偶闻儿子书声,心乐之,而炉间簌簌(lù 路)如松风响,则茶且熟矣。三月不雨,井水若甘露,竟扃(jiōng)其门,而以瓶罍相遗。何来惠泉,乃厌张生馋口?讯之家人辈,云旧藏得惠水二器,宝云泉一器,亟取二味品之。而令儿子快读李秃翁《焚书》……”于苦旱之月,烹远致久藏名泉,听前贤之书,明代士人之雅可谓极矣。这个张大复到了晚年时穷困潦倒,甚至贯米而炊,憔悴顿踣,加之双目失明,但对于饮茶仍孜孜以求,犹运水选茶,不遗余力,还以平生未尝武夷茶为憾。烹必名泉,远方运水不以为苦,似成明代士人之习。一时不及,甚至先借他人,取即奉还。更有甚者,竟有假冒名泉以充风雅者:“有人运惠水于白下,而车致之句曲者。且夸于众:‘明日当会茶’。车至而亡其水,主人诘之,对曰:‘相公故运坛水耳,何运焉?’坐客大笑,主人怒不止。”〔1〕明末饮茶士人已到了不顾家国,专一事茶的地步,大有饮则非惠水不烹,非云雾、紫笋、甘莉、武夷、松萝、天池、虎丘、龙井、芥梅、兰雪不泼之势。彼此争夸,以示名贵。

与张大复同时的另一个士林茶人张岱(1597~1689),尤是个茶癖极深而又精于品茶的名人。张岱字宗子,一字石公,别号陶庵,又号蝶庵居士,山阴(今浙江绍兴)人,长期侨寓杭州。因祖“家本剑州”(今四川剑阁),故又时自称“古剑陶庵老人”、“蜀人张岱”。张岱祖父

〔1〕 明·张大复《梅花草堂笔谈》卷一“品泉”、卷三“运水”。

上三代皆为高官,父曾任藩王鲁王府右长史(秩正五品),本人则中过秀才而未做过官。他自谓:“少为纨绔子弟,极爱繁华,好精舍,好美婢,好妾童,好鲜衣,好美食,好骏马,好华灯,好烟火,好梨园,好鼓吹,好古董,好花鸟;兼以茶淫桔虐,书蠹诗魔。”〔1〕足见他是个顺水性情、享乐人生的人。入清之后,他“身无长物,委弃无余”,常常“瓶粟屡空,不能举火”。他在文集《陶庵梦忆》中记了自己一则故事:有一次他听人对闵汶水的茶赞不绝口,便到桃叶渡去专访闵。到了闵家,正值闵外出未归,他便一直坐着等。很久闵归,才交数语,闵突然站起来说,“我的手杖忘在某人家了,我得马上去取回来。”闵走后,张便再等下去,直到天昏黑以后闵始返回。一见到张还在,便笑着说:“你还没走啊,那么到我这里究竟有什么重要的事情呢?”张回答说:“我仰慕您老已经很长时间了,今天特意来就是想讨您的茶吃的,喝不到绝不会回去的。”闵一听高兴了,便亲自升起茶炉来,把张请到一间十分雅致的专用茶室。室内窗明几净,陈设整洁。接着拿出荆溪壶,以及成化、宣德年间的名瓷杯盏十多个。茶泼好后,茶色与瓷色完全相同,香气清远,张岱不由得连连赞叹。品过之后张问闵用的什么水,泡的什么茶,闵故意谎说:“泡的阆苑茶,用的惠泉水,您觉得还不错吧?”张听主人这样讲之后,就又品了品,又仔细辨味审色,然后笑道:“不要骗我,茶用的似乎是罗芥,但制法与阆苑一样,味却不一样。至于水,由惠山运到金陵,要走上千里路,为什么一路上不停地晃动,长途至此,而水的圭角却不动呢?”闵汶水听后,不由得惊奇地吐了吐舌头,说道:“您可真是个精通饮茶的人,说得太对了!茶确实是罗芥,水也的确是惠泉。所以千里运水而圭角不动,是因为船载平稳的缘故。”然后又给张重泡了一壶茶说:“您再品品这壶,看来您是能判别出这壶茶与上壶茶各采自什么时节的。”张饮后说:“这壶茶香

---

〔1〕 明·张岱《自为墓志铭》。

味扑烈,味非常浓厚,是春茶;而上一壶一定是秋茶。”闵汶水笑着说:“我活了七十岁,见到的茶人多了,但没有一个艺精如您的!”于是两人便成了“茶知己”〔1〕。

明代士林茶人非常注重饮茶者自身的文化与情愫修养,他们认为:“煮茶得宜,而饮非其人,犹汲乳泉以灌蒿菘,罪莫大焉。饮之者一吸而尽,不暇辨味,俗莫甚焉。”〔2〕虽然士人对于茶事的讲究不免苛求繁褥,甚至失于奇诡怪诞,但无疑是士人的雅求,才使得茶事的发展在历史上逐趋雅化,才有了中国历史上茶文化的特定风采。

此外,茶在清代官场上还有一种特殊的作用,那就是文雅的“逐客令”。每逢主人不欢迎来访者或想结束会见时,便向家人传呼一声“泡茶”,这时客人便不能不知趣地起身告辞了。

## 十一、茶 与 佛

中国茶事的发展,同佛教在中国的传播和发展一样,是有着极为密切的关系的。中国有茶、饮茶,历史可以说是很久远的了,但在中唐以前,发展的速度一直很缓慢。直到南朝末年,北方地区还很少有人喝茶。魏晋以后,北京的茶饮甚至还从两汉退步了。甚至南方人到了北方也都失掉了饮茶的习惯。饮茶的大普及,茶事的大发展,植茶的大开拓,都是中唐以后才发生的历史现象。而这一切均与佛门的嗜茶和僧人的植茶、制茶紧密相关。前面我们讲到了陆羽和他的《茶经》的历史作用,但这种作用显然不是孤立个人的行为结果,而是在一个极广大、极深厚的历史背景下逻辑发生的必然性事件。

约成于8世纪末的《封氏闻见记》一书,有一段经常为研究者引

---

〔1〕 明·张岱《陶庵梦忆》卷三“闵老子茶”,上海古籍出版社1982年版。

〔2〕 明·田艺蘅《煮泉小品》,载《古今茶事》。

用的关于饮茶在中唐大普及原因的话：

南人好饮之，北人初不多饮。开元(713~741)中，泰山灵岩寺有降魔师，大兴禅教。学禅(有本无“学禅”二字)，务于不寐，又不夕食，皆许其饮茶。人自怀挟，到处煮饮。从此转相仿效，遂成风俗。自邹、齐、沧、棣，渐至京邑城市，多开店铺，煎茶卖之，不问道俗，投钱取饮。其茶自江淮而来，舟车相继，所在山积，色额甚多。楚人陆鸿渐为茶论，说茶之功效，并煎茶炙茶之法，造茶具二十四事，以都统笼贮之。远近倾慕，好事者家藏一副。有常伯熊者，又因鸿渐之论广润色之。于是茶道大行，王公朝士无不饮者。……按此古人亦饮茶耳。但不如今人溺之甚。穷日尽夜，殆成风俗，始自中地，流于塞外。往年回鹘入朝，大驱名马，市茶而归，亦足怪焉。〔1〕

封氏之言，正确地记述了茶事在唐代兴达的缘由，但仍有未尽之意。唐代，是佛教在中国继南北朝广泛传播之后又取得迅速大发展的时期。除了前代已有的天台宗、三论宗、三阶教等主要宗派之外，又形成了慈恩宗、律宗、贤首宗、密宗等佛教宗派，禅宗只是佛教大普及、大发展潮流中涌出的多家宗派之一。相传禅宗的最早传入是北魏时来自南印度的菩提达摩。但禅并非印度本土之教派，而是适应当时北中国的具体思想文化环境，改造印度传统复杂繁难的坐禅宗教修养方法而成，能与当时北方朴实、单纯和重实行的思想文化相融洽渗透的、一种新的中国式佛教流派。“他所提出的主张和所走的道路，完全是当时北方中国具体环境下的产物。”〔2〕禅宗在“六祖”慧能(惠能，638~713)以前，有许多流派。早在初唐之世，禅宗已经得到广泛流传了。禅宗的修心、简行和人

〔1〕 唐·封演《封氏闻见记》卷六“饮茶”。

〔2〕 任继愈《汉唐佛教思想论集》，人民出版社1981年版。

皆可成佛的教义更易于同当时的儒家思想接触和结合,因而也最易于为当时的知识界与庶民所接受。中唐时正是这样一种历史特点。但喝茶的僧人并非佛门禅宗一派。佛教的大发展,僧人对喝茶的特殊需要无疑大有助于喝茶的普及,但把喝茶的普及全归于禅宗门下是不全面的。

慧能以后,禅门多出精研儒学之僧,而中国士人又多参禅宗佛理。正是这无数由禅而儒和由儒而禅,由佛而儒和由儒而佛的两批人的共同作用,才大大促进了喝茶的普及。陆羽曾是佛门弟子,他的老师智积还是个高僧。应当说陆羽之所以成为一代茶圣,也是受了佛的大影响的。悟道、参禅、论法、说佛都要以茶清心提神,会客敬宾更离不开茶。寺院之中藏多品,每来“施主”,方丈要根据施主的身份、地位以及施献的多少给予不同的待遇。待茶分为“好茶”、“茶茶”、“茶”等不同品级。

佛门与茶事有密切的关系,可以说是史录甚丰,不胜枚举的。仅唐人的诗文中就有大量的记载,如:“万畦新稻傍山村,数里深松到寺门。幸有香茶留释(一作稚)子,不堪秋草送王孙。”〔1〕“异迹焚香对,新诗酌茗论。”〔2〕“野客偷煎茗,山僧惜净床。”〔3〕“觥船一掬(一作棹)百分空,千载青春不负公。今日鬓丝禅榻畔,茶烟轻(一作悠)飏落花风。”〔4〕“别画长怀吴寺壁,宜茶偏赏雪溪泉。”〔5〕“藓侵隋画暗,茶助越瓯深。”〔6〕“乱飘僧舍茶烟湿,密洒高楼酒力微。”〔7〕

〔1〕 唐·李嘉祐《秋晓(一作晚)招隐寺东峰茶宴送内弟阎伯均归江州》,《全唐诗》卷二〇七。

〔2〕 唐·严维《奉和独孤中丞游云门寺》,《全唐诗》卷二六三。

〔3〕 唐·章孝标《方山寺松下泉》,《全唐诗》卷五〇六。

〔4〕 唐·杜牧《题禅院》,《全唐诗》卷五二二。

〔5〕 唐·司空图《重阳日访元秀上人》,《全唐诗》卷六三二。

〔6〕 唐·郑谷《题兴善寺》,《全唐诗》卷六七六。

〔7〕 郑谷《雪中偶题》,《全唐诗》卷六七五。

“华山僧别留茶鼎，渭水人来锁钓船。”〔1〕“他日愿师容一榻，煎茶扫地学忘机。”〔2〕“橘青逃（一作陶）暑寺，茶长（一作绿）隔湖溪”〔3〕等皆是。佛家有所谓“茶佛一味”之说，可见两者的深因厚缘。

此外，中国茶及茶艺、茶道的外传，也主要是通过“佛法弘扬”的渠道实现的。其中，向朝鲜半岛、日本等的东传早在公元9世纪以前便由往来的僧人绵延不息地开拓着了。

## 十二、茶 道

讲到茶道，一般人便想到日本，很少有人提到中国的茶道。事实上，中国本有自己的茶道，只不过，它不同于日本茶道。它不像日本茶道那样有十分繁琐的程仪、固定的规章和突出的家族、宗法特征。当然，日本茶道也有它的一个历史演变发展过程，但溯其源还要回到中国。“由中国宋朝引进抹茶法和茶礼，逐渐形成日本茶道。”〔4〕“茶道是发源于中国、开花结果于日本的高层次生活文化。‘茶道’一词始见于唐代。在唐代，茶道已脱离日常啜饮范围而成为一种优雅的精神文化，陆羽《茶经》就是其光辉的足迹，其后不久茶道传到日本，与日本的传统文化相结合，获得了新发展，成为具有深远哲理和丰富艺术表现的综合文化体系。”日本茶道的创立，经历了荣西、南浦绍明、村田珠光等为代表的众多禅宗大师与三个多世纪时间的营造才得以成功。

荣西(1141~1215)，字明安，又号叶上房，俗姓贺阳，备中国(今岗山县)人。日本仁安三年(宋乾道四年，1168年)、文治三年(宋淳

〔1〕 唐·李洞《赠昭应沈少府》，《全唐诗》卷七二三。

〔2〕 李洞《寄淮海慧泽上人》，《全唐诗》卷七二三。

〔3〕 无可《送邵锡及第归湖州》，《全唐诗》卷八一三。

〔4〕 〔口〕陈东达《饮茶纵横谈》，中国商业出版社1986年版。

熙四年,1187年)两次入宋,研求中国天台宗禅学,被后世奉为日本禅门始祖。荣西将中国的茶叶、茶籽和植茶技术、制茶工艺与饮茶礼法带回了日本,并于承元五年(1211)用汉文著《吃茶养生记》两卷,建保二年(1214)又重加修订。由于荣西对茶艺、茶礼的推广宣传作用,在其之前已经开始的植茶和饮茶历史(公元840年成书的《日本后记》曾明确记载嵯峨天皇于815年与臣属在崇福寺品享大僧都永忠所奉手自煎茶事。永忠曾于777~805年间在中国留学了约三十年之久)便进入了普及阶段。《吃茶养生记》成为日本茶道史上的一个里程碑,荣西在日本赢得了如同中国陆羽一样的“茶圣”称号。南浦绍明(1235~1309),俗姓藤,骏河国(今静岗县)人,日本正元元年(宋开庆元年,1259年)入宋遍参名师,受临济宗禅学,于宋度宗咸淳三年(1267)回国。绍明在宋九年,边参禅,边习茶礼。回国时,绍明将一套台子式抹茶道具及七部中国茶典带回了日本,毕生以传禅和传播禅院茶礼为己任。日本典籍《类聚名物考》、《续视听草》、《本朝高僧传》等都认为日本茶道始于南浦绍明。绍明有弟子千余人,他的茶礼被弟子、大德寺开山宗峰妙超(1282~1337)承续,并由一休宗纯、村田珠光等大师所继承。后小松天皇(1377~1433,1382~1412在位)之子一休宗纯(1394~1481)信徒遍布各阶层,影响广泛。村田珠光(1423~1502),奈良人,曾师事一休宗纯。奈良是寺院聚集和茶事兴盛之地,珠光承袭了南浦绍明自宋传来的茶礼与茶具,综合当时流行的书院茶会、云脚茶会、淋汗茶会、斗茶会等茶仪,并结合禅宗的寺院茶礼,将禅悟导入饮茶文化之中,最终创立了日本茶道的初级形式——草庵茶。他曾充任第八代将军足利义政(1436~1490)的茶道教师,而后者是个以专门研究茶道著称的幕府将军。日本茶道的完成,则是在安土桃山时代(1568~1598)的千利休(1522~1591)。正亲町天皇天正十九年(1591),太政大臣丰臣秀吉(1536~1598)命千利休死,其后茶道由子孙继承,产生出里千家、表千家、武者小路千家



的所谓“三千家”。以三千家为中心,又产生了藪内家、远州流、宗遍流等众多流派,直至今日。其中,组织淡交会的里千家于二次大战后迅速将茶道推向世界,对茶道的国际化发挥了很大的作用。

确立于千利休的抹茶茶道,是承续荣西等数代众多禅师的茶学而成的。1214年,以荣西将修订后的《吃茶养生记》献给镰仓(今神奈川县)幕府第三代将军源实朝为标志,茶事进入了武士阶层生活,日本正统茶道的贵族气派因之底定。在日本历史上,抹茶茶道主要流行于上流社会,夸耀茶具贵重精美和考究礼仪高雅严备是其突出特色。而作为其对应和补益的,则是对日本茶文化同样产生重大影响的日本黄檗宗初祖隐元隆琦(1592~1673)和卖茶翁高游外(1675~1763)所代表的叶茶煎茶道。隐元俗姓林,名隆琦,中国福建福清人,二十三岁到普陀山礼拜观音菩萨,投潮音洞主为茶头执事。泰昌元年(1620)于黄檗山万福寺削发出家,后为住持。该寺有僧千余人,为福建第一禅林。1654年应日本长崎兴福寺住持逸然性融(1644年由华去长崎)之聘赴日。1658年,德川幕府第四代将军家纲于江户(东京)谒见隐元,并为其留日而修与其故乡寺院同名同式的黄檗山万福寺。隐元在此传授明代风格的禅宗,直至八十三岁时圆寂。日本学界认为,自“隐元来日,使沉寂已久的日中文化交流长河掀起了新的波澜。……作为明代文化的使者,在日本一般文化界也受到广泛的欢迎”。他的书法“给日本书界吹进了新风。而在茶道方面,明代特别是万历时期的饮茶文化,在黄檗山禅僧的生活中,更是形同日课,影至风从”〔1〕。杂糅融汇了佛、儒、道精神的明末士子茶习与充分体现清净省悟的禅茶之道,由隐元在日本传布开来。曾入黄檗山参禅的卖茶翁高游外,于六十一岁时在京都东山建通仙亭开始卖茶,直

〔1〕〔H〕仓泽行洋《日本茶道文化概论序三》、布目潮汎《中国茶在日本》,载《文史知识》1997年第11期。

至八十九岁去世,使通仙亭成了众多文人的汇聚之地。由于他承传隐元茶风并戮力使其风被日本,因而被尊为日本煎茶道之祖。

比较中、日两国茶道不断演进变化的历史,应当说,中国茶道更重视品茶和茶事本身,是由茗饮引发,并以茗饮为中心的品鉴、享味、悦志、清心、陶情、内省、洗炼的物质和精神文化活动。作为物质活动,它是茶艺和品茶的过程;作为精神活动,它是情感的宣抒、性理的探索、意境的追求。假物以明道,更有意义的还在于道,最终上升到更高的精神层面,而不偏重拘守繁琐的修饰形式。日本茶道则由于它厚重的贵族气派与禅悟精神而显得过于繁缛沉重,它刻意追求的是严格的程仪和悟省功夫。不似中国茶道兼释的静悟、道的驰纵、儒的雅逸,是释、道、儒三者交感渗融后的清雅和谐,成一既深植于实际生活而又远远高出于这一生活的综合性文化形式,因而就更切近知识分子的物质与精神生活,具有更广泛的社会基础,更接近人们的日常生活。

中国茶道,是历史上茶人的活动,而且主要是士阶层的饮茶活动。中国茶道的始创,可以说陆羽是开山祖。说陆羽和他的《茶经》起到了开风导俗的巨大作用,主要就是指他的饮茶之法——茶道成为全社会的楷模。是陆羽的实践和他的经验的文字总结,为社会和历史提供了一种饮茶活动的式样和方法,一种精神原则。

首先,陆羽制备了一套包括饮茶全过程的区分专用而又成系列化的器具。《茶经》卷中“器”一节列有从风炉到都篮的二十六类器具,每类器具当然又可分为许多品第、式样。事实上,器具在后代也得到了不断的丰富和发展。

其次,慎辨茶品的方法。总结了色辨、质辨、声辨〔1〕、臭、品等一套技艺。

---

〔1〕 赵佶《大观茶论》“鉴辨”。

再次,严辨水泉。“其水,用山水上,江水中,井水下。”三水选取,又有诸般细则。

第四,是有规范程序和很高技艺的煮法。如:“慎勿于风烬间炙”,慎辨汤之“三沸”,投茶技艺,注碗要求等。

第五,饮法。饮茶旨在“荡昏寐”,即清心提神,而非“救渴”和“蠲忧忿”。茶择精品,反对入以他物,反对“煮之百沸”,反对“夏兴冬废”。陆羽认为“茶有九难”,其中之一便是“饮难”。总之要茶真、火活、器洁、得法。“夫珍鲜馥烈者,其碗数三。次之者,碗数五。若坐客数至五,行三碗。至七,行五碗。若六人以下,不约碗数。但阙一人,而已其隳永补所阙人。”饮人当是道同趣谐的雅人。

第六,茗饮的幽雅环境,和谐、洒逸的气氛,隳妙的接谈,超俗的文事,高远的意境。

中国历史上的茶道,正是由陆羽初创规模,又经两宋的发展,到明代末叶更为成熟和典型化的。

陆羽之后的唐代著名茶人,大都循从陆之规程并有所发展。如常伯熊、李季卿、陆龟蒙、张又新等人之饮茶,都讲求茶道,成为给唐代饮茶风习以积极影响的人物。两宋时期,除了精择茶品之外,最具特色的是斗茶和候汤。蔡襄首论茶之色、香、味,强调点茶之功,主张盞宜保茶温、映茶色。宋徽宗更把点茶之法阐发得深刻细微,点茶之法更精益求精。

明代茶人正是在唐宋茶人成熟的基础上把中国茶道系统化和完整化的。明代茶人主张饮清茶(士人多如此,明末则成为全社会风习),倡导品茗的“雅趣”。明人除继承并进一步发展了前人的择精品、选名泉、慎候汤、用珍器等项之外,还特别强调以下诸项。

明代茶人张源等主张:“饮茶以客少为贵。客众则喧,喧则雅趣

乏矣。”认为：“独啜曰神，二客曰胜，三四曰趣，五六曰泛，七八曰施。”〔1〕饮人的标准是“素心同调、彼此畅适，清言雄辩，脱略形骸”〔2〕。讲求聚品之时，“要须其人与茶品相得”〔3〕，其人应是“翰卿、墨客、淄流、羽士、逸老、散人或轩冕之徒”。

茶斋。以专用小斋为饮室，称之为“茶所”、“精舍”、“茶寮”、“茶舍”。专用茶室之设，与佛家寺院建置亦有密切关系。大凡寺院都设有专用会客茶室。唐宣宗大中三年(849)，洛阳一僧寿一百三十岁，宣宗问以长寿之道，僧对曰：“臣少也贱，素不知药性，惟嗜茶，凡履处唯茶是求，或过百碗，不以为厌。”于是赐其名茶五十斤，命居保寿寺，名茶室曰“茶寮”。但士人茶室则起于后，以明代为最。茶斋之内，“高燥明爽，勿令闭寒。壁边列置两炉。炉以小雪洞覆之。止开一面，用省灰尘腾散。寮前置一几，以顿茶注、茶盂，为临时供具。别置一几，以顿他器。旁列一架，巾幌悬之。见用之时，即置房中。斟酌之后，旋加以盖，毋受尘污，使损水力。炭宜远置，勿令近炉，尤宜多办，宿干易炽。炉少去壁，灰宜频扫”〔4〕。唐代著名茶人皮日休的《茶舍》诗尤为传神地描绘了它的恬净雅适：“阳崖枕白屋，几口嬉嬉活，棚上汲红泉，焙前蒸紫蕨。乃翁研茗后，中妇拍茶歇。相向掩柴扉，清香满山月。”〔5〕

饮时。心手闲适，披咏疲倦，意绪纷乱，听歌拍曲，歌罢曲终，杜门避事，鼓琴看画，夜深共语，明窗净几，洞房阿阁，宾主款狎，佳客小姬，访友初归，风日晴和，轻阴微雨，小桥画舫，茂林修竹，课花责鸟，荷亭避暑，小院焚香，酒阑人散，几辈斋馆，清幽寺观，名泉怪石……

〔1〕 明·张源《茶录》“饮茶”。

〔2〕 许次纾《茶疏》“论客”。

〔3〕 明·陆树声《煎茶七类》，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔4〕 许次纾《茶疏》“茶所”。

〔5〕 唐·皮日休《茶舍》，《全唐诗》卷六一一。

(《茶疏》“饮时”)

可见中国茶道,重在茶事,重在养性抒情,以领雅趣。中国士人之雅和洒脱,决定了中国茶道的特点。乾隆五十年(1785),袁枚以七十高龄南游入闽,有《试茶》一首,可为写实:“闽人种茶当种田,邠车而载盈万千。我来竟入茶世界,意颇狎视心迢(yōu 悠)然。道人作色夸茶好,磁壶袖出弹丸小。一杯啜尽一杯添,笑杀饮人如饮鸟。云此茶种石缝生,金蕾珠蘂殊其名。雨淋日炙俱不到,几茎仙草含虚清。采之有时焙有诀,烹之有方饮有节。譬如曲蘖本寻常,化人之酒不轻设。我震其名愈加意,细嚙欲寻味外味。杯中已竭香未消,舌上徐停甘果至。叹息人间至味存,但教卤莽便失真。卢仝七碗笼头吃,不是茶中解事人。”〔1〕但由于它主要是士人的一种生活,故其影响面不大,没有成为广泛的社会性风习,也没有进一步形成严格的程仪制度。它是中国士人的思想和生活作风的一种反映。

### 十三、茶 德

茶德不同于茶道,茶道是茶事规范和感受程序,而茶德则是指茶事原则和感受境界。也就是说,茶道重在物象及其过程;茶德则在精神和体悟,是茶人对茶功用的哲学理解及对茶事活动过程的哲学思考。古往今来,许多茶人对茶德的理解歧异互见,且多与茶道混同,如唐末利贞亮的“茶十德”就认为:以茶散闷气,以茶驱腥气,以茶养生气,以茶除疴气,以茶利礼仁,以茶表敬意,以茶尝滋味,以茶养身体,以茶可雅心,以茶可行道。显然这种观点是过于看重茶的功用性的。

---

〔1〕清·袁枚《小仓山房诗集》卷三十一,《小仓山房诗文集》,上海古籍出版社1988年版。

考察古代茶人对茶功的认识和对茶事的悟解,似可将中国传统的茶德概括为“诚”、“清”、“真”这样三个字,可以称之为“三字真谛”或“茶德三昧”。所谓“诚”,即诚厚——宽厚敦仁之心,诚明——磊落光明之性,诚信——坦荡恪守之操,诚敬——谦敬由衷之行;所谓“清”,即清洁——洁净无尘之物,清静——不染杂俗之境,清廉——廉洁如洗之身,清明——明晶云水之心;所谓“真”,即真情——开诚推心之情,真性——率然无羁之性,悟真——悟解乾坤之谛,归真——返朴清心之界。如此,则茶成了除尘洗浊、养性修身之物,待客交友、布达敬礼之具,清心蜕脱、悟解玄机之阶。

#### 十四、茶 文 学

我们说的茶文学,主要不是指历史上众多的茶书,它们许多不是或基本不是文学作品。茶文学主要是指历史上以茶事为题材的诗歌赋文等文学作品,是祖国历史上这些文学作品中所融浸与飘逸着的绵绵茶香。

如果说徜徉于中国历史上的酒文学便有一种熏然脱略、慷慨当歌的感觉和冲动的话,那么沉浸于茶文学,则能开聪益智、清心提神、脱俗拔浊,有欣欣然而欲君子的情愫勃发。酒浇胸中块垒,茶洗体内浊气;酒文学可以陶情,茶文学则能怡性。酒文学偏重于感情和情绪,茶文学则偏重于理智和道德,一言以蔽之曰“茶文学可清心”。草苑择英,沧海拾粟,略叙如下:

(1) 书史。唐张文规诗:“苹州须觉池沼俗,苧布直胜罗纨轻。清风楼下草初出,明月峡中茶始生。吴兴三绝不可舍,劝子强为吴会行。”〔1〕唐李郢诗记贡茶事:“使君爱客情无已,客在金台价无比。

〔1〕 唐·张文规《吴兴三绝》,《全唐诗》卷三六六。

春风三月贡茶时,尽逐红旗到山里。焙中清晓朱门开,筐箱渐见新芽来。陵烟触露不停探,官家赤印连帖催。朝饥暮匍谁兴哀,喧阗竞纳不盈掬。一时一饷还成堆,蒸之馥之香胜梅。研膏架动轰(一作声)如雷,茶成拜表贡天子。万人争啖春山摧,驿骑鞭声砉(xū 需)流电,半夜驱夫谁复见。十日(一作一见)王程路四千,到时须及清明宴(一作前)。吾君可谓纳谏君,谏官不谏何由闻。九重城里虽玉食,天涯吏役长纷纷。使君忧民惨容色,就焙尝茶坐诸客。几回到口重咨嗟,嫩绿鲜芳出何力。山中有酒亦有歌,乐营房户皆仙家。仙家十队酒百斛,金丝宴饌随经过。使君是日忧思多,客亦无言征绮罗。殷勤绕焙复长叹,官府例成期如何。吴民吴民莫憔悴,使君作相期苏尔。”〔1〕清何绍基诗:“茶经茶引行腹边,税银万两课三千。观音仙茶最上品,质轻干短色味鲜。……其中细叶尤可珍,箬笼锡匣贡九阍。人人皆具媚兹意,雨前采尽一山春。开山寺前石如镜,照见形容可端正。……多年抛废蚕桑叶,竞唱山歌来采茶。”〔2〕

(2) 记事。白居易诗:“吟咏霜毛句,闲尝雪水茶。城中展眉处,只是有元家。”〔3〕又:“坐酌泠泠水,看煎瑟瑟尘。无由持一碗,寄与爱茶人。”〔4〕宋唐庚文:“政和二年三月壬戌,二三君子相与斗茶于寄傲斋……”〔5〕袁高诗:“禹贡通远俗,所(一作始)图在安人。后王失其本,职吏不敢陈。亦有奸佞者,因兹欲求伸。动生千金费,日使万姓贫。我来顾渚源,得与茶事亲。眈(méng 盟)辍耕农耒(一作黎眈辍农桑),采采(一作采掇)实苦辛。一夫旦当役,尽室皆同臻。扃

〔1〕 唐·李郢《茶山贡焙歌》,《全唐诗》卷五九〇。

〔2〕 清·何绍基《韩孟传大令赠观音山茶,因言茶经蚕桑颇盛,今皆废而采茶矣》,《中国茶叶历史资料选辑》。

〔3〕 唐·白居易《吟元郎中白须诗兼饮雪水茶因题壁上》,《全唐诗》卷四四二。

〔4〕 白居易《山泉煎茶有怀》,《全唐诗》卷四四三。

〔5〕 北宋·唐庚《斗茶记》,《眉山文集》卷二,《四库全书·集部三·别集类二》。

葛上欹壁，蓬头入荒榛。终朝不盈掬，手足皆鳞皴（一作皴鳞）。悲嗟遍空山，草木为不春。阴岭芽未吐，使者牒已频。心争造化功，走挺糜鹿均。选纳无昼夜，捣声昏继晨。众工何枯枵，俯视弥伤神。皇帝尚巡狩，东郊路多堙。周回绕天涯，所献愈艰勤。况减兵革困，重兹固疲民。未知供御余，谁合分此珍。顾省忝邦守，又惭复因循。茫茫沧海间，丹愤何由申。”〔1〕

欧阳修诗：“西江水清江石老，石上生茶如凤爪。穷腊不寒春气早，双井芽生先百草。白毛囊以红碧纱，十斤茶养一两芽。长安富贵五侯家，一啜犹须三日夸。宝云日注非不精，争新弃旧世人情。岂知君子有常德，至宝不随时变易。君不见建溪龙凤团，不改旧时香味色。”〔2〕

（3）采风。张文规诗：“风辇寻春半醉回，仙娥进水御帘开。牡丹花笑金钿动，传奏吴兴紫笋来。”〔3〕

陆游诗：“世事何曾挂齿牙，只将放浪作生涯。有时掬米引驯鹿，到处入林求野花。邻父筑场收早稼，溪姑负笼卖秋茶。等闲一日还过却，又倚柴扉数暮鸦。”〔4〕

徐渭诗：“虎丘春茗妙烘蒸，七碗何愁不上升。青箬旧封题谷雨，紫砂新罐买宜兴。却从梅月横三弄，细搅松风炮（xiè 泻）一灯。合向吴侬彤管说，好将书上玉壶冰。”〔5〕

（4）喻理。卢仝诗：“日高丈五睡正浓，军将打门惊周公。口云谏议送书信，白绢斜封三道印。开缄宛见谏议面，手阅月团三百片。闻道新年入山里，蛰虫惊动春风起。天子须尝阳羡茶，百草不敢先开花。……”〔6〕

苏轼诗：“我官于南今几时，尝尽溪茶与山茗。

〔1〕 唐·袁高《茶山诗》，《全唐诗》卷三一四。

〔2〕 欧阳修《双井茶》，《文忠集》卷九，《四库全书·集部三·别集类二》。

〔3〕 唐·张文规《湖州贡焙新茶》，《全唐诗》卷三六六。

〔4〕 陆游《秋兴》，《剑南诗稿》卷八三。

〔5〕 明·徐渭《某伯子惠虎丘茗谢之》，《钦定佩文斋咏物诗选》卷二四四，《四库全书·集部八·总集类》。

〔6〕 卢仝《走笔谢孟谏议寄新茶》，《全唐诗》卷三八八。



胸中似记故人面,口不能言心自省。为君细说我未暇,试评其略差可听。建溪所产虽不同,一一天与君子性。森然可爱不可慢,骨清肉腻和且正。雪花雨脚何足道,啜过始知真味永。纵复苦硬终可录,汲黯少戆宽饶猛。草茶无赖空有名,高者妖邪次顽犷。体轻虽复强浮泛,性滞偏工呕酸冷。其间绝品岂不佳,张禹纵贤非骨鲠。葵花玉鞞(kuǎ 垮)不易致,道路幽险隔云岭。谁知使者来自西,开缄磊落收百饼。嗅香嚼味本非别,透纸自觉光炯炯。粃糠团凤友小龙,奴隶日注臣双井。收藏爱惜待佳客,不敢包裹钻权倖。此诗有味君勿传,空使时人怒生瘿。”〔1〕

(5) 言情。杜牧诗:“山实东吴秀,茶称瑞草魁。剖符虽俗吏,修贡亦仙才。溪尽停蛮棹,旗张卓翠苔。柳村穿窈窕,松涧渡喧豨(huī 灰)。等级云峰峻,宽平洞府开。拂天闻笑语,特地见楼台。泉嫩黄金涌,牙香紫壁裁。拜章期沃日,轻骑疾奔雷。舞袖岚侵润(一作润),歌声谷答回。磬音藏叶鸟,雪艳照潭梅。好是全家到,兼为奉诏来。树阴香作帐,花径落成堆。景物残三月,登临怆一杯。重游难自克,俛首入尘埃。”〔2〕苏轼诗:“……且学公家作茗饮,砖炉石铤行相随。不用撑肠拄腹文字五千卷,但愿一瓿常及睡足日高时。”〔3〕

(6) 明志。顾况诗:“稽天地之不平兮,兰何为兮早秀,菊何为兮迟荣。皇天既孕此灵物兮,厚地复糅之而萌。惜下国之偏多,嗟上林之不至。……滋饭蔬之精素,攻肉食之膻腻。发当暑之清吟,涤通宵之昏寐。……此茶下被于幽人也。雅曰:不知我者,谓我何求……”〔4〕颜真卿等饮茶联句诗:“泛花邀坐客,代饮引情言。醒酒宜华席,留僧想独园。不须攀月桂,何假树庭萱。御史秋风劲,尚书

〔1〕 苏轼《和钱安道寄惠建茶》,《东坡全集》卷五,《四库全书·集部三·别集类二》。

〔2〕 唐·杜牧《题宜兴茶山》,《全唐诗》卷五二二。

〔3〕 苏轼《试院煎茶》,《东坡全集》卷三,《四库全书·集部三·别集类二》。

〔4〕 唐·顾况《茶赋》,《华阳集》卷上,《四库全书·集部二·别集类一》。

北斗尊。流华净肌骨，疏澹涤心原。不似春醪醉，何辞绿菽繁。素瓷传静夜，芳气满闲轩。”〔1〕

(7) 酬答。梅尧臣诗：“玉斧裁云片，形如阿井胶。春溪丰新色，寒箨见重包。价劣黄金敌，名将紫笋抛。桓公不知味，空问楚人茅。”〔2〕赵抃诗：“越芽远寄入都时，酬倡珍夸互见诗。紫玉丛中观两脚，翠峰顶上摘云旗。啜多思爽都忘寐，吟苦更长了不知。想到明年公进用，卧龙春色自迟迟。”〔3〕

(8) 唱和。梅尧臣诗：“昔观唐人诗，茶韵鸦山嘉。鸦衔茶子生，遂同山名鸦。重以初枪旗，采之穿烟霞。……”〔4〕苏轼诗：“……柘罗铜碾弃不用，脂麻白土须盆研。故人犹作旧眼看，谓我好尚如当年。沙溪北苑强分别，水脚一线争谁先。清诗两幅寄千里，紫金百饼费万钱。吟哦烹噉两奇绝，只恐偷乞烦封缠。老妻稚子不知爱，一半已入姜盐煎。人生所遇无不可，南北嗜好知谁贤。……”〔5〕

## 十五、采茶盛况

唐时在湖州、常州一带，每逢春茶开采时，都像盛大节日一样极为隆重热闹。届时，采茶的村妇茶姑一个个容光焕发，男女老少齐聚茶山。这时地方守令仪仗严整地亲临茶山视察督励，以壮声色。祭祀仪式之后，开采一声令下，立刻鼓震群山，欢呼声惊天动地，满茶山是一片“芽——！芽——！……”的有节奏的呼喊声。这种千百成群的百

〔1〕 唐·颜真卿等《五言月夜啜茶联句》，《全唐诗》卷七八八。

〔2〕 梅尧臣《刘成伯遗建州小片的乳十枚，因以为答》，《宛陵集》卷九。

〔3〕 北宋·赵抃《次谢许少卿寄卧龙山茶》，《清献集》卷四，《四库全书·集部三·别集类二》。

〔4〕 梅尧臣《答宣城张主簿遗鸦山茶次其韵》，《宛陵集》卷三五。

〔5〕 苏轼《和蒋夔寄茶》，《东坡全集》卷七，《四库全书·集部三·别集类二》。

姓齐声呼喊“芽”的行为,目的在于呼唤茶树快发芽生长,企图以此惊天动地,引发蛰雷,促苏大地,催发茶芽。初采时蛰雷未起,人们相信或企望这鼓震群山,呼颤大地的声音能唤春催发,既为欢呼愉快之举,也有祈福求祝之意,可算是茶乡民间的盛典,其隆重热烈,兴奋欢快的盛大场面,确实是极其振奋人心的。“唐以前茶,惟贵蜀中所产。孙楚歌云‘茶出巴蜀’;张孟阳《登成都楼》诗云‘芳茶冠六清,溢味播九区’;他处未见称者。唐茶品虽多,亦以蜀茶为重。然惟湖州紫笋入贡,每岁以清明日贡到。先荐宗庙,然后分赐近臣。紫笋生顾渚,在湖、常两境之间。当采茶时,两郡守毕至,最为盛会。杜牧诗所谓:‘溪尽停蛮棹,旗张卓翠苔。柳村穿窈窕,松涧渡喧豗。’……顾渚涌金泉,每造茶时,太守先祭拜……”〔1〕白居易诗也对湖、常两州间茶山的盛会留下咏录:“遥闻境会茶山夜,珠翠歌钟俱绕身。盘下中分两州界,灯前合作一家春。青娥递舞应争妙,紫笋齐尝各斗新。自叹花时北窗下,蒲黄酒对病眠人。”〔2〕采新茶时,不仅有万千人喊茶的雄浑阵势,而且有美女们的歌舞,同时还有惊心动魄的斗茶。如此盛情妙景,着实令人神往。世上生民赖四时物产而延命,周而复始,活命养生之物逢时生产,仰为生计的百姓自然视世间万事唯此为大。贵重新茶,是茶国古老醇厚的风俗。这一风俗文化蕴涵的厚重和形态展示的多彩热烈,不能深刻认识和了解中国历史的人是难以想象的。从采茶的神奇盛况中,我们似乎也依稀看到了大唐帝国昊盛宏大的气派。

宋代贡茶之重、斗茶之胜、饮风之烈,都在相当程度上推动了春芽开采仪式的隆重热烈,因此,宋代采茶盛况更逾前朝。宋人诗文中对此有许多记叙和歌咏,欧阳修就对此多有咏记:“溪山击鼓助雷惊,

〔1〕 胡仔《茗溪渔隐丛话》前集卷四六。

〔2〕 白居易《夜闻贾常州崔湖州茶山境会想羡观宴因寄此诗》,末句有香山自注“时马坠损腰,正劝蒲黄酒”,《全唐诗》卷四四七。

逗晓灵芽发翠茎。摘处两旗香可爱，贡来双凤品尤精。……”〔1〕“人情好先务取胜，百物贵早相矜夸。年穷腊尽春欲动，蛰雷未起驱龙蛇。夜闻击鼓满山谷，千人助叫声喊呀。万木寒痴睡不醒，唯有此树先萌芽。”〔2〕其他文人记述亦有：“建州上春采茶时，茶园人无数，击鼓闻数十里（一作声闻数里）。”〔3〕“每造茶时，两州刺史亲至其处。大率以立春后四十五日入山，暨谷雨始还。”〔4〕“啄木岭山多啄木鸟。唐时吴兴毗陵二守造茶，会宴于此，有境会亭。”〔5〕“武夷之茶，在前宋亦有知之者，第未盛耳。元大德（1297～1307）间，浙江行省平章高兴始采制充贡。创御茶园于四曲，建第一春殿，清神堂，焙芳、浮光、燕宾、宜寂四亭。门曰‘仁风’，井曰‘通仙’，桥曰‘碧云’。国朝寝废为民居。惟喊山台、泉亭故址犹存。喊山者，每当仲春惊蛰日，县官诣茶场。致祭毕，隶卒鸣金击鼓，同声喊曰：‘茶发芽’。而井水渐满，造茶毕，水遂浑涸。”〔6〕可见，这种喊“芽”采茶的庆典戏乐之俗，自唐以后，直至元朝都十分兴盛。一些茶被列为贡品的茶山，开采之典则尤为隆盛。明朝因其过于扰民而减贡〔7〕，此种盛况固然衰减，但积成的习俗则一直保存到清代。

## 十六、茶法与茶政

茶法茶政一般包括茶税、贡茶、榷茶、茶马互市的典制与政策。

〔1〕 欧阳修《和梅公仪尝茶》，《文忠集》卷十二。

〔2〕 欧阳修《尝新茶呈圣俞》，《文忠集》卷七。

〔3〕 北宋·庞元英《文昌杂录》卷四，《四库全书·子部三·杂家类三》。

〔4〕 明·宋雷《西吴里语》，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔5〕 明·徐献忠《吴兴掌故集》，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔6〕 明·徐勣《茶考》，《中国茶叶历史资料选辑》。

〔7〕 明·徐献忠《吴兴掌故集·物产类》“茶”，《中国茶叶历史资料选辑》；又，沈德符《野获编补遗》卷一“供御茶”，中华书局1959年版。

(1) 茶税。中国茶税,始于唐德宗建中元年(780)。中唐因安史之乱以后国库支绌,为筹措常平仓本钱而诏征天下茶税,十取其一:“九月丁亥……判度支赵赞上言,请为两都、江陵、成都、扬、汴、苏、洪等州署常平轻重本钱,上至百万贯,下至十万贯,收贮斛斗匹段丝麻,候贵则下价出卖,贱则加估收采,权轻重以利民。从之。赞乃于诸道津要置吏税商货,每贯税二十文,竹木茶漆皆什一税一,以充常平之本。”〔1〕茶税之始,直缘于常平,但一经确立,便成封建国家的重要税种之一。尔后随茶叶生产与贸易的发展,征日趋广,额渐趋重,限愈趋严。贞元九年(793)把茶税确定为国家正常税种,“岁则钱四十万贯”〔2〕。唐文宗开成年间(836~840)朝廷收入矿冶税,每年不过七万缗,抵不上一县的茶税。茶税成了国家最重要的财源。至宣宗大中六年(952),盐钱转运使裴休的税茶法十二条颁行,私贩禁止,茶税可谓斤两不漏了〔3〕。

(2) 贡茶。“毕献方物,惟服食器用。”〔4〕土贡历来是方国牧守向朝廷应尽的义务和责任,是三代以来的通行制度。依《赵飞燕别传》等书的记载,西汉之世,巴蜀诸郡就已有茶贡入享了。《华阳国志》甚至说:“周武王伐纣,实得巴、蜀之师”,巴蜀“其地东至鱼复,西至夔(bó 勃)道,北接汉中,南极黔、涪。土植五谷,牲具六畜。桑、蚕、麻、纴、鱼、盐、铜、铁、漆、茶、蜜、灵龟、巨犀、山鸡、白雉、黄润、鲜粉,皆纳贡之”〔5〕。说周武王时巴蜀已向王廷贡茶,恐不可信。汉时有土贡茶品是可能的。但把一般意义上的土贡发展为特定意义的贡茶——定地、定时、定额,甚至定质地、品级,则是在唐朝。唐代的

〔1〕《旧唐书·德宗本纪上》卷十二。

〔2〕《旧唐书·德宗本纪下》卷十三。

〔3〕《旧唐书·裴休传》卷一七七、《新唐书·裴休传》卷一八二、《旧唐书·食货志下》卷四九。

〔4〕《尚书·周书·旅獒》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔5〕晋·常璩《华阳国志》卷一“巴志”,巴蜀书社1984年版。

贡茶实际上是税茶的一种定额实物税的形式。这一点从《新唐书》等有关史书关于唐代贡茶地区的广泛即可得到证明：

河北道：怀州河内郡（今河南沁阳）；山南道：峡州夷陵郡（湖北宜昌），归州巴东郡（湖北秭归），夔州云安郡（四川奉节），金州汉阴郡（陕西安康），梁州汉中郡（陕西南郑）；淮南道：寿州寿春郡（安徽寿县），庐州庐江郡（安徽合肥），蕲州蕲春郡（湖北蕲春），申州义阴郡（河南信阳市南）；江南道：常州晋陵郡（江苏常州南宜兴），湖州吴兴郡（浙江吴兴），睦州新定郡（浙江建德），福州长乐郡（福建福州），赣州鄱阳郡（江西鄱阳），黔中灵溪郡（湖南沅陵）；剑南道：雅州庐山郡（四川雅安）等等。上述各地贡茶，顾渚（浙江吴兴）、蕲阳、蒙山为上；寿阳、义兴（宜兴）、碧涧、一湖、衡山次之；浮梁（江西）又次之〔1〕。宋之贡茶不同于唐，在榷法之下，宋代贡茶属于内府遣使选造或职官督造。

（3）榷茶。榷茶始自唐朝。文宗大和“九年（835）……冬十月……王涯献榷茶之利。乃以涯为榷茶使。茶之有榷税，自涯始也。”〔2〕茶的种植、制造、销售完全收归官府。但唐的榷茶法只推行了两个月便不得不中止了。中国榷茶的正式施行，是在宋代。宋政府在全国各茶区和要会之地，设六个榷货务和十三个山场，专管茶的生产 and 贸易。园户（茶农）分别隶属于十三个山场。园户种茶，先向政府领取“本钱”，采的茶除扣去本钱及交纳租税外，其余全数由政府收购，政府再批发给商人分销。商人贩茶，先向榷货缴纳钱帛以领取相应的茶“引”，然后凭引到指定的山场和榷货务领茶。这样，封建政府便完全占有了批发和收购之间的差价。这个差价无疑使封建政府获得了比以往的茶税要高得多的利润。宋代茶法屡有变通，大小改

〔1〕 唐·裴汶《茶述》，据清·陆廷灿《续茶经》卷上之一，《四库全书·子部九·谱录类二》。

〔2〕 《旧唐书·文宗本纪下》卷十七下。

革有十余次之多,有所谓“三说法”、“四说法”、“贴射法”、“见钱法”等,但榷茶——国家专卖政策则不变。除仁宗嘉祐四年(1059)至徽宗靖国元年(1101)一度实行通商法外,有宋一代基本上都实行榷法。北宋榷茶时,国家茶年净利平均收入为一百零九万多贯〔1〕。南渡后榷制更得到强化。南渡后宋朝统治地区虽不及北宋时的三分之二,但茶叶主要产区仍在控制之内。榷茶之法,于宋后又历元、明、清诸朝,结束于清朝后期。清帝国自咸丰以后,为解决严重的财政和军政困难,普遍实行了掠夺性的“螯金税”,于是引法破坏,历时八九个世纪的榷茶之法完结了。

(4) 茶马。即茶马互市,是历史上曾长期实行过的一种贸易政策。据《封氏闻见记》、《新唐书》等的记载,茶马交易出现于唐代,但作为一种定制、一种固定的政策,则是在宋朝:“都大提举茶马司,掌榷茶之利,以佐邦用。凡市马于四夷,率以茶易之。应产茶及市马之处,官属许自辟置,视其数之登耗,以诏赏罚。”〔2〕神宗熙宁七年(1074),“始遣三司干当公事李杞入蜀经画买茶,于秦(今陕西南郑)、凤(今陕西汉中)、熙(今甘肃临洮)、河(河州,今甘肃旧兰州巩昌两府地)博马”。设立茶马司于今天水,并秦州、河州设提举综理其事〔3〕。在蜀设买马司,于秦、凤、熙、河诸州设官茶场,以四川的茶叶交换“西番”各族的马匹。宋以后,明、清两代都沿宋制在川、陕设专门办理茶马互市的机构。清康熙四年(1665)又增设云南北胜州茶马市。康熙四十四年(1705)茶马互市废止。茶马互市政策的出现,是中原政府一方面掌握边地茶叶贸易巨额收入,另一方面企图通过内地茶叶控制边区(或少数民族割据政权)的一种具经济政治双重目

〔1〕 沈括《梦溪笔谈》卷十二。

〔2〕 《宋史·职官七》卷一六七,中华书局1977年版。

〔3〕 《宋史·食货志下六》卷一八四,然中华书局点校本将此段文字认作为:“……于秦凤、熙河博马。”失于理解错误。

的和作用的结果。但它在客观上也起到了安定边区政治经济秩序，促进内地与边地经济往来的作用。

## 十七、茶宴与茶社

茶宴和茶社，在中国历史上，主要是士阶层饮茶生活的一种风习。茶宴即集体品茶，也佐以茶食，如酒宴一般，故有此名，亦称为“茶会”、“茗宴”，是茶艺展示和茶道传播的一种重要方式。茶宴始见于唐，行于以后诸代。茶宴事多见于诗文记载，如钱起诗：“偶与息心侣，忘归才子家。玄谈兼藻思，绿茗代榴花。岸帻看云卷，含毫任景斜。松乔若逢此，不复醉流霞。”〔1〕又“竹下忘言对紫茶，全胜羽客醉（一作对）流霞。尘心洗尽兴难尽，一树蝉声片影斜。”〔2〕前引颜真卿治湖州时，于初夏月夜所写的《五言月夜啜茶联句》，正是茶宴上咏茶唱和活动的记录。当时与宴联咏的分别是颜真卿、陆士修、张荐、李崕（è 饿）、崔万、皎然（名昼）六人：“泛花邀坐客，代饮引情言（士修）。醒酒宜华席，留僧想独园（荐）。不须攀月桂，何假树庭萱（崕）。御史秋风劲，尚书北斗尊（万）。流华净肌骨，疏淪涤心原（真卿）。不似春醪醉，何辞绿菽繁（昼）。素瓷传静夜，芳气满闲轩（士修）。”〔3〕又鲍君徽有《东亭茶宴》诗：“闲朝向晓（一作晚）出帘栊，茗宴东亭四望通。远眺城池山色里，俯聆弦管水声中。幽篁引沼新抽翠，芳槿低檐欲吐红。坐久此中无限兴，更怜团扇起清风。”〔4〕吕温《三月三日茶宴序》云：“三月三日，上巳禊茶之日也。诸子议以茶酌而代焉。”〔5〕李

〔1〕 唐·钱起《过长孙宅与朗上人茶会》，《全唐诗》卷二三七。

〔2〕 钱起《与赵苕茶宴》，《全唐诗》卷二三九。

〔3〕 《全唐诗》卷七八八。

〔4〕 唐·鲍君徽《东亭茶宴》，《全唐诗》卷七。

〔5〕 唐·吕温《三月三日茶宴序》，北宋·李昉等《文苑英华》卷七……，《四库全书·集部八·总集类》。



嘉祐《秋晓(一作晚)招隐寺东峰茶宴送内弟阎伯均归江州》云：“万畦新稻傍山村，数里深松到寺门。幸有香茶留释(一作稚)子，不堪秋草送王孙。烟尘怨别唯愁隔，井邑萧条谁忍论。莫怪临歧独垂泪，魏舒偏念外家恩。”〔1〕宋时茶宴有了新的发展，“太学生每路有茶会。轮日于讲堂集茶，无不毕者至。因以询问乡里消息。”〔2〕此外，茶人或茶寮聚品，或借品茶以行诗文活动，因其均借茶事以行，与茶事相始终，故也应视作一种茶宴。

茶社，亦称为“汤社”。宋陶谷《清异录·薜茗门》“汤社”条云：“和凝在朝，率同列递日以茶相饮。味劣者有罚，号为‘汤社’。”“味劣者有罚”是聚社“斗茶”，要荃评茶艺，品鉴茶汤。汤社可看作是时间、人物和程序有一定稳定性的茶宴。汤社是友人数辈的品茶活动，而茶会则是借茶以会，故两者形同实异。

## 十八、茶 馆

茶馆之始，最迟不晚于中唐，《封氏闻见记》的记载，是目前最早的史录：“自邹、齐、沧、隶，渐至京邑、城市多开店铺，煮茶卖之，不问道俗，投钱取饮。”这说明，专一经营的茶馆出现之前，大约还有一个旅店、饭店兼营的过程，即由“店铺”煮而卖之的阶段。但买茶饮的事却应是更早便有其事的：“晋元帝时有老姥，每旦独提一器茗，往市鬻之，市人竞买。”(《广陵耆老传》)中唐以后，茶馆遍布于都会镇邑乃至行人辐辏、旅客多经之地，更是史不绝书的了。

茶馆又称“茶坊”、“茶邸”、“茶肆”等。宋孟元老《东京梦华录》记

---

〔1〕 唐·李嘉祐《秋晓(一作晚)招隐寺东峰茶宴送内弟阎伯均归江州》，《全唐诗》卷二〇七。

〔2〕 北宋·朱彧《萍洲可谈》卷一，《四库全书·子部十二·小说家类一》。

北宋都城汴梁(今开封):“其御街东朱雀门外,西通新门瓦子以南杀猪巷,亦妓馆。以南东西两教坊,余皆居民或茶坊。”〔1〕“宣和(1119~1125)初,有官人参选,将诸吏部陈状,而起时太早,道上行人尚希,省门未开,始往茶邸少憩。”〔2〕所记是北宋末年京师汴梁的事。南渡之后,都城杭州更为繁盛:“今杭城茶肆亦如之,插四时花,挂名人画,装点店面。四时卖奇茶异汤,冬月添卖七宝擂茶、馓子、葱茶,或卖盐豉汤,暑天添卖雪泡梅花酒,或缩脾饮暑药之属。……今之茶肆,列花架,安顿奇松异桧等物于其上,装饰店面,敲打响盏歌卖,止用瓷盏漆托供卖……大凡茶楼多有富室子弟、诸司下直等人会聚,习学乐器、上教曲赚之类,谓之‘挂牌儿’。人情茶肆,本非以点茶汤为业,但将此为由,多觅茶金耳。又有茶肆专是五奴打聚处,亦有诸行借工卖伎人会聚行老,谓之‘市头’。大街有三五家开茶肆,楼上专安着妓女,名曰‘花茶坊’,如市西坊南潘节干、俞七郎茶坊、保佑坊北朱骷髅茶坊、太平坊郭四郎茶坊、太平坊北首张七相干茶坊,盖此五处多有炒闹,非君子驻足之地也。更有张卖面店隔壁黄尖嘴蹴球茶坊、又中瓦内王妈妈家茶肆名一窟鬼茶坊、大街车儿茶肆、蒋检阅茶肆,皆士大夫期朋约友会聚之处。巷陌街坊,自有提茶瓶沿门点茶,或朔望日,如遇吉凶二事,点送邻里茶水,倩其往来传语。又有一等街司衙兵百司人,以茶水点送门面铺席,乞觅钱物,谓之‘靛茶’。僧道头陀欲行题注,先以茶水沿门点送,以为进身之阶。”〔3〕杭城茶肆的繁盛,除作为皇朝都埠的特别原因之外,茶事的兴旺与饮茶风习的厚重是久有的传统。文中所记,是著者的目击身历:档次风格高下数等的茶肆,所接待的是社会地位三六九等的茶客,其名目之多,社会功用

〔1〕 北宋南宋之际·孟元老《东京梦华录》卷二,中华书局1982年版。

〔2〕 南宋·洪迈《夷坚志补》卷八“京师浴堂”,中华书局1981年版。

〔3〕 南宋末·吴自牧《梦粱录》卷十六“茶肆”,《四库全书·史部十一·地理类八》。

之复杂,绝非茶事早已萎缩的今世所能并论了。

晚明著名茶人张岱有两则茶馆的雅逸文录,读来十分传神,其一曰:“崇祯癸酉(1633),有好事者开茶馆,泉实玉带,茶实兰雪,汤以旋煮无老汤,器以时涤无秽器,其火候、汤候,亦时有天合之者,余喜之,名其馆曰‘露兄’,取米颠‘茶甘露有兄’句也。”〔1〕其二云:“辨褻泉者无他法,取水之口,第挈(jiǎo 脚)舌舐颚,过颊即空,若无水可咽者,是为褻泉。好事者信之,汲日至,或取以酿酒,或开‘褻泉茶馆’,或瓮而卖及馈送有司。董方伯守越,饮其水甘之,恐不给,封锁褻水,褻泉名益日重。”〔2〕

如果说明代饮茶一个突出的特点是士大夫之雅的话,那么随着历史的发展,人口的激增,城市的繁荣乃至近代文明的兴起,有清一代则是另一番更为壮观的景象了。产量和品第的增多,饮茶人口的成倍增加,城邑和乡间市肆的空前发展,清中叶以后养成的宴安求乐风气等等,使饮茶生活成为一种典型的社会和民族文化风貌。其中茶馆的名类繁多和遍布城乡各地便是突出特点之一。有清一代社会的茶饮生活与文化留有丰富的文学记录:

京师茶馆,列长案,茶叶与水之资,须分计之。有提壶以往者,可自备茶叶,出钱买水而已。汉人少涉足,八旗人士,虽官至三四品,亦厕身其间,并提鸟笼,曳长裾,就广坐,作茗憩,与圉人走卒杂坐谈话,不以为忤也。然亦绝无权要中人之踪迹。

乾隆末叶,江宁始有茶肆,鸿福园、春和园皆在文星阁东首,各据一河之胜,日色亭午,座客常满,或凭阑而观水,或促膝以品泉。皋兰之水烟,霞漳之旱烟,以次而至。茶叶则自云雾、龙井,下逮珠兰、梅片、毛尖,随客所欲,亦间佐以酱干生瓜子、小果碟、

〔1〕 明·张岱《陶庵梦忆》卷八“露兄”。

〔2〕 《陶庵梦忆》卷三“褻泉”。

酥烧饼、春卷、水晶糕、花猪肉、烧卖、饺儿、糖油饅首，叟叟浮浮，咄嗟立办。但得囊中能有，直亦莫漫愁酤也。

上海之茶馆，始于同治初三茅阁桥沿河之丽水台。其屋前临洋泾浜，杰阁三层，楼宇轩敞。南京路有一洞天，与之相若。其后有江海朝宗等数家，益华丽，且可就吸鸦片。福州路之青莲阁，亦数十年矣，初为华众会。光绪丙子（二年、1876），粤人于广东路之棋盘街北，设同芳茶居，兼卖茶食糖果，侵晨且有鱼生粥，晌午则有蒸熟粉面、各色点心，夜则有莲子羹、杏仁酪。每日未申之时，妓女联袂而至。未几，而又有怡珍茶居接踵而起，望衡对宇，兼售烟酒。更有东洋茶社，初仅三盛楼一家，设于白大桥北，当炉煮茗者为妙龄女郎，取资银币一二角。其后公共、法两租界，无地不有，旋为驻沪领事所禁。

.....

苏州妇女好入茶肆饮茶。同、光间，谭叙初中丞为苏藩司时，禁民家婢及女仆饮茶肆。然相沿已久，不能禁。谭一日出门，有女郎娉婷而前，将入茶肆。问为谁，以实对。谭怒曰：“我已禁矣，何得复犯？”令去履归。曰：“汝履行如此速。去履，必更速也。”自是无敢犯禁者。〔1〕

上文所录清代茶肆史料出自清末民初徐珂所辑之《清稗类钞》。徐为浙江杭县人，“品节高尚，不求闻达”〔2〕，富擅才华，然其所历，偏重于京、津、沪、杭等古运河一线，故于内地茶肆失于疏漏。茶肆兴旺自赖人众居盛，故大小都邑在在皆有，其中自以北京为最夥。帝国京师一向是最大都埠，千行百业、三教九流、人众汇聚无遗的庞博杂凑社会结构，使得茶馆名目品类亦相应驳杂繁多：大茶馆、清茶馆、棋

〔1〕 清末民初·徐珂《清稗类钞·饮食类》“茶肆品茶”，中华书局1986年版。

〔2〕 陈瀚一《新语林》卷三“文学”，上海书店出版社1997年版。

茶馆、书茶馆、茶酒馆、野茶馆、茶摊等，不一而足。京城之中，多的是贵人、富人、文人、商人、闲杂人，诸色人等均有适于各自身份和需求的茶馆去处。

(1) 大茶馆。北京的大茶馆馆堂建设格局，一般是入门为头柜，管外卖及条桌账目；过条桌为二柜，管腰栓账目；最后为后柜，管后堂及雅座账目。大茶馆按其经营，可分为红炉馆、窝窝馆、搬壶馆、二荤铺四种。红炉馆类似饽饽铺中专做“满汉饽饽”的“红炉”，但红炉大茶馆所做茶食，因其型小而价稍廉。馆中亦可做大八件、小八件、大饽饽、中饽饽，最有名者，为用硬面做与石子拌炒于火铛中而成，形长圆、质分甜咸两种的“杠子饽饽”。红炉大茶馆清至民国共有前门外“高名远”、后门“天汇轩”（别称“闻名远”）、宣武门内“海丰轩”（别称“声名远”，时人并称其与前两者为“三名远”）、安定门内“广和轩”（俗称“西大院”）四处。窝窝馆以专做小吃点心为特色，其最著名者为糯米“艾窝窝”，故得名。其他品种有炸排叉、糖耳朵、蜜麻花、黄白蜂糕、盆糕、喇叭糕、焖炉烧饼等。搬壶馆介于红炉、窝窝两馆之间，因备一把大铜壶而得名，茶食品种有焖炉烧饼、炸排叉或肉丁馒头等。二荤铺，既卖清茶，又卖酒饭，经营特点是：铺中备料待客之外，又兼营来料加工——食客携来原料交灶上烹调，名曰“炒来菜儿”，故有是名。二荤铺中有一独特食物“烂肉面”，形如卤面，卤汁较淡而不用肉，作料并不十分齐全，然有一种特殊风味。朝阳门外“肉脯徐”、西长安街“龙海轩”等是为二荤铺中卓名者。庚子（1900）事变前，为北京大茶馆业鼎盛之时，上述名馆之外，崇文门外永顺轩（专卖崇文门税关和花市客商）、北新桥天寿轩（专卖镶黄旗满蒙汉三旗顾客）、灯市口广泰轩（专卖正蓝、正白、镶白九旗顾客）、阜成门大街天禄轩（专卖右翼各旗顾客）等，亦是专以上等阶级成员为服务对象的茶馆。

(2) 清茶馆。以卖茶为主，茶馆门前悬挂的木板招牌上刻有“毛尖”、“雨前”、“雀舌”、“大方”等名茶字样以示招徕。此类茶馆，一般都

是雅洁传统的方桌木椅,一律精美雅丽的盖碗茶待客。清茶馆于春、夏、秋三季还在馆门外或内院高搭凉棚,招待过路散客,室内待常客,院内并设雅座。取饮者多是中层社会中的有闲成员,同时有供给各行手艺人作“攒儿”、“口子”的作用。京中某行手艺人大多有自己社会圈中人常聚其中,习惯而成的本行茶馆,求业者往往到该茶馆中去沏一壶茶慢饮,以寻找工作机会。此类茶馆也有供一般人“摇会”、“抓会”、“写会”的。摇会,是民间的一种信用互助方式。一般由发起人“会头”邀亲友若干人(“会脚”)参加,约定按月、季或年举行一次,每次各缴一定数量的会款,轮流交由一人使用,以摇骰来决定参加者的收款次序,直到入会者轮完为止。抓会,略同于摇会〔1〕。写会,方式略异,而性质无异。此类茶馆中的客人,多为中层或下层社会中的有闲之辈,如清末的遗老遗少,曾经富贵之家的破落子弟,或不愁生计的普通市民等。

(3) 棋茶馆。系专供茶客下棋或棋友结棋社的茶馆。馆中设备一望而知不同于其他类茶馆:圆木或方木半埋地下,上绘棋盘或以木板制成棋案,盘案两侧列长凳。来客边弈边饮,在长博慢品中享受人生悠悠淡淡的乐趣,同时也便消磨掉了漫长一天的午后时光。此类茶馆也的确具有交流感情、和洽社会、促进技艺的积极社会作用,围棋国手崔云趾长弈的什刹海二吉子茶馆、象棋国手那健庭博击的隆福寺二友轩茶馆,便是棋茶馆中的最为知名者。

(4) 书茶馆。是以演述评书为主的大茶馆。评书一般分为“白天”、“灯晚”两班开场,也有于白天开书前加一两小时短场的,谓之“说早儿”。“白天”通常于下午三四时开书,至六七时散书,“灯晚”则从下午七八时直至十一二时。有名的说书角儿轮流白天、灯晚班,知

---

〔1〕 “摇会”、“抓会”分别参见西周生《醒世姻缘传》第三十五回,齐鲁书社1980年版;李家瑞《北平风俗类征·宴集》,上海文艺出版社商务印书馆1937年版影印本。

名度不高的演员才肯说早儿。评书一般两个月一转,到期换人换书。在每转的末一日,凡是常听书的老书座,都在书钱以外,另赠“送行钱”,不拘多少,以资联络感情。书茶馆开书前可卖清茶,也是各行生意人集会的“攒儿”、“口子”。开书后是不卖清茶的。听书客人喝茶听书交费谓之“书钱”,而不曰“茶钱”,书钱由说书先生与茶馆老板双方七、三分成。评书内容主要是“长枪袍带书”的《列国》、《三国》、《两汉》、《隋唐》、《精忠》、《明英烈》等;“小八件书”(又称“公案书”、“侠义书”)的《大宋八义》、《七侠五义》、《善恶图》、《永庆升平》、《三侠剑》、《彭公案》、《施公案》、《于公案》等;“神怪书”的《西游》、《封神》、《济公传》以及《聊斋》等。

(5) 茶酒馆。茶之外兼营酒,却一般不备下酒菜儿。但茶酒馆门前却有零卖羊头肉、驴肉、酱牛肉、羊腱子等佐酒之肴的小贩来补其缺。凡到茶酒馆喝酒的,目的在于谈天,饮酒倒是其次。

(6) 野茶馆。位于幽静清雅、景宜时趣的城郊,几间低矮土房,漫支着芦箔天棚,荆条篱障上爬满了牵牛花,土砌的桌凳上摆着砂包的茶壶、黄沙的茶碗,沏出的茶汤也是紫黑色、浓苦的,茶客们闲话桑麻年景,耳闻蛙鸣蛩吟,也颇富农业社会村郊田园的浑朴自然情调。清末民初之际,京郊几处颇具乡野情趣的茶馆有:朝阳门外麦子店东窑的“麦子店茶馆”,这里四面芦苇,地极幽静,塘潦之中富有鱼虾和鱼虫,是为京师的鱼虫总汇。每年二月至九月的八个月里,京城内来捞鱼虫的鱼把式,垂涎时鲜的钓客,以及各色来往行人,大有山阴道上目不暇接之势。此地野茶馆,与北窑的窑西馆茶馆颇类似,钓客提鱼进店可以马上在茶馆中烹制,过客亦可一壶在手,暂避风雨。六铺炕野茶馆,位于安定门外西北一里多地,四面菜畦,黄花、绿蔬、粉蝶,农家田园情趣十足。城里人来此喝茶者,往往以斗叶子牌为主要目的,有“打十胡”、“开赏”、“斗梭胡”、“顶牛儿”、“打天九”等诸般消遣娱乐。红日西斜,赢家出钱买酒肴,聚欢一醉,乘初上月色赶回家中。

安定门东河沿河北“绿柳轩”野茶馆,地处土山凹里。四面杨柳重重,荷花盈池,夏日,茶客来此,更有棋会、谜语会雅逸之举。三岔口茶馆,位于德胜门外西北、撞钟庙附近,东向直对德胜门大道,房后一片林荫。德胜门果行经纪在此迎接西路果商驼队,更兼城内闲逸游客往来,故生意颇为火旺。白石桥茶馆,位于西直门外万寿寺东,主要茶客是清代三山交火各营往返驻兵、万寿寺游客。万寿寺〔1〕,始建于明万历五年(1577),寺内悬有永乐(1403~1424)时所铸大钟。这里绿柳低垂,荻花起伏,水深鱼肥,游人亦可泛舟饮酒,垂钓船头,因之白石桥野茶馆更别有一种意韵。“上龙”、“下龙”茶馆。清代,北京向有“南城茶叶北城水”之说,“北城水”即是指位于安定门外西北半里许路北的“上龙”和路南“下龙”的井水。“上龙”的兴隆寺中,僧人以寺中配殿设茶座,汲上龙水烹雨前等名茶以待客。兴隆寺建于明正德四年(1509),寺内有龄数百年的“文王树”一株,开花时满寺幽香,与西山、北山遥应,景颇宜人。来刹中品茗者,茶客即是游客,游客亦是茶客,释情、世情尽融于自然之景中。葡萄园茶馆,位于东直、朝阳两门中间,西面临河,南、东两面是菱角坑荷塘;北面则葡萄百架,矮篱宛绕,大树参天,野茶馆因之得名。这里,一是紧毗城区,二因环境韵致特异,故茶客纷至。尤其繁盛热闹的是夏日,又有谜社、棋会、诗会、酒会之举,富裕人群中的有闲时雅兴者,仕宦及许多知识阶层中的趣致儒雅之辈,多有来此品茗放逸者,目击者因有“冠盖如云”之谓〔2〕。

中国是茶的故乡,中国人的茶饮生活是广大民众的生活,中国茶文化是中华民族大众的文化。然而,群众是各种各样社会因素组成

---

〔1〕 北京有两万寿寺,一位城内,一建城外。城内者,建于明武宗正德十五年(1520);城外者,万历五年敕造,万历六年大学士张居正记,七年钦赐田庄。详见明沈榜编著《宛署杂记》卷十九、卷十八,北京古籍出版社1983年版。

〔2〕 以上参见金受申《老北京的生活》,北京出版社1989年版。



的经济、文化、心理与习惯彼此差异的复杂群体。群众的茶饮生活存在着时间和空间上的许许多多不一致性。中国的茶馆,也便因之纷呈时代、地域、民族、等级、阶层、群类等诸多的文化特异性。巴蜀是我国茶饮史上最早的文化区,“四川茶馆甲天下,成都茶馆甲四川”和“头上晴天少,眼前茶馆多”的习语俗谚恰足表明四川茶馆的特色。“摆龙门阵”是四川人的社会习惯,遍布大小城镇的茶馆,恰是五行八作各色人等无事闲聊、沟通信息、商务讨论、民间联谊甚至息讼直理的所在。四川茶馆很典型地体现了其经济、文化、政治多重社会功能的作用。四川茶馆的文化,也如同川人所喜饮的紧压过的沱茶那样,具有浓郁持久的清香之味。茶馆中经久的紫铜茶壶、锡杯托、景瓷盖碗、圆沱茶,以及传统厚重的铺面,更加上技巧娴熟如杂技表演般的“么师”(茶博士)冲茶功夫,都浓浓地散布着一种四川独有的底蕴深厚、古韵绵绵的文化气息。承续古老吴越文化的下江地区,是继巴蜀之后兴起的中国茶文化的繁盛区域,早在唐代以前茶树在这里便已是广泛种植了。唐以后,这里的茶文化有了长足发展,并且在其后宋、元、明、清数朝的千余年里汇聚积淀成了以杭州为代表的古雅清幽的江南风格。与四川城镇人习惯到大大小小的茶馆里慢饮“摆龙门阵”茶的风俗相反的是,江浙人主要是在家中清静地啜茗。那些中层社会以上的茶人,则多有自家专用的茶室。杭州茶室的最主要特点,是讲究名茶、名水和品茗的典雅古朴环境。茶室之“室”,颇具精舍的意境,或有文人书室之雅,或如释道净室之清,总之是清幽雅洁的风格。武林城内,那些独擅山光水色,依山傍湖而设的茶室,固然令人心旷神怡,流连忘返,而虎跑泉边、龙井村中、西泠之侧、灵隐刹旁的茶室,则更于满目秀丽之外,平添无穷诗情画意、佛仙灵气。

## 第六章 中华民族麦文化

### 一、麦之始

麦属作物,最迟在春秋时已成为黄河流域乃至长江流域等广大地区先民们的最重要的食物原料了。考古资料证明,远在距今七千年左右,属于仰韶文化时期的河南陕县东关庙底沟新石器时代遗址中,就已发现了红烧土上留有的麦类印痕,它证明早在史前远古时期,我们的祖先就已经开始种麦了。尔后,当人们有了记录工具——文字之后,麦事便被录传了下来,甲骨文和金文中关于麦的记录是十分丰富的。我们惊奇地发现,由于品类、性状、时节、地区差异、称谓分歧等多种原因,在甲骨文和金文中,关于“麦”字竟有约近八十种大同小异的写法。尔后的先秦典籍中,关于麦的记录更是不胜枚举。考古发掘的文物、大量的文献记载和勘测、实验等多种根据充分证明:我国是世界小麦起源中心之一,同时也是栽培小麦的最大变异中心之一。由于决定小麦品种的重要因素地势、土壤、气候等条件的复杂性和耕作条件的多样性,我国的小麦栽培在由野生型过渡到栽培型的长期过程中,发生了较多的变异,分化出较多的变种。据统计,我国现有小麦类型六千多个,它们分属于八十六个变种之中,地方品种和变异品种之多,在世界上是极为罕见的。这显然同我国野生小麦的广泛分布有着极为重要的关系。黄河流域是我国小麦重要的发源地之一。在黄河流域的广阔地区,生长着山羊草属、黑麦属、鹅观

草属等许多与小麦亲缘最接近的植物种类。经过漫长的岁月,生命力较强的后代缓慢产生。经过人们的不断择优,有利的变异被保存下来,于是原始的小麦便出现了。1955年,在我国安徽省亳县钓鱼台发掘出了西周时期的颗粒完整的炭化小麦粒。经鉴定证明是我国最古老、最完整的普通小麦,被称为“中国古小麦”〔1〕。国外学者德康多尔早在二百余年前便在《农艺植物考源》一书中认为:中国是小麦的原产地之一。他认为,从中国本部延伸到幼发拉底河流域一带,气候相似,在史前期可能就是栽培小麦的故乡。伟大的进化论生物学家达尔文(1809~1882)则有更进一步的说明:中国有三个小麦新种传到欧洲,它们都是中国小麦的原始种。大概在历史的早期,中国小麦被人们带到了瑞士湖上,通过天然杂交导致了欧洲小麦的起源。

在战国时代,人们已经注意到了麦的种属及品类之间的区别,已经开始区分为小麦和大麦。有了关于“大麦”的记载〔2〕。近年,中国科学院西藏综合考察队在西藏地区发现了野生的小麦和大麦的同时存在,更以实证证明了先秦典籍关于麦的记录的科学性。春秋时期,人们已经把麦定向培育成冬麦和春麦两大类,冬麦的栽培,实现了一年两熟。由于这种原因,在粮食产量并不很高的古代,麦的收获以济青黄不接时对粮食的迫切需要,于是格外受到人们的重视。因此,麦的收成好坏,都要在官方文献上郑重地记录下来。1972~1974年,湖南长沙马王堆汉墓出土了人工栽培小麦的实物,这不仅证明我国先秦时期就已经种植小麦,而且也表明,最迟在西汉初年,小麦的种植已经发展到长江中游以南地区,小麦的种植范围是相当地广大了〔3〕。

---

〔1〕 参见安徽省博物馆:《安徽新石器时代遗址的调查》,载《考古学报》1957年第1期;杨建芳:《安徽钓鱼台出土小麦年代商榷》,载《考古》1963年第11期;李长年:《略述我国谷物源流》,载《农史研究》1982年第2辑等。

〔2〕 《吕氏春秋》“士容论”第六“任地”,中华书局1954年《诸子集成》本。

〔3〕 湖南农学院、中国科学院动物研究所、中国科学院植物研究所等《长沙马王堆一号汉墓出土动植物标本的研究》,文物出版社1978年版。

## 二、麦饭的历史

小麦和大麦的食用,最初像其他谷物一样是粒食的,于是有史籍上大量的关于“麦饭”的记载。麦的食用方法,最初也应如“五谷”或“百谷”中的诸谷一样,均是用来煮粥啜食的。汉代时,以麦粒煮饭是麦的基本食用方法之一,“饼饵、麦饭、甘豆羹”均为百姓仰重的日常之食。所谓“麦饭,磨麦合皮而炊之也;甘豆羹,以洮米泔和小豆而煮之也;一曰以小豆为羹,不以醯酢,其味纯甘,故曰甘豆羹也。麦饭豆羹皆野人农夫之食耳”〔1〕。以麦粒煮饭而食,同时又是最便捷的烹饪之法,故应急之炊恒用此法。新莽(9~23)时,刘秀与诸将征战之际便曾以麦饭充饥:“及至南宫,遇大风雨,光武引车入道旁空舍,(冯)异抱薪,邓禹爇(ruò 若)火,光武对灶燎衣。异复进麦饭菟(通兔)肩。”〔2〕虽然早在汉代之前人们就已经习食用杵臼舂捣蒸煮包括麦在内的谷米而成的粢糕,并且入汉以后粉食大兴,但麦饭食法却在相当长的时间一直保持着。史载:东汉末政治家、文学家、“建安七子”之一的“孔文举为北海相,……有母病瘵(chài),思食新麦。家无,乃盗邻麦,熟而进之”〔3〕。大凡人久病初愈,常思进昔日某种留有较深愉悦印象之食,此乃是患者健康恢复期特有的一种普遍性生理与心理反应。而这又恰足表明,麦饭是当时中层乃至上层社会中人的常餐,因为新麦炊饭,柔润香郁,尚且不失为应时美食。如苏轼诗句:“城西忽报故人来,急扫风轩炊麦饭”〔4〕;又如陆游诗句:“日

〔1〕 西汉·史游《急就篇》卷二,并颜师古注,岳麓书社1989年版。

〔2〕 南朝宋·范曄《后汉书·冯异传》卷十七,中华书局1965年版。

〔3〕 清·惠栋《后汉书补注·孔融传》注引《类聚·秦子》,《丛书集成初编》三七七〇。

〔4〕 北宋·苏轼《和子由送将官梁左藏仲通》,《东坡全集》卷九,《四库全书·集部三·别集类二》。

长处处莺声美,岁乐家家麦饭香。”〔1〕正因为麦饭是民食常餐,故亦是人们用以荐享的冥祝之食:“汉寝唐陵无麦饭,山溪野径有梨花”〔2〕;“南陵不可避风雨,麦饭如何托子孙”〔3〕;“起辇谷前马蹄散,白草无人浇麦饭”〔4〕等大半是宋、元、明三代诗人的咏实之作。至于清代末年康有为的“纸钱麦饭送无人,大仇不报负英魂”诗句〔5〕,则已是雅借古典以咏时事了。

正因为刚灌足浆的麦粒用来煮饭熬粥特有一种新麦鲜香、甘润、滑糯的味觉与口感,故直至今日,麦区农家于新登之前仍时或为之。其实,这种于一种作物甫登之前的“咬青”和始造之际的“尝新”习俗,既是中国农业社会的重要传统,也是一种古老的信仰。历史上中国农民为了生存的劳作是过于辛苦了,而他们赖以安身立命的食生活又过于寒俭单调了;五谷相继,是他们躬耕垌亩、汗滴禾谷的企盼,也是极端清苦生活的乐趣,咬青、尝新表明劳有所获,一年有望,平添收获的喜悦。同时,农业社会的中国很早便形成了遵时守节、顺应天道以求风调雨顺、诸事平安的宇宙观:“夫春气发而百草生,正得秋而万宝成。夫春与秋,岂无得而然哉?天道已行矣。”〔6〕应时而食则心安,视违时之物为不祥的古老的天道信仰,同时也是上自天子皇帝,下至庶民百姓共有的社会意识形态。这事实上是在麦的粉食已成了中国人两千多年之久牢固传统和基本方法的同时仍然继续保有古老

---

〔1〕南宋·陆游《戏咏村居》之一,《剑南诗稿》卷三十四,上海古籍出版社1985年版。

〔2〕宋·刘克庄《寒食清明》二首之一,《后村集》卷九,《四库全书·集部三·别集类三》。

〔3〕元·黄石翁《寒食客中》二首之二,《元诗选》二集卷二十五,上海古籍出版社1993年版。

〔4〕明·高启《穆陵行》,《大全集》卷九,《四库全书·集部六·别集类五》。

〔5〕康有为《遣人北寻幼博墓携骸南归》。

〔6〕《庄子·庚桑楚》,中华书局1954年《诸子集成》本。

麦饭食法的深层心理因素。

“麦饭”，是古时的一个泛泛称谓，并不一定严格唯用麦粒烹饪，许多时候则杂以其他谷类，通常是与豆合煮。如清代风俗类书籍所记：“大麦粒和豆煮曰麦饭……供夏之辅食。”中国是大豆的故乡，中华民族历史上的广大劳苦民众主要是靠菽类作物以保障基本需要的，各类豆饭、豆粥、豆羹恰是其食物形态〔1〕。麦与豆合煮自然也是通习。唐玄宗天宝十五年（肃宗至德元年，756），安禄山兵犯长安，玄宗乘舆出逃途经咸阳，众人饥甚，“于是民争献粝饭，杂以麦豆；皇孙辈争以手掬食之，须臾而尽，犹未能饱……众皆哭，上亦掩泣”〔2〕。麦豆之饭是属于下层百姓的“粝饭”一类常餐之食。麦粒（或与其他类谷物）蒸、焖至熟谓之麦饭，加水煮熬则为“麦粥”，“小麦屑和豆煮曰麦粥，粥供冬之朝日”〔3〕。烹饭煮粥之外，麦还有一种更原始、更粗陋的烹饪之法：炙烧。如同炙烧玉米、毛豆一样，麦粒置于炙具之上焙熟，或麦穗烧爆至熟。然而，此仅为新麦甫登之前农民于田间劳作时的野炊之法，偶或为之，并不多见。

### 三、粉食之始

由于麦粒种皮坚硬，面粉有黏性，蒸煮不易软烂，故麦饭不利消化吸收，只有粉食才能扬其长而避其短。“中国是最早知道吃面食的民族”，但究竟早到何时呢？由于没有文字依据和实物证明，恐怕目

---

〔1〕 清·桂馥《札朴·乡里旧闻》“麦饭”、“麦粥”，《心矩斋丛书》；并参见拙文《大豆在中国传统膳食结构中的地位与中国菽文化》，载《第三届中日动脉硬化症血栓症一级预防国际学术研讨会论文集》，1996年，东京。

〔2〕 北宋·司马光《资治通鉴》卷二一八“唐纪三十四”肃宗至德元载（756），中华书局1956年版。

〔3〕 《札朴·乡里旧闻》“麦饭”、“麦粥”。

前尚难以说得很确切。但有一点应当是毋庸置疑的,那就是麦粉的被人们认识当在有了粟稻等谷物碾舂制粉的经验之后。远古时代文化遗存中曾不止一次发现了石碾盘。距今已有七千二百余年的辽宁沈阳“新乐遗址”的一处房址中就出土石碾搓器六具。考古界有人把这种石碾盘说成“磨盘”是不确切的。关于这些石碾盘、石碾棒和石、木杵臼的用途,许多研究者还径直断言说,它们都是制粉的工具。我们不这样看,因为这种说法未免失之笼统和片面。依照笔者在既往数十年时间里对国内无数史前遗址出土、博物馆陈列实物的比较研究,同时也参证海外许多国家数十家博物馆大量实物式样的理解,史前石碾盘的工艺特征主要应当是用于碾研动作,也就是说,石碾盘既可以用来碾压脱壳、破碎,也可以研磨成粉。石碾盘的这种工艺特征,也符合甑出现以前约三千年左右时间里人类以鬲煮食流质食物的烹饪加工工具的历史要求。事实上,只有磨出现之后,才标志着专用制粉工具的产生。前面提到的碾棒、碾盘及杵和臼,主要是作为脱谷,即去壳的工具发明和利用的。先秦典籍中频繁提及的食品“糗”,早在三代期的西周时便已出现了。糗的制作,是谷物先经蒸煮加工后,为便于贮放、旅途或行军用再经杵臼“舂”捣而成型的一种“饼饵”或干粮。那是致熟后捣成糊粉状的粉,而非谷粒直接干制成的粉。当然,在谷物的去壳碾制或杵捣去壳的过程中,难免有些许碎米屑和干粉的出现。但那只是极少量的副产品,并没有分别出来单用。

关于这一点,我们还应充分注意烹饪器具的演进过程。谷粉的单独使用,应当有与之相适应的烹饪器具。新石器时代晚期出现的陶甑,虽说是专用的蒸器,但其用途,仍当是用于蒸粒食的“饭”而不可能是蒸粉团式的“馒头”之类。早期的“陶烹”,还是煮粒食或各种原料的混合煮法。最初在谷物脱壳过程中不可避免地出现的粉,大概并不受到人们的欢迎。因为比较米粒来说,它们不便于煮或蒸。于是,这种比较碎的屑和粉,一般就撒入羹中煮而食用了。三代期,

羹是人们日常饮食生活的“第一菜”，几乎是每餐必备的。还有的学者据《诗经·邶风·柏舟》的“我心匪石，不可转也”一句诗文便推定我国在春秋以前已经发明了磨，并用来磨粉，那也是不能成立的〔1〕。“不可转也”的“转”，是指翻动、移动的意思，而非指后世磨的上盘石的转动。考古学资料和其他资料的参证表明，磨出现的最早时间，是在我国三代期的末期，即战国时期。1956年河南洛阳出土的战国时代石磨和1965年秦国都城栎阳遗址出土的石磨遗存等均有力地证明了这一点。然而，从秦都遗址石磨扇（圆形下扇一片）到最富代表意义的满城西汉刘胜墓的一套石磨（1：3 001）的形制上看，它们更像是水磨——和水磨制流质粉糊，而非磨制干粉，或者更确切地说是更宜于磨制豆浆（进而制作豆腐）之用的磨〔2〕。诚然，我们并非排除它具有制粉的功能。应当注意到，尽管已经出土有战国时期的磨〔3〕，但汉代以前的磨的出土数量是极少的。作为谷类制粉工具的普遍出现及干粉加工的基本方法的推广，都是在进入汉代，尤其是在西汉中叶以后的事。因为石磨的铲凿制作，远不是早期搓碾盘的粗加工所能比拟的。这不仅要有很高的经验积累与技术要求，而且对铲凿工具——硬度较高的专用金属工具的要求，更是个难度非常大的问题。有一句俗话说：“石匠不会打钻子，给铁匠挣一半子。”如果没有冶铁业和冶铁技术的相应发展，要想发明和大规模推广磨，那是不可能的。所以，我们在先秦甚至汉代史籍中屡屡见到上流社会中的某些人以食“脱粟”为生活节俭的记载，就不足为怪了。

〔1〕 参见曾纵野《中国饮食史》第一卷第二章第二节，中国商业出版社1998年版，第125页。

〔2〕 中国社会科学院考古研究所《满城汉墓发掘报告》上册第143页，下册图版第106页，文物出版社1980年版；详文可参见拙文《两汉期粮食加工、面食发酵技术概说》，载《中国饮食史论》黑龙江科学技术出版社1990年版。

〔3〕 参见陕西省文物管理委员会《秦都栎阳遗址初步勘探记》，载《文物》1996年第1期。



谷物制粉,尤其是小麦制粉,在两汉时期有了长足进步,随之而来的便是面食品种的激增。后世馒头、饼、面条甚至包子、饺子等面食的主要品种的初期形态,应当说在这一时期都竞相出现了,面粉发酵技术也随之发明了。其中的面条,又堪称是历史悠久的“国食”的典型代表。中国不仅被世界公认为“面条的创始国”,而且,这“具有代表性的面食类”,还早在近千年前便开始越出国界,成为“东南亚各国最具有特色的食物”,成为靡行世界的食品。所谓中国是“吃面的民族”,所谓“麦文化”,也就是在两汉时期开拓局面和奠定基础的。汉代时期还有了我国历史上,当然也是世界面食史上最早的点心——“寒具”。汉代以后近两千年以来,小麦的种植是广被祖国大地的,面食品种更是花样翻新,争奇斗艳,层出不穷,可以说是无地不种麦,无人不食面了。封建社会之世,基本的主食结构,南方是以稻为主的;而北方,麦的地位逐渐升高,比重增大,甚至超过粟,宋以来便有“南稻北麦”之称。

#### 四、酵法之利用

面食发酵技术,是中国食品科技史上的一个大题目,有些问题还没有引起足够的重视,没有得到较好的解决。而事实上,这个大题目正应当对两汉时期作更深入一步的研究。东汉崔寔《四民月令》说道:“五月……距立秋,无食煮饼及水漉(一作引)饼”,即不要在五月至立秋期间吃水煮面和未经发酵的死面饼。他认为:“夏月食水时,此二饼得水,即坚强难消,不幸便为宿食,伤寒病矣。”他说:“唯酒引饼入水即烂也。”所谓“酒引饼”,即是用酒酵发面法发面制成的面食品。崔寔是东汉中晚期人,卒于灵帝建宁(168~172)中。显然,他关于酒漉面的文录所反映的情况,最迟也不会晚于东汉中叶,即公元1世纪前后。关于酒漉面的具体方法的详细记录,从目前可能了解到

的史料来看,最早见于成书于北魏(386~534)初年的崔浩《食经》一书中。北魏贾思勰的《齐民要术》(约成书于6世纪30年代左右)一书转录了《食经》的文字:“作白饼法:面一石。白米七八升,作粥,以白酒六七升酵中,着火上。酒鱼眼沸,绞去滓,以和面。面起可作。”〔1〕文中所说的“白酒”,指的是白醪酒一类的甜酒酿,而非后世的蒸馏酒,所以要“绞去滓”。

酒酵发面法之外,还有两种酵法也是在汉代发明的。其中之一是酸浆酵法。这种酵法亦见于崔浩《食经》,被《齐民要术》引于上述同卷中:“作饼酵法:酸浆一斗,煎取七升;用粳米一升着浆,迟下火,如作粥。六月时,溲一石面,着二升;冬时,着四升作。”意思是说,把一斗酸浆熬至七升,然后投入一升粳米,用缓火爆煮成粥。六月时,二升这种熬好的粥可以和一石面;冬季因气温低则需用四升酵粥才能和一石面。照《食经》记叙和贾氏征引的先后次序来看,酸浆酵法最迟在晋魏(北魏)之际已经成为人们习于使用的面粉发酵法了。但合乎逻辑的看法应当是酸浆酵法有更早得多的历史。这一点,只要了解中国谷物酿酒的历史、“苦酒”及“醯”的发明,就不难理解了。由于早期酒的酿造极易酸败为苦酒,由于醯同酒的“一而二”的特殊关系,也由于醯的利用已被三代期古人发挥到了淋漓尽致的程度,更由于古人饮“酢”的久远历史,因此可以肯定地说,对于酸浆酵面的认识是在粉食后不久便会被人们注意并利用了。因此,酸浆酵法同酒酵法一样,不会是《食经》和《四民月令》两书作者的发明,而只能是他们的记述,也就是说,上述两种酵法,都应发明在两汉时期。

第三种酵法,即酵面发面法,也就是后世所谓的“面肥”发面法,

---

〔1〕北魏·贾思勰《齐民要术》卷九“饼法”第八十二“作白饼法”,农业出版社1982年版;崔寔《四民月令》,见《全上古三代秦汉三国六朝文》“全后汉文”卷四七,中华书局1958年版。

尤其具有讨论的意义。目前科技史界的一般看法,认为酵面发酵法发明于公元 12 世纪。笔者觉得这种通行的看法颇值得商榷。据宋程大昌《演繁露》释两晋惠帝永平年间〔1〕诏定太庙祭祀用“面起饼”云:“起者,入教(酵)面中,令松松然也。”又《南齐书·志第一·礼上》载齐武帝永明九年(491)正月诏太庙四时祭:“荐宣皇帝面起饼。鸭肫(hè 贺);孝皇后笋、鸭卵、脯酱、炙白肉;高皇帝荐肉脍、菹羹;昭皇后茗、糲、炙鱼;皆所嗜也。”〔2〕胡三省注《资治通鉴》该条云:“起面饼,今北人能为之。其饼浮软,以卷肉噉之,亦谓之卷饼。”以上两条史料已见研究者使用,但传统的看法认为程、胡二人的“教面”注释是依他们自己时代才有的知识来认定的。程大昌是宋人,胡三省是元人,于是有的研究者便认定“酵面”发面法是程大昌生活的时代——公元 12 世纪的产物。我们的看法则相反。我们认为,程、胡二人无疑是把晋惠帝永平元年和齐武帝永明九年的两条起面饼认定为“教面”发酵的发面饼的。对此,可提出以下三条尚未被研究者注意的史料来进一步证明:

第一条,《晋书·食货志》卷二十六:“怀帝(司马炽)为刘曜所围,王师累败,府帑既竭,百官饥甚,比屋不见火烟,饥人自相啖食。愍皇西宅,馁馑弘多,斗米二金,死者太半。刘曜陈兵,内外断绝,十饼之曲,屑而供帝,君臣相顾,莫不挥涕。”文中的“十饼之曲”显然是指风干了的面酵团。“十”字意为“罅坼”,即十字形裂痕;“曲”,刘熙《释名·释饮食》谓:“朽也,郁之使生衣朽败也。”生活经验和微生物学知识告诉我们,经过“蒸”灭菌处理过程的“蒸饼”,在脱水干燥之后是不易朽而生衣的。更何况是在“草木及牛马毛皆尽”,“人多相食”的凄

〔1〕 291 年,又“永平”为杨骏执政所改,不数月骏被诛,旋改“元康”,故《资治通鉴》等史书不记“永平”。

〔2〕 《资治通鉴·齐纪三》卷一三七,武帝永明九年冬误“昭皇后”为“昭皇帝”,“面起饼”为“起面饼”,且遗孝皇后荐物“脯酱、炙白肉”。

惨境况之下，围城之中岂能有蒸饼为人“遗忘”之理？因此，引文的意义只有一种合乎情理和科学的解释：晋愍帝君臣在长期饥困之中，侍臣幸运地找到了一些干“教面”团，捣成屑末之后让可怜的皇帝充饥。这种充分霉变的酵团显然是不能不令人掩鼻的，穷途末路的皇帝只好勉强下咽，此致“君臣相顾，莫不挥涕”。

第二条，《晋书·孝愍帝》卷五：“四年……冬十月，京师饥甚，斗米金二两，人相食，死者太半。太仓有曲数十饼，（领军将军）麴允屑为粥以供帝，至是复尽。……十一月乙未，使侍中宋敞送笊于曜，……（愍帝）舆榭出降。”于是西晋灭亡。

第三条，《资治通鉴·晋纪·愍帝建兴四年》卷八十九：“曜攻陷长安外城，麴允、索琳退保小城以自固。内外断绝，城中饥甚，米斗直金二两，人相食，死者太半，亡逃不可制，……太仓有曲数十饼，麴允屑之为粥以供帝，既而亦尽。”

以上三处引文，均指一事，《资治通鉴》一条无疑转录自《晋书·孝愍帝》条。第一、二条史料，完全排除了“曲”可能是官酿酒之酒曲的可能，坐实了“教面”之曲。这一结论，不仅合乎本义，而且又基于以下几点思考：

第一，酒曲，虽干后而不坚硬，经入水煮，便极易松散融化。

第二，酒曲，无黏性，虽熬煮亦不成“粥”。

第三，酒曲，呈酿香味，干食亦不甚使人悲苦。署名“西周生”的清代社会风情小说《醒世姻缘传》第五十七回“孤儿将死遇恩人，凶老祷神逢恶报”，曾记有某户人家门前晾晒的酒曲为乞丐大量偷食的事可资证明。

第四，酵面，脱水则干硬异常，非重力碾压难以为屑，若用则必须先“屑”之。

第五，酵面，屑而后煮必成“粥”。

第六，酵面，不得已而食之，亦必须煮为“粥”。

第七,尤为重要的一点,还在于酒酵法或酸浆酵法所发酵之面,即可为下次和面之酵面——“教面”,即只要有了前两者,这第三者“教面”便不可避免地“应运而生”了。

从生活现象的关系上看,在前两种酵法长期为人们利用的日常饮食生活实践过程中,酵面法有意或无意地被人们注意到,并终于作为一种新的方法利用,是很合乎逻辑的事情。由此我们说:不仅在西晋时,而且在略早于西晋的两汉时期(即使从曹丕代汉到西晋灭亡算起,也还不足百年时间),酵面法便应当被注意并使用了。这样,我们的看法,应把传统的中国酵面发酵法发生于12世纪的说法,向前推进至少一千年。还应当说明的一点是,酵面法所用的酵面,因再使用之前的时间间隔,往往变成如上述史料所述的那样完全干固了——成了“酵干”,故二者是同一种方法,即时至今日北方民众居家常用的“面肥”法〔1〕。

继上述诸种发酵法之后,随着人们生活经验的不断积累、科技知识的缓慢进步,碱酵法和现代酵粉法等才逐渐被人们所认识。而最早为人们注意并在漫长历史中被人们用作基本方法的,则是上述酸浆法、酒酵法和面酵法。正是由于这诸多的酵面法的发明和广泛利用,才使麦作为重要的主食料之一充分地发挥了它对于人类的活命养生作用,才使我们中华民族借面粉的可塑性将麦文化发挥到了淋漓尽致、千姿百态的地步。

## 五、点心的由来

什么是“点心”?也就是说,如何理解“点心”一词的涵义?这是

---

〔1〕 有关麦粉加工和发酵问题,可参见拙文《两汉期粮食加工、面食发酵技术概说》,载《中国饮食史论》黑龙江科学技术出版社1990年版。

回答点心由来的前提。早在上世纪 80 年代初的课堂上我们曾给予了这样的定义：一般为正餐之外的精巧型、辅助性的主食品。它有以下四重含义：

第一，它属于主食品类，即其基本原料既包括以麦面粉为主的诸类粉制品，也包括以各类谷米等为主要原料所制的粒食类制品。也就是说，它既有各类面食品种，也有饭粥品种，还包括面、饭、粥的诸多变化品种。

第二，它是辅助性的主食品，即其不属于人们常餐主食品类的主体或主导品种。它既不同于人们日常三餐习惯食用的米饭、粥、馒头、包子、饼、面条或其变化品种，也有异于那些节庆日人们通常食用的美食品种。

第三，它是精巧的，一般是体积较小，制作精细，备用数量也较少（比较正餐主食品而言）。

第四，它通常是于正餐之外（某次正餐之前、后或两次正餐之间）进食的“零食”，或为酒席进行宴程间隔中的随上“小吃”。

明确了这种认识，我们就使“点心”与“面点”、“糕点”有了必要和适当的区别，也便于探索“点心”的由来和演变了。

“点心”之称通行于宋代，“世俗例以早晨小食为点心”。但“点心”之称始见于唐，不过那时“点心”两字是用为动词的：“自唐时已有此语。按，唐郑僂为江淮留后，家人备夫人晨馔，夫人顾其弟曰：‘治妆未毕，我未及餐，尔且可点心。’其弟举甌已罄，俄而女仆请饭库钥匙，备夫人点心。”〔1〕“三娘子先起点灯，置新作烧饼于食床上，与客点心。”〔2〕“宣和（1119～1125）间……已而上皇驾至，遍诣诸殿烧

〔1〕南宋·吴曾《能改斋漫录》卷二“点心”，上海古籍出版社 1979 年版。

〔2〕北宋·李昉《太平广记》引《河东记》“板桥三娘子”卷二八六，中华书局 1961 年版。

香。末乃至小殿,时日高,拜跪既久,上觉微馁,孙见之,即出怀中蒸饼云:‘可以点心’。上皇虽讶其异,然未肯接。”〔1〕“赵温叔(名雄)丞相形体魁梧,进趋甚伟,阜陵(孝宗陵永阜)素喜之。且闻其饮啖数倍常人。……一日,召对便殿,从容问之曰:‘闻卿健啖,朕欲作小点心相请,如何?’赵悚然起谢。遂命中贵人捧(可容酒三升)玉海赐酒,至六、七,皆饮醕,继以金样捧笼炊百枚,遂食其半。上笑曰:‘卿可尽之’。于是复尽其余,上为之一笑。”〔2〕

以上四则资料说明,“点心”在唐和北宋时代是指早晨进“小食”的行为,可见已具我们所说的“正餐之外”义。至于这“小食”的具体品种,前两则史料中的后者明确记为面食品“烧饼”,前者以“举瓿已罄”看当是谷米所煮的粥类或粉质流食。唐代是都市餐饮业极为发达,各类精美主食品非常丰富的中国食文化十分兴旺的时期,可为“点心”之用的蒸、煮、焙、煎、炸等各类面、粥、饭食品几乎已是应有尽有。后两则史料则明言“笼炊”,显系蒸食,大概一是馒头,另一则类似今日小笼包子之类,那正是宋代食风的真实写照〔3〕。

“点心”之名见于唐,“点心”之实则绝非始于唐。由于麦面广泛用为主食各种名目“饼”的原料,“点心”之实汉代便已普遍存在了。汉代众多“饼”类名目,如“白饼”、“烧饼”、“髓饼”、“膏环”、“鸡鸭子饼”、“细环饼”、“截饼”、“倍饷(bù tǒu 不抖)”、“水引”、“博饷”、“棋子面”、“麪𩪦(luò 落 suò)”、“粉饼”、“豚皮饼”、“索饼”、“饨”,以及“粽子”、“煮煨(miàn 面)”等,可为点心之用的主食品种已经很多〔4〕。但它们“正

〔1〕 两宋之际·庄季裕《鸡肋编》卷下,《丛书集成初编》二八六七,商务印书馆1936年版。

〔2〕 南宋·周密《癸辛杂识》前集“健啖”,中华书局1988年版;赵温叔事见《宋史·赵雄传》卷三九六,中华书局1977年版。

〔3〕 “点心”的四原则界定与其原始讨论,笔者最早于20世纪80年代初的黑龙江商学院课堂上和商业部的师训讲习班上发表。2001年10月中央电视台记者曾专程来杭州就此采访。

〔4〕 参见《齐民要术》卷九、《方言》、《广雅》、《饼赋》等。

餐之外”的“辅助性”似并不很鲜明——虽然并不排除这种事实上或临时的可能性。值得注意的是“环饼”这一品种，贾思勰称其一名“寒具”，其制法与“截饼”略同，“皆须以蜜调水溲面；若无蜜，煮枣取汁；牛羊脂膏亦得；用牛羊乳亦好，令饼美脆。截饼纯用乳溲者，入口即碎，脆如凌雪”〔1〕。因其特点为“美脆”或“入口即碎”，当绝非蒸、煮类技法所成。参照上文的“膏环”条，可知“寒具”亦属“膏油煮之”的油炸法，并且其形也与之相去不远。“膏环”极似今北京小食店所制的、以普通市民为主要对象的“焦圈”，但其品质恐怕要远在其上。《本草纲目》卷二十五“寒具”条释引宋人林洪《山家清供》云：“寒具，捻头也，以糯粉和面，麻油煎成，以糖食之。可留月余，宜禁烟用。”李时珍说：“冬春可留数月，及寒食禁烟用之，故名‘寒具’。”可见，汉之“寒具”已具有常时“正餐之外”、“辅助性”主食的性质，故将其视为较早之“点心”当可成立。

那么，为什么汉时“环饼”称为“寒具”，“寒具”之名由何而来呢？这关系到“点心”的最初之源，故有追溯一番之必要。“寒具”为度“寒食禁烟”之节时的特备食品，应此节禁火不能热食之俗而制，故而得名。《周礼·司烜氏》职文：“司烜氏，……中春以木铎修火禁于国中。”禁火之日在清明节的前一天（一说前两天或前三天）。禁火，使国内之火全熄，是为停“旧火”；节后再重新取火，是为燃“新火”，故《论语》记为“钻燧改火”〔2〕。东汉大经学家马融释云：“《周书·月令》有更火之文。春取榆柳之火，夏取枣杏之火，季夏取桑柘之火，秋取柞櫟之火，冬取槐檀之火。一年之中，钻烙异木，故曰改火也。”初行禁火之时，人们只备以平素的糒糗（bèi 贝 qiǔ）、饘（zhān 沾）粥之类冷食，但因其艰于进食，不易消化，很为人们尤其是年老体弱者所

〔1〕《齐民要术》卷九“饼法”第八十二，农业出版社1982年版。

〔2〕《论语注疏·阳货》卷十七，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。



苦。故贵族之家首先制造出便于贮放和冷食为佳的食品,它们大异于平素的饭粥类主食品,《楚辞·招魂》所记的“糒( jù nǚ 巨女)蜜餌,有饗( zhāng huáng 章黄)些”,即属此类。许慎《说文解字》释云:“糒,膏环也。”贾思勰记道:“膏环一名糒,用秣稻米屑,水、蜜溲之,强泽如汤饼面。手搦团,可长八寸许,屈令两头相就,膏油煮之。”可见,“寒具”之始早在汉前,“点心”之始也便最迟可溯至春秋战国时的糒了。

## 六、汤饼与面条

“饼”,在漫长的古代一直作为麦面类食品的总称。汉刘熙《释名·释饮食》释饼:“饼,并也,溲面使合并也。”可见“饼”在汉代人理解就是溲合面粉,既无关合成后之形状,也与烹制方法无涉。“饼”之成为主食名品,食饼成社会之尚,无疑是入汉之后。前汉时,饼基本是蒸制的,那是因为饼在“餌”、“糒”之后出现,效其法蒸而食之。故汉元帝时(前48~前33年)黄门令史游的通俗读物《急就篇》将“饼”、“餌”、“麦饭”并列而论〔1〕。颜师古注云:“溲面而蒸熟之则为饼。”后汉时,才有汤煮和炉焙的各种饼相继出现。但“饼”之始并不于汉,最迟在春秋之世已经出现了,如《墨子·耕柱》有句:“见人之作饼,则还然窃之。”“饼”是各类面食品的普泛称谓,因烹制方法的区别和形制的差异又有“蒸饼”(笼造类)、“汤饼”(淪煮类)、“胡饼”(焙烙类)、“蝎饼”、“索饼”等等具体名目。故宋人黄朝英说:“凡以面为食具者,皆谓之饼,故火烧而食者,呼为烧饼;水淪(yuè 月)而食者,呼为汤饼;笼蒸而食者,呼为蒸饼;而馒头谓之笼饼,宜矣。”〔2〕

〔1〕《急就篇》卷二。

〔2〕《靖康湘素杂记》卷二“汤饼”,上海古籍出版社1986年版。

古代文学作品中把“汤饼”讴歌得最出色，最脍炙人口，同时也描绘得最神奇迷幻的，当属晋人束晰的《饼赋》了：

《礼》仲春之月，天子食麦，而朝事之笾，煮麦为𦉰（fēng 丰）。《内则》诸饌不说饼，然则虽云食麦，而未有饼。饼之作也，其来近矣。若夫安乾、粬粬之伦，豚耳、狗舌之属，剑带、案盛、倍𦉰、髓烛，或名生于里巷，或法出乎殊俗。三春之初，阴阳交际，寒气既消，温不至热，于时享宴，则曼头宜设，吴回司方，纯阳布暘，服絺饮水，随阴而凉。此时为饼，莫若薄壮。商风既厉，大火西移，鸟兽𦉰（rǒng 冗）毛，树木疏枝，肴饌尚温，则起溲可施。玄冬猛寒，清晨之会，涕冻鼻中，霜成口外，充虚解战，汤饼为最。然皆用之有时，所适者便。苟错其次，则不能斯善。其可以通冬达夏，终岁常施，四时从用，无所不宜，惟牢丸乎！尔乃重罗之𦉰，尘飞雪白，胶黏筋黏，臈（hè 贺）𦉰柔泽；肉则羊膀豕肋，脂肪相半，齑若绳首，珠连砾散，姜株葱本，葶口切判，口口剉末，椒兰是畔，和盐漉豉，揽合糅乱，于是火盛汤涌，猛气蒸作，攘衣振掌，握搦拊搏，面弥离于指端，手萦回而交错，纷纷馥馥，星分雹落，笼无迸肉，饼无流面，姝媪咧敕，薄而不绽，𦉰和和，𦉰（rǎng 壤）色外见，弱如春绵，白如秋练，气勃郁以扬布，香飞散而远遍，行人失涎于下风，童仆空嚼而斜眄，擎器者舐唇，立侍者干咽。尔乃濯以玄醢，钞以象箸，伸要虎丈，叩膝偏据，槃案财投而辄尽，庖人参潭而促遽，手未及换，增礼复至，唇齿既调，口习咽利，三笼之后，转更有次。〔1〕

赋中历列了安乾、粬粬、豚耳、狗舌、剑带、案盛、倍𦉰、髓烛、曼头、薄壮、牢丸等诸多“饼”的名目，指出它们“或名生于里巷”——因而形象生动、鄙俗有趣；“或法出乎殊俗”——故别开生面、独擅风情；

〔1〕《全上古三代秦汉三国六朝文》“全晋文”卷八七。

其致用,有的宜于一时,有的适合四季;或充饥驱寒、或大快朵颐,足称各有千秋;其制法,则汤淪、笼蒸、炉焙(因为是焙烤,而且有了酵法,可以认为面包也已经有了)、油炸、釜炙,因名而异;其形制,则若猪耳、似狗舌、如剑带(油炸索饼),或“漫汗”须用案盛(大胡饼),或圆团滚汤必器容,圆、团、薄、粗、细、长、短、象形,无不毕具;其用料,则面粉雪白、羊猪肥美、香料齐备;其火候汤温、刀工技法更是传神炫目,各擅胜场。

限于“赋”的文体和文字限制,《饼赋》没有也不可能包罗无遗地尽列其时的所有“饼”食品目,当然也更不可能详细记述各种品目面食品的具体制法。但束晰是由三国入西晋的史文大家,其所记述系真写实录,不仅真确地反映了时代文化风貌,而且因其去汉未远,许多史事亦是上承汉世,或即为汉风余绪。至于《饼赋》的疏漏,略后于束晰的贾思勰在他的《齐民要术》一书中提供了许多足以考实的记述。

从汉人的《急就篇》、《方言》、《释名》、《说文解字》、《广雅》、《四民月令》等著述及《饼赋》、《齐民要术》等其后的有关文献记载看,汉时已有了我们今天熟悉的面条、面片、油饼、烧饼、酥饼、蒸饼、馒头、包子、汤团等各类面食品(至少是其初级形态),这已无可怀疑。不过,还应特别指出的是,我们今天习尚的馄饨、饺子的最初形态也已经在汉代存在了。《齐民要术》记的“浑沌饼”即北齐颜之推所说“形如偃月”的“馄饨”,当时是“天下通食”的美食。“馄饨”、“形如偃月”,自然就是饺子,说明那时两者已经分离——后者由前者衍化而出。耐人寻味的是,《饼赋》竟令人费解地疏漏了汉人早已明确记录的“馄饨”二字,而束晰所记的汤煮带馅面食却与后世的馄饨、饺子颇相类。

这里,需要我们特别讨论清楚的,则是中国历史上“汤饼”——煮面食品之族——中的一类面条的名实及其演变。今天,世界食文化和食品科技史界对“面条源于中国”的观点已达成共识。基本依据便

是《齐民要术》中对于“水引”饼制法的记述：“擀(ruó)如箸大，一尺一断，盘中盛水浸，宜以手临铛上，擀令薄如韭叶，逐沸煮。”〔1〕将和好的面揉搓捻引成细长的索条，之后再将这长索条按一尺长一段断开，置于盛有清水的大盘中浸泡。待到釜中汤煮沸时，于釜边将每根面线捻展成如韭菜叶那样薄的条状，逐一投入沸汤中煮。这里，“水引”面的规格相当确切，甚至质地口感都不难想象。首先，公元5世纪至贾思勰撰成《齐民要术》一书的6世纪(30年代左右)，民用木或竹质箸的规制一般是25~30厘米长，足、首直径分别约是0.5厘米左右和0.6厘米左右，呈圆柱条形〔2〕。其次，《齐民要术》成书时代的“尺”度，已经延长至30.9厘米。这样一来，就可以通过实验的办法，测度出贾思勰笔下“水引”面每根标准条的大约长宽了。根据今天的经验，利用当代条件，基于我们对历史文化的理解，经反复模拟实验，取得了“水引”面标准条如下数据：长约75厘米、宽约1厘米。当然，这还没有真正达到“薄如韭叶”的程度。

“水引”面，正如贾思勰所记，技术关键和特点是将面剂在水中浸泡，再经在水中拉引捻展，并在釜边随手投入沸汤中的。由于面剂经过长时间的反复使劲揉搓之后形成了致密的面筋网络，故很富有韧性弹力，表面非常光滑。更由于每根料剂都是手工用力反复揉搓而成的，而非如今天这样系用刀具缕切成形，因此每根料剂的面筋网络均自成致密结构，其筋劲韧性均远在今天餐饮业所标榜的“手擀面”之上。面剂经清水略微浸泡之后，既充分吸水又脱落了附着的干粉，因之更柔韧黏结、光滑晶亮，同时便于捻延成极薄的形态。面剂经沸水煮熟之后，既白洁晶莹，又口感筋柔香甜，十分爽惬人意。然而，不

---

〔1〕 《齐民要术》卷九“饼法”第八十二“水引”。

〔2〕 参见拙文《箸与中国饮食文化》，载《赵荣光食文化论集》黑龙江人民出版社1995年版。

难想象,这种纯系繁复手工操作、一根一根揉搓捻引而成的面条,在当时确属精工细作,费时费力,工效极低,很难在普通世俗之家普及,且不论下层社会民众有否消费这种水引面的经济实力。

与“水引”面条的用料及工艺基本相同,只是较其略为便捷些的则是“饬饬”：“掇如大指许,二寸一断,着水盆中浸,宜以手向盆旁掇使极薄,皆急火逐沸熟煮。”这种面煮熟之后,“非直光白可爱,亦自滑美殊常”〔1〕。经模拟实验,面剂可捻成长20厘米、宽10厘米的大面片,这或许即是束晰《饼赋》中的“狗舌”之属,人们大概正是以盛暑时长长拖垂于口外的狗舌头的形象命名翻滚于沸汤中的这种阔大面片的。不过,若是这种饬饬并非捻展成长、宽分别为20和10厘米的形态,而是尽可能地向长捻拉,则从理论上说亦可以掇成长70~80厘米、宽1~1.5厘米的长条。以今天的习惯和观念,这似乎也可以视为“大”或“最”字号的面条了。其实,这种古风至今仍存。我国北方许多省区的“手拉面”,或西北地区的“拉条子”,可以说就是与其有渊源关系的品种。不同的是,这种“手拉面”或“拉条子”一般不限定先预制粗细如大拇指——当然是体力劳动者的男人的大拇指,长度为6.2厘米的面剂(面剂长短较随意),而且没有经过清水浸泡的过程。而这两点却是至关重要的,因为正是统一的面剂规格和水浸工艺过程,才决定了最终制成品质地“极薄”的基本一致的特点。大概正因为这类经过水浸特别工艺的面剂十分柔软且又颇有长度,所以没有一定的技巧还真难以制作得精巧划一和操作得得心应手。这样看来,《饼赋》虽为文学作品,却也颇可视为史学作品:“于是火盛汤涌,猛气蒸作,攘衣振掌,握搦拊搏,面弥离于指端,手索回而交错,……”恰是十五个世纪以前一幅栩栩如生的水引面技艺表演图。

---

〔1〕《齐民要术》卷九“饼法”第八十二“饬饬”。

与著有《饼赋》的束晰同时的另一个历史名人傅玄写有《七谟》赋,其中亦有关于“水引”面的写实叙述:“乃有三牲之和羹,蕤宾之时面,忽游水而长引,进飞羽之薄衍,细如蜀茧之绪,靡如鲁缟之线。”〔1〕赋文极言面质之精粹,技工之奇巧:“游水而长引”,显然是“水引”面无疑;像无风而飘浮于空中的鸟羽那样微薄——极薄而轻浮,几至不觉其重量的存在;捻引出的面线均匀微细,且绵长不断,几乎像蚕丝或用来织当时最轻薄的鲁缟的绢线。后者当然是作者状物的文学手法,但它却启示我们注意两点:一是面线追求细长,二是如蚕丝绢线,故知其是牵拉捻引而成的横截面为圆形的线状细条,而非似贾思勰所记“薄如韭叶”的平面长条。既然要极力追求有限面剂的细长,那就只能是细线的形态,否则面剂很难保持不断如缕。这种极高的要求,正是中国古代贵族阶级穷奢极侈、物欲人生的普遍心态,在他们食前方丈、钟鸣鼎食的厨作中是当然之事。在那个尤其讲究食事,追求物欲享乐的魏晋时期,就更不为怪了。这种水引面是直接煮在牛、羊、猪等醇厚肥美的肉汤之中的,其浓香留齿、大快朵颐是不待明言了,似可命其名为“肉汤水引细丝面”。与束晰、傅玄约略同时稍后的著名文士庾阐〔2〕,一次在府宅以精美汤饼款待友人范子常,并以谦敬的心情写成一首《恶饼赋》:“若乃董卢飞名于华肆,和均绝技于俗廛;王孙骇叹于曳绪,束子赋弱于春绵,色必霜葩雪皓,肉则锦采云嫵。”〔3〕赋中的“董卢”、“和均”之典已难确考,“束子赋弱于春绵”句则典出束晰《饼赋》“弱如春绵”。《恶饼赋》表达了主人十分风流儒雅的谦恭唯敬之情,他说自己供客人进食的面条,是太逊色于

〔1〕《全上古三代秦汉三国六朝文》“全晋文”卷四六;又,傅玄生平可见《晋书·傅玄传》卷四七,中华书局1974年版。

〔2〕庾阐,事见《晋书·庾阐传》卷九二,其生卒年当在晋惠帝(291~306)初至晋穆帝(345~361)中,享年五十四岁。

〔3〕《恶饼赋并序》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全晋文”卷三八。

那些皇都华肆、小邑俗廛中所出售的面条了。因为大小食肆中汤饼技工所揉搓出的面条,竟如丝线那样柔细绵长不绝,又似舞女的长练那样轻忽飘逸,饼师操作时犹如在耍杂技魔术(不无表演卖弄之意),致使旁观的贵人公子们瞠目结舌,叹为观止。可见,至迟在晋代,汤饼店已遍布中原城邑的大小市肆,并公认面线的细长为汤饼的上品了。同样不可忽略的是,束晰、傅玄、庾阐之辈,均是世家之族,累代为宦,即均是魏文帝曹丕所谓“五世长者知饮食”者。

值得注意的是,束晰和傅玄都是由魏入晋的人,即远在贾思勰《齐民要术》成书之前约三个世纪,上距东汉帝国结束的公元220年最多也不过半个世纪。而东汉末年人刘熙的《释名》一书〔1〕所记“索饼”之文则颇耐寻味:“蒸饼、汤饼、蝎饼、髓饼、金饼、索饼之属,皆随形而名之也。”东汉末年时的“索饼”,是因其独特的形态,而获名的诸多“饼”中的一种。那么,“索饼”究竟是何物呢?清代宝应(今江苏宝应)学者成蓉镜(字芙卿)《释名补证》谓:“索饼,疑即水引饼,今江淮间谓之‘切面’。”把东汉末的“索饼”说成就是清代中叶下江地区的“切面”,似有些笼统轻率,然其亦有合理性在。那就是,论者正确地指出了“索饼”是水煮面条这一根本属性,正是在这一点上,成氏在东汉末的“索饼”、北魏末的“水引面”和清代中叶的“切面”三者之间用等号连接了起来。然而,三者之间又的确同中有异,甚至是很大的差异:首先,“切面”没有水浸的工序;其次,自然也就没有贾思勰所说的那种捻引以使水引面成形的“擀”的工艺;第三,切面是用刀具成形的(清中叶时尚无后来的切面机),而水引面则只凭手工技巧;第四,切面是一次全部成形,然后集中于沸汤中煮熟的,而水引面则是边成形边投入沸汤中的,故前者可以一次成品量较大,供数人或更多人食

〔1〕 刘熙,东汉北海(今山东寿光一带)人,字成国,生卒年不详,《释名疏证》毕沅《序》谓“熙为汉末或魏受禅以后之人无疑”。

用,而后者则投料过程时间较长,每一过程成品数少,只适宜以个人为单位一次(或数人先后)进食。

索饼、水引面、切面三者之间,倒是索饼和水引面两者之间相同点更多,而这也正是我们应当讨论的重点。重要的是,要弄清楚东汉末年时索饼的形态和成形工具这两点。索饼的形态,如前引刘熙所言,是“随形而名之也”,即索饼之名,缘之于“索”,看来,应当先清楚“索”字之义,即东汉末年的“索饼”之名与其时的“索”字基于何因而结缘。

“索”字的甲骨文写法,分别作“𦉳”、“𦉴”、“𦉵”等多种形态。本像绳索形,其上端歧出者像束端之余,又像左右手持索形。西周时期(约公元前12世纪~公元前771年)的传世文献中,“索”字具有明确和广泛使用的名词性绳索(小者称绳、大者谓索)和动词性搓、绞绳索的基本义。《诗经》中就有反映西周时农民一年辛苦劳作,白天割茅草,夜晚搓草绳,以便抓紧时间修造房子的诗句:“昼尔于茅,宵尔索綯(táo 桃),亟其乘屋”〔1〕。《说文·市部》:“索,草有茎叶可作绳索”,段注:“当云索绳也”。《玉篇·索部》:“索,纠绳曰索。”“索”字的动词用法极习常普遍,如《楚辞》:“矫菌桂以纫蕙兮,索胡绳之緜緜”〔2〕;《淮南子》:“制觥(gé 隔)伸钩,索铁歛金”,高诱注:“索,绞也。”〔3〕由此推想,“索饼”的命名,或许与“索”字的名词、动词两种属性均有关联,但深入分析,则最大可能却缘于“索”字的动词性义。“索饼”的得名之始,在时间上恐怕要比东汉末早得多,那时的料剂可能比较粗,至少比束晰《饼赋》写作时代粗些,以致人们以比“绳”要大(即粗)的“索”来命名,而不用比“索”小(即细)的“绳”来表意。由此

〔1〕《诗经·豳风·七月》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《楚辞·离骚》,中华书局1983年版。

〔3〕《淮南子·主术训》卷九,中华书局1954年《诸子集成》本。



可以想见,至少“索饼”命名时,其流行式样基本是比较粗的。然而,无论怎样粗糙和粗大,这最初“索饼”的料剂之条,都不大可能真地如茅草搓绞的“索”那样“大”,因为那是既浪费燃料也不易煮熟的,同时吃起来既不便利,味道口感也很难适意。

据此,我们认为“索饼”的命名,最大可能是取“索”字动词性,即取意于搓捻绳的动作,如中国人手工包饺子下剂儿之前先搓条的动作一样。那么,我们这样理解是否会误解古人呢?我们知道,无论是用茅草还是其他什么原料来“索”绳或古人所谓的大绳——索,都要用两根(或两根以上)劲道相同(劲向相向或相反)的绳条绞合而成。因此,《玉篇》才释“索”为“纠绳曰索”。关于“纠”的字义,古来有两种不同的解释:“纠,绳三合也”(《说文·口部》);“纠,两合绳;纆(mò 墨),三合绳”(《字林》);“二股谓之纠,三股谓之纆”(《汉书音义》)。但无论是“两合”、“三合”或“二股”、“三股”,都与“索饼”之“索”无关,因为水煮面不是油炸麻花,故不可能是绞合成形,而只是绞而不合的搓捻单条儿。《史记》卷八十四《屈原贾生列传》裴驷集解:“瓚曰:‘纠,绞也;纆,索也。’”又司马贞索引:“《通俗文》云:‘合绳曰纠。’”“索饼”的“索”,正应当是“合绳”之前的搓捻动作或其过程;正是这一操作过程,使面条逐渐变得细长,直到加工者认为可以投放到沸汤中去煮的标准为止。钱钟书先生认为束晰的《饼赋》讴歌“煮面仅道片儿、挖搭,未及细绳索面”,并主张“当以庾(阐)、傅(玄)文中之‘绪’、‘线’补遗”〔1〕。其实,束晰只是没有很明显地绘形状态而非遗漏了“细绳索面”,但钱先生认定“索面”——东汉末年人刘熙《释名》所记的“索饼”——是庾阐《恶饼赋》中的“绪”和傅玄《七谟》中的“绪”、“线”的异名同实之物,却是一种卓识明见。

〔1〕《管锥编》第三册《全上古三代秦汉三国六朝文》一三二“全晋文卷八七”条,中华书局1979年版。

综上所述,我们似可得出如下结论:

第一,中国历史上最早的水煮面条是东汉末年刘熙《释名》中所记载(当不迟于3世纪20年代)的“索饼”,而不是北魏末年贾思勰《齐民要术》(6世纪30年代)中记叙的“水引”面。

第二,东汉时期的“索饼”(以后相当长时期也同样)是用手工(而非用刀具)揉搓延引成的长而细的面线形态。

第三,当时的“索饼”是事厨者边制作、边投入沸汤中煮熟的。

第四,当时的沸汤最好是“三牲之和羹”类肉汤,至少上层社会和市肆所营售者是如此。

第五,中国古代文献记载,自东汉而下至于魏晋南北朝的约八个世纪里,以“索饼”开绪,“水引面”继后而为典型代表的面条,一直是全体社会成员青睐的美食,是“汤饼”——煮面食品之族——中的最具工艺代表性和民族普泛性的民族食品之一。

第六,目前所见到的“索饼”的可据文献是东汉末年的《释名》,而且“索饼”已是标准形态的水煮面条,但还不应当率尔作出中国面条出现的最早时间即是东汉末年的结论;这一时间显然应当更早,早在水煮面条的初级形态隐含在“汤饼”——“饼”笼统称谓的东汉中叶以前,甚至可能上溯到西汉时期。因为那时水煮面是通常的食法之一,而在这种食法中,条形与片形等形态的区别与选择,最多不过是半步之遥。

以上六点是笔者自研究饮食史以来一直主张的观点,并且是近三十年教学中的重要内容。笔者还曾在课堂上说:“也许地下的什么地方还保存着面条的实物,那只有等待未来的考古发掘为人们提供直接的证据了。”我说“人们”而非“我们”,因为我担心我们等不到地下实物出土的那一天。然而我们很幸运,我们的期待没有落空,2002年的考古发现给了世人四千年前的中国人食用面条的实物证据。四千年前的一次地震,将中国西北地区的一个小村庄埋在了地下十英

尺处。今天,这个史前村落在考古学工作者的铲子下再现出来,它就是今天青海省新石器时代齐家文化层的喇家遗址。面条是装在一个倒置的碗中的,所以它才得以保留下来。专家研究认为,这一实物则属于四千年前用谷子和黍子混合做成的面条,面条长约 50 厘米,直径约 0.3 厘米,粗细均匀,颜色鲜黄,与现在的拉面形态相似。这碗面条系用生面粉做成,也许是主人还没来得及煮食,灭顶之灾就顷刻发生了,于是它得以留存到了今天〔1〕。

## 七、馄饨与饺子

馄饨与饺子,是继面条之后出现,并可与其并称为中华民族“国食”和“东方美食”的两个历史悠久的传统面食品种。关于馄饨和饺子,民俗学留下许多记叙资料,这里自不必蛇足赘述。我们所关心的,只是从食品科技史和历史文化的角度,辨析馄饨与饺子两者的渊源关系,缕清其形态与名实演变,因而对这两个中华食文化史上的名物有尽可能明晰准确的认识,因为这恰恰又是既往言者虽多、又尚未足够清楚的重要问题。

馄饨与饺子的区别,今天应当说是显然明确的。两者显然明确的区别主要有以下诸点:

首先,两者所用包馅的面剂——皮儿的形制与制法不同。馄饨皮的制法,一般是将水和面(或可在和面时用鸡蛋一个)适度揉攥和适宜静置之后擀成延展均匀的薄片,随后将其卷在擀面杖上,用刀在中间顺面杖划开,然后改刀成均匀适用的梯形小片,即成馄饨皮儿。饺子皮儿则不然:水和面适度揉攥、适时静置之后,搓条,下剂,揉团压饼,擀皮儿。饺子皮儿中心厚,四沿薄,呈由中心向四周均匀延展、

---

〔1〕 英国《Nature》2005-10-13。

逐渐趋薄的圆形。总的说来,饺子皮要比馄饨皮厚,饺子皮不宜太薄。

其次,两者的形制明显不同。馄饨包法是:左手持皮儿,右手用一根筷子(或专用的拨馅用具)挑少量馅料(一般是肉馅)抹在皮的窄端卷上,把馅料卷在里边,然后将两头合拢捏在一起成元宝形(或谓“修女帽”形)而成。饺子包法则是:左手持面皮,右手用一双筷子(庶民之家传统用牛肋骨或其他质料制成专用的长约二十厘米的填料具——饺子匙)拨取适量的馅料置于面皮中间,然后将面皮对折收拢,边缘捏合成略似蚌蛤形。从馅料上来看,馄饨所用馅料传统上通常是各种肉类,故习称“肉馄饨”,馅料用量也较饺子少。现时在各种肉料馅料“肉馄饨”之外的一种“菜馄饨”(即用些许肉糜与菜蔬拌制的馅料),历史文录上是很少记载的。比较而言,饺子馅的用料则比馄饨广泛得多,不仅各类肉料的荤馅可以用来包饺子,而且许多菜蔬等植物原料也可以用来包素馅饺子,通常饺子馅也要比馄饨馅大些。而且,就形制上来说,饺子皮儿是例行的小圆面饼,饭店里通常是一斤面粉和面可出六十个饺子皮。而馄饨则又有不同。馄饨皮可以是梯形的,也可以是正方形或三角形等不同形状的,当然包出来的馄饨也便不是十分严格的元宝形。

再次,是两者烹煮的汤水不同。馄饨一般是在肉汤、鸡汤或骨头汤、高汤等汤中煮熟,而饺子则多在清水中煮(非水淪者自然除外)。

最后,馄饨与饺子在食法上也有不同。馄饨在汤中煮熟后捞在碗(碗的容量一般较大)中,和上配以佐料的(如芫荽末、胡椒粉、味精、精盐等)原汤,以匙盛取进食。饺子在清水中煮熟后则以漏勺捞盛于盘中,捞取时,汤水要尽可能沥净。进食前,以筷子逐一将饺子先挟到放有香醋、芝麻油、酱油或其他随各人所好的佐料碟中蘸一蘸。北方等许多省区在吃饺子时,往往佐以蒜茸(蒜末或蒜瓣)、辣油或芥末油、芥末糊等辛辣味调料。

馄饨与饺子的区别在今天上述这般显然明确,然而今天的明确却是由历史上的不明确逐渐演变而来的。作为古代诸多的“饼”中的一种,馄饨的出现也很早,饺子则是更后一些时候从馄饨的初级形态之中演化独立出来的。而两者又分别经历了长时间的名实演变过程,才成了上述各自的典型形态的。

“馄饨”一词,今日所见最早载录文献是三国时期(220~265)魏国博士张揖的《广雅》:“馄饨,饼也。”而在更早一些的东汉扬雄《方言》之中,则记为:“饼,谓之饨,或谓之侏馄。”〔1〕但自东汉以下,至于南北朝的四五个世纪间,“馄饨”一词的书写,在不同时期的诸多文献中多有歧异:宋丁度等撰《集韵》、宋司马光(1019~1086)等撰《类篇》引《广雅》作“脍(kūn 昆)肫”(两字均作肉字旁,表明馄饨馅必以肉为);《食经》作“混沌”;晋葛洪(284~363)撰《字苑》作“恽饨”;唐段公路《北户录》卷二“食目”引《齐民要术》作“浑沌饼”;唐人崔龟图注《北户录》引北齐颜之推(531~591以后)语云:“今之馄饨,形如偃月,天下通食者也。”唐段成式《酉阳杂俎》作“馄饨”,等等。对于这种同音异字,一物别写的现象,学者认为:“义并与馄饨相近,盖馄饨叠韵为形容之辞原无定字。”〔2〕大约是南北朝以后,“馄饨”一词的写法才渐趋规范起来。但中国古代书生文士多好拟古标奇、儒雅自尚,故又每每以掌故异趣指事名物,如史入明清,“馄饨”一词虽早已习用经久,而李时珍《本草纲目》则仍作“恽饨”〔3〕,又曹寅《题画·菱》诗中仍将其写作“恽屯”。“舟烟一点恽屯熟,不让诸侗食饼牙。”

〔1〕《太平御览》卷八六〇引《方言》“饼,谓之饨”,《四库全书·子部十一·类书类》;今传本《方言》则“饨”字作“饪”,学者已考“饪字即饨字之讹”,见钱绎《方言笺疏》卷十三,上海古籍出版社1989年版。

〔2〕钱绎《方言笺疏》卷十三。

〔3〕《本草纲目》卷三《百病主治药》上“痢”：“楞白皮……水谷痢、小儿疳痢、并水和作馄饨煮食。”今本已作“馄饨”，人民卫生出版社1985年版。

唐代,是中国历史文化走向全面兴盛发达的时期,中国古代饮食文化亦紧趋其势呈现前所未有的繁兴景象。慕名家、尚名食,社会名食竞出,记录唐代中叶社会名食的著述便有“今衣冠家名食,有萧家馄饨,漉去汤肥,可以瀹茗”文录〔1〕。馄饨汤本是荤作,故汤中有“肥”乃是理中之事。而中唐时,衣冠家追求精巧美食,故在本属上乘食品的馄饨上另下功夫,以致达到如下标准:馄饨皮面质极佳,入沸汤中煮,面粉不融于汤中;馄饨捏合得严密,馅中汤汁丝毫不渗出;煮馄饨的荤汤为极鲜美清澈的上好汤汁,或是先将馄饨在清水沸汤中煮熟捞出,再兑入另备的汤中。当然,所谓“可以瀹茗”,恐怕并非真的要用馄饨汤去煮茶,无非是极言用来煮馄饨的汤是何等的纯净清澈而已。值得庆幸的是,今天我们对馄饨和饺子在唐代的形态规制的认识,不必因字斟句酌、考勘文献而伤神了,考古发现的实物提供了毋庸置疑的历史根据。1959年新疆吐鲁番阿斯塔那唐代初期墓葬中同时出土了馄饨与饺子,馄饨形似现代人的耳朵,长3厘米,宽1.9厘米,饺子形如月牙,长约5厘米,中宽1.5厘米;皮均为小麦面粉所制。1986年再次发掘又发现八个饺子,长5.7厘米、宽2.4厘米〔2〕。这两种十几个世纪以前的实物,已与今天馄饨、饺子的形制极似,而从它们出现在吐鲁番地区的事实,便不难想见这种面食之俗在唐代是如何流行广泛的。吐鲁番盆地一带,北朝至唐时,为高昌国(497~640),国主麹氏,盛时南接河南(指罗布泊以南的吐谷浑境),东连敦煌,西次龟兹(今库车一带),北邻敕勒(在天山北麓)。境内多汉魏以来屯戍西域的汉人后裔,语言风俗、制度与中原相同。1966~1972年阿斯塔那唐墓出土的梅花、菊花等各式精美的范式点心以及

〔1〕 唐·段成式《酉阳杂俎》前集卷之七《酒食》第二七一条,中华书局1981年版。

〔2〕 新疆维吾尔自治区博物馆:《新疆吐鲁番阿斯塔那北区墓葬发掘简报》,载《文物》1960年第6期。

“人形面食”、面条、精制面饼等面食品,是高昌文化与中原文化一致性的又一实力物证。这些点心均为小麦面粉所制,圆形,径约5~6厘米,其造型之优美,制作之精巧,完全可使糕点工人认作为当代食品〔1〕。足见既往人们所理解的由馄饨、饺子所代表的中原面食文化,事实上早在十几个世纪以前便是包括西域广大地区在内的中华民族的共有文化。

我们从考古发现中见到了与今天已无区别的饺子之实,但“饺子”之名却要晚得多。“饺子”一词的文字规范表述基本是明以后的事,清代的北京,达官贵族及市庶下民均极重吃饺子,饺子尤其是“年”中美食:“其在正月,则元日至五日为‘破五’,旧例食水饺子五日,曰煮饽饽。”〔2〕“煮饽饽”是满族等北方草地民族对水煮饺子的汉化习称。清时,北京人习称水饺子为煮饽饽这一文化现象,一方面表明以满族为代表的草地民族在17世纪进入中原之后对中原传统食文化的充分认同,另一方面则反映了北京社会对以满族为主的清帝国贵族阶层观念好尚的积极趋从〔3〕。“饺子”在宋代文献中记为“角子”,《梦粱录》记南宋朝廷皇帝寿宴礼仪宴事有文:“进御膳,御厨以绣龙袱盖合上进御前珍馐,内侍进前供上食,双双奉托,直过头。凡御宴至第三盏方进下酒咸豉,双下驼峰角子。”〔4〕“饺子”系“角

〔1〕 吴震《吐鲁番阿斯塔那唐墓中有重要发现》,载《考古》1959年第12期;新疆维吾尔自治区博物馆《新疆吐鲁番阿斯塔那北区墓葬发掘简报》,载《文物》1960年第6期;新疆维吾尔自治区博物馆《吐鲁番县阿斯塔那——哈拉和卓古墓群情况简报》(1966~1969年),载《文物》1972年第1期;吐鲁番地区文管所《1986年新疆吐鲁番阿斯塔那古墓群发掘简报》,载《考古》1992年第3期。

〔2〕 徐珂《清稗类钞·饮食类》“京师食品”,中华书局1986年版。

〔3〕 关于满族食文化与中原传统食文化的交互关系,拙著《满族食文化变迁与满汉全席问题研究》(黑龙江人民出版社1996年版)、《满汉全席源流考述》(昆仑出版社2003年版)有较系统论述。

〔4〕 南宋·吴自牧《梦粱录》卷三“宰执亲王南班百官入内上寿赐宴”,《四库全书·史部十一·地理类八》。

子”的进一步通俗化、规范化表述,而“角子”的命名,显然是象形取义,因其像牛、羊、鹿等兽类头上初萌之角,故“角子”又记作“水角”或“角”,这种习惯沿用时间同样相当长。清初蒲松龄(1630 或 1640~1715)《聊斋志异》中《司文郎》一文有:“王(平子)大悦,师事之。使庖人以蔗糖作水角。宋啗而甘之。”清末时这一称谓与记法仍存:“京师谓元旦为大年初一。……是日,无论贫富贵贱,皆以白面作角而食之,谓之煮饽饽,举国皆然,无不同也。”〔1〕大概“角”字的书写表意不够明显,故又被记作“粉角”或直写成“饺”。方以智(1611~1671)《通雅·饮食》:“《说文》:‘鬻,粉饼也。’即饵,后谓之粉角。北人读角如矫,遂作‘饺饵’。”《正字通·食部》:“饺……今俗饺饵,屑米面和馅为之,干湿大小不一。水饺饵即段成式食品‘汤中牢丸’。或谓之粉角。北人读角如矫,因呼饺饵,讹为‘饺儿’。”

要更清楚地认识馄饨与饺子之间的渊源关系与各自形态演变,还必须准确理解束晰《饼赋》中的“牢丸”为何物及何种形态。“其可以通冬达夏、终岁常施、四时从用,无所不宜,惟牢丸乎!”在束晰看来,在“饼”族的众多面食品中,只有“牢丸”才是一年四季无时日之分,节庆俗常无事由之限的最灵活适宜的美食。也就是说,在束晰的时代,“牢丸”事实上已经是人们最尚食又经常习食的美味面品了,在人们日常饮食的习俗与观念上,当时的“牢丸”已经如同今天饺子的地位一样了。“牢丸”,从字面可知,是内实肉馅,外裹面皮,形为圆团的形制。古时祭礼的牛、羊、豕三牲为牢,“牛、羊、豕各一为一牢”〔2〕——太牢;无牛而仅有一羊、一豕是少牢。当然,这决不意味着牢丸的馅料必须是牛、羊、豕三牲同时皆备,事实上是有其一即可

〔1〕 富察敦崇《燕京岁时记》“元旦”,北京古籍出版社 1983 年版。

〔2〕 《春秋左氏传·僖公十五年》杜预注,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。



称之为“牢”。可见，“牢丸”的得名，首先是因为其包裹的馅为三牲之肉，或许古时人们有牢礼祭祀之后以牲肉为馅料作面食的习惯，或者因牛、羊、豕等大牲是牢礼祭祀的隆重牺牲，故名之曰“牢丸”；其次，其形态必为团圆形。但这“牢丸”并非仅以三牲之肉制成的小肉圆——如今日的“肉丸子”，而是外包裹以面皮的面食品——“饼”中的一种。可以想象，这种牢丸食品，为了避免其在沸汤中滚煮时肉馅泄漏，一定要以揉和制作得很好的面皮严密包裹；而为了易煮易熟，又一定要面皮厚薄适度；同时为了美观也要考虑每个牢丸大小均匀一致（同时也便于烹饪），或尽可能揉得圆些——如同今天元宵或汤圆那样。

身处中唐以后的段成式（约 803 或稍后～863），出身士家望族，其父段文昌曾任元和（806～820）末年宰相，府中庖厨之盛、厨膳之精著名于史。段成式记录的中唐时享有盛誉的特产食物及精美食品中就分别有“笼上牢丸”、“汤中牢丸”的蒸、煮两种牢丸食品〔1〕。值得注意的是，自晋代文录中出现“牢丸”一词直至其逐渐湮沉的宋以前，在约八个世纪的时间里一直是与“馄饨”一词并列使用的。当“角儿”、“角子”、“饺”、“饺子”的称谓出现之后，“牢丸”一词便逐渐隐逝了。而“牢丸”出现的时间，若以束晰《饼赋》等晋代文献为最早来看，距离最早记载“饨”、“𩪦馄”（即馄饨）的扬雄《方言》的东汉，时间相距也不过是半个多世纪。至少从目前的文献资料来看，当“馄饨”一词出现后不久，“牢丸”的称谓也便紧步其后应运而生了。也就是说，牢丸是初期馄饨中的一种形态，当然还是最为精细的一种形态。最初的馄饨一定不是今天规范的样子，很可能就用一张面皮捏合成近似今天的包子或烧麦形，当然捏合处一定不许有缝隙，否则会泄出汤汁，煮时也会破裂。

〔1〕《酉阳杂俎》前集卷之七“酒食”。

我们说历史上的馄饨是这种膨鼓如束囊形态,并非是臆断。古时,中国人有一种用完整剥取的羊、牛等牲皮制成浑然密合,仅留一足口处以充气鼓起(随后扎牢)作为泅涉工具的聪明创造,名为“皮馄饨”。历史文献记其物云:“馄饨,即《元史》所载革囊也。不去毛而剝羚羊,扎三足,一足嘘气其中,令饱胀,扎之,骑以渡水,本蒙古渡水之法,曰皮馄饨。”〔1〕这种“革囊”,又称“皮筏”。黄河上游近兰州、西宁一带至今仍见使用,俗称为“浑脱”。所谓《元史》所载者,见《石抹按只传》:“石抹按只,契丹人。……己未(1259)……叙州(故治今四川宜宾)守将横截江津,军不得渡,按只聚军中牛皮,作浑脱及皮船,乘之与战,破其军,夺其渡口,为浮桥以济师。”〔2〕这种以浑脱革囊作泅具的发明起源于北方,最初是用于盛放水浆饮料的。北宋时,这种革囊用量颇大:“访闻河北道顷岁为羊浑脱,动以千计。浑脱之用,必军行乏水,过渡无船,然后须之。”〔3〕看来,这种革囊因是完整取剥,称作“浑脱”是有道理的:“北人杀小牛,自背上开一孔,遂旋取去内头骨肉,外皮皆完,柔软用以盛乳酪酒湏(dòng 动),谓之浑脱。”〔4〕而称“皮馄饨”则是其谐音谑用,是继“浑脱”之后的称谓。但称革囊“浑脱”为皮馄饨,也的确是有其形象的前提在,所谓“(革囊)或谓之皮馄饨,盖俗呼也”。〔5〕

我们由浑脱革囊的俗称“皮馄饨”,可以大概推见中世纪时的馄饨形态,是远比今天规范化的馄饨圆鼓饱满的。其形状,如我们以上推断,大约像是口处捏合的烧麦或似没有长大的小石榴果。而牢丸

〔1〕 清·余庆远《维西见闻录》,《丛书集成初编》三一四二。

〔2〕 《元史·石抹按只传》卷一五四,中华书局1976年版。

〔3〕 宋·苏辙《请户部复三司诸案札子》,《栞城集》卷四一,《四库全书·集部三·别集类二》。

〔4〕 明·叶子奇《草木子·杂俎》卷四,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔5〕 清·阮葵生《茶余客话》卷十三,《丛书集成初编》二八二六。

则圆鼓饱满如馄饨,不同的是没有捏合后留出的面皮的一束边角,这便是东汉至晋、南北朝,直至唐以前的馄饨与牢丸两者的区别所在。可以说,牢丸是馄饨在形制上的进一步精细化。当人们不欲费时揉团牢丸成球形,而换成一种用大小规格一致的小薄饼对折捏合的方式之后,今天规范形态的“饺子”便脱颖而出:“今之馄饨,形如偃月,天下通食也。”〔1〕形如偃月的馄饨,更确切些说,是形如偃月的牢丸,那便是今天规范化的饺子。上述引文系唐人据引颜之推所言。颜之推字介,南琅邪临沂(今江苏江宁)人,是著名的《颜氏家训》的作者。颜氏之言表明这样两点:一是至迟在南北朝时,今天通行的饺子的规范形态便已形成了,并且是流行“天下”的统一样式;二是饺子之实早已存在了,但其名却称“馄饨”。耐人寻味的是,颜氏称“形如偃月”的这种食品仍为“馄饨”,而不称为其时早有的称谓“牢丸”。这恐怕应从以下几点来理解:一是“偃月”之形与“丸”之形,两者相去较远,而无论“偃月”形的馄饨,还是“丸”形的馄饨,都是馄饨类食品的不同形态而已,故直称“馄饨”而不及“牢丸”;二是南北朝以下,“牢丸”的形制可能渐趋淡化,“偃月”则相对成了馄饨的重要形制;三是颜氏为江南人,而江南是更重馄饨而不甚看重牢丸的,一如今天的北方喜饺子、南方爱馄饨一样,应当说这是一个久远一贯的文化传统。

由此,我们似乎可以得出如下的一些结论:

第一,“馄饨”食品早在东汉便是流行的精美面食品,并且已经比较接近今天的形态;其煮法、食法一直延续至今,称谓不变地沿用了二十余个世纪。

第二,饺子是由馄饨中逐渐分化独立出来的形态,牢丸则是这一

---

〔1〕唐·段公路《北户录》卷二“食日”“浑沌饼”条崔龟图注:“《(齐民)要术》上字,《广雅》曰:‘馄饨也。’《字苑》作‘傔’,颜之推云:‘今之馄饨,形如偃月,天下通食也。’”,《四库全书·史部十一·地理类八》。

分化独立的过渡阶段,当然这种过渡并非前后承接而是绵续交叉的。

第三,饺子的最初形态,应当包容在馄饨初级阶段的不规范的诸种形态——馄饨类食品之中;饺子的“偃月”形规范形态至迟在南北朝时就已经确定并成为“天下”流行的通式;由此也可以说,饺子的初级形态应当在东汉时就已经存在了。

至于馄饨与饺子的具体制作方法,明人留有确切记录:

馄饨方:白面一斤、盐三钱和如落索面,更频入水,搜(漉)和为饼剂。少顷,操百遍,搯为小鬼(块),捍开,绿豆粉为糝(bó 勃),其皮坚臃,四边要薄,入馅精肉,不可搭脂。若用葱白,先以油炒熟,则不羸气。花椒姜末、杏仁砂仁酱,调和得所,更宜笋菜、焯过莱菔藤花之类,或虾蟹,及诸鱼肉尤妙。下锅煮时,先用汤搅动,置竹籬在汤内沸(拂),频频洒水,令汤常如鱼津样滚,则不破其皮,坚而滑。〔1〕

水明角儿方:白面一斤,用滚汤内,逐渐撒下,不住手,搅成稠糊。分作一二十块,冷水浸至雪白,放卓上,拥水,入豆粉对配,搜(漉)作薄皮,内加糖菓作馅,笼蒸食之,妙甚。〔2〕

明代水明饺的制法无疑是传统水淪饺方法的变通。水明饺是要沸水烫面蒸而食之的,故与水淪饺不同。但以上馄饨与水明饺的制法,虽历明清至今而几乎毫无变化,足见馄饨、饺子这两种有民族代表性的面食品经过漫长历史时间的经验积累,已经相当优化稳定了。

## 八、胡饼名实

胡饼是中国饮食史和食品科技史上一个颇使人感兴趣的题

〔1〕 明·戴羲《养余月令》卷十七十月上“烹制”廿六则之二十一“馄饨方”,浙江省图书馆善本室藏明崇祯六年刻本。

〔2〕 明·戴羲《养余月令》卷十七十月上“烹制”廿六则之十七“水明角儿方”,浙江省图书馆善本室藏明崇祯六年刻本。

目。“胡饼”一词见于确切的文献记载是在东汉末期,其称谓的出现可能略早。《后汉书》载,东汉末年京兆长陵(今陕西咸阳县东北四十里)人赵岐(108~201)因避中常侍唐衡兄唐珣之害,于延熹元年(158,是年唐珣始任京兆尹)“逃难四方,江、淮、海、岱,靡所不历。自匿姓名,卖饼北海市中”〔1〕。赵岐所卖之饼即胡饼,裴松之谓:赵岐“闻有家祸,因从官舍逃,走之河间,变姓字,又转诣北海,着絮巾布袴,常于市中贩胡饼”〔2〕。引文中的“北海”,在今山东寿光一带;“河间”,今河北省献县一带,表明至迟东汉中期,胡饼已经在陕、豫、冀、鲁等广大地区成为民间习食了。民间如此,九重宫禁亦尚此食:“灵帝(155~189)好胡饼,京师皆食胡饼。”〔3〕对于这种东汉末年极为流行的胡饼,其时学者刘熙的《释名·释饮食》云:“胡饼,作之大漫汗也,亦言以胡麻着上也。”与当时普遍食用的蒸饼、汤饼、蝎饼、髓饼、金饼、索饼并列存在的这种胡饼,彼此间只是“皆随形而名之也”(同前)。“胡”有“远”、“大”之义,郑玄谓:“胡,犹遐也,远也。”〔4〕胡饼的形态特点似乎在个体上比内地形近之饼大,并且饼上可能同时着有胡麻。胡麻即芝麻,其名早见于《神农本草经》记载。胡麻得名,一说因其“本生大宛,故曰胡麻”,一说“胡之言大,或以叶大于麻,故名之”〔5〕。显然,胡饼的得名,与上着胡麻有一定关系〔6〕。

但这种关系,还是文化表象上的,其民俗和社会的意义,则还应是

---

〔1〕《后汉书·赵岐传》卷六四,中华书局1965年版。

〔2〕《三国志·魏书·阎温传》卷十八裴松之注,中华书局1982年版。

〔3〕司马彪《续汉书》,转引自《古今事物考》卷七“胡饼”条,《丛书集成初编》一二一七。

〔4〕《仪礼·士冠礼》注,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔5〕《神农本草经》上经“胡麻”条,并黄爽辑注,中医古籍出版社1980年影印本。

〔6〕笔者曾在友人莱阳农学院食品科学系李汉昌教授、陈淑芬教授夫妇处请教芝麻、胡麻等问题,并与李、陈二教授商讨按照汉魏文献记载反复复原制作“胡饼”。

“胡地”和“胡人”之习尚,是其地其民的烹制工艺这样的深层内涵。依后人视灵帝好胡饼,京师皆风从效行为胡人构乱“异兆”(指后来的董卓之乱)来看,胡饼当是因为胡人好尚的胡地之物而得名。董卓(? ~ 192),陇西临洮(今甘肃岷县)人,少时常游羌中(今陇青交界一带为羌人主要活动区),其为人颇类“胡人”性格习气,强悍刚猛,大异中原士大夫的修为,且其部曲亦多羌等胡人。“胡”,是中国古代中原炎黄文化观念对北方和西方各族的泛称,亦用来指称这些民族的事物,如胡桃、胡椒、胡琴等。“胡”之称,有时或有某种轻慢之义,故少数民族皆讳之。大概也正因为如此,十六国时后赵(319~351)政权建立者石勒(274~333)在位时(319~333),便因“讳胡,胡物皆改名,胡饼曰麻饼,胡绥曰香绥,胡豆曰国豆”〔1〕。但胡饼的称谓,并没有因此真正完全废止,尤其是在有着浓厚尚古情愫和托古传统的中国历代士子笔下,“胡饼”一词仍然雅奥地存在于他们大量的诗文之中。如《晋书》载,广汉郪(故城今四川三台县南)人王长文博有才学而性“放荡不羁”,被辟为州别驾后,“乃微服窃出,举州莫知所之。后(有人见其)于成都市中蹲踞啣胡饼”〔2〕。《晋书》成于唐初,参考了唐代以前晋史撰著二十余种,且采择了丰富的笔记小说,史事虽云晋代,而词藻和文化风貌却不无后代气息。又王隐《晋书》载:“王羲之幼有风操。郗虞卿闻王氏诸子皆俊,令使选婿。诸子皆饰容以待客,羲之独坦腹东床,啣胡饼,神色自若。”〔3〕值得注意的是,成书于东魏初年(6世纪30年代左右)的《齐民要术》一书所记叙的诸种“饼法”中,亦有“胡饼”字样,照理,撰者贾思勰既任职高阳(今山东临淄西北三十里)太守,身为鲜卑贵族政权的命官,本当有所避忌才是,但该书原文

〔1〕《艺文类聚》卷八五百谷部“豆”引陆翊《邺中记》,上海古籍出版社1982年版。

〔2〕《晋书·王长文传》卷八二。

〔3〕《太平御览》卷八六〇引王隐《晋书》。

为：“髓饼法：以髓脂、蜜，合和面。厚四五分，广六七寸。便着胡饼炉中，令熟。勿令反覆。饼肥美，可经久。”〔1〕其实，文中的“髓饼”，恐怕与汉代人文献中所记的“髓饼”并非一物。汉代人文录所记的髓饼，所用原料为不同于其他油脂的动物骨髓之脂，做饼的原料只是髓脂、蜜、面粉，甚至是不用蜜而仅用髓脂和面粉〔2〕。也就是说，这种髓饼只比最简陋的“白饼”多了点髓脂，在用料上要比“烧饼”、“环饼”、“截饼”等品种单调了许多。但贾思勰特别提到了髓饼的致熟工艺，既不是蒸，不是淪，不是煎，也不是当时中原汉人一般意义的炙。这种髓饼的制法，是要“着胡饼炉中，令熟”。不言“胡饼”，却又言“胡饼炉”，这的确是个值得注意的、颇耐人寻味的问题。

照常理来说，胡饼食习既然至迟于东汉末叶便于黄河流域及广大中原地区逐渐普及开来，并于东汉末年为上自禁宫天子、下迄京畿百姓无人不食的时尚之食，那么贾思勰的“饼录”之著便绝无阙而不可言之理。石勒的“避胡”政策改的只是“胡”名称谓，而非禁其实物，也就是说，“胡饼”之名虽不公开流行（尤其是公牍行文和士子书录要慎行避讳），但“胡饼”之实却是存在的。既然离石勒的后赵政权不足两个世纪的黄河流域仍然普遍流行胡饼之实，《齐民要术》一书便丝毫没有理由阙漏。事实上，贾思勰也并没有阙漏。这位忠实的学者给我们留下的，正是他生活当时的真实的史实。不过，他留下的已不是东汉末年靡行“胡饼”或石勒初改“胡饼”之名时的“胡饼”形态了。可以想象，在三个世纪或更长时间的流布过程中，最初的“胡饼”形态是可能发生某些“入乡随俗”或“变异”式演变的。贾思勰记录的当正是这种演变过了的胡饼，他笔下的“髓饼”当就是这种胡饼。

“髓饼”，在汉代人笔下，只是用“炙”法而成的诸多品目“饼”的一

〔1〕《齐民要术》卷九“饼法”第八十二。

〔2〕《释名·释饮食》，上海古籍出版社1989年版。

种。而汉代学者理解的“炙”，除了将食料直接置于火上的“炙，炙也，炙于火上也”〔1〕一解之外，尚有置火中烧的“炙，热也”〔2〕，以及不直接近火的烘烤与烘干等义〔3〕。汉代人的髓饼制法，当是不直接近火的烘烤，即袭自《诗经》的“有兔斯首，燔之炙之”的“炙之”之义。这种有别于直接将食料置于火上、距明火较远的“炙”，早被先人作为一种对于火力区别利用的烹饪之法，也就是更细微的炙法而熟练掌握了：“炕火曰炙……凡治兔之宜，鲜者毛炮之；柔者炙之；干者燔之。”〔4〕“炕，举也，谓以物贯之而举于火上以炙之……凡治兔之所宜，若鲜明而新杀者，合毛炮之；若割截而柔者，则脔贯而炙之；若今炙肉也，干者谓脯腊，则加之火上炙之，若今烧干脾也。柔，谓杀已多日而未干也。”〔5〕显而易见，汉代人的这种与最为普通简易的“白饼”无大区别的髓饼，只要不是按汉人的炙法，而是“着胡饼炉中”致熟的，那其实就是“胡饼”而已。因为在用料方法上，“胡饼”并无严格限定，只是剂形态上略比汉人习常“炙”、烙的饼大些，关键的区别在于特别烹饪工具及其决定的特别加工方法。正是这一点决定了文化风格的“胡”。至迟春秋开始，直到贾思勰生活的时代，黄河流域广大汉人所食的非水淪、笼蒸类的饼，一般都是用金属质的“铛”类加工工具烙炙而成的。《齐民要术》在记述“粢”、“膏环”、“鸡鸭子饼”、“豚皮饼”等饼的制法时，都指出要用这种“铛”类加工工具。许多省区今天仍沿用的铛，即是古代铛的演进形态，不同的只是因科技的进步和经验的丰富，致使铛的专用式样更多，制作更精罢了。铛，在历史上的基本用处就

〔1〕《太平御览》卷八六〇引《食经》。

〔2〕《玉篇·炙部》卷二·，《四库全书·经部十·小学类二》，并参见《汉书·武五子传》卷六三颜师古注引服虔释，中华书局1962年版。

〔3〕东汉·王充《论衡·逢遇篇》，《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔4〕《诗经·小雅·瓠叶》郑氏笺。

〔5〕《诗经·小雅·瓠叶》孔颖达疏。



是烙饼和烧菜。无数的历史文献记载和丰富的图像、实物有力地证明了这一点。宋代人的一则谐趣文录是足能反映真实历史生活的：

北齐(550~577)高帝尝宴近臣为乐。高祖曰：“我与汝等作迷，可共射之：‘卒律葛答’。”诸人皆射不得，或云：“是口子箭。”高祖曰：“非也。”石动筒云：“臣已射得。”高祖曰：“是何物？”动筒对曰：“是煎饼。”高祖笑曰：“动筒射着是也。”高祖又曰：“汝等诸人，为我作一迷，我为汝射之。”诸人未作，动筒为迷，复云：“卒律葛答”。高祖射不得，问曰：“此是何物？”答曰：“是煎饼。”高祖曰：“我始作之，何因更作？”动筒曰：“承大家热铛子头，更作一个。”高祖大笑。〔1〕

铛主要是用来烙炙饼的，引文已显而易见。不过，文中的“煎饼”并非如今人所熟知的“山东煎饼”那样的食品，而是动宾结构，“煎饼”的煎，系使面饼在铛中反复烙炙至熟的工艺，即所谓：“煎，火干也……凡有汁而干谓之煎。”〔2〕这与胡饼炉的“勿令反覆”的工艺特点是截然不同的。值得注意的是，这个使用“勿令反覆”（实际上也勿需或无法反覆）工艺的工具，今天仍在广泛地沿用着，一是新疆等广大西北地区仍在使用的“馕坑”，二是内地等许多省区多在用的烤饼炉。后者多以大铁皮桶内套黄泥制成，其实应当视为西北少数民族馕坑的内地演变形态，而二者都是由古代“胡饼炉”变化而来的。农史专家石声汉先生注意到了这一点，他将前引贾思勰的“便着胡饼炉中”一句译成“放进贴烧饼的炉里”，是颇有见地的。然而，石先生将贾思勰笔下的“胡饼炉”直接断言为“贴烧饼的炉”，似乎又忽略了两者之间应有的差异〔3〕。有趣的是，在贾思勰笔下，掺有髓脂的“白

〔1〕 庞元英《谈薮》，《百川学海》（重辑本）戊集。

〔2〕 《方言》卷七。

〔3〕 石声汉译《齐民要术》（饮食部分），中国商业出版社1984年版。

饼”一入“胡饼炉”中便冒顶了汉代以来即有了的“髓饼”之名，“胡饼”之实隐入了“髓饼”之名中；而汉以来的髓饼之实则因其被舍铛入炉而在《齐民要术》一书中名存实亡了。

不过，事物形态在漫长历史过程中所发生的诸多细微变化的积累的确是不容忽视的。两者比较，倒是流传至今的西北的馕更具贾思勰笔下所记的“髓饼”之义，而内地烤饼炉中所烤出的饼却颇类时下以“吊炉”、“平炉”或平底铛中焙烙出的烧饼。一个小小的充饥之饼，竟然有如此复杂的沧桑经历，以至我们在追索它繁杂的形态变化时不能不保持极敏锐的观察力与判断力。事实正是如此，恐怕自唐宋以来，“胡饼”的名实变化还要比我们想象的复杂得多。

如果说东晋大书法家王羲之(303~361)少年时那则传为古今美谈的“独坦腹东床啖胡饼”以成郗太傅快婿故事中的“胡饼”，尚属汉晋承自西域早期馕的风格的话〔1〕，那么，至少唐以后的“胡饼”便有不可同日而语的变化了。细读唐人文录，便不难发现其中的微纤变化：玄宗避安禄山之乱，仓皇出逃，行至咸阳，饥不可耐，守吏尽皆逃散，“中使征召，吏民莫有应者。日向中，上犹未食”。“杨国忠自入市，衣袖中盛胡饼，献上皇。”〔2〕衣袖中盛之，那“胡饼”无论是“炉”中所炙还是铛中所烙的，均应是而非以动物髓脂揉制，并且饼外亦不应涂敷油脂，否则是无法理解的。也就是说，唐时的“胡饼”仍然不类今日的“烧饼”，把古代的胡饼一概释说成今日烧饼，是不妥当的。

大唐帝国承东汉末年以来华夷风融、彼此无禁的时势(黄河流域的北方尤为如此)，胡风文化与炎黄文化处于极自由的通融交汇状态。各类“胡食”的流行更在汉晋与北朝历代之上，史载玄宗时“太常

〔1〕《太平御览》卷八六〇引王隐《晋书》文：“王羲之幼有风操。郗虞卿闻王氏诸子皆俊，令使选婿。诸子皆饰容以待客，羲之独坦腹东床，啖胡饼，神色自若。”

〔2〕《资治通鉴》卷二一八“唐纪三十四”肃宗至德元载(756)，并胡注引《肃宗实录》。

乐尚胡曲,贵人御馔,尽供胡食,士女皆竞衣胡服”〔1〕。与玄奘《大唐西域记》、马可·波罗《东方见闻录》共同享有“东方三大旅行记”之称的日本僧人圆仁的《入唐求法巡礼记》,记载了作者所目击身历的这种社会风习:开成六年(会昌元年,841)正月六日,“立春节。(上)赐胡饼、寺粥。时行胡饼,俗家皆然”〔2〕。“俗家皆然”,是极言其广为社会各阶层、各类民众习食。但出家人尚食,并且是蒙皇上赏赐佛门者,一定不是用动物髓脂所制,当毫无疑义。它表明了我们对胡饼不同于烧饼的理解的正确性。另一则史料也同样可以证明这一点。唐中叶“时豪家食次,起羊肉一斤,层布于巨胡饼,隔中以椒豉,润以酥,入炉迫之,候肉半熟食之,呼为‘古楼子’”〔3〕。这种“古楼子”,其实与《齐民要术》中所记的“烧饼法”几乎毫无二致〔4〕。同时也说明当时的胡饼是不杂以他物的素面为之的。唐释慧琳(俗姓裴,西域疏勒国人,唐大兴善寺僧)认为,当时流行的“胡食”有饅餠(bù不 tǒu 餠)、饅餠、烧饼、胡饼、搭纳等诸多品种,不过,“中国效之,微有改变”〔5〕。慧琳的看法,足可证明以下几点:一是“胡食”来自中原地区以外的西域等“胡地”、“胡人”;二是已经中原化的“微有改变”;三是“胡饼”并不一般地等同于“烧饼”。还有更重要的第四点,那就是将“烧饼”、“胡饼”并列为“胡食”。这也印证了我们前面所说的,入“胡饼炉”中炙熟的工艺,是“胡”的最主要特征。即便是中原人传统的铛烙饼的面剂,只要置于胡饼炉中加工,便是“胡食”的风格,便是胡饼或“胡”式的烧饼。同是属于“胡食”,即同样经胡饼炉炙熟的胡饼和烧饼,两者的区别恐怕仅在是否上着胡麻上,亦即东汉末刘熙

〔1〕《旧唐书·舆服志》卷四五,中华书局1975年版。

〔2〕〔日〕圆仁《入唐求法巡礼行记》卷三,上海古籍出版社1986年版。

〔3〕北宋·王说《唐语林》卷六,《四库全书·子部十二·小说家类一》。

〔4〕《齐民要术》卷九“饼法”第八十二。

〔5〕《一切经音义》卷三七,上海古籍出版社1986年版。

《释名》所谓胡饼“亦言以胡麻着上也”。对此,白居易(772~846)诗《寄胡饼与杨万州》应当是最为生动的佐证了:“胡麻饼样学京都,面脆油香新出炉。寄与饥馋杨大使,尝看得似辅兴无。”〔1〕诗中的“胡麻饼”,坐实了“以胡麻着上”之说,但“面脆”似掺有动物油脂,亦即略同于贾思勰所记的“髓饼”。总之,以“面脆油香”这一点来看,当与杨国忠于咸阳肆中所购可以“衣袖中盛”者有所不同。

史入宋代,尤其是南宋以后,华夷矛盾或民族矛盾渐趋尖锐,“胡”字表义的称谓逐渐淡消。昔时普泛的“胡饼”之名渐易称为“炉饼”、“烧饼”。偶有“胡饼”称谓,也多是文人托古的雅尚而非实指其事。“饼”或“饼饵”类的面食品,基本以水煮、油淪、笼蒸、炉造等烹调方法来区别,“胡”的概念早已逝去,而所剩有的,则是彼此难分的历史文化彻底融合。

关于“胡饼”,还应当补充说明的一个不容略去的问题是“芝麻”与“胡麻”两者的名实及同异。如前所述,它们与“胡饼”的名实密切相关。因为正是“胡麻”名实的混乱,才使“胡饼”出现了历史上的疑惑。我国目前种植的麻类作物主要有大麻、芝麻、亚麻三种,与“胡饼”的历史疑惑有关的乃是芝麻和亚麻,故我们的讨论侧重于此。

大麻(*Canabissativa* L.)分雌雄两种,雄性称“臬(xǐ喜)”、“臬麻”、“牡麻”等,雌性称“苴麻”、“子麻”、“苳麻”、“小麻”等。臬麻纤维长韧,历史上主要用为麻布、渔网、绳索和造纸的原料;苴麻籽除作为主食料外,又可榨油食用(后于前者),油粕可作饲料,麻仁可入药。新石器时代遗址中出土的大量实物表明,史前原始农业时期大麻即为中国先民们重要的纤维兼食用作物〔2〕;并且直至南北朝(420~

〔1〕《全唐诗》卷四四一,中华书局1960年版。

〔2〕参见西安半坡博物馆《西安半坡》,文物出版社1982年版;吴文信《吴县草鞋山遗址的发掘》,《光明日报》1973年6月6日;汪济英等《关于吴兴钱山漾遗址的发掘》,载《考古》1980年第4期等。

589)以前一直是齐民百姓重要的“五谷”之一。

芝麻(*Sesamum orientale* L.)是我国传统的油料作物,种子含油率可达53%,高于其他油料作物。芝麻在古代文献中有“胡麻”、“巨胜”、“方茎”、“狗虱”、“鸿臈”〔1〕、“芝麻”、“交麻”、“脂麻”〔2〕、“油麻”〔3〕、“水宝”〔4〕等之称,宋以后文录中胡麻、脂麻、芝麻,均指芝麻。苏轼《服胡麻赋》“序”云:“何者为胡麻?……脂麻是也”〔5〕;王祯《农书》亦云:“胡麻即今脂麻是也。”〔6〕20世纪50年代末,浙江吴兴县钱山漾地区的良渚文化遗址中发现了包括芝麻在内的植物种子,考古发掘的实物遗存证明我们祖先栽培芝麻的历史至少已有五千年的历史〔7〕。因此,“胡麻”之“胡”与古代文献所指称的少数民族边地或域外本不同义。但中国历史上确有“胡麻”来自边地或外域之说,以今天可溯按的文录看,始作俑者便是贾思勰:“《汉书》张骞外国得胡麻”〔8〕。贾思勰之后,南朝陶弘景(452或456~536)、北宋沈括(1031~1095)亦相袭是说:“本生大宛,故名胡麻”〔9〕;“张骞始向大宛得细麻之种,亦谓之麻,故以‘胡麻’别之,谓汉麻为‘大麻’也。”〔10〕但此说既与出土实物所证明的史前农业文明完全相悖,也

〔1〕《神农本草经》上经“胡麻”条。

〔2〕《事物异名录》卷二四“交麻”条引《事物原始》、《芝麻谷谱》,江苏广陵古籍刻印社影印1989年版。

〔3〕唐·韩鄂《四时纂要》春令卷二“种胡麻”条,《中国本草全书》第二五二卷,华夏出版社1999年版。

〔4〕《事物异名录》引《云笈七签》。

〔5〕《服胡麻赋并序》,《东坡全集》卷三三。

〔6〕元·王祯《农书》卷七“胡麻”条,《四库全书·子部四·农家类》。

〔7〕浙江文管会《吴兴钱山漾遗址第一、二次发掘报告》及《附录一》,载《考古学报》1960年第2期。

〔8〕《齐民要术》卷二“胡麻第十三”。

〔9〕引自《本草纲目》卷二二“胡麻”条。

〔10〕北宋·沈括《梦溪笔谈》卷二十六“药议”条,《四库全书·子部十·杂家类三》。

没有基本的文字依据。贾思勰的“《汉书》记载说”多半是臆断,因班固(32~92)《汉书》及可以认定为汉代信史资料的传世文录均无此类记载。当然,贾思勰也未必是凭空杜撰,《齐民要术》成书之际(6世纪30年代左右)，“胡”文化和尚“胡”之风已盛行了约四个世纪之久,黄河流域又正是“胡”的天下;更兼某些不求甚解,又好发议论的读书人本就有奇异事物托寄域外的不良习惯,或许贾氏成书之时即有是说,在彼亦算是所来有自了。成书于西汉(前206~公元8)末年的《汜胜之书》记汉时农民久积经验大面积种植芝麻的传统技术:“胡麻相去一尺。区种,天旱常浇之,一亩常收百斛。”著名农史专家万国鼎先生辑释谓:“胡麻即脂麻,今通作芝麻。”〔1〕但通两汉的四个多世纪中,“胡饼”之名主要为饼形态较大的表义,此即刘熙《释名》“胡饼,作之大漫汗也”的依据;而“亦言以胡麻着上也”则是立此存照的另一说。

亚麻(Linum usitatissimum L.)俗称“胡麻”,与芝麻的古称相同,分为纤维用型、油用型、纤维与油兼用三种类型,但纤维用型和兼用型在我国栽培的历史较短,而油用型亚麻的种植,至迟于两汉之际便已推广于西北地区,这已有汉简文献作了较早的历史记录〔2〕。其后的记录则更多,如陶弘景在作了形态比较后明确指出:“茎方者为巨胜,茎圆者为胡麻”〔3〕,茎圆正是油用亚麻的形态;宋人苏颂(1020~1101)《图经本草》、宋人寇宗奭(shì 式,11~12世纪之际在世)《本草衍义》所描绘“胡麻”的植株、茎叶、色味及药性医用均为油用亚麻无疑〔4〕;李时珍则更据色、形、体而准确地称之为“壁虱胡麻”〔5〕。比较油用亚麻与芝麻种子两者,便不难发现明显的不同。

〔1〕《汜胜之书》,农业出版社1963年版。

〔2〕中国社会科学院考古研究所《居延汉简》甲乙编下册第86页,中华书局1980年版。

〔3〕见《本草纲目》卷二二《谷部》“胡麻”条。

〔4〕北宋·寇宗奭《本草衍义》卷二十“胡麻”条,《丛书集成初编》·四三〇。

〔5〕《本草纲目》卷二二“胡麻”条。

性 状	芝 麻	亚 麻
形 状	椭圆形,先端尖锐	长椭圆形,先端尖锐向一侧弯曲
色 泽	黑色,白色,黄色,褐色	褐色,咖啡色
籽粒宽度(mm)	1.6~2.3	2~3
籽粒长度(mm)	3~4	4~5
千粒重(g)	2~4	4~5
含油率(%)	46~63	41~46

对照芝麻、亚麻籽,我们可以发现两者在形态上的上述细微差别:亚麻籽略大于芝麻籽,后者先端尖锐而喙短,亚麻籽则尖锐稍长略向一侧弯曲。古人形象地称它们作“狗虱”和“壁虱”,应当说是很准确的区分,表明古代“胡麻”之称的确是兼括了芝麻与油用亚麻两者。这种极近似之物之间的混淆是很自然发生,也是很容易被理解的,事实上此类现象不仅在仅以经验判别的历史上,甚至在人们今天的日常生活中都是经常出现和大量存在的。芝麻与油用亚麻都是含油率高的重要榨油原料,两者的种子都有不同的香味与香气,它们又都可以,并且事实上也一直均被用于“饼”等食品上增香生色;更兼它们的区别又是那么细微,历史文献记录所造成的误会就不足为怪,也不难理解了。由此我们知道,“胡麻”并非来自“胡”地或“胡”域,张骞始携入中国之说不足为训;“胡饼”之“胡”初实取其形态之大,但亦有“上着胡麻”之说;“胡饼”初为黄河流域及西北地区人们(包括史书所谓域内域外的“胡人”)所尚食,汉以后其形制渐趋小巧,至隋唐时则已成上着芝麻或油用亚麻籽的炉饼了〔1〕。

〔1〕 关于“胡麻”的讨论,多有文章可参考,如杨希义《大麻、芝麻与亚麻栽培历史》(《农业考古》1991年第3期)等,同时参考了莱阳农学院李汉昌、陈淑芬教授提供的数据。

## 九、河 漏

馄饨、牢丸、饺子、索饼、水引等精美面食品在漫长的历史上,主要是中国中上层社会的常食,庶民大众只有节庆等非常时日才能染指,它们从一定意义上说,可以看作是历史上中国富有阶级的食品。而与之相对应存在的,在北方(北方同时是中国历史上的主要面食区)还有一种基本属于庶民大众的面食品,那就是“河漏”。

目前所见较早记录“河漏”的文献,是元代著名农学家王祜(13~14世纪之际)的《农书》(1314年印行):“荞麦:北方山后诸郡多种,治去皮壳,磨而为面,摊作煎饼,配蒜而食。或作汤饼,谓之‘河漏’,滑细如粉,亚于麦面,风俗所尚,供为常食。”〔1〕其后,明、清两代均有文献作相同记述,如明代著名的医药学家李时珍在《本草纲目》中说:“荞麦南北皆有。立秋前后下种,八、九月收刈,性最畏霜。苗高一、二尺,赤茎绿叶,如乌柏树叶。开小白花,繁密粲粲然。结实累累如羊蹄,实有三棱,老则乌黑色。王祜《农书》云:北方多种。磨而为面,作煎饼,配蒜食。或作汤饼,谓之河漏,以供常食,滑细如粉,亚于麦面。南方亦种,但作粉饵食,乃农家居冬谷也。”〔2〕清中叶名臣鄂尔泰(1680~1745)曾孙西清所撰《黑龙江外记》云:“荞麦,出黑龙江省尤佳,面宜煎饼,宜河漏,甘滑洁白,他处所无。河漏,挂面类,俗称合络。‘河漏’二字见《本草纲目》。”〔3〕这些资料表明,“河漏”是我国历史上长期以来流行于荞麦主要产区北方的形似挂面的荞麦面食品。荞麦面质地、口感都“亚于麦面”,作为生长期短的大田作物,荞

〔1〕 元·王祜《农书》卷七。

〔2〕 《本草纲目·谷部》卷二二“荞麦”。

〔3〕 清·西清《黑龙江外记》卷八,黑龙江人民出版社1984年版。



麦主要是因春灾后误农时的补种品种,历史上属于小麦、大麦以外的“杂粮”。明代科学家宋应星(1587~1666?)记时俗云:“閻閻作苦以充朝膳,而贵介不与焉。”〔1〕当然,荞麦主要作为庶民之食,并非始于明代,而是一向如此。宋人傅肱《蟹谱》一书记其时南、北两方人互以食俗相嘲道:北人笑南人是“先吃鳊鱼,又吃螃蟹,一似拈蛇弄蝎”;南人则讥北人为“先吃乳酪,后吃荞团,似啗脓灌血”〔2〕。荞麦面蒸熟之后,色转浅褐,故南人讥北人的食乳酪、荞团为吃脓血。当代作家李季的《王贵与李香香》反映的是西北地区的风情,作品中的一个富人向李香香姑娘求婚,而姑娘却偏偏相中了穷小子王贵,于是富人愤愤然说:“放着白面你吃饸饹,看上王贵你瞧不上我!”(第一部五回)

荞麦的食用,一般是磨粉做各种“饼”类,如宋应星所言:“荞麦实非麦类,然以其为粉疗饥,传名为麦,则麦之而已。”〔3〕如上引文,荞麦主要用来制作“煎饼”,以及蒸食的卷子和裹馅的饺子等。而最主要的,则是“汤饼”,但却不是古代“汤饼”概念的广义,而是狭义的水煮面条那种汤饼。这种荞麦面条特称为“河漏”,又作“合络”、“合酪”、“饸饹”等。如清人潘荣陛《帝京岁时纪胜》记京师九月食尚:“新黄米包红枣作煎糕,荞麦面和秦椒压合酪。板鸭清煮,嫩蟹香糟。草桥葶荠大于杯,卫水银鱼白似玉。”〔4〕精制的荞麦面饸饹也成了节令尚食了。因为荞麦粉的面筋质较低,故不能像小麦粉那样用手的力量来揉合之后再用力切割成条,于是人们便制作了一种特别的加工具——“河漏床”来“压”制。清人高润生记饸饹压制法颇详:“今按,荞麦实北方农家常食之品。作河漏法:系以水和面为团,用木机榨压而成。其木机则牝、牡各一,联以活轴,可随手起落,外施以床,

〔1〕 明·宋应星《天工开物》卷上乃粒第一“麦”,上海古籍出版社1993年版。

〔2〕 宋·傅肱《蟹谱》下卷,《四库全书·子部九·谱录类三》。

〔3〕 《天工开物》卷上乃粒第一“麦”;麦属禾木科,而荞麦属蓼科。

〔4〕 清·潘荣陛《帝京岁时纪胜·九月》“时品”,北京古籍出版社1983年版。

用时置机釜上,实面团于牡机内,其牡机之底,则嵌以铁片,密凿细孔。面入牡机内,乃下牝机压之,则面随孔出,作细条落釜水中。煮熟食之,甚滑美也。其木机俗呼‘河漏床’。”〔1〕高氏所记“牝、牡各一”、“木机”河漏床是利用杠杆原理的最简单的机械结构。人们可以利用的最便捷经济的材料自然是木材,高氏所言河漏床也可以称得上是历史上河漏床的标准机样,因为一种更为简陋的河漏床则是仅由“牝、牡各一”的两根木棍上下结构而成的。但高氏所记标准式样的河漏床,则更适用,也相对更省力,亦可以适应多人共食所需,加大充料槽的容量。为省力高效,加工者甚至可以臀部坐在“牡”杠上,以全身的力量冲压面团。现在,这种有数百上千年历史的自给自足小农经济文化表征的工具,仍在晋陕等省许多偏僻地区的农民家庭里经常使用着,不同的是木制大多变成铁质的了,但也基本是手工制作,比较简单粗糙,随意性很强,并且在许多县镇及中等城市亦然。同时要说明的是,河漏用料在历史上,并不仅限于荞麦面,它还包括同样筋质不足,属于庶民大众基本食料的高粱面、玉米面等。

---

〔1〕清·高润生《尔雅谷名考》,《笠园古农学丛书·甲部》1917年。

# 第七章 中华民族菽文化

## 一、菽的驯化

菽,最初是我国古代豆类的总称,后来专指大豆。大豆在植物分类学中属于豆科,蝶形花亚科,大豆属。人工栽培的大豆是由野生种选择演进而来的,迄今野生大豆在我国广大地区仍有分布。大豆是中国的特产和原产,这已经为世界所公认,近世各国的大豆栽培种,都是直接或间接地从中国传去的。因此,英、法、德、俄等文字中的大豆名称便都是中国大豆——“菽”字的音译。

如同粟、稻、麦等谷类作物一样,中国大豆进化的历史也是相当久远的。据大量考古发现证明,“在许多新石器时代遗址中发现过大豆的残留印痕”〔1〕。因此,有的学者据以认为:“现在虽然还没有在新石器时代遗址中发现大豆,但是可以肯定当时已有栽培。”〔2〕大豆在先秦一般记为“荏菽”、“菽”、“藿”等名称,《诗经》等典籍中便有大量记载:“中原有菽,庶民采之”〔3〕;“采菽采菽,筐之莒之”〔4〕;“六月食郁及薁,七月亨葵及菽”〔5〕;“艺之荏菽,荏菽旆旆”〔6〕;

---

〔1〕 东平《祖国的大豆》,载《植物杂志》1977年第4期。

〔2〕 万国鼎《五谷史话》,载《古代经济专题史话》,中华书局1983年版。

〔3〕 《诗经·小雅》“小宛”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕 《诗经·小雅》“采菽”。

〔5〕 《诗经·豳风》“七月”。

〔6〕 《诗经·大雅》“生民”。

“周子有兄而无慧，不能辨菽麦”〔1〕；“得时之菽，长茎而短足，其荚二七以为族”〔2〕；“冬十月，殒霜杀菽”〔3〕；“皎皎白驹，食我场藿”〔4〕等均是。所引诸文中的“菽”，或泛称豆类，或专指大豆，或谓大豆之苗，或称大豆之叶，总之，早在春秋时代，已经有了“菽，大豆也”〔5〕的统一认识，“菽之称专在大豆矣”〔6〕。我国的栽培大豆，是由野生大豆逐渐进化而来的。《神农书·八谷生长》说：“大豆生于槐，出于沮石之山谷中。”《管子·戎》又说：齐桓公“北伐山戎出冬葱与戎菽，布之天下”。战国时代的韩国已是“五谷所生，非麦而豆；民之所食，大抵豆饭藿羹；一岁不收，民不厌糟糠”〔7〕。汉代学者已认为：“北方幽晦不明，……其地宜菽”〔8〕，足见当时黄河流域植豆之普遍和豆在人们日常饮食中的重要地位了。但大豆并不仅生长于北方，而是分布于我国东北、黄河流域及长江流域等广大地区的重要的“五谷”之一。现存北京自然博物馆山西侯马出土的两千三百年前的大豆，是战国时代的实物，粒实滚圆，色泽金黄，已是进化到相当程度的标本了。1973年出土的浙江余姚河姆渡新石器文化遗址的黑豆则距今已有七千年之久了。总之，大豆野生种的分布及大豆的驯化地同样是很普遍的。

大豆及豆科植物作为“五谷”之一，一直为人们所喜爱和依赖。早在三代时期的后期，即春秋战国时，豆就成为人们日常基本食粮之一，

〔1〕《春秋左氏传·成公十八年》，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《吕氏春秋》“士容论”第六“审时”，中华书局1954年《诸子集成》本。

〔3〕《春秋公羊传·定公元年》。

〔4〕《诗经·小雅》“白驹”。

〔5〕《春秋左氏传·成公十八年》杜预注。

〔6〕《广雅·释草》王念孙疏证，上海古籍出版社1989年版。

〔7〕《战国策·韩一》卷二六，上海古籍出版社1985年版。

〔8〕《淮南子·坠形训》卷四，中华书局1954年《诸子集成》本。

“豆饭”、“豆羹”的记载,是史不绝书,不胜枚举的。尤其是广大劳动群众,更是几乎每餐必备,离之不可须臾。正因为如此,人们才会把能否辨菽麦之别作为判断一个人智能是否健全的重要标志。先秦儒家经典同时记载:“孔子曰:‘啜菽饮水,尽其欢,斯之谓孝’”〔1〕,反映的也正是这种情况。大豆在相当长的一段历史时期里都是作为主食为人食用的,这种情况一直延续到封建社会的中叶(不包括荒歉年头以豆度荒的主食情况)。在两汉时期,才开始出现了大豆向菜类食品转化的趋势。而在此之前,入菜的主要是豆叶——“藿”。主食、副食的两项大量需要,自然促使生产的扩大。1953年洛阳烧沟汉墓中出土陶仓上的“大豆万石”和陶壶中“国豆一钟”等字样,正印证了这一点。直到两汉时期蔬菜的种植有了新发展之后,藿才渐渐退出了人们日常所食菜的行列。所以在三代时期,关于人们日常食藿的记载非常多,有所谓“藿食者”——普通劳苦民众和“肉食者”——贵族之分。

## 二、大豆的营养

在绵长的历史上,中华民族的主体群众——广大劳动者,即我们所说的果腹层食者群,基本上是食谷茹蔬以度终生的,他们很少吃到肉食。这就造成了食物营养上的严重的不平衡,长久的结果必然危害人们的健康和整个民族的素质。然而,历史事实是,我们民族的体质和健康水准并没有出现因肉类极端匮乏而造成的十分严重的后果,原因就在于有了大豆及其众多制成品的补助,因而才避免了这种危害后果的出现。下列诸种豆类营养成分数值及与人类日常食生活主要肉食料相关成分的比较,可以一目了然地说明问题〔2〕。

〔1〕《礼记·檀弓下》卷十,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕资料来源见王金陵主编《大豆》,黑龙江科学技术出版社1982年版。

表 7-1 豆类的一般成分(可食部分 100 克中含量)

成分 食品	热量 千卡	水分 g	蛋白质 g	脂质 g	糖质 g	纤维 g	灰分 g	钙 mg	铁 mg	B <sub>1</sub> mg	B <sub>2</sub> mg
大豆	417	12.5	35.3	19.0	23.7	4.5	5.0	240	9.4	0.83	0.30
花生豆	561	6.2	25.4	47.4	15.9	2.9	2.2	50	1.6	0.85	0.10
小豆	339	15.5	20.3	2.2	54.4	4.3	3.3	75	5.4	0.45	0.16
豉豆	336	15.5	23.9	2.0	50.3	4.7	3.6	75	5.6	0.50	0.10
芸豆	333	16.5	19.9	2.2	54.1	3.7	3.6	130	6.0	0.50	0.20
谷豆	348	13.3	26.0	2.0	50.1	5.8	2.8	100	5.7	0.50	0.20
豌豆	352	13.4	21.7	2.3	54.4	6.0	2.2	65	5.0	0.72	0.15
绿豆	354	10.8	25.1	1.5	55.3	3.8	3.5	100	5.9	0.70	0.22

表 7-2 大豆与牛肉、猪肉、鸡肉及鱼类一般成分比较(每 100 克)

成分 食品	热量 千卡	水分 g	蛋白质 g	脂质 g	灰分 g	VB <sub>1</sub> mg	VB <sub>2</sub> mg
大豆	417	12.5	35.3	19.0	5.0	0.83	0.30
牛肉	217	64.79	19.35	14.05	1.13	0.10	0.489
猪肉	185.875	76.2	19.475	10.56	1.11	0.925	0.676
鸡肉	184	68.2	19.6	10.66	1.13	0.18	0.13
鱼类	108	72.45	18.6	6.77	2.71	0.11	0.22

表 7-3 大豆种子氨基酸含量

氨基酸	平均值	变异系数%	氨基酸	平均值	变异系数%
甘氨酸	3.996	3.00	亮氨酸	7.152	2.76
丙氨酸	4.087	5.80	天门冬氨酸	11.491	6.48
缬氨酸	4.749	2.76	谷氨酸	18.130	5.68
异亮氨酸	4.789	2.88	赖氨酸	7.288	3.70

(续表)

氨基酸	平均值	变异系数 %	氨基酸	平均值	变异系数 %
精氨酸	6.959	4.04	色氨酸	0.914	5.58
组氨酸	2.516	3.93	蛋氨酸	0.705	11.91
苯丙氨酸	4.861	3.60	胱氨酸	1.421	10.77
酪氨酸	2.933	3.55	丝氨酸	5.294	3.74
脯氨酸	4.580	3.65	苏氨酸	3.780	4.87

以上豆类,尤其是大豆成分的数值,以及它们同肉、鱼对应成分的比较,清楚地说明,正是大豆丰富的营养成分在一定意义上补充了因肉食不足所可能造成的营养缺欠。大豆所含有的丰富的蛋白质,属于全价蛋白(含有人体不能合成的八种必需氨基酸)以及磷和其他许多高级营养成分,它对人体的发育——智力的发育具有重要的作用。因而,大豆食用的推广,无疑极大地丰富了我国人民食品中的蛋白质。我国劳动人民在长久的生活实践中摸索形成了一种合理搭配食用大豆的经验,即调和 20%、40%、40% 的大豆、玉米、小米粉,可以将综合蛋白质营养的生理价提高到 73%,成为最理想的合成食料。这种调和后的谷粉所烹制成的食品,具有色泽、闻香、口感、味觉、消化吸收和营养上的综合效果。尽管人们的经验并不可能均如实验测定的那样准确,但模糊地接近最佳搭配却是长久的实践所必然导致的结果。中国俗语说:“贵人吃贵物,贱人逮豆腐”,“贵人吃贵物,穷人吃豆腐”,反映的正是等级饮食文化层存在的客观事实和普通劳动大众以大豆及豆类制品为重要主副食的真实历史情况。可以说,中华民族的民族素质,从某种意义上说就是靠大豆来维系的。大豆所包含的丰富营养,以及豆制品的美味可口和它们在肴品制作上的充分多样性,使它受到了人们的喜爱和赞美。尤其是近现代科学的发展,使大豆的营养价值得到了充分的认识和利用,于是便使大豆

得到了许多美誉：“大地的肉”、“田中之肉”、“植物肉”等等。

除了作为食物的丰富营养之外,大豆又有许多食疗价值和医疗效果,这一点早在三代时期就已见诸史载。但比较系统全面地讨论大豆的食疗价值的,还要说是我国明代著名的医药学家李时珍(1518~1593)。在他那驰名世界的《本草纲目》一书中,有如下详细记载:“大豆有黑、白、黄、褐、青、斑数色。黑者名乌豆,可入药,及充食,作豉;黄者可作腐,榨油,造酱;余者可作腐及炒食而已。”“黑大豆气味甘、平、无毒。久服,令人身重。主治生研,涂痛肿。煮汁饮,杀鬼毒,止痛。逐水胀,除胃中热痹,伤中淋露,下瘀血,散五脏结积内寒”等数十种病症。“黄大豆气味甘,温,无毒。主治宽中下气,利大肠,消水胀肿毒”等多种病症。其他如赤小豆、绿豆、白豆、稻豆、豌豆、蚕豆、豇豆、藊豆、刀豆、黎豆以及豆皮、豆叶、豆芽、腐婢、豆荚、豆花、藤等等,也各能医治十数种至数十种病不等〔1〕。

### 三、中国历史上的传统大豆制品

中华民族对豆类的依赖和利用,还远不止于“豆饭”、“藿羹”这样直接和初级的方式。可以说,我们祖先的聪明才智在豆类的利用上得到了充分发挥,琳琅满目的豆制品,使中华民族食文化园林之中菽文化格外璀璨。

#### (一) 豆芽

豆芽应是我国先民最早认识和利用的有别于“五谷”或“百谷”自然状态的豆类品种。因为豆芽极易生成,或是放置不当,贮存失误,近土受湿便可能膨胀发芽;或是保墒浸种,亦可见芽;因豆、黍受热致

---

〔1〕 明·李时珍《本草纲目·谷部》卷二四“大豆”条,人民卫生出版社1985年版。



熟所需时间差异较大,故烧煮“豆饭”之前一般总要先浸泡或先煮豆;凡此种种,无疑很早便启发了人们对豆芽的认识和利用。有一点是肯定的,那就是“藿”、“荼”不弃的中国人,即使是最初“意外”地发现了豆芽,也是决无遗弃之理,必然不假思索地仍作果腹之物的。当然,我们这样说,还只是情理想象和逻辑思考;我们还没有,至少目前还没有相关的有力根据。迄今为止,我们见到的关于豆芽利用的最早文录是《神农本草经》,其中已经记有“大豆黄卷”(大豆豆芽)的字样〔1〕。长沙马王堆汉墓遗址出土的遣策中也记录了曾作为“明物”食品、以笥盛装的“黄卷”,遣策中记为“黄卷一石缣囊一笥合”,由数量之多,亦可推想用途之广和价值之高〔2〕。这些“黄卷”,既可用作普通食品,也可作为药用,因为“食医合一”是中国先民很早就形成了的观念,凡物皆有药性和均可入药是中国古代传统的医药学理论。这就是说,无论是作为一种普通食物还是作为一种特制药物,黄卷或其他豆制品之芽都应当很早便被人们认识和利用了,只是由于种种原因我们很难见到更早的实录或实物罢了。这里要说明的一点是,豆芽还算不上是现代食品工业观念上的“豆制品”,因为它没有经过严格的工艺程序使豆制品发生本质的形态变化,它还是豆制品内在生命的延展,是其自然属性。但是,一旦人类认识和利用了某物的某种自然属性,这种认识的程度和利用的方式本身便是一种文化。而且先民对豆芽的认识和利用还并非是完全盲目、被动的,已经是一种自觉和积极的探索行为,把它作为药用(无论最初对它的药用功能认识的科学性如何)就是明证。自觉地选择和把握豆制品的形态变化并利用它的转化形态物,尤其是作为人类认识和利用菽类的又一深化层次的

---

〔1〕《神农本草经》中经“大豆黄卷”条,中医古籍出版社1982年版。

〔2〕湖南农学院、中国科学院动物研究所、中国科学院植物研究所等《长沙马王堆一号汉墓出土动植物标本的研究》,文物出版社1978年版。

最初阶段,把它视为一种菽文化的形态,一种人类菽食品的新品,可以说是顺理成章之事。中国人最早认识和利用的豆芽是否就是“大豆黄卷”,不好率尔结论,但黄豆芽一直是中华民族数千年食生活中的珍爱之物却毋庸置疑。此外,绿豆芽以及“豆板”(蚕豆微发芽)等也是人们时常入肴的上好菽类食料〔1〕。

## (二) 豆酱

中国人发明豆酱的历史应当不晚于周代。也就是说,最初的豆酱应当是当时广为社会各等级人们所习用的诸多“醢”或“醢”中的一种,或者说菽是用来制作某一风味醋或酢的原料。东汉刘熙《释名》说“醢多汁曰醢”,可见直至汉代“汁”之多寡仍是“醢”、“醢”的重要区别。但这只是两者的形态差别之一,既非差别的全部,也非根本差别。首先,“醢”中一般都入以不同品类、不同数量的肉,而且以呈咸味为主,故《说文》云:“酱,醢也,从肉酉,酒以和酱也。”段注则谓:“醢无不用肉也。”故周天子之膳“酱用百有二十饗”〔2〕的具体品名便是“豕醢”、“牛醢”、“鹿醢”、“麋醢”、“鱼醢”、“兔醢”、“雁醢”、“蜃醢”、“卵醢”、“醢醢”等。郑玄注“醢人”职文强调制醢必须“杂以梁曲及盐,渍以美酒”。至于“醢”,《说文》则释为“酸也”,又称为“酢”,周天子膳时“则共齐菹醢物六十饗”〔3〕。醢与醢二者最大的相同之处都是经过发酵。虽然我们不够清楚周天子每餐必列的数十饗“醢”的具体品目及确切原料是什么,但它们不以肉料为主(或根本不加肉料)而以各类植物为原料,则是可以认定的。鉴于周天子的一切可食之物皆需入馔的膳事原则和中国古代百姓的博食传统,我们有理由认

〔1〕 赵荣光《中国传统膳食结构中的大豆与中国菽文化》,载《中国饮食文化研究》,东方美食出版社(香港)2003年版。

〔2〕 《周礼·天官》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕 《周礼·天官》。

为:多达一百几十品的醢和数十品的醢中(尤其是后者),一定有豆类品种或菽类原料入其中。大概也正因为如此,享有国际声誉的已故韩国著名食文化学者李盛雨先生曾把《周礼》中的诸多此类品种一概称为“中国酱”〔1〕。朝鲜半岛的居民日常食生活中植物蛋白的来源之一,便是各种以大豆为原料的酱。酱在寻常百姓生活中的地位极受重视:“酱者,将也,为百味之将。人家酱味不好,则虽有佳菜美肉难以治膳矣。且村野之人得肉不易,如有各种美酱,饭馔可以无忧,为家长者,须先留意沉酱,以为陈陈取用之道可也。”〔2〕日本列岛对酱的食用,也受到了中国的影响〔3〕。豆酱是以往数千年中国人必备的佐餐之物,既可用为爆锅的生香佐料,也可广泛用为调料。“百家酱,百家味”,是百姓家风味因地甚至因户而殊的文化风情的真实写照。至于今天几乎各地均有各自风味的不可胜数的“辣酱”、“肉酱”、“甜酱”、“芝麻酱”、“豆瓣酱”、“黄酱”等等,则更见其被人们所喜爱,更显示了人们创造的才智。人们长久以来所说的“酱菜”一词,是把酱列入不可名数的诸类腌渍花色小菜之上的,可见其地位之重要〔4〕。

### (三) 豉

“豉”字的本义应当是后于醢或醢属菽类酱出现的更味美的豆酱品种。东汉王逸注《楚辞·招魂》“大苦”为“豉”,则至迟春秋战国之世已有其物了。不过,关于“豉”,《说文》云:“豆之属皆从豆。豉,配

〔1〕〔韩〕李盛雨《韩国食品文化史》,汉城教文社1984年版。

〔2〕柳重临《增补山林经济》,1767年;〔韩〕李盛雨《韩国古食文献集成》“古料理书”(II),汉城修学社1992年版,第421页;〔韩〕尹瑞石《增补韩国食品史研究》,汉城新光出版社1990年版,第III篇第五章第191页。

〔3〕〔H〕平田万里远《中国饮食文化在日本的传播与发展》,载〔H〕中山时子主编、徐建新译《中国饮食文化》,中国社会科学出版社1992年版;〔口〕杂喉润《中国食文化在日本》,载《文史知识》1997年第10期。

〔4〕赵荣光《中国酱的起源、品种、工艺与酱文化流变考述》,载《饮食文化研究》(香港)2004年第4期。

盐幽豆也。”段注“幽与郁同义”，“郁”指豆的经霉菌发酵，此即《齐民要术》所记的作酱之法〔1〕，也是流行于今的北方民间制酱法，并非今天人们所熟知和喜爱的“豆豉”。也不同于《博物志》所记的那种“以苦酒浸豆，暴令极燥，以麻油蒸；蒸讫复暴三过乃止；然后细捣菽屑随多少合之”的所谓“外国豉法”。在酱、豉利用的漫长历史上，各地区、各民族所习尚的制法略同、风味各异的豉，也略如酱一样名目繁多。今天，豉的种类则以湘、京、粤、川等风味更为世所熟识爱重。

#### （四）酱清

有了酱，便自然有酱清，中国人利用酱清的历史不会比豆酱利用的历史晚很多。将浮于瓮或缸中豆酱最上层的清汁取出单独使用，即是最初的“酱油”。一般要加进各种辛香料熬至熟透，这样色更重、味更厚、香更浓。

#### （五）豆浆

豆浆几乎是人人皆爱的饮料，它的被人们认识和利用，无疑是早在豆腐发明之前，并且应是在大豆利用的初期。大豆经过浸泡之后，一经舂击或研碾即出浆汁，最初人们用大豆蒸饭、煮粥时为使其与其他谷米同步酥软、糜烂（陶质甗、釜尤当如此），浸泡舂碾不仅是完全可能的，甚至是理所当然的。汉及先秦流行的“饵”类食品制法之一，是将谷米蒸煮后入臼中舂击而成，至今仍流行的“打糕”即是其余绪。总之，豆浆是中国人很早发明并喜食的饮料，是煮粥和作酱的原料；并且很可能就是西汉初期靠“卖浆小业”获利“千万”的饮料大王“张氏”所经营的品种之一〔2〕。到了唐代，由于茶饮之风的广泛普及，

〔1〕《齐民要术》卷八，农业出版社1982年版。

〔2〕《史记·货殖列传》卷一二九，中华书局1959年版。

于是豆浆被时人认为是与酒和茶并列的三大饮料(而在唐前则是与酒相佐的最重要的无醇饮料):“不似春醪醉,何辞绿菽繁。素瓷传静夜,芳气满闲轩。”〔1〕

#### (六) 腐竹

历史上称“豆腐皮”。如《本草纲目》所记:豆乳“其面上凝结者,揭取晾干,名豆腐皮,入馔甚佳也”〔2〕。后来由于工艺的进步,所制取的腐皮已达到其薄如纸、晶亮透明的程度,于是其次仍略厚而不透明者称为腐竹。腐皮又称作“竹衣”。

#### (七) 豆粉

大豆的碾磨成粉不像谷麦在白中加工那样便利,故当是碾磨出现以后的事。豆粉首先是与其他谷粉合而粉食(多是蒸、焙等方法),其次是可以用来煮浆、点豆腐脑和家制豆腐〔3〕。

#### (八) 豆腐(详见下述)

### 四、豆腐的出现

豆腐是中华民族菽文化的最光辉代表,堪称祖国食文化的瑰宝。中国历史上有许多关于豆腐的佳话,留下了不少讴歌赞美的绚丽文字。元代女诗人郑允端的《豆腐》诗即是其一:“种豆南山下,霜风老莢鲜;磨砮流玉乳,煎煮结清泉,色比土酥净,香逾石髓坚;味之有余

〔1〕 唐·颜真卿等《五言月夜啜茶联句》,《全唐诗》卷七八八,中华书局1960年版。

〔2〕 《本草纲目·谷部》卷二五“豆腐”条。

〔3〕 参见拙文《中国酱的起源、品种、工艺与酱文化流变考述》,载《饮食文化研究》(香港)2004年第4期。

美,玉食勿与传。”〔1〕从大豆的种植、泡豆的研磨、煮浆、点制成型到豆腐的色味都予以倾心的颂誉。

### (一) “刘安发明说”

千余年来,中国历史上流传着“淮南王刘安发明豆腐”的传说。宋代理学大师朱熹(1130~1200)是对于典献掌故颇重考勘求真功夫的学者,他的《豆腐》诗即主张这一观点:“种豆豆苗稀,力竭心已腐;早知淮南术,安坐获泉布。”〔2〕当然,朱熹不可能向壁杜撰,他应当是有所据或有所本的。

其后,言刘安发明豆腐的说法更多见于文录:元人孙司业诗咏豆腐云:“淮南信佳士,思仙筑高台。八老变童颜,鸿宝枕中开。异方营齐味,数度真琦瑰。作羹传世人,令我忆蓬莱。如葷厌葱韭,此物乃呈才。戎菽来南山,清漪浣浮埃。转身一旋磨,流膏入盆罍。大釜气浮浮,小眼汤洄洄。顷待晴浪翻,坐见雪花皑。青盐化液卤,绛蜡窜烟煤。霍霍磨昆吾,白玉大片裁。烹煎适吾口,不畏老齿摧。蒸豚亦何为?人乳圣所哀。万钱同一饱,斯言匪俳诙。”除了点明豆腐与刘安的关系之外,还很细致地叙述了从泡豆、磨浆、点卤、成腐,直至烹煎品食的全过程。明初著名学者叶子奇在他的《草木子》一书中亦云:“豆腐始于汉淮南王刘安之术也。”〔3〕明中晚期的李时珍(1518~1593)的《本草纲目》亦趋同此说:“豆腐之法,始于汉淮南王刘安。”〔4〕明人罗颀的《物原》一书也认定“刘安作豆腐”〔5〕。总之,

〔1〕元·郑允端《春慵轩诗集》,《宋元四十三家集》。

〔2〕南宋·朱熹《晦庵集》卷三“豆腐(世传豆腐本乃淮南王术)”,《四库全书·集部四·别集类三》。

〔3〕明·叶子奇《草木子》卷三杂制篇,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔4〕《本草纲目·谷部》卷二五“豆腐”条。

〔5〕明·罗颀《物原》“食原”第十,《丛书集成初编》〇一八二。

自宋以来,此说传习甚久,但均是人云亦云,袭承先人之说,既无权威典故可资确证,亦无学者足信论定。

淮南王刘安(前 179~前 122),高祖刘邦之孙,“为人好读书鼓琴,不喜弋猎狗马驰骋”〔1〕。“招致宾客方术之士数千人,作为《内书》二十一篇,《外书》甚众,又有《中篇》八卷,言神仙黄白之术,亦二十余万言。”〔2〕募集许多学者术士研讨长生理论与研制服食养生长寿药饵。据说“天下方术之士,多往归焉”的刘安的学者群中,以苏飞、李尚、左吴、田由、雷被、毛被、伍被、晋昌这八个方士和儒者大山、小山等最为著名,由此也可窥见时尚之一斑。其中,苏飞等八名方士史称“八公”〔3〕,今安徽寿县的八公山即因之得名。八公山在中国历史上极为有名,却并非像许多名山一样,或因其峻奇的自然景观,或因其古寺名院等人文胜迹而闻名天下,而是藉了中国古代前秦(352~394)与东晋(317~420)之间著名的“淝水之战”(383)而勒载史册:“(苻)坚与苻融登城而望王师,见部阵齐整,将士精锐;又北望八公山上,草木皆类人形”,待其溃逃时,则“闻风声鹤唳,皆以为王师已至”〔4〕。这便是成语“八公山上,草木皆兵”或“风声鹤唳,草木皆兵”典故的由来。晋时,八公山已得名,可以想见刘安及其手下方士故事的影响之大。

刘安常与苏飞等八公在山上论成仙之道,炼延年之丹,寻长生之术。人们认为,刘安属下的那些方士们在长时间和广泛、大量的实验过程中,注意到豆腐形成即豆浆的凝固现象是完全可能的。据此,有人认为,是八公一类的方士们将培育过丹药的大豆浆弃于实验场地附近,而这些豆浆却与山中坑洼内含有的石膏或碱作用而凝结成软

〔1〕《史记·淮南衡山列传》卷一一八。

〔2〕《汉书·刘安传》卷四四,中华书局 1962 年版。

〔3〕《淮南子》高诱“叙”。

〔4〕《晋书·苻坚载记》卷一一四、《晋书·谢玄传》卷七九,中华书局 1974 年版。

固体,不择食的饥民取而煮食,于是豆腐便很可能就这样意外地问世了。今天淮河北许多地区的“八公山豆腐”仍然很享声誉,并且东邻日本的“唐传豆腐淮南堂制”商标的驰名,似乎也多少透露着这种绵绵历史情愫〔1〕。然而,刘安的八公或历史上的其他炼丹家是否用豆浆或豆腐作过炼丹的辅助药物,迄今尚未发现明确记载。人们只能根据他们无限制地广泛利用各种植物、矿物乃至动物等物料研制,并特别关注一切“反常”或特异物象以及用米饭拌和初步炼出的雄黄粉末再用文武火进行烧炼等迹象来进行逻辑分析、情理推测,故至今“刘安发明说”仍是一种历史文化传说和学术界的假说。

## (二) 对豆腐凝固剂的认识

大豆蛋白的凝固是豆腐制成的关键,可以用作大豆溶胶状蛋白凝固剂的物质在西汉时期既是广泛的,也是极为简易便捷的。对此,李时珍曾有下列叙述:“凡黑豆、黄豆及白豆、泥豆、豌豆、绿豆之类,皆可为之。造法:水浸碓(wèi 畏)碎,滤去滓,煎成,以盐卤汁或山矾叶或酸浆、醋淀就釜收之。又有入缸内,以石膏末收者。大抵得咸、苦、酸、辛之物,皆可收敛尔。”〔2〕引文中的诸种用为豆浆“收敛”作用的物质,早在西汉中叶以前中国人即已有了数千年不等的利用史。其中,盐的利用为日常食生活调料的历史最早,至迟也在七千年以上。醋的前身是各种酸味的“醢”,醢用作酸味食品或调料的历史至少也有五千年左右,而先民利用梅、杏等自然酸味浆果以调味的实践则更早。也就是说,早在西汉中叶以前的五千~三千年,中国人就已经习以为常和熟练地利用盐(卤汁)和“醋”(酸浆、醢等)了〔3〕。至

〔1〕 参见李治寰《豆腐制法与道家炼丹有关》,载《农业考古》1995年第3期。

〔2〕 《本草纲目·谷部》卷二五“豆腐”条。

〔3〕 参见拙文《调和之事,精妙微纤——三代期调味品简述》,载《中国饮食史论》,黑龙江科技出版社1990年版。



于石膏,秦汉时已是本草家常用的一味重要药材了〔1〕。山矾,则主要用为药料,“其叶味涩,人取以染黄及豆腐,或杂入茗中”。人们对其认识和利用的历史同样也很久远〔2〕。总之,可以用作大豆溶胶状蛋白变成凝胶状蛋白凝固剂的物质,在中国古代可以被人们利用的有许多,并且它们又都有长久和广泛被利用的历史。除了上述历史文献中明确记载的经常被人们使用的凝固剂质外,还可能还有其他物质被人们用作凝固剂。现今,山东省章丘龙山镇,有人用当地的井水来凝结豆浆;陕西府谷长城脚下一带居民利用发酵了的豆浆来凝结豆浆制豆腐;更有南海五花岛远离大陆的海军用海水来凝结豆浆制成了豆腐〔3〕。这些现代生活中的事例,至少可以告诉我们,用来制作豆腐的凝固剂,在古代被人们认识和利用是并不困难的。

此外,还有一点值得研究者充分注意,却又恰恰被以往的研究所忽略,那就是:最初人们“发明”豆腐很可能并没有经过用某种凝固剂去“点”豆浆的特别程序。因为豆浆中所含有的少量的葡萄糖在温度适宜(5~35℃)时放置一定时间之后,会自行发酵产生葡萄糖酸,从而改变豆浆的酸碱度。当豆浆的酸碱度达到合适的值时,豆浆中可溶性蛋白质便凝结成絮状物沉淀下来,于是豆腐就这样产生了。显而易见,“凝固剂”这个能使豆浆脱水成“腐”的神奇东西,其实就存在于豆浆之中,它在人们无意之中便起作用了。

### (三) 王莽煮“酪”的启示

在中国历史上的西汉(前206~8)新朝(8~23)时期,各种社会

---

〔1〕《神农本草经》中经“石膏”条。

〔2〕《本草纲目·木部》卷三六“山矾”条。

〔3〕参见《豆腐制法与道家炼丹有关》一文。

矛盾与危机不仅未能解决,反而更趋严重,大面积、长时间的严重饥荒更使王莽的政权陷入垂危的境地。天下“饥馑荐臻,百姓困乏流离道路”,“关东人相食”,“流民入关者数十万人……饥死者十七八”〔1〕。于是,王莽便命令有司进行人工代食品的实验:企图以少量的粮食或淀粉原料与高比例的水融合,再经某种凝固剂凝结成近似豆腐那样的胶凝状。在他们看来,像用大豆制作豆腐的过程,既生产出了豆腐,又留下了豆渣,而两者相加,在体积和重量两个方面都大大超过了原料豆本身,这便是魔幻般地增殖。这种看法,直到清代,许多坚持传统自然观的学者仍然如此:“豆腐之术,三代前后未闻有此物。至汉淮南王安始传其术于世。吴燮门云向见书中载有豆腐名‘鬼食’,孔子不食。一说以豆出浆,其渣滓分量称之不少累黍,腐乃豆之魂魄所成,故谓之‘鬼食’。惜忘失书名,无从考证。”〔2〕

王莽在进行了这样的实验之后,便“多遣大夫、谒者分教民煮草木为酪”。然而,据说这种代食品“酪不可食”,人们大概无法接受它的味、色,难以下咽,或勉强食后反应不良,总之是不成功,以致“重为烦费”〔3〕。目前,因为史录过于简陋,我们已很难窥出王莽煮“酪”的更进一步内容,同样也无法确切知道这“酪”究竟以何物所为了。然而,我们却可从中发现这样一些值得注意之处:

首先,“酪”的形态是成功了,或近似有了“酪”的形态,否则整个实验工程便无所凭由名之曰制酪,同时没有了派出大批人员分散到饥民中去宣示“酪”制法的根据。

其次,所谓“重为繁费”,应当是指王莽的制酪非但没有取得人们

---

〔1〕〔3〕 《汉书·王莽传》卷九九下、《汉书·食货志第四上》卷二四上,中华书局1962年版;《资治通鉴·汉纪三十》卷三八“王莽地皇三年(22)夏”条,中华书局1956年版。

〔2〕 清·汪汲《事物原会》卷三十“豆腐”,江苏广陵古籍刻印社影印出版1989年版。

理解或希望的事半功倍的增殖效果,反而浪费了极为珍贵的原料。这就是说,大约两千年前王莽的那次实验,很可能用的是(或近似是)那些方术之士的变质或增殖的炼丹与“点金”之法;甚至更可能是仿效制豆腐的方法。现在人们在把凝固剂注进豆浆时,仍一直沿用历史传统说法“点”或“点浆”,俗语说:“一物降(xiáng)一物,卤水点豆腐”。“点豆腐”的“点”,本来是炼丹家的术语,如化学史家袁翰青先生所说:“‘点’是加少量的药剂,能使较大量的物质起变化,虽然一般用‘点’的地方很含混,大体上可说有接触剂的用意。”〔1〕这也似乎表明,豆腐的发明与方术之士颇有关系,或者就是他们的发明,并用自己的专业术语来名之曰“点”或“点浆”。方术之士的“点金”要用一定数量的“母银”,豆腐的制作更需要相当数量的豆。当王莽的实验没有成功,人们无法下咽他发明的“酪”,或勉强咽下之后不能起到果腹充饥作用的时候,那不是反倒浪费了用于实验的原料豆(或其他食料)了吗?这便是“重为繁费”指责的事实根据。

再次,“酪不可食”,很可能是所用凝固剂的作用。要知道,对于中国历史上的饥民来说,几乎没有什么东西是他们“不可食”的〔2〕。因此,有理由认为,“酪”的“不可食”,极大可能是凝固剂的邪恶刺激之味及其对胃肠的刺激作用所导致的。而这又很可能是使用了过量的凝固剂所致。因为王莽当时所制的“酪”,并非完全以豆或其他五谷类为原料,而是用的“草木”,“分教民煮草木为酪”。这“草木”,或许并非仅指纤维,而是如汉代著名学者服虔所说:“煮木实。或曰,如今饵术之属也。”〔3〕即便主要原料是“木实”或“饵术之属”而非草木

〔1〕《中国化学史论文集》,三联书店北京1956年版。

〔2〕参见拙著《中国古代庶民饮食生活》八“灾变时期的庶民食生活”,商务印书馆国际有限公司1997年版。

〔3〕《资治通鉴·汉纪三十》卷三八“王莽地皇三年(22)夏”注引服虔语。

纤维,其基本成分也主要是淀粉而非蛋白质,因而,企图达到豆浆凝结的效果是不可能的。于是实验者便企图用加大凝固剂量的办法来使“酪”成型,其结果必然是“不可食”了。

王莽时代的“酪”字,大约有以下四种意义:一是指牛、羊、马等乳炼成的食品,《释名·释饮食》谓:“酪,泽也,乳汁所作。”酪有干湿两种,湿者不成形态,《说文新附·酉部》谓:“酪,乳浆也。”干者,制法为:“奶子半勺锅内炒过后,倾余奶熬数十沸,盛于罐中,候温用旧酪少许于奶子内搅匀,以纸封罐口。冬月暖处,夏月凉处,顿发则成酪。”〔1〕这种酪还可以进一步晒干:“将好酪于锅内慢火熬,令稠,去其清水,摊于板上,晒成小块。候极干收贮。”〔2〕二是指酢馊(zài在),即醋,《礼记·杂记》:“食菜果,饮水浆,无盐酪。”郑玄注:“酪,酢馊也。”三是指糊粥状食品,晋陆翊(huì会)《邺中记》:“寒食三日,作醴酪,又煮粳米及麦为酪,捣杏仁煮作粥。”〔3〕四是指酒类,读作 lù,《汉书·礼乐志》:“师学百四十二人,其七十二人给大官桐马酒。”颜师古注:“马酪味如酒,而饮之亦可醉,故呼马酒也。”又《颜氏家训·勉学》:“捶桐,此谓撞捣挺桐之,今为酪酒亦然。”显然,四义之中,二、四两义与王莽“煮酪”事似相去甚远,只有一、三义尚切近。然而,第三义又可排除。因为仅仅是将野生植物含淀粉的籽实煮成糊粥状,朝廷既毋需如此大动干戈,百姓也根本不需要国家来指导,那实在是庶民百姓十分习惯和擅长的。事实上,不要说饥荒时期百姓饥不择食,即便是正常年景,野菜充粮也是不易的传统。因此,王莽煮酪的“酪”,当指第一义为最恰切。也就是说,王莽的新朝政权企图以草木之实等廉价原料或少量的谷物制作出形态似奶酪那样凝结的可食之物,“酪”不过是取其形而美其名而已,而其实则与牛、羊、马等大牲畜

〔1〕 明·朱权《神隐》四月修撰“造酪”,日本政府图书浅草文库 3380·311·280。

〔2〕 《神隐》五月修撰“晒干酪”。

〔3〕 晋·陆翊《邺中记》,《四库全书·史部九·载记类》。

之乳炼成的食品毫无相关之处。传统的干酪制法,是在牛乳或脱脂乳中添加凝乳酶,使乳中酪蛋白凝固,再将凝固的酪蛋白分出后添加适量的食盐,置于温度 5~15℃ 的窖内发酵 2~3 个月后始能成熟。朝廷之中负责乳食事务和真正懂得乳食品工艺的,并不是那什么“大夫”、“谒者”,而是“大官掎马”〔1〕。

因此,有理由推测,王莽煮酪所取形命名的“酪”,并非牛、羊、马等动物之乳的乳酪,而很可能是制作豆腐的“酪”。豆腐发明之后很长时期内,并没有得到一个属于自身的最能表义的概念,而是因其形、色及某种工艺上与乳酪的相似性径名之为“酪”,或谓附称于酪。这种中国文化史上的名实悖误现象可谓绝不鲜见,如“荼”长久袭用“茶”字表义即为典型一证。可以肯定地说,“豆腐”之名的出现一定晚于事实很长时间。因为“腐”在中国人理解是个很讨厌避讳的字,其义为肉烂了、食物臭败了、物体腐烂了,又引申为宫刑(刑后必腐),又指人的思想行为愚拙不开通等。“腐”名于食物,也是始于乳品,类似今天北方草地文化区的“奶豆腐”或“奶干”,历史上称为“乳腐”。这种由厌弃而终于能比较平心静气地接受,使其成为恰切表征食品之义的现象,大约是在唐代。

唐中叶时,怀州河内(今含河南沁阳)人穆宁“善教诸子,家道以严称”。其四子赞、质、员、赏皆品学兼优,各有成就,“以家行人材为搢绅所仰”。“质兄弟俱有令誉而和粹,世以‘滋味’目之:赞俗而有格为酪,质美而多入为酥,员为醍醐,赏为乳腐。近代士大夫言家法者,以穆氏为高。”〔2〕可见,至迟在唐中叶时,“乳腐”之名已极流传,并且为人爱尚。至于“乳腐”之名起始何时,“腐”字用于食物之名,又始

〔1〕《汉书·百官公卿表第七上》卷十九上“掎马令”,《汉书·礼乐志第二》卷二二。

〔2〕《旧唐书·穆宁传》卷一五五,中华书局 1975 年版;《新唐书·穆宁传》卷一六三,中华书局 1975 年版;唐·李肇《国史补》卷中之六“穆氏四子日”,浙江古籍出版社 1986 年版;又“质美而多入”,《册府元龟》卷七八三作“质美而多文”,《四库全书·子部十一·类书类》。

于何时,目前我们因资料匮乏,尚难以考究清楚。值得注意的是,大约是与此时时间相前后,“豆腐”之名也随之见于史录了。唐时豆腐已经成为广大庶民仰食的美味,因为它价廉物美,于是百姓美其名曰“小宰羊”,可见人民对其仰赖爱重。下层民众如此,上层社会中人亦不乏青目者。因豆腐是下层社会民众通常所食的廉价之物,故官僚阶级中人若有进食者,便会被誉为廉洁操正。如由五代入宋的陶谷便书记其事云:“时戢为青阳(今安徽青阳)丞,洁己勤民,肉味不给。日市豆腐数个,邑人呼豆腐为‘小宰羊’。”〔1〕“乳腐”之名,至迟在宋代时,又指豆腐乳,而非专名动物乳炼成的奶豆腐或奶干。如司马光(1019~1086)熙宁五年(1072)正月十三日作《答李大卿孝基书》中即云:“彼笋簞、乳腐、面滓、豆炙,性大寒而滞气。”〔2〕由此,我们以为,王莽煮酪的取形命名,并非仿自动物乳所炼之酪,极有可能是取法其时袭用“酪”名的豆腐制作与形态。

#### (四) 汉代制作豆腐的工具及工艺

迄今为止,我们已经很难仅凭历史文献来寻求中国豆腐起源问题的答案了。事实上,关于豆腐起源这样一个广泛涉及食物原料开发利用、加工工具发明使用、科学技术演进以及文学、艺术、历史发展等诸多历史文化领域的综合性课题,也应当得到相应领域的综合考察研究。

对旋转磨的形制与使用的认识,即应属于这样的研究工作之一。照我们的理解,旋转磨的主要作用,就是用来研磨泡豆,以制取豆浆,进而点制豆腐的。考古发掘以大量无可置疑的实物(实用具或冥器)证明,旋转磨自战国出现之后,在汉代得到了普及使用。而作为脱壳工具的,当

〔1〕 五代宋·陶谷《清异录》卷上官志门“小宰羊”条,《四库全书·子部十二·小说家类三》。

〔2〕 宋·司马光《答李大卿孝基书》,《司马温公文集》卷十,《丛书集成初编》一九一七,中华书局1985年版。

时主要是踏碓、水碓、畜力碓,以及碓的前期形态——杵臼。至于研碾制粉的工具则主要是石碾。尽管杵臼、碓、碾在作用上有相通之处,但因加工效果而决定的基本用法仍是有所区别的。这些器具都是与旋转磨并存使用的。旋转磨在汉代的用途,以河北满城西汉中山靖王刘胜与其妻窦绾合葬墓出土的实用物与湖北出土之东汉“铜人推磨”冥器为典型代表〔1〕。这两种器型的结构都非常清楚地表明,旋转磨是用来研磨流质物料的,确切些说,主要便是用来加工泡豆制取豆浆的〔2〕。

打虎亭汉墓画像石提供了从艺术和文化写实角度进一步研究豆腐发明史的新资料。打虎亭汉墓位于河南省郑州新密市西约六公里的打虎亭村西。墓有东西两座,西墓编为一号墓(M<sub>1</sub>),东墓编为二号墓(M<sub>2</sub>)。一号墓主为酈道元(466或472~527)《水经注》中所记载的东汉宏(弘)农(治在今河南灵宝县南四十里)太守张伯雅,二号墓主为张伯雅妻。两墓历史上都经过了洗劫性的盗发,墓内随葬品悉数被盗。值得注意的是是一号墓东耳室南壁西幅石刻画像。画面高0.95米、东西宽1.20米。画面大体可区分为上、中、下三层;上层刻了一个横贯画面东西的长案,案面的两端和中部下面有三条直腿。案面上刻有一排六个小口短颈圆腹坛,坛口有盖。案前地上有四个并列放置的敞口深腹平底大盆和一个小口长颈鼓腹平底壶与一个三足尊。案的右侧刻有一个头裹布巾,身着长衣的人,右手摸坛,扭头注视左手所持物品。中层居中雕刻四人和许多器皿,四人均头裹布巾,身着长衣。其中一人下蹲,双手捧物;左边一人左手拿一口大底尖的过滤袋,右手端一碗;右边立者双手端盆,面向左边手持过滤袋者;再右边一人似在注视向壶内注酒。右侧有一大三足尊,三个长颈

〔1〕 中国社会科学院考古研究所《满城汉墓发掘报告》上册第143页、下册图版第106页,文物出版社1980年版。

〔2〕 参见拙文《两汉期粮食加工、面食发酵技术概说》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

圆腹圈足壶,两个带盞(pàn 盼)桶形器,桶上有盖,另有碗、虎子等。左侧刻有堆放在一起的八个圈足壶和一个碗。以上两层画像内容,似为酿酒工作图。

重要的是画像的下层雕刻图。下图是一个相对独立的工作场面,一排刻有七人和一些用器,由东向西,画面依次是:最东面,两人站在大缸旁,其中一人手持一长柄勺,似在观察缸内所浸泡的物品。第三人站于一旋转磨旁,一手转磨,一手持瓢向磨上投放研磨料。图中的磨,正是我们以上所说的那种带有盛接流质研磨物的形制。接下去,在磨的西向,有一只大缸,缸口上横置一板。缸的周围有三个各司其职的人在聚精会神地工作:其中一人以细布在过滤,另一人则将过滤剩余物在木板上挤压,第三人则站立一旁似乎在指点着什么。缸旁有一盏灯,表明工作是在夜间进行的。古往今来的制豆腐传统,大都是夜半工作,凌晨出豆腐。这一传统既与凌晨出售的生活习惯有关,也似乎与人们以豆腐为“鬼物”的观念有关。再向西,又有一人站在另一大缸旁工作着。在缸的西端有一大几,几上置一大木箱,一长木杠压在箱盖上,木杠端部挂一圆形重锤加压。箱内被加压的物品挤出的液体从木箱上部孔中流入下置的罐内〔1〕。这一工作图,极似制豆腐图。它基本包括了从泡豆、磨豆、过滤、煮浆、点浆、加压脱水等工艺过程。诚然,对于这一工作图的性质,仍有研究者坚持认为是酿酒,着重否定的是图中的旋转磨图。这一看法恐怕是在于对汉代磨的形制、功用的不准确理解,同时也是误把压浆脱水图认作榨酒图了〔2〕。

---

〔1〕 河南省文物研究所《密县打虎亭汉墓》,文物出版社1993年版。前此,安金槐、王与刚曾有《密县打虎亭汉代画像石墓和壁画墓》一文发于《文物》1972年第10期,但《密县打虎亭汉墓》一书声明“现发表正式报告,一切材料以此为准”。笔者曾于1990年亲赴河南密县打虎亭汉墓实地考察过。

〔2〕 杨泓、孙机《豆腐问题》,载《寻常的精致》,辽宁教育出版社1996年版。



## 五、豆腐制品

豆腐不仅是直接食品(如入少许调料的拌食)、肴品原料(豆腐类菜肴的原料),还是深加工食品的原料,如“醢腐”、“建腐乳”、“凤凰脑子”、“糟乳腐”、“腐干”、“腐乳”、“豆腐脯”等〔1〕。至于豆腐各种名目的细加工品种,则更是五花八门,难以计数,如“熏豆腐”、“酱油腐干”、鸡汤豆腐丝、五香干豆腐卷、五香豆腐丝、油豆腐、茶干等,均已见于清代及其以前的谱录类食书之中了。清人李调元的《豆腐》诗颇为传神写实:

家用为宜客用非,合家高会命相依(明末吴宗潜有:“大烹豆腐瓜茄菜,高会荆妻儿女孙”句)。

石膏化后浓于酪,水沫挑成皱似衣(豆腐皮)。

剝作银条垂缕滑(豆腐条),划为玉段载肪肥(豆腐块)。

近来腐价高于肉,只恐贫人不救饥(谚云:豆腐搬成肉价钱)。

不须玉豆与金筴,味比佳肴尽可捐。

逐臭有时入鲍肆(霉者为臭豆腐),闻香无处辨龙涎(干者名五香豆腐干)。

市中白水常成醉(白水豆腐),寺里清油不碍禅(清油豆腐)。

最是广大寒彻骨,连筐称罢御空毡(世谓广文,有“连筐秤豆腐三斤”之谚)。

敏捷诗惭七步成(曹子建七步煮豆诗),到门何敢荷欢迎。

菽吟秀水难追和(朱彝尊子昆田,字西峻,有吟菽乳诗),乳让苏州独擅名(姑苏糟豆腐)。

---

〔1〕 分别见于李日华《蓬枕夜话》、朱彝尊《食宪鸿秘》、王士雄《随息居饮食谱》等食书。

华未撷时清可点(豆华加米为点清飴),渣全净后白莲城(豆腐渣)。

家园浆果红于染(染浆果叶煮豆腐,极嫩),却悔屠门逐队行。〔1〕

### (一) 腐乳

豆腐深加工制品中最具代表性的是“腐乳”,它实质上已是再创造的一个食品品种,制法首见于明人李日华的《蓬栲夜话》中。腐乳的制作,除了工艺的复杂之外,关键是前、后两次发酵过程的完成。自明以后,腐乳一直是中下层人家进粥下饭的佐餐美肴,即便上层社会也不乏嗜习之人。正因为如此,数百年来在全国绝大部分地区便一直都有风味各异的名优产品,诸如“浙中法”的绍兴豆腐乳〔2〕、福建建宁的“建腐乳”、桂林“白乳腐”〔3〕、上海的“奉贤乳腐”、有“别味腐乳”之称的北京豆腐乳、四川夹江豆腐乳、广州辣豆腐乳、河南柘城培腐、北京(延寿寺街王致和)臭豆腐、黑龙江克东腐乳等。此外,如四川遂宁、大邑,湖南高丘、益阳,江苏南京、徐州,西安市,吉林市等都有享誉一方或驰名全国的腐乳佳品。

### (二) 豆腐花、豆腐脑

点豆腐时,使浆聚而不凝,即可成豆腐花:“豆腐……其最嫩不能成块者曰豆腐花。”〔4〕南方人喜食,以丰富的调料制成甜、咸、辣等

---

〔1〕 清·李调元《豆腐四首》(和心斋韵)之二、三、四,《蓑山诗集》卷二八庚戌,《丛书集成初编》二五一五~二五一七。值得注意的是,日前中国学界撰文著书研究“豆腐文化”而提及李氏“豆腐诗”者,或者未见原始文献,辗转传抄,或者望文生义,门外妄言,以致错谬骇闻,参阅者当慎为戒。

〔2〕 《食宪鸿秘》,中国商业出版社1985年版。

〔3〕 清·袁枚《随园食单·小菜单》,文明书局藏版。

〔4〕 汪口楨《湖雅》卷八酿造之属“豆腐”条,清光绪六年(1880)刻本。

多种风味,可热食亦可冷啜。点豆腐之后不经加压去水,则成豆腐脑:“……点成不压则尤嫩,为腐花,亦曰腐脑。”〔1〕豆腐花略沉聚便成脑,北方人多习食。豆腐脑必兑以美味卤汁,汁以肉末、黑木耳、黄花菜、香菇丁、笋丁加油、盐等调料烧制,并以淀粉勾成流芡,北方人往往喜欢淋上些许油炸辣椒。

大豆作为菽类植物的代表和主要品种,在数千年的中国食生活史上一直作为重要的主副食原料,发挥着养育民族肌体与智力的重大作用,它是当之无愧的“藿食者”之食,是贫贱者之肉和素食者之命。中国历史上亿万贫苦民众体质的保证和以释、道众为主的群体素食生活的得以坚持,主要都应归功于大豆的贡献〔2〕。

## 六、豆腐的东传朝鲜、日本

豆腐,今天已成了国际性食品,并且已经被西方营养学家们誉为21世纪的食品。中国豆腐走出国门的历史,一直是海内外学术界极感兴趣的问题。其中,因历史文化渊源和彼此经济往来的特别关系,豆腐传入朝鲜半岛和日本的时间与途径,尤其是以往讨论的热点。

古代史告诉我们,今天的朝鲜半岛早在数千年前就与黄河流域——古代中国的中原文化有密切的联系,这种联系在漫长的历史上基本是聚积渐进、不断深入紧密的趋势。中国内地与朝鲜半岛在食生产、食生活与食文化领域的交流通融,是既往历史上彼此文化交流与联系的最重要组成部分,两者的相互影响,在这些领域的许多方面都可以看到程度不同的历史或现实存在。朝鲜半岛的大豆种植,

---

〔1〕《随息居饮食谱》蔬菜类“豆腐”条,人民卫生出版社1987年版。

〔2〕参见拙文《略谈中国饮食史上的素食、素食主义、素食文化圈及其相关问题》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

源于中国黄河流域,大约二十余个世纪以前大豆便在朝鲜半岛生根繁衍了。其后相当一段时间里,大豆除了作为主食料外,重要的用途便是制酱〔1〕。朝鲜半岛人在自己的食生活领域表现出了极富创造性的聪明才智,早在距今约二十个世纪时,半岛人便以“洁清自喜、善藏酿”闻名于中国典籍〔2〕。我们虽然还不能说半岛最初的“藏酿”之品即是豆酱,但酱是半岛居民传统的发酵食品中最重要的品种,却是毋庸置疑的。韩国学者甚至认为该国饮食传统的固有味即源于半岛传统的造酱法〔3〕。而在距今十五个世纪左右,以豆为主要原料的“豉”便已是半岛居民见诸史籍的名产了〔4〕。

然而,迄今留存下来的历史文献,却没有关于豆腐在半岛食用的更早一些时间的确凿记载,李氏王朝(1392~1910)的编年史书《李朝实录》中有豆腐大约在宋代末期传到半岛的记载,而更早的历史文献,如高句丽金富轼(1075~1151)等人于1145年(中国南宋高宗绍兴十五年)以汉文撰成的记述朝鲜半岛古代新罗、百济、高句丽历史的《三国史记》,以及13世纪高丽僧一然以汉文撰成的《三国遗事》等,均无关于豆腐的明确记载。然而,这恐怕只是某种原因的历史文字记录的阙如。今天,陈列于韩国汉城博物馆中的中世纪的石磨,以实物的方式向我们昭示了这种文字记载疏漏所造成的疑惑。该磨形制为,上扇呈釜底式内凹,显然是为了盛加工料之用而凿制的,而且是充分考虑到加工泡豆等流质原料的特殊性而设计的。馆中模拟的加工图,正是以这一形制的磨在研磨豆浆。这样,问题又回到了磨的形制及其基本用处上来了。

今天,朝鲜半岛居民是除中华本土以外菽文化最为发达,豆腐食

〔1〕〔韩〕李盛雨《韩国食品文化史》一、“韩国传统的食品文化”,教文社1991年版。

〔2〕《三国志·魏书·高句丽传》卷三〇,中华书局1982年版。

〔3〕〔韩〕尹瑞石《韩国食品史研究》第五章“酱、醋”,新光出版社1990年版。

〔4〕〔韩〕李盛雨《韩国食品文化史》一、“韩国传统的食品文化”。

品最具丰富特色的民族之一。“豆腐扇”、“馒头汤”、“豆腐花”、“豆腐盅”等传统美味食品,都是以豆腐为主要原料的民族名食。它们无疑是半岛居民在长久的豆腐食生活中的文化积淀与升华。

日本与中国大陆的联系,除了驾船越海直达之外,便是经由朝鲜半岛进入中国本土。因此,以朝鲜半岛为中介的与中国交往,一直是历史上中日文化交流的最重要途径之一。这一途径是隋唐时大批遣隋使、遣唐使的海上交通高潮之前的基本通道。豆腐的传入日本,亦成中日文化交流史上的一个颇引两国学者感兴趣的话题。日本学人对此多有意见发表,在“豆腐何时传入日本”这个共同的题目下,日本学界看法颇有分歧。如,足立勇的《近世日本食物史》认为:“豆腐法是从中国传来的,最初始见于应永二十七年成书的《海人藻介》著作中。在宫廷里,当时称豆腐为‘白壁’。”“应永”是日本第一百代天后小松(1377~1433)的年号,应永二十七年相当于我国明朝永乐十八年(1420)。也就是说,依足立勇的看法,豆腐传入日本的时间约当中国明朝初期,即14世纪后半叶。另一种意见的时间要早许多,持论者是日本民族学博物馆的著名学者筱田统先生,他论述说:“在《倭名类聚抄》(934年左右)、《医心方》(984年左右)、《本草和名》(930年左右)等日本古辞书、古医书中均未见关于豆腐的记载。最早的文字记载,出自寿永二年(1183年)正月二日奈良春日若宫的神主中臣祐重的日记,日记中说奉献御菜品种之中有‘春近唐符一种’,翌年正月二日又记有‘则安唐符一种’等语,这唐符二字,被认为是现在豆腐二字的实字。”“那以后约五十年,日莲上人赠送给供养南条七五郎的礼品单中有‘磨豆腐’一词,这是偶然的一致。但是,12世纪是在中国饮食书籍中第一个提到豆腐的时代。”〔1〕1183年,是日本第八十

〔1〕〔H〕筱田统《豆腐考》,《风俗》第八卷第一号,风俗史学会1965年;转引自〔H〕田中静一《一衣带水——中国料理伝来史》8“大豆和豆腐”,柴田书店1987年版。

一代天皇安德天皇寿永二年,中国则是南宋孝宗淳熙十年,这就是说,照筱田统的理解,中国豆腐传日的时间约当南宋初年的12世纪初。

除了关于文献记载确切时间的讨论之外,另一种民俗方面的意见同样值得重视:日本“做豆腐的人们,都把鉴真(688~763)和上作为自己的始祖,尊崇备至。据说,做豆腐的方法,就是鉴真和上从中国传往日本的。包括豆腐在内的各种素菜,毫无疑问是伴随着佛教一同传来的。传来的时间,一般认为是在平安时代(794~1192)。特别是其中的豆腐,凝集着极为丰富的蛋白质和维生素B,早在一千几百年前就成为日本人日常食物中不可缺少的食品。把鉴真作为传来豆腐的始祖,这倒是相当有趣的传说”〔1〕。因为尚未发现鉴真大师东渡扶桑带去豆腐或豆磨制法的文字的或实物的有力证据,所以迄今这个被日本豆腐制作行业信奉和广大社会民众乐意接受的说法,还只能是个“相当有趣的传说”。然而,这个传说却有不可忽视的合理内容:首先,鉴真大师作为一个宗教素食者,豆腐无疑是他仰赖的主要副食料。其次,说鉴真带去了豆腐,这恐怕是不太可能的,但他带去制豆腐的工具——旋转磨则是完全可能的。再次,即便鉴真并没有随船带去制豆腐的工具旋转磨,他必然掌握的制豆腐技术毫无疑问义便具有决定意义。最后,只要鉴真大师到了日本,豆腐制作技术便随之到了日本,加工工具也不一定必是中国式的旋转磨;也就是说,对于以豆腐为不可一日或缺的食品且熟谙其事(寺院中均自己加工豆腐)的鉴真来说,在自己留居的日本寺院中制作豆腐是极便易的事。

当然,我们这样说,并非就认定豆腐制作技术一定是由鉴真传到

---

〔1〕〔H〕中村新太郎著、张柏霞译《日中两千年——人物往来与文化交流》“鉴真和上”之“药与豆腐”条,吉林人民出版社1980年版。

日本去的。我们只是说,日本社会这个长久流传、广泛认同的“有趣的传说”绝非空穴来风。恐怕此说的长久流传,不能仅从鉴真大师的名望和日本社会对他的敬仰索解,一个不容忽略的重要之点是:日本寺院制作豆腐和僧人仰重豆腐的事实使人们自然便把豆腐的传入与鉴真的西来联系了起来。

然而,我们的看法并不止于这一“有趣的传说”。早在鉴真大师于753年抵达日本之前,日本与中国之间就已经有了长时间、频繁而深入的佛教文化交往了,当然就更不必提在鉴真东渡之前的绵远文化交流史了。在日本,佛教“早在百济的圣明王16年(538)就传入日本的说法已成为近年来的定论。它并非直接从中国传入,而是从朝鲜传到日本的”。当时的日本,“与中国还不能进行直接的友好交往,大多是通过朝鲜进行的”。其后,日本分别于第三十三代天皇推古天皇八年(隋文帝开皇二十年、600)、推古天皇十五年(隋炀帝大业三年、607)、推古天皇十六年(隋炀帝大业四年、608)、推古天皇二十二年(隋炀帝大业十年、614)四次派出遣隋使直接同中国进行高层次、全方位、大规模、长时间的文化交流。值得注意的是,这四次非同凡响的行动,都是取道朝鲜半岛往返的。同样值得注意的是,日本遣隋使团的主要和基本成员,“都是从中国、朝鲜来的归化为日本人的后裔。日本古代整个文化,也都是这些从中国、朝鲜来到日本和归化为日本人的人们建立起来的”。这就是说,使团成员大都与中华民族有血缘之缕,和中华文化有绵绵之根。“日中佛教的友好交流,首先要谈到与朝鲜佛教的交流,这是整个文化领域的交流。朝鲜是日本的先行者、师傅。从种族观点来看,日本和朝鲜是同一民族、同一血缘”〔1〕。隋(581~618)帝国在中国历史上是个短命的皇

---

〔1〕 以上引文参见〔H〕道端良秀著,徐明、何燕生译《日中佛教友好二千年史》,商务印书馆1992年版。

朝,继之而起的唐(618~907)帝国把中华文化推向了全面兴旺的高峰。在唐帝国的近三个世纪里,日本先后派出了十九次遣唐使。其中有十二次是在鉴真大师登上日本的秋妻屋浦(鹿儿岛川边郡西南方村秋目)之前进行的。也就是说,中华豆腐文化和豆腐制作技术的传日,根本毋需等到鉴真大师的东渡,而应当开始于鉴真大师抵日之前。

问题又要回到豆腐加工具的旋转磨上来。在日本权威的历史文献《日本书纪》中,有这样一段记载:推古天皇“十八年(隋炀帝大业六年、610)春三月,高丽王将高僧昙徽法定荐贡。昙徽精通五经,且善绘事、造纸、制墨,并且掌握制作碾碾(wèi 畏)技术。这大概是日本传入制碾碾技术的开始”〔1〕。如前所述,我们认为,旋转磨的传入日本,是被作为豆浆研磨和豆腐制作工具认识与接受的。昙徽的身份既表明磨在寺院中的特别功用,也清楚说明豆腐技术传日的线路很可能最初是经由朝鲜半岛,而非自中国的东南沿海到日本的海路。当然,它又透露这样的信息:中国豆腐文化与豆腐制作技术传到朝鲜半岛去的时间,更应大大早于经由那里传到日本去之前〔2〕。中国豆腐文化和豆腐制作技术传到日本之后,经过富于创造性的日本人民之手,极大地丰富了和民族的食生活,并同时使豆腐文化更为绚丽多彩。

大豆及其众多制品不仅养护了中华民族历史上一代又一代庶民大众,造就了包括豆腐在内的灿烂的菽文化,而且泽被四邻,遗惠整个人类。它们生动而深刻地体现着中华民族的民族禀赋和民族文化

---

〔1〕〔H〕坂木太郎等校注《日本书纪》卷二二,推古天皇“十八年春三月”条,岩波书店1965年版。

〔2〕笔者1992年6月应韩国食生活文化学会主席金淑喜博士之邀为该会作题为“我的中国食文化研究”的报告时,曾有学者提问说:“韩国有人认为豆腐是韩国人发明的”,惜无确切依据。



底蕴中的厚重与光辉的魂魄。菽及其丰富的各类制品,不仅养育了历史上的中国和中华饮食文化圈中的人民,而且在近代以来越来越泽被全世界的人民。菽及菽文化造福人类的作用与意义,正在人类饮食从道德到餐桌物质形态革命的更广阔领域里承当着极为重要的角色。20世纪70年代在全球范围开始的“动物解放运动”,已经明确无疑地将大豆作为自己的绝对物质信赖与依靠。正如这场意义深刻久远运动的精神领袖彼得·辛格教授所指出的那样:“中国人和日本人久来就用大豆制作我们用牛奶制作的食品。西方国家现在也常用豆浆了,而豆浆冰淇淋也甚受欢迎,因为可以减少脂肪与胆固醇。大豆甚至还可制成奶酪、酱类和优酪乳。……用豆浆、豆腐或其他植物食品替代奶和奶酪……例如中国的素食就很丰富,不但含有高蛋白食品,也包含其他既营养又色香味俱全的成分。”〔1〕看来,更绚丽美妙、更广阔远大的菽文化世界,还在全体人类的前面呢!

---

〔1〕〔英〕彼得·辛格著、孟祥森等译《动物解放》,光明日报出版社1995年版,第211~214页。

## 第八章 中国人对食味的历史追求

在人类饮食生活的最初阶段,大概是不会有什么专用的调味料的,尽管那时的人们也能辨味,也愉悦和希冀食物适口的味感觉。从看到食品到将其送入口腔咀嚼,这一完整过程所引起的感觉,便是我们通常所说的“味觉”。味觉可以区分为心理味觉、物理味觉、化学味觉三种类别或过程。从视觉获得的食物的形状、颜色、光泽,嗅觉获得气味,到唇、齿、舌、口腔感受的食物的硬度、黏度、温度、湿度、咀嚼感、口感,进而是舌表面味蕾的经过神经纤维传导到大脑的味觉中枢而产生的对于食物味型的感受,应当说是一个很复杂的味的审美过程。中国俗语说“爱美之心,人皆有之”,说的是其普泛性,是着眼于空间来认识的人类的共性。美味是人类最易感知、最欲感觉的美好追求;这种追求是建筑在基本生理需要基础之上,每天都可能多次发生的。

但是,能够感知和有欲望感觉,在相当程度上还属于一种自在的本能,只有在有了选择意识和付诸改变自然状态食物味道的行动时,才是自觉层面的技能。而我们这里讨论的正是中华民族对调味认知理论和实践的发展,因为这一工作能使我们更清楚地认识自己祖先食生活的历史文化的纷纭形态,并透过这些去考察他们对自己食生活在不同历史阶段所做的创造性劳动,进一步理解他们的探索与追求,从而更深刻地认识与理解我们民族今天食文化的深厚蕴藏。

作为人类的共性,各个民族对美味有着共同的追求;而由于地域、物产以及科技文化等的差异,人类的这种追求又表现为彼此不尽相同的食生活内容与食文化风格特点,以致人们对味觉的理论认识并不完全一致。比如,日本认为味觉应分为五种基本类型:咸、酸、甜、苦、辣;印度则区分为甜、酸、咸、苦、辣、淡、涩、不正常味等八种;欧美世界则基本主张应定为甜、酸、咸、苦、金属味、碱味六味,但德国人海宁曾认为仅有甜、酸、咸、苦四种基本味;我国则区分为咸、酸、甜、辣、苦、鲜、涩等七种。比较世界上许多民族的肴馔品种风格、烹调技法和食书著作,我们注意到中国人有对食品美味的特嗜和对调味的偏好,的确是具有区别于世界上许多其他民族的特点,并形成了古往今来传统的中华民族自己的典型特征与风格。

一般来说,当人们意识到某种呈愉悦味的物质可以用来使自己的食物变得更可口时,最初的调味品便应运而生了。但是人们有意识的调味饮食究竟发生在什么时代呢?恐怕世界上没有哪一个民族能找出文字记录来证明自己祖先这样一个准确的时间。因为这一现象的发生,应当是文字发明史以前很久的事。中国古代文献记述说“仪狄始作酒醪,变五味”〔1〕,传说那是夏禹时的事,已经距今约四十一个世纪。这一时限,如果说我们的祖先已经能够区别和把握“五味”,或者是说得过去的,但若认为只是在那时他们才开始能够认识“味”,那显然是与先民们的食生活实践相矛盾的。在我们看来,对于人类食生活的这一共同的过程或认识来说,至少它应当在各个民族掌握了以水为传热介质熟物的时候便开始了。这一时刻,一般是以陶器用于煮制食物料为历史和文化标志的。2004年12月6日出版

〔1〕按:宋衷注《世本》雷学淇校辑本卷下文为“仪狄始作酒醪,变五味”;清·茆泮林辑本文作“仪狄造酒。仪狄始作酒醪,辨五味”;张澍粹集补注本卷一作“帝女仪狄始作酒醪,变五味”,所辑均出自《初学记》卷二六、《太平御览》卷八四三等典;又《战国策·魏策二》卷二三“梁王魏婴觞诸侯于范台”。

的《美国国家科学院学报》刊载了中美考古学家通过包括气相色谱分析、液相色谱分析、稳定同位素分析等一系列科技手段，“分析河南贾湖遗址出土的陶器，发现了中国存在最早的酒的实物证据，认为八千六百年前我国已掌握了酒的制造方法，所用原料包括稻米、蜂蜜、水果等”的研究成果。贾湖遗址距今约九千~七千年，是淮河流域迄今所知年代最早的新石器文化遗存。考古学家发现了遗址出土陶器碎片上沉淀物中含有酒类挥发后的酒石酸、残留物的化学成分与现代稻米、米酒、葡萄酒、蜂蜡、葡萄丹宁酸以及一些古代和现代草药所含的某些化学成分相同；分析发现，全部酒呈现出稻米的化学特性，贾湖遗址陶片上最早的酒沉淀物中还含有蜂蜜的成分。专家“对这些分析结果的直接解释是，陶器盛放过以稻米、蜂蜜和水果为原料混和发酵而成的饮料，而且因为掺有蜂蜜，这些最古老的发酵饮料，味道‘甘甜可口’”〔1〕。这足以表明中国人的祖先，当然不仅仅是中国人的祖先，很早就对食物味性极其关注，并且很早就将这种关注发展到了相当高的水平。我们同样还认为，这个八千六百年的时限测定，显然也仅仅是我们目前所知的人类祖先识味能力的最早证据，我们有理由期待更新的发现不断地刷新人们的已有认识。

陶器被用作熟食工具之后，人们开始把多种原料共烹于一器之中，这种器具的代表形制，就是三袋足的“鬲”。而在共煮的许多食料中，有的就其自然属性来说便明显地在事实上兼有了充饥和调味的双重作用。比如，位于西安东郊半坡村的新石器时代仰韶文化半坡遗址的先民们所采食的野茴香，就属于这类食料。漫长的采集（叶、花、籽实、根茎、植株等）和渔猎生活实践，使人们对众多的食料除了充饥的数量需要之外，同时积累了对不同食料果腹耐饥、消化吸收、

---

〔1〕《光明日报》记者2004年12月14日合肥电讯稿《中美考古学家合作研究表明：我国八千六百年前已开始酿酒》，《光明日报》2004年12月15日。

适口宜味、色泽等性质与程度差异的认识。当某种食料在习惯上主要被用作其他一些充饥食料的味的适口性的搭配物时,该种食料的调味性质便被突出和逐渐明确了下来,比如原始人类采集的酸味很强的梅或杏,甜味的蜜、枣,辛香的姜、椒等。这种情况,在原始农业和畜牧业发生之后,便更为明显。但辨味的认识和调味的需要应是早在此以前的事,而且实际情况可能要比我们的理解与叙述复杂得多。

目前,我们有理由认为,早在三代期的初期,我们的先民就已经对“五味”及其变化规律有了相当认识,并且在距今三千多年以前有了初步的理论形态。继承了夏、商政治传统和文化成就的周朝,则更长足地将其发展成严格的制度。周天子等贵族的食生活要有专门的管理机构或人员实行“以五味、五谷、五药养其病”的原则,认为“凡药以酸养骨,以辛养筋,以咸养脉,以苦养气,以甘养肉,以滑养窍”〔1〕,形成了循从自然、适时择物辨味的“五味,六和,十二食,还相为质也”的进食传统〔2〕,注意到了生活于不同的食文化区域中的人们的口味好尚也会有所差异,即所谓“五味异和”〔3〕。

## 一、咸味调料

### (一) 盐

在迄今为止人类所认识和利用的所有调味料中,可以说,没有哪一品类是比咸味更重要的了。无论是就被人们认识和利用的时间之早,还是范围之广(几乎无人不用),倚重程度之深(几乎每天甚至每

---

〔1〕《周礼·天官》“疾医”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《礼记·礼运》卷二二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《礼记·王制》卷十二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

餐都用),均是其他任何一种味型调料所难能比拟的。咸味调料中最主要的就是盐。故管仲(?~前645)说:“十口之家,十人食盐;百口之家,百人食盐。凡盐之数,一月丈夫五升少半,妇人三升少半,婴儿二升少半。”〔1〕新朝时,因政府供给不善,食盐不济,“百姓俞病”,民怨沸腾。王莽(前45~后23)曾发布诏书:“夫盐,食肴之将;酒,百药之长,嘉会之好……”〔2〕宋应星(1587~1666?)说得更清楚:“口之于味也,辛酸甘苦经年绝一无恙。独食盐禁戒旬日,则缚鸡胜匹,倦怠恍然。岂非天一生水,而此味为生人生气之源哉?四海之中,五服而外,为蔬为谷,皆有寂灭之乡,而斥卤则巧生以待。孰知其(所)以然?”〔3〕东汉许慎《说文解字》释“卤”:“西方咸地也”。卤字形作鹵,其下部“象盐形”,即位于西方的盐泽之地所自然析结出的盐粒。西汉时曾于今甘肃境内设置鹵县。又释“盐”云:“鹵也,天生曰鹵,人生曰盐。”盐字繁体为鹽,表明盐之来由鹵。鹵经人滤煮等加工后结晶成可食之盐,故云“人生曰盐”。

人体对盐的摄取,一般是自然状态食物所含自然盐分、人类加工食品所添加的盐、烹调过程或进食时加入的盐这样三种主要渠道。在能够直接利用盐之前,人们获得盐的途径只是第一种。盐对于人类的食用功能,一是满足以生存需要为基础的生理需要,二是满足调味的心理需要。当人们自觉地利用盐时,那无疑是出自上述两种需要兼而有之的考虑的。共煮一器的陶烹时代,显然可以使这两种需要得到充分的满足。但这并不是说人类只有发明了陶器之后才开始使用盐。人类最初对盐的认识和利用,很可能是在原始农业和畜牧业发生以前“辨水泉之甘苦”的采集渔猎阶段。

〔1〕《管子·地数第七十七》卷二三,中华书局1954年《诸子集成》本。

〔2〕《汉书·食货志第四下》卷二四下,中华书局1962年版。

〔3〕明·宋应星《天工开物》卷上“作咸”第五,上海古籍出版社1993年版。

在早期人类的生存活动空间里,盐是无处不在的:盐池、盐泉、盐渍地、含卤的泥土、山石上析出的岩盐、海水蒸发附积的海盐等。那时的人们或舔食、或饮用、或蘸食,总之是很早便开始了直接用盐的历史。

(1) 海盐。海盐,即古代文献中所记的“散盐”、“末盐”,所谓“散盐煮水为之出于东海”〔1〕。由于盐源分布的广泛,先民们对盐的利用便出现了明显的地域和文化上的差异。这种差异,在历史文献记载上得到了充分反映,三代期就已经有了东方谓之“斥”,西方谓之“鹵”,河东谓之“咸”的泛泛说法(《说文》释“咸”、“盐”)。又有更明确指实的记载:“宿沙作煮盐”〔2〕;“夙沙氏始煮海为盐。夙沙,黄帝臣,……今安邑东南十里有盐宗庙。一作质沙,《说文》作宿沙。”〔3〕是为海盐,而且是经人工煮熬工艺提取的。煮取海盐,必当先有可耐旺火长时加热的容器,而且应是远在晒取海盐之后。海盐的最初利用,显然应是近海先民们的生活和发明〔4〕。据文献记载,夏王朝初期滨海地区的盐便已经远运至内地了:“海滨广斥……厥贡盐絺,海物惟错……”〔5〕三代期后期,海盐在诸盐中的比重逐渐上升,食用量也因之不断增加,于是近海诸侯国便得擅其利:“东北曰幽州,……其利鱼盐”〔6〕。“齐有渠展之盐,燕有辽东之煮。”〔7〕齐太公(吕尚)封于营丘,以齐地

〔1〕《周礼·天官》“盐人”职文并贾公彦疏,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕雷学淇校辑《世本》下、菲泮林辑《世本》,《丛书集成初编》史地类《世本八种》三六九八~三七〇〇。

〔3〕张澍粹集补注《世本》卷一,同上。

〔4〕参见拙文《“饮食文化说”试论》(一)“文化”释义,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

〔5〕《尚书·夏书》“禹贡”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔6〕《周礼·夏官》“职方氏”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔7〕《管子·地数第七十七》卷二三。

泻卤,乃“便鱼盐之利,而人民多归齐”〔1〕;“山东多鱼、盐”〔2〕。

(2) 苦盐。苦盐,“谓出于盐池”〔3〕,故又称为“池盐”、“泽盐”。此种盐是我们的祖先很早就认识并利用的,所谓“五行”：“一曰水,二曰火,三曰木,四曰金,五曰土。水曰润下,……润下作咸”,“咸”则“水卤所生”〔4〕。苦盐产于盐池之中,故盐池便是先民们视为生命、生活、生产所赖和经济利益攸关的财富。于是,得之卫护,无则夺取的不同部落间的战斗便不可避免地发生了。中国古史传说中的炎帝、黄帝与蚩尤之战,黄帝与炎帝之战主要便是争夺盐池控制权的“盐之战”。这些史前战争已经被史书描绘得极其激烈残酷了。黄帝与炎帝之间的战争还相继进行了三次之多,中心战场均在阪泉(一说在今山西运城盐池附近),而黄帝以后的尧、舜、禹“三皇”的政治中心(平阳、蒲坂、安邑)又都邻近盐池。

(3) 形盐。“形盐,盐之似虎形”,“盐,虎形是也”〔5〕。盐形似虎,此说颇难理解,但细按之,似又略可意会。以今日所见商周至两汉之青铜礼器、虎符、武器带扣、画像石等虎形图案或虎形器,多为写意性质的肥壮厚重形态,而非后世图绘更趋写实的腾搏矫健姿态。所谓虎形盐,似为人们以对虎威力崇敬爱慕之情名盐——形状当似今日的大粒盐,表达着那个时代人们对盐的特别爱重情愫与审美情趣。古人云:“形盐,即印盐,或以盐刻作虎形也;或云积卤所结,其形如虎也。”〔6〕前说可能失之望文生义,后者当是。

〔1〕《史记·齐太公世家》卷三二,中华书局1959年版。

〔2〕《史记·货殖列传》卷一二九。

〔3〕《周礼·天官》“盐人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕《尚书·周书》“洪范”并孔颖达疏,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔5〕《周礼·天官》“盐人”职文并郑玄注、贾公彦疏,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔6〕明·李时珍《本草纲目·石部》卷十一“食盐”集解李时珍语,人民卫生出版社1985年版。



(4) 饴盐。“饴盐,盐之恬者,今戎盐有焉”,“即石盐是也”〔1〕。饴,本是指用米、麦芽熬制而成的糖浆,是三代时仅次于蜂蜜的甜味美食。以饴名盐,似又不易为时过境迁、时代旷远如今之后人所理解。这很可能与当时食盐的加工过于简陋,或者根本不予加工,因而盐质杂、色恶、味邪、形多不正有关。而所谓饴盐,即戎盐或石盐、岩盐,不像卤盐、池盐、土盐等盐那样“味苦寒”,它结晶得较好,味与色,尤其是味较适口,故被美誉为“饴”。但饴盐也可能是含有铅、铍、镱、镧、锆、铈、铈<sup>3+</sup>、钒、锌、镉等某些稀有元素成分的盐,因为这些元素的离子都呈不同程度的甜味。当然,历史上也存在着一种“饴盐,以饴拌成者”的揣度性的说法〔2〕。不过,这种可能性是极小的。先秦时,人们对戎盐,即饴盐的评价很高:“戎盐一名胡盐,生胡盐山及西羌、北地酒泉福禄城东南角,北海青,南海赤”〔3〕。足见饴盐在内地分布的广泛。正因为其分布广,才有戎盐、石盐、岩盐、胡盐等许多不同之名,且有青、赤等许多不同的色泽之分。总之,“饴盐,……味甜而美也”〔4〕。

(5) 井盐。井盐的认识和用为食盐,均比以上诸盐晚得多。据说秦昭襄王(前 325~前 251)令李冰守蜀,李冰“识察水脉,穿广都盐井、诸陂池,蜀于是盛有养生之饶焉”〔5〕。但此说似不够有力,以目前研究成果看,井盐开采似以汉代之后为更足信。

终封建时代,中国人因产源、加工、质地等差异所命名的盐品甚多,明中叶医药学家李时珍和明末科学家宋应星均有胪述。李时珍征引历代本草记录大略有:大盐(《神农本草经》下经);河东印盐(苏

〔1〕《周礼·天官》“盐人”职文并郑玄注、贾公彦疏,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔2〕《本草纲目·石部》卷十一“食盐”集解李时珍语。

〔3〕《神农本草经》下经“戎盐”。

〔4〕《本草纲目·石部》卷十一“食盐”。

〔5〕晋·常璩《华阳国志》卷三“蜀志”,巴蜀书社 1984 年版。

恭《唐新修本草》);东海盐、北海盐、南海盐、河东池盐、梁益井盐、西羌山盐、胡中树盐,比较之下,河东盐为胜,东海官盐白草粒细宜藏茧,北海盐黄草粒粗宜淹菹,蜀中盐小淡,广州盐咸苦(陶弘景《名医别录》);西南少数民族烧竹木盐(陈藏器《本草拾遗》);并州末盐(刮碱煎炼者,不甚佳,即卤碱)、解盐(河东大盐)、种盐(解州、安邑两盐池风干析而成者,最为精好)、泽盐(诸州煮海水而成者,医方谓之海盐)、滨州土盐(煎炼草土而成,色最粗黑)、海州亭户(煮盐之民)刮碱煎盐(苏颂《图经本草》);碱盐(并州、河北等地刮取碱土煎炼而成)、崖盐(或谓生盐,阶、成、凤州所出)、蓬盐(焚草而成),以及戎盐(《神农本草经》下经)、光明盐(《唐本草》)等又十余种名目〔1〕。宋应星概述为:“凡盐产最不一,海、池、井、土、崖、砂石,略分六种,而东夷树叶、西戎光明不与焉。赤县之内,海卤居十之八,而其二为井、池、土碱,或假人力,或由天造。”〔2〕

化学知识告诉我们,咸味是中性盐所显示的味,纯粹的咸味只能来自氯化钠(NaCl),凡不洁净的盐,均呈非单纯的咸味。盐类的味是由解离后的离子所决定的,阳离子和阴离子都影响着味的形成。阳离子易被味觉感受部位的蛋白质的羧基或磷酸基吸附而呈现咸味,而阴离子则影响咸味的强弱并能产生副味。咸味的强弱与味神经对各种阴离子感应的相对大小和有机阴离子的碳链长短有关。于是决定了咸味的主要咸味型(NaCl、KCl、NH<sub>4</sub>Cl、NaBr、NaI)、咸味兼苦味型(KBr、NH<sub>4</sub>I)、主要苦味型(MgCl<sub>2</sub>、MgSO<sub>4</sub>、KI)、兼有不愉快味及苦味型(CaCl<sub>2</sub>、CaCO<sub>3</sub>)等几种基本类型。我们的祖先当然并不知道这些道理,他们不清楚在纷纭复杂的各种食料形态背

〔1〕 以上并见《本草纲目·石部》卷十一“食盐”、“大盐”、“戎盐”、“光明盐”集解;又“大盐”,《礼记·内则》记为“卵盐”。

〔2〕 《天工开物》卷上“作咸”第五。

后还存在着一个肉眼无法观察的无限细微,同样也无限宏大的完全异样的世界,他们只习惯注重这些物质存在形态及同自然界的联系。然而,我们又似乎可以说,也许正是因为我们的祖先在这种从盐品到生存文化空间的彼此众多差异状态下的长久的自然经济的生活和自然主义的实践,才使得他们对食盐的利用呈现出如此异彩纷呈而又迷离炫目的盐文化民族历史风格。而且,早在距今三十多个世纪以前(也许更要早一些),盐源的管理、盐的加工和食盐的使用,就已经成了国家政治管理的重要事务,而且已经做得井井有条了〔1〕。

## (二) 醢

在先民们的食生活中,盐作为惟一的咸味调料曾经单一和单调地使用了相当漫长的一段时间。其后,大概是在盐和食物贮存过程中,人们注意到了盐具有使食物(原料或食品)保鲜防腐的作用。再以后,用盐腌渍的菹等咸菜类食品(植物或动物)、微盐的发酵食品也随之出现于人们的食生活中了。醢,是多种以咸为基本味的各具风韵精美调味食品的总称。中国古代食文化的一个堪称辉煌的成就,便是品类众多的醢(hǎi 海)的制作和利用。

醢,《说文·酉部》:“醢,肉酱也。”郑玄所谓制醢“必先膊干其肉。乃复莖之,杂以梁曲及盐,渍以美酒,涂置甄(zhuì 坠)中,百日则成矣。此酱从肉、从酉之旨(zhǐ 旨)也”。醢的制作,据汉代学者依其时代的传统习俗考释三代期的工艺,其程序是:先将肉料加工除去多余的水分;然后精细地剁碎;第三步是以一定比例的梁曲、盐拌和;之后是调入适量醇美的酒以渍腌;最后是将其置于大坛中,泥封其口,静待一百日即醇酿而成,并且说,这就是“酱”字所以由“酉”、“肉”结构的原因。鉴于人类对肉类食料保存的历史及酿酒和食盐历史的久

〔1〕《周礼·天官》“盐人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

远,我们有理由推测“醢”的最初试制一定开始得很早。但迄今所能依凭的文字资料却基本上只能提供三代期中期即商王朝以后有关醢的较详细的情况。我们从先秦文献中发现,几乎所有的动物性原料都可以用来制醢,并且因之而出现了难以尽数的醢的品目:

豕醢:以烤熟的或大块的猪肉为原料制成,即“醢豕炙”、“醢豕臠(zì字)”〔1〕;牛醢:以烤熟的牛肉、切成大块或片状的牛肉为原料制成,有“醢牛炙”、“醢牛臠”、“醢牛脍”〔2〕;鹿醢:以带骨的鹿肉制成,有“麋臠(ní尼)、昌本麋臠、菁菹鹿臠”〔3〕、“茆菹麋臠”〔4〕;兔醢:以兔肉制成,“芹菹兔醢”〔5〕;雁醢:以雁肉制成,“箬菹雁醢”〔6〕;醢醢(肉汁醢):以动物的肉汁渍酵而成,较其他醢来说略呈酸味,有“醢醢昌本”〔7〕、“韭菹醢醢”〔8〕、“醢醢”〔9〕;鱼醢:以鱼为原料渍酵制成,有“笋菹鱼醢”、“豚拍鱼醢”(此醢系用猪肋肉与鱼肉合制)〔10〕;羸(luǒ裸)醢:以螺肉制成〔11〕;蜃(pí皮)醢:以蛤肉制成〔12〕;蜣(chí迟)醢:以蚁卵为原料制成的酱,“殷修蜣醢”(以捶治而加姜桂所制成的干肉与蚁卵合制而成)〔13〕;卵(鯀鱼子)酱:以鱼子为原料制成,“卵酱实蓼”〔14〕;蜗醢:以蜗牛肉为之,“蜗醢”〔15〕。凡此种种,

〔1〕〔2〕〔14〕〔15〕 《礼记·内则》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕〔7〕 《仪礼·公食大夫礼》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕〔5〕〔8〕 《周礼·天官》“醢人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔6〕 《周礼·天官》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔9〕 《诗经·大雅·行苇》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔10〕 《周礼·天官》“醢人”职文,又《礼记·内则》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔11〕 《周礼·天官》“醢人”职文云:“祭祀,共蜃、羸、蜣以授醢人”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。“羸”,一释为蜗牛。

〔12〕 《周礼·天官》“醢人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔13〕 《礼记·内则》,又《周礼·天官》“醢人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

不能尽数。以周天子宴制所有醢的数量来看,其时醢的品目当极可观:“王举,则共醢六十瓮……宾客之礼,共醢五瓮;凡事,共醢”〔1〕。三代期的醢,因是以所用肉食原料及其状态、部位、加工方法的不同来区别品类的,而那时人们的食用原料又漫无限制,故其时醢的品目也就可以想象得多了。然而,我们也只是想象,正如郑玄所说:“记者不能次录,亦是其物未尽闻也。”〔2〕

三代期的醢,可以视为后世肉酱的历史形态,可见这一文化的绵远流长。当时的醢,主要是作为正餐肴品使用的,如同今日的佐酒、下饭之菜一样。然而,与其他一些烹调好之后热吃的肴品不同,醢一般都是冷食的,而且是可以“饮”的流质形态的。在天子食前方丈和贵族们满案陈列的肴、馐、羹、脍、炙、脯、修等诸多膳品之中,醢与醢等均明显属于佐肴之物,亦即是调味食品的性质〔3〕。

### (三) 酱

今天中国人几乎无人不食的酱,是历史上不断演化而来的;而历史上酱的早期形态,即是上述各种品目的醢。不过,由于历史过程的绵长,古代的醢与今天的酱两者在原料、工艺、形态上相去已经甚远了。《说文·酉部》释云:“酱,醢也,从肉酉”,段注:“从肉者,醢无不用肉也。”段玉裁(1735~1815),中国历史上成就卓著的文字学家、考据大师,他的注文,在于向时过境迁、风尚迥然,因而大不解古时“酱”何以“从肉酉”的18世纪读书人说明“醢”与“酱”的关系及“醢”制作原料的基本特征。

三代期时,已有“酱”的称谓。东汉经学大师郑玄(127~200)说:

〔1〕《周礼·天官》“醢人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《周礼·天官》“膳夫”郑玄注,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《礼记·曲礼》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

“酱谓醢醢也。”清中叶著名学者、经学家江永认为：“酱者，醢、醢之总名。醢之为物有七：醢醢，豕肉作之，又陆产之物有蚺、兔、鹰，水产之物有蜗、麇、鱼，或间有之，未必皆备。《内则》有卵酱，亦鱼醢之类……凡称醢酱或单言醢者，醢醢也。言醢酱者，以醢和酱也。濡豚不用酱，而三牲和用醢、用梅酱作之者为醢，醢醢主酸，醢主咸。”〔1〕也就是说，直到三代期的周王朝时，“酱”一词都一直是醢和以酸味为主的醢两大类发酵食品的总称。后世学者们的这种分析是合于三代史实的，先秦文献在记叙周天子食制时便说：“凡王之馈，食用六谷，膳用六牲，饮用六清，羞用百有二十品，珍用八物，酱用百有二十瓮。”〔2〕不言醢、醢分用之数，而统言“酱用百有二十瓮”，显然酱是两者的泛称无疑。这也正与周王廷职官醢人、醢人各自掌管常备醢、醢品目均是六十之数完全印合〔3〕。

然而，这种泛称的使用习惯，到了周代中晚期似乎已经在发生变化。所谓“醢酱实蓼”、“卵酱实蓼”等品种，已开始以“酱”标具体的品目，而不再是严格地归于“醢”类或“醢”类。此外，这类酱品大都入以“蓼”等兼有防腐和增香作用的辛香料，更突出了此类酱的调味功用与风味特点。不仅如此，又有“芥酱”的出现〔4〕。《说文·草部》释云：“芥，菜也”。但“芥”不是一般的菜，而是“辛菜也”〔5〕。芥是先秦人们用以除腥生香、爽口开胃首选的辛菜，尤其是上层社会最为好尚的以牛肉、鱼肉等动物性原料生拌的“脍”所必不可少的。作为脍的除腥生香调料菜，芥主要是

〔1〕 清·江永《周礼疑义举要》，《四库全书·经部四·礼类一》。

〔2〕 《周礼·天官》“膳夫”职文，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕 《周礼·天官》“醢人”、“醢人”职文，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕 《礼记·内则》，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔5〕 唐·玄应《一切经音义》卷七引《字林》，上海古籍出版社1986年版。

秋天时使用(其时始生成),故先秦文献记为:“脍,春用葱,秋用芥。”〔1〕“芥酱”之外,尚有“枸酱”〔2〕。芥酱、枸酱的见于先秦史籍,表明这样两重信息:一是不以肉为原料,即打破既往“醢从肉”传统的“酱”出现了,这是明显的信息;二是酱的调味功用比以往的醢更受到重视(后者同时作为一种肴品的功用比前者更突出),这是不够明显的,或曰尚属隐约的信息。

史入汉代以后,作为除了直接使用的食盐形态以外存在的第二位重要的咸味调料——酱,逐渐取代了三代期醢的地位,并且一以贯之两千余年,成为中华民族食文化调味料的异彩奇葩。事实上,自春秋以下至入汉以后,传统“醢”的形态即发生了巨大变化。一是“酱”由传统的咸味的醢、酸味的醢两大系列调味料的泛指,逐渐独立并发展为主要指称咸味的非肉料调味品,并终于在汉代确立了以大豆为主要原料的中国酱的民族的历史性特征。二是传统的肉料醢在品种和数量上愈趋减少,并逐渐从人们的食生活中淡逝,而只以品种和数量上相对少许多的、以豆酱为咸味载体的“肉酱”名目存在。三是酱已经普及成为中华各食文化区域和社会各食文化层次人群共嗜的咸味调料品。“茷菹盐豉醢酢酱”已成为以庶民大众为主体的整个民族的最为普泛、也最为仰重的调味品〔3〕。而在三代期,尽管下层社会民众也一定有自己赖以佐进糙粝之食的食盐以外的咸味调料,但却绝不可能是与上层社会同日而语的各种肉料之醢。那时,下层民众所用的主要是以糗(sà 萨)、糗(xiè 谢)、糗(miàn 面)、糗(zī 资)、糗(xī 西)、糗(miè 灭)等不适宜于蒸饭用的碎米和酸酢味液体及适量的盐醢渍的菹(zū 租)。对于先民来说,他们发明并长期赖食的“菹,

〔1〕《礼记·内则》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《史记·西南夷列传》卷一一六,按“枸”又作“蒟”。裴骃“集解”引《汉书音义》曰:“枸木似谷树,其叶如桑叶。用其叶作酱酢,美,蜀人以为珍味。”

〔3〕东汉·史游《急就篇》卷二,岳麓书社1989年影印本。

为藏菜也”〔1〕；《释名·释饮食》释云：“菹，阻也，生酿之，遂使阻于寒温之间不得烂也。”这应当是三代期人们藏菜的最主要手段，如周天子祭祖祈福的乐歌所唱：“……疆场有瓜。是剥是菹，献之皇祖。”〔2〕事实上，菹的传统一直在小农经济的中国历史上保持了数千年之久，直到今天的许多僻远农村和山区仍在沿袭。而在历史上，仅有菹食，是生活极困顿的标志：“恶衣粗食，常无肉味，止有韭菹”〔3〕；“菜乞邻家作菹美，酒赊近市带醅浑。”〔4〕

由于大豆在三代后期至汉时是百姓大量种植和仰赖的重要食粮之一，因而作为造酱的基本原料，它有力地调剂了庶民百姓的食生活，成为他们日常食物重要的蛋白源。历史上，人们造酱，一般是“以豆和面而为之”〔5〕，“以豆麦为黄，投盐与水为酱”（《六书故·工事四》），或“麦面米豆皆可罨(yǎn 演)黄，加盐曝之成酱”（《正字通·酉部》）。酱在中华民族食生活的历史舞台上扮演了异彩纷呈、举足轻重的角色，而聪明和富于创造性的出色导演就是劳动大众自己。伟大的贾思勰为我们留下了一份自汉以来至公元6世纪时北方民众酱文化的节目单：诸般豆酱、干酱、稀酱、大酱、清酱、麦酱、榆子酱；牛、羊、獐、鹿、兔等原料的肉酱；牛、羊、獐、兔、生鱼等原料的卒成酱；以及鲤、鲭、鳢、鲚（又有干鲚鱼酱）、鲐、铜鱼、石首、鲛、鲷等原料的鱼酱等。许多肉、鱼酱也都有一定比例的豆酱的成分。这些酱都投放有姜、桔皮、葱、苏、蓼、酒等料，经精细严格的工艺之后，各具“香美”的风味〔6〕。见于历史文录的各种作为传统食品的风味酱，总与它们的用料及工

〔1〕 魏·李登《声类》，冯兆年辑《翠琅开馆藏书》二集《小学钩沈》。

〔2〕 《诗经·小雅·信南山》，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕 北魏·杨衒之《洛阳伽蓝记》卷三城南“高阳王寺”，《四库全书·史部十一·地理类七》。

〔4〕 宋·陆游《剑南诗稿》卷六十《雪夜》，上海古籍出版社1985年版。

〔5〕 《急就篇》卷二唐·颜师古注。

〔6〕 北魏·贾思勰《齐民要术》卷八“作酱等法”第七十，农业出版社1982年版。



艺的严格规范有关。而普通大众家庭的自用酱,却不能不因原料的随时就物和方法的仅凭经验而具千家万户的千差万别性。于是就有了中国俗语所说的“百家酱百家味”。应当看到,这既是中华民族酱文化物质层面的庶民特征,同时也是庶民层面上的酱文化异彩。

在漫长的中华民族食生活史上,酱作为全民族的咸味调味食品,在饮食营养的生理与食品味、色调配的文化领域都充分体现了民族性的特点,反映了中国人创造和丰富自己食生活的无穷想象力。贾思勰之后不可胜数的食书中分别记录了中国人这种极富想象力的创造:各种豆酱、米酱、甜酱、面酱、肉酱、鱼酱、辣酱、蚁酱、鱼籽酱、一料酱、糯米酱、虾酱、梅酱、熟黄酱、生黄酱、小豆酱、豌豆酱、榆仁酱、大麦酱、仙酱、急就酱、芝麻酱、合酱、酒酱、麸酱、玫瑰酱、八宝酱、千里酱〔1〕,……实是概乎指穷,家珍难数。而自清末迄今的一个世纪,更是科技发展、文化繁兴、人欲尚生的民族食生活、食文化远迈既往的时代。酱制作工艺之进步,品目之众多,文化色彩之炫丽,更是口笔皆弗能及了。不唯如此,作为中华文化的使者,中国酱早于纪元前便越出国界,为朝鲜半岛居民所接受,并被聪明的朝鲜人发展出自己民族的酱文化。酱不仅奠定了朝鲜民族食味风格的基础,而且还如中国一样造酱是每个家庭一年中最重要的家政大事,形成了甘酱、黄酱、汁酱、清国酱、苦早酱等五大系列数十个品种〔2〕。随后,又经由朝鲜半岛再渡海到了日本列岛〔3〕,进而演化成日本的酱汤文化。日本社会有句调谑性的俗语:“傻瓜才喝三碗酱汤。”因为习惯上日本

〔1〕 参见宋·吴氏《中馈录》、元·韩奕《易牙遗意》卷上醞造类“豆酱二种法”、元·无名氏《居家必用事类全集》巳(当为己——引者)集诸酱类、清·顾仲《养小录》卷之上酱之属、清·朱彝尊《食宪鸿秘》上卷酱之属、清《调鼎集》卷一等。

〔2〕 [韩]尹瑞石《韩国食品史研究》第五章,新光出版社1990年版。

〔3〕 郑大声主张朝鲜传入日本说,见郑著《朝鲜食物志》,柴田书店1974年版;足立严、田中静一等主张中国传入说,见足立严《食物传入史》、田中静一《衣带水——中国料理伝来史》;寺尾善雄则持为日本固有说,见其著《中国传入故事》。

人每天都要喝酱油,据抽样调查表明,日本人每年平均饮用四百多杯酱油,约合六公斤酱〔1〕。20世纪中叶以来,日本人逐渐使酱油走向世界,并使之在欧洲乃至更大的范围内赢得了保健、防癌、美容、太空和21世纪食品的盛誉。

#### (四) 豉

豆豉,是大豆煮熟后经发酵工艺制成的调味食品,如同酱一样,豉也是从远古的菹和醢的工艺发展而来的,并且同样有咸、淡两大类,其中咸味豉便属于咸味调味品。

中国发明豉的时间不晚于春秋时代。早在战国时,豉已成为楚地的风味美食了〔2〕。汉代时,豉已成为与盐、醢、酱等并列流布海内的日常必需的重要调味料与调味食品:“通邑大都,酤一岁千酿,……蘖曲盐豉千荅……”〔3〕《释名·释饮食》谓:“豉,嗜也。五味调和,须之而成,乃可甘嗜也。故齐人谓豉,声如嗜也。”汉代,大江南北、黄河两岸,均甘嗜豆豉,举国上下,万民所仰。贾思勰同样为我们留下了他据文献和自己口尝眼见的豉的珍贵文录,从择料配方、加工程序、工艺技巧到品质风味,靡不精微妙肖,使人读之生津;其引前人文献“作豉法”,记“家理食豉法”、“麦豉法”,叙其时通行“豉法”工艺〔4〕,都真实再现了工艺和文化的历史风貌,使人可图索无误。

豉的利用,自汉以后至于当代,两千余年里一直为中国人所爱重,并使之演化为不同历史时期和不同地域人们好尚的无穷风味品种:魏晋时的“江东”豉〔5〕,北朝时的齐地之豉、“香美豉”、“香豉”、

〔1〕 参见贾蕙莹《日本风土人情》“酱与酱油”,北京大学出版社1989年版。

〔2〕 《楚辞·招魂》东汉王逸注“大苦咸酸,辛甘行些”句云:“大苦,豉也。”宋·洪兴祖《楚辞补注》,中华书局1983年版。

〔3〕 《史记·货殖列传》卷一二九。

〔4〕 《齐民要术》卷八“作豉法”第七十二。

〔5〕 南朝宋·刘义庆《世说新语》“言语”第二,上海古籍据光绪十七年思贤讲舍刻本影印本。

“油豉”〔1〕,隋唐时的“大豆豉”〔2〕,宋代的“香豉”〔3〕、“酒豆豉”、“水豆豉”〔4〕,元代的镇江“金山寺豆豉”、浙江“咸豆豉”、“淡豆豉”、“成都府豉”、“麸豉”、“瓜豉”〔5〕,“黑豆豉”〔6〕,明代的“十香咸豉”、“水豆豉”、“酒豆豉”〔7〕,清代的“大黑豆豉”、“大黄豆豉”、“水豆豉”、“酒豆豉”、“香豆豉”、“熟茄豉”、“燥豆豉”〔8〕、“青豆豉”〔9〕、川“香豆豉”、川“水豆豉”〔10〕、江南“辣豆瓣”、“辣豆豉”〔11〕、“金华豉”〔12〕、北方“咸豆豉”、“胡豆瓣”、“水豆豉”等〔13〕。比较酱来说,豉是更充分体现调味作用的咸味食品。如果说酱一般主要是“增咸”的话,那么豉则更侧重于“生香”。同酱一样,豉也很早就走出了国门,作为中华食文化的使者,它到东瀛日本的时间不会晚于隋唐〔14〕,至于传到朝鲜半岛则无疑会更早。鉴于豉有比酱更便于贮藏与携带致远的特点,故这完全是可信的。

### (五) 酱清与豉汁

酱清,是酱经较长时间贮放,于表面渗浮出的一层香气芳郁、品

- 
- 〔1〕 《齐民要术》卷八“作豉法”第七十二、“蒸炁法”第七十七、卷九“素食”第八十七。  
〔2〕 唐·孙思邈《备急千金要方》卷二六“食治”,《四库全书·子部五·医家类》。  
〔3〕 宋《太平圣惠方》卷九六“食治中风诸方”,人民卫生出版社1958年版;宋《圣济总录》卷一八八“食治门”,人民卫生出版社1962年版。  
〔4〕 宋·吴氏《中馈录》“制蔬”,中国商业出版社1987年版。  
〔5〕 元·无名氏《居家必用事类全集》巳(当为己——引者)集“诸豉类”,中国商业出版社1986年版。  
〔6〕 元·贾铭《饮食须知》卷二谷类“黑大豆”,中国商业出版社1985年版。  
〔7〕 明·高濂《饮馔服食笺》中卷“家蔬类”,中国商业出版社1985年版。  
〔8〕 清·朱彝尊《食宪鸿秘》上卷“酱之属”,中国商业出版社1985年版。  
〔9〕 清·顾仲《养小录》卷之上“酱之属”,中国商业出版社1984年版。  
〔10〕 清·李调元《醒园录》卷上,中国商业出版社1984年版。  
〔11〕 清·曾懿《中馈录》“制辣豆瓣法”、“制豆豉法”,中国商业出版社1984年版。  
〔12〕 清·王士雄《随息居饮食谱》调和类“豉”,人民卫生出版社1987年版。  
〔13〕 清·薛宝辰《素食说略》卷一。  
〔14〕 〔日〕田中静一《一衣带水——中国料理伝来史》11“酱”,柴田书店1987年版。

莹红亮的酱汁,因其是酱中之物,且上浮于酱糊之面,故早于汉代时便有了“清酱”之名:“正月,可作诸酱,肉酱、清酱”;“五月,可为酱。上旬炒豆,中庖煮之。以碎豆作‘末都’。至六月、七月之交,分以藏瓜。可作鱼酱。”〔1〕“酱清”、“清酱”二词,在古代似无甚区别,所指基本是一物。酱清通常是大豆所制之酱的清汁,故汉以后又称为“豆酱清”,贾思勰所记“作燥脰(shān 山)法”、“生脰法”是证:“羊肉二斤,猪肉一斤,合煮令熟,细切之。生姜五合,桔皮两叶,鸡子十五枚,生羊肉一斤,豆酱清五合。先取熟肉着甑上,蒸令热,和生肉;酱清、姜、桔和之。”“羊肉一斤,猪肉白四两,豆酱清渍之,缕切。生姜、鸡子,春、秋用荪、蓼,着之。”酱清出于酱,但做酱时要掌握好兑水的比例,以保证豆汁的适当浓度,即所谓“汤少则添,慎勿易汤;易汤则走失豆味,令酱不美也”。“淘豆汤汁,即煮碎豆作酱,以供旋食。大酱则不用汁。”〔2〕酱清或清酱,在增咸、生香、着色等方面显然有比酱更便利和更适宜的特点,而且它也比酱更具有调味料,而非调味食品的性质了。

在中国人重视并频繁使用酱清作为调味料的同时,豉汁也受到了同样的青睐,并更充分地发挥着使肴品生香、着色的作用。也就是说,从三代期到汉魏,我们可以看到,在中国人对盐→醢→酱(酱清)→豉(豉汁)的利用过程中,是明显地呈现增咸作用减弱、生香功用增强的演化趋势的。在自汉而下的漫长的中国人食生活史上,豉汁的这种作用非常突出,仅仅贾思勰记录于6世纪初的文录便有:“五味腊法”、“五味脯法”须“浸豉”工艺〔3〕,“芋子酸臠法”用“豉汁一升”,“作鸭臠法”用“豉汁五合”,“作鳖臠法”用“豉(汁)五合”,“作猪蹄酸羹一斛法”加“豉汁”,“作羊蹄臠法”入“豉汁五升”,“作酸羹法”调“豉汁”,

〔1〕 东汉·崔寔《四民月令》,《说郛》宛委山堂本另六十九。

〔2〕 《齐民要术》卷八“作酱等法”第七十。

〔3〕 《齐民要术》卷八“脯腊”第七十五。

“作笋箬(gě 舸)鸭羹”调“豉汁”，“作羊盘肠雌解法”同时调“豆酱清一升，豉汁五合”，“食脍鱼菹羹”用“豉汁”，“醋菹鹅鸭羹”配“豉汁”、“鳧鱼臠”用“豉汁”，“脰臠(chǎn 产)”用“豉清”，“鳧鱼汤”入“豉汁”，“鮓(tuó 佗)臠”配“豉清”〔1〕，“蒸熊法：取三升肉，熊一头，……以豉清渍之一宿。”“蒸肫法：好肥肫一头，……以豉汁渍之。……浓豉汁渍米，令黄色，炊作饔，复以豉汁洒之。”〔2〕“脍鮓法”：“鮓沸，汤中与豉汁……”〔3〕“酸豚法：用乳下豚……豉汁炒之……”〔4〕“肝炙：牛、羊、猪肝皆得。脔长寸半，广五分，亦以葱、盐、豉汁脯(nǎn 赧)之。”〔5〕“菹白蒸：秫米一石，……气馏，以豉汁五升洒之。”“炆茄子法：用子未成者，……香酱清、擘葱白与茄子俱下，炆令熟”〔6〕等等。粗略统计，《齐民要术》一书仅第八卷的部分内容便记有“豉汁”五十余处，“豉清”四处，“浓豉汁”一处，充分地发挥了在肴饌生香、着色、去腥等方面的巧妙功用。为了更好地发挥豉汁用以生香、着色的作用，并使肴品视觉、口感和味觉效果更好，豉汁往往还要“于别铛中汤煮一沸，漉出滓，澄而用之”。“煮豉但作新琥珀色而已，勿令过黑，黑则齷(gàn 紺)苦”〔7〕。

酱清和豉汁，是酱油被充分利用以前的两种最重要的生香、着色、增咸调味料。到了唐宋时期，随着市肆饮食的兴旺繁荣，肴饌制作工艺日趋精细，品种花色珍异缤纷，对调料质量风味的要求因而更趋严格，于是酱油便应运而生。今日人们日常所食的酱油，是以大豆（或脱脂豆）、小麦、米麸皮等为原料经发酵加盐水而制成的。也就是说，酱油与酱的制作，在原料和工艺上没有很严格的界限，掌握酱的

〔1〕〔7〕 《齐民要术》卷八“羹臠法”第七十六。

〔2〕 《齐民要术》卷八“蒸鮓法”第七十七。

〔3〕 《齐民要术》卷八“脍、臠、煎、消法”第七十八。

〔4〕 《齐民要术》卷八“菹绿”第七十九。

〔5〕 《齐民要术》卷九“炙法”第八十。

〔6〕 《齐民要术》卷九“素食”第八十七。

制作工艺,酱油的出现也便是呼之即出的了。古代的酱清(或清酱,包括豉汁),事实上便可以视为酱油的初级形态。照传统制豆酱的用料和工艺,如果不是取自酱清或豉汁而是为之而生产,则即是酱油。北宋时,酱油已是与醋并列的两大调味料〔1〕。优质酱油,色乌亮可人,味鲜香醇厚,入肴稀释则色淡如琥珀,鲜溢爽口,香沁脾胃。故明清之际的美食大家李渔(1611~约1679)主张食“蔬中之王”最好是只佐以酱油:“茹斋者食笋,若以他物伴之,香油和之,则陈味夺鲜,而笋之真趣没矣。白煮俟熟,略加酱油。从来至美之物,皆利于孤行,此类是也。”〔2〕李渔是个极精品味又鉴物严苛的美食家,由此可见,酱油作为生香、着色、增咸调味料在中国人食生活史上的重要地位了。元明以来的食书,多记有酱油制法,其原料、工艺一本于由汉代造酱而来的基本规范,或是参差变化,或是生香料取舍不同〔3〕,因风土习尚之异而见诸史籍的苏州酱油、扬州酱油、黄豆酱油、蚕豆酱油、套油、白酱油、麦酱油、花椒酱油、麸皮酱油、米酱油、小麦酱油、黑豆酱油、千里酱油等等〔4〕,妙品星罗,不可胜计〔5〕。

## (六) 咸菜与泡菜

严格来说,咸菜或泡菜,并非调味料,而应属于咸味食品。但对

〔1〕 北宋·苏轼《格物粗谈》卷下“韵藉”,《丛书集成初编》一三四四。

〔2〕 清·李渔《闲情偶寄》饮饌部“笋”,《李渔全集》浙江古籍出版社1992年版。

〔3〕 参见《易牙遗意》卷上醢造类“又酱油法”,《养小录》卷之上酱之属“豆酱油”、“又法”、“秘传造酱油方”,《食宪鸿秘》上卷酱之属“酱油”、“豆酱油”、“秘传酱油方”,《随息居饮食谱》调和类“秋油”,《调鼎集》卷一“酱油”,曾懿《中馈录》“制酱油法”,《素食说略》卷一“造酱法”等。

〔4〕 参见清人辑《调鼎集》卷一,中国商业出版社1986年版。

〔5〕 关于酱与酱油的历史思考,参见拙文《中国酱的起源、品种、工艺与酱文化流变考述》,载《饮食文化研究》(香港)2004年第4期;《中国酱油的发明、工艺演进及其文化历史流变》,《饮食文化研究》(香港)2005年第1期;《中国历史上的酱园与酱园文化述论》,《饮食文化研究》(美国)2005年第4期等。

于古代中国的广大庶民百姓来说,诸色咸菜既是佐进粗粝之食日用三餐不可或缺的常备之肴,亦是盐分摄取和咸味调剂的最主要手段。因为古代中国的庶民大众,尤其是那些村野之民,他们的日常饮食结构和特点一般是:主食为五谷杂粮,辅以糠麸瓜菜,副食则是菜蔬(种植与野生)杂以豆类或谷米屑末的主菜——羹(或中世纪以后的炖菜),外佐以传统的酱、菹、咸菜。因此,对于他们来说,人类摄入盐的三条渠道中主要便是第二条和第三条(因极少可能有动物性食料,故第一渠道作用很小),咸菜则成了第三渠道的主要方式。至于他们用来腌制咸菜的原料,那可是毫无拘限地广泛,几乎一切园田菜蔬和一切可能采集到的可食又宜于腌制的野生植物均可。而通常用的自然是那些大量应时生产又极便宜的白菜、萝卜、黄瓜、茄子、雪里蕻之类。宁波俗谚“三天不喝咸菜汤,觉得两脚晃荡荡”,与食圣袁子才(1716~1798)所谓“三伏天至宝”的“冬腌菜”,指的便是雪里蕻〔1〕。长久的实践,也使得中国历史上出现了因人、因地、因时而异的许许多多风味隽永的名特咸菜品种:四川涪陵榨菜、云南玫瑰大头菜、北京六必居酱菜、天津蜂蜜蒜肉、镇江酱菜、常州萝卜干、萧山萝卜干、贵州独山盐酸菜、辽宁锦州什锦虾油小菜等,这些不过是挂一漏万的名目而已。

泡菜是将蔬菜原料在加有花椒、酒等配料的淡盐水中浸渍而成的微醇咸味小菜,菜质脆,味香微酸,或略带辣味,极爽口开胃。四川泡菜尤为驰名,清代食书详细记道:“泡盐菜法,定要覆水坛。此坛有一外沿如暖帽式,四周内可盛水;坛口上覆一盖,浸于水中,使空气不得入内,则所泡之菜不得坏矣。泡菜之水,用花椒和盐煮沸,加烧酒少许。凡各种蔬菜均宜,尤以豇豆、青红椒为美,且可经久。然必须将菜晒干,方可泡入。如有霉花,加烧酒几许。每加菜必加盐少许,

〔1〕 清·袁枚《随园食单·须知单》“时节须知”,文明书局藏版。

并加酒,方不变酸。坛沿外水须隔日一换,勿令其干。若依法经营,愈久愈美也。”〔1〕“覆水坛”,俗称“泡菜坛”,大小城镇的街市中均可买到,是制作盐泡菜的专用工具。

朝鲜泡菜,朝鲜语作“克依姆奇”,汉族习称“朝鲜咸菜”,是又一种风味的盐渍菜。朝鲜泡菜是朝鲜族食文化的许多闪光成就之一,以白菜、萝卜等蔬菜为主要原料,佐以大蒜、辣椒(必不可少)、生姜等盐渍而成。作为朝鲜民族生活智慧的荣耀,泡菜的制作同时也是朝鲜族妇女的骄傲。腌制十几个品种的泡菜,是聚居区朝鲜族每个家庭食生活很自然的习惯。而为了市场的需要,则更大量地生产,并且开发出数十、甚至一百几十个品种,同时也使泡菜的制作工艺更精细,风味更突出,更具有标准化的特点。朝鲜泡菜已经广为东北、华北等许多省区人民所爱尚,长期以来,渐渐出现了四川泡菜和朝鲜泡菜分别以长江南北两方为各自主要流行区的现象;吃朝鲜泡菜和腌制朝鲜泡菜的,都早已经不再仅仅是朝鲜本民族了〔2〕。

## 二、酸味调料

酸味,是中国人食生活倚重和好尚仅次于咸味的最重要的味型。古往今来一直与咸味并列为中华民族的两大食味之一。据说,公元前1250~前1192年在位的商王朝的英明国君武丁在与辅臣傅说讨论治国方略时,就以调羹和味的咸、酸并列说过如下名言:“若作和羹,尔惟盐梅。”〔3〕食圣袁枚的一首《品味》诗中,不仅并列咸、酸两味,甚至还列“酸”于“咸”之前:“平生品味似评诗,别有酸

〔1〕 曾懿《中馈录》“制泡盐菜法”。

〔2〕 参见拙文《关于中国食文化的报告》,载《赵荣光食文化论集》,黑龙江人民出版社1995年版。

〔3〕 《尚书·商书》“说命”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。



咸世不知。”〔1〕酸味料是食品的重要调味料,而且具有防腐的作用。酸味是由于舌黏膜受到氢离子刺激而引起的,凡是在溶液中能解离出  $H^+$  的化合物都具有酸味。人口腔中舌黏膜接触到酸味物质的稀溶液便产生了酸味感觉,这种酸味感既与氢离子浓度有关,也与滴定酸度有关,那些缓冲作用大因而滴定度高的物质,即便仅有微量的  $H^+$ ,也会使人感到有酸味存在。因此,酸味感并不与  $H^+$  浓度或 pH 值成简单的正比。此外,酸味物质的阴离子,也影响酸味的强度,同时还对食品的风味具有影响。我国传统最常用的酸味调料是食醋,其次是柠檬酸、醋酸、乳酸、葡萄糖酸、苹果酸等。但依中国人对各种酸味料的认识和利用的历史发生顺序来说,最早进入人们食生活领域的酸味料却不是食醋而是自然酸果——梅。

### (一) 梅及其他酸果

梅,是我国栽培历史悠久的特产果品。早在距今三千多年以前,梅已经作为栽培植物见于文学作品的讴歌之中,《诗经》即有五处言梅:“摽有梅,其实七兮;……摽有梅,其实三兮;……摽有梅,顷筐塈(xì 细)之。”〔2〕“终南何有? 有条有梅”〔3〕;“山有嘉卉,侯栗侯梅”〔4〕;“墓门有梅,有鸛萃止”〔5〕;“鸣鸠在桑,其子在梅”〔6〕。据研究,引文中第一处和四、五两处的梅,系蔷薇科之梅,即为酸果之梅〔7〕。由于生长分布和栽培的广泛与各地人们的仰重,故见于先

〔1〕 袁枚《品味》二首之一,《小仓山房诗集》卷三三,上海古籍出版社 1988 年版。

〔2〕 《诗经·国风·召南》“摽有梅”,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔3〕 《诗经·国风·秦风》“终南”,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔4〕 《诗经·小雅》“四月”,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔5〕 《诗经·国风·陈风》“墓门”,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔6〕 《诗经·国风·曹风》“鸣鸠”,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔7〕 参见辛树织编著、伊钦恒增订《中国果树史研究》,农业出版社 1983 年版。

秦文献的梅,便有楛(同梅)、杙(qiú 求)、蓀(lǎo 老)、柑(同楠)等多种别称〔1〕。汉代以后,关于梅的品种及栽培技术的记录开始多起来:“……梅七:朱梅、紫叶梅、紫华梅、同心梅、丽枝梅、燕梅、猴梅”〔2〕;“梅实小而酸,核有细文,……白梅任调食及齏”〔3〕。酸果之梅很早便被人们用作酸味调料,《左传》有文:“和如羹焉,水火醯醢盐梅,以烹鱼肉”〔4〕。孔颖达疏云:“梅果实似杏而酸”。《左传》所记在鲁昭公二十年,即公元前 522 年,那时,梅是与醯并存共用的酸味料。而前引武丁“若作和羹,尔惟盐梅”之句,则仅并列“盐梅”,这是否意味着,距今三千五百年左右时,中国人所使用的酸味调料似乎还仅限于梅一类的自然酸果呢?

梅果清酸爽口,能促使生津,中国历史上曹操令三军“望梅止渴”的故事,颇形象生动:“魏武行役,失汲道,军皆渴,乃令曰:‘前有大梅林,饶子,甘酸可以解渴。’士卒闻之,口皆出水。乘此得及前源。”〔5〕梅含有单宁酸、酒石酸、林檎酸、苦味酸、氰酸和枸橼酸等多种酸分;生熟的鲜果碳水化合物、蛋白质的含量分别是 18.9%、0.9%,以及多种维生素。食之适量,有止渴生津开胃解郁的效果。梅的入羹、齏之中为酸味调料,显然是先民们在长久采集生活实践中悟识的必然结果。直至今日,梅的这种作用仍然在不少地区和许多时候为人们所沿用。正因为梅的食用很早,并一直受到人们的高度爱

〔1〕 分别见《夏小正》、《山海经》、《尔雅》、《礼记》等先秦典籍。

〔2〕 汉·刘歆撰、晋·葛洪集《西京杂记》卷一“上林名果异木”;又,紫叶梅,《齐民要术》、《初学记》二八、《御览》九七〇引作“紫蒂梅”;紫华梅,《西安府志》引作“紫萼梅”;丽枝梅,《初学记》、汪灏《广群芳谱》引作“丽支梅”;燕梅,《齐民要术》、《初学记》、《御览》引作“燕支梅”;猴梅,《齐民要术》、《初学记》、《御览》引作“侯梅”。

〔3〕 《齐民要术》卷四“种梅杏”第三十六。

〔4〕 《春秋左氏传·昭公二十年》,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔5〕 《世说新语》“假饧”第二十七。

誉,故在中国传统医药学上评鉴甚高,用途很广:“气味酸,(性)平,无毒”,有“止渴调中,去痰治疟瘵,止吐逆霍乱,除冷热痢”等多种养生疗疾功用〔1〕。因此,梅作为调味料,其特点是酸而不酷,柔醇绵厚,并有协合的生香作用。梅作为区域和民族文化的使者,还先后于公元前2世纪、公元8世纪传入朝鲜和日本,在那里丰富了友邻的自然和生活,成为历史上“中华食文化圈”的又一条血缘纽带。

我国古代用作酸味调料的果并非仅限于梅属,事实上几乎一切可食的酸味果都被先民们如此利用了,山楂即是其一。山楂,又名红果、山里红,古称则因品种、时地之异而有杔子(《尔雅》)、槩梅(《尔雅》)、赤瓜子〔2〕、鼠楂(《唐本草》)、羊棣(《唐本草》)、棠棣子〔3〕、猴楂〔4〕、茅楂〔5〕、山里果〔6〕等。《尔雅·释木》:“杔,槩梅。”郭璞注:“杔树状似梅,子如指头,赤色似小柰,可食。”事实上,先秦时,山楂也一般被视为梅一类酸果来食用的。山楂的品种很多,产地分布很广,山楂属植物在世界上达千种以上,我国境内分布的有山楂、华中山楂、湖北山楂、陕西山楂、桂红山楂、云南山楂、辽宁山楂、甘肃山楂、阿尔泰山山楂等十七个品种。山楂的栽培在我国境内亦有十余个著名品种,其中以山楂种(俗称大山楂)最普遍。山楂果营养丰富,以北京、河北易县、山东邹县、甘肃白银果样分析的平均值为例,每100g可食部分的蛋白质、碳水化合物、尼克酸、抗坏血酸、维生素E(总E)含量分别是:1.55g、21.3g、0.0375mg、109mg、3.5875mg。此外,还含有其他多种丰富的营养成分〔7〕,维生素C含量高达89

〔1〕 参见《本草纲目》果部第二十九卷“梅”,“乌梅”、“白梅”等目,引文为陶弘景语。

〔2〕 唐·李勣等《唐本草》。

〔3〕 宋·掌禹锡《图经本草》。

〔4〕 元·危亦林《世医得效方》,《四库全书·子部五·医家类》。

〔5〕 元·吴瑞《日用本草》,《中国本草全书》,华夏出版社1999年版。

〔6〕 明·宁愿《食鉴本草》,中国书店1987年影印本。

〔7〕 资料来源据中国预防医学科学院、营养与食品卫生研究所编著《食物成分表》(全国分省值),人民卫生出版社1992年版。

毫克,比苹果高十多倍,仅次于猕猴桃和鲜枣。山楂性“酸,甘,微温”,有“消食积,补脾”等多种养生疗疾功效〔1〕。作为具有去腥、和味、生香、酥物多种功能的酸味调料,山楂在古往今来的中华民族传统烹调中甚至比梅更为习用。宋人苏轼(1036~1101)曾记录时人生活经验说:“煮老鸡,以山里果煮就烂,或用白梅煮亦好。”〔2〕这一传统至今依然。

在醋作为大宗和便捷的酸味调料被人们普遍使用之前,梅、山楂等酸果以其自然的美质,充分地发挥了艺术化中国人肴馔和启迪中国人创造才智的作用。事实上,用来作酸味调料的酸果绝不仅限于梅和山楂,许多成熟以后或未成熟时呈明显可食性酸味的果实,都可能被先民们像利用梅和山楂那样使用于自己的羹汤齏肴之中。葡萄、苹果、梨、樱桃、杏、橙、柠檬、菠萝等大多有强烈清鲜的酸味,含有丰富的盐酸、酒石酸、苹果酸、磷酸、柠檬酸等美悦适口的食用酸。《尚书·洪范》谓:“炎上作苦,曲直作酸。”汉孔安国传云:“酸,木实之性。”唐孔颖达疏:“木生子实,其味多酸,五果之味虽殊,其为酸一也,是木实之性然也。”这种经验总结性的认识,显然是以广大民众的长久实践为基础的。朝鲜族泡菜和冷面中投放青苹果的传统加工和烹调工艺则可视为一证。推而广之,我们的先民们早期向大自然索取的酸味调料恐怕也不仅仅是鲜、干果实,也应当包括他们可能采集到的其他酸味植物。不过,因为梅的味更美、更适用,因而被作为与盐对应的代表性酸味调料记录于史册了。

## (二) 菹、醢、酪

菹,《说文·草部》释云:“菹,醢菜也。从草,沮声。藟(同菹),或

〔1〕《本草纲目》果部卷三十“山楂”,引文为李时珍及苏颂语。

〔2〕北宋·苏轼《物类相感志》“饮食”,《丛书集初编》一三四四。

从皿。藟(同菹),或从缶。”南唐徐锴《说文解字系传》:“以米粒和酢以渍菜也。”清王筠《说文解字句读》:“酢,今作醋,古呼酸作醋,酢菜犹今之酸菜,非以醋和之。《声类》:‘菹,藏菜也。’《释名》:‘菹,阻也,生酿之,使阻于寒温之间,不得烂也。’”作为先民以长时间保存菜蔬(或使之越冬)以阻止其腐烂的手段,菹应当是发生得很早的。办法是以米粒和酢以渍之,今日仍流行于北方许多省区的渍酸菜法即由此沿袭而来。菹的菜和汁都是酸的,并且在古代都用来食用〔1〕,不像今天只食酸菜而不食其渍汁。以酢来渍“菹”,可能是入汉以后的事。“酢”的出现是晚于“菹”的,正是人们为“藏菜”而制菹、食菹的长久实践,才使他们认识和掌握了用酢和米粒渍菜成菹的、更有效的方法。这一过程犹如我们祖先对面酵的认识和利用晚于食酵面的历史一样,是完全符合小农自然经济时代生活科技发展的实践与认识规律性特点的〔2〕。

酢,《说文·酉部》:“酢,醖(yàn彦)也。从酉,乍声。”又释:“醖,酢浆也。”段注:“酢,本馘(zài在)浆之名,引申之凡味酸者皆谓之酢……今俗皆用醋。以此为酬酢字。”段玉裁(1735~1815)去许慎(约58~约147)约一千六百年之久,“醋”在许氏时代尚无酸味调料的食用醋之义。至于“馘”,《说文·酉部》则谓:“酢浆也。”而“凡味酸者皆谓之酢”,却是汉代社会风俗与文字表述习惯。反映西汉中叶以前风俗文化的儿童识字课本《急就篇》,所记均为生活常识与基本知识,其中有句:“酸咸酢淡辨浊清”,唐颜师古注云:“言饮食众品,滋味各别,清浊异宜也。大酸谓之酢,平薄谓之淡。”〔3〕所谓“酸咸酢淡辨浊清”,意为是:酸、咸是平居饮食调味的两种基本味,用于调这两种味的调味料品种很多,质量差异很大,故应区别厚薄浊清。可见,酢在

〔1〕 清·方拱乾《绝域纪略·饮食》,小方壶斋丛钞(线装本)。

〔2〕 参见拙文《两汉期粮食加工、面食发酵技术概说》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

〔3〕 西汉·史游著、唐·颜师古注、宋·王应麟补注《急就篇》卷三。

古代是人们用来调味的一种酸味液体,即“以酢浆烹之为羹也”〔1〕。

酪,是与菹、酢产生约略同时,并长久为人们所利用的又一种酸味调料。“楚酪”还是先秦时长江中游一带的名品,为贵族宴享和敬祀鬼神的优选:“鲜蠪(xī 西)甘鸡,和楚酪只。”〔2〕汉王逸注:“酪,酢馘也。”用楚酪调制、以特产鲜美的大龟和肥鸡所烧制的汤,不能不说是一道上乘的美肴。酪作为酸味调料,是先秦上层社会的必备佐餐之品。因此,在居丧素食期间,酪也是按礼当戒用的:“功衰,食菜果,饮水浆,无盐酪。”〔3〕

### (三) 醯

醯(xī 西),《说文·皿部》:“醯,酸也。作醯以鬻、以酒。从鬻酒,并省。从皿。皿,器也。”又《说文·酉部》:“酸,酢也。”鬻(kù 酷),即粥,即醯是以谷物煮粥,并以酒醇化而成的酸味调料。以谷物为原料制成的醯,其出现的时间,应当在为贮藏而使菜蔬成菹的实践之后。但醯的用料规范为谷物,也还是经过了相当长一段时间的。反映周代食制的典籍一般以“醯”与“醢”或与“酱”并列,指称酸、咸两类调料。那时的醯,很可能尚未统一谷物用料的模式:“醯人,掌共五齐七菹凡醯物。以共祭祀之齐菹。凡醯酱之物,宾客,亦如之。王举,则共齐菹醯物六十瓮,共后及世子之酱齐菹,宾客之礼,共醯五十瓮。凡事,共醯。”〔4〕文中的“醯”是泛指五齐、七菹的各类“醯物”,且品种多达六十之数,可以想见其时的醯还是广泛使用各种物料的酸味食品或酸味调料的总称。天子王廷如此,诸侯国君宴享大夫臣亦是同样道理:“宰夫自东房授醯酱”〔5〕。这里的“醯”,也是各种

〔1〕《齐民要术》卷八“蒸鱼法”第七十七。

〔2〕《楚辞·大招》。

〔3〕《礼记·杂记下》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕《周礼·天官》“醯人”职文,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔5〕《仪礼·公食大夫礼》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

“醃物”的泛称。

#### (四) 醋

醋,作为表以粮食为原料发酵制成的酸味液体之义的符号,大约是南北朝(420~589)以后的事。宋陈彭年《广韵·暮韵》:“醋,酱醋。《说文》作酢。”《正字通·酉部》:“醋,醃别名也。”但醋以粮食发酵制作之实却是至迟在汉代便已流行了的,不过,那时仍沿用“酢”的称谓。《齐民要术》开列专章记有“大酢”(三种)、“秫米神酢”、“粟米、曲酢”、“秫米酢”、“大麦酢”、“烧饼酢”、“回酒酢”、“动酒酢”(两种)、“神酢”、“糟糠酢”、“酒糟酢”、“糟酢”等二十三种各种名目的此类“酢”的做法。如记“大酢”制法之一:“七月七日取水作之。大率麦粦(hún 浑,用整颗小麦制作的酒曲)一斗,勿扬簸;水三斗;粟米熟饭三斗,摊令冷。任瓮大小,依法加之,以满为限。先下麦粦,次下水,次下饭,直置勿搅之。以绵幕瓮口,拔刀横瓮上。一七日,旦,着井花水一碗。三七日,旦又着一碗,便熟。”〔1〕

自汉而下,以粮食为原料制“酢”渐为定式,并逐渐涌现出因原料、工艺等诸多细微差异而经久形成的许许多多地方名品,止于清代中叶,仅以长江中下游地区为例,有资料统计的便有:神仙醋(两种)、佛醋、糯米醋(两种)、大麦醋、乌梅醋、五辣醋、五香醋、白酒醋、绍兴酒醋、浓醋脚、二落醋糟、焦饭醋、米醋、极酸醋、饧醋、粟醋、小麦醋、大麦醋等〔2〕。但这还基本是着眼于原料及工艺的叙述,而非品名、产地的记录,如袁枚品鉴的:“镇江醋颜色虽佳,味不甚酸,失醋之本旨矣。以板浦醋为第一,浦口醋次之。”〔3〕但袁氏以口尝目及为限,

〔1〕 《齐民要术》卷八“作酢法”第七十一。

〔2〕 参见《调鼎集》卷一“醋”。

〔3〕 清·袁枚《随园食单·须知单》“作料须知”,文明书局藏版。

故未曾言及食醋之乡的各类山西名醋〔1〕。

### 三、甜味调料

甜味,是人类最早感知的味型之一,也是最早获得愉悦感并最富愉悦感的味型。食物的甜味可以满足人们的爱好,改进食物的可口性和食品的某些食用性质,甜味物更能供给大量热能。早在动物性食料还没有进入食谱,也就是还没有认识咸味之前的森林古猿时期,人类祖先的祖先便从它们的植物性食料中辨别了果实或野蔬的甜、酸、苦、涩等不同味型。而今天我们是将一切呈甜味的物质称为甜味剂,严格地说,所谓甜味剂是指“使食品呈现甜味的物质或称作赋予食品以甜味的食品添加剂”。为了使我们对祖先认识、利用甜味的历史有更深刻准确的认识,有必要对甜味剂的分类作以介绍。

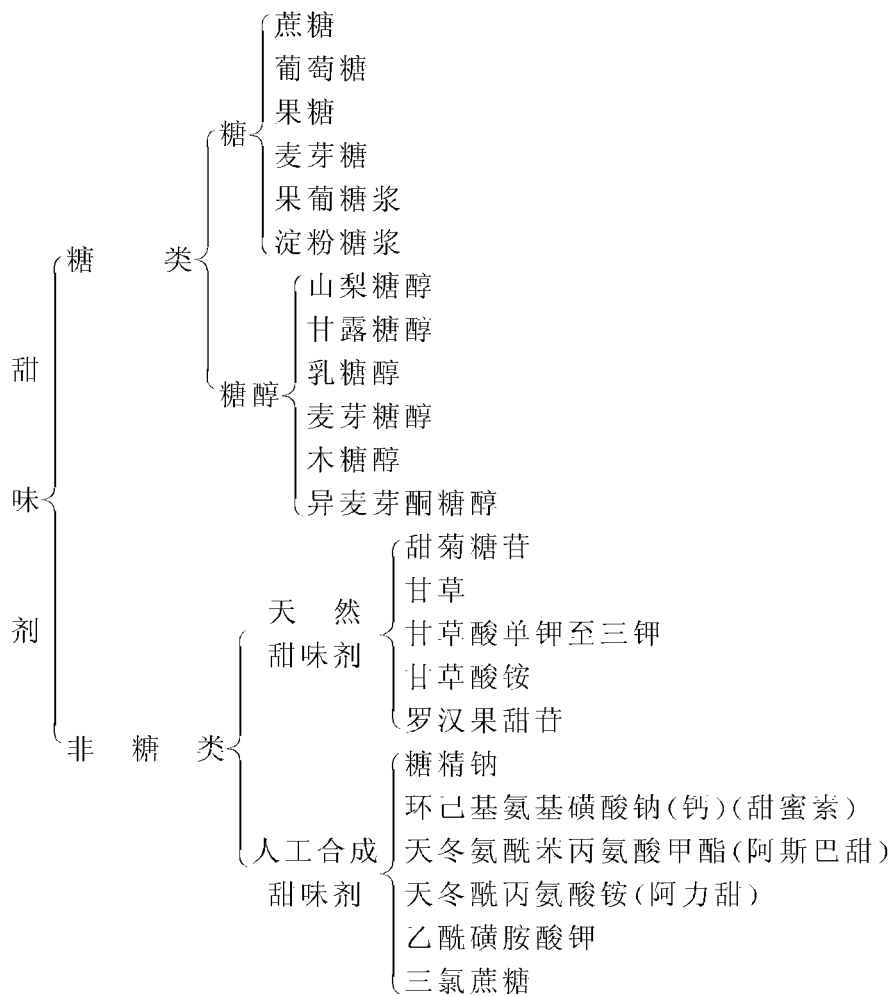
目前世界上使用的甜味剂很多,有几种不同的分类方法:按其来源,可分为天然和人工合成的甜味剂;以其营养价值,可分为营养性和非营养性的甜味剂;若按其化学结构和性质分类,又可分为糖类和糖类的甜味剂等。

糖类甜味剂如蔗糖、葡萄糖、果糖、麦芽糖等,在我国通常称为糖,并视为食品,而糖醇类和非糖甜味剂才作为食品添加剂。糖醇类甜味剂多由人工合成,其甜度与蔗糖差不多,或因其热值较低,或因其与葡萄糖有不同的代谢过程,尚有某些特殊用途。非糖类甜味剂的甜度很高,用量极少,热值低,多不参与代谢过程,常称为非营养性或低热值甜味剂,亦称高甜度甜味剂,是甜味剂的重要品种。

---

〔1〕 关于醋的利用历史,参见拙文《中国醋的起源与中国醋文化流变考述》,载《饮食文化研究》(美国)2005年第3期。





现在让我们来考察一下中国人对甜味认识与利用的历史过程。应当说,大自然最先赐予早期人类的最理想、最美妙的甜味食品,则是蜂蜜(同时食用的还有蜂子)。由于蜜的高甜度甜味和便于采取、贮存等诸多特点,有理由认为,早在陶器作为烹饪工具之前,我们的祖先就开始了以蜜作为食物调料的历史。

### (一) 蜜

以水为传热介质的煮食生活时代以前,人类用蜜作为食物调料的使用方式,可能是用植物的块茎、果实蘸取进食以改善该种食物的可口性,或是将少许蜜搅入水中饮用。当然,那些块茎、果实可能是

生食的,也可能是煨烤过的,总之很可能是本身味道并不适口的。当然这只能是我们依情循理的推测,而非建筑在充分可信根据上的结论。中国喜马拉雅山和横断山脉地区是蜜蜂的发源地:“西方蜜蜂是由比较原始的喜马拉雅山脉地区的东方蜜蜂发展而来的”〔1〕。调查了解到,我国西部横断山脉南端和喜马拉雅山南麓的蜜蜂有小蜜蜂、大蜜蜂、东方蜜蜂、意大利蜜蜂、黑色大蜜蜂、黑色小蜜蜂(又称“小排蜂”)等诸多种,形成了明显的以喜马拉雅山系为中心,向欧、亚、非大陆扩散的分布形态。中国同时也是最早利用天然蜂蜜的民族之一。《诗经》隐约反映了我们祖先采割野生蜂蜜的生产经验:“莫予荇蜂,自求辛螫。”那是西周初年成王时的文字记录〔2〕。作为人所共知的生活常识,被管理国家的人们用以明理的比喻,其经验知识形成的时代无疑当久远得多。由于有与自然界中许多嗜食蜂蜜的动物(已知的所有灵长目动物、熊、蚁类等)相同的本性,人类祖先以野生蜂蜜为甜味料的历史应当开始得很早。既然我们已经知道,早在距今八千六百年前中国人的祖先就已经将蜂蜜用作酿酒的原料了〔3〕,那么蜂蜜在更早的时间以前被人们简单地用作调料也就应当是毋庸置疑的了。因为当时人们是采割野生蜂蜜,故因蜂巢筑地的不同而有蜜命名上的种种区别:“石蜜”——蜂巢筑于石壁之上,“木蜜”蜂巢筑于树木之上,“土蜜”——蜂巢筑于土丘之上;等等。

石蜜,又称“石饴”、“岩蜜”、“崖蜜”等,皆因筑巢地异或产地不同,而有称谓之异。诸蜜之中,古人以为石蜜品质最上。这或许一则因石处山野,纯净自然环境中的花蜜质纯味正;二则为蜂巢筑石上,环境洁净,难有不正气味侵入。《神农本草经》谓:“石蜜,味甘平,主

〔1〕 [美]达旦父子公司编《蜂箱与蜜蜂》,农业出版社1981年版。

〔2〕 《诗经·周颂》“小毖”。

〔3〕 《光明日报》记者2004年12月14日合肥电讯稿《中美考古学家合作研究表明:我国八千六百年前已开始酿酒》,《光明日报》2004年12月15日。

心腹邪气诸惊痫瘕,安五藏诸不足,益气补中,止痛解毒,除众病,和百药。久服强志轻身,不饥不老,一名石饴,生山谷。”〔1〕两千数百年前人们对蜂蜜养生疗疾的认识已经为现代医学科学基本认定,《神农本草经》所言未及蜜的调味作用(这是自然的,因为“本草”书旨不在此),但蜂蜜养生疗疾的作用是长久食生活实践的引申则是毋庸置疑的。俗语说:“饿了吃糖甜如蜜。”当人们遇到生活中最美好的事情或有了人生最愉快的感觉而又无法用语言确切表达时,便往往用“蜜”来予以形容,那是美的极致。入汉以后,大概是黄河、长江中下游等人口聚居区生态环境因生产、生活和战争破坏发生了明显改变的缘故,文献记载,多是人口稀少、草木繁茂的周边地区产好蜜,并为之远供京师。西汉高祖时,“闽越王献高帝石蜜五斛,蜜烛二百枚,白鹇、黑鹇各一双。高帝大悦,厚报遣其使”〔2〕。张衡所著文中也反映了此种史事:“荔支黄甘,寒梨干榛,沙饴石蜜,远国储珍。”〔3〕魏文帝曹丕则对来自西域的石蜜,赏誉极高:“南方龙眼荔枝,宁比西国蒲萄石蜜乎!”〔4〕南方山多林茂,草盛花繁,故为人们提供了较为丰富的天然蜜源,如晋博物学家张华所说:“南方诸山,幽僻处出蜜蜡。……此即石蜜也。”〔5〕

木蜜、土蜜,为野生自然蜜中凡常之品。如李时珍所说:“木蜜悬树枝作之,色青白。土蜜在土中作之,色亦青白,味醖(liǎn 敛)。人家及树空作者亦白,而浓厚味美。今出晋安檀崖者多土蜜,云最胜。出东阳临海诸处,及江南向西者多木蜜。出于潜、怀安诸县者多崖

〔1〕《神农本草经》上经“石蜜”。

〔2〕《西京杂记》卷四“闽越鹇蜜”,上海古籍出版社1991年版。

〔3〕东汉张衡《七辩》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全后汉文”卷五四,中华书局1958年版。

〔4〕魏·曹丕《诏群臣》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全三国文”卷六。

〔5〕晋·张华《博物志》,《四库全书·子部十二·小说类三》。

蜜。亦有树木及人家养者。”又引唐陈藏器《本草拾遗》云：“寻常蜜亦有木中作者，土中作者。北方地燥，多在土中；南方地湿，多在木中。各随土地所宜，其蜜一也。崖蜜别是一蜂，如陶（弘景）所说出南方崖岭间，房悬崖上，或土窟中。人不可到，但以长竿刺令蜜出，以物承取，多者至三四石，味醲色绿，入药胜于凡蜜。”〔1〕我国人工养蜂采蜜，依据现存文献对蜂形态与生物学特征研究的记录来看，大约始于汉代〔2〕。那主要是由于人类的活动缩小了蜜蜂的生存空间以及增长的人口对蜜的需用量逐渐增大双重因素导致的结果。这种情况进入封建社会中叶以后便尤为明显，于是人工养蜂便普遍起来：“食蜜亦有两种：一在山林木上作房，一在人家作窠槛收养之，蜜皆浓厚味美。”并出现了宣州“黄连蜜”、雍洛间“梨花蜜”、亳州太清宫“桧花蜜”、柘城县“何首乌蜜”，以及“闽蜜”、“广蜜”、“川蜜”、“西蜜”等诸多名品〔3〕。

蜂蜜作为调料，除了增强食物可口性的调味作用之外，还有改变食品颜色、增强光泽（尤其是在熟加工过程中）等的作用。而在以煮蒸为熟物基本烹饪法的南北朝以前，人们用蜜作为调料的主要目的，基本是为了调味，如魏文帝曹丕所说：“喜着饴蜜，以助味也。”〔4〕

## （二）枣、栗

枣、栗是古代中国传统的甜味食料和调料，在用甘蔗制作的“红糖”和“糖霜”成为主要甜味食料之前，枣、栗是甜度虽逊于蜂蜜，普及程度和重要性却过之的大众尚食之物。枣、栗均原产我国，中国人的食用史之久是可想而知的。可靠的文字记录表明，周代时，枣、栗已分别是与饴、蜜并称、位居前位的甜味和养生敬老食物之一：“妇事舅

〔1〕《本草纲目·虫部》卷三九“蜂蜜”条李时珍“集解”并引陶弘景语。

〔2〕参见晋·张华《博物志》，葛洪《抱朴子》，南朝宋·郑辑之《永嘉郡记》等。

〔3〕《本草纲目·虫部》卷三九“蜂蜜”引苏颂《图经本草》语。

〔4〕曹丕《诏群臣》。

姑,如事父母,……问所欲而敬进之,柔色以温之,……唯所欲;枣、栗、饴、蜜,以甘之……”〔1〕。以枣入饌亦成为习常,6世纪30年代问世的贾思勰《齐民要术》一书所记“作鸡羹法”,即有以“枣三十枚合煮”的工艺要求〔2〕。

自三代期以下,直到中国封建社会中叶以前相当长的时期内,枣、栗两者在中国人的食生活中,都是习称并重的地位,并且被视为北方地区的木本食粮。战国时纵横家苏秦(?~前284)在分析燕国的国力时指出:燕“……北有枣栗之利,民虽不由田作,枣栗之实,足食于民矣。此所谓天府也”〔3〕。司马迁(约前145~?)笔下西汉中叶时全国经济作物的分布形势,仍是以“千”为计量单位的:“安邑千树枣;燕、秦千树栗;蜀汉江陵千树桔;……其人皆与千户侯等。”〔4〕枣、栗既是有实力者大面积种植用以致富的果木,更是寻常百姓养家充饥的倚重。西周时,枣除了用来充饥,还用作酿制美酒的原料:“八月剥枣,十月获稻;为此春酒,以介眉寿。”〔5〕这时既有屋室前后小数量的种植,也有大片栽培的栗树,人们掌握了不同树木的习性和管理知识:“定之方中,作于楚宫。揆之以日,作于楚室。树之榛栗,椅桐梓漆”〔6〕;“东门之栗,有践家室”〔7〕;“山有漆,隰(xí 席)有栗”〔8〕;“阪有漆,隰有栗”〔9〕;“山有嘉卉,侯栗侯梅”〔10〕。一部《诗经》之中就多次咏记到栗,种植范围遍及黄河流域的广大地区。

〔1〕《礼记·内则》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《齐民要术》卷八“羹臠法”第七十六。

〔3〕《战国策·燕一》卷二九“苏秦将为从北说燕文侯”,上海古籍出版社1985年版。

〔4〕《史记·货殖列传》卷一二九。

〔5〕《诗经·豳风》“七月”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔6〕《诗经·鄘风》“定之方中”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔7〕《诗经·郑风》“东门之墉”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔8〕《诗经·唐风》“山有枢”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔9〕《诗经·秦风》“车邻”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔10〕《诗经·小雅》“四月”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

而在整个漫长的封建制历史时代,庶民百姓之家院植几株枣树,可以说是极普泛的习俗。西汉王吉“东家有树,王阳妇去;东家枣完,去妇复还”的故事〔1〕,恰足表明这一点。而杜甫的一首《又呈吴郎》则更感动过古今无数读者:“堂前扑枣任西邻,无食无儿一妇人。不为困穷宁有此?只缘恐惧转须亲。”〔2〕正是因为枣树对百姓生活的这种重要作用,贫民出身的皇帝朱元璋才一再鼓励并以严厉政令督促百姓种枣、栗、柿、胡桃等果树。洪武二十五年(1392)诏令凤阳、滁州、庐州、和州等地农民每户种桑、枣、柿树各二百株;全国卫所屯田军士按人随地之宜栽种柿、栗、胡桃等。洪武二十七年又令户部教全国百姓广种桑、枣、棉花,指定每户初年种桑、枣二百株,次年四百株,三年六百株,并教以种植之法;并规定凡洪武二十六年以后栽种的桑、枣果树,无论数量多少,一律免征赋税〔3〕。他颁布的教民榜文足可作为中国历史上枣栗等树栽种广泛及百姓倚重观念的证明:“今天下太平,百姓除粮差之外,别无差遣。各宜用心生理,以足衣食,如法栽种桑、麻、枣、柿、棉花,每岁养蚕,所得丝帛,可供衣服,枣、柿丰年可以卖钞,俭年可当粮食。里老尝督,违者治罪。”〔4〕

枣、栗最早的栽培中心是以黄河中游为主的广大地区。今天仍保存于这一地区的许多介于野生种和栽培种之间的枣树的过渡型品种以及西安半坡新石器时代遗址中出土的栗〔5〕,都是大量文献记录之外更有力的证明。其后则逐渐遍及全国绝大部分省区,据初步调查统计,目前全国有枣的品种 500~700 个,可供食用的栗属品种

〔1〕《汉书·王吉传》卷七二,中华书局 1962 年版。

〔2〕《全唐诗》卷二三一,中华书局 1960 年版。

〔3〕《明太祖实录》卷十五、七七、二一五、二二二、二三二、二四三等。

〔4〕《古今图书集成·经济汇编》食货典第三十七卷农桑部。

〔5〕中国科学院考古研究所、陕西省西安半坡博物馆《西安半坡》,文物出版社 1963 年版。

8个,原产我国的有3个。枣和栗的碳水化合物含量很高,依当代诸多品种的抽样统计,干、鲜枣每100克的含量分别为64.25克和27克多;鲜栗则为44克〔1〕。在蔗糖逐渐成为主要的甜味食料之后,枣和栗作为甜味调料意义的作用虽有所减弱,但其作为甜味食料的功能却得到了更充分的发挥。鲜或干的枣、栗除了作果食外,更多则用于馅料和烧饭煮粥,栗子还可以用来佐烧禽畜类荤菜。

### (三) 饴

饴,即以米、麦芽熬制的糖浆,俗称“糖稀”。《说文》释云:“饴,米蘖煎者也”;“蘖,芽米也”;“煎,熬也”,“熬,干煎也”;段注谓:“以芽米熬之为饴。”饴的发明,一般说来不会早于原始农业的出现,但同时也不会比陶器的用于煮食晚很多时间。由于贮藏失效,谷米生芽,先民们照旧用来煮食,于是米芽怡人的甜味启发了人们有意使谷米——经验告诉人们最好是选择麦发芽来制取甜味的饴。一般植物内麦芽糖存在很少,它是在种子发芽时因酶分解淀粉而形成的中间产物,尤其在麦芽中含量较多。麦芽糖的甜度约为蔗糖的三分之一,味较爽口,且无蔗糖那样有刺激胃黏膜的作用。由于饴的愉悦怡口和其在人们食生活中的重要地位,便被人们习惯用来比喻生活中美好的事物。这一习惯的形成,应当是很早的,但我们今天所能发现的,却只是距今约三千年的文字记录:“周原臚臚,董荼如饴。”〔2〕饴自发明直至近代的数千年间,一直是庶民大众所喜爱的最重要的甜食制品,并且也是唐代以前中上层社会食者群所仰重的甜食品 and 甜味调料,是

〔1〕 数据据中国预防医学科学院营养与食品卫生研究所编著《食物成分表》统计;其中干枣取北京(2)、河北沧州、河南新郑、陕西榆林、甘肃嘉峪关、山东枣庄、甘肃敦煌(2)九处样品平均值;鲜枣取北京、山东邹县、陕西泾阳、甘肃永靖(2)、甘肃兰州、安徽七处样品平均值;栗子取山东、陕西长安、广东、安徽、北京(2)、湖北罗田、福建永泰、安徽金寨九处样品平均值;人民卫生出版社1992年版。

〔2〕 《诗经·大雅》“臚”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

自周一直至隋唐以前的养生颐老之食。先秦典籍云：“仁人之得飴，以养疾侍老也”〔1〕；“妇事舅姑，如事父母，……枣、栗、飴、蜜，以甘之”〔2〕。在相当长的历史时期里，作为甜味食品之一，一直都是飴与枣、杏、瓜、棣、饊、饴并列的俗尚〔3〕，由此足见飴食用的普遍和人们仰食之重。其中，饊应当是以飴等甜味汁和糯米等原料油淪的食品，如先秦的“饊饴”〔4〕。至于饴(xíng 行)，则是飴和以糯米粉熬成的糖。

#### (四) 蔗糖

蔗糖广泛存在于植物中，尤其在果蔗(通称甘蔗)和甜菜中含量较多。果蔗原产我国，古有竹蔗、干蔗、竿蔗等十余种称谓。另外还有糖蔗，果蔗与糖蔗系同属异种。“蔗”字在早期文献中写作“柘”。中国人利用蔗糖的历史同样很早。最初一定是鲜食，即剥取植株茎芯嚼汁吐渣的食法，如同今日做的那样。其后则是用重力压榨，更后则采用机械方法压榨提取蔗汁饮用。先秦文献中所记的“柘浆”即鲜蔗榨出的汁，是用人工方法从鲜蔗中提取的天然饮料：“脰鳖炮羔，有柘浆些”〔5〕，用今天食品和生态科学的观点来说就是真正的“绿色食品”。这种榨汁食用法，是中国人延习了数千年的传统。为此设计制作了一种专用于压榨蔗汁的木质“榨床”，一直使用到近代。其后又有更为精巧宜用的铁制手工榨机的流行。这种蔗汁在古代的北方却是属于奢贵的饮料，非凡常之家所能染指。历史上蔗汁曾被贵族用作酒后解醒的高级饮料：“百末旨酒布兰生，泰尊柘浆析朝醒”〔6〕；“卢桔谩劳夸夏熟，柘浆未许析朝醒”〔7〕；同时又被视为皇

〔1〕《吕氏春秋》孟冬纪第十“异用”，中华书局1954年《诸子集成》本。

〔2〕《礼记·内则》卷二七，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕史游《急就篇》卷二。

〔4〕〔5〕《楚辞·招魂》。

〔6〕《汉书·礼乐志第二》卷二二。

〔7〕宋·朱熹《食梨》，《晦庵集》卷三，《四库全书·集部四·别集类三》。



华之宴的必备饮品：“青黏黄粱，臠鳖截羹，臠豚柘浆，穷嬉极娱。”〔1〕这种蔗汁除了直接饮用之外，自然也是可以用来作为甜味调料的。同时，这种蔗汁很早便被加工成了软体或固态的“饴”(táng 糖)，三国时已见于文字记录：吴主“(孙)亮使黄门以银碗并盖就中藏吏取交州所献甘蔗饴”〔2〕。

这种用甘蔗汁粗略加工成的“甘蔗饴”，后又被称作“沙糖”和“石蜜”。据《唐本草》载，沙糖，“蜀地、西戎、江东并有之。榨甘蔗汁煎成，紫色”。“稀者为蔗糖，干者为沙糖，球者为球糖，饼者为糖饼。(因)沙糖中凝结如石，破之如沙。”〔3〕“石蜜”，唐本草家认为：“石蜜即乳糖也，与虫部蜜同名。”但“石蜜非石类，假石之名也。实乃甘蔗汁煎而曝之，则凝如石而体甚轻，故谓之石蜜也”。“煎沙糖为之，可作饼块，黄白色。”〔4〕这种固态的蔗糖，主要是作为甜食品直接食用的。虽然也用作甜味调料，但便捷程度不高，“糖霜”的出现则明显地克服了这一局限。

中国历史上的糖霜，是经过提纯工艺的结晶质糖，初期类似中国人俗常所用的“红糖”，其品质依色泽分别是：“紫为上，深琥珀次之，浅黄又次之，浅白为下。”〔5〕显然，这种糖霜并非纯净的蔗糖，纯净的蔗糖是无色透明的单斜晶体。中国古代糖霜的制作，曾得印度方法的启迪，据《新唐书》所载，唐太宗(599~649，627~649在位)曾“遣使(至摩伽陀国)取熬糖法。即诏扬州上诸蔗，柝沈如其剂，色味愈西域远甚”〔6〕。关于这一历史还有更详细一些的记录：“西蕃胡

〔1〕 南朝梁·江淹《学梁王兔园赋》，《全上古三代秦汉三国六朝文》“全梁文”卷三三。

〔2〕 《三国志·吴志·三嗣主传》卷四八裴松之注引《江表传》，中华书局1982年版。

〔3〕〔4〕 《唐本草》卷十七等，转引自《本草纲目·果部》卷三三“沙糖”。

〔5〕 宋·洪迈《容斋五笔》卷六“糖霜谱”，《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔6〕 《新唐书·西域列传》卷二二一上，中华书局1975年版；并参见季羨林《一张有关印度制糖法传入中国的敦煌残卷》，载《历史研究》1982年第1期；《古代印度沙糖的制造和使用》，载《历史研究》1984年第1期。

国出石蜜，中国贵之，太宗遣使至摩伽陀国取其法，令扬州煎蔗之汁，于中厨自造焉。色味愈于西域所出者。”〔1〕糖霜是以经过煎熬工序的蔗汁（已非汁状）为原料制成的，并且是将这种原料运至京师的“中厨”进行加工的。据此，则中国人是青出于蓝而胜于蓝了。中国人的造糖霜之法，不断提高，百余年后的大历（766～779）中，“有邹和尚者，始来小溪（小溪县，今四川遂宁县治）之伞山（当即四川阆中县之伞子山，又名北岩、颐神岩，今名伞盖山），教民黄氏以造霜之法。伞山在县北二十里，山前后为蔗田者十之四，糖霜户十之三。蔗有四色，曰‘杜蔗’，曰‘西蔗’，曰‘芳蔗’、本草所谓‘荻蔗’也，曰‘红蔗’、本草‘昆仑蔗’也”。其中因“杜蔗紫嫩味极厚专用作霜”〔2〕。唐时四川遂宁的甘蔗品种、种植以及糖霜制作技术均已称名国中，并于唐后久享盛誉。苏轼过金山寺送遂宁僧图宝诗：“涪江与中泠，共此一味水。冰盘荐琥珀，何似糖霜美。”黄庭坚在戎州作颂答梓州雍熙长老寄糖霜诗：“远寄蔗霜知有味，胜于崔子水晶盐。正宗扫地从谁说，我舌犹能及鼻尖。”〔3〕均歌及遂宁糖霜，可见时誉之重。自唐代以来，蔗糖的提纯工艺不断改进，大约至迟于宋时已经能够制取洁白如雪、晶莹如霜、“胜于水晶盐”样的“糖霜”——“白糖”了。诚如李时珍所说：“法出西域（的是紫沙糖），唐太宗始遣人传其法入中国。以蔗汁过樟木槽，取而煎成。清者为蔗糖，凝结有沙者为沙糖。漆瓮造成，如石、如霜、如冰者，为石蜜、为糖霜、为冰糖也。”〔4〕除了作为各种

〔1〕《册府元龟》卷九七〇，《四库全书·子部十一·类书类》；《唐会要》卷一〇〇，《四库全书·史部十三·政书类一》。

〔2〕《容斋五笔》卷六“糖霜谱”，引文据宋·王灼《糖霜谱》改成。王著七篇，见《丛书集成初编》一四七八、《四库全书·子部九·谱录类二》。

〔3〕《古今图书集成·经济汇编》“食货典”第三〇一卷·糖部·“糖霜”条。苏、黄诗文，《丛书集成初编》本略有异，如“图宝”作“圆宝”，“涪江”作“浯江”，“雍熙”作“雍熙光”，“崔子”作“崔浩”等。

〔4〕《本草纲目·果部》卷三三“沙糖”。

糖果品种原料的广泛用途之外,直接用为各种主副食品调味料则是糖的重要用途之一。“厨者之作料,如妇人之衣服首饰也。虽有天姿,虽善涂抹,而敝衣蓝缕,西子亦难为容。”酱、醋、酒等诸般调料之外,“其他葱、椒、姜、桂、糖、盐,虽用之不多,而俱宜选择上品”〔1〕。糖霜,就是厨者必需的“上品”甜味作料。

### (五) 甘草

甘草为豆科植物的宿根草,在我国境内有广泛分布,其成分因产地不同而有区别。甘草是中国人在原始农业开始之前的野生采集阶段就已认识并十分爱重的甜味食用植物种类。甘草之名约伴随本草学之兴,自本草学发展起来以后,甘草又成为最重要的药品之一。甘草的诸多美誉之名足以证明这一点:一名蜜甘,一名美草,一名蜜草,一名露草,又名抱罕草、国老〔2〕;又名灵通等〔3〕。历代本草家极为推重,如陶弘景(456~536)认为:“此草最为众药之主,经方少有不用者,犹如香中有沉香也。国老即帝师之称,虽非君而为君所宗,是以能安和草石而解诸毒也。”隋唐间名医甄权(541~643)亦云:“诸药中甘草为君,治七十二种乳石毒,解一千二百般草木毒,调和众药有功,故有国老之号。”正是甘草被认为有甘和的甜味与广泛的解毒功效,故除“经方少有不用者”外,“货汤家”(卖煮饮者)亦用之〔4〕;制曲酿造,腌渍发酵,多为上选;许多肴膳赖其增色生香调味,如明代名肴“爨犬”的制作即以甘草与白酒、香白芷、良姜、官桂、盐、酱、花椒、缩砂仁等作料共用〔5〕。事实上,除了本身的药用功能之外,冲合异

〔1〕《随园食单·须知单》“作料须知”。

〔2〕《本草纲目·草部》卷十二“甘草”引梁·陶弘景《名医别录》。

〔3〕《本草纲目·草部》卷十二“甘草”引唐·冯贽《记事珠》。

〔4〕《本草纲目·草部》卷十二“甘草”,引文为甄权、陶弘景及苏颂语。

〔5〕明·宋公望《宋氏尊生部》,《四库全书·子部十·杂家类四》(《竹屿山房杂部三十二卷》内)。

味还应是甘草作为药品在方剂中的重要作用之一〔1〕。甘草甜味的主要成分为甘草精,它由甘草酸( $C_{30}H_{40}O_4$ )作为非糖部分与二分子的葡萄糖醛酸结合的配糖物甘草甙,其纯品的相对甜度是蔗糖的250倍。甘草的甜味有持续性的不快感觉,但若与蔗糖并用则有助于甜味的发挥。

#### 四、苦味调料

苦味,是人类咸、酸、甜、苦四种基本味觉之一,也是中国人早在采集阶段便有相当认识的最主要的味型之一。先秦典籍中大量存在的众多表示“苦”义字的现象正说明了这一点。古人往往按适口与不适口的感觉把食物或食料的味道笼统地区分为“甘”与“苦”两大类。事实上,人们认为的无味的食物中也有许多是不同程度带有苦味的。一般说来,单纯的苦味是不可口的,但苦味却是不可忽略的一种重要味型。首先是其在生理上的重要作用。当进食者消化道活动发生障碍,味觉出现衰退和减弱时,苦味、涩味等具有强烈的、不可口的味便对进食者的味觉感受器产生强烈的刺激效果。其次,在调味时有苦味的成分,会造成食物风味的独特性,会使人获得滋味丰厚的感觉。日常生活中,人们最喜爱的茶叶、啤酒、苦瓜以及咖啡、可可等是具有苦味魅力的典型食品食料。苦味物质广泛存在于植物性食料中,如龙胆科、菊科和唇形科植物中都含有苦味物质〔2〕。组成苦味的物质有生物碱类、萜类、甙类等。先秦时名肴“濡豚”的制作,就有“包苦实蓼”的工艺要求〔3〕,当然这不过是普遍用苦料的史证之一。中国

〔1〕《本草纲目·草部》卷十二“甘草”。

〔2〕中华药典中药集编修小组编纂《中华中药典》,台湾,2004年版。

〔3〕《礼记·内则》卷二七,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

人很早就高度重视苦味的养生与调味作用,《周礼》讲到周王廷饮食制度时,即明确规定有“夏多苦”的重要原则〔1〕。但“多苦”是有科学合理限度的,要掌握无过无不及的原则:“味过于苦,脾气不濡,胃气乃厚”〔2〕;“多食苦,则皮槁而毛拔”〔3〕。而从本草学角度说,具有“苦”性的食料是比较广泛的,如:“肺色白,宜食苦,麦、羊肉、杏、薤皆苦。……苦坚……各有所利”〔4〕;“苦走骨,骨病无多食苦”〔5〕;“以苦养气”等〔6〕。在古代,除了植物类外,中国人用作苦味调料的主要品种是酒,酒是“五味”中苦味的主要指代物。所谓“五味,醢、酒、饴、蜜、姜、盐之属”〔7〕;“酒则苦也”〔8〕。尤值得注意的是,先秦时,动物的胆汁也作为苦味使用,如“以胆和酱”等〔9〕。据笔者多年来在各少数民族地区田野考察得知,时至今日,中国仍有个别少数民族保持了以胆囊煮肉而食的习惯。

## 五、辛香味调料

封建社会中叶以前,中国人习惯上将五种基本味型之一的“辣味”按自己的理解称之为“辛香”,这是据辣味物质所伴有的挥发性香味而

〔1〕《周礼·天官》“食医”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《黄帝内经·素问》卷一“生气通天论篇”第三,山东科学技术出版社1985年版。

〔3〕《黄帝内经·素问》卷三“五藏生成篇”第十。

〔4〕《黄帝内经·素问》卷七“藏气法时论篇”第二十二。

〔5〕《黄帝内经·素问》卷七“宣明五气篇”第二十三。

〔6〕《周礼·天官》“疡医”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔7〕《周礼·天官》“医师”郑玄注,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔8〕《周礼·天官》“医师”贾公彦疏,并见《齐民要术》卷八“羹臠法”第七十六等对“苦酒”的充分利用。

〔9〕《楚辞·大招》王逸注。

认定的。“辛”，是指一些食物所含有的挥发性成分，而非味觉。辛，《说文解字·辛部》释云：“辛痛即泣出。”中国古人正因这类食物所含的挥发性成分的刺激使人产生特殊兴奋舒适的感觉，而将其列为“五味”之一的。“香”，不是味觉而是嗅觉，有些食物经咀嚼后使人感到香味，古人没有认识到香气(气味)和香味的区别，因而混为一谈。中国古代列为辛香类的调味料很多，粗略统计见于历史文录的有如下几种。

### (一) 椒、桂、胡椒

(1) 椒。椒有木本、草本两种，木本俗名即花椒。花椒“子长而不圆，甚香，其味似桔皮”〔1〕。在数千年的中华民族食生活史上，花椒广泛地被用为调和食物的香料、药料。先秦时已大量见于文录，如《诗经》句有：“椒聊之实，蕃衍盈升”；“椒聊之实，蕃衍盈掬(同掬)”〔2〕；“视尔如苢，贻我握椒”〔3〕；《楚辞》：“杂申椒与菌桂”〔4〕等。自汉代以后，花椒更广泛地用为调味作料。《齐民要术》一书的大量记录足以为证〔5〕。

(2) 桂。俗称桂皮，樟科木肉桂的树皮，中国人用桂皮作作料的历史约略同于用椒，并且又都是本草学重要的药材。在入药这一用途上，桂还在椒上：“桂，江南木，百药之长”(《说文·木部》)。而在用为作料上，桂又常常同椒并用，如《楚辞》所记：“奠桂酒兮椒浆”〔6〕；《礼记》有“屑桂与姜”〔7〕；前引文“杂申椒与菌桂”亦是一例，“菌桂”即桂，颜师古注《急就篇》“芎藭厚朴桂栝楼”句云：“桂谓菌桂，牡桂之

〔1〕 晋·陆机《毛诗草木鸟兽虫鱼疏·椒聊之实》卷上，《四库全书·经部三·诗类》。

〔2〕 《诗经·唐风》“椒聊”，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕 《诗经·陈风》“东门之枌”，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔4〕 《楚辞·离骚》。

〔5〕 参见《齐民要术》卷八“脯腊”第七十五等。

〔6〕 《楚辞·东皇太一》。

〔7〕 《礼记·内则》卷二八，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

属,百药之长也。”〔1〕

(3) 胡椒。是具代表性的辣味食料之一,其辣味来源于胡椒中的胡椒碱和辣椒素。胡椒原产热带亚洲,我国南方有栽培:“胡椒,因其辛辣似椒,故得椒名,……今南番诸国及交趾、滇南、海南诸地皆有之。……今遍中国,为日用之物也。”〔2〕胡椒果实球形,黄红色,干后变黑叫“黑胡椒”,去皮后叫“白胡椒”。胡椒用途颇类花椒,用于酿制生香,更广泛用于烹调。晋张华《博物志》记:“胡椒酒方,以好酒五升,干姜一两,胡椒七十枚末,好石榴五枚管收,计著中下气”〔3〕;《齐民要术》所列肴品制作中,便多有以胡椒为调料者,如“胡炮”之法,即以胡椒为必需之料。曾编修《新本草》(唐高宗显庆四年、659)的苏敬谓:“胡椒生西戎。形如鼠李子,调食用之,味甚辛辣。”〔4〕唐博物学者段成式记胡椒云:“出摩伽陀国,呼为味履支。……子形似汉椒,至辛辣,六月采,今人作胡盘肉食皆用之。”〔5〕胡椒的普遍入于百姓日常肴馔,应当是14世纪中叶以后,郑和的七次出使西洋海外交流活动促使胡椒等香料大量传入中国。

## (二) 姜、葱、蒜

(1) 姜。姜与花椒、胡椒、辣椒等一样是最具代表性的辣味食物料之一,其辣味来源于生姜中的姜酚、姜酮(姜辛素)、姜醇。姜很早便被广泛用于中国人的食生活,味美需姜,动物性食料尤需姜,故有孔子所谓“不撤姜食不多食”之说〔6〕。三代期,因产地广泛和品质差异而有“和之美者,阳朴之姜、招摇之桂”的优良品种记录〔7〕。蜀

〔1〕 史游《急就篇》卷四颜师古注。

〔2〕〔4〕 《本草纲目·果部》卷三二“胡椒”。

〔3〕 晋·张华《博物志·逸文》“胡椒酒方”。

〔5〕 唐·段成式《酉阳杂俎·木篇》前集卷十八“胡椒”,中华书局1981年版。

〔6〕 《论语·乡党》卷十,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔7〕 《吕氏春秋·孝行览》“本味”。

地所产之姜汉时已享盛名：“巴、蜀亦沃野，地饶卮、姜”〔1〕；“樊道县……有荔枝、姜、蒟”〔2〕。大面积种姜者可以据以致富：“名国万家之城，带郭千亩，……千畦姜、韭，此其人皆与千户侯等，然是富给之资也。”〔3〕东汉末，曹操大宴宾客，“珍羞略备”却因美肴松江鲈鱼脍无“蜀中生姜”而扼腕称“恨”〔4〕。足见姜食用量之大和民食仰仗之重。因此，《齐民要术》才作为民生民食要事而专列“种姜”一节详载营植之术，并在食品加工和肴品烹调诸卷目中大量记录了姜作为作料充分发挥作用的内容〔5〕。

(2) 葱。葱是中国人，尤其是北方人习食的辛辣味蔬菜，同时也是一种久有传统的调味食料。晋郭义恭《广志》云：“葱有冬春二葱。有胡葱、木葱、山葱。”汉代时，葱是齐民百姓大量种植的主要蔬菜品种之一，东汉崔寔《四民月令》谓：“三月，别小葱。六月，别大葱。七月，可种大、小葱。‘夏葱曰小，冬葱曰大’。”〔6〕中原华北等地区是历史上大葱种植和消费最重要的地区，这一传统形成甚早。西汉宣帝（前90～前49，前74～前49在位）初年，龚遂为渤海郡（今渤海湾山东河北一带地区）太守，他“见齐俗奢侈，好末技，不田作，乃躬率以俭约，劝民务农桑，令口种一树榆、百本薤、五十本葱、一畦韭，家二母彘、五鸡”〔7〕。此后传统不衰至今。作为烹饪作料，因用量少且一般斩切细碎，故俗称为“葱花”。葱因其广泛应用的重要性，而被排列为仅居酱、醋之下的第三位：“其他葱、椒、姜、桂、糖、盐，虽用之不多，而俱宜选择上品。”〔8〕《齐民要术》所记食品加工和烹饪诸多品目中

〔1〕〔3〕 《史记·货殖列传》卷一二九。

〔2〕 晋·常璩《华阳国志·蜀志》。

〔4〕 《后汉书·左慈列传》卷八二下，中华书局1965年版。

〔5〕 参见《齐民要术》卷八“作酱等法”第七十至“菹绿”第七十九诸节目；卷九“炙法”第八十、“作臠、臠、糟、苞”第八十一、“素食”第八十七等诸节目。

〔6〕 引自《齐民要术》卷三“种葱”第二十一。

〔7〕 《汉书·龚遂列传》卷八九。

〔8〕 《随园食单·须知单》“作料须知”。



大量列有“细切葱白”、“葱头”、“葱一虎口”、“葱白长三寸”、“葱白一合”等等用法〔1〕。

(3) 蒜。蒜是中国人通常所用最为广泛、习惯上葱、姜、蒜并称的作料之一。但相对而言,因其特有的强烈秽气,长江下游等部分地区使用较少,故其用为作料的普遍性略逊于葱、姜。中国人蒜的食用史和栽培史均很早,汉代时便留下了种植地广泛和品目众多的文录。如《广志》:“蒜有胡蒜、小蒜。黄蒜,长苗无科,出哀牢(今云南保山)”;“朝歌(今河南淇县东北)大蒜甚辛。……又有胡蒜、泽蒜也。”〔2〕汉代时,中土地带只有小蒜,大蒜则是张骞(? ~前 114)出使西域时带回中土的:“张骞使西域还,得大蒜、安石榴、胡桃、蒲桃、苜蓿、胡荽、黄蓝。”〔3〕“蒜,大小蒜也,皆辛而荤”〔4〕。蒜是中国历史上习称的“五荤”之一:“葱、蒜、薤、韭、芸苔,虽俱五荤,而为人所常用”〔5〕。百姓居家,一般园中都种有蒜、葱、韭等以备随时之需,蒜尤其是除却鱼肉腥膻气味以调和生香不可或缺的调味料。汉王褒《僮约》对于其时社会风习“舍中有客”,主人家例要沽酒买肉,“园中拔蒜”〔6〕,用以制作脯、臠、脍等佳肴的记述颇生动写实。

### (三) 辣椒

辣椒为茄科、辣椒属的多年生或一年生作物,俗称“辣椒”。在云南成为多年生木本的“辣椒树”。辣椒是典型的辛辣味食料和调味

〔1〕 《齐民要术》卷八“作鱼鲙”第七十四、“脯腊”第七十五、“羹臠法”第七十六、“蒸鱼法”第七十七、“臠、腊、煎、消法”第七十八、“菹绿”第七十九、“炙法”第八十等节。

〔2〕 《齐民要术》卷三“种蒜”第十九。

〔3〕 《博物志》卷六“张骞使西域还”。

〔4〕 《急就篇》卷二颜师古注。

〔5〕 明·王世懋《学圃杂疏·蔬疏》,《丛书集成初编》一三五五。

〔6〕 西汉·王褒《僮约》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全汉文”卷四二。

料,辣味不是味觉而是舌、口腔和鼻腔黏膜受到刺激所感觉到的痛觉。这种感觉来源于辣椒中的辣椒素( $C_{18}H_{27}NO_3$ , 又称辣椒碱)。辣椒原产于中南美洲热带地区,墨西哥栽培最盛。辣椒在我国又称为“蕃(番)椒”、“大椒”、“海椒”(蜀)、“辣子”(陕)、辣角(黔)等。辣椒传入我国的途径之一是“丝绸之路”,在甘肃、陕西一带栽培,故又有“秦椒”之称。另一条途径是经东南亚海道传入大陆,在广东、广西和云南等地落地生根,现西双版纳原始森林里尚有半野生的“小米椒”。辣椒传入我国后最早见于明中晚期文献记载:“番椒丛生,白花,果俨似秃笔头,味辣色红,甚可观,子种。”〔1〕果实色青,成熟后变为红色。辣椒自传入我国后,很快便推广种植开来,迄今已有樱桃椒类、圆锥椒类、簇生椒类、长角椒类、甜柿椒类五个变种所属的许多品种。其中,当代栽培普遍、优质高产的代表品种有四方头甜椒、灯笼椒、茄门甜椒、早羊角、长沙牛角大椒、云南大辣椒、陕西线椒、成都二金条、黑壳椒、二斧头、七星椒、樱桃辣等十二个〔2〕。

辣椒是中国人广泛嗜食的食料。除去湘、川、滇、黔、鄂等一些特嗜地区而外,从近二十年来大量出版的历史上各地区餐饮业经营品种特色的“菜谱”类书中利用辣椒作为调料和配料的频率,以及几乎无处不有、鲜有不食、品种难以计数的辣味酱,便可知其大概。历史名肴“生爨(cuàn 宦)牛”的烹调方法之一是必调以辣椒酱才成独特风味:“一以肉入器,调椒酱,作沸汤淋,色故即用也”〔3〕。历史上有“辣椒——穷汉子油”或“辣椒——穷人的肉”的俗语流行,更足见民

〔1〕 明·高濂《遵生八笺》之五《燕闲清赏笺·四时花纪》下“番椒”条,巴蜀书社1985年版;清·陈旻《花镜·草花谱》,转引自中国农业科学院蔬菜研究所主编《中国蔬菜栽培学》。

〔2〕 《中国蔬菜栽培学》第十七章“茄果类栽培”第三节“辣椒”。

〔3〕 明·宋诒《竹屿山房·杂部》卷三养生部三“生爨牛”条,《四库全书·子部十·杂家类四·杂品之属》。

族大众仰赖辣椒调味进餐的范围之广,程度之甚〔1〕。

#### (四) 其他类

此外,中国历史上作为辛香类调味料的还有芥、韭、薤(xiè 谢)、桔、蓼、苴蓐、芎、茺萸以及酒等多种。

(1) 芥。一年生植物,植株高大,分枝多,种子磨成末供调味之用。文献记载,我国周代即已以芥菜的种子作调味品:“鱼脍芥酱”〔2〕。明人所撰《宋氏尊生部》一书即专列“辣部”,且只有“辣芥”和“芥辣”两品,内容分别为:“辣芥中研猢狲头草,粒则辣异常,一名石龙芮”;“芥菜子不拘数,净淘,入细辛少许,白蜜、好醋一处同研烂,再入淡醋滤其滓,极辣”〔3〕。

(2) 韭。即韭菜,原产我国,是栽培历史悠久、面积广阔、深为广大民众所喜食的蔬菜,但因“此菜殊辛臭”,列为“韭、薤、葱、蒜、姜”五辛之首,故亦常作调味料。如历史名肴“葱韭羹”〔4〕、“台苗羹”等〔5〕。

(3) 薤。亦称藟(jiào 较)头或藟子,百合科,多年生草本,原产东南亚,我国苏浙一带山地有野生种。南方自古栽培,湘、赣、桂、黔等省区栽培最盛,中原地带亦有分布。日本由我国传入,栽培亦多。《玉篇·韭部》:“藟(xiè 谢),葶菜也。俗作薤。”先秦时,黄河流域已习食,并形成“脂用葱,膏用薤”的烹饪习惯〔6〕。薤为调料大量见于历代食书,如汉魏名肴“鱼脍”、“鱼羹”、“损肾”等均入以调味〔7〕。

---

〔1〕 关于辣椒的引进与利用,长时间以来学界多有讨论,1993年笔者应韩国食生活文化学会之邀第一次与韩国学者交流期间,就曾深入地讨论过这一问题。2005年首届中国辣椒文化学术论坛上,笔者作为主持人发表了题为“中国人辣味嗜好历史流变述论”的报告。

〔2〕〔6〕 《礼记·内则》卷二七、二八,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕 明·宋公望《宋氏尊生部·辣部》卷八“辣芥”、“芥辣”。

〔4〕 《齐民要术》卷九“素食”第八十七引《食次》。

〔5〕 元·忽思慧《饮膳正要》卷一“聚珍异馔”,中国书店1985年版。

〔7〕 《齐民要术》卷八“羹臠法第七十六”。

自汉以来,薤多为齐民百姓园田所植:“地气上腾,……可种瓜,可种瓠,可种葵,可种薤韭芥、大小葱、蒜、苜蓿、及杂蒜,可种蓼”〔1〕。

(4) 桔。桔皮作为调料,自汉以来极为流行。《齐民要术》一书中的“鸭臠法”、“羊蹄臠法”、“酸羹法”、“羊盘肠雌解法”、“羌煮法”、“鳢鱼臠”、“鮓臠”、“烂熟肉”〔2〕;“蒸熊法”、“蒸羊、肫、鹅、鸭”诸法、“炆豚法”、“炆鹅法”、“悬熟法”等等〔3〕,凡动物性食料烹调,几乎鲜有不入桔皮以调味者。

(5) 蓼。蓼科部分植物的泛称,如水蓼(辣蓼)、红蓼、刺蓼等,中国人用为辛香料的当是水蓼。《说文·草部》释云:“蓼,辛菜,蒿虞也。”所谓“烹鱼用蓼,取其辛能和味”〔4〕。三代时,蓼已广泛用为调料:“脍,春用葱,秋用芥;豚,春用韭,秋用蓼”;“鹑羹、鸡羹、鴛、酿之蓼”;“食,蜗醢而苽食雉羹,麦食脯羹鸡羹,析稌犬羹兔羹,和糝不蓼;濡豚、包苦实蓼;濡鸡、醢酱实蓼;濡鱼、卵酱实蓼;濡鳖、醢酱实蓼。”〔5〕

(6) 苴蓐(pò 迫)。即藜藿,又称藜藿、阳藿,姜科,多年生草本,根状茎淡黄色,具辛辣味。《楚辞·大招》有“醢豚苦狗,脍苴蓐只”句,王逸注云:“苴蓐,藜藿也。言乃以肉酱啗豕豚,以胆和酱,啗狗肉,杂用脍炙,切藜藿以为香,备众味也。”

(7) 芎。即紫苏,又略称为苏,唇形科,一年生草本。茎方形,叶两面或背面带紫色,夏季开红或淡红色花。茎、叶、种子均入药,嫩叶可调味,种子可用来榨油。芎于三代期即被用为中国

〔1〕 东汉·崔寔《四民月令》“正月之朔”,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全后汉文”卷四七。

〔2〕 《齐民要术》卷八“羹臠法”第七十六。

〔3〕 《齐民要术》卷八“蒸炆法”第七十七。

〔4〕 《尔雅·释草》郝懿行义疏,上海古籍出版社1989年版。

〔5〕 《礼记·内则》卷二七,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

人的调料,多用于动物性原料的肴品烹饪。《礼记》载其时调料使用原则为:“魴鱓烝,雒烧,雉,芎无蓼。”郑玄注:“芎,苏荏之属也。”〔1〕汉代,芎成为最流行通用的调味植物品种之一,“秋黄之苏,白露之茹”〔2〕,为极美好的应时食料;故亦为百姓园田家植蔬菜常品:“园中拔蒜,断苏切脯”〔3〕,为居家待客的习俗与常礼。

(8) 茱萸。有三种,一为芸香科的食茱萸,二为芸香科的吴茱萸,三为茱萸科的山茱萸;用为调料的是食茱萸,其果实为裂果,味辛香,供食用。茱萸,先秦文献记作“藜”,主要用为畜肉食料的烹饪作料,先秦典籍记食俗为“三牲用藜”,郑玄释云:“藜,煎茱萸也。”〔4〕但茱萸之用,并非皆煎制过,亦有生用者,如《齐民要术》所记“作干鱼鲙法”〔5〕。

由于中国古人与农业和自然界过于亲近的意识与亲切的关系,也由于中国人食物广泛到几乎没有任何禁忌的认识与实践,中国人在既往数千年有文字可证的饮食生活史上的调料利用,尤其是对辛香类调味料的利用,的确可以说是极为丰富的。仅6世纪的《齐民要术》一书中所记录三代以下至其时的流行辛香类调料的品种便还有:“胡荽”,繖形科一、二年草本,又名芫荽、香荽、香菜,种子广泛用为香料调味〔6〕;“胡芹”,即马芹,《尔雅》谓“其根叶不可食,惟子香美,可调饮食”,贾思勰记载可以用于“臛臠”、“鮓臠”、“烂熟”〔7〕、“熊蒸”、“裹蒸生鱼”、“毛蒸鱼菜”〔8〕、“臛鱼法”等〔9〕;“木兰”,木兰科,落

〔1〕〔4〕 《礼记·内则》卷二八,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕 西汉·枚乘《七发》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全汉文”卷二〇。

〔3〕 《僮约》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全汉文”卷四二。

〔5〕 《齐民要术》卷八“作鱼鲙”第七十四。

〔6〕 《齐民要术》卷三“种胡荽”第二十四。

〔7〕 《齐民要术》卷八“臛臠法”第七十六。

〔8〕 《齐民要术》卷八“蒸鱼法”第七十七。

〔9〕 《齐民要术》卷八“臛、臛、煎、消法”第七十八。

叶乔木,古时以其树皮为香料,《名医别录》谓“木兰,……皮似桂而香”,陶弘景注“状如楠树,皮甚薄而味香辛”,“鸭臠法”〔1〕;“安石榴汁”,石榴汁,石榴原产中亚伊朗、阿富汗及前苏联南部地区,“张骞使西域还,得大蒜、安石榴、胡桃、蒲桃、胡葱、苜蓿、胡荽、黄蓝”〔2〕,“胡羹法”〔3〕;“曲”,“臠(zǐ紫)肉法”;“粳”(hún浑),用整粒麦子制成的酒曲,“臠肉法”〔4〕、“酒糟”、“红糟”等等。

## 六、鲜味调料

即鱼类、贝类、肉类、酱油等食品所有的鲜美滋味,简称则为鲜味,一般具有鲜味的物质,有琥珀酸、氨基酸、肽、核甙酸等。中国人把鲜味作为一种基本味型的明确认识,应当不晚于明末的17世纪初,戏剧理论家、著名文人和美食家李渔(1611~1676以后)的贡献尤为突出。中国人对鲜味的认识,可以从“鲜”字的意义演化过程窥知一斑。“鲜”字,本是一种鱼名,《说文·鱼部》:“鲜,鱼名,出貉国(古时东北少数民族国家,亦称“貉”)。”后泛指鱼类,老子那句“治大国若烹小鲜”的名言〔5〕,河上公注:“鲜,鱼”,是典型的例句。后又限指活的鱼,《礼记》在讲到平居饮食的季节性原则时,强调“冬宜鲜羽”,郑玄注云:“鲜,生鱼也。”〔6〕又泛指新鲜或新,如《仪礼》讲士婚礼“腊必用鲜”〔7〕。这些意义在汉代以前均已具有了,当然除此之外,还有更广泛的其他指义。再其后是“味美”之义的明确,唐人权德

〔1〕〔3〕《齐民要术》卷八“羹臠法”第七十六。

〔2〕《博物志》卷六“张骞使西域还”。

〔4〕《齐民要术》卷九“作臠、奥、糟、苞”第八十一。

〔5〕老子《道德经》下篇第六十章,中华书局1954年《诸子集成》本。

〔6〕《礼记·内则》卷二七,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔7〕《仪礼·士昏礼》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

舆诗《拜昭陵过咸阳墅》“村盘既罗列，鸡黍皆鲜珍。古称禄代耕，人以食为天”句〔1〕，即是以鲜赞食物味道之隽永适口。可以说，明显注意到味鲜的感觉并用“鲜”字来表达这种感觉与感觉产生的对象——能给人以“鲜味”感觉的食物，基本是在唐代。这当然与唐代烹调技术的进步、肴馔品种的丰富和饮食文化发展的历史文化背景密切相关。成书于元末明初的《水浒传》一书曾有一段讲“宋江因见鱼鲜，贪爱爽口，多吃了些。至夜四更，肚里绞肠刮肚价疼，天明时，一连泻了二十来遭”的狼狈相故事〔2〕。文中的鲜，已并非是鲜活的鲜，而是味美“爽口”的鲜。

中国饮食文化的历史发展，自明至民国的约6个世纪是其鼎盛的时期。其间，自15世纪中叶至20世纪初叶，则是以烹调文化为突出代表的繁荣阶段。历史进入明中叶以后，市民阶层和知识群体中的相当一批人把人性从封建伦理和理学的束缚中解放出来，放归于现实生活的自然，其中的许多人则宣泄驰纵于味欲，美食著作和美食家也就适时应势而云集辈出。对鲜这一基本味型的认识因之明确。李渔以其编剧、批评、师范、团长、导演兼演员的艺术家全才身份和文化清客、风流名士、美食名家的综合修养，得以“履迹几遍天下”，长久供张周游于权贵圈内、上层筵宴阵中。其传世之作《闲情偶寄》中的“饮馔部”以及“器玩部”、“颐养部”的有关章节，集中地阐述了他独到的美食理论与思想。把“鲜”作为基本味型来认定，便是其在中国食文化领域突出的成就之一。其中“饮馔部”虽仅万余字，但突出地体现了他对美食理解的“食宜养生、复古崇俭、蔬食清淡、肴精真味”十六字原则。《饮馔部》使用“鲜”字达三十六处

---

〔1〕《全唐诗》卷三二〇。

〔2〕《水浒传》第三十九回“浔阳楼宋江吟反诗，梁山泊戴宗传假信”，人民文学出版社1963年版。

之多,其中称物料质地时鲜九处,其他二处,特指鲜味则为二十五处,所占比例为百分之七十。中国以往的美食评语多习称为“甘鲜”,李渔则将“鲜”与泛称适口美味的“甘”分析开来,认为“鲜即甘之所出也”〔1〕。如:“鱼之至味在鲜,而鲜之至味,又只在初熟离釜之片刻”〔2〕;“五香者何?酱也,醋也,椒末也,芝麻屑也,焯笋或煮蕈、煮虾之鲜汁也。”〔3〕

李渔之后,是中国古代食圣袁枚的杰出实践与出色探索,使中国人把“鲜”作为基本型的认识更为显明确定。堪称中国古代食书经典之最的《随园食单》,是袁枚积其近半个世纪之久的实践与研磨而成的文学精品与食文化经典之作。他的美味追求在于“味外之味”〔4〕,在袁枚看来,所谓“味外之味”就是“鲜”的典型和境界:“……味欲其鲜,趣欲其真”〔5〕。一部仅约二万字的《随园食单》,“鲜”字使用达四十余处,其中用于表明原料质地新鲜的十处,泛指味美的十八处,确指某物某肴味之特点的十处,其他五处;泛指美味和确指某味两者为二十八处,约占总数的百分之七十。其如:“用火腿汤、鸡汤、笋汤煨之,鲜妙绝伦”〔6〕;“卤浓而鲜,可疗弱症”〔7〕;“用鸡汤加作料煨之,鲜嫩绝伦”〔8〕;“不但鹅烂如泥,汤亦鲜美”〔9〕;“味要清鲜,不可淡薄。……清鲜者,真味出”〔10〕;“以野禽味鲜,且

〔1〕 清·李渔《闲情偶寄·饮馔部》卷六“一蔬食·笋”。

〔2〕 同上书,“三肉食·鱼”。

〔3〕 同上书,“二谷食·面”。

〔4〕 清·袁枚《随园诗话》卷三“九”条。

〔5〕 《随园诗话》卷一“四四”条。

〔6〕 《随园食单·江鲜单》“刀鱼二法”。

〔7〕 《随园食单·羽族单》“黄芪蒸鸡治疗”。

〔8〕 《随园食单·羽族单》“鸡肾”。

〔9〕 《随园食单·羽族单》“云林鹅”。

〔10〕 《随园食单·须知单》“疑似须知”。



易消化”〔1〕；“杭州以土步鱼为上品，……加腌芥作汤、作羹尤鲜”〔2〕；“徽州出小鱼，……放饭锅上蒸而食之，味最鲜，号黄姑鱼”等等〔3〕。

正是由于李渔、袁枚等美食大家长时间独特的实践和非同凡响的独到研究，才在从明中叶到清中叶约三百年间中国食文化的极度发展时代，将中国人对味的认识提高到一个崭新的水平〔4〕。

## 七、涩 味

涩味，是口腔黏膜蛋白质凝固时所引起的收敛感觉的滋味，因此涩味不是味蕾受刺激的感觉，而是触觉的神经末梢受刺激而产生的。食品中的涩味，主要是由单宁和铁等金属类、明矾、醛类、酚类等物质所引起的。以柿子为代表的一种未成熟水果的味感，是人们对涩味的典型感觉。生柿的涩味成分，是以无色花青素为基本结构的配糖体（属多酚类），它易溶于水。茶叶中也含有单宁和多酚类，但由于加工方法不同，影响到各种茶叶中单宁和多酚类的含量，因而涩味强弱程度也就有所不同。红茶发酵过程中，由于氧化作用降低了多酚类的含量，故其涩味也就较绿茶为弱。强烈的涩味是一种能使人产生不愉快的味感，然而极淡的涩味则近似苦味，与其他味道作用可以产生独特的风味，因此亦有特殊的调味作用。但这种调味作用要谐调，

---

〔1〕《随园食单·羽族单》“煨麻雀”。

〔2〕《随园食单·水族有鳞单》“土步鱼”。

〔3〕《随园食单·水族有鳞单》“黄姑鱼”。

〔4〕关于袁枚的美食实践与理论成就及《随园食单》的内容、特点，请参阅拙文《美食家袁枚和他的〈随园食单〉》，载《中国饮食史论》；《平生品味似评诗，落想腾空眩目奇——中国古代食圣袁枚美食实践暨饮食思想述论》，载《赵荣光食文化论集》。

即要达到“和”的标准,要造成风味的效果,否则便是失败。贾思勰所记“棒炙”一肴的制作,就明确列出了这一工艺要求:“大牛用脊,小犊用脚肉亦得。逼火偏炙一面,色白便割;割遍又炙一面。含浆滑美。若四面俱熟然后割,则涩恶不中食也。”〔1〕

---

〔1〕《齐民要术》卷九“炙法”第八十。

# 第九章 中华民族饮食民俗的历史特征

## 一、厚重的民族食俗文化

### (一) “饮食民俗”的界定

民俗,又称俗、风俗、习俗、民风、风尚、风俗习惯等。民俗是民间社会生活中传承文化事象的总称,是一个国家或地区、一个民族世世代代传袭的基层文化,通过民众口头、行为和心理表现出来的事象。这些事物和现象,既蕴藏在人们的精神生活传统里,又表现于人们的物质生活传统中。民俗与官方仪礼既有联系又有区别:区别是民俗乃民间风俗,官方仪礼则为规范和行为制度化的礼俗。两者的联系表现在官方的文化通过向民间推行,往往也可逐渐形成民间传承的风俗,这是文化自上而下的渗透;民间文化的上行,最为明显的是官方“成文法”的拟定,大多数情况下,是以民间的“习惯法”为基础的。

民俗的形成,有着经济、政治、地缘、宗教、民族、语言、心理等诸多方面的因素。民俗具有族群与社会、传统与变异、传承与传播、盲目与从众、非理性与神秘性等属性,这表明它是一种错综复杂、良莠并存的文化。民俗具有历史功能、教育功能、群体聚合功能、娱乐功能,它不仅在人类社会的发展中起着承前启后的作用,而且在现代物质文明和精神文明建设中,亦有不可低估的重要作用。

饮食民俗是指人们在筛选食物原料,加工、烹制和食用食物的过程中,即民族食事活动中所积久形成并传承不息的风俗习惯,也称饮食风俗、食俗。中国食俗一般包括年节食俗、日常食俗、人生仪礼食俗、宗教信仰食俗等内容,而若按民族成分来认识,又可以有汉民族食俗、少数民族食俗等类别。

## (二) 居家日常食俗

### 1. 餐制

餐制是从生理需要出发,为了恢复体力的目的而形成的饮食习惯。在上古时期,人们因劳作特点决定的是两餐制。殷代甲骨文中,有“大食”、“小食”之称,它们在卜辞中的具体意思分别是指一天中的朝、夕两餐,大致相当于现在所说的早、晚两餐。早餐后人们出发生产,妇女采集,男人狩猎,晚归后用晚餐。餐制适应了“日出而作,日入而息”的生产作息制度。

《孟子·滕文公上》:“贤者与民并耕而食,饗飧而活。”赵岐注:“饗飧,熟食也。朝曰饗,夕曰飧。”古人把太阳行至东南方的时间称为隅中,朝食就在隅中之前。晚餐叫飧,或叫哺食,一般在申时,即下午3时左右吃。古人的晚餐通常只是把朝食吃剩下的食物热一热吃掉。现在晋、冀、豫等省一些山区仍保留着一日两餐,晚餐吃剩饭而不另做的习惯。

生产的发展,影响到生活习惯的改变。至周代特别是东周时代,“列鼎而食”的贵族阶层,一般已采用了三餐制。《周礼》中有“王日一举……王齐(斋)日三举”的记载。据东汉郑玄解释,“举”是“杀牲盛饌”的意思。“王日一举”是说“一日食有三时,同食一举”,指在通常情况下,周王每天吃早饭时要杀牲以为肴饌,但中、晚餐时不另杀牲,而是继续食用朝食后剩余的牺牲。“王斋日三举”则是讲,斋戒时不可吃剩余的牺牲,必须一日内三次杀牲,使一日三餐每次都食用新鲜

的肴馔,这种做法当时称为“齐(斋)必变食”〔1〕。斋戒时每日三次杀牲,正是以一日三餐的饮食习惯为基础的。

大约到了汉代,一日三餐已经渐渐成为民间普遍循行的食制。孔子说的“不时,不食”〔2〕,是说不到该吃饭的时候不吃。郑玄解释为:“一日之中三时食,朝、夕、日中时。”郑玄是以汉代人的饮食习惯来注解孔子这句话的,这说明汉代已初步形成了三餐制的饮食规律。那时第一顿饭为朝食,即早餐,一般安排在天色微明以后。第二顿饭为昼食,汉人又称饔食,也就是中午之食。第三顿饭为晡食,也称飧食,即晚餐,一般是在下午三时至五时之间。

虽说一日三餐的餐制自汉代之后已在民间普遍实行,但有些地方还有随季节不同和生产需要,而采用两餐制的。有些穷苦人家,也常年采用两餐制。但在社会上层,特别是皇帝的饮食则并非如此,按照当时礼制规定,皇帝的饮食多为一日四餐。天子“平旦食,少阳之始也;昼食,太阳之始也;晡食,少阴之始也;暮食,太阴之始也”〔3〕。可见,人们每日进食的次数,与进食者的社会地位、经济状况,以及个人情趣好尚均有关系。当然,一般就习俗文化来说,人们的日常餐制主要是由经济实力、生产需要等要素决定的。总体上看,直至今日,一日三餐食制仍是中国人日常饮食的主流。

## 2. 食物结构

汉族是我国的主体民族,其传统食物结构是以植物性食料为主。主食是五谷,辅食是蔬果,外加少量的肉食。以畜牧业为主的一些少数民族则是以肉食为主食。

从新石器时代始,我国的黄河、长江流域即已进入农耕社会,出

---

〔1〕《周礼·天官》“膳夫”,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《论语·乡党》卷十,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕汉·班固《白虎通义》卷上《礼乐》,《四库全书·子部十·杂家类二》。

现了黄河流域与长江流域两种不同的主食类型,前者以粟为主,后者以稻为主。稻几乎是南方水田惟一可选的主食作物,而在北方旱地则有粟、黍、麦、菽等作物可供选择。黄河流域的仰韶文化以粟为主食,除了粟适应黄河流域冬春干旱、夏季多雨的气候特点外,还与其产量高、耐贮藏、品种多、能适应多方面需求有关。粟在古代曾作为粮食的通称,其别称稷(狭义),与“社”一起组成“社稷”一词,是国家的象征。战国以后,随着磨的推广应用,粉食逐渐盛行,麦的地位便脱颖而出。北方的小麦在五谷杂粮中的地位逐渐上升,成为人们日常生活中最重要的主粮,而南方的稻米却历经数千年,其主粮地位一直未曾动摇。不仅如此,唐宋以后,水稻还源源不断北调。中国历史上,先后出现了“苏湖熟,天下足”、“湖广熟,天下足”的谚语,苏湖、湖广均为盛产水稻之地。这反映出水稻地位的重要。明清时期,我国的人口增殖很快,人均耕地急剧下降。从海外引入的番薯、玉米、马铃薯等作物,对我国食物结构的变化产生了一定的影响,并成为丘陵山区重要的粮食来源。

我国古代很早就形成了谷食多、肉食少的食物结构,这在平民百姓的日常生活中体现得更加明显。孟子曾主张,一般家庭做到“鸡豚狗彘之畜,无失其时,七十者可以食肉矣”〔1〕。人生七十古来稀,要到古稀之年才能吃上肉,可见吃肉之难了。长期以来,肉食在人们食物结构中所占的比例很小,而在所食的动物食物中,猪肉、禽及禽蛋所占比重较大。在北方,牛羊奶酪占有重要地位;在湖泊较多的南方及沿海地区,水产品所占比重较高。直至今日,我国食物结构虽然有所调整,营养水平有较大提高,但仍保持着传统食物结构的基本特点。据1989年《中国统计年鉴》的统计资料,1988年我国人均年消费粮食249.1千克,食用植物油5.9千克、猪肉14.9千克、牛羊肉

〔1〕《孟子·梁惠王章句上》卷一,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

1.6 千克、家禽 1.8 千克、鲜蛋 5.8 千克、水产品 5.7 千克、奶类 10.6 千克、食糖 6.3 千克、水果 10.6 千克、蔬菜 133.5 千克。可见,人们日常所食的动物性食物还是有限的。

### 3. 食品特点

中国历史上的传统是主妇主持中馈,庶民大众家庭的平居饮食,原料没有多少自由选用的余地。在“节俭持家”的原则下谋求果腹养身,食品的基本特点是经济实惠、朴实无华。“北面南稻,五谷杂粮;园田菜蔬,下饭羹酱”;用煮、蒸、焙等手段制作的粒食米饭、流质的粥,以及粉食品馒头、包子、馄饨、饺子、面条、饼等是传统的主食品种,而以饭、粥为大宗。佐餐菜肴多为煮、炖、腌、渍的大众时蔬、家备酱菜。寻常百姓家的日常饮食,没有严格礼制的束缚,只是因循周回,习惯自然。“农家饭”、“妈妈味”、“粗茶淡饭”等俗语,反映的正是中国历史上普通百姓家千家一式、比邻无异的餐食特征。

只有那些讲究吃喝的官宦与商贾之家,或王侯贵族、达官显贵一类的名门大家,才可能肴饌铺陈,美食享乐。其中也就不乏钟鸣鼎食而成名门私家风格的情况,如以“郇公厨”知名于史的唐中叶人、郇国公韦陟就是典型一例。历史记载:“韦陟厨中,饮食之香错杂,人入其中,多饱饫而归。语曰:‘人欲不饭筋骨舒,夤缘须入郇公厨。’”〔1〕另一个典型的贵家饮食人物是唐文宗朝曾任宰相的段文昌:“段文昌丞相,尤精饌事。第中庖所榜曰‘炼珍堂’。在涂号‘行珍馆’。……文昌自编《食经》五十卷,时称《邹平公食宪章》。”〔2〕这风格鲜明对立的两种类型,笔者曾在《中国古代庶民饮食生活》和《天下第一家衍圣公府饮食生活》两本小册子中分别作过探讨,并且发表过中国历史

〔1〕 唐·冯贽《云仙杂记》卷三“郇公厨”引《长安后记》,《四库全书·子部十二·小说家类一》;《旧唐书·韦陟传》卷九二,中华书局 1975 年版。

〔2〕 宋·陶谷《清异录·撰羞门》卷下“邹平公食宪章”,《四库全书·子部十二·小说家类三》;《旧唐书·段文昌传》卷一六七。

上存在“两部饮食史”的观点〔1〕。

### (三) 人生仪礼食俗

#### 1. 诞生礼食俗

人生仪礼是指人的一生中,在不同的生活和年龄阶段所举行的不同的仪式和礼节。在人生仪礼活动中逐渐形成了一系列饮食习俗。诞生仪礼是开端之礼,婴儿的降生预示着血缘有所继承,因此父母及整个家族都十分重视,并由此形成了有关婴儿诞生的一些食俗。

(1) 求子食俗。自远古以来,中国人就有求子习俗。早期人们最初是向自然神灵求子,后来人们是向神佛求子,如孔子降生前其母颜征在祀求尼山之灵,唐以后的祭拜观音菩萨、碧霞仙君、百花神等。人们祈求神佛赐予子女(主要是求儿子),一朝受孕,即用三牲福礼祭祀。有的是用某种食品或食物求子,如红鸡蛋、南瓜、莴苣、子母芋头、枣、栗子、花生、桂圆、莲子、石榴、葫芦等食物常作为求子之用。有些地区还有意不将食物煮熟,以示“生”,如满族人的新婚之夜,新娘要吃煮得半生不熟的“子孙饽饽”,当闹新房的人们问新娘“饽饽生不生”时,新娘自然会脱口说“生”。在山东滕州,有些老太太盼望早抱孙子,便在除夕之夜煮一个溏心鸡蛋给媳妇吃,讨媳妇口中吐一个“生”字。有的用某种物品求子,如筷子、泥娃娃(如惠山阿福)、灯笼、砖块等。如苏北淮安一带民间有在元宵节至二月初二“龙抬头”节期间,给老年无子或成婚多年而不生育者送纸糊红灯笼或淮安城东门外麒麟桥头烧砖之俗,受者要以酒筵款待,将来若真得子,还要重礼相谢〔2〕。

---

〔1〕 《中国古代庶民饮食生活》,商务印书馆国际有限公司(北京)1997年版、台湾商务印书馆1998年版;《天下第一家衍圣公府饮食生活》,黑龙江科学技术出版社1989年版;《关于中国饮食文化研究的几个问题》,载《学术界》1994年第5期。

〔2〕 民国·胡朴安《中华风俗志》,上海文艺出版社1988年影印本。



(2) 妇女妊娠期食俗。妇人怀孕,民间俗称“有喜”,被认为是家庭中的一件大事。一般家庭,都强调给孕妇增加营养。一些地区忌食部分食物,如认为孕妇不可吃兔肉,以免胎儿破相,生豁唇;不可吃生姜,以免胎儿生六个指头。此类观念大约汉代以来即已形成,晋人记录风俗的文字已有诸如“妊娠不可食姜,令子多指”〔1〕等内容;晋代大医家陶弘景(456~536)同时记录了许多临床与民间经验的孕妇忌食资料,其中即有兔肉“妊娠不可食,令子缺唇”等内容〔2〕。有些地区不许孕妇吃骆驼肉、狗肉、猫肉、葡萄等,理由是有导致孕妇延产、难产、怪胎或婴儿畸形、怪性等危险后果的可能。许多地区还有根据孕妇的饮食嗜好判断生男与生女的风俗,有“酸男辣女”之说。《本草纲目》中广泛搜罗了明代以前诸多医典药书、民间传说,关于孕妇忌食的食物有八十五种之多,基本上是属于临床和民俗范畴的认识与知识〔3〕。当然,今天看来许多饮食禁忌并无科学根据,但是中国人一向非常重视孕产饮食安全合理的理念与探索还是值得肯定的。它们事实上是中国久有历史的胎教优秀传统文化的有机组成部分。

(3) 诞生后的食俗。妇女生育之后,随着婴儿的呱呱坠地,一系列的诞生礼仪便正式开始了。这些礼仪大都含有为孩子祝福的意义。民间流行的生育礼仪最常见的有“三朝”、“满月”和“抓周”等,产妇的饮食也有一番讲究。

孩子出生后,女婿要到岳父母家“报喜”。因地域不同,具体做法稍异。如湖北通城家贫者用樽酒、脰肉,家庭富裕者用猪羊报知产妇母家。浙江地区报喜时,生男孩另用红纸包毛笔一支,女孩则另加手

〔1〕 晋·张华《博物志》卷二,《四库全书·子部十二·小说家类三》;北魏·贾思勰《齐民要术》卷三“种姜”第二十七引此条,“多”字作“盈”,农业出版社1982年版。

〔2〕 晋·陶弘景《金匮要略》卷二四,《四库全书·子部五·医家类》。

〔3〕 明·李时珍《本草纲目·序例》卷二“妊娠禁忌”,人民卫生出版社1980年版。

帕一条。也有分别送公鸡或母鸡的。有的地方则带伞去岳父母家，伞置中堂桌上为生男，置于大门背后为生女。陕西渭南一带则带酒一壶，上拴红绳为生男，拴红绸则为生女。安徽淮北地区女婿去岳父母家时，要带煮熟的红鸡蛋，生男，蛋为单数，生女，则为双数。

产妇的娘家则要送红鸡蛋、十全果、粥米等。送粥米也称送祝米、送米、送汤米。礼品中多有米，故名。有的还要送红糖、母鸡、挂面、婴儿衣被等。婴儿出生三天，要“洗三朝”。洗三朝也称三朝、洗三。是日，家人采集槐枝、艾叶、草药煮水，并请有经验的接生婆为婴儿洗身，唱祝词。洗毕，以姜片、艾团擦关节，用葱打三下，取聪明伶俐之意。在浙江，民间浴儿时，还配以草药炙婴儿肚脐；在山东，产儿家要煮面送邻里，谓之“喜面”；在安徽江淮地区，则要向邻里分送红鸡蛋；在湖南蓝山，要用糯槽或油茶招待客人。此俗起源甚早，唐代即已盛行。

婴儿降生一个月称为“满月”。一般人家这天要“做满月”，或称“过满月”，置办“满月酒”，也称“弥月酒”。主家宴请宾客，亲友们要送贺礼，并给婴儿理发，俗称“剃头”。婴儿出生满一年，称周岁，有“抓周”，或称“试啐(zuì 最)”、“试儿”之俗。这是一种预测周岁幼儿性情、志趣或未来前途的民间仪式。一般在桌子上放些纸、笔、书、算盘、食物、钗环和纸做的生产工具等，任其抓取以占卜未来；或以盘盒盛抓周物品，其盘则谓“啐盘”。抓周时亲朋要带贺礼前往观看、祝福，主人家必具酒治饌招待。此俗至迟于北齐时即已形成。如北齐颜之推云：“江南风俗，儿生一期(即一周岁)，为制新衣，盥浴装饰，男则用弓矢纸笔，女则刀尺针缕，并加饮食之物及珍宝服玩，置之儿前，观其发意所取，以验贪廉愚智，名之为试儿。”〔1〕此一风俗在宋代以下历代笔记及文学等类文献中多有记述。

〔1〕北朝·齐·颜之推《颜氏家训·风操》。

## 2. 婚事食俗

婚礼,是人生仪礼中的又一大礼,是中国古代很早便已形成的婚义观念。“上以事宗庙,而下以继后世也,故君子重之。是以昏礼,纳采、问名、纳吉、纳征、请期,皆主人筵几于庙,而拜迎于门外。入,揖让而升,听命于庙,所以敬慎重正昏礼也。……敬慎重正,而后亲之,礼之大体。而所以成男女之别,而立夫妇之义也。男女有别,而后夫妇有义;夫妇有义,而后父子有亲;父子有亲,而后君臣有正;故曰:昏礼者,礼之本也。”〔1〕在整个婚礼过程中,纳采、问名、纳吉、请期、亲迎皆用雁,只有纳征用玄纁(xūn 熏)。“用雁者,取其随时南北,不失其节,明不夺女子之时也,又取飞成行、止成列也,明嫁娶之礼,长幼有序,不逾越也。”〔2〕可见雁在古代婚礼中的重要地位。这也同时反映射猎经济在社会生活中的比重和生态结构的状况。近代婚礼一般从下聘礼开始,到新娘三天回门结束。

(1) 聘礼。历代聘礼有所不同。自先秦至东汉聘物多至三十种。史载:“后汉之俗,聘礼三十物,以玄纁、羊、雁、清酒、白酒、粳米、稷米、蒲、苇、卷柏、嘉禾、长命缕、胶、漆、五色丝、合欢铃、金钱、禄得、香草、凤凰、舍利兽、鸳鸯、受福兽、鱼、鹿、乌、九子蒲、阳燧钻,凡二十八物;又有丹为五色之荣,青为东方之始,共三十物,皆有俗仪。”〔3〕

聘礼所选各物均有含义,有的取其吉祥,寓祝颂之意,如羊、禄得、香草、鹿等;有的取各物的特质,以象征夫妇好合,如胶、漆、合欢铃、鸳鸯、凤凰(以鸡代)等;有的取各物的优点,以资勉励,如蒲、苇、卷柏、舍利兽、受福兽、乌、鱼、雁、九子蒲等。

至南北朝及隋唐,聘礼品种已大为减少,仅剩九种,但其中有两种

〔1〕《礼记·昏义》卷六一,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《白虎通义》卷下《嫁娶》,《四库全书·子部十·杂家类二》。

〔3〕陆凤藻《小知录·礼制篇》卷六引《通志》,上海古籍出版社1991年版。

与后汉时不同。唐人释当时纳采礼物说：“有合欢、嘉禾、阿胶、九子蒲、朱苇、双石、绵絮、长命缕、干漆，九事皆有词：胶、漆取其固，绵絮取其调柔，蒲、苇为心可屈可伸也，嘉禾分福也，双石义在两固也。”〔1〕

后来，茶也列为重要礼物之一。用茶作聘礼的原因，宋人《品茶录》解释为：“种茶树下必生子，若移植则不复生子，故俗聘妇，必以茶为礼，义固可取。”由此看来，行聘用茶，并非取其经济的或实用的价值，而是暗寓婚约一经缔结，便铁定不移，绝无反悔，这是男家对女家的希望，也是女家应尽的义务。故聘礼称“下茶”，而称订婚之礼为“茶礼”；女子受聘，则谓之“吃茶”，已经受过人家的“茶礼”，便有信守不渝的义务。

聘礼中，一般还有鸡、鱼、肉、酒、鹅、羊、衣帛首饰、酒钱等。女家受礼后则要设筵款待客人。

(2) 冠笄礼食俗。冠、笄、婚三礼原是分开的，古代男子二十岁行冠礼，女子十五六岁行笄礼，是表示孩子已长大，可享受成年人的权利。清季，加冠、加笄二礼多移至婚礼亲迎前夕，富户多在前三日，贫者则在前一日。是时，男家请尊长为加冠者起字、号，书悬于壁，亲友釀金来贺，加冠之家则要宴请宾客；女家请族戚中有德行妇女给加笄者修额，用细丝线绞除面部汗毛，洗脸沐发，挽髻加簪，然后拜祖先和父母，聆听父母教诲，并要开陪嫁筵席。冠、笄二礼已纳入婚礼的范畴之中。

加冠、加笄酒盛行各地，只是称呼有所不同。加冠筵席，有“陪郎”、“会十友”、“陪十弟兄”、“暖男酒”、“吉席”等称谓；加笄筵席，有“陪十姊妹”、“梳头酒”、“吃嫁饭”、“花棚酒”、“女花烛”等称谓。如清宣统年间湖北光化民间，“礼行于婚前一日，戚友走贺设宴。是夕，请童子十人相仪，名‘陪郎’，张筵作乐，为婚者加冠。陪郎导

〔1〕 唐·段成式《酉阳杂俎》卷一，中华书局1981年版。

之,拜先祖及父母亲、长辈,来辅左右,揖让升堂,醮子入席,婚者首坐,陪郎以次序坐。……女家亦于是夕行笄礼,请童女十人相仪,筵宴不传花”〔1〕。

(3) 结婚三日食俗。结婚三日指结婚当天、第二天和第三天,这几天有婚事的家庭酒筵活动频繁。与饮食有关的活动主要有:女家的“送亲”筵席,男家的婚筵、交杯酒、撒帐、闹房、拜水茶、新妇下厨房、回门等。结婚当天上午,新郎在亲友的陪同下到新娘家“娶亲”。女家设筵席款待女婿、媒人及来宾,女家亲友及邻里也参加筵宴。然后择时“发亲”。到男家后,新娘与新郎并立,合拜天地、父母,夫妻互拜,然后入房合卺(jǐn 紧),喝“交杯酒”。

所谓“合卺”,是指新婚夫妇在新房内共饮合欢酒的意思。各地盛行的饮“交杯酒”的习俗,即由合卺之礼演变而来,意为新人自此已结永好。古人曾对合卺下定义说:“合卺,破匏(páo 袍)为之,以线连柄端,其制一同匏爵。”〔2〕由此可见,合卺并非交杯,而是指破匏为二,合之则成一器,故名合卺。匏瓜既剖分为二,所以象征夫妇原为二体,而又以线连柄,则象征由婚礼把两人连成一体,因此分之为二,合之则为一。新人用破匏作饮器一同进酒的原因,清人解释说:“匏苦不可食,用之以饮,喻夫妇当同辛苦也;匏,八音之一,笙竽用之,喻音韵调和,即如琴瑟之好合也。”〔3〕匏既然“苦不可食”,拿来盛酒,而酒也当会变成苦酒,确有提示新婚夫妇应当同甘共苦的意思。“合”,不单有合成一体之意,而且也提示既为夫妻,就该如琴瑟之好合。合卺改名“交杯酒”,到宋代已成通行的名词,所用的是普通的酒杯,不是破匏为二的匏爵,新婚夫妇在新房相对

〔1〕 《湖北通志·风俗》,《中国地方志民俗资料汇编·中南卷》,书目文献出版社1991年版。

〔2〕 郑玄、阮谿《三礼图》,玉函山房辑佚书。

〔3〕 张梦元《原起汇抄》,抄本。

互饮,改名“交杯酒”,只是借其好合之意而已,与古礼本义已有相当差距。

新娘进洞房后有撒帐习俗。此俗汉代已有。文献记载汉武帝时,“李夫人初至,帝(汉武帝)迎入帐中共坐,欢饮之后,预戒宫人遥撒五色同心花果,帝与夫人以衣裾盛之,云得果多,得子多也”〔1〕。后来盛行民间,一般为新娘从娘家带来很多花生、栗子、枣子、桂圆、瓜子、橘子等,俗称“子孙果”。由牵娘把这些果子取出放在床上,故称“撒帐”,儿童们争先抢夺,并认为抢得越多越好。

中国传统社会是以园艺式农业为基础的宗法制社会,人们以为“多子多福”、“早生儿早得济”,早婚早育成为传统。婚礼中使用花生、栗子、枣子、桂圆等以及“中秋节”送瓜等均体现了人们的这种心态。人们利用这些食物的名称谐音或生物特性等赋予其一定的感情色彩和象征意义,并把自己的美好愿望寄托于斯。如栗子寓立子;枣子、栗子合用寓早立子;枣子、栗子、桂圆合用寓早生贵子;花生寓既生男也生女;瓜因有结籽多、藤蔓绵长的特点,加之《诗经·大雅·绵》中有“绵绵瓜瓞”的诗句,后人多以瓜、瓜子寓世代绵长,子孙万代;因橘与“吉”字音相近,民间谐音取义,以橘喻吉祥嘉瑞。

新婚第二天,新郎和新娘一起拜谒舅姑(公婆)及男族各尊长,并敬献女工巧作之物,舅姑及各尊长也向新娘回赠礼物。一些地区还特为新娘设宴,称“陪新姑娘”,来宾、尊长参加筵席。清代湖南永州地区,这一天要招待客人饮茶食果,谓之“拜水茶”。当地风俗尚茶食。蔬菜、水果用盐腌制后,俗谓之“咸酸”;或用糖蜜饴饴加工制作,谓之“蜜饴”。宴会时,酒菜未上,先设茶食。婚礼所用茶食,由女家置办,送至男家,多者可达十数担。女家终年辛勤劳作,有的需要准

〔1〕清·陈元龙《格致镜原》卷五三,上海古籍出版社1992年影印本。

备数年才能满足嫁女之需〔1〕。

新婚第三天,新娘要“下厨房”一试手艺。此时贺喜亲友大都离去了,但有一些近亲女眷,如家族中的姑妈,姻亲中的舅妈,以及平辈的表姐妹们,则趁吃喜酒的机会在一起叙叙家常,多聚几天。女客们都挤到厨房凑热闹。新娘在众目睽睽之下,穿起围裙,洗净铁锅,小心翼翼地选用事先准备好的各种作料,做成一碗羹汤,然后请小姑品尝。因为所做羹汤不知是否合乎婆婆的口味,而小姑子熟悉婆婆的口味喜好,所以让小姑先尝。三朝下厨的习俗由来已久,唐代诗人王建有诗云:“三日入厨下,洗手作羹汤。未谙姑食性,先遣小姑尝。”〔2〕

### 3. 寿庆食俗

希冀长寿,是人类普遍的追求,《尚书》云:“五福,一曰寿,二曰富,三曰康宁,四曰攸好德,五曰考终命。”〔3〕长寿被视为美满人生的第一项指标。做寿,也称“祝寿”,通常指为老年人举办庆寿的活动。一般从五十岁开始,也有从四十岁开始的,每十年做一次。民间为年满六十岁、七十岁、八十岁及以上的长辈举行的誕生日庆贺礼仪称为“做大寿”。而为年龄在五十岁以下的人举行的誕生日庆贺礼仪,一般称为“过生日”。十岁、二十岁时多由父母主持过生日,三十岁、四十岁一般既不做生日,也不做寿。五十岁开始的做寿活动,一般人家均邀亲友来贺,礼品有寿桃、寿联、寿幛、寿面等,并要饮寿酒,大办寿庆主题的筵席以示欢庆。

做寿要用寿面、寿桃、寿糕、寿酒。面条绵长,寿日吃面条,表示延年益寿。寿面一般长一米,每束须百根以上,盘成塔形,罩以红绿镂纸拉花,作为寿礼敬献寿星,必备双份,祝寿时置于寿案之上。寿

〔1〕 清·道光湖南《永州府志》,《中国地方志民俗资料汇编·中南卷》,书目文献出版社 1991 年版。

〔2〕 《全唐诗》卷三〇·《新嫁娘词三首》之三,中华书局 1960 年版。

〔3〕 《尚书·洪范》,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

宴中,必以捞面为主。寿桃一般用米面粉制成,也有的用鲜桃,由家人置备或亲友馈赠。庆寿时,陈于寿案上,九桃相叠为一盘,三盘并列。寿桃之说,起源很早。相传“东方有树,高五十丈,叶长八尺,名曰桃。其子径三尺二寸,和核羹食之,令人益寿”〔1〕。神话中,西王母做寿,在瑶池设蟠桃会招待群仙,因而后世祝寿均用桃。蒸制的寿桃,必用色将桃嘴染红。寿糕多用面粉、糖及食用色素制成,做成桃形,或饰以云卷、吉语等祝寿图案。因“酒”与“久”谐音,故祝寿必用酒。酒的品种因地而异,常为桂花酒、竹叶青、人参酒等。

寿宴菜品多扣“九”、“八”,如“九九寿席”、“八仙菜”。除上述面点外,还有白果、松子、红枣汤等。菜名讲究,如“八仙过海”、“三星聚会”、“福如东海”、“白云青松”。鱼菜少上,不上西瓜盅、冬瓜盅、爆腰花等。长江下游一些地区,逢父或母六十六岁生日,出嫁的女儿要为之祝寿,并将猪腿肉切成六十六小块,形如豆瓣,俗称“豆瓣肉”。红烧后,盖在一碗大米饭上,连同一双筷子一并置于篮内,盖上红布,送给父(或母)品尝,以示祝寿。肉块多,寓意老人长寿。青海河湟等地流行“八仙菜”。一般为全鸡、韭菜爆肉、八宝米合以糖枣、莲藕炒肉、笋子炒肉、葛仙汤、馄饨、长寿面等。八仙菜并无固定成例,因地因人而异,但均有象征寓意。

#### 4. 丧事食俗

丧葬仪礼,是人生最后一项“通过仪礼”,也是最后一项“脱离仪式”。丧礼,民间俗称“送终”、“办丧事”等,古代视其为“凶礼”之一。对于享受天年、寿终正寝的人去世,民间称“白喜事”。

居丧之家,家人的饮食多有一些礼制加以约束,还有一些斋戒要求。到清季,早期一些严格的斋戒礼仪虽渐至简约,但许多遇丧之家的饮食生活仍有一些特殊要求,茹斋蔬食的大有人在。而吊丧的宾

〔1〕 西汉·东方朔《神异经》,《四库全书·子部十二·小说家类二》。



客往往较少受限制,丧席中不仅有肉,有的还有酒。

民间遇丧后要讣告亲友,而亲友则须携香楮、联幛、酒肉等前往吊丧,丧家均要设筵席招待客人。各地丧席有一定的差异,如扬州丧席通常都是六样菜:红烧肉、红烧鸡块、红烧鱼、炒豌豆苗、炒大粉、炒鸡蛋,称为“六大碗”。其中肉、鸡、鱼代表猪头三牲,表示对死者的尊敬;豌豆苗、大粉、鸡蛋是希望大家安安稳稳,彼此消除隔阂,冲淡对立情绪。吃丧饭一般不喝酒,即使主人备酒,客人也不能闹酒,不能谈笑风生,否则与丧事悲哀的气氛不合,而被视为对主家不尊重。四川一带的“开丧席”,多用巴蜀田席“九大碗”,即干盘菜、凉菜、炒菜、镶碗、墩子、蹄膀、烧白、鸡或鱼、汤菜等。

七十六代衍圣公孔令贻续配夫人陶氏去世,丧席分为几等。其中:

“白喜上席鱼翅四大件”席单为:

二手碟:黑瓜子,白瓜子。

八凉盘:风鸡,熏鱼,蛰皮,松花,酱排,熏腐干,芥末白菜,卤煮花生。

四大件:白扒翅子,清蒸鸭子,红烧鱼,冰糖肘子。

八行件:炒软鸡,瓦块鱼,熘白肚,白肉,炒双冬,南煎丸子,豆腐饼,海米春芽。

三压桌:烤排子,蝎子尾,鸭羹。

酒:绍兴酒。

鲜果:苹果,莱阳梨。

“白喜海参二大件席”席单为:

二手碟:黑瓜子,白瓜子。

六凉盘:风鸡,香肠,酱肉,松花,芥末白菜,卤长生仁。

二大件:三鲜海参,清蒸鸭。

五行件:炒软鸡,瓦块鱼,白肉,豆腐饼,海米春芽。

主食:馒头。

“白喜上席九味菜席”席单为：

四冷碟：风鸡，香肠，鱼脯，长生仁。

五大碗：清蒸鸡，瓦块鱼，白肉，家乡豆腐，蜜渍山药。

主食：馒头。

“白喜七味菜席”席单为：

七味菜：香肠，芥末白菜，白肉，瓦块鱼，扣肉，炖海带，家乡豆腐。

主食：馒头。〔1〕

整个席面郑重而不热烈，主人尽待客之道，而客人则应“食于有丧者之侧未尝饱”〔2〕。

关于居丧期间丧家的饮食，不同时期不同地区也有所差异。清代湖北安陆民间居丧的情况是：

古者父母之丧，既殡食粥，齐衰，疏食水饮，不食菜果。既虞卒哭，疏食水饮，不食菜果。期而小祥，食菜果。又期而大祥，食醯酱。中月而禫(禫)，禫(禫)而饮醴酒。始饮酒者，先饮醴酒；始食肉者，先食干肉。古人居丧，无敢公然食肉饮酒者；今之士大夫居丧，食肉饮酒无异平日，又相从宴集，覩然无愧，人亦恬不为怪。礼俗之坏，习以为常，悲夫！〔3〕

关于禫(dàn 但)的含义，《仪礼·士虞礼》云：“中月而禫”。“禫”即丧家除服的祭礼。汉代郑玄以二十五月为大祥(居父母丧两周年的祭礼)，二十七月而禫，二十八月而作乐。王肃以二十五月为大祥，其月为禫，二十六月而作乐。晋代用王肃议，历朝用郑玄议，宋以后民间大祥后称禫，即除服。居丧饮食的变化，丧礼的“沦丧”，一般、首先和

〔1〕《衍圣公府档案》0006066。

〔2〕《论语·述而》卷七，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕清·同治《安陆县志补》，《中国地方志民俗资料汇编·中南卷》。

主要发生在中上层社会。包括士大夫在内的中上层社会成员的不守丧礼、饮酒、食肉行为,一方面是因为他们具有较好的经济条件,饮酒食肉已成为日常的饮食习惯,突然要他们极力克制自己,在较长的居丧时期内不吃荤而茹斋,是不太容易做到的,破斋吃荤也就成了必然。另一方面,由于他们有条件受到较好的教育,具有较高的文化水平和开化的思想,能率先破旧立新、倡导新风而不太固守传统。士大夫居丧时食肉饮酒,在当时看来是丧礼的沦丧,在今天看来却是很正常的事。因为死者一去不再返,如果子孙在长者生前不行孝道,人死之后苦苦食斋数载,只能是因营养不良而有害身体,于生者无益,于死者无补。

在古代,相对来说下层民众居丧食斋却是比较容易做到和坚持到底的。因为普通平民因贫穷而平日很少有肉可吃,粗茶淡饭是他们日常饮食的本分,且数千年没有多大改观,所以民间居丧食斋能坚持几千年之久,而丧礼未曾沦丧。这恰从一个侧面反映出历史上中国社会下层人民饮食水平低下、生活清苦的严酷史实。

## 二、中国传统节令食俗

### (一) 立春

中国俗有“春朝(立春日)大于年朝(正月初一日)”之说,足见“立春”节令的受重视程度。立春距冬至四十五日,是重农传统的中国社会最重要的节日。汉承三代之制,立春节俗尤受重视,史载:“立春之日,夜漏未尽五刻,京师百官皆衣青衣,郡国县道官下至斗食令史皆服青帻,立青幡,施土牛耕人于门外,以示兆民,……下宽大书曰:‘制诏三公:方春东作,敬始慎微,动作从之。罪非殊死,且勿案验,皆须麦秋。……’”〔1〕立春日的庆娱活动颇为丰富,最典型的食俗则是

〔1〕 晋·司马彪《后汉书·礼仪上》“志”第四,中华书局1965年版。

食“五辛菜”、“春饼”。五辛菜又称五辛盘。是日，人家“长幼悉正衣冠，以次拜贺，进椒酒，……故以桃汤柏叶为酒。于是下五辛菜、胶牙糖，各进一鸡子”〔1〕。立春日食五辛菜之俗，自汉以下两千数百年来一直延续至今。汉代以后，这一食俗在社会上渐趋隆重，唐代时已成浓厚的社会风俗：“唐岁时节物，元日则有屠苏酒、五辛盘、咬牙饧。”〔2〕并且已经有了朝廷皇家于是日赏赐臣工“春盘”的礼俗，沈佺期《岁夜安乐公主满月侍宴》有句：“岁炬常然桂，春盘预折梅。圣皇千万寿，垂晓御楼开。”〔3〕宋代时，“立春前一日，大内出春盘并酒，以赐近臣。盘中生菜，染萝卜为之，装饰置奩中，烹豚、白熟饼、大环，饼比人家散子大十倍。民间亦以春盘相馈。有园者，园吏献花盘”〔4〕。明代亦有此俗，明神宗万历（1573～1620）时曾为内阁首辅的申时行，曾有诗记内廷于春日颁赏春盘之事：“紫宸朝罢听传餐，玉饵琼肴出大官。斋日未成三爵礼，早春先试五辛盘。回风入仗旌旗暖，霁（一作融）雪当筵匕箸寒。调鼎十年空伴食，君恩一饭报犹难。”〔5〕“吃春饼和菜”，“咬春”、“取聪”，既福口又祈吉，节日气氛十分热烈：“立春之前一日，顺天府于东直门外‘迎春’，凡勋戚、内臣、达官、武士，赴春场跑马，以较优劣。至次日立春之时，无贵贱皆嚼萝卜，名曰‘咬春’。互相请宴，吃春饼和菜。以绵塞耳，取其聪也。”〔6〕满族入主中原之后，也承袭此俗，如清乾隆二十九年（1764）高宗爱新觉罗·弘历曾有《圣制新正重华宫侍皇太后宴诗》志其俗：“东郊昨日始迎春，北阙今朝迓凤轮。宝榼珠盘酬节令，红芽翠莢总

〔1〕 北宋·李昉等《太平御览·时序部十四》卷二九，《四库全书·子部十一·类书类》。

〔2〕 北宋·庞元英《文昌杂录》卷三，《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔3〕 《全唐诗》卷九六，“楼开”一作“明台”，中华书局1960年版。

〔4〕 南宋·陈元靓《岁时广记》卷八“立春·赐春饧”。

〔5〕 清·朱彝尊《明诗综》卷四九申时行《立春日赐百官春饼》，《四库全书·集部八·总集类》。

〔6〕 明·刘若愚《明宫史》火集“正月”，北京出版社1963年版。

新鲜。宫中尧舜鸿禧甲,膝下阳和燕语申。诩为慈游事华衍,天经欲示万方人。”〔1〕至于世俗社会,更是风醇俗厚:“新春日献辛盘。虽士庶之家,亦必割鸡豚,炊面饼,而杂以生菜、青韭芽、羊角葱,冲和合菜皮,兼生食水红萝卜,名曰咬春。”〔2〕而今,“咬春”、“取聪”的祈吉心理虽早淡薄,但食春饼和菜的习俗则依旧,不仅百姓居家如此,社会餐饮业也大多借此节令热大做春饼、春盘生意。

## (二) 元旦和除夕

春节俗称新年,流行于全国各地,并且是中华民族共同体中各民族成员认同程度最高和最为隆重的传统节日。春节旧称元旦,时间为农历正月初一。1911年辛亥革命后,我国采用公历纪年,以公历元月一日为元旦,以农历正月初一为春节。旧时,从过小年(腊月二十三或二十四)到元宵节(正月十五),都属新年范围,隆重的“年”则在旧的一年的最后一天至新的一年的第五天之间的六天之间,其中“大年三十”的除夕和“大年初一”的元旦又最为郑重热烈。

春节的传统文化活动内容丰富多彩,因民族、地域不同而有所不同,而以汉族的过春节更具厚重的民俗与食俗。由于春节民俗中突出的饮食文化特征,也可以从相当意义上说,春节的民俗就是食俗的春节。节前人们积极置办各种“嚼(jiáo)果”年货、祭灶、祀祖、吃年夜饭、守岁、宴客聚餐等都是直接的饮食活动,元宝茶、春酒、年糕、米饭、饺子、鱼、元宵等等都是具有特别寓意因而必不可少的肴馔。即便是制作新衣,举行掸尘、贴春联、挂年画、放爆竹、拜年等活动,也都可以理解是为了更吃出“年”的感觉。

除夕之日,民间家家户户要吃年夜饭,又称年夜饭、宿岁饭、团圆

〔1〕清·庆桂《国朝宫史续编》卷三七,北京古籍出版社1994年版。

〔2〕清·潘荣陛《帝京岁时记胜·正月》“春盘”,北京古籍出版社1983年版。

饭。年夜饭与平时吃饭不同,一是全家团聚,无论男女老幼,都要参加家庭宴会。为此,除夕前几天,外出的人都纷纷赶回家过年,没有回来的人,在吃年夜饭时也要给他留一个席位,摆上碗筷,象征他也回家团聚了。这是中国家庭具有凝聚力和向心力的表现。二是传统上吃年夜饭的时间多选择在除夕日的下午或晚上(有些地区则在夜半),取一家人团聚不被人打扰之意。三是食品丰富、种类繁多,荤素菜肴齐备,席中一定要有酒有鱼,取喜庆吉祥、年年有余(鱼)之意。人们吃年夜饭不仅要吃饱,还要喝足,即使是平日不许沾酒的小孩,此时也略可品尝酒水。一些地区还在除夕吃饺子,在包饺子时,要往其中置钱、糖、枣等,并且各有寓意,如吃枣寓意早得子,有钱的饺子象征发财致富,有糖的饺子象征生活甜如蜜。一些地区在除夕时,皆多煮年夜饭,称之隔年饭、隔年陈、留岁饭、年根饭、岁饭,年夜饭要有剩余留到次日——以取“连年”之意;亦有将“剩饭”作来年的“饭根”——寓意“富贵有根”。至于肴中必有鱼,则是取“鱼”、“余”的谐音,寓“年年有余”、“富富有余”之意。

除夕的次日,即正月初一的传统元旦早餐之后,热烈的拜年活动开始了。亲朋互相贺岁、拜年时,一般要请客喝茶,留客喝年酒,名曰“年节酒”、“喝年酒”。而官场间的拜年,多拘于礼数,流为形式,如文徵明诗所记:“不求见面惟通谒,名刺朝来满蔽庐。吾亦随人投数纸,世情嫌简不嫌虚。”而家庭、家族或亲族内部的年俗则显得亲近醇厚得多。南北朝时的长江中下游广大地区,民间于是日“鸡鸣而起,先于庭前爆竹,以辟山臊(魑)恶鬼。……于是长幼悉正衣冠,以次拜贺。进椒柏酒,饮桃汤;进屠苏酒、胶牙饧;下五辛盘,进敷于散,服却鬼丸;各进一鸡子”〔1〕。总之,普天之下,无论贫富,“家家饮宴,笑语喧哗”〔2〕。

〔1〕 南朝·梁·宗懔《荆楚岁时记》“正月·一”条,山西人民出版社1987年版。

〔2〕 南宋·吴自牧《梦粱录》卷一“正月”条,《四库全书·史部十一·地理类八》。

春节期间民间又有食年糕和拜年用年糕之俗。如清代《天津志略》记天津地区：元旦食黍糕，曰“年年糕”。道光年间《安陆县志·风俗》记湖北德安一带春节时，“村中人必致糕相饷，名曰‘年糕’”。年糕多由糯米或黏小米制成，谐音年（黏）年（黏）高（糕），寓意“步步登高”，一年更比一年好。拜年客人进门后，主妇先给客人敬茶一杯。潘荣陛《帝京岁时纪胜》记清代北京就有待客“镂花绘果为茶”之俗。清代江苏苏州诗人袁景澜的《年节酒词》中“入座先陈饷客茶，钉拌果饵枣攒花”，也正是此类风俗的写实。旧时汉口称加有红枣、瓜仁、莲子等物的糖开水为“元宝茶”。清代叶调元《汉口竹枝词》云：“主客相逢吉语多，登堂无奈磕头何。殷勤留坐端元宝，九碟寒肴一暖锅。”注云：“正月饮酒用元宝杯，谓之‘端元宝’。”〔1〕元宝杯是酒杯上绘有元宝或钱币图形，以示吉祥发财之意。后来用“元宝茶”，一般取红枣沿腰切口，四周嵌入瓜仁，冲白糖开水。考究一点的红枣、莲子、桂圆羹也称“元宝茶”。春节期间待客以元宝茶的风俗也相当普遍，如民国四年刊《汉口小志》：“拜年客来，多留吃元宝茶，或摆果盒以待。”果盒中装有年糕、蜜枣、糖莲子、柿饼、花生等，分别寓意年年高、早生贵子、早日高中、连生贵子、事事如意、花着生。中国是茶的故乡，是产茶和饮茶大国，待客以茶是中华民族普泛的传统民俗，春节期间以各种珍贵的茶饮待客更是厚重的节俗。

喝“年酒”是拜年活动的重要组成部分。年酒的主要形式有普通客人走亲拜友，主人所设的酒宴，这一类最为普遍；第二类为专为“新婿”、“新客”以及其他特殊需要而专门设置的酒宴；第三类为“团拜酒”。拜年喝年酒的时间一般为正月初一至十五，多在正月初十以内，有的至正月底。年酒除酒必不可少外，主人当尽其所能制作美味佳肴。清代北京的情形是：“至于酌酢之具，则镂花绘果为茶，十（什）

〔1〕清·叶调元《汉口竹枝词》“时令”之五，北京古籍出版社1997年版。

锦火锅供饌。汤点则鹅油方补、猪肉馒首、江米糕、黄黍饴；酒肴则腌鸡腊肉、糟鹜风鱼、野鸡爪、鹿兔脯；……杂以海错山珍、家肴市点。纵非亲厚，亦必奉节酒三杯。若至戚忘情，何妨烂醉！俗说谓新正拜节，走千家不如坐一家。而车马喧阗，追欢竟日，可谓极一时之胜也矣。”〔1〕宋代大诗人苏东坡曾有《岁晚三首》分别咏“馈岁”、“别岁”、“守岁”，并有释文云：“岁晚相与馈问为‘馈岁’，酒食相邀呼为‘别岁’，至除夜达旦不眠为‘守岁’。”其《馈岁》为：“农功各已收，岁事得相佐。为欢恐无具，假物不论货。山川随出产，贫富称小大。寘盘巨鲤横，发笼双兔卧。富人事华靡，彩绣光翻座。贫者愧不能，微擎出春磨。官居故人少，里巷佳节过。亦欲举乡风，独倡无人和。”《别岁》有句：“东邻酒初熟，西舍彘亦肥。且为一日欢，慰此穷年悲。勿嗟旧岁别，行与新岁辞。”〔2〕此为中国除夕、元旦食俗最生动不过的写实了。

### （三）元宵

元宵节又称正月十五、上元节、元夕节、灯节。因避秦始皇（名“政”）讳，曾改称端月十五。该日为满月，即“望”日，象征团圆、美满，是日，要进行祭天，合家团圆，祈求丰年。

元宵节的起源，可以追溯到远古人类在过节时以火把驱邪的习俗，而其流变因素则颇为复杂。远古时代的这个节，是祀太一神的，汉代时宫中仍是极为郑重神秘的祭祀庆典：“汉家常以正月上辛祠太一甘泉，以昏时夜祀，到明而终。”〔3〕因是夜里进行的，自然要打着火把，后来演变为元宵节。汉代戡平“诸吕之乱”是在正月十五结束的，汉文帝下令“与民同乐”，使元宵节的影响扩大。佛教在东汉传入

〔1〕 清·潘荣陛《帝京岁时纪胜·正月》“元旦”条。

〔2〕 《东坡全集》卷一，《四库全书·集部三·别集类二》。

〔3〕 西汉·司马迁《史记·乐书第二》卷二四，中华书局1959年版。



中国后,佛教文化灯笼的传入,又使元宵节具有灯节的性质。又因道教有三元之道,三官大帝中的上元天官大帝是在正月十五诞生的,因此,元宵节又名上元节。

元宵习俗主要是结彩灯戏和吃元宵,元宵又称汤圆、灯圆。我国在唐代就有节日里吃“粉果”的习俗,现在的元宵正是由此逐渐演变而来的。因自汉以下中国人习惯将一切水煮的粉食泛称为“汤饼”,故元宵最初也是汤饼的一种。又因元宵是米粉制成的,因而也称“粉果”;还因为是圆形且是油炸的,故又谓“油画明珠”〔1〕。元宵节一向为社会各阶层民众所习尚,封建朝廷的宫禁之中尤为重视,如《明宫史》记有:正月初九日后,吃元宵,其制法,用糯米细面,内用核桃仁、白糖为果馅,洒水滚成,如核桃大。

元宵以形寓意,意在团圆,又因时在正月十五,春节延至半月,俗谓寓春节如意圆满。清同治年间湖南《巴陵县志》云:“‘元夜’作汤圆,即呼食元宵,圆元语同,又有完了义。”同治年间江西《乐平县志》曰:“十三夜,四衢张灯……至十八日乃止,谓之‘元宵节’。十四日,夜以秫粉作团……谓之‘灯圆’。享祖先毕,少长食之,取团圆意。”清康熙年间《保德州志》云:“祀祖祭先,常供以外,复设汤圆、水茶、枣卷、面灯”等物。

#### (四) 寒食和清明

寒食节又称冷节、禁烟节,时间一般在清明节前的一两天。清明节,又名鬼节、冥节、死人节、聪明节、踏青节。时间在农历三月间(公历4月5日前后),与农历七月十五日、十月十五日合称“三冥节”,都与祭祀鬼神有关。清明本为二十四节气之一,在一年季节变化中占有特殊地位,古时寒食与清明两节紧密连缀,因而成为一个重要的传统节日。

〔1〕 宋·陶谷《清异录·饌羞门》卷下“张手美家”条。

关于寒食节起源,长期以来,中国历史上流行纪念介子推之说,即所谓春秋时晋文公重耳下令在介子推死亡日禁火寒食以寄哀思。其实,寒食本由禁火而来,而禁火之俗则源于周代禁火旧制。周代时有禁用烟火制度,禁火期间人们只食先期做好的熟食(冷食),寒食之俗因之形成。“中春以木铎修火禁于国中。”〔1〕“修火禁”,即以厉行熄灭火种的办法来避免风大物燥的季春发生火灾,过了最易发生火灾的时令再重新取火种熟食,此即当时的逢季改火之习。唐人很形象生动地描述了这种熄火寒食和改生新火的风俗,有李崇嗣(生当武则天时期)《寒食》:“普天皆灭焰,匝地尽藏烟。不知何处火,来就(一作向,一作促)客心然”〔2〕。杜甫(712~770)《清明二首》之一:“朝来新火起新烟,湖色春光净客船”,之二:“旅雁上云归紫塞,家人钻火用青枫”〔3〕。史延(当在唐代宗前后)《清明日赐百僚新火》:“上苑连侯第,清明及暮春。九天初改火,万井属良辰”。韩濬(当在唐代宗前后)《清明日赐百僚新火》:“朱(一作玉)骑传红烛,天厨赐近臣……灼灼千门晓,辉辉万井春”。郑轅《清明日赐百僚新火》:“改火清明后,优恩赐近臣……气回侯第暖,烟散帝城春”。王濯(当在唐代宗前后)《清明日赐百僚新火》:“御火传香殿,华光及侍臣。星流中使马,烛耀九衢人”〔4〕。

大约到了唐代,寒食节与清明节合而为一,寒食节成为清明节的一部分。节日里有扫墓祭祖、踏青、插柳、植树、荡秋千等活动。祭祖扫墓之俗始于唐代,唐玄宗开元二十年(732),“五月癸卯,寒食上墓,宜编入五礼,永为恒式”〔5〕。温庭筠(812~约870)《寒食节日寄楚

〔1〕《周礼·秋官·司烜氏》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《全唐诗》卷一〇〇,一作沈佺期诗。

〔3〕《全唐诗》卷二二三。

〔4〕《全唐诗》卷二八一。

〔5〕《旧唐书·玄宗本纪》卷八。

望二首》之一：“芳兰无意绿，弱柳何穷缕。心断入淮山，梦长穿楚雨。繁花如二八，好月当三五。愁碧竟平皋，韶红换幽圃。”〔1〕反映了清明正值暮春三月，人们把扫墓和郊游结合起来，到野外作春日之游，然后围坐饮宴，抵暮而归，形成了遍及全国南北的踏青之俗。

关于清明节的饮食活动，各地方志多有记述。清同治年间湖北《竹溪县志》云：“清明日，男妇皆祭坟，设肴馔、酒醴；祭毕，即莹前席地食饮，谓之‘馐(馐)余’，亦寒食意也。”民国四年所刊北京《顺义县志》云：“清明节，妇女簪柳于头，以秋千为戏。陈蔬馔，祭祖先，各拜扫坟，添土标钱，陈馐欢饮而散。”民国二十二年所刊河北《高阳县志》载，清明为“祭祀节”，各家上坟祭祖，在先人墓上增添新土。有族会者，全族人聚于一处，杀猪宰羊会食一日，俗谓之“吃会”。而清道光年间湖南《永州府志》对“清明宴”则有较详细的记述：

子孙每年遇清明、寒食，先期具帖，至期祭首备牲及米糍等物，用鼓吹号炮至墓所，巫祝奠谢后土，有符箓疏表，子孙照世系点名，不到者有罚。祭毕，将米糍按名分给，以数千计。归家，以祭祖之豕剖而熟之。子孙添丁、婚娶者，入胙助之。午刻宴老者，年五十以上皆与。将添丁、婚娶所入之胙合计若干，又计老者之多寡，按名分给，不到者送之家，谓之“食老者胙”。其酒食、蔬菜皆轮值祭首备办。老者燕毕，然后将祭祖之豕权之，不足者以他豕补之，或若干斤，皆有定规。于祭首中择少壮者割而分之，列家长之名，每名该若干分唱名领给，老少男女皆与，谓之“祖命胙”。添丁、婚娶者额外加胙，子弟中有犯非礼者，轻者杖之，重者将祖命胙罚停，改悔复之，不悛革之，皆由老者公议。颁胙毕，各将所颁之胙烹之，或载他肴，复集家庙群饮，谓之“清明宴”，惟妇女不与。其酒食亦由祭首掌之，纵饮失仪者有罚。

〔1〕《全唐诗》卷五八三。

从这段记述,可以看出当时人们一是敬重长者,清明节在饮食上给老者以特别优待;二是重男性,男性皆有资格参加宴会,反映出男权思想明显;三是对添丁、婚娶者要额外入胙赞助,分胙时“额外加胙”,这额外的安排可能是告慰祖先的在天之灵,提请他们注意,让他们知道其后代人丁兴旺,又添丁进口了;四是在祖先坟前惩戒不肖子孙,整顿门风,已成为清明节的一项内容;五是在祖先灵位、坟墓之前只能有节制地饮食,不可放纵,这与春社节庆时人们可以纵饮狂欢是大相径庭的;六是各家分头做菜,集中食用,这无异于家族内的“烹饪比赛”,有促进家庭和家族烹饪技术提高的客观意义。

江南一些地区,民间以为清明生子最佳,谓“聪明儿”,并有抱婴儿向邻里乞讨清明馐的习俗,俗称“讨清明”。“清明”谐音“聪明”,谓孩子日后容易抚养,健康聪明。祭祖用清明馐,有孝顺之意。每逢清明,浙江一些地区的孩童妇女便纷纷采集野荠、青蓬等,回家浸泡在水中,再捞起挤去其汁,然后切碎和入粉中,揉成面团,以作青馐,故称清明馐。有的做成畚斗状,谓之“畚斗馐”,意为粮食丰收,有粮可装;有的做成犁头形,寓耕作顺利;有的做成羊、狗形状,称为“清明羊”、“清明狗”。

### (五) 端午

端午,又名端五、端阳、重午、重五、五月五、端节、蒲午、蒲节、天中节、诗人节、粽包节、龙船节,时在农历五月初五。如《太平御览》载:“仲夏端五。端,初也。”〔1〕古代“五”与“午”通用。

节日里,民间有赛龙舟,食粽子、咸蛋,饮雄黄酒、菖蒲酒,放艾草,挂香袋,吃蒜挂蒜,插菖蒲等风俗活动。赛龙舟起初为了祭神,后演变为有祈求农业丰收、以龙舟送鬼、驱邪避瘟、去灾求吉、强身健体等功能,龙舟中供的天妃是保佑平安的大神。

〔1〕《太平御览》卷三一引晋·周处《风土记》。

端午节的代表性食品是粽子,粽子在古代又称“角黍”。做法是把粽叶(即芦苇叶或竹叶)泡湿,糯米用水泡好,以肉、豆沙、枣仁等为馅,包成三棱形、方形、枕头形等蒸、煮而成。为什么端午节要吃粽子呢?流传最广的说法是为了纪念屈原,此说最早见于南北朝的志怪文学:“屈原五月五日投汨罗水,楚人哀之,至此日以竹筒子贮米,投水以祭之。汉建武中长沙区曲忽见一士人,自云三闾大夫,谓曲曰:‘闻君当见祭,甚善,常年为蛟龙所窃,今若有惠,当以楝叶塞其上,以彩丝缠之,此二物蛟龙所惮。’曲依其言。今五月五日作粽并带楝叶五花丝,遗风也。”〔1〕但从有关资料分析,端午吃粽为纪念屈原其实是一种善意和创意的附会,其同时的学人著述则根本未言及端午与屈原有任何关系。如同是梁朝人又生当同时的宗懔,在其《荆楚岁时记》一书中所记粽子,还只是一种夏令或夏至食品而已。当时的情况为:“夏至节日,食粽。伏日,并作汤饼,名为‘辟恶饼’。”〔2〕将传统的夏至吃粽改为屈原五月五日投汨罗江的纪念日吃粽后,其俗渐渐深入人心,并流传至今。

文献与文化史研究表明,粽子文化起源于“祈年”,竞渡始自“禳灾”,“龙崇拜”作为追附义则略后。粽子食品约基本定型于距今三千年前,粽子的前形态是数千年流传至今的餐饭团。粽子是中国历史第一美食,是中国历史上最典型的艺术特型食品,是文化积淀最丰富的食品。粽子定型伊始就是北黍南糯。粽子始见于北、后重于南的历史特征,是由于北方人口持续南迁、经济文化重心逐渐南移造成的。南北朝时,粽子已经是各民族、全社会普遍好尚的最重要美食。南北朝时食粽和龙舟竞渡意义向屈原崇拜的转化,是中华文化经过汉代整合与其后数百年裂变的结果。尊严人格、事业成就、深刻思

〔1〕 南朝·梁·吴均《续齐谐记》,《四库全书·子部十二·小说家类二》。

〔2〕 南朝·梁·宗懔《荆楚岁时记》“五月”条。

想、悲剧命运集于屈原一人之身,使其成了民族大众心仪的偶像和民族文化的人性化身,粽子文化得以升华,这是人民的创造、历史的选择。端午吃粽托纪念屈原之名,在精神层面上无疑既是爱国主义、精英思想、人格崇尚等中华民族美好精神的扬励与寄托,又是欢娱人生的有趣方式。今天重新认识和继承发扬粽子文化,同时是民族自觉和民族振兴的需要〔1〕。

端午节期间还要饮雄黄酒,除了不言而喻的强化节庆愉悦气氛意义外,健身却疾的作用也是理所当然的。雄黄酒的制法是:将蒲根切细、晒干,拌少许雄黄,浸白酒,或单用雄黄浸酒制成。端午时,民人午时饮少许,将余下的雄黄酒,涂抹于儿童面额耳鼻,并挥洒于床间,以避虫毒。《白蛇传》故事中,白娘子饮了雄黄酒现出原形,正是人们认为雄黄酒能避毒邪之习尚的反映。端午节实际上是一个健身强体、抗病消灾的节。古人以为阴历五月是恶月,“阴阳争,血气散”,易得病,因而包括饮食在内的一些习俗均与抗病健身有关。节日期间的种种饮食物质层面的活动,其意义是与吃咸蛋等富营养食品一样的,实际上起到了改善生活和补充营养、抵御即将到来的酷暑的作用。

## (六) 七夕

七夕,又名七夕节、乞巧节、少女节、女儿节、双七节、双星节、香桥会、巧节会。除五代时期以七月六日为七夕节外,历代均以七月七日为七夕。相传农历七月七日夜牛郎织女在天河相会,民间有妇女乞求智巧之事,故名。

牛郎织女传说,本源于神话故事。这种神话又与天文知识有关:

---

〔1〕 2005年5月,笔者曾受特邀在中国首届粽子文化节国际学术论坛上作题为“大历史视角下的中华民族粽子文化流变考察——兼论端午节俗中的龙舟竞渡与屈原崇拜问题”的基调演讲。

早在先秦时期,中华民族的祖先已经有了牛郎织女诸星的记录。汉时出现描写牛郎织女故事的雏形:“迢迢牵牛星,皎皎河汉女;纤纤擢素手,札札弄机杼。终日不成章,泣涕零如雨。河汉清且浅,相去复几许?盈盈一水间,脉脉不得语。”〔1〕6世纪中叶时已出现了比较完整的牛郎织女故事:织女为天帝孙女,心灵手巧,能织造云雾绡縠之衣,天帝怜其独处,嫁与河西牵牛之夫婿,但织女婚后,竟废织经。天帝发怒,责令她与牛郎分离,仍归河东,只准每年七夕相会一次。这一神话后在民间广为流传,又有很多变异,较普遍的传说为民间朴实农民牛郎,在金牛星的帮助下,和天上织女结为夫妇,辛勤耕织为生。后因王母(或天帝)的破坏,遭到分离〔2〕。

七夕节的主要饮食活动是在农历七月初七日晚,家家陈列瓜果食品,焚香于庭以祭祀牵牛、织女二星乞巧。所供瓜果食品,种类颇多,因朝代和地区不同而异,如南宋时临安府七夕的节物多尚果食和茜鸡〔3〕。元代七夕节时,宫廷宰辅以及士庶之家都作大棚,张挂七夕牵牛织女图,盛陈瓜、果、酒、饼、蔬菜、肉脯等品。清代,在北方地区,七夕节时,民间有设果酒、豆芽,具果鸡、蒸食相馈,街市卖巧果,家人设宴欢聚等节日饮食文化活动。南方的巧果颇有特色,如苏州民间,每年七夕前,“市上已卖巧果,有以白面和糖,缩作苕结之形,油余令脆者,俗呼为苕结”〔4〕。江浙一带,有的用糯米,加糖油炸成各种小花果子,认为是甜蜜幸福的象征。七夕节的常见食品还有菱、瓜子、瓜、花生、米粉煎油髓等。一些地区,有生豆芽观看是否“得巧”之俗。节日里,姑娘们备彩线,盛装聚会,并争穿针孔、抛绣针等,竞赛

〔1〕 南朝·梁·萧统《文选》卷二九《古诗十九首》之十,中华书局1977年版。

〔2〕 明·冯应京《月令广义·七月令》引南朝·梁·殷芸《小说》,《四库全书存目丛书·史部一六五·时令类》齐鲁书社1996年影印本。

〔3〕 南宋·周密《武林旧事》卷三,中国商业出版社1982年版。

〔4〕 《清嘉录》卷七,“巧果”。

女红,气氛欢乐。

### (七) 中秋

中秋,又名仲秋节、秋节、团圆节、八月节、八月半。时在农历八月十五,因是日恰值三秋之半,故名中秋。此夜月亮又圆又亮,民间以合家团聚赏月为主要内容,寓意团圆美满。

民间信仰认为月为月神,称月神、月姑、月亮娘娘、太阴星星,也有主张是嫦娥者,因此有一系列祭月活动。周代,每逢中秋之夜要举行迎寒和祭月活动,晋代已有中秋赏月之举,至唐代,中秋赏月、玩月颇为盛行,到了宋代正式定为中秋节。月饼原为祭月供品,节日美点。苏东坡诗云:“小饼如嚼月,中有酥和怡(饴)。”月饼取团圆之义至迟在明代:“民间以月饼相遗,取团圆之义。”〔1〕

赏月,吃月饼、瓜果,“摸秋”,“送瓜”是各地中秋节流行的习俗。宋代时,月饼已经是市肆经营的点心品种〔2〕。明代时月饼作为中秋节令象征性食品的意义更加突出,京师“自初一日起,即有卖月饼者。加以西瓜、藕,相互馈送”。“至十五日,家家供月饼瓜果,候月上焚香后,即大肆饮啗,多竟夜始散席者。如有剩月饼,仍整收于干燥风凉之处,至岁暮合家分用之,曰‘团圆饼’也。”〔3〕到了清代,民间承袭了古代拜月、赏月、合家吃月饼与瓜果的习俗。清人有“男不拜月,女不祭灶”的说法,所以多由妇女儿童进行拜月。拜祭前,人们先将月饼、瓜果供月,然后参拜,再将祀月之饼按人数切块分食。

中秋节,各地赏月、“送瓜”之俗相当盛行。“八月秋社……人家妇女皆归外家,晚归,即外公、姨舅,皆以新葫芦儿、枣儿为遗。”〔4〕

〔1〕 明·田汝成《西湖游览志余·熙朝乐事》,《四库全书·史部十一·地理家类六》。

〔2〕 南宋·周密《武林旧事》卷六“蒸作从食”。

〔3〕 明·刘若愚《明宫史·火集》“八月”条,北京出版社1963年版。

〔4〕 宋·孟元老《东京梦华录》卷八,中华书局1982年版。



并把葫芦挂在床上,作为求子象征。但是更普遍的求子方法是中秋送瓜求子。

在南方不少地方都有“摸秋”、“送瓜”风俗。清光绪年间湖北《咸宁县志》:“中秋……团饼为饼,曰‘月饼’,彼此馈送。设酒果宴集,曰‘赏月’。于瓜田探瓜,曰‘摸秋’,送至祈子之家,置卧榻上,出吉语征兆,盖取绵绵瓜瓞之义也。”清同治年间湖北《长阳县志》也讲:“以西瓜、月饼、核桃、栗子、水梨、石榴馈亲朋。至夜设酒馔,食饼瓜诸果,谓之‘赏月’。三五成群偷知好园中瓜果,谓之‘摸秋’。摸得南瓜,用彩红、鼓乐送无子之家,谓之‘送瓜’。男、南同音,瓜又多子,谓宜男也。”在湖南也有此俗:“中秋晚,衡城有送瓜一事。凡席丰履厚之家,娶妇数年不育者,则亲友举行送瓜。先数日于菜田中窃冬瓜一个,勿令园主知之,以彩色绘成面目,衣服裹于其上如人形,举年长命好者抱之,鸣金放炮送至其家。年长者置瓜于床,以被覆之,口中念曰:‘种瓜得瓜,种豆得豆。’受瓜者设盛筵款之,若喜事然。妇女得瓜后即剖食之。”〔1〕贵州也有这种风俗:“偷瓜以晚上行之,偷之时,故意使被偷之人知道,以讨其怒骂,而且愈骂得(厉)害愈妙。将瓜偷来之后,穿之以衣服,绘以眉目,装成小儿之状,乘以竹舆,有锣鼓送至于无子之妇之家。受瓜之人,须请送瓜之人食一顿月饼,然后将瓜放在床上,伴睡一夜。次日清晨,将瓜煮而食之,以为自此可怀孕也。”〔2〕

#### (八) 其他

除了上述诸节令之外,中国历史上还有许多存在时间较长、影响人们食生活和食文化较大,而今则已相继湮逝了的节令,其中较典型者有“人日”、“月晦”、“上巳”、“九月九”等。

〔1〕 胡朴安《中华风俗志》下篇卷六,上海文艺出版社1998年影印版。

〔2〕 《中华全国风俗志》下篇卷八。

## 1. 人日

“人日”，为夏历正月七日，作为节令，其俗约成于西汉初。宋人高承《事物纪原》有文：“东方朔《占书》曰：岁正月一日占鸡，二日占狗，三日占羊，四日占猪，五日占牛，六日占马，七日占人，八日占谷。皆晴明温和，为蕃息安泰之候，阴寒惨烈，为疾病衰耗。”〔1〕又魏人董勋《问礼俗》云：“一日为鸡，二日为狗，三日为猪，四日为羊，五日为牛，六日为马，七日为入。”〔2〕南朝人宗懔《荆楚岁时记》亦云：“正月七日为入日，以七种菜为羹，剪彩为人或镂金箔为人，以贴屏风，亦戴之头鬓。又造华胜以相遗，登高赋诗。”〔3〕古人认为“剪彩为人”“戴之，像人入新年，形容改从新也”。显然，“人日”之俗也如同中国人其他许多节令习俗一样，体现着人们禳灾祈福的寄托与期盼。直至清代时，人们还以这样的观念和心情对待这一传统节俗：“初七日谓之入日。是日天气清明者则人生繁衍。……则所生之物育，阴则灾。”〔4〕入日时“以七种菜为羹”，是特定的食俗。这种羹，也就是唐时入日节俗食品的“六一羹”〔5〕。“六一”即是七，如同时人有时言“酒”而不呼“九”音，往往谑称为“八加一”一样。古人将“七”拆呼为“六一”，或许旨在示其雅训，《六书故·疑》：“七，数。六而加一为七。”按中国人的数理观念，“六”和“一”都是非常吉祥的数字。《易》谓：“有天道焉，有人道焉，有地道焉，兼三材而两之，故六。六者非它也，三材之道也。”〔6〕可见“六”是大功能、大吉祥的数字。至于“一”，则意味“纯一”、“纯正”，《易》释“天地之道，贞观者也；日月

〔1〕 宋·高承《事物纪原》天地生植“入日”，《四库全书·子部十一·类书类》。

〔2〕 《艺文类聚》卷四岁时中“入日”，上海古籍出版社1982年版。

〔3〕 《荆楚岁时记》“正月七日为入日”条。

〔4〕 清·富察敦崇《燕京岁时记》“入日”，北京出版社1983年版。

〔5〕 《清异录》卷下饌羞门“张手美家”条。

〔6〕 《易·系辞下》，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

之道，贞明者也；天下之动，贞夫一者也”。孔颖达疏：“皆正乎纯一也。”而“七”，则远没有六和一的功能与吉祥。《数名古谊》谓：“七古通作‘十’者，刊物为二，自中切断之象也……考其初形，七即切字。”七又与死丧有关，人死后，每七天一祭，俗称“七”，至四十九日为止，谓之“满七”。由此观之，这大概是汉魏“七菜之羹”被唐人称为“六一羹”的主要原因。但羹所用的七种菜究竟何名，却无法确切知晓，大概总不外春盘所用的“五辛”一类及应时之蔬吧。

至于“登高赋诗”的活动，恐怕主要是读书人或上层社会中人的雅逸之举。“登高”虽说有更大的广泛性，可以广泛到一切有登高能力与欲望的人，但“赋诗”却几乎非文人莫属。如隋人阳休之《人日登高侍宴》：“广殿丽年辉，上林起春色。风生拂雕辇，云回浮绮翼。”〔1〕唐人乔侃《人日登高》：“仆本多悲者，年来不悟春。登高一游目，始觉柳条新。……”〔2〕孟浩然（689～740）《人日登南阳驿门亭子怀汉川诸友》：“朝来登陟处，不似艳阳时。……剪花惊岁早，看柳讶春迟。”〔3〕韩愈（768～824）《人日城南登高》：“初正候才兆，涉七气已弄。……盘蔬冬春杂，尊酒清浊共。令征前事为，觞咏新诗送。……”〔4〕人日之节，因在旧俗的年里，而年的最典型的人文色彩则是“团圆”，于是游子于人日便尤发不能归家团圆的感慨，薛道衡（540～609）《人日思归》诗足以充分表达这种感情：“入春才七日，离家已二年。人归落雁后，思发在花前。”〔5〕

当然，“人日”又是人们可以朵颐大快、酒肉醉饱之期，尤其是衣食贵族和上层社会中人肆情享乐的愉快名目，唐诗中留有大量文录，如李峤（644～713）《人日侍宴大明宫恩赐彩缕人胜应制》：“凤城景色

〔1〕〔5〕《艺文类聚》卷四岁时中“人日”。

〔2〕《全唐诗》卷八一。

〔3〕《全唐诗》卷一六〇。

〔4〕《全唐诗》卷三四一。

已含韶，人日风光倍觉饶。桂吐半轮迎此夜，莫(míng 名)开七叶应今朝。……愧奉登高摇彩(一作紫)翰，欣逢御气上丹青。”〔1〕李适(663~711)《人日大明宫恩赐彩缕人胜应制》：“宝帐金屏人已帖，图花学鸟胜初裁。林香近接宜春苑，山翠遥添献寿杯。”〔2〕李义《人日重宴大明宫恩赐彩缕人胜应制》：“诘旦行春上苑中，凭高却下大明宫。千年执象寰瀛泰，七日为人庆赏隆。……此时朝野欢无算，此岁云天乐未穷。”〔3〕沈佺期《人日重宴大明宫恩赐彩缕人胜应制》：“拂旦鸡鸣仙卫陈，凭高龙首帝城(一作庭)春。千官黼帐杯前寿，百福香奩胜里人。……”〔4〕

## 2. 月晦

晦，夏历每月的末一天，但中国古代传统习俗的“月晦”，则是特指正月的末一天。《荆楚岁时记》载：“元日至于月晦，并为酺聚饮食，士女泛舟，或临水宴会，行乐饮酒。”整个正月都是酒会美食之期，而且是亲眷友朋“酺聚饮食”，男女无别，临水泛舟，欢快的气氛实在令人向往，因其要远比失去了自然，破坏了环境，过剩了人口的当代人幸福快乐得多。这种一个正月“行乐饮酒”的习俗，与古人“晦日送穷”〔5〕的观念有重要关系。“送穷”，即祭送穷鬼，韩愈《送穷文》即本此俗。士女之所以要泛舟或临水行乐饮食，是要完成洗裳——一种前三幅、后四幅分别连缀为各成单元的两片围在腰间、类似裙的一种衣服——和酺酒于水湄的仪式。隋人记此俗云：“元日至月晦，人并酺食、渡水，士女悉湔裳，酺酒于水湄，以为度厄。”同时注明：“今世唯晦日临河解除，妇女或湔裙。”〔6〕北齐魏收(506~572)《晦日泛舟

〔1〕《全唐诗》卷六一。

〔2〕《全唐诗》卷七〇。

〔3〕《全唐诗》卷九二。

〔4〕《全唐诗》卷九六。

〔5〕《荆楚岁时记》“元月至于月晦”条。

〔6〕隋·杜台卿《玉烛宝典》卷第一，江苏省立图书馆1921年补刻。

应诏》诗：“袅袅春枝弱，关关新鸟呼。棹唱忽逶迤，菱歌时顾慕。睿赏芳日色，宴言忘日暮。游豫慰人心，照临康国步。”后魏卢元明《晦日泛舟应诏》诗：“轻灰吹上管，落萸飘下蒂(蒂)。迟迟春色华，晚晚年光丽。”〔1〕唐人韩仲宣《晦日重宴》：“落日催金奏，飞霞送玉卮。此时陪绮席，不醉欲何为。”〔2〕高绍《晦日宴高氏林亭》：“啸侣入山家，临春玩物华。葛弦调绿水，桂醕酌丹霞。”〔3〕陈嘉言《晦日重宴》：“高门引(一作临)冠盖，下客抱支离。绮席珍羞满，文场翰藻摘。”〔4〕高峤《晦日宴高氏林亭》：“飞观写春望，开宴坐汀沙。”〔5〕岑参(约760年前后在世)《晦日陪侍御泛北池》：“春池满复宽，晦节耐邀欢。月带虾蟆冷，霜随獬豸寒。水云低锦席，岸柳拂金盘。日暮舟中散，都人夹道看。”〔6〕李端(约785年前后在世)《晦日同苗员外游曲江》：“晦日同携手，临流一望春。可怜杨柳陌，愁杀故乡人。”〔7〕无名氏《晦日同志昆明池泛舟》：“落月低前树，清辉满去舟。兴因孤屿起，心为白蘋留。”〔8〕“月晦”作为节俗是民族的，具有普泛性；但泛舟燕乐、华筵盛典，却是上层社会的，等级性和文化娱乐性是其突出特点。正因为如此，首都市民才“夹道看”那些富贵风流的晦日曲江游客。

### 3. 九月九

九月九，又称登高节、茱萸节、菊花节等，但最流行的名称则是“重阳”节，又名“重九”节。因中国五行说认为“九”为阳数，两九相重，故为“重九”；日月并阳，两阳相重，故名“重阳”。东汉魏文帝诏文中曾有“岁往月来，忽复九月九日。九为阳数，而日月并应，俗嘉其

〔1〕《艺文类聚》卷四岁时部中“月晦”。

〔2〕〔3〕〔4〕〔5〕《全唐诗》卷七二。

〔6〕《全唐诗》卷二〇〇。

〔7〕《全唐诗》卷二八六。

〔8〕《全唐诗》卷七八七。

名,以为宜于长久,故以享宴高会”〔1〕之句。是日民间有登高野游、赏菊、放风筝、蒸花糕、插茱萸、迎出嫁女归宁等活动。

重阳节由来已久。一般认为始于先秦,在战国屈原的诗句中已经有咏重阳之句,它可能起源于秋游去灾风俗,后来演变为九月九日登高活动,并深受道家的影响。梁人著述记录了这样一个故事:东汉时汝南人桓景拜仙人费长房为师,费长房曾对桓景说,某年九月九日有大灾,家人缝囊盛茱萸系于臂上,登山饮菊花酒,此祸可消。桓景如言照办,举家登山。夕还,见鸡犬牛羊都暴死,全家人平安无事〔2〕。此后,人们每到九月九日便登高、野宴、佩戴茱萸、饮菊花酒,以求免祸避灾。历代相沿,遂成风俗。唐代诗人王维《九月九日忆山东兄弟》诗:“独在异乡为异客,每逢佳节倍思亲;遥知兄弟登高处,遍插茱萸少一人。”〔3〕

重阳节以吃糕驰名。“九月重阳,都下赏菊……宴聚。前一二日,各以粉面蒸糕遗送,上插剪彩小旗,掺钉果实,如石榴子、栗子黄、银杏、松子肉之类。又以粉作狮子蛮王之状,置于糕上,谓之‘狮蛮’。”〔4〕“(九月)九日,登高饮酒,采菊赋诗,民间捣糯作糍糕相饷。”〔5〕华北、东北一些地区,民间过去还把重阳称为“女儿节”,这一天母家要迎回出嫁女,食菊花糕。“用面为糕,大如盆,铺枣二三层,有女者迎归,共食之。”〔6〕“九月九日……面饼种枣栗,其面星星

〔1〕 曹丕《九日与钟繇书》,《全上古三代秦汉三国六朝文》“全三国文”卷七,中华书局1958年版。

〔2〕 南朝·梁·吴均《续齐谐记·九日登高》。

〔3〕 《全唐诗》卷一二八。

〔4〕 《东京梦华录》卷八“重阳”。

〔5〕 清光绪十四年刻本湖北《德安府志·岁时风俗》,《中国地方志民俗资料汇编·中南卷》。

〔6〕 明·沈榜《宛署杂记》卷十七上字“九月蒸花糕”条,北京古籍出版社1983年版。

然,曰‘花糕’。糕肆标纸彩旗,曰‘花糕旗’,父母家必迎女来食花糕。”〔1〕陕西临潼从九月初一起,娘家要给女儿、外孙送糕,糕用米制成,取谐音“高”,步步登高之意。后因当地缺米,便用面塑宝塔,上附蟾蜍、鸡、鱼、龙等形象。湖南民间多在重阳节造酒,称为“菊花酒”。如澧州民间在“重阳”之日,士大夫携酒登高,各家采蓼及菊叶为曲,酿秫和芦稷为酒,以备年终祭祀、宴客之用;酿糯米酒,熬而藏之,作为养老之需,统称“菊花酒”,也叫“万年春”。现各地仍有登高、吃重阳糕、饮菊花酒、食蟹等风俗。

---

〔1〕 明·刘侗、于奕正《帝京景物略》卷二“春场”,北京出版社1983年版。

# 第十章 中国传统食礼的历史演变

历史上的中国,号称“礼仪之邦”,讲礼仪、循礼法、崇礼教、重礼信、守礼义,是中国人的尚礼传统。一部二十篇,四百八十六章句,一万五千八百四十九个字(标题不计)的《论语》,有七十四次讲到“礼”,“不学礼,无以立”〔1〕,学礼行礼是中国人的立世之本。早在商周(约前 16 世纪~前 249)时代,王廷就设有礼仪之官,“乃立春官宗伯,使帅其属而掌邦礼,以佐王和邦国,礼官之属”〔2〕。“礼经三百,威仪三千”〔3〕。“礼”浸溢在中国古代浩瀚的典籍之中,漫溢于社会生活的时时事事、方方面面。“礼”,是历代官修正史的核心内容之一,并按性质分为吉礼(祭祀)、嘉礼(庆贺)、宾礼(朝仪官场)、军礼(军旅等)、凶礼(丧葬)等五大类别〔4〕。而若按人社会行为的具体内容来区分,则可有祭祀礼、婚礼、丧礼、食礼、寿礼、交际礼、服饰礼等许多门类,每一门类又可以有更多的细分内容。其中,饮食礼俗即是最具普泛性的重要内容之一。

---

〔1〕 《论语·季氏》卷十六,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔2〕 《周礼·春官宗伯第三》,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔3〕 《周礼正义》贾公彦“序”,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔4〕 《周礼·春官宗伯第三》“大宗伯”;《宋史·礼一~二十八》卷九八~一二五,中华书局 1977 年版。



## 一、先秦时代的食礼

“夫礼之初，始诸饮食。”〔1〕这是见于《礼记》的两千数百年前的中国先哲的一句经典之论。元典中上述这句话的完整叙述是：“夫礼之初，始诸饮食。其燔黍捭豚，汙尊而抔饮，蕢桴(kuài fú 快福)而土鼓，犹若可以致其敬于鬼神。及其死也，升屋而号。告曰：皋某复，然后饭腥而苴孰。”对此，经学大师的解释和两千余年来识经者的一致看法是：“言其物虽质略，有齐敬之心则可以荐羞于鬼神，鬼神飨德不飨味也。”“始于饮食者，欲行吉礼，先以饮食为本。但中古之时，饮食质略，虽有火化，其时未有釜甑也……言犹如此亦可以致其恭敬于鬼神，以鬼神享德不享味也。”并明确指出：“礼之初，始诸饮食，谓祭祀之礼，故始诸饮食。其人情之礼，起则远矣。”〔2〕因此，上述引文的准确意义及其正确表述的历史观点应当是：祭祀之礼，是以向鬼神敬献食物开始的，即便是在那还没有发明釜甑的远古时代，人们也可以用在烧石上炙熟的米、肉和用手从土坑中掬出的水，在抔土做成的捶鼓的敲击声中向鬼神献祭。食物(和礼器)虽然非常简陋，但是不能不献，重要的是献祭者体现了自己的“敬”，鬼神看中的正是这一点，而非关心食物的味道如何。所以，远古时期逢亲人乍死，便攀登到屋上号(háo 嚎)呼其名，以唤回其离开身体的阴魂——魄(远古人们认为魄附体则人活)。如果仍不复活，则人们便断定他的魄远去不归了，也就是他真的死了。于是给其行郑重的丧葬之礼：洗干净其身体，用生米塞其口中完成“含(hàn 汉)礼”，以草裹上一块熟肉来致奠。也就是说，远古时的祭礼，是人类文明发轫最早的礼，也是中国历史上最重要

〔1〕《礼记·礼运第九》卷二一，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《礼记·礼运第九》郑玄注、孔颖达疏，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

的礼,“礼”字的出现,即是这种祭祀活动和事象的记录与表述。“礼,履也,所以事神致福也。”汉代学者就是这样认识“礼”字的本义和由来的(许慎《说文解字》)。“礼”字甲骨文的早期字形作“𡗗”、“𡗘”等形,专家们释其分别为:象盛玉以奉神祇之器,引申为奉神祇之酒谓之醴,奉神祇之事谓之礼;象豆中实物之形。《说文解字》则分别释为:“行礼之器,从豆,象形”;或“豆之丰满者也,从豆,象形”。总之,是以玉、食献祭之事的符号表示。“礼有五经,莫重于祭。”〔1〕“礼之起,起于祀神,其后扩展为对人,更其后扩展而为吉、凶、军、宾、嘉等各种仪制。”〔2〕

可见,在远古的祭祀鬼神的过程中,还不存在食礼,食物在那里还只是一种物质凭借,是祭礼演示过程的道具和信物。祭祀和祭祀之物(包括食料和食品),是为了鬼神和献给鬼神的,或者也可以说是为了死人的。只有当食事的目的不是为了死人,而是为了活人时,即其目的和性质从天上或地下转移到地上——人群中来时,才可能去认识“食礼”的本来形态。而在此之前,充其量我们只能说在祭祀中存在着某些后来食礼的因子,或者说食礼的“礼”已经“萌”于祭祀之礼中了。但这只是食礼的某种意义的“萌”,我们还不能说已经有了“芽”。

食礼的最初形态,无疑受到祭祀礼仪的启示。只有等到对鬼神的敬畏和人们头脑中那许多神祇威力的等级差异转移到人群中来,并且成为食生活的必要的区别时,也就是等到集体或社会成员之间财产和地位的区别,进而是观念的认可已经到了一定程度时,共食或聚餐场合的讲究才成为客观需要,也只有到这时,严格意义的食礼才可能出现。“衣食既足,礼让以兴”〔3〕,礼只能是社会生产和社会生活发展到一定历史阶段以后的产物。礼是用来别尊卑的,用于别神

〔1〕《礼记·祭统第二十五》卷四九,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕郭沫若《十批判书·孔墨的批判》,人民出版社1976年版。

〔3〕《抱朴子·诘鲍》,中华书局1954年《诸子集成》本。

人尊卑的祭礼的原则精神或有关思想此时也就自然地开始在他们最易于并且似乎也最需要作此区别的社会和交际性食活动场合发生作用。于是,为了实现人群社会关系在食活动中的贯彻,为了社交性食生活中的情感表达,食礼出现了。因此,食礼首先就是人们社会等级身份与社会秩序的认定和体现,其次才是以其为核心,或在此基础之上的诸般文化形态的演绎和展示。由此我们便不难发现,食礼的规范和实践,当首先见于上层社会,并一直为上层社会成员们所乐道率行。随后,国家又以政令手段将其作为规范秩序、教化民风的主导意识形态行于全社会。随着时间的不断推移和文化的逐渐下移,当越来越多的普通民众有机缘参与各种社交性食活动之后,食礼便以全社会普泛的文明教养和娱乐属性为大众所认知和传承,其等级秩序的最初性质和功能便越来越被埋入时间历史的底层,其本来面目越来越难以被专业研究者以外的人们所认识和理解了。

## 二、孔子认定的食礼

孔子的先世为宋国贵族,其父叔梁纥因战功受封为鲁国陬邑大夫(一说陬邑宰),是一低级官职。孔子三岁时,其父去世,母亲将其抚养成人。“吾少也贱,故多能鄙事”〔1〕,少年时的孔子是吃了无数生活艰辛之苦,也一定看了世人不少白眼的。他十七岁曾赴季氏宴士之会而被拒于门外,可见孔子的家世身份是被排斥于最低的贵族等级之外的〔2〕。孔子跻身贵族社会和权力中心,是五十岁以后的事,在此之前,他主要以著名学者身份享誉社会,更多被视为权力中心之外的清宾。孔子的贵族生活基本上是自五十二岁至五十五岁在

〔1〕《论语·子罕》卷九,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《史记·孔子世家》卷四七,中华书局1959年版。

鲁国任大司寇的四年多时间。其后直至七十三岁去世均未再握有实际权力。尽管在流落他乡的“周游列国”期间也偶尔受到礼遇,但总的说来,他过的是平民的生活。也就是说,孔子一生并未享受多少贵族身份的礼食。但他却是一个重礼的伟大学者,我们能够从传世的关于孔子的食事言论中看到一个伟大思想家和力行实践家的食礼标本,也就是说,孔子主张的食礼,事实上是夏商周三代,尤其是周代贵族食礼下行后的规范,由此我们可以窥见他那个时代比上层贵族食礼更普及、更具广泛社会性的食礼的面貌。

孔子是非常重视各种社会场合的礼仪的,同时把礼的精神与规范视为独处内省自律的原则。因此,最能体现人际关系和个人修养的宴饮活动中的礼,便极为孔子所关注。“礼主于敬”,“夫礼者,所以定亲疏,决嫌疑,别异同,明是非也。礼不妄说人,不辞费;礼不逾节,不侵侮,不好狎。修身践言,谓之善行,行修言道,礼之质也。”〔1〕这样,孔子主张的食礼就既有贵族官场之食的礼仪,也具体到一个人在宴饮场合的文明修养、应循规范。

### (一) 宾主送迎相让及升堂行步之礼

如果宾与主人的身份等级相同的话,主人要到大门外迎接客人(客身份低于主人,则主人迎于大门内)。进每道门时,主人都要请客人先进。进到内门时,主人则请客许己先进为客人设席(虽先已设好,亦应有此举,以向客示敬重之意,同时也藉此再查看一下座席摆设是否有不当之处),然后出来迎接客人。客人则两次推让,于是主人引导客人入室:主、客分别自东、西两边拾级而上(若客位卑则应循主人之阶随进),主人再次相让,然后客仍从西阶上;主人先登,客人随继。登阶之法,拾东阶先迈右脚,由西阶先迈左脚,且在每一阶并足之后再向上迈,不可如行路

〔1〕《礼记·曲礼上第一》卷一,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

一样越阶迈步,如此则主、客可以微侧身示礼,又显得格外郑重。

### (二) 主客堂上交接之礼

在帷幔和帘之外,走路要轻缓,不可急快;客人手执玉一类礼物走路,同样不可迈步急迫(以示郑重、保安全)。在堂上走动,每步的距离,应当是后脚接着前脚(古时一般人鞋长一尺二寸);堂下行走移步的距离是两足间约略容下一履的长度。举止动作不能过于随意放纵,并排坐时不要把臂膊撑起来,以免妨碍他人。献礼时,若尊者是站立的,则位卑的人不要用跪姿,以免位尊的人弯腰才能接纳;如果位尊的人是坐姿,则位卑的人不能用站姿,否则也是失礼。

### (三) 主为客扫除布席之礼

如果客人的身份比主人高贵,扫除时(为示恭敬再作清扫之举),应当将扫帚放在簸箕之上,双手持之入。清扫时,应以袖头在前遮掩着倒退着扫,以免飞起的灰尘飘落到客人身上。收拾扫积的秽物时,应当箕口朝向自己而决不能对着客人。因尚左的缘故,设席应左昂右低;座次若一排散布,则左为上座;若围坐,则应向位尊的客人请问其习惯与意愿,坐席、卧席均随其所愿。(按方位南阳、北阴,东阳、西阴的理解和贵阳卑阴与阳贵左、阴贵右的原则)若东、西方向设席,与宴者成面北、面南坐式,则西方为上;倘南、北方向设席,则以南方为上。

图示如下:

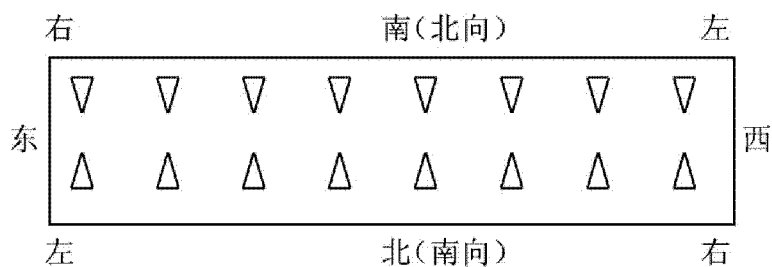


图 11-1 东、西方向设席

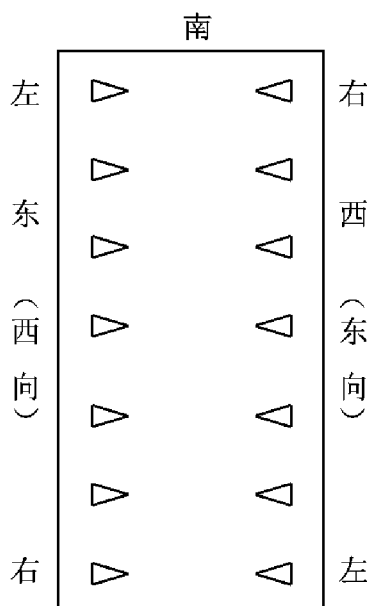


图 11-2 南、北方向设席

注：△为与宴者，顶角为其面向。

#### (四) 宾主进食之礼

进食的礼节是：(按骨为阳，肉为阴的理解)割成大块的带骨熟肉放在左边，切成小片的无骨的熟肉置于右边；(同样道理)燥热的饭位于左，羹居于右。饭、羹就近，脔馐在饭羹之外，醯酱放置略远一些，再远之处置脍炙。在醯酱的左方是生葱和熟葱两种佐料。若客人的身份低于主人，进食之前要起身向主人表示谢意，主人也要起身致谦辞，于是客、主复坐。之后是主人率先、客随之(若主客身份相等则同时)以少许饭置于豆之间的地上，除了鱼腊醯酱之外的肴品也同样“祭食”。三饭(三次进饭食及羹、肴、酱等)之后，主人请客人进食带骨的肉。之后依次吃肴、肋脊、髀、腿，吃完腿肉即是饭“饱”之时了。待到主人也吃过腿肉之后，客人喝上一口酒荡荡口(以酒荡口谓之“虚口”，以浆则称为“漱”，目的是清洁口腔，以助消化；同时表示自己用膳完毕)。如果客人身份居主人之上，则主人应主动给客人进馐，客人拜谢；主客身份相等，则主不进、客不拜。

在多人从饭、羹大器中取食的共餐场合(同事聚居非礼食则有共器),不可以不考虑别人而只顾自己先吃饱。在共用的饭器中取食,手一定要洁净无泽(切不可取饭之际做搓手的动作,这样会被人认为是手不洁),不得一次挖取过多(此是贪吃之相),更不可将手上粘有的饭面送回到器中。不要大口大口地喝汤,不要让舌头弄出响声,不要啃骨头(一是弄出响声不礼貌,二是会让主人误以为肉不足食);自己咬过的鱼、肉不要再放回盛器中去,也不要将骨头扔给狗吃(这是轻视主人待食的表现)。不要专注某品自己喜爱的肴,不要做扬饭热气的动作,吃黍饭不要用箸(孔子以前的传统,箸是宴会上用来叉取肉的);羹中有菜喝到口中应咀嚼,不可直接咽下去(因为上述行为均属贪吃失礼、缺乏修养的表现)。不要自行向羹中调入调料,不要在席间刺弄牙齿(这是不雅观的),不要喝肉酱,否则主人就要抱歉不善烹调,以至待客的羹调味不好,烦劳客人自己调味;就可能会声明家贫,没有足够的钱去买盐,致使醯味太淡(主人的致歉虽出于坦诚,但客人却属失礼,也难免使大家尴尬)。吃湿软的肉,可以用牙齿咬断,干肉则要用手抓撕;吃炙肉则要先试着尝一下是否烤熟了,然后放到俎上一点点地吃,不要一下子都塞到嘴里(这样既可知生熟,免烫伤,又可免粗莽贪吃之嫌)。

#### (五) 卒食之礼

进食完毕,主人将要撤席,这时,(若是身份低于主人的)客人要半起身将余饭及酱等调料递于主人家的侍者。

#### (六) 侍尊长饮酒之礼

古时有食竟饮酒的习惯,如果主人是尊长,那么主人赐客人酒,当酒送到面前时,年少的客人应起立向酒尊摆放的方位施拜礼。主人辞谢,客人归位;但当主人举爵而未尽饮时,客人是不能先主人而

尽爵的。主人赐酒,年少的客人和身份卑微的人不可以拒绝。

### (七) 礼食或其他共食场合的应循之礼

尊长赐给的果实类食品,若是有核的,吃剩下的核不要当面扔掉。尊长将吃剩下的食物赏赐给一旁的“御食者”——劝侑进食的人,如果食物是盛在梓漆一类可以洗涤的器皿中的,则御食者可就器中食用,用后洗净;其他器具则应随即倒于别器之中再食(因为苇竹等编制的器具是难以洗刷干净的,浸污了尊长的食器是失礼和失敬的)。吃这种别人食剩之物可以不再行祭食之礼了(先食者已经祭过)。又由于尊卑的关系,在子孙掌家事宴宾或妻族宴饮时,父辈和丈夫虽受食而不祭。

与身份尊长的主人共食,如自己的饌具同主人一样(意即饌品相同),不必因之致谢;如果应邀赴宴的不止自己一人,则不必在宴间首先致谢(也许主人请的主宾并非是你)。

食用有菜的羹——“𩚑(xíng 刑)羹”,应当用挾来夹取;没有菜的肉羹——“大羹”则用匕〔1〕。父母有病,不得已出门作客时,食肉不可过多,不可饮酒至于脸上被酒,笑时不可过于放纵,发怒亦应有节制不至于口出恶言;父母康复才可以照常饮食。父母有病,为客进食当独坐,居丧则要专席。如果赴宴正巧坐于居丧者之侧,则自己也不宜无忌而饱食(那是缺乏同情心的表现)。

孔子居乡,关于族中祭祀时的食规食礼主张亦属其广义食礼思想的组成部分,但因其是祭祀食礼,且已于本书第一章专题叙述,故此处从略。不过,其中“肉虽多,不使胜食气;唯酒无量,不及乱”;“席

---

〔1〕 关于箸、挾、匕等关系及式样、功能的认识,请参见拙文《箸与中国饮食文化》,载《赵荣光食文化论集》,黑龙江人民出版社1995年版;《箸文化的视野:中国饮食文化内外的历史考察》,载赵荣光《中国饮食文化研究》,东方美食出版社(香港)2003年版。



不正不坐,乡人饮酒,杖者出,斯出矣”等主张,则是于其时、于其后均有普遍实践意义的食事之礼〔1〕。

### 三、中国封建时代的食礼

#### (一) 分餐与合食

自陶器作为盛食器进入原始人类的食生活直至唐代,在七八千年漫长的历史上,中国人一直是以各自的食具分别进食的分餐制。中国人的进食由分餐向合食的转变,大约始于唐代中期以后,至宋代逐渐普及开来。适于聚而合餐的桌椅(或凳等坐具)的逐渐普及,是中国人普遍实行合食制的重要物质条件。

唐代以前的分餐制,我们可以从文字记录和绘画上找到根据。汉墓壁画、画像石和画像砖上,经常可以看到人们席地而坐、一人一案的宴饮场面。如在河南密县打虎亭一号汉墓内画像石的饮宴图上,主人席地坐在方形大帐内,其面前设一长方形大案,案上有一大托盘,托盘内放满杯盘。主人席位的两侧各有一排宾客席。成都市郊出土的汉代画像砖上,也有一幅宴乐图,在其右上方,一男一女正席地而坐,两人一边饮酒,一边观赏舞蹈。中间有两案,案上有尊、盂,尊、盂中有酒勺。《史记·项羽本纪》中描述的著名的鸿门宴也实行的是分食制,在宴会上,项王、项伯、范增、刘邦、张良一人一案,分餐而食。

西晋以后,随着北方少数民族进入中原地区,胡风南渐,引起了饮食生活方面的一些新变化。床榻、胡床、椅子、凳等坐具相继问世,并逐渐取代了铺在地上的席子。发生在魏晋南北朝时期的家具新变

---

〔1〕 此节文字据《礼记·曲礼上》、《论语·乡党》、《论语·述而》等,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

化,至隋唐时期已达高潮。传统的床榻几案的高度继续增高,常见的有四高足或下设壶门的大床,案足增高;新式的高足家具品种不断增多,椅子、桌子均已开始使用。至五代时,这些新出现的家具日趋定型,在《韩熙载夜宴图》中,可以看到各种桌、椅、屏风和大床等陈设在室内,图中人物完全摆脱了席地而食的旧俗。

随着桌椅的使用,人们围坐一桌进餐也就顺理成章了,这在唐代壁画中也有不少反映。在陕西长安县南里王村发掘了一座唐代韦氏家族墓,墓室东壁绘有一幅宴饮图。图正中置一长方形大案桌,案桌上杯盘罗列,食物丰盛,案桌前置一荷叶形汤碗和勺子,供众人使用,周围有三条长凳,每条凳上坐三人,这幅图反映出分食已过渡到合食了。此外,在敦煌第 473 号窟唐代壁画中也可看到类似围桌而食的情景。

由分食制向合食制转变,是一个渐进的过程。在相当长的时期内,两种饮食方式是并存的。如在南唐画家顾闳中的《韩熙载夜宴图》中,南唐名士韩熙载盘膝坐在床上,几个士大夫分坐在旁边的靠背大椅上,他们的面前分别摆着几个长方形的几案,每个几案上都放有一份完全相同的食物。碗边还放着包括餐匙和筷子在内的一套进食具,互不混杂,说明在当时虽然合食制已成潮流,但分食制仍同时存在。合食制的普及是在宋代,餐桌上食品的不断丰富,已不适应传统的一人一份进食方式,围桌合食也就成了自然而然的事情。

## (二) 宴客的延请礼仪与请柬

中国有句俗语:“摆席容易,请客难。”“请客”之义本为宴请客人,后引申为宴客之前的延请过程,更后又有泛指为他人支付费用之义。这句俗语的意义是第二者,即延请客人的过程。中国古代延客有很复杂的礼仪,有很独特而深刻的文化内涵。16 世纪末来华的利玛窦以其在明代官场上流社会宴饮场合的丰富经历和敏锐见识,对中国

人治办隆重宴会之前数天便以极谦恭热诚的口气向拟邀请人敬达请帖礼俗的叙述,可谓形象生动至极。他对中国上层社会宴客三道请帖的说明非常准确:这种请帖一般是数天前呈上第一道,宴会的当天递上第二帖,约开宴前一个时辰(两个小时)前再送上第三帖。第一道请帖一般都应在三天或三天以前便送到拟请客人的寓所(被敬称为“府上”),除非稔熟交深的亲朋故旧遇有特殊情况或可破例,否则便是失礼的行为。俗话所谓:送头帖“三日(是)请客,两日(是)拉客,当日(是)抓客”,即预于三天前以帖相请的客是被郑重对待的贵客,前两天被邀请的则会认为自己是不甚重要的客,至于当日临时接到通知的自然难免觉得自己是主人应急抓来陪垫帮衬的“陪客”角色(旧时宴会要有相应的陪客)。而这种被派为陪垫帮衬作用的客人,是不会很感激主人的,因此又有“当日吃冤家”之说,吃了主人家的肉和酒也不怀谢意。试想,那些有身份、有地位或恃才自重的人,有谁会甘愿充任仰人鼻息讨吃喝的角色呢?当然,那些帮闲篋片一类人除外。对这种请帖的式样和使用,利玛窦同样有很详细的描述:亲友来访之后,主人就被期待回访,这种拜访的习惯伴有一套固定的和繁琐的仪式。来访的人要呈递一个拜帖,里面写有他的姓名,也可能包含几句问候的话,这要视客人或主人的地位而定。拜帖由门房递送。如果一个人拜访几个人或几个人拜访一个人,那么主人和客人是多少,就有多少份拜帖形式的访问名片。这种拜帖或小册子里有几十张白纸,约一个半手掌的长度,呈长方形,在封面的正中有一条两英寸宽的红纸。通常这个小册子是放在一个同样红装的纸片盒子里的。这类拜帖种类繁多,并不断要使用,所以一个人必须有至少二十种用于不同场合的拜帖放在手边,上面写有适当的头衔。经常访客的人都有一个习惯,叫他的管事把来访人的姓名和住址记入备忘录,以免忘掉三日之内进行回访这一社会义务。如果被访的人不在家或由于某种原因不能接待客人,来访的人可以将他的拜帖留在门房。

这样的拜访可以用同样的方式回报,即只把拜帖留在门房,这时双方均感满意,认为义务已经尽到了。客人的地位越高贵,访帖上的姓名也就写得越大。有时每个字都有一英寸大小,以至一个简单的签名按中国人从上到下的书写习惯就要占满小册子上的一张纸〔1〕。这种拜帖,外表看来,略似传统的信封,但传统信封中间只是红色的矩形框,而它却是一条红纸。“凡请帖,必用封筒”(《时云笺》);“讨了一个折柬,一个封筒。……写完,用糨糊封了口。”〔2〕正是其传统形制。这封筒之中,是折叠为十几叠的“小折子”,它们看起来颇像一本“小册子”。根据利玛窦的描述,拜帖绘制出来应当是右面的图样。

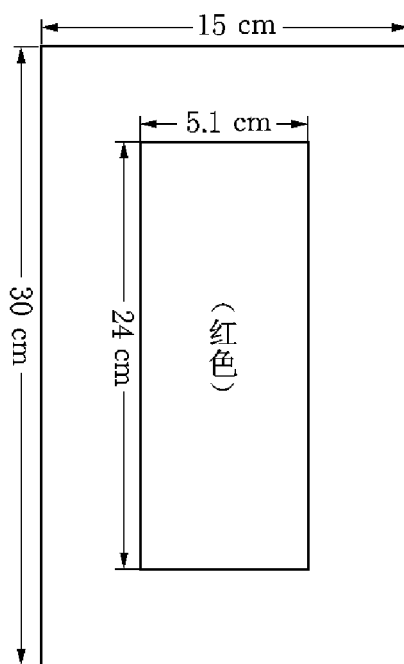


图 11-3

宴事请帖是“至少二十种用于不同场合的拜帖”中的一种,而且其分别用为“请”、“促”、“迎”的一、二、三道帖在形制上略有不同。拟邀的客人在收到每道帖后,一般亦有回帖(由主家的下帖人持回),表明自己很荣幸被邀并一定遵时赴宴的感谢之意和礼貌态度,这自然也是约定俗成的套话。如果不能或不愿出席,亦应以感谢之情陈述(或择)理由婉辞,方不为失礼。

这种宴事请帖,在中国历史上出现得很早;当然它的出现,也是始于上层社会的。但请帖的形态、功用及其称谓,却有着不断演变的

〔1〕《利玛窦中国札记》第一卷第七章“关于中国的某些习俗”,中华书局1983年版。

〔2〕《醒世姻缘传》第十五回“刻薄人焚林拔草 负义汉反面伤情”,齐鲁书社1980年版。

过程和不同时代的历史文化内容。上层社会成员之间的酬酢食事，本是其社交往来的重要内容和主要形式之一，故宴事请帖自然是其习用的交际工具。从请帖必具主人署名和白事——邀请之事这两种内容的属性来看，其起源当与古代的“名片”和“书信”有关，是兼有两种功用的一种特殊的文字表义社交工具。

### (三) 筵宴座次

在筵宴座次的安排上，中国向来有以东为尊的传统。此礼俗源于先秦，在《仪礼·少牢馈食礼》和《特牲馈食礼》中可以看到这样一种现象。郑玄的《禘祫志》记道：天子祭祖活动是在太祖庙的太室中举行的，神主的位次是太祖，东向，最尊；第二代神主位于太祖东北，即左前方，南向；第三代神主位于太祖东南，即右前方，北向；主人在东边面向西跪拜。这反映出室中尊卑位次的排序。这一礼仪在《史记·项羽本纪》中也清楚地反映出来：“项王、项伯东向坐，亚父南向坐——亚父者，范增也。沛公北向坐，张良西向侍。”项羽东向坐，是自居尊位而当仁不让，项伯是他叔父，不能低于他，只有与他并坐。范增是项羽的最主要谋士，乃重臣，故其座次虽低于项羽，却高于刘邦。刘邦势单力薄，屈居亚父之下。张良是刘邦手下的谋士，在五人中地位最低，自然只能敬陪末座，也就是“侍”坐。

家宴中最尊的首席一般由家中的长者来坐，但有时也有例外。如《史记·武安侯列传》中说，田蚡“尝召客饮，坐其兄盖侯南乡（向），自坐东乡（向）”。田蚡坐首席，因为他是丞相，在家比哥哥年龄小，官位却比哥哥高，只有东向坐才符合他的丞相身份，符合礼制。

一般而言，只要不是在堂室结构的室中，而是在一些普通的房子里或军帐里，都是以东向为尊的。堂是古代宫室的主要组成部分。堂位于宫室主要建筑物的前部中央，坐北朝南。堂前没有门而有两根楹柱，堂的东西两壁的墙叫“序”，堂内靠近序的地方分别叫“东序”和“西

序”。堂的东西两侧是东堂、东夹和西堂、西夹。堂的后面有墙，把堂与室、房隔开，室、房有门和堂相通(参见图 11-4)。堂用于举行典礼、接见宾客和饮食宴会等，但不用于寝卧。在堂上举行宴饮活动时，以面南为尊。如《仪礼·乡饮酒礼》中，堂上席位的次序是：主宾席在门窗之间，南向而坐；主人在东序前，西向而坐；介(陪客)则在西序前，东向而坐。清人凌廷堪《礼经释例》中讲：“室中以东向为尊，堂上以南向为尊”。

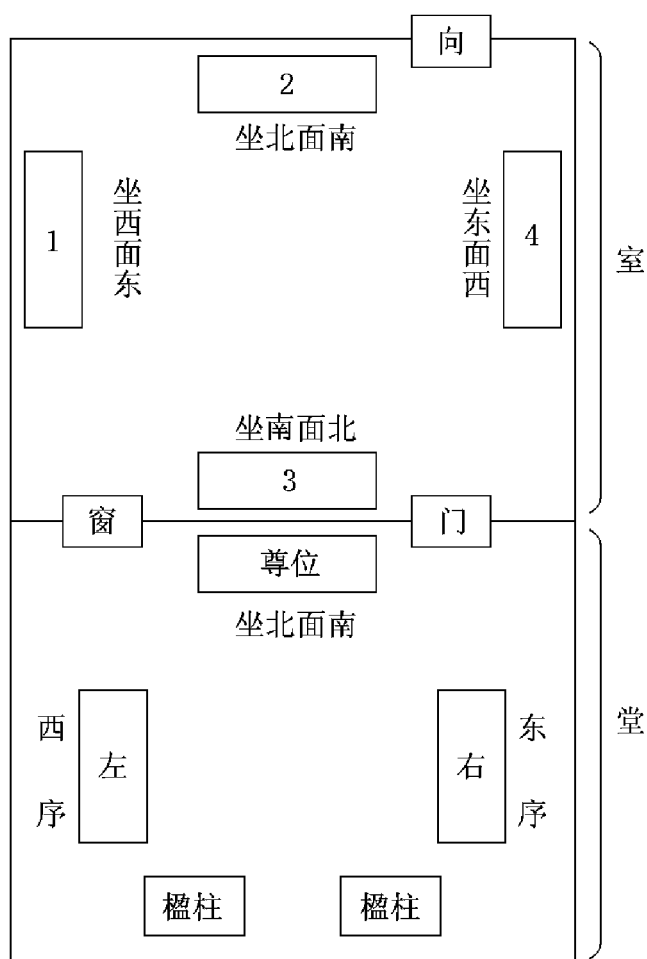


图 11-4 堂屋结构及方位尊卑示意图

中国古代社会长期沿袭这种礼俗，在汉唐时，若在堂上举行宴会，一般也是南向为尊。但因地域不同，而有所差别，大致可分为南、北两种类型(参见图 11-5)。

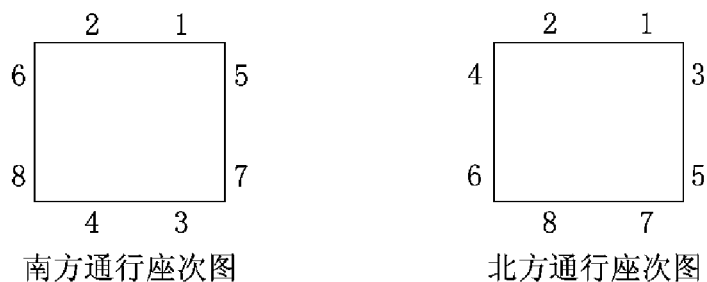


图 11-5 宴会坐法的两种类型

宴席中一席人数并非定数,自明代流行八仙桌后,一席一般坐八人。但不论人数多少,均按尊卑顺序设席位,席上最重要的是首席,必须待首席者入席后,其余的人方可入席落座。中国宴席按入席者身份排座次的礼俗影响深远,直至今日。

#### (四) 进食礼仪

《礼记》中对进食礼仪有详细的记载。《礼记》是儒家经典,相传为西汉戴圣编纂,故其中所讲的饮食行为规范带有一定的汉代色彩,并为后世所遵循,成为一种礼俗。关于菜品的摆放位置,《礼记·曲礼》中讲:“凡进食之礼,左肴右馔,食居人之左,羹居人之右。脍炙处外,醯酱处内,葱藻(同漑,xiè 谢)处末,酒浆处右。以脯脩置者,左胸右末。”上鱼菜时,《礼记·少仪》中说:“羞濡鱼者进尾,冬右腴,夏右鳍。”即如果是烧鱼,以鱼尾向着宾客,冬天鱼肚向着宾客右方,夏天鱼脊向着宾客右方。民间也有“鱼不献脊”的习惯。据传,春秋末年,吴国苏州太湖有一个擅烹炙鱼的厨师叫太和公。吴王僚特别爱食此炙鱼,吴公子光欲争位,请勇士专诸去刺杀吴王僚,但平时无机可接近吴王僚。得悉僚爱吃炙鱼,便让专诸去拜太和公为师。炙鱼手艺学成后,专诸乘公子光请吴王僚到家里吃饭之机,做好一条炙整鱼,藏匕首于鱼腹。在上菜时,取出匕首,刺死了吴王僚。后来,宴席上菜,一般不将鱼脊对着客人,表示以诚相待,同时鱼腹味肥美,对着

客人,也是让客人便于品味。

对于吃饭时的礼仪规矩,《礼记》中也有规定。《礼记·曲礼上》云:“共食不饱,共饭不泽手,毋抐饭,毋放饭,毋流歠,毋咤食,毋啮骨,毋反鱼肉,毋投与狗骨。毋固获,毋扬饭。饭黍毋以箸,毋嚙(tà)羹,毋絮羹,毋刺齿,毋歠醢。客絮羹,主人辞不能享;客歠醢,主人辞以窶。濡肉齿决,干肉不齿决。毋嘍炙。卒食,客自前跪,彻(撤)饭齐以授相者,主人兴辞于客,然后客坐。”

若和长者在一起吃饭,更要注意礼仪。《礼记·少仪》云:“燕侍食于君子,则先饭而后已,毋放饭,毋流歠。小饭而亟之,数噍,毋为口容。”如果与国君一起进食,更要讲究揖让周旋之礼。《礼记·玉藻》云:“若赐之食而君客之,则命之祭,然后祭;先饭,辩尝羞,饮而俟。若有尝羞者,则俟君之食,然后食,饭饮而俟。君命之羞,羞近者,命之品尝之,然后唯所欲。凡尝远食,必顺近食。”

这套饮食礼仪对后世产生过很大的影响,在中国古代不同阶层的饮食活动中,普遍遵循着礼的规范,体现着尊卑等级的差别,这对人们讲礼貌、谦恭、尊敬长辈风气的形成也是有显著作用的。有些食礼,一直沿袭至今,如吃饭时长者优先,讲究吃相等皆成为中华民族的优良传统。



# 第十一章 中国饮食审美思想的历史发展

中国古代“食圣”袁枚(1716~1797)认为:“学问之道,先知而后行,饮食亦然。”〔1〕这个“先知而后行”,并非认识先于实践的唯心主义颠倒认识论,其义是“知而后行不难”,是认识过程的第二阶段“认识实践”的回归和深化。也就是说,只有掌握了必要的经验和知识之后才能制出一道好菜,只有具备了相当的美学修养才可能创造出相应的美食生活。可以说,中国古代食文化的辉煌发展,正是历史上无数美食家、饮食理论家、美食制作者以及无数美食活动的积极介入者在漫长的民族食生活史上对“美”的不懈追求、孜孜探索的结果,是他们在美食实践中创造了中华民族的独特审美理论,更是他们在这种理论的指导下把自己的食生活、食文化推上了辉煌的历史高度。

## 一、中国古代饮食审美思想的历史特征

### (一) “美”、“甘”、“善”——中国古代饮食审美思想的萌芽

关于“美”的起源问题,历来是美学家们首先要回答的问题。由于审美角度、研究方法和理解程度的不同,于是有了诸如“原始宗教

---

〔1〕 清·袁枚《随园食单·须知单》,文明书局藏本。

意识说”、“人类爱美天性说”、“劳动说”、“游戏说”等种种说法。应当说,关于美的各种起源说都有一定的道理。“爱美之心人皆有之”,“美”的感觉和意识,是人类对外在世界和生活内容的一种理解。因此又可以说,上述诸说都不够全面。因为“美”的认识意识和所由引发的对象是极为广泛和无所不包的。这样看来,美的起源应是人类的生活——人类思维触角的一切领域。这就决定了美意识的极端广泛性和复杂性。饮食生活的审美意识,就可以理解为人类(民族或个人)对饮食生活愉悦的感受和觉悟。而饮食审美思想,则是上述意识的丰富、深化、飞跃和系统完善,是人们对饮食生活美的感觉、领悟、思考、探求和创造,是饮食生活中美的理解、认识 and 理论化。它当然不能排除其他对象、领域美意识的启迪和参悟,但不能被理解为是后者简单的和机械的移植与借用。丰富的文字记录和出土文物为我们的认识提供了大量可信的证据。

我国古代很早就有了“美”的概念。《说文》释云:“美,甘也。从羊大。羊在六畜主给膳也。美与善同意。”段玉裁注:“膳之言,善也。羊者,祥也。故美从羊。”“羊大则肥美”,这似乎道出了中国古代饮食审美意识产生的一般规律:直接来源于饮食生活的实践。羊肉味“甘”,《说文》释:“甘,美也。从口含一。一,道也。”段玉裁注:“五味之可口皆曰甘。”“食物不一,而道则一。所谓味道之腴也。”食味可口为美,美是一种感受,一种境界——“道”,千差万别的食物都有着具体而又抽象的“道”。所谓“道则一”,不是一种“味道”,而是诸种味道都具有,或曰都可以引人达到的一种意境,一种主观对客观的审视。

羊在古代,是黄河流域的先民们广泛牧养的家畜之一,是供应人们日常食用最主要的肉源。其二,大概由于羊为任何人所需,能行走(免得持者负重)、可产乳、繁殖、增肥(作为物币不磨损),所以在古代,羊在物物交换中又最易充当媒介作用。这一点在世界许多民族

商业发展史上都具有共性,所以马克思才在他的《资本论》中把羊作为“一般的或社会的等价形式”。其三,在祭祀和会盟中,羊又例被用作牺牲。大概正因为如此,羊之用于祭祀,便具有了非常意义。“示”,《说文》释为“天 𦍋 象。见吉凶。”“示”“见吉凶”,为趋吉避凶,所以祭羊,示羊可以致祥。这又是羊之“美”意的生发。其四,羊既是祀鬼神的“圣物”,那么在人事中,馈人以羊便被视为重礼。因羊是祭礼的象征,故隆重的祭礼非羊不能成。当子贡“欲去告朔之饩羊”时〔1〕,便遭到了恪守礼的老师孔子的反对。综合以上四点,我们可以看出,羊在中国古代人们的经济生活、宗教祭祀中,占有极其重要的地位。因此,可以推断,古人创造“美”字时,正是选用了这个极具普遍意义的“羊”来作为“美”字的象形和寓意。

然而,仅有以上四点似还不够。因为它只是回答了羊在人们生活中的重要地位、受重视的程度和一般原因。这只是说明了羊具有重要的经济和一般文化上的意义,还不足以充分说明美学意义。那么,究竟是什么,也就是说,究竟是羊的何种本质属性诱发了人们的钟爱,使我们的先民灵犀触发,产生美的遐想和思考呢?还是让我们再来看《说文》的解释吧:“美,甘也。……美与善同意。”再查《说文》“甘”部可知:“美也,从口含一。”段释为:“甘为五味之一,而五味之可口皆曰甘”;“美”“五味之美皆曰甘。引申之凡好皆谓之美。”而“善”字,许文、段注均为“美与善同意”。又,《释名》:“甘,含也,人所含也。”即表示好吃的食物。由此,“甘”、“美”互训,“美”、“善”同义;人口知味,美由所生,善由所发,饮食美感出现。

“甘”之美味,经人的咀嚼之后,引起人们触觉、味觉及心理的惬意感、舒服感。此意象又可见于西安半坡仰韶文化的“人面鱼纹彩陶盆”绘饰:

---

〔1〕《论语·八佾》卷三,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

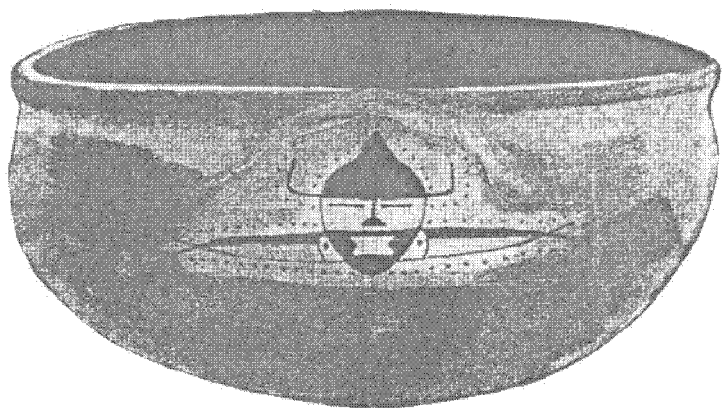


图 12-1 半坡遗址出土人面鱼纹彩陶盆

该图寓意虽另有他释,但直观上看,更宜理解为一人口含两鱼,面带微笑,似乎正陶醉在这鱼的甘美善味之中。我们认为,饮食生活中的审美意识就起源于“甘”这一美味——首先是官能性的愉悦感。

## (二) “五味调和”——和谐美的探求

“五味调和”原则是中国传统烹调术的根本要求和古代美食审鉴的最高境界。“五味调和”理论至迟距今三千年左右已初步形成,并于春秋战国之世作为人们的日常生活常识被用来喻说深刻的哲理。“若作和羹,尔惟盐梅”,商王汤把良弼宰臣比作调和美味肉汤的咸、酸调料,即是典型的例证。到了周代,王廷的营养师制度已建立,其职责是掌管王饮膳的卫生原则:“凡和,春多酸,夏多苦,秋多辛,冬多咸,调以滑甘。”〔1〕这种观点是距今二十几个世纪以前上层社会食生活观念的共识,而作为饮食制度,却又不仅属于周天子的王廷,它是各诸侯国统治者的通行饮食礼规:“和如羹焉,水、火、醯、醢、盐、梅,以烹鱼肉,焯之以薪,宰夫和之,齐之以味,济其不及,以泄其过”〔2〕,等等。到了公元前 2 世纪的战国末期,人们对于调和味美

〔1〕《周礼·天官冢宰·食医》,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔2〕《春秋左氏传·昭公二十年》,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

的认识已经相当深刻了,《吕氏春秋》一书对此作了生动记述:“调和之事,必以甘、酸、苦、辛、咸。先后多少,其齐甚微,皆有自起。鼎中之变,精妙微纤,口弗能言,志不能喻……故久而不弊,熟而不烂,甘而不浓,酸而不酷,咸而不减,辛而不烈,澹而不薄,肥而不臞。”〔1〕由“调”致“和”,掌握各种原料的先天物性,“齐”之以水、火,精辨先后多少,顺乎四季自然,“济其不及,以泄其过”,于是达到“允执其中”的和谐至美的境界。我们这样认识问题的依据如下:

首先,从“和”的思想来源上看。春秋战国时期乃是政治上以“农战”为国本,竞相“争于气力”,思想上无一是可循的“百家争鸣”时期。诸子“各择其术以明其说”,至战国末年已有以老、庄为代表的道家学说,以孔子为代表的儒家思想,以荀子、韩非子为代表的法家思想……所谓道、儒、法、墨、农、兵、名、杂等“百家”自由鸣放,不拘一格,不屈一尊。但统一共同愿望和秦将扫除群雄的大势已为战国末冷静的政治家、思想家所认定。而《吕氏春秋》的成书正是这种思想趋同的历史反映。司马迁记此书缘起说,吕不韦“亦招致士,厚遇之,至食客三千人。……人人著所闻,集论以为八览、六论、十二纪,二十余万言。以为备天地万物古今之事……”〔2〕这里的“食客三千人”应该说都是“百家”中人,而“备天地万物古今之事”,正见其包容并蓄的宗旨。清中叶毕沅序《吕氏春秋》亦云:“《吕氏春秋》出,则诸子之说兼而有之。”调味理论自然地融进了诸子思想的成分,是“百家”归儒的趋同。儒家思想则有更大的包容性。它的“祖述尧舜,宪章文武”不违背以“仁政”为标榜的“王道”,它的“一张一弛”的“文武之道”则兼容了“法”的刑罚和“道”的“无为”,不偏不倚,无过无不及,“中庸之为德也。其至矣乎!”〔3〕

〔1〕《吕氏春秋·本味》,中华书局1954年《诸子集成》本。

〔2〕《史记·吕不韦列传》卷八五,中华书局1959年版。

〔3〕《论语·雍也》卷六,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

其次,从“和”的内容上看。“夫三群之虫,水居者腥,肉攫者臊,草食者膻。臭恶犹美,皆有所以。”这水居之“腥”、肉食之“臊”、草茹之“膻”,“臭恶犹美,皆有所以”,差异迥然,犹若争雄之百国,争鸣之“百家”。然而,事势所趋,人心所向,百国将归一统,百家趋向一同。烹调之理正合于道,烹调之道旨在于“和”。而致“和”之法,“水最为始”,“火之为纪”,“水火”不“齐”则为“失饪”,“失饪”则“不食”。所以清袁枚对火候作了精辟的论述:“熟物之法,最重火候。有须武火者,煎炒是也;火弱则物疲矣。有须文火者,煨煮是也;火猛则物枯矣。有先用武火而后用文火者,收汤之物是也;性急则皮焦而里不熟矣。”所以事厨者应“知火候而谨伺之,则几于道矣”〔1〕。而甘、酸、苦、辛、咸“五味”又必须衡先后多少之物性变化,用“其性”且又不失“其理”,才能“灭腥去臊除膻”,达于“和”之大道也。

第三,从“和”的效果上看。“甘而不浓,酸而不酷,咸而不减,辛而不烈,澹而不薄,肥而不腻”,恰恰是“执其两端”而“用其中”的中庸思想的典型表现。先秦的人们已不满足于单一的调味品或味型了,而是在“甘、酸、苦、辛、咸”等众多的味型中追求“和”之境界。在这里,我们不能把“五味”机械地和绝对地理解成五种味型或五种调味品,它与“五色”、“五行”、“五音”等一样,是指多种调味品或多种味型。这种多样统一是形式美的高级形式,也叫“和谐”。“五味调和”的理论将“甘、酸、苦、辛、咸”五味加以调和,折其中而用之,使之“甘”不过“浓”,“酸”不过“酷”,“咸”不过“减”……真正达到至善至美的“和”之目的。

第四,从“和”的思想之辩证关系与深刻性上看。烹调过程中各种物料之间的对比关系,参加变化的先后时间顺序及适当时机,各种细致复杂的味性变化,都缘自各种物料的自然属性。它们是有规律

---

〔1〕《随园食单·须知单》“火候须知”。

可循的,但因其精妙微纤,变幻万千,所以只能凭心领神会,匠心独运,很难用语言表达得精确透彻,一人一时或众人毕生也无法穷尽其理。这是一个寓可知于不可知之中的永无止境的实践过程与认识过程。应当看到,我们的古人绝非故弄玄虚地搞不可知论,因为他们明确地说,“必以其性,无失其理”,“凡味之本,水最为始”,“火之为纪”。实践永无休止,认识不能完结,这正是古人对甘、美、善的理解和追求。“五味调和”,“调”可以致“和”,“和”又无有穷尽,烹调之道与肴饌至美之道,对于古人,可谓“山重水复”而后“柳暗花明”了。

可见,“五味调和”理论的形成,是先秦时代人们对长期饮食实践的经验总结,是先秦诸子思想——尤其是儒家思想饮食审美意识的反映。而对饮食美“和谐”至高境界的无尽追求,乃是调味理论迄今仍指导我们饮食审美实践和认识的无限魅力之所在。

### (三) “五世长者知饮食”——高层次的审美

“人莫不饮食也,鲜能知味也”〔1〕,已道出个中哲理。清代厨者王小余谢却厚酬,而宁愿“终老随园”,其原因就在于他或他的主人袁枚深知“知己难,知味尤难”的道理〔2〕。王小余挟绝技游艺于宦达之门,而绝少见到知味深得三昧如袁枚者。史论称,“知味”莫过于“五世长者”或“三世仕宦”中人,这是完全正确的。正是因为累世相因的世宦长者阶级特有的雄厚经济实力、特殊的政治地位和较高的文化素养等先决条件,他们才能够“知味”,才有能力“知味”。因为“知味”首先是一个实践过程,是一个积多人和多代人的辨味实践过程。其次,“知味”作为一种理性的升华和感知的超越,它又不是一般意义上的实践,而是无数次生理反应和心理感受交互作用的不断深化过程。

〔1〕 《礼记·中庸》卷五二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕 清·袁枚《小仓山房文集·厨者王小余传》卷七,上海古籍出版社1988年版。

世宦长者的政治地位,一般都带来相应的经济实力,而前者一般又都以相当的文化优势为前提。于是,相应的经济实力提供了辨味的物质条件,文化优势保证了对味的悟解,政治地位则又强化了上述条件与优势。这就造成了辨味实践几乎成为富贵者的专权,知味的认识几乎成了上层社会专利这种饮食文化史上一边倒的现象。这种文化倾斜,首先是由于历史的倾斜造成的。上层社会饮食的豪纵奢华和文化的丰富多彩,是以占全民族人口绝大多数的广大最底层民众经常波动于果腹线上下为条件的。

当然,知味并非世宦长者阶级的整体特性。社会地位决定了他们辨味享受的特权,而真正能达到知味地步的却不多。除了中国史家“为尊者讳”的“春秋笔法”之外,“鲜能”要算是最重要的原因了。但我们从民族文化与文明史上看,却又不能不说:见于史载的知味者,几乎无一不是身居于上层社会(属于或依附于上层社会)中的民族饮食文化的“美食家”。

侯门之后,晋武帝太傅、公爵何曾,以仁孝著闻,经学博通,是“明朗高亮”的“君子之仪表”。就是这样一个文章道德都堪称风范的人物,“然性奢豪,务在华侈。帷帐车服,穷极绮丽,厨膳滋味,过于王者。每燕见,不食太官所设,帝辄命取其食。蒸饼上不坼作十字不食。食日万钱,犹曰‘无下箸处’”。天子御厨之作,竟也不能满足他的刁口味,以至“后每召见,敕以常所饮食服物自随,令二子侍从”。而二子之一的何劭,也是“博学,善属文,陈说近代事,若指诸掌”。其爵秩曾为太宰,“骄奢简贵亦有父风。……食必尽四方珍异,一日之供以钱二万为限。时论以为太官御膳,无以加之”〔1〕。一门几皆公侯显室的王济,经济实力、政治势力自不待说,他的“性奢侈,丽服玉食”,“以钱千万”赌“八百里骏”,一尝“千里牛心炙”;“以人乳蒸”豚,

〔1〕《晋书·何曾传》卷三三,中华书局1974年版。



气抑天子公卿的豪纵。

除了上述政治、经济条件外,其“善易及庄老,文词俊茂,伎艺过人,有名当世”〔1〕的文化优势,也是善能品味的原因之一。出身“家世魏晋公卿”、“北方第一名门”的北魏名臣崔浩,在他的《食经》“序”中说:“诸母诸姑所修妇功,无不蕴习酒食。朝夕养舅姑,四时祭祀,虽有功力,不任僮使,常手自亲焉。”显然,崔氏家门是极注重饮食之道,很有些制度章法的衣食贵族。“赏获丰厚,牛羊盖泽,货累巨万。衣则重锦,食则梁肉。”故而才能有“文辞约举,婉而成章”的“九篇”《食经》成书〔2〕。“家世二千石”,以平吴大功安享尊荣,“玉食锦服,纵奢侈以自逸”的晋抚军大将军王濬〔3〕,尝一脔即尽可道原料微纤、烹调精妙,“无豪(毫)厘之差,时人咸以为知味”的前秦国主苻坚从兄子、权臣苻朗等,皆可为“五世长者知饮食”的注脚。

史载,追求口腹享乐之风盛行,见于西汉中叶社会步入长期宴安之时,而贪图口味之极,则大炽于“魏氏奢侈”。到了三国一归晋室之后,司马氏天子“遂怠于政术,耽于游宴”〔4〕之中,宗室诸王及权贵多“耽于酒色,燕乐过度”〔5〕,整个富有阶级是“贾竖皆厌梁肉”,“世俗奢侈……转相高尚”〔6〕,于是才有直到今日仍让人读来咋舌的王恺、石崇斗富,拓跋琛、拓跋雍、拓跋融夸豪的奇闻。总之,这种以奢侈为荣耀,锦衣玉食相夸示的贵族食风,自两汉以来日趋张扬,南北朝时达到极盛。贵胄豪门、达官显宦之家是辈出知味者。此风此势尔后在中国等级制度的社会历史上,终是不易之定势。唐时尚书右

〔1〕《晋书·王浑传》卷四二。

〔2〕《魏书》卷三五,中华书局1974年版;《北史》卷二·本传,中华书局1974年版。

〔3〕《晋书·王濬传》卷四二。

〔4〕《晋书·帝纪第三》卷三。

〔5〕《晋书·齐王冏》卷五九。

〔6〕《晋书·傅玄传》卷四七。

仆射、公爵段文昌,便是一个“尤精饌事”的知味者。他府中厨司之地匾云“炼珍堂”,而其巡行在外时的随行厨作班则称为“行珍馆”。这个生为仆射,死赠太尉的权臣,还积多年品味之心得自编了食经五十卷,时称《邹平公食宪章》。两宋时代,北宋的宴安与南宋的偷安,更加重了这一历史定势,一方面是上层社会更耽于驰欲,另一方面则是都市饮食的畸形繁荣。

很显然,没有上层社会饮食文化层成员特定的经济实力、文化优势和政治势力,便不可能有中国古代饮食思想的这种高层次创造。正是这种高层次审美的要求及可能,才使得中国饮食文化之花在远远高于果腹线之上的层面上开放得那样绚丽多彩。也正是这种定性、定向、定势的饮食审美思想,才在中国饮食文化的历史创造上,起着制约性的导向作用。饮食活动首先并最大程度地满足了上层社会少数人的需求与享受,成为物质和精神、科学与艺术高度和谐统一的系统过程。

#### (四) 十美风格——系统完善的审美原则

经过漫长的历史过程,随着民族尤其是上层社会饮食生活的不断丰富,更由于饮食文化和历史文明的不断进步,中国古代饮食审美思想也逐渐趋向丰富深化和系统完善。“十美风格”审美原则的形成就是这种深化完善的历史标志。这一历史性标志或者说阶段性结果,是在中国饮食文化史发展的鼎盛期——明清期充分实现的。以高濂、袁宏道、李渔、袁枚等为代表的一大批美食家、饮食理论家的名世和《遵生八笺》、《觴政》、《闲情偶寄·饮馔部》、《随园食单》等为代表的众多优秀饮食文化著述的问世,不仅在数量和内容上,而且在思想和理论深度上都明显地超过了前人,古代饮食审美思想深化成熟为“十美风格”的完善形态。所谓“十美风格”,是指中国历史上上层社会和美食理论家们对饮食文化生活美感的理解与追求上的十个分别而又紧密关联的具体方面,是充分体现了传统文化色彩和美学感

受与追求的完备系统的民族饮食思想。它们分别是：

(1) “质”。原料和成品的品质、营养,它贯穿于饮食活动的始终,是美食的前提、基础和目的。袁枚谓:“凡物各有先天……物性不良,虽易牙烹之,亦无味也。”“大抵一席佳肴,司厨之功居其六,买办之功居其四。”〔1〕原料的质美是一切其他诸美的基础与灵魂,因而很早便作为美食要素被提出,并一直是中国古代饮食审美的基本要素。二十多个世纪以前,我们的祖先就留下了深入讨论“鱼之美者”、“菜之美者”、“饭之美者”、“果之美者”的明确文录,认为只有物料质美才能“至味具”〔2〕。

(2) “香”。鼓诱情绪、刺激食欲的气味,所谓未见其形,“闻其臭者,十步以外,无不颐逐逐然”〔3〕。闻香是食物美的极为重要的标志之一,同时也是鉴别美质、预测美味的关键审美环节和检验烹调技艺的重要感官指标。“香”字表义,最早是源于人们对饮食美的感觉。《说文》释云:“香,芳也。从黍,从甘。”先哲以为黍稷等食粮的养民活命之性可引发出施教化、行礼仪、申德道的功用,认为谷物的馨香是一种高尚的“德”之表征,故敬祀鬼神,“明德以荐馨香”〔4〕。

(3) “色”。悦目爽神的颜色润泽,既指原料自然美质的本色(质美是前提,但烹调中的火候等因素也至关重要),也指各种不同原料相互间的组配。色美是又一审鉴指标。美色,不仅可以看得出原料的美质,也可以看得出烹调的技巧和火候等加工手段的恰到好处,还可以看得出多种原料色泽之间的辉映谐调美。色、香两个感官指标的直观判断,即可基本测定出肴饌的美学价值,所谓:“嘉肴到目、到鼻,色臭便有不同;或净若秋云,或艳如琥珀;其芬芳之气亦扑鼻而

〔1〕《随园食单·须知单》“先后须知”。

〔2〕《吕氏春秋·本味》。

〔3〕《小仓山房文集·厨者王小余传》卷七。

〔4〕《春秋左氏传·僖公五年》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

来。不必齿决之、舌尝之而后知其妙也。”〔1〕这里追求的是本色,即物性先天的美质本色。

(4)“形”。体现美食效果,服务于食用目的的、富于艺术性和美感的造型。中国古代饮食审美思想中对于肴馔形美的理解和追求,是在原料美的基础之上充分体现质美的自然形态美与意境美的结合。如同中国古代的诗和画一样,都追求一种自然古朴和典雅清逸的意境。如唐景龙三年(709)韦巨源拜尚书左仆射,谢恩宴中的“生进二十四气馄饨”(花形、馅料各异,凡二十四种)、“八方寒食饼”(用木范)、“素蒸音声部”(面蒸,像蓬莱仙人,凡七十事)等〔2〕,都充分体现了形与美的结合。而更早些的《诗经》、《楚辞》等典籍中开列的众多鸟、鱼及小畜兽类原料肴品,则基本都是取其原料自然形态的例证。事实上,这也正是中国古代饮食审美的一项重要原则和主要传统。满城汉墓中的“烤乳猪”,司马晋显贵王济的“人乳蒸豚”,唐时西北边疆的烤全牛整驼,两宋时期市肆中的大量鱼、雀类菜肴均属此类。而号称“天下第一家”的曲阜衍圣公府府厨烹制的“神仙鸭子”、“凤凰同巢”等均可为其代表。这里值得注意的两点是:首先,中国古人对肴馔形的要求,既充分体现在肴上,也体现在馔上,即主食(面食为主)和菜肴的形制同样讲究;其次,讲究形制又侧重在热菜,着眼点在通过巧妙的烹调技艺再现原料的自然形态和天然美质,以达到一种特定意境和观赏美感。不主张离开上述原则的刻意求形,因为“吃”和“更好地吃”是他们追求形的前提和目的。中国冷菜的发生和发展,与热菜相比要晚得多,也逊色得多。冷菜的重要发展期在唐宋,着重于质、味、色、香、形的要求,要在拼配上表现原料的自然本质和烹调与刀工的技巧,而非舍本逐末的刻镂琢饰。

〔1〕《随园食单·须知单》“色臭须知”。

〔2〕五代宋之际·陶谷《清异录·饌羞门》,《四库全书·子部十二·小说家类三》。

(5) 器。精美适宜的炊饮器具,以饮食器具为主。饮食器具不仅包括常人所理解的肴馔盛器、茶酒饮器、箸匙等器具,而且包括专用的餐桌椅等配备使用的饮食用具。“葡萄美酒夜光杯”,“美食还宜美器”,“美食不如美器”,美器不仅早已成为古人美食的重要审鉴标准之一,甚至发展成为独立的工艺品种类,有独特的鉴赏标准。举凡金属的铜、青铜、铁、锡、金、银、铝、钢、合金,非金属的陶、瓷、玉、琥珀、玛瑙、玻璃、琉璃、水晶、翡翠、骨、角、螺壳、竹、木、漆等,皆可成器,且均具特色。陶瓷要名窑名款,其他质地亦要贵质名工。明世宗权臣严嵩家资籍没册《天水冰山录》所载许多饮食器具工艺绝伦,奇巧无双,古往今来各种器型几乎无不毕具,所用质料是金、银、古铜(青铜)、瓷、铜、铁,各式玉、玛瑙、水晶、犀角、牛角、象牙、龟筒、彩漆、玳瑁、珐琅、玻璃、海螺、檀乌诸木及斑竹、藤等应有尽有,其中仅金银酒器即近三千五百件〔1〕。明中叶以后,中国传统家具的品种形式和制作工艺都进入了黄金时代,作为筵席餐具基础用具的餐桌椅的质地、式样、工艺,也都伴随着中国饮食文化的鼎盛发展而形成了崭新的时代风格。乌柏、檀、楠、花梨、楷、红、瘿、相思等珍贵木质及镂雕镶嵌的精工,不仅极大地突出了这些器具的专用性,而且使它们以自己的加工特点和观赏性充分显示了美学价值的存在〔2〕。

(6) 味。饱口福、振食欲的滋味,也指美味,它强调原料的“先天”自然质味之美和“五味调和”的复合美味两个宗旨。这是进食过程中美食效果的关键。无论是“独行”原料的先天质味,还是多种原料相互“搭配”的复合之味,都要“味得其时”〔3〕,充分体现本味,认

〔1〕 明·撰人不详《天水冰山录》,《丛书集成初编》一五〇二~一五〇四。

〔2〕 赵荣光《天下第一家衍圣公府饮食生活》十三“美食还宜美器”,黑龙江科学技术出版社1989年版。

〔3〕 《礼记·仲尼燕居》卷五〇,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

为“淡也者，五味之中也”〔1〕，只有如此才能充分领略原料的美味。如上所述，辨味既属于生理功能，又属于一种技能，一种高层次的饮食文化鉴赏能力；而美味便是中国古代饮食追求的最主要目标，味之美便成了一种最高的理想境界。辨味，是鼻、眼、舌、神的综合审鉴活动。通过嗅香、察色形，品味和领悟味韵最终完成。

(7) 适。舒适的口感，是齿舌触感的惬意效果。对于“适”的理解和追求，“滑”、“脆”是两个最常用的词，在很早的古代便留下了大量文录。《周礼》“食医”职文：“调以滑甘”；“疗医”职文：“以滑养窍”；《礼记·内则》：“滫瀡以滑之”；《仪礼·公食大夫礼》：“翎芼牛藿羊苦豕薇皆有滑”等，都有软嫩润滑利口之意。《汉书》：“数奏甘毳(脆)食物。所以拥全神灵，成育圣躬”〔2〕；枚乘《七发》：“饮食则温淳甘脆腥醢肥厚”〔3〕；又李渔述习常“论蔬食之美者，曰清、曰洁、曰芳馥、曰松脆而已矣”等亦如此〔4〕。总之，“脆”有因原料质地应时美好、烹调巧妙因而口感爽利酥润之意。“滑”、“脆”因此也常被用来作为美味的赞美之词，“甘脆”、“滑美”屡见文录。“滑”、“脆”之外，适口的又一重要指标是温度。如《梦粱录》所记：“杭人侈甚，百端呼索取覆，或热、或冷、或温、或绝冷，精浇爇烧，呼客随意索唤。”〔5〕这里特别标出的，便是各种肴品从极热到绝冷的不同温度的差异情况。注重肴馔的温度差异以追求适意的美食效果，是中国古代的一个悠久传统。袁枚《品味》诗中“明珠仙露上盘时”，就是讲的热炒之热，“物味取鲜，全在起锅时，及锋而试”，所谓“现杀、现烹、现熟、现吃，不停顿而已”〔6〕。由肴馔适宜

〔1〕《管子·水地》，中华书局1954年《诸子集成》本。

〔2〕《汉书·丙吉传》卷七四，中华书局1962年版。

〔3〕《文选》卷三四，中华书局1977年版。

〔4〕《闲情偶寄·饮馔部》，浙江古籍出版社1992年版。

〔5〕南宋·吴自牧《梦粱录》卷十六“面食店”，《四库全书·史部十一·地理类八》。

〔6〕《随园食单·戒单》“戒停顿”。

的滑、脆、热、冷等触觉引起的美感,使宴饮者在进食过程中获得了极惬心的感受,达到一种享乐愉悦的意境。

(8) 序。指一台席面或整个筵宴肴馔在原料、温度、色泽、味型、浓淡等方面的合理搭配,上菜的科学顺序,宴饮设计和饮食过程的和谐与节奏化程序等。对“序”的注重,是把饮食作为享乐之事,并在饮食过程中寻求美的享受的必然结果。它可以上溯到史前人类劳动丰收的欢娱活动和早期崇拜的祭祀典礼行为中,从中人们获得特别的、隆重的欢悦感。对“序”的讲求,在等级社会中,更发展成为上层社会饮食文化的突出特征和严格审美标准。周天子及王廷饮食活动的严格循序,可作为这一时期的有力史证〔1〕。而后,历代上层社会的宴享文录几乎均不同程度地反映了“序”的特征。明代著名美食理论家袁宏道就十分明确地反对“铺陈杂而不序”〔2〕的肴馔罗列和宴享程序。“上菜之法:咸者宜先,淡者宜后,浓者宜先,薄者宜后;无汤者宜先,有汤者宜后……度客食饱则脾困矣,须用辛辣以振动之;虑客酒多则胃疲矣,须用酸甘以提醒之。”〔3〕膳品接续的时序节奏和协调搭配空间结构的合理设计,使整个宴饮活动展开、起伏、变换、高潮直至结束的全过程,同与宴者的生理与心理变化充分谐调,使与宴者优哉游哉地徜徉陶情于“吃”文化的享乐之中。

(9) 境。优雅和谐又陶情怡性的宴饮环境。宴饮环境有自然、人工、内、外、大、小等区别。饮食生活被人们认作为一种文化审美活动之后,“境”就自然成了其中的一个美学因素。《周礼》、《仪礼》、《礼记》等书中对天子、诸侯、大夫、士等不同社会等级宴饮宫室的记述,是关于三代时期宴饮环境的文字。文学作品《诗经》也印证了“三礼”

〔1〕 参见拙文《周王廷饮食制度略识》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1991年版。

〔2〕 袁宏道《觞政》,载《古今酒事》,上海书店影印出版1987年版。

〔3〕 《随园食单·须知单》“先后须知”。

等书的记载。《七月》共八首,其中第八首唱出了西周时代隶农到贵族“公堂”上庆贺丰收的欢宴场面:“朋酒斯飨,曰杀羔羊,跻彼公堂,称彼兕觥,万寿无疆。”〔1〕“公堂”,即“堂食”之“堂”,后世“食堂”一词本此。故北宋相臣富弼有“煮羊惟堂中为胜”,“野人”不识“堂食之味”之说〔2〕。这是“人工”的宫室之“境”。而晋时“竹林七贤”时常聚饮歌啸的“竹林”,则属于人工造作的小“境”。李白《月下独酌》〔3〕诗中的境,则是集自然、人工、大、小于一体的境。“花间一壶酒”的花间,道出的是人工庭院或花园;上有明月,下有身影,天上地下,“云汉”之遥,境不谓不大。白居易《湖上招客送春泛舟》中当属自然的大境:“欲送残春招酒伴,客中谁最有风情。两瓶箬下新开得,一曲霓裳初教成。排比管弦行翠袖,指麾船舫点红旗。慢牵好向湖心去,恰似菱花镜上行。”〔4〕王勃的滕王阁会饮,欧阳修的醉翁亭小宴,均为自然、人工、大、小绝妙结合之境。苏轼《前赤壁赋》所记则以天地宇宙为大境。袁宏道《觞政》中的“醉花”、“醉雪”、“醉楼”、“醉水”、“醉月”、“醉山”等亦是对“境”美的讨论审鉴。当然,宴饮境的审美,更多则在人工,在宫室楼馆,商业都会万人辐辏,尤其如此。两宋都城的“大茶坊”、“熟食店”内饰精雅,且多“张挂名人书画”,“所以消遣久待也”。“又有瓠羹店,门前以枋木及花样杏结缚如山棚……近里门面窗户,皆朱绿装饰,谓之‘驩(欢)门’。”诸多“酒楼”则更是“彩楼相对,绣旗相召,掩翳天日。……诸酒店必有厅院,廊庑掩映,排列小阁子,吊窗花竹、各垂帘幕,命妓歌笑,各得稳便”〔5〕。至于明清的“酒楼”等诸式饮食市肆楼馆的建筑布置,更逾前代。随着商业经

〔1〕 《诗经·豳风·七月》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕 清·潘永因《宋稗类钞》卷六《尤悔》四,《四库全书·子部十一·类书类》。

〔3〕 李白《月下独酌》四首之一,《全唐诗》卷一八二,中华书局1960年版。

〔4〕 《全唐诗》卷四四三。

〔5〕 孟元老《东京梦华录》卷四、卷二,中华书局1982年版。



济的发展和城市文化的繁荣,饮食市场和饮食文化也随之进入了鼎盛时代。其标志之一便是上层家庭厅堂及市肆饮食楼馆设计的更具专用性、实用性和布置的浓郁文化色彩,从而更突出了人们对饮食文化环境美的理解和追求。《金瓶梅词话》、《红楼梦》等文学作品的描述及有关博物、绘画等史料证实了这一点。

(10) 趣。愉快的情趣和高雅的格调。在物质享受的同时要求精神享受,最终达到二者结合通洽的人生享乐目的和境地。为此还要伴随整个宴饮过程而安排各种丰富多彩的唱吟、歌舞、丝竹、伎乐、博戏、雅谈、妙谑、书画活动等等,从而使宴饮过程成了立体和综合性的文化活动。十美臻集,谐成韵律,饮食作为生理活动和伴随生理活动的心理过程,就成了充分体现文化特征的生理和心理的谐调享受。饮食审美达到了圆满完善的境界,达到了历史文化的最高层面,于是才有“胜地不常,盛筵难再,兰亭已矣,梓泽丘墟,临别赠言,幸承恩于伟饯……一言均赋,四韵俱成”的感慨和名篇,才有“醉翁之意不在酒,在乎山水之间也”的绝唱,才能发“盖将自其变者而观之,则天地曾不能以一瞬;自其不变者而观之,则物与我皆无尽也”的邃达深远、超凡拔逸的哲理之言。袁宏道的《觴政》中就宴饮的“欢之候”开列了十三条标准,并同时指出了败坏情趣之美的十六种弊端〔1〕。十美风格的集中体现,用一个字来表达,就是袁宏道的“欢”,即情趣格调高雅脱俗,与宴者最后是其乐陶陶,尽欢而止,饮食审美过程结束。

综上所述,中国古代饮食审美思想在中华民族有文字可考的数千年饮食文明史上,经历了不断深化和完善的漫长历史过程,最终发展成独立、系统和严密的“十美风格”饮食审美原则。它说明,自遥远的古代起,我们民族的先人,尤其是那些杰出的美食家和饮食理论家们,就一向非常注重从艺术、思想和哲学等的高度来审

〔1〕 明·袁宏道《觴政》。

视、理解与追求“吃”这一物质活动。饮食文化,作为精神和心理因素的一面,始终与物质和生理因素的另一面紧密结合并渗融参悟,逐渐形成民族饮食文化特征和民族历史文化重要组成的完美系统的审美思想。

### (五) 中国古代食圣袁枚集大成的食学研究

由于“君子食无求饱”〔1〕和“饮食之人,则人贱之矣”〔2〕的主流意识、传统观念深入人心,于是造成了两千数百年来中国食文化发达与食学研究相对薄弱一直并存的特异现象。这一特点,清代学者已经注意到了:“由今溯古,惟饮食、音乐二者越数百年则全不可知。”17~18世纪是中国饮食文化历史发展的鼎盛阶段,重要标志之一就是这种民族饮食文化矛盾与背离现象的开始改变,相继出现的一批饮食理论家开始涉足于一向被轻视、鄙夷的食学研究领域,其中最具代表性的人物就是有中国历史上饮食文化圣人之誉的袁枚。正是袁枚的杰出实践和集大成研究,才最终将有数千年悠久传统和丰厚积淀的中华民族饮食文化提升到了食学的地位,将中华民族饮食文化还原为正常世事人生的本义。

#### 1. 袁枚前无古人的美食实践与卓越食学研究的主客观条件

袁枚(1716~1798),字子才,号简斋,晚年自号“仓山居士”、“随园老人”,世称“随园先生”,浙江钱塘(今杭州)人。袁枚生活的康熙五十五年至嘉庆二年的八十多年间,正是爱新觉罗氏清帝国和平安定、鼎盛繁荣的最佳时期。由于以皇帝为首的满族贵族社会族群的耽于安逸享乐,清帝国的官僚阶层与上层社会宴安成习。而袁枚一生主要活动所在的当时南中国的第一大都会江宁(南京),更是物阜

〔1〕《论语·学而》卷一,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《孟子·告子上》卷十一下,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

文萃,风俗奢丽。史载:“当是时,清兴且百年矣,海宇义安,物力充裕。江左当道以其余力,开阁延宾。”〔1〕正是这样的时代风气与区域文化生态环境,为袁枚独特的美食活动提供了历史上同类人物无与伦比的客观条件,因而使他把自己别开生面、极富创意建树的食学研究推向历史的巅峰成为可能。

清圣祖玄烨和清高宗弘历均以下江地区为主要目的地各先后六次南巡,尤其是好大喜功、崇尚奢华的弘历自乾隆十三年至乾隆四十五年(1748~1780)的六次大肆铺张的巡行,对南京等地官场与社会的宴安奢靡风气更具扬厉推助之功。下江地区的历任督抚当道竭力阿迎上意,各级下僚又一味追随奉承上宪,故清中叶时上层社会的口腹驰欲之风亦以下江为甚。时人在评论这一时期下江世风的特点时说:“扬州全盛,在乾隆四五十年间”〔2〕。这正是这一时代特征的真实记录。

袁枚出身于“家徒四壁,日用艰难”的世代书香之家,“幼有异秉”,有志于学,嗜书如命,早有“才子”之目。十二岁为县学生,二十四岁中进士、选庶吉士;后在江苏做了四任知县,又曾一度调任陕西,所至皆有廉能之声。但他决计早早结束仕宦生涯,于南京小仓山营造“为大江南北富贵家所未有”的随园,过起了以“性灵”说高标的、诗文自娱的寓公生活。袁枚以其“落想腾空眩目奇”的才华和“诗吟一字响千年”的杰出诗文成就,在增灿中国文学史的同时为自己赢得了崇高的时代声誉。史称其“为当时诗坛所宗仰者凡五十年”,“上自公卿下至市井负贩,皆知其名。海外琉球有来求其书者”。中年以后的袁枚已经是“著作如山,名满天下”,以至他自己都很自信地说:“千秋

〔1〕 孙星衍《故江宁知县前翰林院庶吉士袁君枚传》,王英志主编《袁枚全集》,江苏古籍出版社1993年版第捌册“附录二”第5页。

〔2〕 清·李斗《扬州画舫录》阮元“二跋”,广陵古籍刻印社1984年版。

万世，必有知我者。”一部《随园全集》不仅倾动袁枚生时的 18 世纪后半叶，而且令无数后来者景仰叹止。正是由于有了海内外宗仰的学术成就和人皆向慕的声誉，才使得袁枚拥有了“所至延为上宾”的特殊社会地位，这对他遍食四方异味的美食实践无疑是十分重要的〔1〕。

袁枚在总结自己的学术成就时说：“平生品味似评诗，别有酸咸世不知。”〔2〕他的学术生涯和成就相当一部分是食学，他自认为自己的食学成就也不在有“当代龙门”之誉的诗学成就之下，而且已经达到了远在世人的认识与理解能力之上的超凡入圣境界。他被饕餮贵族、上层社会视为无出其右的品味专家，公卿宴会多延请他对膳品宴事作鉴定评判，正如其诗文所说：“随身文史同商榷，到处羹汤教品题。”〔3〕而在其遍历大半个中国的游踪所到之处，多是“招饮一宵三四处”，“有如不期而会百八国，都为先生一张口，千里脯，五侯鲭，三十六种骨董羹。一一罗列求褒评，不怕忙杀天上天厨星。……珍羞吞尽珠玑吐，莫管衙外冬冬报三鼓。”〔4〕看来袁枚美食家的一张嘴有些太忙了，以至于他“一路尝新我未归”。

袁枚的随园，同时是文士骚客时造、高宦名吏常临的诗酒宴集之所。袁枚本人既是天字第一号的美食鉴赏名家，他所雇用的家厨也自然都是技艺精湛并且肯于努力钻研的烹调高手，因此随园肴馔精美的声誉早已名闻四远：“盘餐别有江瑶柱，不在寻常食谱中。”随园

---

〔1〕 赵荣光《美食家袁枚和他的〈随园食单〉》，载《中国饮食史论》，黑龙江科学技术出版社 1990 年版；《平生品味似评诗，落想腾空眩目奇——中国古代食圣袁枚美食实践暨饮食思想述论》，载《赵荣光食文化论集》，黑龙江人民出版社 1995 年版。

〔2〕 袁枚《品味》二首其一，《小仓山房诗集》卷三三。

〔3〕 袁枚《冬日寄怀望山公》七律二首之一，《小仓山房诗集》卷十九。

〔4〕 袁枚《四月十六日端州杨兰坡明府刘瓚华参戎彭藹堂别驾族弟龙文公宴晚香堂》，《小仓山房诗集》卷三十。

之中,不仅平居之时客不虚门,杯觥交错,而且还时兴大会,宴阵广开。乾隆二十九年(1764)八月大“宴秋试者”,“张灯树上”,“九天星斗三更落,四海人才一座收”〔1〕。乾隆三十九年(1774)袁枚母九十大寿(享寿九十四岁),园中寿筵之盛更是轰动整个江宁城:“九十高堂寿,千灯上下张。环山生火树,摇水动珠光。隔岸笙歌助,倾城士女狂。此时一杯酒,真个紫霞觞。”每兴此类大会,常是“随园一夜斗灯光,天上星河地上忙”;“客散华堂酒未收,重教金狄守更筹”。随园延宾,上自一品顶戴的皇华大吏,下至布衣名流,可谓海内仰归,“方知天下春归处,都在先生此屋中”〔2〕。

## 2. 袁枚饮食思想的独特意义

袁枚认为,个人人生与国家大事莫过于饮食,饮食也是一门可以与任何其他学科相类的大学问。他说:“夫所谓不朽者,非必周、孔而后不朽也。羿之射,秋之弈,俞跗之医,皆可以不朽也。”“余雅慕此旨,每食于某氏而饱,必使家厨往彼灶觚,执弟子之礼。四十年来,颇集众美。”〔3〕袁枚的食学思想与食学研究成就大量散见于他的诗文著述中,《随园食单》、《厨者王小余传》是其典型代表。他认为:“学问之道,先知而后行,饮食亦然。”也就是说,只有掌握了正确的理论和科学的方法,一个人治学从艺才不会走弯路、入迷途,才可能收到事半功倍的效果。显然,他认为,中国厨行技艺授受数千年传统完全依赖个人经验把握是非理性的。当然,他也很清楚,造成这种状况的根本原因是厨者整体的文化教养缺乏和封建行帮制度与行业习气使然。于是他才会决心为天下先,下大气力著肇基立极的《随园食单》,为厨者立百代典则。同样,《厨者王小余传》也是史无前例的创举,不

〔1〕《八月六日宴秋试者顾星桥等二十二人张灯树上适学使梁瑶峰少宰亦来与会》,《小仓山房诗集》卷十八。

〔2〕袁枚《答人问随园》,《小仓山房诗集》卷二十。

〔3〕袁枚《与薛寿鱼书》,《小仓山房文集》卷十九;《随园食单》“序”,文明书局藏版。

仅是文学史上为厨者立传的创举,更是为当时和其后以千百万计数的厨者树立德、艺、绩三才兼备的业者楷模的创举。

“莫怪何曾唤奈何,肴佳原不在钱多。”〔1〕袁枚视高层次的饮食生活是一种艺术化境界,肴馔的制作也能够并且应当追求极致化结果;这种境界和结果,需要他这样的美食行家与“良厨”的共同努力。袁枚认为“作厨如作医”,称厨德、厨艺、厨绩三者皆备的厨者为如同史家称颂的良相、良将、良医一样的“良厨”,等而下之是名厨、名手、俗厨、恶厨。达到艺术化操作境界的肴品制作,不是一般意义的厨师烧菜,而是如治国、治军一样的“治菜”。认为世间万事万物“知己难,知味尤难”。《随园食单》中的二十“须知单”、十四“戒单”,精要独到、生动深刻、系统完备地阐述了饮食理论和厨事法则,是中国古代食学理论和饮食思想的历史性总结。其他诸“单”所记载的三百二十六种精致肴馔、名茶美酒等,均确记原料、制法、品质、由来,至今仍极具参考意义。《随园食单》初版于乾隆五十七年(1792),以后二百多年间曾多次再版,一向被认为是中国历史食学和传统烹调的经典著作,有中国古代“食经”之誉。作为食学理论家和美食品鉴家,袁枚代表了中国全部古代民族饮食文化史的辉煌〔2〕。

### 3. 袁枚食学成就在中华民族饮食文化史上的地位

袁枚食学成就在中华民族饮食文化史上的地位,体现在他所创造的十个“第一”上:

(1) 袁枚是海内外饮食文化界和餐饮界普遍认同的中国古代食圣,是中国历史上最伟大的饮食理论家和最著名的美食家。2003年3月,“地球与人类健康饮食国际论坛”发出并通过了以袁枚诞辰日3

〔1〕 袁枚《品味》二首其二,《小仓山房诗集》卷三三。

〔2〕 赵荣光《美食家袁枚和他的〈随园食单〉》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社1990年版。

月 25 日为“国际中餐日”的倡议和决定。

(2) 袁枚是中国历史上第一个公开声明饮食是堂皇正大学问的人。

(3) 袁枚是中国历史上第一个把饮食作为安身立命、益人济世的学术,进行毕生研究并取得了无与伦比成就的人。他研究饮食文化大半个世纪,历时约半个世纪撰成的中国历史上的食学代表作,是不足两万字、被海内外食学家称为中国历史上的“食经”的《随园食单》。该书的理论与实践价值至今仍非常重大。《随园食单》的价值不仅是食学的,它的思想哲学和语言文学价值同样是不可低估的。

(4) 袁枚是中国历史上第一个为厨师立传的人。一篇深寓哲理、醇情实义、文采飞扬的《厨者王小余传》,使一个身居封建社会最低层、默默无闻的厨子成为当代中国两千五百万事厨者心仪崇敬的历史名人。在袁枚笔下,王小余没有那个时代厨人职业性和社会族群性的粗俗愚昧、固执保守、苟安短见、卑微扭曲等局限与陋习。人们读到的是一个心志高远、锐意进取、特立独行、技艺超群的不凡之辈,一个屈身于三尺灶台的大隐之贤。袁枚笔下王小余的厨德、厨艺、厨绩毕集,臻一人之身而至善,不仅古史无倖,即现今时代厨行中也难有其匹。可以不夸张地说,袁枚笔下的王小余足堪为中国厨人的百代楷模。

(5) 袁枚是中国历史上第一个得到社会承认的专业美味鉴赏家。乾隆三十年(1765)冬至日,袁枚给他的宗师、由两江总督任入阁的尹继善写了两首诗,其中之一有句:“随身文史同商榷,到处羹汤教品题”,是袁枚得到社会承认其专业美味鉴赏家身份的生动证明。诗中自注云:“公命将群官膳饮,戏加甲乙。”当时以总督尹继善为首的地方大员,更番治宴,竞逐美食,成为社会风尚。著名学者孙星衍曾有明言:“江左当道以其余力,开阁延宾。枚以山人预其游,排日燕

乐,或畏其雌黄,争致金币。”〔1〕大有袁枚一言九鼎,荣辱全凭其可否的阵势。历史实情也确是如此,袁枚的确是赢得了“味许淄澠辩”的独特身份和声誉。不仅南京城里冠盖豪门待袁枚为座上客,大江南北贵门名家也纷纷柬招函邀,所至美味敬陈,冀其指点扬揄:“文武纷纷宴老饕,家家亲手动鸾刀。为来护世城中客,欲试羹汤若个高。”

(6) 袁枚是中国历史上第一个系统提出文明饮食思想的人。袁枚在《随园食单》中明确提出“戒耳餐”、“戒目食”、“戒暴殄”、“戒纵酒”、“戒强让”、“戒落套”,他反对吸烟等一系列文明饮食的观念和主张。如此系统、全面、深刻、鲜明、独到地论述饮食文明,并将对中国古代饮食文明的认识提高到历史高度的,袁枚堪称是中国历史上第一人。

(7) 袁枚是中国历史上第一个大力倡导科学饮食的人。袁枚在文明饮食思想的基础之上,又进一步倡导科学合理的饮食原则和良好的饮食行为规范。他在“洁净须知”、“本分须知”等有关条目中提出了系统的科学饮食主张。他明确反对以奢为贵、以奇为珍的错误观念和不良习尚,认为中国菜肴应当以鸡猪鱼鸭、蔬笋豆腐等大众可及的日常大宗食物原料为主,认为官场、市肆追求燕窝、鱼翅、海参等奇特山珍海味的风习是不可取的。应当说,这在袁枚的时代是极其难能可贵的。

(8) 袁枚是中国历史上第一个敢于公开宣称自己“好味”的人。自从孔子树立了简食薄食的榜样形象,并为后世留下了“君子谋道不谋食”的圣人教诲之后,更加上孟子的“饮食之人,则人贱之矣”的观点,“君子远庖厨”就成了中国历史上读书人的定型心态,耻言个人食事成了中国历史上传统的社会主导意识。在中国历史上,一个人无论其道德修养多么高,无论其学识多么深,也无论其功绩和声望多么显赫,只要他是好吃的,或者说他的爱美味被发现了,那就一定会被认为是污点,史书总要记上一笔。所以,中国饮食史上才会有“发达

---

〔1〕 孙星衍《故江宁县知县前翰林院庶吉士袁君枚传》。



的饮食文化与落后的饮食文化研究”同时并存的、表面上看来很奇怪的现象。于是中国文化中便出现了当面说一套、背后做另一套的“假道学”现象。任何人也不敢公开谈论美食品味之事。然而袁枚竟然敢冒天下之大不韪,公然大言宣称“袁子好味”!他说自己平生有九大爱好,而第一好就是“味”：“袁子好味,好色,……又好书。”〔1〕一个有大成就、大名气的读书人,竟然将“好书”殿于人生所有爱好的最后,相反却把犯道统时议大忌的“味”、“色”列在首位,其用意显然是在挑战,是对来自上层社会责难的无畏反击,是向居两千多年牢固统治地位的食禁锢主流意识的主动出击。这无疑是中国历史上第一声打破数千年食事禁忌的革命呐喊。随后是他将食事作为大雅学问历半个多世纪之久的郑重而卓有成效的研究。人生食事正是在袁枚手里变成了庄重的学术。

(9) 袁枚是中国历史上第一个将“鲜味”认定为基本味型的人。袁枚对美味追求的一个突出特点,袁枚食学的一个典型特征,就是他对“鲜味”的独到理解:“味欲其鲜,趣欲其真,人必知此,而后可与论诗。”一部《随园食单》频繁使用“鲜”字有四十余处。袁枚和李渔(1611~1679)是中国饮食史上两个讨论鲜味最多、也最深刻的饮食理论家和美食家,而袁枚又是继承了李渔且超过了李渔的鲜味论者。

(10) 袁枚是中国历史上第一个把人生食事提高到享乐艺术高度的人。毫无疑问,袁枚既不是那种只想满足个人口腹之欲的饕餮之徒,也不是中国历史上不乏其人的那种欣赏游戏笔墨型的咏食文人,而且又与仅仅直录食事表象的人们很不同。袁枚是远远地高出于所有人之上的伟大的食学家。他的一首《品味》讲得很清楚、很准确:“平生品味似评诗,别有酸咸世不知。第一要看香色好,明珠仙露上盘时。”袁枚的诗学成就是当时闻名的,学人、史家论“随园先

〔1〕 袁枚《所好轩记》,《小仓山房续文集》卷二九。

生为当代龙门”，“士多效其体，故《随园诗文集》，上自朝廷公卿，下至市井负贩，皆知贵重之。海外琉球有来求其书者”。而袁枚却郑重地对世人说：你们不是已经知道我诗学的才力成就了吗？那么，你们也要明白我的食学功力也不亚于我的诗学呀！食学在袁枚心里，食事在他的平居生活中，完全升华到了精神体悟、艺术享乐的境界。他认为浩荡天下“知己难，知味尤难”，“知味”是一种极高的人生际遇与境界，是一种很难掌握的认识与感悟能力。在漫漫五千年的中华文明史上，只有袁枚这样超凡入圣的“奇才”，才可能达到如此既天马行空、又优悠然神仙般的食生活境界〔1〕。

## 二、中国饮食审美思想的社会族群类型

在等级制历史上，由于政治势力、经济实力和 cultural 能力等的不同，人们被区分为不同的诸多等级阶层并形成相互间有诸多差异的群体类别。本书第三章释说的饮食文化层，是基于上述因素所形成的食生活与食文化的基本的社会性层次类别，但那只是原则性的讨论，还不是具体历史的剖析。而作为实际生活反映的食观念的群体意识，在本章将作具体、深入和广泛的论述。

### （一）饕餮贵族的食思想

“大亨(烹)以养圣贤”，“食以养德”，这是中国早自奴隶制时代就已牢固形成，并一直延续了四千年之久的贵族官宦阶级的传统食观

---

〔1〕 赵荣光《美食家袁枚和他的〈随园食单〉》，载《中国饮食史论》，黑龙江科学技术出版社1990年版第315~328页；《中国古代饮食审美思想初探》，载《赵荣光食文化论集》，黑龙江人民出版社1995年版第169~192页；《平生品味似评诗，落想腾空眩目奇——中国古代食圣袁枚美食实践暨饮食思想述论》，载《赵荣光食文化论集》，第312~316页等。

念。只有他们有权力、有资格“惟辟作福，惟辟作威，惟辟玉食”〔1〕。至于那些等级卑下的人则根本没权力也没资格，“臣无有作福作威玉食”〔2〕，否则就要引来祸乱。饮食，对于这个阶级来说，已经远远超越了果腹养生的物质文明层面，甚至完全隐逝了这层基本涵义，而变成了纯社会意义的吃社会地位、吃等级身份、吃名声气派的政治行为，变成了人生意义的追求视觉、嗅觉、味觉、感觉合一的物欲享乐。

然而，历史事实则恰恰相反，“德”很少是靠食或“大烹”来养的，至少高尚的德操不是肥肉厚酒、花天酒地所能涵养的。相反的例证倒是史不绝书，而现实生活中则更有无数比历史文字记载尤为生动具体的事例。温柔富贵乡中，养尊处优培养出来的大多是颐指气使和“骄娇”二气。奢贵豪侈的饮食对于人“德”的陶养作用，如果承认其有的话，也远远不及其销蚀腐化的反作用那样大。但是，一种观念或一种理论能否被人接受，主要并不在于它科学内涵的多少，而取决于它服务于人们实际利益的程度，取决于人们的认识和接受能力的时代水平。“惟辟玉食”、“大烹养德”、“美食养德”这样的说法，完全是贵族阶级使自己建筑在广大劳苦民众菲薄粝食和营养匮乏基础上的饕餮食习合理化的功利主义杜撰。这样，他们可以“名正言顺”和心安理得地钟鸣鼎食，大吃大喝起来；并在对美食和侈食长久的无厌追求中安于自我营造的当之无愧和理所当然的心态之中。

在漫长的中国等级制历史上，有权、有势（高贵的血统和显赫的社会地位）、有钱、有闲又有趣好的衣食贵族认为饱饕美味是他们的特权，由是驰纵欲好、示尊、享福、夸富、务名、猎奇，吃出了中国食文化史上畸形的光彩。

值得深思的是，由于这些猎味无厌的饕餮贵族在暴饕千珍、戕残无数生灵的同时，需要有冠冕堂皇的理由和理论来使自己的行为“理

〔1〕〔2〕 《尚书·洪范》，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

所当然”，心安理得，于是久而久之便弄假成真，形成了特有的习惯与观念：“君子远庖厨，凡有血气之类，弗身践也。”〔1〕“君子之于禽兽也，见其生、不忍见其死；闻其声，不忍食其肉。是以君子远庖厨也。”〔2〕先秦儒家的这些言论，已经不无矫情之嫌。因为无论是孔孟还是其他任何人，都很清楚一个非常显然的事实：大量的禽兽之所以被屠割，庖厨之中之所以充满血气，主要就是因为“君子”阶级的存在，正是他们的无止需求，才有充满血气的庖厨的存在。寻常百姓家是连像样的厨房也不会有有的，更不要说动辄椎牛挺豕、宰羊屠鹅了。中国历史上的读书人，尤其是那些入了仕途之后既要享乐纵欲又要光彩斯文面皮的仕宦中人，在“食”上表现出了明显的双重人格。

自汉代(前 206~220)起，尤其是汉代以后，由于封建国家官吏的选拔标准逐渐确立以儒选仕、非儒莫仕和文人(即儒者)治天下的政治—组织路线，这种双重人格思想与行为背离的现象愈趋严重。可以说，不论是避人耳目的厚味不厌，还是找出何种堂皇理由的暴餐万方，不过都是口是心非、文过饰非，这便是中国历史上无数饕餮贵族言行背离的虚伪的食思想。

## (二) 清正之士的食思想

清正儒士的食思想，是中国古代知识分子群体中占主体地位的传统食观念，它们秉承“孔孟食道”的理论〔3〕，并自觉实践这种理论。这种理论在长期实践中逐渐被提炼成极富群体实践性的简捷特

〔1〕《礼记·玉藻》卷二九，清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔2〕《孟子·梁惠王上》卷一，清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔3〕参见拙文《孔孟食道与中华民族饮食文化》，《'98 世界华人饮食科技与文化交流国际研讨会论文(之六)》，'98 世界华人饮食科技与文化交流博览会组委会，1998 年；并参见本书第一章之“孔孟食道”。

征:崇重食道、恪循食礼、耻于味欲、安于俭食、养生为度。孔子(前551~前479)、孟子(约前372~前289)的食思想被清正儒士们奉为食生活的准则,孔孟的食实践则是他们自己行为取法的典范。他们在食生活领域,也如同在其他任何生活领域一样,以君子自律、自居,孔子的耻与“恶衣恶食者”为伍〔1〕,孟子的鄙视“饮食之人”〔2〕,都深深植根于其思想观念之中,并成为他们食生活实践自觉的准则。孔孟将人按品格资质区分为上、中、下三等,惟饮食是务的人是属于下等之流的。这与古希腊哲学家苏格拉底(前469~前399)将国民成员按心灵品质优劣分为金、银、铜、铁四种类型、两大等级的说法颇可参证,又与苏格拉底将心中只装有个人财货口腹等嗜欲的人视为低贱者的观点颇相近〔3〕。且勿论孔孟或苏格拉底的这种人群区分理论的科学性如何,值得注意的是它们曾有力地影响了中国历史上两千余年间清正儒士食观念和食行为这一史实。

正是这些人的食观念和食实践成为中华民族饮食思想史的主流,是历史上饮食思想健康、积极、科学的代表,是把中华民族饮食文化推向最高文明层面的主体力量。将个人饮食生活置于雅逸乐趣而又简朴清廉享乐艺术层面的苏轼,即是代表性人物之一。他说:“东坡居士自今日已往,不过一爵一肉。有尊客,盛饌则三之,可损不可增。有召我者,预以此告之。主人不从而过是者,乃止。一曰安分以养福。二曰宽胃以养气。三曰省费以养财。”〔4〕“安分”,就是坚持儒学门徒不耽于个人物欲的本分,饮食不过名分;“养气”,就是饮食以养生为本,不贪口腹之欲;“省费”,不为口腹靡费;“养财”,意在节俭而非贪货敛财。其实这也与他的《老饕赋》调侃自嘲一样,除去文

〔1〕《论语·里仁》卷四,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《孟子·告子上》卷十一下,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕〔希腊〕柏拉图著、吴献书译《理想国》第八卷,商务印书馆1929年版。

〔4〕《东坡志林》卷一,《东坡全集》卷一〇一,《四库全书·集部三·别集类三》。

人笔墨游戏之外,真实的是他的积极向上、乐观通达的人生态度的食事反映。陆游自然是另一代表人物,他认为:“吾身本无患,卫养在得宜。一毫不加谨,百疾所由滋。”主张“饮食节饱饥”,吃饭只是为了不饿,因此以“饱”为度,此外无求。这个“饱”并不是极度充塞、满而后止,而是孔子的“食无求饱”：“朝晡食饮,丰约惟其力,少饱则止,不必尽器。”〔1〕他安于黎民百姓的简朴食生活,且有独到的理解:“世人个个学长年,不悟长年在目前;我得宛邱平易法,只将食粥致神仙。”〔2〕“香粳炊熟泰州红,苕甲莼丝放箸空。不为休官须惜费,从来简俭作家风。”〔3〕值得注意的是,此类思想几乎贯穿了陆游的一生,真实而全面地反映了他个人一生的食事理念与饮食实践。应当予以同样重视的是,陆游及此类有强烈社会责任担当的清正之士,还将自己抱定的饮食理念放大为积极影响社会的指导思想和战斗武器,对种种错误观念和不良风气予以鲜明有力的批判。如他的《食酪》诗:“南烹北馔妄相高,常笑纷纷儿女曹。未必鲈鱼芼菰菜,便胜羊酪荐樱桃。”〔4〕《食荠糝甚美盖蜀人所谓东坡羹也》:“荠糝芳甘妙绝伦,啜来恍若在峨岷。莼羹下豉知难敌,牛乳抨酥亦未珍。”〔5〕凡事从事道和政治高度认识,是儒家入世思想和认识论的基本特点。把食生活和个人的修身养性、家族兴衰、民气振疲、国运起伏紧密相连,是儒士们,尤其是那些严于修身、戮力国事和倾心事道研究的儒士的典型食观念。因此,他们的食生活一般都比较简素,他们的食主张更接近小康层甚至果腹层食者群。孔子和孟子两个人的食生活观点与食行为,因其时代制约和明显的论战与示范意义而多少具有鄙

〔1〕 陆游《渭南文集》卷二十《居田记》,《四库全书·集部四·别集类三》。

〔2〕 陆游《食粥》,《剑南诗稿》卷三八,上海古籍出版社1985年版。

〔3〕 陆游《对食戏作》,《剑南诗稿》卷五一。

〔4〕 《剑南诗稿》卷八一。

〔5〕 《剑南诗稿》卷七四。

视食事的情感倾向。而孔孟之后清正儒士的食行为的典型模式,则是自觉修身以简约于食。对于后者,固然不少人是受“民艰于食”的物质限制,而更多更普遍地则是“自艰于食”的节制。这既是清正儒士对孔孟食道的思想深化和持久实践,也是保守和偏执性的继续。

通观两千多年中国封建社会的民族食生活史,清正儒士的传统食观念不仅规范着广大知识群体自身,而且积极影响着整个社会,始终是民族食思想健康的、积极的砥柱中坚。

### (三) 本草家的食思想

本草家,即中华传统医学家;本草家的食思想,即基于中华传统医药学理论与实践的食养、食治思想。“本草”一词,见于西汉,其时,“本草”不仅早因世人所倚重的治病活命特技而成专业之称,而且因著述之多而成学术门类之名。随着本草学医疗实践的不断丰富发展和药物认识科学性的逐渐提高,在至迟自周以下至近代医学兴起之前的三千年左右的时间里,本草家的食思想走着一条缓慢却逐渐深化的漫长道路。这里,我们说“至迟自周以下”,是指本草学形成的时间,其源头和根基当然会更早。早期的理论性认识,则在夏商(约前 21 世纪~前 11 世纪)时代已有端倪。周代(约前 11 世纪~前 256)无疑是本草学食思想和食生活实践取得长足发展的时期。周王廷的“医师”、“食医”、“疾医”、“疡医”和“兽医”等专职人员的配备和机构的设置,表明了食养、食治思想的深化程度和制度的合理。鉴于周王廷的职司设置在很大程度上直接或间接服务于食事制度建设的特点,上述诸“医”事分工,事实上是将自原料鉴定、选取、加工、制作直至营养配餐的全部饮食保健环节分割承担了〔1〕。

〔1〕 赵荣光《周王廷饮食制度略识——兼辨郑玄注“八珍”之误》,载《中国饮食史论》,黑龙江科学技术出版社 1990 年版。

食医所负责的,是各种食物原料的调配剂量,不同季节食物温度的“时气”标准,随季节变化的“时味”调和原则,基本动植物食料之间的宜忌例则与尺度。虽然由于认识发展与知识积累的时代条件的限制,其中尚有不少不尽科学之处,但总的管理程序及基本理论原则还是正确的。

当然,更能深刻反映这种思想的,还是有“中华第一医典”之称的《黄帝内经》。该书首先认为人体脏腑、肢窍的生理功能是一个相互滋生制约的协调统一整体;其次,认为人是自然界的有机组成部分,人体与自然界同样也存在着适应协调的关系。这种把人体自身和人体与自然视为和谐整体的基本认识,正是中国传统本草学辨证施治理论和本草家食思想的核心所在。由此提出了先治未病、未老防衰的英明主张。如何“治未病”呢?那就是已见于《周礼》的“以五味、五谷、五药养其病”〔1〕,即食药并重的原则(已寓食养在药养之先的意向),合理摄食以求养生。而所谓合理摄食,主要体现为这样四个原则:

一是谨和五味:“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气。”“阴之所生,本在五味;阴之五宫,伤在五味……是故谨和五味,……谨道如法,长有天命”。

二是食饮有节:“食饮有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。”

三是饮食卫生:“水谷之寒热,感则害人六腑。”“食饮者,热无灼灼,寒无沧沧。寒温中适,故气将持,乃不致邪僻也。”

四是制宜进食:人的食习之异由“地势使然”,人的进食则应因时制宜。

其后,上述原则被历代本草家不断丰益深化,逐渐细密完备。如

---

〔1〕《周礼·天官冢宰第一·疾医》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。



东汉张仲景(150~219)主张:“人体平和,惟须好将养,勿妄服药,药势偏有所助,令人藏(脏)器不平,易受外患”〔1〕。这一思想后来成了人们口头上的谚语:“药补不如食补”、“药治不如食治”。进入唐代(618~907),中国古代食治理论取得了辉煌成就,孙思邈(约581~682)的《千金要方·食治》、孟诜(621~713)著张鼎补的《食疗本草》、昝殷(9世纪中叶前后在世)的《食医心鉴》(852年问世)、陈士良的《食性本草》(已佚)是其主要代表。以上四种书开列的大量食治方,多是验之经久、行之有效的成方,标志着我国古代食养食治的认识和理论已经具有了相当的社会实践性。

孙思邈的饮食卫生认识与主张,在中国历史上具有重要而深远的影响,他的许多观点和论述在中国历史上早已经深入人心。如他的饮食有节主张:“沉醉呕吐,伤也;饱食即卧,伤也;……不欲极饥而食,食不可过饱;不欲极渴而饮,饮不欲过多;饱食过多,则结积聚;渴饮过多,则成痰癖。不欲甚劳,不欲甚佚,不欲流汗,不欲多睡,不欲奔走车马,不欲极目远望,不欲多啖生冷,不欲饮酒当风,不欲数数沐浴,不欲广志远愿,不得规造共巧,冬不欲极温,夏不欲穷凉,不欲露卧星月,不欲眠中用扇,大寒、大热、大风、大雾皆不欲冒之。五味不欲偏多;故酸多则伤脾,苦多则伤肺,辛多则伤肝,咸多则伤心,甘多则伤肾,此五味克五脏,五行自然之理也。”〔2〕他认为,“节制”把握日常饮食是人对食事应当明确树立的理念与不可掉以轻心的实践原则:“是以善养性者,先饥而食,先渴而饮;食欲数而少,不欲顿而多,则难消也。常欲令如饱中饥,饥中饱耳;盖饱则伤肺,饥则伤气,咸则伤筋,酸则伤骨。故每学淡食,食当熟嚼,使米脂入腹,勿使酒脂入肠。人之当食,须去烦恼,如食五味,必不得暴。嗔多令人神惊,夜梦

〔1〕 唐·孙思邈《备急千金要方·食治序论第一》,《四库全书·子部五·医家类》。

〔2〕 孙思邈《备急千金要方·养性序第一》。

飞扬。每食不用重肉,喜生百病,常须少食肉,多食饭,及少菹菜。并勿食生菜、生米、小豆、陈臭物,勿饮浊酒,食面使塞气孔,勿食生肉,伤胃。一切肉惟须煮烂,停冷食之。食毕当漱口数过,令人牙齿不败、口香。热食讫以冷酢浆漱口者,令人口气常臭,作龋(nì逆)齿病。”〔1〕

宋至清(960~1911)的十余个世纪里,食养食治思想的发展虽然没有取得突破汉唐理论框架和原则的成就,但在实践上则有较大的拓展和变化。南宋(1127~1279)初娄居中的《食治通说》认为“食治则身治”,食疗为“上工医未病一术”。其他如《太平圣惠方》、《圣济总录》、《养老奉亲书》(陈直)等宋代著述,主要记录了一些食治方,这表明食治的作用比既往更受到人们的重视,实践性有了新的发展。

金元(1115~1368)时张从正(1156~1228)的《儒门事亲》等、李杲(1180~1251)的《内外伤辨惑论》及《脾胃论》等、忽思慧的《饮膳正要》、贾铭(1269~1374)的《饮食须知》、吴瑞的《日用本草》等都十分强调食治的重要性,而且随着临床实践经验的丰富积累和医学理论的深化,食养、食治思想无论在深度还是细密程度上,都较以往更前进了一步。忽思慧的《饮膳正要》,是我国历史上第一部营养学专著,它针对健康人的饮食,但对象则是注重蒙元帝后宫廷的。书中记载了大量保健食品,并对每种食料的养生和疗疾作用进行了说明,从而使祖国本草学传统的食养、食治思想更趋深化成熟。

明清两代(1368~1911)本草学著述和食养食治思想均有较大成就。李时珍(1518~1593)《本草纲目》(五十二卷)、朱橚(?~1425)《救荒本草》(四卷)、卢和《食物本草》(二卷)、宁源(源一作原,明嘉靖间在世)《食鉴本草》(二卷,书后附“养生食忌,养生导引法”)、钟惺《饮馔服食谱》、吴有性(明)《瘟疫论》(二卷,补遗一卷)、沈李龙(清初)《食物本草汇纂》(十二卷)、张英《饭有十二合》、章穆(清)《调疾饮

〔1〕 孙思邈《千金·道林养性第二》。

食辨》(六卷)、陈修园(1753~1823)《增补食物秘书》(一卷)、王士雄(1808~1868)《随息居饮食谱》(一卷)、叶天士(1667~1746)《温热论》(一卷)、费伯雄(1800~1879)《费氏食养三种》(《食鉴本草》、《本草饮食谱》、《食养疗法》)、黄云鹄《粥谱》、赵学敏(1719~1805)《串雅内编》与《本草纲目拾遗》(一卷)、许克昌(约 1750~1835)《外科证治全书》(五卷)等,这些食养食治著述无论在数量上还是质量上都远远超过了以往任何时代。这些本草著述,或者丰富了新的食用药用作物和食品品种,或者缕析精审食治文献,或者发明功用、透析因理,或者主述烹调、慎辨服食,总之,使食养食疗从认识到实践更趋大众化、社会化、日常生活化,实用和科学化是基本的时代特征。

需要特别指出的是,本草家的饮食思想,在中国历史上并不仅仅属于本草家族群,本草家的饮食理念、思想认识、知识经验在相当意义上也同时不同程度地属于该族群以外的其他社会族群成员。因此,本草家的食思想同时也是中华民族大众的,是源远流长的“食医合一”实践与“饮食养生”思想的不断延伸扩展。中国本草学传统的食——养——医结合的思想,实现了历史性的系统完善。20世纪以来,随着近代科学的发展,以理化分析和科学实验为基础的实践与理论探索都具有了崭新的时代特征,质和量的科学性把握,更使传统本草学的食思想展示了无穷的生命力。

#### (四) 素食者的食思想

##### 1. 准素食者群

早在夏、商、周三代时期,就形成了中国饮食史上一个以广大下层社会劳苦大众为主体的准素食者群体——“藿食者”群,它的形成主要是由成员的个人经济实力和他们的社会经济地位所决定的。其后,在漫长的中国历史上,这一准素食群体不但一直存在着,而且直到20世纪中叶以前,一直呈现逐渐扩大的规律性趋势。而在三代时

期以后的两千余年历史上,这一群体成员的构成便不再那么简单,他们的社会属性复杂得多了。当然,其基本成分和主要成因则仍是经济方面的。造成群体扩大的主要原因不外是这样两点:一是社会性贫困化程度的相对加深和极端贫苦成员数量的绝对增多,二是社会总人口数量的增长所造成的土地与社会承受力的疲竭。而造成这两个原因的,当然是更深刻和复杂得多的经济、政治乃至历史和文化的诸多因素。例如历史上频发的各种自然灾害、战乱等原因所导致的“饥俭,人皆蔬食”〔1〕,即是其一,而且是一个根本性的原因。当饥馑发生时,广大民众以草根树皮甚至各种不可食之物充饥。而灾难过后,人们的防饥心理也要“有时常想无时,丰年且作歉年”,他们绝不会改变蔬糲清贫的传统。照我们“中国历史上存在着两部饮食史”的理解〔2〕,这个广大的准素食者群体正是与以往任何时代共存的中下层社会(以下层社会为主)食者群的主体,是中下层社会食文化层次的基本成员。之所以称这个群体的成员为准素食者,是因为他们并非人生信念和进食原则上的素食主义者,他们中的绝大部分成员既非素食思想或理论的信奉和力行者,也非食生活中真的一点动物性食料也吃不到的人。他们只是由于长久和极端贫困生活的逼迫,才成了“食草的动物”,并因对这种逼迫的无法克服的恐惧心理而逐渐“习惯”了“食草动物”的生活。对于三代时期的“藿食者”和后来中国历史上准素食者的主体成员来说,他们是一群因经济贫困而很少有可能吃到肉的人。园田经济小农户家饲养的豕、犬、鹅、鸡、鸭等畜禽,也主要不是直接供给自家餐桌的。因此,他们的平居之食,一般情况下都是“蔬食菜羹”的结构和风格。从实践意义上看,他们同

---

〔1〕《晋书·石勒载记》卷一〇四。

〔2〕参见拙文《关于中国食文化研究的几个问题》,载《学术界》1994年第5期;《文摘报》1994年12月22日有评介。

严格的素食主义者事实上的区别,几乎只是一步之遥。正是由于这个在民族总体数量上占相当大比重的、极其广大的准素食者群的长期存在,所以说中华民族特别是广大汉族人基本是食素的或以蔬食为主的,也许并不过分。这个准素食者群,基本等同于庶民大众中的果腹者群,因此在食观念上也是相同或相通的。

## 2. 方士、道家的冀长生食观

“中国根柢全在道教……以此读史,有多种问题可迎刃而解”〔1〕。鲁迅(1881~1936)先生这里所说的“道教”,是指包括作为宗教的道教形成以前的道家及古代巫术、秦汉时的神仙方术等在内的庞杂的道教体系。它对中国历史文化的影晌是极为深刻广泛的,对中国饮食文化的影晌同样是巨大的。道教是中国本土的宗教,其宗教体系的成熟约在4世纪以后。道教注重修炼,其具体方法有服饵、导引、胎息、内丹、外丹、符篆、房中、辟谷等,其中服饵、辟谷等即属于饮食文化的范畴。春秋(前770~前746)以下的老子(春秋末)、庄子(约前369~前280)等的道家思想是道教重要的思想来源;秦汉方士的服饵辟谷、长生成仙的思想和实践追求,则是后世道教成仙理论与修炼实践承续的内容。对秦汉以后中国历代饮食文化和饮食思想产生重大深远影响的,正是这部分内容。

方士服饵辟谷、长生成仙思想的出现始于春秋时期,其后直至魏晋(220~420)成为时尚,在知识界尤其是贵族社会极有影晌。南北朝(420~589)以后也一直不乏实践者,只是近代思想文化的兴起才逐渐使之寂灭。以今天的眼光去看方士、道家以及后来完全包揽进道教之中的异食长生或成仙之术,无疑会觉得充满了莫名的荒唐,但历史地考察,却有许多值得认真和深入思考的问题。首先,这种思想的产生,是上层社会对“肥肉厚酒”贵族传统膳食结构的反省,正是这

〔1〕 鲁迅《致许寿裳》,《鲁迅全集》第九卷,人民文学出版社1958年版。

一反省,导致了先秦一股人数虽不甚多、却影响颇为深远的崇尚素食轻身、辟谷长生食尚思潮的形成,而后则为其绵延时期。与其相伴的,是无数因之成“仙”的言之凿凿传说的极为流行。在这信史与传说、科学与虚妄相间的混沌文化中,反映着我们不应忽视的历史生活内容:“肥肉厚酒,务以相强,命曰烂肠之食”,“甘脆肥脓,命曰腐肠之药”〔1〕,“不食五谷,吸风饮露”而成仙〔2〕。总之,无论是禁肉鱼仅蔬食还是辟谷异食,无一例外是要素食,才可能达到不受寻常食物之害以养生进而长生的目的。这种思潮最初萌发于上层社会,并且始终以那些优游有闲成员为主体,可以说是中国历史上权贵阶层极其倾向的上流社会之尚。

成仙是荒诞的,长生也是不可能的,但追求者的思想探索和实践经验却有其不容忽视的积极意义。长生是不可及的目标,但追求这一不可及目标的过程却是实实在在的;要达到长生,其必经的过程则首先是长寿,寿要长,长至无极,自是长生。因此,追求长生的实践过程便不无积极意义。追求长生,正是贵族食文化层那些被肥肉厚酒所戕,以致早在青壮之年便得了“不胜食气”的“鞞(mèn 闷)病”者的美好愿望。“味众珍则胃充,胃充则中大鞞。中大鞞而气不达,以此长生可得乎?”〔3〕于是才反思以至反动,开始淡素之食的思考与实践〔4〕。历史事实也正是如此:“长生食素”思想的萌芽与存在,与本草学的饮食养生思想的出现与发展,约略同时同步,并行不悖,甚至还互相影响,为佛教在中国的传播和食素戒律的推行提供了理论支点与舆情基础。但是,由于道教的兴起与发展,由于后者对前者的承

---

〔1〕 西汉·枚乘《七发》,见《文选》卷三四,中华书局1977年版。

〔2〕 《庄子·内篇·逍遥游》,中华书局1954年《诸子集成》本。

〔3〕 《吕氏春秋·孟春纪第一·重己》。

〔4〕 参看拙文《略谈中国饮食史上的素食、素食主义、素食文化圈及其相关问题》,见《中国饮食史论》。

继利用,使得方士和道家的这种探索与实践以更多的宗教神秘面目存在于道教之中。莫测的医学与神秘的宗教在中国历史上一直脉息相通或藕断丝连,事实也正是如此,至少宋(960~1279)以前的那些著名本草学家,都程度不同地有着道家或道教的“神仙气”。

方士、道家和道士们之外,历代那些遁于山泉林下的隐逸之士中的许多人,他们的食生活与食观念,也基本上属于淡泊自然的素食或约近素食类型。历代隐逸之士其数虽然不多,但其表率士风、影响舆论的作用却颇大,故其食习尚、食观念与历史时代食文化之关系不可轻视。

### 3. 佛教戒律的素食思想

佛教于两汉之际传入中国,经历了四个多世纪的广泛传播后,至南北朝时已经是寺院遍天下,僧尼满中华,一个数量极其庞大的佛教素食者群逐渐形成。除了佛门数以百万计的僧尼之外,还有数量相当多的未领度牒的持戒信徒居士。他们为“积善”、“断恶”、免“业报”而奉行严格的素食主义。在寺门内外佛教信徒素食生活的严格戒律形成过程中,梁武帝萧衍(464~549, 502~549 在位)的倡言宣教、身率力行无疑起了重要的作用。他要全天下的僧俗无一例外地实行严格的素食,否则就是莫大之罪恶,就要陷入不复之劫的地狱之中。为达到劝谕天下僧俗一律素食的目的,他的确是殚精竭虑,而这首先就要僧众实行彻底的素食,然后才能号召和表率世俗之民。他的《断酒肉文》先是讲唯佛为内道、正道,余则皆为外道、邪道、恶道;然后又云食酒有九不及外道,于是将不持禁酒肉戒的僧众逼到佛理与心理完全崩溃的境地,迫其羞愧痛悔,促其幡然觉悟,立下决然持戒之志。

这个治国无方的“天子”认定戒黑衣、白衣僧众去一切酒肉食是自己的天字号责任,其热衷执著已到了悠悠万事,唯此为大的地步。出家人食了酒肉不仅九不及外道,而且九不及居家人,简直是一食酒肉便入万劫不复之狱,真是罪莫大焉,恶莫大焉。如此恐吓还不够,他的宣讲,又恩威并施,既晓喻以佛理,又胁迫以国家法权,又以经文

佛说更深一步威逼恫吓,列“若食肉者是远离菩萨法”等六远离、“噉食众生是恐怖因”等一百一十六因,布下层层天罗、道道地网,看哪个比丘、比丘尼胆敢一染酒肉?于是“于十方一切诸佛前,于十方一切尊法前,于十方一切圣僧前,与诸僧尼,共伸约誓:今日僧尼还寺之后,各各检勒,使依佛教。若复有饮酒噉肉不如法者,弟子当依王法治问。诸僧尼若披如来衣,不行如来行,是假名僧,与盗贼不异。如是行者,犹是弟子国中编民一户,今日以王力足相治问。”随即,这个身披袈裟的弘法皇帝,“今日当先自为誓,以明本心:弟子萧衍,从今已去,至于道场,若饮酒放逸,起诸淫欲,欺诳妄语,噉食众生,乃至饮于乳蜜,及以酥酪,愿一切有大力鬼神,先当苦治萧衍身,然后将付地狱阎罗王,与种种苦;乃至众生皆成佛尽,弟子萧衍,犹在阿鼻地狱中。僧尼若有饮酒噉鱼肉者,而不悔过,一切大力鬼神,亦应如此治问”。又从营养卫生角度大讲素食之宜:“凡不能离鱼肉者,皆云菜蔬冷,令人虚乏,鱼肉温,于人补益;作如是说,皆是倒见。今试复粗言:其事不尔。若久食菜人,荣卫流通,凡如此人,法多患热,荣卫流通,则能饮食。以饮食故,气力充满,则是菜蔬不冷,能有补益。诸苦行人,亦皆菜蔬,多悉患热,类皆坚强,神明清爽,少于昏疲。凡鱼为生,类皆多冷,血腥为法,增长百疾。所以食鱼肉者,神明理当昏浊,四体法皆沉重,无论方招后报。”〔1〕

萧衍的这种宗教激情而又过于文学化的营养学看法有多少科学性,今天自然是不难判断的。但值得充分注意的三点基本史实是:(1)直到近代科学改变中国先驱者认识的 20 世纪初叶以前,中国既往素食理论的水平基本没有超出萧衍的上述认识或说法;(2)自萧衍大力倡行,僧尼严格的素食戒律的确确立并一直比较严格地执行下

---

〔1〕 以上引文均见萧衍《断酒肉文》,见《全上古三代秦汉三国六朝文》“全梁文”卷七,中华书局 1958 年版。



来了；(3)自南北朝始，以广大佛教僧尼、道教士姑为核心，延及众多居士信徒，以及其他各类素食者构成的庞大的素食者群，形成了一个以汉传佛教寺院和道教宫观分布为基本地域，绵续了约十五个世纪的素食文化圈〔1〕。

萧衍以帝王之尊号召率行天下，他确实也是言行如一了：“日止一食，膳无鲜腍，惟豆羹粝食而已……不饮酒”〔2〕。继梁而起的陈(557~589)政权，更乘势助澜，将兴佛、拜佛、信佛之风推向新高峰。为数极其庞大的佛教素食者群，自南朝中叶以后基本上都是自觉信奉“偏五味中，味味杀人”信念〔3〕、持戒比较严格的素食主义者。当然，这并不是说自此以后所有的僧众都无一例外地自觉持戒了。长久寡素，尤其是极端贫苦的单调蔬食，既无法保证身体的基本需求，也必然在生理和心理上同时产生改变的需求。因此违律现象总是时有发生，严戒之令便不断有文。除了自觉保持素食戒律的僧尼之外，那些“在家”信徒持戒的影响也是不容忽视的。“寅、午、戌月，世人多斋素。谓之‘三长善月。’”〔4〕这种“三长善月”之俗，自南朝以下直至清代的千数百年间，为中国历史上绵亘时间甚长而普被极广的俗尚，不仅内地汉民循行，边区少数民族亦有景从。如南诏国(649~902)时佛教盛行于洱海地区，不仅王室、重要官员的河蛮大姓均皈依佛法、虔诚信仰，百姓也是每户供奉佛像一堂，早晚念经，每年正月、五月、九月吃斋禁屠。这种食斋积善，以求庇佑的心理，是中国人极为普遍和朴素的心态。

佛教的素食理论无疑是很适合中国社会土壤的，一则因为中国

---

〔1〕 参见拙文《略谈中国饮食史上的素食、素食主义、素食文化圈及其相关问题》，见《中国饮食史论》。

〔2〕 《梁书·本纪第三》卷三，中华书局1973年版。

〔3〕 隋唐之际·释灌顶《大般涅槃经玄义》卷上，文物出版社1989年版。

〔4〕 宋·庄绰《鸡肋编》卷上，《四库全书·子部十二·小说家类一》。

庶民大众事实上一直是准素食者群,而佛教徒也基本上由其组成,“好孩子不往庙上舍”的俗语如同“好男不当兵”的说法一样,真实而深刻地反映了相同的历史;二则是善恶有报的积阴鹭(zhì 制)传统观念牢牢地深植于中国百姓的心中:“天不言,而默定下民”〔1〕,“积善之家,必有余庆;积不善之家,必有余殃”〔2〕。佛教的食思想和食戒理论,影响中国社会食生活和人们的食观念,绵绵垂两千年之久,社会各食文化层都不同程度受其影响,以至成为中国食文化、食思想的一大民族的和历史的特征。李渔(1611~1676)以后的“至重宰割而惜生命”观念〔3〕,薛宝辰(1850~1926)的素食之论“逼砧斧而碎胆,临鼎镬以危心。人物之灵蠢则殊,生死之喜畏则一。操刀必试,惨矣!……生机贵养,杀戒宜除……是则于百味绝其腥鲜,即众生捐其苦恼。竟谢肉食之鄙,咸以蔬飧为宜”〔4〕,均可证明这种影响的深刻绵远。

#### 4. 其他素食者群

(1) 示孝食素者。尊亲敬老,是我国早在西周(约前 11 世纪~前 771)时便已确立的国家政策和民俗传统。自汉始,治国标以孝道,选士赖“举孝廉”:汉武帝元光元年(前 134)“冬,十一月,初令郡国举孝廉各一人,从董仲舒之言也”〔5〕。孝的观念、思想、理论便作为社会主导的意识形态在中国历史上和民众心灵里牢牢地扎下了根,深刻地影响着社会生活,有力地规范着人们的思想和行为。孔子对弟子曾参说:“夫孝,始于事亲,中于事君,终于立身。”孝,是人毕生都要

〔1〕 《尚书·周书·洪范》第六卷第十二孔安国传,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔2〕 《易经·坤》卷一,清·阮元《十三经注疏》中华书局 1980 年影印本。

〔3〕 明清之际·李渔《闲情偶寄·饮馔部》卷五《蔬食第一》,浙江古籍出版社 1992 年版。

〔4〕 清·薛宝辰《素食说略》“自序”,民国初年西安义兴新印书馆印行本。

〔5〕 《资治通鉴·汉纪九》卷十七“武帝元光元年”条,中华书局 1956 年版。

戮力实行的做人根本、行事准则。一个人居家能行孝,其报国则必忠,如古语所说:“求忠臣于孝子之门。”当然,这古语是有所本的,本的是社会生活现实,更是本的国家政治:“人臣孝,则事君忠,处官廉。”〔1〕故历代统治者都坚持“以孝理天下”〔2〕的基本国策,孝道的经典著作《孝经》也被奉至“百行之宗、五教之要”的崇高地位。孝,不是一种简单的情感,而是持之以恒的笃诚行为。父母去世后,孝子在居丧期间要吃最粗陋的食物,即蔬食水饮,酒肉自然是想也不要想了,一个悲痛到都不想生存的人哪里还能产生味的欲望呢?也就是机械地胡乱往嘴里塞点什么东西罢了。居父母之孝的人,第一口饭是在第三天才勉强吃下的(通常是亲友好一再劝告之后)。孝子绝食不能超过三天,否则会“哀毁过情灭性而死”,那也是“亏孝道”的,“故圣人制礼施教不令至于殒灭”〔3〕。“圣人”制出这样的礼来,真是煞费心机,良苦至极。要求孝子在三年之内因悲哀节食而造成营养严重匮乏的结果——“哀毁”,这可不是能装扮出来的。三年守孝之食,一个孝子在居孝期间必须禁过常人的生活,房事(更不要说娶妻、纳妾、嫖娼等张扬之举了)是不允许的,面有笑容是不可以的,酒肉之食和稍好些的衣饰也是不可以的,甚至没有表现出严重的营养贫乏症也是不可以的。于是,自汉以来,居孝“哀毁”便是社会舆论监督和国家风宪的标准,成为历史上中国社会的实在与普遍的现象,形成中国历史文化的一大特点。

(2) 明教、白莲教的“吃菜食魔”。公元3世纪时,安息王族家庭的一个成员摩尼(Mani, 215 或 216~约 276)在琐罗亚斯德教二

〔1〕《吕氏春秋·孝行览第二》卷十四“孝行”。

〔2〕《孝经正义》唐玄宗《御制序》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔3〕《孝经注疏·丧亲章第十八》卷九邢昺注,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

元论的基础上,吸取基督教、佛教、诺斯替教等的思想材料,创立了善(光明之神)、恶(黑暗之神)二元神论的一种新教“摩尼教”。琐罗亚斯德教6世纪南北朝时传入中国,中国史称“袄教”、“火袄教”、“火教”、“拜火教”等。西域的焉耆、康国、疏勒、于阗等均信该教,北魏(386~534)、北齐(550~577)、北周(557~581)皇帝曾带头奉祀。隋唐(581~907)时东西两京均建袄祠,唐朝曾设有专门机构管理。当时的信奉者多为侨居的外国人。两宋(960~1279)之际的开封、镇江等地仍有袄祠,民间也有拜火的习惯。摩尼教,中国史称“明教”、“明尊教”、“末尼教”、“牟尼教”等。约在6~7世纪时传入西域地区,武则天(624~705,690~705在位)延载元年(694)传入长安;唐代宗(726~779,762~779在位)宝应元年(762),被居于漠北的回鹘定为国教。唐代宗大历三年(768)应回鹘之请,曾于长安建摩尼教大云光明寺,又在长江流域,洪、扬、越各州及河南府、太原府等地建寺。摩尼教的存在,唐时依附佛教,宋时依附道教,一直延续到明代(1368~1644)。

白莲教是元明清(1271~1911)三代流行的民间宗教,始自南宋初年茅子元创立的白莲宗(佛教净土宗一派),其信徒被称为“白莲菜”。白莲教初为佛教的一支,元代渗入其他宗教观念,其后宗派林立,多达百种以上,但仍可统称为白莲教。

明教奉“三封”、“十诫”为主要戒律,“三封”:口封(不吃酒肉、不说谎)、手封(暗中不做坏事)、胸封(或称阴部封,即戒制淫欲);“十诫”:不拜偶像、不谎语、不贪、不杀、不淫、不盗、不诈伪或行邪道巫术、不二心、不惰,每日进行四次祈祷,实行斋戒和忏悔。白莲教提倡“五戒”:不杀、不盗、不邪淫、不妄语、不饮酒。由于明教、白莲教主张善向恶积极斗争和光明必胜的信念,相对直白明快的教义更易接近下层民众,故在宋以后往往被农民造反者利用为组织发动反抗官府的思想武器。严格的戒律是其统一愚昧、散漫的民众思想与行动的

重要手段,关于食的戒律尤能反映他们的食生活状态和政治倾向。五代梁(907~923)末陈州(今河南淮阳)毋乙(?~920)、北宋(960~1127)末方腊(?~1121)、南宋(1127~1279)初信州、严州、宣州、赣州等地的农民起义,均系利用明教发动的。故历代皇朝国家对其防范甚严,称其为“吃菜事魔”或“魔教”,这称谓也正反映了其食戒的特点。“事魔食菜,法禁甚严。有犯者,家人虽不知情,亦流于远方,以财产半给告人,余皆没官。而近时事者益众,云自福建,流至温州,遂及二浙。”〔1〕白莲宗创始人茅子元即曾被官府以“事魔”罪流配过。明教、白莲教长时间来信徒数量是广大的,在宗教戒律下,素食生活的习惯和信念得以比较严格地坚持。

#### (五) 美食家的食思想

首先要说明的是,这里讲的“美食家”,是针对广义食品,即“饮食”意义上的食品物质对象而言的美食家,而非仅限于“食”——狭义的菜肴和面食、点、糕等品尝赏鉴的专业性人员。与以饱口腹是务的饕餮者和旨在阐释食道、论说食论的食学家不同,美食家是以快乐的人生态度对食品进行艺术赏析和美学品味,并从事理想食事探究的人。饕餮者的主要目的是追求并满足物欲,食学家侧重的是认识说明与理论归纳。美食家既有丰富生动的美食实践与物质享受,又有深刻独到的经验与艺术觉悟,是物质与精神谐调、生理与心理融洽的食生活美的探索者与创造者。中国历史上有无数的饕餮者——中级饮食文化层以上的食者群多数人属于此类,也有许多食学家,但真正可以称得上美食家的人却极少,“人莫不饮食也,鲜能知味也”〔2〕,实为一言中的。当然,这并非说美食家是多么难以成就,也决不意味

〔1〕 宋·庄绰《鸡肋编》卷上。

〔2〕 《礼记·中庸》卷五二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

着美食家的工作或行当是何等高不可攀,事实本来很简单:“知者过之,愚者不及也”;或谓“贤者过之,不肖者不及也”〔1〕。那些智慧和意趣高远的人,志不在此,他们不屑于此!在孔孟抑食思想堂皇统治社会观念,上层阶级食行为又往往与其食言论相背离的时代,又怎么能指望那些“知者”、“贤者”来顾及此事呢?同样道理,那些“愚者”、“不肖者”,固然因经济贫困或文化鄙陋无此能力,而且一旦他们有望超越圣人设教或社会障碍的“唯上知与下愚不移”〔2〕的界限,上升到“知者”、“贤者”的地位,也一定会无例外地不屑为之了。

历史事实是,只是在进入精神自由、思想民主、文化繁荣程度远过于以往任何历史时代,并且科技的发展结果和经济的储备(主要指食生产和食生活领域)有了新的进步的唐(618~907)之后,才开始出现了知识界中的个别“知者”、“贤者”以健康正常的心态注目于美食实践与探索的现象;或者说,产生美食家的社会条件才初步具备。而在此之前,那些以食名史的人,则最多只能称为美食饕餮者,或者仍属于饕餮者一类。

自唐中叶至清中叶——中国古代饮食文化发展的历史顶点——约十个世纪时间,美食家的出现作为一种历史文化表象,在数量上与时俱进、逐渐增多的同时,是思想的不断深化和审美品位的渐趋提高。若从实践领域和审美对象上看,则在总体上表现为首茶饮,次酒饮,最后为肴馔进食的膳事这样依次拓开的逻辑顺序。这是因为,自中唐以后茶事的规范确立到晚期品茶的精致,中国茶艺得到了淋漓尽致的展示;而酒事虽历史很长,但作为重要品种之一的蒸馏酒的饮用,直到元代方主要因蒙古贵族的偏好而成为社会之习,故酒文化形态充分展示的时间过程要比茶事晚些。至于以传统经验、手工操作

---

〔1〕《礼记·中庸》卷五二,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕《论语·阳货》卷十七,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

的肴馔为重心的食品进食文化,因其内容相对庞博繁杂,既涉及原料的充分开发、工具工艺的相应发展,成品品种的扩充又有待宴事活动综合文化等足够的通融表发,历经中唐的兴旺、两宋的繁荣、明清的鼎盛始得充分释放。故以摄取热量和基本营养为主要功能的馔肴(按历史发展过程当如此表述)进食活动虽发生最早,且于人生至关重要,但其美学审视的充分发展则至清中叶始集大成、尽喷薄。以上三者的成熟顺序,是饮食文化运行的历史逻辑,而无关品位级次。

对食品与食事,源自厚积学养基础上的艺术感觉与科学审视,才属于美食家的工作。正如中国古代食圣袁枚所说:“莫怪何曾唤奈何,肴佳原不在钱多;灵霄炙与红虬脯,未必莼羹遽让他!”〔1〕一部《随园食单》的立意与肴馔名目录入,正是突出了这一原则理念。苏轼的美食思考,也可以说是袁枚美食思想的逻辑来源。苏轼的《东坡羹颂并引》很典型地展示了这种清朗高雅的美食思考:“东坡羹,盖东坡居士所煮菜羹也。不用鱼肉五味,有自然之甘。其法以菘若蔓菁、若芦菔、若芥,皆揉洗数过,去辛苦汁。先以生油少许涂釜缘及瓷碗,下菜汤中。入生米为糝,及少生姜,以油碗覆之,不得触,触则生油气,至熟不除。其上置甑,炊饭如常法,既不可遽覆,须生菜气出尽乃覆之。羹每沸涌,遇油则下,又为碗所压,故终不得上。不尔,羹上薄饭,则气不得达而饭不熟矣。饭熟羹亦烂,可食。若无菜,用瓜、茄,皆切破,不揉洗,入罨,熟赤豆与粳米半为糝。余如煮菜法。”〔2〕这种将近乎农家之食体味出独到艺术感觉的审视,才称得上是高品位美食家的眼光。

### 1. 关于茶饮的思想

茶,就其与人养生活命的利害关系来说,绝非是必需品。有茶饮

〔1〕 袁枚《品味》二首之二,《小仓山房诗集》卷三三。

〔2〕 苏轼《东坡全集》卷九八,《四库全书·集部三·别集类二》。

之事以前,中华民族的祖先便早已生活得有声有色,甚至也很伟大壮烈了。茶进入人们的社会和日常生活之后,亦有相当多的人与其无缘。正如我们曾讲过的那样,茶饮的区域、民族与民众的逐渐普被,有一个历史渐进的时间过程,其中既有价值认同、习惯养成和风俗感染的因素,也有消费承受能力的因素。对于果腹堪忧的普通民众来说,茶属于奢侈品,喝茶被认为是一种不应有、也不必要的浪费性嗜好。然而,这并不影响茶饮艺术和茶饮思想的发展。等级制时代的历史文化发展正是如此,艺术和思想本来就与大众很疏远。正因为不是生命和生活的必需,才可能是消遣、品玩的,也才可能精致和艺术化;正因为首先属于有闲阶级和可以不是大众的,才得以在知识分子的文化氛围里艺术起来,思想开去。

茶事的美食家,不是嗜茶或仅以品茶为务的一般意义的茶人,而是能使超越生理需要和艺茶过程之上的个人茶事,完全超越世俗文化层面进行创造性鉴定、品赏和思考的人。在他们那里,不仅在茶事技术操作上匠心妙手臻于艺术化,而且在茶事程序把持上也进入一种从心所欲、有所思解的意境。中国历史上的茶事美食家,主要是指文人中的“嘉客”式茶人和佛门中的“上人”茶人。这两种人同时也是彼此灵性相通、形神关应的,“嘉客”多少是知佛悟禅的,“上人”也大多是善诗能文的,这无疑是儒、佛两种文化融合的历史使然。嘉客茶事,文气洋溢流动,仪度娴熟自若,意韵脉脉袅袅,充分地体现着一个“雅”;形式、仪态、意境,从外到里、自始至终的一个雅;嘉客们既竭力体现各种外象的雅,同时更刻意追求意境极致的雅。以茶清心涤忧,以茶联谊抒情,以茶悦志冶性,的确是嘉客茶人茶事思想的准则和文化的特征。显然,他们茶事的指向和思想的核心是茶个性修养的社会功能与精神结果,而绝非物欲满足。茶的理化属性本无关茶的文化效果,文化效果无疑是饮者的感受觉悟,是中国士的传统心理与文化修养的假物演释放大。



佛门茶人中的拔萃者,即我们所说的茶事上人,见于名籍文录者的数量虽不及嘉客茶人多,但似亦不在后者之下。这是因为,一则禅宗主张言下顿悟,功在于悟,不以语言文字见功夫(故事迹不易于张扬传世);二则“学禅,务于不寐,又不夕食,皆许其饮茶”,茶为禅具,饮茶伴禅过程,“茶佛一味”,得其道者应不在少数。在泰山灵岩寺“大兴禅教”的那个“降魔师”自不必说〔1〕,连茶圣陆羽(733~804)亦是半释之体,他的得茶三昧也是结缘于佛门的。元稹(779~831)的《一字至七字诗:茶》〔2〕很清楚地表明了这种关系:

### 茶

香叶,嫩芽。

慕诗客,爱僧家。

碾雕白玉,罗织红纱。

铤煎黄蕊色,碗转曲尘花。

夜后邀陪明月,晨前命对朝霞。

洗尽古今人不倦,将知醉后岂堪夸。

“慕诗客,爱僧家”,正鲜明准确地揭示了茶事美食家基本由嘉客茶人与茶事上人组成的史实,表明了茶佛之缘。尽管茶自汉以后走出滇川沿江而下在长江流域普及之初,未必是先入释门,但茶事之渐盛与佛徒的嗜习表率有关却是不争的事实。自南北朝(420~589)始,佛门茶人大批涌现,直至明清,密切相关、相伴了中国茶事风尚的兴衰。唐代著名诗僧和茶事上人皎然(约760年前后在世)的《饮茶歌诮崔石使君》〔3〕颇能代表若辈的思想:

“越人遗我剡溪(一作山)茗,采得金芽爨金鼎。

〔1〕 上引唐·封演《封氏闻见记》卷六《饮茶》,《四库全书·子部十·杂家类三》。

〔2〕 《全唐诗》卷四二三。

〔3〕 《全唐诗》卷八二一。

素瓷雪色缥(一作飘)沫香,何似诸仙琼蕊浆。  
 一饮涤昏寐,情来(一作思)朗爽(一作爽朗)满天地。  
 再饮清我神,忽如飞雨洒轻尘。  
 三饮便得道,何须苦心破烦恼。  
 此物清高世莫知,世人饮酒多(一作徒)自欺。  
 愁(一作好)看毕卓瓮间夜,笑向陶潜篱下时。  
 崔侯啜之意不已,狂歌一曲惊人耳。  
 孰知茶道全尔真,唯有丹丘得如此。”

诗中对“涤昏寐”、“清我神”、“破烦恼”茶功用的叙述,应当是普通茶人的追求与满足;“清高世莫知”的感叹已超越普通茶人的层面;而三饮知茶道的全真,即悟入虚无空明,则达到完全忘却尘情、除净俗念的地步。不仅如此,他还企图一种更高远、更永久的超越:“丹丘羽人轻玉食,采茶饮之生羽翼。名藏仙府世空(一作莫)知,骨化云宫人不识。”〔1〕借助茶力和茶事过程,达到凝神和气、定心明性的心理把持与心境营造效果,这正是茶事上人们着意寻求的感觉,如唐释灵一《与元居士青山潭饮茶》所描述:“野泉烟火白云间,坐饮香茶爱此山。岩下维舟不忍去,青溪流水暮潺潺。”〔2〕一瓯在手,身如静物,思想已经如轻烟袅袅,淡入于天际溟濛之中。这种静谧空寂、淡入自然的心境,正是进入禅思的前奏:入夜细雨,若隐若现;定谷幽音,如寂如灭:“喜见幽人会,初开野客茶。日成东井叶,露采北山芽。文火香偏胜,寒泉味转嘉。投铛涌作沫,著碗聚生花。稍与禅经近,聊将睡网赊……”〔3〕“须知不动念,照出万重源。”〔4〕“空何

〔1〕 唐·释皎然《饮茶歌送郑容》,诗人注引《天台记》云:“丹丘出大茗,服之羽化。”  
 《全唐诗》卷八二一。

〔2〕 《全唐诗》卷八〇九。

〔3〕 释皎然《对陆迅饮天目山茶因寄元居士晟》,《全唐诗》卷八一八。

〔4〕 释皎然《禅诗》,《全唐诗》卷八二〇。

妨色在,妙岂废身存;寂灭本非寂,喧哗曾未喧。嗟嗟世上禅,不共智者论。”〔1〕人生、世事、宇宙、佛理、禅机,都随悠悠茶香自由放逸,任之随之,定佛性、启禅悟的效果很自然地在壶里乾坤中实现了。显然,他们正如明代中叶学者所描述的那样,身在尘寰,一瓯在手:“江南风致说僧家,石上清香竹里茶。法藏名僧知更好,香烟茶晕满袈裟。”〔2〕

## 2. 关于酒饮的思想

美食家的酒饮思想,不是普通酒人耽于嗜好感觉的人生态度;酒的美食家,是酒的品鉴技能和酒饮艺术的专门家;他们的酒饮旨趣在于通过酒的品味和功能,以达到助兴抒情、解愁忘忧、行礼仪、敦友谊、壮志气的目的。酒饮与茶饮的自然属性有很大的不同。酒饮一般都是宴饮或佐以肴品的酌饮,而茶饮通常是清饮(无茶食相佐,亦非元明时期杂以他物的近乎食饮),故其生理嗜求和物欲色彩更浓,因而社会食生活中耽于酒者远过于嗜茶者。历史上因酒废业、失德、败事、伤身、致祸者不可胜数;比较而言,酒饮浊、茶饮清,可谓基本史实。故数千年来禁“酒”、戒“逸”是酒思想的第一要义。一个很值得注意的历史现象是,古往今来凡于酒学有深入思考且有足可称道之研究者,几乎无一是有饮量之人。这无疑是他们没有贪嗜物欲,因而未被酒精的麻醉与毒害功能所伤。正因为酒是易于乱性悖礼的特嗜品,故历代酒礼和酒饮思想的一个基调便是“戒”——戒律之戒,而非戒绝之戒,即约束防范。古往今来无数的酒事诗文生动地体现了这种思想指向:

“君子曰:酒以成礼,不继以淫,义也”〔3〕。礼仪宴饮必备酒,俗语所谓“无酒不成席”,但要适度,过了界限即是违礼,即是不义。此

〔1〕 释皎然《禅思》,《全唐诗》卷八二〇。

〔2〕 明·陆容《送茶僧》,清·汪灏等《广群芳谱》卷二十,上海书店1985年版。

〔3〕 《春秋左传·庄公二十二年》,清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

为成礼之酒。

“宜言饮酒，与子偕老。琴瑟在御，莫不静好”〔1〕。新婚夫妇联句抒发对甜蜜和好家庭生活的满足欢快之情，是典型的助兴抒情之酒。

“远望悲风至，对酒不能酬。行人怀往路，何以慰我愁？独有盈觞酒，与子结绸缪”〔2〕。这首汉诗忧情难抑，愁肠百结，充满了惜别重谊之情。曹孟德（155～220）的“对酒当歌，人生几何？譬如朝露，去日苦多。慨当以慷，幽思难忘。何以解忧，惟有杜康！”〔3〕更是解忧遣愁酒诗的千古绝响。左思（？～306左右）的“荆轲饮燕市，酒酣气益震。哀歌和渐离，谓若傍无人。虽无壮士节，与世亦殊伦。高盼邈四海，豪右何足陈。贵者虽自贵，视之若埃尘。贱者虽自贱，重之若千钧。”〔4〕是一首颇具代表性的壮志酒歌，酒壮气豪，气势凌云。

中国古代酒事专家们的酒饮思想，是努力将酒事营造成一种艺术化的生活方式，并于其中品味适意，满足于酒趣的感觉。明末大书法家董其昌（1555～1636）论及酒人操守风格时说道：“凡夫醉于无明，二乘醉于涅槃，惟大圣人能饮酒不及乱。”〔5〕最终还是一个戒的范畴，其最佳境界则应当是“从心所欲，不逾矩”〔6〕。

### 3. 关于膳事的思想

狭义的美食，指的就是精美的饭菜，许多情况下又仅指肴馐——美味菜肴；故狭义的美食家，亦即于肴馔品质鉴定、膳事志趣情有独钟、艺有所擅的人。因为平居饮食是人的活命之需，与茶的清饮品玩

〔1〕《诗经·郑风·女曰鸡鸣》，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

〔2〕清·沈德潜《古诗源·汉诗》卷二，原作李陵《与苏武诗》三首之二，但近人考定非李陵之作，时当在东汉末，文学古籍刊行社1957年版。

〔3〕三国·曹操《短歌行》，《古诗源·魏诗》卷五。

〔4〕两晋之际，左思《咏史》八首之六，《古诗源·晋诗》卷七。

〔5〕明末·董其昌《酒颠》“序”，明刻本。

〔6〕《论语·为政》卷二，清·阮元《十三经注疏》中华书局1980年影印本。

和酒的酌饮享乐具有明显愉悦倾向,因而很容易上升并独立成艺术化的方式,有明显的不同,在历史上一直被置于充饥适口而止的地位,过此则被认为是耽于口腹的奢侈和品位低俗的“养小”。正因为如此,这类美食家的事迹几乎从来没有一个人在既往文字史上留下应有的、充分并公正的肯定性记述。茶人的清雅潇洒,酒人的风流豪迈,可以愉快自由地肆意表现,并被以欣赏的心态描绘入各类史籍;他们本人也可以自娱自赏之情无所顾忌地表白。而肴馔美食家则没有这样的幸运,对于他们来说,至少两千余年的历史都是不公正的,它将怀着不同心态和眼光关注餐桌的人不加区分地一概打入饕餮者另册,鄙视为“小人”。

毫无疑问,美食家根本不属于中国历史上的劳苦大众,后者难以果腹的实际和果腹需要的最高理想,使两者属于天壤之别的不同等级和风马牛不相及的差异文化类别。于是中国历史上的这类美食家便处于一种尴尬的社会地位:因生活实际和观念的巨大差异而与果腹层、小康层社会广大成员的食思想基本无关,又因中层以上社会食者群在放纵物欲的同时却发表言不由衷的意见而视其为异己,于是他们成了中国饮食文化史上思想领域里的蝙蝠。历代统治集团和那些真、假道学先生们都在观念上反对,并在公开言论中批评餐桌上过于精美和丰盛的现象,尽管他们中许多人的实际生活恰好相反;而他们最不能容忍的还是那些在果腹和养生之外的言论,他们认为那不仅是毫无意义的,甚至是不道德的堕落行为。由于“以农业为主是我国早在史前期便已逐渐自然形成的广大地区共性的氏族部落经济特点”〔1〕,而且越来越多的人口高度地拥挤在有限的土地上搏食,一直是中国自有国家以来便有的基本国情,因而可以说,中国的全部

---

〔1〕 参看拙文《粟、稻的培育和猪、狗的驯化——中国原始农业和畜牧业的发生》,见《中国饮食史论》。

既往文字文明史几乎都是民艰于食的历史。正因为如此,庶民百姓的最大愿望是吃饱饭,管理者们的愿望也无疑是真诚地希望自己的子民们能吃饱饭。被统治者和统治者在这个问题上表现出了高度的一致性,尽管两者利益和出发点是那样的不一致。由此,两者又在拒绝美食家意见并否定其存在必要性上表现出高度的一致。因此,在数千年的中国饮食史上,美食家的地位是受压抑的,他们的声音是被排斥的,这正是与饮食文化的历史发展明显不协调、不适应的美食家数量极少且声音微弱的重要原因之一,同时也是制约历史上饮食文化不能充分健康发展的重要原因之一。但是,他们思想的闪光却是不容忽视的,因为他们的思想是突破食生活仅为满足生理需要的传统保守观念的束缚,并匡正各类饕餮奢侈的不良倾向的重要力量之一。在近代科学和文明以前,美食家的思想是代表民族食文化历史发展水准的主要标志之一,同时也是民族文明和健康食生活的重要标志。

如果说自西周至汉代约十三个世纪的时间里文字记录所反映的上层社会宴享和贵族等级好尚对于肴馐的要求主要是丰盛,即品数多——“食前方丈”,料量大——多为烧烤蒸煮的整体或大件动物性原料,那么进入魏晋南北朝后,则逐渐更注重肴馐制作工艺的精细和成品的精美化了。当然,伴随的亚形态和负效应也同样出现了:气派的铺张变成了猎奇的奢侈。而造成这种文化风格历史性变化的主要原因,无疑是在经验积累基础上的烹饪工具与工艺的进步,主要是铛等工具和炒工艺在肴馐(主要是肴)形态和人们(基本是上层社会)习尚变化中的革命性作用。这种过渡性变化在中国饮食史上的兴旺(隋唐五代)、繁荣(宋辽金元)两个时期,固定成了社会食生活肴馐的基本式样和民族中上层社会的食文化传统。唐(618~907)、宋(960~1279)两代的大量文录,富贵之家的家厨和主要服务于中层以上社会成员的酒楼饭店所制作的数以百计的精美肴馐名目,表明时代已为

美食家嘴巴和头脑的研究提供了必要的物质对象。也正是在唐代,美食家们的活动开始在历史文录上留下了自己的影响。中国历史上的美食家正是基于物无贵贱皆可入馔且各成特点这一根本原则,才突破了贵族阶级取料务求珍异奢贵的传统观念,将思考的触觉置于合理的物质基础之上,着重把握火候和调味两个基本点,使自己的美食实践升高为一种创造性和充满积极乐趣的艺术活动,形成了视食事为富于严肃科学精神和轻松愉快情趣的享受品赏过程的思想。

中国历史上的美食家,是食文化的专门家和食事艺术家,民族文化深厚的陶冶教养、广博游历与深刻领悟、仕宦经历或文士生涯、美食实践与探索性思考等,是成就美食家的基本条件〔1〕。他们与各种只用嘴巴来进行食事活动的人非属同类,也很不同于本草家和养生家。美食家的食事活动,是知识分子的享受性艺术活动和娱乐性劳动,虽然这一艺术活动并不被多数士人欣赏,这一劳动也几乎没有被人承认——连他们自己似乎也未觉悟到。当然,中国历史上的美食家并不是普泛意义上的知识分子,他们是既有美食实践、又有独到思考和创造性研究的学者,于是他们被决定只能是富家层和贵族层两个文化类型集团中人,或是依附其中的食客。

---

〔1〕 参看拙文《美食家袁枚和他的〈随园食单〉》、《从〈浮生六记〉看清中叶的饮食生活》,见《中国饮食史论》;《平生品味似评诗 落想腾空眩目奇——中国古代食圣袁枚美食实践暨饮食思想述论》,见《赵荣光食文化论集》。

## 第十二章 中华民族共同体中各少数民族饮食文化\*

我国自古以来就是一个多民族的国家。中华民族共同体,如同世界上的任何其他民族共同体一样,也是一个不断生息衍化的组合族群。中华民族共同体中的各兄弟民族之间不断交流,共同发展,创造了包括饮食文明在内的光辉灿烂的中华文化。但是,由于种种历史的原因,各少数民族历史文化的汉字文献一般都相对阙疏稀少,故主要以汉字记录表述的中华民族历史,往往留有对少数民族生活内容的记录过于贫乏缺失的遗憾。这种缺失和遗憾是历史的,因此是无可奈何的。但是,今天的研究者则应当力求匡补历史之失,而不应再蹈前人之愆。由于我国各民族所处的社会历史发展阶段不同,居住在不同的地区,形成了风格各异的饮食习俗。根据各民族的生产生活状况、食物来源及食物结构,从历史发展来看,可大致划分为采集、渔猎型饮食文化,游牧、畜牧型饮食文化,农耕型饮食文化。若从区域文化差异和各民族文化关系来认识,则又大致可分为东北、华北少数民族饮食文化,西北少数民族饮食文化,中南、西南少数民族饮食文化,华东少数民族饮食文化。

---

\* 本章内容除参考诸多有关民族史与民族文化文字资料外,主要得益于本人在既往三十余年里对各少数民族聚居区的田野考察与生活体会。在此感谢那些热情接待过我并为我的考察提供过各种帮助的少数民族乡亲与朋友。



## 一、东北及华北地区少数民族食俗

这一地区地域辽阔,自然资源十分丰富,对发展农牧业生产具有得天独厚的优越条件,自古以来就是中国少数民族生息繁衍的一个古老摇篮。古代多以畜牧、狩猎为生,后来一些民族以农业生产为主。生活在这一区域的民族有蒙古族、满族、朝鲜族、达斡尔族、鄂温克族、鄂伦春族、赫哲族等。

### (一) 蒙古族饮食风俗

蒙古族,581.39万人〔1〕,主要聚居在内蒙古自治区,其余多分布在新疆、辽宁、吉林、黑龙江、青海等省区。自古以畜牧和狩猎为主,被称为“马背民族”。蒙古族日食三餐,每餐都离不开奶与肉。以奶为原料制成的食品,蒙古语称“查干伊得”,意为圣洁、纯净的食品,即“白食”;以肉类为原料制成的食品,蒙古语称“乌兰伊得”,意为“红食”。奶制品一向被视为上品。肉类主要是牛、绵羊肉,其次为山羊肉、骆驼肉和少量的马肉,在狩猎季节也捕猎黄羊。最具特色的是剥皮烤全羊、炉烤带皮整羊,最常见的是手扒羊肉。蒙古族吃羊肉讲究清煮,煮熟后即食用,以保持羊肉的鲜嫩。喜食炒米、烙饼、面条、蒙古包子、蒙古馅饼等食品。每天离不开茶,除饮红茶外,几乎都有饮奶茶的习惯。多数蒙古族人能饮酒,多为白酒、啤酒、奶酒、马奶酒。蒙古族民间一年之中最大的节日是“年节”,也称“白节”或“白月”。腊月二十三过“小年”,全家团聚吃团圆饭、喝团圆酒;腊月二十三至正月初五过春节,称为“大年”,三十晚上要守岁,除夕户户都要吃手

---

〔1〕 本章各少数民族人口统计数字,系依据2000年第五次全国人口普查公布数字,《中国统计年鉴》中国统计出版社2002年版。

扒肉,也要包饺子、制烙饼。初一的早晨,晚辈要向长辈敬“辞岁酒”。一些地区,夏天要过“马奶节”。节前家家宰羊做手扒羊肉或全羊宴,还要挤马奶酿酒,节日里,牧民要用最好的奶制品招待客人。由于生产方式和生活方式的长久因循,蒙古族的饮食文化在漫长的历史上基本是一以贯之的“红食+白食”模式,粮食、茶等非牧区出产食料最初都是来自与农耕地区的交换。近代以来,由于传统“逐水草而居”方式的逐渐改变,定居比重的普遍提高和城市化的日趋发展等原因,蒙古族的食生活已经发生了与时俱进的巨大变化。城市与牧区、牧民与非牧民社会群体等食生活风格的差异明显存在。但是,习俗的因循和传统的延续仍然非常突出,草地文化和鞍马民族的遗风依然在蒙古族的日常饮食生活中大量地保留着。

## (二) 满族饮食风俗

满族,1 068.23 万人,主要居住在东北三省、河北省和内蒙古自治区。早期满族先民以游猎和采集为主要谋生手段,17 世纪中叶以后满族分成了京满、驻防八旗满族和故地满族三大部分,真正保留满族传统民俗文化的主要是东北故地满族。东北故地满族主要从事农业,过去多以高粱米、玉米和小米为主食,现以稻米和面粉为主粮。喜在饭中加小豆或粳豆。有的地区以玉米为主食,再以玉米面发酵做成“酸汤子”。东北满族大多有吃水饭的习惯,即在做好高粱米饭或玉米糝子饭后用清水过一遍,再放入清水中泡,吃时捞出。饽饽是满族的特色食品,各种黏饽饽是用黏高粱、黏玉米、黄米等磨成面制作而成的。含糖、油较重的“萨其玛”是满族人尚食的特色点心。冬天,满族民间常以秋冬之际腌渍的大白菜(即酸菜)为主要蔬菜。但相当时间以来,大量腌渍和食用酸菜的 tradition 因冬季蔬菜来源的不断扩大和青年人观念的改变,正在发生变化,人们更多地是越来越依赖新鲜蔬菜了。食用油以豆油为主,传统则更多食用猪油和苏子油。

肉食以猪肉为主,部分地区的满族禁食狗肉。满族许多节日与汉族相同,逢年过节,均要杀猪。农历腊月初八,要吃腊八粥。除夕吃饺子,在一个饺子中放一根白线,谁吃着白线就意味着谁能长寿;也有的在一个饺子中放一枚铜钱,吃到便意味着有财运。满族过去信仰萨满教,每年都要根据不同的节令祭天、祭神、祭祖先,以猪和猪头为主要祭品。过去,在庄稼成熟的季节,满族还有“荐新”祭祀的习惯,现已被“上场豆腐下场糕”的习俗所替代〔1〕。

### (三) 朝鲜族饮食风俗

朝鲜族,192.38万人,主要居住在东北三省、内蒙古等地。朝鲜族主要从事农业生产,过去有一日四餐的习惯,除早、中、晚餐外,在农村普遍于晚上加一顿夜餐。他们喜食米饭,善做米饭。常食用大米面制成的片糕、散状糕、发糕等。日常常食“八珍菜”(用绿豆芽、黄豆芽、水豆腐、干豆腐、粉条、桔梗、蕨菜、蘑菇等制成)、“酱木儿”(用小白菜、秋白菜、大头菜、海带等制成的汤)、泡菜、辣椒。肉类以猪、牛、鸡和各种鱼类为主,普遍喜食狗肉。朝鲜族最具代表性的食品是“克依姆奇”,即朝鲜族泡菜和冷面、打糕、狗肉汤。朝鲜族注重教育,文化传统厚重悠久,讲究礼俗礼仪,敬老尊客。在有老年人的家庭里,进餐时一般要为老人单摆一桌。全家人进餐时,不许在长辈面前饮酒吸烟。朝鲜族注重节令,每逢年节和喜庆之时,在菜肴和糕饼上要用辣椒丝、鸡蛋片、紫菜丝、绿葱丝或松仁米、胡桃仁加以点缀。注重根据不同季节调整饮食,如春天食用参芪补身汤,清明节必食明太鱼,伏天食用狗肉汤,冬天食用野味肉、野味汤和用牛里脊肉与各种海鲜制成的“神仙炉”。一年四季喜饮一种以糯米饭

〔1〕 参见赵荣光《满族食文化变迁与满汉全席问题研究》,黑龙江人民出版社1996年版。

酿成的酒“麻格里”〔1〕。

#### (四) 达斡尔族饮食风俗

达斡尔族,13.24万人,主要居住在内蒙古、黑龙江和新疆等省区。主要从事农业,食物结构以米面为主食,肉乳蔬菜为辅。达斡尔族习惯于农忙时日食三餐,农闲时日食两餐。过去以稷子、荞麦、燕麦、大麦、苏子为主食,20世纪以后,面粉、小米、玉米渐占主导地位。稷、麦多制成干饭和粥,粥中拌以牛奶或野兔、狍子、飞禽肉汤。面粉多制成面条、馒头、烙饼和水饺,鲜牛奶面片、面片拌奶油白糖、烙苏子馅饼等颇具民族特色。肉食过去以野生动物为多,有狍子、鹿、驼鹿、野猪、黄羊、飞龙、沙鸡、野鸡等。现以猪、牛、羊、鸡等为主要肉食,平时喜用肉炖蔬菜,善制酸菜、咸菜、干菜,以备冬春食用。常采集柳蒿菜、山葱、山芹菜、野韭菜等为食。饮料有鲜、酸牛奶,奶酒,奶米茶等。达斡尔族称春节为“阿涅”。年前,家家要杀年猪、打年糕。中秋节要做月饼,用黄油、白糖、山丁子粉和倭瓜粉作馅料。达斡尔族有敬老、互助和好客传统,不论谁家宰杀牲口,均要择出好肉分赠给邻居和亲朋。狩猎和捕鱼归来,甚至路人也可以分得一份。有客临门,即使生活贫困,也乐于设法款待。以烟待客,是达斡尔族的传统,出门在外,男女都随身带烟,熟人见面相互敬烟。

#### (五) 鄂温克族饮食风俗

鄂温克族,3.05万人,主要居住在内蒙古东北部和黑龙江省西部,多从事畜牧业,少数半农半牧。在纯畜牧业地区的鄂温克族以乳、肉、面为主食。每日三餐离不开牛奶,既以鲜奶作饮料,也常把鲜

---

〔1〕 参见赵荣光《关于中国食文化的报告》,载《赵荣光食文化论集》,黑龙江人民出版社1995年版。

奶制成酸奶和干奶制品。常将奶油涂在面包或点心上食用。主食以面为主,一般为烤面包、面条、烙饼、油炸馓子。有时也食大米、稷子和小米,但均制成肉粥,很少吃干饭。肉类以牛羊肉为主。入冬前,要大量宰杀牲畜,将肉冻制或晒干储存。多将肉制成手扒肉、灌血肠、熬肉米粥和烤肉串食用。生活在兴安岭原始森林里的鄂温克族,完全以肉类为主食,吃罕达犴肉、鹿肉、熊肉、野猪肉、狍子肉、灰鼠肉和飞龙、野鸡、鱼类等,其中罕达犴、鹿、狍子的肝、肾一般生食,其他部分则要煮食。鱼类多用清炖法制作,只加野葱和盐,讲究原汁原味。生活在农耕兼渔猎地区的鄂温克族以农产品为主食,肉类作副食,日常喜食熊油。鄂温克族以奶茶为主要饮料,也饮用面茶、肉茶。传统上用罕达犴骨制成杯子、筷子,鹿角做成酒盅,犴胃盛水煮肉,桦木皮、兽皮制成盛器。除春节等节日与附近其他民族相同外,鄂温克族还要在农历五月下旬举行“米调鲁节”。“米调鲁”是欢庆丰收之意。鄂温克族十分好客,客至,要用奶茶、酒、肉肴款待。

#### (六) 鄂伦春族饮食风俗

鄂伦春族,0.8196万人,主要居住在内蒙古自治区呼伦贝尔盟及黑龙江省的大兴安岭林区。从事狩猎业、林业,部分兼营农业、采集和捕鱼。鄂伦春族过去一直以各种兽肉为主食,一般日食一两餐,用餐时间不固定。冬季在太阳未出前用餐,餐后出猎;夏天则早晨先出猎,猎归后再用早餐。有时在猎区过夜。早晚两餐,均由妇女在家司厨。主食以瘦肉为主。近代鄂伦春族的饮食中多了米面、玉米、土豆等食物。他们食用最多的是狍子,其次是犴。兽肉食用方法大都习惯于煮、烤和生食肝肾,煮肉时将带骨肉块煮至半熟捞出,用刀割取蘸盐水食用,尤喜食带血筋的肉。食用狍子时,喜欢将煮过的肉及其肝肾切碎拌和,再拌上野猪油和野葱花而食。现在,也常将兽肉切

块炒、炸或配以蔬菜制作成菜肴。鄂伦春族一般用晒干法保存猎物。严冬出猎之前,常常喝一碗熊油以增强御寒能力,成年男子好饮酒,多为自制的马奶酒和由外地输入的白酒。鄂伦春族待人纯朴、诚恳,有客来,一定盛情招待,若遇猎归,不论是否相识,只要你说想要一点肉,主人均会将猎刀给你,任由割取。鄂伦春人有较多的饮食禁忌,如规定妇女在月经期或产期内不能吃野兽的头和心脏;不准向“仙人柱”(帐房)中升起的篝火吐痰、洒水;每次饮食要先敬火神;不许射击正在交配的野兽;猎获鹿、犴、熊或野猪后,开膛时心脏和舌头须连在一起,不能随便割断;在丧偶之后,未亡人三年内不能吃犴肠和犴头肉。

#### (七) 赫哲族饮食风俗

赫哲族,0.4640万人,主要居住在黑龙江省,从事渔、农、猎业生产。曾以鱼、兽肉为主食,后逐渐变为粮与鱼、兽各半,现以粮食为主食。赫哲族人喜食“拉拉饭”(用小米或玉米糝子做成软饭,拌上鱼松或各种动物油)和“莫温古饭”(用鱼或兽肉同小米一起煮熟加盐制成的稀饭)。现在大部分人家均吃馒头、饼、米饭和蔬菜。他们食鱼的方法很多:有的将鱼去掉内脏,用刀划口,加上食盐,再用火炙烤,成熟后抖掉鱼鳞即食;有的将鱼肉串在烤叉上,抹上食盐熏烤食用;还有的将鱼肉制成鱼干平日食用;他们还以善制鱼松著称,而且每餐均食鱼松;最有特色的要算吃“生鱼”了,也就是将生鱼肉拌以作料食用。春节时,家家要摆鱼宴,吃大马哈鱼籽制成的菜肴,吃饺子和菜拌生鱼,每餐均不能吃剩菜剩饭,要把剩菜饭存起来,待过完春节后再吃。结婚时,新郎要吃猪头,新娘吃猪尾,意为夫唱妻随;并共食面条,表示情意绵绵,白头到老。赫哲族人多喜饮酒,一般不饮茶,而是喝生水。用餐时,晚辈一般不能与长辈同桌,鱼头必须敬给长者,体现对长者的敬重。

## 二、西北地区少数民族食俗

广阔的西北地区是少数民族生息繁衍的又一古老摇篮。今天该地区主要居住着回族、维吾尔族、哈萨克族、东乡族、柯尔克孜族、撒拉族、土族、锡伯族、塔吉克族、乌孜别克族、俄罗斯族、保安族、裕固族、塔塔尔族以及蒙古族、藏族等。自公元7世纪中叶伊斯兰教开始传入中国以后至近代,我国相继信仰伊斯兰教的共有回族、维吾尔族、哈萨克族、东乡族、柯尔克孜族、撒拉族、塔吉克族、乌孜别克族、保安族、塔塔尔族等10个少数民族。由于伊斯兰教的同一信仰,这些兄弟民族有着基本相同的饮食禁忌和彼此相近的饮食心理习俗。但由于各民族所在子文化区位的地域环境不尽相同,各民族从事的生产与经济活动各异,从而导致了其经济、文化发展水平的差异和不平衡,因此决定了各民族膳食结构、饮食礼仪与俗尚的各自风格。

### (一) 回族饮食风俗

回族,981.68万人,在宁夏、甘肃、新疆、青海等省区较为集中,全国各地均有分布。回族主要从事农业,并附带经营牧业和交通运输业,城镇中的回族多经营商业和饮食服务业。受伊斯兰教影响,回民禁食猪、马、驴、骡、狗和一切自死动物、动物血,禁食一切形象丑恶的飞禽走兽,无论牛、羊、骆驼及鸡、鸭,都要经阿訇或做礼拜的人念安拉之名后屠宰,否则不能食用。各地回民的饮食也有所不同。如宁夏的回族以米、面为日常主食,而甘肃、青海的回族则以小麦、玉米、青稞、马铃薯为日常主食。常食的面点有馒头、烧锅、花卷、面条、烧麦、包子、烙饼及各种油炸面食。油香、馓子是各地回族喜爱的特殊食品,也是节日馈赠亲友的礼品。肉食以牛、羊肉为主,有的也食骆驼肉,食用各种有鳞鱼。回族讲究饮料,凡是不流的水、不洁净的

水不饮用,并喜欢饮茶和以茶待客。回族很注意卫生,凡有条件的地方,饭前饭后都要用流动的水洗手,多数回民不抽烟,不饮酒。民间节日主要有开斋节、古尔邦节、圣纪节。回族的筵席讲究各种菜肴的排列,婚宴一般用八至十二道菜,忌讳单数。宁夏南部盛行“五罗四海”、“九魁十三花”、“十五月儿圆”等清真筵席套菜。回族是富于创造性的民族,清洁、精致和丰富多彩是其食品和饮食文化的特色。信仰伊斯兰教的其他少数民族的饮食禁忌与节日食俗与回族大致相同。

## (二) 维吾尔族饮食风俗

维吾尔族,839.94万人,主要居住在新疆。饮食以粮食为主,主要有小麦、水稻、高粱、玉米、豆类、薯类等,肉类、蔬菜、瓜果为辅。其中以面食为主,喜食牛、羊肉。常食的主食有馕、羊肉抓饭、包子、面条等,烤羊肉串、烤全羊等菜品颇具地方特色。用小麦粉或高粱粉等制作的各种形制、风格的馕是维吾尔族最具民族特色的食品。羊肉抓饭维吾尔语称“普劳”,一说即古代的饽饽,主要原料有大米、羊肉、胡萝卜、洋葱、葡萄干、清油等,因其营养丰富、色泽悦目、气味诱人,被俗称为“十全大补饭”。维吾尔族人吃饭时,在地毯或毡子上铺“饭单”,饭单多用维吾尔族的木模彩色印花布制作。长者坐在上席,全家共席而坐,饭前饭后必须洗手,洗后只能用手帕或布擦干,忌讳顺手甩水。吃完饭后,由长者作祷告。如果有客临门,要请客人坐在上席,摆上馕、糕点、冰糖等,夏天还要摆上一些瓜果,给客人上茶水或奶茶。饭前要请客人洗手。吃饭时,客人不可随便拨弄盘中食物,不可随便到锅灶前去,一般不把食物剩在碗中,并应注意不让饭屑落地,如不慎落地,要拾起来放在自己近前的“饭单”上。共用一盘吃抓饭时,不可将已抓起来的饭粒再放进盘中,吃饭或与人聚谈时,不可擤鼻涕、吐痰。吃完饭后,由长者领作“都瓦”,此时客人不能东张西望



或站起,需待主人收拾完食具后,客人才能离席。

### (三) 哈萨克族饮食风俗

哈萨克族,125.05万人,主要居住在新疆。主要从事畜牧业,除部分经营农业者已经定居外,大部分牧民仍过着游牧生活。日常食品主要是面类食品、牛、羊、马肉、奶油、酥油、奶疙瘩、奶豆腐、酥奶酪等。喜欢将面粉制成油饼子、烤饼、油饼、面片、汤面等,或将肉、酥油、牛奶、大米、面粉调制各种食品。有时也吃点米饭,习惯上将米饭与羊肉、油、胡萝卜、洋葱等一起制成抓饭。以奶油混合幼畜肉装进马肠里蒸熟而后食用的“金特”,是哈萨克人的风味美食。饮料有牛奶、羊奶、马奶子、茶、奶茶。哈萨克族有尊敬老人、热情好客的传统,一般在进餐时让长辈先坐,并把最好的肉让给老人。若有客至,主人均要拿出最好的食品招待。牧民认为:“如果在太阳落山的时候放走客人,是奇耻大辱。”在饮食活动中,年轻人平时不准在老人面前饮酒,不准用手乱摸食物,不准坐在装有食物的箱子或其他用具上,不准跨越或踏过餐布。

### (四) 撒拉族饮食风俗

撒拉族,10.45万人,主要居住在青海、甘肃等省。主要从事农业,种植小麦、青稞、荞麦、土豆、蚕豆、豌豆、蔬菜、瓜果等,饲养马、牛、羊、驴、骡、鸡、鸭、兔等。习惯上日食三餐。主食多为面点,如花卷、馒头、烙饼、面片、拉面、擀面、搅团等。所制散饭颇有地方特色,制法是将面粉或豆面徐徐撒入开水里,搅成糊状的面粥。搅团的制法与散饭相同,只是比散饭要稠一些。食用时配以酸菜和蒜泥、辣椒等辛辣作料。撒拉族多由年轻妇女和姑娘专司做饭、端盘子,不与老人、长辈同桌。他们一般喜饮茶,不饮酒,茶主要是奶茶和麦茶。为亡人祈祷时要煮麦仁饭。麦仁饭是小麦去皮后与羊(或牛)杂碎及少

许豌豆、蚕豆放入大锅里熬煮,成熟后再加一些面粉、盐、花椒粉等制成的像粥似的饭。在食用前,要请全村男女老少自带碗筷来吃,先男人,后妇女,席地而坐,随来随吃,因故不能来的也可让别人带回去。亲友之间往来,一般要互赠焜锅馍、酥盘(一种类似大馒头的蒸馍)、“比利买海”(用植物油、面粉制成的油搅团)等,节日通常炸油香。

#### (五) 塔吉克族饮食风俗

塔吉克族,4.10万人,主要居住在新疆。主要从事畜牧业,饲养牛、羊,兼事农业,在山谷里种植青稞、豌豆、小麦等作物,过着半定居、半游牧的生活。日食三餐,主要食品有肉、面、奶,农区以面食为主,牧区以肉食为主。喜将面和奶或米和奶一起制成主食,许多日常食品与维吾尔族相似。塔吉克族的日常饮食,一般注重主食,不太讲究副食,很少吃蔬菜。早餐是奶茶和馕,午餐是面条和奶面糊,晚餐大都吃面条、肉汤加酥油制品。食肉时,喜欢用清水将较大的肉块煮熟,再蘸食盐吃。习惯于饮用奶茶。饮食均由家庭主妇操持。敬客宰羊时,要把欲宰的羊牵到客人面前,请客人过目后再宰杀。进餐时,主人要先给客人呈上羊头,客人要割下一块肉,再把羊头双手奉还给主人。随后,主人再将一块夹有羊尾巴油的羊肝送给客人。接着主人要拿起一把割肉的刀子,刀柄向外送给客人,请一个客人分肉。在主客相互谦让后,一般由有经验的客人分肉,肉分得很均匀,人各一份。进餐的客人中如有男有女,一般要分席就餐。

#### (六) 东乡族饮食风俗

东乡族,51.38万人,主要居住在甘肃省。主要从事农业,作物有小麦、青稞、豆子、谷子、荞麦、土豆、大麻、胡麻、油菜等。牧畜有羊、马、牛等。东乡族日食三餐,每餐不离土豆。土豆既可当菜,又可当饭,煮、烧、烤、炒均可。冬春之际,早餐多吃烧土豆,每年入冬以

后,东乡族的家庭主妇,每天早上第一件事,就是把土豆焐在炕洞的烫灰里。焐熟之后,全家围着炕桌吃。也有的将土豆切块入锅,煮至将熟时加青稞面,并把土豆捣碎,再加酸菜、油蒜泥,作为早点。他们喜欢把青稞面、大麦面制成“锅煽”或“琼锅馍”作为主食。夏季,很多东乡族人喜将快熟的青麦穗或青稞穗煮熟,搓干净,再用石磨磨成长“索索”,拌上油辣子、蒜泥和各种炒菜合食。用酸浆水与和田面(青稞、豆子磨成)和匀,做成面饊,这是最普通的晚餐。还有的用玉米面、小麦面、豆面等制成散饭、搅团、米面窝窝、荞麦煎饼、羊肉泡馍等。总之,饭菜合一为东乡族饮食的一大特色。他们制作的“栈羊肉”,别具风味,一般是清水下全羊,锅上蒸“发子”,即把羊心、肝、肺切碎,盛入碗内,调以姜米、花椒粉、味精及葱花,放在笼屉上蒸熟。屠宰栈羊吃发子是东乡族改善生活的一种形式。东乡族人喜饮紫阳茶和细毛尖茶,一般每餐离不开茶。一日三餐均在炕上,炕上放一炕桌,全家人都围着炕桌盘膝而坐。媳妇在厨房内吃饭。每一餐必须在长辈动筷后,全家才能进餐。在东乡族男人中间,有“吃平伙”的习惯。农闲时一些人凑在一起,选一只肥羊,在羊主人或茶饭做得好的人家宰羊,整羊下锅,杂碎拌上调料上锅蒸。吃平伙的人先喝茶、吃油饼,待“发子”熟了,一人一碗,而后又在肉汤里揪面片吃,再将煮熟的羊肉分成若干份,每人一份。最后大家摊钱给主人,也可以用东西和粮食折价顶替。东乡族热情好客,待客最隆重的是端全羊,喜欢用鸡待客,一般将鸡分成十三块,以鸡尖(鸡尾)为贵,通常要将鸡尖给客人。

### (七) 柯尔克孜族饮食风俗

柯尔克孜族,16.08万人,主要居住在新疆南部。主要从事畜牧业,饲养马、牛、羊等,兼事农业,以种植青稞、小麦等耐寒作物为主。柯尔克孜族一日三餐,除早餐为馕和茶或奶茶外,午餐和晚餐多以面

食、马、牛、羊肉为主。在农区以粮为主,但肉类仍占有很大比重。粮食大都用来磨面做饊、面条、奶皮面片、稀粥、油饼、油馓、馄饨等。日常蔬菜不多,主要为土豆、圆白菜、洋葱等。肉类以做成手抓羊肉、烤肉为主,其次大多做成灌肺、灌肠、油炒肉、肉汤等。柯尔克孜族喜食奶和奶制品,常见的有马奶、牛奶和奶皮、奶油、酸奶、奶饊等。平时喜欢饮用青稞、麦子或糜子发酵制成的名为牙尔玛的饮料,好饮茯茶,煮沸后加奶和食盐。在请客人吃羊肉时,先吃羊尾巴油,然后再吃胛骨和羊头肉,尤以羊头肉待客为尊。客人吃肉前,要先分一些给主人家的妇女和小孩。在吃其他食品时,不要吃光盘中食物,以表示主人待客热情,食品吃不完。忌讳将剩菜剩饭倒在地上,在客人使用的餐具里,不能剩下残羹剩饭。

#### (八) 乌孜别克族饮食风俗

乌孜别克族,1.24万人,主要散居在新疆各地。大多从事商业,少部分从事农业、牧业和园艺业。日常饮食以粮食为主,肉类和蔬菜为辅。日食三餐,主食以面米为主。面食以饊最为常见,大米多用来做抓饭。肉食以牛、羊、马肉为主,喜食抓肉、烤肉、“库尔达克”(土豆炖肉)和一种用蛋清、白糖制成的甜食“尼沙拉”。以切碎的熟肉、皮牙孜(洋葱)、胡椒、酸奶子、肉汤拌合后手食的“纳仁”,是乌孜别克人的风味食品,多在重大节日和待客时用。平时多饮奶茶、红茶和茯茶。用餐时,长者居上座,幼者居下,如果家庭人口较多,还分席用餐,一般情况下,妇女和孩子要另设一席。过去许多食物都用手抓食,所以饭前饭后都要洗手。现在除牧区仍然以手抓食外,大多数人都改用筷子和羹匙进餐。

#### (九) 保安族饮食风俗

保安族,1.65万人,主要居住在甘肃省。以农业为主,部分人兼

营手工业和牧业。农作物有小麦、大麦、豆类、土豆、荞麦、胡麦等。日常饮食以米、面为主,大多数偏重面食。主要品种有馒头、花卷、煎饼、炕锅馍馍、包子、汤面条、臊子面、凉面、浆水面和捏面筋等。许多杂粮如玉米也多磨成面后食用。小米多用来做稀饭。肉食以牛、羊肉为主,也食鸡、鸭、鱼,一般以手抓羊肉为上品。保安族还将鸽肉稀饭作为体弱、大病初愈者的补品。喜饮茶,一般在冬季喝茯茶、砖茶、沱茶,夏季喝陕青茶和春尖。重大节日,均要宰牛、羊、鸡、鸭。宴请宾客以全羊席最为隆重。忌客人进厨房,忌以食物开玩笑。

#### (十) 塔塔尔族饮食风俗

塔塔尔族,0.4890万人,散居在新疆北部。大部分居住在城镇,少数从事畜牧业。习惯日食三餐,中午为正餐,早晚为茶点。日常饮食以面、肉、奶为主,也食大米。塔塔尔族妇女善制各种糕点。以奶酪、杏干、大米和用南瓜、肉、大米焙烤成的“古拜里埃”、“伊特白里西”外酥内松,风味独特。平居经常食肉、“卡特力特”(用牛肉、土豆、大米、鸡蛋、盐、胡椒粉等制成,类似抓饭)、馕、拌面、馅饼、饺子、油煎饼等。喜欢饮用由蜂蜜发酵而成的类似啤酒的饮料“克儿西玛”,用野葡萄、砂糖等酿成的酒“克赛勒”。饮料有奶茶和待客用的以茶叶、枸杞、杏仁、冰糖、杏干泡的五香茶。进餐时,每人面前都放一块小手巾,用以擦拭嘴、手并防止食物溅在衣服上。全家人围坐一圈,餐桌上放有餐布,吃饭时习惯用勺子、刀子、叉子,上茶、上饭要先送给长者,再依年龄大小顺序递送。最隆重的节日是伊斯兰教历十月初一的开斋节,塔塔尔人要沐浴更衣,准备杏仁、杏干、油香、油炸果、茶、瓜果等食品招待互致问候的亲友客人。

#### (十一) 土族饮食风俗

土族,24.12万人,主要聚居于青海省的湟水和大通河两岸。早

期从事畜牧业,元、明以后转变为以农业为主,兼事牧业。农作物有青稞、土豆、小麦、大麦、燕麦、蚕豆、豌豆等,普遍饲养马、牛、骡、羊和一些家禽。土族习惯于日食三餐,早餐比较简单,大多以煮土豆或糌粑为主食;午餐比较丰富,有饭有菜,主食为面食,常制成薄饼、花卷或饅头、干粮等食用;晚餐常吃面条或面片、面糊糊等。日常菜肴以肉乳制品居多,当地的手抓羊肉是最好的待客和节日食品。喜饮茯茶、酥油茶,还特别喜饮用青稞酿成的酪醪(hǎi海)子酒。这种以青稞为原料的酒,家家皆能自酿,在酿制时习惯加一种名为羌活的中药,饮时味稍带涩,有散表寒、祛风湿的功效。酒精度30°,比一般青稞酒更清醇绵软,独具风味。土族淳朴好客,民间有“客来了,福来了”的说法。敬客时,首先要敬酥油茶,摆上一个插有酥油花的炒面盒子,端上一盘大块肥肉,并在肥肉上插一把刀子,然后用系有白羊毛的酒壶为客人斟酒,以示吉祥如意。有的地方客人一到,先敬三杯酒。送客时也敬三杯酒。饮酒时,有边饮边歌的习俗。如不能喝酒者,要用小指蘸三滴,对空弹三下也可。土族传统上信仰藏传佛教,节日期间伴有各种祭祀活动,并备有节日食品。如春节时蒸花卷、馒头、“包世左”、“盘馓”(炸油饼)等;端午节做凉面、凉粉;中秋节做多层大月饼;十月初一吃饺子;腊月二十三晚上做白面小饼,并在小饼上刻出菱形的图案,再用麦草编一个草马,专门用来祭灶。

## (十二) 锡伯族饮食风俗

锡伯族,18.88万人,居住在新疆、辽宁、吉林等省区。大多数从事农业,居住在新疆等地的还兼事畜牧业和冬猎。农作物有小麦、玉米、高粱、水稻、谷子、胡麻、豌豆等,家畜有牛、羊、马、鸡、鸭、猪等,并生产各种蔬果。习惯上日食三餐,主食以米、面为主。过去食用高粱米居多,面食以发面饼为主,也吃馍馍、面条和韭菜合子、水饺等。新疆的锡伯族也食用馕、抓饭、奶茶和酥油等。肉食以牛、羊、猪肉为

主,吃肉时,习惯每人随身携带一把刀子,将肉煮熟后,放入大盘中,自行切割,蘸盐、葱、蒜拌成的调料食用。喜食猪血灌肠、猪血。冬季,常捕猎野猪、野鸭、野兔、黄羊等野味,并习惯制作各种腌菜,在夏季制作面酱。过去,锡伯族饮食上有许多讲究,比如经常食的“发勒赫俄分”(发面饼),上桌时分天、地面,天面必须朝上,地面朝下,切成四瓣摆在桌沿一边。这种饼是贴在炒菜锅内用微火烤熟的。一般直径为二十五厘米,厚度约一厘米。全家进餐按长幼就座,以西为上,父子、翁媳不同桌。吃饭时不许坐门坎或站立行走,禁止用筷子敲打饭桌、饭碗,或把筷子横在碗上。东北的锡伯族,不论谁家宰牛、羊、猪,远亲近邻均可割一些肉拿回家中食用,主人不记账、不收钱。许多传统节日,大都与汉族相同。但大年初一锡伯族人传统要吃“郎午(南瓜)饺子”,初二吃“长寿面”,正月十五吃“朱西楞巴达”。朱西楞巴达是将煮好过清水的面条放到带骨猪肉、葱、盐煮的汤中拌食的汤面。新疆的锡伯族每年农历四月十八要过“西迁节”。西迁节是纪念1764年(清乾隆二十九年)本族3275人被清政府从东北征调到新疆的历史事件。届时,家家蒸肉,户户食鱼,还三五成群到野外踏青摆野餐。用面酱或豆酱制成的“米顺”,是锡伯族风味独特的调味品。锡伯族人普遍忌食狗肉。

### (十三) 俄罗斯族饮食风俗

中国俄罗斯族,1.56万人,是18世纪以后,尤其是19世纪以及俄国十月革命前后从沙皇俄国迁入的,主要分布在新疆北部。多数从事农业、园艺、养蜂和捕鱼,少数从事畜牧业、狩猎和野生动物养殖。主食为自制的面包,副食多俄式热菜。常食包子、饺子、各式面条和抓饭。喜欢吃黄瓜、西红柿等生菜,还常吃用青西红柿、胡萝卜、黄瓜、圆白菜腌成的酸菜。喜欢喝加有牛肉和土豆的菜汤、白酒、啤酒。俄罗斯族十分重视传统节日,尤以过“复活节”最为隆重。过年

前一周不吃荤,节日里要制作各种糕点、彩蛋。有客人到来,主人要给客人递过一个彩色鸡蛋,并盛情款待。盛食具以各类盘子为主,助食具主要是刀、叉、勺。俄罗斯人忌食马肉、驴肉,少数人还不食狗肉。

#### (十四) 裕固族饮食风俗

裕固族,1.37万人,主要居住在甘肃省。主要从事畜牧业,部分从事农业和狩猎。食物以粮肉为主,蔬菜为辅。民间有一日三茶一饭或两茶一饭的习惯。早晨喝早茶——酥油炒面茶:将茯苓、砖茶捣碎,放入开水,加姜片、草果、花椒粉煮沸熬酳,再调入酥油、食盐和鲜奶搅匀后饮用。茶中一定要放盐,如裕固族谚语所说:“好茶没盐水一般,好汉子没钱鬼一般”。若再加上奶皮、奶疙瘩、炒面、红枣或沙枣就可作早点了。中午要喝午茶,吃炒面、烫面或烙饼。下午依然喝茶,在茶内加酥油、奶,或吃酸奶。晚上为正餐,一般以米面为主,有米饭、面条、面片等。平时喜食牛、羊肉,多制成手抓肉、烤全羊、牛羊背子、焖羊羔肉、炒羊肉片、羊血灌羊盘肠、肉馅灌羊肥肠、熏羊肉条、羊肉干等,也食猪肉、骆驼肉、鸡肉和炒菜。吃牛羊肉时多佐以大蒜、酱油、香醋等。牧民平时很少吃到新鲜蔬菜,多采集野葱、沙葱、野蒜、野韭菜、地卷皮、蘑菇等野生植物为食。奶制品主要用牦牛奶、黄牛奶、羊奶为主制成,有甜奶、酸奶、奶皮子、酥油和曲拉等品种。还喜欢在大米饭里、粥里加些蕨麻、葡萄干、红枣,拌上白糖和酥油,或在小米、黄米饭内加羊肉丁、酸奶作为主食。也喜食面片、炸油饼、包子、奶馓子、饺子等。用沙生植物锁阳净皮后蒸熟捏烂,掺面粉揉成、炸烙而成的锁阳饼,绵软香甜,是裕固族的风味食品。裕固族待客真诚,凡有客来,皆热情招待,有先敬茶后敬酒的习惯,饮酒时有一敬两杯之习。待客和节庆期间,佳肴为牛、羊背子或全羊。



### 三、西南及中南地区少数民族食俗

中南、西南是我国少数民族最多的地区,居住的少数民族有藏、苗、彝、壮、布依、侗、瑶、白、土家、哈尼、傣、黎、傈僳、佤、拉祜、水、纳西、景颇、佤佬、羌、布朗、毛南、仡佬、阿昌、普米、怒、德昂、京、独龙、门巴、珞巴、基诺等族。由于各民族所处的地理环境不同,社会经济形态与生产发展水平参差不齐,信仰与社会风俗各异,故这一地区的民族食俗呈现出五彩缤纷、各具特色的奇异迷人文化景观。

#### (一) 藏族饮食风俗

藏族,541.60万人,是一个以快乐性情和轻松节奏面对人生的愉快祥和的民族,主要聚居在西藏自治区,还分散居住在青海、甘肃、四川、云南等省,大部分从事畜牧业,少数从事农业。牲畜主要有藏系绵羊、山羊、牦牛和犏牛。农作物有青稞、豌豆、荞麦、蚕豆、小麦等。大部分藏族日食三餐,但在农忙或劳动强度较大时有日食四餐、五餐、六餐的习惯。藏族一般以糌粑为主食,食用时,要拌上浓茶,若再加上奶茶、酥油、“曲拉”(即奶渣,是打出酥油后的奶子经熬好后晾干而成,若用酸奶或甜奶熬制则更香美)、糖等一起食用,则更香甜可口,糌粑被誉为藏族的“方便面”。四川一些地区的藏族还常食“足玛”(即蕨麻,俗称人参果)、“炸馓子”以及用小麦、青稞去麸和牛肉、牛骨入锅熬成的粥。青海、甘肃的藏族也食烙薄饼和用沸水加面搅成的“搅团”,还喜食用酥油、红糖和奶渣做成的“推”。藏族过去很少食用蔬菜,副食以牛、羊肉为主,猪肉次之,食用牛、羊肉讲究新鲜。民间吃肉时不用筷子,而是用刀子割食。藏族喜饮奶、酥油茶及青稞酒。藏族民众普遍信奉藏传佛教,藏历年“洛萨节”(汉族新年)是最大的节日,届时,家家都要用酥油炸馓子,酿青稞酒。初一,年长者先

起床从外边打回第一桶“吉祥水”；阖家按长幼排座，边吃食品边相互祝福。长辈先逐次祝大家“扎西德勒”（吉祥如意），晚辈回敬“扎西德勒彭松错”（吉祥如意，功德圆满）。之后，吃酥油熟人参果，并互敬青稞酒。云南的藏族，除夕家家吃一种类似饺子的面团。在面团里分别包入石子、辣椒、木炭、羊毛，且各有说法。比如，吃到包石子的面团，说明在新的一年里他心肠硬；而吃到包羊毛的面团，则表示他心肠软。此外，藏族还要过“雪顿节”，意为向僧人奉献酸奶的节日，藏语酸奶称为“雪”，“顿”为宴意，节在藏历七月一日，持续三至四天；“望果节”，目的是娱神酬神，祈愿丰收，向巫师敬酒，每个人都从自己田里采集三穗青稞供在家中神龛上；“沐浴周”，时在藏历七月上旬，持续一周，届时整个西藏高原的藏族男女老少都到水域嬉戏、游泳、洗刷衣物，并备以酒、茶及各种食物，中午野餐，又称作“沐浴节”。吃饭讲究食不满口，嚼不出声，喝不作响，拣食不越盘。

## （二）苗族饮食风俗

苗族，894.01万人，广泛分布在贵州、云南、湖南、湖北、广西、四川和海南等省区。主要从事农业，以大米为主食，喜吃糯食，常将糯米做成糯米粑粑。常食的蔬菜有豆类、瓜类和青菜、萝卜，肉食多为猪、牛、狗、鸡等。四川、云南等地的苗族喜吃狗肉，有“苗族的狗，彝族的酒”之说。嗜好酸辣，一些地区“无辣不成菜”。广西隆林、田林等地用骨头、辣椒、食盐、生姜、酒加工而成、别具风味的“辣骨汤”，是当地苗民最嗜爱的调味品。各地苗族普遍喜食酸味菜肴，蔬菜、鸡、鸭、鱼、肉都喜欢腌成酸味食用。苗民好饮酒，其中“咂酒”别具一格，饮时用竹管插入瓮内，饮者沿酒瓮围成一圈，由长者先饮，再由左而右，依次轮转。酒液吸完后可再冲入饮用水，直至淡而无味为止。苗族过节除备酒肉外，还要准备节令食品。如吃鸭节要宰鸭子，用鸭肉和米煮成稀饭食用；在吃新节时，要用新米做饭，新米酿酒，就连菜和

鱼,都要刚摘、刚出塘的。由于生活区比较分散,各地苗族间存在文化上的诸多差异,因而也有着不尽相同的饮食文化习尚。

### (三) 彝族饮食风俗

彝族,776.23万人,主要居住在四川、云南、贵州及广西等省区。主要从事农业,兼事畜牧业,喜种杂粮,主要农作物有玉米、小麦、荞麦、大麦,滇南河谷地区的彝族也种水稻。彝族以杂粮、面、米为主食,早餐多为吃饱饭,午餐以粑粑作主食,备有酒菜,晚餐也多做吃饱饭,一菜一汤,配以咸菜,农忙或盖房时请人帮忙,晚餐也加酒、肉、煮豆腐、炒盐豆等菜肴。肉食以猪、羊、牛肉为主。主要制成“砣砣肉”、牛汤锅、羊汤锅,或烤羊、烤小猪。所谓砣砣肉,即是“打牛”(杀牛)后将肉砍成大小均匀的砣砣煮食,每届彝月“虎月”(公历7月20日至22日)的凉山彝族火把节期间以及隆重节庆时,必有此习俗。凉山彝族传统的砣砣牛肉块很大,有“手捧砣砣肉,对面不见人”之喻。蔬菜除鲜食外,大部分都要做成酸菜。彝族日常饮料有酒有茶,以酒待客,民间有“汉人贵茶,彝人贵酒”之说。饮酒时,大家常常席地而坐,围成一个圈,边谈边饮,端着酒杯依次轮饮,称为“转转酒”,且有“饮酒不用菜”之习。民间传统节日很多,主要有十月年、火把节等。十月年是彝族的传统年,时在金秋十月,择吉日连过三天。节日里要杀猪、羊,富裕者要杀牛,届时盛装宴饮,访亲问友,并互赠礼品,其礼品多为油煎糯米粑或粑粑,并在上面铺盖四块肥厚的熟腊肉;火把节要杀牛、杀羊,祭祀祖先,有的地区也祭土主,相互宴饮,吃砣砣肉,共祝五谷丰登。

### (四) 壮族饮食风俗

壮族,1617.88万人,主要居住在广西壮族自治区,云南、广东、湖南、贵州等省也有分布。壮族主要从事农业,习惯于日食三餐,有

的也吃四餐,即在中、晚餐中间加一小餐,早、午餐比较简单,一般吃稀饭,晚餐为正餐,多吃干饭,菜肴也较为丰富。大米、玉米是壮族的主食,肉食主要为猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅等,有些地区还酷爱吃狗肉。壮族多自酿米酒、红薯酒和木薯酒。壮族的节日与汉族有许多相同之处,以春节为重。除夕晚,宴席上一定要有一只整煮的大公鸡,壮族习俗认为,没有鸡不算过年。年初一喝糯米甜酒、吃汤圆,初二以后开始拜年,互赠糍粑、粽子、米花糖等食品。每年农历三月三日歌节时妇女烧成的五彩糯米饭,以糯米、去壳绿豆及干酱腌过的猪肉为主料制成的壮粽,尤其是广西宁明壮族春节时以斗米做成的“大驼背粽”,都是壮族独具特色和风味的食品。壮族好客,凡有客至,必定热情接待。平时即有相互做客的习惯,比如一家杀猪,均请全村各户来一人,共吃一餐。招待客人的餐桌上务必备酒,方显隆重。敬酒的习俗为“喝交杯”,其实并不用杯,而是用白瓷汤匙,两人从酒碗中各舀一匙,相互交饮,眼睛真诚地望着对方。壮族筵席实行男女分席,一般不排座次,不论辈分大小,均可同桌。按规矩,即使是吃奶的婴儿,凡入席即算一座,有一份菜,由家长代为收存,用干净的阔叶片包好带回家,意为平等相待。每次夹菜,都要由一席之主先夹最好的送到客人碗碟里,其他人才能下筷。

#### (五) 布依族饮食风俗

布依族,297.15万人,主要居住在贵州、云南、四川等地,大部分主要从事农业。布依族过去有闲时食两餐,农忙时食三餐的习惯。每日主食多以大米为主,普遍喜食糯米。传统小吃很多,尤其是居住在云南的布依族,善做米线、饵块、豌豆粉、米凉糕等。喜欢吃酸辣食品。酸菜和酸汤几乎每餐必备,尤以妇女最喜食用。还有血豆腐、香肠及用干、鲜笋和各种昆虫加工制作的风味菜肴。大部分布依族都善于制作咸菜、腌肉和豆豉,尤以腌菜“盐酸”最具特色和出名。荤菜

中,狗肉、狗灌肠和牛肉汤锅为上肴,并将猪血、肉末加作料煮制成菜作为待客佳肴。布依族喜饮酒,每年秋收之后,家家都要酿制大量的米酒储存起来,以备常年饮用。布依族嗜食腊肉,也是用以待客的常备之肴。一年之中最隆重的节日是过大年(即春节),除夕前要杀年猪、舂糯米粑粑、备各种蔬菜。云南的布依族有初一到初三吃素的习惯。四川的布依族每年除夕或初一都必须吃鸡肉稀饭。

#### (六) 侗族饮食风俗

侗族,296.03万人,主要居住在贵州、湖南、广西等省区,以农业生产为主,兼事林业。侗族一般日食三餐,也有部分地方日食四餐,即两茶两饭。两茶是指侗族民间特有的油茶。油茶用猪油、大米、黄豆或红豆、花生、茶叶等制成。四餐之中,中间两餐为正餐,以米饭为主食,一般在平坝地区的侗族吃粳米饭,山区多食糯米。侗族口味嗜酸辣,有“侗不离酸”之说。不仅有酸汤,还有用酸汤做成的各种酸菜、酸肉、酸鱼、酸鸡、酸鸭等。腌鱼、腌猪排、腌牛排及腌鸡鸭以筒制为主,酸菜多用坛制。置办酒宴时,以鲜鲤鱼、鲫鱼为贵。节庆活动中吃油茶比较讲究,家里专门备有吃油茶的小碗,并事先切好姜、辣椒等作料,供客人自选。侗族普遍爱饮酒,家里来了贵客,通常要用最好的苦酒和腌制多年的酸鱼、酸肉及各种酸菜款待,有“苦酒酸菜待贵客”之说。民间用鸡、鸭待客时,主人首先要把鸡头、鸭头或鸡爪、鸭蹼敬给客人。到侗族家里做客,食腌鱼时,主人将一堆酸鱼块放入客人碗中,但客人最好不要吃光,留一两块,以示“有吃有余”。

#### (七) 瑶族饮食风俗

瑶族,263.74万人,主要居住在广西、湖南、广东、云南、贵州等省区。从事农业,兼事林业和狩猎。瑶族一日三餐,一般为两饭一粥或两粥一饭,农忙季节三餐干饭。过去,瑶族常在米粥或米饭里

加玉米、小米、红薯、木薯、芋头、豆角等。有时也单独煮薯类或把稻米、薯类磨成粉做成粑粑吃。常将蔬菜制成干菜或腌菜,肉类也常加工成腊肉和“鲜肉”。住在山里的瑶族,擅于捕捉候鸟,并将鸟制成“鸟鲜”。瑶族人喜欢吃虫蛹。一些地区禁食狗肉、母猪肉、老鹰肉、蛇肉、猫肉、黄瓜等。每逢节日,用木甑蒸饭,并要做粑粑。遇有客来,要以酒肉热情款待,有些地方把鸡冠献给客人。瑶族在向客人敬酒时,一般都由少女举杯齐眉,以表示对客人的尊敬。也有的由德高望重的老人为客人敬酒,被视为大礼。在过山瑶中,喜用油茶敬客,遇有客至,都习惯敬三大碗,称之为“一碗疏,二碗亲,三碗见真心”。

#### (八) 白族饮食风俗

白族,185.81万人,主要居住在云南。主要从事农业,习惯日食三餐。农忙季节或节庆期间,则多加早点和午点。平坝地区多以大米、小麦为主食,山区多以玉米、洋芋(土豆)、荞麦为主食。主食以蒸制为主,常吃干饭,外出劳动随身携带盒饭,就地冷餐。白族食酸辣麻甜食品,妇女善做腌菜、酱品。肉食以猪肉为主,除鲜食外,还常制成各种腌腊制品。冬天,白族喜欢食用大锅牛肉汤,并加蔓菁、萝卜、葱等一起食用。临水而居的擅长烹制水鲜。白族大都喜欢饮酒喝茶,他们很注意每天清晨和中午两次茶。晨茶又称“早茶”或“清醒茶”,人们一起床就烤茶,全家成年人都喝;午茶又叫“休息茶”或“解渴茶”,内放米花和乳腐,包括小孩均要喝一杯。白族节日饮食有讲究,如年节(春节)家家都要杀猪、磨豆腐、舂饵块和糯米粉。隆重的团年饭时在餐桌中央摆一个大的铜火锅,必上猪头肉,周围有八大碗寓意深刻的菜肴,比如,藕寓开窍通畅,烧鱼寓“富富有余”等。大年初一要吃汤圆,有的吃面条,从初一到初五,每天吃什么都有一定的规矩。清明节吃凉拌什锦,栽秧时吃栽秧肉、炒蚕豆,火把节吃甜食

和各种糖果。白族历史上有食用生肉的习惯,至今仍视为美食的“生皮”,就是这种历史传统的延续。马可·波罗曾记录自己目击的情形说:“此地之人食生肉,不问其为羊、牛、水牛、鸡之肉,……其食其他一切生肉,悉皆类此。”〔1〕

#### (九) 土家族饮食风俗

土家族,802.81万人,主要居住在湖南、湖北、四川、贵州四省,主要从事农业。平时每日三餐,闲时一般吃两餐,农忙时吃四餐。日常主食除米饭外,以包谷饭最为常见。包谷饭是以包谷面为主,适量掺一些大米,用鼎罐煮或用木甑蒸制而成。有时也吃豆饭,粑粑、团馓也是土家族季节性的主食。过去红薯在一些地区为主食,现仍是部分地区入冬后的常备食品。土家人特别喜欢吃酸辣味菜肴,几乎餐餐离不开酸菜。豆制品也很常见,如豆腐、豆豉、豆腐乳等。尤其喜食豆渣,即将黄豆磨细,浆渣不分,煮沸澄清,加菜叶煮熟即可食用。民间常将豆饭、包谷饭加豆渣汤一起食用,土家族还喜食油茶汤。民间很重视传统节日,尤以过年最为隆重,届时家家都要杀年猪、打粑粑、磨豆腐和磕汤圆面、煮阴米(将糯米蒸熟,染成红、绿色,晾干即成)、做绿豆粉、煮米酒或咂酒等。逢年过节或亲朋临门,餐桌正上方必摆腊肉。土家族十分好客,平时粗茶淡饭,如果有客人来,夏天先让客人喝一碗糯米甜酒,冬天则先吃一碗开水泡团馓,然后再以美酒佳肴款待。

#### (十) 哈尼族饮食风俗

哈尼族,143.97万人,主要居住在云南西南山区。绝大部分从

---

〔1〕 冯承钧译《马可波罗行纪》第二卷第十一章哈刺章州,上海世纪出版集团上海书店出版社2001年版,第286页。

事农业。哈尼族过去日食两餐。主食是当地产的稻米,玉米为辅。喜欢将大米、玉米制成米饭、粑粑、米线、卷粉和豌豆凉粉等。居住在西双版纳的哈尼族分支僂尼人喜将瘦肉剁细,与大米、姜末、八角面、草果面一起熬粥,并作为主食。哈尼族擅长用当地土特原料腌制咸菜、烹制肉类及各种风味菜肴,每餐都食豆豉。哈尼族有共享猎物的传统,当猎手们捕猎归来,全寨子的人都可来分割猎物,各享一份。如果猎物太少,便直接煮好,大家一起分享。哈尼族还喜饮茶喝酒。在一年之中,有过两个年的习惯。一个是十月年,届时家家都要杀一只红公鸡,就地煮食,不得拿入室内,全家每一个成员都得吃上一块鸡肉,准备出嫁的姑娘则不能吃。然后再做三个饭团和一些熟肉献给同氏族中辈分最高的老人。寨子里要举行盛大的街心宴,各家争相献上自己的拿手好菜。另一个是六月年,届时要杀鸡宰羊,举办酒筵。哈尼族好客,若有客至,主人要先敬一碗米酒、三大片肉,称“喝焖锅酒”。待客食品讲究食多量大。在宴饮之时常常酒歌不断。客人离开时,有的还要送上一块大粑粑和一包用芭蕉叶包好的腌肉、酥肉、豆腐圆子等食品。

### (十一) 傣族饮食风俗

傣族,115.90万人,居住在云南省。从事农业。大多有日食两餐的习惯,以大米和糯米为主食。通常是现舂现吃,习惯用手捏饭吃。外出劳动者常在野外就餐,用芭蕉叶或竹饭盒盛一团糯米饭,随带盐巴、辣子、酸肉、烧鸡、酱、青苔松等佐食。肉食有猪、牛、鸡、鸭,也喜食鱼虾等水产及昆虫,不食或少食羊肉,善用野生植物调味。傣族人嗜酒好茶,酒的度数不高,是自家酿制的;只喝不加香料的大叶茶,喝时在火上略炒至焦,冲泡而饮,略带糊味。喜嚼食槟榔。傣族过去普遍信仰小乘佛教,重要节日有泼水节、关门节、开门节等。每年傣历六月举行的泼水节是最盛大的节日,届时要赍佛,并大摆筵



席,宴请僧侣和亲朋好友。一些节日与汉族大致相同,节日里食用狗肉汤锅、猪肉干巴、腌蛋、干黄鳝等食品。

### (十二) 黎族饮食风俗

黎族,124.78万人,居住在海南省中南部。主要从事农业。主食大米,有时也吃一些杂粮。做米饭的方法之一与汉族的焖饭大体相同,另一种是颇具特色的“竹筒饭”。粥是黎族的主食,特别是在夏天,往往一天煮一次供全天食用。黎族经常食用一种叫“雷公根”的野菜。过去还常食“喃杀”,“喃杀”的制法是用螃蟹、田蛙、鱼虾或飞禽走兽等洗净、剖膛、剁块,加盐拌匀后入坛子里封口,置阴湿处或埋于地下,经一月或数月便可取出食用。“祥”是黎族的风味佳肴,有“鱼茶”和“肉茶”两种。鱼茶又分湿鱼茶和干鱼茶,湿鱼茶是鲜鱼块加凉米粉或酒糟腌制而成,干鱼茶是鲜鱼块加炒米腌制而成。肉茶是用畜兽肉制作而成。“祥”只有在节庆或贵客登门时才能吃到。黎族人也有爱嚼槟榔的习惯。

### (十三) 傣族饮食风俗

傣族,63.49万人,主要居住在云南西北部,四川也有一小部分。主要从事农业。傣族习惯于饭菜一锅煮的烹制方法。平时很少单做菜,饭菜合一的粥煮熟后,全家围着火塘就餐。一般用玉米和荞麦煮粥,只有在节日或接待客人时才用大米做粥。有的地区用玉米粒做成干饭或玉米面饭当主食。荞麦多磨成粉,制成荞粬。傣族的肉食主要有猪、牛、羊、鸡肉,也有捕猎的麂子、山羊、山驴、野牛、野兔、野鸡,也食鱼虾。多将肉抹上盐,放入火塘中烧烤后食用。因当地盛产漆油,所有菜肴均用漆油烹制。傣族有家家酿酒饮用和喜饮麻籽茶的习惯。麻籽茶洁白,多饮也像酒一样能够醉人。在贡山一带的傣族,有喝酥油茶的习惯。傣族待客时有一种独特的

饮酒方式,两人共捧一碗酒,相互搂着对方的脖子和肩膀,一起张嘴,使酒同时流进主客的嘴里,称“同心酒”,好友见面时常用这种喝法。待客时,不论猪肉、羊肉或牛肉都喜欢一锅同煮。若是有贵宾至,还要煮乳猪招待。待客要吃独品菜,就餐时主客都席地而坐,肉食分吃,剩余的可以带走。

#### (十四) 佤族饮食风俗

佤族,39.66万人,居住在云南西南部。主要从事农业。以大米为主食。西盟地区的佤族喜欢把菜、盐、米一锅煮成较稠的烂饭,其他地区则多吃干饭。农忙时日食三餐,平时吃两餐。鸡肉粥和茶花稀饭是家常食品的上品。旱稻多用木碓现吃现舂,人人均喜食辣椒,民间有“无辣子吃不饱”之说。猪、牛、鸡为主要肉食。此外,也有捕食鼠和昆虫的习惯。佤族普遍喜欢饮酒、喝苦茶。待客以酒为先。敬酒习俗颇多,如:主人先自饮一口,以打消客人的各种戒意,然后依次递给客人饮;敬给客人的酒,客人一定要喝,最好喝干,以示坦诚;主客均蹲在地上,主人用右手把酒递给客人,客人用右手接过后先倒在地上一会儿或用右手把酒弹在地上一会儿,意为敬祖,然后主客一起喝干。佤族有不知心、不善良者不敬酒的习惯。送子远行或送客离去,主人要用葫芦(盛酒器)盛满酒,先喝一口,接着送到要出行的亲人或客人嘴边,他们必须喝到葫芦见底,以示亲情、友情永不忘。喝茶要选用大叶粗茶,放入茶缸或砂罐里在火塘上慢慢熬,直到把茶煮透,并使茶水变稠才开始饮用,称为苦茶。佤族男女老少还有嚼槟榔的嗜好。

#### (十五) 拉祜族饮食风俗

拉祜族,45.37万人,居住在云南西南部。主要从事农业。过去有日食两餐的习惯,主食为大米和包谷。喜欢用鸡肉或其他配料加

大米或包谷做成稀饭,有瓜菜、菌子、血、肉等各种稀饭,其中鸡肉稀饭为上品。拉祜族习惯将兽肉烤着吃,猎获的野兽肉,有的直接用火烤,有的用芭蕉叶将肉包住埋入火中焖烤。肉食以猪、鸡、牛、羊为主,喜捕食鼠类,忌食狗肉。喜食香麻辣食品,民间有“拉祜的辣子,汉人的酒”的说法。在民间,男女均嗜饮酒,并有在酒和肉上不分彼此的习惯。平时喜饮烤茶。拉祜族过去信仰原始宗教和大乘佛教,每逢节日或过年,家家都要献佛和敬祖。在各种祭祀活动中,祭品以鸡为主,有时还要杀猪宰羊。

#### (十六) 水族饮食风俗

水族,40.69万人,主要居住在贵州,广西也有分布。主要从事农业。日常主食以大米为主,辅以小麦和杂粮。一日三餐都以酸菜汤、辣椒水加萝卜、南瓜和葱蒜为菜肴,有时也磨些豆腐食用。水族喜欢糯米饭、糯米糍粑、汤粑、粽子和用糯米做成的各种油炸食品,并作为馈赠亲友的礼品。还爱吃鱼,也有吃火锅的习惯,方法是将火锅置于铁火架或泥炉上,先将肉类、豆腐、葱、姜、蒜、盐等作料放入锅内煮沸,随吃随加入新鲜蔬菜,另外备有辣椒和作料碟供就餐者选用。水族喜食酸辣和腌鱼、腌肉。来了客人一般都杀鸡宰鸭,如果是贵客到来,还要杀猪上鱼。因猪头和鸡头象征尊贵,在就餐时,鸡头要先敬给客人,猪头是为客人饯行的菜;如果是女客,客人离开时要将事先留下的鸡鸭翅膀、腿和糯米糍粑带走,民间称“扎包礼”。端节是民间一年之中最隆重的传统节日。水族有本民族的历法,以农历九月为岁首,每年农历八月下旬至十月上旬(水历十二月至新年二月),每逢“亥日”,各村寨轮流“过端”,四乡八寨的亲友以及不认识的人都到“过端”的寨子去做客吃酒。现端节已改在农历十一月的第一个“亥日”举行。按传统习惯,过端节之前的一个晚上,只能吃素。端节的当天,各户都要盛宴欢庆。

### (十七) 纳西族饮食风俗

纳西族,30.88万人,居住在金沙江上游的滇川藏交界地区。主要从事农业。日食三餐。早餐一般吃馒头或水焖粑粑(用玉米或青稞面制成),伴以炒洋芋或白菜汤,也有的以茶(或酥油茶)、奶渣、糌粑代饭。午餐和晚餐较为丰富,一般都有一两样炒菜和咸菜、汤等,特别喜食当地回族的牛肉汤锅和干巴。居住在坝区、河谷地带的纳西族以水稻、玉米、小麦为主食,山区则以玉米、小麦、青稞为主食。肉食以猪肉为主,大部分猪肉都做成腌肉,尤以丽江和永宁的琵琶猪最为有名。不食马肉,一般不食狗肉。外出劳动携带麦面粑粑或糌粑等。就餐时围桌而坐,冬天喜移至向阳的地方就餐。嗜酒,喜饮酥油茶,喜食酸辣甜食和腌腊食品。纳西族不少节日与当地汉族大致相同,其中春节是最大的传统节日,“纳西祭天大”也很隆重。

### (十八) 景颇族饮食风俗

景颇族,13.21万人,绝大部分居住在云南德宏傣族景颇族自治州。主要从事农业。闲时一日两餐,忙时一日三餐。主食大米,喜食干饭和竹筒饭。肉食以猪肉和鸡肉居多。农闲时进行渔猎。肉类食用方法,一是明火烤熟后与野菜一起舂成泥而食,二是烤熟后蘸盐巴、辣椒吃。很多地区平时进餐仍然沿袭无论男女长幼均把饭菜分份,无需桌椅、餐具,饭菜都用芭蕉叶包好,进食时人手一份的传统习俗。无论喝酒喝汤,均就地砍一节竹筒,筒口斜削一刀,随用随丢。景颇族人赶街外出,一般随身携带酒和竹制酒筒,路遇亲朋好友,敬一杯(用酒筒盖),犹如汉族递烟一样。路遇时敬酒,不是接过来就喝,而是先倒回对方的酒筒里一点再喝。景颇族一直保留着“吃白饭”的待客习俗,在日常交往中,无论走到哪一寨、哪一家,都可坐下来吃饭,并不付任何报酬。对于任何一个不相识的人,主人都必须招待饭菜。

### (十九) 仫佬族饮食风俗

仫佬族,20.74万人,居住在广西。主要从事农业。习惯日食三餐,早餐为粥,午餐吃早餐留下的粥,晚餐才吃米饭和比较丰盛的菜肴。农忙时一般午、晚两餐均吃饭。主食以大米为主,红薯、玉米、麦、豆为辅,长于制作腌菜,黄豆多制成豆腐和豆酱。喜欢冷食,饭菜煮熟后,多晾凉了才吃,平时一般喝生水。肉类以猪、鱼、鸡、鸭为主,忌食猫、蛇肉。吃肉习惯于“白氽”,鱼类多用油煎,牛肉常作单炒,蔬菜先水煮后再加油盐。仫佬族喜食酸辣。逢年过节,家家要置办丰盛食品,还要按节令制作不同的节令饭菜。

### (二十) 羌族饮食风俗

羌族,30.61万人,居住在四川。以经营农业为主,兼事饲养业。大都日食两餐一点,即吃早饭后出去劳动,要带上玉米馍馍,中午就在地里吃,称为“打尖”。下午收工回家吃晚餐,主食大都离不开面蒸蒸。以玉米、小麦、马铃薯为主食。常年多食用白菜、萝卜叶子泡的酸菜,以及青菜做成的腌菜。肉食以牛、羊、猪、鸡为主,兼食鱼和狩猎而获的兽肉。散居在山区的羌族一般不常食新鲜猪肉,都是将猪肉吊在房梁上熏烤制成“猪膘”,供平时和节日食用。还有血肠、血馍馍、瓢肚等特色食品。羌族喜饮咂酒,逢年过节、婚丧寿庆,必备美酒,有“无酒不成席,无歌难待客”之谚。结婚叫“做酒”,宴客叫“喝酒”,重阳节酿制的酒叫“重阳酒”。无论年节或待客,羌族都以“九”为吉,所以宴席都要摆九大碗。有用鸡头飧上宾的习俗。

### (二十一) 布朗族饮食风俗

布朗族,9.19万人,居住在云南。主要从事农业。习惯日食三餐。以稻米为主食,辅以玉米、小麦、黄豆、豌豆等杂粮,喜欢用铤锅或土锅焖饭,通常是现焖现吃,尤擅煮竹筒饭。居住在西双版纳的布

朗族,中午习惯吃冷饭,并习惯用竹节或芭蕉叶盛饭菜。所食蔬菜,部分仍靠采集。肉类以牛、羊、猪、鸡肉为主,也常捕食野味和昆虫。多以清煮、凉拌法制菜,也常把食物烤着吃。对许多野味、鱼虾、蟹、蝉、虫等,一般用春、炸、蒸等法制作。布朗族男女都有嚼烟、嚼槟榔的习惯,一般不吃竹鼠。喜欢饮酒,有“有酒必饮,饮酒必醉”之习。喝茶是另一个嗜好,竹筒茶和酸茶是布朗族所特有的。一对夫妻一般要举行两次婚礼,摆两次婚宴。第一次婚礼是新郎到新娘家同居,由新娘家举办酒席,婚宴前要给每户分送烤猪肉串,以示“骨肉至亲”。同时要请寨子里的孩子吃猪肝饭,表示婚后早生子,然后再办酒席。待生儿育女后,第二次婚礼、酒席在新郎家举办,菜肴一定要成双,以示喜庆吉祥及对新郎、新娘的祝福。

#### (二十二) 毛南族饮食风俗

毛南族,10.72万人,主要分布在广西西北部。主要从事农业。日常以大米和玉米做成的各种饭为主食,并喜食甜红薯、南瓜等。肉食主要有猪、牛、鸡、鸭等,喜食狗肉,有些地方中元节(农历七月十五日)有杀狗食肉之习。毛南族喜食酸辣食品,有“不吃辣椒上不得高坡”的俗语。大部分人都有吃酸肉的习惯。毛南族一般喜食半生半熟的菜肴,尤其是鸡肴,只是鸭应煮至烂熟,有“鸡生鸭熟”之说。毛南族喜饮酒喝茶,在杀牛时,喜饮牛血。逢年过节、操办喜事,都喜欢做豆腐圆,喜欢用开水涮肉待客。民间最大的节日是每年夏至后的分龙节。届时,家家户户都要蒸五色糯米饭和粉蒸肉,有的还要烤香猪。

#### (二十三) 仡佬族饮食风俗

仡佬族,57.94万人,大部分居住在贵州,少数居住在广西、云南。主要从事农业。习惯上日食三餐,早餐多为稀饭或发酵发酸后

的肉菜酸汤烫饭,午餐和晚餐多为干饭,即大米饭或玉米饭。仡佬族喜欢糯米食品,糯米一般都用来制作糯米粑。还十分喜食酸辣食品,大多把鲜菜做成酸菜和腌菜再吃。肉类主要有猪肉、羊肉和牛肉、马肉。糯米粑是仡佬族节庆活动中必不可少的食品。亲戚朋友相聚,都要以酒为礼,遇到喜庆或节日,酒必不可少。

#### (二十四) 阿昌族饮食风俗

阿昌族,3.39万人,居住在云南。以农业为主。日食三餐,以米饭为主食,也常用大米磨粉制成饵丝、米线作为主食。阿昌族喜欢吃芋头,传说古代庆丰收时,杀狗和吃芋头必不可少。妇女大多会做豆腐、豆粉,常用豌豆做成凉粉食用。肉食主要为猪肉和黄牛肉,喜食蛇肉和狗肉。食用的鱼多为稻田所养,将鲜鱼用油煎或油炸,再加水和酸辣椒煮熟或蒸熟即可。腌制的咸菜、卤腐、豆豉常年必备,餐餐均食。阿昌族喜食酸辣糯香和凉拌的食品。酒是常年不断的饮料,妇女常饮用糯米制作的甜酒,成年人和老年人多饮白酒。阿昌族传统上普遍信仰小乘佛教。主要宗教节日有关门节、开门节、泼水节等,还有火把节、窝罗节、浇花节等民族传统节日。

#### (二十五) 普米族饮食风俗

普米族,3.36万人,主要居住在云南西北部,四川也有分布。主要从事农业,兼事林、牧业,辅以采集、狩猎。普米族习惯日食三餐。早餐多吃面食点心,喝酥油茶或盐茶,中午和晚上为正餐,以玉米为主食,也食稻米、小麦、大麦、燕麦、荞麦及蔬果。以猪、牛、羊肉为主要肉食,并能制作酥油、乳饼、奶酪等乳制品。过去有不食狗肉的习惯,近年有所改变,但仍不食花狗肉,也不食马骡肉、水牛肉和驴肉。肉类多煮食或烤食,不习惯炒食。杀年猪时除鲜食外,一般都做猪膘

肉,也有将猪肠做成面肠或米肠的。也吃狩猎捕获的黑熊、野猪、獐子、麂子、雉等野味。口味上嗜酸辣甜。普米族每天必喝茶,如果不喝就会坐卧不安,甚至头昏脑涨。一般一天喝三次,早、午、晚各一次,有的人临睡时还要喝一次。茶的种类有酥油茶、花油茶、盐茶和米花茶。普米族也好饮酒,习惯用牛角盛酒或用竹管去吸。普米族热情好客,有客来,必用酥油茶、炒面、酒肉盛情招待。主人敬酒,客人喝得越多,越能赢得主人的喜欢和信任。客人离去时,主人有礼物相送,赠给贵客的最好礼物是“四色礼”,即一只鸡腿、一块猪膘肉、一瓶茶叶、一瓶苏里玛酒。

#### (二十六) 怒族饮食风俗

怒族,2.88万人,居住在云南。主要从事农业。习惯日食两餐。以玉米为主食,也食荞麦、稗子、高粱等。玉米常制成爆米花、咕嘟饭(类似玉米面稠糊)、包谷稀饭、包谷粑粑、石板粑粑等,以石板粑粑最有特色,是用石板锅烙制而成。少数信奉喇嘛教的怒族也吃酥油糌粑。常见的蔬菜有青菜、白菜、萝卜、瓜、豆、辣椒等,也采食野菜。肉类主要有牛、猪、鸡、羊,常捕鱼和打猎。怒族食用狗肉者不普遍。儿童还要禁食熊、虎、豺肉,禁食鸡爪、鸡血,妇女在四十岁前不吃心肺。喜食漆油,常用漆油焖鸡、烤羊肉。怒族口味以酸辣为主,嗜酒,喜喝漆油茶。不论男女,都能饮酒,而且饮酒必歌,每饮必醉。自古便有以蜜代糖的习惯。怒族好客,客人来访时,全寨都要献出最好的野味。主妇要烹制佳肴款待,并送上中间夹煎鸡蛋或烤猪肉的两块石板粑粑,两块粑象征夫妻二人,中间夹鸡蛋或肉象征后代兴旺;并有主客同饮“同心酒”的习俗。

#### (二十七) 德昂族饮食风俗

德昂族,1.79万人,居住在云南。主要从事农业。绝大多数以



大米为主食,部分地区杂以包谷和薯类。多蒸焖而食,擅长制作豌豆粉、豆腐、米粉、年糕、粑粑、汤圆等粮食制品。蔬菜种类繁多,四季常食竹笋。竹笋除鲜吃外,多加工成酸笋或干笋食用。其他蔬菜常配以酸笋,煮炖成又酸又粑(pā 趴)的酸粑菜,或加油、豆豉、盐制成杂熬菜。炖鸡、炒肉或烹鱼时也要加酸笋调味。德昂族以酸辣甜为主要食品风味,喜饮酒喝茶,嚼烟草、沙基(石灰)、芦子,既饮香茶,也饮酸茶。制酸茶时在茶叶中加少许槟榔,放入大竹筒中压实,密封筒口,存放一至两个月,发酵后取出口嚼,味酸涩,能生津解渴、清热消食。德昂族大部分信奉小乘佛数,大多数村寨都有佛寺和小和尚,所有小和尚的斋饭由全寨人轮流布施。在部分德昂族中,过去一直有见杀不吃、闻声不吃的习惯。新中国成立后,这种情况才有所改变。民间传统节日大多与佛教活动有关,如泼水节、关门节、开门节、烧白柴等节日,都要敬佛。每逢节日,民间相互宴请成俗,不论酒席宴上菜肴多少,均要有一碗用新鲜蔬菜白煮的素菜,食用时蘸辣椒水吃,别具风味。

#### (二十八) 京族饮食风俗

京族,2.25万人,居住在广西。以海上捕鱼为主业,也从事小规模农业。大部分地区习惯日食三餐,居住在沱尾的京族一般习惯日食两餐,早餐多选在上午11点左右,直到入夜后才吃晚餐。京族以前常以玉米、红薯、芋头加少量大米煮粥作为主食,只有出海捕鱼或秋收时才吃干饭。现在稻米已成为京族的主食。稻米除用来做米饭外,还常磨粉做成“风吹糍”(用大米粉制成约三十三厘米直径的薄圆饼,撒上芝麻晒干,在炭火上烤至香脆而成)和“糍丝”(用大米粉制成的粉条)。日常菜肴以鱼虾为主,常用鱼虾做成鱼汁,作为每餐不离的调味品。猪、鸡也是日常主要肉食。京族最隆重的节日是“唱哈节”。每年唱哈节,由村里人轮流做“哈头”(哈

节中主持唱歌娱乐的人),并由“哈头”出一头肥猪,办一桌席,准备八大碗菜肴,就餐的人还自带各式各样的酒肉参加。在宴会上轮流唱歌,妇女只能听唱,不能入席。过春节时,家家均要用糯米粉包糖心制成“白薯糰”,年初一早餐不吃荤不喝酒,只吃糖粥、粽子和白薯糰。

### (二十九) 独龙族饮食风俗

独龙族,0.7426万人,居住在云南。主要从事农业。习惯日食两餐,早餐一般都是青稞炒面或烧烤洋芋;晚餐则以玉米、稻米或小米做成的饭为主,有时也用各种野生植物的块根磨成淀粉,做成糕饼或粥食用。民间现在仍保留着许多古朴的烹调方法,其中最常见的是用一种特制的石板锅烙制食品。如烙制石板粑粑时,多选用阿吞或董棕树淀粉,用鸟蛋和成糊状,然后倒在烧热的石板锅上,随烙随食,别具风味。独龙族常吃的蔬菜,既有自种的洋芋、豆荚、瓜类,也有采集的竹笋、竹叶菜及各种菌类,配上辣椒、野蒜、食盐后一锅煮熟而食。冬季是狩猎的旺季,猎获的野牛是冬季的主要肉食。独龙族还喜欢吃鱼、蜂蛹,常以蜂蜜代糖,喜食麻辣、酥脆食品,嗜饮酒、茶。无论饮酒、吃饭和吃肉,家庭内部均由主妇分食。客人来临也平均分给一份。一般每个家庭有数个火塘,每个子女结婚后便增加一个火塘,做饭由各个火塘轮流承担。独龙语称年节为“卡雀哇”,年节在每年冬腊月的某一天举行。节期的长短常常以食物准备的多少而定,一般为二~五天。年节期间最隆重的祭祀活动是“剽牛祭天”。牛被刺死后,切割成块,用大锅煮食。节日期间所有的人都要以家族为单位,互相问候,共同祝贺。独龙族民间互相邀请的方式十分独特,通常用一块木片做请柬,木片上刻有几道缺口就表示几天后举行宴会。被邀请的客人要携带各种食品以表示答谢。客人进入寨门后,先与主人共饮一筒酒,然后落座聚餐,并观赏歌舞助兴。有的寨子在宴请

的第二天,还要举行射猎庆典。

### (三十) 门巴族饮食风俗

门巴族,0.8923万人,居住在西藏。大部分从事农业,兼事狩猎。食用的粮食有稻谷、鸡爪谷、玉米、青稞、高粱等。肉类以牦牛、黄牛肉居多,也食猪肉和羊肉及猎获的野生动物,食用方法习惯于炖制或制成肉干。过去有些地区以采集野生棕榈类植物“达谢”等作为蔬菜,种植的蔬菜有南瓜、黄瓜、白菜、西红柿、洋白菜、辣椒、韭菜等品种。门巴族善用鸡爪谷、玉米、高粱等酿酒。老人和与藏族交往时也常饮用酥油茶和青稞酒。狩猎时自愿结伙,公推首领,首先击中猎物者,在分肉时要分得双份,其余人均一份。狩猎结束后,将肉割好,烤熟背回。若猎物很多,则点火为号,召集村民接应,进村后要将多余的猎物分给村人或共同聚餐。如果在归途中遇见行人,无论相识与否,均赠一份猎物,认为这样下次狩猎才会有好运气。门巴族的节日与藏族相同。节日期间要杀牛宰羊,置办酒菜,宴请宾客。若有客人来,全家人携酒到村口为客人洗尘,并做好米饭、炖肉款待。宴请客人时,主妇要站立一旁,为客人斟酒,并保证客人的酒杯总是满的,客人喝醉了,主人会很高兴。客人离别时,主人要执酒送到村外。

### (三十一) 珞巴族饮食风俗

珞巴族,0.2965万人,居住在西藏。主要从事农业。日常饮食及食品制作方法,基本上与藏族农区相同。珞巴族食用青稞、小麦、玉米、水稻、荞麦、高粱等粮食,肉食主要为牛、犏牛、猪、羊、鸡等,也常食猎物。喜食烤肉、干肉、奶渣、荞麦饼,尤其喜欢食用用粟米搅煮的饭坨,并喜以辣椒佐餐。其中,保留至今的以沸水浇注苦荞搅拌而成的荞团,浇上辣味调汁,用木制的调羹趁热挖食的习

俗,是久有传统的食法。蔬菜有白菜、油菜、南瓜、芜菁和土豆等。普遍嗜酒,除饮用青稞酒外,还常饮用玉米酒。狩猎活动一般集体进行,猎获物一律平分。珞巴族的节日和祭祀活动与藏族大致相同。希蒙的珞巴族称年节为“调更谷乳术”节,届时要把宰杀的猪、牛、羊肉连皮切成块,分送给同族的人。一些地方还保留有“氏族集合”的古老习俗。过节时,村落的住户要自带酒肉欢聚,全村男女老少席地围坐,饮酒吃肉,笑语欢歌,进行各种娱乐活动。在客人吃饭前,主人要先饮一杯酒,先吃一口饭,以表示食物无毒和对客人的真诚。

### (三十二) 基诺族饮食风俗

基诺族,2.09万人,居住在云南。主要从事农业。习惯于日食三餐,以大米为日常主食,杂以玉米、瓜豆等。基诺族吃大米讲究吃好米、新米,陈仓米多用来喂养家畜或做烤酒。玉米侧重于吃青。早餐通常把糯米饭用手捏成团吃,午餐多把米饭用芭蕉叶包好带到地里随时加盐和辣椒食用,也有的把米带上山,就地砍竹筒,采集野菜,把米和菜放在竹筒里煮熟而食。晚餐除主食米饭外,还备有一些菜肴,既有自种的蔬菜,也有采集、猎获的山菜野味。家养的畜禽只在婚丧礼祭时才能宰杀。基诺族喜好饮酒,民间有“不可一日无酒”之说;也爱饮茶,多喜喝老叶茶,喝茶时一般都将老叶揉炒后放入茶罐中,加水煮至汤浓方饮。在毛俄、茄玛等寨的部分基诺族妇女中,有食一种当地特有的胶泥的习惯,有的老年妇女甚至食土成癖,一日不食就觉不适。基诺族待客真诚,在民间一直保留着“生分熟吃”的习俗,即捕到猎物之后,凡是见到捕获者的人,生的均可分一份,熟的都可以去吃,直到吃完为止。饮酒的时候,只要客人不放杯,主人一定要奉陪到底。在民间有以酒代罚之习,凡违反村规寨法或做错事的人,一般要罚十碗酒,重者要罚当事人两头猪,以及一定的大米和酒,

请全村老少吃一顿。

#### 四、华东及东南地区少数民族食俗

华东与东南地区居住着高山族、畲族等少数民族。

##### (一) 畲族饮食风俗

畲族,70.96万人,主要聚居在浙江,分散居住在福建、江西、广东、安徽等省。主要从事农业。日常主食以米为主,除米饭外,还有以稻米制成的各种糕点,常统称为“粿”。番薯也是畲族的主食之一。除直接煮食外,大都是先刨成丝,洗去淀粉,晒干踏实于仓或桶内,供全年食用;也有先将番薯煮熟,切成条晒成八成干长期存放,作干粮用的;也有的人把番薯切片煮制后捞出风干或晒干,再用沙炒或油炸,在节日用或招待客人用;也可制成粉丝,作点心或菜肴用。畲族人大都喜食热菜,一般家家都备有火锅,以便边煮边吃。除常见的蔬菜外,也经常食用豆腐,还有辣椒、萝卜、芋头、鲜笋和姜做成的卤咸菜。肉食最多的是猪肉,鸡、鸭也较多,也有少量的牛、羊、兔等。畲族喜饮自产的烤青茶。如果有客人到来,都要先敬茶,一般要喝两道。客人只要接过主人的茶,就必须喝第二碗。如果客人口很渴,可以事先说明,直至喝到满意为止。

##### (二) 高山族饮食风俗

高山族,0.4461万人,主要居住在台湾,一部分居住在福建。“高山族”并非是台湾本土的说法。作为主体汉族以外的少数民族,历史文献和民俗学家指称的“土著”,现被称为“原住民”诸族,研究者有七族、九族、十族几种观点。依语言与文化研究区别,十族分别是:太鲁阁(原泰雅族)、赛夏、布农、邹(又称曹)、鲁凯、排湾、卑南、阿美、

雅美、邵等〔1〕。他们传统的食生产,主要是《隋书》所记:台湾“土人”“以木槽中暴海水为盐,木汁为酢,酿米面为酒,其味甚薄。食皆用手。偶得异味,先进尊者。凡有宴会,执酒者必待呼名而后饮”。“厥田良沃,先以火烧而引水灌之。持一插,以石为刃,长尺余,阔数寸,而垦之。土宜稻、粱、床(mí迷)、黍、麻、豆、赤豆、胡豆、黑豆等,……风土气候与岭南相类。”“有熊羆豺狼,尤多猪鸡,无牛羊驴马。”〔2〕由于孤岛闭塞,文明进步缓慢,近代以前基本保持原始和半原始状态。20世纪中叶以前,山居诸族亦处于相对隔离的滞后状况。长期以来,他们大多从事农业,兼事狩猎和采集。以谷类和薯类为主食。除雅美人和布农人之外,其他几个族群都以稻米为日常主食,以薯类和杂粮为辅。雅美人以芋头、小米和鱼为主食,布农人以小米、玉米和薯类为主食。高山族食用的蔬菜主要靠种植,少量依靠采集。常见的有南瓜、韭菜、白菜、萝卜、土豆、豆类、辣椒、姜和各种山笋野菜。高山族普遍爱食姜,有的直接用姜蘸盐当菜,有的用盐加辣椒腌制。肉类主要为猪、牛、鸡,在很多地区捕鱼和狩猎也是日常肉食的一种补充,特别是居住在山林里的高山族,捕获的猎物几乎是肉食的主要来源。高山族过去一般不喝开水,也没有饮茶的习惯。泰雅人喜欢用生姜或辣椒泡的凉水作为饮料。过去在上山狩猎时,还有饮兽血之习。不论男女,都喜欢饮酒。邹族的“桂竹筒烤饭”、排湾族的嗜食槟榔、阿美人的石烹和“杜伦哈哈”——“麻糬”、邵族的“打内当”——刺葱(五加科小乔木,嫩叶味香可食)等风味烹调,均是极为典型的民族食俗。高山族性格豪爽热情,喜在节日或喜庆的日子里举行宴请和歌舞集合。每逢节日,均要杀猪、宰老牛、置酒摆宴。

〔1〕 陈奇禄《台湾土著文化研究》,(台北)联经出版社1992年版。

〔2〕 《隋书·琉求国传》卷八一,中华书局1973年版。

## 后 记

20世纪70年代中期,我读书的重点从文化史、社会史的一般关注集中到了人们食事的领域。因为《尚书》云:“八政,一曰食”;《诗》谓:“民之质矣,日用饮食”;《史记》重“食货”;司马迁记俗谚“民以食为天”;而我又身历了1959~1961年的饥饿,知道食对于个人命运,对于民生优劣,对于政权存亡,对于历史文明和社会发展的至关重要。80年代初,我开始在大学课堂上讲授中国饮食史、中国饮食文化。回顾起来,我在中国饮食史领域的读书生涯至今已近三十年之久了。

当我最初在大学课堂上提出“饮食文化”概念时,不要说普通社会民众,就连学术界的许多知名学者都不以为然:“‘饮食’也可以称‘文化’吗?”“‘烹饪’是手艺,就像缝衣做鞋,如果都叫‘文化’,那‘文化’也就不成其为文化了。”但是,20世纪80年代以来,国内商业、食品、农业、烹饪、旅游、师范专业院校以及许多普通高校、综合大学的相关专业相继开设了“饮食文化”或类近的课程,我本人任编委会主任的两套应上述院校教学需要的教材,已先后由中国轻工业出版社和高等教育出版社出版,其中就有我的《中国饮食文化概论》。

就我所知,上述诸多院校的饮食文化教学许多都在用我的书为教材。施教者中不乏我昔日的学生,更多的是曾听过我讲课的人。我要表达的意思是:我的讲课、讲义、学术活动和我的书是伴随了自己中国饮食史、饮食文化研究与教学的全过程的。我的二十章、约百

万字的《中国饮食文化》书稿成于 1998 年。最初曾帮助我抄录书稿的郑昌江、谢定源等先生已经是媒体一再提及的著名学者了,而这本书却仍以稿本的形式存在着。这种稿本存在的形式有一个很大的好处,那就是可以随时修正补益,免得错谬流布误人。

2004 年夏,我在南京的中国明史会上与上海人民出版社的张美娣编审相识。不久后,张编审来杭州,于是议定了由上海人民出版社出版这本《中国饮食文化史》。应当深深地感谢张编审的谬识擘助,因为在众所周知的当代社会情态下,出版一部不赚钱、甚至赔钱的学术著作该是多么的不容易。有了这本书,使我能聊以告慰多年来无数关心我的海内外学界朋友,表达我对所有理解我、关心我、帮助我的人们的真诚谢意。这本书同时还可以作为正在作为教材广泛使用的《中国饮食文化概论》一书的参证比照,因为有些章节是该书所没有的,相近章节的许多内容也是不同的。还应当感谢浙江大学中国古代史研究所郑南博士为校对本书稿所付出的辛勤劳动。由于她认真地核对每一个印刷符号,并逐条核正全部引文,使本书避免了许多不应有的错误过失。最后要说的是,由于本人学识局限,这本小书肯定还有许多不足或问题,恳请学界同仁和广大读者批评指正。

赵荣光

2005 年 12 月 31 日于浙江工商大学诚公斋书寓



## “专题史系列丛书”已出版的图书

中国园林文化史	王毅	
中国古代冶铁技术发展史	杨宽	
中国散文小说史	陈平原	
中国舞蹈发展史	王克芬	
中国服饰史	黄能馥	陈娟娟
中国典籍史	李致忠	等
中国美术史	彭德	
中国杂技史	傅起凤	
中国戏曲史	廖奔	
中国景观史	吴必虎	刘筱娟
中国简明史学史	瞿林东	
中国民间宗教简史	马西沙	
中国地方行政制度史	周振鹤	
中国货币演变史	千家驹	郭彦岗
中国天学史	江晓原	钮卫星
中国东南佛教史	严耀中	
中国历代中央官制史	王超	
中国小学史	胡奇光	
中国禁毒史	王金香	
中国水利发展史	姚汉源	
中国文祸史	胡奇光	
中国饮食文化史	赵荣光	
中国监察制度史	邱永明	
中国算学史	王渝生	
中国经学史	徐洪兴	
中国古代都城史	杨宽	
中国宦官制度史	余华青	
中国甲骨文学史	吴浩坤	
中国长城史	景爱	
中国近代音乐史	余甲方	