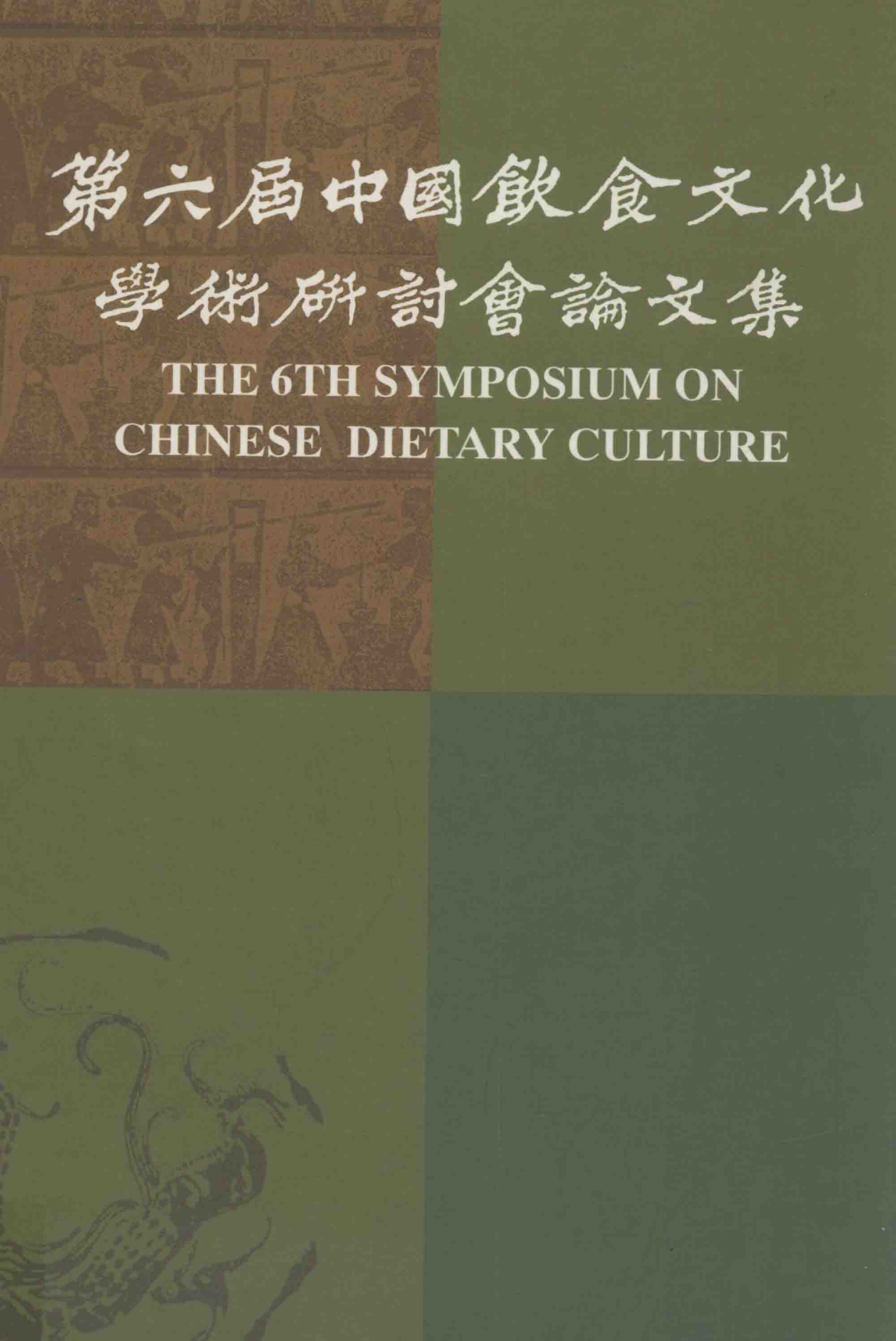


The background of the cover is a collage of traditional Chinese motifs. The top left features a brown-toned illustration of figures in a domestic or workshop setting. The bottom left shows a stylized, dark-toned dragon or mythical creature. The rest of the background is a solid olive-green color.

第六屆中國飲食文化 學術研討會論文集

THE 6TH SYMPOSIUM ON
CHINESE DIETARY CULTURE

第六屆中國飲食文化 學術研討會論文集

陳奇祿  題

THE 6TH SYMPOSIUM ON
CHINESE DIETARY CULTURE

財團法人中國飲食文化基金會 出版

中國飲食文化學術研討會論文集 第六屆／張
玉欣總編輯.--初版.--臺北市：中國飲食文
化基金會，民89
面；公分

ISBN 957-99810-7-8(精裝)

1.飲食（風俗）－中國－論文，講詞等

538.782

89010462

第六屆中國飲食文化學術研討會論文集

出版者——財團法人中國飲食文化基金會

發行人——翁肇喜

總編輯——張玉欣

主編——陳慧俐

執行編輯——楊秀萍

發行者——財團法人中國飲食文化基金會

地址——台北市建國北路二段145號

電話——（02）2503－1111轉5616～5620

傳真——（02）2517－1806

郵撥——17053067

定價——新台幣1800元

行政院新聞局出版事業登記證——局版臺業字第5343號

中華民國89年9月15日初版

ISBN 957-99810-7-8（精裝）

2000，Foundation of Chinese Dietary Culture

Printed in Taiwan

版權所有・翻印必究

陳 序

陳 奇 祿

一九九九年十月廿五日至廿七日中國飲食文化基金會邀請福建省社會科學界聯合會共同主辦第六屆中國飲食文化學術研討會於福州市西湖大酒店，邀請澳大利亞、法國、德國、香港、日本、韓國、台灣、美國、越南等地區之一百數十位學者專家及福州鄰近之飲食業者與實務人士參加會議。

中國飲食文化學術研討會自一九八九年舉行以來，本次為第六屆，前五屆在台北和香港舉行，本次首度在大陸之文化大都市且為美食之都的福州市舉辦，特別選定「中國地域與飲食文化」為研討主題，深具意義。

飲食文化研討會舉辦以來，表現在研討主題上可以明顯看出，開始於就中國飲食文化的特質、習俗、養生、營養等基本主題的探討，進而漸及於變遷以至經營管理方面，晚近則放眼於中國飲食文化的推展與全球化問題，在探討全球化問題之前，應先瞭解中國飲食文化的地域性差異，故本次會議乃以此為研討主題。

本次會議邀請到中央研究院院士，台灣清華大學榮譽講座李亦園先生作主題演講，講題是：「中國飲食文化研究的理論圖像」。李先生特別揭櫫中國飲食文化追求「致中和」的宇宙觀，也討論到中國飲食文化圈內各區域飲食習慣的變異性。除主題演講外，本次會議計發表論文二十五篇，會期三天，分九場次進行，并以李亦園院士主持，John Lagerwey 先生、木村春子女士、宋祝平教授、李又寧教授、徐小虎教授參加之圓桌會議作為會議之結束，成果非常豐碩。

際茲會議錄付梓，謹向與會諸位學者專家及主辦單位財團法人中國飲食文化基金會致最高的敬意和賀忱。

中央研究院院士

陳奇祿

歡迎辭

第六屆中國飲食文化學術研討會今天就在福州假西湖大酒店開幕。本人謹代表主辦單位向蒞臨會場的所有貴賓們致最熱烈的歡迎之意。同時也藉這一機會對於共同主辦單位的福建省社會科學界聯合會致最高的謝意；他們過去一年來的協助與辛勞是本次研討會順利得以開幕的最關鍵要因。

中國飲食文化學術研討會顧名思義，談的是中國的飲食文化。但是過去的五次國際會議竟然沒有一次是在中國大陸舉辦過。今年剛巧是本基金會成立的十週年，在這非常具有紀念性的年度裡，我們能在中國大陸的文化大都市之一的福州舉辦第六屆（也是在大陸的第一次）的研討會，覺得特別有意義。

至於本次學術研討會議的宗旨，我們幸得本基金會董事，中央研究院院士李亦園教授的提示，一一載錄於會議手冊之中，旨意明確完整，任何補充似乎只令人覺得是多餘，所以個人在此再度強調，我們很慶幸有機會促成這許多卓越的專家學者聚集一堂，以「中國地域與飲食文化」為議題，做深入充分的研討與意見的交換。

預祝大會成功，順祝各位在福建期間一切順遂，身心健康！

第六屆中國飲食文化學術研討會 大會主席



一九九九年十月十五日

第六屆中國飲食文化學術研討會論文集

目 次

陳序	陳奇祿	i
歡迎辭	翁肇喜	iii
中國飲食文化研究的理論圖像	李亦園	1
Regionalism in Chinese Food and Art	徐小虎	17
食物、身體與族群邊界	王明珂	47
中華民族飲食文化圈、中華飲食文化圈、中國		
菜區域風格及相關的若干問題	趙榮光	69
陸味派與海味派—中國地域飲食體系二派說 ...	劉廣偉	105
從川菜看地域對飲食文化的影響	黃維兵	117
Culinary Culture in Guangxi	David Holm	123
荆楚飲食特色探討	巫瑞書	133
越地民間食用麻雀俗信的深層區域文化結構 ...	陳勤建	157
Northwest Chinese Cuisine and the Central		
Asian Connection	E. N. Anderson	171
Chinses Regional Cuisine: the Genesis of a		
Concept	Françoise SABBAN	195
Regional Food Culture in China	Erhard Rosner	209
「怖ろしい味」：大衆料理における中華の受容		
のされ方—フィリピンと日本の例を中心に ...	小瀬木えりの	225
日本人はいかに中國の食文化を受容し、變容し		
てきたか—中國料理の受容の歴史を語る ...	奥村彪生	237
巴黎中餐館及其基本菜式的初步研究	陳慶浩	251
從吃到吃的藝術—試論杭州飲食文化的特色		
與創新	孫沛然、徐麗華	275

魯菜及北方菜的分布及特點	張廉明	289
長江流域飲食文化初探	姚偉鈞	301
粵菜大系的形成及其延伸和發展	林乃榮	325
閩台地域飲食文化	楊紀波、黃種成	345
客家菜與客家飲食文化	楊彥杰	363
岩燕之涎與筵宴之鮮—砂勞越的燕窩生產與社會關係	蔣 斌	383
米飯與親緣—中國西南高地與低地族群的食物與社會	何翠萍	427
從飲食看漢文化對越南文化的影響	潘文閣	451
On the Exchange and Comparison of the Confucian Dietary Culture between Korea、China and Japan	金天浩	461
日本に於ける中國料理の歴史的影響—戰後50年を主に考察	程一彥	485
祭りの際に神に供える食物—日本、中國、韓國の比較	諏訪春雄	497

圓桌會議：Traditional and Innovation in Chinese Food

中國と日本 その料理の特色、民族的な嗜

好傾向	木村春子	509
論小吃	宋祝平	527
淺談九十年代紐約市的華夏飲食文化	李又寧	543

附錄：

圓桌會議實錄/Roundtable Discussion：

Traditional and Innovation in Chinese Food	567
會議簡介	595
會議議程	599
與會學者介紹	605
與會人員名單	623
籌備委員會	629

中國飲食文化研究的理論圖像

李 亦 園

中央研究院院士
台灣清華大學榮譽講座

壹、前 言

中國飲食文化學術研討會前後共舉行了六屆會議，這是第一次在大陸舉行。作為本次大會主題論文演講者，同時也是中國飲食文化基金會的董事，我覺得應該先向諸位出席會議的同仁，特別是大陸的學者專家們，介紹說明這一研討會的傳統。中國飲食文化學術研討會是由中國飲食文化基金會董事長翁肇喜先生所發起並長久支持的一項純學術性系列研討會。翁先生除去捐資成立基金會外，更具體地在他台北的總部裡創設一所「中國飲食文化圖書館」，這可以說是一所全世界絕無僅有的中國飲食專門圖書館，經常吸引全球各國的專家們來閱讀查詢資料。基金會舉辦的學術活動，除去設立中國飲食文化學術研究的論文與學位獎學金外，更重要的是每隔一年分別舉辦兩系列的學術研討會，那就是「中國飲食文化學術研討會」與「餐飲管理學術研討會」。前者自一九八九年開始至今共辦了六屆；後者則自一九九五年起舉行了四屆。由此可見，基金會對與飲食文化學術研究的立場是理論與實務同時並重的，只是其在理論與實際的分野上是有其特別的看法。一般來說，全球性飲食文化學術研究的領域，大致可作如下的分類（李亦園，1999b）：

- | | | | | |
|----------|---|-----------------------|---|---|
| 飲食文化學術研究 | { | I. 實用面 | { | Ia. 管理營運 (Management and operation) |
| | | (Practical aspect) | | Ib. 營養、烹調、生產 (Nutrition, culinary technique and production) |
| | { | II. 表達面 | { | IIa. 美學面 (Aesthetic aspect) |
| | | (Expressive aspect) | | IIb. 社會文化面 (Social-cultural aspect) |

基金會的立場雖然是理論與實際並重，但是在舉辦研討會時向來是把上表所列 Ia 領域單獨歸為管理研討會的重心，而把 Ib 及 II a、II b 三領域都列為前一研討會的主題。這樣的分類方式，顯然與中國文化對飲食的基本觀念有密切的關係，這也是筆者在這一篇主題演講論文中所要深加討論的重點之一。

貳、飲食文化的表達功能

人類的吸取食物，當然不只是充飢果腹而已，人類的飲食其實與其他行為一樣，都具有實用與表達的兩面性；人類對食物的需求，除去滿足飽食、營養、口味、品質與生產供應等實用意義之外，食物所蘊含及能藉以表達、延伸、徵象的無形意義，似乎更為豐富而重要，有時甚而凌駕於實用面之上，幾乎形成反客為主的情況，因此在純研究的立場上，表達面的研究就更受到重視。人類飲食的文化表達面又可分為美學的與社會文化兩部份。在美學的表達上各民族的飲食都有不同的表現，即使在簡單文化的民族中，也經常有很凸出的展示。然而在中國人的飲食文化中，美學的表達就更為精采。中國飲食文化的美學表達，並不僅是表現在食物的外觀、形態、色澤、香氣、滋味與口感上，也不僅表現廚師刀法切割的行距、角度、交叉、深度、厚薄等手法上，而更重要的是藉文字、筆墨而表現在文學與繪畫上，其效果甚而要比食物本身更令人垂涎欲滴。隨意舉一兩個大家熟悉的例子：曹雪芹在《紅樓夢》第三十八回描述賈府秋日賞桂吃螃蟹的「絕唱」前四句是：

持蟹更喜桂陰涼，潑醋搗薑興欲狂。

饕餮王孫應有酒，橫行公子卻無腸。

這樣的食蟹文字如再加上蘇東坡的〈老饕賦〉中所寫的兩句：

爛櫻珠之兼密，滷古酪之蒸羹；

蛤半熟而含酒，蟹微生而帶糟。

這就是把中國飲食文化的文字之美表達無遺了。當然，假如我們再把齊白石或吳昌碩的菊黃蟹肥圖攤出來一併欣賞，那一種圖像與意境之美就更引人入勝了。中國飲食的文學與繪畫之美固然美矣，但筆者的專業並非美學，所以不敢也

不能多加發揮。本文的重點，主要在飲食的社會文化表達面上，給予較詳細的探討。食物被用作符號或工具以表達社會文化的意義是各民族常見的事，因此也是人類學家、社會學家很重要的研究領域（Fab, 1980: 97 – 164）。法國人類學家李維斯陀（Claude Lévi-Strauss）很著名的一句話就是「食物不只是好吃的，而且也是好用作思考的」（Food is not only good to eat, but also good to think with.）。美國較早期的人類學家懷特（Leslie White）也說：「人類是唯一能分辨蒸餾水與聖水的動物」（Man is the only animal able to distinguish between distilled water and holy water.），指的也就是食物的社會文化表達面。大致而言，食物的社會文化表達面，可分為下列幾個方面：

一、食物與社會地位身份及地域認同

食物用於表達社會階級及身份在各民族中是最常見的事。在我國除去每一地域有其特有的地方菜，這也是本次研討會重點所在之外，也經常分辨有宮廷菜、官府菜、寺院菜、城市菜、鄉間菜、家常菜、乞兒菜之別，這也是明顯依身份地位差別的分類了。前文說到紅樓夢裡賈府秋日賞桂吃蟹的描述與絕唱詩，一方面固然是文學的表達，另一方面也正是顯示賈府身份地位的象徵，而四十一回中描述劉姥姥看到賈府中飲宴的豐盛奢華，正也襯托出貴族與平民在飲食方面的對比差異。

在古代階級森嚴的時代，用飲食之物以表示其階級優越性與身份固然是常有的事，但即使是在現代，民主平等觀念已很普遍的時代，顯示財富的所謂「誇富宴」（Potlach）也仍然愈見不鮮，而且即使是普通人的飲食行為，也還是有表示身份地位，以至於表達地域認同的含意存在。例如最近哈佛大學的漢學家華琛教授（James Watson）編輯出版了一本名為《金拱東漸》（Golden Arches: McDonald's in East Asia），以分析西方麥當勞式速食進入東亞地區的專書，其中若干篇研究就指出麥當勞等西方速食在中國、日本與韓國等地區最少在流行初期，就有一種身份地位表徵的意義在內。到麥當勞式速食店進食的人，多少有表現甚至炫耀懂得欣賞洋食物、舶來品的心理存在（Watson, 1997）。而該書的總結論文是由另一位著名的資深人類學家閔惜霓（Sidney Mintz）所撰寫，他就說到在歐洲即使在中古時代，其貴族們就以能食用舶來食品而自豪，而這種炫耀能享用舶來品的心理叢結，甚至今日仍普遍存在於東西方（Mintz, 1997: 185 – 190）。而中國飲食文化基金會的長期支持者之一，香港中文大學的吳燕和教授，在第四屆研討會中所提的論文〈台北的粵菜、香港的台北菜：飲食文化與族群性的比較研究〉，也說到所謂台灣菜、香港菜在港台地區所表現的地區族群認同意

義，更是值得深加探討的飲食文化現象（吳燕和，1995）。

二、禁忌（taboo）：可食與不可食之間

人類是一種雜食動物，因此從生物性的角度來說，凡是沒有毒的東西，不論是動物、植物甚至於礦物都屬可食之範圍。但是人類各民族中卻經常出現不同界定可食與不可食的範圍，甚至一些最常見的食物，在若干民族中即認為是禁忌不可食，而在其他民族中又認為是最好吃的。最通俗的例子莫過如猶太教徒與回教徒都禁吃豬肉，而我們中國人卻以豬肉為上品。一般人都以為猶太教徒與回教徒的禁食豬肉是直接與宗教信仰有關，其實並不盡然。英國著名的女人類學家瑪麗·道格拉絲（Mary Douglas）曾解釋說這是因為古代的猶太人對動物觀念的分類所致。她曾引《舊約聖經》〈利未記〉第十一章的話：

第十一章耶和華對摩西亞倫說，你們曉諭以色列人說，在地上一切走獸中可喫的，乃是這些凡蹄分兩瓣、倒嚼的走獸、你們都可以喫。但那倒嚼、或分蹄之中不可喫的，乃是駱駝，因為倒嚼不分蹄，就與你們不潔淨。兔子，因為倒嚼不分蹄，就與你們不潔淨。豬，因為蹄分兩瓣，卻不倒嚼，就與你們不潔淨。這些獸的肉，你們不可喫，死的你們不可摸，都與你們不潔淨。水中可喫的，乃是這些凡在水裡、海裡、河裡、有翅、有鱗的，都可以喫。凡在海裡、河裡、並一切水裡游動的活物、無翅、無鱗的、你們都當以為可憎，你們不可喫他的肉，死的也常以為可憎。凡水裡無翅無鱗的，你們都當以為可憎。

由此可見古代的猶太人對自然界有嚴格的分類觀念，他們認為走獸中一定要具有「分蹄」與「倒嚼」（反芻）兩特性，否則就是違反常規，就不可吃。豬雖蹄分兩瓣，但不反芻，而駱駝、兔子與沙番（一種獾類）則雖反芻，但不分蹄，所以也就犯了常規，也就不能吃。水裡的魚類也一樣，一定要有翅又有鱗才算是魚，那些無鱗無翅的水蛇、海龜等都不能吃。這明顯是一種對自然、宇宙的文化分類法之表現，其後再加入宗教的說法，而有不潔淨的想法。換而言之，猶太人與阿拉伯人的文化是先對宇宙自然界有一分類的觀念，然後依這種觀念來採擇可吃不可吃的食物（Douglas, 1996: 41-57）。

我們中國人與猶太人阿拉伯人的想法不一樣，對我們中國人來說，世界上幾乎沒有一樣東西是不可吃的，因此有人說：「我們中國人除去桌子之外，其他四

腳的都可以吃，風箏之外，其他天上飛的都可吃。」，換而言之，中國人在可食不可食的文化界限上，應是世界各民族中最寬廣的民族之一（Anderson, 1977: 363），這是因為我們中國人對食物的認定原則與猶太人阿拉伯人不一樣，我們不先界定自然界而後擇食，我們是先從自己身體的需要原則而出發，然後去擇食，凡是對身體健康有利者則可進食，不利者則避食。因此，我們中國人不是沒有不可食的東西，而是因人的不同情況來訂定禁食的對象，例如：孕婦、病人、或是在某種儀式的期間，才會對一些特別的食物有禁忌。

從上面的陳述來看，人類的飲食確實是受到一些深層文化法則的約束。因此從一個民族的飲食習慣上就透露出他們對宇宙自然以至於對人本身的看法，而他們自己也經常藉飲食方式展演表達其基本文化立場與社會特性，如上節所說社會階級與身份地位在飲食上的展現，即是同一原則的表現。

三、飲食與宗教

上一節說到猶太人與阿拉伯人的不吃豬肉雖說不是直接與宗教有關，而是因他們的祖先對自然的分類而起，但是他們確是用宗教的說法來解釋，而認為豬肉與駱駝肉是不潔淨的所以不能吃。人類對食物的看法與運用確也是經常受宗教信仰的影響，在宗教信仰的領域裡有一項普遍的觀念，那就是與神靈有關的都是聖潔或神聖的（sacred），而與聖潔與神聖有違的則是褻瀆、污穢或不潔淨的（polluted）。人類對於污穢、不潔淨的東西會產生一種禁忌的態度，避開而不接觸之，所以猶太人阿拉伯人不吃豬肉。但是人類對所謂神聖的東西也有一種敬畏之心，因此就避開牠，甚而不敢吃牠，例如印度教的信徒認為牛是神聖的，所以不吃牛肉，即使途有餓死者也仍然讓牛隻滿街跑，由此可見食物的神聖（sacred）、污穢（polluted）與禁忌（taboo）的兩面性關係。

我們中國人的飲食受宗教信仰影響的除去佛教的不吃葷腥之齋戒外，特別在祭祀神靈的犧牲祭品上有很有趣的表現。在華南各地的民間信仰祭儀中，我們經常可以看到鄉民們用不同形式的祭品來祭祀不同類別的超自然存在。他們用完整全隻的豬、牛或羊來祭最高的神靈，而用大塊的肉來祭地位較低的神祇，至於祭祖先或鬼魅則用切成小塊的祭肉；另外，他們又用生的犧牲祭祀高高在上的天神，用半熟的牲肉祭祀比較熟識的神明，而用煮熟加味的食物祭祀祖先。由此我們可以看出有兩個原則可用來說明華南的居民如何用食物祭品表現他們對不同範疇神靈的態度，這兩個原則就是用全部與部份來表達神靈地位的高低，而以生與熟來表達神靈與自己關係的生疏與稔熟。我們可以把這兩組祭品的法則或邏輯用公式表示如下（李亦園，1979：125－132）：

全部：部份 ／ 高 ：低

生 ：熟 ／ 生疏：稔熟

從這個例子，我們可以明白看出華南的中國人是如何有邏輯性而巧妙地「操弄」食品或祭品以表達他們對超自然界不同神靈的態度。

四、飲食與性

食與性的密切關係與相互比喻是世界上各民族常有的事，在許多民族的語言中，吃與性經常是同一意義，許多民族甚至說吃熟肉是真正的吃肉，吃生肉則指性而言。西方人說食與性是「孿生之慾」（twin pleasure），而認為孿生之意是來自嬰兒哺乳期的心理情結所成，從嬰兒哺乳時所產生之慾，所以兩者經常混而難分（MacClancy, 1995）。

中國自古以來也是食色並提的，大家耳熟能詳的包括《孟子》〈告子上〉說：「食色、性也」。《禮記》〈禮運〉也說：「飲食男女，人之大欲存焉」。在文學著作中，用食物來形容、比喻性行為與性有關的事物，更見屢見不鮮，不僅豔情小說中如此，一般文學名著也是常見之事，例如：《紅樓夢》把食與性聯在一起作比喻的地方就不少，其中描述尤家姐妹之調情之處特多，尤二姐與賈蓉搶吃蝦仁，與賈璉借檳榔藉以搭訕，甚至尤三姐藉飲宴後捉弄賈珍兄弟均是。而在民間的諺語、俚語中，食與性相互比喻的情況更是常見，閩南話中說兩個男女在一起吃，實際上就是說他們一起睡了。

然而在中國，食物與性最有關的確是表現在增強男性的性能力上，所謂「強精補腎」是也，這也就是我們在下一節所要詳加討論的題目了。

五、食物、營養與健康

人類採食食物當然首先是爲了要攝取食物以維持生命，並進而講究「營養」與求得身體的「健康」。但是什麼是「營養」，而「健康」的標準又是什麼，卻是因爲文化的不同而有很大的差異。每個民族的文化都是先有一套基本的法則，然後根據這套法則再來界定什麼東西吃下去是對身體有好處，什麼東西吃下去是對身體不好，或者是有礙健康的。上文說到古代猶太人是先對自然界有一個分類的原則，然後根據這個原則而認定豬與駱駝等是不潔淨，既然是不潔淨的所以吃下去就是不「營養」，而妨礙「健康」的。可是豬肉是不是真的不營養且會妨礙健康呢？最少我們中國人不認為如此。我們中國人的文化法則不是先分類自然，而是以自己的身體爲出發點，體驗出凡是能導致身體內部取得均衡調和的食物即是有營養的，而真正能促進健康。我們的老祖宗從新石器時代開始，經過神農、黃帝、大禹等先驅營養學家，無不身體力行以體驗自然界之物對人類生物體之作

用，經過數千年的累積經驗，然後逐步形成所謂「陰陽相補」、「五行調和」的哲學體系。因此才會形成所謂「飲和食德」的基本飲食觀念，而在這個價值原則指令之下，自古以來中國人攝取食物都要追究其寒、熱、冷、平，進而講究食療之道，甚至連飲酒都要分辨其性質是散的威士忌，或是聚的白蘭地（李亦園，1993，1995）。

第四屆中國飲食文化學術研討會中，西安烹飪學校的王子輝先生曾提出一篇〈中國飲食文化根本之道〉的論文，他就認為中國飲食文化最根本之道即是一個「和」的觀念。王先生從四方面說明「和」的觀念在中國飲食文化中所產生的作用：首先他認為在食物種類的結構上中國自古以來即追求「和」，這也就是《黃帝內經》中所說的「五穀為養、五果為助、五畜為益、五菜為充，氣味和而服之」的本意。其次就是經由變化多端的烹調方法，以追求其「五味調和」或「集多味於一品而取其和」的「和」；這也就是《呂氏春秋》〈本味〉篇所說的：「調和之事必以甘、酸、苦、辛、鹹，先後多少，其齊甚微，皆有自起」的本意。再次他又認為中國飲食文化之「和」也是由「鼎中之變」來完成的，也就是《淮南子》所說的「水火相憎，鑊在其間，五味以和」之意。最後，王先生認為在膳食平衡、五味調和、鼎中之變等等之和的追求表現之外，中國人的飲食也追求調和人際關係、配合情境與場合，也就是所謂「飲食所以合歡也」之意（王子輝，1996：337－350）。在第二屆飲食文化學術研討會中，台北國立藝術學院的劉思量校長也曾發表〈五行終始、五味調和——中國飲食美學初探〉一文，也同樣達到「飲食五行五味調和之為美」的看法（劉思量，1994）。王劉二位說的都很合理，確實道出中國飲食之道的特性：均衡調和。但是比較可惜的是他們都只說到「和」的被強調，卻未能說明這個「和」的觀念是怎樣得來的，自然更未能說到先聖先賢身體力行體驗追求健康養生長壽之道的過程。

第一屆中國飲食文化學術研討會時，日本著名烹飪學家御茶水女子大學名譽教授中山時子曾發表了一篇〈中國的鮮味〉的論文，在她論文的結論中有這樣的一段話：

現在再回到本文的主題，既然中國人的飲食思想的根本出自如何將材料烹調成美好的味道，那麼本文主題所討論的「鮮味」的追求，應可說是源自道教。因此若不深究道教傳統的修鍊，想去探索「鮮味」的來源是不可能的。

.....

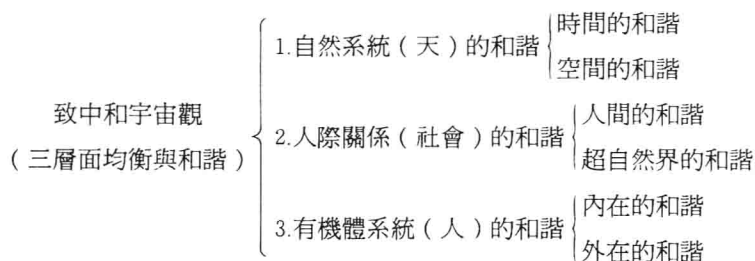
享用鮮美可口的食物之樂，是全人類期待的福音，也就是中國人所謂的「口福」。比世界上任何一國的人都認真追求口福之樂的，要數中國人，且其傳統非常悠久，深懂長生不老之真諦，在長遠的歷史中，中國人體會到不斷追尋「鮮味」食物的困難，以此為人生最高的目標。

所以我認為中國人追求長壽的魄力奠定了偉大的中國飲食文化的根基，追求「鮮味」亦然。（1993：48）

中山時子教授似又比上述王、劉兩位先生更能體會中國飲食文化的根本之道，所以她提出追求長壽，追求長生不老的理想，她確實體會到身體健康調和為根本目的之飲食道理。可是她說為了尋求長生不老而追求飲食之鮮味是中國人人生最高目標，實在是小看了我們。我們中國人好吃，但並不以美食鮮味為最高目標；我們中國人追求個人身體的均衡和諧與健康，甚而追求長生不老，但也並不是以此為人生最高目標。我們中國人追求的最高理想境界是宇宙、自然與人間最後共同和諧均衡，那才是我們中國人的終極關懷。

參、中國文化的致中和宇宙觀

上一節討論的是中國飲食文化追求「和」的現象，以及「和」的觀念來自於自我體驗內在均衡和諧的文化傳統。不過我們也立即指出個人身體的內在均衡健康，以及追求食物的調和美味，並非中國人的終極關懷。中國人的終極關懷與人生的最高理想應該是追求宇宙、自然與人間的共同均衡和諧。對於這樣的總體均衡和諧觀念，筆者曾提出一個所謂「三層面均衡和諧模型」或「致中和宇宙觀」以說明之（李亦園，1988，1993，1995，1999）。茲先將這個理論架構表列如下：



這一「三層面和諧均衡體系」實際上可以說是自古以來中國人行爲的最高文化指令，無論是個人的日常生活、維持身體健康、社會活動中的人際關係，以至於國家政府的運作，甚而整個宇宙自然的運行，都以此一和諧均衡爲最高的理想目標，而要達到此目標，就是要三個層面的次系統都維持均衡和諧，然後永遠的均衡和諧才得以合理地保證。這一現象假如從個別次系統的意義去說明就更爲清楚。

首先說明自然系統的和諧與均衡意義。在追求與自然或與天的和諧上，傳統文化的表現可從時間與空間兩方面的理念與處理方法去理解。傳統中國民間信仰對時間和諧的觀念表達在把個人的生命配合著宇宙時間而作解釋之際，每一個人依他出生時刻所形成的「八字」配合宇宙時間流的大小階段推算，個人的時間與宇宙的時間之間，有時是和諧的，那就是吉，也就是好運；有時則是不和諧的，那就是凶，也就是壞運。由於這一基本的時間觀念，所以中國人一生中都努力要尋求對他最有利的時間定點，而每做一事都要尋找一個吉利的時刻，以便「擇吉開張」。選擇吉日良辰是碰到有事情要做時才行之舉，但是時間和諧追求觀念的驅力，並不能僅限於這樣較被動的行動，而是常常更主動地尋求整個生命歷程中的吉與凶之點，以便於「趨吉避凶」，這就是算命卜卦的基本理念所在（李亦園，1988：20－25）。

維持與自然的均衡和諧，只有時間的因素並不完整，除非在空間的領域也維持同樣的和諧，不然這一系統和諧性就不能令人完全滿意。傳統文化中的空間和諧觀念仍然以陰陽爲肇始，然後再及於五行，再進而有八卦，這些因素的綜合，表現出來的就是「風水堪輿」的行爲。古典的風水堪輿說不但有八卦、干支等因素的配合，而且所謂五行之說，也從五元素的金、木、水、火、土延到五個方向：東、南、西、北和中，再延伸到五音：宮、商、角、羽、徵。甚而再延到五色、五數、五聲等等，幾乎是要把各種基本現象納於一體，因此其追求和諧均衡之意至爲明顯。總之，這種尋求與時間和空間和諧的觀念與行爲，實際上就是企圖配合自然界節奏的表現，傳統中國文化的核心價值觀是「天人合一」的境界，能夠與自然界息息相通，不僅要配合自然的晝夜時刻，更要切合季節動向，甚至於代表自然訊息的方向、聲音、色澤、符象等等也都要緊密扣和，才能與宇宙成爲一體永恆傳遞。

再說到另一層次的和諧，也就是人際關係的和諧。人際關係的和諧向來是中國文化價值系統中最高的目標，所謂以倫理治天下的意思即在此。對於這種人際關係或社會秩序和諧的追求，可以分爲兩種不同的向度來說明，其一是共時限

(synchronic)的人際關係和諧，另一則是歷時限 (diachronic)的社會秩序和諧。前者表現在從「家」為出發的家族成員的倫理關係，並逐步一波波地擴及其他人群，而後者歷時限關係的和諧，則是指人際關係的維持從現生人的向度上延續到已經過逝的成員關係上，並進而擴展到其他超自然的神靈關係上去。於是構成一個人際關係系統在兩個不同空間相互維持和諧的圖像。這是中國傳統文化中追求和諧均衡的第二個層次。

最後一層次的和諧均衡是個人有機體的和諧均衡，這也是最根本的和諧均衡。在民間文化的系統裡，維持個人有機體的均衡又可分為內在實質的和諧和外在形式的和諧兩方面。在這裡先說明外在形式的和諧：中國人對「人」存在的觀念一向分為兩部份，一部份當然是生物體本身，但人與生物不一樣，除去生物體以外，仍有代表「人」存在的符像，那就是姓名。中國人認為姓名不僅是一種指標 (signifier)而已，同時也是一種力量，可以維持被稱者 (signified)整體的均衡和諧，所以傳統中國人取姓名要配合他八字的五行缺失，甚而要數姓名的筆劃數目，以配合干支等之行爲，這都是尋求個體外在形式上的和諧均衡 (同上引)。

可是，無論如何尋求個人有機體和諧均衡，最重要的是部份還是內在的實質和諧，因為這是整個致中和觀念形成與出現的最根源部份。中國傳統文化一向將個人有機體看作是一個小宇宙，因此也以陰陽對立的觀念來解釋小宇宙的均衡和諧，而表現這陰陽對立現象最明顯的就是食物中「冷」與「熱」的觀念，以及其延伸的「進補」觀念的普遍流行 (Anderson, 1988: 188 – 194)。傳統民間信念中一向以陰陽對立的模型判斷個體的存在是冷底或熱底，假如是冷底則多食熱性食物以平衡之，反之則食冷性食物；例如身體出現過熱現象，則應服用去熱的冷性食物或藥物，反之亦同。而從這種最基本的信念再發展出食物的分類系統，並進而形成以食物調和體內均衡以及各種食物烹調以求其「和」的傳統，這也就是前文所說的飲食結構之和、五味之和以及鼎鑊之和的根源。

然而尋求體內內在均衡和諧的傳統，除去注重食物之和外，另一方面的目標卻也是在維持個人的健康與免於疾病，因此食物與藥物在這裡就結合在一起，這也是傳統中國醫藥觀念中食療同源的基礎。在這裡若從傳統中醫藥觀點而論，這一均衡和諧的觀念就更完整地表現來。中國傳統醫學也是視人體為一小宇宙，而以「人體氣論」與「經脈系絡」為核心，並從整體觀念為出發，以尋求氣與經脈在有機體內的均衡和諧為目標，所以論者認為中國醫療體系是一個「有機模型」 (organic model)，而有別於西方啓學的「機械模型」 (mechanic model) (Beinfeld & Korngold, 1995: 44 – 52)。從這一觀念出發，我們當然很容易聯想