



中国饮食美学

杨东涛 陈孝信 著
丁应林 郑奇

中国轻工业出版社

序

中国饮食美学作为一门学科，起源于1983年。当时，江苏商业专科学校（现扬州大学商学院）创办全国第一家烹饪教育机构——中国烹饪系，我担任第一部《中国烹饪美学》教材的编写工作。一开始，国内很多美学理论家都不承认这门学科，有的人甚至冷嘲热讽。他们认为：饮食器官是低级感官，不具有审美功能；况且烹饪就是烧饭烧菜，这点小小的范围也搞什么“美学”，岂不是小题大做？我也只是抱着为了开课而完成任务的应付态度。但一钻进去，便发现其中有着博大精深的内涵和很多填补空白性的课题。例如：

1. 各民族文化风貌与饮食结构之间的关系。倘不对全球自然地理、经济地理做对比研究，便无法从根本上进行阐释。同理，中国各大菜系与各地方文化风貌也是一种异质同构或异构同质。由此深入研究，对人类文化学具有一定的补空价值。

2. 人的饮食与动物不一样，不仅具有生理快感，同时具有

精神追求。尤其是筵席，无一例外地都具有精神内涵。而且，美感层次越高，人化程度也越高。倘认为饮食器官不具有审美功能，不仅不符合生理心理学的统觉原理，而且等于把人混同于一般动物。这方面的研究，可以使生理心理学、美学的某些基础理论有所深化。

3. 文物考古专家对古代餐具、炊具的形制、纹饰形成的原因探讨，以前多从形式到形式，往往忽视了从饮食习俗上找原因。这方面的研究，可对工艺史提供新的研究角度和研究成果。

4. 中国饮食在世界上影响很大，餐饮旅游业空前发达，庞大的餐旅工作者队伍需要这门学科。社会的需要是学科成立的重要基础。

这样，便从理论到实践，奠定了中国烹饪美学的学科资格，并于1985年~1989年间分别由上海人民美术出版社和云南人民出版社出版了两次教材。

后来我调到南京博物院从事文博考古工作，烹饪美学的研究便中断了。

现南京大学国际企业管理系多年从事企业文化和企业形象研究的杨东涛副教授以及美学理论家陈孝信先生继续对此学科进行深入的研究，在诸多问题上又有新的突破和深化，规模、体系也很可观。杨东涛老师的贡献至少有以下几个方面：

1. 将董欣宾创造的“美性”概念引进饮食美学，对中国美食观做了深入的揭示。

2. 将生命科学引进饮食文化的研究，对饮食结构与民族文化之间的联系进行了深入的探讨。

3. 对中国饮食美学思想发展的历程进行了首次系统的研究发凡。

此外，陈孝信先生对饮食美感的研究趋于系统，并有所深化。

我觉得这本书不仅为餐旅工作者所必需，而且对美学、心理学、人类学、工艺学等学科也是一份有益的贡献，甚至对一般读者提高美学素养也是一部有价值的好书。

郑 奇

1995 年 12 月于南京博物院

目 录

第一章 中国饮食美学的确立与饮食美学的未来	(1)
第一节 中国饮食美学中几个基本概念的讨论	(1)
一 美与美学	(1)
二 美性与美食观	(5)
三 中国饮食美学与烹饪美学、烹饪艺术	(12)
第二节 中国饮食美学的范围、对象及其特点	(16)
一 饮食美学的范围	(16)
二 饮食美学的对象	(17)
三 中国饮食美学的特点	(21)
第三节 中国饮食美学的确立及其研究现状	(26)
一 中国饮食美学的确立	(26)
二 中国饮食美学的研究现状	(30)
三 烹饪艺术的研究提供了技术美学和艺术美学源泉	(33)
第四节 中国饮食美学的未来	(34)
第二章 中国饮食美学的发生学原理及其地位	(37)
第一节 审美意识起源与饮食的关系	(37)
一 人类文化的发生	(37)
二 审美意识的起源	(40)
三 审美观念的巩固	(44)

第二节 世界三大饮食文化体系之比较	(45)
一 生态系统与文化形态的异质同构	(45)
二 世界三大典型的文化风貌	(49)
第三节 中国各大菜系美学风格之比较	(53)
一 四大菜系及其划分原则	(53)
二 西南菜系及其美学风格	(56)
三 华北菜系及其美学风格	(58)
四 华东菜系及其美学风格	(65)
五 华南菜系及其美学风格	(78)
六 四大菜系的相互关系	(85)
第三章 中国饮食美学思想的发展历程	(87)
第一节 先秦、两汉的饮食美学思想	(88)
一 先秦的饮食美学思想	(89)
二 两汉饮食美学思想	(98)
第二节 魏晋南北朝的饮食美学思想	(100)
第三节 隋、唐、五代、两宋的饮食美学思想	(106)
一 唐宋饮食美学的社会基础	(107)
二 唐宋各阶层的饮食美学风尚	(110)
第四节 元、明、清饮食美学思想	(120)
一 伊斯兰教饮食文化与中国传统饮食文化的融合, 产生了中国的清真饮食美学思想	(122)
二 商业经济发展产生了新的商业化市民化饮食美学思想	(126)
第五节 近、现代饮食美学思想	(135)
第四章 饮食快感与美感	(141)
第一节 饮食活动中的快感与美感	(141)
一 审美感觉与快感	(141)
二 美感的直觉性与社会功利性	(152)
三 美感心理过程的特点	(157)
第二节 饮食美感的构成	(160)
一 形的美感	(161)

二 色的美感	(168)
三 香的美感	(176)
四 味的美感	(180)
五 质的美感	(188)
六 意的美感	(196)
第三节 饮食审美能力的构成及其规律	(202)
一 审美活动的深层心理	(202)
二 饮食审美的标准	(205)
三 饮食审美规律	(208)
第五章 中国饮食活动中美的创造	(217)
第一节 烹饪饮食环境的美化艺术	(217)
一 进餐环境的心理要求	(217)
二 自然环境的选择和利用	(218)
三 中国餐厅建筑艺术	(219)
四 餐厅装饰艺术	(222)
五 厨房空间艺术处理	(227)
第二节 烹饪饮食器具造型艺术	(228)
一 中国烹饪饮食器具	(228)
二 饮食器具造型艺术	(238)
三 烹调器械造型艺术	(246)
第三节 食品造型艺术	(248)
一 食品的造型艺术美	(248)
二 面点造型艺术	(261)
三 凉菜造型艺术	(265)
四 热菜造型艺术	(271)
第四节 筵席设计艺术	(273)
一 主题与意境	(274)
二 时间与节奏	(276)
三 空间与布局	(279)
四 礼仪与风度	(286)
后记	(299)

第一章 中国饮食美学的确立 与饮食美学的未来

第一节 中国饮食美学中几个 基本概念的讨论

一 美与美学

中国饮食美学，一望而知是美学学科中的又一个分支学科。既是分支，当然首先应弄清主干是怎么一回事，即什么是美？什么是美学？

古今中外，“美”和“美学”的定义因人而异、因地而异、因时而异，有好几百种。实际上是个不断发展变化着的概念。名

称、概念不过是附属于实际内容的。因此，本书宗旨不在于对概念作抽象的理论探讨，而在于从实用美学角度出发，对“美”和“美学”的定义作一些实质性的阐明。

从这一原则出发，我们主张基本上采用李泽厚对美学所作的描述性定义，并由此出发，作一些讨论。

李泽厚认为，美学“是以美感经验为中心研究美和艺术的学科”。即“美感经验”是美学研究的中心问题。那么，什么是“美感”？什么是“美感经验”？这个心理学界至今争论不休的问题便成了现代美学进退的关键。对这一问题科学严密的回答，实际上也就是解决了“什么是美”的问题。

很长的历史时期内，心理学把人的感觉分为五种，分属于五官，即：眼——视觉器官、耳——听觉器官、鼻——嗅觉器官、舌——味觉器官、身——触觉器官。当然现代心理学已进一步认识到了这五觉之外还有动觉（即筋肉感觉、轻重感觉、移动感觉、方向感觉、晕眩感觉等等）与内官觉（脏腑感觉、饥觉、渴觉、排泄感觉、呼吸感觉、性觉等等），但五官之五觉仍是主要的。

那么，美感来自哪一种感觉器官呢？

尽管西方美学家中也有人主张“第六感官”之类的理论，认为人在五官之外，还有一种专门的审美感官，但始终未能动摇这样一个传统观念：嗅、味、触感官属“低级感官”，它们只能引起快感，而不能产生美感。视、听感官才是“高级感官”，是真正的审美感官。柏拉图说：“我们如果说味和香不仅愉快，而且美，人人都会拿我们做笑柄。”（《文艺对话集》，中译本，第200页）西方美学的集大成者黑格尔也把视、听感觉称之为“认识性的感觉”，把嗅、味、触感觉称之为“实践性的感觉”。所谓“实践性的感觉”，在黑格尔看来，即只涉及单纯的物质和物质可直接与感官相接触的性质，与美和艺术无关。

近代以来，西方这种传统的观念，影响了我国整整一代美学

家。然而，只要认真研究一下我们中国的美学史，便很容易发现，西方的审美理论不适用于中国，甚至也不符合西方进化论以及现代生理心理学所揭示的规律。

中国人历来不将所谓的“低级感官”排斥在审美感官之外。这方面，近人萧兵、李泽厚、刘纲纪等对中国早期美意识的研究都提供了富于启发性的论证，日本美学家笠原仲二在《古代中国人的美意识》一书中，也从字源学着手，提出了发人深省的议论：

“中国人的美意识，简单地说，在其初期阶段，一般是起源于味、嗅、视、听、触所谓五觉。就“美”字的《说文》本义来考察，它最初是表达“甘”这样的味觉美——味觉的悦乐感。与此同时，作为和这种悦乐感关系最密切的感情的、情感的体验，嗅觉美和视觉、触觉美，接着是听觉美，也都被意识到，都用“美”字来表达了……”

古希腊的哲人大希庇阿斯说过：“视觉和听觉所欲悦的东西，应该说是美的东西。”然而依据利普曼对此的注释，由嗅、味、触三觉所引起的官能快美感，是作为动物的感觉而被贬斥在（艺术的）美的领域之外的。哈特曼也同样把视、听看作高等的感觉，而把香、味、触看作低等的感觉。康德则认为：视、听、触三觉是“近于智慧之官”，嗅、味二觉是“近于机体之官”。与此相对，中国古代的人们，在这五觉（或者除触觉之外的四觉）之间，没有区别高卑、上下的审美价值观念。（《古代中国人的美意识》中译本第18~19页，北京大学出版社，1987年版）

笠原仲二还指出：古代中国人在“五觉之外，（与单纯追求官能的悦乐感的所谓肉体的知觉器官相对）还承认作为精神性的知觉器官的所谓‘心觉’。”（同上）其实，所谓“心觉”，已与西

方“第六感官”论近似。所不同的是，在古代中国人看来，无论“五觉”“心觉”皆具有审美能力。不仅古代如此，而且一直相沿至今，所谓“美餐”“美味佳肴”“美酒”“鲜美”……尤其是“味”的观念，在中国，不仅指食物之美，而且用以泛指一切艺术作品和社会事物之美，如“诗味”“韵味”“耐人寻味”“余味无穷”等等。有人将中国的味观念与西方和印度作过比较，证明“味”用于中国美学，决不仅仅是个借喻的修辞手法的应用问题，而是因为“味”本来就是中国审美的最典型感受。中国语言文字对“美”和“味”的应用的历史，便是中国人美观念的最明摆着的现实，决不是西方某些定义可以任意束缚和否定或改变得了的。

最值得重视的是生理心理学对感觉系统的结构研究和对美感发生机制的纵深剖析：

“一般说来，人们比较习惯于把较基本的系统及其组成部分实现协调时产生的感觉称之为快感，如食、性、味觉、嗅觉系统要求满足时的感觉；而把较高层的系统及其组成部分实现协调时产生的感觉称之为美感，如视觉、听觉系统感受要求满足时产生的感觉。可是当我们细加观察，就可以发现，所谓视觉和听觉的满足，也无非是外界的一定波长的电磁波和一定节奏的空气压力波迎合了视、听器官的结构阈值，从而引起了视、听器官的适宜运动罢了……

……由此，我们可以提出自己对美的定义：美是动物体（主要指其最高形态——人）的生命运动和客观世界取得协调的感觉标志……动物体正是通过精神活动对美的追求，来实现自己和客观世界的协调的。”（汪济生《系统论进化论美学观》第2~3页，北京大学出版社，1987年版）

这便是三十多岁的年轻美学家汪济生对“什么是美”所作的解

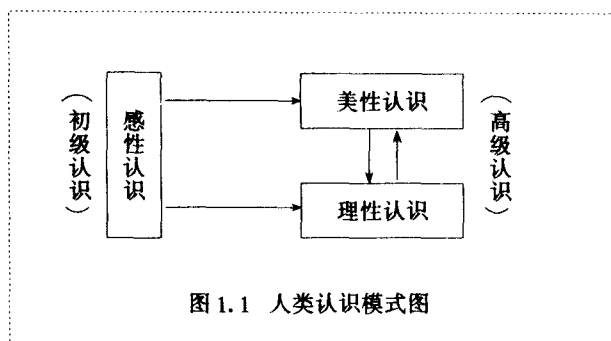
答。诚然，他的定义是从系统论、进化论角度去立论的，一有所谓角度，必然只能在这一角度范围内切中要害；换一角度，也许会作出新的定义。故汪济生的定义并不能代替古今其他美学家们的定义。然而，却无可否认一点：从人类进化的规律和生理系统的本质看，无论是西方观念中的快感与美感、高级感官与低级感官以及第六感官；或者中国观念中的五觉与心觉，其美学意义上的本质属性是完全一致的。

二 美性与美食观

董欣宾、郑奇在《太阳的魔语——人类文化生态学导论》中论证：人类还有一种认识方式，属于直觉感悟，却不是认识的初级阶段，更不是对事物表象的把握，而是对事物的功能、效应和结果的把握，其认识的高度常为理性认识也难以企及，其认识的领域亦为理性认识所无能为力。例如中医的经络、穴位，无论人体解剖学、神经生理学、生物电化学等等最先进的理性科学皆无法解释，而中医凭着直觉经验，却能应用如神，救死扶伤，手到病除。艺术创作中，这种认识现象更为普遍，国画家在纸上画一条线，其线的轻、重、疾、徐、方向、长短，完全凭感觉而定，便可以达到美的极至；倘凭理性，或用数学方法计算，或反复思索经营，必将画不出好画来。这样的一种认识模式，我们认为应当叫做“美性认识”。

在人类各民族中，以中国为代表的东方民族最富于美性认识能力，以至中国全部文化体系都带上了美性的色彩。

无疑，美性思维也必然影响到中国人的饮食观念和饮食制度，以至形成了世界上独树一帜的饮食文化。



不少人认为：中国文化是饮食文化，西方文化是男女文化。这种观点是否精当，当作别论。而这种观点之能够产生并具有广泛的影响，应该承认是有原因的。我们认为其原因就在于：以中华民族为代表的东方人尤其注重饮食生活，并有着较为发达的饮食文化。而西方人则格外重视性生活，并有着较为发达的性文化。

我们曾与美国、德国、法国等国的一些专家、学者进行过交谈，他们一致的看法，认为中国菜肴色、香、味、形俱佳，令人倾倒，多次引起他们情不自禁的超负荷大吃大喝。他们还提出了这样的疑问：为什么外国人吃得惯中国菜肴而中国人几乎都吃不惯外国菜肴？为什么中国人不仅吃不惯西欧、东欧、北美的菜肴，甚至连属于东方的日本国的菜肴也吃不惯？他们在介绍自己国家饮食的特点时，却又认为比中国更重视营养的合理搭配，虽口味难免千篇一律，但既节省了时间，提高了效率，营养又好。

对中国饮食的这种赞誉和批评的矛盾情况，不仅反映了当今西方人对中国饮食的普遍看法，甚至连中国人自己、尤其是从事自然科学研究的许多现代中国人，也都持有同样的看法。故有必要对此进行认真的研究。

我们暂不论中西两种饮食制度所引起的结果之优长劣短，先

看两种饮食观的质性差异。不难看出，西方是一种理性饮食观念，简称理食观。不论口感、香味、造型如何，甚至比起中国的美味佳肴来，简直味同嚼蜡，但理智告诉他们：一定要吃下去，因为有营养，而且要赶时间。这种吃法，说得刻薄一点，如同机器加油一般。东方中国则是一种美性饮食观念，简称美食观。无论营养是超负荷，还是不足，或是营养成分搭配不当，乃至有些方面还违反了卫生要求，但只要口味好，加之色彩美、造型佳，也就乐意“拼死吃河豚”，享受一顿美餐。这样的饮食生活中，美性的追求显然压倒了理性。

如此说来，中国的美食观是否就是不科学的饮食观呢？

问题远不止这么简单！

这里有必要辩清何谓科学？何谓不科学？

近现代以来，由于西方以实验室研究为手段的分析性自然科学的发达，一般便不认为中国有科学，充其量只是“前科学”、“唯象科学”。也就是说，实验室的理性分析成了科学（其实只是西方现代自然科学）的代名词。从鸦片战争、五四运动，直到今天，中国人因为没有“科学”，常常自惭形秽，更遭人贬抑。

的确，在实验手段和理性分析方面，我们比西方是落后。

然而，西方现代科学是否已经发展到成熟境界了呢？是否对一切问题都能作出质性分析、功能应用和结果把握了呢？是否中国的“不科学”就不能解决问题、就处处都不如西方现代科学了呢？是否西方现代科学就能取代中国文化的一切了呢？

历史早已作出了否定的回答。

上文所举中医经络穴位的应用就是典型的一例。此外再如，倘用显微镜观察，有些中草药中细菌密集，简直不能入口，而中医用以治病，不但效果好，且无副作用。物理学的压强原理更不能解释中国气功师何以用柔弱的肌体顶住枪尖刀口，虽千斤压击而皮毛无损。

另外，实验室研究，因受到实验设备、实验环境、实验对

象、实验手段等等的局限而造成的片面性认识甚至谬误也不在少数。弗洛伊德将对精神病患者的研究结论推广到一切健康人身上，其心理学和哲学的畸形已为人所共知；华生将对白鼠的研究结论推广到人的行为模式上，今天亦已暴露出了不能令人容忍的片面。常见一些报刊载文云：吃肥肉对身体有害，又一些报刊云：吃肥肉对身体有益。两者都是基于实验室研究的结论，都有一定道理，但都是局部的真理。因为从肥肉中找出对身体有害的成分或找出对身体有益的成分，都是十分容易的。为此，岂不使人无所适从？

西方分析科学的这种弊病已经为西方现代一些著名的学者所认识。美国心理学家马斯洛就指出：在很多领域里科学研究的方法是软弱无力，甚至根本不可能的。在没有绝对精确的知识的情况下，我们必须利用现有的知识。他认为：正统的西方科学往往过分强调仪器、技术、程序、装置，而不是问题、疑难、作用和目标。于是，技术与“仪器操作者”的作用被夸大了，而问题、答案以及疑难的解决则被抛到了一边。这些以手段为中心的科学家常使问题去适应技术，而不是让技术去适应问题。他们造出了一整套科学等级，其中物理学比生物学更“科学”，生物学比心理学更“科学”，而心理学比社会学更“科学”。（笔者按：依此类推，当然西方比东方更“科学”）这样一来，人们就把各种科学隔离开来，并使它们之间壁垒森严。丹麦著名科学哲学家P·海因也说：“所有问题，一旦我们肢解了它们，砍掉我们想砍掉的部分，使其适应我们任意定下的特定框框，那它们就失去了意义……要使一个问题有一定意义，你必须把人类全部知识同一切活动都考虑进去。”（以上转引自弗兰克·戈布尔《第三思潮：马斯洛心理学》第20~22页，上海译文出版社，1987年版）

马斯洛和P·海因都强调了各种知识和经验的重要，指出了实验科学的局限。马斯洛甚至十分激烈地指出：“如果我们一定要等待按传统标准说来才算可靠的材料，那么我们可得等上一辈

子了。”（同上，第23页）

回到中国美食观的讨论。

既然“美的事物，总是引起生命体的自动趋向”，“追求美就构成了整个动物界包括人类进化的历史。”（汪济生《系统进化论美学观》）那么，就不难理解，原始人的熟食动机，仅仅是对美味的追求，决不是对营养科学、消化生理学的理智性要求；也不难理解，西方那些长于理性思维的教授、专家们，一见到中国的美食，便兴奋地品尝起来。这正是美的力量。正是这种力量的驱使，人类的饮食才由不科学的生食发展为熟食，由不太科学的简单烹调，发展到较为科学的精湛的烹调技艺。可见，科学也产生于对美的追求，对美的追求促进了科学的发展，怎么可以说美食观就不科学了呢？

问题是如何对待超负荷饮食和营养搭配的不当。

超负荷，在西方人看来是浪费，甚至是对身体的摧残。其实，中医也十分强调“饮食有节”，反对暴饮暴食。但同时，中医的辩证观念又告诉人们，偶尔的、适当的或必要的超负荷，只要吃得舒服，完全可以吸收、储存。中医主张冬季加强营养，便是为了储存，以保证来年精力旺盛。中国人的这种观点可能比西方一味反对超负荷的主张更加辩证，更接近于真理。只是尚有待于生理科学的进一步研究论证罢了。当尚未完成这种论证之前，无视实践的经验，就贸然说中国饮食不科学，这种做法的本身就是不科学。

再说营养搭配不当的问题。

中国人的饮食以素食、五谷为主，以荤食为辅，反对偏食，这是由中国的自然环境及饮食资源所决定了的科学的营养组构。同理，西方的营养组构也由他们的生存环境和饮食资源所决定。环境产生食源，食源提供营养，营养决定体质，体质适应环境——这是一个生态循环系统。将西方的饮食结构强加给中国，或将中国的饮食结构强加给西方，都是欠科学的。充其量只能互相

借鉴，取长补短。切切不可、也不可能从根本上改变某一民族的饮食结构。也许，中国文化的一切特征，包括中国人的脾气、性格、体型、美观念等等，都与这环境和食源密切相关，并呈现出与西方不同的情状，但却不能因此而说中国的营养结构不科学，更不能说中国人的体型、身材不标准或不健康。

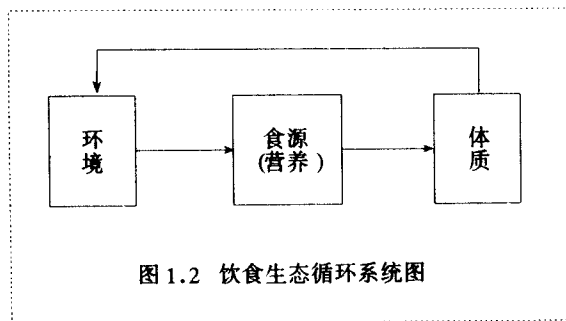


图 1.2 饮食生态循环系统图

在营养科学未发达的时代，人类（不独中国，西方亦然）的营养搭配是盲目的。如果说趋向于基本合理，也是由生态环境所决定的、由美性要求所驱使下的偶然，而不是理性指导下的必然。西方营养分析科学的发达是很晚近的事，直到本世纪 20 年代起，才逐步弄清楚了蛋白质的结构。在此以前，西方也是盲目的营养。可见他们的科学营养观念最多也比我们早不了六七十年，这点时间差距在人类历史上实在只是短暂的一瞬。何况营养科学还在发展，后人推翻前人的结论，也是常有的事。中国经验型营养理论和实践虽有个别明显的违反科学之处（如无锡“脆鳊”，鳊鱼经油炸而碳化，几乎失去了绝大部分营养，只剩下适口的美味），但绝大部分经验是有着十分重要的科学营养价值的。因此，在营养科学上，中西仍应当互相取长补短，不应妄加褒贬。

至于身材和体型问题，我们不妨从奥运会谈起。奥运会发源