

文物·图像·历史系列

# 味无味



餐桌上的历史风景

王仁湘◎著

有老子言：为无为，事无事，味无味。知味者

亦言：至味无味，本味为至味。

书论滋味，绝少议论肴饌在味蕾上发散的刺

激，只于并无滋味的文物与文本中体味一番，故借

来老子言，名之曰『味无味』。



王仁湘◎著

文物·图像·历史系列

# 味无味

餐桌上的历史风景



四川出版集团  
四川人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

味无味：餐桌上的历史风景 / 王仁湘著. —成都：  
四川人民出版社，2013.9  
ISBN 978-7-220-08881-0

I. ①味… II. ①王… III. ①饮食-文化-中国  
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第134506号



味无味：餐桌上的历史风景

WEIWUWEI CANZHUO SHANG DE LISHI FENGJING

王仁湘 著

责任编辑  
装帧设计  
责任校对  
责任印制

周颖 吴焕姣  
杨潮  
蓝海  
李剑 孔凌凌

出版发行  
网 址

四川出版集团 (成都槐树街2号)  
四川人民出版社  
<http://www.scpph.com>  
<http://www.booksss.com.cn>  
E-mail: [scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net](mailto:scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net)

防盗版  
举报电话  
制 作  
印 刷  
成品尺寸  
印 张  
字 数  
版 次  
印 次  
书 号  
定 价

(028) 86259524  
四川胜翔数码印务设计有限公司  
四川省印刷制版中心有限公司  
170mm × 240mm  
11.375  
200千字  
2013年9月第1版  
2013年9月第1次印刷  
ISBN 978-7-220-08881-0  
38.00元

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题，请与工厂联系

# 目录

有老子言：为无为，事无事，味无味。知味者亦言：至味无味，本味为至味。

书论滋味，绝少议论肴饌在味蕾上发散的刺激，只于并无滋味的文物与文本中体味一番，故借来老子言，名之曰“味无味”。

代序：考古学与饮食文化史研究 / 007

## 壹

### 餐桌风景..... 011

梁鸿与孟光，是汉代时的一对恩爱夫妻。在进食之前，妻子每每要将餐桌举起，与眉眼平齐，以示对丈夫的敬重。

你能高高举起餐桌吗？不能，不可能。

可孟光一个弱女子能，那是为何？

举案，如何齐眉 / 012

小大之变迁：历代食案餐桌 / 015

分餐与会食 / 019

桌面上的小主宰：勺子、叉子和筷子 / 023

8000年的渊源：餐勺 / 025

4000年的小巧模样：餐叉 / 032

桌面上的分工协作：筷子与勺子各司其职 / 035

## 贰

### 食大如天..... 039

食有多重，食大如天，“民以食为天”。

辅佐齐桓公九合诸侯而首开春秋时代大国争霸局面的管仲，在公元前7世纪就曾说过：“王者以民为天，民以食为天，能知天之天者，斯可矣。”民以食为天，国以民为天，“天之天”，即是饮食。这句话里道出了饮食对民对国重要无比的道理。

- 进化：咀嚼长成的俊模样 / 040
- 鼎鼎大名：吃出来的政治观 / 043
- 酒气：汉代画像中的醺蒸样 / 047
- 鱼影：汉代画像中的跳跃精灵 / 055
- 三秀：汉画中的芝草 / 070

## 叁

### 且食且思..... 077

食为何，饮为何，口腹之欲，充饥止渴？

也不是吧，瞧这位春秋时代的黔敖先生，得嗟来之食，宁死不食。

食为天，黔敖不以得天为幸，一定是有更加重要的东西。

- 食与人格：由“嗟来之食”说起 / 078
- 战国君侯：食客三千 / 081
- 为官之道与饮食之道 / 084
- 烧尾、买宴 / 088
- 古代朝官的免费午餐 / 093
- 岁时饮食：口腹之欲的人文情怀 / 096
- 羞、鲜、羹、美说食羊 / 101
- 孔子饮食观 / 110
- 老饕东坡的饮食世界 / 113



## 肆

## 礼饮礼食 ..... 121

人平日可以粗茶淡饭，却总要追求适口的滋味，五味咸酸苦辣甜，一味不可少。人有时可以狼吞虎咽，却总要聆听席不正不坐、割不正不食的教诲，食之有仪。

《列子·黄帝》有云：“有七尺之骸、手足之异，戴发含齿，倚而食者，谓之人。”《礼记·礼运》则言：“人者，天地之心也，五行之端也，食味、别声、被色而生者也。”

- 礼始诸饮食 / 122
- 周礼：吃饭的规矩 / 125
- 帝王的恩典：天下大酺 / 128
- 御筵上的规矩 / 131
- 御宴：拒赴与混吃 / 133
- 清宫盛会：隆重的千叟宴 / 134
- 友情相约：古代宴客请柬 / 137
- 太官：古代宫廷的食官 / 139

伍

美食美器佳境

147

造器之初，为食所用。土陶铜瓷，莫不如是。  
器美增食味，佳境添食色，美食美器佳境，相得益彰。

- 红与黑的畅想：彩陶食器 / 148
- 饕餮狰狞：青铜饮食器 / 151
- 流光溢彩：秀美的漆器 / 155
- 富贵之象：金银饮食器 / 157
- 美食至美搭档：光洁的瓷器 / 160
- 汉代食尚：染炉与染杯 / 163
- 御膳膳单：美食配美器 / 166
- 饮食觅佳境 / 169
- 春的味道：唐人的游宴 / 175
- 商王后妃的老汽锅 / 179

王仁湘◎著

文物·图像·历史系列

# 味无味

餐桌上的历史风景



四川出版集团  
四川人民出版社



图书在版编目(CIP)数据

味无味：餐桌上的历史风景 / 王仁湘著. —成都：  
四川人民出版社，2013.9  
ISBN 978-7-220-08881-0

I. ①味… II. ①王… III. ①饮食-文化-中国  
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第134506号



味无味：餐桌上的历史风景

WEIWUWEI CANZHUO SHANG DE LISHI FENGJING

王仁湘 著

责任编辑  
装帧设计  
责任校对  
责任印制

周颖 吴焕姣  
杨潮  
蓝海  
李剑 孔凌凌

出版发行  
网 址

四川出版集团 (成都槐树街2号)  
四川人民出版社  
<http://www.scpph.com>  
<http://www.booksss.com.cn>  
E-mail: [scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net](mailto:scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net)

防盗版  
举报电话  
制 作  
印 刷  
成品尺寸  
印 张  
字 数  
版 次  
印 次  
书 号  
定 价

(028) 86259524  
四川胜翔数码印务设计有限公司  
四川省印刷制版中心有限公司  
170mm × 240mm  
11.375  
200千字  
2013年9月第1版  
2013年9月第1次印刷  
ISBN 978-7-220-08881-0  
38.00元

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题，请与工厂联系

# 目录

有老子言：为无为，事无事，味无味。知味者亦言：至味无味，本味为至味。

书论滋味，绝少议论肴饌在味蕾上发散的刺激，只于并无滋味的文物与文本中体味一番，故借来老子言，名之曰“味无味”。

代序：考古学与饮食文化史研究 / 007

## 壹

### 餐桌风景..... 011

梁鸿与孟光，是汉代时的一对恩爱夫妻。在进食之前，妻子每每要将餐桌举起，与眉眼平齐，以示对丈夫的敬重。

你能高高举起餐桌吗？不能，不可能。

可孟光一个弱女子能，那是为何？

举案，如何齐眉 / 012

小大之变迁：历代食案餐桌 / 015

分餐与会食 / 019

桌面上的小主宰：勺子、叉子和筷子 / 023

8000年的渊源：餐勺 / 025

4000年的小巧模样：餐叉 / 032

桌面上的分工协作：筷子与勺子各司其职 / 035

## 贰

### 食大如天..... 039

食有多重，食大如天，“民以食为天”。

辅佐齐桓公九合诸侯而首开春秋时代大国争霸局面的管仲，在公元前7世纪就曾说过：“王者以民为天，民以食为天，能知天之天者，斯可矣。”民以食为天，国以民为天，“天之天”，即是饮食。这句话里道出了饮食对民对国重要无比的道理。

- 进化：咀嚼长成的俊模样 / 040
- 鼎鼎大名：吃出来的政治观 / 043
- 酒气：汉代画像中的醺蒸样 / 047
- 鱼影：汉代画像中的跳跃精灵 / 055
- 三秀：汉画中的芝草 / 070

## 叁

### 且食且思..... 077

食为何，饮为何，口腹之欲，充饥止渴？

也不是吧，瞧这位春秋时代的黔敖先生，得嗟来之食，宁死不食。

食为天，黔敖不以得天为幸，一定是有更加重要的东西。

- 食与人格：由“嗟来之食”说起 / 078
- 战国君侯：食客三千 / 081
- 为官之道与饮食之道 / 084
- 烧尾、买宴 / 088
- 古代朝官的免费午餐 / 093
- 岁时饮食：口腹之欲的人文情怀 / 096
- 羞、鲜、羹、美说食羊 / 101
- 孔子饮食观 / 110
- 老饕东坡的饮食世界 / 113



## 肆

## 礼饮礼食 ..... 121

人平日可以粗茶淡饭，却总要追求适口的滋味，五味咸酸苦辣甜，一味不可少。人有时可以狼吞虎咽，却总要聆听席不正不坐、割不正不食的教诲，食之有仪。

《列子·黄帝》有云：“有七尺之骸、手足之异，戴发含齿，倚而食者，谓之人。”《礼记·礼运》则言：“人者，天地之心也，五行之端也，食味、别声、被色而生者也。”

- 礼始诸饮食 / 122
- 周礼：吃饭的规矩 / 125
- 帝王的恩典：天下大酺 / 128
- 御筵上的规矩 / 131
- 御宴：拒赴与混吃 / 133
- 清宫盛会：隆重的千叟宴 / 134
- 友情相约：古代宴客请柬 / 137
- 太官：古代宫廷的食官 / 139

伍

美食美器佳境

147

造器之初，为食所用。土陶铜瓷，莫不如是。  
器美增食味，佳境添食色，美食美器佳境，相得益彰。

- 红与黑的畅想：彩陶食器 / 148
- 饕餮狰狞：青铜饮食器 / 151
- 流光溢彩：秀美的漆器 / 155
- 富贵之象：金银饮食器 / 157
- 美食至美搭档：光洁的瓷器 / 160
- 汉代食尚：染炉与染杯 / 163
- 御膳膳单：美食配美器 / 166
- 饮食觅佳境 / 169
- 春的味道：唐人的游宴 / 175
- 商王后妃的老汽锅 / 179



# 代序

## 考古学与饮食文化史研究

对于饮食文化史，考古学可以由食物史、饮食器具发展史、烹饪史、古代饮食方式、饮食礼俗、中外文化交流及饮食史分期等多方面开展研究。在这里我就分别从这几个角度谈谈自己的看法。

### 一、中国食物史的考古学研究

研究饮食史，首先应当注重食物史的研究。谷物栽培制约着人类的饮食生活，也是社会发展进步的基础。在现代考古学发达之前，人们通常在先秦文献所提供的资料中，寻找各种谷物起源时代的证据，如《诗经》和诸子著作等局限性很大。有了考古学提供的大量实物标本和年代测定数据，谷物起源的研究才有了真正的科学基础。

农耕的发明，被考古学家确定为新石器时代到来的主要标志之一。中国现今发现的新石器时代文化遗存，最早的已有1万年的历史。确定不移的发现已经证实，在距今8000~9000年前，中国已有粟、黍和水稻三种谷物的栽培。现在我们可以确认这三大谷物的原产地是在中国，但是更早的驯化标本却还没有找到，还有待史前考古研究领域的进一步拓展。其他谷物在中国的最早栽培年代问题，如小麦和高粱等，在文献无法解决这些疑难的情况下，我们也只有寄希望于考古发掘了。

除谷物种植外，食物史理所当然地包纳家畜饲养史在内，与此相关的家畜起源问题，也是新石器时代考古研究的重要课

题之一。考古发现证实：在中国较早驯育成功的家畜有狗、猪和鸡，年代在距今7000~8000年前。稍后，又有了家养牛、马、山羊和绵羊。中国古代传统饲养的“六畜”，在繁荣的青铜时代到来之前已经全备。

传统的中国食谱，具有选料广泛的特点，五谷菜蔬，飞禽走兽，皆可为美饌。古老的医学典籍《内经》，早在2000多年前就提出了“五谷为养、五果为助、五畜为益、五菜为充”的营养原则，正是基于史前时代即已建立起来的饮食传统。对于这个传统的深入研究，还需要史前考古学的帮助。

## 二、饮食器具发展史的考古学研究

过去对炊器和食器的历史都不曾有过全面系统的研究，尽管这类文物的发现已是数以万计，人们对它们的用途有时还不完全清楚，有的甚至连名称也叫不出来。

在中国古代饮食史上，可以划出一个鼎食时代来，起自新石器时代，止于汉代以前，长达6000余年。这一时代使用大量的鼎类三足器，这就造就了古代中国的粒食与羹食传统，对远古的烹饪饮食方式乃至社会经济和文化传统的形成，产生了不可估量的影响。但过去对这个时代饮食器具的研究开展得很不够，还可以提出许多研究课题来。

考古发现有时会令人耳目一新，如商代就有汽锅，周代已有火锅，史前见到陶釜、陶甗，汉代有泡菜坛等，弥补了文献记载的不足。从精美的彩陶，到庄重的青铜器、华美的漆木器、光洁的瓷器和辉煌的金银器，都体现着美食美器的古老传统，这些不仅要从艺术史的角度，也要由饮食史的角度进行研究。

## 三、烹饪史的考古学研究

烹饪史上的许多问题，都可以由考古研究获得理想的答案。通过出土炊器的研究，我们可以全面了解古代烹饪方式和技法；通过出土食物的研究，可以窥见古代烹饪所取得的成就。

考古还发现不少绘有烹饪和饮食活动的画像石、画像砖和壁画等，也有一些相关的文字资料出土，这都是研究烹饪史的珍贵资料。

## 四、古代饮食方式的考古学研究

古代中国的饮食方式和礼俗，有自己鲜明的特色，悠久的传统一直影响着



现代人的生活。例如进食方式，过去认为我们古代只有筷子，而考古发现证实，早在先秦时代已有多种进食器具，吃饭用匕、食羹用箸（筷子）、食肉用叉，分工还比较严格。中国最早出现的进食具是餐匙，已有8000年的历史。筷子则至迟在商代已开始使用。餐叉出现在新石器时代末期，战国时代使用比较普遍。考古还发现元代配套使用的餐叉和餐刀。考古提供的证据表明，餐叉以中国发明的最早，西方使用餐叉不过几百年的历史，而中国却有4000年以上的历史。

### 五、古代饮食礼俗的考古学研究

在我们这个极重礼仪的国度，最重要的算是饮食之礼。食礼食俗包纳的内容十分丰富，不少出土文物都反映了这方面的内容。

古代以一种小食案进食，龙山文化发现了最早的食案，案上置有饮食器具和肉食。与小食案相适应的，是一种分食制，一人或二人用一案，这是汉代画像石上常见的场面。

魏晋以后，由于高椅大桌的出现，古人改变了原来席地而坐的习惯，许多人可以围坐在一张桌子边进食了，象征团结和睦的会食制就是这个时代的产物。唐宋时代的壁画和传世绘画，对会食时的热烈场面都有生动的表现。

再有，周代贵族钟鸣鼎食的派头，魏晋名士纵酒酣饮的风度，唐宋文人试茶斗茶的雅致，考古发掘到的资料都可用于这些方面的研究，这些研究还大有潜力可挖。

### 六、饮食文化交流史的考古学研究

东西南北的交流，中外的交流，丰富了中国饮食文化的内涵。这些交流有物方面的，也有食俗方面的，还有烹饪法方面的，在考古学上表现最为明了的则是饮食器皿方面的。

在这方面我们只举一两个例子。如中国引以为骄傲的古代瓷器，从隋唐时代起就通过各种渠道输往国外，在东北亚、东南亚、南亚、波斯湾、阿拉伯半岛、北非、东非等地，都出土了不少中国古瓷，其中数量最多的是饮食类器皿。中国的外销瓷对古代西方社会的饮食生活乃至政治生活，都产生了深远的影响。



又如中国古代茶学茶道向日本向全球的传播，也是中国饮食文化对外交流的一个重要例子，只是还没有由考古学上寻得更多的实物证据，需要在世界范围内收集资料进行研究。

### 七、饮食史分期的考古学研究

在饮食史学和烹饪学界，对于饮食史的分期存在一些不同认识，究竟该以什么标准划分几个发展阶段，还没有一致的意见。从考古学这个角度来研究饮食史的分期，有一定的便利之处。从考古学研究的现有成果考虑，如果按烹饪进步的过程来划分，可分为茹毛饮血时期、火燔时期、陶烹时期、灶烹时期几大段。若是由饮食方式来划分，则又可分为围食、分餐与会食几个时期。围食是史前时代发生的事，人们通常围坐在篝火或火塘边进食。分餐是随着文明时代的到来而开始的，当与等级制度的出现有密切联系，分餐制以几案的使用为重要特征。会食共餐制则是以桌椅的出现为前提条件的，热烈的饮食氛围得到充分的体现。

饮食史的分期可以考虑以饮食方式的变化为主线，以烹饪方式的发展为辅线。要解决好这个问题，显然需要以考古资料做依据，尤其是对史前时代和青铜时代的处理，更是离不了考古学研究。

### 八、研究前景展望

饮食文化史研究同考古学研究一样，离了实物资料有时会令人一筹莫展，无从下手。考古学可以源源不断地提供丰富的实证资料，来为饮食文化史的研究服务。实际上，考古研究的相当多的课题都属于饮食史方面，两个学科有内在的紧密联系。如果将两个学科共同的研究课题有机地结合起来，将考古学研究方法引入饮食史的研究，我们称它为“饮食考古学”也未尝不可。

愿更多的考古学家来关心和参与饮食考古研究，也愿更多的饮食史家充分利用日益丰富的考古资料，将研究的深度和广度再提高一步。我相信，“饮食考古学”研究一定会是大有可为的。