

一个人要想获得灵魂的自由，首先必须摆脱味觉的囚禁

吃垮中国？

——口腔文化的宿命

李波◎著
孙隆基(美)◎序

光明日报出版社

一个人要想获得灵魂的自由，首先必须摆脱味觉的囚禁

吃垮中国？

——口腔文化的宿命

李
波◎著
孙隆基（美）◎序

光明日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

吃垮中国:口腔文化的宿命/李波著. - 北京:光明日报出版社,2004.12

ISBN 7-80145-846-X

I.吃… II.李… III.口腔-文化-研究-中国
IV.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 122132 号

版权所有·侵权必究

书 名:吃垮中国?——口腔文化的宿命

作 者:李 波

责任编辑:崔允刚

出版发行:光明日报出版社

北京市崇文区珠市口东大街 5 号

邮编:100062

电话:010-67078234

传真:010-67078255

经 销:全国各地新华书店

印 刷:北京大运河印刷有限责任公司

规 格:880×1230 毫米 1/32

印 张:11

字 数:250 千字

版 次:2005 年 1 月第 2 版 2005 年 1 月北京第 1 次印刷

印 数:6000-11000 册

书 号:ISBN 7-80145-846-X/I

定 价:22.00 元

如发现印有装错误 可随时退本社更换

代 序

魔 鬼 的 礼 物

孙隆基 (美)

1

伊朗史诗《群王书》中有一则故事：魔鬼阿里曼化身成少年伊别利斯，自称名厨，向国王扎哈克毛遂自荐。“当时的菜色不多，人们并不为了吃而去杀生，而是靠大地所产蔬果为生；邪恶的阿里曼设计宰杀动物，提供鸟兽作食物。他让国王尝血，使他如狮子般凶猛，却像奴隶般服从他。”伊别利斯烹制了山珍海味，让国王大宴四天，酬劳是只需让他在国王两肩上各吻一下。不久，扎哈克两肩上各长出一条蛇。群医把它们割掉又长出来，束手无策。后来伊别利斯又出现了，对国王说：“这是你的命运，不能把蛇切掉，只能让它们活，且必须用人脑喂食，令其饱食而熟睡。”于是扎哈克每天宰杀两名少年，取脑喂蛇，从此

·
代
序
·

成为暴君。

《周礼》是中国古代理想化的官制，它把政府分成天、地、春、夏、秋、冬六个部门。天官是六部之首，其首长“冢宰”是名副其实的宰相，其属下的官吏竟然像一个筹办国宴的班子，它与庖厨有关的名目包括：大宰、小宰、膳夫、内饔、外饔、亨人、兽人、渔人、鳖人、腊人、酒人、浆人、笱人、醯人、盐人等等。国务总理的前身原来是皇家大厨子！“宰”是屠夫和在宴席上割切肉食的师傅。《史记·陈平列传》说：辅助汉高祖得天下的陈平，少年时曾在乡里庆典上主持分配切肉，因为分得很均匀，乡亲父老们称赞说：“善哉陈孺子之为宰也！”认为他将来会成为一位好宰相。

人类学家列维史陀（Claude Levi-Strauss）即用“熟”与“生”作为区分“文”与“野”之符号。中国从三代开始，就以炊具作为权威象征，“天子九鼎，诸侯七鼎，大夫五鼎，元士三鼎”；而贵族的品级则以饮具“爵”定位。如烹调象征“文明”，则中国人进入文明境界之早之彻底，在世界史上是绝无仅有的。

2

前面写的是一个楔子，却提醒我有二十年没谈中国人的“口腔化”了，这次看了李波《吃垮中国？——口腔文化的宿命》，有感而发，下笔不能自休，洋洋洒洒写成一大篇，那是由于他这本书给予我的震荡，不是三言两语可以平息。不只是他笔下的中国人“吃相”令人瞠目结舌，而且也使我看到当年只是开了一个头，要对“口腔文化”深入研究，前面还有一大片待耕耘之地。

李波把“口腔文化”当作透视中国历史的独特视角，

他把“吃”提升到认识论的高度上，来考察中国人对世界的基本态度。他挑起到底是“民以食为天，还是食以民为天”这个争议。在他笔下，食欲、饥饿、味觉、器官、咀嚼、烹饪、礼仪、酒、美食家等食文化元素都化为“坐标系”、“显微镜”和“解剖刀”，来窥视和解构中国的历史、文化、人格、国民性……李波以“没有执照的自由作家”自况，他自以为不入流的方法却取得了学院派不能及的结果；而他界于小说家和学者之间的语言，则将冷冰冰灰蒙蒙的历史变得栩栩如生，尽管更多的時候，他呈现给我们的历史像杯盘狼藉的残宴，面目狰狞。

李波还对我们这些“拿了执照的”却不作为的学者颇有微词，自称“皇上不急太监急”，“无知者无畏”，“准备做烈士”等等。我居国外已逾半个世纪，国内情况已有疏离感，但仍然在《吃垮中国》中看到“口腔化”这个“中国文化深层结构”而今又舞翩跹。随着经济的发展，换了新的“场景”，但后果则更堪虞了。

我的书成于二十多年前，根据的印象是海外华人，尤其是在北美的港台留学生。留学生的生计还是比较拮据的，没有条件过李波笔下的当代中国人那种糜费的饮食生活，虽不造成资源浪费、生态破坏，但他们“人格成长的危机”是泛中国化的。

首先，这些人对外界毫无好奇心。本来，任何国家有机会出国者就不多，很庆幸能处新环境，人格内容应该翻新才对。在美国那样的国度，同年龄的人都会争取私生活，到了周末会从事约会异性一类活动，来自拉美、非洲或中东的留学生亦会入乡随俗，惟独老中们却是伙了一大群同胞，轮流到对方的家里包饺子，围炉共嚼。他们的生活和社交圈子似乎早被饮食习惯决定。其他人无法融入这个“以吃为纲”的群，遂沦入“视之不见名

曰夷”的范畴。

这种“为腹不为目”的人格无魅力可言。在《中国文化的深层结构》里，我造了一连串名词来形容这种人格：口腔化、身体化、母胎化、儿童化等等。当时用结构主义把这些特色整理出一个条理：中国人的个体是“身”，它缺乏内在动态开展过程、成长阶段不明朗、特多人生早期的遗留，呈现严重的“口腔化”和“母胎化”倾向，这样的个体连身体动作和排泄物都无法自控，而必待外力他制他律，这个必须由“二人”母体镇止的儿童化个体，亦得由这个外力推动，因此，这个不成熟的“一人之身”也会透过“二人”之人情化媒介提前老年化，未让青春期呈现高峰而及早步上“安身”之途。此倾向之心理基础或许仍不脱母胎化本色，但其外铄的渠道则是高度成熟的人伦关系。总的来说，中国人个体的存在是形而下的“身”，而超越此“身”的精神活动则是“由吾之身及人之身”的“心”，心其实也是肉做的，但既然超越了个体，就达到集体和大体的境界了。中国人的最高精神境界是“平天下”，是国家这个“心”对社会这个非组织化的“身”之照顾、镇止与推动。中国人这种“超越”迥异于犹太基督教与印度宗教里精神对物质的超越。

这是二十年前得出的结论，至今日认识已深化，概念也更精微，亦即是不把事情作简单化处理。其实，今日某种程度的“人欲横流”该是和李波笔下放纵滥吃平行的现象——食与色、饮食与男女同具“身体化”特色。反而，克服身体化的人格——亦即是瑞士学者冯客（Richard Dikotter）所谓的西方人那种“超脱形体和自主的自我”——对性必有隔阂。这一点，我在1980年代中期以后的美国，深有感触。澄清了这一点，有助于理解李波

笔下中国人对“吃”毫无焦虑感的现象。

3

李波提到现在中国人已普遍出现肥胖症。这是趋向“发达社会”的征候，在今日的美国人身上更形严重。这个问题也是“吃”出来的。但美国人不好美食，问题出在高热量、高糖份、高脂肪、高胆固醇的成品化“垃圾食品”上。对此美国社会上下是弥漫着焦虑感：身体被“异物”侵占，自我疆域失去主宰。但在中国人身上看不到对“异物入侵”之焦虑，任何东西都可以装进肚里。

忌口的概念全世界都有，犹太教最有系统也最全面，和它两极化的是中国人。去年东亚地区流行“非典”，正是吃野生动物所致，中国人一度也因此被当作是载体隔离。

中国人的滥吃滥杀，已与生存本能脱离关系，纯粹是文明的腐化。80年代，国内将推陈出新的烹调术拍成纪录片在海外放映，我在美国看到一部，厨子用毛巾护手捏住一条鱼的头尾，只把鱼身在沸油里炸熟，上到菜桌上，大家已经动筷，那条鱼的嘴巴还在翳动，作无声的呻吟。这幅图像在国外绝对不会制造好印象，报章上每隔一段期间总会出中国人一次洋相。90年代初，美国报章上有广东猫餐馆的报道，还登载彩色图片，只见厨子一脸凶饕相，把一头活猫投入沸水中，让它皮开肉绽，以便剥食。一位美国老头看了说：“它让我心碎！”在《吃垮中国？》中有大量让人“心碎”的描述。

二十年前我曾说：“传统中国的酷刑，其残忍程度以及种类之繁多，不愧为世界之最，例如，‘劓’即是切成肉丝，‘醢’即是剁为肉泥，‘刳’则是拦腰斩成两段，

‘烹’即是下油镬，‘炮烙’即是烧烤，此外，还有剥皮等等。其手法之精致，似乎都与中国式烹调术有关连。”这只是一个灵感，并没有进一步研究。李波则把中国古代的“十大名菜”和古代“十大酷刑”作了详尽的对比和置换，令人唏嘘动容。

李波进而提出：“对动物的残忍就是对人类自己的残忍”。动物处身“必然王国”，是受本能的驱使，人类的残杀行为则远远超出充饥的需要，透过文明的中介，把生物本能的杀机变成一种政策、制度、工业，甚至艺术。这就是堕落！口腹之欲不仅涉及到生态问题，而且直指普世价值观和“世间法”的层面，这归根到底涉及善恶问题。李波对此谈得较少，我不妨在此稍微展开一下，也是从根子上寻找中国人“吃”的动机和“口腔文化”的发育机制。

各大宗教都在对“邪恶”问题寻找答案。印度教和佛教都有“戒杀生”戒律。最彻底者莫如耆拿教，认为惟有通过“戒杀生”方能卸掉业报，跳出轮回。这种看法视人间“邪恶”本源是生物界的弱肉强食。据说耆拿教的大雄（摩诃毘罗）就是绝食而死，因为他把“戒杀生”推至极端。严格执行耆拿教教义，人根本不该坐椅子，因为会压死亿万微生物；人也不该穿衣，会造成更多微生物伤亡。这种教还想传下去的话，教徒顶多做到吃素。但在素食里则不吃某些带根的植物，也避免天黑以后进食，以免不慎吃进虫子。

“戒杀生”是一厢情愿，并没有阻止自然界的操作。把自己活活饿死，反而造成了“杀生”，违反了自然法则。一位佚名傣族人完成于1542的论文《谈寨神勐神的由来》，已把它一语道破。这篇早熟的自然神学说傣族的神都是祖先按照生存的需要而造，而佛教则是违背物质

生活的。寨神勐神要求人们“要打猎，要用快刀剥兽皮；要杀猪、杀鸡、杀牛”，人们必须“用杀生来保护人类的生存”，傣族才生存下来，“要不然我们祖先早就死光于老虎、毒蛇、黑熊、野猪的恶口里了。”

用处在捕猎和初期农耕的见识去臧否高级宗教，好比一个孩子一语拆穿皇帝的新衣，把禅师长老们身陷其中无法脱身的形而上学迷雾一扫而空。后者全面强调“超越”却抹煞了自然法则。这种超越的意图与中国人身体化倾向正好造成尖锐对比。但在讨论中国人的宗教观之先，先简略一提基督教如何解答“邪恶”问题。

基督教说人乃依据神的形象所造，高于一切生物，《创世纪》里说上帝创造其它生物正是供人食用。因此，基督教在“戒杀生”上头就分了等级，杀人才是犯戒，但亦应把低等生物当作“神的受造物”加以善待。虽然从印度宗教的角度判断基督教义，它未能正本清源，因为杀机一发动不可能止于低等生物。然而，基督教仍提供了自然界和精神界的对立、灵与肉之间的紧张，以及“邪恶”的概念。这是西方人不沉溺于吃事的根本原因。

4

我在二十年前曾用“没有超越，也没有拯救”形容中国人独有的现实感。中国的“天”只是“天地人”这个世界系统内在的组成分子之一。这个体系只有“现世”，人也只有“身体化”存在。这个现世意向的表现有“二人化”和“一人化”两种渠道。“一人化”是指先秦的道家提倡回归自然，把生死当作自然规律，其养生延年之道则是顺乎自然。但道家发展至汉魏晋时代，基本放弃了“齐生死”的达观，而嬗变为追求与天地同寿的

仙道。“二人化”则指儒家的“不孝有三，无后为大”，透过子孙万代延续自己身体的不朽。

中国人独有的现实感是否比其它宗教都更能直视人与自然界之间无法解开的死结？他们早就看透：人死后哪有什么去处？想永生的话，不如像其它的生物般，通过生殖让自己的遗传因子永垂不朽。中国人惊人的现实感因此表现为看透这个世界就是一大“吃”，我们吃其它生物，也被其它生物吃——我们的身体每一刻都被病菌侵蚀，死后则变成尸虫的大餐。自然界法则就是老子的一句话：“天地不仁，以万物为刍狗。”哪里有什么善恶可言，连“成”与“毁”都扯平，即庄子所谓“凡物无成与毁，复通为一。”吃与被吃不过是资源回收和自然循环罢了。

说中国人现实，并非说本土没有神鬼思想。但既然没有超越界，这些神鬼从何而来？中国文化也不具有精神和物质两界绝然断裂的观念，这些神鬼的性质又是什么？回答这些问题，可从汉晋以来的仙道思想中获得启发，这个构想就是肉体的长生不老，但人背着凡胎的包袱，是成不了仙的，必须凭修炼把凡胎练成仙胎，达到“脱胎换骨”，把凡胎“尸解”掉，释放出练成的新胎，让它“羽化登仙”。中国人传统上称比较轻盈的物质为“气”。脱胎换骨就是“化精为气、化气为神”的程序，把体内生命精髓纯化为气，达到最纯就是神。神是“伸”，乃是同一物的延伸，并非与原物互不相属。

我们不能用西方心物二元论去理解中国人身体化的宗教，它既是宗教又是唯物的，但并非现代物理学里的物，也不全是有机物。中国人的“物”观其实是“食物化”的——“精”与“气”这两个字里都含“米”字根。任何语源学词典都会指出“精”的第一义是纯净的好米，

例如《论语·乡党》里“食不厌精”的提法。“氣”则是“飧”之古字，含下列诸义：馈赠粮食、饲料、活牲口、生肉、廩给、俸禄，等等。如“精”与“氣”与“米”有关，则“物”的最古义是牲口，如《诗经·小雅·无羊》所说的“三十维物，尔牲则具”。

西方的“物”与食物扯不上关系。英语里“matter”与其它西文里的相应词皆源自拉丁文的“material”，乃建筑木材。拉丁文里“mater”乃由来、根源、母亲之义。因此中国人的宗教与其说是“唯心论”，其实也以唯食物论为基础。因此，我认为李波十分具有洞察力：“中国人主要靠味觉在认知自己，认同同类，认知这个世界，也是通过味觉来表达这个世界。”他一针见血地说：“吃是中国的国教”。

5

中国的神仙不只是身体化，他们就居住在人体内。魏晋时《洞真经》认为人体内有三万六千位神明，居于每一个器官和关节。数量如此之多，用现代名词就是微生物了。它们是良性微生物，有了它们人体小宇宙才能保持结构平衡。与他们对着干的则是“三尸九虫”，乃人身一切病痛的来源。

清除三尸九虫之方，仍从饮食着手，除服食药物之外，主要靠休粮术。据《云笈七签》，休粮三年，便可“百神守位，三尸遁逃”。“休粮”就是“辟谷”，因为五谷来自土里，正是三尸九虫的媒体。似乎提倡什么都不吃，比耆拿教徒还严厉。这种看法似是而非，中国人的辟谷术是避免吸收浑浊易腐的折寿物质，提倡采食天地间的精华，它包括一些精挑的动植物、矿物，甚至石头。

《抱朴子·仙药篇》列举有五芝：石芝、木芝、草芝、肉芝、菌芝。为了长寿，甚至连金和玉都吃，两者都是不会褪色的高档物质，引起与天地同寿的联想。

吃尽天地间精华的“辟谷术”与印度人的“戒杀生”固然是两回事，但原始的道家提倡的仍然是清心寡欲。“身体化”是一个比道教广泛得多的意向，它还有其他方面。在今日的发达社会，已经有人构想用克隆技术复制自己的肉体，为自身坏死的器官提供配件。人不相信死后有灵希冀永生，势必导致这类保存臭皮囊的思想。它才出现在西方的科幻思想中，因为到了现代，相信来世的人已越来越少。但中国人的宗教历来都是身体化的，在他们前科幻的思维里，获取身体备件的方式自然是透过吃食。它可以诠释李波笔下中国人层出不穷的“以形补形”食观念，例如吃血补血、吃肺补肺、吃脑补脑、吃鞭补鞭等等。

6

在《吃垮中国?》中，李波所列举的中国人之滥吃现象，的确是中国口腔文化的糟粕，但同一个身体化原理也可以发展出科学的养生之道：他在书末提倡调节饮食，并提出了“素食主义救中国”的主张，即具此涵示。到了现代的世局里，虽然提倡来世得救的宗教仍然很昌盛，但人的实际行为却越来越像只有现世。这是否暗示大家都会走上身体化的道路，而中国人在这方面将有所贡献？但在考虑这种可能性之前，必须先面对高如山积的糟粕。诚如李波所警醒的那样，中国人的口欲已屡屡酿成民族危机，很多王朝灭于口腹之欲：夏、商……中国传统社会和中国食文化同时达到巅峰，“康乾盛世”和“满汉全

席”相互辉映后不久，中国人又迷失于鸦片——疯狂到无以复加的病态口欲。这似乎就是李波所言“口腔文化的宿命”，也是我所说的拥抱“魔鬼的礼物”的结局。

到今天这个危机又到了国人必须直视而不能回避的时刻，“非典”就是征兆。过度沉溺口欲的风险是全方位的：政治、经济、资源、生态、人际关系、社会风气 and 道德体系，因而也是致命的。我很欣赏李波的开篇之语：“一个人要想获得灵魂的自由，首先必须摆脱和超越味觉的囚禁。”这一契和“超越形体”的宗教情怀具有跨文化的意义，也许是避免吃垮中国悲剧再现的不二之途。

具更长远意义的是李波这部书从一个新角度对中国人的自我理解和自我救赎同时做出了努力，毁灭的同时给予了建设，不将希望彻底窒息。《吃垮中国?》面世的时刻刚好配合上我的旧著《中国文化的深层结构》经修订后在国内正式发行，这也是顶有意义的事情。我想，这两部书合起来，该对老式的中国人研究产生冲击，这个研究应该是掀开新页的时候了。

李波告诉我，他的作品在他中学时曾经深刻“击中”了他，“荼毒”了他，他的早熟、叛逆和犬儒化与我有关。作为遥在地球另一半浑然不觉的我，20年后得知此事，虽早已过“诉讼时效”，仍百感交集，特做此序为偿。

2004年12月9日
于美国孟菲斯大学

· 编者的话 ·

之所以选择《吃垮中国?》作为书的主标题，又加上一个“?”号，大概有两个原因：其一、“吃”真的能把中国这个泱泱农业大国“吃”垮吗？这是读者需要自己细嚼此书，寻找答案。其二、“民以食为天”这条千年古训，要不要做些新的理解，增加新的内容？这也是作者愿意和大家共同探讨的。

书名固然有些玄异，无非是想引起读者注意，产生好奇，多一些联想。

中国的口腔文化源远流长，不乏历代出现过众多美食家、品尝家，也造就了诸如“满汉全席”这样豪宴大餐。不客气地说：要想吃，到中国来，绝对不会让你失望。“保证让你吃着碗里的，看者锅里的。”为什么中国的饮食如此得到世界宾客青睐，使之不远万里。吃一吃北京全聚德的烤鸭、天津的狗不理、上海的本帮菜、广东的生猛海鲜、湖南的湘菜、四川的麻辣火锅，无非是认同中国的饮食，比起西方国家的汉堡、比

萨、麦当劳、肯德基好吃，有滋味。的确，中国的饮食，从色、香、味到烹、蒸、烧、烤、腌都堪称世界一绝。在组织选料、烹制更是精益求精。确切地说，在“吃”方面中国领先于世界，站在世界“吃”的前沿。

虽然“吃”可以得到口腔的快感，满足口腹之欲。但作为一种食文化，或叫作口腔文化现象，确实值得我们沉思、细考。由“吃”引发的祸害屡见不鲜；由“吃”引起的餐桌争斗、大动干戈的例子不绝一耳；由“吃”造成的行贿受贿案件数不胜数。真是吃坏了党风，吃坏了胃，吃风危及全社会。

“吃”能危及社会，听着有些耸人听闻，但“吃”确实潜移默化地吞噬着我们的肌体，销蚀我们的意志，解除我们的斗志。如果这样，就别吃了，那怎么得了！“吃”补充了人体所需能量，摄取食物中营养，使人健康、精力充沛地工作，这是“吃”的功劳。“吃”讲究科学、艺术、品位，无可厚非。因嗜废食把一切罪恶都往“吃”上推，难免有些偏面。如能把“吃”和中国口腔文化联系起来，辩证看待问题，分析“吃”和“滥吃”、“瞎吃”其中的隐秘及心理动机，正确反思和剔除中国口腔文化中糟粕和不健康的東西，矫正社会上的浮夸铺张和大口品尝珍禽异兽的行为，还它们一个生息繁衍的空间，中国的食文化会有一个大的进步。

以“食”为鉴，解读中国文化及历史，从中透视国民性、人格化以及现实中的一切，养成良好的饮食习惯，建立健康、文明的中国食文化，这也许是我们编辑这本书的初衷。这次再版，作者做了一些删改，增加了一些内容并邀美籍历史学家孙隆基为其作序。本来，“编者的话”也应做些改动，但考虑到保持本书原貌，只好以旧充新，请读者原谅。

目 录

第一章 好了肠胃，忘了痛 / 1

- (一) 由亚当和夏娃的“国籍”说起
- (二) 天谴已经降临
——从“非典”到“甲肝”的警示
- (三) 吃的就是心跳

第二章 “口腔文化” 是如何形成的 / 11

- (一) 我食，故我在
 - 1. “吃”是中国人朴素的认识论
 - 2. “吃”是中国人的普遍存在方式
- (二) 民以食为天
——中国社会“超稳定因子”
 - 1. 酒徒一言成讫
 - 2. 厨而优则仕
 - 3. 一个怪圈：吃→生殖→吃→生殖
→吃……
 - 4. “吃教”：灵魂的出口
 - 5. 只长肉体，不长灵魂的物种
- (三) 中、西方口腔文化主要差异