

雷州文化研究

张学松◎主编

雷州饮食风俗史

LEIZHOUYINSHIFENGSHI

朱欣文◆著

雷州文化研究



张学松◎主编



雷州饮食风俗史

LEIZHOUYINSHIFENGSHI

朱欣文◆著



中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

雷州饮食风俗史/朱欣文著. —北京: 中国社会科学出版社,
2014. 11

(雷州文化研究/张学松主编)

ISBN 978-7-5161-4794-8

I. ①雷… II. ①朱… III. ①雷州半岛—饮食—风俗习惯史
IV. ①K892.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 211293 号

出 版 人 赵剑英
选题策划 郭晓鸿
责任编辑 熊 瑞
责任校对 王立锋
责任印制 戴 宽

出 版 中国社会科学出版社
社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号
邮 编 100720
网 址 <http://www.csspw.cn>
发 行 部 010-84083685
门 市 部 010-84029450
经 销 新华书店及其他书店

印 刷 北京君升印刷有限公司
装 订 廊坊市广阳区广增装订厂
版 次 2014 年 11 月第 1 版
印 次 2014 年 11 月第 1 次印刷

开 本 710×1000 1/16
印 张 15.5
字 数 239 千字
定 价 368.00 元(全五册)

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社联系调换

电话:010-84083683

版权所有 侵权必究



广东省雷州文化研究基地
学术文库编委会

- | | | | | | |
|-----|---|---------|-----|-----|-----|
| 顾问 | ◎ | 邓碧泉 | 关志强 | 叶春海 | |
| 主任 | ◎ | 陈云 | 章超桦 | | |
| 副主任 | ◎ | 余伟民 | 洪鹏志 | 秦小明 | 张学松 |
| 委员 | ◎ | (按音序排列) | | | |
| | | 蔡平 | 程燕 | 邓建 | 丁高辉 |
| | | 洪鹏志 | 黄小玲 | 黄战 | 李雄飞 |
| | | 刘刚 | 刘岚 | 刘世杰 | 陈云 |
| | | 彭洁莹 | 沈晓梅 | 王小岩 | 杨励轩 |
| | | 余伟民 | 张学松 | 赵国政 | 赵永建 |
| | | 钟嘉芳 | 朱欣文 | | |
| 主编 | ◎ | 张学松 | | | |
| 副主编 | ◎ | (按音序排列) | | | |
| | | 蔡平 | 邓建 | 李雄飞 | 刘世杰 |
| | | 王小岩 | 赵国政 | | |

前 言

作为世界文明古国，中国饮食的历史与中国的文明史一样长，在充饥果腹之外，人们赋予了饮食更多的文化意味。饮食是人类赖以生存和发展的第一要素。《汉书·礼书》中有云：“民以食为天”，^①说明了长期以来，饮食在中国人心中占据了非常重要的地位。

饮食涉及两个方面：即饮品和食品。“饮”，主要指自然天成或加工制造的供饮用的液体，如牛奶、酒、茶。“食”，是我国长期形成的以五谷为主食，蔬菜、肉类为副食的传统饮食结构，包括物产原料、烹饪技术、饮食器具、饮食礼仪、食疗养生等诸多方面。

饮食风俗是指人们在选择食物原料、加工、烹制和食用过程中，积久形成并传承不息的风俗习惯，也称饮食风俗、食俗，包括日常食俗、节日食俗、祭祀食俗、待客食俗、特殊食俗等。雷州饮食风俗包括了雷州先民在饮食方面的创造行为及其成果，包括食物的加工和消费过程中形成的饮食思想、意识、观念、哲学、宗教、艺术等集体行为习惯与社会心理，如饮食养生、饮食审美风尚、饮食伦理道德观念等。

任何地方的风俗都是一定地域内社会历史发展阶段的产物，有很深的社会根源、历史和地理因缘，尤其在人类生产活动的原始阶段，风俗的产生对自然环境有明显的直接依赖性，风俗也打上了人们为适应特殊地域环境而做出种种努力的深刻烙印。饮食风俗尤其能反映民俗与环境的关系。

^①（汉）班固撰，（唐）颜师古注，《汉书·礼书》卷四三，中华书局1962年版，第2108页。

饮食风俗与地理方位及出产物有很大关系，这方面古人早已总结。晋代张华在《博物志》中写道：“东南之人食水产，西北之人食陆畜。食水产者，龟、蛇、螺、蛤以为珍味，不觉其腥也；食陆畜者，狸、兔、鼠、雀以为珍味，不觉其膻也。有山者采，有水者渔。”^①

饮食与民族、人口因素也有关系。原住居民与外来移民随着交往的增加，文化相互影响，饮食习惯也会相互影响和改变，形成新的饮食民俗。旧习俗在新文化状态下仍然保持着它的地位，传承因素是风俗延续的基础。

雷州半岛因为特殊的地理环境、民族的变迁、历史发展等原因，形成独特的饮食风俗。既有原住半岛的渔猎饮食风俗，也有百越先民的饮食习惯，更有中原移民饮食习惯的渗入。目前，雷州半岛饮食指南和烹饪食谱的书籍和资料很多，但现有书籍及资料注重实用性和信息量，对饮食历史及文化挖掘不深，至今尚未有一部论述雷州饮食风俗发展、嬗变的专著。本书在杯盘碗盏、觥筹交错之外，将饮食风俗和历史沧桑、地域风情、人物事件共治一炉，收入众多饮食轶事，不仅说故事，更对地方特色美食的来源进行考证，充分显示雷州半岛饮食文化的源远流长。透过饮食这个载体，表达更深层次的对雷州半岛历史文化变迁的关注。在大力推进地方文化建设的今天，有文化内涵的历史传承才显得持久、厚重。

本书所使用的调查研究方法包括：

1. 文献调查法

查阅、检索中国古代正史和其他典籍文献记载的饮食相关资料，翻阅近现代国内外学者关于饮食文化的调查报告、研究案例和相关研究论著等，特别是梳理明万历以来各时期的《雷州府志》、《海康县志》、《吴川县志》、《遂溪县志》等大量雷州半岛地方志及周边地区地方志资料和相关民族文化资料。同时，为了更深入全面地调查研究，笔者先后到国家图书馆、广东省立中山图书馆、广西图书馆、湛江市图书馆、雷州市图书馆、吴川市图书馆、湛江师范学院图书馆等查阅了大量资料。

^① （晋）张华：《博物志》（外七种）卷一，上海古籍出版社2012年版，第10页。

2. 民族学田野调查法

实地的田野调查研究是本书最重要的研究方法。笔者在近三年,先后走访了湛江市、雷州市、吴川市、廉江市、遂溪县、徐闻县等多家饮食名店,重点考察了2008—2013年湛江美食节、2012年广东安铺特色美食文化节、2011年麻章区湖光镇旧县村年例、2012年湛江开发区平乐村年例,拍摄了大量珍贵的图片资料。本书中配置的图片除特别注明外,均为笔者亲自拍摄。另外,笔者在湛江、雷州、吴川、廉江、徐闻等地进行重点调查,主要采用了参与、观察、个人访谈等方法。同时三上长沙,五入广州,多次到达广西北海、南宁、海南岛等地,调查槟榔文化及雷州半岛与相邻地区饮食文化的联系。

3. 进化论研究方法

采用自然进化论的方法,推演出“为何吃”、“吃什么”、“怎样吃”在不同族群间有着很大的差别。首先是“为何吃”。吃是为了满足人们最基本的生理需要,满足人们劳作后精力的补充。古人也许对饮食缺乏更多科学的认识,很多的饮食习惯通常是为了适应环境和特定族群的风俗约定而成,而特殊时令和节日的专门食品更是与该族群的历史文化和社会记忆密切联系。如南方粽子、雷州白乾等,背后都蕴含着深层的文化意味。其次是“吃什么”。一些族群在饮食上有不少禁忌和偏好,对特殊食物的嗜好更是某些族群认同的重要标志,本族群的人们由此相互交流并加深感情,通过食物建立特定族群的生活场景。自然环境和生存方式往往影响人们对食物原料的选择,在适应环境的过程中,人们为了求得与环境的和谐,在选择嗜好某些食物的同时也选择了排斥某些食物,这也是禁忌食物的来源。再次是“怎样吃”。这受到生产力的制约:在发明火之前,人们只能生吃;而发明制陶之前,一般也不能煮着吃;随着生产力的发展,人们餐桌上的食物越来越丰盛。“怎样吃”也涉及食物的制作与烹饪,涉及吃之前和吃之后的精神方面的仪式和活动,这些更使不同族群文化在饮食中体现得淋漓尽致。当我们认识到不同地域的人在“吃什么”、“为何吃”、“怎样吃”中体现出的差异时,不单饮食的风俗特点体现出来了,而且透过人类饮食的表象,我们可以洞悉人类文化的深层结构。

4. 跨学科综合研究法

本书的研究同时涉及民族学、人类学、社会学、历史学、经济学等多学科的内容和研究方法。

饮食风俗的发展是连续的，只要相距年代不是很远就仍然具有参考价值，故划分朝代的分析只是为了方便叙述。下面，我们沿着历史发展的轨迹，探索从古至今雷州半岛饮食风俗的变化。

目 录

前言	(1)
第一章 雷州半岛的地理概况	(1)
第一节 地理位置与地形地貌特征	(1)
一 地理位置	(1)
二 地形地貌	(1)
第二节 气候与土壤	(4)
一 气候	(4)
二 土壤	(5)
第二章 史前社会雷州半岛的饮食	(7)
第一节 雷州半岛的考古发现	(7)
一 古遗址	(7)
二 先民生活方式探讨	(11)
第二节 古文献所见先秦岭南之记载	(14)
一 地理方位与人种	(14)
二 南方食材及饮食习惯	(15)
第三章 秦汉时期雷州半岛的饮食	(20)
第一节 中央集权对雷州半岛的管辖	(20)
一 秦朝	(20)
二 汉代	(21)

2 雷州饮食风俗史

第二节 雷州半岛的民族构成	(22)
一 土著居民	(22)
二 迁徙浪潮	(28)
三 人口情况	(30)
第三节 合浦珠还与海上丝绸之路	(32)
一 合浦珠还	(32)
二 海上丝绸之路与徐闻港	(35)
第四节 雷州半岛的饮食记载	(39)
一 鬻发换粮	(39)
二 祛瘴食物	(41)
三 食人之风	(44)
四 汉化影响	(46)
第四章 魏晋南北朝时期雷州半岛的饮食	(49)
第一节 半岛归属及人口状况	(49)
第二节 豪门士族与饮食	(50)
一 士燮家族	(51)
二 薛综评价	(53)
三 陆胤改革	(54)
四 陶璜威恩	(55)
五 卢循蛋民	(58)
第五章 隋唐时期雷州半岛的饮食	(63)
第一节 政治归属与民族杂居	(63)
第二节 少数民族饮食风俗	(65)
一 雷州风俗	(65)
二 海产品	(66)
三 特殊食材	(76)

第六章 宋元时期雷州半岛的饮食	(82)
第一节 民族大融合	(82)
一 外族迁入	(82)
二 民族融合	(83)
第二节 贬臣与饮饌	(85)
一 雷州“十贤”	(86)
二 二苏饮食记载	(88)
第三节 饮食的相互交融	(91)
一 南方饮食的北传	(92)
二 北方饮食的南传	(97)
第四节 特殊食俗	(99)
一 山珍	(99)
二 海味	(104)
三 特色水果	(106)
四 奇特吃法	(113)
第五节 酒茶习俗	(116)
一 饮酒习俗	(116)
二 饮茶习俗	(120)
三 多彩碗盏	(122)
第六节 饮食与禁忌	(125)
一 巫术	(125)
二 祭祀	(131)
三 禁忌	(134)
第七章 明代雷州半岛的饮食	(139)
第一节 雷州槟榔文化	(139)
一 槟榔的种植与品尝	(139)
二 槟榔文化的表现形态	(142)
三 槟榔文化形成的原因	(147)

4 雷州饮食风俗史

四 槟榔文化消退的原因	(151)
-------------------	-------

第二节 药食同源	(153)
----------------	-------

一 食补胜于药补	(155)
----------------	-------

二 病者祷神不服药	(160)
-----------------	-------

三 养生调理治未病	(163)
-----------------	-------

第八章 清代雷州半岛的饮食	(166)
---------------------	-------

第一节 日常饮食	(166)
----------------	-------

一 人口变化	(166)
--------------	-------

二 饭稻羹鱼的饮食民俗	(168)
-------------------	-------

第二节 节日饮食	(175)
----------------	-------

一 春节	(176)
------------	-------

二 元宵节	(179)
-------------	-------

三 立春	(180)
------------	-------

四 土地公生日	(181)
---------------	-------

五 清明节	(182)
-------------	-------

六 上巳节	(184)
-------------	-------

七 浴佛节	(185)
-------------	-------

八 端午节	(185)
-------------	-------

九 天贶节	(189)
-------------	-------

十 七夕节	(189)
-------------	-------

十一 中元节	(190)
--------------	-------

十二 中秋节	(190)
--------------	-------

十三 重阳节	(191)
--------------	-------

十四 冬至	(192)
-------------	-------

第三节 人生仪礼中的饮食习俗	(193)
----------------------	-------

一 生育养育饮食习俗	(193)
------------------	-------

二 婚礼饮食习俗	(195)
----------------	-------

三 祝寿饮食习俗	(198)
----------------	-------

四 丧葬饮食习俗	(199)
第四节 饮食与礼仪	(199)
第九章 当代雷州半岛的饮食	(202)
第一节 饮食结构	(202)
一 主食	(202)
二 菜肴	(204)
三 饮料	(212)
四 抽烟习俗	(213)
第二节 风味小吃	(214)
一 粿饼	(215)
二 米粉、薯粉	(217)
三 糯米大粽	(219)
四 年糕	(220)
五 甜糟	(221)
六 其他	(221)
第三节 年例饮食	(222)
第四节 敬狗与食狗	(226)
第十章 结语	(233)
一 雷州饮食特点	(234)
二 雷州饮食成因	(235)
主要参考文献	(237)

第一章 雷州半岛的地理概况

第一节 地理位置与地形地貌特征

一 地理位置

“处海之角而天之涯”^① 的雷州半岛，位于中国大陆最南端，是中国三大半岛之一，南方第一大半岛。雷州半岛位于广东省西南部，北纬 $20^{\circ}12'$ — $21^{\circ}35'$ ，东经 $109^{\circ}31'$ — $110^{\circ}55'$ 。它伸入北部湾和雷州湾之间，南隔琼州海峡与海南岛相望，海峡最窄处约 18 公里。半岛南北长约 180 公里，东西宽约 100 公里；面积约 8888 平方公里。半岛三面环海，海岸线长约 1180 公里，连海岛海岸线总长达 1450 公里。

现在，半岛主要由广东省湛江市及雷州市、廉江市、吴川市（三个县级市）、遂溪县、徐闻县组成，人口约 608 万（2010 年统计），均为汉族，有部分人讲雷州话。历史上被称为雷州半岛的范围比现在大，包括半岛及其附近岛屿，以及广西北海、钦州一部分。

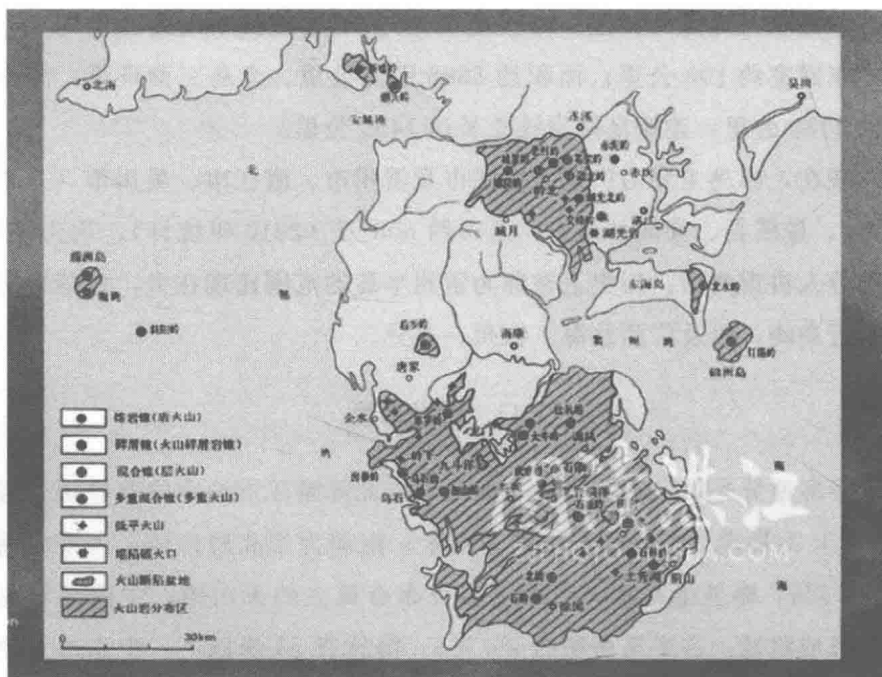
二 地形地貌

半岛地势平缓，西北高，东南低，以北部廉江市境内的双峰嶂（海拔 382 米）为最高点，平均海拔约 100 米。南部为玄武岩台地，占半岛面积的 43.3%，略呈龟背状，台地上多分布有孤立的火山锥。中西部和北部多为海成阶地，占半岛面积的 26.7%，海拔在 25 米以下。中东部为冲积和海积平原，占半岛面积的 17.4%，地形平缓。在雷州市东部和西南部，

^① （明）欧阳保：《（万历）雷州府志》，书目文献出版社 1990 年版，第 170—172 页。

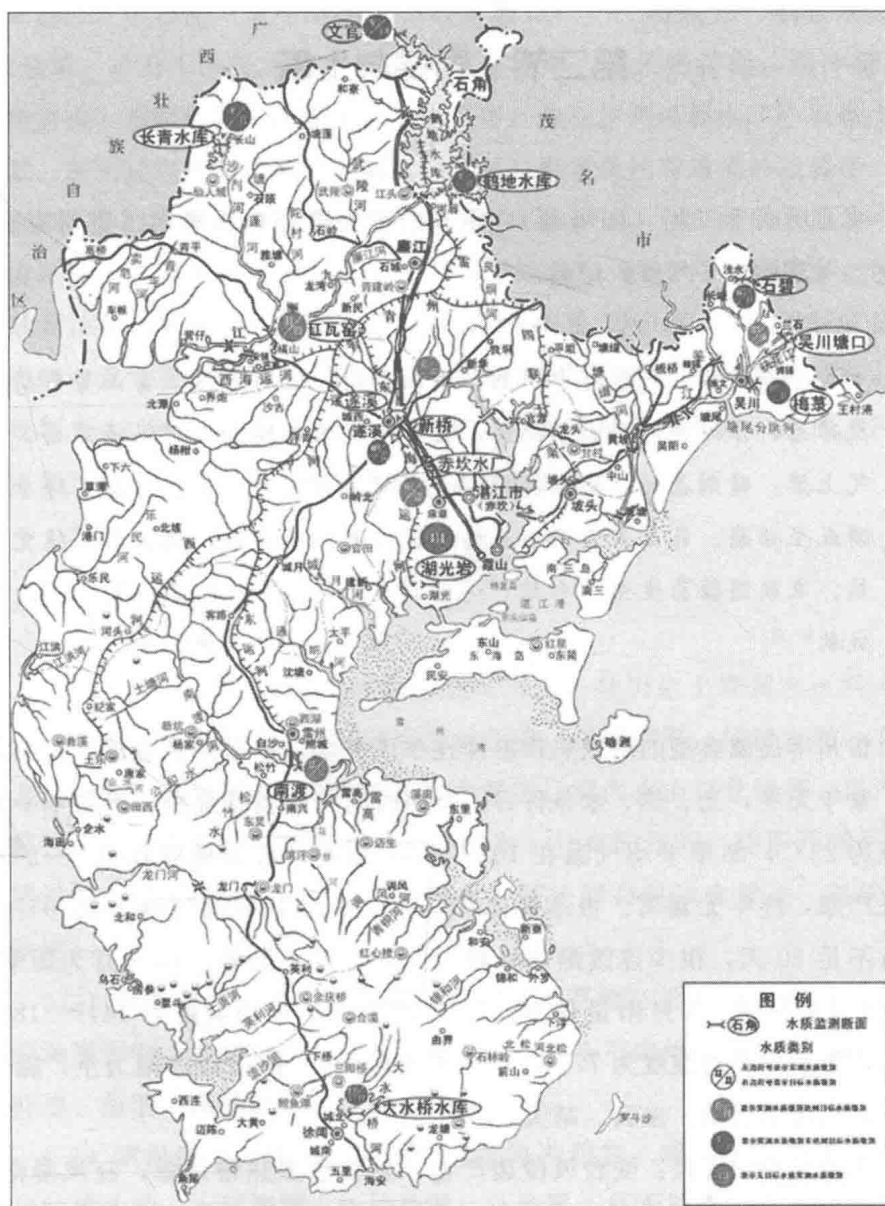
于南渡河中下游，有一块广阔的平原地带，因为是河海（洋）冲积和围垦形成的平原地带，又在雷州府城的东部和西南部，故当地人称为东西洋。东西洋平原面积 24 万余亩，是雷州半岛最大的冲积平原，平均海拔为 2.54 米，历代闽浙人先后来此定居、开垦，素有“雷州粮仓”、“东洋熟、雷州足”之美誉，盛产优质稻谷，其余沿海冲积平地面积很狭窄。

半岛地表水缺乏，河流短小，呈放射状独流入海。其中南渡河最大，长约 65 公里，流入东部的雷州湾。其他较大的江河有：九洲江，流经廉江市境内 89 公里；鉴江，流经吴川市境内 46 公里。雷州青年运河纵贯半岛北部，总干长约 74 公里。半岛地下水资源较丰富。港湾较多，主要有雷州湾，港口有湛江港、流沙港、乌石港、安铺港等。半岛东部近岸海域有 30 多个岛屿，较大的岛屿有东海岛、南三岛、硃洲岛、新寮岛和东里岛。历代政府在雷州半岛从最南端徐闻至半岛东北吴川、西北遂溪，均沿海修筑海堤，防止海水倒灌，并围海造田。



雷州半岛古火山分布图

(图片来源: 碧海银沙·图读湛江, <http://www.yinsha.com>)



2009 年第四季度湛江河流分布及水资源状况示意图

(图片来源: 广东省水文局湛江水文分局, <http://www.zjsw.net.cn>)

第二节 气候与土壤

一 气候

明万历四十二年(1614年),雷州府推官欧阳保所纂的《雷州府志》卷之二《星候志·气候》记载:

岭南炎方,气候与中州别。近山多燥,近海多湿。雷山势夷衍无岚瘴患,惟近挹洋海土单而薄,霜雪之严远不能加,乃洪涛震荡,湿气上蒸,晴则甚热,阴则转凉。一岁间暑热过半,入秋为甚。隆冬值晴或至摇扇。春夏多淫雨,晨起积雾四塞。三伏时,偶值阴翳便觉凄然。衣服图籍易生虫蠹白醭。……谚传:“岭外四时皆似夏,一雨便成秋”。^①

雷州半岛属典型的亚热带海洋性季风气候,这里草木葱郁,碧海蓝天,常年无冬,光、热、水条件好。日照时间长,温暖湿润。半岛年平均气温为23℃,冬季平均气温在10℃—15℃以上,极端低温在0.5—2℃,冬无严寒,终年无霜雪。极端高温38.8℃,每年日最高气温>35.0℃的日数不足20天,很少连续酷热日超过3天,夏无酷暑。4—9月为雨季,10—3月为旱季;8月雨量最多,12月最少;年平均雨量为1417—1802毫米,年平均相对湿度为77%,空气湿度较大。^②降雨以阵雨为主,除了雨天,其余多为阴、多云、晴天。

主要气象灾害是:受台风侵袭严重,夏秋季多热带风暴,狂风暴雨。一年四季都可能有雷,尤以夏秋间雷暴较多,故称为雷州半岛。万历《雷州府志》记载:“海郡多风而雷为盛,其变而大者为飓风。飓风者,具四方之风而颶忽莫测也。发在夏秋间……”飓风“更挟以雷雨,则势弥暴,

^① (明)欧阳保:《(万历)雷州府志》,书目文献出版社1990年版,第170—172页。

^② 范伶俐:《湛江旅游气候资源评价及利用》,《四川气象》2002年第4期。