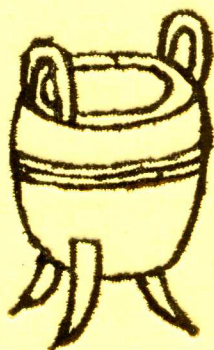




季鸿崑 著
——
中国饮食科学技术史稿



ZHONGGUO
YINSHI
KEXUE
JISHU SHIGAO



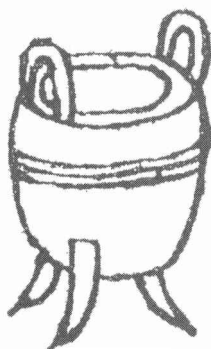
浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS



国家出版基金项目
NATIONAL PUBLICATION FOUNDATION

季鸿昆 著

中国饮食科学技术史稿



ZHONGGUO
YINSHI
KEXUE
JISHU SHIGAO



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

中国饮食科学技术史稿 / 季鸿崑著. —杭州: 浙江工商大学出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-5178-1057-5

I. ①中… II. ①季… III. ①食品科学—技术史—中国 IV. ①TS2-092

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 088379 号

中国饮食科学技术史稿

季鸿崑 著

出品人 鲍观明

策划编辑 唐妙琴

责任编辑 唐妙琴 钟仲南

封面设计 王好驰

责任校对 袁金麟

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址: <http://www.zjgsupress.com>)

电话: 0571-88904980, 88831806(传真)

排版 杭州朝曦图文设计有限公司

印刷 杭州五象印务有限公司

开本 710mm×1000mm 1/16

印张 20.5

字数 402 千

版印次 2015 年 4 月第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5178-1057-5

定价 56.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88904970

中华食学元典精神的辉煌和缺失

(代前言)

我们常说,中华民族有五千年不间断的文明史。所谓不间断,是指在太平洋西岸的这片土地上,尽管发生过多次聚散离合,但我们的生活形态和民族精神一直在延续着、发展着,这是古埃及、古印度、古巴比伦和古希腊等其他文明发源地所无法比拟的。从物质文明的层面看,成熟的农耕文明养成了炎黄子孙们稳定的几乎万世不易的生活形态,并且在此基础上形成了我们特有的思维方式和民族精神。我们中华民族就像一个酸碱度适中的大染缸,任何有限的群体都无法改变这个染缸的基本色调和它的中性特质。历史上曾经有好几个来自北方的游牧民族,也曾经局部甚至全部占有这个染缸,但其最终结果是他们丧失了自我,被染成了中华民族的一部分,连逃走的机会都没有。近代以来,西方列强也曾经数度企图改变我们,但都是以失败而告终,不可一世者如当年的日本,结果被碰得头破血流,尽管他们处心积虑地想“以华制华”,但他们不具备我们的民族基因,所以既无法改变也根本学不到我们的民族精神。这种民族精神就是我们的元典精神,它无处不在,当然也存在于我们的饮食生活中,笔者称之为中华食学的元典精神。

自古以来,人类饮食就是一门牵涉面极广的大学问,但在物质层面上,它因为“人人有份”和“众所周知”而被割裂,分别置于农学和医学之中,因此没有“食学”这个说法,这在全世界都是如此。同样,在精神文明层面上,人们可以从饮食活动摄取若干高深的哲理,用之于“修身、齐家、治国、平天下”的个人和社会的道德准则之中;如中国古人有一句名言“治大国若烹小鲜”,有许多人为之一振。然而,在浩如烟海的中国古籍里,虽然从汉代开始就有以《食经》为名目的饮食著作,但绝大多数只是一些烧饭做饭的“食谱”,要在那里得到“治大国”的道理,那绝对是自欺欺人。这些《食经》连起码的中国烹饪术的技术体系都没有概括出来,直到清代乾隆年间,才由袁枚写成了约 7000 字的《须知单》和《戒单》(均见《随园食单》)。至于专门的食物学著作,勉强可以从宋应星的《天工开物》中找到,但那已经是明朝的事情了;不过相关的技艺(诸如酿酒、制酱、粮食加工等等)在民间一直存在。坦率地讲,我国真正用科学的方法记述和总结食品制造和烹饪技术,实际上是在西学东渐以后,最早是英国传教士傅兰雅的《化学卫生论》在上海的《格致汇编》上连载,而真正称“饮食”为“学”的是 1939 年由上海商务印书馆出版的《实用饮食学》(龚兰真、周璇

编著)。这是一本只有 170 页的小册子,主要是介绍普通的营养知识和按食材类别制作菜肴的方法,用“饮食学”这个名称的出版物很少。1966 年,与毛泽东、蔡和森并称“湘中三杰”的萧瑜(子昇)写了一本《食学发凡》(仅 5 万字,台湾世界书局出版),首先提出了“食学”的名称,但也没有多少人响应。直到 2011 年,赵荣光先生用“亚洲食学论坛”的名称在杭州主持召开了一次有一定规模的国际性的饮食文化研讨会,紧接着又连续召开这样的研讨会,“食学”这个称谓才逐渐传播开来。笔者也乐意使用这个名称,因为这意味着我们目前正在进行的研究工作,已经由烹饪、烹饪学、饮食文化等层次逐步深入,用时髦的说法,叫“逐步进入深水区”;旧有的学术架构已不能反映研讨的学术内涵了,而“食学”这种提法,可以确当地综合饮食的物质层面和精神层面的一切特征,特别是这两方面的相互影响和相互依存关系。“食学”是个典型的科学文化概念,介于现代人习称的科学和文化之间,而我们常说的“饮食文化”,实质上只是一个比较狭隘的文化概念,它比较偏重于饮食人文的精神研究。

任何一门学问,都有各自的经典,即记述这门学问的核心著作。而“元典”就是这些经典中的经典。北京大学出版社从本世纪开始,组织出版了一套“科学元典丛书”(目前已列选并出版的有 29 种)。他们对科学元典所下的定义是:“科学元典是科学史和人类文明史上划时代的丰碑,是人类文化的优秀遗产,是历经时间考验的不朽之作。它们不仅是伟大的科学创造结晶,而且是科学精神、科学思想和科学方法的载体,具有永恒的意义和价值。”在这一段文字中,“时代丰碑”“优秀遗产”“不朽之作”“创造结晶”,以及科学“载体”、“永恒”价值,是构成元典的核心标准。我们用这个标准对照我们历史典籍中的食学论述,有哪些够得上称为“食学元典”呢?这正是我们在本文中要回答的一个问题。

一、中华食学元典

宋代陈世崇在《随隐漫录》卷四中说:“古之大儒,格物以为学,伦类通达,谓之真知;其次博物以为闻,敏识强记,谓之多知。”(广陵古籍刻印社笔记小说大观本第九册第 377 页)由此可见,元典必为真知,是“德性之知”,用现代语言来说,就是创造性的思维,其主要特征就是“伦类通达”,能够揭示普遍真理。这种人是很少的,非圣即贤。对于古代中国来说,应该都是先秦诸子各派的代表人物,而达到“伦类通达”的学说莫过于阴阳五行说。

阴阳和五行原来是两个几乎独立的学术流派,从现有的古代典籍来考察,阴阳学说的元典首推《周易》,它用阴阳 8 卦而推演成 64 卦,再用爻位变化表征各种事物的变化规律,所以在《周易·系辞·上》中,一开始便引入天地、乾坤、尊卑、动静、刚柔、男女等一系列阴阳相对应的概念和物相,并说“一阴一阳之谓道”。古代传说

《周易》为伏羲、周文王所著,其文字解释出于周公,而书后所附“十翼”向来认为是孔子所作,所有这些而今都无法准确查证。而《老子》“万物负阴而抱阳,冲气以为和”,是大家熟知的关于阴阳最早的概念。那么究竟是《老子》抄袭《周易》,还是《周易》抄袭《老子》呢?这是根本说不清的问题,其实也无须说清楚,反正《周易》是中国古代一部最伟大的哲学元典。

至于五行学说,当之无愧的元典是《尚书·周书·洪范》。《洪范》是《尚书·周书》的重要篇章。一开头便说是周武王向商朝老臣箕子询问治国之道,箕子便写了这篇《洪范》答复他。所谓洪者,大也;范者,法也。洪范就是治理国家的根本大法。因其一共有九条,所以也称“洪范九畴”,据说这是大禹时期就流传下来的。治理国家时,按“九畴”办事,就会“彝伦攸叙”(按天下之常理行事)。这九条的第一条便是“五行”,实乃中国古代五行学说的滥觞,而且及于“五味”。除此之外,《洪范》与饮食生活有密切关系,例如第三条叫“农用八政”,孔安国解释这个“农”字乃厚的意思,“农,厚也。厚用之政乃成”,而马融的解释则为“食为八政之首,故以农名之”。这些便是后代正史中把经济史称作“食货志”的根据。《洪范》对人们的饮食生活等级也做了规定,明确君王可以“惟辟玉食”(享用美食),人臣如享用美食便是“其害于而家,凶于而国”,“民用僭忒”(祸乱重重)。

将阴阳和五行合在一起形成阴阳五行学说,现有的古籍依据大概在春秋战国时期,最早见于《管子》。现在传世的《管子》并不全是管仲本人所作,可是由于管仲在先秦哲人中,其出世年代比老子、孔子都要早,所以他的若干见解应比他人更早。但尽管今本《管子》中有些篇目明显地把阴阳、五行结合在一起,我们却不能武断地认定管仲就是阴阳五行学说的首创者。而按照司马迁在《史记·孟子荀卿列传》中的记述,战国末期的阴阳家邹衍(约前305—前204)该是阴阳五行说的创造者,他还发明了解释封建王朝更迭的“五德始终说”,把阴阳五行说推广到人类社会生活的各个方面。可惜他的著作早已散失了,所以我们今天无法窥探这个学说的原始全貌。

看来,阴阳五行说并非先秦时的某一家之说,而是儒、道、墨、法、阴阳等各家的杂糅产物,因此,第一部杂家著作《吕氏春秋》便成了阴阳五行学说最早的完整载体,它的“十二纪”将阴阳和五行两者完满结合,被烹饪界人士奉为经典的《本味》也充斥了阴阳五行观念。

入汉以后,另一部杂家名著《淮南子》更是用阴阳五行学说阐述自然和社会人文关系的元典。然而,真正把阴阳五行学说提到中国古代哲学主体地位的是西汉人董仲舒。他就是那个说服汉武帝“罢黜百家,独尊儒术”的变种大儒。董仲舒的儒术除了对孔孟有传承关系,还吸收了道家 and 阴阳家的一些主张为他所用,其中最突出的是他改造了先秦时期以原始的辩证法和朴素唯物论为基础的阴阳五行学说,使之充满了神秘主义色彩。他用“祥瑞”为封建君王的统治歌功颂德,又用“灾

异”劝告封建君王要遵守天地的常道。他像巫师一样预测一些自然现象,结果有时因不准确而几乎丢了脑袋。但是不管怎么说,阴阳五行说在他手里变活了,上可以影响国家政治,下可以规范人们的衣食住行和生老病死。

综上所述,阴阳五行学说元典可以《周易》《尚书·周书·洪范》《管子》《吕氏春秋》《淮南子》和董仲舒的《春秋繁露》为代表。至于它们和食学之间的关系,笔者曾在《追溯中国饮食哲理的祖宗——碎片化的阴阳五行说》(《楚雄师范学院学报》2013年第1期)一文中进行梳理。然而哲学原理并不能代替人们的思想观念和伦理道德,而作为中华民族民族精神的先秦儒家思想的影响更大。对于食学而言,《论语·乡党》,《礼记》中的《中庸》《月令》《内则》诸篇和《孟子》都具有元典价值,这在本书以下的叙述中会逐步明确。

二、中华食学元典精神的辉煌

赵荣光先生曾在《孔孟食道与中华民族饮食文化》(‘98世界华人饮食科技与文化交流国际研讨会论文之六,1998年,大连)一文的开头,把文化分为微观(个体)、中观(民族共性)和宏观(人类文化的时代总汇)三个层次。我们在这里探讨的中华食学当属中观层次,即是中华民族饮食文化的元典精神。在此,我们有着辉煌的历史与成就。

(一)孔孟食道是中华饮食的根本价值观

“孔孟食道”是赵荣光先生的首创。顾名思义,“孔孟食道”就是以孔子和孟子两个人的饮食生活实践为标的,结合他们的饮食思想所形成的中华民族的饮食文化观念。其形成时期虽然在春秋(孔子)战国(孟子)时期,却继承和吸收了夏、商、周三代的饮食文化成果。孔孟食道的冠名权属于孔子和孟子,却涵盖了老子、墨子、庄子、管子、荀子、韩非子等先秦百家诸子的个人饮食和民食观点,并一直为我们中华民族各个不同时代的精英们奉行不悖,其元典精神就是养生为本、守俭节约,反对铺张浪费,崇尚足食节用,在他们的饮食生活中同样体现仁义思想和礼让和谐的做人原则。所以孔孟所提倡的饮食是仁食、义食,更是礼食。赵先生说:“孔孟食道是春秋战国时代一种非常典型的美食思想。”(此为他最早提出“食学”的依据)可以说,孔孟食道其实也是我们中华民族3000多年来的食学思想。

(二)“民以食为天”阐明了所有人的生存权利

“民以食为天”的说法虽然出现在秦朝末年楚汉相争时,是自称“高阳酒徒”的酈食其在为刘邦出谋划策的一次谈话中说的,但在三代甚至更早的尧舜时代,

已是炎黄先民的切身体验。这在《尚书·虞书》的《尧典》《舜典》《大禹谟》诸篇中都有清晰的反映,《管子·牧民》更是明确指出“仓廩实则知礼节,衣食足则知荣辱”,是以“民以食为天”成了家喻户晓人人皆知的普遍真理,为历代治国理政者所遵奉,是区别历史上君王英明还是昏庸的基本标准。即使到了当代,中央领导到基层视察,看农家的厨房几乎是必须有的活动,这种思想近年来颇为一些外国的社会学家所推崇。

(三)“致中和”“大一统”是中华食学基本的理论图像

“致中和”出于《礼记·中庸》。作为“四书”之一的《中庸》,传为孔子之孙子思(孔伋)所作。“中庸之道”向来被视为中华民族的民族精神,其中“致中和”一节的原文是:“喜怒哀乐之未发,谓之中;发而皆中节,谓之和。中也者,天下之大本也;和也者,天下之达道也。致中和,天地位焉,万物育焉。”历代注家,也有用阴阳五行说来解释的。其实中国追求“中和”即是追求和谐,诸子百家对此多有论述,而且几乎没有反对的意见。20世纪80年代,“烹饪热”兴起以后,有不少学者以“中和”作为中国烹饪追求的理想境界,我国台湾学者李亦园先生以“致中和”作为中国饮食文化研究的理论图像(《第六届中国饮食文化学术研讨会论文集》,台湾中华饮食文化基金会,2000年)。他认为:在人们的饮食活动中,不仅在烹调技术中追求“中和”,而且在人际关系、人与自然的系统中,都追求“天地位焉,万物育焉”的理想状态。

“大一统”的提法,首先见于《春秋公羊传·隐公元年》。据说《公羊传》是战国时齐人公羊高所作,在汉以前并未写成文本,而是一部口述史,直到西汉景帝时,才由他的玄孙公羊寿和齐人胡毋生将它“著于竹帛”。从现在传世本开头一段文字看,“统”是始的意思,“大一统”就是天下均服从于周天子。到了汉武帝时,董仲舒把它发挥到淋漓尽致,成了中华民族的集体性格。不过在现代传世的董仲舒主要著作《春秋繁露》中并没有“大一统”这三个字,勉强有这个意思的是《符瑞第十六》篇“一统于天子”,即天下都要服从于天子。但在《汉书·董仲舒传》中,收录了他回答汉武帝的三篇对策,在最后一篇中,明确说:“《春秋》大一统者,天地之常经,古今之通谊也。今师异道,人异论,百家殊方,指意不同,是以上亡以持一统;法制数变,民不知所守。臣愚以为诸不在六艺之科、孔子之术者,皆绝其道,勿使并进。邪辟之说灭息,然后统纪可一,法度可明,民知所从矣。”汉武帝接受了他的建议,便采取了“罢黜百家,独尊儒术”的专制政策,“大一统”成了中国人两千年来信奉的行动指南。阴阳五行说是我们中国人信奉了3000年的思想律,而“致中和”和“大一统”则是实现思想律的行动指南,这在中华饮食文化中无时不在、无处不在。

(四)“天人合一”是中华民族追求和谐的理想境界

董仲舒要求人们“独尊儒术”，其实他提倡的“儒术”并非孔孟所阐发的“纯儒”，而是经他吸取了道家、法家尤其是阴阳五行家以后改造的混杂诸子的新儒家。他的《春秋繁露》时刻不离《春秋》，并且把战国时期由子思、孟子乃至荀子提出的天人关系提高到“天人合一”的高度。他说：“天人之际，合而为一。同而通理，动而相益，顺而相受，谓之德道。”（《春秋繁露·深察名号》）然而子思等人的“天”，相当于现代的自然，而董仲舒的“天”，则实指君王，他说：“唯天子受命于天，天下受命于天子，一国则受命于君。君命顺，则民有顺命；君命逆，则民有逆命。”（《春秋繁露·为人者天》）由此，原先“天人之际”是指人和自然的关系，可到了董仲舒那里，成了君主受命于天，他和汉武帝之间的《天人三策》，主要就是阐明这种观点。于是“天人相应”成了“天人感应”，实在是精华与糟粕共存。

“天人合一”思想首先植入了中国传统医学，并且影响了中华饮食，所谓“一方水土养一方人”“非时不食”等，都由此而来。而环境生态方面的尊重自然的意识，古代虽有反映，但主要还是近代提出的，不过当代外国学术界，对中国古代倡导人和自然和谐相处的“天人合一”思想，的确是非常赞赏的。

(五)“和而不同”“求同存异”是中华饮食多元共存的指导思想

《论语·子路》云：“君子和而不同，小人同而不和。”何晏对此作注时说：“君子心和，然而所见各异，故曰不同；小人嗜好者同，然各争利，故曰不和。”类似的说法在先秦古籍中多次出现，而且常常用烹调作比，是以“和而不同”成了中华饮食的元典精神，特别是在各地饮食风味流派的讨论中，和而不同是处理此类问题的基本原则。至于“求同存异”，是从近代逻辑学方法论中推演出来的，即在研究某一事物的因果关系时，如果用寻找诸现象之间共同点的方法来判别其因果，叫作“求同法”，也称“契合法”；反之，如果是用寻找诸现象之间的差异来判别其因果，便叫作“求异法”，或称“差异法”；如果将两者结合在一起，便称“求同求异法”或“契合差异法”。实际上“和而不同”就是“求同求异法”的古代表达形式，人们在处理实际问题时，总是首先寻找共同点，因为这是“和”的基础，对于那些非原则、非核心的差异，不必强求一致，这就是“求大同，存小异”。我们可以在人们的饮食生活中，寻找到很多符合这个原则的实际例证。“求大同，存小异”现在已成为我国外交政策中的一个基本法则，真是“治大国若烹小鲜”。2014年3月27日，习近平主席在法国巴黎访问联合国教科文组织总部时，就是用“和而不同”来阐明世界上不同文化之间和谐共存、互相尊重的关系的。

(六)“医食同源”或“药食同源”是中国人饮食保健的基本法则

“医食同源”或“药食同源”是传统中医药长期发展总结出的饮食保健养生法

则,由于中医药所用的药物都是天然产物,其中相当多的品种就是人们日常生活中的食物或其加工制品,这完全是古代“神农尝百草”的余韵。因此,有时候“药”和“食”没有明确的界限,即药有食的功能,而食有药的效用,这在《神农本草》直至现代的中药学中,表现得非常明显。历史上对此做出明确认定的是唐代名医孙思邈,他在《千金翼方·养性》中说:“君父有疾,期先命食以疗之,食疗不愈然后命药。”尤其杰出的是他的“治未病”思想,实开近代预防医学的先河。他的弟子孟诜发展了乃师的思想而创立“食疗之说”,可惜孟诜的主要著作《食疗本草》现在仅存残本。

“药食同源”思想在中国人的饮食生活中长期占据指导地位,然而,在中医典籍中并没有这四个字,但它却是家喻户晓的饮食养生原理,特别是在保健食品及保健药品研制和使用中,药和食几乎没有明确的界限,这和源于西方的近代医学是明显不同的。在近代医学中,食就是各种营养要素的综合体,而药则是具有各种不同靶向的治病物质,其中虽然也有天然产物,但主要是人工合成或从天然产物中分离出来的有治疗效果的物质。在近代医学体系中,食只是营养的物质基础,而药是没有营养功能的。

我们中国人经过 100 多年以来近代医学的救助和洗礼,早已经接受了近代医学,但在日常生活中,却又对老祖宗的传统医学念念不忘,这就注定了中国人饮食科学理论的多元化:一方面讲究食物的营养成分,另一方面又讲究各种食物的配伍,接受阴阳五行说的理论指导。这种特有的混搭现象,不知会延伸到何年何月。

笔者将以上六点概称为食学的元典精神,它们涵盖了科学和人文两个方面,不仅指导了 13 亿中国人的饮食生活,同时又孕育着我们中华民族的民族精神,其成果是非常辉煌的。我们反对在饮食文化形态上划分三六九等的说法,对于饮食文化而言,凡是存在的,就一定有它的合理因素,国内如此,国外也如此。我们祖先在《礼记·礼运》中阐发的大同思想,的确是一种理想主义的愿望,但我们的民族性格倡导和谐,所以我们从不歧视或排斥别人。我国近代著名的社会活动家、社会学家、人类学家、民族学家费孝通先生在 1990 年提出的“各美其美,美人之美,美美与共,世界大同”,笔者称它为处理各种不同文化形态之间关系的“十六字诀”,现在为越来越多的人所接受。它或将成为我们中华民族新的元典精神,在食学范围内,它几乎不需要做更多的解释,立刻成为我们研究各种现实问题的指导思想。

三、中华食学的精神缺失

笔者向来坚持“一分为二”的研究方法,对于任何事物都不应该执其一端,连董仲舒都说:“独阴不生,独阳不生”(《春秋繁露·顺命》)。我们中国人早已认识到世界上没有绝对完美的事物,“金无足赤,人无完人”,就是一个最好的比喻。然而,在 20 世纪的“烹饪热”中,有些学者抱着“弘扬”心态,说过一些过头话。诚然,中华饮

食的普及形态是中国烹饪,它的确有许多值得我们自豪的历史积淀,连近代民主革命伟大先行者孙中山、中华人民共和国的伟大领袖毛泽东和新时代改革开放的总设计师邓小平,对此都曾经赞赏有加(研究中国在 20 世纪的历史,离开这三个人便无法进行)。然而,再完美的事物,都难免有瑕疵,何况涉及 13 亿人口的饮食?眼前的现实,也揭示了中华食学在精神层面上确有缺失,就笔者本人的认识而言,至少在批判思维、科学精神和法制观念三个方面存在明显的缺失。

(一)批判思维

批判思维是学术研究中不可或缺的创造性思维,大凡能够促进社会进步的学术思潮,都少不了批判思维的推动。欧洲文艺复兴运动对中世纪黑暗时代的批判,是西方近代科学诞生的动力,从哥白尼的《天体运行论》开始,在自然科学的各个领域内都开展了对宗教神学的批判。以笔者所熟悉的化学科学而言,1661 年英国人波义耳在《怀疑的化学家》中,对古希腊的四元素说进行了批判,从而确立了化学科学的元素论;1789 年法国人拉瓦锡的《化学基础论》出版,确立了科学的燃烧理论,氧化作用被人们所承认;从 1808 年起英国人道尔顿的《化学哲学新体系》第一部分出版,建立了科学的原子论,从此近代化学得以成为一门完整的学科,用大量的实验事实对旧观念、旧思想进行彻底的批判。其实,我们中国在古代就存在类似的批判思维。春秋战国时期的百家争鸣就是一个典型的范例。例如《荀子·非十二子》就点名批判别人,甚至包括子思、孟子;《韩非子》全书充满批判精神。到了汉代,汉武帝听了董仲舒的话,“罢黜百家,独尊儒术”,实际扼杀了批判精神,实现了独裁统治的目的。但好景不长,到了东汉,王充的《论衡》中就有《道虚》《问孔》《非韩》《刺孟》这样的篇名,实在是对董仲舒“大一统”思想的批判。魏晋南北朝时期,面对各民族和各统治集团的纷争,董仲舒的那一套无济于事,加上印度佛教的东传,儒家一尊的地位动摇,批判性思维又重新发散,从而促成了中华民族文化的进一步繁荣。令人惊异的是,战争频仍,民不聊生,文化反而繁荣,这就是批判思维的魅力。大凡由治向乱,思想反获得解放,文化于是繁荣;反之由乱返治,统治者便会收紧缰绳,使得人们的思想僵化,创造性思维反而会丧失。宋儒的理学、明代王阳明的心学无不如此。

近代中国,批判性思维大发散的时代是五四运动前后,在思想文化界,达到了天翻地覆的程度。对于中华食学来说,也就是这场运动,才真正把近代科学引进中国人的饮食生活。在民食政策方面,从孙中山的“耕者有其田”,到毛泽东时代的土地改革、农业合作化和人民公社,也才真正考虑每一个中国人的饮食问题。真正解决中国人吃饭问题的是邓小平,他也是从批判思维起步的。关于“实践是检验真理的唯一标准”的大讨论,开创了中国共产党人自我批判的先河。这场批判运动至今还没有结束。在食学研究领域内同样如此,眼下需要的就是用扬弃的功夫对待我

们祖宗留下的饮食文化遗产。

需要指出:学术方面的批判思维要力戒“党同伐异”式的人身攻击,“文人相轻”是知识分子的恶习,固守师门是厨行的陋规,许多现实状况着实令人烦恼,我们要引以为戒。

(二)科学精神

“科学”这个词原本产生于西欧,是由日本人首先翻译并传入我国的,早先叫作格致之学。格致者,格物致知也,语出《礼记·大学》:“致知在格物,物格而后知至”。宋、明儒家如朱熹、王阳明等都把它当作研究知行关系的哲学命题,明人所编辑的《格致丛书》,相当于今天的自然、技术和人文科学,到了清代,格致就完全成了自然科学的代名词。因此,直到今天,人们也无法给“科学”下一个大家一致赞同的定义。至于科学精神,现在和科学思想、科学方法一起成了人们谈论学术的口头禅,但也没有一致的认识,诸如探索、求实、怀疑、实证、创新、理性等等都被视为科学精神的实际内涵。由于科学反对迷信权威,提倡实事求是,所以和历代“独尊儒术”的方针不协调,特别是西方文艺复兴运动以后,我国知识界仍保守僵化,从而落后于世界先进水平。尽管鸦片战争以后,西方人强迫我们接受了近代科学,但创新精神始终是块短板。尤其是在饮食科学技术领域,至今还有许多荒唐的见解,大的如不愿意接受近代营养科学,小的如至今还有人说机器做出来的东西不如手工的好吃。2014年“两会”期间,转基因食品又成为普遍关注的话题,其实,这只要提醒农业部,对转基因食品的商业化一定要严加控制,一定要有完全无害的科学结论出来再推广,另一方面对转基因食品的研究一定要抓紧,否则是要吃大亏的,我国失去大豆市场的定价权就是现实的教训。至于餐饮行业中对某些消费量大的菜肴面点品种,精确掌握手工技艺的技术参数,进行机械化的生产,那绝对是个必然趋势。

(三)法制观点

科学的发展使人类思想从单一性走向多样性,美国历史学家 H. 亚当斯在 1905 年说:“一百年以后,也许是五十年以后,在人类思想上将要出现一个彻底的转折。那时,作为理论或先验论原理的法则将消失,而让位于力量。道德将由警察所代替”(转引自贝尔纳《科学的社会功能》中译本第 15 页)。最后一句话很有现实意义,当人们的思想从单一性向多样性转变,古代那些朴素的道德说教的确显得苍白无力,我们中国当下的情况和 100 年前 H. 亚当斯的预言惊人地一致。笔者清楚地记得,在 20 世纪三四十年代,故乡农民知道的“王法”只有“杀人者偿命”之类道德原则,寺庙是劝人行善的主要场所,壁画上那些令人毛骨悚然的场景,教育人们要弃恶从善,就连贸易行为中的克扣斤两,死后也会被阎王惩罚,用秤钩勾起犯

事者的心脏。诸如此类的道德宣传,的确也起到了一定的震慑作用。然而,对于那些不相信这些的人来说,这种方式毫无约束力,特别是在新中国成立以后,破除迷信运动早将这些冲得无影无踪,代之而起的是社会公德宣传。然而,在市场经济中,“公德”几无约束力,于是警察代替了道德,一切要依法办事。改革开放以后,有关食品安全和公平交易的犯罪事件,最终都是要靠法律手段来解决。这时我们才发现,我们中国的法制是多么不完备。在食学的元典精神中必须补上法制意识,专利、技术标准、产品规格、安全卫生法规之类的法律手段,一个也不能少。

目 录

第一章 中国古代饮食科学技术史的背景文献	001
第一节 儒家经典与中国饮食文化	001
一、《论语》和中国饮食文化	003
二、《孟子》和中国饮食文化	005
三、“三礼”中的饮食科技资料	006
四、《晏子春秋》中提倡节俭与和同之辨	008
五、《荀子》的饮食养生思想和烹调	009
六、董仲舒和《春秋繁露》对中华饮食文化传统的影响	010
七、《盐铁论》中的饮食文化史料	012
八、刘向和《新序》论烹调原理	014
第二节 道家和道教文献中的饮食科学知识	015
一、《老子》顺应自然的养生观	017
二、《管子》一书的民食思想和地域饮食观	019
三、《庄子》和饮食文化	021
四、葛洪和《抱朴子》及道教、道家的养生思想与实践	023
第三节 《墨子》和中国饮食科技	028
第四节 杂家著作	033
一、《吕氏春秋》和中国古代饮食	033
二、《淮南子》一书中的饮食史料	037
三、《论衡》一书中有关饮食的论述	040
第五节 法家《韩非子》和饮食文化	042
第六节 中医和中国饮食科学	045
第七节 中国饮食科学的基本源头——中国古代农家	047

第二章 中华民族食物和营养理论的历史演进	053
第一节 “民以食为天”和“天人合一”	053
第二节 医食同源、天年和营卫学说	057
一、医食同源	058
二、天年学说	060
三、营卫学说	063
第三节 近代营养科学	065
第四节 中西医学体系之争与“传统营养学”和现代营养学	070
第五节 新中国营养科学的回顾	074
第三章 中国食品工艺和科学技术	079
第一节 发酵技术在食品制造工艺中的应用	080
一、酒	080
二、醋	090
三、酱和酱油	093
第二节 涉及水分转移的技术在食品贮存和制造中的应用	100
一、粮食的贮存	101
二、蔬果和肉食品的贮存	102
三、火腿	104
四、肉松	106
五、制茶	107
第三节 蛋白质凝固和变性技术的杰出应用	109
一、豆腐和粉丝	109
二、变蛋(皮蛋)	114
第四节 甜味剂的制作	115
一、蜂蜜	115
二、饴糖	116
三、蔗糖	117
第五节 制盐	120
一、食盐和生命	120
二、盐文化	122

三、盐和国家财政	125
四、制盐方法	126
第四章 中国烹饪技术科学发展史略	138
第一节 烹饪的内涵和外延	138
一、中国历史上“烹饪”一词的定义	138
二、近代食品科学关于“烹饪”一词的定义	144
三、烹饪的文化学意义	147
第二节 烹饪原料的机械性加工和分档取料	150
一、粮食的机械性加工	152
二、果蔬的初加工	166
三、肉类原料的初加工	168
四、鱼类和水产品的初加工	170
五、蛋、奶的初加工	172
六、水和调辅材料	173
七、分档取料	176
第三节 刀工工具和切割技术	177
一、中国烹饪刀工工具的发展史	177
二、烹饪原料的切割技术	181
三、现代烹饪刀工方法概述	188
四、烹饪刀工的科学诠释	189
第四节 火候概念的形成、发展及其在烹饪实践中的应用	191
一、中国科学技术史上的“火候”	192
二、人们对火的本质的认识	198
三、热是什么?	201
四、能源类型和加热设备	204
五、传热学和炊具的演变	207
六、中国烹饪的加热技法	213
七、炒法和勺工	223
第五节 烹饪调味技术的历史演进	226
一、从人文的风、生理的味到风味	228
二、孔子是饮食风味内涵概念的鼻祖	229

三、“致中和”是饮食风味概念的理论提升	230
四、本味与基本味	230
五、鲜味的困扰	235
六、迎接风味科学的新时代	237
第六节 主食和面点发展史略	241
一、粒食	242
二、粉食	245
三、面点	246
四、快餐	258
附录一 诺贝尔自然科学奖和饮食科学	260
附录二 1949 年以来中国大陆地区饮食文化的历史回顾和反思	270
主要参考文献	308
提示性索引	310
后 记	312