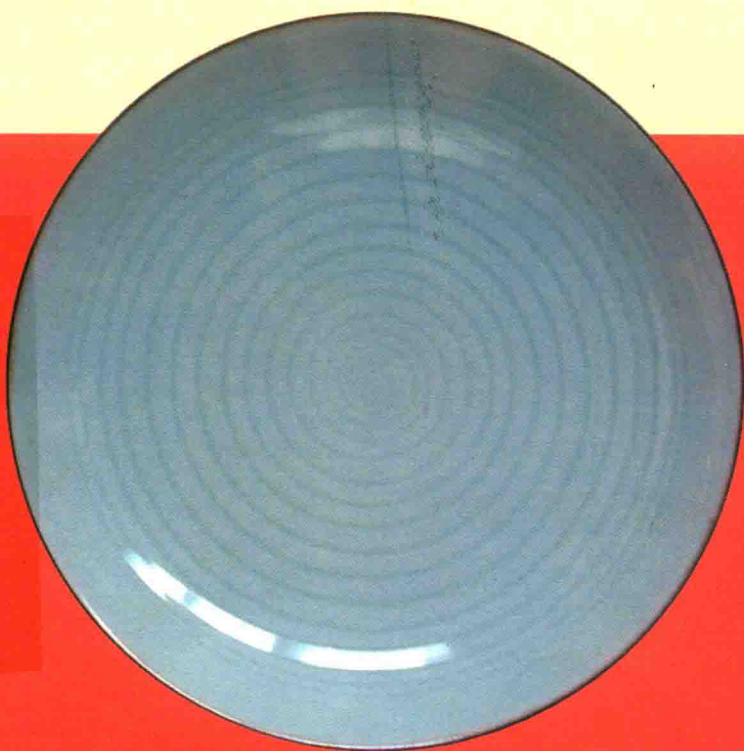


中华 饮食文化 概论



An Introduction
To Chinese Food Culture

赵荣光 著
高等教育出版社



非外借

中华饮食文化概论

Zhonghua Yinshi Wenhua Gailun

赵荣光 著

高等教育出版社·北京

内容摘要

本书是《中国饮食文化概论》修订后的新版本。以世界眼光看待中华民族的饮食文化与文明,是教材再次修订的思路,因此将书名更改为《中华饮食文化概论》。

本书凝聚了作者 40 余年学术研究与教学实践所得,包括中华饮食文化的理论基础、中华饮食文化的区域性特征、中华饮食文化的层次性、中华茶文化、中华酒文化、中华传统饮食民俗、中华各少数民族饮食习俗、中华传统食品与传统烹调特色、中华筷子文化、中华饮食思想、中华传统食礼、多向交流的中华饮食文化。本书的框架及内容较为全面地覆盖了中华饮食文化的方方面面,充分考虑学科的知识体系及历史脉络,分析饮食文化现象形成的原因、过程、规律,利于学生科学、系统、完整地学习中华饮食文化。

本书为新形态一体化教材,通过扫描书中二维码,可观看相应知识点视频或获取相关电子资源,方便教与学。

本书适合食品、旅游、烹饪、历史、民俗、饭店等专业本科普通高校及高职高专院校教学使用,也可供社会从业人士及饮食文化爱好者参考使用。

图书在版编目(CIP)数据

中华饮食文化概论 / 赵荣光著. --北京: 高等教育出版社, 2018.10

ISBN 978-7-04-049451-8

I. ①中… II. ①赵… III. ①饮食-文化-中国-高等职业教育-教材 IV. ①TS971.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 025156 号

策划编辑 陈 瑛 责任编辑 陈 瑛 陈仁杰 封面设计 张志奇 版式设计 范晓红
插图绘制 黄云燕 责任校对 陈 杨 责任印制 田 甜

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100120
印 刷 北京信彩瑞禾印刷厂
开 本 787 mm× 1092 mm 1/16
印 张 24.5
字 数 540 千字
购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.hepmall.com.cn>
<http://www.hepmall.com>
<http://www.hepmall.cn>
版 次 2018年10月第1版
印 次 2018年10月第1次印刷
定 价 49.80元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物 料 号 49451-00
审图号: GS(2017) 2821 号

前言

2015年伊始，高等教育出版社与我商议再次修订《中国饮食文化概论》一书事宜，我表示会努力做好这一工作。教材不同于学术著作，后者是学者的个人心得，它可以是终结的成果，主要是在学界同行间交流；而教材必须充分考虑学与教的实际需求，必须关注专业、学科、教学的实际情况，体现新的情态与发展趋势。本教材是笔者在食学领域专注思考、教学40年体会经验不断累积的结果，2003年版的《中国饮食文化概论》印刷了11次、2008年版印刷了17次，发行量逾10万册，需求量大，著者的社会与历史责任也随之增大。

笔者一直很关注教材使用信息的回馈，也不断地聆取许多主讲者对大学“饮食文化”课教学与教材的意见与见解。在2015年4月由高等教育出版社、浙江工商大学、南宁职业技术学院联合主办的首届中国高等院校饮食文化课教学与教材研讨会上，与会的管理与教学人员的许多意见与建议对我很有启发。基于此，本书定名为《中华饮食文化概论》，立足人类文明进程中的中华饮食文化、地球村的中国人、昨天与明天连接点的思维，对原教材做了较大的刷新处理。

在我们今天生活的这个多元文化并存的地球村上，中华民族祖先是早期创造灿烂饮食文化的族群之一。考古发掘研究成果告诉我们，地球村的居民从单纯的渔猎采集食料向自觉栽培、养殖食物的食生产方式转化大约开始于11000年前。其中三大种植业元发点分别是近东地区、中国、中南美洲——近东地区约始于10500年前，主要作物是大麦、小麦；中国约始于10000年前，主要作物是粟、稻；中南美洲则约始于5500年前，代表作物是玉米、马铃薯。它们彼此之间没有关联，从这三个主要起点开始，农牧技术逐渐扩展到了世界各地。而为人类文明奠定基础的最重要的三种作物则非小麦、水稻、玉米莫属。2014年，在以“丝绸之路饮食文明”为主题的第四届亚洲食学论坛上通过了《西安宣言》，呼吁以“文化有根，文明无界”的丝路精神认识昨日、尊重今天、联袂未来。以世界眼光看待中华民族的饮食文化与文明，是教材再次修订的基本思路与原则。没有或缺乏人类文明大历史视阈的任何研究，都将是偏颇甚至是严重谬误的。将《中国饮食文化概论》的书名改作《中华饮食文化概论》就是出于凸显这一理念的思考。实际上，在长期教学过程中，本人也是这样一贯表述的，我主讲的“中华饮食文化”课为2012年教育部首批精品公开课。

300篇食学学术论文和40余年的田野经历，让我书斋、讲台合一，教学、思考同步，“常讲常新”的教学实践是我时时进行、每日不断的学习思考状态与过程。因此，我在课堂上基本是内容信口、板书信手的。从20世纪80年代初中国大学校园里的第一堂“中国饮食文化概论”课（那时是“中国”“中华”在不同语境下的



并用), 到时下近千所院校的普遍开设, 其间, 笔者一直是如履如临、战战兢兢。学而后知不足, 《中华饮食文化概论》是在《中国饮食文化概论》前两版的基础上的修订, 尽管已经尽了很大的努力, 但限于本人阅历、学识, 书中一定还有许多不足或问题, 殷切期待使用教材的老师、学生和广大读者一如既往地给予批评指正。为此, 再次预道诚挚谢意! 感谢为本教材的历次定稿与编辑的诸位同仁, 特别感谢为本次修订做了大量协助工作的王斯博士。

最后, 补充说明一点: 本书对海外饮食文化研究资讯的胪列、每章的大量引文注释、书后的参考文献以及附录《中华饮食文化历史大事记》(中外比照) 或许让教材使用者略翻会有沉重之感, 那我应事先致以歉意。好在嵌入书中的二维码已将大量数据存至云端, 可供随时扫描查阅。如果觉得备课负担重或阅读不轻松, 那这些内容也可以暂时置之不顾, 但它们不是多余的。当使用者希望更深刻理解今天和对明天有更多了解时, 就会觉得它们是不可或缺的了。并且, 这些内容都是经笔者多年累积、直接查证过的第一手文献资料。

赵荣光

2017年11月于杭州诚公斋书寓

目 录

绪论	001
第一节 中华饮食文化的基本概念	002
第二节 中华饮食文化研究的基本状况	005
第一章 中华饮食文化的理论基础	015
第一节 中华饮食文化理论的四维支点	018
第二节 中华饮食文化的五大特性	028
第二章 中华饮食文化的区域性特征	037
第一节 中华饮食文化区位的历史考察	038
第二节 中华饮食文化区位的历史概况	042
第三节 中国当代菜品文化地域性的流行表述法	065
第三章 中华饮食文化的层次性结构	071
第一节 中华饮食史上的层次性结构	072
第二节 饮食文化层的历史概况	074
第三节 “满汉全席”文化现象的真实历史	095
第四章 中华茶文化	101
第一节 中华茶文化的形成与发展	102
第二节 中华茶艺文化	107
第三节 中华茶德与茶道	118
第四节 中华茶馆文化	124
第五章 中华酒文化	129
第一节 酒的起源与发展	130
第二节 酒人、酒礼、酒道与酒令	134
第三节 酒旗、匾对、题壁与酒店	146
第四节 酒文学	151
第六章 中华传统饮食民俗	155
第一节 民俗与饮食民俗	156
第二节 年节食俗	157



第三节	居家日常食俗	174
第四节	人生仪礼食俗	176
第五节	宗教信仰食俗	185
第七章	中华各少数民族饮食习俗	197
第一节	东北及华北地区少数民族饮食习俗	198
第二节	西北地区少数民族饮食习俗	201
第三节	西南及中南地区少数民族饮食习俗	208
第四节	华东及华南地区少数民族饮食习俗	220
第八章	中华传统食品与传统烹调特色	223
第一节	中华传统食品特色	224
第二节	中华传统烹调方法	226
第九章	中华筷子文化	233
第一节	筷子的起源与筷子形态的历史演变	234
第二节	筷子文化的传播	236
第三节	筷子的功能与规范执筷法	238
第四节	一人两筷制：中餐公宴进食方式改革的选择	242
第十章	中华饮食思想	247
第一节	古代中华饮食审美思想	248
第二节	中华历史上不同人群的饮食思想	258
第三节	袁枚的集大成食学研究	280
第四节	当代饮食思想特征	287
第十一章	中华传统食礼	299
第一节	先秦时代的中华食礼	300
第二节	封建制时代的中华食礼	306
第三节	近现代宴席礼仪	312
第十二章	多向交流中的中华饮食文化	323
第一节	中华饮食文化圈内各子文化区位、各民族、各层次间的交流	324
第二节	历史上中外饮食文化交流	349
第三节	20世纪中叶以来的中华饮食文化	365
附录	中华饮食文化历史大事记	371
参考文献	372

二维码资源目录

序号	资源内容	章	页码
01	视频: 中华饮食文化概念	绪论	002
02	视频: 历史上滞后的饮食文化研究	绪论	005
03	视频: 海外的中华饮食文化研究热潮	绪论	008
04	视频: 方兴未艾的中华饮食文化研究	绪论	009
05	文档: 国内食学文化专著	绪论	010
06	文档: 海外食学文化译著	绪论	012
07	视频: 饮食文化理论的四维支点	1	018
08	视频: 孔孟食道	1	024
09	视频: 中华饮食文化圈	2	042
10	视频: 华人的素食	2	062
11	视频: 饮食文化层	3	072
12	视频: 各饮食文化层之间的关系	3	073
13	视频: 果腹层、小康层和富家层	3	074
14	视频: 贵族层	3	081
15	视频: 宫廷层	3	086
16	视频: 中华饮食文化层	3	094
17	视频: “满汉全席”文化现象的真实历史	3	095
18	视频: 中华茶德、茶道和茶艺	4	102
19	视频: 中华酒的起源	5	130
20	视频: 酒人与酒令	5	134
21	视频: 酒德、酒道与酒礼	5	140
22	视频: 中华烹饪技艺	8	226
23	视频: 中华筷的历史演变	9	234
24	视频: 筷子文化的传播	9	236
25	视频: 规范执筷法	9	238
26	视频: 双筷制	9	242
27	视频: 甘、美、善	10	248
28	视频: 五味调和	10	249
29	视频: 十美风格	10	254
30	视频: 袁枚的食学研究	10	280
31	视频: 当代饮食思想	10	287
32	文档: 中华饮食文化历史大事记	附录	371

绪论

名不正则言不顺，言不顺则事不成。

——春秋·孔子，见《论语·子路》





第一节 中华饮食文化的基本概念

一、“文化”释义

世界著名辞书中收录了 100 多年来近 200 种关于“文化”的经典性定义，它们是国际知名学者从符号学、规范性等多种角度的界定与解析，这也让我们在使用日常生活中几近烂熟的“文化”一词时不免更为郑重。

从字源上看，英文与法文的文化一词均为 culture，原从拉丁文的 cultura 而来。拉丁文 cultura 有耕种、居住、练习、注意、敬神几种含义，含义虽很广泛，但核心则是人类的生产与生活。英文中的“农业”一词 agriculture、“蚕丝业”一词 silkculture，都由 culture 构成，显然都有“文化”的含义在内。

英国人类学家泰勒（S. E. B. Tylor, 1832—1917）先后给文化下了两个经典性的定义：“文化是一个复杂的总体，包括知识、艺术、宗教、神话、法律、风俗，以及其他社会现象。”^①“文化，就民族志的宽泛意义而言，是指人作为社会一员而获得的知识、信仰、艺术、道德、法律、风俗以及其他包含能力和习惯的复杂的总体。”^②显然都是含义宽泛的“大文化”概念。

20 世纪初，德国哲学家 T. 莱辛认为，“文化”就是“精神”支配生活。这种理解又被 F. 普洛格等人推衍为“文化是一种适应方式”^③的观点。有“后工业社会之父”之称的美国社会学家丹尼尔·贝尔，在《后工业社会的来临》（1973）一书中认为，社会可以分为社会结构、政体、文化等三个部分，其中文化应定义为有知觉的人对人类面临的一些有关存在意识的根本问题所作的各种回答。这些问题的反复出现就构成文化世界，只要对存在的极限有所意识的人所在的社会里都可以碰见这些问题。

中国学者顾康伯在他的《中国文化史》自序中也持宽泛理解：“夫所谓文化者，包罗极广，举凡政治、地理、风俗、宗教、军事、经济、学术、思想及其他一切有关于人生之事项，无不毕具。”^④梁漱溟（1893—1988）则表达得最为简明扼要，他认为：文化是“生活的样法”^⑤；“文化之本义，应在经济、政治，乃至一切无所不包。”^⑥在梁启超尚未完成的《中国文化史目录》一书中，列有 28 个几乎囊括中华民族生活全部内容的“篇”，其中便有一个独立的“饮食篇”。

① Edward Burnett Tylor: *Researches into the Early History of Mankind and the Development of Civilization*, London: John Murray, 1865, p. 1.

② Edward Burnett Tylor: *Primitive Culture*, Volume 1, London: John Murray, 1871, p. 1.

③ 参见 F. 普洛格、D. G. 贝茨：《文化演进与人类行为》，吴爱明等译，辽宁人民出版社 1988 年版，第 27 页。

④ 顾康伯：《中国文化史》，大新书局 1933 年版，第 2 页。

⑤ 参见梁漱溟：《东西文化及其哲学》，商务印书馆 1999 年版，第 60 页。

⑥ 梁漱溟：《中国文化要义》，上海人民出版社 2005 年版，第 6 页。



视频：中华饮食文化概念



显然，对“文化”的理解，中外比较一致的倾向是宽泛论观点，即“大文化”的理解。在歧义互见的众多定义中，都具有广泛和侧重精神方面两个主要特点。

第二次世界大战以后，世界科技、经济和社会的变革性发展，文化学的视野与领域有了更深刻的拓展，人们对“文化”的理解逐渐形成了一种由传统的精神和人文领域外延的倾向。《苏联大百科全书》（1973）对广义文化的解释：“是社会和人在历史上一定的发展水平，它表现为人们进行生活和活动的一种类和形式，以及人们所创造的物质和精神财富。”同时的《大英百科全书》（1973—1974）也持基本相同的解说：文化是“总体的人类社会遗产”，是“一种渊源于历史的社会生活结构的体系”。“文化”的含义有了更为宽泛的意义。

“文化”一词在我国古已有之。不过，它不同于近代的概念，文化学的“文化”是近代以来的舶来品。在我国历史上，“文化”一词用来指中国古代封建王朝所施行的“文治”和“教化”的总称。“凡武之兴为不服也，文化不改，然后加诛”^①，“文化内揖，武功外悠”^②，引文意义是相同的。

在先秦典籍中，虽时而见到“文”“化”二字，却还没有粘成一词。如《尚书·序》：“由是文籍生焉”；《尚书·大禹谟》：“文命敷于四海”；《论语·学而》：“行有余力，则以学文”^③；《论语·雍也》：“质胜文则野，文胜质则史，文质彬彬，然后君子”^④等。而且上引诸典，“文”字的含义又不尽相同。《易·贲》中有了“……观乎人文，以化成天下”句，“文”与“化”已有靠近的趋势。孔颖达在《周易正义》中仍释为：“言圣人观察人文，则诗书礼乐之谓，当法此教而化成天下也。”可见，中国古籍中的“文化”，是指诗文礼乐、政治制度、道德礼俗等的综合体。

将“文化”的各种解释归纳起来，则可分为狭义和广义两种。

狭义的文化，是指社会意识形态（如思想、道德、风尚、宗教、文学艺术、科学技术、学术等）以及与之相适应的组织和制度。

广义的文化，是指人类社会历史实践过程中所创造的物质财富和精神财富的总称。

二、“饮食文化”的定义与解析

“饮食文化”作为食学科建构的术语，在中国大陆的出现是在20世纪80年代初，最初是研究者对学科属性、研究领域界定的运用，是一个涉及自然科学、社会科学及哲学的普适的概念，是一个介于“文化”的狭义和广义之间而又融通二者的文化范畴。时下，研究者大多采用和国际学界认同率最高的“饮食文化”概念是指食物原料开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、科学、艺术，以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学，即由人们食生产和食生活的方式、过程、功能等结构组合而成的全部食事的总和。“饮食文化”的意义，在表述上，往往又简略

①（汉）刘向：《说苑》卷十五，赵善诒疏证，华东师范大学出版社1985年版，第420页。

②（晋）束皙：《补亡诗》，引自《昭明文选译注》，吉林文史出版社2007年版，第288页。

③《论语注疏》卷第一《学而第一》，见（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局1980年版，第2458页。

④《论语注疏》卷第六《雍也第六》，见（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局1980年版，第2479页。



为“食文化”，“食”用为食物与食事的泛指——自然也包括“饮”在其中了。

人类的食事活动包括以下内容。

食生产：食物原料开发（发掘、研制、培育）、生产（种植、养殖）；食品加工制作（家庭饮食、外卖社会供应、工厂生产）；食料与食品保鲜、安全贮藏；饮食器具制作；社会食生产管理与组织；以及一切有关食料与食物提供的社会性活动。

食生活：食料、食品获取（如购买食料、食品）；食料、食品流通；食品制作（如家庭饮食烹调）；食物消费（进食）；饮食社会活动与食事礼仪；社会食生活管理与组织；以及一切有关食物消费的社会性活动。

食事象：人类食事或与之相关各种行为、现象等。

食思想：人们的食认识、知识、观念、理论等。

食惯制：食生产、食生活的习惯、风俗、传统等。

上述人类社会全部食事活动，现在人们习惯称之为“饮食文化”或“食文化”。而对饮食文化或食文化研究的持续展开和不断深入，自然就形成了一门重要的学科，我们称之为“食学”。食学是研究不同时期、各种文化背景人群食事事象、行为、思想及其规律的一门综合性学问。事实上，食学思维与研究，三千多年以来人类从来就没有间断过。古希腊的美食研究和《尚书》等先秦典籍的食事理论探讨为较早的文字记录。法国“美食学鼻祖”让·安泰尔姆·布里亚-萨瓦兰（Jean Anthelme Brillat-Savarin, 1755—1826）、中国“古代食圣”袁枚（1716—1798）就是两位著名的食学家。他们的不朽著作《厨房里的哲学家》（1825）、《随园食单》（1792）代表了西方与东方18世纪的食学历史水准与时代特征。毫无疑问，只有秉持比较视野、大历史观的食学学科结构思维，才会有助于提高我们对本民族饮食文化认识与研究理论方法的科学性。

三、饮食文化研究的内容

饮食文化是关于人类（或一个民族）在什么条件下吃、吃什么、怎么吃、吃了以后怎样，等等的学问。因而，它便由食物原料（生产、开发、选择、分类等）、加工技术和制作工艺、保藏、保鲜、饮食商业和服务、加工工具和饮食器具，以及有关习俗、制度、心理、思想等构成了自身基本的学科范畴。

对上述领域的具体和不断深入研究，则形成了诸如食物原料学、食品与烹饪工艺学、饮食营养与食疗保健学、食品风味与生物化学、饮食心理与食事行为、饮食民俗与民族、食生产生态与食生活系统、食事思想与理论、进食环境与餐饮场所设计、食事典籍与食事考古研究、食料食物流通与文化交流、饮食商业与消费服务、食育与食事制度等诸多的学科方向或方面。

以上诸项，均可从史的角度进行分别和总体的研究，从而构成了饮食文化作为一门独立学科的知识体系，研究的重点为食事的形态、方式、过程、规律与社会、历史功能。如《中国饮食文化专题史》《中国饮食文化区域史》两大系列丛书的出版，就是这种研究的尝试与初步成果。

本教材本着再现历史、分析事实、阐释科学、揭示规律、总结经验、继承精华的原则，从中华民族饮食文化的理论基础、中华饮食文化的区域性和层次性、中华



饮食民俗、中华茶文化和酒文化、中华饮食思想、中华食礼、民族传统食品、食具文化、多项交流中的中华饮食文化等方面对中华饮食文化作概要和系统的介绍。

第二节 中华饮食文化研究的基本状况

一、历史上滞后的饮食文化研究

中国的民族文化，自秦始皇厉行“学法令”始，便开始走上了封建专制的“政治文化”道路。汉武帝“独尊儒术”以后，则为这种“政治文化”确定了儒学的基本内容。说它是封建专制的“政治文化”，是因为它的核心是治封建之国，齐封建之家，修封建之身，即纳入封建之道的政治色彩极浓的文化。在中国历史上，这种文化与一姓封建之国政治的紧密结合，在稳定社会秩序的同时，也具有桎梏人们自由思想、僵化民族文化发展的副作用。只是到了明代中叶以后，尤其是到了清代中叶以后，才开始了新的变化。

在这种封建的专制政治和封建的政治文化体系与机制氛围中，几乎一切士与准士的知识群都身在囹圄而不觉，读书人热衷的是皓首穷经，学以干禄。除这种直接或间接服务于封建统治的政治文化之外的一切文化科学门类，大多被视为“虚应”“末技”，至于烹调技艺的地位，在统治者的眼中，更是属于微不足道的下下之品了。厨作，那是贱民所从事的下作之业。所以，事厨者一向被称为“厨役”“厨子”等。不仅如此，即便是属于上等社会的成员，如果他把个人饮食之事视为个人人生大事，过于追求一己的饮食，那他就成了所谓的“饮食之人”，“饮食之人，则人贱之矣。为其养小以失大也……养其小者为小人，养其大者为大人”^①。这“大人”亦即“君子”，“君子食无求饱，居无求安。敏于事而慎于言，就有道而正焉”^②。

晋朝是个上层社会整体上都很有慕奢奢华的时代，著名学者、望族名门之后何曾是个位高权重高于一时的大人物，但只因他“厨膳滋味，过于王者”^③，而在生前死后多遭非议。儒家视自己的“道”高于一切，主张毕生循道、卫道，为道可“杀身”^④，为道可“舍生”^⑤。饮食，活命养生，固是民天大事，但在历代封建统治者和道统家看来，只有它统一和服从于封建之道时才有存在的价值和意义：“子贡问政，子曰：‘足食、足兵、民信之矣。’子贡曰：‘必不得已而去于斯三者，何先？’



视频：历史上滞后的饮食文化研究

① 《孟子注疏》卷第十一《告子章句上》，引自（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局1957年版，第486页。

② 《论语注疏》卷第一《学而第一》，引自（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局1980年版，第2458页。

③ （唐）房玄龄等：《晋书》卷三十三何曾传，中华书局1974年版，第998页。

④ 参见《论语注疏》卷第十五《卫灵公第十五》，引自（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局1980年版，第2517页。

⑤ 参见《孟子注疏》卷第十一《告子章句上》，引自（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局1957年版，第482页。



曰：‘去兵。’子贡曰：‘必不得已而去于斯二者，何先？’曰：‘去食。自古皆有死，民无信不立。’”^①在这种传统思想之下，很难想象有多少人能把饮食生活当作一门学问去认真研究。更何况，儒者的“仁爱”之心，是不能见到畜禽等有生命之物为人所宰杀的，“君子远庖厨，凡有血气之类，弗身贱也”^②，是根本不能身践厨作之地的。

正因为如此，就造成了中国历史上的一种反常现象，即一方面有不断发展的“吃”的文化，另一方面却是相对落后的关于饮食文化的研究，和流传下来的记录文字也很少。明中叶以前，关于饮食生活与烹调技艺的文字记载，不仅数量上很少，而且大多流于文人墨客浮泛粗陋的游戏之笔，难以“按图索骥”。诚如清人博明《西斋偶得》所云：“由今溯古，推饮食、音乐二者越数百年则全不可知。《周礼》《齐民要术》、唐人食谱，全不知何味，《东京梦华录》所记汴城、杭城食料，大半不知其名。”两汉以下至唐之前，尽管有数部以“食经”面世的著述见录于史籍，却又多佚而不传，后人难窥其详。倒是一些农书和本草书保留了相关资料，却又因非专述饮食与烹调，故不可视为饮食文化之专著。

明中叶以后，由于文化的再次下移运动，饮食文化的研究开始深化和系统化。专著增多，且富于实践性，美食家和饮食理论家较多地涌现，出现了前所未有的历史性进步。但尽管如此，他们仍没有完全跳出传统的研究模式，这些学人的研究基本上是一种实录性的文字，缺少分析和综合的工作，还仍然停留在较肤浅的层面，仍属于一种文学之士的余暇笔墨，远没有成为一门学科，没有形成一定的研究领域和研究风气。

因此，总的说来，在数千年漫长的历史上，中华饮食文化的研究是迟滞落后的，远远不适应中华饮食文化发展的历史要求，两者相比是极不协调的。

二、近代至 20 世纪中叶的国内饮食文化研究状况

中国人开始对传统文化的深刻反思，应当说是在资产阶级民主思想发生以后，尤其是近代西风东渐和民族先驱“睁眼看世界”以后。正是这种中西文化交流，确切些说应当是 19 世纪末到 20 世纪以来的，西方文化对中国传统文化的振刷，不仅给了我们新的方法，也给了我们新的力量、新的生机。很显然，中华饮食文化的研究，一方面要跳出传统的文学之士余暇笔墨的模式，另一方面更要用近代科学来武装研究者的头脑。而这两者在封闭的传统文化空间中是难以办到的。中华民族饮食文化的科学研究，也如同历史文化其他专项研究的开展一样，基本上是 20 世纪以来的事情。

给民族饮食文化以科学认识，并明确指出其为“文化”，当首推孙中山先生。这位哲人在他的《建国方略》《三民主义》等文献中，曾对祖国饮食文化作了颇富启示性的论述。他指出：“是烹调之术本于文明而生，非孕乎文明之种族，则辨味不精；辨味不精，则烹调之术不妙。中国烹调之妙，亦只表明进化之深也。”孙先

^① 《论语注疏》卷第十二《颜渊第十二》，引自（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局 1980 年版，第 2503 页。

^② 《礼记正义》卷十二《玉藻》，引自（清）阮元：《十三经注疏》，中华书局 1980 年版，第 1474 页。



生认为，作为饮食文化重要组成部分的烹调技艺的发展与整个饮食文化水平的提高，同整个民族的经济、文化的发展紧密相连，并且是社会进化的结果，是文明程度的重要标志。他从中西文化比较的角度，论述了中华饮食文化的特点和优点。孙先生之后，诸如蔡元培、林语堂、梁实秋、周作人、郭沫若等文化名人，也都不乏此类论点。他们一致认为，“烹饪是属于文化范畴，饮食是一种文明，可以说是‘饮食文化’……烹饪既是一门科学，又是一门艺术……要看一个时代、一个民族的生活文明，从饮食去观察，多少总可以看出一些的。”^①“职业无分高下，厨师为人解决吃的问题，烹饪为艺术为科学，……烹饪而称之为艺术，当然不仅是指一般在案前操动刀俎或在灶前掌勺的技巧而言。艺术家皆有个性，皆有其独到之处……不是任何人按照其制法便可如法炮制的，必定在选材上有考究，刀法上有考究，然后火力的强弱，时间的久暂，佐料的配搭，咸淡的酌量，都能融会贯通，得心应手。……从前一个饭馆只有三两样拿手菜，确实做到无懈可击的地步，而且不虞人仿制，因为如果可以仿制得来，那就不成其为艺术。师傅可以把手艺传给徒弟，但是可传授的是知识，是技术，最高的一点奥妙是靠自己心领神会的”^②。“总括起来烹调这一门应属于文化范畴，我们这个国家历史文化传统悠久，烹调是劳动人民和专家们辛勤地总结了多方面经验积累起来的一门艺术”^③。但以上这些还只是一般性的议论，或是缘事兴说，或为借题而论，尚不属学科和专业的研究。其中，特别值得指出的是林语堂先生。林语堂，我国现代著名的文学家之一，在中西文化比较研究和沟通中西文化方面，可以说是独树一帜和卓有贡献的。他1936年赴美任教前和居留美国期间撰写了许多旨在向欧美介绍中华文化的文章，如《中国养生术》《我们怎样吃》等。应当说，林语堂先生对中华饮食文化的释说颇有独到的见地，也是极富启示意义的。但是，他所著的关于饮食方面的文章，基本上仍属于漫笔散文之类，也还算不得严格意义的食文化学术著作。

这一期间，与饮食文化密切相关的专业史研究，提供了一些可以借鉴的资料和成果，如“中华民国”财政部盐务署《中国盐政沿革史》（1915）、田秋野等《中华盐业史》（1926）、欧宗佑《中国盐政小史》（1927）、《中国盐政纪要》（1930）、郎擎霄《中国历代民食政策》（1932）、中华民国财政部盐务署盐务稽核总所《中国盐政实录》（1933）、《中国民食史》（1934），吴敬恒等《中国民食史》，闻亦博《中国粮政史》（1936）、曾仰丰《中国盐政史》（1936）、何维凝《新中国盐业政策》（1947）、张绣文《台湾盐业史》（1955）、何维凝《中国盐政史》（1966）、萧瑜《食学发凡》（1966）、狄震《中华食学》（1972）等。20世纪30年代末至40年代初，金受申先生在《立言画刊》的“北京通”专栏上发表了大量关于北京饮食风情的短文，属北京食文化掌故之作。后又由北京市政协文史资料研究委员会、东城区政协文史资料征集委员会编辑，于1989年由北京出版社出版。但进入40年代末直至70年代中叶以前，中国大陆上的食文化研究文著则寥若晨星。

① 汪德耀：《回忆蔡元培先生关于我国烹饪的评价》，载《中国烹饪》，1983年第9期，第4页。

② 梁实秋：《由一位厨师自杀谈起》，引自《雅舍小品全集》，上海人民出版社1993年版，第136页。

③ 鲁耕：《烹饪属于文化范畴》，载《中国烹饪》，1980年第2期，第6页。



三、海外的中华饮食文化研究热潮

中华饮食文化近现代研究的兴起，并非在中国大陆，也并非是以华人为中坚力量率先搞起来的（图绪论-1）。严格地说，中华食文化研究在近现代的兴起，是由日本国学者率先开始并以该国学者为主力队伍的，如雨森兼次郎《食物大观》、藤本实也《茶之研究》、青木正兒《华国风味》、林巳奈夫《汉代饮食》、筱田统《中国食物史の研究》《中国食物史》《中世食经考》《近世食经考》等，田中静一《满洲野菜读本》《满洲野菜贮藏加工读本》《满洲食用野生植物》《一衣带水——中国料理伝来史》《中国食物事典》等，森本司郎《茶史漫话》、木村春子等《中国食文化事典》、石毛直道《好吃！放开胃口的中国漫游》以及《食事的文明论》《东亚食文化》《面类文化学探源》等中的有关内容，村井康彦《茶文化史》、熊仓功夫的《茶の汤》《近代茶道史の研究》《茶の汤の历史——千利休ボ》中的相关内容，小泉武夫《中国怪食纪行》、吉田寅《元代制盐技术资料熬波图研究》，以及熊仓功夫、石毛直道《食の思想》中的有关内容等。除日本学者之外，对中华饮食文化研究做出了先导性贡献的，当以李盛雨等为代表的韩国学者的工作。以上直接研究中华食文化的著述，仅是笔者很不全面了解的初步统计，而且这既不包括诸如《中国食经丛书》《中国的茶书》《中华茶书》《中国料理技术选集》《中国料理大全》等大量文献整理编译类书目，也没有包括两国学者数不胜数的食文化著述中有关中华食文化的部分。而由于中日文化的“一衣带水”和中国与朝鲜半岛的紧密毗连，中



视频：海外的
中华饮食文化
研究热潮



图绪论-1 海外学者有关中国饮食文化研究的部分成果



日长久交往的历史事实，日本学者食文化研究的许多著述，都有相当部分的中华食文化内容或相当的参考意义。总之，最迟自 20 世纪 40 年代以来至今的半个多世纪里，有大批日本学者从事中华食文化研究并提供了堪称丰硕的成果，而且这种势头还更趋兴旺。而在 1940—1970 年这 30 余年里，则几乎完全是日本学者垄断着中华食文化研究的领地。其中，以筱田统和田中静一先生等老一辈学者的成就最高、影响最大，也为中国学界和食文化学者所熟知与敬仰。

伴随日本学者的是韩国、海外华人学者和欧美汉学家的研究。这些研究连同日本学者的研究共同构成了我们称之为“世界瞩目，先著一鞭”的中华食文化研究发展过程的第三个阶段。其中值得一提的有尹德寿《中国饮食史》、张光直《Food in Chinese Culture》、张起钧《烹调原理》、杨文骐《中国饮食文化和食品工业发展简史》、唐鲁孙《中国吃的故事》、刘华康《中国人吃的历史》等。综观数十年间海外学者的中华食文化研究，可以说是思想活跃，范围广泛，学者如林，成果丰厚。这些特点若比较中国大陆的研究队伍和研究现状便显得格外鲜明。所谓学者如林，是指研究者大多是文史专家、哲学家、文化学者等，有些甚至是著作等身、卓有建树的大学问家；这些研究者在开拓食文化领域之前大多已经是博学多识、建树颇丰的学者，即由成名之学而后治食史或食文化。这些研究者的功力坚实深厚、方法科学娴熟，其求实精神和严肃态度都是足堪称道的。由基本的资料入手，广征博引、推勘论列、田野实验，实事求是地揭示事物本质特征和内在规律是这些研究者的共同方法论。比如，这些学者在完成大量的史籍编纂整理工作的基础上开展中华食文化研究，筱田统〔日〕、李盛雨〔韩〕、石毛直道〔日〕、张光直〔美〕、Jacqueline M. Newman〔美〕、Franoise Sabban〔法〕诸位就是这样的楷模。

张光直先生主编的《Food in Chinese Culture》是一部有特色、有影响的著作，其史料文物的精确诠释与理论方法对治食事史者具启发意义。《烹调原理》是一本烹调文化哲学思考的方法论著作，该书从哲学高度和文化学角度对中国传统的烹调技艺作了理论上的系统讨论，具有许多新颖的见解和启发性内容。书中关于饮食一烹一烹调关系的论述，关于烹、调、配的讨论，以及对各地菜品文化的比较分析，都颇具特色。该书实现了作者写作的目的，即构建了中国烹调学的简单体系。筱田统、李盛雨先生等一大批日、韩食文化与饮食史学者对汉文食事典籍的系统整理、出色利用，石毛直道博士遍及世界的田野经历及实验室经验，Jacqueline M. Newman 博士卓有成效的中华菜谱学研究，Franoise Sabban 博士极具影响力的中华饮食史研究，等等，可以视为 20 世纪 90 年代以前中华食文化与饮食史研究最具代表性的成果。

四、20 世纪 50 年代以来方兴未艾的中华饮食文化研究

20 世纪 80 年代以来，中华饮食文化研究开始了以中国人自己的研究为重心的历史阶段。自 20 世纪 70 年代末以来的约近 40 年间，中国人的研究队伍日趋扩展壮大，研究领域逐渐拓展深入，研究成果累如山积。包括历史、考古、风俗、行为、思想、技术、器具、艺术、交流等具体内容的广义的饮食文化已经为越来越多的人所关注。中华饮食文化研究已经成为时代“显学”与大众社会学。报刊网络等媒



视频：方兴未艾的中华饮食文化研究