

禾 禾 禾 禾 禾 禾 禾 禾

禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾

禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾  
禾



古人 原来  
是这样吃饭的！

(古代生活读本 ②)

许晖 著

青岛出版社

禾 禾 禾 禾 禾 禾 禾 禾

箸

古人 原来  
是这样吃饭的！

（古代生活读本 ②）

许晖 著

青岛出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

古人原来是这样吃饭的! /许晖著. --青岛:

青岛出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5552-6743-0

I. ①古… II. ①许… III. ①文化史-中国-古代-通俗读物 IV. ①K220.3-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第026717号

书 名	古人原来是这样吃饭的!
著 者	许 晖
出版发行	青岛出版社
社 址	青岛市海尔路182号(266061)
本社网址	<a href="http://www.qdpub.com">http://www.qdpub.com</a>
邮购电话	13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026
策划编辑	申 尧
责任编辑	李 闻(qingqing4256@163.com)
制 版	珍丽工作室
印 刷	青岛东方丰彩包装印刷有限公司
出版日期	2018年05月第1版 2018年05月第1次印刷
开 本	32开(889mm×1194mm)
印 张	9.5
字 数	200千
印 数	1-8000
书 号	ISBN 978-7-5552-6743-0
定 价	58.00元

建议陈列类别: 中国文化/通俗读物

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

青岛版图书售后如发现质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068629

## 目录

001 五谷

021 来麦

030 周秦

043 肉食

073 五味

095 食器

139 进食

147 饮酒

169 酒器

215 饮料

229 坐席

240 俗语



## 五谷

中国人常说“五谷杂粮”，将五谷和杂粮并列，五谷指主食，杂粮指辅食。米和面以外的粮食统统称作“杂粮”，这个常识尽人皆知；但何谓“五谷”，却极少有人能说清楚。

不过，早在汉代，人们对于五谷的分类就已经有了分歧。

据《周礼》记载，周代有“疾医”一职，职责是“掌养万民之疾病”。春夏秋冬四时皆可致病，疾医于是“以五味、五谷、五药养其病”，东汉经学大师郑玄注解道：“五谷，麻、黍、稷、麦、豆也。”

孟子在《滕文公上》篇中说：“后稷教民稼穡，树艺五谷，五谷熟而民人育。”东汉经学家赵岐注解道：“五谷，谓稻、黍、稷、麦、菽也。”

“麻”指麻类的纤维植物，主要用于制绳和织布，麻的籽油性重，不宜多食；“黍(shǔ)”就是今天所说的黏性黄米；“稷(jì)”指小米，属于古代最贵重的粮食，因此被誉为“五谷之长”，封为谷神，与土地神的“社”合称“社稷”，代指国家；“菽(shū)”则是豆类的总称。

综上所述，郑玄和赵岐所代表的汉代对五谷的分类，差异就在于麻和稻。此外还有六谷、九谷之说，这两种分类更详细：六谷中增加了“粱”，粱不是高粱，而是糯性小米，属于小米中的上品，即所谓“食之精者”，又将“菽”换为“菰(gū)”，菰就是今天所说的茭白，茭白的果实称“菰米”，古人以为“美饌”；九谷则为六谷加麻、大豆、小豆。

除此之外甚至还有“百谷”之称，百谷并非指一百种谷类，而是极言其多，也由此可见古人对粮食作物的分类之细。

因此，古人所谓五谷、六谷或九谷，其实并不单单指稻米和小麦这两样细粮，而是已经包含了小米、豆类等粗粮或杂粮在内，今人不察，硬生生将“五谷”和“杂粮”割裂、对立起来，实属妄言。

以上这些谷类作物，古人称之为“粒食”，因其煮熟之后呈粒状。吃“粒食”乃是中原民族区别于周边民族的重要特征，正如《礼记·王制》所载：“东方曰夷，被发文身，有不火食者矣；南方曰蛮，雕题交趾，有不火食者矣；西方曰戎，被发衣皮，有不粒食者矣；北方曰狄，衣羽毛穴居，有不粒食者矣。”火食，吃熟食；雕题，以丹青雕刻其额；交趾，两足相向内交。东夷、南蛮、西戎、北狄等周边民族五谷稀缺，因此也就没有吃熟食（即火食、粒食）的习惯。

有心的读者朋友会发现，除了麻、麦、菽之外，几乎所有的谷类作物都有“禾”这个核

心字符，比如稻、黍、稷、秫（shù，黏性谷物）、稔（tǔ，黏性稻）等等，即使是五谷之“谷”，繁体字写作“穀”，仍然从“禾”，因此，本文将“禾”列为第一个加以解说的汉字；“黍”也属于禾系列，而且在古人的祭祀中占有非常重要的地位，因此，本文将“黍”列为第二个加以解说的汉字；鲜为人知的是，“年”这个字也属于禾系列，延续数千年从未间断的“过年”习俗之所以被人误解为驱除怪兽的荒诞行径，就是因为不理解“年”与“禾”的关系，因此，本文将“年”列为第三个加以解说的汉字。



# 禾

先说“禾”。

商代的甲骨文中有大量“受禾”的卜辞，“受”是获得、得到的意思，“受禾”即卜问农作物禾的收成有多少，可见上古时期人们对粮食收成的关心。

“禾”的甲骨文字形之一（图1），一眼就能够看出这是一株栩栩如生的禾谷的形状。徐中舒先生在《甲骨文字典》中解释说：“像禾苗之形，上像禾穗与叶，下像茎与根。”“禾”的甲骨文字形之二（图2），左边形象地画出了下垂的谷穗。因此，这个字形更准确地说并非“像禾苗之形”，而是像一株已经成熟的谷子之形。“禾”的金文字形（图3），不仅更美观，而且左边谷穗下垂的样子更加栩栩如生，仿佛微风吹过，谷穗犹能轻轻摆动一样。“禾”的小篆字形（图4），紧承甲骨文和金文字形而来，几乎跟我们现在使用的“禾”字没有区别。

《说文解字》：“禾，嘉谷也。二月始生，八月而熟，得时之中，故谓之禾。禾，木也。木王而生，金王而死。”从上面的字形看得很清楚，“禾”本是一个象形字，许慎却用会意字来加以解说，这



图1 甲骨文[禾]



图2 甲骨文[禾]



图3 金文[禾]

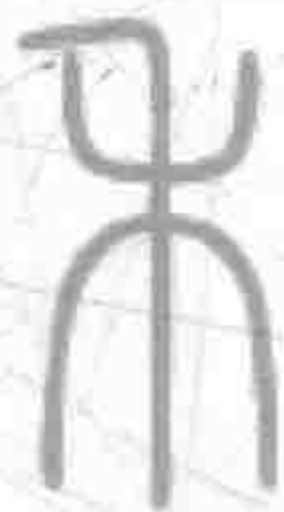


图4 小篆[禾]

是因为许慎没有见过甲骨文。而且，许慎还继承了汉代的五行学说，用五行相生相克的原理，把“禾”字释义为从“木”，进而附会说：“木王而生，金王而死。”

西汉时期，淮南王刘安召集宾客编写的《淮南子》一书，其中《坠形训》篇中写道：“木胜土，土胜水，水胜火，火胜金，金胜木，故禾春生秋死。”东汉学者高诱注解：“禾者木，春木王而生，秋金王而死。”意思是春天属木，木为王，秋天属金，金为王，因此“禾春生秋死”。这不过是汉人用五行生克理论来附会解释禾的荣枯而已，许慎正是继承了这一穿凿附会的错误学说。

至于许慎所说的“禾，嘉谷也”，这是因为粮食乃是维系人类生存的根基，因此美其名曰“嘉谷”。

综上所述，“禾”其实有狭、广两层含义。狭义的“禾”专指谷子，我们平时所说的“禾苗”，没有抽穗扬花的叫“苗”，已经抽穗扬花的才叫“禾”，因此，“禾”的甲骨文和金文字形中才会出现下垂的谷穗。谷子脱壳后才是俗语所称的小米。

秦国丞相吕不韦集合门客编撰的巨著《吕氏春秋》有《审时》一篇，其中有对谷子生长的精细观察：“得时之禾，长秆长穗，大本而茎杀，疏穰而穗大，其粟圆而薄糠，其米多沃而食之强。”

“得时”指适合农时，这里描述的是正当农时

而播种、生长的谷子的状态：谷穗的总梗称“桐（tóng）”，适合农时的谷子，长梗长穗，根大而茎稍小；谷穗中分枝的小穗称“穠（jī）”，籽粒就像珠玑互相串连一样，适合农时的谷子，分枝的小穗个个饱满，中间又疏远而有间隙，这样组成的总穗才会庞大；谷子的果实称“粟”，谷壳称“糠”，适合农时的谷子，果实丰满而谷壳极薄；脱壳后称“米”，也就是小米，适合农时的谷子，脱壳后的小米数量多且圆润肥美，可想而知吃下去之后有多么长气力！

广义的“禾”则泛指一切谷类，甲骨卜辞中的“受禾”即为泛指。

有趣的是，“禾”的甲骨文和金文字形中那颗下垂的谷穗，还被孔子赋予了崇高的道德含义。据《淮南子·缪称训》载：“夫子见禾之三变也，滔滔然曰：‘狐向丘而死，我其首禾乎！’”高诱注解：“三变，始于粟，粟生于苗，苗成于穗也。”这是禾由播种到成熟的三种变化。

至于“狐向丘而死”的说法就更有意思了。古人认为狐狸有三种德行，许慎在《说文解字》中为“狐”字释义时说：“有三德：其色中和，小前丰后，死则丘首。”狐狸的毛色中和，躯体前面小后面丰大，这两样不知道算是什么“德”；但是第三样“死则丘首”倒确实可以称得上“德”了。

什么叫“死则丘首”？《礼记·檀弓上》记载



了狐狸的这个有趣的德行：“大公封于营丘，比及五世，皆反葬于周。君子曰：‘乐，乐其所自生；礼，不忘其本。古之人有言曰：狐死正丘首。’仁也。”

大公指辅佐周武王建立周朝的太师姜太公吕望，周朝建立后被封于齐国。姜太公以下一直到五代，死后都没有葬在受封的齐国，而是从齐国返回周的领地而葬。这种不忘故国的行为被君子评价为：“先王制乐，是缘于爱悦自己的王业所由产生的德行之根本；先王制礼，也是不忘自己王业的根本。”由此而引出古人之言：“狐死正丘首。”据说狐狸临死之前，一定要面对着自己丘窟的方向，后人因此用“狐死首丘”这个成语来比喻不忘本或者对故国、乡土的思念之情。这不是狐狸的“德”是什么？

至于孔子看到禾的三变而发出“我其首禾乎”的感叹，高诱注解道：“禾穗垂而向根，君子不忘本也。”让我们再重温一下“禾”的甲骨文和金文字形，左边那颗下垂的谷穗正是垂向谷子的根部，难怪孔子有感而发啊！

《淮南子·缪称训》紧接着得出结论：“故君子见善则痛其身焉。”君子所痛的，正是自己不能以禾为榜样，三变而向根，“首禾”因此成为不忘本和向善的代称。



图5 甲骨文〔黍〕



图6 甲骨文〔黍〕



图7 金文〔黍〕



图8 小篆〔黍〕

# 黍

再说“黍”。

同“受禾”一样，甲骨卜辞中也屡屡出现“受黍年”的记载，这是在占卜这一年的黍子是否丰收，“黍”在古代农作物中的重要性可见一斑。

“黍”的甲骨文字形之一（图5），一株黍子的形状被描画得栩栩如生。甲骨文大家罗振玉解释说：“黍为散穗，与稻不同。”这个字形上部斜垂的三个三叉之形正是散穗的形象写照，由此也可知这是一株散穗下垂、已经成熟的黍子。

“黍”的甲骨文字形之二（图6），右边相同，仍然是一株成熟的黍子，左下角非常意外地添加了一个“水”旁。有的学者认为这不是水形，而是脱落的黍子的籽粒，但脱落的籽粒用几个小点示意即可，而这个字形中明明有一个表示弯曲流动的水的S形。因此可以确定，这个甲骨文的“黍”的确从“水”。

“黍”的金文字形（图7），左边是“水”，右边是“禾”。我们重新回头看一下“禾”字的甲骨文和金文字形，都没有三叉的散穗之形，因此“黍”的金文字形干脆将三叉的散穗之形简化为“禾”，

虽经简化而更容易书写，但却也失去了黍子的原始形状。

“黍”的小篆字形（图8），变左右结构而为上下结构，上“禾”下“水”的中间添加了一个半圆形。有人认为这个半圆形乃是黍子散穗之形的讹变，也有人认为这个半圆形表示房屋，在房屋里面用黍子酿酒。

《说文解字》：“黍，禾属而黏者也。以大暑而种，故谓之黍。从禾，雨省声。孔子曰：‘黍可为酒，禾入水也。’”“黍”本是一个象形字，许慎却把它当成了形声字，进而将小篆字形下面的半圆形和水形看作“雨”，表声。这一释义很显然是错误的。

“黍”的本义是有黏性的谷物，去皮后称大黄米。中国社会科学院杨升南教授在《商代经济史》一书中把“黍”分为黏性和不黏性两个变种，他认为从水的“黍”是黏性黍，也就是许慎所说的“禾属而黏者”，不从水的“黍”则是不黏性的黍。

按照杨升南教授的观点，孔子所言“黍可为酒，禾入水也”显然是指黏性黍，“黍”的甲骨文字形之二（图6）和金文字形都从水，这就表示用水和黍子酿酒，上述“黍”的小篆字形“也有人认为这个半圆形表示房屋，在房屋里面用黍子酿酒”的看法，即由此生发而来。

用黍子酿成的酒称“黍米酒”或“黍酒”。杨升南教授写道：“凡谷类作物，黏者比不黏者优。



黏者种植要细心，而收获量在同一面积的土地上，黏者要低于不黏者。”因此作为粮食的黍子和用黍子酿成的“黍酒”都极为贵重，非贫寒之家所能享用。

《论语·微子》篇中有个故事，子路跟随孔子出行，落在了后面，遇到一位老丈，子路问他有没有见到自己的老师，老丈说出了一句名言：“四体不勤，五谷不分，孰为夫子？”然后老丈“止子路宿，杀鸡为黍而食之”。杀鸡尚可，老丈竟然能够用黍米招待子路，可见并非一般贫寒农家。果然，孔子听说后下了一个判断：“隐者也。”这是一位隐士，家境才能如此殷实。这也是“黍”为贵重粮食的一个旁证。

《吕氏春秋·审时》篇中有对黍子生长的精细观察：“得时之黍，芒茎而微下，穗芒以长，抔米而薄糠，舂之易，而食之不噉而香。”“微”通“檄(xí)”，无枝为檄，“微下”指黍子的根部不分枝杈；抔(tuán)，圆；噉(yuàn)，味美。适合农时的黍子，茎部长满细芒，根部不分枝杈，禾穗生满长长的芒刺，黍米圆而壳极薄，舂起来非常容易，吃起来则香而不腻。

如此美味的食物，一定为贵族阶层所享用，因此，“黍”也作为祭祀宗庙的祭品。《礼记·曲礼下》篇中载：“凡祭宗庙之礼……黍曰芻合。”专用于宗庙祭品的黍子称作“芻合”。“芻(xiāng)”专门用来形容谷子的香气。唐代学者孔颖达注解