

食色里的传统

中华书局

饮食小道

鲜味的秘密

秋补与食补

发如韭，剪复生

长袖善舞

服妖

途中遇虎

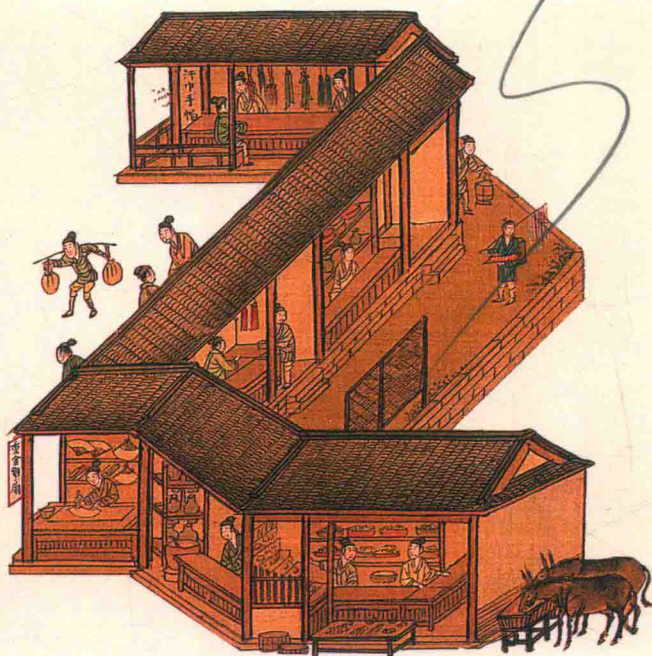
徒步与骑驴

负笈游学

野菜与救荒

夏至消暑

傀儡戏，鬼也怕



郝文倩 著

食色里的 传统

郝文倩
著



中华书局

图书在版编目(CIP)数据

食色里的传统/郗文倩著. —北京:中华书局,2018.10
ISBN 978-7-101-13373-8

I.食… II.郗… III.中华文化 IV.K203

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第172259号

-
- | | |
|------|---|
| 书 名 | 食色里的传统 |
| 著 者 | 郗文倩 |
| 责任编辑 | 吴艳红 |
| 出版发行 | 中华书局
(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)
http://www.zhbc.com.cn
E-mail:zhbc@zhbc.com.cn |
| 印 刷 | 北京瑞古冠中印刷厂 |
| 版 次 | 2018 年 10 月北京第 1 版
2018 年 10 月北京第 1 次印刷 |
| 规 格 | 开本/880×1230 毫米 1/32
印张 10½ 插页 4 字数 220 千字 |
| 印 数 | 1-6000 册 |
| 国际书号 | ISBN 978-7-101-13373-8 |
| 定 价 | 36.00 元 |
-

郝文情，福建师范大学教授、博士生导师。主要从事先秦两汉文学与文体学研究，先后主持国家社科基金项目“汉代礼俗与汉代文体关系研究”“秦汉文体史”等，同时致力于传统文化和文学的普及教育工作。出版有学术专著《中国古代文体功能研究》《古代礼俗中的文体与文学》，以及学术随笔集《菜园笔记》。

饮食男女，人之大欲存焉，一言以蔽之曰“食色”。本书从古人日常生活出发，细说饮食、服饰、行旅、草木、节令、百戏等主题，举类迥而见义远，一滴水里见出大千世界，古人的天人关系、时空想象、宗教信仰、伦理道德、治国理念、养生观念、时令民俗、审美风尚、娱乐休闲等尽在其中。文笔清新自然，结尾有余不尽，“可信”与“可爱”兼而有之。



中华书局官方微博



中华书局官方微信



中华书局聚珍文化
官方微信



供稿方桃李国学苑
官方微信

责任编辑 吴艳红

封面设计 毛 淳



唐代《簪花仕女图》(局部)

唐代《簪花仕女图》曾讲述一种“云髻”的梳妆方式，可资参考：先将长发理顺，将额前与脑顶的头发梳成立壁状，左右两侧头发也向头顶集中，再将头后的头发向上反绾，与左、右、前三个方向的长发会合于头顶，呈挺拔流畅的云髻状，最后插簪花等首饰固定装扮。



西汉《绕襟衣陶舞俑》

从汉代留下的大量彩绘舞俑和玉舞人看，舞者一袭长裙将全身包裹，线条简洁，长袖高举，与身体形成张力。当时赋家描述袖舞的动作，用了非常多的词汇：扬袖、奋袖、振袖、挥袂、拂袖、挽袖、抗袖、拽袖、揄袖。



清光绪周乐元《玻璃内绘行旅图鼻烟壶》

古人出行、旅居，特别爱伤感，总觉得独在异乡为异客。“异”区别于“常”，“客”区别于“主”，所以就会满身满心不自在，这也是中国行旅文化中特别突出的现象。



宋代白釉黑彩《童子蹴鞠图瓷枕》

《蹴鞠谱》规定，球的重量为十四两，约合今天的四百三十四克，甚至还要更轻，儿童也可以参与这项活动了。

序 传统的细节和脉络

人们提及传统文化，提及历史，有意无意的，常常把它们看作是和当下生活形成对照的另一个领域，是停在书本文字间的，大都是些需要“保护”的遗产，有点儿古老，稍显陈旧，更含着不少虚无感。其实，传统文化表现在很多很具体的方面，医卜星相、宗教戏曲、音乐建筑、书法绘画、时令民俗、乡土语言、饮食男女，乃至鸟兽虫鱼、养生本草，等等，每个领域都有着诸多细节。它们属于历史，更是自古及今，蔓延流淌，渗入到当下日常生活中的。我们每个人都处在历史的延长线上，而历史，究其然，原本都是“小历史”，是局部的、常态的历史，是日常生活的历史，锅碗瓢盆，茶食酒菜，起居动静，喜怒哀乐，是立体的，有现场感的。

本书说饮食、说服饰、说行旅、说节令、说草木、说百戏，这些话题，不离百姓日用、饮食男女，姑且以“食色”概括之。食色，指向基本的物质生活，也含着最寻常的人性，最朴素的情感。

饮食是小道，但也是大欲，在中国有着最为深厚的文化基础。人们四处搜寻食材，琢磨炖、烩、煎、煮等烹饪方式，体会

出食药同源、饮食养生的观念，意识到吃喝关涉身体饥饱康健，也是文化发展和文明进步的体现，甚至也关系到信仰。所以，人们讲座次，发明素食，强调本味，调和五味，认为里面含着人生道理，也是治国理念的隐喻。对比中外文化，大概没有哪一个民族能像中国人的祖先那样，在饮食生活中倾注如此多的注意力，产生诸多创造和深刻的理解。

服饰，本为遮体避寒，可俗话说“穿衣戴帽，各有所好”，这就进入审美领域，有个体的选择了。中国传统服饰在头、足、挂饰和飘带等方面多加留意，关注上下左右的空间创意和形式美感，并形成了一套独特的配色讲究。这些既关联生活美学，又承载着情感需求，乃至脱开实用，长袖善舞，达到行云流水的艺术境界。与此同时，穿衣戴帽也与等级地位、伦理道德密切相关，受到公序良俗的牵制，也有着诸多不自由，甚至有的方面走向畸形，诞生了“金莲”这样的“恶之花”。

行旅，即关于出行，对此，传统观念中是多有抵触情绪的，这主要因为中国长期以来一直以小农经济为主，户籍管理严苛，文化传统是相对封闭的。所以，淡漠交往，畏惧出行，是一种很普遍的心理，也一定程度上带来文化上的自负和固执。古人对待出行很慎重，有相当丰富的仪式，比如祭祀路神，临别折柳，对亡者的路祭和送别，接风洗尘，等等。仪式是象征，可以疏导情感，大大缓解出行的紧张。人本是崇尚自由的动物，身体自由，精神方能自由。当人们的行旅受到各种客观物质条件和主观文化心理约束而不得自由时，行旅中的愁绪和孤独感就变得很强烈，此时，诗歌就变成抒发的通道。在这种文化氛围中，负笈游学则

意味着某种突破，受到人们的普遍赞赏。

草木，讲的是人和自然的关系。中国人对于自然、对于草木的感情最初有着很实际的缘由，那就是采摘以果腹，代代手传口授，遂积累了大量有关草木的经验和知识。人们记其特性、产地、异名、可食部位、吃法、滋味和药性等，配上图录，形成一套名物辨析的方法。同时，人们亲近鸟兽草木，看莺飞鱼跃，草木凋荣，体味其中生生不息的生命意味，由此感发情性，也生出艺术的自然观。还有些植物来自异域，长途跋涉，漂洋过海，丰富着人们的餐桌，也让我们看到全球范围内物种的大交换。这种交换影响着人口发展，也关涉语言的进程。

节令说的是古人对时间的态度。二十四节气是古老的时间标志，其内核是齐物论式的，淳朴的，也是有品质的。它们与物候时令奇异吻合，有着东方田园风景与中国古典诗歌般的名称，简约美好，表意形象，是汉语瑰丽的精华，短短二字，就能神奇地构成生动的画面和无穷的故事，所以，了解二十四节气，就好像触摸到了大自然的脉搏。而与时令相匹配，也衍化出各种传统节俗。人们适时祈福禳灾，并逐渐赋予节俗更多的社会伦理意义，一些历史或传说人物因之成为节日主角，寒食节、端午节、中秋节都很有代表性，这也成为传统节令文化的重要组成部分。

百戏讲的是人与游戏的密切关联。人之所以为人，就是因为人天性爱好游戏。只有在游戏中，人才最自由、最本真、最具有创造力，所以，游戏是人类文化产生、发展的原动力，甚至各类文化形式本质上也可以看作是一种游戏。百戏是古代对民间各种

歌舞杂技的泛称，角抵、幻术、鼠戏、射箭、口技、弄丸、跳剑、蹴鞠、斗鸡、走狗、傀儡戏、秧歌乃至后世诸多天桥把式、民间杂耍、歌舞滑稽、曲艺相声，等等，都可包含在内。对游戏追本溯源，就是探究人性、探究文化的生成轨迹。

以上话题，是我在传统文化世界里托钵而行、随意观览的印记。现在以文字的形式呈现出来，只能算是大致的地标，以供观者循着线索，摸索向前。偶有所悟，会心一笑，接着，还是要徒步前行的。

2018年7月20日

于福州

目录

1 序 传统的细节和脉络

饮食

- | | | | |
|----|-------|----|------------|
| 3 | 饮食小道 | 32 | 栈养：善乎？恶乎？ |
| 8 | 味道的通感 | 37 | 食素为心 |
| 13 | 文吃与武吃 | 41 | 秋补与食补 |
| 18 | 如鬼饮食 | 46 | 豆腐四兄弟 |
| 23 | 座次移转 | 50 | 腌菜：小菜还是大菜？ |
| 28 | 鲜味的秘密 | | |

服饰

- | | | | |
|----|---------|-----|-----------|
| 57 | 华夏衣冠 | 81 | 葱绿配桃红 |
| 61 | 发如韭，剪复生 | 86 | 君子无故，玉不去身 |
| 66 | 首饰 | 90 | 服妖 |
| 69 | 脂粉 | 95 | 头巾 |
| 73 | 男角女羁 | 100 | 缠足 |
| 77 | 长袖善舞 | | |

行旅

- | | | | |
|-----|-------------|-----|----------|
| 107 | 世界：想象的？行走的？ | 134 | 徒步与骑驴 |
| 113 | 出行宜忌 | 138 | 负笈游学 |
| 117 | 折柳涕泣 | 142 | 何以多“客愁”？ |
| 121 | 死亡也是出行 | 146 | 题壁 |
| 126 | 春游的巧立名目 | 150 | 接风洗尘 |
| 130 | 途中遇虎 | | |

草木

- | | | | |
|-----|------------|-----|---------|
| 155 | 春韭 | 182 | 菘葵当家 |
| 159 | 香椿 | 186 | 松公与柏伯 |
| 163 | 野菜与救荒 | 191 | 毒草为药 |
| 166 | 豆话 | 195 | 梅的形神 |
| 170 | 瓜的命名 | 200 | 蒿子的文艺范儿 |
| 174 | 见过世面的土豆和红薯 | | |

节令

- | | | | |
|-----|-----------|-----|----------|
| 207 | 节气：大自然的脉搏 | 231 | 中秋：嫦娥与蟾蜍 |
| 212 | 立春物候 | 236 | 重阳与长寿 |
| 217 | 寒食与改火 | 240 | 十月一，送寒衣 |
| 221 | 小满苦菜秀 | 244 | 大雪小雪 |
| 224 | 端午人物 | 248 | 腊八食粥 |
| 227 | 夏至消暑 | | |

百戏

- | | | | |
|-----|----------|-----|---------|
| 255 | 角抵为戏 | 292 | 蹴鞠为欢 |
| 261 | 幻术西来 | 298 | 斗鸡 |
| 268 | 鼠戏、蚁戏及其他 | 303 | 走狗 |
| 273 | 射者，男子之事 | 309 | 傀儡戏，鬼也怕 |
| 278 | 口技与隔壁戏 | 316 | “浪”秧歌 |
| 287 | 手技：弄丸与跳剑 | | |

后记

饮食

