

主编 王 熹

中国古代智道丛书

林永匡

著



饮德·食艺·宴道

中国古代饮食智道透析

● 广西教育出版社 ●

内容提要

本书通过详细阐述中国古代特定的饮德、食艺、宴道和礼教这四者体现的古代饮食文化,洞视中国古代的民族精神,历史发展进步的时代脉搏,和中华民族几千年辉煌创造史及其特定的文化心理结构。书中详述了中国古代饮食烹饪技艺之精,食品加工工艺的创造发明之多之早,食品资源之丰富,还探究了古代五谷为养、医食同源、美食美味美器、食疗美生等理论与实践,将中国古代从宫廷到民间,从中原到边疆,从君主、王公贵族、官僚仕绅,到平民百姓、贩夫走卒等社会各色、各式、各类、各层、各地、各域食风、食技、食艺、食德、食生、食养、食疗的盛、雅、艺、精、奇、智诸方面,加以淋漓尽致的描述,文笔生动流畅,引人入胜。



图1 品饮与陶冶心性



图2 古代中秋节的饮宴食风



图3 清代满旗的饮宴与乐舞



图4 古代壮族的饮宴与娱乐



图5 美食与美器的和谐统一



图6 名士醉仙 千姿百态

总 序

赫赫始祖，吾华肇造。

胄衍祀绵，岳峨河浩。

聪明睿智，光被遐荒。

建此伟业，雄立东方。

这是半个多世纪前，毛泽东《祭黄帝陵》的开篇诗句。

放眼全球，我泱泱中华，江山多娇；检点历史，我华夏文明，源远流长。从《周易》到《诗经》，自《天问》而《警世钟》，五六千年，流淌不息。其中，有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的浩然博大，有“人间处处有青山，何必马革裹尸还”的坦荡豪壮，有“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的忠贞刚烈，有“青山有幸埋忠骨，白铁无辜铸佞臣”的忠奸判定，有“死去原知万事空，但悲不见九州同”的家国慨叹，有“我劝天公重抖擞，不拘一格降人才”的振聋发聩。正是这些前仆后继的奋斗、探索、奉献，才铸成了中华民族的脊梁，筑成了中华文明的长城。

中华民族，自古以来就是一个勤于思索的民族，又是一个敢于创新的民族。

中华民族,自古以来就是一个历尽磨难、自强不息的民族。

历史是一个辉煌的存在,是一个壮丽的过程。智慧,需要智慧去发现,去总结,去升华。历史的灵感,需要悟性去再现,去激活,去发展。

历史学,是一门智慧之学,悟性之学,启迪之学。当今学子的天职,是取其精华,去其糟粕,从历史的积淀中汲取智慧之源,熔铸一个崭新的智慧王国,再造辉煌,走向未来。

然而,追源溯流,我们也应看到,中国传统文化的建构,既有丰富的科学智道,也杂陈着诸多的封建糟粕。有时还会出现这样的历史画面:科学充当了神学的伴侣,沦为了霸权的奴仆;神学使科学蒙上了愚昧的污垢,霸权凌辱了科学的神圣。

历史表明,只有具备智慧之道的文化,才最富旺盛的生命活力,才最具强劲的创造优势,才能气度恢弘地拥抱未来。

现在,我们从中华文明之树上采撷了一批智慧之果,呈献给海内外读者诸君。

第一批共11部,构成中国古代智道丛书系列:君臣、治国、人际、军事、天地、用人、权奸、服饰、饮食、节令、官省等智道透析。它们自成一体,各有侧重;互相映衬,珠联璧合。

本丛书所阐释、总结、提炼、升华的古代智道,是迄今仍具活力的灿烂奇葩。它香溢神州,芳播四海。它是古今炎黄子孙的伟大创造,是世界文化宝库的璀璨明珠。它为全人类所仰慕,理应为全人类所利用。

现实生动地启示我们:正是民族精神的不朽,才铸就了智慧的升华。而当今炎黄子孙的创造奉献,更催绽了历史的新纪元。

王 熹

1994年夏于北京

目 录

总 序	(1)
绪 论	(1)
1. 吃的文化与礼教的顿悟	(5)
1·1 烹饪王国与吃的文化	(6)
1·2 饮德食和与万邦同乐	(12)
1·3 食道宴道与礼教和谐共振	(25)
2. 千姿百态的古代食风与食仪	(32)
2·1 佳肴时鲜与民间年节食风	(33)
2·2 羊羔美酒与民族饮馔食仪	(107)

3. 美食美味美器与宫廷筵宴	(194)
3·1 美食不如美器与美味	(195)
3·2 皇宫行苑觥筹交错与仪礼	(207)
4. 玉露香醇与茶酒文化	(230)
4·1 品茗食啜谈玄与茶道	(231)
4·2 酒品酒仪醉仙与酒道	(256)
5. 医食同源与养生长寿之道	(280)
5·1 五谷为养与食疗养生	(281)
5·2 饮食有节与长寿秘诀	(293)
6. 饮食智道与天人美韵	(301)
6·1 食色食香与自然情趣	(302)
6·2 食味食声与人生美韵	(304)
6·3 食享食用与宴乐怡情	(306)
6·4 食形食器与时空艺境	(309)
后记	(312)

绪 论

从古至今,人类不断发展变化的各种饮食活动,是人类社会赖以生存与维系的必备条件之一,与社会诸多文化的繁荣息息相关。如果从饮食活动自身所蕴含的科学、技术成分以及它所要企达的目的考察的话,那么它不仅是人类社会历史实践过程中创造的物质财富与精神财富的一部分,而且因其民族的传统性、历史的传承性、社会的阶层性、文化的超越性与共享性等特质,构成为一种独具特色的文化体系和文化载体。从科学意义上讲,任何一个国家和民族的饮食文化,系指这个国家和民族的饮食结构与饮食活动、饮食的加工技艺(烹饪方法)以及以饮食为基础的思想、哲学(饮食美学、保健养生等)与智慧之道而言。中国亦不例外。值得注意的是,在中国古代,食品生产技术、饮食烹饪技艺之精,食品加工工艺的创造发明之多之早,经人们驯化培育的食物(含动植物)品种之繁多与食物资源之丰富,在世界历史上曾独占鳌头;在五谷为养、医食同源、美食美味美器、食疗养生等以饮食为基础的思想和哲学理论、实践的探究上,在饮食智道的展现和启迪上,在饮食疗法、药膳的完善和发展上,亦是举世

无双的；在古代食品、饮食文化史籍及食品、饮食著述的丰富上，更是堪称世界首屈一指。凡此种种，曾对人类社会历史的进步，产生过多层次、多侧面、跨时空的巨大促进作用。

中国古代饮食文化，作为一种文化载体，则有着特定而丰富的内涵。它是文化，是科学，更是一种艺术和智慧之道。具体而论，它包括烹饪、饮食、食器、食俗以及包含在其中的更深一层的文化隐义和智慧（如民族文化、心理结构、消费结构与趋向，贯穿于饮食文化中的礼仪、节祭和人伦教化）等。这些文化内涵，又通过中国古代特定的饮德、食艺、宴道与礼教，充分地显现出来。因此，在一定意义上讲，中国古代饮食文化，即为此四者有机结合的一种多层次、多结构的复合整体。

中国的历史发展表明，中国古代饮食文化的发展与繁荣，则与整个中国古代历史的发展进程相始终。在这一漫长的历史岁月中，饮食文化自身的发展不仅从未间断，而且还在吸取其他文化营养的基础上，不断完善和创新。因此，这一文化的兴盛，不但成了中国古代历史进程特性的生动体现，而且它还促使整个历史发展的结构与模式，更趋多元化，其内蕴更形丰富多彩。其具体表现是中国古代从宫廷到民间、从中原到边疆，从君主、王公贵族、官僚仕绅到平民百姓、贩夫走卒等社会各类、各层、各色、各式、各地、各域的食风、食技、食艺、食德、食生、食养、食疗的盛、雅、艺、精、奇、智诸方面。由此可知，中国古代饮食文化，既有着古代食艺之宏富，亦有着饮德之精深博奥，更有着宴道之绝妙、智慧和高明。这种文化活动，是中国传统的礼教思想和智慧之道在人类自身物质文化生活中的具体实践；同时，它还是中国古代思想文化核心的礼，在人们物质与精神生活中的生动物化与外在表现形式之一。

通观中国几千年文明发展史，不难发现，光辉灿烂的中国古

代饮食文化,不仅有着自身的物质性、实践性与艺用性特质,而且还具有文化的超越性与传播性功能。它具体表现为:首先,中国古代的圣贤和先哲们都将饮食文化活动作为人们学礼、施礼、进而达到成人、合天的一种重要手段,甚至成为淳教化、协殊俗、睦四邻的特殊外交手腕。大量确凿无疑的文物、文献资料记载表明,上自宫廷,下至民间,人们在进行饮食文化活动实践时,都要严格遵循各种礼仪规范。这是因为,饮食文化活动正是礼最外在的表现形式之一。荀子曾说,“礼者,养也”,即谓此意。《礼记·乡饮酒义》也称:“乡饮酒之义,主人拜迎,宾于庠门之外入,三揖而后至阶,三让而后升,所以致尊让也。盥洗扬觶,所以致洁也。拜至、拜洗、拜受、拜送、拜既,所以致敬也。尊让洁净也者,君子之所以相接也。君子尊让则不争,洁敬则不慢;不慢不争则远于斗辨矣。”“乡人士君子尊于房中之间,宾主共之也。尊有玄酒,贵其质也。羞出自东房,主人共之也。洗当东荣,主人之所以自洁而以事宾也。”因此,“祭荐祭酒敬礼也;哂肺尝礼也;啐酒成礼也。于席末言:是席之正,非专为饮食也,为行礼也;此所以贵礼而贱财也。”可见,古人是想从饮食这种日常的行为文化生活中进行超越,以寻求超出物质享受、人体感官快乐之外的更高层次的精神境界和目标。具体而言,便是礼的深化。所以,它包含着尊君、重礼、敬长、修身、齐家、治国等多重深层的含义。

其次,古代哲人先贤们还力图通过饮食文化活动的具体实践,来体现与天相通的理想,即对形而上学的本体的向往和追求,以实现更高层次的人体本能的超越。对此,《礼记·乡饮酒义》有具体阐释:“宾主象天地也,介饌象阴阳也,三宾象三光也。”故“乡饮之义,立宾以象天,立主(主人)以象地,设介饌以象日月,立三宾以象三光”;“四面之坐,象四时也”。可见,先贤和古人们将宴饮中的人、物以及文化行为方式,与他们认为属于本

体的天地、日月、三光、四时相类比、相沟通、相依附,从而幻想超出现象而进达本体境界,与天地、日月、星辰和整个宇宙自然界浑然一体,息息相通。这种境界,即是天人合一。

再次,通过饮食文化活动,古人更将源自活动本身所获得的感悟、体察等感性思维,提炼升华到理性思维的饮食智道的高度,且将此反作用于历史实践与社会文明成果的创造活动,追求代有传承、四域同风的文明教养。这是一种文化的超越,也是通往理性王国的不可或缺的必由之径。

可见,透过中国古代饮食文化,不但可以洞视出中国古代的民族精神、先贤圣哲们所追求的人类发展的最高理想境界,中国历史发展进步的时代脉搏,中华民族几千年辉煌创造史及其特定的文化心理结构,而且更能使人悟出中国古代思想文化的核心之一的礼的内涵与真谛。因此,剖析中国古代饮食文化,探索其奥秘和智慧之道,弘扬其精华,屏弃其糟粕,进而从饮德、食艺、宴道和礼教的角度,全面考察中国古代历史的发展轨迹,确是一项有利于国家民族、发掘历史智慧资源、创造现实、开拓未来的事情。



1. 吃的文化与礼教的顿悟

中华民族在自身发展的漫长历史岁月中，在创造高度繁荣的物质与精神文明的同时，还形成了一整套独具东方文化色彩的风俗礼仪。其中，饮食文化的风习，便是其重要的组成部分之一，由此还体现出中国古代社会和文化的诸多特色。

两千多年前，中国古代的思想家、哲学家孟子曾经说过：“食色，性也。”（《孟子·告子》）即所谓“人之甘食悦色者，人之性也。”《礼记·礼运》篇亦称：“饮食男女，人之大欲存焉。”意即“饮食男女，是人心所欲之大端绪也”。由此可知，中国古代的先贤圣哲们，早就把饮食看作是人类重要的“本性”之一。既然是本性，那么饮食、饮食文化本身的存在与发展，则必然与人类的生存发展相始终。同时，这种“吃”的文化活动在被纳入礼教的