

『民以食为天』，『天』为中国哲学的核心范畴，置换以『哲学』，便可得出：中国人的饮食体现着哲学。

『味道』用于美食，是迟至民国初年才由章太炎先生考订的。流行较早的是『滋味』，也是战国后期才出现的，更早则单称『味』。这是由于中餐的饭、菜分野，『味』从『食』中异化出来。『味』有个更早的近义词『和』。

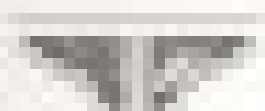
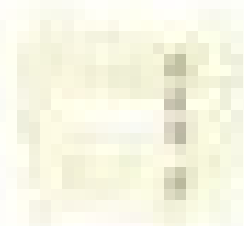
饮食之道

——中国饮食文化的理路思考

味道，原意为对『道』的体味，与饮食无关。味与道既相近又相反，到近代合成为一个词语，从味的演化到味道的产生，反映了中国饮食文化的不断进步，『味道』更显示了它的哲学内涵。



山东画报出版社



飲食之道

中國飲食文化史



中國飲食文化史

高成鸢 著



饮食之道

——中国饮食文化的理路思考

山东画报出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

饮食之道：中国饮食文化的理路思考 / 高成鸯著.
—济南：山东画报出版社，2008.2

ISBN 978-7-80713-570-8

I. 饮… II. 高… III. 饮食—文化—中国—文集 IV.
TS971-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 184037 号

责任编辑 陈晓东

装帧设计 宋晓明

主管部门 山东出版集团

出版发行 山东画报出版社

社 址 济南市经九路胜利大街 39 号 邮编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098470

市场部 (0531) 82098479 82098476(传真)

网 址 <http://www.hbcbs.com.cn>

电子信箱 hbcbs@sdpress.com.cn

印 刷 山东新华印刷厂临沂厂

规 格 150 × 228 毫米

21.75 印张 250 千字

版 次 2008 年 2 月第 1 版

印 次 2008 年 2 月第 1 次印刷

印 数 1-8000

定 价 28.00 元

如有印装质量问题，请与出版社资料室联系调换。

建议图书分类：文化、饮食

写在前面的话

这本拙著的出现，是乘上了一股文化潮流——谈吃之书的涌现。这一新动向是中国的，也是世界的。

说是世界的，因为洋人终于开始研究饮食文化了。网上搜索可知，先前绝少这方面的专书。就我所见，《欧洲饮食文化史》竟然晚于《欧洲洗浴文化史》，到2001年才出版。剑桥史学系列中的《剑桥食物史》也在同一年问世，还没有中文译本。

著名文化史学者张光直先生说，近一二十年法国才有人类学家开始研究饮食文化。那是由于法国“史学革命”使研究重心转向“社会生活史”。但往深里看，文化交流给西方人带来的饮食观的演进，当是更为根本的。

林语堂先生早就指出英国人羞于谈吃的现象，似乎觉得近于动物本能。法国成为美食大国，有根据说是受了中国的影响。要问中西饮食文化的差异缘由何在？这正是我在本书中试图探寻的一个奥秘。

西方先前的饮食之书多是菜谱，或谈烹饪技艺。中国从《诗经》以下，古书里对美食的歌颂随处可见。林语堂说过，像袁枚一类作家写出谈吃的名著，即便在法国也是不能想象的。

说到现代中国饮食之书的情况，得多费点话。

出版社编辑陈先生光临舍下那天，新到的《中华读书报》的《书评周刊》版恰巧以饮食文化为专题，一篇长文是《近年来饮食文化图书述评》，另一篇是聂凤乔先生饮食专著的座谈摘要。《述评》涵盖了台、港和内地谈吃之书三十多种，这些书有一大共同点，主要谈的都是感官的体验，换言之，都属于现象层面，只有王学泰先生，兼为被述评的作者和座谈的发言者，是从研究角度谈饮食的。

中华饮食文化真是博大精深，缤纷万状的现象千百本书也谈不完。若想从现象的表层深入下去，首先得理清历史的脉络。王先生的书题名《中国饮食文化史》，同名的还有另一专著——几乎同时问世——著者是赵荣光先生。然而两书的内容却极少重合：王著是历史的总览，赵著是专题的分论，一纵一深，像商量好了似的。赵著不以纵览为务，想是他作为专业学者知道同类著作早有多种了。

近年谈吃的文章大量涌现，总能叫人觉得津津有味，作者还会无穷多，只要中餐的盛宴不散。然而不能想象的事却发生了：大陆六十年代以后很长时期，美食竟然成为罪恶，连饥饿年代口头的“精神会餐”也得冒着被批判为“剥削阶级思想”的风险。由于传统中断，台湾学者、出版家詹宏志先生在为香港一本食书写序时说，“大陆新一代吃家，资历尚浅”。

饮食，像以它为本原的中华文化一样，根子毕竟在中原大地。新时期国门重开，国人发现外面的世界已不复当年，跟经济发达、旅游风行相伴而来的文化多元化，使中餐的境遇大为改观。半世纪前，林语堂先生曾愤然于上海英租界的洋人从来不屑光顾中餐馆，而新时期中餐显出了风靡全球的强劲势头，成为中国走向世界的开路先锋，那位台湾出版家也惊呼“大陆餐饮突飞猛进”。

有了实业的强大动力，中国饮食文化焕发出空前耀眼的光辉，于是对中餐的历史文化意义的认识，自然成为新的领域、新的热点。相比之下，饕人对美味一味的津津乐道，倒显得有点“言不及义”了。

中餐事业的全面发展，需要专业人才的培训和饮食文化的研究，两者都在新时期从无到有。在李一氓先生（学养较深的体制内高层人士、又是美食家）及商业部的主导下，八十年代之初干成三件大事：历史文献的整理出版、取代传统“师徒相授”的现代教育基地的建立、饮食文化学术园地的开拓。园地指《中国烹饪》，前十年它曾用过半的篇幅发表考据研究成果，那时正宗学刊还不把饮食文化研究视为学术。

围绕着上述事业，由主导者物色聚拢了一批人才，形成一个新学术圈，筚路蓝缕功不可没，其中聂凤乔先生可为代表。另有学者凭自身颖悟较早地独力开拓，赵荣光先生就是青年才俊，如今他事实上成了中国饮食文化的对外代言人。

1991年，盛大的“首届中国饮食文化国际研讨会”在北京举行，包括训诂、考古、自然科学史等多学科研究者首次汇集一堂。我忝与盛会，有幸结识聂凤乔先生等差不多所有的重要同道，还有新加坡的周颖南先生，他是餐饮企业家，更是文化名人，与国内众多耆宿交谊很深。

说到这里，该作点自我介绍了。跟上述各学科专家不同，我当时供职于不算正规学术机构的公共图书馆。多病而坎坷的我，若非恩师黄子坚（钰生）先生（南开和西南联大元老、1950年调任天津图书馆馆长）个别指导，多半任由庞杂兴趣的支配而终老于“务广而荒”状态。我先专注于文化史方向，后来在承担国家史学课题从事“尚齿（尊老）”礼俗考察的过程中，对中国饮食文化发生了极大兴趣。我比同道们晚七八年，而且是借助他们的研究成果而起步的，以当然的谦逊受到各位的接纳，于是研究圈里多了一个另类“边缘学人”。

我不是美食家(这实际是个法语外来词,莫如代之以“饕人”),最爱吃的是咸菜,烹饪技艺更不在行。我受饮食文化的强烈吸引,完全是出于它跟尊老文化的“孪生”。我在尊老研究中提出,中国的悠久历史、庞大人口可以用繁生、聚居的“文化基因”来解释,这必然导致生态破坏和饥饿的循环,被迫走上了饮食的“歧路”。中国文化的种种独特,关联着吃的独特。我顾不得恩师“不搏二兔”的训诫,开始同时让两个题目分散大大少于常人的精力。

我的课题成果《中华尊老文化探究》,获得一定荣誉,却不出“边缘学人”自己所料,在学术界基本上没有反响。但它偶然引起了季羨林先生的重视,他还特别写信向韩国推荐。感动之余,我向他倾诉了心事:对脑子里冒出的观点体系,自己深深怀有“人微言重”的不安。但我意外受到季老的鼓励,把我相互关联的两个观点体系许为“一家之言”。他嘱我把饮食之作寄给他的朋友,还在我的本子上写上“逯耀东 台湾大学 原在香港中文大学”一行字。后来我得知逯先生是史学名家、兼以谈吃的系列专书蜚声海内外,恰好是上述食书《评述》推重的名家之一。

季老的鼓励,我一直认为是随口一说,直到若干年后读到他的一篇随笔(发表于《新民晚报》,题为《从哲学的高度来看中餐与西餐》),才悟出他老先生是认真的。惭愧的是,我有负于他的期许,至今没有弄出一本专著来。

回忆忽发奇想之初,我兴致勃勃地要尽快把新观点发表出来。我先在当时仅有的学术园地《中国烹饪》杂志上发表文章,蒙同道肯定,从1993年起开辟专栏,总题为《中国饮食之“道”》。

我的文章引据虽多,却不重在梳理史实,而重在追踪缤纷现象背后环环相扣的因果关系链条,试图找出中餐现象的所以然之“道”。这样的东西分割在期刊中,连续性难以顾

全，人家读起来不会轻松，我写得更累。写到系列文章的二十二篇时，我中止了，因为自己觉得一部专著的构思就绪了，决心动笔，计划两年成书。

我常想，自己干的事好有一比：像农夫掘田偶然碰到一件古器物，不知其大小又不能打破，只好挖下去。不料这件古器物——客观存在的中国饮食之“道”——的庞大远远超出先前的估量，工作量超出自己剩余的精力。我因病时作时辍，中间还有几年用于尊老课题，迁延十载还没收尾。

因为埋头写书，我从饮食文化园地消失，只有同道们知道此人并未放弃所好。友人聂凤乔先生鼓励我提出“烹饪哲学”的名目，王子辉先生在专著中多次引用我的观点。由同道们介绍，我偶尔参加餐饮圈内的重要活动，也应《社会学家茶座》等刊物之约写些单篇文章。

我跟友人们说，各位都已出书十来册，只有我空白，每逢被介绍为“饮食文化专家”就陷入窘境。至于把多年来的文章整理成书，并非不想，无奈精力无几不容分散，权衡起来专著不完成遗憾更大。

上月，山东画报出版社陈晓东先生来电话，要把我的旧作结集。我对社方的感谢，就不用说了。有了此书，也算对季羨林先生的鼓励有个交代。

年轻的责编是南开史学名家的高足，我对他坦陈：拙书充满古怪想头，正统学者即便想到恐也不敢言，但“边缘人”无所顾忌。这或许能激发未来文化史研究者的思考。我说“未来”，因为饮食文化作为研究对象，目前还受学科地位的限制，需待“历史人类学”的发展。二十年前，钟叔河先生编辑的《知堂谈吃》还只能在中国商业出版社出版，如今学术出版社也争出谈吃之书了。这就是前边所说的“文化潮流”。

本书虽非专著，但就像其中的《中国饮食之“道”》系列一样，各篇都由大观点贯穿，便会有些整体性。

爱看谈吃之文的读者，如果能从本书中咂摸出“味‘道’”来，那也算换个新口味。各篇以饮食为主线，牵连的文化面广博异常，对于“醉翁之意不在酒”的文史爱好者，或许稍稍有助于轻松地“吃”透中华文化。

“闲书奇文”的读者和“侦探小说迷”，可能意外地受到“饮食文化探索”中的《坝里乾坤》的吸引，这篇“推理散文”从饮食角度猜想中华文化的独特由来，可算尚未完成之拙著的缩影。此文因带有引据而属于独创体例，加以篇幅超长，曾在两家文学刊物长时延误，一直未能发表。今蒙不删，显示了山东画报出版社的创新精神。

高成鹗

2007年5月

目 录

◎

目
录

中国饮食之“道”

中国文化集大成于烹饪 /3

民以食为“天” /8

苦尽甘来：粟食的歧路 /13

“水火”范畴的历史命定 /18

主食、副食的对立统一 /23

“甘受和、白受彩” /29

“味”的启蒙 领先百代 /34

“味”的“三昧”：嗅觉的迷失 /39

“味”的“三昧”：味觉的扩张 /44

“味”的“三昧”：“味道”是天作之合 /49

味道的奥秘在于“倒味” /54

二元价值标准：“香”的由来 /60

二元价值标准：“鲜”的由来 /66

“口感”的由来及其地位 /72

和：烹调、音乐、哲学（上） /77

和：烹调、音乐、哲学（下） /83

咬文嚼字话“饭”“菜”	/87
饭菜的阴阳格局	/91
“小吃”：主食、副食的合一	/96
热吃是中餐的灵魂	/101
有“老饕”更有“馋虫”	/106
“口刁者”高于“饕餮客”	/111

饮食文化随笔

古老的文化 古怪的吃	/119
大熊猫、中国人：难兄难弟	/127
吃天鹅肉的祖先	/129
中华文化烩于一“鼎”	/131
黄色神圣的观念哪来的	/134
汽、气：揭开锅盖下的奥秘	/136
鸡犬豕：饿极反有肉吃	/139
勾芡、鱼翅“滑”倒天下	/141
羊、鱼：中国美食运动的时空舞台	/144
“行为艺术”的吃	/147
吃与“李约瑟难题”	/149
色情的吃	/151
果子狸“生猛”野味	/158
中餐和鱼肴	/161
三餐之计在于晨	/165
对“加油”喝倒彩	/169
满汉全席源自淮安说	/172
吃：营养 vs 味道 科学 vs 艺术	/176
烹饪、京剧：中华文化并峙的双峰	/185
天津名吃十一奇	/190

饮食研究专论

- 中国尊老礼俗与美食文化的关联 /217
- 中国饮食文化中从“食”到“味”的异化 /229
- 味、味道、道——中餐的世纪展望 /234
- 道分阴阳 味合鲜香——论中餐审美的二元价值标准 /242
- “下饭”、“下酒”考论 /250
- 中国烹饪中油类运用的由来与意义考论 /259
- 中国的饮食伦理 /268
- 箸的中国“粒食文化”背景及其超饮食的文化意义 /275
- 筷子与中国饮食文化诸多细节的相关性 /288
- 论饮食文化在世界学术体系中的地位 /296

饮食文化探索

- 坝里乾坤——饮食文化推理散文 /311



中国饮食之『道』

中国文化集大成于烹饪

学贯中西的孙中山先生断言：“我国近代文明事事皆落人后，唯饮食一道之进步，至今尚为文明各国所不及。”他还预言中餐将成为“世界人类之师导”（《建国方略》）。

中山先生称饮食为一“道”。道即规律，其核心为哲学。这提示我们对烹饪发展的内在必然性试作哲学的探究。哲学容易枯燥无味，烹饪令人津津乐道。我们的探究要像“味道”那样诱人。

大器晚成

味道，《辞源》的解释只是对“道”的体味（始见于班固诗：“味道之腴”）。此词用于美食，是迟至民国初年才由章太炎考定的。《新方言》：“《说文》‘覃，长味也。’……今人通谓味为‘味道’，本‘味覃’也。”味道到“今人”才流行，这是因为中国烹饪本身发达就晚。例如最有代表性的“炒”，《康熙字典》中还没有收录。不是说中国是烹饪古国吗？不错，从商代就确立了水火相济的特殊原理（见《本味》）。唯其有漫长的发展，才有成果的辉煌。

水火相济体现了对立统一。中国的三大发明莫不如此：指南针的

◎

中国文化集大成于烹饪

NS两极对立、火药的内力外力冲突、印刷术的字形正反转化。这些在只知其一不知其二的西方虽然无由产生，但道理一点就破。由于那里有生产力的需要，很快后来居上，在中国反而停滞不前。很多文明成果都是如此，唯饮食一道，烹饪史的研究表明，从商代到清末从未停止发展（由于特殊的客观需要）。

书画、太极拳也体现了中国特色，但影响较小。从与人生关系重大的衣、食来看，中国古称“衣冠上国”，但开放不久，西装便成为时髦男女的一致追求，而西化的强大时尚唯独在西餐上极难风行，反而中餐以惊人速度外出占领世界饮食市场。老子说“大器晚成”。重大文明成果是汇集各方面成果的最后结晶。例如中国烹饪讲究“火候”，这个词就是在炼丹术兴起之后流行的。

调和：烹饪、中医、音乐

把对立的东西统一起来，就要调和，这两个字是同义词。《说文解字》：“和，调也；调，和也。”或单称为“和”。“和”的意义很多；用于实际事物，就有烹饪（如枚乘《七发》有“肥狗之和”，即狗肉菜肴）、医学（如《七发》称致病为“伤血脉之和”）、音乐（和原作龠，龠为管乐器）三者。

烹饪、中医都是中华国宝。音乐自古极受贵族重视，但因农业经济限制了平民需求，迄无大发展，直至近代作为戏剧的要素而勃兴。京剧也是国宝。

调和是中国人的智慧，这已植根于哲学的深层，便是《中庸》所谓“和者，天下之达道也”。阴阳学说反映对立二者的调和，后来又发明了五行学说，以反映五者（代表众多因素）之间的复杂关系。如龠是多管乐器，《说文解字》解释说“以和众声也”。众声谓之“五音”，相应的还有五色、五味、五脏等。多边关系的微妙是无法言传的，所以老子认为“道”不可道，中国哲学宁愿借助形象比喻。烹调、中医、音乐都是调和之道的体现。