

中国家庭生活文化 生活 大全

主编 邓伟志 周锦熙 赵正达



上海科学普及出版社

中国家庭生活文化大全

主编 邓伟志
周锦熙
赵正达

上海科学普及出版社

(沪) 新登字第 305 号

责任编辑 徐凤吾

中国家庭生活大全

主编 邓伟志 周锦熙 赵正达

上海科学普及出版社出版

(上海曹杨路 500 号 邮政编码 200063)

新华书店上海发行所发行

上海科学普及出版社电脑照排部排版

上海市印刷七厂一分厂印刷

开本 850×1168 1/32

印张 37.5 插页 4 字数 985000

1993 年 7 月第 1 版

1993 年 7 月第 1 次印刷

印数 1—10000

ISBN 7-5427-0712-4/G · 188

定价: 29.50 元



睡松

松秀

松空

松氣

松菊

松香

松中

松

松



壬午年十月 劉良為孫大聖

生品



國瑞藏

五

二

五



王國富

1

精神氣節

劉海粟書



量來信覺友
情真老幼扶
携造就人眼
底江山必有待
天邊風借自相
親典型珍重長
安舊電子莊嚴
世界新晚起徒
髦湖上望懷心
勝作嶺頭雲

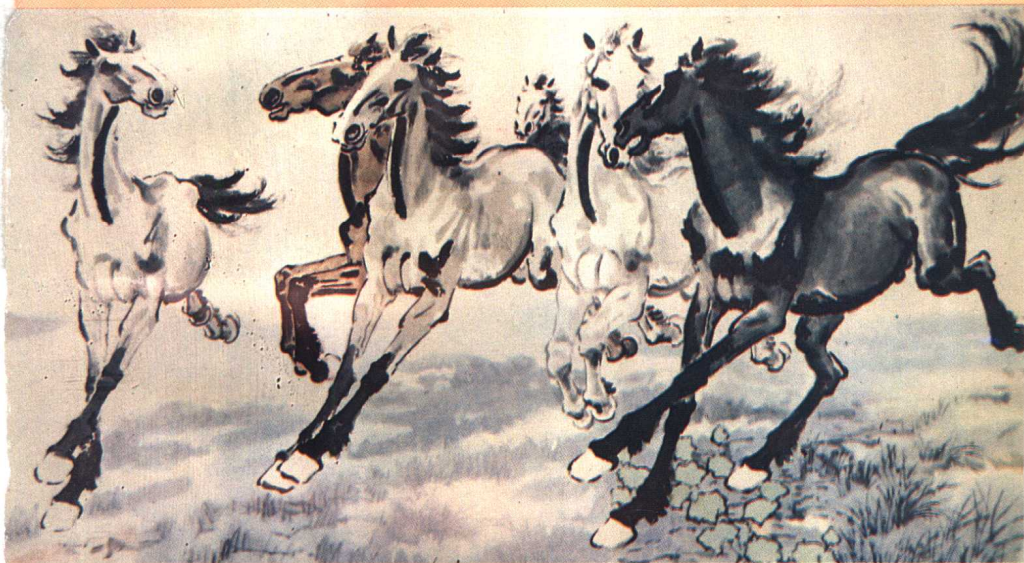
登以歡山堂京都
有作

一九七九年十一月

題後記



超舍萬殊靜躁不同當其欣
於所遇暫得於己快然自足不
知老之將至及其所之既倦情
隨事遷感慨係之矣向之所欣
俯仰之間以為陳迹猶不
能不之興懷況脩短隨化終
期於盡古人云死生亦大矣豈
不痛哉每攬昔人興感之由
若合一契未嘗不臨文嗟悼不
能喻之於懷固知一死生為虛
誕齊彭殤為妄作後之視今
亦猶今之視昔悲夫故列
敘時人錄其所述雖世殊事
異所以興懷其致一也後之攬
者亦將有感於斯文





中国家庭生活大全

顾问：于光远

主编：邓伟志 周锦熙 赵正达

编委：(以姓氏笔划为序) 邓伟志

江礼旻 沈金路 李炎鋈

茅廉涛 周锦熙 赵正达

参加本书撰稿作者 (以姓氏笔划为序)：

王成任	王纯冰	刘世平	田 民	江礼旻	江乐帆
祁太平	沈 荣	沈 琪	沈金路	吴 希	吴 昂
邱 云	李云庆	李炎鋈	陈宝娣	邵继梅	余耀人
茅廉涛	罗临安	周 洁	周丽明	周惠康	周锦熙
赵正达	赵淑静	钟 鹤	徐祖贤	郭静君	童福华
路振华	鲁 剑				

序

邓伟志

在《中国家庭生活大全》就要进入千百万家庭的时候，我们这支由数十位学人组成的“编者群”，心里有莫大的快慰。

中国的家庭，有特别需要加强物质建设的，但是大量的家庭特别需要加强文化建设。老实说，倘若把家庭文化建设好了，有许多难度很大的社会问题就迎刃而解了，就不需要多费口舌了。像生育问题，出生率同文化高低成反比，这是放之世界而皆准的普遍规律。在文化发达的国家中，人口呈负增长，这是铁的事实。还有犯罪率，尽管文化人也有犯罪的，但是，在赌博、吸毒、扒窃等方面，犯罪率同文化成反比，这也是放之四海而皆准的普遍规律。富裕不等于幸福，已成为人们共识。富裕是幸福的条件，但富裕决不是幸福的全部。有些人“穷得只剩下钱”，也不是很苦恼吗？

家庭文化是指家庭成员的知识、思想、价值观和行为方式等主观因素的总和。它表现为家庭中文化科学知识的提高，伦理道德的升华，审美情趣的拓展，言谈举止、待人接物的文明，生活方式的科学、高雅，家庭成员的和睦、融洽。我在《论家庭文化》（《中国妇女》1991年第5期）一文中曾经把

家庭文化的功能归结为导向功能、制约功能、凝聚功能、激励功能等四方面。为了推动这些功能的充分发挥，我们在本书中着重从务实的角度花了很大气力，从饮食文化、茶文化、酒文化到服饰文化，从娱乐文化到旅游文化，无不涉及。就拿服装来说，它决不只是一块遮羞布、御寒物，应当认为，服装更主要的是一种无声的语言，是一种高尚的艺术，是一种物化了的观念。因此，我们奉献给读者的这部书，从篇幅上看是务实的多，从根本上说，它也务虚，是从实到虚。实是虚的源泉，虚是实的升华。虚源于实，高于实，指导实。

当然，这里说的是指导思想。至于指导思想是否统帅了全书，那就有待于读者的评论，读者的指点了。书的局限性就在这里，出版之前很难把读者的意见吸收进去。因此，我们作为编纂者，希望在再版时能吸收读者意见之精华，剔除原作中之糟粕。

1992年4月18日于天纵书洞

上海科学普及出版社

部 分 书 目

中国传统吉祥图案

中国古陶瓷鉴赏

服装与心理

益寿之道

药膳指南

早 茶

菜肴围边集

目 录

菜肴篇

- 一、饮食文化 (3)
 - (一) 饮食是一种文化 (3)
 - (二) 饮食与营养 (15)
 - (三) 三大水系与八大菜系 (27)
 - (四) 不容忽视的其他菜系 (43)
 - (五) 海派菜 (54)
 - (六) 满汉全席 (66)
- 二、烹饪技巧 (71)
 - (一) 精心选料 (71)
 - (二) 讲究刀工 (75)
 - (三) 水火相济 (81)
 - (四) 烹饪的基本方法 (85)
 - (五) 谨和五味 (113)
- 三、宴客之道 (122)

饮酒篇

- 一、奇特而富有魅力的食品 (131)
- 二、古酒王国溯源寻踪 (135)
 - (一) 从“山猿酿酒”说到原始的酒 (136)
 - (二) 谷物酿酒的起源 (138)
 - (三) 蒸馏酒考 (139)

(四) 酿酒鼻祖仪狄与杜康的传说	(141)
三、饮酒史话	(144)
(一) 武松喝的是啥酒	(144)
(二) “鸿门宴”——惊心动魄的酒宴	(145)
(三) “单醪投川”——出师祝捷之饮	(148)
(四) “酒池肉林”——醉生梦死的帝王 将相	(150)
(五) “酒能蚀铁”——箴谏的贤臣	(152)
(六) 酒器摭谈	(155)
(七) 酒肆和酒旗	(159)
(八) 周总理与茅台酒	(163)
四、美不胜收的酒	(166)
(一) “酒似鹅儿破壳黄”	(166)
(二) “空杯尚留满室香”	(167)
(三) “葡萄美酒夜光杯”	(169)
(四) “小槽酒滴珍珠红”	(171)
(五) “琼海泛珠”话啤酒	(172)
五、中国名酒谱	(175)
(一) 白酒类	(175)
(二) 黄酒类	(186)
(三) 葡萄酒、果露酒类	(190)
(四) 啤酒类	(194)
六、我国人民的饮酒风俗习惯	(195)
(一) 古代祭祀与今之节日饮酒	(195)
(二) 交杯酒与生丧之饮	(199)
(三) 迎客待友之饮	(201)
(四) 屠苏酒、菊花酒和雄黄酒	(203)
(五) 文人与酒	(205)
(六) 醉态挥毫——酒与艺术家的书画 创作	(215)