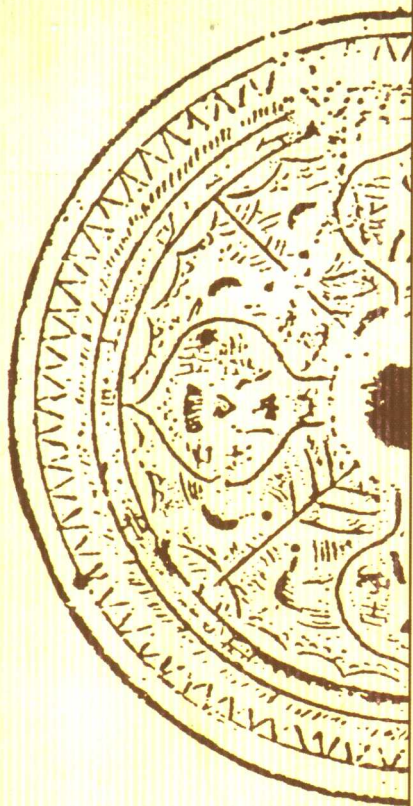


中古华北

饮食文化的变迁

王利华 ◆ 著



◆ 中国社会历史研究丛书





中国社会历史研究丛书

中古华北 饮食文化的变迁

王利华◆著

中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中古华北饮食文化的变迁 / 王利华著. —北京: 中国社会科学出版社, 2000.11 (2001.4 重印)

(中国社会历史研究丛书)

ISBN 7-5004-2892-8

I. 中… II. 王… III. 饮食-文化-专题研究-华北地区-中古时期 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 56614 号

责任编辑 郭媛
责任校对 林福国
封面设计 毛国宣
版式设计 郑以京

出版发行 **中国社会科学出版社**

社址	北京鼓楼西大街甲 158 号	邮编	100720
电话	010—84029453	传真	010—64030272
网址	http://www.cass.net.cn		
经销	新华书店		
印刷	新魏印刷厂	装订	朝晖装订厂
版次	2000 年 11 月第 1 版	印次	2001 年 4 月第 2 次印刷
开本	850 × 1168 毫米 1/32		
印张	11.125	插页	2
字数	287 千字	印数	1001—3 000 册
定价	29.00 元		

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

中国社会历史研究丛书

(第一辑)

编委会主任 刘泽华 冯尔康 陈振江

执行主编 张国刚

序

张国刚

自从人猿相揖别，饮食就成为人类特有的文化现象。子曰：食、色，性也。饮食男女是人类最基本的欲求和本能。相对于把西方文化归结为“性文化”而言，有人把中国文化称之为“食文化”。这当然都只是比喻的说法。然而，在汗牛充栋的中国历史典籍中，关于饮食文化的记载却十分零散和稀缺。要想梳理出中古时期华北地区饮食生活及其变迁，单单是史料鸠集的工夫，就足以令人生畏。坊间出售的若干谈中国饮食的书大都不免流于泛泛，有的还是辗转抄袭。人类的饮食生活作为一种复杂的文化现象，有着丰富的历史内涵。只有从地理学、农学、营养学和文化生态学的角度加以探讨，才能说清楚历史时期人们吃什么，喝什么，以及怎样去吃和怎样去喝。因此，一定的历史文献学功底和良好的相关学科训练，是开展中国古代饮食文化史研究的必备素养。

王利华博士毕业于北京大学历史系本科，曾经亲炙中古史专家王永兴、田余庆诸先生的教泽。本科毕业后他在南京中国农业遗产研究室工作和学习十余年，并师从缪启愉等先生获得农学硕士学位。在万国鼎先生开创的这个农史研究重镇里，利华博士不仅获得了系统的农学方面的知识，而且打下了深厚的农业史文献功底。1996年来南开大学历史系攻读博士学位，正值南开大学“211工程”项目“中国社会历史”启动之时，利华博士挟其独

特知识结构之优势和积聚十余年孜孜以求之学力，以《中古华北饮食文化的变迁》为题撰写博士论文，真可以说尽得天时、地利、人和，“三才”兼具之优势。

这部在博士论文基础上修订的著作，行云流水般地为我们娓娓道说着魏晋隋唐北方人的食与饮，字里行间浸润着很高的技术知识含量，作者对于史学以外的许多学科如农学、地理学、文化生态学、营养学和动植物学等方面的理论知识，运用得十分自然，没有生搬硬套的痕迹；有些问题，倘若缺乏有关的专业知识是无从讨论的。书写得比较扎实，不浮华，史料的耙梳也比较细致。博士论文印出后，同行专家给予了较高的评价。

众所周知，物质生活是人类社会赖以存在和赓续的基础和前提。研究历史时期饮食文化及其变迁，将为揭示许多历史现象的背后动因提供基本的解释。常言道，一方水土养一方人。不同的水土养育了不同的人群，形成了各具特色的区域文化。中国历史上的南人与北人，不仅是素来体质不同，而且历来学风有别，经学时代的南北经学，佛学时代的南北禅宗，直到近代乃至当代的所谓京派、海派，无不如此。其间的原因当然十分复杂。但是，研究各地风土与物产的差异，进而在饮食文化（包括食料构成、食品加工技术、烹饪方法和膳食结构等等）上的不同，无疑可为解释类似的历史现象提供十分重要的知识支撑。比如说，为什么宋代以后国人（特别是北方汉人）不再像汉唐时代那么剽悍？为什么宋代以后国人的体质日显文弱而性情日显舒缓？也正是打那以后，国人肉食生食明显减少，蔬食熟食日渐增多，烹饪方法也愈益精细。在饮食文化与体质性情这两者之间是否有什么内在的联系可以进一步探求？又比如说，当前国际学术界关于环境史、社会生态史和医疗社会史的研究方兴未艾，饮食文化史可以为开展此类课题的研究提供一个重要视角。人类食料的获得与生态环境有关，反过来人类的生活方式也影响到生态环境的变迁；膳食的构成、烹饪食品的方法、人的营养摄入等等都与疾病的滋生密

切相关，反过来中医又发展了一套食疗的理论与方法，用饮食来调节身体机能，医治疾病。总之，研究饮食文化史，不仅是藉以获得一幅有血有肉的鲜活的历史画面，而且有着更为广阔深厚的学术意蕴。

利华博士的这部著作还只是初步对中古华北地区这个特定时空范围内的饮食文化做了一些基础的研究工作，作者本意还要进一步挖掘中古华北饮食文化背后的深层内涵，比如，对于唐朝盛行的风疾之类的问题作出进一步的解释，对于饮食文化变迁所表现的社会意义做更深入的开掘。有些问题相信作者会在今后的研究中进一步予以解决，有些问题则需要留待学术界其他方面的专家在他的研究基础上进一步推进和升华。如果要系统地科学地考察中国历史上各个地区各个时期的饮食生活，则更需要学术界的共同努力。利华博士的这部著作就权当是抛砖引玉吧！

是为序。

2000年10月18日于南开大学范孙楼

目 录

序	(1)
引 言	(1)
一、选题旨趣与预期目标	(2)
二、基本思路和主要问题	(8)
三、研究现状	(10)
四、史料讨论	(16)
第一章 中古华北的生存环境	(24)
一、华北自然环境的一般状况	(25)
二、中古华北的气候	(28)
三、森林植被与陆地野生动物资源	(31)
四、水环境与水产资源	(45)
五、人口、环境容量与食物生产方式	(55)
第二章 食物原料构成的变化 (一)	(60)
一、中古以前华北食料构成的演变	(60)
二、粮食结构的逐步调整	(66)
三、蔬果种类的不断增加	(83)
第三章 食物原料构成的变化 (二)	(104)
一、畜牧业的波动和肉畜构成的变化	(104)
二、北方肉畜的输入及其影响	(125)
三、渔猎与食物中的野味	(129)
第四章 食品加工技术的发展	(145)

一、谷物加工·····	(146)
二、蔬菜加工·····	(160)
三、果品加工·····	(167)
四、动物性食品加工·····	(172)
五、调味品及其加工·····	(179)
六、豆腐问题·····	(187)
第五章 烹饪方法与膳食构成·····	(195)
一、主食的品种与主食结构的改变·····	(196)
二、菜肴烹饪及其品种的丰富化·····	(221)
三、燃料问题·····	(237)
第六章 饮料的革命·····	(244)
一、酒类品种的增加·····	(245)
二、浆与乳制品·····	(256)
三、茶饮的北渐与风行·····	(262)
第七章 文人雅士与饮食文化嬗变——以白居易为例·····	(287)
一、白居易的食·····	(288)
二、白居易的饮·····	(295)
三、白居易的饮食与交游·····	(305)
四、白居易的疾病与食养·····	(313)
结 语·····	(326)
主要参考文献·····	(337)
后 记·····	(345)

引 言

自 20 世纪以来，随着社会史和文化史研究的兴起，历史研究的价值取向发生了重大的转变，历史观察的视野也被大大拓宽了。一个重要的表现就是：史学家们越来越不再满足于仅根据帝王世系的变更、典章制度的沿革和政治风云的聚散，勾勒出一具多少显得有些干枯、僵硬和经脉不全的历史骨架，而是开始试图描绘出一部鲜活的、有血有肉的历史。为此，研究者愈来愈多地将目光投向过去未曾予以深切关注的社会生活层面，不同历史时代物质的和精神的生活条件、生活方式和生活状态，逐渐成为历史考察的重要对象。

在历史上，吃、喝、住、穿始终是人类最基本的生活需要，也是人类从事其他社会活动的基础和前提。正如马克思和恩格斯所概括总结的那样：“人们首先必须吃、喝、住、穿，然后才能从事政治、科学、艺术、宗教等等。”^① 不了解人类物质生活的历史，就无法真正理解人类社会的历史；离开了对人类物质生活条件、生活方式与生活状态的历史考察，史学家也就无从成就一部鲜活的、有血有肉的历史。饭菜茶酒、锅瓢碗盏、衣帽鞋袜、床第桌椅、舟车鞍马……细微琐屑，自然不如国家典章礼制“兹事体大”；耕稼牧畜、纺纱织布、燔黍捭豚、酿酒造酱……粗俗

^① 恩格斯：《在马克思墓前的讲话》，《马克思恩格斯选集》第 3 卷，人民出版社 1972 年版，第 574 页。

鄙陋，当然不如帝王将相的文治武功令人景仰，也不如才子佳人的风流韵事令人津津乐道，因此，即使它们的发明常常被别有用心地归功于先王圣贤，历来史书对之往往也不过是一笔带过。然而这一切琐屑物事，在任何人的日常生活中都不可须臾或缺；虽然这一切寻常俗事向来不受史家重视，但它们对于人类生命的存在、延续和社会发展，却具有着更为根本性的意义。正因为如此，致力于认识历史的血与肉，并由此洞察社会文化变迁历史真象的新史家，应更多地将目光投向人类的物质生活史，对上述这些方面予以更多的关注。

我们以《中古华北饮食文化的变迁》为题而开展的粗略探讨，正是基于以上粗浅认识，希望在这方面略尽绵薄之力。我们尝试从饮食这一最基本的物质生活与物质文化层面入手，窥测特定时代和地域环境中人们日常生活的丰富内容与实际情态，并试图通过观察与此有关的种种变化，触摸文化变迁的历史脉搏。

本文的研究范围，以中古时期的华北地区为限。所谓的“中古”，指中国历史上的魏晋南北朝隋唐时期，大体相当于公元3至9世纪；其所指的“华北”，系采用自然地理区划的概念，其地域范围比起近世以来行政区划中所谓的华北区要大得多，大致东起于海，西至青藏高原东部边缘，北达长城一线，南则以淮河—秦岭为界，基本相当于通常所谓的黄河中下游地区。文章在对具体问题的讨论和叙述过程中，有时会超出以上的时空界限，但那主要是为了对有关问题进行更充分的论证。

一、选题旨趣与预期目标

生物学告诉我们，一切生物，无论是其个体生命的存在抑或是其种群的繁衍，都是以能量的摄取和消耗为基础的：植物通过自身叶绿素的光合作用直接从阳光中吸收、积聚能量，并通过其根系从土壤中吸收水分和养料；动物则通过觅食可食植物，或捕

食其他动物，或者杂食动植物以维持生命。自封为“万物之灵”的人类，虽然高居于生物进化的顶端，也只不过是动物界中的一个“种”，同样必须通过摄食行为来获得生命存在所必需的能量。

不过，人类毕竟是动物界中一个特殊的“种”，是一种“文化的”动物——是“穿衣服的猴子”（赫胥黎语），而不是普通的猴子，他与一般动物之间存在着根本性的区别。虽然人类同其动物兄弟一样，具有各种基本的生理本能的需求，首先是食物营养需求，但两者实现需求满足的方式却是根本不同的：一般动物在饥渴感驱动下，凭借自己的肢体攫取自然界中现成的食物资源，对于它们而言，食物和水，仅仅是些能够免除饥饿和干渴的东西，只要适合自己的食性，当它们感到饥渴时，随时随地都可以食，可以饮；而人类自从其可以被称作“人”的那一天开始，即不再是单纯地凭借自己的肢体，而是依靠其所创造的文化（包括各种工具技能、组织规范和观念意识）来获得食物，农业和畜牧业发明之后，人们更通过参与干预动植物的生命过程（种植和饲养，亦即农牧生产）来获得食物，而不像其他动物那样完全仰赖于自然界现成的食物资源。不仅如此，人类对于饮食之物的选择以及实施吃喝的方式，亦非完全听任本能食性的牵引，而是受到工具技能、组织规范和观念意识等等文化条件的规范和制约。简而言之，通过饮食获得充足的营养是人类最基本的生活需求，而文化则是满足这一需求的特殊手段、方式和规则。

人类对于食物营养的需求，既是社会历史发展的原始推动力，也是文化系统最重要的凝聚和结节点。正是在寻求食物的努力中，人类发展了原始的文化，建立了初民社会；也正是伴随着人类获得食物及其他物质生活资料的能力不断增强，人类社会不断成长，文明不断取得发展进步。

毋需多言，饮食生活并非人类社会生活的全部，与此相关的文化也并非人类文化的全部，它们只是社会生活和文化整体中的一个有机组成部分。在人类发展的史前时期，社会生活比较简

单，谋取食物几乎是人类活动的全部内容，其他任何方面的活动诸如性生活、寻找和建设居所的活动等等，都不能与之相比；进入文明时代以后，人类社会逐渐变得纷繁复杂，谋取食物的活动在全部人类生活中所占的“份额”呈渐减的趋势。然而这并不是说饮食在人类生活中的重要性也因此逐渐降低，而只是说，由于人类文化的进步和技术能力的提高，人们已无需在谋求解决饥饿问题上花费几乎全部的精力和时间。事实上，在任何一个复杂的社会中，饮食都是人类生活的基本内容之一。

在任何一个历史阶段，饮食生活与社会生活的其他方面都不是互不相联、彼此割裂的，而是始终互相紧密地勾连在一起；饮食生活的变化和改善，既是人类获得食物营养的能力不断扩张的结果，同时也是社会文化整体发展的重要反映。

正因为如此，系统考察人类饮食生活和饮食文化发展的历史，理应成为历史学研究的一个重要课题，对饮食这一人类社会生活基础层面进行深入考察，不仅可以帮助我们了解在漫长的历史时期中人类为解决食物营养问题所曾作出的艰苦卓绝的努力，同时也有助于我们对人类社会和文化发展变迁规律的整体认识。

中国素以饮食文化发达而著称于世，一些学者甚至将中国文化称为“食文化”，以区别于西方的所谓“性文化”，尽管这种概括似乎含有某种戏谑的成分，但与世界其他许多民族相比，中华民族自古以来确实在饮食滋味上作出了特别多的努力，有过许多特殊的文化创造。然而十分遗憾的是，在过去，正统的历史研究对于这样一种绝对重要的日常俗事的历史，并未能予以足够的重视；20世纪80年代的文化研究热以来，各地书市上陆续出现了一批关于中国饮食文化史的书籍，但这些书籍只有几种尚有可称之处，其余基本上是自出于缺乏基本史学训练的操刀手，从历史学的角度而言，大多不能令人满意。而历史学者的有关研究，则基本限于对具体小问题的零碎考论，或在综合性著作中偶尔设立章节加以简略的介绍。

有感于这一情况，我们立意从历史学的观点和立场出发，真正将饮食问题放到特定的历史时空背景中加以观察和理解，尝试做一点历史学者的饮食文化史研究。为此，我们选择中国饮食史上一个较小的片断——3至9世纪华北地区的饮食问题，进行一个初步的研究尝试，考察此一时代当地居民饮食生活的基本面貌，其较之此前时代的主要变化，以及其之所以发生这些变化的生态和文化背景。

我们选择中古时代的华北地区作为研究对象，除因自己的专业背景所限之外，还主要因为以下几个方面的理由：

其一，华北地区是我国古代前期经济、政治和文化的中心区域，那里的饮食文化最早成熟，并显现出鲜明的地区特色。

其二，在中古时代，华北地区的饮食文化，伴随着中国历史的整体演进，经历了一次深刻而全面的变迁，这一变迁是中古时代中华文明整体变迁的重要组成部分。研究一个成熟的饮食文化体系在特定时代变迁的潮流中如何改易更化并取得新的发展，较之研究某一饮食文化体系的生成发育，在许多方面具有不同的和更为重要的意义。

其三，中古时代虽曾一度处于南北分治的局面，但总体说来，华北地区仍旧是中华民族经济和文化活动的中心区域，不仅其自身的经济文化最为发达，而且还地处北方游牧和南方稻作两种经济文化类型的中间地带，同时那里还是中古时期亚洲地区不同国家和民族文化汇集和交流的中心。因此，当时该地区不仅自身经济文化发展水平较高，而且又同时受到多种异质文化的冲击、影响和浸染。对于这样一个时代与地域的饮食文化风貌进行多维度的观察，可能获得一些更具有历史认识价值的研究成果。

毫无疑问，客观地描述中古时代华北社会饮食文化的实相，乃是本文的基本任务，但是我们也企望能在求“实”的基础上通其“变”。因此，本文不拟对中华饮食文化史实进行全面的罗列，而将讨论的重点集中于此时此地的饮食生活与饮食文化较

之前一历史时期的若干重大变化，并试图对这些变化作出合理解释。

我们承认，饮食文化变迁的根本动力，毫无疑问是来自于人类日益增长的饮食营养需求，但我们同时认为，中古时代华北饮食文化的变迁，是多种特殊历史契机和众多自然、社会因素共同作用的结果，其中文化与生态、文化与文化之间的交互作用必须予以特殊的关注。基于以下几点先入之见，我们在整个研究过程中，都试图从文化和生态两个方面寻找一系列问题的答案。

首先，生态环境是人类谋取食物及其他生活资料的自然基础，其对于人类生活具有根本性的影响。作为具有文化能力的一类特殊的生命群体，人类固然可以创造和运用文化能动地适应自然，甚至可以根据自己的生存需要不断地改造生态环境，然而，到目前为止、乃至未来相当长的一个时期，人类毕竟只是地球生物圈内众多居民之中的一个家族，无论其文化如何高度发达，无论其适应和改造自然的能力如何强大，也仍然必须在这个生物圈的范围内获得其所必需的能量和物质资源，以维持生命的存在和发展；人类谋取包括食物在内的一切生存资料的全部活动，都只不过是生物圈内物质能量大循环中的一个组成部分而已。

生态环境对于饮食的影响，突出表现为饮食文化的区域性。在进入农业社会以前，人们通过采集和渔猎获得食物，住所周围的环境特别是可食动植物资源的分布，决定了他们的食品种类和食物结构，饮食文化的区域性远在蒙昧时代就已有所显现；进入农业时代之后，人们尽管可以通过农牧生产而不是攫取天然食物来获得营养，但由于生产的对象，特别是作为初级能量生产者的植物，对于水土光热条件有着许多特殊的要求，而不同的地理区域之间，由于纬度、地形、海陆位置等因素的影响，水土光热条件存在着很大的差别，相应地，其食物获得体系特别是作物和禽畜构成也形成显著差异。不仅如此，特定区域风土环境中的干湿寒热等等，也在相当程度上影响着当地居民的生理状态和生理需

求，并有形或无形地影响、左右着人们对不同食物的偏好和对烹饪、进食方式的选择。因此，自古以来，生活在不同区域的人类，其饮食生活状况及饮食文化面貌并非完全雷同，而是各具个性，千差万别、异彩纷呈。饮食生活和饮食文化的地区个性，无疑首先是根源于各地生态环境的特异性。

然而，生态环境并非一成不变的，在历史时期，由于人类的活动，生态环境发生了翻天覆地的变化。远在旧石器时代，人类在学会人工取火和制造使用弓箭以后，即逐渐开始摆脱对大自然的被动适应，对自然生态环境施加了一定的干预和影响；进入农业时代以后，人们更通过砍伐森林、清除草莱、垦辟农田、种植饲养和营造村落城市，建立了不同类型和规模的人工生态系统，自然生态环境也因之发生了难以逆转的改变，伴随着人口的增长，这种改变不断趋向剧烈。

人类活动改变了生态环境，但被改变了的生态环境又是人类继续生存和发展的新基础，为了适应不断变迁的生态环境，人类又必须不断调整生存策略，改变经济生产和物质生活方式，发展新的文化。在历史上，经济生产和物质生活方式的许多重大变革，都是文化与生态交互影响、协同发展的结果，食物生产、消费体系的调整和变迁更是如此。

其次，饮食从来就不是一种简单孤立的生活行为，它受到众多社会政治、经济和文化因素的影响和制约；任何一个地区的饮食文化，也从来就不是在与外界绝对隔离的状态下完全独立地发展起来的，而是不断接受周边异质文化的刺激和影响。就前者而言，其他领域的物质技术进步、经济结构的变迁、政治局势的治乱、民俗风尚的流变、人口的升降和民族构成的变化、社会结构的变动和礼仪规范的更新乃至宗教信仰的形成与流播，都有可能对某一特定时代、特定地区的饮食生活产生极为重大的影响；就后者来说，虽然运用文化开展饮食活动是人类饮食生活的共同特征，但是，由于生存环境、历史传统、生产方式、社会风俗、宗

教信仰等等诸多方面的差异，不同地区和民族的饮食生活从求食方式、饮食结构到餐饮习惯乃至饮食营养观念等等，都表现出各自长期保持的独特性，各自有着许多独特的发明和创造。在历史上，不同地区和不同民族之间的接触和沟通，都必然地导致了不同类型饮食文化间的相互交流和相互补充，对外来饮食文化的吸摄和采借，不仅使得一个地区和民族的饮食生活更趋丰富多彩，而且常常诱发其饮食生活方式的深刻变迁。因此，正如自然界中某一物种的存在和演化与其所处的生态环境密不可分一样，一种饮食文化类型的发展和演变，也必定是与特定时代环境中的众多社会和文化因素紧密相联的。

我们希望本文以文化与生态的交互关系为切入点的论述，能在展示中古华北饮食生活的基本面貌、理清其饮食文化变迁的基本脉络的同时，对种种变迁的因果关系也能提出尚可自圆其说的解释；当然，我们也希望通过这一研究，为进一步理解中古中国社会与文化的总体历史变迁提供新的视点和证据。

二、基本思路 and 主要问题

在开始确定这一选题之时，一系列问题萦绕在我们的头脑中。长期以来，人们普遍认为，中国传统的饮食结构以素食为主，五谷杂粮是滋养中华民族的基本食物，而动物性食品则处于无足轻重的地位，在平民饮食中更少到几乎可以忽略不计；被许多民族奉为营养上品的畜乳及乳制品，则似乎从未曾出现于内地从事农耕的各族居民餐饮之中。如果仅就近几个世纪以来的情形而言，上述观念当然没错。但中国人（主要指从事农耕的汉民族）是不是一个“天生”的“粒食”民族？倘若我们上溯至一千年、两千年甚至更早以前，我们祖先的饮食生活情形究竟如何？在漫漫历史长河中，中国人的饮食文化有没有发生过任何重大变化？如果有，那么，其变化原因何在？经历如何？具体到中古时