



阅读日本
书系

日本料理的社会史

和食与日本文化论

和食と日本文化

日本料理の社会史



原田信男 / 著

周颖昕 / 译

每川日中友好基金
The Sasakawa Japan-China Friendship Fund



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)



阅读日本
书系

日本料理的社会史

和食与日本文化论

和食と日本文化

日本料理の社会史



原田信男 / 著
周颖昕 / 译



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

图书在版编目 (CIP) 数据

日本料理的社会史：和食与日本文化论 / (日) 原田信男著；
周颖昕译. —北京：社会科学文献出版社，2011. 4
(阅读日本书系)
ISBN 978 - 7 - 5097 - 2162 - 9

I. ①日… II. ①原… ②周… III. ①饮食 - 文化史 - 日本
IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 038702 号

· 阅读日本书系 ·

日本料理的社会史

——和食与日本文化论

著 者 / 原田信男

译 者 / 周颖昕

出 版 人 / 谢寿光

总 编 辑 / 邹东涛

出 版 者 / 社会科学文献出版社

地 址 / 北京市西城区北三环中路甲 29 号院 3 号楼华龙大厦

邮政编码 / 100029

网 址 / <http://www.ssap.com.cn>

网站支持 / (010) 59367077

责任部门 / 编译中心 (010) 59367139

电子信箱 / bianyibu@ssap.cn

项目负责人 / 祝得彬

责任编辑 / 兰 珊 吕正明 刘 娟

责任校对 / 贾连成

责任印制 / 董 然

总 经 销 / 社会科学文献出版社发行部

(010) 59367081 59367089

经 销 / 各地书店

读者服务 / 读者服务中心 (010) 59367028

排 版 / 北京中文天地文化艺术有限公司

印 刷 / 北京季蜂印刷有限公司

开 本 / 787mm × 1092mm 1/20

印 张 / 9.2 字数 / 162 千字

版 次 / 2011 年 4 月第 1 版 印次 / 2011 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5097 - 2162 - 9

著作权合同 / 图字 01 - 2010 - 6444 号

登 记 号

定 价 / 29.00 元

本书如有破损、缺页、装订错误，
请与本社读者服务中心联系更换



版权所有 翻印必究

阅读日本书系编辑委员会名单

委员长	谢寿光	社会科学文献出版社社长
委 员	潘振平	三联书店（北京）副总编辑
	肖丽媛	人民文学出版社副总编辑
	张凤珠	北京大学出版社副总编辑
	谢 刚	新星出版社社长
	章少红	世界知识出版社副总编辑
	金鑫荣	南京大学出版社副总编辑

事务局组成人员

杨 群	社会科学文献出版社
胡 亮	社会科学文献出版社
梁艳玲	社会科学文献出版社
祝得彬	社会科学文献出版社

前 言

——“食之大国”日本

今天，世界范围内掀起了和食的热潮。与多油多肉的西餐相比，和食属于健康食品，它以大米、鱼类、蔬菜为主要食材，既能美容又有益健康，是一种比较理想的饮食模式，受到广泛关注。在欧美国家开设的日本料理店，其顾客曾经只是一小部分爱好者、日本游客和居住在当地的日本人，近年来当地居民也经常光顾了。

现在，吃日餐的人口（一年中吃一次以上日本餐的人）估计约6亿人，全世界的日餐饭馆达24000家（朝日新闻：二〇〇五）。不仅在美国，在欧洲，甚至包括亚洲，寿司店和旋转寿司店都颇受欢迎，和食正在逐渐向世界各地渗透。不久的将来，和食说不定会成为继法餐、中餐之后的第三势力。

话说回来，在饮食生活中，保守性元素的力量极强，一个人成长的家庭、社会环境、加上味觉和爱好都像人身体的一部分那样让人习以为常，所以很难迅速地改变人本身固有的口味和饮食习惯。现代日本人中，有不少人年轻时喜好多油多肉的饭菜，上年纪后也回归到吃鱼类等清淡饭菜的。也有很多人去国外旅行，计划享受品尝多国美食，但不到一星期就嚷着要吃米饭、吃小咸菜、喝大酱汤的。饮食方面的保守性，换言之就是传统，要从中摆脱出来，是多么难啊！

当然，另一方面，人有品尝珍稀食品、新鲜食品的兴趣，对不同口感怀有强烈的好奇心，它在现实中推动了各种饮食变得更加丰富。从这个意义上说，饮食文化的确是在传统与改革的基础上，不断发展起来的。两者的平衡才是最重要的，这不仅体现在饮食生活上，其他各种社会文化的本质，从根本上说也遵循这条规律。

饮食生活还极大地受到气候、风土这类地理环境的影响，人类是吃土地和河海中生长出来的生命才生存下来的，如果离开各自不同的地域，就不会有饮食生活。但是现代社会有着发达的流通经济网络，只要有经济实力，就可自由地得到国外的各种食品。

日本的食物自给率，按热量基准算只达到 40%，除小麦和大豆外，畜产品、水产品都不得不大量依靠进口。但是，同样的热量基准，从供应量和摄入量的差别看，20 世纪 90 年代后半期的废弃食品达 30%（安本：二〇〇〇）。现代日本有着非常丰富的或者说过度丰富的饮食生活，各种食品充斥在人们的周围。

在这种情况下，我们对于餐饮的意识也大大改变了。我们现在虽能够广泛获取国外开放的餐饮文化，但在理论上也绝不是那么单纯的。所以我们有必要回顾形成今天这种餐饮文化的过程。而且烹饪文化不是仅限于一个国家内部的问题。本书就是要以“和食”为线索，将其放在与周边国家的关系的氛围中，历史地考察各时代是如何构建餐饮文化的，餐饮文化是如何演变过来的。

和食と日本文化 by HARADA NOBUO

© 2005 HARADA NOBUO

All rights reserved

Original Japanese edition published in 2005 by Shogakukan Inc. , Tokyo

Chinese translation rights in China (excluding Hong Kong, Macao
and Taiwan) arranged with Shogakukan Inc.

through Shanghai Viz Communication Inc.

本书中文简体版根据小学馆 2005 年版译出，版权所有。

Contents

序章 何谓和食.....	001
一 何谓和食.....	001
二 变化的餐饮与文化.....	002
三 和食与日本文化论.....	004
四 日本的地形与气候.....	005
五 在亚洲的世界中.....	007
 第一章 日本料理的早期历史与文化	
——史前时代的饮食文化.....	009
一 旧石器时代的饮食生活与文化.....	009
二 绳文时代的饮食生活与文化.....	010
三 弥生时代的饮食生活与文化.....	012
四 古坟时代的饮食生活与文化.....	015
五 神话中的食物体系.....	017
 第二章 古代国家与食物体系	
——日餐的源流.....	020
一 古时的稻米文化与天皇.....	020
二 古代国家对稻米的推崇与对肉食的排斥.....	022
三 供奉给神灵的神饌.....	024
四 神饌与佛供的关系.....	026
五 古代国家的餐饮体系.....	029

六 古代国家的味觉体系.....	031
七 食案、碗、筷与个人专用餐具.....	033

第三章 中世餐饮文化的形成与发展

——大乡料理、素斋、本膳料理与怀石料理.....	038
一 中世饮食生活的特色.....	038
二 大乡料理（宴会）的形成与中国文化.....	039
三 “切割”“给人看”的餐饮与用餐礼仪方式.....	041
四 圀饭中的公家与武家.....	044
五 素斋（精进料理）的形成与佛教文化.....	046
六 庖丁人与调菜人.....	048
七 本膳料理的形成与武家文化.....	051
八 庖丁流派与烹饪书籍的出现.....	053
九 茶道与怀石料理的形成.....	056

第四章 近世时期烹饪文化的成熟

——自由的餐饮与庶民的乐趣.....	062
一 近世饮食生活的特色.....	062
二 宽永时期的餐饮文化与《料理物语》.....	064
三 茶道与怀石料理的渗透.....	067
四 元禄时期的餐饮文化与新兴町人.....	069
五 享保时期的餐饮文化与审美意识.....	072
六 烹饪书籍的流派与烹饪理论.....	075
七 宝历至天明时期的餐饮文化与烹饪书本.....	078
八 化政时期的餐饮文化和会席料理.....	081
九 外国餐饮的影响.....	086

第五章 明治的开放与西餐

——西餐的接受与演变.....	092
一 西餐进入日本.....	092
二 肉食解禁与西餐.....	097
三 西餐馆的开办与普及.....	099
四 肉食的发展与它的烹饪法.....	102
五 西餐烹饪书籍与折中菜肴.....	105
六 折中菜肴与学校教育.....	109
七 大石禄亨与村井弦斋的烹饪观.....	111
八 在底层发展的日餐.....	114

第六章 大正、昭和时期的市民社会与和食

——日本料理的演变与发展.....	121
一 市民社会的形成与三大西餐.....	121
二 中餐的接受与发展.....	125
三 朝鲜餐的接受与发展.....	128
四 第二次世界大战前的日本料理与战时、战后的饮食生活.....	131
五 经济高速增长期的稻米食品和鱼、肉类食品.....	135
六 餐饮的多样化与在外就餐、半成品餐.....	140
七 餐饮的国际化与走出国门.....	142

第七章 从和食看日本文化.....

一 从和食看北海道.....	145
二 从和食看冲绳.....	149
三 饮食与文化的国际性.....	153
四 和食与日本文化.....	157

结语.....	161
参考文献.....	164
专栏	
寿司.....	059
天麸罗.....	089
日式烤肉.....	118

序章 何谓和食

一 何谓和食

我们即使住在日本，也可以找到其他各国的食材，品尝到世界各地的食品。在百货店与超市里，摆放、陈列着全世界稀有食材和调料，还有各种各样的民族食品，既可以在各地餐馆品尝，也可以买回烹饪好的美食在家享用。

尽管在这样的美食环境中，和食还是最受欢迎的。我们周围的餐馆中，提供和食的店是最多的，但和食到底是什么呢？这个问题极难回答。国外的日本餐馆里，几乎都提供猪排饭，如果猪排饭是和食，那么咖喱饭、拉面也是和食啦？一定会产生这样的疑问。

关于这一点，有人认为，猪排饭、咖喱饭或蛋包饭都是洋食，洋食是西洋料理中被日本化的食品。可是“洋食”这个词，是幕府末期、明治初期出现的词汇，明明是西餐的意思。将那些食品称做和式洋食也还基本能懂，但将日式西餐称为洋食就不敢苟同了。当然若要说起典型的和式套餐，一般是指生鱼片或烤鱼、煮鱼，再加上冷豆腐、煮菜这样的模式。

但如果历史性地考虑味觉体系的话，味噌酱、酱油这类调料曾极受重视，一般的搭配方式是米饭配大酱汤和腌菜，再加上小菜，这就是和食了。猪排饭、烤肉、汉堡肉饼等，才刚加入和式套餐不久。就算是烤肉、汉堡肉饼，如果加点萝卜泥蘸上酱油吃，就立刻成了美味的和风料理了的话，笔者现在在这里使用和式套餐、和风料理这类词，但如果给这些食品加上日本食品、日本料理这样的称谓，称其为和食也没有什么不合适的感觉吧。

其实和食这个概念极其模糊暧昧。可能有人认为，“和 = 日本”这个公式本身虽无问题，但严格意义上的和风料理和日本料理是不同的事物。确实，“和”与“和风”二者之间，在词汇方面就大不相同。可是如果置换为“日本”、“日本式”时，其意思就变得模糊暧昧了。所以一定要面对日本到底是什么这个大问题了。

如果有人问，日本是什么？很难马上说出其本质内容。因为日本这个词的内容与实质，是随着时代变化的。一开始是“日本式”的事物，不知不觉中成了“日本”。从历史的角度看“日本”、“日本式”，也是同样的。并不是从一开始就存在日本这个事物的本质。历史发展到某个阶段，“日本”才出现了。

回到和食的问题上。要给和食一个具体的形象，需要请外国人出场。如果请外国人吃和食，首先想到的是什么呢？恐怕多数人的头脑中，会浮现出日式烤肉、天麸罗、寿司这类东西吧。但请注意，日式烤肉是明治时期才出现的食品，天麸罗是南蛮传来的，传说江户初期德川家康^①是吃了炸鲷鱼后死去的。寿司确实是很早就有了，原本在东南亚耕种水田的地区广泛食用，江户后期又发展出了饭团寿司。

最能代表和食的前三位食品，其历史甚至都难以上溯至中世社会。但是没有日本人认为它们不属于和食。关于这些食品，将详细在正文或专栏中介绍，和食这个词，其实是在明治以后才出现的。明治时期的文明开化政策，带来了西餐、中餐，为区别于这些事物，出现了和食这个概念，可以说，日本料理这个意识，正是在这个时期萌芽的。

二 变化的餐饮与文化

前文说到，在饮食文化中，传统的分量很重要。但是无论是餐饮还是饮食生活，都会随着时代的变化而变化。技术的传播与进

^① 德川家康：请参照关于天麸罗的专栏介绍。其他寿司、日式烤肉等也有专栏介绍。

步，或者交易范围的扩大，使得即使生活在同样风土环境中的餐饮的做法与内容，甚至饮食方法、喜好，都伴随着时代而发生变化。

这将在下文中详细论及——日本列岛开始有农耕之前，动物性食品占据重要位置，人们种植水稻吃大米，是弥生时代以后的事了。律令制国家形成后，奖励稻米耕种，对肉食的忌避逐渐强化，这在历史上是件社会性地改变饮食喜好的大事件。

换言之，人们在社会大系统中，会被动地或主动地转变价值观。各种事物与现象，都在既向着适合自己的方向改变，又从理论上加以解释，但同时还要符合当时的秩序。这就是个人、集团或者社会、国家的自我同一性。

最小的社会单位“个人”，是以迎接死亡的方式实现更替的。新的价值观与文物，通过各种文化接触后，才进入集团或个人中。因此，不知不觉中集团、社会既继续守护着传统，又缓缓地不得已地变化着。传统与变化之间，取得了微妙的平衡，但又可分为缓慢变化时期与急剧变化时期，这主要是内在的或外在的冲击力发挥着重要作用，时代不同，变化的速度也不同。

以前的历史就是这样走过来的。话题回到料理上，从中国传来的稻米，是日本饮食生活中几乎不可或缺的要害。可是最具日本式的茶点（怀石料理），却丝毫没有稻米的身影。但是促使品尝茶点的味觉系统建立的，毫无疑问是稻米文化的功劳。其使用的调料，与其配套的酒、小点心等嗜好品，都与稻米有密不可分的关系。

正如下文论述中所示，茶点（怀石料理）的产生，与从中国传来的素斋关系极深，茶道的源流也正是在中国。在历史中形成的传统，再加上不断的变化，才使得日本料理发展起来，其内容则随着时代不断变化着。

前文提到的近些年的事例，比如咖喱饭、拉面，在今天都成了漂亮的和食。我们吃的咖喱饭与拉面，在日本以外的国家是看不到的（原文如此——译者注）。咖喱饭是正经的米饭类食品，拉面也是用日本的味噌酱、酱油或者鲣鱼汁等调料烹饪出来的，其风味博得了很多人的喜爱。

餐饮与饮食生活或者文化的变化，是社会变化的表现。同为日本历史，在绳文时期与弥生时期就大大不同，古代与中世、中世与近世、近世与近代，社会的存在方式已发生显著变化，传统自身也发生着变化。时代的变迁，使得社会变化，使得文化变化。正如和食是在漫长的传统中，历史性地创造出的事物一样，日本文化也是历史的产物。

三 和食与日本文化论

和食并不是从一开始就有的，日本文化也不是从一开始就存在的。他们都是在历史中形成的，只是其背后一定要有社会性的文化接触，在那其中才形成了传统。

远在形成国家之前就有了社会、有了文化。通过与其他社会的接触，保留了适合自身社会的长处，创造出更加高雅的文化，几种社会融合后才建立了国家。这样形成的文化与国家，再进行新的文化接触，实现社会的不断变化。

确实，历史发展的结果，催生了日本料理，并促其逐渐发展，其自身具有了更高超的技巧和更丰富的内容。同样的，日本也在与中国大陆、朝鲜半岛，甚至与南方、北方，以至后来的欧洲通过文化接触、交流之后，使日本文化具有了独特的价值观与内容。

日本料理与日本文化在概念上，如果以时间为轴划分的话，就无法具体断定何时为最典型的时期。因为这些都是随着时代的变化而变化的，给予其一个统一固定的定义几乎没有意义。所以“日本”与“日本式”，在历史上不得不具有同样的意义。

当然变化并不是毫无原则的变化，从日本式的事物中，可以看到一些共同之处，讨论日本不是不可能的。讨论日本文化论，是应该受到欢迎的，但以前的日本文化论的前提中，有些人默契地认为日本是不变的，日本是早就预先存在的。若要真正地从事正面讨论日本，必须要站在充分了解其历史的基础上。

即使是同一张嘴，也会说出不同的、各种各样的若干个日本

来。绳文时代以前的日本，在地理上与中国相连，如今的日本列岛形成以后，东西南北四方或者山川、海洋、半岛等，地形与气候也完全不同，再加上各自的历史，形成了各种各样的风土，所以形成了若干个日本。

我们的最终目的是要重新审视日本文化，在这里要以和食也就是日本料理为基础考虑问题。饮食生活在不同社会中占有极大比重，它在古代建立了很密切的关系，从文化侧面观察的话，即使在近现代，也明确地昭示着其本质。

饮食不仅是支撑人类存在的必不可少的生活的一部分，通过烹饪而实现共食^①这一人类独有的行为，表现了各种社会文化的存在方式，与其最根本的部分密切相连。

此前研究饮食历史的人，很少有人积极地讨论日本文化。在讨论日本文化的人们中，也有轻视饮食问题的倾向。倒不如说，曾经甚至存在过这样一种风气：不讨论关于饮食的话题是日本人的美德。

前文已述，笔者并不是要正面讨论日本文化，而是不仅要讨论饮食生活这个社会性问题，还要从文化要素的视角，把餐饮作为重新审视日本文化的线索来考察。所以，本书讨论的对象，是和食也就是日本料理的历史，并留意其背后各时代存在的日本文化的问题。

四 日本的地形与气候

在深入餐饮史的问题之前，为探讨日本的饮食生活，有必要了解以下几件事情。那就是在讨论以时间为轴心的问题前，要关注空间的特点。日本列岛基本上处于温带，南北绵延 3000 多公里，既包括亚寒带气候的北海道，也有亚热带气候的冲绳。

① 共食：神与人、人与人之间的共同饮食。神人共食是一种仪式，通过人向神献上供品实现人与神共同品尝，进而转化为强化人与人之间联系的方式。

这两地在日本长时间处于一种类似“异域、异国”的情境关系中，所以在饮食生活方面有特殊的位置。现在当然这两地毫无疑问地属于日本的一部分，而且在绳文时代时期，就与本州、四国、九州有着共同的文化。关于这个问题，笔者将在最后一章重点分析。

日本既是岛国，也是多山的国家，海岸线蜿蜒曲折，其总长有2.8万公里，能绕地球半周。山地占内陆面积的70%，平原不过30%。受亚洲季风^①的影响，覆盖山区的森林地区，由于降雨量较大，所以储备了丰富的水量，拥有优质的水源。关东平原等地势平坦的地方，有些直到近代都处于水量足充的状态。受自然的恩惠，日本是个拥有丰富的海、山资源的国家。

岛国这样的自然环境，乍看之下，人们容易认为这是个封闭的空间，这是因为江户时期政治上选择的锁国政策给人造成了强烈印象。海岛确实看起来是个封闭的空间，反过来看却是每个地方都是开放的空间。从东南部过来的海流，经冲绳分为日本海流（黑潮）和对马海流，尤其是后者几乎与日本列岛的走向平行。

从北方过来的千岛海流沿着千岛列岛（亲潮）流过来，阿穆尔河水又回流到鄂霍次克海，冬季时带来大量的浮冰。利用这些洋流的流向，人们从远古时代就自由地在海上来往，虽然恐怕为此付出了巨大的牺牲。

这些洋流实现了南北文化的接触，若将目光转向西面，则有近在咫尺的朝鲜半岛，再远则是拥有灿烂文明的广阔的中国。这条路线将丰富的文化带到了日本。历史反对假设，但如果日本列岛距离大陆或半岛有四五百公里的距离，恐怕就没有日本今日的繁荣了吧。种类繁多的知识与技术，以及文物、制度，甚至文字、历法等文明传来的文化之路，历史上给予了日本列岛巨大的附加价值。

① 亚洲季风：从印度吹来的经东南亚、中国，到达日本的大规模季风。季风中含有印度洋的水蒸气，同时又带有印度与印度支那半岛高温多湿的气候特点，带来大量降雨。日本夏季正处于北太平洋高压下，为梅雨的形成补充了水蒸气。在这种气候环境中，发展出了亚洲的水稻耕作。（原文如此——译者注）