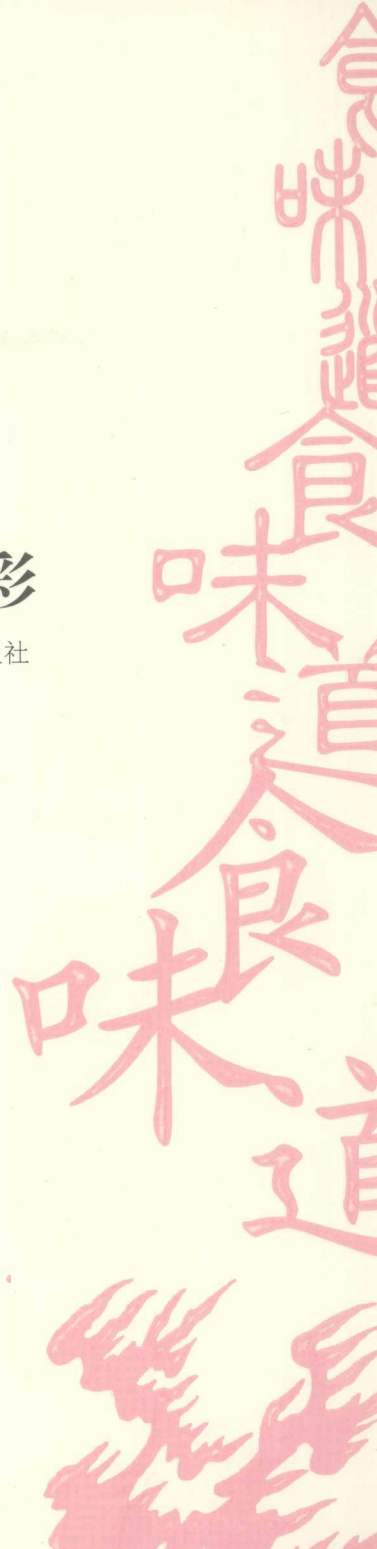


食·味·道：
华人的饮食歧路与文化异彩

高成鸢 著 紫禁城出版社



食·味·道：
华人的饮食歧路与文化异彩

高成莺 著 紫禁城出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

食·味·道：华人的饮食歧路与文化异彩 / 高成鸢
著. —北京：紫禁城出版社，2011.4
ISBN 978-7-5134-0121-0

I. ①食… II. ①高… III. ①饮食-文化-中国
IV. ①TS971
中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第036341号

食·味·道：华人的饮食歧路与文化异彩

著 者：高成鸢

责任编辑：刘 辉

特约编辑：郎 寰

装帧设计：王孔刚

出版发行：紫禁城出版社

地址：北京东城区景山前街4号 邮编：100009

电话：010-85007816 010-85007817 传真：010-65129479

网址：www.culture.cn 邮箱：ggcb@culture.cn

印 刷：保定市中国画美凯印刷有限公司

开 本：170×210毫米 1/16

印 张：30.75

版 次：2011年4月第1版

2011年4月第1次印刷

印 数：1—3000册

书 号：ISBN 978-7-5134-0121-0

定 价：46.00元

目录

前言 / 15

本书观点体系梗概 / 23

上编 饮食的历史

第一部 “得天独薄” 的肉食时期 / 31

为什么管洋人叫“禽兽” / 31

万物由来：洋人的上帝、华人的吃 / 31

游牧民族 低“人”一等 / 33

农夫认为抢粮的无异于野兽 / 35

“粒食者”本是华人的正式自称 / 37

畜牧是“走享其成” 华人何以无缘 / 39

牧牛阳关道 种粟独木桥 / 41

答客问：回应怀疑者的论难 / 44

兽肉匮乏 渔压倒猎 / 47

冰河——黄河：泽国之梦 / 47

猎神伏牺不识弓箭？ / 49

靠水吃水：渔猎与舟车 / 51

八卦三划“爻”：稀泥上的鸟爪印 / 53

捕兽机：分布全球，中国独无 / 55

人生常恨水常东 / 56

中国话为什么总是鸟在兽先 / 58

边吃边生的“视肉”：肉食者饥饿的神话 / 58

孔子曰：“鸟……” / 59

捕鱼得鸟：从捕鱼篓到天罗地网 / 61

网开一面 鸿荒之世 / 63

弋：带线的箭射什么鸟 / 65

龙、凤的由来：鱼、鸟——中国先民的肉食 / 67

中国独无图腾？ / 67

龙蛇混杂：水怪臆造缘于食物 / 68

凤=鹏=朋：无非大量的鸟肉 / 70

出身于鱼的龙凤为什么都飞上了天 / 72

龙凤呈祥：两部族结合的媒人找到了 / 73

第二部 曲径通幽的粒食歧路 / 77

坐吃山空：饥饿文化的形成 / 77

大熊猫、中国人：难兄难弟 / 77

茹毛吞草：从人倒退到畜生 / 79

神农并非神医 尝草岂为寻药 / 81	
“甘”何以成为美味标准 / 82	
饥馑：逃荒者的尸体填平“沟壑” / 84	
“菜色”与“鬼火” / 85	
西方：只有近代一国有大饥荒 / 87	
生存压力：环境与人文的互动 / 89	
洋人纳闷：饿死的伯夷兄弟何不打猎吃肉？ / 89	
炎帝焚山一把火 尧帝烧窑万年炉 / 91	
大粪：中华文化定型的关键 / 93	
华人种族生存的“鱼子战略” / 96	
假说：繁生、聚居两大基因的由来 / 98	
粟：伟大的中华文化从细小的草籽中生成 / 100	
百谷选一：粟（稷）成了粮食的代表 / 100	
麦=来：天赐瑞物“不期而来” / 103	
神农为什么弃优取劣 / 104	
最庞大的人口 最细小的食物 / 106	
禾：文化“恋根”之由 / 107	
为什么饿极反有肉吃 / 109	
奇妙的循环：粮→粪→猪鸡→农家肥→粮 / 110	
饮食歧路造成文化的种种古怪——饥饿文化面面观 / 112	
独有三脚鼎 竟无三角形 / 112	
社稷：中国人的谷神、土神 / 115	
为何中华文化崇尚黄色 / 117	
万本位来自谷穗 千本位来自羊群 / 119	
医食同源 药膳共功 / 122	
筷子由来之谜 / 124	

“假谦虚”是饿出来的 / 128

第三部 饭菜分野与味的启蒙 / 131

“生米做成熟饭”曾历尽艰难曲折 / 131

中国最早有石碓而无石磨 / 131

“粗糙”一词来源于谷粒 / 133

“粒食”起初只能在石板上烘熟 / 135

早期陶器：非盛水之罐 乃烹饪之鼎 / 137

黄帝教民喝粥 孔子之祖吃饘 / 139

蒸饭：甑（蒸锅）的伟大发明 / 140

“蒸”的意义涵盖了中华文化 / 142

从汽到“气”：煮、蒸及“饮食哲学”的萌生 / 144

从“水火不容”到“水火相济” / 144

反自然的“水在火上”：烹饪的卦象 / 145

五千年前的蒸汽装置 / 147

“阴阳”的抽象：日月、雌雄与水火 / 148

“五行”：聚焦于一幅“先民烹饪图” / 150

揭开“盖子”的秘密 / 152

“空气”的缺失与哲学之“气”的由来 / 154

羹：润滑助咽剂、唾液分泌刺激剂 / 157

老周公为何一饭三吐哺 / 157

吃粟饭离不开助咽剂的羹 / 159

羹：从纯肉一步步变成无肉 / 161

从羹里加“糝”到“菜”里勾芡 / 162

中国美食“滑”倒天下 / 165

羹叫你“垂涎六尺” / 167	
饭菜分野与“两点论”思维模式 / 169	
齑咸的酱、咸菜 / 169	
洋人哪懂下饭、菜肴？ / 172	
主食、副食：饿出来的概念 / 174	
饭：从“蒸米”到“日常的一饱” / 176	
菜：从“能吃的野草”到“龙肝凤胆” / 178	
多汤的羹怎么变成了无汤的“菜” / 180	
吃与中国人的“两点论”思维模式 / 182	
餐式种种尽成双 / 185	
饮食文化的“开天辟地”：食的异化与味的启蒙 / 191	
大谬千古无人觉：有味鸡肋变“无味” / 191	
异化：“味”的灵魂背弃了“食”的躯壳 / 192	
“民以食为天”新解 / 195	
彩画要靠白地衬：甘受和，白受彩 / 198	
吃螃蟹为什么必须自己剥 / 199	
中餐使洋人“举国若狂”，何不痛快接受？ / 201	

中编 “味道”的哲学

第四部 华人“味道”感官功能的调适 / 207

难以捉摸的“味”：中华文化的灵魂 / 207	
满纸荒唐言 谁解其中“味” / 207	
“味”与中国文化的“大一统”观念 / 209	
饮食之“味”：三物同名的谜团 / 215	

- 知味：困倒古今圣哲的难题 / 211
- “味”字蕴涵着远古的奥秘 / 213
- “味”谜团的破译（之一）：华人嗅觉的退隐 / 217
- 古人说兰花是“臭”的 / 217
- “臭”何时变得臭不可闻 / 219
- 花草“芬芳” 黄米才“香” / 221
- 臭→腥→嗅 / 223
- 洋人“香臭不知” / 226
- 香臭对立与中国的伦理文化 / 227
- 鼻子的感觉迷失在“口”中 / 229
- “味”谜团的破译（之二）：华人味觉的弥漫 / 231
- 西汉以前没人知道舌头管尝五味 / 231
- 洋人不知“苦”味 / 233
- 科学的“味觉”概念 完成于中西印的协力 / 235
- “味觉”上的人格分裂 / 237
- 老子“五味”太糊涂 食客“味觉”大倒退 / 239
- 昏话一句：五味调和百味香 / 240
- “味”谜团的破译（之三）：鼻口之合，良缘天成 / 242
- 神秘的“人中穴” / 242
- 乾坤（男女）、天地：鼻君临于口舌之上 / 244
- 味蕾的逃逸 / 245
- 中国调料当“红娘” / 246
- 诗人的鼻子能闻出苦味 / 247
- 吃出来的华人“通感”及“诗性思维” / 249
- 华人美学“通感”的超常发达 / 249
- “味”的感觉与模糊逻辑 / 251

惊人的考证结论：馄饨=混沌=糊涂=古董=黄帝 / 253

中国人艺术生活、诗性思维的由来 / 254

第五部 中餐“味道”审美内涵的形成 / 257

火胃贲华越万里——“香”的由来 / 257

鱼香肉丝香型香水？ / 257

色鬼之“香”？馋鬼之“香”？ / 258

香艳奇案的侦破：编磬是关键 / 260

“香”是中华魂 / 262

椒香与牛芎的“热”恋 / 264

没有“恶臭”哪来肉“香” / 266

“香”不离热 / 268

火胃西来 入贲中国 / 269

与“油”失之交臂 与“香”相见恨晚 / 271

“香”的成熟：元代“香油”是标志 / 274

水妖现体历千年——鲜的由来 / 276

鲜自来就没法捉摸 / 276

肉食文化不知“鲜”味？ / 278

鼎里烹羹 妙味萌生 / 279

隐约水中善匿形 百般描绘长无名 / 281

迟至宋初 芳名始露 / 283

“模特”是鲥鱼 嫩手如春笋 / 285

千年“老味精”就差没提纯 / 287

味の素：日人捷足先登 “新鱼精”：神秘谶言证实 / 290

鲜：日人擅改名，洋人终不悟 / 292

道分阴阳 味合鲜香 ——“味道”在近代的形成 / 294

美食价值标准的“分久必合，合久必分” / 294

“甘”的神秘字形预言“味”的一分为二 / 296

从“甘”到“鲜”“香” / 298

谁想到“味道”是个近代新名词？ / 299

反向合抱“阴阳鱼”：“味”→“味道”的分合过程 / 301

“阴阳鱼”的黑白眼 / 303

倒流嗅觉：味道的奥秘在于“倒味” / 305

哥哥是个“瞎鼻子” / 305

智者林语堂差点闯进“倒味”暗堡 / 307

点破千古难题：人人熟悉的倒味体验 / 309

“七咂汤”气坏洋绅士 / 311

烹字倒立 把戏惊人 / 313

给想得诺贝尔奖的研究者指条明路 / 315

道可道 是“味道” / 317

“道”没法说，只能借“味”来领会 / 317

味无味：无为有处有还无 / 319

禅味：佛教禅宗的由来 / 320

洋国师取字“道味” / 322

张果老倒骑驴：“倒”与“道” / 323

下编 调和的艺术

第六部 吃与华人的生活艺术 / 329

中餐的口感：譬如乐器的音色 / 329

洋人纳闷：木耳、竹笋有啥吃头 / 329

鱼翅“滋味”：口中的触觉 / 331	
胶牙饧的游戏：“好吃”在“难吃” / 332	
慈禧太后馋臭萝卜 / 334	
提琴曲悦耳：旋律、节奏，更有音色 / 336	
口感基因来自粒食 / 337	
“三”在中华文化中的特殊意义 / 339	
颠覆常理的烹饪绝技 水火交战的炒、炸 / 341	
煮→蒸→炒：水火调控的三次飞跃 / 341	
炒有点像“可控”氢弹爆炸 / 343	
炒=吵：水火关系的万年演进 / 345	
发明炒的诱因 / 347	
炒遍全球 无所不炒 / 349	
炸：冰激凌也敢炸 / 350	
华人与“水火”（上）：烹饪的基础原理 / 352	
西方：历来无人喝开水 中国：自古有“汤”常沸腾 / 352	
烹饪使华人对“水火”关系独有认识 / 354	
“火食之道”始于水煮 / 356	
华人与“水火”（下）：文化的独特范畴 / 358	
为什么食物要分寒凉温热 / 358	
解开中国人“上火”的大谜 / 360	
饮食能不能改变人体基因？ / 362	
水火：烹饪给中国哲学带来独特范畴 / 364	
水火范畴涵盖中华文化的方方面面 / 366	
中华的贵水文化 / 368	
中华神话解读：水的渴望与火的恐惧 / 370	
热吃是中餐的灵魂 / 371	
美食家满头大汗 / 371	

冷吃？热吃？知味与否的表征 / 373

寒食节的意义：凉吃近于挨饿 / 374

脍何以失传？ / 376

为什么中国话“衣在食先”？ / 378

忘记黄酒热饮 危及中餐生存 / 381

“自助餐”会毁掉中国文化 / 383

时空互动（上）：中国烹饪的刀口、火候 / 385

从时空范畴看饮食万象 / 385

空间与时间：刀口、火候没关系吗 / 388

肉食文化“有割无切” / 390

肉片薄如蝉翼：无限小观念的由来 / 392

怎么样把人“化为齑粉” / 394

馅的由来：披萨饼的官司 / 397

炼丹和烹茶：火候向时间的两极进军 / 400

主妇为什么不如厨师？ / 403

时空互动（下）：中餐之美实现在变化的追求中 / 405

错而不乱：时空变化的追求 / 405

韭黄与粽子：时序的超越和延续 / 407

时空转换：移步换景的动态美 / 410

“盖浇饭”现吃现浇 / 411

四大菜系与仿古菜 / 414

“饕”的研究 / 417

美食家=大肚汉？ / 417

用“饕虫”替换“老饕” / 419

口刁：美食家不吃黄瓜与香肠 / 422

尖饕与清饕：黛玉爱吃螃蟹吗？ / 424

发动机与制动器 / 427

大饕者寡食 / 428	
和>烹调+音乐+伦理+政治+艺术+哲学…… / 430	
为什么避免用“和”字 / 430	
先秦论文NO.1:《论烹羹等同于奏琴》 / 432	
中华文化“和”于一鼎 / 434	
原汤化原食及平抑百味大“酱”军 / 436	
中国古代厨师都是宰相级的 / 438	
德国的“和声” 中国的“和味” / 441	
烹调出来的“中庸之道” / 444	
渺无际涯的“食德饮和” / 446	
艺术的生活与人生哲学 / 449	

第七部 吃与文明：演进的大势 / 453

饮食功用中西异型：营养vs味道；科学vs艺术 / 453	
“捣皮拳”与太极拳怎么比赛？ / 453	
洋人不明“味道” 华人未闻“营养” / 455	
两个相反的苏东坡 / 457	
营养学家孙中山帮我说话 / 458	
美食家梁实秋有个营养学家女儿 / 460	
中餐发展“内在必然性”的认识 / 463	
中华茶文化：美食运动进程的反映 / 463	
羊→鱼、西北→东南：中华美食大运动 / 465	
解读伊尹他娘的怪梦 / 468	
人类文明进程的“火盛水亏” / 471	
吃与“和”：文化全球化前景 / 474	
饮食在中西文化中地位悬殊 / 474	

中西文化：男女文化vs饮食文化 / 477

学科地位：烹饪不比扇子重要？ / 479

学科归属：文化人类学的半壁江山 / 483

知白守黑，为天下式：教主的预言、国父的诠释 / 487

前言

人当无不喜斯书 二十年前“文化热”中，一位青年学者写道：“不能把我一棒子打懵的书，我不读。”如今这种奇书一样会被埋没。

翻阅一下就能认定这是奇书一本，奇在跨文化、跨领域、跨体裁。好奇是人的天性，奇书必多读者——可惜，信息爆炸使“浅阅读”成为潮流，加上世人心态浮躁，谁还耐烦读厚书。

不管世界怎么变，人，作为动物，不变的需求是吃；作为高级动物，还有永恒的终极需求：自问“我是谁，我从哪里来的”。本书的内容，恰恰是这两大需求的结合。

我们是华人，吃的是中餐。世界公认，中华文化是最古怪的文化，中餐是最古怪的饮食。两大古怪之间有没有内在关系？

中华文化最突出的特色，王蒙先生之说大概没人反对：汉字与中餐。这两者又以哪个为主？拿常用虚字“即”“既”来看，其篆体，左边同为食具的象形；右边都是人形，而方向相反：“即”是凑上前去吃，“既”是吃后背身而去。大量汉字是“吃”出来的。

The image shows the seal script for the character 即 (Jí). It is a stylized, cursive form consisting of a single continuous line that forms a loop at the top and ends in a long, sweeping tail.

即的篆字

The image shows the seal script for the character 既 (Jì). It is a stylized, cursive form consisting of a single continuous line that forms a loop at the top and ends in a long, sweeping tail, similar to the character 即 but with a slightly different internal structure.

既的篆字

古代经典《礼记》断言，“礼”（大致相当于文化）“始于饮食”，而林语堂先生发现洋人羞于谈吃，似乎觉得那会接近动物。吃在中西文化里的地位有天地之殊，而中餐、西餐又有水（煮蒸）火（烤）之别。这都是怎么形成的？

笔者曾提出过，“全球化”倘若实现，中华文化的最后堡垒必定是中餐，这也没人反对吧？出过国的都有体会：西服，归来后还不愿脱；中餐，饿得像害病一样。衣服是文化的表象，而饮食是深层。

半世纪前有个美国黑人回非洲找到祖先的部落，写了一部书《根》，使“寻根”热潮席卷世界。“崇古”自来是中华文化的突出特点，当代华人会不再关心自己的根？

倒是怕“枯燥无味”会妨害文化寻根的热情。然而通过谈吃来认识中华文化的由来，相信必能让人读得“津津有味”。

洋人可能对本书更感兴趣。他们不乏亲炙中华文化的热望，却被汉字的繁难排拒；中餐则相反，孙中山先生说，在他那个年代美国人对“中国之味”嗜好到“举国若狂”。

饮食文化的比较研究，意义无限。从积极方面看，堪作生趣之半的“口福”，洋人远未享受，开发空间极其广阔。消极方面也许更重要：假如终于认定“后现代”危机关联着西方文化的某种基因缺陷，那么择取“远源基因”来加以矫治，或许会帮助人类社会找到出路。

本书迟早将受到华洋读者、学者的关注。我想不出不如此的理由。