

那样活
这样活

活

古今时尚大对照

★ 陈 露 文 / 申中飞 周颖颖 图 ★

新星出版社 NEW STAR PRESS

彩霞 (910) 白泉湖万林图



古今时尚大对照

★ 陈 露 文 / 申中飞 周颖颖图 ★

新星出版社 NEW STAR PRESS

图书在版编目(CIP)数据

那样活, 这样活 / 陈露著; 申中飞, 周颖颖图. —北京: 新星出版社, 2009.7

ISBN 978-7-80225-707-8

I. 那… II. ①陈…②申… III. 社会生活—中国—古代—通俗读物 IV. D691.9-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第108202号

这样活, 那样活

陈露 文 申中飞 周颖颖 图

策划编辑: 九月九

责任编辑: 许 彬

装帧设计: 

出版发行: 新星出版社

出 版 人: 谢 刚

社 址: 北京市东城区金宝街67号隆基大厦 100005

网 址: www.newstarpress.com

电 话: 010-65270477

传 真: 010-65270449

法律顾问: 北京建元律师事务所

读者服务: 010-65267400 service@newstarpress.com

邮购地址: 北京市东城区金宝街67号隆基大厦 100005

印 刷: 重庆花溪印制厂

开 本: 889×1194 1/16

印 张: 14.25

字 数: 300千字

版 次: 2009年7月第一版 2009年7月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-80225-707-8

定 价: 29.00元

版权所有, 侵权必究; 如有质量问题, 请与出版社联系调换。



食

- 003 分案而食——分餐制
- 008 鱼脍——生鱼片
- 014 大饼——披萨
- 020 海肠子粉——味精
- 025 立办——快餐
- 031 酥山——冰激凌
- 037 蜜沙冰——红豆刨冰
- 042 苧蒺、米花——爆米花
- 047 含香丸——口香糖

装扮

- 055 挽面、开脸——脱毛
- 060 黑发——染发
- 065 口脂——口红、润唇膏
- 071 薰香——香薰
- 077 义髻——假发

- 083 黛——眉笔
089 靽——靴子
095 楚腰——减肥
101 妇容——美容
107 凤仙花——指甲油

玩乐

- 115 远足——驴友
122 冰嬉——冰上运动
128 叶子戏——扑克牌
135 蹴鞠——足球
142 捶丸——高尔夫球

生活

- 151 皂角——洗发水
156 冰鉴——冰箱
161 凉药、水银、藏红花、了肚贴——避孕药
167 胎病——胎教
172 兰汤沐浴——药浴
179 揩齿——刷牙
185 触器、角先生——性用品
192 夕市——夜市
198 招幌——广告
205 验身——婚检
211 润笔——稿费
217 天人合一——环保

食

一个民族传统文化的形成需要悠久的积累和演变，分餐是古代的传统饮食方式，却又为现代人提供了一种时尚健康的生活理念。几千年前古人用过的分餐制，除了在西餐里实行，在现代中式饮食里也得到了发扬……

古

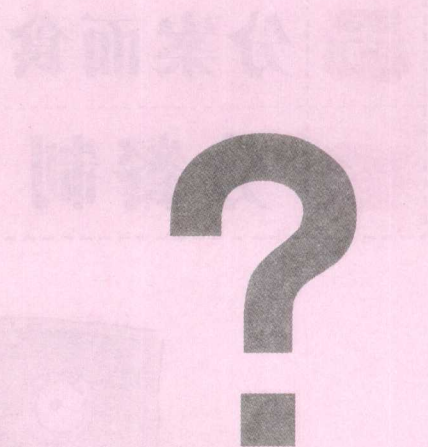
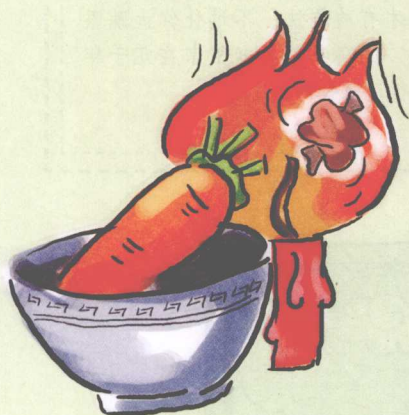
分案而食

今

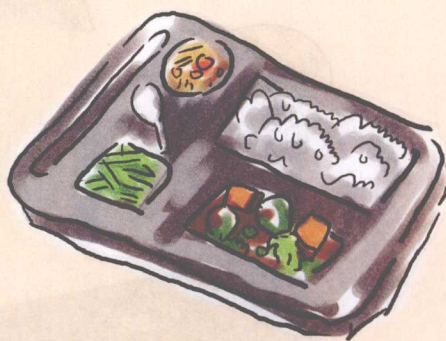
分餐制

只要一提到分食，大家会觉得这是西餐才有的吃法。不过让你大跌眼镜的是，其实我们的老祖宗在几千年前就实行过分食制。





古今大比拼



从上古文献和出土的器皿图案可知，我们祖先聚宴吃饭，是双膝着地“跽坐”着，人前各一案摆放饭菜，即便只有两人，也是分案而食。任何一个传统习惯和风俗的由来绝不是偶然的，从分食演变到合餐，最根本的原因是吃饭时所用家具的变化。

《后汉书·梁鸿传》：“为人赁舂，每归，妻为具食，不敢于鸿前仰视，举案齐眉。”案就是食案，是古代用来端饭的木板器物。用餐时，把每份菜肴放在案内，端到各人席前，每人吃自己案里那份。正因为古代是自己吃自己的一份食物，梁鸿的老婆孟光才会举着案给他送饭去。这种吃法跟现在的快餐如出一辙。放到现在的快餐店，就应该是梁鸿先去占个座位，孟光点了份炸鸡腿，然后端着盘子送到他面前用餐。

另外一个有关分食制的故事是在《史记·孟尝君列传》里。孟尝君广招天下贤士，一天请一个新来投奔的侠士吃饭。席间烛光飘摇，美酒美食。谁知道就是这该死的烛光惹了误会，席间侍从不小心挡住了烛光，影影绰绰，孟尝君盘子里的一个萝卜可能被投影成了一个肘子的形状。这位侠士也有些眼花，心里愤愤然：“好你个孟尝君，居然独自享用美食！”于是他怀揣着对一个肘子的愤怒离开了宴席。这显然说明那时候的筵席是一人一一份的，侠士才认为孟尝君跟自己吃的饭菜不一样。

在湖南长沙马王堆一号墓出土了一件云纹漆案，这件食案制作精美、色彩鲜艳，是汉代贵族高官家备用的高档餐具，这也足以证明中国古人很早以前就以分食制作为传统的饮食方式。古代的食案，到现在演变成了快餐店的托盘。所以别觉得端着托盘吃快餐是很西化的事情，这是中国古代悠久的历史传统而已。不止是西方快餐有托盘，日本的大小快餐店甚至一般饭店都用中国式的托盘，不过这似乎已经变成了日本人自己的传统了。从出土的汉墓壁画、画像石和画像砖中，均可见到席地而坐、一人一案的宴饮场景，而没有多人围桌欢宴的场景。出土的实物中，也只有一张张低矮的

小食案。

既然古人吃饭最初是实行分食制，到唐代为什么逐渐演变为合餐呢？主要原因是由于高桌大椅的出现。繁盛的唐代是世界之都，包容着来自各个国家和地区的新事物。这时少数民族的椅凳传入中原，当时叫“胡床”、“胡坐”。床前明月光里，李白不是睡在床上看月光，而是坐在类似马扎的小板凳上感叹月光。白居易《咏兴》：“池上有小舟，舟中有胡床。”狭窄的小舟里还能放下一张床？这当然不可能，所以这里的床也是指胡床。既然有了小板凳，那就不用再坐在地上进食，案从一个搁板加上了四条腿，这就是桌子的雏形。所有的桌椅腿全都变高了，那么大家才能有条件围在一起吃饭。这个时候还每人一份的话，一是桌子放不下；二是大家聚集在一起还分而食之就难免尴尬。自此围桌就餐的形式开始普及，但也不是完全舍弃。北宋何远的《春渚纪闻》记载过一次“邻人小席”，菜肴皆分到每个人的盘子里，分食此时还有所体现。直至明朝，众人合吃的“合餐制”才完全取代“分餐制”，并且才产生了围绕饭桌的一系列饮食文化。



我们的分食

要不要实行分餐，实在是一个老命题。支持派振振有词地呼吁，要向西方学习，每人一份食物，既节俭又健康。反对派强调，这是我们流传上千年的老传统，围桌而坐的饮食文化不能丢弃。甲之砒霜，乙之蜜糖，没有定论的分餐，已经作为一种常态的饮食方法在我们的生活中随处可见。

一个民族传统文化的形成需要悠久的积累和演变，分餐是古代的传统饮食方式，却又为现代人提供了一种时尚健康的生活方式。几千年前古人分餐制的传统，除了在

西餐里实行，在现代的中式饮食里也得到了发扬。在中式快餐店里，选择购买自己想要的饭菜，放在古代的“案”即现在的托盘里。这样的做法可谓多赢，既满足了人们对西餐吃法的那么一点儿矫情的爱好，又是非常健康的分餐法，同时还是符合中国人口味的中餐。采用这样旧瓶装新酒的做法，中式快餐店的生意越来越火不是没有来由的。也许有一天，老外排队点一份回锅肉或者宫保鸡丁就成他们时尚的吃法了。

实行分餐制有时候也是因为一个事件的促发。20多年前的台湾乙肝大爆发，90%的台湾人被感染！其中大概十分之一的人由此得了肝硬化或肝癌。从那时候起，台湾全力推行家庭“分餐制”，阻断口沫传播，“从娃娃抓起”，自小开始“分餐制”，台湾的乙肝爆发率得以大幅降低。所以孟尝君宴请的那位侠客实在没有必要为了一个肘子大动肝火，至少您降低了感染乙肝病毒的危险。

分餐是一个古老的传统，但是出发点并不是健康，而是因饮食器皿的格局才采用分餐制，现在追求分餐制则很大一部分是从健康的目的出发。既然时代背景和出发点不一样，那我们也没有必要苛求一定要采取哪种饮食方式。围桌而坐是我们的传统，分餐也是我们的传统，在不同的场景和地点，选择最适合我们自己的饮食方式，并不需要因噎废食。



古

鱼脍

今

生鱼片

时间在流逝，生鱼片在几千年的沿袭后慢慢隐匿，到今天却又以时尚的姿态复出江湖。

008



对于生鱼片，现代中国人以为是舶来品，认为是日本流传过来的，但它却是地地道道的中国美食，并且历史悠久。

古人对生鱼片的爱好，最早可追溯至周宣王五年（公元前823年）。宋代出土的西周青铜器“兮甲盘”里就有关于鱼脍的铭文记载。当年周师于彭衙（今陕西白水县之内）迎击獫狁，凯旋而归。大将尹吉甫私宴张仲及其他友人，主菜是烧甲鱼加生鲤鱼片。《诗经·小雅·六月》记载了这件事：“饮御诸友，炰鳖脍鲤。”“鲤”就是活鲤鱼，是当时做生鱼片最好的材料。

《论语·乡党》：“斋必变食，居必迁坐。食不厌精，脍不厌细。”脍就是鱼脍。吃鱼脍要尽量地切得细而薄，古人对生鱼片早已吃出了一套精致的吃法。诗《六月》篇是中国北方吃鱼脍的最早记录，东汉赵晔才在《吴越春秋·阖闾内传》中写道，吴军攻破楚都郢后，吴王阖闾设鱼脍席慰劳伍子胥。可见鱼脍在古代是作为上等食物出现，是招待贵宾、犒劳大臣的首选。

鱼脍在古代是时尚食品，这可从东汉应劭在《风俗通义》中的记载得到证明。这本书收录了各地的风俗习惯和奇人奇事，其中一条是：“祝阿不食生鱼。”祝阿（今山东齐河县祝阿镇）的居民不吃生鱼，应劭认为是奇风异俗，是件奇怪的事情，和当时的流行风气相悖。

脍所用之鱼，早时以鲤为脍，“切葱若韭，实以醢以柔之”。醢是肉酱，《论语》中又有对脍等食品“不得其酱不食”的记述。

后来，鲈鱼成了做生鱼片的新宠。隋炀帝赐鲈鱼脍为“金玉脍”。南宋诗人范成大

?



古今大比拼



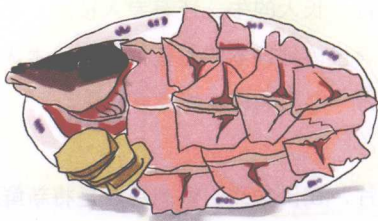
?

“西风吹上四鳃鲈，雷松酥腻千丝缕”。范仲淹作《江上渔者》：“江上往来人，但爱鲈鱼美。君看一叶舟，出没风波里。”宋《太平广记》：“作鲈鱼脍，须八九月霜降之时。收鲈鱼三尺以下者，作干脍。浸渍讫，布裹沥水令尽，散置盒内，取香柔花叶相间，细切和脍，拨令调匀。霜后鲈鱼，肉白如雪，不腥。所谓金齏玉脍，东南之佳味也。紫花碧叶，间以素脍，亦鲜洁可观。”精细的鲈鱼脍，制作过程也很繁复。

其实用鲈鱼做脍，其名气出于晋朝张翰。张翰字季鹰，本是苏州人。他到了洛阳做官，“见秋风起，乃思吴中菰菜莼羹、鲈鱼脍，曰：‘人生贵得适志，何能羁宦数千里，以要名爵乎？’遂命驾而归”。为了一口美食，干脆不要功名利禄，跑回老家去了。后世辛弃疾赋词说到：“休说鲈鱼堪脍，尽西风、季鹰归未？”表示了自己不愿归隐，又英雄无用武之地的苦闷。苏东坡写《乌夜啼》赞曰：“更有鲈鱼堪切脍，几辈莫教知。”说的是厨子技艺高超，秘不外传。

唐代是食用生鱼片的高峰期，生鱼片成为文人骚客的最爱。李白的《鲁中都有小吏逢七郎以斗酒双鱼赠余于逆旅，因脍鱼饮酒留诗而去》。在李白将要辞别古中都之时，一位当地的小吏携带着琥珀色的鲁酒（山东出产的酒）及两条小汶河（小汶河纵贯汶上，长达八十余里）出产之鱼，赠予李白。两人畅饮美酒，食用鱼脍，人生好不快哉。

王维在《洛阳女儿行》诗中写道“侍女金盘脍鲤鱼”；王昌龄的《送程六》诗云“青鱼雪落脍橙齑”；白居易的《轻肥》诗就提到：“脍切天池鳞”，晚唐夏彦谦的《夏日访友》诗则有“冰鲤斫银脍”；五代后蜀君主孟昶宠妃花蕊夫人的《宫词》亦提到“日午殿头宣索脍”。从宫廷到民间，大家都爱食鱼脍。生鱼片的吃法，正是在唐代生鱼片的繁荣期流入日本的。





中国发展到以农耕文化为主流的现代饮食习惯中，很少有生吃鱼肉的习惯。而在以海洋文化为主的西方，虽然没有到达“茹毛饮血”这样夸张的程度，但是对于食物也还有一些保持生嫩的追求，当然最典型的例子就是对待牛排。因为我常常看到有人撰文写在某牛排馆要了一份七成熟、八成熟的牛排，然后被侍应生鄙视的眼神杀死。结尾一般是说中国人应该懂得一些吃外国食物的礼仪。

但是当我在走进牛排馆装作很小资地要牛排时，服务生问要几成熟，我心里第一反应绝对是：全熟！但虚荣心作祟不敢堂而皇之地叫出那两个字，于是“哦，嗯”了半天，终于低声地说：“我要九成熟！”赶紧低下头，默默地送别服务员脚步。但是对于一个真正懂得品尝牛排的食物达人来说，当你要五成以上熟的牛排，你已经被时尚抛弃了。看来要做一个时尚中人并不是件容易的事情，至少吃五分熟的牛排对我这样习惯吃熟食的人是一个巨大的考验。

比起还可以选择几成熟的牛排来说，生鱼片干脆就是一个“生”字，这是检验你是否为一个合格小资的更大考验。新鲜的鱼切片装盘，蘸上芥末酱等佐料，配上紫苏萝卜丝等消除刺身腥味并帮助消化的蔬菜，就可以慢慢品尝鱼片本身的鲜嫩味道了。

日本是一个容易接受外来文化的国家，无论是生鱼片，还是牛排，在日本都被接受并且发挥到了极致。日本著名的神户牛排的制作甚至从牛的饲养就开始了。培养一种专门听音乐长大的牛，还有专人按摩，据说这样的牛肉质细嫩而爽滑，价格自然不菲。而从唐代传到日本的生鱼片，在日本人的生活中更是占据了重要的地位，并且推广开来成为一个影响日本的重要文化。

生鱼片，在日本又叫做刺身。是将新鲜的鱼、贝等原料，依照适当的刀法加工，