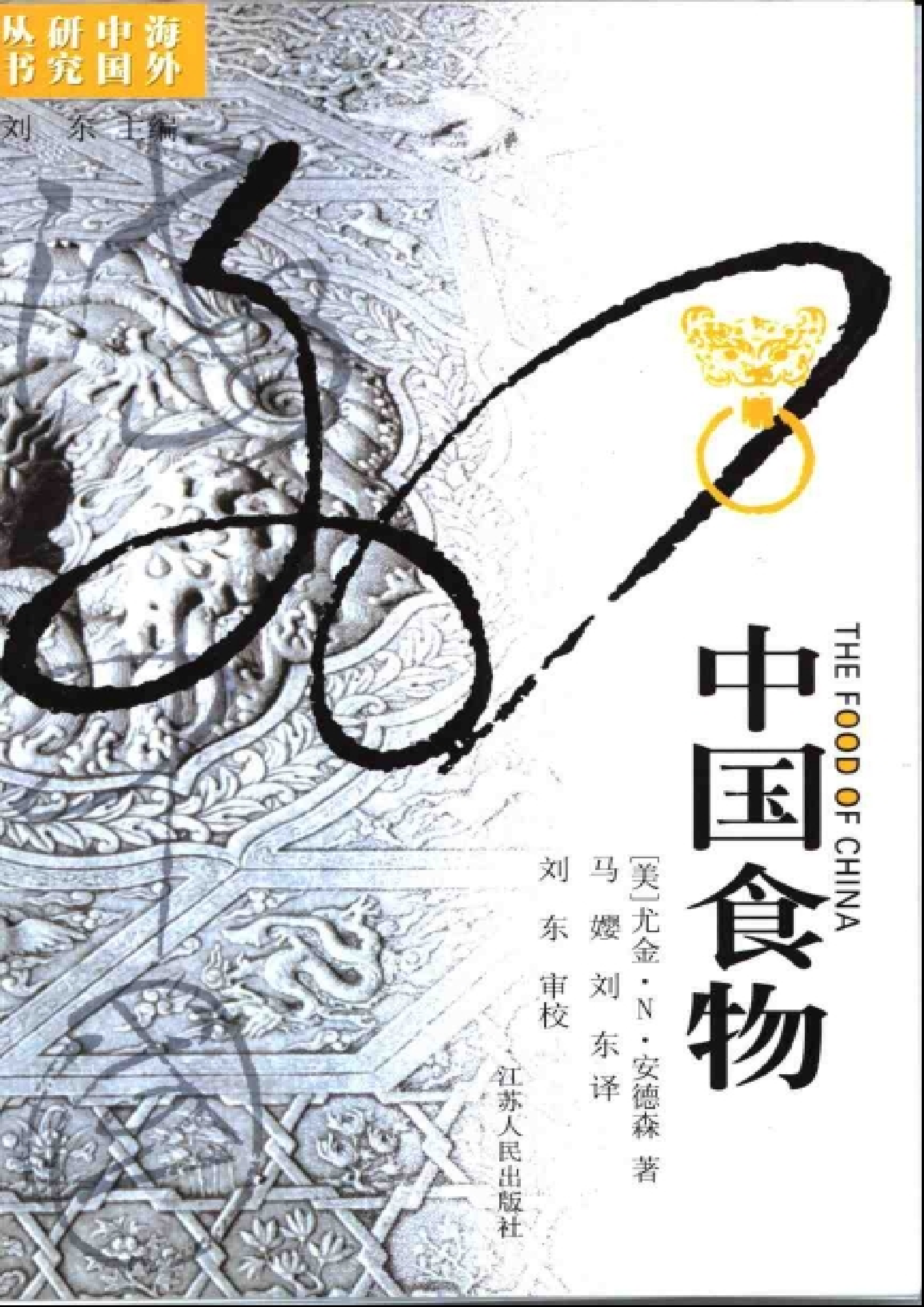


海外中国研究丛书

刘东主编



THE FOOD OF CHINA

中国食物

[美]尤金·N·安德森 著

马嫫 刘东 译

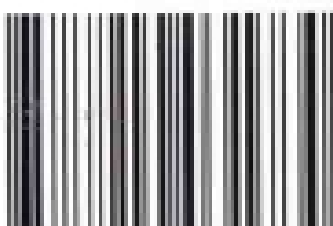
刘东 审校

江苏人民出版社

海外中国研究丛书已出书目

- 【古代中国的思想世界】〔美〕史华慈 著 【现实主义的限制——革命时代的中国小说】〔美〕安敏成 著 【危险的愉悦——20世纪上海的娼妓问题与现代化】〔美〕丽莎 著 【大分流 欧洲、中国及现代世界经济的发展】〔美〕彭慕兰 著 【中国食物】〔美〕尤金·N·安德森 著 【上海罢工——中国工人政治研究】〔美〕裴宜理 著 【一个中国村庄 山东台头】杨懋春 著 【中国近代思维的挫折】〔日〕高田虔次 著 【斯文 唐宋思想的转型】〔美〕包弼德 著 【历史三调 作为事件、经历和神话的义和团】〔美〕柯文 著 【宋代江南经济史研究】〔日〕斯波义信 著 【中国农民经济——河北和山东的农业发展,1880—1949】〔美〕马若孟 著 【汉哲学思维的文化探源】〔美〕郝大维、安乐哲 著 【血路——革命中国中的沈定一(玄庐)传奇】〔美〕萧邦奇 著 【近代中国之种族观念】〔美〕冯客 著 【转变的中国——历史变迁与欧洲经验的局限】〔美〕王国斌 著 【汉代农业——早期中国农业经济的形成】〔美〕许倬云 著 【欧洲中国古典文学研究名家十年文选】乐黛云、陈珏 编选 【他山的石头记——宇文所安自选集】〔美〕宇文所安 著 【莱布尼兹和儒学】〔美〕孟德卫 著 【佛教征服中国】〔荷〕许理和 著 【经学、政治和宗族——中华帝国晚期常州今文学派研究】〔美〕艾尔曼 著 【新政革命与日本——中国,1898—1912】〔美〕任达 著 【功利主义儒家——陈亮对朱熹的挑战】〔美〕田浩 著 【东亚文明——五个阶段的对话】〔美〕狄百瑞 著 【孔子哲学思微】〔美〕郝大维、安乐哲 著 【近代中国与新世界——康有为变法与大同思想研究】〔美〕萧公权 著 【中国的现代化】〔美〕罗兹曼 主编 【中国 传统与变革】〔美〕费正清、赖肖尔 著 【寻求富强 严复与西方】〔美〕史华慈 著 【中国现代思想中的唯科学主义(1890—1980)】〔美〕郭颖颐 著 【胡适与中国 的文艺复兴——中国革命中的自由主义(1917—1937)】〔美〕格理德 著 【摆脱困境——新儒学与中国政治文化的演进】〔美〕墨子刻 著 【中国思想传统的现代诠释】余英时 著 【儒家思想新论——创造性转换的自我】〔美〕杜维明 著 【德国思想家论中国】〔德〕夏瑞春 编 【儒教与道教】〔德〕马克斯·韦伯 著 【中华帝国的法律】〔美〕布迪、莫里斯 著 【最后的儒家——梁漱溟与中国现代化的两难】〔美〕艾恺 著 【梁启超与中国思想的过渡(1890—1907)】〔美〕张灏 著 【洪业——清朝开国史】〔美〕魏斐德 著 【文化、权力与国家(1800—1980年的华北农村)】〔美〕杜赞奇 著 【义和团运动的起源】〔美〕芮钊瑞 著 【在传统与现代性之间——王韬与晚清改革】〔美〕柯文 著 【中国政治】〔美〕汤森、沃马克 著 【蒙元人侵前夜的中国日常生活】〔法〕谢和耐 著 【中国社史】〔法〕谢和耐 著 【从理学到朴学——中华帝国晚期思想与社会变化面面观】〔美〕艾尔曼 著 【东亚之锋】〔美〕霍夫亨兹、柯德尔 著 【北美中国古典文学研究名家十年文选】乐黛云、陈珏 编选 【台湾 走向工业化社会】〔美〕吴元瑜 著 【五四运动 现代中国的思想革命】〔美〕周策纵

ISBN 7-214-03173-6



9 787214 031730 >

ISBN 7-214-03173-6

1054 定价:20.00元

刘东 主编
周文彬 总策划

THE FOOD OF CHINA

中国食物

〔美〕尤金·N·安德森 著

马嫫 刘东 译

刘东 审校

江苏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国食物/(美)安德森著;马嫫、刘东译;刘东审校. —南京:江苏人民出版社,2002.7

(海外中国研究丛书/刘东主编)

ISBN 7-214-03173-6

I. 中... II. ①安... ②马... ③刘... 龙... III. 饮食—文化—中国
IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 019899 号

The Food of China

Copyright © 1988 by Yale University

Chinese translation copyright © 2003 by Jiangsu People's Publishing House

All rights reserved

书 名 中国食物
著 者 尤金·N·安德森
译 者 马 嫫 刘 东
审 校 刘 东
责任编辑 汪意云
出版发行 江苏人民出版社(南京中央路 165 号 210009)
网 址 <http://www.book-wind.com>
集团地址 江苏出版集团(南京中央路 165 号 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华书店
照 排 江苏苏中印刷厂
印 刷 者 丹阳教育印刷厂
开 本 960×1304 毫米 1/32
印 张 9.625 插页 2
字 数 300 千字
版 次 2003 年 11 月第 1 版 2003 年 11 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 7-214-03173-6/G·1054
定 价 20.00 元

(江苏人民版图书凡印装错误可向本社调换)

谨以本书献给世界上饥饿的人们，希望中国供养人类四分之一人口的经验能被更广泛地借鉴。

序“海外中国研究丛书”

中国曾经遗忘过世界,但世界却并未因此而遗忘中国。令人嗟呀的是,60年代以后,就在中国越来越闭锁的同时,世界各国的中国研究却得到了越来越富于成果的发展。而到了中国门户重开的今天,这种发展就把国内学界逼到了如此的窘境:我们不仅必须放眼海外去认识世界,还必须放眼海外来重新认识中国;不仅必须向国内读者移译海外的西学,还必须向他们系统地介绍海外的中学。

这套书不可避免地会加深我们150年以来一直怀有的危机感和失落感,因为单是它的学术水准也足以提醒我们,中国文明在现时代所面对的决不再是某个粗蛮不文的、很快就将被自己同化的、马背上的战胜者,而是一个高度发展了的、必将对自己的根本价值取向大大触动的文明。可正因为这样,借别人的眼光去获得自知之明,又正是摆在我们面前的紧迫历史使命,因为只要不跳出自家的文化圈子去透过强烈的反差反现自身,中华文明就找不到进入其现代形态的入口。

当然,既是本着这样的目的,我们就不能只从各家学说中筛选那些我们可以或者乐于接受的东西,否则我们的“筛子”本身就可能使读者失去选择、挑剔和批判的广阔天地。我们的译介毕竟还只是初步的尝试,而我们所努力去做的,毕竟也只是和读者一起去反复思索这些奉献给大家的东西。

刘 东

1988年秋于北京西八间房

在一个饥饿随处可见的世界里,中国设法在可耕地相对很小的面积上养活了1/4的人口。这一成就,除了归因于行之有效的社会主义政府外,还归因于中国的农业体系,不仅高产,而且——至少原则上——是可持续发展的。中国农业大量依靠高产农作物品种、养分的反复循环、水资源的有效利用和由数千万农民耕作者高度熟练的集约劳动,而不太依靠机器和化学品。既然现代工农业的变化归咎于能源成本的上升与水土污染规模的扩大,中国的选择就变得更有吸引力。人类的未来可能要依靠中国式集约农业与“高技术”时代的技术之结合。

因此,几年前我开始研究农业在传统中国的发展。我的希望是现代的政府和个人将向中国人学到如何促进发展的一些教训。

我从看似合理的假设开始,即中国为养活不断增加的人口而形成了农业体系。为了养活不断增加的众多人口,中国逐步发展其农业体系。然而,我发现很多关键的发明是在中国人口庞大和密集以前就产生了。的确,现在的情况看来是,人口的高度密集使中国比其已知的人口较少的时代更加集约化、却又更少有发明(赵冈,1986年;伊懋可,1973年)。这不是否认人口压力对中国农业的重要意义——或者更准确地说——食物的高效要求对中国农业的重要意义。然而,对食物的需要可以在几方面得到满足,例如,通过扩张和征服,通过外迁,通过过分依靠一种主要农作物(如同大饥荒以前的爱尔兰),或通过杀婴。所有这些在中国历史的不同时期都曾尝试过。然而,中国的基本解决办法是发展精耕细作的、高度多样化的、可持续的农业。为什么作出这种选择呢?

中国生态环境的多样性允许甚至鼓励耕作体系的多元化。较高水平的贸易(甚至在史前时代)促使高度“理性化”的市场体系在文明开始后不久就出现了。这又促使政府关注食物的获取——不仅为了平民,还为了军事保

障。军队必须有补给；被围困的城市必须有食物供应。于是，到中国的帝国时代渐露端倪之时，充分发展的农业政策已经存在了，而且政府还承诺给予农业以极大的优先权。这项政策成功了。在农业生产率方面，直到相对现代以前，中国远远走在任何其他文明之前。

中国人讲究食物、烹调法和精心安排进餐，则有另外的根源。围绕着对名誉和地位的承认，礼仪和礼节将社会准则制度化了。对老人和精英人物的尊重要用宴会来表达。神，作为社会共同体的“集体代表”，也坚持要最好的东西；他们品尝献祭食物中无形的精髓，而人类社会则分享有形部分。此外，中国很早就发展了医学，营养在其中起最重要的作用。很多食物被食用，很多农作物被栽培，只不过是它们的药用价值及营养价值（真实的或假托的）。

这些信仰体系导致了对食物生产体系的要求。就连穷人也想要美食，至少为了新年和其年迈父母的生日。就连健康人也想要通过喝豆浆、吃有生姜的鸡或海参，来使自己青春永驻。因而，具有营养价值的小宗农作物也得以栽培。

帝国时代的中国显示了下述悖论：高度进化的食物生产体系与饥饿的百姓并存。这部分地归因于对子孙满堂的看重——儿子们是一个人年老时的惟一保证，还归因于掌权者企图从百姓那里榨取所能榨取的任何东西，往往把他们逼到生存线以下。食物体系继续强化，因为农民要努力生存下去。

简单的决定论不能解释中国的食物体系。它是人类选择的产物，即皇帝和农民、商人和主妇、医生和渔夫无数决定的产物。

在本书中，我提出了对中国食物的一般看法，讨论了在解释它如何演变为今天这种状况时所碰到的一些问题。很多问题依然存在。例如关于传统时代的产量问题，我们知道得仍旧很少，最近由温大中（音译）和皮门特尔所写的著述（1986a, 1986b）就指出，产量甚至比我们所想的还要高。如果这些学者是正确的话，中国的食物体系就远比我们认识到的更有效。我们需要更多地知道人口统计的情况；施坚雅最近的著述（1986年）提出，中国古代人口普查数字可能完全被夸大了。我们也需要更多地了解帝国时代中国的租税和土地所有权以及它们怎样影响生产的情况。我们需要更多地知道整个体系起源的情况（古德炜，1983年）。我们必须弄清来自西亚的影响，了解医学、美学和享乐主义以及实际存在的区域性差异。但我自信中国食物史的主要轮廓现已明朗。

本书并非对中国食物作全面考察：没有理由去重复由白馥兰（1984年）、张光直（1977b）、比利·温奇·扬（1984年）和别人提供的对过去事件的精彩

描述,或者雅克·梅(1961年)、R. O. 怀特(1972年、1974年)和伊丽莎白·克罗尔(1983年)所作的那些当代营养学之类的考察。我不打算考察自现代工业社会波及中国以后农业方面的变迁:那将需要比本书更长的另一本书。我关注的全然是传统体系,因此我将其现代变迁留给更有资格论述的人。我的著作不包括综合性书目;我只引用容易得到的资料,用来说明本书的特定论点。尤其是不论得失与否,我几乎没有提到中国的文学作品(部分是由于图书馆里不易得到)。我目前正继续从事研究,在一些方向上延伸到了这一计划。本书只是一个驿站。

鸣 谢

本书的问世归功于几块大陆上数以百计的人们。我借此机会深谢所有未在这里提及姓名的人。我没有忘记你们！只是篇幅不许可我一一历数。

对我的前妻及合作者玛丽亚·L·安德森和我的三个孩子劳拉、艾伦与塔马尔，我所欠太多。他们经历了多年的实地调查，并与我一起享用了数千餐令人惊奇的膳食。本书在很大程度上归功于玛丽亚的协助、经验和思想。

在帮助我研究的很多人里，我特别牢记着乔国泰（音译）及其一家、塞西莉亚·乔·劳、王春华（音译）、陈滕梁（音译）、郭伟德（音译）、约翰·何，以及阿利·宾·埃萨。我对他们和其余很多人深表谢忱。

我也欠我老师们的情，特别是布伦特·伯林、彼得·布德伯格、尼克·科尔比、沃尔弗勒姆·埃伯哈德、道格拉斯·奥利弗和爱德华·谢弗。

在帮助和支持过我研究的同事及朋友里，我热爱和感谢我的父母、戴维·艾克斯-琼斯、斯坦利和安妮·贝德林顿、白馥兰、保罗和萨利·比尔、陈启云（音译）、艾伦·菲克斯、希尔·盖茨、切斯特·戈尔曼、菲利普·黄、朱迪特·卡托娜-阿普特（尤其感谢她催促我采取行动解释中国的食物方式）、迈克尔·卡尼、卡罗尔·拉德曼、维克托·利皮特、罗伯特和凯瑟琳·马丁、苏切塔·梅扎姆达尔、詹姆斯和海伦·麦高夫、卡罗尔·纳金加斯特、杰奎琳·纽曼、马乔里·托普利、巴巴拉·沃德、克里斯廷·威尔逊、比利·温奇·扬，以及其他许多人。

也感谢埃伦·格雷厄姆和斯蒂芬妮·琼斯富于同情的校订，并永远感谢乔伊·塞奇和许多打字员与助手处理我不规范的手稿。

这项研究得到了加利福尼亚大学、美国国家精神卫生研究所和国家科学基金，以及世界卫生组织提供的基金。我的希望是，本书在我们走向更好的世界食物体系时将提供帮助，并藉此部分地报答纳税人，他们是我的最终赞助人。

年 表

- (约)公元前 6500—6000 年 已知最早的中国农业:北方的粟
- (约)公元前 5000 年 最早的稻:长江三角洲的河姆渡
- 公元前 4000 年 农耕广泛传播和完全确立;若干植物和动物种类
- 公元前 3000 年 农业在中国易于耕作的地区普及;社会分化;大的村落常有防卫布置;走向文明
- 公元前 2000 年 华北和满洲的文明社会;夏朝大致开始
- 到公元前 1500 年 商朝(传统说法是始于约公元前 1751 年;实际则大约始于公元前 1600—1500 年)
- 到公元前 1028 年 周朝(传统说法是始于公元前 1122 年,现在提出的一系列日期都较晚)
- 公元前 480 年 周朝分裂成战国
- 公元前 221 年 秦统一中国,创立了中华帝国
- 公元前 207 年 秦亡
- 公元前 206 年 汉朝赢得统治
- 公元前 179—87 年 中华帝国农业政策形成(文帝、景帝和武帝)
- 公元 220 年 汉亡
- 公元 220—265 年 三国时期
- 公元 265—420 年 晋朝(中国未真正统一)
- 公元 420—589 年 六朝
- 公元 581—618 年 隋朝;中国重新统一
- 公元 618—907 年 唐朝;壮观和繁荣的贸易,特别是与中亚和西亚
- 公元 907—960 年 五代;中国分裂,军阀割据(实际上大大超过五个分裂王朝)
- 公元 960—1279 年 宋朝

2 中国食物

公元 937—1125 年 辽朝;属于阿尔泰语系的统治者占领了中国北方的一些地方

XVI

公元 1125 年 金朝(讲通古斯语的统治者)征服辽朝

公元 1126 年 金朝征服宋朝,占领了中国北方全境;宋朝在南方残存

公元 1234 年 蒙古人征服金朝,占领中国北方

公元 1279 年 元朝;蒙古人征服宋朝,控制了全中国

公元 1368 年 元亡,明朝兴起

公元 1368—1644 年 明朝

公元 1644—1911 年 清朝(入关)

目 录

序	/1
鸣谢	/4
年表	/5
第一章	自然环境 /1
第二章	史前史与历史的发端 /7
第三章	至关重要的一千年:周朝到汉朝 /23
第四章	来自西方的食物:中世纪的中国 /45
第五章	食物体系的确立:宋朝以及诸征服王朝 /54
第六章	内卷化:中华帝国的晚期 /73
第七章	传统农业的顶峰 /97
第八章	今日中国食品 /108
第九章	一些基本烹调法 /144
第十章	区域和地方 /154
第十一章	食物的传统药用价值 /182
第十二章	食物在社会中 /194
附录:隔壁邻居家的主餐	/208
注释	/214
书目	/221
附篇一	中国文化中的饮食——人类学与历史学的透视 张光直 /249
附篇二	中国思想与中国文化中的食物 弗雷德里克·J·西蒙 /264

第一章 自然环境

中国拥有世界上最富戏剧性的自然景观之一,其变动范围从世上最高的山峰(珠穆朗玛峰,也称埃佛勒斯峰,通常标高 29,141 英尺)到最低的地表凹地之一(吐鲁番盆地,低于海平面约 900 英尺),从南方的热带雨林至喜马拉雅高山上的冰河期冰帽。这种跨度无他国能及。中国得天独厚的动植物种类也同样蔚为壮观。中国西南部山区拥有不同于地球上任何一个温带地区的最高级植物。东南亚诸森林——北延至中国,尽管并未在这里显示出其最大的丰富性——就更多种多样了;只有南美洲热带地区才拥有远为不同的植物。当冰河在更新世向南侵袭时,北美洲与欧洲的森林被迫退到加勒比海和地中海,而亚洲与北美洲西部的森林则被赶入荒凉的山区。惟独在中国,它们才找到了一条宽阔的走廊,得以在此栖身至气候好转;而且就连中国北方的许多有利地区也保持了相对的温暖。于是,在世界其余地方曾一度广泛分布的大部分植物,如今仅在中国生存:这类植物包括银杏和水杉。此外,中国的多山地形也导致了地理上的差异,有助于物种的形成。气候变化及其后果造成了植被反复迁徙与断裂的复杂历史,赋予中国丰厚的植物遗产。在有人烟的温带,任何别的地方都没有这样一系列可供利用的潜在食物。中国人极少失去对新食物的兴趣,而且他们的位置处于东南亚丰富的珍稀植物与近东古代农业发源地之间,也属世界上借用模仿的最佳位置[有关中国地理的全面叙述,见布坎南,1970年;布坎南、菲茨杰拉德与罗南,1981年;T. R. 特里吉尔,1980年;段义夫(音译),1969年]。

与地道的北极和赤道气候相区别,中国同时也缺少对大农业具有重要意义的一种气候类型,即地中海气候。农业虽然最早在地中海地区出现,但世界上很多早期主要食用作物却从未在中国有过重要地位。中国地处亚洲的东海岸和内陆,大部分雨水由太平洋往东北刮来的夏季季风带来。地处中亚的中国最西部地区,季风难以到达,降雨量逐渐减少,雨水大体在冬天降临。

而中国的其余地区则完全是夏季降雨,别的季节雨水在较潮湿的区域虽然也很可观,但总雨量中只有一小部分出现于较凉爽的半年内。

中国有五大区域:

华北(North China),包括旱地耕作区在内,这是中国文明的**心脏地带**:黄河平原及其周围的丘陵。

东北(满洲)(Northeast China),这是一个有亚极带森林、冬季寒冷的地区,但也是一个有丰饶河谷的地区。

中亚的中国部分(Central Asian China),是内蒙古、新疆及邻近地区的沙漠和半沙漠,干旱少雨,不能进行灌溉农业,代之以牧民放牧或在绿洲集约灌溉。

华南(South China),从秦岭山脉及其连接部(在长江流域的北侧)逶迤向南,包括长江和多丘陵、多山地区,稻米是这里的主食。

西藏(Tibet),从广义地理学的角度(除西藏自治区外,还包括青海省大部、四川和云南的小块地方),它指中国西南部辽阔荒凉的高原及山脉。这个地区的大部分地方寒冷干旱,以至于完全不适合居住。

华北,在考古和历史方面是中国最著名的地区,也是中国文化的摇篮所在,包括最早的农业遗址。这里是少雨地区,差不多全在气候温暖的半年内降雨。冬天寒风凛冽,干旱多尘。华北的中心是广阔的黄河冲积平原,黄河蜿蜒流过,被称作“**中国之忧**”,由于取道沙漠与半干旱地区,所以这条长河挟带的泥沙太多而水量太少。黄河经常改道,每每是由于人为的活动:堤岸被垫高,河床淤积至高出地面,要不就是由于洪水或者频繁的蓄意军事行动摧垮堤岸。由此产生的大水不仅冲毁耕地,还在下游流域里造成大片盐碱地,直到现在才加以改造(有些位于被部分隔离的海湾,因此盐碱格外严重)。在这块大平原周围,先前显然存在着高高的、崎岖不平的丘陵。这些丘陵通常都覆有一层薄土,但在西北即甘肃、陕西、山西及接壤地区,却被黄土——由风带来的广袤沙土沉积物所掩盖。这种黄土大多在更新世的寒冷干旱时期从蒙古干草原刮来,当时这片丘陵甚至比今天还要荒凉。被风吹来的尘土仍在继续大量飘移。这种黄土很厚(在一些地方达数百英尺),非常肥沃,而且蓄水性强。黄土地受垂直冲刷而易于侵蚀,所以其特征为陡峭的沟壑、平坦的斜坡与山谷,这是形成梯田的基础,梯田现已成为这一地区的主要景观。黄土及其衍生的冲积层呈淡黄色,黄河因此得名,黄色也成为中国文献中的重要色彩。“**天玄地黄**”,中国王朝统治时期普通学校的启蒙课本就从这一句开始;褐色在过去或现在都被看成是深浅不同的黄色,而非一种单独的颜色。

华北的绝大多数人住在冲积平原及其周围的丘陵、特别是西北的黄土高

原和山东的多石丘陵。西部高地有较为高大的山岳以及起伏不平的干旱地区。大山和丘陵曾经长满树木,但无人知晓黄土地上的森林有多大范围;对此的估计从几乎完整的森林到几乎完整的干草原都有。前一种推测让人难以置信,因为该地区干旱、容易着火,在气候与地理方面其实非常近似于美国中部大草原和平原,那里的树木沿小溪边长大成林,并散布在岩石较多的较高山地。这种情形在中国肯定也是同样的。早期的历史记载告诉我们,冲积平原曾被喜水树木组成的河畔大森林、沼泽与湿地覆盖。但我们仍旧不知道范围有多大。华北现在没有一平方英寸的天然植被;大部分土地处于集约耕作之下,除了一些杂草外,再没有“野生”植物。天然森林在几个世纪以前就被砍光,而树木只是在寺庙和神殿周围或作为防风林和种植园才生存下来,因此要重现过去的植被很困难。分析古代花粉将为此提供一个立足点。

华北是中国许多基本食用作物的原产地,包括粟、大豆、白菜(还有油菜籽)和桃在内。这些作物仍在以野生或像杂草般蔓生的形式繁衍着。绵羊是当地产的,并且可能就在这里被驯化,与它们在近东的早期驯养没有关系。然而在今日华北的农业中,引进的植物包括小麦、玉米、高粱、稻子、棉花和芝麻,已占据了支配地位。

直到近代以前,东北主要还是由说通古斯语的民族及其他非汉民族所居住。它大部分是山区,林中长着云杉、冷杉、白桦、落叶松、松树以及别的耐寒树木。中部由河网交织的广阔平原、草地与沼泽组成。如今这些都被开垦,玉米和高粱属于主要农作物;它们可与马尼托巴及达科塔的平原相比拟。在中国的大部分历史中,东北是一个边缘地区。

中亚的中国部分,包括由于太干旱而不适于主要依赖雨水浇灌农业的地区(在新疆西北部和内蒙古有很少一点依赖降雨的农业)。这里的土地主要是沙漠或干旱的草原,与一望无际的牧草、寸草不长的戈壁相映衬。山中的森林只出现在气候适宜的地带,诸如新疆北部的中央高地这类地方。世界上最干旱、最荒凉的一些地区,经查明位于塔克拉玛干沙漠之中,那里实际上终年无雨。大河水源来自新疆沙漠盆地四周的群山中,黄河也流经该区域的一些地方:这里实施集约化的灌溉农业。然而在中国历史的大部分时期,动荡的局势导致了这种农业的崩溃。中亚的中国部分(以及现在属于蒙古与苏联的毗邻地区),是蒙古族、突厥语族以及其他民族的大本营,游牧民扬鞭策马,四处征战,曾占领了中国的全部或部分,但最终都放弃并撤走,或者被汉人同化。这些民族现在仍然人口众多,在该区域各大城市的外围大部分地区及东南部的农业区形成了多数。伟大的丝绸之路穿越中亚,从兰州和玉门经由塔里木盆地(沿塔克拉玛干沙漠的边缘向北或向南),随后翻过高山到达费

尔干纳、撒马尔罕,接着向西延伸(布尔诺伊斯,1963年;谢弗,1963年)。这条路,与别的平行或汇合的路线一起,在中国大部分的历史中,构成了中国与外部世界交往的主要通道。与南方的贸易从来不很重要。与印度的往来大多取道阿富汗,并在巴尔赫附近并入丝绸之路。直到最近几个世纪之前,海路一直没有陆路重要。好几千年来——自史前时代初起——中国所受的外部影响主要通过这块散布绿洲的广袤干旱之地传入,或者通过更偏北的西伯利亚干草原和森林—干草原传入。中亚充当了一个庞大的过滤器:只有能顺利通过沙漠之路及干草原的事物,才有希望进入“中央之国”。

华南现在是该国绝大部分人口的家园,食物生产所占百分比甚至更大。这里的地形是,不平整的丘陵高地与冲积成的河谷相间,其中最大的冲积河谷是江淮平原(西江流域及其更南端的支流远远落在第二位)。在高原,如云贵高原,多丘陵的盆地,最重要的是温暖多雾的四川红色盆地,也都是重要的食物生产基地。惟有红色盆地向作为食物生产中心的沿江与沿海平原发起挑战。该区域夏季高温多雨、降水量总是充沛,而在西部山区则嫌过多——华南的西南部离印度东部与缅甸西部的丘陵这些地球上雨水最多的地区不远。该区域的天然植被大多是常青树或亚热带雨林。完整的热带森林出现在更南面,而令人难以置信的茂密森林出现在西部。与华北相比,华南仍有大量森林地带。虽然它们大多已退化,并遭到乱砍滥伐,但重新植树造林及恢复原貌的工作现正在进行之中。土壤属于温暖、潮湿、林木覆盖地区的那类,亦即通气透水性强的红色与黄色酸性土壤,水从中汲取到大部分养料,以及肥沃的冲积河谷土壤,其中的养分被反复沉淀。在少数富含母岩的地区,特别是红色盆地,丘陵的土壤不太贫瘠,但大体而言,河谷要比丘陵更丰饶,而且最近几世纪中越发如此,因为农耕与砍伐森林造成了斜坡的侵蚀。于是人们就集中到冲积地上来了。

5 华南是产稻大区。而在陡峭的山坡以及其他不适于种稻的地区,则栽培玉米和块根作物。地势最高的地区生产小麦和大麦,在这一区域较为凉爽的地方——尤其是江淮平原,这两种作物也与稻子交替轮种。小麦和大麦在冬季栽培,到春季成熟;然后再栽种稻谷。降雨规则利于稻麦轮作——冬干夏湿,适用农作物的各自需要。再往南去,稻子一年两熟,而在更偏东南的地方甚至一年三熟。华南也有足可引以为豪的多种多样小宗作物以及格外有效的耕作管理制度,后者建立在有水栽培基础之上,不仅有水稻,还有从水芹到塘鱼的其他水生产品。

西藏是一个辽阔的高原,地球上人迹罕至的最高山脉是其屏障并环绕四周。该高原大部分地区在海拔16,000英尺以上。整个高原又高又冷,而且大

多数地区都高得不适于农业生产,并完全不宜居住。地势较低、气候较暖的南部与东部生产大麦、荞麦、萝卜、洋葱和别的一些作物——在最东南端甚至还生产一些稻米,这些地区的大部分居民以农业为生。大多数不宜耕作的土地则由牧民流动放牧绵羊、牦牛以及别的牲畜。西藏本地品种的牦牛是一种特别的赐福;若没有它,西藏有人烟的地方大半将不适于居住,或者近乎这样。牦牛提供奶、肉及劳力。即使如此,中国的整个西藏高原地区也只有数百万居民——比低地的一些单个城市的居民还少(埃克瓦尔,1968年;斯内尔格罗夫与理查森,1968年;塔西,1967年)。

因此从整体观之,中国是由华北和华南那些居民众多、农业发达的富裕地区组成,而人烟稀少的荒野地带则环绕四周,后者直到不久前还主要由非汉人口居住。自汉朝以后,讲汉语者把自己叫做“汉人”。在中国还查明有50多种其他语言;说这些语言的人都不是汉人(此外尚有说汉语的穆斯林,通常叫做回民而不是汉人)。非汉民族包括回民在内,主要居住在东北、中亚和西藏地区,以及南方的热带及亚热带山区。人口密集地区包括在中国传统的18个省份之内;边缘地带组成了9个以上的省(加上台湾)。在中国大部分历史中,只有这18个省和中亚的中国部分赫赫留名,但即使在它们中间,也还有很多边缘地区。的确,在中国的大部分历史中,最西南面的3个省,云南、贵州和广西,比西藏和中亚更为生疏,更不出名。因此,人口稠密、长期稳定的18个省与中国的其他地区,长期形成鲜明的对照。

最后但并非最不重要的一点是,中国是一个灾难之地(可靠叙述见马洛里,1926年)。华南在这方面得天独厚,对它影响最大的也无非是水灾和沿海台风,而支撑它的水稻体系却非凡地稳定高产。华南很少发生大饥荒,除非由战争和政治动乱(它们频频发生,一点不假)所致。中国其余地区则饱受干旱、洪涝、地震和其他灾难的困扰,食品生产受破坏,经济遭瓦解。世界上最可怕的自然灾害都发生在中国:明代陕西地震死亡830,000人;1976年唐山地震伤亡人数大概有600,000人;华北地区的饥荒实际上年年都有记载,可以说水旱频仍;东北和中亚的严冬经常将牧民的畜群全部冻死。中国的灾变主要由于两个因素。首先是季风。如果雨水比通常向北扩展,并且很大,洪涝就会出现;如果推进得不够远或来得太稀少,干旱就会使土地歉收。其次是来自印度次大陆的持续不断的压力。受地壳运动的影响,印度次大陆被不自主地向北拖曳,并被塞在亚洲大岩层下面。结果使得喜马拉雅山表面奇形怪状,地面在这里褶皱密布,就像一块被推向墙根的毛毯;其后是高原与山区;中亚巨大的断层、裂缝和峡谷向东延伸到华北,当印度和这一北至西伯利亚的坚硬多山的古老地块之间的地表受到挤压翘起裂开时,就发生地震。另

外,中国的许多地区都正在活跃地造山:一架镜头连接为100万年周期的静止装置照相机,将会拍到有点像北方河流里冰块大量破裂时的那种画面。华北和华中低地是地槽,很可能在下沉——河流带来数百万吨冲积土肯定使之下沉。这些地壳构造力量并不始终缓慢,西藏的喜马拉雅诸山在过去几百万年间大多在隆起,许多山麓的移位发生在大地震时。河口淤塞得那么快,以至天津在近代历史上从港口变成了内地城市,而上海能继续作为一个港口,也只是仰仗了人工疏浚河道。所有的农业区域都稳定增加,因为沼泽或开阔的临海地都被泥沙淤积堵塞,直到它们可以被开辟成岛屿或新的海岸延伸部分为止。除了海水倒灌并蒸发成盐碱的地方外,由河泥淤积的地面格外肥沃。即使是盐碱地,现在也正在改造之中。

很少有哪个民族能比中国人更彻底地改造国家的自然景观。在这里是人定胜天,而不是相反。为了太平盛世的到来,毛泽东敦促人民“向自然挑战”,中国人开沟挖渠、排涝引水、修造梯田、砍树造林、改良土壤并从事其他工程,来创造他们的世界。中国的大部分地方现在与荷兰的围堤一样(关于这一点,有一句谚语说道,“上帝创造了世界,荷兰人创造了荷兰”),纯属人类的创造。甚至在中国人这样大规模地重塑河山以前,自然环境就已提供了一个便利而非限制的条件。丰富的植物容许(并非强迫)人们培育各种各样的食物。肥沃的洼地和平原被山岳与沙漠分隔,并得到防护,允许(并非强制)一个物产丰富的文明崛起。众多屏障让这一文明得以保持完整和独立,但它们并未坚不可摧地挡住外来影响,或制止人们把中国国土分成如此多的小邦。中国有过几个世纪的分裂,但与欧洲不同的是,从未持久分裂为诸多独特的小国。这个事实同样不是由地理单一决定的;中国内部的屏障肯定与欧洲的一样险峻。

中国人过去与现在都擅长使土地服务于自身的目标,而不让其来束缚自己。土地提供了通常抓得住的机会,也同样形成了终将被克服的障碍。无人会在西藏高原耕作,或在满洲栽培香蕉,因此在每一个地方,人类对气候、土壤、地形的适应是显而易见的,可在此限度之内,中国证明文化生态学是一门人类利用自然环境作为手段来回应自身需求及欲望的学问,而非由地理决定文化。自然环境提供了机会和发展力量,但在那种自然环境中,人的实际命运由人的选择所决定,而这种选择受社会和历史因素的制约要比受自然因素的制约更多。

第二章 史前史与历史的发端

8

周口店和中国前农业社会的人们

“北京人”(*Homo erectus Pekinensis*, 以前称作 *Sinanthropus Pekinensis*) 最初是在北京附近的周口店那满是石灰岩的洞穴里被发现的。自那时起, 人们又发现了中国早期原始人的其他标本(宾福德与何传坤, 1985 年; 张光直, 1977a、1986 年; 贾兰坡, 1975 年、1980 年)。周口店的发掘物被断代为大约公元前 500,000 年, 其中的朴树(hackberry)果实可能表明早期原始人对可食性植物产品的兴趣, 也可能是偶然落在那里。洞穴里有很多骨头, 特别是那些鹿骨。虽然有些骨头似乎代表着人的食物, 但大部分却是由鬣狗和狼带进来的, 它们比原始人在洞穴里呆的时间更久。另外, 大堆的小动物骨头, 尤其是地鼠这类啮齿动物的骨头, 显然是狼留下的。这些骨头被砸碎, 并且往往被烧过, 这显示出人类使用火的早期证据, 尽管人类无疑在很久以前就已使用了火。周口店的大部分火堆好像最初并非人迹, 但至少有一些火堆可能是人类用火。

民间文学故事相传“北京人”有嗜食人肉的习惯, 这是不正确的; 在周口店没有发现同类相吃的证据。宾福德及其合作者们(宾福德与何传坤, 1985 年; 宾福德与斯通, 1986a、1986b) 指出, 头盖骨的损坏, 以前曾被认为是嗜食人肉的习俗, 实则是食肉动物(很可能是鬣狗)所为。

在周口店以及中国和东南亚的其他地方, 有极其丰富的石器: 穿孔砾石和砍削器。更新世时期东亚的石器通常被形容为简单、粗糙和原始, 但它们几乎与同时代的其他石器一样复杂。制造者显然精于处理坚硬石块, 因此各种用途的石器似乎恰到好处。石器除了在狩猎中有显著的重要性外, 在砍伐

和刨挖竹子、蔓草和树木这类植物材料时也一定很有用。

9 有些发掘物在时空上分布很广,填补了从“北京人”到现在之间的空白。在别的遗址中,类似“尼安德特人”的个人,被断代为从 10 多万年前至 5 万年前,已在广州附近的马坝发掘出来。到公元前 50000 年,在靠近中亚的地方,尼安德特人已发展起颇为复杂的文化:他们盖起了房屋,掌握了复杂的石器技术,并实行了相当讲究的墓葬。在苏联的特希克-塔什,此地离中国西部不远,发掘出了一名尼安德特人小伙子,在他周围摆放着熊的头骨,身上覆盖着红赭石;在伊朗的沙达尼尔洞穴,拉尔夫·索尔基发现了墓葬,里面的死者用药草遮盖或装饰。这大概是复活生命或保存遗体的葬仪之残迹。于是到了 5 万年前,在中国的邻近地区,无疑也在中国,人们正开始将植物和动物不单纯当作食物看待。

通常以为男人(注意性别)在农业出现以前基本上是猎人。这不正确。人类是杂食动物,正如我们的营养需求、行为模式和人类文化学中普遍记载的生活方式所证实的那样。与动物王国的大多数成员相比,人类具有相当奇怪的饮食要求,总的来说我们是和别的灵长动物共有这些要求。与大多数动物不同,我们不能制造维生素 C,但必须消费它。我们需要异乎寻常的大量蛋白质,且不能像有些哺乳动物那样合成许多氨基酸。我们是大动物,因此有大脑袋要支撑;于是我们需要食用大量的卡路里。在维生素丸问世以前,人类可以确保健康的惟一方法是吞吃各种各样的食物。人类诸群体曾经依赖几乎是单一内容的食物如肉(爱斯基摩人的)、谷物(中国人的)和水果等而生存——差不多每一个可能的特殊品种均在某处有发现——但总是以人丁不旺、饥饉不断或有损健康为代价。基本食肉动物已罕见和边缘化,因为更新世时养活它们的庞大物种已经灭绝,而且有可能在更新世时就已罕见和边缘化,还因为更新世时期的植物与动物一样丰富,故而肯定不会被能够利用它们的群体忽视。陆地动物的肉除了提供过多的饱和脂肪以及别的化学品外,还能提供少量的维生素 C,因为人类必须依靠它而生存。可是人类却不能消化长链碳水化合物(纤维素、木质素等),也不能对付在成熟植物组织中的鞣酸以及别的普通化学品。我们被限制于柔软食品脂肪、糖、淀粉类食物和蛋白质,即种子、果实、嫩叶幼芽、块根和动物。这类食物在开垦不久的地区最大限度地出现,并渐渐回复到成熟的植物群落。刚被火烧过或被水淹过的地区尤其丰饶;生长一两年后便烧一下是很理想的。所有的人类群体都知道火,并且大多都利用它来开发上地,以符合食物生产或类似的目的。因此似乎极有可能的是,当我们适应了第三纪上新世和中新世时期非洲以及其他地区的干旱后,我们就把高度智慧、极端灵活的行为举止及社会制度与广泛的

营养需要结合起来了,并且变成了火的追随者和用火先驱。

最早的农业

或许人类历史中最重大的一步是决定种植和培育食物。不过几百万年以来,人类为其需要和欲望找到了充足的食物。从种子、插条或萌蘖枝中长出植物的事实为大多数狩猎者和采集人所了解;没有一个生活在荒野之中的人会对此长期一无所知。因此,农业不必像做决定一样被创造或发现。很多人以为是人口压力迫使中国人发展精细农业,而真实情况要更为复杂[下列叙述主要引自:安志敏(音译),1982年;J·冈纳·安德森,1934年、1943年;白馥兰,1984年;张光直,1977a、1986年;郑德坤,1959年;何炳棣,1975年;高广仁(音译),1978年;米查姆,1975年、1977年;皮尔逊,1981年;香格劳,1978年;沃森,1969年、1971年]。

农业最早不是在东亚、而是在近东以及邻近的东南欧发轫,在那里,狗在公元前14000年被驯养;小麦、大麦、绵羊和山羊在公元前10000年以前被栽培或驯化;接着牛、猪、鹰嘴豆、小扁豆以及可能还有一些别的食物,在公元前6000—5000年被驯化或栽培(栽培或驯化是指野生种群的遗传变化;栽培或驯化的种群是人类有意或偶然选择的产物。有关早期农业的叙述,见本德,1975年;哈伦,1975年;里德,1977年;佐哈里,1973年)。不久以后,耕作在北美洲出现,那里已知最早的栽培物是墨西哥的辣椒和南瓜,而在公元前8000年左右的南美洲,秘鲁的利马豆则被开发。时间上的这种巧合十分有趣,正像豆科种子在所有地区的早期栽培一样(豆在墨西哥比大豆在中国栽培得早)。农业在新、旧大陆均被独立地发明出来了。

同时,东亚也发明了陶器。数十年来,人类学家认定陶器是与农业一起出现的,它与磨光石器一样,构成了新石器时代的某个部分。最早的陶器确实与最早的农业在同一时间出现——但在世界的中间地带,在日本,最早的绳纹陶器却被断代为公元前10000年以前。而在中国和东南亚北部,很像绳纹陶器的陶器则出现在公元前8000—7000年以前(张光直,1987年)。

中国最早的已知农业是在北方,特别是在黄土地带以及毗邻地区。从农业的源起到早期的文明,活动的中心似乎一直在陕西的渭河流域以及从渭河流经中原的黄河流域地区。然而,中国的其余地方从未落后太多,至少另一个重要的中心已知是在长江三角洲地区。别的中心则被猜测为南方的某些地区。

11 公元前 6500—5000 年,裴李岗及相关文化存在于黄土地带,并伴有栽培的粟(*Setaria italica*)、稷(*Panicum miliaceum*),驯养的猪、狗和鸡(张光直,1986 年)。除了狗(很久以来就是人类的伴侣),或许还有鸡以外,显然全都是当地的栽培物和驯化物,而鸡则非常有可能是从南方传入的。到了公元前 5000 年,从满洲到越南,别的新石器时代文化繁荣起来,而且仰韶文化将美丽非凡的彩陶和大型村落带入了黄土地的画面。就算整个华北当时的文化落到了后面,但也不会非常落后。总的画面是各个地区稳定发展,并伴有大量相互影响,却并无移民或被外来民族取代的迹象。

我将把半坡村当做典型的新石器时代村庄来论述,因为它在所能找到的文献中被描述得最多,而我又参观过。半坡大概在公元前 6000 年拥有了农耕,尽管其农业是从始于公元前 5000 年的仰韶阶段起才更出名。半坡位于陕西省省会西安附近。意味深长的是,在中国最早的诸王朝中,有很多重要城市也都靠近西安,那里是伟大的长安城所在地,为唐朝中国的首都。它的位置几乎正好处于该国的中心(虽然常被说成是位于西部,因其处在中国古代核心部分之西)。西安海拔约 1,200 英尺,坐落在开阔的渭河流域,该河流经秦岭北侧及其北面高低起伏、干旱少雨的黄土地带。由此,它恰好处在中国生态大分水岭的寒冷干旱一侧,却又位于一个温暖的地区,夏季非常炎热。这里雨量很小,年均降水略低于 20 英寸;但丘陵雨水较多,因此高大的秦岭很湿润。西安位于雨水被遮的干燥凹地,但它附近却有渭河的巨大水流,而且几条较小的支流也从湿润的秦岭群山向北流去。于是该地区在两相平衡之下给水充足。

在今日的半坡,工人们挖掘新地区所使用的工具,与那里最初的农夫所使用的工具,其区别仅在制造它们的材料上。这并不意味着现代工具的原始,而毋宁说半坡人是先进、熟练的工具制造者。不远处有很多别的早期农业村落,尽管没有一个被证实与半坡一样古老。在渭河下游,就在更靠近它与黄河的汇合处,坐落着庙底沟文化遗址,只是时代略晚,各方面都与半坡遗址非常相似,除了用花卉图案取代了半坡陶器上的鱼类图案以外。半坡最早的农作物是粟;显然从一开始就饲养了猪和狗。猪(与稍后的绵羊一样)显然是在当地驯化的,与近东的驯化物无关(何炳棣,1975 年)。此后不久有了鸡,可能是在华南驯养的。野生原鸡(鸡的祖先)可能天然出现在半坡北面。食用的粟是 *Setaria italica*,可能是野草 *Setaria viridis*(= *S. lutescens*)以及 *Panicum miliaceum* 的栽培种类。它们的始祖出现在整个北半球干旱温和的地区,因此在考古现场往往被当做野生采集的谷物而发掘出来。*S. italica*(可能还有 *P. miliaceum*)的栽培在中国取得了成功。使野生作物变成栽培作物的遗传变

异,几乎可以肯定是出现在一个广阔的地区,而初期的培育就在该地区进行。这可能涉及几十个或几百个遗址,其覆盖面可能为华中的全部,或黄土地带的全部,或其他某个大区域的全部。

当然,中国早期的先民并没有把自己束缚在这样一张匮乏的食品单上。他们吃竹笋、柿子、草种、胡桃、松子、栗子、桑葚以及诸如鱼、蛤、蚝和各种鹿类的野生动物。装满种子的储藏罐是常见的发掘物;它们包括有盖的小坛子和类似于扑满(piggybank)的有窄缝圆罐(这就是扑满的由来吗?)。杵和臼、上下磨石用来碾捣种子。在半坡,正如在别的遗址一样,相对于野生及野生类的食物,栽培食物的比例明显与日俱增。 12

此后出现了牛和马。*Brassica*(白菜)种子在公元前4000年半坡的坛子里被发掘出来。但绵羊、马和稷就不那么容易被断定年代了。前两类已在半坡被发掘出来,但很可能是野生猎物:它们的骨头很少,因此没有显示出驯养的痕迹。惟独把这三种食物放到一起的其他早期证据是在一处遗址——山西的下村,很久以前在考古条件不太理想的情况下曾被发掘(毕士博,1933年;何炳棣,1975年)。绵羊很快就被驯化,但山羊直到大约公元前2500年庙底沟二期文化时才从其近东原产地传入这里(何炳棣,1975年)。稷在公元前4000年出现于欧洲(哈伯德,1980年);可能是从中国经由中亚传去的。为完成这幅画面,大麻或称 *Cannabis sativa*(在现代社会更以印度大麻而为人熟知)显然也被栽培了。中国人主要把它当做可以食用的种子和织布用的纤维植物来使用(他们当然知道它的其他性质。它在中国被当做麻醉剂或止痛药使用,而且李时珍写于1593年的草木志巨著《本草纲目》也把它评论为“令人见鬼狂走”)。汉麻是世界上已知最早栽培的大麻。

桑和蚕在半坡已为人知;一只剖开的蚕茧被发掘出来。没有结论性的证据表明蚕已被养殖,但大多数权威人士都推断已被养殖。果真如此,这就是另一个第一了,即已知最早的昆虫养殖(蜜蜂只是在几千年后才处于人类的控制之下)。看来极有可能的是,其他农作物也已被栽培;小宗的蔬菜和药用作物只会留下极少的考古记录。例如锦葵(*Malva*)就有可能;它在中国早期历史上曾是主要的蔬菜。

关于新石器时代的这些先民如何耕作,拥有何种土地;考古学家们看法不一。何炳棣(1975年)提出,他们在香蒿—青草的干草原上实行固定的高地耕作。而另一些人则认为,这种土地长满树木,因此农夫们实行刀耕火种的农业。何炳棣(1984年)作了回应,他指出,遗址都在河畔溪边,而由于随后受到侵蚀,往往加上了台脚。我们知道,山区肯定会植树造林,冲积平原也是如此,但磧原与高原则极可能是旷野。此外,人类,特别是猎人和无知的农夫放

火与追随火的嗜好,也肯定保证了大量的燃烧,从而导致了更大的旷野。在整个有文字记载的时代,草地通过持续不断的燃烧而形成,并在中国扩散开来。最后,引起争议的这个地区在气候上类似于美国的大草原和大平原,波尼族印第安人及其同胞就是在那里洪水漫溢的冲积地上实行耕作的。

到公元前 4000 年,大的农业村落在中国已星罗棋布。饮食是丰富多样的:野生食物补充了粟与肉食,而少数蔬菜则添加滋味。食物被煮和烤,还可能被蒸。美丽的彩陶看上去很像同时代近东和中亚的制品,因此自冈纳·安德森(1934 年)以后的学者们都在推测它们之间的关系。也有人不同意这种说法(何炳棣,1975 年)。我的看法则是,相似性总是不会弄错的;横跨干草原和沙漠的间接联系似乎不可否认。影响无疑是双向互动的。

南方的王国也促进了中国历史文化的发展。一个特别有名的遗址是灵窟,位于泰国北部,由切斯特·戈尔曼发掘出土,那里的植物遗存被断代为公元前 9000—7000 年(戈尔曼,1970 年;参看索莱姆,1970 年)。宣称这些遗存物含有耕种或栽培物质的说法都经不起时间的检验。可长江三角洲马家浜与河姆渡的先民看来是已知最早的种稻者。长粒稻(籼稻或 *indica*)和短粒稻(粳稻或 *japonica*)两者的并存,表明把稻子基本划分为两大类始于公元前 5000 年以前。

新石器时代初期的中国丰饶的环境曾经历过明显的改善;公元前 6000 年左右,较湿润温暖的时期取代了和现在一样恶劣的更早气候阶段。在半坡村民共享的天地里,有大量的猎物、野生水果、坚果、鱼及蔬菜,而在一二千年间,农业只提供了其生活必需品的极小部分。他们并未由于匮乏而转入栽培或驯养。那么究竟为什么呢?卡尔·索尔(1952 年)纯粹为了向流行思想发起挑战,在纯属推测性的章节中,提出了一种既荒唐又有见地的农业发明假说。我们从现代经验中得知,生活在真正贫困边缘的人们并不实验:他们负担不起实验费用。在富人中产生的发明要比在穷人中产生的多;要看清这一点,人们只需将美国或法国的农业研究机构与孟加拉国或海地的这类机构加以比较,或者将致力于为富人研究牛肉和羔羊肉的做法与致力于研究大麦、粟、木薯和其他主要由穷人食用的农作物的做法相比较就行了——即使在近几年来相当自觉地努力纠正这种状况之后仍是如此。

此外,索尔还断言,很多并无国家及文明荫庇的人,其实极少处于贫穷或困境之中。饥荒、赤贫及其伴生问题,可能正是国家连同其税收、战争和由法律所维持的社会不公平一道创造出来的(参看萨林斯,1972 年)。

这一理论使很多认为农业的发明与发展是建立在贫困基础之上的理论不能成立了。按照索尔所说,贫困并非发明之母。近年来,考古学家们赞成

博塞拉普(1965年)的理论,他认为人口压力导致了对食物基地的压力,迫使人们要么发明创造,要么忍饥挨饿。这种人口压力模式往往与一种理论相结合,该理论声称更新世晚期许多动物种群的灭绝(或许与作为某种成因的人类狩猎一起)造成了食物短缺,这使人们转移到食物的植物来源上。马克·科恩(1975年)从这个观点出发,提供了特别可靠且详细的分析。 14

但这一模式不可能适用于中国。事实上,发明了农业的狩猎民族与采集民族,肯定是通过内部规定、战争或迁徙来控制其数量的,如同所有这类群体都似曾做过的那样(考吉尔,1975年);如果面临资源基地的压力,它们会乞助于这类解决办法,或者忍受饥荒,而不是去发明。在华北,与博塞拉普的理论相反,农业肇始于气候和环境正在改善之际,且在气候继续改善时得到了发展。但在另一方面,农耕又被普遍认为不如狩猎与采集那般有趣,以至许多或者大多数农耕民族——尤其是包括中国人和编造了伊甸园故事的近东人在内——都有人类堕落的传说,从不事稼穡而养尊处优的国家到“靠额角的汗水谋生糊口”的世界。

需要解释的是,人们为什么会希望有更多的植物和动物食品靠近居所呢?最早的农业不能导致食物实际产量的任何惊人增长;只有经过若干年或若干世纪的选种才能做到这一点。毋宁说,人们肯定是出于控制食物位置的愿望而开始农耕。马克·科恩所说的更新世结束时世界上大部分大动物群的灭绝迫使人们更多地强调植物的情况,被农业早先出现在可食性植物日渐丰富之地区的事实弄复杂了。更新世晚期的动物相继灭绝,在近东、墨西哥高地或东南亚山地并非十分显著;而在美国西部、北欧和没有早期农业的其他地区却很明显。因此,动物渐次灭绝论本身显然不能充分地解释农业。

理查德·麦克尼什(1977年)强调了交换在农业起源中的重要地位:在世界各地,农业最早出现于交换及联络中心、大路交会处以及中心场所。在交换集中地的人们适于较早耕作的原因有两条:他们准是跟上了新的发展,包括植物及其用途的所有新信息在内,而且他们总想手头有些东西去交换。这种交换诱发模式解释了农业为什么在交易地点出现、而难得在别处出现,并解释了农业为什么沿交换路线传开,以及为什么未能早早地兴起或出现于人口稠密而气候适宜的三面临海地区,比如在澳大利亚南部、南美洲南部、大部分岛屿及很多沿海地区(在东亚,日本是一个被海包围的国家,确实很早就有密集的定居人口、陶器和别的新石器时代特色,但在公元前数百年之前,却没有明显的农业发展)。中国南部边疆的现存文化证实了交换与抢劫模式。拥有良田的农耕部落强化农业经营,生产商品,而且还使土地靠近居所,以最大限度地防止被劫(富雷尔-海门多夫,1962年)。 15

因此,我认为中国的古代居民是在环境日益丰富的时期开始从事农业的。更新世的结束可能迫使他们比以往更加转向植物,但他们却是在已经适应这一点、并确立了看来对于实验不可或缺的稳定性的之后,才开始考虑农耕的。生活在富产植物性食物之地区的人,与其他多半拥有较好动物或矿物资源的人交换此类食物。为了手边能拥有这些植物并防止它们遭到抢劫,植物性食物的交换者鼓励将食物性植物靠近村子栽种。或许他们起先只关心投下的种子里长出的植物,但不久以后便体会到了精心种植的好处。

就我们目前所知,在中国,新石器时代的早期文化通常出现并兴盛于交换中心:西安、靠近渭河与黄河的汇合处,以及长江三角洲地区。或许别的中心点尚有待于被发现,但不断增长的迹象表明,历史上远离主要交换路线的边缘地区,在史前时代也是边缘地区。

从公元前 4000 年左右到公元前 2000 年,中国的进步显然在于人口的不断增加,物质文化的日益复杂化,伴随着社会不均而加剧的墓葬分化,以及尤其是对农业的依赖日益增长及由此引起的迅速扩张与提高(白馥兰,1984年;张光直,1977a)。形形色色的先进磨光石器用于农耕:鹤嘴锄、割刀(常是小的半月形,像现代东南亚的金属割稻刀),以及中国现代大砍刀、铁镢等的始祖工具。谷物在考古现场大量存在,其中最突出的是北方的粟和南方的稻,而交换以及粟的向南传播,则确保了两种谷物的广泛分布。公元前 2500 年前,从台湾到中印度都种上了稻子。种在无水灌溉的旱地上的稻,就像如今种在东南亚山区的稻一样,需要均匀分布在生长季节的 80 英寸左右的雨水。自公元前 2500 年起,甚至从更早的公元前 3000 年起,稻子就在并无很高水位的地区得到了充分栽培,该作物必须湿地生长,或引水灌溉,或在能保湿的地里。稻子在平时漫满了水,而在当庄稼成熟时又渐渐变干的地里长势最好(如果谷物陷于不流动的水中,就会腐烂),所以最早的水稻灌溉,肯定是通过开沟挖渠而扩大季节性漫满浅水的低草地及泥沼来实现,使之自然生长。认为稻子曾是“芋地里的杂草”的陈词滥调看来是不正确的。水稻在始终积水的地里长势并不好,会被长得更高和更富攻击性的植物(包括芋这种现代稻田里令人讨厌的杂草)扼杀。

水牛的明显被驯化,出现于公元前 2500 年。一处著名的遗址出土了甜瓜、芝麻、蚕豆和落花生这类令人惊奇的种子,导致了有关它们曾在中国古代存在的一些极不负责任的断言。然而,前三种已知是历史上从近东传入的(罗佛,1919年),而第四种则是南美洲植物,在 16 世纪末或 17 世纪初传入中国。

新石器时代中国人的生活,肯定非常像现代东南亚的无政府文化(non-state culture)的生活。那里有猎头的好战之徒和精细的耕作者,有才华横溢的

艺术家与礼仪舞蹈动作的设计者,却没有政府组织与文字表述,这些人目前仍生存于从印度和缅甸一直远至印度尼西亚的地区,以及台湾与外界隔绝的地方。较弱小的部落,不能藉战争手段增加其财富,被迫更集约地耕作并积极交换。该地区盛行这样一种首领模式:最有能力调解争端和安排社会事务者,会获得显赫的名望,并往往伴有财富,他会通过摆庆功宴使自己的地位合法化,并最终成为再分配制度的核心人物。他组织宴会和庆典,其他人则为此提供吃的或分派的物品(这些庆功宴可能很像美洲印第安人的冬季赠礼节)。今日中国社会的地方领袖,也靠使用同样的技巧——作为仲裁人和贺宴组织者——来发迹及增加实力。在新石器时代晚期较奢华的墓葬中,随葬品多的男子肯定与此类似;他们可能是父系氏族部落的首领。毋庸置疑,战争、交换和重新分配模式为农业的强化提供了强大的推动力。

新石器时代华北的先民有可能是母系和“母权制”的氏族,不管这个常常用错的词是被怎样理解的。中国当代很多考古学家都支持这一立场,因为它符合马克思与恩格斯支持的进化论。而中国之外的学者则通常不同意。其实双方都没有确切的证据。新石器时代初期的墓葬似乎表明,这是个平均主义的社会。个人被单独(或在同一性别的小群体里)埋葬,并伴有一些随葬品。北美洲的波尼族印第安人,是个母系氏族的部落(韦尔特菲什,1965年),过着颇像半坡考古遗存显示的那种生活,而他们的很多邻居如奥马哈人等,则是父系氏族。

毫无疑问,至少新石器时代的一些部落,最可能的是那些在渭河与黄河流域以及华北平原的部落,所操语言为原始的汉藏语系。华南除了有瑶、湄(苗)以及或许还有一些南岛语系民族的祖先居住外,可能还有讲泰-卡代原始语言者(本尼迪克特,1942年)。沿现在的中国北部边境一线,讲阿尔泰语系者肯定分化成了今日蒙古人、土耳其人、通古斯人、朝鲜人和日本人的祖先。汉人在古代只是许多民族之一,并未像现在这样在该区域成为压倒性的多数。看一下公元前3000年时的这一地区,任何人都会选择傣族、苗族、瑶族或别的群体作为“最有可能继承的”人(当然那时还没有自觉的民族主义者;有关防卫安排和其他方面的考古发掘证实,每个村落或村落群都是独立的组织)。中国在史前的进步,似乎是由东亚许多地区多种语言背景的民族的众多小发明共同促成的。考古发现正日益揭示出,重要的发明与发展在中国广泛产生,地方传统也以大致平行的速度取得进展,每个人都借鉴着其他人的经验,从而导致了若干相似性的界定,张光直将此称为“龙山文化的地平线”(张光直,1977a)。

大约到公元前3500年,农业传入了满洲,而1,000年以后,有棱凸纹印的

灰陶又全都从满洲经西伯利亚传入了欧洲。到新石器时代晚期,农业与畜牧业在中国西部繁荣起来,特别是在齐家文化中,灰色陶器复杂多样,并重视牲畜饲养。到那时,农业肯定已沿着连续不断的路线从中国扩展到近东。牛和马在中国的大量存在证实了这一点,就像粟的栽培出现在西方社会一样。小麦和大麦,在中国的新石器时代遗址中未曾发现,却已在历史的黎明期全面移植,肯定是在此时前后来到的。公元前 5000 年左右,它们已在阿富汗及毗邻地区或中国边境附近移植,并且肯定至少早在新石器时代就被偶尔引入中国(在一处龙山文化遗址中有小麦,却被装在该历史时期之后的一个坛子中,嵌埋在那里;何炳棣,1975 年,第 73 页)。小麦和大麦适应了冬季降雨的气候,因此在跨越中国最西部近乎无雨的地带时明显减缓了传播速度;对中国人来说,它们看来肯定不如粟,粟已适应该地区酷热多雨的夏季。因而,只有抵达冬天也湿润适宜的地区后,小麦和大麦才会流行。此后,蓄水技术用于栽培小麦和大麦,中国人决定种植冬夏两季作物,即以冬季的小麦和大麦与夏季的粟和荞麦轮作,而近来则更多的是与高粱和玉米轮作。对完成这种循环轮作必不可少的技能与技术,以及开发适应这种循环轮作的作物品种,肯定都花了很长时间;只有人口高度密集才会使这样大的努力具有价值。的确,在赋税迫使人们增加农业产量之前,小麦和大麦可能并不重要。故比我们不能因为新石器时代遗址中缺少小麦和大麦便推测它们未被发现;它们可能被认为是稀罕的输入物或珍品,没被当成农作物。

在南方,龙山文化渐次衍化成考古遗物并无二致的众多遗址,通称为和平文化。和平为越南的一处遗址,用它来命名整个中石器时代和早期新石器时代的东南亚传统,包括数万平方英里地区内一万年间的历史进程。

18 人口的增加在这个时期显然很重要,然则为什么会出现人口增长?如果这是对农业的自然反应,那么为什么不集中在南方呢?那里的稻子和块根作物比干旱北方的粟提供了更多产和更牢靠的基础。在该核心区域,相对于农耕文化复合体的原因而言,人口的增加肯定会导致更多的结果。由于猎物的枯竭及其聚居地的减少,再加上有可能获得更多的劳力从事农耕,似乎导致了对农业依赖的增强,但人口的增长本身必须加以解释,倘若在纯农业社会中有众所周知的限制人口倾向的话。龙山文化的人口比其农业可以养活的人口要少。中国在 20 世纪仍大量依靠常称作(如果不是非常准确地)新石器时代农业体系中的相同农作物,因此龙山文化的先民无疑可以维持比他们曾经维持过的更多的人。人口的增加在这一个案中不能说明什么问题。

关于人口增长有一种可能的说明,就是假定冲突的存在模式,这种冲突由于产品以及——一言以蔽之——贪婪的增加而加剧。人们想要得到更多,

除了交换还有抢劫:正如萨林斯(1972年)所云,抢劫不过是交换的一种极端情形,其回报格外低,也可以说不存在回报。日益复杂的产品和日趋严重的冲突导致对社会控制的更大需求。社会中强势者和弱小者之间的差距在拉大。村子里的头面人物可能是军事首长、最成功的社会仲裁者或富人。凭借一种手段获得权力的人,会用另外的手段来巩固它:富人力争政治成就,政客力求财富,不一而足。我猜想,在有许多致富机会的扩张经济中,正是富人掌握了权力,然后着手巩固自己对政治的控制。而在静止经济中,则由能说会道者和擅长管理者——从政者和政治家——掌权,然后再靠攫取财富来加以强化。在战争状态下,军事首长接管和获取政治与经济权力。所有这些走向成功的道路,可能都存在于龙山文化的村落里;在每一个共同体中,谋取权力者可能会遵循复杂的模式,同时还使用各种策略。其最后结果是,作为经济活动日益增长的副产品,社会分层也日益加剧。

伴随着权力的逐渐集中,人人平等、共同支配生产资料的平均主义村社已不复存在。随之消失的是很多限制人口的因素。人们感到不再能完全把握自己的命运。他们也不再能回避小家庭缺乏劳力的问题。需要更多的劳动和产品,而得到它的惟一途径则是增加家庭的劳动力。由此开始了中国经济史上的恶性循环:食物产量的提高导致人口的增加;而增加的人口又导致了对食物的更大需求和由此产生的对农业集约化的要求。在国家出现以后,赋税使农民的生存更为艰难。他们不可能积攒财产,只能寄望于孩子;与之一起劳动,并在年迈时依赖其赡养。

商朝文明

文明在近东始于公元前3000年,在中国始于公元前2000年以前。中国最早的著名文明是商朝文明,传统上定代为前1766—前1122年,而现在据大多数学者认为则要略晚一些;目前提出的年代范围介于上述年代与大约前1500—前1000年之间。商朝以前是朦胧不清的夏朝,传统上定代为始于公元前22世纪。直到最近,这一朝代都被认为是传说时期,但那个时期的几座城市或曰大镇已被发掘出来,这些城镇后来成为商朝的辖区,同时还出土了大量美丽的青铜器。所以青铜时代的文明确曾在华北中部繁荣过,而且它充分标明了夏朝的存在(关于中国文明的黎明,见巴纳德,1972年;张光直,1986年、1977a、1979年、1983年;郑德坤,1960年;古德炜,1978年、1983年;李济,1977年;保罗·惠特利,1971年;威利特,1965年)。

最近在满洲南部进行了更令人惊奇的发掘。在这里,大型的村落、具有相当规模的庙宇、形形色色的精美艺术品以及高水准的玉雕,表明红山文化是处于萌芽期的文化,甚至比夏朝更早[方滇川(音译)与魏凡(音译),1986年;郭旭(音译),1986年;孙守道与郭大顺,1986年]。那里的资料把我们带回到公元前3500年以至更早的时候;大村落的起源可能在公元前3000年以前,与美索不达米亚城邦国家一样早(这些城邦国家在那时却更为先进一些)。这一文化繁荣所在地区,是历史上操阿尔泰语系者(通古斯人、朝鲜人及其他人)居住之地,因此在我看来,好像它是非中国文化,肯定不同(不过有所关联)于夏朝由以产生的华北中部仰韶文化和龙山文化。无论如何,在龙山文化区内发现的大市镇,表明红山文化并非孤立,因此我们对中国文明的起源仍有许多要探究的。

虽然没有属于商朝的历史记录或长篇书面著作,但我们确有大批文献,大部分是刻在胛骨和龟甲上的著名甲骨文。商朝的占卜,就是把这些东西加热至裂开后再根据裂纹以定吉凶,几乎和今日有些地方的占卜一模一样。由于问题和答案均用复杂的字样刻在龟甲兽骨上,这种字体现已能释读,我们因此获得了商朝生活中的某些内容,特别是王宫中主要事务的精彩记录。在这些事务中,狩猎与星象最为突出。

商朝文明创造了辉煌的艺术品,尤其是铸造出了青铜器,建造了大城市。商朝地处中国的核心地带,从黄河中游起,北近北京,东入山东,南达江西。商朝实际统治的地域,从华北平原沿黄河上溯到洛阳西北的三角形低地,地当枢纽,位置重要,可能是发掘物最丰富和城市最大的地区。这一区域的中心是历史名城洛阳和郑州。商朝早期都城在洛阳附近被发掘出来,而郑州事实上复压在商朝都城之上(可能是隰,处于该王朝中期),该都城位于现代郑州的一块大得惊人的地区之下,包括人民公园与中心市场地区。在市场上,人们仍可以发现很多脆弱易碎的、浅灰色的粗沙质陶制水壶,实际上在各方面都与商朝的那些陶制水壶毫无差异。它们现仍是普通厨具,适用于当地烹调,非常理想,所以无需改进。商朝都城后来北迁至安阳附近的小屯,商朝在这里建造起最后、也是最壮观的首都——殷。文明的周边地区,从河北直到山东、江西,文化上各具特色,显示出其他王朝在当地统治的烙印(张光直,1979年)。

商朝文明依靠许多品种的粟和稷,也依靠稻子、小麦和大麦。略有一些二熟制的迹象,大概是粟,因为原始品种的稻子生长季节很长,不容复种。在商朝时期,中国比现在更温暖湿润;大象、獏、犀牛以及别的热带与亚热带动物群活跃在中部平原。然而气候的差异并没有大到足以允许稻子在湿地或

灌溉区以外生长。该区域如今每年降雨 20—25 英寸,而黄河周围的中心区则降雨 20—30 英寸;旱稻在每个生长季节需要大约 80 英寸或更多的雨水。很显然,即使雨量再增加一倍,也不会允许水稻生长,何况该地区在商朝也没有过那么多的雨水。有一些迹象显示了商朝的灌溉,同时也不缺少对撒播稻种堪称理想的河塘。很有可能使用了一系列技术,从简单地往天然水坑撒种,到在积水低草地耕种,再到实际灌溉准备好的稻田。但可以肯定的是,教科书频繁提及商朝的旱稻栽培,实属谬误。

除了谷物以外,我们还了解商朝饮食中的肉类。猪、狗、鸡、绵羊、山羊、牛和马早就可以获得了,此外,水牛(据说是本地种,现已灭绝)也开始被驯养。大卫神父鹿(*Elaphurus*)的骨头是如此常见,表明这种动物也已被驯化(李济,1977年)。狩猎规模大,人们用网捕捉各种猎物,从象、犀牛到兔子与鹿。各种鱼和龟都被食用。剔去了肩胛骨和甲壳的献祭动物大概是掘起来放进炖锅的。商业为该地区带来了一些外传的手制品;华中是龟的出没之地,而且有些种类的龟被查明原产于华南。海贝与鲸骨则表明了与沿海的贸易。

人们肯定会猜想,素食同样也是多样化并经过筛选的,但商朝遗址中植物遗存的公布与分析很不全面。殷墟的植物资料在进行分析之前就被毁于二战之中(李济,1977年)。周初的文献遗存证明了对素食的广泛熟悉,我们理应推想这些素食源自商民,并且可能反映了自那时起并无变化的状况。有必要进行考古方面的研究,并对甲骨文进行最新的分析。甲骨文提到了“麦”(可能这个字也涉及大麦)、“黍”和“粟”、稻、秣,以及几种重要的食物性树木:栗、桑(主要用于丝绸生产)、杏和枣。“果”字和“采”字已定形(吉布森,1937年)。所有这些字在商朝的书写中都是可以识别的象形文字。杏树的记载让人费解:一般认为,杏的栽培源自西亚和中亚,而中国却有它自己的杏种——“梅”(*Prunus mume*,通常错译成“plum”)。但在商朝字体中并未出现梅,却出现了杏。高粱在甲骨文中未提及,尽管有些出版物意见相左(安德森与保罗·布尔,稿本;哈格蒂,1940年)。

属于商朝的食器和酒具很多。但巴纳德和佐滕保(音译)(1975年)对它们的独断评论迟早将被推翻(也见张光直,1979年)。他们断定青铜器是在商朝中心地区发明,与合金于较早时在近东的发明无关。

在对陶器和青铜器的研究中,有关食物的主要结论是:(1) 食物的配制和供应仪式化、规范化和复杂化;(2) 礼仪是一桩至关重要的大事;整个文明的福祉显然被认为依赖于献祭及其他仪式的规范化,这意味着器皿和食物的正确排列尤为重要。现代中国的参拜仪式(“拜拜”)延续了这一传统,但显然

没有商朝仪式精细缜密。(3) 酒对商民是很关键的(“酒”——在现代汉语中为“含有酒精的液体”——是指早期历史时代的淡酒或发酵酒,而非通常翻译的葡萄酒)。他们有酗酒者的名声,而根据《书经》记载,其周朝继承人制定了很多法令专门反对酗酒,以免自己的王朝重蹈商朝覆辙,他们将商朝的灭亡归咎于其纵酒过度。这个故事得到了保存下来的大量饮酒巨器的印证。根据传说,商以前的最后一位统治者拥有“酒池肉林”——“肉林”意谓以干肉条悬挂成林。

食物似乎分为“饭”(“grain foods”)和“菜”(“dishes”);大概另有一个类别是点心(张光直,1977b,特别是第23—51页)。饭的典型形态为一种稠粥,是被煮熟或蒸熟的;菜则通常是丰盛的羹。烤熟和炙熟的肉可能也很常见。除了食物性作物外,作为纤维的麻和丝也很重要;别的纤维植物也可能被栽培了,因为我们知道在随后的朝代里有一些这类植物。

商朝的耕作技术与新石器时代晚期的耕作技术并无重大差别。尽管青铜时代已经开始,从而在大小和精致方面为金属制品带来惊人的增长,但农具仍用石头、骨头和木头制作,并局限于简单的耒、刈刀、锄、铲、镰刀、杵、和臼等。大的耒可能被拖着当原始的犁来用。鱼钩、网和石镞——富人青铜镞——也是食物获取系统的一部分。水利灌溉似乎被大批的沟渠所证实,即使小屯的沟渠是城壕,它们也表明了对开沟引水技术的充分了解。稻子作为主要农作物而出现,这意味着对水的管理,故此可能存在小规模局部灌溉,它为商朝文明带来了繁荣和城市中心,不过我们对此并无充分证据。显然没有大规模的灌溉工程。所以,中国的青铜时代文明是以十分简单的技术为基础的,这种技术与过去诸世纪的技术没有重大差别。

据魏特夫(1957年)所说,中国和亚洲大部分地区特有的中央集权、官僚政治的国家体制——在这种体制中,受皇帝个人领导的国家,拥有并处置土地——由中央对水利的控制来维持,并在很大程度上由此产生,而这种控制则由建设庞大的水利工程的需要引起。但这一假设处境困难(张光直,1979年;埃伯哈德,1977年;惠特利,1971年)。当代学者的共识是,旧大陆上对水利的控制往往是分散的,而国家早在大规模的灌溉系统出现以前就已完全建立,因此灌溉农业与高度中央集权的政府之间几乎毫无联系。魏特夫的假设对中国来说显然站不住脚。商朝文明似乎并没有大的水利工程,直到公元前三四世纪才见于中国;此前的工程不像北美洲一些土著文化如欧文斯河谷中派尤特人之类的灌溉系统那般大,而派尤特人,更不要说国家了,就连栽培的植物也没有(劳顿等,1976年)。

另一方面,传统农业的高产当然使国家的出现成为可能。我们难以天真

地相信,人们先是产生了“剩余物”,然后再创造城市和精英来用光它。人们难得生产他们不打算利用的大量食物(或其他物品),而如果他们生产了,也肯定是更多地考虑直接满足某种用途,而不是去养活税吏、军人和掠夺成性的地主,这类人在全部历史中对中国农民而言代表着国家。不过很显然,除非农业体系有潜在能力养活他们,否则就不可能出现这样的社会特征。这种潜力在政治状况需要时就明确地变成现实。

贸易在商朝文明中的重要性,张光直(1975年)作了论述,他认为贸易远比大多数学者的已有认识更为重要。流入商朝议事厅的龟甲、出现在那里的鲸骨和别的舶来物,以及商朝时在整个中国分布很广的文化相似性,都表明了广泛而又重要的经济联系。大部分交易是与其他比较先进的社会进行的。随意瞥一眼地图,便可看出黄河中游乃是何等天然的贸易中心。米盐交易广泛。日益增长的农业活动无疑导致了对盐的更大需求,到商代它对于保存食物已是不可或缺的了。“盐和铁”在后世作为交易商品的重要性众所周知,这在某种程度上肯定由商朝盐和矿石的重要性预示了。

或许值得一提的是,商朝的影响并没有直接扩展到新大陆。商朝文化与美洲印第安人文化之间的相似性在于经由白令海峡的间接联系,或完全归因于独立的发展。例如玉在商朝及同时代奥尔麦克文明中的重要地位,并非由于它们之间的相互影响,而是基于这样的事实:玉是坚硬、强韧而美丽的石头,所有了解它的文化都深知其价值。人们所宣称的艺术风格上的相似性太过笼统,令人难以置信。并无食物性植物跨越太平洋,但如果文明间的接触充分,足以维持艺术风格的传播的话,那些植物也肯定会传播过去的。中国与新大陆的直接联系,必须等到15世纪欧洲航海家的出现。

同时,由于文明的兴起,整个领导结构也发生了变化。在小村庄组成的平均主义社会中,领袖往往不是氏族首领就是最好的调解人,均为杰出的政治人物。但随着物质财富的增长,专业化便出现了,商业也强化了,拥有大量财富越发重要了。在静态经济中,尤其是在一个很小的社会里,领导权就落到了最擅长处置财富的人手中,这典型地表现在再分配的盛宴或其他高尚侠义的行为中。

国王似乎产生于新石器时代晚期的氏族结构。他们是最有权势之氏族长老,或对偶氏族的长老,因为伴有两个内部通婚的氏族或氏族之旁支的二元组织,好像在商朝占了上风(张光直,1979年)。商朝及其邻国的国王们不是纯粹的政治人物,他们必须组织和维持复杂而极其活跃的经济,为了做到这一点,他们需要让财富源源不断地流入国库,即不能光靠自由的部落民在时间和机会允许时交纳的粮食,而要靠更为可靠的进项,以维持宫廷、军队和

主持庞大规模献祭的宗教机构。由此,国王从单纯的再分配者,即只需在收缴食物后再以大致相等的份额分配给原先那些缴纳者,转变成了统治者,即从整个国家攫取财富并将它分配给极少数亲信及其军事保护者。赋税与档案和法律一起在东亚出现(波斯纳,1972年)。

争议较多的是奴隶制在商朝社会中的重要性。共产主义的历史学家们感到他们必须把商朝设定为奴隶社会,这完全是因为在马克思恩格斯的图式中,奴隶制是国家中劳工管理的第一阶段(许倬云,1979年)。可事实上,左试右探也罕有证据。情况好像是这样的:商朝的黎民百姓虽没有鸟一般的自由(或曰原始耕作者般的自由),但他们却并非古罗马或早期美国南方的奴隶。他们拥有权利、财产和作为人的某种地位。他们是“众”,即普通百姓(李济,1977年)。国家与平民共同创造了具有鲜明特色和相当孤立的文明。

第三章 至关重要的一千年： 周朝到汉朝

周 朝

商末周初年间,农业技术或生产都没有令人信服的证据显出其差别。新石器时代的技术继续存在;农民的工具差不多都是用石头、骨头和木头制作,农作物也由较早时的粟及粗杂菜蔬组成。社会组织显然仍是颇不发达的封建制。张光直(1977a)指出,这一时期社会体系的复杂化和财富的增加,并不是由大量的技术进步所带来:财富是由牺牲穷人的利益而积累起来的。

豆类似乎在公元前 1000 年左右传入中国,但直到东周初期才推广开来(何炳棣,1975 年);豆类似乎出自汉人在北方及西北的邻居——羌人,他们可能是通古斯人或阿尔泰山人,抑或是红山人的亲戚或后裔。栽培的大豆 *Glycine max*,是从野生的 *G. max var. ussuriensis* 进化而来的,原产于北京及其西部与西南部丘陵一直到满洲的中国东北部。

铸铁好像在东周后不久就问世了;锻铁则出现得稍晚[巴纳德和佐滕保(音译),1975 年]。铁促进了农耕革命,这场革命虽类似于所有真正的革命;却是缓慢渐进的过程。早在周亡以前,铁已被广泛应用,虽说很少用在农具上。这一新技术具有决定性的影响。一方面,高级农具的产生赋予了生产力的新变化,中国的人口得以增加。另一方面,政府可以通过控制铁的交易以及利用真正的致命武器来装备大批军队以更彻底地控制民众(青铜太贵,不适合广泛应用,且又太脆,不适宜制造工具和武器,所以较早的军队是用相当原始的材料作战的)。

周朝后半期的开创性作用在伦理学及政治哲学领域里留下了深刻的印记。至少就中国的未来而言,最重要的是儒家学派。孔夫子(拉丁文为 Confu-

cius,“子”的意思是“先生”)生活于前 551—前 479 年,其身世仍有点模糊不清。我们对他的了解主要是根据《论语》这样一本有关其逸事与语录的简短文集,而非依据其任何一本前后连贯的著作。未经证实的传说称,他编纂了《书经》(我们所掌握的全部大量和丰富的神话传说)、《易经》、《诗经》、《礼记》,以及其故邦鲁国的编年史《春秋》。《诗经》包括了 300 多首在周朝口头流传的诗歌,其中数百次地提到了食物类目,因此相当完整地描绘了该时代的农业图景。这些诗歌似乎是农民创作的,但在不少情况下又被宫廷诗人加工过,有些诗歌可能是模仿民间形式的宫廷作品。它们大体上反映了公元前 6 世纪及更早时期的社会。

耕作似乎同较早时一样集中在肥沃的洼地,但正扩大到所有的聚居地。《诗经》提及清除艾(艾蒿、苦艾、蒿子)、薊及别的杂草类植物的次数大大超过木本植物,所以大部分良田肯定被开垦出来了;农民通常宁可改造旧有的休耕地,也不愿开拓处女地。也有可能扩大到了干旱的高地,但在《诗经》中,这些土地却总是与休耕地里的杂草相联系。《诗经》常将国(城市)与野(田地)、山与泽做对比。后两个名词通常译成“mountains and marshes”,显然有点像是指“荒芜的高地和荒芜的洼地”。德克·博德(1981 年)指出,许多泽是干的,而不是湿的。这种在所有土壤类型中最肥沃的土壤,在周朝中期大都仍是荒地,这表明人口对土地的压力较小。各种各样的野生动物仍在那里生存,尤其是鹿(在休耕地里繁衍生长),但狩猎已成了富人的一项运动,而不是穷人的生存方式。根据《诗经》中几首诗的评论,野生动物仍是农作物的主要危害动物。耕作区显然人口众多,而荒野地区则人烟稀少,但人口绝不像汉朝和汉以后那样密集。

纤维作物是丝、麻和葛[耿宣(音译),1974 年;李蕙林,1974 年]。主食无疑是粟。到这时,*Setaria* 和 *Panicum* 的很多品种已被栽培。有些是“粘性的”。有几种(特别是一些粘性品种)尤其适于酿酒。另一些粟种可能也已种植。大麦和小麦无足轻重;但稻却非常重要——鉴于周朝本土气候干旱,这令人称奇。各种豆也被视为主食。广大范围内的蔬菜、水果及其他植物性食物被利用;很多可能是采集的野生植物。

《诗经》至少提到了 44 种确定的或可能的食物性植物;相形之下,《圣经》只指出了 29 种。《诗经》提到了几种鱼,还提到了所有通常驯养的动物及野生的可猎动物。同今天一样,对鱼的鉴赏能力使人们偏爱某些来源的鱼;周洪祥(音译)(人物集注)挑出了《诗经》第 138 首,在这首诗里,特殊河流中的鲂鱼(通常译成“bream”)和鲤鱼受到偏爱。

在《诗经》中提到的确定的或可能的食物性植物名单,根据耿宣的著作

(1974年)改编如下：

谷 物

黍和稷(*Panicum miliaceum*)。

大麦(*Hordeum vulgare*)和小麦(*Triticum aestivum*)。耿宣怀疑小麦的存在,但在周朝它已完全被移植。

稻(*Oryza sativa*)。

粟和粱(*Setaria italica*)。

蔬 菜

葛(*Pueraria lobata*)。在较老的文学作品中译成“*dolichos*”。真正的扁豆属这时可能已存在于华南,但有一个不同的中国名字。耿宣将葛列为纤维植物,但他指出其芽、叶和块根都可以吃,因此无疑也是一种食物。普通百姓以葛的纤维织布做衣。葛履在《诗经》中有质地优良之意。

麻(*Cannabis sativa*)。主要也是一种纤维植物,但种子被食用。它作为一种药物的用途未在《诗经》里提及,但到汉朝(也可能在周朝)已被知晓,在中国它从来不太被重视。

蕹(*Brassica spp.*)。耿宣声称,芜菁 *B. rapa* 是已知的品种。这肯定有误。白菜以其各种形式(或许还有别的品种)被食用。萝卜(*Raphanus sativus*)几乎肯定被包括在一些附注中,尽管耿宣没有提到。

韭(*Allium tuberosum*)。被耿宣误称成另一种韭(*A. odorum*)。

蕹和蕹草(*Hemerocallis flava*)。现称黄花菜,是来源不明、遗传复杂的栽培品种,可能到周朝已开发。

芹(*Oenanthe javanica*)。也可能是 *Cryptotaenia annadensis*。

瓠(*Legenaria siceraria*)。正像其名称所示,这主要是一种经济植物,但嫩果食用广泛。

瓜(*Cucumis melo*,可能是 *var. conomon*)。别的甜瓜这时还未被了解。

菽(*Glycine max*)。

荷(*Nelumbo nucifera*)。

在《诗经》中并未当作食物性植物而确切提到,但以后常用、周朝几乎肯定食用的蔬菜：

27 蓍(*Achillea sibirica* 和/或 *A. millefolium*)。最初是药用;这可能恰好导致了用作通灵植物。在以后的时代,它回复为一种药。其苗偶被食用,尽管并不被认为非常可口。

藜(*Artemisia vulgaris*)。嫩苗被食用,今日朝鲜用做调味的香草。

菴(*Leonurus sibiricus*)。一种非常普通的路边草,用做一种药,且至今还被视为能治百病。

葵(*Malva verticillata*)。显然是周朝的一种主要食物;李蕙林(1969年)认为这是中国古代最重要的蔬菜。白菜应已成为其强大的对手;与李蕙林的断言相反,烹调白菜不必用油;现在通常是煮或蒸着吃。

芡兰(*Metaplexis stauntoni*)。

茺菀(*Plantago major* var. *asiatica*)。另一种主要的药用植物,近代少量食用,可能周朝亦然。

菹(*Phytolacca acinosa* var. *esculenta*)。

藟(*Rhynchosia volubilis*)。

芥(*Sonchus oleraceus*)。休耕地及其他耕作地里的一种草;《诗经》非常普遍地提到这一点。它显然也被广泛食用。

苍耳(*Xanthium strumarium*)。嫩芽在今日广泛食用,在周朝无疑也吃它。

蒲(*Acorus gramineus*)。可能包括香蒲(*Typha latifolia*)。

薹(*Alisma plantago*)。

蕒(*Brasenia schreberi*)。周朝文献把它当做食物频繁提及,特别是在有关著名美味莼菜羹的前后文中。

萍(*Marsilea quadrifolia*)。

荇菜(*Nymphoides peltatum*)。

榆(*Ulmus* spp.)。嫩叶、树皮与种子在后世(大概也在周朝)被食用。

竹(*Bambusa* spp. 及其旁属)。竹笋在《诗经》中被当成普通的风味食品提及。

水果与坚果

桃(*Prunus persica*)。原产于中国;其他本地的品种大概也被食用。

李(*Prunus salicina*)。这是中国的土生品种,不同于欧洲的品种,《诗经》常提到。

28 梅(*Prunus mume*)。中国画家和诗人最喜爱的植物,《诗经》里是重要的结果植物。西方文学作品几乎千篇一律地误译成“plum”或“prune”。它是杏

的一个品种,与西方的 *P. armeniaca* 是近亲。耿宣认为后者(杏)也可能在中国找到,但在《诗经》中未提及。

枣和棘(*Ziziphus jujuba* 和 *Z. spinosa*)。华北最普通和流传最广的果实,为废弃的田野与其他高低不平、开阔干旱、难以成活的自然环境区中最常见的木本植物。从新石器时代至今格外流行,与别的果实一起在《诗经》里被提到。

枸(*Hovenia dulcis*)。因其果串而被栽培,其梗茎而非果实被食用;味道像非常好吃的无核葡萄干。

榛(*Corylus heterophylla*)。

栗(*Castanea mollissima*)。曾在4首诗中与别的林木或坚果树一起提及,从上下文可以看出它是一种重要的食物。

桑(*Morus alba*)。主要用来养蚕,但其果实显然也被食用。

松(*Pinus spp.*)。作为一种林木被提到;其坚果可能被食用。

栎(*Quercus spp.*)。也是一种林木,其种子被食用。

椒(*Zanthoxylum piperitum*, 同为 *Z. simulans* 的植物及其他)。《诗经》里提到的主要香料,显然极广泛地用于为食物添加香料和薰香居室等等。其果实看上去像黑胡椒子,但该植物与黑胡椒和辣椒并无亲本关系。在《诗经》中主要出现在隐喻的情节里:小果实成双成对地长在短梗茎上,整个看上去像是微型的男性生殖器;因而它在《诗经》及其他中国早期诗歌里是男性器官的标准比喻。[“spicy”(香料)的双重含义可能为全世界共知。]

木瓜(*Chaenomeles japonica*)。

《诗经》的佚名作者是优秀的生态学家,他们注意到了黄蜂捉毛虫喂幼蜂、露水浓重与香蒿长势相关这类情况(《诗经》第173首;我以为这是能吸吮露水的品种之一,同那些在加利福尼亚南部的品种一样)。他们也是最杰出的诗人。《诗经》中壮观而丰富的生态学藻饰华丽而夸张。在《诗经》中有已知最早的四重读音节的四行诗范例,头两行描写一些生物现象(通常是植物的),次两行则用诗人强烈的情感关切——通常是浪漫的并每每是性爱的——与之对应。葛兰言(1930年、1932年)令人信服地论证了这种形式源于已到婚龄之年轻人的节日:姑娘们用四行诗揶揄小伙子,小伙子们则以他们自己的诗回应。这种风俗——连四行诗一起——在现在的华南及东南亚继续存在。它也残存在边远及保守的客家人中,他们的“山歌”全都是这种风格。它也存在于越南人中间,而在马来人中间,现在则以一种被宗教上极端拘谨的伊斯兰教修改过的形式——“盘头诗”的形式存在。

在长诗中,又包括了出身神话的颂诗。其中一首叙述了周朝世系的始祖后稷的传说。他不仅“种之黄茂……维秬维秠,维糜维芑”(高本汉,1950年,第201页),还“蓺之在菽”。这表明到周朝中期时,大豆已很古老,包含在神话起源中;看来周初可能正是大豆传入的最晚时限。这些长诗中有许多处把旱灾说成是最糟的灾祸。在《诗经》第265首里,这类“於乎哀哉”在一切时代的文献中都能见到,高贵者的掠夺成性被比做旱灾。

很多植物在《诗经》里成对出现,以平行的两行对仗,并在一行中并列:竹与松、葛与藤、小麦与大麦(这一点意义重大,因为它们是冬季栽培的外传谷物)、粟与稻(夏季栽培的本地谷物)、枣与梅(两者都是长在高地的多刺果树——它们又各自与桑配对)、野兔与雉等。别的物质和非食物性植物也配成一对,如金属与玉、白杨与柳树。栎树、松树、栗树这类树木常与山区连在一起被提及。《诗经》最常提起的是艾。很多不同的品种都被命名;显然艾这个物种除了富于诗意以外,在生态学上也很突出,这种印象经由对中国新石器时代及早期王朝的花粉研究而被证实(何炳棣,1975年;段义夫,1969年)。

在孔子以后的两个半世纪里,出现了许多别的哲学流派,提出了各种伦理学和逻辑学体系,它们全都力争被统治者认可以及在政府和政治中得到应用。中国早期哲学归根结蒂全是政治哲学:其目标是创造和维持一个管理有方的国家,而墨家学派的哲人像现代经济学家那样称其为着民众的最大福祉和最小危害。儒家学派的弟子们面临着其老师未曾遇到的挑战:他们不得不建立起一个完整体系,以免遭尖锐抨击。在所谓的“百家”中,最难对付的竞争者是法家学派,它力主通过法律与发展农业的积极政策来实行强有力的统治。

其他挑战者包括神秘主义,它在早期中国的条件下融入富于哲理的道教,它对食物的看法颇像禁欲主义。精美的食物和独到的技术在《道德经》(作者不详)和《庄子》(庄周作于公元前3或4世纪;很多内容是后人加上去的)中受到谴责(翟理斯,1926年;葛瑞汉,1981年;魏礼,1939年、1958年)。周朝文献相当部分已佚;有些作为以后的增添部分残存在《庄子》中,有些则残存在编纂于汉朝的《列子》中(葛瑞汉,1960年)。同时,墨翟主张兼爱,杨朱却主张为我;墨翟倾向于极端节制食欲,杨朱则倾向于及时行乐。周朝科学包含了医学和营养成分;这一点以及它的民间表征,将对中国的食物产生深远影响——我相信,这种影响的程度跟信仰体系向来对某种文化的饮食习惯所起的作用一样深刻。不过这对儒家体系并没有直接的威胁;相反它们倒是互补的。

意味深长的是，所有学派都讨论了农业、食物和食物政策。农业被认为是国家及其臣民最重要的工作。饥荒与战争意味着食物是所有学派的关注焦点。然而比这更重要的是，能够知味乃属生活的一部分，即使对农民而言也是如此：《诗经》拿节日的淡酒、上等的谷物和肉与平常吃的粗粮进行了对比。精英当然总是食不厌精。在西方，清教传统极大地妨碍了食物享受以及其他肉体快乐。不清楚这种意识形态为什么没有控制中国，既然道家 and 墨家都在提倡节俭。

在孔子的门徒中，孟子以讲授性善论最为闻名；他论辩道，人无有不善（刘殿爵，1970年）。他当时的主要反对者是道家，后者告诫说，善与恶是被人强加的范畴，故未能涉及任何本根，而且人类的可塑性也太强，不可能有特定的本性。稍后，荀子论证了性恶论，其核心是贪婪和自私。“善”与“恶”在周朝晚期的道德范围大致相当于“利他主义”和“利己主义”：善人为帮助他人而工作，不管是从人类自发的正当行为出发（像孟子认为的那样），还是从开明的自身利益或良好教育出发，而恶人则在追求有点像是现代信奉的“先下手为强”。谋求个人的好处或利益（“利”）是恶；为他人谋福利则是善。这蕴涵了一种普遍共有的观点，即人世是一种一方得益便会使另一方遭受相应损失的游戏，“有限善行的偶像”常见于现代中国和其他很多农民社会中（福斯特，1965年）。诚然，就封建社会的民众而言，生活通常并不遵循这样一种模式。孟子把善良的统治者称为善待其臣民者，这首先包含了自我牺牲（如减免可能要花在奢华享受上的税收），但此后必然得到回报，国家昌盛强大，统治者财富增长，长治久安。但孟子强调人不应该只是怀利以相接，或相接以怀利。真正的儒家英雄是那些以身殉道者。

与孔子别的门徒一样，而且确实与同时代的中国大多数哲学家（特别是法家）一样，孟子把农业当作基础部门，而手工业、制造业及商业则排位较低。在这一点上，他被中国历代的统治者和精英所仿效。这并不意味着农民享有崇高的声誉；他们表面上受到尊重，实则受到轻视，这种交加的痛苦是农夫在很多文化中的共同命运。但由于儒家的教义，国家还是给予农业以最优先的考虑。

《孟子》卷首的立论开宗明义：曰仁义而已矣，何必曰利——即使是国家的利益。善行被概括为“仁”和“义”，即仁爱 and 正义。立场坚定与履行职责、利他主义与互相帮助，都包含在这些词中。孟子紧接着指明，只有贤者才能真正享有其苑囿里的麋鹿、鱼鳖，或大量地拥有它们。然后接下来的却是在所有哲学作品中最令人惊讶的段落之一，孟子在此对他正为之效劳的君主的政策发起了直接的正面攻击。他毫不隐讳的言辞，肯定是冒着杀头之险。这

一段对理解当时及此后的中国食物政策至关重要：

不违农时，谷不可胜食也；数罟不入洿池，鱼鳖不可胜食也；斧斤以时入山林，林木不可胜用也；谷与鱼鳖不可胜食，林木不可胜用，是使民养生丧死无憾也。养生丧死无憾，王道之始也。

五亩之宅，树之以桑，五十者可以衣帛矣；鸡豚狗彘之畜，无失其时，七十者可以食肉矣；百亩之田，勿夺其时，数口之家，可以无饥矣；谨庠序之教，申之以孝悌之义，颁白者不负戴于道路矣。七十者衣帛食肉，黎民不饥不寒；然而不王者，未之有也。

狗彘食人食而不知检，涂有饿莩而不知发；人死，则曰，“非我也，岁也。”是何异于刺人而杀之，曰，“非我也，兵也？”王无罪岁，斯天下之民至焉。（刘殿爵，1970年，第51—52页。）

32 行文显露的一个主题是资源保护：与孔子一样，孟子是一位自然资源保护论者，但他更讲究系统。他对人性的著名直喻是牛山：“牛山之木尝美矣，但后因斧斤伐之，牛羊又从而牧之，是以若彼濯濯也”；相似地，“其所以放其良心者，亦犹斧斤之于木也”。照孟子看来，保护资源合乎理想，但不应走得太远，而农业现代化也不应走得太远。他严厉批评将其麋鹿者视为凶犯的国君（刘殿爵，1970年，第61—62页），以及那些庖有肥肉、厩有肥马、民有饥色、野有饿莩的国君（刘殿爵，1970年，第124页），这是对误入歧途的法家与儒家信徒的抨击。国君拥有苑囿是很正常的，但百姓应该可以去那里搞到一些木柴和猎物。至于食物，孟子指出，“圣人治天下，使有菽粟如水火。菽粟如水火，而民焉有不仁者乎？”（刘殿爵，1970年，第187页）。孟子不单是在说人们丰衣足食便会举止得体，其主要论点是，他们有了贤明统治者的楷模才会如此。在儒家的治国术中，再没有比统治者为其臣民制定应遵守的准则更重要的理念了。

孟子对食物的兴趣在其著作中不断反映出来。他最有名的说法也许是：“鱼，我所欲也，熊掌，亦我所欲也；二者不可得兼，舍鱼而取熊掌也。生，亦我所欲也，义，亦我所欲也，二者不可得兼，舍生而取义者也。”（刘殿爵，1970年，第166页。）在同一节里他又说道：“一箪食，一豆羹，得之则生，弗得则死，噤尔而与之，行道之人弗受；蹴尔而与之，乞人不屑也。”他接着又说道，他将多么坚定地拒绝接受不辨礼仪的高官厚禄。

儒家对初期清教主义的回答见于《礼记》。这本内容浩繁的鸿篇巨著在秦朝发生的“焚书”事件中几乎失传。汉朝找到残缺不全的原文，并尽可能完

整地作了修复。我的非专业性印象是，汉朝的校订者出色而忠实，因其极少“补缀”，并保留了一些分类，尽管很多评注如今都被视作原文的组成部分。除《诗经》以外，《周礼》和《礼记》也都透露了大量有关周朝盛宴和祭祀的情况。供品有：大量按递减顺序排列的鸡、猪、狗、绵羊和公牛；鱼，特别是上等的肥鲤鱼；蔬菜，新鲜和腌泡的；谷物，具体指较优种类的粟；以及淡酒，也是较优的品级。狗在当时是受到极大偏爱的常见食物（目前，狗在华北已不再食用，仅在南方才偶尔食用）。

《礼记》中记述了祭祀仪式，包括使用和供奉的食物（理雅各，1967年，第459—464页差不多列出了周朝享用的所有食物，但那幅表中把一个品种的粟误译成了“玉米”）。按规定，农业与资源保护活动由统治者安排和监督。校订《礼记》章节段落的战国与汉朝哲学家们，在处理礼仪时顶着道家、墨家、法家与其他学派的压力，以实用和逼真的名词来为其行为惯例辩解。他们第一个最重要的辩解就是资源保护，对此我们已在孔子和孟子的著述中有所了解。礼仪和食物的其他用途旨在保障食物供给并规定其分配，这特别适用于野生动物和鱼，它们在周朝正迅速减少，而人口却在增加。统治者及士大夫被告诫要小心对待食物供给。

国君春天不围泽，大夫不掩群，士不取麇卵。岁凶，年谷不登，君膳不祭肺，马不食谷，驰道不除，祭事不县；大夫不食粱。（理雅各，1967年，第1卷第106页。）

田不以礼曰暴天物。

天子不合围，诸侯不掩群。（第220—221页）

规定的月令活动包括破坏性活动的禁忌。孟春之月，“毋覆巢，毋杀孩虫、胎、夭、飞鸟，毋麇，毋卵。”（第256页。）不遵守这些禁忌以及别的时令性劝诫，不仅会危害猎物，而且还破坏了宇宙的和谐与秩序：

孟春行夏令，则风雨不时，草木蚤落，国时有恐；行秋令，则其民大疫，焚风暴雨总至，藜、莠、蓬、蒿并兴；行冬令，则水潦为败，雪霜大挚，首种不久。（第257页）

社会进化的唯物主义理论存在于《礼记》大部分内容中：

凡居民材，必因天地寒煖燥湿。广谷大川异制，民生其间者异俗，刚 34

柔、轻重、迟速异齐，五味异和……

中国戎夷，五方之民，皆有性也，不可推移。东方曰夷，被发文身，有不火食者矣。（第 228—229 页）

其他蛮族也有吃生食或不食五谷者。我们不需去相信这里的人种志。重要的是考虑到了环境对文化的影响，而且饮食方式中的差异也得到了确认。礼仪的进化也包括在《礼记》中：

夫礼之初，始诸饮食，其燔黍捭豚，汙尊而抔饮，蕡桴而土鼓，犹若可以致其敬于鬼神。

及其死也，升屋而号，告曰：“皋某复！”然后饭腥而苴孰。（第 368—369 页）

记述礼仪起源的上述引文被认为是孔子所作。《礼记》继续论述了社会的起源：

昔者先王未有宫室，冬则居营窟，夏则居橧巢。未有火化，食草木之实，鸟兽之肉，饮其血，茹其毛；未有麻丝，衣其羽皮。

后圣有作，然后脩火之利，……以炮以燔，以亨为炙，以为醴酪；……以养生送死，以事鬼神上帝。

凡此我们都应遵循古代的榜样。

35 故玄酒在室，醴、醢在户，粢醍在堂，澄酒在下。（第 369—370 页）

《礼记》接着记述了其他祭祀仪式的起源（有时在起源与现行仪式之间的关系上模棱两可；这很可能是由于原文讹误及翻译拙劣，而不是由于原作不够明晰）。不过要注意，对于社会进化的描述显然纯属设想，而非如某些天真学者认为的那样，是古代的真实反映。

对礼仪其他高级功能的解释包括下述理论：礼仪的目的是表达、灌输以及（大体上）传播社会秩序，或社会秩序的重要成分，并告诉百姓怎样和何时去做事。涂尔干（1961 年）把礼仪的概念表述为群体团结一致，以及他把礼仪作为传递有关经济与社会信息之联络系统的观点，都是此一见解的组成部分。《礼记》的作者们意识到了礼仪的这种功能，因此他们在这一节里解释了

礼仪的某些象征意义。礼仪创立者的目的在于“以别亲疏远迩，教民复古复始，不忘其所由生也”（第2卷第221页）。在一直延续到1911年中华帝国灭亡为止的礼仪中，在一些特定的节令，皇帝总要象征性地亲耕，而皇后则会象征性地躬桑。《礼记》解释道：“是故天子亲耕……诸侯耕……天子诸侯非莫耕也，王后、夫人非莫蚕也，身致其诚信，诚信之谓尽。”（第2卷第238页。）因此这些仪式旨在向民众传达这样一事实：统治者把这些活动视作根基。它们也传达、表露或传播了社会等级制度。

神秘的《易经》以及其他早期著作都提到了阴阳对比。阳是宇宙的光明干燥面；该字最初的意思是指朝南向阳的山坡。阴是宇宙的冷峭幽暗面；该字最初的意思是指背阳的北面。男性很早就与阳相联，女性则与阴相联；男人被认为具有较多的阳刚之气，并被鼓励保存它；女人具有较多的阴柔之气，她们可以安全地释放它。火属阳，水属阴。著名的“太极图”描绘了阴阳关系。在道家（被大大简化了）的宇宙论中，“道”这种抽象的本体，生出统一体；统一体生出阴阳；接着它们互相渗透产生宇宙及其万物。在中国早期历史上某个难以确定的时期，道家在阴阳概念中加入了分别称做“五行”、“五个进化阶段”或“五元素”的理论[“五行”是直译；“行”既可以指过程，也可以指遵循的道。第二种说法是波克特（1974年）新创的译名。第三种说法是传统的英语译名]。五行是土、木、火、金和水。它们在给定的顺序中相生——土生木、木引火、火炼金、金使露水凝结——并在逆转的顺序中相克。

36

由此，这五个阶段便与能想像得出的其他万物连在一起：五色、五味、五气、五大身体器官、五小身体器官、躯干的五翼，以及可以牵强凑成类似数目的其他万物。例如，五味是酸、苦、甘、辛（或辣，就像辣椒）和咸；五气是膻、腥、香、臊和臭。波克特详细解释了这一体系如何用来观察与时节相关的疾病（下面将进一步论述）。

秦汉时代

在秦汉时代，中国的农业成型了。此一时期最重要的是，自汉朝初期开始由帝国政府对全面的农业发展政策进行了明确规定。这一政策在中国历史中始终奉行——经常只是一种虔诚的希冀，但间或也得到认真的贯彻。

这一政策在中国导致了一场真正的“绿色革命”，在世界范围内也属首次。从周朝晚期到汉朝中期，产量和技术获得了实质性的进展。该政策的主要特点是：（1）相对适中的田租；（2）维护自立的小农阶级（要么是自耕农，

要么是相对有保障的佃户);(3) 扩大农业并由政府编纂农书及农业百科全书;(4) 公共工程,包括灌溉系统及一向正规的粮仓;(5) 救荒;(6) 除关注食物外,还关心药物和药草。政府为了这些目标所采取的行动,常受到大地主和军事征伐这类紧迫问题的阻挠或限制,而耗费了时间及资金。不过,汉朝毕竟农业繁荣,人口增加,而且编纂了中国的农业与医学知识。这出现在城市化和市场发展的背景下;靠近城市的农民和地主逐渐强烈地以市场为导向,并融入成长中的货币经济。从汉朝至今中国农业所形成的独特发展方向,凡此种种均至关紧要。

公元前 221 年,秦朝征服了全中国。从农业和食物的观点来看,秦统一中国后的重要举措是贯彻法家理念,将农业与食物生产置于优先地位,并视为增强国力的关键。因而公元前 213 年的大焚书中,明确赦免的类目便惟有农业与医学(任何熟悉审查制度的人都能猜到后果:那些书在汉以前的文献中保存极差)。

37 仅仅在“始皇帝”下葬后几年,秦朝就崩溃了。公元前 206 年,刘邦占领了首都——具有战略地位的长安城(现在的西安),并宣布建立汉朝。受益于秦始皇的教训以及他本人天生的谨慎,刘邦建立了一个使汉朝得以延续 400 年的框架,汉朝比中国任何其他王朝都持续得更久,尽管其统治曾被一次成功的政变和朝廷失控或名存实亡的几个时期所打断。就像秦朝给了西方以“支那”(China)一样,汉朝也给了所有中国人以“汉人”的认同感。“汉人”在中国还用以区分汉族与少数民族。许倬云(1978 年、1980 年)、克罗韦尔(1979 年)和其他作者(小 E. N. 安德森,1987 年;白馥兰,1980 年、1984 年;陈启云,1984 年;鲁惟一,1968 年;米歇尔·皮雷佐利-T'塞斯蒂文斯,1982 年)描述了汉朝农业的沿革;食物则由余英时(1967 年、1977 年)和王仲殊(1982 年)做了论述。但最好的记述见于汉朝历史学家自己的著述中:司马迁(伯顿·沃森,1967 年;司马迁,1974 年)和班氏一家(德效骞,1938—1955 年;斯旺,1950 年;伯顿·沃森,1974b)。他们不愧为伟大的作家和卓越的客观观察家,因为他们实际上为中国创造了系统的阐述性史学,又卷进过当时的政治。

世界上的首次人口普查(公元 2 年)统计到了 6000 万中国人。到 280 年,人口已减少到 1600 万左右(毕汉斯,1974 年)。主要城市在其实力达到顶点时可能各有 100 万人口(算上近郊及郊区村庄)。在这个城市化和城市增长的时代,城市的规划既仔细又详尽。然而在动乱时期,城市却是突出的目标,各种形式的争斗和围攻实际上还是减少了城市人口。农业越发精耕细作,以养活日益增加的城市居民。为了劝课农桑,租税保持在低线,但即使纳税较低,对于依靠小块上地为生的农民来说仍很艰辛。此外,土地占有在缩小:中

国人始终倾向于分割遗产,因此当人口增长时,土地占有就必然减少。于是,大家族甚至小地主便常能以牺牲小农的代价来增加自己的土地。现代学者强调地主所有制的较低税收和较轻负担,以及农民经济的高额收益和相对稳定,可“较”这个字却掩盖了很多东西。中国汉朝的农民面临着从土地中榨出更高生产率的问题。租赋的征收常常以物代钱,而在远离城市的地方,实物性部分大概支配了农耕;乡村的农民首先感觉到了增加食物性作物生产的压力。但城边的农民也需要现金。食物买卖在此一时期的经济中占重要地位。

中心地区供养着非常稠密的人口;许倬云推测其密度(考虑到各种诸侯领地)高达每平方公里 207 人,尽管相形之下,帝国的大部分地方实际上没有人口。这些地区在垦田方面有相当大的压力(1980 年,第 17—20 页)。大约五口人的普通人家耕田近 70 汉亩(1 汉亩约合 1/9 英亩)。家庭充当生产和消费单位,并时常试图自给自足:比较富裕的家庭有一条规矩,家庭成员不应吃或穿他们不生产的东西(瞿同祖,1972 年,第 286—287 页)。

汉文帝——大概是中国曾经有过的最尽责的统治者,屡下罪己诏——在公元前 167 年试图废除田租和产品税。这项措施为时短暂,但文帝的继任者景帝,于公元前 155 年将田税从十五税一减至三十税一,这“可能是中国历史上农人曾经缴纳的最低税率”(许倬云,1980 年,第 16 页)。在这以后,租税又慢慢上扬,而官方记录并未道出全部实情,因为地方官吏势必要吸取高于应得数额的东西。但根据封建社会的标准,汉朝的租税始终格外低。即使在东汉时期,也徘徊在 10% 上下。

38

土地在汉朝常被收回重新分配。这通常不包括政府对贵族的剥夺:皇帝们甚至间或从其心爱的苑囿中拿出土地来再分配。许倬云指出,在东汉,只有部分开发中的土地给了开拓者,并且在公元 109 年以后就没有过新的土地转让,而到那时最大和最好的土地已被转归私人庄园了(第 33 页)。

或许汉朝政策中最重要的是它的公共工程。就农业而言,就是指治水,国家早已参与这一事务。在汉朝以前,伟大的岷江水利灌溉系统就已在李冰父子的指导下建成;这一不朽的工程至今仍在使用。然而,开沟排水和改道分流一旦由远逊于李氏的人物来进行,便逐渐导致河床淤积堵塞,随后必然发生沟渠坍塌和洪水泛滥。与以往相比,雨量的自然涨落就容易酿成更大规模的灾害:据许倬云统计,在汉朝(包括“新”朝)期间,有 43 次大旱灾和 68 次大洪涝(第 80 页)。但正如许氏所说,它们简直不是“天灾”,而跟这一时期的战争与阴谋一样,肯定是人祸,是当人们尚不能轻易控制这类工程时必然要为公共事业之收益所付出的代价。这些教训即使今天也还没有被完全吸取;现代中国与包括美国在内的其他大多数国家一样,分担着因奢望过

度和计划不周的公共治水工程所带来的此种灾难。

国家还帮助传播农业知识,赞助为农人所编的农书,并指示官吏宣传有用的知识。前汉(公元前 206 年—公元 8 年)时期,搜粟都尉赵过,将推广集约耕作技术作为其职责的一部分(斯旺,1950 年,第 184—185 页);汜胜之和其他作者在出版农书时得到了国家的资助(石声汉,1974 年)。有些人被重新安置在新开发的土地上,但据许倬云证实,这更多是战略性而非经济性的;人们被安置于农业上毫无希望、防御上却很重要的西北地区,而不是富庶、多产、居民稀疏的南方。

39 汉朝深具意义的一个举措是恢复了亲耕和亲桑的仪式。公元前 178 年,谨慎的文帝几乎刚登基就恢复了这些仪式(在吕后及其家族败落以后,他在快乐的乡间突然从徒有其名的王侯被拥立为皇帝,因此他从未忘记自己较卑微的出身)。恢复仪式的诏书曰:“农,天下之本,其开籍田,朕亲率耕,以给宗庙粢盛。”(伯顿·沃森,1967 年,第 352 页)与《礼记》所讲的一样,文帝主持仪式的确切理由,乃是为了显示政府何其认真地对待农业(德效骞,1938—1955 年,第 281—283 页)。亲桑同样由皇后率领。

汉武帝在长达 53 年的统治中(公元前 147 年—前 87 年),拓展了帝国疆域并扩大了对外联系。他的著名使节张骞从中亚带回了各种有用的植物。究竟是哪些植物,记载不一,最常提及的是葡萄和紫花苜蓿。张骞并没有引进后来归于他名下的大部分植物,其中有几种先前就传入了(例如小麦),也有许多是后来引进的(从胡萝卜到菠萝;罗佛,1919 年)。但无疑该时代对科学、医学及农学思想的传播是决定性的:丝绸之路前所未有地繁荣兴盛起来了。

汉朝农庄往往极小,由直系大家庭经营,一如中国历史上的惯例。向一、二户或几户佃农出租土地的小地主十分常见。但少数大地主却占有了大部分土地,并以拥有大量佃农、田客及奴婢为荣。汉朝官府拥有大约 10 万名奴婢,而一个非常富裕的个人也可能拥有几千名奴婢。奴婢主要是战俘或罪犯及其后代,他们在社会上或农业中均无足轻重(赵冈,1986 年)。诗人王褒(或王子渊,公元前 1 世纪)写了一首打油诗,假借一种奴婢约规的形式来“叱责”一名反抗其主人(王褒的东道主)的奴隶(王褒实际上机智地批评了自己的东道主使用奴婢太狠)。该诗列举了王褒能想像出的一个人要做的每一种体力活,因此这份目录是有关汉朝田庄管理的宝贵材料(许倬云,1980 年,第 231—234 页载有这首诗的译文)。

丰年的生产率似乎很高,但不可能对数字做出解释,因为数字的可靠性及汉朝计量单位的确切度量均不能确定(许倬云,1980 年;斯旺,1950 年)。

典型的情况是：70 亩田宅养活五口之家。但汉亩比现代的亩（约合 1/6 英亩）要小。亩的大小于公元前 87 年从 100 步改为 240 步，因此 70 亩之数应属于 240 步的较大田亩单位。仍在讨论中的步幅有两跨宽，标准化为 6 尺，每尺约合 9 英寸。这种亩长 240 步宽 1 步，约合 1/9 英亩（斯旺，1950 年）。

因此，典型的农庄大约为 7.7 英亩。这是保守的估计，但 70 亩地充其量只是小块的田产，不集约使用土地就无法养活五口之家。有些农庄比这还小得多。汉朝的中国人体型较小，对卡路里的需要很低，但劳作很辛苦，所以勤勉的户主们应该需要良好的膳食。很多人家不得不在 7.7 英亩地里生产出 1 吨谷物（这还是在留出了来年的种子以后）。根据封建时代的标准，汉朝农业产量高——高于中世纪的欧洲，那里每英亩 500 磅的产量就被视为高产，而且由于种植的谷物品种产出率低，收成中的 1/3 必须留作种子（斯科彻·冯巴思，1963 年）。中国人留种要少得多，而得到的回报却多得多。根据汉朝以后不久的报表来看，种子与产量之比为，小麦 1:10，粟 66:1,000，稻 266:1,000（我得到未具名者提供的信息；见白馥兰，1984 年；赵冈，1986 年）。产量通常为每亩 2—4 斛。1 斛（picul）为 20 升，或大约 37.4 磅谷物。因此产量大致是每亩 75—150 磅，或每英亩 675—1,340 磅。据司马迁所说，在秦汉时代，灌溉不久的良田每亩产粮 1 钟（614 斛），即差不多为每英亩 25,000 磅，这也是 20 世纪初期华北较好土地上的产量。《汉书》（该时期的一本史书；白馥兰，1984 年）讲过，代田法可使每亩提高产量 1 斛；氾胜之又提到了区种法，可使每亩产粮 100 斛，这高得似乎难以置信，却或许并非不可信（小 E. N. 安德森，1987 年；白馥兰，1984 年；石声汉，1974 年）。当然，农夫不仅得养活全家，还得交纳很少但远非微不足道的租税。兵役、徭役等把人们带离家园；而由于农业和工业的劳动密集性质，这些人又不得被替换。所以，那时跟晚近的时代一样，中国人尽量地多生孩子（特别是儿子），至少使自己能有足够的孩子，以便在应付了兵役和劳役之后，尚有一个儿子留在家里务农。

氾胜之写于公元前 1 世纪的农书（许倬云，1980 年，第 280—294 页；石声汉，1959 年），散佚于后世农业著作所引用的大量片断中。《氾胜之书》记述的某些极详尽的过程，表明了汉朝农业是何等精耕细作：

1. 复种（冬麦或大麦，随后是粟或另一种夏季作物）很常见，尽管并未推广。

2. 种子预处理，该书记述详备。种子浸泡在煮过的骨头、粪肥或蚕屑制成的人造肥料里，这种肥料还要加入附子或其他植物毒素。种子被反复覆以一层这类糊状物；必须小心地将裹在薄薄表皮中的种子弄干，

使它们不会腐烂(在西方,预处理的种子被认为是现代实验室里的一个奇迹,它只是在近二三十年间才被发明)。

3. 不仅稻子得到灌溉,稻田得到平整,且每年间还通过变动水道来改变水流,使水春天温暖、夏天不热。

4. 一种细致有效的蓄水方式用于北方旱地:土壤在夏季被反复弄碎,形成一层蓄水的覆盖土。冬天,雪被压实以免被风刮走。汜胜之指出这种做法也冻死了能在冬天幸存的昆虫卵。

41 5. 实行了区种法(这些区是潮湿的)。区里的瓠瓜经修剪而使果实结得更大,接着在每个瓠瓜下面垫以藁秸,故此它不会由于接触湿土而腐烂。较大和较浅的区挖好后种谷物;如此每亩产量100斛。

6. 在不易排水而易保湿的地区,实施了垄耕法,这是今日中国使用的集约方式之前身。

7. 穴灌法,用于没有沟渠灌溉的庄稼。

8. 《汜胜之书》提供了格外详细和精确的施肥、浇水、移植等的节令。

9. 任何含氮物看来都被细心地存作肥料。有关何种肥料最好在哪个阶段用于哪种农作物的整门科学收录在该书中。

10. 哪种土壤最适宜哪种农作物的知识几乎同今天一样广博。

11. 铁农具普遍、多样和复杂,提高了生产率。

汜胜之提到的农作物包括了最重要的几大宗:小麦、大麦、粟、糯粟、穗状粟、大豆、稻、麻和小豆(*Vigna* spp.;其栽培技术不同于大豆)。中国宇宙论中的传统五行说和《汜胜之书》无关。汉朝农作物的五大宗是粟(两个种,要不是粘性的及非粘性的)、小麦(被理解为包括大麦)、豆和稻(或麻,在干旱的北方)。麻是适于做食物和油的重要种子作物。另一本农书是崔石汉(Ts' ui Shih)的《四民月令》,论述了类似的问题(许倬云,1980年,第215—218页)。

除了主要的取种作物以外,汜胜之还提到了葫芦(显然是瓠瓜,*lagena ria*);芋;“水—毒麦黍”(石声汉,1959年,第27页;其鉴定尚无把握,但显然属于一种谷物);桑(多半用于养蚕);艾蒿,最初是一种野外采集植物,可防止留作种子的谷物遭受虫害,但也是一种调味的香草;甜瓜;大葱(*Allium*);紫苏属(一种油料种子,其叶是一种很好的调味用料);芝麻(新出现物)以及榆树。榆树(*Ulmus* spp.)在《汜胜之书》中未当作食物提及,但我们从《四民月令》中得悉它是食物。其种子被食用,其叶子也几乎可以肯定被食用,叶子还做成调味品,大概发酵得极像豆腐(日本豆面酱)。该树无疑常被种植,跟在晚近

的诸世纪中一样。种子于二月采集,在当时和/或在五月做成齏。这看上去很奇怪,因为普通的榔榆(*Ulmus parvifolia*)在秋天结果。榆树嫩叶是精美的食物,其种子可以吃,但又硬又干。

《四民月令》在汜胜之的名录上加入了其他农作物:芥菜叶(或白菜)、葵(*Malva* spp.)、韭、大葱和小葱、蓼(类似水芹的水生蔬菜)、一种被许倬云(1980年,第217页)错译成“百里香”的无法辨认的香草,以及别的农作物。除了高粱和玉米是由近代传入并有取代粟的趋势以外,这些农作物多多少少正是近代华北的那些农作物。稻在南部和中部都很重要,就和现在一样。

根据文化遗产和别的文献,我们可以填齐汉朝这张主要食物单(余英时,1977年;王仲殊,1982年):马、绵羊、鹿和别的野生猎物、鸭、鹅、雉、鸽(可能全养在笼子里)、野鸟、雉鸠和龟、包括普通鲤鱼(放养在池塘里)在内的各种鲤科鱼、许多野鱼、莲(根茎和叶子)、龙眼和荔枝(新的和舶来的南方物品)、肉桂、花椒(*Zanthoxylum* spp.,也被叫做秦椒、川椒和椒)、木兰芽、芍药属植物(用作调味品)、蔺苗、高良姜、黄花菜、南部杨梅(在有些参考书中误称为“草莓”,汉语中的词汇是相似的)、纯正的橘、葡萄、栗子、菱(*Trapa bicornis*)、竹笋、甘蔗、蜂蜜,以及种类齐全的野生香草,包括藜、苦苣菜(*Sonchus*)和一种野姜。原文中的“小豆”作为赤豆出现在考古记录上,或作红豆(*Vigna angularis*)出现在马王堆墓葬中。别的 *Vigna* 种也极有可能被食用。

粟当然是食用与酿酒的首选谷物;这一点在原始资料和考古发掘中都被充分证实了。其次是稻。在汉朝的大部分时间里,小麦被明确认定为低档,豆与大麦甚至被认为更低档。用小麦和豆做的饭类似于在周朝用素净蔬菜做的饭,即文学比喻中的粗茶淡饭。

汉初的食物与周朝的食物相仿。豆要煮。煮熟的大豆无论如何也引不起食欲;它们使肠胃大量胀气,因此几乎所有的食用者均不爱吃(尽管一些专吃健康食品者可能会不同意)。煮过的“小豆”(汉朝时的赤豆)味道可口,却是小宗作物。谷物煮成粥或放在锅上蒸。就这些用途而言,粟比小麦高级:可做成可口而易消化的粥,或蓬松柔软的蒸团,而小麦却仍旧是又硬又费嚼。粟的味道类似于坚果,它与煮过的整粒小麦所含的微苦相比几乎发甜。

到了汉朝晚期,情况已大为改观。腌泡和盐渍是周朝食品工艺中的关键技术。在周朝晚期的某个时候,抑或迟至汉朝初年,大豆发酵工艺已臻完善。此后的汉朝书籍把大量篇幅用在豆豉(或豉)上,即现代广东烹调中的 *tausi* (盐渍的大豆)。酱,这种发酵的调味品,除了用榆树产品和肉来制作外,也用豆来制作。《四民月令》中论述的“醢”是用碎肉做的,发酵后很像现代的辣酱或蒜味咸腊肠。就这些产品来讲,食物先是盐渍,后才使之发酵。

汜胜之曰,“种大豆,率人五亩,此田之本也。”(石声汉,1974年。)在我们的观念中,五口之家的农户耕作百亩土地,这意味着有1/4的土地用于种豆。他提到了种大豆安全可靠,哪怕是在谷物歉收的年份里也是如此(只有在雨水充足或有点儿水利灌溉的地区是正确的)。豆叶是一种流行的菜蔬,因此
43 汜胜之并未忘记提醒读者留下足够的叶子,以确保豆的丰收。

至于小麦,关键的发明是面条制作技术(余英时,1977年)。改进的磨面技术显然是从中亚传入的,而且中国人吸取了其优点,很快就开始了自己的发明创造。他们也使用谷物,将之烤熟或在其他情况下煮过后弄干,用做速食干粮;这种速食干粮与肉片干(dried meat)是标准的军饷。大概放在活动的冷冻装置里的冰,也用来保存战时食物,但做干粮却是头等大事。

谷物的另一大用途是酿酒。除了酒以外,还有一种白色物质——醴,从其中滤出的显然是未经处理的新鲜发酵麦芽浆液,就像当代东南亚的 *tapai* 或 *tapeh*。它可以在客人等候时现酿,如果他不介意等一会儿的话。酒的制作更复杂,在社交上也更重要。药草常被加入,大概是防其变酸,而且除了提味以外,还使它具有药用价值(蛇麻草用于西方啤酒中,使它不会变混和发酸;只是到后来人们才学会了喜欢其味道。大概这类次序在中国是相同的)。遵循着周朝习俗,掺有药草的黑粟酒在汉朝是精选的饮料。除去谷物类食品和这种酒之外,最普通的菜肴仍然是羹(stew),正如墓葬发掘物证实的一样。烤肉也得到了充分的证实:所有种类的猎物都已被吃光,寄望于外来的猎物。一位权贵饲养兔子,并处死了偷猎者(瞿同祖,1972年)。过子讲究排场的人们,被控连其奴隶也都给予酒肉(泛指汉朝的精美食物),而不是清汤与豆叶(穷人的食物;瞿同祖,1972年)。与此相反的是,为了特定的庆典,政府却赠予豪门以牛和酒。

一般说来,烹调方法类似于周朝,但重要的炒除外,炒很像是汉朝的又一项发明。虽然它在文献材料或在其他地方未被直接提到,却可以从人们特别强调要又薄又匀地切开食物的说法以及出现在考古记录中的镬模型中推知。从考古学的意义上,汉朝中国人具有可贵的习俗,即制造死者可能在另一个世界里所需的各种东西的陶制模型:船、仆人、狗、猪圈、房屋,当然还有炉灶。大炉灶跟今日中国旧式农家使用的类似,具有适合于锅之弯曲底部的大炉膛口和孔洞,其缩微模型常被出土;而陶俑中的仆人和厨师则表明了实际尺寸。大水壶和炖锅在随葬品中占多数,后者像现代咖喱瓶那样被牢固地撑起,而镬也很突出。据我所知,这些镬是世界上最古老的此种类型的锅。镬(这个名字是锅的粤语发音)是一种专门的用具,极适合于炒,因此就不合于任何其他用途。所以,基于汉朝炉灶形制的镬模型的出现,乃是中国发展了最独特

烹调方式的充分证据。

镬及炒的存在,意味着需要大规模地炼油。新的碾磨技术无疑运用到了新的芝麻和苏籽上,故而植物油传入了中国。 44

宗教继续通过祭祀和礼仪性宴会来影响食物。人们甚至盗取食物来履行礼仪义务。到公元前 40 年代,给先皇的祭品每年要花费 24,455 钱,并需要一个有 57,544 人的机构,他们中不少人是准备食物的。自那以后,风雨飘摇的朝廷则拼命地简化祭祀(瞿同祖,1972 年)。

汉朝还以其医书闻名于世。《淮南子》把医学与玄学混到了一起(鲁惟一,1979 年、1982 年)。淳于意在西汉初年写了一部医书。张仲景因其《伤寒论》而闻名(论述发烧症;张仲景,1981 年),华佗则以外科见长。《神农本草经》和《黄帝内经》问世了(维思,1966 年)。两者似乎在公元一、二世纪都已演变成了公认的甚至最后的形式,而且显然都包含了被筛选过的既有知识,并与较新的资料相结合。两者都是为高级的医学读者而写,并都冠以神话中的皇帝之名。

医学是根据汉朝的宇宙论建构起来的,而这种宇宙论则建立在战国邹衍五行说的基础上。董仲舒和其他人在西汉时期将宇宙论进一步系统化。万物皆有阴阳之分,五行之别。食物与味道也被系统化了,并与主要的身体器官联系起来。汉朝思想家们将系统的推理综合法带进了医学思想,一如他们把它带进政治学与伦理学(昂舒尔德,1985 年)。早先,疾病更经常地被归罪于造孽而受到先人的惩罚,或是遭魔鬼的袭击;自然主义的和理性的医学也已存在,但直到汉朝才显著崛起。汉朝思想家们不强调在现代中医里成为普通特征的均衡调和;或许这是因为当时是一个乐观和开放的时代,而控制性的范式尚未居于主导。由于自然主义医学的兴起;出现了食物和营养的日益强调,这已成为最重要的医学考虑(正如《周礼》向我们显示的那样)。《神农本草经》中列出的主要药物正变成饮食的一部分,如果它们在过去尚未变成这样的话。从这时起,在使中国人的饮食更富于变化及营养方面,医学便大有作为了。

人们讨论了饮食中的地区差异(维思,1966 年,第 147—148 页)。《黄帝内经》记述了怎样做汤,并提供了大量其他营养学知识。它把摄取盐与循环系统的疾病连在一起,这是中医思想的一个基准点,而且当然是十分正确的:盐能升高血压,并依次造成中风以及其他较有可能的循环系统病变。在《黄帝内经》中的其他饮食箴言也可能具有某些价值,尽管过度的系统化已侵入进来,而且经验主义的准确率只要与这种系统化有所抵触,就会代之以简化和排序。

在汉朝和整个中国历史中,药物与食物间的界限模糊,以致根本就不存在界限。许多东西是纯粹的药物,但如果人们逐渐喜欢它们,药物往往也会变成食物;很多食物一旦人们停止品尝,就变成了纯粹的药物;因此所有的食物都被认为具有药用价值,无论有益还是有损,总是对健康有重大影响。《神农本草经》将药物分成三品(与儒家体系的天、人、地及人世间的君、臣、佐使相一致,这并非盲目的分类,以本身质地而言,它们确实是很好的品种。在上品中有滋补强身之药,如人参、化石骨头及车前草子之类。现在人们认为它们具有滋补、轻微刺激或营养的价值。中品由既有特定价值、又有一般营养和/或医疗效果的药物组成。下品则据称只有治疗专门病症的价值(虽有一些重要的例外,汉朝医学却是在治疗多种特别的症状,而不是试图推断隐藏于其背后的“疾病”)。现代人也许会将麦芽列入上品,钙列入中品,青霉素列入下品。我们所拥有的《神农本草经》(只是由于《汜胜之书》这类晚出的著作引用才得以部分保存下来)论述了大约 365 种药。偏爱植物的成见在此书中有所显露:246 种是植物药品,67 种是动物药品(包括 1 种人的产品),42 种是矿物药品。若依现代标准,这些药物中有不少都并不具备所据说的那些价值。少数药则有价值。但它们无论如何也不会有很大的害处,因为《神农本草经》的作者们有良好的辨识力,只把最温和最安全的药物列入上品。

到汉朝灭亡时,中国的食物、农业和营养学都向前发展了,远远超越了其在周初时基本处于新石器时代的状况。大部分的进步是在公元前 500 年—前 100 年间取得的,除了得益于日益增长的人口、城市化和商业化以外,还受益于具体的政府行为。农民想要栽培更多的食物,以便养活日渐增加的人口,并出售给成长中的城市。政府在这种愿望中看到了增加实力的途径,于是便藉经济及技术手段来帮助农民。汉朝形成了世界上第一个农业价格维持系统,建立了第一批常平仓,颁布了第一种适于农耕农业的标准化度量衡,推出了第一批农业领域的公务员和农书、第一批正式由政府资助和管理的作物实验、第一项全国性的综合性现代农业政策,以及使所有这一切得以运转的官僚机构的合理化。独立的小自耕农是最有生产效率的农夫,而大庄园则对生产和国家构成威胁,这种观察在官员们头脑里已变得根深蒂固(尽管有时也受到挑战)。中国的官僚机器得益于发明了文官考核制度以及严格论功擢升的制度,从此中国政府能持续运作,哪怕是在皇帝昏庸或因分裂造成严重动荡之时也是这样。农业从来是无论什么政府执政都须优先考虑的头等大事之一。

在以后的 1,000 年里,中国农业的成功差不多全都归因于农民的高超技术和知识。而这类高超的技艺则要大大归功于公开的知识传播,它是由

政府的推广(如《汜胜之书》)和家庭的努力(如《四民月令》)等来实现的。别的古代帝国在遇到人口压力和城市地区商业性农业之挑战时,都没有这种创造性。许倬云(1980年)强调中国需要对人口压力的上升做出反应;与之相反,赵冈(1986年)则把汉朝视为人口稀少时期,因此发明了节省劳力的方法,以更好地利用相当有限的劳力。我认为实际情况是,秦汉初期为人烟稀少时期,但人口的增长(尤其是在城市周围地带)到汉朝中期便渐渐产生了意义重大的影响。在博塞拉普的动力论中,要加上养活庞大军队和朝廷的需要。地主也想获得比仅够维持生存更多的谷物。对食物的需求极大增长,而人口也与之一起增加。播种机、马套具、水车和铁工具均有所普及,遂使劳动更有效率,但政府似乎对汜胜之推广的劳力集约、土地节省方法更感兴趣。从节省劳力的“机械”发明到节省土地的“生物”发明,这一决定性转变进展顺利。

精英地位的确立与上升,也使美食需求有所增加,而这种美食的要求起初只是借助于礼仪——特别是强调社会差别的礼仪才显得正当。公众对社会秩序的确认,使简朴的观念消失了,中国人绝不会再认真地抱有这种见解——当权者不应享受胜利的果实。

最后,中医已具现代形式。中医从巫术和咒法中脱胎,形成了一种理性、科学并合乎逻辑的体系,而营养在此体系中明显备受重视。

中国在食物生产上的成功,以及由此而作为一个帝国的许多成功之处,都归功于下述因素:政府在一个人口增长及商业化的环境中的积极作用,尤其是信息传播;小自耕农的重要地位;美食需求;以及详尽的营养学知识在医学中的显要地位。

47 第四章 来自西方的食物： 中世纪的中国

分裂时期

汉朝以后,中国几乎分裂达4个世纪。农业在这一时期继续变化和进步。中亚民族在北方的统治,导致了西亚和南亚作物与观念的传入,其中包括新的土地所有权制度。东南部的地方王朝自治,使该地区的重要性令人瞩目地迅速增长;财富逐渐尽人皆知,农业高度发展,尤其是在长江下游的大城市附近。从前华南是蛮荒之地,而今其农作物和技术众所周知,且并入中国体系。尽管国土分裂,政府也全神贯注于农业政策之外的事情,该时期仍是一个在农业与食物方面富于创新的时期。例如,茶好像正值此时为中国人所知。

经由一段磨合过程,某些门阀世族终于控制了中国人的大部分生活。世家大族在政府和地方经济与政治生活中充当中坚,并继承中国的文化、哲学及宇宙秩序,由此维持了社会稳定(伊沛霞,1978年)。他们将汉朝儒学的大融会化为实践,提供了往往是自我中心的专断统治,但同样往往又是负责称职的管理。不必将这两者对立起来:自我利益的开发激发了个性化,也激发了儒家对家庭和臣民的责任感或新兴的佛教慈悲观念。汉朝轻徭薄税的观念,规模大体均等的私有小农庄的理想,通常在原则上受到尊重,但该时期大部分时间里的现状是:高赋税,以及富有庄园与小块土地的反差。在北方,魏朝(一个突厥语族的王朝)引进了中亚土地共有的观念,将其与中国古代均分土地的惯例相调和;国家因此而企图完全控制土地并公平分配给个人,其中男性全劳力又应比妇女和老人授受更多的土地。然而这种观念好像是从下述情况中引发出来的,即一方面兴起了佛寺庄园和精英的庄园(通常免缴赋税并不受控制),另一方面又出现了地区性的无政府状态,因此在均分土地方

面成效甚微。在南方朝廷的统治下，大庄园散布在小庄园和众多小田产之中。如同中国历史上常见的那样，大多数农民似乎是其小田庄的实际所有者，尽管他们纳税很重，且始终受到权贵们合法或非法的剥夺。 48

这个时代的特征是崇尚酒。如此崇尚酒文化在世界历史上很少见。这无疑多属富于诗意的奔放不羁；我们不必相信诗人们老是酗酒（如他们要我们相信的那样）。然而，酒却被确认为大大有益于世，在所有社交聚会中酒是不可缺少的。从另一方面来说，在这个反叛和逃亡四起的时代，利用酒来达到坦然逃避现实的目的也很常见。很多人还利用迷幻药：曼陀罗、大麻及很多其他植物的性质获得了充分认识（李蕙林，1977年）。服药表面上是为了道家的遁世成仙的理想，但流行风尚的表象背后似乎潜藏着更深层的逃避现实的动机。

很多酒徒是社会名流，因朝廷的算计而冒着相当大的生命危险；他们中有些人为了求自保而营造了“醉酒相安”的形象。霍尔兹曼（1976年）杰出而详尽的阮籍传记乃是这方面的明证。阮籍是政府的严厉激烈批评者和士族名人，他培养出一种酩酊大醉的道家隐士形象，这一做法部分地将他从批判主义的致命后果中解救出来——但实际上，他最终还是被处死了。然而，他显然被此种生活所吸引，这和他的朋友圈子一样，那中间有不少人并未为自己的行为找出这类托辞。该时代的其他一些纵酒的诗人地位颇高，以至无需任何担忧——例如，几位皇帝更精于饮酒作诗而非治理国家。

书面文献向我们透露了有关当时食物的情况。陶渊明（365—427年）无疑是该时期最伟大的诗人，也是整个中国历史上最优秀的诗人之一。他作为小农在魏朝统治下的华中度过了一生（海陶玮，1970年）。由于把大量时间和钱财用于写诗饮酒，他是一位收支仅能相抵的农夫，生活在贫困的边缘，有时还被迫乞和施舍度日。他曾一度被说服去做官，但他辞去了官职，显然是因其对统治阶级扬扬得意的态度而受到了压力。对他来说，更重要的或许并非道义上的正当，而是不受政治运作烦扰的无拘无束的退隐生活。他的诗给我们留下了其心爱田庄的全景画面。

陶渊明过着几乎是新石器时代的简朴生活。他的田庄分为田地、果园和菜园。他的农作物有粟，可能还有小麦和大豆、桃、梅、桑、麻、葵，以及一些别的蔬菜。他也栽培自己喜爱的松和菊，大概还有梨、柳和一些别的植物。其耕作物中最后还有竹子。他选择葵——粗糙而发苦、含纤维而发粘——作为自己钟爱的蔬菜。大部分粟酿成了淡酒（大多数用英文写作的学者错译成“葡萄酒”）。他养鸡，可能还养一些别的牲畜：公元前3000年时的农人可能还会养得更多。陶渊明生活在饥饿的边缘，部分是因其技术太原始。但他才 49

华横溢并受过教育。这位普通农夫只能粗菜淡饭,因为他显然把本可用在农业劳作上的时间大多花在作诗饮酒上了。

该时代的另一位大诗人谢灵运,是南方一位富有的地主。有一次,他让手下人在茂密的丛林中开了一条宽道,然后突然出现在别人家的地面上,从而惊吓了住在远处的一位邻居,使之因侵扰和伤害而张皇失措(J. 弗罗德沙姆,1967年)。谢灵运的诗表现出像索洛(Thoreau)一样超然的精神,这种精神与他的生活没有什么关系,不像索洛的形象与其颠沛流离的生涯密切相关。不过,这类无情的开发者却有助于使南方变成一个大菜园。

在304年,嵇含创作了一篇散文,叙述华南(大致为今广东地区)的经济植物生态(李蕙林,1979年)。即使其失误也是由仔细观察所致。故而他提及大头菜引种到南方后会变成芥菜,因为他观察到没有冬季的地方不会生出肥大的块根。他还比照他观察到的另一现象:橘引种到北方后变成低级的枳。这点学问显然以下述事实为依据,即柔弱的柑桔种在按常规被嫁接到较硬的三叶砧木上以后,在寒冷干旱的天气里,插入的树枝往往会变得虚弱或死去,只留下三叶的下层林木惹人恼怒地分枝繁殖。嵇含描述了不下80种植物,并提到了水筏上种庄稼以及其他有趣技艺。

在5世纪末6世纪初,陶弘景汇编了华南的全部草本植物、化学、炼金术、医学、道教及常见秘学知识。这位曾与皇帝亲密交往的山间隐士和著述多达数十卷的退隐沉思者,在任何时代都堪称真正的伟人。他收集了以前各代的草本植物、食谱和植物学学识(包括后汉的《神农本草经》),并加入了自己的大量东西,创作了卷帙浩繁的草本植物百科全书,为后世更著名的李时珍(约1593年)的《本草纲目》开了先河。他的分类方法及其无一遗漏的论述——包括广泛引用较早的权威、被制成一览表资料,以及植物药用性质的很多专门分类——确立了一个沿用至今的标准,体现在1979年出版的《中药大辞典》(*Great Dictionary of Chinese Medicine*)。在陶弘景的著作中,我们第一次看到食物分为“热性”或“凉性”,这是一种西域的法则,可能与佛教一起传入中国。这种体液理论极大地影响了中国人的饮食,因为人们试图在其体内保持冷热间的和谐平衡,并在某种程度上保持干湿能量间的和谐平衡。

50 这些草木植物与更大范围的传统体系相配合,这一传统涉及到了医学所有方面的发展,特别是对长寿或长生不老的研究[谢弗,1980年;昂舒尔德,1985年;翁池民(音译)与吴廉德(音译),1936年]。与此相应,食物用途也有所扩大,其长期效果相当可观。寻求长寿的行家戒掉了主食和肉,常吃些非常稀奇古怪的东西。炼丹术、无机营养物和长生不老药是深入研究的课题,不时引起了重金属中毒症(李约瑟,1976—1980年)。佛教的巨大影响促

使人们采用了佛教的食物和进食方式，包括医用食物志在内。佛教的僧人跟此后的很多传教士一样，发现帮助病人比论证神学的缜密观点更能使人皈依。

该时期的另一部伟大著作是贾思勰的《齐民要术》（这个书名有点含糊不清，且易被译成别的名字）。贾思勰是魏朝的一位地方太守，显然很恪守职责。他汇集了所有他觉得有价值的农业知识，利用了所有他能搞到的较早的书，以及农民的经验、他自己的观察，和相当多的实验与野外考察。石声汉（1962年）最近校订了这部百科全书式的著作，并创作了一份珍贵的摘要，且部分译成了英文；这部著作的各部分则由李蕙林作了更为准确的翻译（1969年）。

贾思勰是位了不起的农学家。他的著作很大程度上是北方干旱区的产物。在这一点上它类似于《汜胜之书》，该书是贾思勰的主要资料来源之一。除了农业方面的建议外，贾思勰的著作还用很长的一节记述发酵制品。酵母用谷物和水做成，其中常加入艾（蒿子、艾蒿），而且啤酒中添加蛇麻草的理由几乎肯定也是同样的：强烈的防腐效果遏制了细菌和别的问题。苍耳属植物的叶子有时也被使用，可能是出于同样的目的。要么或许就只是加进了野生酵母或额外的养料。顶部发酵被记述下来：贾思勰提到了在酿酒期间出现于液体表面的“浮蚁”（这个名词的重要性被其他注释者漏掉了）。顶部发酵无论如何是可以想见的；现代用来进行底部发酵的酵母，是特种 *Saccharomyces cerevisiae* 再经过长期仔细选择后的产物，而中国淡酒的酿造者则使用该酵母的野生或半野生品种及很多其他远亲真菌。贾思勰也记述了酸奶酪、干酪和黄油的制作，这些在当时是相当重要的商品。中亚统治者和佛教游僧推广了奶制品，特别是在北方，奶制品已成为饮食的主要部分。这里我们看不到中国那种以避免吃奶制品而闻名的情况，北方的王朝与这种风气相左。贾思勰还描述了如何用盐（或不用盐）来制作肉干。这对军队当然比对家庭更加必需；部队以肉片干的形式携带其肉食。如果不把记述舶来植物的一大节文字（衍生自《博物志》和嵇含的书这类较早的博物学著作）计算在内，贾思勰大致记述了 60 种经济作物。

从这个时代的诗作与食谱来看，中国的饮食无疑已差异鲜明。北方是粟、肉和奶制品之乡；在经济活动集中于长江下游的南方，人们则吃米、鱼和水生食物。北方人取笑南方人吃蛙和蛇；南方人则对酸奶酪和干酪报以轻蔑，这些在他们看来肯定不过是变质的奶。南方有品种更多的蔬菜和水果，以及可能会更精致的烹调术；它也是最先进的草本学之发源地。长江流域乃至其西部地区都正在获得自己的特色；它们的经济在次第更替的诸王朝中不

断发展。最后,稻子终于在经济、人口方面的意义超过了小麦与粟,而且从某种程度上说,在烹调方面也是如此。这一过程肇始于或至少是得益于这个长久分裂的时期。

重新统一并获得成功:隋唐时代

中国的重新统一要比大多数人所预料的更突然急遽。它始于一场前此数百年间屡见不鲜的宫廷政变。在公元 580 年,杨坚自封为新王朝的全权统治者(芮沃寿,1978 年、1979 年)。杨坚远不同于此前历朝诸王国的小国暴君。他粗暴残忍,猜疑过度,旋风般地横扫割据政权。

杨坚按照北魏期间设计的突厥化形式,确立了均田制。它以统一的形式扩大到了全中国的每个人,因而其复兴具有新的和真正革命性的意义。该制度是社会主义的一种形式。普通的男性户主受露田 80 亩,实际上毕其一生均可耕种(年满 60 岁时还给国家);同时又受永业田 $20\frac{1}{3}$ 亩,可以终身拥有并传给后代。在配得的份额中,20 亩应种植纤维植物(桑麻田),余下的 $1/3$ 亩则为宅基地和菜田。妇女终其一生只受露田 40 亩;几乎所有的妇人都隶属于以一位男子为户主的家庭。身为奴隶的男人受露田 80 亩,除了 $1/5$ 亩地用于宅基地和菜园外,更无其他。地位高的男人受田也多:贵族得到的可继承土地大概在 40—1,000 亩之间,官吏尚可另外受田,其数量依据官位来定。佛教寺庙也有自己的份额。在帝国的人口密集地区,土地也许太少,甚至在隋初就不够分配,因此到公元 592 年,当需要实施这一制度时,重新分配的土地只有 $1/4$ 可以兑现。假定隋朝稳定,人们就会聚集到城外郊区,并随之出现已在汉朝遇到过的情况——尽管较偏僻的地区正在觅人耕种良田,可在紧挨城镇周围的富庶地区,人口却格外稠密。

最重要的是,这一制度把国家牢固地确立为土地的最终所有者,并使人人都清楚,土地只有在皇帝的意愿或决断下才会授受。它也划定了稳定的社会体系,在这个体系里,绝大多数人是平等的,均为集体的一员,尽管同样是基于朝廷的意愿,又有不少人被严格划定了较高或较低的地位。隋朝政府特别强调鼓励谷物生产,因为需要重建因数十年战乱和官府忽视而被破坏了的国家储备。这种鼓励取得极大的成功,在公共谷仓里积累起不下于 1,000 万(中国的)蒲式耳谷物(芮沃寿,1979 年,第 93—94 页)。这些谷仓与汉朝以及别的朝代的谷仓一样,被用于安全储备,并发挥了平抑物价的作用;政府在

丰年买进大量储备以使价格上扬,逢歉年再卖出一些余粮以使价格下跌。在隋朝,谷物比其他作物更受重视。分配的永业田则应主要用于纤维植物。租税用谷物、布帛和徭役支付——这三重税制是隋朝的另一大贡献。水果、蔬菜和肉类属于奢侈品,对宫廷很重要,在百姓生活中却很罕见。

杨坚的继承人禀有其父过分猜疑的性格,但不像他那般专注于朝政。他在历史上以典型的末代暴君而著称,在秘密出售的小说中简直匪夷所思。唐朝的胜利实质上是隋朝的重演(宾板桥,1941年;崔瑞德,1979年)。唐国公李渊这位有权势的军事贵族,从北方的驻跸地举兵,并于618年占领了长安。

唐朝于8世纪辉煌一时,但随后气候寒冷干旱(与社会因素一道)促成了饥荒和754年安禄山叛乱(普利布兰克,1955年)。公元800年以后,气候似乎略有好转,但政权已被削弱,显然不再像汉朝那样遇上好气候。

晚唐的很多皇帝——接连五位如出一辙——因吃“长生”药而亡。正如斯特里克曼指出(1979年),肉体的死亡并未成为此药不灵的证据,因为据说长生不老应处在更高的层面;然而在世界史中,这或许是自杀崇拜影响国民政府达几十年之久的惟一个案。既然很少有其他精英沉溺于此,唐朝中国人何以对长生不老观念如此当真?这是一个我们刚涉足的问题。某些皇帝也可能实际上是被仇敌毒死的。

唐朝于907年正式宣告灭亡。从该年到960年的重新统一,这段时期称为五代,但如算上所有实质上独立的地方割据,那就大大超过了五个王朝。这是一个持续冲突的时候,无论在王国内部还是在王国之间均如此(谢弗,1954年)。

跟隋朝的做法相仿,唐朝也把土地分给具有耕作能力的百姓(崔瑞德,1962年、1963年、1979年;崔瑞德与芮沃寿,1973年)。男户主受田100亩,其中80亩是“口分田”,有劳动能力者方可获得;另20亩是林木作物田,可以传给后代。其他等级的人受田较少。100亩土地约合6英亩。以前的数字将它折算为13英亩,但唐律却清楚地表明,应用的量度为较小的汉亩(崔瑞德,1963年,第124页)。唐律具体讲到了1亩应该有50棵桑树或10棵榆树,这表明它是较小的亩,因为中国人植桑非常紧凑,外观上修剪得几乎像丛林。尽管这6英亩地并不能真正自由地拥有,却也比大多数亚洲农民一直空想要好。737年,政府试图将全部100亩地在使用者去世后收归国有。在敦煌绿洲发现的籍账表明,土地分配制度被认真实行了,而且这一制度发挥了积极功能,尽管敦煌(又小又闭塞,且位于边陲)也许是一个特例(崔瑞德,1963年)。

然而随着时间的推移,均田制却注定要失败。正是那些可以轻易利用并

为自身的目的破坏它的人,使该制度所要求的忠实执行和登记几乎成为空谈。土地在南方容易获得,但往往以需要长久休耕期的刀耕火种方式来耕种;那里的土地分配制度可能要比人们所期待的理想数额略多。在别的特殊地区也做出过妥协。例如当分配的土地中有些不能耕作或土质非常贫瘠时,就会给予额外的土地。

我们已注意到中国经历了土地所有制的三次根本性转变。第一次出现在村社土地原始公有制被古典封建制取代之时,也就是向统治者的亲属和支持者授爵封地。这可能出现于商朝,而到周朝则确定无疑。第二次为土地私有制和自给民农耕的兴起,这是周朝晚期发展起来并在汉朝正式确立的(随之出现的是国家全面控制的幻想及国家社会主义的尝试)。第三次是在魏朝统治下彻底重新分配土地的社会主义,隋唐更加普遍。第四次转变是安禄山叛乱对这一制度的破坏,导致由政治实权人物占有庞大领地,这种状况延续到宋朝。第五次也是现代以前的最后一次转变,渐次出现在以后的朝代(明清):大领地的重要性减弱,而小农再次兴起。

就寺院拥有的土地而言,唐朝土地所有权及其对发展的影响可与中世纪欧洲的土地所有权及其影响相比。佛寺和道观获得了大量的农业土地,但当国家感到现金短缺时就会没收之。

唐朝的主食仍旧为粟;稻则在迅速扩张的南方流行。根据租税数字,我算出粮食产量为每英亩 1,300—1,600 磅左右(该数字是崔瑞德的,但用现行的亩重新算过;崔瑞德,1963 年)。这些数字类似于汉朝丰年时的产量和 20 世纪初歉年时的产量。有一种税规定每户纳粮 2 石(当时每石约合 140 磅),所以土地较多的人家比土地较少的人家境况要好。别的租税涉及布帛等,通常比法定的普通税额收得更多。盐业专卖也重新出现了(一如在汉朝和其他早期朝代),政府通过使这一日用必需品更难获取而压榨人民。腌渍仍是保存蔬菜之类物品的基本方式,所以需要大量的盐。晚唐的很多反叛者都因贩私盐而长了见识。

54 近东农作物——其中有菠菜、甜菜、莴苣、扁桃和无花果——在唐朝为中国人所知(罗佛,1919 年;谢弗,1963 年)。南方的农作物传播得更加广泛,但其中大部分以前在稻舍时代便已知晓。印度赤砂糖(棕榈糖)及棕榈汁、海枣、大薯蓣(*Dioscorea alata*)、小豆蔻、高良姜和很多新品种的稻、芋、诃子、柑桔、山扁豆、香蕉、橄榄、荔枝以及类似的水果,都属于来自南方的重要农作物;荔枝和别的亚热带水果盖在冰下由信使送到宫廷;它们被认为是绝佳的美味(谢弗,1967 年)。唐朝时期,中国食物和农业的最重要变化是采用了南方的双季稻。双季稻显然已由居住在较南地区的当地人实行了好几个世纪

(如果没有1,000年的话),并在唐朝及唐以后广泛传播,此时已被大批定居在新的安全地带上的汉族农人付诸实践。东南部自秦朝以来就时断时续地成为中国的领土,但只是在唐朝才较为稳定;因此广东人称自己为“唐人”,而不是像其他说汉语者那样自称为“汉人”。在较远的南方,土著居民们基于稻子和块茎作物的地方性饮食也被汉人采用。“薯蕷和芋头”变成了土著居民粗糙、笨拙饭食的标准比喻(谢弗,1969年)。相形之下,稻米正像现在这样日益广受钟爱。

在北方,小麦继续有所进展。农作物的轮种使小麦和粟均被栽培并继续传播;磨粉的新技术把小麦制成了最便于使用并且普遍可以得到的形式——面粉(谢弗,1977年)。小麦以如今众所周知的形式被食用:汤团、油条和面条。现代“烧饼”(“roast cakes”,面上撒有芝麻并贴在炉壁上烘熟的小面包)的前身已在流行,并显然被认为是新食物。烧饼实则是通称为“馕”的波斯及中亚的标准面包的小型变体,因此是由那里衍生而来;它们在唐代中国是舶来品,由中亚人在大城市里烘制(谢弗,1963年、1977年)。各种各样的小麦面饼已在中亚的唐朝遗址中发掘出来(《中国画报》,1976年,第36—39页)。

从我们拥有的许多出自唐朝的著述中,尤其是从840年代访问中国的日本僧人圆仁的极其完整的日记中,我们获悉粟在北方为日常生活的必需品;小麦则在某种意义上被认为是奢侈品(赖绍华,1955年)。圆仁记述道,各种各样的面点是专门拿来招待他及其随行人员的特殊膳食,或者是盛大宴会上的珍奇食物,用来代替非佛教徒在这种场合本该食用的肉。豆腐以及面筋做成的肉仿制品尚未为人知晓。佛教导致了大规模的素食主义以及用来代替肉的各种小麦制品的开发,从而使“西方蛮人”想起了他们本国的食物;牛肉越来越不被当做一种食物了。中国人继续吃牛肉,却带着某种羞耻感,而且很多较年长的中国人至今仍把杀牛视为不正当之举;非佛教徒跟佛教徒一样,说牛为人类劳作太辛苦,不能用这种无情的方式来对待它。受佛教影响较大的日本人,后来则完全停止吃牛肉,并且只是随着大规模的西化才又把它当成食物。不过,奶油、酸奶酪、马奶酒(发酵的马奶)、干酪、凝乳和黄油倒是很流行。由于皇族本身就有部分突厥语族的背景,这些食物也就势必要取得一席之地。这似乎是奶制品消费在中国所达到的顶峰。别的中亚食物,如葡萄酒与其他小麦制品之类也非常流行。

茶也许早在唐以前就在中国出现,但它的普及却要归于唐朝兴起的一股狂热。陆羽的《茶经》(1974年,原书写于8世纪)为提高品茶水平开了风气之先;至今仍被广泛阅读。茶发源于缅甸—印度边境地区的某处,极可能是由佛教僧人传入中国,虽说我们并无这方面的证据。与稻子或白菜相比,它

是很晚才被添入中国食谱。我们现在把茶看成中国的国粹,但在唐朝却是一种新的舶来饮料,此乃该时代西来影响重要性的一大例证。

暂且撇开李贺在一首诗中提到的饕餮这类零星杂物不谈(J. 弗罗德沙姆,1967年,第201页),我们发现普通百姓始终在吃同样的东西。鱼很丰富,而且大型的远洋捕鱼活动也有记载。人们非常热衷于吃生鱼;它确实是主要的美食之一,还有几位诗人,把薄片形容为在熟练的切菜刀下如雪花飞舞。最新鲜的鱼的最薄切片被看做上品。淡水鱼总是可以得到,因为首都和大多数主要城市都位于靠近河流的内地。某些品种比其他品种更受喜爱;海洋生物则大体上使文人学士略感奇异。切成薄片的肉有可能烹制得和当今西北一样(通常与葱、韭或别的葱属植物一起炒),乃是富庶或奢华的表征。鸡(以及别的珍奇家禽)只在特殊场合才被食用,诗歌里有这样的比喻。它们被用来与质朴的乡村生活进行对比,如高适的一首诗所云:

畊地桑拓间,
地肥菜常熟,
为可葵藿资,
何如庙堂肉?

(玛丽·陈,1978年,第91页。)

跟其他时代一样,唐朝也周期性地发生饥荒。战争与内乱的副作用因反复无常的税收制度而加剧。瘟疫显然更为常见,这是因为中国与印度和近东紧密接壤,而那里经常流行传染病(崔瑞德,1979年)。这类瘟疫因饥荒而加剧,并又导致了更大的饥荒,因为全劳力一个接一个地死去。没有迹象表明瘟疫曾像在欧洲那样抬高了劳动力价格;更有可能的是,它们导致了像在中东那样的效果,即在那里杀死了富裕的城市居民,因而对劳动力需求的削减甚至比对供给的削减还要大,并就此导致了更低的工资和经济的衰退(多尔斯特,1977年)。

中国第一本著名的烹调书和第一本营养学教科书(两者现在均已失传)都出现于唐朝。草本植物志和农书在由陶弘景和贾思勰确立的样式上渐渐发展起来,在朝廷的提倡下,医学和农学取得了进步(昂舒尔德,1985年)。蒸饅法出现于唐朝末年;可能是在中国发明出来的(李约瑟,1956年,1976—1980年)。

唐朝是中国的黄金时代,其无与伦比的诗作和生活艺术被永志不忘。然而,在中国食物体系的进化中,唐朝并不显得特别重要。较早的发明和创造

在这时取得了成果。向西方和南方的借鉴物被纳入这一体系。社会主义的土地管理试验失败了,并从未在中国复兴过。茶首次变得重要起来。唐朝是一个巩固的时期、一个基于前世的劳作而取得辉煌成功的时期。

57 第五章 食物体系的确立： 宋朝及诸征服王朝

宋 朝

宋朝时期,中国的农业和食物最后成形。食物生产更为合理化和科学化。到宋朝末年,不再由汉人统治的华北已在农业上成熟。此后直至20世纪中期,就很少再发生变化了。华南在此后历朝中扩大了农耕,并增加了新的农作物,但那里的模式还是在宋朝确立的,而且并未伴有多少技术上的基本变化。

中国伟大的烹调法也产生于宋朝。唐朝食物很简朴,但到宋朝晚期,一种具有地方特色的精致烹调法已被充分确证。地方乡绅的兴起推动了食物的考究:宫廷御宴奢华如故,但却不如商人和地方精英的饮食富有创意。

宋朝的创立者赵匡胤,建立了文官官僚机构,巩固了中央集权,并竭其所能削弱军人力量,防止地方豪强东山再起。晚唐时期东北部的方镇割据再没出现过。赵匡胤将税收集集中于中央,让地方长官直接对国家负责,并频繁地轮换官员。此外,他大张旗鼓地强调文官士大夫的品德及文化优于军人,从而严密操控了意识形态,这显示出他对价值观的真正中国式的理解。宋朝的军事机器后来日渐庞大,最终消耗了国家岁入的2/3或更多,并且人数逾百万,但它的全部兵权和军费结构却从属于文官精英。它并未取得过辉煌的胜利,即使在最起码的镇压内部纷争上也是如此,而它在应付外部挑战时则惊人地无能。

在宋朝,严重的军事问题是北方的胡族。在五代期间,一个阿尔泰语系的民族——契丹人,攻占了中国的东北边地,并在现为满洲的大部分地区确立了统治。到宋初,契丹帝国从北京的南部扩展到朝鲜,而在其管辖下的汉

人远比契丹人多。契丹人把北京发展成为他们新建的辽朝的南都,使北京从此开始成为帝国的一个首都。由于剽悍的猎人和袭击者能够撤入满洲的冬季要塞,或能把庞大的汉族军队集结在河北平原,所以契丹人实际上是打不垮的。宋朝改用大量岁币来打发他们,希望这会比增加军力节省一些。 58

中国的民族主义思想在宋朝长足地发展起来了。胡汉各半的李唐王朝的折衷主义精神被激烈的民族主义态度所取代,陆游(1125—1210年)的爱国主义诗作就是此种态度的例证。然而契丹人的实力却增加了,并最终给了西方又一个有关中国的名词:Khitans(契丹人之地),英语作Cathay。辽国因养尊处优而落败,但另一个更具威胁性的部落——女真人却在他们的侧翼崛起,后者为通古斯人的一个部落。女真人于1125年征服了辽国,继而与宋朝分庭抗礼。1127年,宋都汴京(现在的开封,位于洛阳以东的黄河谷地)落入其手(关于完整的历史细节,见谢和耐,1962年;戈拉斯,1980年;黑格,1975年;刘子健与戈拉斯,1969年;罗塞比,1983年;斯波义信,1970年;魏特夫与冯芝生,1949年),宋朝皇帝被俘。不过,女真人却未能乘胜追击,而宋廷则在新皇帝的率领下于杭州城重建朝纲。由此便开始了南宋的历史(1117年前的那段时期称为北宋)。巨额贡品入纳北方新主,在1234年以后则入纳蒙古。

南宋不断北伐,却总是不能全力以赴。在一群军事将领(包括岳飞这位中国历史上最杰出的将领之一)的指挥下,激烈地反击金国。岳飞这位理想主义者胸怀大志,热情认真,往好处说是威胁了宋朝的议和及抑制武将的传统政策,往坏处说则真正威胁了朝廷本身(卫德明,1962年)。他表现得如一位救世英雄。宰相秦桧在皇帝即使不是公开也是明显的支持下,靠两面派手法除掉了岳飞并与金议和。后来中国人在这个问题上显示了自己的感情,他们把普通的炸麻花(确切地说是油条)说成是“油炸鬼”,藉以唾弃秦桧夫妇;油炸麻花是秦桧夫妇下地狱的象征。

最终,在数十年的紧张对峙之后,宋廷根据古已有之的以夷治夷原则而支持蒙古人反对金朝(正如似曾有过的支持女真人抗辽一样)。这个策略导致了适得其反的结果,而宋廷到1278年已全面溃逃。1279年,最后一位小皇帝在最南端的藏身处被追上,宋朝遂告灭亡。

气候的恶化结束了,它甚至在900年左右好转,但在北宋灭亡前后却很可能戏剧性地发生了一次剧烈的回潮[拉姆,1982年;张家成(音译),1982年],而南宋灭亡之前正是另一个恶劣的时期降临之时。这些坏天气大概与帝国所遭受的磨难不无关系。在北宋末年与南宋末年之间,气候回跳到大致如现在这种样子,但即使是最好的情况下,该时期看来也经受了相当大的波动。 59
各征服王朝受害更大,因为它们处在北方,寒冷和干燥的趋势在那里更严重。

不过这并没有阻止中国的人口攀升到新的高度。人口在北宋期间越过了1亿大关；金朝人口达到4,000万或更多，而南宋人口更多，金与南宋人口合起来至少有1.1亿（何炳棣，1970年；参看戈拉斯，1980年）。显然必须大力发展食物及农业，以养活如此众多的人口，并应对生态环境的恶化以及中国在中亚的国土丧失。数字表明，中国的人口自唐初以来翻了一番。

经济的离心化走得这样远，以致某些人把宋朝形容为资本主义的或原初资本主义的。然而，它也被形容为封建的、近代的、传统的和可以想像的其他种种。事实上宋朝在中国历史上是绝无仅有的，不过就其允许经济在不受政府过多干预的情况下运行、却又足以保障不出现现代资本主义而言，它倒颇像很多中世纪的西方国家。盐、酒、茶和其他商品在不同时期都实行专卖；即使盐的交易也曾一度相对放开，但政府却经常依赖其专卖收入。北方阿尔泰语系的王朝从未想到过放弃政府对基本货物的实质性控制。辽朝则引进了一种政府模式，此种模式受西亚独裁政治的影响，比宋朝或者甚至唐朝更中央集权化和独断专行[魏特夫与冯芝生（1949年）记述了这种制度；魏特夫（1957年）以此作为其东方专制政治模式的代表，却没有意识到它在11世纪的中国乃是新鲜事物]。政府影响经济的最重要手段可能是通过其巨额征购。维持一支百万人的常备军显然需要大量的谷物、武器、马匹等。维持京城中的另一个百万人——大多直接或间接地为政府工作——则意味着另一番巨额征购的努力。当首都迁移时，百姓也随之迁移；以前的首都几乎尽遭遗弃。政府显然处于这样一种地位：可以扶持或破坏任何行业或任何能供给政府的企业家。海上贸易和瓷器、金属以及印刷业的惊人发展均是政府影响的明证。铁农具也在激增。哈特韦尔（1961—1962年）证实，生产（采矿业和制造业）扩大了12倍，并相应地有所现代化，所以宋朝生产的铁等于欧洲几百年后的产量（关于宋朝经济，也见周金声，1974年；马伯良，1971年）。

北宋知识分子的领袖——如欧阳修、王安石和苏轼——在某种程度上乃是建筑师，他们造就了宋朝有名的对儒家的公共道德与佛、道形而上学的融合（朱熹与吕祖谦，1967年；葛瑞汉，1958年；倪德卫与芮沃寿，1959年）。他们的思想在其诗作中反复陈述，与佛教和富于哲理的道教有明确的联系。他们并不常是这类宗教的积极实践者，尽管王安石（以及其他人）成为一名虔诚的佛教徒，而苏轼则涉足炼金术（林语堂，1947年；克拉克，1931年）。这些问题在南宋得到进一步研究，遂使新儒学的伦理学体系得以确立。该时期最著名和最重要的哲学家为朱熹（1130—1200年）。在宋朝的历史条件下，将有关人性的信条化为政策的做法，涉及的远不止是对“礼”及“道”的内涵之担忧。例如，这里还有个谁理应做什么的问题。由于上族的消亡、军队重要性的降

低以及官僚机构仍然相对弱小,不得不设计权威的代表。几种新制度出现了,其中包括保甲制,这是一种由一组人户互相担保的统治制度。士大夫以外的地方小吏占据了新的重要地位。具有长期重大意义的是家族重要性的上升。士族家系通常拥有很大的权力和庞大的财产,但只是从北宋开始,普通的家族才可以成为具有家规、族产、租金、教育机构和族长的共同体。已知的第一个真正的家族田庄是范仲淹在1048年创立的(伊沛霞,1981年)。田庄的土地要用于家族内部的互助,因此最初是免税的。其中一个重要用途是创设家族子弟的教育基金,这给予他们参加科举考试的机会。家族共同体也渐渐成为一种权力载体。家族变成了帝国内部的微小帝国,它们根据儒家的准则来规范内部事物,因而使国家从统领一切的事务中解脱出来。

另一个挤入权力空位的集团是新兴的富人阶层。宋朝贸易勃兴,这与以往的大王朝相似,但一个重要的不同之处在于:宋朝失去了北部和西部。该王朝甚至从一开始就没能控制住北部边陲或中亚地区。由此一点,再加上长期向南部和东部的发展,最终导致了从盛唐到宋朝几乎是总体的贸易转向。唐朝最繁荣的对外贸易是与中亚和西域展开的,而内部的重要货物流动则是从四川及黄河-长江分水岭到首都。相比之下,宋朝主要的对外贸易却是在海上;人们不断地航海到朝鲜,并与日本、东南亚有相当多的联系,而某些商号甚至走得更远。在国内,沿长江一线并深入南方内地的贸易变得越发重要,尤其是当北方陷落后理当如此。定都在长江三角洲的杭州后,宋朝社会变成了一个水上社会;它的国道是长江,它的国门是中国海。

这对企业社会学产生了影响。在唐朝期间,中亚贸易(以及唐朝拥有的一点儿海上贸易)大部分被外国人和政府企业控制。穿越沙漠的贸易需要庞大的组织,高昂的成本,缓慢的商队。相形之下,能够提供舢板的任何个人都可以在宋朝变成有势力的商人。各地中产阶级兴起,他们贪图享乐而使烹调术大为获益。

经由土地的使用和土地的所有权问题,我们被带入了农业。⁶¹独立的农民或佃户每户支配100亩左右,这是为数很大的土地,每亩约合今1/7英亩。然而平均数在此个案里并无多大意义。许多(甚至可能大部分)独立的农户只有20亩地左右。“庄园”(大农庄)控制着大半个帝国;特别在最发达地区是这样。不过,或许有60%的农民保有着小规模的家业地。其他人则在各种名目的政府土地上劳作。庄园里的劳动者不同程度地享有安全保障、自主性及其对土地的支配,这要据当地的环境而定。大庄园先在长江下游地区、后在福建得到了高度发展(埃伯哈德,1977年,第216页),这些地区因其富庶和邻近市场,贸易最为活跃,土地最富价值。这些地区既是权力中心又是学术中

心,士大夫与地主杂处其间。地主们难免要寻找免税的途径,把沉重的负担加在小白耕农身上,且经常迫使他们甘当佃农。大约有70%的土地是免税的(周金声,1974年;戈拉斯,1980年;马伯良,1971年、1975年)。

与此同时,辽国和金国正努力做出不同的调节。他们不能选择相对非军事性的小政府。部落的征服者们在压制其汉族臣民的同时,又与阿尔泰语系的其他民族开战,因而需要保持一个具有广泛财政基础的强大的和军事化的政府,他们对此深信不疑。只要他们背离这一点,就会迅即垮台;辽和金都曾采用汉人的怀柔政策,但不久就成为被征服者。诸部落仍集体拥有土地,用于粗放的放牧,但私有财产和政府对所有土地的所有权却在农业地区居支配地位。金国尤其偏重于依赖国家专卖,除了已经提到的盐、酒、茶之外,还有铁和六、七种别的日用品。很少有人能被宽宥:即使部落民和统治家族的扈从也都被课税,虽说在金朝统治下,汉人的税款要比女真人的税款多44倍(布尔,1982年;陶晋生,1976年)。

1068年,宋神宗即位。这是一位积极进取的斗士,致力于公共福利、经济改良,并把权利集于自己手中,他把王安石召为宰相。王安石当时已以富于战斗性的改革倡导者而闻名,他从事了一系列深远的改革,这些改革使他疏远了自己以前的支持者,并最终疏远了该国的其他大部分人。这番经历太复杂,不可能在这里概述(见刘子健,1959年;梅斯基尔,1963年;威廉森,1935—1937年),不过王安石广泛和彻底的改革却有两个目的:增强国力和扩大生产。他的措施包括一项新的和影响较为深远的将兵法和另外几项军事措施、租税改革和均税、财政制度的改组以及对考试制度的改革,其目的在于使管理国家的专业化技能和知识更受重视,而淡化纯粹的文字技巧。他相当程度地增加了货币量,故而促进了经济的货币化。与农业更有直接关联的是农业借贷规划及标准一贯的谷仓体系的再生。后者以前曾在中国历史上试过很多次,其成功程度不尽相同。前一项措施则涉及在春季贷款给农民(因此它被叫做青苗法),并在秋季按利率收回贷款,而这种依现代标准应被判断为高利贷(达40%)的利率,远低于当时乡村的通行利率。王安石也采取措施鼓励开垦土地、兴修水利。他最重要的计划之一是方田,即丈量中国所有的土地,使其根据产量分级并相应课税(土地应根据其潜力而课税,但有关潜力的可靠数据在王安石的时代却格外缺乏)。他力行税制改革,着眼于减轻百姓负担并增加国家岁入。于是,一些过去的免税群体被征税,而富人也开始支付他们的大致份额(然而,大地主似乎仍轻易地逃避了税收,即使他们曾经支付过什么的话)。同样,他改革了徭役劳动,引进了可以选择缴纳免役钱以解除此类劳务的方法。王安石的每一项措施,都显示出他是中国主要地区内小地主

和商人的朋友，而他自己就来自这个阶层（他出身于江西的一个小地主家庭）。然而比阶级援助更重要的是，他促进了中央集权的、专家管理的官僚政体。

但是，王安石的方案势必招致来自各方面的批评，因此在他罢相后他的方案就被取消了。而中国在宋朝进行任何重要改革的希望也随之破灭。

据伊懋可所说，宋朝发生了农业革命。的确，它可以被描绘为中国的第二次绿色革命，而第一次则发生于战国晚期和秦汉时代。这场革命的内容如下所述：

(1) 新的知识、工具的改良与创新、粪肥、河泥、石灰等肥料的推广，使农民学会了有效保持地力。(2) 高产、耐旱、早熟品种的引入，使一年两熟成为可能。(3) 水利技术日臻完善，使空前复杂的灌溉网络得以建成。(4) 除了基本的粮食作物以外，商业使得其他农作物有可能更加专门化，所以各种得天独厚的资源被更有效地利用起来。（伊懋可，1973年，第118页。）

可是，周金声 1974 年却告诉我们，“农耕技术与较早时代并无差别，只有信贷和土地利用有所不同”（第 96 页）。怎样看待这些歧见？审视之，首要之点在于下述事实：伊懋可所说的革命是量而不是质。施肥、整土、侵蚀控制、二熟制、水车以及包括岸水车、踏车在内的其他灌溉设备、灌溉管理和商业，全都是中国欠有之物。宋朝的不同之处是所有这些事物的增加。至于是什么导致了这种增加，则不成太大的问题：商业和市场的扩大导致了高产的需求，中亚、跨亚洲的贸易，最终整个华北的失地，更使农业必然高度强化。对此有所裨益的是政府的开明政策及印刷业的兴起。政府保持较低的赋税（特别是免税平摊以后），鼓励贸易，从事大规模的征购，开发新土地并鼓励移民（常将无地游民安置其上），还发布新的信息，传播技术，实施技术援助政策。书籍印刷（发明于唐朝，到宋朝普及开来）便利了农业知识的迅速传播。贾思勰的《齐民要术》写于分裂时期，印行后不久就跟着出现了一大批农书；这些农书或长或短，切合宋朝现状；因地制宜，有的是全国性的，有的是地区性的。出版物的大量涌现在宋亡以后达到高潮，其中包括蒙古人主持的《农桑辑要》与王祯的《农书》（白馥兰，1984 年；伊懋可，1973 年）。这些著作收录了汉人于传统时代积累起来的大部分农业知识。

宋时最为重要和惟一真正具有革命性的创新，是采用了新的农作物品种。这些品种中最出名和意义最大的是来自占婆的生长季短的稻子，宋朝的

佛教作者释文莹对此作了记述：

真宗深念稼穡，闻占城稻耐旱，西天菜豆子多而粒大，各遣使以珍货求其种。占城得种二十石，至今在处播之。西天中印度得菜豆种二石，……秋成日宣近臣尝之，仍赐占稻及西天菜豆御诗。（何炳棣，1956—1957年，第200—218页。）

这种稻在1011年被分发，而到1012年则广泛传播。确实，只有中国人才会乐于不仅引种这类农作物，而且接着赋诗赞颂之。引文中提到的西天菜豆好像是绿豆的一个变种，即现代中国的青豆，故而这也可以视为极有价值的农作物的引进。成熟得快和耐受性强的占婆稻，使人们得以扩大稻谷的栽培并广泛增加二熟制，这在中国整个东南部渐成定制。其他农作物的引种罕见记载。葫芦巴(fenugreek)经由阿拉伯商人——仍在中国沿用的这个名称从阿拉伯语派生而来——从南方港口传入(罗佛,1919年,第446页)。西瓜和高粱出现于北部各王朝,并在那里站稳脚跟,而不久后就找到了去中国其余地方的途径——尽管高粱或许直到元代才抵达;不待言,它在此之前并非一种重要的农作物(安德森与保罗·布尔,稿本;哈格蒂,1940年;罗佛,1919年)。这些农作物中,无论哪个品种都没有革命性的影响,尽管西瓜和高粱行将成为华北干旱景观中的台柱,并且成为整个国家的重要食物。无论如何,重要性更大的是棉花的传播,它真正革新了中国人的衣着。1221年,长春真人途径中亚来到成吉思汗宫廷,把棉花推举为一项新的和有价值的东西(魏礼,1931年,第86页)。它也许在唐朝便已进入中国,但在当时肯定很稀罕。到宋亡时,它虽不常见,却已为人熟知,从南方和西北传播开去(谢和耐,1962年,第130页)。中国的主要保暖方法——填入棉花的衣服和床垫(棉花吸存热气)——可能在宋以前并不存在。这仿照了历史悠久的丝绸衣服缝制技术,但棉花却使大众得到了保暖,并且肯定使冬季劳动无与伦比地扩大了,更不必提其纯粹生存的意义了。

可能还有其他新的农作物。大量的物品通过不断扩大的贸易与朝贡使团从南亚和东南亚带来(赫什与罗克希尔,1911年;内托利茨基,1977年;惠特利,1959年)。宋朝船只一般有100英尺长,排水量为150吨(托马斯·李,1975—1976年)。很多小宗作物准是跟占婆稻和西天菜豆一起到来的。甘蔗尤其是这样,它在中国宋朝变得极为重要,取代了粮食作物,正像如今许多国家的情形一样(伊懋可,1973年,第129页,苏切塔·梅祖姆达,人物集注)。

创新集中在城镇周围的田庄和其他高度商业化地带,尤其是南部和东部

(伊懋可,1973年;谢和耐,1962年)。但西瓜、高粱和棉花在北方的传播却表明,不光是宋朝知道了农业的好处。像以往一样,政府竭尽所能地积极支持农业发展,这种态度还由于大地主和官僚之间的联系而得到助长。政府由大地主和潜在大地主组成,这些地主强烈依赖货币化的市场出售其产品,不会过重地依靠农业部门。然而,偏僻地区的大田庄所有者却没有理由进行现代化(他们正干得相当不错),并还有一个正当的理由不这样做:它会给实际上正在学习和实施新技术的佃户以太多的能力。如果佃户变得非常老练、眼界开阔和不可缺少,就难以控制他们了。而小地主和较富裕的自耕农,特别是当其想为专门化市场生产并与其他同类商业化生产者竞争时,却有一切动机去跟上通行的技术。

然而,农业的强化却导致了生态问题。土壤的侵蚀、加重了的洪涝以及别的灾难均在此列(梅布尔·平华·李,1921年),尽管金朝政府已经注意到了并试图阻止它。这种致命的衰退因砍伐森林而大大加快。大田庄对公地的圈占,使大量林地从可能会有资源保护意识的村民那里割让出来。制铁业、陶瓷业、印刷业(松木烟灰被用做油墨)和其他经济活动的发展,导致了对木材的史无前例的需求。人们最后大量地转以煤炭作为替代能源,但木材的消费仍很大,而且大量的损害早已形成。华北、华中及东南部分地区的荒芜与遭破坏的景观正是突出地归咎于宋和金。当时的观察家们意识到了这个问题,但除了扩大煤的使用外,便不知如何阻止它。生态恶化长期以来构成了中国景致的一部分,但在宋朝,恶化的速度却严重增长了。

在宋朝,谷物的重要性经历了实质性的(假如无法量化的话)变迁。稻子变得越发重要,最终取得了现代作为中国主要谷物的地位。小麦也因唐朝中期引进新技术继续获得发展。高粱也在传播,至少在宋朝控制之外的僻远西部和北方是如此。北方在阿尔泰人首领的统辖下,仍在很大程度上依靠古代的粟,尽管也有一些稻、小麦、大麦和其他农作物,但稻子却是宋朝的神奇作物。甚至在占婆稻引进之前,稻子的品种就多样而优良。

甚至在北宋灭亡和宋王朝被限制在产稻区以前,稻子大概就已变成主要的食粮了。到宋朝末年,由于王朝局限于稻作区;并因集约耕作已成惯例,稻子的品种竟多得难以置信。早熟的和晚熟的、耐旱的和耐涝的、硬的和软的稻子已众所周知。据悉,在谷物中还有黄、粉红和其他的颜色(谢和耐,1962年,第85页)。人们发现了粘性不同的稻米;而最具粘性的则被指定用于酿酒,伊懋可(1973年,第121—127页)错误地把这种粘性归于面筋。稻子不会有面筋;这种粘性因一种淀粉糖而产生。再无别的谷物具有如此多的品种、如此高的产量,或对劳动投入有如此好的回报。的确,稻作在中国对劳动密

集型农业起了很大的作用。

正当宋朝越来越依赖稻子之时,北方王朝却继续依靠古老的粟(魏特夫与冯芝生,1949年)。也出现了一定数量的其他北方谷物。长春真人明确地记录,在中亚的蒙古人中缺少荞麦(魏礼,1931年,第105页),由此可知它在中国肯定很重要,并且无疑在干旱、寒冷、山多的地区最为兴盛。契丹族和女真族遵循北方部落的传统,过着狩猎、放牧、捕鱼和小规模非集约农耕的生活。狩猎被认为对保持士兵的战斗力的战斗力很重要;捕鱼则很少附有这种目的,不过就连辽国皇帝也喜爱捕鱼旅行。猎物作为食品微不足道,但鱼类在邻近宽阔水面的任何地方都很重要。这些人和蒙古人食用的最重要肉食是奶制品,且几乎总是酸的或发酵的。酸奶酪、酸奶油、干酪、马奶酒和其他产品是用各种动物的奶制成的,但其中绵羊最为重要。这些奶制品消费量很大。来自宋朝的汉人使节被奶和粥搞得心烦意乱,而当其辽国主人在其上加了奶油或黄油以后,有人就觉得太过分了(弗里曼,1977年,第170页;魏特夫与冯芝生,1949年,第116页)。从极为简单的部落烹调(类似于历史上蒙古人和通古斯人部落的烹调)起步,这些王朝发展出相当精致的烹调法来,此类方法以它们原先的配料为基础,但却包含了刚刚具备了中国烹调术特征的复杂加工工艺。中国人对于记载一些食谱甚有兴趣,它们至今尚存。^②这构成了我们有关北方诸王朝食物知识的主要部分。北方诸王朝有果树——苹果树、桑树、枣树——以及野生的葱和非;有各种甜瓜,并在中亚栽培无可匹敌的波斯式甜瓜,即今日哈密瓜的始祖。长春真人(魏礼,1931年)这类的旅行家既吃惊又高兴地记录了它们;其大小、甜度和味道都令人惊讶。部落民族尽可能多吃肉,但他们的牲畜之于奶制品和运输太宝贵了,除了特殊场合外,是不能宰杀食用的。即使这样,被淘汰的和自然死亡的牲畜也保证了对大家的肉类供应(赤贫者除外)。旱獭和鸟之类的小猎物也补充了肉食。

在宋朝的疆域内,我们对此知道得比北方各王朝更多,那里显现出了一幅截然不同的画面(弗里曼,1977年;谢和耐,1962年)。马奶酒在北宋仍然常见和流行,但可能是在宋末年间,汉人开始对奶制品冷淡起来。汉人从未钟爱过奶制品,不过从魏到唐,强大的中亚影响使奶制品得到更广泛的使用。而宋朝的中心则是在东南部(中亚的影响在那里最弱),且阿尔泰人的王朝又被认为是仇敌,奶制品遂变成了蛮夷和敌人的标记。这种态度在随后的蒙元统治时代被再次肯定,而明代复兴的汉族主义又增强了对奶制品的排斥。尽管有此例外,宋朝却是一个在食物模式上宽宏大量兼收并蓄的时期。南方族群的不同口味影响了那里的汉人,而不断扩大的贸易、商业和专门化农业也拓宽了食物的选择。美食与品评之风在繁华的都市中盛行。

宋朝食物方式的变化在文学比喻中有反映。麦、豆及葵不再是表示贫困的诗歌用语，尽管它们仍在仿古文本中出现。不同等级的稻常在诗中被提及。一些低产品种（它们在碾米过程中也失去了不少分量）被认为是高级食物，而新的占婆稻则似乎跟现代的高产谷物一样，常常难以被消费者接受；它由此而成为穷人的食物。低级官吏的配给口粮被苏轼生动地形容为“年深转至损坏尽为土壤”的陈米（伯顿·沃森，1974a，第217页）。另外，腌渍的蔬菜取代了葵，成为诗作里的穷人食物。在南方，薯蕷和芋头是淀粉类主食，对非汉民族来说尤其如此，故而这两种块茎就被比做蛮荒之地的粗糙饮食；然而，它们在整个华南和中原也被食用（谢弗，1969年）。苏轼在童年和晚年于南方逗留期间认识了芋头（伯顿·沃森，1965年）。反过来讲，上等的精白米则是标准的细粮。然则对特殊膳食最常见的比喻，在该时代的诗作中却多为鱼类。在唐朝，尤其是从玄宗时起，鸡便让位给了鱼，而到了宋朝，鸡实际上已不再成为诗歌中高频率出现的字眼了。这证明了中国人并非总是使用古词古语，至少在一些入诗的材料上如此。鱼在饮食中越发重要，不仅因为与南迁导致的生态因素相关，还因为中国社会的中心转移到了这样一个地区，在那里鱼和所有的水中生物，一向在养殖上受到重视，并深受钟爱。咸鱼是一种主要的制品。鱼的养殖成了一种产业，而且像在现代中国一样，有专人向养鱼者供应活鱼苗。南北之间的一些成见——如取笑吃蛙——在宋朝继续存在，但南方的习俗日渐得到认可。

在南宋末年，吴自牧创造了一句后来著名的格言：“开门七件事，柴米油盐酱醋茶”（弗里曼，1977年，第151页）。吴自牧所说的七样必需品，到今天已尽人皆知；中国的学童将其当做一种韵律简单的字句来学习。但在宋朝这个序列却是引人注目的新奇事物。米在当时才刚刚取得这样突出的地位（而且这个米字确实是主要在说稻而非统称粮食）。只有在宋朝，酱才最终明确地指谓酱油；而迟至唐朝，它还很可能至少是在文学作品中被理解为各种酶酵素。在较早的朝代，人们尤其未把醋列为必需品。茶在唐朝是稀罕的奢侈品，甚至在北宋也不常见。以芝麻、紫苏属和大麻榨成的油，在南宋时期更易获得，因为手工业和商业发展出了其加工与贸易。

经济境况较好的人有很多的“下饭”[其字面意思是“downing the rice”（下咽米饭），即“something to make the rice go down”（使米饭下咽之物），这与相应的法文短语——“it helps the bread go down”（帮助面包下咽）相对照]，并且显然是现代汉字“菜”（“vegetable”或“dishes to go on rice”）和广东话“镬”（“food to eat on rice”）的宋朝同义字。它和汤都被做成今天这个样子：下饭是炒或蒸成的，且大部分由蔬菜构成，较好的则有一点肉或鱼；汤是一种稀薄

的、以蔬菜为基础的菜肴。然而,经济境况较好者还要吃大量的肉和鱼。他们也继承了唐朝对生食的喜好。西诺达(1977年)把宋朝描述为“中国酥食(sushi)制作的黄金时代”(第490页)。这种酥食由米、醋、酒和任何能搞到的肉做成,而生鱼显然也在可选之列。别的肉一般说来则要烧煮。猪肉始终是主要的肉食,但绵羊肉、山羊肉甚至驴肉也很常见,而且所有种类的猎物和次要家畜均被食用。家禽——鸡、鸭、鹅、鹌鹑、雉和猎物——丰富多样。牛肉也很有名,但似乎因为印度的宗教影响而逐渐为人淡忘。有关吃人肉,甚至有关专事此业之店铺的虚饰故事也很常见(谢和耐,1962年,第1—35页)。其中最有名者当推在小说《水浒传》中流传不衰的故事,它写于元朝却酝酿于宋朝。谢和耐将此种纯粹虚构的叙述看做对该时代的如实描写,但事实绝非如此。很显然,人肉只是在大饥荒时期才被食用。

蔬菜包括甘蓝、大葱以及诸如大蒜、菠菜、芜菁和萝卜之类的亲族植物、黄瓜和葫芦、茄子(它被认为是色味俱佳)、水芹、胡萝卜,此外尚有许多别的蔬菜,特别是栽培和野生的绿色蔬菜。水果广为传播,并像往常一样广受欢迎,而其中特别值得注意的则是巨梨。马可·波罗宣称,最大的梨“每个有10磅重”(弗里曼,1977年,第149页),这可以与陆游观察到的巨梨相对应(1981年,第171页)。巨梨早在魏朝就已被注意到。其他普通水果包括苹果、桑葚、枣子、荔枝、柿子、木瓜、红桔和中国柑橘、杏和梅、山楂、浆果莓、桃子、李子、石榴、香蕉、椰子和木菠萝(常从东南亚进口)。松子、扁桃、栗子、胡桃、狐果(出自 *Euryale ferox*, 为一种水生植物)以及别的水果也很重要。有的植物(如枣、荔枝和柑桔)已有专书介绍其性质和栽培技术。而其他旨在为庄园主所用的书则论及了竹笋等。美食家也喜欢那些谈论野生蘑菇、蟹和别的野生品种的书籍(西诺达,1977年,第490页)。水果被晒干,并做成蜜饯,为此而利用了刚刚普及的白糖。

吴自牧所说的其他两样必需品即盐和茶需要特别考察。盐在整个宋朝均处于政府控制之下,但这种控制起初相当轻微和间接;后来却强化了专卖。在日益严格的控制下,商人们被特许经销盐;政府则征收大量税款。盐是这样生产的:让海水漫入田里,海水先被蒸发,后被提纯和煮浓,随之结晶体就被从土中扫起。在一种制作过程中,熬盐的炉灰在灌水前就被撒到田里,并由此而获取凝聚到植物上的天然盐(沃西,1975年)。此类方法具有极大的营养学意义,可以保证盐里含有海水和草木灰中的钾、碘、镁、铜和其他离子类的微量无机物。草木灰含钾尤为丰富。此类方法将微量元素引入了中国人的饮食,而撒草木灰的方法也有助于保持人体的钠-钾平衡。与西方相比,中国人对盐的摄取量大,而对健康的危害较少,概因在其以植物为基础的饮

食中含钾量极高；草木灰的使用则使这种状况进一步改善。盐在中国西部却产自盐井中，故而不富含微量无机物。营养问题在那里肯定很常见，和近代的情况相同。

茶——同样是越来越具专卖性的政府控制对象——在宋初仍是奇特的奢侈品，而且肯定无人会预测到它在宋末会成为穷人家的必需品。然而，尚茶之风却与其他优雅的生活艺术一起，得到了极大发展。欧阳修（弗里曼，1977年，第156页）和陆游这类诗人对泡茶用的水表现出极大的关心；陆游在旅行期间为此而努力寻找名泉（陆游，1981年）。茶叶生产高度商业化，这种经营性农业迥然不同于农民的自耕自给。

食物被辅以当地佐料，特别是生姜、肉桂和花椒、肉豆蔻，也被辅以各种印度与近东的香料果实及种子。糖已用来保存食物，制作种种甜食与糖果，其外型为人、兽、鸟、花、果等（谢和耐，1962年，第65页）。Bean curd——“豆腐”，日语为 *tofu*——在宋初被首次提到，但该文本将其发明归于汉朝的刘安，这却是十分荒谬的。事实上这一日用品发明于晚唐或宋初，并可能是由道教徒和/或淮南人出于某种尊敬而将之归于信奉道教的淮南王刘安名下（B. W. -C. 扬，人物注）。佛教徒们迅速接受了这一食物，把它当成了在佛教文学中非常重要的肉和奶制品的很好替代物。毫无疑问，它是在某人把普通的海盐放入豆浆后被发明的，他也许着眼于保存它，结果却发现它凝结成了一种令人喜爱的食物（舒特莱夫与青柳秋池，1983年，第92页）。浓盐卤至今仍是最好的凝固媒介，尽管石膏被使用得更普遍；钙和镁离子充当着主要的媒介。

宋朝的菜肴种类根本难以胜数。光一次宴会就可能上两百多道菜，从许多不同的米制食品到“基于水果和甜食的菜肴”（谢和耐，1962年，第138页）。现在具有中国特色的每一种汤、馅饼、汤团、面条和小吃，在宋朝似乎均可找到这样或那样的形式，而且显然经常相当接近于其现代形式。如今称做“点心”的小糕点好像特别丰富多彩，而且常比现在的更大更实在。出现了许多品种的糕饼，有些称为“胡饼”（Iranian cakes）。在城市里，餐馆因经营特色菜肴而闻名（谢和耐引用了几项记载；1962年，第127页）。京城的早餐由油条、汤、热炊饼和油炸松饼组成。食品小贩卖的中午便餐可能包括糖粥、烧饼、馒头和许多别的糕饼。血汤、牛肚汤和其他“杂碎”名目繁多。开封也曾有过特色餐馆，供应热的或冷的、地方风味的或一般口味的食物。

地方性的烹调法发展得很快，和在都城人们乐于光顾地方性餐馆的趋势相匹配。宋朝作家对以肉为基础、使用奶制品和旱作谷物的北方烹调跟基于稻米和水产的南方烹调做了基本区分。四川烹调因其辛辣和使用山货及香草而早已受到关注，其风味也很独特。这是现代模式的始祖；后来惟有广东

烹调才被承认。地方餐馆的习俗发端于招待思乡的移民,并通常多由这类生意维持,不过甚至在唐朝以前,也有些人出于好奇和冒险而光顾这类餐馆,至宋朝时多样化的享用更成为它们的主要吸引力。京城旦的居民喜欢品尝衢州风味的肉末面和鱼虾面,或四川的辛辣食物(谢和耐,1962年,第134页)。

对于异族的食物,他们未见得真吃,但却热衷于研究。谢和耐曾把宋朝文献中的此类描述概括如下:

小青蛙在闽浙,大青蛙在华中,蛇羹在粤。海南岛居民进食用笋片烧的各种昆虫(蝇、蚋、蚯蚓)。在广州的外族人中回人居多,他们用糖、蜂蜜和麝香为其食物调味。在满洲,人们吃用酸黄油调味的奶制品。《萍洲可谈》的作者评论道,食物大体说来南咸北酸(用醋调味)。中国的非汉族居民和乡下人喜欢甜食,而黄河平原上的居民和城里人更喜欢不加佐料的食物。另一条原始资料说,“最南端的人食蛇,却易名曰‘树鳝’”。同样地,他们吃的蚱蜢叫做“树虾”,而老鼠则叫做“家鹿”。(谢和耐,1962年,第142页。)

我猜想,谢和耐知道其祖国法兰西也吃蛇类,名曰“篱鳝”(hedge eels)。就海南而言,谢弗之《珍珠海岸》(1969年)的宏大研究,又为我们添上了西米(椰子淀粉)、棕榈糖(粗糖)、大竹笋、香猫、蝙蝠和热带水果。海南原住民实行在特定的典礼场合献祭牛科动物的风俗,此风在东南亚山民中几乎通行,往往是在为精英人物庆功。南方人也吃发酵过的鱼,显然佐以类似于现代虾酱和鱼露的调味汁。

烹调书势必要问世,其中最著名的或许是《中馈录》,原本已佚(西诺达,1977年,第490页)。食谱也归于类书之中。健康与饮食间的关系始终为中医所强调,宋人也不例外,故许多食谱书都具有医学启示。的确,中国烹调术的精致多样大部分要归功于医学。中文的“方”既指医药处方又指烹饪配方,就像 *recipe* 一词的原初意思(*Rx* 是 *recipe* 的缩写)。

71 举例来说,有关生命阶段的观念影响了饮食。精英家庭的孩子常由奶妈哺乳,而当诗人杨万里的妻子拒绝使用奶妈,宁可亲自喂养其子女时,她就很引人注目(查维斯,1975年,第6页)。产妇会收到水果、甜食和一种叫“分担产痛”的馒头。当婴儿首次洗浴时(特别当他为男孩时,我猜想),洗澡水里扔进了枣子,而妇女们则竞相抓住它们,这是依据仍然盛行的中国观念,即枣子的谐音(意思既有“枣树结子”又有“早生贵子”)会魔术般地早生男孩(弗里曼,1977年,第165页;谢和耐,1962年,第150页)。成年以后,人们可以参阅

由政府资助印行的大部头的新修本草。1061年出版的《图经本草》为植物插图确立了一个新标准，也许在中国堪称绝响。数百种食物被示例说明，并被绘成图形。印刷术使医学著作和食谱书普及于大众。宋朝新儒家学派和高水平的生物学及其他科学导致了医学观念的重塑，它与该学派的形而上学及宇宙论密切相关，此种趋向诚为理智上的挑战，但就科学而言却属不幸。与此同时，道教徒则继续重视饮食并戒食五谷、肉类和其他想像中的秽物。佛教徒对肉和葱或蒜味的禁忌也继续影响着中国的饮食方式。向会众供应合意食物的特色餐馆及寺庙食堂，日渐受到寻求多样化的城市居民的欢迎。日常知识也打上了医学信念、宗教或礼节的些许痕迹，如苏东坡的《物类相感志》云：“薄荷去鱼腥……食蒜令口中不臭，用生姜子同食，或呷醋一口，或食芝麻尤妙。”（谢和耐，1962年，第230页，引自宋朝文本。）各种节日也涉及到特殊的食物。不过普通百姓却尽可能地自我满足。散曲家卢挚写道：

学邵平坡前种瓜。
学渊明篱下栽花。
旋凿开菡萏池。
高竖起茶蘼架。
闷来时石鼎烹茶。
无是无非快活煞。
锁住了心猿意马。

（施莱普，1970年，第52—53页；我重译了最后一行。）

宋朝在中国食物史中占有何种地位呢？卢挚写于宋亡前后的小令，在某种意义上抓住了时代精神。这种精神正是：对世界充满了积极的求知欲和兴趣，对食物和农业具有强烈的意识，在艺术和观察方面表现出创新的姿态，但最后却退回到超脱的清静无为。中国似乎正在资本主义、工业、现代科学、现代教育制度和信息体系的门前徘徊，那正是欧洲于数百年后发展出来的全部东西。然而，现代科学并未在中国得到发展。宋朝的文人学士做了了不起的科学观察，但他们却将大部分精力投到官僚政治和文学事务中去了（席文，1975年）。教育得到了极大的繁荣和扩大，本草类及饮食类书籍也已问世，但宋廷的软弱无能和征服王朝因循守旧的威权主义却似乎妨碍了现代的和扩张的经济、科学及技术的创始和发展。停滞不前的官僚政治和地主所有制似乎削弱了城市及其活跃、创新和进取的阶级。同时，新儒家哲学——基本上是静止的、复古的、超脱的和逆向的——变成了此种停滞的确切的和极为反

动的表征(白乐日,1964年;罗文,1974年)。宋朝与欧洲的文艺复兴相仿佛,似乎处于现代化的边缘;可不同之处却在于,它经历了创造力的丧失及最终衰退的痛苦。在宋朝以后,中国再未恢复过前冲力。

元朝:蒙古人和西亚食物

从1279年到1368年,中国经历了其历史中独特的插曲。其他非汉人王朝也统治过中国数世纪,但过去征服者一向只是环绕中华帝国轨道运行的小群体。然而,蒙古人在其侵入并征服中国时已是一个世界性帝国的统治者了,他们引进了新技艺和新食物,但他们在一定程度上仍是某个被征服的和相当自治的省份上的大封主。中国总是同化其征服者的惯例对蒙古人并不适用。当反抗最终把他们赶下台时,他们并没有在城墙上殊死搏斗;他们跨上马驰回自己的亚洲腹地干草原,带着(我相信)如释重负的感觉。

成吉思汗的崛起,为征服中国奠定了基调。成吉思汗统一了蒙古,巩固了对整个中亚的控制,并且不仅建立了一个世界性帝国,还建立了一整套管理它的新型官僚机构。他虽未直接进犯中国的国土,却计划了对中国的征服并制定了实施的步骤。因此,鉴于其军事活动,也鉴于其创造的一种足以管理辽阔领土的政治秩序,他对中国历史产生了意义深远的影响。

成吉思汗去世以后,蒙元南侵中国。根据经典的传说,他最终拯救了中国(如同一个孩童保全了他或她心爱的巧克力),但他却在可以如此完成其毕生“功业”之前咽气了——如果这也堪称一番“功业”的话。《蒙古秘史》告诉我们,成吉思汗的性格被其母做了这样的概括:

犹如冲崖子的猛兽般,犹如忍不得怒气的狮子般,犹如活吞物的蟒蛇般,犹如影儿上冲的海青般,犹如噤声吞物的大鱼般,犹如咬自羔儿后跟的风驼般,犹如靠风雪害物的狼般,犹如赶不动儿子将儿子嗅了的鸳鸯般,犹如护窠的豺狼般,犹如不疑貳擎物的虎般,犹如妄冲物的禽兽般。(魏礼,1963年,第228页。)

- 73 (决不要在乎蒙古并无蟒蛇;这个故事不足为信,但却是个好故事。)蒙元进攻女真,1234年完成征服。蒙古人很快就将注意力转向了南方,于是成吉思汗的孙子忽必烈席卷了中国。

统治中国的大部分工作落在传统的汉人官僚阶层和色目人身上。蒙古

人这个名词被用来称谓中亚人，尤其是突厥语族人，他们在语言和文化上都类似蒙古人，并在技术和行政方面提供专门知识。色目人在元朝严格的种族等级制度中处于居中地位，低于蒙古人，高于汉人。这是维吾尔族这一类亚洲腹地突厥语族的辉煌时代。元朝最伟大的诗人之一贯云石，便是维吾尔族人（林恩，1980年）。两位来自中国西北沙漠的汪古部突厥人——景教徒的马忽思和列班·扫马，曾经西行赴耶路撒冷朝圣，并在经历了一系列趣事之后，分别被擢升提拔为整个景教教区的主教，还代表景教教徒出使罗马天主教世界（巴奇，1928年；蒙哥马利，1927年。又见达迪斯，1973年；兰德彰，1981年）。除了背景不一的操印欧语系者外，其他突厥人也在元朝占据高位。一位波斯人赛伊德·阿贾尔，死在中国西南端云南行省之中书令的官任上。如此令人惊异的地位与官职变化，在历史上是绝无仅有的，它诱使人们往来穿行于中亚。可是就连这也没有意大利商人之子马可·波罗在中国摇身变作元朝官员的英雄故事，以及作为代表遣使大汗的鲁克拉克的威廉、普拉诺·卡皮尼的约翰和其他欧洲人的不太出名的传说那般令人不可思议（博伊尔，1977年；玉尔与科迪埃，1903年）。³

在此情形下，农业未能取得重大进步。宋朝的缓慢崩溃及其灭亡时的战乱，使中国的人口在元朝初年大概只剩下6,000万左右。假如这个数字正确的话，则人口的增长速度就很快，因为到13世纪90年代时，元朝已有大约7,000万公民。元朝衰亡时的战争又将此一数字降为6,000万，这被记录在明朝第一次全面而可靠的人口普查中。与早先相比，衰落主要发生于北方，由于不断的战乱和蒙元早期崇尚草原的暴虐政策，人口下降了一成。南宋的领土未经多少战斗就陷落了，故人口损失看来也较小；无论如何，根据13世纪90年代的普查，人口又回复到大约5,000万人的宋朝水平，但华北却只有1,000万到2,000万人。元朝在中亚的领地则增加了几百万人（兰德彰，1981年，第1—21页）。

贸易仍然繁荣：马可·波罗对其程度与富足感到惊讶，这已为人熟知。贸易大多是在食品方面。例如，马可·波罗声称杭州有“十个大市场”和“大批其他市场”。十个市场中个个都每周开市三天，吸引了“40,000到50,000人”；可以买到的肉包括“小种牡鹿、大赤鹿、黄鹿、野兔、家兔、鹧鸪、雉、似雉的鹧鸪、鹌鹑、普通家禽、阉鸡和多得不可胜数的鸭和鹅”，以及“应有尽有蔬菜与水果”（玉尔与科迪埃，1903年，第2卷，第202—203页）。猎物之供应表明，城市从远方大量输入了食物。马可·波罗曾声言，“只要把一船胡椒运往亚历山大或别的什么地方以供应基督教世界，就有一百船胡椒运抵”泉州，那是宋元时代的一个主要港口，如今位于福建省内（第2卷，第235页）。宋

朝庞大的海上贸易仍在继续。贡纳关系和其他政府间的贸易兴盛起来。与印度穆罕默德·本·图格拉特王朝的礼物交换丰富而厚重。农业生产得益于金朝和宋朝治下所获的巨大进展(雷乔朴里与艾范·哈比卜,1982年),还得益于引起农业巨变的踏车之类的发明。水车及各地其他提水装置的潜能与脚踏泵一起得到开发利用(这仍是中国景观的一个特征)。蒙古人登峰造极的成就是制服了黄河,这是一个在中国历史上经常实现不了的目标,而且或许是所有前工业化国家能够取得的最了不起的成就。

元朝的君主很快就学会了结合着农业发展的汉人政策。他们继承了晚唐的两税法,而且降低了税率。他们征收了人头税,后来在适当的时候也征收了财产税(即当财产比人头更有税可征时)。贸易的税率很低。盐与金属的专卖一如既往,而临时性或地方性的专卖则有酒、醋、竹及所有土产的输入[舒尔曼(1956年)出色地翻译和评论了元史的有关章节]。一位执拗的年迈蒙古君主试探性地建议说,中国应减少人口,并最终成为牧场,这促使耶律楚材在元初上奏,令人信服地全面论述了农业的至关重要性。耶律楚材是位才华出众的一流政治家,他所处的地位使之比汉人更有权威下令;他是过去辽朝统治家族的后裔。

但代表着元朝特色的独裁政治与无政府状态的奇妙混合,却使改革的大部分努力失效。宋朝最糟糕的遗产——地主所有制和土地不均——留传了下来。强有力的乡村士绅盛极一时,他们盘踞在地方上,独立于官府,并威胁到了每一个人。最初,农民起义把矛头直接指向它们;但最后,来自赤贫阶级的起义者学会了与士绅联手。一旦这种合作变成事实,元朝的末日就已注定了。

75 元朝食物呈现出较多的中亚风味。蒙古人遵循游牧民通常食用奶制品的惯例;马奶酒、奶油、黄油和各种奶制品在其食物中地位突出。马奶在日常生活和礼仪方面都极其重要。酸奶酪在云南流行于汉人和其他民族中,此种风习也许正是起源于元朝,当时该省份变成了一个拥有许多中亚移住者的重要地区。不过,像藏民这类的地方群体始终食用奶制品,因此他们肯定也对现行的模式有些影响。猎物也是蒙古人的主食。《饮膳正要》是由太医于公元1330年献给皇帝的,它包括的条目有羚羊、熊、各种鹿、虎、豹、土拔鼠、大金头天鹅和小金头天鹅、野鸡、鹤和很多其他野生动物及鸟类。其中有些动物(如虎和豹)具有纯粹的药用价值,但大部分却被认为是食物。中国其实并无天鹅,显然来自于草原。鱼和介壳类动物极少被提及,而水果和蔬菜则属于北方腹地的典型品种。煮羊肉可能是仅次于谷物的最重要食物(参看西诺达,1977年,第483—497页;昂舒尔德,1985年,第215页)。

该书食谱涉及到了对肥尾绵羊之羊尾子的大量应用，羊尾子是遮住此种动物臀部和尾巴的一大块油脂和结缔组织。肥尾绵羊存在于中亚，在那里有时会给绵羊系一小车以支撑尾巴。在烧煮时，它是跟肉相近的耐嚼固体，其中的脂肪有一种独特的风味，比羊脂更浓烈却更好吃，因此它在整个中亚大概是最受喜爱的食物。然而，再没有什么比这更偏离汉人口味的了，故而《饮膳正要》中对它的强调（在食谱中既有大块脂肪本身，又有大量熬好的脂肪的图形），说明了该书的作者和读者均为蒙古人。书中的其他食品肯定源自阿拉伯-波斯或突厥语族。汉人对该书的影响大量体现在其对蔬菜的处理上。萌生于其间的医学传统（它是一本营养学书，不是烹调书）广泛存在于亚洲，尽管它采纳的五行理论是汉人的。关于食物有医疗效果的概念，以及关于食物具备开胃和“滋补”特性的概念，肯定在蒙古人征服中国前就被接受了。不过，这类理论在《饮膳正要》中的详细程度，却超出了人们对游牧民的期望，故而表现出了来自于一种普遍共有的宫廷烹调术的强烈影响，就我们所知，此种烹调术遍布于西亚、中亚或更远处（保罗·布尔，1987年；萨班，1983a）。

《饮膳正要》的中国本土对应本为贾铭的《饮食须知》。这本书印行于明初，但贾铭早就编纂了它，而且因为贾铭大部分时间生活在元朝，他的著作就可被视为反映了元朝中国的食物方式（牟复礼，1977年，第208页）。贾铭的知识基本上得自当时的本草学，而其广度则会使今天加利福尼亚的热衷健康食品者感到惭愧。一位现代读者肯定会觉得贾铭的做法跟现代中国人一模一样，当其因疾病或压力而冒着特殊风险时，就避免食用可能造成危险的东西。食物的营养方面也受到了重视，论及开胃与滋补甚至比蒙古人的著作更为具体，所以罕有哪种食物不具裨益。

不难预料，贾铭的著作和蒙古人的著作会有差异。贾铭提到了一些猎物——老虎、野马等，但没有一样为中亚特产，因此这些大猎物的篇幅被淹没于驯养动物和小鸟的详尽叙述之中。鱼在贾铭的书中颇受关注，它包括了68种水生食物条目，而《饮膳正要》仅包括22条。贾铭同样大量地述及了蔬菜和水果。荔枝、龙眼和某个很可能是杂交的品种——“龙荔”（这个词是由另两个词的第一个字组成），与椰子、橄榄果以及几乎肯定不为蒙古人所知的其他品种均并列在书中。蔬菜中包括了像甜菊苗这类的细碎之物。

王祜的巨著《农书》于1313年问世，它无疑是宋朝绿色革命以来的农耕知识大全。《居家必用》和《事林广记》则是长期沿用的元朝大部头类书，它们提供了有关食物和烹调的大量信息。蒙古人、回族人和满族人的食物在这两部书中均有大量记载；奶制品和猎物也被提及。蔬菜的使用有所限制，而近

东的调味品则受到重视。Sharbat 被称作“掇里白”，人们将其花、叶或茎以滚水沏成饮料；另外，发酵过的调味汁（可能是酱油）则用其花来提味，由此把近东和远东的风味相当奇特地混杂起来。茶水里兑上了调料或黄油，就像如今西藏的做法一样。西诺达（1977 年）从《居家必用》中摘引了一则奇特的蒙古人食谱：“獐肺为上，兔肺次之。如无，山羊肺代之。一具全无损者，使口啞尽血水。用凉水浸，再啞再浸。倒尽血水如玉叶方可用韭汁、蒜泥、酪、生姜自然汁入盐调味匀，滤去滓。以湿布盖肺冰涨。用灌袋灌之，务要充满。就筵上散之。”（第 491—492 页）。

宋—元是中国历史至为关键的时期。这个时期中国的农业和食物获得了极大的发展，直至 20 世纪前再无如此令人瞩目的变化和提。城市化、贸易、外来影响及相对开放的经济均有益于。但这个圈子却正在封闭。人口密度增加；资源迅速减少。所有对于节约劳力而非土地的持久压力均已化解。宋—元时期的发明基本上属于这种类型：通过大量耗费田间劳力来节省土地（赵冈，1986 年；伊懋可，1973 年）；这加剧了朝着贫富两极的分化。精英和中间阶层发展出了当时所知的世界上最伟大的烹调法；就连穷人也曾从许多变化中获益，不过麻烦也在加剧。

第六章 内卷化：中华帝国的晚期

77

明朝：独裁政治和发展减速

明朝统治者们曾为未能将中国引向资本主义和工业化而受到谴责，因为这些难以预测的现象在西方同一时期幸运地得到发展。一位专攻明朝农业的西方主要权威伊夫林·萨卡基达·罗斯基写道：

研究明朝中国的经济景观通常并非因其本身，而是因为它可以为宏观考察中国历史提供参照。现代人先入为主的成见，特别是关于中国“未能”像日本那样对西方“影响”作出回应的成见，构成了研究的性质和内容，因而有关明清时代中国经济史的大量学术成就……当集中于中国何以没有独立启动工业革命时，显示了欧洲中心论的偏见。（1972年，第1页。）

明朝的君主们也许会答道；当他们试图成为真命天子而又不想被人人谴责为凶残之虎时，已遇上了够多的麻烦（关于明朝历史，见艾伯特·陈，1982年，它过于拘泥于正史记载；范得，1976年；赫若贝，1982年；黄仁宇，1974年、1981年；赫克，1961年、1978年；史景迁与卫思韩，1979年。本章的历史资料主要由这些来源合成）。

无能、腐败以及效率低下构成了明朝大部分时期的特征，并助长了中国在科学与技术方面取得重大突破的阻力，但明朝却持续了近300年之久，而按照中国的标准，此中大部分时间是比较太平和繁荣的。人口增长超过了以往中国历史上的任何时期，没有重大的战争，而且外部威胁在明朝结束前一直受到有效的抵抗。

明廷的长处和短处均源于其创立者的政策。朱元璋是一位过去在中国从未见过、而且在任何国家都很罕见的奇人,他出身低贱,却接管了国家。中国在这以前也有平民出身的统治者——最著名的是汉朝的开国者——但他们从未来自社会渣滓。朱元璋却是个逃兵、小和尚、小罪犯和流浪汉,是中国庞大流氓无产阶级的一员。他利用元末起义,披上太平盛世说的宗教外衣,成功地将自己的资历和超凡魅力转变成了天下大权。

后来,中央的集权转变成了皇帝的怠惰。在16世纪末叶,万历帝不理朝政,接连好几年拒绝上朝或任命官员,却又不愿下放哪怕是最微不足道的职权,于是怨声载道。黄仁宇(1981年)将此归于受到挫折的家室爱情,这有点浪漫色彩,而其他入却将此归咎于其本性,或心理失衡。17世纪初,年轻无能的继承者们效法了万历。如此自暴自弃,明朝遂于1644年灭亡。

然而在明朝后期,人口却大概为开国时的3倍,即从5,000万左右增长到估计中的1.5亿(何炳棣,1959年;黄仁宇,1974年;帕金斯,1969年)。要说明明朝的成就,我们只需将之与欧洲和印度做一番比较:欧洲到1500年大概有6,000万人,而到1600年则有1亿人(费尔南·布罗代尔,1981年,第39—42页、第466页);印度在1300年和1800年均有大约1亿至1.5亿人(雷乔杜里与哈比卜,1982年)。

可在1500年前,中国王朝不可避免的纷争表面化了。虽然明朝开国者制定了明确和严厉的规则,以防阉党和后妃干政,但这类规定却纯属洪水中的沙堤。在1400年为数仅几千名的无权太监,到17世纪初不知为何竟增至7万名(艾伯特·陈,1982年;黄仁宇,1974年)。帝国受困于现金短缺。它主要的岁入来源是田税,再加上各种附加费及附加税,合计占普通农民总收入的不到5%(当然,贪官污吏捞取得更多)。较大的土地所有者被课以不足其收成10%的税。其他财政事务则不大正规。一位怀旧的明朝作者评论宋朝道:“在那些岁月,财政管理肯定比我们的财政管理强几万乃至几百万倍。”(黄仁宇,1969年,第126页。)皇室一年需要谷物214,000担,而宫廷在食物和招待方面的开支在晚明每年达260,000—400,000两。对原木的大量需求导致了森林被伐,也使机械与工具所需的木材短缺起来。人们假定军队可以靠屯田供给军需,但它却没有做到(黄仁宇,1974年,第38、256、282页)。

气候加剧了此项问题。明朝在时间上相当于小冰河时代的最恶劣时期,冬季寒冷无比,夏日则要么天旱无雨、要么大雨骤至(哈丁,1982年;张家成,1982年)。灾害和饥荒频仍,农业生产受阻,北方基地尤甚。此时仅以少量的基金用于救济已于事无补。明朝也大致上与西方最大的瘟疫时代相巧合,并且有它自己的疾病问题(艾伯特·陈,1982年,第236页)。

无论是好是坏,明朝是向上流动的朝代。皇室是平民出身,且从未忘掉它(赫克,1978年)。太监全都出身低微,因为任何有地位的人均不会忍受这种蒙污受辱而且往往致命的手术(这至少在晚清时有医家披露,明朝也不可能好到哪里去)。士人们因科举而做官,而不是仰赖出身(何炳棣,1962年)。因此,明朝的统治精英群体,松散而不固定,成分复杂。来自广大的地主家族、富商家庭以及出身卑微的太监,他们为数众多,散居各地,这有助于解释明朝强化极权统治及其弊端丛生的现象。不安全和不稳固的控制导致对权威的心理需求。 79

德怀特·帕金斯在一本深具影响的书——《中国的农业发展,1368—1968年》(1969年)中强调,除了耕地面积从6,000万英亩扩大到约8,500万英亩之外,农业在此一时期变化不大。这个数字与人口扩大的速率并不相称,但户籍制度在明亡前便被破坏,因此我怀疑真实的数字会更高。不过,即使最低的数字也意味着每人每年约900磅谷物的产量,这应属充裕(帕金斯,1969年,第17页)。早在宋朝便普及的高产良种居功甚伟;各地丰富多样的品种得到开发和应用;水利和施肥的新技术得到传播;而且新大陆的粮食作物也开始进入中国(何炳棣,1955年)。罗斯基(1972年)证实,帕金斯低估了这些变化的重要性,高产作物及其集约化经营的传播尤为重要。

到明末时,新大陆的食物广为人知,并至少在一些地区成了救荒作物。经由西班牙人和葡萄牙人的介绍,这些作物最初是由归国华商自马尼拉传入的。澳门则是另一个重要的输入港口。某些植物似乎是从印度翻山越岭而来(源自果阿和别处的葡萄牙人),但这条路线可能在清朝以前并不活跃(何炳棣,1955年)。甘薯几乎从一开始就是最重要的舶来品,似乎在16世纪后半叶传入中国,至1594年已广为人知,当时福建的一位地方官呼吁种植以防饥馑。它们肯定来自马尼拉,是由西班牙人从墨西哥带到那里去的;那瓦特语(阿兹特克)称之为*camotil*,仍保留于菲律宾的各种语言中。在中国,它们被取名为“金薯”、“白薯”,或“番薯”,番薯之名如今在南方最为通行(雅称则为“甘薯”)。它们也可能经由陆路从印度传至云南,因为该省的著作提到了“红薯”或“红芋”。但红薯按常规应归入红薯蕞(*Dioscorea*品种,含有花青甙色素,与被称为“山药”的中国本国产薯蕞不同),而非甘薯。

花生最初出自1538年左右苏州的两条原始资料。玉米的首次确切记载是在1555年,出自河南;最初应该在中国其他地区引种(何炳棣,1955年)。在那之前,玉米可能是以适合各种谷物的通用名而被断断续续地引用。玉米肯定是经海路而来,同时也可能取陆路从云南入境。在前哥伦布时代,玉米在中国并不为人所知,但欧洲人一到远东,无疑就被引进了;葡萄牙人发现, 80

玉米在热带条件下比其他任何农作物都长得更好,所以他们到处种植,而且经常当其刚刚首航到某一地区时就这样做。由于产量高,甚至在丘陵和贫瘠土壤中也易于生长,玉米迅速地传播开来。

烟草(可能还有若干小宗食物性作物)也大约值此期间随伊比利亚人一起进入中国。几种农作物在华南根据名称辨识出来,这种名称是将形容词“番”与长期确定的本土作物名称连在一起[西方人至今有时仍被辱称为“番鬼佬”(barbarian ghost fellow),不经意就译成(foreign devil)]。于是,tomato 叫做番茄;guava 叫做番石榴;papaya 叫做番木瓜(虽然今天“番”字已被羞赧地去掉了);jicama 或 yam-bean 叫做番葛。这些农作物全都从新大陆传入;全都是由伊比利亚人收集并广泛传播的典型拉美植物;其中有些食物,讲英语的民族并不食用。相比之下,标准的欧洲农作物和此后舶来的新大陆农作物名称则含蓄一些,如“西”(western)、“洋”(ocean),或“西洋”(western ocean)。所有被冠以“番”字的植物极有可能是在明末前被引进的。红番椒肯定与之同来,广泛流行于南亚和东亚的大部分地区,这表明引进既早,传播又快。在中国,红番椒仅在湘菜地区才真正流行,但却闻名和应用于全国。

到明朝末年,新大陆的食物性作物甚至在中国的极偏远处也很重要了。徐霞客这位晚明的坚忍不拔的旅行家发现,偏僻的华南内地山区的瑶族也大量依靠马铃薯和甘薯(徐霞客,1974年)。

其他新的农作物屈指可数,因为中国已经拥有亚洲其余地区可以提供的大部分农作物。棉花种植极大地扩展了,而土生的乌桕也许刚被栽种,因为明以前的原始资料中未曾提及过(袁青,1978年),但这些农作物中无一是食物性作物。作物比例的变化更重要:稻谷的地位进一步加强,它作为中国的重大主食而举足轻重,一如现在。同时,小麦在南方普及开来,而面粉成为日趋重要的食物。罗斯基(1972年)发现,福建的穷人买不起米,转而将面制品作为主食。面粉大概是制成面条以供食用,福建人不论贫富均把它当成主食。

81 糖经历了一场革命,始于宋朝,完成于明朝,当时新的加工技术导致了播种区的极大扩展。到明末时,中国的食物大致就类似现在这个样子了。稻子约占谷物的70%,其余大部分为小麦(宋应星,1966年)。糖、油和茶地位重要,大致与现在相差无几(尽管并不相等)。水果、蔬菜等的多样化及专业化的种植广泛传播开来,它们多在拥有良田和交通便利的地区,尤其是长江流域流行,南方河谷地区也越来越多。产量在南方为每亩约2担,而在最丰饶的土地上则达每亩3—4担,折合为每亩1,600—3,200磅左右。

这些农作物种植于小块农田里,人们注意到这些地区后世仍相类似。在

荒地或早期征服之地开垦的庞大的国家屯田，以及最富饶和位置最佳的大田庄，控制了相当部分的土地；但中国绝大多数的土地却在小自耕农手中。大地主很少；无地劳工并不罕见，却也决不居多。三四千亩以至上万英亩的土地所有者极少；一个大地主通常有田 300 英亩甚至更少（黄仁宇，1974 年）。贝蒂（1978 年）研究过诸如桐城县乡绅的地方性地主，他们占地很少，照现代美国农场主看来几乎可以忽略不计，然而在中国明朝，这些土地却确保了家庭可以由此入仕或经商的稳固基地。他们从这些职业中赢利，并把钱投入田产，这样不容易落入官吏或盗匪手中（赵冈，1981 年）。

在 1500 年代末，“一条鞭法”的税制改革，将以前所有赋税项目合并为一，理论上支付稻子或谷物，实则在许多地方折算为银两。这一改革缓慢推进，并遇到了某些抵制，但它却可能真正减轻纳税负担，因为它减少了官吏敲诈勒索的机会。与中国先前的赋税一样，它每年征收两次，大致在暮春和秋收时节（黄仁宇，1974 年）。国库收入大部分来自秋季的征税。

明朝覆亡之时，最终支配中国虚幻空谈的清流思潮遭遇到一股反作用力，经实致用的传统重新崭露。宋应星就是那些有影响的人物中的一员，他写了一本有关日常工艺的专著《天工开物》，被随意地译为 *The Creations of Nature and Man*（宋应星，1966 年）。农业理所当然地排在第一。在该书或明朝的其他农书中，作者对此前或随后时期感到新奇的事物极为少见；但宋应星却向我们展示了典型农夫的实际生活。明朝农夫的勤劳令人难以置信，与此相应，其知识之广也令人惊叹。用榨油枯饼给稻子施肥，芸苔子为上，大眼桐次之，樟、柏、棉花又次之；惟当人们有大量土地时养牛才合算，水牛畜养更费心计，不过劳作也更卖力。豆应该种在已刈的稻茬中，因为稻茬凝聚露水以滋豆；凡种豆类作物的田地，应该浅耕而不宜深入；压在桑叶下面的蚕或力弱或性懒，但那些作茧懒散的蚕却是“蠢蚕”（宋应星，1966 年，第 6、8、29、41 页）（实际上，懒散的蚕可能为寄生虫所扰）。稻子借助石碾的滚动去掉其秆，去壳用簞、去膜用舂和碾，接着便是筛谷。如今在每个传统村庄里都能发现的精巧筛谷机在该书中有很好的图示（第 85 页）。手筛和扇车也都能看到。稻子用臼中的大木杵捣碎。手工操作的木杵准是应用于僻远地区，正如今天的情况一样，但通常则用一个脚踏杵，或用由一水转轮轴驱动、有几个杵的水碓。这些水碓中有些还用以磨小麦粉及引水灌溉。宋应星声言，“此心计无遗者之所为也”（第 94 页）。这类设备不可能照我们如今对字面的理解那样使米光亮，它生产的米粒已相当白，但至少仍保留了里面的种皮，因而它大致上具有糙米的营养价值。

小麦粉是用卧式磨石碾磨的。在长江以北应用着一种产自安徽的纹理

细密的优质磨石,它几乎像现代贸易中的匈牙利式钢辊一样运转;麦粒被碾碎,但未受热,麸皮形成了可以被筛去的大薄片,由此导致了80%或不到80%的出粉率。它不像今天的面粉那样白,因为尚保留了一些种皮和胚芽,但已是一种精制面粉。在长江以南,纹理粗糙的磨石发热并弄碎了麸皮,使之与面粉混在一起;产生了粗糙的褐色面粉,且需更频繁地更换磨石。在上述两个地区,面粉都由丝网筛过,由此而在北方产生了出粉率很低的极精细的面粉。然而,尚无办法除掉被磨碎了的胚芽,故此面粉很快就会腐变(第95页)。它也比现代白面更具营养价值。

别的谷物被碾碎或揉搓成珠粒状。宋应星还详细记述了盐的生产,并意识到了人体需要这种无机物。他详述了糖的生产和加工、酒母及制曲。与此形成对照的是——令现代读者感到吃惊——他没有去煞费苦心论述将大豆腌渍或加工成酱油或豆腐,尽管也曾略提及此(第29页)。显然这对商业并无多大意义,但对居家生活却可能很重要;宋应星没有述及在家里从事的活动。我推测,虽然在其他明朝书籍中详述了豆腐(其所述及的某种加工过程大体上类似于当今在相当传统的地区所运用的方法),但豆腐在那个时代并未进行任何规模化的商业性生产。

中式饮食肯定是绝对以谷物为基础,食用的肉和豆制品甚至比今天更少。除了豆——大豆、绿豆、蚕豆、扁豆、刀豆、豌豆和豇豆——芝麻和植物油外,宋应星没有提到别的食物(第30—31页)。他在膏液一卷中作了讨论,主要是针对油的经济用途,例如用于制造蜡烛等。宋应星列出供饷食用的油,以黄豆、芝麻、菜菔子、菘菜子为上;苏麻和芸苔子次之;榛子(有危险,因为压榨饼有毒)、蓖菜子又次之;大麻仁为下(第215—216页)。官方的农业类书有较多的信息,但却很不生动。而且目击者的报道显然更少。

83 另一位生动的见证者是普通的高丽人崔溥,他偶然来到中国。朝鲜人倾向于奉承明朝中国,视之为万善之本,但崔溥却能客观看待。他于1488年遭遇了一场暴风雨,漂流到中国海岸,受到官府的照料,不久便返回朝鲜。在此期间,他有了一次观察中国的好机会,而中国当时还是一个不大为朝鲜人熟悉并难得造访的国家,尽管在其文化中相当重要。他对食物的记载通常很少,但却很有趣。在长时间与低级官员打交道之后,他会见了地方总兵,并被招待以茶和水果,还被赠予充足的食物,他将其开列如下:

一盘猪肉
两只鸭子
四只鸡

两条鱼
 一大杯酒
 一盘米饭
 一盘胡桃
 一盘蔬菜
 一盘竹笋
 一盘小麦面条
 一盘枣子
 一盘豆腐

(崔溥,1965年,第73页。)

这肯定是当时典型的官方赠品,而且肯定代表了政府认为适于送给不特别出名的旅行者的土产。在概括其经历时,崔溥以长江为界将华北与华南作了比较。他认为这两个地区的食物都很粗糙,还描绘了用筷子在公用碗里吃东西的情景。但他发现南方较为精细,除稻子外,还注意到了高粱、竹、龙眼、荔枝、橘、柚,以及所有的中国家畜,它们均为那里的风味食品。他发现北方不很繁荣,其水果为枣子。

另一位亚洲的造访者为我们报道了一次更加丰盛的款待。1420年,一个来自今阿富汗之赫拉特的使团抵达了中国。画师纳高什(Ghiyath al-Din Naqqash)记述了此次访问;而莫里斯·罗塞比(1975年)则提供了这方面的英文摘要。该使团一进入中国,就被提供所有必需品。他们在北京期间,每人每天都供给“面粉,一大碗米饭,两大张甜饼,一罐蜂蜜,大蒜,葱,醋,盐,一份精选的蔬菜,两壶酒,以及一盘点心,而且每10个人得到1只羊、1只鹅和两只鸡”(罗塞比,1975年,第17页)。

但最健谈的旅行家还数欧洲人,他们比崔溥或纳高什对中国更陌生。对他们来说,除了最普通的农作物,一切都是新鲜的。中国食物的品种之多,价格之低,使“西洋人”(正如他们在中国被称呼的)大为惊讶。最早的报道之一出自葡萄牙人白来拉(Pereira)之手,他在1549年因走私而遭监禁(博克塞,1953年)。随后是加斯巴(Gaspar)的描述,这也是最先出版的报道(1569年或1570年在葡萄牙)。他跟白来拉一样只了解华南沿海,但也听说了其余地区的大量情况。加斯巴记下了许多白来拉同样注意到的事情:人们普遍食用猪肉,吃青蛙(以特别的技巧剥皮);物品都便宜;水产极为丰裕。他也提到了蔬菜和水果:芜菁、萝卜、甘蓝、大蒜、葱;桃子、李子、坚果和栗子、橘子、荔枝,以及富有特色的苹果形沙梨,它是“一种苹果,其颜色和果皮却像灰梨,但气

味和口感都更好”。他还记述了明朝有产者的典型筵席(博克塞,1953年,第131、133、134页)。马丁·德拉大(Martin de Rada)在1575年访问了福建,他记载了几样别的食品,包括华南及东南亚北部的奇特的乌骨鸡,以及大种鸽子和大种鸠。

根据诸如此类的报道,门多萨创作了一部详备而系统的中国纪事,于1585年在罗马出版。西方有关中国的知识由此跳跃性地增加,无可估量地扩充。门多萨准确而出色的报道,几十年间一直是有关中国之知识的主要来源,全欧洲有教养者均了解并阅读它,而且至今它仍是重要的原始资料。到1588年,理查德·帕克(Richard Parker)将它译成英文,并冠以相当刺激的书名——《伟大非凡的中华王国之历史及其状况;兼述大富翁、大城市、精明的政府及罕见的发明》。门多萨讨论了松果、蜂蜜、人工孵化、林木作物与谷物套种(他偶尔提到了一种粮食——玉米,这是较早将其当做中国农作物的记述)、鸬鹚捕鱼,以及粗放的养鱼(门多萨,1853年,第15页)。他提到,广州附近的养鸭人赶鸭走过受虫害侵扰的稻田,得到报酬,因为这样一来就除掉了杂草和蜗牛。连园艺家也要养鱼:“他们中无人没有鱼池,虽然很小”。(第150页)

不过,有关中国食物的大部分著述当然都是中国人自己写的。明朝有关食物的著述极其广泛,难以尽述[牟复礼载于《中国文化中的食物》(1977年)中的那篇详尽的长文论述精当]。明朝的戏剧、小说、诗作及歌曲都生动详实地记载了方方面面,从穷人的粗糖和豆子直到富人的奢侈宴席。

宫廷当然是最奢侈的。它“当时乃是世界上最大的食品店和餐厅。它于1425年雇佣了6,300名厨子,而在该王朝行将灭亡时,人员又有增加……从送到该机构的酒坛数目及其消费食盐的数量,可以估算出其炊事人员必须每日伺候10,000—15,000人。而由太常寺管理的许多祭祀活动甚至还未包括在内”(黄仁宇,1969年,第90页)。1578年,2,660万担谷物或等量物通过赋税征收上来,其中有400多万担用于供应宫廷和充实帝国谷仓。炊事人员在15世纪中期达到9,462名,而到16世纪则被裁减为7,874名(第90页)。一份明朝的原始资料表明,鸿胪寺在1468年需要“1,268,000多市斤的水果与坚果”(第57页)。牟复礼也告诉我们有关太常寺的情况。其炊事人员在1583年达1,750名。每年有200,000多头牲口用于祭祀,包括“160口献祭用猪;250只献祭用羊;40头同色的小公牛;18,900口肥猪;17,900只肥羊;32,040只鹅;137,900只鸡”(第214页),这些牲畜必须是上佳的,因为它们要被整个儿供奉。

大商人和地主家里的烹调,规模虽未大得如此惊人,却可能更好。烘烤和甜食的制作似乎发展得尤为充分;小说记载了糖制的舶来食物,而宋应星

则醉心于使制作之法(包括造兽糖在内)永世流传(宋应星,1966年)。精巧的制品越来越多地见于广州、杭州和长沙这类的区域性贸易大城市及其餐馆和小饭店里,而不是宫廷的大厅里。反映在匿名之作《金瓶梅》(埃杰顿,1939年)这类小说中的复杂而精致的烹调法,仍仅限于最先进的商贸城市中小康之家的享受。在短篇小说和剧本中,这种雅致实乃腐化堕落的标志。只有无所事事的富翁才能享用,工作勤奋、忠诚老实的官吏既腾不出时间也花不起钱,遑论普通人。

在社会的另一极,平民百姓的单调饭食只有在难得的节日和频仍的饥荒中才会变化。农业的进步未能弥补人口的增长和此一时期特有的恶劣而反常气候。饥荒几乎不断地肆虐中国各地。人们吞吃麸皮、树叶、树皮,并(在最坏的情况下)自食其类。明朝人形成疯狂的吃人肉之病态风,这是许多小说中共同的话题。这类流行传说究竟可靠度如何,完全可以从下述不脛而走之早期故事中得到验证,欧洲人捕食中国小孩的谣传,甚至延续至今。此说在《明史》[于清初根据明朝文献编纂;张天泽(音译),1933年]中得到了官方的认可。与此相似,清政府的文件也言之凿凿地记载着,西方人早期创办的医院竟收集病人的眼球来做麻药。威廉·阿伦斯曾在《食人神话》(1982年)中证实,有关嗜食人肉的大部分传说是何等荒唐和夸张(阿伦斯夸大了他的事例,不过仅就中国而言,他还是比史书更接近真实)。艾伯特·陈(1982年,第231—234页)与在他以前的谢和耐(1962年)一样,都太过单纯地轻信传说了。

明朝政府并没有听任农民饿死。它不仅掌管着世界上最大的谷物仓库和赈济行动,还减免灾区的赋税,并修建或重造基础设施以保护土地(艾伯特·陈,1982年,第145、278页)。救荒的最大努力是黄河规划,修筑河堤,开辟水道,控制水流,这个公共工程方案,其规模即使在今天都会令人叹为观止。这项规划迟至万历年间才启动,耗资巨大,足以耗尽国库,仍不过暂时缓解灾情。过度的开垦、水道的收缩和淤积,伴有更多暴雨的较干旱而寒冷的气候,这些因素交织在一起,使黄河的威胁堪称空前(艾伯特·陈,1982年,第232页;黄仁宇,1974年)。

令人惊奇的《救荒本草》的最终编纂或许更具价值,这部托名周定王的书在1406年出版了两卷本。其子周宪王对它加以扩充,1559年印行了四卷本。政府热情赞助了这部类书;明朝亲王朱棣大加称赞和宣传。实验性栽培和去除植物毒素的研究,是其精彩内容的一部分。这本书如此优秀,以至伯纳德·里德的附有现代鉴定的详尽摘要在我们这个时代一再印行,它不单是历史珍品,还是永远不可替代之物(里德,1977年;昂舒尔德,1986年)。确实,

明朝成功的救荒措施(包括上述粮食、堤堰和书籍等方面的努力),曾使中国的全体居民渡过了欧洲和印度同样遭遇过的饥荒。

农业的进步促进了食物的数量和品种的增加。宫廷研制和贸易交流开发出美妙的烹调法。中国食物体系中还有一个方面值得讨论,即营养学和草本学的作用。明朝的记录在前近代化社会中肯定是独一无二的:更没有其他地方出现如此之多新颖而重要的资料。朱元璋亲自下旨要贾铭把他的知识形诸笔端(其著作曾在第五章里讨论过)。有关烹调和营养的书籍不断地由政府的印刷机构印行。最后,在该王朝之末,中国传统的食物和医药科学在一部伟大的著作中达到了医学史的顶峰,这本书便是由生活于16世纪的李时珍撰写的《本草纲目》(李时珍,1960年;昂舒尔德,1986年)。这部著作自首版后几乎没有断版,这对一本出版如此早的书来说非同寻常。李时珍在某种意义上是特立独行者;不屈不挠,一丝不苟,既在政府体制之外,又在正式与非正式的正统医学机构领域之外行动。他四处漫游去寻找药草,在自己身上试验,以现代流行病学家的敏锐和执着收集病历,澄清药草名称的地方用法和误用,并观察各地水土及其对健康的不同影响。这一个体的医学机构在中国将实验和流行病学的方法及理论提到了新的高度,此项成就甚至可能比其药草更为重要。不幸的是,苟延残喘的明廷已无暇顾及这类发明创造;而后继的王朝还无从提倡科学精神。李时珍《本草纲目》的第一个版本完成于1578年。接着他又进行了扩充版的工作,但到他1593年去世时尚未完成。大约3年以后,他的几个儿子将它出版了。政府最初几乎仍然无动于衷,但最后——尤其是在清朝统治下——李时珍的著作被热心地传播开了。清版《本草纲目》卷帙浩繁,并以某些世上最精美的植物图版作为插画。这本书至今仍是中国草药学的基本著作;从印度尼西亚到日本,东亚每一家拥有大量中国资料的书店都摆放着各种廉价的新版本。最近由中国政府发行的传世之作——《中药大辞典》就以《本草纲目》为基干(1979年)。这部百科全书式的著作新增了大量现代生物学的公式、拉丁文名称和其他种种内容,但仍然忠于由李时珍奠定的基础。他应该感到欣慰。

87 在李时珍最终定版的近两千个条目中,全都是中国的普通食物(书名“本草”有点使人误解,因为动物、蔬菜和矿物性药物全被囊括其中了)。这些食物被规定了温性和凉性的等级,其味道和气味以五重分类体系来划分。接下来便是它们特定的医疗用途、早期医学著作的摘录及李时珍的鉴定。大麻“令人见鬼狂走”,麻黄属可以减轻我们现在所称的过敏反应,曼陀罗花使人麻醉,青蒿消毒并杀死寄生虫;上述情况以及数千项别的精细观察都被记录下来。大量废话及验证不足的材料也收纳了进来,有时不加评论,有时则带

有明显的怀疑。李时珍的大部分描述尚未被充分核查；可能有数百种新药等着我们去发现，尽管当代中国、日本及其他国家的科学家们已花费了数千小时去核查李时珍的说法。最急需检验的说法，是有关各种水果、动物肢体等特定营养价值的描述，那些东西照我们看来只不过是少数几种维生素的来源，但也可能含有赋予它们特殊效能的酶或类似的化学品。

贸易繁荣于明初，但在15世纪后则剧减。郑和大船队考察南中国海和印度洋的伟大航行骤然而止。中国转向封闭。这一举动在当时招致了批评。张瀚于16世纪写道：“至西北互市与东南海市，其于国计民生，损益利病，试两持而并较之，不啻天壤易判，黑白易分也。”（他是指在明朝统治下继续进行的西北贸易微不足道，而海上贸易才至关重要。）“乃筹国者知互市之利，而不知海市之利，何不思之甚也！”（张瀚，1981年，第156页。）但这篇文章和很多相似的言论未能打动朝廷。从南京迁都到北京，朝廷从具有生机勃勃商业经济的长江下游来到了资源贫乏、停滞不前的北方，保守的、以内陆为基地的贵族专权得以最终巩固，而他们是商人和革新者的天敌。

从明朝至今，西方的中国观察家们看出独裁政治与发展停滞之间不无关联。这个假说尤其为马克斯·韦伯和白乐日所发展，并在晚近由利皮特（1978年）和钱文元（音译，1985年）所确立。利皮特指出，中国于技术方面曾在世界上领先达数世纪；仍有可用于投资的巨额盈余，这一点已为非法与半合法的惊人财富所证实，这些财富从穷人那里搜刮而来，远远超过国家合法岁入；可这笔财富却被富人奢侈地挥霍掉了，并未投资于经济发展。与此相关的事实则是，明朝的地主往往并不住在其占有的土地上。在较早的王朝中，各个家庭在开发其土地时更为全力以赴。明朝土地所有者更倾向于全力追求高官厚禄或专卖性贸易，以获厚利，而忽视了土地经营。这确实足以导致对技术革新的抑制。地主满足于在其土地上引种棉花、乌桕、甘薯之类所带来的平稳的实际收益。与此同时，从宋朝转型的由有权势的族长控制的家族新秩序，也由中国的精英们推向全国。

解释中国何以未能保持其技术领先地位的另一种理论由伊懋可（1973年）提出，白馥兰（1984年、1986年）或多或少地响应，赵冈（1986年）则与之密切呼应。这就是所谓中国的“高水平的均衡陷阱”（high-level equilibrium trap）。人们艰辛劳作，生计则很微薄，致使劳动比机器或其他资本密集型的发明更廉价。因此，中国没有利用新技术，甚至还放弃了已有的技术。白馥兰又进一步说，稻作农业并不顺应于机械化。利皮特指出，经济中的大量盈余反驳了这种论点，但伊懋可却坚持，雇佣苦力比制造机器更便宜，相对价格而非绝对支付能力才是真正的问题。不管怎么说，速见右二郎与弗农·拉坦

(1971年)证实了,与资源和资本相对的较低劳动力价格,会使中国在以后的世纪中做出怎样的发明。既然有大量廉价的劳动力,一位精明的庄园主便会受到鼓舞,从而制定出新的、更加缜密的策略来使用肥料、栽培劳动密集型的新作物、治理害虫等,并在手工业生产和基础设施维修方面利用剩余劳动力。确有研究表明这种现象仍大量地继续存在(贝蒂,1978年;罗斯基,1972年)。不过,并不存在独立的研究部门——没有政府补助金、私人基金,甚至没有自由时间,以供人们倾其一生消耗在实验室里。在此,伊懋可理论中的一种说法可以表明我们的立场。“高水平的均衡陷阱”在地方一级也许曾是某种因素,而它从全国范围来看就更重要了。政府及其代表发现,通过强迫人们拿更少的报酬而干更多的劳动,可以最大限度地增加财富,因而它们看不出支持纯研究会有巨大收益。就这样,恰逢西方起飞之际,中国的现代化却失败了。

明朝的作者们曾经指出,贸易减少、财政管理不当和政府腐败是日渐停滞的原因。在充满活力的起始之后,明朝又安然成为迟钝而压抑的朝代。像其他许多政府那样,明朝政府在阻碍个人主动性方面很有成效,在激化自身主动性方面却无能为力。贸易、哲学、科学和创造发明统统都放慢了步调。宋初和明初的那种生气勃勃、奋发图强、变动不居的社会正让位于死水一潭的官僚化社会,这是19世纪的来访者再熟悉不过的世界。然则,门多萨和利玛窦之类的传教士在15世纪却对中国的开放、活力以及适当的规则印象深刻,就连可怜的自来拉也曾注意到,中国的监狱(虽则令人讨厌)要比其祖国葡萄牙的监狱好一些。

89 利皮特和钱文元谴责独裁政治的证据最令人信服,可人口的激增、资源的减少,以及用劳动力取代技术进步等因素,在解释中国的停滞时也不能被否认。这两者可能不无关系。人口的急速发展超出了前工业化政权的管理能力。劳动密集型经济则意味着百姓需要更多的儿子从事田间劳动或在其他情况下谋生;由此,人口增长便开始了。政府也变得更加集权,以试图控制迅速增加的民众,并对已经开始的变化充满恐惧。

清朝:满族人的统治和旧中国的终结

清初是“开明专制君主时代”,谢和耐(1982年)只不过是最后使用此一措辞的人而已。清初,中国在古老的18省上增加了一倍的领土(费正清,1978年;费正清与刘广京,1980年;莫里斯·罗塞比,1975年;史景迁与卫思

韩 1979 年)。清朝在气候上很走运。王朝开始后不久,小冰河时代便开始衰退,而一个较暖和湿润的时期随之而来[王绍武与赵宗慈,1981 年;王绍武、赵宗慈与陈镇华(音译),1981 年;张家成,1982 年],这是乾隆时期经济与人口扩大的主要原因。然而,较潮湿的气候又加重了长期性洪涝问题,这甚至比砍伐森林所造成的情况更为严重,此外,高地开垦扩张、修筑堤堰频繁和由此造成的河床淤积、河堤裸露(易遭冲蚀),曾是天然水库的湖泽遭到填筑与围垦,也加剧了此项问题。格里诺(1982 年)指出,中国在组织治理洪涝方面远远领先于印度,可印度在这方面的需求较小。印度并未破坏其森林、河滩及沼泽;那是英国人开启的“进步”。中国人别无选择;他们的人口比印度更多,且拥塞在比印度可耕地更少、气候更不利的土地上(就连孟加拉国的人均耕地也比中国多)。中国人无法让天然河道放任自流,听天由命。

此外,人口总数仍在迅速扩大(何炳棣,1953 年)。在明朝,中国在人口方面稍稍超过了欧洲和印度次大陆。明朝的灭亡曾使人口锐减,但到 1662 年开始恢复,为数达 1 亿。在 18 世纪,人口增长真正开始了。在 1750 年,欧洲大约有 1.44 亿人——几乎与中国 1741 年人口普查的统计数字完全一致,且与印度当时的数字大体相同(埃伯哈德,1977 年,第 284—285 页)。但到 1800 年,欧洲只有大约 1.93 亿人;而中国在 1812 年却有 3.6 亿人,到 1814 年接近 3.75 亿人。欧洲“人口状况的转变”已经开始;可中国直至 1850 年代以后才来临。到 1850 年,中国已经超过了卡尔·克劳著作(1937 年)的著名标题“四亿人”,不过自那以后,叛乱和帝国的衰落阻遏了数量惊人的扩大。印度的人口总数则稳定地维持在 1.5 亿左右。

中国人非常熟悉溺婴、流产以及其他许多限制人口的方法,知道如何控制其出生率。如果有人对这类办法在前工业化社会中的效果有任何疑问,他只要验证一下中国近邻日本的记录就会如冰释然。在清朝中国人口迅速增长的同时,德川时期日本的人口却保持了稳定,尽管日本甚至享有更长久的和平、繁荣与安定。其直接原因就是限制人口,除了利用控制出生的所有寻常办法之外,还要加上高达 50% 的溺婴率。其终极原因则是日本社会里封建制度下的冻结性,在这样的社会里,一个人可以靠安分守己取得成功,却不能指望依靠付出超常的家庭劳动力来谋求更多(史密斯,1977 年)。相形之下,在中国,维持人口基准者回报较少,增加人手者回报较多。新增的人口或已经上路的移民,总是有容纳他们的余地,甚或过得更好。日本的长子继承制(即使不通行的话,也很常见)使多余的儿子成为累赘,而中国的诸子继承制,再加上很高的婴儿死亡率,则促使家庭尽可能多生儿子。中国有句谚语说:“一个儿子等于没有儿子,两个儿子只顶半个儿子,三个儿子才算有了儿子。”

(然而,穷人并不始终生育。很多人无力娶亲;另有些人则无法糊口或无力养活其孩子。)结果造成了不可避免的、令人伤感的向下流动现象,由较高阶层的失意者去填补垂死赤贫者留下的空缺(莫伊斯,1977年)。我们不难想像由此而导致的心理状态。种种的绝望之举如犯罪、腐败等,都被认定为免遭贫困的惟一正当手段。就连那些仍然诚实的人也形成了某种保守的甚至逆反的心态。福斯特(1965年)所描述的“有限善行的偶像”,构成了许多农民社会的特色,在这种社会里所有善事都被看成数量上固定的,故而一个人的得就必是另一个人的失。清朝中国为此种见解提供了例证。

欧洲也经历了相应的向下流动的影响(布罗代尔,1982年,第473页),但其经济却在扩张,因此商人们不仅积累起了其邻人的少量收入,还积累起了大量新创的财富。欧洲的人口扩大也没有中国清朝那样快。

土地的压力在中国也因过度分割而加剧;家产分割导致了如今看来十分荒诞的土地模式。人口的增长超过了土地的开发,因此农民的人均土地从清初的2英亩减少到1729年时的1英亩(帕金斯,1969年;埃伯哈德,1977年,第285页),至1900年又降至半英亩左右。一个家庭有可能会拥有被分成10块的1英亩地,其中的一、二块比一间房子大不了多少。地界和界沟占去了大量土地,而因越界所引起的纠纷耗费了农民的大量时间和精力。同时,绝望的农民越来越多地开垦毫无价值的路基,公共道路因而蒙受了损失,以致官吏找不到运输的空间,就必然以蛮横的手段来恢复通行权。政府则支持小自耕农化的趋势(赵冈,1981年)。满族人是一群为数极少的异族征服者,并且他们很清楚这一点。他们也从未忘记自蒙古人征服以来汉人不会长久地屈从异族统治。康熙皇帝似乎敏锐地意识到,正确的策略(一项古老的汉人治国之术)应该是在平民百姓中尽可能地获得最大支持,与此同时,防止权力集中于拥有土地的精英手里,这有可能激化反叛。

况且,农民也有自己的权力。与过去的所有假说几乎完全相反,罗伯特·马克思(1984年)证实了,穷人可以聚集起来要求自己的权力。特别是在清初尚未安定的日子里,一个相当脆弱和抱有善意的政府正在试图得到大众的支持,很多农民起义都成功了。在大多数家庭只有一英亩或更少土地的社会里,那些有三四英亩土地的人就令人注目地成为大地主,而且他也维护这一身份,因此在分割家产时,他拼命地试图防止其家庭破落,以免沦为平民百姓。另外,最富裕者(到晚清)占中国人的1%,为数达400万人,这是一个惹人瞩目的庞大集团。但小土地所有者仍是通则。大多数“地主”实际上占地很少,仅有二三英亩地而已。清朝的社会秩序不是明显地分为精英和大众两极;有复杂的梯度变化。财富、职衔和地方权力的变化并不始终协调一致。

中国的“士绅”不是全能精英的统一整体，而是分散的、派别林立的一班人，他们也许有财产却无地位，或者有地位却无财产（费孝通，1953年）。在社会阶层中有很多向下流动和相当数量的向上流动（莫伊斯，1977年；何炳棣，1962年）。吴敬梓写于清初的伟大小说《儒林外史》（1957年）完美地描绘了这一情况。它描写了“士绅”儒生经常依赖地位低下却经济宽裕的屠夫和茶馆老板的施舍[巴斯蒂-布吕吉耶（1980年）对这种社会现实有很好的论述；布罗代尔（1980年）对大约同一时代的欧洲做了比较研究]。

三级租佃制流行起来。遥领地主往往以固定低价出租土地，因此他的当地佃户（富裕的土地拥有者，具有可靠的佃权，收取小额的地租）又将它转租给农民。另一种制度涉及到与田面权分开的“田底权”的出租；实际上这两种制度是在同一条道上运转。在中国的某些地区可以发现土地租佃各种可能的变化。佃户的状况千差万别；有些拥有永佃权，长期租佃大片土地，尤其是在像台湾这类的边疆，在那里可以从无力开垦的土著首领处“租到”土地（梅斯基尔，1979年）。其他佃户则勉强能够租到一小块“立锥之地”（曾小琳，1986年）。农奴和奴隶甚至仍然存在。满族人在其故乡拥有汉族奴隶，而四川与外界隔绝的诺苏族藏缅语人则保持着蓄奴的充分独立权利；西藏有神权统治制度，农民往往是寺院的农奴。这种情形在18省中罕见，但并非没有。我们对帝国边缘行政管理体的变化知之甚少（玛丽安·巴斯蒂-布吕吉耶，1980年）。

土地税在清朝降到了中国历史上的最低水平（谢和耐，1982年，第466页）：在18世纪，它们在理论上只占到收成的3%—6%。实际上地方官吏制定了特种税，并用可以多达10的因数乘税来公开榨取，但即便在当时，租税也比其他农业文明区要少。逃税广泛流行。没有人头税，因此无地劳工（在理论上）不用纳税。

这在食物方面意味着百姓能够生存下去，但仅够勉强糊口。任何一场灾难都会逼使他们越过生存边缘而饿死。战争和叛乱是最坏不过的事情，但也有被错叫成“自然灾害”的很多生态问题，尽管这些问题起因于人类滥用环境。

韩书瑞（1976年）提供了从清末起的生活费用数字（第281—282页）。1810—1820年前后，直隶的土地价格，从荒地每亩300文到良田每亩10,000文不等。直隶是华北的心脏，大约相当于现代的河北省。直隶供选择的土地要比中国其余大部分地方少。河南的土地较好但离大城市较远，以400—1,000文的价格出租（我认为这是一年的租金）。此时，1,700文铜钱兑1两银子，大约相当于20世纪80年代的16美元。因此一块较好的土地可以花不

到 100 美元买下,或花不到 10 美元租下。一名劳二每天挣 70—80 文,在收割季节每天挣 100 文。一名士兵要么除了食宿以外,还另发给每月 1.8 两银子,要么领取每天 150 文生活费。一个民兵领取 50 文,这肯定不够维持生活;他被指望自己供给一些食物。人们可以花 1,000 文买下一个男孩,或花 10,000 文买下一名妇女,但只有走投无路者才会卖儿鬻妻。每日 70—80 文的数目显然代表了一个人可以生存下去的最低限度;它可能是一名工人每日定量的粮食和粗劣菜蔬的价钱。这样的饮食在今日美国人约花费 70 美分。

土地的价格低廉到非常有趣的程度。在较好的稻作区土地价格高出几倍,但仍然总有少量土地可以便宜租到。然而,普通劳动者以微薄的工资用于生计,不可能有太高的热望。于是,良田价格相对地比劳动力价格昂贵,精明的地主便拼命使用劳动力,而不运用节省劳力的技术。

93 农业和草本植物的书籍与百科全书在晚清期间达到了新的高度:《齐民要术》的后继者们这时都是鸿篇巨制,摆在书架上占去了很多的空间。政府官员恪守其职,改良农耕,引进新作物,推广已出现的良种,传播技术,组织治水和保护资源。全国性的谷物征购与储藏制度显得合理,并取得了适度的成功[欣顿,1956年;托伯特,1977年;庄汉生(音译)与克劳斯,1975年]。政府专卖扩大到人参,它的征购和销售受到严格控制(西蒙兹,1981年)。救荒迅速,且组织完备;当然不可能完全解决问题——这样的任务应该说超过了任何前工业化社会中政府的能力——却取得了惊人的良好效果(魏丕信,1980年)。在农业现代化方面,中国清朝与这时的北欧和西欧相比,显得迟钝和落后,但与世界上别的地方相比,或与较早时代的欧洲相比,则又似乎是成功的。谢和耐(1982年)就断言,18世纪的中国农村大众比同时期的法国农民更富裕、接受教育更多,而与欧洲其他大部分地方的农民相比,反差更大,因为法国当时远远领先于欧洲大陆的大部分国家(第481页)。所以,清朝成功的措施使农业经济的扩大赶上了人口的增长。清朝农业的变化与晚明模式相一致:新大陆农作物、高粱和二熟制的传播,精选种子,优良品种的传开;农作物的多样化,农业的进一步商业化。在清末西方技术开始进入中国以前没有出现过意义重大的机械化。

农业在清朝高度商业化了。市场繁荣——从极小的“新鲜产品集市”(农民在此有无相易)到经营谷物与特种农作物的区域性市场应有尽有,区域市场连结着中国各地,供给城市所需,来自帝国各地的食品和其他农产品不可胜数。每一级地方市场都既庞大又组织完善。商人变富了。清朝的文学作品生动地描绘了商人的庞大家产,而且(或许意义甚至更重大的是)在商人几乎普遍倾向于买下田产和官职的同时,地主和官员分头进入贸易之中。曹雪

芹所写的中国最伟大的小说《石头记》[又题名为《红楼梦》]；最好的译本由霍克斯与明福特合译(曹雪芹,1973—1986年),描写了清初的一个大家族;其真正的权势来源于官员身份,但拥有大量的田产,除维持家庭生计外,还提供商品作物,而且另有当铺、布匹交易,并孜孜以求地投资各种行业。

国家照例卖官鬻爵,既选任和控制商人,又筹集钱款。一些人甚至栽培林木作为商品作物,这肯定是农业商品化趋于极致的表现(罗斯基,1972年)。到清亡之际,人均耕地只有半英亩(3亩),肯定不足以养活人口。饥饿和营养不良是导致死亡的最常见原因,间接的因素则是或因身体虚弱,易遭疾病折磨,或因农民竭力维持家庭口粮而走上绝路、溺婴、抢劫与各种暴力行为。据帕金斯(1969年)推算,一个人每年需要400市斤(533磅)粮食,它每天提供大约2400卡路里,考虑到中国的年龄结构和很多孩子吃不到成人定额的事实,这是一个合理的数字(第16—19页)。它甚至是一个令人感到欣慰的数量;现代美国人口老龄化较高,一天人均消费也仅为2,800卡路里左右。然而,中国人通常劳动辛苦(增加了其卡路里的需要),且大量食物在运输和储藏中不可避免地受损——如以现代第三世界国家为参照,约略在1/4到1/2之间。蔬菜和块根作物,每英亩产量很高,则使食物短缺的状况略有改观。

在清朝,假如集约栽种,一英亩地预计可以生产二三千磅的谷物。只有使用最集约的生产方法,并细心储存谷物,农民才有可能吃饱。地租很高(占收成的25%—70%,但通常不到50%),并且特种税也占去其份额。维克托·利皮特(1974年、1978年)证实,在晚清及20世纪期间,中国大约有1/3的财富在这个意义上是剩余的,即全国产量超出农民家庭生活与劳动需要的1/3强。这与人口和产量的数字非常吻合。在18世纪的中国,剩余肯定会更高一些,除非大量土地被极其不当地耕作。情况可能就是这样,因为马戛尔尼特大使对该国许多地方的荒凉和未被开垦的外貌感到震惊(斯汤顿,1797年),而且即使到了19世纪中期,罗伯特·福琼(1847年)也强调,在主要市场以外的地区人们对耕作毫无兴趣,土地呈现杂乱的状态。罗斯基(1972年)进一步证实了这一特点,尽管就清初而言,她所用的措辞要比福琼温和。18世纪时太监出身的大臣和绅搜刮的财富不计其数,这使我们想像到实际剩余是何等的巨大,显然很少有人注意到其损耗。然则当1800年百姓正忍饥挨饿的时候,宫廷却在享用美味佳肴。在攫取财富这个意义上的“剩余”已经比超过生存所需财富意义上的“剩余”更大。

块根作物在中国历史上第一次变得非常重要。甘薯从一种舶来的地方性救荒作物发展成为东部以及其他地方数千万人的主食。白薯在明朝实际上还不为人知,此时已经大量存在,其传播主要归功于18和19世纪法国传教

士的活动。玉米生长在西部和南部广袤的田间,并开始进入各地。以前从未有过一种农作物能在中国比较温暖潮湿的山区获得高产。此时这些地区在作物产量上突然与其他地区相匹敌。玉米的引种使南部和西南部人口得以增加,这成为那里反叛的起因。幸运的是,中国免除了完全依赖玉米引起的蜀黍红斑和其他的营养不良症状;不仅仅是大豆和蔬菜在继续提供维生素,与玉米一起传播开来的新大陆的其他农作物也改善了乡村的营养状况。辣椒和花生是最有价值的农作物,而番茄到19世纪末叶也逐渐为人所知(难以想像中国今日的食物里没有番茄,其传播基本上是在刚刚过去的100年间,尽管在此以前就已被各地认识了)。

农业的商业化有两个重要影响。第一,使人们能够栽培和品尝到更多的品种。就连小城镇也能吁求整个帝国的资源,或者至少是其所在的大市场地区的资源(罗兹曼,1982年;施坚雅,1964—1965年;史景迁,1977年)。农民获得更多种类的种子及原种,并处于更大的压力之下尽其所能去种植。植物生长的微观环境被识别出来,且相应地进行播种:在20世纪初,华北平原的农民可能栽培的不外乎是棉花,或者是棉花与谷物的套种,或者是各种谷物的套种。这种套种,以及所选择的谷物品种,要视水土条件之不同来定,这对现代土壤学家来说好像也是微观现象(黄宗智,1985年)。在植物生长微观环境方面中国土地的多样化令人难以置信,并使农业因地制宜地朝着更大的多样化方向发展。

第二,特种农作物的栽培有更显著的增加。19世纪寻觅经济植物的人们,从罗伯特·福琼(1847年、1857年)到弗兰克·金(1911年)和弗兰克·迈耶(1911年),均发现中国是一个令人不可思议的猎获场所。新的种类与品种(他们对于这些品种从未超出过一知半解)的供给几乎取之不竭,它们曾被仔细地挑选和大力宣传,以期不仅实用,还强韧、可靠、高产、适应力强,并对肥料与照管反应灵敏。在最近的150年里,进入西方的新食物、纤维和观赏性植物,主要来自中国或日本,显得比例失调;日本的植物几乎全是中国原物的改良与合成。东方柿、枇杷、金钱桔和几乎所有的李子品种均属加利福尼亚农业的支柱,它们同样传自中国。数十种我们常见的庭院观赏性植物亦然;在这些植物中最具有重要意义的是香水月季,西方人认识它已经有大约200年了,但主要还是在最近的150年里显示其重要性,在这段时间里,它完全改变了整个世界对玫瑰的栽培。要不是西方的农场主和食品购买人根深蒂固的守旧性,我们本来还可以引进数百个品种。相形之下,中国人(曾被视为不幸地屈从于愚昧的传统)从西方引进了能生长在其国度里的几乎一切东西。

中国的堆肥、有机肥及水土管理技术——基于资源保护和回收利用——

在西方兴起有机农业的运动和确定资源保护时，已经深入人心。中国农业技术在西方的第一位伟大倡导者是弗兰克·金，他在中国大陆、朝鲜及台湾的旅行记，由其妻子以《40世纪的农夫》为标题出版（1911年）。这本书在资源保护的作品中至今仍然是一部经典著作。

然而罗伯特·福琼却早在1847年就写道：“在农业知识和实践方面，虽然中国人也许比别的东方民族更先进，但从来不能与西方的文明民族相媲美。”（第7页）实际上，西方农业胜过中国农业是在相当晚近的时候，也正是福琼写作之时（直到18世纪末叶，西方还落在后面）。在1847年以前，西方最重要的创新是家畜的管理和饲养，以及家畜与农作物之循环的整合方面；家畜在中国的农业里没有扮演主要角色，也就在这方面不可能借鉴任何东西。西方的其他主要发展包括了地中海农作物的培育，而地中海农作物不宜在中国生长。中国已经有了西方的大部分农作物，尤其是在中国的条件下，谷物在生产上超过了西方的谷物；于是就中国而言，在18世纪已很难吸取西方的技术了。另一方面，西方正迅速扩张，并在加利福尼亚和澳大利亚这类新的土地上开拓殖民地，而中国的食物性植物和观赏性植物在这些地方往往比西方以前所知道的任何植物都长得更好。罗伯特·福琼对中国的耕作以及在中国见到的其他大量东西评价甚低，故而当他承认“用几个铜板……一个中国人就能以米饭、鱼、蔬菜和茶美餐一顿；因此我完全相信，世界上没有一个国家像中国那样有真正的苦难和穷困”（第121页）时，我们便相信了他。随后他又写了采茶工，“这些人的食物是最简单的一种，即米饭、蔬菜和一小份荤食，诸如鱼或猪肉之类。但中国最贫穷的阶级似乎比我国相同的阶级更懂得食品艺术。用我所列出的简单物品，中国的劳工设法做出了许多非常可口的菜肴，他靠这些就能最奢华地吃早餐或请人吃饭了。在苏格兰从前的日子里（而且我想现在也差不多完全一样），劳工在收获季节的早餐包括粥和牛奶，午餐是面包和啤酒，晚餐又是粥和牛奶。中国男子则会因这样的食物而饿死”（罗伯特·福琼，1857年，第42—43页）。福琼吃惊地发现，牛肉和牛奶在福州被广泛地食用（1847年，第60页）。

清末创建的北京大学，学生们“每天至少吃一顿米饭，就咸萝卜，白菜或别的菜蔬。他们将玉米面做成窝窝头——一种饼，贴在煮着白菜的锅壁上。火烤烘熟了贴锅壁的一面，煮白菜的蒸汽则蒸熟了其另一面”（何德兰，1914年，第194页）。在那里教了许多年书的何德兰这么说道。学生们（相当富有的年轻人）也吃烧饼和小米粥。一名在何德兰家里工作的普通工人吃的主食是“帝国谷仓中的陈米，他更喜欢的则是新米、几样蔬菜和葱，大概还就一小碟豆子和酱油”（第196页）。花几分钱就能在街头货摊上买到尚未剥粒的玉

米棒、甘薯和家畜的各种内脏。可以识别出比较接近现代的那些佳肴是燕窝、鲨鱼翅、粉蒸肉和炒羊肠等。

清朝初兴时的康熙皇帝,骨子里仍是一名满族猎手,向往过简朴生活,吟颂寒冷而又遥远的故乡的野生梨、桃、苹果、杏和乌拉纳李。他赞美野外生活的口气使人联想到西奥多·罗斯福:“清晨你会呼吸到山涧鳊鱼和鲤鱼的芬香——先用羊脂裹鱼或腌泡于盐水中,然后用麻油或猪油煎,多少也能保持北京膳食的那种风味。还有鹿肉,放在向阳山坡搭起的帐篷旁的篝火上烧烤;或者刚屠宰的牡鹿的肝,自己亲自烹调(即使下雨也不怕),蘸着盐和醋大吃大喝。在东北,你还可以吃到熊掌,御厨对它评价甚高。”(史景迁,1974年,第9页。)

97 他在别处引用了老子对简朴生活的论述,并说“农民至老强壮,因其食物清淡;朕巡行所到之处,吃当地蔬菜感觉更佳”(第97页)。关于水果,他一路责令:百姓需要的是一流作物,而不是成熟的水果。但他却享用着中亚的干香瓜(确实是世界上最好的甜瓜),瓜中由于皱缩而变空的地方可以用葡萄干填满(第161页)。他的后代在某种程度上保持了满族人钟情的简朴。据记载,在以后的岁月里,有几个皇帝撤下御膳的美味珍馐(包括多达150道的菜肴),只吃点粥,加点简单的烤肉或煮青菜。其他皇帝则尽可能地纵情于美食之中。《石头记》描述了最富裕家族之一的生活,经常提及精致可口的美食——尽管通常怎么也弄不清究竟是什么东西。曹雪芹清楚地意识到,对膳食的长篇大论会打乱他那紧凑而动人的情感故事。不过必要时他也偶尔以食物及饮料来叙述。最有名的例子,便是经常提到的年轻尼姑妙玉及其品茶功夫;她可以分辨天然雨水与梅花树枝上溶化来的雪水(这没有听起来那么玄乎:梅花有一股类似于麝香石竹的强烈香味,显然给落在上面的雪增加了香气)。在书中的另一处,则再一次指出了极致的优雅或者说附庸风雅,曹雪芹笔下的人物不仅不吃面条,还拒吃如下这顿午餐:“一碗虾丸鸡皮汤,又是一碗酒酿清蒸鸭子,一碟腌的胭脂鹅脯,还有另一碟四个奶油松瓤卷酥,并一大碗热腾腾碧莹莹绿畦香稻粳米饭”(曹雪芹,1973—1986年,第3卷,第208页)。但这本书的男主人公倒觉得这些比往常之味更胜一筹,遂欣然免除了女孩吃光它们的任务。概言之,曹雪芹和清朝其他作家显示出了对水果和海味尤其是土产的特别喜爱。当时和现在一样,来客带上几包家乡的土特食品,而远游海滨的游客则被盼望给家里带回海味特产。优质水果始终是最受欢迎的各地特产。

清初的另一部伟大小说《儒林外史》,则反映了一个更大的中产阶级社会,并提供了那个社会的居民被吞没的更大量的细节(吴敬梓,1957年)。史

景迂(1977年)对清朝食物的权威性评论,怠慢了这部被评价过低的小说。这本书中的大量活动发生于就餐之时,显然当时与现在一样,宴会是重要交易、协议、谈判的必备环节,也是家人团聚、老友重逢、社团联谊的必不可少的内容。吴敬梓笔下不是疯疯颠颠的青少年世界。他书中的人物从张狂的歹徒到离群索居的隐士,千差万别。在他的笔下,前者是吃肉的饕餮,后者(他真正欣赏的人们)则清心寡欲。书中各种人物频繁出现在酒席上,我们可以根据他们吃了多少,是否吃得斯文,看出吴敬梓是把他当做莽汉还是当做绅士。

吴敬梓对僧侣的小缺点也有一种法国人式的见解。一名和尚捧出“茶盘、云片糕、红枣,和些瓜子、豆腐干、栗子、杂色糖”,这些是很好的佛教膳食,但随后又下了牛肉面吃(吴敬梓,1957年,第50—51页)。吃牛肉当然被认为比吃其他肉更有罪过,因为印度人对牛的崇拜已影响到了中国;而在这本书中的另一处地方,一位中国的穆斯林抱怨朝廷禁宰耕牛,断了他的主要肉食来源。稍后,一位僧官被佃户邀吃火腿:“和尚被他说的口里流涎……他叫浑家煮了一只母鸡,把火腿切了,酒舀出来烫着。和尚……走出黑津津一头一脸的肥油。”(第80页)

食谱、菜单和描述给这本书增添了情趣。有“瓜仁、核桃、洋糖、粉面做成的”胡桃云片糕;“鹅油白糖蒸的饺子”;以及糟鸭(第112、169页)。一名穷秀才游西湖时,见到和闻到这种鸭子以及蹄子、海参、鲜鱼、燕窝时,垂涎不已,但他却只买得起处片和橘饼、煮栗子这类较次的点心(第217—219页)。一个吝啬鬼“恐怕鸭子不肥,拔下耳挖来戳戳”,另一方面,他对便宜伙食还不停地讨价还价,人人都讨厌他(第270页)。小贩卖茯苓糕(热的小药糕),它是用木耳(*Pachyma cocos*)磨成粉末,与面粉掺和在一起做成(第347页)。书中的一位人物在吃了一些这种糕以后,到了一个酒楼坐下;堂官滔滔不绝地报出了当日的菜单:“肘子、鸭子、黄闷鱼、醉白鱼、杂烩、单鸡、白切肚子、生爇肉、京爇肉、爇肉片、煎肉圆、闷青鱼、煮鲑头,还有便碟白切肉”(第347—348页)。在香肠、水鸡腿、海蜇、猪蹄、鸭、鹅、鹅油、汤团、各种糕饼、菜蔬、面条、蟹、鱼等各种搭配之下,这种记述只不过是突出了蛋白质。话虽这么说,但在这本书中最常提到的食物,还当属酒。一位书中的人物描述一坛酒是“二斗糯米做出来的二十斤酿,又对了二十斤烧酒,一点水也不掺。而今埋在地下足足有九年零七月了。这酒醉得死人的”。这酒从地下取了出来,证明是“和曲糊一般,”“闻着喷鼻香”(第426页)。

最后,我们务必要提到18世纪的伟大诗人、文学家和享乐主义者袁枚,他除了喜爱食物和饮料外,也喜欢漂亮的男女青年。他的书《随园食单》是布里拉特-萨瓦林的中国对应本(随园为袁枚居住之处,成了他的笔名;他错误地

认为,该处就是《石头记》中不朽的庭园)。袁枚偏爱上等配料和出色的烹调,不喜欢讲排场,他品评道:“余尝谓鸡、猪、鱼、鸭、豪杰之上也,各有本味,自成一家。海参、燕窝,庸陋之人也,全无性情,寄人篱下。尝见某太守燕客,大碗如缸,煮燕窝四两,丝毫无味”(魏礼,1957年,第196页)。

药膳继续盛行。精装本《本草纲目》印行。饮食手册面世。医生主要看精英病人(《石头记》有一些精彩的叙述),但在城市和小镇中的制药者却广泛地传播医学知识,充当了从精英、文人的传统到普通百姓之间的桥梁。在中国与香港的新界,这种基本的传统制度在一代人以前仍自行其道,主要是引导知识的传递,防止“大”传统与“小”传统的彼此分离。就连妇科学和儿科学的专业领域也未被忘记。费侠莉(1987年)在中国的现代从业医生的帮助下,考察了这个在其他情况下几乎不为人知的领域,她写道:

清朝与前工业化欧洲的同行一样,中国医生过于关注上流社会的柔弱病人,而对强壮的农妇则随随便便,根据旧习,她们容易分娩。他们的诊察也遵循中国人注重的把饮食当做健康之基础,以及根据人体对“冷”、“热”均衡的需要来调配食物。每本医学手册对孕妇都有其自己的食物单,但全都不喜欢过度的“热性”饮食,即难以消化的肉、浓烈的佐料、油和脂肪。他们也厌恶酒和“凉性及生的”食物,认为难以消化。顾虑重重者能在文献中发现精心拟订的禁忌食品目录,并以交感的巫术作为根据(“吃生姜,生下的孩子会有额外的脚趾和手指……”“吃鸟肉,生下的孩子会多食欲”)。不太保守的妇人经过劝告,便会谨慎地继续正常吃东西了。(第14页)

在元-明时期,我们可以找到一连串此类记载,从顾虑重重的禁忌到宽泛的忠告,并且至今仍被遵从。

虽然这些全都适用,但清朝中国为什么没有走向现代化呢?为什么未能回应日本采取的方式,即经历传统时代的繁荣,最后通过开放对外贸易迅速赶上西方呢?西方肯定是问题的一个部分。即使在17世纪,其影响也还是能被感觉到;其海上贸易损害了沙漠地带的商队贸易,并毁灭了中亚;它抢先占领了海岸线,并迅速扩张到清朝的领土。但它也带来了贸易,用优质的墨西哥银币支付即使是最廉价的和最粗劣的茶叶、药品与丝绸。中国清朝初期的某些财富可以归因于这一点。直到19世纪中期,在鸦片、炮舰和不平等条约变成当时的规则之际,西方的影响才真正有了毒害。即使在当时,中国也还可以像日本和泰国那样应对。因此,清初的统治者在其宫廷中非常充分地配

备了合作的耶稣会会士，但为什么却从不认真地去尝试一下学习新的技术呢？显然，单就西方的输入品说明不了什么[莫尔德(1977年)用西方对中国的毁灭性影响来论证这种情况，而利皮特(1978年)却令人信服地驳斥了这一见解]。欧洲传统上解释为，中国天生是一个受传统束缚停滞不前的文明国家，从太古起就漠不关心创造发明。儒家的思想体系常为此受到谴责。但这一陈规老套与我们所知道的其他一切格格不入。即便在明清时代，更不必说较早的时代了，仍具相当的应变调适能力。

清朝的模式适合于克利福德·格尔茨(1963年)新创的术语“农业内卷化”。内卷化(在不同的情况下叫做“没有发展的发展”)发生在传统体制推行越来越严厉、越来越复杂并要养活越来越多的人口的时候，但没有任何根本的变化。这样的体制必然不可能跟上人口的增长，所以按定义，内卷化意味着大多数人景况悲惨。格尔茨描述了在荷兰人统治下的爪哇殖民地中的这种综合征，表明农业内卷化是殖民政策的结果。荷兰人在最好的土地上发展商品作物(为了母国的利益)，采取的政策导致逃亡人口的增加，驱使农民流向不毛之地，并使国家处于严格的控制之下，视所有的创造发明为威胁。农民必须越来越艰难地从事传统农业以养活自己。他们采纳新思想，但只采纳适合他们的集约劳动、适合乡村贫穷社会的那些新思想。即使拖拉机可以买到，他们也不会使用。由于劳动力如此便宜——既因为人数众多，又因为荷兰人残酷地压制劳工提高工资的一切企图——故而没有使用机器来代替工人的诱因。相反(格尔茨在此预料到了伊懋可的“高水平的均衡陷阱”)，从农民那里榨取更多的产品，总是比用土地或资本取代劳动力方面投入同样的努力更加容易，尽管只有照这么做，真正的发展才可能出现。在商品作物部门，现代化进展迅速，因为荷兰人想要最大限度地增加糖、奎宁等的产量；但谁又会关心农民的农业呢？

东亚农业对内卷化尤其敏感。东亚的“生物技术”基于土地节约而劳动密集。变化通常涉及在极小块土地上投入更多的劳动力精耕细作。稻子和亚洲的植物充分回应了这样一种体制，并始终设法维持其产量恰好足以养活另一个人。这类体制并不妨碍真正的发展(限定为人均更高产量)，但确实允许把自己建立在“没有发展的发展”之上。这是一种恶性循环，农民在这种循环中需要有更多的孩子在田间劳动，所以劳动力的供给保持着比食物的供给更快的增长势头。农业的强化发生了，正如博塞拉普(1965年)所预言的那样，但农民的结局却甚至更糟[赵冈(1986年)对这一过程做了最新和最好的报道]。只有生物学上的发明源源不断地涌现(新的农作物、新的高产品系、新的肥料和新的方法)，才可能防止这一点。在清朝以前的全部中国历史中，

人口的增长相当缓慢,而生物学上的发明却经常出现。在清朝,这种逆转千真万确。皇帝的独裁专制是主要原因。

这样便结束了中国食物历史性发展的沿革。20 世纪的当代情景占据了本书的其余部分。中国的现代农业史是一个令人惊异、错综复杂和富于启发的经历,但它超出了我的范围。中国的食物方式在晚清被确定下来;随后发生的事则属于世界现代史。

第七章 传统农业的顶峰

101

在20世纪的开端,世界上土地产出率最高的地区当属东亚。日本可能集约化程度最高,这归因于整个德川时期及明治时期的惊人发展(托马斯·C·史密斯,1959年);但日本使用的却几乎是纯粹的中国技术。爪哇可能也领先于中国。但至少中国的部分地区——尤其是长江和珠江三角洲及四川红色盆地——在竞争中领先。其他国家所使用的真正集约措施,主要都发源于中国。

集约农庄每英亩生产二三千磅谷物;还生产一定比例的其他农作物。块根作物和蔬菜产量更高,但每英亩的卡路里要少一些。因为东南部此时照例是二熟制,与中部的大部分地方乃至北方一样,故而较富饶的地方每英亩生产约5,000磅。东南沿海甚至是三熟制。因为一个人每年需要约400磅谷物(500磅的话则连储藏损耗、种子及为艰苦劳动的额外储备都算在内了),故而1英亩能够很容易地养活10个或15个人。事实上在许多乡村地区,假定每英亩每年产量为10,000磅,人口密度则达到了每英亩20人。

这些产量远远领先于当时西方所见的作物,且西方社会确实没有几个地区生产任何像现在这样的东西。那些确实适宜种稻的地区,借鉴了中国的技术。在1900年以前,西方几乎没有农家甚至可以夸耀一年20,000磅的产量。东欧的农业发展实际上仍处于新石器时代的水平,而俄罗斯各地则勉强进入了新石器时代的水平(沃里纳,1939年;华莱士,1881年)。野生小麦比当时欧洲很多农庄所种小麦产量还高。播下四五粒种子仅收回一粒在欧洲仍是常事;中国的收获率则很高。而且中国生产的不仅仅是卡路里,还有维生素A、C及其他充分供给的养分。中国人设法生产数量庞大的蔬菜、豆和鱼、猪与鸡,足以为除赤贫者之外的所有人提供基本的生计,尽管必须在大部分农田里种上谷物。集约农业并不意味着只提供卡路里;还意味着提供全部的均衡饮食。于是集约农业必然走向多样化——许多地区高度多样化。普通农

102

民生活在饥饿边缘,对于他们来说对付贪官兵匪比对付农业的不足更要紧。利皮特(1974年)证实,大量的剩余本可以向所有人提供相当好的食物,却至少是在无过度灾难的年度里,流向了精英阶层。

如果存在对这种集约体系的解答,那便是循环利用。也许可以保存的养分不会失去。最可能的有效利用是由各种“废”品产生。如人粪喂狗和猪,它们是比人效率更高的消化者,因此能将我们多达一半的排泄物当做食物食用。杂草和秸秆并不直接做成混合肥料,而是喂猪和牛。畜粪,除了人粪超过了猪的需求以外,与未被选为牲畜食物的所有植物性材料一起,成为主要的肥料。灰烬、穿旧的草鞋、弄碎的砖和砖坯、池塘里的藻花,尤其是沟泥与河泥,均至关重要,不仅因为它们提供了养分,还因为它们保持了土壤的结构和组织(F. H. 金,1911年)。许多垃圾也辗转成为鱼的食物及池塘的肥料。生长在沟渠的杂草被草鱼吃掉,而榨油的残渣则成了理想的池塘肥料及饲料。其他垃圾被独特地制成堆肥。如肥料和大粪被丢在坑里晒上几个星期或几个月——这种处理方法通过分解的热量附带地消灭了寄生虫卵及幼体(当然,不顾一切的农民经常缩短时间,带来了灾难性的结果)。因为水在使用前被烧开,且食物几乎总是被煮过(虽然并不总是很充分),寄生虫的传染比它本来会传染的程度要小得多;比起由食物或肥料引起的传染,它可能更经常地因直接的皮肤接触与肮脏的洗涤而发生。

一种养分要避免这一循环几乎是不可能的。同时,诸养分不断地进入这一循环,至少在被灌溉的低地是这样。丘陵和斜坡的长期燃烧与侵蚀最后引起了生态上的灾害,但其确实稳定地使低地肥沃,即接受了陆上的雨水,正如很多农人完全知道的那样。燃烧使丘陵的植被处于演替的早期阶段,以高比例的固氮植物为特征;且无机物在侵蚀进行时从下层的岩石中暴露了出来。中国的农田不仅在三角洲逐渐朝海岸扩大时增加了面积,而且其肥力也因洪涝和灌溉得以增加或保持。

让我们来看看假设的氮原子的历史。华南地区半山腰的空气中,氮原子被根瘤固着在野生的豆科植物上。丘陵被燃烧过。太多的氮在烟雾中上升,而这个特定的原子落入灰烬,并顺流冲下。小溪转入了高地,在那里浇灌蔬菜。这个原子被一个人吃下。最后它被排泄出来,循环进入一头猪内,接着又被一个人吃下,且(让我们说)再一次经过猪,然后遁入猪粪,猪粪又被施于菜地。这一回,原子碰巧被一只啃菜叶的昆虫吃掉了。但其作为人类的食物并没有逸失。一旦蔬菜长到足以不会被家禽吃掉时,农人就将其鸡鸭赶入田

间。禽类吃掉了昆虫和杂草。所以该原子又经过了人的肠子。或许这个原子没有顺流而下。这时它掉进了水稻田,于是整个循环又开

始了。假如它变成了种子的一部分,则属于人类的食物;假如它变成了秸秆的一部分,则成为水牛的食料;假如它变成了根茎的一部分,则可能被用作燃料,并成为灰烬而回归田野;假如它遁入昆虫或杂草之中,则会被鸭子吃掉。

华南的养鸭人照例将其鸭群租给种稻人,或者根据当地的价格比例,略微付一点费用,让其鸭子通过大田。该原子最后逃脱了稻田的循环。但稻田以下的低地浸水太深或太多,因而不适合稻子生长,成为鸭栏、水牛牧场以及种植水田芹、莲、空心菜和其他水生食物的水田。然后是鱼塘,鱼塘外是沼泽,可捕获野生的鱼虾,割芦苇苫房顶(茅草用坏后可做堆肥)。即使逃入海里的养分也不会丢失,因为海上渔业无所不及;牡蛎被养殖,在海洋中浮游、掘穴或爬行的万物都被用做食物。

对氮原子来说,真正逃脱的惟一途经是进入空气。当植物在明火中被燃烧时,大部分氮就逸失了。但在中国的乡间,燃烧却是在厨房大灶的火膛里进行的,厨房为神龛(灶王爷之家)的所在之处和家庭的中心之地。镬和炖锅整洁地遮住了灶顶的火膛。在寒冷的北方,烟道从设在地下的炉灶通过,给其加热;于是厨房变成了全家的冬季居所。最少的燃料被用出最大的效益;一把秸秆在平炉中能产生出旷野中大把篝火一样的能量。不仅仅燃料绝对地缺乏,而且将宝贵的饲料和堆肥用做燃料的代价也决定了要极端的节俭才行(关于中国农家的详细报道,见安德森和玛丽亚·L·安德森,1973年;勃克,1937年;F. H. 金,1911年)。

氮在烟雾中以及植物腐烂时逸失,但堆肥是在坑里或封闭的地方制成的,从而避免了养分的流失。失去的东西可以很容易得到补充。豆和豌豆是一般的农作物。在水稻田里种植固氮的蓝绿色藻类。在这些藻类中有很多共生性地依靠满江红属的漂浮小水蕨生存下去。越南有实际上经过筛选的满江红品种,受到了解其天生肥力的农民的宣传;我认为中国人也同样知道。在菲律宾的西方科学家发现了藻和蕨池中浮垢的价值,当地人告诉他们,稻子在地里的顺风一端长得较好,因为风将池中的浮垢吹到那里。在有人确实查看之前,科学家们将这当做迷信不予考虑(科普兰,1924年;也见格里斯特,1975年;希尔,1976年、1977年)。

其他养分遵循着同样的路径。像钙和钾等无机物受到的限制较少,因此在各种施肥媒介中经常很充裕。中国人从未有过罗马人曾经有过的粪神,但在刚过去的半个世纪西方社会使用化肥之前,他们则确实是世界上最集约的施肥者。

中国人远远领先于那些即使是最集约地和最自觉地使用现代有机物的农夫。就连美国最热衷于有机物的农夫,也不会去把旧砖弄碎或将旧鞋制成

堆肥(草鞋比皮鞋更适合于做堆肥,更不用说比塑料鞋了)。即使最具威力的农药也未被专门开发其腐蚀能力以治理害虫。中国人不仅食用鸡鸭,还猎取和食用抑制昆虫的野鸟与青蛙(“田鸡”)。

精心选择栽培地点。排水通畅的高地种蔬菜;易蓄水或排水的中层地点用于种稻,水稻秧苗要灌溉,成熟时则要排干水;较低处的地点通常受淹,用于种水生作物;更低处的地点用于养鱼。不种稻的地区同样注重地点的选择。

择地受到民俗学中“风水”的支配。这种独一无二的信仰体系通常(而且拙劣地)被译成“geomancy”,并被视为巫术或迷信,实际上是以经验主义的事实为依据。风水可以说是坐落人类建筑的科学,它旨在促进利益最大化。这门科学的成熟形态确实承受着巫术和宗教的巨大负担。墓地向葬在那里的死者后代放射幸运之光;房间的排列能为居住者带来幸福或灾祸[安德森和玛丽亚·L·安德森,1973年;福伊希特万,1974年;罗斯巴赫,1983年;雍洪基(音译),1976年]。敌对的家族之间在彼此褻渎对方的墓地,彼此损害对方的运气之后,便爆发了稀奇古怪的风水之战(贝克,1979年,第219—225页)。但在已发现的乡村民俗形式中,大部分风水却有很好的意义。小树林围绕村庄与溪流,产生了好运,也确实带来极其现实的好处,供给木柴、水果,控制侵蚀,遮阳纳凉。如果可能的话,村庄的位置必须与农田隔开并高于涨水之地。我第一次领悟到风水有何等的判断力是在1966年6月香港发大水时——新界西部所有传统村落都没受到损害,而所有现代新建村庄却都被水淹了。屋子朝南,面对冬天的阳光,紧密地集拢在一起,占地最小,防止其散漫地延伸到田野里。村庄和房屋坐落在山的背风面,并有开阔的视野。小径和道路均不修成直线或按常规而建,因为不良分子——不仅是巫术中的而且是现实中的,如兵匪之类——是沿直线前进的。山坡深处不宜砍伐,因为这将会“切断龙脉”,龙住在每一座山中。现代建设与砍伐造成可怕的冲蚀和塌方,农民以此为据。虽然不是每一位读者都能接受龙的存在,但应该从中看到这种风俗的智慧及精明的经验主义之根据。

接下来的课题是主要农作物选择时的效益最大化。稻子、玉米、高粱和粟,在大多数情况下比小麦和大麦产出多。自然,要种植最高产的谷物。水田稻作的产量在谷物中首屈一指,这比任何其他因素更能说明汉朝以后中国的财富和人口稳定地转移到东南部的原因(赫若贝,1982年)。中国的饮食主要基于谷物;不仅仅卡路里,还有蛋白质和若干无机物也都是从中获得的。105 但其他农作物也还是必需的,中国人在这一点上又一次是幸运的或聪明的。继谷物之后主要的蛋白质来源便是豆,特别是大豆,它比任何别的豆每英亩

能生产更多的蛋白质。种植的大多数蔬菜是每英亩产量最高、营养更富的品种,即营养成分与卡路里之比率很高的那些。在西方的普通农作物中,营养最高的依次是芜菁植物、欧芹和芜荑植物、吊钟花和辣椒、菠菜、散叶甘蓝、花椰菜和胡萝卜(基本传统食物学会,1979年)。白菜可与散叶甘蓝及花椰菜相比。中国还栽培其他农作物,尤其是菠菜(及苋属植物,即使价值不高也相似)和胡萝卜。东亚固有的许多其他叶类作物也被种植,并具有类似的价值;有些像马齿苋和锦葵之类,现在属小宗作物,但一度却曾是救荒的主食;它们可以与芜菁植物和欧芹相比。另外的大宗蔬菜作物惟有萝卜,在营养价值方面格外高——不会落在胡萝卜太后——特别是由于其很高的维生素C的含量。其他主要蔬菜如茄子和番茄等,在营养方面也高于大部分的食物。

所以,中国传统的谷物膳食与大豆、叶、水果和蔬菜相结合,完美地适应了集约农业的体系。肉类在膳食中几乎并不重要,但即使在这一点上,中国人也有效率。主要的家畜是猪和鸡——把价廉质次的食物变成肉类的杰出转换者。与牛和绵羊不同,它们不需要牧草或专门饲料。此外,就同样分量的饲料而言,其增加的重量是那些反刍动物的2倍左右,且鸡还下蛋。塘鱼甚至有更高的转换率,塘里的食物被得到最大限度的利用(见第八章)。所有这些动物都是素食者,以食物链中的粗劣品为主食。

某些倡导素食主义的现代书籍的读者也许会感到奇怪,为什么中国人竟然还吃动物?为什么其本身不留在食物链的低级处?为什么在动物身上浪费空地和食物?答案则是人们不可能食用一切东西。在最妥善管理的体系中,总有不适于人类食用的东西——最显而易见的就是人的排泄物。中国的牲畜专以这样的副产品饲养:粪便、硬茎、骨头(喂狗)、块根、秸秆、腐烂的或烧焦的食物等。人能吃的东西没有一样给动物吃,土地也没有从种植人类的食物转换成种植动物的饲料。可以得到的一点儿牧场位于陡峭的斜坡、易于受淹的土地、堤岸和其他不能耕作的地块。不食用奶制品的主要原因是缺少放牧乳牛的场地。养牛用于拖拉牵引,它们能够产出的很少一点儿乳汁要去喂养其牛犊。

中国的农业代表了劳动密集型、土地集约型和“生物”选择的高效农业的顶点(白馥兰,1986年;速见右二郎与弗农·拉坦,1971年)。现代美国的农业代表了另一个顶点:“机械”选择,以大量使用能源(大部分来自石油)和极端浪费地对待土地为特征,不仅土地使用远未达到其潜力,还侵蚀地力。中国

106

在数千年间遭受了可怕的侵蚀,但是如果以美国的速度被侵蚀的话,便会在许多世纪以前就停止了食物生产(布朗,1981年)。

显而易见,现在美国的农民最终必须朝着类似东亚的更有效益的农业方

向发展。舒特莱夫与肯柳秋池的著作(1976年、1979年、1983年)提供了特别贴切并具说服力的证据。皮蒙特尔与其合作者们计算了我们西方的体系何等地浪费能源,必须迅速加以改变(戴维·皮蒙特尔与M.皮蒙特尔,1979年)。矿物燃料、耕作层土壤、清洁的空气和水均快用完了;更重要的是,地球吸收来自庄稼的废物、杀虫剂、化肥和废弃燃料及石油化学产品污染的容量正在超出其限度。很多江河湖泊已经干涸,因此海洋也许很快就会步其后尘。

中国模式仍有待时日,但这种选择有经济上的和心理上的两重障碍。石油和石油化学产品仍然比实行中国的集约耕作所需的劳动力价格更低廉。中国的农民以其高水平的成果及技能闻名于世。他们知道认真做好日常事务,不会长时间地午睡,不会整日地或整个季节地无所事事;他们有效地劳作,一举一动也不会浪费。与中国的渔民和农民并肩干活,我在从抬石头这类日常工作中学会平稳持久地活动之前,发现自己比他们更快地疲倦了。

在富人中间,而且必然地也在农民之间,美食家的身份导致了中国人尝试广泛的食物,并学着使其可供食用。没有清教徒式的嘲笑来干涉。东亚以外的大多数人由于拒绝食用昆虫、狗、猫、许多猎物、除最平淡无味者之外的几乎所有的蔬菜,甚至像内脏、鱼和介壳类动物之类的精美食物,从而浪费了或未充分利用巨大比例的世界资源(施瓦布,1979年)。中国人饮食中的大部分花色品种之所以被保持是由于传统的医学信念,主要基于药用理由而食用的许多食物的营养价值格外地高。处理这些食物的主要医学问题是维生素、蛋白质和无机物的缺乏(或是缺乏各种成分的综合征)。

从大约4,000年的变化中得出的主要结论为,农业的发展或多或少地留下了政府政策的痕迹。当政府强大、开放并且反应灵敏时,既鼓励农业,又允许农夫个人致富和创新。当政府专制独裁或无能时,农业便停滞或倒退。私有制大体上比国家控制土地好,但一般的小自耕农地并没有多少创新;大地主享有权力的时期倒往往刺激了农业发展。

在中国食物史上有三个重要的创新时代:

107 1. 战国和秦汉时期。铁工具付之使用,面粉磨制传到了中国,大的水利灌溉系统得到了发展,西部的农作物开始应用,最重要的是采用了广泛流行的农业管理综合战略。美食登上大雅之堂,药理成为营养之关键。

2. 汉朝之后的分裂时期,特别是魏朝。佛教的和西亚的农作物及食

物方式逐渐大量影响中国,农业与草木植物的类书大体奠定了现代形制的基础。在这一时期,华南成为重要地区,其农业和食物开始登上中国最富裕和最有活力地区的现代地位。相传唐朝引入的许多或者大多数西亚发明,可能发生在这个时期。

3. 宋朝。中国的农业、土地使用以及烹调极其迅速地发展,基本上形成了现代的格局,中国的知识体系——思想观念与农业和科学一样——也大体确立。宋朝以后,这个基本模式增加了很多细节,但模式本身没有变化。

最明显模式的出现与分裂时期的进步相关联。政权割据的世界与统一时期的社会动力完全不同。割据政权中,贤明君主笼络贤能,发挥其才智以增加国家的竞争优势。在统一时代,统治者易于(或被迫)施行严厉的独裁控制,这就必然要阻止探索和创新。因而这两个例外——前汉初期和整个宋朝,特别是北宋——对我来说就是中国历史上最具魅力的时期。从农业基本变化的观点来看,这两个时期也是争论中最重要的时期。其鲜明特点是社会非常开放:租税较低,腐败不多(最初的时候),社会呈上升态势,人民有相当大的言论自由,最重要的是统治者乐意广纳视听。人们尝试着新思想,而旧思想则融入新思维。

在其间的漫长时期中,农业内卷化格局在继续。人们在更小块的土地上更艰苦地劳动,面临着更多的苛捐杂税,而人均产量并未增加,必须用本书提及的各种技艺来经营。但他们至少有技艺,且可以强化。这就是中国与现代以前印度、欧洲、近东和其他地方的不同之处。广泛传播的耕作知识,自汉以降政府关注对农业发展的传统,使中国的人口及农业产量在其他国家停滞不前时得以扩大。

农业的最终停滞即使在中国也还属于科学的普遍停滞的一部分。食物方式的发展往往必须等待其他领域里的发展。明朝时,在没有显微镜、显微切片机、实验科学的情况下,中国科学取得了最大进展。但最重要的是缺乏现代科学的概念性框架:自由而普遍的出版;与应用知识相对的对根本真理的探求;重要的监控观察与实验。实验大部分肯定在进行,但往往没有系统的观察与记录。这些“知识的基础设施”在独裁统治时期是不可能存留下来的。¹⁰⁸

即使如此,中国的成就仍令人惊讶。在经世致用的传统下,即使在最没有希望的时代里,孤独科学家们也还是创作了辉煌的创新性著作。最了不

起的榜样可能就是李时珍的《本草纲目》，它不仅是那个时代世界上汇编的最详尽的草本植物志，还是终身独立研究植物之名称与特点的成果。然而这本书却是在明末最阴暗的日了里写成的。要解释李时珍和其他同样注重实效和追根究底的不知名者，我们必须求助于意识形态。这些人受到幻想的驱使——由孟子最清楚地说了出来——好人在一个好的社会里，发展了双倍的潜力。他们的圣战不是杀死异教徒，而是帮助人类，帮助我们与自然和谐相处。

这个幻想有其局限性。首先，它对纯科学的发展没有传导力。然而，它却与西方所认为的亚洲陈规陋习，如来世与宗教、或者一成不变和传统束缚等迥然有别。打一个比方，中国的领袖比印度的领袖更为入世进取。两国的农民必然都注重实际（否则他们要挨饿），但中国的农民却受到更重实效的文人学士的帮助。

意识形态不会在真空中形成，所以观察中国的统治阶级为什么在中国普及常识是很重要的。推崇实用发生在战国晚期，当时竞争中的学派与诸侯必须在现实世界中取得成功。汉朝初年的君主完成了知识实用性与国家统治的一体化。中央权力的上升为其带来了神秘化和蒙昧主义，这似乎在独裁政府中是不可缺少和必然发生的，特别是在其感到不安全的时候，但即使在统治者突然做出疯狂行为的时候，中国的文人学士也从未丢掉儒家的理想。因为他们中的很多人都是或渴望成为地主，他们想要优秀的农书——这些书将帮助其经营农业，不单是为了生计，也是为了市场销售。

将李时珍和大体上与其同时代的弗朗西斯·培根及稍早时期的印度作家卡比尔对照起来考虑是很有启迪意义的。这三个人都是他们时代的反叛者，但都得到了后世的尊敬。卡比尔是富于独创精神的最杰出者之一，苦苦求索自我，深刻洞察神秘主义，达到了印度宗教体验的顶点。李时珍达到了中国长期热烈探求有益实用的最高峰；其毕生事业建立在儒家为人类谋利的承诺基础之上，他的求索之路与卡比尔的毕生事业具有强大的宗教性一样。培根对人类心理的讽刺性评论具有远见卓识，坚持不受约束的调查和实验测试。米歇尔·福柯和其他人清楚地证实，西方对科学的奉献是一种意识形态，往往与婆罗门对神的幻想一样神秘。然而，现实世界的结果却有点不同。卡比尔赋予印度精神上的洞察力，但对摆脱贫困没有什么影响。李时珍极大地推进了草本植物学和营养学的发展；主要由于他的功绩，中国直到1900年仍在这些领域里居于领先地位。不过，培根的思想则打开了未来之大门，无论这是好还是坏。将培根的科学（给了我们核能及化学毒药、却不知道正确地使用它们）与卡比尔的伦理观及李时珍的道德幻想结合起来，现在正当

其时。

运输在中国的食物体系发展中之作用也是非常重要的。在古代而且确实在整个中国历史的大部分时间里,运输非常困难且比较昂贵。这有力地刺激了该体系的强化——大概与土地价格比劳动力价格相对更高同样有力。施坚雅关于区域和营销最终完全依赖于相对运输成本及其预报价值的理论说明了这一点(1964—1965年)。罗兹曼(1982年)等人对施坚雅的批评,并没有在界定营销区域和运输成本的重要性方面发起挑战。

当中国的运河及江河运输网发展起来时——主要由于有意识地企图降低运输成本,成本之高已危及发展与稳定——农业的强化便沿着运河及主要河流展开了。集约种植的商品作物和特种农作物可以在远离城市、但离良港或马车运输站不远的地方经营。集约农业在这些地区发展,首先是在近城四周,随后扩及更遥远的地区。中国农业原动力的两种替换模式也已发展起来了。在一种模式中,土地、劳力和资本的相关要素价格是最重要的(白馥兰,1984年;赵冈,1986年;速见右二郎与弗农·拉坦,1971年)。在另一种模式中,运输成本是至关重要的驱动力(施坚雅,1964—1965年)。根据我们所拥有的早期诸王朝的数据来看,好像两者皆对。即使在土地的价格低廉或免费获取之时,农民也还是尽可能地靠近市场聚居并集约耕作(当然靠近的意思是指经济上的靠近——1英里翻山路,10英里平地路,50英里便利水路。1里在习惯上不是测量的距离而是计量旅行时间的单位也就不是偶然的了)。

什么是黑暗面呢?显然中国存在着饥荒(马洛里,1926年)。当时与现在一样,中国受到了土地侵蚀、森林砍伐、猎物和野生动植物的消失及物资短缺的威胁(斯米尔,1984年)。其中大部分是由于滥用自然环境(中国与西方一样的词汇)而导致。当滥捕动物或在陡峭不稳的斜坡上过于集约耕作时,农民了解其后果,这与众所周知的长期利益相背,但绝望之下往往不得已为之。举例来说,这导致了对树木的漠不关心。彼得·古拉特(1959年)曾漫游了中国西南部汉人与当地少数民族部落之间的边地,按时间顺序详细地记录了汉人每次进入一个地区,原始森林就几乎马上遭到毁灭。所有的少数民族部落都曾至少保留了适当比例的林木植被;汉人则几乎无一例外地破坏它。近至1970年代初的“以粮为纲”运动,汉人还大规模地毁灭了森林,甚至在陡峭的斜坡和其他不适于种谷物的地区也是这样。显然,他们完全不能够看到树木的任何可能好处。

这种忽视扩大到了林木作物。水果在中国人的饮食中从未居于重要地位。第一,它始终是昂贵的;各种果树的栽培各不相同,因此缺乏优秀品种和高级技能,或传播不广。早在汉朝、齐朝和唐朝时,林木作物便深受关注,但

从未流行。我相信其原因是水果的营养比蔬菜和其他食物的营养相对要低。柑桔属水果,特别是桔子,一定程度上还有枣,则属例外,广受栽培,尽管还不如蔬菜。另一个原因是果树和坚果树回报期长且不确定。有些树种被叫做“祖孙树”,其意指不是为自己种植,而是为其孙子!长期的焦土战历史也有关系;树木的复苏时间远比一年生植物要长得多。由于中国人在栽培、开发及繁殖桑树和茶树方面极为成功,所以对大部分林木作物格外冷漠,桑、茶通常生长在中国,称之为灌木比称之为林木更合适,尽管它们天然是树木。它们像任何蔬菜一样,通过各种技艺集约栽培。但二者的价值所在,一个是因为其产丝的功能,另一个是因其能够使人们在疲劳或困难的时候都能保持清醒并尽职尽责。

极为重要的是,现代世界上很多农业改良的乌托邦计划,诸如莫利森(1978年)的多元文化概念之类,大体上取自中国的农业,但在这一体系中又加上了东南亚型的林木集约种植。今天,保护森林、大规模重新造林、种树遮阳和防风,以及扩大林木作物,正在改变中国的乡村景观。避免食用会致癌的盐和泡菜的饮食变化也即将出现(安德森、玛丽亚·L·安德森与约翰·何,1978年;德-特与Y.伊托,1978年;卡普兰与帕特里夏·琼斯·楚希塔尼,1978年)。

由于经常不切实际地照搬硬仿西方,导致农作物及农作物品种正在全世界范围内失传,这无疑将是大灾难(例见霍克斯,1983年)。传统知识的失传——技艺、因地制宜,及有机整合的系统方法——甚至可能比农作物的失传危害更大。菲律宾耕种者和密克罗尼西亚打鱼人的知识曾经对生物学者很有价值;更不要说中国农民的传统知识中农业科学的价值(康克林,1957年;约翰尼斯,1981年)。

在早期的诸王朝中,除了城市周围以外,中国仍有适当数量的人均土地。于是发明经常为劳力节省型的。到中世纪的较晚时,中国已人口密集,因此发明大部分是在更多产的农作物和更集约的耕作方面(赵冈,1986年)。

除了最近几个世纪在一些地区证明了马铃薯或甘薯更加成功以外,中国的食物始终以谷物为基础(薯类在现代中国统计学中被认为是粮食)。这些淀粉类主食构成了普通膳食的90%或更多。其余由维生素含量丰富的蔬菜组成——不然,没有人能靠这样一种饮食生存(安德森与保罗·布尔,稿本)。这一体系最大的变化是稳定地增加新的农作物和动物、新的加工技术和新的食物。重大的烹调法的出现不太稳定;它主要可追溯到两个时期,周朝——尤其是战国时期——和宋朝。这些时期正是中国的社会秩序分化、社会越发复杂,地方与国家的精英崛起之际,也是私人企业增多、具有大量贸易的开放

经济与社会相对开放的时期。社会秩序具有弹性,社会流动呈上升态势,对思想、技术或饮食方面的实验控制较少,显然均有助于这一进程。极端独裁控制时期按任何标准来衡量都是罕有创新的。

因此,中国的食物方式就在一个生态上千差万别的国度里发展起来了,由于居住的人口密集,故而有必要利用每一种资源,并且在关键的历史时期,经济开放,社会流动不居,社会秩序大分化,这些都使中国食物模式或得益或受害。我的印象是,上述情况在世界上其他重要烹饪区也是存在的,但需要做进一步的调查来确立这一点。当然就资源利用而言,没有一个国家堪与中国相提并论。

对优秀烹调和精美食物的兴趣与品评,常使中国人聚合一起。人们数小时地讨论食物,几乎每一个人,从最有钱者到最贫穷者,从学者到劳工,从北方人到南方人,都关注最好的食物,并能告诉旁人如何找到它。

基本的饮食是煮熟的谷物,它通常提供了大部分的卡路里。边缘地区或土地贫瘠地区的穷人靠块根作物等维持生活,但这是迫不得已,他们会尽快改变这种状况。除了西部一些多山的地区,面包之类的谷物烤制品无足轻重,或比较稀缺。整粒的谷物或煮得软而干(如饭通常就是这样),或熬成稠粥,这是常见膳食,但煮熟的面制品——如汤和面条——往往也很重要。在北方,蒸熟的面制品(类似于圆形面包的馒头以及各种各样更小的汤团)都很重要。

基本的饮食包括若干种谷物和植物块茎。在东南亚,我们发现很少有人完全依赖稻米为生。稻子、小麦、粟和其他谷物都有——各个地区至少有两种。饮食的其余部分主要包括大豆制品和蔬菜,尤其是芥和甘蓝科(*Brassicaceae*)蔬菜。甚至食用油也主要源自这些植物,早在明朝末期花生从南美洲引进中国之前就已如此。肉制品很少(除了在富人中间),吃得不多。本地鱼和蛋提供了一些动物性蛋白质,但各地大量蛋白质的来源则是谷物和大豆。

很多豆类和蔬菜——甚至肉和鱼——都腌渍或发酵,这些产品被公认为不同于世界其他地方的许多同类产品。比如青菜往往在腌渍前先晒干一点;这种产品不太脆,但比大多数腌渍的青菜(如泡菜、朝鲜咸菜)味道更新鲜,因为细菌很难对经过晾晒的食品有影响,泡菜品尝家能够很容易地辨别中国泡菜与其他地区的泡菜。

食物通常要煮、蒸或者炒。煮是极为重要的。其重要性不仅因为煮饭是一种普遍而日常的方法,还因为汤(从淡而无味的清汤到稀薄的羹)也太普遍了,它实际上是每一顿膳食甚至小吃的重要部分。汤面是全中国最流行的小

吃,但绝不是惟一的汤类小吃——甚至甜食也往往是含汤的。将铺满板条的蒸锅放在装满水的容器上进行蒸,或许是仅次于煮的最普通的方法。然而中国最著名的方法是炒。配料要切碎切薄,接着在滚烫的油中快速翻炒,迅速烧干。配料往往先用沸水略微烫一下。有时先炒一下,接着放水入锅,水开即可。

中国的烹调手艺与众不同,饶有兴味。如中国的炒饭,先把米煮成饭,冷却后才炒。烩饭(及其他很多的派生物,如墨西哥的 *sopa seca* 之类)则用相反方式做成;米先炒,然后再煮。煮饭为主食,而先炒后煮的饭则难得一见,或是一种特殊商品。处于季风地区的亚洲一般采用煮饭;在近东和地中海地区,则通常先用油炒——这颇为特别,也更为精致。炒需要细心,要用好油(通常不便宜),因此这种方法只宜于用来制作高档食品。在典型的中式膳食里,最常见的普通食品是煮熟的,接下来蒸熟的食品也很常见,而最昂贵最特别的食品绝大多数是炒熟的。其他的工艺,比如用炼得火辣的油去炸,和嫩煎、生吃,以及用浓稠的肉汁嫩煮等,都相当罕见。

调味品份量小,却随处可见,而且相当讲究。通常由几种味道浓烈的东西组成。其中最多的是发酵的大豆制品、生姜,以及蒜和葱。中国食物不如南亚与东南亚食物那样调料丰富精细,但较之北面的日本和西面的中亚则调料加得更多一些(罗津,1973年)。

这些特点可用于鉴别中国的食物,但它并不是中国人自己会列出的特点。被采访者——大多是中国的香港人,因此样本不具代表性,但不能说不具典型性——通常带着一点点骄傲的姿态,即认为中国的食物比其他任何国家的食物都好。当要求他们具体说明时,他们总会千篇一律地从中国的食物更新鲜开始谈起(“你们西方人只吃罐装的或冷冻的食品”)。他们还会说,印度的食物加香料太多,而其他的烹调法则加香料不足:“我们的食物有更多的滋味在里面,而西方的和日本的食物则索然无味。”凡此评论都贯穿着中庸的理念;中国食物被说成是走中间路线,介于南方的食物与西方、北方的食物之间,前者的“味道被香料冲淡”,而后者的味道在食物中煮掉。强调居中平衡象征着中国是“中央之国”。

食物味在自然,贵在新鲜,这些看法是中国社会食物观念最核心的重要内容,这种观念将食物、健康和伦理合为一体。主要的原则是在所有的事物当中应该保持清晰和纯洁。男人和女人应该诚实可信,食物应该纯洁新鲜。前者为一个健康和谐的社会所必需,后者则为个人健康所必需。但食物不是孤立存在,同样的理念支配着人与自然关系的方方面面。食物是信仰体系的组成部分,在这个信仰体系中,追求质量、新鲜、纯洁及高标准是必不可少的

要素,如果人要在各方面表现为真正的人。

植物性食品

在每个人的心目中,最能与中国联系到一起的食物就是稻子。中国南方与东亚大部分地方一样,“吃饭”(to eat rice)这个词也简单地是指“吃”(to eat),因此“饭”(cooked rice, cooked grain)这个字也简单地指“食物”(food)。如果一个南方人一天未吃米饭,就会否认吃过饭,尽管他/她可能已吃了很多小吃。没有米饭就算不上是一顿饭。俗话说:“巧妇难为无米之炊”,尽管引用者非常清楚,世界上很多人不用米做饭,但还是发现这个事实与他们的自满状态和自己对食物的定义不相干。一顿普通的饭是由煮熟的米与镬组成,镬是广东话,比较好的译法是“盖在米饭上”或“放在米饭上的菜”。镬包括其他一切东西,共同组成菜肴,也的确是放在米饭上的(因此在普通的贫困家庭里,它与调味品差不多)。当镬分开盛在各个盘子中以后,则分别叫做“菜”,尽管有时也包括肉在内。在某种程度上这是一种谦虚的说法——主人称菜肴为简单的蔬菜,就像把他的家称做“寒舍”一样。但蔬菜确实是标准的镬。在中国普通话中,没有与镬对应的字:一餐饭是基于谷物和蔬菜的结合。地方性观念其实夸大了稻米的重要性;即使在最南部,饮食中的大部分也还是由小麦制品、玉米或块根作物构成。

稻子是人类所知的最为有用的植物。它是世界上几乎一半人口的主食,还是动物饲料的来源,而且是稻草的来源。稻草可用于苫房顶、做草鞋、当燃料及用于其他工业用途等(各地种植不同品种的稻子,因其质量不同)。稻子作为粮食,一般说来煮着吃,尽管在中餐馆的许多菜单上,神乎其神地说是蒸熟的。做饭的标准方法很简单,就是把米放在约为其两倍重量的水中煮(水量的多少要视米的干燥程度及品种而定),直到水被完全吸收,米也变得松软了。在处于季风区的整个亚洲,其他的食物也是如此做成的。如“软饭”,说得更形象些是烂饭,就是将米放在略多一些的水中煮久一点做成的;由于太软,作为成人食物是“烂”了,但它是中国吃米地区的标准婴儿食物。放的水更多,煮的时间更长,就做成了稀饭(“粥”),在英语中这个词是来自南印度的语言 congee (*kanji*)。最稀的粥是煮饭当中沥出的水。因为通常这水被米全部吸收了,所以特殊的食物必须用过量的水做成后将水沥出来。它被当做一种冷饮,既用于解渴,又用于土法治疗。米粉既可以做面条、蛋糕和糖果点心,还可以用于化妆品、纸浆等。但米粉并不是稻子碾磨后的重要最终产品;

事实上几乎所有的稻子碾磨出来都是完整的米粒而不是米粉。

米粒有一个几乎纯淀粉的核心与数层种皮,内层的种皮呈白色,外层的种皮呈褐色;这几层薄薄的种皮都处于真正的麸皮和内核之间。这些种皮通过碾磨可以去掉。传统的手工碾磨方法除去的只是最褐色的和最稀松的外层种皮,对谷粒的营养价值没有太多的损害。19世纪时机器研制出来,内层的种皮也被碾磨掉了,于是形成低劣的精米。由于米中的一些蛋白质和维生素以及一半左右的硫胺(VB₁)是在种皮里,因此细米没有营养,缺少大量的天然营养价值。它的出现导致脚气病(硫胺缺乏症)发生率大增。脚气病在中国比起南面更远的地区大概还不成太大的问题,但仍是一个可怕的祸害,人们在汉朝就已有认识,描述了其症状。问题在于中国人(与大多数的民族一样)喜欢把米充分碾磨,使其仅含淀粉。

稻子有好几个品种,大致分成籼米、粳米和糯米(农学家对这种特别分类法并不满意)。籼米是常见的长粒米及其亲族;粳米粒短而圆、蛋白质较多,而淀粉相对较少,由于淀粉在其中的化学作用,因此煮出来的食物较粘,耐嚼;糯米中的大部分碳水化合物表现为直链淀粉的形式,这种米煮后松软浓稠状,粘而甜。处于籼米和粳米之间的中介稻在台湾长期占支配地位。日本人占领台湾以后,将这些优良品系(高产,有营养,完全能抗病虫害)培育成更高产更坚韧的品系。后来设在菲律宾的国际水稻研究所在此基础上将台湾的中介稻与各种籼稻和粳稻杂交形成“奇迹稻”系列。中国人通常喜欢籼米而不喜欢粳米。而糯米用于做糖果点心及特殊的过节汤圆,它作为主食只存在于中国云南南部及邻近地区的傣族人中间;傣族人与南面的老挝和泰国东北部的同族人,是世界上惟一将糯米作为主食的民族。在世界范围内,籼稻最为流行。当然,日本及其附近地区除外,因为在这些地方,粳稻的生长期较短,使其成了惟一实用的稻子,人人都习惯于那些粳米。

淀粉质的、充分碾磨的米粒受到人们偏爱。因为人们一日三餐都要吃米饭,而且要从中获得大部分的卡路里,此时人们就希望粮食尽量清香,粗糙的结构尽可能地改善。而饮食的多样化就由糙米弥补。当时印度的 *basmati* 稻或不需灌溉的富含蛋白质的丘陵稻(种在山区,那里季风雨的雨量足够灌溉)由于有明显的异味,在大部分主食稻米的中国地区不受欢迎。在中国已经出现了一些“香”稻[楼思志(音译),1983年],并且在我的记忆中,香港种植了一种有香味的良种稻。

由于碾磨价昂,所以精米要比糙米贵,或者这是较早时期的现象。由于较贵,人们也就认为它好。而从更加实用的角度考虑的话,经过碾磨加工后的精米,非常没有营养,除了一些象鼻虫,恐怕没有什么昆虫能在里面繁殖;

这个原因使其比糙米更易贮存。而在今天,由于贮藏的费用已经超过了碾磨的费用,因此精米也就往往比糙米便宜了。

直到最近,中国人的口粮并不那么精细(这使吃米地区可以买到极其便宜的米),这种口粮被轻轻碾掉淡淡的中灰色外壳,去掉明显的谷物味道,类似于糙米。它比精米更加有营养,非常适合西方人的口味,但中国的老百姓一看到它却会愁眉苦脸,甚至恼火。在中国大陆以外的地方生活的中国人几乎都专吃精米。在碾磨前将未加工的稻谷煮成半熟的方式(南印度的一种旧习)从未在中国流行过,因为这会使米出现褐色,还散发出一股气味;然而这种方法保留了米大部分营养价值。煮成半熟后再碾磨的方法被广泛推崇,但它的营养价值与未充分碾磨的米差不多,成本却高得多——为什么不简单地提倡使用中国的口粮糙米呢?

一般认为人们对米的口味是因循传统和非理性的,以致无需严肃讨论,这是不确切的。各地人们很快都接受细米,连保守主义者也如此。西方人将会承认,米与面包有着同样的演变过程,只是中国人不得回过头来选择糙米,因为含淀粉的主食营养价值很低,人们食用只是为了满足口味,解解馋,而不是为了“饱肚子”。

米在华南人的思维和社会生活中的重要影响众所周知。它通常是最受推崇的谷物,人们常相信米是一种十全十美的食物,乃至是惟一重要的食物(其他食物的存在只是给它调味)。因此香港一名地道中国式的西医对我说:“中国婴儿不需要维生素!他们吃米饭。”(这是他对我提出不同建议的回答。他的小病人只吃米饭,很少吃其他东西,结果很快死于营养不良。我建议他,维生素可能有用。)不同的米充当不同的社会角色:籼米是主食,而糯米只用来做糖果点心,在某些仪式上不可缺少。

事实上,只有在中国东南部几个富饶的冲积平原,米才是惟一的主食,并且只是在南方和中原的冲积河谷,米才成为主食。中国大多数人口居住在这里,但这里的很多土地由于地势太高,崎岖不平,气候过分寒冷而干燥,并不适合种稻。数以百万计的中国人以前从未吃过米。在今日米也只提供中国40%的淀粉质主食[温大中(音译)和皮门特尔,1986a],这是近年来小麦、马铃薯和玉米的替代影响所致。但即使在目前,米也还是中国1/2到2/3人口的主食。

除了整粒使用以外,米还做成粉、面条、糕饼和很多的发酵粉。大部分的醋都用米做底料,尽管任何谷物都能做底料(中国的醋颜色由红到黄、白、黑,味道从浓烈到柔和。最著名的镇江香醋与意大利的*balsamico*相似)。米也用来做甜食、化妆品、脱水粉等。煮好的米饭原封不动地发酵成“甜酒酿”,一种

略含酒精的食物。酿米酒的残渣用来给食物调味。在福建,米饭经过菌体培养后,产生了漂亮的酒红色和略带甜味的刺鼻气味。它是福建烹调法的独特标志。(关于米的论述,见白馥兰,1986年)。

小麦主要种植在中国的北部、中部和西部。中国的小麦品种几乎从未记载过,因此我们在记述赤红、柔白及其他小麦之分布状况时不知所措。硬粒小麦种植很少,除了在中亚的新疆以外,较原始的小麦(斯佩耳特小麦、波兰小麦等)实际上并不存在,但中国麦的品种与形式其实非常复杂,只是人们知之甚少。春小麦在北方种植,冬小麦在南方种植(与世界其他各处一样),这一显而易见的事实并没有告诉我们任何有关食物价值的内容,尽管春小麦多为赤红小麦,它比柔白小麦更有营养。而对中国各地小麦品种的营养分析,应该抢在古老的小农品种完全被现代的高产杂交品种取代之前。

在大多数小麦远离近东野生小麦的原产地栽培的1,000年或1,200年中,将小麦作为整粒或碎粒(如土耳其和邻近地区的烘干磨碎的小麦)使用的技术从未传播开来。在世界大部分地区,小麦用来做面粉。在中国,只有新疆的印欧语系人和突厥语族人才以面包为食用小麦的主要形式。这些群体——维吾尔族人及其近邻——均属波斯食物体系的一部分。他们制作真正的面包,将生面团折叠成的大薄片贴在凹下去的炉灶内壁上(在与阿富汗毗邻的地方以及也可能在新疆,这种面包通常用当地的酵母或发酸的发酵面团来发酵)。这种加工方法制作出大而薄(大到2英尺见方,1英寸厚)的美丽松软的面包,以波斯语“馕”(nan)而闻名各地。面包有时还撒上芝麻。中文借用“馕”这个字,经突厥语的pan,变为“盘”,代表扁平的饼(保罗·布尔,1987年)。

中国人采用了这种方法,但他们或其中亚的老师把它微型化,变成小而薄的面包卷,叫做烧饼。它大约6英寸见方,中央膨起,皮很薄,而且通常都撒有芝麻。这是纯粹的辅助食料,常用来夹肉,肉正好放在中间空的地方。整个饼的吃法像近东的小面包(如皮塔面包)那样,烧饼与它有一定渊源。此外在中国还有一些其他烘烤面包的原料,但都不怎么重要。小麦面粉更多地还是做成蒸面团或面条。

馒头(蒸小麦面团)是华北大部分地方的标准食物,在中国其他各地也大量存在。最简单的形状很像面包,但软而白,因为是蒸熟的而不是烘熟的。华北的馒头从小而圆到大块的长方形不等。大量放馅或不放馅的“包子”,形状小而圆,甚至更小。如果是放馅的包子,一般有一层大约1/4英寸到1 1/2英

118 寸厚的松软外皮,里面包的可以是肉、甜品,或其他任何可以做成馅的东西。在华南最出名的是“叉烧包”(广东话),它含有一些剁碎的叉烧肉,叉烧肉的做法是将猪肉蘸上一种香甜的调味汁,用叉子叉起挂在一个特殊的炉子上烤制而成。小麦粉也是最普通的面粉(米粉居第二位),常常用做“饺子”之类的小面团的极薄皮子,而“饺子”在整个中亚都可以发现它的踪影,近代时传到西方;阿富汗的 *ashak*、西藏的 *mo-mo*、俄罗斯的 *pelmeni*、犹太人的 *kreplachs*、阿拉伯半岛和南亚的 *samusa*,以及意大利的 *ravioli*,均为饺子的变体(传说是马可·波罗从中国引入意大利后变成了有馅的小包子,这是无稽之谈)。

小麦粉在中国的另一大用处体现在面条即“面”里。面条通常是手工加工的,但有时是将一块扁平的面团硬穿过漏勺中的孔,然后浸到沸水里而做成(弗兰克,1925年;霍梅尔,1937年;霍西,1910年,1922年)。特色面条(如拉面)是用两只手握住面团来回摆动,在空中拉长而做成的。另一类普通的面条“粉丝”,是用玉米、荞麦和豆粉或豌豆粉通过相似的“漏勺”方法而做成的。如同饺子一样,面条通常被说成是起源于中国,由马可·波罗带到西方世界。但这种说法并不可靠(鲁特,1971年,第78页),尽管中国人可能发明了鸡蛋面。

小麦面筋很久以前就从淀粉中分离出来并做成人造肉,用于素菜的烹调(受佛教徒的影响)。人造食品中,有些与真品很相似;另一些则随人们的想像力而变化。小麦粉的新用途在上个世纪传入中国。炉烘面包和类似物品在中国的消费迅速增加,这和日本一样却没有日本那样普遍,尤其在香港和其他西方化程度高的华人社区更是如此。在香港,面包是被普遍接受的第一种西方食物,并且也被证实是西方饮食中最受欢迎的东西。接着到来的则是日益增加的一系列烘烤制品,从英国、葡萄牙(经由澳门)、俄罗斯(来自苏联的白俄罗斯流亡者)以及欧洲的其他地区引进。这些物品都进入了广东人的生活与烹调之中。

在旧中国小麦通常被磨成一种白面,但在欧洲的漂白术、钢滚子与相关的机器(由西方社会在19世纪发明出来)到来之前,这种面粉不可能是我们今天所知道的出粉率低、非常精制而营养不足的精白面粉(出粉率是指小麦粒利用的百分比。在磨坊里研磨的粗面粉的利用率几乎是100%;现代的白面利用率是70%左右)。粗面粉也相当普遍。当精白面粉在中国饮食中逐渐重要之时,来自澳大利亚和北美洲的各种面粉已经更多了。即使如此,现代食品技术对中国人的膳食影响并不大,他们仍然主要依靠淀粉。

在中国第三种最重要的谷物目前是玉米,但就在不久以前还是高粱。高

粱这个词在中文里的意思是“高高的粟”，英文借用之。这种高粱长至 10 英尺或者更高，除籽粒外，其秆也有价值，是糖、柴火乃至建筑材料的来源。高粱的高度从几英尺至 12 英尺不等；在美国，高粱秆利用得极少，仅种植秆子极短的品种，因此几乎没有肥料或水会“浪费”在秆子生长上。而在中国正相反，中国人需要大量的秆子，尤其是在树木稀少的西北部平原和黄土坡上，那里除了高粱秆以外，没有其他任何东西可以供作燃料和像枝条似的建筑材料。

119

与有些断言相反，高粱不是中国或亚洲的原产植物。它先在非洲栽培，并在公元前 1500 年从那里（可能经由阿拉伯半岛南部）传到印度，公元 1000 年以前（或许早以前）传入中国。高粱耐旱、耐热，生长期极短（有些品种是这样），主要种植在中国最干旱的农业地区和夏季最短的地区。它在这些地方成为主食，不过常常作为救济粮，并不受欢迎，如果有其他更好的粮食，人们就不会食用它。在小麦和混合谷物（大部分属于高粱系列品种）的种植地区，高粱主要被用于烧粥。然而，很多人将其揉搓成珠粒，像米一样来煮，据说这是食用它的一种较可口的方法，尽管做起来比较困难，而且不大有营养（正如与其他谷物一样，揉搓掉的外皮拥有相当比例的营养成分）。这种加工方法主要出现于满洲（霍西，1910 年），那里的定居者来自中国的中部沿海和山东地区。此外，高粱也是烧酒的主要来源。

在中国的大部分地方，玉米正在迅速取代高粱的地位。这一替代在较温暖、较潮湿的地区早已实现（这是由于夏季充足的雨量提供了玉米生长所需之水），而且近年来新的杂交玉米正迅速传到生长期较晚的干旱区。玉米由葡萄牙人经澳门以及其他连接地于 16 世纪初引进中国。玉米不断传播开来，特别是由于中国在 1949 年的统一与解放，使杂交品系得以迅速传播，农业改良得到必要发展。玉米主要用于做人而厚的玉米面饼，可以蒸熟或烤熟；也可以做玉米面粥。甜玉米穗或未成熟的粉玉米通常被蒸熟，即使在以种稻为主的东南部也是这样做的，在这些地区玉米没有什么其他用途。与高粱一样，它在酿酒生产中也发挥作用。

玉米可以用来做面条，尽管玉米面的面筋含量不高，不能很好地粘合在一起。有时玉米也可以弄碎，与稻米掺杂在一起食用。可以说，玉米是中国很多温暖山区的主食；如在西部和南部较低的山地，在北方中部的大多数地区正接近成为主食。然而，中国人没有采用新大陆的多种玉米种植技术，包括石灰处理和其他使玉米更有营养的方法。石灰能与植酸化合，否则植酸会与钙和其他的矿物质化合，使营养成分难以实现（卡茨、赫迪格和瓦勒罗伊，1974 年）。在中国，由于植酸以及其他与玉米相关的问题依然存在，生长出来

的玉米往往粗壮、矮胖,且在营养和味觉品质方面不如美洲印第安人的玉米产品。中国玉米产品的营养价值过低问题相当严峻。

120 气候太冷不适合其他农作物生长的地区,大麦和荞麦是主食;二者常轮作,大麦作为一种冬季或春季作物播种,荞麦则在夏季播种。大麦是一种近东的农作物,新石器时代初期传入中国,自中国农业发端以来,它就在农作物的名册上占有重要地位。“喜马拉雅山”麦或“六行”麦是这一种类的不同品种,在西藏或毗邻的地方(大概在北印度或中亚)培植出来,在很多高山地区是非常重要的作物。荞麦看起来很像中亚本土作物,可能是从长在大麦里的某种杂草或是紧挨其生长的某种植物演变而来,因此用做第二主食。*Fagopyrum esculentum* 种最先开始栽培,然后是 *F. tataricum* 种,它适于海拔较高的西藏及其邻近的高山地区;它可能是 *esculentum* 地里的一种杂草,后来演变为农作物,扩展到了耕作地区(哈伦,1975年),尽管也有可能两者一起栽培的。

荞麦如今在中国的所有寒冷地带和/或山区是主食(但不是惟一的主食)。荞麦对非汉民族至关重要,尽管汉人并没忽视它。荞麦做成粗饼食用,比美国的荞麦薄煎饼厚。荞麦面条虽然没有像在朝鲜和日本那样重要,但仍是很常见的食物。大麦用途更多。它炒过后磨成粉,与茶和酥油拌和成面粉团,就是有名的糌粑,在西藏的大部分地区是主食。珍珠状颗粒的大麦显然是近代引进的,华南人用早已有之的薏苡之名来称呼它,并代之以作药汤。除了懂医学的人偶尔食用之外,它没有其他任何用处,薏苡现在也完全不吃了。

任何结出小种子的谷物都可以叫做粟,甚至往往还包括了高粱。在中国文献中,“粟”这个词无严格界限,大多常指 *Setaria italica*,它是一种优良的谷物,北方很普及,其他地方偶尔也有种植。它通常作为一种似坚果的美味粥被食用,甚至在一些粟很稀少的地方当做一种小吃被享用(如在台湾,尤其是来自北方的大陆人是粟米粥摊的常客)。稷(*Panicum miliaceum*;有人确认是另一种 *Panicum spp.*)可能也原产于中国,既有籽粒又有一定的粘性,是酿酒的重要原料。稷在其他方面品质不高,主要因为能酿酒而存续下来。

中国的酒精饮料即“酒”,常归入米酒一词中,但它们既非葡萄酒(即未经蒸馏的发酵果酒),也非总是用米酿造。中国酿造的葡萄酒数量很少,而且近来一些优质葡萄酒用于出口。真正的中国酒是用谷物酿造的,未经蒸馏的酒(即淡酒或发酵酒)醇厚,没有被碳酸化合或带蛇麻子味;其味道有点像雪利酒。烧酒从技术上讲属于伏特加酒,即用发酵的淀粉蒸馏出来的酒(西方社会的很多人认为伏特加酒是用马铃薯酿造的,但实际上它通常用谷物酿造,

因此不过就是未陈年的威士忌酒)。中国人用包括甘薯、米等在内的很多东西酿造蒸馏的或不蒸馏的酒。他们偶尔也酿造水果白兰地酒。但酒的基本来源是高粱、糯粟,近来还有玉米。它们经过麦芽处理后变成了麦芽浆,这可以在蒸馏后生产出类似于阿巴拉契亚山的违法酿酒者的家酿白干,经常酩酊到足以消毒外科手术器械(大卫·柯鲁克和伊莎白·柯鲁克,1966年)。它有时需要蒸馏8—12次才能取得这种效力。最受钟爱的一种酒叫做茅台酒,它是以南部山区贵州的一个城市的名字来命名。它用高粱和小麦酿造,经过8次发酵和7次蒸馏[郑构清(音译),1987年],因此其酒精强度超过了100度。

很多东西被放进酒中浸泡,有时只是增加酒的风味(有时用梅子或其他普通的水果来做),但通常是出于药用的原因。任何有药用价值的东西都适用于这种药酒的制作;蛇酒、人参酒、羊肉酒和数千种药草的调制品均很常见。据说药酒根据所泡之水有不同的价值。酿酒的技术从中国传入毗邻地区;朝鲜的粟酿伏特加酒和冲绳以及其他地区的甘薯酿伏特加酒(*awamori*),有时在效用上优于中国的产品,而日本酒(通常是一种米酒)已成为种类多样、制作精湛的美食家酒。

酒如此之多,但是中国人的酒精中毒率在所有的饮酒文化中大概是最低的。饮酒与吃饭一起进行;而且很慢;年轻人必须非常节制;醉酒对任何年纪的人都意味着丢面子。古典诗人都喜欢自称“醉”,译成 *drunk*,但这个词通常顶多是指,或者更确切地是指微醉。然而很多诗人的确有饮酒问题,因此在今天有时被援引为年轻人可悲的榜样。中国人允许喝得很多,但同时建议掌握一个平衡度,能够保持这些态度最重要的是中国宽容的文化背景(马格布勒,1979年)。当这种古老的社会规则在美国被打破后,华裔美国人喝酒就更多了。大多数中国人,以及其他大多数东亚人和美国本土人,体内含有一种酒精脱氢酶中的同功酶,这使其对酒精的反应强烈;尤其是他们会骤然满脸通红,所以习惯上把“醉酒”称做“红脸”(全国酒精滥用及酒精中毒研究所,1978年)。但这种酶与酒精中毒率却无关联。有相同酶的其他几个民族具有非常高的酒精中毒率。

中国还种植一些其他的粟和少量的谷物。稗、马唐等属的粟在各个毗邻地区很重要,显然是在当地被发现的,但很少作为人类的食物。

为了统计方便,中国人现在把马铃薯与甘薯都归入谷物类(他们不是按全部的重量,而是按用4除的重量来计算,4称做“谷物当量”,因为每磅谷物的卡路里含量为甘薯的4倍左右、马铃薯的5倍)。薯类在中国任何地方都不是单一的主食,但在地方上却很重要。*white potatoes*——“荷兰薯”、“小薯”

(dutch tuber 或 little tuber) 或“马铃薯”(horse hoof tuber) 主要由法国的天主教传教士在 18 和 19 世纪引进, 而且在传教士最活跃和气候最适宜马铃薯生长的地区非常重要, 尤其是在中国的西藏边缘地区以及海拔由中到高的四川及相邻各省更是如此。它们几乎在任何地方都可以种植, 且重要性与日俱增, 但除了中国西部, 马铃薯只不过是许多蔬菜中的一种而已。马铃薯煮过后食用, 往往连皮一起吃, 或拌入什锦菜肴里食用。sweet potatoes 叫做“甘薯”(sweet tuber)、“金薯”(golden tuber); 白皮的是“白薯”(white tuber) 或“番薯”(barbarian tuber)。事实证明, 对于中国多沙的南部和东部沿海地带, 甘薯是大自然的恩惠, 因为它可以在非常贫瘠、劣质的沙土中生长。其梗茎和叶子是很好的猪饲料, 甚至闹饥荒的时候, 也可以当做食物来食用。甘薯含有维生素 A, 这在大部分中国人的饮食当中是很稀少的, 自引进以后的约 400 年间, 它可能已拯救了好几百万人的眼睛。但遗憾的是, 中国人更喜欢几乎不含维生素的较白品种。而甘薯在中国从未受到欢迎; 几乎在每一个地方都被视为是所有食物中最差的一种, 人们只是在走投无路时才食用它, 而富裕的家庭拿它来喂猪。于是在甘薯种植地区, 一个家庭的收入多少可以从其膳食中甘薯所占的百分比来判断。尽管如此, 甘薯还是广泛传播开来, 数量也逐渐增多, 近年来已引入长期以来从未种植过的内地。甘薯通常简单地煮或蒸, 或切片后晒干了食用; 如果有可能, 干薯片蒸过后与谷物掺和在一起食用。当农民们在食堂明确提出, 马克思主义 - 列宁主义 - 毛泽东思想应该给农民带来优质的而不应该是低劣的食物, 于是公社便开始有意识地改善这种单一简陋的摄生方式(大卫·柯鲁克与伊莎白·柯鲁克, 1966 年)。这就是中国人的态度所引起的直接结果。

其他块根作物被这些新大陆的引进作物所取代, 而最南端(特别是海南岛)在较小程度上被木薯属植物(*Manihot utilissima*) 所取代, 但在中国人的饮食中这些都是无足轻重的。中国原产的块根作物是 yams (*Dioscorea* spp.), 叫做“薯蓣”或“山芋”。除了白色的薯蓣外, 还有鲜红色的薯蓣。还有一些品种, 既食用其淀粉质的块根, 又利用其药用价值, 但在重要性方面已是微乎其微了。作为小宗蔬菜作物, 在华南至今常见。芋 (*Colocasia antiquorum*), 热带和亚热带沼泽地的一种植物, 可能只不过是中國很多蔬菜作物中的一种, 如同其今日在所有的温暖潮湿地区那样。在中国的南部, 薯蓣和芋(及其亲族) 仍是很多地方大宗农作物, 但在中国它们可能从未成为主食。小宗的有根作物包括“蕹”(*Sagittaria sagittifolia*) 和“甘露子”(*Stachys sieboldi*, 一种薄荷的块茎)。sago(棕榈的木髓) 在南方被当做一种淀粉食用。它在那里的名字, 就像在英语中一样, 是借自马来语 *sagu*。在中文里, 它叫“西谷”(广东语

是 *sai kou*)。

中国著名的豆类作物是大豆 (*Glycine max*)。大豆在许多化学成分的保护之下免遭害虫的困扰,这些化学成分多少对人会产生不好的影响,甚至还会有毒,因此大豆根本不能生吃。如果烤熟或者在干热高温下烹煮的话,也不太好吃,因为蛋白质和其他成分会凝固在一起,令人难以消化。中国人加工大豆的方法有很多,最简单的方法就是将大豆煮很长时间直到变软或化成粥为止,但这不经常使用。其次,最简单的方法是将干大豆掺上水放入有中空进料槽的小磨子里磨碎,水和豆粉混合成的浆液煮开后,就产生了一层皮,如同牛奶被煮开时那样。这层豆皮取出晒干后易于存放,且蛋白质高,因此常作为素食菜肴和小吃。剩下的混合物通常用石膏或类似的化学品使其凝固,所以蛋白质(含有一些淀粉和大量的水)被分离成软而密实的凝乳。这就是著名的“豆腐”(舒特莱夫和青柳秋池,1983年)。豆腐沥干水或包在包布(或类似的其他布)中,用木框压紧。没压过的新鲜凝乳像蛋羹,常放上糖食用。它可以经过进一步受压和弄干,甚至加热变干,做成各种更硬更干的食物,一般叫做“豆腐干”。豆腐切成薄片、大块或弄碎后,可以与其他食物一起做汤,或炒过后放在米饭上吃;还有把豆腐干切成薄片后蘸上调味汁当做小吃。除此以外就没有其他的食用方法了。豆腐靠油炸和晒干(甚至冻干)来保存。还可以在新鲜的或晒干的豆腐块塞上一些剁碎的肉糜作为佐料。*soybeans* 与其他豆类作对比时,一般就叫它“大豆”。在这种对比中,名称各异,最为人熟知的是以颜色称之。大豆在中国最普通的颜色可能是黄色,于是它们有时叫做“黄豆”,但黑色、白色及其他颜色的豆也存在(然而,“绿豆”和“红豆”却是别的种)。

大豆的主要用处在于发酵制品方面。最重要的是酱油(“豆酱”或“豆油”),把煮熟的大豆、小麦粉、盐卤及一种含有曲霉菌、根霉菌及其他真菌的复合种菌的混合物发酵而成。各地的酱油使用当地的真菌品系,因此各具特色。从极稀、高盐含量的酱油,到水和盐含量都极低的黑色固态糊状酱油,可谓变化多样,甚至介于二者之间的形态也很丰富。现在的低钠酱油适用于因吃盐过量而导致高血压症的人食用,这种病症是东亚一种非常普通的遗传病症。在中国传统烹调中,盐几乎从未使用过多;盐味来自酱油和其他的发酵制品。另有相当数量的发酵物都是粘稠的面糊,通常叫作“豆酱”(于是较多液体的酱油一般被叫做“豆油”)。它们很多都被加了佐料。

一种奇特的豆酱是因其中中国名字而显得愈发奇特,即“沙茶酱”,字面意思是“sand tea sauce”。如果我们用闽南语来念沙茶:*sa te*,该名字更容易理解

了。它本来是印度尼西亚和马来西亚的沙嗒调味汁,被闽南人借鉴,要知道他们在这些国家里做买卖和相互交换食谱已有上千年了。不过它已彻底中国化了。在印度尼西亚,它是花生酱、辣椒、虾糊和香料(包含较少的高良姜)的混合物。在中国,它通常是由辣椒、一些佐料及发酵的米饭合成,即大豆糊。最初的发酵大豆制品是“豆豉”,煮好的大豆加上盐后发酵变黑,其中含有根霉属菌及其他真菌。这种配制品,转变成为面糊和调味汁,在广东饮食区相当多,并赋予了广东烹调法独特的风味。大豆凝乳也可以发酵;白色的或黄色的方块被捆扎在卤水中出售,它们其实就是中国的“干酪”,像德国手工制作的干酪一样味道浓烈,极其诱人。它们被形象地叫做“臭豆腐”。只有胆子较大的人才吃“臭豆腐”,但也吃得不多。大豆制品、小麦面筋和海藻及其他较低等的植物均是佛教寺庙的基本素食,提供人体所需的蛋白质、维生素 B₁₂(存在于发酵的酵母中)和其他微量元素。

大豆是中国的主要豆类,因此常被称为五大宗。五大宗是传统的说法,但大豆的重要性往往被估计过高,这是以牺牲蚕豆(*silkworm bean*,因为有点像蚕)的消费为代价。蚕豆在相对较近的时期从近东传入中国(这就是之所以会有“胡豆”或“伊朗豆”的叫法的原因),如不太迟的话,大概是在蒙古人统治时期传入的(罗佛,1919年)。随后在中国很多边远的多山、多雨地区,它比大豆更居于优势地位;大豆最喜爱生长在土壤肥沃、气候温暖的平原地区。蚕豆在靠近其原产地的西部最常见,因而在最为外界了解的地区,大多数中国人却很少知道甚至完全不知道蚕豆。记载表明,蚕豆可在鲜嫩时吃,也可以像干大豆那样煮着吃,或者做成豆腐;尽管平常在杂粮店里就可以买到蚕豆,但人们很少食用之。通常看到的是标准的蚕豆;也有较小的马蚕豆。在四川,蚕豆被做成发酵的面糊,经常放上点辣椒(“辣豆酱”,*hot bean paste*),有时可把它烤熟后当小吃。

其他常见的豆科植物来自近东,在中国也取得了相当重要的地位,因此曾一度叫做“胡豆”或“豌豆”。它们是紫花豌豆(*Pisum arvensis*)和普通豌豆(*P. sativum*)。内地也有种植,不过在香港、台湾以及中国的都市地区就不如蚕豆常见,更不用说比大豆了。但或许比起蚕豆来,豌豆是更加普通的作物。豌豆被煮过后可做成豌豆凝乳,当然也可以做面条。

the mung bean 显然原产于印度或东南亚。通常是金绿色,所以中文叫做“绿豆”(green bean)。林奈给这些有近亲关系的豆起名时,将印度的俗名 *mung* 或 *mungo* 应用到错误的豆子(黑色鹰嘴豆)上去了。现在认为二者是一个种,谬误得以纠正。绿豆煮过后做成凝乳;其淀粉的重要作用体现在做纤

细透明的面条上,俗称豆粉或粉丝,但最为人称道的还是豆芽,因为只有精挑细选的绿豆才能做豆芽。大豆是另一种通常做豆芽的豆类,一般来说它的芽较粗糙。绿豆芽和大豆芽在英语中被叫做“豌豆芽”和“豆芽”,两者的这种区分有时相当令人迷惑。除了在寒冷的或极其干旱的地区之外,绿豆在中国各地均有种植。

the peanut (*Arachis hypogaea*) 被许多中国人准确地看做是一种豆,而不是一种坚果,叫做“落花生”,因为花结出的荚果落入土壤中自然生长出来。日常用语混淆不清,把这个词缩短成“花生”。花生原产于南美洲,由葡萄牙人和欧洲其他早期来客在16世纪引入中国。在中国,它们成为蛋白质和油的一种新来源,最适宜在多沙的温暖地带生长。这些地方过去几乎一无用处,但随着花生及其他新大陆作物(如甘薯之类)的引入而地价倍增。如今在这里花生油比其他植物油更为重要,尤其是在中部和南部的沿海更是这样(菜籽油在中国仍是最主要的食用油,但现在主要局限于北方和内地)。花生的食用方式非常多(只要有任何可能):纯果仁煮熟吃、烤熟吃,或者生吃(较少见);花生的压榨饼通常是动物的饲料,但在饥荒时期人们也会食用。被磨碎或砸碎的花生大量用在油酥面点心、糖果和甜食中。一种新的甜食从西方引进之后,往往加入大量的花生才能使其成为真正的中国产品。平时,把磨碎的花生与糖拌在一起作为甜食的馅,也可以做成甜羹来吃(就像绿豆和其他很多豆类那样)。

红豆通常为小豆(*Vigna angularis*),但一种小红扁豆(新大陆 *phaseolous vulgaris* 种的一个品种),以及南方赤小豆(*Vigna calcarata*)的红色品种也都叫此名。红豆像绿豆一样,也可以做糖豆粥或糖水(sugar water);这是中国许多家庭中最常见的甜点或甜食,以及街头食摊上孩子们的普通小吃。甜红豆汤是热性的,因为红豆在传统医学体系中被认为是重要的体液调节物。绿豆是凉性的,觉得有些上火的人用甜绿豆汤来恢复体内的平衡。

还有几种豆类的种植主要是为了或者完全是为了用做鲜嫩的“青”豆。其中最有名、传播最广的是长豇豆(*V. unguiculata* var. *sinensis*)。除了惊人的长度外,它像豇豆那样又圆又细,有的长豇豆有1码长,我曾量过一根有39英寸长,另一根有37英寸长。大豇豆一般切成段后和其他蔬菜一起炒,做成什锦菜肴。另外的青豆则不常食用,包括刀豆(*Canavalia ensiformis*)和扁豆(*Dolichos lablab*;或“sided bean”,因其豆荚扁平,而非圆柱形的)。扁豆在中国古代文献中常被提到,但现在是一种次要的食物,无论是新鲜的还是干的。

豆薯(“沙果”,*Pachyrhizus erosus*)的种植是为了使用其块根,而不是其种子或豆荚。这是墨西哥的球根牵牛(jicama),可能是西班牙时期新大陆的一

126 个引进品种。这种球根像一个弄平了的大芜菁；略带甜味，很脆，可以切成片（像在墨西哥、整个东南亚及华南地区那样），然后蘸上浓烈的辣椒调味汁当做小吃来生吃；人们喜欢它的清凉爽脆。

中文没有与 *vegetable* 相对应的字或词（当然，*vegetable* 实际上就是指“植物”。英语从未有一个词专指可吃的植物。或许没有一种语言能做到；毕竟，可吃的与不可吃的植物之间的界限是非常模糊）。最接近的一个词是“菜”，意思是指“青菜”（即叶类的和茎类的植物），但泛指任何菜肴。一大批其他类目囊括了植物可吃的软嫩部分。我已提到过表示块根作物和豆的词。也有表示当做蔬菜使用的果实的词（如同讲英语者将南瓜和番茄当做水果一样，中国人也有相同的习惯）。“瓜”包括了葫芦科的所有果实——除了外表像南瓜的茄子外，还有南瓜、甜瓜（甜与不甜的）和黄瓜。但茄子有时包括在“茄”类里，即茄科的果实（番茄、茄子及近亲植物）。后一种分类得到植物学的认可，传统习惯更是如此。但“矮瓜”（因为植株很小）在市场上取代了茄子。在界的等级与属的等级之间没有专门名词——没有表示可食植物的科或目。这种简洁性体现了民间的分类体系。

“菜”的类目具有一定的优先性，因为它包括了除淀粉类主食外中国人吃的大部分食用植物。这份名单上首位的是甘蓝，它与谷物和大豆一起均是最具中国特色的、最普通最丰富的食物。它们富含维生素、无机物和纤维，而卡路里却很低；它们能量摄取甚微，营养贡献却巨大（然而，它们每英亩的卡路里产量却很高）。它们比西方的甘蓝更有营养，抵得过花椰菜。主要种类为 *Brassica pekinensis*（主要种在北方）和 *B. chinensis*（主要种在南方），两者都叫“白菜”（也指另一种南方的冬季作物），因而以生产地的名字来区分。两者可能均属于 *Brassica rapa* 种类。在香港，白菜是真正的“白菜”（因此，西方人所知道的这种甘蓝为 bok choy），而小白菜则由形容词“小”来限定。西方人称这两者为 Peking cabbage 和 Chinese cabbage，正如它们的学名包含的意思那样；小白菜也叫 celery cabbage、Michihli cabbage（一个品种），因此含混不清地统称白菜。它们在外观和质量上截然不同。它们的味道比西方的甘蓝更淡；小白菜几乎没有一点滋味，但很甘脆（因其纤维状脆性叶而被贴切地称为“中国白菜”）。它曾是古代华北的主要蔬菜，现在正失去其主导地位，因为其他产品越来越容易获得。三大菜中居第三位的是芥菜（*Brassica Parachinensis*），又称“菜心”，因为吃其精华——茎、芽和嫩叶。美国南部的绿色芥菜是一个品种。

127 中国还食用其他芥属植物，特别是芥菜（*B. juncea*）和芥兰菜（*B. albo-*

glabra)的很多品种。“芥”是指 mustard,“兰”是指 orchid,略带夸张地指芥兰菜可爱的白花。这些是羽衣甘蓝和散叶甘蓝在中国的同类;芥兰菜在味道和烹调质量上非常像散叶甘蓝,而且更鲜嫩可口。两者都主要用于做汤。它们都非常重要,特别是在炎热的季节,这时南方几乎没有别的东西生长(这点也像散叶甘蓝)。西方的甘蓝(*B. oleracea*)非常出名,而且越来越流行,因为高产品种随处可得,但不像本地甘蓝那样受人喜爱。甘蓝常被用于腌渍;其制品通常比泡白菜脆,但不如朝鲜咸菜脆。每一个大的区域都有其独特的泡菜,通常包括蒜、辣椒和生姜。

菠菜(*Spinacia oleracea*)约在公元700年从中东引入,在中国很受欢迎。叶子不尖的西式菠菜没有中国的品种流行,后者较尖头的叶子成扇形散开,像箭头形的毛刺;它更可口,含纤维少,更有味道,且很少带沙。菠菜主要用在有肉丝、豆腐或者其他蛋白质来源的汤里。在中国的温暖地方,比菠菜更受欢迎的是苋菜或红菠菜(*Amaranthus gangeticus*,也叫做*A. mangostanus*或*A. tricolor*),它颜色鲜红,更富肉质。“马齿苋(菜)”(*Portulaca oleracea*)或“波斯苋菜”(尽管波斯在这里并不真正是指 Persian)与苋菜截然不同,它是一种普通的园艺蔬菜,往往主要为了想像中的药用价值而不是为了食用才被种植。甘薯在华南有一个土生亲族(*Ipomoea aquatica*),人们为了获取其叶子和茎(它没有块根),将其种植在水太深不适于稻子、但又太浅不适于莲的地方,或难以控制水的任何偏僻潮湿的角落,因其茎中空,名为“空心菜”;或“蕹菜”。它没有什么味道,但肉质清脆,许多台湾人特别喜爱。与华南的很多水生植物一样,它常携带由饮用水为媒介的肠腔寄生虫,包括血吸虫(赫克洛夫茨,1972年,第148页),但高温爆炒足以杀死这种虫。一般说来,中国的烹调要求短暂而又很高的热度,这种热度杀死了普通的寄生虫;汤则慢慢煮,但要求较长的时间,产生了同样的效果。节省燃料,保持味道,避免饮用水传播病原体,如何在这些要求之间达致平衡,人们已积累了有效的经验。

生菜(*Lactuca sativa*)因为能生吃而得名。通常所见是像西方的栎叶莴苣的阔叶品种头状莴苣水多味苦,仍然不受欢迎,尽管近来引进的西式方法将它当配菜来使用。生菜常做汤吃——蔬菜色拉在传统中国不为人所知,在东方人看来也不太安全。生菜的书面语是“莴苣”,但这个名字实际上只适用于古怪的芹菜-莴苣或莴笋,中国土产的厚茎莴苣。它的茎切片后炒或做成汤,味道很好。

其他起源于西方、而在中国种植和食用的植物有芹菜和西芹(晚近才引入)。这可能会产生混淆,因为“芹”最初提到的是一种原产于中国的草本植物 *Oenanthe stolonifera*,而西芹则是指 parsley。两者在中国烹调中都不常用,尽

管在美国的中餐馆(以及许多其他餐馆),西芹因其价廉,常掺杂在什锦菜的昂贵配料之中。但传统的中国美食家不喜欢这种效果。

水芹(*Rorippa nasturtium-aquaticum*)的中文名称叫“西洋菜”,从中文名称来判断,可能也是从西方引进的。用它做汤极其常见,但不生吃。它是滋补良药,据说是治疗过热症的最好药物之一(依据体液疗法)。这种汤经常加入某种鱼和鸭肫等内脏这类增长体力的东西。水芹喜浅水,在很多地方直接与水稻竞争,因而成本很高。

其他常见的汤用蔬菜包括枸杞菜(*Lycium chinensis*)和茼蒿菜(*Chrysanthemum coronarium*;日语为 *Shungiku*)。葵菜(*Malva* spp.)曾是中国最重要的蔬菜,但现已不受青睐,几乎不再食用。落葵(*Basella alba*)近来从南亚传入。黄花菜(*Hemerocallis* spp.——很多栽培变种均为复杂的杂交种)的干芽,叫金针菜,具有独特的麝香气味,由于植物探求者在19世纪的努力,使它们从中国的菜园传入了西方的花园。荷叶用来包食物,并且偶尔食用,称为荷菜。还存在一大批小宗的绿色蔬菜,去大市场逛一圈就会发现许多。

有一种叶类作物 alfalfa,通常不叫做“菜”,而叫做“苜蓿”(与“木须肉”中的字不一样)。这一源自伊朗的名字已扩大到三叶草。F. H. 金于1911年提到了三叶草在上海当做食物出售,在华北一些地方则是普通食物;紫花苜蓿和三叶草长出的嫩头的水果和嫩芽可食用,如同美国的健康食品那样。

129 最普通和最重要的无叶蔬菜是块根作物。在非淀粉的作物中,最为重要的是萝卜(*Raphanus sativus*),有一系列的中国品种。东方的白萝卜个头大(6—8英寸长和2—3英寸厚,更大的有2—3英尺长),水分多而脆,在味道和质地上像芜菁,尽管没有甘蓝的潜在成分(于是它们常译成“芜菁”。西方有关中国的文献提到的大多数芜菁,实际上是指白萝卜)。白萝卜切成片或丁,通常先晒干,后像甘蓝那样腌渍;往往加入蒜,有时也加入发酵的大豆制品或辣椒粉。朝鲜人最喜欢这种加香料的腌菜。Green radishes 叫做“青萝卜”(如果它们必须与白萝卜区分的话,白色的叫做“白萝卜”,但一般来说,单叫“萝卜”时意指白萝卜)。青萝卜被认为没有白色的品种好吃,因此很少食用,除了药用外——它们给人体降温——偶尔也做汤。西方的萝卜(红色小萝卜)已经引进到中国的西化地区,在那里以“萝卜子”这类新名字为人所知。中国也有一些黑皮萝卜,因此它们自然被贴切地叫做“黑萝卜”。其他颜色的萝卜也出现在各处,可以猜想到其名字。

the carrot 被称作“红萝卜”。它约在元朝时期经中亚传入中国(罗佛,1919年);最初叫“胡萝卜”(Iranian radish)。胡萝卜比青萝卜更多地用于给人体降温,改善视力(在中国,胡萝卜的这种功效早在科学家了解胡萝卜素之

前就已被确定)、医治喉疾和用于其他的医疗目的。胡萝卜可以贮存起来提供胡萝卜素,即使在冬天缺少维生素的季节,北方是如此,南方更常见。胡萝卜通常用来做汤,但在炒菜中的使用正逐渐增加,也常切成装饰性的配菜。

除了块茎、球根、球茎等以外,很多其他有根的植物偶尔也被食用。最出名的少数这类“块根”作物是一种藨草属植物的球茎,在口语中叫“马蹄”(*Eleocharis dulcis* 或 *Scirpus tuberosus*),正式点则称“荸荠”。这种球茎必须与一种叫菱角(*Trapa bicornis*)的水果小心区分开来。后者在英语中也常被称做“荸荠”,而且确实和欧洲的欧菱(*T. natans*)很相近。“马蹄”荸荠则与宽叶香蒲、藨草及锐藨草有亲族关系,其球茎在其他国家经常当做食物——如加利福尼亚的印第安人就食用它。正是这个品种,甘甜可口,肉质清脆,在食物中极其常见。菱是一种没有什么味道的水果,烤熟或煮熟后当做一种小吃。带有血吸虫的蜗牛常隐匿其中,因此菱如果不煮熟,会把这些寄生虫传染给人。

许多植物的芽供食用,有小叶的幼苗叫做“芽”,无叶的像竹笋一样粗的芽叫做“笋”。芽中最普通的是豆芽;笋中最普通的是竹笋。竹笋出自毛竹种(较小)和中国的省藤种(较大)。有的地方不得已还会吃其他竹。通用的名词是“竹笋”。竹笋传统上最好是在冬天吃,而且被认为是一道极鲜美的好菜。 *Asparagus* 在近代引进中国,叫做“芦笋”或“茭笋”。这个名字曾一度运用于菰(*Zizania aquatica*),中国栽培它不是为了其种子(被认为是低劣的救荒食物)而是它的芽。让这些芽感染上一种叫赤霉菌的真菌,使其茎长得粗壮、柔嫩和近似石刁柏,并作为一道美食来食用。

谈到块根和芽,自然就引出了葱属(*Allium*),整个球根和叶子在各地均很重要;但没有一处比在中国更重要。华北尤其吃得多,并且是不可缺少的资源;因为在冬天,葱和蒜有时提供了几乎惟一的维生素来源。然而,在中国占据主导地位的葱属植物不是蒜,而是葱(*Allium fistulosum* ,大葱或者说簇生的葱。它与威尔士毫无关系;“Welsh”来自德语中的 *welsch* 或“foreign”,从东方引进后得此名)。这种葱是中国烹调书里的“亚实基隆葱”(亚实基隆葱实际上是指任何一种嫩葱)。它在味道和辛辣方面都非常温和,广泛用做一种配菜或次要的配料,但经常(尤其在北方)是一道菜中的主菜,特别是与羊肉或内脏一起做肉菜时更是这样。塞满葱和碎肉混合馅的面团有各种各样的形状;而且是中国最好和广受青睐的小吃之一,在北方尤其如此,葱属植物在那里很受重视,而其他植物(除小白菜外)则少见。西方的 onions(*A. cepa*)显然是近来新增添的,因为其名字叫“洋葱”。它们经过晒干、切片、炒成什锦菜肴后食用,而且日益流行。

Garlic(*A. sativum*)也是引进之物,但持续了相当长的时间——可能有数

千年。它是整个历史时期中国文化的一部分,并有自己的名字“蒜”(蒜的头部叫“蒜头”)。蒜最常用在炒菜和面团馅里。Elephant garlic,实际上是非的一个品种,名为“大蒜”(big garlic),偶尔种植。冬葱(*A. cepa* var. *aggregatum*——不是古老文献中的 *A. ascalonicum*) 在华南许多地方相当普遍,但中国的烹调很少使用它,似乎主要是为了西方人才种植的。形成有趣对照的是,这些红葱(*bawang merah*)在马来西亚却极端重要。在中国,对它们的名字好像没有达成一致意见。韭葱(*A. ampeloprasum* = *A. porrum*)很少见。更普通的是土产的中国细香葱(不是西方的细香葱,而是 *A. tuberosum*),叶扁平,有蒜味,因此在西方叫做“蒜味香葱”。它们或多或少地被视为韭的阔叶种类,叫做“韭菜”,被极其广泛地食用,想要味道更鲜美的话,就像葱那样切碎后使用。最后一种而且也许最有趣的是“藠”(*A. chinense*; “藠头”)。这种植物主要用作泡菜,类似于腌渍葱,并且极受欢迎,是绝对的纯中国品种,因此没有西方名字。它在西方常以其日本名称 *rakkyo* (*kyo* 是藠的日语发音)为人所知,或叫做“中国葱韭”。藠头几乎总是作为腌渍的小吃食用,但腌渍的球根偶尔也被用来做菜,特别是用在像糖醋肉之类浓味菜肴中。孩子和孕妇常食用(与西方一样,中国的传统认为孕妇喜爱泡菜)。19世纪最伟大的广东画家苏仁山也以嗜好这种腌渍的球根而出名。

131 茄科果实在中文里有点像是一个天然的群体。茄子(*Solanum melongena*)具有相当悠久的历史,在某个不甚清楚的历史年代从印度引进。它最初的中文名字叫“茄”,这是一个无法分析的古老名称。现在很少使用它。西红柿(*Lycopersicon esculentum*)在16世纪初从西方传入,随即被取名为“番茄”(barbarian eggplant),它们与茄子的相似性从一开始就被注意到了。番茄最初只是为了居住在沿海小块地区附近的西方人才被种植的,但由于口味好并且易于种植,结果大受欢迎。随着不断地传播开来,番茄在烹调中被广为接受。然而目前,它仍然主要是城市化的广东烹调法的一部分(这个地区与外国人接触的时间最长也最密切)。粤语中的番茄酱(*K'e tsap*)一词有时被认为源自英语单词 *ketchup* 或 *catsup*,但事实上并非如此。*catsup* 与法语的 *escabeche* 和西班牙语语的 *escabeche* 同源,是指调味汁里的食物,并且早在广东人有番茄酱以前就被使用了(戴维,1986年;印度尼西亚语中的单词 *ketjap* 或“酱油”同样不可能是这个英语名词的起源)。

茄科植物中,辣椒(*Capsicum frutescens* 和 *C. annum*)是新大陆送给人类的礼物,由葡萄牙人在1500年代带到了东方。与番茄和茄子不同,它未成为膳食中的次要成分和地方性构成,而是以划时代的影响席卷了远东地区。自

蒸馏法发明以来,大概没有比辣椒在旧大陆的普及更有影响的烹调进步了。主要的一种是 *C. annuum*。它不仅大大有益于烹调,使所有文明民族都愿接受,还含有丰富的维生素 A 和 C、铁、钙及其他无机物;突出表现在用它所做的泡菜,便于储存和使用;它可以在任何地方任何条件下种植,只要生长期长而且足够温暖;因此目前世界上极其普遍地用它作为谷物和其他主食的富维生素补充物,弥补它们所缺乏的味道和营养元素。在中国,由于白菜(营养相同)的存在以及甘薯(富含维生素 A)的同时传播,使辣椒没有获得别处那样令人瞩目的重要性,但却迅速受到了欢迎,特别是在偏僻的山区,在那里其他富含维生素的食物不易生长。因此今天它大量地集中生长在中国较温暖的山区(西南地区)。在那里的汉人和少数民族部落的生活中,辣椒至关重要。它好像是从澳门,也可能是从其他的葡萄牙人到过的地方,经过南部山区传入的,直到在湖南也可能是贵州找到了真正的落脚点。它由此迅速传到四川,接着传到了云南。明亡时,四川人口在战乱中直线下降,导致了湖南移民的流入,他们随身带来了自己的烹调法。相似的人口迁移后来又发生在四川到云南,特别是在穆斯林叛乱使该省的主要城市死去了 1/10 或更多人口以后更是如此。后来去云南的游客注意到,厨师几乎都是四川人,只有在这些西部的省份,辣椒才取得了其在朝鲜、东南亚和印度所享有的重要地位。食用椒大多是辛辣的一年生品种。很辣的多年生辣椒(*C. frutescens*, 野辣椒或塔巴斯科辣椒)极少种植。灯笼椒(一年生辣椒的新近品种,为温和的口感和不同的大小而培育)非常少见,除了在最靠近香港的周边地区及其他高度西方化了的地方。它们在任何地方都没有渗透到普通的烹调法中。Chillis 被称做“辣椒”(hot pepper)——被归为胡椒类,就像在英语里那样,没有与它们真正的亲族——番茄和茄子划为一类。这可能要归因于对西方语言的直译。

132

用做蔬菜的最大纲果实,包括很多纯粹当甜食吃的果类,就是瓜类(葫芦或瓠果)。瓜类形体大,外皮包裹着中央的空腔,它们粘在木髓上的腔内满布扁平种子,粘在囊中,如甜瓜、倭瓜、南瓜、黄瓜等。具有这类果实的植物组成了葫芦科。中国有很多这样的植物,它们深受喜爱。它们也包括一些果实相似,叫做瓜但不属葫芦科的植物。

种植最广泛的是中国的土生种冬瓜或毛瓜(*Benincasa hispida*)。它有两种完全不同的吃法,因品种不同而异,如:冬瓜和毛瓜或枝瓜。前者成熟时,除了被蜡质的表皮覆盖并逐渐变白外,外表像个大西瓜,其肉富含水分并略带芳香,用于做汤;雕刻过的冬瓜常被放到金属锅里去蒸,而汤就在其中,这就是著名的冬瓜盅。毛瓜很小,还未成熟时就可以食用,像灰白的有点覆着茸毛的西葫芦。两者的不同之处很像南瓜和欧洲南瓜(*Cucurbita pepo* 的品

种)不同之处——特别是当人们想起南瓜在南美洲主要被当做部分可食用的嫩锅来使用时,更与冬瓜盅相似。

除了毛瓜外,还有一大批次要的葫芦属植物。重要的有苦瓜(*Momordica charantia*),黄瓜(*Cucumis sativus*,中国的很多品种为黄色或褐色,因此被认为比绿色品种更具中国味);以及西瓜(从非洲经由中亚传入),其中有些品种只是为了得到人的种子才被种植,后者几乎完全取代了瓜瓢的地位。要知道,瓜子在中国是最常见的大宗美味小吃。正宗甜瓜的很多品种大多以发源地之名著称;值得注意的有驰名的哈密瓜(*C. melo*),它产自新疆的哈密。哈密瓜常被说成是世界上最好的甜瓜(的确是我吃过的最好的瓜)。新大陆的葫芦在中国有一些影响,但并不很受欢迎。Chayote(*Sechium edule*),尽管中国名字叫“佛手瓜”,因其形状使人想起与佛祖之手相似的香椽,但并不让人感兴趣。筒瓜(*Cucurbita* spp.——通常在市场上的是 *C. moschata*)被认为粗劣鄙俗,是一种济贫食物。其番瓜之名,表明了其西方的起源和早期的引进背景(这个名字最常用于 *moschata*。*C. Maxima* 有时被称做“南瓜”)。遗憾的是,中国人没有学到烹调这些果实的好方法。

瓜也包括榲桲(*Cydonia oblonga* 和 *Chaenomeles* spp.)。木瓜(*Carica papaya*)最初从西半球引进时称为“番木瓜”。除了考察其背景之外,目前没有任何方法可以确定它属于哪一类别的水果。原产地很有帮助,因为番木瓜只生长在热带附近,而这些地方都温度太高,不适合榲桲(木瓜属榲桲原产于中国;而榲桲属尽管罕见,但的确已在那里生长很久了)。中文对于这种差别极为模糊。

最后出场的是比较低等的植物。很多海草被食用,其中有“紫菜”,一种用来做汤的扁平海草;“发菜”,一种产自蒙古沙漠泉水之处的发状黑色藻类,特别常用于佛教的素菜烹调;“洋菜”,石花菜海草;以及其他海草等。各种蘑菇统称为菇;平常看到的为冬菇(*Lentinus edodes*)在日本为 the shiitake。草菇(*Volvariella volvacea*)也越来越常见。冬菇通常晒干后食用,草菇在新鲜时食用。西式蘑菇在台湾变成了普通的商品作物,被装罐出口。很多其他的蘑菇也可以食用,其中有一种叫“香菇”。长在树枝架上的真菌名“耳”,晒干后食用,在什锦菜肴中使用广泛,且与块菌一样,在菜肴里放一点就有味道了。它们与各种蘑菇一样太昂贵了,仅供节日膳食,并且几乎是必不可少。常见的真菌是“木耳”(*Auricularia* spp.)和“云耳”(*Tremella* spp.)。两者都有不同的种。雪耳一般为药用,因为据说有镇静与调和的效果,也有营养价值,但不被当做食物使用。其他几种类型也存在。一种不称做耳的木架真菌为灵芝

(*Ganoderma lucidum*), 为传统的长生不老食物与灵性植物, 据说能给人以长寿和智慧, 这种植物现在广泛用于中药里。据说灵芝作为一种补药有很多用处, 但这些都没有得到完全测定。

中国人称所有的水果为“果”, 包括那些只有核(即坚果)才具有价值的水果。果这个名词适用于整个儿的水果及其肉质部分。种子都叫“子”, 尤其是小种子; 子也有“儿子”的意思, 但意思一定很早就延伸到了“种子”——或许总是表示两种意思: 种子的核或坚果叫“仁”。仁也有“诚实”的意思; 在这一点上, 这种延伸也许是说真诚是一个人的言论或目的之“核心”。

由于一些水果的肉和核两者都有价值, 故最好是用正确的中国类型把这个“纲”作为一个整体来论述。大体上, 中国人喜欢水果, 但吃得相当少。人们最喜欢的水果是有酸味的, 于是除非其天生很酸, 通常吃未熟的水果, 或盐渍的和腌渍的水果。吃未熟水果的习惯——很多去中国的游客发现后都很吃惊(通常会令人不快)——无疑起因于在鸟、鼠或窃贼下手之前就收获水果的需要。“瓜田不纳履, 李下不整冠”, 是中国一句古老的谚语, 告诫人们不要做可能会引起怀疑的事。水果的营养价值低, 且容易被盗, 因此在中国不很重要。水果的栽培现正在扩大, 在香港和台湾非常迅速, 在那里有钱可以买到这类受人喜欢的美食, 但水果仍是饮食中的次要部分。

在所有的中国水果中, 分布最广的大概要数“梅”(*Prunus mume*; 日语为 *ume* 或 *mume*)。论述中国的书籍通常把它译成“plum”, 但它不是李; the plum (*Prunus salicina*) 叫做“李”, 而且食用不太广泛, 更不用说广泛绘入画中和写入书中了。梅实际上较接近于杏 (*P. armeniaca*); 由此它实际上是一种中国的对应物, 因此常称做“东方杏花”。其果实像一个小酸杏, 通常腌渍后当小吃食用。它的花在一月或二月盛开, 非常美丽, 即使在最恶劣的气候中也顽强盛开, 这使它除了成为庭园里的传统树木外, 还成为道教的象征, 以及特立独行的隐士的象征。梅在中国人的意识中具有崇高的地位。画梅自成一个流派; 文学中则有成千上万首关于梅树花朵怒放的诗, 大量对梅的描写和引喻。它是中国社会从最高贵者到最卑贱者、从富于哲理的道教到性病的一种象征(梅树装饰艺人的寓所, 因此用来指称从那里带回的疾病。或者按另一种说法, 机体的损害看上去像梅花。梅树及其花与桃一样, 可能在古代都是性及性能力的象征)。梅通常盐渍后吃; 也常晒干后吃, 还做成调味品。很多名词涉及不同的盐渍种类, 它们可以加入甘草或别的东西来提味。

桃 (*Prunus persica*) 起源于中国。华北放牧过度、滥伐树木的山区常覆盖着矮矮的野生桃树丛林; 在受到侵蚀和荒芜的环境中, 其他树不可能生长, 桃树却能茁壮成长。桃在中国北方和多山的西部低地常被食用(生吃), 但南方

并不生长(除了开花的品种和一些散生的结果树外),那里通常只是晒干或腌渍后作为稀罕的小吃,而且即使在这种小小用途最近大量增加后,桃树的果实仍主要通过图画来认识。然而,开花的品种却在中国各处都种植,尤其是用于新年的装饰。在香港,一个庞大的桃花业已发展起来供应这一市场,但运气好坏还要视新年前二三个星期的天气而定。中国的新年,日期从一月到二月末变化不定。可以来得很早,以至桃花只有在温暖的地区才找得到(并可能会被一场迟到的严寒全部摧毁)。或者来得很晚,以至桃树在这一地区最温暖的地方早已开过花了。这种情况也可以说至少是在自我调整,即温暖的地区在寒冷年份里走好运,寒冷的地区在温暖年份里走好运。精明的果园管理人尝试将其果园培植在斜坡上,所以一些树在温暖的树穴里,而另一些树则在寒冷的树穴里。在中国,桃的象征性价值多于营养性价值。大概由于它像女性的外生殖器,所以是古代繁殖力的一种象征(并不太明显,或许花及果实的粉红颜色更为重要),可见桃具有神奇的象征性(关于梅和桃的象征意义,见索尔比,1940年)。桃带来运气、富裕和安全。桃木做成护身符以驱除魔鬼;新年时摆出漂亮的桃花,将会给人带来一年的好运;城隍老爷或土地神带来(或让其左右的男童带来)长生不老桃,能使食者长生不老。赋桃的文学名篇,当首推陶渊明的散文《桃花源记》,它跌宕起伏,意韵深悠。在陶渊明的象征主义中有一层含义是性,可见桃的性象征意义在中国仍很重要(德格罗特,1892—1910年;谢弗,1963年)。

有一种亚热带的水果,其形状像瘦长的桃,且只结一粒种子,叫做“仙女桃”或“神桃”。其肉橙黄色,而味道有点像不太新鲜的甘薯,因此尽管名字颇为夸张,其果实并不受人喜欢。它显然与桃没有亲族关系,好像是从美洲引进的桃榄属(*Pouteria*)。

其他蔷薇科水果包括亚洲的上产水果,以及很多广为人知的水果在中国的相同品种。真正的杏(*Prunus armeniaca*)、苹果(*Pyrus malus*)均从西亚或中亚引进。很多上产酸苹果是为了收获果实才种植,而有些则是为了获取其叶子才种植,用这些叶子可以泡出上好的茶,如最有名的“湖北茶海棠”(*P. baccata*)。海棠(*P. spectabilis* 或 *P. prunifolia*)也很常见,尤其是做成蜜饯,外表和味道均像甜苹果。中国的梨也与西方的梨没有关联,包括好几种(*Pyrus sinensis*, *P. kawakamii*, 等等),肉中有些硬颗粒的是沙梨,爽脆、肉质白色的是雪梨。所有的梨都脆而圆,像苹果,不像西方的 *P. communis* 那样柔软,而呈梨状。中国的樱桃也是不同于西方的品种(*Prunus pseudocerasus* 相对于 *P. avium* 等于 *P. cerasus*)。在开花樱桃的很多品种中,有些也结果实,可食用。也有土产的山楂(*Crataegus* spp.),为做蜜饯而种植;也当然采摘野生山楂。最后和最

有特色的中国蔷薇科水果为枇杷(*Eriobotrya japonica*),它因名字奇特而出名,可能是出自某种其他语言的外来语。乐器琵琶,发音也一样,状似枇杷叶。枇杷的果实是橙色的,味道不凡,甜而酸;其优良品种是果中珍品,因此值得更好地了解 and 更广泛地种植(它们在温暖的或亚热带的气候中易于生长)。最接近的欧洲对应品种是欧楂(*Mespilus germanica*),它必须经过腐烂后食用,据说上品味道极佳(下品则令人想起未经处理的污物)。枇杷在法语和其他一些欧洲语言中叫做日本山楂。

除蔷薇科的水果外,中国“核心”地区的主要水果是枣或中国椰枣(*Zizyphus jujuba* 和 *Z. sinensis*)。这种鼠李是华北干旱区多刺的灌木或小树,可生长于贫瘠干旱不适于其他东西生长的地方,如铁路路基、城市庭园、工厂垃圾场、黄土峭壁。它是一种特别令人喜爱的庭院树,结的果实外观和味道非常像椰枣,以至西方名词“中国椰枣”与中国名词“洋枣”相对应,后者才是真正的椰枣(*Phoenix dactylifera*),是中国自中世纪初以来的尽人皆知的一样进口品。枣一般为褐色或黑色。这些果实据说能强身健体(它们产生大量的维生素C和铁),故喂给婴儿吃,用作营养辅助品。人们相信红枣能够补血(因其颜色),而黑枣对身体也有一些好处。用核桃和枣做成的酱讨人喜欢,常吃有益健康——脑状的核桃仁能滋补大脑(包装外壳上的这一说法,在美国销售时删掉了,因受广告诚实法的限制)。

一种自古以来就出名的奇特“水果”是枳椇(*Hovenia dulcis*),吃的并不是它结的小果实,而是支撑果簇的茎;其茎膨松而甜,其味道像特别美味的葡萄干。

很多不甚重要的水果为这份目录作了补充。其中有几种是或曾经是舶来品,比如有产自中国中部和南部山区的羊桃(新西兰水果 *Actidinia sinensis*);以及洋梅,“洋梅”这一名词既用于草莓(*Fragaria* spp.),又用于杨梅属植物(*Myrica*)和杨梅树的杜鹃花科果实。Strawberries 常称作“草莓”。其他浆果在中国少见。再往南去的热带,中国人可以吃到椰子、荔枝、龙眼和香蕉。还有 *Canarium album* 树,果实像橄榄(用盐渍后称做中国橄榄),种核呈杏仁状;很好看。东南亚或中国的热带水果,像星果或杨桃(*Averrhoa carambola*)和 *Dracontomelon sinensis* 的劣质酸果等,没有什么吸引力。

更重要的是柑桔属水果。甜橙(*Citrus sinensis*)、中国柑桔和蜜桔(*C. reticulata*)、柚子(*C. grandis*)、黄皮(*Clausenina wampi*),以及金钱桔(*Fortunella* spp.),均为土生土长的主要水果;柠檬和酸橙很早就从西方引进;“柠檬”以外来名“ling men”(出自波斯语 *laymun*,直接或经由阿拉伯语或某种其他语言叫开)渐渐为人所知。蜜桔与橙的杂交种很早就为人所知并受到喜爱,还给

起了个“甜”名(“柑”——这个字由“木”字偏旁与“甘”字合成)。然而,柚子与橙的杂交种却没有出现;只是在18世纪,西印度群岛才使其杂交,产生了葡萄柚。在全部的柑桔属中,最重要的当推中国柑桔(这个名词一般既包括了蜜桔种,又包括了桔橙的杂交种)。

柑桔属的水果带有一种魔力与宗教味,可能是由现在华南的非汉民族加上的。柚、橘和中国柑桔一直是祭祀中最常见的水果。古怪的“佛手”[香橼(*C. medica*)的一个变形种类,从西域引进]常在寺庙中见到。柚皮或柚叶浸泡的水常用于驱除妖魔鬼怪。在中国新年时,小柑桔树可以在民宅里找到。*C. reticulata* 的通俗名字(正确地是“橘”“桔”,即“吉利”的意思)。

欧洲的葡萄(*Vitis vinifera*)由汉武帝派往西域的使者张骞在公元前2世纪引进中国。葡萄酒最终也经由新疆讲突厥语的民族传入。它在唐朝流行,后来还是输给了中国的粮食酒。石榴(*Punica granatum*)在那以后不久就出现,所有西亚和南亚的普通水果最终都为中国人所知。西瓜来自非洲,果实与种仁一样受人欢迎;它们是华北大部分地区特别令人喜爱的水果。最后,新大陆的水果在港口城市非常流行,特别是热带水果如番木瓜和番石榴(*Psidium guajava*, 番石榴有时别称“女人的狗肉”,因为妇女冬天吃它暖身,如同男人吃狗肉那样,后者通常不为妇女所喜欢)。鳄梨近来也已出现,称为“黄油水果”。欠勒莫牙番茄枝和刺果番茄枝、菠萝和美果橄现在都出现在水果摊上和南方的果园里。

坚果在中国的食物中扮演次要的角色。除了核桃(珍品是波斯的 *Juglans regia*, 从中世纪以来就为中国人所知)、栗子(土产的 *Castanea mollissima*)、榛子(*Corylus*)、榛子等外,果仁也被广泛食用。最重要的是杏仁(*Prunus armeniaca*),西方食用的特殊品种,果肉乏味,完全是为了要其又大又甜的无毒种子才种植,就像巴旦杏一样。杏仁粉和粥或牛奶的混合物用于缓解感冒和喉痛的不适(我可以证明它的有效性)。真正的巴旦杏几乎无人知道,而且一般不吃。前述橄榄树的核在华南的烹调中流行。松果——通常是 *Pinus Koraiensis* 的种子,但其他松树也一样——非常受欢迎,并且据说能使人长寿,尤其是如果有人把松果当做主食的话(松树常青,能活几百年)。其他常青树提供较奇异的坚果:银杏果(*Ginkgo biloba*; 通常称做“白果”,但有时称做“银果”,其中的 *ginkgo* 这个单词是日本式英语的错误转述)和肉豆蔻——红豆杉的核(*Torreya grandis*)。两者均要烤熟。它们既苦又涩,因此常吃以缓解扁桃体肿大和疼痛。

中国的食物烹调比亚洲大部分地方更少使用香草和调味品,但调味品的目录并不小。近东和印度的大多数传统香草和香料都进入了中国:罗勒、胡

芦巴等,无需在此专门提及。中国土生土长的香料则值得说上几句。从很多菜肴来看,大概最具特色和最常见的就是八角(*Illicium spp.*)。其星状的大果实具有强烈的大茴香或甘草味道,尽管它与这两种植物中的任何一种都没有亲族关系。花椒(*Zanthoxylum*)的几个种在中国的不同地方使用,特别是在西部和西南部。这种植物与其英语同名者不相似,这种情况已不止一次了。事实上,它是花椒或花椒属的一个种类,长得多刺的小灌木中或呈不规则延伸的葡萄树状的小树上。这种褐色的小果实,味道既强烈又独特,带点柑桔属的回味。如果大量食用,会使嘴巴和舌头麻木,当然不会有害身体。 138

中国也是桂(*Cinnamomum cassia*)的原产地。嫩枝的皮和晒干的花都被使用,但前者是普通的香料。桂通常译成“樟属植物”,但樟属植物(*C. zeylanicum* 产自南亚)与之品种不同,尽管与桂有近亲关系。两者在中国现代烹调中相互替换使用。

丁香、肉豆蔻和其他东南亚的香料久已使用。各种香草如蓼车、水芹、薄荷和像胡椒似的睡莲(*Brasenia spp.*)在有的地方使用,而且相当节省。很少几种香草被广泛使用,而且作为调料,没有一种比大豆的发酵物和蒜更重要。

咖啡、巧克力和鸦片当然也进入了中国。咖啡(出自粤语 *kafei*)——与世界上用于咖啡豆的几乎所有其他单词一样——源自古埃塞俄比亚语,埃塞俄比亚南部的卡夫(或卡费)省出产小果咖啡,并因此闻名于世。鸦片很早就有了,但直到19世纪英国侵略性地倾销才大量使用。另一个更受世界青睐的名字——可乐(产自西非的 *Cola nitida* 和 *C. acuminata*),现在也进入了中国。更早的是 betel, 菱叶与石灰及槟榔一起咀嚼。这种 betel 果所含的刺激性生物碱由石灰和菱叶中的化学物释放出来,它作为南方的产物在公元4世纪初就已经为人知晓。当时与现在一样,它以马来语名字 *Pinang* 相称(现代普通话叫“槟榔”,但据推测是从中国南部沿海的一种语言中借用而来;在闽南话的一些方言中至今仍叫其 *Pinang*)。

世界上传播最广泛的词——实际上被每种语言所借用——可能具有重大意义,它们是四大咖啡碱植物的名字:咖啡、可可、可乐和茶(可可药是真正的可可碱,而茶除了有咖啡因外,还有茶碱。但这些生物碱全都形成了一个紧密相关的化学组——甲基黄嘌呤)。茶是中国的伟大贡献。从中国普通话里的“茶”产生了波斯/伊朗语中的 *chai*, 还直接引入了蒙古、俄罗斯及东欧的语言中,并产生了日语中的 *ocha* 和许多其他的变形。从闽南话产生了该字在西欧的全部词汇。*Tea* 最初的发音接近于闽南话;除了与爱尔兰的一样保守的方言外,“tay”在18世纪则让位于“tee”。

然而,茶并不为古代中国所知。这个字当时是指任何一种叶子的泡制(这个字在英语中的演变过程则完全颠倒过来——从对一种特定植物的专有名词到包罗一切的名词)。中国早期酿造物的一些其他来源,我们已经说过的有“香水月季”和“湖北茶海棠苹果”;菊花和草药在中国常用做茶的原料,并且任何凉性的东西(从冷而甜的豆粥到啤酒)直到今天仍称做凉茶。该词一直到唐朝时才逐渐变成主要指 *Camellia sinensis* 的泡制。这种灌木(非常漂亮,类似于其他开白花的山茶)长在中国—印度—缅甸的边界地带;无人敢完全肯定它长在何处,因为野生茶从未确切地被找到过。该地区的山民咀嚼腌泡过的茶叶(一种茶的泡菜),缅甸语叫做 *miang*, 它被认为是一种非常古老的配制品。茶作为一种原生的酿造物可能移植到了现在的华南。茶引入中华文明的经典传说是,将禅宗介绍到中国的僧人菩提德玛面壁沉思后睡着了。他很懊恼,以至割掉了眼皮,这些眼皮掉到地上后长成了茶树丛。除去幽默的虚构成分,这则故事告诉我们,茶来自公元5世纪左右的印度,由僧侣带到中国,他们在沉思中喝茶以便保持清醒。即使这则故事不完整,起码也是可信的。但茶的真正流行要归功于一本书,即陆羽的《茶经》(1974年)。这部晚唐(8世纪)的著作所引发的崇尚茶道、茶艺之风,在东亚持续至今,并以日本茶道为顶点,在川烟安生的小说《千鹤》中得到了非常充分的(和讽刺性的)描述。陆羽是一位纯粹主义者,他将加了调料的茶这一类事物描写成不过是“沟渠里的泔水”(我觉得奇怪,他应该指的是提味的茶和咖啡才对)。而其他人在已经喝放了调料和花的茶;茉莉花茶是今日华北最流行的饮料(真正的茉莉,是近东或印度的一种植物,在4世纪被嵇含记载为来自南方的舶来品)。与唐朝的绝大多数舶来品不同,茶在唐朝末年和随后的更加乡土主义的时期幸存了下来,无疑因为其不仅具有起兴奋作用的价值,而且口味又极佳。

目前配制的茶有三种:鲜绿、略微发酵(乌龙茶等)和黑色。绿茶由一种相当复杂的工艺焙干,不用发酵。黑茶在受控制的环境下经过相当一段时间的发酵。中国人注意到了这种酿造物的红颜色,而不是干茶叶的黑颜色,故称其为红茶。绿茶在所有的语言中均称绿茶,中文也叫“青茶”。

中国的主要种茶地区在福建省及其周围地区(那里讲闽语,所以“te”这个字被广泛借用),包括台湾岛,它与福建隔海相望,主要讲闽语。最好的茶一般被认为是福建的龙井茶和台湾北部的乌龙茶(原文如此,但正确的说法应该是浙江的龙井茶和福建的乌龙茶——译者注),但有许多人热爱自己本地的茶,他们极其信赖其家乡的泡茶。红茶在中国不怎么受喜爱,也未大量使用,因此尽管优秀的红茶确实出自云南及别处,但最好的仍是来自印度的

那些,像大吉岭茶之类(云南也种咖啡,但不如茶有特色)。在西藏及邻近地区,茶与奶或酥油混合在一起后饮用。西藏的民族食品为酥油茶拌糌粑。在唐朝,中国人也喝加了奶和黄油的茶。

鸦片和烟草是烟,不是食物,但中国的习语为“吃烟”,所以它们值得在这里提一下。鸦片在很久以前来自近东,但直到19世纪初英国人在中国的强制推销才流行起来,或广泛应用;烟草是新大陆的一种作物,16世纪传入,并自那时起传播开来。鸦片嗜好在大陆实际上已灭绝,在台湾也很罕见,但在香港却仍然盛行,更浓烈的鸦片衍生物,如吗啡、可待因、海洛因等,在那里取代了未加工的毒品。鸦片烟中含树脂的气味直到近代才成为香港某些地方的平常气味,但现在已相当罕见。烟草如今在中国人中间是最重要的麻醉品。几乎所有的男人和很大一部分的妇女均吸烟;香烟实际上是烟草使用的惟一形式,尽管人们仍然偶尔能看到烟袋,包括用大竹筒做成的漂亮而古老的水烟袋。中国曾做过一些反对吸烟的努力,但香港和台湾几乎没有采取行动,而且吸烟也在海外华人中蔓延。有人预言,肺癌已经成为死亡的主要原因,且呈上升趋势,而吸烟引起的其影响健康的后果(从咳嗽到心脏病)也越发常见。

中国人总是迷恋镇静药,而不是迷幻剂。酒、烟草和鸦片居于支配地位。就连起兴奋作用的茶在大部分地区也是冲淡了才喝。尽管整群的致幻型植物——印度大麻、草乌、天仙子包括蛤蟆菌(至少在东北)在内的各种蘑菇,乃至更多的其他致幻型植物,在古时就已认识和广泛传播,但中国人却从未使用过。中世纪时期的道家炼金术士和追求长生不老者曾大量吞服这些麻醉药品以及可以想像到的几乎其他一切东西,但他们通常只是一小群精英人物。与此相应,民间采用自我诱导的催眠状态。我和其他人类学家曾目睹了很多此类催眠术,视之为精神着魔;在这样的活动中不使用药物,或仅使用很少一点(人们在这样的活动中可以吸烟、喝酒甚至抽一点儿鸦片)。一般说来,从中国南部起的整个东亚避免使用迷幻剂,盛行依靠自我诱导的催眠。产生这种情况的根本原因大概是费用和肉体损伤的可能性;道家的炼金术一般不可能渗入到社会等级制度的下层,也不可能在中世纪晚期匮乏岁月中幸存下来,因为资金和人力两方面均太昂贵了。儒家道义就出于这些原因而反对它,但其最终衰落则是因为它导致人猝死,而不是长寿;而且中国文化中任何用麻醉药品诱导兴奋的极端倾向都与之一起废弃了。今日华人社会对印度大麻之类惊恐拒之,将其视为异己的和危险的物品(在烟草普遍接受的特定情况下,这颇具讽刺性)。

动物类食品

141 在世界范围内,食用的水生动物比陆地动物种类更多。中国人不吃的动物很少,任何水生的东西基本上都是准予捕获的对象。海蜇、海参、海牛、帽贝、茗荷介、海蛇、海鸥及其他每一种生在海水或淡水中的生物,只要值得获取,就有地方在吃。也有一些避免食用,但有地域限制。我在香港认识的渔民认为,像茗荷介之类的小生物太小,犯不着去花力气捕食(除了在饥荒中),而且避免食用锯鳃、鲟鱼、鲸和海豚,因为这些都是“圣鱼”,被神明列为禁忌。但在中国其他地方,所有这些都被食用。

在水生食物中,传统的中国人最喜爱之物组成了一个奇特的群体,包括海参、鲨鱼翅、虾、蟹、鲤科鱼、鲟科鱼(石斑鱼)、黑脊鲟鱼、牡蛎和一些其他的双壳贝。汉人本来是一个靠近河边的内地民族,主要的鱼类资源为鳊鱼和鲤鱼。后者的一些品种很早就已养殖,周朝时被捕获放养在池塘中,周朝末年开始有选择地在养鱼塘里繁殖。除了普通鲤鱼(*Cyprinus carpio*)在中国养殖、并在中世纪传播到全世界以外,还有欧洲鲫(*Carassius auratus*——金鱼是这个鱼种中选择性繁殖的观赏品种)、草鱼或圆腹雅罗鱼(*Ctenopharyngodon idellus*)、青鱼、大头鱼或鳊鱼(*Aristichthys nobilis*)和白鲢(*Hypophthalmichthys molitrix*)[凌绍文(音译),1977年]。这些鱼中的前两种无疑是养殖的;古代的很多养殖种类至今仍存。鲮(*Mugil cephalus*)、鳗(*Anguilla* spp.),以及有时其他的鱼被当做野生的仔鱼和鱼苗捕获,并放在池塘里养大。这些淡水鱼肉质洁白而结实,味道可口,由此成为鱼的质量标准。喂养得法的鱼不会有泥土味;泥土味是由污物喂养引起的,也因吸收污浊死水中的某种藻类所产生的东西而引起的,因此我们才把泥土味与鲤科鱼联系在了一起。中国的池塘保持着活水;喂养和催肥都是周密安排的;池塘在收获时放水并排干。养殖得法的鱼因此很少有臭味。

具有相似性质的海水鱼(肉白而味美,虽结实却不需咀嚼)自然最受人喜爱。肉质较软的海水鱼也可以接受,特别是用于鱼丸和其他低廉的使用上,但是强壮、肥硕、坚韧、油多的鱼,像鲈鱼、鲑、金枪鱼和箭鱼之类,在日本和西方大部分地区受到钟爱,在中国则受到轻视。我听说一家金枪鱼罐头厂将本来在其他情况下当做肥料的劣质鱼销售出去,这被认为是骗取西方国家的一种好方法。我对西方人喜欢金枪鱼的解释在那里受到怀疑。

比起龙虾来(中国的龙虾是“有棘状突起的”品种,即龙虾属的不同种。)

还是虾和蟹更受喜爱,但所有甲壳类的动物均受青睐,甚至低等的口脚类动物在煮过后也可以非常可口,泥龙虾也被看好。在软体动物中,双壳贝排在蜗牛之上,牡蛎和笔贝则被认为是精品。小的蛤类(包括扇贝)和蜗牛不适于讲究饮食的人,但有一个例外值得提出,就是美味可口的大油螺和鲍类(*Haliotis* spp.)。这些大蜗牛被弄成大块后可以用很多方式烹调,且是最受重视的食品之一。中国产的鲍鱼现在减少了;自本世纪初起就从加利福尼亚和下加利福尼亚进口。油螺和鲍鱼耐嚼味浓;我猜测它们的味道是从一些居住在沿海的人那里模仿来的,这些人是一些不知名的和湮没无闻的人士。海参(专业地说,海参是多属的)在晒干后出售;燉煮后变成凝胶状,耐嚼并略含鱼味。142 海参的主要长处是中国烹调法里常见的,且深受喜爱;它们吸收并增加与之一同烹调的其他食物的味道,为这些味道提供一种载体,从而耐嚼,柔滑,蛋白质高,容易消化。鲨鱼翅因同样的原因也受喜爱(如同很多的蘑菇和地衣,可吃的燕窝、牛腱和烹饪中其他几样昂贵的东西那样,外国人对此觉得很奇怪)。它们的味道更明显,让人一吃就知道是上品海鱼,而且也在晒干后出售,用于长时间的烧煮;一盘鲨鱼翅菜肴有点介于稠汤和薄羹之间,在婚宴和其他重要场合,它是传统的菜肴——实际上在富人之中是必不可少的菜肴。

鱼鳔(鱼的食管)略排在这些之后,但也很受欢迎。最后,海产品中大概最好的应数晒干的卵块,有时稍微用盐腌;它们至少像鱼子酱一样好吃,尽管干的和耐嚼的比湿的好。它们被切成片后炒或蒸。一些最好的干卵块出自海鲈(*Lates*)。某些鱼产品会派生出神秘的信条;大鲈科鱼的鱼鳔和一些其他部位据说会给食者带来力量,而其鱼鳃上的寄生虫则更有效力。实际上因海味产生了一门复杂的医药学;一些蟹是凉性的,另一些蟹则是热性的。有些虾和另外一些介壳类的动物会使性病加重,假如一个男人在男性聚会上拒绝食用它们,就会引发低级趣味的戏谑。

① 海鲜应该“鲜”。在一定程度上由于意识到有寄生虫,鱼极少像在日本那样被生吃;不过在唐朝时的中国以及较晚近时期的南方,生鱼曾经受到欢迎。但鱼不宜过度烹煮,也不能长时间地脱离水。在古代,而且往往也在今天,餐馆会将鱼养在水池里。海滨小饭店会有小渔船:旧船舱被钢丝网所取代,鱼和介壳之类养在天然环境之中。很多渔民转向经营活鱼的业务。这些人以船为家,周围都是渔船,他们从船上买活鱼再卖给美食家,并以此为生。美食家们会拿着它们奔(不是走)向最近的餐馆。富庶城市的水污染结束了这种做法,这对美食家来说是永久的遗憾,因为这样养的和水池里的鱼之间的差别(更不用说死鱼了),反差实在太大[我曾住在香港青山湾的一户船民家,与郭伟德(音译)及其家人一起生活在帆船队中,这是我一生中最快乐的几个

月,他们也是我迄今所认识的最好的人。我买了海鲜跑到从前当过渔民的谭木桥(音译)开的高档餐馆去。我吃到了迄今或者将来都是最好的东西。青山湾的水现在太脏了,鱼因而被养在水池里;那就大不一样了。]

143 好的海鲜烹调术就是保持原味。典型的做法是将鱼与传统的“鱼味”——油、蒜和/或大葱以及生姜放在一起蒸,往往还在加工至某种程度时加入酒、酱油、干桔皮、木耳或一二根芫荽叶(菜单上的“鱼香茄子”不是指味道像鱼的茄子,而是指用这些东西提味的茄子)。在香港,白煮虾最受喜爱;食用时常蘸酱油和辣椒汁。蟹要尽可能清蒸,蘸点红醋。当然,鱼的烹调方法可以非常复杂,但这类方法多用于低档鱼。

旧中国缺少食物冷藏技术,气候又是炎热潮湿,从而使腌鱼很重要。略微用盐腌过的鱼相当容易变坏,鱼坏了最好不吃,而最糟糕的是会发生危险。不仅会食物中毒,而且鱼肉中因细菌分解产生的亚硝酸胺会致癌,这也很危险。然而,腌透的鱼则是真正的美味。鱼体薄,肉质紧,这种鱼最好;盐能完全渗透,鱼也不会变为软块。黑脊鲷鱼和白姑鱼是这样食用的典型。它们常被“藏在盐里”——埋在盐中是一种完全彻底的腌法,而不是仅仅用盐擦一下。然后有时把它们切成大块,放到植物油中。较小的鱼则像小虾一样简单晒干,后者叫做“虾子”或“虾儿”,是一样普通的调味品。举例来说,常与甘蓝一起炒。小虾也做成虾酱。将活虾装在桶里,放上足量的盐以消除微生物的活动,虾自我消化,形成一种紫红色的高营养的好食品,容易消化,具有相当强烈但却有趣的味道。在马来人社会有一种与此基本上相同的东西,叫做 *belachan*。用鱼代替虾做成的类似产品是整个东南亚的烹调特色:菲律宾的 *bagung* 和 *patis*,越南的 *nuoc mam*(鱼露)等。*Patis* 和 *nuoc mam* 是从自溶的酿造物中沥出的液体;*bagung*、*balachan* 和中国的虾酱则是固体。中国人显然从东南亚的民族那里学会了这种技艺,但没有真正用在虾酱上;它在南方内地运用得还算广泛,但没有东南亚生活经历的中国人却吃得不多。排斥这种食品的西方人应该记得,鲛酱(罗马鱼汁的派生物)是同一种东西,而且味道更加浓烈。这样的产品不易坏掉,不会发酸(与通俗文学作品中频频出现的错误看法相反),却易消化。

大部分动物性蛋白质出自近水处,因此所有东亚人的最佳食物均为水生食物。对世界日益增长的食物产业来说,最大的潜力在于经营海洋;只有中国人和日本人大力发掘其潜力。他们的口味左右其发展战略,较之西方正统农业模式,其指导方针更具前景。水产业与水稻农业天然地连接在一起。正是在这一点上,我们从中国的食物生态学中更多地看到了口味与生态学之间的相互反馈和互利关系。中国人对水生食物的爱好可以一直追溯到最早的

书面记载、乃至最早的艺术之中,因为半坡陶器上的图案突出了鱼,该遗址中发掘出的骨头也证实了河鱼是一种重要的食物。

公元前 5000 年前的新石器时代,村民主要的肉类动物是猪和鸡,与今日中国一样。村民们也饲养和食用绵羊以及狗,与现在的中国人吃得一样。不久以后,牛、水牛和鸭子加入了进来,因此中国人的肉食名册基本齐全。猪、绵羊和水牛显然是在中国独立驯养出来,大约同时它们也在近东驯养;要不驯养水牛就与印度同时。鸭子(凫, *Anas platyrhynchos*)可能在中国驯养后传到了西方,像鲤鱼那样。中国的鹅与欧洲驯养的鹅品种不同(*Anser cygnoides* 对 *Anser anser*),所以绝对是中国单独驯养的;水牛本来就与印度驯养的种类不同。狗、牛和山羊(后者在公元前 3000 年左右出现)是从近东引入中国的。凡此种构成中国的家禽家畜,而一些小动物则属例外(兔、鸽、珍珠鸡以及一些像美洲火鸡和麝香鸭之类的新来者)。马为人熟知,用途很广,但很少食用,纯粹是由于很难得到;马在中国古代是一道美味,但马肝避免食用;人们认为它有毒(早期文献谈到这一点有根有据,以至我怀疑马的肝脏里确实集中了某些食物的毒素)。猫、鼠、小鼠及其他动物在中国也被食用,不过很罕见;与西方现时的某些陈规旧习相反。每一种能找到的野生动物都在某地被某人吃过,中国人早期在很大程度上就靠猎物为生;当文明向前发展时,猎物越来越少,但今天依然非常受欢迎。蛇、蛙(在用作食物时称“田鸡”)、蚱蜢及其他小猎物都像大的猎兽一样受到欢迎,这往往是由于民间疗法根深蒂固的缘故。

我要从“付地租的绅士”开始:中国人也许很好地借用了爱尔兰人对猪的这一称呼。猪在中国是压倒性的主要肉食来源,其重要性比其他所有陆地动物都大。它是富人的日常肉食,穷人的节庆膳食,油和工业产品的来源,生活中不可缺少的东西。它是如此常见,以至中国的饲养场拥有世界上绝大部分的猪。传统食用猪体瘦、生长相当缓慢,但极能繁殖、强健、抗病,作为肉食和用油的动物质地优良。现代的异型杂交产生了生长较快但其他方面差的动物,因此中国的猪肉令人沮丧地退化了;人们正试图扭转这种状况。习惯上,猪长得不够肥,不足以成为食用油的主要来源,但在一些地区(特别是福建省和云南省,以及中南部一些多山地区),猪充当了这一角色。至于猪的烹调,我只能说,需要与本书篇幅相同的另一本书对之专门论述,而在这里只能作些概述。猪的每一部分都以一切可以想像得到的方法来利用(甚至鬃毛也适于做牙签、串肉扦和洗涤食物的刷子)。尤其是在福建,人们把猪血凝固后再烹炒。上等的香肠和火腿被制作出来;产自云南高原的火腿是世界上最好的

火腿之一。与意大利式蒜味咸腊肠一样,香肠往往用乳酸杆菌发酵,并且酒精含量高的烈酒常是防腐剂的一部分。

145 在哺乳动物的肉中,羊肉可能永远落在第二位。羊肉主要在西部特别是在穆斯林与少数民族中食用,至于绵羊肉还是小山羊肉并不重要。然而由于源自印度的尚牛之风与佛教一起传入,传统的中国人避免食用牛肉,因此牛肉的食用就很少见。现在倾向于认为,牛太有用处了,不能被如此轻视。大概更有说服力的事实是,中国的牛肉(传统上来自长期拉犁耕田后死去的牛)味道不好。确实,经比较之后,鞋用皮革就是明证。但牛脊髓切成片炒蔬菜却很好吃。

众所周知,东亚民族很少食用奶制品。奶被认为是人类女性喂养婴儿的食物。汉人和中国的大多数少数民族避免食用所有的奶类食物。重要的例外是居住在中国西部的游牧民族部落或受游牧影响的民族。不仅仅蒙古人、突厥语族的游牧部落(不是那些定居的部落)和西藏人,就连西部的汉人都吃酸奶酪、干酪、马奶酒(其味道像加了烈酒的脱脂稀乳)以及其他发酵食品。

亚洲的大部分人(以及世界上的大部分人)在6岁或更大一些时便停止产生乳糖酶,因而他们不能消化乳糖,大量鲜奶会使他们消化不良。但乳酸杆菌分解了乳糖,产生了乳酸,有助于保存由此形成的酸奶酪。酿马奶酒的酵母菌也分解乳糖,但只在马奶中发酵;其他奶中糖和磷太少,不能培育出它们。游牧民族部落还制作低档的干酪。黄油在这些民族中除了是通用的药膏外,还是主要的烹调用油;黄油发酵后可以贮存(而且这样吃起来有点像干酪),是西藏游牧民族偏爱的食物(由于气候凉爽,保管妥善,它不会变坏,但会老化;吃干酪的西方人把这种黄油说成是腐臭的,其原因尚不清楚)。

东亚人为什么不吃奶制品,人们苦苦寻求解释。与印度在东南亚的影响失败一样奇怪,中亚的奶制品在中国的传播失败了,即使云南和中亚边界的汉人(很多人可能是祖先汉化的蒙古人和西藏人)也都喜欢酸奶酪。在中世纪,东南亚信仰印度教和佛教的增长与食用奶制品的增长相一致,如同唐朝时印度在中国的影响增强一样。但奶制品的食用减少了,这不完全归因于印度宗教的衰落,因为缅甸和泰国仍然还是彻底的佛教国家,却几乎全面抵制奶制品。令人惊异的是,酸奶酪在苏门答腊的巴塔克族人和米南卡保族人中还保留着不稳定的立足点,而这两个民族直到最近还与外界隔绝。奶酪在那里是珍稀美味,我相信这是公元600—1200年印度化的伟大时代中很多遗迹之一。

东亚的成年人缺乏乳糖酶,近来有人据此对这种不吃奶制品的现象进行解释,但这没有阻止印度人和中亚人依靠奶制品供给大部分动物蛋白质。中

国的传统解释当然有部分是正确的,即对中亚人的偏见和避免在经济上依赖他们的愿望。因为中国没有好的牧场,大部分奶制品必须进口。加之进口马匹的传统,因此这就得永远依靠中亚来供应畜力了。另一种依赖则无疑太昂贵和太屈辱了。可是这并不能解释东南亚同样拒绝奶制品的突出现象。人们只能归之于环境,不仅不适于养牛,并且也不适于保存牛奶,哪怕是酸奶酪或干酪。牛奶加工太困难、太昂贵,也不安全。牛和水牛被大量饲养,却当做役畜使用,它们的奶只能够喂养自己的牛崽。环顾世界,酷热潮湿的地区不适于传统品系牛的生长,尽管在印度,牛的品系和技术发展起来,但这得归因于宗教和对环境的抗争。中国人和东南亚人更为明智地投资到豆和鱼中去获取蛋白质(大豆现在提供相当于包括酸奶酪和干酪在内的所有奶制品的蛋白质)。如今罐装奶和其他奶制品的兴起和流行,表明过去不吃奶制品,既不是因为天生不喜欢,也不是因为任何根深蒂固的反对或禁忌。的确,华南的一些菜肴如今在深受欧洲影响的“奶油沙司”中加入了淡炼乳;它已彻底中国化了。然而,干酪通常对中国人来说太难咽了——我听到一种形象说法,翻译出来就是“老牛肚子里的粘液排泄物,任其腐烂”。中国人即使学会了吃这种食品,通常也仅限于最柔和的“美国干酪”型食品。 146

在次要的动物中,狗也许很突出。这种所谓的“香肉”是古时候全中国的一道好菜,如今则仅限于南方;尽管在北方,伊斯兰教可能还有佛教的影响,使之不再流行,尽管在《孟子》和《礼记》之类经书中狗肉地位很高。在南方,主要为了冬天暖身才吃狗肉,因为它含脂肪多。小狗肉很嫩,很好吃,但狗肉一般来说坚韧和过肥,按任何人的标准来看都不是美味。猫极少被食用,但有一道菜肴称“龙、虎、凤”,则是用蛇、猫和鸡做成。我想这是世界上最夸大其名的菜肴之一。^④吃这道菜更多地是出于医疗所需,而不是味觉。

家禽是节日的膳食,习惯用于从祭祀敬神到招待亲友等各种特别的场合,在其他情况中吃得不多;家禽以前很贵,直到最近才便宜下来。喂养它们很费功夫。如有好厨师当家,后院里的家禽也最幸运。它们一生都吃餐桌上剩余的世界上最精美的菜肴,结果它们的味道鲜美得令人难以置信,尤其是鸽子(*Columba livia*,大概在中世纪从中东传入),其美味只有用芝麻专门喂养出来的鸡才能比得上,这种鸡,在细嫩时宰杀,是海南岛的民族菜肴——鸡饭的特有原料。鸡煮熟后,米放在其原汁里煮熟,更多一些的原汁则成了汤,于是这三道菜的饭食配上各种调味汁和配菜一起食用。一餐可口的鸡饭比我曾高档中餐馆里吃过的任何膳食都更好,但这种鸡必须喂养得法。北京鸭,以质量取胜,也全靠喂养得法,因此中国权威的烹调书中的食谱是从鸭蛋开始说起,并且告诉未来的厨师,这种禽类要如何孵卵、孵出及饲养,如何才 147

能使它们不致变成别的品种。北京鸭的烹调,没有几一頁的篇幅是无法讲清的。

家禽几乎与猪肉一样用途广泛,尽管还无人想出如何去吃羽毛,且无人用鸡做香肠或腌肉(新鲜时太具价值了)。然而鸭却被腌制,尤其是做成压平晒干的腊鸭。血、舌和脑是家禽的精华。“叫化鸡”通常由鸡被塞入填料,并用厚厚的一团泥封住放在火上(或炉上)烤制而成。这道菜起源于乞丐中,他们因穷途末路而落魄到了“借”一二只鸡;泥团大概是作为掩饰(“鸡?什么鸡?你想看什么,随便看吧。”同样地,地中海国家的“土匪羔羊”也是包起来埋在灰里制成的)。泥团也把香味封在里面,所以烤肉逐渐变得鲜美。像莲这类的叶子,能把其自身的香气渗进去,因此在泥全部涂遍之前就用这些叶子把鸡裹好。

蛇肉据说是热性的,能滋补,主要为药用。蛇越有毒,其药用价值就越高。通常烹制的蛇肉与鸡的白肉实际上难以区别。与狗一样,蛇如今在北方也不食用,但这又是最近外来观念的影响。蛇很昂贵,因此主要在冬天食用。青蛙很受欢迎;如同在法国那样,吃的是其美味的腿,因为腿上有大块的肉。蚱蜢、蝎和其他昆虫则数千年来都是救荒的食物。油炸蚱蜢味美,在一些地区当做乡村的小吃(它们并不非常好吃,但也不比美国的开胃小吃味差)。任何一种野生动物均可食用,至少在饥荒时期是这样。但值得注意的只有那些具有传统药用价值的野生动物。生命力很强,或外表奇特、行为怪异的动物,常被认为具有特殊的力量;它们是“补品”。著名的补品有穿山甲、猪、软壳甲鱼、龟、斑鳢(某些人说)、肉食鸟、野鸭和相似的猎鸟及几种较大的猎物(龟因像阴茎头,民间传说中具有猥亵的含意。据说龟与蛇交配,所以“龟蛋”是杂种,也是中文里最侮辱人的话之一)。这些动物,有些确具品味,如软壳甲鱼,烹调得法就是上品。另一方面,我能找到的关于穿山甲(一种以蚂蚁和白蚁为主食的有鳞动物)的惟一食谱,则要求将它与中国烹调原料库中几乎每种味浓的东西放在一起长时间燉煮。它似乎有些接近烹调水鸭的西方传统食谱:“将水鸭与块料一起放入水中。煮至块料变软。弃鸭吃块料。”巫术和民间疗法仅差一步之遥。猫头鹰汤治头痛,“白鹤”(egret)羹则吃了长寿,干海马煮欧夜鹰医治丧魂失魄,其他民间小秘方也在乡村发现,有些并已列入中国的经典草药传统之中。然而,它们对中国人饮食的贡献则微不足道。

卡尔文·施瓦布在其著作《不足挂齿的烹调法》(1979年)中,详细评论了中国人将几乎所有的东西做成美味,以及将几乎所有的动物当做食物来吃的的能力。把害虫吃掉,或至少喂猪和鸡,比将毒药喷洒其上并殃及其他一切东西当然更有意义。尽可能地利用各种生态系统来充分开发地球资源也是

格外明智的。相对较少的饮食禁忌,使中国人取得了举世无双的成就:无与伦比地维持社会平衡,长期养活世界上最多的人口。正如施瓦布指出的,一个并非仅仅只能利用少数几种动物,而且其中一种(奶牛)又未被充分利用的社会,是绝非要注定受苦的。

第九章 一些基本的烹调法

烹调术

中国的烹调是一种匮乏型烹调。皇帝和军阀可能样样都有,但绝大多数中国人却在缺乏燃料、烹调油、厨房用具乃至水的情况下度日。如今盛行于西方精英居住区的烹调用具大商店内的设施不可能存在于中国。中国人的独创性走向从生态学来讲较为合理的另一个方向:设计尽可能通用的用具,用于可以想像到的每一项工作。

中国传统家庭以炉灶为中心,炉灶如此重要,以至中国人分家的用语被说成是“分灶”。我曾住在中国人的住宅里,了解到除家庭的卧室和炉灶外,外人可以随意使用任何物品。房主(如果拥有房屋及其地基的所有权)保留使用大灶的权利;房间的租用者们则必须自备可移动的炉子。

大灶是一项给人以深刻印象的创造。它似乎在汉朝之前就形成最终的形制;汉墓中可看到充分成熟的模型。它高二三英尺,覆盖的面积达到6平方英尺或者更多,由砖或砖坯砌成。通常是长方形,也可以建造成不规则形,随房屋所依岩基而定。炉灶将中心置于炉膛口,通向燃料燃烧的炉膛,其上起燃烧室作用的孔。锅可以密置于其上,所以没有热量逸出。砖墙使炉膛绝热。因此即使是非常低劣的少量燃料也足以烧煮大量的食物。

传统的活动炉子与其很相似,但用陶器做成。如今则通常制成一种老式的镀锌桶,并根据使用目的加以适当剪裁。活动炉子也有其他形制。如今,小煤油炉趋向于取代较老的样式,而在香港和其他富裕的城市地区,全套的电炉和煤气炉、煮饭锅等当然是标准的样式。

老式的砖灶是神的宅邸。内殿神为家庭的保护神,他与在前门护宅的门神是十分亲密的伙伴。灶王爷或厨房神洞悉家庭的所有生活事务;丰富而忙

碌的家庭世界中,大到生死婚嫁,小至喜怒哀乐,灶王爷最先获悉。一年中最后一个满月之时或前后,他要去天上的另一个世界汇报;大多数家庭在灶旁供奉着他的小肖像,并在这时往其嘴里抹上粘的甜东西(麦芽糖浆之类),于是他会说得少,并且说的全部都是愉快的事。这种游戏性的小仪式一定会成为家庭主妇酸甜苦辣的回味时光,她们主持其祭仪。

大多数中国厨师可能会认为不可缺少的用具,就是刀。“刀”这个字表示切割类用具;该字最初是刀的一个图形。如今最普通的刀是矩形的大菜刀。刀的形状和大小多种多样,从大的、厚的、方的、砍骨头的屠夫大砍刀,到削片小刀。其次最普通的是尖头刀,用于剔骨、切片或剖开,以及其他这一类任务。窄刃刀与西方的那些刀一样很少被使用;用途不够多样,而且刀身重量不够,不能有效地切出大块。用刀执行的基本任务是剁,但也常用于切片。中国厨师在这两方面均非常娴熟,以至能将可切的任何东西切成匀整的甚至精确到理想厚度的断面,操作得比眼睛能跟上的速度还要快。《庄子》里有一个著名的故事,在传统时代为所有识字的和很多不识字的中国人所熟知,讲的是一名屠夫使用一把20年未磨过的大砍刀,因为非常清楚骨节间的空隙,能纯粹分解骨头而不需剁。成千上万的屠户至今仍遵循着其做法(虽然他们确实不得不磨快大砍刀)。

切——不管是肉还是蔬菜通常都被斜切;这使一块东西形成宽阔的表面,烹调速度加快,调味品渗透广泛。肉片可以“薄得漂起来”,薄到透明。如果肉被冷冻并已部分融化,则有助于切薄,但传统的厨师将它蔑称为现代的“捷径”。刀也可用于从剪指甲到劈柴火等工作,搏斗时则成为一件致命的武器。

食物烹调的几乎全部准备工作都可以用菜刀来做:剖开和弄干净鱼、剁肉和蔬菜、刮皮和削皮、去肉皮、剁肉糜(用两把菜刀,一只手拿一把)等。切好的原料被扫在菜刀的宽刃上下到锅里。其他用具很少是烹调绝对不可缺少的。最广泛使用的也许是筷子。筷子被当做夹子、搅动器、搅拌器、粗滤器、重排器等来使用。长柄杓和带有钢丝网的长柄杓(适于从汤里捞出东西)则是必不可少的。锅铲为安在长柄上的梯形平刃,适合做刮铲、刮刀、大匙,尤其是搅拌器,也同样是必不可少的。最后,切菜砧板通常为约9英寸宽的木板,很有用处。

装备齐全的厨房可能拥有更多特殊功能的用具。其中有:

搅蛋器,柄上有一圈螺旋形的金属丝网。

适于擀馄饨皮等的小擀杖,大概有好几种不同的尺寸。通常没有 151

柄。传统的擀杖杖中间方向渐渐增粗(纺锤状),但并非必不可少,日常可使用一节传力杆。非常高档的厨房具备带印模的擀杖,与有弹性的擀杖一样,用于擀出面上有凸起图案的小饼。

做月饼的模子。

做薄饼的模子,两个金属的圆盘(带印模,或不带),由铰链连接,带柄,可夹紧物品。

洗菜用的滤器。

一副杵臼(但大多数厨师用刀,将刀柄用作杵,并将任何一个盘子用作臼)。

大小和形状不同的菜刀,两三种型号的长柄杓,两者均坚实,有钢丝网。

现代的厨房将加上烤奶蛋格子饼的夹板铁模、煮饭锅及其他临时拼凑的舶来品。

还有肇始于镬的锅和无盖的浅锅。“镬”是广东话,中国普通话叫“锅”。作为中国厨房设施,镬好像出现较晚;大约只有2,000年。我所知道的最早的镬,是汉朝的墓葬中置于陶制炉灶模型上的小陶器模型。因为同种的无盖浅锅在印度和东南亚很普及,在几种语言里都叫做 *kuali*,我非常怀疑这是借用了外来语(可能是从印度经由中亚)——锅准是从近似 *kuali* 的某个单词演化而来的。镬对炒来说实际上是必不可少的,因此我推断这种烹调技术是汉朝的发明,可能是外来技术的引进或是引进技术的改造。镬的主要优点及其在南亚的主要特定功能,是食物炖在镬里时,液体蒸发很快,因为液体表面很宽,镬的周边呈平滑曲面,使火焰或热气能均匀地沿整个容器平稳地迅速升腾。镬可能完全演化成了做咖喱的用具,液体在其中浓缩成浓汁,甚或结成通常所要的硬皮。镬还非常适合于炒,这一用途肯定已有很长时间了。平稳而均匀地辐射热量,是镬的第二个与众不同的重要特征。它特别节省燃料——无盖浅锅很少有比它更能节省了。

镬应该是厚厚的,用升温相当缓慢的物质来制造;否则便难以防止食物在锅底烧糊。最初的镬当然差不多都是陶器的;类似形状的陶制锅(带有宽而薄的盖子)在东南亚用于炖煮,慢慢浓缩液体。如今优质的镬用铸铁制造。铝镬迅速增加但品质低劣,因为铝传热太快。老式的软铁镬,与其在西方的对应物——铸铁的长柄平底锅一样,也给饮食增加了大量的铁,因为一些铁溶入食物之中(尼日利亚贫血症据考察是跟随着铝锅推销员的足迹而流行开来;当地过去的饮食中,铁的惟一丰富来源是软铁锅)。今天,不易腐蚀的铁

或钢被使用,所以这种饮食来源已微不足道了。

中国仍在最广泛使用的最古老的烹调器皿,当推较深的有盖的锅。在这种锅里煮和蒸——在中国仍是主要的烹调方法(炒远远地落在第三位),并且是在镬的时代出现之前惟一正规的使用方法。在新石器时代,有孔的陶制圆盘或浅盘被腾空放置在半空中或在其他状态中被固定起来。就蒸而言,中国人使用有弯木作边和竹条衬底的圆竹盘。食物盘放置其上,接着放在锅里(在水、汤或米的上面)。也可以简单地把食物盘放在正煮着的饭上,整个儿盖上盖,从而做成有多道菜的一锅饭——一种平常使用的简洁诀窍。蒸的器皿,叫做“蒸笼”(Steaming baskets),有各种尺码,从供个人小吃的二三英寸的十字形蒸笼,一直到餐馆里大量进料的直径一米或更大的蒸笼。

现代的锅用金属制造,但还没有老式陶制饭锅的真正替代物。陶锅多孔,高度隔热,即使置于无法控制的木柴和秸秆旺火上,煮饭也能达到蓬松、均匀的效果。内层上釉的陶锅,孔里还能保留足够的陈汁,煮过的饭食留下的美味香气给饭和羹提味;其只要从不长久闲置,就不会有哈喇味,惟余味犹存,正合所需。用砂捏和烧炼而成的陶器叫做“砂锅”,它对于羹及砂锅菜品仍是绝对必需的,这些菜在好的餐馆和厨房里总是在砂锅里做好的。现在一些最高档的餐馆,通常形成了砂锅煲的特色;只有老厨师(并有一套老砂锅)才会尝试这类柔和、精致、烹调缓慢的技艺。

砂质粘土做成的蒸盘和平底的混合碗也会经常看到。完全上釉的器皿很像大的丸药盒,现在大多用于盛放干食物,它真正适合于做非常缓慢的蒸-炖菜肴,这叫做“炖”(炖可能与印度单词 *dum* 同源,烹调加工非常相似)。从勺子、长柄勺到泡菜坛和鸦片罐等厨房设备出自同样的原料。其构造简单:普通粘土与沙或类似物质掺和在一块,盘绕成型或在转盘上转动,并用水、粘土和窖中炭灰的混合物涂上泥釉。日本人真正喜欢这种东西的派生物,如他们的 *raku*、*seto* 及其他制品。

典型的厨房应该有一对有盖的金属平底深锅、可能还有几个金属蒸锅,及其他一应俱全的小锅。也应有成系列的坛子,通常用标准的涂灰陶器做成现代的形状。粘土是光滑和均质的糊状物,通常用浅绿色而不是天然的褐色上釉(绿色、白色和暗黄色易于做出灰/长石的泥釉料;其他大部分颜色在一两千年后才被发明出来)。这些坛子用于盛放各种各样东西。它们也用做泡菜坛。最巧妙的是非常古老的一种类型——在早期文化中独一无二——通过将盖子嵌入沿器皿边缘充满水的槽子,获得了绝对不透气的密封发酵性能。这一办法在古代就广泛传开,但显然是在中国创始的。较通常的是将泡菜简单地密封于盐水中。盛泡菜的坛子可以装下从一杯到几加仑容积不等

的东西。

一些锅因特殊目的而存在。传播最广的是蒙古人的酒精炉盆或汽锅,中文叫“火锅”或“打边炉”。环形的容器(像切去一半和挖空的炸面饼圈)配上一根装有燃烧着炭的烟囱。炭加热锅中的水。食者将切成薄片的食物在水中煮熟,然后蘸调味汁吃。锅里的水久之就成了上等的汤,与蔬菜一起做得非常丰盛,由此作为最后一道菜来吃。这种自助餐,很多人认为是中国烹调法的重要特点。

一种较罕见的专用锅用猛火烧制的坚固陶器做成。打开它时,人们会发现里面有一个似火山状物:底部上升成锥体,顶部开口。这种锅出自云南,用于煮鸡。锅合上盖后,放在另一个底部盛些水的更大的有盖锅里,整个儿煮。鸡先是被烤,当水蒸汽升腾通过火山状口时转而成成了蒸,最后当水向上渗过火山状物的边缘时则成了煮。

基本的吃饭用品是筷子、小碗和盛茶或其他饮料的小杯子。较幸运的还会有较大的碗(盛汤和面条)、陶制匙子、茶壶、几个上菜用的盘子,以及盛调味汁和蘸水的小碟子。更精致的招待则增加盆子和高脚器皿,用于盛放下饭的菜(馐)。盛各类酒、肉、汤、羹、谷物及其他一切东西的各种精巧的盘子,是自新石器时代晚期以来精英文化的组成部分。对一个普通家庭来说,开水壶、茶壶和茶杯是基本用品。筷子、匙子和家庭每位成员有一只碗是必不可少的。中国人的好客集中体现在茶上,于是茶具普遍地成为旧式家庭里最好的东西。人们一般自己从煮锅和蒸锅里夹菜,但大多有一两个椭圆形的上菜大盘子用于非常正式的场所。很多人但绝不是所有人有较大的盛面条的碗。

吃过饭和馐之后,喝汤就比较从容了——这时汤会把碗弄干净,收起最后的米饭和调味汁,清洗会更容易。因为茶在古时候是奢侈品,汤也就成了日常饮料。所有厨房用具都可以整洁地套放入一个小木柜或小壁橱。人们可以很容易地明白中国古代的厨房为什么可以很小。一间5平方米的披屋或阳台往往适用于今天。

烹调方法

154 中国的烹调主要是煮和蒸,炒则作为次要但又通用的补充。餐馆的炒比私人家庭要用得多;古代油很贵,因此炒要节制一点。在其他方法中,炸大概是最流行的。嫩煎——食物用一点点油煎,却很少翻动或不翻动,被稀疏但又广泛地应用。烤、炙和烘曾一度很常见,至少就肉而言,但现在主要用于西

方引进的食物；炒似乎已取代了烤，至少部分地可归因于古代人口变得较稠密时肉价的上涨。西式烘制品在中国已流行并广泛传开，但直到最近以前，由于燃料成本高，烘箱空间和原料的困难，致使烘制维持在最低限度。最后，食物极少生吃。中国大多数食物不适于生吃，而其余食物一般被认为不安全。即使在传统时代，用大粪上肥和污水浇灌的食物，不煮过便吃的危险还是众所周知的。

中国烹调之精美与这些基本技术之变化与组合一起出现(弗朗索瓦·萨班提供了详细的报道,1983b)。在《中国烹调百科全书》(1979年)中,肯尼思·罗列出了不下40种食物的配制技术,包括盐腌、晒干和烟熏。其目录无一遗漏——如人们可以通过技术的任何组合来调配菜肴。一道非常著名的菜是回锅肉,在加工中猪肉先放在原汤里煮过,接着被切成片后再炒。在一些菜肴中,配料要经过三四道步骤,或者用几种不同的方法调制的配料可能在烹饪的最后阶段才组合起来。最简单和最广泛流传的组合几乎普遍是在炒中:食物炒过后,接着加入液体(或从食物中煮出来),再煮或蒸一两分钟,这道菜就完成了。

中国烹调整个看来是物尽其用。这点如同农业那样,惟一不能最小化的事就是工作时间。一名优秀的厨师操作敏捷,几乎没有多余的动作,但很多菜肴却涉及复杂的程序。

节省燃料的首要关键是炉灶的设计,炉灶要有封闭的炉膛和放锅的炉眼。第二是注重将食物切成一口大小或更小的块状。更多的关注花费在如何使表面对容积之比的最大化。除了全鱼和家禽整体烹调外,都要彻底切开切碎(分解和收拾干净)。第三,可能是回应快速烹调 and 节省燃料之需,中国人最喜欢略微烹调过的食物。鸡几乎做成生的,蔬菜要脆,海鲜要多汁液。不食用长时间烹调的食物,除非是极少的“炖”羹,合上盖子密封起来,用文火慢慢地煨。像波士顿那种烹调法(在新英格兰,配上蔬菜的煮肉要用文火煨上数小时,豆的烘烤则要长达1天)是不可想像的。第四,烹调在旺火上进行,旺火使这种活计快速完成;小火的烹调会消耗更多的燃料。使用大量燃料的烹调方法,特别是烤和烘,实际上见不到。食物被严密盖住后蒸和煮。第五,大概也最有趣的是,容器的形状按需要加以改造。中国最早的烹调锅有尖尖的底部和棱凸纹的印记。它们笔直地放在灰上,热量向上流过对角的棱凸纹印记,彻底、均匀地在锅内,迅速扩散。棱凸纹印记吸收热气,并使其旋转,确保受热充分;流线型的容器让受热后的过多空气遁去。比空气传热更快的金属出现(这减少了导热的需要),结束了这种特殊的技术;但砂锅有其凹凸不平的表面,则回复到了其原型。

油因为炒的技术而沿用下来。盐在旧中国大部分地区昂贵并难以获得，通常只用于酱油和腌汁；它还兼作防腐剂和调味品。其他配料则主要因利用充分而流传下来。蔬菜太硬，不适于炒或蒸，就放到汤里。昂贵的配料始终是可有可无的；使用时，往往成为什锦菜肴中数量微小、作用却重要而突出的成分，以最少的数量产生最大的特色。

也有可能去想像某种比中国烹调法更有效的烹调法，但必须精益求精。烹调的时间可以缩短；任何安全的生食都可食用；使用更少的舶来的或稀奇的配料。然而，这样的变化在传统时代要么很困难或不安全（如吃生食），要么效果微不足道（除去节俭原则的少数几个例外，如炖煮的食物和稀罕的进口配料）。从整体来看，任何一种烹调法也未必平均每餐都用较少的燃料、油、装备等。主要的挑战来自烹饪多样化的丧失，不可言传的精妙的消逝——中国人显然还不知道如何应对这种挑战。

然而，在分析上述各种情形的同时，有一点绝不能误解。现代中餐馆的烹调法源出于精英的烹调法。这种烹调法当然在本质上没有农民的烹调法节俭。酒、肉和其他昂贵的配料被任意使用；设备成倍地增加；步骤繁多的烹调增加了燃料的消耗。这样的烹调可能要比世界上大多数的精英烹调法节俭，但绝对没有日常饮食的节约和简单。

然而即使在精英的烹调术中，掌握烹饪时间也还是始终不变的要求。中国烹调最重要和最独特的目标，可能是创造以“脆”字著称的特征，“脆”字众所周知很难翻译。脆表示非常新鲜、臻于极致的某种特质，烹调恰到好处，过一点也不行。脆特别意味着一种组织与牙齿接触后，紧跟着有一股汁液流出。煮鸡的时间短到刚好烧熟；新摘的鲜嫩芦笋，及相似的菜芽；肉质结实的白鱼绝对新鲜，只需非常简略地煮一下（或者甚至就是生的）；水果熟到正好能吃，却并不柔软（如同西方人喜欢的那样），都是脆。脆的反面则应是（一方面）干和硬，如太老的蔬菜等，（另一方面）是软和糊，如过熟的水果等。脆通常被译成“crisp”，但显然决不是同义对应。中国快速烹调的目的是要产生尽可能最脆的组织，同时带来最佳的味道，而且食物不多烹煮一秒。快速烹煮对虾和小鱼特别困难，正如《道德经》里有一句千古流传的中国格言：“治大国若烹小鲜。”知道要做什么，并尽可能用最轻巧的手法立即付之行动，这是很有必要的。

掌握烹饪时间至关重要。煮虾的嘶嘶声、炸鸽的噼啪声，以及其他响声常用做提示；这一瞬间在这些及其他很多烹饪操作中都是不可或缺的，因此在烹调声响中几乎觉察不到的变化成为至关重要的指示器。这大概在粤菜烹饪法中尤为真切。保持脆的另一种办法，是把浆液密封在成块的食物里，

然后通常是迅速浸入滚烫的烹调液中,偶尔使用奶油面糊之类。

将中国烹饪与类似的、部分派生的烹饪(朝鲜的、日本的和越南的)分开,一下子就可以发现中国烹饪最独特的东西,那就是佐料的混和。中国食物的特点是用各种复杂和精致的东西来提味,这也许包括了葱、蒜、花椒、酒、酒精、各种真菌、麻油(往往放入就是为了增加香味)、米醋、辣椒(在很多地区)、糖、麦芽糖浆、五味子、八角等,并几乎总是包括了一种或另一种发酵的大豆制品。显然没有一样菜肴配齐上述全部调味品,但很多菜肴都有独特的配套调味品。豆制品是最突出的要素。豆豉、豆瓣辣酱、海味豆瓣酱(加有辣椒,干的或配制的海鲜),蚕豆及大豆制品(或蚕豆代替大豆),几种中式酱油(特别是加入蘑菇味或海鲜味的),都独具特色。相形之下,东亚另外三种主要的烹调法则比较简单。朝鲜的食物较多地依赖盐、蒜和辣椒;越南的食物使用几种在中国不太出名的东南亚香草和香料;日本的食物有非常独特的豆制品,与中国一样品种多样[日本的食物也使用几种在中国少有或从未见过的东西,特别是两种独特的佐料;*mioga* 姜(*Zingiber mioga*),在中国罕见,以及山萮菜(*wasabia wasabi*——一个动听的科技名字!),一种像辣根似的佐料,在大陆绝对无人知道。这三种烹调法无一像中国烹饪那样习惯使用如此众多的佐料,尤其是在单独一样菜肴里放上味道浓烈的佐料。

食物配制的最后阶段往往留给就餐者。佐料、调味汁、蘸水之类放在餐桌上,而不是用于“点缀”食物(按照西方厨师的说法,它们大概都太重要了)。中国最流行的菜肴中有火锅和烧烤全牲,就餐者得自己动手,夹住沸汤里的食物,或在火锅里搅动。就连挑选菜肴放在饭上之简单行为,也得仔细斟酌;菜肴必须和谐地组合,并合起来为淀粉质的主食提味,这毕竟是其真正目的。烹调的整个过程与中国哲学共鸣,在中国哲学里,和谐与均衡是主题。个体必须积极地从异己要素中寻求秩序,无论是吃饭、统治一个国家,还是规定人与宇宙的关系。馄饨汤这一叫法毫不奇怪;其名称源自“混沌”,宇宙最初就处于混沌状态,“无形无序”。宇宙的隐喻出现在烹调里,正如道家将烹调的隐喻用于政府统治一样。

这种对均衡的差异之关注,显然在于强调惊人的多样性,同时又注重小心地协调,为一道菜肴选择配料是如此,为一次宴会选择菜肴也是如此。中国烹饪无时不尽可能地寻求多样化,有时竟热衷于为了新奇而新奇,但通常将一切东西(至少在特定的一餐饭上)融合为一个有机体。

可见存在着佐料相配的规则。这些规则很复杂,各地迥异;此不赘述。回顾一下川菜“鱼味”,与蒸鱼相关的传统调味品组合起来烹饪大葱、姜、酒、油和少许酱油。一些厨师会加上辣椒、蒜、干桔皮或别的东西。所有这些

配料都去腥,或冲淡“鱼”味。在其他许多食物中的这种组合也很精良,但这样使用时总令人想起四川的烹鱼术,由此也想起这些名称。糖醋调味汁在中国大部分地区也典型地与鱼相连,因此中国人始终对西方人将这种调味汁用于鸡和猪肉的喜好感到很有趣。

与中国烹调形成对照的是,日本料理不仅有其独特的味道(山萵菜、味噌和其他日本豆制品等)与结构(*konnyaku* 饼、海草配制品),还有更多的一些特点。一个特点就是致力于极细微的味道。中国人常常觉得日本料理淡而无味;日本人则往往认为中国食物口味太浓,香料、糖之类放得太多。日本人能对某种豆腐心醉神迷到极点,不会品尝的人则觉得淡然寡味(舒特莱夫和青柳秋池,1983年)。另一个明显之处是极端注意视觉的享受,这成为日本料理的特征。中国人也完全意识到了这一点,但常认为日本人为了视觉享受而牺牲了味觉感受。中国人极少这样做(但有时也这样做——特别是试图引起天真的西方人注意时,他们认为西方人味觉发育不良)。日本人因此容易认为中国食物看上去像大杂烩——俗气,没有美感。必须承认,中国人和其他任何人,都未曾体验出日本传统茶道或禅宗寺庙烹饪“大事”的纯美学感受。

在较世俗的层面上,日本料理更多地偏向于做汤、油炸和炙烤,炒较少。多用鱼和豆腐,少用果实,几乎没有小麦或肉类(虽然小麦和肉类的消费在最近几十年里极大地增加了)。使用较少的浓调味汁和较少的油(除了油炸之外)。用较小较薄的盘碟摆放,用较小的更精致的筷子来吃。尽管关系密切,但一餐日本饭不可能被误以为是一餐中国饭;我想这基本上还是特色之别,而不能解释为类型之异。日本料理保存了新石器时代社会未知阶层的某种东西。在食物中就像在很多其他东西中一样,日本文化显示了与大洋洲文化的某些惊人的相似性,因此很多人类学家曾假设二者有过早期的接触。

158 类似的规则可以用于说明中国食物模式与朝鲜、东南亚及其他食物模式的区别。中国人自我评论他们更注重普通食物。确实,他们用复杂的和专业化的美食家语言来大量地谈论它。我们讨论过脆的概念。中文里相关评论性的字包括“爽”(有弹性、轻快、介于咀嚼时嘎吱作响与胶粘之间的某种状态,像一些海草)和“甘”(译成“sweet”,但还包括有滋味、诱人的意思)。油炸的食物应该是“酥”(含油,却轻微且不回潮)不是“腻”(“greasy”)。尤其重要的是,食物应该有“鲜”味,其意思不光是指新鲜,一般还要恰到好处。蔬菜刚摘下,但已过最完美状态,这会令人非常怀疑其鲜,而熟得恰到好处的火腿应是鲜的,即使不是字面上新鲜的意思。特别是在华南和华东,食物经常因被形容为“清”(“clear”或“pure”)而受称赞。这是指味道鲜美、精致、细腻,却不强烈,更重要的是没有过分地掺杂香料、味精或其他任何东西,不会产生浓

烈、涩嘴或不调和的味道。别的评价性词汇包括“肴肉”，其肉多而不油腻(用纯碱加工，分解了油脂)。“薄”是“thin”，“松”是“puffy”，“嫩”是“tender”。另一个同音的“韧”意思不同，是指“tenacious”。“粉”是“mealy”，“涮”是“cleaning”，“弹性”是“resilient”，以及“醇厚”是“mellow”。宴会的烹调是“膳”。restaurant 通常称做“酒家”或“酒馆”，但有时(假如非常别出心裁的话)称做“膳堂”。人们可以继续无限地用越来越奥妙和精炼的名词。尽管本文论述繁复，但对中国社会生活中食物的重要性，仍嫌表述不够充分。

第十章 区域和地方

区域划分的问题

试图去具体划分中国的烹调区域常常会引起争议。中国的烹调方式是随着地区的不同而逐渐变化的,尤其是在地区交界的地方,常会出现多种烹调方式混合的情况。某人划分的次区域,可能是另一个人划分的区域,而第三者也许并不认为这个地区的烹调有任何特色。

区域划分的传统办法是依据城市而定,这就有了北京烹调、西安烹调、广州烹调等。也有把各城市菜系分成五种类型或五类地域:北方类,以北京为中心;河南(或中原)类,如今以郑州为中心;东部类(或长江下游),如今以上海为中心,但较早时则以杭州、苏州和南京为中心;南方类,以广州为中心;西部类,以成都、重庆(在四川)和长沙(在湖南)为中心。

这种历史悠久的划分法并不恰当。第一,它过于集中关注精英的烹调法。第二,它对北京和河南烹调法之间的细微差异强调过头。较合理的划分应首先将北方(小麦和混合谷物的区域)与中部以及南方的稻作区域分离开来。羊肉是北方重要的肉食;狗、猫和蛇则是南方重要的食物(虽然有历史证实,这些食物从前在北方也曾被食用过)。水果与蔬菜在南北方也是截然不同的,北方是桃、枣、杏、梨、苹果和萝卜(以及其他种种东西)的产地,而稻作区域则盛产柑桔、荔枝、香蕉、芋头、莲等等。南方的水果在北方始终是奢侈品,而北方的大豆则输往南方。只有品种繁多的葱与萝卜这两类蔬菜,超越了农业和烹饪上的障碍,在中国的各个区域都成为了很重要的食物。

这种划分与餐饮业中现行的划分完全不同。在该行业里,“华北”烹调法是指除广东烹调法之外的任何一种烹调方法。在美国也有一种类似的地理划分法,将南佛罗里达的食物与其他一切地方的食物区分开来。因此,“华

北”餐馆经常供应南方特色的米饭、橘子和芋头。它们更多地代表了长江流域的一种烹调法,而长江流域正好在广东地区以北,华中地区以南。此外,在最近的数十年里,稻子已涌入了北方;快速成熟的新品种的种植已远至北方的满洲。以稻米为基础的膳食现已成为整个中国精美烹调法的典范。反过来,小麦产品在稻作区及台湾、香港和海外社区也越发受人欢迎。当地政策鼓励多样化,这些地方的烹调法也源自华南地区。如今,稻作区的稻米产量已经达到小麦产量的两至三倍,但稻米在北方饮食中却只占了很小的比例,而且在边远地区实际上仍然少见。

大的划分之下,又细分为多种烹调法。这些烹调法天然分成四类,而不是五类,正如项美丽(1968年)、傅培梅(1969年)和近来其他作者所承认的那样。北方依然作为一个单一的整体。南方则分为三个部分:东部、西部和南部。

东 部

东部基本上是长江流域的下游及其北面 and 南面的沿海地区。东部的烹调形成于陆地与水域(淡水和咸水)交会之处及互相渗透之地;因此最擅长料理蟹(中国的美食家宣称,世界上最好的蟹是上海地区的青蟹)、虾、水生植物、海草及生活在大河边缘的一切东西。这是一个人口密集的繁荣地区,这里的人们用大量的油、醋、糖、甜豆瓣酱以及米酒来烹调。醋据说很受欢迎,因为它不仅能除掉臭水味,还能冲去盐的沉淀物。地道的长江三角洲人会说,在中国乃至在世界上,最好的醋是镇江及其附近一些城市的醋,有些醋存放了几十年(据说还有达几百年的),战争期间逃离该地区的难民除了背上的衣服和珍贵的醋瓶外一无所有(尚醋之风在山西同样持续不衰,甚至更为流行)。

需要大量油、糖和酒的中国食谱通常起源于华东。糖最常用的形状是透明和结晶的固体,称为“冰糖”,在中国已经有大约2,000年的历史了。冰糖被认为比其他糖更有益于健康;在传统时代,它较纯正且不容易被掺杂。东部的厨师喜欢在数量、质量、产地、品种以及油、醋与酒的种类上,做一些令人难以置信的微妙变化,而将简单的菜肴——炖白菜、蘑菇、蟹或鱼片——做成复杂的菜肴。用酒糟——具有刺鼻的气味和独一无二的轻微甜味——烹调也很普遍。虾味酱油基本上是东部风味。

长江三角洲不仅是中国最富饶和混合耕作最多的地区,还是长达几个世

161 纪的贸易中心,所以长期使用几乎每一种配料。介壳类动物、鱼和较嫩的蔬菜可能是最受喜爱的物品(按喜爱程度排序)。长期的佛教传统导致了雅致素食传统的产生。长江三角洲的几乎每一个城市都有其不同的基本烹调模式及特色菜肴。苏州和杭州在这些城市中最为著名,宁波也很重要。上海——由于19世纪与欧洲的贸易及由此产生的“不平等条约”和开发而出现的一座现代城市——综合了不仅来自中国的每个地方、还有来自西方的菜式与配料,集中国所有烹调法之大成。大不列颠、法国和俄罗斯的侨民也都在上海留下了各自的特色,直至1949年后他们撤出上海;上海由此在近一百年间成为西方的扩散中心,它将面包、糕饼、馅饼、糖果和许多其他的西方小吃扩散到中国的大部分地区。主菜之前频频出现的(有时毫无必要拿出)开胃菜冷盘,花样繁多,令人眼花缭乱,这是受俄罗斯的影响。中国皇帝的御厨也做这类东西,但它们在上海饮食中的重要地位或多或少要归功于类似的俄国小吃传统。经由西伯利亚来到了上海的俄罗斯人中的大部分作为逃离布尔什维克的难民,也对该市的烘制食品传统做出了贡献。

上海在20世纪初的全盛时期,就其富裕和贫困的差异程度来说,大概是世界上绝无仅有的城市。这座城市的著名餐馆,诸如“三六九”和“冬园”之类(两者在世界上凡有上海侨民的城市里均产生了大量的模仿者,但并非全都名副其实),迎合了军阀与国际银行家的需要,它们提供的筵席成本按现代的市价计算可达到五位数或六位数。如今这座城市是激进分子的据点,其烹调已被忽略,但仍很精美,在香港和台湾,上海餐馆仍以小而精致的风格延续着这一传统。上海餐馆的经营者们将“食宫”引进了餐饮业,这些食宫在环境布置上仿照皇宫,装潢得富丽堂皇,还绘上了很多龙;而在这以前,餐馆更多地是追求宁静和闲适的气氛。龙的眼睛安上红色灯泡闪烁不停,但这并未改进食物的味道,尽管这些龙的存在也许表明了餐馆有足够的钱雇一个好厨师——但愿如此。

在长江三角洲以外,东部烹调法开始融入邻近地区的烹调法之中。山东在长江低地的北面,其烹调具有著名的经典传统,在时间上比北京烹调法的出现要早很多,更不用说上海了。孔子是山东本地人,他对食物与风俗留下的充分评论证实了两者高度发展的水平,但他未给予我们关于具体饭菜的意见。我们只获悉猎物、鱼、蔬菜、粟及小米酒在那个时代很重要。在现代,山东可能以其小麦制品尤其是有馅的面团最为出名;这些食品在孔子以后的时代得到了长足的发展。在近代,德国人攫取了青岛作为租界,并在那里开办了一家啤酒厂,生产大量中国啤酒,主要用于出口。这种啤酒据说现在比德国殖民统治时期更好。它在共产主义时代的初期曾经质量下降,但此后已有

改善——然而,难以避免与中国大城市里其他新兴的啤酒厂(以及东南亚的其他国家)展开激烈竞争。至于其他方面,今日山东烹调术是介于东部和北方风味之间的中间物。人们最易在山东饺子馆中见到它,这种饺子馆专卖肉馅的小饺子,形状各异。

毗邻江苏和浙江这些长江三角洲省份的内陆地区有安徽和江西。外部世界对其烹调法知道得很少。赵扬布韦的名作《中国人如何烹调与吃》(1947年)值得一读,它以其出生地安徽的食物为基础,却反映了一种普及化了的“中国家常烹调”,或者至少是“华东地区家常烹调”。北方的影响充分扩大到了该地区,华北的语言(中国普通话)在这里与当地的语言(吴语和赣语)很相近。

从长江三角洲沿海岸而下,是一个截然不同而且更加出名的区域,也是排在长江三角洲的核心城市之后的东部所有次区域中最独具特色和最好的地方。这就是福建地区:福建省及其周边地带。这里有独特的语言群——讲多种闽语方言。一种是吴语方言,由长江下游略略延伸到了福建,另一种明显属闽南语的潮州话则流行于广东省的东北部。但总的来说,福建的范围限定在闽北与闽南地区,以及与这两种语言相对应的烹调独特的地区(所谓的“中国方言”和罗曼斯语言一样彼此各不相同。中国官方话即“普通话”在北方和西部使用,它是作为国语;至少还有7种方言,每一种都适用于华东和华南的各大区域。这8种语言依次分为现行的方言)。福建的烹调法非常独特并且十分出色,以至有时被提高到了独立的区域烹调法的地位,但福建烹调仍带有鲜明的东部特色。

福建烹调法的最大特点就在于特别讲究熬汤。世界上几乎每一个类别的含汤菜肴在这里都可以被烹制成无数种形式。在筵席上,人们喝光三道不同的汤不足为奇,而且也许很随意地就喝下了五道汤。这些汤从最稀的清汤——鸡或鱼的精华——到浓稠的羹。米常被做成粥来食用。因为鲨鱼翅和燕窝是以炖煮的形式食用,故在福建的烹调中处理得最好。在“锅边”(wokside)这道汤中,奶油面糊被放在镬上煮,然后汤就在这层软皮中熬制。

蒙古人的火锅涮菜虽在北方发明,却可能也是在这里才达到其顶点。这道菜肴要有一个环状的浅锅,锅的中间是一个加了碳的烟囱(如今它可以在煤气灶或保温盘上用任何老式的锅来烹制)。锅中放满了原汤,食者被提供几盘生菜,用筷子夹起并放在高汤中夹住,由中央烟囱里的炭将其加热。切成薄片的食物迅速煮熟;然后就可以蘸着调味汁吃下。这份高汤因所有的东西都置于其中烹煮而变得更加浓郁,而这餐饭最终以饮汤而结束。这道菜肴本身就是完整的一餐——在中国大约是惟一的例子,即一桌完整的筵席就只

有一道菜肴。变异的形式包括火锅或以羔羊肉为特色的“汽锅”(像北京的“涮羊肉”),用串肉扞串起来的蛤和蛤贝(潮州的 satay)等。它作为一道冬季菜肴在全中国出名,除了富有营养外,还提供热量和娱乐。

163 辨别福建烹调法的另一特征是,广泛流行将猪油当做烹调油使用。这实际上是整个东亚惟一存在这种情况的地区。之所以这样,是因为该地区山多,有大量的饲料喂猪,然而地却很少,不够种植油料种子;现在,猪油成了偏爱物。即使在福建,使用猪油烹调也决不是一条普遍的规则,但猪油常常被用来炸食物,则反映了它对福建烹调的影响。

与中国其他地区的食物相比,福建的食物被更多地缓慢烹煮:慢慢用文火煨成的汤及羹,这种影响也传到了其他菜肴上。广东人家用数秒钟快炒而成的什锦蔬菜,到了福建人家则往往是用猪油文火焖煮。由此最糟的是,食物被油脂充分浸透而变得难以消化。福建食物的蒸和烤也常常超出广东厨房认为理想的程度。炸在这里也比较流行(和东部区域的很多其他地方一样)。油脂通常加热到高温,接着食物投入其中,并被立刻烧灼,形成封闭层以防止油脂渗入,这样就使食物不会变得很油腻。但这种做法并非始终不变。

福建的食物以喜爱浸蘸调味汁为特色。很多菜肴有其特定的佐料:蒜捣碎后放在醋中适用于家禽类菜肴,甜的麦芽糖浆适用于炸鱼丸等等。对于火锅这一类的菜肴而言,有很多不同的浸蘸调料可供食者选择或调和。

就配料来说,福建烹调法类似于东部其他的烹调法,除了对血的偏好之类的细故。为避免浪费,血也被食用。血凝的方式与豆奶一样(使人联想到后者技术的起源),它被切成薄片,接着与葱一起蒸或炒。猪血被认为是下等菜肴,但新鲜的家禽血与家禽本身(煮或烤)一道端上供食用,则为上品。

福建的烹调有几个明显的亚变种,它们与方言及次区域的差异相吻合。最细致和最精巧的是潮州的烹调。*Teochiu* 是潮州当地发音,潮州属于广东省东北地区,以相当新兴的城市汕头(当地的发音有点像 *Swatow*,且有时就是这样拼写的)为中心。潮州在粤语中被读成 *chiuchow*,而且因为人们遇见的潮州烹调大部分是在香港或在西方社会中广东人占优势的唐人街里,所以它常以这种拼法出现。该地区被载入史书是在 8 世纪,当时伟大的政治家韩愈因直言不讳而被流放到那里,于是当地人请其发布檄文赶走鳄鱼——据说任何杰出人物都能够靠雄辩来支配蜥蜴类动物。他借此机会,用一篇严厉而明晰的讽刺文抨击了朝廷宿敌。鳄鱼适时离开了,而韩愈的仇敌也没有好下场。自那以后,人们变得更世故了;如果能找到一条已经成为这个时代濒危物种的鳄鱼的话,人们现在无疑会把它变成一道美食。潮州烹调自从该地区隶属于

广东以来,一直受到广东烹调的影响。与福建其他风格的烹调相比,它做得更快,具有更高明的手法,对火候也掌握得更好;菜肴色香味俱全,汁液更多,也更加辛辣。油氽鱼丸和贝丸、烤和炒家禽、炖甲鱼和其他水生动物、炸蔬菜及粘稠的芋头甜点均在其特色菜之列。此外,鹅用腌渍汁泡过后烤或全烧的做法,也极具特色。集东部和南方的烹调精华于一身,潮州烹调法是中国最精致和最独特的烹调法之一。 164

福建文化向广东省的另一个奇妙扩展是在海南岛。这个热带大岛位于大陆的南面,有土著人口,但目前大多数居民却讲非常不同的闽语方言。最著名的菜肴是鸡饭,但它可能是在新加坡而不是在海南得到了最好的表现;19和20世纪海南人大量地散居到东南亚,导致了那里无数的小饭馆和咖啡店的建立。在鸡饭这道菜肴中,整只鸡被食用,从血(蒸熟)到被弄干净的肠子,从头到爪子。同时,米先用麻油炒,然后放在鸡汤里煮滚而成。这是原属于近东的烩肉饭的做法,因此我怀疑它是东南亚的一项贡献,被海南的厨师从印度人或别的南亚民族那里借用来。鸡饭是这种烹调方式向中国社会的惟一扩展;真正的中式炒饭是将米先煮,弄干后再炒。

关于福建省自身的烹调无需多说。它以猪肉和蔬菜为基础,而福建大量出产这两样东西,且品种很多。东南亚的烹调方式经由回到这个地区的移民也影响了福建。一个有趣的事例是前述的沙嗲或沙茶的中国化。很多中国人不知道这个借用的过程;对这种调味汁的古怪名字感到惊奇,其实它与沙和茶两者均完全无关。福建的烹调也更多地使用面条;与东部的其他人一样,而与南方的内地人不同的是,福建人从小麦中得到的卡路里一般仅为从稻米中得到的一半。这些面食大部分是以汤面的形式出现,但各种各样的炒面也受到欢迎,从阔而厚的米粉条到发丝般细的小麦面条。福建面条的形状和名称变化多端,只有在意大利类似大小的区域中通心粉等食物的多种变化才可与之相比拟;中国其他地方的面条也都没有如此臻于至善。在中国的大部分地区,它基本上是一种快餐或小吃,但在福建的很多地区,它却变成了最受钟爱的烹调法主体框架中的重要部分。在马来西亚的一个闽南人村子里,人们极其喜爱面条,并且就以面条作为一日三餐,以至我在著述中给它起了“面条村”的浑名。

福州是福建的省会,也有自己的烹调法,其中有名的便是使用一种被真菌变红的米,从而给予菜肴一种美丽的红葡萄酒的颜色,却没有味道。福州也生产用猪肉末制作的面团皮子和其他特色面团。鱼酱(类似于越南的鱼露)比酱油更常见。有一道菜肴是酸辣鱿鱼汤,其中可能还加入了鸡肉和蔬菜。

165 大多数台湾人讲闽南话(Southern Min),即“台湾方言”。他们的烹调方式与其他讲闽南话人的烹调方式相似,但使用更多的植物油和海鲜。它的主要差别源自日本的影响。从1895年到1945年,台湾曾是日本的殖民地,集中发展为单一作物产区,富产米与糖。在台湾岛上曾有一个时期,日本人与当地人之比为1:10;大部分日本人是行政官员。于是日本的食物流行起来,并在相当程度上影响了岛内的烹调,使其更清淡、更鲜美、更少油脂(使用更少的猪油),而且更偏向于海鲜。然而乡村地区却保存了猪油和面条的传统。如今的台湾,日本餐馆要比本地餐馆多,但更多的还是中国大陆的餐馆。1949年来到台湾的大陆逃亡者瞧不起当地的烹调法,因此引入了自己的烹调法;一般来说,岛上的居民宁愿在家自己享用,也不愿为顾客烹调。然而优秀的台湾餐馆仍然存在,其开山鼻祖为台北的“绿叶餐馆”。

台湾(在某种程度上包括对面海岸,特别是潮州地区)是中国的水果与蔬菜之都。世界上一些最好的水果产自这里,特别是柑桔属。我在加利福尼亚的台湾籍田野调查助手,对加利福尼亚市场上蔬菜和水果种类的不足感到吃惊。我则对此惊讶——在这一点上,加利福尼亚对于美国等同于台湾对于中国——所以我们曾在加利福尼亚二三个超级市场上清点过物种,发现它们全都可以在台北典型的马路市场上找到。加利福尼亚共计有40种左右的蔬菜与水果,台北则超过了100种。台湾人种植了世界上几乎每一种水果和蔬菜,除了那些仅限于严寒或酷热地方的果蔬;台湾形成了一个大的出口行业,出口诸如芦笋和西式蘑菇之类的产品,而这两样东西实际上在亚洲的大部分地方均无人知晓。另外,台湾北部以及东南沿海种植了大部分的中国茶,尽管茶也在中国大陆的整个南半部种植。最好的茶叶1磅能值80美元以上。

各种豆制品在台湾广受欢迎,尤其是豆腐干,它是干的,常被挤压出汁液。它在坚实度方面变得几乎像肉,因此用于佛教的烹调法,但豆腐干在快餐里当小吃才是真正的最佳美味,这些快餐馆经常将它与鸡蛋一起放在茶叶和酱油汤料中用文火焖煮。整个中国都使用连壳煮鸡蛋这种方式——使味道而不是油脂渗出壳外。其他种类的豆腐干是更狭小的东部或者甚至就是福建的特色。豆奶、“豆腐花”(一种类似布丁、未去水的豆制品)、豆皮等,均在该区域被大量食用。

西 部

东部烹调法的近亲是西部烹调法;两者由长江连结起来。西部在中国是

一个烹调加香料的区域(驳斥一个随意性的概说,即烹调在靠近赤道时加更多的香料)。很多书将这一点归因于西部靠近印度,因此西部也可能略微有一点来自那个区域的影响,但我们有充分的证据表明,中国西部的烹调法发源于长江中游,并且在印度为中国人所知以前,就已经开始使用香料。这既有文献上又有考古上的证据。主要的书面记载出自古代楚国的一本诗歌集——《楚辞》。楚国位于现今的湖南。《楚辞》充分证实在公元前300年左右,有一种烹调法大量使用花椒、肉桂、艾、蓼(一种火红的水生植物)、蓼车等。以后的文献也为这点做了证明;到汉朝时,湖南就以在食物中加大量香料和香草而闻名。在湖南的省会及古代楚国的都城长沙附近保存完好的墓葬中,有食物随葬,则是考古的证据。这些墓葬起始于汉朝初期,墓主则是楚国贵族的后嗣,当时曾被赐予极大的领地和权力(这是一个交易。汉朝不能有效地镇压他们,他们也不能有效地抵抗汉朝)。随葬食物正如文献所述:丰富、多样、复杂,且使用各种各样的辛辣香料和香草来提味。166

辣椒在17世纪的传入添上了登峰造极的最后一笔。如今辣椒和蒜已取代了很多旧时的香草,但花椒、肉桂、八角、五味子、芫荽叶等均在菜肴中大量使用。诸如干桔皮之类中国独一无二并极其芳香的调味料,在这里特别受宠爱。食物往往由于加入了香料而变得非常可口,但从另一方面来说,一些菜肴(尤其是那些标明“乡村风味”的)味道显得过于浓烈。类似地,菜肴中蒜的味道在意大利的大部分地方或法国的南部有时达到了想像不出的浓度。

比较单调的是,这种烹调法真正的主体框架是由米、面条、猪肉、甘蓝、白萝卜、河鱼(靠近长江及其主要的支流)与“山货”构成,“山货”包括很多种竹笋、真菌和蘑菇、猎物、野生的块根和香草,以及在该区域很多地方仍然存在的草木茂盛的森林中的其他衍生物。玉米在许多地区变成了主食;玉米饼或玉米面条就腌渍蔬菜和辣酱,构成了赤贫者的膳食。18世纪时由法国传教士传入的马铃薯生长茂盛。在种类繁多的水果中,柑桔也许是较特殊的一类;《楚辞》把可爱的年轻人比做柑桔树。坚果包括了出自针叶树的多种果实:松子、榧树属紫杉种子(苦却有味)、银杏果仁等(这些坚果在中国的其他地方也被食用,但它们是山里产品,所以大部分很容易在西部找到)。核桃也很常见并受欢迎,在中世纪初期从伊朗传入,因此像发糕之类的甜点就用其做成;我以为这些核桃是与中东的树一起来到中国的。另一个近东传入的品种是蚕豆,人们常常把它当做坚果——烤熟后当小吃。

西部烹调法的中心在长沙——古代富饶而强大的楚国的壮丽的首都以及自那时起主要的贸易及行政管理城市。它位于长江中下游水系的战略及经济中心,有力地向四面八方扩大了其影响。湖南省的烹调是长沙厨师精心

做菜的基础。位于其北面的省份湖北也非常富饶,拥有一个大的贸易中心(武汉市俯视长江中下游),但始终是一个介于北部、东部和西部之间的平衡地带,因此缺乏文化上的定义、烹调法或其他。湖南的烹调现已闻名于全世界,并且吸引了一批追随者,他们把其视为中国所有烹调法中最优秀的一种。无人会否认湖南的烹调是中国烹调法之冠的竞争者之一。

从湖南沿江而上则是大省四川——中国人口最稠密以及最大、最富庶的省份之一。由于有多样化的农业和丰富的山林,它出产的食品种类繁多,特别是蔬菜和林木作物。另一方面,四川的河流湍急混浊,湖泊很少,因此水生食物非常有限。它将烹调法的主要部分建基于豆制品——除大豆外,还包括蚕豆、绿豆、豌豆和其他豆类。玉米作为穷人的一种食物非常重要,但是它对烹调没有产生任何影响。越来越多的差异出现在湖南和四川的食物之间。四川的菜肴天然地包括更少的水生食物和更多的山里产品。竹笋、蘑菇和真菌、野生的水果和种子(如松果)、核桃之类的丘陵林木作物及香草,在川菜中都十分重要。猎物在当地仍能找到。四川人是这些山里产品的鉴定家;例如,竹笋出现了很多大大小小的品种;它们可以是嫩的、老的、新鲜的、腌制的、干的、泡制的,用无数方法配制出来。山区漫长的冬季使泡菜成为必需之物,因此蔬菜被用很多方法来腌渍:鲜的或干的;泡在盐水、醋、麸皮、油、辣椒及各种组合调料中;液体被压出或挤干;封口或不封口;味浓或味淡。正如山区的人们所期望的那样,肉的贮存也很重要,熏肉和肉干用不同种类的调味汁被配制出来。然而,没有任何东西比得上人们在瑞士或巴伐利亚发现的这类产品之繁多,因为这里的中国人与别处一样基本上以吃蔬菜为主。的确,诸如佛教圣地峨嵋山之类的山区长久以来是佛教禁欲主义的中心,因此四川著名的烹调法严格地说大部分是素菜。

如果要说的话,四川烹调只是比湖南烹调更辣一点。香料丰富多样——八角、肉桂、蒜、花椒等——以及像干黄花菜芽(“金针菜”)之类刺鼻的香草或类似香草的物品,被大量使用。然而蒜与辣椒却是最好的香料,且似乎经常占了菜肴的至少一半,尤其是在小饭馆里。干辣椒常被炒过,这引出了辣椒素(辣椒中辛辣的化学成分)的全部辣味。馄饨汤以常见的四川形式被形象地称为“红馄饨”。餐馆的餐桌上常常可以见到压碎的干辣椒、辣椒油以及豆瓣辣酱(压碎的辣椒与发酵的大豆——面酱的混合物),食者可以任意地把它添加到已经白热的食物中。在西方的四川餐馆以较为精细和不太吓人的精英烹调法为基础,因此一律减轻了菜肴的辣味以适合西方人的口味。即使你要求增添辣味,你也只会得到在旧时四川贵妇人所能得到的,而不是挑夫和职员在市场上所吃的那么多。但应该注意的是,四川烹调法中的辛辣,不

仅要归因于阶级的偏爱,还要归因于区域和个人的偏爱,它们都为其添加了大量的品种。就像在墨西哥那样,食物的变化可以从辛辣到几乎平淡无味。

四川与湖南之间的另一个差别是西亚的食物在前者中地位突出。它们包括烘制品、核桃泥菜肴(与发糕密切相关),以及喜爱蚕豆和蚕豆酱。虽然四川在中国相对来说是一个与外界隔绝的腹地,但在过去数世纪中却受到了外部世界的很大影响。这部分地是受四川贸易重要性的影响;通过一系列跨越北部大山的小路与丝绸之路连接,并经由令人畏惧却又可通航的长江三峡与长江下游连结,四川始终与中国的命运紧密相连。

在四川的普通菜肴中,比较著名的是酸辣汤和麻婆豆腐。酸辣汤,顾名思义是用米醋和椒类(白胡椒、花椒和干辣椒)浓重提味。中文的“辣”字是指辣椒的辣,而且这个字就只能用在这里(用于高温的字是“热”)。典型的酸辣汤是用极细的猪肉丝、凝固的鸭血或猪血、竹笋以及其他适中的蔬菜做成的;并用大量的生姜、金针菜和木耳提味。酸辣汤的品种很多,因此蒜、蒜叶、葱、麻油、酱油、酒和中国的其他普通调料都可以加入其中。在西方社会的餐馆里端上来的酸辣汤通常要比正宗酸辣汤口味平淡得多。正宗酸辣汤应该像羹那样稠,像鞭炮那样有力,但在味道上却又极其精细和浓烈(假如你亲自做,但搞不到凝固的血的话,那就使用煮过的鸡肝;它是“合法”的替换物,并且效果很好)。

“Ma po bean curd”(也叫“麻婆豆腐”、“川式豆腐”等)是将豆腐和斩细的(不是碾碎的)猪肉搅和在一起,并用大量的麻油炒,再放上蒜、姜、大葱、很多豆瓣辣酱或辣椒,以及诸如酒、酱油、木耳或芫荽叶(作为配料最后放入)之类其他典型的四川调料。它精细然而味道浓烈。我曾吃过变异的麻婆豆腐,其中辣椒与肉等量。这一菜名的字面意思是指“麻婆豆腐”;“婆”是指“old woman”,因此不是很礼貌(它用于称呼某人的妻子,如同说英语者使用“the old lady”)。出现了很多虚构的故事来解释这个奇异菜名的由来,包括:(1)一个开餐馆的麻姓家庭的妇女发明了这道菜肴;(2)该名字是这道菜肴发源地名的传说;(3)该菜肴是由种植大麻的村子里年老无牙的妇女们发明的,或者是为了她们而发明的,因为她们不能咀嚼,所以使用了肉末;(4)它是由一个有麻点的(即“hemp seed marked”)妇女发明的。第一种说法可能比较准确。

另一道独特的川湘菜肴是樟茶薰鸭。鸭子被置于樟木屑和茶叶上薰一会儿,因为它们全都被放在密封的锅里文火闷烧;然后鸭子被油炸。这道菜肴是世界上家禽菜的伟大创作之一。我发现如果使用同样的好鸭子来烹调的话,它比北京烤鸭要更美味可口。经典的北京鸭之所以闻名,归因于其特

殊的品种及使用的专门饲料。无论如何应为四川的这道菜肴搞到这种鸭子（我曾用养在院子里的一只半野生的老鳧做樟茶薰鸭，但结果很糟糕）。

169 四川的南面是偏僻的贵州省和云南省。前者有大量的少数民族居住。人们对其烹调法所知甚少，尽管几年前在北京出版的一本有关地方食谱的小书曾收入了一些贵州食谱。

云南直到近代以前都是汉人占少数的一个大省。其烹调法大量汲取了四川菜的特点，同时也受到本土化以及很多土著少数民族部落的影响。与西部的其他地方相比，云南使用较少的香料和辛辣的调料，因此比中国的其他省份更接近于阿尔卑斯山居民的腌肉模式。中国最精美的火腿是在这里用专门饲养的猪做成的。云南火腿通常是连腿带蹄原封不动地整个出售，所以一只火腿能以高价卖出。云南火腿经常在最高级的食品杂货店里出售，而且因其贵重而实用，也是一种重要的礼品。西方社会最接近的类似物是弗吉尼亚盐腌加工而成的火腿，后者被美国华人用做云南火腿的替代物；但云南的产品有一股更浓的肉味道。云南也出产香肠、一种似碎肉冻的菜肴、腌猪肉及其他加工过的猪肉产品。其中最独特的是“无骨猪”，这是由该省中部高原上的少数民族制作的。巨大的肥阉猪的骨头和肉都被除去，只留下包在皮上的厚、猪油层。这张皮合拢后风干。这是在高原凉爽干燥的气候下保存猪油的好办法，在古代该地区讲藏缅语族的富人家中，就可以看到悬挂或堆积着这种无骨肥阉猪。

云南的另一件奇事是那里的汉人食用奶制品，尤其是酸奶酪。靠近印度，当地的藏民和准藏民的影响，以及忽必烈时期蒙古人在该地区的定居，均促进了这种情况的产生，这在传统的中国是独一无二的。云南的早期耕作可以回溯至公元前的最后一个世纪，当时印度和中国的影响都很大，所以放牧者也饲养来自印度的驼背牛。后来这个高原受到中国文化的影响，但印度却继续支配着西藏和其他邻近地区以及云南边陲的文化，后者与受印度影响的缅甸交界。这没有直接影响到食物（辛辣是川菜的微弱影响，与咖喱无共同之处），或许在食物这个惟一的方面例外。很久以前，印度与中国的联系就主要经由中亚或海上；而经由云南的陆上路线则困难重重，且很少被利用，因此对于沿着这条路线散布由印度引进的食物（农作物、加香料的风格或其他）的说法并不使我信服。经由西藏进入则更有可能。当士兵和被派来管理这个过去曾是边远前哨基地的政府官员来到云南之后，这里的饮食也更加多样。在某些朝代，这些人中有很多是流放者，而且经常是官员，他们曾身居高位，因此能将中国各个地方的精英菜肴引入这里。

独特的云南菜肴包括“过桥米线”（在这道菜中，没有完全煮熟的米线被

倒入食者的汤中,就此完成烹调)及“水晶鸡”[在火山状的锅里(见第九章) 170 制成]。其他菜肴包括肉丝(或虾),在相当柔软的奶油面糊中油炸,并用肉桂提味。放有酱油的冷茄子色拉,在西部的其他地方也可以见到。云南还出产好茶,包括著名的“普洱”茶。

最南端

南方烹调首屈一指的是广东烹调法,但首先我将简略介绍一个不寻常的种族及其烹调。客家人约在1,000年以前从中原迁至南方,因此其语言比起其他南方语言更接近于中国普通话。客家人始终是山民,而且可能曾与江西—福建—广东交界地带的大批非汉族群体大量混合。这也许解释了其身体娇弱、骨架优美、面貌明晰的原因(他们是一个漂亮的民族华北人的近亲,但有区别)。目前,他们散乱地住在中国的整个东南部,但其中心却是刚才提到的三省交会处。这里可以说是介于赣、粤、闽语言群之间的一个流放者的世界。这里出现了一个客家人的中心——梅县(“县”是 county 的同义词),它在广东的东北角。

客家人的食物简单、易做,而且配制充分。华南人对新鲜的强调比一般人突出。典型地是没有舶来的或昂贵的配料。客家人在烹调肚、肝、腰、小肠等方面是老手,因此他们的美味之一就是牛脊髓,把它剁碎后与蔬菜一起炒。它在中文里称做骨髓,并以这个各字出现在菜单上。最受欢迎的客家菜则是盐焗鸡,它名副其实。盐在封住味道和汁液的同时,缓慢和均匀地传热。客家人也以牛肉丸子和鱼茸(这使鱼充分得到利用)而驰名。这种放有葱、姜等配料的鱼茸泥,往往用来塞入鲜豆腐或油豆腐之中,还可以用来塞入辣椒、茄子、苦瓜及其他蔬菜中。这些被塞入鱼茸泥的蔬菜通常被油炸,也可以炒或蒸。这些被塞上填料的食物并不单独属于客家人——它们在南方广泛流行——但客家人特别喜爱它们。客家人的餐馆如今正出现在美国和其他西方国家。

但南方饮食真正的核心是广东的菜肴。广东烹调无可非议地是中国所有烹调法中最经常被提到的最精致的一种。有一句流传已久的谚语:“住在杭州,娶在苏州,食在广州,死在柳州。”因为这些城市被认为分别拥有世界上最美丽的风景、最可爱的女人、最精美的食物和最好的棺木。现代的西方人以及很多的中国北方人,往往瞧不起广东的烹调法,认为海外餐馆中的炒杂碎、炒面以及糖醋汁就是其代表。这类餐馆可能表明了广东烹调的可悲趋

171 势,即在餐饮经营中只追求最低标准,而并未显示出任何广东烹调的特点。不幸的是,广东的厨师很容易流于平庸,且有时对外来人的口味不屑一顾,因此在广东以外的地方,要找到好的广东食物确实困难。我在香港、广州和澳门以外的地方从未吃到过一流的广东菜。就连广州(广东省省会)一些有名的老字号餐馆也在衰退。此外,香港的饮食水平也大不如前了,因为那些新开业的大“酒宫”并不像旧时的餐馆那样更多地注意食物的新鲜和食者个别的要求。污染和过度捕捞破坏了香港的水域,鱼只能在更远处捕捞到,并在发臭的水中养着,这使其味道像冻鱼一样不新鲜。香港旧时的乡村地区之无与伦比的新鲜蔬菜和精致的香味稻的种植地,现在均已被工厂和停车场取代。虽然如此,如今已有可能在旧金山、洛杉矶、纽约、伦敦及有大量华裔移民的其他城市得到合意的广东食物。

最好的广东食物出现在那些幸运地由高级厨师掌勺的家庭里。其次则可以在香港较小的老餐馆中找到,包括新界的乡村,那里较少遭到城市商业化的破坏。但大体上,即使有广东朋友的好心推荐(他们经常对装饰过头的或特别喜爱的菜肴留下深刻印象),人们在广东餐馆里进餐也需要碰运气,因此这就很容易明白,广东烹调低下的荒诞说法是怎样开始流传的。

但这仅仅是一种荒诞的说法。广东的食物在其全盛期,可能在中国乃至在全世界都是无可比拟的。再没有其他地方的厨师坚持如此绝对的新鲜;食者习惯于去青山湾,经过20英里长的糟糕的道路,就是为了弄到活鱼,因为那里的水比较干净,故鱼的味道较好。再没有其他地方的厨师如此完美地控制烹调的温度,并且保持如此精确的计时。见习厨师可能只是因为介壳类动物由高声发出嘶嘶音转为低鸣时在火上多停留了一秒钟而受到无情的责备——一位好的主厨在声响刚减弱时就立即端走它们。再没有其他地方的厨师坚持如此优质的配料。最受喜爱的鲑科鱼品种的价钱比低等品要高出5倍或更多(鲑科鱼的所有品种对我来说味道都一样,即使在吃过20年之后也还是这样),而且家禽被喂以特种饲料或剩饭来最大限度地提味。再没有其他地方的厨师利用如此种类繁多的配料;广东的厨师使用中国所有的配料,从中亚的哈密瓜到近代引进的番石榴、灯笼椒,以及他们自己南方腹地的木薯属植物。再没有其他地方的厨师能够如此博采众长,同时又保持其传统的精髓。欧洲的烘焙已被广东化了;西红柿-马铃薯羹也被推陈出新;“汉堡包”由烘烤的老式面团夹入扁平的牛肉丸子做成,也出现在香港。再没有其他地方的厨师擅长如此众多的技巧,从炸(食物被封入松脆芳香的外壳,而不是在油脂中浸透)和烘(近代的西方引进物)到煲和炖。再没有其他地方的厨师做出如此众多的菜肴;在菜单上只列出四、五百个菜名的广东餐馆老板曾

向我道歉,因受菜单空间的限制而使点菜选择很少,并允诺在我想点之菜的合理范围内烹调其他任何一种菜肴。他们也说到做到,并且事实上很多餐馆(在广东以及中国的其他地方)甚至懒得列出其特色菜,想当然地认为值得招待的每一位顾客都知道什么是特色菜,因此菜单上的空间应该节省下来给不太为人所知的菜肴。就连极小的饭馆和人行道上的摊档也毫不夸张地做出了数百种菜肴,并且往往非常好吃。没有一种文化更多地被食物迷住;即使在法国,人们在交谈中也不会如此多地议论餐馆和烹调。 172

这并不是说所有的广东食物均非常出色。广东的厨师不可能比得上福建与潮州的厨师对汤的处理;他们不喜欢且不擅长制作极其精致却又辣味与风味高度混合的食物,而这些食物中的大部分代表了从四川到上海的长江流域的特色;因远离小麦地区,他们不大会做传统的小麦食品;他们不会做醋、酒或豆瓣酱,这些东西是长江地区的厨师常用之物。他们也不会做许多甜点(中国没有一个区域强调甜点,但要不是近来从西方社会传入了面包类食品,广东人本来会比别人水平更低)。传统的中国人的确很不喜欢甜食,而广东人尤其不感兴趣。

与中国的其他地方比较起来,南方食用较少的豆类(大豆,新鲜的或不新鲜的),而食用较多的为该地区特有的热带及源自西方的水果和蔬菜。诸如荔枝、龙眼(“dragon eyes”,一种像荔枝的水果)、番木瓜、番石榴以及柑桔之类的热带水果比比皆是(尽管不像它们在闽南地区那样多,水果也不是很好;中国最好的水果产自台湾和潮州,而不是南方内地)。在这里比在别处更常见的蔬菜有番茄、花茎甘蓝、花椰菜及其他西方的蔬菜。编入烹调法中的其他热带产物包括“橄榄”,实际上是 *Canarium album* 的果实。它腌渍后很像希腊的青橄榄,尽管与这种树没有关系。比果实更好的是果仁,它在外观和味道上像大南瓜仁或小巴旦杏,是世界上最美味的坚果之一,在南方很少食用,但在东南亚却更为常见。它向北延伸至福建,但在广东的北面却没有广泛种植。椰子和木薯这一类植物(后者是近代从新大陆输入之物)更是确切的热带植物。一种不太像食品的重要东西是槟榔果,即槟榔树的果实。

最好的广东烹调是看上去最简单的烹调。煮虾、蒸鱼、蒸或炒蔬菜、清汤(如有蘑菇的鸡汤原汁)、煎牡蛎、炒鱼卵干片、煮鸡(“白斩鸡”,煮很短时间后留在凉了的原汤里就完成了烹煮)及一些类似的菜肴,组成了我对广东烹调法最愉快的回忆。秘诀是计时和配料的质量。即使相对丰富的组合,诸如著名的“冬瓜盅”(汤在冬瓜里做成,往往雕刻得很漂亮;整个瓜、汤和全部的东西,均在一个密封的容器里蒸熟)之类,都不如其在许多其他地区那样的精致。一名广东的厨师只要用烤猪肉、一点云南火腿和极少几样蔬菜,就让冬 173

瓜的味道变得妙不可言。这并不等于说各种组合是简单产生的。何物能与何物组合的规则是精心设计和要求的,专门规定了所有可以容许的交换组合,如数百种的配料一次只采用其中的二三种,偶尔四种或更多一点。蘸的调味汁和佐料则不受这一范围的约束;酱油是最常见的,但蚝油、辣油、很辣的芥菜、辣椒粉、醋、辣酱油、麻油及偶尔的其他调料,与白胡椒可以一起出现在餐桌上。如同在中国的其他地方那样,在传统的餐馆里随意用盐曾一度比较少见,尽管在每张餐桌上均放一个盐瓶的西方习惯如今几乎司空见惯。除了汤面这一类平淡无味的菜肴之外,上述列出的精致调料很少使用。

一样独特和常见的广东调味品是 black beans (中国普通话叫“豆豉”,广东话称 *taosi*),它如今在南方比比皆是,但在别处却少见。在这一点上,就像继续吃狗肉、猫肉和蛇肉,以及一些语言特点那样,反映了广东社会的守旧。

在西方社会被看做是广东烹调的大部分东西会使传统的广东美食家感到厌恶。罐头菠萝、罐头樱桃、甚至罐头糖水水果;大量脱水的蒜、烧烤、烧烤酱或辣酱油;罐头蔬菜、玉米淀粉、味精、烹调用雪利酒和大分量的糖,被发现在很多这一类稀奇古怪的创作之中。仿广东食物和仿波利尼西亚食物的这种合并,可以追溯到加利福尼亚“商人维克餐馆”中离经叛道的广东主厨。其基本烹调程式好像是:采用你能弄到的最肥猪肉;在大量的油中将肉与你所能做成的罐头水果和糖的最甜混合物放在一起烹煮;使用大量的味精和廉价的酱油;将调味汁加浓到似胶水的浓度;接着就径直端上桌。广东人将这整桩事情视为西方人是没有文化的野蛮人之证明,但他们还是这样做,并且现在甚至很多中国台湾人(只在合美国士兵口味的饭馆中吃过广东食物)也确信,这就是广东的典型烹调。

关于甜酸肉,下面会谈到。从传统上来说,这是一道很少见的菜肴,且未受到充分的喜爱。广东人较常做糖醋鱼,特别是黄鱼。该食谱起源于中国的北方和东部,很久以前就引入了南方。这道菜最好是用河南的淡水鱼来做。真正的糖醋鱼或糖醋猪肉至少酸甜一致且不含水果。广东真正的甜酸肉是一道好菜,尽管不如黄鱼好吃,但很多广东人现在不去食用它,因为这道菜已经彻底地与“野蛮人”联系在一起。

界定在中国之外的广东烹调法的另三样菜肴则可靠得多,但它们不是广东正宗烹调法的精华所在。Fried rice (“炒饭”, “stir-fried rice”, 尽管并不总是炒的)是一种烹调剩余食物的标准方法,包括用油炒煮过的冷饭与切碎的肉和蔬菜。在真正的高级餐馆里,米饭会为此专门煮熟和弄干,但通常使用未被食用过的陈米饭。然而,常见(和受人喜爱)的食谱并不是广东的,而是东部的,源自在长江下游地带的扬州;扬州炒饭将切细的火腿肉、打好的蛋、

嫩豌豆、大葱和其他口味的配料混合在一起,然后相当缓慢地嫩煎。这种饭既非炸也非炒,而是“煎”——任其在少量的油中慢慢烹煮,产生一层脆弱硬皮的蓬松制品。炒面在广东话中是 *ch' ao min* (stir-fried noodles), 与炒饭相对应。面条煮过后与竹笋、豆芽、猪肉片等一起炒。

最后一种菜肴——杂碎 (*chop suey*) 并不是(如同很多希望成为鉴定家的人所相信的那样)美国的发明。正如李叔凡(音译)在其令人愉快的自传《香港的外科医生》(1964年)中所指出的那样,它是当地的台山菜肴。台山是广州南面的一个乡村地区,为早期从广东去加利福尼亚的大多数移民的故乡。这道菜名在广东话中是 *tsap seui* (中国普通话是“杂碎”)。它基本上是将剩余食物或零星蔬菜放在一起炒。面条往往也包括在内。豆芽几乎千篇一律地出现,但这道菜肴的其他部分则根据手头现有原料来变化。有关杂碎来历的传说称其在旧金山被发明出来,某人在夜里很晚时去一家小中餐馆吃饭。但这家餐馆已没有了食物,便将当天的废弃食物重新加工,于是杂碎就诞生了(“某人”可以是一位华人显贵、一群喝醉了的矿工、一位旧金山的政界大亨等)。然而“幸运饼”才是加利福尼亚的广东人真正的发明;由在洛杉矶的一家面条公司创造(地道的洛杉矶人坚持是在旧金山创造的),在亚洲则无人知晓。

上述菜肴中没有一样被广东的美食家给予较高评价,因为它们全是大量食物的混合物,而且没有一样要求新鲜的配料。事实上,它们全都具有大杂烩的性质——处理掉不太称心的剩余物及其他废料的既便宜又快捷容易的方式。它们受餐馆老板的欢迎是很容易解释的——在其他情况下将不得不喂动物的所有原料,可以做给人吃。事实是它们本身可以成为精美的好菜,并受到广泛欢迎,但它们在香港传统的饭馆和家庭中表现的形式,却与人们在迎合西方人口味的餐馆里遇见的那些截然不同。

南方真正的美食家菜肴始于海鲜。蒸鱼或整条鱼快煎后用调味汁添味;每个种类的介壳类动物用无数种方法配制;鱼鳔、海参、墨鱼、鱿鱼(鲜的或干的)、鱼卵和每一种可以想像得到的其他海产品,均受到虔诚对待。而陆地的肉类却没有吸引如此多的热情或关注。鲜活并养在清水中的海鲜尤被看重,而一些用盐腌过的产品则几乎被视为平常之物,特别是腌鱿鱼干、腌鱼卵干(非常像最精美的鱼子酱)和埋在盐中的白鱼。海参和海蜇几乎总是以干的形态出现,而牡蛎则不仅是干的或腌过的,而且被熬制和过滤后做成粘稠的蚝油。

在陆地的肉类中,家禽具有在特殊场合与宗教仪式中出现的高贵身份,而猪肉是标准肉类,并且能够显示出最好的烹调方法。整头猪与蜂蜜或变成

焦糖后呈金红色的红糖糖浆一起用文火烤,这使其成为“金猪”,适合于作祭品,这种颜色作为生命和温暖之色具有宗教意义。更有名的是“叉烧”,广东话叫 *cha siu*。要烧烤的瘦猪肉条,在蜂蜜、酱油、酒和其他调味品的腌渍汁里泡过后,挂在叉子(或同类物)上,放在专门的铁炉里,强大稳定而又滚热的气流向上穿过它。家禽也可以做成叉烧。叉烧肉被切成薄片后,用于面条汤、包子(著名的叉烧包)及其他小吃与菜肴中。

另一个类别是腌薰肉——广东话是 *Laap*(中国普通话是“腊”)。这些肉类包括用玫瑰提味的伏特加酒做出的优质香肠,叫做“腊肠”(直译是“cured intestines”)。压紧的腌薰鸭,被富于韵味地称为 *Laap aap*(中国普通话叫“腊鸭”)。肉味浓烈的广式腌猪肉叫 *Laap yeuk*(“腊肉”,“cured meat”)。人们也许经常看到这些肉挂在遮阳、顺风的地方保存;有固定的海风及遮阳树的海滩为理想之处,因此游泳者也许会兴致勃勃地与腊肉制作者混在一起。

较奇异的肉类其实并不被大量食用。冬天吃狗肉和蛇肉以暖身——据说它们含有很高的热量,但就狗而言则是由于有大量的脂肪。它们并不真正地非常好吃,尽管幼仔的嫩肉可能味道不错。虽然我看过有关这个主题的所有文学作品,却从未吃过猫或鼠或看到别人吃;我所认识的广东人也都对吃老鼠的想法反感。我从未见到过任何人将活的猴子带到餐桌,劈开其脑袋并将其脑髓当作滋补食物吸食,尽管在某些地方是这样做的。从任何一种意味深长的意义上来讲,它是药物而不是食物。真正常见的最奇异的食物是蛙腿,它们不如在法国那样流行,却没有被忽视。它们叫做“田鸡”,其烹调与鸡一样,尤其是切成大块后与豆豉一起炒非常好吃。每种野生猎物只要被猎捕到,一般都会吃掉,并据说能滋补或在某些情况下可以治病;猫头鹰和欧夜鹰治头疼,“白鹤”(egrets)治心绪紊乱并可使人长寿,而(在不太纯粹的治疗项目中)野鸭据说有惊人的滋补作用,可能是因为其肉中含有大量铁质,曾医治了很多的贫血患者。

广东人如其近邻节俭,一般来说他们不吃血,也不领略肠子与脊髓的美味。他们在困顿时无所不吃,但大体上更喜欢西方社会中较常精选的部分。一个大的例外是家禽的爪子,因其既适于做高汤又适于啃咬而大受欢迎。烹调适当的鸭掌和鹅掌被认为是真正的美味。我曾听说过香港食用的家禽爪子的对数是其实际拥有家禽的两倍。另外的爪子是从加拿大和别处进口的。牛奶菜肴也有供应,大多归因于澳门的葡萄牙人从16世纪起带来的西方影响。

中国人对点心和“小吃”的喜爱在南方达到了崇拜的地步。伴有花生、肉、鱼、调味汁或类似食物的早餐粥丰富又常见。伴有肉(典型的是红烧牛肉

或叉烧肉)的面条汤和馄饨汤就更常见了。每份面条的量多得足以使这些菜肴本身就成为完整的饭食。西式烘焙品的出现已导致了种类繁多的面包、面包卷和馅饼的流行,也顺应了中国小吃的模式。

但“小吃”的最高表现形式是广东习俗的 *iam ch' a* (中国普通话是“喝茶”)。喝茶从传统上来说还包括吃小吃,这种小吃叫做 *tim sam* (英语引入为 *dim sum*, 发“deem some”的音)。该词组(中国普通话叫“点心”)的意思是“to dot the heart”,是一个来历不清的特殊惯用语,有点像是指“to hit the spot”。“点心”(如同赵扬布韦称呼的那样;赵扬布韦,1947年)在全中国都有供应,但在广东的文化中则变成了在大午餐会或迟开的早餐上惟一的食物,而在中国其他地方只能作为“小”食品。它们有几百个种类。很多餐馆专营之,诸如香港著名的“陆羽茶室”之类,后者在最近从服装区狭小老化的店铺搬到了远离商业区较高档的房子之前,是最好的广东餐馆之一。典型的点心是 *ha kaau* (中国普通话是“虾饺”),以包在薄面团皮里的虾仁及其他馅料为基础;*siu maai* (“烧卖”);由肉馅和不同的皮组成;芋角,用芋泥团将碎肉裹上,卷成似角的形状后油炸;叉烧包;其他很多种类的包子;用酱油、生姜等入味的牛肉丸子;*faan kin*, 剥碎的含油馅料包在米粉皮里;米饭上的鸭掌;*tsung* 或 *jung* 塞有鸡肉或香料种子的糯米团子,包在荷叶或宽竹叶里,接着被蒸熟;以及厨师能够想出的其他任何东西,一直到包括有相当内容的菜肴羹和鸡,甚至烤后切成片的乳鸽。最普通和最基本的点心则遵循这样一种模式,即由某种淀粉类主食裹入碎肉、酱油、生姜、荸荠,或具有类似材质的填充物、油和调料等馅子。

喝茶的习惯已形成很久了。某人坐在非常拥挤和吵闹的餐馆餐桌旁,侍者带来其所点的茶。然后他等待着由年轻的服务生推着绕餐馆转的点心车。他们大声报出带来的点心名称,使茶室里显得很吵闹(我的小儿子将其称为“尖声喊叫的地方”)。食者要花相当一段长的时间在用餐上,等待着他们喜爱的食物。用餐结束时,一位老资格的侍者清点碟子并据此收费。较贵的菜肴放在较大的盘子里,所以费用总是由空盘子的数目来计算;侍者目光锐利,食者甬想把盘子在餐桌间转移。

点心的运输比较方便——不像大多数广东菜肴那样对新鲜和计时的要求很高——因此在西方较大的城市里如今已出现了很好的茶室。广东的点心档次也很高,从整体来看比餐馆和宾馆的食物档次要高出一截。但人们仍然必须去香港才能吃到好点心;像陆羽茶室之类的老字号则可能将永远不再出现。

广东烹调中极其常见的是“丁”,即切成小方块的什锦菜肴,如腰果炒鸡丁和蔬菜炒肉丁。大麦炖鸭子,中药炖鸡,以及其他滋补的炖煮食物也很常

见。鲨鱼翅是高档的宴席上几乎是固定的菜肴,放在鸡汤或原色汤料中滚煮。与华南其他地方共有,且对该区域以外的任何人都相当油腻的一道菜肴,则是用芋头片与新腌的肥猪肉片交替竖着排列后整个被蒸。沙锅菜品在传统的沙锅里烹煮,包括较硬的牛肉片或家禽,常与豆腐、白菜、八角和大豆的发酵物放在一起。豆豉蒸猪排;猪肉、鸡或海鲜与刺鼻的发酵小糖果放在一起炒;鱼与生姜片、大葱、桔皮、真菌及一点儿酒和酱油放在一块蒸。

当地有一种奇怪的酒席叫 *sik pun* (“同锅共吃”)。它由肉、鱼、豆腐和香料组成,分开烹调后合成一种羹。在一些村子里,它在正式宴会上被作为惟一的菜肴端上,此时它是要使一桩重大的社会事件(诸如婚礼或过继之类)合法化。它代表自觉的平民烹调法,消除差别,使这一事件中的所有人都是平等的。与社交上的等同物——美国的野外大宴会一样,它也由男人来烹煮(詹姆斯·沃森,1985年)。

广东烹调包含很多分支,但大多几乎都不出名。而广州市区烹调的伟大传统,如今已在香港和澳门确立(与西方的影响一起),而且趋向于抹去其他一切。一个例外则是四邑—台山地区的烹调。四邑或 *Sze Yap* (四个县)属于广州南面的一个地区,这里通行一种非常不同的广东方言。这种方言实际上对讲标准粤语的人都很费解,却还扩展到了邻近地区。该地区是一个丰富的蔬菜产区,却又是一个传统农业的贫困地区;人口密集与高额租税产生了富农田和穷农夫的反差。这些人在很大程度上以油煎什锦蔬菜及炒面条为主食;这就是新大陆的广东餐馆为什么极大地注重杂烩和炒面的原因——因为到西半球来的中国人大部分来自四邑—台山地区。在一道菜肴中包含多达10样的蔬菜是很正常的——人们吃菜园里生产过剩的任何东西。大量的肉食很难得到,而蔬菜在新鲜和质量方面却无可匹敌,来到香港及其他地方去的台山移民都很怀念它们,要不然就干脆自己种植蔬菜。

我对南方的其他次区域知道得太少,不适合评论。即使位于广东西面、人口稠密的大省广西,就有关食物的出版资料来说,也还是一片未知的土地,尽管那里也有自己的粤语方言以及很多的少数民族语言。我只是听说,这里的食物受到远离大海和富饶的耕作区的限制。猪肉和山里的产品相对来说比较常见,但鱼、蔬菜及其他很多的东西则难以获得。

北方

北方辽阔而庞杂的区域由几个因素整合为单一性区域。在该地区,每一

个省都有其鲜明的特色,但很多却并不值得特别注意。东北的满洲仍然存在一些特殊的烹调法。中西部的山西和陕西可以说是中国的英格兰,以勤俭节约、艰苦工作、奋发开拓和密实而又呆笨的膳食为特征,这种膳食几乎不值得在此予以评论。这就留下了三大传统:河北、河南及西北(特别是穆斯林)的饮食传统。

河北是以北京为中心的省份,尽管北京现被分离出来成为独立的首都地区。但北京的烹调术天然地支配着该省。作为帝国的继承者,它精致得难以形容。国都(或至少是首府)自公元1000年左右起就在这里,而且很早以前该地区就已举足轻重,人口密集,深奥微妙。帝国皇宫以通常的方式在烹调上留下了其标记:烹调变得越发精细,且使用更昂贵的配料。熊掌、驼峰、猿唇及其他奇异的物品在古代文献中都有记载,而且至少前两样在近代皇宫里还被食用。熊掌据说又粘又腱——在很大程度上大概颇像猪蹄。这种精细的烹调法如今大多不常用了,与创造它的社会一样被人们所忘却。古代宫廷的浪费与奢侈如同人们所预料的一样;它的消失也带走了与其联系在一起的破坏性摆阔炫耀。

一道最受喜爱的北京菜肴是涮羊肉,即带羊肉的蒙古人火锅。北京以及北方其他地方的一个主要风俗是蒙古人的烧烤全牲(“蒙古烤肉”)。这道菜肴起源于阿尔泰山人——蒙古人、朝鲜人及其他阿尔泰山的民族有各种不同的形式——但现在则完全中国化了。烧烤全牲与其说是一道菜肴,还不如说是一项仪式,因此专营它的餐馆只是取其结果而已。不同种类的肉——羊肉、牛肉、猪肉、猎物 and 可以弄到手的其他一切肉类——被切成极薄的片。食者挑选这些肉片,并加上增添风味的调味汁:酱油、酒、麻油、辣椒油(辣椒被浸在里面的麻油)、醋等。剖开的葱、生姜等也可以加入。这种肉适宜于圆锥形的黄铜烤架,它在烤架上被迅速翻来翻去直到烤熟。新做的热烧饼(面上撒芝麻的小面包,原产近东)被用来与这种加过工的肉一起做成三明治。餐桌上也放有其他调料供食者使用。中国人喜欢让食者自己来表现饮食艺术的技巧,这就是一个绝好的例子。

北京除了传统菜肴驰名外,“小吃”也很有名。的确,在如今的北京,你在街边的摊档和饭馆里也许可以比在迎合旅游者口味的高档餐馆里吃得更好。街头小贩叫卖水果和塞有甜味或咸味馅的小麦面团。面条店比比皆是。饺子馆卖许多种这类奇妙的食品。它们被煮熟,或表面油煎而不翻动,此时叫“锅贴”,因为底部烤到了锅上,变得非常脆。很多小麦制品是用全颗粒的面粉做成,因此不仅对西方的营养食品爱好者有吸引力,还有极好的风味(没有任何东西可以胜过用亚洲传统的坚硬赤小麦磨出的全颗粒的新鲜小麦面粉

了。美国市场上供应的最好面粉也不可能比得上,主要因为贮存时间太长)。

与河北相比,河南是更悠久传统文明的继承者。在河南的大城市中,开封恰好是北京建都以前的首都;洛阳在此之前并且断断续续地在过去1,000年中曾是首都,其建都史可以回溯到公元前774年;郑州为现在的省会,并曾是约公元前1300年商朝的统治中心。与这些城市(以及小镇,其中一些甚至早在郑州建城前就是商朝的都城了)相比,北京只是一个生命短暂的新贵。据我体验,华北最精美的食物出产于此;数千年的历史看来确实重要。据说郑州是糖醋鱼的原产地——当地河中的黄鱼被迅速油煎后,浇上辛辣芳香精妙的调味汁。在无数精良的小麦制品中有一样很突出:摆动长条面团,不断折起摆动,在此过程中一直撒粉,使其不粘在一起,最后做成面条。这不仅使面条像发丝一样纤细,并在最大程度上使本地的面粉富含面筋,而且还是一项给人以深刻印象的观光表演(比萨饼的皮和果馅奶酪卷的面团拉长过程与其相似)。这种面条快炸后,用做鱼或其他需要衬底的任何东西之基座。最好的糖渍苹果及其他水果菜肴都是用河南的优良产品做成的。这里的炸是小心和缓地进行。

河南是中国文明及中国烹调法的诞生地。回想起在郑州的市场上,人们仍能看见陶制水壶,它们与商朝时在该处制造的那些陶制水壶一模一样。正如人们所预料的那样,该省地当交会之处;或中心辐射点,所有中国烹调的特点都能在这里找到。讲技能、下功夫是河南烹调法的特色,河南烹调法几乎没有突出的地方性菜肴(主要因为它最好的菜肴已泛中国化了),但在创造所有这些菜肴方面,从最普通的小麦面包到最精美的糖醋黄鱼,却都绝对杰出。

中国的穆斯林(回民)大部分是皈依回教的中国人,或带有部分中亚血统的穆斯林后裔(“回”这个字源自维吾尔族,但现在是指中国人种,而不是突厥语族)。穆斯林烹调局限于中国西北——甘肃和宁夏,并且由此以一般中国烹调为基础,但传遍了整个华北,因为无论他们去到何处,穆斯林必须有自己的肉铺和小餐馆。原因当然就是所有正规的汉人饮食处都让人想起了《古兰经》禁止的猪、酒及其他膳食。

180 该地区位于四川附近,所以也爱辣椒。它也最大限度地利用了葱和蒜(此影响也是逆向的:四川显然是从西北得到了蒜)。特色菜肴由此是葱和/或蒜炒羊肉。除了与大蒜很相似的香葱外,嫩蒜叶也用于汤和其他食品的烹制。小面包和面团在这里并不出色,因其首先是中亚-近东的引进物。饺子当然被塞入羊肉而不是猪肉或介壳类动物。诸如西安之类的西北城市以具有出色烹调食物和气氛活跃的穆斯林小餐馆为特色。

各少数民族

中国的少数民族应该受到比平常所得到的更多的注意。他们只占全国人口的7%，即数千万人，同时却占据着大约一半的地区（在20世纪中国的汉人扩展前超过了一半）。目前有略少于60个的少数民族得到确认，并划分为具有独特语言和文化的群体。此项论述按顺时针的方向围绕中国开始。

台湾的“原住民”或“山民”讲很不一样的马来-波里尼西亚语。他们主要是刀耕火种的耕作者，但在汉人将其赶进山里或同化之前，定居的水稻栽培者就已存在于台湾了。原住民的部落吃米，但通常把粟米视为神圣的食物和古代的生活必需品。台湾也种植较普通的蔬菜和块根作物，诸如芋头之类，并饲养鸡、猪和狗。蘑菇、猎物及其他林中的产品是重要的食物。食物的烹调一般非常简单——用从汉人处学来的方法煮或烧。

在中国的最南部，说泰-卡代语言的部落居于支配地位。卡代语是一个微小的语系，惟一的重要代表是海南岛的黎族。黎族在刀耕火种的田野里种旱稻（丘陵稻）和玉米、打猎、养猪、种菜，并饮用大量家酿的常加有香料的米酒。海南及大陆的苗族种植糯稻或普通稻谷，并腌渍肉制品。苗族——在东南亚和美国被叫做 Hmong——将玉米作为主要的农作物，并且也种植很多的蔬菜（约翰逊，1985年；林耀华，1940年）。总之，他们是典型的东南亚内地人，东南亚的范围从菲律宾直到东印度。很多讲傣语的较小部落有相似的生活方式。然而较大的傣族部落（所讲语言接近泰国的主要语言，但并不完全相同）则实行水稻耕作，并且依赖稻子与蔬菜，所吃的食物广泛类似于汉人的那些食物。中国最大的少数民族——广西壮族是其典型。由于其族人非常长寿，壮族的一处地方引起了注意，其中很多人超过了100岁。几乎7%的人是65岁以上，就中国而言已非常长寿了。这里的主要食物是玉米、南瓜、毛瓜/冬瓜以及野生的蔬菜；这种保健饮食肯定与长寿有某些联系，但不可能是完全的（《中国建设》，1981年第5期）。*Zanthoxylum* spp. 与椒相似但不完全一样，是一种重要的香料。云南南部的西双版纳（源自傣语 *Sipsong Panna*，“12国”）地区，使用与老挝语相同的语言的北方傣族人在低地居于支配地位。他们依靠糯米为生，糯米卷成球后，蘸上加有很多香料的调味汁，并以干辣椒（在傣族人中像在四川人中那样被热情采用）和花椒为特色。在老挝和泰国的北部，因此推测起来也在云南的南部，另一种非常流行的调味汁是用发酵的大水生螬做成。剁碎的生牛肉用花椒和干辣椒添味，则是另一样傣

族的美味,我认为它在云南的湄公河下游很常见。除了很多东南亚的绿色蔬菜和水果外,许多药草和香草也生长在这个地区的大山和村子里。

散布在中国整个南半部丘陵和大山中的是苗族和瑶族,他们依赖刀耕火种,栽培玉米和稻子,并依赖猪、水牛、牛、鸡和狗的饲养。他们也种植蔬菜,包括辣椒,且通过打猎和采集来获得大量的食物。在贵州和云南,他们与讲藏缅语(使用语言与藏语及缅甸语有亲族关系)的少数民族为邻,这样就更远离了汉人。在较低较平坦的高原上,诸如云贵高原,讲藏缅语者渐渐变成拥有与汉人几乎完全相同的农业以及食物的水稻栽培者(但较简单)。在较高或较陡的山上,玉米则成为主要农作物,而在玉米带之上却是大麦和荞麦区。这些粗粮以厚重的面饼形式被食用,而且(与稀薄的菜汤,通常含有甘蓝)往往几乎是这些地区惟一的食物。然而,那里的人们也饲养普通的牲畜,采集林中的产品。四川的诺苏族或彝族则是典型代表,以荞麦厚面饼与玉米面饼为主食,并将炒熟的燕麦磨碎后与水掺杂作为主食。他们在较大的宴会上食用煮肉。一道流行的菜肴(在华南广泛供应)是生肉末——诺苏人偏爱内脏——用胡椒和红辣椒及其他香料调味。他们吃生的肝、肺和心,并与干辣椒一起剁碎。他们也食用燕麦粉和豆油(波拉德,1921年)。

东亚所有的高地农业都是大麦和荞麦,并轮换种植。喜马拉雅山的六行大麦品种扩展到了西藏和中亚的大部分地方;两行大麦出现于更北部。大麦是越冬作物,荞麦是春播作物。较好的荞麦是 *Fagopyrum esculentum*;更高等的是 *F. tataricum*,味苦且低产,必须改良。两者均成熟快,且生存在山区非常干旱而多风的冷夏;苦荞麦与大麦一样,生长在西藏的海拔 14,000 英尺以上的地方。在这样的高度上,大部分蔬菜都不能生长,但甘蓝和白萝卜却在这一高度几乎生长繁盛。在西藏较低的地方,沿雅鲁藏布江(布拉马普特拉河上游)及其支流,各种适于凉爽气候的食物诸如苹果之类可以栽培。而西藏的有些地方甚至低到了适于种稻子和玉米。在西藏的高地,仅有的肉食是牦牛、绵羊和野生猎物,但在略低的地区则有猪和牛。牛与牦牛杂交产生了一种动物,它具有身架突出、出肉、耐力持久和出奶的特质。

182 西藏的主食是大麦,将其炒熟后磨成粗粉(糌粑),就着酥油茶吃。西藏经常吃牦牛油。它不可能保持新鲜,所以发酵成酸奶酪,类似于黄油(像北非的 *smen*)。它被掺入汉人强卖给西藏人的粗糙的黑色砖茶中,然后再放入糌粑,这就形成了一种糊或粥,能用匙子或手指来食用。肉与蔬菜通常被煮过,是为了保持半生状态,因为空气非常稀薄,以致水在华氏 200 度以下就开了。牛奶、酸奶酪、干酪和其他奶制品被大量食用。西藏的贵族在宴会上吃中国西北食物在当地的变异品种:饺子、面条、炒肉与蔬菜、好茶、水果、坚果。西

藏的食物或是产自本地或是来源于中国内地,这与深受印度影响的艺术和宗教形成了鲜明的对照。

西藏的北面是新疆的浩瀚沙漠——中国的中亚,这里的农耕只有在绿洲里才能被实施。这些绿洲大多由突厥语族血统的民族主要是维吾尔族居住,但也有被称做突厥人的部落。一些其他族群的部落,包括一些语言接近波斯语的塔吉克部落,居住在最西部的绿洲里。这些地区的食物与汉人全然无关,除了近来表面的借用之外;它是波斯大文化区的重要部分。他们的主食是小麦面包、发酵酸面团或其他发酵物,并且在烘制膨起时做成扁平的船形或长方形。这使人们可以在面包中夹入任何食物,从而做成一种三明治。这种面包比近东同等的皮塔面包大而厚。它们常被撒上芝麻。烤肉,特别是小的烤羊肉串,是传统的伴生物。煮羊肉和奶制品,主要是酸奶酪,但也有类似切达干酪的食品,均为普通的饮食。除了葱和蒜之外,蔬菜很少,但无与伦比的水果弥补了这一缺陷;杏、葡萄和甜瓜居于优势地位。据很多美食家所言,世界上最好的甜瓜,是新疆中部吐鲁番盆地哈密地区的波斯甜瓜,其条纹黄绿相间(乌兹别克人是维吾尔族人的近亲,有一句谚语道:“求生育,找女子;求快乐,得男孩;但求神赐的狂喜,吃甜瓜。”)。优质的西瓜也大量出现。杏、桑葚和葡萄往往被晒干,变成适于冬季食用或与羔羊一起烹调的主要产品。这里也有一种和饺子很相似的带馅食品。

中国西北部的游牧民族——像吉尔吉斯人等突厥语族的部落及所有不同的蒙古语族部落——以用交换来的谷物做成的面包或粥为主食,同时还以奶制品为主食。肉并不常吃,因为牲畜太宝贵了,不能频频屠宰;当其衰老时则往往被卖掉,而不是在家里被宰杀。酸奶酪是主要的产品。比较有代表性的食品是由马奶与酵母一起发酵而成的马奶酒,其味道略像加了烈酒的脱脂乳。马奶酒可以被蒸馏成 *ayran* 和 *araq*, 据说其味道像被加了一点脱脂酸乳的劣等伏特加酒。马奶酒单独来讲是一种主要饮料,实际上更是一种主食,因为其营养价值比酒精含量高。游牧民一旦弄到肉就拿来烤或煮;而且他们引进了很多华北及波斯的菜肴作为宴会的食物。

语言上与蒙古人有亲缘关系的是满洲北部的通古斯人。满族人曾是一个了不起的部族,他们现在实质上全被汉族所同化,但其他小的通古斯人部落却仍然存在。那些沿主要河流而居的部落基本上靠捕鱼为生,将捕获的大部分鱼晒干并作为主食食用。一些部落在 20 世纪以前曾用鱼皮做衣服和帐篷。其他部落靠打猎、采集和经营小规模农业为生。猎物在极少一些地区仍是主食;这在有 10 亿人口的现代中国还可以看到,确实令人难以置信;大角麋(在旧大陆叫做“大角鹿”)和鹿是猎物的主要来源。鹿现在已被驯化和大

规模饲养。其他动物,从地鼠到猪,都被食用。人参是中国这些最北部区域的重要产物,但太昂贵了,以至那里的大多数人连一丁点儿都吃不起。高粱、大豆、荞麦、大麦以及(更南面的)玉米向北延伸到了这些森林地区。

我们沿顺时针方向转动,中国的最后一个少数民族是朝鲜族人,也是阿尔泰山人;在边界的中国一侧,他们约有不到100万人。那里的陆地基本上是山区,因此他们主要以荞麦和大麦为主食,最典型的形式是面条。玉米、稻子和其他食物正变得日益重要;粟、大豆、甘蓝、萝卜和葱属作物则生长繁茂。面条或煮的谷物与肉——牛肉尤其重要——和鱼一起食用。火辣辣的朝鲜泡菜,其中最常见的为朝鲜咸菜,被大量食用;它们用白菜、萝卜或其他蔬菜制成,通过在很浓的盐水或盐中的乳酸发酵,再加入大量辣椒和蒜加工而成。任何一样东西都能在咸菜坛子里合放:鸡、鱼、葱叶、松子、野生药草、蘑菇。松子是重要的食品和出口物,其主要来源是 *Pinus koraiensis*, 即雪松。其他的森林坚果和药草,从榛子到人参,也大量存在。这些东西,驯养的鹿、猪(*Nyctereutes procyonoides*, 在英语中被误称为“獾”;在日本被认为是狡猾的动物,在中国则是治病强身的食物)以及其他的林中产品均为朝鲜族自治州的经济支柱。与中国的其他少数民族区域一样,该地区直到近代以前仍很落后,人们曾被当做二等公民对待。这种态度在20世纪50年代期间已明显改变,但这种改进在60年代却又倒退了,因此曾出现很多不良状况,到70年代末才消失。目前少数民族地区正在飞速发展,而且人们的偏见比几年前要少得多。这也有代价:汉人的渗透和文化移入如今正在增长。

我们在对中国的区域烹调法这一闪电式的考察中可以获悉什么呢?第一,我在本书中所强调的效能到目前为止只达到了一般水准。在大部分时间里,文化和亚文化的选择居于优先地位。明显低劣的适应则将陷入困境,但当两种变通方法在效能方面大致相等时,在它们之间做出的选择就要以文化价值为基础了。壮族食用普通米,他们在西双版纳语言上的近亲则吃糯米;除了传统以及人们保持自己独特和鲜明的文化、食物方式和生活方式的愿望之外,没有其他原因。广东人不吃辣椒,河南人却喜爱它们;辣椒营养很高,但广东人就是不能习惯于辣味很重的食物(我有时用四川饭食招待粤闽籍人士;他们的反应顶多是出于礼貌)。像熊掌等珍品尽管明显没有效能,却也可以继续存在,因为传统和摆阔性消费要求这样。主要农作物(玉米和大麦、小麦和粟)之间的分界线,被族群和区域的优先选择加剧了;它们往往在文化的分界线上骤然停止,而不是缓慢地沿气候的梯度变化曲线渐变。食物方式通常不会改变,能持续数千英里和数千年;尽管文化移入如今正在迅速地发生,

就像过去时时发生的那样。

第二,区域烹调法主要是由在那里生长的最好和最合算的东西来决定,这千真万确。稻子在南方的低地始终是主要的产物,小麦则在干旱的北方是主要的产物,大麦和荞麦是寒冷地区主要的产物。动物在其最适于生存的地方被饲养着。这些通则超越了文化上的差异;西藏人可以将其大麦做成糌粑;朝鲜族人可以将其大麦做成面条,而汉人可以将其大麦做成珍珠麦,但所有的人都在气候寒冷干燥的地方种植这种农作物。

· 狭义而言,人具有效率和经济理性;但也会做出一定数量的牺牲来保持其文化的独特性。一方面,中亚的突厥语族人在语言、宗教、气候、农业传统和古典文化上与汉族人相分离,因此有完全不同的食物方式。而另一方面,壮族人与汉族人生活在一起,并像汉族人那样耕作,所以食用颇为类似的食物。在两者之间,宗教往往产生了障碍——穆斯林不食猪肉,即使在饲养猪最有效能的地方——并且语言或方言也产生了障碍。障碍越牢或越高,人们就将越要做出牺牲来将它保持在其食物方式中。

· 所有这一切都导致了更好的食物以及对土地资源的更好利用,因为它使差异和实验最大化,并为保持好的思想观念提供了条件,而这些思想观念在不同情况下基于一些短期的经济利害关系本应放弃。文化作为多样化的鼓励者、专门知识的保存者、教育的设计者和资源保护与管理的向导,具有生态学功绩。即使这一考察比较粗略,却也证实了人与环境的关系既不是“传统”的也不是“环境宿命论”的简单事情,而是两者之间错综复杂的相互作用或适应。这种适应可能要长久持续下去。

· 作为族群特性标志的地方性食物被有意识地食用,这些食用方式成为地区主义的有趣内容。很多地区性食物非常普遍地在重要和特殊的场合中出现,但在家里却非常少见。区域烹调法的知识在很大程度上由餐馆传播,但除去诸如中国西部的酸奶、西部和西北部的玉米厚面饼、西部和北部的荞麦、东部和东南部的甘薯、北方的小米粥或满洲的珍珠高粱之类重要和地道的区域性特色食物之外,餐馆却极少招待平民。中国人似乎对他们的济贫食物并不积极扶持,或因此而动辄把他们邻居的饮食状况固定化。这可能是因为贫困直到最近以前在中国大部分地方都是生活中太熟悉的事实的缘故。当人们贫困时,往往会去想富人的食物。而当人们富裕时,他们也许就会食用自己在以往贫困日子里所向往的常见美食。例如,美国南部黑人的传统食物,并未被其创造者看得很高;只是在美国的黑人走向城市化以后,这种传统食物才出名,而且当时也主要是在社区里经济状况较好以及受过良好教育的成员之中流行。在毛泽东时代的中国,对“忆苦饭”有着一点相似的尊崇,但这

似乎已是很早的事了,它所唤起的记忆太苦了,在以后的日子里我已很少听说过这种“忆苦饭”。

从这个考察中显露的另一个明显事实是,这些食物均是真正地方性的,而且有助于划分所涉及的烹调法。这在菜肴中比配料更真切,而配料使用的数量也很重要,但其种类却无足轻重。我因过于强调菜肴的区域性而忽视了一些事例,在这些事例中,一个特定的地区由于拥有一道名满天下的菜肴的特殊配制方法而出名,如河南以一种糖醋鱼而出名。一个更为有趣的事例则被我称为**普遍意象**的定向思维,在这种定向思维中强调普遍的口味和食物的质地,因此如果一种特定的烹调法包含了中国烹调法中的大部分微妙东西(举例来说,微妙东西可以是传统的五味和/或其他明显的口味或质地中的一种),那它一定非常有名。

一道地区性菜肴要达到世界性声誉,必须是真正地区性的;它必须是含蛋白质的菜肴,包括一些肉或等同物在内;且应该是精致而贵重的。配料和普遍意象在相当复杂的烹调中应该确切和明显,还应该包含中国烹调法中最多的东西(如果可能的话),而且严格说来不会是济贫食物。一样东西越是清楚地限制在一个特定地区,其用途越是明显,也就越是能够代表这个地区。并非这样明显的是,一个地区为什么应该更经常地由珍奇食物,而不是由真正典型的(即广泛被食用的)食物来代表呢?大多数人只是从餐馆里了解他人的烹调法,这一事实仅仅是一个原因;其余的解释是,人们动不动就强调他们所喜爱的和有名的食物。昂贵的配料也享有声誉,而需要准备的复杂程度和技艺也同样如此。

一些食物为什么成为一种标志,在这种大概的解释中有一些令人感兴趣的问题。首先,它认为正是食者通过频频地选择一种食物,如拿来招待客人、端上餐馆的筵席、假如他们自己开餐馆的话要使之在菜单上成为特色等,而使其获得了成功。其次,诸如麻婆豆腐和闽南炒面之类的菜肴本身含有一些蛋白质,但几乎不属于复杂的烹调术中最完美的榜样。在很多既便宜又容易得到的食物中,为什么是这些食物而不是其他食物被选作这些地区的特产呢?为什么麻婆豆腐对无数的食者来说是指“四川”,可是中国西部相同特色的“家常豆腐”却没有这种意义呢?为什么有麦芽糖浆调味汁的潮州鱼丸被频频端上自认为的潮州筵席,可是其他潮州食物却不见踪影呢?

这些食物都最清楚地体现了它们所代表的特定烹调法的一般特点;它们在所在地区也非常受当地人的欢迎。但是其他食物也是如此。一种食物如果特别突出,或极致,或普通,几乎总会成为族群的标志,除非它是一种济贫食物,但一些并不特别有名的食物也成为了标志。在这些情况中,我怀疑是

纯粹的运气使它们成为标志。可能有一个时期它们特别常见,或配制得特别出色,抑或相似的食物还没有出名。

在这些标志性食物的实际利用中,我们更加密切地了解了它们的构造,虽然在通常意义上这个词已被滥用。这些食物名列餐馆菜单特定部位之首;它们在自认为族群的宴会上不可或缺,尽管很少具有像我们英裔美国人感恩节菜单所体现出来的与民族/节日的真正和严格的联系。在特定族群中的中国人都忠于他们的烹调法。为我提供信息的香港人,大部分都在具有他们自己族群烹调法的餐馆里就餐,难得或从不尝试其他烹调法(尽管在香港无人能够不吃大量广东食物)。他们很少尝试不同的烹饪,而这却是其他文化中的食者在外就餐的原因。然而在最后的分析中,不可能将标志性食物与非标志性食物在任何单一的特定转化点上分离开来。^⑤

第十一章 食物的传统药用价值

“在中央王国很难找到一样菜肴不是以生活在很多世纪以前某位圣贤的食谱为根据的,圣贤在设计食谱时都会想到保健原理。”尼科尔斯(E. H. Nichols)在1902年所作的夸张描述情有可原。实际情况当然并不如此极端,但要点却被充分抓住了:中国人拥有极其古老的综合性营养学。

在周朝,《周礼》规定了营养学家作为最高等级御医的一部分隶属于宫廷。皇室有大量的专门厨师。营养医学和烹饪术在皇宫外享有崇高的地位,继续成为各个历史时期中国文明贯穿始终的特征。

中国传统上把食物按几种不同方式分类。食料则根据生物学的关系分类。所有这些类目都被横断开来;特定物品根据不同条件与用途,可以分在很多条目之下。本章涉及的是食料本身的传统分类——传统和民间的生物学分类。我先从食物的一些中英文名称的比较开始。

中国最早的植物名称记载是由相传孔子所编纂的《诗经》提供的(见第三章)。耿宣在那里面找到和鉴别了75种植物的名称。它们中几乎全部,以及所有食物性植物,名称都是简单而又基本的名词。汉朝的第一批农书为人所知时,几个复合名词已普遍应用了。今天,大多数普通植物的名称是双名复合词;科学家可以毫无困难地给世界上任何植物起这样的名字。晚近的新造词语中有些却被弄复杂了;kohlrabi叫“球茎甘蓝”。有些则令人愉快:香橼看上去像握紧的拳头,就叫“佛手果”,所以很像香橼的墨西哥 chayote,就叫“佛手瓜”。有些是借用词:fenugreek叫“胡芦巴”,出自阿拉伯语 hulba。有些则是翻译的:grapefruit叫“葡萄柚”。有些是描述性的:fig叫“无花果”(无花果的花极小且躲在“果”里面,这实际上是膨胀的嫩枝)。

同时,在英语中,有人近来将丝瓜改成了“中国黄秋葵”,尽管它既不与黄秋葵有亲族关系,也不像黄秋葵。中国人吃杏仁,与西方人食用巴旦杏一样,所以前者常与后者混淆(杏仁被烹煮后,除去了有毒的氰氢酸,变成缓解喉痛

的好食物,通常做成粉末)。“甘露子”是薄荷(*stachys*)的根,而“中国橄榄”与橄榄没有亲族关系。这样的问题在不同语言相会时是不可避免的。但如果它们不准确就更令人遗憾了——尤其是当你正试做一道真正的中国菜肴,而菜谱却将配料译错了时。

今天,中国传统医学和营养观念仍继续存在,并无消失之虞。(1980年)在分析了中国台湾人的大量抽样调查后,发现93%的疾病患者会改变饮食内容——这通常是病人或其家人要做的第一件事。我在香港得出的粗略数字甚至比例更大。当然绝大多数中国人改变食物内容后,几乎立刻对任何一种生理疾病产生了反应。饮食疗法逐渐变为不太严格的药草医疗:人参、白木耳、燕窝、炖野鸟之类均属食物,却几乎纯粹当做药物来用。

中国传统营养学建基于食物为身体提供元气的常识性观察。不同数量的元气包含在不同的食物中,因此元气表现为不同的形式。一些食物特别滋补;另一些食物,吃得过多反而会削弱身体健康(关于中国营养及食物疗法的详尽报道,见亨利·卢,1986年)。

元气的传统表述为“气”,字面意思是“气息”。与拉丁文的 *spiritus* 一样,一般是指“spirit”——不是一个灵魂,而是精神上的或看不见的元气。空气和气体也是气(与碳酸化合的水叫汽水)。“汽轮”由内燃机推动。气用于人体或任何其他自然物体时,通常是指“活力”,除非上下文内容使之明显含有气息的或精神性质的意思。然而,当中国人谈到食物提供气时,并不是西方人狭隘理解的活力。身体之气的形态或特性与西方科学的理解大异其趣。

在中国的传统思想中,宇宙最基本的划分是在阴阳之间。本来,阳是指山的向阳面——西南面,而阴是指背阴面。阳这个字符隐含了山的一小幅抽象画,因此“日”表示上升之势。阳因此是宇宙光明、干燥、温暖的一面;阴是黑暗、潮湿、凉爽的一面。注意这些都是单独的一座山(或人、或宇宙)的不同方面,并不真正是事物本身。男性具有较多的阳性,阴茎遂雅称“阳具”;女性则有较多的阴性。然而,每一性别皆具异性的一些特性;实际上,万物皆有两面。

宇宙的另一重要划分是“五行”[见弗兰克·刘与刘延茂(音译),1980年;波克特,1974年;昂舒尔德,1985年]——土、金、火、木和水。这些在英语中均称作“elements”,就像希腊的元素,但中国的概念根本不同。五行论及宇宙的诸阶段及宇宙万物,而不是论及东西(气不是一个阶段,它渗入万物)。完整的五行宇宙论由战国时期的邹衍阐述;到汉初成为包括营养和医学在内的科学和宇宙论的基础。那些时代的思想家们在为宇宙万物分类时习惯分为五类,中国人偏爱“五”一直延续到今天。罗盘定向的事例——竟把圆心包

括在内——最为经典,五个一套的组合广为人知,因此其他一切事物都可能从这一基本知识中派生出来;甚至阶段也可以被定为五个,使之适应于最重要的方位(见第三章)。就食物而言,特别重要的是五气(膻、腥、香、臊及臭)和五味[酸、苦、甘、辛(piquant,辣)与咸]。这些均对等于罗盘定位:东、南、中、西、北。这些味道显然是汉朝学者所发现的具有那些时代特色的区域烹调法。至少《黄帝内经》(维思,1966年)——汉朝伟大的医学文献——说到人们所吃食物的味道因地而异。这种法则有武断之嫌,随后的区域烹调法只是出于学者的想像,究竟如何抉择,甚至对精于考究的汉代学者也勉为其难。

五味依然给食物分类,但营养医学不久就被改造过了。在介于《黄帝内经》与5世纪伟大的草本植物志和农书之间的某一时代,西方医学传到中国。西方社会的营养医学在当时是以体液体系为根据,并且为希波克拉底——盖伦、吠陀以及近东的医学传统所共享。无人知道源于何处,如何开始;公元前5世纪的希波克拉底也以古老医学言之,希腊、近东及印度均以此而出名。希腊人拥有“先进的出版物”,因此这一体系得以随亚历山大远征世界而传开。它也许经由很多源头来到了中国,但主要促进因素无疑是佛教(席文,1980年)。在几处地方各自独立产生的类似信条可能也包括在内。

190 体液理论最一般的法则认为人体受到冷、热、干、湿的影响。如果人体要保持健康的话,这些“性质”或“效用”必须保持平衡。大多数疾病由不平衡引起(或加重)。这种模式认为,人在烈日之下劳动而中暑,掉入冷水中而受寒。古希腊人注意到了疾病类型随季节和气候而不同,因此自然以为气候产生直接的影响——在某种程度上这是正确的。因为没有显微镜,他们无法了解如何去区分伤寒(在夏季较常见)与中暑的差别,或冬季肺炎与冻伤和暴晒的差别。另一项观察是某些食物增加了体热,有的食物却似乎造成体寒。长时期以来,现代科学家们认为这全是无意义的话——纯粹是臆测,毫无理性可言,但我们现在知道古人实实在在地专注于此。卡路里含量高的食物呈热性是完全正确的;它们在冬季能提高营养不良者的体热。大概古人看到了这种食物在干的时候会发出更多的热量。卡路里含量低的食物在寒冷天气里不能保持营养不良者的体热(除非摄入不可能达到的数量),于是莴苣和甘蓝这类东西就被认为是凉性的。盐水能防止中暑,于是归入凉性一类(实际的情况是,出汗使身体缺盐,可能引起中暑)。如果人掉入冷水中,水本身就使身体变冷,故水显然是凉性的(见安德森,1980年、1982年、1984年;安德森与保罗·布尔,稿本;古尔德-马丁,1978年)。

这些简单的观察一旦并入一个简单的体系中,似乎就适合于万物。一些食物对皮肤有类似烧伤的影响;因此生姜、胡椒和(很晚以后)干辣椒显然是

热性的。酒的功效使它明显是热性的。每日主食归入“中性”类目——西方社会的面包,东方社会的米饭和鱼,这些主食(确实)是完全均衡的食物。因为面包比米饭含卡路里高,面包在东方就被认为是热性的;这一细节仍在争论之中。肉类即使卡路里不算很高,也被视为滋补强身;因而归入热性,但其热性不如脂肪和糖。酸味食物似乎是凉性的(想想柠檬汽水);苦味食物则往往是热性的。最后,给人以热感的颜色——红色、橙色、明黄色——的食物常归入热性类,而淡色——冰白色、绿色——的食物是凉性的。淡褐色的或淡浅白色的食物是中性的。当然有的食物显示出混合的征象:李子是红色的,却酸而水分多。对这类食物的看法不一,导致各地分类不同,并最后导致现代常常将整个体系当做纯粹的迷信予以摒弃。我们现在可以看到,这个体系并不完美,却是真实现象的合理延伸。从日常现象中做出简单推断,没有什么能比这更成功的了。但并不是说这一完整的体系很简单。为什么产生疗效,以及如何产生疗效?对此仍有很多有待了解。无疑,在这古老的冷热分类体系中仍有许多宝藏有待发现(见亨利·卢,1986年),在这方面中国的医学研究仍在继续进行。

湿与干——显然和气候有关——也在人身上反应出来。渗出性皮炎、肿胀病和水肿都归因于湿气过多。喉咙干燥、热病性虚癆和情绪暴躁则可能要归因于过分干燥。促发这些现象的食物肯定是湿性的和干性的。在中国,经常引起过敏性皮炎几种食物(湿的和多汁液)是湿性的;介壳类动物是常见的例子。被认为产生喉部干燥发痒的食物,包括咖啡和干烤的花生在内,都是干性的。然而,干湿尺度从未有凉热尺度那样重要。

最后几十年,很多中国人放弃了凉热二分法,尽管这一二分法与相关的“上火”(“rising fire”)观念在中国和整个东亚广泛存在。

“寒性”(“cold”)食物与凉性食物完全分开,单列类目。几种食物既是凉性的又是寒性的。“寒性”并不很突出,因此我的访问对象对这一特性没有非常清楚的描绘;人们认为这种食物给人胃里冰凉的感觉,或使身体确实感到冰冷。与之相对立的不是一般的热性食物,而是宜于冬天食用使人感到暖和的那些特定的热性食物:狗肉、蛇肉、番石榴等。

记住食物的实际温度在这里无关紧要;只要关注食物对人体的影响。凉性的食物因此可以用于治疗发烧、皮疹、溃疡、赤热以及其他过热的或好似烧灼的状况,也用于治疗便秘及其他引起便秘的症状。热性的食物用于治疗低热(如因体克或慢性结核病引起)、脸色苍白、频频发冷、虚癆、虚弱和腹泻。观察报告往往证明了这些疗法的价值。在旧中国,当人们患慢性溃疡、皮肤干燥和赤热症时,通常总是归因于维生素的缺乏(或因维生素缺乏而加重),

尤其是维生素 A 和 C。凉性食物通常是富含这些维生素中的一种或两种蔬菜：白菜、水芹、胡萝卜、青萝卜等。相似地，脸色苍白和虚弱通常涉及贫血症。典型的温性滋补食物是鸡羹、猪肉或内脏、中国狼棘莓、其他极好的铁质来源以及其他无机物。另一方面，这个体系有时具有灾难性的结果。特别是，腹泻被认为是受寒症状，水、蔬菜、水果及其他食物不应该给患者，这往往是一种致命的习俗。患腹泻的孩子也许就得不到蔬菜和水果，患上营养不良症（特别是维生素 C 缺乏症）。然而总的来说，这个体系与观察结果相吻合，治愈的人比害死的人要多。死亡案例可能出现于孩子中间，在旧中国，孩子夭折太平常了；至少在穷人中，婴儿死亡率时常超过了 50%。该体系的失败因此引起太少的注意（而且，相信是因为拒给蔬菜和水果的人更少）。

到 19 世纪，体液营养医学在中国、印度、近东、欧洲和拉丁美洲的大部分地方被信仰和实施。它也在菲律宾（西班牙的影响在这里与中国的影响相会）、北非、日本（但在那里却被鉴定为中国的输入物）和东南亚广泛传播。甚至早在具有同一性的希腊 - 阿拉伯 - 印度影响抵达之前，上述大部分地区的医学体系就包含了对冷热的关注。今天，体液体系在这一广袤区域里不太发达的地方仍是民间疗法的基础，而且在中国、日本和印度次大陆是一个重要的科学领域。在 19 世纪末或 20 世纪初以前，现代的营养学还没有先进到足以在通用英语的世界中向体液营养学发起挑战。的确，体液医学的一些残余现仍与我们在一起——不仅有诸如“凉得像黄瓜”之类的隐喻，或者“烫”表示“加有香料”含义的用法，还相信诸如鸡汤有治疗价值，脚沾湿气或站在通风处会使人变弱等这类事情。在全部的人类历史中，没有一个医学信仰体系曾影响了如此多的人，或在大众头脑中持续了如此长久。直接或间接地，体液营养影响着仍然食用任何传统食物的每一位普通中国人的饮食。确实，世界上很少有人一点也没有受到该体系学说的影响。很多的蔬菜、鸡汤和几种烹调用药草的广泛使用均仰赖于它。

热性与凉性作为一种思想在中国流行，不仅因为该体系有效，而且因为它完美地适应了古老的阴阳宇宙论。甚至在希腊 - 印度的思想传入之前，食物在某种程度上就分成阴类或阳类。到公元前 550 年，希腊 - 印度的分类支配了中国的分类。但这一体系的整个逻辑是完美的中国逻辑；强调均衡、秩序与和谐，这是儒家的世界观里最伟大的美德。

这个体系一旦流行开来，就很少得到补充。尽管增加了新的食物，尽管一些分类项目出现了分歧，但以简单体系为基础的整体从未改变过。意义重大的，希腊的实际体液概念——多血质的、胆汁质的、忧郁质的和粘液质的——在东亚从未被接受过。冷、热、干、湿之气足以解释需要被解释的事

物。现实的人体分泌液被认为就是分泌液,因此无人接受血液、粘液和胆汁在欧洲所获得的特别荣耀的地位。

在其最终的形式里,如同今日(以及过去许多世纪)所见,这个体系把一些食物分为危险的热性类,除了健康者之外,其他人要避免食用,这些食物包括油炸和长时间烘制食物、烈酒以及辛辣的香料。较温和的热性食物强身滋补,对凉气太重的人有益:大部分的肉类、赤豆、生姜、人参(尽管一些品种是凉性的)、类似菊属植物(有香味)的一些蔬菜等。中性的食物是大量的主食、淀粉类食品 and 一般的白色肉质鱼。日常用于药物或饮食辅助的凉性食物包括白菜、青豆(鲜的或干的)、萝卜(青萝卜更凉)、水芹和很多其他蔬菜。

但不是所有的饮食疗法都以体液的度量为依据。几乎同样重要的是“补”的概念:“强身、滋补、修补”。这类食物最初是那些促进组织修补、治疗贫血症或显示一般滋补机能的食物。分析不仅证实滋补食物通常的确有这样一些机能,而且也证实其外观突出。交感巫术往往起着作用:核桃肉有健脑的名声,因其像脑子;红枣和红葡萄酒被认为补血,主要由于其红颜色。然而,通常认为补的食物不仅适宜身体,而且还有功效。绝大部分补的食物容易消化,含有优质蛋白。禽——特别是野生的——大概食用最多。更滋补的有海参、燕窝、猪、鹿角、鲨鱼翅、穿山甲以及很多其他野生动物与动物制品。其中许多作为奇珍异物而驰名世界,人们不惜高价买来享用。

最昂贵者之一是人参。这种植物介于食物和药物之间,中文为混合类目。人参被称做药,但买得起的人吃下很多,或与食物一起煮,或以粉末或药酒来喝。实际效果显示出人参的滋补性。人参内含的药包括 *panaquin* 和 *panaquilone*, 具有温和的刺激效果;服用者感觉得到了活力,却没有“充电”(就像咖啡因那样)。有滋补效果的其他很多药都被视为补品,常常(同人参一样)被奉为药物的最高等级,用于强身健体或增加元气,而不是治疗。

正是实际效果和奇特神秘的外形相配合,赋予一些食物作为补品的特殊名声。交感巫术不单进入外观,还进入其他各个方面;如雄鹿生殖器据说特别能滋补人类的生殖器,无疑是因为一头雄鹿在发情季节能够与近70头母鹿交配,在中医里这是最接近春药的物品;列入淫秽书籍中的几十种物品全是补品,而不是实际上的春药(即对性器官起直接刺激或兴奋的作用),因此它们中很少几样能特别滋补生殖器。当然,它们全都能当春药使用,因为没有什么东西比性功能对安慰剂的效果更敏感了。人参之类药物一般的滋补和刺激效果在这种病例中显然也有用处。但是大多数补品对性欲有效果的主要原因(我感到肯定)是,营养不良迅速而激烈地削弱了性行为 and 性兴趣。富含无机物和蛋白质的食物恰好正是不幸的旧时代所需要的。它们被形容为

“壮阳”(帮助阳性器官)、“补肾”(强壮睾丸)等。

总之,补是一种体系,产生于——而且惟有通过它才能自圆其说——经验主义事实与心理构造之相互作用。在观察到的事实的坚实基础上,人们创立了推断性与推理性的整体结构。心身的效果似乎证实了这一结构的大部分;中医从来不认为有理由把心理暗示能力与其他药力分离开来。

珍稀的、舶来的和不寻常的食物被认为是补品,不仅因其价钱和珍稀(尽管这些无疑是影响因素),而且因为摆阔性消费是它们非常重要的用武之地。更基本的是气的概念。在中国人的传统世界观里,身体元气、精神元气和自然界元气的气流均为一个大体系的部分。这在现代物理学中也是千真万确的,但中国人的信念较为极端,声称人们食用含有大量元气的动物、甚至自己身处利用气流适当位置,就可以吸取自然的元气气流。诸如穿山甲和猪之类的动物,其独特的外形意味着巨大的元气或非同寻常的元气模式。像鹰等强有力的动物——更不必说性欲过度的鹿了——显然也都是元气的来源。不幸的是,对鹿茸、熊胆、蛇肉和犀牛角之类补品的欲望,导致了全世界范围广泛的偷猎行为,致使很多种野生动物灭绝。只有大规模的饲养或放牧才提供了这些动物幸存和继续利用的希望。中国人正朝这个方面前进(但或许太慢了)。

将中国人的注意力引向至关重要的均衡与和谐(“和”,“harmony”,是最常使用的名词)的更有力因素,是这一价值的社会重要性。

其他食物将补传入不同身体系统。相似性的学说在这一点上很重要。炖动物的肺能改善肺;蒸猪血、鸡血或鸭血则补血(如果人着眼于可吸收的铁的价值,这绝对正确)。血液不仅从动物的血中且从红葡萄酒和其他很多像血的东西中得到增强。

几乎所有的肉食在某种程度上都是补品,假如配制正确的话——通常靠蒸或用文火慢慢炖,尤其是与药草一起。实质上所有的补品都是热性的,不过性质温和,它们处于热性天平的低卡路里、低脂肪、低刺激一端。文火慢煨是想更多地减少其热气。这是说要缓缓加温,而不是突然的热性冲击。用这种方式配制出来的滋补食品,按照中国的和现代科学的标准,几乎都易于消化。它们通常也富有蛋白质,并经常富含无机物的养分。诸如鸡之类的东西往往与足够的醋一起炖煮,以溶解骨头中的一些钙,而在其他情况下则是为了提取无机物养分。许多药草如人参之类,实际上也有一些滋补或营养的功效。人参块根状似人体,也具有关联性。总之,一样东西像一个器官,仅此还不够。中国人不采取曾在欧洲发现的简单化态度,即任何肝状叶都对肝脏有效,或任何黄色植物都对黄疸有效。只有认识到食物确实具有营养、药物或

医疗效果,他们才会承认它是补品——尽管在中国就像在 19 世纪的美国那样,有时被强烈地怀疑某些东西的惟一效果是由酒精含量产生的(不仅红葡萄酒,还有大量品种的本地葡萄酒和药酒都是补品)。

白木耳、鲍鱼及其他异常的动植物也都是补品。鸡之类的日常动物还不算补。不妨这样说,一样东西越稀奇古怪和引人注目,就会越补。这是玛丽·道格拉斯对异常动物的著名概括的明显例证,她对非洲穿山甲的所有评论都切合实际——我认为,对中国也是这样(道格拉斯,1966 年、1975 年)。提供信息的香港渔民曾告诉我,大鲈科鱼(可以达到 500 磅)在鱼鳃上经常有微小的甲壳类寄生物;如果鲈科鱼被捕获后死去,其所有的气均进入了甲壳类寄生物,因此这就可能是最丰富的营养来源和所有补品中最有力者。这是一种明白无误的民间解释。虽然中国的医生受教育于精英的传统中,却往往根据声称存在于食物中的实际滋补的化学特性来解释补的机能,然而民间解释则可能更加古老。

中国医学营养中的另一个关键字是“毒”。从字面上看,毒是指“poison”,但它用于两种不同的意义,几乎所有调查对象都提到(往往自动地)两者确实是完全不同的。一种意义与英语单词同一,指吃下去会直接中毒的东西,像河豚鱼的肝脏。另一种意义则用于指本身无毒但在食者体内会引起或加强任何毒害的食物,这一类目中的传统食物有未阉割的雄性家禽。在对癌症病理学的一项研究中,我发现癌症患者以及(往往是)其整个家庭严格避免食用所有未被当场看着杀死和清洁的家禽,因为惟恐吃下哪怕最小一丁点儿未阉割的雄性家禽;他们相信癌症会受这种食物的刺激。牛肉常被认为有毒,羔羊肉和羊肉有时有毒。几种鱼在这个意义上是有毒的,就像一些坚果、种子和蔬菜有毒那样,尽管在各个调查对象所列名单中及在各种经典的中草药中有很大的不同。正如卡罗尔·拉德曼(1981 年)指出的那样,过敏反应——特别是荨麻疹和皮疹——往往是导致引起这些病症的根源,尤其是海鲜。因为皮疹常被看做起于或通过身体表面发作的体内中毒,对带有皮疹的食物产生反应,就经常被当做该食物有毒的征兆。尽管这也许交替地表示该食物是热性的与湿性的,但这种体液的组合带来了或刺激了某些毒素,特别是性病毒素。

由于对何种食物有毒缺乏一致看法,对之进行概括就有点冒昧,但有一点很突出:通常认为有毒和/或热性与湿性的食物,要么像补品,要么是补品的特定形态。大多数滋补食物无毒,但有毒的食物在某种程度上却有可能是补品。很多草本植物的药品——较低等级的药草——起作用时是有毒的(有时通过“以毒攻毒”来生效,如同中国人惯于“以夷制夷”那样,这是另一个社会-医学的比拟)。理想的滋补食物和药物是无毒的,但显然存在着一些联

系。或许未阉割的雄性家禽等都被看成加强了体内的毒素,如滋生肿瘤使之壮大。雄鸡或公鸭数量巨大的阳气,使之从人体温和的滋养物变成了不受控制的危险物,不仅滋养人体,而且滋养了人体的敌人。我勉强信服——直到对毒类食物进行更详尽的研究——潜藏的毒素是补的合乎逻辑的延伸,或者说大概是药理学上适应面更大、更具一般性的类目的合乎逻辑的延伸。潜藏毒素是有效的却又难以控制的药物,它们当然在概念上非常接近于具有实际毒性副作用的药物。

更难解释的是很多毒素的组合。在这一点上,其信念不单单就是这些组合是潜在的毒素;某些食物一起食用,据推测会起反作用,产生实际的剧毒。古尔德-马丁列出:“在台湾,蟹和南瓜、红葡萄酒和甘草、鲑鱼和李子;在香港,蒜和蜂蜜,蟹和柿子、狗肉和青豆”(古尔德-马丁,1978年,第43页)。这些组合可以很容易汇编出冗长的名单,只要去接近调查对象,或参考中医书籍。目前我完全不知道怎样来解释它们。调查对象告诉我,这种组合由经验总结出来,而不是通过理论或逻辑得出;可是没有一种可由经验来证实是有害的,哪怕是一点点。没有人敢真正试验(除了传统框架之外的现代中国人),所以这种信念未经检验就流行了。程礼彬(音译)(1936年)的文章令人赏识,它细述了对被宣称有毒的组合进行的大胆实验。他毫无损伤地活着,与被实验的动物一样,因此他对整件事得出了很好的看法和总结。程礼彬怀疑这种合成可用对过敏、细菌污染的食物、掺杂的食物等做实验来追溯。但为什么选择这些特殊组合,似乎还不可能断定。

一些次要问题我一笔带过,如据说会肿胀或引起肠胃气胀的食物——在这一点上人们记述真实。另一个关键概念强调“清”(cleaning)和“消”(dispelling, clearing away)。在两种情况下,这一观念都是要除去体内不合要求的物质或要素。清是指清除该体系中积聚的废物和毒素。消是指排除过多的湿气、“风”和进入体内的其他致病的自然力量。治疗炎症、水肿等就要排除掉累积的有病体液。一些食物如甘草和蜂蜜,使人摆脱了毒害(“解毒”)。“秽物”(与毒不一样)也可以消除掉。特别擅长清洁的食物有蜂蜜、红糖和甘蔗汁(古尔德-马丁,1978年,第40页)、一些蔬菜、若干药草。一种非常普通的草本植物的混合物,在所有中药房和百货店出售,叫“清补凉”(Cleaning, strengtheing, and cooling),它是药草与茶或汤的混合制品。“清凉”的食物解热;“利尿”的食物利尿(常由于高盐饮食中钾的含量)。

中国人长期生活在饥荒和营养不良之中,积累了与之相关的无数观察材料,从中创立了民间营养学——更确切地说,既是民间的又是精英的营养学——在一组简单的原理或概念之下将观察经验纳入其中。这些宽泛的概

念中有些经受了现代科学的检验,另一些则仅仅举例说明了真实性。H. L. 门肯评论道:“就每一个问题来说,都有简单的表面上讲得通的和错误的解答。”

医药分类研究牵涉到了对中国思想的研究。更重要的是它牵涉到了对人类一般思想的研究。在实际完成的分类学中(可以说),人们似乎爬上了分类学之树,然后却放弃了。他们通过了解一些特别重要的一般共性来给事物分类。然后他们把这些性质推而广之,形成一种简单而宏大的高级体系,统括一切。然后他们运用演绎法来为新的或稀有的东西分类:如果新东西有未知的性质,就被分类在适当的标题之下。新东西根据实际效果往往并不应该这样分类,但完全是按照体系自身的要求而被分配到特定类目之下:逻辑优于纯粹事实。另一方面,来自经验的反馈又保证了任何广泛流行的体系均有一些真理和价值。营养医学尤其必须建基于经验真实性之上。

现在来看一下“厚块”(chunking),人们并不是从平滑曲线这方面来概括它的。他们承认世界上天然的“厚块”——如生物学上的种——通过把厚块的成员看成好像它们几乎同一却又与任何其他厚块的成员截然不同来深化这种差别。所有穿山甲大约都一样补。这一表面简单的事情——过分加深一些差别的和模糊没有被这样过于加深的差别——是人类的很多错误和误解的根源。

最后是类推思维。据说在哲学层面上,中国人的思维过程是类推而不是推理。在中国哲学思想决定性的形成时期,三段论法的推理和基于类推的论证曾展开较量。后者赢了,但并非没有受到前者的影响。中国的思想家们承认存在着类推和对比——即使你确实回答了刘易斯·卡罗尔的问题,“渡鸦为什么像书桌?”你也没有学到任何令人兴奋的东西。哲学家靠类推来论证,但其类推实际包含了契合(或准契合)的哲学家才能奏效。这个理念是说,如果两个事物同有一个共性,就可分享一个共同的基础。存在着真实的和共享的特性,但即只相对于表面和枝节(空白),还存在根本性的(如元气在活动的体系中)真实的共性。中国哲学,如同其所采取的形式那样,焦点集中于实用主义和存在主义的本体及其过程。因此被分享的是最重要的东西,如某些类型的效果、元气、变换技能以及变换力。西方的唯心主义传统(焦点集中于本质的实体以及终极的不变形式)对中国人来说是不能接受的,尽管它经常与比如佛教思想的一些学派一起从西方传入。

在推理和类推之间有一点“本质上的”不同。人们可以像三段论法那样演绎类推:

与其他自然物体明显不同的东西具有特殊的和强大的气,穿山甲具

有明显的特色,因此,它具有很多强大的气。

人们可以像类推那样排出三段论法:

我认识的所有活到很大年纪的人都死了,苏格拉底与我认识的这些人一样——不是在每件事上,而是在我认为重要的方面上,因此,我们可以预料苏格拉底也会死去。

总之,人们实行类似的归纳和演绎过程。

198

两抵之下,中国的传统信仰非常富有成效,使人们保持了健康,使食物生产体系保持了多样化。很多植物和动物如果不是因为相传所具有的医疗价值,本来是不会被栽培和驯养,或保留下来。当这些动植物中的少数产生了中医大夫所认可的医疗效果时,确实为农业提供了更丰富、更多样化的资源基础。于是更多的生态学上的小环境被利用了;养分和土地得到更充分的利用,因为各个品种的栽培都有其特殊的要求和习性,如果人们觉得只要轻而易举地收获谷物就够了,通常就不会因地制宜加以充分利用。例如,太寒冷及太远离市场以致不能大量生产的地区,养殖鹿和貉则能提供宝贵的经济资源。只有这些动物卖出高价,才能证明它们在那些地区生产是合算的。在中间地带,诸如水芹和中国狼棘之类的农作物则有效地利用了边缘的小块土地(除了水芹以外,还有什么适宜在寒冷的浅水中生长呢?)。这种农作物也提供了保障;专门从事二三种最多产农作物的农业,在这些作物歉收时,耕作者注定要挨饿。中国农业是如此多种多样,以至人民能够相对地减缓饥荒的威胁——或者更准确地说,在饥荒突然发生时,更多的人可以得到援助。将可食用的野生植物用做药品,这些知识对农民也很有用。

但是,这个体系也以大量经验主义的观察为基础。中国人尽可能地解释这些观察;由于缺少现代实验室,仅有相当原始(尽管还算广博)的化学分析知识,他们不可能发现那些化合物并对它们进行分析。于是他们提出了表面上讲得通的合理的逻辑推论,现在我们知道这些推论往往并不正确。但他们却往往非常接近真理——如同热性/凉性的度量类似我们的卡路里概念那样(卡路里是热量的计量单位)。因此,他们完全理智地工作。对从未吃过富含蛋白质和无机物食物的老人来说,或者对沉溺于富含脂肪、油、盐的奢华盛宴以及燕窝和海参美味的富人而言,的确会有帮助。

我们仍有大量东西要向中国的传统医学和营养学习。近来发现了鹿茸嫩皮上的荷尔蒙、人参中的刺激素及中草药疗法中差不多数千种珍贵药物,

这应该推动我们回到实验室和临床试验中去观察其他传统食物是否具有我们尚未知道的价值。无机物的可利用性、酸的分类法、尚未发现的动物药品,以及各种食物协同作用的效果,似乎是特别有希望的研究途径。补品为什么强身,凉性食物为什么似乎能治愈溃疡,蜂蜜为什么似乎有镇定作用,还有甘草为什么似乎在用混合药剂调和药物及防止不良的副作用方面有近乎巫术般的效力?我相信我们并不了解其中的所有原因。我可以亲自证实枇杷糖浆和生梨糖浆解除感冒症状和喉痛的好处。建立在药性温和,花费不多,以日常手段强身去痛基础之上的药物疗法的完整理念,极大地促进了我们的现代体系,因为现代疗法富有效力,但又不无危险,而且它们本身全都经常引发病症。

第十二章 食物在社会中

社会的规则与中国人的膳食

社会科学有两种普遍的观点。一种是相对唯物主义的,主要被力学和经济学研究者所推崇。另一种有时叫“唯心主义的”,包括社会结构论、解释学和人类如何形成文化的现象学诸见解在内。两者单独都不足以说明食物方式。每种文化中的每个人都受制于足量的卡路里、蛋白质、脂肪、维生素以及无机物等绝对必需品。但在每一个适于居住的环境中,都可以找到应对这一挑战的许多可能较好的解决方法。即使我们把自己限于相对理想的方案这一层面,也仍有选择余地。此外,人口增长不可能没有止境。在一代人的时间里最严重的饥荒将杀死很多人,其余的人则不得不尽其所能地寻找一切东西食用以维持生存;在长达一代人的其余时间里,人们不会处于这种直接的压力之下。他们能够利用食物来满足其对多样化、信息交换和社交联系的需要。这样一来,人们将形成社会性的食物方式,它既符合营养需要,但又远远不是简单地提供营养物。

唯物主义者可能着眼于饮食的方式,并会发现它们引导食物的营养价值。而现象论者则可能关注内在结构。中国的传统营养学正是合适的例子。只有在农民社会的营养因素和信息处理的需要之间充当权宜之计,冷热体系才能得到解释。在印度,食物方式更多是通过宗教而较少通过民间营养来得到详细说明;在中国,作为食物安排的一种方式,医学比宗教更为重要。

中国人使用食物来判别族群、文化变迁、历法与家庭事务,以及社会交往。没有一样商业交易不在宴会中完成。没有一次家庭拜访不在佳肴中进行。没有一次宗教大事不在合乎礼仪的特定食物供奉中举办。关于何种食物恰好合乎何种境况,或关于人们如何应对经济或文化环境的变化来操办和

改变习俗礼节,这些资料几乎无法从中国不同地区一一得到。然而,我们可以谈一谈中国食物方式是如何改变、尤其在西方社会的影响下如何改变的一些情况。 200

我在本书中从头到尾强调的主题是,中国食物的复杂精巧大多可归功于食品在社会体系中独一无二的重要地位。我找到的最突出的证据是由香港中文大学的兰斯·李所做的统计:在香港,食物开支占总收入的百分比实际上随人们财富的增加而增长。在其他所有地区,恩格尔法则仍然适用:收入增加时,食物在家庭预算中的比重减小,原因是香港市民把食物当做社会的粘合剂。如同在世界大部分地方那样,商业交易、婚姻,以及朋友会谈都包含了食物;在香港,不仅这些,而且就连微不足道的琐事也是饮宴的理由。广东人在这方面大概是极端事例。台湾和新加坡则没有充分报道这类背离恩格尔法则的现象;但即使在那些地方,且肯定还在很多的海外华人社区,食物开支也没有在收入增加时相应地大量减少。中国大陆力主清心寡欲,但对政府倡议的禁欲主义之最有力的抵制不是发生在腐败、减少生育或性欲方面,而是在宴请方面。各行各业的中国人坚持大办宴会,因此政府规定很难发挥作用。这种把食物用做社会的润滑剂、强化剂和社会关系的指标,可追溯到中国文明肇始之际——甚至更早,如果细心观察新石器时代的陶器,其美丽图案的涵义正是我之所指。食物举足轻重,经常渗入隐喻性语言。“吃醋”是指嫉妒;而在现代香港,“用眼吃冰淇淋”的意思是指带着欲望注视一位异性。

过去与现在一样,食物用于标记特殊事件,反映就餐者的社会关系。这种含义并不限于现实世界:“神、鬼和祖先”——超自然现象的三个传统类目——也接受特定供品。从最早的时代起,宗教就有力地促进了美味佳肴,因为神和祖先必须供奉上品。这种状况与西方社会的状况完全相反,西方宗教通常奉行禁欲主义。宗教意识的根本差异构成了上述分野的基础。中国人的来世是今世的延伸,不是异化的、更不是迥然不同的世界。高贵者之所好,也就是神之所好,因此天国的社会秩序再现了人间的社会秩序——各个历史时期的朝廷和乡村世界。然而在西方,很大程度上也在印度,巨大的鸿沟却将超自然现象——思想王国和超越宇宙的存在——与自然现象分离开来。在这一体系中,人通过割断与现实世界的联系、特别是由“肉欲”形成的联系,使自身更能接受超自然的存在。中国的确曾经而且还在反对摆阔浪费,有时甚至还舶来禁欲主义;但强烈的族群性的抗拒人生享受,在东亚却是从外部传入的。它与外来的意识形态——佛教、共产主义——相随而至,并且扎下了宽而浅的根。然而中国的美食之风并非纯粹因为没有道德上的反对而发展起来;它实际上受到道德的制约。早期礼仪训示精确载明,何种食 201

物应归年长者,何种食物应端上特定的筵席,何种食物应在哪些祭祀中供奉。如今已没有这样规范的文本,但不成文法可以做到公正严明。

作为社会地位、礼仪地位、特殊场合及其他社会事务的标志,食物已不全是营养资源,而更是一种交流手段。在正式功能方面,语言过去和现在都是如此的仪式化和礼节化,以致充其量传达了一般的情感。传达重要社会关系(族群关系、地位等)的任务则由食物来完成。两位客人也许受到了同样情深意切的恭维,但一位客人会被安排坐在主人的旁边,并由主人亲自奉以佳肴,另一位客人则坐在次席,食物端上来时已不太热了。于是对中国人而言,座次的安排、菜肴的质量等细小差异,其意义极其重要,有时毫不夸张地说生死攸关。餐桌上的礼仪所显示出的至关重要性,在很多文化中却全然不知。

中国各地都有食物规则,各地大体相似却各有味道和排列。1960年代和1970年代的香港可作为典型的例子。传统家庭里,一日三餐相当随便。全体家人坐在一起吃晚饭,如果每个人不在忙其他事的话,午饭也如此,但午饭往往延长和松散,因为人们总是不由自主地深陷日常工作之中,或随时改变日程。早餐很随意:孩子们吃碗面条或粥,大人随便填饱肚子,午餐则就近在面条摊上就食。周末,经济状况较好的家庭,通常会悠闲地享用一顿早茶,甚至在平时,大人也往往会去喜爱的饭店吃饭。地方上有头有脸的人物,会在饭馆里留有所谓的“办公”时间,即在早晨固定的时间坐在固定的餐桌旁。

两餐之间的小吃则频频不断。出去蹓跹也就是去喜爱的面条摊或甜食小摊。谈生意不喝茶是做不成的。全天出游主要就是计划去哪里吃饭——参观地点有什么特产,哪里去买最好,这东西要配点什么一起吃。孩子们热衷于住所周围的甜点,就像其他大多数国家的孩子们一样。他们也喜爱香喷喷的东西,诸如煮鸡爪和咸腌梅之类。

即使每日主餐也是灵活多变的,因为家人轮流吃饭,但通常全家人一起食用。大人们商量严肃的事情;孩子们则应该相对保持沉默,但很难做到;小孩受到纵容和逗弄。餐桌上摆满了碗:菜盘摆在中央由全体共用,饭碗则个人单独使用。盆主要是富裕人家所用;普通百姓用饭碗、筷子和汤匙来对付。喝茶用玻璃杯,与茶杯一样常用。一家之主也会喝啤酒,但酒的消费量极少。在中国人的家庭里,吃饭的时间总是松弛、欢乐、悠闲的时刻——除非有严重的工作压力或为家庭问题所困扰。

每天的食物当然是米饭、蔬菜汤、蒸鱼、蒸蔬菜、炒蔬菜、猪肉或其他款待。有少许蔬菜和猪肉的面条是最普通的实在小吃。如果来客到齐了,家中的主妇——年长者的妻子,或其母亲(如果活着的话)——便端上鸡、一盘猪肉、大概另一盘由内脏与蔬菜一起烹煮的荤菜,以及与之相配的平常很少享

用的食物。样子好看的大鱼代替了寻常日子的小鱼(但大多数渔民习惯于每日主餐都吃鱼,并倾向于不把鱼端上筵席)。

宴席包括了上述的全部,猪肉一般炒腰果,或与类似的昂贵食物一起炒。鸡烹煮成两种或更多的样式,其他家禽也可能被单独或一起端上来。水果在节日里具有象征性。例如在新年,柑桔是必备的,习惯上还有一盘什锦坚果和瓜子;所有这些食物均为来年带来好运气。大节总要用猪肉献祭。猪肉献祭过后由家人享用,典型地(特别是为了大的节日)是与金红色的糖浆一起烤,因此被称做“金色烤猪肉”(Kam tsu siu iuk)。花生、瓜子等也摆出来了。新年要消费很多的甜食与酒。大多数食物用来炒,有几种食物则用来炸,与蒸、煮食物占优势的日常饮食成了对照。虾、蟹和其他甲壳类动物一般用于节日,有时则招待贵客。

比重大节日更为动人的是生命历程转折点的仪式或通行的仪式——主要是婚礼,或者家人为男主人(偶尔是女主人)举行的贺宴,他过60岁了,这完成了中国历法上的一个轮回。这些宴会包括了上述的所有食物,代表性地加上了鱼翅;除了二三盘鸡和/或一二盘鸽子外,至少还有一盘鸭;以及几盘名贵蔬菜炒猪肉。总是有一些象征性的食物:长面条在生日时赐予长寿,结婚时一盘藕表示藕断丝连,从而促进婚姻的稳定性。在这样的时刻强调食物丰盛,佐料多味道浓。这些食物往往在体液体系中是热性的,因此宴会被看做是非常阳性的和热性的事情(古尔德-马丁,1978年)。纪念死者的宴会与此相似,尽管规模较小。

香港的广东人家庭难得专为请客或家内庆贺而自做饭菜。取而代之的是外出吃饭。商业买卖、合同签订或其他大事也要在好餐馆里饱餐一顿。荤菜和昂贵的海鲜决定了社会交往。

资料显示具有统计意义的倾向。有的食物似乎是实际必备的:鸡肉出现于几乎各种场合的家庭烹调中;鲨鱼翅汤则出现在重要庆典,特别是婚礼上。另一些食物,作为标志的象征意义增多,且花费也更多:炒的和煎的食物、舶来的香料和调味制剂;家禽;甲壳类动物,尤其是虾和蟹,在香港极受钟爱。大型宴会供应酒,在其他情况下却不常见。一些食物不太可能出现在宴席上:咸鱼、小鱼、廉价蔬菜(它们按该顺序减少——咸鱼几乎从不出现在特殊场合)。还有另外一些食物与特定的场合相关联,并成为其象征性标志:金色猪肉用于重大祭礼,水果用于很多仪式和特定节日,月饼用于中秋节,甜点和小吃(如包上糖衣的种子之类)用于新年。另一些食物则有特性:人们各有好恶,因此用客人喜爱的食物款待客人。

宴会上味道厚重、蛋白质丰富的“热性”饮食经常引起消化不良,却被看

做是太多热气的结果。不用说,相反的情形也是真实的:温和、爽脆、蛋白质含量低的蔬菜,靠蒸和煮来烹调,是标准的凉性。这些食品适合于佛教徒、嗜好辛辣东西的人、患热病的人,以及太穷买不起好吃的或特殊的食物的人。佛教皈依者同素食主义者一样,吃“素”(clean, vegetarian)食;肉对他们来说是“荤”(unclean)菜。凉性食物也出现在宴会上,尤其是深受喜爱的蔬菜,以及为了一些菜肴形成特殊风味所必需的蔬菜;这些蔬菜包括花椰菜、胡萝卜和黄瓜。热性食物只有在相当昂贵和特别的场合才会供应。总之,烹调与显示特定场合标志的各种要求被优先处理;一次宴会不单单全是一系列热性东西。医疗功效(在民间的信仰中)、价钱和宴会等级之间关系复杂,而且这些特性之间互相影响。群体参与性必须考虑进去;某人为该群体设宴,此人就融入群体——家庭、语系和社会群体之中。

宴会菜单的设计者实质上必须从传统上专属宴会食物的目录中挑选,食品要精致到足以符合拟议中的场合,但又不要过分奢华(和/或昂贵得让人破产),食品多少得互相平衡,热性要充足,还要适合族群的口味。奢华宴会的举办者,购买远远超出自身财力的精美物品,有助于在社会上立足。中国现在的政府对这种浪费之风十分不满,但无济于事。

我们不应该忽略举办宴会带来的营养好处。高蛋白食物有很多营养价值,因此一个世纪以来,许多观察家指出,宴会使普通百姓和穷人有机会食用大量强身健体的食物。当然在传统时代,大多数宴会由富人举办,穷人与营养不良者仅享用极少量的此类食物,所以这方面的营养效果也许微不足道。

特定食物象征特定场合,这出于某些营养上的理由。也存在社会关系的理由。宴会象征在一种特定场合做特定的事,让客人们心存感激,在情感凝聚(包括族群团结)、喜好与满足等方面彼此交流信息。食物就是联谊工具。宴会食物往往是热性的,与日常饮食相对立,从而这种食物也存在着逻辑上的理由。这种对立显然能促进结构性互补。当然也有口味的原因,在宴会上能品尝到特别的美味(归根究底,还是为什么会形成这种想法;并非世界上人人都喜欢海参)。

204 由此,一种风俗适合几种相关功能也就不足为奇。我怀疑这些功能中无论是随便哪一种、甚或还是随便哪三种均能够在没有其余功能的情况下预示更多的含义。只有两种基础性功能:供给身体所需和交流。身体需要营养,对不同食品各有所好。交流的功能大概是第二位的——食物是这样一种恒常之物,人们可以为了交流而对之进行安排(因为大多数人最初的食物——母乳,就天然与社会的和情感的信息紧密相连,这一点尤显真切)。然而在特殊场合中,要根据场合来安排食物,挑选菜肴,此时交流在头脑里显然是上要

目的,营养的好处也要予以考虑,却是第二位的,甚至是附带性的。大量无营养的甚至有害的食物也进入宴席,诸如富含酒精的饮料之类,可强化这一结论。但食物的交流功能是中心主题,尽管人们不可能仅仅基于交流的功用来推测宴席上将有什么食物——这一点非常重要。

同样的结论广泛适合于全中国。在华北,敦礼臣的《燕京岁时记》(1965年)可作为数千年来中国人撰写此类著作的样板。食物在该书中令人难以置信的重要性,足以使人对敦礼臣产生疑问,他是否记得节日除了品评美食之外还有其他目的。可是诗歌、故事及其他作品全都始终强调食物(F. T. 程, 1954年;顾允勤;魏礼,1957年;比利·温奇·杨,1984年)。概言之,这一论点直截了当:食物对所有宗教的和社会的仪式是完全必需的,因为神和人必须用万物中的精华来适时款待。不单单宴会和膳食很重要;来客和旅行归来者还要带礼物,自周朝的礼仪书起,这些礼物习惯上都是食品。中国的旅行者外出时,都要寻觅当地的名产美味带给家人。这种风俗传到了日本,并且现在支撑着世界各地的一个有数百万美元的行业,机场和途中城市的商店以昂贵的价格供应特定的礼品:洛杉矶的水果,温哥华的鲑和鱼卵,悉尼的牛排。

供奉食物是食物的精华,品尝美食是神圣的权力和社会的核心(其中,《礼记》与涂尔干告诉我们,神圣是一种象征),这是所有古老文明的典型代表,而以中国为最。

中国食物的变化:现代世界的影响

中国的食物从未停滞不前,而且如今依旧与以往历史时期一样快速地变化——不过没有失去任何基本特征。大部分变化是人们的营养越来越好,无论中国人走到哪里,总是尽其所能增加食品供给,食品丰裕使他们能明智地选择,吃大量的肉、鱼、蔬菜和水果。不幸的是,糖、油与饱和脂肪也在飞快增加,因此部分抵消了营养的改善。中国人预期寿命延长了很多——从1900年的约35—40岁,延长到了目前大陆将近70岁,海外社区70多岁——要不是久坐不动的生活方式和过于丰盛的饮食招致了心脏病和循环系统疾病的增加,海外华人的寿命还会更长。但寿命的增加仍令人难以置信,并可以主要归因于饮食的改善。

美食的变化主流再次趋向更好。更好的配料、更好的训练,尤其是人口更多更杂,都极大地增加了餐馆的数目。即使普通人的食物质量没有改进,

但现在得到好食物的可能性仍比过去不可比拟地扩大了。

但现代化却付出了代价。据我看来,最糟糕的变化是使用廉价的配料去混合或强化一道菜肴。玉米淀粉和油被大量滥用,以增加卡路里,廉价地填饱进餐者。盐、糖和谷氨酸钠(味精)被加入几乎一切东西之中。在中国传统烹调中,糖的使用非常节制,盐仅得自于腌渍的东西,味精并不存在。谷氨酸钠是从日本传统的一种海草制品中分离出来用于提味的。在1900年后不久, the Aji-no-Moto(调味粉)公司开发并大规模地生产该产品。它很快传入中国,称之为“味精”或“ve-tsin”,这是日文翻译。它给中国的食物加入了浓重涩嘴、金属性的味道,并破坏了精美菜肴中的原汁原味与精致可口。它也在很多人中激发了剧烈的过敏反应——“中餐馆综合征”,而且钠对高血压患者都有危险。盐当然因同样的原因有害健康。于是,完全撇开对味道效果不谈,这些变化从医学的观点来看也是不合要求的。不幸的是,食物的这些变化恰好出现在这样的时刻:中产阶级的工薪上升、日益富足,提高了饱和脂肪与胆固醇的吸收,同时却减少了普通劳动者的体育活动。大约一代人时间,家庭和很多餐馆对此予以抵制,因此我曾抱有很大的希望,认为品质降低只是一时狂热,最终会消逝。然而事实却并非如此。高档餐馆被竞相模仿。那些推荐给西方旅游者的餐馆是最差的,但经营得很好,并成为一种标准。在海外华人的餐馆中这个问题最大,但在中华人民共和国国内也存在。然后烹调书也加入了这一行列,大张旗鼓地传播餐馆—宴会的食谱,却忽视了中国的传统食物。旧食物因广为人知而犯不着去操心写食谱,加上新食物的诱惑,导致了这种情况的产生。遵循标准化的中国现代烹调书,人们都学着把一匙匙的盐、玉米淀粉和味精加到菜肴之中,菜肴又浸泡在油中,通常还放了大量的糖。传统的中国美食家弄得想吐,但新一代却已学会了喜欢这种食物而不喜欢老式烹调。少数坚定的传统主义者设法补救,却无济于事。

206 当然,新食物的意趣还有讨论的余地。我对喜欢新食物胜过旧食物的人们不会过多指责;人各有所好。他们最终会回到(或发现)美国的小餐馆和快餐连锁店的烹调法上来,这更适合其口味,从而放弃中餐馆。不过健康问题确实扰人。正宗中国厨师依靠最精美的特别是最新鲜的配料。完全新鲜的高品质蔬菜、海鲜和家禽,在诸如香港、洛杉矶和北京之类巨大的城市集结地现在不可得到或价格昂贵。这是盐与味精增加的主要原因,它们强化了味道,并(拙劣地)掩饰了没有好配料的缺陷。肉的质量一般比过去要好,但就猪肉来说还是存在着问题:传统品种的猪肥瘦分明,人工繁殖的西方品种的猪,肥肉混入或嵌入肌肉之中。这种油腻的湿猪肉,按照几乎任何人的标准来看,都对中国的烹调很不理想。幸运的是,这种趋势在西方社会已颠倒过

来,中国也正在颠倒之中;瘦猪肉又可以得到了,中国的食物则因此得到改善。随着大规模生产的出现而引起的家禽质量的下降,似乎也已到了谷底,因此好的餐馆在寻觅特别喂养的禽类。

据我看来,将来可能发生的最糟糕事情会是劳动阶级街头食物的消失。街头摊档和墙角小店惯于做面条、馄饨、包子、粥、有馅面团、蒸肉圆、油炸酥点心和数千种其他小吃,在未来新的富裕世界里它们可能受到排挤。它们没有消失的危险,但将更为稀少,并且正受到大餐馆节约成本及喜爱钠的方式的影响。谈到中国烹调的主要特点,过分关注这些令人惊奇的食物是不合时宜的。可人们似乎并不太了解所谈及的这些食物。在中国人看来,这些是穷人的食物,不值一提,因此往往从不介绍给西方人。无数旅游者曾向我抱怨中华人民共和国的食物质量;原来他们都本分地在西式大宾馆和餐馆吃饭,这些餐厅为了迎合西方人的口味而改变了中式烹调的风格,并且一餐供应几百人。我甚至听说老的食物摊档已消失,因而人们在中国不再能吃到“小吃”,但我在旅行中发现小吃仍以各种形式存在。马路上的手推车、小饭馆、工人食堂和快餐馆出售小吃,与香港或台湾类似的东西一样好——当然我在中国境外吃到的最好食物是在私人家庭。

中国食物和其他事物的地区差异性,通常不受重视。攻其一点不及其余,这是迂阔之论和纯正之癖,但大多数中国烹调书(特别是英文版)在相当一段时间以前就略去了那一点。用雪利酒代替中国酒,用芹菜代替不能得到的中国蔬菜,用罐头荸荠代替新鲜荸荠;诸如此类的办法,全都实质性地改变了菜肴的味道。不同风味求之同一道菜肴,必然造成中国食物大都雷同的结果。有时这类菜肴极好;一名优秀的主厨不会因为不得已用了芹菜而声名大跌,何况创新向来是中国烹调的精髓。但若以为用雪利酒代替绍兴酒就自动创了一道好菜,这就不合道理了。雪利酒是一种完全不同的流质,有其自己的功效和烹调特点。 207

存在着对抗的力量。在最近一代人左右的时间里形成了世界一般性美食观念,主要是基于法国人的态度。这种意识与中国传统烹调法高度一致;实际上是受到中国观念的影响。新近的中国烹调书(中文版和西方语言版)、餐馆和高级家庭厨师通过回归到精制配料、少量放盐和准确计时的烹调观念上来,正反映了这一组新的观念。同时,更重要的是中国传统营养观念与西方现代营养观念都在迅速传播。这些观念在避免大量使用糖、盐和油上意见一致,并且都肯定富含蔬菜和海鲜的各种不同饮食的价值。

这些变化是竞争所致,其程度之深使观察家们为之所动。像削减成本和替代配料等明显事实姑且不提,这些变化一般有两种类型:根据中国传统评

价标准提升食物档次,改变自身品味来效法西式食品。

我曾在几个华人社区研究过饮食的变化:一个在香港(暂时租借给英国人的一小块中国土地),其变化是在完全的中国环境之内发生的;两个是海外华人社区,与当地主流社会的融合很重要。这些叙述比其他各种研究都更多地反映了中国饮食文化。

1965—1966年,我和家人住在香港新界乡村的青山湾,我们在那里对渔业及经营者船民开展了人类学田野考察。1974—1975年,我们再来作追踪调研,发现这里全变样了。沿着公共汽车路线绕过陆地尽头来到了青山湾,当白色楼塔的一堵大墙突然出现在我们面前时,我们均感到震惊。起先似乎觉得这是海市蜃楼。但是我们知道,香港政府计划在青山湾发展一个“新镇”——实际上是城市,并且已经在那里建造了数万人口的住宅。在我们面前朦胧出现的是房屋和商业街区,它们耸起在过去的污泥上,灰色的旧窝棚和熏黑的传统建筑物仍乱七八糟地散落在巨大的新建筑之下。

人还是同样的人——直爽、友善、好客和豁达。我们从一位老朋友处租了一间房间,重新续上了老关系,并满怀热情再次投入日常工作。

208 在青山湾社区购物和吃饭的日常事务已有很大改变,如同该地区食物生产的变化那样。但许多事物变化不大。保持不变的主要是注重新鲜,即“鲜”(sin 或 sansin)。这点由食物的味道、特性和外观所证实;蔬菜和很多其他食物要“脆”(ch'ui,中国普通话是“脆”;见第九章),这是新鲜食物必需的特性——爽脆、嘎吱作响、多汁液,甚或软柔细嫩(“脆”通常不包含炸马铃薯薄片的松脆意思,尽管可以被用于此)。食物吃上去还要“清”(clear and pure),这个术语只适用于一定类型的食物。一般说来,食物新鲜可以用许多词来评定,但人们经常简单地就用一个“鲜”字。在香港各地,食物之佳品谓之新鲜,而青山湾可尽可能地满足这一愿望。1965—1966年,海里的活鱼比塘里的活鱼更受人们喜爱,因为那时海水还干净。但是到了1974—1975年,海水受到污染,塘鱼因而更受青睐(水塘通气也更好一些)。屠宰生猪、腌渍蔬菜都要在买来两三个小时之内进行。用来食用的家禽和狗要买活的,就像其他家畜也尽可能要买活的一样。最重要的是,每家都会养一些家禽,以便获得新鲜而且是细心喂养的禽肉。庭院中用残羹剩饭喂养的鸡,味道当然远胜于鸡场里箱笼孵养的鸡。就连船民也饲养家禽,大船上还养猪。鸡圈养在船尾上的小笼子里,从而引出了一句广东人的直喻:“像船民的鸡,看到水却喝不着。”这一俚语尤其用来形容一个人注视并欲得到一名异性,但却得不到。活的与死的食物之间价格差别很大。清水中的活鱼,价钱可以10倍于同类的冰冻鱼。从中国大陆进口的鸡场箱养冻鸡,价格是当地活鸡的1/3或更低。

1965年到1974年间,对新鲜的关注减少了一点儿。理想的新鲜食物几乎无从获取。该地区的城市化已改变了供求关系:本地蔬菜极少而买主众多。大量食物经由九龙的中心批发市场从中国大陆输入。船运期间,冷冻物品部分融化,蔬菜曝晒在太阳底下,还有其他损害也时有发生。该地区储藏技术的改进部分抵消了这些变化。1965年,极少数家庭有电冰箱,更不用说冷冻机了,而且运输很慢,从未有过冷藏(装鱼的冰,装活鱼的车载水箱,都属特殊的运输设备)。1974年,这个地区蒸蒸日上的繁荣与城市化,使大多数人都有财力添置冰箱,冷藏运输出现,至少是充分冷却或速冻。因此关于可靠的新鲜食物,人们任由市场摆布;不过人们不求食物绝对新鲜,但求避免彻底腐烂。就像美国小型市场那样,产品并非质量最好,却至少是安全的。

1974—1975年,对青山湾食物最寻常的抱怨是食物不如以往那样新鲜了。新鲜的上等原料能以极高的价钱卖出,这当然超出了普通买主的标准范围,所以很多家庭自己培育食物。无论拥有多小一块土地,人们都养鸡,种果树和草本植物或至少一二种蔬菜。注重食物新鲜和家里培育当然是源自乡村背景,但不涉及乡村生活的纯朴意识或亲近土壤的回归自然心态。这样的信条在中国文化中并不显著,在香港则几乎完全缺乏,但在这里甚至连公寓的居民也会在窗台上养几小盆草本植物。 209

乡村时代富有活力的另一遗产,是消费食物的选择标准。我们的饮食调查表明,尽管增加了很多新食物,其价格也迅速下跌,普通家庭仍在吃千年不变的基本饮食。诸如西红柿、马铃薯和玉米之类西方输入物种植已久,却较少食用,更不用说花茎甘蓝、花椰菜、球茎甘蓝和头状莴苣这一类东西了,凡此种到1974年才出现于蔬菜市场,在1966年还几乎完全不为人知晓。例如,花茎甘蓝未获得实质性的推广,与之相对应的是芥蓝菜,尽管后者与之非常相似——常被叫做中国的花茎甘蓝,主要的区别只是在于后者更苦,含纤维更多。黄油和牛奶同样可以买到,除了作婴儿食物外食用不多。

比西方化更有趣的是,西方食物并非无意被接纳。广东化的进程还在继续。西红柿、马铃薯等正加入到烹调法中去。在烘制品中也有了变化:如甜面包卷,放入大量的椰子、花生和鸡蛋,含糖比原物要少。这种面包卷更加清淡而面粉却较少。对鸡蛋的喜爱使得人们擦亮鸡蛋顶部用一只蛋套把鸡蛋套住。

软饮料继续走俏;本土的竞争者——甜豆奶大约已经消失。糖果和饼干、面包和小甜饼在每个家庭都很多。面包和软饮料可能是最广泛消费的西方食物。面包已取代了以前中国包子的地位,并且现在作为一种小吃与之竞争,但软饮料引入之初就与茶和豆制甜品竞争激烈。西方食品似乎总是由营

养最糟糕的产品来打开销路——毫不奇怪,因为这些产品便宜,可用广告来大吹大擂,且作为次要的小吃也容易接受(这样就不与既定的餐饮规矩相争了)。传统食物按文化的重要性次序来排列已被抛弃了。饮料最早离去,其次是小吃和早餐食物,再次是标准的主菜,最后是与族群习俗相联的宴会食物。但西方营养知识也在相当有效地传播开来,尤其是经由广为人知和普遍接受的忠告,如给婴幼儿补充维生素 C(通常是橙汁),如母乳喂养不足则代之以安全和足够的配制品,在育儿早期就采用肉和蔬菜(按人们对我们设计的该主题问卷的选择次序排列)。

210 香港有很少的西方人和很多的非粤籍中国人,特别是在像青山湾的乡村地区,但广东人借用西方的烹调法比其从中国的其他群体中借用的食物方式更多。乡下的广东人很少有人曾吃过象征性的一二顿潮州菜、客家菜、四川菜或在香港很具代表性的其他中国传统菜肴。西方食物传到之处,其他食物就不能传开了,这是由于西方的统治和权力,特别是英国的殖民势力,不过美国和其他国家的势力也在与日俱增。这些西方人不仅要求随处吃到熟悉的食物,并且(像所有殖民的和新殖民统治的势力一样)成为模仿的样板。

族群关系并非是与生俱来和始终相随的东西,而是人与朋友及家庭可以随意接受或丢掉的东西。例如,香港的潮州人作为一个单独的族群存在,但单个的潮州人却经常作为汉人“出现”。本地出生的潮州人讲粤语往往比讲自己的潮州方言更流利,食物方式也更像香港的广东人。与广东人在一起,他们通常吃典型的粤式饭菜,不谈及潮州菜。然而,当家人或全是潮州朋友一起吃饭时,他们就会寻觅潮州餐馆,并会选择一份非常固定的菜单,上面列有最广为人知和最流行的潮州菜肴,如同美国的感恩节宴会那样仪式化了。不太受高度重视的传统菜肴消失了;不太出名的传统菜肴被遗忘了;但很正规的重要菜肴继续存在。这类菜肴往往比在本土烹调得更为精致,好像是要弥补很多不正规膳食的损失。

海外华人比很多移民群体通常更长久和更忠实地保留自己的饮食习俗。不仅在西方社会如此,那里饮食的巨大差距也许调整起来更困难,而且即使在东南亚也是如此,那里的饮食与中国的饮食很相像。族群情感也许与这点有一些关系。在马来西亚,华人移民可回溯到 500 多年以前,尽管大多数华人是上一个半世纪的移民后代,我曾住过的华人社区在过去的若干世纪里已自然学会了许多马来人的饮食习惯(安德森与玛丽亚·安德森,1972 年)。咖喱和香料小粘糕及其他食物是中国和马来西亚烹调法混合的实例,已很难分辨二者的区别了。叫做娘惹(Nonya)烹调(*nonya* 是称呼华人女士的马来语单词)的混合风味出现了。但 20 世纪 60 年代和 70 年代华人与马来人之间严重

的种族冲突,导致华人纷纷抛弃这种风味及其他任何有点马来影响的口味。在食物方面如同在其他社会习俗方面一样,华人逐渐摆脱被视为与自身压迫者相关联的事物。中世纪晚期抛弃奶制品的过程可能也与此相似。

在美国,散居的华人比唐人街附近的华人同化得快,有孩子上学的华人则同化得更快。在同龄人的影响下,孩子们力主家人吃速溶麦片之类食物。王春华(音译)和我发现,在加利福尼亚的河畔地区,华人社区既小又分散,5年间饮食习惯就大为改变。^⑥相比之下,旧金山华人社区大而纯,不断有移民迁入,家庭饮食方式的同等变化,要历经几代人。对加州河畔地区一度存在的唐人街所做的人类学调查显示,这是一种强有力的保守力量。从在本地饲养食用甲鱼,到出售来自家乡的酒和泡菜,其店铺有效地提供了传统饮食的选择。如今,家庭成员都去洛杉矶唐人街购物,但路程太远,而且来自周围英裔社会的压力持续不断。族群的外部表征已经衰微,而自我形象和个体身分的变化不可避免。就华人而言,或许与任何其他族群相比,食物是一个更重要的族群特征,这是华人族群特性的基本事实(见格里维蒂与玛丽·帕奎特,1978年;兰洛伊斯,1972年;格雷斯·伊平·杨和黑兹尔·菲克斯,1979年)。

跋

1965—1966年去香港研究渔业发展时,我抱着这样一个观点,即人们生产食物是为了一个非常显而易见的原因,那就是吃,但随着研究的深入,我不得不着重考察文化和制度两种因素如何制约生产者。这一思维模式曾经足够了。但1970—1971年在马来西亚,一切却并非如此简单,更广泛的政治考虑介入其中;例如,马来人控制的政府是如此深深地敌视华人,以至情愿牺牲华人控制的部门、包括现代渔业在内的发展。由此我了解到政府的政策——包括与食物生产无关的政策——能够如何深刻而直接地影响食品经济。我也明白了经济的需求结构极为重要,而且从单纯的营养考虑也是不可捉摸的。有些鱼在马来西亚贵得令人难以置信;而在我看来营养和味道都更胜一筹的另一些鱼却没有销路(这对我来说不错;我能从渔民那里免费得到)。随后在香港和中国大陆的田野调查使我确信,人们生产食物主要是为了自己及他人能够食用和生存,同时也会考虑药用价值、社会交流以及美学享受。

后三种因素相互交织,不可割裂。审美选择往往正是由另外两种考虑所决定的。“适合你”的食物与地位相关——譬如通常很昂贵——于是对食品的好与人类的法则相一致,几乎任何东西一旦成为重要地位的一种标志

时,人们就会逐渐喜欢上它。

任何农业体系都存在多样化经营的压力,并要充分利用小环境的变化;这是生态学上的合理路线。然而还存在着更大的压力趋向单一经营,只生产一二种高产农作物(通常是,维生素和无机物价值均低、富含淀粉的食物),以实现农业规模化效益,和最大限度地增加每英亩的卡路里产量。这导致农业生态不平衡,营养不合理,是一个很容易掉进去的陷阱。中国不能完全避免这个陷阱;出现了单一经营,南方种稻,北方大部分地区种小麦或其他旱地谷物。但主要是由于上述三种因素,仍保留了充分的多样性,以预防比如说1840年代在爱尔兰出现的困境。

我研究中国历史原来基于两种理念:(1) 人口众多使中国农业走向集约化和紧凑化;(2) 市场的力量——“看不见的手”——自动引发了集约化。结果两者都不对。中国集约化农业在人口密集以前就已发展起来了。人口增长的确导致了进一步的集约化,但中国人口超过一亿之后,人口的规模和密度在成为动力的同时也成为阻力。农业的发展开始于北方,而人满为患后,发展就停滞了,于是农业在较空旷的南方继续发展,直到那里也人满为患。增加的人数因此实际上抑制了发展。至于市场的力量,从未被允许自动发挥作用,政府的手自始至终无处不在。

总之,中国农业形成自身形态,是由于审慎和明确的政府政策。朝代鼎革,这些基本政策仍沿袭不变,如今依然在整个东亚受到承认。

城市聚集,盛衰无常,并不一定促进农业的发展。城市可以通过主要依赖长距离输入食物而存在下去,就像古罗马帝国那样,也可以强迫民众以最少食物维持生存而存在下去,就像中国最贫困地区经常出现的城市那样。据马可·波罗所见,杭州物产丰饶、食品充足,那不纯粹是城市化或贸易所致,它以自觉计划的长期历史为前提。这主要出自法家的传统,但其他动力也很突出。就儒家而言,农耕生产食物,这是谋生的基础;其他产品只不过是奢侈品,像贸易和金融等非生产性事业完全是寄生性的。对道家来说,自耕自足的社会是理想的社会:质朴、天然和自由。

另一个至关重要的因素是政府意识到认真处理信息的必要性。唐朝一篇诙谐的讽喻文(柳宗元所写的《种树郭橐驼传》中的人物),反对官吏的无谓之忧,他们不断的劝告使农民不堪忍受! 也有许多由田庄主为其家庭和后代编纂的家用农书,始于(就我们所见的记载)后汉崔寔杰出的《四民月令》。人们寄望于天下良知的造化,人人劳作以求济世,而不亟亟乎利。但在天下大同之前,空谈“济民以食,不为谋利”是毫无用处的。农人不可一日无食,食物出售者亦然;他们比我们中的大多数人更有权利享受其劳动果实。

有效的劳动分工为后继的政府确立了框架,奠定了基础。政府全面干预经济,不论是在宋朝还是“文革”年代都造成了灾祸,但不受约束的私营企业却导致垄断和剥削。在个体小生产者主导的社会里,政府最好是从容而治(道教所谓无为而治)。如果政府的目标是把生产效率和公共福利结合起来的话,资本主义与计划经济条件下的社会主义这两种极端形态在实践中都不理想。 213

最后,我从中国食物体系的发展中得到的最重要教训是,人类及其生计都不能光靠面包。意识形态(既有公众的也有个人的)、人的情感和罪过,在决定人类行为方面与理性思维是对立统一的。中国体系的辉煌成就,在人类的创造中是罕见的;人们赞美无数的创造者,无论是有名者还是无名者,他们的成就——以及养活人类的一切成就,印度、墨西哥、法国和芬兰的民众之成就——与诗人和艺术家的成就一样卓越,甚至可能更为有用。“带着最深厚的敬意”,我想起了汉文帝和汉景帝、陶弘景和李时珍,想起了随时光流逝而被忘却了的10亿农民。感谢他们,我们今天还活着,而且我们还有望看到我们的子孙生存下去。

附录：隔壁邻居家的主餐

也许看一下某户非常传统的中国人家庭用餐是很有用的。

1974—1975年，我和玛丽亚·安德森回到了青山湾的老朋友家里，对中国食物生产和消费进行田野调查。作为该项调查的一个部分，我们保持着对我们的好朋友和隔壁邻居恩家食物消费的记录。在1965—1966年较早的田野调查中，我们研究过该地区居住船上的渔民，大多数的船民现已上岸。我们在一位老朋友兼信息提供者陈（音译）先生的住宅里租了一间房；他与家人难得在家，所以我们看得见的最近的邻居就是恩家，他们从陈先生处租了同一院子里的小房屋。恩家的成员有以前是船民、现已迁到岸上的男主人，其妻子和孩子们，经常还有一二位亲戚，通常是丈夫的母亲或妻子的父亲。恩先生在一家鱼市工作，这家市场从渔民处买下鱼后，转卖给20英里外在九龙的城市批发市场。他因工作关系从未离开过青山湾地区，但工作时间很长，通常从上午6点左右到晚上9点或更晚。偶尔他可以很早回家与孩子们一起吃晚饭，这就成了少有的乐事，家庭借此热闹一番。这个家庭亲密、热情和快乐；就餐时间，特别是与父亲在一起的吃饭时间，是孩子们无拘无束的快乐与友善时光。

我们在香港对食物消费所做的大部分研究是以采访或采访加观察为基础的，但要看恩家吃什么，我们就只使用观察，除非我们有特别的问题。在五个月的时期结束时，我们观察了他家吃的（大约300餐中的152餐）一半左右的主餐（午餐与晚餐）（因为其余的主餐，不是恩家就是我们外出吃饭了）。在这一段时间里，我们也观察了不计其数的大量小吃，包括早餐食物。恩先生通常在孩子们起床前就走了，因此在特殊的场合（包括他比平常呆在家里的时间要长一些的多数日子里），恩家就像广东人非常喜欢做的那样外出吃早餐，所以我们在那里从未看到过一餐真正的正式早餐——早餐是让孩子们随便吃点面包之类，不需事先准备。我们记下了17种小吃，但绝大多数没有见到，或只见到了吃饭行为的一部分，而没有费心去记它。有人（通常是每个人）在家里除了早餐之外，每天还吃某种小吃。记下的小吃食物有叉烧包（塞有烤猪肉馅的圆面团）、葡萄干面包、夹有人造黄油的白色面包、小甜饼、糖果、小糕点、口香糖和水果（通常是橘子，但也有苹果、香蕉、柿饼、葡萄、红桔和中国柑桔等）。早餐和较丰盛的小吃往往包括一碗酱油拌饭。孩子们经常从当地的小贩处买糖果、小香肠这一类次要的肉

食小吃或小圆面包。然而,水果是主要的小吃,尽管早餐总是包括一些淀粉质的食物(米饭、面包或小圆面包)。

除严寒之外的所有日子里,人人均在户外吃饭,因为房子很小。恩家和安德森家互相观看吃饭,注意正在吃什么东西,并询问对方较奇异的食物方法(我们过着中国的生活方式,因而或多或少地吃中国食物,故很少有奇异的生活方式给恩家看到)。我们的三个孩子对我们的现场调查太宝贵了。劳拉和艾伦与恩家的两个孩子同龄,因此很快与他们及其他家人建立了亲密的朋友关系。他们获准进入一切场合,包括在家内里屋就餐,而成年外人是不能随意进入的,他们就这样观察到了很多我们没看到过的小吃。恩家和安德森家的孩子们也不时分享食物,大部分是水果。

纯粹观察方法的优点——特别是在得到7岁和10岁孩子的帮助时——与采访相比,是它对实际吃些什么有更准确的记录,采访必然不太精确,尤其是关于烹调的方法和辅助配料。观察的缺点是必须得估算数量。但我们不需要准确的数量,因为我们感兴趣的是人们吃些什么,而不是营养水平(恩家的所有人显然营养充足,吃有益健康的食物,且我们并不专门研究营养)。由于食物通常论重量买,数量的问题较容易处理;半市斤或1市斤是标准的数量(1市斤合 $1\frac{1}{3}$ 磅)。然而,这在买整条鱼或整只鸡时却不确切了。吃下的大部分蛋白质来源于恩先生在工作中获得的鱼,因此其劳动的这种额外收入即使有也估量不准。而且,买来后烹调好的食物重量并不充分显示任何人实际所吃的数量。每个人从公用盘子中吃到的数量不同,且经常有很多剩下后存放在电冰箱里一点一点地吃。这种一点一点吃的食物不可能被记下来。一道菜肴一次全部吃光是罕见的,除非它是孩子们喜爱的某样菜;但菜肴从未放过一天以上。电冰箱是最近才在恩家这一类香港工人阶级家里添置的物品,也是家庭最有用的物品,但对人类学家来说却是一种祸害。然而,我们获准用恩家的冰箱,所以我们或通常更多的是我们的孩子们会重视经常检查它,看看恩家冰箱里放有哪些东西。

恩家为来自渔民家庭的船民(即使现在住在岸上),故吃大量的鱼。他们每一顿正餐也吃米饭——事实上,这里和东亚其他地方一样,一餐饭被限定为米饭就小菜(馃)。大人和两个较大的孩子午餐时吃一碗或一碗半米饭,每碗盛满8英两(容量单位)或更多一点米饭,而主餐则吃两碗;较小的孩子们包括幼儿(2岁半)在内每餐大约一碗。大量的酱油拌在这种米饭里,且往往米饭拌酱油本身就是一种小吃。面条成为较罕见的小吃(我们记下了7次)。

按重量而论,最重要的馃是蔬菜。每顿饭,除了很小的餐量(举例来说,假如几乎人人都在工作或上学)以外,要炒大约1—2市斤的蔬菜。芥菜叶最常食用(15道菜肴和几种汤里的主要配料,几道其他菜肴里的次要配料)。这些在香港是最普通的蔬菜,很受欢迎。在这年最冷的时候,白菜则常见(16餐),几乎总是与猪肉或鱼虾一起煮,做成了一道颇像汤似的菜肴。白菜季节性强。稍晚一点,莴苣应时当令(8餐;与肉食一起煮)。西红柿、白萝卜、马铃薯、菠菜、胡萝卜、芥菜(另一种芥菜叶)、豆芽以及腌渍的蔬菜(芥属或相近属的不确定品种),分别出现在几餐饭中(3—5次左右)。一次出

现过煮薯蓣(*Dioscorea alata*,不是甘薯),并有一次是中国的竹笋。丝瓜在汤里出现过一次。花椰菜、芋头和白豌豆有一次出现在假日宴会的花式菜肴中。依赖芸香科——包括甘蓝、芥菜叶和白萝卜——格外地突出;这一科的各个种几乎每天都出现。由于中国的芸香料包括了世界上平常吃得营养大概最多的蔬菜,富有维生素A和C、铁、其他无机物,以及叶酸,因而这是很好的饮食特色。

饮食中每日的标准佐料是咸鱼。视多少人吃饭而定,大约取2—6英两,放在煮着米饭的密闭容器里蒸,鱼用浅盘装着放在米上。这一数量供全天所吃,成年人,尤其是妇女,食用其中的大部分。孩子们尤其不喜欢它,却吃极少一点以增加食物的咸味和风味。咸鱼出现在152餐饭中的至少111餐里,而且也许吃得往往比这更多,因为我们可能有几次没见到它(例如,它偶尔地没有在饭桌上出现,却从冰箱里拿出来当小吃)。主要的例外是特殊的饭食:咸鱼被认为太平常了,在大多数这种场合不合适。

218 蒸鲜鱼(通常小鱼被放在米饭上蒸)出现了51次,烧鲜鱼16次,剁碎后做成鱼片、鱼丸或鱼酱3次,而且还出现在很多什锦煮菜中——2次在节日的菜肴中,1次在汤里,且多次给煮蔬菜提味。节日中只有几天无鱼。两餐饭中含有蒸的、烧的和盐腌的鱼。鱼与腌渍的大豆、生姜、油、大葱或其他“去腥物”或“鱼味”一起蒸。肉较硬、味较浓的烧鱼通常含有豆豉和蒜。鲜鱼受到大家的喜欢。通常这些鱼由恩先生从工作中得到的小的和廉价的品种组成;每大吃掉大约半市斤到1市斤半。

肉类一般是指猪肉。有79份猪肉(计算在同一餐饭里重复出现的次数)。最普通的形式是用浸过酒的中国谷物做成像蒜味咸腊肠的小香肠,因此被称做“腊肠”(dried sausage)。这些腊肠只在天气寒冷的日子里被食用;它们从10月中旬左右开始出现,从11月起几乎每日必备(在37餐饭中见到,可能还漏掉了几次)。每日一二根,蒸熟后切开,当做一种美味与食物一起吃。大人喜欢它们;孩子们并不特别喜欢,因为腊肠非常油腻。难得有人一餐吃下1英两。

数量更多的鲜猪肉(或在一个例子里是猪肝)在36餐饭中被食用,一次买大约半市斤。更准确地说,半市斤是标准的定量,除了欢庆的场合之外。欢庆的场合也许会买1市斤或更多来招待客人。通常这些猪肉是瘦肉,但几乎(14次)是“排骨”。这些都相当油腻,因而并不受到孩子们的极大喜爱,他们不喜欢油腻的食物;于是,只有少量被吃掉。它们通常与豆豉、蒜和/或类似的浓味佐料一起蒸熟。吃猪肉比吃鱼要少许多,而且很多的肥肉和/或骨头被抛弃,所以猪肉对饮食的贡献比鱼要少得多。

鸡是节庆喜宴的标志。也许买一点来待客,但每次重要节日中都会有一只全鸡或更多。鸡出现在19餐饭中。鸡通常煮熟;在非常喜庆的场合,用各种方法配制——有些单独煮熟;杂碎与其他食物一起煮;上等的部分油炸。重要节日要吃鸡和猪肉,与蘑菇(其他场合从未看到)和出现过一次的花椰菜之类其他昂贵蔬菜一道吃。在香港,鸡在喜庆场合具有标志性意义,蘑菇作为非常特别的食物也上档次。另一样节日食物——次要场合见过两次——是裹点肉在内的糯米团子,叫做糯米饭。另外,在不太重要的节庆中,牡蛎出现一次,龙虾出现两次。烤猪肉和烤鸭在次要场合很少出现,数

量也极少。

蛋在饮食中也不算重要。鸡蛋和鸭蛋都吃，鸡蛋更常见。咸蛋黄和干蛋黄各出现过2次，是在非常随意的午餐上，当时没几个人在家。更重要和更受欢迎的是肉蛋相配的菜肴：一种蛋、肉末、西红柿和大葱的炖煮菜，或一种蛋羹，放上酱油和肉（尤其是虾干与鱿鱼之类的浓味品）。这道菜肴非常受孩子们欢迎，可能的确是他们每餐饭的最爱。

食物的普通调味品是酱油。盐从不单独使用，胡椒或香料也是如此。在非常罕见的场合，盐可能加到食物中，但几乎只是酱油和/或咸鱼。其他添加到食物中的调料有生姜、大葱、蒜、豆豉与烹调油。此外在重要节日中，一些腰果放到炒猪肉里。对于习惯了广东食物中大量盐、胡椒、味精等的西方人，我应该说恩家在这方面是广东传统人家的代表：几乎不随意用盐，而且胡椒、味精、香料等绝对不存在，人们只是外出吃饭时碰到它们，而且对此毫无热情。就大多数的华南人而言，大豆制品是日常调味品，生姜次之；船民放入咸鱼作为提味的基本食物。 219

食物通常由煮或蒸来配制。米饭是煮的；蔬菜也是如此，要么放在汤里煮，要么与不同数量的肉或鱼一起掺水煮滚。平常就餐总有一二道这样的汤菜。吃饭结束前，饭碗盛满了这种汤，最后一点米饭等连同汤全部吃掉。与很多的（也许大多数的）广东人一样，恩家不喝茶，除了社交场合，当然他们也不喝白水（当地供应的水不安全，因此广东人一般尽量不喝白水）。于是多水的汤就提供了摄取液体的主要来源。

蒸是放在米饭上的小浅盘子里完成的：一餐饭只有一道菜时，可以将一些鱼放在一个盘子里，一些咸鱼放在另一个盘子里，一点蔬菜放在第三个盘子里，然后全都放在米上面，用一个密闭的大容器蒸。惟一的另一种烹饪方法是炒（因放油和/或放水多少而各不相同）。常见的一餐饭总是包括至少两道菜肴与米饭一起吃，通常是三道菜肴——理想的是一道蒸、一道煮汤和一道炒，而在其配料便宜或方便时，其他菜容易做，就不一定遵循这种搭配了。喜庆场合有多达10道的菜肴，还有大量的水果和其他甜食。

这种饮食的决定因素很多，各不相同。价格因素很突出；小鱼、咸鱼和常见蔬菜全是便宜货。块根作物虽然是蔬菜中最便宜的，却尽量少吃；猪肉和香肠吃得少，尽管根据恩家的标准，这些都很昂贵；使用的调味品和不用的调味品一样不便宜；当然过节时人人都摆阔。家庭喜好大概是第二位的最重要的决定因素。恩家（与大多数广东人一样）喜欢甘蓝型蔬菜，不爱块根作物，特别是薯蓣。他们，尤其是孩子们，全都喜欢蛋。大人喜欢咸鱼和香肠，虽然孩子们不喜欢。人人喜爱水果，特别是橘子；孩子们尤其显示了吃光这些水果的非凡本领（与香港几乎所有的孩子一样）。恩家所有人均喜欢鱼，与大多数的船民一样，他们是鱼养大的——在船上，米饭、鱼和最普通的调味品占了饮食的大部分——因此鱼好像与米饭一样几乎必不可少。在新年期间他们不捕鱼，船民因而真切地渴望鲜鱼，经常要在港口设法钓点小鱼（罗伯特·兰德尔告诉我，在菲律宾南部的萨马尔族渔民中有同样的“捕鱼人”，这是一种普遍认同的文化模式，我在不列颠哥伦比亚沿海的印第安人处也发现了相同的事情）。只有在节日期间，恩家才会一 220

日无鱼。

特殊场合是饮食多样化的动因。鸡在过节时是必需的,而在其他情况下从不吃它。腰果、蘑菇和珍稀水果、坚果与蔬菜的使用甚至更受限制;它们只出现在最大和最重要的宗教贺宴上。大量的猪肉——与数量很少相对照——几乎总意味着宴饮,特别是大量与什锦蔬菜一起烹煮时。在这种场合,鸡和猪肉特别重要,祭祀之余另有他用。没有一次重要祭祀会完全没有鸡和/或猪;于是肉由此与喜庆场合相联,即使在不举行祭祀的时候。其余的东西则是过节用的,只因为太昂贵,且与平常的饮食不同。

药品极少进入恩家的饮食。食物要凉热均衡(在体液医疗体系中),他们不吃相传有毒的或有害健康的食物。但并不特别强调这一点,因为他们差不多始终健康强壮。当某位成人感到虚弱或“不适”时,就用一只小鸡与滋补药草一块长时间炖煮(记录2次)。

除了过节和健康因素之外,一般社交活动也会有不同的饮食。软饮料和茶、水果和饼干、猪肉和格外消磨时间的菜肴,还有一只鸡每次用于特别招待,都是重大社交事件的标志;按它们作为标志的重要性次序,及其所标志的社交事务的重要性次序,在此排列。

外出吃饭,会带来丰富多样和令人垂涎的饮食,最重要和意义最重大的社交活动在餐馆吃饭时进行,因此我们是看不到的——于是我们的调查有点欠缺精彩的篇章,因为最有品味、最受喜爱的膳食,只有在大宴席之中才能看到。我们所获得的是每日平常饮食的真实观察。

按其收入来说,恩家吃得很好,并不马虎——他们的食物预算比例要比美国同等家庭高,他们愿意如此:对他们来说,节庆食物、猪肉与出去吃饭,比起更好的住房(他们的房子又小又挤)、高档的用具或其他方面的开销更加重要。恩家的营养非常充足,这多亏了饮食中大量鱼、豆制品和芸香科里含量特别丰富的蛋白质、维生素和无机物;猪肉、橘子及其他蔬菜这三种主要组合又使之恰到好处。糖果和饼干并不常见;美食是指更多的肉和蔬菜而不是更多的甜食。

221 从这种食物构成中可以约略得出一些结论。第一,实际上所有吃的食物都原产于中国和东南亚北部。除了用于烹调的花生油以外,新大陆和西欧或非洲的食物确实无足轻重,对饮食或营养绝对没有做出重大贡献。这类食物惟一重要的是小麦——面条、面包和小圆面包,还有小甜饼和饼干——几乎都不是近代传入的(大概四五千年前从西亚传入)。在食物本身中(与配料或食料相对而言),这些小麦制品是惟一重要的舶来品,除糖果、软饮料与其他一些甜点心之外。香港饮食之西方化体现在白面粉和白糖中,但在恩家,西化进展不大。新界乡村较穷的船民大概是(至少在饮食上)香港所有人中最为传统的,因此其饮食反映了一千年以前的状况。

在恩家的饮食中,蒸和煮、汤和蔬菜的重要性应该受到注意。迄今为止对中国的饮食模式还未研究透彻。大多数西方人和营养学家似乎认为炒菜、动物产品和豆腐更重要,这种估计超出实际——更不用说香料、糖醋菜肴等了。

社交和宴会场合的重要性及其出现频率之高,也有点让人吃惊;这些因素很重要,导致恩家食物开支比例很高,远高于我所估计的大多数美国家庭中的比例。我吃惊地发现个人喜好和古老传统显得如此重要,而恩家通常所吃的又是最便宜和最容易得到的食物。

他们是好邻居,谁都希望有这样的邻居!我爱他们。

注 释

① 约 1228 年,一个县的土地是这样使用的(斯波義信,1970 年):

	亩
低地灌溉稻田	39,545
轮作稻田	178,145
山坡桑田	17,933
干旱平地	35,705
干旱山地	29,064
竹园	8,288
矮竹	8,322
(农民的)宅地	15,222
池塘	28,393
杂树	58,385
油桐坚果树和果树	15,699
薪柴林	508,935
抛荒农田	24,685
墓地	8,013
茶田	146
石灰坑	280
	丈(正面长度)
城市所在地	20,826

城市土地的 10 个类目,根据质量似乎可再分为 3 个次类目。

② 几种女真人的食谱已由弗兰克(1975 年,第 172—177 页)翻译过来,值得广为流传,兹重新编号,略加修正,转载于此。蔬菜是华北传统的作物——汉人此时在很大程度上已放弃了葵和蓼车。字间划线的词是菜肴的女真族名字,现在译不过来了。“地椒”,弗兰克

定义为 *Geum japonicum*。

(1) 女真人的鹌鹑撒-孙

鹌鹑煮至熟透,去脊、骨,肉剁烂。用蓼叶数斤,细切,以豆酱研。用芥末调匀,兑沸水,扭汁。盐一撮拌肉,入锅内。碟内供。

(2) 女真人的肉糜粥

羊头一只。煮至软透,手剔肉去骨,留肉与汁。羊尾油与麻油调匀,倾入涮净的锅内,炒淘洗的糯米,浸片刻,加羊头汁,候软如浆。碗内盛软羊头,与粥汤一起供上。

(3) 斲一刺葵菜冷羹

葵菜去皮,嫩心带稍叶长三四寸,煮七分熟,再下葵叶。候熟,凉水浸,拔拣茎叶另放,如簇春盘样。心、叶四面相对放。间装鸡肉、皮丝、姜丝、黄瓜丝、笋丝、莴笋丝、蘑菇丝、鸭饼丝,羊肉、舌、腰子、肚儿、头蹄、肉皮,皆可为丝。肉内汁,淋蓼子汁,加五味,浇之。

(4) 蒸羊眉一突

羊一只,焯净,去头蹄肠肚等,打作事件。用地椒、细料物、酒、醋调匀,浇肉上,浸一时许。入空锅内,柴棒架起,盘合泥封。发火,不得太紧。候熟,碗内另供原汁。

(5) 塔一不一刺鸭子

大者一只,焯净,去肠、肚。以榆仁酱,肉汁调。先炒葱油,倾汁下锅,小椒数粒。后下鸭子,慢火煮熟。拆开,另盛汤供。鹅、鸭、鸡同此制造。

(6) 野鸡撒一孙

煮熟,用蒲上肉,剁烂。用蓼叶数片,细切,豆酱研,扭汁,芥末入盐,调滋味得所,拌肉,碟内供。鹌鹑制造同。

(7) 柿糕

糯米一斗,大干柿五十个,同捣为粉,加干煮枣泥拌捣。马尾罗罗过,上甑蒸熟。入松仁、胡桃仁,再杵成团,蜜浇食。

(8) 高丽栗糕

栗子不拘多少,阴干,去壳,捣为粉。加糯米粉拌匀,蜜水拌润,蒸熟食之。

评注:女真人的面片汤与穆斯林的面片汤相同,故不赘述。

③ 马可·波罗对中国的描述太出名了,以致不能引起进一步的注意,但关于其可靠性则有一句话必须要说。约翰·黑格尤其怀疑马可是否见到过我们通常以为的那么多情况。他无疑依靠了别人的报道——通常可靠,有时却是传闻——据此描述一些边远的不在路途的地方,包括缅甸、印度尼西亚内地、近东的各部分等。问题是其观察止于何处,第二手资料又始于何处。黑格认为,他对中国南方的所有描述都可以直接或间接地从中国的地理志和地名词典中抄袭来,马可甚至不可能从南方海路回去。我不会如此偏激,但看来马可确实极不可能走所述的西南路线进入云南和缅甸,其描述似乎据第二手资料写成。他对中国北方中部及东南部的(沿马可的杭州—广州路线)几座城市记述得如此粗略,而且千篇一律,人们只能要么赞同黑格,要么推测马可只是走马观花。另一方面,马可对杭州的报道与中国的记载相似,因为双方都从相似的观点出发来叙述同一个地方的事实;似乎并非全然抄袭。马可可能不是如他所自称的扬州执政官(后来还说他是整个长江下游的执政官,但这是荒谬的);我认为,马可的听写员鲁西齐亚诺(鲁斯蒂谢洛)与他一起关在狱中时,记录

了马可的叙述,他应该对这个误传负责,他把单词“an official”改成“the governor”来增加一点荣誉。至于马可,他好像从未谈到被授予大权。只要蒙古人迫切地想要任用各种有点用处的色目人,那么说马可在中国时并不可能获得某种职位,就几乎是令人难以置信的。

马可作为一名观察家所具备的素质之证据,只需让读者看他对中亚鹤的描述(玉尔和科迪埃,1903年,第1卷,第206页)——那是如此明了简洁,以至对这些遥远而难以观察的珍稀品种就有可能易于鉴别了(我常观察北美洲鹤,可以为玉尔的很多鉴定作证)。马可作为一名政治观察家,可以从其对南宋的简短评论来判断:它“天生非常强大,所有城市都由很深的濠沟围绕,比弩石弓射程还宽;所以只要人民都成为士兵,这个国家就决不会陷落。但恰恰他们都不是士兵;所以它失败了”(第2卷,第145页)。这一评论过于简单化却不失精辟。关于元朝食物,马可讲述了很多,全都由其他人证实了。奶制品特别是马奶的重要性很清楚。脱脂干乳是一种主食(第1卷,第262页)。酒被记述为用米做成,并用香料提味(第1卷,第441页)。大汗餐具之奢华也描述到了(第1卷,第381—383页),从马可对元朝种植遮阴树的评价来看,与现代人民共和国在公路两边密植树木一样,大汗也不遗余力(路边植树这一想法,蒙古人是从波斯传入的)。马可提到了受中亚影响的北方与执拗的南方之间在选择食物上的鲜明反差:在南方,“什么肉都吃,甚至狗肉和其他不洁净的兽肉,这些肉基督徒怎么也不会去吃的”(第2卷,第187页)。他也强调了盐的专卖的重要性。

马可转述了嗜食人肉的传闻(第2卷,第235页),听起来有点像最终写进《水浒传》的虚构传说。这部小说及其他小说描写了宋元时期肆无忌惮嗜食人肉的现象。不过,如前所述,没有可靠的证据表明中国人吃人肉,除了严重饥荒时期,或少量用于做药,或出于复仇。人肉铺常在中国的故事中出现,却纯粹是虚构的。或许某人在某地可能尝试过这种赚钱手段,但这样一种勾当绝对不能用《水浒传》这样一部漠视道德、纵情享乐的书来评判,这部书对令人骇异的谋杀与肢解人体的罪恶毫不在乎,只有在元末和明代残忍的极权社会中才可以理解。

④ 中国菜肴的命名往往富于想像力。我想这一点在马来西亚一家中餐馆的菜单上可谓登峰造极,这张菜单上列出的菜名如下:

得胜鸡
彩色冷鸡
蓝宝石鸡
七星伴月
竹笋围三酒友
炸蟹球拌凤肝
南山燕窝
杏花脆鸽
孕凤与龙胎
伯爵燕窝
龙眼拌凤眼
听天由命

春花与秋月

七星闪亮快活船

(引自《远东经济评论》,1983年6月16日,第41页)

⑤ 第十章所引资料没有纳入有关中国区域烹饪的精彩宏论,如F. T. 程的《一位中国美食家的沉思录》(1954年)或很多中国食物烹调书。不少烹调书记录了地道中国菜,种类繁多多样。以下所列是从上乘的烹调书里随意挑选出来的;太老的烹饪书,难以找到的烹饪书,或限于当地发行的书,我都没有开列出来,所以很多优秀烹调书没有选入下列名单。目前可能得到的最好地方菜资料有:赵扬布韦:《中国人如何烹调与食用》(1947年);肯尼思·罗《中国烹饪百科全书》(1979a)、《中国区域烹调》(1979b)和《北京的烹调》(1971年);列举地方菜的其他烹调书有:珀尔·孔·陈、陈天驰(音译)与罗斯·曾:《你想知道的中国烹调万宝全书》(1983年);诺布科·萨卡莫托:《中华人民共和国烹调全书》(1979年),在中国现代书籍的译作中,此书译文出神入化;梅·勒昂:《中国人的烹调全书》(1979年),涉及配料、搭配方法和“街头小吃”,还以更形象的书名《点心和中國其他街头食品》发行。不重于地方区别,而详于分门别类,在这方面斯特拉·卢·费斯勒的三本书是中国食物的最佳英文指南:《中国的素食烹调》(1980年)、《中国的海鲜烹调术》(1981年)和《中国的家禽烹调术》(1982年)。各种风格和各个区域的中文版烹调书,当然比比皆是,但似乎没有必要在这里引述。最好的是《京口名菜谱》(音译)丛书(1963—1965年)。萨卡莫托从这套书中翻译了几种食谱。最近对中国食物状况所作概览的是伊丽莎白·克罗尔的《家庭饭碗》(1983年)。

⑥ 表1:加利福尼亚州河畔地区华人居民食用的西式和中式食物

新移民(5年以下)^①
食物记录:

食 物	每日	每周经常	有时	从不或几乎从不
中式				
猪肉	6	9	1	0
米饭	13	3	0	0
茶	6	5	1	4
面条	1	12	2	0
甘薯	0	0	7	9
豆腐	1	4	5	6
豆腐干	1	4	5	6
空心菜	1	1	3	11
苦瓜	1	1	2	12
竹笋	1	4	5	6

食 物	每日	每周经常	有时	从不或几乎从不
生姜	10	5	1	0
小白菜	1	3	1	11
萝卜干	1	6	6	3
米粥	1	8	3	4
长豇豆	1	2	2	11
冬瓜	1	1	4	10
西式				
汉堡包	0	3	1	12
面包	7	3	2	4
咖啡	3	2	5	6
实心面条	0	3	2	11
马铃薯	0	3	2	11
干酪	0	3	5	8
牛奶	12	3	1	0
色拉	1	5	3	7
热狗	0	3	3	10
炸玉米卷	0	0	0	16
盒装便餐	0	0	1	15
牛排 ^③	0	4	3	9
罐头汤	0	3	5	8
馅饼	0	2	9	5
炸面包圈	0	3	4	9
早餐谷类干食物	3	2	1	10

229 表1(续)

长期居民(5年以上)^②

食物记录:

食 物	每日	每周经常	有时	从不或几乎从不
中式				
猪肉	5	7	1	0
米饭	6	6	0	1

食 物	每日	每周经常	有时	从不或几乎从不
茶	8	4	1	0
面条	1	12	0	0
甘薯	0	1	5	7
豆腐	0	10	5	7
豆腐干	0	2	6	5
空心菜	0	2	4	7
苦瓜	0	0	5	8
竹笋	1	5	4	2
生姜	8	4	1	0
小白菜	1	0	9	3
萝卜干	0	3	7	3
米粥	0	6	6	1
长豇豆	0	2	7	4
冬瓜	0	0	10	3
西式				
汉堡包	0	3	5	5
面包	8	3	2	0
咖啡	5	1	2	0
实心面条	2	2	5	4
马铃薯	0	4	5	4
干酪	2	7	2	2
牛奶	11	1	0	1
色拉	2	5	2	3
热狗	0	4	6	3
炸玉米卷	1	0	3	9
盒装便餐	0	1	5	7
牛排 ^③	1	7	3	2
罐头汤	1	7	3	2
馅饼	0	4	5	4
炸面包圈	0	6	4	3

食 物	每日	每周经常	有时	从不或几乎从不
早餐谷类干食物	5	5	2	1

① 人数 = 16

② 人数 = 13

③ 对“牛排”的几种回答可能包括成条状并烹调成中式风格的牛排。

资料来源:小 E. N. 安德森与王春华(音译),1980 年。

书 目

- 安志敏(音译):“新石器时期的中国”,《中国建设》(1982年6月)第58—62页。
【An Zhimin. 1982. “China’s Neolithic Period”. *China Reconstructs* (June 1982):58 -62.】
- 安德森,尤金·N:“香港和台湾的热性与凉性食物”,《社会科学情报》1980年第19期第237—268页;【Anderson, E. N., Jr. 1980. “Heating and Cooling Foods in Hong Kong and Taiwan”. *Social Science Information* 19:237 -68.】
- “中国民间营养疗法中的生态学和观念学”,美国人类学学会1982年年会论文;【1982. “Ecology and Ideology in Chinese Folk Nutritional Therapy”. Paper, American Anthropological Association, *Annual Meeting*.】
- “热性和凉性食物再调查”,《社会科学情报》1984年第23期第4/5卷第755—773页;【1984. “Heating and Cooling Foods Re-Examined”. *Social Science Information* 23, 4/5:755 -73.】
- “第一次绿色革命:汉朝的中国农业”,经济人类学学会1987年年会论文;【1987. “The First Green Revolution; Chinese Agriculture in the Han Dynasty”. Paper, *Society for Economic Anthropology*, Annual Conference.】
- “体液疗法为什么如此流行?”《社会科学与医学》1987年第25期第4卷第331—337页。【1987. “Why Is Humoral Medicine So Popular?” *Social Science and Medicine* 25, 4:331 -37.】
- 安德森,尤金·N. 与玛丽亚·L·安德森:“槟榔屿的福建人”,《人种学》1972年第1—4期第134—147页;【Anderson, E. N., Jr., and Mar ja L. Anderson. 1972. “Penang Hokkien Ethnophology”. *Ethnos* 1 -4:134 -47.】
- 《山与水:中国南方沿海的文化生态学》,台北1973年版;【1973. *Mountains and Water: The Cultural Ecology of South Coastal China*. Taipei: Orient Cultural Service.】
- 《浑水摸鱼》,台北,1978年版。【1978. *Fishing in Troubled Waters*. Taipei: Orient Cultural Service.】
- 安德森,尤金·N.,玛丽亚·L·安德森与约翰·何:“中国年轻鼻咽癌患者的环境背景”,见C德-特与Y. 伊托:《鼻咽癌:病原与控制》,里昂,1978年版,第231—240页。

【Anderson, E. N., Jr., Marja, L. Anderson, and John Ho. 1978. "Environmental Backgrounds of Young Chinese Nasopharyngeal Carcinoma Patients". *De-The and Its* 1978: 231-240.】

安德森, 尤金·N. 与保罗·布尔: “中国的高粱: 短评”, 稿本。【Anderson, E. N., Jr., and Paul Buell. MS. "Sorghum in China: A Brief Review".】

安德森, 尤金·N. 与王春华(音译): “南加利福尼亚中国移民的食物方式变化”, 西南部人类学学会 1980 年年会论文。【Anderson, E. N., Jr., and Wang Chun-hua. 1980. "Changing Foodways of Chinese Immigrants in Southern California". Paper, Southwestern Anthropological Association, Annual Meeting.】

安德森, J. 冈纳: 《黄土地的孩子》, 伦敦 1934 年版; 【Anderson, J. Gunnar. 1934. *Children of the Yellow Earth*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner.】

——“中国史前史研究”, 《远东古物博物馆会刊》1943 年第 15 期。【1943. "Researches into the Prehistory of the Chinese". *Museum of Far Eastern Antiquities*, Bulletin 15.】

阿伦斯, 威廉: 《食人神话》, 牛津 1982 年版。【Arens, William. 1982. *The Man-Eating Myth*. Oxford: Oxford University Press.】

贝克, 休: 《中国的家庭和亲属关系》, 纽约 1979 年版。【Baker, Hugh. 1979. *Chinese Family and Kinship*. New York: Columbia University Press.】

白乐日: 《中国文明与官僚政治》, 纽黑文 1964 年版。【Balasz, Etienne. 1964. *Chinese Civilization and Bureaucracy*. New Haven: Yale University Press.】

巴纳德, 诺埃尔(编): 《中国早期艺术及其对太平洋流域的可能影响》, 纽约 1972 年版。【Barnard, Noel (ed.). 1972. *Early Chinese Art and Its Possible Influence on the Pacific Basin*. New York: Intercultural Arts Press.】

巴纳德, 诺埃尔和佐藤保(音译): 《中国古代的冶金遗迹》, 东京 1975 年版。【Barnard, Noel, and Sato Tamotsu. 1975. *Metallurgical Remains of Ancient China*. Tokyo: Nichiosho.】

基本传统食物学会: 《营养范畴》, 华盛顿 1979 年版。【Basic and Traditional Foods Association. 1979. *Nutrition Scores*. Washington, D. C.: Basic and Traditional Foods Association.】

巴斯蒂-布吕吉耶, 玛丽安: “社会变化潮流”, 见费正清与刘广京(编): 《剑桥中国史》第 2 卷“晚清, 1800—1911 年”, 第 535—602 页。【Bastid-Bruguière, Marianne. 1980. "Currents of Social Change". Fairbank and Liu 1980: 535-602.】

贝蒂, 希拉里: 《中国的土地与世系: 明清时代安徽桐城县的研究》, 剑桥 1978 年版。【Beattie, Hilary. 1978. *Land and Lineage in China: A Study of T'ung-Ch'eng County, Anhwei, in the Ming and Ch'ing Dynasties*. Cambridge: Cambridge University Press.】

本德, 巴巴拉: 《史前史中的农耕》, 伦敦 1975 年版。【Bender, Barbara. 1975. *Farming in Prehistory*. London: A. C. Black.】

本尼迪克特, 保罗: “泰·卡代和印度尼西亚人: 东南亚的新结盟”, 《美国人类学家》1942年第44期第576—601页。【Benedict, Paul. 1942. “Thai, Kadai, and Indonesian: A New Alignment in Southeast Asia”. *American Anthropologist* 44: 576—601.】

毕汉斯: “公元2—742年间中国的人口普查”, 《远东古物博物馆会刊》1974年第19期第125—163页。【Bielenstein, Hans. 1974. “The Census of China during the Period 2—742 A. D.” *Museum of Far Eastern Antiquities, Bulletin* 19: 125—63.】

宾福德与何传坤: “遥远的活埋恐怖: 周口店——‘北京人’的穴居地?” 《现代人类学》1985年第26期第411—442页。【Binford, Lewis, and Chuan Xunho. 1985. Taphonomy at a Distance: Zhoukoudian: The Cave Home of Peking Man?” *Current Anthropology* 26: 411—42.】

宾福德与南希·N·斯通: “旧石器时代的中国: 局外人的见解”, 《人类学调查》1986年第35期第1卷第14—21页; 【Binford, Lewis, and Nancy M. Stone. 1986a. “The Chinese Paleolithic: An Outsider’s View”. *Anthroquest* 35, 1: 14—21.】

——“周口店: 更近的一瞥”, 《现代人类学》1986年第27期第453—475页。【1986b. “Zhoukoudian: A Closer Look”. *Current Anthropology* 27: 453—75.】

宾板桥: 《唐朝的建立》, 巴尔的摩1941年版。【Bingham, Woodbridge. 1941. *The Founding of the Tang Dynasty*. Baltimore: American Council of Learned Societies.】

毕士博: “新石器时代的华北”, 《古物》1933年第7期第389—404页。【Bishop, Carl Whiting. 1933. “The Neolithic Age in North China”. *Antiquity* 7: 389—404.】

布洛菲尔德, 约翰: 《中国的茶艺》, 波士顿1985年版。【Blofeld, John. 1985. *The Chinese Art of Tea*. Boston: Shambhala.】

博德, 德克: “孟子及别处的沼泽: 符合文字的注释”, 见《中国文明论文集》, 普林斯顿1981年版, 第416—425页。【Bodde, Derk. 1981. “Marshes in Mencius and Elsewhere: A Lexicographical Note”. In *Essays on Chinese Civilization*, pp. 416—25. Princeton: Princeton University Press.】

博塞拉普, 埃斯特: 《农业发展条件》, 芝加哥1965年版。【Boserup, Ester 1965. *The Conditions of Agricultural Growth*. Chicago: Aldine.】

——“匮乏与富裕对发展的影响”, 见罗伯特·罗特伯格与西奥多·拉布(编): 《饥饿与历史》, 剑桥1985年版, 第185—210页。【1985. “The Impact of Scarcity and Plenty on Development”. In *Hunger and History*, ed. Robert Rotberg and Theodore Rabb, pp. 185—210. Cambridge: Cambridge University Press.】

布尔诺伊斯, 路易斯: 《丝绸之路》, 巴黎1963年版。【Boulnois, Louis, 1963. *La route de la Soie*. Paris: Arthaud.】

博克塞, C. R.: 《16世纪的华南》, 伦敦1953年版。【Boxer, C. R. 1953. *South China in the Sixteenth Century*. London: Hakluyt Society.】

博伊尔, 约翰·安德鲁: 《蒙古人的世界帝国》, 伦敦1977年版。【Boyle, John An-

drew. 1977. *The Mongol World Empire*. London: Variorum Reprints.]

布罗代尔,费尔南:《日常生活结构》,纽约1981年版;【Braudel, Fernand. 1981. *The Structures of Everyday Life*. New York: Harper and Row.]

——《商业机能》,纽约1982年版。【1982. *The Wheels of Commerce*. New York: Harper and Row.]

白馥兰:“汉朝的中国农业技术及土地所有权的变化”,《早期中国》1980年第5期第3—13页;【Bray, Francesca. 1980. “Agricultural Technology and Agrarian Change in Han China”. *Early China* 5:3 - 13.]

——《中国的科学与文明》第6卷第2篇:“农业”,剑桥1984年版。【1984. *Science and Civilization in China*, vol. 6, pt. 2; *Agriculture*. Cambridge: Cambridge University Press.]

——《水稻经济》,剑桥1986年版。【1986. *The Rice Economies*. Cambridge: Cambridge University Press.]

布朗,莱斯特:“世界的人口增长、土地侵蚀和食物短缺”,《科学》1981年第214期第995—1002页。【Brown, Lester. 1981. “World Population Growth, Soil Erosion, and Food Scarcity”. *Science* 214:995 - 1002.]

布坎南,基思:《中国的土地改造》,伦敦1970年版。【Buchanan, Keith. 1970. *The Transformation of the Chinese Earth*. London: Bell.]

布坎南,基思、查尔斯·菲茨杰拉德与科林·A·罗南:《中国:土地与人民;历史;艺术和科学》,纽约1981年版。【Buchanan, Keith, Charles Fitzgerald, and Colin A. Ronan. 1981. *China: The Land and the People: the History, the Art, and the Science*. New York: Crown.]

勃克:《中国的土地利用》,芝加哥1937年版。【Buck, J. Lossing. 1937. *Land Utilization in China*. Chicago: University of Chicago Press.]

巴奇,E. A. 沃利斯:《忽必烈汗的僧侣们》,伦敦1928年版。【Budge, E. A. Wallis. 1928. *The Monks of Kublai Khan*. London: Religious Tracts Society.]

布尔,保罗·D:“中世纪史中的中国大草原景观:现代蒙古学者论辽金元时期”,《中央集权研究》1982年第15期第129—149页;【Buell, Paul D. 1982. “Steppe Perspectives on the Medieval History of China: Modern Mongol Scholarship on the Liao, Chin and Yuan Periods”. *Zentralasiatische Studien* 15:129 - 49.]

——“《饮膳正要》中的蒙古人食物与食谱:对变化中的牧民食物方式的透视”,1987年第五届国际蒙学大会的论文。【1987. “Mongolian Foods and Recipes in the *Yin-shan Cheng-yao*: Perspectives on the Changing Foodways of a Pastoral People”. Paper, Fifth International Congress of Mongolists.]

曹雪芹:《石头记》,五卷本,戴维·霍克斯与约翰·明斯特合译,苏塞可斯:企鹅,1973—1986年。【Cao Xueqin. 1973 - 86. *The Story of the Stone*, 5 vols, trans. David

Hawkes and John Minford. Harmondsworth, Sussex; Penguin.]

陈,艾伯特:《明朝的繁荣与衰亡》,诺曼 1982 年版。【Chan, Albert. 1982. *The Glory and Fall of the Ming Dynasty*. Norman: University of Oklahoma Press.]

陈,玛丽:《高适》,波士顿 1978 年版。【Chan, Marie. 1978. *Kao Shih*. Boston: Twayne.]

张仲震:《伤寒论》,徐虹吟(音译)与威廉·皮奇编译,洛杉矶 1981 年版。【Chang Chung-ching. 1981. *Shang Han Lun*, trans. and ed. Hong-yen Hsu and William Peacher. Los Angeles: Oriental Healing Arts Institute.]

张瀚:“商贾纪”,伊沛霞译,见伊沛霞(编):《中国的文明与社会》,纽约 1981 年版,第 155—160 页。【Chang Han. 1981. “Essay on Merchants”. trans. Patricia Ebrey. *Ebrey* 1981:155 - 160.]

张光直:“作为经济学的或生态学的古代贸易”,见杰里米·萨布洛夫与卡尔·兰伯格-卡洛夫斯基(编):《古代的文明与贸易》,阿尔伯克基,1975 年版;【Chang, Kwang-chih. 1975. “Ancient Trade as Economics or as Ecology”. In Jeremy Sabloff and Carl Lamberg-Karlovsky, eds., *Ancient Civilization and Trade*. Albuquerque: University of New Mexico Press.]

——《古代中国考古学》,纽黑文 1977 年第 3 版,1986 年第 4 版;【1977a. *The Archaeology of Ancient China*, 3d ed. New Haven: Yale University Press.]

——《中国文化中的食物》,纽黑文 1977 年版;【1977b. *Food in Chinese Culture*. New Haven: Yale University Press.]

——《商朝文明》,纽黑文,1979 年版;【1979. *Shang Civilization*. New Haven: Yale University Press.]

——《艺术、神话和礼仪:中国古代通往政治权威的道路》,剑桥 1983 年版。【1983. *Art, Myth and Ritual. The Path to Political Authority in Ancient China*. Cambridge: Harvard University Press.]

张天泽(音译):《1514 年以来的中葡贸易》,莱顿 1933 年版。【Chang Tien-tse. 1933. *Sino-Portuguese Trade from 1514*. Leiden: Brill.]

赵锡布韦:《中国人如何烹调与食用》,纽约 1947 年版。【Chao; Buwei Yang. 1947. *How to Cook and Eat in Chinese*. New York: John Day.]

赵冈:“中国明清时代的土地所有制模式的新资料——研究札记”,《亚洲研究杂志》1981 年第 40 期第 4 卷第 719—734 页;【Chao, Kang. 1981. “New Date on Land Ownership Patterns in Ming-Ch'ing China—A Research Note”. *Journal of Asian Studies* 40, 4:719 - 34.]

——《中国历史中的人与土地》,斯坦福 1986 年版。【1986. *Man and Land in Chinese History*. Stanford: Stanford University Press.]

查维斯,乔纳森:《盖天枕地》,纽约 1975 年版。【Chaves, Jonathan. 1975. *Heaven My*

Blanket, Earth My Pillow, New York; Columbia University Press.]

陈启云：“汉朝的中国：经济、社会和国家权力”，《通报》1984年第70期第127—148页。【Chen Chi-yun. 1984. “Han Dynasty China; Economy, Society and State Power.” *T'oung Pao* 70:127-48.】

陈,珀尔·孔、陈天驰(音译)与罗斯·曾：《你想知道的中国烹调万宝全书》，伍德伯里1983年版。【Chen, Pearl Kong, Tien Chi Chen, and Rose Tseng. 1983. *Everything You Want to Know about Chinese Cooking*. Woodbury; Barons.】

程, F. T.:《一位中国美食家的沉思录》，伦敦1954年版。【Cheng, F. T. 1954. *Musings of a Chinese Gourmet*. London; Hutchinson.】

程礼彬(音译)：“所谓有毒食物的组合真有毒吗？”《稿件、生物实验室和中国科学团体、动物学丛刊Ⅱ》1936年第9期第307—316页。【Cheng, Libin. 1936. “Are the So-called Poisonous Food-Combinations Really Poisonous?” *Contributions, Biological Laboratory Science Society of China, Zoological Series II*, 9:307-16.】

郑德坤(音译)：《中国考古学》第1卷：“史前中国”，剑桥1959年版；【Cheng Te-kun. 1959. *Archaeology in China vol. I: Prehistory China*. Cambridge; Heffer.】

——《中国考古学》第2卷“商朝中国”，剑桥1960年版。【1960. *Archaeology in China, vol. 2: Shang China*. Cambridge; Heffer.】

《京口名菜谱》(音译)，两卷本，北京1963—1965年。【*Ching-kuo Ming Ts'ai Pu*, II vols. 1963-65. Peking; People's Republic of China.】

崔溥：《漂海录》，约翰·梅斯基尔译，图森1965年版。【Ch'oe Pu. 1965. *A Record of Drifting Across the Sea*, trans. John Meskill. Tucson; University of Arizona Press.】

周金声：《中国经济史》，卡普兰译，贝灵汉1974年版。【Chou Chin Sheng. 1974. *An Economic History of China*, trans. E. Kaplan. Bellingham; Western Washington University, Dept. of Asian Studies.】

朱熹与吕祖谦：《近思录》，陈荣捷译，纽约1967年版。【Chu Hsi and Lu Tsu-Ch'ien. 1967. *Reflections on Things at Hand*, trans, and ed. Wing-tsit Chan. New York; Columbia University Press.】

■同祖：《汉朝社会结构》，西雅图1972年版。【Ch'u Tung-tsu. 1972. *Han Social Structure*. Seattle; University of Washington Press.】

《中药大辞典》，上海1979年版。【*Chung-yao Ta Tzu-tien*. 1979. Shanghai; Science Publishers.】

克拉克,西里尔·德拉蒙德·勒格罗：《苏东坡选集》，伦敦1931年版。【Clark, Cyril Drummond LeGros. 1931. *Selections from the Works of Su Tung-p'o*. London; Jonathan Cope.】

科恩,马克：《史前史中的食物危机》，纽黑文1975年版。【Cohen, Mark. 1975. *The Food Crisis in Prehistory*. New Haven; Yale University Press.】

康克林,哈罗德:《哈努伊农业》,罗马1975年版。【Conklin, Harold. 1957. *Hanunoo Agriculture*. Rome:FAO.】

顾尤勤:“中国的餐桌礼仪:你怎么吃就是怎样的人”,稿本。【Cooper, Eugene. 1985. “Chinese Table Manners: You Are How You Eat.” MS.】

科普兰,埃德温·宾厄姆:《稻子》,伦敦1924年版。【Copeland, Edwin Bingham. 1924. *Rice*. London: MacMillan.】

考吉尔,乔治:“论古代与现代人口变化的原因与后果”,《美国人类学家》1975年第77期第505—525页。【Cowgill, George, 1975. “On Causes and Consequences of Ancient and Modern Population Changes”. *American Anthropologist* 77:505-25.】

·克罗尔,伊丽莎白:《家庭饭碗》,日内瓦1983年版。【Croll, Elizabeth. 1983. *The Family Rice Bowl*. Geneva: United Nations.】

柯鲁克,大卫与伊莎白·柯鲁克:《杨易(音译)公社的最初年月》,伦敦1966年版。【Crook, David, and Isabel Crook. 1966. *The First Years of Yangyi Commune*. London: Routledge and Kegan Paul.】

克劳,卡尔:《四万万消费者》,纽约1937年版。【Crow, Carl. 1937. *400 Million Customers*. New York: Harper and Brothers.】

克罗韦尔,威廉:“中国早期帝国政府的土地政策与制度”,博士论文,华盛顿大学1979年。【Crowell, William. 1979. “Government Land Policies and Systems in Early Imperial China”. ph. D. diss.; University of Washington.】

达迪斯,约翰·W:《征服者与儒家》,纽约1973年版。【Dardess, John W. 1973. *Conquerors and Confucians*. New York: Columbia University Press.】

戴维,伊丽莎白:《英国人厨房中的香料、盐和芳香剂》,苏塞克斯:企鹅,1986年版。【David, Elizabeth. 1986. “Spices, Salt and Aromatics in the English Kitchen.” Harmondsworth, Sussex: Penguin.】

德·特,G.与Y.伊托:《鼻咽癌:病原与控制》,里昂1978年版。【De-The, G., and Y. Ito. 1978. *Nasopharyngeal Carcinoma: Etiology and Control*. Lyon: World Health Organization, International Agency for Research on Cancer.】

多尔斯,迈克尔:《中东的黑死病》,普林斯顿1977年版。【Dols, Michael. 1977. *The Black Death in the Middle East*. Princeton: Princeton University Press.】

道格拉斯,玛丽:《纯净与危险》,伦敦1966年版;【Douglas, Mary. 1966. *Purity and Danger*. London: Barrie and Rockliff.】

——《隐含的意义》,伦敦1975年版。【1975. *Implicit Meanings*. London: Routledge and Kegan Paul.】

德效鸾:《前汉史》,三卷本,巴尔的摩,1938—1955年。【Dubs, Homer. 1938-55. *The History of the Former Han Dynasty*, 3 vols. Baltimore: Waverley Press. This primarily consists of translations of the Pan family's writings.】

涂尔干,埃米尔:《宗教生活的基本形式》,纽约1961年版。【Durkheim, Emile. 1961. *The Elementary Forms of the Religious Life*. New York: Collier.】

埃伯哈德,沃尔弗勒姆:《中国史》,伯克利1977年版。【Eberhard, Wolfram. 1977. *A History of China*, 4th ed. Berkeley: University of California Press.】

伊沛霞:《中国早期帝国中的贵族家庭:博陵崔氏家族的个案研究》,剑桥1978年版;【Ebrey, Patricia. 1978. *The Aristocratic Families of Early Imperial China: A Case Study of the Po-Ling Ts' ui Family*). Cambridge: Cambridge University Press.】

——(编)《中国的文明与社会》,纽约1981年版。【(ed). 1981. *Chinese Civilization and Society*. New York: Free Press.】

埃杰顿,克萊门特(译):《金瓶梅》,1939年版。【Edgerton, Clement(trans.). 1939. *The Golden Lotus*. London: Routledge and Sons.】

埃克瓦尔,罗伯特:《活着的田野》,纽约1968年版。【Ekvall, Robert. 1968. *Fields on the Hoof*. New York: Holt, Rinehart and Winston.】

伊懋可:《中国过去的模式》,斯坦福1973年版。【Elvin, Mark. 1973. *The Pattern of the Chinese Past*. Stanford: Stanford University Press.】

费正清(编):《剑桥中国史》第10卷“晚清,1800—1911年”,第1篇,剑桥1978年版。【Fairbank, John K. (ed.). 1978. *The Cambridge History of China*, vol. 10: *Late Ch'ing, 1800 - 1911, Part 1*. Cambridge: Cambridge University Press.】

费正清与刘广京(编):《剑桥中国史》第2卷“晚清,1800—1911年”,第2篇,剑桥1980年版。【Fairbank, John K., and Kwang-ching Liu (eds.). 1980. *The Cambridge History of China*, vol. 11: *Late ch'ing, 1800 - 1911, Part 2*. Cambridge: Cambridge University Press.】

方滇川(音译)与魏凡(音译):“发掘一种失传的文化”,《中国建设》(1986年12月)第33—39页。【Fang Dianchuan and Wei Fan. 1986. “Excavating a Lost Culture”. *China Reconstructs* (December 1986):33 - 39.】

范得:《明初政府:双重资本的发育》,剑桥1976年版。【Farmer, Edward. 1976. *Early Ming Government: The Evolution of Dual Capitals*. Cambridge: Harvard University Press.】

费孝通:《中国士绅》,芝加哥1953年版;【Fei Hsiao-tung. 1953. *China Gentry*. Chicago: University of Chicago Press.】

费斯勒,斯特拉·卢:《中国的全素烹调》,纽约1980年版;【Fessler, Stella Lou. 1980. *Chinese Meatless Cooking*. New York: New American Library.】

——《中国的海鲜烹调术》,纽约1981年版;【1981. *Chinese Seafood Cookery*. New York: New American Library.】

——《中国的家禽烹调术》,纽约1982年版。【1982. *Chinese Poultry Cookery*. New York: New American Library.】

福伊希特万,斯蒂芬:《中国泥土占卜的人类学分析》,老挝1974年版。【Feucht-

wang, Stephen. 1974. *An Anthropological Analysis of Chinese Geomancy*. Vientiane, Laos: Vithagna.]

福琼, 罗伯特:《中国北方各省三年漫游记》, 伦敦 1847 年版。[Fortune, Robert. 1847. *Three Years' Wanderings in the Northern Provinces of China*. London: John Murray.]

——《居住在中国人中间: 内地、沿海和海上》, 伦敦 1857 年版。[1857. *A Residence Among the Chinese: Inland, on the Coast, and at Sea*. London: John Murray.]

福斯特, 乔治:“农民社会与有限善行的偶像”, 《美国人类学家》1965 年第 67 期第 239—315 页。[Foster, George. 1965. “Peasant Society and the Image of Limited Good”. *American Anthropologist* 67:293 - 315.]

弗兰克, 哈里:《漫游华南》, 纽约 1925 年版。[Franck, Harry. 1925. *Roaming Through Southern China*. New York: Century.]

傅歌伯:“中国有关女真人的文献:对《三朝北盟汇编》中女真人专论的翻译”, 《中亚研究》1975 年第 7 期第 172—177 页。[Franke, Herbert. 1975. “Chinese Texts on the Jurchen: A Translation of the Jurchen Monograph in the *San-ch'iao Pei-meng Hui-pien*. *Zentralasiatische Studien* 7:1 - 186.]

弗里曼, 迈克尔:“宋朝”, 见张光直:《中国文化中的食物》, 纽黑文 1977 年版, 第 141—176 页。[Freeman, Michael. 1977. “Sung”. Chang 1977:141 - 176.]

弗罗德沙姆, J.:《流水潺潺的小溪》, 吉隆坡 1967 年版。[Frodsham, J. 1967. *The Murmuring Stream*. Kuala Lumpur: University of Malaysia.]

傅培梅:《培梅中国烹调书》, 第 1 卷, 台北 1969 年版。[Fu Pei-Mei. 1969. *Pei Mei's Chinese Cook Book*, vol. 1. Taipei: Author.]

富雷尔-海门多夫, 克里斯托弗:《阿帕·坦尼部落及其邻居》, 伦敦 1962 年版。[Furer-Haimendorf, Christoph. 1962. *The Apa-Tani and Their Neighbors*. London: Routledge and Kegan Paul.]

费侠莉:“清朝中国的怀孕期、分娩期和婴儿期概念”, 《亚洲研究杂志》1987 年第 46 期第 1 卷第 7—35 页。[Furth, Charlotte. 1987. “Concepts of Pregnancy, Childbirth, and Infancy in Ch'ing Dynasty China”. *Journal of Asian Studies* 46, 1:7 - 35.]

格尔茨, 克利福德:《农业内卷化》, 伯克利, 1963 年版。[Geertz, Clifford. 1963. *Agricultural Involution*. Berkeley: University of California Press.]

——《蒙元入侵前夜的中国日常生活》, H. M. 赖特译, 纽约 1962 年版。[Gernet, Jacques. 1962. *Daily Life in China on the Eve of the Mongol Invasion*, trans. H. M. Wright. New York: Macmillan.]

——《中国文明史》, 剑桥 1982 年版。[1982. *A History of Chinese Civilization*. Cambridge: Cambridge University Press.]

吉布森, 哈里·E:“从商朝甲骨文中收集的资料看商朝时期的中国农业”, 《中国杂志》(1937 年)第 301—309 页。[Gibson, Harry E. “Agriculture in China during the Shang

Period from Information Collected from the Inscribed Shang Bones". *China Journal* (1937) 301-09]

翟理斯:《庄子》,伦敦1926年修订版。【Giles, H. A. 1926. *Chuang Tzu*, rev. ed London: George Allen and Unwin.】

戈拉斯,彼得:“宋朝的中国乡村”,《亚洲研究杂志》1980年第39期第291—325页。【Golas, Peter. 1980. “Rural China in the Sung” *Journal of Asian Studies* 39:291-31.】

戈尔曼,切斯特:“泰国北部灵窟的发掘”,《亚洲展望》1970年第13期第79—107页。【Gorman, Chester. 1970 “Excavations at Spirit Cave, North Thailand”. *Asian Perspective* 13:79-107.】

古尔德-马丁,凯瑟琳:“冷热清除有毒污物:中国民间医学类目”,《社会科学 & 医学》1978年第12期第39—46页。【Gould-Martin, Katherine. 1978. “Hot Cold Clean Poi
去 毒 污 物”

29—31.]

黑格,约翰(编):《宋朝中国的危机与繁荣》,亚利桑那大学出版社1975年版。
[Haeger, John (ed.). 1975. *Crisis and Prosperity in Sung China*. Tucson: University of Arizona Press.]

哈格蒂,迈克尔:“对中国有关高粱著述的评论”,《哈佛亚洲研究杂志》1940年第5期第234—261页。[Hagerty, Michael. 1940. “Comments on Writings Concerning Chinese Sorghums”. *Harvard Journal of Asian Studies* 5:234—61.]

项美丽:《中国烹调》,纽约1968年版。[Hahn, Emily. 1968. *The Cooking of China*. New York: Time-Life Books.]

哈丁,A. P(编):《史前史晚期的气候变化》,爱丁堡1982年版。[Harding, A. F. (ed.) 1982. *Climatic Change in Later Prehistory*. Edinburgh: Edinburgh University Press.]

哈伦,杰克:《农作物与人》,麦迪逊1975年版。[Harlan, Jack. 1975. *Crops and Man*. Madison: American Society of Agronomy and Crop Science Society of America.]

——“中国煤铁业在北宋期间的革命,公元960—1126年”,《亚洲研究杂志》1961—1962年第21期第153—162页;[Hartwell, Robert. 1961—62. “A Revolution in the Chinese Iron and Coal Industries during the Northern Sung, 960—1126 A. D.” *Journal of Asian Studies* 21:153—62.]

——“中国的人口统计、政治及社会改造,750—1550年”,《哈佛亚洲研究杂志》1982年第42期第365—442页。[1982. “Demographic, Political, and Social Transformations of China”, 750—1550. *Harvard Journal of Asian Studies* 42:365—442.]

霍克斯,J. C.:《农业植物的多样化》,剑桥1983年版。[Hawkes, J. C. 1983. *The Diversity of Crop Plants*. Cambridge: Harvard University Press.]

——“速见左二郎与弗农·拉坦:《农业发展》,巴尔的摩1971年版。[Hayami, Yajiro, and Vernon Ruttan. 1971. *Agricultural Developments*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.]

何德兰:《中国的家居生活》,伦敦1914年版。[Headland, Isaac. 1914. *Home Life in China*. London: Methuen.]

——“赫克洛夫茨,C. A. C.:《东南亚植物》,伦敦1972年版。[Herklott, C. A. C. 1972. *Vegetables in Southeast Asia*. London: George Allen and Unwin.]

海陶玮:《陶潜诗集》,牛津1970年版。[Hightower, James Robert. 1970. *The Poetry of T'ao Ch'ien*. Oxford: Oxford University Press.]

希尔,R. D:“论栽培稻的起源”,《东方研究杂志》1976年第14期第35—44页; [Hill, R. D. 1976. “On the Origins of Domestic Rice”. *Journal of Oriental Studies* 14:35—44.]

——《马来西亚的稻子》,吉隆坡1977年版。[1977. *Rice in Malaysia*. Kuala Lumpur: Oxford University Press in Asia.]

欣顿,哈罗德:《中国的谷物进贡制度,1854—1911年》,哈佛东亚专论2,哈佛1956

年版。【Hinton, Harold. 1956. *The Grain Tribute System of China, 1845 - 1911*. Harvard East Asia Monograph 2. Cambridge: Harvard University.】

赫什, 弗里德里克与 W. W. 罗克希尔:《赵汝适》, 圣彼得堡 1911 年版。【Hirth, Friedrich, and W. W. Rockhill. 1911. *Chau Ju-Kua*. St. Petersburg: Russian Academy of Sciences.】

何炳棣:“传入中国的美洲食物性植物”,《美国人类学家》1955 年第 57 期第 191—201 页;【Ho Ping-Ti. 1955. “The Introduction of American Food Plants into China”. *American Anthropologist* 57:191 - 201.】

——“中国历史中的早熟稻”,《经济史评论》1956—1957 年第 9 期第 200—218 页;【1956 - 57. “Early-Ripening Rice in Chinese History”. *Economic History Review* 9:200 - 18.】

——《中国人口研究》, 哈佛 1959 年版;【1959. *Studies on the Population of China*. Cambridge: Harvard University Press.】

——《中华帝国的晋升阶梯》, 纽约 1962 年版;【1962. *The Ladder of Success in Imperial China*. New York: Columbia University Press.】

——“宋 - 金时期的中国总人口估算”,《宋朝研究》1970 年第 1 期第 39—53 页;【1970. “An Estimate of the Total Population of Sung-Chin China”. *Sung Studies* 1:39 - 53.】

——《东方的发源地》, 香港和芝加哥 1975 年版;【1975. *The Cradle of the East*. Hong Kong and Chicago: Chinese University of Hong Kong Press and University of Chicago Press.】

——“中国的古环境——一篇评论文章”,《亚洲研究杂志》1984 年第 43 期第 4 卷第 723—733 页。【1984. “The Paleoenvironment of China. A Review Article.” *Journal of Asian Studies* 43, 4:723 - 33.】

霍尔兹曼, 唐纳德:《诗与政治》, 剑桥 1976 年版。【Holzmann, Donald. 1976. *Poetry and Politics*. Cambridge: Cambridge University Press.】

霍梅尔, 鲁道夫:《中国在工作》, 剑桥 1937 年版。【Hommel, Rudolph. 1937. *China at Work*. Cambridge: MIT Press.】

霍西, 阿奇博尔德:《满洲:人民、资源和近代历史》, 波士顿与东京 1910 年版;【Hosie, Archibald. 1910. *Manchuria: Its People, Resources and Recent History*. Boston and Tokyo: J. B. Millet.】

——《四川:物产、工业与资源》, 上海 1922 年版。【1922. *Szechuan: Its Products, Industries and Resources*. Shanghai: Kelly and Walsh.】

许倬云:“农业的强化与营销:汉朝的土地均分运动”, 见戴维·错伊与钱存训编:《古代中国:早期文明研究》, 香港 1978 年版, 第 253—268 页;【Hsu Cho-yun. 1978. “Agricultural Intensification and Marketing: Agrarianism in the Han Dynasty.” In *Ancient China: Studies in Early Civilization*, ed. David Tsoy and Tsuen-hsuei Tsien, pp. 253 - 68. Hong Kong: Chinese University of Hong Kong.】

——“中国早期历史：田野之国”，《亚洲研究杂志》1979年第38期第3卷第473—476页；【1979. “Early Chinese History: The State of the Field.” *Journal of Asian Studies* 38, 3:473-76.】

——《汉朝农业》，西雅图1980年版。【1980. *Han Agriculture*. Seattle: University of Washington Press.】

哈特韦尔：《唐诗》，牛津大学出版社1970年版。【Hightower, James Robert. 1970. *The Poetry of T'ao ch'ien*. Oxford: Oxford University Press.】

徐霞客：《徐霞客游记》，李济编译，香港1974年版。【Hsu Hsia-k'o. 1974. *The Travel Diaries of Hsu Hsia-k'o*, trans, and ed. Li Chi. Hong Kong: Chinese University of Hong Kong.】

黄宗智：《华北小农经济与社会变迁》，斯坦福1985年版。【Huang, Philip. 1985. *The Peasant Economy and Social Change in North China*. Stanford: Stanford University Press.】

黄仁宇：“明朝的财政管理”，见查尔斯·赫克编：《明朝的中国政府：七项研究》，纽约1969年版，第73—128页；【Huang, Ray. 1969. “Fiscal Administration during the Ming Dynasty”. In Charles Hucker, ed., *Chinese Government in Ming Times*. New York: Columbia University Press, pp. 73-128.】

——《16世纪明朝中国的税制与政府财政》，剑桥1974年版；【1974. *Taxation and Governmental Finance in Sixteenth-Century Ming China*. Cambridge: Cambridge University Press.】

——《万历十五年》，纽黑文1981年版。【1981. *1587: A Year of No Significance*. New Haven: Yale University Press.】

哈伯德, R. N. L. B.: “农业在欧洲与近东的发展：数量来源的证据”，《经济植物学》1980年第34期第51—67页。【Hubbard, R. N. L. B. 1980. “Development of Agriculture in Europe and the Near East: Evidence from Quantitative Sources”. *Economic Botany* 34:51-67.】

赫克, 查尔斯：《明朝的传统中国政府》，图森1961年版；【Hucker, Charles. 1961. *The Traditional Chinese State in Ming Times*. Tucson: University of Arizona Press.】

——（编）：《明朝的中国政府：七项研究》，纽约1969年版；【(ed.). 1969. *Chinese Government in Ming Times: Seven Studies*. New York: Columbia University Press.】

——《明朝：起源及演化中的机构》，安阿伯1978年版。【1978. *The Ming Dynasty: Its Origins and Evolving Institutions*. Ann Arbor: University of Michigan Press.】

贾兰坡：《“北京人”的穴居地》，北京：外文出版社，1975年；【Chia Lan-po: 1975. *The Cave Home of Peking Man*. Beijing: Foreign Languages Press.】

——《早期中国人》，北京1980年版。【Jia Lanpo. 1980. *Early Man in China*. Beijing: Foreign Languages Press.】

约翰尼斯, R. E.: 《拉贡话》，伯克利1981年版。【Johannes, R. E. 1981. *Words of the*

Lagoon. Berkeley: University of California Press.]

约翰逊,查尔斯(编):《Dab Neeg Hmoob:老挝的苗族神话、传说和民间故事》,圣保罗 1985 年版。【Johnson, Charles (ed.). 1985. *Dab Neeg Hmoob: Myths, Legends and Folk Tales from the Hmong of Laos*. St. Paul: Macalester College, Linguistics Department.]

高广仁(音译):“大汶口:新石器时代文化的发掘物”,《中国建设》1978 年 8 月第 31—35 页。【Kao Kuang-jen. 1978. “Tawenkou: Neolithic Culture Find”. *China Reconstructs* (August 1978):31-35.]

卡普兰,亨利·S·与帕特里夏·琼斯·楚希塔尼(编):《中国人中的癌症》,纽约 1978 年版。【Kaplan, Henry S., and Patricia Jones Tsuchitani (eds.). 1978. *Cancer in Chinese*. New York: Alan R. Liss.]

高本汉:《诗经》,斯德哥尔摩 1950 年版。【Karlgren, Bernhard. 1950. *The Book of Odes*. Stockholm: Museum of Far Eastern Antiquities.]

卡茨,所罗门、M. 赫迪格与 L. 瓦勒罗伊:“新大陆的玉米传统加工技术”,《科学》1974 年第 184 期第 765—773 页。【Katz, Solomon, M. Hediger, and L. Valleroy. 1974. “Traditional Maize Processing Techniques in the New World”. *Science* 184:765-73.]

吉德炜:《商代历史的原始资料》,伯克利 1978 年版。【Keightley, David. 1978. *Sources of Shang History*. Berkeley: University of California Press.]

——(编)《中国文明的起源》,伯克利 1983 年版。【(ed.). 1983. *The Origins of Chinese Civilization*. Berkeley: University of California Press.]

耿宣(音译):“《诗经》中提到的华北古代经济植物”,《经济植物学》1974 年第 28 期第 4 卷第 391—410 页。【Keng, Hsüan. 1974. “Economic Plants of Ancient North China as Mentioned in *Shih Ching* (Book of Poetry)”. *Economic Botany* 28, 4:391-410.]

金,弗兰克:《40 世纪的农夫》,纽约 1911 年版。【King, F. H. 1911. *Farmers of Forty Centuries*. New York: Mrs. F. H. King.]

凯博文:《文化背景下的病人与治疗者》第 1 卷,伯克利 1980 年版。【Kleinman, Arthur. 1980. *Patients and Healers in the Context of Culture*. vol. I. Berkeley: University of California Press.]

拉德曼,卡罗尔:“象征的和以经验为根据的现实:禁忌食物分析的新方法”,《美国民族学》1981 年第 3 期第 468—493 页。【Laderman, Carol. 1981. “Symbolic and Empirical Reality: A New Approach to Analysis of Food Avoidances.” *American Ethnologist* 3:468-93.]

拉姆,H. H:“后冰河时代气候在地球上的重建过程”,见 A. P. 哈丁编:《史前晚期的气候变化》,爱丁堡 1982 年版,第 11—32 页。【Lamb, H. H. 1982. “Reconstruction of the Course of Postglacial Climate over the World”. In *Climatic Change in Later Prehistory*. ed. A. F. Harding, pp. 11-32. Edinburgh: Edinburgh University Press.]

兰洛伊斯,珍妮特:“纽约市唐人街的月饼:延续与变化”,《纽约民俗学季刊》1972 年

第28期第2卷第83—117页。【Langlois, Janet. 1972. "Moon Cakes in Chinatown, New York City: Continuity and Change". *New York Folklore Quarterly* 28, 2:83-117.】

兰德彰(编):《蒙元统治下的中国人》,普林斯顿1981年版。【Langlois, John (ed.). 1981. *China under Mongol Rule*. Princeton: Princeton University Press.】

刘殿爵:《孟子》,苏塞可斯:企鹅,1970年版。【Lau, D. C. 1970. *Mencius*. Harmondsworth, Sussex: Penguin.】

罗佛:《中国与伊朗》,芝加哥1919年版。【Laufer, Berthold. 1919. *Sino-Iranica*, Chicago: Field Museum.】

劳顿,哈里、菲利普·威尔克、玛丽·德德克与威廉·梅森:“欧文斯河谷派尤特人中的农业”,《加利福尼亚人类学杂志》1976年第3期第13—50页。【Lawton, Harry, Philip Wilke, Mary DeDecker, and William Mason. 1976. "Agriculture among the Paiute of Owens Valley." *Journal of California Anthropology* 3:13-50.】

李,梅布尔·平华:《中国经济史》,纽约1921年版。【Lee, Mabel Ping-Hua. 1921. *The Economic History of China*. New York: Columbia University Press.】

李,托马斯·H·C:“关于广州近来发掘的宋朝船只的报告及对其真正容积的思考”,《宋朝研究通讯》1975—1976年第11—12期第4—9页。【Lee, Thomas H. C. 1975—76. "A Report on the Recently Excavated Song Ship at Quanzhou and a Consideration of Its True Capacity." *Sung Studies Newsletter*. 11-12:4-9.】

翟雅各:《礼记》,两卷本,香港1967年版。【Legge, James. 1967. *The Li Chi*, 2 vols. Hong Kong: Hong Kong University Press. Originally published 1885.】

梅良(音译):《中国人的烹调全书》,纽约1979年版。【Leung, Mai. 1979. *The Chinese People's Cookbook*. New York: Harper and Row. Also published as *Dim Sum and Other Chinese Street Food*.】

李济:《安阳》,西雅图1977年版。【Li Chi. 1977. *Anyang*. Seattle: University of Washington Press.】

李蕙林:“中国古代的蔬菜”,《经济植物学》1969年第23期第3卷第253—260页;【Li, Hui-lin. 1969. "The Vegetables of Ancient China". *Economic Botany* 23, 3:253-60.】

——“大麻在东亚的起源和用途——语言文化的含义”,《经济植物学》1974年第28期第3卷第293—303页;【1974. "The Origin and Use of Cannabis in Eastern Asia—Linguistic-Cultural Implications". *Economic Botany* 28, 3:293-303.】

——“中国草本植物中的致幻植物”,《哈佛大学植物博物馆手册》1977年第25期第6卷第161—181页;【1977. "Hallucinogenic Plants in Chinese Herbals". *Harvard University Botanical Museum Leaflets* 25, 6:161-81.】

——《南方草木状:4世纪东南亚的植物群》,香港1979年版;【1979. *Nan-fang Ts'ao-mu Chuang: A Fourth Century Flora of Southeast Asia*. Hong Kong: Chinese University of Hong Kong.】

李时珍:《本草纲目》,香港1960年版。初版于1593年。这是一个流传广泛的普及版本。【Li Shih-ch' en. 1960. *Pen-ts' ao Kang-mu*. Hong Kong: Shih Yung Book Co. Originally published 1593. This is a widespread, cheap edition.】

李叔凡(音译):《香港的外科医生》,伦敦1964年版。【Li Shu-Fan. 1964. *Hong Kong Surgeon*. London: Victor Gollancz.】

梁,露西尔:《中国地区烹调》,纽约1982年版。【Liang, Lucille. 1982. *Chinese Regional Cooking*. New York: Sterling.】

林耀华:“贵州的苗族”,《哈佛亚洲研究杂志》1940年第5期第261—345页。【Lin Yueh-Hua. 1940. “The Miao-Man Peoples of Kweichow”. *Harvard Journal of Asian Studies* 5:261-345.】

林语堂:《快乐的才子:苏东坡的生平及其时代》,纽约1947年版。【Lin Yutang. 1947. *The Gay Genius: The Life and Times of Su Tung-p' o*. New York: John Day.】

凌绍文(音译):《东南亚的水产养殖》,西雅图1977年版。【Ling, Shao-wen. 1977. *Aquaculture in Southeast Asia*. Seattle: University of Washington Press.】

利皮特,维克托:《中国的土地改革与经济发展》,纽约1974年版;【Lippit, Victor. 1974. *Land Reform and Economic Development in China*. White Plains, N. Y: International Arts and Sciences Press.】

——“中国欠发达地区的发展”,《近代中国》1978年第4期第3卷第251—328页。【1978. “The Development of Underdevelopment in China”. *Modern China* 4, 3:251-328.】

刘,弗兰克与刘延茂(音译):《中国的医学术语》,香港商务1980年版。【Liu, Frank, and Liu Yan Mau. 1980. *Chinese Medical Terminology*. Hong Kong: Commercial Press.】

刘子健:《宋代中国的改革》,剑桥1959年版。【Liu, J. T. L. 1959. *Reform in Sung China*. Cambridge: Harvard University Press.】

刘子健与彼得·戈拉斯(编):《中国的变化:革新还是修整?》,列克星敦1969年版。【Liu, J. T. L., and Peter Golas (eds.). 1969. *Change in China: Innovation or Renovation?* Lexington, Md: D. Heath.】

罗,肯尼思:《北京的烹调》,纽约1971年版;【Lo, Kenneth. 1971. *Peking Cooking*. New York: Random House.】

——《中国烹调百科全书》,纽约1979年版;【1979a. *Encyclopedia of Chinese Cooking*. New York: A & W Publishers.】

——《中国的区域烹调》,纽约1979年版。【1979b. *Chinese Regional Cooking*. New York: Random House.】

罗文:《叶适的生平与思想》,盖恩斯韦尔和香港1974年版。【Lo, Winston Wan. 1974. *The Life and Thought of Yeh Shih*. Gainesville, Fla., and Hong Kong: University of Florida and Chinese University of Hong Kong.】

鲁惟一:《古代中华帝国的日常生活》,伦敦 1986 年版;【Loewe, Michael. 1968. *Everyday Life in Early Imperial China*. London: B. T. Batsford.】

——《通往天堂之路:中国人对长生不老的探求》,伦敦 1979 年版;【1979. *Ways to Paradise: The Chinese Quest for Immortality*. London: George Allen and Unwin.】

——《中国人的生死观:汉朝的信念、神话和理性》,伦敦 1982 年版。【1982. *Chinese Ideas of Ideas of Life and Death: Faith, Myth and Reason in the Han Period*. London: George Allen and Unwin.】

楼恩志(音译):“香稻——珍品和美味”,《中国建设》(1983 年 7 月)第 56 页。【Lou Sizhi. 1983. “Fragrant Rice—Rare and Delicious.” *China Reconstructs* (July):56.】

卢,亨利:《中国的食疗体系》,纽约 1986 年版。【Lu, Henry. 1986. *Chinese System of Food Cures*. New York: Sterling.】

陆游:《13 世纪的华南》,程春舒(音译)与琼·斯迈思译,香港 1981 年版。【Lu Yu. 1981. *South China in the Thirteenth Century*. trans. Chun-shu Cheng and Joan Smythe. Hong Kong: Hong Kong University.】

陆羽:《茶经》,弗朗西斯·罗斯·卡彭特译,波士顿 1974 年版。【Lu Yu. 1974. *The Classic of Tea*, trans. Francis Ross Carpenter. Boston: Little, Brown.】

林恩,理查德·约翰:《贯云石》,波士顿 1980 年版。【Lynn, Richard John. 1980. *Kuan Yun-shih*. Boston: Twayne.】

马伯良:《中国南宋的农村与官僚机构》,芝加哥 1971 年版;【McKnight, Brian. 1971. *Village and Bureaucracy in Southern Sung China*. Chicago: University of Chicago Press.】

——“宋朝中国的财政特权与社会秩序”,见约翰·黑格编:《宋朝中国的危机与繁荣》,亚利桑那大学出版社 1975 年版,第 79—100 页。【1975. “Fiscal Privileges and the Social Order in Sung China.” Haeger 1975:79-100.】

麦克尼什,理查德:“农业在秘鲁中部的起源”,《芦苇》1977 年第 753—802 页。【Mac Neish, Richard. 1977. “The Beginning of Agriculture in Central Peru.” *Reed* 1977:753-802.】

马格布勒,米特拉:《论酒精中毒、巫术、种族关系和禁欲主义的心理文化维度:比较研究》,欧文:1979 年版,加利福尼亚大学社会科学学院报告 56。【Maghbouleh, Mitra. 1979. *Psychocultural Dimensions of Alcoholism, Witchcraft, Ethnic Relations, and Asceticism: A Comparative Study*. Irvine: University of California, Irvine, School of Social Sciences, Report No. 56.】

马洛里,沃尔特:《中国:饥荒之国》,纽约 1926 年版。【Mallory, Walter. 1926. *China: Land of Famine*. New York: American Geographic Society.】

马克斯,罗伯特:《华南的乡村革命》,麦迪逊 1984 年版。【Marks, Robert. 1984. *Rural Revolution in South China*. Madison: University of Wisconsin Press.】

梅,雅克:《远东营养不良的生态学》,纽约 1961 年版。【May, Jacques. 1961. *The*

Ecology of Malnutrition in the Far East. New York: Hafner.]

米查姆,威廉:“来自中国的碳-14新数据”,《亚洲展望》1975年第18期第204—213页;【Meacham, William. 1975. “New C-14 Dates from China”. *Asian Perspectives*. 18: 204-13.】

——“华南新石器时代的连续性与地方进化:常规途径”,《现代人类学》1977年第18期第419—440页。【1977. “Continuity and Local Evolution in the Neolithic of South China: A Non-Nuclear Approach”. *Current Anthropology*. 18:419-40.】

门多萨:《伟大非凡的中华王国之历史及其状况:兼述大富翁、大城市、精明的政府及罕见的发明》,理查德·帕克译,乔治·斯汤顿编,伦敦1853年版。根据早期在中国的英国政治家帕克1588年翻译的版本。【Mendoza, Juan Gonzalez de. 1853. *The Historie of the Great and Mightie Kingdome of China, and the Situation Thereof; Together with the Great Riches, Huge Cities, Politike Governement, and Rare Inventions in the Same*, trans. Richard Parker, ed. George Staunton. London: Hakluyt Society. An edition by the early British statesman in China of Parker's 1588 translation.】

梅斯基尔,约翰娜·门泽尔:《一个中国拓荒者家庭》,普林斯顿1979年版。【Meskill, Johanna Menzel. 1979. *A Chinese Pioneer Family*. Princeton: Princeton University Press.】

梅斯基尔,约翰(编):《王安石:务实的改革家?》,波士顿1963年版。【Meskill, John (ed.). 1963. *Wang An-Shih: Practical Reformer?* Boston: Houghton Mifflin.】

迈耶,弗兰克:《对中国水果和坚果果园的农业探测》,华盛顿1911年,美国农业部植物业局公报204。【Meyer, Frank. 1911. *Agricultural Explorations in the Fruit and Nut Orchards of China*. Washington, D.C: U. S. Dept. of Agriculture, Bureau of Plant Industry. Bulletin 204.】

莫伊斯,爱德华:“革命前中国社会的向下流动性”,《近代中国》1977年第3期第1卷第3—32页。【Moise, Edward. 1977. “Downward Social Mobility in Pre-Revolutionary China”. *Modern China* 3, 1:3-32.】

莫利森,比尔:《彼尔姆1期和2期文化》,伯克利1978年版。【Mollison, Bill. 1978. *Permaculture 1& 2*. Berkeley: ITCI Tageri Co.】

蒙哥马利,詹姆斯:《景教大主教亚巴拉罕三世及其代表列班·扫马的历史》,纽约1927年版。【Montgomery, James. 1927. *The History of Yaballaha III, Nestorian Patriarch, and His Vicar Bar Sauma*. New York: Columbia University Press.】

牟复礼:“元代与明代”,见张光直:《中国文化中的食物》,纽黑文1977年版,第193—257页。【Mote, Frederick. 1977. “Yuan and Ming”. Chang 1977b:193-257.】

莫尔德,弗朗西斯:《日本、中国和现代世界经济》,剑桥1977年版。【Moulder, Frances. 1977. *Japan, China and the Modern World Economy*. Cambridge: Cambridge University Press.】

韩书瑞:《中国的千年造反》,纽黑文1976年版。【Naquin, Susan. 1976. *Millennarian Rebellion in China*. New Haven: Yale University Press.】

全国酒精滥用及酒精中毒研究所:“东方的酒精过敏”,*IFS*1978年第51期第3页。【National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. 1978. “Oriental Alcohol Hypersensitivity”. *IFS* 51:3.】

李约瑟:《中国的科学与文明》第2卷,剑桥1956年版。【Needham, Joseph. 1956. *Science and Civilization in China*, vol. 2. Cambridge: Cambridge University Press.】

——《中国的科学与文明》第5卷第3、4篇,剑桥1976—1980年。【1976—80. *Science and Civilization in China*, vol. 5; pts. 3—4. Cambridge: Cambridge University Press. With Ho Peng-yu and Lu Gwei-djen.】

内托利茨基,阿尔穆特:《〈岭外代答〉出自周去非吗?》,威斯巴登1977年版。【Netolitzky, Almut. 1977. *Das Ling-Wai Tai-Ta von Chou Ch' u-Fei*. Wiesbaden: Franz Steiner.】

尼古拉斯, E. H.:《穿越隐秘的陕西》,纽约1902年。【Nichols, E. H. 1902. *Through Hidden Shensi*. New York: Charles Scribner's Sons.】

尼斯比特,理查德与李·罗斯:《人类的推论》,恩格尔伍德克里夫斯1980年版。【Nisbett, Richard, and Lee Ross. 1980. *Human Inference*. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.】

倪德卫,与芮沃寿合(编):《儒家信念》,斯坦福1959年版。【Nivison, David, and Arthur Wright (eds.). 1959. *The Confucian Persuasion*. Stanford: Stanford University Press.】

皮尔逊,理查德:“中国沿海新石器时代遗址中的社会复合物”,《科学》1981年第213期第1078—1086页。【Pearson, Richard. 1981. “Social Complexity in Chinese Coastal Neolithic Sites”. *Science* 213:108—86.】

帕金斯,德怀特:《中国的农业发展,1368—1968年》,芝加哥1969年版。【Perkins, Dwight. 1969. *Agricultural Development in China, 1368—1968*. Chicago: Aldine.】

皮蒙特尔,戴维与 M. 皮蒙特尔:《食物、活力与社会》,纽约1979年版。【Pimentel, David, and M. Pimentel. 1979. *Food, Energy and Society*. New York: Wiley.】

皮雷佐利—T'塞斯蒂文斯,米歇尔:《汉朝》,纽约1982年版。【Pirazzoli-T' Serstevens, Michele. 1982. *The Han Dynasty*. New York: Rizzoli.】

波拉德, S.:《在不知名的中国》,伦敦1921年版。【Pollard, S. 1921. *In Unknown China*. London: Seeley, Service.】

波克特,曼弗雷德:《中医的理论基础》,麻省理工学院1974年版。【Porkert, Manfred. 1974. *Theoretical Foundations of Chinese Medicine*. Cambridge: MIT Press.】

波斯纳,恩斯特:《古代世界的档案》,哈佛1972年版。【Posner, Ernst. 1972. *Archives in the Ancient World*. Cambridge: Harvard University Press.】

普利布兰克, E:《安禄山叛乱的背景》, 牛津 1955 年版。【Pulleyblank, E. 1955. *The Background of the Rebellion of An Lu-shan*. Oxford: Oxford University Press.】

钱文元(音译):《大惯性》, 多佛 1985 年版。【Qian Wenyuan. 1985. *The Great Inertia*. Dover, N. H: Croom Helm.】

罗斯基, 伊夫林·萨卡基达:《华南的农业变化及农民经济》, 剑桥 1972 年版。【Rawski, Evelyn Sakakida. 1972. *Agricultural Change and the Peasant Economy of South China*. Cambridge: Harvard University Press.】

雷乔杜里, 塔潘与艾范·哈比卜(编):《剑桥印度经济史》, 第 1 卷:“1200—1750 年”, 剑桥 1982 年版。【Raychaudhuri, Tapan, and Irfan Habib (eds.). 1982. *The Cambridge Economic History of India*, vol. 1: C. 1200—1750. Cambridge: Cambridge University Press.】

里德, 伯纳德·E:《〈救荒本草〉中列出的救荒食物》, 台北 1977 年版。【Read, Bernard E. 1977. *Famine Foods Listed in the Chiu-huang Pen-ts' ao*. Taipei: Southern Materials Center.】

里德, 查尔斯(编):《农业的起源》, 海牙 1977 年版。【Reed, Charles (ed.). 1977. *Origins of Agriculture*. Hague: Mouton.】

赖绍华:《圆仁日记》, 纽约 1955 年版。【Reischauer, Edwin. 1955. *Ennin's Diary*. New York: Ronald Press.】

鲁特, 韦弗利:《意大利的食品》, 纽约 1971 年版。【Root, Waverley. 1971. *The Food of Italy*. New York: Athencum.】

罗塞比, 莫里斯:《中国与亚洲的腹地》, 伦敦 1975 年版。【Rossabi, Morris. 1975. *China and Inner Asia*. London: Thames and Hudson.】

——《在平等对手中的中国》, 伯克利 1983 年版。【1983. *China among Equals*. Berkeley: University of California Press.】

罗斯巴赫, 斯特拉:《风水:中国的定位术》, 纽约 1983 年版。【Rosbach, Stella. 1983. *Feng-Shui; The Chinese Art of Placement*. New York: E. P. Dutton.】

罗兹曼, 吉尔伯特:《清朝的中国人口与经销安排》, 剑桥 1982 年版。【Rosman, Gilbert. 1982. *Population and Marketing Settlements in Ch'ing China*. Cambridge: Cambridge University Press.】

罗津, 伊丽莎白:《族群烹调术:调味原理烹调书》, 纽约 1973 年版。【Rozin, Elizabeth. 1973. *Ethnic Cuisine; The Flavor Principle Cookbook*. New York: Greene.】

萨班, 弗朗索瓦:“14 世纪中国皇宫的烹调法”, 《中世纪》1983 年第 5 期第 32—56 页;【Sabban, Françoise. 1983a. “Cuisine à la cour de L'empereur de Chine au XIVe siècle”. *Medievales* 5:32 - 56.】

——“中国传统烹调中的烹煮体系”, 《编年史》1983 年第 2 期第 341—368 页。【1983b. “Le système des cuissons dans la tradition culinaire chinoise.”

Annales 2:341-68.]

萨林斯,马歇尔:《石器时代的经济》,芝加哥1972年版。【Sahlins, Marshall. 1972. *Stone Age Economics*. Chicago: Aldine.】

坂本信子:《中华人民共和国烹调全书》,纽约1977年版。【Sakamoto, Nobuko. *The People's Republic of China Cookbook*. New York: Random House.】

索尔,卡尔:《农业的起源和传播》,伯克利1952年版。【Sauer, Carl. 1952. *Agricultural Origins and Dispersals*. Berkeley: University of California Press.】

谢弗,爱德华·H.:《明帝国》,佛蒙特和东京1954年版。【Schafer, Edward H. 1954. *The Empire of Min*. Rutland, Vt., and Tokyo: Charles Tuttle.】

——《撒马尔罕的金桃》,伯克利1963年版;【1963. *The Golden Peaches of Samarkand*. Berkeley: University of California Press.】

——《朱红鸟》,伯克利1967年版;【1967. *The Vermilion Bird*. Berkeley: University of California Press.】

——《珍珠海岸》,伯克利1969年版;【1969. *Shore of Pearls*. Berkeley: University of California Press.】

——“唐朝”,见张光直:《中国文化中的食物》,纽黑文1977年版,第85—140页;【1977. “T'ang”. Chang 1977b:85-140.】

——《唐朝时期的茅山》,伯克利1980年版。【1980. *Mao Shan in T'ang Times*. Berkeley: Society for the Study of Chinese Religions.】

施莱普,韦恩:《散曲》,麦迪逊1970年版。【Schlepp, Wayne. 1970. *San-chü*. Madison: University of Wisconsin Press.】

舒尔曼,弗朗兹:《元代经济结构》,剑桥1956年版。【Schuttmann, Franz. 1956. *Economic Structures of the Yuan Dynasty*. Cambridge: Harvard University Press.】

施瓦布,卡尔文:《不足挂齿的烹调法》,夏洛茨维尔1979年版。【Schwabe, Calvin. 1979. *Unmentionable Cuisine*. Charlottesville: University of Virginia Press.】

香格劳,克拉伦斯:“中国彩陶传统的发端”,《东方艺术》1978年第24期第60—69页。【Shangraw, Clarence. 1978. “The Beginnings of China's Painted Pottery Tradition”. *Oriental Art* 24:60-69.】

斯波义信:《宋朝中国的商业与社会》,伊瑟可译,安拉伯1970年版。【Shiba, Yoshinobu. 1970. *Commerce and Society in Sung China*; trans. Mark Elvin; Ann Arbor: University of Michigan, Center for Chinese Studies.】

石声汉:《齐民要术》,北京1962年版。【Shih Sheng-han. 1962. *Ch'i Min Yao Shu*. Beijing: Sciences Press.】

——《论“汜胜之书”》,北京1974年版。【1974. On “Fan Sheng-chih shu”. Beijing: Sciences Press.】

舒特莱夫,威廉与青柳秋池:《味噌书》,伯克利1976年版;【Shurtleff, William, and

Akiko Aoyagi. 1976. *The Book of Miso*. Berkeley: Ten Speed Press.]

——《豆豉书》，纽约 1979 年版；【1979. *The Book of Tempeh*. New York: Harper and Row.]

——《豆腐书》，伯克利 1983 年版。【1983. *The Book of Tofu*. Berkeley: Ten Speed Press.]

司马迁：《军闾》，威廉·多尔比与约翰·斯科特译，爱丁堡 1974 年版。【Sima Qian. 1974. *Warlords*, trans. William Dolby and John Scott. Edinburgh: Southside Press.]

西蒙·朱利安：“人口对营养和经济福利的影响”，见罗伯特·罗特伯格与西奥多·拉布(编)：《饥饿与历史》，剑桥 1985 年版，第 215—240 页。【Simon, Julian. 1985. “The Effects of Population on Nutrition and Economic Well-Being.” In *Hunger and History*. ed. Robert Rotberg and Theodore Rabb, pp. 215 - 40. Cambridge: Cambridge University Press.]

西诺达，奥萨姆：“中国的食物与饮食史”，《食品与营养学进步》1977 年第 2 期第 483—497 页。【Sinoda, Osamu. 1977. “The History of Chinese Food and Diet”. *Progress in Food and Nutritional Science* 2:483 - 97.]

席文：“沈括”，《宋朝研究通讯》1975 年第 13 期第 36 页；【Sivin, Nathan. 1975. “Shen Kua”. *Sung Studies Newsletter* 13:36.]

——“中国过去的科学”，见利奥·奥林斯编：《当代中国科学》，斯坦福 1980 年版，第 1—29 页。【1980. “Science in China’s Past”. In *Science in Contemporary China*, ed. Leo Orleans, pp. 1 - 29. Stanford: Stanford University Press.]

施坚雅：“中国乡村的销售与社会结构”，《亚洲研究杂志》1964—1965 年第 24 期第 1 卷第 3—43 页；第 2 卷第 195—228 页；第 3 卷第 363—400 页；【Skinner, G. William. 1964 - 65. “Marketing and Social Structure in Rural China”. *Journal of Asian Studies* 24, 1:3 - 43, 2:195 - 228, 3:363 - 400.]

——“19 世纪四川的人口：不聚合数据的教训”，《晚期中华帝国》1986 年第 7 期第 1—79 页；【1986. “Sichuan’s Population in the Nineteenth Century: Lessons from Disaggregated Data”. *Late Imperial China* 7:1 - 79.]

——(编)：《中华帝国晚期的城市》，斯坦福 1976 年版。【(ed.). 1976. *The City in Late Imperial China*. Stanford: Stanford University Press.]

斯利彻·冯巴恩，E. H.：《西欧土地史，公元 500—1859 年》，纽约 1963 年版。【Slicher von Bath, E. H. 1963. *The Agrarian History of Western Europe, A. D. 500 - 1859*. New York: St. Martin’s.]

斯米尔，瓦克拉夫：《恶土》，纽约 1984 年版。【Smil, Vaclav. 1984. *The Bad Earth*. Armonk, N. Y: M. E. Sharpe.]

史密斯，托马斯·C.：《现代日本的农业起源》，斯坦福 1959 年版；【Smith, Thomas C. 1959. *The Agrarian Origins of Modern Japan*. Stanford: Stanford University Press.]

——《仲治》，斯坦福 1977 年版。【1977. *Nakahara*. Stanford: Stanford University

Press.]

斯内尔格罗夫,戴维与休·理查森:《西藏栽培史》,伦敦1968年版。【Snellgrove, David, and Hugh Richardson. 1968. *A Cultural History of Tibet*. London: Weidenfeld and Nicholson.]

索莱姆,威廉:“泰国北部、东南亚和世界史前史”,《亚洲展望》1970年第13期第145—162页。【Solheim, William. 1970. “Northern Thailand, Southeast Asia, and World Prehistory”. *Asian Perspectives* 13:145-62.]

索尔比,阿瑟·德卡尔:《中国艺术的本质》,纽约1940年版。【Sowerby, Arthur de Carle. 1940. *Nature in Chinese Art*. New York: John Day.]

史景迁:《中国皇帝》,纽黑文1974年版。【Spence, Jonathan. 1974. *Emperor of China*. New Haven: Yale University Press.]

———“清朝”,见张光直:《中国文化中的食物》,纽黑文1977年版,第259—294页。【1977. “Ch’ing”. Chang 1977:259-294.]

史景迁与卫思韩合编:《从明朝到清朝》,纽黑文1979年版。【Spence, Jonathan, and John E. Wills, Jr. (eds.). 1979. *From Ming to Ch’ing*. New Haven: Yale University Press.]

斯汤顿,乔治:《赴中国大使的历史报道》,伦敦1797年版。【Staunton, George. 1797. *An Historical Account of the Embassy to the Emperor of China*. London: Stockdale.]

斯特里克曼,米歇尔:“论陶弘景的炼金术”,见霍姆斯·韦尔奇与安娜·塞德尔编:《道教的多侧面》,纽黑文1979年版,第123—192页。【Strickmann, Michel. 1979. “On the Alchemy of T’ao Hsiang-ching.” In *Facets of Taoism*, ed. Holmes Welch and Anna Seidel, pp. 123-92. New Haven: Yale University Press.]

孙守道与郭大顺:“红山:失传的文化”,《中国画报》(1986年8月)第2—7页。【Sun Shouduo and Guo Dahun. 1986. Hongshan: A Lost Culture. *China Pictorial* (August): 2-7.]

宋应星:《天工开物》,孙任以都等译,宾夕法尼亚大学出版社1966年版。【Sung Ying-hsing. 1966. *T’ien-kung K’ai-wu*, trans. E-tu Zen Sun and Shiou-chuan Sun. University Park: Pennsylvania State University.]

斯旺,南希:《中国古代的食物与货币》,普林斯顿1950年版。【Swann, Nancy. 1950. *Food and Money in Ancient China*. Princeton: Princeton University Press.]

西蒙兹,范杰伊:《清朝的人参管理:清朝对微观世界的垄断》,坦佩1981年版。【Symons, Van Jay. 1981. *Ch’ing Ginseng Management: Ch’ing Monopolies in Microcosm*. Tempe: Arizona State University, Center for Asian Studies, Occasional Paper 13.]

陶晋生:《12世纪中国的女真人》,西雅图1976年版。【Tao Jing-shen. 1976. *The Jurchen in Twelfth Century China*. Seattle: University of Washington Press.]

托伯特,普雷斯頓:《清朝的内务府》,哈佛东亚专论71,剑桥1977年版。【Torbet,

Preston. 1977. *The Ch'ing Imperial Household Department*. Harvard East Asia Monograph 71. Cambridge: Harvard University.]

特里吉尔, T. R.:《中国:地理概观》,伦敦 1980 年版。[Tregear, T. R. 1980. *China: A Geographical Survey*. London: Hodder and Stoughton.]

段义夫(音译):《中国》,芝加哥 1969 年版。[Tuan, Yi-fu. 1969. *China*. Chicago: Aldine.]

塔西,吉乌塞佩:《西藏》,纽约 1967 年版。[Tucci, Giuseppe. 1967. *Tibet*. New York: Stein and Day.]

敦礼臣:《燕京岁时记》,卜德译,香港 1965 年版;[Tun Li-Ch'en. 1965. *Annual Customs and Festivals in Peking*, trans. Derk Bodde. Hong Kong: Hong Kong University Press.]

崔瑞德:《中国唐朝和宋朝的土地所有权及社会秩序》,伦敦 1962 年版;[Twitchett, Denis. 1962. *Land Tenure and the Social Order in T'ang and Sung China*. London: University of London.]

——《唐朝统治下的财政管理》,剑桥 1963 年版;[1963. *Financial Administration Under the T'ang Dynasty*. Cambridge: Cambridge University Press.]

——(编):《剑桥中国史》第 3 卷第 1 篇“隋朝和唐朝的中国”,剑桥 1979 年版。[(ed.). 1979. *The Cambridge History of China*, vol. 3, pt. 1: *Sui and T'ang China*. Cambridge: Cambridge University Press.]

崔瑞德与芮沃寿(编):《唐朝透视》,纽黑文 1973 年版;[Twitchett, Denis, and Arthur Wright (eds.). 1973. *Perspectives on the T'ang*. New Haven: Yale University Press.]

昂舒尔德,保罗:《中国医学:思想史》,伯克利 1985 年版;[Unschuld, Paul. 1985. *Medicine in China: A History of Ideas*. Berkeley: University of California Press.]

——《中国医学:制药学史》,伯克利 1986 年版。[1986. *Medicine in China: A History of Pharmaceutics*. Berkeley: University of California Press.]

维思,伊尔扎(编译):《黄帝内经》,伯克利 1966 年版。[Veith, Ilza (ed. and trans.), 1966. *The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine*. Berkeley: University of California Press.]

魏礼:《一位炼金术士的游记》,伦敦 1931 年版;[Waley, Arthur. 1931. *The Travels of an Alchemist*. London: Routledge and Kegan Paul.]

——《古代中国的三种思想方式》,伦敦 1939 年版;[1939. *Three Ways of Thought in Ancient China*. London: George Allen and Unwin.]

——《袁枚:18 世纪的中国诗人》,纽约 1957 年版;[1957. *Yuan Mei: Eighteenth Century Chinese Poet*. New York: Grove Press.]

——《道及其力量之书》,纽约 1958 年版;[1958. *The Book of the Way and Its Power*. New York: Grove Press.]

——《蒙古秘史》,伦敦 1963 年版。[1963. *The Secret History of the Mongols*. London:

George Allen and Unwin.]

华莱士, D·麦肯齐:《俄罗斯》, 纽约 1881 年版。【Wallace, D. Mackenzie. 1881. *Russia*. New York: Henry Holt.]

王绍武与赵宗慈:“中国的干旱与洪涝, 1470—1979 年”, 见 T. 威格利、N. 英格拉姆与 C. 法默编:《历史中的气候》, 剑桥 1981 年版, 第 271—288 页。【Wang Shou-wu and Zhao Zong-ci. 1981. “Droughts and Floods in China, 1470 - 1979”. In *Climate in History*, ed. T. Wigley, M. Ingram and G. Farmer, pp. 271 - 288. Cambridge: Cambridge University Press.]

王绍武、赵宗慈与陈镇华(音译):“过去 500 年中国夏季雨水规则的重建”, 《地理杂志》1981 年第 5 期第 2 卷第 117—122 页。【Wang Shou-wu, Zhao Zong-ci, and Chen Zhen-hua. 1981. “Reconstruction of the Summer Rainfall Regime for the Last 500 Years in China”. *Geojournal* 5, 2:117 - 22.]

王仲殊:《汉朝文明》, 纽黑文 1982 年版。【Wang Zhongshu. 1982. *Han Civilization*. New Haven: Yale University Press.]

沃里纳, 多琳:《农民耕作经济》, 伦敦 1939 年版。【Warriner, Doreen. 1939. *Economics of Peasant Farming*. London: Oxford University Press.]

沃森, 伯顿:《苏东坡》, 纽约 1965 年版;【Watson, Burton. 1965. *Su Tung-p'o*. New York: Columbia University Press.]

——《史记》, 纽约 1967 年版;【1967. *Records of the Grand Historian*. New York: Columbia University Press.]

——《中国的抒情诗体》, 纽约 1974 年版;【1974a. *Chinese Lyricism*. New York: Columbia University Press.]

——《中国古代的朝臣与平民》, 纽约 1974 年版。【1974b. *Courtier and Commoner in Ancient China*. New York: Columbia University Press.]

沃森, 詹姆斯·L:《公共锅里:在中国社会与同辈人宴饮》, 稿本, 1985 年。【Watson, James L. 1985. “From the Common Pot: Feasting with Equals in Chinese Society.” MS.]

沃森, 威廉:“中国早期的动物驯化”, 见 P. P. 乌科与 G. J. 布尔编:《植物与动物的栽培(驯化及利用)》, 芝加哥 1969 年版, 第 393—396 页;【Watson, William. 1969. “Early Animal Domestication in China”. In *The Domestication and Exploitation of Plants and Animals*, ed. P. P. Ucko and G. Dimbleby, pp. 393 - 96. Chicago: Aldine.]

——《古代东亚的栽培边界》, 爱丁堡 1971 年版。【1971. “Cultural Frontiers in Ancient East Asia”. Edinburgh: Edinburgh University Press.]

韦尔特菲什, 吉恩:《失去的宇宙》, 纽约 1965 年版。【Welfish, Gene. 1965. *The Lost Universe*. New York: Basic Books.]

温大中(音译)与戴维·皮门特尔:“17 世纪中国的有机农业”第 1 部分“嘉兴地区的栽培体系”, 《人类生态学》1986 年第 14 期第 1 卷第 1—14 页。【Wen Dazhong and David

Pimentel. 1986a. "Seventeenth Century Organic Agriculture in China", pt. I: "Cropping Systems in Jiaxing Region". *Human Ecology* 14, 1:1 - 14.]

——“17世纪中国的有机农业”第2部分“流经嘉兴地区农业生态系统的能量”，《人类生态学》1986年第14期第1卷第15—28页。【1986b. "Seventeenth Century Organic Agriculture in China", pt. II: "Energy Flows Through an Agroecosystem in Jiaxing Region". *Human Ecology* 14, 1:15 - 28.]

惠特利, 保罗:“对宋朝海上贸易中一些商品的地理解释”，《皇家亚洲学会马来亚分会杂志》1959年第32期第2卷第1—140页；【Wheatley, Paul. 1959. "Geographical Notes on Some Commodities Involved in Sung Maritime Trade". *Journal of the Malayan Branch, Royal Asiatic Society*, 32, 2:1 - 140.]

——《四方支点》，爱丁堡1971年版。【1971. *The Pivot of the Four Quarters*. Edinburgh: Edinburgh University Press.]

怀特, R. O.:《中国乡村的营养》，香港1972年版；【Whyte, R. O. 1972. *Rural Nutrition in China*. Hong Kong: Oxford University Press.]

——《有季风的亚洲乡村营养》，吉隆坡1974年版。【1974. *Rural Nutrition in Monsoon Asia*. Kuala Lumpur: Oxford University Press.]

卫德明：“岳飞”，见芮沃寿与崔瑞德编：《儒家的人格》，斯坦福1962年版，第146—161页。【Wilhelm, Helmut. 1962. "Yueh Fei". In *Confucian Personalities*, ed. Arthur Wright and D. Twitchett, pp. 146 - 61. Stanford: Stanford University Press.]

魏丕信：《18世纪中国的官僚与饥荒》，巴黎和海牙1980年版。【Will, Pierre-Etienne. 1980. *Bureaucratic et Famine en Chine en 18ème siècle*. Paris and Hague: Mouton.]

威利特, 威廉:《中国艺术的基础》，伦敦1965年版。【Willets, William. 1965. *Foundations of Chinese Art*. London: Thames and Hudson.]

威廉森, H. R.:《王安石》，伦敦1935—1937年。【Williamson, H. R. 1935 - 37. *Wang An-Shih*. London: Probsthain.]

魏特夫:《东方专制主义》，纽黑文1957年版。【Wittfogel, Karl. 1957. *Oriental Despotism*. New Haven: Yale University Press.]

魏特夫与冯芝生:《中国文明史:辽朝》，费城1949年版。【Wittfogel, Karl, and Chia-sheng Feng. 1949. *History of Chinese Civilization: Liao*. Philadelphia: American Philosophical Society, Transactions, 36.]

翁池民(音译)与吴廉德(音译):《中国医学史》，上海1936年第2版。【Wong, Chimin, and Wu Lien-Teh. 1936. *History of Chinese Medicine*, 2d ed. Shanghai: China (Republic), National Quarantine Service.]

沃西, 埃德蒙:“南宋盐业管理中的地方性控制”，见约翰·黑格编：《宋朝中国的危机与繁荣》，亚利桑那大学出版社1975年版，第101—141页。【Worthy, Edmund. 1975. *Regional Control in the Southern Sung Salt Administration*. Haeger 1975:101 - 141.]

芮沃寿:《隋朝》,纽约1978年版;【Wright, Arthur. 1978. *The Sui Dynasty*. New York: Knopf.】

——“隋朝”,见崔瑞德编:《剑桥中国史》第3卷第1篇。《隋唐的中国》,剑桥1979年版,第49—149页。【1979. “The Sui Dynasty”. Twitchett 1979:49—149.】

吴敬梓:《儒林外史》,杨宪益与戴乃迭译,北京1957年版。【Wu Ch'ing-tzu. 1957. *The Scholars*, trans. Hsien-li Yang and Gladys Yang. Beijing: Foreign Languages Press.】

扬,比利·温奇:《中国的食物文化和食品工业史》(中文),北京1984年版。【Yang, Billy Wen-Chi, 1984. *History of Chinese Food Culture and Food Industries* (in Chinese). Pe-king: Agricultural History Press.】

扬,格雷斯·伊平与黑兹尔·N·菲克斯:“住在内布拉斯加州林肯的中国人食物习惯之变化”,《美国饮食协会杂志》1979年第75期第10卷第420—424页。【Yang, Grace I-Ping, and Hazel M. Fix. 1979. “Food Habit Changes of Chinese Persons Living in Lincoln, Nebraska”. *American Dietetic Association Journal* 75, 10:420—24.】

雍洪基(音译):《朝鲜自然与文化之间的泥土占卜关系》,台北1976年版。【Yoon, Hong Key. 1976. *Geomantic Relationships between Nature and Culture in Korea*. Taipei: Orient Cultural Service.】

余英时:《中国汉朝的贸易与扩张》,伯克利1967年版;【Yu, Ying-shih. 1967. *Trade and Expansion in Han China*. Berkeley: University of California Press.】

——“汉朝”,见张光直:《中国文化中的食物》,纽黑文1977年版,第53—84页。【1977. “Han”. Chang 1977b:53—84.】

袁青:“中国农业的连续性和突变性,1500—1700年”,《明朝研究》1978年第7期第35—51页。【Yuan, Tsing. 1978. “Continuities and Discontinuities in Chinese Agriculture, 1550—1700.” *Ming Studies* 7:35—51.】

玉尔,亨利与H.科迪埃:《马可·波罗游记》,两卷本,伦敦1903年版。【Yule, Henry, and H. Cordier. 1903. *The Book of Ser Marco Polo*, 2 vols. London: John Murray.】

曾小琳:“清代中期四川佃农的权利:对巴县档案中有关土地诉讼的研究”,《亚洲研究杂志》1986年第45期第3卷第499—526页。【Zelin, Madeleine. 1986. “The Rights of Tenants in Mid-Qing Sichuan: A Study of Land-Related Lawsuits in the Baxian Archives.” *Journal of Asian Studies* 45, 3:499—526.】

张家成(音译):“较冷还是较暖的世界?”《中国建设》(1982年5月)第34—35页。【Zhang Jiacheng. 1982. “A Colder or Warmer World?” *China Reconstructs* (May):34—35.】

郑构清(音译):“茅台镇”,《中国画报》1987年2月,第40—41页。【Zheng, Gouqing. 1987. “Mao Tai Town.” *China Pictorial*, Feb., pp. 40—41.】

《中药大辞典》,上海1979年版。【*Zhong Yao Da Zi Dian*. 1979. Shanghai: People's Press.】

庄汉生(音译)与R. A.克劳斯:《清朝中期的米市与贸易:价格史短论》,哈佛东亚研

究专论 54, 剑桥 1975 年版。【Zhuan Han-Sheng and R. A. Kraus. 1975. *Mid-Ch'ing Rice Markets and Trade: An Essay in Price History*. Harvard East Asian Monograph 54. Cambridge: Harvard University.】

佐哈里, 丹尼尔:《中东的地理植物基础》, 斯图加特 1973 年版。【Zohary, Daniel. 1973. *Geobotanical Foundations of the Middle East*. Stuttgart: G. Fischer.】

附篇一 中国文化中的饮食

——人类学与历史学的透视*

张光直 著
郭于华 译

食物的消耗是生命的化学过程中至关重要的一部分,这是陈述了一件显而易见的事,但有时候我们却认识不到,饮食还不止是性命悠关。我们所从事的,对我们的生命和我们种的生存具有同等价值的另一特有活动,就是性活动。正如告子这位战国时代的哲学家、对人性的敏锐观察者所说:“食色,性也。”但是,这两项活动颇不相同。我相信,我们在性的努力中,比在吃喝的习性中,更接近于我们的动物基础。而且,饮食的变化范围,比起性活动的变化范围,不知宽泛了多少。事实上,饮食在理解人类文化方面的价值,正是在于它的无限可变性——对于种的存续来说并非必须的可变性。就生存下去的需要而言,任何地方的所有的人,都可以吃同样的食物,仅仅按其热量、脂肪、糖分、蛋白质和维生素等来加以估量(Pyke, 1970:7—12)。但事情并非如此,背景不同的人们,吃喝十分不同。用来制做食物的基本原料,保存、切割和烹调(如果有烹调的话)食物的方式方法,每一餐饭的量和种类,受人喜欢或被人厌恶的味道,食物摆上桌的习惯,器皿,有关食物性质的信念——这一切都是变化不定的。这样的“饮食变量”的数目是巨大的。

研究饮食的人类学方法,就是要分离和辨识出这些食物变量,有系统地安排这些变量,并解释为什么其中有些变量结合在一起或不结合在一起。

为方便起见,我们可以把文化用做一个划分工具,以把这些饮食变量分层次地联系起来。在这里,我是在分类学的意义上使用文化这个词的,意指,文化是共享它的一群人的行为模式或风格。在这一点上,饮食习惯可以当做一个重要的甚至决定性的标准来使用。那些拥有同样文化的人们,分享着同样的饮食习惯,这就是说,他们分享着同样的饮食变量集合;而文化不同的人们则分享着不同的饮食变量的集合。我们可以说,不同的文化有不同的饮食选择。选择一词在这里不必用做主动意义,如果有这种可能性,某些选择与其说是被人选中的,不如说是被强加于人的。为什么是这些选择?是什么决定了这些选择?在任何一种对饮食习惯的研究中,这些问题都是首先要提出

* 这是张光直为 *Food in Chinese Culture: Anthropological and Historical Perspective* 一书所写的导论。

来的。

在同一文化内部,饮食习惯也决非必然是同质的。事实上,它们往往是不同质的。在同一种普遍的饮食风格中,由于不同的社会情境,存在着范围较小的饮食变量的不同表现形式。社会阶级或职业不同的人,吃喝也不同。在节日场合,在哀悼时,或在日常生活中,人们的吃喝也不同。不同的宗教派别,有不同的饮食准则。男人和女人,在他们的生活的不同阶段,吃喝各不相同。不同的个人有不同的口味。在这些差异当中,有些是偏爱的不同,而其他的则可能是直接规定好的。辨别这些差异,解释它们,并把它们与社会生活的其他层面联系起来,也是一个严肃的饮食研究者的任务。

最后,系统地组合起来的诸饮食变量,可以从时间的视角,如从不同长度的历史时段来加以展示。我们可以考察饮食习惯是如何变迁的,并且力求探究变迁的种种原因和结果。

这些观察,对于一种把饮食当做文化过程而不是化学过程来研究的理论和方法论框架之开端来说,提供了一些简单而实用的线索。看似奇怪的是,在考虑食物在每个人的生活当中、在每个文化中、在每个社会中的显而易见的重要性时,这样一种框架在人类学的文献中却并非现成。这样一种框架将包括这一领域的理论上可以辩护的边界、普遍认识到但常常不加以解决的问题,以及公认的适用于解决其中争论的程序。对亲缘、政府、经济以及宗教的研究都有这样的框架。而对饮食以及日常生活的其他一些方面如服饰的研究,则没有这样的框架。我相信,饮食研究有其可以捍卫的边界,并且主要与生存的利害问题相关联,可以借助于逻辑的和普遍实用的程序来处理。为了把这样的信念转化为实践,并探索不同的研究方法的可用性,我们需要一个检验性的个案。有什么个案能比中国人更好呢?

中国人的饮食当然有变化,而且它还有着很长的有案可查的历史,或许比任何其他类似变化的饮食传统都长。至少,正是这样一个假设,奠定了我在展开对“文化中的饮食”的研究时,把中国饮食用做一个检验性个案的思想基础。

除了我的烹调兴趣外,我对中国饮食的学术兴趣,最初源于对商周青铜器的一项研究。仪式性器皿的使用与食物和饮料的制做和供奉有关,但我发现,若不理解那些基本的食物变量,就难以在青铜器的原始情境中理解它们。我的相关研究(Chang, 1973)使我确信,到达一个文化的核心的最好方法之一,就是通过它的肠胃。1972年秋,我在耶鲁的两位同事,埃米利·M·阿亨(Emily M. Ahen)教授和亚利森·理查德(Alison Richard)教授,和我一起主持一个关于食物与进食的人类学研讨班。我发现,还必须发展出一种研究食物与进食的严格的方法论。1973年暮春,我邀请本书的合作者们和我一起,初步查考一下整个中国史上食物制作和食物利用的种种事实和意义。这便是对单个文化范围内的诸饮食变量做一番相当详尽的研究,而我们的结论和意见,则可以为理解诸饮食变量与文化的其余变量在一个数千年的时间跨度中的变迁和相互关系做出贡献。当然,我们的努力应当对中国的学者们有益,但他们也应当尽力拿出一些对于一般的饮食研究来说富有成果的研究方法。

我在上面说到“初步查考”，不过严格说来那并不正确。筱田·治(Shinoda Osamu)通过一系列的学术论文(收集在《食经》中和关于中国食物史的专题文章中)，几乎已经独力地开辟出了中国饮食研究这一领域。但是他的重点与我们的重点颇有不同。筱田的研究焦点是描述性的历史，而我们的研究焦点则是分析与解释。分析和解释没有描述是行不通的，而由于他的著作，我们就已经省却了第一步，即省掉了搜集大量的事实这一必要的任务。因此，可以说，本书已经往前迈进了一步。

我的邀请一下子就被我的每一个同事接受了，这可能是某种深刻而有意义的东西的象征，尽管我不知道这东西是什么。我的要求很简单：描述你(负责)的时段里的基本事实，并就在你的资料或你头脑中凸显出来的主题对这些事实加以讨论。在方法论上，作者不使用任何单一的预先构想的框架，他们的各章都拿出在他们看来对各自的资料而言是最有成效的研究方法。根据诸饮食变量在中国传统文化内的连续与变迁的种种模式，每一个作者都负责一个时间段，随着他们的章节以这种恰当的顺序被阅读，那种总体性结果便跟着明晰起来。既然我们的努力是探究性的，就方法论并且就中国饮食史而言，也就不会有结论章了。

本书致力于三个目的。它是一项“个案研究”，在其中，研究文化中的饮食的学者可以了解到，他们的十位同事使用了种种方法来分析和解释他们的资料。这是中国饮食习惯的一部描述史，在这里你既会发现一些琐细的事实(豆腐始于何时，中国人最早使用筷子是在什么时候，等等)，也会发现一些深刻的事实(对中国的人口产生过巨大影响的美洲食用植物——尤其是甘薯和玉米——的采用)。最后，本书将为中国文化史做出一份有意义的贡献，在这部文化史里，饮食以及饮食习惯起过多种多样的作用。由于这是一个相对新的领域，多样性的作者较好地保证了探究的广度与创造性，但这也使读者更难以发现共同的模式和引出一一般性结论。

我自己的概括，首先是针对所讨论的问题的。中国饮食的特征是什么？这个问题当然可以在几个层次上来回答。在任何一座中国城市的某家餐馆里，顾客能够点出菜单上的一系列特别菜肴。一本迎合当代家庭的需要的烹饪书，列出了全部的基本原料、餐具和烹饪方法。一个研究现代中国文化的人，可对其共同因素和各种地区性变种进行学术上的概括。所有这些特征刻画显而易见都没有错；但是它们所服务的目的却十分不同。本书的资料和研究，为刻画一种为期几千年的饮食样式的特征提供了基础，在这几千年的时间里，一些饮食变量存续下来，一些变量消失了，一些变量被修改，还有一些新的变量被加进来。由此，我看到贯穿了我们全部资料的下述共通主题。

一、一个文化的饮食风格，首先当然是由其可以利用的现成的自然资源所决定的。旧石器时代的猎人，无论在这个世界的哪个地方，都主要以动物肉为生，烹调动物肉的技术为数很少，其中有烤、晾干、腌制和石头烧煮。在人类史前史的最初各阶段的绝大部分时间里，就食料和烹饪方法而言，变动的范围可能是有限的。但是从很早的时代起，水果、坚果、浆果、蛴螬、种籽以及大自然所提供的其他可食之物的采集，在给人类提供饮食方面，即已承担了一个重要的角色。这些食物，由于相关的动植物的自然分

布模式不同,而随地区各异。因此,早期人类的食谱——尤其是到了对诸多地方性食物资源更加多样化的利用变得流行的旧石器时代后期——已经是当地生态系统的食物链中的一环了。当栽培植物和驯养动物开始在许多民族中提供大宗的食物时,地方性的饮食模式便日益显著起来,因为被置于家用范围内的第一批植物和动物,只能是那些自然生长于或容易适应于各特定地区的植物和动物。

于是,毫不奇怪,中国人的食物的特征,首先是由长期在中国的土地上繁茂生长的植物和动物集合来表示的。在此,详细的列举是不适当的,定量的资料也不适用。下面略举几例颇具印象色彩的食物:

淀粉类:黍、大米、高粱、小麦、玉米、荞麦、山药、甘薯。

豆类:大豆、蚕豆、花生、绿豆。

蔬菜类:苋、甘蓝、葵、芥菜、茺青、小萝卜、蘑菇。

水果:桃、杏、梅、苹果、枣、梨、酸苹果、山楂、龙眼、荔枝、桔子。

肉类:猪肉、狗肉、牛肉、羊肉、鹿肉、鸡肉、鸭肉、鹅肉、雉肉,还有许多鱼。

调味品:胡椒、生姜、大蒜、葱、肉桂。

在这个意义上,中国烹调便是对这些作为基本成分的食料的操作。由于配料并非到处都一样,所以,中国饮食仅仅由于它使用的配料面开始有了某种地方特征。显然,就刻画中国饮食的特征而言,这些配料尚不充分,但是,它们是一个很好的开端。例如,把上面列举的东西与一份牛奶制品在其中占据突出地位的食单比较一下,就会立即发现两种饮食传统之间的明显差异。

关于诸般配料的这一独特集合,重要的一点是它在历史中的变化。就饮食来说,中国人并不是拒绝引进的民族主义者。事实上,外来食物从有史以来就一直乐于被接纳。小麦和绵羊以及山羊很可能是在史前时代从西亚引进的,汉唐时代则从中亚引进了多种水果和蔬菜,而花生与甘薯则是明朝时期由沿海商人带进来的。所有这些,都已成为中国人食物中的必要成分。与此同时,尽管在整个早期历史时期都不断地引入奶制品及其工序,尽管在唐代社会上层采纳了一些奶制美味,然而直到今天,牛奶及乳制品在中国人的厨房里尚未占得一席突出之地。对这种选择性的解释,只能根据本土文化的基础来进行,这种本土文化底蕴按照舶来品在结构或风格上的相容性来吸纳或拒斥它们。这种选择性也与中国饮食传统的内部区划有关,后文将对此加以说明。

二、在中国文化中,从原材料到可以食用的佳肴,整个的食物制做过程,都有一套相互关联的变量丛,与其他重要的饮食传统相比较,这一套变量丛乃是极为独特的。它的基础,是饭(谷物和其他淀粉食物)与菜(蔬菜与肉肴)之间的区分。要做上一餐均衡的伙食,得有适量的饭与菜,种种配料都按这两条线来准备。谷物或是整粒蒸煮,或是做成面食,以各种形式构成一餐的“饭”这一半:饭(狭义地说即“煮熟的大米”)、蒸制的麦面、小米面或玉米面的馒头、饼(即“薄煎饼”)和面条。蔬菜和肉经过切割,并以各种各样的方式混合成一道道菜肴,构成“菜”这一半。甚至在主食淀粉部分和肉加蔬菜部分明显被混在一起的饭食里,诸如在饺子、包子、馄饨以及馅饼里,它们事实

上也是被放在一起而不是混合在一起的,每一部分仍然保留它应有的比例及各自的特点(皮=饭,馅=菜)。

为了做好菜,多种配料一起使用,多种味道混在一起乃是常规,这首先意味着,配料总是被切碎而不是整个地制作,还意味着这些配料被形式多样地组合成一个个味道极不相同的菜肴。例如,猪肉可以切成丁、片、条或块,一旦把它与别的肉以及各种各样的蔬菜配料和调味品混合在一起,就做成了形状、气味、色彩、口味以及风味等完全不同的菜。

饭与菜的这种平行对应,以及上述做菜原则,解释了中国饮食文化中的大量其他特征,尤其是餐具方面的特征。首先,有盛饭的器皿和盛菜的器皿,烹调和上桌食用时都如此。在现代的厨房里,饭锅和菜锅便是很不相同的,而且往往没有可以互换的器皿。在商代青铜器里,同样可以看到盛饭的簋与盛肉的豆之间的对照。要做好我们描述过其特征的那种菜,在每一家无论古代或现代的中式厨房里,菜刀或切肉刀以及砧板都是标准的装备。而为了把煮好的米面送进嘴去,为了吃那荤素佳肴,筷子已被证明比手或其他器具(诸如勺、叉,勺在中国是筷子的辅助用具)都更有用。

中国饮食的这一相互关联的特征综合体,简单地说,可以被表述为中式饭菜原则。若把一个中国厨师送进美国人的厨房里,并给出中式的或美式的配料,那么他或她会(1)做出一份适量的饭,(2)切好配料并把它们按各种组合方式混合起来,和(3)把这些配料烹制成几道菜,并且或许还有一个汤。假如配料对头,这餐饭的“中国味”就会增加,但是,即使完全使用美式配料,并且是用美式餐具烹调,那也仍然是一餐中国饭。

三、上述例子表明,中国式的吃法,具有显著的可塑性和适应性特征。既然一道菜是用许多种配料做成的,所以它的独特的外形、口味和气味,就既不取决于配料的数量精确,在多数场合也不取决于任何单一配料。对于由几道菜的某种组合构成的一餐来说,同样如此。在富裕之时,可能多添几样比较贵的菜,但如果日子艰难,它们也就可以省去,不会造成任何不可弥补的损害。如果季节不很对头,就可利用替代物品。由于有了这些基本原则,一位中国厨师既可以为富人也可以为穷人,既可以在充裕时也可以在匮乏时制作出“中国”菜来,甚至在异国他乡,没有多少熟悉的配料时,他也能做到。在整个中国历史上,中式烹饪法必定有助于中国人度过一些艰难的日子。而且,当然也可以说,中国人用他们创造的这种方法烹饪,是由于他们对于适应性有所需要,有所渴望。

这种适应性至少还在另外两个特征上有所表现。首先是中国人对他们的野生植物资源有着惊人的了解。在百科全书式的《本草纲目》(S. C. Li 1930年版)中,列举了数千种植物,对每一种植物的记载都包括对它的可食性的说明。中国的农民显然知道他们的环境中的每一种可以食用的植物,而且这样的植物有很多。其中多数通常并不摆上餐桌,但在饥荒之时,便很容易拿来食用(救荒)。这里,又存在着这种可塑性:通常利用的熟悉的食物原料的数量较少,而一旦需要,就会利用更多各种各样的野生植

物。对这些“饥荒植物”的了解,作为一种生存文化,被人们仔细地传承下去——显然,这种知识并非太久或太经常地藏置不用。

对其值得注意的适应性有所贡献的中国饮食习惯的另一个特征,是数目大、种类繁多、被保存食物。尽管缺少进行定量比较的资料,但仍给人突出印象的是,中国人贮存食物的方式比其他许多民族都多,贮存食物的数量也更大。把食物加以烟熏、盐渍、糖浸、浸泡、腌制、晾干、浸在多种酱油里面等等,由此而得到保存;保存食物涉及到所有的食物原料——谷物、肉、水果、蛋品、蔬菜以及其他一切东西。而且,由于有了贮存起来的食物,中国人随时都做好了准备,以防艰难或匮乏一旦发生。

四、中国人的吃法,更以有关饮食的观念和信仰为特征,这些观念和信仰积极地影响着做和吃食物的方式与态度。在中国,有关食物的一个压倒性的观念——一个十之八九有着坚实然而尚未加以揭示的科学后盾的观念——是,一个人所吃食物的种类与量,同他的健康密切相关。作为一般性原则食物不仅影响人的健康,而且在任何一个特定的时间,正确食物的选择也必须以一个人在那个时间的健康状况为转移。因此食品也是药品。

饮食的调节作为一种疾病防治方法,当然既是中国的也是西方的。普通的西式范例,是针对着各种关节炎的食谱以及新近的有机食物(organic food)的风行。但是,中国情形的独特之处,在于它的那些基本原则。在中国人看来,机体的运行遵循着基本的阴-阳原则。许多食物也可以归类为阳性的东西和阴性的东西。当躯体内的阴性力与阳性力不平衡时,麻烦就来了。于是,可以用(即吃)适量的这种或那种食物,来抵销这种阴与阳的失衡。如果身体正常,某种食物吃得过量,就会导致身体中那种力的过剩,从而引起疾病。这一信念在周代即公元前几个世纪时就有了文字记载,今天也仍然是中国文化中的一个支配性的观念。尤金·安德森与玛丽亚·安德森(Eugene and Marja Anderson)的那一章,就中国南方的情况对此做了详细讨论。埃米利·阿亨已经讨论过台湾人的相似观念。在中国北部各地,凉食与热食出现了同样的对照,有时是以败火和上火的形式出现。在这里,火或“热”几乎被先验地认为是一种令人讨厌的东西,但是“冷-热”的对照中,并没有哪一个其自身必然是更有益或更有害的。几乎普遍的是,在中国人的传统中,多油的或油煎的食物,辛辣的调料、肥肉以及富含油脂的植物食品(诸如花生之类),都是“热性的”,而大多数水生植物、大部分的甲壳动物(如蟹)以及一些豆类(如绿豆),则是“冷性的”。例如,某种肉体疼痛或莫名其妙的烧热,都可以归因于过量食用了某种热性食物;而一个浑身发冷的人,如果再吃“冷性”食物,诸如螃蟹之类,使得体内的“冷性”力过载,结果便可能更为不妙。

但阴-阳、冷-热的平衡,并不是饮食健康的惟一指南。至少,在地道的中国饮食传统中,还有另外两个概念。其一是,在进餐时,饭菜应当适量。事实上,两者当中饭是更为基本和不可或缺的。在全国各地的食堂里,饭都被称为主食,即主要或首要的食物,而菜则被称为副食,即辅助的或第二位的食物。没有饭一个人就吃不饱,而没有菜的一餐饭,则不过是少些滋味而已。另一个概念是节俭。暴食纵饮是一种莫大的罪

过,以至王朝都有可能因此而垮台。对于个人来说,每一餐的理想饭量,就像每一个中国父母所说的那样,不过七分饱(70%饱)而已。与此相关的是,在中国民间思想中,粮食几乎具有一种神圣的性质:粮食不是给人玩或浪费的东西,任何一个小孩,如果不把他或她碗里的粮食吃干净,人们就会告诉他或她:他或她将来的配偶将是一个脸上有麻子的人。上述事实弄清了一点,即,尽管饭—菜和节俭的考虑二者都是健康的基础,但至少部分地说它们都与中国传统的食物资源的贫乏有关。

五、最后,也许是中国饮食文化中最重要的一方面,就是食物本身在中国文化中所具有的重要性。说中式烹调法是世界上最伟大的烹调法,这当然是很可争议的,并且基本上也不相干。但是,几乎没有人能发现以下陈述的例外:很少有别文化像中国文化那样,以食物为取向。而且这种取向似乎与中国文化本身一样古老。根据《论语》(《卫灵公》章)所记载,当卫灵公向孔子(前551—479)咨询军事战术时,孔子答曰:“俎豆之事,则尝闻之矣;军旅之事,未之学也。”(参见勒奇[Legge]的英译本,1893)。的确,作为一个中国绅士的最重要资格之一,也许就是他对于饮食的知识和技能。根据《史记》和《墨子》,商朝奠基者商王汤的宰相伊尹,原来就是一位厨师。事实上,有些材料说,正是伊尹的烹饪术,首先使他赢得了商汤的好感。

厨房在王宫里的重要性,在《周礼》记载的人员名册中,有其充分的表现。在负责王宫事物的近乎4,000人中有2,271人即近60%的人是掌管食物和酒的。其中包括,162位“营养”大师负责皇帝、皇后及皇太子的日常饮食;70位肉类专家;128位厨子负责“内宫”消费;128人负责外宫(即客人)的饮食;62位助理厨师;335人专职负责供应谷物、蔬菜和水果;62人专管野味;342人专管鱼的供应;24人专门负责供应甲鱼和其他甲壳类食物;28人负责晾晒肉类;110人供酒;340人上酒;170人专司所谓的“六饮”;94人负责供应冰块;31人负责竹笋;61人上肉食;62人负责泡制食物和酱类调味品;还有62个盐工。

这些专职人员并不仅仅是为了服侍帝王一饱其口福:吃还是一件十分严肃的事。在《仪礼》这本描述各种仪式的书中,食物不能与仪式分离。《礼记》这部被称为“中华民族自己能够拿出来给人类其他民族的最准确最完善的专著”(Legge, 1885:12),其中有大量的关于各种场合中正确的食物种类以及正确的餐桌礼仪的内容,它还包含了一些中国菜的最早的制作方法。在可靠的周代文献《左传》和《墨子》里,多次提及鼎这种炊具被用做国家的首要象征物。我可以很自信地说,古代中国人是世界上特别专注于饮食和吃法的民族之一。而且,正如谢和耐所说:“毫无疑问,在这领域内,中华民族表现出的创造力,比任何其他文明都大。”(Gernet, 1962:135)

可以用几个客观的标准来测度拥有不同文化和文明的民族在食物和吃法方面的相对创造性,以及对食物和吃法的专注程度。什么民族比较而言是如此专注呢?中国人是其中之一吗?我们怎样测定他们相对于其他民族的专注程度?也许,下述标准可以一用:定量的、结构的、象征的和心理的。

1. 从量上说,可以采用的最直接的尺度,是食物本身。食物制作得有多精致? --

一个民族能够烹制出来的菜肴的绝对数,或许就是他们的烹饪法的精致性的一个直接指标。此外,食物花费占收入的百分比,也可以当做又一个定量测量标准来使用。例如,在当代美国人和当代中国人之间,众所周知,中国人的收入中花费在饮食上面的,要比美国人所费更多,而在这个意义上,前者便比后者更偏重于吃。诚然,这与人们的富有程度有很大的关系。但它也的确意味着,贫穷民族花费在获取和消费食物上的时间和精力,大于富裕的民族,而且这种差别必然在他们的相对的文化特性上造成显著的不同。此外,尽管一个人所需要的食物花费有一个绝对的最大限度,但他想要花费多少,却是没有限度的。两个民族在财富方面可能不相上下,但就他们实际的吃喝花费占其收入的百分比而言,作为一个选择问题,却可能颇不相同。

2. 在结构上,不同的文化,在各种各样的场合,或在独特的社交或仪式背景下,使用哪些种类不同的食物? 一个民族,对于许多不同的情境,可能都只使用变化很小的几种食物和饮料;而另一个民族,则可能要求对每一情境都要有不同的食物。与特殊种类的饮食相关联的器具、信念、禁忌和礼仪,都是有意义的。所有这一切,都可以通过研究该民族赋予他们的食物以及与食物有关的行为和其他事物的术语体系,来加以探讨。用于指称食物和有关物事的术语数目越大,该术语系统安排得越有等级层次,那么,一个民族就可以说对于食物是越专注的。

3. 第三个标准是一个符号标准。由于食物和饮料常常被用做交流媒介,所以可以试图查明,在各民族中,它们被这样使用达到了何种程度。应当很好地说明食物在仪式中应用的程度与复杂性。在这里,该术语系统,按照查尔斯·弗雷克(Charles Frake)的民间分类假说,也是与此相关的:“必须在其中交流有关某一特定现象的信息的独特社会情境越多,那种现象被归入的不同对照层次的数目也越大。”(Frake, 1961:121)

4. 第四个标准是心理学的。某一民族在他们的日常生活中对吃考虑多少,或者换个说法,就像例如对死亡的预期在长远地调节个人的行为方面充当着一个强有力的因素那样,对吃的预期在短期地调节他的行为方面又是一个多大的因素? 正如弗思(Firth)在谈到迪科比亚时所说的:“吃到一餐饭,是大多数日子里的首要工作,而这餐饭本身,则不仅是工作中的一个间隔,而且本身就是一个目的。”(Firth, 1939:38)另一个心理偏好的例子,在林语堂的一段话中可以看到:“未吃之前,先急切地盼望,热烈地讨论,然后再津津有味地吃。吃完之后,便争相评论……在我们得到某种特殊的食品之前,便是想念它,在心里盘算个不停,盼望着同我们最亲近的朋友一起享受这种神秘的食品,并在我们的请柬中写下有关说明。”(Lin, 1935:338)林语堂特别欣赏的中国美食家,是大约生活于250年前的一位绅士,名叫李渔(或叫李笠翁)。李喜食螃蟹,他在一篇文学作品中写道:“独於蟹螯一物,心能嗜之,口能甘之,无论终身一日皆不能忘之。”(Li, 1730, vol. 15)

这又使我们想起下述观察结论:在世界各民族中,中国人可能是最专注于食物的了。在近期的一批出版物中,列维-施特劳斯(Lévi-Strauss, 1964, 1965, 1966, 1968)力图通过食物、烹饪、餐桌礼仪和人们对这些事物的看法,来确立人性的某些普遍表现形

式。但这些都属于文化的最鲜明的象征符号,要理解它们,必须先理解它们的独特之处和它们独特地象征其文化的方式。在这个意义上,中国人对食物和吃法的专注,提供了它自身的解释。有人很想把中国人的贫穷视为其烹饪的一种特性。谢和耐用“低营养、长期匮乏和饥荒”来解释中国烹调术的创造发明性,这些迫使中国人“审慎地利用每一种潜在的可食蔬菜与昆虫,以及动物下水”。(Gernet, 1962: 135)正如上面所讨论的,这当然对中国饮食习惯的某些方面做了有益的解释,但是贫困以及由此而来的对食物资源的彻底搜求,仅仅给烹饪的发明创造提供了一种有利的环境,而不能说就是它的原因。假若如此,那么,有多少贫穷的民族,就会有多少烹饪巨匠。此外,中国人可能是穷,但是,正如牟复礼指出的,总的来说他们一直吃得还可以。中国人之所以在这方面表现出创造性,原因也许很简单:食物和吃法,是中国人的生活方式的核心之一,也是中国人精神气质的组成部分。

正如上面所刻画的,中国饮食传统是拥有独特的配料集合的传统,食物的制作与食用遵循饭—菜原则,以若干适应性特质为典型特性,且与一系列有关各种食物的保健特征的信念相关联。而且,它还是一个在整个文化领域里占有特殊位置的传统。这个传统可能至少已有3,000年的文字记载,其间的确有过种种变化,但它的基本特征并未改变。这至少是我看到的从本书各章显现出来的结论。

在这个传统的范围内,中国文化的各个分割部分以无数的方式对数不清的饮食变量做了明确的表现,而且这些饮食变量清晰地展示在形形色色的社会情境之中。根据食物在种类、数量以及就餐方式等方面的千差万别的表现形式,中国人把食物用做或视为文化分殊或社会情境的象征物。

最显著的文化分殊便是种种地区性的烹调风格。按地区划分中国烹调的风格有多种方式,但都要以像北京、上海、香港和台北这样的大都市中心里的主要餐馆流派为基础。我们听说过京菜、山西菜、山东菜、河南菜、湖北菜、宁波菜、川菜、福州菜、潮州菜、广州菜,等等,每一种风格的特点都被提供它的省或市所规定。但这与其说是一些地区风格,还不如说是餐馆分类。例如,任何一位北京人都可以告诉你,在北京本地,并不存在北京菜这样一种东西;在北京以外的餐馆端上来的北京菜,其实是一种综合了整个中国北方许多地方特色的菜的风格。对地区烹饪风格——它们当中当然存在重要差别——的彻底研究,只有通过全中国范围的实地研究,才是可能的,或许还可辅以对全国各地、从乡村和大城市收集来的食谱的研究。

另一组文化分殊涉及到不同经济等级的饮食风格。传统上把食物看做是一个经济指标,例如官方的王朝编年史中关于经济的章节,总是冠以《食货》(“食物与货币”)的标题。用北京方言说,有了一份工作,便有了一份嚼谷;而失掉了工作,也就是打破了饭碗。不足为怪,中国人对照经济等级的方法,就是对比他们的饮食风格。“朱门酒肉臭,路有冻死骨”,这是一句极为流行的怨言。孟子(公元前4世纪)也做了类似的对照:“庖有肥肉,厩有肥马;民有饥色,野有饿殍。”一点也不奇怪,如史景迁(Jonathan Spence)在他论述清代的那一章里所引述的,约翰·巴若(John Barrow)也观察到:“在

中国,富人与穷人在食物类别上的差异,比世界上任何别的国家都大。”

对于饮食节俭合乎需要的信念,必须根据经济结构重新加以评述。对农民来,节俭是一种必需,但对上流社会来说,节俭就是一种所谓的可以遵守也可以随意放弃的德行。在革命意识形态中,饮食风格常常被作为区分剥削者与被剥削者的标志之一。1920年代,共产党人领导的湖南农民协会就筵席做了如下规定:

丰盛酒席普遍地被禁止。湘潭韶山地方议决客来吃三牲,即只吃鸡鱼猪。笋子、海带和南粉都禁止吃。衡山则议决吃八碗,不准多一碗。醴陵东三区只准吃五碗,北二区只准吃三荤三素,西三区禁止请春客。湘乡禁止“蛋糕席”——一种并不丰盛的席面。……湘乡的喜漠镇实行不吃好饮食,用果品祭祖。(Mao,1927:50)

除了限定奢侈的量与程度,不同的用餐制度的特征,也可以用意识形态的术语来表现(Kao,1974)。其他与独特的饮食变量相关联的文化划分,还包括各种有着各自饮食禁忌与偏好的宗教团体。全中国范围内的各个族群,以及各种各样的职业集团也有着各自适宜方便的吃喝风格。

早些时候我已经指出,中国人尤其专注于饮食,而且饮食也处于许多社会互动的中心,或至少伴随或象征着这些社会互动。中国人在他们的社会互动中认识到了互动各方的相对地位以及与互动的性质有关的一些细微而精确的区分,及其微妙差别。相应地,他们必然用食物——其变化无穷无尽,比舌头所能传达的更微妙且更意味深长——来帮助说出那构成每一种社会互动一部分的话语。在中国饮食文化的每一层面之内,食物又被有区别地用来表现互动中所包含的精微的社会差别。

饮食的社会语言角色,取决于互动各方地位和行为场合的相互影响。以下几个例子可用以说明情境的诸主要类型。吃饭是家庭团聚、亲友聚会的一个普通场合,但所吃的食物却可以规定出参与者之间的亲疏。许烺光和维拉·许(Francis and Vera Hsu)在他们那一章中描述了饺子在除夕夜的用处。为什么饺子适合于在除夕时吃,这有许多原因,但理由之一是,饺子是生活忙碌不能经常相见聚谈的家人和近亲能够一起做一起吃,而不会因烹饪步骤复杂而分散他们太多的注意力的一种食品。

然而,熟悉又简单的饺子,却并不总是适于款待朋友。如果主人有一位家庭厨师和一位女佣,他们就能轻易地做出一餐丰盛的饭来。但是,如果主人或女主人亲自下厨,烹制出自家的某种风味独特的饭菜,并且如果是女主人亲自上菜(即把菜从厨房端到餐桌上),那么必定是在招待十分特别的贵客,这时,烹调的技巧与食物的味道是比厨师的手艺好还是差,都变得无关紧要了。当一位母亲为其回家的孩子做他喜欢吃的菜时,或者当一个未婚女子给她的求婚者做她的拿手菜时,或者当一个丈夫为他那刚刚生育的妻子做醉鸡时,与食物一起被传递和享用的是充满感情的话语。在这一点上,中国人与其他任何民族全无不同之处,但正是所使用那些特殊的语言(即食物变

量),与众不同地刻画出了中国人的食物语言的特征。

如果是正式场合,而且地位是社会性地规定好的,那么所上的饮食必须适当,因为有关各方都确切地知道,所吃食物的种类和数量在说些什么——它必须恰当,显示出格外用心,否则便是无礼。史景迁举的例子很好地说明了这一点:长崎华商的一级餐有16道菜,二级餐10道菜,三级餐8道菜;而在清宫里,满族筵席有六个基本等级,汉人筵席有五个。在民国,我们看到,餐馆筵席的等级是按售价评定的:有500块的筵席,1000块的筵席和10000块的筵席等等。等级必须与场合和所招待的客人的重要性相吻合。如果对于场合和参与人的地位来说档次太高,那就打上了仅仅由没有教养的新富参与的粗俗过分的印记;而如果档次太低,那你就成了吝啬鬼,受到轻蔑的嘲笑。极为重要的是要懂得怎样才是恰如其分,因为可变动的范围非常之大,而且饮食语言变化很多年才学得会。

这种变化范围随经济等级的不同而异。预期则随经济能力而变化,也随与此相配合的预设知识——语言代码——而变化。正如史景迁极为贴切地说明的,《红楼梦》中贾宝玉所遭遇的困境,很有说服力地证明了饮食的等级界限:在宝玉对他的一个女仆家的一次难得的访问期间,“在齐齐整整地摆上几碟子糕点、果脯和坚果——这些都是(她和她家)能够拿给他们的小主人吃的上好之物——后,宝玉的丫环难过地认识到,‘总无宝玉可吃之物’”。主子和丫环并不在席间上互动,也难以找到适合于这种场合的食物语言。

食物语言学告诉我们,经济上的界限甚至比生死之间或俗圣之间的界限还难以跨越。中国人有着明确的丧葬饮食规定,拥有关于食物的仪式用法的精细习俗。在某种仪式情境中使用食物的各种方式,则又直接与互动各方的地位有关(在仪式场合,参与各方包括了生者与死者,也包括了人和神)。埃米利·阿亨研究了台湾一个汉族村中食物在祠堂祭拜和墓地祭拜上的不同用法,这一研究特别有启发性,现稍为详细地引述如下:

坟墓祭拜整个地与祠堂祭拜极为不同。最明显的差异,是供在坟前的食物种类与供于祠堂中的食物种类相反。摆在祠堂里祖宗牌位前或家庭神龛上、作为普通的忌日供品的食物,基本上与村民们的日常饮食相同,尽管肉食等美味佳肴可能更丰盛点……通常都摆上筷子和碗。在这些供品献祭过之后,食物就由家人们和他们的客人食用了,无须再拿去烹制。

与此形成严格对照的是,供在坟前的食物,尽管潜在地可食用,但没有浸渍,没有加上调料,也没有加以烹制;其中多数是干的,而且难以入口。这些供品,大体由几小碗食料组成,通常包括各种各样的干蘑菇、干鱼干肉、干面条和干豆腐。

这些供品之间的差别,与有关供神食物的其他资料一起,使我意识到,供给某种超自然存在物的食物种类,是那种存在物与提供祭品的人之间的差异的一个指标。从自然状态下潜在的食物转变为可吃的食物,这就是供品的差异范围……

供给超自然存在物的食物改变不多,因而不怎么像人类的食物,这是根据它们不同于制作供品的人类而确定的。例如,在所有超自然存在中,祖先也许最像给他们提供食物的人。当祖先还在祠堂或家庭神龛里时,他们都有着独特的个性特征,是熟悉的亲人,可以跟他们说话,向他们致歉、致谢,如此等等。他们一般都是可以接近的熟悉的存在。相应地,供给他们的食物,也就精确地与提供它的人所吃用的食物相似。……

神却离得更远些,它们按其等级而得到不同的食物供奉。在超自然的等级体系中,地祇土地公处于最低层次,得到的食物与人的食物相似,只是未加调制,也没有切割。……土地公和人只有些微的不同。

到这一等级体系的顶端,最高的神即帝公所得到的是在那种精心安排的拜拜场合中最少加工的食物:尾毛尚未拔除且内脏挂在脖颈上的生鸡;一条活鱼;一只内脏挂在脖颈上的整猪;有时还有两根甘蔗,是从地里连根拔来的,根和叶都要原封未动,这便是与整只的、生的动物供品相对应的蔬菜供品了。……我认为供给帝公的食物与人的食物有着显著的不同,这是因为他本身与人以及像人的祠堂内和家庭内的祖先极为不同……

注意到献给祠堂中的祖先的供品与献给坟墓里的祖先的供品之间,根据献给诸神的供品的标准而有所不同,我们进而研究了这两个地方的祖先们之间的差异性质。献给帝公的生的、活的或干的食物,标志着力量上的差距和与人类的距离;而在墓地供的干食,可能也标志着作为祠堂居住者的祖先与作为墓地居住者的祖先之间,有着同样大的距离。……

总之,位于村落之外的坟墓,是十分不同于祠堂的,因为到坟墓去的路是不能控制的,那里有死者的鬼魂自由地出没闲荡。这些死去的人们,就像埋葬在那里的祖先,是活生生的,但不再是熟悉的、可见的阳界的一部分。当某人拜访那座坟墓时,他便把自己暴露给了阴界的大门之一,并且必须按那些危险的鬼魂的条件来应付它们。相反,当祖先的灵魂造访祠堂时,他们便重新加入了阳界,活着的人们可以把他们当做已知的、熟悉的祖先。这种差别……开始使供在祠堂的可食之物与供在坟地的不可食之物之间的对比,变得可以理解了。(Ahern, 1973: 166—174)

在上述讨论中,变异性的范围,由不同程度的“烹调”构成。如此,在一个有着众多超自然的互动伙伴,有着种种复杂的差别以及尤为讲究食物语言的细微差别的领域中,这便成了许多饮食变量中的一个相对简单而又严格的范例。从中国最早的仪式记载即商代的卜骨文辞中,人们发现,策划祖先祭祀礼仪的商王,会以占卜来与受祭者磋商所需动物牺牲的种类和数目:是牛?羊?小孩?还是大人?要多少?——1个?5个?还是40个?在以后各朝各代和现在,这样的问题不再提了,这也许是因为种类和数量都已成为惯例,亦即在献祭者与特定的受祭者之间,已达成清楚明白的理解。由

此,根据所供的仪式食物,民族志学者便可以确定与受祭者的社会距离,以及他或她在神圣世界的社会等级体系里的位置。

由上所述,显而易见,食物语义学提供了探究中国社会制度、或任何有食物在其中的社会互动里扮演显著角色的社会制度的一个潜在的丰富领域。所谓食物语义学,我指的是食物、饮料,保存与制作过程、炊具、餐具、进餐者以及与上面的一切都相关联的行为与信念的术语系统(亦即等级类别),以及这样一些系统在功能上的相关性。

在此,我从人类学的角度,讨论了有关中国饮食研究的以下几个问题:中国饮食文化传统的特征描述,这种饮食文化在中国传统范围内的划分,以及对那些最终导致食物语义学成为探究中国人的社会互动系统之方法的饮食变量的详细研究。

像中国这样有着悠久历史的文明给这些研究提供的一个优势,就是有机会从历史的视角来从事这样的研究。诚然,中国饮食的描述史,诸如筱田的工作,其本身也是饶有兴味的,并且是分析的历史之所必需。但我们对中国历史上的饮食感兴趣,却有另外两个相互关联的理由。第一个理由是要看看,历史的维度对于文化中的饮食研究的分析框架具有什么程度的意义。第二个理由是想弄清楚,饮食史是否能够用做一种给中国文化和社会史补充一个新的维度的探究方法——如果可以这样,那么其程度如何。

本书只能说是这样一些努力的一个开端。在读了本书各章之后,我自己的直接想法是什么呢?我有如下两个想法。一是在中国历史的这一个方面,连续性的分量大大地超过了变迁的分量。二是又有足够的变化,可以赋予那些给中国历史周期化提供一个新视角的初步努力以正当的理由。前者是自明的,是中国文化史在传统范围内变迁这一基本模式的又一证据,而且无需作进一步的评说。但就变迁而论,本书各章追溯了中国饮食文化从古到今的变迁历史,而且我让作者们就每一时段的重大事件发表自己的看法。然而请允许我仅仅指出一点:大多数的变化都涉及到拥有特殊饮食习惯的民族地理迁移,但真正重要的、与该社会的整体组合有关的变化,却是十分罕见的。

在中国的饮食史中,我认为,至少有两个也许是三个第一级的转折点,它们明显地标志着发生在某些饮食变量中的、显著地影响了即使不是全部也是大多数的其他饮食变量的组合或重组的变化。第一个这样的转折点,是农耕的开始——北方栽种小米等谷物和南方栽种水稻等植物的开始,很可能就是这一变化确立了中式烹饪的饭-菜原则。毫无疑问,对于野生植物和动物的前农业知识,是持续流传下来的,并对中国食料的独特发明创造有所贡献。而且,在烹饪和贮存方法中,在有关食物与健康的观念中,向农业的转换也许是累积的和渐进的。但是,中国的饮食风格如果没有中国农业便简直不可想像。

我认识到的第二个转折点,是一个高度层化的社会的开始,这也许发生在夏王朝时期,但肯定不迟于公元前18世纪的商代。新的社会重组基本上是以食物资源的分配为基础的。一方面是食物的生产者,他们耕种土地,但必须把他们生产出来的大部分交给国家。另一方面则是食物的消费者,他们从事的是统治而不是劳作,这给他们

以闲暇和刺激,去雕琢一种精致的烹饪风格。难怪这样一种层化的、由剥削者与被剥削者组成的社会,在中国用传统的流行的表达方式来说,是个“人吃人”的社会。正是这一事件——中国人按食物的界限而分裂——造成了从经济上对中国饮食文化的进一步分割。伟大的中国烹饪法是以许多代人的智慧和许多地区为基础的,但主要却是通过富有的、有闲的美食家们的努力,并借助于那种适合于复杂的多层化的社会关系模式的繁琐而严格的饮食礼仪,才得以成为可能的。

由第二个转折点所肇始的历史的划分,实际上构成了从夏商直到最近几十年中国历史的全部。我们所知道的传统的中国饮食文化正是这一分割化的饮食文化。

第三个转折点——如果信息证明是准确的——就发生在我们自己的时代。在中华人民共和国,以饮食为基础的社会极化,已明显让位于一种真正的食物资源的国家分配系统,我对与此有关的那些事件所知并不很多,对于中国饮食文化的其他方面——诸如健康方面,美食家的地位以及食物的有社会差别的使用等,由于食物分配上的这种根本改变,正在发生或已经发生了怎样的变化,我也没有资料。但显然存在着种种潜在的可能性。

附篇一参考文献

Ahern, Emily. 1973. *The Cult of the Dead in a Chinese Village*. Stanford; Stanford University Press.

Chang, Kwang-chih. 1973. "Food and food vessels in ancient china." *Transactions of the New York Academy of Sciences*, 2d ser. 35:495 - 520.

Firth, Raymond. 1939. *Primitive Polynesian Economy*. London; Routledge and Sons.

Frake, Charles. 1961. "The diagnosis of disease among the Subanun of Mindanao." *American Anthropologist* 63:113-32.

Gernet, Jacques. 1962. *Daily Life in China on the Eve of the Mongol Invasion 1250-76*. Stanford; Stanford University Press.

Kao, Hung. 1974. "Ch' ün-chung yin-shih huo-tung ti shê-hui i-i." *P' an Ku* 71:11-13. Hong Kong.

Legge, James. 1885. The Li Ki [trans. of the Li Chi]. *The Sacred Books of the East*, edited by F. Max Müller, vols. 27, 28. Oxford; Clarendon Press.

———1893. Confucian Analects [trans. of Lun Yü]. *The Chinese Classics*, vol. 1. Oxford; Clarendon Press.

Lévi-Strauss, Claude. 1964 - 71. *Mythologiques*. 4 vols. Paris; Plon.

Li, Yü [LiLi-weng]. 1730. "Li-weng Ou Chi." In *Li-weng I-chia-yen Chüan-chi*. Chieh-tzu-yüan ed.

Yin, Yutang. 1935. *My Country and My people*. New York; John Day.

Mao, Tse-tung. 1927. "A report of the investigation of the peasant movement in Hunan." In *Selected Works of Mao Tse-tung*, vol. 1. Peking, 1968.

Pyke, Magnus. 1970. *Man and food*. New York; McGraw-Hill.

附篇二 中国思想与中国文化中的食物*

弗里德里克·J·西蒙(Frederick J. Simoons) 著
郭于华 译

正是(中国的)食物激发其思想者的想像,
使其学者的智慧愈加敏锐,
增加其手工劳动者的才能,
并使其民众精神活跃。

F. T. 程

F. T. 程所做的以上陈述,对许多西方人来说,是难以想像的,当然对英国人或美国人来说也是如此。正如林语堂所观察到的,中国人把进食作为难得的生活乐趣之一,他们对此事的专注超过了对宗教和知识的追求。由此他看到他的国民与英人颇为不同,英语中与精致、讲究的吃有关的专门词汇多来自法文。林语堂(Lin Yutang, 1935:377)注意到,英语中有表示“烧煮”(cooking)的词,却没有“烹饪”(cuisine)一词;有“厨子”(cook)一词,却没有适当的词称呼“厨师”(chef);有“盘装菜”(dishes),却没有“菜肴”(menu);如同一个美食家(gourmet)很可能被称为“贪吃的肚子”(greedygut),至少在英国的童谣中是如此。林语堂指出,事实上,英国人只有在他的肚子“不适”或“疼痛”时才有可能谈到它。同样可以这样说美国人,当然,并非每个在美国(或在英国)的人都适合这一模式。然而美国人更经常地持这样的看法,即生存所必需的吃不应过多地妨碍我们生活中其他更为重要的事情。于是我们成了发明种种快餐系列的先驱者,从本世纪早期纽约和费城的霍恩与哈达特(Horn and Hardart)自助餐厅到今日的服务到车的麦当劳和汉堡王窗口。而F. T. 程所展示的却是一个相当不同的视界,在其中食物被认为在全体人民的广阔的生活里扮演了一个中心角色。这一观点与标准的美国观点是如此不同,因而值得做进一步的查考。

* 这是弗里德里克·西蒙 *Food in China: A Cultural and Historical Inquiry* 一书的第一章。

食物在中国人生活中的中心角色

尽管我们已提出上述论点,但尚不足以理解中国食物的全景,因而我们将再加论述。食物在中国人的生活中扮演一个如此重要的角色,致使许多人把中国人视为有着食物中心倾向文化的民族。他们不仅有着广泛的食物选择范围,而且可以在所有的社会层面发现对于美食的关注,而这一点也反映在通常的问候语“你吃了没有?”当中。的确有人注意到,食物不仅是平常的交谈话题,而且经常是支配性话题。如 H. J. Lin 和 T. Lin(1972:46)所言:

按照中国人的观点,享受食物是生活艺术的一个方面。美食家几乎可以在所有的地方实现其职能。他活动于其中的场景包括:坐落在山坡田野或梯田绿地一侧的破旧农舍里,正在准备着一餐便饭;陡峭的山路边,轿夫们正停下小憩,喝着浓浓的茶;玲珑的庭院中,一个学者正汲取沏茶用的雨水;新年时节,农妇们掌中转动着的糯米团;中秋夜的螃蟹宴;寺院、和尚和素食,以及那充盈街道的混合香气。这些就是生活本身的景观,吃在其中是不可或缺的乐趣之一。

以上引述强调的是食物和烹调在传统的中国人生活中的中心地位,以及对食物的享用和旨在创造出美味佳肴的努力的普遍性。对中国人而言,烹调已超出了需求的范围,它是一门要被精通的艺术,人们不懈地试验以求做出更好的菜肴,这包括:菜要有视觉的吸引力,有时要做出不寻常的形状,如飞禽走兽的样子。中国的文学作品中大量地提到食物,这是因为对学者们来说,做一个美食家是可以骄于人前的事情,菜肴可以因他们而得名,而在英国,“华兹华斯牛排”或“高尔斯华绥炸肉片”则是不可思议的(Lin Yutang, 1935:388)。

在世界各地,皇室通常都有配备精良的人员专营饮食与烹饪,而中国的皇室对这一点似乎更是不同寻常地关注,也许这进一步反映了在中国食物的重要性。在古典时代,王室一家就拥有近 60% 的宫内人员,即共有 2271 人掌管饮食之事。其烹饪才能之高给人以深刻印象:其中 162 人负责安排皇帝、皇后和正储的每日食谱;128 个厨师负责满足王室自身的需求,同样数量的厨师给客人提供食物;335 人负责粮食、蔬菜和水果;342 人专管鱼类,62 人负责腌菜和调料;340 人专门供酒;^①如此等等(Chang, 1977b:11)。在明代,即中国更晚的、拥有更大数量的人口时期,有了礼部精膳司

^① 当然,多数这类古代记述中的酒都是由粮食发酵而成的,其时间可追溯到周朝,即在蒸馏法被人了解和葡萄酒普遍制作之前。尽管“酒”(wine)一词如在现代中国所使用的那样,包括各类含酒精的,即蒸馏和发酵而成的饮料,但中国的大多发酵而成的含酒精饮料来自粮食,因而最好称之为“beers”或“ales”。

(Court of Imperial Entertainments),其职能是分发肉食和酒类,为官员提供所需的宴饮,并为宫廷人员供应食料。公元1452年,该司雇用了6,300名厨师,用以提供10,000到15,000人的每日饮食(Huang Ray,1969:90)。

作为衡量食物重要性的一件更为确定的事就是宴会上所能提供的菜肴种类之多。在本世纪初康诺特公爵被邀请参加的一次香港的盛大宴会上,菜单不仅包括燕窝汤、鱼翅蟹、海参、鹌鹑和鸽子蛋之类的美味,还另有16道主菜,4道配菜(烤乳猪、烤羊肉、烤鸭、烤鸡),许多下酒菜(香肠、对虾、腌蛋、肝等),精选的水果(枸橼、石榴、阳桃、菠萝、天津鸭梨等),数种甜食(杏仁冻、莲子汤等),香槟,红葡萄酒,包括米酒、梨酒和橙酒在内的另外五种酒(Ball,1906:291)。

食物的中心角色还反映在与进餐相伴的礼节和仪式中,^①在皇家和在其他场合的进餐都是如此。即使其食物成分配置简单的平民百姓,也尽其努力使吃饭成为乐趣,在中国通常所说的一句话反映了人们的观点,即“民以食为天”(Cheng,1954:5,23,28-29;Baker,1983)。^②

在中国对子食物的专注导致了一种不同寻常的关于可食之物的广博知识,这一点从活跃的市场所提供的日常食料的丰富多样这一点即可显示出来。^③经常满座的餐馆也表明这一点,当今广东的一些餐馆在一栋楼的好几层上有很大的就餐面积,最大的餐馆还有池塘和花园,如笔者在各处所见。餐馆名称也经常考虑到食物的首要位置(如“食为先”),或试图促进人的食欲(“萃华楼”,“菜根香饭庄”),或要引起幸福的(“东兴楼”,“老正兴”菜馆,“泰丰楼”)、美好的(“致美斋”和“木樨花园”)感觉,或二者兼具(“盛春林”)。^④正如贝克(Baker,1983)所观察到的,无论餐馆叫什么名字,它们都与西方的倒人胃口的“弗雷德全日餐”或“肯的街角咖啡屋”大不相同。在中国餐馆中进食是一种社会经历,恰与伦敦典型的提供床位和早点的旅馆中的早餐形成对照,后者要求安静以致人们咬烤面包片时都会迟疑不决。与之相反,中国餐馆是喧闹的场所,而中国人喜闹怕静,这也体现在中国人形容快乐时光的用词上,翻译出来就是“热

① 关于现代的情况,见“Dining as an art”,pp.130-46 in F. T. Cheng,1954。

② 中国的食物景观过于丰富因而仅用语言很难描述它;这一描述需要丰富的精心挑选的例证。两部最成功的表现可视食物景观的作品是莱昂内尔·泰格(Lionel Tiger)和莱因哈特·沃尔夫(Reinhard Wolf)1985年的精美之作*China's Food: A Photographic Journey*,还有埃米莉·哈恩(Emily Hahn)等1973年的*The Cooking of China*。

③ 在传统中国,开销在食物上的家庭收入比例总是很高的,平均约占家庭开支的60%(Koo,1973:117)。在很大程度上,这反映了中国人的普遍贫困,随着家庭收入的增加这一比例是下降的。例如,甘布尔(Gamble,1933:47,290-92)1926—1927年对北京283个家庭的研究表明,用于食物的家庭预算份额约为14%—83%。所有食物开销占到70%以上的家庭月收入低于20元(中国银元),而所有(只一户除外)食物开销在25%以下的家庭月收入在50元以上。我们没有发现比较收入相同的中国人、美国人和欧洲人用于食物消费比例的资料。而据张光直(Chang,1976:118-19;1977b:12)所言,这类比较当能显示把收入的很大部分投入食物消费的中国人会比美国人具有更强的食物意识。

④ 其中的几个是1930年代北京著名餐馆的名称(Arlington and Lewisohn,1935:269-71)。

闹”(Baker, 1983; Tiger and Wolf, 1985: 17)。^①

中国人对食物、健康与疾病的认知

中国人食物观念的一个基本特点就是“饭”与“菜”的区分。狭义地说,饭的意思是“米”或“煮熟的米”,菜的原义是“蔬菜”。而广义地说,饭包容了所有的谷类和淀粉类食物,诸如粥、馒头、面条;而菜在今日是指伴随性食物——可以由蔬菜、肉或鱼做成——以使一餐饭更有滋味。中国人相信,一顿饭所消耗的饭与菜必须适量,否则就会失去均衡,对每一个就餐者来说,保证达到这一均衡取决于他如何选择菜和调味品。饭是一餐的两者当中更为紧要的、基础和根本的要素,因而“饭”一词被广义地用做“一餐饭”和“食物”之义。而菜被视为一种附加的、配合饭而使之可口的食物。尽管一个孩子可能会挑拣他喜欢的菜,但即使在有钱人家,人们还是鼓励孩子多吃饭,如果他这样做了,就会受到夸奖。在餐馆和宴会场合,情形通常正好相反,受到重视的是菜,菜的种类很多而且优先提供。主人劝客人多吃菜,而当米饭和面条最后上桌时,客人可能已经吃不下了(Chao, 1972: 3, 18, 22; E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1977: 327; Chang, 1977b: 7-8, 10, 41; V. Y. N. Hsu and F. L. K. Hsu, 1977: 300, 303, 307; Baker, 1983; Bray, 1984: 4-5; Tiger and Wolf, 1985: 14; Anderson, 1988: 156)。

尽管有上述偏离常规的现象,自古以来的中国传统依然存在,即,人在饮食上应该行之有度,一个人进食是为了解除饥渴(Hou, 1938: 347)。人们从《论语》中看到,孔子进食俭省,虽然肉食充裕,他却只食用与饭相适合的量(Legge, 1893: 232-33)。饮食中的这一节俭传统与中国有限的食物供应相关,也和粮食神圣、不可浪费的观念以及对健康的考虑有关(Chang, 1977b: 10-11)。因此,中国人经常煞费苦心地搜寻他们所能找到的一切可食之物(Ross, 1911: 78-83),他们也很少浪费食物(Smith, 1894: 19-21)。本世纪早期广东的水果贩子的例子可以很好地证明这一点,他们卖的柑橘是不带皮的,橘皮留下作为调味品或制成蜜饯单卖(Thomson, 1909: 69)。大量的包括剩饭在内的中国食谱也表明了这一点(Chang et al., 1970: 1)。在饮食方面的节俭传统不仅仅用于必须勤俭度日的贫寒之家,也同样用于富贵显赫人家。人们把吃喝过度视为一种严重的甚至能导致王朝倾覆的犯罪。为了展示一种正面形象,人们会限制炫耀性的盛宴和食用过于昂贵的食物,正像1920年代共产主义者领导的组织——农民协会,就曾立下禁止奢侈宴会的规矩,以使他们自身和那些压迫他们的人区别开来(Chang, 1977b: 10, 15)。同样,在中华人民共和国,这种观点持续存在于官方范围,例如最近提倡的制止大吃大喝,以及宴会时间不超过90分钟和每顿饭不超过四菜一汤的官方规

^① 我们在阿林顿和卢因森(Arlington and Lewisohn, 1935: 267)关于北京的记述中可以发现关于中国人忍受吵闹的绝妙陈述。

定(Gargan, 1988)。

饮食上的节俭不应被理解为不重视食物成分的质量和新鲜程度。实际上中国人花很多时间尽可能地得到最新鲜的食料:顾客在购买食料之前会仔细地查看,一些城市居民会一日两次购买不易保存的食物,购买数量很小也是可以接受的。对新鲜的重视在广东的青萍(Qingping)市场是显而易见的,市场上有丰富多样的蔬菜、水果和肉类,还集中了各种活的动物,包括哺乳类、禽类、鱼类、爬行类及其他水里的或非水生的动物。对中国的家庭主妇来说,为买活鱼或其他海产花正常价格的两倍甚至三倍不足为奇的(Koo, 1973:128)。青萍市场上摆卖的鱼也表明这种对新鲜的关注,这些鱼被小心地取出内脏,还在跳动的心脏证明它们刚刚死去。市场上另一件引人注目的事是商贩所提供的电灯装置,购买者可以用它挑选自己认为新鲜的蛋品。

不论儒教、道教,还是佛教,渗透中国哲学、宗教和医学思想的一个基本观念是,人体是宇宙万象的一个缩影,如同后者,人体中所具有的“气”是身体的“生命力”或“力量”。内在的气被认为是弥漫全身的并能使身体适合各种生存需求和保持健康状态(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1976:145; 1977:369; E. N. Anderson, 1988:188, 192-94)。内气与存在于大气中的外气(寒、温、热、风、干、湿)相交换。尽管在中国医学思想中形容外部的“六气”一词字面上是“空气”的意思,它却广义地包含了影响人类的整个环境。一个人的内气可能因与外气交换而得以加强或受到相反的影响,有时也会出现其自身的功能失常(Needham and Lu, 1962:430-31; Palos, 1971:24, 45-46, 92-93, 128 ff.; Bridgman, 1974:12-14; Wei, 1976:369-71, 372)。如果发生了功能失调,人必须采取行动使状态恢复正常,但如果可能,最好还是防止这种情况发生,这就要经常保持在支配性的各种力量,包括内部的和外部的力量当中身体的平衡状态。

在中国人(当然也包括海外中国人)看来,要保持一个人的平衡,在食物选择上根本的因而也是关键的,就是相对的阴阳两种力量。^① 根据自古以来作为中国人世界观的核心的阴阳观念,这二者的失衡会引起身体不适和疾病。在其各种性质中,阴性力量是冷的、黑暗的和女性的,阳性力量则是热的、光明的和男性的。妇女自然地更富于阴性,而男人则更多阳性,但是个体之间存在着差异,有些人生来就更多地倾向于一个方向或另一个方向。阳性过多的个体通常面色红润,并有呼吸急促、易流鼻血、多梦和便秘等特点。另一方面,阴性过多的人则畏寒、缺少活力和具有粘液质特点。一旦身体因阴性过多而失去平衡,人就会感到寒冷,并易生寒病,因而食用热性食物是恢复平衡的一种方法。因过多倾向于阳性而失去平衡会导致发热和发烧等热病,这时食用凉性食物则是适宜的(Morse, 1926-29:87-90; 1934:6-15; Wong and Wu, 1936:15-19; Veith, 1949:13-24, 49-53; Wallnoferand von Rottauscher, 1965:6-12, 95-99; Crozier,

^① 阴阳符号被一位学者描绘成想像中的“两只蝌蚪首尾互联”的形象,在传统的中国这一符号被置于家门上方用以防范灾难(Gray, 1878, 2:44)。这一符号也是中国陶器和其他艺术形式的普遍主题,它甚至也被表现在某种甜食或主食当中,如“阴阳饭”(Martin, 1984:174-75; Tiger and Wolf, 1985:37)。

1968:17; Anderson, 1970a:208 - 10; Shiang and li, 1971; Palus, 1971:26 - 28, 34 - 37; Koo, 1973:133 - 36; Yeung et al., 1973:197 - 99; Bridgman, 1974:12 - 14; Chang, 1974; Porkert, 1974:65 - 66; Topley, 1976:247 - 48; Wei, 1976:356 - 60; E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1977:368 - 70; Chang, 1977b:10; Ahern, 1978:17 - 25; Gould-Martin, 1978:39; Tan and Wheeler, 1983:39 - 42; Unschuld, 1985:55 - 58)。食用适当的食物有助于人保持身体的平衡和恢复到平衡状态。首先食物可以防止疾病,而一旦病患发生则能起治疗作用。食物在防病治病上的这一重要性自古以来就使得中国人专注于滋补品与健康食品(Chen, 1973:225),也产生了同时作为食物、饮料和调味品的丰富的药物。

食物的“热”与“冷”的分类——更恰当地说“加热”与“变冷”的分类^①——并不是基于其本身的温度,而是基于它们的其他性质。食物、药物和疾病按照热与冷的分类是广布于新旧大陆的体液医学系统的一个方面,^②而这种分类起源于单独一个地方还是一个以上的地方尚不清楚。欧洲传统认为热-冷概念起源于古希腊,希波克拉底是著名的上述概念的提倡者,尽管他并非发明者。按照传统的看法,热-冷概念从希腊传出,与伊斯兰的医药传统结合在一起并且由西班牙人引入到新世界(Manderson, 1987:329; Messer, 1987:339);它也从希腊经波斯之路传播到印度,这或许发生在14世纪(Walker, 1968, 1:460 - 61; Peterson, 1973:3, 14)。各方面的学者对欧洲传统提出疑问,他们认为热-冷的分类在新世界发现以前可能已经在美洲印地安人中存在了(Messer, 1987:339 - 40),而且液体药物在印度和中国可能和在希腊一样古老(Manderson, 1987:329)。还有一些学者认为热-冷概念的起源可能并不在希腊,而是在印度(Jelliffe and Benneit, 1960:251)或者近东,或者也许在一个以上这些地区或其他地区独立发源(Laderman, 1987:357 - 58; Anderson, 1987:331)。

就中国而言,哲学思想中的阴与阳大约始于公元前4世纪,而这两个概念本身大概不会早于公元前6世纪(Needham and Wang, 1956:273; Needham and Lu, 1962:430; Unschuld, 1985:55 - 56)。中国的二元论与古希腊的并无联系(Needham and Wang, 1956:278),但是两者仍有可能共同源自“希腊与中国之间的某个地方”(Unschuld, 1985:54 - 55)。据说,关于食物的热与冷的分类最早出现在著名的道教博物家和医学作者陶弘景(公元452—536)(Anderson, 1987:331; 1988:49)的著作中,他受到佛教的影响并从更早期著作中吸取了很多东西,但这一点同样是不确定的。据席文(Sivin, 1980)所写,希腊的体液概念大约在公元500年经印度到达中国。继而,安德森(E. N. Anderson)认为食物的冷-热概念是从希腊-印度起源,并且可能由佛教传入中国,它

^① 安德森(Anderson, 1988:190 - 91)列出了一组被中国人视为寒性的食物,这是与“凉”性食物相区别的一类。他说到寒的概念在中国人心中既不明显也不清晰,而寒性的食物却被认为会使人的肠胃或身体感到寒冷。因而这类食物位于食物系谱中与某些热性食物对立的一端,热性食物例如狗肉特别要在冬天食用以使人的身体暖和。

^② 一部出色的说明全世界有关热-冷食物概念的近期文章汇编,编辑者莱诺·曼德森(Lenore Manderson),见《社会科学与医学》特刊(*Social Science and Medicine* vol. 25, No. 4, 1987)题为“热-冷食物与医学理论:跨文化的视角”。

之所以部分地被接受是因为与由来已久的阴-阳体系相适合。他注意到某些食物类别的划定在早期中国是按照阴-阳体系的,而致使中国人接受冷-热体系的主要力量是佛教(Anderson, 1987:331; 1988:49, 189, 191-92)。佛教徒将上述概念从印度带到中国的看法与认为它们在公元14世纪才到达印度的欧洲传统看法是不相容的;这是一个有待于进一步探讨的问题。^①在中国,阴-阳和冷-热概念无论在经典的还是民间的医药中都始终保持其重要地位,而今日在人民共和国,阴-阳观念仍享有官方的认可,官方权威从中领悟出与马克思的辩证唯物主义类似的思想(Crozier, 1968:204; Palos, 1971:28),就我们的讨论而言,了解这一点已经足够。

在世界的其他部分,关于哪种食物是热性的、哪种食物是寒性的,并没有像在中国那样的一致性(Whyte, 1972:29; Peterson, 1973:19; Yeung et al., 1973:200; Anderson and M. L. Anderson, 1977:369; Anderson, 1988:190, 192)。通常归为热性食物一类的有(1)多脂的肉,诸如羊肉、狗肉;花生一类的含油坚果;(2)调味品中的辣椒、姜以及(3)烈性酒。通常归为寒性一类的是大多数水果以及性温的低热量的蔬菜,包括水生植物如水芹和海藻类(因为水是冷的)。而大多数食物是中性的或只是微热或微寒,其中最明显的就是稻米(Bradshaw, 1934:172; Morse, 1934:15-16; E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1968:24; 1976:146-68; 1977:368-69; Anderson, 1970a:209-10; Chan, 1973:149; Koo, 1973:134-36, 141; Yeung et al., 1973:198, 200; K. C. Chang, 1977b:10; Gould-Martin, 1978:39; Pillsbury, 1978:13; Tan and Wheeler, 1983:41-42; Anderson, 1988:190-92)。用于调制食物的配料也发挥其热的或冷的作用,例如,要使一个菜具有热性就往里加辣椒。调制方法也影响热或冷的性质,浸泡于冷水中是最冷的,烧煮也是冷的;在广东人看来煮米饭是中性的,而粥^②因其制作过程中加入较多的水,所以是凉的或冷的。油煎就不那么冷了,蒸和炖则是中性的。另一方面,烤、焙、烘都是热性的,而焦炸则是所有制作法中最热的。而且烘烤和焦炸的时间越长,做出的食物的性质就越热,不论吃的时候该食物的温度如何。按照这样一种看法,在一些香港人眼中,以长时间烹制的多脂食物著称的西方饮食,会导致持续的热性过多,因而增加患流行感冒和痢疾一类热病的可能性(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1968:24; 1976:146-48; 1977:368-69; Yeung et al., 1973:198-99; Tan and Wheeler, 1983:41-42)。

中国人经常地关注着他们的阴阳状态,对于某一方面或另一方面的征候十分敏

^① 关于这一点有趣的是越南人(Mathews and Manderson, 1981:12-14)、马来西亚人(C. S. Wilson, 1971:96-97; Laderman, 1983:44-46)和古吉拉特人(Pool, 1987:390)在把食物划分冷与热方面有着明显的相似之处。

^② “粥”一词来自于泰米尔语“kanji”,意为“煮沸的”。该词广泛地用于印度,意指在水里煮米,它是印度洗衣工的普通淀粉类食物,也是病人的食物。由此粥在印度有时也在一般意义上指给病人吃的流质食物(Yule and Bumell, 1903:245)。然而在关于中国的著作中,“粥”通常指的是“米粥”,它可以直接吃也可以加入其他配料诸如肉、鱼、蔬菜或调味品。但有时“粥”一词也更一般地用于指稀饭,如华北经常用黍子做的“小米粥”。在本书中,我们所用的粥一词不是指印度的水饭,而是指正在讨论的中国食品。在中国,粥通常在早餐时吃,尽管它也可以在其他时间作为小吃或便餐来吃,它也是给病人的食物,甚至还可加以适当的调料作为甜食来消费。

感,而且随时准备采取行动保持一种和谐的平衡状态。一位母亲如果认为她的孩子从学校回来时太热,就会给他们喝冷饮并用寒性的食物为他们煮制晚餐。妇女自然地倾向于寒的一面,而当她们的女性特性最彰显的时候,诸如月经期、怀孕早期、哺育期,也被认为是处于特别的危险期,这时建议她们食用热性食物,而杜绝食用大多数水果和蔬菜等寒性食物,以避免不适和疾病。人们还相信,随着年龄的增加,人的身体会越来越寒,因而许多老年人认为在他们的饮食中不能有过量的寒性食物(Hou, 1938: 348; Topley, 1970: 426; Chang, 1974: 437 - 38; Mathews and Manderson, 1981: 10 - 14; Tan and Wheeler, 1983: 39 - 40)。

对食物选择的另一项主要关注是通过食用某些东西而增强人的“气”,这就是“补”,意为“加强”和“恢复”。人们认为这些食物可以修复任何身体的不平衡,产生抵御病患的能力和加快康复(Tan and Wheeler, 1983: 43)。人们还认为各种这类补的食品会激发人的性欲,^①但这一作用只是它们作为“补”品的一般作用的扩展(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1977: 369; Anderson, 1988: 192 - 93)。

补的食物通常是高蛋白质和高热量的。^②部分这类食物,如炖鸡汤是容易得到的。还有一些则是稀有的和昂贵的,只能用于有特殊需要的时候或盛宴和其他特别场合。这类补的食物较为著名的有燕窝、鱼翅、海参,它们的强身特性可与人参、鹿茸、犀角相比拟。^③在确定作为补品的食物的类别时,牵涉到交感巫术的问题。如核桃被认为可

① 关于中国春药的讨论,见 Wallnofer and von Rottauscher, 1965: 73 - 75。

② 在坦和惠勒(Tan and Wheeler, 1983: 43, 44)所做的伦敦的中国妇女研究中,滋补食品经常用酒制成,因为酒类饮料如米酒、白兰地和啤酒被认为有恢复作用。

③ 中国人对这些东西的寻求建立了到达遥远大陆的贸易。这一历史罕为人知,但在有些情况下,中国人对食物和药物的需求是使某些物种濒于灭绝的重要因素。在史前和早期历史年代,中国的降雨丰沛,森林延伸到今日已很少见到它们的北部,犀牛在全国很多地方,甚至在中国的北方都能见到。在公元前 2000 年的安阳还有犀牛存在,而且据商代甲骨文判断,它们被猎杀并用做祭祀的牺牲,尽管并不十分经常。到唐代时犀牛只存活在长江以南的有限地区,特别是湖南和南粤的部分偏远地区。人们要求的犀牛制品并不限于犀角,犀牛皮在早期中国也很珍贵,据说粤人使用六种不同类型的犀牛皮(尽管是一种古老时尚,但至少唐代仍在用犀牛皮)。在同一时期,犀角是最重要的犀牛制品。人们把它雕成精致的杯子,把神和其他事物的形象刻在上面,广东的工匠尤以这类雕刻著称。人们相信犀角对有毒物质十分敏感,因而将其用于消除箭毒、毒蛇咬伤和其他类型的中毒。据说犀角杯在遇有毒性物质时表面会凝结水珠,而且若用一支犀角搅动一服毒药,它就会起泡并完全失去毒性。犀角还有其他药用功效,最突出的是其滋补作用,即能使人有力强健(Soubeiran and Dabry de Thiersant, 1874: 47; Sowerby, 1940: 55, 172; Williams, 1941: 340; Burkhardt, 1953 - 58, 3: 142; Schafer, 1963: 83 - 84, 241 - 42, 260; 1967: 226 - 27; Wallnofer and von Rottauscher, 1965: 72; Burkill, 1966, 2: 1926 - 28; Ware, 1966: 297 - 98; Palos, 1971: 189; Read, 1976: Section 355; Li, 1977: 106, 107, 192; Chang, 1980: 139 - 41, 1986: 78 - 79, 211)。

在唐代,犀角也是来自中国部分地区和印度支那的贡品和由东南亚外籍商人进口到广东的商品(Schafer and Wallacker, 1957 - 58: 225, Map 6; Schafer, 1963: 241 - 42; 1967: 77, 175, 194, 226 - 28; 1969: 83 - 84)。到宋代这一贸易仍在继续,而中国商人也十分了解印度支那、马来西亚、爪哇、印度和东非角的犀角来源(Wheatley, 1959: 76, 77; Burkill, 1966, 2: 1926 - 28; Hirth and Rockhill, 1966: 15 - 16, 19, 46, 48, 67, 68, 77, 111, 116, 128, 149, 233)。(转下页)

以补脑,^①因为它们剥去皮后与脑器官相似;再如红枣,像所有枣类一样,是热性的和滋补的,但不仅如此,它还对养血大有益处,因为它是红色的(Anderson, 1988: 136, 192)。^②同样道理,生活在伦敦的中国母亲认为:吃猪尾可坚固人的脊骨,而食用心、肾、腿、脚亦可增强人的相应部位(Tan and Wheeler, 1983: 43)。基于同样的信仰,在具有滋补作用的食物中,某些动物如鲛鲤(穿山甲)、貉、虎^③、大鱼和毒蛇,因其形貌特异、行为独特或体积巨大而被认为有很大的增补力量或伤害力量(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1968: 25; 1977: 369; Anderson, 1988: 147, 192 - 94)。

影响中国人食物选择的二元对立范畴还有湿与干,尽管它们没有冷与热的对立那么重要。一些水生壳类动物,因其潮湿、多液的性质而被视为“湿性的”;而干烤花生等食物,易导致口干喉痛,因而被视作“干性的”。然而这种二分法在中国始终没有冷与热的区分那样重要,在华南这一原则也很少运用在食物选择中(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1968: 24; 1977: 369; Anderson, 1988: 189, 190)。还有一种二分法是“净”与“毒/脏”的对应。“毒性的”范畴包括已知的有毒物质,如河豚的肝脏,也包括本身无毒但却对食用者有害的其他物质。还有一些有毒项目是不同食物相结合而产生的,如柿子配螃蟹、蜂蜜和大蒜、青豆和狗肉一起食用。有些食物可能对一个病人是有毒的,而对健康人则无碍。例如,人们认为虾会延缓外伤病人的痊愈或加重性病患者的症状,而它对那些未受伤的人和健康者则是无害的(Hou, 1938: 350; Topley, 1970: 425 - 26; Palos, 1971: 91, 92; Koo, 1973: 137, 141; Ahern, 1978: 17, 22; Gould-Martin, 1978: 40 - 42; Tan and Wheeler, 1983: 44; Anderson, 1988: 194 - 96)。

某些食物项目被避免食用是因为它们的生物的和心理的属性。^④例如,鱿鱼因缺少红色的血液、没有眼泪和情感而被认为没有食用价值,因而可不计入食物范围。天花或麻疹患者应避免食用芝麻籽、绿豆和坚果仁,因为这些东西与患者身上的疱疹相似

分布在东南亚、印度以及欧洲的其他许多民族也视犀角为珍品(在许多方面与中国人对犀角的利用相同;雕刻,用于识别和抵御有毒物质以及其他药用功能)。他们也珍视其他犀牛制品,如犀牛的牛黄,即一种极其稀少的凝结物,甚至比角还要珍贵,因为它在增强犀角的药用功效上具有魔术般的特性(Watt, 1889 - 96, 6, Part 1: 490; I. H. Burkill, 1966, 2: 1926 - 28; B. Walker, 1968, 1: 48 - 49)。上述各民族都与了犀牛制品的贸易。例如古罗马人就从非洲获取犀角;而后,在公元纪年开始以后,他们可能也从印度以至东南亚得到它们。(Burkill, 1966, 2: 1926 - 27)。

① 核桃红枣酱是一种中国的健康食品,核桃仁被认为可以补脑,如其商品包装上所注明的。而当这一包装的商品进口到美国时,该说明却被取消以不违背有关广告真实性的法律(Anderson, 1988: 136)。

② 有关台湾的研究使观察者(Koo, 1973: 137)意识到这样一种可能性,即红颜色的食物如红蟹、西红柿、胡萝卜等被归类为“有营养”(有益的)的食物,因为红色是好运、成功和幸福的象征。

③ 中国人相信虎的肉、骨、皮都具有很强的防护和去除邪恶的作用。画虎和描述虎也有同样作用,一些中国哲人建议,一个人若想治愈持续发烧,就可以诵读“有关虎的文章”(Cornack, 1935: 252)。《本草纲目》(公元16世纪)中有关于虎的医药用途的详细记载,见 Read, 1976: Section 351。

④ 其他的涉及食物选择的观念,见 E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1976: 150 - 53; Gould-Martin, 1978: 40 - 44; Mathews and Manderson, 1981: 12 - 13; Tan and Wheeler, 1983: 42 - 44; and Anderson, 1988: 188 - 89, 196)。

(Koo, 1973: 137; Wheeler and Tan, 1983: 56)。旧金山的怀孕妇女可能拒绝铁的补充, 因为担心铁会“使骨骼变硬而引起难产”。她们也会减少酱油的食用量, “以使新生儿不会太黑”(Chang, 1974: 438), ① 鱿鱼和章鱼也被禁食以免孩子“生下来带有附肢”(Ling et al., 1975: 131)。关于这方面的特别关注还有怀孕的中国妇女免食羊羔或羊肉, 这是由于担心孩子会成为癫痫病患者; 这基于中国字词中羊和羊肉与羊癫疯(癫痫)的“羊”相同, 羊癫疯按字面翻译就是“疯羊”或“羊抽疯”的意思(Ling et al., 1975: 131; Tan and Wheeler, 1983: 44; Wheeler and Tan, 1983: 53, 54)。肯定性的相似性, 无论是字词的音或其他方面的相似, 也被视为和用做有所助益的方面。据科马克(Cormack, 1935: 32, 35)就北京地区所做的大量观察表明, 葱头的“葱”与聪明的“聪”同音, 所以人们使用葱头意在保证孩子的聪明。在首次给婴儿洗澡时, 要把葱头浸泡在洗澡水里, 并在孩子身上划一条线, 然后由一个聪明的高个男子把葱头扔到街上。这样做是期望婴儿能够成长得高大而聪明。在孩子一百天生日时, 人们要带到屋里各种礼物, 其中有一只煮熟的鸡, 鸡的舌头被取下来并在孩子的嘴唇上磨擦, 为的是让孩子将来能口齿伶俐。

食物、进食与社会地位

沃尔夫(Wolf, 1974: 176 - 77)根据他在台湾的经历写道, 中国人的饮食行为是更广泛的社会体系的组成部分, 他还注意到, 一个家庭的社会地位可以根据该家庭与什么人一起吃饭来判断。例如, 一个乞丐可以获得别人施舍的食物, 但由于他低下的社会地位, 只能在外面而不会被叫进屋里吃这些食物。同理, 一个社会地位高的人不会接受邀请去和一个身份比他低得多的人共食。沃尔夫注意到, 尽管农户可能会努力讨好某个官员, 但他们向其奉送食物要经过一个中间人, 而不是邀请他来进餐。结果是, 被邀请与一个家庭共进家宴的人员通常包括亲属、合伙人和其他社会地位大致相同的人。

在中国, 社会聚合的过程总是少不了吃饭, 尽管其丰盛和正式的程度依场合与举办者的身份和富有而有所不同。即使是中等收入的人也会在诞生、结婚、死亡等重要时刻设法主办宴席, 较富有的人举办这类庆祝生日和节日的宴会就更频繁。② 富人举办一次宴会可能会为客人提供 12 道主菜, 并且频繁到每周两次(Koo, 1973: 117)。社会地位同等的人出席这样一个宴会后, 就有了酬答对方的义务, 因而这一类人可能会一周数次在外吃饭。于是在传统的中国, 在外吃饭的次数是一个人社会阶层较高的标

① 未怀孕的中国妇女也应免食酱油以防皮肤变黑, 这一点在她有伤口正在痊愈时尤为重要, 因为人们认为新的皮肤会比旧的黑(Koo, 1973: 137 - 38)。

② 关于中国食物与节日的一般信息, 见 Anderson, 1988: 202 - 4; 关于中国节日菜肴见 Feng, n. d., 182 - 219; Tun, 1965: Passim; Wong, 1967: Passim。

志(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1977: 372)①

给诸神和祖先的食物

食物在传统中国的社会角色的进一步证明在于它又是供奉给神灵和祖灵的物品。在中国来源于古代习俗的同时又是最有声望的神祇之一就是灶神,他是家庭的守护人,炉灶的保卫者,也是职业厨师的保护神。住在厨房里的灶神被描绘成各种形象,从最简单的写有神名的一张红纸,到精心描绘的画像。② 在中国人的家里,食物供品在许多场合供奉给灶神。在较早的年代,灶神与儒学和/或道教相关联,供献给他的祭品包括猪肉、鸡和羊等肉类。当佛教进入中国后,灶神就作为 deva(神)被包容到佛教诸神中,受佛教影响的人就想到用素菜供品代替肉类供品(Welch, 1967: 401 - 2; Wong, 1967: 168; Reichelt, 1968: 194 - 95)。给灶神供献食物的时间之一就是中国的新年。在过年的前几天,人们给灶神一顿送别宴,但食物只有甜品,如麦芽糖、糕饼和果脯。这样他的嘴唇就被蜜、糖浆或冰糖等粘性的甜食封住了,人们进一步的期望是,当他造访玉皇大帝,即“玉帝”或道教的至上神,向他报告一年来的家事时,只讲美好的事情。③ 此后,灶神的像被取下烧掉,一同烧掉的还有纸钱和其他供他旅途之用的东西,伴随着声声爆竹,他就被打发上路了。几天之后,一张新的灶神像被贴挂起来,在除夕之夜,人们燃放爆竹庆祝灶神返回,他与家族的祖先和其他神灵一起分享食物和其他祭品,并再度统辖家庭的厨房事物(Feng, n. d.: 182 - 84; Giles, 1876: 105 - 6; Cormack, 1935: 143 - 48; Eberhard, 1952: 17 - 26, 39 - 42; Burkhardt, 1953 - 58, 1: 1 - 2, 68, 71, 147; 2: 51; 3: 161; Tun, 1965: 98; Wong, 1967: 162 - 69; Latsch, 1984: 82 - 96)。

奉献给神的祭品是显示对其尊崇的礼物,但是神作为强有力的存在并不真的依赖这些祭品。而另一方面,祖先的灵魂却被认为与活着的人一样对食物和其他必需品有所需求,因而他们有赖于活着的后代提供的祭品(Latourette, 1964: 537; Ahern, 1973: 149; Wolf, 1974: 177 - 78)。向祖先供奉食物的习俗自古以来持续未绝,正像孔子在《论语》中指出的:祭神(祖先)如神在(Legge, 1893: 159)。如果没有子孙后代,祭祀义务的履行就成为堪忧之事,如孟子的观察所揭示的,“不孝有三,无后为大”(Baker, 1979: 46)。

阿亨在台湾的研究(Ahern, 1973: 149 - 62)表明,供奉祭品的义务并不是简单地由活着的后裔平均承担的事,而是须经生者与死者关系的阐释、关联着各种恩惠与义务的事情。一

① 关于这些和在华南食物的非物质使用的精彩讨论见 E. N. Anderson and Anderson, 1977: 366 - 80。

② 灶神的其他画像见 Cormack, 1935: opp. p. 144; Eberhard, 1952: 25; Burkhardt, 1953 - 58, 2: opp. p. 1。

③ 在北京地区,为此目的一种节日甜食是用粘米做成的,人们把它与灶神像一起投入火中。在中国的部分地区,灶神的嘴也被人们用大烟抹上以使之感到瞌睡而不能清楚地表达;或者他的像被人们浸入酒里,使他因喝醉而被免职因而不能对家里的事说三道四(Cormack, 1935: 144)。

般的规则是,对死者有着最大义务的活着的人负责供奉之事。这种义务从一代到另一代是递减的,因而,一个男人要向他的父亲和祖父,即他熟悉的人供奉,也要向他的曾祖父,即他听说过的人供奉,但对更早的先人可能就不必了(H. D. R. Baker, 1979: 82 - 91)。

威格和达夫罗德(Wieger and Davrout, 1981: 531 - 33, 538 - 39)在其关于本世纪之交的支里人(Chihli, 北京地区, 华北)习俗的著作中提供了一个为新死者供奉食物的案例。食物在一个人濒临死亡时就开始准备了,在濒死者的头边、靠近床的地方放置一张台案,一个食罐放在案上,以后将放在棺材里,以使死者可以食用。^①葬礼上有一个“送食上路”的仪式,即将一个装有面饼的袋子和用竹、纸制作的象征性的其他物品放在一个为死者准备的纸车上;车和上面装的东西在人们哀悼的哭声中焚烧,哀悼者竞相抢食剩下的饼,因为人们相信这些食物会增加人的勇气和防止生病。阿亨(Ahern, 1974: 297 - 98)也报告了当代台湾的关于祭品的类似情况,即在死者棺木抬往墓地之前所进行的最后的仪式部分。几张桌案被放在棺木前面,上面摆满制作好的各类食物,然后,作为仪式程序的一部分,由一位亲属或熟人跪下诵读一份详细的陈述,告知死者供他使用的食物和纸钱的数量。仪式的这个部分意在建立与死者的沟通,以使其得知后人为他所做的事,并让他确信人们已为他提供了所需的一切。仪式的另一个部分意在将死者之魂驱除在外,使之不致返回家中伤害生者。阿亨并未提及食物是否与死者一起埋葬,但在过去,食物和食料通常被放入墓中,而且如果死者是重要人物,放置食物的数量会相当可观(de Groot, 1964, 2: 382 - 89)。^②当然,在这样的坟墓被现代考古学家发掘出来时,它们对于重建中国食物史会很有助益。另一个让人感动的关于供食的例子在中国部分地区有所发现,这就是在死去的婴儿坟前放一杯母乳,在埋葬之后要连续放三天(Cormack, 1935: 89)。

中国人一直尊崇他们死去的祖先,无论是在祖灵寄托其上的祖先牌位,还是在墓地。^{③④}一个人死后所举行的祭祀仪式是至关重要的,据Hu(1948: 31)所言,没有后

① 这种做法在中国普遍存在,尽管因不同的地域和不同的时代而有所区别。以前把食物放入死者口中以使之得到供养的做法也是普遍的(de Groot, 1964, 1: 29 - 30, 197, 228 - 31, 356 - 60; 2: 382)。实际的埋葬可能推迟数月甚至数年,为的是能够选定一块风水宝地和确定良辰吉日(Latourette, 1964: 538)。

② 例如,一个统治者的配偶的陪葬有多达100罐的腌肉(de Groot, 1964, 2: 383)。

③ 每一位祖先在家中有他自己的牌位,即“一块置于底座上的长方形木牌”,其上刻写着祖先的姓名,在仪式过程中祖先的灵魂寄托于此(Cormack, 1935: 103 - 4; Hu, 1948: 33 - 34)。若有兴趣了解这些祖先牌位的角色,可参见Freedman, 1970 and Baker, 1979: 86 - 91 (general); Emily Ahern, 1973: 102 - 5, 116 - 48 (Taiwan); Baker, 1968: 54 - 66, 106 - 8, 110 - 11; Nelson, 1974: 267 - 73 (New Territories of Hong Kong)。台湾村庄中的牌位是木制的,但纳尔逊所在的新界村庄中的牌位几乎都是用纸而不是木头做的,这是比较近期以来的变化。根据弗里德曼的研究,典型的情况是牌位只包括3或4代祖先,但在新界的村庄,许多牌位追溯到6至8代,少数的甚至更远,其中一个包含了从第12代到26代的祖先。

④ 科马克(Cormack, 1935: 90)所记载的北京地区的风俗提到,对一个15岁或更大年龄的青年男子或女子来说,必须在其死后一年中的每天早晚向其供奉食物。这些供品放在祖先牌位前面,包括一碗米饭、筷子以及蔬菜和肉食,还有死者特别喜欢的东西。晚上的供奉要在天黑以前小心从事,以防止灵魂迷路和给家人带来困难。

代的人被认为是真正“终结了”，是一种非常不幸的状况。尽管兄弟可以代为实行必要的仪式，但事后就不能指望其子孙会继续做下去。此外，在涉及献祭的仪式中，食物和饮料的供奉是人们注意力的焦点，富裕之家会准备诱人的食物，贫寒之家也会尽其所有提供适合这种场合的食物。这一行动基于这样的看法，祖先能够对生者和他们的幸福发生影响，而对人的生命和幸福来说，最基本的东西就是食物。据信，祖先食用的是食物的精华；剩下的部分则由活人在仪式之后消费掉。^①

向祖先供献食物反映出人们的一种期望，即要保持生者与死去的家庭成员之间的联系，而且在一个神圣的情境中，重新肯定家族的精诚团结。作为一个生计主要依靠农业的民族，春季和秋季的献祭也是至关重要的，那些春天里的祭祀表现了对生命和成长的希望，而秋季的祭祀则是祈求希望的实现和收获丰饶（Yang, 1961: 39 - 40）。人们可以看到，一个中国家庭的男性成员在春季拜访家庭墓地时^②，带着食物供品、纸钱和纸（或纸和竹子）做成的衣物、仆从及其他财宝的象征物，这些东西经焚烧就可到达死去的祖先那里。对宗族（“clan”）^③创始人的坟墓也有这样的造访，有时在祭拜坟墓之后会在附近有一次露天的聚餐，或在祖先祠堂里举行盛大的宴会。或者献祭仪式就在宗祠里举行，循规蹈矩的仪式之后通常有适合于这一重要时刻的盛宴，此时群体的连带关系得到恢复和加强。当参与者即将离开祠堂时，他们就均分作为祭品的食物，并把它们带回去由宗族的所有家庭分享，于是他们就得到了祖先的福佑^④（Gray，

^① 祭祀家神和祖灵的食物被人们取走并送予即将成为母亲的人吃，人们相信这将带给她好运（Best, 1926: 570）。

^② 这是一个被称为“清明”的春季时节，通常是每年的4月5日，有时它被西方人称为“死者的宴会”，“墓地的节日”或“扫墓的节日”。在清明时节，直到墓地被清扫干净、纪念祖先的仪式完成后，人们才能在家里生火做饭，这带来该节日的另一个名字，“寒食节”。在所有活动完毕后，火被再度点燃并开始庆祝这一节日。这时的一种特殊食品是有九层之多的糕，“九”在中国是与“神圣力量和永不止息的生命”相连的吉祥数字。关于这种糕的制作方法见Feng, n. d.: 191 - 95。

有关这一节日的详细资料，见Williams, 1895, 2: 252 (Kwang tung); Cormack, 1935: 188 - 90 and Tun, 1965: 26 - 27, 107 (Peking); Wong, 1967: 109 - 19 (Malaysia); Eberhard, 1952: 113 - 27; Baker, 1979: 86, and Latsch, 1984: 46 - 54 (general)。

^③ 一个宗族是包括一定数量的男性及其家庭的共同世系群组织。其成员同姓并有着共同的祖先；它的中心是其成员，或许许多成员居住的一个村落或其他居住地；他们的崇拜集中在自己的祖庙。许多作者将这一中国的共同世系群组织称为“家族”（clans），还有一些称之为“亲族”（sibs）或“氏族”（gens）。贝克（Baker, 1979: 49 - 70）使用的“宗族”（lineage）和“家族”（clan）这两个词，但却是在不同的意义上使用。在他的用法中，“家族”是一个“人为的亲属组织”，即一种世系的联盟，其成员来自单一的地理区域并且有共同姓氏，但它主要是为了增强其成员世系的社会与政治影响而形成的。贝克观察到，这样的一个家庭也可以有祖先祠堂，用以崇拜集合的祖先并履行其他功能，但这类祠堂通常位于一个城市里，而且显然只有来自其成员世系的上层阶级人士才积极参与其运作。

关于传统中国的共同世系群的角色，包括祖先崇拜、祖宗祠堂及其功能，参见Hu, 1948; Freedman, 1970; Baker, 1979。

^④ 据杨庆堃（Yang, 1961: 43）所记，在广东，一个人在宗族中的成员资格是由他所收到的祭品肉的份额来证明的。如果这些肉被扣留不给，就表明该人因违反族规而被逐出宗族。贝克认为，一个中国的祖先灵魂如果收不到这些供品，就会被描述为“无家可归的”或“身无分文的”，而且是“饥肠辘辘的”（Baker, 1983）。

1878, 1:320 - 21; Williams, 1895, 2:250 - 54; Ball, 1906:31 - 32; Couling, 1917:27; Hu, 1948:31 - 40, 116 - 19; Yang, 1961:38 - 43; de Groot, 1964, 2:385ff.; Chiu, 1984:343 - 50)。

阿亨(1973:166 - 74)在她的台湾村庄中观察到供给祖先牌位与供在墓地的食物之间的显著区别。布置在祖先牌位前的食物与家庭的饮食相似,也放有碗、筷,经过烹制食物就是村庄里日常的伙食,尽管肉类和美味可能更丰富些。在仪式之后,聚集起来的家庭和客人即食用这些食物,通常有鸡、猪肝、煎蛋、各种汤和米饭。而在墓地,与上述情况相对,供奉的是生的食料,大多数是干的、未经调制因而无法食用的。阿亨的解释是,这种情况代表了死者身份的变化;位于祖先牌位上的死者,无论是在家还是在祠堂里的,被视为有着明确身份的个体:即熟悉的、可以接近的存在物,提供给他食物与家庭其他成员的完全一样。而在墓地,活着的子孙面临的是远离家庭日常活动的存在物。阿亨注意到,更为明显的是,这两种类型的食物供品“不能混合或相互替换”。

从宋代起,食物供品也显著地出现在最重要和最宏大的国家仪式中,即在冬至举行的由皇帝主祭的对至上神上帝的年度祭祀。其时要杀一头小公牛供奉给上帝,人们还能看到,在包括上帝及其辅助神的神圣牌位在内的祭坛上,公牛供献于桌案上,而食物则摆放在神龛前。这是一个拜谢神灵和帝王祖先的时刻,是关系到中国人民和中华帝国福祉绵长的要事(Rattenbury, 1944:151 - 53; Smith, 1968:140 - 45)。

自中华人民共和国建立以来,所有类型的宗教活动,包括祖先崇拜都在打击之列,而“文化大革命”则带来更为猛烈的批判和破坏。政府也采取行动拒绝民众对于崇拜的各项需求,例如禁止生产仪式所用的烛、香和为死者准备的纸钱(Baker, 1979:206 - 7)。1970年报纸上的一篇文章通过引用马克思的著名格言阐述官方的态度:“宗教是民众的鸦片。”这篇文章写道:“我们唯物主义者就是不相信这种麻醉品。在这个世界上没有神也没有鬼。所谓的神鬼和占卜等等不过是剥削阶级用以愚弄、统治和奴役人民的精神枷锁。”各种类型的宗教建筑物,包括祖庙,都变为世俗之用;祖先崇拜也被禁止,并且试图用毛泽东的画像代替人们家中的祖先牌位。尽管如此,贝克还是能够在1979年时写下这样的记载:祖先崇拜在家庭层面依然存活着,只不过这类活动大多在私下进行(Baker, 1979:206 - 11)。

素食主义在中国

某些外国观察者在其著作中认为,当代的中国人或南中国人缺少能够影响全体人民或整个地区的食物禁忌。例如,怀特(Whyte, 1972:29)写道:主要宗教的食物限制在今日中国是无关紧要的,这些限制也许从未对世俗的中国人发生过影响,除了那些拒食猪肉的中国穆斯林。安德森(E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1977:363)在其书中

也断然指出,南中国的食物禁忌在很久以前就因饥荒而消失了。我们将在后面再考虑这个问题,现在先来关注古尔德-马丁(Gould-Martin, 1978:40)在其田野资料和当代与古代记述证据基础上提出的另一对用于饮食的中国的对立概念:素和荤。素食是指不含肉、鱼、奶制品的蔬菜类食品,也排除洋葱、大蒜、韭菜和含酒精的饮料。与此对照,荤食则是包括上述食物、饮料在内的饮食。素食是佛教徒的饮食,以他们反对杀生的观念为基础,但据古尔德-马丁所言,它也出自道教的对获得永恒生命的关怀。这些看法提出了关于中国素食主义的有趣问题,它的性质和根源,以及在何种程度上中国的素食主义观念起源于印度这个亚洲素食主义的大本营。

(1) 早期中国释、道、儒之区别

关于中国的素食主义我们尚未发现可与路德维格·阿尔斯多夫(Ludwig Alsdorf)对印度素食主义的出色研究相提并论的著作。^①在印度,作为本土宗教的印度教、耆那教和佛教自早期以来就遵循崇尚生命的态度,并积极鼓励其追随者放弃杀害动物和食用它们的肉。最早到达中国(大约在公元1世纪初)的印度佛教僧人是一些虔诚地遵循素食主义的人们,但他们看到的却是广泛地食用肉类和用动物作为牺牲。献祭动物的做法(尤其在周代以前,人也是牺牲)在中国是古老的和有重要意义的事件,人们为了宗族和国家的利益实施献祭以表达对祖灵和其他超自然存在物的崇敬;例如,在商代的安阳,一次仪式就杀死多至上千头牛作为献祭。早期中国虽然也有斋戒和禁食肉类的记载,但只有在佛教引进后,素食主义才成为平常之事(Yang, 1961:253-54; Wong, 1967:156-57; Smith, 1968:21-25, 83-84; Li, 1977:106-7, 248-49, 252-54; Chang, 1980:143, 227-30 and passim),日本的情形也是如此(Oiso, 1976:38-40)。

当佛教引入中国时,道教和儒学正占据支配地位。道教从几个源头发展而来:哲学的、宗教的以及其他的方面,^②从公元前4世纪开始会聚成形。根据汉代的道教观点,生命是一个人最宝贵的所有,个体应该追求其肉体的永恒,或至少是更长久的寿命。这与佛教的人体暂时性和否定个人存在的观念正相对立。道教把生命视为属于阴和阳的物质要素和谐平衡的体现。他们认为,如果这些要素能够保持完全的和谐,生命就会无限地延伸。然而这一和谐经常会因错误的行为、激烈的情绪、对饮食的欲望,及摄取有害于身体并导致病患和死亡的物质而被破坏。一个个体可以通过各种方式除去破坏和谐的因素,这些方式包括静思和吐纳的练习,以及制造万应灵药的炼丹术的运用,^③还有规定饮食、斋戒和行善。汉代道教信徒的善举包括向贫、孤、老、病的

^① 参见“Beitrage zur Geschichte von Vegetarismus und Rinderverehrung in Indien,” Akademie der Wissenschaften und der Literatur, Mainz, Abhandlungen, Geistes- und Sozialwissenschaften Klasse 1961:559-625。

^② 据观察(Welch, 1958:88; Smith, 1968:98),把道教称为宗教并不适当,因为它并不包含宗教因素,它所包容的是老子的哲学思想,是入海远征寻找幸福岛,是群体的性狂欢,以及投身于革命的秘密社会。

^③ 中国的炼丹术不同于欧洲的炼丹术,它并非为得到黄金,而主要是为了“一种化学的长生不老药”(Welch, 1958:96-97)。

人们提供施舍,以及护路、修桥等。即使在道教信徒眼中抑制杀生是一种善良举动,那么它也算不上显著的善举,在我们的原始资料中并未提及这一点。同理,道教规定饮食的做法并非基于对动物生命的尊重,而是基于食用某些食物可能扰乱身体和谐的观念。最重要的规定是节制五谷,^①据信它们会滋养三虫,即能带来疾病、虚弱并减少预期寿命的人体内的有害生物。肉类也在道教信徒应戒绝之列,但道教禁食肉类的根据与佛教很不相同,道教徒认为,支持人的身体的诸神不喜欢肉的气味,如果某人吃了肉,他们就会逃离其身体,从而缩短他的生命(Welch, 1958: 95 - 105, 108; Smith, 1968: 69 - 77, 98 - 103; Thompson, 1975: 95 - 103; Maspero, 1981: 38, 269, 273 - 74, 321 - 24, 335, 427 - 30)。

让我们再来看看儒学,儒学作为一种道德哲学在一定历史时期倍受青睐,成为中国的宫廷宗教。在佛教传入以前,似乎并不存在普遍的反对杀生和食肉的立场。孔子(公元前551—479)的道德学说集中于个人的完善和个人通过尊崇古代圣贤和依循天道与家国宗法习惯而对普遍幸福所做的贡献。在这些自古延续的习惯中,仪式必不可少地用动物作为献祭。孔子赞成这种献祭,因其关涉公共利益,尽管他更强调它们的礼仪方面和对道德与社会的贡献(Legge, 1893: 161; Yang, 1961: 253 - 55; Smith, 1968: 21, 34 - 41)。

现代的儒家提出,对动物生命的同情是人类的正常情感;他们指出这种怜悯之心也见于古代的著作中;进而他们认为在佛教到来以前这种情感就已被人们熟知。作为例证,他们引述了以孔子继承者而著称的孟子(公元前374—289)的故事,但也许这个故事并不可信。孟子的母亲为了避开相邻的屠宰铺而搬家,以使她年幼的儿子不至因每日目睹宰杀而变得残忍。^②他们还引述了成年孟子的另一个故事,一位君王因不忍见一头将被杀殉的牛吓得发抖,而下令用一只羊替代它,孟子对此举予以赞许(Edkins, 1893: 202 - 3; Legge, 1895: 139 - 40)。这种对于动物,特别是对那些与人类共同生活和劳作的动物的怜悯之心在世界许多地方的人群中是共同的,但应该强调的是,这种怜悯并不必然导致一个人拒绝所有的动物牺牲,或是使他转向素食主义。而且还应强调,孔子、孟子和他们的早期追随者的情形也并非如此。从有关孔子的惟一可靠资料——《论语》中可以判断,孔子实施对神灵和死者的献祭,参与献祭的仪式,并且接受动物牺牲的肉。^③此外,他也食用肉和鱼,尽管他对肉、鱼的质量和制作十分讲究(Legge, 1893: 158 - 59, 161, 232 - 33; 1895: 434 - 35)。当公元前195年汉帝高祖选定

^① 对于五谷有不同的列举,韦尔奇(Welch, 1958: 91n)所列举的是稻米、小米、小麦、大麦和豆类。

^② 还有另外一些关于孟子之母为使儿子受益而搬家的故事。莱格(Legge, 1895: 17 - 18)介绍了一本这样的故事集,他注意到,尽管这些故事在中国被信以为真,但其中一些很可能是编造的。

^③ 在一次献祭仪式结束之后,那些被认为已具有特殊价值的肉就会由参与者分掉。人们相信吃了秋季祭祀祖先的肉会增加生男丁的可能性,还有助于儿子通过特定的考试而得到功名(Doolittle, 1865, 1: 229; Sootkill, 1923: 136)。

尊崇儒教时,他用一牛、一羊、一猪献祭于圣贤神灵(Shryock,1966:97-99),很难想像这一举动会让孔子不高兴。说到孟子,他也对献祭有赞许之言,包括动物献祭,只要它们是为了公共利益并由统治者正确地实施。当他还是一个孩子时,也吃母亲给他的猪肉。以下引述可表明他是喜欢肉食的:

公孙丑问曰,“脍炙与羊枣孰美?”孟子曰,“脍炙哉”(Legge,1895:497)。

孟子喜好鱼,而喜好熊掌更甚。在他所列举的一系列正当行为中提到要善待父母并推及其他的人,但并未说到要避免杀生和食肉。相反,他观察到50岁以上的人非穿帛不暖,70岁以上的人非食肉不饱(Legge,1895:17,44,236-37,266-67,337,399,411,437-38,460-62,483-84,497-98)。

(2) 佛教及其素食主义的努力

佛教传入中国初期,时与道教信仰相提并论;在另一种背景下,这一宗教名称出现在与献祭的联系中。献祭在汉代的道教信仰中是重要事件,有一位皇帝曾以动物为牺牲把佛祖和早期的道教哲学家老子放在一起祭祀。很难想像那些来到中国的虔诚的印度佛教僧人会饶恕这类祭祀,实际上这类举动比起经过更改的现存道教实践,并未更多地“染上佛教的气息”(Zurcher,1959:26-27,36-37)。这种情形表明,如果汉代以后就中断与印度的交往,那么中国佛教很可能会成为另一种道教崇拜。如果是这样,它是否连动物献祭都能容忍,就很难说了。

然而交往并未断绝,而且两种运动成为竞争对手,道教面临一种新宗教的侵入,为了保住自己的拥护者进行了几个世纪的斗争(Smith,1968:108-9,119-21)。温斯坦最近关于唐代佛教史的研究(Weinstein,1987:43,49,83,88,102,114,123,139,145,146,201)突出地显示了佛教与道教命运的变化如何影响了动物宰杀和素食主义的活动。同样重要的是显示出佛教对于道教的影响,后者也赞同了在其圣日禁止杀戮。唐代是一个某个皇帝偏爱佛教而下个皇帝则可能反对它的时期。公元619年,唐朝建立未久,高祖皇帝就扩大了已经存在的关于宰杀动物和鱼类的禁令(违者以犯罪论处),包括在新年的最初九天和每个月的佛教忌日禁止宰杀。在691年,虔诚信佛的武后开始把佛教置于道教之上,并据其所好制定了各种律令,包括禁止所有动物宰杀和鱼类的捕捉。我们只能猜想这样一个禁令如何去执行。无论如何,这一禁令惹恼了儒家信徒,他们声称它阻碍了他们进行献祭;此禁令在700年被最终废除。然而有限的禁令仍继续被执行,它们经过后代皇帝们根据其道教或佛教知识得到修正,例如一个赞成道教的皇帝只限制在道教圣日的宰杀。

多个唐代皇帝以及商人都曾为佛教人士,有时也包括道教人士和其他人举行过盛大的斋筵。在某些皇室的宴会上,受到邀请的只有著名的佛教僧人;另一些皇室宴会,则是所有寺庙的僧众都出席的,人员可达数千,甚至多至上万人。文宗皇帝(公元826—840)曾试图抑制佛教寺院的势力,他警告其民众不得为庆祝他的生日而以斋筵

招待僧人,而这却是前任几个皇帝的习惯做法。尽管他也禁止在他的寿辰日屠宰动物,但却发布政令强调这一做法是出于他对生命的尊重,而不是出于对佛教有任何信仰或寻求其支持。为使人们接受他的观点,他允许在其生日宴会上提供腌肉,这一举动也是为了防止佛教人士的参与。他的后继者武宗皇帝(公元840—846)继续了对佛教的抑制,并且取消了三个月的佛教忌日期间不得宰杀动物的禁令,但到了宣宗(公元846—859),又重立了禁令。此外,在他即位后的第一个寿诞日,宣宗在宫廷内举办了盛大的斋筵,佛教僧人和道教僧人被一起邀请出席。道教的出现是由于一个著名道士的支持,他曾到朝廷为一项关于圣月中的八天内不得屠宰的禁令辩护。宣宗的儿子李温(懿宗)甚至比他的父亲更信奉佛教,他在每月的六大佛教忌日为上千名僧人举行盛大宴会。他还为被尊为佛指骨的圣骨残片组织迎佛骨仪式,其时富贵人家沿道设置华美帐篷,里面摆有素食供僧人和俗民享用。

(3) 传统中国的素食主义

尽管儒家思想和道教思想都受到了佛教的影响,但自唐代以来,佛教依然是中国最大的主张素食的力量,它的虔诚信徒所表达的情感与古代印度的信徒们相呼应。一本现代中国佛教宣传小册子的作者论述道,获得幸福的一种方式就是爱护有生命的造物并且拒绝杀害它们或食用它们的肉。他特别指出杀死狗和牛是极大的残忍,因为这些动物从主人那儿所获甚少,却忠诚地服务于人类的利益。另一方面,该作者还说道,在婚礼和葬礼上食肉是允许的,而日常饮食中蔬菜足矣,因为这不仅有助于一个人获得幸福,而且还可以省钱。在其他地方他还试图反驳认为动物献祭有益于祭祀对象的中国传统观念。他辩称,在葬礼中宰杀动物,会给死者带来罪孽,而给儿子庆祝生日时这种杀戮甚至会导致孩子丧命(Wieger and Cavrut, 1981: 197 - 205)。

佛教小册子的作者注意到,道教和儒家也提倡对有生命动物的同情和反对杀戮的情感。但这却忽视了这样一个事实,从汉代就兴起且延续下来的祭孔仪式中,崇拜先贤是以动物尤其是牛、绵羊或山羊以及猪为牺牲的(Doulittle, 1865: 1: 359 - 58; Soothill, 1923: 239; Yang, 1961: 253 - 55; Shryock, 1966: 97, 99 - 100, 106, 107, 168 - 76, 203 - 4; Smith, 1968: 140 - 47)。一个多世纪以前,据估计,每年除了牛的献祭以外,还有超过62,000只羊、猪、兔和鹿被供奉于孔庙。佛教小册子的作者或许也没有获得全面正确的关于现代道教的印象,尽管在关于道教吸取佛教戒律的程度方面他是正确的。现代道教划分为许多派别,其信仰与实践都十分不同。在这些信仰中有对动物的怜悯和素食主义,后者尤其多见于寺庙(Smith, 1968: 110)。在中国19世纪被视为最流行的道教作品中,^①人们可以读到赞同怜悯动物的声音,反对在日常生活中食用肉类的告诫,以及认为仅仅为满足口味之好而杀害动物是犯罪的看法。同时,这些作品也承认例外:人们在某些特殊场合,如新年的聚餐、献祭之时和接待客人时可以食用肉类(Wieger

^① 即关于行为与报应的文章(Essay on actions and retributions)可能写于公元11世纪,就如美国的Gideon Bibles,其复制品是由寺庙和慈善组织免费分发的(Welch, 1958: 139 - 40; Smith, 1968: 110)。

and Davrout, 1981: 246, 252, 283)。

儒、道、释关于杀生和素食主义的信仰与实践逐渐有所混合以致很难弄明白它们之间差别。而理解普通中国人的日常行为甚至更难,因为中国人谈及那三种信仰时仿佛是把宗教思想具体化了,而且他们并未发现那与参加仪式和把一种以上甚至三种要素都包容在一起有何矛盾(Williams, 1895, 2: 193 - 94; Rattenbury, 1944: 140; Burkhardt, 1953 - 58, 3: 10 - 11; Thompson, 1975: 103 - 5)。这导致了在有关素食主义的观念和信仰上人和人之间的显著差异。然而,人们却普遍认为,对一个献身于宗教的人来说,食肉是耽于口腹之欲的、有罪的和不适当的行为。的确,中国人总把食素行为与宗教人士联系在一起,他们最初就把基督教传教士视为并称之为“食素者”,直到后来才对他们所知略多(Doolittle, 1865, 2: 183)。

下面来看看在传统的中国及其邻国尊重动物生命和素食主义的另外一些表现,人们会注意到佛教的放生和在寺院中喂养鸟、鱼和其他生物的做法。有时,在佛教的寺院或庙宇中会养一些动物;例如养在水池里的鱼和龟,人们相信喂养它们就能得到善报(Latourette, 1964: 544)。有时还能看到养在寺院中的动物是一头猪,一只羊,或是鸡、鸭,而它有着一只畸形的脚,类似于人的足,这表明那只动物前世的化身曾经是人(Rattenbury, 1944: 137 - 38)。在西藏和蒙古的佛教信徒尽管可以食肉,但却尽量避免为食而杀生的罪过。方式之一就是把这个任务交于屠夫之手;那些屠夫可能是不为杀生所困扰的中国穆斯林,但无论其族属如何,这些人都会因其职业而被轻视。在中国特有的干旱期间,当官员和某些民众代表要去寺庙求雨时,政府会发布命令让屠夫们停止他们的活动。这一命令基于这样的看法:食肉者去祈雨有不虔诚之嫌,会导致超自然的神灵不理睬他们的祈求(Doolittle, 1865, 2: 183 - 84)。

除了干旱期间人们被迫食素以外,许多传统的中国人在其生命的某个时间也会起誓不食肉类。这种誓约可能是对某个神而发的,出于深信一个人免食肉类就会得到好处,他所祈求的——如长寿、健康、富裕、子嗣等——就可能被神注意到。^①这类誓约也可以因参加某种宗教入会仪式而发,或与佛教和道教的素食者团体有关(Doolittle, 1865, 1: 184 - 86; Wiegner and Davrout, 1913: 205; Reichelt, 1968: 165)。云南的一个非汉族部落民家人(Min Chia, 白族),一直受到佛教的影响,其老年妇女参加一种素食者社团并做出某种许诺免进肉食(FitzGerald, 1940: 179 - 80)。在新加坡,一项对中国妇女素食团体会所的研究发现,住在那里的未婚或单身妇女除一人外都是佛教信徒。^②

禁肉食的誓约通常有时间的限定,人们只在誓言约定的时间或场合中遵守它,例如每日的早餐或每月第三天的全天。一个誓言也可以特别指定某一种允许吃的素食,比如除了米饭其他均不可食用。持续终生的戒肉食誓约非常少见,它们仅限于神职人员和特别虔诚的俗民,而后者多为妇女,尤其是寡妇。

^① 有一个关于明代的食素妇女的故事,她因违背了素食主义的誓约,患病而亡,见 Cornack, 1935: 161 - 66。

^② 有关佛教素食者会所和马来西亚素食主义的情况,见 Wong, 1967: 155 - 58。

在此引起特殊兴趣的问题是,哪些特别的“荤食”是被禁止的。我们提出这个问题,是因为有些食物虽然被归入禁食的荤食之列,但实际上它们却是蔬菜。我们提到的洋葱和大蒜,在印度也被划入禁食的范围。对“素食”的定义似乎也是灵活的,杜利特尔(Doolittle, 1865, 2:183)写到有三种咸水海洋动物或由它们而制成的产品(未经识别)是允许食用的,中国人由此断言“素食中也有三种肉”。^① 韦尔奇(Welch, 1967:112)在关于本世纪上半叶中国佛教僧人的著作中,提出了一份更长的禁止或避免食用的食物项目表,其中包括肉、鱼、蛋、奶制品、洋葱及其同类食物,还有所有的酒类饮料。我们将在后面的章节中再讨论这些禁食项目,在此我们只探讨被禁食物的项目完全不限于肉类本身。

从地域性视角来看禁食项目,可以发现地区之间这些禁令的实行有着显著的差异。在1930年代后期云南的一个汉人村庄里,只有佛教僧人是食素者,此外只有佛教妇女会的妇女遵循一些肉食限制;一个月中有两天她们只吃蔬菜和米饭(Osgood, 1963:322-23)。在长江流域的一个村子里,真正的素食主义是很少见的,只有少数几个寡妇实行素食。其他的妇女虽然相信杀生不为神所赞许,但还是每两个星期才吃一次素斋(Fei, 1946:128)。这与浙江沿海风景优美的普陀山寺庙的情形非常不同,普陀山是来自全国的佛教朝圣者的目的地,1935年时山上的佛教僧人就占到人口的半数以上,那里没有肉类或蛋品的买卖,而且还禁止引进肉类制品(Liu, 1937:134-35; Rattenbury, 1944:144, 157)。

普陀山的例子引起人们对佛教寺院和庙宇在中国素食主义信仰中的特殊作用的关注。旅行到这类地方的朝圣者会按规定只吃素食,而且在寺院附近通常聚集着素菜餐馆。在寺院和庙宇中,和尚和尼姑们只食素菜,访问者也只能吃同样的饭食。^② 其实佛祖本人是允许其僧人们食用肉和鱼的,只要他们不知道那些动物是特别为他们而宰杀的。在有些信仰佛教的国家,僧人化缘得来的肉类食物被归入可食范围,按照佛的裁决,吃这种食物是不受惩罚的。然而在中国,佛教僧人们并不是到处化缘的托钵僧,他们通常用自己种植的或购买和收租得来的食物原料在寺院里制作自己的饭食(Thompson, 1975:88)。僧人们不能忽视食物的来源,即使他们希望那样做,食素对于他们来说是道德的约制。

(4) 中国的素食烹饪

在西方,素食经常被认为是单调乏味的。然而在中国,并未失去对美食的兴趣的和尚和尼姑们却发明了美味的素菜。一些佛教寺院所具有的烹饪传统可以追溯到中

^① 公元7世纪中国的佛教朝圣者玄奘看到,印度的小乘佛教信徒把三种动物的肉,即野鹅、小牛和一种特别的鹿作为合法的食物。玄奘作为一个虔诚的大乘佛教徒不吃这些肉,而其他的大乘佛教信徒也禁绝食用奶和奶制品(Watters, 1904-5, 1:57; Benerjee, 1977:59)。

^② 根据一个来自清代的报告,为了赢得主顾,佛教寺院中的厨师并不排除在其素菜中加入少量的鸡汤或鸡油以改善菜的味道(Spence, 1977:290)。还有关于佛教寺院中甚至更严重的违反酒肉禁规的报告,但与此相抵,人们发现关于外国人的报道又转而担心他们会私带肉食进入寺院并食用它们(Welch, 1967:112-13)。

古时期或者更早,而且他们的菜肴丰富多样,尽管制作量比家庭烹饪要大得多。在寺院中要为数百名僧人准备食物,因而炉灶和炊事容器都非常大,一个装切好备炒蔬菜的蓝子就有三英尺的直径,这样多的菜需要两个人用竹制的耙子一同翻炒(Holmes, 1948:136)。访问者的到来通常还会大大增加在寺院中就餐的人数。例如,在北京地区,世俗人士也可到佛教寺院或庙堂中去吃斋饭,尽管在北京城里的多数餐馆如果客人提出要求也能制作这些素食(K. Lo, 1971:25-26; 1979c:106-7)。在一些地区,有专门的餐馆提供素食烹饪,如在宋代的杭州,就有专营“斋食”的餐馆(Freeman, 1977:161)。寺院的烹饪方式也走进了宫廷厨房,正如清宫里提供的佛门菜肴所显示的那样(Davis, 1966:126-36)。

许多因寺庙烹制而产生的素菜有时还会冠以表明与佛教相关联的名称,例如,“佛欢喜”(Buddha's Delight),就是用素肉、黑蘑菇、云耳、生姜、百合花、酱油和其他配料制作而成的(Chang et al., 1970:425),还有“罗汉素什锦”(Lo-Han Grand Vegetarian Ensemble)(罗汉是佛教寺庙中的次要神)(Lo, 1979c:110)。人们还可以把佛教的素食制作与肉食结合起来,例如“罗汉鸭”(Duck with Buddhist Vegetables)(Lee and A. E. Lee, 1980:44)。或者在完全不用肉和鱼的情况下,人们也能吃到美味的类似素食,这类食品通常用谷类和豆腐制成,而尽量与牛肉、猪肉,鸡、鲍鱼甚至鱼翅相似^①(C. S. Wong, 1967:157; Jenner, 1968:41; E. N. Anderson and M. L. Anderson, 1977:326, 339)。这些食物制品在外表上可以非常像肉,以致需要说服那些虔诚的素食主义者相信它们事实上是可以接受的食物(Mote, 1977:224)。

^① 有关素火腿的制作法,见 Lin and T. Lin, 1972:81; 关于素鸡,见 Huang, 1972:111; 以及素鱼,即用马铃薯代替鱼做成,见 Gin, 1984:97。

附篇二参考文献

Ahern, Emily M. (1973). *The Cult of the Dead in a Chinese Village*. Stanford: Stanford University Press.

——(1974). “Affines and the rituals of kinship”, pp. 279 – 307. In: Arthur P. Wolf (ed.), *Religion and Ritual in Chinese Society*. Stanford: Stanford University Press.

——(1978). “Sacred and secular medicine in a Taiwan village: A study of cosmological disorders,” pp. 17 – 39. In Arthur Kleinman, Peter Kunstadter, E. Russell Alexander, and James L. Gate(eds.), *Culture and Healing in Asian Societies*. Boston: G. K. Hall & Co.; Cambridge, Mass.: Shenkman Publishing Company.

Anderson, Eugene N., Jr. (1970a). *The Floating World of Castle Peak Bay*. *Anthropological Studies*, No. 4. Washington, D. C.: American Anthropological Association.

——(1987). “Why is humoral medicine so popular?” *Social Science and Medicine*. 25:331 – 37.

——(1988). *The food of China*. New Haven and London: Yale University Press.

Anderson, Eugene N., Jr., and Marja L. Anderson (1968). *Folk Medicine in Rural Hong Kong*, *Ethnoiatría*. 2:22 – 28.

——(1976). “Folk dietetics in two Chinese communities, and its implications for the study of Chinese medicine, pp. ” 143 – 75 In: Arthur Kleinmen, Peter Kunstadter, E. Russell Alexander, and James L. Gate(eds.), *Mechicine in Chinese Cultures*. DHEW Publication No. (NIH)75 – 63. Washington, D. C.: U. S. Government Printing Office.

——(1977). “Modern China: South”, pp. 319 – 82 In: K. C. Chang (ed.), *Food in Chinese Culture*. New Haven: Yale University Press.

Arlington, L. C., and William Lewisohn (1935). *In Search of Old Peking*. Peking: H. Vetch.

Baker, Hugh D. R. (1968). *A Chinese lineage village; Sheung Shui*. Stanford: Stanford University Press.

——(1979). *Chinese Family and Kinship*. New York: Columbia University Press.

——(1983). “The rituals of the table”, *Times Literary Supplement (London)*, June 24, p. 6726.

Ball, J. Dyer (1906). *Things Chinese*. Fourth Edition. New York: Charles Scribner's

Sons.

Banerjee, Anukul Chandra (1977). *Studies in Chinese Buddhism*. Calcutta; Firma KLM(P) Ltd.

Best, A. E. (1926). "Chinese folklore: Relating to conception and maternity", *China Medical Journal*. 40:564 - 74.

Bradshaw, Wilda Hockenberry (1934). "Experiences of a dietician in South China", *Trained Nurse and Hospital Review*. 92:171 - 75.

Bray, Francesca (1984). "Agriculture", Part 2 of vol. 6 (Biology and Biological Technology) of Joseph Needham, *Science and Civilisation in China*. Cambridge: Cambridge University Press.

Bridgman, Robert F. (1974). "Traditional Chinese medicine", pp. 1 - 21 In: John Z. Bowers and Elizabeth F. Purcell (eds.), *Medicine and society in China*. New York: Josiah Macy, Jr. Foundation.

Burkhardt, V. R. (1953 - 58). *Chinese Creeds and Customs*. Hong Kong: The South China Morning Post, Ltd. 3 vols.

Burkill, I. H. (1966). "A dictionary of the economic products of the Malay Peninsula." Kuala Lumpur: Ministry of Agriculture and Cooperatives. 2 vols.

Chan, Sue S. (1973). "The Chinese diet and pregnancy", *Papers of the Kroeber Anthropological Society*. 47 - 47:148 - 64.

Chang, Betty (1974). "Some dietary beliefs in Chinese folk culture", *Journal of the American Dietetic Association*. 65:436 - 38.

Chang, Kwang-chih (1976). "Early chinese civilization: Anthropological perspectives". Harvard-Yenching Institute, *Monograph Series*, vol. 23. Cambridge and London: Harvard University Press.

——(ed.) (1977b). *Food in Chinese Culture: Anthropological and Historical Perspectives*. New Haven and London: Yale University Press.

——(1980). *Shang Civilization*. New Haven and London: Yale University Press.

——(1986). *The Archaeology of Ancient China*. Fourth Edition. New Haven and London: Yale University Press.

Chang, Wonona W., Irving B. Chang, Helene W. Kutscher, and Austin H. Kutscher (1970). *An Encyclopedia of Chinese Food and Cooking*. New York: Crown Publishers.

Chao, Buwei Yang (1972). *How to Cook and Eat in Chinese*. Third Edition. New York: Vintage Books.

Chen, James Y. P. (1973). "Chinese health foods and herb tonics", *American Journal of Chinese Medicine*. 1:225 - 47.

Cheng, F. T. (1954). *Musings of a Chinese Gourmet*. London: Hutchinson.

- Chiu, M. M.** (1984). *The Tao of Chinese Religion*. Lanham, New York, London; University Press of America.
- Cormack, Mrs J. G. [Annie]** (1935). *Everyday Customs in China*. Edinburgh and London; Moray Press.
- Couling, Samuel** (1917). *The Encyclopaedia Sinica*. Shanghai; Kelly and Walsh.
- Crozier, Ralph C.** (1968). *Traditional Medicine in Modern China*. Cambridge; Harvard University Press.
- Davis, Lucille** (1966). *Court Dishes of China; The Cuisine of the Ch'ing Dynasty*. Rutland, Vt.; Tokyo, Japan; Charles E. Tuttle Company.
- de Groot, J. J. M.** (1964). *The Religious System of China. First published at Leyden by E. J. Brill, 1892 - 1910. Taipei; Literature House, Ltd. 6 vols.*
- Doolittle, Justus** (1865). *Social Life of the Chinese*. New York; Harper & Brothers. 2 vols.
- Eberhard, Wolfram** (1952). *Chinese Festivals*. New York; Henry Schuman.
- Fei, Hsiao-tung** (1946). *Peasant Life in China; A Field Study of Country Life in the Yangtze Valley*. New York; Oxford University Press.
- Feng, Doreen Yen Hung (n. d.)**. *The Joy of Chinese Cooking*. New York; Grosset and Dunlap.
- FitzGerald, C. P.** (1940). "The religion of a non-Chinese tribe of Yunnan", *Man*, 40: 178 - 82.
- Freedman, Maurice** (1970). "Ritual aspects of Chinese kinship and marriage", pp. 163 - 87. In; Maurice Freedman (ed.), *Family and Kinship in Chinese Society*. Stanford: Stanford University Press.
- Freeman, Michael** (1977). "Sung", pp. 141 - 76 In; K. C. Chang (ed.), *Food in Chinese Culture*, New Haven and London; Yale University Press.
- Gamble, Sidney D.** (1933). *How Chinese Families Live in Peking*. New York and London; Funk & Wagnalls Company.
- Gargan, Edward A.** (1988). "China tries to skewer a sacred cow", *New York Times* (National Edition), Thursday, February 10, p. 4.
- Giles, Herbert A.** (1876). *Chinese Sketches*. London; Trubner and Co.; Shanghai; Kelly and Co.
- Gin, Maggie** (1984). *Regional Cooking of China*. San Francisco; 101 Productions.
- Gould-Martin, Katherine** (1978). "Hot cold clean poison and dirt; Chinese folk medical categories", *Social Science and Medicine*, 12: 39 - 46.
- Gray, John Henry** (1878). *China: A History of the Laws, Manners, and Customs of the People*. London; Macmillan and Company. 2 vols.

Hahn, Emily, and the editors of Time-life Books (1973). *The Cooking of China*. New York: Time-Life Books.

Hirth, Friedrich, and W. W. Rockhill (trans.) (1966). *Chau Ju-kua; His Work on the Chinese and Arab Trade in the Twelfth and Thirteenth Centuries*, entitled *Chu-fan-chi*. vol. 1 [Reprint of the 1911 book published in St. Petersburg]. New York: Paragon Book Reprint Corp.

Holmes, Maybel Marion (1948). *A source book of Chinese food Habits*. Unpublished Ph. D. Dissertation in Home Economics, Cornell University.

Hou, H. C. (1938). "Dietary principles in ancient Chinese medicine", *Chinese Medical Journal*. 53:347 - 52.

Hsu, Vera Y. N., and Francis L. K. Hsu (1977). "Modern China: North", pp. 295 - 316 in: K. C. Chang (ed.), *Food in Chinese Culture*. New Haven and London: Yale University Press.

Hu, Hsien-chin (1948). "The common descent group in China and its functions". *Viking Fund Publications in Anthropology*, No. 10. New York: Viking Fund.

Huang, Ray (1969). "Fiscal administration during the Ming Dynasty", pp. 73 - 128. In: Charles O. Hucker (ed.), *Chinese Government in Ming Times*. New York and London: Columbia University Press.

Huang, Su-huei (1972). *Chinese Cuisine; Wei-Chuan Cooking Book*. Taipei: Wei-Chuan Foods Corp.

Jelliffe, Derrick B., and F. J. Bennett (1960). "Indigenous medical systems and child health", *Journal of Pediatrics*. 57:248 - 61.

Jenner, Alice (1968). "Social, emotional and cultural influences as related to eating patterns and malnutrition", *Canadian Nutrition Notes*. 24:37 - 43.

Koo, Linda C (1973). "Traditional Chinese diet and its relationship to health", *Papers of the Kroeber Anthropological Society*. 48:116 - 47.

Laderman, Carol (1983). *Wives and Midwives; Childbirth and Nutrition in Rural Malaysia*. University of California Press.

— (1987). "Destructive heat and cooling prayer: Malay humoralism in pregnancy, childbirth and the postpartum period", *Social Science and Medicine*. 25:357 - 65.

Latourette, Kenneth Scott (1964). *The Chinese, their history and culture*. Fourth Edition. New York: Macmillan; London: Collier-Macmillan.

Latsch, Marie-Luise (1984). *Chinese traditional festivals*. Beijing: New World Press.

Lee, Calvin B. T., and Audrey Evans Lee (1980). *The Gourmet Chinese Regional Cook Book*. Secaucus, N. J.: Castle Books.

Legge, James (trans.) (1893). "Confucius: Confucian analects, the great learning and

- the doctrine of the mean". Second Edition. *Chinese Classics*, vol. 1. Oxford: Clarendon Press.
- (trans.)(1895). "The works of Mencius", Second Edition. *Chinese Classics*, vol. 2. Oxford: Clarendon Press.
- Li, Chi**(1977). *Anyang*, Seattle: University of Washington Press.
- Lin, Hsiang Ju, and Tsuifeng Lin**(1972). *Chinese Gastronomy*. New York: Pyramid Publications.
- Lin, Yutang**(1935). *My Country and My People*. New York: Reynal and Hitchcock.
- Ling, Stella, Janet King, and Virginia Leung**(1975). "Diet, growth, and cultural food habits in Chinese-American infants", *American Journal of Chinese Medicine*. 31:125 - 32.
- Liu, En-lan**(1937). "Pootu, a lost island", *Economic Geography*. 13:132 - 38.
- Lo, Kenneth H. C.**(1971). *Peking Cooking*. New York: Pantheon Books.
- (1979c). *The Encyclopedia of Chinese Cooking*. New York: A & W Publishers.
- Manderson, Lenore**(1987). "Hot-cold food and medical theories: Overview and introduction", *Social Science and Medicine*. 25:359 - 30.
- Martin, Yan-kit**(1984). *Chinese Cooking: Step by Step Techniques*. New York: Random House.
- Maspero, Henri**(1981). *Taoism and Chinese Religion*. Translated by Frank A. Kierman, Jr. Amherst: University of Massachusetts Press.
- Mathews, Megan, and Lenore Manderson**(1981). "Vietnamese behavioral and dietary precautions during confinement", *Ecology of Food and Nutrition*, 11:9 - 16.
- Messer, Ellen**(1987). "The hot and cold in Mesoamerican indigenous and Hispanicized thought", *Social Science and Medicine*. 25:339 - 46.
- Morse, William R.**(1926 - 29). "The practices and principles of Chinese medicine", *Journal of the West China Border Research Society*. 3:82 - 104.
- (1934). *Chinese medicine*. New York: P. B. Hoeber.
- Mote, Frederick W.**(1977). "Yuan and Ming", pp. 193 - 257 In: K. C. Chang (ed.), *Food in Chinese Culture*. New Haven and London: Yale University Press.
- Needham, Joseph, and Gwei-djen Lu**(1962). "Hygiene and preventive medicine in ancient China", *Journal of the History of Medicine and Allied Sciences*. 17:429 - 78.
- Needham, Joseph, and Wang Ling**(1956). "History of scientific thought", vol. 2 of Joseph Needham, *Science and Civilisation in China*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Nelson, H. G. H.**(1974). "Ancestor worship and burial practices", pp. 251 - 77 In: Arthur P. Wolf (ed.), *Religion and Ritual in Chinese Society*. Stanford: Stanford University Press.
- Oiso, Toshio**(1976). "History of food and diet in Japan", *Progress in Food and Nutri-*

tion Science. 2:35 -48.

Osgood, Cornelius (1963). *Village Life in Old China: A community Study of Kao Yao, Yunnan*. New York: Ronald Press Company.

Palos, Stephen (1971). *The Chinese Art of Healing*. New York: Herder and Herder.

Peterson, Wendy (1973). "The hot-cold food concept: An introduction", *Seminar Report in Geography*, University of California, Davis. 22pp.

Pillsbury, Barbara L. K. (1978). "Doing the month; Confinement and convalescence of Chinese women after childbirth", *Social Science and Medicine*. 12:11 -22.

Pool, Robert (1987). "Hot and cold as an explanatory model: The example of Bharuch District in Gujarat, India", *Social Science and Medicine*. 25:389 -99.

Porkert, Manfred (1974). *The Theoretical Foundations of Chinese Medicine: Systems of Correspondence*. Cambridge, Mass., and London, England: MIT Press.

Rattenbury, Harold B. (1944). *China, My China*. London: Frederick Muller.

Read, Bernard E. (1976). "Chinese materia medica: Animal drugs". *Chinese Medicine Series*, vol. 4. Reprinted from the Peking Natural History Bulletin, 1931. Taipei: Southern Materials Center.

Reichelt, Karl Ludvig (1968). *Truth and Tradition in Chinese Buddhism*. Reprint of the Second Edition, 1928. Translated by Kathrina van Wagenen Bugge. New York: Paragon Book Reprint Corp.

Ross, Edward Alsworth (1911). *The Changing Chinese*. New York: Century Company.

Schafer, Edward H. (1963). *The Golden Peaches of Samarkand: A Study of T'ang Exotics*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.

—— (1967). *The Vermilion Bird: T'ang Images of the South*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.

Schafer, Edward H., and Benjamin E. Wallacker (1957 - 58). "Local tribute products of the T'ang Dynasty", *Journal of Oriental Studies*. 4:213 -48.

Shiang, Elaine, and Frederick P. Li (1971). "The yin-yang (cold-hot) theory of disease", *Journal of the American Medical Association*. 217:1108.

Shryock, John K. (1966). *The Origin and Development of the State Cult of Confucius*. Reprint of work published originally in 1932. New York: Paragon Book Rrprint Corp.

Sivin, Nathan (1980). "Science in China's past", pp. 1 -29 In: Leo Orleans (ed.) *Science in contemporary China*. Stanford: Stanford University Press.

Smith, Arthur H. (1894). *Chinese Characteristics*. New York: Fleming H. Revell Company.

Smith, D. Howard (1968). *Chinese Religions*. London: Weidenfeld and Nicolson.

Soothill, W. E. (1923). *The Three Religions of China*. Second Edition. London and New York: Oxford University Press.

Soubeiran, J. Leon, and P. Dabry de Thiersant (1874). *La Matiere Medicale Chez les Chinois*. Paris: G. Masson.

Sowerby, Arthur de C. (1940). *Nature in Chinese Art*. New York: John Day Company.

Spence, Jonathan (1977). "Ch'ing", pp. 259 - 94 In: K. C. Chang (ed.), *Food in Chinese culture*. New Haven and London: Yale University Press.

Tan, Swee Poh, and Erica F. Wheeler (1983). "Concepts relation to health and food held by women in London", *Ecology of Food and Nutrition*. 13:37 - 49.

Thompson, Laurence G. (1975). *Chinese Religion; An Introduction*. Second Edition. Encino, Cal., and Belmont, Cal.: Dickenson Publishing Company.

Thomson, John Stuart (1909). *The Chinese*. Indianapolis: Bobbs-merrill Company.

Tiger, Lionel, and Teinhart Wolf (1985). *China's Food; A Photographic Journey*. New York: Frinedly Press.

Topley, Marjorie (1954). "Chinese women's vegetarian houses in Singapore", *Journal of the Malayan Branch, Royal Asiatic Society*. 27:51 - 67.

—— (1970). "Chinese traditional ideas and the treatment of disease; Two examples from Hong Kong", *Man*. 5:421 - 37.

—— (1976). "Chinese traditional etiology and methods in Hong Kong", pp. 243 - 65 In: Charles Leslie (ed.), *Asian Medical Systems; A Comparative Study*. Berkeley: University of California Press.

Tun, Li-ch'en (1965). *Annual Customs and Festivals in Peking*. Second Edition. Translated and annotated by Derk Bodde. Hong Kong: Hong University Press.

Unschuld, Paul U. (1985). *Medicine in China; A History of Ideas*. Berkeley, Los Angeles, London: University of California Press.

Veith, Ilza (1949). *Huang ti nei ching su wen; The Yellow Emperor's classic of internal medicine*. Baltimore: Williams and Wilkins Company.

Walker, Eejamin (1968). *The Hindu World*. New York: Frederick A Praeger. 2 vols.

Wallnofer, Heinrich, and Anna von Rottauscher (1965). *Chinese Folk Medicine*. Translated by Marion Palmedo. New York: Bell Publishing Company.

Ware, James R. (trans.) (1966). *Alchemy, Medicine, Religion in the China of A. D. 320; The Nei P' ien of Ko Hung (Pao - p' u tzu)*. Cambridge, Mass.: M. I. T. Press.

Watt, George (1889 - 1896). *A Dictionary of the Economic Products of India*. London: W. H. Allen and Co. 6 vols.

Watters, Thomas (1904 - 1905). *On Chwang's Travels in India, 629 - 645 A. D.* Oriental Translation Fund, New Series, vol. 14. London: Royal Asiatic Society. 2 vols.

Wei, Ling Y. (1976). "Theoretical foundation of Chinese medicine; A modern interpretation". *American Journal of Chinese Medicine*. 4:355 - 72.

Weinstein, Stanley (1987). *Buddhism Under the T' ang*. Cambridge; Cambridge University Press.

Welch, Holmes (1958). *The Parting of the Way; Lao Tzu and the Taoist Movement*. London; Methuen and Company.

——— (1967). *The Practice of Chinese Buddhism, 1900 – 1950*. Harvard East Asian Series, No. 26. Cambridge; Harvard University Press.

Wheatley, P. (1959). "Geographical notes on some commodities involved in Sung maritime trade", *Journal of the Malayan Branch, Royal Asiatic Society*. 32:1 – 140.

Wheeler, Erica, and Swee Poh Tan (1983). "From concept to practice; Food behaviour of Chinese immigrants in London", *Ecology of Food and Nutrition*. 13:51 – 57.

Whyte, Robert Orr (1972). *Rural Nutrition in China*. Hong Kong and New York; Oxford University Press.

Wieger, L., and L. Davrout (1981). *Moral Tenets and Customs in China*. Reprint of 1913 edition. New York and London; Garland Publishing.

Williams, C. A. S (1941). *Outlines of Chinese Symbolism and Art Motives*. Third Revised Edition. Shanghai; Kelly and Walsh.

Williams, S. Wells (1895). *The Middle Kingdom*. New York; Charles Scribner's Sons. 2 vols.

Wilson, Christine S. (1971). "Food beliefs affect nutritional status of Malay fisherfolk", *Journal of Nutrition Education*. 2:96 – 98.

Wolf, Arthur P. (1974). "Gods, ghosts, and ancestors", pp, 131 – 82 In: Arthur P. Wolf (ed.), *Religion and ritual in Chinese society*. Stanford; Stanford University Press.

Wong, C. S. (1967). *A Cycle of Chinese Festivities*. Singapore; Malaysia Publishing House Limited.

Wong, K. Chimin, and Wu Lien-teh (1936). *History of Chinese medicine*. Second Edition. Shanghai; National Quarantine Service.

Yang, C. K. (1961). *Religion in Chinese Society*. Berkeley, Los Angeles, London; University of California Press.

Yeung, David L., Lilian W. Y. Cheung, and Jean H. Sabry (1973). "The hot-cold food concept in Chinese culture and its application in a Canadian-Chinese community", *Journal of the Canadian Dietetic Association*. 34:197 – 203, 209.

Yule, Henry, and A. C. Burnell (1903). *Hobson-Jobson*; "A glossary of colloquial Anglo-Indian words and phrases, and of kindred terms, etymological, historical, geographical and discursive". New Edition edited by William Crooke. London; John Murray.

Zurcher, E. (1959). "The Bddhist conquest of China". *Sinica Leidensia*, vol. 11, Nos. 1 and 2. Leiden; F. J. Brill.