



特别策划

人生百味 四方食事

在历史余香中品味人间烟火

□ 裴金超

在历史的长河中,饮食不仅是生存的基本需求,更是文化传承与社会风貌的生动写照。作家王西平的新著《古味风华录:打捞历史深处的饮食细节》便是这样一部通过微观历史的独特视角,以中国古代饮食文化为主题,通过大量史书、笔记、诗文以及绘画、器物等资料,细腻展现了三千年中国人饮食生活细节,并梳理和考辨出一幅幅烟火漫卷的古味图景。这部作品不仅是一次跨越时空的文化探索,更是一次对古人生活方式与文化精神的深入品味。

全书共分四辑,涵盖了饮食文化的多个维度。作者王西平作为一位诗人、美食作家和纪录片导演,其独特的文学素养和审美视角为本书增色不少。他以细腻的笔触和生动的语言,将古代饮食文化的精髓体现得淋漓尽致。同时,他还通过史实考辨与文化溯源,还原了历代饮食的细节,使得本书既具有学术性又具有通俗性,让读者在轻松愉快的阅读中领略到了中国饮食文化的博大精深。

本书的视野广阔,涵盖了社会各个阶层,既有帝王将相、文人墨客,也有市井百姓。书中对于古代帝王将相的饮食描绘尤为生动。他们的饮食习惯、偏好以及与之相关的趣闻轶事,都被王西平一一挖掘并娓娓道来。以唐太宗李世民为例,他的饮食偏好不仅彰显了个人的独特品位,更深层次地映射出当时社会的饮食潮流与风尚。王西平在书中特别指出,唐太宗对羊肉,尤其是宁夏滩羊,极为喜爱,因其肉质细嫩、风味绝佳而情有独钟。其原因与他

的血脉渊源密不可分,太宗的母亲窦太后是鲜卑人,而皇后长孙氏同样出身于鲜卑贵族。这种跨民族的婚姻,不仅促进了文化的交融,也让饮食习惯在潜移默化中相互影响。

王西平在书中还深入挖掘了历史上诸多文化名人与美食的不解之缘。如苏东坡因“乌台诗案”被贬黄州,穷得无米下锅,只能自己开荒种地,挖野菜。当时宋朝的富贵人家不屑于吃猪肉,穷人家又不知道怎么烹饪才好吃,于是,经过苏东坡多次试验,才有了如今的“东坡肉”。苏东坡曾在《猪肉颂》中写道:“净洗铛,少著水,柴头罨烟焰不起。待他自熟莫催他,火候足时他自美。”而文学家欧阳修,一生也历经多次贬谪,却从未失去对生活的热爱。在夷陵,他沉醉于莼菜鲈鱼的鲜美,写下“日食有稻与鱼,又有橘、柚、茶、笋四时之

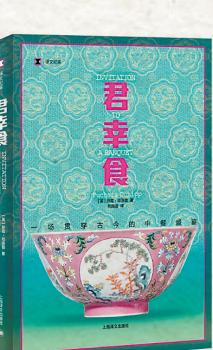
合上《君幸食》,书页间仿佛还飘着叉烧的蜜糖焦香,鼻尖萦绕着春笋破土而出的清冽气息。英国美食家扶霞·邓洛普,用饱蘸深情与智慧的笔,写给中国美食一封“情书”,勾勒出一幅中国美食的图景,让我们在熟悉的味觉记忆中,再次触摸那些被忽视的文化肌理与生命哲思。

“君幸食”三字,恰似一场跨越千年的邀约。当译者将长沙马王堆汉墓食器上的刻字娓娓道来,我意识到,中国人对饮食的珍视,早已镌刻在文明的基因里。从商周时期的鼎鼐烹鲜,到唐宋夜市的烟火氤氲,再到明清满汉全席的奢华绮丽,“吃好喝好”绝非简单的口腹之欲,而是承载着对生活的热爱、对宾客的敬意、对天地馈赠的感恩,这与书的英文名“Invitation to a Banquet”有着异曲同工之妙,传递出中餐文化热情好客、共享美味的核心理念。正如作者在书中所言,“中餐烹饪仿佛无限分形图案”,复杂深奥,或许每一道菜,每一味调料,都暗藏着历史与文化的密码。

翻开书的目录,便能感受到全书结构的精妙设计。该书汇集了作者三十年来的中餐饮食体验和实地研究,从三十道菜出发来谈论中餐的起源、食材、技法乃至思想,仿若一场宴请、一段旅程、一次告白。全书四个大章节——灶火、天地、庖厨、餐桌,每一小节又以菜为名,并赋予作者的巧思,例如“点豆成金;麻婆豆腐”“面团·变形记”;刀削面等,仿佛一张精致的菜单,让阅读犹如一场盛宴。在作者细腻的观察、幽默的笔触下,一道道美食跃然纸上,让人垂涎欲滴。这样的结构编排,不仅展现了作者对中国美食的深刻理解,更让读者能从不同纬度领略中餐的魅力。

《君幸食》
[英]扶霞·邓洛普 著
上海译文出版社

写给中国美食的情书



书中最让人惊艳的,是作者对美食细

食物里藏着山河岁月和历史记忆。从农家小院的粗茶淡饭,到市井小巷的风味小吃,三餐四季、咸鱼白菜都成了文人墨客笔下的文章。岁月会远去,但记忆里的味道永远滚烫。本期,让我们走进美食与文化的世界。

——编者



探寻美食背后的历史与文化

□ 孙功俊

自古至今,吃一直都是人类生存的基本需求。同时吃也是文化、学问,更是艺术。人云食有三品:下品能吃,中品好吃,上品会吃。美食所体现的不仅是舌尖上的味道,更是一部时代变迁、文明演进的史书,考古学者张良仁的《吃的中国史》,以饮食为轴,以朝代为线索,透视中国历史的嬗变,在舌与箸的方寸间,重演中华文明的进程。

张良仁以文献为依据,如《晋书》《齐民要术》《世说新语》《宋书》《洛阳伽蓝记》《太平广记》《新唐书》《唐会要》……详细的考古现场解剖,如上山遗址、河姆渡遗址、良渚古城遗址、妇好墓、马王堆汉墓、曾侯乙墓、“南海I号”沉船……作者以考古学视角赋予了本书独特的叙事张力。上山遗址出土的炭化稻谷,不仅证明长江流域稻作文明的起源,更揭示了定居农业对社会组织形态的重塑,人们为灌溉稻田修建的水渠,孕育出早期公共权力。马王堆汉墓出土的藕片汤,印证了汉代贵族对新鲜食材的追求,汤品搭配暗含阴阳五行的饮食哲学,精美的漆制食器则折射出当时发达的手工业。这些丰富的故事、简明的史料,富有烟火气的笔触,让硬核知识飞入寻常百姓家。

文本书写时间涵盖旧石器时代到清朝时期,涉及稻、粟、麦到玉米、番薯,百姓的主食怎样“中西交融”?周天子“八珍”到乾隆御膳,皇帝的餐桌如何演化?立春、上元、清明、端午、七夕、中秋、重阳、腊八……“吃”如何滋养传统节日?这些疑问需要读者亲自到书中寻找。

技术革新与食物传播的互动,不断丰富了食物种类。作者详细描述了各种时令风物与美食,我们的祖先不断驯化自然界的野生植物(如粟、黍和水稻)和动物(如猪、鸡、鸭等),从世界各地引进各类农作物(如小麦、大麦、土豆、红薯等)、家畜(如黄牛、绵羊、马等)、蔬菜(如菠菜、香菜、胡椒等)和水果(如石榴、葡萄等)。食物种类从而不断丰富,改进耕作、施肥和育种技术,食物产量得以不断提高。在此基础上,祖先不断提升食物加工和烹饪技术,研发美味佳肴,给我们留下了丰富的美食遗产。

古代食物不仅美味,还蕴含着深厚的历史文化。如“色同琥珀,又类真金,入口则消,状若凌雪”的甜品,“红白交错,恍如雪霁之霞”的菜肴,表现了菜品的雅致和视觉美感。苏轼称赞的一碗萝卜羹,竟然被誉为“人间绝无此味”。大臣早上吃了几个鸡蛋,竟然让乾隆皇帝羡慕不已。这些故事不仅有趣,还让我们对古代生活有了更深的了解。饮食在此刻成为一面镜子,映照出不同时代权力运作与社会变迁的深层逻辑。

饮食文化不仅藏在诗文中,还藏在流传至今的饮食习惯中。书中通过食之味、食之时、食之人、食之具、食之艺、食之礼、食之功等方面,一一展现了饮食跨越千年的魅力。它不仅让我们感受到食物的美味,还让我们看到几千年人生活的图景,以及人类文明进化的脉络。正如书中所述:“食物并非一家一户的小事,而是社会经济生活的核心。它的生产、加工、消费和流通,构建了一个庞大的社会关系网……不同阶层、不同行业的人们通过食物紧密联系起来,就像我们体内的毛细血管一样,为社会输送了各种各样的营养。”作者巧妙地将技术史、农业史与社会史编织在一起,让读者看到一粒种子的传播如何改写一个帝国的命运,一种烹饪工具的革新怎样重塑一个民族的饮食习惯。

美食的历史就是文明的历史。《吃的中国史》堪称一部餐桌上的微型史记,一本万年食事的百科全书。全书以图文并茂的方式,从吃的角度到食物、食器、食文化礼仪,再延伸到农业发展、畜牧业发展、陶器和青铜器发展等多方面,从而牵引出一部由吃串联起来的中国史,为我们开启了一扇全新的大门,让读者重新审视中国历史的发展脉络。在书中,我们看到了食物如何在朝代更迭中扮演着关键角色,成为推动历史前进的重要力量;也洞察到美食背后所隐藏的历史文化。从主食的演变到饮食礼仪的传承,再到饮食与经济贸易的相互作用,无不展现出中国美食的丰富多彩和博大精深。



张良仁 著
广西师范大学出版社



《古味风华录:打捞历史深处的饮食细节》
王西平著
九州出版社



食吟天下 人间有趣

□ 胡新波

在影视选角中,一般都会挑个胖子来演苏东坡,盖因苏东坡是个老饕,屡遭贬谪,倒让他在长江鱼、山中笋、岭南蚝这些寻常食材中品出真味。每至新地,他总是亲自采买烹饪,将市井烟火写入诗词,大快朵颐消减烦恼。这种“以食养性”的智慧,既延续着文人风骨,又兼顾了物质享受,展现了中国式生活的独特魅力。

在《此生有味:苏东坡美食地图》中,作者端着放大镜在故纸堆里寻味,以苏东坡关于美食的诗文记录为线索,探寻他始于眉山,后流转于各地任官、游历的人生经历。从眉州到黄州、惠州等地,从猪肉、河豚到荔枝……作者品读苏东坡的200多篇代表性作品,从中发掘出苏东坡在30多地所遇、所尝的70余种食物,勾勒出一幅“苏式风味”的美食地图,还原其笑中带泪、有滋有味的吃货人生,让我们看到了一个不一样的苏东坡。

细究起来,本书特别之处有三点:一是考据严谨。作者翻遍了《苏轼全集》百万余字的原

文,把每道菜、每首诗的创作时间和地点都考据得明明白白,以高度的热情给东坡美食开好出生证明,堪称美食界的“福尔摩斯”。二是尊重科学。作为美食顾问,作者写食自带一股科普的严谨劲,苏东坡提倡“人之生也,以气为主,食为辅”,他摸索出很多食疗秘方,但作者在文中也建议大家不能盲目效仿古人食疗,比如讲东坡鱼羹,此法主要目的是保持鱼形完整,而非直接防止蛋白质变性。三是满是烟火气。作者笔下的苏东坡,不是庙堂上供着的泥胎神像,更像是住在对门爱要皮子的老大爷,会吃会做饭,会与人家长里短,这种“去滤镜”的书写让苏东坡的形象更真实生动、深入人心。

这三个特点交织,让本书像一桌精心设计的家宴,主菜是严谨考据,配菜是科学解构,最后端上的那碗汤,则是热气腾腾的人间烟火,展现出苏东坡的多样趣味。余光中曾说:“我要是去旅行,绝不会和李白一起,因为他没有现实感,太不负责任;也不会跟杜甫一起,他太苦哈哈,恐怕太严肃;要是挑一个,跟苏轼在一起就很好,他可以做一个很好的朋友,他是个很有趣的人。”可见,苏轼是一个非常有趣的朋友,他有智慧把平凡和苦难的日子过得逸趣横生。

食之趣。苏东坡最厉害的本领,是把最普通的食材变成美味。在黄州他用红稻米葱白煮成“二红饭”,还开玩笑说这味道赛过山珍海味,这种变着法子找乐子的本事,在《菜羹赋》里体现得淋漓尽致,他用蔓菁、芦菔、苦芥熬的菜汤,不加调料却能品出清甜鲜美的层次。在惠州,他把别人不要的羊脊骨先煮熟再泡酒,撒点盐烤到微焦,便是在穷困中吃出了新花样,把苦日子过得有滋有味。

意理之趣。苏东坡的美食行吟始终贯穿着“以诗入馔”的文人雅趣。初到黄州时,在和乡民的接触中,苏轼发现当地猪肉非常便宜,于是研究了好一阵子发明了“东坡肉”。这道“东坡肉”的制法,暗合“欲速则不达”的处世哲学,以炖肉之理比喻人生,昭示我们唯有耐住寂寞,方能成就醇厚人生。

超然之趣。绍圣四年(1097)苏东坡流放儋州,在给弟弟子由的信中苏东坡热情满满地详述生蚝吃法:“肉与浆入水,与酒共煮,食之甚美。”末了俏皮叮嘱:“恐北方君子闻之。”他以苦中作乐的豁达来抵抗“食无肉,病无药”的困境,恰如《定风波》中“也无风雨也无晴”的顿悟。美食于苏东坡而言早已超越果腹之用,成为“一蓑烟雨任平生”的具象表达。

在庖厨里吟诗,在行旅中挥毫。本书让我们相信食物是有力量的,字斟句酌之间,期望着我们每一个活在此间的人,都要学会像苏东坡那样“以食养心”,在生活的“东坡肉”里,吃出火候与耐心的真味;在命运的“羊脊骨”中,嚼出困境与幽默的和解。

电话:0791-86847270
本版邮箱:jx2024365@163.com



《此生有味:苏东坡美食地图》
林卫辉著
广西师范大学出版社

读文
第594期