



▲當下人們對健康越來越重視，對檳榔給身體帶來的危害也認識得更加充分，檳榔產業隨之受到限制和監管。

如書名所示，檳榔伴隨中國人已經兩千多年了。不過，檳榔其實並非中國土產，它原產於馬來半島或菲律賓群島，中文「檳榔」的發音就近似於馬來語的「pinang」。人類嚼食檳榔的歷史可以追溯到史前時代，目前最早的證據來自菲律賓巴拉望島的都揚洞，該地出土的人類牙齒上有明顯的檳榔染色痕跡，時間約在公元前2660年，當地還出土了盛有蚌灰的蚌殼，據此推測，大約當時人已經將檳榔和石灰一同嚼食了，而這與現在東南亞、南亞的吃法幾乎相同。公元前1世紀前後，在南亞地區，檳榔和其他香料混合咀嚼已成為人們維護口腔衛生的習慣。唐代玄奘在印度求學時，每日得到的「口糧」中就包括檳榔子二十顆，還有擔步羅葉也就是荳蔻一百二十枚，應該就是與檳榔一起咀嚼用的。

「四起三落」嚼檳榔

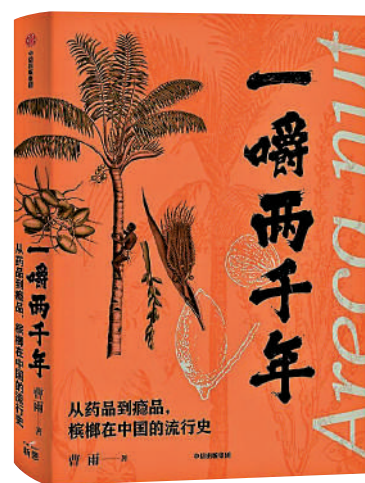
在漢字文獻中，檳榔最早出現在司馬相如的《上林賦》。該文提到的異域植物「仁頻」，即來自爪哇語檳榔的音譯。作者推測，漢武帝攻滅南越國後得到了檳榔，而在南越國時期的嶺南地區，人們已經有了食用檳榔的習慣。東漢和帝時期，楊孚在《異物志》中首次使用了「檳榔」二字，介紹了其生長形態和嚼食方法，即「以扶留藤古黃灰並食」，這個名稱從此穩定下來。

對於此後檳榔在中國歷史中的沉浮，作者概括為「四起三落」。第一次大起在東漢末年，那時北方戰亂，大量漢族移民南遷，檳榔被稱為「洗瘴丹」，幫助南遷之人抵禦瘴癘。第二次大起在東晉末年，檳榔為當時掌握話語權的士族所推崇，被賦予了美好的文化想像。第三次大起是清代，由於受到多位皇帝的喜愛，成為流行於旗人特別是貴族間的時尚。第四次大起則從上個世紀90年代開始，在資本、市場和媒介的加持下，檳榔成為一大產業，大有風靡全國之勢。歷史上的第一次大落在隋滅陳之後，檳榔所依託的南朝貴族沒落，漸漸失去了市場。整個隋唐時期，檳榔在中原失去了身影。第二次大落在鴉片戰爭之後，西方生活習俗的輸入，使檳榔在兩廣和福建失去了地位。第三次大落發生在當下，人們對健康越來越重視，對檳榔給身體帶來的危害也認識得更加充分，檳榔產業隨之受到限制和監管。

誰在吃檳榔

從書中對檳榔流行史的梳理可以發現，貴族、士人等上層對檳榔的流行起到了重要作用。歷史地看，時尚之風總是從上層颯起的。比如，南北朝時期，江南士族普遍嚼食檳榔。《南史》中記載，劉穆之年輕時家裏貧窮，常去大舅子家蹭吃喝，有一次吃完了飯又想吃檳榔，大舅子取笑他說：檳榔是用來消食的，你這個常餓肚子的人，怎麼也喜歡吃這東西呢？後來劉穆之出息了，做了丹陽尹，請大舅子吃飯，讓廚子用金盤捧出一斛檳榔供他們享用。這個「金盤檳榔」的故事成為一個著名典故。李白就寫過「何時黃金盤，一斛薦檳榔」的詩句。南朝的皇帝常用檳榔賞賜給臣下，南齊宗室豫章王蕭嶷臨終前要求以

檳榔是中國南方常見的休閒零食。走在湖南、廣東等地的大街小巷，常見路人邊走邊嚼，而他們嘴裏的「美食」大半不是舶來的口香糖，而是「土產」檳榔。20世紀40年代，一首《採檳榔》膾炙人口，周璇原唱，又被鳳飛飛、鄧麗君、高勝美、張靚穎等幾代流行歌手翻唱。那麼，這小小的檳榔究竟有何吸引人的魔力呢？《一嚼兩千年：從藥品到癮品，檳榔在中國的流行史》（曹雨著，中信出版集團，2022年）揭開了謎團。



▲《一嚼兩千年：從藥品到癮品，檳榔在中國的流行史》，曹雨著，中信出版集團。

《一嚼兩千年》 檳榔裏的文化與歷史

◆ 谷中風 ◆



▲威廉·亞歷山大所作《販賣檳榔的中國人》。



▲檳榔伴隨中國人已經兩千多年了。

▲越南人認為檳榔和荳蔻的搭配意味着「夫妻之義、兄弟之情」的家庭倫理。

檳榔作為他死後的供品，對檳榔的喜愛可見一斑。侯景之亂前，南朝在文化上領先北朝，這就使北朝人在嚮往南朝的文學藝術的同時，把嚼檳榔的「雅好」一併學習了過去。

自唐代以後，嚼檳榔在雲南、廣西、海南、廣東、福建、台灣等地都是普遍的風俗。南宋周去非《嶺外代答》中寫到「不以貧富長幼男女，自朝至暮，寧不食飯，唯嗜檳榔。富者以銀為盤置之，貧者以錫為之。晝則就盤更啖，夜則置盤枕旁，覺即啖之。中下細民，一日費檳榔錢百餘」，生動地描繪了全民嚼檳榔的景象。按作者的推算，宋代的「百餘錢」大概相當於今天人民幣100元，可真不是一筆小錢啊。因此，檳榔稅收也成為當時政府的重要財源。

從地域來看，廣東海南是中國歷史中檳榔記載的起點，從東漢到清末，廣東人嚼檳榔的記載史不絕書。從宋代起，以泉

州為中心閩南地區的人也開始普遍嚼食。明代皇室沒有吃檳榔習慣的記載，到了清代，皇帝對檳榔的興趣忽然大增。嘉慶帝在奏摺上批示：「惟檳榔一項，朕時常服用」，其他皇帝也有賞賜臣下檳榔荷包等物的記載。《紅樓夢》等小說中對於檳榔的諸多描寫，也足以說明當時嚼食風氣之盛。

為什麼吃檳榔

書中提出，檳榔在古代中國文化中有「四副面孔」，一是中藥，以其驅蟲、止痛效果被列為四大南藥之首；二是佛教供養物；三是士紳心目中的忠貞不貳形象；四是民間的「定情物」。這四種形象實際上也構成了人們嚼食檳榔的動因。

關於檳榔文化屬性的記載最早見於三國時期的《南中八郡志》：「檳榔，大如棗，色青，似蓮子。彼人以為貴異，婚嫁好客，輒先逞此物；若邂逅不設，用相嫌恨。」這就說明當時的嶺南人在待客還是結婚時都必須奉上檳榔，不然就被認為是關係破裂的象徵。作者認為，從司馬相如的「仁頻」到楊孚的「檳榔」，說明檳榔進入了文化體系，因為「賓郎」正有款待客人之義。有意思的是，全世界普遍嚼食檳榔的地方都強調此物的禮俗意義。比如，越南人認為檳榔和荳蔻的搭配意味着「夫妻之義、兄弟之情」的家庭倫理；馬來人婚禮中男方必須送給女方檳榔再由女方分送來賓。20世紀初，廣東東莞婚禮上也有男方向女方贈送檳榔的習俗。到了魏晉時期，士人發現檳榔「調直亭亭」「千萬若一」「森秀無柯」，於是被賦予了忠貞不貳的寓意。這使得檳榔成為騷人墨客經常使用的意象，蘇軾的《詠檳榔》《食檳榔》即為例證。漸漸地，這種品格象徵又從政治堅貞轉化為愛情忠貞，屈大均在《廣東新語》中就說「女子既受檳榔，則終身弗貳」。

推動檳榔流行的還有宗教和醫藥的因素。在印度，檳榔是佛教的重要供養物。南北朝時，佛教在中國獲得很大發展，檳榔也作為禮佛齋僧的重要物品廣為使用。從醫藥方面看，東漢張仲景的《雜療方》和李當之的《藥錄》裏已經提到了檳榔。到了東晉時期，葛洪的《肘後備急方》有五方用到檳榔，陶弘景在《名醫別錄》裏首次對檳榔做出了性味藥性的歸納性判斷：「檳榔，味辛，溫，無毒。主消穀，逐水，除痰，殺三蟲，去伏屍，治寸白」，這一論斷一直為中醫藥各家所沿用，特別是檳榔的驅蟲和對抗瘟疫的作用，受到廣泛認可和使用。檳榔在醫藥體系中「深度植入」無疑使人們對檳榔的認識進一步加深，並內化為中國文化的一部分。

值得一提的是，作者沒有迴避檳榔對健康特別是口腔疾病的負面影響，對其成癮性作出了客觀理性的分析。總之，本書堪稱一份檳榔「指南」，雖採取了通俗的寫作手法，文史互證，娓娓道來，卻建立在扎實嚴謹的學術研究基礎之上。作者在書的最後專闢《文獻回顧》，梳理和反思檳榔研究的中外學術史，特別是對中國人類學界從20世紀20年代楊成志、榮媛等的研究以來，中國學者的檳榔研究取徑和範式進行了分析，為對這一論題有興趣的讀者提供了進一步探究的參考。因此，即便你對嚼檳榔沒有興趣，也不妨讀一讀《一嚼兩千年》，享受從細微處出發探究文明文化奧秘的樂趣。

好書同讀

商務印書館2023年度人文社科暢銷書榜（前三）

《中學文言文精選導讀》

編著 葉玉樹
出版時間 2023年7月

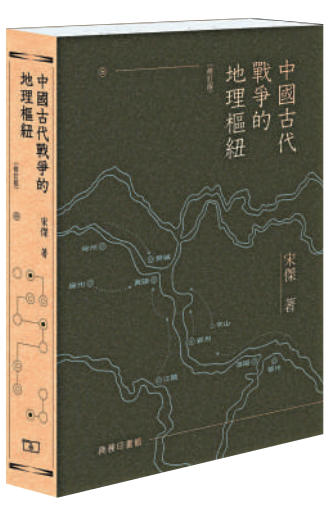
本書收錄了香港中學文憑試12篇指定篇章，8篇建議篇章。每篇文言文設有「作者簡介」、「題目解讀」、「本文要旨」、「內容理解」、「特點賞析」、「國學常識」、「文章導讀」及「大業啟思」。作者憑藉其40多年教學經驗，針對學習重點與需要加以解讀及分析，引導同學閱讀及理解文言文，並啟發思考。



《中國古代戰爭的地理樞紐(修訂版)》

作者 宋傑
出版時間 2023年8月

在大規模戰爭裏，某個或某幾個地區由於位置的重要，成為交戰雙方爭奪的熱點，它的得失對戰局常常具有決定性作用，這種戰略要地在軍事地理學中被稱作「樞紐地區」。本書上起三代，下迄南宋，用54幅地圖，48萬字，對中國冷兵器時代諸多朝代、政權的戰爭樞紐地區進行了細緻探討，並由此出發，對戰爭的策略、部署、路線等做了全面系統的研究。



《全粵語三國演義(音頻精選版)》

原著 羅貫中 改編 李沛聰
插畫 李卓言 出版時間 2023年2月

《三國演義》是中國古典文學四大名著之一。但全用粵語方言寫作的版本卻未見過。在中國港澳地區和海外，仍有不少讀者習慣和願意用粵語行文，閱讀用粵語寫成的作品。故此，面向高小到初中的少年，用粵語方言來重新演繹《三國演義》，有其獨特的意義。再加入介紹粵語俗語、相關歷史知識等輔助閱讀的元素，可以令年輕人對這本體現傳統中華文化精粹的古代名著有更深刻全面的了解。

