

# 觀察飲食文化 研究文化風貌

仁大開講

著名導演李安曾經拍過一套電影，名為《飲食男女》。戲中討論現代家庭和愛情之間的關係，他把故事連結到中國人的飲食文化，每場家庭聚餐都是精彩連連，暗喻深刻，電影取名更是畫龍點睛。「飲食男女」四字其實出自《禮記》，原文「飲食男女，人之大欲存焉。」簡而言之，「飲食」就是食慾，「男女」就是男女合歡，此乃中國古人對人性基本慾望的認知，故此將之總括為「食色性也」，就是說食和色俱是人的本性，與生俱來。在此我們且擱置「男女」，專論「飲食」。

果腹是人類的基本需要，而飲食也是社會文化的反映，因此，飲食文化亦自然引起學者的研究和觀察。在此必須清晰說明，烹飪手法自然是文化的一種，但學者關心的往往不是烹飪手法的轉變，而是飲食背後反映的文明水平與文化風貌。換言之，飲食文化往往會聯繫到當時社會、人類、文化等範疇。舉個例子，學者研究上古人類的飲食文化，往往會聯繫到祭祀文化，雖然我們能從古籍中了解到先民如何洗濯米粒、燒烤豬肉，但學者更關心他們將這些食物獻祭鬼神的原因和儀式，從而了解先民對於世界的理解和敬畏。故此，飲食文化的研究並不局限於烹飪手法，除了剛剛提及的祭祀文化，還可以聯繫到飲食禮儀、食醫療法、食材革命，甚至是中西飲食文化交匯；或者專題研究如茶文化、酒文化；又或區域研究，研究粵菜文化、湘菜文化；又或分社會上中低層，分層研究其飲食文化等等。研究範式林林總總，不勝枚舉。

在眾多國家和地區的飲食文化中，中華民族的飲食文化

不論從多元性、複雜性和通融性方面皆是十分突出，也是我國對外輸出的重要軟實力之一。礙於篇幅所限，在此簡單介紹中國飲食文化的其中幾個特點：其一、食物原料選取的廣泛性。中國國土遼闊，橫跨高原、高山、盆地、沙漠、沿海等各種地形地貌，自然地理環境的複雜性造就食物取材的多樣性。其二、進食心理選擇的豐富性。中國不論民間社會還是上層社會，均有極力追求食物多樣化的心理傾向，不論是上層社會精雕細琢、極盡考究的官宴菜式；或是民間社會且有「民以食為天」之說法，無一不證明中國人確實是一個尚食而永不滿足於既有之食的民族。其三、餽饌製作的靈活性。食材的廣泛性和人類心理傾向的豐富性，決定了中國烹調手法的豐富多變。其四、區域風格的歷史傳承性。中國疆域遼闊，氣候和地理環境各異，文化習俗自有不同，隨之的飲食文化自然各有特色。湘菜、粵菜、浙菜、川菜等菜系說法便是最佳例子。其五、各區域間文化的通融性。文化會經過傳播過程而產生變化，飲食文化亦是如此。當代國際食文化學界有一個「中華食文化圈」（或稱「東亞食文化圈」）的觀點，定義以中國本土、朝鮮半島、日本列島和其他亞洲地區屬於同一個食文化區域。在全球化時代，中華飲食文化也吸引了不少外來飲食的元素，豐富其內涵，讓這個源遠流長的飲食傳統在時代的變遷下繼續得以傳承。

下期仁大開講由另一位香港樹仁大學歷史學系助理教授說說香港大角咀的歷史。



香港樹仁大學 HONG KONG SHUE YAN UNIVERSITY

■黃嘉康博士（香港樹仁大學歷史學系講師，研究方向包括中國近代史、全球化與中國、台灣史、飲食文化史等。）

## 道德教化百姓 確立良風美俗

古道今談

孔子認為一個社會如果要形成良風美俗，則統治者的素質和政策的持續與否是關鍵。從理想角度言之，王者（德才兼備的明主）自是最佳統治者，王者有文化理想，故不止推行仁政，還要仁風廣披，化民成俗。然而，要形成良風美俗也非一朝一夕之事，孔子說：「如有王者，必世而後仁。」（《論語·子路》）一世所指為三十年，一個社會或國家要文教大盛，百姓敦品立行，父慈子孝，兄友弟恭，造就一個有道的社會，需要三十年的時間。這反映了孔子對風俗民情有深入觀察，而且不會落入沒有政治實踐經驗的空想。

稍次的統治者，即孔子所言的善人，由他們治理國家亦可。「善人」的特質從孔子所言有所反映：「善人，吾不得而見之矣；得見有恒者，斯可矣。亡而為有，虛而為盈，約而為泰，難乎有恒矣。」（《論語·述而》）因此「善人」踏實無欺，能堅定不移地做好本分。「善人」鄰於賢人，但「不踐跡，亦不入於室」（《論語·先進》），即不依循舊制，對事情的理解也不深入徹底，只求大方向無誤。故文化傳承中的因革損益，在「善人」心中可無必要，就當前情況而切

實制訂利民政策便是。

孔子說：「善人教民七年，亦可以即戎（兵器）矣。」（《論語·子路》）善人為政，教民七年而可執兵器保衛國家。這是教化有成，民有向心的結果，用現代語言就是有愛國情操，才能擔當保家衛國的責任。「善人為邦百年，亦可以勝殘去殺」一語，孔子是認同的（見《論語·子路》）。善人因文化底蘊不足，文化理想不備，然以善心為政，也有實效。殘暴之人，不可不使為惡，而人民安其居樂其俗，家給人足，不犯法紀，故雖質樸而不用不上刑殺。

等而下之的管治就是「道（導）之以政，齊之以刑」，法令可以急速推行，亦無人敢不守法規，然而最後卻是「民免而無恥」，社會風氣澆薄。如善人為政，則是「道（導）之以德，齊之以禮」，以道德教化正人心，最終百姓「有恥且格」，民德歸厚。所謂十年樹木，百年樹人，有道社會是經過長期的文教護持才有可能實現，用政治熱誠只能造成短暫的假象而且終究必敗。

古經今品

孔子曾明確指出讀書人的人生目標：「士志於道，而恥惡衣惡食者，未足與議也。」古人所謂的「道」，今言「真理」。「真理」有很多種，孔子所說的主要是「人道」，即「做人」的道理，先修養好自身品德，進而齊家、治國、平天下，躬行教化，廣傳後世，此即儒家的理想。

讀書人若真的以「道」為最高理想，對生活條件必不會太在意。若他以「惡衣惡食」為恥，就必然不是真的「志於道」，孔子認為，這種人偏離了道，也就沒有什麼好討論的了。

孔子說：「君子食無求飽，居無求安，敏於事而慎於言，就有道而正焉，可謂好學也已。」可見孔子心目中的讀書人，應該是不計較物質享受，做事勤快，謹言慎行，並不在意生活貧困，一心只追求理想和夢想，而這點顏回就做到了。

孔子曾稱許顏回：「賢哉！回也。一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回不改其樂。賢哉！回也。」顏回貧窮到只有僅供維生的食物和

## 生活簡樸 追求理想

水，居住環境惡劣，別人都以此為憂，但他卻不然。如果真的要「憂」，他「憂」的也只是理想未能實現，抱負未能舒展，而不是物質生活不佳。孔子說：「君子憂道不憂貧。」顏回是個頂天立地的知識分子，難怪孔子要盛讚他賢良了。

身為顏回老師的孔子，亦能在簡樸的生活中自得其「樂」，他說：「飯疏食，飲水，曲肱而枕之，樂在其中矣。不義而富且貴，於我如浮雲。」吃粗糧，喝清水，彎着臂膊作枕頭，不受物質生活的羈絆，一心追尋自己的理想和夢想，樂趣就在其中了。這樣清苦的生活，到底有何可「樂」？其實這就是「安貧樂道」的「樂」。讀者請注意，安貧樂道的「樂」來自「道」，而非只來自「貧」。

「貧」與「道」，相應於「物質生活」和「精神生活」。在儒家學說中，物質生活和精神生活並不是完全對立而不相容的，而是兩者可以兼得，但有主次之分；對儒者而言，精神生活比物質生活更高尚，更重要，人真正的快樂和滿足，主要來自精神生活，物質生活尚在其次。

施仲謀（香港教育大學中國語言學系教授、系主任）  
李敬邦（香港教育大學中國語言學系項目主任）

## 中華經典名句

### 歲寒，然後知松柏之後凋也。

出處與釋義

上面的經典名句出自《論語·子罕篇》。孔子以耐寒的松樹和柏樹比擬經得起考驗的君子。「凋」，凋謝。（亦可按松、柏的特質，將「後凋」理解為「不會凋謝」。）全句的意思是：到了寒冬，才曉得松柏是最後凋落的。意指在考驗到來的時候，才顯出情操高尚的君子實在與眾不同。



釋義及應用由招祥麟校長、朱崇學老師、許志榮老師、謝向榮博士撰寫，教育局修訂，書法由羅澄波校長撰寫。

體悟與應用

孔子講學經常以生活中常見的事物引發思考。這句話就以耐寒的松樹和柏樹來啟發學生。

花草樹木按季候變化而呈現不同的形態，本來是平常不過的事情，孔子以松柏作比喻，生動地說明了君子與眾不同，在於不屈不撓，堅持信念，成就高尚的人格。

在平常的日子裡，一般人都會為生活而奔波，因為那樣才能滿足我們的基本需要。在行有餘力的時候，我們都想獲得較豐厚的條件，以達成其他方面的願望。這都是人之常情，睇眼看來眾人的思想、行為似乎沒有什麼分別。不過當一個人面對困難或挫敗的時候，其品格高下就顯而易見了。

在學校裡我們偶然會聽到某同學考試作弊的消息；從媒體上，我們也會間中聽到一些人違法的報道，如比賽運動員服用禁藥，富人逃避稅項等。只因他們一時把持不住信念，抵受不住誘惑，而貶損了自己的人格，辜負了眾人的期望。

面對考驗的時候，心裡不能沒有主宰。所謂主宰，可以是人生信念，可以是禮俗規範，可以是普世價值。只要堅持下去，我們都可以成為孔子欣賞的君子！

## 研究前人造字 六書總結結構

燦爛的中國文明

漢字是中國文化最基本的特徵之一，而《說文解字》就是中國最早的文字學經典著作。這書的作者許慎，字叔重，東漢汝南召陵人，約生於公元54年。由於他博學經典，被人稱為「五經無雙許叔重」。許慎認為「文字者，經藝之本，王政之始，前人所以垂後，後人所以識古」。

漢代經學分為古文經及今文經。「古文經」是指在孔壁中發現用戰國文字書寫的經典，而「今文經」是用漢代通行的隸書寫成的經典。由於用字及內容有異，導致當時出現「古今之爭」，而今文經學因不明前人造字的原理，往往誤解了古文經的意義。要解決「古今之爭」，許慎認為首先必須明白文字的形、音、義，因此他搜集大量小篆、古文、籀文的資料，開始編寫《說文解字》，第一次系統地論述漢字自萌生到東漢前的歷史演變。據《說文解字·後敘》，該書成於「永元困頓之年」，即公元100年。此後屢加修訂，直到公元121年，許慎

大病不起，才派兒子許沖將這書敬獻給安帝。公元125年，許慎卒於家中，終年75歲。

《說文解字》原書已亡佚，但因廣泛流行，宋太宗命徐鉉等人校《說文解字》，奉敕雕版流布，後世多依據徐鉉校本。徐鉉校本的《說文解字》共十五卷，以小篆為主體，古文、籀文等異體則列為重文，分析字形結構，共收字9,353個，重文1,163個，創立部首分類，共分部首540個。部首的次序是始「一」終「亥」。解釋文字先講字義，再講形體構造和讀音。

許慎在《說文解字》中總結了前人研究漢字結構的成果，提出了「六書」的理論，影響深遠。所謂「六書」，即指事、象形、會意、形聲、轉注、假借。前四書是造字之法，後二書是用字之法。「六書」可說是對漢字構形規律的歸納和總結。

文字是文化的載體。認識一種文字，是接觸一種文化的最佳途徑。你對漢字認識有幾多？對中國文化的了解有多深？有沒有如許慎一樣，對文字學產生濃厚興趣呢？



中國文化研究院 (中國文化研究院成立了二十年，旨在弘揚中國文化，加深香港市民與學生對國家歷史文化的認識。)