

## 字句里的饮食文化

中华饮食源远流长,写吃的书浩如烟海,但能想到结合训诂学去讲美食的,这个角度是真稀罕啊。

什么是训诂学?这个词儿挺陌生的,先解释下。训诂学是中国传统语言文字学的一个组成部分,讲究“形音义互求”,追溯汉字和古代汉语词义的变迁,从中发现文化发展的细微轨迹。

咱们中国人擅长烹饪,有很多有趣的传说故事,要了解这些故事,就要去读古文,而训诂学,就是帮助我们准确读懂古书的桥梁。

这本《餐桌上的训诂》,原来是北京师范大学教授、语言文字学家王宁先生在《中国烹饪》上的专栏作品,后来结集出版。这些文章篇幅从千余字至两三千字,文字表达力求浅显易懂、生动朴实,以唤起读者对训诂学的兴趣,更了解古代文献在这方面的记载,这样就达到了知识普及的目的了。

虽说是零散的专栏文章,编排和写作都是花了心思的。《饮与食》《说烹》《说饪》,起头三篇提纲挈领,先让读者对中国烹饪体系有整体的了解。中间是《说羊》《说白菜》《说鼎》《说蒸馏》,各种“说”不一而足,讨论饮食成品的名称由来,夹杂各种典故逸闻,也包括炊具和食具、烹饪的方法、厨艺的细节、饮酒的生理等文化常识的解说。末尾三篇是《和与调》《节与精》《齐与范》,这是上升到中国人的生活哲学和精神境界的归纳。全书37篇文章,总一分一总的结构安排,符合我们的阅读顺序和思维逻辑。

这些小文章丰富活泼,甚是有趣。比如,很多人都知道鸡的别名,叫“司晨”,而另外一个别名“烛夜”,恐怕少有人知,“烛夜”的叫法不仅诗意,还包含了鸣声和动作形态。比如,葱是因中空而贯通的形状特点而得名的。“窗”和“窻”是“葱”的同源字,它们都是房屋的通风孔。耳听通彻叫“聪”,引申为聪明。古人认为人的聪明即是脑洞或心窍的通彻,所以,“聪”也和“窗”“窻”“葱”同源。现在还流传着吃葱的人会聪明的说法,根源是这么来的呀!比如,我们古人就非常懂得蒸馏法了。尽管未必说得能能量和热学原理,但这不妨碍他们利用蒸汽来制作熟食,而且用“蒸蒸日上”来形容生活兴旺与事业发达。

作者以徐缓的笔调,结合生动的叙事,讲述中文字词知识,也尽量广博地梳理词汇系统,涉猎与饮食有关的各种掌故。

正如作者所说的,发展到今天,中国烹饪的食材和中国人的口味都发生了很大变化,但是,“和与调”的理念、“节与精”的品位、“齐与范”的方法不但没有过时,反而被更多的人理解和奉行,继续发扬光大。林颐



## 好的人生, 需要这四面“镜子”



“人生如逆旅,我亦是行人。”人生如镜,在生活中,有哪些镜子可以让我们活得更自在呢?

### 1

#### 放大镜:照别人的优点

“看人不顺眼,是自己修养不够。”当你发现别人有缺点时,请用一块放大镜去看一看他的优点。

曹操是个善用放大镜看别人优点的人,他重用郭嘉“善预言、有谋略”,让其在“伐吕布、讨二袁、征乌丸”中发挥了自己的才智;他重用许攸“心思密、善筹谋”,让其在官渡之战中贡献了“火烧鸟巢”的关键决策。

雕塑家罗丹说:“世界上并不缺少美,而是缺少发现美的眼睛。”放大镜可以帮助人们拥有这样一双眼睛。

当欣赏代替了不满,悦纳取代了讨厌,惊喜挤掉了怨怼,你会发现,心情变好了,修养也越来越高了。

用放大镜看别人的优点,生活中目之所及,皆是美好;人之所遇,皆为良人。

### 2

#### 显微镜:看自己的缺点

自省,是一个人成长的捷径。

当你想要走得更快更稳时,请用一面显微镜看自己的缺点。

曾国藩从立志成为“圣贤”之日起,就开始写日记,三十年如一日。他会自我批评,记录自己哪些话说得不好,哪些事做得不到位,哪些念头不应该有。他还会拿日记给旁人看,让对方提出意见。

孟子有言:“行有不得,反求诸己。”人生路上,所有的不顺,都可以从自己身上找到原因。

当你用显微镜看自己的缺点,也就找到了人生的绊脚石。绕过它,让自己更快速地成长;搬

开它,让人生的驰骋多一些一马平川、风光无限。

### 3

#### 广角镜:看生活

“不识庐山真面目,只缘身在此山中。”身在山中,不识全貌;心在执念,难辨真伪。

世间万物,皆是相依相存。“祸兮,福之所倚;福兮,祸之所伏。”当你觉得生活太灰暗时,请用一面广角镜,去察觉身边被忽略的美好,拓展生命的宽度,容纳更多体验。

用广角镜打开双眼,打开心胸,你会发现,生活总是有好有坏,但开在废墟里的玫瑰依然浪漫,人间的每一步,依然美好。

### 4

#### 望远镜:看未来

作家王尔德曾说:“我们都生活在阴沟里,但仍有人在仰望星空。”同样在谷底,有人低头叹息,有人却抬头找寻生命的光。

范仲淹在面对人生窘境时,没有自暴自弃。他独居寺庙,在寒来暑往的“划粥断齋”中,手不释卷地努力;他在应天学院求学,自律到连皇帝亲临时,都能克制住“不去凑热闹”;他进了仕途,即便被贬为地方官,依然一心一意地“为官一任,造福一方”。

王之涣有诗云:“欲穷千里目,更上一层楼。”站得越高,看得越远。好的人生,需要有一副望远镜。

在你踟蹰不前时,极目远眺,那种油然而生的豪情,会让你笑纳眼前的磕磕绊绊;在你左顾右盼时,拨开迷雾,那种柳暗花明的清醒,会让你抖擞精神再次出发。

打开眼界,你会发现,生活不止眼前的苟且,更有诗和远方的明媚。

古人常说:“修身,齐家,治国,平天下。”用放大镜看别人的优点,提升自己的修养;用显微镜看自己的缺点,促进自己的成长;用广角镜看生活的多面,感受身边的美好;用望远镜看人生的未来,找到前进的动力。

来源:人民网

## 石斑鱼的启示

石斑鱼肉质细嫩、味道鲜美、营养丰富,深受广大食客喜爱。因此,也受到了水产养殖户的青睐。然而,石斑鱼的养殖并不那么简单。

虽然石斑鱼是珊瑚礁系统的顶级捕食者,但它对天敌束手无策。虽然天敌只是像头发丝一样细的小线虫,但是不能小看它。它的名字叫海水水蛭,或海水蚂蟥。它们喜欢吸附在石斑鱼的身上,吸食血液,将本来肥美的石斑鱼吸食得日渐消瘦,直至死亡。

为解决这个问题,养殖户想了很多办法,最

终选择将虾与石斑鱼混养。因为虾是海水蚂蟥的天敌,它们会把池里的海水蚂蟥吃得干干净净,让石斑鱼得以无忧无虑地生长。

谁知,石斑鱼不识好歹,恩将仇报。开始的时候,放入池里的虾苗很小,还不够塞牙缝的,石斑鱼对它们根本不感兴趣。但是,当虾苗慢慢长大,石斑鱼竟然把它们当作美餐吃掉了。对于救自己于危难的“恩人”不感谢不说,反而大开杀戒。结果,海水蚂蟥没有了天敌,卷土重来……

恩将仇报,从来都没有好下场。 赵盛基