

中国猪文化与国人健康

何顺斌

大汶口墓葬，有三分之一以上的墓葬用猪骨随葬，有的用半只猪架（60号墓），有的用猪下颌骨，也有的把猪蹄放置在鼎中（17、24、35号墓），最多的是用完整的猪头随葬，共四十三座墓，九十六个猪头，最多的一座有十四个。经过中国科学院古脊椎动物与古人类研究所的鉴定，大汶口墓群的猪头骨，是人工饲养的家畜。猪是财富的象征，猪骨的数量以及猪的不同部位与财富的多少有关，不同墓葬猪骨数量不一，用猪的不同部位，说明墓主人有地位高低之分，财产有多少之别，是私有观念已产生的典型材料。大汶口墓葬早期阶段，随葬品一般数量很少。中期阶段，墓葬随葬猪的占三分之一到四分之一，一般多见于大、中型墓，而小型墓随葬猪则是个别现象。说明大汶口文化的中期阶段，私有财产已发生，出现了贫富分化的现象。晚期阶段，私人财富的集聚达到了空前的程度，贫富分化的现象更加明显。中期阶段私有财产的产生和发展，晚期阶段随葬品差距更大，这些信息表明：氏族共有制被家长私有制所取代。猪文化促进了氏族共有制的解体，为私有观念奴隶制国家的诞生奠定了基础。

春秋战国时期中国猪文化的本质特征：中国猪文化美学特征的确立；中国猪文化人类农业文明生态系统的建立；中国猪文化经济实用性特征的确立。

春秋战国时期是我国由奴隶社会到封建社会的过渡时期，是奴隶社会瓦解，封建社会形成的时期。该时期各种社会矛盾激化，不同学说如雨后春笋，是中国社会发展过程中最重要的历史时期。春秋战国时期中国猪文化不仅是商、西周时期猪文化的传承与发展，也是春秋战国随后的封建社会时期中国猪文化的营养基和种子。春秋战国时期中国猪文化异彩纷呈，其影响力在中国社会至今不减，是最具魅力、最有特色的东方文化，是世界文化王冠上的蓝宝石。

春秋战国时期中国猪文化的美学特征：河北邯郸出土的战国陶猪，很有代表性，体征基本上达到了家猪的标准，但野猪的特征还若隐若现。家猪形态跟其所处的社会历史时期遥相呼应，春秋战国时期的家猪基本上奠定了中国封建社会家猪的审美标准。春秋战国以后的猪文化，如汉牧猪图上的家猪和汉唐文化遗址出土的陶猪，没有一丝野猪气息，是春秋战国时期猪文化的进一步发展和延伸。

一、人工美是春秋战国时期中国猪文化最典型的美学特征

中华文化讲究天人合一，人法地、地法天、天法道、道法自然，自然美是美的最高原则。艺术源于自然，却高于自然，表现自然的艺术乃艺术之最高境界。笔者认为：天地有大美，人类社会处处亦大美。一切自然之造化和人工之造化皆美，只是特点不同而已。商代及西周早期的青铜礼器，装饰纹样为饕餮纹，展现了奴隶社会的意识形态，有狰狞恐怖之美；扬州盆景一寸三弯呈云片状而独步天下，有灵巧飘逸、苍古清秀、别致儒雅之美；苏州园林曲径通幽，有景致深远僻静、意味蕴藉、层出不穷、连绵悠长、婉转细致之美；京杭大运河，中国南北经济文化的大通道，有壮丽之美；万里长城，巍然屹立于地球之上，有雄伟之美；中国烹饪原料成形丝丁片条粒小形体，以丝最多，有线条之美等，凡此种种，把人的主观意志体现得淋漓尽致，全无清水出芙蓉，天然去雕饰之风范，但对审美体验者却具有无穷的震撼力，美至极致，中国猪文化的美学特征与其相比，有异曲同工之妙！

家猪之美美在不成黄金比例、美得没有韵律感、美得极度不协调。

家猪头与躯干的长度不成黄金比例。野猪体态基本上符合最佳美学原则——黄金分割率。家猪则不是，头占整个体长的比例缩小了，但躯干的长度却增加了。

家猪体幅没有韵律感。野猪前躯大，中躯体幅狭窄，后躯削瘦，胸椎最高部分高于臀部，野猪的头脸直伸向前，颈部肌肉异常发达，嘴部尖细，头部恰似圆锥体，野猪的腹部与身体其它部位相比显得较小，腹底几乎平直。野猪的身体结构是经常掘食地下块根植物、争夺交配权以及对抗猎食者所致。野猪体态匀称优美，特别是野猪警觉时，昂起头部，从头颈背尾看过去，由高及低，富有节奏，韵律感十足。野猪的身体结构，恰似一枚炮弹，极具爆发力，仿佛一部战斗的机器，把天地之造化美表现得淋漓尽致！家猪肚子大，腰部粗，头部小，头脸微有弯曲，嘴筒粗短，何谈节奏韵律？简直就是乱七八糟。特别是春秋以后的家猪肚子，又大又圆，部分家猪肚子几乎就要拖在地上了，由于重力作用，猪肚子的重力牵拉猪的脊柱，导致脊柱出现一定程度的非生物性变形等。过去乡下老农挑选儿媳时，其中有两项指标：一要盘子大；二要肚大腰

粗。盘子 即臀部，跟生殖有关，不孝有三，无后为大。肚大腰粗，适合 强体力劳动。是不是猪文化潜移默化所至，有待进一步的研究。

家猪体势有屈从意蕴之美。家猪体势是其现实生活的客观反映，许多品种的家猪头部头皮皱褶多且深、头势略向下。这种现象不排除选种和育种使然，但笔者认为深层次的原因 应归结于家猪生长的历史和家猪生长的环境。一切生物皆有 智慧，若干万年被驯化、数千年被圈养，怎一个愁字了得！焉有不长皱褶之理？！人猪之间，猪是弱势群体，任由人宰割，一旦有违背人的意志必被人诛之，猪在屋檐下哪有不低头的呢？头势向下在情理之中。野猪头皮皱褶较浅，与发生争斗 时以保护头部有关。野猪头势略向上向前，既方便查看敌情，又随时做好战斗的准备，是自然进化的结果。

中国家猪变态的身体结构，登峰造极的人工美，在世界 文明史上绝无仅有，家猪不是生物学上的品种，是数万年来 中国人改造自然的极品佳作，它把人工之造化美展现得酣畅 淋漓！家猪是中国人对人类文明的巨大贡献。

二、以肥为美是春秋战国时期中国猪文化的最高审美原则

中国猪文化何以以肥为美？中国猪文化审美标准在不同 时代有不同的内涵，但以肥为美的审美原则，从新石器时代 晚期开始，直到现在几乎没有任何改变。中国猪文化以肥为 美的审美原则，原因多种多样，既有中国人对口味美的主观追求，又有中国人生理的客观需要。

（一）以肥为美是中国人对口味美的主观追求

动物脂肪是味觉审美的物质基础。肥是中国老百姓的话 语，现代营养学认为：肥的原因是皮下脂肪发达，猪越肥皮 下脂肪越多，脂肪越少则猪越瘦。脂肪是一切动物的风味物 质，不同的动物，其脂肪各不相同，所呈现的香味千差万别。任何动物肌肉除去脂肪，食用时口味跟枯木无异，动物脂肪 是动物肌肉味觉审美的物质基础。

追求香味是世界各民族的心声，中华民族与西方民 族在获取香味的道路上有不同的轨迹。

西方民族获取香味的路径是通过商业贸易、侵略与掠夺来实现的。“从 11 世纪至 17 世纪，香料主宰着欧洲人的口味、财富及想象力，中世纪的烹饪呈现出新的着重点和创意，就是所有的东西都必须加香料”。12 世纪到 17 世纪，西欧诸强葡萄牙、西班牙、英国、荷兰等国纷纷开拓新航线，发现新大陆，展开贸易权争夺战和殖民地建设，拉开了世界历史上长达 600 年之久的大航海时代，其背后的推手主要是用于烹饪动物原料所用的胡椒，以胡椒的香味压制动物原料的腥味，有征服和侵略的意蕴潜藏其中，这是西方文明的样式。时至今日，黑胡椒牛排、黑胡椒羊排依旧是当今西方社会最负盛名的菜肴，在全世界各民族的食谱中都有它们靓丽的身影，它是西方社会商业贸易文明的缩影，是商业贸易文化、侵略掠夺文化与烹饪文化的结合体，展示了西方文明的独特魅力。中国人获取香味的路径置身于自身文明的沃野之中。

中国人对香味的追求很别致也很古老，是中国的烹饪器具和烹饪方法使然。中国陶器从农业文明诞生之初，便与中国 人结下了不解之缘，中国的陶罐等通常有一个大平底、一个近似于圆球状的大肚子，大平底稳定，符合人类的进餐心理，大平底在单位时间内传热量最大，有利于提高热能的利用率。圆球状使容器体积最大化，以便盛装更多的食物，蓄积更多的热量，且保温效果良好。中国陶罐的实用价值大于审美价值，中国陶罐的实用性，堪称人类所有实用器具完美设计的典范，是中国智慧在远古人类社会夜空中划出一道闪光。蒸、炖、煮等低温烹饪法是中国陶器最经典的烹饪术，是最符合营养科学精神的烹饪法，是最有东方文明气质的烹饪法。这些烹饪法，将“和”的思想展露无遗。“慢着火，少着水，火候足时它自美”是猪肉美味的哲学思想和科学精神，中国人不需要任何调料，通过水火之功去伪存真，将蛋白质、脂肪等高分子物质，以润物细无声、不留任何痕迹的中国方式，分解成具有芳香滋味的低分子醛、酮、酚、醇、酸、酯、含硫化合物，充分展现原料的自然美，把猪肉之香味做到极致，现在的中国名菜清炖狮子头、东坡肉便是例证。不仅如此，中国从新石器时代中期开始，便有陶器低温烹饪的确凿证据，随着时间的推移，低温烹饪的内容越来越丰富。距今六、七千年以前宝鸡北首岭文化遗址：“在墓葬的随葬器物中，有盛有肉食的祭祀品。例如在陶罐 77M4 里有两只鸡，陶罐 77T2M17 中盛有两条鱼，骨骼松散地与黑色的物质胶结混杂在一起，有可能是

当时人们煎熟的菜肴残留痕迹。这都反映了六、七千年以前人们对食物烹调情况的一斑”，骨骼松散表明曾经经过长时间的加热，是原料长时间受热水解导致的结果。食物长时间加热，说明人们烹饪食物的目的已不是简简单单的生熟关系，有美味的追求了。陶罐中不见猪的信息，只能说明当时人们不用猪作为祭祀品。猪是北首岭文化遗址时期最主要的家畜，墓葬与现实生活有区别也有联系，在现实生活中，对于猪的烹饪，理应有同样之法而烹之。河南辉县战国墓葬文化遗存，出现了以鼎、豆、壶三器一组的标准组合，鼎中常有鸡骨、鱼骨、肉骨。豆盛稻粱、壶盛酒浆、鼎盛肉食。现代营养学认为：稻粱富含碳水化合物，肉食富含优质蛋白。酒浆乃水谷之气，被祖国医学誉为“白药之长”，与养生息息相关。不难看出：这样的组合是一个非常合理的营养搭配，将美味追求、营养科学、饮食养生有机地结合在一起，是远古中国人的高超智慧。中国陶器、烹饪法、猪肉构成了东方文明特有的文化样式，是农耕文明自给自足生产方式的延伸，体现了中华文化的精髓。

绝大多数中国人喜欢猪脂肪的香味，是中国人生活艺术美的体现，是中华民族区别于世界其它民族的文化标识，是中华文化的典型特征。

（二）以肥为美是中国人生理的客观需要

新石器时代中后期是中国农业文明的发展期，奴隶社会是中国农业文明的成熟期，封建社会是中国农业文明的高峰期。这三个特点明显的历史时期，都以农耕文明为主，农业经济是社会经济的支柱。农业文明的文化内核是畜牧业和种植业，中国的畜牧业以养猪为主，在新石器时代文化遗址出土的动物骨骼和模型中，猪约占总量的三分之一。种植业在南方以稻为主、北方以粟为主。

人生一饱非难事，只在风调雨顺时。在古代，中华民族是典型的农耕民族，粮食生产是中国人生存的第一要素，但粮食生产面临诸多问题：第一，农作物品种。中国本土的农作物品种，几乎没有高产的。春秋战国时期我国粮食亩产量在90斤左右，明清时期我国粮食亩产量在156斤左右。第二，自然气候条件。农作物是自然的一部分，其生长与环境气象条件密不可分。从古至今，中国都是一个自然灾害频繁的国家，现在南方地区发洪水、北方地区干旱，几乎年年如此，基本上是古代农业生产困境的延续。第三，人祸。中国历史上的王朝更

替，通常都是以战争的形式来实现，伴随战争及战争 过后的中国社会，人口锐减，土地荒芜；第四，土地质量等。 在农耕文明时期，吃饱饭是中国人的一种追求，生活的一种 理想状态。中国人一见面，免不了问一句：“你吃了没有？”，儒家经典《礼记·礼运》云：“夫礼之初，始诸饮食”，《史 记·酈生陆贾列传》曰“民以食为天”等，这些言语里面都 有饥饿因子潜藏其间。

猪肥是中国人身体健康的基础。农耕文明时期，中国人的 膳食结构以谷物为主，动物原料稀缺而珍贵。中国古代把脂肪 称之为“膏脂”，牛羊的脂肪称为脂，猪的脂肪称为膏，膏有 肥美之意。膏粱者指的是统治阶级，即吃肉和吃细粮的人，奴 隶社会的奴隶主、封建社会的地主是也，寻常百姓吃肉的机会 少之又少。脂肪是人体健康必不可少的营养物质，猪脂肪是中 国人饱和脂肪酸的主要来源，如果摄入不足，人体会出现血管 变脆，易引发脑出血、贫血，易患肺结核和神经障碍等疾病， 免疫力降低，皮肤变粗糙，脂溶性维生素的吸收受阻，性激素 水平降低，导致许多生理活动不能正常进行。中国农耕文明时 期饲养动物以猪为主，猪是脂肪快速生产的“机器”，但猪的 饲养需要粮食，粮食产量是中国农耕文明时期最大的社会问题， 粮食紧张必然影响到猪的饲养，猪饲养的多少直接影响到中国 人对脂肪的需求，在饲养量一定的前提下，猪越肥提供的脂肪 越多。没有猪的脂肪就没有中国人的健康。

当今社会，物质丰富，天天吃肥肉都不是问题。可是， 肥肉吃多了，引起心脑血管疾病，才有了人们对肥肉恐惧与 不安的消极情绪，肥肉是天然食物，适量食用符合科学精神。

三、中国新石器时代晚期和春秋战国时期猪文化的审美标准

中国新石器时代晚期中国猪文化审美标准是肥而小，有 猪头崇拜情结。距今近五千年的四川三星堆文化遗址出土的陶猪，是一 只又圆又肥又胖又可爱的小猪，其美学风格与现代年画中猪 文化的形象大同小异，充分反映了三星堆文明时期古蜀人猪 文化的审美标准。另外，三星堆文化遗址还出土了与猪头有 关的陶猪头、陶猪头手柄、陶猪拱嘴等，表明三星堆文明时 期的古蜀国人有猪头崇拜情结。

大汶口猪随葬的情况：猪头骨 96 个，出土于 43 座墓中。幼猪和一两年以上的大猪都有，成年母猪占有一定的比例，公猪少。“鉴定的标本，除若干幼仔猪骨外……这次所鉴定的猪骨标本，可作可靠性别鉴定的，都属于雌性，雄性者只有几个獠牙代表”。猪随葬是当时社会人们现实生活的真实反应，随葬的小猪和母猪较多、猪头骨多、公猪少，是人们 对猪文化审美情感的表达。

三星堆猪文化与大汶口猪文化的共同点：对小猪和猪头都有特殊的审美情感。为什么对小猪情有独钟呢？理应与两地人们主观追求猪肉的美味相关，小猪没有达到性成熟，性腺还没有发育完全，小猪体内性激素水平低，肉的腥臊味小。小猪既可以吃母乳，又可以食用食物，小猪通常情况下都很肥胖，加之小猪肌肉纤维细小且含水量大，所以小猪肉极其美味可口。

大汶口猪文化较三星堆猪文化信息更丰富。大汶口文化母猪随葬多，可能跟生殖崇拜有关，也可能跟母猪的生理功能和人们的财富观念有关，母猪可以生产更多的小猪，是财富的重要来源，使用价值高；公猪随葬极少，公猪与小猪和母猪相比，其使用价值较小。在我国新石器时代晚期，还没有猪的阉割术，成年公猪体内由于性激素水平高，可以随时骚扰猪群，影响猪群的饲养。成年公猪狂躁，破坏力强，活动能力强，酮体消瘦，肌纤维粗大，成年公猪肉难以下咽，口感差。成年公猪体内性腺发达，肉腥臊味大，成年公猪肉口味差。公猪的价值主要体现在与母猪交配繁衍小猪上，由于一头公猪可与数十头母猪进行交配，所以公猪在当时社会理应属于廉价物品。

春秋战国时期中国猪文化以肥为美的主旋律没变，但审美情感个性化，审美内涵多样化，猪文化审美观已成熟。

商至春秋战国时期，文献中猪文化的记载已分门别类，如膏、豚、彘、豕、豮、牡等。表明中国人对猪文化的本质已有一定的认识 and 了解，家猪阉割技术成为猪肉美味的可靠保障，猪不分大小，只要肥就美。猪文化的运用领域包括祭祀、社交礼仪、日常生活、美肤等，不同的社会活动形式对应不同类型、不同性质的猪，猪文化已深入社会政治经济文化生活各层面。如朔人献猪燕昭王，猪文化已进入社会政治中心舞台。“符子 曰朔人献燕昭王以大豕……大如沙坟

足如不胜其体王异之令衡 官桥而量之折十桥豕不量又命水官舟而量其重千钧” 。这头

巨猪给我们呈现的信息：第一，肥大为美，燕昭王乃一国之君， 非泛泛之辈，寻常百姓不要说送什么礼物，就是与燕昭王见个 面都困难。送给燕昭王的礼物一定是稀世珍宝，在当时社会， 大猪当属其中，反应了当时人们以肥大作为猪的审美标准；第 二，大猪已被阉割。阉割技术出现在我国的殷商时期。春秋战 国已相当成熟。阉割后的猪肉腥膻味小，阉割是猪长得膘满臀 圆的基本条件，味好形美是礼物的基本属性。

现在过年，四川凉山州彝族同胞有“赛猪膘”的习俗， 把猪肉最肥的部分切割下来，挂在同一个地方比赛，看谁家 养的年猪肥膘最厚，肥膘最厚的主人，当地人认为最贤惠、 最勤劳、最能干，会受到别人的尊重。这种风俗无疑是奴隶 社会和封建社会传承下来的遗风。

“一口咬下去，顺着嘴角往下流”，流的是猪油，猪油 就是脂肪，这是老百姓吃了蒸肉后的无限感慨，是幸福、满 足与美的体验，是最自然的生活艺术，是猪文化味觉艺术的 最高境界，肥者，美也！

猪文化以肥为美是中国农耕文明时期社会各阶层的共同 心声，不仅是审美原则，更是超越了审美的范畴，根植于中 国社会政治、经济、文化、生活的方方面面，中国猪文化深 入中国人骨髓，中国猪文化撬动了中国社会的文明与进步。