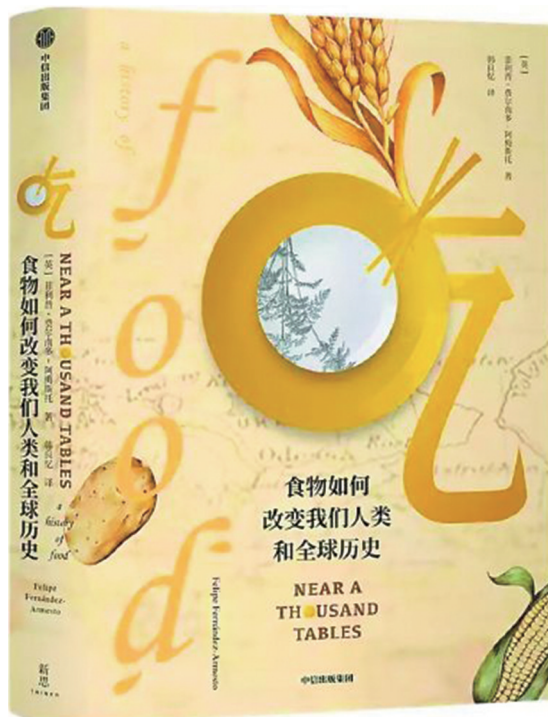


食物如何改变我们人类和全球历史

进食作为一种独特的生命行为,维持着生命的日常活动。进食的主体从细小的微生物到生物链顶端的人,进食方式千差万别,人类进食的客体——食物,在漫长的历史中也发生着天翻地覆的变化。

被《纽约时报》盛赞为“比肩吉本、汤因比、布罗代尔的历史学家”菲利普·费尔南多-阿梅斯托,将他对食物的理解融入著作《吃:食物如何改变我们人类和全球历史》(以下简称《吃》)中。他用8个章节来呈现食物史的全貌,声称,“所有的革命都是食物史的一部分。”

苏格拉底说:“不经反思的人生不值得一过。”那在当下各种眼花缭乱的食物乱象中,我们是不是可以说“不经反思的食物不值得一吃”呢?



《吃:食物如何改变我们人类和全球历史》
菲利普·费尔南多-阿梅斯托
中信出版集团

我们都是“食人族”吗

这个耸人听闻的标题不是为了博人眼球而生搬硬套出来的,而是人类学家列维·斯特劳数年前出版的著作。

1950年,美国生物学家卡尔顿发现新几内亚的原始部落出现了一种特殊的传染病——库鲁症,通过分析认为可能与其传统的食人行为有关。而在欧美社会则出现了因为注射人类脑垂体萃取的荷尔蒙和移植人脑黏膜(医疗用途)导致的库贾氏症病例,前者通常被视为“野蛮”的行径,而后者则被认为是“文明”的救治。不过在列维·斯特劳看来,“人们或许会反对上述的比较,然而将他人的一小部分物质,通过口腔、血液、消化或注射引入人体,与食人行为在本质上并无不同。”在《吃》中,作者阿梅斯托认为,这样看似荒谬的对比却提出了重要的文化议题:“吃”究竟意味着什么?

人们只是因为饿而吃吗?仅食人这一特殊的进食行为,就有“食物性”(例如在大航海时期危险漫长的旅程中,为了求生而食人是约定俗成的“航海习俗”)、“政治性”(部落争斗后,胜利一方可能会有食人的行为)、“仪式性”(宗教献祭)等多种目的。还有一类则是“疗愈性”的,目的是追求健康,古代很多医药处方都有用人体组织入药的记录,这现代医疗所熟悉的器官移植并无本质差别,只是经过层层渲染加工,使得人们认为前者野蛮,后者文明。

人类进食的独特性在于其附加的内涵,在今天我们就称其为“饮食文化”。所以作者阿梅斯托在《吃》中评价:“食物经过重新诠释后,不再只是维持生命的物质,而被赋予象征价值和魔力,食物具有意义。”世界上有着千差万别的神圣食物或者食物禁忌,本质上都是人为意义的构建,而这种构建使得进食行为远远超出了生理需求的范畴,吃不仅仅是“吃”了。

食品加工和生产的双革命

在人类加工食物的漫长历史中,烹调算得上最为重要的技术。烹指加热,调指调味,在自然环境中,烹调的行为实在反常,生食才是绝大多数生物的进食方式。

人类学会使用火烹调的源头已难以考证,但自然火烤炙带来的食物焦香与美味却是众多生物难以忘记的。约翰·古德斯布罗姆在《火与文明》中提道:“在现代的丛林大火之后,黑猩猩会小心翼翼地在缅甸树下的焦地上寻找荚果,经过烘烤的荚果,咀嚼起来轻松多了。”但是从食用这些被意外加热的食物到主动用火烹调食物的变化究竟是如何发生的,我们还很难得出定论。我们只知道食物经过高温烹煮会变得风味更佳,易于消化。人类的食谱得以增加,大量不适宜生食的品种在加热后成为新的食物来源。我们的大脑得到更多的养分供给,肠胃体积减小。烹调过程中会杀灭大量病菌虫细菌,进食带来的风险减小。

此外,在原始社会,用火烹调必须多人分工协作,这个过程加速了人类群体的社会化,阿梅斯托写道:“直到火和食物结合在一起,大势所趋,社区生活的焦点才沛然成形。”使用火烹调在生物层面上带来的改变导致了人类在社会文化层面发生剧变,与其说把使用工具作为人和其他动物区别的重要标志,不如说能否主动使用掌控火更为恰当。

加工食物固然是人类重要的革命,生产食物却代表着人类更能掌控自身的命运,虽然在“掌控初期”人类的生活并没有想象中的美好。传统的线性历史思维认为农业革命是人类社会发展的重要里程碑,既然是革命,那么发展农业带来的肯定是更加美好的生活。可是对早期农民骨髓进行的营养学研究显示,因食物缺乏和单一引起的营养不良导致贫血症和发育缓慢的现象,“比起狩猎一采

集者,农民更容易遭受饥荒的侵袭”。

农业更像是一场有准备的冒险:在农业出现之前,人类已经食用驯化野生作物上千年;定居生活逐渐被接受;人口和气候的变化导致集约式的农业更适应人类社会后来的发展,只是今天我们不能想当然地认为农业的出现是人类有预见性的选择。

对畜牧革命的评价也有着类似的误解。从狩猎转向畜牧并不是一本万利的事,人们不仅要掌握驯养动物的技巧,还要保证牲畜的喂养与安全,并且长期和牲畜生活在一起还有着暴发大规模传染病的风险,直到今天这样的案例依旧时有发生。狩猎和畜牧之间也并没有绝对的界限,早期人类通过选择群居动物狩猎,一是目标群体数量多,二是便于驱赶引导,长期跟在成群动物之后的猎人在某种程度上可以看作是在畜牧这一大群动物,只是它们的边界是大自然,而不是围栏。也许是现代工厂式的动物养殖方式使我们产生了传统畜牧和狩猎行为差异悬殊的错觉。

食物文化的大规模迁徙

对熟悉口味的偏好是人的本性,因此不同地区食物和口味的交流并不容易,不要说不同国家文明间的交流,仅仅是中国南北方关于豆腐脑的甜咸之争都势同水火。虽说本性难移,但食物和口味的确发生着交流和变迁。根据人类饮食变化的程度和深度,可以将其粗略地分为两个阶段——前现代时期局部且有限的食物传播和近代以来积极且大规模的食物传播,这种现象的背后是世界生产生活方式的巨大变迁。

作者阿梅斯托认为,只要人发生流动,食物文化必定会随之迁移。早期促成食物的国际化主要有战争、贸易、移民、帝国文化的溢出效应等。在这一阶段,食品流通中的硬通货例如盐、香料、糖等往往能突破局部的限制而实现长距离大规模的迁移,即便如此,这种流通的限度还是限于物品本身的转移,第二阶段食物的传播则已深入环境生态、生产生活方式的变革了。

16世纪之后,新大陆的发现和环球航行的实现助推西欧资本主义强国纷纷对外扩张。在战争屠杀、疾病传播、物种侵袭的影响下,美洲的原住人口迅速下降,而新移民对于美洲的玉米、木薯等粮食作物接受度有限,于是移植旧世界的小麦、葡萄、橄榄,畜养猪、牛、马、羊成为情理之中的选择。同样,美洲的玉米、马铃薯、红薯、木薯等作物极其适合填补旧世界传统作物产力开发极限的“报酬递减”困境,全球食物产量大增也就使得近代人口持续增长成为可能。这种全球范围内的物种生态交换的推动力则是资本主义对外扩张获取利益的诉求,也产生了一种全新的食物生产模式——殖民地大农场模式,正是因为新世界的人口锐减才使得殖民者有空间发展大规模农场和种植园,这种变化使得人们已经很难想象15世纪之前美洲生态环境的模样,亦如罗斯比的感叹:“恐怕再也不会出现如美洲这般,在哥伦布登陆后一个世纪内所展现的惊人变化了。除非有一天星球之间也发生生命形式的交换。”

我们吃的还是“食物”吗

耶鲁食物学教授凯利·布朗奈尔

曾提出过一个非常有意思的问题:总计含有43种成分的奇多(美式玉米片)和蟑螂哪一个食物?一般而言,我们更倾向于奇多,如果从成分上看,我们又不是那么确定了。这个问题带来的思考其实是指工业文明发达的今天,我们如何定义食物?

在人类漫长的食物生产历史中,因为缺乏长距离运输条件、保存技术、农药化肥等产品,长时间保持着这样的饮食习惯——天然、新鲜。随着人口的增加、技术的发展,传统生产模式已经无法满足人口的需求了,于是食物本身开始变得工业化,但就如人们对传统口味的偏好,工业化食品出现的初期也并没有立刻被人们接受,这个过程的转变有着深层次的观念、文化甚至心理变迁。

首先,人们对于食物成分的了解只有短短百余年时间,在相当长的时间里,我们的祖先都是通过经验从自然中采摘食物,尽管缺乏相关知识,但是他们摄取的食物远比现代社会多元而丰富。食物成分的分析源自近代化学工业的兴起,德国化学家李比希对于饮食主要营养成分蛋白质、脂肪、碳水化合物的揭露使得食物被拆解成一个个名称极其拗口的化学分子式。他们想通过科学的定量分析来得出食物的不同成分会对人体造成什么不同的影响,以此来指导人们的饮食选择,这就是今天我们所熟知的“营养主义”。

在这种情况下,各种工业合成食品便纷纷问世,工业化的生产、加工、保存方式使其具有传统食物难以企及的优势——产量巨大、保存期长、质量稳定等。营养主义确有其解释力,例如食物史上著名的维生素C对长途航海中海员坏血病的治疗,但是营养主义忽视了食物和人体互动本身的复杂性是极难量化的,近百年来来的健康食物建议几乎是一次次被推翻,蛋白质、碳水、脂肪这三样基本营养素都轮番上过黑名单。每一时的饮食风潮几乎与同时期的营养学推崇息息相关,阿梅斯托称之为“营养学巫术”。

工业化食品也极力宣扬自身的“洁净”形象。试想一下,传统食物极易腐烂、缺乏包装,而工业食品保存期长、包装精美,两相对比之下自然是后者的观感更加“洁净”。番茄酱巨头“亨氏”公司通过展示干净的操作台,统一的制服,整齐的排列塑造洁净安全的食品生产形象,而且把以前不透明的番茄酱瓶换成了透明的玻璃瓶,让消费者直观地感受其产品的“洁净”。这种视觉奇观改变了消费者的购买习惯,“洁净”意味着安全、健康,这是购买的基础底线。

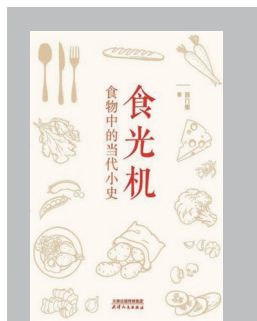
当然,工业化食物最强的优势在于廉价、口感好。通过规模生产来降低成本并以此扩大市场,工业化时代的人能获取更便宜的食物。这些廉价工业食物主要成分基本离不开盐、糖、脂肪——人类天性嗜好这些成分,这样便会形成持续的购买,食品工业得以不断壮大,成为今天近乎主宰我们饮食的庞然大物。

人类和食物相处的漫长历史中,我们一次次运用自身的劳动和智慧来变革食物的生产、加工方式。从匮乏到丰盛,天然到工业,无论未来如何变化,食物必将依旧和人类相依相伴,我们应当铭记的是:食物是地球伟大的馈赠,我们应该满怀感恩地食用并与他人分享。(来源:解放日报)



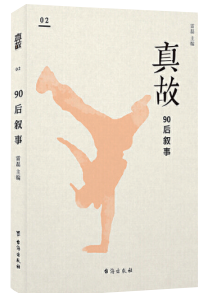
《健康中国人行动手册》
作者:蒋作君
出版社:人民卫生出版社

《健康中国人行动手册》涵盖常见疾病健康知识、常见传染病防治、家庭安全与急救常识、常用体检和就诊知识、中医健康养生、营养膳食指导及健身养生指导。



《食光机》
作者:西门媚
出版社:天津人民出版社

本书用诙谐轻松的笔调讲述作者自年幼起至今与美食与城市、与朋友的故事,文字有丰富的气味与画面感。通过食物、食事这一线索,勾勒出20世纪70年代至今的时代变迁史。



《真故·90后叙事》
作者:雷磊
出版社:台海出版社

《90后叙事》共分为四个章节,分别从学业工作、婚恋恋爱、原生家庭、生活现状等方面,对当下年轻一代的生活状态进行观察、记录,以此了解90后对于物质消费、生死命题、情感处理的思考方式,立体化展现90后这一时代特征。