



木兰时代，人们爱吃什么

□ 霜枫酒红

北朝乐府作品《木兰辞》中有这样的诗句，“爷娘闻女来，出郭相扶将；阿姊闻妹来，当户理红妆；小弟闻姊来，磨刀霍霍向猪羊。”

简短的诗句，可以看出北魏时代的军户家庭还是不乏猪和羊的，有亲人从战场凯旋或者宾朋到来，要杀猪宰羊大快朵颐庆祝一番。

北魏是拓跋鲜卑在中国北方建立的政权，道武帝拓跋珪于天兴元年(398)七月由盛乐(今内蒙古和林格尔)迁都平城(今山西大同)，太和十八年(494)孝文帝迁都洛阳。北魏在大同建都97年之久，史称“北魏平城时代”。这一时期，大同及周边地区冠盖云集，人口繁盛。后世在城乡建设和考古发掘中，出土了大量北魏平城时代的墓葬，其中与当时人饮食有关的文物、壁画就有不少，从庖厨炊作到杀羊汲水等，用图像生动地反映了公元5世纪大同地区的饮食文化。

考古证明，青铜时代，游牧民族开始在我国北方草原地区出现，虽然不断与农耕民族交流融合，但是二者的饮食文化迥异，游牧民族以动物性食物为主，农耕民族以植物性食物为主。当游牧民族进入农耕民族的地域和文化圈后，也会改变自己的生产模式、文化习俗。当然，游牧民族在汉化的进程中会一定程度上保存原来的饮食习惯。公元5世纪，大同地区北魏先民的食物结构尽管受到农耕文化的强烈影响，但畜牧文明特点依然明显。

拓跋鲜卑旧俗多食肉、酪。尤其是建立政权以前，长期过着“畜牧迁徙，射猎为业”的游牧生活，肉食是基本食品。立国之后，政府意识到定居及农耕对于稳定政权、发展生产的重要作用，历代皇

帝都大力推行汉化，发展农业，但食肉饮酪、穿着着裘的习俗仍在延续。

《北史》形容北魏大臣郑羲吝啬，“人有礼饷者，不与杯酒肉，而西门受羊酒，东门沽卖之。”从中可以看出当时的习俗以羊酒为礼、肉为酬，说明肉食在北魏人的生活中占有重要地位。有学者研究认为，北魏太和九年(485)实行均田制时，农牧经济基本还处于平行发展的阶段。也就是说，此时畜牧经济依然在社会生活占有一定优势。

大同市博物馆的北魏庖厨器具模型展品和北魏墓葬壁画庖厨场景图，生动地反映了公元5世纪的生活。北魏砖室墓中出土造型小巧的庖厨器具模型，包括用于贮存粮食的陶仓、汲水的陶井(有的搭配汲水小陶桶)、舂米的陶碓、磨面的陶磨以及烧火的陶灶，少数墓葬中还出土了脱粒所用的陶簸箕模型。从这些器物组合中则可以看出，农耕文化饮食在不断进入拓跋鲜卑的生活中，民族融合在不断推进。

大同市平城区沙岭的一处北魏墓葬中，墓室残留的漆皮画描绘了生活中的厨房、小院、后屋。厨房内以黑线勾绘灶台，灶上有一甑，一人向炉膛内添柴，一人站在灶旁看向甑内，甑内应该正在蒸制食物。院子中间的草地上放着一个双耳折腹大釜，釜内盛满红色液体，可能是羹汤；画面左侧一人跪坐于小案前可能在案上揉面或放置食物，还有一人高举大斧砍柴。画面上还有一口水井，井架上有辘轳，有一人正拉动绳索汲水。

这处墓葬墓室壁画还有郊游宴饮图，画面上有车辆、毡帐以及庖厨备宴场景。庖厨图壁画里，有两人正在杀羊，羊头长着盘角，身躯硕大，一个人右膝压住

羊的右前腿，右手提起羊的左前腿；另一个人左手按住羊的左后腿，双腿压住羊的右后腿，右手将一把刀插入羊腹，下有一盆盛接羊血。这幅“宰羊图”上描绘的或许是在为烹制羊炙而做准备。“羊炙，全体炙之，各自以刀割，出于胡貉之为也。”羊炙就是烤全羊或烤全牛，“胡人团团围坐，各自用刀，随意边烤边吃”。当然，也有学者指出或许是要割取羊肉制作肉串，因为壁画上也有串好待烤的肉串。

历史的镜像生动地说明，公元5世纪大同地区食肉饮酪之风依然盛行，不过农耕文明的居住、烹饪方式已经进入拓跋鲜卑人的生活。与此同时，游牧民族食肉饮酪的生活习惯也影响着汉族人的生活，牛羊肉逐步成为多个民族都喜欢的食材，而且食用方式也多有相同。

随着北魏孝文帝时期的改革推进，尤其是均田制、三长制与新租调制的实施，农耕经济成为北魏最重要的经济成分，拓跋鲜卑的饮食结构发生了明显变化，谷、米逐渐成为主要食粮。到了北魏末年，农业官员贾思勰写出专著《齐民要术》。书里搜集了许多北朝的食谱，有些甚至流传至今，例如烤乳猪、羊肉香肠、胡饼、腌菜等。结合《木兰辞》中突出“磨刀霍霍向猪羊”，而没有点到谷、米等，或可说明当时的民族迁徙促进了农牧业的发展，肉类食品能够走入寻常百姓家，人们的饮食结构趋向更加合理。



扫码看
相关内容



资料图

“文化大篷车来了！”在宁夏，载着演出人员和设备的车辆驶进村庄，总能受到村民的热烈欢迎。从1984年宁夏话剧团第一辆“文化大篷车”驶向黄土高原的山川梁峁，40年来，送戏下乡的“文化大篷车”已更新了五代，行驶上百万公里，流动演出9000余场次，源源不断将精彩的文艺表演送到田野乡间。

送戏下乡历史悠久，直到现在仍在文化惠民活动中扮演着重要角色。随着短视频、网络直播等的兴起，农民获取文化资源的途径更多了，但送戏下乡仍然以其现场感、完整度、互动性受到农民朋友喜爱。一出出好戏，为老百姓送去“文化大餐”，不断充盈农民精神文化生活。从《苏三起解》《霸王别姬》等传统京剧名段，到《梳妆迎亲》《寿州救驾》等经典秦腔剧目，再到结合现实排演的《闽宁镇移民之歌》等话剧，在乡村大戏台上，好作品滋润农民心田，让文化的魅力在广袤乡村绽放。

送戏下乡，送的是文化和审美体验，也送去成风化人的力量。比如，山东省荣成市组织剧团演出小品《文明家园》，深入农村宣传信用重要性，演出达400多场次，让“信用有价、守信受益”的理念更好地走进农民心中。许多剧目贴近农民生活、契合农民需求，涵盖普及科学知识、弘扬法治理念、推动移风易俗、发展乡村产业等方面内容，戏剧的实用性和功能性得以充分发挥，有利于提振农民精气神、孕育农村社会好风尚。

通过多年的发展，送戏下乡已不止于“送”，更播撒了一颗颗文艺的种子。宁夏京剧院的“文化大篷车”走乡串户，吸引了一些小戏迷学京剧，如今成长为青年演员的他们又成了送戏下乡的中坚力量。近来，山东吕剧、湖南本地汉戏、湖北地花鼓等一批地方小戏“送戏进城”，背后离不开专业剧团对农村剧团“手拉手”“结对子”的悉心指导培训。从“送文化”到“种文化”，送戏下乡有效启

送好戏到农民家门口

发文化交流，形成了乡村文化繁荣发展的新引擎。

也要看到，推动文化建设成果更好惠及广大农民，送戏下乡还有广阔发力空间。今年3月，山东省济宁市一场送戏下乡活动采用“群众点单，你点我演”的方式，将文化服务的“遥控器”递到村民手里，演出效果很好。这启示我们，弄清农民想看什么戏、创作农民爱看的戏，送戏下乡才能真正送到百姓心坎上。

打通公共文化服务“最后一公里”，送戏下乡是重要抓手。把戏送到哪、什么时间送、怎么送，都值得花心思细细研究。向脱贫地区、革命老区倾斜，重点围绕经贸活动、文旅场所、节庆庙会送戏，尽量安排在节假日和晚上，错开农忙、自然灾害时段，这样的安排更立足实际。文化主管部门加强统筹、创新方法，落实奖励激励措施，在文艺团体与农民群众之间牵好线、搭好桥，周到安排、细致保障，才能让更多农民群众在家门口看上戏、看好戏。

持续开展送戏下乡活动，坚持剧目创作精品化、提升内容供给精准度、扩大受众人群覆盖面，定会有更多好戏在乡村舞台唱响，为乡村全面振兴凝聚起深厚的精神力量。 据《人民日报》

让红色题材剧走近年轻观众

重温革命历史，感受峥嵘岁月，让人热血沸腾。“七一”前后，话剧《延水谣》《向延安》《三湾，那一夜》、歌剧《长征》、京剧《江姐》、音乐剧《觉醒年代》等一大批红色题材戏剧作品在全国各地上演。其中，仅国家大剧院在“七一”前后就安排红色主题演出9台21场演出，部分演出一票难求。

近年来，不少优秀的红色戏剧作品脱颖而出，它们凭借跌宕起伏的情节、生动鲜活的人物形象、波澜壮阔的历史情境，让越来越多的年轻观众沉浸其中，产生情感共鸣。虽然它们在舞台综合呈现上具有差异性，但在与年轻观众实现“双向奔赴”方面颇具共同点：

一是突出人情人性，让人物有血有肉，真正走进观众心里。

在戏剧的舞台上塑造英雄形象、弘扬革命精神、传承红色血脉，理所当然的是戏剧人的神圣职责，对于正处于成长期的青年观众群体来说尤为重要。但需明确的是，只有更多地关注人性情感、重视审美功能，方能让更多红色题材戏剧的人物更好地走到观众的心里。比如，获第16届精神文明建设“五个一工程”奖的碗碗腔现代剧《骄杨之恋》，就将杨开慧的光辉形象塑造得非常感人。

二是代入感强烈，让观众走进剧情，成为历史的见证者和书写者。

不少优秀之作把主人公的困惑、不解和矛盾作为戏剧冲突呈现，让观众情不自禁地进入剧情去作抉择，拉近了戏剧与观众的距离。比如，在话剧《延水谣》中，青年林逸萍因奔赴延安路遇艰辛产生过动摇，在经历抗战一线的磨炼后，成长为一名坚定的文艺战士，反映了人物在革命情景下的“蝶变”。

三是强调当下性，让作品拥抱时代，与新时代的年轻人同频共振。

优秀的剧目能以其跨越时间的魅力，吸引年轻一代的目光。优秀的红色戏剧作品不仅丰富着年轻人的文化生活，更在精神层面上给予他们成长的滋养。对于善于求新求变的年轻观众群体，在艺术表现形式、传播及观演方式上的创新同样不可或缺。希望能涌现出更多的优秀之作，在赓续红色血脉、拓宽年轻人视野的同时，更为其成长之路指引方向、增添色彩。

据《中国文化报》



京剧《江姐》剧照