

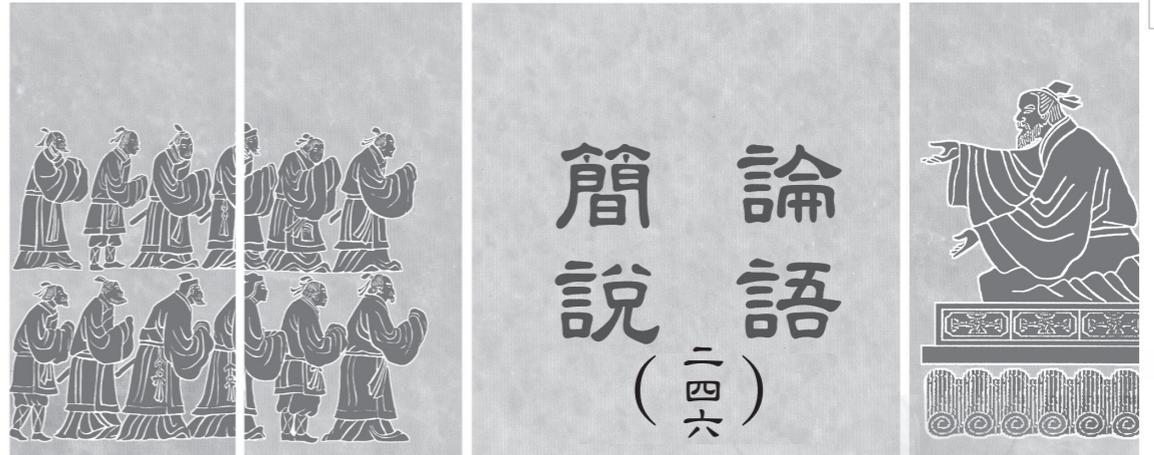


「割」，宰殺，並不是「切」。用不當的方法宰殺，例如「玉筋羹」，用燒燙的烙鐵鉗住母牛的乳房，乳汁凝結在鉗上做成的料理，而母牛撕裂的哀號聲，令人慘不忍睹！今日尚有許多狠心傷害動物的菜單，奉勸仁人君子應當嚴以拒絕，切勿食用！醬料如同藥味，用

生內熱的病，應適可而止。

「色惡不食，臭惡不食」，「臭」，氣味。「臭惡」，烹調發出的惡劣臭氣。
「失飪不食，不時不食」，「失飪」，錯失烹調時間，不能掌握火候，導致食物過熟或不熟，對身體都有害。「不時」，包括吃了不合時令的食物，及不按正常時間進食，都有礙健康。
「割不正不食，不得其醬不食」，

「沽酒市脯不食，不撤薑食，不多食。」「沽」、「市」，都是買的意思。外面買來的酒未必清潔純粹，外面買來的乾肉，也不知是何種動物的肉，考慮安全，孔子不吃。「薑」可以去邪味、發正氣，食用有益健康。但薑味辛辣，多吃恐

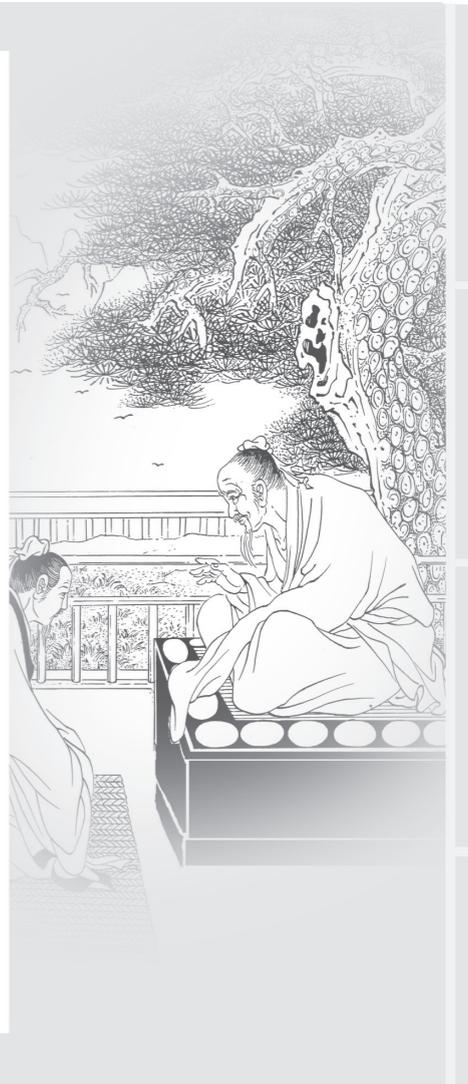


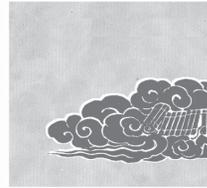
論語 簡說 (二四六)

鄉黨第十

色惡不食，臭惡不食，失飪不食，不時不食，割不正不食，不得其醬不食。肉雖多，不使勝食氣。唯酒無量，不及亂。沽酒市脯不食，不撤薑食，不多食。祭於公，不宿肉。祭肉不出三日，出三日，不食之矣。食不語，寢不言。雖蔬食、菜羹、瓜，祭，必齊如也。席不正，不坐。

●倫宜：圖 ● 圓子：文 ●





「祭於公，不宿肉。祭肉不出三日，出三日，不食之矣。」「祭於公」，陪同國君參加祭祀，屬於公祭。「宿」，隔夜。公祭的肉，國君賜下，不留隔夜必須趕快食用，表示恭敬不遺留神明的恩惠。「祭肉不出三日」，指私人準備的祭肉，因為放久會腐敗，必須在三日內吃完。

「食不語，寢不言。」「語」，回答而說話。「言」，自己直接發表。嘴裡有食物，一說話如同灑下小雨，不雅觀也不衛生。假使宴會必須敬酒行禮，可等嘴裡沒有食物再說話，總之不必說話就不要多話。「寢不言」，好友難得相聚，睡覺還「連床夜話」，但須少說為是。

「雖疏食、菜羹、瓜，祭，必齊如也。」「疏」，粗糙。「菜羹」，用菜做成的糊狀濃湯。孔子居家所吃的粗食、菜羹、當地的瓜果，一定恭敬的致祭祖先神明，不敢忘本，絕不因祭品普通而荒廢禮節。

「席不正，不坐。」「席」，坐墊。現代人坐在椅凳上，古人則坐在地面上的方形坐席。坐席擺正才坐下，表示外在的言行舉止不亂，內心才能整齊安定，遇事才能臨危不亂、從容鎮靜。

本節經文，主要記錄孔子飲食的禮節。雖然古今飲食不同，卻可近距離觀摩聖人的一舉一動，把握當中衛生、自我節制、恭敬、仁慈的原則而學習，聖人並非遠不可及！