

一锅温暖 “咕嘟”了4000年

——古人冬日美食图鉴

寒风乍起，你是不是已经准备好了保温杯，开始惦记热腾腾的火锅和烤肉？别以为只有现代人才懂冬日美食的奥义！古人过冬的“美食装备”远比我们想象的更丰富、更精致——他们不但发明了最早的“火锅”，还打造出精巧的“便携烤肉架”、设计出持续保温的“温酒神器”。

让我们一起翻开古食谱，看看古人如何用智慧吃出整个冬天的温暖。

一锅“咕嘟”了四千年的温暖

如果将火锅简单理解为“用锅烧水涮食物吃”，那么早在4000多年前的新石器时代，南京高淳人就吃上了火锅。

1989年南京高淳区固城镇的朝墩头遗址，出土了一件“四足双层陶鼎”。由于是4000年前的生活用品，现在已有些残缺，但仍能看出它“上下两层”的结构，这种双层四足的陶器在新石器时代罕见，还是比较常见的，还是陶罐。据考古专家分析，“先民们可能是在下一层点着火，上一层的锅中烹煮食物。”

那时的“火锅”不是锅，而是“鼎”。先在鼎内加好水，再放入各种肉类，在鼎底生火煮成一锅大杂烩，这在当时叫作“羹”。又因为把食物放入沸水中发出的“咕咚咕咚”声，因此最早的火锅，不叫火锅，而叫“古董羹”。

到了商代，火锅进化得更加精致。江西新干大洋洲出土的商代兽面纹青铜温鼎，居然设计了可以开合的“旋转门”，方便往夹层添加炭火。而南京博物院珍藏的汉代铜分格鼎更是让人惊叹——鼎内分成五个格子，被称为“2000多年前的鸳鸯锅”。南京博物院专家杨海涛介绍：“这种分格设计体现了汉代人的烹调智慧，可能用于分开烹煮不同食材，也可能与五行养生观念有关。”

如果说这些还只是贵族专属，那么到了宋代，火锅真正走进了寻常百姓家。林洪在《山家清供》中记载的“拨霞供”，生动描述了在武夷山雪天涮兔肉的情景：“以风炉安坐上，用水少半，候汤响一杯后，各分以箸，令自夹入汤摆煮。”这种自涮自吃的方式，与今天的火锅已别无二致。

而清代的乾隆皇帝更是将火锅吃出了新高度。档案记载，乾隆四十四年的一个半月内，他就吃了66次火锅，品种达23种之多。他的儿子嘉庆帝更是在登基大典上摆出1550桌火锅宴，创下史上最壮观火锅纪录。从王公贵族的青铜鼎到百姓家的陶锅，这一锅热气，就这样咕嘟了四千年。

一场穿越两千年的烧烤盛宴

你以为古人的冬日美食只有火锅？那就大错特错了！烧烤，同样是古人冬日里不可或缺的温暖享受。

《诗经·小雅》中的“有兔斯首，炮之燔之”，描绘的正是古人烧烤的场景。“炮”是用泥巴包裹后烤制，“燔”则是直接在火上烤。在汉代的画像石上，我们经常能看到古人围坐烤肉的生动画面。山东诸城前凉台出土的汉画像石上，清晰刻绘着一幅“庖厨烧烤图”：一人串着肉串在火上翻烤，旁边还有人扇风控火，场面热闹非凡。

汉代堪称史上的烧烤巅峰。据刘歆《西京杂记》记载，汉高祖刘邦即位后，“常以烧烤鹿肝生吐下酒”。在马王堆汉墓中，辛追墓出土的云纹漆案上就放置着饮酒的漆后和漆耳杯、五个盛装食物的小漆盘及竹筷，出土的辛追家食谱里也记载有牛炙、牛犒炙、豕炙、鹿炙、炙鸡、烤鲫鱼等烧烤美食。宁夏中卫常乐汉墓还曾出土过汉代的羊肉串，棺前的漆盒里还发现了三个类似“饼”的谷物制品，该墓中还出土了一册墨书，上面写着“闾丘入厨十枚”，注明这些东西是一个叫闾丘的人送给墓主人的祭品，这么来看，烤串配小饼的吃法没准汉代就已经有了。在广州西汉南越王墓中，出土了烤炉盘，四足带轮，方便移动。



▼西汉·铜分格鼎。(资料图片)

一杯穿越千年的暖盏流香

《诗经·小雅·鹿鸣》中说，“我有旨酒，以燕乐嘉宾之心。”堪称完美的宴饮，还需一味醇香来点化圆满。

中国的酒文化源远流长，要论将酒喝出别样意趣的，还数魏晋风流。魏晋名士多好酒，有刘伶《酒德颂》中“幕天席地，纵意所如”，行为艺术般的豪饮，也有王羲之《兰亭集序》中曲水流觞，随性赋诗的风雅。三杯两盏，承载着中华文化史上富有诗情的一抹醉意。

寒冬里，最扫兴的莫过于美食刚吃几口就凉了。别担心，古人早就发明了各种保温神器。

温酒，是古人冬日饮食中的重要环节。贴心的主人注重为宾客准备了别有用心的酒具，使一场家宴裹上如围炉夜话的温馨。注子盛清酒，温碗装热水，加热美酒而保留酒香，是宋人典籍日常生活的注脚。南京市博物总馆便藏有北宋·青白釉注子、温碗。让人透过文物，仿佛望见宴至尾声，酒酣耳热。

《红楼梦》里也经常出现温酒行令的场景，大观园里的姑娘公子们脱下裘衣裘帽，手捧丫头上奉上的暖炉，欢作一团。

唐宋时期，一种名为“暖盏”的保温餐具开始流行。暖盏由内外两层组成，中间空隙注入热水，就能让盏中的菜肴长时间保持温度。这种设计原理，与现代的保温餐盘如出一辙。

想象一下，在古代的宴席上，有了这样的神器，宾客们就能从容不迫地品尝每一道热菜、每一口温酒，再也不用担心美食变凉。(据《金陵晚报》)



(资料图片) ▲北宋·青白釉注子、温碗。



▲西周·有盘鼎。(资料图片)

吉祥纹样中的长寿密码



▲清代中期竹根雕麻姑献寿仙槎。

古代常把“九”定为阳数，而农历九月初九，正好是九之阳数相重的日子，所以称之为重阳。在古人的观念中，九九有寿命长久、健康长寿的寓意，因此重阳节也成为了祈求长寿的节日。这种对长寿安康的祈愿也体现在古人的一些吉祥纹样上。

“吉祥”二字始见于《庄子·人间世》：“虚室生白，吉祥止止。”唐成玄英注疏：“吉者，福善之事；祥者，嘉庆之征。”寓意吉祥的纹样源于中华先民早期朴素的自然崇拜与心理需求的结合。在适应、改造自然的过程中，古人因为对日月星辰、风雨雷电等自然现象不解，遂将自然万物视为神灵，并产生了对自然的敬畏和原始崇拜，于是出现了祥瑞瑞兽、花鸟鱼虫等寓意吉祥的纹样。

寿居耄耋。耄耋是指八九十岁的老年人，指代长寿之意，古人以“寿居耄耋”来代表长寿，沿袭的就是中国传统的寿图礼仪。清代紫檀黑漆描金百宝嵌耄耋纹长方盖盒，制作于清乾隆时期，现藏于观复博物馆。盒盖画面呈现的是洞石松兰的户外环境，五只花色各异的猫咪嬉戏其中，有的跃跃欲试，意图扑蝶；有的两两抱团，打闹嬉戏，神态动作自然传神。猫与“耄”谐音，蝶与“耋”谐音。猫与蝴蝶并存的纹样，寓意着祈求健康长寿的美好愿望。

五福捧寿。据《尚书·洪范》记载：“五福：一曰寿，二曰富，三曰康宁，四曰攸好德，五曰考终命。”民间则把“五福”演绎为“福、禄、寿、喜、财”。古人崇尚福、期盼福，也珍惜福。沈阳故宫博物院收藏的清代掐丝珐琅五福捧寿纹海棠式瓶，瓶腹两侧蓝圈内嵌粉底红色“寿”字纹，周边环绕五组蝙蝠图案，形成“五福捧寿”吉祥纹样。因为蝙蝠的“蝠”与福气的“福”谐音，而蝙蝠又谐音“遍福”，寓意遍地是福、多福多寿。

麻姑献寿。清代中期竹根雕麻姑献寿仙槎，现藏于故宫博物院。它由竹根随形雕成，首尾上翘，一根侧枝分成两杈，一杈伸向舟底，一杈伸向舟中，弯曲盘结。舟首置两个酒坛和一盆仙桃；麻姑头绾双髻，身着叶裙坐在船舷右侧板浆；另一仙女怀抱酒坛，坐在船尾的树干之上。麻姑是传说中的长寿仙人，每当蟠桃盛会时，都会以灵芝酿酒作为寿礼进献给西王母，后世多以“麻姑献寿”作为祝寿题材。

龟鹤齐寿。龟鹤仙人是中国传统纹样中贺寿题材的吉祥纹样。晋葛洪《抱朴子·论仙》载：“谓生必死，而龟鹤长寿焉。知龟鹤之遐寿，故效其导引以增年。”所以，龟称灵龟、神龟，鹤称仙鹤、瑞鹤，将龟、鹤喻为长寿象征，有“千年龟，万年鹤”之说。宋代仙人龟鹤齐寿铜镜，属湖南省博物馆馆藏文物，为研究当时社会信仰与艺术表现的重要实物资料。(据《联谊报》)

赵之谦画作寓意“富贵眉寿”



此画描绘牡丹与梅花前后呼应，顾盼生姿。湖石用墨浓淡相间，表现出丰富多变的肌理质感，寓意“富贵眉寿”，有着福寿延年的美好祝福。

据介绍，该画为清代画家赵之谦所绘，设色简淡雅致，令人心旷神怡。(据《侨乡科技报》)

清代砚盒



此砚盒长20厘米，砚盖以玉石、螺钿等镶嵌为博古图，画面清丽雅致，选料严谨考究，制作工艺精细。

据介绍，砚盒为文房器物之一，是用来盛放砚台的盒子。该砚盒铭有“卢葵生制”款识，为清代道光年间扬州制漆艺人卢葵生制作。(据《侨乡科技报》)

光影丝路·神奇宁夏

——2026年宁夏政协摄影邀请展征稿启事

在“十四五”规划即将收官、“十五五”规划谋篇布局的历史节点，自治区政协拟于2026年初举办“光影丝路·神奇宁夏——2026年宁夏政协摄影邀请展”，以影像艺术的独特语言，展示“十四五”期间宁夏经济社会发展成果，展望“十五五”期间宁夏发展美好未来，生动诠释自治区政协围绕中心、服务大局的职能定位，为全面建设社会主义现代化美丽新宁夏广泛凝聚人心、凝聚共识、凝聚智慧、凝聚力量。

一、举办单位

主办：政协宁夏回族自治区委员会
承办：政协宁夏回族自治区委员会文史和学习委员会

协办：宁夏回族自治区文化和旅游厅
宁夏回族自治区文学艺术界联合会
宁夏美术馆(宁夏书画院)
宁夏摄影家协会

二、展览名称

“光影丝路·神奇宁夏”——2026年宁夏政协摄影邀请展

三、征稿要求

(一) 征稿范围
面向全社会特别是全区三级政协委员(含往届政协委员)公开征集作品。

(二) 作品要求
1. 征集内容。围绕自治区经济社会发展，拟设置“山河风光”“生态蜕变”

“文化兴盛”“城乡新貌”等主题板块，主要征集“三山一河”四季风光、生态保护、文化遗产保护传承利用、葡萄酒文旅融合、乡村旅游和城市更新典范等摄影作品。

2. 格式要求。投稿作品为JPG格式，每幅作品文件不小于5M，长边不低于4000像素。

3. 信息填写。投稿作品用重命名的方式注明作者姓名、作品名称及电话号码。作品拍摄时间、拍摄地点及简介需填写申报表。凡因提交的个人信息不全而影响联络者，视为自动放弃资格。

(三) 征稿细则

1. 作品拍摄时间不限，鼓励近年新作投稿。投稿需为彩色作品，单幅、组照不限，组照每幅限4—8幅、视为1件。

2. 作品必须取材于宁夏回族自治区行政区域内，并标注具体拍摄地点。

3. 每人限投15件作品，投稿作品为电子文件，每人投稿自建一个文件夹，备注“宁夏政协摄影展照片”。

4. 谢绝将组照作品自行拼为一幅图片投稿，每位作者需将组照内每幅照片编号并打包为一个文件夹进行投稿。

5. 投稿作品除对色调、色彩进行适度调整及构图剪裁外，不得对原始图像进行任何足以影响其真实性、准确性的改动(去除图像传感器及镜头污点

除外)。

6. 投稿者应保证其为所投送作品的作者，并对该作品拥有独立、完整、明确、无争议的著作权；投稿者还应保证其所投送的作品不侵犯第三人的合法权益并承担由其稿件及投稿行为所引发的一切后果与责任。

7. 对于妨害公序良俗的作品及行为(包括但不限于可能严重误导公众认知、具有欺诈性质等一切违反法律、道德、公共秩序或善良风俗等情形)，一经发现将取消入选资格。

8. 本次展览对入选作品每件给予800元稿费。主办单位、承办单位有权以复制、发行、展览、放映、信息网络传播、出版等方式使用入选作品，并不再支付报酬。投稿作品一律不退稿。

9. 凡投稿者均视为已同意本征稿启事之所有规定。主办方具有最终解释权。

投稿邮箱：604517680@qq.com
联系人：包瑞 13995077521

四、征稿时间
征稿自本启事公布之日开始，2025年11月30日截止。

五、作品评审
组织专家评审小组对投稿作品进行评审，拟确定入选作品200幅(组)进行集中展出，择优编入画册并在相关报刊、网站、新媒体平台推介。

光影丝路·神奇宁夏
2026年宁夏政协摄影邀请展 征稿启事

主办：政协宁夏回族自治区委员会
承办：政协宁夏回族自治区委员会文史和学习委员会
协办：宁夏回族自治区文化和旅游厅
宁夏回族自治区文学艺术界联合会
宁夏美术馆(宁夏书画院)
宁夏摄影家协会

征稿要求
(一) 征稿范围
面向全社会特别是全区三级政协委员(含往届政协委员)公开征集作品。
(二) 作品要求
作品内容围绕自治区经济社会发展，拟设置“山河风光”“生态蜕变”“文化兴盛”“城乡新貌”等主题板块，主要征集“三山一河”四季风光、生态保护、文化遗产保护传承利用、葡萄酒文旅融合、乡村旅游和城市更新典范等摄影作品。
作品拍摄时间不限，鼓励近年新作投稿。
作品必须取材于宁夏回族自治区行政区域内，并标注具体拍摄地点。
投稿邮箱：604517680@qq.com
联系人：包瑞 13995077521
征稿时间
2025年11月30日。

扫描二维码了解详情