

浅析日本人用餐前要双手合十说「いただきます」「我开动了」 此餐桌文化现象的原因

唐远远

(郑州大学, 河南省、郑州市, 450000)

摘要: 日本同中国一样, 是有着悠久历史的礼仪之邦。日本人对于礼节的重视程度比国人有过之而无不及。日本的餐桌礼仪文化一直以来都是各国学习的典范, 我们在去日本旅游, 看日剧、日漫的时候不难发现, 大多数日本人在进入用餐之前, 都会双手合掌, 然后满怀感激地说「いただきます」「我开动了」。, 又如同他们用餐结束后要说「ごちそうさまでした」「感谢招待!」。在当今的社会, 日本人视「いただきます」为日语中的明珠。本篇文章即对这一现象追根溯源, 研究为什么日本人用餐前要双手合十说「いただきます」「我开动了」, 分析此餐桌文化现象的由来。最后总结并列出了日本餐桌礼仪的其他禁忌和注意事项, 有助于我们更了解日本文化, 促进跨文化交际。

关键词: 餐桌礼仪; 日本文化; 神道教; 文化现象;

中图分类号: G1

文献标识码: A

日本同中国一样, 是有着悠久历史的礼仪之邦。日本人对于礼节的重视程度比国人有过之而无不及。日本的餐桌礼仪文化一直以来都是各国学习的典范, 因为日本的餐桌礼仪不仅在内容上能够显示出民族的道德修养, 同时在国人对文化的尊重程度上来看也能体现出其文化素质水平较高。我们在去日本旅游, 看日剧、日漫的时候, 都会对日本人的餐桌礼仪印象深刻, 很多国家地区的人都认为日本人规矩多, 有太多的餐桌禁忌和礼节。比如最令我好奇的是, 大多数日本人在拿起筷子吃饭前, 不管长幼, 他们都会双手合掌, 然后满怀感激地说句「いただきます」「我开动了」。用餐结束后要说「ごちそうさまでした」「感谢招待!」, 表现得十分谦卑。遵守吃饭前说“我开动了”这一规矩, 会被看作一个有教养的人的应有表现。在当今的社会, 日本人视「いただきます」为日语中的明珠, 也带得我们这些外邦人士对此也交口称赞。那么这句被我们熟知「いただきます」是怎么来的呢? 日本人就餐前又为什么要双手合十说这句话?

一、从语源的角度分析「いただきます」这句话的受体

要想弄清日本人吃饭前为什么要双手合十说「いただきます」, 首先要做的就是理明白这句话是讲给谁听的, 即这句话的受体有哪些。我们在看日剧的时候会发现, 有时候客人到别人家做客吃饭时会说这句话, 一个人吃饭时也会讲这句话。那么这句话的受体到底是谁呢? 我们可以从语源的角度来展开分析。

大部分日剧汉化字幕组习惯于把「いただきます」翻译成“我开动了”, 其实是有失偏颇的, 这句话的本意应是“承蒙恩赐”。「いただきます」的罗马音是“i ta da ki ma su”当中的动词原形「いただく」是在吃进贡给神的东西或者从比自己尊贵的人那里拿到东西的时候说的一句台词, 慢慢的这个词就有了吃东西或者拿东西的谦虚语的意思了, 最后在吃饭前说「いただきます」就变成例行公事了。而动词原形「いただく」实际上是受授动词「もらう」的自谦语和敬语形态, 相对于くれる・别人主动给予, らう有一层我拜托别人做某事的含义, 直译的话就是“收下、得到”的意思, 所以这句话翻译成“承蒙恩惠, 能吃到这么美味的食物, 我实在是非常感激”。由此可见, 这句话是为了表达感激之情。“それはね、命をいただく動植物、食料を生産てくれた人、そして調理してくれた人に感謝するためなんだよ。”一是感谢大自然的动植物食材, 二是感谢食材的种植生产者, 三是感谢料理的制作者, 所给予的饱腹之恩。即日本文化里感恩自然恩赐和他人回赠的传统。

二、日本人用餐前说「いただきます」的原因

(一) 地理位置原因

日本被称为“千岛之国”，地处亚欧大陆东部、太平洋西北部，领土由北海道、本州、四国、九州4个大岛和其他7200多个小岛屿组成。土地贫瘠，三分之二以上的国土是山地，不宜耕种，且日本本土各项自然资源严重匮乏。又因位于板块交界处，地壳活动活跃，位于环太平洋火山地震带上。所以多火山和地震。贫乏的资源以及多灾多难造就了日本人对于饮食极高的尊敬和感激心理，也塑造了严谨的餐桌文化。

虽然日本对于他们的上古时代没有记载，但在我国的《三国志》上却提到过那一时间段的日本。据记载，当时的日本人耕田所得食物远远不够吃，所以从那时起，他们就深知食物的来之不易，只要有吃的，他们就非常感激，所以对食物就有着无比的尊敬及感激。日本人在用餐前说「いただきます」、用餐后说「ごちそうさまでした」致谢的习惯，是因为他们认为所有的物质都是具有生命的，这些食物能够为了人们的温饱而献出自己的生命是值得感激的。他们用餐时会将自己碗中或者盘中的食物吃干净，常见的日本料理也是量小且精致的状态，都是为了避免食物的浪费。

日本人对于食物的尊敬之情还表现在他们的料理中，日本料理讲究原汁原味，厨师们尽量呈现出食物本来的味道，特别尊重食物本身的美味，甚至在对待大米上，也表现得十分虔诚，在脱稻谷壳的时候，小心地处理每一粒稻谷，不浪费也不破坏。在烹饪大米时候，也十分讲究，把煮熟的大米吃进肚中后，提供着他们一天的能量，养活着他们的一代又一代，所以他们认为应该对食物本身和制作者抱有感激之情。感谢生产者，感谢烹饪料理的人，

（二）宗教信仰原因

就好比英语国家信仰的基督教文化中，就餐前要双手合十闭眼祷告一样，日本文化中的同类餐桌礼仪也与宗教信仰有关。日本人所信奉的神道教文化中“万物皆神灵”的说辞正是这种餐桌文化现象的缘由。

神道教认为神灵不论善恶、不论人兽，只要是非凡之物都能够受人顶礼膜拜。这种“包容”特性和在神道教中随处可见的通灵和降神的仪式一样，体现了其萨满教式的原遗风。神道教起源于日本原始社会，其中的万物有灵思想丝毫没有随着时间的推移而消逝。在本居宣长对“神”下的定义中，除了古书典籍中出的天地诸神和神社里被祭祀的诸神、灵、人以外，也包括鸟兽草木和海、山等具有不寻常的优秀贤德的可敬畏之物。其教义部分源自早期萨满，相信万物有灵，主神之下诸神众多，山河草木、飞鸟走兽等皆有神灵。所以日本本土神道教有三百多万神灵，即万物皆神灵。

日本人吃饭前说一句「いただきます」，初始是说给米灵的，感谢它献出生命。后期就是对食物的感激，感谢动植物以命换命而感谢。想想看，动物就是吃掉彼此而能延续生命，为了延续自己生命而牺牲其他生命，换言之是拿其他生命来延续自己的生命，这是否该心存感谢呢？因此「いただきます」这句话的含义该是，感谢用你的命来延续我的命，所以吃的东西绝不可浪费，道理就在这里。

（三）日本的“西方倾向观念”

从严格地理意义上来说日本只能算一个东亚岛国，但日本总被成为位于东方的西方国家。一般而言人们常说的划分东西方国家主要有三个标准，地理位置、文化背景和政治体系。从地理位置上看，日本是典型的东方国家，也是亚洲第一个看见太阳升起的国家，这是根据日本所处的地理位置决定的。从文化背景上讲，其本源就是个彻头彻尾的东方国家，如日语中的“汉字借形”、文化特征以及佛教思想。但从政治以及经济体制上来说，日本实行的是西方的资本主义民主制度，经济体制也与西方国家模式相同。日本明治维新后已经全盘西化，在日本人眼中，他们已经是西方国家了。日本近些年也一直喊着“脱亚入欧”的口号，努力朝西方国家靠拢，日本观念里有点把自己当西方国家的意思，西方七强国都要把自己算进去。所以日本人就餐前说「いただきます」更倾向于西方的祷告，说这句话既有感恩，又会做合手动作，笔者认为这样也算是在心理上努力接近西方习惯，弥补一点点地域距离。

三、日本餐桌文化中的禁忌和其他礼仪

除了用餐前要说「いただきます」的仪式感外，日本人还有其他严谨的餐桌文化，具体的餐桌禁忌和餐桌礼仪的要求及原因如下。

（一）筷子的使用

日本的筷子比较短，而且筷头尖，在使用时需要注意的问题主要有六个方面：第一，用餐时忌用舌头来舔筷子，该行为在日本被列为不雅的行为之一；第二，用餐时不应该拿着筷子在餐桌上游动，尤其是在盘中挑来挑去，这都不符合礼仪，而且筷子移动不应该没有秩序，吃菜后理应吃饭，禁忌不合乎规矩的行为；第三，不应该用筷子代替牙签剔牙，在餐桌上这种行为被视为极其不雅的行为；第四，筷子不应该插在饭中或者插着吃菜，因为这种插筷方式一般在死者祭拜时采用的形式，所以，在餐桌上严禁该现象的出现；第五，筷子放置不应该发出声响，也不应该随意乱放，筷子的放置行为也能够展现一个人的修养；第六，禁止用嘴咬着筷子或者用筷子敲打碗盘而发出声响，这样也是不符合礼仪的。

筷子的使用需要注意较多的问题，如果我们没有完全掌握筷子使用方法，那么我们必须谨记使用筷子时不应该出现的行为，防止使其他用餐者产生厌烦的情绪，因此，在日本使用筷子的礼仪是需要不断学习和改进的，这样才能充分展现个人良好的修养和素质。

（二）招待客人

在日本的餐桌礼仪中，我们需要约束自身的行为，表现出符合礼仪要求的行为，这样才能够表现的更加有礼貌和有修养。同时我们在招待客人用餐时，首先禁忌座位安排混乱，一般客人如果是与较熟悉的人用餐，基本能够找到合适自己的位置，但是如果在对他人不了解的情况下，此时请客的人对座位的安排要进行正确地引导，严禁座位的不合理安排使客人产生不满意的心理；其次招待客人就餐时，所盛的饭不宜过满过多，而且禁止一次性盛满，这些都被视为对客人的不尊重；在为他人斟酒时，不应该拿着自己的酒杯，严禁杯子与酒壶相撞，同时斟酒应该斟满，酒杯不应该拿在手中，而是应该放在桌子上。

由此可见，招待客人就餐是十分讲究礼仪的，要求能够时刻观察餐桌上的细节而做出相应的有礼貌的行为，尽量使自己就餐能够符合礼仪的同时，也应该帮助他人正确的用餐。

（三）用餐过程

在用餐过程中需要注意的问题较多，一般包括以下几个方面：第一，在与其他人交谈时，严禁口中嚼着食物，这样是对其他人的不尊重行为，同时也会使对方厌烦自己；第二，食物如果吃进嘴里严禁再一次吐出来，否则这样有可能会使其他人失去进食的欲望，也属于不雅行为；第三，就餐时应该尽量减少甚至是避免打喷嚏、咳嗽和打嗝等行为；第四，就餐时不应该过于匆忙，应该根据其他人的就餐速度适当地调整自己的就餐时间；第五，如果菜品没有上全，一般不应该开始先吃，同时自己动过的饭或者汤等一般不允许有剩余，这也是表示对他人的尊重和对食物的尊重；第六，在用餐期间，严禁碗筷等餐具放置声音较大，在日本一般就餐时比较安静，如果发出额外的声响会使其他人反感，不合乎用餐礼仪要求。

从以上六个方面能够看出，日本人在用餐过程中是比较讲究的，需要注意的问题较多，只有了解这些忌用行为，才能够使就餐的人们更加愉快和舒心。

（四）用餐用语表达

日本人在用餐时一般保持安静，相互的交流和沟通较少，但是如果存在需要语言表达的时候也应该注意表达方式和具体的语言内容。虽然说话方式应该根据用餐的场合进行决定，但是一般用餐严禁大声说话，在公共场所较大的声音会严重影响他人的就餐。在点菜时，如果没有相应的呼叫按钮，那么在叫服务人员时禁止语言过于生硬和不礼貌，应该表现出对服务人员辛苦劳作的尊重和感激。如果用餐时相互交流时，严禁谈论像卫生间等类似的内容，这在餐桌上进行讨论是不合乎礼仪的，并且也会体现出自己说话不懂得分场合的缺点。

用餐期间的语言表达注意的问题比较繁多，无法一一列出，同时这需要就餐者根据实际的就餐环境和周围的就餐人员进行灵活地表达。因此，就餐期间的语言表达十分重要，如果是安

静的就餐环境，一般不提倡相互之间存在语言上的沟通，即使是家人在一起就餐，也应该注意个人的语言表达，这是对其他用餐者的尊重，也会在一定程度上减少说错话而造成得尴尬局面，这是每个用餐者都需要注意的基本问题。

四、总结

如此看来，日本餐桌文化博大精深，从小小的就餐前要双手合十说「いただきます」，来表达对食物、生产者和制作者的感激之情，就能窥见一斑。丰富的日本餐桌礼仪文化也值得我们进一步探索。本文以日本的餐桌文化为研究对象，不仅仅是对良好文化的赞赏和发扬，同时也能够为我国的文化发展提供更多的参考。

参考文献

- [1] 铃木范久.宗教与日本社会[M]. 牛建科,译.北京:中华书局,2005.
- [2] 蔡凤林.日本青少年传统道德礼仪教育探究[J].中国青年社会学 2015,34(06): 117-122.
- [3] (美)本尼迪克特著, 黄学益译. 菊与刀[M].北京: 东方出版社,2013.7.
- [4] 张博闻.从饮食差异谈中外文化差异[J].柳州职业技术学院学报,2014,06:64-66+70.
- [5] 李想.浅谈中日饮食文化礼仪的差异[J].群文天地,2011,24:5
- [6] 严薇.现代学校礼仪教育研究 [D]. 上海师范大学,2007.
- [7] 毛史明.浅论日本青少年传统道德礼仪教育[J].中小企业管理与科技(下旬刊),2017(01):158-159.

A Brief Analysis of the Reasons for the Japanese Dining Table Culture Phenomenon of Putting Their Hands Together and Saying "Itadakimasu"

Tang Yuanyuan

(Zhengzhou University, Zhengzhou / Henan, 450000)

Abstract: Japan, like China, is a country of etiquette with a long history. Japanese pay more attention to etiquette than Chinese. The Japanese table manners culture has always been a model for all countries to learn. When we travel to Japan and watch Japanese operas and movies, it is not difficult to find that most Japanese people will clap their hands together before having a meal, and then say with gratitude, "I'm ready". Another example is that they will say "thank you for your hospitality" after dinner. In today's society, the Japanese regard "Itadakimasu" as the pearl of Japanese. This article traces back to the source of this phenomenon, studies why Japanese people put their hands together before eating and say "Itadakimasu", and analyzes the origin of this table culture phenomenon. Finally, it summarizes and lists some other taboos and precautions of Japanese table manners, which will help us better understand Japanese culture and promote cross-cultural communication.

Keywords: Dining etiquette; Japanese culture; Shintoism; Cultural phenomena;

作者简介(可选):唐远远,女,硕士研究生,现就读于郑州大学汉语国际教育专业。