

黑死病前英国农民生活水平探究

——以豆类的消费为考察对象

陈立军

(天津师范大学 欧洲文明研究院, 天津 300387)

【摘要】黑死病前,英国农民的食物消费主要是以植物源性为主,其中,豆类的作用不容忽视。它不仅满足了广大贫民的食物需求,而且还为他们提供了日常所需的蛋白质。但是,豆类必须与谷物类食物相结合才能发挥其最大的作用。只有当豆类与谷物的比例达到最佳比例(豆类占17%)时,其饮食结构才能达到健康的饮食标准。本文通过对英国乡村社会中的雇工、老人以及小土地所有者这些下层民众所消费粮食的统计分析后认为,黑死病前的英国农民基本上都达到了这一标准。这一结论表明,尽管黑死病前英国出现了人口高峰,但是,豆类的普遍种植确保了他们的生活水平仍然处于健康的状态。

【关键词】英国;黑死病;农民;豆类;豆类与谷物最佳比

【中图分类号】S-09;K207 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1000-4459(2020)04-0072-12

Investigation on the Living Standard of Peasant before Black Death

——Legume as the Main Research Object

CHEN Li-jun

(Institute of European civilization, Tianjin Normal University, Tianjin 300387)

Abstract: Before the black death, the food consumption of British peasant was mainly plant-based, among which the role of legumes could not be ignored. It not only meets the food needs of the vast majority of the poor, but also provides them with their daily needs of protein. But legumes have to be combined with grains to do their best work. A healthy diet can only be achieved when the optimal ratio of legumes to grains (17%) is achieved. Based on the statistical analysis of the food consumed by the underclass in the British rural society, such as the servant, the old man and the small landowner, this paper believes that the British peasant before the black death basically met this standard. This conclusion suggests that despite the peak population in Britain before the black death, the widespread cultivation of legumes ensured that their standard of living remained healthy.

Key Words: England; black death; peasant; legumes; the optimal ratio of legumes to grains

对于饮食消费的考察不仅是评判一个社会生活水平的标准,同时也是衡量这个社会发展变化的晴雨表。从1086年到1300年,英国的人口至少翻了一倍,甚至可能翻了三倍^①。如此众多的人口,其生活水平如何也就成为了史学界关注的焦点。从19世纪开始,一些历史学家就力图通过饮食方面的研究,试图揭开中世纪英国社会生活的神秘面纱。理查德·华纳、H.特纳、F.J.弗尼瓦尔以及奥斯丁等人是这

[收稿日期] 2020-01-04

[作者简介] 陈立军(1976—),男,历史学博士,天津师范大学欧洲文明研究院教授,研究方向为英国乡村经济社会史。

① J. Hatcher, *Plague, population and the English economy, 1348 - 1530*, London: Macmillan, 1977, p. 71.

方面研究的开创者。他们通过对中世纪的食谱、饮食文化、饮食礼节等方面的研究认为,无论是从营养结构还是能量供应来看,黑死病前的英国社会其生活水平较之以前都有了较大的提升^①。20世纪初,有关中世纪英国饮食消费的研究有了进一步的发展。阿什利、贝弗里奇等人通过对粮食的生产以及价格的研究认为,到14世纪前后,小麦面包在市民的食物消费中开始占有重要地位^②;哈维通过对威斯敏斯特修道院僧侣的饮食结构研究后指出,在14到15世纪英国社会的饮食结构中,肉蛋奶以及酒的消费开始占有一定的比例^③。

但是,这些研究成果受到了一些史学家的质疑。他们纷纷指出,上述学者的研究重点“通常是社会上层——统治者(王室)、贵族阶级以及教会机构,特别是修道院。”^④无论是在食物构成、消费水平还是经济条件等方面,他们与普通民众之间都有着明显的差别。因此,他们的食物消费水平并不能代表整个英国社会的生活水准。只有深入研究中世纪普通民众、特别是农民的饮食消费情况才能具有一定的说服力。然而,有关普通民众食物消费的情况在当时却很少引起人们的注意。“尽管很多人都知道食物是农民日常生活的重要组成部分,但哪些食物在人们日常生活中扮演着重要的角色,人们却知之甚少。”^⑤

进入20世纪中叶以后,伴随着大众史学与经济社会史研究的兴起,有关中世纪食物消费的研究进入到了一个新的阶段,并且成为了中世纪史研究的重要组成部分。历史学家不仅将食物消费作为评判当时经济发展的尺度,并且还将研究的范围不断扩大,从关注上层社会的窠臼中跳将出来,更加关注普通民众的食物消费状况,并由此展开了深入细致的研究,取得了令人瞩目的成果^⑥。他们通过大量的档案资料,对普通民众的食物消费结构进行了量化研究。例如,戴尔通过研究发现,在黑死病前英国农民的日常饮食结构中,乳制品和肉类所占的比例较少,而粮食则占有很大的比例。根据他的估算,当时每个成年人每年大约要消费12蒲式耳的粮食^⑦。布鲁斯·坎贝尔也认为黑死病前的英国农民是以粮食消费为主的,其收成中有52.5%的粮食将用于家庭的消费^⑧。而克拉克则从食物价格入手,对中世纪农民的饮食结构进行了分析。他认为,在14世纪前后,肉蛋奶的价格都比较高,远远超出了普通农民家庭的

① R. Warner, *Antiquitates Culinariae*, London: R. Blamire, 1791; T.H. Turner, “Usages of domestic life in the middle ages: The dining table”, *Archaeological Journal*, 2 (1846), pp.173 - 180, 258 - 266; F.J. Furnivall(ed.), *The babes' book*, London: Published For The Early English Text Society, 1868; T. Austin (ed.), *Two fifteenth century cookery books*, London: Published For The Early English Text Society, 1888.

② W.J. Ashley, *The bread of our forefathers: An inquiry in economic history*, Oxford: Clarendon Press, 1928; W.H. Beveridge, “The yield and price of corn in the middle ages,” *Economic History Review*, 1st series, 1(1929), pp.93 - 113.

③ B. Harvey, *Living and dying in England 1110-1540: The Monastic Experience*, Oxford: Clarendon Press, 1989, pp.34 - 71, 216 - 230.

④ C. Dyer, “Seasonal patterns of food consumption in the later middle ages,” in C. M. Woolgar, D. Serjeantson, and T. Waldron (eds.), *Food in Medieval England: Diet and nutrition*, Oxford: Oxford University Press, 2006, pp.201 - 214.

⑤ C.M. Woolgar, “Food and the middle ages”, *Journal of Medieval History*, Vol.36, No.1, (March 2010), p.4.

⑥ 相关研究可参见: Bruce M. S. Campbell, “Population Pressure, Inheritance, and the Land Market in a Fourteenth-Century Peasant Community”, in Richard M. Smith (ed.), *Land, Kinship and Life-Cycle*, Cambridge: Cambridge University Press, 1984; Phillipp R. Schofield, “Dearth, Debt and the Local Land Market in a Late Thirteenth-Century Village Community”, *Agricultural History Review*, Vol. 45, No. 1 (1997); M. Bailey, “Peasant Welfare in England, 1290 - 1348”, *Economic History Review*, Vol.51, No.2 (1998); Harry Kitsikopoulos, “Standards of Living and Capital Formation in Pre-Plague England: A Peasant Budget Model”, *The Economic History Review*, Vol.53, No.2 (May 2000).

⑦ C. Dyer, *Standards of living in the later middle ages: Social change in England, c. 1200 - 1520*, Cambridge: Cambridge University Press, 1989, pp.152-153, 156.

⑧ Bruce M.S. Campbell, *English Seigniorial Agriculture, 1250-1450*, Cambridge: Cambridge University Press, 2000, pp.214-215.

消费能力,因此,黑死病前农民的日常食物只能是以粮食为主^①。

上述的研究无疑具有重要的意义。他们不仅勾画出了黑死病前农民的日常饮食结构,而且也为进一步的研究提供了量化的标准。但是,这些研究只是粗略地描绘出了中世纪农民的饮食轮廓,并没有进行更加深入地探讨。比如哪些粮食在农民的饮食消费中占有重要地位?如果仅靠粮食,他们能否维持其身体的健康?如此等等。对于这些问题的研究,不仅关系到对中世纪英国生活水平的评估,而且也涉及到对社会转型前英国整体状况的认知。有鉴于此,本文将从上述问题入手,对黑死病前英国农民的饮食结构进行整体分析,并通过其饮食结构具体分析其健康状况。不当之处,敬请方家批评指正。

一、豆类在农民日常饮食中的作用

在中世纪的英国,主要种植谷物类(小麦、大麦、燕麦和黑麦)和豆类作物(大豆、豌豆、野豌豆)。其中,谷物类粮食主要用于制作面包,豆类一般用于做汤^②。在黑死病前,用小麦制成的面包(被称为“白面包”white bread)是十分昂贵的,只有上层社会和少数富裕的农民才能消费得起^③。大麦则主要用来酿酒。因此,价格更为便宜的黑麦就成为了农民的主要面包谷物。庄园中生产的大部分黑麦成为了农民的主要消费粮食^④。例如,14世纪前后,在英国的坎伯兰郡和兰开夏郡,德文郡和康沃尔郡的部分地区,以及诺丁汉郡、诺福克郡和萨福克郡的部分地区,黑麦取代了小麦,成为主要的冬粮和面包谷物^⑤。然而,如果仅靠谷物类粮食,中世纪的农民是否可以满足其营养需求呢?

根据联合国世界卫生组织(WHO)所公布的数据,一个成年人平均每天每公斤体重需要消耗0.66克蛋白质。由于这一标准因人而异,因此,世界卫生组织建议成年人每天蛋白质的摄入量为0.82克/公斤(体重)。一个从事轻体力劳动的人,每天至少需要60~70克蛋白质^⑥。但是,蛋白质不能被人体直接吸收,需要在体内分解成氨基酸。科学研究表明,人体共需要20种不同的氨基酸。其中有11种氨基酸人体可以自己合成,称之为非必要氨基酸;另外9种氨基酸则必须从食物中获取,称之为必需氨基酸。在所有氨基酸中,赖氨酸是最为基本的、也是最为重要的氨基酸^⑦。根据国际粮食及农业组织(FAO)所公布的数据,我们统计出了中世纪粮食中所含的蛋白质及必需氨基酸的百分比(见表1)。

① Gregory Clark, "Land productivity in English agriculture, 1300 - 1860", in Bruce M. S. Campbell and Mark Overton (eds.), *Land labour and livestock: historical studies in European agricultural productivity*, Manchester: Manchester University Press, 1991, pp. 215 - 217.

② Bruce M.S. Campbell, *English Seigniorial Agriculture, 1250-1450*, p. 213.

③ David J. Stone, "The consumption of field crops", in C. M. Woolgar, D. Serjeantson, and T. Waldron (eds.), *Food in Medieval England: Diet and nutrition*, Oxford: Oxford University Press, 2006, pp. 13 - 14.

④ W. Ashley, *The bread of our forefathers: an Inquiry in Economic History*, pp. 86-100.

⑤ H. E. Hallam, (ed.), *The Agrarian History of England and Wales*, vol. 2: AD 1042 - 1350, Cambridge: Cambridge University Press, pp. 390-393, 405-407; E. Miller (ed.), *Agrarian History of England and Wales*, vol. 3, Cambridge: Cambridge University Press, pp. 177-178, 186-188, 303-305.

⑥ WHO, *Technical Report Series No. 935: Protein and Amino Acid Requirements in Human Nutrition*, Geneva: WHO Press, 2007, p. 150.

⑦ 赖氨酸不仅能促进人体发育、增强免疫功能,并且还能提高中枢神经组织功能的作用。由于谷物食品中的赖氨酸含量甚低,且在加工过程中易被破坏而缺乏,故称为第一限制性氨基酸。豆类食物含有丰富的赖氨酸,食物中添加豆类及其制品,可有效补充谷类中最缺乏的赖氨酸。参见:D. Tomé, C. Bos, "Lysine requirement through the human life cycle," *The Journal of Nutrition*, 137, No. 6 (2007), pp. 1642S - 1645S; G. Galili, R. Amir, "Fortifying plants with the essential amino acids lysine and methionine to improve nutritional quality," *Plant Biotechnology Journal*, Vol. 11, Issue 2 (February 2013), pp. 211 - 222.

表 1 中世纪常见食物中的蛋白质以及氨基酸的含量

	蛋白质 (每百克)	异亮氨酸	亮氨酸	赖氨酸	蛋氨酸	苯基丙氨酸	苏氨酸	色氨酸	缬氨酸	组氨酸
大麦	11.0	3.8	7.1	3.7	1.8	5.5	3.5	1.6	5.4	2.3
燕麦	13.0	4.0	7.8	4.0	1.8	5.4	3.6	1.4	5.5	2.2
黑麦	11.0	3.8	6.6	3.6	1.6	4.7	3.6	0.8	5.1	2.4
小麦	12.2	3.5	7.1	3.1	1.6	4.8	3.1	1.2	4.7	2.5
大豆	22.1	4.2	7.6	7.2	1.1	5.2	4.0	1.0	4.6	2.8
豌豆	22.5	4.3	6.8	7.5	0.9	4.6	4.1	0.9	4.7	2.3
野豌豆	25.8	3.6	6.9	5.8	1.1	3.8	3.3	—	4.0	2.5

数据来源:FAO,“Amino-Acid Content of Foods and Biological Data on Proteins”, FAO Nutrition Studies, No.24,1973.

从表1中可知,谷物类(小麦、黑麦、大麦和燕麦)粮食中所含的蛋白质平均仅为12%左右,所含的赖氨酸平均仅为3.6%。按照世界卫生组织的标准,每人每天至少需要消费600克左右的谷物,1年则至少需要消费219公斤的粮食,一个5口之家每年则至少需要1200公斤的粮食。显然,按照当时的谷物产量来看,大多数农民家庭是无法满足其自身的营养需求的。然而,豆类的加入使得情况发生了根本改变。从表1可知,豆类(大豆、豌豆和野豌豆)的蛋白质含量平均为23%,是谷物类的2倍;而豆类中所含的赖氨酸平均为7.0%,同样接近于谷物类的2倍。与所有谷物类粮食相比,无论是从蛋白质的含量还是人体所必需的氨基酸含量来看,豆类的营养价值都是非常高的。2016年世界粮农组织的调查研究中指出,“在很多国家,对一些人而言,鱼肉奶的价格昂贵,遥不可及,因此,他们依赖于便宜的植物源性食物来满足蛋白质需求,就不足为奇了。豆类既便宜又富含蛋白质和矿物质,与谷物类同食,可以避免营养不良,改善身体健康状况。”^①此外,从性价比来看,豆类无疑也具有一定的优势。

表 2 中世纪主要粮食的重量及价格

粮食	行政政策联合管理委员会 (JCAR)所公布的数据: 每蒲式耳/磅	时间:1296-1305		
		每100克所含热量 (KJ)	每蒲式耳价格 (先令)	每1000千焦(KJ) 的价格(镑)
小麦	60	1381	0.625	0.020
黑麦	56	1413	—	—
大麦	48	1396	0.438	0.017
燕麦	32	1567	0.259	0.012
豆类	60	1366	0.514	0.017

资料来源:粮食的重量见:Joint Committee on Administrative Rules (JCAR), www.ilga.gov/commission/jcar/admincode/008/00800600ZZ9998bR.html,粮食的营养价值见:www.voedingswaardetabel.nl;粮食价格见:Gregory Clark, “England, prices and wages since the 13th Century”, Global Price and Income History Group: University of California, 2006.<https://gpih.ucdavis.edu/Datafilelist.htm>.

从表2可以看出,如果按照热能价值来计算,每100克豆类含1366千焦,其价格为每1000千焦/0.017镑;而当时同等重量的羊肉和牛奶的价值则为1000千焦/0.14镑;如果以蛋白质的含量来计算食物的价值,那么豆类则更为突出:每100克羊肉含17.5克蛋白质,羊肉的价格为100克蛋白质/0.74镑;每100克

^① FAO: *Pulses: Nutritious seeds for a sustainable future*, Has Been Prepared By The FAO Office of Corporate Communications, 2016, p.41.

牛奶中含3.7克蛋白质,牛奶的价格为100克蛋白质/0.96镑;而豆类则含有22.5克蛋白质,其价格仅为100克蛋白质/0.10镑。因此,仅就热量和蛋白质的价值而言,豆类大约是牛奶或肉类价值的8倍^①。从以上的数据可知,豆类具有营养价值高、价格便宜的特点。

尽管豆类富含蛋白质以及赖氨酸等重要的营养成分,但是,它的氨基酸组合并不完整,而这些营养成分却存在于谷物类粮食之中,因此,它必须与谷物进行搭配食用才能发挥最大的作用^②。世界卫生组织建议,在以粮食为主的饮食结构中,豆类与谷物的最佳比例应为1:6,即豆类占17%左右^③。本文将以此为标准,来分别考察黑死病前英国乡村社会中各阶层对豆类的消费情况,进而来评估他们的生活水平。需要指出的是,表1中粮食的蛋白质和氨基酸含量都是指干燥的粮食。由于刚收获的粮食中含有水分较多,因此,它们的蛋白质含量应低于这一指标。但是,根据中世纪所遗留下来的资料来推断,中世纪农民所收获的粮食应该都是干燥的。因为干燥的粮食不仅便于运输,而且更容易加以保存。例如,写于1290年的《弗雷达》就指出:“在秋收时,管家要让仆工快速而有序的进行收割,同时还要按照一定的次序将庄稼堆积成垛,以便它们能够快速的变干。”^④此外,表1中食物的蛋白质含量主要是指今天的农产品。但是,按照坎贝尔等人的研究,这些农产品的蛋白质含量自中世纪以来就一直保持未变^⑤。因此,上述的数据对于中世纪的农产品也同样是适用的。

二、雇工对豆类的消费评估

黑死病前,由于人口的迅速增长,很多农民家庭都出现了剩余劳动力。为了维持生计,他们被迫去庄园里做雇工。在庄园档案中他们一般被称为labourers、servants或者famuli。雇工的人数存在地区间的差异,例如,在斯塔福德郡南部雇工仅占总人口的18%,在莱彻斯特郡达到30%,而在格洛塞特郡则接近40%,在埃塞克斯郡和索福克郡都很高,分别为50%和63%^⑥。但从整体情况来看,雇工在全国人口中至少要占到三分之一以上,很多农民家庭都是依靠雇工的工资来维持生活的。

在很多的庄园账簿中都记载了庄园支付给雇工报酬的情况,其中大多数都是实物工资。例如,在1300-1301年彼得堡修道院地产中,那里庄园总收获物的10%以上都用来支付雇工工资了^⑦。尽管随着经济的发展,货币工资所占的比例越来越多,但是,实物工资仍然是很多庄园的首选方式。因为在1375年后,随着工资水平的上升、粮食价格的下跌,用实物而不是货币支付雇工工资对于领主经济来说则更

① Gregory Clark, “England, prices and wages since the 13th Century”, Global Price and Income History Group: University of California, 2006. <https://gpih.ucdavis.edu/Datafilelist.htm>.

② FAO: *Pulses: Nutritious seeds for a sustainable future*, Has Been Prepared By The FAO Office of Corporate Communications, 2016, p.35,38.

③ WHO, *Technical Report Series No.935: Protein and Amino Acid Requirements in Human Nutrition*, p.150, 180.

④ Warren O. Ault, *Open-Field Farming in Medieval England A Study of Village By-Laws*, London: Allen and Unwin, 1972, p.28.

⑤ Bruce M. S. Campbell and others, *A Medieval Capital and its Grain Supply: Agrarian Production and Distribution in the London Region c. 1300*, London: Institute of British Geographers, 1993, p.41.

⑥ R. H. Hilton, “Some social and economic evidence in late medieval English tax returns”, in R. H. Hilton (ed), *Class conflict and the crisis of feudalism: Essays in Medieval Social History*, London: Hambledon Press, 1985, pp. 253-267; R. H. Hilton, *Bond Men Made Free: Medieval Peasant Movements and the English Rising of 1381*, London: Maurice Temple Smith, 1973, pp. 170-172.

⑦ K. Biddick, *The Other Economy: Pastoral Husbandry on a Medieval Estate*, Berkeley and Los Angeles: University of California Press, 1989, p.72.

有意义^①。从这些雇工的实物工资中可以看到他们对豆类的消费情况。哈里森就明确指出,“那些仆工以及贫困的村民通常食用大麦或黑麦制成的面包,有时也食用豆类制成的面包。”^②例如,在1289-1290年的考克斯汉姆庄园,豆类就被用来做庄园长期雇工的菜肴^③。

戴尔统计了1281-1349年间,西米德兰地区20个庄园雇工工资的情况。从统计的结果来看,这些雇工共得到了791夸特的实物工资,其中,12%是小麦,13%是小麦和黑麦和混合物,31%是黑麦,19%是大麦,3%是混合物(大麦和燕麦混合物),15%是豆类,7%是杂粮(谷物和豆类的混合物)^④。假设杂粮混合物中,豆类占四分之一的话,那么豆类与谷物的比例约为16.5%。这一数据已经非常接近豆类与谷物17%的最佳比例了。

佩奇所编辑的《威灵伯勒的庄园账簿》为研究庄园雇工的食物消费提供了详实的数据。根据这些数据,我们统计出了1270年到1314年间,该庄园雇工的实物工资情况表(见表3)。

表3 1270年-1314年威灵伯格庄园雇工实物工资情况表						
年代	农作物的种类及数量(单位:夸特)					豆类所占百分比
	小麦	大麦	燕麦	黑麦	Bolemong	豌豆
1270	13	3			3	7
1276	12	20			9	14
1280	34	29				13
1281	40	3			11	38
1282	33	17			6	22
1283			3	36	26	36
1285	19	7		17	14	31
1289	41				12	39
1290		12		32	31	19
1291		24	15	26	6	4
1292		35		25	18	11
1295	4	8	5	59	4	2
1297		21	15	12	19	14
1298		28		36	18	10
1299	1	21	4	32	25	14
1302	6	15		41	7	4
1304				68		0
1305		8		30		47
1308				55		25
1310		28		34		37
1312			8	44		35
1314				35	6	52

① L. R. Poos, *A rural society after the Black Death: Essex 1350 - 1525*, Cambridge: Cambridge University Press, 1991, pp. 218-228. Ann Kussmaul, *Servants in Husbandry in Early Modern England*, Cambridge: Cambridge University Press, 1981, pp. 97-119.

② [英]阿萨·勃里格斯:《英国社会史》,中国人民大学出版社,1991年,第134页。

③ P.D.A. Harvey, *A Medieval Oxfordshire Village: Cuxham, 1240-1400*, London: Oxford University Press, 1965, p.78.

④ C. Dyer, “English Diet in the Later Middle Ages”, in T. H. Aston, P. R. Coss, C. Dyer and J. Thirsk (eds.), *Social Relations and Ideas: Essays in Honour of R. H. Hilton*, Cambridge: Cambridge University Press, 1983, pp. 211 - 212.

资料来源: Frances M. Page (ed.), *Wellingborough manorial accounts, A.D. 1258 - 1323: From the Account Rolls of Crowland Abbey, Northamptonshire Record Society, Vol.8, Northamptonshire: Northamptonshire Printing & Publishing Company, Ltd., 1936.*

从表3中可知,在近半个世纪的时间里,豆类在威灵伯格庄园雇工的实物工资中所占比例平均为21.5%,这是一个非常高的比例。但是,这些豆类会有多少用来消费呢?根据坎贝尔对伦敦周边10个郡农民的粮食收入、存储以及销售情况可以推断出,在黑死病发生前,农民收获所得的粮食大部分用于消费(见表4)。

表4 1288-1315年伦敦周边10个郡农民的粮食收入、储存与销售情况

粮食种类	庄园数量	粮食净收入(英镑)	储存(%)	转移(%)	销售(%)
小麦	188	13328	31	21	48
黑麦	99	2640	65	6	28
大麦	156	7971	46	19	34
燕麦	189	12911	67	11	22
豆类	177	2506	59	8	34
豆类-谷物混合物	10	65	65	0	35

资料来源: Bruce M.S. Campbell, *English Seigniorial Agriculture: 1250-1450*, p.214.

根据表4可知,黑死病前,农民所收获的豆类以及豆类-谷物混合物的销售率分别为34%和35%,二者的平均销售率为34.5%。结合表3所得的数据,从豆类所占粮食的比例中减去销售率,即 $21.5\% - 3.5\% = 18\%$ 。综合以上信息,我们可以得出以下结论:在黑死病前雇工阶层的饮食结构中,豆类所占的比例基本上都达到甚至超过了17%的最佳比例。这说明尽管他们是以粮食为主要食物,但是,由于在饮食结构中加入了一定比例的豆类,因此,他们的生活水平是处于健康状态的。

三、老年农民对豆类的消费

在中世纪英国,大多数农民到了晚年时,随着劳动能力的下降会逐渐地退出生产劳动领域,由食物的生产者转变为消费者。“当年老的农民退出耕作或鳏寡之人放弃对土地的管理时,为了能够与继承人分享土地上的产品,他们之间就会起草一份养老契约并在庄园法庭的卷档上进行登记以便查实。”^①

在养老契约中,有时会特别提到需要继承人提供一定数量的粮食。例如,1247年,在赫特福德郡圣奥尔本斯的帕克庄园,西蒙·德·拉斯特莱斯特把他的土地转让给了他的儿子亚历山大,条件是他要给他的父亲提供食物和饮品,除此之外,每年还要提供给他一件价值2先令的外衣以及和6便士的鞋子。如果西蒙发现他的儿子没有履行他们的契约,那么,亚历山大就要给他的父亲除了外衣和鞋子外,每年半夸特的冬粮以及1夸特的燕麦^②。同样,在1343年的瓦尔博斯,卡尔德科特(Caldecote)庄园的一个佃农布查德斯,宣布放弃继承他父亲的1雅兰土地,而他的父亲则与一位叫威廉·勒·隆奇的人达成养老契约,他愿意为布查德斯的父亲每年提供1钟小麦,2蒲式耳的谷物混合物以及2蒲式耳的豌豆^③。那么,

① C. Dyer, "English Diet in the Later Middle Ages", p.197.

② A. E. Levett, *Studies in manorial history*, Oxford: Oxford University Press, 1938, p.306.

③ J. Ambrose Rafis, *Tenure and mobility: studies in the social history of the mediaeval English village*, Toronto: Pontifical Institute of Medieval Studies, 1964, p. 44, 221. 1钟等于半夸特,重量单位可参见: T. Rogers, *A history of agriculture and prices in England: 1259 - 1400*, vol.I, Oxford: Clarendon Press, 1866, p.168

养老契约中所提供的粮食是否可以满足老年人的日常消费所需呢？

表 5 1240-1458 年,养老契约中每年支付给老人的粮食数量		
数量(蒲式耳)	养老契约的数量(蒲式耳)及百分比	人均粮食数(蒲式耳)
1-8	35(25%)	5(29%)
9-16	40(28%)	10(59%)
17-24	24(17%)	0
25 以上	42(30%)	2(12%)
总数	141(100%)	17(100%)

资料来源：C. Dyer, *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England, 1200-1520*, Cambridge: Cambridge University Press, 1989, p.152.

从表 5 中可以看出,养老契约中每年提供给老年人的粮食人均达到了 17 蒲式耳。按照 12 蒲式耳的粮食每天可提供 1 又 1/2 或 1 又 3/4 磅面包来计算,它可以产生 2000 卡路里的能量。这些粮食足够维持一个从事轻体力劳动的人每天的能量所需^①。那么,这些粮食是否达到了我们所设定的健康饮食的标准呢？

表 6 1240-1458 年,英国各郡养老契约中各类粮食的百分比						
	小麦	maslin(小麦和黑麦混合物)	黑麦	大麦	燕麦	豆类
贝德福德郡(6)	41	-	-	40	5	14
剑桥郡(11)	40	-	4	33	-	17
埃塞克斯郡(18)	73	1	-	2	16	8
汉普郡(35)	36	3	2	48	8	2
亨廷顿郡(7)	51	-	-	21	7	19
诺福克郡(5)	-	-	21	74	5	-
萨默塞特郡(8)	63	8	2	4	10	13
索福克郡(11)	43	-	-	43	-	14
萨里郡(6)	72	-	-	16	12	-
伍斯特郡(13)	37	3	11	13	24	4
总数	45.6	1.5	4	29.4	8.7	9.1

资料来源：C. Dyer, *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England, 1200-1520*, p.153.

表 6 中的养老契约大多数都在 1248 年至 1349 年间签订的。从这些养老契约中可知,小麦占 45.6%, maslin 占 1.5%,黑麦占 4%,大麦占 29.4%,燕麦占 8.7%,豆类占 9.1%。去掉未知部分的 2%,那么,小麦占到了一半左右,而豆类仅占 11% 左右。这是否意味着老年人的食物是以小麦为主呢？我们需要对此问题进行具体分析。

首先,养老契约中的小麦并非都用来自身消费,而是类似于养老金,主要是用来出售或者交换。因为小麦在当时的社会中已经成为了一种“现金谷物”^②。它具有价格高,运输成本低等特点。根据法默对 14 世纪初农作物的价格以及运输成本的统计可以看出,小麦是所有农产品中最具商品属性的粮食(见表 7)。

① C. Dyer, *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England, 1200-1520*, Cambridge: Cambridge University Press, 1989, p.153.

② C. Dyer, *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England, 1200-1520*, p.151,153.

表7 1300年农作物的价格以及运输成本

庄稼类型	每蒲式耳价格 (便士)	每英里运输成本 (夸特/便士)	超过10英里运输成本 (占每蒲式耳百分比)
小麦	8.88	0.30	34
黑麦	6.98	0.29	42
大麦	6.47	0.26	40
燕麦	3.53	0.23	65
豆子	6.32	—	—

资料来源: D. L. Farmer, "Prices and Wages", in H. E. Hallam (ed.), *Agrarian History of England and Wales*, vol. II: 1042 - 1350, Cambridge: Cambridge University Press, 1988, p. 734.

根据表4可知,农民所收获的小麦中有48%被出售,而真正用于消费的小麦仅占31%。也就是说,对于大多数农民而言,他们所收获的小麦很少会用来自己消费,大多数都是作为商品进行出售的。例如,14世纪上半叶,在诺福克郡的5个庄园以及布雷克兰地区的12个庄园中,在扣除十一税和种子后,农民的大部分小麦都被出售给伦敦这样的大城市——主要用于制作小麦面包^①。而一些养老契约中也提到将小麦出售的案例。例如,在1278年剑桥郡的艾灵顿(Ellington),一个叫沃尔特的人与他的儿子所签订的养老协议中就提到,他的儿子威廉·科茨要每年要在米迦勒节和圣母玛利亚净化节,分别给他6蒲式耳小麦,2蒲式耳大麦,2蒲式耳豆类(大豆和豌豆)。为了使上述协议获得领主的同意,同时也为了获得领主的特许——允许他带着动产离开村庄,沃尔特每年要将上述小麦付给修道院领主^②。如果小麦作为一种经济作物进行出售的话,那么豆类在老年农民的食物消费中所占的比例就会提高很多。假如他们出售了养老契约中一半左右的小麦,那么,豆类的比例将从11%提高到16%以上,这已经十分接近豆类与谷物17%的最佳比例了。

此外,养老契约中所提供的粮食数存在着个体差异。它们会随着老年农民持有地的大小以及其他额外收入的变化而变化。一些较为富裕的农民,由于他们拥有一定数量的土地以及其他财产。因此,他们在签订养老契约时往往会提出更高的要求;而一个无地、少地或者拥有财产较少的农民很难会有这样好的待遇。“那些小土地所有者只能提供给老年人一小部分‘养老金’。这些老年人必须有其他的生活来源,如进行小规模劳作,或来自亲戚的资助。”^③例如,在诺福克郡,一个叫威廉的农民由于年老体衰无法进行劳作。由于他所拥有的财产很少,没有人愿意与其签订养老契约,庄园法庭只好指派他的儿子与其达成协议:将老人的少量土地转让给他的儿子,而他的儿子答应为老人提供和他们一样的食物;在信多尔伐斯顿,一个老年人为了养老,把仅有的5英亩土地转让给一个年轻人,为了取得对方的同意,他还答应只要自己有能力就要为其耕作,而他的饮食只是与雇工一样^④。由此可见,并非所有的养老契约所规定的条件都那样优厚。对于大多数较为贫穷的老年农民来说,他们的饮食有时甚至还需要救济。例如,1346年,诺维奇的主教修道院向贫苦的老人施舍了27夸特小麦、82夸特黑麦、166夸特大麦以及82夸特

① M. Bailey, *A marginal economy? East Anglian Breckland in the later Middle Ages*, Cambridge: Cambridge University Press, 1989, pp. 241-244.; Bruce M. S. Campbell and others, *A Medieval Capital and its Grain Supply: Agrarian Production and Distribution in the London Region c. 1300*, London: Institute of British Geographers, 1993, pp. 24-36.

② J. Ambrose Rafis, *Tenure and mobility: studies in the social history of the mediaeval English village*, p. 45, 221.

③ C. Dyer, *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England, 1200-1520*, p. 152.

④ Elaine Clark, "Some Aspects of Social Security in Medieval England," *Journal of Family History*. Vol. 7, No. 4 (Winter 1982), pp. 311-312.

豌豆^①。在这次布施中,小麦的数量很少,仅占8%,而豆类则占到了23%。这些资料表明,豆类在老年农民的日常饮食中仍占有较高的比例,是他们维持健康的重要食物来源。

四、小土地持有者对豆类的消费情况

如前所述,黑死病前的英国,由于迅速增长的人口使得可耕地资源变得日益紧张,人均持有地面积缩小,从而产生了大量的小土地所有者和次级佃农。小土地持有者(包括维兰和自由农)的数量之多,几乎成为了乡村社会中最引人注目的特征之一^②。从1283年萨福克郡布莱克伯恩百户区的动产税单就可以看出,拥有50先令以下的家庭占据了绝大多数^③。(见表8)

拥有财产数量(先令)	每人平均所拥有粮食(公斤)		豆类所占百分比
	谷物	豆类	
8-15	334	75	18.3
15-20	362	112	23.6
20-25	476	112	19.1
25-30	570	161	22.1
30-35	649	177	21.4
35-42	802	206	20.4
43-51	948	253	21.1
51-65	1213	265	17.9
65-92	1601	300	15.8
92以上	5507	1009	15.5

资料来源:Edgar Powell, *A Suffolk hundred in the year 1283: The Assessment of the Hundred of Blackbourne for a tax of one thirtieth and a return showing the land tenure there*, Cambridge: Cambridge University Press, 1910. pp.122 - 200.

从表8中可以看出,在财产低于50先令的小土地持有者家庭中,豆类所占的比例平均达到了21.9%;而在拥有财产50先令以上的大农家庭中,豆类所占的比例平均为16.4%。也就是说,越是较为富裕的农民,对豆类的消费比例反而越低,二者之间成反比例关系。这并非是说我们所设定的标准有问题或者富裕农民的饮食处于不健康的状态。恰恰相反,正是由于在富裕农民的饮食结构中,营养更为丰富的肉蛋奶等食物占有一定的比例,从而拉低了他们对豆类的消费比例。例如,著名文学家乔叟曾这样描

① W.J. Ashley, *The bread of our forefathers. An inquiry in economic history*, p.106; David J. Stone, “The consumption of field crops”, p.18.

② B. M. S. Campbell, “The agrarian problem in the early fourteenth century”, *Past & Present*, Volume 188, Issue 1, (August 2005),pp. 53-62.

③ 根据戴尔的研究,1300年前后,一个拥有1雅兰德(约合30英亩)土地的富裕农民,在实行三圃制的情况下,其粮食产量(包括小麦、大麦、燕麦以及豆类)可达28夸特3蒲式耳;在扣除种子、什一税以及其他各种费用后,其拥有的粮食总价值约为45先令11便士。根据这一标准,我们可以推断出,财产数低于50先令的家庭其持有地面积肯定低于1雅兰德,他们大部分应该都是持有地面积在10-20英亩左右的小土地持有者。因此,本文将财产数低于50先令的家庭统称为“小土地持有者”。见:C. Dyer, *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England, 1200-1520*, p.113.Table 7.

写过中世纪富裕农民的日常饮食：“他的面包和酒都是最上等的，谁也没他藏酒丰富，家中进餐时总是有大盘的鱼面糊……他的饮食跟着时节变换，他的笼子里喂养了许多肥鹧鸪，鱼塘里养了许多鲢鲈之类。”^①尽管如此，富裕农民对豆类的消费仍然占有一定的比例。

那么，动产税单中所统计的粮食是否全部用于消费呢？波斯坦认为，对农民所征收的动产税是以“农民所收获的粮食为标准的。”并非是以农民的剩余粮食为标准的。他还列举了这样的案例，“沃尔沙姆·勒·威洛斯(Walsham le Willows)村庄的动产税单之所以被退回，其原因就是由于他们没有将预留的种子纳入进来，如果指令得到了忠实的执行，那么这一观点就是成立的。”^②对此，维拉德提出了反对意见。通过对1290年到1334年议会税收的研究他认为，动产税应该只是针对农民的剩余粮食进行征税的，而且这些剩余的粮食主要是用于家庭的食物消费。因为按照当时农业的生产水平来看，如果动产税单中的粮食是农民全部收获的话，那么在去掉十一税以及预留的种子后，这些农民所剩余的粮食显然无法维持其日常饮食的。比如，在一些村庄，人均所拥有的粮食只有12到70蒲式耳不等。这些粮食作为农民家庭的食物消费是比较充足的，但是如果还有其他的开销（如交纳十一税以及预留明年的种子等）就会捉襟见肘^③。兰登、格拉斯科克以及哈德温都赞同维拉德的观点^④。由此可见，动产税单中所统计的粮食应该就是农民留作消费之用的剩余粮食。此外，多德根据1350年至1450年间达勒姆修道院的什一税单，也统计出了农民剩余粮食中各类作物的百分比：小麦占25%、大麦占29%、豆类占18%，燕麦占24%，其余的4%是杂粮^⑤。这也侧面证实了上述统计数据的准确性。

五、结 语

综上所述，尽管农民对豆类的消费比例存在着地区以及个体上的差异，但基本上都达到了以植物源性为主的饮食结构中豆类与谷物17%的最佳比例。这充分说明，黑死病前，尽管英国人口增长迅速，甚至出现了人地关系紧张的局面，但是，由于在饮食结构中增加了豆类，农民的生活水平仍处于较为健康的状态。由此可见，豆类在中世纪农民日常饮食中的重要性。中世纪诗人高尔(Gower)在1375年时对农民的饮食进行过如下评价：“农民日常食物中的‘肉’就是豆类；奶酪和真正的肉只有在节日宴会时才会吃。”^⑥自此以后，豆类就被戏称为“穷人的肉类”^⑦。这些都充分说明了豆类在当时农民、特别是那些较

① [英]乔叟：《坎特伯雷故事集》，方重译，上海译文出版社，1993年，第9页。

② M. M. Postan, “Village livestock in the thirteenth century”, *The Economic History Review*, New Series, Vol. 15, No. 2 (1962), pp.220-221.

③ 根据维拉德的估算，当时这一地区大约有2142户农民，按照每户5口人来计算，这一地区的总人口数将超过1万人左右。按照每人年均需要消费粮食12蒲式耳来计算，这一地区每年需要消耗掉12万蒲式耳的粮食。如果收获物中的12.5%用于饲料，25%用作种子，57.5%用于人的食物消费，那么农民的全部收获物应是209000蒲式耳，这将远远高于动产税单中所体现的数字。见：J. F. Willard, *Parliamentary taxes on personal property, 1290 to 1334: A Study in Mediaeval English*, Cambridge: Mass., 1934, pp. 81-85.

④ John Langdon, *Horses, oxen and technological innovation: the use of draught animals in English farming from 1066 to 1500*, Cambridge: Cambridge University Press, 1986, pp.179-180; Robin E. Glasscock(ed.), *The Lay Subsidy of 1334*, London: Oxford University Press, 1975, pp.25-26; J. F. Hadwin, “The medieval lay subsidies and economic history”, *Economic History Review*, New Series, Vol. 36, No. 2 (May, 1983), pp.204-205.

⑤ Ben Dodds, “Tithe and agrarian output between the Tyne and Tees, 1350 - 1450”, University of Durham Ph.D thesis, 2002, p. 145.

⑥ David J. Stone, “The consumption of field crops”, pp. 13-7.

⑦ Bruce M. S. Campbell and others, *A Medieval Capital and its Grain Supply: Agrarian Production and Distribution in the London Region c. 1300*, London: Institute of British Geographers, 1993, p. 27.

为贫困农民日常饮食中的地位。当然,这并非是说,豆类在饮食消费中所占的比例越高其健康指数越高。从上述研究中不难看出,只有在那些无地或少地农民的食物消费中,豆类才占有较高的比例,而那些生活较为富裕的农民,由于有更好的蛋白质来源,豆类的消费比例反而会降低。

当然,豆类对中世纪农民的重要性不仅仅体现在饮食上。豆类的普遍种植对于提高土壤的肥力,促进土地生产率的提高也有着积极的影响。法默就曾指出,中世纪农民之所以热衷于种植豆类,其主要原因是在于,在谷物中间插播豆类作物可以很好地提高土壤里的氮含量,以便在随后的休耕中提高土壤的肥力^①。乔莱也指出,豆科植物——豌豆、野豌豆以及大豆——在中世纪的农业生产中扮演着重要的角色,因为它们可以“固定”土壤中的氮元素,从而部分补充了其他作物所消耗的氮^②。正因为如此,到了13世纪晚期到14世纪早期,英国各地都开始将豆类用作肥田的作物进行普遍种植^③。由于在轮作中加入了豆类作物并辅以有效地施肥,从而使得土地可以连续耕种,进而实现了土地的高产^④。例如,在14世纪的萨默塞特郡的林普顿庄园就有明确的规定,为了“增肥”土地,人们必须在休耕地里播种野豌豆^⑤。由此可见,黑死病前的英国并没有掉入到波斯坦所构想的“马尔萨斯陷阱”之中,其中,豆类的广泛种植无疑起到了重要的作用。总之,豆类不仅在中世纪农民的食物消费中占有重要地位,而且在乡村社会发展集约、高产以及可持续性农业等方面也发挥着重要作用。对此,我们不能加以忽视。

杂志社版权页声明

本刊已许可中国学术期刊(光盘版)电子杂志社在中国知网及其系列数据库产品中以数字化方式复制、汇编、发行、信息网络传播本刊全文。该社著作权使用费与本刊稿酬一并支付。作者向本刊提交文章发表的行为即视为同意我社上述声明。

① Farmer, “Grain yields on Westminster Abbey manors”, *Canadian Journal of History*, Volume 18, No. 3, (Winter, 2016), pp. 346–347.

② G. P. H. Chorley, “The agricultural revolution in northern Europe, 1750–1880: nitrogen, legumes and crop productivity”, *The Economic History Review*, New Series, Vol. 34, No. 1 (Feb., 1981), pp. 71–93.

③ D. Stone, *Decision-Making in Medieval Agriculture*, Oxford: Oxford University Press, pp. 63–64.

④ P. F. Brandon, “Demesne Arable Farming in Coastal Sussex during the Late Middle Ages”, *The Agricultural History Review*, Vol. 19, No. 2 (1971), pp. 419.

⑤ C. Thornton, “The Determinants of Land Productivity on the Bishop of Winchester's Demesne of Rimpton, 1208 to 1403”, in B. M. S. Campbell and M. Overton (eds.), *Land, Labour and Livestock: Historical Studies in European Agricultural Productivity*, Manchester: Manchester University Press, 1991, p. 196.