

---

## THÔNG TIN – BÌNH LUẬN

---

### Tri thức dân gian về ẩm thực của người Việt đồng bằng Bắc Bộ qua ca dao, tục ngữ.

Nguyễn Thị Phương Anh\*

*Viện Việt Nam học và Khoa học Phát triển, Đại học Quốc gia Hà Nội,  
336 Nguyễn Trãi, Thanh Xuân, Hà Nội, Việt Nam*

Nhận ngày 12 tháng 5 năm 2015

Chỉnh sửa ngày 16 tháng 5 năm 2015; Chấp nhận đăng ngày 20 tháng 5 năm 2015

**Tóm tắt:** Ăn uống là một trong những nhu cầu quan trọng bậc nhất của con người nhằm đảm bảo sự sống. Chính vì vậy thông qua ăn uống ông cha ta đã gửi gắm, ẩn dụ nhiều tri thức dân gian vào kho tàng ca dao, tục ngữ. Với ý nghĩa đó trong bài viết này, tác giả đã dùng phương pháp phân tích định lượng như một giải pháp hữu hiệu để lượng hóa các thông tin định tính với các mặt thể hiện như: kinh nghiệm ẩm thực, đặc sản ẩm thực, ẩm thực với chăm sóc sức khỏe, ẩm thực với mối quan hệ gia đình - xã hội và bồi dưỡng luân thường đạo lý,... để làm rõ thêm đặc trưng văn hóa trong ăn uống của người Việt đồng bằng Bắc Bộ qua một hướng tiếp cận mới là Khu vực học - đặt đối tượng nghiên cứu vốn rất quen thuộc theo một định dạng phi truyền thống - Không gian văn hoá với tổng hòa các mối quan hệ (con người với tự nhiên và con người với những tác động đa chiều khác).

*Từ khóa:* Tri thức dân gian, ẩm thực, người Việt đồng bằng Bắc Bộ, ca dao, tục ngữ.

#### Mở đầu

Con người vốn là sản phẩm của môi trường tự nhiên và là sản phẩm của hoàn cảnh xã hội. Với lẽ đó, yếu tố tự nhiên là một trong những điều kiện rất quan trọng góp phần không nhỏ chi phối trực tiếp đến cái ăn, cái uống của con người.

Đồng bằng Bắc Bộ (ĐBBB) là một vùng đất thuần nông truyền thống. Vì vậy, trong bữa ăn cũng tương đối đơn giản. Thức ăn chính của họ

là những sản phẩm nông nghiệp do chính họ làm ra. A.G. Haudricourt đã từng nhận xét: “nông nghiệp và bấp núc gắn liền với nhau. Do đó, cảnh quan của một vùng đất giống như một tấm gương soi bóng cách ăn uống của một làng quê” [1]. Điều này rất đúng khi bàn về cái ăn, cái uống của người dân ĐBBB mà dân gian đã ghi lại trong kho tàng ca dao, tục ngữ. Thức ăn chủ yếu thiên về thực vật mà đứng đầu là cây lương thực rồi đến cây hoa màu, rau củ quả. Có thể dễ dàng nhận thấy điều đó qua cơ cấu bữa ăn thường ngày của người dân ĐBBB là: Cơm -

---

\*ĐT.: 84-989669769

Email: phuonganhvn@gmail.com

rau - cá - thịt. Món ăn thường theo mùa vụ, và phụ thuộc vào thực phẩm sẵn có trong ruộng vườn, ao, hồ,... Có nghĩa là bữa ăn của người dân đồng bằng Bắc Bộ chủ yếu dựa vào thảm thực vật của hệ sinh thái đồng bằng.

Đã có không ít các công trình nghiên cứu về ca dao tục ngữ, nhưng chủ yếu đều tiếp cận từ góc độ của các chuyên ngành ngôn ngữ học, văn học, văn hóa học... Các công trình thuộc dạng này đi sâu vào khai thác văn điệu thơ ca, cấu trúc, biểu tượng, ngữ nghĩa... Chưa có nhiều lắm những công trình sử dụng ca dao tục ngữ như một nguồn tư liệu để nghiên cứu các mặt của đời sống xã hội, trong đó có ẩm thực (ăn uống).

Ca dao, tục ngữ vốn có tính ẩn dụ rất cao, lại biểu hiện chủ yếu dưới dạng hình tượng, biểu trưng nên tùy vào hướng nghiên cứu mà tác giả sử dụng những phương pháp xử lý sao cho phù hợp. Trong báo cáo này, phương pháp phân tích định lượng được sử dụng như một giải pháp hữu hiệu để lượng hóa những thông tin định tính. Với một tập hợp lên tới hàng nghìn câu (đơn vị) ca dao, tục ngữ nếu sử dụng phương pháp dẫn chứng truyền thống, để phân tích, dẫn giải thì chẳng những không tìm ra được những đặc trưng văn hóa ẩn sâu trong kho tàng văn học dân gian mà có khi còn bị sai lệch do sự chủ quan khi lựa chọn dẫn chứng.

Bài viết này hy vọng góp phần làm rõ thêm đặc trưng văn hóa trong ăn uống của người Việt ĐBBB qua một góc nhìn mới.

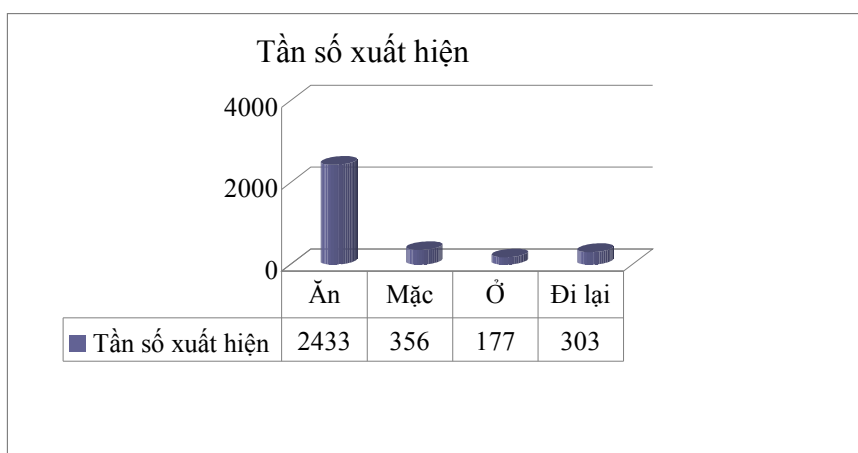
Theo cách nói dân dã thì “*cái ăn, cái mặc, cái ở*” là ba cái quan trọng hàng đầu của con người. Điều này được phản ánh rất đậm nét trong kho tàng ca dao tục ngữ người Việt

ĐBBB như: *Có thực mới vực được đạo* Và trong cuộc sống hàng ngày con người phải lao động để tạo ra của cải vật chất *Có làm thì mới có ăn; Tay làm hàm nhai, tay quai miệng trễ...*

Thông qua ăn uống ông cha ta còn gửi gắm, ẩn dụ nhiều triết lý dân gian như những ước vọng, khuyên răn, giáo dục, phê phán, nhằm bồi dưỡng thêm tri thức ứng xử trong các mối quan hệ gia đình, xã hội, về luân thường, đạo lý. Chẳng hạn như: *Miếng ăn quá khẩu thành tàn; Thương cho roi cho vọt, ghét cho ăn;*, *Chớ ăn cây táo rào cây sung;*... Hay trong quan hệ ứng xử vợ chồng, người vợ Việt được ca dao, tục ngữ sử dụng những hình ảnh bếp núc để ghi lại những hành động của người phụ nữ cư xử hết sức khôn ngoan, lúc thì ngọt ngào [2]. “*Chồng giận thì vợ bớt lời// Cơm sôi nhỏ lửa thì đời nào khê*”; “*Chồng giận thì vợ làm lành//Miệng cười hớn hở rằng anh giận gì*”;...

Loại nghĩa ẩn dụ nói về các vấn đề triết lý xung quanh cuộc đời con người chiếm 23.3% tổng số ca dao, tục ngữ phản ánh tri thức dân gian về ẩm thực.

Bởi lẽ, ăn uống và chăm sóc sức khỏe của người Việt có tầm quan trọng và ảnh hưởng lớn đến mọi mặt đời sống của con người và xã hội như vậy nên qua khảo sát thống kê chúng tôi đã thu thập được 3.269 đơn vị có nội dung về ăn, mặc, ở, và đi lại của người Việt đồng bằng Bắc Bộ. Trong đó có tới 2.433 đơn vị nói về tri thức ẩm thực, chiếm 70%, xuất hiện với tần số cao nhất trong bảng phân bố chung của văn hóa đảm bảo đời sống.



Biểu đồ 1. Tần số xuất hiện của các thành tố văn hoá đảm bảo đời sống.

Nếu như ca dao, tục ngữ là sáng tạo truyền miệng gắn với cuộc sống thường nhật và được tích lũy qua nhiều thế hệ thì số liệu trong biểu đồ 1 cho thấy tri thức về *ăn uống* là lĩnh vực được người Việt ĐBBB dành cho sự quan tâm đặc biệt. Cũng trên cơ sở phân tích định lượng, chúng ta có thể hiểu sâu hơn về sự quan tâm này.

### 1. Kinh nghiệm ẩm thực

Con người với ý nghĩa tiến hành hoạt động ăn uống không chỉ là để tồn tại mà vươn tới một điều khác cao hơn là văn hóa. Chính vì thế những kinh nghiệm về ăn uống, ứng xử với nhau luôn được người xưa đúc kết thành tri thức dân gian để truyền lại cho các thế hệ sau.

Dựa vào nội dung phản ánh của các đơn vị ca dao tục ngữ nói về ẩm thực của người Việt ĐBBB, chúng tôi đã chia 2.433 đơn vị đã thống kê được thành nội dung thể hiện dưới đây:

Trong 4 loại mà chúng tôi tạm chia theo ý nghĩa và nội dung các câu ca dao, tục ngữ về ẩm thực thì có đến 1.134 đơn vị (chiếm 46.6%) phản ánh kinh nghiệm ăn uống của người Việt. Trong số đó, những câu nói về *kinh nghiệm uống* (nước, trà, rượu,..) lại không nhiều. Tất cả chỉ có 42 câu. Cụ thể: 6 câu nói về uống nước, 12 câu nói về uống trà/chè, 23 câu nói về uống rượu/tửu và 1 câu nói về uống dấm. Ví dụ: *Nước khe, chè núi; Rượu ngon bởi vị men nồng // người khôn bởi vị giống dòng mới khôn; Uống dấm để đỡ khát,...*

Bảng 1. Ca dao, tục ngữ về ẩm thực được thể hiện qua các mặt dưới đây

STT	Thể hiện qua các mặt	Tần số xuất hiện	Tỷ lệ %
1	Kinh nghiệm ẩm thực	1.134	46.6%
2	Đặc sản ẩm thực	469	19.3%
3	Ẩm thực với chăm sóc sức khỏe	287	11,8%
4	Ẩm thực với mối quan hệ gia đình, xã hội và luân thường, đạo lý	543	22.3%
	<i>Tổng số</i>	<i>2.433</i>	<i>100%</i>

Kinh nghiệm về hút thuốc lào/phiện cũng không được đề cập đến nhiều, vắn vắn chỉ có 4 câu (thuốc lào: 3 câu, thuốc phiện: 1câu). Ví dụ: *Thuốc lào một nạm, chè tàu một hơi; Thuốc lào Khai Lai, lợn choai chợ Thượng; Thuốc phiện hết nhà, thuốc trà hết phen...* Hoàn toàn thiếu vắng kinh nghiệm hút thuốc lá. Điều này có thể lý giải là thuốc lá có thể xuất hiện muộn, vào thời kỳ sau năm 1945 nên chưa thể có kinh nghiệm lưu giữ trong dân gian. Hoặc cũng có thể thuốc lá là loại thuốc hút sang trọng, trước đây chỉ sử dụng nhiều ở đô thị, không phổ biến ở thôn quê, cái nôi sản sinh ra văn học dân gian.

Có một điều đặc biệt là, nếu như kinh nghiệm về ăn trầu xuất hiện trong ca dao, tục ngữ chỉ có 8 câu, ví dụ: *Ăn trầu nhà bà, ăn cá bỏ xương, Ăn trầu quên voi, làm tôi quên chúa; Ăn trầu không rẻ như rẻ năm nhà ngoài;...* thì những câu ca dao nói đến hình tượng trầu, cau với ý nghĩa biểu trưng thì lại xuất hiện nhiều nhất trong số các loài cây mà ca dao, tục ngữ người Việt đề cập đến. Cụ thể trầu (275 lần), cau (127 lần) [3]. Điều đó cho thấy ông cha ta rất chú ý đến việc đúc rút kinh nghiệm liên quan đến cái ăn và thứ tự giảm dần theo tuyến tính: “Ăn - uống - hút xách”. Tuy nhiên kinh nghiệm dù ít ở mặt này hay nhiều ở mặt kia thì cho đến nay vẫn được coi là kinh nghiệm dân gian quý báu được lưu truyền và sử dụng trường tồn trong đời sống của người Việt.

### 1.1. Kinh nghiệm lựa chọn vật phẩm

Điều kiện tự nhiên và khí hậu nước ta rất thuận lợi để gieo trồng và phát triển một thảm thực vật đa dạng và phong phú về chủng loại với một cơ cấu xã hội nông nghiệp lúa nước. Qua hàng ngàn năm trước, ông cha ta đã làm ăn, sinh hoạt theo chu kỳ của thời vụ, lịch tiết và đã đúc rút ra nhiều kinh nghiệm ẩm thực tùy thuộc vào chu kỳ nhật - nguyệt, thời tiết trong

năm để lựa chọn được những sản vật đồ ăn thức uống có chất lượng cao như “*Mùa nào thức ấy*”; “*Mùa hè cá sông, mùa đông cá biển*”; “*chim ngói mùa thu, chim cu mùa hè*”... Từ xưa kết cấu bữa ăn truyền thống của Việt thường là: cơm - rau - cá - thịt, vì vậy tuyệt đại đa số sản vật có mặt trong bữa ăn hàng ngày của người dân là sản phẩm từ nông nghiệp do chính bàn tay người lao động làm ra. Chất đạm cung cấp cho bữa ăn chủ yếu là thủy sản, thịt gia súc, gia cầm. Nhưng theo kinh nghiệm của ông cha ta thì chất lượng của các loại thức ăn thường chịu ảnh hưởng vào thời tiết và có sự thay đổi theo mùa như: “*Hanh heo, đường trèo lên ngọn*”, “*Gió sa heo, mía trèo lên ngọn*”, “*Mía tháng bảy nước chảy về ngọn*”. Thông thường thì phần trên ngọn của cây mía rất nhạt vì cây mía “làm đường” từ gốc đến giữa thân cây. Đến khi có gió heo may (gió lạnh và khô) thường thổi vào cuối mùa thu thì cây mía sẽ ngọt từ gốc đến ngọn. Người nông dân nên thu hoạch cây mía vào sau đợt gió heo may là thời điểm cây mía đạt sản lượng và chất lượng cao nhất.

Một năm có 12 tháng, theo kinh nghiệm dân gian thì tháng 10 (âm lịch) là tháng mà các sản phẩm nông nghiệp đạt tỷ lệ hàm lượng vitamin cao, ngon, béo, chất lượng cao nhất. Ví dụ như: *Bầu tháng chín, bí tháng mười* (bí: bí đao); *Tháng sáu gọi cây rào rào // Tháng mười lúa chín, mỡ rao cắm đồng; Éch tháng ba, gà tháng mười; Nhất cá rô tháng giêng, nhì cá tràu tháng mười*

Sở dĩ các loại cây trồng và con vật nuôi phát triển tốt vào thời gian này là vì thời tiết mát mẻ. Hơn nữa đây là dịp thu hoạch vụ mùa nên gia súc, gia cầm, thủy sản được ăn uống đầy đủ cả về chất và lượng từ các loại cây hoa màu và thóc lúa dư thừa, rơi vãi.

Kinh nghiệm về ẩm thực không chỉ giúp chúng ta chọn lựa vật phẩm theo thời gian, mùa

vụ mà còn giúp chúng ta chọn lựa bộ phận này ngon hơn hoặc ít ngon hơn bộ phận kia. Vấn đề này được ca dao, tục ngữ đề cập chủ yếu đến việc chọn lựa các bộ phận của con vật nuôi quen thuộc và cũng là món ăn phổ biến trong cơ cấu bữa ăn của người Việt như: lợn, bò, trâu, gà, chó, cá còn các con vật nuôi khác như : mèo, chim, vịt, ngan, ngỗng,... không được đưa ra làm tiêu chí lựa chọn nguyên liệu cho món ăn “khoái khẩu”. Chẳng hạn: Đối với thịt lợn thì thịt chân giò; đối với thịt bò thì thịt bắp được coi là bộ phận ngon được nhiều người ưa chuộng như: *Lợn giò, bò bắp; Đầu heo hơn phèo trâu; Gà đen chân trắng mẹ mắng cũng mua, gà trắng chân chì mua chi giống ấy; chó già, gà non hay Đầu cá trôi, môi cá mè; Đầu chép, mép môi, môi mè, lườn trắm.*

Thịt gà từ xưa vẫn được coi là món ăn sang trọng, xuất hiện trên các mâm cỗ trong ngày giỗ chạp, hiếu hỉ, lễ hội của người dân vùng ĐBBB. Khi ăn thịt gà thì tùy theo sở thích của từng người mà họ thích phần này hay thích phần kia hơn, ví như những người nhấm rượu thì hay thích phần xương như chân, cổ, cánh, người thích ăn nạc lại chọn lườn hay đùi. Nhưng theo kinh nghiệm dân gian trong con gà, phao câu là ngon nhất, sau đến đầu cánh- chỗ tiếp giáp giữa cánh và thân: *Thứ nhất phao câu, thứ nhì đầu cánh; hay Đầu gà má lợn...* Theo tác giả cuốn *Từ điển thành ngữ và tục ngữ Việt Nam* thì đầu gà, má lợn là: “Thứ ăn chưa chắc đã ngon nhưng được coi là quý nhất trong con gà, con lợn vì trong thời phong kiến những thứ này phải dành bày vào mâm cỗ của những người có chức sắc trong làng” [4]. Như vậy sự lựa chọn ở trường hợp này không phải là chọn những thứ ngon mà là lựa chọn những vật được trọng vọng theo quan niệm xưa.

Do ở vào vị trí địa lý tự nhiên thuận lợi nên nước ta có nhiều ao, hồ, sông, biển. Là nơi cung cấp nguồn thực phẩm tự nhiên dồi dào, phong phú cho đời sống con người với nhiều loại cá nước ngọt, nước mặn khác nhau. Theo kinh nghiệm dân gian thì các loại cá ngon, có giá trị dinh dưỡng cao, dễ ăn, lành tính và phù hợp dinh dưỡng thường được đề cập đến như: Cá biển: *Chim, thu, nhụ, đế* ; Các loại cá sông có những bộ phận ngon như: *Đầu chép, mép mè; Đầu diếc, mép trôi, môi mè, đuôi trắm; Nhất đầu cá chép, nhì mép cá trê...* Trong số đó môi cá mè được nhắc đến nhiều nhất: 5 lần, tiếp đến là đầu cá chép được nhắc đến 3 lần. Còn các bộ phận khác của các loài cá khác được nhắc đến trung bình từ 1 đến 2 lần. Như vậy có thể nói rằng môi cá mè và đầu cá chép là những phần ngon nhất nên được dân gian lưu lại nhiều hơn cả.

Việc lựa chọn bộ phận ngon để thưởng thức không chỉ được thực hiện ở các con vật nuôi mà còn cả ở các loại rau quả trong bữa ăn hàng ngày như : *Cần ăn cuống, muống ăn lá; Chuối hàng sau, cau hàng trước; Ăn dưa đằng đít, ăn mít đằng đầu...*

Từ xưa đến nay, việc lựa chọn vật phẩm phục vụ cho việc ăn uống của các bà nội trợ còn được dựa vào đặc điểm riêng, tính chất của sự vật bằng thị giác, vị giác và xúc giác để phân biệt, lựa chọn vật phẩm cho vừa ý và đảm bảo chất lượng như: *Béo như chim ra rang; Chắc như cua gạch; Ngọt như đường, cay như ớt, đắng như mật công ....*

## 1.2. Kinh nghiệm chế biến vật phẩm

Từ xưa ông cha ta đã biết kết hợp hài hòa giữa tính âm và tính dương trong bữa ăn hàng ngày. Ví như ngày Tết theo truyền thống dân tộc, Việt Nam ta thường có bánh chưng, bánh tét. Ruột của hai loại bánh này là gạo nếp, hạt

tiêu, thịt heo, hành ... (nóng) ăn lâu tiêu, nhưng vỏ bọc bằng lá dong, lá chuối (mát). Hai thứ - một làm ruột, một làm vỏ (ruột nóng, vỏ mát) được trung hoà qua ngọn lửa khiến cho bánh ngon và bớt “nóng”. Nắm được quy luật của tạo hoá, ông cha ta đã vận dụng vào cách ăn uống và đã đúc kết thành kinh nghiệm như: “*Cam hàn, quýt nhiệt, bưởi tiêu*”. Thực tế đã chứng minh kinh nghiệm này không sai. Chẳng hạn sự kết hợp giữa các gia vị vào các món ăn cũng được tính toán hợp lý như: thịt mỡ đi với dưa hành, củ kiệu; lòng, trứng vịt lộn, cá trê, ốc, thịt vịt (hàn) phải ăn với húng, tía tô, gừng, rau răm, muối tiêu, nước mắm gừng (nhiệt); nước dứa thêm muối, ốc hấp lá gừng: ốc, lá gừng...

Ngoài khía cạnh âm dương, người Việt Nam còn biết cấu tạo món ăn thức uống một cách hài hoà theo ngũ hành trong việc dung hoà các vị cay (kim), chua (mộc), mặn (thủy), đắng (hoả), ngọt (thổ) [5] như : *Trâu tòi, bò gừng; Lanh chanh như hành không muối; Ăn gói cá mè không lá mơ*. Các thức ăn với cơm thường là những thứ thanh đạm, bình dị như quả cà, bát mắm hay con tép con tôm, ... Ví dụ như: *Cơm cà là gia bản; Cơm với cá như mạ với con...* Và rau là một món ăn không thể thiếu trong bữa cơm của người Việt, có cơm là có rau: *Cơm phải rau, đầu phải thuốc; Ăn cơm không rau như nhà giàu chết không có kèn trống; ....*

Qua thống kê có 67 đơn vị ca dao, tục ngữ nói đến sự kết hợp trong bữa cơm của người Việt ĐBBB không thể vắng mặt món rau quả (gồm có nhiều loại rau quả), canh và dưa cải.

Để có được món ăn ngon, ông cha ta không chỉ coi trọng việc chọn lựa vật phẩm, kết hợp hài hoà các món trong bữa ăn mà còn rất chú ý đến việc bảo quản, cách chế biến và mức độ thường thức. Trước đây nấu cơm chủ yếu bằng rơm rạ, củi đước,.. để có được một nồi cơm

ngon vừa chín tới thật không đơn giản chút nào. Người nấu phải khéo léo và có kinh nghiệm. Bởi vậy mà có đến 22 câu ca dao tục ngữ (không kể dị bản) nói về việc nấu cơm. Ví dụ như: *Cơm sôi nhỏ lửa một đời không khê; Cơm sôi bớt lửa, chồng giận bớt lời; Cơm giở, cỏ xói; Nấu cơm không xói thì mất một bát, cày ruộng không lấp trốc vát thì mất một triêng...*

Còn khi giết mổ, làm thịt gia cầm thì phải nhớ: *Tối cắt tai, mai cắt hầu; Gà mổ đừng bung, chim mổ đừng lưng*. Vì thế vật dụng nhà bếp “con dao sắc” sẽ làm cho món ăn ngon hơn, miếng chặt, thái, bày biện trông sẽ đẹp mắt hơn. Ví dụ: *Thịt nạc dao pha, xương xẩu riu búa; Thịt mỡ dao bầu hoặc Cau già dao sắc lại non...*

Bảo quản đồ ăn thức uống cũng là khâu rất quan trọng để giữ món ăn được tươi lâu, giữ được hàm lượng dinh dưỡng. Số câu ca dao, tục ngữ nói về việc này rất ít, chỉ có 3 câu (kể cả dị bản) nói về bảo quản như: *Cá không ăn muối cá ươn; Cá không ăn muối cá ươn, con cãi cha mẹ trăm đường con hư; Bánh giầy phải dày bằng nong, bài học vỡ lòng đã rết hai chân.*

Bất cứ việc gì có chừng mực thì đều mang lại hiệu quả cao, ăn uống cũng vậy, không nên ăn uống quá nhiều. Miếng ăn chỉ ngon khi ăn đúng mức, nếu ăn quá sẽ không còn cảm giác ngon nữa. Ví như: *Ăn lấy thơm lấy tho chứ không ai ăn lấy no lấy béo...* Nếu ăn quá độ sẽ mang hại vào thân: *Ngon mồm ôm bụng.*

Tất cả những tri thức dân gian truyền thống mà ông cha ta đã đúc rút đều thể hiện sự thích ứng, hòa hợp giữa con người với tự nhiên và vạn vật xung quanh. Nó được phản ánh trong mối quan hệ gắn bó chặt chẽ của người nông dân với sinh hoạt hàng ngày và lao động sản xuất.

## 2. Đặc sản ẩm thực

Những sản vật mang thương hiệu đặc sản không chỉ có nguồn gốc xuất xứ từ môi trường địa lý sinh thái mà còn liên quan tới lịch sử, phong tục tập quán và văn hóa truyền thống của mỗi địa phương. Rất nhiều món ăn ngon gắn bó với tên tuổi của vùng đất nơi đó đã “sinh ra”, mà hơn thế nữa nó còn làm rạng danh cho tên tuổi của vùng đất này. Qua khảo sát ở nội dung chủ đề này, đặc sản ẩm thực của người Việt đồng bằng Bắc Bộ xuất hiện trong 469 câu chiếm 19,3% đơn vị ca dao, tục ngữ có nội dung đề cập đến ẩm thực được thể hiện qua các mặt ca ngợi về sản vật địa phương được diễn tả một cách sinh động nhằm giới thiệu nét đặc trưng văn hóa tiêu biểu của vùng đất qua các

sản phẩm nông nghiệp. Ví dụ khi nói về bún, người ta thường nói đến các địa danh: *Bún Cố Đô, ngô Kiều Mộc; Bún ngon bún mát Tứ Kỳ // Pháp Vân của ốc đồn thì chẳng ngoa; Bún Tái Đàm, gà hầm Văn Phú, xôi củ làng Chanh...* Nói về gà: *Gà làng Trò, trâu bò làng Hề; Gà Tô, lợn Tô, vại Báo Đáp; Gà Văn Cú, phú Lộng Điền...* Hay nói về hoa quả: *Vải ngon thì nhất làng Bằng // Khấp thành Hà Nội hỏi rằng đâu hơn // Củ đậu Bằng Thượng thiếu gì // Dưa hấu Bằng Hạ ai bì được chãng; Ôi Đình Công, nhãn lồng Thanh Liệt ...*

Chúng tôi đã phân chia ra thành 3 tổ hợp đặc sản dựa trên nền nông nghiệp căn bản ở nước ta. Đó là đặc sản trồng trọt, chăn nuôi và đặc sản tự nhiên (thủy sản).

Bảng 2. Đặc sản ẩm thực

STT	Các loại đặc sản	Tần số xuất hiện	Tỷ lệ %
1	Đặc sản trồng trọt	354	75.5%
2.	Đặc sản chăn nuôi	37	7.89%
3.	Đặc sản tự nhiên (thủy sản)	78	16.63%
	<i>Tổng số</i>	<i>469</i>	<i>100%</i>

Số đơn vị có nội dung về đặc sản có nguồn gốc trồng trọt chiếm tỉ lệ cao, chứng tỏ nghề trồng trọt ở nước ta từ xưa đến nay vẫn luôn chi phối sâu sắc đến đời sống cư dân người Việt. Tuy đặc sản chăn nuôi và đặc sản tự nhiên có số lượng không nhiều như đặc sản trồng trọt nhưng nó luôn ở vị trí quan trọng ngang bằng trong việc cung cấp giống vật nuôi và thực phẩm gia súc, gia cầm, thủy sản cho đời sống con người. Chúng tôi đã tổng hợp số liệu từ các bảng đặc sản cụ thể thành một bảng duy nhất để tiện trình bày, và đối chiếu giữa các tỉnh ở ĐBBS.

Trên cơ sở xuất hiện địa danh của các tỉnh hiện nay, chúng tôi đã khôi phục cả tên địa danh tỉnh cũ song song với địa danh tỉnh mới và quy về một địa bàn để tiện cho việc theo dõi và phù hợp với bối cảnh ra đời của ca dao, tục ngữ. Ví dụ: Hà Bắc (tỉnh cũ) - Bắc Giang, Bắc Ninh (tỉnh mới); Hà Nam Ninh (tỉnh cũ) - Hà Nam, Nam Định, Ninh Bình (tỉnh mới)... Còn các tỉnh xuất hiện duy nhất trong bảng thì chúng tôi để nguyên tên tỉnh mới.

Bảng 3. Các loại đặc sản phân bố theo địa phương

TT	Tỉnh cũ	Tỉnh mới	Các loại đặc sản							Tổng số
			Lương thực và hoa màu (thóc, gạo, khoai, ngô, sắn...)	Sản phẩm chế biến từ gạo (bánh, bún, xôi, cháo, rượu)	Sản phẩm chế biến từ đậu/đỗ (trung, đậu phụ)	Rau quả (các loại)	Cây ăn quả (các loại)	Nguyên liệu đồ uống (chè, vôi...)	Chăn nuôi (gia súc, gia cầm và thủy sản)	
1	Hà Bắc	Bắc Giang	7	9	6	9	5	3	4	93
2		Bắc Ninh	16	8	1	5	3	—	17	
3		Hà Nội	9	19	2	10	8	—	15	63
4	Hà Nam	Hà Nam	2	12	1	3	1	4	10	
5	Nam Ninh	Nam Định	4	7	1	3	3	1	6	72
6		Ninh Bình	4	2	—	—	3	1	4	
7		Hà Tây	7	15	1	1	6	2	2	34
8	Hải Hưng	Hưng Yên	1	1	3	1	3	—	—	20
		Hải Dương	2	3	1	2	1	-	2	
9	Vĩnh Phú	Phú Thọ	2	6	—	2	3	1	16	39
10		Vĩnh Phúc	5	2	—	—	1	—	1	
11		Hải Phòng	—	1	—	—	—	—	5	6
12		Quảng Ninh	—	3	—	3	—	—	1	7
13		Thái Bình	5	6	2	—	4	2	8	27
14		Thái Nguyên	—	—	-	—	2	1	—	3

Qua bảng 3 cho thấy các tỉnh ở trung và hạ châu thổ sông Hồng (Hà Bắc, Hà Nội, Hà Tây, Hà Nam Ninh, Hải Hưng, Thái Bình) có số lượng các loại đặc sản nhiều hơn hẳn so với các tỉnh lân cận khác. Phải chăng, nơi đây là địa bàn quy tụ dân cư từ thời cổ xưa, với mạng lưới sông ngòi dày đặc, là nguồn cung cấp nước dồi dào cho công tác thủy lợi tưới tiêu và thuận lợi cho việc chăn nuôi và đánh bắt thủy sản. Hơn

nữa, có lượng phù sa lớn của sông Hồng là nguồn dinh dưỡng quý giá cho phát triển cây trồng và chăn nuôi gia súc, gia cầm và thủy sản. Vì vậy nơi đây được coi là mảnh đất có truyền thống sản xuất nông nghiệp chuyên biệt tạo ra nhiều sản vật đặc sắc và có giá trị kinh tế cao. Tùy thuộc vào môi trường tự nhiên và truyền thống lịch sử của từng vùng, từng làng mà hình thành nghề riêng với những đặc sản có thương



hiệu không thể lẫn với nơi khác. Ví dụ: ở Hà Tây có làng Trung Lập nổi tiếng với nghề trồng dâu nuôi tằm, Sâm Động là đất trồng Hành, Phú Xuyên trồng lúa, Thụy Phiêu trồng khoai; đất Hà Nam “*Đồi bên núi tựa sông kề//Ngược xuôi tiện nẻo, làm nghề làm ăn*” có Đinh Xá nuôi cá, Hòa Mạc trồng đậu trồng cà, Thiện Vịnh ương giống rau răm rau cần, Văn Quan, Đồng Thủy trồng ngô khoai, Đại Hoàng nổi tiếng với chuỗi ngự; Thái Bình có Hành tổng (Kiến Xương) trồng mía ...

Số đơn vị ca dao, tục ngữ có nội dung về đặc sản trồng trọt, đặc biệt là cây lúa và các cây thực phẩm chiếm tỉ lệ cao hơn cả. Điều này có thể hiểu vì nền sản xuất của Việt Nam chủ yếu là sản xuất nông nghiệp trong đó cây lúa chiếm một vị trí quan trọng. Ngoài cây lúa, các loại cây thực phẩm như rau, đậu... là loại cây thực phẩm rất gần gũi với đời sống hàng ngày của người dân. Nếu so sánh các loại cây trồng được kể đến trong ca dao, tục ngữ thì chúng ta thấy một bức tranh đáng chú ý là đặc sản các cây lương thực, thực phẩm gần gũi như: lúa, rau, khoai, cà, đỗ,... xuất hiện trong ca dao, tục ngữ nhiều hơn là các cây thực vật lưu niên: mít, ổi, xoan, táo,... Điều này có thể hiểu là: Các cây lương thực, thực phẩm gần gũi thường phụ thuộc nhiều vào thời vụ, thời tiết. Do vậy, nó đòi hỏi phải chăm sóc công phu và phức tạp hơn so với cây lưu niên. Nhân dân được mùa hay mất mùa thường xảy ra ở nhiều mức độ

khác nhau. Vì vậy nó tạo ra nhiều tri thức dân gian và lưu giữ nhiều đặc sản quý giá trong kho tàng văn học dân gian [6].

Sự phát triển phong phú về cây lương thực và hoa màu đã kéo theo sự phát triển về chăn nuôi gia súc, gia cầm và thủy sản. Qua thống kê cho thấy các loại đặc sản về chăn nuôi rất đa dạng về chủng loại được phủ khắp ở các tỉnh ĐBBB đặc biệt là các tỉnh trung và hạ châu thổ sông Hồng.

### 3. Âm thực với chăm sóc sức khỏe

Con người phải ăn uống để mang lại sức khỏe tốt: *Người có ăn mới khỏe, mẹ không ăn thì mẹ cũng chết; Ăn được ngủ được là tiên, không ăn không ngủ mất tiền thêm lo.* Nhưng đôi khi ăn uống không phù hợp, đúng cách lại mang lại hiệu ứng tiêu cực làm cho sức khỏe con người giảm sút, thậm chí yếu đi. Với sự nhìn xa trông rộng về một tài sản “sức khỏe” là vô giá nên ông cha ta đã lấy việc ăn uống để nhắc nhở con người phải đề cao việc giữ gìn và chăm sóc sức khỏe như một lẽ thường tình trong đời sống hàng ngày. Mặc dù số đơn vị phản ánh về nội dung này chiếm tỉ lệ thấp nhất trong số các phạm trù mà ăn uống đề cập đến (chiếm 11.8%) nhưng nó lại là vấn đề trực tiếp nhất đối với mỗi con người.

Bảng 4: Số lượng ca dao, tục ngữ nói về ăn uống với chăm sóc sức khỏe

STT	Các mặt thể hiện	Tần số xuất hiện	Tỷ lệ %
1	Ăn uống điều độ	178	62.0%
2	Ăn uống no đủ	81	28.2%
3	Ăn uống vô tư, thoải mái	23	8.0%
4	Ăn uống sạch sẽ	5	1.8%
	Tổng số	287	100%

Trong số 4 mặt biểu hiện của ăn uống với chăm sóc sức khỏe thì ăn uống điều độ để có một cơ thể cường tráng, một tư duy lành mạnh là nội dung được chú ý nhiều nhất (178 đơn vị) chiếm 62%: *Cờ ba cuộc, cơm ba bát, thuốc ba thang; Ăn có chừng, chơi có độ, Ăn tùy nơi, chơi tùy chốn...*

Người Việt, ĐBBB chủ yếu là nông dân lao động với công việc đồng áng quanh năm “ăn no, vác nặng”. Vì thế việc ăn uống no nê, đầy đủ là nhu cầu cần thiết. Họ quan niệm: *No cơm hơn lành áo; Cơm tẻ là mẹ ruột, No cơm tẻ thì thôi mọi đường...* Số đơn vị tập trung thể hiện nhu cầu bản năng vốn có của con người “*Đói thì ăn khát thì uống*” với số lượng không nhiều 81 đơn vị (chiếm 28.2%) nhưng cho thấy nhu cầu “cái ăn” để no bụng đến cái ăn để hưởng thụ “cao lương mỹ vị” đối với con người ở bất cứ xã hội nào cũng đều phải làm lưng vì “*miếng cơm manh áo*”.

Tuy nhiên bản chất của người nông dân Việt Nam vẫn luôn giản dị, chất phác, không ưa cầu kỳ. Họ sống vô tư, hồn hậu cả trong suy nghĩ và trong hành động: *Ăn như cũ, ngủ như xưa; Ăn không kể bát, hát không kể đêm, vật không kể nền, bèn không kể đá; Ăn no ngủ kỹ, chóng tĩ lên trời...* Chỉ với 23 đơn vị (chiếm 8.0%) nhưng đây là một đức tính quý của người nông dân nên vẫn được đề cao.

Ăn uống vệ sinh sạch sẽ cũng là một điều kiện cần và đủ để mang lại một sức khỏe tốt [7]. Điều này được thể hiện ở một số lượng rất khiêm tốn (chỉ 5 đơn vị - 1.8%) nhưng không thể thiếu được trong các mặt của ăn uống với việc chăm sóc sức khỏe: *Nhà sạch thì mát, bát sạch ngon cơm; Cơm ba bát, tắm mát sớm mai* và cũng phê phán những biểu hiện của việc ăn ở bẩn thỉu như: *Ăn tro nhọ trấu...*

#### 4. Ăn thực với quan hệ gia đình, xã hội và luân thường, đạo lý

Ăn uống không chỉ mang lại sự no đủ cho con người để tồn tại và phát triển mà thông qua đó còn phản ánh những mặt khác xung quanh đời sống con người. Vì vậy, từ xưa ông cha ta đã lấy việc ăn uống làm điểm tựa để gửi gắm vào đó những ước vọng nhằm bồi dưỡng luân thường, đạo lý cho con người trong các mối quan hệ gia đình và xã hội.

Những điều ước rất đỗi giản dị của người phụ nữ về món ăn do sức lao động của chính người chồng mình làm ra, thể hiện chứa chan tình cảm và sự mãn nguyện về đời sống tinh thần “*Lấy anh thì sướng hơn vua // Anh đi xúc giấm, được của kênh càng // Dem về nấu nấu rang rang // Chồng chan vợ húp lại càng hơn vua*”...

Những điều răn dạy đối với con người là sống ở trên đời phải có trước có sau, phải biết kính trọng, ân nghĩa. Con người ăn uống để hưởng thụ thành quả lao động, vì thế cần phải biết công ơn của người đã đem lại kết quả ấy: *Ăn quả nhớ kẻ trồng cây; Uống nước nhớ nguồn ; Ăn cây nào rào cây ấy,...* Phê phán, lên án những kẻ quá coi trọng đến cái ăn vật chất mà quên đi những giá trị văn hóa của con người. Miếng ăn lại trở thành sự xấu xa: *Miếng ăn quả khâu thành tàn; Miếng ăn là miếng tội tàn, mắt ăn một miếng lợn gan lên đầu...*

Với tất cả ý nghĩa ấy, ca dao, tục ngữ đã dành số lượng 543 đơn vị chiếm 25.3% tổng số thì trong đó có 120 nói về ăn uống với mối quan hệ gia đình (91 đơn vị - chiếm 16.7%), xã hội (29 đơn vị - chiếm 5.4%) và 423 đơn vị với nội dung thể hiện ước vọng và bồi dưỡng luân thường đạo lý chiếm 77.9%.

Bảng 5: Ca dao, tục ngữ dùng âm thực nói về quan hệ gia đình và xã hội

STT	Các loại quan hệ gia đình và xã hội	Tần số xuất hiện	Tỷ lệ %
1	Quan hệ vợ - chồng	43	35.9%
2	Quan hệ cha mẹ- con cái	35	29.1%
3	Quan hệ anh- em	17	14.1%
4	Quan hệ láng giềng	11	9.2%
5	Quan hệ giàu nghèo	14	11.7%
	Tổng số	120	100%

Năm mối quan hệ gia đình và xã hội ở bảng 5 cho thấy các mối quan hệ trong gia đình đề cập đến nhiều hơn mối quan hệ xã hội. Qua tìm hiểu cho thấy quan hệ gia đình không chỉ thể hiện ở nội dung ăn uống mà còn ở nội dung khác rất phong phú, trong đó mối quan hệ vợ - chồng có thể không bền vững bằng mối quan hệ cha mẹ - con cái, quan hệ anh - em, nhưng là quan hệ tác động thường xuyên nhất trong cuộc đời mỗi con người chiếm 35.9%. Vì ở bất cứ dân tộc nào quan hệ vợ - chồng là nền tảng cơ bản của mỗi gia đình. Vợ chồng thủy chung gắn bó, thuận hòa thì “*Tát bể Đông cũng cạn*”. Vì vậy, khi nói đến ăn uống, người xưa cũng nhắc nhở dầu đói, dầu no, dầu chỉ có một nửa miếng ăn cũng có nhau, không thể vì miếng ăn mà tình cảm vợ chồng bị ảnh hưởng: *Đói no có vợ có chồng, chia niêu sẻ đấu đau lòng nát gan; Một miếng, nửa miếng có vợ có chồng*. Đồng thời cũng kịch liệt lên án, phê phán những kẻ phụ bạc, có mới nới cũ, đứng núi này trông núi nọ bằng hình ảnh có cái ăn mới bỏ ngay cái ăn cũ : *Có cam phụ quit, có người phụ ta; Có vả, tình phụ sung; Có oản phụ xôi, Có lá lốt tình phụ xương sồng...*

Quan hệ thứ hai trong gia đình là cha mẹ - con cái chiếm 29.1%, tuy tỉ lệ có thấp hơn quan hệ vợ - chồng nhưng chênh lệch không nhiều. Mối quan hệ này được dân gian ghi nhận là mối quan hệ khăng khít bằng tình cảm thâm sâu “Phụ tử tình thâm” như: *Đói lòng con, héo hơn cha mẹ; Con có mẹ như măng áp bẹ*

; *Còn cha ăn cơm với cá...* Trong mối quan hệ này thì quan hệ mẹ chồng - nàng dâu, con riêng, cảnh lẽ mọn cũng thấp thoáng được phản ánh qua chủ đề này như: *Đói thì ăn khế ăn sung, trông thấy mẹ chồng thì nuốt chửng trôi; Đói thì ăn ngô, ăn khoai, đừng ở với dượng điếc tai láng giềng...*

Đến quan hệ anh - em thì tỉ lệ bị đẩy lùi xa hơn (chiếm 14.1%) nhưng trong tương quan so sánh với quan hệ vợ - chồng thì quan hệ anh em có khi được xem như gắn bó, keo sơn hơn bởi người ta có thể bỏ vợ, bỏ chồng nhưng không thể bỏ anh em: “*Anh em như chân như tay, vợ chồng như áo cởi ngay nên lia*”

Qua các mối quan hệ gia đình cho thấy mô hình gia đình hạt nhân hai thế hệ đã thực sự trở thành cấu trúc cơ bản của xã hội Việt Nam. Cấu trúc này luôn là cấu trúc lý tưởng của các gia đình trẻ Việt Nam hiện nay và mai sau.

Quan hệ xã hội là một trong hai mối quan hệ cơ bản của con người được nội dung ăn uống đề cập đến. Tuy nhiên mối quan hệ này không được đề cập đến nhiều mà chủ yếu phản ánh về mối quan hệ láng giềng chỉ chiếm có 9.2% và sự phân hóa giàu nghèo trong xã hội chiếm 11.7%. Nhưng từ xưa cho đến nay, hai chủ đề này được nhân dân ta luôn coi trọng và gìn giữ, đôi khi nó còn được nâng niu hơn cả mối quan hệ huyết thống: *Gần nhà giàu đau răng ăn cơm; Gần nhà có giỗ không được ăn cỗ thì được liếm lá; Gần chùa thì được ăn xôi...*

Khi phân hóa giai cấp trong xã hội ngày một cao thì khoảng cách và sự phân biệt giữa kẻ giàu và người nghèo cũng là một chủ đề với nội dung ăn uống đã chỉ ra sự đối lập rất gay gắt: *Bầu dục đầu đến bàn thứ năm, chè đầu đến chú, chú lăm ăn chè; Có ngon chẳng đến mẹ con nhà mà; Nhà giàu bố com bố cá, nhà khó bố rau má khoai lang...*

Có thể nói luân thường, đạo lý của con người là kim chỉ nam cho mọi hành động. Từ

những hành động tương chừng rất nhỏ *Ăn com phải biết trở đầu đũa ; Liều com gấp mắt...* nhưng lại có ý nghĩa răn dạy con người phải biết cư xử đúng đạo lý và biết phân biệt đúng sai trước khi hành động. Vì thế tổ hợp âm thực với luân thường, đạo lý là nội dung được ông cha ta luôn đề cao và tập trung vào phản ánh những vấn đề căn bản sau:

Bảng 6. Ăn uống với bồi dưỡng luân thường, đạo lý

STT	Các chủ đề bồi dưỡng luân thường, đạo lý	Tần số xuất hiện	Tỷ lệ %
1	Trọng ân nghĩa (phê phán sự vô ơn, đối trá, thực dụng, bất công...)	231	54.6%
2	Chăm chỉ làm - ăn	68	16.0 %
3	Thật thà, sòng phẳng	45	10.5%
4	Giản dị, tiết kiệm	47	11.1%
5	Biết lo xa	33	7.8%
	Tổng số	423	100%

Trọng ân nghĩa và phê phán sự vô ơn, đối trá của con người là vấn đề được dân gian đặc biệt quan tâm. Nội dung này được phản ánh ở 231 đơn vị chiếm 54.6% tổng số các chủ đề bồi dưỡng luân thường, đạo lý. Chủ đề (1) được đề cao (73 đơn vị) con số này nói lên tư tưởng trọng ân nghĩa rất sâu sắc của người Việt Nam. Và “*Ăn quả nhớ kẻ trồng cây*”; “*Ăn quả phải vun cây*” là nhân sinh quan, là cách biểu đạt tiêu biểu nhất của tư tưởng này. Số còn lại tập trung phê phán sự vô ơn bội nghĩa (89 đơn vị) *Ăn cháo đãi bát; Ăn xong quét mớ; Ăn mít bỏ xơ, ăn cá bỏ lò...* phê phán những kẻ đối trá, thực dụng, bất công, coi trọng vật chất (57 đơn vị) *Ăn hơn nói kém ; Ăn thật làm dối; Coi miếng ăn như cái tàn cái tán ...* Lên án gay gắt những kẻ đâm bị thóc, chọc bị gạo, lòng dạ nham hiểm (12 đơn vị): *Miếng thon thót, dạ ót ngâm; Miếng mật lòng dao...* Ở bảng 6, mục 2 có 68 đơn vị đề cập đến nguyện vọng của nhân dân phải chăm chỉ làm –

ăn để xây dựng một xã hội công bằng mà mọi người được hưởng thụ cân đối với sức lao động bỏ ra: *Có làm có ăn; Làm gắng ăn gắng; Muốn ăn cá phải thả câu; Muốn ăn oản phải giữ lấy chừa; Muốn ăn thì lặn vào bếp...* Hiếm thấy họ khuyến khích làm việc nhiều, ăn ít. Chúng tôi chỉ tìm thấy một câu có ý nghĩa khuyên nhủ “*Làm gắng hơn gắng ăn*”.

Thật thà, sòng phẳng là đức tính quý báu của con người. Trong đó thái độ coi trọng đề cao sự thật thà (19 đơn vị) *Ăn ngay nói thật; Ăn mặn nói ngay, hơn ăn chay nói dối...* Thể hiện bản chất sòng phẳng (26 đơn vị): *Ăn đều tiêu sòng; Ăn quả vả, trả quả sung; Bánh ít trao đi, bánh dì trao lại*

Người Việt Nam ta có một triết lý về cuộc sống giản dị. Họ cho rằng sống cuộc đời giản dị thanh bạch khiến cho tâm hồn thoải mái, khỏi phiền lụy là cuộc sống hạnh phúc (14 đơn vị): *Ăn com cáy thì ngáy o o, ăn com thịt bò thì lo*

*ngay ngay; Ăn cơm cà là nhà có phúc; Bớt bát, mát mắt... Và nguyên tắc sống tiết kiệm, không hoang phí (33 đơn vị). Đã có rất nhiều lý lẽ để cụ thể hóa và lý giải cho điều này như: Có thì ăn không có bằm bụng chịu; Không có cá lấy của làm trọng; Liệu mỡ tra hành, liệu cơm gắp mắm; Bớt gạo, cạo thêm khoai...*

Bản tính lo xa được coi là tính cách vốn có của người nông dân nông nghiệp trồng lúa nước, khi khoa học kỹ thuật chưa phát triển, nền nông nghiệp phụ thuộc hoàn toàn vào thiên nhiên, ngày đêm phải “*Trông trời trông đất trông mây trông mưa trông gió trông ngày trông đêm*”. Cả khi sung túc, thuận lợi cũng không chủ quan, phải lường tính đến hoàn cảnh khó khăn khi gặp phải. Nội dung này có (33 đơn vị) đề cập đến: *Được mùa chớ phụ ngô khoai; Ăn bữa sang lo bữa tối; Ăn chắt để dành...*

Ở nội dung ẩm thực với bồi dưỡng tri thức luân thường đạo lý cho thấy thái độ của nhân dân luôn thể hiện ở tính hai mặt: trọng ân nghĩa- phê phán sự vô ơn; ca ngợi đức tính thật thà, chăm chỉ, tiết kiệm - phê phán sự dối trá, lười nhác, hoang phí, ... Tất cả đều có ý nghĩa giáo dục sâu sắc đối với con người ở bất cứ thời đại nào.

## Kết luận

Ăn uống là tấm gương phản chiếu bức tranh nông nghiệp của người nông dân đồng bằng Bắc Bộ qua kho tàng ca dao, tục ngữ.

Tri thức dân gian về ẩm thực đã chi phối về mọi mặt của đời sống văn hóa vật chất và văn hóa tinh thần của con người nơi đây. Điều này thể hiện ở tỉ lệ áp đảo đơn vị có nội dung phản ánh kinh nghiệm ăn - uống - hút xách so với nội dung về đặc sản ẩm thực hay mối quan hệ gia đình, xã hội; bồi dưỡng tri thức luân thường, đạo lý. Cũng như những tác động của nó đến

các hành vi ứng xử trong gia đình và xã hội người Việt.

Trên bức tranh đặc sản ẩm thực thì lúa và các sản vật chế biến ra từ lúa chiếm số lượng ưu thế. Điều đó một lần nữa khẳng định nền sản xuất nông nghiệp ở nước ta nói chung, ĐBBB nói riêng, cây lúa vẫn là cây trồng chiếm vị trí quan trọng hàng đầu.

Qua khảo sát, chúng tôi thấy tuyệt đại đa số các câu ca dao, tục ngữ chỉ nói đến các đồ ăn thức uống, cây trồng con vật nuôi liên quan đến Bắc Bộ, tiếp đến là một số lượng khiêm tốn liên quan đến Trung Bộ. Còn hầu như các câu ca dao, tục ngữ liên quan đến đồ ăn thức uống, cây trồng con vật nuôi ở Nam Bộ như: chôm chôm, sầu riêng, vú sữa, măng cụt, nho, cà phê, hồ tiêu, ... không thấy xuất hiện. Đây cũng là căn cứ để chúng ta suy nghĩ về quá trình lịch sử của ca dao, tục ngữ. Rõ ràng về mặt địa lý thì ĐBBB được hình thành lâu đời hơn, xa xưa hơn đồng bằng Nam Bộ. Do đó những đặc sản là món ăn, cây trồng, con vật nuôi cũng gắn bó nhiều hơn với đời sống của người Việt so với vùng đất mới khai khẩn sau này.

Ở bất kỳ nội dung bồi dưỡng tri thức luân thường, đạo lý nào đều tồn tại tính hai mặt của một nội dung là ca ngợi và phê phán có ý nghĩa giáo dục nhân văn sâu sắc.

Tất cả những tri thức dân gian truyền thống mà ông cha ta đã đúc rút qua nội dung ăn uống đều thể hiện sự thích ứng, hài hòa giữa con người với tự nhiên. Nó được phản ánh đậm nét qua những đặc tính của người nông dân ĐBBB với lao động sản xuất và sinh hoạt ăn uống hàng ngày.

## Tài liệu tham khảo

- [1] Nguyễn Tùng (chủ biên), Mộng Phụ một làng ở đồng bằng sông Hồng. Nxb Văn hoá thông tin, Hà Tây, 2003.

- [2] Trần Thúy Anh, Ứng xử cổ truyền với tự nhiên và xã hội của người Việt châu thổ Bắc Bộ qua ca dao, tục ngữ, Nxb Văn hóa -Thông tin, Hà Nội, 2009.
- [3] Nguyễn Thùy Vân, Một số biểu trưng trong ca dao Việt Nam (nhóm chất liệu là thể giới các hiện tượng thiên nhiên, luận án tiến sĩ, Hà Nội, 2012.
- [4] Toan Ánh, Phong tục Việt Nam - Nếp cũ gia đình, Nxb Thanh niên, 1992.
- [5] Hoàng Chu, Ăn uống nhìn từ góc độ văn hóa, Tạp chí Doanh nghiệp, Số đặc biệt Xuân 1997.
- [6] Nguyễn Phương Anh, Văn hóa đảm bảo đời sống của người Việt đồng bằng Bắc Bộ qua ca dao, tục ngữ, đề tài cấp Viện, 2013.
- [7] Nguyễn Xuân Kính (1990), Qua ca dao tục ngữ tìm hiểu sự sành ăn khéo mặc của người Thăng Long- Hà Nội, Tạp chí văn hóa dân gian số 2-1990.

## Folk Knowledge about Food of Vietnamese People in the Northern Delta through Folk-songs and Proverbs

Nguyễn Thị Phương Anh

*VNU Institute of Vietnamese Studies and Development Sciences,  
336 Nguyễn Trãi Road, Thanh Xuân Dist., Hanoi, Vietnam*

**Abstract:** Eating and drinking are among the most basic physiological needs of human beings. Our ancestors, therefore, have embeded and entrusted many folk knowledge into the inventory of eating and drinking folk-songs and proverbs. This article employs quantitative analysis methods as an optimum solution to quantify the quatitative information in the following aspects: experience in eating and drinking, specialties in eating and drinking, eating and drinking with health care, eating and drinking in the relationships with family, society and in cultivating morality and ethics, etc. With these aspects, we aim at clarifying the cultural characteristics in eating and drinking tradition of Viet people in the Northern delta using the approach of area-studies - pertaining to the familiar research objects in a non-traditional structure, where cuturel space with the sum total of relationships (relationships between humans and nature and between individuals with other multi-faceted interactions).

**Keywords:** folk knowledge, eating and drinking, Viet people in the Northern delta, folk-songs, proverbs.