

闲情偶寄

词曲部

演习部

声容部

居室部

器玩部

饮饌部

种植部

颐养部

(清) 李渔 原典

刘仁 译注

中国纺织出版社



闲情偶寄

(清) 李渔 原典 刘仁 译注

 中国纺织出版社

内容提要

《闲情偶寄》是清代文学家李渔的重要著作之一,其内容包括戏曲理论、饮食、园艺、养生等,在中国传统雅文化中享有很高声誉,被誉为古代生活艺术大全,名列“中国名士八大奇著”之首。

《闲情偶寄》文字清新隽永,叙述娓娓动人,读后留香齿颊、回味无穷。本书不仅熏陶、影响了周作人、梁实秋、林语堂等一大批现代散文大师,开现代生活美文之先河,而且对我们今天提高生活品位、营造艺术的人生氛围仍有极大的借鉴价值。

图书在版编目(CIP)数据

闲情偶寄/(清)李渔原典;刘仁译注. —北京:中国纺织出版社,

2007.1

ISBN 978-7-5064-4133-9

I. 闲... II. ①李... ②刘... III. 杂文—作品集—中国—清代

IV. I264.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 133894 号

策划编辑:曲小月

特约编辑:杨 婕

责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街 6 号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

http://www.c-textilep.com

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京市兴凤印刷厂 各地新华书店经销

2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:19.75

字数:250 千字 定价:29.80 元

ISBN 978-7-5064-4133-9 / I·0028

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

●作者序

声色者，才人之寄旅；文章者，造物之工师。我思古人，如子胥吹萧，正平挝鼓，叔夜弹琴，季长弄笛，王维为“琵琶弟子”，和凝称“曲子相公”，以至京兆画眉，幼舆折齿，子建傅粉，相如挂冠，子京之半臂忍寒，熙载之衲衣乞食，此等皆绝世才人，落魄无聊，有所托而逃焉。

犹之行百里者，车殆马烦，寄宿旅舍已尔，其视宜春院里画鼓三千，梓泽园中金钗十二，雅俗之别，奚翅径庭哉哉然是物也，虽自然之妙丽，借文章而始传。前人如《琴》、《笛》、《洞箫》诸赋，固已分寸节度，穷极幼眇；乃至《巫山》陈兰若之芳，《洛浦》写瑶碧之饰，东家之子比其赤白，上官之女状其艳光，数行之内，若拂馨香，尺幅之中，如亲巧笑，岂非笔精墨妙，为选声之金管，练色之宝镜乎？抑有进焉，江淹有云：“蓝朱成彩，错杂之变无穷；宫商为音，靡曼之态不极。”蛾眉岂同貌而俱动于魄？芳草宁共气而皆悦于魂？故相其体裁，既家妍而户媚；考其程式，亦日异而月新。

假使飞燕、太真生在今时，则必不奏《归风》之歌，播《羽衣》之舞；文君、孙寿来于此地，则必不扫远山之黛，施堕马之妆。何也？数不见不鲜也。客有歌于郢中者，《阳春白雪》，和者不过数人，非曲高而和寡也，和者日多，则歌者日卑。《阳春白雪》何异于《巴人下里》乎？西子捧心而颦，丑妇效之，见者却走。其妇未必丑也，使西子交效颦，亦同嫫母矣。由此观之，声色之道千变万化。造物者有时而穷，物不可以终穷也，故受之以才。

三寸不律，能凿混沌之窍；五色赫蹄，可炼女娲之石。则斯人者，诚宫闱之刀尺而帷簿之班输。天下文章，莫大乎是矣。读笠翁先生之书，吾惊焉。所著《闲情偶寄》若干卷，用狡狴伎俩，作游戏神通。入公子行以当场，现美人身而说法。泊乎平章土木，勾当烟花，哺啜之事亦复可观，展履之间皆得其任。虽才人三昧，笔补天工，而镂空绘影，索隐钩奇，窃恐犯造物之忌矣。乃笠翁不徒托诸空言，遂已演为本事。家居长干，山楼水阁，药栏花砌，辄引人著胜地。薄游吴市，集名优数辈，度其梨园法曲，红弦翠袖，烛影参，望者疑为神仙中人。若是乎笠翁之才，造物不惟不忌，而且惜其劳、美其报焉。人生百年，为乐苦不足也，笠翁何以得此于天哉！仆本恨人，幸适良宴，正如秦穆嗜《钧天》之乐，赵武听孟姚之歌，非不醉心，仿佛梦中而已矣。

目 录

● 饮饌部

◎ 蔬食第一/3

- 笋 4
- 藟 6
- 莼 6
- 菜 7
- 瓜、茄、瓠、芋、山药 9
- 葱、蒜、韭 9
- 萝卜 10
- 芥辣汁 10

◎ 谷食第二/11

- 饭粥 11
- 汤 13
- 糕饼 14
- 面 15
- 粉 16

◎ 肉食第三/17

- 猪 18
- 羊 19
- 牛、犬 20
- 鸡 20
- 鹅 20
- 鸭 22
- 野禽、野兽 22
- 鱼 23
- 虾 24

○鳖 25

○蟹 26

○零星水族 28

● 颐养部

◎ 行乐第一/33

- 小序 33
- 贵人行乐之法 35
- 富人行乐之法 36
- 贫贱行乐之法 38
- 家庭行乐之法 40
- 道途行乐之法 42
- 睡 43
- 坐 46
- 行 47
- 立 47
- 饮 48
- 谈 49
- 沐浴 49
- 听琴观棋 50
- 看花听鸟 51
- 蓄养禽鱼 51
- 浇灌竹木 53

◎ 止忧第二/54

- 小序 54
- 止眼前可备之忧 55
- 止身外不测之忧 55

◎调饮啜第三/56

小序 56

○爱食者多食 57

○怕食者少食 57

○太饥勿饱 57

○太饱勿饥 58

○怒时哀时勿食 58

○倦时闷时勿食 58

◎却病第四/59

小序 59

○病未至而防之 60

○病将至而止之 60

○病已至而退之 61

◎疗病第五/62

小序 62

○本性酷好之药 64

○其人急需之药 66

○一心钟爱之药 66

○一生未见之药 67

○平时契慕之药 68

○素常乐为之药 69

○生平痛恶之药 70

●种植部

◎木本第一/73

小序 73

○牡丹 74

○梅 75

○桃 77

○李 78

○梨 78

○海棠 79

○玉兰 81

○辛夷 81

○山茶 82

○紫薇 82

○绣球 83

○紫荆 84

○栀子 84

○杜鹃、樱桃 84

○石榴 84

○木槿 85

○桂 86

○木芙蓉 86

○夹竹桃 87

○瑞香 87

○茉莉 88

◎藤本第二/89

小序 89

○蔷薇 90

○木香 91

○酴醾 91

○月月红 91

○姊妹花 92

○玫瑰 92

○素馨 93

○凌霄 93

○真珠兰 93

◎草本第三/94

小序 94

○芍药 95

- 兰 95
- 蕙 97
- 水仙 98
- 芙蓉 99
- 罌粟 100
- 葵 100
- 萱 101
- 鸡冠 101
- 玉簪 101
- 凤仙 102
- 金钱 102
- 蝴蝶花 103
- 菊 104
- 菜 105

◎众卉第四/106

- 小序 106
- 芭蕉 106
- 翠云 107
- 虞美人 107
- 书带草 108
- 老少年 108
- 天竹 109
- 虎刺 109
- 苔 109
- 萍 109

◎竹木第五/110

- 小序 110
- 竹 111
- 松柏 112
- 梧桐 113
- 槐榆 114

- 柳 114
- 黄杨 115
- 棕榈 116
- 枫、柏 116
- 冬青 116

●居室部

◎房舍第一/119

- 小序 119
- 向背 122
- 途径 122
- 高下 122
- 出檐深浅 123
- 置顶格 123
- 垫地 124
- 洒扫 125
- 藏垢纳污 127

◎窗栏第二/128

- 小序 128
- 制体宜坚 129
- 纵横格 130
- 欹斜格 130
- 屈曲体 131
- 取景在借 131
- 便面窗外推板装花式 135
- 便面窗花卉式 便面窗虫鸟式 136
- 山水图窗 136
- 尺幅窗图式 137
- 梅窗 137

◎墙壁第三/138

- 小序 138
- 界墙 138
- 女墙 139
- 厅壁 140
- 书房壁 141

◎联匾第四/144

- 小序 144
- 蕉叶联 146
- 此君联 146
- 碑文额 147
- 手卷额 148
- 册页匾 148
- 虚白匾 148
- 石光匾 149
- 秋叶匾 149

◎山石第五/150

- 小序 150
- 大山 151
- 小山 152
- 石壁 153
- 石洞 154
- 零星小石 154

●器玩部

◎制度第一/159

- 小序 159
- 几案 160
- 椅机 162
- 床帐 164

- 橱柜 168
- 箱笼篋筭 169
- 古董 172
- 炉瓶 174
- 屏轴 177
- 茶具 178
- 酒具 180
- 碗碟 181
- 灯烛 182
- 笺筒 185

◎位置第二/187

- 小序 187
- 忌排偶 188
- 贵活变 189

●词曲部

◎结构第一/193

- 小序 193
- 戒讽刺 198
- 立主脑 201
- 脱窠臼 203
- 密针线 204
- 减头绪 206
- 戒荒唐 207
- 审虚实 209

◎词采第二/211

- 小序 211
- 贵显浅 212
- 重机趣 214
- 戒浮泛 216

○忌填塞 218

◎音律第三/219

小序 219

○恪守词韵 227

○凛遵曲谱 228

○鱼模当分 230

○廉监宜避 231

○拗句难好 232

○合韵易重 234

○慎用上声 236

○少填入韵 237

○别解务头 238

◎宾白第四/239

小序 239

○声务铿锵 240

○语求肖似 242

○词别繁减 244

○字分南北 246

○文贵洁净 247

○意取尖新 248

○少用方言 249

○时防漏孔 251

◎科诨第五/252

小序 252

○戒淫褻 252

○忌俗恶 253

○重关系 254

○贵自然 255

◎格局第六/256

小序 256

○家门 257

○冲场 259

○出脚色 260

○小收煞 260

○大收煞 261

○填词余论 262

●演习部

◎选剧第一/267

小序 267

○别古今 268

○剂冷热 270

◎变调第二/270

小序 270

○缩长为短 271

○变旧成新 273

○附一《琵琶记·寻夫》改本 278

○附二《明珠记·煎茶》改本 281

◎授曲第三/284

小序 284

○解明曲意 286

○调熟字音 287

○字忌模糊 289

○曲严分合 289

○锣鼓忌杂 290

○吹合宜低 291

◎教白第四/293

小序 293

○高低抑扬 294

○缓急顿挫 297

◎脱套第五/298

小序 298

○衣冠恶习 298

○声音恶习 300

○语言恶习 301

○科诨恶习 302

● 饮饌部

◎蔬食第一

【原文】

吾观人之一身，眼耳鼻舌，手足躯骸，件件都不可少。其尽可不设而必欲赋之，遂为万古生人之累者，独是口腹二物。口腹具而生计繁矣，生计繁而诈伪奸险之事出矣，诈伪奸险之事出，而五刑不得不设。君不能施其爱育，亲不能遂其恩私，造物好生，而亦不能不逆行其志者，皆当日赋形不善，多此二物之累也。

草木无口腹，未尝不生；山石土壤无饮食，未闻不长养。何事独异其形，而赋以口腹？即生口腹，亦当使如鱼虾之饮水，蛭蟥之吸露，尽可滋生气力，而为潜跃飞鸣。若是，则可与世无求，而生人之患熄矣。乃既生以口腹，又复多其嗜欲，使如溪壑之不可厌；多其嗜欲，又复洞其底里，使如江海之不可填。以致人之一生，竭五官百骸之力，供一物之所耗而不足哉！

吾反复推详，不能不于造物是咎。亦知造物于此，未尝不自悔其非，但以制定难移，只得终遂其过。甚矣！作法慎初，不可草草定制。吾辑是编而谬及饮饌，亦是可已不已之事。其止崇俭嗇，不导奢靡者，因不得已而为造物饰非，亦当虑始计终，而为庶物弭患。如逞一己之聪明，导千万人之嗜欲，则匪特禽兽昆虫无噍类，吾虑风气所开，日甚一日，焉知不有易牙^①复出，烹子求荣，杀婴儿以媚权奸，如亡隋故事者哉！一误岂堪再误，吾不敢不以赋形造物视作覆车。

声音之道，丝不如竹，竹不如肉，为其渐近自然。吾谓饮食之道，脍不如肉，肉不如蔬，亦以其渐近自然也。草衣木食^②，上古之风，人能疏远肥膩，食蔬蕨而甘之，腹中菜园，不使羊来踏破^③，是犹作羲皇^④之民，鼓唐虞^⑤之腹，与崇尚古玩同一致也。所怪于世者，弃美名不居，而故异端其说，谓佛法如是，是则谬矣。吾辑《饮饌》一卷，后肉食而首蔬菜，一以崇俭，一以复古；至重宰割而惜生命，又其念兹在兹，而不忍或忘者矣。

【注释】

①易牙：春秋时齐桓公的近臣，以善烹调得进。

②草衣木食：以草为衣，以木为食。

③腹中菜园不使羊来踏破：羊，代表肉食。全句意为：不使腹中蔬菜受肉腥践踏。

④羲皇：即伏羲氏，古传说中“三皇”之一。

⑤唐虞：即唐尧、虞舜，皆为古传说中的“五帝”。

【译文】

我看人的身体，眼、耳、鼻、舌、手、足、躯体，每一样都是不能少的，如果说可以不要，但又不得不具备它，以至于成为千古以来人的生活大累赘的，只有口和腹这两样东西。有了口腹之后，为了生计的操劳就多了。生计的操劳多了，奸险欺诈虚伪的事情就

跟着出现了,奸险欺诈虚伪的事情出现,那么各种刑罚就不得不设置了。君王不能实施他的仁爱,父母亲人不能满足恩宠家人的愿望,造物主喜欢生命而不得不违逆自己的心意,都是当初造人的时候不够完善,多了这两样东西的缘故。

草木没有口腹,照样正常生长;山、石、土壤不用饮食,也没听说就长不大。为什么独把人类造成特别的形状,又给予了口腹呢?就算生有口和腹,也该让人类可以像鱼虾饮水、蝉吸露一样轻松,就可以滋生气力而跳跃鸣叫。如果能这样,那么人也可以与世无求,而活着的人的忧患就可以消除了。然而造物主却让人类生了口和腹,又使得人类有很多嗜好和欲望,像沟壑一样无法满足;又让这欲望没有止境,像江海一样不能填满。从而导致人的一生,需要竭尽全身的力气,供给口腹的消耗都还不够。

我反复推敲思考,不能不把这件事的错归咎到造物主身上,也知道造物主在这件事情上也悔恨自己犯了错误,但是事实已经定型成了规则,难以改变,只能继续纵容这种错误。唉!规则刚开始制定的时候,千万不能太草率。我写这本书谈到饮食,本来也是一件可做可不做的事情。出发点是为了崇尚节俭,反对奢靡,由此来替造物主掩盖过失,这也是考虑到大局,为百姓消除忧患。如果为了表现个人的聪明,而引起千万人的饮食嗜欲,不仅禽兽和昆虫会灭种,而且我担心嗜欲的风气一开,一天比一天严重,怎么知道不会出现易牙那样烹子求荣的人,或出现杀婴儿向权贵献媚,重蹈隋朝灭亡覆辙的情形呢?一错怎能再错?我不敢不把造物主造人的过错,当作前车之鉴。

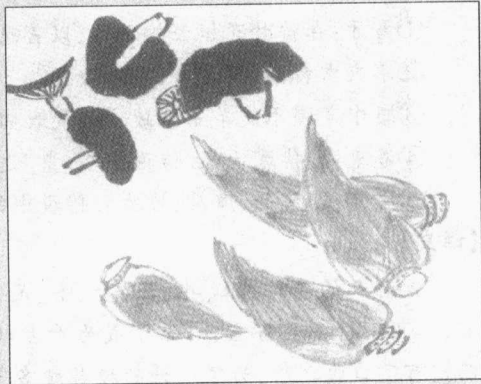
音乐上,弦乐不如管乐,管乐不如声乐,这是贴近自然的原因。我觉得在饮食上,制作精细的肉不如普通肉,普通肉不如蔬菜,也是因为逐渐贴近自然。穿着草衣吃素食,是上古时代的民风,人们都远离肥腻的东西而喜欢吃蔬菜。肚里装的都是蔬菜,不去吃鲜美的肉食,还跟上古的人一样,保持这样的饮食习惯,这与崇尚古玩是同一个道理。奇怪的是世人抛弃尊古的美名,把这种做法当作异端的教条,说是佛法这么说的,这就大错特错了。我编这一卷《饮馔》,提倡蔬菜而贬斥肉食,一是因为崇尚节俭,一是为了复古。对于屠宰这种事极其慎重以及珍惜生命的信条,更是时刻念念在心,一刻也不会忘记。

○ 笋

【原文】

论蔬食之美者,曰清,曰洁,曰芳馥,曰松脆而已矣。不知其至美所在,能居肉食之上者,只在一字之鲜。《记》曰:“甘受和,白受采。”^①鲜即甘之所从出也。此种供奉,惟山僧野老躬治园圃者,得以有之,城市之人,向卖菜佣求活者,不得与焉。然他种蔬食,不论城市山林,凡宅旁有圃者,旋摘旋烹,亦能时有其乐。

至于笋之一物,则断断宜在山林,城



市所产者,任尔芳鲜,终是笋之剩义。此蔬食中第一品也,肥羊嫩豕,何足比肩?但将笋肉齐烹,合盛一簋,人止食笋而遗肉,则肉为鱼而笋为熊掌可知矣。购于市者且然,况山中之旋掘者乎?

食笋之法多端,不能悉纪,请以两言概之,曰:“素宜白水,荤用肥猪。”茹斋者^②食笋,若以他物伴之,香油和之,则陈味夺鲜,而笋之真趣没矣。白煮俟熟,略加酱油。从来至美之物,皆利于孤行,此类是也。以之伴荤,则牛羊鸡鸭等物,皆非所宜,独宜于豕,又独宜于肥。肥非欲其腻也,肉之肥者能甘,甘味入笋,则不见其甘,但觉其鲜之至也。烹之既熟,肥肉尽当去之,即汁亦不宜多存,存其半而益以清汤。调和之物,惟醋与酒。此制荤笋之大凡也。笋之为物,不止孤行并用,各见其美,凡食物中无论荤素,皆当用作调和。

菜中之笋与药中之甘草,同是必需之物,有此则诸味皆鲜,但不当用其渣滓,而用其精液。庖人之善治具者,凡有焯笋之汤,悉留不去,每作一馔,必以和之,食者但知他物之鲜,而不知有所以鲜之者在也。《本草》中所载诸食物,益人者不尽可口,可口者未必益人,求能两擅其长者,莫过于此。东坡云:“宁可食无肉,不可居无竹。无肉令人瘦,无竹令人俗。”不知能医俗者,亦能医瘦,但有已成竹未成竹之分耳。

【注释】

①甘受和,白受采:出自《礼记》,意为甘美的东西容易调味,洁白的东西容易着色。

②茹斋者:吃斋饭素食的人。茹:吃。

【译文】

要讲到蔬菜的美味,就是清淡、干净、芳香、松脆这几样。人们不知蔬菜的美味是在肉食之上,可以用鲜这个字来形容。《礼记》上说:“甘受和,白受采。”鲜是甘美的来源。这种享受,只有山里的和尚、野外的人家和那些亲自种植的人才能够得到,城市里向菜贩子购买蔬菜的人,是享受不到的。但是别的蔬菜,不管是城市还是山林,只要住所旁边有菜圃的人家都可以种,随时摘随时吃,也可以享受这种乐趣。

至于笋这种东西,好的就只能是生长在山林,城市里出产的,再怎么芳香鲜美,都只是笋的次品。这是蔬菜中味道最好的,肥羊乳猪,怎能相比?只要笋和肉同锅煮,合盛在一个盆里,人们都只吃笋而留下肉,从这一点就可以知道笋比肉更可贵。在市场上买的尚且如此,何况山里刚刚挖出来的呢?

吃笋的方法有很多种,不能记录周全,用两句话概括:“素宜白水,荤用肥猪。”吃斋的人如果在煮笋的时候拌上别的东西,再调上香油,那些东西的味道会把笋的鲜味夺走,笋的真正美味就失去了。正确的做法是用白水煮熟,略加点酱油。最美好的东西适宜单独做,笋就是这样。用来和肉食一起煮时,牛羊鸡鸭等都不合适,惟独猪肉合适,还特别适宜和肥肉一起煮。不要肥肉的肥腻,而要肥肉的甘,甘味被笋吸入,而后感觉不到这种甘,只觉得鲜到了极点。快煮熟时,肥肉都要去掉,汤也不要多留,只留下一半,再加上清汤。调味的作料,只用醋和酒。这是烧制荤笋的大致方法。笋这种东西,不管单吃还是合煮都能表现出美味,而且食物中不论荤素的,都可以用来作笋的调和物。

蔬菜中的笋就像中药中的甘草一样,都是必需的东西,含有这种东西的食物都会很鲜,只是不应用渣滓,而用汁液。会做菜的厨师,只要有煮笋的汤,就留着,每做一个菜都拿来调和。吃的人只是觉得很鲜,而不知道鲜的原因在于笋。《本草》中记载的多种食物,对人有好处的不一定可口,可口的不一定对人有好处,想要两全其美,没有比笋更好的了。苏东坡说:“宁可食无肉,不可居无竹。无肉令人瘦,无竹令人俗。”却不晓得能医俗病的东西也能够医瘦病,区别只在于已成竹还是未成竹。

○ 蕈^①

【原文】

举至鲜至美之物,于笋之外,其惟蕈乎?蕈之为物也,无根无蒂,忽然而生,盖山川草木之气,结而成形者也,然有形而无体。凡物有体者必有渣滓,既无渣滓,是无体也。无体之物,犹未离乎气也。食此物者,犹吸山川草木之气,未有无益于人也。其有毒而能杀人者,《本草》云以蛇虫行之故。

予曰:不然。蕈大几何,蛇虫能行其上?况又极弱极脆而不能载乎?盖地之下有蛇虫,蕈生其上,适为毒气所钟,故能害人。毒气所钟者能害人,则为清虚之气所钟者,其能益人可知矣。世人辨之原有法,苟非有毒,食之最宜。此物素食固佳,伴以少许荤食尤佳,盖蕈之清香有限,而汁之鲜味无穷。

【注释】

①蕈:真菌的一类,无毒的可供食用,如香菇、蘑菇。

【译文】

如果要在笋以外找到至鲜至美的东西,大概只有菇类了。菇这东西,无根无蒂,突然就长出来,这是聚集山川草木之气而成形的,但是有形而没有实体。凡是有实体的东西一定有渣滓,既然没有渣滓,那就是无体。无体的东西,还没有完全脱离气。吃菇类就像吸食山川草木之气,对身体是有益的。有些能致命的毒蘑菇,《本草》中说是因为被蛇虫爬行过。

我认为不是这样,蘑菇能有多大,蛇虫怎么能在它上面行走呢?何况菇类又很脆弱不能承载它们呢?可能是地下有蛇虫,菇类长在上面,就吸收了毒气,所以能够害人。聚集了毒气能够害人,那么聚集了清虚之气的菇类,就可以类推对人有益了。人们有辨别菇类是否有毒的方法,如果没有毒,就适宜吃了。菇类素食很好,伴上少许荤食更好。这是因为蘑菇的清香有限,而汤汁的鲜味无穷。

○ 蕹^①

【原文】

陆之蕈,水之蕹,皆清虚妙物也。予尝以二物作羹,和以蟹之黄,鱼之肋,名曰“四美羹”。座客食而甘之,曰:“今而后,无下箸处矣!”

【注释】

①莼：又称：“莼菜”、“水葵”，水生宿根草木植物，春夏采的嫩叶可做“莼羹”，味鲜美。明代袁中郎有文记莼说：“其根如荷，其叶微类初出水荷钱，其枝丫如再珊瑚，而细又如鹿角菜，其冻如冰，如白胶，附枝叶间，清液冷冷欲滴。其味香粹滑柔，略如鱼髓蟹脂，而清轻远胜。半日而味变，一日而味尽，比之荔枝，尤觉娇脆矣。”

【译文】

陆地上的各种菇和水中的莼菜，都是清淡美味的食物。我曾拿这两种东西做羹，加上蟹黄、鱼肋，起名叫“四美羹”。在座的客人尝了以后觉得很好吃，说：“从今以后，看到别的东西都不想动筷子了。”

○ 菜

【原文】

世人制菜之法，可称百怪千奇，自新鲜以至于腌糟酱腊，无一不曲尽奇能，务求至美，独于起根发轫^①之事缺焉不讲，予甚惑之。其事维何？有八字诀云：“摘之务鲜，洗之务净。”务鲜之论，已悉前篇。

蔬食之最净者，曰笋，曰蕈，曰豆芽；其最秽者，则莫如家种之菜。灌肥之际，必连根带叶而浇之；随浇随摘，随摘随食，其间清浊，多有不可问者。洗菜之人，不过浸入水中，左右数漉，其事毕矣。孰知污秽之湿者可去，干者难去，日积月累之粪，岂顷刻数漉之所能尽哉？故洗菜务得其法，并须务得其人。以懒人、性急之人洗菜，犹之乎弗洗也。洗菜之法，入水宜久，久则干者浸透而易去；洗叶用刷，刷则高低曲折处皆可到，始能涤尽无遗。若是，则菜之本质净矣。本质净而后可加作料，可尽人工，不然，是先以污秽作调和，虽有百和之香，能敌一星之臭乎？噫，富室大家食指繁盛者，欲保其不食污秽，难矣哉！

菜类甚多，其杰出者则数黄芽。此菜萃于京师，而产于安肃^②，谓之“安肃菜”，此第一品也。每株大者可数斤，食之可忘肉味。不得已而思其次，其惟白下之水芹乎！予自移居白门，每食菜、食葡萄，辄思都门；食笋、食鸡豆，辄思武陵^③。物之美者，犹令人每食不忘，况为适馆授餐之人乎？

菜有色相最奇，而为《本草》、《食物志》诸书之所不载者，则西秦所产之头发菜是也。予为秦客，传食于塞上诸侯。一日脂车将发，见炕上有物，俨然乱发一卷，谬谓婢子栉发所遗，将欲委之而去。婢子曰：“不然，群公所饷之物也。”询之土人，知为头发菜。浸以滚水，拌以

借山吟馆主者白石



饮饌部