

中华传世经典名著

人文
路畅文化

闲情偶寄

中华传统文化精品畅销书

中国戏剧出版社



◎ 中国戏剧出版社 ◎

中华传世经典名著

闲情偶寄

中华传统文化精品畅销书

图书在版编目（CIP）数据

中华传世经典名著/张慧，汪燕主编.

北京:中国戏剧出版社，2005.11

ISBN 7-104-02320-8

I.中… II.①张…②汪… III.古典文学-作品综合集-中国
IV.I211

中国版本图书馆CIP数据核字（2005）第135586号

闲情偶寄

责任编辑：万晓咏

责任出版：冯志强

出版发行：中国戏剧出版社

社 址：北京市海淀区紫竹院路116号

嘉豪国际中心A座10层

邮政编码：100089

电 话：010-84042552（发行部）

传 真：010-84002504（发行部）

电子信箱：fxb@xj.sina.net(发行部)

经 销：全国新华书店

印 刷：武汉儿童彩色教材和读物印刷中心

开 本：880mmx1230mm 1/32

印 张：120印张

字 数：1300千字

版 次：2006年1月第1版 2006年1月第1次印刷

书 号：ISBN 7-104-02320-8/I 905

定 价：176.00元（全20册）

版权所有 违者必究

前言

《闲情偶寄》是一本笔记体散文，讲述人生吃、喝、玩、乐等各种闲情逸趣，可以说是中国人生活艺术的指导。

《闲情偶寄》为李渔重要著作之一。内容包含戏曲理论、饮食、营造、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。

李渔（1611～1679年），清代戏曲理论家、戏剧作家。字笠鸿、谪凡，号笠翁，浙江兰溪人。出身富有之家，园亭罗绮在本邑号称第一。清兵入浙后，家道衰落，遂移居杭州，又迁南京。从事著述，并开芥子园书铺，刻售图书。又组织以姬妾为主要演员的家庭剧团，北抵燕秦，南行浙闽，在达官贵人府邸演出自编自导的戏曲。在此期间，与戏曲家吴伟业、尤侗结交。后因担任主演的乔、王二姬相继病亡，本人亦已年老，境况较前困窘，再度迁居杭州，终老死去。李渔在当时很有声名，但毁誉不一。李渔著有传奇《比目鱼》、《风筝误》等10种、小说《十二楼》等15篇和《闲情偶寄》等多种著作。他除了在戏剧、诗词、曲等方面有很深的造诣，还是一位热爱生活，很懂生活艺术的人。

《闲情偶寄》的《词曲部》和《演习部》为戏曲理论专著，后人录出单印，名《李笠翁曲话》或《笠翁剧论》。《词曲部》论戏曲创作，含结构、词采、音律、宾白、科

诤、格局六项；《演习部》论戏曲表演。李渔在编剧技巧方面作了系统、丰富而精到的论述。他十分重视戏曲作为一种舞台表演艺术的特征，强调宾白的个性化。李渔在继承前人成果的基础上，对编剧技巧提出了许多新经验，把中国古代戏曲理论推进到一个新的水平。

目 录

声容部

选姿第一	1
肌 肤	4
眉 眼	9
手 足	13
态 度	19
修容第二	26
盥 栉	30
薰 陶	41
点 染	45
治服第三	52
首 饰	56
衣 衫	64
鞋 袜	79
妇人鞋袜辨	86
习技第四	92
文 艺	96
丝 竹	106
歌 舞	113

颐养部

行乐第一	127
贵人行乐之法	131

富人行乐之法	134
贫贱行乐之法	137
家庭行乐之法	143
道途行乐之法	146
随时即景就事行乐之法	149
睡	150
坐	158
行	159
立	161
饮	162
谈	164
沐 浴	166
听琴观棋	168
看花听鸟	169
蓄养禽鱼	171
浇灌竹木	176
止忧第二	178
止眼前可备之忧	180
止身外不测之忧	181
调饮啜第三	183
爱食者多食	185
怕食者少食	186

声容部

选姿第一

【原文】

“食色，性也。”“不知子都之姣者，无目者也。”古之大贤，择言而发，其所以不拂人情，而数为是论者，以性所原有，不能强之使无耳。

人有美妻美妾而我好之，是谓拂人之性；好之不惟损德，且以杀身。我有美妻美妾而我好之，是还吾性中所有。圣人复起，亦得我心之同然，非失德也。

孔子云：“素富贵，行乎富贵。”人处得为之地，不买一二姬妾自娱，是素富贵而行乎贫贱矣。王道本乎人情，焉用此矫清矫俭者为哉？但有狮吼在堂，则应借此藏拙，不则好之实所以恶之，怜之适足以杀之，不得以红颜薄命借口，而为代天行罚之忍人也。

予一介寒生，终身落魄，非止国色难亲，天香未遇，即强颜陋质之妇，能见几人？而

敢谬次音容，侈谈歌舞，贻笑于眠花藉柳之人哉？然而缘虽不偶，兴则颇佳，事虽未经，理实易谕，想当然之妙境，较身醉温柔乡者，倍觉有情。如其不信，但以往事验之。楚襄王，人主也。六宫窈窕，充塞内庭，握雨携云，何事不有？而千古以下，不闻传其实事，止有阳台一梦，脍炙人口。阳台今落何处？神女家在何方？朝为行云，暮为行雨，毕竟是何情状？岂有踪迹可考，实事可缕陈乎？皆幻境也。幻境之妙，十倍于真，故千古传之。能以十倍于真之事，谱而为法，未有不入闲情三昧者。凡读是书之人，欲考所学之从来，则请以楚国阳台之事对。

【译文】

“贪吃与好色是人的本性”，“不知道子都美丽的人，有眼无珠”。古代的大圣贤，说话是有选择的，他们之所以不违反人性，多次谈到这个观点，是因为人性是天生的，不能够强迫使它不存在。

别人有美貌的妻妾，而我去爱她们，这就叫违背人性；爱她们不仅损害道德，而且会引来杀身之祸。我自己有美貌的妻妾而我去爱她们，这是恢复我的本性。即使圣人复活，也会与我的想法一致，不会认为这样做损害道德。

孔子说：“人在富贵之中，做事也应该有富贵的气派。”人在可行的情况下，不买上一两个姬妾来自娱，这等于是富贵人做出了贫贱的事。以仁义治天下的君王之道本来就出于人性，哪里用得着这样假装清高、假装俭朴呢？但是家里如果有一个恶老婆，就应该把这种爱好收起来，不然的话，喜爱姬妾实际上是讨厌她，爱她们却会把她们杀死，不要以红颜薄命为借口，自己却成为代替上天惩治这些女子的残忍的人。

我是一个贫寒的书生，终生失意，不仅没有亲近和遇见过什么国色天香的美女，即使是姿色一般的女子，又能见到几个？哪里敢妄论什么姿色，奢谈什么歌舞，而让那些惯于眠花宿柳的人来笑话我呢？然而我虽然没有这样的艳遇，兴致却很好，虽然没有经历过这种事情，道理却很容易明白，想象中的美妙境地，比起亲身陶醉在温柔之乡，更觉得有情趣。如果不相信，请用历史上的事来验证一下。楚襄王是一国的君主，窈窕美女充斥整个后宫，翻云覆雨、男欢女爱，什么事没有发生过？然而自古以来，没有听到这种史实流传下来，只有“阳台一梦”的传说脍炙人



口。传说中的“阳台”如今在哪里？“神女”的家在何方？所谓“朝为行云”、“暮为行雨”，究竟是什么情形？哪里有踪迹可考，哪里有实事可以一一说清呢？因为那都是幻境。幻境的奇妙，比实事要美妙十倍，所以才能够流传千古。能够把比真实的事情要美妙十倍的事情作为标准，就一定能够掌握这种闲情雅致的真谛。凡读这本书的人，如果想要考究我的这种学问是从哪儿学来的，就请让我以楚国“阳台一梦”的传说来回答。

肌 肤

【原文】

妇人妩媚多端，毕竟以色为主。《诗》不云乎“素以为绚兮”？素者，白也。妇人本质，惟白最难。常有眉目口齿般般入画，而缺陷独在肌肤者。岂造物生人之巧，反不同于染匠，未施漂练之力，而遽加文采之工乎？曰：非然。白难而色易也。曷言乎难？是物之生，皆视根本。根本何色，枝叶亦作何色。人之根本维何？精也，血也。精色带白，血则红而紫矣。多受父精而成胎者，其人之生也必白。父精母血交聚成胎，或血多而精少者，其人之生也必在黑白之间。若其血色浅红，结而为胎，虽在黑白之间，及其

生也，豢以美食，处以曲房，犹可日趋于淡，以脚地未尽缙也。有幼时不白，长而始白者，此类是也。至其血色深紫，结而成胎，则其根本已缙，全无脚地可漂，及其生也，即服以水晶云母，居以玉殿琼楼，亦难望其变深为浅。但能守旧不迁，不致愈老愈黑，亦云幸矣。有富贵之家，生而不白，至长至老亦若是者，此类是也。

知此，则知选材之法，当如染匠之受衣：有以白衣使漂者，受之，易为力也；有白衣稍垢而使漂者，亦受之，虽难为力，其力犹可施也；若以既染深色之衣，使之剥去他色，漂而为白，则虽什佰其工价，必辞之不受。以人力虽巧，难拗天工，不能强既有者而使之无也。

妇人之白者易相，黑者亦易相，惟在黑白之间者，相之不易。有三法焉：面黑于身者易白，身黑于面者难白；肌肤之黑而嫩者易白，黑而粗者难白；皮肉之黑而宽者易白，黑而紧且实者难白。

面黑于身者，以面在外而身在内，在外则有风吹日晒，其渐白也为难；身在衣中，较面稍白，则其由深而浅，业有明征，使面亦同身，蔽之有物，其验亦若是矣，故易白。身黑于面者反此，故不易白。

肌肤之黑而嫩者，如绫罗纱绢，其体光滑，故受色易，退色亦易，稍受风吹，略经日照，则深者浅而浓者淡矣。粗则如布如毡，其受色之难，十倍于绫罗纱绢，至欲退之，其工又不止十倍，肌肤之理亦若是也。故知嫩者易白，而粗者难白。

皮肉之黑而宽者，犹绸缎之未经熨，靴与履之未经楦者，因其皱而未直，故浅者似深，淡者似浓，一经熨楦之后，则纹理陡变，非复曩时色相矣。肌肤之宽者，以其血肉未足，犹待长养，亦犹待楦之靴履，未经烫熨之绫罗纱绢，此际若此，则其血肉充满之后，必不若此。故知宽者易白，紧而实者难白。

相肌之法，备乎此矣。若是，则白者、嫩者、宽者为人争取，其黑而粗、紧而实者

遂成弃物乎？曰：不然。薄命尽出红颜，厚福偏归陋质，此等非他，皆素封伉俪之材，诰命夫人之料也。

【译文】

女子妩媚多姿，终是以皮肤的颜色为主。《诗经》上不是说“素以为绚兮”吗？“素”，即是白。女子生来只有皮肤白是最难得的。经常有这样的女子：眉毛、眼睛、嘴巴和牙齿样样都可以上得了画，遗憾的只是皮肤不白。难道造物主造人的技巧，还不如染匠，没有漂白，竟把彩色加上去了吗？并不是这样，因为要皮肤白皙难得，而让皮肤有色容易。为什么说白皮肤难得呢？因为任何事物的产生，都要看它的本质。根是什么颜色，它的枝叶也是什么颜色。人的本质是什么，是精和血。精的颜色带白色，血的颜色则又红又紫。受父精较多的胎儿，这个人生下来必然很白。由父精母血交汇结合成胎的，或接受母血多而父精少的，这个人生下来皮肤必定是在黑白之间。如果母血的颜色是浅红的，结成的胎儿，皮肤虽然会在黑白之间，但等这人出生以后，用精美的食物喂养，让她住在幽深的房子里，皮肤的颜色还可以一天天变浅，因为她的本质并不是全黑的。有的人小时候并不白，长大了皮肤开始变白，就是这类情况。至于母血是深紫色的，结成的胎儿，她的本质就是黑的，完全没有变白的可能，等她生下来以后，即使让她服用水晶云母，住在琼楼玉宇，也难得指望她的皮肤变深为浅。只要能够保持原状，不至于越老越黑，也说得上幸运了。有的富贵人家的女子，生下来皮肤就不白，到长大成人，直到老年，也还是原来的肤色，就是属于这种情况。

明白了这个道理，就知道了选择美女的方法，应该像染匠接受衣服一样：有拿白色衣物来漂白的，接下来，因为这样做比较

容易；有拿白衣但稍稍有点污垢来漂白的，也接下来，这虽然比较困难，但还是可以做得到；如果拿已经染上深色的衣服，要求把其他颜色去掉，漂成白色，即使有十倍、百倍的工钱，他也一定不会接受。因为人的技艺虽然巧妙，也难拗得过天的力量，不能强行把已经存在的东西变成没有。

皮肤白的女子容易相，皮肤黑也容易相，只有介乎黑与白之间的，不容易相。相这种女子有三种方法：脸上比身上黑的容易变白，身上比脸上黑的难以变白；皮肤黑但却细嫩的容易变白，皮肤黑又粗糙的难以变白；皮肤黑而松驰的容易变白，皮黑肉紧而且结实的难以变白。

脸部的肤色比身体黑的，是因为脸露在外面，而身体则包在衣服里面，脸露在外面就有风吹日晒，让它慢慢变白比较困难；身体包裹在衣服里面，比脸稍微白一些，这就说明肤色由深到浅，是可以证明的。如果让脸也同身体一样，用衣物遮蔽起来，结果也是这样，所以容易变白。身上比脸上黑的人与此相反，所以不容易变白。



皮肤黑而细嫩的，就像绫罗绸绢，质地光滑，所以容易染上颜色，褪色也容易，稍稍经受一点风吹日晒，就会使色深的变浅，色浓的变淡。皮肤粗糙的，就像粗布、像毯子，给它们染上颜色比染绫罗绸绢要难上十倍，等到要把颜色褪掉，花的工夫又远不止十倍。皮肤的原理，也是这样。所以可以知道，细嫩的皮肤容易变白，粗糙的皮肤则难以变白。

皮肤黑而松驰的，就像没有经过熨烫的丝绸锦缎，没有上过槌的靴子鞋子，由于上面的皱褶没有展平，所以浅色的看上去颜色很深，淡的看上去很浓，一旦经过熨烫和槌过之后，就会使皱褶陡然变得平整，再也不是过去的模样了。皮肤松驰的人，是因为人太瘦削，血肉不足，还需要生长滋养，正像等待用槌的靴子鞋子，未经熨烫的绫罗纱，现在是这副样子，等到血肉丰满之后，必定不会再是这样。所以可以知道，皮肤松驰的，容易变白，皮肤紧而结实的，难以变白。

相肌肤的方法，全在这里了。如果是这样，那么皮肤白的、嫩的、松驰的女子，被人抢着要，而那些皮肤黑而粗、紧而结实的女子，就会成为废物吗？不是这样。漂亮的女人往往命不好，有福之人偏偏是那些长相粗陋的人，这并不是其他原因，都因为她们向来就是给人当配偶、当诰命夫人的料。

眉 眼

【原文】

面为一身之主，目又为一面之主。相人必先相面，人尽知之，相面必先相目，人亦尽知，而未必尽穷其秘。吾谓相人之法，必

先相心，心得而后观其形体。形体维何？眉发口齿，耳鼻手足之类是也。心在腹中，何由得见？曰：有目在，无忧也。察心之邪正，莫妙于观眸子。子舆氏笔之于书，业开风鉴之祖。予无事赘陈其说，但言情性之刚柔，心思之愚慧。四者非他，即异日司花执爨之分途，而狮吼堂与温柔乡接壤之地也。

目细而长者，秉性必柔；目粗而大者，居心必悍；目善动而黑白分明者，必多聪慧；目常定而白多黑少，或白少黑多者，必近愚蒙。然初相之时，善转者亦未能遽转，不定者亦有时而定。何以试之？曰：有法在，无忧也。其法维何？一曰以静待动，一曰以卑瞩高。目随身转，未有动荡其身，而能胶柱其目者；使之乍往乍来，多行数武，而我回环其目以视之，则秋波不转而自转，此一法也。妇人避羞，目必下视，我若居高临卑，则彼下而又下，永无见目之时矣。必当处之高位，或立台坡之上，或居楼阁之前，而我故降其躯以瞩之，则彼下无可下，势必环转

其睛以避我。虽云善动者动，不善动者亦动，而勉强自然之中，即有贵贱妍媸之别，此又一法也。至于耳之大小，鼻之高卑，眉发之淡浓，唇齿之红白，无目者犹能按之以手，岂有识者不能鉴之以形？无俟哓哓，徒滋繁渎。

眉之秀与不秀，亦复关系情性，当与眼目同视。然眉眼二物，其势往往相因。眼细者眉必长，眉粗者眼必巨，此大较也。然亦有不尽相合者，如长短粗细之间，未能一一尽善，则当取长恕短，要当视其可施人力与否。

张京兆工于画眉，则其夫人之双黛，必非浓淡得宜，无可润泽者。短者可长，则妙在用增；粗者可细，则妙在用减。但有必不可少之一字，而人多忽视之者，其名曰“曲”。必有天然之曲，而后入力可施其巧。“眉若远山”，“眉如新月”，皆言曲之至也。即不能酷肖远山，尽如新月，亦须稍带月形，略存山意，或弯其上而不弯其下，或细其外而不细其中，皆可自施人力。最忌平空一抹，有如太白经天；又忌两笔斜冲，俨然倒书八