

「贵贱有级」的服饰制度

缠足风尚

饮茶风尚及其技艺

汤、乳酪和果汁

行神祭祀

行旅饮食、歇息和住宿

宋代衣食住行

徐吉军 著



中華書局



地图、指南针和拄杖

园林

船

行路难

贵族官僚等的第宅

帝后服式

宋代衣食住行

徐吉军 著

中华书局

图书在版编目(CIP)数据

宋代衣食住行/徐吉军著. —北京:中华书局,2018.10
ISBN 978-7-101-13110-9

I.宋… II.徐… III.社会生活-历史-中国-宋代
IV.D691.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 040959 号

书 名	宋代衣食住行
著 者	徐吉军
责任编辑	陈 虎
出版发行	中华书局 (北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073) http://www.zhbc.com.cn E-mail:zhbc@zhbc.com.cn
印 刷	北京市白帆印务有限公司
版 次	2018 年 10 月北京第 1 版 2018 年 10 月北京第 1 次印刷
规 格	开本/710×1000 毫米 1/16 印张 24 $\frac{3}{4}$ 字数 150 千字
印 数	1-6000 册
国际书号	ISBN 978-7-101-13110-9
定 价	84.00 元

目录

绪言····· 1

衣····· 7

一、「贵贱有级」的服饰制度····· 9

二、日新月异服饰风尚····· 14

三、帝后服饰····· 23

四、百官朝服和公服····· 31

五、军戎服饰····· 44

六、一般男子服饰····· 51

七、女子服饰····· 76

八、僧人和道士的服饰····· 95

九、其他服饰····· 101

十、化妆、发式和首饰····· 106

十一、缠足风尚……………133

食……………137

一、饮食上的奢侈之风……………139

二、烹饪技艺的进步……………160

三、主食、菜肴与点心……………173

四、饮酒风尚……………193

五、饮茶风尚及其技艺……………199

六、汤、乳酪和果汁……………211

住……………217

一、宫殿……………219

二、贵族官僚等的第宅……………223

三、平民百姓的住宅·····229

四、园林·····240

五、住宅装饰·····259

六、起居用具·····262

行·····301

一、行路难·····303

二、行装和旅费的筹集·····305

三、行神祭祀·····308

四、钱别送行、持金赠行和送别·····319

五、桥梁·····324

六、车与轿·····331

七、马、驴和骆驼·····350

八、地图、指南针和拄杖……………354

九、船……………358

十、行旅饮食、歇息和住宿……………369

十一、游山玩水……………378

后 记……………385

绪言

宋朝自 960 年赵匡胤建立北宋开始，至 1279 年南宋灭亡，共存世三百余年。

鉴于唐末农民起义的教训以及为避免唐末五代以来长期军阀割据局面的重现，宋代统治者在统一全国后不久，便采取了一系列加强中央集权的措施，“兴文教，抑武事”（李焘《续资治通鉴长编》卷 18，太平兴国二年正月丙寅纪事，中华书局 2000 年版，第 394 页）就是其中一条重要政策。

“抑武事”首先从禁军入手。961 年，赵匡胤精心策划了“杯酒释兵权”：他对石守信、王审琦等将领劝谕说：“人生如白驹过隙耳，所谓富贵者，不过欲多积金钱，厚自娱乐，使子孙显荣耳。汝曹何不释去兵权，择便好田宅市之，为子孙立永久之业，多置歌儿舞女，日饮食相欢以终天命。君臣之间两无猜嫌，上下相安，不亦善乎！”（邵伯温《邵氏闻见录》卷 1）在他的威胁利诱下，石守信等人的兵权顺利解除了。接着，宋太祖又利用同样的方法解除了五代以来一直盘踞一方的节度使的兵

权。对方镇节度使的其他权力，朝廷也极力加以限制，如司法治安权、经济财赋权等。

在抑武事的同时，宋太祖实行兴文政策。史载赵匡胤想改年号，他让宰相赵普拟定一个以前没有使用过的年号，大臣们讨论后，最终由赵普确定了用“乾德”年号。乾德三年（965），宋朝大军已经攻灭了后蜀，一些后蜀宫人被掳入大宋宫廷。某一天，宋太祖在宫室之中偶然发现一块镜子的背面竟然刻有“乾德四年铸”的字样。他看到后吃惊不小，赶紧把这面镜子拿给赵普看，并生气地问道：现在是乾德三年，怎么会出现一块刻着“乾德四年铸”的镜子呢？面对这块诡异的镜子，当时胸无点墨的宰相赵普自然是无法回答。后来赵匡胤为了解开这个谜，找到了知识渊博的儒生窦仪。窦仪听后解释说：这块镜子应该是从蜀地来的。前蜀最后一个君主王衍，用过“乾德”这个年号，镜子应该是那个时候铸的。原来“乾德”这个年号已经被人用过，而且还是个亡国之君用过的年号。太祖赵匡胤在感到情何以堪的同时，感叹说：“宰相须用读书人啊！”从此以后，宋太祖喜好读书，优待士人^①。太宗皇帝继承并发展了太祖的重文政策，崇尚儒术，采取了扩大科举取士，发展教育，加强包括大力编纂、刻印、收集图书在内的文化基础设施建设及推进文化学术事业繁荣等一系列措施。

^①但据叶梦得《石林燕语》卷七记载，指出“乾德”为王衍年号的不是窦仪，而是卢多逊。“上（宋太祖）初改元‘乾德’，因言此号从古未有。韩王（赵普）从旁称赞。卢（多逊）曰：‘此伪蜀时号也。’帝大惊，遂命检史，视之果然。遂怒，以笔抹韩王面，言曰：‘汝争（怎）得如他多识！’韩王经宿不敢洗面。翌日奏对，帝方命洗去。”

他本人更好读书，虽然政务繁忙，但常看书到深夜乃睡，并规定每天读书要达到一定的卷数。他身边还置翰林侍读学士，以备顾问。由于长期坚持读书学习，太宗具有较高的文化修养，能诗文，善书法。此后的宋代各朝皇帝也都如此，不管他们的政绩如何，但都好学重教，重视文化学术事业，具有较高的文化素养，有的如宋徽宗赵佶、宋高宗赵构等还在宋代文化艺术史乃至整个中国古代文化艺术史上有较高的地位和影响。

宋代的重文政策，最主要的内容是完善科举制、厚待文人士大夫。《宋史》卷155《艺文志一》载：“时取才唯进士，诸科为最广，名卿巨公，皆由此选。”例如北宋宰相共有71人，其中64人出身进士。像范仲淹、王安石、寇准、晏殊、韩琦、欧阳修等，都是通过科举考试涌现出来的一代名相。不但宰执侍从大臣是进士出身，其他中下层官员也是如此：“大臣，文士也；近侍之臣，文士也；钱谷之司，文士也；边防大帅，文士也；天下转运使，文士也；知州郡，文士也。虽有武臣，盖仅有也。”（蔡襄《蔡襄集》卷22，上海古籍出版社1996年版，第384页）从而形成了“满朝朱紫贵，尽是读书人”（张端义《贵耳集》卷下）的局面。同时，宋朝统治者实行厚待文人士大夫的国策。如宋代凡有官职的官员，在经济上除了有充裕的“公用钱之外，又有职田”（赵翼《廿二史札记》卷25《宋制禄之厚》）之利，还有冬春服装、祭祀经费及各种名目的赏赐。文人士大夫俸禄之厚、政治地位之高，在历代皇朝中是鲜有可比的。

为了从制度上保障这一政策的执行，据说宋太祖在建国之初曾立下“戒碑”，发誓“不得杀士大夫及上书言事人”，并告诫子

孙，“有渝此誓者，天必殛之”（陆游《避暑漫抄》）。这条“不杀士大夫”规定至关重要，它使得士大夫们的政治人格得到了尊重，政治理性获得了相对自由的张扬，士人的风骨、学问和能力得到全方位淋漓尽致地展示，由此，赵宋这个由武夫开创的皇朝，达到了后人艳称的“文治巅峰”。

与此同时，宋代的社会经济也是高度繁荣。漆侠先生在其所著的《宋代经济史》一书中认为：“唐末农民战争后两宋统治的三百年间，是我国经济和文化取得极大发展的时期。虽然在宋代统治的边缘地区、山区以及少数民族所居住的地方，还停滞在刀耕火种的原始农业阶段，但是在广大地区，农业生产都有所发展，产量一般稳定在两石上下（这是唐代的最高产量）；而在以太湖流域为中心的两浙地区，如前面提到的，产量高达六七石，是全国生产最发达的地区。桑、茶、甘蔗等种植面积扩大了，棉花的种植也逐渐由南到北扩展起来，至迟南宋末已经到达两浙一带。经济作物、商业性农业都有了发展。农业劳动生产率超越了以前的任何历史时期。”“宋代官、私手工业，特别是私人手工业有了很大的发展，远远超过了前代。火药、罗盘、活字印刷术以及胆铜法、火柴等等，大都是在十世纪末到十一世纪发明创造的。这些发明创造，是宋代手工业生产发展极为显著的标志。手工业生产不论是规模上、分工上、技术上，从事生产的手工匠人的数量上，各类产品的数量和质量上，都超越了前代”。“在农业和手工业生产发展的基础上，宋代城市经济也有了显著的发展。城市人口增加了，前代坊市的格局被打破了，到处可以设店肆和作坊，商业活动场所扩大了。东晋南朝以来的草市或墟市在各地普遍发展，其中有一些形成为繁荣的

小镇市。大小城市、镇市和草市，织成了地方商业之网，与广阔的农村有了较为密切的联系，在生产最发达的两浙地区更加如此，可以说区域性市场在宋代明显地发展起来了”（漆侠《关于中国封建经济制度发展的阶段问题（代绪论）》，《宋代经济史》，上海人民出版社 1987 年版，第 26—28 页）。

商品经济的发展和繁荣，为人们的社会生活提供了丰厚的物质条件，形成了“风尚奢靡”的社会消费意识，出现了一股去朴从艳、好新慕异的风气。人们的衣食住行、婚丧嫁娶和宴会社交、文化娱乐等生活方式各个方面，都发生了深刻的变化。有鉴于此，近人严复认为：“若研究人心政俗之变，则赵宋一代历史最宜究心。中国所以成为今日现象者，为善为恶，姑不具论，而为宋人之所造就，什八九可断言也。”（严复《严复集》，中华书局 1986 年版，第 3 册，第 668 页）史学大师陈寅恪先生也认为：“华夏民族之文化，历数千载之演进，造极于赵宋之世。”（陈寅恪《金明馆丛稿二编》，《陈寅恪先生文集》第 2 卷，上海古籍出版社 1980 年版，第 245 页）他们的观点也得到了海内外学者的认同，如英国著名科技史学家李约瑟说：“谈到 11 世纪，我们犹如来到最伟大的时期。”他认为这一时期中国的文化和科学“都达到了前所未有的高峰”（李约瑟《李约瑟文集》，辽宁科技出版社 1986 年版，第 115 页；《中国科学技术史》第 1 卷第 1 册，科学出版社 1975 年版，第 284 页）。

正由于宋代处在中国历史上承前启后、继往开来的时期，因此这一时期的社会生活也呈现出有别于前面时期的特点，且对后世产生了极其深远的影响。法国著名汉学家贾克·谢和耐教授在所著《南宋社会生活史》一书中认为：“中国史并不是静止的一成不变的，

却是一连串激烈的变革冲击和动荡。从6世纪直到10世纪，中国历经了一个使得它变得全然不可辨认的时期。”特别是在“蒙人入侵前夕，中国文明在许多方面正达灿烂的巅峰”。“其现代化的程度是令人吃惊的：它独特的货币经济、纸钞、流通票据，高度发展的茶、盐企业……在人民日常生活方面，艺术、娱乐、制度、工艺技术各方面，中国是当时世界上首屈一指的国家，其自豪足以认为世界其他各地皆为化外之邦”（贾克·谢和耐《南宋社会生活史》，马德程译，【台北】中国文化大学出版部，1982年，第5页）。

衣



宋张择端《清明上河图》中各色人等的衣着

一、“贵贱有级”的服饰制度

服饰是人们日常生活的主要内容之一。在阶级社会中，它不仅是为满足人类的本能御寒暑，满足人类本能的装饰欲望，而且是作为等级的标志而出现。中国历代社会都十分重视冠服之制，并用礼法加以约束，“贵贱有级，服位有等”（贾谊《新书》卷1《服疑》）。因此，服饰的变动一般都不大，除非外族入侵，用屠刀逼迫人们改衣胡服。但即使是改了朝换了代，服饰也仅是稍有异同。这正如清叶梦珠在《阅世编·冠服》中所说：“一代之兴，必有一代冠服之制，其时尚随时变更，要不过与世迁流，一新一时耳目，其大端大体终莫敢易也。”

与其他皇朝一样，宋代统治者为了维持尊卑贵贱的等级关系和长上尊严的目的，在服饰上也有严格的等级之分。太平兴国七年（982）正月九日，宋太宗针对近年



▲ 宋太祖赵匡胤画像

以来的逾僭之风，要求“士庶之间，车服之制，至于丧葬，各有等差”。他命令翰林学士承旨李昉制订服饰的等级制度。李昉等奉诏制定服饰制度，说：“今后富商大贾乘马，漆素鞍者勿禁。近年品官绿袍及举子白襴下皆服紫色，亦请禁之。其私第便服，许紫皂衣、白袍。”又请从三品以上服玉带，四品以上服金带，以下升朝官、虽未升朝已赐紫绯、内职诸军将校，并服红鞵金涂银排方。虽升朝着绿者，公服上不得系银带，余官服黑银方团胯及犀角带。贡士及胥吏、工商、庶人服铁角带，恩赐者不用此制。荔支带本是内出以赐将相，望非恩赐者，官至三品才能穿戴。端拱二



▲ 重庆南川南宋石室墓出土的荔枝纹金带具



◀ 江西上饶茶山寺出土的南宋浮雕人物白玉带板