

读图时代

宋词里的 衣食住行

莫丽芸 著

翻开宋词，仿佛徜徉在一座花园庭院里，
闻花香幽幽，听丝竹袅袅，
幻想着落英缤纷处那些或悱恻或幽婉的种种往事和情思，
眼前一切皆缥缈唯美，似非凡尘。



浙江文艺出版社
NEW WORLD PRESS



读图时代

宋调

里的衣食住行

莫丽芸 / 著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

宋词里的衣食住行 / 莫丽芸著. —北京: 新世界出版社, 2009.9

ISBN 978-7-5104-0531-0

I. 宋… II. 莫… III. ①宋词—文学研究②社会生活—历史—研究
—中国—宋代 IV. I207.23 D691.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第154001号

392720

宋词里的衣食住行

作 者: 莫丽芸

责任编辑: 李晨曦 葛文聪

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

网 站: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

版 权 部: +86 10 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 720mm × 1020mm 1/16

字 数: 168千字 印张: 10

版 次: 2011年1月第2版 2011年1月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-0531-0

定 价: 28.80元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



翻开宋词，仿佛徜徉在一座花园庭院里，闻花香幽幽，听丝竹袅袅，幻想着落英缤纷处那些或悱恻或幽婉的种种往事和情思，眼前一切皆缥缈唯美、似非凡尘。不过，在偶一驻足凝眸处，总会发现花间有一壶酒，还有因酒而来的种种人间烟火。这也正是宋代文人的特色：把生活艺术化。再凡俗的事情到了他们那里，总会沾染十分的清雅气息。他们的日常生活，也显得那么别具风雅、别有意趣。这一点，苏东坡是最好的明证。

本书从宋词中撷取一些经典的生活场景和片断，看看宋人是怎样艺术而浪漫地生活，在那些长长短短的句子中，或许能圆一个很少能在我们的现实里实现的梦。

注：书中所引宋词，均参考唐圭璋编著的《全宋词》（中华书局，1965年6月第一版）。



食

珍重龙团并凤髓——茶
 茶瓿金缕鹧鸪斑——茶盏
 蛮姜豆蔻相思味——汤
 自斲白酒作重阳——酒
 脑麝浓薰费小厨——节令食品

77 68 62 56 48



衣

四直冠儿内样新——冠饰
 绣罗裙上双鸯带——罗带
 绛绡频掩酥胸素——抹胸
 枣花金钗约柔荑——钗
 不惜黄花插满头——簪花
 凤鞋弓小金莲衬——鞋、袜
 轻罗小扇扑流萤——扇子

40 36 30 23 19 13 02

目录



行

绣里藤舆红茵软——轿
 游人拾翠不知远——出游
 留恋处兰舟催发——舟行
 宝马雕车香满路——香车
 深巷明朝卖杏花——卖花

146 139 130 122 116



住

簾纹双映冰肌艳——簾
 纸帐虚明好醉眠——纸帐
 薄薄纱厨望似空——碧纱橱
 自拣残花插净瓶——插花
 屏风数幅画江山——挂画、屏风、画帘

107 100 96 92 86

『风情』二字，在宋代的服饰上被写得尤为摇曳多姿：发髻的鲜艳是奔放，罗带的翩然是飘逸，而抹胸惹人遐想的香艳，钏儿欲说还羞的含蓄，配着手中轻盈精致的团扇，和着足下纤巧的款款莲步……让宋词充满了无尽的风姿，仿佛徜徉在曲径通幽处，每一转角都会遇着让人心动的风景。



四直冠儿内样新

冠饰

小院朱扉开一扇。内样新妆，镜里分明见。眉晕半深唇注浅。朵云冠子偏宜面。被掩芙蓉熏麝煎。帘影沉沉，只有双飞燕。心事向人犹动靥。强来窗下寻针线。（贺铸《蝶恋花》）

这首词是写一个女子对镜梳妆，是按照最时兴的样式装扮：画眉涂唇之外，最重要的是戴上云朵般高耸团簇的冠子，因为这才是最“宜面”的——最能衬托出女子的娇艳妩媚。宋代女性的头上，各式各样的冠子是比较引人注目的风景，除了形状高大，其装饰更是精美至极。这样的冠子，只要是有些身份或置办得起的年轻女子，都会设法拥有。

冠子的质地，宋人王栐在《燕翼诒谋录》有这样的记载：“旧制，妇人冠以漆纱为之，而加以饰，金银珠翠，采（彩）色装花。”用层层纱罗堆簇而成的头冠，其形状正如同云朵高耸，这就是上词里所说的“朵云冠子”了。不过，宋代女性对头上风光异常注重，不会仅满足于使用漆纱。当时使用奢侈材料制冠成为一种风气，对此王栐的记载是：“侈靡之风盛行，冠不特白角，又易以鱼枕；梳不特白角，又易以象牙、玳瑁矣。”在宋词里我们也就看到了各种贵重材质的冠子：

髻稳冠宜翡翠。压鬓彩丝金蕊。远山碧浅蘸秋水。香暖榴裙衬地。亭亭二八馀年纪。恼春意。玉云凝重步尘细。独立花阴宝砌。（赵希《秋蕊香》）

寒苞素艳，浑似枝头见。半拆与初开，谁赢得、江南手段。玉冠斜插，惟恨欠清香，风动处，月明时，不怕吹羌管。（无名氏《蓦山溪》）

避暑佳人不著妆。水晶冠子薄罗裳。摩绵扑粉飞琼屑，滤蜜调冰结绛霜。随定我，小兰堂。金盆盛水绕牙床。时时浸手心头熨，受尽无人知处凉。（李之仪《鹧鸪天》）



❁ 河南禹县白沙宋墓壁画中对镜梳妆的仕女

宋代女子所戴的一种头巾，其形状如两山之谷，故名“山谷巾”，有瘦高、矮小等式样。画中女子正对着梳妆镜将高大的山谷巾扶正，冠前冠后均插有螺形簪，起固定和装饰作用。

翡翠和玉做成的冠体，质地温润，颜色淡雅，配上色泽鲜艳的金丝珠花，可以说是相得益彰。不过，这里“玉冠”的“玉”字也有可能是形容象牙、玳瑁等材质的冠子。至于水晶冠子，则并非水晶制成，而是王栋所说的“鱼枕”，也就是石首鱼的头骨。用其制成的冠子质地莹洁，冠壁近乎透明，所以有“水晶冠子”的美称，自然也备受当时女子们的青睐。苏轼的行书帖里有《鱼枕冠颂》一诗，里面就有“莹净鱼枕冠，细观初何物”的句子。藏于台北“故宫博物院”的传世宋人画作《花石仕女图》里，其中一名仕女头上所戴的白色冠子就是半透明的，乌黑的发髻就在冠子后面影影绰绰，惹人遐想，在《瑶台步月图》、《蕉阴击球图》等画作中也有描绘。借着水晶冠子的这种透明感，宋代女子们还营造出了更为旖旎动人的风情：



❖《朝元图——奉宝玉女》[局部]
(元)

壁画，横76厘米，纵100厘米，山西省芮城县永乐宫三清殿藏。



❖《蕉荫击球图》佚名（宋）

绢本设色，横 24.5 厘米，纵 25 厘米，北京故宫博物院藏。

画中女子所戴的冠质地轻巧，冠壁透明，清晰地透映出冠内乌黑的发髻。

层层细剪冰花小。新随荔子云帆到。一露一番开。玉人催卖栽。
爱花心未已。摘放冠儿里。轻浸水晶凉。一窝云影香。（张鎰《菩萨蛮》）

夏围初结。绿深深处红千叠。杜鹃过尽芳菲歇。只道无春，满意春
犹愜。折来一点如猩血。透明冠子轻盈帖。芳心蹙破情忧切。不管
花残，犹自拣双叶。（程垓《醉落魄·赋石榴花》）

所谓冰花是词人对梅花的美称，因为冬天梅枝上带着晶莹的雪花。不过联系下文，这里应该指的是荔枝花，尤其岭南的一种荔枝品种其花色为乳白，用“冰花”来形容，表达一种喜爱之情，也是说得过去的。而在程垓的《醉落魄·赋石榴花》的词题里已经明确说了是石榴花。美女们把花枝上层层团簇的花儿剪下，然后插



❖《歌乐图》[局部]佚名(南宋)

图中描绘了宫廷中乐伎做表演前的准备的情景，乐伎束发髻，头戴高高的花冠，体现了宋代女子高、险、奇、巧的发式和头饰特点。

在发髻上，隔着半透明的水晶冠子，隐隐约约映出红的、白的花瓣。而馥郁芳香的气味则在一绺云髻里氤氲散发，行动处花影隐现、气息甜美，这该是怎样迷人的万种风情啊。

说到冠的形制，因为冠体所选材料的质地以及制作都很轻巧，使得冠高而轻盈，用“危巧”一词形容得生动贴切。怎样的高才能给人“危”的感觉呢？王楙《燕翼诒谋录》里记载，妇女的冠曾经高达三尺，宋代一尺相当于0.37厘米，一米多高的冠子戴在头上，让人想想都会目瞪口呆，不知道其美感何来。而且戴这种冠子，坐轿子时要侧着身子才能坐进去，很不方便。难怪当时的皇帝都看不过眼了，屡次下诏禁止高冠、高髻，还规定了尺寸，然而在有所收敛之后，冠还是普遍高于两尺。不过冠后常有四角下垂至肩，称为“簪肩”，三尺、两尺的冠应该是包含了簪肩的。据《宣和遗事》记载，名妓李师师的打扮是“簪肩高髻垂云碧”，想必这样的装扮是宋徽宗喜爱的，虽然下令禁止高冠的也是他。宋词里也说了簪肩：

小窗闲适。云髻鞦肩，香肌偎膝。玉局无尘，明琼欲碎，春纤同掷。
不争百万呼卢，赌今夜、鸳帷痛惜。好忍马儿，若还输了，当甚则剧。
(赵长卿《柳梢青》)

在词人看来，用高冠垂肩就足以勾画出这个女子的美好了，可见时人对女子高冠的喜爱是很普遍的，这也可能是冠的高度居高不下的主要原因吧。宋代马端临的《文献通考》记载：“先时宫中尚白角冠梳，人争效之，谓之内样。其冠名曰‘垂肩’，至有长三尺；梳长亦逾尺。”可见这种时尚一样是从宫中流行开的，追随者甚众：

瞻辇门前识个人。柳眉桃脸不胜春。短襟衫子新来棹，四直冠儿内样新。秋色净，晓妆匀。不知何事在风尘。主翁若也怜幽独，带取妖娆上玉宸。(张孝祥《鹧鸪天》)

抛却功名弃却诗。从教身染气球泥。侵晨打鞦齐云会，际暮演筹落魄归。园苑里，粉墙西，佳人偷揭绣帘窥。高侵云汉垂肩久，低拂花梢下脚迟。(无名氏《鹧鸪天》)

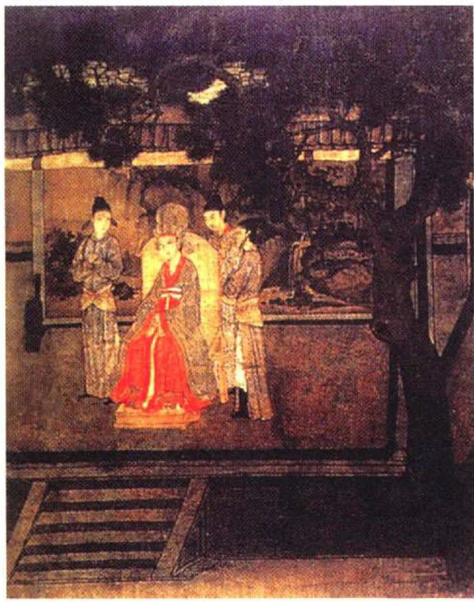
不管是烟花巷陌还是高门深闺的女子，带着长长垂饰的高高冠子对她们都具有不可抗拒的诱惑力。当然，冠的高并不是真正原因，美感还是出在冠上精美纷繁的饰品。最为人熟知的“花冠”一词，包含了几种意思：首先是用漆纱簇成的冠体本就是花的形状，比如宋墓壁画和宋人绘画里的莲花冠；其次是在冠子上插上花朵形状的珠花或鲜花，其三是各种各样的饰品簇拥



《宋仁宗皇后像》中头戴等肩龙凤花钗冠的宋仁宗皇后 佚名（宋）



❖ 《女孝经图》中头戴花冠的女子



❖ 《女孝经图》中头戴莲花冠的皇妃

在冠体上形成花的形状。宋词里关于花冠的描述很常见：

绣罗褰子间金丝。打扮好容仪。晓雪明肌，秋波入鬓，鞋小步行迟。
冠儿时样都相称，花插桺双枝。倩俏精神，风流情态，惟有粉郎知。（卢炳《少年游·用周美成韵》）

寒苞素艳，浑似枝头见。半拆与初开，谁赢得、江南手段。玉冠斜插，惟恨欠清香，风动处，月明时，不怕吹羌管。（无名氏《蓦山溪·剪彩梅花》）

词中的“双枝”有可能指鲜花，也有可能指冠上两边通常堆簇成高耸的两端，使之形成并蒂花状。剪彩梅花是用纱或纸做成梅花的形状，然后簪在头上。在本书“簪花”一节里提到宋代女子热衷头簪鲜花，从词里看来，鲜花也通常会插在花冠上。还有一种“绣草冠”，比较让人费思量：

龟甲炉烟轻袅。帘枕静、乳莺啼晓。拂掠新妆，时宜头面，绣草冠儿小。衫子揉蓝初著了。身材称、就中恰好。手捻双纨，菱花重照，带朵宜男草。（赵长卿《夜行船·咏美人》）

宿面浅匀妆，梅粉旋生春色。绣草冠儿宫样，系丁香新纈。 凤
檀槽上四条弦，轻□^①□□撼。恰似浔阳江畔，话长安时节。（吕胜己《好事近》）

这种绣草冠子在史书、逸闻、小说里没有提及，只在这两首词里出现。赵长卿词则说这种冠“小”，有可能是因唱词的需要加上的，并非说这种冠形制小；吕胜己的词说这种绣草冠儿是“宫样”，而当时的宫样是高冠垂肩的，这让人想不明白。从“绣”字来看，只可解释为刺绣之意，或以“锦花绣草”为花草之美的形容。但从前面分析的冠的材质来看，在上面绣花草是不大可行的，所以将“绣草”视为形容更合理些，就是形容这种冠子的花团锦簇。

宋代还有一种头饰是梳子，常常和冠子一起出现在头上，相互映衬。因为这两者都是必不可少的装饰，所以干脆并称为“冠梳”，前面引过马端临的《文献通考》里就有关于冠梳的记载。宋人的《娘子张氏图》中画的就是“冠梳”头饰：头上戴着的是花冠，额发处横插着一把大梳子，两鬓还对称地插着两把小梳子，这就是宋代女子流行的冠梳。词人吕胜己在词里描述过这样的头饰：

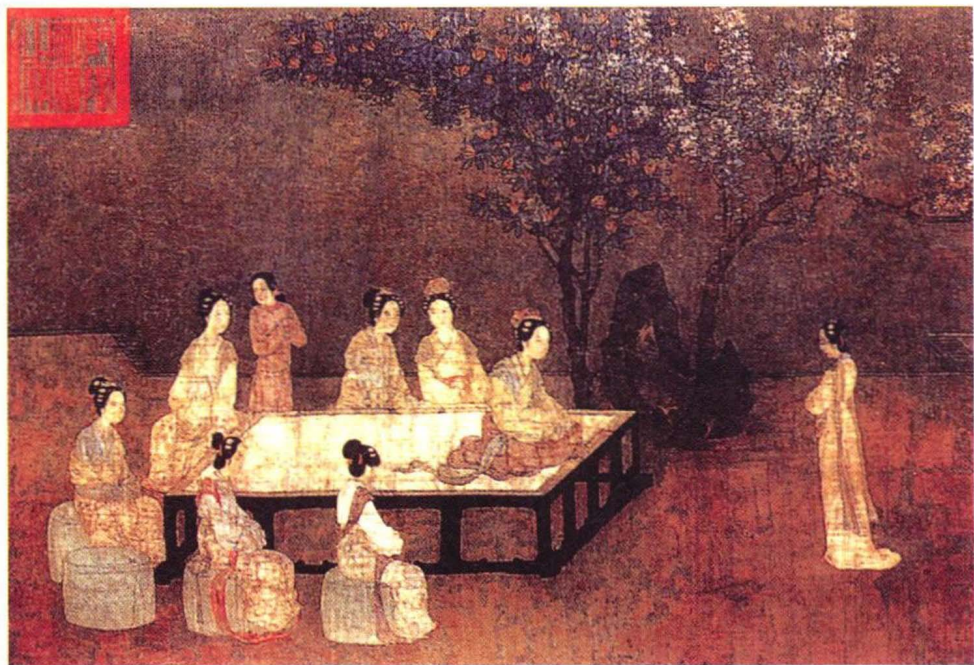
日日楼心与画眉。松分蝉翅黛云低。象牙白齿双梳子，驼骨红纹小
棹蓖。（吕胜己《鹧鸪天》）

女子画好妆容，戴上冠子后，在额发插一把红色的驼骨梳子，两鬓则是两把白色象牙梳子。从日本浮世绘里相同的装束中，我们可以大致设想这种装饰。而且，当时冠梳流行奢华的装饰，比如上词所写的用象牙、驼骨之类的材质，还要漆上颜色。它尽管奢华讲究，依然为当时的女子所追随：

倬妁要肢轻婀娜。学内样、深深梳果。如五凤双鸾相对舞，随腰带、
乍游琐。（无名氏《万年欢慢》）

这里所说的内样，显然指白角冠梳，“梳果”应是“梳裹”之误。宋朝周辉的《清波杂志》里说道：“如高冠长梳，犹及见之，当时名大梳裹，非盛礼不用。”敦

注解：①文中□文之外，用“□”表示。



❖ 《女孝经图》中戴花冠和插白角梳的宋代女子（南宋）

煌莫高窟第 61 窟壁画中的宋代贵妇的发饰正是大梳裹，冠顶是寓意富贵吉祥的金箔朱雀，在额发和左鬓角处插着梳子，两边发侧还簪满了发簪宝钗，可谓珠环翠绕，琳琅满目了。

然而，宋代女子头上的热闹非凡还未到此为止，到了立春日和上元节，那时的头饰更叫人眼花缭乱。李清照的《永遇乐》一词写道：

中州盛日，闺门多暇，记得偏重三五。铺翠冠儿，捻金雪柳，簇带争济楚。如今憔悴，风鬟霜鬓，怕见夜间出去。不如向、帘儿底下，听人笑语。

女词人追忆当年尚待字闺中之时的快乐生活，说上元节的时候，女子们精心打扮，用“捻金雪柳”在翡翠冠子上细细装饰。所谓捻金雪柳，就是用金线制成的一种头花。在辛弃疾的那首著名的《青玉案·元夕》里，也可以看到雪柳的影子：

东风夜放花千树。更吹落、星如雨。宝马雕车香满路。凤箫声动，玉壶光转，一夜鱼龙舞。蛾儿雪柳黄金缕。笑语盈盈暗香去。众里

寻他千百度。蓦然回首，那人却在，灯火阑珊处。

这最后几句是多少人耳熟能详的。那独自站在灯火暗淡之处，让人“寻他千百度”的盛装女子，头上就戴着雪柳，而黄金缕的形容就是李清照所说的捻金。此外，这位佳人头上还有个听起来比较奇怪的“蛾儿”，原来也是一种节日头饰，史浩的《粉蝶儿·元宵》说：

一箭和风，秣熏许多春意。闹蛾儿、满城都是。向深闺，争翦碎、
吴绫蜀绮。点妆成，分明是、粉须香翅。

“蛾儿”这种流行一时的头饰，就是用绫罗绸缎剪出蛾的形状，然后画上蛾的须子和翅膀的纹路，在上元出行看灯的时候簪在头上，立春节也是如此。康与之的《瑞鹤仙·上元应制》写道：

堪羨。绮罗丛里，兰麝香中，正宜游玩。风柔夜暖。花影乱，笑声喧。
闹蛾儿满路，成团打块，簇著冠儿鬥转。喜皇都、旧日风光，太平再见。

热闹喧哗的气氛里，女子们头上的闹蛾在冠子上团团堆簇，也是一番喧闹景象，这告诉我们，闹蛾和雪柳一样，都是插在冠子上的，并且数量多多益善。可以想象，当女子们嬉笑前行的时候，头上成堆的闹蛾纷纷颤动，好像真有一群蛾子在飞翔跟随，这景象颇有趣趣。这两个节日里，女子们冠子上的头饰还远不止这些，周密《武林旧事》记载得很清楚：“元夕节物，妇人皆戴珠翠、闹蛾、玉梅、雪柳、菩提叶、灯球。”果然，这些在好写立春上元节的宋词里都没落下。晁冲之的《上林春慢》可以算是给了一个综观：

玉楼人、暗中擲果。珍帘下、笑著春衫袅娜。素蛾绕钗，轻蝉扑
鬓，垂垂柳丝梅朵。夜阑饮散，但赢得、翠翘双亸。醉归来，又重向、
晓窗梳裹。

垂肩的高冠上参差插满了闹蛾、雪柳、玉梅，纷纷扰扰，团团围绕，正是李清照的所谓“簇带争济楚”。在宋人绘画《大傩图》中，这些节日盛装的小玩意儿在人们头上都热热闹闹地占着一席之地，让人们对于宋代女子头上的风光再一次地叹为观止。