



玩的 格调

中国休闲文化全史趣谈

余伟 著

陕西师范大学出版总社有限公司
西安曲江出版传媒股份有限公司

玩的 格调



中国休闲文化全史趣谈

余伟◎著



陕西师范大学出版总社有限公司
西安曲江出版传媒股份有限公司

图书代号 SK10N1215

图书在版编目(CIP)数据

玩的格调:中国休闲文化全史趣谈 / 余伟著. —西安:陕西师范大学出版总社有限公司, 2011.1

ISBN 978 - 7 - 5613 - 5348 - 6

I. ①玩… II. ①余… III. ①闲暇社会学 - 文化史 - 中国
IV. ①C913.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 232441 号

玩的格调——中国休闲文化全史趣谈

作 者 /	余 伟
责任编辑 /	范婷婷
文字统筹 /	张爱林
封面设计 /	巩 洁
出版发行 /	陕西师范大学出版总社有限公司 (西安市长安南路 199 号 邮编 710062)
网 址 /	http://www.snupg.com
印 刷 /	北京画中画印刷有限公司
开 本 /	850mm × 1168mm 1/32
印 张 /	8.25
字 数 /	190 千
版 次 /	2011 年 1 月第 1 版
印 次 /	2011 年 1 月第 1 次印刷
书 号 /	ISBN 978 - 7 - 5613 - 5348 - 6
定 价 /	28.00 元

读者购书、书店添货或发现印刷装订问题,请与本公司营销部联系、调换。
电 话:(029)85458072 85458068(传真)

不系舟——传统生活艺术指南

从流飘荡,任意西东,是多少人的江湖梦。不系舟,意味着无拘无束的潇洒自在。中国传统生活追求在琴棋书画诗酒花中,享受笑看风云、宠辱不惊的宁静。在生命的本真自然中,实现心灵的返璞归真。读万卷书,行万里路,内心会从喧嚣归于寂静。融会贯通各种艺术和哲学,方富有生活的自信和意趣。对执念的放下,才有安然于市井的“禅”的潇洒。悠哉游哉的闲雅姿态,是知识和心灵因广博积累而达到的升华。“随心所欲不逾矩”,才是修行的最高体验。

本书对中国传统生活的各种休闲方式娓娓道来,在轻松的文字中,通过温习传统“玩”的艺术和文化,来获得内心的升华和静谧。从风花雪月到老庄之道,传统文化为心灵提供了泛舟的浩瀚江湖。坐看行云处,风正一帆悬,让自然洗涤心灵的尘垢,已到风起的时候了。

第一章

纵论

韵律·····1

品味·····3

留白·····4

修养·····6

层次·····7

开悟·····10

变化·····11

正见·····13

第二章

衣食住行

楚楚衣裳·····15

九曲流觞·····19

桃花观音·····24

吓煞人香·····27

以食为天·····29

木样年华·····34

结庐南山·····38

万水千山·····43

第三章

琴棋书画

琴瑟合鸣·····49

纵横天下·····54

快雪时晴·····58

文房四宝·····63

心心相印·····68

霓裳羽衣·····71

青藤门下·····76

高山流水·····80

第四章

诗词歌赋

关关雎鸠·····85

踏歌行酒·····89

水调歌头·····93

戏如人生·····97

游园惊梦·····101

拍案惊奇·····104

得意忘形·····109

流风回雪·····113



第五章 花鸟古玩

无价之宝·····	118
秋风纨扇·····	122
冰清玉洁·····	126
雨过天青·····	130
金石之约·····	135
空谷幽兰·····	139
鹤鸣九皋·····	143
龙吟青峰·····	147

第七章 方技武艺

百步穿杨·····	187
天马行空·····	191
梅花易数·····	195
易无达占·····	199
麻衣神相·····	203
千金要方·····	206
运筹帷幄·····	210
彬彬有礼·····	214

第六章

休闲养生

四季浮生·····	151
龙马精神·····	158
红袖添香·····	162
因酒行令·····	166
借景生情·····	170
举案齐眉·····	174
知音雅意·····	178
修身齐家·····	182

第八章

诸子百家

百家争鸣·····	219
洁净精微·····	223
春风化雨·····	228
逍遥无为·····	234
金刚般若·····	239
银碗盛雪·····	244
以史为镜·····	250
闲情偶寄·····	254

韵律

战国时,有个厨师向梁惠王表演杀牛的技巧,他手舞足蹈,刀好像行云流水般掠过牛的各部位,每个动作都合乎音乐的节奏。当表演结束时,牛竟不知自己已经被解开了,像土一样堆在地上。这是庄子在《养生主》中讲述的养生之道。这位厨师显示了武技和音乐的完美融合,其本质是蕴藏于平凡生活的永恒之道。

对中国传统文化而言,生活、科技、文字、艺术、哲学的智慧内含一种普遍的共性,不能言说,如果知晓则无所不能,所谓“道”,所谓佛家的“般若”。说起某位了不得的传奇人物,比如诸葛亮,天文、地理、军事、政治、兵法无所不精;再如苏东坡,则是诗、词、文、书、画、禅俱名冠当时。这些门类,很多人穷其一生,也难窥门径,更不要说同时精通了。

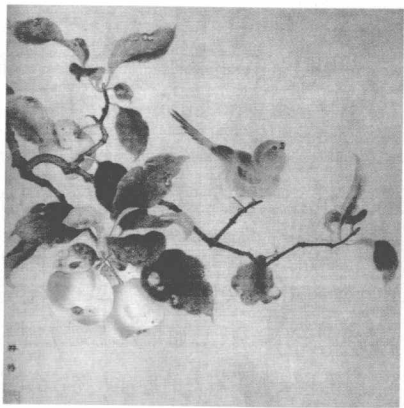
生活的哲理,艺术的哲理,“畅达”是最好的状态。得“道”的关键是掌握一种普遍的学习能力,而非内容本身。“韵律”是其中一种具有共性的可行之道。音乐中有韵律,这是毋庸置疑的。就哲理而言,是越抽象越不容易把握。生活、科技、文字、艺术、哲学是一种递进的程式。对艺术而言,建筑、雕塑、书画、音乐、灵感是另一种递进。

建筑与雕塑是三维的,好的建筑是凝固的音乐。江南园林是一曲水乡

之歌,贝聿铭的苏州博物馆也可作为一种精致的注解。绘画是二维的,中国传统的水墨写意有独到的意趣。安格尔的《泉》,是西方新古典主义的阐述。而后现代主义杂乱无章的线条,则如生活中的噪音,令人不安而难以领会。文字是一维的,经典的名著莫不如一曲赞歌、悲歌或挽歌。“满纸荒唐言,一把辛酸泪。都云作者痴,谁解其中味。”这是《红楼梦》作者唏嘘不已的心声。

书法是介于文字和绘画之间的,如果一味按照固定的字体书写,恰似电脑排版,就如只有一个音符的乐章不断重奏,岂非无趣之极。故而王羲之在《兰亭序》中的随意涂改是一种潇洒的变奏,张旭的草书有古曲《将军令》的飞扬跳脱,怀素的草书则有《高山流水》的流转。无论是西方的五线谱,还是中国传统的“宫、商、角、徵、羽”的五行体系,其实是各有各的好,是由内在的哲学理念决定的。

具体的有维数的韵律,重点在于光,一般而言是人眼的可见光。音乐是零维的,其韵律在于耳朵听见的声响。光和声音一样,都是一种波。那么对于非可见光和灵感,对于醍醐灌顶、忽然顿悟,同样是一种波的辐射。其中和谐的波称之为“韵律”,那是世界所以存在和美丽的理由,无谓好坏,无谓



果熟来禽图(林椿—宋)

来去,只是一种动态的平衡。古希腊哲学家仰望星空,是希望于寂静中用心聆听来自宇宙的“天籁”。伟大的艺术家创造的作品,是神奇的,难以言说的,也正是这种韵律的作用。

对一般人而言,以艺术和哲学求得“韵律”的通达可能不是一件易事。但生活和艺术、哲学实质是一个闭合的环。越完美的韵律蕴含在越普通的生活中,平常心是道。自在心安,求得一种和谐,是生活的韵律。

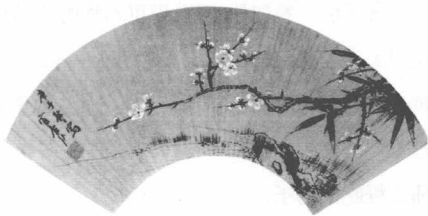


东晋时,将军郗鉴想为自己的女儿挑个好女婿,而丞相王导家子弟甚多。于是郗鉴命令管家去王导家,见到了许多应选的才俊。最后,管家来到东院的书房里,看见床上有一个袒腹仰卧的青年人,对这一切无动于衷。郗鉴听完管家的汇报后,大笑说:“好,我选的就是他。”这位放荡不羁的幸运者,正是日后为唐太宗激赏的王羲之。艺术的创造者凭的是天赋,而评价一位欣赏者的水平则以“品味”来形容。在郗鉴挑选“东床快婿”的过程中,他慧眼识珠,很有品味。

从波希米亚到嬉皮再到雅皮,是渴望不断流浪的年轻人从良的过程。哈雷机车生了锈,把墨镜拿下,老老实实西装革履地去上班养家糊口。这种无奈,是杰克·凯鲁亚克《在路上》里对流浪精神的最后祭奠。而那些改良的符号主义,那些所谓的“品味”,难道不是一种麻醉和逃避?困在高楼大厦中日复一日,呼吸着尾气,渴望遥不可及的自然和自由,能释放的也只有自己的心灵了。

《易经》中说,“形而上者谓之道,形而下者谓之器”。对“器”的追求,是一种符号主义。就中国传统哲学而言,是把对精神的追求放在第一位的。物质和精神是一种悖论,取其“中庸”也是一种合适的做法。太过追求符号,容易走向奢侈主义。太过追求精神,容易脱离生活而造成虚无主义。“品味”表达的应该是对生活的一种态度。

魏晋时很多人都服食“五石散”,吃了以后红光满面,皮肤很嫩、很亮。五石散被当时的人认为是一种可以返老还童的奇药。五石散实质是一种毒性很强的药物,服用无异于慢性自



梅竹图(孙克宏—明)

杀。皮肤变嫩以后,紧身的服装就不能穿,只能改穿宽大的衣服,鞋子也开始改穿木屐。因为皮肤嫩不能洗澡,当时的人大都满身长虱子,“虱多不痒”成为一种时尚。王羲之的袒胸露腹和早逝估计也与此有关。“扪虱自问,恍如无人”,也是一种符号主义。相对说来,还是陶渊明的自耕自种更健康。

“品味”于艺术作品本身,如只以数目的多少来衡量,其实是对创作者一种强烈的反讽。大凡创造拍卖纪录的艺术家,生前绝大多数贫困潦倒,寂寞无名。就是艺术家本身,也因创造高峰期的不同,作品水平不免有高低之分。对于求画之人,或自己有求于人,目的不那么纯粹的,是拿一幅好作品暴殄天物,还是拿出差强人意的作品,对艺术家而言,也是一个艰难的选择。徐渭的作品也不见得全部是精品。

品味的实质在于自身的内涵,在于自由的心态。是自欺欺人,还是旁若无人,也只有自己知道,无须他人评说。



有一个人在森林中漫游,遇见了一只饥饿的老虎。老虎紧追不舍。他被老虎逼入了断崖边上。站在悬崖边上,他想:“与其被老虎活活咬死,还不如跳入悬崖,说不定还有一线生机。”他纵身跳入悬崖,非常幸运地卡在一棵树上。那是一棵长在断崖边的梅树,树上结满了梅子。正在庆幸时,他听到断崖深处传来吼声,原来崖底有一只凶猛的狮子正抬头望着他。

狮子的声音使他心颤,而更不妙的是,他转头看见一黑一白两只老鼠,正用力地咬着梅树的树干。他经过一阵惊慌,很快又平静了:“被老鼠咬断树干跌死,总比被狮子咬好吧?”于是,他索性对身边的危险置之度外,不理不问。看到梅子长得正好,就采了一些吃起来。他觉得一辈子从没吃过那么好吃的梅子。

这则《黑白老鼠》的寓言中,老虎代表不断追寻一生的苦难,狮子代表无法逃避的终结,啃噬生命之树的是交替的日夜,是时间。在这种情形下,

还能选择什么呢？也许只能活在当下。人有生老病死，这是无法解脱的无奈，有爱恨别离之苦，有得不到之苦，这是可以放下的，给自己的心灵留一片空地就成。忍一时风平浪静，退一步海阔天空，时间是最无情的机器，也是最好的良药。



墨竹图(吴镇一元)

人生一方面如白驹过隙，另一方面却给人漫长的假象，错过了真爱，不懂得珍惜，放纵自己的身体，忘却精神的可贵，于是蹉跎一生，后悔莫及。只有当天灾人祸发生在自己、家人或朋友身上时，那种真实方才换回一时的清醒，才能尽情地享受自己的生活，珍惜爱情、友情、亲情。

在都市中忙忙碌碌而忘却自己，甚至故意去麻木地忽略人生的短暂，生活的罅隙间不留一丝空白，空虚的心灵是无法承受的。以长时间的忙碌，来换得长时间的休息，这种想法美则美矣，但是身体未必经受得起。时间的交替，阴阳的交替，人生从幼年、少年到中年和老年是一轮回，一年四季是一轮回，白昼黑夜也是一轮回，故而心灵的放松也该在每一瞬，欣赏那颗不容易成熟的梅子，未必要等到挂在悬崖上的时候。

生活中的放松,在艺术上则为“留白”。无论是音乐、书法、绘画或文学,表达的东西不宜太满。“月满则盈,水满则溢”,如果太满,就没有预留给观者想象的空间了。疯狂的摇滚听多会烦躁不安,使心灵迷狂得不到休息。中国传统的水墨画技法相对西方绘画简单许多,只用黑白二色,而且留有大片的空白,给人的享受却未必少。美得令人窒息,美得令人迷狂,也许不如美得令人平静,美得令人空灵。那才是自然给人的一种自由的感觉。

“欲说还休,欲说还休”,每个人眼中的《红楼梦》有不同的演绎,如果只听人评说,也是抹杀自己思索的乐趣了。金毛狮子摇头来,美人临风花药栏。苦难或诱惑,只管走过去,尽看走过的风景。



有位才子,在前半生时比任何人都风光,集诗、词、书画、篆刻、音乐、戏剧、文学于一身,他作的《送别歌》至今为众人传唱,他的弟子有画家丰子恺和音乐家刘质平。他有红颜知己,有至交好友。在他的后半生,却完全是一种自我放逐的状态,从绚丽之极归于极端平淡,自入佛门,弘扬律宗,比之那些“狂来轻世界,醉里得真知”的名士,他的选择更彻底,更为真性情。李叔同去而弘一法师生,自律其身,不憚为众说法,弘一法师是得到救世的真谛了。

有救世的心,也须有救世的神通。布施的级别,有物布施、法布施、无畏布施三种。施舍财物,为最低等;传授知识和智慧,是第二等;最高等却是连自己也布施出去,如弘一法师般以自己的言行来拯救世间的良知。吃斋打坐,只度自己,两耳不闻窗外事,不是修行的本意。

修养的高低,实质在于有无菩提之心,有无出世之心和出世之能。

修养的培养,离不开三修“止、观、禅”。“止”不只是闭目诵经,时时以木鱼来警醒自己,不只是每天对自己说“放下、放下”,不只是逃避到深山老庙中修行。“止”的心静,是“读万卷书,行万里路”得来,是“曾经沧海难为

水,除却巫山不是云”。读书的乐趣,是向内心印证,古代以释、道、儒三家为主,还有其他诸子百家,现在又有了东西方哲学之辨。网络的出现根本地改变了藏书的稀缺性,每个人都可以方便地获取感兴趣的知识,可谓读书的黄金时代。游历的乐趣,是向外印证,观尘世百态,沧桑变化,以后再有无端诱惑,也是见怪不怪。读书和游历的相互印证,方能心生宁静,生菩提之心。

历史上另一位才子苏东坡,在第二个妻子死后十年曾作辞祭奠:“十年生死两茫茫,不思量,自难忘。千里孤坟,无处话凄凉。纵使相逢应不识,尘满面,鬓如霜。”而最后一个女人朝云死后,他更是建六如亭,取佛家“一切有为法,如梦幻泡影,如露亦如电,应作如是观”之意。东坡居士的放不下,如弘一法师的放下,都无谓对错,无谓好坏。是流连尘世更有人情味,还是放下一切以身伺法,这两位大师无疑都达到“观”的境界了,能看清世界的空无,更重要的是都有救世的本领,无论画或诗,留下自我的传奇,也是为修行者树立了仿效的榜样。

至于修养的最高点,看破一切后又如何,是就此遁入古庙青灯,白云深处,还是其他。“禅”的境界是既然已求得心静,有救世的慈悲和本领,那于这形式却不再在乎,安然居于红尘俗世,刚好和修行之初一样。释迦牟尼修行时,也是一样以钵乞饭,回来打坐冥想。修养的高低,在于心灵,如果不具备游历天下的条件,还是多读书,读好书,岂不闻“书中自有颜如玉,书中自有黄金屋”。

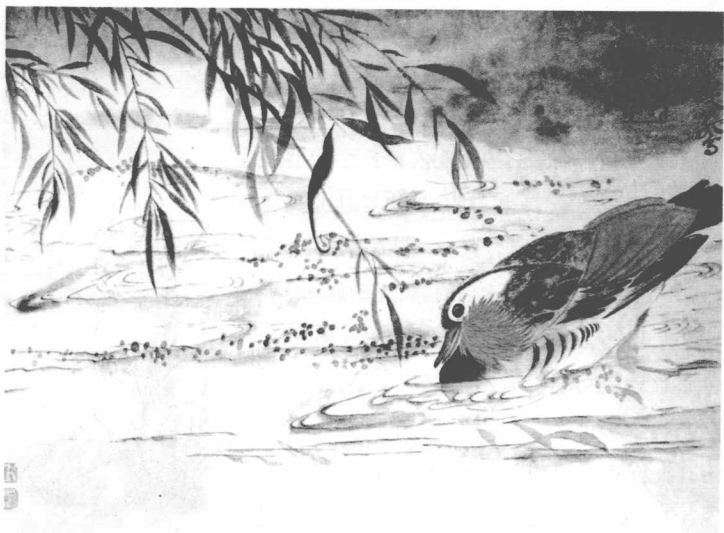


兰竹图(陈泯一清)



人生的状态,无非出世、入世、介于出入世之间三种。出世论的是精

神,譬如道家的“道”和佛家的“般若”。入世难免要讲物质,还有做人的学问,正是“世事洞明皆学问,人情练达即文章”。出入世之间的束缚,是儒家提倡的道德,很有明知不可而为之的无奈。孔子当年推销的结果并不理想,只得退而求其次,做《易传》,与《易经》合而称为《周易》,是了不起的成就。至于《论语》等记录孔子言行的著作,反而是其弟子编撰的,其中孔子的本意并不可考。



秋水文鸳(金明一清)

入世、出入世之间、出世也是一个圆圈,入世和出世的交点即是“大隐于市”,修炼的环境及形式完全放开了,只注重心灵的本身。就入世而言,纯以物质而论,可按马斯洛的需要层次论,由低到高分为生理需要、安全需要、社交需要、尊重需要和自我实现五种。生理的需要简单而言就是要满足基本的吃喝以及性的需求,“食色,性也”,生存是一切社会活动的基础。安全需要是有房子住,才有安全感。社交需要是有正常的工作和交际圈。尊重需要是在此基础上拥有一定的社会地位。自我实现就更难了,“什么都可以做,什么都可以不做”。

以现代都市人的状态而言,房子是一个瓶颈,没有安全感也就无法正常工作。古代人对此看得也很重,“安得广厦千万间,大庇天下寒士俱欢

颜,风雨不动安如山。”这也算杜甫为广大读书之人呐喊出的心声。不过儒家把小家和大家联系在一起,在一定程度上用心灵的富足冲淡了物质的贫瘠。“格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下”,是如此递进的八个层次。

自我修养提高以后,才能出去为官为国效力,这是符合儒家理想的,人格的完整才能保证道德的清廉。“一屋不扫何以扫天下”,是一种脚踏实地,也是从治理小家开始到参与社会事务的一种循序渐进。这一点上,较为成功的是曾国藩,“立功、立德、立言”的教诲不但他与弟弟都很适用,其后人的开枝散叶,在各领域获得的成就也说明了这一点。

佛家所说的“般若”的层次,指的是智慧,分为眷属、方便、文字、境界、实相五种。眷属是基本的生活智慧,也包括基本的行愿。方便一般对科技而言,是工具的出现,为了方便生活;于艺术而言,是器具的出现,是为了更好地表达情绪或心灵。科技的出现,可以看成是一种“懒人哲学”,但这种方便可能容易使人类沉迷于物质,对自然疏远乃至不敬。文字的出现是文明传播学上的大事,因而有历史的记录,有诗歌吟唱,有美好的回忆。境界的层次,指的是艺术,好的艺术作品是无言而有深意的。这其中当然也包括音乐了。那么就艺术的表达而言,重要的不是器具或技巧本身,而是演奏者自身的修养和创造力,否则就只是停滞于第二层“方便”的智慧,而大师的作品则是超越了文字的表达,达到第四层“境界”的智慧。至于最高的“实相”智慧,则不能用语言或艺术,或其他任何形式表达了,只可意会不可言传,就是终极之“道”了。“无名,天地之始。有名,万物之母。”说的就是困惑东西方哲学家的这个问题。

人世间,物质的层次可能是烦恼的源泉。但在基本的条件满足后,以东方传统的哲学而论,心灵的困惑才是最大的痛苦。都市人的疑惑,物质不一定是解决的办法,可能更是心灵出了问题。没时间思考,思考不出所以,所谓“说不得苦”,那真是最大的苦。



每个儿童的眼睛都比成人来的透彻明亮，都有敏感的天赋，可惜往往不被发现，或因拔苗助长而夭折。当兴趣成为必修课，也就丧失了学习的乐趣。在成人代为选择和管教的过程中，这些天赋迅速黯淡，直至他们变成平庸的青年。天赋严格来说也要有后天的培养，有机会得遇名师。不然也会如王安石在《伤仲永》里提及的小神童一样，长大后“泯然众人矣”，成为一个普通人。从另一方而言，无论是天赋还是早熟，儿童能作文理通顺的文章、有一定的技艺实属不易，但一旦停滞不前，以成人的水准看，其实不过尔尔。

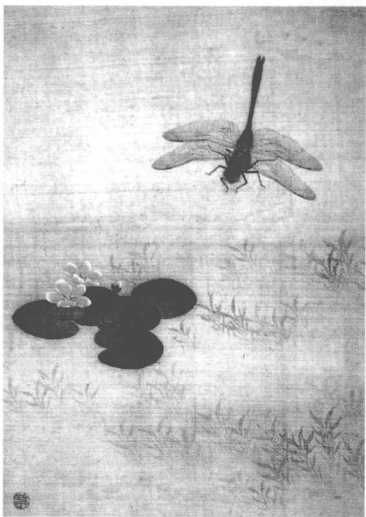
年少成名的例子，有名的该是初唐四杰里的王勃，他六岁能文辞，二十七岁不幸溺亡。在他短暂而充满光芒的一生里，有《滕王阁序》一篇就足够显示他的文采了。“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”这份意境，也难得有几个诗人能写出来。王勃出身于书香门第，这也为其天赋的延续打下了基础。这种童年伊始的“开悟”，更多是以先天条件为基础的。张爱玲说，成名要趁早，指的是此类。孔子说的三十而立，这是个界限，过了这个年龄，受家庭和世俗的羁縻，没了少年的锐气，也就稀松平常了。

佛家又有“醍醐灌顶”的说法，这和作文章、搞艺术不同，这是哲学意义上的“开悟”，是对“道”和“般若”的追求。文学与艺术，天赋占据的因素居多。对终极问题的思考，离不开苦行和冥想，这也是心灵所能达到的平静的快乐。这种“开悟”，大致有“渐悟”和“顿悟”两种，一般修行者以此为“小乘”与“大乘”的区别。

“大乘”者，典型的是禅宗六祖慧能，居然一字不识，却明白“明心见性，不立文字”的真正精髓。与此对应的是神秀，少习经史，博学多闻，又曾在佛门从事打柴汲水等杂役六年。神秀作偈云：“身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，莫使惹尘埃。”慧能作偈云：“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。”

这两者相互印证，正是从“渐悟”到“顿悟”的最好途径。可惜禅宗南北分野，学禅者无慧能之质朴如玉的天份，不愿如神秀读经苦行，只妄想一悟便得，那是完全违背“开悟”的本意了。禅宗的没落，更是一种辩证思维方式的没落。

成人的“开悟”，年龄不是问题，大器晚成未始不是一种自身努力的结果，有更多人可以效仿。“吾生也有涯，而知也无涯”。苏洵年二十七才发奋读书，与其子苏轼、苏辙合称三苏，均列入唐宋八



浮萍蜻蜓图（牟义一清）

大家，可谓对己对子都教育得法了。孔子五十才开始学《易经》，真正明白了做人的道理。

如果说童年是一块璞玉，成人的“开悟”首先是返璞归真，去掉玉上的尘埃，然后再细细雕琢。其实那种愉悦的感觉也很容易得来，想得简单，活得简单，一簞食，一瓢饮就已足矣。



变化

人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，这是变化。人的情绪也好像天气，有雷霆之怒，有春风和煦，有火之热烈，有水之流畅。万事万物在空间和时间中变化，使生命变得丰富多彩，细想之，又似乎是造物主的刻意安排，逃脱不了命运的轮回。沧海桑田，阴阳交替，起源与终结是思想者竭力想了解、却受时空限制无法了解的问题。

从阿基米德、达芬奇到牛顿，都试图用“数”来揭示真理和现象之间的联系。只是物理的模型一旦精确便有问题，只能在有限的维度和约束里有