

国  
学  
大  
书  
院

三秦出版社

# 闲情偶寄 随园诗话

清代文坛双雄倾力撰著的传世之作

伤哉造物生人一场为时不满  
百岁彼夭折之辈无论矣姑就  
永年者道之即使三万六千日  
尽是追欢取乐时亦非无限光  
阴终有报罢之日



经典  
珍藏版

和康图书·超值价

# 闲情偶寄 随园诗话

三秦出版社



精 美 插 图 本

〔清〕李渔  
· 著  
王辉 · 编译  
〔清〕袁枚

## 图书在版编目(CIP)数据

闲情偶寄 / (清) 李渔著, 王辉编译.

随园诗话 / (清) 袁枚著, 王辉编译.

- 西安: 三秦出版社, 2007.7

(国学大书院)

ISBN 978-7-80736-174-9

I. ①闲… ②随… II. ①李… ②王… ③袁…

④王… III. ①诗话-中国-古代 ②杂文-作

品集-中国-清代 IV. I207.22 I264.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字-

(2007) 第 081526 号

|      |                     |
|------|---------------------|
| 书 名  | 闲情偶寄·随园诗话           |
| 作 者  | [清] 李渔 [清] 袁枚著 王辉编译 |
| 责 编  | 贺金娥                 |
| 封面设计 | 陈 非                 |
| 内文制作 | 火云鹤                 |
| 策 划  | 以 洋 忠 平             |
| 法律顾问 | 沙庆超                 |

|      |                        |
|------|------------------------|
| 出版发行 | 三秦出版社                  |
| 地 址  | 西安市北大街 147 号           |
| 电 话  | (029) 87205106         |
| 邮政编码 | 710003                 |
| 经 销  | 全国新华书店                 |
| 印 刷  | 万裕文化产业有限公司             |
| 开 本  | 787 × 1092 1/16        |
| 印 张  | 20                     |
| 插 页  | 4                      |
| 字 数  | 550 千字                 |
| 版 次  | 2007 年 7 月第 1 版        |
| 印 次  | 2007 年 7 月第 1 次印刷      |
| 标准书号 | ISBN 978-7-80736-174-9 |
| 定 价  | 19.80 元                |

版权所有, 侵权必究

凡有缺页、倒页、脱页, 可与工厂直接调换。

联系电话: 029-87332772



## 前言

《闲情偶寄》，又名《笠翁偶集》，是清代文学家李渔的重要著作之一。其内容包括词曲、演习、声容、居室、器玩、饮饌、种植、颐养八部，共二百三十四个小题，论及戏剧创作和表演、妆饰打扮、园林建筑、家具古玩、饮食烹调、养花种树、医疗养生等许多方面，内容相当丰富。在中国传统雅文化中享有很高声誉，被誉为中国古代生活艺术大全，名列“中国名士八十大奇著”之首。

李渔（1611—1680），原名仙侣，字谪凡，号天徒，中年更名李渔、字笠鸿，号笠翁。李渔出生时，由于其祖辈创业已久，此时“家素饶，其园亭罗绮甲邑内”，故李渔一出生时就享受到了富足生活。其后由于在科举中的失利，使肩负以仕途腾达为家族光耀门户重任的李渔放弃了这一追求，毅然改走人间大隐之道。康熙五年（1666）和康熙六年（1667）先后获得乔、王二姬，李渔在对其进行细心调教之后组建了以二姬为台柱的家庭戏班，常年巡回于各地为达官贵人作娱情之乐，收入颇丰，这也是李渔这一生中生活最得意的一个阶段，同时也是李渔文学创作中最丰产的一个时期，《闲情偶寄》一书就是在这一阶段内完成并付梓的。1672、1673年，随着乔、王二姬的先后离世，支撑李渔富足生活的家庭戏班也土崩瓦解，李渔的生活从此转入了捉襟见肘的困顿之中，经常靠举贷度日。1680年，古稀之年的李渔于贫病交加中离世。

《闲情偶寄》中所介绍的审美情调、营造技巧、饮食结构、闲情逸趣、身心修养等方面的内容，基本上是他的社会生活实践的总结，反映了他个人修养和生活情趣。李渔想他人之所未想，议他人之所未议，乐他人之所未乐，书中妙趣横生，回味无穷。所以一经刊印，便震惊文坛，多视之为奇人、怪物。自康熙十年翼圣堂首次雕版印行之后，翻刻者颇多，流传极广。

《闲情偶寄》是一部寄情之作，就连他本人也很看重这部书，他在给礼部尚书龚芝麓的信中说：“庙堂智虑，百无一能；泉石经纶，则绰有余裕。惜乎不得自展，而人又不能用之。他年赍志以没，俾造化虚生此人，亦古今一大恨事。故不得忆而著为《闲情偶寄》一书，托之空言，稍舒蓄积。”这部书较充分地反映了李渔的文艺修养和生活情趣，其中关于戏曲创作和演出的《词曲》、《演习》二部，尤其引人注目。人们普遍认为李渔这些经验之谈，具有重要的理论价值和实践意义，是中国戏剧美学史上不可多得的著作。此外，对于园林建筑，李渔也颇有卓见。其他部分，虽然所谈不过日常生活中的闲情逸趣，但也间或触物兴感，如以草木喻人，借家事比国事等，流露了一些感慨。当然书中也有一些内容反映了封建统治阶级庸俗低级的生活情趣，因此，读者在阅读此书时，应采取批判吸收的态度。

《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。清著名学者余怀为此书作序曰：“糊涂的人读了它将会变得明白；狭隘的人读了它将会变得旷达；忧郁的人读了它将会变得愉快；笨拙的人读了它将会变得灵巧；愁闷的人读了它将会欣然起舞；有病的人读了它将会霍然而愈。”林语堂在谈到《闲情偶寄》这本书时说：“李笠

翁的著作中，有一个重要部分，是专门研究生活乐趣，是中国人生活艺术的袖珍指南，从住室与庭院、室内装饰、界壁分隔到妇女梳妆、美容、烹调的艺术和美食的系列。富人穷人寻求乐趣的方法，一年四季消愁解闷的途径、性生活的节制、疾病的防治……”。

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、营造艺术人生氛围仍有极大的借鉴价值。

《随园诗话》是清代文学理论著作，袁枚著。随园，在江宁（今南京）小仓山，是袁枚辞官后所筑别墅名。袁枚的诗话即撰写于此，故名《随园诗话》。

《随园诗话》是清代影响最大的一部诗话。其体制为分条排列，每条或述一评，或记一事，或采一诗（或数诗），乃随笔式。本书的编撰，旨在倡导性灵说诗论，以反对乾隆诗坛流行的沈德潜格调说与翁方纲以考据为诗的风气。本书于作者辞官后开始编撰，成书于乾隆五十五年（1790），由毕沅等资助付梓。补遗则写至作者病故为止，成书于嘉庆年间。

袁枚（1716—1798），字子才，号简斋，一号存斋，世称随园先生，晚年自号仓山居士、随园老人等。钱塘（今浙江杭州）人。祖籍慈溪（今属浙江）。乾隆四年（1739）进士，选庶吉士，入翰林院。乾隆七年（1742）改发江南，历任溧水、江浦、沭阳、江宁等地知县。乾隆十四年（1749）辞官，居于江宁（今江苏南京）小仓山随园。以后除乾隆十七年（1752）曾赴陕西任职不到一年外，终生绝迹仕途。袁枚主持乾隆诗坛，为性灵派领袖。著述甚丰，有《小仓山房诗集》、《小仓山房文集》、《随园诗话》、《子不语》、《随园尺牍》、《随园随笔》等十来种。传见《清史稿》卷四八五。

《随园诗话》记述了古今文坛掌故、文人轶事，评品古今诗人及诗作。集中体现了作者论诗力主性灵的主张。他认为：“自三百篇至今日，凡诗之传者，都是性灵，不关堆垛。”在袁枚的理论体系中，性灵大致与性情相等，都是指诗人真情的抒发，他说：“诗人者，不失其赤子之心也。”又说：“文以情生，未有无情而有文者。”他甚至把“诗言志”的传统诗教也纳入他的性情之中，倡导“肌理说”，他又不一概排斥学识和能力，在学识和能力与天分二者的关系上，袁枚仍然以天分为先，这体现了他性灵说的内质。灵感的产生有突如其来和稍纵即逝的特点，袁枚在阐述性灵说时，充分注意到了这一点。

作者在强调“性灵”的同时，他还提倡诗歌应有新鲜的风味，灵活的笔致，注重诗人的才情、个性与独创性。这种反传统、反模拟、求创新的特点，亦有不少诗坛掌故、诗歌本事、诗人轶事的记载，虽不无庸俗之处，但可见乾隆时期文化状况的一个侧面，是袁枚在继承前人进步思想的基础之上的新发展，本书的精华在于“话”，而基础却在于“诗”，故书中采录了大量印证诗论的作品，不拘时代、流派，不拘作者身份、性别，尤可称道者是闺秀之什颇多。独开生面，别树一帜并集结起性灵诗派，为反拟古、反考据为诗及使诗歌回归抒写真性情的轨道上来作出重要贡献。是对清代以来道统文学观的挑战。《随园诗话》以其所具有的新兴社会思潮的因素而独树一帜，在中国文学理论上做出了极大的贡献。

本书编排严谨，校点精当，并配以精美的插图，以达到图文并茂、生动形象的效果。此外本书版式新颖，设计考究，双色印刷，装帧精美，除供广大读者阅读欣赏外，更具有极高的研究、收藏价值。

编者

2007年7月

## 目 录

## 闲 情 偶 寄

## 闲情偶寄·声容部

选姿 小序

/ 2

肌肤

/ 3

眉眼

/ 7

手足

/ 9

态度

/12

修容 小序

/17

盥栉

/19

薰陶

/25

点染

/27

治服 小序

/31

首饰

/33

衣衫

/38

鞋袜

/45

习技 小序

/49

文艺

/51

丝竹

/56

歌舞

/60

## 闲情偶寄·颐养部

行乐 小序

/67

贵人行乐之法

/68

富人行乐之法

/70

贫贱行乐之法

/72

家庭行乐之法

/ 75

道途行乐之法

/ 77

春季行乐之法

/ 78

夏季行乐之法

/ 80

秋季行乐之法

/ 81

冬季行乐之法

/ 82

随时即景就事行乐之法

/ 84

睡

/ 84

坐

/ 89

行

/ 90

立

/ 91

饮

/ 91

谈

/ 92

沐浴

/ 93

听琴观棋

/ 94

看花听鸟

/ 95

蓄养禽鱼

/ 96

浇灌竹木

/ 99

止忧 小序

/100

止眼前可备之忧

/101

止身外不测之忧

/101

调饮啜 小序

/102

爱食者多食

/103

怕食者少食

/103

太饥勿饱

/104

太饱勿饥

/104

|                 |      |                 |      |
|-----------------|------|-----------------|------|
| 怒时哀时勿食          | /105 | 糕饼              | /139 |
| 倦时闷时勿食          | /105 | 面               | /140 |
| 节色欲 小序          | /106 | 粉               | /142 |
| 节快乐过情之欲         | /108 | 肉食 小序           | /142 |
| 节忧患伤情之欲         | /108 | 猪               | /144 |
| 节饥饱方殷之欲         | /109 | 羊               | /144 |
| 节劳苦初停之欲         | /109 | 牛、犬             | /145 |
| 节新婚乍御之欲         | /110 | 鸡               | /146 |
| 节隆冬盛暑之欲         | /111 | 鹅               | /146 |
| 却病 小序           | /111 | 鸭               | /148 |
| 病未至而防之          | /113 | 野禽野兽            | /148 |
| 病将至而止之          | /113 | 鱼               | /149 |
| 病已至而退之          | /114 | 虾               | /151 |
| 疗病小序            | /115 | 鳖               | /152 |
| 本性酷好之药          | /118 | 蟹               | /153 |
| 其人急需之药          | /119 | 零星水族            | /155 |
| 一心钟爱之药          | /120 |                 |      |
| 一生未见之药          | /121 | <b>闲情偶寄·居室部</b> |      |
| 平时契慕之药          | /122 | 房舍 小序           | /157 |
| 素常乐为之药          | /123 | 向背              | /161 |
| 生平痛恶之药          | /124 | 途径              | /161 |
|                 |      | 高下              | /161 |
| <b>闲情偶寄·饮馔部</b> |      | 出檐深浅            | /162 |
| 蔬食 小序           | /126 | 置顶格             | /163 |
| 笋               | /128 | 斲地              | /164 |
| 藟               | /130 | 洒扫              | /165 |
| 蕤               | /130 | 藏垢纳污            | /167 |
| 菜               | /131 | 山石 小序           | /168 |
| 瓜、茄、瓠、芋、山药      | /133 | 大山              | /170 |
| 葱、蒜、韭           | /133 | 小山              | /171 |
| 萝卜              | /134 | 石壁              | /173 |
| 芥辣汁             | /135 | 石洞              | /174 |
| 谷食 小序           | /135 | 零星小石            | /175 |
| 饭粥              | /136 |                 |      |
| 汤               | /138 |                 |      |

## 闲情偶寄·种植部

|       |      |       |      |
|-------|------|-------|------|
| 草本 小序 | /202 | 芍药    | /203 |
| 木本 小序 | /176 | 兰     | /204 |
| 牡丹    | /177 | 蕙     | /206 |
| 梅     | /178 | 水仙    | /207 |
| 桃     | /180 | 罌粟    | /208 |
| 李     | /181 | 葵     | /209 |
| 杏     | /182 | 鸡冠    | /209 |
| 梨     | /183 | 玉簪    | /210 |
| 海棠    | /183 | 凤仙    | /210 |
| 玉兰    | /186 | 蝴蝶花   | /211 |
| 辛夷    | /187 | 菊     | /211 |
| 山茶    | /187 | 菜     | /213 |
| 紫薇    | /188 | 众卉 小序 | /214 |
| 绣球    | /189 | 芭蕉    | /214 |
| 紫荆    | /189 | 翠云    | /215 |
| 杜鹃、櫻桃 | /190 | 虞美人   | /216 |
| 石榴    | /190 | 书带草   | /216 |
| 木槿    | /191 | 天竹    | /217 |
| 桂     | /192 | 虎刺    | /217 |
| 合欢    | /192 | 苔     | /217 |
| 木芙蓉   | /193 | 萍     | /218 |
| 夹竹桃   | /194 | 竹木 小序 | /218 |
| 瑞香    | /194 | 竹     | /219 |
| 茉莉    | /195 | 松柏    | /221 |
| 藤本 小序 | /196 | 梧桐    | /222 |
| 蔷薇    | /198 | 槐、榆   | /223 |
| 木香    | /199 | 柳     | /223 |
| 月月红   | /199 | 黄杨    | /225 |
| 姊妹花   | /200 | 棕榈    | /226 |
| 玫瑰    | /200 | 枫、柏   | /226 |
| 素馨    | /201 | 冬青    | /227 |
| 凌霄    | /201 |       |      |
| 真珠兰   | /202 |       |      |

## 随园诗话

### 随园诗话·卷一

|        |      |
|--------|------|
| 文中寄志   | /229 |
| 诗在骨不在格 | /230 |
| 存其是去其非 | /231 |
| 金公政简刑清 | /231 |
| 切勿抄袭   | /232 |

### 随园诗话·卷二

|         |      |
|---------|------|
| 诗才清警    | /233 |
| 唐翰林最荣   | /233 |
| 名未必符实   | /234 |
| 福薄生慧    | /235 |
| 改诗难于作诗  | /236 |
| 诗贵其有深意  | /236 |
| 每出必携书   | /237 |
| 心有灵犀    | /238 |
| 天下无如吃饭难 | /238 |
| 以故事育人   | /239 |
| 赋诗抒怀    | /240 |

### 随园诗话·卷三

|        |      |
|--------|------|
| 诗难事也   | /241 |
| 不能评第一  | /241 |
| 诗称家数   | /242 |
| 各朝富贵诗  | /243 |
| 吟杨花诗   | /244 |
| 妙在孩子语  | /245 |
| 预知中榜   | /245 |
| 应酬诗作   | /246 |
| 改诗论    | /247 |
| 刚柔相济   | /248 |
| 贤人留恋故地 | /249 |

|      |      |
|------|------|
| 闺秀能文 | /249 |
| 论因缘  | /250 |
| 席间赋诗 | /251 |
| 仿古风  | /252 |
| 儒释名家 | /252 |

### 随园诗话·卷四

|          |      |
|----------|------|
| 身份不等心胸不同 | /254 |
| 取其精华弃其糟粕 | /254 |
| 女人建功     | /255 |
| 文简谈画     | /256 |
| 文贵在曲婉    | /256 |
| 野外诗意     | /258 |
| 才女嫁俗商    | /258 |
| 风刮女子六千里  | /259 |
| 论《声调谱》   | /260 |
| 论诗的悟性    | /261 |
| 美妙的诗     | /262 |

### 随园诗话·卷五

|         |      |
|---------|------|
| 得随园记    | /263 |
| 五斗米与诗   | /263 |
| 行医与作诗   | /264 |
| 娘子秀才    | /265 |
| 扬州游     | /266 |
| 身临其景    | /266 |
| 诗词谈     | /267 |
| 苏州秀才    | /268 |
| 诗的意境    | /269 |
| 女司马相如   | /269 |
| 厚积而薄发   | /270 |
| 庸师妄评真才子 | /271 |

## 随园诗话·卷六

- 评王荆公 /272  
棋艺与诗作 /272  
喝酒与买书 /273  
墨禅和尚 /274  
题《芝城话旧图》 /275

## 随园诗话·卷七

- 偶吟香亭 /276  
上天造人 /276  
诗文集之名 /277  
别号非古 /278

## 随园诗话·卷八

- 讽世语 /279  
戒滥评 /279  
英俊少年留佳作 /280  
新不如旧 /281  
诗人的不同运气 /281  
恬淡添寿 /282  
沈周之诗 /283  
遇才结友 /283  
人参换野菜 /284  
正者拒妓 /285

## 随园诗话·卷九

- 姑表二兄弟 /286  
尊唐贬宋遭戏 /286  
任氏姐妹情 /287  
诗词救名妓 /288  
对客挥毫 /290  
宴席上的诗作 /291

## 随园诗话·卷十

- 作诗的名医 /292

## 随园诗话·卷十一

- 咏叹别离苦 /293  
勤奋尚书 /294  
题仙人诗 /294

## 随园诗话·卷十二

- 诗人笔不出美景 /296  
难得知己 /296

## 随园诗话·卷十三

- 不得志者诗 /297  
貌短小诗犹佳 /297  
多种解释 /299  
三揖学艺 /299  
人各有趣 /300

## 随园诗话·卷十四

- 胭脂有泪 /301  
编辑七病 /302  
风尘奇士 /303

## 随园诗话·卷十五

- 谣和乐 /304  
“花旦”考 /304  
“结发”与“敛衽” /305  
贵在考证 /305  
幽清之诗 /308  
以讹传讹 /308

## 随园诗话·卷十六

- 小议唐诗 /310  
士大夫记 /311  
闻一道 /312

闲

情

偶

寄

## 闲情偶寄·声容部

## 选 姿 小 序

## 【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，以惟所原有，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。



## 【译文】

“喜欢美食美色是人的天性。”“不知道子都长得漂亮的人，是有眼无珠。”古代圣贤，说话都是很慎重有选择才说的，他们之所以不违背人之常情，几次三番都这样说话，是因为食欲和性欲是人的基本要求，不能强行抹煞它们。别人有美貌的妻妾而我却喜爱她们，这叫违背人的天性；喜爱别人的妻妾不仅会损害自己的德行，而且会引来杀身之祸。我自己有美貌的妻妾而喜爱她们，是恢复了我原有的天性，即使圣人再生，也会和我心有同感，不会认为那是不道德的。孔子说：“富贵的人，行为也要显得富贵。”如果处在有钱有势的地位，不买一两个姬妾娱乐，这不是身居富贵却干贫贱人的事了吗？圣人的大道理是合乎人情的，怎会同于这种假装清

廉俭朴的做法呢？但是，如果家中有凶悍如河东狮吼的妻子，就应该用这种假装清廉俭朴的做法来掩盖，否则的话，喜爱美人等于是厌恶她，怜惜美人却正好害了她。这时就不能用红颜薄命做借口来推脱责任，把自己当成替上天施行惩罚的残忍之人。

## 【原文】

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，貽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，数千古传之。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】

我只是一个卑微的书生，终身落魄潦倒，不仅无缘亲近那种国色天香的美人，即使是姿色平平勉强看得过去的女子，也见不到几个，又怎么敢不知天高地厚地去品评她们的音色容貌，夸夸其谈地评论她们的歌舞，而被整日眠花枕柳的人笑话呢？然而，我与女子的缘分虽然不太深，但对她们的兴致却很高，事情虽然没有亲身经历过，但有种道理实际上很容易明白，即对想象中的美妙情景，比那些终日处在脂粉堆里和温柔乡中的人有更深体验。如果有谁不相信，我就拿历史上的往事向他验证一下。楚襄王是楚国的一代君王。漂亮嫔妃充满了整个后宫，寻欢做乐，他什么事没有经历过？但千百年来，没听说过人们传述他的真事，只有楚襄王阳台一梦的传说，至今流传，脍炙人口。阳台在什么地方？神女的家又住哪里？神女早晨像天上流动的云，晚上像空中盈盈洒落的雨，到底是个什么样子？这些难道会有什么蛛丝马迹可以考查吗？如果是实有的事情，用得着三番五次地陈述吗？其实这些都是想象中的事情啊。想象中的事情会比实际情形美好十倍，所以千百年来流传不衰。能够把比真事美妙十倍的想象之事描述得有理有据的，肯定能进入闲情逸致的境界。读这本书的人，如果想追究我的这些学识从何而来，我就拿楚襄王阳台做梦这个例子来回答他。



## 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。女人本质，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。



## 【译文】

女子的妩媚，有多种形态，到底还是以肤色为主要标准。《诗经》里不是说“在洁白的质地上铺以五彩”吗？素是洁白的意思。女子的肌肤本色，只有洁白最难能可贵。常有好的眉毛、眼睛、嘴巴、牙齿等都像画中一样漂亮，唯独肤色有缺陷。难道说造物主创造人类的技巧，反而不如染匠在未经漂白的布料上铺染色彩的功夫吗？我不认为是这样的。要想让皮肤白很难，要让皮肤有颜色则很容易。

## 【原文】

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，则虽什伯其工价，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。

## 【译文】

为什么说洁白难得呢？任何一种植物的生长，都要看它的根本，根本是什么颜色，枝和叶也就是什么颜色。人的根本是什么呢？是精和血二者。精的颜色偏白，血则是偏红、偏紫。接受父精多而形成的胎儿，出生后一定长得白。由父精母血混合汇聚，或接受母血多而父精少的胎儿，出生之后肤色就介于黑和白之间。如果母血的颜色接近浅红，那么形成的胎儿，肤色虽然是在黑白之间，到了出生之后，用精制的食品喂养，让她住在幽暗的房子里，她的肤色也可以一点点地变白，因为她的根本不是全黑的。有人小时候长得不白，长大以后变白的，都属于这种情况。至于那些母血颜色呈深紫色而结成的胎儿，因为她从根本上已经是全黑的了，全然没有变白的基础，等她出生之后，即使让她吃水晶云母，让她住玉殿琼楼，也很难指望她由黑变白。只要能保持住原有的肤色，不至于越老越黑，就算是万幸了。有的富贵人家的小孩，生来就不白，长大后一直到老还是不变白，就属这种情况。知道了上面的道理，就会知道了选材的方法，这方法应当像染匠接受衣料一样。有人拿来白

色的衣料让染匠漂染，染匠很愿意接受，因为这很容易办到。有人拿稍稍有点儿污垢的白色衣料让染匠漂染，他也能够接受，因为这虽然难漂染，但还是可以办到；要是有人拿来已经被浸染成深色的衣料，要让染匠先除去衣服的颜色漂白，那么即使给他十倍百倍的工钱，他也会推托的。因为人的本领再巧妙，也很难违背自然规律，不能强行让已经存在的东西变成没有。

### 【原文】

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。

### 【译文】

女人皮肤白的容易变色，肤色黑的也容易变色，只有肤色介于黑和白之间的，改变起来就不太容易。在这方面有三种情况：脸部颜色比身上肤色黑的很容易变白，身上肤色比脸上颜色黑的很难变白；肌肤的颜色黑但长得细嫩的容易变白，肌肤颜色黑，但比较粗糙的不容易变白；皮肤黑但肉纹宽松的容易变白，皮肤黑且肌肉紧而结实的难以变白。脸比身上肤色黑，是因为脸露在外面而身体藏在衣服里面。脸露在外面就会受到风吹日晒，要想变白就不太容易；身体藏在衣服里面，就比脸稍微白一些。这种情况是有明显的外部原因的。假如让脸部和身体一样，有东西罩在外面，风吹不着，日晒不着，结果也会和身体一样容易变白。身体的颜色比脸部颜色黑的与此相反，所以想变白实在不容易。

### 【原文】

肌肤之细而嫩者，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，靴与履之未经煊者，因其皱而未直，故浅者似深，淡者似浓，一经熨煊之后，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，亦犹待煊之靴履，未经熨之绫罗纱绢，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。





### 【译文】

女子中有的肌肤长得很细嫩，就像绫罗绸绢，质地很光滑，所以染上颜色容易，褪掉颜色也容易，稍稍受到点儿风吹，略微受点风吹日晒，深色的部分就会变浅，色浅的部分也会变深。肌肤长得粗糙的，就像网纹粗的布料和毛毯，在上面染色，要比在绫罗绸绢上染色困难十倍。等到染上色之后再想褪掉，比绫罗绸绢又不止难十倍。肌肤变色的道理也是这样，所以我们知道细嫩的肌肤容易变白，而粗糙的肌肤不容易变白。女子中有的肌肤长得黑而肉纹宽，就好像绸缎没有经过熨烫，靴子和鞋没有经过撑楦，因为它既皱又不平展，所以色浅的地方看起来色也很深，色淡的地方看起来也很浓。一旦经过熨烫或撑楦之后，那些皱褶粗纹就会发生

变化，不再是原来的样子了。肌肤的纹理长得宽的女子，是因为血肉不够丰满，还有待长胖、滋养，就好比没经过撑楦的靴子和鞋，没经过熨烫的绫罗绸绢。目前是这个样子，等到她的血和肉经过滋养变得丰满了之后，就一定不会再是这个样子了，所以我们知道肉纹宽的肌肤容易变白，紧绷而结实的很难变白。

### 【原文】

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】

识别肌肤的方法，都在这儿写上了。如果真像上面说的这样，那么，肤色生得白而细嫩、肌肉松弛的女子都被人争着娶走了，那些肤色黑而粗糙、肌肉又紧又结实的不就成了被人抛弃的吗？我认为不会这样。薄命的女子全是红粉美人，享大福的倒偏偏是丑陋的女子，这不是因为别的，就是因为丑陋的女子天生就是当贵夫人的材料。

# 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，子與氏笔之于书，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。曰随身转，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，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？无俟晓晓，徒滋繁渎。

## 【译文】

脸是身体的主要部位，眼睛又是脸的主要部位。看人先要为他相面，这道理人们都知道；相面一定要先相眼睛，这人们也都知道，但未必能完全懂得其中的奥秘。我认为，相人的最好方法是先相心，知道了他的心是怎么回事，然后再看他的形体。形体是什么呢？眉毛、头发、嘴巴、牙齿和耳朵、鼻子、手臂、脚掌等都是。心在人的肚腹当中，怎么能够看得见呢？我认为：有眼睛在，就不用忧虑了。考察人心是邪还是正，没有比观察眼睛更好的了。子與先生把他的相面经验整理出来，已刻印成书了，开创了相术的祖业。我无意在重复他的理论，只想谈论女子性情的刚与柔、心灵的愚与慧。这四者是区分女子日后是赏花品草还是烧火弄饭的根据，是凶悍如同河东狮吼还是温柔体贴的娇娘的

