

往事已付东水去，浊酒相逢，
古今再吟一曲

风雅宋

宋朝生活图志

梁志宾 - 著



命久必合的时代先机。

它经历了华夏民族

诗词文化的复兴。

它见证了古代中国

自然科学发展的蓬勃生命力。

它经得起黄金时代的赞誉。

中国财经出版传媒集团
中国财政经济出版社

风雅宋。

宋朝生活图志

梁志宾 著

中国
古代
生活史

历史是过去传到将来的声音，
是将来对过去的反映。

——法二雨果《笑面人》

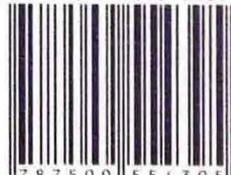
“往者可鉴，来者可追”，这是中国古代生活史丛书最初的立意及最终的目标。本系列丛书采取文化生活史的视角及讲述方式，向读者介绍现实生活中熟悉之事的历史演变历程，如美食、茶艺、服饰、娱乐等。在致力于用严谨不失趣味的语言向大众还原中国古代历朝各代的生活细节的同时，还能令人对中国历史形成立体、感性的认识，于现实生活中一窥古意之美。

沐来文化
MOLY CULTURE



上架建议：人文 历史

ISBN 978-7-5095-5439-5



9 787509 554395 >

定价：49.80元

图书在版编目(CIP)数据

风雅宋：宋朝生活图志 / 梁志宾著. — 北京：中国财政经济出版社，2014.9

(中国古代生活史)

ISBN 978-7-5095-5439-5

I. ①风… II. ①梁… III. ①社会生活—历史—中国—宋代—图集 IV. ①K244

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第105663号

责任编辑：王彦浩

装帧设计：风信子 郑韩樱子

特约编辑：邢小胖

版面制作：屈艳君

中国财政经济出版社出版

URL:<http://www.cfeph.cn>

E-mail:cfeph@cfeph.cn

(版权所有 翻印必究)

社址：北京市海淀区阜成路甲28号 邮政编码：100142

营销中心电话：010-88190406 北京财经书店电话：010-64033436

北京新华印刷有限公司印制 各地新华书店经销

165×210毫米 16开 18印张 240 000字

2014年9月第1版 2014年9月北京第1次印刷

定价：49.80元

ISBN 987-7-5095-5439-5 / K·0025

(图书出现印装问题，本社负责调换)

本社质量投诉电话：010-88190744

反盗版举报热线：88190492 88190446

序 言

中国是一个有着悠久历史的文明古国，在漫长的历史岁月中，勤劳、智慧的中华各族人民，曾经创造出举世闻名的政治、经济、文化、科技文明成果。这些物质文明与精神文明的优秀成果，是中国古代各族人民在长期的生产劳动和社会实践中，智慧与汗水的结晶；同时，这些成果的推广与普及，又作用于人们的日常生产与生活，使之更加丰富多彩，更具科技、文化、艺术的魅力。

中国古代的社会生活，不仅内容宏富，绚丽多姿，而且源远流长，传承有序。作为一门学科的中国社会生活史，以历史中带有宽泛内约意义的社会生活运作事象作为研究对象，它是历史学的一个重要分支，有助于人们更全面、更形象地了解历史原貌。关于生活史在历史学中的地位，英国著名历史学家哈罗德·铂金曾这样说道：“灰姑娘变成了一位公主，即使政治史和经济史不允许她取得独立地位，那么她也算得上是历史研究中的皇后。”^①

然而这位“皇后”在中国却历尽坎坷，步履维艰，她或为其他学科的绿荫所遮盖，或为时代风暴扬起的尘沙所掩蔽，在很长一段时间内中国社会生活史没有打下坚实的理论基础，也没有清理出必要的历史资料，整体性的研究尤其薄弱，甚至于今日提到“生活史”这个词，许多人仍不乏茫然之感。

^① 参见蔡少卿主编《再现过去：社会史的理论视野》，浙江人民出版社1988年版，第144页。

社会生活史在中国的萌芽可追溯至古代。中国古代史学家治史，都十分注意搜集、整理有关社会生活方面的史料。如孔子辑集的《诗经》，采诗以观民风，凡邑聚分布迁移、氏族家族组织、衣食住行、劳动场景、男女恋情婚媾、风尚礼俗等等，均有披露。《十三经》中的《礼记》《仪礼》，对古代社会的宗法制、庙制、丧葬制、婚媾、人际交往、穿着时尚、生儿育女、敬老养老、起居仪节等社会生活资料，作了繁缛纳范，可谓是一本贵族立身处世的生活手册。司马迁在《史记·货殖列传》中描述了全国 20 多个地区的风土人情：临淄地区，“其俗宽缓阔达，而足智。好议论，地重，难动摇，怯于众斗，勇于持刺，故多劫人者”。长安地区，“四方辐凑并至而会，地小人众，故其民益玩巧而事末也”。他并非仅仅罗列现象，还力图作出自认为言之成理的说明。如他在解释代北¹民情为何“慄悍”时说，这里“迫近北夷，师旅亟往，中国委输时有奇羨。其民羯以不均”。而齐地人民“地重，难动摇”的原因在于这里的自然环境和生产状况是“宜桑麻”耕种。这些出自古人有意无意拾掇下的社会生活史素材，对于揭示丰富多彩的历史演进中外在表象和内在规律之间的联系，无疑具有积极意义，将其视作有关社会生活研究的有机部分，似也未尝不可。

在西方，社会生活史作为一个学科是伴随着 20 世纪初社会学的兴起而出现的。开风气之先的是法国的“年鉴学派”。他们主张从人们的日常生活出发，追踪一个社会物质文明的发展过程，并进而分析社会的经济生活和结构以及全部社会的精神状态。“年鉴学派”的代表人物雅克·勒维耳（Jacques Revel，1942—）在《法国史》一书中指出：重要的社会

¹ 代北，古地区名。泛指义。指明代的代郡和唐以后的代州北部及以北地区。地理学因言《今西西北》及《西北地理》。

制度的演变、革命以及改革等等历史内容虽然重要，但是，“法国历史从此以后也是耕地形式和家庭结构的历史，食品的历史，梦想和爱情方式的历史”。史学家布罗代尔（Fernand Braudel, 1902—1985年）在其《15至18世纪物质文明、经济和资本主义》一书中，将首卷即题为《日常生活的结构》，叙述了15—18世纪世界人口的分布和生长规律，各地居民的日常起居、食品结构以及服饰、技术的发展和货币状况，表明他对于社会生活是高度关注的。而历史学家米什列（Michelet, 1798—1874年）在《法兰西史》一书的序言中则直接对以往历史学的缺陷进行了抨击：第一，在物质方面，它只看到人的出身和地位，看不到地理、气候、食物等因素对人的影响；第二，在精神方面，它只谈君主和政治行为，而忽视了观念、习俗以及民族灵魂的内在作用。年鉴学派主张把新的观念和新的方法引入历史研究领域，其理论不仅震撼了法国的史学界，而且深刻影响了整个现代西方史学的发展。

在20世纪初“西学东渐”的大潮中，社会生活史研究与方法也被介绍到中国，并迅速蔚成风气。揭橥大旗的是梁启超。他在《中国史叙论》中激烈地抨击旧史“不过记述一二有权力者兴亡隆替之事，虽名为史，实不过是帝王家谱”，指出：“匹夫匹妇”的“日用饮食之活动”，对于“一社会、一时代之共同心理、共同习惯”的形成，极具重要意义。为此，他在拟定中国史提纲时，专门列入了“衣食住等状况”、“货币使用、所有权之保护、救济政策之实施”以及“人口增殖迁转之状况”^①等等社会生活内容，从而开启了中国社会生活史研究的新局面。

在20世纪的二三十年代，我国史学界的诸多研究者都涉足中国社会

① 以上参见梁启超《饮冰室合集·文集》第一册，中华书局1994年版。

生活史研究领域,分别从社会学、民族学、民俗学、历史学、文化学的角度,对古代社会各阶层人们的物质、精神、民俗、生产、科技、风尚生活的状况,进行探究,并取得了丰硕的成果。但这一研究的真正全面展开,却是20世纪80年代以来的事情。在这个时期里,社会生活史研究这位“皇后”在经历了时代的风风雨雨之后,终于走出“冷宫”重见天日,成为史苑里的一株奇葩,成为近年来中国史学繁荣的显著标志。社会生活史研究的复兴,反映了史学思想的巨大变革。一方面它体现了人的价值日益受到了重视,把“自上而下”看历史变为“自下而上”看历史,这是一种全新的历史观。另一方面,它表明人类文化,不仅是思想的精彩绝伦和文物制度的美轮美奂,而且深深地植根于社会生活之中。如果没有社会生活这片“沃土”的浸润,人类文化将失去生命力。

这一时期的生活史研究,受到方方面面的关注和支持。这些年先后在天津、南京、成都、沈阳、西安、上海召开了数届全国性学术研讨会。其中1986年10月,南开大学历史系、《历史研究》杂志社和天津人民出版社联合发起在天津召开的中国首届“中国社会史学术研究会”,是中国社会生活史研究的新起点、新开端,是社会生活史在走向成熟的道路上迈出的关键一步。从此,社会生活史研究成为历史研究中颇为绚丽的篇章,至今方兴未艾,其成果如雨后春笋,不胜枚举。社会生活史的大型丛书有中国社会科学院历史研究所诸多资深专家学者撰著的从夏朝至清朝的社会生活史丛书,另有由上海文艺出版社于2001年推出的多卷本《中国风俗通史》等。此外较为重要的单册图书有林永匡、王熹的《食道·官道·医道》(1989),汪福宝、庄华峰主编的《中国饮食文化辞典》(1994),林永匡、王熹的《中国节令史》(1995),龚书铎主编的《中国社会通史》(共8卷,1996),庄华峰的《中国婚姻史》(1996),

徐吉军的《中国丧葬史》（1998），彭卫的《汉代社会风尚研究》（1998），郝春文的《唐后期五代宋初敦煌僧尼的社会生活》（1998），郭振华的《中国古代人生礼俗文化》（1998），孙立群的《中国古代的士人生活》（2003），常建华的《婚姻内外的古代女性》（2006），包铭新的《西域异服：丝绸之路出土古代服饰复原研究》（2007），萧默的《古代建筑营造之道》（2008），王景琳的《中国古代寺院生活》（2009），庄华峰的《魏晋南北朝社会》（2009），张伯山、张维夏的《正在消失的中国古文明：古民俗》（2012），郭东旭等的《宋代民间法律生活研究》（2012），陈瑛的《中国古代道德生活史》（2012），沈泓的《古代生活：民间年画中的脉脉温情》（2013），阎爱民的《中国古代的家教》（2013），庄华峰的《中国社会生活史》（2版，2014）等著作，这些作品对社会生活史的研究工作起到了极其重要的推动作用。

然而我们注意到，尽管近年来中国社会生活史的研究取得了长足的进步，但与政治史、制度史、经济史等研究领域相比，其成果还是相对单薄的。个中原因可能是多方面的，但与人们的治史理念当不无关系。

我们觉得，史学研究应当坚持“三个面向”，即面向大众、面向生活、面向社会。“面向大众”就是“眼睛向下看”，去关注社会下层的人与事；“面向生活”就是走近社会大众的生活状态，包括生活习惯、社会心理、风俗民情、经济生活，等等；“面向社会”则是强调治史者要有现实关怀，史学研究要为经济社会发展提供智力支持。而近年来我总感到，当下的史学研究有时有点像得了“自闭症”，常常孤芳自赏地将自己封闭在学术的象牙塔里，抱着“精英阶层”的傲慢，进行着所谓“纯学理性”探究，责难非专业人士对知识的缺失。在这里，我并非否定进行学术性探究的必要性，毕竟探求历史的本真，是史学研究的第一要务，而且探求历史

的真相，就如同于计算圆周率，永无穷期。但是，如果我们的史学研究不能够启迪当世、昭示未来，不能够通过历史的讲述去构建一个国家的认同，史学作品不能够成为读者启迪人生的向导，相反却自顾自地远离公众领域，远离社会大众，使历史成为纯粹精英的历史，成为干瘪的没血没肉的历史，成为冷冰冰的没有温情的历史，自然也就成了人们不愿接近的历史，这样的学术研究还会有生机吗？因此，我觉得我们的史学研究要转向（当然这方面已有许多学者做得很好了），治史者要有人文情怀，要着力打捞下层的历史，多写一些雅俗共享、有亲和力的著作，总之一句话，我们的史学研究要“接地气”，这样，我们的研究工作才有意义。

上海沐来文化传播有限公司策划了一套中国古代社会生活方面的丛书，以此来重拾远逝的文化记忆，走进古人的生活。丛书内容涵盖古代衣、食、住、行诸方面，这是一套雅俗共享的读物。作者在尊重历史事实的前提下，采用图文并茂的形式，用生动活泼的语言来彰显古代社会生活的活力和特色。编辑出版这套丛书，是一件“接地气”的好事，它对于社会生活史研究园地而言，既是锦上添花，又可以说是雪中送炭。它一定会获得广大读者的青睐。故乐而为之序。

庄华峰^①

2014年2月18日于安徽师范大学惜墨斋

^① 庄华峰，男，安徽戴县人。武汉大学中国古代史博士，研究方向为魏晋隋唐史、中国社会史、中国社会生活史、中国经济史，著有《中国婚姻史》《中国社会生活史》等多部著作。曾任安徽师范大学社会学院副院长、安徽师范大学图书馆馆长。此外，对大学书法亦有深入研究，是中国当代青年书法家，享受国务院特殊津贴。

看尽纷华成往事 图文一卷有余情

——《风雅颂·宋朝生活图志》序

余惯写小诗短章，绝少为文。日前蒙梁君志宾不弃，颁此大作相示，嘱为作序，余诚惶诚恐，怕难负所托，又俗务缠身，难以静心，故拖延有时，下笔踌躇。近日略闲，细读全文，顿觉书香扑鼻，两宋天光云影、风花雪月、人情物事、市井百态、世相纷华，跃然纸上，读之如梦回宋代，景化情生，有感于心，因试笔妄言一二，聊报梁君厚爱之谊。

以史为鉴，思接千载，而知兴替。纵观中国封建王朝历史，有宋一代，无论经济、文化、科技等，皆足以令人注目、心生向往。其辉煌成就，前所未有的，极尽一时繁华。陈寅恪先生云：“华夏民族之文化，历数千年之演进，造极于赵宋。”此言诚然也。北宋时，幅员辽阔，统治者意在守势，富国而不强兵。宋太祖杯酒释兵权后语大臣云：“多积金，市田宅以遗子孙，歌儿舞女以享天年。”又立誓碑定制“不得杀士大夫及上书言事人”，故宋代历来以富国重文而治，士人得到厚视倚重。其时农业、商业、制造业、手工业、开采业诸类经济发展兴盛勃发。诗词、歌赋、杂技、戏曲、民乐、小说、绘画、书法、建筑等艺术发展高度繁荣，文人墨客，名士风流，风骚冠于宋代者众矣。中国古代四大发明，火药、指南针、活字印刷三端便诞于宋代，彪炳史册，可知宋代科技之发达也。当斯时，宋室既无秦之霸气，又乏隋唐之豪气，是以臣民优养日久，积弱弊生，在相对宽松之生活环境中，上至王公贵胄、士大夫，下至市井小民，都安于闲逸散漫，寻求红尘乐趣，过惯潇洒自在，而无忧患之想的生活。岂料繁华梦醒，北宋终在一派仓皇的景象和唏嘘声中

落幕。两宋之交，战祸绵延，君臣南渡，江山飘摇。南宋小朝廷奔逃江南，偏安一隅，勉延宋祚，百五年间，时势多幻，繁华虽不及汴梁，但江南鱼米富庶之地，仍称得上小康升平，难怪乎林升要大发“暖风熏得游人醉，直把杭州作汴州”之慨！

读梁君大作，梦回宋朝，悠游其中，景象在眼，能不快哉。是书熔史识、诗笔、文心于一炉，经作者轻松、戏谑、考辨、妙解之语，别出心裁，娓娓道来，直欲再现历史壮阔图景，引人入胜。又以不同角度，立体思维，将两宋历史片段有机组织，深入剖析，以小见大，图文并茂，使读者诸君能更清晰简扼地了解历史、重温历史，感受宋人之真实生活。如老饕行踪一节，开封城繁华景象涌现笔端，叫人在琳琅满目之美食街前垂涎欲滴，流连忘返。又夏虫言冰、花样年华诸节，古人制冰之智，男子簪花之俗，也叫人啧啧称奇矣。

梁君此作，虽分五章，实包罗万象，宋人之生活、习俗、景象、风气皆有可观，宋代之经济、文化、科技已可窥全貌。法国学者谢和耐云：宋代是中国的文艺复兴。在中国历史长河中，宋代既显特别又至为重要，虽表象繁华，生活优游，然又予人以积弱多弊、外侮频仍之感。尽管如此，生于宋代之臣民，想必应感骄傲和自豪。或问，中华上下数千年，若让余穿越历史，重温古人生活，将选何朝何代，余必答曰“宋代”。盛世重文，文人之幸，余虽不才，差可算半个文人，故于宋代久生向往也。读此宋人生活图志，两宋纷华种种，如梦如痴，都来眼下，权以小文作引，愿与读者诸君，品读斯文，重温历史，晤对古人，回味宋朝。

是为序。

癸巳冬至陈文雄识于敦斋

目 录

梦华

- | | | |
|------|--------------|----|
| 老饕行踪 | —— 孟元老和他的开封城 | 2 |
| 武林旧游 | —— 周公瑾和他的杭州城 | 32 |
| 樊楼灯火 | —— 两宋酒楼文化漫谈 | 49 |
| 一瓿风月 | —— 江湖茶坊 | 61 |

百事

- | | | |
|------|------------|-----|
| 满城风雨 | —— 宋代房租知多少 | 74 |
| 吟叫百端 | —— 宋朝的叫卖声 | 78 |
| 声闻天阙 | —— 击鼓鸣冤 | 83 |
| 祝融之战 | —— 火政 | 89 |
| 暮鼓晨钟 | —— 报时 | 99 |
| 夏虫言冰 | —— 消暑 | 104 |

红颜

- | | | |
|------|---------|-----|
| 三寸金莲 | —— 缠足 | 111 |
| 巾幗庖厨 | —— 厨娘 | 117 |
| 玉燕钗头 | —— 头饰 | 123 |
| 胜日寻芳 | —— 女性出游 | 131 |

闲乐

- | | | |
|------|---------------|-----|
| 花样年华 | —— 从宋代男子簪花说开去 | 141 |
| 狸奴往事 | —— 宋代养猫风气 | 155 |
| 冲向云霄 | —— 宋代的蹴鞠运动 | 167 |
| 瓦舍勾栏 | —— 都市游艺场 | 180 |

婚育

- | | | |
|------|------------|-----|
| 罗带同心 | —— 宋代婚礼 | 199 |
| 婚前婚后 | —— 宋代婚恋面面观 | 224 |
| 暖泉初清 | —— 洗儿趣谈 | 239 |
| 雏凤新声 | —— 人生的春天 | 244 |

参考文献 271

后记 273



梦华

只有似曾相识的气味，才能完全唤醒过去的记忆。

——弗拉基米尔·纳巴科夫^①

^① 弗拉基米尔·纳巴科夫（Vladimir Nabokov，1899—1977年），俄裔美国小说家、20世纪文学史上最具有影响力的文学家。代表作有《Invitation of a Bezarouf》《Invitation of a Bezarouf》《Invitation of a Bezarouf》等。

老饕行踪——孟元老和他的开封城

正当鞞毂之下，太平日久，人物繁阜。垂髫之童，但习鼓舞；班白之老，不识干戈。时节相次，各有观赏：灯宵月夕，雪际花时，乞巧登高，教池游苑。举目则青楼画阁，绣户珠帘。雕车竞驻于天街，宝马争驰于御路。金翠耀目，罗绮飘香。新声巧笑于柳陌花衢，按管调弦于茶坊酒肆。

——幽兰居士《东京梦华录》



南宋·马远《倚松图册》《倚松图册》画笔精妙，为马远的杰作之一。南宋绘画多用绢本，而《倚松图册》以纸本着色，较为少见。马远把一老一少两人置于山色若隐若现、松枝横斜临水的环境中，表现了宋代文人士大夫恬淡安适的居家闲态。

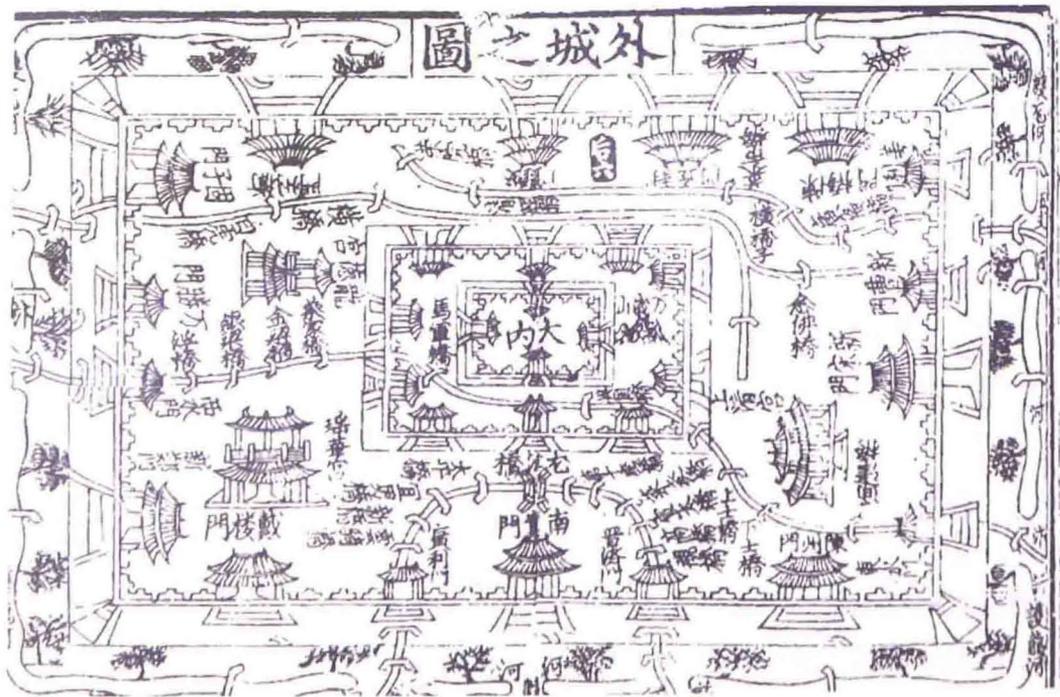
汴水流年

《东京梦华录》作者幽兰居士，自称孟元老。宋徽宗崇宁二年（1103年），孟元老随父迁居东京开封府，寓居城西。他在开封一住就是20余年。金灭北宋后，孟元老南渡，常忆东京之繁华，遂著《东京梦华录》。

据《东京梦华录》记载，开封是个包容度甚高的城市，各行各业的人都极度敬业，亦很注意自己的仪表。卖药卖卦的人“皆具冠带”，“至于乞丐，亦

有规格”。做这三种营生的人都是自由职业者，但他们做起事来毫不马虎。其余各行都有款式各异的“职业装”，“诸行百户，衣装各有本色，不敢越外”。比如，香料铺里的裹香人，标准的行头是“顶帽批背”；当铺里的伙计们，着一身“皂衫角带”，而他们是不戴帽子的。开封车马盈市，士庶杂行，但凭观察每个人的着装，就可知晓他们以何为业。

偌大个开封城不是没有地痞流氓，但他们要是欺凌那些初来此境、不懂规矩的外乡人，市民定然会挺身而出，帮理不帮亲。市民遇见有人在分管片区治安的“军铺”里争执时，也会上前排难解纷。邻里之间，不论有事无事，每日都互相串门喝茶。去大酒楼买过三两次酒的小饭店，就可从大酒楼借走值抵三五百两的银器。庶黎之家、秦楼楚馆的人来店打酒，店主均以银器供送，亦不收他们押金。有的人连夜饮酒，店家次日才去取回银器，酒器如期而归不是



▲ 南宋·陈元靓《事林广记》中的开封外城图