

歷史空間

# 舌尖上的宋代主食

戴永夏

在中國歷史上，宋朝是一個社會相對穩定、經濟比較繁榮的王朝。與此相適應，宋代的飲食業也比較發達。它前承歷代飲食的傳統精華，後啟中華美食的廣闊園地，積累了豐碩的成果和經驗。尤其在充分發展的市肆飲食帶動下，人們的日常飲食也空前豐富多樣。

宋代人的日常飲食，主要由主食和副食組成。就主食而言，北方人主要以麥、粟（小米）為主，南方人主要以稻為主。這三種糧食，撐起了人們延續生命、物質享受的半邊天。

宋代人食用小米，主要是用它來煮飯。由於人們貧富不均，飯也有黏有稠。一般貧苦人家，一日三餐，只能以饑粥度日。所謂饑，就是煮得稠一些稀飯；粥，是清湯寡水、米粒可數的稀飯。北宋大政治家、文學家

范仲淹少年時曾借住寺中，刻苦攻讀，「畫齋而食」。這「畫齋而食」就是把煮好後冷凝了的小米粥切成幾塊，餓了就拿一塊來吃。從中折射出，當時普通百姓的生活十分儉樸。

## 小米煮飯分貧富

家境殷實的人家，則多吃小米乾飯或蒸飯。乾飯是將米淘淨，放進鍋中，然後倒進一指深的清水，慢火燜煮。等水全都蒸進去了，香氣撲鼻的乾飯也就熟透了。乾飯吃起來軟硬適度，又香又甜。再澆上鮮湯佳餚，真是難得的美食。蒸飯是先把淘好的米下到水中煮，等水開過一會兒，再用箊籬將米撈出，放進籠籠裡蒸熟。這種蒸飯米粒鬆散，互不黏連，吃起來香甜爽口，比較耐飢。

蒸飯比煮粥費時、費事、費糧，只能是富裕人家的盤中餐，貧苦百姓只有在過年、過節或喜慶日子裡才能吃上蒸飯。遇上災年歉收，窮人連鹽粥都難以為繼，更不用說乾飯、蒸飯了。

## 麥麵食品花樣多

小麥是宋代北方人的又一主食。由於它在種植、產量、抗災等方面都優於小米，所以小米的主食地位也逐漸被它取代。

小麥磨成麵粉，可以作成各類麵食。北宋時的麵食店發揮了主導作用，創製出許多前代沒有的花樣麵食；南宋的市肆又把北方麵食與南方麵食相結合，製作出更多、更精細的麵食。宋代的麵食主要有：

蒸餅。蒸餅是在籠屉上蒸熟的麵食。儘管在唐代以前就已經有了蒸餅，但宋代製作的蒸餅更加精細多樣，像宿蒸餅、秤錘蒸餅、睡蒸餅等許多新的花色品種，都是宋代才出現的。宋天聖元年（1023），宋仁宗趙禎登基。由於「蒸」犯「禎」諱，人們遂將蒸餅改稱炊餅。《水滸傳》中武大郎賣的炊餅，就是蒸餅。

饅頭。饅頭也是用蒸籠蒸熟的麵食。它跟蒸餅的區別，一在形狀上：蒸餅圓形較薄，而饅頭是高裝圓形；二在內容上：蒸餅不包餡，饅頭包有肉餡。當時經濟條件較好的人家吃饅頭，差一點的吃蒸餅。

饅頭雖起源於三國時代，但直到北宋初年，才成為人們的主食，饅頭市場也從這時才活躍起來。由於包餡不同，饅頭的花樣也格外豐富，僅南宋吳自牧的《夢粱錄》中記載的就有糖肉饅頭、羊肉饅頭、太學饅頭、筍肉饅頭、魚肉饅頭、蟹肉饅頭等十多個品種，而實際遠不止這些。

包子。包子跟饅頭差不多，二者最大的不同是餡的多少。饅頭餡少麵多，食者以麵為主；而包子餡多麵少，食者以餡為主。

宋代市肆中的包子生意相當火爆。店家為了多獲利潤，不斷推出新餡料的包子。據《夢粱錄》記載，當時杭州的素菜從食店中出售的包子就有細餡大包子、水晶包子、筍肉包兒、江魚包兒、蟹肉包兒、鴨鴨包兒、七寶包兒等。北宋時，汴京州橋夜市中梅家、鹿家的鴨鴨雞雞肚肺包子和鱈魚包子，還名揚京師。當時每個包子只賣15文，無論貧富都買得起，故此名聲大震。

餛飩與餃子。餛飩屬小型包餡麵食，產生的歷史比較久遠。南北朝時，餛飩就號稱「天下通食」。到宋朝，人們對餛飩更加喜愛，上至帝王，下至平民，皆以餛飩為美食；百姓家中製作的餛飩也多樣多樣，喜慶、節日、宴客等場合餛飩都必不可少。

宋代的另一變化是餃子從餛飩中分離出來，稱作「角子」或「角兒」。它跟餛飩一起，成為百姓餐桌上的主食。

湯餅。湯餅也是宋代人常吃的麵食。把和好的麵擀成薄片，用刀切成比麵條寬的長條，用水煮食，這便是湯餅。湯餅與現代的麵條相似，《夢粱錄》中記載的杭州麵食店出售的豬羊庵生麵、絲雞麵、三鮮麵、魚桐皮麵、鹽煎麵、筍瀝肉麵、炒雞麵、大熬麵等，都屬於湯餅的範疇。

## 家家飄出稻米香

我國南方氣溫較高，雨量比較充沛，適宜

水稻生長，因此水稻的種植比較普遍，稻米也自然成了南方人的主食。

宋代人食稻，通常是將稻米煮成米飯。宋人烹煮米飯，比較講究稻米的品種與質量。因而在長期的農業實踐中，培育出不少色、香、味俱佳的水稻新品種。用它們煮飯，都別具風味。如廣東的絲苗米、齊眉稻，都是十分名貴的品種，其米粒潔白晶瑩，油質豐富，煮出的米飯香氣濃郁，柔軟可口；陝西的香禾、福建的過山香，開花時節就香氣襲人，煮成米飯更四處飄香，向有「一家煮飯十家香，一畝稻熟十里香」之譽；而湖南長沙的香稻，更名聞遐邇，宋代文學家周密在《武林舊事》中，就稱此稻「上風聞之，五里聞香；屋內存之，滿室生香。」

除煮飯外，宋人還常把糯米（帶黏性的稻米）磨成米粉，製成帶黏性的食品，如黏糕、圓子等，其中圓子在宋代最為流行。這種圓子又稱糰子、元子，有許多不同品種。《夢粱錄》中記載的杭州城的素菜從食店出售的圓子，就有山藥元子、真珠元子、金桔水團、澄粉水團、豆團、麻團、棗團等品種。各種圓子，味道鮮美，營養豐富，食用方便，因此頗受歡迎。宋代女詞人朱淑真在《圓子》詩中，就對其讚美道：「輕圓絕勝雞頭肉，滑膩偏宜蟹眼湯。縱有風流無處說，已輸湯餅試何郎。」



畫中有話 圖：張小板

國內地教育以及高者有感。

## 豆棚閒話

馮磊

# 曹操的遺囑

傳說有高僧臨死之前，久久不能合眼。弟子詢問原因，老和尚說，活了一輩子，不知道女人究竟是什麼樣子？眾弟子慌慌張張請來一妓女，待那青樓女子褪下衣衫，老和尚過目之後，恍然大悟道：「原來和尼姑是一個樣子的……」語畢撒手而去。

以上，是魯迅講過的一則古代笑話。人性是個複雜的話題。尤其是生離死別之際所表現出來的人性。

讀小說或觀影我們可以看到，一些大奸大惡之徒在臨死之前會良心發現，對自己的一生做個懺悔。另一方面，一些人人稱頌的高潔人士臨終也會有種種複雜的表現。

晉元康八年，是西曆的二九八年。這一年，文學家陸機出任著作郎，有機會翻閱到前朝的文獻。在秘閣，他讀到了曹操臨終前的遺囑。其中，有關於軍國大事的指示；也有許多關於家庭瑣事的囑咐。陸機讀罷，心中感慨萬分，寫了一篇文字，就是著名的《吊魏武帝文》。

在這篇文字裡，陸機提到了曹操遺囑的兩個細節。其一，是關於女人的，「吾姪好女人，皆著銅爵台，於台堂上，施八尺床帳，朝暈上脯繡之屬。月朝十五，輒向帳作妓。汝等時登銅爵台，望吾西陵墓田。」

其二，是關於錢財的，「餘香可分與諸夫人。諸舍中無所為，學作履組賣也。吾歷官所得綬，皆著藏中。吾餘衣裘，可別為一藏。不能者兄弟可共分之。」

曹操說，我死之後，那些侍候我的女人們，都要安置在銅爵台上。並且要在上面安放八尺大的床，像我生前那樣掛上總帳，每個月的初十五，讓這些女人跳舞給我看。曹操又說，家裡剩餘的香料，你們可以分給諸位夫人。我做官獲得的勳章和綬帶，不要隨便丟棄，都要好好收藏。至於穿過的華麗衣服，可以另外找個地方藏起來。如果實在做不到的話，你們白臉幾個就分了算了。

曹操是亂世英雄。在傳統戲曲中，他是白臉，是個複雜的人物。遠征烏桓，曹操寫下著名的《觀滄海》，「日月之行，若出其中；星漢燦爛，若出其裡」，其開闊的胸襟和凌雲的志向令人側目。在《蒿里行》中，他寫道：「千里無雞鳴，白骨露於野」，對民間的艱難與凋敝表現出由衷的同情。曹操是個雄心勃勃的政治家。至少，從上述兩篇文字中可以感受得到。

但是，陸機知道的曹操，卻更為複雜和真實。除了文治武功之外，陸機還看到了一個雞毛蒜皮的曹操，一個形象更為豐滿和全面的曹操。

在遺囑中，曹操如此囑咐他的兒子們：「諸舍中無所為，學作履組賣也」。意思是說，我死之後，諸位姬妾無事可做的話，可以讓她們學習編製鞋子上的絲帶去賣錢。這句話，明顯為如何增加家庭收入、拓展財源開闢了一條金光大道，比起劉備賣草鞋來，曹操讓自己的妾編織繡鞋上的絲帶，其產品附加值要高很多。只是，一個人馬上就要死掉了，還留下如此瑣碎的遺囑，不也很有趣嗎？難怪陸機對此要感慨和嘲笑一番了。

事情的發展，與曹操臨終前的意志完全相反。他死之後，幾個兒子並沒有團結起來照顧幼小的家族成員。曹丕登基之後，先後至少害死了自己的兩個兄弟。他也沒有把父親的女人當作自己的後媽恭恭敬敬地供養起來，而是玩起了亂倫的把戲。

《世說新語》中有一節記載了曹丕的荒唐事：「及帝病困，卞后出看疾；太后入戶，見直侍並是昔日所愛者。太后問：『何時來邪？』云：『正服藥時過。』因不復前而嘆曰：『狗鼠不食汝餘，死故應爾！』至山陵，亦竟不臨。」

曹丕病重將死的時候，他的母親卞太后前來探望，發現侍候曹丕的竟是當年侍候過曹操的那些女人。太后吃驚，就問那些女子是何時過來的，女人們回答說，曹操剛剛死去的時候，曹丕就把她們叫過來了。卞太后因此大怒，直到曹丕死去，再也沒有前去探視過。

倘若立遺囑的人地下有知，不知又該做何感想？！



曹操 網上圖片

## 來鴻

青絲

# 逛名店指南

網絡上有人為了搞怪，編寫了一個生活指南，娛樂眾生的同時，有些內容在現實裡也真能用得着。譬如有一個春節指南，針對漂在「北上廣」等一線城市的白領，教他們在年終獎不理想的狀況下，想要不失面子地省着錢過年，可以謊稱受公司的委派出國，推遲回家的時間，然後兌換一些外幣零鈔，封到紅包裡派給親戚家的孩子，如此就能獲得一種令人眼熱羨慕的意外效果，既經濟又實惠。

不過在這個連袋泡茶、打火機、瓶裝水都有說法的指南裡，卻找不到指導人們逛名店的程序。我曾見有一位女士在網上怯生生地表示，她每天上下班都會經過一家專賣法國名包的店舖，卻始終不敢進去看一看。因為她不知道店裡是否有特殊的規矩，是否要穿正裝才能進入，購物時，是將選中的包包放到購物車裡，推到門口處交錢呢，還是直接把錢交給旁邊的店員？所以這位女士想向時尚達人請教，第一次逛名店，怎樣才能顯得從容不迫，像是經常來逛的老顧客，不至於在店員面前露怯出醜。

這種擔心還真不是杞人憂天，我早年就曾在某地親睹了一位遊客想進一家名店開眼界，結果店員以他腳穿涼鞋為由，拒絕其入內。我有幾個朋友更慘，十幾年前他們到香港旅遊，在一家專賣瑞士名錶的店舖，他們要求店員拿一塊手錶出來看看。店員見他們的神情惘忪、衣着無品，有心捉弄他們，便一再說他們要看的那款手錶不夠檔次，轉而極力推薦伯爵、蕭邦之類售價在百萬港元以上的手錶。最後，幾個人是紅着臉走出了那家名店。

當然了，這種事情也不僅是在我們這裡發生。美國電影《隨波逐流》裡面，男主角想為女助理買錶，進到一家名店，得知該店的一雙女式高跟鞋竟然售價兩千多美元，不禁失聲驚叫道，我老爹的舊房子才值這個價錢。店員也是以一種似笑非笑的神情站在一旁，等着看客人的笑話。可以想見，自認為站在潮流頂端的時尚信徒，對於落伍者的嘲笑和蔑視，是一道具有廣闊社會基礎的厚黑風景。所以，不少人都存有店大欺客的畏懼心理，覺得名店的店員都是一些對時尚和金錢極度膜拜，且對



網上圖片

客人的財富品位、格調情趣有着準確評判，刻薄而勢利的人，由此誘發了自身地位的焦慮綜合症。

如果由我來寫一個逛名店指南，我會推薦去逛的人事先曬一段時間的太陽，把膚色曬得和奧巴馬一樣，像是剛從陽光充沛的加勒比海度假歸來。另外要隨時佩戴一副墨鏡耍酷，衣服上面也不能帶有任何商標和LOGO，手錶須將錶面翻轉到手腕的內側，以顯示自己的低調和對品牌的蔑視。如果有可能，最好找個搭檔，兩人一唱一和，一方剛表示出對某件商品的喜愛和欣賞，另一方則馬上顯示出不屑和鄙視。其間，還可以裝模作樣地打電話或接聽電話，語氣要平和，聲音要低調，但又能讓旁邊的人能夠聽出，你是在和VIP客服務通話。氣場夠足的話，還可以加一兩段和馬雲打橋牌，上次劉強東追奶茶妹請你去做參謀的軼事。千萬不能提地產商的名字，以免讓人覺得你整天和沒文化的暴發戶混在一起，特沒品。

這種情況下，很難插得上話的店員就只能不即不離地跟在一旁。如果實在有不知好歹的店員上來了解你的喜好，詢問購買意向，要做出失望的樣子，嘴裡小聲咕嚕「我上次在日落大道看到的那個款式，這裡還沒上架」。若是無法準確把握這一瞬間的神情姿態，可以去看一遍電影《穿普拉達的女王》，梅麗爾·斯特里普飾演的名媛頭是怎樣打壓時尚界新人的，原樣照做就是。

如果覺得這一套太累，還有一個折衷的辦法是效仿前兩年率領皇馬訪華的穆里尼奧，放低了身段到商場裡掃A貨，花費不多，想要什麼名牌都有。

## 薄扶林故道 之八

木木

## 外一首：長島日出

### 長洲島雅聚（外一首）

在香港眾多離島中，位於伶仃洋海域的長洲島，最是耐人尋味。時逢秋高氣爽，七八同事朋友相約，把盞歡歌，感懷古今，竟夜不散，誠雅聚也。

海霧蒼茫月半妍，秋風颯爽酒微酣。放歌起舞濃情處，不惑知天也少年。把盞吟詩求險韻，憑欄寄傲話桑田。靜聽惶恐灘頭浪，不覺東方曙色鮮。

長洲島雅聚結束後，有心人以五言長句記其盛。尾聯「悠悠酒未盡，彤彤日已來」，彷彿餘音繞樑，三日不絕。胸中勃勃而起詩意，遂續之。

日來東海上，滿眼盡輝煌。霞蔚雲蒸處，騰騰紫未央。清波追激濺，濁浪逐滄桑。遙想文山志，千秋慨而慷。可憐家國夢，只為一人殤。趙宋蒙元繼，朱明韃虜亡。河山重拾日，舊業換新湯。氣短英雄淚，情深兩鬢霜。

丹心歷歷在，無奈汗青黃。試問中書令，秉筆誰與忙？由來天下事，究竟負癡狂。回望蓮亭外，風清蕊競芳。此生終有老，何不早還鄉。勤課清流賦，閒依寄傲窗。休辭腳力盡，攬得好風光。

## 古典瞬間

何觀順

# 匹匹較量

《說文解字》：「匹，四丈也。從八、匚。八，棟一匹。八，亦聲。字亦誤作正。」《說文通訓定聲》：「按：《漢書·食貨志》：『布帛廣二尺二寸為幅，長四丈為疋。』《小爾雅》：『廣度倍丈謂之端，倍端謂之兩，兩謂之匹。』《禮記·雜記》按：『二丈一卷謂之端，四丈兩卷謂之匹。』這些資料，都同時認為匹是長度單位，四丈為一匹。但很多時，人們卻用匹來稱量馬甚至人，那又是甚麼原因呢？

甲骨文的匹字，從厂，從斜一，從斜曲線。厂是崖，「斜一」表示崖的廣度，「斜曲線」表示軟索。匹，表示用一條柔軟的繩索，去量比石崖的廣度，是個會意字。它的本義，是用繩子量度器物，以得出與器物「相當」的長度。

「匹」，客家音[pit7陰入聲]。這個和匹的本義是吻合的。匹作為動詞，可以說成「匹下其」。這是「匹」字本義的轉用。

有趣的是，原來在古代，中國已曾有人先度腳後買鞋的。《細說漢字部首·足部》引《韓非子·外儲說左上》：「鄭人有且置履者，先自度其足。」只是今天已不知他是用尺來量度，還是也要「打匹」去買鞋了。

不但農民懂「打匹」買鞋，裁縫師或賣布的人在量布時，也用打匹的方法。他會先用尺量一次，然後用「對摺」的方式量度所需的長度。這個「對摺」的動作，就如「打匹」一樣。上文《小爾雅》和《禮記·雜記》所載「倍之」的動作，不正是「對摺」的結果嗎？只不過，一匹布的匹，已是「匹」的另一引伸義了。在這個意義上，匹也寫做「疋」。

由匹的本義，引伸為「相配」。《左傳·僖公二十三年》：「秦、晉匹也，何以卑我？」意思是說，「秦國和晉國已經相配，為甚麼要小看我呢？」（詳情請參閱本書另文《肥沃話掌水》。）古時男女婚娶，要「門當戶對」，才好匹配成夫婦。又楚

辭：「懷沙獨無匹兮。」王逸註：「雙也。二人為匹，四人為儔。」無匹，這裡是沒有伴的意思。敵對的場合，無匹則指沒有實力相當的對手。

玩過「二人三足」遊戲的人，都知道合作的二人如果實力「相當」、步幅「相當」、速度「相當」，則獲勝機會大增。若能如此就是一對好匹配。甲骨文「車」字，其中有一個像雙馬拉車形，而雙馬是用雙軛來表示的。兩馬拉車，必須二馬在各方面盡量「相當」，拉起來才穩當快捷。這即是兩馬要互相為匹。

因為二馬拉車時互相為匹，所以此馬是彼馬的匹，而彼馬又是此馬的匹。也因此，馬的暱稱是「匹」。既然一馬可稱為一匹馬，則匹就引伸有「單一」的意思。『匹夫』之勇」，比喻單憑「一個人」的力量，難以成就事情。熟語「匹夫有責」，這裡則不是只有一個人有責任，而是「每一個人」都有責任。《公羊·僖公三十三年傳》：「匹馬隻輪無反者。」軍隊征戰後，沒有一匹馬、一輛車返回，可見「全軍覆沒」的慘況。戰爭畢竟是可怕的，所以人類要珍惜和平的環境。