

## ■史海钩沉

古代文人为什么  
乐于追求慢生活？

追求雅致的慢生活，中国古代文人是这方面的典范。

清代张潮写的《幽梦影》是古代文人慢生活理论的代表作。张潮认为：“人莫乐于闲，非无所事事之谓也。闲则能读书，闲则能游名山，闲则能交益友，闲则能饮酒，闲则能著书，天下之乐，莫大于是。”张潮所说的闲，包含了两个方面的内容，一是有闲工夫，二是有闲心情。有闲工夫则时间上可以放慢；有闲心情则心理上才能追求慢生活，因此张潮所说的闲，绝不是消极的，而是积极的、进取的，有了闲情，有了逸致，人们才能从容地、舒心地享受人生、思考人生、超越人生。

唐人李涉有首《登山》：“终日昏昏醉梦间，忽闻春尽强登山。因过竹院逢僧话，又得浮生半日闲。”昏昏沉沉的日常生活使人似醉若梦，由于春天即将过去，诗人很勉强地去登山观景，一个偶然的机遇，在长满翠竹的寺庙庭院里，和一个世外高僧谈经论道，于是感受到了忙里偷闲慢生活的快乐人生。

宋代理学家程颢则把慢生活和人生境界联系在一起。比如“云淡风轻近午天，傍花随柳过前川。时人不识余心乐，将谓偷闲学少年。”“闲来无事不从容，睡觉东窗日已红。万物静观皆自得，四时佳兴与人同。道通天地有形外，思入风云变态中。富贵不淫贫贱乐，男儿到此是豪雄。”道通天地，思入风云，富贵不淫，贫贱有乐，这是一种很高的境界。同样，孔子在《论语》中表彰颜回：“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐，贤哉回也。”像程颢、颜回所追求的不仅是对日常功利的超越，对贫困困境的超越，而且表现了古代文人“富贵于我如浮云”的高雅境界和慢生活中的快乐。

《无门关》第十九则有首禅诗：“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。若无闲事挂心头，便是人间好时节”。此诗生动地描绘了禅宗以平常心悟道的慢生活。

元代无名氏的《永遇乐》，更从人生有限，为欢几何的角度说明古代文人为什么追求慢生活：

忙里偷闲，闹中取静，利名休竞。有限光阴，无涯尘事，贪爱何时尽。无情乌兔，催人早老，暗里换了绿鬓。此形骸，假合幻化，算来有甚基准。随缘度日，和光同尘，惹甚闲愁闷。富贵由天，荣华是命，休更劳方寸。心中无事，眼前清静，俱是快活时景。你若待，般般称意，耐心。

所谓慢生活当然不是无所事事，而是忙里偷闲的慢时间、慢节奏、慢动作、慢心情。因而慢生活是从容的生活，诗意的生活，超越的生活。 摘自《老人报》

在宋朝，即使没有朝廷大力号召，男女都很自觉地晚婚晚育，堪称一大历史奇观。说到底，这一切都是科举惹的祸。



# 宋朝“剩男”“剩女” 缘何数量惊人

## 读书男因考试“失时”

之所以这么说，是因为宋朝是建立在五代十国的废墟上，赵匡胤从心里深深地对习武之人感到威胁。因此，赵匡胤大量地重用文人。

首先，宋朝实行高薪养廉政策，把公务员的工资拉到了任何一个朝代都无法企及的最高点，而且逢年过节大发福利，碰上三伏数九还有额外的“劳保”。其次，宋朝有高薪待遇，却没有严厉的监督惩罚体系，事实上宋朝的国策还对官员的腐化持纵容态度，即所谓的“刑不上大夫”，就是说官员犯了法也不会有过重的刑罚。再次，宋朝的官员数量异常庞大，常常一个官位有两三个人同时担任，这样就为更多的读书人进入官场提供了便利。当然，最重要的一点就是宋朝的文官比武官地位高。

宋朝的官员生活如此安逸，于是，男人们都把金榜题名作为自己的终极奋斗目标，那时的口号是“先立业，后成家”，只要考中了进士，一切就都会有的。但是，宋朝的乌纱帽就算再多，也经不起全天下的男人去抢，成

功的永远是极少数。由于男人们都在忙考试，这就造成了许多男子“壮年未娶”，一个个都成了“剩男”。

宋朝著名的政治家、文学家司马光在讲到婚龄时说：“男不过三十，女不过二十耳，过此则为失时矣。”按照这种标准，宋朝的男人很多都是“失时矣”。

## 待嫁女不在乎“多等”

说完了男人，我们再来看看女人。做官的那么吃香，女子们当然挤破了头也要做官太太。这就造成了宋朝一个十分有趣的事情——“榜下捉婿”。什么意思呢？就是说在发榜的日子，全国各地的官僚地主们大清早就纷纷出动“择婿车”，到金明池上路争相选择新科进士做女婿。说是选择，实际上就是抢，一日之间“中东床者十之九”。

在宋代史籍中这类记载屡见不鲜。仁宗时，翰林学士胥偃初会欧阳修，便“一见奇之”，认为“子当有名与天下”，待欧阳修“登第，及以女妻之”；神宗时，蔡卞“登科宰相王安石马上妻以女”。和乌纱帽市场一样，进士女婿市场也是供小于求，货源奇缺，所

以能抢到的好女婿的也是极少数，抢不到的怎么办呢？等。为了过上吃香喝辣的好日子，不在乎多等两年。就这样，去年等，今年等，终于等出了一批“剩女”。

除了眼光高的原因外，当时婚嫁费高涨也是“剩女”高产的原因之一。宋朝因为商品经济发达，整个社会呈现一派崇尚奢华的不良风气，“风俗奢靡，日甚一日”。娶妻嫁女是人生中的大事，加上宋朝女子离婚要被判入狱，所以从一而终的婚姻比唐朝要多得多，这就迫使婚嫁费一路高涨。此外，榜下捉婿的盛行造成了一个强势的卖方市场，进士们纷纷“娶妻论财”。

如淳熙年间，太学生黄左之登第后，做了汝阳王的女婿，一次就“得奁具五百万”，顿时“花穷薄为富豪”。当时就连宋神宗的弟弟杨王赵颢“有女数人，婚嫁及期，私用不足”，不得不向神宗预借俸料钱。而作为不是皇亲国戚的普通人，为了招到一个好女婿，很多人都是举债办婚，真是“富了一个女婿，穷了一帮丈人”。

摘自《解放日报》

## 相关链接：

### 古代“冷饮”种类多

冷饮在古时被称为“冰食”。冷食的传统源远流长，至今已有三千多年的历史。早在《诗经·豳风·七月》中，就有这样的诗句：“二之日凿冰冲冲，三之日纳于凌阴。”这是当时的奴隶们唱的一首农事诗，二之日、三之日指的是旧时的十二月和正月。

到了春秋末期，冰的用途就更广泛。诸侯喜爱在宴席上饮冰镇米酒。唐代更开始公开出售冰制品。晚唐时，商人为了招徕生意，更在冰中加糖，吸引顾客。元代以后，冷饮有了新的突破，在冰中加入蜜糖和珍珠粉。元好问《继夷志》中就有：泔水冬日结小冰，圆洁如珠，盛夏以蜜水调之加珍珠粉。

明清时，不少美味冷饮名品相继出现了，仅《红楼梦》中就有酸梅汤、玫瑰露、木樨露等记载。由此可见，当时的冷饮已经比较普遍了。

摘自人民网

## 你知道吗， “冰淇淋” 最早是中国人发明的

冰激凌是一种冷冻的奶制品，英文为ice cream，很多人认为冰激凌的发明权归洋人所有。

冰激凌最早是中国人发明的。相传，数百年前，中国人就知道将冬天结成冰的河水，切割成块，储存于地窖，待夏天取出，同捣碎的水果搅拌后食用。元代开始生产冰激凌，为了保守制作工艺的秘密，元世祖忽必烈颁布了一条除王室外禁止制造冰激凌的敕令。直到13世纪马可·波罗离开中国时，才把冰激凌的制作方法带回意大利，后又传到法国和英国。

马可·波罗在《东方见闻》一书中说：“东方的黄金国里，居民们喜欢吃奶冰。”所谓奶冰就是在元朝人冰点的基础上做出来的冰激凌，元人将平常食用的果酱和牛奶混入其中，这样凝成的冰像沙泥一样，比冰块要柔软很多，入口即化。

当年，英王亨利五世举行加冕典礼，用来宴请宾客的一种冷冻冰点心，被认为是最早的冰激凌。英王吃过这道冰凉清甜的甜点后赞赏备至，后得知它源于古老的中国而敬佩不已。

