

# 宋元时期的“嗜蜜”风尚及其成因

朱宏斌 宋孟丹

(西北农林科技大学 中国农业历史文化研究中心/农业农村部传统农业遗产重点实验室,陕西 杨凌 712100)

**【摘要】**宋元时期是我国传统饮食文化发展的重要阶段之一,出现了诸多新的内涵和发展趋势,“嗜蜜”饮食风尚即是其中之一。这一时期,人们对蜜制甜食的偏好尤为明显:以蜜酒、“渴水”为代表的各种蜜制饮品备受各阶层之青睐;各色蜜制面点大量涌现,成为了当时面食的重要构成;蜜与肉食的结合,更是开创了食蜜之新风尚;除此之外,宋元文学也对蜜与甜颇为关注,赋予其诸多的文化意象。宋元“嗜蜜”饮食风尚的形成,有着深层次的社会原因:逐渐成熟的养蜂酿蜜技术,奠定其物质技术基础;而这一时期经济社会的一系列发展变革,尤其是城市经济的发展、市民阶层与士大夫阶层的形成发展,则是这一风尚形成更深层次的经济与社会原因。宋元时期的“嗜蜜”风尚增加了甜味食物的种类,促进了食品的商品化,建构了精致化与世俗化并存的饮食消费文化,成为近世饮食文化开端的重要表征。

**【关键词】**宋元时期;嗜蜜;饮食风尚;养蜂技术;城市经济

**【中图分类号】**S-09;K207 **【文献标志码】**A **【文章编号】**1000-4459(2022)05-0012-14

## The Fashion of "Addicted to Honey" in Song and Yuan Dynasties and its Causes

ZHU Hong-bin SONG Meng-dan

(Chinese Agricultural Historical and Cultural Research Center / Key Laboratory of Traditional Agricultural Heritage of Ministry of Agriculture and Rural Affairs, Northwest Agriculture and Forestry University, Yangling 712100)

**Abstract:** Song and Yuan dynasties were an important stages for the development of Chinese traditional food culture. Many new connotations and development trends emerged. "Addicted to Honey" food fashion was one of them. In this period, people's preference for honey sweets was particularly obvious: honey wine, "thirst water" as the representative of honey drinks were favored by all classes; Various kinds of honey pastry emerged in large numbers and became an important component of pasta at that time. The combination of honey and meat created a new fashion of eating honey; In addition, the literature of Song and Yuan dynasties also paid much attention to honey and sweetness, endowed it with many cultural images. There are deep social reasons for the formation of "addicted to honey" dietary fashion in Song and Yuan dynasties: the gradually mature technology of beekeeping and honey-making laid its material and technological foundation; a series of economic and social changes during this period, especially the development of urban economy, the formation and development of the citizen class and the scholar-bureaucrat class, were the deeper economic and social reasons for the formation of this fashion. The "addicted to honey" fashion of the Song and Yuan dynasties increased the variety of sweet foods, and promotes the commercialization of food and constructed a diet

**【收稿日期】**2021-08-09

**【基金项目】**教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目“中华农业文明通史”(13JZD036)

**【作者简介】**朱宏斌(1971-),男,西北农林科技大学中国农业历史文化研究中心教授、博士生导师,研究方向为中外农业科技文化交流史;宋孟丹(1995-),女,西安交通大学马克思主义学院博士研究生,研究方向为马克思主义中国化的理论与实践、社会生活史。

consumption culture coexisting with refinement and secularization, which became an important symbol of the beginning of modern diet culture.

**Key words:** Song and Yuan Dynasties; "Addicted to Honey"; diet fashion; apiculture technology; urban economy

宋元时期是我国古代传统饮食文化发展的重要阶段之一,出现了诸多新的内涵和发展趋势,因此备受学界关注。除了宋元史、经济史、饮食文化史等成果在宏观层面的把握之外,学界还从不同的角度和专题切入,推进了这一领域研究的深入。如程民生先生对宋代食品价格<sup>①</sup>以及汴京饮食业发展<sup>②</sup>情况的探讨,李俊锋、姚建根等对宋元时代士人阶层饮食风尚的关注<sup>③</sup>,王汐牟、王强等通过传世饮食谱录对宋元社会饮食风尚的展现<sup>④</sup>。本文试图以蜂蜜为主的甜味饮食文化为切入点,考察宋元“嗜蜜”饮食风尚的概貌,从技术发展、经济与社会变革等层面探讨其形成的动因,并期由此勾勒宋元饮食文化的复杂图景及其在近世饮食文化史上的开端意义。

## 一、宋元时期的蜜制饮品

作为五味之一的甜味,在宋元时期备受社会各阶层之青睐,形成了“嗜蜜”的饮食文化风尚。从存世的历史文献资料来看<sup>⑤</sup>,宋元的“嗜蜜”风尚,既包括了花样繁复、种类齐全的各色蜜制饮品、蜜制面点、蜜制肉品等,又表现在文学艺术作品对其的文化意象塑造及民俗礼仪对其的接纳。宋元时期蜜制饮品,主要有蜜酒、具有养生功效的诸品汤和消暑解渴之用的“渴水”。

### (一)蜜酒

蜜酒之历史由来已久,唐代《食疗本草》中即有“蜜酒疗风疹”之明确记载<sup>⑥</sup>。宋代之时,蜜酒颇为流行,频频见诸于两宋史籍文献,或歌咏蜜酒之美,仅苏轼、苏辙及其弟子,就有多篇歌咏蜜酒之诗作传世,足见宋代蜜酒的风靡程度。兹以苏轼《蜜酒歌》为例:

西蜀道士杨世昌,善作蜜酒,绝醇醪。余既得其方,作此歌以遗之。

真珠为浆玉为醴,六月田夫汗流沬。不如春瓮自生香,蜂为耕耘花作米。一日小沸鱼吐沫,二日眩转清光活。三日开瓮香满城,快泻银瓶不须拔。百钱一斗浓无声,甘露微浊醍醐清。君不见南园采花蜂似雨,天教酿酒醉先生。先生年来穷到骨,问人乞米何曾得?世间万事真悠悠,蜜蜂大胜监河侯。<sup>⑦</sup>

① 程民生:《宋代食品价格与餐费考察》,《河北大学学报(哲学社会科学版)》2008年第4期。

② 程民生:《论汴京对饮食业历史的贡献》,《中国经济史研究》2015年第2期。

③ 姚建根:《口腹之嗜:元代江浙城市饮食生活简论——以士人阶层为视角》,《江汉大学学报(社会科学版)》2014年第5期。

④ 王汐牟、王强:《时空与食事:宋元明时期的饮食谱录及其所蕴含的社会饮食风尚》,《北方论丛》2018年第2期。

⑤ 反映宋元社会“嗜蜜”风尚的历史文献主要有两类:一类是传世的与饮食相关的谱录、农书等典籍,其中有大量关于养蜂和蜜饮、蜜食种类及其制作方法的记述,如《居家必用事类全集》《农桑辑要》《王祯农书》《农桑衣食撮要》等;另一类是宋元笔记及文学作品,除了客观记述外,更展现了文人雅士对蜜与甜的文学想象。二者分别从物质技术与文化两个方面体现了这一时期“嗜蜜”饮食风尚的概貌。

⑥ [唐]孟诜撰,张鼎增补,郑金生等译注:《食疗本草译注》,上海古籍出版社,2007年,第171页。

⑦ [宋]苏轼撰,[清]王文诰辑注,孔凡礼点校:《苏轼诗集》,中华书局,1982年,第1115-1116页。

或言酿制之法,如张邦基的《墨庄漫录》和陈元靓的《事林广记》<sup>①</sup>,其中《墨庄漫录》则对蜜酒制作之法做了最早记载:

东坡性喜饮,而饮亦不多,在黄州,尝以蜜为酿,又作蜜酒歌,人罕传其法。每蜜用四斤炼熟,入熟汤,相搅成一斗,入好面麴二两,南方白酒饼子米麴一两半,捣细,生绢袋盛,都置一器中,密封之。大暑中,冷下。稍凉,温下。天冷,即热下。一二日即沸,又数日沸定,酒即清可饮。初全带蜜味,澄之半月,浑是佳酎。方沸时,又炼蜜半斤,冷投之,尤妙。予尝试为之,味甜如醇醪,善饮之人恐非其好也。<sup>②</sup>

从其记述可以看出,宋代蜜酒的酿造原料主要为蜂蜜、面麴、米麴等常见之物,且酿成之蜜酒“味甜如醇醪”,虽非善饮之人所好,但亦老少咸宜。

### (二)诸品汤

到了元代,除了蜜酒以外,更涌现大量的蜜饮,见诸文献最多的为诸品汤。《居家必用事类全集》即记录了暗香汤、杏酪汤、凤髓汤、醍醐汤、茉莉汤、温枣汤、地黄膏子汤等各色汤饮<sup>③</sup>。这些汤饮,有两大特征:一是功效,与一般的饮品不同,其作为日常饮食之外调理身体的补剂,大部分具有养生之功效;二是原料,除了花果等不同食材外,每一品汤中均以蜜为主要的烹饪原料。笔者依据《居家必用事类全集》的相关记载,制作成表,以飨读者(见表1)。

表1 元代诸品汤及其制作之法

名称	制法
暗香汤	梅花将开时,清旦摘取半开花头,连带,置磁瓶内。每一两重,用炒盐一两洒之。不可用手漉坏。以厚纸数重密封,置阴处。次年春夏取开,先置蜜少许于盏内,然后用花二三朵置于中。滚汤一泡,花头自开如生,可爱。
杏酪汤	板杏仁用三两半,百沸汤二升浸盖。却候冷,即便换沸汤。如是五度了。逐个掐去皮尖,入小砂盆子内细研。次用好蜜一斤,于桃子内炼三两沸,看涌,掇退。候半冷,旋倾入杏泥,又研,如是,旋添入,研和匀。
凤髓汤	润肺疗咳嗽。松子仁、胡桃肉(汤浸,去皮。各用一两。)蜜(半两。)右件研烂,次入蜜和匀。每用,沸汤点服。
醍醐汤	止渴生津(倪公望县书方)。乌梅(一斤。搥碎,用水两大碗同熬作一碗,澄清。不犯铁器。)缩砂(半斤。碾。)白檀末(二钱。)麝香(一字。)蜜(五斤。)右将梅水、缩砂、蜜三件一处,于砂石器内熬之。候赤色为度。冷定,入白檀、麝香。
茉莉汤	用蜜一两重、甘草一分、生姜自然汁一滴,同研,令极匀。调涂在碗中心,抹匀,不令洋流。每于凌晨采摘茉莉花三二十朵,将放蜜碗,盖其花,取其香气熏之,午间乃可以点用。
温枣汤	大枣(一斤。去核。用水五升熬汁。)蜜、生姜汁。右将三味调停和美,再入银器内,令稀稠得所。入麝香少许。每盏抄一大匙,沸汤点服。
地黄膏子汤	生地黄肥大者,于秋暮冬初采取,洗净,折碎。入石臼中,以木杵捣烂,榨取汁,入砂石器内熬至浮末起,皆掠去,至净。煎至三分去二,别换银石小器,慢火煎至滴入水不散为度。造时始末不犯铜铁器。于净磁器内收贮。入檀香末并脑麝少许。或云入蜜熬者,并入酒中同饮,极妙。亦可沸汤点服。(出李氏方)

资料来源:据《居家必用事类全集》第10-18页相关记载整理。

根据以上记载可以看出,诸种汤饮中都加入蜜,其原料多为果、花等,制法讲究,或是上等阶层养身之物。

### (三)“渴水”

元代的蜜饮,还有一种名为“渴水”的果子露类饮品。“渴水”原名“摄里白”,是阿拉伯语的音译,抑或

① [宋]张邦基撰,孔凡礼点校:《墨庄漫录》,中华书局,2002年,第154-155页。[宋]陈元靓:《事林广记》,中华书局,1963年,第134-136页。

② [宋]张邦基撰,孔凡礼点校:《墨庄漫录》,中华书局,2002年,第154-155页。

③ [元]无名氏编,邱庞同注释:《居家必用事类全集》,中国商业出版社,1986年,第10、11、12、18页。

与这一时期广泛的科技文化交流相关。“渴水”一名的出现,则是本土化的称谓,意即“解渴之水”。“渴水”之饮用,冷热均可,但从资料来看,主要还是作为夏天解暑之冷饮,可以用勺子吃其中的花果碎粒,亦可直接饮用,与现代的冷饮颇为相似。“渴水”之品种和制作方法,非常之繁多,包括了可能从宫廷中流传而来的“御方渴水”,也包括了杨梅渴水、五味渴水、木瓜渴水、葡萄渴水等<sup>①</sup>,其原料、口味及制作方法各异(见表2)。

表2 元代各色“渴水”及其制作法

名称	制法
御方渴水	官桂、丁香、桂花、白芨薏仁、缩砂仁(各半两)、细曲、麦蘖(各四两)。右为细末。用藤花半斤,蜜十斤炼熟,新汲水六十斤。用藤花一处锅内熬至四十斤,生绢滤净。用小口鬻一个,生绢袋盛前项七味末,下入鬻,再下新水四十斤,并已炼熟蜜。将鬻口封了。夏五日,秋春七日,冬十日熟。若下脚时,春秋温,夏冷,冬热。
杨梅渴水	杨梅不计多少,探搦取自然汁,滤至十分净。入砂石器内慢火熬浓,滴入水不散为度。若熬不到则生白醭。贮以净器。用时,每一斤梅汁入熟蜜三斤、脑麝少许,冷热任用。如无蜜,毳糖四斤入水熬过亦可。
木瓜渴水	木瓜不计多少。去皮、穰、核,取净肉一斤为率,切作方寸大薄片。先用蜜三斤或四五斤,于砂石银器内慢火熬开,滤过,次入木瓜片,同煎。如滚起泛沫,旋旋掠去。煎两三个时辰,尝味。如酸,入蜜,须要甜酸得中。用匙挑出放冷器内。候冷,再挑起,其蜜稠硬如丝不断者为度。
五味渴水	北五味子肉,一两为率。滚汤浸一宿,取汁同煎,下浓至汁对当的颜色恰好。同炼熟蜜对入,酸甜得中。慢火同熬一时许。凉热任用。
葡萄渴水	生葡萄不计多少,搗碎,滤去滓,令净。以慢火熬,以稠浓为度。取出,收贮净磁器中。熬时切勿犯铜铁器。蒲萄熟者不可用,止可造酒。临时斟酌,入炼过熟蜜及檀末、脑麝少许。

资料来源:据《居家必用事类全集》第19-21页相关记载整理。

从上表可见,“渴水”以水果为主要原料,将水果去皮去核后与对应量的蜜一起,在砂石或银器中小火慢熬,待其浓稠,“滴入水不散为度”。这样看来,“渴水”很可能是将水与适量的熬制好的浓稠状果蜜混合在一起冲调饮用。用杨梅、木瓜、北五味子、葡萄等水果制成的各色“渴水”,既保持水果之原味,而加蜜,或为增加甜度,或为增加解渴去暑之效。

## 二、宋元时期的蜜制食品

宋元时期的蜜制食品,在传承前代的基础上,体现了民族与宗教多元交流融合、城市经济发展等时代内涵相联系,呈现出了新的发展内涵,具体表现在三个方面:蜜制面食的发展与丰富、蜜制肉食的出现和蜜制果品的精致化。

### (一)蜜与面食的结合

唐代以来,随着小麦加工技术的发展和种植面积的扩大,面食在饮食结构中占据了相当重要的地位,除“汤饼”(面条)、胡饼、馒头等大众主食外,已经出现了各种制式的面点。到了两宋时期,随着城市经济发展、市民阶层壮大以及士大夫文化等因素的影响,饮食需求更为多元化和精致化,于是出现了把蜂蜜与面点相搭配的各种蜜制面点,满足了人们对于甜食的多元选择。这些蜜制面点的制作,针对不同阶层人们的不同需求,或繁或简,如“白熟饼子”仅仅就是用蜜水和面制成,而“卷煎饼”则需要十余种干果以及羊肉、葱、姜等搭配,显然非一般人所能消费。在宋人的文献记录中,还有一种非常重要的蜜制面点——“蜜和油蒸饼”,其不仅因香甜可口而备受人们青睐,而且被赋予了诸多的文化礼俗意蕴:或寓意婚姻幸福之意,为嫁娶必备之物。“酒散,女家具鼓吹从物,迎婿还家,三日,女家送彩段油蜜蒸饼,谓之

<sup>①</sup>《居家必用事类全集》,第19、20、21页。

‘蜜和油蒸饼’<sup>①</sup>；每逢七夕，开封城内的瓦子夜市也会售卖这种蜜制面点。又因造型之故，或被赋予多重民俗文化内涵，“又以油面糖蜜造为笑靥儿，谓之‘果食’，花样奇巧百端，如捺香方胜之类。若买一斤数内有一对被介胃者，如门神之像，盖自来风流，不知其从，谓之‘果食将军’。”<sup>②</sup>

到了元代，见诸史载的蜜制面点更多，与食材的搭配也更加广泛。而且，与这一时期民族融合和大范围的科技文化交流的时代内涵相联系，元代的蜜制面点中还有大量带有显著民族特色的食品，如设克儿疋刺、卷煎饼、哈耳尾、即你疋牙等<sup>③</sup>“回回食品”（见表3）。

表3 元代“回回食品”中的蜜制面点及其制作之法

名称	制法
设克儿疋刺	胡桃肉，温水去皮二斤净，控干，下搗盆捣碎。入熟蜜一斤。曲吕车烧饼揉碎，一斤。三件拌匀，搗作小团块。用曲吕车烧饼剂包馅，捏作疹字撒样。入炉贴熟为度。
卷煎饼	摊薄煎饼。以胡桃仁、松仁、桃仁、榛仁、嫩莲肉、干柿、熟藕、银杏、熟栗、芭揽仁。已上除栗黄片切外，皆细切，用蜜糖霜和，加碎羊肉、姜末、盐、葱调和作馅，卷入煎饼，油炸焦。
八耳搭	水一大碗，烧滚。下蜜半斤，去沫。用豆粉六两调糊下锅。觑稀稠添水。熟用盘子（香油抹底）盛，浇酥油。刀裁食。
哈耳尾	干面炒熟，罗过。再炒，下蜜，少加水搅成。按片，刀裁。
即你疋牙	豆粉和面为稠糊。于滚油内浇下，炸如软食之类。或去豆粉，止用面、蜜、汤花、冷水调糊炸。

资料来源：据《居家必用事类全集》第108-110页相关记载整理。

## （二）蜜与肉食的结合

元代统治者为游牧民族，在其饮食风尚中保持了对肉食的偏爱。进入中原后，将蜜用于肉食的烹饪成为元代独特的饮食风尚之一。

在元代宴饮中，蜜与肉结合最为典型的是和蜜生食动物内脏。《居家必用事类》就记载了多种：“酥油肺，用獐、兔肺。如无，羯羊肺亦可，依上去血水。用蜜酥加稠酪、杏泥、生姜汁同和，滤纽去滓，布盖冰泚，筵前割散。”“琉璃肺，用羯羊肺依上去血净，用杏泥四两、生姜汁四两、酥四两、蜜四两、薄荷叶汁二合、酪半斤、酒一盞、熟油二两。以上和匀滤滓二三次。依前法灌至满，冰泚。就筵割散。”<sup>④</sup>之所以在生食动物内脏过程中加入蜂蜜，主要目的是配合其他香料来去生肉膻腥之味，提升口感和味道。

“回回人”也热衷于蜜制肉食小吃的制作，大致有两种：一是在食物制作过程中加入蜂蜜，典型如“饊糜”，“羊头煮极烂，提去骨。原汁内下回回豆，候软，下糯米粉，成稠糕糜。下酥、蜜、松仁、胡桃仁，和匀供”<sup>⑤</sup>；二是在整个食物完成之后将蜜作为最后一道工序，浇而食之。如“海螺厮”这种小吃：“鸡卵二十个，打破，搅匀。以羊肉二斤细切，入细料物半两，碎葱十茎，香油炒作燥子。搅入鸡卵汁令匀。用醋一盞、酒半盞、豆粉二两调糊，同鸡子汁、燥肉再搅匀。倾入酒瓶内。箬扎口。入滚汤内煮熟。伺冷，打破瓶，切片，酥蜜浇食。”<sup>⑥</sup>

## （三）蜜与果蔬的结合

宋元时期的文献中，关于蜜制果蔬的记载亦颇为丰富，其中蜜煎果子类就有蜜煎冬瓜、蜜煎姜、蜜煎笋、蜜煎青杏、蜜煎藕等，而且颇为流行，无论是富贵人家之宴饮，还是市井小巷之集市，均不可或缺。由于在炼制的过程中已去掉了果子本身的水分，再加之蜜包裹煎制就可隔绝空气，一定程度上阻挠外界

① [宋]孟元老：《东京梦华录》卷5《娶妇》，商务印书馆，1936年，第99页。

② 《东京梦华录》卷8《七夕》，第159-160页。

③ 《居家必用事类全集》，第108、109、110页。

④ 《居家必用事类全集》，第108页。

⑤ 同上，第108页。

⑥ 同上，第110页。

细菌之侵扰,从而具有了防腐之效果,因此,这些蜜煎果子基本上都是可以长期储存。如蜜煎姜,若处置得当,甚至可以存放一年之久:“社前嫩芽者二斤,净洗,控干,……隔宿冷却,于新瓶内入蜜姜。约十日半月,别换蜜一斤半。换蜜。若要久经年,两次换。”<sup>①</sup>

综上所述,宋元时期的各类食品皆可与蜜结合,从蜜酒到各色水果蜜饮以及具有养生效果的诸品汤饮,再到各类蜜制面点、肉食、果蔬的多重结合,无不彰显蜜制饮食的丰富多彩。

### 三、宋元时期蜜制饮食文化的构建

随着宋元时期蜜制饮食的发展,蜜制饮食文化亦渐次兴盛,既表现为进入传统医药文化的范畴,更表现为进入文人雅士的视野,出现了诸多文化意象的创造,构建了多层结构的蜜制饮食文化,成为这一时期“嗜蜜”饮食风尚的重要内涵。

#### (一)蜜制药膳文化的构建

宋元时期,由于养生风气之流行,食疗也颇受人们青睐,除了前文所提到的诸品汤之外,其中最主要的表现形式就是药膳之盛行。在这些药膳中,蜂蜜往往扮演了重要的角色。药膳用蜜,按照服用方式可分为两类:一类是制作完成直接饮用的,如桂浆:

生津止渴,益气和中,去湿逐饮。生姜(三斤,取汁)熟水(二斗)赤茯苓(三两,去皮,为末)桂(三两,去皮,为末)曲末(半斤)杏仁(一百个,汤洗,去皮、尖,生研为泥)大麦蘖(半两,为末)白沙蜜(三斤,炼净)右用前药,蜜水拌和匀,入磁罐内,油纸封口数重,泥固济,冰窖内放三日方熟。绵滤冰浸,暑月饮之。<sup>②</sup>

另一类是需要调配到粥饭中或者以温酒服用,如羊蜜膏:

治虚劳,腰痛,咳嗽,肺痿,骨蒸。熟羊脂(五两)、熟羊髓(五两)、白沙蜜(五两,炼净)、生姜汁(一合)、生地黄汁(五合),右五味,先以羊脂煎令沸,次下羊髓又令沸,次下蜜、地黄、生姜汁,不住手搅,微火熬数沸成膏。每日空心温酒调一匙头。或作羹汤,或作粥食之亦可。<sup>③</sup>

可以看出,在这些药膳中,蜜的用量与其他原料相比都是相等或更多,这表明蜜在药膳中的作用已不似在面点与肉食中仅仅是用作甜味剂与香料,而是注意到了蜂蜜药性与药效的功能和作用。蜜制药膳的流行,与这一时期传统医家对蜂蜜的药用特性的进一步认识有密切关系。如《饮膳正要》对蜂蜜药性的记载:“味甘,平、微温,无毒。主心腹邪气,诸惊痫,补五脏不足,益中气,止痛解毒,明耳目,和百药,除众病。”<sup>④</sup>亦注意到了不同时节、不同地区蜂蜜的差异,“凡取蜜,夏冬为上,秋次之,春则易发酸。川蜜温、闽广性热、西南蜜凉。色白味甜。七月勿食生蜜,令人暴下霍乱。青赤酸者,食之心烦。”<sup>⑤</sup>

#### (二)蜜制饮食的文化禁忌

禁忌作为传统饮食文化的重要内容之一,有着独特的文化意蕴。宋元时期关于蜂蜜同各类食物饮食禁忌的记载颇多:

与李子、生葱、韭薤、莴苣、同食,令人利下。勿同黍米食。食蜜饱后,不可食鲜,令人暴亡。多食发湿热病,生虫豨。小儿尤宜少食。凡蜜钱诸果,用细辛置于顶,不虫蛇。<sup>⑥</sup>

①《居家必用事类全集》,第31页。

②[元]忽思慧:《饮膳正要》,黄斌校注,中国书店,1993年,第25页。

③《饮膳正要》,第40页。

④同上,第57页。

⑤[元]贾铭撰:《饮食须知》,陶文台注释,中国商业出版社,1985年,第46页。

⑥《饮食须知》,第46页。

枣不可与蜜同食。李子、菱角不可与蜜同食。生葱不可与蜜同食。苦苣不可与蜜同食。<sup>①</sup>

从蔬菜到瓜果,时人对蜂蜜的食物相克性认识可谓是相当全面。这也从另一个侧面体现了这一时期人们对蜂蜜的青睐。

### (三)宋元蜜制饮食的文化意蕴

随着蜜在社会上的风靡,文人雅士在口舌享受之余,往往给蜜、蜜饮、蜜食赋予了更为广泛的文化意蕴。

宋元诗文词曲中最多见的是对蜂及蜜的赞咏。如前文所提到的苏轼《蜜酒歌》,其中的“先生年来穷到骨,问人乞米何曾得?世间万事真悠悠,蜜蜂大胜监河侯”,以及“采得百花成蜜后,为谁辛苦为谁甜”<sup>②</sup>等诗句,即是赋予了蜜蜂人性化的意蕴。

由于蜜的特殊味道,文人们在内心中也往往将其上升为衡量食物乃至生活方式的一个重要标准。如陆游的“破裘负日茆檐底,一碗藜羹似蜜甜”“不须沽酒饮陶潜,箭笋蕨芽如蜜甜”<sup>③</sup>,曾几的“岂知政负幽人腹,不放杨梅蜜样甜”<sup>④</sup>,杨万里的“山村祇苦无良酝,嫌杀芳醪似蜜甜”<sup>⑤</sup>,苏轼的“待得微甘回齿颊,已输崖蜜十分甜”<sup>⑥</sup>,等等。与之相联系,“似蜜甜”的内心投射也从食物层面上升到了对生活的闲适状态和解放心情的写照。如陆游的“春浓日永有佳处,睡味著人如蜜甜”“放翁不管人闲事,睡味无穷似蜜甜”<sup>⑦</sup>。

宋人对蜂与蜜所赋予的文化意蕴,还包括了质朴、高洁等意向,往往以物喻本,表达自身朴素高雅的人生志趣与追求,凸显一种强烈的自我意识。如何坦的“味甘宣郡蜂雏蜜,韵胜雍城骆乳酥”<sup>⑧</sup>,洪咨夔的“参桂齐名骨自香,百花酿醕助甘凉。含金咀玉风标别,消得肩吾为发扬。”<sup>⑨</sup>这些诗句均借蜂与蜜来诉说诗人对自然高雅生活的追求。此外,蜜蜂繁忙采蜜的景象,也往往被文人渲染为生机勃勃的美好生活,并以此与自身的困境作对比,以寓意自身对压抑现状的挣扎和对有生机生活的向往。仅欧阳修的多首诗作就表达了这样的情感。如《暮春有感》谓:“往来采花蜂,清蜜未满房……我独不知春,久病卧空堂。时节去莫挽,浩歌自成伤。”<sup>⑩</sup>《山斋戏书绝句》谓:“蜜脾未满蜂采花,麦垅已深鸠唤雨……经春老病不出门,坐见群芳烂如雪。正当年少惜花时,日日春风吹石裂。”<sup>⑪</sup>《详定幕次呈同舍》谓:“来时宫柳绿初匀,坐见红芳几番新。蜂蜜满房花结子,还家何处觅残春?”<sup>⑫</sup>《暮春书事呈四舍人》:“树阴初合苔生晕,花蕊新成蜜满脾。莺燕各归巢哺子,蛙鱼共乐雨添池。少年春物今如此,老病衰翁了不知。”<sup>⑬</sup>在这些诗句中,时节虽然不是“暮春”便是“残春”,而自己不是“久病卧空堂”便是“老病不出门”,但在此种凄凉萧条的光景下,看到那蜂儿还来来往往忙于未了的蜜脾,便觉人生尚有一线生机,尚有美好可待。

①《饮膳正要》,第53页。

②[清]冯应榴:《苏轼诗集合注》,上海古籍出版社,2001年,第2490页。

③[宋]陆游撰,钱仲联校注:《剑南诗稿校注》,上海古籍出版社,1985年,第2445、1149页。

④[宋]曾几:《茶山集》,中华书局,1985年,第111页。

⑤[宋]杨万里撰,辛更儒笺校:《杨万里集笺校》,中华书局,2007年,第1782页。

⑥[清]冯应榴:《苏轼诗集合注》,第1134页。

⑦《剑南诗稿校注》,第1874、2103页。

⑧[清]厉鹗:《宋诗纪事》,上海古籍出版社,2008年,第1431页。

⑨[宋]洪咨夔:《平斋文集》,上海书店出版社,1985年,第307页。

⑩[宋]欧阳修:《欧阳修全集》,世界书局,1936年,第13页。

⑪同上,第64页。

⑫同上,第95页。

⑬同上,第398页。

元曲中的“蜜”，则突出了花言巧语的意蕴。“临行相别时候，说的来花甜蜜就”、“谁听你两道三科，嚷似蜂窝，甜似蜜钵”<sup>①</sup>“啜人口似蜜钵，都只是随风倒舵，索媒钱嫌少争多”<sup>②</sup>等等。“蜜”的这一指意，与《资治通鉴》中对唐代权宦李林甫的描写如出一辙：“李林甫为相，凡才望功业出己右及为上所厚、势位将逼己者，必百计去之；尤忌文学之士，或阳与之善，啖以甘言而阴陷之。世谓李林甫‘口有蜜，腹有剑’。”<sup>③</sup>在这里，蜜已经从一种食物抽象为对人言语动听的形容。

总而言之，宋元时期文人对蜜的文化想象不可不谓丰富多彩，或作为衡量食物之准绳，或是对生活闲适状态之描述，或表达对生机勃勃生活之向往，或对花言巧语之代指，凡此种种，既反映了这一时期嗜蜜饮食风尚之盛况，又彰显了文人士大夫与市民阶层自我意识凸显的时代文化内涵，“嗜蜜”风尚已经从社会生活层面渗透上升到文化层面。

#### 四、宋元时期“嗜蜜”风尚的成因

宋元时期嗜蜜饮食文化的形成，具有多重因素，既与这一时期养蜂制蜜技术的发展成熟具有联系，也与这一时期社会经济的深刻变革，尤其是城市经济发展、市民和士大夫等新兴社会阶层的出现具有必然联系。

##### （一）技术因素：养蜂制蜜技术的发展

蜂蜜的获取利用肇始于先秦时期，《礼记·内则》中即有“子事父母……枣栗饴蜜以甘之”<sup>④</sup>的记述，《诗经·周颂·小毖》亦云：“莫予弄蜂，自求辛螫。”<sup>⑤</sup>经过长期的发展，至宋元时代人工养蜂技术乃臻成熟。关于这一点，以石声汉、梁家勉以及杨淑培为代表的先贤已有充分研究。“蜜蜂大致从南宋时开始家养，到元以后才渐渐普遍”<sup>⑥</sup>，“我国传统的养蜂方法，在宋元时期已发展到相当完备的程度。”<sup>⑦</sup>“宋人已观察到蜜蜂不仅采集花粉，还要采水以酿蜜泌蜡的生物学特征”<sup>⑧</sup>，元代发明木制蜂箱，蜂群管理水平高，形成专业养蜂场。

宋元时期养蜂技术的成熟，首先体现在对蜜蜂生物习性的细致观察与较为系统的认知上。这一点在宋元时期的许多文献中均有体现，这里仅以宋人王禹偁的笔记《小畜集》相关记载为例，做一简单梳理。其一，对蜂群习性特征以及蜂巢内部结构的认识。“蜂之有王”，“其色青苍，差大于常蜂耳”，“王无毒，不识其它”，“窝之始营，必造一台，其大如栗，俗谓之王台。”其二，对于分蜂群的进一步认识。“蜂之分也。或团如罍，或铺如扇，拥其王而去。王之所在，蜂不敢螫，失其王则溃乱不可向。”最后，对于取蜜多少的原则也有了科学的认知。“凡取其蜜不可多，多则蜂饥而不蕃；又不可少，少则蜂惰而不作。”<sup>⑨</sup>这些认识较之前代已有了诸多突破性的发展。

宋元养蜂技术的发展成熟的另一个重要的表现，就是世人对养蜂制蜜的重视，已经把其纳入农事范畴，载入农书体系<sup>⑩</sup>，无论私修的《王桢农书》《农桑衣食撮要》，还是官方颁布的《农桑辑要》，皆对养蜂技

① 徐征、张月中等主编：《全元曲》，河北教育出版社，1998年，第409、493页。

② 吕薇芬：《古典剧曲鉴赏辞典》，湖北辞书出版社，2004年，第258页。

③ [宋]司马光：《资治通鉴》，中华书局，1956年，第6853页。

④ [清]朱彬：《礼记训纂》，中华书局，1998年，第416页。

⑤ 王云五编：《诗经今注今译》，商务印书馆，1979年，第526页。

⑥ 石声汉：《中国农学遗产要略》，农业出版社，1981年，第33页。

⑦ 梁家勉主编：《中国农业科学技术史稿》，农业出版社，1989年，第442页。

⑧ 杨淑培：《中国养蜂史之管见》，《中国农史》1988年第2期。

⑨ [宋]王禹偁：《小畜集》卷14《记蜂》，商务印书馆，1937年，第200页。

⑩ 邱志诚：《宋代农书考论》，《中国农史》2010年第3期。

术有详细记载。

司农司编著的《农桑辑要》卷七《禽鱼篇》，对人工割蜜这一技术环节有较为详细的记载：“人家多于山野古窠中收取。盖小房，或编荆圉，两头泥封，开一二小窍，使通出入。另开一小门，泥封，时时开却，扫除常净，不令他物所侵。秋花雕尽，留冬月可食蜜，脾割取作蜜、蜡。至春三月，扫除如前。常于蜂窠前置水一器，不致渴损，春月蜂成，有数个蜂王，当审多少、壮与不壮，若可分为两窠，止留蜂王两个，其余摘去。如不壮，除旧蜂王外，其余蜂王，尽行摘去。”<sup>①</sup>由此可见，这一时期的人们已经认识到蜂巢需注意清洁，饮水充足，及时分房以及选育蜂王等人工养蜂的重要技术。

《农桑衣食撮要》则对割蜜、炼蜜等具体步骤提出了明确的技术要求：“宜开蜂窠后门，用艾烧烟微熏，其蜂自然飞向前去。若怕蜂蜇，用薄荷叶嚼细，涂在手面上，其蜂自然不蜇。或用纱帛蒙头及身上截，或用皮五指套手，尤妙。约量存蜜，自冬至春，其蜂食之余者，拣大蜜脾，用利刀割下，却封其窠，将蜜脾用新生布纽净，不见火者为白沙蜜，见火者为紫蜜。入簋盛顿。”<sup>②</sup>这段文字，既强调割蜜前要做好准备工作：熏蜂、涂薄荷叶汁、纱帛蒙头身、带皮五指套手；又强调了割蜜取蜜的过程与技术要求，首先要挑选大蜜脾，利刀割下之后封掉蜂巢，还要用新生布过滤；还指出不同加工程序后的不同产品，“不见火者为白沙蜜，见火者为紫蜜”。另外，该书还介绍了蜜蜡的制作方法，即将生蜜盛入锅内小火慢熬，之后加入蜡汁待其冷却又可制成蜜蜡。此外，该书还认识到了雨水多寡与蜂蜜产量间的关系，提出了在雨水少的时节用草鸡为蜂群补食的技术要求<sup>③</sup>。《王祯农书》中对养蜂的介绍与《农桑辑要》大致相同，但增加了对蜂蜜的价值以及养蜂的经济效益关注的内容：“春夏合蜂及蜡，每窠可得大绢一匹。有收养分息数百窠者，不必他求而可致富也。”<sup>④</sup>可见当时养蜂业已经发展成为一个致富行业。

另外，还有一部由元末刘基撰写的一篇奇文——《郁离子·灵丘之丈人》，虽然其主旨是借古喻今，借物言志，即借陶朱公之口，借养蜂之经寄语统治者，但也真实记载了一个专业养蜂场的技术与管理的的基本原则：

园有庐，庐有守。剡木以为蜂之宫，不罅不盾。其置也，疏密有行，新旧有次。坐有方，牖有乡。五五为伍，一人司之。视其生息，调其暄寒，巩其架构，时其瑾发，蕃则从之析之，寡则与之哀之，不使有二王也。去其蝼蝥蚍蛄，弥其土蜂蝇豹，夏不烈日，冬不凝澌，飘风吹而不摇，淋雨沃而不渍。其取蜜也，分其赢而已矣，不竭其力也。<sup>⑤</sup>

宋元时期，随着人工养蜂的技术日渐成熟，全国养蜂区域范围也有了进一步的扩大。据考证，宋代今河南洛阳、邓州，陕西的大部分地区，山西、甘肃、重庆部分地区，安徽合肥、江西上饶、浙江建德，福建长汀等地皆产蜂蜜，而且各具地域特色，往往以“土贡”形式供奉朝廷。到了元代，养蜂区域进一步扩大，已经达到了“从黄河南北到长江两岸甚至于遍及全国”的状态<sup>⑥</sup>。

养蜂技术的发展，使得蜂蜜的社会地位也发生了变化，除了前文所提到的“土贡”之外，各种蜜制产品也成为了上至朝廷之间、下至普通百姓礼尚往来的重要礼品。如宋朝皇帝生日，北朝所献的礼单中就有“蜜晒山果十束椽椀，蜜渍山果十束椽”等蜜制果子；宋朝贺契丹帝生辰礼物中，亦有“盐蜜果三十罐”等蜜制果子<sup>⑦</sup>。“在交换流通中，礼物超越其实物本质，而具有社会生命与社会人格，这便是‘礼物

① [元]司农司编：《农桑辑要》，中华书局，1985年，第131页。

② [元]鲁明善：《农桑衣食撮要》，中华书局，1985年，第29-30页。

③ 尚衍斌：《鲁明善〈农桑衣食撮要〉若干问题的探讨》，《中国农史》2012年第3期。

④ [元]王祯撰，王毓瑚校注：《王祯农书》《农桑通诀集之五·畜养篇第十四》，农业出版社，1981年，第65页。

⑤ [明]刘基撰，林家骊点校：《刘伯温集》，浙江古籍出版社，2016年，第18页。

⑥ 张显运：《宋代养蜂业探研》，《蜜蜂杂志》2007年第5期。

⑦ [宋]叶隆礼：《契丹国志》，上海古籍出版社，1985年，第200-201页。

之灵’。”<sup>①</sup>蜜制食物作为两国互示友好的礼物,这说明蜂蜜不再单单作为一种食物存在于人们的认知里,它产生了一些超越其作为食物本身的象征意义。

宋元时期人工养蜂技术的发展成熟以及养蜂规模的扩大,为人们制作各色蜜饮蜜食提供了充裕的原料,亦使各种蜂蜜产品广泛渗透到人们的饮食生活之中,故上到宫廷珍馐御膳,下至坊间巷里小食和百姓家常,无不见到蜂蜜之踪影。

## (二)经济因素:城市经济的发展

从文献记载可见,宋元时代的蜜制产品大多是作为商品来出售的,因此,蜜饮蜜食的发展与城市商品经济,尤其与饮食服务业的发展密不可分。

研究表明,随着农业经济的发展,宋元时期的城市与商品经济已经相当发达。漆侠先生认为:“宋代农业经济有了显著的发展,最发达地区的单位面积产量,大约为战国时代的四倍,唐代的两倍有余。”<sup>②</sup>农业经济发展,促进了城市经济的繁荣,这一时期,无论是城市的规模还是城市的数量都出现了大幅度的增大。据美国学者费正清估计,十二世纪初,中国就已经出现了52个具有10多万户人家的城市,相较于8世纪中期的数据,其发展态势相当地突出<sup>③</sup>。此外,宋元政府实行了多种户籍管理制度,即所谓的“诸色户记”,如在军队服役的“军户”,在驿站服役的“站户”,手工业工匠的“匠户”,制盐的“盐户”以及水运的“船户”等,多达八十三种<sup>④</sup>。这种种类繁多户籍,既是宋元政府适应经济与社会发展而采取的管理举措,又反过来促进了社会的多元化和城市商品经济的发展,带来了都市经济尤其是饮食服务业的繁荣,为养蜂业发展和嗜蜜饮食风尚的形成提供了重要的推动力。

宋元时期饮食服务业发展繁荣的一个重要表现,就是城市中的酒楼、茶馆与食店的兴盛。从历史文献记载来看,无论是宋代的东京、临安,还是元代的大都,均是酒楼茶馆遍布,人物繁阜。据统计,《东京梦华录》中提到的一百多家店铺中,酒楼和各种饮食店就占有半数以上;清明上河图更是直观地展现了东京汴梁茶楼酒肆林立的繁华景象。元杂剧中也有很多描写酒肆茶舍的情节,如王伯成《李太白贬夜郎》中的“小生却则酒肆之中,饮了几杯”,杨显之《郑孔目风雪酷寒亭》中的“满城中有酒店三十座”,白朴的《裴少俊墙头马上》中亦有“谁识他歌台舞榭,甚是茶房酒舍”<sup>⑤</sup>等的描述。

酒楼、茶馆与食店的兴盛,为蜜制饮食消费提供了重要平台。一是在酒肆茶舍的经营中少不了各类蜜饯点心的相佐,形成了以蜜饯劝酒的饮食文化风尚。如《西湖老人繁胜录》描写道:“官员子弟沿路用人托诸色果木蜜煎劝酒,后因搭滞禁之。”<sup>⑥</sup>关汉卿的《钱大尹智勘绯衣梦》亦有相关描述:“则我汤浇玉蕊,茶点金橙。对阁子里提两个茶瓶,凉蜜水搭着味转增。南阁子里啜盏会钱,东阁子里卖煎敲冰。”<sup>⑦</sup>除了酒肆茶舍之外,各类饮食店铺(简称“食店”)亦经营各种蜜制点心和蜜饯。如《西湖老人繁胜录》在记录杭州城食店经营各类食品时,还将各种蜜制食品单独列出:“蜜金橘、蜜木瓜、蜜林檎、蜜金桃、蜜李子、蜜木弹、蜜橄榄、昌园梅、十香梅、蜜枳、蜜杏、珑缠茶果。”<sup>⑧</sup>周密的《武林旧事》对临安城中的蜜制果点的记载更为详细,分别介绍了城中所售果子、糕、凉水种类,其中果子有“裹蜜、糖丝钱、蜜麻酥、蜜姜豉、蜜弹弹、薄苛蜜、琥珀蜜”等;蜜制糕点则有“蜜糕、蜂糖糕”,蜜制饮料则有“姜蜜水”<sup>⑨</sup>。第三类是流动

① 刘拥华:《礼物交换:“崇高主题”还是“支配策略”?》,《社会学研究》2010年第1期。

② 漆侠:《宋代经济史》,上海人民出版社,1987年,第138页。

③ [美]费正清、赖肖尔著:《中国:传统与变革》,陈仲丹等译,江苏人民出版社,1992年,第143页。

④ 黄清连:《元代户计制度研究》,台湾大学出版中心,1977年,第3页。

⑤ 徐征、张月中等主编:《全元曲》,第3071、2686、754页。

⑥ 西湖老人等撰,王民信编:《西湖老人繁胜录三种》,文海出版社,1981年,第11-12页。

⑦ [元]关汉卿著,王学奇等校注:《关汉卿全集校注》,河北教育出版社,1988年,第381页。

⑧ 《西湖老人繁胜录三种》,第16-17页。

⑨ [宋]周密撰,[明]朱廷焕增补,周膺,吴晶点校:《增补武林旧事》,当代中国出版社,2014年,第177-179页。

性较强的小摊贩,他们以独轮车作为贩卖食物的工具,走街串巷,“又有独轮车,前后二人把驾,两旁两人扶拐,前有驴拽,谓之‘串车’,以不用耳子转轮也。……此车往往卖糕及糕糜之类,人用,不中载物也。”<sup>①</sup>“凡百所卖饮食之人,装鲜净盘合器皿,车檐动使,奇巧可爱,食味和羹,不敢草略。”<sup>②</sup>节庆之时,这些流动摊贩更为热闹,将饮食服务的便捷性推向高峰,如七夕时潘楼街东、北门外、南朱雀门外街及马行街内遍布售卖各种奇巧玩意与饮食的小贩,“又以瓜雕刻成花样,谓之‘花瓜’。又以油面糖蜜造为笑靥儿,谓之‘果食’”<sup>③</sup>这些摊贩“皆于街心彩幕帐设出络货卖”<sup>④</sup>。他们突破了空间上的局限,对于推动蜜制食品流布与发展发挥了重要作用。

与城市餐饮业的发展繁荣相适应,宋代在前代“六局二十四司”的基础上<sup>⑤</sup>,成立了为政府各类宴请和民间红白喜事提供服务的专门机构——“四司六局”,“官府贵家置四司六局,各有所掌,故筵席排当,凡事整齐,都下街市亦有之。常时人户,每遇礼席,以钱倩之,皆可办也。”“四司”包括帐设司、厨司、茶酒司、台盘司,“六局”<sup>⑥</sup>包括果子局、蜜(煎)饴局、菜蔬局、油烛局、香药局、排办局,“四司六局”各司其职,保障筵席的顺利运行。在“六局”之中专设蜜煎局,“专掌糖蜜花果、咸酸劝酒之属”<sup>⑦</sup>。可见蜜制果点已成为宴席不可或缺之物。元代政府还设立了“沙糖局”,“掌沙糖、蜂蜜煎造,及方贡果木”<sup>⑧</sup>,已经由单纯的饮食服务机构上升具有工商管理职能的部门。此外,为了满足政府供应,元代还在地方设立“采蜜提举司”,专管蜂蜜采集事宜<sup>⑨</sup>。茶店酒肆、小摊贩以及“四司六局”共同支撑了宋元时期饮食服务业的繁荣局面,推动了社会食蜜“嗜甜”风尚的发展。

### (三) 社会因素:新的社会阶层的形成与发展

#### 1. 市民阶层的壮大及其多元化、个性化的消费选择

市民阶层的形成经历了一个相当长的时期。早在春秋战国时期,随着社会经济的发展和城市的出现,就已经产生了市民,但早期的市民只是以分散的个体形式存在,尚不具有群体性的社会特征。到了唐代,随着城市的发展,大量人口汇聚城市,市民阶层渐露机芽。两宋时期,打破了以前城市的坊市制,拓展了市场的空间与时间的限制,城市的经济功能显著强化,城市的吸引力亦大幅提升。与之同时,随着这一时期“不立田制,不抑兼并”和“崇文轻武”等一系列政策的实施,也使得城市规模和人口有了大幅度增长。在这一背景下,以商业精神为核心的城市意识开始觉醒,具有群体特征的市民阶层正式形成。相较于普通农户,市民阶层往往有着较为强烈的自我意识或优越感,这一点反映在这一时期的文献相关资料中,如当时坊市间颇为流行的“杂扮”这一艺术形式,其特点就表演市民眼中的乡野农民之拙朴,“顷在汴京时,村落野夫,罕得入城,遂撰此端。多是借装为山东、河北村叟,以资笑端。今士庶多以从省。”<sup>⑩</sup>

市民阶层的形成和壮大,既促进了消费需求的增长,也带来了消费选择多元化的发展。正如漆侠先

① 《东京梦华录》卷3《搬载杂卖》,第68页。

② 《东京梦华录》卷5《民俗》,第89页。

③ 《东京梦华录》卷8《七夕》,第159页。

④ 同上,第160页。

⑤ “四司六局”雏形,最早可以追溯到隋朝。《隋书·后妃传序》:“开皇二年又采汉、晋旧仪,置六尚、六司、六典,递相统摄,以掌宫掖之政。一曰尚宫,掌导引皇后及闺阁廩赐。管司令三人,掌图籍法式,纠察宣奏;典琮三人,掌琮玺器。……炀帝时又增置女官,准尚书省,以六局管二十四司。”

⑥ [宋]不著撰人:《都城纪胜》(外八种),上海古籍出版社,1993年,第6页。

⑦ 《都城纪胜》,第7页。

⑧ [明]宋濂等:《元史》卷87《百官志》,中华书局,2000年,第1464页。

⑨ 《元史》卷15《世祖本纪》,第211页。

⑩ [宋]吴自牧:《梦粱录》卷20《妓乐》,浙江人民出版社,1984年,第192页。

生指出,我国古代城市服务性行业大于生产性行业,消费的意义大于生产意义<sup>①</sup>。一方面,市民阶层的发展带来了物质消费的多元化。据林正秋先生研究,这一时期城市商业行铺分工已经相当细致,大致有十类:米铺与米市、肉铺与肉市、鱼行与鲞铺、酒楼饭馆、茶肆、水果行、陶瓷工艺品铺、布帛铺与染织品、金银珠宝行、书籍铺与刻印<sup>②</sup>,可以说已经应有尽有,囊括市民日常物质消费需求的各个方面,“瓦中多有货药、卖卦、喝故衣、探搏、饮食、剃剪、纸画、令曲之类。终日居此,不觉抵暮。”<sup>③</sup>各行业的从业者还有各自显著的行业标识和特征,“诸行百户衣装各有本色,不敢越外。谓如香铺裹香人,即顶披背,质库掌事,即着皂衫角带、不顶帽之类。街市行人,便认得是何色目。”<sup>④</sup>商业行铺分工的精细化,是市民阶层消费需求多元化的集中体现。另一方面,市民阶层尤其是其上层阶层,由于具有较为优渥的经济条件,其消费也呈现出个性化、精细化发展的趋势。如从饮食消费上看,他们已经有了一定的“品牌”意识,京师人买物,“多趋有名之家,如昔时之内前下家从食、街市王宣旋饼、望仙桥糕麩是也。如酪面,亦只有后市街卖酥贺家一分。”<sup>⑤</sup>“品牌化”的消费意识促进了饮食行业之间的良性竞争,其结果必然是各种风味特色的精良的饮食和店铺脱颖而出,“都下市肆,名家驰誉者,如中瓦前皂儿水、杂卖场前甘豆汤、如戈家蜜枣儿、官巷口光家羹、大瓦子水果子、寿慈宫前熟肉……”<sup>⑥</sup>总之,多元的消费市场给各类蜜制食品发展提供了广阔的需求空间,而饮食的个性化消费又进一步促进特定食品的发展,从而推进了“嗜蜜”风尚的发展。

## 2. 士大夫阶层的形成及其消费文化特征

两宋以来,随着“重文轻武”治国方略的实施和科举制的完善,文人士大夫的群体不断壮大,逐渐形成了一个特殊的社会阶层——士大夫阶层。宋元时期的士大夫阶层包括两大类,一类是进入国家治理体系的士人,他们是国家政治文化的参与者,也是物质财富的主要占有者和社会精神文化的引领者;另一类则是徘徊在体制之外的社会文人,这一类不仅人数众多,而且社会横向流动性强,由于他们长期沉淀于城市社会底层,在某些程度上已经具有市民化的诸多特色。这两类不同的阶层,由于其不同的条件和特点,在饮食消费文化方面亦产生了不同的引领作用。

士人阶层入仕做官,进入了国家的治理体系,除了享有国家所提供的稳定优越的俸禄保障外,还在政府鼓励下,通过各种手段增财置产,因此,宋代的士人阶层的经济生活相当优渥。与之相适应,他们的消费观念呈现出精品化、奢靡气派的基本特征。从这一时期历史文献记载来看,宫廷宴会、贵士宴饮不仅数量、种类之多超乎常人想象,而且精致奢靡程度亦远非常人所见。宋人马远的《华灯侍宴图》<sup>⑦</sup>就记述了绍兴二十二年(1152)十一月清河郡王张俊招待宋高宗赵构的豪华宴席基本情况,前菜十三行,下酒十五盏。餐间不间断,后仍有四桌,仅看与本文主题相关的蜜制煎果:“雕花蜜煎一行:雕花梅球儿、红消花、雕花笋、蜜冬瓜鱼儿、雕花红团花、木瓜大段花、雕花金橘、青梅荷叶儿、雕花姜、蜜笋花儿、雕花橙子、木瓜方花儿”<sup>⑧</sup>不仅种类繁多,而且精雕细琢,极为精致。无独有偶,刘松年的《十八学士图》也有类似的描述<sup>⑨</sup>。(详见图1、2、3。)一般的富贵人家亦是食不厌精,脍不厌细。据《梦粱录》记载,“凡饮食珍味,时

① 漆侠:《宋代经济史》,上海人民出版社,1987年,第946页。

② 林正秋:《宋代城镇十大类商店初探》,《商业经济与管理》1999年第2期。

③ 《东京梦华录》卷2《东角楼街巷》,第43页。

④ 《东京梦华录》卷5《民俗》,第89页。

⑤ 《都城纪胜》(外八种),第6页。

⑥ 同上,第3-4页。

⑦ 李华瑞:《南北宋社会变动与山水画风格之演变》,《河南大学学报(社会科学版)》2012年第1期。

⑧ [宋]周密:《武林旧事》卷9《高宗幸张府节次略》,光明日报出版社,2016年第160页。

⑨ 刘松年为南宋“四大画家”之一,所作《十八学士图》收藏于台北故宫博物院。图中各色器皿内所盛饮品与食物或为蜜饮与蜜煎。

新下饭,奇细蔬菜,品件不缺”,甚至“增价酬之,不较其值,惟得享时新耳”<sup>①</sup>。这些史料足以反映达官贵人宴饮追求精致化、奢靡化的基本特点,也在一定程度上引领了社会的饮食风尚。也与司马光《论财利疏》对这一时期社会奢靡之风盛行的批判相一致,“左右侍御之人,宗戚贵臣之家,第宅园圃,服食器用,往往穷天下之珍怪,极一时之鲜明。……以豪华相尚,以俭陋相訾。愈厌而好新,月异而岁殊。”<sup>②</sup>

而大多数潜沉下层的生活文人,由于对仕途的绝望和经济条件的制约,导致他们的心态与价值取向更具世俗化的一些特征,故往往更关注俗世生活,形成了其精致化、多元化的消费文化。一方面,深受文学艺术浸染的他们有着高雅的品位与涵养,对生活有着创意化、精致化的追求。例如,宋代文人郑文宝即自创叫一种名为“云英面”的小吃:“郑文宝云英面,予得食,酷嗜之。文宝赠方:藕、莲、菱、芋、鸡头(芡实)、荸荠、茨菇、百合,并择净肉,烂蒸之,风前吹眼少时,石臼中捣极细。入川糖、熟蜜,再捣,令相得,取出作团。停冷性硬,净刀随意切食。糖多为佳。蜜须合宜,少过则太稀。”<sup>③</sup>可以看出,“云英面”不仅食材要求考究,所取原料均为白色,再加以晶莹剔透之蜜,而且制作过程也颇为精细,而更为雅致的是以“云英”而命名,甚为精妙,颇具文人风范。类似的记载与传说还有很多,如林洪给涮兔肉火锅赋予的“拨霞供”之名,即取“浪涌晴江雪,风翻晚照霞”<sup>④</sup>之意境,等等,把文人雅士饮食生活中精致化、创意化、艺术性之倾向展现得淋漓尽致。另一方面,社会文人人数量甚众,加之个性化、猎奇性的消费偏好,他们的饮食消费不仅讲究卫生,致使“凡百所卖饮食之人,装鲜净盘盒器皿,车檐动使奇巧,可爱食味和羹,不敢草略”<sup>⑤</sup>,也具有多元化的特征,故每每有特色饮食或“名家驰誉”之店铺,对“如中瓦前皂儿水、杂卖场前甘豆汤、如戈家蜜枣儿、官巷口光家羹、大瓦子水果子、寿慈宫前熟肉……”<sup>⑥</sup>等特色美食,不惟自己频频光顾,而且邀约三五知己,诗酒会友。还有一点值得注意的是,这一阶层的流动性旅游消费,亦带动了饮食业的发展。如西湖周围店铺林立,每逢旅游旺季,“店舍经营,辐凑湖上,开张赶趁”<sup>⑦</sup>。



图1 十八学士图局部



图2 十八学士图局部



图3 十八学士图局部

总而言之,宋元文人阶层是一个更加贴近下层社会的群体,成为了一个近乎“市民化”了的社会阶层,一方面,仕途的坎坷和日渐兴盛市民文化的冲击,使他们往往更为关注此岸的现实生活,对社会潮流

① 《梦粱录》卷8《大内》,第63页。

② [宋]司马光撰,王根林点校:《司马光奏议》,山西人民出版社,1986年,第89页。

③ [宋]陶穀著,李益民等注释:《清异录》(饮食部分),中国商业出版社,1985年,第146页。

④ [宋]林洪撰,章原编著:《山家清供》,中华书局,2013年,第79页。

⑤ 《东京梦华录》卷5《民俗》,第89页。

⑥ 《都城纪胜》(外八种),第4页。

⑦ 《西湖老人繁胜录三种》,第13页。

有着敏锐的嗅觉,消费文化更具有生活气息;另一方面,长期的文化浸淫熏陶,又使得他们与一般的市井人家颇为不同,不甘或不齿于世俗的沉沦,往往给日常的饮食起居赋予文学的意蕴和想象,创造出诸多的“日常生活之美”。具体到宋元时期“嗜蜜”的社会风尚方面亦是如此,一方面,从生理学的角度来看,甜味的摄入确实能使人心情愉悦,在压抑苦闷中,口舌之间的片刻欢愉,也是一种精神的解脱与享受。苏轼落魄之时的《安州老人食蜜歌》颇具代表性:“安州老人心似铁,老人心肝小儿舌。不食五谷惟食蜜,笑指蜜蜂作檀越。蜜中有诗人不知,千花百草争含姿。老人咀嚼时一吐,还引世间痴小儿。小儿得诗如得蜜,蜜中有药治百疾。正当狂走捉风时,一笑看诗百忧失。东坡先生取人廉,几人相欢几人嫌。恰似饮茶甘苦杂,不如食蜜中边甜。因君寄与双龙饼,镜空一照双龙影。三吴六月水如汤,老人心似双龙井。”<sup>①</sup>另一方面,从饮食文化的角度而言,在享受“甜蜜”同时,他们又通过创意蜜制食品和诗文艺术,记载并创造了一个时代的饮食文化风尚。

## 余 论

饮食起居是社会生活的重要构成,也是社会发展变革的信息载体。因此,解读饮食起居文化,亦能折射出一个时代变革的基本内涵与发展趋势。正如布罗代尔所说:“我以为不应该把糖、咖啡、茶、烧酒等许多食品的出现贬低为生活细节。它们分别体现着无休止的重大历史浪潮。”<sup>②</sup>宋元时期嗜蜜之饮食风尚,既具体而微地折射出这一时期社会、经济与文化的诸多时代特点,也从另一个方面昭示了近古饮食文化的新开端。

其一,食品阶级性界限的突破。技术的发展,使得蜂蜜这种天然甜味剂及其制品得以普遍的获取与使用,大大丰富了人们饮食的内涵,使得过去只有特定阶层所享有的蜜制品,成为了社会之共享,皇室贵族嗜得,士大夫文人嗜得,而市民百姓亦有机会享受,食物的阶级性界限有了新的突破。其二,食品商品化趋势日益明显。城市经济的发展,为食物的商品化发展创造了诸多的机遇,酒肆食铺林立,饮食摊贩走街串巷,为蜜制产品提供了广阔的市场空间;而社会结构的变迁,尤其是大量非农业人口的出现,也打破了“男耕女织”“自给自足式”的消费模式,为蜜制产品的消费提了充裕的社会需求。其三,食品消费文化的精致化与世俗化的并存。一方面,蜂蜜及其饮食产品,在文人士大夫阶层的创意引领下,不仅出现了诸多精致别样的特色产品,而且通过文学创作赋予了其艺术化的意蕴,创造了诸多的日常生活之美;另一方面,在满足饱腹基本需求的基础上,饮食逐渐变成了一种生活体验,成为人们日常生活放松与休闲的方式之一。正如西方学者西敏司在其《甜与权力》一著中对蔗糖消费的描述:“它使得繁忙的生活不再是那么的不堪;在人们恢复元气的间歇中,它使人感到放松,或者说看起来像是放松了在工作与休息之间辗转所带来的烦躁;比起复合碳水化合物,它提供了更为迅速而充盈的满足感;它可以轻易地与许多其他食物相混合而被食用。”<sup>③</sup>宋元时期蜂蜜及其产品的消费亦是如此,人们对这类特色饮食的消费,追求的就是口舌的愉悦和生活的享受,尤其从沉浮于世俗底层的数量众多的文人嗜蜜消费来看,亦不难发现雅致中所具有的浓郁世俗色彩。总而言之,通过对宋元时期嗜蜜饮食风尚的检视,我们不难发现,中国传统的饮食文化已经具有诸多新的内涵与特征,昭示了一个新阶段的开始。

(责任编辑:徐定懿)

① [宋]苏轼撰,傅成、穆传标点:《苏轼全集》,上海古籍出版社,2000年,第392页。

② [法]费尔南·布罗代尔著:《十五至十八世纪的物质文明、经济和资本主义》第1卷《日常生活的结构:可能和不可能》代译序《资本主义的活力》,顾良、施康强译,商务印书馆,2018年,第6页。

③ [美]西敏司著:《甜与权力:糖在近代历史上的地位》,王超、朱健刚译,商务印书馆,2010年,第183页。