

苏轼诗词中的饮食文化

朱红华,张 晴

(玉溪师范学院 文学院,云南 玉溪 653100)

【摘要】苏轼才学出众,仕途上历经风雨,多次被贬谪迁徙大江南北,客居多地,每到一地,苏轼都积极主动体味各地的饮食文化,创造性地改造变革,创新各种饮食,并用诗文记载歌咏风味饮食,弘扬了独特的地域饮食文化。

【关键词】创制美味;酿酒制茶;地域饮食

【中图分类号】I206.2;I207.2 **【文献标志码】**A **【文章编号】**1673-1883(2015)04-0058-04

DOI:10.16104/j.cnki.xccxbsh.2015.04.015

宋代饮食风气骤变,从唐代的粗犷豪爽,大鱼大肉,狂喝滥饮变得精致细腻,纯情品味,讲究礼仪,文人士大夫以谈论饮食、聚友品饮为乐,以诗文描述饮食为雅,苏轼是其中典型代表。

苏轼(1036—1101年)出生于四川眉山(今四川省眉山市),才学出众,宋仁宗嘉佑二年(1057年)苏轼考中进士,1060年授河南福昌县主簿,1061年授大理评事,签书凤翔府(今陕西),1066年回四川眉州为父守丧,1069年还朝。在苏轼初入官场的十二年,北宋三次更帝,政权频变,苏轼自知难以适应多变的朝政而请求外调,先后到杭州、密州、徐州等地任职。1080年遭乌台诗案,被贬黄州;1085年宋神宗去世,苏轼重回京城,官至礼部尚书;1086年宋哲宗亲政,苏轼又任中书舍人;1087年再贬惠州、儋州;元符三年(1100年)遇赦北归,1101年卒于常州。苏轼多次被贬谪迁徙大江南北,以四川为原点,往东及东南不断扩大生活半径,足迹遍及今日中国中西部和东南沿海,是宋代川蜀文化、中原文化、吴越文化、东夷文化等地域文化的亲历亲见者。苏轼把客居迁徙、创制品味、传播饮食等生活细节用诗词文抒写,这些文献是今日研究宋代地域饮食文化的重要资料。

一、创制美味,记录饮食文化

一方水土产一地风物,一方之人传承一方美味。苏轼饱学智慧,善于创新,无论到何地都能入乡寻奇,充分发掘当地食材,创造一方美食。体现在四个方面。

(一)创制荤食

民以食为天,古代官员为政最大的能耐,是让百姓温饱。苏轼无论是外出做官,还是贬谪他乡,都能迅速与当地百姓融为一体,从民间发掘美食,解决百姓果腹之需。苏轼在创制荤菜上特别用心,以苏轼名号命名的荤菜有东坡肘子、东坡墨鲤、东

坡丸子、东坡酥、东坡肉等,有的荤菜虽未直接以苏轼名号命名,却与苏轼的创新改制密切相关,如宏志鸡、琵琶虾、盐焗鸡等,这些菜肴体现了一种兼容并蓄的宋代地域文化特征,以东坡肉的来历为例,三个地点展现三种缘起。

其一,黄冈贱物,东坡贵新。宋代周紫芝《竹坡诗话》^①记载,黄冈(黄州)富贵者不吃猪肉,猪肉价贱,老百姓苦于烹调技艺不佳,难出美味。苏轼被贬黄州之后,亲自下厨烹调尝试,终于做成绝妙美味东坡肉。“黄州好猪肉,价贱如粪土,富者不肯吃,贫者不解煮,慢着火,少着水,火候足时他自美。每日起来打一碗,饱得自家君莫管。”^②所录小诗记载苏轼对猪肉烹调创新的感受,创造性添加新佐料,少水,慢炖,一碗管饱,美滋滋地品味,在心情阴郁的被贬生活中,美味是消遣,也是自慰,苏轼善于从平凡食材中提升精华,于空灵妙思之中添加佐料,充分挖掘食材之美,展现特定的地域文化。

其二,永修治病,误听巧做。苏轼曾在江西永修为一农家孩子治好病。农夫留饭,苏轼被乡村美景陶醉,不禁口吟“禾草珍珠透心香”;农夫误听,理解成“和草整煮透心香”,以为苏轼教自己做菜,于是将稻草栓系猪肉,整块慢慢蒸煮,稻草清香浸肉,别有一番香味!至今江西还有如此做红烧肉的。融于百姓,为民解忧,误听巧做,暗喻百姓对苏轼的喜爱。

其三,徐州抗洪,回赠东坡。苏轼任徐州知州时,黄河澶州曹村埽决口,徐州被困,苏轼亲率百姓抗洪保城,百姓极其感激,杀猪宰羊,把猪肉敬献苏轼,苏轼拒收猪肉,教百姓把猪肉做成红烧肉,回赠给百姓,所以东坡肉又称回赠肉。

一道红烧肉,如今流播中国大地,三个地点三种传说,可知苏轼为官途中爱创制荤食,在困顿之中寻求豁达,在贬谪之中寻觅乐趣,自娱自乐中独

收稿日期:2015-09-29

作者简介:朱红华(1967-),女,云南澄江人,副教授,研究方向:文学文化理论。

创荤食,荤食随百姓对苏轼的崇敬而流播四方。

苏轼不仅爱创制荤食,对荤食也有独到的理解,其在《於潜僧绿筠轩》中写到:“可使食无肉,不可使居无竹。无肉令人瘦,无竹使人俗。人瘦尚可肥,俗士不可医。旁人笑此言,似高还似痴。若对此君仍大嚼,世间那有扬州鹤。”^[2]小诗用典抒情,食肉果腹,竹居雅志,王徽之松竹自喻,高风雅行,出语精辟;小诗最令人意外和惊喜的,是续下看似多余的俗世问话,借曹植“腰缠十万贯,骑鹤上扬州”语出新意——若名节与口福冲突,宁可保清节,潇洒弃口福,这便是苏轼的饮食观,别于凡俗一味追逐口福的饕餮盛宴。

猪肉之外,苏轼又把西湖盛产的大鲤鱼,创新出新的烹饪技法,形成大名鼎鼎的东坡鱼;龙井虾仁、爆炒东坡、海盐焗鸡等,都是苏轼在日常饮食中创制的荤食。苏轼《东坡八首》中“泥芹有宿根,一寸嗟独在。雪芽何时动,春鸠行可脍。”^[2]蜀人贵芹芽脍,苏轼创造性把芹芽脍鸡肉,荤菜的香甜与素菜的清甜交融一体,相得益彰。总之,苏轼创制的荤菜用料不贵,加工不繁,粗中见细,化俗为雅,诗文记趣。

(二)生态素菜

在困苦的贬谪生活中,苏轼意外发现蔬菜的原味很美,《菜羹赋》赋中说,“汲幽泉以揉濯,搏露叶与琼根……覆陶甌之穹崇,谢搅触之烦勤,屏醯酱之厚味,却椒桂之芳辛。”^[2]素菜易取,苏轼亲自汲泉、摘洗、清煮,芬芳鲜艳,令人垂涎。在《擷菜》诗前小序中交代了擷采素菜的乐趣,每当困顿饮酒后,夜半就擷菜煮吃,自觉梁肉也不能赶上素菜的清雅可口。又如东坡豆苗把豆芽杂以绿色素菜凉拌,丝丝缕缕,色彩缤纷,清爽宜人。

苏轼在《浣溪沙·游蕲水清泉寺》中描写蕲水溪流潺潺,兰芽碧绿,松间小路,清净无泥,洁净的蔬菜,清幽的环境,悠闲的心境,一切都似禅意,在清雅的氛围之中,缺吃少穿被消解无忧。在《韵子由种菜久旱不生》中写新春笋芽,霜螯野芥,鬓间秋色,色彩对比鲜明,在五色缤纷之中寻觅素菜,善变无用为有用。“彼美君家菜,铺田绿茸茸。豆荚圆且小,槐芽细而丰。种之秋雨余,擢秀繁霜中。欲花而未萼,一一如青虫。是时青裙女,采擷何匆匆。”^[2]后人在苏轼基础上改制,做成四川传统名菜苕菜狮子头。一棵素菜,在苏轼笔下摇曳生姿,清醇可口。

医食同源是中国医药传统,苏轼深谙其中道理,他在《小圃五咏》中写了人参、地黄、枸杞、甘菊、薏苡五种素菜药物,在自家苗圃地里栽种人参做

药,即可医病强身,又可救济他人。

(三)解馋风味

如果说荤菜素食是日常填饱肚子的充饥之物,那么苏轼所创制的解馋风味食品,则是苏轼文人雅士饮食情趣的体现。“地碓春糠光如玉,沙瓶煮豆软如酥。我老此身无著处,卖书来问东家住。卧听鸡鸣粥熟时,蓬头曳履君家去。”^[2]豆子舂碓去壳,沙瓶煮豆子酥软如糕;“惠泉山下土如濡,阳羨溪头米胜珠。卖剑买牛吾欲老,杀鸡为黍子来无?地偏不信容高盖,俗俭真堪著腐儒。莫怪江南苦留滞,经营身计一生迂”^[3]。这首诗是苏轼的自嘲与家居饮食小结,清泉濡土。稻米如珠,卖剑买牛,诗人日常家居饮食细节尽显。

(四)冒死尝鲜

苏轼对野味大胆尝试,野生菌蕈味道鲜美,可惜有毒,苏轼大胆品尝。“竹外桃花三两枝,春江水暖鸭先知。蒹蒿满地芦芽短,正是河豚欲上时”^[3],河豚内脏有毒,稍有不慎,可能毙命。苏轼到餐馆冒死品尝河豚,出来后他人问起味道如何,苏轼直截了当回答说:“值得一死!”冒死追求美味的精神是苏轼与天地融于一体的表现。

苏轼有多首诗写鱼,《鳊鱼》中写到:“晓日照江面,游鱼似玉瓶。谁言解缩项,食饵每遭烹。杜老当年意,临流忆孟生。吾今又悲子,辍箸涕纵横。”^[2]鱼贪饵人贪欲,用典精到,至情至性,人与鱼命运何其相似!生存温饱所需,可能误入困境,杜甫、孟浩然均未避免!思考,时常伴随着苏轼,一餐饭,一条鱼,审视之中,文化自觉,令人叹惋。苏轼《初到黄州》也写武昌鱼,“自笑平生为口忙,老来事业转荒唐。长江绕郭知鱼美,好竹连山觉笋香。逐客不妨员外置,诗人例作水曹郎。只惭无补丝毫事,尚费官家压酒囊。”^[2]此诗中的鱼也是武昌鱼,武昌鱼冠绝天下,长江两岸青山连绵,翠竹秀茂,笋香诱人,诗人以逐客自命,揶揄之中兼有诙谐旷达,绵里藏针,讽刺薪俸仅是折价变卖的压酒囊。由此诗,可知苏轼喜作美食的原因之一,薪俸太低,自制美食,既可调节饮食,又可减少支出,以有限的薪俸,支付一家老小的生活,看似浪漫,实则心酸。在这种自我解嘲的诗词中,苏轼通过创制各种美食,消解精神的困顿,于品味饮食之中,超越生活。

(五)心灵鸡汤

苏轼算不上厨子,但以其名号命名或与其相关的饮食文化流播广远,原因在于佳肴仅能饱一时,载于诗词中的心灵鸡汤却能滋润心田颐养人心,百代不衰。“采米买束薪,百物资之市。不缘耕樵得,

饱食殊少味。”^[14]苏轼喜爱体验饮食劳作,购买而来的饮食似乎缺少滋味。在《和子由澠池怀旧》中写到,“人生到处知何似,应似飞鸿踏雪泥:泥上偶然留指爪,鸿飞那复计东西。老僧已死成新塔,坏壁无由见旧题。往日崎岖还记否,路长人困蹇驴嘶。”^[15]贬官辗转多地,犹如骑瘸驴行崎道,雪泥鸿爪,漂泊点痕,诗文中的美食,透露其人生踪迹。

总之,苏轼爱创制美食,无论荤素,无论常异,都是他对美食的发现和创造,美食是他抚慰自我的心灵鸡汤。

二、酿酒品茶,抒写精神文化

(一)偶得酒中趣——苏轼与酒文化

酒茶疗百病 养生重养心,宋代文人以知医为时尚,医家以通文为俊雅,苏轼得风气之先,他将酿酒、品酒、养生融为一体,佳话频传。苏轼酿酒心得《东坡酒经》,可供后人酿酒借鉴。

苏轼对酿酒有独到体验,其在《超然台记》中说,“脯糟啜漓皆可以醉,果蔬草木皆可以饱……撷园蔬,取池鱼,酿秫酒,淪脱粟而食之。”^[16]苏轼超越自然之物的属性,游于物外,挖掘食材的别类吃法,常用谷物酿酒,所酿之酒有真一酒,菖蒲酒,橘子酒、罗浮春、万家春、洞庭春、黄州蜜、定州松醪、惠州桂酒等,这些酒大多是药酒,是苏轼因地制宜,选取当地食材而作,饮酒可以防病养生。

真一酒制作程序就极其考究,米麦水三一混入,“拨雪披云得乳鸿,蜜蜂又欲醉先生。稻垂麦仰阴阳足,器洁泉新表里清,晓日著颜红有晕,春风入髓散无声。人间真一东坡老,与作青州从事名。”^[17]据传,苏轼从罗浮山道士邓守安处得到真一酒秘方,将道家养生理论融入酿酒实践;真一酒酿成后颜色如玉,口感纯香;三杯下肚,自信超脱,品饮真一酒使人精神愉悦,心境超脱,淡薄名利。

在定州,苏轼将松花粉拌入蒸饭中,密封8日就酿得松花酒。松花粉甘温无毒,可以解润心肺,祛风止血。也在定州,苏轼与雅士赵杲卿诗文唱和,以定州民谣和诗《薄薄酒引》:“薄薄酒,引两盅,粗粗布,着两重。”^[18]以酒会友,民谣自嘲。

苏轼品酒,矛盾交织。苏轼不胜酒力,微醺即止,稍饮即醉,其在《和陶饮酒二十首·并叙》中说:“吾饮酒至少,尝以把盏为乐。往往颓然坐睡,人见其醉,而吾中了然,盖莫能名其为醉为醒也……客去,解衣盘礴,终日欢不足而适有余。”^[19]品酒最佳状态是“半醒半醉问诸黎,竹刺藤梢步步迷。”^[20]苏轼与酒有种不能割舍的缘分,以上词句体现了苏轼爱酒的个性,但苏轼又不沉溺于酒,而是借酒言情,借酒

发语。

有时,苏轼又想戒酒,在诗歌《和陶止酒》中有所体现,在《临江仙·夜归临皋》中写道:“夜饮东坡醒复醉,归来仿佛三更。家童鼻息已雷鸣。敲门都不应,倚杖听江声。长恨此身非我有,何时忘却营营?夜阑风静縠纹平。小舟从此逝,江海寄馀生。”^[21]酒后独立江边,孤独无依,酒不解真愁,又何必借酒浇愁?

(二)佳茗似佳人——苏轼与品茗文化

苏轼嗜茶胜于好酒,苏轼所处的眉山、杭州、湖州、儋州都是茗茶之乡。苏轼诗词对茶的采制、冲泡、品赏都有细腻生动的描写。

采制之美:苏轼曾摹写杭州城外漫山遍野的春茶景色;《月兔茶》中写到,“环非环,玦非玦,中有迷离玉兔儿。一似佳人裙上月,月圆还缺缺还圆,此月一却圆何年。君不见斗茶公子不忍斗小团,上有双衔绶带双飞鸾。”^[22]玉兔儿又称小凤茶或小团月,因茶饼形状似圆月而得名,以佩玉为喻,形象生动,优质珍贵;在《次韵曹辅寄壑源试焙新茶》中写到,“要知玉雪心肠好,不是膏油首面新。戏作小诗君一笑,从来佳茗似佳人。”^[23]这是苏轼的实践真知,宋代不法商人常用淋过红油的绵纸包裹茶叶,不知底细的喝茶人以为那是好茶,苏轼指出好茶的采摘与乡间的佳人一样,不事雕琢,清丽自然,无需膏油涂抹,同时以茶喻人,感慨命运不济,辛辣讥讽以佳茗钻营的势利行径。

冲泡之韵:唐代人认为茶叶需缓火炙烤,活火煎煮。宋人特别强调取水,苏轼善于取泉鉴水,其取泉地点遍及川蜀、卞洛、江淮、岭南等地。苏轼在《虎跑泉》中写到:“虎移泉眼趁行脚,龙作浪花供抚掌。至今游人濯濯罢,卧听空阶环玦响。”^[24]送人讲究水与茶的关系,虎跑泉与西湖龙井是绝配。《廉泉》中写到“水性故自清,不清或挠之。君看此廉泉,五色烂摩尼。廉者为我廉,我以此名为。”^[25]苏轼自喻清澈如泉,廉洁如水,令人敬仰。

《试院煎茶》写出苏轼的人生之感,“蟹眼已过鱼眼生,飏飏欲作松风鸣。蒙茸出磨细珠落,眩转绕瓯飞雪轻。银瓶泻汤夸第二,未识古人煎水意。君不见,昔时李生好客手自煎,贵从活火发新泉。又不见今时潞公煎茶学西蜀,定州花瓷琢红玉。我今贫病常苦饥,分无玉碗捧蛾眉。”^[26]泡茶之水讲究火候,需用活火,即有赤焰的炭火,要在蟹眼气泡刚过,鱼眼气泡初起时取水,别把水烧成老水,当壶中松风飏飏声响就该冲泡,点茶后观茶,茶末如飞雪旋转,洁器雅兴,精品厌凡泉,雅士格调高,借茶消

闷,自娱自足。

七律《汲江煎茶》是苏轼写泡茶最著名的诗歌,写于苏轼被贬海南儋州之时,月夜寂静,友人聚集泉边,汲水煎茶,“活水还须活火烹,自临钓石取深清。大瓢贮月归春瓮,小杓分江入夜瓶。雪乳已翻煎处脚,松风忽作泻时声。枯肠未易禁三碗,坐听荒城长短更。”^[2]汲水、舀水、煮茶、斟茶、品饮、听更,细腻形象,用典清新,炉火纯青。

品赏之味:《浣溪沙·从泗州刘倩叔游南山》体现了品茶的情趣:“雪沫乳花浮午盏,蓼茸蒿笋试春盘。人间有味是清欢。”^[2]滚烫的水冲起如雪花一样的白色泡沫,等到泡沫渐消,细品沁入心脾的春茶,春气乍暖还寒,春天特有的蓼茸和蒿笋颜色嫩绿,味道鲜脆,品茗尝鲜,虽简单,却快乐。苏轼《水调歌头》词中,“已过几番雨,前夜一声雷。旗枪争战建溪,春色占先魁。采取枝头雀舌,带露和烟捣碎,结就紫云堆。轻就黄金碾,飞起绿尘埃。老龙团,真凤髓,点将来。兔毫盏里,霎时滋味舌头回。唤起青州从事,战退睡魔百万,梦不到阳台。两腋清风起,我欲上蓬莱。”^[2]春雷惊炸,旗枪争春,雀舌嫩黄,捣碎紫鸽,点茶和品茶,清风拽腋,困顿全消,似

到仙境,飘飘欲飞。

神韵之雅:某天苏轼出游,在山腰有一寺庙,就让书童戴上草帽,脚穿木屐去寺中讨要某种东西,寺中僧人知是苏轼书童,问书童要什么,书童答说:“先生说看到我,你就知道要什么了!”僧人细细打量,会心一笑,书童这打扮,不就是茶吗?于是泡一壶好茶,让书童带去。这就是苏轼的机巧,僧人的会意,苏轼把茶融入精神深处,生活中处处有茶,借茶言声。

三、结语

一方水土养一方人,苏轼一生辗转多地为官,饱尝各地特色佳肴,苦中作乐,用诗文记下了饮食中的美味和品饮,从四川眉山到浙江西湖,从黄州赤壁矶到天涯海南岛,从陕西凤翔到胶东定州,今日中国各大菜系的发源地,均留下了苏轼的足迹,苏轼客居异地之时,总能积极主动体味当地的饮食文化,创造性地改造变革,并用诗文记载歌咏风味饮食,弘扬了独特的地域文化,引领了中国各地的饮食习俗和文化,体现了一个卓杰文人对地方文化的影响和改变,这些诗词是研究宋代文化珍贵而确切的文献资料。

注释及参考文献:

- ①周紫芝:宋代(1080-?),字少隐,号竹坡居士,《竹坡诗话》推赞苏轼和黄庭坚在诗歌创作中点化、融化之功。
- ②赵杲卿所著原词“薄薄酒,盛茶汤,丑丑妇,盛空房。”
- [1]何文焕辑.历代诗话[M].北京:中华书局,1981:351.
- [2]苏轼.苏轼全集[M].上海:上海古籍出版社,2000.
- [3]查慎行.苏诗补注[M].南京:凤凰出版社,2013:334.
- [4]闫晓东注析.苏轼诗文选[M].海口:南海出版公司,2007:70.
- [5]李懿.宋代民俗诗评注[M].成都:巴蜀书社,2011:38.

On the Catering Culture in Poems by Su Shi

ZHU Hong-hua, ZHANG Qing

(School of Literature, Yuxi Normal University, Yuxi, Yunnan 653100)

Abstract: As an outstanding scholar in Song Dynasty, Su Shi went through many ups and downs in his official career and was frequently relegated to different places through the country. During his relegation, he not only enjoyed, improved and made local food and drinks, but also recorded and eulogized them through his works.

Key words: delicacy improvement; brewing and tea processing; native diet

(责任编辑:董应龙)