

跟着“古人生活”书单 寻踪前朝生活美学

如果回到古代生活,你的日常会怎么样?没有电灯、没有手机、没有空调,没有汽车和地铁,出行基本靠走,想一想就觉得好难。但在古代,有精雕细琢的美味佳肴;有别出心裁的女子妆容,有相应的时尚潮流;有丰富的学术活动,也有隐秘的家庭生活;也有人会讲述纸和书籍的历史,有趣的行走坐卧讲究……有雅也有俗。而更多普通人的生活,则是融入日常,随着历史长河流入我们的当下。

“人生代代无穷已,两种日常达古今。”本期推出这份“古人生活”书单,看古人如何追求品质生活,或许从中我们可以获得生活的启示。

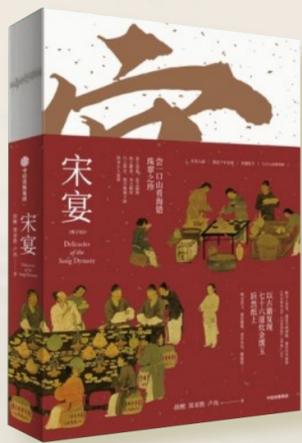
——记者 潘玉莹/整理



《宋宴》

作者:侯印国
出版社:中信出版社

或许你从未见过如此“丰盛”的一本书。它是食谱,作者根据《山家清供》《中馈录》等宋元典籍文献记载,还原了75道宋朝美食,按时令编排,囊括宫廷菜、文人菜、平民菜,涉及热菜、素菜、冷盘、羹汤、粥面、糕饼、饮料、果子八类,附有详细的食材配置与制法步骤图。它是随笔,跟着作者信步闲逛市井乡间。每道菜背后有什么名堂,菜市场摊新上了什么,寒食重九、春秋社日有哪些热闹,知名的文士学者为“吃”留下了哪些佳话和笑话。它也展现了宋人美学,收录宋画、书法、唐宋器物图片,还原其时情境,赏花、焚香、玩物……由“吃”延展开去,欣赏一个大雅与大俗兼备的迷人时代。



《结社的艺术》

作者:张艺馨
出版社:广西师范大学出版社

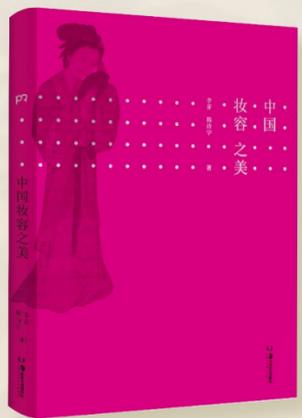
这是一部研究士人社群的突破之作,呈现明清士人的日常生活与学术活动。以结社为题,跨越中国、日本、越南等地,看文人社集如何彰显士人流风,影响东亚世界的汉字文化圈。书中结合文、史等不同领域的学者,研究明清士人各类社集活动,围绕社集与城市空间、地方家族、身份、阶层等,呈现明清士人日常生活与学术活动的多元性,以及社群网络间复杂的关系,多面展现了明清文人丰富的社群生活。此外,书中呈现的各种跨界交接与多元文学的现象,也为以后的学术运作方式提供了有益借鉴。



《中国妆容之美》

作者:李芽、陈诗宇
出版社:湖南美术出版社

从史前到清代,中国女性为谁化妆,如何化妆?本书以古画、雕塑、壁画为入口,以诗文典籍为辅助,展示了中国古代妆容细节,探讨历代女性地位与东方审美。从夏商周的文身起笔,历数彩妆风行的周代、彩妆肇始的秦代、审美成型的两汉、自在灵动的南北朝、盛世华丽的唐朝、回归素朴的宋朝、少数民族风情的辽元、端庄的明、花样的清,不仅在细节处点明历代女性妆容的要点,也从侧面呈现了中国古代的社会风貌和审美思潮的变迁。同时,两位作者发起中国古代妆容复原项目,邀请造型、化妆、摄影专家和模特,以29组真实妆容复原图,再现中国历代女性妆容之美。



《人间烟火》

作者:赵冬梅
出版社:中信出版社

这是一本解读中国古代日常生活史的通俗历史作品。作者从古人的衣食住行、行走坐卧等微观视角,对古代历史中个体命运的境况进行透彻解读与深入观照。“人生代代无穷已”,正是这些在历史长河中生生不息的日常生活,正是生活在奔腾不息时间洪流中的寻常百姓,构成了历史上生动、持久又极富生命力的画卷。“两种日常达古今”,也正是千百年来通贯古今的日常生活,将我们关注于眼下生活的视角引向更远的过去,在鉴古思今的阅读中,深入体会文明跃进的脉搏与气息。



《唇间的美色》

作者:孟晖
出版社:南京大学出版社

收集山间崖草夜露酿制美酒“秋露白”,色纯味冽;收集新鲜雨水煮白糖制提糖,浸鲜花鲜果,享唇间美色;天子经行处,拂尘撒香,霞帔云随;雍正帝亲自设计熏冠架,用鲜花熏皇冠;贵族男性长袍镶荷叶边作为装饰……《唇间的美色》是一部关于中国古代文化的随笔集。作者从一个细节入手,兴味盎然地探讨了千百年来中国古人的生活,从衣食住行到艺术审美,细梳文献,旁征博引,还原历史真实,将古代王公贵族、平民百姓各色男女老幼的日常生活方式一一展现。



《100个日常俗语中的古代社会史》

作者:许晖
出版社:广西师范大学出版社

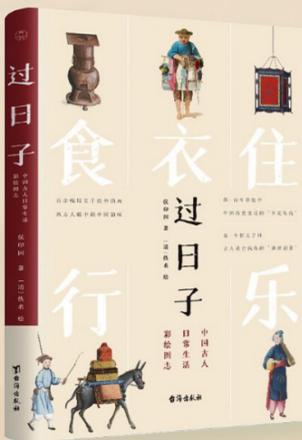
俗语,从古老的华夏大地上长起来。在千百年口口相传的常言中,封存着多少鲜活可感的柴米油盐、花前月下?茶余饭后的街谈市语里,流动着多少世俗智慧、人间冷暖?它们如何饱受时间的揉捏捶打,辗转至今,仍喷薄着粗放的生命力?本书从源头追溯日常俗语的根系,寻访如今或已鲜为人知的古代社会生活。在100幅与100个俗语一一对应的精选古画中,俗与雅,为活的语言打开了美的疆域。



《过日子》

作者:侯印国
出版社:台海出版社

本书集合了多部清朝时期中国广州一带画师所绘的外销画册,结合大量传世文献,对这些涵盖衣、食、住、行、乐的百余幅手绘图像画作,进行深入浅出的剖析解读。力求在更深的背景中,还原古人丰富有趣的日常生活与风俗习惯。在展示当时中国社会生活、自然生态的“全景图”的同时,本书也从侧面探寻挖掘了这股席卷西方世界的“中国潮”。以直观的方式,向读者展示了优秀深厚的中国文化,以及中国文化对西方世界的巨大影响。



《饕 贪吃的历史》

作者:[法]弗洛朗·凯利耶
译者:黄荻
出版社:译林出版社

贪吃,是一种罪吗?这是一部饱览贪吃众生相的美食文化史,探讨千百年来人类与吃、吃与文化的无穷魅力。从希腊神话中由佳肴美酒构筑而成的极乐世界,到中世纪魔鬼诱人人们纵情堕落的嗜酒暴食;从17、18世纪“精致菜肴”的出现,到如今人们对食疗养生、时尚瘦身的狂热追求……本书引领我们踏上一场穿越古今的美食之旅,去探寻极富暧昧色彩的七宗罪之一——贪吃的历史。

