

量入为出 古人的简约生活(下)

□刘绪义

孔子说：“礼与其奢也，宁俭。”历史上有很多有识之士都以节俭为荣，以奢侈为耻。他们认识到俭有四利，可以养德、养寿、养神、养气(《鹤林玉露》)。至于具体到家庭，无论是盛世还是乱世，古代中国家庭更是有着一股久远的过“紧日子”的传统。但凡一个稍有传承的家族或家庭，其家长都明白，持家以俭才能绵延长久，他们不但奉行节俭修身养性以延年益寿的信条，还警惕奢是罪恶的源头，是败家的征兆。家庭作为社会的细胞，其俭与奢直接关系到社会风气的好坏，官员之家尤其如此。

贰

“从来简俭是家风”

孔子说：“礼与其奢也，宁俭。”历史上有很多有识之士都以节俭为荣，以奢侈为耻。他们认识到俭有四利，可以养德、养寿、养神、养气(《鹤林玉露》)。至于具体到家庭，无论是盛世还是乱世，古代中国家庭更是有着一股久远的过“紧日子”的传统。但凡一个稍有传承的家族或家庭，其家长都明白，持家以俭才能绵延长久，他们不但奉行节俭修身养性以延年益寿的信条，还警惕奢是罪恶的源头，是败家的征兆。家庭作为社会的细胞，其俭与奢直接关系到社会风气的好坏，官员之家尤其如此。

以养财。”他告诉家人，从今以后，每顿饭只饮一杯酒，吃一荤菜。若有贵客来访，盛宴招待，也不过三荤，只能少不能多。若是别人请客，也先告诉人家，不要超标。若人家不答应，就干脆不去。他认为这样做好处有三：一可安分养福气，二可宽胃养神气，三可省钱养财气。《鹤林玉露》中记载，苏轼谪居期间，每天用钱不超过一百五十文，每月初一，取钱四千五百文，分装为三十串，挂于屋梁上，早晨用画叉挑一串，藏在钱袋里出门去。给李公择写信中还指出：口腹之欲无穷，平时注意节俭，亦是惜福延寿之道。

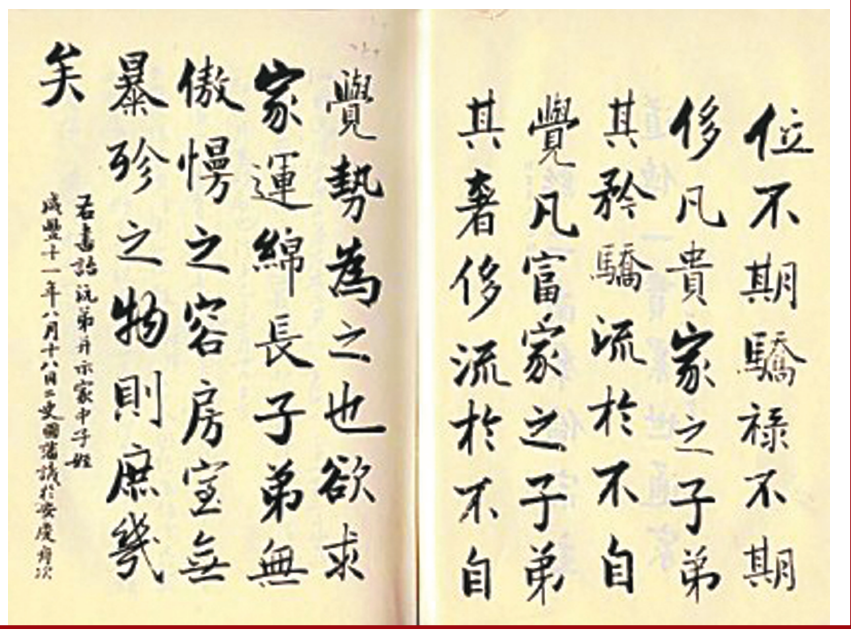
《史记·鲁世家》载，春秋时期鲁国正卿季文子，出身于三世为相的贵族家庭，掌管国政和兵权30多年，辅佐鲁宣公、鲁成公、鲁襄公三代君主，可谓位高权重，他一生忠贞守节，克勤于邦，克俭于家。“家无衣帛之妾，厩无食粟之马，府无金玉”。孟献子的儿子仲孙见他如此节俭，颇为不屑地说：“你身为国家重臣，代表国家形象，却如此寒酸、吝啬，你不怕朝中文武百官笑话吗？实在有损国家形象，影响国家声誉。您何不变一变？于己于民于国都有好处，何乐而不为呢？”季文子听后淡然一笑，回答道：“我当然也想穿华服、骑良马，可是，我看到老百姓吃粗粮穿破衣的还很多，有的甚至还在挨饿，我不能看着全国百姓衣衫褴褛，粗茶淡饭，而让自己和家人衣着华美，终日酒山肉海，这样做于心不安啊。况且，我只听说国家形象和荣誉是通过臣民的高尚品德和文明举止表现出来的，从没听说过炫富奢、大讲排场能给国家增光添彩！”孟献子听说这事，非常生气，将儿子仲孙幽禁了七天以示惩戒。

苏轼过紧日子，还上升为蔬食养生的理论。他做官做到哪里，就挖野菜挖到哪里。在《菜羹赋并叙》中叙写自己的生活：“东坡先生卜居南山之下，服食器用，称家之有无。水陆之味，贫不能致，煮蔓菁、芦菔、苦芥而食之。其法不用醯酱，而有自然之味。盖易具而可常享。”他在《宋乔全寄贺君》一诗中写道：“狂吟醉舞知无益，粟饭藜羹问养神”，以自己的经验劝别人不要醉生梦死，而要粗茶淡饭以养生。

陆游同样以过“紧日子”为乐，对饮食讲求“粗足”，力求清淡。他主张多吃蔬菜，荤菜尽可能少。这样做的目的，“不为休官须惜费”，而是为了培育良好的家风，“从来简俭是家风”。粗茶淡饭，心中坦然，“但使胸中无愧怍，一餐美敌紫驼峰”。

历代名臣巨宦中不少人留下了家训，大都以伦理道德为主体，以勤俭持家为根本，彰显了辩证的节俭观。如张载就把“戒好鲜美食”“戒滥饮狂歌”列为家训“十戒”之中；陆游希望把俭朴家风传之后世，在《放翁家训》中告诫子孙：“上古教民食禽兽，不惟去民害，亦是五谷未如今之多，故以补粮食所不及耳。若穿口腹之欲，每食必刀刀儿，残余之物，犹足饱数人，方盛暑时，未及下箸，多已腐臭，吾甚伤之。今欲除羊彘鸡鹅之类，人畜以食者，姑以供庖，其余川泳云飞之物，一切禁断，庶几少安吾心。凡饮食但当取饱，若稍令精洁，以奉宾燕，犹之可也。彼多珍异夸眩世俗者，此童心儿态，切不可为其所移，戒之戒之！”晚清名臣曾国藩以善治家著称，不仅自己过“紧日子”，一餐只吃一荤，一件衣服穿三十年，而且其家训就倡导过“紧日子”，“能勤能俭，永不贫贱”。其他如胡林翼、左宗棠、张之洞、梁启超等大批近代人物都是如此。因而，会过“紧日子”的人基本上与廉洁可以画等号。至于历史上那些世家大族如浙江郑义门、山西王家大院、福建永定客家人、湖南张谷英村等几乎家家都是过“紧日子”的好手，他们明白，要想打破“富不过三代”的魔咒，唯一的办法就是过好“紧日子”了。

据《光明日报》



《曾国藩与弟书》片段：“位不期骄，禄不期修”。

壹

“不如节用以廉取之为易”

宋人施德操《北窗炙輠录》记载了两件小事，其一是：宋仁宗早朝，面色有些憔悴，大臣问：“今日天颜若有不豫然，何也？”仁宗说：“偶不快。”大臣疑之，以为皇帝昨夜操劳过度了，便“言官掖事，以为陛下当保养圣躬”。仁宗笑道：“宁有此？夜来偶失饥耳。”大臣皆惊，说：“何谓也？”仁宗说：“夜来微馁，偶思食烧羊，既无之，乃不复食，由此失饥。”大臣说：“何不令供之？”仁宗说：“朕思之，于祖宗法中无夜供烧羊例，朕一起其端，后世子孙或踵之为故事，不知夜当杀几羊矣！故不欲也。”

另一记载道：“仁宗尝与官人博，才出钱千，既输却，即提其半走，官人皆笑曰：‘官家太穷相，又惜不肯尽输。’仁宗曰：‘汝知此钱为谁钱也？此非我钱，乃百姓钱也。我今日已妄用百姓千钱。’”

邵伯温《邵氏闻见录》则载有一事：仁宗“好食糟淮白鱼”，但淮白鱼乃江南特产，开封未见，而依宋朝祖宗旧制，皇家“不得取食味于四方”，所以皇帝一直“无从可致”。后来，皇后只好问吕夷简的夫人：“相公家在寿州，当有糟淮白鱼吧？”吕夫人回家后给皇后进献了两筐鱼。

不唯仁宗，其他皇帝也大致不差。《西湖游览志余》记载，宋高宗吃饭时，习惯多备一副公筷，因为“高宗在德寿，每进膳，必置匙箸两副。食前多品，择其欲食者以别箸取置一器，食之必尽。饭则以别匙减而后食，吴后尝问其故，曰：‘吾不欲以残食与官人食也。’”有了公筷，自己吃不完的，可以赏给官人吃，是对官人的一种尊重。

南宋隆兴元年(1163年)五月三日晚间，宋孝宗在后殿内宴宴请经筵官胡铨，这次饭局被胡铨记入《经筵玉音问答》中。胡铨说，席上有一道胡椒醋子鱼，宋孝宗告诉他：“子鱼甚佳，朕每日调和一尾，可以吃两日饭。盖此味若以佳料和之，可以数日无馁腐之患。”一条鱼吃两



孔府忠恕堂“居家思俭”联。

天，孝宗的饮食算俭朴了吧。胡铨听后颇为感动，说：“陛下贵极天子，而节俭如此，真尧舜再生。”孝宗又说：“向侍太上时，见太上吃饭，不过吃得一二百钱物。朕于此时固已有节俭之志矣。”

即使如此，宋朝的大臣仍然不断进谏，向皇帝敲警钟。如苏轼进《策别》：“人君之于天下，俯己以就人，则易为功，仰人以援己，则难为力，是故广取以给用，不如节用以廉取之为易也。”曾巩上《议经费》：“臣闻古者以三十年之勇制国用，使有九年之蓄。而制用者，必于岁杪，盖量入而为出。国之所不可俭者，祭祀也。然不过用数之份，则先王养财之意可知矣。盖用之有节，则天下虽贫，其富易致也。”范仲淹《奏上时务书》提出帝王应该“敦好生之志，推不忍之心”，“耻珠玉之玩”，“少度僧尼，不兴土木，示天下之俭也”。有了这样的君臣，宋朝政府的“紧日子”过得很有滋味。

到宋徽宗时，这一传统被打破，朝廷大肆征召花石纲，从浙江等地运往开封供观赏的花木和石头，光运费就耗资巨大：“岁运花石纲，一石之费，民间至用三十万缗。”其结果呢，不仅出现秦桧等生活奢侈的权相，很快又迎来“靖康之耻”。

宋代是官员俸禄最为优厚的朝代，也是冗官现象最为突出的时期，但整体上，宋代士大夫却有一种节俭的风尚和传统。

司马光在洛阳专心编《资治通鉴》十五年，其间，他与文彦博、范纯仁等同道，相约组成“耆英会”“真率会”，每日往来，不过脱粟一饭、清酒数行。相互唱和，亦以俭朴为荣。文彦博有诗曰：“啜菽尽甘颜子陋，食鲜不愧范郎贫。”范纯仁和之曰：“盍簪既屡宜从简，为具虽疏不愧贫。”司马光又和道：“随家所有自可乐，为具更微谁笑贫？”寥寥数语，充分表达了他们兴俭救弊的大志。司马光讲学期间，同样力行节俭，不求奢靡。“公每五日作一暖讲，一杯、一饭、一面、一肉、一菜而已。”(《懒真子》卷第十)回故乡山西夏县祭扫祖坟时，父老乡亲前来迎接献礼，用瓦盆盛粟米饭，瓦罐盛菜羹，他“享之如太牢”。

自称“先生年来穷到骨”的苏轼，特作《节饮食说》：“东坡居士自今以往，早晚饮食，不过一爵一肉。有尊客盛饌，则三之，可损不可增。有招我者，预以此告之。主人不从而过是，乃止。一曰安分以养福，二曰宽胃以养气，三曰省费