

太原人所熟知的清和元以及享誉300多年的头脑，跟傅山关系密切，流传着一段生动的故事。

在太原南仓巷的中段西侧，有一家经营杂割的小店，傅山常在那里喝杂割汤。一天，傅山进店坐下，店主人殷勤地端上一大碗热乎乎的杂割汤。傅山吃完，准备起身付钱，这时，老板满面带笑说：“先生，不必付钱，算我请您老。”

傅山也笑着看他道：“不用我付钱，是不是想要我的字画？”

店主人赶忙说：“不是向先生要字，我想向先生求个方子。听说您为老母配了一副‘八珍汤’，小人也想求来，以后好孝敬高堂。”

傅山哈哈大笑：“原来如此！这样吧，念你这份孝心，我把方子写下与你，不过，你不光要孝敬老母，还可在店里做给乡亲们喝。”店主人连忙谢过称是。

店主人想得到方子的“八珍汤”，是傅山为给跟着他颠沛流离多年、年迈体弱的母亲专门配置的一种秋冬季节食用的补汤。由黄芪、羊肉、长山药、藕片、良姜、煨面、羊尾油和酒糟等八种食材配制而成，故称为“八珍汤”。八珍中，黄芪居首，多用北岳恒山一带所产之恒芪，是黄芪中的佳品，既补气，兼扶阳；羊肉温补，自古晋地农家有养羊传统，秋后羊肉最佳，于白露之后服食，营养价值最高；长山药、莲藕在太原周边均有出产，营养价值亦高；良姜、煨面、酒糟取用精良。

傅山不仅把“八珍汤”的配方教给店主人，而且还亲笔为这个无名小店题写了“清和元”的牌匾，并交代店主，“清和元”意为“清肺理气，和中培元”，还把“八珍汤”叫作“头脑”。八珍之中，既无头又无脑，为何这样命名呢？“清和元”的店名里又藏着什么深意呢？

曾撰著《傅青主先生大传年谱》的方闻先生，上世纪三四十代在并时，经常前往南仓巷的清和元进食，品尝享誉数百年的头脑与帽盒。方闻听当时该馆之主持者讲：“傅山先生精通岐黄术，依生理、药物、时令之原理，配制头脑、帽盒二种补品，于增进健康、益寿延年，裨益良多。”方闻知道其制作方式后，又根据自己对医学常识的了解，再经深入访问研究，认为“清和元”“头脑”“帽盒”之名，另具其他政治意义。民间还传说，傅山给清和元店主人出主意，在店铺门前挂上红灯笼，天亮前就开始卖头脑，以表达其“天不欲明人欲明”的决心。

随着时代的兴衰和更迭，清和元也几经变迁。1956年迁于桥头街中段与大濮府相交的路口，现在迁至柳巷北路铜锣湾宝地小区的一座铺面。

学者李国涛先生曾对头脑的味道有过一番细致的描述：

它以羊肉制成。对羊肉的要求却是较严，太原一带产的不行。要雁北或内蒙古的羊肉，因为肥嫩，一咬一口齐。羊肉要煮得恰到好处。汤更讲究。这是真正的药膳，确实有党参、白术、当归、枸杞，等等。剂量的大小说不清，不过入口有明显的药味，微苦，但苦中有香。您会闻到酒香。不是汾酒味，也不是料酒。其中有山西雁北产的黄酒酒酿，量不小，所以发散出黄酒味。黄酒和羊肉，再加上药物，味极美。汤里调入适量的面粉。调面粉有讲究。调法是先将上好的白面干蒸，然后以清水搅拌做成一种稀糊，所以汤里的面匀，不起疙瘩。

然后再加入八珍汤。（《太原的“头脑”》）

李先生讲用干蒸面调成稀糊代替煨面，或许是头脑的一种特殊做法。李先生还说，外地人一时喝不惯，其实它的妙处正在于此。嚼一口肉，的确微甜而淡香。汤有微苦，也被酒香肉美压住。

傅山作为太原人，长期以来受到太原人民的尊敬。人们喝头脑，一方面为了健康养生，同时也表达了对傅山的缅怀之情。

也是据李国涛先生文章讲，老太原人有在家里做头脑的，老作家马烽家和西戎家每年都有自己做，西戎家做的尤为地道。还说山西省作家协会附近曾有家永庆园饭店，头脑做得虽一般，但帽盒子很好。因为那店里设置一个烤炉，现烤，脆的。

傅山
与锦绣太原城 10

題匾清和元

何远
孙国华
高福庆

霜化时节赶头脑



小楷《傅青主书急就章》



清和元旧影



头脑和烧麦

于航 摄

李先生以为“傅山先生当年吃的帽盒子原就是这样的热而脆”。吃帽盒子有讲究。老太原人坐在那里，把它掰成小小的块，泡进汤里。下口咬帽盒子的吃法，要招人笑话的。这好像同于西安羊肉泡馍的吃法。

刘德宝先生于头脑甚为钟爱，作有长诗《头脑溯源咏傅山》：

清和元里头脑香，未飨先学史一章。明末傅山尽孝道，熬成反哺母亲汤。民间查访饮食疗，书海寻觅养生道。数易配伍得良方，久熬汤羹出名煲。固本精挑羊肉嫩，补血细选山药新。洗净藕荷润肺腑，热温黄酒暖周身。四品为主滋养贵，几样点心甜酥脆。两碗汤羹任减加，一碟腌韭佐开胃。

常砍山柴破作枝，细柴文火慢炖时。砂锅能保风味正，木匙慢搅手迟迟。趁月勤作霜夜冷，赶明敬捧赤心诚。忠孝两全几代传，诗书双绝数朝诵。劝君若去清和元，头脑未飨先溯源。

一首诗，就是浓缩的头脑史话。现如今，每当霜华时节，太原城内，大街小巷，至少有上百处大小饭店，都要上市头脑。一碗头脑，佐以腌韭菜、黄酒、帽盒、烧麦，已成太原秋冬一种极佳风味食品。

2008年6月，八珍汤被国务院列入国家级“非物质文化遗产名录”。

延伸阅读

头脑和帽盒

方闻

“清和元”三字，即清朝和元朝之简称，暗示此时此地堂堂华夏已沦入异族统治之意义，使国人触目惊心，深自警惕！在元清压迫下，进食头脑，应头脑清醒，勿忘亡国之痛，砥砺志节，不可因一念之差，卖身求荣，而遗臭万年。

头脑之制作方式，为酒糟羊肉汤，煮以山药（薯蓣），制作后，每碗羊汤，置羊肉三块、山药一块，并佐以韭菜食之。关于头脑名称之意义，已如前述，而其食用之规定，实寓有纪念意义，明末思宗皇帝，于明崇祯十七年（甲申，1644）三月十九日殉国后，吴三桂引清兵入关而亡国。先生戴黄冠，着朱衣，居土穴，而创制酒糟羊肉汤，每碗置羊肉三块、山药一块，并佐以韭菜食之，名之曰“头脑”，实为“三一九”之暗示，使国人不可忘记三月十九日亡国之耻痛，以激励同仇敌忾之心。

帽盒为一圆锥形之干饼，酷似满人之帽形，故名之曰“帽盒”。清兵入关后，首令国人剃发，明末遗民因不愿剃发而遭屠杀者，比比皆是。先生因拒剃发而戴黄冠，并以满人之帽形制成干饼而佐食头脑，使国人于饮食之时，应深切记忆，堂堂华夏，沦入异族统治，济济衣冠，为满清强制改变，此种耻辱，应予湔雪之意。

总之，先生当年之一切作为，均在匡复，故尝语求长生久视者曰：“大丈夫不能效力君父，长生久视，徒猪狗活耳。”其志节不屈者以此，其行医济世、组织帮会、创立票号者亦以此，正气磅礴，如日之升，如月之恒，光明磊落。

（本版图片除署名外由作者提供）