

【编者按】

2019年11月27日，联合国大会宣布将每年5月21日设为“国际茶日”，以赞美茶叶的经济、社会和文化价值，促进全球农业的可持续发展。之所以将“国际茶日”设在5月21日，是考虑到中国的茶叶品种以绿茶、红茶为主，每年5月中下旬，大部分茶叶都已上市。

与以往三年的“国际茶日”只在国内的北京、浙江、贵州、湖南、湖北、上海等地举办活动不同，我国今年还在比利时、希腊等国举办“茶和天下·雅集”活动。

四史话春秋



# 闭门独啜心有愧

## 海南古代茶事

■本报记者 陈耿

通讯员 吴钟朴



明代丁云鹏《煮茶图》(局部)。 资料图

我国古代茶事有“三时茶”之分，即朝会、书会和夜会，分别是早茶、午茶和晚茶。

海南岛茶文化可以追溯到一千多年前的唐代，但有据可查的茶事活动不多，尤其是“雅集”，更是少之又少，且主要见诸苏东坡的诗文。

李德裕

表弟派人带茶到崖州

唐朝宰相李德裕嗜茶如命，在长安时，不但寻找各地名茶、好茶，对煮茶的泉水也很讲究，有一段时间，他一定要用“天下第二泉”惠山泉来煮茶，为此特设驿站，专程从江苏无锡递送到长安。

茶友皮日休(约834年—约883年)实在看不下去，在《题惠山泉》中，以“丞相相思泉时，郡侯催发只忧迟。吴关去国三千里，莫笑杨妃爱荔枝”等诗句，对他作了委婉的批评。

某日，有位僧人告诉李德裕，长安昊天观的井水与惠山泉相通。李德裕让人将水取来一尝，果不其然，才撤掉送水的驿站。

因此，后世史学家曾对李德裕作出“嗜茶乱政”的评价。

当被贬到“鸟飞犹有半年程”、属于瘴疠之地的崖州(在今海口)，李德裕就不容易喝到好茶了，而且还缺医少药。

好在有个别亲友从内地寄来或让人送来生活用品，让李德裕的日常得以改善，或许也使内心得到一些慰藉。

据南宋历史轶事笔记《宾退录》记载，李德裕一位当侍郎、在家排行十九(姓名不详)的表弟，不怕政敌打击，派专人给李德裕送来“衣服”“器物”“茶药”，让他“涕咽难胜”。

茶在成为饮品之前，最初是作为“药”存在的，有治病祛疫的功用。相信彼时李德裕收到“茶药”后，除了感

激涕零，煮茶已经不再是为了解馋和享受生活了。

苏东坡

晚茶三碗一夜无眠

“……山水上，江水中，井水下。”唐代陆羽在《茶经》中，对煮茶的水要求极高，其中山泉水为上，江河水为中等，最不济的是井水。“老茶客”苏东坡谪居儋州后，自然难以获取山泉水，不过，儋耳大地水系发达，当时干净的江水，河水还是足够的。

“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。”苏东坡居儋所作的这首《汲江煎茶》，被认为是中国咏茶诗词中少见的佳作，诗中描述了取水、煮茶、饮茶的全过程。

陆羽曾经说过，即使是用江河水煎茶，也要取远离人迹的。苏东坡完全是按陆羽的“取水说明”操作，而且有过之而无不及——“自临钓石取深清”，不但是深层的江水，还是流动的活水——“小杓分江入夜瓶”。

然而，一个人喝茶，还是在深夜饮茶，换来的往往是彻夜难眠——“枯肠未易禁三碗，坐听荒城长短更”。

后世有人根据坡翁的《汲江煎茶》，画了一幅《东坡海南烹茶图》，金代进士冯璧观摩此画时曾赋诗一首：“讲筵分赐密云龙，春梦分明觉亦空。地恶九钻黎洞火，天游两腋玉川风。”

苏东坡并不总是一个人品茗。据《海南茶事》的作者陈德新先生考证，苏轼在海南的三年间，一旦收到亲友寄来的好茶，甚至是私藏的名茶，往往会与好友分享，其中至交赵梦得和学生姜唐佐便是一起“啜茶”的茶友。

苏东坡初往儋州，途经澄迈时，曾得到寓居澄迈的赵梦得的热情招待。赵梦得还时不时从澄迈赶到儋州，与苏轼住上一段时间，二人过从甚密。有一天，苏东坡写了一份短笺，让苏过给赵梦得送去：“旧藏龙焙，请来共尝。盖炊非其人茶有语，闭门独啜心有愧。”

“龙焙”产自福建建安，是北宋御



茶歌

宋·白玉蟾

白玉蟾画像。

茶之一，也是名茶，应是苏轼在朝时被皇帝赏赐的。

苏东坡认为，珍藏多年的极品贡茶，若不是遇到适饮之人，茶也会有怨言；如果自己闭门独享，也会心生愧疚。坡翁对赵梦得，真可谓诚意满满。

在书信《与姜唐佐》中，坡翁写道：“昨日辱夜话，甚慰孤寂。示字，承起居佳胜。奇笋(笋，指老茶叶)佳惠，感服至意，当同啜也。”

白玉蟾

最懂茶的海南先贤

“满室天香仙子家，一琴一剑一杯茶。羽衣常带烟霞色，不染人间桃李花。”南宋海南籍著名道士白玉蟾的这首七绝《卧云》，描述了自己弹琴、舞剑、饮茶的修道生活，可谓逍遥自在。

古代的僧侣道士，修行时往往离不开茶，著述《茶经》的陆羽，就是一名和尚。白玉蟾还写过一首有48句之多古诗《茶歌》，诗中提到了唐代的卢仝、白居易、刘禹锡、陆羽和北宋的范仲淹、苏东坡等懂茶、爱茶、嗜茶的名人。

从白玉蟾的《茶歌》，可以看出他应该是古代海南最懂茶的人。白玉蟾原名葛长庚，祖籍海南琼山(今海口)，曾长期在福建武夷山修炼，自号“海琼子”。《茶歌》描写了他在武夷山看到的采茶、制茶、煎茶和喝茶的场面，以及他个人饮茶后的感受。

《茶歌》前八句用拟人化的笔法，描写春来茶树吐露嫩芽的形态，如“枝头未敢展枪旗”“雀舌含春不解语”；将茶叶采摘回去后，“蒸来细捣几千杵”，用的是“蒸青”工艺来杀青，然后再人工制成茶饼，“捏作月团三百片”，最后用火文和武火烘干，“火候调匀文与武”。

煮茶环节，用的是活火和新泉，茶汤的形态，在白玉蟾笔下是“蟹眼已没鱼眼浮”，声音则是“杵杵松声送风雨”。

接下来，用定州产的红玉雕花瓷器来盛饮，口感是“绿云入口生香风，满口兰芷香无穷”，饮后的感受是“两腋飏飏毛窍通，洗尽枯肠万事空”“味如甘露胜醍醐，服之顿觉沉疴苏”……

白玉蟾在《茶歌》中还提到了苏东坡在儋州汲江煎茶那档事，“东坡深得煎水法，酒阑往往觅一呷”。从中可以窥见，苏轼可能喜欢在酒喝高后，来一碗茶解解酒。

元明清三代，海南茶事活动见诸史料的不多。最有名的当数明代文渊阁大学士丘濬回乡为母治丧时，在琼山和澄迈之间的羊山地区建亭赠茶，为赶路人止渴解乏的佳话，因此留下了一个地名“施茶”(即今海口市秀英区石山镇施茶村)。

明代文昌、琼山两地乡民还有喝“早茶”的习俗，但他们喝的不是纯粹的茶，而是在茶叶中加入茱萸、茉莉花、八角等一起烹煮。当时的临高举人、《琼台外纪》的作者王佐看见后，曾以诗句“藤钵晓茶吹檄末”进行生动的描绘。

白玉蟾画像。 资料图

四笔视清



## 齐白石画丝瓜

■ 缪士毅

齐白石是中国近现代画坛极富传奇色彩的画家，擅画花鸟、虫鱼、蔬果、山水、人物，融诗、书、画、印为一体，被称为中国画大师，二十世纪中国十大画家之一。在蔬果题材中，他一生非常喜欢创作蔬果题材的作品，丝瓜就是个中之一。

他笔下的丝瓜看起来水灵鲜嫩，饱满又结实，诸如《丝瓜》《清香丝瓜》《蜜蜂丝瓜》《丝瓜蛴螬》等。这些丝瓜画作不仅体现了齐老的艺术造诣，也折射出他的生活情趣，充盈浓浓乡村田园气息。

本文所附的齐白石画作《丝瓜》，127mm×34.5mm，创作于20世纪30年代，中国美术馆所藏。这幅《丝瓜》上的丝瓜，瓜蔓攀爬在棚架上，枝叶扶疏，朵朵黄色的丝瓜花，与碧翠的丝瓜叶相映衬，形成了鲜明对比；一条条丝瓜从棚架间垂下来，淡淡雅雅，或羞涩半藏于叶间，或大方展露于外面，自然长在那里；丝瓜蔓看似细小，却承受了多个果实，传达出生命的韧劲。

细品细赏，齐老运笔自然老练，有大块笔墨表现了肥大的瓜叶，而叶脉却画得清晰可见，用黄色表现花朵，与瓜叶的浑朴对比鲜亮。就连丝瓜果实的老嫩清晰可辨，这不，那丝瓜果实上还留着黄花的，定是嫩的；没留着黄花的，相对较老，这使得所画丝瓜更为自然逼真。

齐白石在自传中写道：“所画的东西，以日常能见到的为多，不常见的，我觉得虚无缥缈，画得虽好，总是不切实际。”他出生于农村，时常下地种植丝瓜、白菜等蔬菜，并与其结下不解之缘，画好丝瓜，在他看来是极其自然的事。



齐白石画作《丝瓜》。 中国美术馆藏

## 孙思邈著《千金要方》

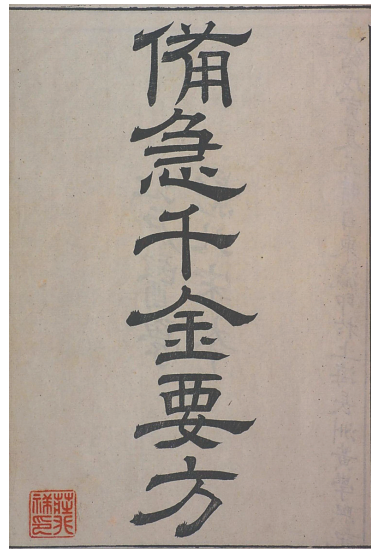
■ 蒙乐生

《备急千金要方》，简称《千金要方》，是中国传统医疗与保健系列丛书之一，是“药王”孙思邈用毕生心血著成的医学巨著，全书30卷，集唐代以前诊治经验之大成，对后世医家的影响极大。书名取义孙思邈主张的“人命至重，有贵千金，一方济之，德逾于此”的生命观，视人命重于千两黄金。尔后，他又著《千金翼方》作为姐妹篇，主要内容有药物、伤寒、妇人、小儿、杂病、针灸等。

《千金要方》首篇所列的《大医精诚》《大医习业》是中医学伦理学的基础。其中，妇科、儿科专一论述，奠定了宋代妇科与儿科的独立基石；治内科病提倡以五脏六腑为纲，寒热虚实为目，率先开创脏腑分类制方的先河。

在学术思想上，孙思邈的《千金要方》开创了内、外、妇、儿、五官、针灸、营养等医学分类的雏形，对后世临床医治起了促进作用。孙思邈以五脏六腑为纲，以脏腑、寒热、虚实为制方用药的准则，对每个脏腑首列总论，论述《素问》《灵枢》及扁鹊、华佗、张仲景诸家有关脏腑的生理、病理、诊断、治疗的辨证方法，以及表里寒热虚实等各种证候。

在处方用药上，孙思邈主张方药并重；不但重药，而且重方。他认为，药物固能治病，但是必须按照一定的原则配



《备急千金要方》历代都有再版刊行。 资料图

伍成一定的方剂，才能更好发挥治疗效能，提出：“药有相生相杀，气力有强有弱，君臣相理，佐使相持……若调和得所，虽未能治病，犹得安利五脏。”

孙思邈强调综合诊断，整体论治，不然的话，“知药不知灸，未足以尽治疗之体；知灸不知针，未足以极表里之变”。孙思邈善于用药，长于用针，还精于灸法。他认为，治疗疾病必须取长补短，必须掌握多种治疗方法，必要时要用多种手法提高疗效。

杂学旁收，学以致用，是孙思邈诊治的行为准则。他把酒用在医疗上，是吸取民间经验，用酒来消毒和预防疾病，起到意想不到的效果。比如，元旦喝屠苏酒，端午喝雄黄酒，用雄黄酒涂抹肌肤等，这些虽不是孙思邈所发明，但却最早见于《千金要方》。

孙思邈医学成就卓著，涉及医学的方方面面。他探究伤寒学，将《伤寒论》内容较完整地收入《千金要方》。孙思邈“始妇人而次婴童，先脚气而后中风，伤寒、痢疽、消渴、水肿、七窍之病，五石之毒，备急之方，养生之术，总编二百三十二门，合方论五千三百首”。

《千金要方》提倡饮食疗法。“安身之本，必资于食；救疾之快，必凭于药。”孙思邈强调，“用药如用兵，其性刚烈，若发用乖宜，非但不能愈疾，反会损伤正气。”如能用饮食的方法治愈疾病，就不要用药；若食疗不愈，再用药。孙思邈认为，食物有“悦神爽气，以资气血”之功，如食羊肝治疗夜盲症，收到了不药而愈的治疗效果。

《千金要方》专列“食疗”一则，详细介绍谷、肉、果、菜等食物的辅助治疗作用，并指出“若能用食平病，释情遣疾者”方可称“良工”。他认为：“善摄生者，无犯日月之忌，毋失岁时之和。一日之忌，暮无饱食，一月之忌，晦无大醉；一岁之忌，暮无远行。”

在养生延年方面，提倡按摩、导引、散步、轻微劳动及食治、讲求卫生等结合，积累了防病治病的宝贵经验。《千金要方》还记载不少错误的行为方式，那不仅是造成疾病的根本起因，也是疾病复发的结果，是“不减滋味，不戒嗜欲，不节喜怒，病已而可复作。”

孙思邈的《千金要方》说，消渴能够治愈，而复发的原因是“不减滋味”，就是用调味品、下饭菜也不要掩盖五谷气味。这种养生主张见于更早的文献《论语·乡党》中的“肉虽多，不使胜食气”，与《黄帝内经·奇病论》“此肥美之所发也”的论证相一致。

孙思邈反对服五石散，对此深恶痛绝：“又有贪饵五石，以求房中之乐，此皆病之根源之患，生诸枝叶也，不可不知其本末。”他举证大量儒生服五石散而暴死的事例，指出宁服毒药野葛，也不能服散。为此，他创立诸如白朮汤、甘草汤和杜仲汤等来解毒。

受时代限制，孙思邈仍有许多不足之处，但瑕不掩瑜，并不影响《千金要方》的巨大成就。北宋医学家林亿校正《千金要方》《千金翼方》时说：这两部书，上自有文字起，下至隋朝止，无论医学的理论和方剂，没有不被采纳的，而且增加了许多新的内容。

文史荟



投稿邮箱 382552910@qq.com