



东坡提梁壶。

以茶养性

苏东坡是一位实打实的茶艺高手。

东坡有多懂茶？不妨看看他诗中写茶的专业范。“试碾露芽烹白雪”，所谓“露芽”，是指春天刚冒头的茶之嫩芽；“焦坑闲试雨前茶”，饮用名品“焦坑茶”还不罢休，还得是当年谷雨节气前的头采新茶，谷雨节气温度适中、雨量充沛，此时的茶叶泡后喝起来滋味鲜活、香气宜人。

而在海南，东坡也留下了“茶枪烧后有”的名句，“茶枪”，指茶芽未展，尖细如枪；茶叶已展，犹如旗帜，则被称为“茶旗”。对于海南之茶，东坡观察入微，他观察到茶树烧后仍然会新芽再生，呈现茶青一芽一叶的形态。

更为难得的是，苏东坡不仅深谙煮茶、饮茶之道，对于种茶、采茶、制茶等手艺也十分了解。

因乌台诗案被贬到黄州后，苏东坡率家人在城东门外开荒种地，除了种粮种菜之外，也不忘种茶。“嗟我五亩园，桑麦苦蒙翳。不令寸地闲，更乞茶子艺。饥寒未知免，已作太饱计……”在这块东坡上，苏东坡讨来桃花茶栽种，当时的他，种地时都还不知能否解决一家人的温饱，但已经惦记着在吃饱后喝茶的事。

“他年雪堂品，尚记桃花裔。”在黄州，东坡穷得饭都要吃不饱了，但还惦记着他年茶树长成，就可以在自己的书斋里畅快品茗。种茶，是苦中作乐，也是达观超然，有茶作伴，便是有了人生的希望。

“松间旅生茶，已与松俱瘦。茨棘尚未容，蒙翳争交构……”在这首《种茶》诗中，东坡详细记录了移栽老茶树的过程。苏东坡还颇为自豪地说，不管是进贡皇帝的团茶，还是民间斗茶所用的饼茶，都不如自家所产的茶喝起来有味。

『茶专家』东坡：

从来佳茗似佳人

海南日报全媒体记者 梁君秀

酒与茶，浓烈与清欢，恰似苏东坡的人生两面。

东坡爱酒，有时候喝得“昨夜东坡醒复醉”，有时候喝得“不知东方之既白”。东坡的“酒诗”“酒文”，虽然有磅礴大气、有满腹才华，却也透出几分无奈，几度愁苦。

酒太浓、太烈，适合一时的豪情激扬，若回到生命的常态，东坡更爱茶。在东坡的茶诗茶文中，我们见到了一个精细、闲雅、清欢、充满人情味的东坡。

“日高人渴漫思茶，敲门试问野人家。”走路久了要讨茶解渴；“春浓睡足午窗明，想见新茶如泼乳。”午睡醒了要喝茶；“簿书鞅扑昼填委，煮茗烧栗宜宵征。”通宵加班要喝茶。

苏东坡将无尽的生活趣味藏进了叶芽之间，正如他自己所说，“从来佳茗似佳人”，我们不妨透过这些流传千年的文字，与东坡讨一杯茶吃。

以茶会友

北宋熙宁八年(1075年)的冬天，刚从杭州来到山东密州任职的苏东坡，收到好友蒋夔寄来的茶饼。

从南到北，东坡感觉到南北饮食有很大的差异，于是他在《和蒋夔寄茶》写道：“人生所遇无不可，南北嗜好知谁贤。”这是东坡对饮食的态度，也是他对交友的态度。

在东坡看来，哪有什么人是不能结交的呢？如果有，就请他吃一盏茶。

在海南期间，苏东坡结交很多好友，其中就有人称“海上义士”的赵梦得。在海南的几年里，赵梦得对苏东坡颇为关照，他们也是有名的老茶友。

有一天，东坡亲书一札会茶帖《与赵梦得》，请赵梦得前来品尝自己珍藏多年的名茶，其中写：“旧藏龙焙，请来共尝。盖饮非其人茶有语，闭门独啜心有愧。”

“龙焙”产自福建建安(今福建建瓯)，是北宋御茶之一，可谓极其珍贵。但在东坡看来，如果不是合适的人来品尝，茶也会有怨言；如果自己闭门独享这珍贵的茶，也会心生愧疚，好茶自然要与好友共品。

琼山人姜唐佐是苏东坡在海南的得意门生，也是他的忘年之交。有一天下着雨，姜唐佐托人给东坡送来一包好茶，东坡非常高兴。

第二天早上，雨过天晴，东坡茶兴来了，准备用儋州天庆观后山钟乳石洞中的泉水来烹茶。煮茶思人，于是，东坡写了一便条《与姜唐佐秀才》：“今者霁色尤可喜。食已，当取天庆观乳泉泼建茶之精者，念非君莫与之。”

可是信刚送走，他就接到通知说巡检会有会，不得不取消此次邀约，但茶兴未消，于是又写了一笺，说：“会若早散，可来啜茗否？”

如果会散得早，你还能来共同品茶吗？喝茶这件事的浪漫，被东坡短短几个字便写到了极致，可谓纸短情深、语白情浓。

邀茶帖虽然只是记述生活中一小事，读来却情趣盎然，朴实的文辞，正如清茗一般恬淡。东坡以茶会友，正如君子之交，可谓“人间有味是清欢”。

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。

苏轼《汲江煎茶》

以茶悟道

在中华文化中，茶早已不是简单的饮品，它除了物质层面的文化，还包含着古今文人雅士精神文明层次上的追求。东坡笔下的茶事，一叶一汤、一杯一壶，都有“道”之传承。

“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。”

这首《汲江煎茶》是苏东坡写茶事的经典之作，有人说作于惠州，但更多的学者认同是作于儋州。诗的颌联、颈联细写汲取江水与煎茶水滚两件事，用瓢舀水，却能舀起了水中的月影，以小杓分水，分的却也是大江之水，这句诗可谓匠心独运。

而当茶汤滚时，汤面细沫却白如雪花，当倾茶入杯时，又有声如风过松林。本来煮茶只是平常的琐碎动作，但在东坡笔下，却化平凡为新奇，让日常生活也显得盎然有趣。

当时的东坡，被贬至荒凉的海南岛，不管是政治处境还是生活环境都十分艰苦，但就在“煎茶”这一件小事上，东坡却发现了生活之美，领悟的是通达从容的人生之道。

以茶写处世之道，《汲江煎茶》并不是东坡第一次尝试。东坡曾为茶立传，名为《叶嘉传》。

《叶嘉传》光听名字像是为哪个人立传，没错，东坡的这篇传记别出心裁，用了拟人的手法，给茶起了个人名“叶嘉”，用给人写传记的方法来写茶，让人眼前一亮。

《叶嘉传》通篇没有一个“茶”字，但细读之下，茶却无处不在。

“叶嘉，闽人也。其先处山谷。曾祖茂先，养高不仕，好游名山，至武夷，悦之，遂家焉。”《叶嘉传》开头说，叶嘉是福建人，他的祖先曾游览名山，有次无意间经过武夷山，很喜欢这里的水土，于是便在这里落户。

苏轼托物言志，文中的叶嘉“风味恬淡，清白可爱”“真清白之士也”，是一个兼济天下、刚正不阿、志向高洁的君子形象，将茶的品性上升到君子的人格高度。

穿越古今，与东坡讨一杯茶吃，吃的是生活情趣，也是人生哲学。



东坡煮茶图。

本版图片均为资料图