

# 古人御寒留诗文

霍寿喜

三九寒冬，北风吹雪。没有空调和管道暖气的古代，人们如何抵御寒冷？总结起来，只有八个字：因天制宜，顺应自然。

冬季出现大风和雨雪天气，最好的办法是烤火升温和居家不出。宋代大诗人陆游的《十一月四日风雨大作》，就是一首遇恶劣天气不出门的宣言：“风卷江湖雨暗村，四山声作海涛翻。溪柴火软蛮毡暖，我与狸奴不出门。”古代取暖，主要靠柴草木炭，制成火炉或火炕，如果柴源充足，室内倒也暖融融，对此，清代何耳的《燕台竹枝词》专门有诗记载：“斗室藏春稳护持，梦回宵漏自迟迟。嵇康煨灶眠虽暖，如此奇温恐未知。”确实，冬日床暖，可梦回春宵。

《绣襦记》是明代万历年间木刻板画插图，其中许多冬季室内画面里，都有一件宽大的六脚火盆架，人们围盆而坐，取暖赏雪，其乐融融。当然，围盆而坐的同时，如果能借着火盆中的火焰烤些吃的，那就更有效地利用了热能，《红楼梦》第49回就有这方面的描述：“大雪初霁，大观园里开诗社，贾宝玉和史湘云先烤起鹿肉大快朵颐，随后小姐少爷们赏雪联诗。”“只见老婆子们拿了铁炉、铁叉、铁丝来。”其中的铁炉、铁叉、铁丝，应该都是放在火盆上面的烧烤工具。

在古代，烧炭是一个专门的行业。唐代大诗人白居易的《卖炭翁》就详细描写了“伐薪烧炭南山中”的卖炭翁的悲惨生活。虽然老人“可怜身上衣正单”，却“心忧炭贱愿天寒”，在牛困人饥中，终于等来皇家买主，但一千余斤的木炭，只值多少钱呢？“半匹红纱一丈绡，系向牛头充炭直。”这上等的好炭被太监差役们低价买走，送给皇族主子取暖，而等待卖炭翁的，依然是饥寒交迫。所以，对古代贫苦人来说，首要的是温饱问题，烤火取暖则是一件奢侈的事。

现如今，大街小巷都分布着一些“足浴房”。其实古人在冬季，也喜欢泡脚养生。宋代大诗人苏东坡的《夜卧濯足》，就写尽雪夜泡脚的闲适：“长安大雪年，束薪抱衾裯……土无重腿药，独以薪水廖。谁能更包裹，冠履装冰猴。”确实，在泡脚水中加点生姜、红花等东西，保暖和养生的效果会更好。

冬季御寒，饮食也很重要。适当喝点酒，多吃大根菜（如萝卜），就能增强人对寒冷的抵抗力。宋·陈著《周翁留饮酒》中的“茅柴酒与人情好，萝卜羹和野味长”，就道出冬季饮食的一个菜谱。唐代大诗人白居易在《问刘十九》中也写道：“晚来天欲雪，能饮一杯无？”刘十九是诗人在江州时的朋友，眼看就要下雪了，白居易邀朋友喝酒，不仅让身体得以温暖御寒，更是情感的辐射，温暖朋友和读者的心灵。

从汉朝开始，古代皇宫和权贵大宅，一直用“花椒涂壁”，从而提高墙体的保温功能，所以皇后的寝宫，一般被称之为“椒房殿”，寓意“花椒多子，子嗣延绵”。古代地理典籍《三辅黄图》（卷三）对此有专门的记载：“椒房殿，在未央宫。以椒和泥涂，取其温而芬芳也。”据传，哪怕外面大雪纷飞，房间里也是温暖如春。

不过，椒房殿终归是皇族和达官贵人的天堂，普通老百姓是望尘莫及的。唐代诗人张孜就用《雪诗》对椒房殿进行讽刺：“其中豪贵家，捣椒泥四壁……岂知饥寒人，手脚生皴劈。”大雪天，百姓受冻受饿，而富豪人家却将花椒糊墙。这首诗，很自然地让人想起杜甫的“朱门酒肉臭，路有冻死骨”。

当然，古人冬季御寒，也在穿衣方面下足功夫。很多动物的皮毛都用来做成御寒的衣服，比如狐、貂、羊、鹿、虎等等。这里面狐裘应该算是比较高档的衣服了。《晏子春秋》里有一段故事说：“景公赐晏子狐白之裘，其资千金。”可见其昂贵。又如岑参在《白雪歌送武判官归京》里面有诗句云：“散入珠帘湿罗幕，狐裘不暖锦衾薄。”

古代达官贵人可以穿貂皮大衣，但穷苦人则衣着褴褛甚至衣不遮体，《诗经》里就有“无衣无褐，何以卒岁”的诗句；陶渊明在《五柳先生传》里也写道：“短褐穿结，箪瓢屡空。”可见，古人冬季穿衣，最能体现阶级和阶层的差异。



多彩的秋天 汤青 摄

## 茶 韵

罗 宗

在浮华的尘世间，寻一处清幽之地，如同桃花源中的人们，忘却世俗繁杂，手执一杯香茗，便如独坐云间，尽享那份悠然自得。轻轻闭上眼睛，岩石间的清泉流淌而出，仿佛带来了千年的古音；那淡淡茶烟，悄然静拂，恰似远处听琴的白鹤，悠远而深邃。

中国是茶的故乡，茶树的历史可追溯至几千年前。相传神农尝百草时，偶然发现了茶叶的清香与微苦，自此，茶便结缘人间。古人对茶的热爱可追溯至唐代，诗人陆羽以《茶经》为茶道奠定了基础。在他笔下，茶不仅是一种饮品，更是一种生活的态度、一种文化的表达。试想，若没有那一壶静好的茶，何以描绘出岁月的丰盈与静谧？

四季更迭，茶亦常新。春日里，嫩芽初绽，绿茶以其清新之姿，让人仿佛置身于燕语莺声中。轻啜一口，便能感受到春天的气息。口感如同缥缈的花香，轻轻拂过心头，令人心旷神怡。那嫩绿的茶汤在阳光下闪烁着晶莹的光泽，仿佛是春天的泪滴，只需一口，便掌握了季节的秘密。

夏日炎炎，乌龙茶以其浓郁之味，成为消暑的佳品。晨曦微露，茶壶中水波荡漾；轻轻将冰镇后的乌龙茶倒入透明的玻璃杯中，浓稠的茶香在空气中四散开来，似乎浸润了整个时光。那苦涩和甘甜在舌尖交织，仿佛喧嚣的夏日在此刻马上化为片片凉风，透过微微的茶韵，送来一丝清凉与愉悦。

秋风送爽，大红袍以其独特的韵味，成为品茗之选。秋天的阳光温和而柔媚，透过窗棂偷偷洒入室内，为温暖的空间增添了一抹金色。泡上一壶大红袍，仿佛把秋天的丰盈与厚重尽数萦绕于茶汤之中，色泽如秋叶般绚烂，滋味醇厚，恰似人生的沉稳与丰盈。此时，轻轻地舀上一勺，随着茶汤入口，浓香在舌尖绽放，如同舌尖上的秋风，将所有的烦恼一并带走，留下的唯有对生命的感慨。

冬日雪舞，静谧中映出一抹温暖。一壶普洱，在寒冷的季节里如同一位亲切的老友，悠长的醇香在口腔中缓缓回荡，让人忘却外界的寒冷，只余亲近的温暖与内心的安详。闭上眼睛，轻轻品味，让那饱含岁月沉淀的茶汤，在唇齿间绽放，似乎

每一口都与过往相辉映，让我在晨曦里与岁月对话。

“无茶不成春”，讲究的茶具，如同一位技艺精湛的艺术大师，以恰当的姿态对待每一片茶叶。优雅的器形与材质，能将茶的气韵最大化地呈现。拆开那包裹着春天的绿茶，清香向鼻尖袭来，分明是一种敬仰与热爱。清澈的玻璃杯中，茶叶慢慢沉浮，如同一曲轻柔的舞曲在心中回荡。紫砂壶的温润，添了几分古朴，仿佛在诉说着古老的故事。每一次倾倒，都是对美好生活的尊重，让那清汤艳影勾勒出生命的轮廓。

水，是茶的灵魂。“活水还须活火烹。”北宋诗人苏轼在《汲江煎茶》中早已道出水之于茶的重要性。清澈的山泉水与时光交融，仿佛在为茶赋予生命。每一滴水都是山间的回音，透过或静或动的方式，渗透进茶汤的灵魂中。挑一口水，轻轻撩动，茶香四溢，那是属于自然的悸动。茶在热水中慢慢醒来，仿佛在告诉我，让心也随之舒展，专注于这一瞬的和谐。

泡茶之艺，亦是一门学问。水温的掌控，茶叶的投放，每一个细节都需精心把握。茶叶在沸水中翻腾，宛如心灵的舞蹈，在其间翩翩起舞，茶香四溢，仿佛让我与自然进行一场无声的对话。看似平淡无奇的细节，恰恰是人生的点滴，水流、茶香、茶器之美，融合在一起，形成了一幅动人的画卷。

“牢系鹿儿防猎客，满添茶鼎候吟僧。”茶是情感的纽带。与友人相聚，泡一壶好茶，茶香袅袅，融化了时空的距离，拉近了人与人之间的情感。此刻，阳光洒在老木桌上，时光在茶香氤氲中轻轻沉淀，彼此的心灵在这潺潺的茶韵中交融。是的，茶，使得心灵得以栖息，让人忘却繁华，滋养心灵。

茶以养性，玉以修身，正如陆机在《茶赋》中云，茶是风雅，也是心灵的散步。立于茶桌前，心如止水，品一壶好茶，在舌尖让茶香回荡，让心灵在茶香中得以栖息。待到一季繁花烂漫时，静听风吟，心境已然逍遥自在，伴随着那一缕缕茶香，人与茶之间便成就了一份美好的默契。这，便是茶的秘境，如同人生，静而丰盈，淡而悠长。

