名人画茶

(元) 赵原《陆羽烹茶图》

该画以陆羽烹茶为题材，用水墨山水画反映优雅恬静的环境，远山近水，有一山岩平缓突出水面，一轩宏敞，茅檐数座，屋内峨冠博带、倚坐榻上者即为陆羽，前有一童子焙炉烹茶。本幅有作者自题“陆羽烹茶图”。画面图文并茂，铸造了士大夫烟霞痼疾与泉石膏肓的精神世界，从一个侧面折射了元代的社会思潮。画题诗：“山中茅屋是谁家，兀会闲吟到日斜，俗客不来山鸟散，呼童汲水煮新茶。”

那些茶诗

尝茶

(唐)刘禹锡

生拍芳丛鹰觜芽，
老郎封寄谪仙家。
今宵更有湘江月，
照出菲菲满碗花。

茶健康

推荐4款 夏天中老年人适合喝的茶

中老年人在夏天喝茶可以解渴，帮助提神，有助于消化，中老年人饮用枸杞防暑茶，能解渴生津，对于体虚多汗，失眠有帮助。

1.枸杞防暑茶：枸杞防暑茶是可以补肺生津，可以解暑解渴，老人饮用可以补肾润肺，对体虚多汗，失眠的老人是有好处的。

材料：枸杞10g、薄荷3g、五味子12g、菊花6g；做法：把材料放进杯子，冲入300ml开水，加盖闷泡10分钟，等味道渗透出来可以饮用。

2.橘红茶：橘红茶可以止咳化痰，适合咳嗽，痰多，痰咳不出来的老人。

材料：化橘红一片、绿茶4到5克；做法：用开水冲泡，加入沸水在锅里，隔水蒸20分钟就可以饮用。

3.苦瓜蜜茶：可以清热，去暑气，可以降血压，能帮助排出体内毒素。

材料：苦瓜干15g、蜂蜜1大匙；做法：苦瓜干放进杯子里，冲入300ml开水，加盖闷泡10分钟，味道渗透出来，加入蜂蜜，搅拌均匀可以饮用。

4.金银甘草茶：金银甘草茶是可以生津滋润的，有清热解毒的作用，可以治疗尿道感染，对于治疗口舌干燥，喉咙痛有作用。

材料：金银花、金石斛各10克、甘草6g；做法：洗干净所有材料，锅里倒进600ml水，放进材料，用火煮10分钟，去掉渣以后就可以饮用。

茶事二三

绍兴凉茶铺烧了24年免费茶

“喝凉茶喽！让我帮你灌吧！”夏蝉嘹亮时，绍兴市区人民路大校场沿的免费凉茶摊又开始忙碌，几位白发苍苍的烧茶老人弯着背，帮路人服务。

1993年始的免费茶摊 第一批烧茶人都离世

这座始建于1993年的免费凉茶摊已经走入第24个年头，每年农历五月初十到八月初十，都是它的义务劳动日。

这是一年最热的三个月，而烧水端茶的却是批八旬老人。“你们坚持了几年？”负责生火烧炉的84岁余阿王与81岁严双荣只会挠挠头皮说：“记不清了，反正有十多年。”

“第一批烧茶老人都已去世。”茶摊负责人严双荣感叹，他手上有张烧茶老人的值班卡片，上面只剩10个姓名，第11位老人因为身体不适，也只能被划去名字。

烧茶老人凌晨四点起床 连续折腾10小时

为了能让赶路的人趁早灌到凉茶，值班的两位烧茶老人，就像出勤的战士。凌晨四点天未亮，他们起床，骑二十多分钟的三轮车，从城西出发，约在四点半，赶到人民路茶摊。再从暂借的报刊亭搬出不锈钢茶桶、桌、凳，再给煤炉边的鼓风机接上电源，用碎木片生火，从几米外的地下水龙头接出自来水……

近半小时的折腾，看着煤炉里的焦炭映出点点红光，一大锅约50斤的水被两位老人端上煤炉。五点半，第一锅水沸腾，雾腾腾的蒸汽热浪里，两位老人憋足劲，伸出布满青筋的手把热锅抬下，将沸水分别倒入有两个茶包的茶叶桶与白开水桶里。

从凌晨4点到下午2点，一天近10小时，烧茶老人周旋于煤炉与茶桶边。烧茶、抬水、泡茶，稍有空闲，还拿起漏勺帮路人灌茶。

这免费好凉茶 一天到底要烧出多少桶？

烧茶老人告知，气温在30°左右的天气，喝茶人不多，烧10大锅开水即可。若气温升至35°或以上，喝茶解渴的人陡增，烧水量会从十多桶飙升至二十多桶。

每天中午11点后，路人渐少，烧茶老人才从各自的三轮车上，取出自带的午餐。余师傅的饭装在一只大茶杯里，早、中餐都在。早上八点，他靠两块霉豆腐下饭，中午则是一个咸鸭蛋。严师傅带的是一盒米饭与半截咸鱼，牙齿不好的他，饭要先用开水泡软。饭后，气温更是燥热，两位老人不休息，轮换地守着茶桶，等候零星的灌茶客。

下午1点半过，路人三三两两，茶桶已见底，两位老人才搬运茶具、桌子等物品，各自骑上三轮车，顶着烈日，赶往6里外的小区。

一天几百斤至千斤的茶与开水 给谁喝？

“茶摊的茶很好喝，里面不仅泡有茶叶，还泡有豆蔻，我天天来灌一壶。”市民李阿姨告知。一位在茶摊边扫了三年地的清洁工说，自己已经灌了三个夏天的茶。每天清晨五点半开始，三轮车师傅、买菜老人、建筑工人、各种拉车摊贩、晨跑者、上班市民，中、小学生等数不清的人都是茶客，而三轮车师傅与摊贩们，一天来灌水两三趟是常事。

“几年前，大多数三轮车还没被取缔，几乎全市的三轮车夫早上都赶到我们茶摊灌茶，当时一天至少要出手二十多桶茶。”回忆过往的“高产量”，严师傅的表情很是自豪。

茶摊背后有千人大军支持 愿茶摊换新颜

其实赶到茶摊的，不光有喝茶的人，还有捐善款的人。

一位阿姨不仅送来了两百块钱，还带来一大袋自家茶叶及老人们洗手用的透明肥皂；一位严家潭老人特意送来一大包梅干菜，说给烧茶老人泡汤吃；有位奶奶送两百块钱到茶摊：“你们辛苦了，多保重。”去年，一批鲁迅小学小学生专门送来新茶杯和新毛巾，让烧茶爷爷防暑。

“今年，我们的茶摊已捐出八万元善款。”凭着每年近千名绍兴市民的捐助，施茶会的善款不光用于烧茶，还救济不少绍兴山区的贫困户。

“义务烧茶十多年，还是很开心，因为有那么多好百姓支持我们。”茶摊负责人老严说茶摊一切还好，就是遮阳棚后面一间放焦炭与茶具的小仓库拆了，东西只能存放在暂借的小报刊亭里。

对于茶摊老人的无奈，有市民建议：免费凉茶摊为绍兴城带来沁凉与温暖，我们是不是该把凉茶摊的形象更新一下？

把暗旧的深蓝色遮阳棚换成行道树同色的户外绿，给老人们设计绿色的户外速干衣，印上茶摊标识，再给在绿帐篷后造间绿色小屋，让老人摆放烧茶工具，这样的漂亮凉茶摊就如它的内在：生机勃勃、绿意盎然。

更多内容请点击shijie.dachanet.com 全国诚招广告代理商 联系人：杨先生 15873154594 4008003213