

## 茶事二三

# 民国大师们与茶的二三事

茶是中国文人案头的那抹红袖添香。梁实秋、郭沫若、鲁迅、周作人、老舍……看大师如何嗜茶、品茶、藏茶？

茶是中国人的尤物。梁实秋在《喝茶》中说，凡是有中国人的地方就有茶。

鲁迅对品茶有独到见解。他说：“有好茶喝，会喝好茶，是一种‘清福’。不过，要享这‘清福’，首先就须有工夫，其次是练习出来的特别的感觉。”

2004年在一次拍卖会上，鲁迅收藏的清宫贡品茶膏，现身公众面前，震撼了茶界，对鲁迅喜欢品茶提供了有力的佐证。

对于喝茶，“苦茶庵”老人周作人更是有独特的体会。他说：“喝茶当于瓦屋低窗下，清泉当流，用素雅的陶瓷茶具，同二三人共饮，得半日之闲，可抵十年尘梦。”对品茶感受，可谓独得其妙。

老舍认为“喝茶本身是一门艺术。”他喜欢一边喝茶一边写作，如果没有茶，喝多少水都觉得不解渴。出国或外出体验生活，都不忘随身携带茶叶。

饮茶，可以说是老舍一生的嗜好。他在《多鼠斋杂谈》说：“有一杯好茶，我便能万物静观皆自得。”

郭沫若喜欢喝茶，11岁就写下了“闲钓茶溪水，临风诵我诗”的句子。

1942年他写剧本《孔雀胆》中，借主人公的口，说出自己的泡茶心得：“在放茶之前，先要把水烧得很开，用那开水先把这茶杯茶壶烫它一遍，然后再把茶叶放进这壶里面，要放大半壶光景。再用开水冲茶，冲得很满，用盖盖上。这样便有白泡冒出，接着用开水从壶盖上冲下去，把壶里冒出的白泡冲掉。这样，茶就得赶快斟了。”

巴金喝茶用白瓷杯，抓把茶叶，用开水一冲，就开喝，味道自然一般。而且，他喜欢把茶叶丢在书柜里，这样，茶水就有了油墨的味道，外人实在难以下咽。

制壶大师许四海看到巴金如此喝茶，就送了他一只自制的仿曼生壶，还专程从家里带了一套紫砂茶具，为他表演茶艺。

一经大师之手，香味早已弥漫，巴

金喜不自禁，一边喝一边感叹：“没想到这茶还真听许大师的话，说香就香了！”一口气喝了好几杯。可见，好茶配好器，相得益彰，方得饮茶之趣。

那时候在北京城，有个地方叫“来今雨轩”，是个喝茶的地方，鲁迅、林徽因、张恨水、李苦禅、萧乾、林语堂、吴宓、罗素经常来此光顾。

“来今雨轩”不亚于“太太的客厅”（林徽因在家举办的沙龙），“慈悲殿三号”（朱光潜的家，曾办有“读诗会”）。

这儿就是民国时候老北京茶文化的一个缩影，当时的北京有很多类似的喝茶场所。人们热衷以茶待客，常约上好友到茶馆喝茶；一些文人雅士的家里，还备有精美的茶具，招待来访的好友。

在他们的演绎下，老北京的茶文化变得活色生香。

张恨水在这里写下《啼笑因缘》，鲁迅在这里翻译《小约翰》，1921年1月4日，郑振铎、沈雁冰、叶圣陶、许地山等12人在这里创办文学研究会；1936年中国书学研究会在此成立。

## 茶健康

# 茶的健康八用 样样经典

茶叶，是著名的世界三大饮料之一，它的功效与作用非常多，经茶艺培训学校分析，茶叶中含有咖啡碱、单宁、茶多酚、游离氨基酸、叶绿素、胡萝卜素、芳香油、酶、维生素A原、维生素B、C、E、P以及无机盐、微量元素等400多种成分，具有调节生理功能，发挥多方面的保健和药理作用。

### 灭菌

每天喝些绿茶可以降低胃溃疡的发病率，因为绿茶当中含有儿茶素，它能有效地抑制螺旋杆菌，可以帮助预防胃溃疡和十二指肠溃疡。

### 去除蚊虫

在日常生活中，喝完茶之后将残留的茶叶收集起来，放在阳光下晒干，将晒干的茶叶放在有蚊虫的地方燃烧，可以驱虫防蚊。

### 预防消除暗疮

一些年轻人应为皮脂分泌旺盛，常常会长痘痘暗疮，可以通过喝绿茶来缓解。同时绿茶也可以配合金银花、生甘草一起饮用，都有着治疗暗疮痤疮的功效。

### 口干解渴

喝茶可以生津润喉，清除内热，口干的时候喝茶解渴是一种很好的办法，尤其是喝乌龙茶。乌龙茶可以如绿茶一般清香，口干也有红茶的醇厚，乌龙茶温热适中，不会寒不会热，所以很适合口干解渴。

### 帮助散热

炎热的天气里，很多人都喜欢喝冷饮来解暑，但其实喝凉的东西会把热给遏制住，不容易散出体外，导致生病。所以在夏天想要好好地解渴消暑散热的话，应该喝些热茶，发一发汗，很快就将体内的热赶走。

### 防晒

绿茶含有一种叫儿茶素的成分，有着很强的抗氧化功效，直接喝绿茶也有着防晒的效果。

### 预防中风

人的身体内部生成过氧化脂质，使血管壁失去弹性这些因素都会导致脑中风的发生。经常喝茶可以防止脑中风，因为茶里面含有单宁酸，这种物质可以抑制过氧化脂质的生成。此外茶叶里还含有类黄酮类的化合物，能够帮助抗炎症，防止感染还有预防血栓，喝茶可以降低心肌梗塞病发生率。

### 缓解腰肌劳损

喝茶可以缓解腰肌劳损，尤其是一些中老年人，患慢性腰肌劳损的人非常多，经常喝醋茶可以缓解病症。取3克红茶用200毫升的开水冲泡，然后盖上盖闷15分钟之后加5到10毫升的食醋进去，趁着热喝，每天喝两次，喝七天。

## 名人画茶



# 《斗茶图》

(唐) 阎立本

这幅画生动地描绘了唐代民间斗茶的情景。画面上有6个平民装束的人物，似三人为一组，各自身旁放着自已带来的茶具、茶炉及茶叶，左边三人中一人正在炉上煎茶，一卷袖人正持盖提壶将茶汤注入盏中，另一人手提茶壶似在夸耀自己茶叶的优异。右边三人中两人正在仔细品饮，一赤脚者腰间带有专门为盛装名茶的小茶盒，并且手持茶罐作研茶状，同时三人似乎都在注意听取对方的介绍，也准备发表斗茶高论。整个画面人物性格、神情刻画逼真，形象生动，再现了唐代某些产区已出现的斗茶情景。

## 那些茶诗

# 《夏昼偶作》

(唐·柳宗元)

南州溽暑醉如酒，  
隐几熟眠开北牖。  
日午独觉无余声，  
山童隔竹敲茶臼。