



周淮胜 摄

珍惜最后一抹春光

陈广忠

夏栽稻点芝麻。”谷雨是种植棉花的好时机。“过了谷雨种花生。谷雨栽上红薯秧，一棵能收一大筐。谷雨下秧，大致无妨。苞米下种谷雨天。谷雨天，忙种烟。”这里是说，谷雨时节要种花生、插红薯、插秧、种玉米、种烟叶等，可以知道，“谷雨”确实是春种的大忙节气。

《淮南子·时则训》中说：在这个节气里，捕猎要完全停止，收藏起罗网和弓箭。毒杀野兽的食物，不准带出国都之门。禁止主管山林之官，去砍伐养蚕用的桑树、柘树。斑鸠展翅高飞，戴胜鸟降落到桑枝上。

这时要准备好养蚕用的蚕架、蚕箔(bó)和竹筐。从这里可以知道，古代对动物保护、对蚕桑业的重视，都已经成为国家设置的重要制度。

谷雨美食与养生

谷雨茶，是谷雨时节养生饮用的佳品。谷雨茶，是指谷雨时节采制的新茶。明代许次纾(shū)撰写的《茶疏》说：“清明太早，立夏太迟；谷雨前后，其时适中。”清明见芽，谷雨见茶，真正的好茶，采自谷雨时节，芽叶肥硕、色泽翠绿、叶质柔软、营养丰富、味道香醇。

谷雨又名“茶节”，谷雨时节品尝新茶，相沿成习，这时也是采茶、制茶、交易的好时机。唐代齐己的《谢中上人寄茶》诗中写道：“春山谷雨前，并手摘芳烟。绿嫩难盈笼，清和易晚天。且招邻院客，试煮落花泉。”这里写道：春山谷雨前，茶叶很稀少。天色将晚，还未采满一笼。诗人殷勤地邀请邻院客人，前来品尝新茶。

陈抟《二十四式坐功图》中记载：“谷雨三月中坐功：每日丑寅时，平坐，换手左右，举托移臂，左右掩乳各五七度。叩齿，吐纳，漱咽。”

谷雨与文化

中国唐朝，是“茶”文化最为兴盛的时代。

高僧皎然，是“茶”文化的开拓者，被称为“茶道”始祖。“茶圣”陆羽，著有《茶经》三卷。“茶仙”卢仝，留下了有名的“七碗茶歌”。中国的茶道，走向了日本、韩国、东南亚以及世界各国。

皎然的《饮茶歌诮(qiào)崔石使君》中写道：越人遗(wèi)我剡(shàn)溪茗，

采得金牙爨(cuàn)金鼎。素瓷雪色缥(piāo)沫香，何似诸仙琼蕊浆？一饮涤昏寐，情来朗爽满天地。再饮清我神，忽如飞鸟

洒轻尘。三饮便得道，何须苦心破烦恼。此物清高世莫知，世人饮酒徒自欺。

诗题的意思是，唐德宗贞元初期，崔石担任湖州刺史，高僧皎然在湖州妙喜寺隐居。越人赠送给我剡溪名茶，采下黄色的茶叶嫩芽，放在金鼎中烹煮。白色的瓷碗里，漂着青色的茶汤，怎么和众多仙人采摘琼蕊的浆液相像？一次饮后洗涤昏寐，情思开朗充满天地。再饮使我精神清爽，就像忽然降落飞雨，洒到轻微的浮尘中。三饮便得“道”的真谛，何必苦心破除烦恼？这个“茶”的清高，世人不能明白，俗人多靠饮酒来欺骗自己。

皎然首先创立了“茶道”的三大功效：“涤昏寐”“清我神”“便得道”，影响深远。

清代陆廷灿撰写的《续茶经》卷下，收录唐代“茶圣”陆羽的《六羡歌》，虽然只有34个字，却表达了深刻的含义：

不羨黄金罍(léi)，不羨白玉杯。不羨朝入省(shěng)，不羨暮入台。千羨万羨西江水，曾向竟陵城下来。

“四不羨”，体现陆羽的志趣和情操：不慕名贵器物，不慕权势，不慕富贵，而羡慕的是家乡的西江水，流向竟陵城下来。

被称为“茶仙”的卢仝，他品尝到朋友谏议大夫孟简所赠送的新茶，随即写下了《走笔谢孟谏议寄新茶》诗，留下有名的“七碗茶”：

柴门反关无俗客，纱帽笼头自煎喫。碧云引风吹不断，白花浮光凝碗面。一碗喉吻润，两碗破孤闷。三碗搜枯肠，唯有文字五千卷。四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散。五碗肌骨清，六碗通仙灵。七碗喫不得也，唯觉两腋习习清风生。蓬莱山，在何处？玉川子，乘此清风欲归去。

这首诗的意思是说：我把柴门反关上，没有俗人来临，戴着纱帽笼头，自己煎起了新茶。碧绿的茶水，雾气向上升腾，吹也吹不断。茶中的白色泡沫，映着阳光，凝结在碗面。

喝下第一碗，滋润嘴唇咽喉。喝了第二碗，破除孤独烦闷。第三碗搜尽枯干的肠胃，却只有文章五千卷。第四碗轻轻出汗，一生的不平之事，全部从毛孔中向外发散。第五碗肌肤骨骼清爽。第六碗通了神仙灵验。第七碗吃不得了，只觉得两个腋下，清风飏飏吹拂要升天。蓬莱山，在哪里？玉川子，我要乘着清风，飞向仙山。

卢仝的“七碗茶歌”，在日本广为流传，并且演变成“喉吻润、破孤闷、搜枯肠、发轻汗、肌骨清、通仙灵、清风生”等七个境界的日本茶道，对世界“茶”文化的创立，产生了深远的影响。

谷雨，公历每年4月20日或21日，太阳到达黄经30°时开始。

《淮南子·天文训》记载：加十五日指辰，则谷雨，音比姑洗(xiǎn)。意思是说，清明增加十五天，北斗斗柄指向辰位，便是谷雨，它和十二律中的姑洗相对应。

谷雨与物候

根据黄道周撰写的《月令明义》记载，谷雨的物候：萍始生，鸣鸠拂其羽，戴胜降于桑。

第一候，“萍始生”。

萍，指浮萍。这句意思是说，水中的浮萍开始生长。《淮南子·时则训》高诱注中说：“萍，水藻也。是月始生也。”《说文》中说：“萍，苹也。水草也。”这里告诉我们，三月浮萍草开始生长。

第二候，“鸣鸠拂其羽”。

鸣鸠，指斑鸠。《诗经·小雅·小宛》中记载：“宛彼鸣鸠，翰飞戾天。”意思是说，那个小小的斑鸠，高飞在遥远的天空。《吕氏春秋·季春纪》高诱注中说：“鸣鸠，斑鸠也。是月拂其羽，直刺上飞数十丈，乃复者是也。”拂，有振动、甩动义。“鸣鸠拂”“羽”，提醒农民开始耕种。

第三候，“戴胜降于桑”。

这句的意思是，戴胜鸟降落到桑树上。胜，又写作“任”“鴛”“纒”等。《吕氏春秋·季春纪》高诱注中说：“戴任，戴胜，鴛(chī)也。部生于桑，是月其子强飞，从桑空中来下，故曰‘戴任降于桑也’。”这里是说，戴胜鸟在桑树中作窝下蛋，孵化育雏。戴胜鸟，形状似雀，头有冠，五色，如方胜，所以被称为戴胜。东汉蔡邕《月令章句》中说：“戴鴛(rén)降于桑，以劝民是也。”

谷雨与民俗

谷雨的主要民俗之一，就是祭祀仓颉(jié)。记载世系起源的《世本》中说：仓颉是黄帝时的史官，创造了文字。

《荀子·解蔽》中说：“好书者众也，而仓颉独传者，一也。”意思是说，古代爱好书写的人众多，但是只有仓颉独自流传，因为用心专一的缘故。

《韩非子·五蠹》中说：“昔者苍颉之作书也，自环者谓之‘厶’，背私谓之‘公’。”这里说，仓颉造了“厶”“公”两个字。“厶”字为我，“公”字为大众。

《淮南子·本经训》中记载：“昔者苍颉作书，而天雨粟，鬼夜哭。”意思是说，从前仓颉创造了文字，而天上落下了谷子，鬼神在夜间哭泣。

《说文解字·序》中说：“仓颉之初作书，盖依类象形，故谓之文。其后形声相益，即谓之字。”这里说，所造的文字，独体的叫作“文”，合体的叫作“字”。

仓颉造字，为中华民族从蛮荒走向文明，作出了巨大的贡献。中国的文字，从甲骨文、金文、大小篆、隶书、行书、草书、楷书，历代相传，中华五千年文明，生生不息，就是依靠文字的传承。

现在，全国仓颉陵、仓颉庙、造字台等就有多处。由“天雨粟”而演变为谷雨祭祀仓颉。陕西白水、河南洛水等地，每年都在谷雨节举行盛大祭祀活动。

谷雨与农事 生态资源保护

谷雨是一年中的种植时节。有关种植农作物的农谚有：“谷雨有雨好种棉。清明高粱雨花，立夏谷子小满薯。清明麻，谷雨花，立