

《衡酒文化》之—— 不负人间酒与歌

■段志丹



衡阳市非物质文化遗产·湘江渔歌表演场景

广袤的九万平方公里的湘江流域，自古就是渔米之乡，“湖广熟，天下足”，湖南不仅是农耕文明的发源地，农业经济发达，同时湖南的渔业资源也特别丰富，湘江自归阳开始至大浦一段，是中国自古以来的三大家鱼自然繁殖基地。

渔民，在湘江上随处可见。俗话说：靠山吃山，靠水吃水。靠江生活的渔民驾着小船在江面上漂泊了上千年，他们摇着橹，驾着船，早出晚归，捕鱼是一件枯燥而乏味的

事，他们每天都要重复着找（鱼）窝、撒网、捕捞、划船的生活，江风吹白了他们的头发，波浪荡老了他们的面容。渔民们在江上的时间远比岸上多，但即使这样繁重的工作，渔民们依然能在微薄的闲暇时光中找到一点乐趣，他们沿着河，隔着江，彼此用渔歌应和酬唱，这是属于渔民的浪漫，他们或许认识或许素不相识，在清晨划船出江的时候问好：“日头出来一点红，师骑马来我骑龙”；在下网捕鱼的时候彼此应和：“堤外碧波万里悠，江上扁舟千担鱼。乘风

谭民政读南岳②6

苏东坡：笔底心头是衡山（下）

■谭民政

苏轼的《赵阅道高斋》诗就是写给衡山赵氏祖先赵抃：“见公奔走谓公劳，闻公隐退云公高。公心底处有高下，梦幻去来随所遭。不知高斋竟何义，此名之设缘吾曹。公年四十已得道，俗缘未尽余伊臯。功名富贵俱逆旅，黄金知系何人袍。超然已了一大事，持冠而去真秋毫。坐看猿猴落置网，两手未肯置所操。乃知贤达与愚陋，岂直相去九牛毛。长松百尺不自觉，企而羡者蓬蒿。我欲赢粮往问道，未应举臂辞卢敖。”

他在诗中对赵抃极度推崇，喻为“长松百尺”，尊为自己的榜样。在赵抃逝后，又应赵抃之子赵玘的请求，撰写《赵清献公神道碑》。

除了以上几首诗作，苏轼还有一篇文章，叫《率子廉传》，专门叙写南岳人物。

传主率子廉，是宋初南岳紫虚阁（今黄庭观）道士。他农民出身，为人愚朴无礼，大家叫他“率牛”。紫虚阁当时是荒僻之地，没有人愿意去，唯有子廉欣然而往。有一次，出任潭州知府的礼部侍郎王祐奉诏祭岳，提出要到魏夫人坛看看。当时，率子廉正处于醉酒状态，身子动弹不得。他说：“山村道士好酒，又不能轻易得到，故有酒必醉，请官人恕罪！”王祐喜其直率，不但不责怪，反而邀他同车前往长沙。住了个把月，率子廉不适应，王祐便送他回山，并送他两首绝句，挂于紫虚阁上。其一曰：

“下瞰空虚临绝涧，上排烟雾倚山巅。四边绝处无猿鸟，独卧深云二十年。”

一众道士见率子廉得到高官墨宝，顿时刮目相看。到了太平兴国五年（980），率子廉托话到南岳观：“我要外出，快派人来接替。”道士们很纳闷，大热天的，他要去哪儿呢？急急忙忙赶过去时，率子廉已死了。众人惊异不已，这个率牛，竟然知道自己的死期。南台寺和尚守澄，在京城南薰门外遇到了率子廉。回到南岳才得知他的死讯。在京城的相遇，正是他死那天。挖开率子廉的坟墓，只见手杖和鞋子而已。

远处京师和苏浙的苏轼，是怎么知道南岳率子廉的故事，并且亲笔为这个身份普通的道士立传呢？这要由《率子廉传》的“第二主角”王祐说起。

王祐，一般作王佑，也称王祐，五代末至宋初人。他曾在仕途困顿的时候，于自家宅院内手植槐树三棵，预言“吾



王祐 像

子孙必有三公者”。后来他的儿子王旦果然在宋真宗时位至宰相，三槐王氏由此成为王氏家族中很重要的一个支系。王巩是王旦的孙子，有画才，长于诗。苏轼守徐州时，王巩去拜访他，经常一起游山玩水，吹笛饮酒，成为知交。苏轼与南岳的这段因缘，就是因王巩而来。

诗咏本草

古诗词中觅良药之——地黄

药之四维照地光

■谭浩泉

地黄饲老马，可使光监人。吾闻乐天语，喻马施之身。我衰正伏枥，垂耳气不振。移栽附沃壤，蕃茂争新春。沉水得稚根，重汤养陈薪。投以东阿清，和以北海醇。崖蜜助甘冷，山姜发芳辛。融为寒食饭，咽作瑞露珍。丹田自宿火，渴肺还生津。愿饷内热子，一洗胸中尘。

宋代·苏轼《地黄》

在古代，为地黄养生写诗的人还有很多，如白居易、陆放翁、谢灵运等。据说唐代，有一年大旱，百姓吃不饱。一些穷人在田野里采挖一种叫“地黄”的野草卖给富家公子，换点人家喂马剩下的饲料，填充饥饿的肚皮。富人家用地黄喂马，能使马膘肥体壮。白居易《采地黄者》云：麦死春不雨，禾损秋早霜。岁晏无口食，天中采地黄。采之将何用？持之易粮粮。凌晨荷锄去，薄暮不盈筐。携来朱门家，卖与白面郎。与君啖肥马，可使照地光。愿易马残粟，救此苦饥肠。苏东坡到了老年，常感心烦口渴。他读了白居易的诗颇有所悟：地黄既然能使马膘肥体

壮，也一定对人体大有益处。于是开始食用地黄。结果老年津亏症状很快有所好转，颇有身轻体健之感。情不自禁之下，他挥笔写下《地黄》一诗。

《红楼梦》第二十八回中给黛玉治疗失眠的药是天王补心丹，其主药是生地黄、玄参。生地黄能下足少阴肾经而滋水，水盛可伏火，使心神不为虚火所扰。玄参养阴生津、泻火解毒。辅以丹参、当归补血养心，人参、茯苓益心气，柏子仁、远志安心神，佐以天冬、麦冬滋阴清火，五味子、酸枣仁敛心，桔梗载药上行，朱砂人心安神。全方是一滋阴安神之剂。黛玉内伤七情，心烦不寐，虚火上炎，需要壮水制火、滋阴清热、养心安神，故宜用天王补心丹。

《神农本草经》、唐《药性论》、南北朝陶弘景《茗遗别录》及《食疗本草》均有“生地主折伤”“堕地腕折”“疗折跌绝筋”的记载。生地黄配牡丹皮、赤芍，治疗皮肤病，主要是凉血、清热、养阴、润燥。《抱朴子》记载：“楚文子，服地黄八年，夜视有光，古人均以此久服延年。”明代山阴人张介宾，曾称人参、熟地黄、附子、大黄为“药之四维”。他说“阴黄症多有内伤不足，不可以黄为意专用清剂，但宜调补心、脾、肾之虚以培其气血复则黄自退。若六味丸、八味丸、五福饮食，理阴煎及左归、右归、六味回阳等饮，皆阴中阳虚者所宜也”。后人盛赞此论，谓其“语语透辟，字字箴规，可师可

扬帆一路唱，一路顺水到沙洲”；在黄昏收工的时候唱晚：“江水缓缓两岸青，风和日丽景色新。舟从青草桥头过，换你几个小酒喝——”这里说的小酒，就是指渔民驾船卖鱼苗时打转去青草桥沽几两酒回去的事情。

据《清泉县志·食货志》卷六记载：“南百里有龙祖潭（位于现莲湖湾湿地公园湘江边纱帽岭下），每岁自小满迄夏至，水涨时，巨鳞沿湘而上，至潭畔，若往朝焉，复东下所遗子满湘波间，舫三千有奇……邵武辰靖皆于衡担鱼苗，数千里渔歌三月不绝焉”。每一年发春水，出鱼苗的季节，青草桥头因是渔民们的必经路程，江面上便是渔舟成群的壮观景象，青草桥的酒家们与别地的不同，他们不仅接待陆行而来的游人，还要照顾江上的顾客，于是酒家纷纷修了小石梯从桥面通往江面。往往过了小满，就要雇人在石梯上招呼：“百年老酒，十文一壶”，“十年老酒，尝一尝看一看”……此起彼伏的吆喝声和渔民们老远就传来的买酒声，是这段时节青草桥最为独特的风景。

买了酒，渔民们又要赶着去卖鱼苗路程长达几天，晚上江风清凉，他们便会喝上几口，渔民们大多不懂什么“举杯邀明月”，但江面空旷，渔火点点，他们枕着波浪入睡的时候，那一口酒香便是对他们白日辛劳的最大安慰。

渔舟唱晚，唱的是歌，传的是情，无论盛夏还是清秋，湘江的江面上，渔歌从遥远的水面上飘来，未曾谋面先闻声，歌中混着酒香，将江面所有的跌宕起伏、波澜坎坷都掩盖在这粗犷悠扬的歌声中。无论生活多么艰难困苦，有歌，有酒，就有生活的希望，就有这始终不曾磨灭的赤子之心。

这正是：
风来雨去江湖客，半生飘零半坎坷。
纵是浪险苦作乐，不负人间酒与歌。

《系统汉语》拾零之 85—— 休沐欣逢一日闲

■李 银



蔡晓婉《吐哺握发》

若从休假的角度来说，现在应该算是历史上幸福指数最高的时代了。

中国历来就有休假制度，它有个很有意思的名字——休沐。据《汉律》记载：西汉时，“吏员五日一休沐。”意思是公务员每工作四天休息一天。

为什么称休假为“休沐”呢？这与古人的卫生习惯分不开。先秦时代就讲究“三日具沐，五日具浴”（《仪礼·聘礼》）。

“浴”，洗澡；“沐”，《说文》：“濯发也。”指洗头发。其状如下雨时的打湿树冠一般，故字以“木”为声。

古人不分男女都是长发，那时又没有电吹风，洗发水还要临时用淘米水、皂角之类去煮，洗一次头发颇不容易。有个成语说“一沐三握发”，就是洗着洗着，又有人来了，只好用手抓着头发，应付过去后再继续洗。洗一次头发，要这样折腾三次，既形容主人待客的礼数十分周到，也说明了洗发的时间耗费久。因此，政府只好定期放假让官员们回去慢慢洗，慢慢干。

东汉刘珍的《东观汉记》记述：发明造纸的耒阳人蔡伦，“每至休沐，辄闭门绝宾客，曝体田野。”除了想让自己清静外，恐怕也是基于要晒干头发吧。

这一政策一直延续到盛唐。田园诗人孟浩然还将其写进了诗中：“五日休沐归，相携竹林下”（《宴包二融宅》）。趁放假，同文朋诗友“开襟成欢趣，对酒不能罢。”

不过，到韦应物时，已经改成了旬日一休：“九日驰驱一日闲”（《休假日访王侍御不遇》）。礼拜天虽然少了，但其它假期却名目繁多。

根据《唐六典·卷二》记述：除婚丧假外，逢年过节都要放假一至七日，加起来有四十七天之多。

“宋承唐制，抑又甚焉”（《宋史》）。以“祠部”为例，“休岁凡七十有六日”（庞元英《文昌杂录》），如果加上三十六天的旬休日，一年共一百一十二天。真是够可以的了！

因此，那时的“假日经济”也是盛况空前，“时节相次，各有观赏……雕车竞驻于天街，宝马争驰于御路，金翠耀目，罗绮飘香……八荒争凑，万国咸通”（孟元老《东京梦华录》）。

当然，也有不好好利用假日洗头发的。汉景帝时有个郑当时，每到休沐日，专门在驿站备有马匹，请人来家喝酒吃饭，从早到晚，夜以继日，把自己的那点工资全拿来招待朋友了。

因此，尽管他“年小官薄”，却交游很广，以至于汉武帝都知道“郑庄出门，即使有千里之遥，也不必带粮食”。

汉成帝时期有个加班狂张扶，每到休沐日，顶着一脑头皮屑照样办公。他的领导薛宣看不过去，责备他：“官员休假制度由来已久，你虽公务在身，难道就不该关怀你的家庭吗？”命令他赶紧滚回家去。

宋代有两个宰相则脏得出奇：王安石的虱子都爬到了胡须上；窦元宾绰号叫做“窦臭”，常年不洗头，臭气熏人。

元代虽然沿袭了旬假制度，但将节假日砍至十六天。朱元璋建立明朝后，更是毫不客气地将旬假都给砍掉了，改为每月初五休一天；另加春节、冬至、皇帝的生日这三天假。想必当时的朝堂上是“案头堆雪，满室泛馊”，俨然乞丐窝了。因此，那时的官员，“休沐欣逢一日闲”（高启《休沐日期衍公游北山不果独卧斋中》），真是阿弥陀佛了。

可能是朱元璋自己也忍受不了这番景象，便允许身边的近臣翰林院庶吉士，“五日一休沐”。后来的皇帝，给其他文武百官，也陆续增加了旬休制度，但其他假期还是只有区区十天。

不过，休沐太少，头皮发痒的主要是京官和小吏，地方官还是不碍事的。因为他们大部分都是和家眷住在一起，前面办公，后面居家。可以说，放假与不放假也都是一回事。但相对低级的官吏，住集体宿舍或租屋而住的，就日子难捱了。

“上有政策，下有对策”，官员们为了洗个头发，只好采取请假病、事假的方式应对。但政府对这种现象的防范和处罚也很严。需要有关部门核实，还得有同僚担保。如果查出有假，请假人和担保人都要共同问罪。病假超过三个月，停发工资。万历十三年（1585 年）更是规定：官员只许请假三次；如果因病需要回家休养，只能辞职，不能请假。

清代承袭明制，除了旬假外，每年就年头的正月十九到二十二，年末的十二月十九到二十二为假期。不过好在清人的发式“优越”，除了长辮外，剩下的都是光头，洗不洗倒也无所谓。而皇帝对自己及皇子们更狠，一年只休息三天：除夕、皇帝生日和自己的生日。其它时间不是办公就是学习。因此，要说皇帝勤奋，历代以来还真没超过清朝的。

鸦片战争后，受西方文化影响，清廷才开始实行七日一休制；民国以后，一直沿袭不变。1995 年 5 月 1 日，开始实行七日两休制，加上节假日，总共在 116 天左右。竟然比宋代只多出三四天！而洗头发的内涵是已经不存在了，顶多只是利用周末搞搞家庭卫生而已。



地黄

法。”故重用熟地黄退黄疽，屡见其效。宋代名医褚澄游医，一日寺里一尼姑马来乍冷乍热，心烦意乱。于是褚澄诊断定尼姑怪症属阴阳交争，抑郁成疾。故用柴胡抑肝汤、抑阴地黄丸，服十余次而愈。

大名鼎鼎、众所皆知的著名中成药六味地黄丸，最早见于北宋钱乙的《小儿药证直诀》。钱乙是北宋年代一位杰出的医学家，“地黄丸”脱胎于《金匱要略》所载的崔氏八味丸，去掉肉桂、附子，名曰“地黄丸”。从此地黄丸成为滋补肾阴的代表方。其以滋阴补血的熟地黄为主药，又以敛阴滋水的山药内加强熟地的补性，更以益气补脾的山药为助，配合而成“三补”。由于肝肾不足，常有虚火上炎，故以泽泻泻肾火，丹皮泻肝火，茯苓渗脾湿，配合而成“三泻”。这样就把补虚与祛邪结合起来，补中带泻，寓补于泻，以泻助补，三补与三泻，相反而相成，共奏补阴之效。