

文物里的夏日养生故事

施泳峰

炎炎夏日,气温高、湿度大,起居养生方面,应时刻注意顺应自然变化,饮食温热清淡。在许多典籍中,古人也曾留下诸多夏日养生“秘笈”。笔者试从博物馆藏文物中,跨越时空寻找历史留下的故事。

夏日养生重在平常

夏日里,最简单也是最有效的养生方法之一,就是养成勤洗手的良好习惯。实际上,早在商周时期人们已经开始规范洗手的礼仪。

上海博物馆收藏有一件西周齐侯青铜匜,高24.7厘米,长48.1厘米,重6公斤,是目前发现的西周青铜匜中最大、最重的一件。

一般来说,青铜匜与青铜盘配套使用,先用青铜匜盛上清水,由一位侍者手执青铜匜从上向下慢慢浇水,贵族仰掌洗净双手,另一位侍者用青铜盘在下面承接弃水,洗完双手之后洗手者接过侍者递上的手巾擦干双手,《周礼·春官》称之为“沃盥之礼”,所以现代汉语中还保留有“盥洗”一词。

面对暑热,很多人都选择清凉的空调房间,但即使再热,也要多开窗通风,保持室内空气流通,有效维持室内空气清新。对于清新空气的重视,古人也作过很多研究。据西晋张华在《博物志》中记载,汉武帝年间,汉武帝曾下令“焚烧香丸,以辟疫气,长安中百里咸闻香气芳积,九月余日,香由不散”,从而起到了清新空气、祛除虫害的作用。

河北博物院收藏有一件西汉错金博山炉,通高26厘米,腹径15.5厘米,1968年出土于河北满城西汉中靖王刘胜墓。炉身似豆形,通体错金,刻画出秀丽的自然景色与生动的狩猎场面。

除了日常勤洗手、多通风以外,重视分餐制也是预防夏日疾病的重要措施之一。唐代以前,人们普遍实行分餐制,在出土的汉代壁画、汉代画像砖中均可见到分餐制的宴饮场景。

唐代以后,合餐制才逐渐取代分餐制。据唐代欧阳询等编撰的《艺文类聚》记载,荆柯刺秦王前,燕太子丹宴请荆柯,与荆柯“等案而食”,即两人的食案上放着相同的食物,两人分餐进食。

成都博物馆收藏有一件东汉宴饮画像砖,长47厘米,宽38厘米,1981年出土于成都市金堂县土桥镇曾家包村。画面中有樽、盃、杯、勺等餐饮器具,一人一案,席地而坐,是非常典型的分餐制场景。秦汉时



西汉宴饮图画像砖拓片



帛书《五十二病方》(局部)



西周齐侯青铜匜

期巴蜀地区凭借都江堰的灌溉之利,成为天府之国,汉代的画像砖记录下了当时的宴饮场景。

心静自然凉

扇子是中国人为喜爱的消暑纳凉工具,从古至今,夏日里,人们对于扇子的喜爱,溢于言表。北京故宫博物院藏竹柄纱地堆绿加绣花蝶扇,即为清官旧藏。

这柄竹扇面绣地轻薄,两面图案虽同而技法各异,正面刺绣针法繁多多变,以套针为基础,用施毛针、钉针、缠针、打籽等针法绣花卉,用滚针、钉金针法绣蝶须,生动自然。背面堆绿绣的技法同样繁复,按正面蝴蝶花卉图案剪出绿片,以墨笔渲染色彩,贴于相应的位置,压盖住刺绣的针脚,并以钉针固定。绿片微突起于纱面,颇具立体感,将蝶的动感、花的婀娜表现出来,具有非凡的艺术效果。

清代的柏木冰箱则显示了古人消暑纳凉

时的经典创造。在柏木冰箱上,有一对箱盖,盖上有四个铜钱纹开光,用于将箱盖提起。箱内设一层格屉。冰箱外部的两个侧面各安两个铜提环,以便提拉冰箱之用。冰箱下承柏木座,座面、束腰及鼓腿拱肩处均包镶铜片,足下连托泥。

盛夏时节,天气炎热,在格屉下放置冰块,将食品置于屉板之上,而箱内四壁用铅皮包镶,可以隔绝外面的热气进入箱内,利于冰块保持低温,对箱内储藏的食品起到冷冻保鲜的作用。

如果不小心中暑,古人也有重要的中医中药方治疗。东汉张仲景在《伤寒杂病论》记载了113个中药方剂,如治疗乙型脑炎的白虎汤、治疗肺炎的麻黄杏仁石膏甘草汤、治疗痢疾的白头翁汤、治疗阑尾炎的大黄牡丹皮汤等,直到现在还在被人们使用。

湖南省博物馆收藏有一件西汉帛书《五十二病方》,全书达一万字,是高约24厘米、长450厘米的长卷,1973年出土于湖南省长沙市马王堆三号汉墓,是迄今所见最



西汉错金博山炉



竹柄纱地堆绿加绣花蝶扇

早、最完整的古医方专著。这份帛书黄褐色,多有残破,共计有462行,是马王堆三号墓出土医书中内容最丰富的一种,详细记载了医方283个,药名254种,涉及内科、外科、妇科、儿科和五官科等103种疾病的治疗医方,真实地反映了西汉初期以前的临床医学和方药学发展的水平。

文物承载着中华民族祖先的智慧与汗水,展现出中华民族历久弥新的优良传统。了解文物背后不为人知的故事、学习文物知识,也可以让暑热的夏日,多一分清凉。

(作者系上海市黄浦区政协委员、上海市文物交流中心研究员)

陈永华瓷印

本报记者 照宁

在厦门市博物馆珍藏着两方对印“陈永华瓷印”,这是国家一级文物,分别刻有朱文篆书“永华”“复甫”,制作于清初康熙年间。

陈永华的父陈孟鼎为明天启年间的举人,任同安教谕,早期为郑成功部将。陈永华从小“好读书,有奇谋”,16岁进秀才。

据记载,陈永华曾建言实施屯田制度,鼓励垦荒,劝农桑,使军民衣食丰足;教匠人烧瓦、伐木,建造房屋,以安民居,改善了草棚茅舍的简陋住宿条件;筑围栅,建衙署,禁淫赌,实施保甲行政管理制;教导民众种植甘蔗、制糖,贩卖到海外,每年可获数十万金。在陈永华的精心治理下,社会安定,百业俱兴,市井繁荣。

明永历十九年,陈永华提出“建圣庙,立学校,以培育、拔擢人才”的建议,创建了一套自上而下较为完整的教育体系,他倡议设立“国子监”,颁令各府、州、县设立“府学”“州学”“县学”“义学”。还要求高山族同胞居住区的各社设立“小学”,方便高山族子弟入学受教育,并规定凡是高山族子弟“就乡塾读书者,蠲其徭役”。规定儿童必须“八岁入小学,课以经史文章”。三年两试,“照科、岁例开试儒童。州试有名送府,府试有名送学院,学院试取中,准充入大学,仍按月课。三年取中试者,补六官内都事,擢用升转。”陈永华还在承天府兴建当地第一座孔庙,创办过第一所学校。



安溪历史文化展亮相国博

本报记者 付裕

日前,“凤鸣于溪——安溪历史文化展”在中国国家博物馆正式向公众开放。此次展览共有160余件(套)展品、100多幅图片、13个视频集中亮相,立体再现了茶乡文化图景。

安溪是名茶铁观音的发源地、世界藤铁工艺之都,也是千年古县、文物大县,全县现有不可移动文物677处,红色革命遗址200多处,人文荟萃、底蕴深厚,先后入选全球重要农业文化遗产、人类非物质文化遗产、世界文化遗产。

据了解,此次展览共分为“溪水流长”“茶韵香悠”“藤铁技艺”“民俗乡情”四大单元,涵盖瓷器、竹器、金属器、藤器、水晶器等材质,以及乐器、服饰、书法、文献等种类,系统展示安溪的历史文化、艺术创造和民俗风情,展现了自古及今安溪人民创造美好生活的精神风貌。唐代青釉双系罐、宋代安溪青釉碗、明代安溪窑青花山水人物题诗瓶、清代安溪木雕凤凰花卉纹堵板等一件件展品,为拂去历史的尘埃、回望安溪历史留下了极为宝贵的资料。

据了解,其中的“茶韵香悠”展览单元展出多个朝代、各类材质的安溪饮茶器具,介绍安溪最具代表性的六大名茶,并展现安溪铁观音独特的制茶工艺。“藤铁技艺”单元甄选出安溪藤铁工艺大师的代表作品进行展出,这是安溪工艺精品的一次集体展示。一件件看似平凡的竹、藤、木、草、铁,经过安溪人民灵慧的巧手,把坚硬的钢铁和细软的藤条,刚柔并济、巧妙结合,变成富有艺术创意的用品,产品既有竹藤编的柔美灵巧,又有钢铁的韧性耐用,堪称“铁骨柔情”。

每件文物背后都承载着一段历史,国家博物馆收藏的《李光地行书王安石〈张氏〉诗》《清水岩志》以及民国时期集美学校内迁安溪期间开展考古发掘后辗转收藏在厦门市博物馆的出土文物等富有历史文化意义的诸多展品,述说着安溪流传千载的故事;基于泉州市博物馆《榕村雅集图》卷创作的多媒体动画、散发茶文化魅力的场景装置和茶席、透过现代技术“张口”诵读闽南方言诗的李光地画像等丰富多样的展陈形式,更是赋予文物以骨肉,让文化从历史中多了一层。

中国国家博物馆研究馆员,“凤鸣于溪——安溪历史文化展”策展人高秀清表示,此次展览作为国家博物馆联手地方为大众观众呈现的又一次地域文化展,着力展现安溪的地域魅力,在单元架构和内容设计上处处蕴含巧思。

艺术图书:可读可赏的“艺术品”

王勇

而不知全貌。如此,图书就给了读者一窥全豹的机会。

出版立项后,对藏品进行集中观摩是第一步,包含品鉴、筛选、分级等步骤。为此,荣宝斋曾专门成立内外专家组成的多人鉴定小组。当这些尘封已久的珍品,展卷呈现在眼前时,往往引来各路专家的啧啧称赞。专业人士不仅看作品全貌,也在细处仔细谛察。有讨论、有争议,也有事后的查证。这种由观看所导致的品鉴,对最后在书中呈现图作的方式,也会产生影响。比如,一个局部的注目品味,在书页上可能会形成特写的局部放大,这是内容的选择和特殊的视觉暗示。

专家在一起看画的过程中,也会发现疑点,纠正谬误。比如,一幅小写意绢本墨笔花鸟作品,画上落款是小山,很多专家一直把它当作清代画家邹一桂的作品,可是,画上一方作者印章中有“方外”字样,不禁又让人起疑,而且,邹一桂擅长工笔重彩的花鸟画,墨笔写意并不多见。后经反复查证,此画是同号小山的一位并无大名的清代画僧所画。

从头到尾,仅通览藏品就足足持续了两个多月,接下来作品拍照,做资料,拟定出版体例,设计排版,编辑印制,最后形成了12卷本的8开精装大画册系列。对于出版单位来说,此书的意义自然非同小可,同时,对于书画鉴定和美术研究者来说,也是非常好的参考范本。尤其在高清印刷的条件下,原作的视觉效果还原已经非常好,其逼真地呈现了藏品细节,也的确算得上浓缩的纸上博物馆。这时,对书画珍品的图典呈现,就别有另一种收藏的价值,艺术图书的典藏性便突显出来。

展览的延伸

除了馆藏类艺术图书,有些特殊的艺术展览,也会以好的图书形式凝固下来。对于展览类的艺术画册,也是一种平行的展览呈现。甚至,国外还有一些艺术概念书,其本身就是展

览呈现的主体。如此前举办的“三人行——齐白石、许麟庐、李苦禅艺术大展”曾引起不小的轰动,展览的同名画册也在展览上引起热情抢购。看展而意犹未尽,进而想通过书的形式将展览于时间封存,珍藏起来。这恰恰说明了此类展览画册的典藏价值。

不同于展览类画册,有时候有些艺术类图书像是放大镜般地深入观察和对比研究,常见如个案研究或专辑类艺术图书。如《百年雄才》《魏少其全集》以及《蒋兆和全集》《张大千全集》等,这些画册将人物一生的艺术活动和成果囊括其中,见微知著,既是高度概括的全景展示,也有大量历史细节的考证,有人耳熟能详的经典呈现,也有鲜为人知的成果揭示。这种高度概括又全面的个人专辑具有极大的信息含量,图书内容的时间轴以及特殊图片的并置对比也会创造出新的内容体系。

不同于文字类传记图书,艺术图书的书页呈现,也是艺术品还原的独特形式。

创造典藏价值

对经典艺术的研读,需要长期和反复,所谓“常看常新”。好的艺术图书,因其内容经典和装帧考究,本身就具有收藏价值。这些年的出版实践中,笔者也尝试过许多传统装帧的形式,采用了一些非常规的特殊纸张,往往更加契合图书内容,并强化了书籍本身的收藏价值。如采用线装书的形式出版宋代经典建筑学著作《营造法式》,此书一函多册,纸张轻便,蓝皮白纸,极为古雅,和古代典籍的内容相得益彰。古代建筑图通过线装书的形式呈现出来尤为贴切,仿佛原汁原味的古籍。

传统图书,主要是突显图书中文字内容的价值,但是传统纸质形态的图书可传达信息的部分,却不仅仅只是文字,甚至也不囿于图片,图书材质的物性以及编排的设计智慧等也一并传达内容信息,创造典藏价值。它们共同构



《荣宝斋珍藏》内页(局部)

建独特性是典藏的前提。

试想,古人将碑帖装裱成册页,这种连续翻页的阅读物就如图书一般。古人会考虑不同部分纸张的实用效果,如拓片轻薄,而背裱纸韧度结实,需经久耐磨。对传统线装书普遍观察,会发现一个有意思的现象,图书基本都是长方形开本,通常锁线装订的部分,都是一本书的最长边,这样可以保证图书的结实,使书页聚拢。某种程度上也符合人体仿生学的原理,就如手机,亦为长方形,可能便于掌控之物,有其道理。

传统图书的智慧,需要继承和发扬,而这在艺术图书中更易实现。突显了材质、工艺和设计感、手工性的艺术图书,加之独特内容,自然强化了这种艺术图书的典藏价值。

传统手段嫁接创新,还可以创造出独特的图书形态,赋予其独特的收藏价值。如《荣宝斋藏印选》就是一本手工书,其集传统拓印、荣宝斋木版水印以及传统线装书等多种形式于一体,采用古代印谱制作方式。古代印谱均是手工拓印,一般使用薄如蝉翼的连史纸,印面用朱泥拓为红色,边款用墨,拓为黑色。边款纹样以及释文文字均用木刻水印,装订则一函两册,采用传统线装书的装订形式。此书内容是齐白石、吴昌硕等大家的原印拓制,也是稀世珍品。书籍的内容和装帧,同样都非常珍贵。

可以说,好的艺术图书,本身就是艺术品,在出版艺术图书的过程中,也需要像创造艺术品一样,出版艺术图书。

(作者系荣宝斋出版社副总编辑)

图书作为信息承载方式,当下在形式上无疑受到了前所未有的挑战,电子书、融媒体式的图书被广泛开发,图书的载体形式被不断创新。在这样的时代背景下,对传统纸质图书的价值有必要重新审视。其中,艺术图书所具有的独特魅力以及由此所产生的典藏性值得关注和再认识。

纸上博物馆

艺术图书全方位立体呈现信息,最为基本的是文和图。文字和图像有具体的意义呈现,但编排的图文和连贯的图片,也会形成新的内容指向,不同的图文编排,呈现不同的内容效果。也就是说,文字节奏形成独特的内容,图片也形成一种内容上的节奏。同时,设计和材质,也会形成一定的信息传达。

不同的艺术图书,分别有其独特的典藏价值。很多馆藏类的艺术图书相当于纸上博物馆。例如,《荣宝斋珍藏》是荣宝斋数千件历代书画藏品的集中梳理和呈现,这些藏品是经过荣宝斋很多代人逐步收藏起来的珍品,从未集中观摩和展示过,因而哪怕荣宝斋的资深人士也往往知其一班,



《荣宝斋藏印选》封面

明代黑漆嵌螺钿花蝶纹翘头案



黑漆嵌螺钿花蝶纹翘头案,明,长260厘米,宽56.5厘米,高82厘米。故宫博物院藏。

故宫博物院藏明代黑漆嵌螺钿花蝶纹翘头案,纹饰华丽,螺钿光彩。案面两端翘头,长牙条,牙头镂雕如意云头形。四方腿粗壮,侧腿间设方横枨,侧脚收分明显。此案面正中菱形开光,两侧六角形开光,内饰牡丹与蝴蝶纹,通身饰黑漆嵌螺钿花蝶纹,漆灰较厚,系明代风格的作品。