

立冬品“蔗境”

立冬，是寒冷冬天的开始，俗称“交冬”，意为秋冬之交。

谚语“立冬补冬，补嘴空”，说的就是立冬习俗，人们喜欢在立冬时节进食可以温补驱寒的食物。

甘蔗即是“补冬”的美食之一，甘蔗性味甘、平、涩，甘味能补能缓。民间素有“立冬食蔗齿不痛”的说法。的确，立冬时的甘蔗已经成熟，这个时候食用甘蔗，可以保护牙齿，不上火，还可以得到滋补。

于是，立冬吃甘蔗，蜜甜如蔗境，寒冬暖如春。

□ 据《北京晚报》

食蔗，渐入佳境

蔗境，由甘蔗的蜜甜而生。

这份蜜甜，来自甘蔗那似竹而内实的长茎中取得的汁液。那由生嚼、榨取、提炼的方式而得的汁液，好似琼浆，以清芬不腻的滋味，深情舒缓地溢入咽喉，沁入心脾，甜入肺腑。

自古食蔗者，始为蔗浆。战国时期的楚国就已经能对甘蔗进行原始加工了，楚国诗人屈原《楚辞·招魂》中的“脍鳖炮羔，有柘浆些”，“柘”即通用蔗，“柘浆”是从甘蔗中取得的汁液。

“蔗境”一词，来源于古人对甘蔗的吃法，即从甘蔗的末尾啃起，直到蔗头为止。古人觉得这样“倒啃甘蔗”，从甘蔗不太甜的一段吃到甜的一段，可以比喻先苦后乐，有后福，引申为人的晚年生活逐渐转好之义。

把甘蔗吃成这种境界的代表人物是东晋艺术家顾恺之，他“每吃甘蔗，必从尾到头”，并把这种吃法叫做“渐入佳境”。中国二十四史之一《晋书》说：“恺之每食甘蔗，恒自尾至本。人或怪之，云：渐入佳境。”

北宋文学家苏轼在《甘蔗》中说：“老境於吾渐不佳，一生拗性旧秋崖。笑人煮积何时熟，生啖青青竹一排。”也是借“蔗境”，来感叹自己佳境已过、时运不佳。

不过，顾恺之的“渐入佳境”貌似缺少一个“度”。因为，准确地说，甘蔗的中段，才是甘蔗最甜最好吃的部分，甘蔗的头和尾都不算甜。而且，甘蔗根部节短，吃起来费事，口感不好。从尾吃到头或从头吃到尾，都是从不太甜之处吃到最甜处、再吃到不太甜之处，“渐入佳境”后，又“渐出佳境”。所以，蔗境不必用作引申，仅以甘蔗最甜的部分，来合最好的境遇，就可以了。

实在想“渐入佳境”，也可以从尾部开始吃至接近头部之处，或从头部开始吃至接近尾部之处，舍弃一点头、尾。舍得退让，方能渐入佳境。

有了度，甘蔗这种多年生甘蔗属、多生长于热带和亚热带的高大实心草本植物，才会更加富有吸引力。要知道，甘蔗的甘甜味，是上了双保险的，一来名字中含“甘”，可不就是甜吗？二来甘蔗是脾之果，脾在酸、苦、甘、辛、咸五味中，对应甘，甘味入脾，甜就是甘蔗的本性呀。除了味美，甘蔗还可作养生疗疾之用，中国历代医家陆续汇集而成的医药学著作《名医别录》说甘蔗能够“下气和中，助脾气，利大肠”，中国最早的医药学典籍《黄帝内经》也说甘蔗“甘温除大热”。

甘蔗还能消渴解酒，中国第一部纪传体断代史《汉书》云：“百味旨酒布兰生，黍尊柘浆析朝醒。”醒(chéng)，酒醉之意。宋代医药学家大明也说甘蔗能“利大小肠，消痰止渴，除心胸烦热，解酒毒。”

进入南北朝时期，甘蔗已是广受欢迎。南朝和北朝隔江对峙时，南朝人食用甘蔗的多姿多彩令北朝人垂涎三尺。甘蔗的声名不胫而走，成为中国北方瞻望中国南方的重要物象。北魏甚至明确要求刘宋王朝提供江南名产——甘蔗及酒。

甘蔗虽可解酒，却不宜和酒同食，唐代医药学家孟诜说：“共酒食，发痰。”《名医别录》将甘蔗列为中品，中品为臣，主养性以应人，无毒有毒，斟酌其宜，可遏病补虚羸。甘蔗也不宜多食，元代医药学家吴瑞说：“多食，发虚热，动衄血。”

所以，食用甘蔗，讲究适宜有度。如此，蔗境方至。

储蔗，榨汁为糖

甘蔗成为糖，也在刚刚好的蔗境里。

蔗糖在中国的起源时间，最早的文字记载见于东汉学者杨孚在他写的中国第一部地区性物产专著《异物志》中的一段描述：“(甘蔗)长丈余颇似竹，斩而食之既甘，榨取汁如饴饧，名之曰糖。”唐代之前的糖，是将甘蔗汁浓缩加工至较高浓度呈黏稠状的液体糖甘蔗饧，属难得的奢侈品。

唐太宗李世民也喜欢吃糖。本来他舒舒服服地吃着甘蔗饧，感受着大唐之美。谁知印度使者又为他献上以甘蔗汁加牛乳、米粉等制成的乳糖石蜜。李世民第一次吃到这样的糖，忍不住两眼放光，表情甜如蜜，真是太好吃了呀。李世民就下定决心，一定要把制作方法学回来，满足我“大糖”需求。他派人到印度学习先进的熬糖法，之后传令扬州地区如法炮制，结果所产的糖，味道胜过了印度糖。《新唐书》说：“(摩揭陀)遣使者自通于天子，献波罗树，树类白杨。太宗遣使取熬糖法，即诏书扬州上诸蔗，拊瀋如其剂，色味愈西域远甚。”

人生真是太美妙了，你永远都不知道前方有多少美味在等着你。而唐代以胖为美，不知是不是因为爱糖所致？

爱吃会吃的宋人当然也不会放过糖。宋人王灼撰写的《糖霜谱》，把制糖的甘蔗也说得明白：“蔗有四色：曰杜蔗，即竹蔗也，绿嫩薄皮，味极醇厚，专用作霜；曰西蔗，作霜色浅；曰芳蔗，亦名蜡蔗，即荻蔗也，亦可作沙糖；曰红蔗，亦名紫蔗，即昆仑蔗也，止可生啖，不堪作糖。”

王灼是遂宁府小溪县(今四川省遂宁市船山区)人，出身贫寒，虽学识渊博却考场失意，终未入仕。一生流落江湖，寄人篱下。晚年潜心著述，涉及诸多领域，在中国文学、音乐、戏曲和科技史上占有一定地位，被后人称为科学家、文学家、音乐家。他写的《糖霜谱》是世界上第一部完备地介绍糖霜生产和制造工艺的科技专著，共分为七篇。他在第

用蔗，殆不可杖

甘蔗可以作剑使用，也许是另一种蔗境。

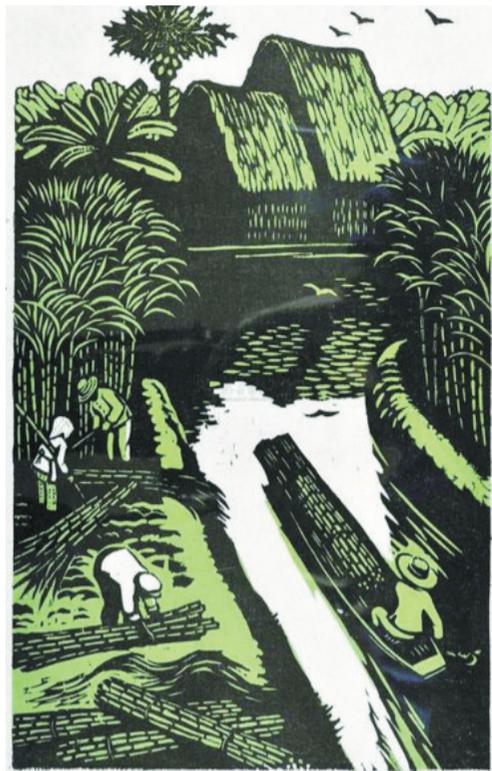
当然，这是有一定难度的。

甘蔗节节向上生长，“颇似竹”，西晋时期文学家、植物学家嵇含将甘蔗作“竿蔗”，谓其茎如竹竿。但甘蔗不像竹那样坚韧，沿枝节稍微用力，很容易将其折断。因此，将甘蔗使出剑的效果，是一般人难以达到的境界。而非非常喜欢吃甘蔗的魏文帝曹丕却做到了。

西晋史学家陈寿在《三国志·文帝纪》中注引曹丕《自叙》，记载了曹丕的这则轶事。立冬时节，曹丕常常一边与大臣议事，一边嚼食甘蔗，吞饮甘蔗汁。有一天，他和帐下两员大将刘勋、邓展一起喝酒、吃甘蔗、谈论剑术。借着酒兴，曹丕和邓展决定以甘蔗代替宝剑来比武，比赛结果，邓展不仅没能夺下曹丕手中的甘蔗，手臂还被接连击中三次。“时酒酣耳热，方食甘蔗，便以为杖，下殿数交，三中其臂，左右大笑。”邓展不服，要求再比一场。这回曹丕诱敌深入，迅速出击，用甘蔗击中邓展额头，把在场人全镇住了。

想来，这个故事的真实性值得推敲，存在两处疑点：一是鉴于曹丕的特殊身份，邓展会不会为了拍他的马屁，一直让着他，故意被他“刺”中；二是故事的来源是曹丕自叙，他会不会只是“吹吹牛皮”而已、真实情况并不是这样？假如真是邓展拍马屁，能让“被拍者”入戏这么深，那真是拍出了水平，算是秋水无痕。如果能排除这两个因素，曹丕和邓展就真是把甘蔗吃出了境界、用甘蔗打出了境界，可谓荡气回肠。

曹丕之前的西汉文学家刘向是不喜欢此类境界的，他在《杖铭》中写道：“都蔗虽甘，殆不可杖。佞人悦己，亦不可相。杖必取便，不必用味。士必



古元版画《甘蔗园》

三篇中写道：“伞山在小溪县，涪江东二十里，孤秀可喜。山前后为蔗田者十之四，糖霜户十之三。”可见当时在王灼的家乡小溪县伞山一带，种甘蔗、制蔗糖是相当普遍的。

取甘蔗汁液可以加工成蔗糖、砂糖、石蜜、冰糖等不同形式。吴瑞说：“稀者为蔗糖，干者为砂糖，球者为球糖，饼者为糖饼。沙糖中凝结如石，破之如沙，透明白者，为糖霜。”明代医药学家李时珍说：“石蜜，即白沙糖也。凝结成饼块如石者为石蜜，轻白如霜者为糖霜，坚白如冰者为冰糖。”

王灼活了80岁，在宋代算是绝对的高龄，也许正是得益于他家乡产甘蔗和糖的缘故吧。甘蔗和糖，带给王灼的，是蜜甜的慰藉。

只是，时至今日，糖再也不是人们求之若渴的奢侈品，反倒成了营养过剩的人们惟恐避之不及的食物。或许，这也是一种进步。

任贤，何必取贵。”大意是：大的甘蔗虽甜，但绝不能当手杖来用；小人的话虽然使你听了很高兴，但这种人绝不能用来做你的助手；手杖还是得用方便的材料，而不是用滋味好的；用人一定要用有才能的人，而不必在意他的地位是否尊贵。

这些话看起来好像是对甘蔗有些贬义，却富含人生哲理，千百年来一直被人称道。另外，“蔗”被古人从其外貌和生长方式而生出的说法，也似乎隐含贬义，如北宋政治家吕惠卿说：“凡草皆正生嫡出，惟蔗侧生，根上蔗出，故字从蔗也。”

这只是人类的理，与甘蔗无关。甘蔗仍是甘蔗，蜜甜、笔直、大气，至于是不是被人们当成剑或手杖，甘蔗也丝毫不会在意。用材失当，错不在甘蔗，而在人。

甘蔗更喜欢的，是唐代诗人王维《敕赐百官樱桃》中的那种意境：“饱食不须愁内热，大官还有蔗浆寒。”跟樱桃在一起，甘蔗才心旷神怡。

樱桃，非桃类，以其形肖桃，颗如瓊珠(瓊即像玉的石头)，又属于落叶小乔木，故人们将樱改为樱，取名樱桃；因为云莺所食，又名莺桃、含桃。樱桃不但自己美，还能让别人美，《名医别录》将她列为上品，说她可以“调中，益脾气，令人好颜色，美志。”上品为君，主养命以应天，无毒，多服、久服不伤人，可轻身益气，不老延年。

樱桃虽然味甘，但是性热，不可一次食用太多。因此，人们喜欢在食用樱桃之后，再饮一些甘蔗汁，以泻火热。甘蔗就这样与樱桃配伍，相辅相成，相知相映，仿佛高山流水，共同演绎着心灵的乐章。

没有攻击、打压、伤害，唯有蜜甜，才是甘蔗喜欢的生活。