

古代学子怎样过寒假

又是一年寒假到。古代的学生也休寒暑假，只是名称不一、内容不同罢了。

古代寒假是“授衣假”

从汉武帝时期开始，官方创办的学校“太学”就出现了。太学相当于国立大学，就读的学生称作“太学生”。太学生就有假期了。隋唐时期，太学逐渐发展为“国子监”，成为那个时代国家投资创建的最高学府，在国子监里就读的学生称为“监生”。据史料记载，监生们抛家舍业、不远万里聚到京城就读，非常辛苦，于是朝廷就为这些古代的大学生们设立了休假制度。

第一种是“旬假”。这是一种常规，规定每10天休息1天。有点像我们现在的双休日。10天休1天，离家较近的学生可以匆匆忙忙到家里看一眼，而对于老家在外地的学生们来说，根本不够回家的行程时间，所以国子监干脆规定：旬考之后休假1天，外地学生不许回家。

第二种是“田假”。即我们现在俗称的“农忙假”。《新唐书·科举志》中明文记载：“每年五月有田假。”即每年农历五月，学生们可以休假——此时麦子成熟，学生回家下地割麦，所以称作“田假”。田假大体相当于现在的暑假，假期为一个月左右。如果学生离家较远，往返时间较长，可以向校方申请延长假期。不过，这一个月的假期是“净假期”，不包括路程上花费的时间。所以古代学生的暑假“待遇”还是较好的。

第三种是“授衣假”。《诗经》中有“九月授衣”的记载；《新唐书》中也有“九月有授衣假”的明确记载。所谓“授衣假”就是指时令进入九月（农历），已近秋天，气温渐凉，学生可以回家去取过冬的衣服。“授衣假”大体相当于寒假，假期也是一个月（不包含路上花费的时间）时间。为防止学生因长假而荒废学业，校方规定：凡逾期未返校者，一律开除学籍。这招挺管用，按史书记载，国子监的学生们极少有“超假”不返的。

那么，学生平时如果遇到了紧急事，如家中老人去世，而又未赶上“旬假”“田假”和“授衣假”，该怎么办？也好办，学生可以直接向皇帝



《四景山水图·冬景》(局部)

刘松年作

请假，皇帝准几天假便休几天假。

古代人寒假也游学

既然有这些假期，那么学生都在假期干什么呢？

首先是学习。清嘉庆年间的《义学条规》专门写道：“长不辍耕，幼不辍读，暑日休务者，薄其责。”大人到了夏天不能停止劳动，小孩到了夏天也不能停止上学，私塾先生如果胆敢给小朋友们期不学习，家长可



汉画像石上“孔子见老子”场景。



王世昌绘《山水图》中结伴出游的场景。

以扣他的工资。

其次是劳动。《新唐书·选举制》：“(国子学)旬给假一日……每岁五月有田假……”田假是为了让学生参与劳动而设置的假期，学生们放假是为了能帮助大人一起劳作。

最后，古人强调读万卷书，行万里路。学生们还要去游学。《史记》的作者司马迁年轻时也游过学。他从长安出发，先渡过长江到长沙，然后坐船在湘江和浣江流域考察；然后去江西，登庐山，考察大禹疏通九江的遗迹；又抵达汉高祖刘邦的故乡江苏沛县，向父老们请教汉高祖发迹前的轶事；又来到鲁国旧地，参观了孔子的故居和礼器，随后在山东邹城学习先秦的多饮之礼和宴射之礼；他又先后来到孟尝君和春申君的故地，最后经过魏国日都大梁，搜集了夷门监者侯嬴与信陵君的交往经历，再从大梁返回长安。

司马迁这次游学，时间很长，路线很长，去过的地方很多，不仅向名师大儒请教学问，更向江湖野老追寻口述史，为他以后写成《史记》打下了坚实的基础。他没这次游学总共花了多长时间，更没有记载花了多少钱。他那时候还不是汉朝的官员，但却是汉朝官员的后代——他父亲司马谈是太史令，为他供应了游学所需的全部经费。

汉代学子为了向经学大师学习，不远万里，前往求教。其中“那原戒酒”就是游学中苦学的一个典故。被世人誉为“国之重宝”，以品德高洁著称的那原学派创始人那原原本嗜酒。他希望通过到外地游学求知修身，并扩大自己的朋友圈，因为怕

嗜酒会耽误学业，整整八九年间滴酒不沾。

那原的典故是那个时代游学兴盛的个例，两汉“游学增盛”之时，大学生甚至多达3万余人，其游学者涉及地域之广，班固《两都赋》以“四海之内”加以形容。当时游学几乎遍布各郡，许慎、周举、蔡玄、张兴、丁鸿等人被史籍誉为“五经纵横”“五经无双”，均有过游学切磋经学，开阔视野的经历。

假期游学有讲究

游学“求知与求仕”的主题贯穿中国传统游学活动的始终。在科举制度的推动下，唐代士人们往往自发前往京城达官贵府穿梭游走，以结交名士为荣。“诗仙”李白早年隐居深山读书，年轻时仗剑任侠。为实现人生理想游学求仕，他又“仗剑去国，辞亲远游”。在漫游途中，认识了孟浩然，至洛阳与杜甫相识，后又与杜甫、高适一起畅游于梁。雍容的盛唐气度在以李白、杜甫为代表的一代士人们漫游名山大川、寄读寺庙道观，结交友人，干谒权贵，出府入幕等人生中大显风流。

唐朝以降，选官制度越来越公平，科举制度越来越严密，魏晋的名士品评和隋唐的官员保荐都退居幕后，科考成绩成为平民进入仕途的第一个瓶颈。于是，大唐诗人“骑驴冲剑门”“仗剑游天下”的雄奇奔放之风偃旗鼓，儒生们真的做到了“十年寒窗”和“目不窥园”，中国文化从此进入了内敛的时代。

但是，这并不代表游学之风完全消失。明清时期也是如此。各地的官学、书院甚至乡野私塾，原则上都有招待“远方游学之士”的义务，就像大多数寺庙都有义务招待远道而来的挂单僧和行脚僧一样。但是这种招待不是没有条件，为了筛选掉那些假冒儒生招摇撞骗的江湖人，当官学、书院和私塾的负责人见到游学者时，往往会做两件事：第一，问他们有没有携带原籍教官颁发的“游学呈子”，也就是官方批准游学的证明书；第二，跟他们盘盘道，讨论讨论诗词，探讨探讨经书，看这些号称游学的家伙到底有没有真才实学。

据《新天地》杂志

悦读历史

古人如何巧用冰雪



故宫云龙石阶。

大寒节气将至，正是冰封雪舞的时节，“全民健身迎冬奥”的活动正在掀起热潮。在古代，我国先民不但善于利用冰雪活动进行健身，而且还发现了冰雪的其他一些功效和用途，并科学地运用于运输、农业、医疗、储藏等各方面，向世界展现出中华民族的智慧。

制造“冰道”巧运输

我国古代在运送巨大的物体时，因没有现代化的机械工具，曾巧用泼水结冰的办法进行运输。即在冬季时，在运输物资的道路上泼水，结成人造冰道，在这样的冰道上运送巨大的物体，以减小摩擦力，增加润滑度。

例如，明成祖朱棣在永乐年间修建故宫，使用的巨石多达数万块，动辄上百吨，其中最大的一块是保和殿后的九龙大石雕，重约300吨。这样重的巨石是如何被运进故宫的呢？明代《两宫鼎建记》记载，巨石是在隆冬时节，由工役们用浇筑冰道的办法运送的。据专家考证，在运送石料前，工役们从房山大石窝地区的采石场到北京紫禁城70公里的运石路上，每隔一段路掘一口井，到隆冬时从井里汲水泼成冰道，运输时再取井水洒向冰面，让冰道表面瞬间形成一层水膜，再向前拉拽载有巨大石料的旱船。就这样工役们推着人工冰道滑行数十天，最终把石料运进紫禁城。

积雪盖田迎丰年

“瑞雪兆丰年”是我国广为流传的农谚。我国古人早就认识到，雪是具有很好保温效果的物质，在寒冬可以减少土壤热量的外传，阻挡雪面上寒气的侵入，保护植物不被冻伤。一层厚厚的疏松的积雪，就像给小麦盖了一床御寒的棉被，能使农作物安全越冬。另外，雪本身的温度低，能冻死在地面表层越冬的害虫，有利于农作物的生长发育。积雪还能作为农作物储蓄水分，在来年气温上升时雪水融化，可以为植被提供良好的供水。所以又有一句农谚“冬天麦盖三层被，来年枕着馒头睡。”所以，古代

农民会在下雪天主动“抢雪”，把积雪运到农田麦地里，并盖在地面上，以保证来年的粮食丰收。

清热解暑做中药

早在初唐时，我国就有运用冰雪治病的记录。唐代医学家孙思邈在《千金方》中记载了用冰雪“灭癰疽”的方法，这大概是史载最早的冷冻疗法。金元时的医学家张从正以雪治眼病，指出可以用雪“洗目，退翳”。明代医家李时珍在《本草纲目》中进一步总结出雪能够治疗瘟疫和多种疾病，并具体指出收贮的雪应是冬天腊月的雪：“腊雪治天行时气瘟疫，小儿热痢狂啼，大人丹石发动，酒后暴热、黄疸则小温服之，煎茶煮粥，解热止渴”。腊月雪为什么有如此奇特的功能呢？中医认为，水为阴，雪性寒，“腊雪乃大寒之水”，为阴中之阴，能清热祛火，解毒排毒；又有益肾养阴之功。因腊月时空气寒冷洁净，雪花洁白无瑕，所以宜以腊月雪入药。在我国民间也有用雪水涂搽于患处可舒筋活血，并能治疗火烫伤、冻伤、疖子的单方。

冷藏食品降暑热

早在周代，我国古人便懂得利用冰来冷藏食物，防腐保鲜，也用于在丧事中保存尸体。据《周礼·天官·凌人》记载，当时周王室设有专门机构管理“冰政”，掌冰的官吏称为“凌人”，凌即是冰。由于古人所用之冰是天然冰，所以每到冬日必须凿冰、藏冰。到春天来临时要开冰、出冰。《诗经·邶风·七月》中的“二之日凿冰冲冲，三之日纳于凌阴”写的就是农民在冬天为王室凿冰、采冰和藏冰之事。凌阴即冰窖，“纳于凌阴”即将所采之冰块纳入冰窖。

1977年，在湖北战国时期的曾侯乙墓发掘考古中，发现了一种造型精美的青铜储冰器皿，即“冰鉴”。冰鉴为双层，鉴内有一缶。夏季，凿击之间装入冰块，缶内装酒或其他食物。算起来，“冰鉴”该是人类最早使用的“原始冰箱”了。

据《科普时报》

看热播剧里的珍馐美馔

随着唐代背景传奇剧《风起洛阳》的热播，剧中出现的佳肴珍馐与颇有悬念的剧情一样吸引观众：蕴含了南北民族文化交流的酥酪、在历史浪潮中逐渐式微的鱼脍，当然还有被网友戏称为“大唐皇家特供回转自助水席”的创意洛阳水席等。剧中提到的鱼脍，其实就是今天的生鱼片。很多网友表示，看剧后才知道生鱼片起源于中国。

洛阳水席知多少

影视剧《风起洛阳》中创造了新形制的曲水流觞水席：人们在水边既可诗酒唱酬行风雅之事，亦可大快朵颐享味觉之美。很多人以为这就是真正的洛阳水席，其实这只是剧本创意。

提起洛阳水席，不少熟悉豫菜的人都知道，其荤素搭配，甜咸适口，广受喜爱。它其实最早源于北魏至隋唐佛教兴盛时的素斋。由于当时洛阳上层社会信佛者众多，本地的僧尼便会用自产的食材精心烹制供给达官显宦享用的斋饭。古时洛阳干燥寒冷，因此民间多食用汤羹御寒，僧人也沿袭民间食用汤羹的习惯，做出了连汤带水的菜肴，这便是最早的洛阳水席。此后，本地的达官贵人在寺庙菜的做法之上又加入了洛阳盛产的山珍水蔬（山上与水中出产的美味食物），丰富后的宴席逐渐在上流社会盛行。民间纷纷效仿，最后演变为以河洛地区自产食材为原料，极具地方特色的一方饮食。

由此可见，洛阳水席之所以被称为



电视剧《风起洛阳》中的曲水流觞水席。

为水席，是因为席中包含了许多带汤的菜肴。而《风起洛阳》却取一汪清水入席，制作出了名副其实的“水席”。跟随镜头进入郡主的中庭，首先跃入眼帘的是一座水中亭，暖阳洒落在回环的池水上，水面泛起涟漪的波光。在亭中，主人与众位宾客的座次都因礼而定，众人围坐在桌子左右，而桌中是两条水道，以水车带动水流，菜肴在水中顺流而动，各色水陆之珍轮转，就像流觞曲水一般。众人可以取盘夹食面前的珍馐，宾主尽欢。那青瓷白碗连绵不断缓缓前行的样子，确实有些像现代通过履带移动的回转自助。

唐朝人就会做冰酥酪

《风起洛阳》中，酪坊出售的冰酥酪莹白如玉，还有水果装饰，令人垂涎欲滴。唐朝人真会做这种精致的食品吗？

先秦时期，汉人没有饮乳习惯，但是北方游牧民族“以肉为食兮以酪为浆”。北魏时期，《齐民要术》记载了乳制品的制作方法：“乳成酪，酪成酥，酥成醍醐。”这就是中国乳酪最早的形态。到了南北朝时期，酪仍非常珍贵，只有王公贵族才能享用。唐朝时期，由于开放的交流政策，酥、酪在汉族的饮食中逐渐普及，做法也多种多样，可以直接食用，也可以制作点心。大唐食用乳制品确实流行，连白居易都爱“融雪煎香茗，调酥煮乳糜”。唐代诗人刘禹锡籍籍洛阳，他曾在《龙门祷雨歌》中写道：“口渍清泉胜酥酪，布露兴云在掌



中唐墓葬壁画《野宴图》。

握”，意为龙王口中的清泉甘甜更胜酥酪，从侧面映衬出了酥酪之味美。

唐人发现硝石溶于水时会吸收大量的热，使水凝结成冰，于是有人利用冰制作吃食。这样制成的酥酪在宋朝被称为冰酪，南宋诗人杨万里就曾作诗形容：“似赋还成爽，才凝又欲飘。玉米盘底碎，雪到口边销”，将入口即化的冰酪形容得十分美味。国人吃冰酪的习惯一直延续，甚至在元朝时扬名欧洲，马可·波罗在《东方见闻录》中就记述了元朝人食用冰酪的爱好：“东方的黄金国里，居民们喜欢吃奶冰”。

生鱼片源于中国

如今说到生鱼片，许多人第一时间会想到的是日式料理店中的生鱼片刺身，但生鱼片其实源于中国，并于唐朝时传至日本。

《诗经·小雅·六月》记载：“饮御诸友，炰膾脍鲤。”按照《说文》的讲法“肉腥细者为膾”，而“膾鲤”指的就是生鲤鱼片了。可见自先秦时期，中国人就在食用生鱼片。而到了唐朝，食用鱼脍之风大作，上至宫廷玉盘珍馐，下至百姓寻常饮食，都能见到鱼脍的身影，甚至有人写了专门介绍刀工技巧的《砍脍书》。

观《风起洛阳》，在短短十几集中就已提及鱼脍数次。鱼脍不仅是大唐子民的日常佳肴，也可以说是洛阳

的特色美食。士大夫和百姓若想食脍都会去市集购买。洛阳的鲤鲋都适合做鱼脍，尤其是鲤鱼。贾思勰在《齐民要术·和羹》中写道：“脍鱼脍，里（鲤）长一尺者，第一好”，足见其对鲤鱼鱼脍的推崇。用现代的话说，这样一尺长的鲤鱼就是贾思勰的“梦中情鲤”了。

尽管鱼脍鲜美，但生食鱼肉有致病风险。有不少名医很早就发现了这一点，东汉时期张仲景在《金匮要略》就指出：“食脍，饮奶酪，令人腹中生虫，为疴”。苏东坡也在《东坡志林》中提到，“余患赤目，或言不可食脍”。但鱼脍实在鲜美可口，令人不能停箸。元朝宫廷仍有鱼脍菜肴，至明清时期食用生鱼就十分罕见了。随着饮食观念的转变，鱼脍逐渐淡出了中国的餐桌。据《厦门晚报》



生鱼片(资料图片)。