

歲時花曆

中國情懷的浪漫與詩情

疏影橫斜水清淺，

暗香浮動月黃昏。

北宋·林和靖《山園小梅》

春
正月

高潔暗香

一翦梅

農

曆正月稱為「孟春」，「孟」字即是指春夏秋冬開始的第1個月。孟春之月，大地逐漸由沈睡中甦醒，嚴寒漸漸散去，草木開始萌芽，地上萬物也慢慢地恢復生機，好一片「大地春回」的景象，在這個天地之氣相互涵和，初暖乍寒的當兒，百花之中，最早到人間報春訊的就是梅花了！

正月梅神報春訊

正月的司花之神也傳說紛紜，一說是花性強烈的櫻花，另一說是鐵骨冰心的梅花，不過，仍以梅花為正月花神的說法最廣為接受。可能的原因是梅花為一年中最早開放的花，一直被視為報春訊花；另一方面，中國人對梅的高潔特別欽仰，認為梅有「山林之風」，冰清玉潔不畏冰雪、不懼風寒的特性。古人更將梅花人格化，將之與菊、竹、蘭並稱「四君子」，作為艱苦卓絕、剛強不屈、謙虛豁達和高雅雄健的象徵。亦有將松、竹、梅合稱「歲寒三友」者。由此可略窺中華民族對梅情有獨鍾的特性了，當然也能理解為何單單挑中「梅花」作為我國國花的理由了！

據說，梅是在遠古時代神農氏遍嚐百草時所發現的，神農氏教導他的人民吃梅治病以保健康長壽，到了商朝高宗的時候，有一位神農氏的子孫，把用梅做成的羹獻給高宗吃，高宗覺得很好吃，就賜姓「梅」，從此以後，



中國就有人姓「梅」了。

梅花神的傳說

象徵梅花的花神又是那一位呢!? 最常聽到的傳說，是宋武帝的女兒壽陽公主。話說有一年正月初七的時候，壽陽公主在宮廷中的梅林賞梅，倦了就在含章殿簷下梅林旁小睡片刻，結果滿樹的梅花被陣風吹得紛紛飄落，正好有一朵梅花落到她的前額上，留下了5瓣淡紅色的痕跡。公主醒來後自己並沒有發覺，反倒是別人看到她額上印著梅痕，顯得更加嫵媚動人，於是宮中婦女紛紛模仿，以梅花印額，一時蔚為風氣，這種妝扮又稱為「梅花妝」。以後的人就說壽陽公主是梅花的化身，將她奉為梅花女神，還把正月初七定為梅花的生日，在公主死後，人們就拜她為梅花神。

另外的傳說則認為花神是愛梅成癡的林和靖，林和靖本名逋，字君復，是北宋杭州錢塘人，幼時家道中衰，孤苦伶仃但仍然潔身自愛，力學不輟。長大後縱情於山水，後半生始終隱居在西

湖的孤山上。林和靖不做官也不結婚，只在山上種了許多梅樹，並在湖邊養了兩隻仙鶴，平常讀書倦了，就以賞梅放鶴作為消遣，逍遙自得。別人就說梅花好像是他的妻子，仙鶴則像是他的兒子，所以後來大家都以「梅妻鶴子」來形容像林和靖一般的高人雅士。也因此，林和靖死後被傳議為梅花神，生生世世守護著他最癡情的梅花。





鑑賞梅花，以「疏影橫斜」為最高境界。

賞梅有四貴

梅花屬於薔薇科，為落葉小喬木，株高5~10尺。幼枝呈綠色，小枝光滑，芽有短柔毛，老枝則呈刺狀。葉互生，卵形，有柄，花謝後才開始萌葉。花1~3朵叢生，無柄，花瓣圓形，富清香，花後可結球形核果。

梅可粗略分成2類，一種為

觀花梅，一種為食用梅。在中國的栽培歷史可遠溯至4千年前。梅的品種相當多，據說僅南京一帶的梅樹品種便有五、六百種之多，因此，相當不容易仔細辨認，較出名的如「綠萼梅」，在宋朝范成大的《梅譜》中記載說：「綠萼梅枝跗皆綠，枝梗亦清，特別清高」。另外如重葉梅、鴛鴦梅、鶴頂梅…等，都是頗富盛名的品種。梅花若以花色來加以分類，可分為黑紅、濃紅、紅、淡紅、白、淡黃，以及蕾期白花後粉紅、蕾期粉紅花後白、花瓣邊緣較濃或花心較濃者，五彩繽紛，各擅勝場。

台灣因氣候風土的關係，平地的梅樹並不多見。本省自明朝末年先民來台時，將梅樹引進台灣並廣植於中央山脈的西側，即大甲溪、大肚溪和濁水溪的上游地區。在台中縣的和平鄉、南投縣的埔里、信義鄉及嘉義縣的梅山鄉等，現今仍保有幾十年的梅園，是目前台灣賞梅的重要據點

。古人鑑賞梅花以「疏影橫斜」為最高境界，並立有「賞梅四貴」：「貴稀不貴繁，貴老不貴嫩，貴瘦不貴肥，貴合不貴開」，這4個賞梅原則，真是將梅樹的神髓徹底表露無遺，現在正是賞梅的最好時刻，不妨將「賞梅四貴」牢記心頭，賞梅時更好派上用場，仔細地品評一番，相信會添加不少樂趣的。

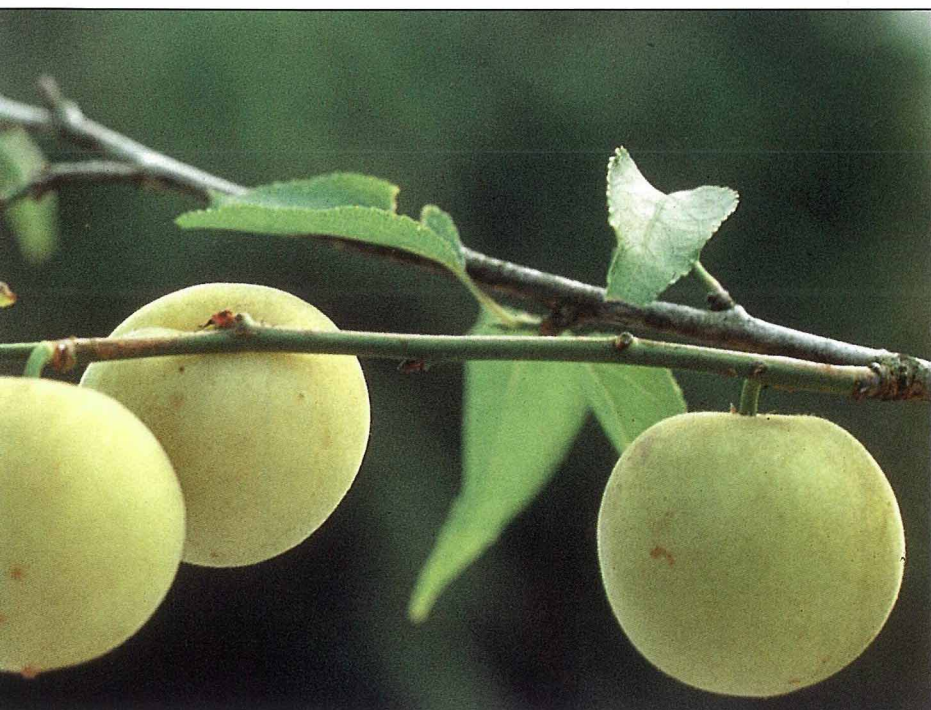
好吃的梅加工品

梅花除了欣賞之外，更是相當好的食品及藥材。果實經熏黑蒸製便成烏梅；用鹽汁日曬夜漬便成白梅，這些都是中藥裡的要藥。此外，梅的花葉煮濃而飲，可治霍亂痢疾；根熬濃湯也有類似功用；以梅根和桃李共同煎汁後，用以洗滌初生幼兒，可使幼兒無瘡熱疾患；烏梅湯更是夏日止渴退熱的飲料。

目前在一鄉一特產的農會產品中，即有許多是以梅為主要的特產品，如南投縣農會的「甜菊梅」，它的特色是利用低鹽製法，加以低糖精調製，不含色素，不添加阿斯巴甜（Aspartame），連孕婦也可以食用。另外如「紫蘇梅」及「蜜梅」也都是南投縣農會的精製產品。

梅子較其他水果含有更豐富的鈣、鎂、鐵、鉀、鈉等礦物質，同時富含蘋果酸、檸檬酸及酒石酸等水果酸，經食用消化後形成帶鹼性之物質，故雖然吃的時候很酸，實際上它是生理鹼性的健康食品，值得放心食用。

梅花可觀賞也可食用，是非常富經濟價值的作物，當我們在賞梅的當兒，也不要忘了品嚐它的美味哦!!



梅子為鹼性食物，常吃有益健康。