

插花 清供

鄢敬新

著



青島出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

国家
一级
全国
百佳

插花 清供

鄢敬新

著



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

插花清供 / 鄢敬新著. -- 青岛 : 青岛出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5552-1376-5

I. ①插… II. ①鄢… III. ①插花—装饰美术 IV. ①J525.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第307555号

- 书 名 插花清供
著 者 鄢敬新
出版发行 青岛出版社 (青岛市崂山区海尔路182号, 266061)
邮购电话 13335059110 (0532) 80998664 85814750 (兼传真)
本社网址 [http:// www.qdpub.com](http://www.qdpub.com)
责任编辑 郭东明
装帧设计 刘 欣 祝玉华
制版印刷 青岛嘉宝印刷包装有限公司
出版日期 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷
开 本 16开 (710mm × 1000mm)
印 张 19
字 数 250千
书 号 ISBN 978-7-5552-1376-5
定 价 49.00元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 (0532)68068670

青岛版图书售后如发现质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话 (0532)68068629

惟

芳



韻

清

尚古闲雅丛书总序

鄢敬新

自宋元以降，中国文人士大夫通常将焚香、品茶、插花、挂画视为高雅闲适、清静安逸的“四般闲事”或“四种艺事”。生活的艺术化、艺术的生活化，就是在这些优雅清闲的艺事活动之中完成的。元人张雨（字伯雨，号贞居）的散曲《水仙子》：“归来重整旧生涯，潇洒柴桑处士家。草庵儿不用高和大，会清标岂在繁华？纸糊窗，柏木榻。挂一幅单条画，供一枝得意花，自烧香童子煎茶。”将这四种雅艺潇洒清闲的神韵，毕呈纸上。使人心思之、神往之。也就是说，真正洒脱自在的生活状态，应该是清雅、幽逸、散淡、简单、闲适的，这才是人们生活的原本状态，根本没必要亦无须任何豪华艳冶、繁缛复杂来铺垫。

改革开放三十多年来，中国的确发生了很大的变化。社会在不断进步，人们的物质生活得到改善。但在这同时，由于社会生活节奏的不断加快，竞争的愈加激烈，也使得人们的精神压力在不断增大，焦虑、抑郁的心理问题，层出不穷，很多人为此倍感忧虑，并试图通过各种方法，释放自己的思想压力，想方设法使自己的精神生活更加愉悦充实。为此，也有很多人开始

从中国传统文化中发掘精神宝藏，以寻求有效的解决方法。

事实上，上面所说这些所谓“四般闲事”或“四种艺事”，绝对不可小觑。因为通过这些生活中“闲事”，不但可以使人们的情操得以陶冶，开拓提升自己风雅的能力，而且可以发生“移情”作用，改善自己生存的窘境。也就是说，人们在品茶、闻香、插花、挂画的过程中，可以使困扰人们的负面情绪，在不知不觉中得以宣泄，思想压力得以缓解，紧绷的精神状态得以放松，使自己那颗烦躁不安、忧郁焦虑的心，渐次归于祥和安宁、洒脱清静，使自己的生活会更有质量，幸福指数不断得以提升。

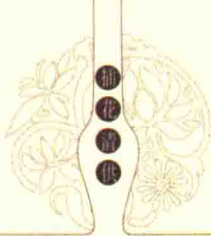
尽管这些“闲事”有如此益处，然对于当今大多数人来说，仍然是一个陌生和需要认真学习的课题。为此，作者不揣谫陋，翻阅大量历史文献和相关资料，撰写这套“尚古闲雅丛书”，分为《茶禅一味》、《尚古说香》、《插花清供》、《雅墨清赏》四部，亦可称之为“闲雅四书”，陆续出版，以应读者之需。

此处所谓“尚古”，乃作者之字。作为一名文化学者和心理学家，我认为自己有责任、有义务很好地传承、弘扬中华民族优秀文化遗产，这不仅是我愿意毕生为之努力奋斗的美好心愿，也是撰写此套丛书的初衷。然由于本人能力所限，谬误与不当之处，恐在所难免。敬祈广大读者，慈悲为怀，不吝赐教。

前言



宋代赵希鹄在《洞天清录·原序》中说：“人生一世如白驹过隙，而风雨忧愁辄居三分之二，其间得闲者才三之一分耳。况知之而能享用者，又百之一二。于百一之中，又多以声色为受用。殊不知，吾辈自有乐地。悦目，初不在色；盈耳，初不在声。尝见前辈诸老先生，多畜法书、名画、古琴、旧砚，良以是也。明窗净几，罗列布置，篆香居中，佳客玉立相映。时取古人妙迹，以观鸟篆蜗书、奇峰远水；摩娑钟鼎，亲见商周。端砚涌岩泉，焦桐鸣玉佩，不知人世。所谓受用清福，孰有踰此者乎？是境也，阆苑瑶池，未必是过，人鲜知之良，可悲也。”人若仅仅为声色受用，被名缰利锁捆绑在熙熙攘攘的车水马龙之中瞎忙活，不能停下片刻来观照自心，不懂得以高尚的情操、优雅的格调充分利用各种既有资源过一种从容闲适的生活，无疑



是在浪费生命，枉过一生。

晚明董其昌在《古董十三说》中还说：“古董，今之玩物也，惟贤者能好之而无敝。人能置向优游闲暇之地，留心学问之中，得事物之本末终始而后应物，不失大小轻重之宜，经权之用，乃能即物见道，学之聚之，问以辨之，其进有不可量者矣。故曰：惟贤者能好之而无敝也。”他认为，贤者在玩赏古物中，既可体会到优游闲暇的情致，也可留心于学问，能够即物见道。之所以能够如此，正是因为闲暇本身，其实就是培育文化心灵的基质。

非但中国文人懂得如何充分利用各种既有资源，为自己设计一种高雅闲适的生活，就连外国思想家亦是如此。近代德国思想家约瑟夫·皮珀在《闲暇：文化的基础》中，以言简意赅的笔调，点出经常被人们忽略的生活道理：

“我们不必是哲学家，只要能掌握闲暇，即能感应人生的真理，不断去体验惊奇的感觉，然后怀抱希望，不断继续摸索前进，直接走向哲学的至终本质：洞见和智慧。”可见他认为，人们如何追求并善用闲暇，关系到能否在生活中产生哲学启思。也就是说，我们应当在日常生活中通过闲暇的时光和心境，去体验生命中真实状态。约瑟夫·皮珀还在其中说道：“当一个人和自己成为一体，和自己互相协调一致之时，就是闲暇。acedia（拉丁文‘懒惰’）指的意思则是：人和自己的不协调。”“我们惟有能够处于真正的闲暇状态，通往‘自由的大门’才会为我们敞开，我们也才能够脱离‘隐藏的焦虑’之束缚。”“在闲暇之中——惟有在闲暇之中，不是在别处，人性才得以拯救并加以保存。”“任何人只要能够从事哲学思索，他就能够往前跨出一步，超越工作世界和工作世界中的日常俗务。”可见皮珀所谓的闲暇观念，是“强调一种内在的无所忧虑，一种平静，一种沉默，一种顺其自然的无为状态”。“是一种接受现实世界的必要形式……是一种投入于真实世界中，听闻、观看及沉思默想等能力的表现”。

从这个意义上说，诸如插花植卉这样的休闲活动及其经验总结，其实在人类思想史上理应留存一个空间，因为它同样凝聚着人们生活的洞见和智慧。花，乃喜庆之媒介、令人愉悦之精灵。本书讨论的插花艺术，既是人们利用闲暇时间提高思想道德修养、陶冶情操、养育人格精神的一种隐性替换方式，也是人们美化居室环境，升华生活文化品味和提高生活质量的一项高雅的有益活动，其所寄寓的文化格调意蕴，可以充分体现人们的审美情趣和生活智慧。古代许多文人雅士，就常在自己厅堂书斋之中摆设诸如古壶、胆瓶、尊觚、一枝瓶之类的清物，并按自己的审美情趣和设计意图于其中插贮花枝，创作可供欣赏把玩的瓶花艺术作品，以营造闲情逸致，为生活点缀色彩，并将其视为日常生活中一种“有意味的形式”，从而“诗意的栖居”。在这个过程中也促使插花文化艺术得以形成。

明代袁宏道在《瓶史·小引》中写道：“夫幽人韵士，屏绝声色，其嗜好不得不钟于山水花竹。夫山水花竹者，名之所不在，奔竞之所不至也。天下之人，栖止于嚣崖利藪，目昧尘沙，心疲计算，欲有之而有所不暇，故幽人韵士，得以乘间而踞为一日之有。夫幽人韵士者，处于不争之地，而以一切让天下之人者也。唯夫山水花竹，欲以让人，而人未必乐受，故居之也安，而踞之也无祸。嗟夫！此隐者之事，决烈丈夫之所为，余生平企羡而不可必得者也。幸而身居隐见之间，世间可趋可争者既不到，余遂欲欹笠高岩，濯缨流水，又为卑官所绊，仅有栽花蒔竹一事，可以自乐。而邸居湫隘，迁徙无常，不得已乃以胆瓶贮花，随时插换。京师人家所有名卉，一旦遂为余案头物。无扞剔浇顿之苦，而有味赏之乐，取者不贪，遇者不争，是可述也。噫！此暂时快心事也，无狃以为常，而忘山水之大乐，石公记之。凡瓶中所有品目，条列于后，与诸好事而贫者共焉。”

袁宏道这段话的意思是说，世间的幽隐之人、风雅之士，摒弃了声色犬

马，其嗜好不得不钟情于山水花竹之事。由于山水花竹之中并没有附着任何声名，因此那些忙于奔竞逐利的人，通常也不会找上它们。世人往往栖身于喧闹纷扰、财利聚集之处，眼睛为不断飞起的名利尘沙所迷，心灵疲于无有止境的算计谋划，即便有人想据有这些山水花竹，也没有闲暇，于是隐士雅人们才得以暂时拥有它们的机会。由于隐士雅人们，不愿与世人竞名逐利，遂将一切都让给别人去争夺。不过，即使将这山水花竹让与别人，别人也未必乐于接受，所以他们才能安于其间，独享其成而安然无事。令人可叹的是，这种隐士的生活，只有那些坚毅刚烈的男子才能做得到，我一生都在倾慕这样的行为，却也难以做得到。幸好我尚处身于隐退与出仕之间，世上那些令人奔波争竞之物既然暂时不在近前，便想斜披斗笠伫立高岩之下，或在清清的溪流中洗涤我的帽缨，做一介彻底的隐士，却又不幸被这小小的官职所羁绊，只好用栽花种竹来娱乐自己了。但我所住的地方非但低矮狭小，又总是居无定所，搬来搬去。不得已，只好用胆瓶来插花，以便可以随时更换。于是京城里人家拥有的花卉，也便成了我的案头之物。非但可以省却诸如扦插种植、修整剪枝、洒水灌溉等辛苦劳作，还可以从中享受品味欣赏的快乐，像我这样的爱花之人不算贪心，即使别人看见我插花的快乐，也不会与之争夺，所以值得称述。啊呀呀！这真是一时的快意之事啊。不过，不要将这种小快乐变得习以为常以至于忘记了自然山水的大快乐啊，所以石公我特此作一记录。将瓶中花色所有品种条目，分列于后文之中，与有此爱好却乏资财的人们，共同分享。

袁宏道就是想通过这篇《小引》告诉人们，“山水、花竹者，名之所不在，奔竞之所不至也”，使读者了解在人与自然的关系之中，种花莳竹，是相对最单纯、最简单的一种，是纯粹审美的。人只要远离任何功利的纷扰，就能在喧嚣扰攘世界中，获得一片清静天地，这也便是现代人常常企美的那种所谓“诗意的栖居”。然而这看似小小的美丽和诗意，在袁宏道的笔下，却是非真

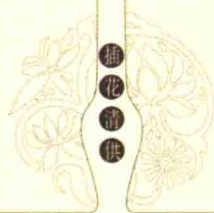
正的隐士和坚毅果决的大丈夫不能办到的难事。不过，若是真正热爱，必定会从中获得许多快乐。当然，袁宏道也清醒地告诫自己说，这只是暂时的小快乐，是纯审美之人尚无能力全身心遁入自然时不得已的一种替代选择。他郑重提醒人们：千万不可因对小快乐习以为常而忘记了真正的自然山水，自然山水赋予人的才是真正的大快乐。真正幽人韵士的内心世界，既是对功利思想的抵制和回避，也是在日常生活中借由休闲方式去体验真实生命的一种尝试。袁宏道《瓶史》记载的瓶花艺术理论，在日本花道界被尊崇为“宏道流”派，谓“《瓶史》风流，其人可见”，曾造成轰动效应，足见其中蕴涵的远见卓识，非同一般。

清人陆淞子在《花镜·养花插瓶法》中也说：“家无园圃，枯坐一廛，则眼前之生趣何来？即有芳华，一遭风雨，则经年之灌溉皆虚；不若采千林于半亩，萃四序于一甄，古人瓶花之说，良有以也。贮之金屋，主人之赏鉴犹存；聊借一枝，贫士之余芬可挹。”意思是说，折得花枝插贮于瓶中，芳华可免不测风雨之侵袭而得以自由赏鉴，窥一枝而引入室外的自然芳香，自在掬挹，不亦乐乎！由此可见陆淞子深谙瓶花个中三昧。

近代高僧弘一大师李叔同，就经常书写明石屋珙《山居诗句》：“素壁淡描三世佛，瓦瓶香浸一枝梅”赠送给佛教寺庙和高僧大德，足见其襟怀高雅，超越俗流。

作为一名长期从事心理学研究的学者，我认为插花，除了上面所说的可以美化居室环境，升华生活品味、提高生活质量，增长学问见识，感应人生的真理之外，还有一项重要的功能，那就是还可以藉此宣泄心中块垒郁闷，分散或转移注意力，振奋精神，缓解沮丧，疗治抑郁，促使人们的心理健康。

尽管插花具有如此众多好处，但市场上除了少数带有图片、简单介绍插花的小册子之外，适合文化人阅读的深入阐述与插花相关的历史文化知识的书



籍，并不多见。为了更好地传承弘扬中华民族优秀传统文化，本人不揣谫陋，参考古今相关文献撰成是书，期望能为读者提供一种理论与实践相结合、简明扼要、可供插花实用操作的参考读本。然由于本人能力所限，不当之处，恐在所难免，敬祈方家里手，不吝赐教。





01 尚古闲雅丛书总序

01 前言

01 目录

01 五彩斑斓 美不胜收

06 赏花品卉 源远流长

27 传统名花 姹紫嫣红

- 27 独步早春 自全其天——梅花
- 39 国色天香 花中之王——牡丹
- 54 秋有佳色 裛露掇英——菊花
- 63 常青独秀 幽香素雅——兰花
- 80 花容秀美 芳香馥郁——月季
- 86 五颜六色 璀璨如锦——杜鹃
- 95 烂红如火 彤云啸傲——山茶
- 106 香远益清 亭亭净植——荷花
- 115 独占三秋 香压群芳——桂花
- 122 雪肌玉颜 凌波仙子——水仙

132 瓶花缘起 习俗供佛

140 插花艺事 雅士最爱

150 瓶花艺术 器具为先

- 150 凡插贮花 先须择瓶
153 品类众多 各具擅场
178 用天因地 顺乎自然
182 崇尚清雅 不骛奢华
185 足厚口小 安稳保气
187 诸多禁忌 谨防环对

191 品评群芳 次第排序

- 193 一品九命
199 二品八命
202 三品七命
208 四品六命
213 五品五命
217 六品四命
217 七品三命
218 八品二命
219 九品一命
221 高下优劣 取决匠心

218 折枝采摘 准备花材

- 229 侵晨带露 择其半开
229 比枝配色 疏密斜正
231 柔枝手摘 劲干剪却
234 干花野草 不必拘泥

236 插贮有态 崇尚天趣



- 236 急插瓶中 勿泄真气
237 花与瓶称 尺度适当
239 经营位置 宛若天生

245 滋养保鲜 延命之道

- 245 花之命门 择水滋养
251 无本之花 合理营养
252 保鲜窍门 延命之道

259 慎重宜忌 精心呵护

- 259 瓶花六忌 远离花祟
262 洗沐得候 乃为膏雨
267 泉甘而清 细微浇注

268 瓶花清赏 要在修养

- 268 切合时地 毋惹花恼
270 环境雅致 免使折辱
274 爱花之人 可与之交

279 参考文献

283 后记

五彩斑斓 美不胜收

花卉的定义，分为狭义与广义两种。狭义的花卉，仅指草本的观花植物和观叶植物。“花”，是植物的繁殖器官；“卉”，则是草的总称。当然，随着人类生产、科学技术、文化水平的不断发展和提高，花卉的范围也在不断扩大。广义的花卉，指凡是具有一定观赏价值，并经过一定技艺进行栽培和养护的植物。其中既有观花、观叶、观芽、观茎、观果和观根的，也有欣赏其姿态或嗅闻其香的；从低等植物到高等植物，从水生到陆生、气生；有的匍匐矮小，有的高大直立；有草本、木本，也有灌木、乔木和藤本，种类繁多，应有尽有。本书涉及的范围，多指广义。

花卉不仅是自然界美丽色彩的重要来源，也是季节变化的特殊标记。花卉常因季节、时间与天气而有所变化，四季相异，早晚不同，晴雨有别。花卉从发芽、抽梢、展叶到开花、结果、散子等各个阶段所构成的生命韵律与节奏感，可以使人们感受到生命的动态美及其旋律。除此之外，花卉还以它特有的姿色、风韵和

香味，给人以美的享受。由此，人们通常把花卉视为美好、幸福，吉祥、友谊的象征，在婚庆、寿辰、宴会、走亲访友、探视病人、迎送宾客、庆祝节日以及国际交往活动等场合，将花卉用作馈赠的礼物，早已成为一种习惯。

历代文人常把植物人格化，从联想中产生某种心态情绪或思想境界。例如，将出淤泥而不染的荷花，视为“花中君子”；将清标高韵的梅花，幽香雅逸的兰花，刚直有节的竹子，操介清逸的菊花，并称为“四君子”；还有牡丹富贵，红豆相思，紫薇和睦，玉兰色如玉而香如兰等等之说，常将其入诗入画，歌咏赞叹。

不仅如此，花卉还有提高环境质量，增进身心健康的功能。栽花种草，可以点缀室内色彩、调节室内空气温度与湿度，还能吸收二氧化碳，增加氧气，使空气变得清新宜人。花卉分泌的杀菌素，还能减少危害人的有害病菌，净化生活环境。有些花卉在不良的环境条件下，可以很敏感地出现特殊的生态，成为监测环境污染的天然监测器。如百日草、波斯菊等对二氧化硫敏感；萱草、唐菖蒲等对氟化氢敏感；丁香、矮牵牛等对臭氧敏感。从这种意义上说，花卉可以帮助人们抵御多种有毒有害气体对人体的侵害。水生植物，还可以净化污水，使水变得透明清澈。花木呈现的绿色，具有保护视力的作用，人们在紧张的学习和工作之后，观赏一下青枝绿叶，可以适度缓解视觉疲劳，使紧绷的神经得以放松。当然，值得注意的是，也有些植物会散发花粉，过敏体质的人，应该尽量避免与之接触；还有一些植物散发的香气过于浓烈，例如百合、夜来香等，会影响人的睡眠，也应该尽量避免将其摆放在卧室之中。

许多花卉具有多方面的价值，如牡丹、芍药、桔梗、垂盆草、菊花、鸡冠花等，既可观赏，又可入药。茉莉、玫瑰、代代和珠兰，可制窠茶。桂花、蜡梅、梔子、月季、百合、丁香、香叶天竺葵等，可提取香精。很多山茶属植物的种子，可榨取食用油。荷、柿、萱草、落葵、百合等，可供食用。不少花卉及其果实还可提供特种原料，如缙丝花的果实（刺梨）能提取极其丰富的营养素，其维生素C含量