

# 走进《诗经》品春菜

■ 刘亮 徐魄峩

惊蛰过，万物长，春日正盛。两千多年前，《诗经》中也有着一片充满诗意的春天，那时的人们在山野溪水中采撷野菜，春泽雨露浇灌着萌芽的花草与人情，天地与人和谐共生。当我们跟随《风》《雅》，寻觅春菜的踪迹，也是一次与时空的交感，春来了。



参差荇菜，左右流之。窈窕淑女，寤寐求之。  
——《周南·关雎》

荇

科别：龙胆科

陆玑《毛诗草木鸟兽虫鱼疏》对“荇”有过详细的描述：“荇，一名接余，白茎，叶紫赤色，正圆。径寸余，浮在水上。根在水底，与水深浅等，大如钗股，上青下白。鬻其白茎，以苦酒浸之，脆美，可案酒。”

荇菜不仅给人们舌尖带来了春味，更给人们内心带来了浓厚的春意。在这个浪漫的季节，青年对少女的爱慕与荇菜一起在春风中自由生长。

后世文人的作品中也时常可见“荇”的身影，唐杜甫《醉歌行》说“春光淡泄秦东亭，渚蒲牙白水荇青”，而宋谢逸《晚春》诗则云“蒲芽带绕清池，锦缆牵船水拍堤”。

明张宁又有《菱叶荡》诗：“疎疏弱荇引春波，簇露牵风日渐多。”时至近代，徐志摩《再别康桥》里更是甘愿将自己化作水中的青荇，以表长情：“软泥上的青荇，油油的在水底招摇；在康河的柔波里，我甘心做一条水草！”

春荇、春水、春天，自然呈现出一种和谐而灵动的美感，怎能不使本就多情的文人思绪荡漾呢？



采苦采苦，首阳之下。  
——《唐风·采苓》

苦

科别：菊科

《毛诗类释》中有言：“唐风：‘采苦采苦，首阳之下’，《传》：‘苦，荼也。’《邶风》：‘谁谓荼苦。’”二诗中所言野蔬即是苦菜，又名荼。根据《尔雅注疏》记载，苦菜“寒秋经冬历春乃成，月令孟夏苦菜秀是也。叶似苦苣，而细断之有白汁。花似菊，堪食，但苦尔”。

苦菜生长有着漫长的过程，春天的苦菜嫩芽之下是经历了深秋与寒冬历练的宿根。

苦菜味虽苦，但仍可在人们的日常饮食中见到它的身影。宋人王之望有诗云：“朝来食指动，苦菜入春盘。”刘彝更是对苦菜情有独钟，每每宴会“必欲主人设苦菜”。

《山家清供》中记录了苦菜的两种做法，一为涼拌，一为作羹：“其法用醃酱，独拌生菜，然作羹则加之姜盐而已。”苦菜也可作为调味料，包裹猪肉以腌渍之用，即《礼记·内则》所说“濡豚包苦”是也。

苦菜同时也是著名的救荒本草。



四之初其蚤，献羔祭韭。  
——《幽风·七月》

韭

科别：百合科

韭菜虽四季常青，但春天乃是韭菜品质最佳阶段。早在《夏小正》中便有对春韭的记载：“正月圃有韭”。《治城蔬谱》又曰：“山中佳味，首称初春早韭。”春韭是万物复苏之季不可错过的美味。苏轼诗云：“渐觉东风料峭寒，青蒿黄韭试春盘。”黄庭坚诗云：“韭黄照春盘，菰白媚秋菜。”陆游也曾写下“同尝春韭秋菘味，共听朝猿夜鹤声”的佳句，绿莹莹的韭菜在春风春雨的滋润下，含着饱满而浓烈的春意，进入人们的视野与餐食中。

收获韭菜的过程也十分有趣，陆佃《埤雅》中曾记载剪韭的方法，春天时常可以看到文人骚客们剪韭的身影。如杜甫“夜雨剪春韭，新炊间黄粱”，刘子翬“一畦春雨足，翠发剪还生”。

韭菜因为具有剪而复生的特点，还被赋予了生长的内涵，如元代《农书》中描写韭菜：“剪而复生，久而不乏，故谓之长生。”韭菜营养成分高，不挑剔制作工艺，李时珍评价：“可生可熟，可菹可久，乃菜中最有益者也。”

草长莺飞时节，剪韭食韭，让这抹春意盈然在舌尖吧！



谁谓荼苦，其甘如荠。宴尔新昏，如兄如弟。  
——《邶风·谷风》

荠

科别：十字花科

芥菜为人们带来早春的气息，早春食芥已成风习。农历二月二一过，芥菜便陆续出现于菜市。芥菜外观并不美丽，其叶为不规则粗壮，其花顶生或腋生，花瓣小白而白，生长在土地上，并不引人注目。

但芥菜自古便是受人喜爱的野菜，缘由在于其无需高超而复杂的烹饪技术，便可使人享用到来自春天乡野自然的清香与甘甜。《尔雅翼》云：“芥之为菜最甘，故称其甘如芥。”《毛诗集解》曾引《本草》云：“芥味甘，人取其叶作菹及羹亦佳。”人们的味觉往往是较为挑剔的，有道是“众口难调”，但芥菜却获得了广泛的好评。

范仲淹食芥吃出了音乐感：“陶家瓮内，掩成碧绿青黄，揩大口中，嚼出宫商徵羽。”苏东坡食芥吃出了味外之美：“今日食芥极美，天然之珍，虽不甘于五味，而有味外之美。”陆游食芥把愁也暂且搁置了：“日日思归饱蕨薇，春来芥美忽忘归”。

芥菜除了给人们带来味蕾上的享受外，其对身体也很有裨益。芥菜又名“净肠草”，含有丰富的维生素和微量元素，且性味平和，适合大多数人食用。

（作者简介：刘亮，文学博士、绍兴文理学院教授；徐魄峩，绍兴文理学院硕士研究生）

图片摘自《诗经译注·彩图珍藏本》  
（李炳南著）



陟彼南山，言采其蕨。未见君子，忧心惙惙。  
——《召南·草虫》

蕨

科别：碗蕨科(凤尾蕨科)

《尔雅翼》云：“蕨生如小儿拳，紫色而肥。”《毛诗草木鸟兽虫鱼疏》云：“初生似蒜，茎紫黑色，可食如葵。”观察蕨菜的卷曲程度便可分辨其成长阶段，卷曲则嫩，展开则老。

春光中总是有美好的事情发生，少女南山采蕨，在暖阳与清风，虫鸣与花香中等待，期盼并与心仪的君子相遇。蕨菜除了寄托男女情思外，还含有退隐思归之意。《晋书》中记载张翰起归隐之念时，好友顾荣执其手曰：“吾亦与子采南山蕨，饮三江水耳。”另据《山堂肆考》记载，范仲淹曾向朝廷进献蕨菜，以提醒文臣勿奢侈浪费。

蕨菜除了当季采当季吃外，蕨根还可加工提炼成蕨粉，制成蕨粑，适宜长期储存，不失为一个留住春天滋味的好方法。

宋代陆游对蕨菜尤为喜爱，其饮食诗中时常提及蕨菜，如“蕨芽珍嫩压春蔬”“晨飧美蕨薇”“箭筈蕨芽如蜜甜”等，给了其很高的评价。明人罗永恭的《捣蕨歌》，真真是把一整个春天吃进了肚里：“堆盘炊熟紫玛瑙，入口嚼碎明琉璃。溶溶漾漾甘如饴，但觉馁腹回春熙。”清人袁枚在《随园食单》中详细地描述了蕨菜该如何品尝：“用蕨菜，不可爱惜，须尽去其枝叶，单取直根，洗净煨烂，再用鸡肉汤煨。必买关东者才肥。”

山野之蕨，干净清甜，与春光一起等待着有缘人。

其实《诗经》中写到的春菜还有很多，如“于以采繁”“匪莪伊蔚”“食野之蒿”“蓼彼萧斯”“言采其芹”等，蘩、蔚、蒿、萧、芹等，均是春菜。其中亦有不少为后世诗人反复歌咏。如苏轼笔下的“蒌蒿满地芦芽短，正是河豚欲上时”，范成大笔下“紫青莼菜卷荷香，玉雪芹芽拔薤长”等，皆满是春味。孔子曾说过读《诗》可“多识于鸟兽草木之名”，我们不妨捧一本《诗经》去踏春，去结识美好的自然与天地万物吧。

火山喷发，推动地形地貌的变化而形成的天然水穴，扬苍《庙井碑记》称“此井并非人力所为”。

虽非人力所为，但却为羊山人一代代开发取水之用。据《庙井碑记》记载：“扬党《苍》古井一口，明万历三十三年（1605年），因地震崩塌塞水不便及用，而值天旱，诸户到该坊聚众再加开一口，委填其泉，可得十余人而取水……”由此可见，在这次地震之前已经使用该井之水了。

扬苍井属天然凹陷地，从井底到地面约30多米深，井口外围约400米，井穴偏东，井场向西形成斜坡到通道，每当风雨季节，暴风骤雨，山水暴涨时，井水漫过人行道；旱季时节，水则退回井中，但长年不枯。

据了解，从明末到清代，扬苍人一代又一代不辞劳苦地不断改造利用这口天然石井，按该井地形结构，从井的中间部位向西边垒起台阶，便于上下取水；竖起两块大石头作为入井之门，防止牲口进入；在井场沿着斜坡筑起一道矮墙，在上面搁置两个圆形石盆和一个方形石槽。

井水如今离人们的生活越来越远了，但它对于人类文明的发展曾有着重大意义，水井出现之前，人类逐水而居，只能生活于有地表水或泉的地方，水井的建造使人类活动范围扩大。扬苍井这些设施可供群众现场洗涤衣服和被褥，在井场就地晒干后才收回家，省去了挑水的工夫。

## 今天我们该怎样读《诗经》？

■ 刘冬颖

“邂逅相遇，适我愿兮。”我很喜欢《诗经》里的这句诗，简单直接地写尽了相遇的美。人与书的心灵相遇，也是如此欣。任何时候打开《诗经》，都有一种清新宁静的感觉扑面而来，那里有初民们淳朴温厚的气息、草木葳蕤的光泽、细致而婉转的相思、隐约而美丽的情怀……诗中邂逅相遇的那些“巧笑倩兮”的良人、“在水一方”的美景，让我如醉如痴。

《诗经》是中国文学故土的乡音，家乡有“杨柳依依”的原野，也有“方涣涣兮”的河流；有“颜如舜华”的女子，也有“赠之以勺药”的男子。你可能“有女同车”，心情大好；也可以“执子之手”，期盼相守到老。大凡热爱文学的人，多少都有些《诗经》情结。但对大多数人来说，《诗经》就像天边的月亮，可望而不可即。

历史上，《诗经》一直被视为经典书。《诗经》反映了西周初至春秋中叶社会生活的各个方面，仿佛是一幅巨幅画卷，当时的政治、经济、军事、文化以及世态人情、民俗风习等尽在其中。举凡《诗经》里的礼、乐、车、服、花、草、木、鸟、兽、虫、鱼，都承载着文化，言说着历史。

在孔子之前，《诗经》就已经成为中国人的教科书，两千多年来的士子都要学习它。它最初名为《诗》或《诗三百》。我不喜欢《诗经》这个称谓，因为一加上“经”这个字，本身就给人以距离感，想要敬而远之，不愿意去读了。而“诗”却是朗朗上口、流畅生动的，令人必欲读之而后快！

两千多年来，代代都在说《诗》，解《诗》者各立新说，有一千个读者，就有一千种“《诗经》心得”。经过各种各样的研究者的诠释、解说，《诗经》愈来愈精彩，凝结了无数前人思想结晶。

面对虽文辞优雅，但古奥、晦涩、注解繁复的《诗经》，大多数现代人仅浅尝辄止，只知《诗经》美，但不知其所以美，难以领略其中的真味。再一提到《毛诗正义》《诗集传》一类，就像是一不留神撞见了贾政的宝玉，阅读的兴趣先减了大半。很多说自己喜欢《诗经》的人，大概只能喜欢《蒹葭》《关雎》等少数篇章中的个别句子罢了。

要走向《诗经》的时代，将心比心，以饮食男女的朴素之心来领悟，就能了解《诗经》中的真意。

《诗经》穿越了西周到春秋中期长达五百年的岁月风尘，或琴瑟在御，浅吟低唱，或钟鼓齐鸣，颂声煌煌。与今天诗歌在生活中的孱弱不同，在那时，诗歌既是礼仪，又伴和着最华美的乐章，既高贵也平实，与日常生活息息相关。

“诗比历史更真实”，那些读起来佶屈聱牙、晦涩难懂的句子，都是从曾经鲜活的生活和生命中走来，是最朴实、最真挚的歌唱。《诗经》时代是中国人的孩童时光，我们的祖先在田地山野之中、湖泊河流之畔、街巷居室之侧，采摘着快乐、忧伤和梦想。

“所谓伊人在，在水一方”“执子之手，与子偕老”“窈窕淑女，君子好逑”“投我以木桃，报之以琼瑶”，这些古老文字并没有在岁月风尘里发黄，其所表达的情感依然在今天的生活中盛开如花。从这一点来说，我们与《诗经》之间虽有近三千年的时空阻隔，却是心有灵犀一点通的。

触摸《诗经》，情感的温度还在，它像在地下沉睡了几千年的古莲子一样，只要有适宜的阳光、温度和水，今天的我们仍可以激活它，让它发芽、开花。无论“今夕何夕”，若你游走在《诗经》的层峦叠嶂间，总会发现文字背后似乎蕴藏着熟悉又亲切的灵魂。

《诗经》如一位素面朝天，却国色天香、被历史宠爱了几千年的绝代佳人，独自温婉优雅地缓缓吟唱着那一句句美妙氤氲的诗，那简洁明快、朗朗上口的韵致，让人觉得每一首诗都如珠如宝，值得去细细品味。在纷繁芜杂的现代社会里，读着它们会让人心里有种甜甜的清凉。

（本文摘自《诗经：万物皆有情》，有删改。）

文史荟

本版部分作品源于网络，版权归原作者所有，如涉版权及著作权，请及时与我们联系，将按本报稿酬标准支付稿费。联系电话：0898-66810131 邮箱:wsh\_hndaily@qq.com

## 海南井事知多少



扬苍井 本报记者 苏晓杰 摄



扬苍井 本报记者 苏晓杰 摄

■ 本报记者 郭畅

3月22日是世界水日。对于海南大小的村庄来说，水井曾是村民们的生活中心之一，每个曾在乡下度过童年时光的海南人回忆起往事，大概总能在记忆深处找到几段和水井有关的温暖回忆。

“九夫为井，四井为邑”，有郡就有井。《儋州志》载，公元前111年（西汉元鼎六年），伏波将军路博德部属讨平南越，进驻海南岛，翌年，汉武帝在海南岛上设崖州郡和儋耳郡，儋耳郡治在西北部南滩浦（今儋州三都镇旧州村）。旧州井，就是位于当年儋耳郡治所在地，相传是由路博德所凿造，为儋州最早

的水井。

古人穿地取水，以瓶引汲，谓之井。人类从江河溪流采水，到凿挖造井，是一个文明的跨度。儋州于汉元封元年（公元前110年）建郡至清代，千百年来，为饮水而挖凿建造的水井为数不少，虽经沧海桑田，仍留存有上百口古井。

“九夫为井，四井为邑”，有郡就有井。《儋州志》载，公元前111年（西汉元鼎六年），伏波将军路博德部属讨平南越，进驻海南岛，翌年，汉武帝在海南岛上设崖州郡和儋耳郡，儋耳郡治在西北部南滩浦（今儋州三都镇旧州村）。旧州井，就是位于当年儋耳郡治所在地，相传是由路博德所凿造，为儋州最早

的水井。

琼州府城千年积淀的历史和文化，散落在见证府城兴衰的“七井八巷十三街”中。其中，八巷和十三街都比较明确，但“七井”究竟是哪七井却众说纷纭。《府城春秋》一书的作者黄培平曾提出，因七井是与街巷这样的交通网络并提，故这里所说的井，不是指人们开凿取水饮用的井，而是纵横交错，组成井字形的交通网络，也是古时做买卖所称的“市井”。但也有一些观点认为，“七井”是

确指有特色的七口大井。作为古代城邑中集中买卖货物场所的市井，也离不开水井。唐代史学家颜师古为《汉书·货殖传序》作注中就提到：“凡言市井者，市，交易之处；井，汲水之所，故总而言之也。”唐初经学家孔颖达为《诗经》作疏也指出：“俗说：市井，谓至市者当於井上洗濯其物香洁，及自严饰，乃至市也。”府城地势北高南低，明清两代，依地势而建，逐渐形成了以府前街、镇台前街、北帝街为主线，仁和巷、草芽巷、关帝巷等街巷纵横交错的“七井八巷十三街”格局，一条条街巷，一口口古井，承载了古城的昔日繁华。

另外，在民国时期出版的《琼山志》中，仅琼山地区所列的泉井就达110多处。明正德《琼台志》中，在“山川”两卷中，就附有“岩峒泉井”，详细介绍了当时琼岛上各县著名的井泉，其中府城内就有双井、莲塘井、玉液井、西城大井、南城脚井、北城井、水关井、武秀井等八口井，七井是否就在其中不得而知。

海南天然井“扬苍古井”

走进海口羊山腹地，在扬苍山上至今仍保留着的一口深深的古井，会深深植入你此行的记忆。这口古井，因为一个久远而甘甜的“神仙送水”的传说，被当地村民称之为扬苍神仙古井。