

东坡恋琼州 海南足迹

我本儋耳人 寄生西蜀州

追寻苏东坡的海南足迹

本文刊特约撰稿 刘亮 徐颢颢

东坡海南事功

海口

■ 指导百姓挖井取水
■ 于琼山郡东北角寻得双泉

儋州

■ 劝民农耕
■ 开办学堂
■ 培养人才
■ 用松树制墨
■ 发明椰子冠
■ 以荠菜煮羹
■ 提出“三适”养生法

本版制图 孙发强



凿泉挖井 苦口婆心劝民农耕

宋哲宗绍圣四年(公元1097年)春天,身处惠州贬所的苏轼因为“报道先生春睡美,道人轻打五更钟”两句诗,触怒了他的政敌权相章惇。四月十七日,一纸诰命将60岁的苏轼贬为琼州别驾、昌化军安置。两天后,苏轼由惠州出发。六月十一日经雷州递角场渡海至澄迈通潮驿(另一观点认为从琼州府登陆),于七月二日抵达贬所昌化军(今儋州)。元符三年(公元1100年),苏轼遇赦北归,于六月二十日从澄迈渡过琼州海峡(另一观点认为从琼州府离琼)。在海南生活的3年里,苏轼的足迹遍布海口、澄迈、儋州等地。不仅写下了许多诗作,也做了不少实事,为海南的发展作出了不可磨灭的贡献。

海南岛四面环海,但部分地区淡水资源却比较匮乏。苏轼抵达海南时,发现这里的百姓在饮水方面存在较大困难,便指导百姓们凿泉挖井,充分利用地下的淡水资源。其《洞酌亭(并序)》记载,当时琼山郡东(今海口琼山区)虽然泉水较多,但“皆冽而不食”,不宜饮用。苏轼在郡城的东北角寻得双泉,二泉相去咫尺,但滋味有别。其中味道更佳的那一眼被后人称为“金粟泉”或“浮粟泉”。从那以后,当地许多百姓前往双泉取水饮用。苏轼遇赦北归前,再次渡过海口,太守承议郎陆公请他为泉上之亭命名,苏轼就给亭子取名为“洞酌亭”。时至今日,双泉仍保留在海口五公祠内。

除了开凿双泉,苏轼还指导海南百姓挖井取水。在海口、儋州两地一直流传着与“东坡井”有关的故事,其中儋州的东坡井目前还保留在儋州东坡书院内。明代曾邦泰主修的万历《儋州志》中记载重修的学政署堂占地“西至古路东坡井”。民国《儋县志》则提到“坡井在儋城西南,坡口泉四时不竭。传云公所凿。尝夜与诸生王霄携瓢汲水于此,因名坡井”,可见当地百姓认为此井为东坡所凿,并将其命名为“东坡井”。另外,海口历史上也有一口东坡井。据万历《琼州府志》记载,海口东坡井在琼州府治后东北隅,东坡曾饮息于此,故名,曾有人立碑于此。万历四十三年(公元1615年),郡守谢继科在井上建亭并题联于石柱上。令人遗憾的是,海口东坡井今已不存。

苏轼成长于蜀中耕读之家,对农业生产自然十分重视。到达儋州后,他还特地向昌化军军使张中要了一亩地耕种,并说如果不自己种庄稼,饱食终日也觉得没滋没味。看到当地百姓多以贸易为业,过着“朝射惊麋,夜逐猛獐”的生活,大量的荒地无人开垦,苏轼写下《和陶劝农六首》,劝导百姓积极从事农业生产。在诗中,苏轼鼓励百姓们“利尔锄耜,好尔邻偶。斩艾蓬蒿,南东其亩”,如能“听我苦言”,则会“其福永久”。在苏轼的帮助和启发下,海南人民逐渐开始重视农业生产,摆脱了以渔猎为生的原始生活方式。这无疑是海南文明史上的一大进步。

以荠煮羹

总结出“三适”养生法

当时的海南还处于尚未完全开化之地,生活条件远不如内地。苏东坡在《书海南风土》中言:“岭南天气卑湿,地气蒸溽,而海南为甚。夏秋之交,物无不腐坏者。人非金石,其何能久?”对于年迈多病的他来说,如何调养好身体、保持平和心境,是必须要解决的一个重要问题。在海南3年,他一方面通过服食和养生增强体魄,提高免疫力;另一方面通过各种“小发明”“小制造”让生活变得多姿多彩。

作为一位大名鼎鼎的美食家、养生学家,苏轼在海南期间非常注意饮食对健康的影响。如他认为荠菜为“天然之珍”,能够利肝明目。在《荠羹法》一文中,苏轼专门介绍了一种用荠菜煮羹的方法。苏轼喜食姜粥,在儋州时还专门写了一篇《食姜粥记》。苏轼喝姜粥,不仅因为其风味“甚美”,还考虑了姜粥对养生的裨益。

在从滕州到儋州的路上,苏轼看到了一种状如芍药而略小的红色野花,当地人称之为“倒粘子花”。到了儋州后,他发现这种野花的果实状如马乳,甘美可食,并有止泻之功效。他本人久患“小便白胶”之症,当时又得“大腑滑”(肠胃病),于是“取倒粘子嫩叶,酒蒸之,焙燥为末,以酢糊丸。日吞百余,二腑皆平复”。因此苏轼认为这种野花有较好的药效,并将之命名为“海漆”。

除了服食,他还在起止坐卧等方面动心思。为了应对海南湿热的天气,苏轼梳理总结出一种独特的“三适”保健养生法——“旦起理发”“午窗坐睡”“夜坐濯足”,以达到舒筋通络的目的。另外,他还将传统的龟息法(辟谷法)带到了海南。元符二年(公元1099年),儋州一带发生了灾害,导致米价很高,苏轼父子有断绝口粮之忧。苏轼于是打算和幼子苏过一起行此法以度日。



海口五公祠内的浮粟泉。海南日报记者 封烁 摄



儋州东坡书院。海南日报记者 陈元才 摄

用松树制墨

研制椰子冠、天门冬酒

在海南生活期间,虽然条件简陋,但聪明的苏轼时不时搞点发明创造,给贫乏的物质生活增添一抹亮色。苏轼喜欢写字画画,海南当时不产墨,但松树很多,他就自己动手用松树制墨。公元1099年腊月二十三日,因为操作不当,“墨灶火发”,大火差点把他的房子烧掉。通过制墨,他得到了大大小小的好墨500丸,以及加入胶漆的墨数百丸,足够其余生所用。他还将多出的墨丸送人。苏轼就是这样的乐天派,一场大火都不足以让他稍稍皱眉,他沉浸在亲手制得好墨的欣喜与得意中,“此墨吾在海南亲作,其墨与廷珪不相下。”(《书海南墨》)

此外,苏轼在儋州期间还研制出了椰子冠、天门冬酒等,对海南的服饰文化、饮食文化等产生了深远的影响。

载酒问道

为海南培养一批英才

在苏轼谪居海南之前,海南不仅没有出过进士,甚至连举人也未出过。正是苏轼的到来扭转了这一局面。他到了儋州,不仅在当地百姓的帮助下建起了桄榔庵自住,还与张中、黎子云兄弟等人一起出资建起了载酒堂。建载酒堂的背景,苏轼在《和陶始春怀古田舍》诗引中作了介绍。而关于“载酒”的具体含义,民国《儋县志》云:“宋绍圣时,苏轼被贬至,与乡人黎子云等相友善。尝携酒会饮于堂,故名‘载酒堂’。”

尽管如此,建此堂并非只是为了聚会饮酒,而是为了承担一项更重要的功能——教育。根据民国《儋县志》记载,载酒堂前有半月池,大门外有莲花塘,面积十余亩,花时美观,“每年收塘租以充学费”。可见载酒堂当时不仅是学校,而且是一所免费的学校,其经费来源为莲花塘的租金。正是在载酒堂里,苏轼培养出了海南历史上第一个举人姜唐佐。

《东坡先生外集》中有《跋姜唐佐君弼课策》诗一首,诗前序言说:“姜君琼人,己卯闰九月来从学于东坡至儋耳,庚辰三月方还琼。”由此可知,姜唐佐字君弼,是琼山人。他曾于元符二年(公元1099年)闰九月至儋州求学于苏轼,后于元符三年(公元1100年)三月返回琼山。苏轼非常欣赏姜唐佐的才华,曾写“沧海何曾断地脉,白袍端合破天荒”两句诗相赠,对唐佐寄予厚望,并答应待唐佐异日登科,将余下的诗句补足。后来,姜唐佐果然于崇宁元年(公元1102年)中举,实现了海南科举史上的“破天荒”。但此时苏轼已经去世。崇宁二年(公元1103年)正月,姜唐佐在路过汝南时遇到了苏辙,于是苏辙代替已经亡故的兄长将诗句补足曰:“生长茅间有异芳,风流稷下古诸姜。适从琼管鱼龙窟,秀出羊城翰墨场。沧海何曾断地脉,白袍端合破天荒。锦衣他日千人看,始信东坡眼目长。”(苏辙《补子瞻赠姜唐佐秀才一首》)所谓“千里马常有,而伯乐不常有”,正因为苏轼慧眼独具,才发现和培养了姜唐佐,从而改写了海南的文化史。

据说,海南历史上第一个进士也是师从苏轼。在苏轼离开海南9年后,其学生符确喜登进士科,为海南文化史再添辉煌。符确后来官至承议郎,韶州、化州知州。

苏轼在儋州开办学堂,培养人才,对儋州乃至整个海南的发展都产生了深远影响。后世的儋州东坡书院正是在载酒堂的基础上建成的。正如明正德《琼台志》所说:“宋苏文忠公南迁时,琼士仅得姜君弼、黎子云、王公辅、符林数人,而黎、王、符皆儋产。公于子云载酒问奇,尤加敬焉。昔杨子云论弃朱崖为捐之力,否则麟易我衣裳,公不然之,盖有感于此也。阙后王震举、符确辈继出,儋遂为名州矣。”正是在苏轼的影响和带动下,宋代以后海南人才辈出,逐渐成为全国有名的礼乐文化之乡。

苏东坡居琼3年,在海南大地上留下了无数佳话。无论是他在艰苦生活中的创造发明,还是其劝农耕种、兴办教育之善举,都影响深远。而对于东坡来说,在海南的经历使他的人格更加饱满丰富,让他迈上了人生的又一座高峰。☐

东坡居琼趣事

生油荠菜羹

苏轼在海南期间,发明了一种独特的食用荠菜的方法——生油荠菜羹。其称,这道菜不仅味道异常鲜美,还有利肝明目之功效。

具体做法:取荠菜三斤洗净,取梗米一斤到二斤,放入锅内,加冷水三升。将两块指头大小的不去皮的生姜捶碎,一起入锅中煮熟,再将一觔殼(一种贝壳)多的生油浇在羹上。

——相关记载见于《重编东坡先生外集·荠羹法》。

东坡笠

目前,海南民间还流行一种用竹篾、藤条、芭蕉叶、葵叶等材料制成的尖顶斗笠——东坡笠。据说,苏轼居儋期间,有一天他去拜访黎子云,途中遇雨,就向附近农家借笠穿戴,着展而行,模样相当滑稽。当地的妇女儿童嘻嘻哈哈地跟在后面看,引得鸡鸣犬吠。此后,“东坡笠”之名不胫而走。

——相关记载见于民国《儋县志》。

椰子冠

海南盛产椰子,苏轼居儋期间因地制宜发明了一种用椰壳制作的帽子——椰子冠。这种短檐高帽样式独特,重量很轻,戴起来很方便,一度十分流行。苏轼的幼子苏过曾寄椰子冠给叔叔苏辙,苏辙有诗回赠。明末清初山阳人张养重从广东一带北归时,头上就戴着一顶椰子冠。

——相关记载见于苏轼《椰子冠》、明马麟纂修的《续纂淮关志》。



儋州东坡书院内的东坡塑像。海南日报记者 陈元才 摄