



2023年8月26日

星期六

新闻热线:38166899

眉山网: http://www.mshw.net



(第9期)

主编 向哲 编辑 李泓莹
 美编 李燕 校对 肖倩

话剧《苏东坡》演出现场：王闰之、朝云和农人们欢快地在东坡地收麦子。

邵永义 摄

苏东坡与元修菜

□四川成都 蒋蓝

家说苏

东坡肉、东坡鱼、东坡肘子……与苏东坡有关的美食，千百年来逐渐成为华夏民族对苏东坡的一种味觉怀念。但有一味乡野小菜，也与东坡息息相关，更是让他在离开家乡15年仍然魂牵梦绕。

这菜，便是产自家乡眉州的寻常小菜——元修菜。

元修菜，也叫巢菜。巢菜有大小二种，小者即苏东坡所谓元修菜，大者即薇，就是《诗经》里大名鼎鼎的薇。司马迁《史记·伯夷列传》中曾记述伯夷、叔齐在殷商灭国后，义不食周粟，隐于首阳山采薇而食的故事。自此之后，首阳采薇及西山薇蕨便成了中国文化中坚守气节的代名词，屡见于历代诗词等典籍中，其中陶渊明的“饥食首阳薇，渴饮易水流”，也是历代称颂的名句。

历史上巢菜的别名很多，野豌豆（《品汇精要》）、野麻（《草木便方》）、箭舌豌豆（《植物学大辞典》）、救荒野豌豆、春巢菜、普通苕子、野菜豆、黄藤子（《中国主要植物图说·豆科》）、苕子（《广州植物志》）、肥田草（《贵州草药》）等。《诗经》中也称它为“苕草”，汉代《尔雅》称之为“柱夫”与“摇车”。晋代陆机在《诗鸟兽草木虫鱼疏》中又称“苕饶”“翘饶”，史籍上“翘饶”之名也较常见。

可以推测，古语里的漂摇菜等名字，发音与陆游所说的“漂摇”很相似。而蜀人称之为“巢”，多半是“苕”的一音二转。

元修菜的命名，出自苏轼的诗作《元修菜（并叙）》：“菜之美者，有吾乡之巢，故人

巢元修嗜之，余亦嗜之。”可见，巢菜得名要早于巢元修，加之巢元修也十分喜欢巢菜，分明是“巢巢叠加”的结果。

苏东坡与巢谷是同乡也是好友，传说巢谷博学多才、力大无穷，二人少时曾携手游于江湖。苏东坡被贬黄州，在这期间，巢谷来黄州看望他，巢谷准备回眉州时，苏东坡请他给自己带一包巢菜种子回来。巢谷很快照办了。目睹在黄州东坡菜畦里长出的元修菜，东坡闻到了故乡的气息。在这种野菜上，寄托了东坡对于巢元修以及故乡的深重感情。每当黄州当地人问到这是什么菜时，苏东坡都会介绍这是“元修菜”。诗作之外，他还专门写一篇文章《记元修菜》以传之。

宋代诗人陆游在蜀地为官多年，留心蜀地风物，也喜爱巢菜，而且对巢菜的分类及渊源还颇有研究，在他的《巢菜并序》中记述说：“蜀蔬有两巢，大巢，豌豆之不实者。小巢，生稻畦中，东坡所赋元修菜是也，吴中绝多。名漂摇菜，一名野蚕豆。”

陆游关于大巢菜及小巢菜的区分，历代一直沿用。李时珍也认为“此说得之”，清代《植物名实图考》中还曾清晰地绘出了大巢菜与小巢菜的植物图鉴予以区分。

大巢菜与小巢菜均属于豆科野豌豆属植物，大巢菜有野豌豆等多个俗名，小巢菜除了俗名硬毛果、野豌豆外，也有多个俗名与大巢菜相同，此外同为豆科野豌豆属的救荒野豌豆、广布野豌豆及野豌豆也常常被当作巢菜。

东坡，放翁所记述的也是将茎叶当作野蔬食用，“薇名野豌豆，藿（豆叶）可作羹，东坡所谓元修菜也”（清代《乾隆淮安府志》）。明代朱橚主持编写的《救荒本草》中称为“野豌豆”，则是采用豆子来救饥，“救饥采角煮食，或收取豆煮食，或磨面制造，食用与家豆同”。

这个让苏东坡牵挂的美味，究竟是什么？根据田野调查，元修菜实际上就是四川山乡随处可见的油苕，它们置身在杂草之间，以上升而弯曲的枝叶，打开了一种蜀地的从容诗意。这是一种立春之后开始生长的野菜，也叫巢菜、肥田草等，可以拿来烧炒，做羹烧汤；还能做成干菜……做法多样，味道鲜美。川西坝子乡下一般吃法是这样的：锅中放油，下豆瓣姜蒜粒炒香，二十世纪七八十年代农村家家吃粥米饭，就有米汤，加入米汤煮苕菜是标配，另外特别之处是还要抽一小把挂面断成几节放入一起煮；有奢侈点的还加点点油渣或猪油，快起锅时再放入切好的蒜苗。

再对比一下苏东坡写的《元修菜》一诗，他早就厘清了元修菜几乎所有的形态与功用：

彼美君家菜，铺田绿茸茸。
 豆荚圆且小，槐芽细而丰。
 种之秋而余，摧秀繁霜中。
 欲花而未萼，一一如青虫。
 是时青裙女，采撷何匆匆。

蒸之复湘之，香色蔚其馨。
 点酒下盐豉，缕橙芼姜葱。
 那知鸡与豚，但恐放箸空。
 春尽苗叶老，耕翻烟雨丛。
 润苗甘泽化，暖作青泥融。
 ……

诗里对巢菜作了详尽描述，烹煮后不变色，依然翠绿；吃起来甚至也不会去想鸡肉和猪肉了，可谓对元修菜极尽赞美。这其中显然蕴含了对故土的浓郁情怀，思念加剧了味蕾的无限回甘。

在眉江山乡间到处可见元修菜，老百姓把油苕的嫩芽摘了，与肉丸子一起煮成汤，就是一道家常美食。这个菜的吃法，就是少量油炙锅后加入米汤煮熟，然后蘸酱食用。不过吃元修菜就不能同时喝酒，不然可能会引起喉头水肿、眼睛充血。苏东坡在《记元修菜》的说法是：“性甚热，食之使人呀呷，若以少酒洒而蒸之，则甚益人，而不为害。”

看来，巢菜只是百姓的救饥野菜而非王公贵族们的桌上佳肴。透过他的枝叶，我看到的都是清癯如竹的背影。

（蒋蓝，诗人、散文家、思想随笔作家、田野考察者。中国作家协会散文委员会委员，四川省作协副主席，四川大学文新学院特聘导师。已出版《苏东坡辞典》《成都传》《苏母传》（与人合著）《蜀人记：当代四川奇人录》《黄虎张献忠》等专著多部。作品入选上百部当代选集。）

鱼池

东坡雪堂

□安徽池州 包光潜

苏轼在经历“乌台诗案”之后，仿佛幡然醒悟。所谓的君子，只是写在纸上的颂词；所谓的命运，只是天空倏忽不定的云朵。无论是肉体还是灵魂，苏轼都经受了一场火的洗礼。在山水之乐和亲情慰藉之中，苏轼似乎明白了什么，继续向前赶路，无论前方多么坎坷；又似乎什么都不清楚，仿佛无形的力量左右着他，背后的那串轨迹只是命运使然。

他的理想燃烧成黑暗中的明灯，他的生命在通往天堂的路上屡屡被雷霆打劫。他终究应该感到幸运，还能保全奄奄一息的生命。这奄奄一息之息，从这一刻起就不再属于他自己。因为不再属于他自己，才使他的生命走向了远方，步入了永恒，烛照了无数文人永无尽头的追求与思索。

毕竟是血肉之躯，他怎么可能没有盘桓呢——肆意地拔高，无助于后人的探索。

我很想知道，苏轼去黄州的路途上到底停留了多少次。这种停留是非常有意义的。如果他义无反顾地前往黄州，那至少说明他已经不再思谋高高在上的庙堂，帝京的身影永远烙在他的背上——沉重，时刻都有压迫感。如果他频频回首顾盼，那不能不说他心中还有许多牵挂和憧憬。也许就在他回首的那一瞬，帝京的巍峨定格在他渴望又挣扎的瞳仁里——锋利，时刻都有痛感。

我们简单地回顾一下。

北宋元丰二年（公元1079年）岁末，苏轼被贬为检校水部员外郎、黄州团练副使。虽然被“恩皇浩荡”地保留了小小的官职，却因戴罪之身，不能签署公文，不得擅自离开黄州境内，如同软禁。只要不是神仙，谁没有情绪，苏轼也不例外。他并未超凡，更不是神仙。尤其是生活的困顿与窘迫，生计的无所着落，有时全靠朋友施舍或馈赠，他的心湖不起涟漪。

据史料记载，苏轼初到黄州时，每日家庭开支只能在“一百五十钱以内”。为了节约开支，苏轼于每月月初取出“四千五百钱”，等分“三十串”，然后悬挂屋梁上，每日用木杈挑取一串为家用。若有剩余，便置于竹筒内，日积月累，积少成多。有宾客来时，便用于沽酒买菜。如此看来，苏轼还是一个勤俭持家的行家里手呢。我替他尴尬地笑了一笑。

北宋元丰五年（公元1082年）青黄不接的时节，眼看“钱”途无“亮”，二十多口家眷面临着饥寒交迫，苏轼硬着头皮向朋友要了50亩城东旧营地，尽管蒿草丛生，荆棘遍地，但毕竟可以在此修筑筑室，还可以开辟土地，耕种食粮。据说苏轼这个“识字耕夫”面对自己的劳动成果，开怀畅笑，吟咏不息。他坐在东坡之上，陋室房前，满目春雪尚未融尽，他一边呼吸挟有春天气息的寒意，一边低吟浅唱：“起居偃仰，睥睨无非雪者。”

大家起哄，要他为陋室取个名字。叫什么呢？他对满堂的家眷喊道：“就叫东坡雪堂吧。”那个说他“一肚子不合时宜”的女子，早已将笔墨伺候在左右了。苏轼望着远处即将沉没的山那边的夕阳，屏息敛气，进入沉思冥想状态。突然一低头，他抓起那支已经用惯了秃笔，一挥而就：东坡雪堂。从此自号东坡居士。

雪堂建成之后，朋友们纷纷携酒提肉亲往祝贺。苏轼在一片“东坡居士”的称呼中，将朋友们送来的佳酿混装在一个大大的容器中，称之为“雪堂义樽”。融为一体的是情，而推盏碰杯的却是义。往后的日子，苏轼便用剩余的“雪堂义樽”招待朋友，取之不尽，饮之不绝。来访者，大多酩酊大醉，酒意朦胧之际，常有佳作问世，不亦乐乎。

殿堂之外，苏轼拥有雪堂五间、果蔬数十畦、桑树百余株，躬耕于东坡之上，享受着浪漫的田园生活。

“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。”

“回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。”

据《东坡八首》中“好竹不难栽，但恐难横逸。仍须卜佳处，规以安我室”，可以见得苏轼真的是“食可百日无肉，居不可一日无竹”。他没有一点想离去的意思，只想把东坡雪堂打扮成了人间仙境，将雪堂东坡演绎成了世外桃源。在人生的低谷中，苏轼完成了诗意的安居，将人生与文学推到了辉煌的极致。人生不如意，但有诗情在。

（包光潜，中学高级教师，在《青年文学》《星火》《芳草》《滇池》《四川文学》《湖南文学》《天津文学》《山东文学》《安徽文学》等杂志发表作品200余万字。作品被《新华文摘》《人民日报》等众多报刊杂志转载。）

眉山人语

在故宫，遇见眉州东坡（六）

□北京 邵思思

5、公元1080年
 公元1080年，旧年除夕，苏轼结束了为期103天的牢狱之灾，“乌台诗案”暂告一段落。刚走出牢狱，他又文思泉涌了，写下：平生文字为吾累，此去声名不灰低。塞上纵归他日马，城东不斗少年鸡。“少年鸡”是指贾昌，贾昌曾因斗鸡而获得大唐天子的宠爱。这句诗文，如果细细查验，又逃不了讥讽朝廷的指控。写完这首诗，苏东坡也觉得荒谬，执笔大笑：我真是不可救药啊！

当年，苏轼与家人在黄州团聚。黄州四年，是苏轼的一次彻底转向，这时的他逐渐成了林语堂说的“总会引起人亲切敬佩的微笑”的苏东坡。

黄州固然是苦的，团练副使这个职位相当低微，一家人的生活问题首先摆在他们面前。他开始关心粮食和蔬菜，并带领家人开垦了城东的一块坡地，以帮补生计，自封“东坡居士”。

苏轼想起从眉山赴京时，曾做过一首诗给弟弟，“人生到处知何似，应似飞鸿踏雪泥”。人生像什么呢？应该就像

飞翔的鸟儿刚踏在雪泥上，然后又飞走了。这是年轻的苏轼对人生的第一次描述，不料却成为他一生漂泊的写照。只是，现在的苏轼更通达了：既然人生只不过都是“飞鸿踏雪泥”，那以什么样的姿态去踏泥，人与人的差别就体现在这里了。

那段时间里，常伴苏东坡的是他的第二个妻子，王弗的表妹王闰之。苏轼常把王闰之叫做“老妻”，闰之在家就在。初来黄州，好交际的苏东坡最不习惯的就是孤独，为了缓解这种孤寂，他会在万籁俱寂的时刻，漫步于修竹古林之间，谛听风声雨声虫鸣声，有时也会去江边，捡起几个石子打水漂。还会跑到田间、水畔、山野、市集，跟农民、渔夫、商贩谈天说地，央求着人家给他讲故事。一名官阶在身的大才子沦落到如此，王闰之也不曾呵责他，由他去吧。知道苏轼好酒，俸禄有限，她便和苏轼实行“计划经济”，月初便把俸禄分为三十份，一份一份悬挂在房梁上，每天定量一百五十钱以内，即便不够花

也不再取。一旦有结余，就放进单独的竹筒，等攒够了，就呼朋唤友沽酒共饮。也是闰之持家有道，虽家中人口众多，俸禄微薄，但从来没断过酒少过食。别人都为他一家的生计担忧，他却有“水到渠成，不须预虑”的从容。在开垦出来的那块荒地上，苏轼找到了更多的乐趣：他种粮种菜，筑水坝、建鱼塘、盖房子，还专程托老乡从四川找种子来种上。

过去他食朝廷俸禄，如今他自力更生；从前他关心的是庙堂之高，现在只觉万物可爱。在他眼里，每一天都是具体的、细微的、寒暑往来，秋收冬藏，一草一木、一雨一池，都有无尽的乐趣。他上可陪玉皇大帝，下可陪卑田院乞儿。在黄州，他为了猪肉可食的黄州人发明了一道美食，这道叫“东坡肉”的菜至今让人口水横流；明明吃的是味如“嚼虱子”、卖价甚贱的大麦，他们也能吃出新意，并命名为“新样二红饭”。

日子逐渐稳定起来，“乌台诗案”造成的牵连恐怖还在弥漫，许多为官之人对他避之不及。但也有不少亲友通过各种渠道来看他，尤其是来自家乡的安慰，让他颇为感触：得知他家孩子众多，眉州的一位同乡，一名清贫的书生，特意来做他孩子的塾师；他的好友也是同乡的陈季常，四年内曾七次到黄州看他。

四年的生活，已经让黄州成为他的第二故乡，连家中的孩子都会一口黄州话。在奔赴汝州的前夜，苏轼写下：归去来兮，吾归何处？万里家在岷峨。百年强半，来日苦无多。坐见黄州再闰，儿童尽吴歌。第一故乡回不去了，第二故乡也不知何时再见了。

从人生的低谷慢慢爬起，再从中创造诗意的美学。在黄州的苏轼，学会了与生活和解，与自己和解，他不再执着于那些不能改变的事情，而是随缘自适、随遇而安，此心安处便是吾乡。

（邵思思，眉山青神人，毕业于四川师范大学历史系，《同舟共进》北京特约记者。）