

□张鑫

清恽寿平
《菊蔬图》

诗中百蔬香

“细雨郊园聊种菜”，苏轼对种菜一事兴趣极大，据不完全统计，苏轼的诗词中直接出现“菜”字的有三十多首；出现“笋”字的有六十多首，如“新笋出林香”（《大老寺竹间阁子》）；出现“瓜”字的有三十多首，如“瓜蔓网疏篱”（《江村二首》）；出现“韭”字的有十几首，如“春盘得青韭”（《元祐九年立春》）；出现“葱”字的有接近二十首，如“汤饼泼油葱”（《和参寥见寄》）；出现“姜”字的作品有三十多首，如“老妻稚子不知爱，一半已入姜盐煎”（《和蒋夔寄茶》），此外，“柿”“豆”“椒”“椿”“芋”等字眼也常常出现在他的诗文中，可谓“文豪爱田事，诗中百蔬香”。

苏轼于徐州任上时，曾经写过一首《春菜》，此时正值春夏之交。诗云：“蔓菁宿根已生叶，韭芽戴土拳如蕨。烂蒸香荠白鱼肥，碎点青蒿凉饼滑。宿酒初消春睡起，细履幽哇掇芳蔬。茵陈甘菊不负渠，绘缕堆盘纤手抹。北方苦寒今未已，雪底波棱如铁甲。岂如吾蜀富冬蔬，霜叶露牙寒更茁。久抛菘葛犹细事，苦笋江豚那忍说。明年投劾径须归，莫待齿摇并发脱。”苏轼因目睹春菜而生发思乡之情，在一首诗中便描写了蔓菁、韭菜、青蒿、白菜、葛根、香荠、白鱼、凉饼、茵陈、波棱、苦笋、鲈鱼、江豚、酒等十几种食物饮品。品读这首诗词，我们似乎能闻到蔬菜的清新之气正溢出纸张，扑鼻而来。

诗文展现了苏轼渊博的植物学和蔬菜学知识，但他对这些蔬菜的描写不是知识的堆叠和信息罗列，而是有独特的切身体会和情感表达，所以他描写植物时无比生动细腻，笔下的这些生灵也有了情感的温度。在这首《春菜》中，作者调动自己的多种感官，生动传神地刻画这些蔬菜的样貌特征，笔墨之间也饱含着自己的一片深情。好友黄庭坚与他唱和，写有《次韵子瞻春菜》一诗，诗中有言：“北方春蔬嚼冰雪，妍暖思采南山蕨”，还说“万钱自足宰相事，一饭且从吾党说”。黄庭坚在此自嘲为“吾党”，这一“党”并非共同谋取利益的同党，而是喜欢朴素的蔬菜之味的同道知己。

此中有真味

苏轼喜欢食菜，喜欢种菜，更多是因为他懂得蔬菜中的“真味”。晚年被流放到岭南时，他在诗中回忆：“我昔在田间，寒庖有珍烹。常支折脚鼎，自煮花蔓菁。”正是少年时代在田间地头的种菜经历，使得他一生在颠沛流离的谪居生活中始终怀有心灵的安慰。

苏轼写《春菜》的第二年，就因得罪朝中得势的新党诸人而引发“乌台诗案”，差点死于狱中，后获恩赐以戴罪之身被贬为黄州团练副使。被贬黄州第三年的寒食节，苏轼写下了著名的书法作品《黄州寒食诗帖》，诗中描写了他当时真实的生活境遇。他在诗中写到，自己“何殊病少年，病起须已白”“空庖煮寒菜，破灶烧湿苇”（《寒食雨二首》）。

在这种孤苦凄凉的环境中，苏轼始终想念着家乡的味道，那

苏轼的种菜生涯

饮食之事，众人皆有所欲，而文人以笔墨丹青表达的清高世界似乎离这口腹之欲相当遥远。然而，在北宋以来的诗文绘画传统中，蔬菜这一题材却受到了别样的重视，其中蕴含着文人对蔬菜的独特认识，也包含了文人对于躬耕之事的深层体悟。

今年，海南、南京等地相继举办多场以苏轼为主题的大展，苏轼是中国古代文艺界一颗耀眼的明星，也是著名的美食家。他不仅喜美食、做美食，也亲自种菜，他的诗文作品中很多都和菜园与种菜相关。欣赏苏轼创作的和蔬菜有关的诗文，不仅可以了解丰富多彩、趣味十足的蔬菜和美食知识，也可以感受苏轼辗转不同地方时的内心情感，感悟他对自然草木的静观态度，体会他安于田园躬耕生活并乐在其中的豁达境界。



南宋许迪《野蔬草虫图》



明沈周《蔬笋写生图》

是支撑他继续前行的温暖港湾。他给自己老家的朋友元修写信，让元修从家乡寄来两人都非常喜欢的豌豆菜籽，在自己开垦的东坡上随意播撒，期盼着来自家乡的蔬菜在黄州扎根成长。因为担心用匣子装菜籽会影响蔬菜出芽，他还特意嘱咐友人一定要用透气的布囊装。从此处的小心谨慎可以看出苏轼对“元修菜”的钟情，对他而言，看似微不足道的菜籽，无异于家乡独有的

璀璨明珠。他在给元修的诗中细致地描写了这种野豌豆的生长特征和烹饪方法，看似寻常的野菜在他的生花妙笔下变得摇曳多姿、娇嫩可爱。

晚年，苏轼被流放到海南儋州，他依然葆有在黄州时期对“真味”的体会。儋州生活贫寒，苏轼只能依靠自耕自种勉强度日，他每天吃的不过是菜园中自己种植的蔬菜。从泥土中采来新鲜的蔬菜，他感受到的不是生活

的艰难，而是蔬菜中的“味含土膏，气饱风露”。苏轼不执着于锦衣玉食的富贵生活，而能安贫乐道，旷达潇洒，于平淡中感受蔬食真味。

小园有别趣

对于苏轼来说，观察蔬菜的生长过程给他带来了无穷的乐趣。二苏在入仕之前，曾在东京怀远驿旁经营了一块小圃，他们称之为“南园”。在这南园内，他们种植了野菊、萱草、牵牛花等花卉，也有葡萄、石榴、芦笋等蔬果，还有白芷等草药，当然还有文人喜爱的所谓“不可一日无此君”的青青翠竹。

苏轼颇喜爱这处小园，时常漫步于花间竹下，在这里留下无数惬意美好的时光。他在《和子由记园中草木十一首》其一中写到：煌煌帝王都，赫赫走群彦。嗟汝独何为，闭门观物变。微物岂足观，汝独观不倦。牵牛与葵藜，采摘入诗卷。吾闻东山傅，置酒携燕婉。富贵未能忘，声色聊自遣。汝今又不然，时节看瓜蔓。怀宝自足珍，艺兰那计晚。吾归于汝处，慎勿嗟岁晚。这首诗的诗眼为“微物岂足观，汝独观不倦”。对于苏轼来说，这处小园不仅是赖以居住的场所，更为他提供了一处在喧嚣繁杂的皇都生活中可以安闲精心地“闭门观物变”的心灵栖居地。观物变，何谓“微物”？在苏轼看来，园中的飞鸟爬虫、野花野草都可以是微物，自然界的一草一木每天都是新的，每天都在拔节生长，这些变化或许别人并不在意，因为大家有各自所操劳的“更重要”的事，但这些平凡之物的细微变化却是苏轼认真观察体悟的对象。他在自己的诗作中记录下红紫色牵牛花上的露珠、向日葵倾斜的花盘、红蓼在风中舞动的芳姿、瓜蔓在阳光下的微微颤动……对于苏轼而言，他沉迷其中，“独观不倦”。

苏轼不仅能从花木蔬果的生长变化中感受到无穷的乐趣，也从中感受到丰富的哲理。在《和子由记园中草木十一首》其二，他以一种“常情”的视角来写万物的盛衰：荒园无数亩，草木动成林。春阳一已敷，妍丑各自矜……可怜病石榴，花如破红襟。葵花虽粲粲，蒂浅不胜簪。丛蓼晚可喜，轻红随秋深。物生感时节，此理等废兴。飘零不自在，盛亦非汝能。诗中，苏轼以园中草木为对象，表达了自己对自然和人生深刻的思考。他描绘了园中荒芜的景象，草木丛生，暖阳照耀下，美丑自矜。这似乎暗示着人生的无常和世事的变迁。接着，苏轼笔锋一转，把镜头对准园中的草木，描写各种草木在岁月变迁中的变化。葡萄虽然果实丰硕，挂满支架，但是却因为粮仓倾倒、无物支撑而倒下；石榴花虽然红艳动人，可是病中的残花像破烂的衣襟；葵花虽然花朵明亮，灿若烟霞，可是盛开时却因花蒂较短而不能簪于头上；蓼花在夜晚盛开，颜色轻红，恰到好处，可是随着秋意渐浓颜色也会越来越深红。这些描绘都包含了作者对生命短暂、世事无常的深深感慨。

苏轼每日与园中蔬果草木为伴，他所栖身的小园成为他的安顿心灵之所。他曾写有一首给苏辙的和诗，诗云：“新春阶下笋

芽生，厨里霜螯倒旧罍。时绕麦田求野荠，强为僧舍煮山葵。园无雨润何须叹，身与时违合退耕。欲看年华自有处，鬓间秋色两三茎。”（《次韵子由种菜久旱不生》）。言语中苏轼感慨时间无情，自己的鬓上已经“秋色两三茎”。对于此刻的苏轼而言，蔬果肆意生长的小园就是他精神的庇护所，他忙于“种树穿池”的忙碌生活，身体的操劳和疲惫换来的是心灵的安宁。

依旧却躬耕

“走遍人间，依旧却躬耕。”苏轼一生跌宕起伏，饱经磨难，元丰二年的乌台诗案无疑是他为官生涯中第一次重大的转折。到达黄州后，他有四年的躬耕生活，这也让他对“菜味”有了更加深刻的体会。

苏轼在黄州的第二年，马梦得实在看下去苏轼的困窘生活，费尽力气向黄州太守徐君猷请求把50亩旧营地拨给苏轼耕种，耕地在黄州府东边一百多步的地方，被荆棘瓦砾覆盖，已经荒废了很久。这时恰巧又碰上大旱，苏轼带领亲友开垦荒地，花费了很多精力。为了纪念此事，苏轼写下了著名的《东坡八首》。苏轼对这片坡地进行了规划设计，他在低处种上稻谷，高处种麦子。此外他还专门开辟了一个菜园来种植蔬菜。田间地头种植桑树、栗树、枣树、松树、柳树，这些树种都可以向朋友讨来。在苏轼的经营下，东坡上不仅有蔬果粮食类的庄稼，也有景观欣赏类的园艺花卉，这里的田园花木繁茂，生机勃勃。后来他在写给杨元素和堂兄的信中分别写到自己在东坡栽种苹果以自娱，在种植蔬果中聊以忘老，由此可见经营东坡的活动于苏轼而言已经变成一种精神寄托。东坡的耕地已经不单是提供蔬果的场所，也不仅是赖以居住的普通场所，更是他的身心安顿之地、灵魂栖息之所。

后来他又在东坡边上的荒地上营建了“雪堂”，他还专门写下《雪堂记》一文来纪念此事。雪堂前有细柳、水井，西边有微泉，堂下种大冶长老桃花茶、巢元修菜、何氏丛橘（苏轼在《记游定慧院》中曾说自己路过何氏小圃，向主人求得一些丛橘，将他们移种到了雪堂西侧），四周有松柏、枣栗、桑榆环绕。这看似平淡无比的雪堂不仅是他悠游赏花之所、“隐几昼暝”之处，拄杖盘桓之地，也是他躬耕种菜之圃。从早年看到蔬菜生长而感叹韶光易逝、年华易老，到如今将种菜视为一种“聊以忘老”的方式，苏轼经历的不仅是年龄的变化、阅历的增加，更是于世事变幻中对人生本质的深化思考。他发现在躬耕田园的日常生活中可以忘却仕途中的勾心斗角，也不必在意琐事中的得失，所谓“此心安处是吾乡”，这种躬耕田园的生活就是能够让他心安的生活。他在平凡的劳作中找到了生活的本义，摆脱了世事的羁绊，能真正无碍地体察到生命的平淡绵长，感受到陶渊明所说的“此中有真意，欲辨已忘言”。

（本文作者为北京大学哲学系美学专业2023级博士研究生，本文主要参考李溪《清物十志——文人之物的意义世界》一书）