



三江月

博物

责编乐建中 审读刘云祥
2020年4月18日 星期六 美编许明

春风野菜香 儿童斗草忙

张海华 文/摄



盛开的苧菜花



春日迟迟，野菜萌生。在乡下，年长者一般都有春天采野菜的经历。我从小在农村长大，至今犹记得父母去田间采挖荠菜、马兰等回家做菜的往事。不过，现在的孩子，不管是在城里还是农村，恐怕对挖野菜都很陌生了，很多人吃到野菜，通常是在农家乐饭店里。

不过，在古代，农业远不如现在发达，因此采食野菜实在是再平常不过的事。在古老的《诗经》里，就有很多关于春天采野菜的诗。这里就为大家介绍几首诗及相关的常见野菜，同时顺便说说古代孩子们的斗草游戏。

谁谓荼苦，其甘如荠

诗三百，开篇第一首《周南·关雎》，大家都耳熟能详。其第一、二章云：

关关雎鸠，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。

参差荇菜，左右流之。窈窕淑女，寤寐求之。

这里的苧菜，就是一种野菜，它无论在中国南方还是北方，都很常见。苧菜，古今同名，是一种生长在池塘或流动缓慢的水中的龙胆科植物。古代的淑女们喜采其嫩叶、嫩茎作为佳肴。在宁波，如今所见苧菜以栽培的为主，在东钱湖的马山湿地的湖面上，我就见过很多。其盛花期是在5月，金色小花挺立于水面上，成片盛开，很好看。如今，人们种植苧菜主要是为了追求景观效果，至于食用苧菜的习俗似乎已逐渐被大家所忘记。

不过，自古及今，荠菜倒都是广受欢迎的野菜。《诗经·邶风·谷风》是一首“弃妇诗”，诗中以女子的口吻讲述了自己被丈夫抛弃后的悲苦心情。其诗共六章，其第二章云：

行道迟迟，中心有违。不远伊迓，薄送我畿。谁谓荼苦，其甘如荠。宴尔新婚，如兄如弟。

其大意是说：（被休之后）心中悲伤难

忍，难以移动脚步。薄情郎连多送我几步都不愿，刚送过门槛就回去了。谁说苦菜苦？在我这样的苦命人看来，这样的苦简直跟荠菜一样甘甜。你们新婚多快乐，亲兄弟也没你们亲密。

诗中，荼是指一种苦菜，荠即今之荠菜，乃美味的野菜。荠菜在中国广为分布，是属于十字花科（跟油菜同一个科）的植物，为一年或二年生草本。早春，其叶几乎贴地而生，呈莲座状，叶子呈羽状分裂。人们往往于此此时采其叶，回去做菜。荠菜于春天开花，白色的花很小，很容易被忽视，不过其小小的呈倒三角形的果实十分具有辨识度。

陟彼南山，言采其蕨

除了荠菜，《诗经》里提到的蕨，也是现代人十分爱吃的野菜。《诗经·召南·草虫》是一首妻子思念丈夫的诗，全诗如下：

嘒嘒草虫，趯趯阜螽。未见君子，忧心忡忡。亦既见止，亦既覯止，我心则降。

陟彼南山，言采其蕨。未见君子，忧心惓惓。亦既见止，亦既覯止，我心则说。

陟彼南山，言采其蕨。未见君子，我心伤悲。亦既见止，亦既覯止，我心则夷。

这三章的意思差不多，分别以草虫、采蕨、采薇起兴，引发相思之情。这里重点说一下第二章。先解释一下生僻词。陟（zhì），登高。惓（chuò）惓，忧愁的样子。覯（gòu），遇见。说（yuè），即“悦”。其大意是：登上南山采嫩蕨，不见君子心烦忧；只有见到了你，与你相依，我心才会欢悦。

蕨是山中常见的多年生草本植物，尤喜生长在阳坡。每到春天，初生的蕨没有叶子，其茎前段弯曲如握拳状，十分独特。这时候的蕨最适合食用，味道鲜美。如果等叶子都长出来了再采收，其茎杆的纤维就已经老化，吃起来口感就很差了。

我多次吃过用嫩蕨做的菜，如凉拌蕨菜、腊肉炒蕨菜等，都非常好吃，口感润滑，还有一种独特的清香。在山区的农家乐饭店里，这样的菜品比较常见。在供食用前，厨师会先将嫩蕨放入开水烫几分钟，再在凉水中浸泡一段时间，以除掉苦涩味。

采采芣苢，薄言采之

《诗经》里提到的某些野菜，如今以药用为主，食用相对较少，如车前草，见《诗经·周南·芣苢》：

采采芣苢，薄言采之。采采芣苢，薄言有之。

采采芣苢，薄言掇之。采采芣苢，薄言将之。

采采芣苢，薄言袺之。采采芣苢，薄言襋之。

这是一首节奏轻快的劳动歌谣。大家一定已经注意到，从语句结构上来说，这首诗真的非常简单，除了变换了6个动词，其余完全一样，一唱三叹，简洁明了，很有民谣风味。这里的“芣苢（fú yǐ）”，就是现在说的车前草。薄、言，都属于语气助词，只起到补充音节的作用，无实义。剩下的，

就是采、有、掇（duō）、将（luō）、袺（jié）、襋（xié）这6个动词。这些动词都是描述采野菜的，可分为三组，具体含义有所不同，细品之下，显然有层层递进、越采越多的意味。其中，“采和有”是第一组动词，是比较宽泛的采摘，取得的意思；“掇与将”是第二组，都是描述具体的手部动作；掇，强调伸长了手去摘取，而将，则是用手握住野菜向另一端滑动；“袺与襋”是第三组，都是提起衣襟兜着的意思。

古人为什么要采那么多车前草呢？原来，春天的车前草比较鲜嫩，适合作为野菜食用。而且，据说《诗经》时代的古人还相信车前草可以治女子不孕。车前草叶子碧绿，状似耳朵，故民间还有驴耳朵草、饭匙草等俗称。它对土壤要求不高，耐寒、耐旱还耐踩，生存能力极强，是一种在全国广泛分布的常见野草。所谓“车前”，就是说这种野草在车前马下的路边随处可见。

直到现在，人们有时也还会用车前草的嫩叶来做菜，做法包括凉拌、加香辛料煸炒、与肉拌一起作为饺子馅等。说实话，我没有吃过用车前草做的菜，不知其味道到底如何，我倒是记得，由于车前草具有清热解毒之功效，我家曾将其作为药用。我女儿小时候得了湿疹，妻子去小区草地上采了不少车前草，将其洗净后捣出汁，然后用汁水涂在皮肤患处，不过疗效似乎并不佳。

乡野斗草，其乐融融

上文说到，车前草是古人常食的野菜，其实，这种植物还是古人的游戏材料呢。说起游戏，现在很多孩子第一时间想到的，恐怕就是电子游戏。那么，古代的孩子，没有电脑、游戏机、智能手机之类，他们怎么玩呢？古时有一种很“热门”的游戏，叫做“斗草”，不知大家听说过没有？

“斗草”所用之草，主要是车前草。车前草于春夏时节开花，为穗状花序，直立而生。每株草通常有花序四五根，很多小花簇生于其上。用车前草来斗草，并不是拿整株草来斗，而是摘取其花序梗来斗。具体玩法如下：对战双方的花序梗相互交叉，然后同时用力拉扯，可别小看车前草的花序梗，有的还相当柔韧呢，可以经多次“暴力拉扯”而不断。

有一年春天，我曾带队“跟着古诗学博物”的活动，让孩子们在野外学习《周南·芣苢》，还让大家一边背诵此诗，一边采车前草，完全是模拟古代的劳动、唱歌的场景。最后，再让孩子们玩斗草游戏，小朋友们都开心坏了，个个乐此不疲。我记得，有一个孩子的一根车前草的花序梗，竟然接连斗败了他人的近30根，荣获“斗草王”的美誉。

当然，上面说的是玩得比较原始的斗草游戏，不妨称之为“武斗”。后来，文人雅士们又发明了“文斗”，即大家在外游玩时看谁认识的花草树木更多，甚至还比拼谁了解的关于植物的掌故更丰富。怎么样，小小野草，也能带给人无穷的乐趣吧？



车前草