

种菜书

自己种菜，
除了有形的收获，
还有心灵的滋养，
是一种自我疗愈。

种菜书

自己种菜自己吃，
安心又健康！

一个都市农夫
的快乐生活
写照



吴当
著



种菜书

吴当 著



长江出版传媒
湖北科学技术出版社

Green Land 01

种菜书

图书在版编目 (CIP) 数据

种菜书 / 吴当著. -- 武汉 : 湖北科学技术出版社, 2015.12

ISBN 978-7-5352-7607-0

I. ①种… II. ①吴… III. ①蔬菜园艺 IV. ①S63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 211536 号

本书中文简体出版权由台湾秀威资讯科技股份有限公司正式授权, 同意经由湖北科学技术出版社出版发行。非经书面同意, 不得以任何形式复制、转载。

责任编辑: 刘志敏 唐 洁

封面设计: 胡 博

版式设计: 胡 博

出版发行: 湖北科学技术出版社

www.hbstp.com.cn

地 址: 武汉市雄楚大街 268 号出版文化城

B 座 13-14 层

电 话: 027-87679468

邮 编: 430070

印 刷: 武汉精一佳印刷有限公司

邮 编: 430034

印 张: 13.625

开 本: 1/16

版 次: 2016 年 2 月第 1 版

印 次: 2016 年 2 月第 1 次印刷

定 价: 45.00 元

种菜书

吴当 著



长江出版传媒
湖北科学技术出版社

陶渊明的梦



读书人都有一个陶渊明的梦。仕途不顺、职场压力太大，脑海中就不觉浮起陶渊明《归去来兮辞》中的感叹：“归去来兮！田园将芜，胡不归？”退休的文人更会吟哦起：“引壶觞以自酌，眄庭柯以怡颜。倚南窗以寄傲，审容膝之易安。园日涉以成趣，门虽设而常关。”是啊！晴耕雨读，从此生活就在田园与书香中轮转，何等惬意！

我有个同事羡慕田园生活，购地建屋，准备当个新农夫。七月退休后就开始拿起锄头，每天到田里报到。他过惯了规律的生活，仍然准时上下班：八点开工，十二点收兵；午休后又继续工作到五点。几个星期下来，不但频频中暑，也瘦了一大圈，后来又生了一场莫名其妙的病，浑身无力、忽冷忽热，再也无法工作。他说给朋友们听，大家都笑他：“哪有这样的农夫！乡下人摸黑做早餐，天一亮就去田里，十点左右回家；下午则是躲过正午的艳阳，从太阳西斜做到夜幕笼罩。顶着骄阳工作，哪有人不生病的？”他病好后，打消了农夫梦，逢人就说：“当农夫，不是我们这种拿粉笔的人干的。”

我没有坐拥大片农田的壮志，只想有一小块地，种一点菜就心满意足了。可是都市丛



○ 欣欣向荣的菜园



林里寸土寸金，到哪儿寻觅菜地？有人建议：用泡沫盒盛土在屋顶种菜。我一想到盛夏的艳阳，只要一天不浇水，菜就会变成菜干了，始终不敢轻易尝试。

年初，毗邻而居的村长朋友突然问我：“你想种菜吗？大排水沟旁的空地可以去种种看。”那块地已荒了十几年，杂草长得比人还高，从来都没有人想到要利用它来种菜，朋友说：“经常请人来除杂草也不是办法，种菜可以美化环境，也可以生产，一举两得。”有了朋友的嘱咐，第二天我就去观察地形了。

空地上已有了邻居郭太太先行开挖的菜畦，我表明了村长的用意，她让出后面的土地给我试试。我望着荒地，想到近耳顺之年才有一块可以免费种菜的土地，欣喜中有一种幸福之感。当下就决定马上开工。

买了锄头、耙子、小铲子、剪子、水壶等用具，穿上工作服，戴上斗笠，向老婆挥挥手就开始了第一步：挖地整菜畦。由于求学时寒暑假都在田里工作，有许多农事的经验，所以整地工作对我来说并不困难。我画出每个宽约一米的菜畦，锄沟、松土。没想到表土



○ 菜园初辟时的模样

下都是石头，大大小小的石头很快就堆得像小山一样。除了石头就是土香草。我很有耐心地挖着，草也堆得像小丘一样。我的力量像四轮传动车，奋力挺进，一个早上已挖好了一畦。下午继续工作，尽管汗流浹背，我仍是干劲十足，又挖好了一畦。傍晚，我带着满身的疲惫和笑容，开心地回家了。夜里梦见菜园里长满了各色蔬菜，我站在园中犹如阅兵的统帅，笑得像晴空中的太阳。

第二天起床，全身酸痛，差点拿不起锄头，但为了菜园，当然还是得继续努力。挖着石头和杂草，头顶上炙热的艳阳晒着，背上热得火烫，汗水流进眼里，一阵刺痛，整个人昏昏沉沉的，似乎中暑了，赶紧到树荫下休息。想起年轻时在田里工作，哪里知道累：抡着锄头像装了马达的机器，哐哐作响，渴了就到清澈的溪水里像牛一样喝水。而今，数十年没拿锄头，体力已大不如前，正如前人对文人的描写：“四体不勤，五谷不分，手无缚鸡之力”，实在贴切之至。

菜畦有了模样，我开始种菜啰。先参观附近人家的菜园，翻农历查时令蔬菜，到种子店询问并购买菜子，向好友要菜苗……于是种下了最容易存活的葱、红凤菜、韭菜；买来

○ 菜园揭开了成长的序幕



了胭脂茄、青椒、黄椒、生菜、木瓜等菜苗；播下了玉米、秋葵、南瓜等种子，把所有的希望一股脑都种了下去。

虽然菜园只有约七十平方米大，管理起来却比想象中费事。由于采用多元种植，小规模经营，因此施肥、除虫都十分容易，最困扰的是浇水与除草。附近没有干净的水源，我必须从百米外的家中提水过来。当缺水的年份，有时整整一个月不曾下过一滴雨，菜园严重干旱，众菜们个个形容枯槁，让我十分不忍。至于杂草更是令我烦恼。由于我低估了土香草的繁殖力，整地时并未清理干净，种上菜后，它们长得比菜苗还多还快。我每天都得拿小铲子挖土香草；如果几天未挖，就几乎成了土香草地毯，尤其是下过雨后，已分不清是种菜还是种土香草了。看到满菜园的草，就不觉想起陶渊明《归园田居》诗的名句：“种豆南山下，草盛豆苗稀。”如果菜园面积再大个一两倍，我相信离陶渊明描述的情况一定不远，因为草的繁殖力的确不容小觑啊。

虽然菜园的水与草让我烦心，但我早晚辛勤的照顾也是有收获的。蔬菜们长得欣欣向荣：葱不大，却香气浓郁；生菜又脆又嫩；补血的红凤菜营养滑嫩；高级保健蔬菜秋葵，天天都有收获；珍珠糯玉米软糯香甜；豇豆、四季豆清甜爽口；胭脂茄既美又好吃……最重要的是这些蔬菜都是有机种植，绝对不施化肥，不喷农药，新鲜安全。常年陷在农药残留、激素催熟的作物阴影里，能品尝自己种的菜，是何等幸福的事！

无论晨曦中或是夕阳下，我总喜欢徘徊在菜园里，看菜叶上晶莹的露珠，仿佛钻石、水珍珠；看蔬菜们在清凉的晨风中婆娑起舞，好像曼妙的少女；看红霞里的茄子、四季豆、玉米，仿佛怀着美梦，即将在夜幕中甜甜睡去。这时的我就像众菜们的父母，轻轻对它们说：“乖，宝贝们，这是你们舒适的窝，希望你们快快长大！”然后，我心里像拥有了一群乖巧善良的婴儿，甜蜜地、微笑地、满足地，回家！

陶渊明的《读山海经》第一首有这样的诗句：“既耕亦已种，时还读我书……欢言酌春酒，摘我园中蔬……泛览周王传，流观山海图。俯仰终宇宙，不乐复何如？”在喧嚣的市廛里，拥有一座幽静的菜园，和众菜们同甘共苦，仿佛我已化身为陶渊明，融入他那“此中有真意，欲辩已忘言”的境界里了。

壬辰年春 台湾台东鲤鱼山下

吴当，台湾台东县人，台湾师范大学国文系毕业、国文研究所结业，现从事文学教育与创作。曾任国小、国中、高中教师。著有散文、诗集、儿童文学作品等 50 余种。



01

耕耘篇 14



苦瓜
情事

苦瓜

014



豆豆
学习单

豇豆

四季豆

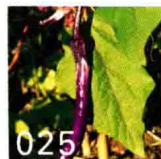
018



菜园
模范生

红凤菜

022



胭脂茄
美女

茄子

025



秀而不实
的南瓜

南瓜

029



坎坷
南瓜路

南瓜

032



玉米
的四季

玉米

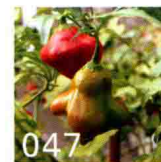
038



爱恶参半
的秋葵

秋葵

043



飞碟
辣椒

辣椒

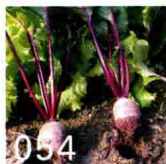
047



红色珍宝
甜菜根

甜菜根

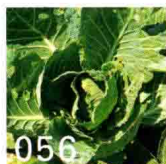
050



甜菜根的
家

甜菜根

054



被虫吞噬
的卷心菜

卷心菜

056



落地生根
的红薯叶

红薯

060



平凡沉潜
的花生

花生

064



丝瓜，
瓜瓞绵绵

丝瓜

068



棚架上的
小精灵

豌豆

074



网室
天地

白菜

大头菜

078



萝卜
联合国

萝卜

082



大头菜的
双城记

大头菜

088



莴苣
金球奖

莴苣

092



石缝里的
小白菜

小白菜

098



无心
插柳

番茄

1007



油菜花般的
台湾树豆

树豆

103



蔬菜的
花花世界

红凤菜花

豌豆花

茴香菜花

豇豆花

茄子花

葱花

108



一苗
难求

白菜

苋菜

空心菜

112



蔬菜
再生实验

茼蒿

莴苣

117



番茄
情人味

番茄

121



草莓
飘香

草莓

126



木瓜
物语

木瓜

131



菠萝花开
旺旺来

菠萝

138





甘蔗的
甜蜜岁月

甘蔗

142



水啊，
水

148



因菜
施肥

153



虫虫
危机

157



菜园
宵小

161



春秋
代序

164



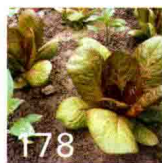
以菜
会友

168



菜园
恋人

172



菜园
絮语

178



02

花絮篇 186



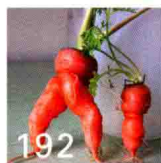
茄子
练瑜珈



韭菜花的
圆舞曲



豌豆须
握手



胡萝卜的
变装秀

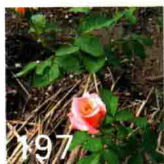


蔬菜听
干旱新闻



学生
参观花园





其他
常种蔬菜



有机种菜
小叮咛



蔬果栽培
季节表



跋
有机耕耘
与阅读

附注>>书中各篇文末的“小百科”是参考医学百科、有机农业全球资讯网、维基百科、乐活营养师等网站撰写，其中营养价值及疗效仅供读者们参考。“美菜小窍门”则为笔者种菜心得，文章中亦有不少描写，请读者们详细参阅。

苦瓜情事

苦瓜

种苦瓜的季节到了，但听说苦瓜难种，也没去问什么原因就决定要种了，反正种菜只是为了兴趣，与收获没太大关系。

到种子店，老板说一颗七元，我没料到会这么贵，只带了二十元，他大方地给了我三颗。路过菜摊，斗大的纸板牌子上写着：“苦瓜一条十元”，硕大的苦瓜像个白白胖胖的小娃儿。

到了菜园，算算株距，挖了四个洞，再去补买了一颗，把它们埋下去就开始期待啦。

整整浇了半个月的水却没动静。我耐不住，挖开一点旁边的泥土偷偷瞧瞧，嘿！竟然看见一根雪白的芽柄，我赶紧盖上泥土。第二天它就推开泥土，准备诞生了，我浇水时向它说：“抱歉！你在泥土里实在待太久了。”它的子叶冒出来时，我差点放一串鞭炮庆贺。

四颗种子最终只发了两棵芽。我去问老板，他说：“不然你买苦瓜苗，一棵十五元。”早知道发芽率不高，当初买苗就好，说不定现在就有苦瓜可吃了。我决定不再买，只用心照顾着这对孪生兄弟。

苦瓜苗长得很秀气，不像旁畦的那些豇豆苗手脚灵活，一个晚上就爬了好几厘米高。它用一种贵妇人的姿态，慢慢地长着。我立了两根柱子把它们靠在上面。奇怪的是它们的触须并不往柱子上钩，风一吹藤蔓就掉下来了。我小心翼翼地把它的长须绕在柱子上，第