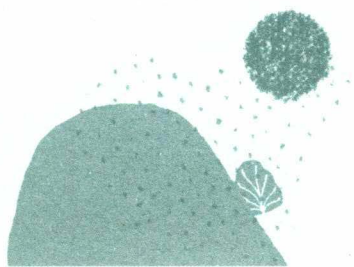


# 蔬菜 月令

我的耕读笔记

徐斌 著



从今天起，做一个幸福的人  
撒种，施肥，收获喜悦  
从今天起，关心粮食和蔬菜  
我有一方菜园，远离尘嚣，四季花开

# 蔬菜 月令

我的耕读笔记

徐斌 著

图书在版编目 (CIP) 数据

蔬菜月令：我的耕读笔记 / 徐斌著. —桂林：广西师范大学出版社，2019.11

（雅活书系）

ISBN 978-7-5598-2207-9

I. ①蔬… II. ①徐… III. ①散文集—中国—当代  
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 204102 号

广西师范大学出版社出版发行

（广西桂林市五里店路 9 号 邮政编码：541004）  
网址：<http://www.bbtpress.com>

出版人：张艺兵

全国新华书店经销

广西昭泰子隆彩印有限责任公司印刷

（南宁市友爱南路 39 号 邮政编码：530000）

开本：880 mm × 1 240 mm 1/32

印张：10 字数：220 千字

2019 年 11 月第 1 版 2019 年 11 月第 1 次印刷

定价：58.00 元

---

如发现印装质量问题，影响阅读，请与出版社发行部门联系调换。

## · 总序

周华诚

“雅活书系”陆陆续续出来了，受到不少读者的欢迎，编辑约我写一篇总序，我遂想起当初策划此书系的缘由。入夜，又细细翻阅书架上“雅活书系”已出的20余种书，梳理并列将出的近10种书的书名，不由心潮起伏，感慨系之，于是记下我的片断感受。

“雅活”这个概念，并非现在才有，中国实古已有之。举凡衣食住行、生活起居、谈琴说艺、访亲会友、花鸟虫鱼、劳作娱乐，这日常生活里的一切，古人都可以悠然有致地完成。譬如，我们翻阅古书，可见到古人有“九雅”：曰焚香，曰品茗，曰听雨，曰赏雪，曰候月，曰酌酒，曰莳花，曰寻幽，曰抚琴；又见古人有“四艺”：品香、斗茶、挂画、插花。想想看，“雅活”的因子，覆盖了日常生活的方方面面；也可以说，“审美”这个东西，已渗入中国人的精神血液里头。

明人陈继儒在《幽远集》中说：

香令人幽，酒令人远，石令人隳，琴令人寂，茶令人爽，竹令人冷，月令人孤，棋令人闲，杖令人轻，水令人空，雪令人旷，剑令人悲，蒲团令人枯，美人令人怜，僧令人淡，花令人韵，金石鼎

彝令人古。

这样一些生活的风致，似乎已离时下的我们十分遥远。随着社会节奏的加快，人们匆促前行，常常忽略了那些诗意、美好而无用的东西。

美的东西，往往是“无用”的。

然而，它真的“无用”么？

几年前，我离开从事多年的媒体工作，回到家乡，与父亲一起耕种三亩水稻田，这一过程让我获益良多。那时我已强烈地感受到，城市里很多人每日都在奔波，少有人能把脚步慢下来，去感受一下日常生活之美，去想一想生活究竟应当是什么样子。

山静似太古，日长如小年。

余花犹可醉，好鸟不妨眠。

世味门常掩，时光篔已便。

梦中频得句，拈笔又忘筌。

当我重新回到乡村，回到稻田中间，开始一种晴耕雨读的生活时，我真切地体会到内心的许多变化。我也开始体悟到唐庚这首《醉眠》中的“缓慢”意味。我在春天里插秧，在秋天里收割，与草木昆虫在一起，这使我的生活节奏逐渐地慢了下来。城市里的朋友们带着孩子，来和我一起下田劳作，插秧或收获，我们得到了许多快乐，同时也获得了内心的宁静。

我们很多人，每天生活在喧嚣的世界里，忙碌地生活和工作，停不下奔忙的脚步。而其实，生活是应该有些许闲情逸致的。那些闲情雅致或诗意美好，正是艺术的功用。

钱穆先生说：“一个名厨，烹调了一味菜，不至于使你不能尝。一幅名画，一支名曲，却有时能使人莫名其妙地欣赏不到它的好处。它可以另有一天地，另有一境界，鼓舞你的精神，诱导你的心灵，愈走愈深入，愈升愈超卓。你的心神不能领会到这里，这是你生命之一种缺憾。”

他继而说道：“人类在谋生之上应该有一种爱美的生活，否则只算是他生命之夭折。”

这，或许可以算是“雅活书系”最初的由来吧。

“雅活书系”，是一套试图将生活与文艺相融合的丛书。它有一句口号：“有生活的文艺，有文艺的生活。”在我们看来，文艺只是生活方式的一种。文艺与生活，本密不可分。若仅有文艺没有生活，那个文艺是死的；而若仅有生活，没有文艺，那个生活是枯的。

“雅活书系”便是这样，希望文艺与生活相结合，并且通过一点一滴、身体力行，来把生活的美学传达给更多人。

钱穆先生所说的“爱美的生活”，即是“文艺的生活”。下雪了，张岱穿着毛皮衣，带着火炉，坐船去湖心亭看雪。一夜大雪，窗外莹白，住在绍兴的王子猷想起了远方的老友戴逵，就连夜乘船去看他；快天亮时，终于要到戴家了，王子猷却突然返程，说：“我本乘兴而行，兴尽而返，何必见戴！”同样，还是下雪天，《红楼梦》里的妙玉把梅花瓣上的白雪收集起来，储在一个坛子里，埋入地下三年，再拿出来泡茶喝。也有人把梅花的花骨朵摘下，用盐渍好，到了夏天，再拿出来泡水，梅花会在沸水的作用下缓缓开放。

——这都是多么美好的事！

生活之美到底是什么？从这套“雅活书系”里，每一位读者或许都能找到一点答案。当然，这并不是“雅活”的标准答案，生活本无标准可言——每个人的实践，都只是对生活本身的探寻。而当

下的生活，如此丰富，如此精彩，自然也蕴含着无比深沉的美好。“雅活书系”或许是一束微弱的光，是一个提示，提示各位打开心灵感受器，去认识、发现、创造各自生活中的美好。

很荣幸，“雅活书系”能得到读者们的喜欢，也获得了业内不少奖项。我愿更多的人，能发现“雅活”，喜欢“雅活”；能在“雅活”的阅读里，为生活增一分诗意，让内心多一丝宁静。

写完此稿搁笔时，立夏已至，山野之间，鸟鸣渐起。

2019年5月6日

## · 序

# 体恤、悲悯和感恩

魏振强

我和徐斌相识十几年了。这要感谢文字的缘分。十多年前，我初次读到徐斌的文字，就被它的平实、素雅和安静打动。文字是一个人的影子，徐斌的文字背后也该立着一个可爱的人。

这十多年来与徐斌交往的经验让我有些得意——我当初的判断是对的。

徐斌和我是老乡，我们都是1960年代生于乡下，童年和少年时代喂过猪、养过牛、砍过柴、割过稻子，也都饿过肚子挨过冻，而后通过高考的严酷考验，摆脱了世代为农的命运。有些意思的是，我离开当初任教的学校不久，徐斌被调进了那所学校。在那里，我们虽然并无交集，但在学校的史册中，我们的职务都是“教职工”。

我们的家乡和县地处长江下游，与芜湖、南京等地交界，曾为古和州所辖。因为地处要冲，历代兵家曾厮杀于此。境内的乌江系长江的一条支流，原本寂寂无名，后因楚霸王在此拔剑自刎而广为人知。徐斌的老家就在离乌江不远处的一个村庄。在农村长大的徐斌，年幼时历经诸多艰辛，这当然不值得大惊小怪，他的艰辛其实也是那个年代乡下人共同的艰辛。所不同的是，徐斌在人生的初始即遭遇了生活的严寒冰霜——失去了疼他爱他的母亲。幼时失恃，

乃人生至痛。漫漫长夜中，年少的徐斌一定有过仰望天空、暗自垂泪的经历。泪水柔软，也坚硬，被泪水淘洗过的眼睛，更清澈；被伤痛侵害过的心会更慈悲，也更坚忍。我读过徐斌的很多叙述少时生活的文字，很少看到对苦难的描述；他偶尔叙述少时的窘迫，也多半是为了烘托和感激别人的恩惠，即使写到他早逝的母亲，也仅是三言两语，像是独自在风中的小声叹息。这样的姿态，总会让我动容——只有对苦难感受深切的人，才不会轻言伤痛，不会“炫耀”苦难。这样的人，更有体恤和悲悯之心，更容易对他人的苦痛感同身受，对他人的幸福和幸运报以真诚的祝贺和祝福；同样，这样的人，在生活中也会更练达，更柔润，更迷人。

我用“迷人”来形容徐斌，并非溢美之举。我和徐斌有着频繁的交流 and 交往，在我的印象中，徐斌为人热情，但这种热情却不是夏日般的那么炽烈，而是如冬阳一样悄然散发热量，让人有一种妥妥的熨帖；他在众人欢聚的场合，总是安静地坐着，笑眯眯地听，小声地说，纵然偶尔率性，喝得有点高，也不会妄言乱语；倘若有朋友失态、失言，他还会巧妙地帮着圆场，免于让人陷入尴尬、窘迫。这些都是琐事，但透过琐事最能看清一个人的真面目。徐斌在“琐事”中表现出的沉静、温润和周到，让我常有在发黄书页中邂逅古君子的感觉。这种难得一见的“老派”风格，与乡村曾经的淳朴有关，与他父母的血脉有关，与他年少时遭遇的艰辛和伤痛有关，也与他朴素的知识分子的自觉意识息息相关。

徐斌爱读书，涉猎极广，特别是文学、哲学和自然之类的书籍，他更是痴迷有加；他又是极爱观察和思考的人，他从鲁迅如刀似剑的文字中读出脉脉温情，从魏晋文人的豪放不羁中读出雅人深致，从前辈教育家的闲谈、逸事中读出责任和职业尊严。这种读书姿态，不仅是为了获取知识的养分，更是为了检点内心，涵养自我。徐斌

深爱自然，他喜欢静坐水边垂钓，不是一鱼之乐，只是为了享受面对微波的安宁和惬意；他喜欢独自在荒野、河边骑行，晨露初起时悄然出发，夕阳西下时方归，虽满身疲惫，却又是满心欢喜。徐斌对自然的亲近和热爱，并不是消极的“遁世”，而是一种更为主动的发现和寻找，寻找生活的诗意，让自己的生活更纯净、内心更丰盈，让自己更懂得体恤、悲悯和感恩。正是这种自觉自省意识和主动寻找生活诗意的姿态，才成就了徐斌身上可贵的“老派”风格。

徐斌的体恤、悲悯和感恩，在这本著作中也得以完整呈现。

三年前，徐斌幸运地与一块城市菜园相遇；那块菜园也是有幸地，遇到了一位最懂它、最会善待它的人。春去冬来，日升日落，菜园中的徐斌不是一个矫情的体验者，他脱去衣衫，弯腰屈膝，翻地、播种、浇水、施肥、掐尖、除草，每一个细节都是那么谨严而虔诚。他小心翼翼地侍弄、呵护每一棵弱小的幼苗，像是在课堂上小心地呵护他的那些敏感而自尊的学生，生怕伤到它们、“弄疼”它们、委屈它们；面对泥土下的一条蠕动的蚯蚓，面对土垄上一朵悄然绽开的萝卜花，或是一个含羞待放的番茄花苞，徐斌总是满怀诚敬，满心怜爱。在徐斌的眼中，每一粒种子，每一棵蔬菜，每一只路过的蝴蝶、蜜蜂，都是可亲可爱的小生灵。他笑意融融地打量它们、抚摸它们，又面带几分得意，描述它们的模样，讲述它们的故事。

徐斌这几年为他的那块菜园写下了三十万字的散文。在我有限的阅读经验中，如此大体量地为平凡的蔬菜写下这么多文字的人，确实少见。徐斌不厌其烦地书写、讲述他的每一种蔬菜、每一次种菜经历，是因为他的内心洋溢着对生活的深情。因了这份深情，他对泥土的热爱，对植物、动物的体恤和悲悯，对每一缕及时赶来的阳光、每一阵如约而至的雨水的感恩，总是让人怦然心动。同样，因为披着真挚、深情的底色，徐斌的文字像是初阳下的露珠，始终

闪耀着澄澈而灵动的光芒。而更难能可贵的是，因为有着丰厚的学养和深厚的文字功力，徐斌写菜园，写茄子、辣椒、白菜、芫荽，神游八极，张弛有度，偶尔的联想和议论，总会让人惊喜、艳羨，又不禁静默、长思。

能让人掩卷长思的文字，无疑有着动人的力量；能让人珍惜和敬重的人，一定有着迷人的灵魂。对我来说，能与徐斌相识，与他的诸多文字相遇，确实是幸运之事。我这么说的时候，徐斌笔下的那些蔬菜们说不定也会说，瞧，我们也幸运啊，我们遇到了一位懂我们、惜我们的人，他是我们的知音！

（魏振强，《安庆晚报》副刊部主任，安庆市作协副主席。著有散文集《茶峒的歌声》，《最后一份晚报》入选语文版小学语文课本。）

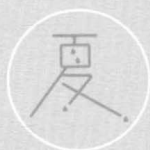
# 目录



## 第一辑：春

- 每每邂逅 … 003
- 欣欣向荣 … 008
- 被春天吵醒 … 012
- 菜有百样绿 … 015
- 今日雨水 … 018
- 白菜之名 … 021
- 拍拍春天的脸 … 024
- 播种希望 … 027
- 拜访蔬菜 … 030
- 蔬菜月令 … 033
- 把土豆种到土里 … 036
- 我在挖地 … 039
- 豆豆出生记 … 042
- 我的阿兰若 … 045
- 紫菜花与萝卜花 … 048
- 顺理成章 … 050
- 读吴伯箫 … 052
- 种菜也是修行 … 055
- 葛笋冒臺 … 058
- 多劳少病 … 061
- 雨生百蔬 … 064
- 最美的遇见 … 070
- 人参菜 … 073
- 生菜与鹅  
——兼读《一个青年艺术家的画像》… 076
- 苦菊 … 080





## 第二辑：夏

搭起豆架是立夏 … 085

一茎山药爬上来 … 088

洋辣子 … 091

小满 … 094

把老蒜编成辫子 … 97

芒种驿站 … 100

芒而不茫 … 103

绿瓠子 … 106

一抹胭脂 … 109

清丽如斯菊花脑 … 112

小白菜 … 115

冬瓜 … 118

瓜豆过夏 … 121

蔬菜的口哨 … 124

青青子衿 … 128

毛豆宴 … 131

霉干菜 … 134

忧伤的黄瓜 … 137

掏空菜瓜做笔筒

——兼读海饼干《我知道所有事物的尽头》… 140

辣椒树 … 143

蔬菜的小暑 … 146

玉牙似的米 … 149

披星戴月 … 152

苦尽甘来 … 155

诗和远方 … 157

山药的蛋 … 160

腐草为萤 … 163

蔬菜的尊严 … 166

种菜与出汗 … 169

洋葱与西红柿 … 171

菱叶菜 … 174

南瓜花 … 177

一路歌唱 … 180

割草 … 182





### 第三辑：秋

秋日款款 … 187

一帘幽梦 … 190

时光的记忆 … 193

处暑不“惊” … 196

米豇豆 … 199

另类妩媚 … 202

蔬眠雨后哇 … 205

撒把菜籽便成景 … 208



不够用的秋天 … 212

空心菜 … 215

我的克罗菜园 … 218

蔬菜的村庄

——兼读周凌云《屈原的村庄》… 221

豆子这辈子 … 225

铁棍山药 … 228

坚强的菜籽 … 232

我们的歌 … 235

秋天最后的驿站 … 238

怒放的生命 … 241

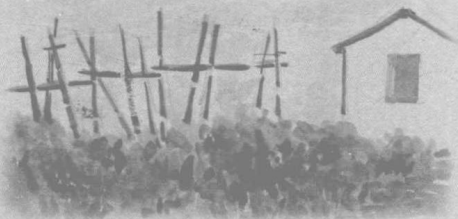


#### 第四辑：冬

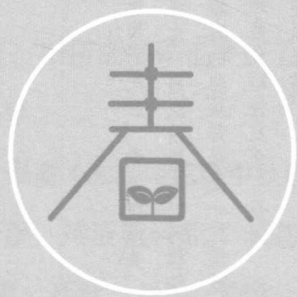
- 多么美好的世界 … 245
- 万物美好 … 248
- 把生活过成诗的模样 … 251
- 暖心萝卜 … 254
- 芫荽 … 257
- 初冬的慈姑 … 260
- 我的黄金时代 … 263
- 贴地飞行 … 266
- 芹菜自来香 … 269
- 一棵青菜就要起墓 … 271
- 在园子里想起米勒的画 … 274

- 蔬菜不冬眠 … 277
- 留得葫芦看 … 280
- 豌豆范儿 … 283
- 没有阳光不行 … 286
- 冰花菠菜 … 290
- 极简主义以及对蔬菜的情谊 … 293

#### 后记 … 297



第一辑：



春为岁之首，希望在前头。当我用铁锹挖开冰冷的泥土，当我用锄头打碎板结的泥垡头，当我点播一宕宕的韭菜并盖上一把柔软的干稻草，我知道又一畦韭菜即将发芽、长高，如同姑娘们黑油油的长发迎风飞舞。