

东坡知登州故事①

苏轼与登州石芝

吴忠涛

苏轼与石芝，自黄州梦中初识，绵延十余载。登州任期，他记闻其生于海岛，后在京城亲尝其滋味。从元丰初年到元祐末年，这枚仙物石芝，见证了他仕途的起伏，谪居、起复、入朝、失意，可谓“闻仙草青云直上，品石芝跌宕起伏”。

黄州梦芝

元丰三年五月十一夜，湖北黄州。四十五岁的苏轼，因“乌台诗案”以黄州团练副使之职，贬谪于此，寄居于城南临皋亭。那一晚，月色清明，他睡得正酣，忽做一梦。

梦中，他信步走入一户人家。推开西侧小门，见一幽静庭院：院中有古井，井栏周围堆满苍青色的石头，石上生着紫藤，蜿蜒如龙蛇，枝叶好似红色的箭矢。

主人见他好奇，笑道：“此乃石芝。”苏轼率性折下一石芝，放入口中，在众人惊愕失笑中，初尝如鸡苏（一种薄荷），细品竟丝丝甘甜。

次日醒来，这奇异之梦久久萦绕心头，他遂提笔写下《石芝（并引）》——

空堂明月清且新，
幽人睡息来初匀。
了然非梦亦非觉，
有人夜呼祁孔宾。
披衣相从到何许，
朱栏碧井开琼户。
忽惊石上堆龙蛇，
玉芝紫笋生无数。
锵然敲折青珊瑚，
味如蜜藕和鸡苏。
主人相顾一抚掌，
满堂坐客皆卢胡。
亦知洞府嘲轻脱，
终胜嵇康美王烈。
神山一合五百年，
风吹石髓坚如铁。

彼时的苏轼不会想到，这个梦竟会延至多年后，在千里之外的登州与海岛石芝，邂逅，结缘。

登岛闻芝

元丰八年，苏轼知登州（今山东蓬莱）军州事，从黄州谪居五年后重新起复，来到并喜欢上这座滨海之城，誉为“山海名邦”。

据苏轼《北海十二石记》描述，登州临海，目力所及，沙门、鼉矶、牵牛、大竹、小竹“凡五岛”，出没涛中，“真神仙所宅也”。这素称蓬莱仙岛的地方，自古就是秦皇汉武寻仙访药之处。

苏轼站在蓬莱阁上，望着“重楼翠阜”的岛屿，若隐若现，心中涌起万千感慨。他从史籍档案中，从同僚交流中，得知这些岛上有奇物——“上生石芝、草木，皆奇玮，多不识名者”。（《北海十二石记》）。

原来，登州“海上诸岛，石向日者多生耳，海人谓之石芝，食之味如茶，久而益甘。海上幽人或取服之，

言甚益人。”意思是：石芝采来嚼食，初味如荼（古称苦菜），略带苦涩，久之回甘，满口生香。更有海上隐士，取而服之，说此物对人非常有好处。

苏轼对草药生于深山、海岛有深入研究，登州“芝”味，来自此神仙之岛，既是题中之意，也在情理之中。登州石芝，正如他五年前梦中尝过的仙草，特殊地理带来的生物多样性，使长岛药材资源十分丰厚，陆地药材有204科、569种，海洋药材有91科、154种。

苏轼在登州写的《鰻鱼行》中，面对沙门诸岛的美味佳肴，特意将石芝与鲍鱼并举：“肉芝石耳不足数”——在鲍鱼之外，石芝石耳也是登州海岛十分珍贵的。

扬州炫芝

苏轼平时祛病健体，善用食疗之方，朋友们有个大疾小患的，他也会逞能炫技，无私帮助。元祐七年正月二十八，他在扬州任知州军州事，至八月下旬起官至兵部尚书、龙图阁学士兼侍读。

此时，苏轼离开登州已七年。暑期未过，苏轼写书调侃好友鞠持正，云：“两日薄有秋气，伏想起居佳胜。蜀人蒲永升临孙知微《水图》，四面颇为雄爽。杜子美所谓‘白波吹素壁’者，愿挂公斋中，真可以一洗残暑也。”（《苏轼文集》卷五十九）意思是要避暑期尾巴，临摹个孙知微（五代后蜀画师）水图，挂杜甫诗于墙壁，想必就能消暑解热。

其间，他收到鞠持正来信，言身体不适、腹中微痛。苏轼当即回了一封《与鞠持正书》：“知腹疾微作，想即平愈。文登（今登州）虽稍远，百事可乐。岛中出一药名白石芝者，香味初若嚼茶，久之甚美。闻甚益人，不可不白公知也。白石芝状如石耳，而有香味，以此为辨，秘之。”（《苏轼文集》卷五十九）

苏轼的意思是：登州虽远，但那儿什么都好。海岛上出产一种叫白石芝的药，刚嚼时像茶，久品特别香，听说对身体极好，这我可不能不告诉你。这东西长得像石耳，但区别就在于有香味——记住这个辨别方法！最后，他顽童般连说两声：“保密啊！千万保密！”

有趣的是，信中的“百事可乐”四字，说的就是登州的山海和谐、人事和乐。由“百事可乐”到“山海名邦”“人淳事简”，足见苏轼对登州评价之高。

京师食芝

元祐八年，苏轼与弟辙都在京师开封，哥哥为端明殿学士兼翰林侍读学士、授礼部尚书，弟弟为大中大夫守门下侍郎、副宰相。某日，“客有至自登州者，言海上诸岛……多生耳……客以一篮遗子瞻”。（《苏

辙集》栒城后集卷一）

说的是有客人携石芝一篮，自登州而来相赠，自言海上诸岛多生石芝。这正是苏轼心心念念的登州海岛仙草，他大喜过望，立刻唤来弟弟：“子由，快来！登州海岛石芝到了！”兄弟二人当即烹而食之。那石芝入口，初嚼如荼，微苦；久之，果然回甘满口，“甚美”。食后，苏轼竟有仙气飘飘之感。

苏轼京城失意，十月到定州就任，很快收到了弟弟苏辙的来信，信中有一首以《次韵石芝并引》为题的诗。诗中的一字一句，牵动着苏轼的情感，苏辙同样感到黑云压城，其次韵作诗，如此详记此事——

鸡鸣东海朝日新，
光蒙洲岛雾雨匀。
一晞石上遍生耳，
幽子自食无来宾。
寄书乞取久未许，
箬笠蕉囊海神户。
一掬谁令坠我前，
无为知我超诸数。
此身不愿清庙瑚，
但愿归去随樵苏。
龟龙百岁岂知道，
养气无息存其胡。
尘中学仙定难脱，
梦里食芝空酷烈。
中山军府得安闲，
更试朝霞磨镜铁。

苏辙此诗依苏轼原诗韵脚而创作，全诗以东海朝日、石上生耳等海上奇观起兴，通过“幽子自食无来宾”等场景，呈现隐士独居的意象。诗中“但愿归去随樵苏”，直言退隐山林之志，“养气潜息存其胡”，则涉及道家修炼之法。

苏轼十分感慨，提笔追记写下：“予昔梦食石芝，作诗记之，今乃真得石芝于海上，子由和前诗见寄。”

诗中还有一段有趣的插曲，他提及此前在京师时，有人凿井挖到一个“如小儿手”的东西，臂指俱全，肌肤纹理宛如生人。隐者告诉他，这叫“肉芝”。别人见了吓得跑开，苏轼哥俩却认为是天赐之物，一同享用。

这份胆量，这份好奇，天下怕是谁没了，苏轼在诗中有记录——

土中一掌婴儿新，
爪指良是肌骨匀。
见之怖走谁敢食，
天赐我尔不及宾。
旌阳远游同一许，
长史玉斧皆门户。
我家韦布三百年，
只有阴功不知数。
跪陈八簋加六瑚，
化人视之真块苏。
肉芝烹熟石芝老，
笑唾熊掌吨雕胡。
老蚕作茧何时脱，
梦想至人空激烈。
古来大药不可求，
真契当如磁石铁。
后来，苏轼意犹未尽，又作《书石

芝诗后》，云：“中山（指定州）教授马君，文登（登州）人也。盖尝得石芝食之，故作此诗，同赋一篇。目昏不能多书，令小儿执笔，独题此数字。”

此诗表明，苏轼当时身体欠佳，视力模糊，但仍坚持为登州人马君题字。马君曾获得石芝并食用，苏轼因此创作此诗，同时邀请他人同赋一篇。

石芝之谜

说了这么多，石芝究竟是什么东西？

东晋道家葛洪在《抱朴子·仙药》中这样描述石芝：“石芝者，石象芝也。生于海隅名山，及岛屿之涯有积石者，其状如肉，象有头尾四足者，良似生物也。附于大石，喜在高岫险峻之地，或却著仰缀也。赤者如珊瑚，白者如截肪，黑者如泽漆，青者如翠羽，黄者如紫金，而皆光明洞彻，如坚冰也。”

按此描述，石芝确如传说中的“仙药”，“令人轻身，长生不老”。而苏轼笔下的“白石芝”，更具体一些：状如石耳，有香味，初嚼如荼，久之甚美。石耳是生长在悬崖绝壁上的地衣类植物，形似木耳而附于石上。苏轼说白石芝“状若石耳，而有香味”，可见它是一种有特殊香气的地衣或菌类。

至于“肉芝”，就是古人所说的“太岁”，又称“肉灵芝”。《山海经》中称“视肉”“聚肉”，传说吃一片能再生一片，是古代帝王追求的养生佳品。李时珍《本草纲目》将其收入“菜”部“芝”类，说“久食，轻身不老，延年神效”。现代科学家认为太岁是一种大型黏菌复合体，至今在显微镜下仍观察不到细胞结构。

不过，石芝和肉芝不是一回事。石芝生于石上，肉芝出于土中。苏轼在登州向鞠持正推荐的，是石芝；而他在京师与人分享的，既有石芝，又有肉芝。

古人称“三芝”，为石芝、灵芝、肉芝。这灵芝，除了神农尝百草与灵芝的发现，其他如白蛇传中的灵芝救母，秦始皇求长生不老与灵芝，瑶池圣母派仙鹤赐灵芝，其发生地似都与蓬莱仙岛有关。

有趣的是，苏轼对石芝虽梦里心心念念，任职登州却无缘得见。最终让他尝到这滋味的，还是登州人千里迢迢带的随手礼。苏轼兄弟俩有幸同食石芝，并写信留诗。这在中国饮食、医药文化史上，堪称一段佳话。如今，登上蓬莱阁，远眺长岛（古沙门诸岛），海雾茫茫，涛声依旧。苏轼与登州海岛，与仙草石芝，自有天定之缘。他在《北海十二石记》中盛赞沙门诸岛“真神仙所宅也”，而石芝，恰是这片山海馈赠予“五日太守”最珍贵的礼物。

一枚石芝，不仅串联起苏轼人生中从低谷走向辉煌的关键节点，更在历史的长河中留下了仙山仙药的袅袅回响，令今人追念不已。

