

今天是世界粮食日

读《诗经》 识五谷

## 在古诗词中读懂粮食 学会珍惜

“春种一粒粟，秋收万颗子。”“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”勤俭节约与爱惜粮食，自古以来是中华民族优良传统。今天，让我们从《诗经》中认识五谷，从古诗词中读懂粮食，学会珍惜，在历史文化中学习、成长吧！

我国古代的主要粮食作物称为“五谷”，有着几种不同的说法：一说是麻、黍、稷、麦、豆，一说是黍、稷、菽、麦、稻。其中稻是水稻，黍是黄米，稷是粟米（或解为高粱），麦是小麦，菽是豆类，麻是大麻。下面，我们就从《诗经》中来了解几种主要的粮食作物。



### 黍与稷 ——古又名: 秬; 秠

《王风·黍离》：彼黍离离，彼稷之穗。  
《魏风·硕鼠》：硕鼠硕鼠，无食我黍。  
《小雅·黍苗》：芃芃黍苗，阴雨膏之。

黍生长期短，耐旱耐瘠，最适合干旱地区栽培，后来发展成许多不同的品种，如秬、秠等。黍在《诗经》时代以前直到唐宋时代，都是中国人的主食。

浙江大学文学院教授、古代文学专业博士生导师周明初的观点是：黍和稷，都是禾本科黍属植物，实际是同种植物，只是穗形和籽实有所不同。他说，在《诗经》中，“黍”被提到了19次，“稷”被提到了18次，是“出镜率”最高的头部粮食作物。可见在《诗经》时代，也就是西周至春秋中叶之间五百多年的时间里，黍和稷是两种最重要的粮食作物。

具体来说，黍的主穗轴是弯的，穗和分支向一侧倾斜，籽实带黏性；而稷的主穗轴直立，穗的分支向四周散开，籽实不带黏性。从使用上来看，黍除食用外，主要用来酿酒，而稷更多是用来煮食。

### 稻 ——古又名: 秼

《豳风·七月》：八月剥枣，十月获稻。  
《小雅·甫田》：黍稷稻粱，农夫之庆。  
《小雅·白华》：淝池北流，浸彼稻田。

稻我国的栽培历史至少有4000年，《诗经》中提到的稻，依据各注释家的意见，应为“秼稻”，即近称“粳稻”，为米饭的主要来源。

《周颂·丰年》中的“秼”是稻的又称。此外，有圆而黏的糯米稻，米白如霜粒，一般用来制作糕点果品，也用来酿酒。

由《诗经》来看，华南虽为水稻的主要产区，但最迟在《诗经》时代，黄河流域已经有栽培。

### 麦 ——古又名: 来

《鄘风·桑中》：爰采唐矣？沫之乡矣。  
《大雅·生民》：禾役穰穰，麻麦幪幪，瓜瓞嗶嗶。  
《鲁颂·閟宫》：黍稷重穆，植穉荻麦。

麦子有大麦、小麦之分，《诗经》里的“麦”主要是指小麦，也称为“来”，《诗经》里的大麦，则称为“牟”。

麦子的原产地，一般认为是在西亚的新月沃地，即两河流域及周围地区，大约在史前时期已经传入中土。《周颂·思文》中的这句“貽我来牟，帝命率育”告诉我们，在商周时期，麦子已有较广泛的种植。

### 菽 ——古又名: 藿

《小雅·小宛》：中原有菽，庶民采之。螟蛉有子，蜾蠃负之。  
《小雅·白驹》：皎皎白驹，食我场藿。  
《小雅·采芣》：采芣采芣，筐之营之。

菽原先是豆类的总称，专指大豆或者黄豆，直到汉代以后才改称为豆。

《诗经》中的“菽”主要是指大豆。《大雅·生民》有一句“藿之荏（rěn）菽，荏菽施（pèi）施”，说的就是这种植物。在《诗经》时代，大豆主要是煮熟了食用的，称为“豆饭”。

古籍中记载的“戎菽”及“荏菽”均为大豆的古称。大豆的叶子则称为“藿”，茎称为“萁”，如曹植的“煮豆燃豆萁”。

国人栽培大豆的历史悠久，栽培地区广大，多地都有野生大豆的分布和栽培的记录。

### 麻 ——古又名: 苴

《王风·丘中有麻》：丘中有麻，彼留子嗟。  
《陈风·东门之粉》：不绩其麻，市也婆娑。  
《豳风·七月》：九月叔苴，采荼薪樗。

《诗经》中的“麻”指大麻，也叫火麻，雌雄异株。雄株叫“枲”（xǐ），主要取其纤维织布制衣。雌株叫“苴”（jū），主要收取其籽实食用，为“五谷”之一。

大麻是古代最重要的植物纤维原料，当粮食不足时，也采麻籽食用。“九月叔苴”意思就是在农历九月采集麻籽。这种麻籽含油量高，多食伤身，一般都是穷苦百姓所食用。大麻的花称为“麻蕒”，农历五六月开细黄花成穗，随即结出果实，种籽可以提炼油。

雌性大麻的茎、叶和籽实的果壳、苞片含有致幻成分，是提取毒品“大麻”的主要原料，现在已经被许多国家列为禁止种植的植物。

### 赏诗句·体察农情

从古诗中，可以感受农时节的繁忙，懂得粮食生产的不易，体会农民生活的艰辛。

一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。让我们诵读这些经典诗句，并从今天起努力做到：不浪费每一粒粮食，不辜负每一份辛劳。

#### 《观刈麦》（节选）【唐】白居易

妇姑荷箬食，童稚携壶浆，  
相随饷田去，丁壮在南冈。  
足蒸暑土气，背灼炎天光，  
力尽不知热，但惜夏日长。

#### 【释义】

（农民终年没有闲暇，到了五月加倍繁忙。夜里吹来暖暖南风，地里小麦盖垄熟黄。）  
妇女用筐挑着食物，孩子提壶盛满水汤。相伴到田里送饭食，男人劳作在南山冈。脚被地面热气熏蒸，背烤着火辣的阳光。精疲力竭不觉酷热，只是珍惜夏日天长。

#### 《观田家》（节选）【唐】韦应物

丁壮俱在野，场圃亦就理。  
归来景常晏，饮犊西涧水。  
饥劬不自苦，膏泽且为喜。  
仓禀无宿储，徭役犹未已。  
方断不耕者，禄食出闾里。

#### 【释义】

健壮的青年都到田地里去干活了，留在家里的女人就收拾家门口的菜园子，准备种菜。他们每天都忙忙碌碌，回到家已经很晚了，还得把牛牵到村西的溪沟里让它饮水。

这样又累又饿，他们自己却不觉得苦，只要看到雨水滋润过的禾苗心里就觉得欢喜。可是即使他们整日忙碌，家里也没有隔夜粮食，而劳役却是没完没了。

#### 《五歌·刈获》（节选）【唐】陆龟蒙

自春徂秋天弗雨，廉廉早稻才遮亩。  
芒粒稀熟穗更轻，地与禾头不相拄。

#### 【释义】

从春天到秋天都不下雨，稻苗长势不佳，勉强盖住土地。往日稻穗沉甸甸压低了头，但现在稻谷稀稀疏疏挂在穗上，即便成熟了也不饱满。

#### 《农家》【唐】颜仁郁

半夜呼儿趁晓耕，羸牛无力渐艰行。  
时人不识农家苦，将谓田中谷自生。

#### 【释义】

半夜里就喊起孩子们，趁着天刚破晓下田犁地，瘦弱的老牛有气无力，拉着犁在田里艰难地走着，累得几乎拖不动犁具了。一般人不知道种田人的辛苦，竟说田里的稻禾是自然而然就长成的。

