



一代枭雄与温岭这个村有关？

通讯员 陈慧 陈雨露

在城西街道，有一个奇特的村名，叫作王府基村。这个村名是从何而来的呢？王府基村内，除了巍峨耸立的牌坊，还有一个纪念馆来头不小，这是纪念明代方国珍的。据传方国珍曾屯兵于此，建立王府，故此地得名“王府基”。方国珍是否真在这里建立了王府？他与温岭都有哪些爱恨纠葛？不妨来聊一聊方国珍与温岭的那些事。

明《嘉靖太平县志》载：“杨屿方国珍兵起。”“方国珍，世居黄邑之洋屿。洋屿者，近海童山也。”王府基旧称洋屿，附近有童山，还有半野河——应允中、朱侑、潘义和等乡绅民团与起义军征战的地方。据大量文献考证，方国珍（1319—1374），台州黄岩洋屿（今路桥）人，又名方谷珍，元末明初浙东农民起义军领袖，其最早起义的基地在温岭松门一带。

方国珍起义要从其生活的时代说起。元朝末年，政治腐败，不仅民族阶级矛盾交织，更是天灾人祸共生。台州是南宋末代太后谢道清的故乡，“南人”聚居。当地人民在军事、政治、经济等方面受到的歧视和迫害特别严重，相传元初十户人家共用一把菜刀。而且连年发生天灾，58年间发生灾荒18次，两次严重到“人相食”的地步。至正四年（1344）七月，发生大海啸，大风吹海船上平陆二三十里，沿海地区受灾严重。而当时浙江赋税占全国的十分之七，加上官吏贪腐枉法成风，简直民不聊生。至正初，黄岩李大翁啸众反元，出入海岛，劫夺漕运船，杀使者；后蔡元一从李大翁造反。

新河南监是当时官方盐业机构所在地，新河、长屿、松门一带都是盐滩。方国珍一家主要从事海上运输工作，曾与蔡元一因争盐业经营权而结下梁子。在蔡元一被悬赏捉拿之时，方国珍便纠集了一帮人，欲擒蔡元一报仇雪恨。哪知蔡元一主动投案自首，总管焦鼎接受贿赂，竟不计其罪。方国珍很是气愤：“蔡能为寇，我不能耶？”于是萌生造反念头。

至正八年（1348）十一月，方国珍一家人在遭到仇人诬告，上诉无果，官府急捕之时，奋起抗击。方国珍以桌为盾，以杠为矛，击杀巡检，与其兄弟逃至海上，用十多日便聚集了台州、永嘉毗邻山区的贫苦民众数千人，在松门、大陈、玉环一带揭开了元末农民大起义的序幕。《太平县志》里记载了方国珍至塘下借桅木，与戴氏结亲家，在松门港借粮，带领众人大战半野河，进攻大坞（坞根）赵师闰，镇压白山、牧屿等地大姓，逼迫乡绅人庆元（宁波）幕府，与元军两次在松门附近海战，将朵儿只班、孛罗帖木儿活捉等众多大事，为当地百姓口碑相传。期间，方国珍两次主动被元军招安，后顺势归降朱元璋，在为百姓带来安宁的同时，也为明朝的建立铺平了道路，得以善终。

方国珍至今被松门沿海一带的老人们冠以“绿壳”（大盗）之称，因其曾强征当地居民的船只与粮食。后来的“箬横帮”入海为盗，是受方国珍起义遗风的影响。因此，后世对其褒贬不一。

但方国珍为寇的十几年中，其保境安民、兴农促商之举，不仅在客观上让三地百姓避免了战争蹂躏，而且使农渔盐业生产、农田水利建设、造船航运、货殖商贾等国计民生方面获得了长足发展。

首先是大兴盐业。盐业是方氏家族的老行当。台州湾南北两岸自宋代起，就形成北侧杜浞盐场、南侧迁浦盐场（黄岩盐场）的格局。北侧杜浞盐场在今前所太平山至杜桥镇南缘至上盘一线的滨海滩涂。南侧迁浦盐场则包含今赤龙山东、沙王、洪家、长浦、洋屿、横街、新河、长屿、松门一线的滨海滩涂。元时，迁浦盐司每年所办额盐大约九千五百九十引。“引”指盐引，又称盐钞，为取盐有价凭证，可以作为“代币”流通。《宋史·食货志》载：“盐引每张领盐116.5斤，价6贯。”可见，盐业兴盛为当地商业发展奠定了雄厚的基础。

其次是大兴航运。元京城大都的粮食主要依靠江浙供给，台州湾口是主要的运粮通道之一。方国珍下海为盗两年内，就拥有海船一千余艘，在割据浙东三路的前后十几年内，又不断造船，以至成为浙东独一无二的航海力量，几乎独揽了元末海上漕运的任务。并且元朝在对外贸易方面传承了唐宋以来的对外开放政策，方国珍故居东南的松门市舶务仍然开设，方氏兄弟随着拥有船舶数的不断增多，航运实力日趋雄厚，与日本、高丽的通商便成了常态，从而促进当地百姓的渔业航运更加兴旺。

再次是兴修水利。方氏兄弟出身农家，对水旱灾害有切肤之痛，特别关注地方水利。至正年间（1341—1368），今温岭松门一带和玉环楚门一带围垦了不少海塘。如松门的萧万户塘，大间的长沙塘、塘下塘、横山截塘，坞根的赵万户塘，以及楚门能仁塘等20余个海塘，都为方国珍割据浙东时所围。此外，路桥、泽国水乡地带在方国珍割据时期造了不少桥梁，如泽国的三衙桥、四衙桥。清《嘉庆太平县志·地輿志》载：“三衙桥即方衙桥，与黄境四衙桥皆洋山兄弟焮盛时建。”

方国珍因叛乱成为历史上褒贬不一的人物，但走进方国珍纪念馆，仍可见后人为其焚香祭拜的痕迹。是什么让他仍为后世所怀念？他有哪些方面值得后世警醒和借鉴？

百姓福祉大于天命。方国珍的部下或说客曾在多个场合劝他图谋大事。最为典型的，是明史载“有张子善者，好纵横术，说国珍以师溯江窥江东，北略青、徐、辽海”。而方国珍却认为，做人应“不为祸始，不为福先”，目的只是“保境安民”，曰：“吾始志不及此。”且不论当时方国珍真实想法如何，从现在来看，其偏守浙东的选择对当地百姓来说是利大于弊的。毕竟“水能载舟亦能覆舟”，只有百姓安居了，才能更好地实现小目标，甚至完成大目标。

扬长补短善始善终。方国珍在军中创造了缩山拳，缩山拳在海战中有优势，使部队更加擅长在船上甲板等特殊位置作战，让马背上得天下的元军屡战屡败。后世戚继光将缩山拳法在抗倭战事中发扬光大。而且方国珍在农民起义称王称雄的风潮之下不盲从，能够清醒地认识到自己的实力主要在水军方面，擅长海战，无法与中原一带群雄逐鹿；要的官是海道运粮漕运万户、江浙行省参知政事等，能管自己擅长的航运、治安就行。这份自知与务实难能可贵，值得后人学习和借鉴。

当然，还有令人警醒的方面。方国珍遇事不满就起义造反，多次被元招安又反悔、视形势做墙头草的种种做法为不少人所诟病。受其遗风影响，箬横等地居民入海为盗时有发生，大陈岛附近海域海盗猖獗。当地居民建立自己的武装进行反抗，时而从事抢劫勒索，沦为新的盗匪。这在给政府治安带来极大隐患的同时，让百姓不再通过合理正常的渠道反映诉求，颠覆了惩恶扬善的道德标准，让整个社会认知发生了错乱。

方国珍是一个具有复杂性格和历史背景的人物。他是元末农民起义的先驱之一，在军事上展现出了不俗的才能，但他同时也存在着反复无常、投机取巧等性格缺陷。然而，无论如何评价他，都不能否认他在元末明初这段历史中的重要地位和作用。他的起义行动为后来的农民起义提供了借鉴和启示，也为明朝的建立奠定了基础。

56岁时，方国珍在南京亡故，朱元璋亲自设祭，得以善终。那么，方国珍在充满战争与政治波折的一生中到底有无称王，王府基是否为其曾建立的王府所在地，各位心中应是已经有了答案。



方国珍纪念馆。



新旧三衙桥。



刻有方国珍简介的石碑。

通讯员 陈雨露 摄

科普之窗

主办单位：市科协

前沿科技 / 科学常识 / 科技人物 / 科学大事件

这种食物高碳水低脂肪，“三高”人群最爱它

荸荠，是一种江南水生蔬菜。因为形似马的蹄子，俗称马蹄；又因和板栗大小相近形状相似，生长于泥土中，古名地栗。除此之外，凫茨、凫苳、芡、芡实说的也都是它。荸荠原产于印度，我国自汉代就有种植的记载。荸荠喜温爱湿怕冻，因此多水潮湿而又温暖的南方适宜其生长，目前在广西、江苏、安徽等多省都有栽培。市场上出现了不同的品种，根据产地不同，品种也不同，如桂林马蹄、水马蹄（广东马蹄）、孝感荸、苏荸、余杭荸等。

不过，很多人对于荸荠的营养价值了解不多。今天，就向大家介绍一下荸荠到底在营养上有什么亮点。

荸荠个头不大，营养却不少。浓缩的都是精华，这句话用来说荸荠一点儿都不为过。因此，它有“地下雪梨”以及“江南人参”的美誉。具

体的营养特点主要有以下几个：

- 水分多
每100克鲜荸荠肉中含水分84克，所以它经常被用来做饮料，和雪梨以及蜂蜜搭配成一道润燥清肺的秋日饮品。
- 高碳水、低脂肪
每100克鲜荸荠中，碳水化合物含量为14.2克，蛋白质1.2克，脂肪0.2克。这样高碳水、低脂肪的食物当仁不让地成为“三高”人士的选择。
- 膳食纤维丰富
荸荠具有促进肠道蠕动、预防便秘的功能，这缘于它含有丰富的膳食纤维，每100克鲜品中含有1.1克的不溶性纤维。
- 微量元素多
荸荠含有种类丰富的微量元素，每100克荸荠肉中含有钙4毫克、磷44毫克、钾306毫克、胡萝

卜素20微克、维生素B1约0.02毫克、维生素B2约0.02毫克、维生素C约7毫克、尼克酸0.7毫克。

- 含有黄酮类化合物、多酚类物质、多糖、甾醇等植物化合物
这些植物化合物使得荸荠具有抗氧化等作用。
- 含有荸荠英
荸荠含有一种叫作“荸荠英”的物质，对金黄色葡萄球菌、大肠杆菌等有抑制作用。

生吃熟吃两相宜 推荐几种荸荠的吃法

如果说青皮红瓤的萝卜称得上“心里美”，那么荸荠也当仁不让，去掉了黑乎乎的外皮，香脆白嫩的荸荠肉让人垂涎。荸荠是生熟两吃总相宜：

- 生吃
剥开外皮后，果肉可以生吃，清脆香甜，味甘多汁；也可以榨成汁，倒入蜂蜜做成饮料。
- 烹调加工
方法一：上锅蒸熟或煮熟直接吃，原汁原味；
方法二：做成甜品，如银耳荸荠羹、桂花荸荠羹；
方法三：和肉类搭配煲汤，如荸荠莲藕排骨汤；
方法四：剥碎做丸子，是淮扬名菜狮子头中必不可少的食材。
- 另外，淀粉含量丰富的荸荠也可以加工成荸荠粉，其加工原理与粉条类似，然后利用淀粉的老化特性，做成膏状，如产自广东闻名全国的马蹄糕。

来源：科普中国