

许瑞琪 注评

陆游

诗

注评

陆游诗抒发恤民爱国热忱，记录养生保健经验，告诫儿孙勤勉不辍，可谓：
丹心报国展雄风，益寿养生傲柏松，教子更彰慈父爱，
高山仰止务观翁。

7

齊魯書社

陆游 诗 注评

陆游诗抒发恤民爱国热忱，记录养生保健经验，告诫儿孙勤勉不辍，可谓：
丹心报国展雄风，益寿养生傲柏松，教子更彰慈父爱，
高山仰止务观翁。

图书在版编目(CIP)数据

陆游诗注评/许瑞琪注评.—济南:齐鲁书社,2009.5

ISBN 978-7-5333-2200-7

I.陆... II.许... III.陆游(1125~1210)—古典诗歌—
文学研究 IV. I207.22

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第055978号

陆游诗注评

许瑞琪 注评

出版发行 齐鲁书社
社 址 济南经九路胜利大街39号
邮 编 250001
网 址 www.qlss.com.cn
电子邮箱 qlss@sdpress.com.cn
印 刷 日照日报印务中心
开 本 880×1230 1/32
印 张 11.75
插 页 2
字 数 306千
版 次 2009年5月第1版
印 次 2009年5月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5333-2200-7
定 价 29.00元

目 录

上编 陆游爱国诗(300首)·····	1
小引:陆游爱国诗特点·····	1
第一章 丹心报国·····	8
第二章 壮怀激烈·····	47
第三章 痛斥“和戎”·····	80
第四章 悲愤慨叹·····	120
第五章 渴望一统·····	153
中编 陆游养生诗(200首)·····	177
小引:陆游是养生家·····	177
第一章 养生意义·····	180
第一节 珍爱自身·····	180
第二节 养生如“和羹”·····	183
第三节 养生之本·····	188
第二章 养生方法·····	196
第一节 心志养生·····	196
第二节 情志养生·····	220

第三节 生活养生	250
第三章 养生实效	291
第四章 养生小结	306

下编 陆游教子诗(100首)..... 309

小引:陆游善于教育子孙	309
第一章 陆游教子	313
第二章 陆游教儿辈	353
第三章 陆游教儿孙	358
第四章 陆游教孙辈	361
第五章 陆游其他教诫诗	365

附录 抗震救灾诗	368
后记	371

上 编

陆游爱国诗

(300 首)

小引：陆游爱国诗特点

陆游是伟大的爱国诗人。在中华民族爱国诗人的行列里，他不同于屈原，也有别于杜甫。陆游为官多年，因坚持收复失地，统一国家，数次遭贬；在宋、金前沿阵地服务，“十年枉是枕雕戈”；极想出征杀敌，一直“欲死无战场”。他不论身份如何变化，报国初衷不变；不论遭遇多少困难，“从来耻作货身策”，决不向投降派低头。他自称“擎旗手”，却不时“自荷锄”。他是栋梁臣，但最后只能“僵卧孤村”。他唯一持续终生的事业就是写诗，是历史上创作最丰的诗人。南宋共历 151 年，陆游亲历了前 85 年。他的诗记录时代影像，表达报国雄心，抒发恤民热忱，斥“和戎”，泄悲愤，畅述一统国家之宏愿，唱出了人民心声，紧扣时代脉搏，堪称南宋史诗。

陆游立志收复失地，并为之奋斗一生：年届八旬，还跃跃欲试

随大军“下辽东”；85岁，还想“他年鼓角榆关路”，彻底消灭敌人；直至生命最后一息，仍念念不忘国家统一。陆游爱国之心，报国之志，终其一生，无愧于伟大的爱国诗人。

陆游之所以能如此，原因有很多。首先是家庭影响。陆游家几代为官，尤其父亲陆宰，遭遇了国家灭亡、国君被掳的大灾难。陆宰常与有志之士议论国事，无不“扼腕裂眦，发上冲冠”，“有不与俱生之意”。此种场景陆游见得不少，在陆宰与陆游共同生活的24年中，无疑给陆游以深刻影响。同时，陆游家学渊源深厚，传统文化中爱国思想对其影响很深。杨万里在《跋陆务观剑南诗稿》中写道：“重寻子美行程旧，尽拾灵均怨句新。”历史上所有忠贞爱国者，陆游都十分崇敬，视为楷模。其次是社会现实的影响。陆游亲身经历了国破家亡、四处逃难、“万死避胡兵”的艰危岁月。当时他虽在襁褓之中，但是后来父母总会讲给他听的。陆游在诗中多次写道“少小遇丧乱”，这种经历对他来讲，刻骨铭心，永记不忘。陆游深知：中原人民陷入水深火热，惨遭涂炭；江南人民税苛赋重，度日艰难。其恤民之情油然而生于内心，“妄意忧元元”成为他不可移易的心愿。

以上两大原因，或如涓涓细流，或如湍急水势，润泽了陆游的心田，冲击着他的心灵，奠定了他驱敌复国、救民于水火的思想基础；同时也赋予了陆游很好的文化素养，使他忠实继承并发扬了屈原、杜甫等人的爱国传统，把爱国诗歌推向了又一个高峰，成为南宋诗坛杰出的诗人。

陆游的9200余首诗，生动记录了他不屈不挠、抵死奋斗的光辉历程。他的爱国诗具有十分鲜明的特色。

一、一身报国 有万死

陆游爱国诗的第一个特点是：自觉报国，以死报国。

在陆游的爱国诗篇中，“许国”二字随处可见。“许国”，即把自己的一切自觉奉献给国家。陆游“许国”的可贵之处在于坚如磐石，不管遇到多少困难挫折，从未动摇。他在祖坟前立誓，更于饮食起居间不断反省自己，是否有不合报国初衷的言行，“常若严师在我旁”。

陆游“位卑未敢忘忧国”，强烈的爱国心促使他屡向皇帝进谏忠言，虽曾因此而遭罢职，但仍是有机会就不放过。一次，陆游进言又激怒了皇帝，但他恳切的神情使皇帝怒火顿消，允许他指着地图把话说完。他用“泪洒龙床请北征”记录了这一“感天动地”的事件。他不能当面讲，就写成“万言投魏阙”，“血泪交零晓未休”。陆游更利用同僚还朝的机会，“因公并寄千万意，早为神州清虏尘”。深情嘱托，莫忘“粗官数寄声”。他在王炎、范成大幕府服务九年，那是在宋军前线，他抱着杀敌报国的决心，“铁马秋风大散关”，“誓当函胡首”，直报“天家九世仇”。

爱国与恤民不可分。陆游对江南人民的困苦生活，对沦陷区人民的悲惨境遇，感同身受，痛心疾首。尤其对“东都儿童作胡语”，“常时念此气生瘕”。而当他知道“渔阳女儿学琵琶”，沦陷区人民的思想“不属番家属汉家”后，立刻满意到“死无恨”。陆游和人民的心总是息息相通的，因为他深知民心向背关系到国家的盛衰兴亡。

二、壮怀激烈扫胡尘

陆游爱国诗的第二个特点是：壮怀激烈，誓扫胡尘。

陆游“愤骄虏”，达到“卧啮血”的程度，对杀敌复国始终充满信心。青年时期，他“结交尽奇士”，“意气相期共死生”。他们共演“马革裹尸”，视死如归。到了军中，陆游与将士共驰逐，同射箭，为的是一旦需要，便可“日驰三百里，榆关赴战期”，“一战洗乾坤”。

他胸有谋略,指出“一是端能服万人”,只要打起收复失地的旗号,便可动员全国军民,所向披靡,“收复旧山河”。他认为,“万里修长城,不如守北平”。单纯媾和防守,不如攻守兼备。陆游坚信,只要从汉中出兵,“传檄可定河南北”。他赞颂出征将军率先垂范,吃苦在前,以服全军,便于奏捷。

陆游曾作为州、县长官检阅军队,看到战旗飘飘,听到战鼓咚咚,就热血沸腾。他曾越雪野,踏冰河,斗志昂扬;在雪地上“画字草军书”,“不畏寒堕指”。他认为只要出兵,“直斩单于衅宝刀”,敌人就会“鸟兽散”,即可“勒铭燕然石,千载镇胡儿”。

虽然陆游的宏愿一次次落空,却壮心依旧,豪情不减,即使僵卧孤村,“仍思为国戍轮台”;年迈体衰,仍像老马“不思帐下思天山”,决心“不死令君看太平”!

三、痛斥“和戎”危害深

陆游爱国诗的第三个特点是:痛斥“和戎”,欲战“无死所”。

南宋小朝廷始终奉行一条屈辱求和的路线,危害十分巨大。陆游把讥刺矛头指向这条路线及其制定者——以皇帝为首的投降派。

陆游怒揭皇帝不顾人民死活的腐朽本质:“高庙衣冠月出游,中原父老泪交流。”并指出,正是高宗赵构“黜柄臣”,排挤韩世忠,杀害岳飞,重用秦桧等投降派,才造成“遗恨千载”之痛。他斥责皇帝,本是堂堂宋太祖后裔,竟向敌人称臣纳贡,不顾国羞臣辱。所谓“守和约”,实际是纵容敌人在中原肆意横行。陆游认为“皇天漏”已难补救,结果必然是大好河山“坐付人”。

陆游无比痛恨“和戎白面郎”,决心“衅以佞臣血”,“朝陵”花开时。对“和戎”策下久久不战的局面更是愤愤:“诸将尔何心?安坐望旄节!”

对“和戎”的巨大危害，陆游总是不遗余力地痛加挞伐。由于“和戎”，将军们日间打围，夜排绣宴，举国上下，士气日趋萎靡。朝廷官员则日日沉湎歌舞，不管遗民“忍死望恢复”，任由“犬羊堂堂自去来”，在中原大地“逆胡传子孙”。

陆游更以自己的感受，写出“和戎”造成的椎心之痛：主战派被压迫得连说话都必须“忌讳”，像楸树被“长藤”紧紧束缚，不得有任何作为；“穷边指淮淝”，“异域视河洛”；“胡马”吃着先皇陵墓上的荒草，安闲又自在。

四、悲愤慨叹志难伸

陆游爱国诗的第四个特点是：悲愤慨叹，壮志难伸。

陆游曾经壮志凌云，自比长城。为此他做过多方面的准备，读兵书，学谋略，习剑术，置宝刀，买骏马，欲使自己成为“上马能击贼，下马草军书”的英勇战士。他决心冲锋陷阵，“手枭逆贼”，“履胡肠涉胡血”，可是，“抱负虽奇伟，没齿不得伸”。六十年过去，“虏未平”，“壮士废”，“空许国”，愁满腹，悲愤难忍，“泪尽以血续”。

陆游一心报国，忘我忘家，最后却是“家国两无益”，自己“鬓先秋”。他一路走来，坎坎坷坷，起起伏伏，总不顺心。“早知忧随人，何用去故乡？”他在川陕做幕僚九年，对那里优越的地理形势倍加称赏。无论从战略上看，还是从战术上看，川陕都堪称灭敌复国的军事要地。他屡次向王炎、范成大进言，但由于当时大气候是“和戎”，他的努力均未奏效。陆游大失所望，哀叹十年“困西南”，忧心忡忡，终日烦躁难安。

陆游看透投降派把持朝政，“灭胡无期”。江南人民仍将“横遭捶楚”，中原百姓依然苦盼“王师”。他愤激歌“易水”，“悲歌仰天泪如雨”；清泪滴黄卷，抚卷“哭昭陵”。

陆游慨叹，“生逢和亲最可伤”！现在已是“关河处处含嗔色”。

他哀痛异常,写道:“不望夷吾出江左,新亭对泣亦无人。”(如果没有管仲那样的人出来拯救危局,南宋灭亡后,连西晋灭亡后对泣新亭的人也没有了)陆游终于发出了最震撼神灵又最痛彻心扉的悲叹:“千古兴亡在目前!”这是“先天下之亡而叹”!比“先天下之忧而忧”更刻骨痛心。这是赤诚爱国者在大悲剧又一次来临前发出的亘古未闻的警世最强音!

五、渴望一统盼中兴

陆游爱国诗的第五个特点是:渴望国家统一,期盼南宋中兴。

陆游报国思想的初衷和终极目标,就是驱逐敌人,收复失地,统一国家,南宋中兴。

陆游遵奉宋太祖赵匡胤“大宋一统”的谟训,写道:“煌煌艺祖业,谟训岂可负?”这是陆游鼓舞将士的有力号角。经过多次挫折,他已不再寄希望于他人,而是要取得将帅之“印如斗”,亲率“百万貔貅”,“为国平胡羌”;然后,护送皇上乘龙舟从临安(杭州)出发,经运河,“溯汴”还京都。他还要处置俘虏,本着宽大原则,从长远考虑,让他们“贷死”“牧羊辽海边”。之后,他要重游京城,“摩挲金铜人”,看华山,过幽燕,为重整山河做准备。接下来他要辅佐皇帝,谨遵天命,创宋中兴,“烂然河白映天青”,“勉为明时颂太平”。

陆游的愿望十分美好,换一个环境未尝不可实现。但在南宋,历史已经证明,这不过是一场美梦。但也必须看到,陆游不仅得到了友朋的支持、信任,更得到了乡邻的拥护和爱戴。

可以说,陆游是怀抱美好的愿望奋斗一生,带着同样的心愿辞世的。他的名作《示儿》诗中所说的“万事空”,是既包括客观事物,亦包括他心中诸多美好愿望的;而“九州同”正是他诸多美好愿望的集中表现。将来“定中原”,虽不是他的功劳,却是他奋斗终生的崇高目标。这个目标实现之日,才是他真正瞑目之时。

陆游爱国思想的五大特点,是南宋时代的特殊产物。他自觉报国、毕生遵行、始终不渝的爱国精神,永远是中华民族思想中的瑰宝,值得后世继承和传扬。

陆游是爱国者的楷模。了解他生命不息、奋斗不止的光辉历程,阅读他昂扬奋发的爱国诗篇,对弘扬爱国主义传统具有重要意义。

中国是诗的国度,陆游是南宋诗坛“独树一帜”的大家。强烈的现实主义精神接近杜甫,显著的浪漫主义特色又似李白。阅读陆游诗篇,对提高国民文化素养亦具现实意义。

本编精选陆游爱国诗 300 首,依每首诗作思想感情侧重点的不同,分为五章:第一章为丹心报国;第二章为壮怀激烈;第三章为痛斥“和戎”;第四章为悲愤慨叹;第五章为渴望一统。每章诗篇数目大致均衡选录,且取其整数,分别是 70 篇、60 篇、70 篇、60 篇、40 篇。为便于读者阅读,笔者对每首诗都作了注释和点评。原诗较长的,适当作了删节。一首诗内容包括几个独立部分的,以“上”、“中”、“下”分别予以注释、点评。

第一章 丹心报国

壮士吟次唐人韵^①(节选)

誓捐一死报天子，兜鍪^②如箕铠如水^③。
男儿堕地射四方^④，安能^⑤山栖效园绮^⑥！
塞云漠漠^⑦黄河深，凉州^⑧新城高十寻^⑨。
风餐露宿宁非苦^⑩，且试平生铁石心^⑪。

【注释】

- ①次唐人韵：按唐人诗的韵及韵脚次序和(hè)诗。 ②兜鍪(móu)：古时战士头盔。 ③铠如水：兵士们穿着银白色的铠甲行进，看上去像水在流动。 ④此句表示诗人自己的报国雄心。古代风俗，生子则悬桑木为弓，蓬梗为箭，以示志在四方。 ⑤安能：怎么能。 ⑥效园绮：为园中美景陶醉。 ⑦漠漠：云烟密布的样子。 ⑧凉州：在今甘肃省东部。 ⑨高十寻：形容城很高。寻，古代长度单位，一寻为八尺。 ⑩宁非苦：难道不苦，非常苦。 ⑪此句意思为：姑且磨炼意志，考验自己钢铁般坚强的决心。

【点评】

立定报国志，艰苦炼忠心。

寓 叹^①

忆昔建炎南渡^②时，兵间脱死命如丝^③。
奉^④亲百口^⑤一身在，许国寸心孤剑知^⑥。

【注释】

①寓叹：抒发心中寓有的不平之气。 ②建炎南渡：1126年，徽、钦二帝被金兵掳去，北宋灭亡。赵构在南京（今河南商丘）即位，是谓高宗，年号定为建炎，然后立即南逃。南渡，委婉的说法。 ③此句意思为：襁褓中的“我”，由父母携带逃难，命如游丝，但终于从死亡线上逃脱。 ④奉：供奉，抚养。 ⑤百口：百人。实际没有百人，以整数表示多。 ⑥此句意思为：把自己的一切奉献给国家的决心，只有自己知道。孤剑：指代诗人自己。

【点评】

历尽九死一生，奠定诗人报国忠心。

自 贻^①

退士^②愤骄虏，闲人忧早年。
耄^③期身未病，贫困^④气^⑤犹全。

【注释】

①自贻：写给自己。 ②退士：退离官场的人。 ③耄：八九十岁的老人，泛指老年人。 ④贫困：生活贫苦，仕途困厄。 ⑤气：报国决心。

【点评】

老而贫，忧更愤，尤显忠贞。

次韵子长^①题吴太尉云山亭

参谋健笔^②落纵横，太尉^③清樽^④赏快晴^⑤。

文雅风流虽可爱，关中遗虏要人平^⑥。

【注释】

①子长：高子长，即诗中所称“参谋”。 ②健笔：书写时落笔有力。 ③太尉：即吴太尉，名挺。吴挺时任西师主帅，骄横跋扈。陆游曾建议王炎撤换吴挺，未成。后来吴挺儿子吴曦叛宋降金，被杀。 ④清樽：清雅的酒席。 ⑤快晴：王羲之《快雪时晴帖》的简称。 ⑥末二句借否定题画，暗中否定吴挺。文雅风流：此指欣赏绘画、书法，题写诗文等闲情逸致。关中：陕西渭河流域一带，此指沦陷区。遗虏：占据关中的金兵。

【点评】

国难当头，闲情逸致，不是时候；吴挺骄横，暗中否定。报国忠心在，随处露峥嵘。

醉 题(节选)

勿笑山翁病满躯，胸中侠气未全无。

何由^①亲奉^②平戎诏^③，蹴踏^④关中建帝都！

【注释】

①何由：从哪里。 ②奉：遵从。 ③平戎诏：皇帝命令铲平敌人的文书。 ④蹴踏：迈步行进。

【点评】

豪气冲天，忠心可鉴。

书 叹

雨夜孤舟宿镜湖，秋声萧瑟^①满菰蒲^②。

书生有泪无处挥，寻见祥符九域图^③。

【注释】

①萧瑟：形容风吹树木的声音。 ②菰蒲：生在水边，嫩茎经

处理后可食,叫茭白。蒲:菖蒲,生在水边,根茎可做香料,亦可入药。③末二句意思为:不久看见宋朝地图,大半江山被敌人占领,内心悲苦,却无处倾诉。书生:诗人自指。寻:不久。祥符:大中祥符,北宋真宗年号。九域图:中国地图。九域,九州,古代中国分为九州。

【点评】

国破已苦,见图更悲,诗人爱国,动情动心。

病起书怀

病骨支离^①纱帽宽,孤臣万里客江干^②。
 位卑^③未敢忘忧国,事定犹须待阖棺^④。
 天地神灵扶庙社^⑤,京华^⑥父老望和銮^⑦。
 出师一表通今古^⑧,夜半挑灯更细看。

【注释】

①支离:瘦弱的样子。②江干:江岸,江边。③卑:地位低下。④阖棺:盖上棺盖。《晋书·刘毅传》:“大丈夫盖棺事方定。”意谓男子汉不死,事业就不会终止。成语“盖棺论定”出此,但意思有变。⑤庙社:宗庙,社稷,指代国家。⑥京华:京都开封,指代广大沦陷区。⑦望和銮:盼望看见饰有“和、鸾”两种铃的皇帝的车马。意谓失地收复,皇帝归来。⑧此句意思为:诸葛亮《出师表》的忠义思想,贯通过去和现在。

【点评】

地位虽低下,不敢忘忧国。一片丹心,昭若日月。

书志(节选)

往年出都门,誓墓^①志已决。
 悲歌行拾穗,忧愤卧啮血^②。

肝心独不化^③，凝结变金铁。
 铸为上方剑^④，衅以佞臣血^⑤。
 匣^⑥藏武库中，出参矛头列^⑦。
 三尺粲星辰^⑧，万里净妖孽^⑨。
 君看此神奇，丑虏^⑩何足灭！

【注释】

①誓墓：在祖坟前立誓。 ②啮血：咬牙切齿到口中流血，形容仇恨深。啮，咬。 ③肝心不化：思想不变。 ④上方剑：皇帝的宝剑，臣子持有上方剑，有先斩后奏的权力。 ⑤衅以佞臣血：杀死奸佞之臣，将他的血涂在刀剑上祭祀先烈。 ⑥匣：把剑装入剑鞘中。 ⑦出参矛头列：出征时拿出来参与到士兵的行列。矛头：矛的尖端，指代士兵。列：行列。 ⑧三尺粲星辰：剑光闪闪像星星那样鲜明。三尺：指剑。 ⑨妖孽：喻敌人。 ⑩丑虏：蔑称敌人。

【点评】

除佞臣，灭敌人，誓死报国，一片忠心。

将进酒^①（节选）

我欲挽住北斗勺^②，常指苍龙^③无动摇。
 春风日夜吹草木，只有荣盛无时凋。
 我欲划断日行道，阳乌^④当空月杲杲^⑤。
 非惟四海常不夜，亦使人生失衰老^⑥。

【注释】

①将进酒：汉乐府旧题。 ②北斗勺：北斗七星分布成勺形，故称。北斗星方位基本不动，夜间可指示方向。 ③苍龙：二十八星宿中东方七宿的合称。 ④阳乌：太阳。 ⑤杲杲（gǎo gǎo）：日光、月光明亮。 ⑥非惟……亦：不只……也。