



中山大学出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

诗词品读

——从诗词审美中感悟生命

王小燕
编著





中山大学出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

· 广州 ·

诗词品读

——从诗词审美中感悟生命

王小燕 编著



版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

诗词品读：从诗词审美中感悟生命/王小燕编著. —广州：中山大学出版社，2017.6

ISBN 978 - 7 - 306 - 06047 - 1

I. ①诗… II. ①王… III. ①古典诗歌—诗歌欣赏—中国
IV. ①I207.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 110432 号

出版人：徐 劲

策划编辑：金继伟

责任编辑：林彩云

封面设计：林绵华

责任校对：李艳清

责任技编：何雅涛

出版发行：中山大学出版社

电 话：编辑部 020 - 84110771, 84113349, 84111997, 84110779

发行部 020 - 84111998, 84111981, 84111160

地 址：广州市新港西路 135 号

邮 编：510275 传 真：020 - 84036565

网 址：<http://www.zsup.com.cn> E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者：佛山市浩文彩色印刷有限公司

规 格：787mm × 1092mm 1/16 14.75 印张 290 千字

版次印次：2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

定 价：38.00 元

如发现本书因印装质量影响阅读，请与出版社发行部联系调换

导 言

2015年春天，我又一次到杭州西湖，虽然无法欣赏到平湖秋月，却着实领略了苏堤春晓；虽然无缘于断桥残雪，却有幸在柳浪中闻莺。望着远处重重叠叠的山、高高低低的树，走在曲曲环环的路上，赏着西湖的美景，脑海里涌现的是白居易留下的无数佳句。

白居易曾经担任杭州刺史，在杭州待了两年，后来又担任苏州刺史，任期一年有余。他在青年时期，曾漫游江南，旅居苏杭，对江南有着相当的了解，因此江南在他的心目中留有深刻印象。白居易的《钱塘湖春行》：“孤山寺北贾亭西，水面初平云脚低。几处早莺争暖树，谁家新燕啄春泥。乱花渐欲迷人眼，浅草才能没马蹄。最爱湖东行不足，绿杨阴里白沙堤。”还有《春题湖上》：“湖上春来似画图，乱峰围绕水平铺。松排山面千重翠，月点波心一颗珠。碧毯线头抽早稻，青罗裙带展新蒲。未能抛得杭州去，一半勾留是此湖。”这是诗人当年亲眼看见、亲身经历过的西湖春景，诗人以诗歌的形式把自然环境给人美感的生命体验抒发了出来。而白居易的《忆江南》：“江南好，风景旧曾谙。日出江花红胜火，春来江水绿如蓝，能不忆江南？”“江南忆，最忆是杭州。山寺月中寻桂子，郡亭枕上看潮头，何日更重游？”“江南忆，其次忆吴宫。吴酒一杯春竹叶，吴娃双舞醉芙蓉。早晚复相逢？”据说这是白居易因病卸任苏州刺史，回到洛阳后十二年，在他六十七岁时写下的，可见江南胜景在他心中仍栩栩如生。白居易身在洛阳，神驰江南，抚今追昔，无限深情地追忆最难忘的江南往事，使自己得到了一定的精神满足。

诗人流连于湖光山色，以诗词抒发着自己对美的感受。有人说：“音乐是情感的艺术。”诗词又何尝不是情感的艺术？诗词饱含着丰富的想象和感情，直抒情怀。诗高度凝练和集中地反映社会生活，把诗人抒情言志的思想感情用音乐美的语言形式表现出来。诗词是阐述心灵的文学艺术，它用充沛的情感以及丰富的意象高度集中地表现出社会生活和人类的精神世界。古典诗词不仅给我们提供自然风光之美、风物生活之趣，也反映了悲欢离合之情。这些是在生命过程中人人都会亲身体验的。诗词是感悟人生，直指人心的；诗词是滋养情感，温润心灵的。品读诗词不仅能让我们心情愉悦，享受诗意生活，培养高尚的情操和高雅的情趣，还带给我们一种对自然真实、人生信仰的感动和坚定。因此，品读诗词可以帮助我们理解人生，培养健康的人生态度；同时，品读诗



词能培养我们丰富的情感，提升审美能力。

刘勰在《文心雕龙》的《宗经》中谈论《诗经》，用了“温柔在诵，最附深衷”这些词。诗朗朗上口，温柔在诵，最贴近我们最深的内心、最深的情怀。古诗词是古代文人精神、情感、心态的积淀与折射。西方有一位讲接受美学的学者名叫沃尔夫冈·伊塞尔，他曾经说：“阅读是让你的心灵与千百年前的古人相会。”其实品读诗词作品不仅仅是通过心灵的相会交流安顿我们自己骚动不宁的内心，还可以与千载年前的古人进行精神层面的交流与对话，体会他们的思想和情感，使我们得到人生的启迪、精神的熏陶，使我们的生命境界得到提升。

这就是我要编写《诗词品读》一书的目的。

2013年，我申请开设“诗词品读与修养”一课，并在教学目的中写道：通过对中国古代诗词的品读，结合大学生人格成长的实际，打通古今，以此提高学生的人格修养和审美能力，帮助学生理解人生，培养健康的人生态度，提升人生境界。在《论语》中，孔子的诗教是很有比重的。孔子说：“兴于诗，立于礼，成于乐。”朱熹《集注》曰：“兴于诗，兴，起也。……而吟咏之间，抑扬反复，其感人又易入。故学者之初，所以兴起其好善恶恶之心，而不能自己者，必于此而得之。”朱熹这里将“兴于诗”的含义说得明明白白，他阐明了反复吟咏诗教对于形成好善恶恶之心和陶冶情操有重要作用的道理。

2014年教师节，习近平总书记在北京师范大学参观时提出，不赞成把古代经典诗词和散文从课本中去掉，去中国化是很悲哀的，应该把这些经典嵌在学生脑子里，成为中华民族文化的基因。古典诗词有着丰富的文化内蕴和精神涵养，诗意中充满生命之韵，有着对人生的热爱、对生命的讴歌、对生离死别的同情、对豪情壮志的抒发、对忠义气节的赞扬、对淡泊超逸的景仰。从千里江流千古吟咏的《春江花月夜》到寄情千古明月的《水调歌头·明月几时有》，可引导学生关注宇宙自然，提升对自然的审美能力，进而感悟人生，提高人生修养；从“采菊东篱下，悠然见南山”到“即此羡闲逸，怅然吟式微”，通过对“田园风光”诗词的品读，提升学生的审美修养，从而提高人生境界；从“江流天地外，山色有无中”到“会当凌绝顶，一览众山小”，通过对“山水”诗词的品读，引导学生热爱大自然，从大自然中体悟人生真谛；从“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”到“身无彩凤双飞翼，心有灵犀一点通”，通过对“爱情之美”诗词的品读，引导学生确立正确的爱情观，在爱情审美中升华人生；从“昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路”“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”到“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”，通过对王国维的《人间词语》的品读，引导学生明白一个道理：



成功人士就是把他们的理想和信念坚持到底的人。

诗词以“感性”的方式最为丰富、全面地触及人生的真相，提升人的生命境界。

诗意地生活

有这样的一个哲学小故事，所说的是关于人的事情。古希腊的哲学家苏格拉底曾经在人来人往的雅典大街上找人。他东找西找，有人问他：“找什么？”他说：“找人。”“你找谁啊？”他说：“我谁也不找，就找人。”在熙熙攘攘的路上找人，这是怎么回事呢？在这里，苏格拉底认为，熙熙攘攘的人群里面，到底有多少人能成为一个真正的人呢？在这个哲学小故事中，换一个问法，也就是说，我们应该如何才能成为一个真正的人？要怎样活着才有意义，才有价值，才能够使得生命更加丰富和灿烂？人是一种寻求意义的动物。作为一个文明的人，他要求的不仅仅是肉体上的温饱，还有精神的需求，他需要精神家园。

尼采说：“对于人生，你若从现实的角度去看，悲惨得无可救药，罪恶丛生。但是从审美的角度看，那又是一场赏心悦目的大戏。”从审美的角度来看这场赏心悦目的人生大戏，和19世纪德国浪漫派诗人荷尔德林的《人，诗意地栖居》有异曲同工之处。后来，《人，诗意地栖居》经海德格尔哲学阐发后，诗意地栖居在大地上就几乎成为我们所有人共同的向往。那么，我们如何才能诗意地栖居在大地上呢？当然途径有很多，在这里我讲的就是其中的审美这一途径。人的精神需要关怀，人的情感也需要慰藉，审美是这样的一个路径。这种慰藉能够将有限的生活境遇指向无限的生命意义，促使人们对生存意义的感悟，同时对精神境界的追求，在审美中提升生命境界。休谟说：“美并不是事物本身里的一种性质。”那么，美是什么呢？休谟说：“它只存在于观赏者的心里。”他还认为：“快感和痛感是形成美与丑的真正本质。”换言之，这个对象让你产生快感，那么这个东西就是美的，而让你产生痛感，这个东西则是丑的。其实，如果从伦理学的角度来讲，善就是美，恶就是丑。那么，这里我们说美和善是相通的。所以，审美能陶冶我们的性情，给我们精神上的慰藉，也会使我们的人生情趣化。

诗词品读就是一个审美的重要过程。孔子曾经说：“兴于诗，立于礼，成于乐。”什么意思呢？这意思是说人的修养开始于学诗歌，自立于学礼，不学礼无以立，而完成于学乐。美学家李泽厚先生在他的《论语今读》里，把这句话诠释成：礼使人获得行为规范，具体培养人性，树立人格；诗启迪性情，



启发心智，使人开始走上人性之道；乐则使人得到人性的完成。培根也说过，诗使人灵秀。为什么诗使人灵秀呢？诗情画意自然给你带来一种灵秀感。“诗启迪性情，启发心智，使人开始走上人性之道”，在这句话中，作者其实就是表述诗意之美在我们整个人格、生命境界提升中的作用。

明朝归有光在《项脊轩记》中描述得非常精彩：“借书满架，偃仰啸歌，冥然兀坐，万籁有声；而庭阶寂寂，小鸟时来啄食，人至不去。三五之夜，明月半墙，桂影斑驳，风移影动，珊珊可爱。”虽然归有光的家境是贫寒的，有些时候吃了上顿没了下顿，但是这并不影响他对美好生活的追求。他可以借很多的书来读，从书中汲取精神的养分，感受人生的快乐。他在《项脊轩记》里就把这种快乐描述了出来，除了从书中寻找精神食粮，他还会倾听自然界的声音。在现代社会，人们的生活节奏很快，有多少人能在匆匆的步伐中静静地倾听花落的声音呢？李商隐说：“留得枯荷听雨声。”现在还有没有人倾听秋雨打在荷叶上的声音？真希望有人能认真地倾听一下。我们也可以常常抬头仰望一下天空中的月亮，在仰望月亮这个过程中，我们的精神也得到一种慰藉。我们是一个特别欣赏、崇尚月亮的民族，李白的诗句“举杯邀明月”“举头望明月，低头思故乡”脍炙人口，我们很多时候会对着月亮来抒发情感。“明月半墙”“桂影斑驳”，诗人有滋有味地感受着生活中的美，一种难得的静雅之美，这就是悄然中“诗意地栖居”。“一炷心香洞府开”，诗性的智慧照耀审美人生，我们就会在“诗意地栖居”中，使生命的本真存在得到淋漓尽致的展现，而我们的人生也会因此得以升华，这是不言而喻的。

另外，诗意审美也会使我们的人生情趣化。中国人特别重视人生的情趣化，人生的情趣化也就是我们的审美化。美学家朱光潜先生在《谈美》一书中写道：“情趣愈丰富，生活也愈美满，所谓人生的艺术化就是人生的情趣化。”我们在追求人生的时候，要从审美的角度来审视一下，尽可能感受事物的趣味，寻求享受事物的这种趣味。在这个过程里，我们的生活、学习，甚至做学问都会有情趣。著名地理学家、气象学家、物候学家竺可桢教授在物候学研究中，曾经引用了一些古诗作为力证，来指出长江、黄河这些流域海拔4000米以上的地方四季皆冬。如他引用了李白的《塞下曲》：“五月天山雪，无花只有寒。笛中闻折柳，春色未曾看。”本来是春天的，但是由于海拔高的影响，出现了一般我们在春天里没法见到的自然景象，这就描述了海拔4000米以上的地方四季皆冬。他还引用了王之涣的《凉州词》：“黄河远上白云间，一片孤城万仞山。羌笛何须怨杨柳，春风不度玉门关。”如果他用一些学术的语言来描述，我们不是这个专业的还不一定看得懂，而且会觉得很枯燥。但是他用这样的诗句很生动形象地表达了出来，既有美感又有情趣。另外，宋代的



理学家朱熹用《观书有感》这样的一首诗，来强调读书的重要性：“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊。问渠那得清如许，为有源头活水来。”我们一看，马上就能领悟了读书的重要性。何止是读书呢，我们的生活和人生，也是“为有源头活水来”。为什么有些人的生活总是有滋有味，那是因为其总在寻求生活中的亮点、生活中的亮色、生活中的正能量。在这个过程中，生活中的美和善，令他不断地有“源头活水”来，他的生活也就非常丰富了，所以在他心里就会有“天光云影”，也就是说，他的内心世界是很丰富的，他的生活也是有滋有味的。

还有人把生活中这样的一些道理，用优美的诗句表达出来，我们很熟悉的，如苏轼的“欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”。这里说的是什么道理呢？说的是真正的美，不管你采取什么样的形式，淡妆也好浓抹也好，其终究是美的。还有“竹外桃花三两枝，春江水暖鸭先知”，为什么“春江水暖鸭先知”呢？因为鸭子经常在水里面游，水是它非常熟悉的环境，它能够及时地体会到水环境细微的变化。春天来了，雪融了，水慢慢暖了，“春江水暖鸭先知”。还有，“不识庐山真面目，只缘身在此山中”。人认识自己那么难，就是因为没有跳出自己的框框，“只缘身在此山中”，社会心理学家曾经将这个难以正确认识“自我”的心理现象叫作“苏东坡效应”。在这里把一些很深奥、很枯燥的道理，用优美的诗句表达出来，这既是一种美，也是一种情趣，我们人生的情趣化即从诗意之美开始。所以说，诗意地生活就是用美学的观点来认识自己，倾听自己，改变自己，塑造自己。我们要把诗意之美引入生活。这样我们就能在审美中使沉重的学习、生活变得轻松，我们的生命境界就会提升。天地间就是一个有情有趣的世界，我们要学会在“采菊东篱下，悠然见南山”的意境中获得一种“此中有真意，欲辨已忘言”的感悟。

诗意之美从何处寻？宗白华先生曾经问：“诗从何处寻？”我们看一下宗白华先生在《流云》里是这样说的：“啊，诗从何处寻？从细雨下，点碎落花声，从微风中，飘来流水音，从蓝空天末，摇摇欲坠的孤星！”从细雨下、从微风中、从蓝空天末里去寻找诗意之美。在这里，就是从我们经历的整个生活过程中寻找。我们要融入自然，下雨的时候，“微雨燕双飞”是一种美，“风轻云淡近午天”也是一种美。自然界的一草一木、一石一水，其实都是美的，只是看我们懂不懂去欣赏。诗人特别地懂得审美，特别容易从他接触的一切自然中找到美，并用优美的诗句表达出来。如“梨花院落溶溶月，柳絮池塘淡淡风”“黄梅时节家家雨，青草池塘处处蛙”“漠漠水田飞白鹭，阴阴夏木啭黄鹂”“停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花”“秋阴不散霜飞晚，留得枯荷听雨声”。荷叶枯了，要不要把这个叶子摘掉？李商隐说，还是留着吧。留着干



吗?“留得枯荷听雨声”，在这个画面里，枯荷看起来是很不美的东西，但诗人从中营造出一种很美的意境，这就是一种境界。

叶嘉莹先生认为，人是有感情的动物，人对于宇宙和人生的事物会给予关怀和爱心，诗人是因为有了感动才会写出诗来。诗从哪里找？从我们的感情中找。美从哪里找？也从我们的感情中找，美在深情。如果没有这种情感，你就感受不到这种美，因为美在深情，所以诗意之美来自深情！其实这就是一种移情说，把我们的情感投射到欣赏的对象上，移到这个对象上，所以你感到它美了，产生了情感上的共鸣，发自为诗。“望秋云神飞扬，临春风思浩荡”，一片景语就是一片情语，一片风景就是一片情，因为我们的情感投入其中了。我们对山水的审美情怀，就体现出了我们所特有的宇宙观和人生观。当诗人面对“青山遮不住，毕竟东流去”的山水景观时，会发出“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”“自信人生两百年，会当击水三千里”等豪言，来抒发自己的人生信念。诗人对山水产生了情感并把其投射到其中。在我们看来，天地间就是一个有情有趣的世界，山山水水不仅仅是一个冷冰冰的物理世界，还是能够寄托我们情感的世界，它们是有温度的。程颢说：“万物静观皆自得，四时佳兴与人同。”苏轼说：“须将幕席为天地，歌前起舞花前睡。”可见诗人是多么的潇洒，与天地融为一体。而辛弃疾说：“我见青山多妩媚，料青山见我应如是。”相由心生，我们看到美，心灵也会感受到，自己也是美的。所以，多看一些美好的东西，对心灵的滋润会很有帮助。“料青山见我应如是”，据说“柳如是”的名字就是这样来的。把天地万物看成我们心心相印的朋友，把大自然看成我们温暖多情的家园，一个情字，展现在我们面前的不仅仅是审美的境界，还是我们人生的归宿和安顿之地。

确实，人生中有许多的东西，所放不开的是什么？亲情、友情、爱情、家国之情，还有就是对天地宇宙这样一种大爱之情，最终都落在一个“情”字上。所以，李泽厚说：“美在深情。”

诗意地生活也在于趣味。美学家朱光潜先生在《谈美》一书中写道：“‘觉得有趣味’就是欣赏。你是否知道生活，就看你对于许多事物能否欣赏。”“在欣赏时人和神仙一样自由，一样有福。”梁启超认为趣味是与情感相联系的。趣味构成了生活的动力源，情感构成了趣味的动力源。没有情感的激发，就没有趣味的萌生；没有趣味的实现，也就没有理想的生活。梁启超甚至说，如果用化学来分割梁启超这件东西，这件东西就是由趣味构成的。如果你把趣味抽出，则所剩为零。趣味不局限于一朵花、一棵树的具体形象，不局限于对事物表象的静观鉴赏与判断，而是一种生活情趣与生存方式。趣味既在人生中创造，又在生活中体现。

人的生命历程需要意志和毅力支撑，我们要有毅力，要有意志，所以我们说“有志者事竟成”。而意志需要情感的力量去驱动，我们的情感力量有积极的，也有消极的。积极情感产生的趣味会推动我们的生命力有正能量的表现，我们就处于一种很自信、很振奋、充满力量的一个过程。如果处于这样的状态，我们就什么都不怕了，我们会忘却一切的忧虑和痛苦，不会计较利害得失。在这个过程中，这种持久的正能量就会最大限度地使我们的生命潜能发挥出来，我们的聪明才智就会淋漓尽致地发挥出来；我们就会自得其乐、乐在其中、乐此不疲、其乐无穷。在这里我要举一个例子，我们很熟悉的诗人刘禹锡写了一篇叫《陋室铭》的文章，这篇文章是怎样形成的呢？据说刘禹锡当时参加“永贞革新”运动，因受牵连被贬到了安徽的和州担任一个小小的通判。按规定，通判应在县衙里住三间三厢的房子，可和州知县“看人下菜碟”，见刘禹锡是被贬的“软柿子”，就故意刁难，先安排他在城南面江而居，刘禹锡不但无怨言，反而很高兴，还随意写下以下两句话“面对大江观白帆，身在和州思争辩”贴在门上。和州知县知道后很生气，吩咐衙里差役把刘禹锡的住处从县城南门迁到县城北门，面积由原来的三间减少到一间半。新居位于德胜河边，附近垂柳依依，环境也还称心，刘禹锡仍不计较，并见景生情，又在门上写了两句话：“垂柳青青江水边，人在历阳心在京。”那位知县见其仍然悠闲自乐，满不在乎，又再次派人把他调到县城中部，而且给其一间只能容下一床、一桌、一椅的小屋。半年时间，知县迫使刘禹锡搬了三次家，面积一次比一次小，最后仅是斗室。想想这位势利眼的狗官，实在欺人太甚，刘禹锡遂愤然提笔写下这篇超凡脱俗、情趣高雅的《陋室铭》，并请人刻上石碑，立在门前。“山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵。斯是陋室，惟吾德馨。苔痕上阶绿，草色入帘青。谈笑有鸿儒，往来无白丁。可以调素琴，阅金经。无丝竹之乱耳，无案牍之劳形。南阳诸葛庐，西蜀子云亭。孔子云：何陋之有？”这篇不足百字的室铭，作者托物言志，含而不露地表现了其安贫乐道、洁身自好的高雅志趣和不与世事沉浮的独立人格。“苔痕上阶绿，草色入帘青”，写出了自然环境的清幽宁静；“谈笑有鸿儒，往来无白丁”，表明了与人交往的高雅脱俗；“可以调素琴，阅金经。无丝竹之乱耳，无案牍之劳形”，表达了诗人高雅脱俗的情致，怡然自得的神情，这是何等的境界、何等的一种情趣。

我特别喜欢《陋室铭》里的“苔痕上阶绿，草色入帘青”。碧绿的苔藓长到台阶上，多么淡雅；青葱的草色映入竹帘里，一派生机盎然的生活状态。“苔痕上阶绿，草色入帘青”描写了令人赏心悦目的、宁静的、雅致的环境，“可以调素琴，阅金经。无丝竹之乱耳，无案牍之劳形”指闲下来在室中可以



抚琴弄弦，展卷读经，修身养性。其实，在这里面就是一种高雅的情趣，在什么时候都不忘这个“绿色”，这里“绿”代表着春天。如果一个人的心里装着春天的话，那么他对所有的一切感觉都是美好的。美在趣味，美在情趣。

诗意地生活，生活中充满着美。王维的《渭川田家》是众多田园诗篇中我很喜欢的一首。我觉得用比较通俗的话来说，其描写的就是一幅很美的农家乐景象。“斜阳照墟落，穷巷牛羊归。野老念牧童，倚杖候荆扉。雉鸣麦苗秀，蚕眠桑叶稀。田夫荷锄至，相见语依依。即此羡闲逸，怅然吟式微。”全诗展现了一幅温馨自然的农家晚归图。我特别喜欢“野老念牧童，倚杖候荆扉”这一句，它体现了浓浓的亲情和关怀之情。“田夫荷锄至，相见语依依”中，“语依依”所描述的就是人们之间的那种温情、友情和乡情。看到这些很富于“情”的诗句，我非常感动。其实在这里就体现出了一种美，人与人之间的关系是多么的和谐。

诗意地生活，美在生活，最根本的还是要体现在热爱生活上。苏东坡在他六十多年的人生中，经历了太多的波折和坎坷，一直被贬到海南岛的儋州，可以说他是受尽挫折的。但是在整个过程中，他仍非常热爱生活。他曾经说过，人生有六大乐事，“清溪浅水行舟；凉雨竹窗夜话；暑至临流濯足；雨后登楼看山；柳荫堤畔闲行；花坞樽前微笑。”苏东坡把眼光投入到整个生活的种种细节之中，深深地在感悟着生活中的美，在不经意中感受生活的美。苏东坡热爱生活，他把生活中的美也表达在诗句里。他到过广东，写下了“罗浮山下四时春，卢橘杨梅次第新。日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人”的诗句，反映了生活中的细节，夸奖了岭南的佳果荔枝。“日啖荔枝三百颗”这一句，我想这可能跟广东的方言有关。广东民间认为吃荔枝容易上火，于是有“一粒荔枝三把火”的说法。可能当时苏东坡在吃荔枝的时候，听到广东的百姓说：“要注意啊，一粒荔枝三把火。”听多了，这句话就进入了他的诗句里“日啖荔枝三百颗”（谐音）。广东方言中把牛粪说成“牛屎（矢）”。你看，苏东坡把“牛屎（矢）”也写到了他的诗里面：“半醒半醉问诸黎，竹刺藤梢步步迷。但寻牛矢（屎）觅归路，家在牛栏西复西。”意指迷路了，怎么回去呢，就跟着牛粪，因为牛一路走一路拉牛粪，一路寻着牛粪走，就找到回家的路了。苏东坡就是这样，善于从生活的很多细节中寻找美，而且也寻找到了他创作的题材，并写在他的诗篇里面，这就是诗意生活中的美。

美学家朱光潜先生在《谈美》一书中提到：有审美的眼睛才能见到美。这里说的就是审美的态度。审美态度是人对待世界的一种特殊方式，它不同于科学认识的态度，也不同于实用的态度。这种审美的态度是非实用性的、非科学的、非功利化的。因此，看到一个对象的时候，你先不要去管它到底是什



么，在“无所为而为”的观赏中你就会不知不觉地进入了审美的境界。如果带有很强功利性的话，是找不到美的。我们会有这样的一种经验，比如说，我很喜欢闻桂花的香味，我经过路旁的桂花树时，如果特意去闻，有时就闻不到桂花的香，这是为什么？为什么这个时候闻不到呢？花往往是着意闻时不肯香，香在无心处。因为你太刻意去寻找那香味了，目的性太强了，所以闻不到。有时候走在路上，不经意中会有一股淡淡的桂花香扑鼻而来。

朱光潜先生在《谈美》一书中说到，审美要把实用的态度和科学的态度都丢开，专持美感的态度去看事物。比如我们看看荷池，有荷叶、荷花，如果持科学的态度去看它，就得分析它属于什么科什么目，它的生长条件是怎么样的，它什么时候开花，等等。我们要研究它，要认识它，要揭示它的本质规律，这是科学的任务。如果持实用的态度看，那就是这个荷花能给我带来什么利益。如果把它作为一个景观，收门票供参观，一张门票大概定价多少可以得到理想的收益，这也是一种实用的态度。但如果我们不这样东想西想，只是觉得它的碧绿娇艳很美，觉得很养眼，能使我们的心情很愉悦。这个时候我们就有了美的感受。这种美的感受或许就像诗人说的那样：“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。”或许会联想到美人，像王昌龄有一首诗是这样写的：“荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开。乱入池中看不见，闻歌始觉有人来。”大家很熟悉的，现在也很流行的凤凰传奇唱的歌《荷塘月色》：“我像只鱼儿在你的荷塘，只为和你守候那皎白月光，游过了四季荷花一样香，等你宛在水中央。”这首歌把这种美的意境扩展了。这首歌也是在中国风歌曲里面我很喜欢的一首，其意境很美。所以，我们要有审美的意识、审美的态度和审美的情趣。

美随时存在于我们生活中，我们只要有心，有审美的眼睛，有审美的态度，随时可能会见到美。朱光潜先生的《文艺心理学》里有个例子，我觉得很生动，能触发我们来思考这个问题。“乘船的人们在海上遇着大雾，是一件最不畅快的事。呼吸不灵便，路程被耽搁，固不用说；听到若远若近的邻船的警钟，水手们手忙脚乱地走动，以及船上的乘客们的喧嚷，时时令人觉得仿佛有大难临头似的，尤其使人心焦气闷。船像不死不活地在驶行，茫无边际的世界中没有一块可以暂时避难的干土，一切都任不可知的命运去摆布，在这种情境中最有修养的人也只能做到镇定的程度。但是换一个观点来看，海雾却是一种绝美的景致。你暂且不去想到它耽误了程期，不去想实际上的不舒畅和危险，你姑且聚精会神地去看它这种现象，看这幅轻烟似的薄纱，笼罩着这平谧如镜的海水，许多远山和飞鸟被它盖上一层面网，都现出梦境的依稀隐约，它把天和海联成一气，你仿佛伸一只手就可握住在天上浮游的仙子。你的四周全



是广阔、沉寂、秘奥和雄伟，你见不到人世的鸡犬和烟火，身体究竟在人间还是在天上，也有些犹豫不易决定。这不是一种极愉快的经验吗？”

是呀，如果我们从另外一个角度来看，并不是人人都有这样的机会在航行的时候遇到大雾。而海上升起大雾是不是自然景观呢？它应该是一个自然的景观，而且可能是一种可遇不可求的绝胜的自然美景。从审美角度来说，确实是，这种自然的美景，并不是每个人都可能遇到的。在大海上航行，碰上了这样的大雾是可遇不可求的。如果碰上了，不要那么焦急，不要惊慌失措，从容一点，淡定一点，“闲”下心来，以审美的态度去面对这种绝胜的自然现象，可能就会有那样的感觉：“轻烟似的薄纱，笼罩着平静如镜的海水，远山和飞鸟被它盖上一层面纱，依稀隐约如梦境，它把天和海联成一气，你仿佛伸一只手就可握住在天上浮游的仙子。”在这种仙境般的朦朦胧胧、迷迷茫茫、隐隐约约中，好像仙子、仙女都下凡了，你一伸手就可以抓一个仙女，一伸手就可以抓一个仙子，这种有点超离现实的绝妙意境是令人难忘的，也是很美的。这就是一种审美的胸怀。这也许就是朱光潜先生在《人生的艺术化》里所说的“无所为而为的玩索”。在这里就是一个“闲”字。

“闲”字在这里是指我们的“心闲”，不是说闲散、游手好闲。在这里的“心闲”是指我们在考虑功名利禄的同时，能超越功利。超越功利不等于摒弃功利，超越的只是令人烦恼的、狭隘的功利，让我们的心有一块地方是“闲”的，能够破除成败之执和得失之计。“心闲”能将功利与得失转化为内在的情感乃至生命需求，达到生活艺术化的境界。我们心里面那块“闲”的地方，那块“闲”的园地，是一种从容不迫的人生境界，也是人生修养大道中一个很高的境界。它与天地自然融为一体，它使我们自得、从容，使我们的身心随时处于一种审美的快乐中，我们就会感受到生活是丰富的，就会领略到人生的斑斓多彩。

也就是这个原因，孔子特别欣赏他的弟子曾点的想法。孔子有弟子三千人，贤人七十二人，他经常会跟他的学生谈论一些社会、政治和个人生活情志的问题。在《论语·先进篇》里记录了孔子与学生之间“各言其志”的一次谈话。子路、冉有、公西华先后谈了自己的志趣。孔子问曾点：“曾点，你怎么样？”曾点回答说：“莫春者，春服既成，冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。”意思是：“暮春三月，穿上春天的衣服，约上五六个成人，带上六七个童子，在沂水边沐浴，在高坡上吹吹风，一路唱着歌愉快地回家。”曾点的志向简单朴实，富有生活情趣，这明显有别于他的师兄师弟。孔子听后，赞叹一声说：“我赞同曾点的主张呀！”

其实这里面就是一个境界的问题，能够做到这一点就是“心闲”。朱熹根



据这件事写了《曾点》这首诗：“春服初成丽景迟，步随流水玩晴漪。微吟缓节归来晚，一任轻风拂面吹。”孔子赞同曾点的想法，就是因为看到了曾点高度重视个人的生活情趣和精神生活这一点。这种从审美意义上讲的“曾点境界”，其实就是与天地万物上下同流，进入一种极高的超然自得的人生境界。这也是我们应该追求的。

浸润于美和审美中的人，不仅对苍生有着广博的同情，对人生快乐的体验也是深入肺腑、刻骨铭心的。只要我们以审美的态度去诗意地生活，我们就会把劳作当作一种享受，把艰难的人生当作逍遥游。审美需要是人所独有的生命需要，是一种高级的精神追求。审美能满足人的心灵需要，使人获得情感体验。朱光潜先生在《人生的艺术化》里讲到：阿尔卑斯山是一个很有名的风景区，阿尔卑斯山谷中有一条公路，两旁风景优美，公路上天天车水马龙，不断地有车在盘山公路上穿梭，不停地穿梭。于是有人在阿尔卑斯山谷的公路上竖了一块标语牌，写着“慢慢走，欣赏啊！”这是在劝告人们去留意阿尔卑斯山公路沿途美丽的风光。因为很多人可能在劳碌中，是无心无暇去顾及他们身边如画的美景的。朱光潜先生以“慢慢走，欣赏啊！”作为他的文章《人生的艺术化》的结束语。“流光容易把人抛，红了樱桃，绿了芭蕉。”时光飞逝，生命短暂。劳碌中的人们啊，让我们在紧张的忙碌中，不管是在学习还是工作中，能常常回到诗词的审美世界，“慢慢走，欣赏啊！”

目 录

导 言 / 1
第 一 篇 家国情怀 / 1
第 二 篇 诗情山水 / 21
第 三 篇 田园风光 / 77
第 四 篇 悠悠乡愁 / 103
第 五 篇 千古明月 / 115
第 六 篇 诗画四季 / 136
第 七 篇 一花亦境 / 158
第 八 篇 知己故人 / 178
第 九 篇 爱情诗篇 / 199
后 记 / 218
参考文献 / 219



第一篇 家国情怀

陆游曰：“位卑未敢忘忧国。”文天祥说：“人生自古谁无死？留取丹心照汗青。”岳飞高声呐喊着：“靖康耻，犹未雪。”自古以来，由家国情怀衍生出来的无数经典诗篇，被中华民族一代代反复吟诵，成为中华民族自强不息的永恒动力。尽管一个时代有一个时代的民族英雄，一个时代有一个时代的爱国主义，家国情怀却始终贯穿着诗词创作，表达着诗人对祖国山河的爱恋，对民族的认同，对祖国的热爱。这些谱写着家国情怀的爱国主义诗篇是自古以来中华民族最普遍的情感共识。吟诵这些诗篇可以引发人们的情感共鸣，激发人们的爱国情怀。

留取丹心照汗青

文天祥在《过零丁洋》一诗里写道：“山河破碎风飘絮，身世浮沉雨打萍。”诗人把自己的命运和国家的前途紧紧联系在一起，“国之不存，家将焉附”，诗人誓死不降，最终留下“人生自古谁无死？留取丹心照汗青”的千古名句。陆游《示儿》一诗中，“王师北定中原日，家祭无忘告乃翁”表达了诗人生前无法看到国家统一的满腔悲愤。自古以来，在中国人的传统观念里，国与家是紧密联系、休戚与共的，个人命运与民族存亡是息息相关的。

过零丁洋

辛苦遭逢起一经，干戈寥落四周星。
山河破碎风飘絮，身世浮沉雨打萍。
惶恐滩头说惶恐，零丁洋里叹零丁。
人生自古谁无死？留取丹心照汗青。

《过零丁洋》是宋代诗人文天祥的诗作。公元1278年（宋祥兴元年），文天祥在广东海丰北五坡岭兵败被俘押到船上，次年过零丁洋时作此诗。全诗表现了诗人慷慨激昂的爱国热情和视死如归的高风亮节，以及舍生取义的人生观。

“辛苦遭逢起一经，干戈寥落四周星。”诗人回想早年由科举入仕历尽辛



苦，“起一经”指文天祥二十岁中进士。“四周星”，即四年。“干戈寥落四周星”意为，如今战火消歇已熬过了四个年头。诗人自叙生平，抚今忆昔。一关个人出处，一关国家危亡，两件大事，一片忠心。唐宋时期，一个人要想替国家做出一番事业，必须入仕；知识分子要入仕，必须通过科举考选，考选就得读经。文天祥遇难时，衣带中留有个自赞文：“读圣贤书，所学何事，而今而后，庶几无愧”，就是把这两件事拴在一起的。圣人著作就叫经，经是治国安邦的。这两句诗，讲两件事，似可分开独立，而实质上是连接在一起的。

“山河破碎风飘絮，身世浮沉雨打萍。”诗人仍然是从国家和个人两方面展开和深入加以铺叙。当时宋朝自临安弃守，各处流亡，恰如狂风中的柳絮。用山河破碎形容这种局面，加上说“风飘絮”，形象生动，而心情沉郁。这时诗人的母亲被俘，妻妾被囚，大儿丧亡，诗人真像水上浮萍，无依无附，景象凄凉。

“惶恐滩头说惶恐，零丁洋里叹零丁。”昔日惶恐滩边，忧国忧民，诚惶诚恐；今时零丁洋上孤独一人，自叹伶仃。一身为战将，一为阶下囚。战将，面对强大敌人，恐不能完成守土复国的使命，惶恐不安。阶下囚，只有一人，孤苦伶仃。“惶恐滩”“零丁洋”都是眼前景物，信手拈来，出语自然，而且形象生动，流露出诗人的一腔悲愤。

“人生自古谁无死，留取丹心照汗青。”人生自古谁能够长生不死？留一片爱国的丹心映照史册是诗人的理想。让赤诚的心如一团火，照耀史册，照亮世界，照暖人生。用一照字，显示光芒四射，英气逼人。此诗为千秋绝唱，情调高昂，激励和感召古往今来无数仁人志士为正义事业英勇献身。

示 儿

死去元知万事空，但悲不见九州同。
王师北定中原日，家祭无忘告乃翁。

《示儿》是宋代诗人陆游临终前对儿子的遗嘱。本诗语言不假雕饰，直抒胸臆。诗中表达的是诗人一生的心愿，倾注的是诗人满腔的悲慨。陆游一生致力于抗金斗争，一直希望能收复中原；虽然频遇挫折，却仍然未改变初衷。从诗中可以领会到诗人的爱国激情是何等的执着、深沉、热烈和真挚。在短短的篇幅中，诗人披肝沥胆地嘱咐着儿子，语言无比光明磊落，激动人心；浓浓的爱国之情跃然纸上。

“死去元知万事空”表明诗人即将离开人世，就什么都没有了，万事皆空，用不着牵挂了，从中可以体会诗人那种悲哀凄凉之心情。“元”“空”二