

江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

如果我能使一颗心免于哀伤

If I can stop one heart from breaking

悦读纪 编著

尽管你在招呼别的女人，
我仍在倾听你的声音。

我会像一股盐水，

渗入你的喉咙藏身。

歌唱或仇恨，
一个人！



YZLI0890119660

最美的诗
THE
MOST
BEAUTIFUL
POEMS

4



如果我能使一颗心免于哀伤

If I can stop one heart from breaking



YZLI0890119660



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

如果我能使一颗心免于哀伤/悦读纪编. —南京:
江苏文艺出版社, 2010. 7

(最美的诗)

ISBN 978-7-5399-3897-4

I. ①如… II. ①悦… III. ①诗歌-作品集-世界

IV. ①I12

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第129435号

书 名 如果我能使一颗心免于哀伤

编 者 悦读纪

出版 统 筹 黄小初 侯 开

特 约 监 制 王冷阳

选 题 策 划 侯 开

创 意 编 辑 苏爱丽

责 任 编 辑 胡小河

文 字 编 辑 王冷阳

责 任 监 制 卞宁坚 江伟明

装 帧 设 计 朱赢椿 皇甫珊珊

出 版 发 行 凤凰出版传媒集团

凤凰出版传媒股份有限公司

江苏文艺出版社

集 团 地 址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009

集 团 网 址 <http://www.ppm.cn>

出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 北京市平谷县早立印刷厂

开 本 700×980毫米 1/16

字 数 117千字

印 张 11.5

版 次 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

标 准 书 号 ISBN 978-7-5399-3897-4

定 价 20.00元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

埃德加·爱伦·坡

致海伦..... 003

致一位在天国的人..... 005

沃尔特·惠特曼

我在路易斯安那看见一棵栎树在生长..... 007

啊，船长！我的船长！..... 009

我歌唱一个人的自身..... 011

大路之歌（节选）..... 012

艾米莉·狄金森

没有一艘船能像一本书..... 014

说出全部真理，但别太直接——..... 015

夏之逃逸..... 016

有人说，有一个字..... 017

如果我能使一颗心免于哀伤..... 018

罗伯特·弗罗斯特

未选择的路..... 020

没上锁的门..... 022

火与冰..... 024

雪夜林边小立..... 025

华莱士·史蒂文斯

十三种看乌鸫的方式..... 027

坛子逸闻..... 030

威廉·卡洛斯·威廉姆斯

红色手推车..... 031

埃兹拉·庞德

少女..... 033

刘彻..... 034

在一个地铁站..... 035

卡尔·桑德堡

雾 036

草 037

自由是一件衣服 038

兰斯顿·休斯

黑人谈河流 040

伊丽莎白·毕肖普

渔房 042

查尔斯·布考斯基

美人盛产于法兰西大地 046

爱情·名望·死亡 048

西尔维娅·普拉斯

晨歌 049

约瑟夫·布罗茨基

黑马 051

明代书信 053

鲍勃·迪伦

答案在风中飘 055

艾伦·金斯堡

加利福尼亚超级市场 057

W·S·默温

十二月之夜 059

拉尔夫·沃尔多·爱默生

大神 060

威斯坦·休·奥登

美术馆 062

一个暴君的墓志铭 064

战时（十八） 065

玛格丽特·阿特伍德

九月 069

最初，我有几个世纪 071

豪尔赫·路易斯·博尔赫斯

雨	075
我的一生	076
诗的艺术	077
莱奥波尔多·卢贡内斯	
鲜花与星辰	080
失去的巢	081
阿尔韦西娜·斯托尔尼	
我就是那朵花	082

阿根廷
Argentina

巴勃鲁·聂鲁达

死	085
不只是火	087
孤独	090
雨	092
光笼罩你	094
卡夫列拉·米斯特拉尔	
天意	095
痴情	098
我不孤独	100

智利
Chile

奥克塔维奥·帕斯

如一个人听雨	103
夜曲	105
忘却	107

墨西哥
Mexico

渥雷·索因卡

安魂曲（节选）	111
我想正在下雨	113

尼日利亚
Nigeria

如果我能使一颗心免于哀伤
If I can stop one heart from breaking

o o 3

鲁文·达里奥

她..... 117

尼加拉瓜

Nicaragua

罗宾德拉纳特·泰戈尔

第一次的茉莉花..... 121

印度

India

松尾芭蕉

古池..... 125

国木田独步

自由存山林..... 126

岛崎藤村

醉歌..... 128

初恋..... 130

谷川俊太郎

小鸟在天空消失的日子..... 131

七个四月..... 133

春的临终..... 135

日本

Japan

莱奥波尔德·塞达·桑戈尔

黑女人..... 139

塞内加尔

Senegal

艾卜勒·卡西木·沙比

牧歌..... 143

突尼斯

Tunisia

耶胡达·阿米亥

战场上的雨	147
秋日将至及对父母的思念	148
奥斯维辛之后	150
上帝怜悯幼儿园的孩子	151
爱情忠告	153

以色列
Israel

诗琳通

青草回旋诗	157
-------	-----

泰国
Thailand

卡里·纪伯伦

论爱	161
论死	164
论苦痛	166
论美	167
言别	169

黎巴嫩
Lebanon

吉列尔莫·瓦伦西亚

有一个瞬间	173
-------	-----

哥伦比亚
Columbia

第一辑

美国



U.S.A

致海伦

埃德加·爱伦·坡



海伦，你的美对于我
犹如尼萨^①的船舸，在往昔
它们滑过芬芳的海波，
把漂泊者从倦人的旅途
载回故国的陆地

经历了海风多次的吹拂——
你那风信子般的美发，你典雅的
脸庞，水仙女的风姿，带我
回到希腊的熠熠光华
和古罗马的气魄。

看！在一个华美的窗龕
你如同雕塑那样伫立，
玛瑙明灯擎在手里！
啊，赛琪^②，你来自彼岸
那不可及的圣地！

李文俊 译

埃德加·爱伦·坡 (1809~1849)

十九世纪美国诗人、小说家和文学评论家，侦探小说鼻祖、科幻小说先驱、恐怖小说大师、短篇哥特小说作家。巅峰人物、象征主义先驱、唯美主义者。曾长期从事报刊编辑工作。受其影响的主要人物有柯南·道尔、波德莱尔、马拉美、儒勒·凡尔纳、希区柯克等。他与安布鲁斯·布尔斯、洛夫克拉夫特并称为美国三大恐怖小说家。爱伦·坡最著名的文艺理论是「效果论」。主要作品：诗歌有《乌鸦》、《歌》、《梦》、《致海伦》、《睡美人》、《梦中之梦》等，小说有《耶路撒冷的故事》、《失去呼吸》、《绝境》、《莫格街谋杀案》、《汉斯·普法尔历险记》等，随笔有《写作的哲学》、《装饰的哲学》、《诗歌原理》等。

① 古代利比亚附近的一个小岛。

② 古希腊、罗马神话中嫁给爱神厄洛斯（拉丁名称为丘比特）的美女。厄洛斯禁止她看到自己的形象，但赛琪还是按捺不住好奇心，在夜晚看见了丈夫的模样，结果被逐出家门。

爱伦·坡的诗具有强烈的唯美主义倾向，这首诗也不例外。该诗无论在结构、意象上，还是在音韵、主题上，都很好地体现了他的唯美思想。

这首诗热烈明朗，洋溢着一种清新之美。据诗人自己说，《致海伦》是为中学一位同学年轻的母亲斯丹娜夫人写的。海伦是斯巴达王墨涅拉奥斯的王后。在这首诗里，她是理想美的象征。对于诗人来说，美是理想的故乡，这种美的理想，有古希腊的荣光和古罗马的庄严。这种为不可及的美的倾倒，化成一首诗，便不再是一种遗憾，而是一种可以追求的理想。

小皮

赏析

致一位在天国的人

埃德加·爱伦·坡

对我来说，你曾是，爱人，
我枯竭的灵魂的依托——
是大海中的绿岛，爱人，
是清泉、一个圣洁的处所，
饰有仙果和鲜花的异芬，
这些鲜花都献自我。

啊，甜梦太美不能持久！
啊星光般的希望升起
原是为了走向衰朽！
从“未来”，一个声音催逼：
“向前走！”可昨日却是深沟，
我的灵魂在那里游移，
它载不动如许忧愁！

因为，对于我，多么可悲！
生命之光已接近黄昏！
不能——不能——再不能——
（这两个字，使得潮水
滞留沙滩，欲归不能）
伤残的苍鹰难以高飞，
雷殛的枯木怎能逢春？

昏昏沉沉，我的白天——
我每一个夜梦都苦苦
与你星眸的投射相连，
你在泉边轻盈起舞——
每一投足都泛起潋滟波光，
映入我苦思的梦庐。

李文俊 译

赏析

■多少失败的爱情，就有多少忧伤的诗。

据说这首诗是为了怀念罗伊斯特小姐而作。诗人与之相爱，却因父母反对，最终不能结合。写这首诗的时候，罗伊斯特已嫁作他人妇。对于诗人来说，她曾是『爱人』，是心底的一条深深的沟壑。昔日的恋情使诗人变得忧郁，这种忧郁和伤心被弹奏成诗，撩人心弦。昔日情人不再，她虽活着，却成了『天国的人』，相思已成枯木，不得逢春。

小皮

我在路易斯安那看见 一棵栎树在生长

沃尔特·惠特曼



沃尔特·惠特曼 (1819~1892)

美国十九世纪杰出的民主主义诗人，也是美国历史上最伟大的诗人。出生于美国纽约长岛一个农民家庭。因家境窘迫，只读过几年小学，十一岁辍学。当过木工、排字工、乡村小学教师、记者、编辑等。1830年开始文学创作。1841年出版了一些短篇故事，一年后又在纽约出版了小说《富兰克林·埃文斯》。1855年，《草叶集》第一版由他自费出版，那一年他父亲去世。一年后，《草叶集》第二版出版，其中包括了二十组诗。1881年，《草叶集》第七版出版，诗集得以畅销。惠特曼创造了一种新型诗体：自由体诗，即不受格律、韵脚的限制和束缚，任思想和语言自由发挥。《草叶集》即这种诗体的开山之作，代表着美国浪漫主义文学的高峰，是世界文学宝库中的精品。

我在路易斯安那看见一棵栎树在生长，
它独自屹立着，树枝上垂着苔藓，
没有任何伴侣，它在那儿长着，
迸发出暗绿色的欢乐的树叶，
它的气度粗鲁、刚毅、健壮，
使我联想到自己，
但我惊讶于它如何能孤独屹立
附近没有一个朋友而仍能迸发出欢乐的树叶，
因为我明知我做不到，
于是我折下一根小枝，
上面带有若干叶子，
并给它缠上一点苔藓，
带走了它，插在我房间里，
在我的视阈之内。
我对我亲爱的朋友们的思念
并不需要提醒，
(因为我相信近来我对他们
的思念压倒了一切，)
但这树枝对我仍是一个奇妙的象征，
它使我想到男子气概的爱；
尽管啊，尽管这棵栎树在路易斯安那
孤独屹立在一片辽阔中闪烁发光，
附近没有一个朋友一个情侣
而一辈子不停地迸发出欢乐的树叶，
而我明知我做不到。

飞白 译

■特曼曾如是写道：灵感或精神进入一切事物——进入岩石，就能过一块岩石的生活；进入大海，就能觉得自己是大海……进入一只动物，就能觉得自己是一匹马、一尾鱼或一只鸟……

当进入一种审美状态时，任何生物都是充满灵性的。这首诗选择了一棵栎树作为赞美对象。栎树是以一个孤独、坚毅的硬汉形象出现的，它茕茕孑立，孤独而快乐，浑身充满了男子汉的气概。诗人由栎树联想到自己，并有所顿悟——栎树透露出一种傲然独立的精神气息，诗人虽也有孤独的时刻，但他还是做不到这种决绝，因为他还需要思念和爱，需要朋友和爱人——生活、人群，才是他生命的旷野、扎根的土地。

小皮

赏析

啊，船长！我的船长！

沃尔特·惠特曼

啊，船长！我的船长！我们可怕的航程已经终了，
航船闯过了每一道难关，我们追求的目标已经达到，
港口就在前面，钟声响在耳畔，我听见人们狂热的呼喊，
千万双眼睛望着坚定的船，它威严勇敢；
但是，心啊！心啊！心啊！
鲜红的血液在流淌，
就在这甲板上，躺着我的船长，
你倒下了，身体冰凉。

啊，船长！我的船长！起来听听这钟声；
起来——旗帜为你飘扬——号角为你长鸣，
花束和花环为你备下——人群挤满海岸，
晃动的民众向你呼唤，向你转过热切的脸；
在这里，船长！亲爱的父亲！
你的头颅枕着我的臂膀！
就在这甲板上，如同梦一场，
你倒下了，身体冰凉。

我的船长没有回应，他的嘴唇苍白僵硬，
我的父亲感觉不到我的臂膀，他没有了脉搏和生命，
船安全地靠岸抛锚，它的航程已经终了，
胜利的航船从险恶的旅途归来，它的目标已经达到；
欢呼啊，海岸，巨钟啊，敲响！
但是我满怀悲怆，
走在甲板上，这里躺着我的船长，
你倒下了，身体冰凉。

邹仲之 译