

健康心灵美文书系

一首好诗，可以让颓废的心灵得到鼓励；
一首好诗，可以让忧伤的心灵得到抚慰；
一首好诗，可以让迷茫的心灵得到指引。



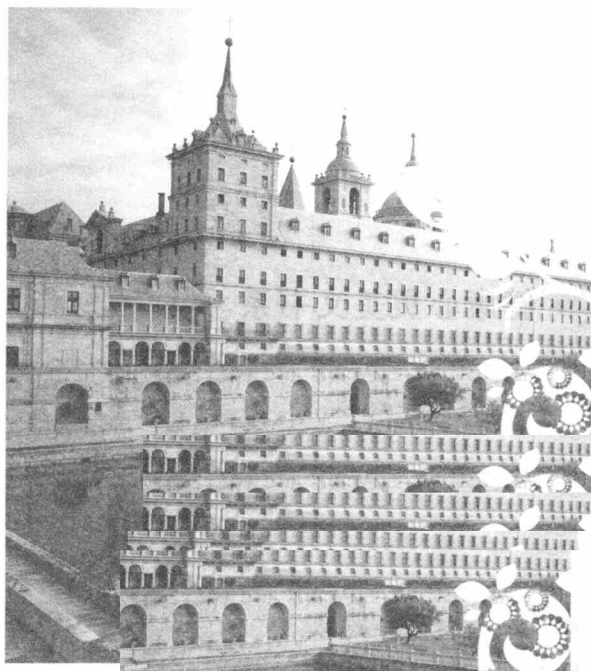
普希金诗选

俄国诗歌的太阳
浪漫情怀的精彩展现

史东梅 主编

内蒙古人民出版社

健康心灵美文书系



普希金诗选

史东梅 主编

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

普希金诗选/史东梅 主编. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,2008. 11
(健康心灵美文书系)

ISBN 978 - 7 - 204 - 09761 - 6

I. 普… II. 史… III. 诗歌—作品集—俄罗斯—近代 IV. I512.24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 181794 号

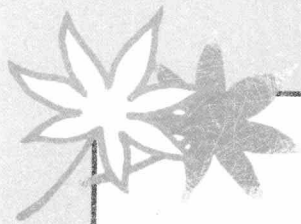


健康心灵美文书系



主 编	史东梅
责任编辑	波勒格太
图书策划	腾 飞
封面设计	袁剑锋
出版发行	内蒙古人民出版社
地 址	呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷	北京中创彩色印刷有限公司
开 本	710 × 1000 1/16
印 张	330
字 数	3000 千
版 次	2008 年 11 月第 1 版
印 次	2008 年 12 月第 1 次印刷
印 数	1 - 5000 套
书 号	ISBN 978 - 7 - 204 - 09761 - 6/I · 2058
定 价	616.00 元(共 22 册)

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471) 4971562 4971659



前言

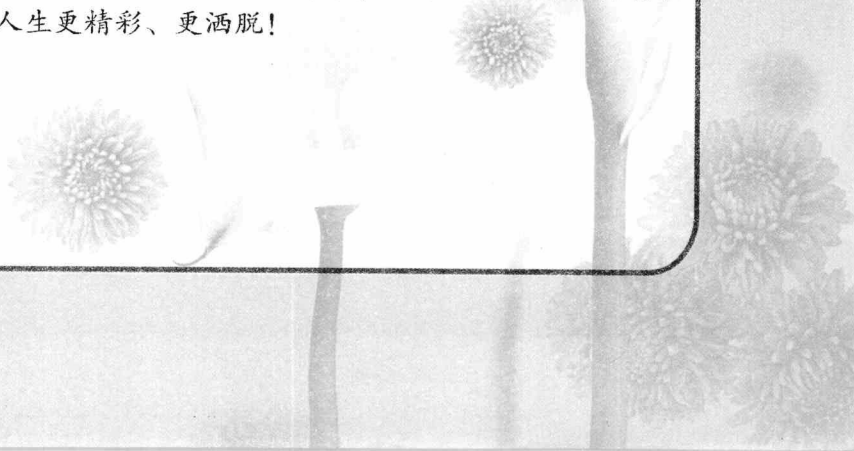
美文是文学世界的一束奇葩，是跳跃在纸上的心灵文字。阅读经典美文，不仅能开阔眼界、增长知识、启迪心灵，还会在悄无声息中照亮我们生命中的每一个角落。

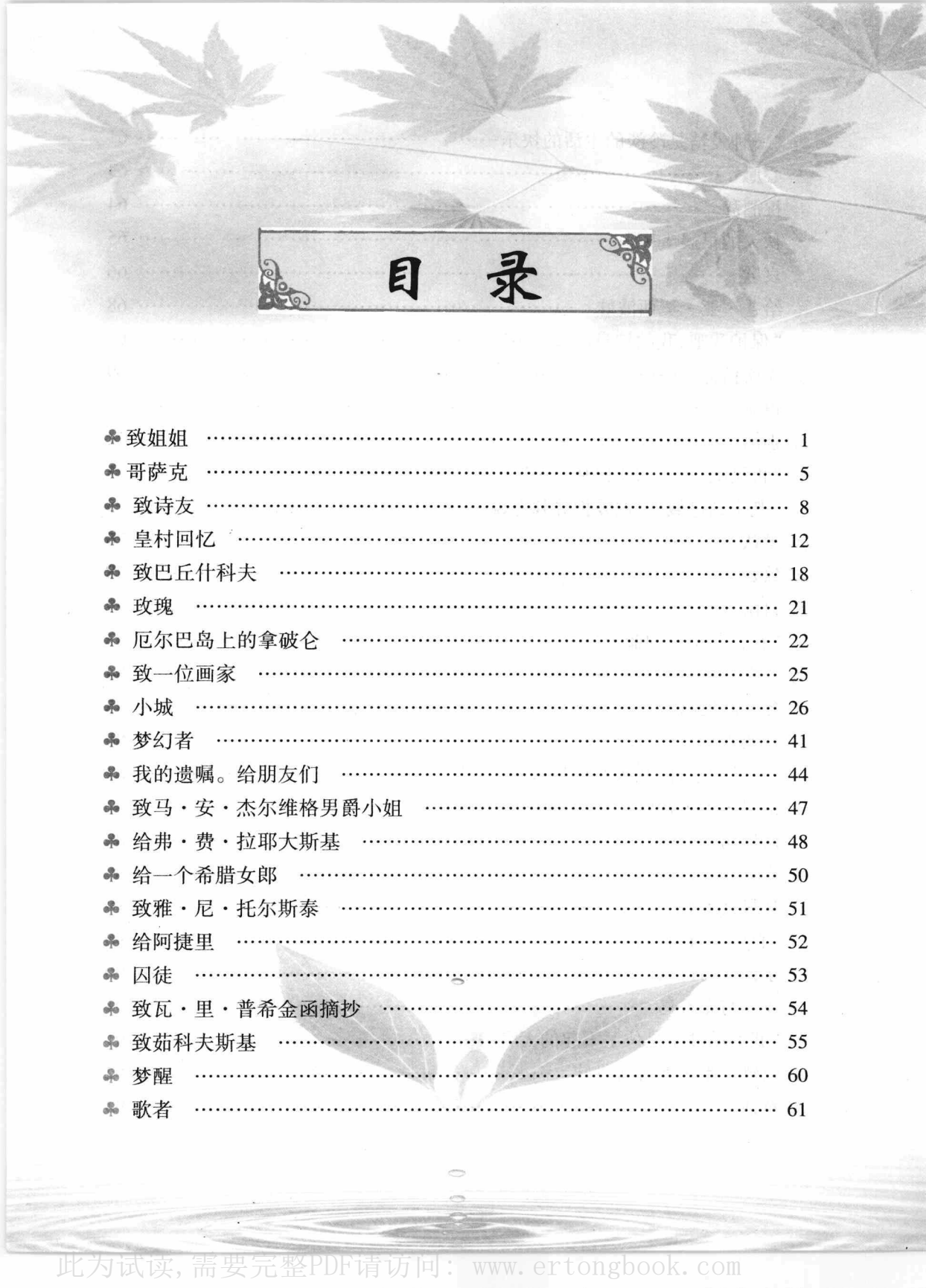
人生的成长就是心灵跋涉的历程，其间难免要经历情感的困惑、欲望的折磨和失败的迷茫，它们会像尘垢一样裹住心灵，使心灵失去本来的清新与灵动，这个时候就需要给心灵以洗涤。为此我们精心编排了《健康心灵美文书系》，用启迪思想的哲理和触动情感的文字，帮助读者洗去心灵的浮躁与疲乏，让心灵得到呵护和润泽，重新焕发生命的热情与活力，让你以一颗健康的心灵和积极乐观的心态去创造幸福美好的人生。

本书所选的美文，均是名家以自身的生活经历和对人生的感悟及细腻激扬的情愫，凭借生花的妙笔，写下的无数文采斐然、脍炙人口的美文佳作。它们不仅丰富了世界文学宝库，而且在人类文明史上留下了永恒的印迹。

读一篇优美的文章，犹如和一颗至纯至美的心灵在晤谈。精选的经典美文，字字珠玑，每天读一刻钟，便能提高你的阅读能力，丰富你的审美情趣，提升你的人文内涵，培养你的综合能力。在美文的浸润中，培养你优雅的气质，练就你坦荡的胸怀，丰富你的深厚的底蕴。品味精致典雅，解读意趣智慧，激发读写灵感，体会成功启迪！

感人的美文犹如灿烂的阳光，可以温暖我们成长的岁月；温馨的心灵小语犹如汨汨清泉，可以滋养我们的心田；字里行间闪现的智慧之光，可以为我们指明前行的方向。我们诚挚地期望，本书能够洗涤你的心灵，提升你的人生品位，让你在精彩美妙的文字中，体味人生、感悟真情、汲取营养，让你的人生更精彩、更洒脱！





目 录

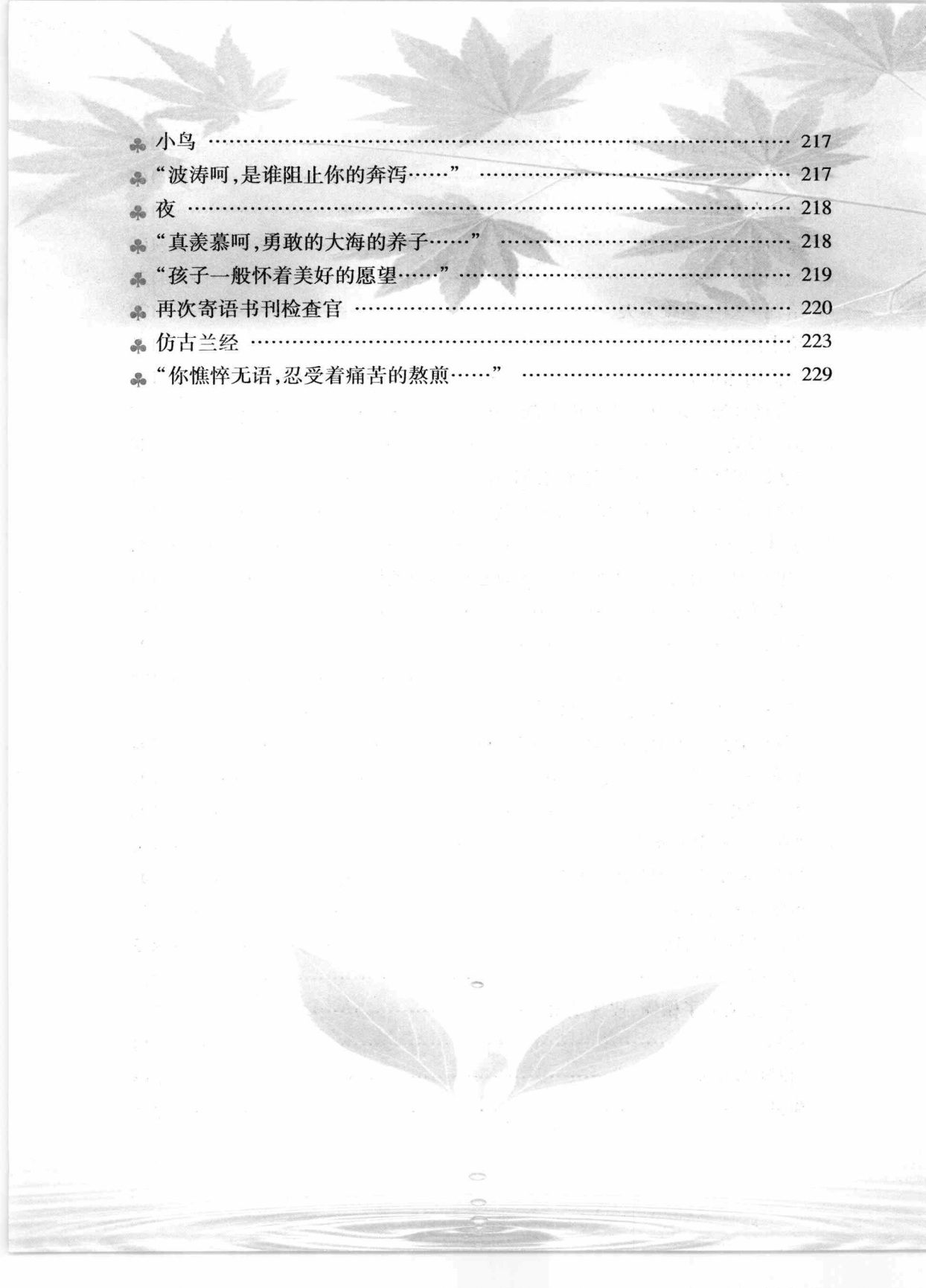
♣ 致姐姐	1
♣ 哥萨克	5
♣ 致诗友	8
♣ 皇村回忆	12
♣ 致巴丘什科夫	18
♣ 玫瑰	21
♣ 厄尔巴岛上的拿破仑	22
♣ 致一位画家	25
♣ 小城	26
♣ 梦幻者	41
♣ 我的遗嘱。给朋友们	44
♣ 致马·安·杰尔维格男爵小姐	47
♣ 给弗·费·拉耶夫斯基	48
♣ 给一个希腊女郎	50
♣ 致雅·尼·托尔斯泰	51
♣ 给阿捷里	52
♣ 囚徒	53
♣ 致瓦·里·普希金函摘抄	54
♣ 致茹科夫斯基	55
♣ 梦醒	60
♣ 歌者	61

♣ “一种爱情是冷淡的生活的快乐……”	61
♣ 心愿	63
♣ 祝酒辞	64
♣ 秋天的早晨	65
♣ 哀歌	66
♣ 给普·亚·奥西波娃	68
♣ “保护我吧,我的护身法宝……”	68
♣ 无所信仰	69
♣ 再见	72
♣ 别离	74
♣ “再见吧,忠实的槲树林……”	75
♣ “既未到过域外,偏爱把异邦夸说……”	75
♣ 承认	76
♣ 致她	78
♣ 自由颂	79
♣ “在自己祖国的蓝天下……”	83
♣ 先知	84
♣ 冬天的道路	85
♣ 给奶娘	86
♣ “我从前这样,我现在还是这样……”	87
♣ 给伊·伊·普欣	87
♣ 斯坦司	88
♣ 欢宴	89
♣ 咏科洛索娃	89
♣ 《自由颂》时附诗一首	90
♣ 小说家与诗人	90
♣ 夜莺与布谷鸟	91
♣ “我们的沙皇是位了不起的大官……”	91
♣ 致娜·雅·波柳斯科娃	92
♣ 童话	93

♣ 巴克斯的庆典	94
♣ 焚烧的情书	98
♣ 致恰阿达耶夫	98
♣ 追求荣誉	99
♣ 安德列·谢尼耶	101
♣ 致克恩	108
♣ 新郎	109
♣ “如果生活将你欺骗……”	115
♣ 饮酒歌	116
♣ “草原上最后几朵花……”	117
♣ 十月十九日	117
♣ “为了怀念你,我把一切奉献……”	123
♣ 冬天的晚上	123
♣ “我姐姐家的花园……”	125
♣ “欲望之火在血液中燃烧……”	125
♣ 暴风雨	126
♣ “啊,烈火熊熊的讽刺的诗神……”	126
♣ “那一天,有人上奏国君……”	127
♣ 给朋友们	128
♣ 你和您	128
♣ “枉然的馈赠,偶然的馈赠……”	129
♣ 她的眼睛	129
♣ “美人儿啊,不要在我面前唱起……”	130
♣ 水仙女	131
♣ 隐居	133
♣ N·N·(给瓦·瓦·恩格里加尔特)	134
♣ 乡村	135
♣ “有谁知道那地方——天空闪耀着……”	138
♣ TO DAWE, ESQr	140
♣ 肖像	141

♣ 预感	141
♣ “豪华的京城,可怜的京城……”	142
♣ 毒树	143
♣ 答卡捷宁	144
♣ 一朵小花儿	145
♣ 诗人和群氓	146
♣ 夜莺和玫瑰	148
♣ “有一棵绝美的玫瑰:它……”	149
♣ 给吉·亚·沃尔康斯卡娅公爵夫人	149
♣ 1827年10月19日	150
♣ 给叶·尼·乌沙科娃	151
♣ “在人世的、凄凉的、无边的草原……”	151
♣ 护符	152
♣ 给叶·尼·乌沙科娃	153
♣ 关关雎	154
♣ 阿里翁	155
♣ 天使	155
♣ 诗人	156
♣ “在黄金的威尼斯统治着的地方附近……”	157
♣ 给基普连斯基	158
♣ 给多丽达	158
♣ “我熟悉战斗,爱听刀剑相击……”	159
♣ “唉,她为何还要闪现……”	159
♣ “我不惋惜我的青春良辰……”	160
♣ “白昼的巨星已经暗淡……”	161
♣ 给黑心乔治	162
♣ 黑色披巾	163
♣ 海仙	164
♣ “渐渐稀薄了,飞跑的白云……”	165
♣ 缪斯	165

♣ “你再也没有什么期望……”	166
♣ 战争	167
♣ 给杰尔维格	168
♣ 致格涅吉奇函摘抄	169
♣ 短剑	171
♣ 给瓦·里·达维多夫	172
♣ 给卡捷宁	175
♣ 给恰阿达耶夫	176
♣ “谁见过那个地方？天然的丰饶……”	179
♣ 给普欣将军	180
♣ “我即将沉默！……但在忧伤的日子……”	181
♣ “我的朋友，我忘了过往岁月的足迹……”	181
♣ 拿破仑	182
♣ “忠贞的希腊女子！不要哭，——他已经英勇牺牲……”	187
♣ 致奥维德	187
♣ 征兆	191
♣ 恶魔	192
♣ “你肯宽恕么，我妒嫉的幻梦……”	193
♣ “我是荒野上自由的播种人……”	194
♣ 给大公夫人马·阿·戈里琴娜	195
♣ 生命的驿车	196
♣ “有一个狡猾的摩怪……”	196
♣ “皇宫前肃立的卫兵睡意朦胧……”	198
♣ 致雅泽科夫	201
♣ 书商和诗人的谈话	203
♣ 致大海	211
♣ “呵，我戴上了枷锁，玫瑰姑娘……”	214
♣ 葡萄	214
♣ “夜晚的和风……”	215
♣ 朔风	216



♣ 小鸟	217
♣ “波涛呵,是谁阻止你的奔泻……”	217
♣ 夜	218
♣ “真羡慕呵,勇敢的大海的养子……”	218
♣ “孩子一般怀着美好的愿望……”	219
♣ 再次寄语书刊检查官	220
♣ 仿古兰经	223
♣ “你憔悴无语,忍受着痛苦的熬煎……”	229

致姐姐^①

你愿意吗，我的密友，
让我这年轻的诗人
跟你聊一聊天，
带上被忘却的竖琴，
长出幻想的翅膀，
离开这所修道院^②
和这孤寂的地方。
每当夜色幽暗，
便有永恒的安宁
伴随着阴郁的沉寂
悄然无声地笼罩着
这阒无人迹的大地^③。

.....

我好像离弦的箭
飞到涅瓦河畔，
去拥抱幸福童年的
最亲密的伙伴，
犹如柳德米拉的歌手^④
甘愿受幻想的引诱，
回到故乡的家园，
我给你带来的不是金子
(我是一个穷修士)，

① 即奥尔加·谢尔盖耶夫娜·帕夫里肖娃。

② 诗人在这里把皇村学校比作修道院，把自己比作修士。

③ 这行之后还有几行没保存下来。

④ 指茹科夫斯基(1783—1852)，俄国浪漫主义诗歌的奠基人，写过叙事诗《柳德米拉》。



我偷偷走进休息室，
哪怕在笔端浮想联翩，
啊，最亲爱的姐姐，
我跟你将如何见面？
你一到黄昏时候
都怎么消磨时间？
你可正在读卢梭，
还是把让利斯^①放在面前？
还是跟快活的汉密尔顿^②
开心地笑个没完？
或跟着格雷和汤姆逊^③
凭借幻想遨游田野间：
那里的树林刮起微风
徐徐地吹入空谷，
婆娑的树木在耳语，
一条浩浩荡荡的瀑布
从山顶直泻而下？
或抱起那条老叭儿狗
（它竟然老于枕头之间）
把它裹进长披肩，
一边亲昵地爱抚它，
一边唤梦神，催它入眠？
或像沉思的斯薇特兰娜^④
站在波涛滚滚的涅瓦河上
望着一片漆黑的远方？
或用飞快的手指
弹起响亮的钢琴，

① 让利斯(1746—1830)，法国女作家，写了不少道德题材的儿童作品。

② 汉密尔顿(1646—1720)，法国作家，写过许多东方童话故事。

③ 格雷(1716—1771)和汤姆逊(1700—1748)，英国感伤派诗人。

④ 茹科夫斯基另一部叙事诗的主人公。

使莫扎特^①再世？
或重弹皮契尼^②
和拉莫^③的曲子？
我们终于见面了，
于是我心花怒放，
就像明媚的春天一样，
感到一种无言的喜悦。
忘记了别离的日子，
也忘记了寂寞和痛苦，
心中的忧伤踪影全无。
但这只不过是幻想！
唉，我还是一个人
借着暗淡的烛光
在修道院给你写信。
昏暗的禅房静悄悄：
门上插着门闩，
沉默——这欢乐的敌人，
还有寂寞看守着我们！
一张摇晃的床，
一把破旧的木椅，
一只装满清水的瓶，
一只小巧的芦笛——
这就是我一觉醒来
在眼前看到的東西。
幻想呀，只有你
是上帝赐给我的奇迹，
你可以把我带到

① 莫扎特(1756—1791)，奥地利杰出的作曲家。

② 皮契尼(1728—1800)，意大利作曲家。

③ 拉莫(1683—1764)，法国作曲家。



那神奇的希波克林泉^①，
身居禅室也自得怡然。
女神呀，如果离开你，
我可怎么生活下去？
我本来性喜热闹，
从中得到无限乐趣，
突然被命运带到远方，
关在四堵大墙中间，
就像到了忘川^②的岸上，
活活遭到幽禁，
永远被人埋葬，
两扇门吱扭一声
在我身后关上，
于是世界的美丽景色
被一片黑暗遮挡！……
从此我看外面世界，
就像囚徒从狱中
窥望朝霞的光芒，
即使是旭日东升，
把它那万道金光
射进这狭小的窗子，
我心中依然充满忧伤，
无法感到欢畅。
或是到了黄昏时候，
天空一片黑暗，
云彩里的一道霞光
也渐渐变得暗淡——

① 又译马泉，古希腊神话中阿波罗的马（珀伽索斯）在赫利孔山下踢出的一条清泉，能启发人的灵感，也称灵泉。

② 又译勒忒河，希腊神话中冥国之河，死人喝了河水，便忘掉生前的事。

我就忧伤地去迎接
昏暗的暮色出现，
在叹息声中送走
即将逝去的一天！……
一边数着念珠，
一边含泪望着铁栏。
但是光阴似箭，
石门上的门臼
总有一天会脱落，
我的骏马快如风，
越过河谷和高山，
来到繁华的彼得堡；
那时我将忙于乔迁，
离开这昏暗的禅室，
离开这旷野和花园；
抛却禁欲的修士帽——
变成一个被除名的修士
飞回你的怀抱。

哥萨克^①

有一次，半夜时候，
茫茫大雾，一片黑暗，
一个勇敢的哥萨克
骑着马，悄悄走在河岸。
头上歪戴着黑皮帽子，
尘土落满了他的短袄，

① 手稿中副标题是：《仿乌克兰民歌》。



膝旁耷拉着手枪，
地上拖着长长的马刀。
忠实的马松着缰绳，
缓缓地向前迈步，
长长的鬃毛一颠一颠，
不觉走出很远的路。
前面出现两三间小房，
四周的围墙破乱不堪；
一条路通往小村庄，
另一条通往密林中间。
“树林里找不到姑娘，”
好汉戴尼斯这样想，
“美丽的姑娘到了黑天
一定回到她的闺房。”
这个顿河的哥萨克
一磕马刺，一拉马缰，
马儿跑得像箭一样快，
转眼间来到了草房。
一轮明月藏在云后
把天边照得通亮；
美丽的姑娘坐在窗前，
正在那里黯然神伤。
好汉看见美丽的姑娘
心儿跳得发慌，
马儿慢慢地向左转，
终于来到窗旁。
“夜越来越黑
月儿躲进了云彩，
亲爱的，帮我饮饮马，
请你快快出来。”
“不！跟小伙子接触

我怕引起闲话，
我也不敢走出家门
去给你饮马。”
“啊，美丽的姑娘，不用怕，
何不找一个情人！”
“姑娘在夜里会出危险。”
“亲爱的，你不用担心！
听我说，那都是胡说；
丢开那些多余的顾虑！
把大好光阴白白浪费了；
亲爱的，别再犹豫！
快骑上我的骏马，
我俩走到遥远的地方；
你跟我一定会幸福：
“守着情人到处是天堂。”
姑娘怎么了？她低下头，
克制住内心的恐慌，
羞怯地答应跟他走，
哥萨克心花怒放。
他们骑上马，疾驰而去，
情郎爱恋着姑娘；
但是，只爱了她两星期；
第三星期就变了心肠。