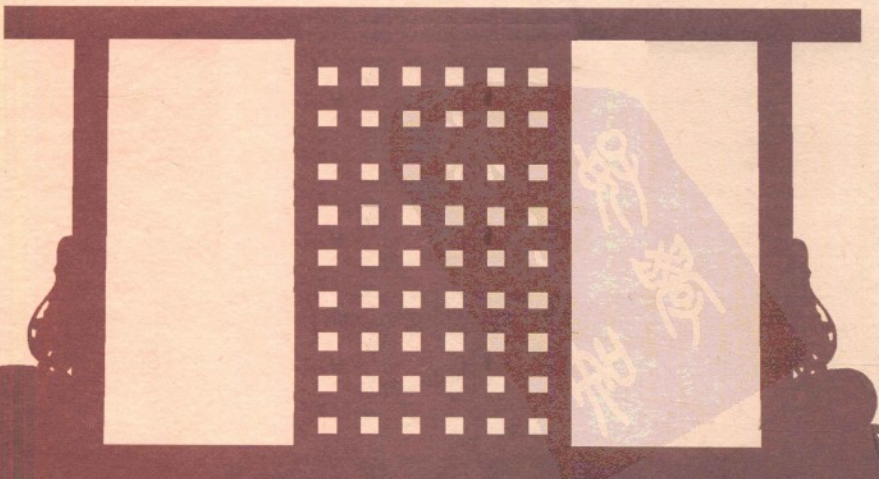


坐观

中卷 · 文心禅境 · 马书 著



 中国建筑工业出版社

心波一泓

坐集文札





长荫兀坐，伏案劳形。
悄然世虑，心波莫明。

试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com





愚注：身之居，湖山沧浪，松间桂幃；心之居，晓月陋室，琴中烛影。

概身居，心居之境，能以古雅为命，以诗情为筑，

文会，默坐，吟哦，侍砚席，供茗果，逞其舒畅，可为心境。

心境须心置，此中之狂味，发于萍飘之愁苦；

此中之遣兴，发于思古之幽情。

经历大野，潦落云迹，恬以其中真源，而后可得心趣。

心趣须心造，以静息，高朴，清旷，聊补生平之索然。

以纯风，顿觉，忘机，聊补闻睹之妍绮。

心趣即心象，一泓，一波，一觉，一悟。





蘇子如雲

《辛卯六月十一日吟作》

十年为述作，扫静陋室间。
积心形而上，研习琴书边。
不谓雨打蕉，踱步在城南。
孤心造高诣，不为霓虹恋。
枯坐无酥手，操琴无好眠。
清泪需清帕，谁人同向晚？
行此辛卯年，彳亍六月端。
众里不须寻，隔远两相看。
不痴则不慧，不思则不远。
雨霁为君裁，心趣为君怡，
得困于冗余，知足在安然。



惊鸿向青苍，落秋空我怀。
心趣一泓然，知音复且来。

无边灯红事，湖山且解情。
古意兴不浅，桑梓寄别生。

东风入庭户，青鬓付流光。
飞鸿望不见，徘徊思故乡。

萤影掠青枝，思乡恨白云。
寄向杨花碎，雁去衔我心。

云簪复覩想，雨兰到耳畔。
孤心多曼妙，清住小荷边。

当锄南圃下，非尔及我困。
归静有蓬庐，兰芝到窗前。

怯怀不释重，清梦不可剪。
无端习明的，孤坐又一年。

身躬向古道，寄畅在城南。
清行入兰泽，怀抱映素然。

徙倚青石上，心图对远流。
大雅捐万虑，自恹去俗游。

临江听雨露，对景看鹏飞。
辋川筑我居，敬谢栽我归。



心绪秋枫路，晚坐获花舟。
开怀享古意，翹首算穷愁。

洗桐东篱外，系马青松里。
思发同樵牧，疏狂有几许？

青溪可适意，白云犹可乘。
古事太惹人，苍茫带此生。

心寂跌坐长，空濛困情短。
欣去向沧浪，捷足复往返。

熏风弥我眸，深觉抑我容。
无故失兰佩，徒然遗弃虹。

靡雨山中雨，小酌有茶笋。
澄落拂香纱，渺渺不自省。

桂荫独困坐，容我一思悲。
去向松林处，将心渡云水。

思古酬长夜，清月寄我席。
莹影挟旧梦，芳菲自沾衣。

秋霁青郊外，八月多懸眸。
开轩意徜徉，空起向沙鸥。

寂寞几拼凑，不混在俗游。
风物历不尽，旷怀与清羞。







明代·仇英《桐荫昼静图》局部

上马有机凳，拖卷有书案，栖卧有欹床，摸弄有琴几，储列有皮架，坐安有圆椅……这些以木为本的物具千百年来承载着中华民族的起居生活，它们虽为供置之具，或实用于殿堂，或实用于廊馆，却总能在人们闲适的时候，给予安然，给予凭倚。

人们自古是以“忘机”而得闲，是以“闲情”而适意。以愚所见，闲当雅集时有清暇长聊，可卜居名山，有知己与共，寄兴味于清赏，无冗冗之俗挠，方可谓之闲。正如明代高濂在其所著《遵生八笺》之燕闲清赏笺中写道：“心无驰猎之劳，身无牵臂之役，避俗逃名，顺时安处，世称曰闲。”

历数自古之闲意，庄子的“就蓑泽，处闲旷，钓鱼闲处，无为而已矣”；王延寿的“西窗脚蹴以闲宴，东序重深而奥秘”；曹植的“雍容闲步，周旋驰骤”；何逊的：“为宴得快性，安闲聊鼓腹”；张正见的“莫言闲径里，遂不断黄金”；白居易的“闻健此时相劝醉，偷闲何处共寻春”；



明代·李嵩《听阮图》局部

孟浩然的“闲居枕清洛，左右接大野”；李白的“闲来垂钓碧溪上，忽复乘舟梦日边”；寒山的“腾腾且安乐，悠悠自清闲”；皎然的“夜凉喜无讼，霁色摇闲情”；高适的“又非耕种时，闲散多自任”；秦观的“晚厌万内游，把袂访闲逸”；陆游的：“山林闲寂归虽早，齿发衰残病已迟”；文征明的“闲心对酒从时换，老倦抛书觉昼长”；谢榛的“乘闲来紫府，垂老同丹砂”……

人若得闲，先要止息，止息以安体，安体以舒心，止息于席上，是为藉；止息于榻上，是为卧；止息于案上，是为伏；止息于椅上，是为坐。不论你身置何处？事有多冗，情有多烦，唯坐具可以使人端然，归静，凝默，入意。

承股止息，谓坐。

不称其位而坐者，谓之寄坐；依宾主次序而坐者，谓之叙坐；依岁龄大小而坐者，谓之齿坐；簇拥相挤而坐者，谓之踞坐；不以尊卑位序而坐者，谓之僭坐；垂足不及地面

坐者，谓之跼坐；东西相向而坐者，谓之僂坐；稳踞参禅而坐者，谓之桥坐；不能久而坐者，谓之托坐；两腿分开而坐者，谓之跨坐；归静沉思而坐者，谓之凝坐；盘膝而坐者，谓之跏趺坐；伴陪而坐者，谓之侑坐；沐日露天而坐者，谓之暴坐；迫近而坐者，谓之狹坐；踮踞张腿而坐者，谓之箕坐；请客入坐者，谓之邀坐；闭目而坐者，谓之冥坐；膝地耸身而坐者，谓之危坐；席角墙边而坐者，谓之隅坐……

历数自古之坐意，孔子的“休坐乎杏坛之上”；孙楚的“百僚云集，促坐华台”；玄奘的“既相见已，匡坐高谈”；杜甫的“坐看彩鹢长，纵意八极周”；孟浩然的“渐通玄妙理，深得坐忘心”；李白的“坐思行叹成楚越，春风玉颜畏销歇”；白居易的“一团香絮枕，倚坐稳于人”；韩愈的“振衣造云阙，跪坐陈清猷”；卢延让的“山寺取凉当夏夜，共僧蹲坐石阶前”；李贺的“美人狭坐飞琼觞，贫人唤云天上郎”；李颀的“指挥如意天花落，坐卧闲房春草深”；

明代·唐伯虎《桐荫昼静图》局部



明代·唐伯虎《李端端像》局部



贺知章的“主人不相识，偶坐为林泉”；王维的“独坐幽篁里，弹琴复长啸”；贯休的“觅句唯顽坐，严霜打不知”；尹鹖的“翫坐遍红炉，谁知情绪孤”；梅尧臣的“燕坐禽鸟寂，吟哦簿书退”；苏轼的“君家联翩尽聊相，独来坐啸溪山上”；王安石的“北风吹人不可出，清坐且可与君棋”；马臻的“四山削玉水无波，冷坐孤吟意趣多”；王问的“我欲招之翁不言，松阴槁坐静于禅”；何景明的“闭门诵习，趺坐中夜”；文征明的“焚香燕坐心如水，一任门多长者车”；归有光的“冥然兀坐，万籁有声”；高启的“清坐自能消郁结，古方休向篋中求”；金农的“隐坐整日看，冷吟独闭户”；曹寅的“我行循墙东，坚坐树影正”……

危坐，安坐，禅坐，燕坐，兀坐，坐是一种情态；坐享，坐待，坐忘，坐观，坐是一种心趣；候月之坐，操琴之坐，校书之坐，听雨之坐，坐是一种风度；结羽而坐，席地而坐，垂足而坐，坐是一种生活方式的变奏；松涛里，获花



宋代·赵估《听琴图》局部·蒲草·青石

