

SHEN ZHOU SONG

心难静，笔难停。

灵感出意境，情怀酿诗篇。



神州颂

LINGGAN CHU YIJING QINGHUAI NIANG SHIPIAN

张长兴 / 著



岁月悠悠照古今，旌旗猎猎正乾坤。
一灯常伴风云变，四卷心痴耳目新。
淡饭粗茶多挚友，清心寡欲少红尘。
老夫喜作黄昏颂，把酒盈樽仔细吟。



九州出版社
JIUZHOU PRESS

神州颂

张长兴 著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目（CIP）数据

神州颂 / 张长兴著. — 北京：九州出版社，
2014. 7

ISBN 978-7-5108-3163-8

I. ①神… II. ①张… III. ①诗集—中国—当代
IV. ① I227

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第179483号

神州颂

作 者	张长兴 著
出版发行	九州出版社
出 版 人	黄宪华
地 址	北京市西城区阜外大街甲35号 (100037)
发行电话	(010)68992190/3/5/6
网 址	www.jiuzhoupress.com
电子信箱	jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷	北京华忠兴业印刷有限公司
开 本	787毫米×1092毫米 16开
印 张	13 彩插 12p
字 数	45.9千字
版 次	2014年9月第1版
印 次	2014年9月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5108-3163-8
定 价	28.00元

序 言

喜欢古典诗词由来已久。早在大学读书的时候，虽然所学专业为经济学，但有时也借阅一些诗词书籍阅读。像曹操的《短歌行》、李白的《将进酒》、杜甫的《春望》、苏轼的《水调歌头（明月几时有）》、辛弃疾的《青玉案（东风夜放花千树）》、岳飞的《满江红（怒发冲冠）》、柳永的《雨霖铃（寒蝉凄切）》、李清照的《声声慢（寻寻觅觅）》、陆游的《钗头凤（红酥手）》以及毛主席的《沁园春·长沙》、《沁园春·雪》，等等，都是当时比较喜欢并经常默诵的诗词。

参加工作后，虽然很忙，但业余默诵诗词的爱好一直延续至今，一度能默诵几百首。原因是它曾给我带来无穷的乐趣，有时竟能产生意想不到的效果。每当工作生活中遇到不顺、心情烦躁的时候，默诵几首诗词往往能使你借鉴诗人的情怀，摆脱困惑；每当心血来潮、忘乎所以的时候，默诵几首诗词会帮你头脑冷静下来；每当精神有所懈怠、不思进取的时候，还可以从诗词的意境中受到鞭策，吸取到力量。这或许就是陶冶情操、净化心灵的作用吧！

退休后在老年大学先后跟徐咏春、高玉昆、李树先等老师学习了唐诗宋词及其诗词格律，并开始学习写作。过去习惯了普通政论文章的写作，讲究逻辑思维，要求文字朴实无华。而诗词则完全不同，它需要形象思维、艺术夸张、含蓄蕴藉。其中律诗则要求更高，它要求在一首诗中通过韵律（用韵）、声律（平仄）、联律（对仗）三个要素，把世界上最形象、最悦耳、最富表现力的汉语、汉字美





发挥到极其完美的水平。譬如一首七律，虽然只有 56 个字，但字字有讲究，句句求变化，错落有致，奥妙无穷。清朝顾文炜说“为求一字稳，耐得半宵寒”。唐代贾岛说“二句三年得，一吟双泪流”。可见，要创作出完全符合格律的诗词并不是轻而易举便可掌握的；而要创作出令人赏心悦目的作品更是难上加难。然而，世上无难事，只要肯登攀。在困难面前，不为退缩寻借口，常给成功找理由，主动给自己出难题、加压力，就这样终于完成了 400 余首诗词的创作。

诗言志，诗缘情。诗词的创作离不开时代，作品完全是有感而发。今天，一个生机盎然的社会主义中国已经巍然屹立在世界东方，13 亿中国人民正在中国特色社会主义伟大旗帜指引下满怀信心走向中华民族伟大复兴。我们成功举办北京奥运会、上海世博会；我们神十飞天、蛟龙探海，正一步步实现着中华民族的伟大梦想。我们党团结带领人民在中国这片古老的土地上，书写了人类发展史上惊天地、泣鬼神的壮丽史诗。我们伟大的祖国、伟大的社会，英雄辈出、欣欣向荣。每天所见所闻、感人肺腑的事迹层出不穷。心难静，笔难停。灵感出意境，情怀酿诗篇。《神州颂》这部诗词集就是在当今伟大时代的感召和鼓舞下，利用七八年的时间完成的。书稿虽然也做过反复修改，但水平有限，错误难免，敬请各位诗友批评指正。

诗词所用韵律为《中华新韵（十四韵）》。

另外，书中风光花卉照片，均系作者拍摄。

张长兴 2014 年 9 月



C
O
N
T
E
N
T

1. 新中国六十周年颂	1
2. 清平乐·首都赞	1
3. 改革开放三十年赞	1
4. 西江月·喜迎奥运	2
5. 冬泳赞	2
6. 喜迎十七大	2
7. 虎年贺两会	3
8. 辉煌三十年	3
9. 奥运圣火颂	3
10. 赞和谐	4
11. 国家大剧院听 《木兰诗篇》音乐会	4
12. 游呼伦贝尔盟	4
13. 看黄帝陵古柏	5
14. 游黄龙九寨沟	5
15. 重阳登香山	5
16. 西江月·游绍兴沈园	6
17. 忆初访香江	6
18. 参观耶路萨冷感吟	6
19. 好望角眺望两洋交汇	7
20. 悉尼歌剧院感言	7
21. 观企鹅返巢	8





22. 大学圆梦	8
23. 大学同班重相聚	9
24. 旅游感怀	9
25. 庆宋代商船重见天日	9
26. 诗趣	10
27. 八月十五抒怀	10
28. 卜算子·挽罗阳	11
29. 喜看刘翔实现 110 米栏大满贯	11
30. 岁暮感诗	12
31. 中央领导同志北大调研有感	12
32. 端午抒怀	12
33. 深切悼念王炎堂同志	13
34. 游青海湖	13
35. 游宁夏沙湖	13
36. 忆王孙·游月牙泉	14
37. 话养生	14
38. 忆峥嵘岁月	14
39. 北京奥运开幕式赞	15
40. 北京奥运盛况	15
41. 看残奥会有感	16
42. 赞腾格里大漠防沙术	16
43. 忆江南·一朵小花	16



C
O
N
T
E
N
T

44. 如梦令·扬州瘦西湖	17
45. 赞老年大学	17
46. 有感于陈水扁被收押	17
47. 贺首个全民健身日	18
48. 国庆阅兵抒怀	18
49. 贺两会胜利召开	18
50. 贺中国短道速滑女队包揽 冬奥会四枚金牌	19
51. 贺上海世博会开幕	19
52. 贺地铁四号线通车	19
53. 贺西藏百万农奴解放 五十周年	20
54. 贺第十一届全运会	20
55. 贺中国女子冰壶队首获 世界锦标赛冠军	20
56. 贺两岸三通	21
57. 玉树抗震救灾感赋	21
58. 废墟定可换新颜	22
59. 九日抒怀	22
60. 巴黎一日游	22
61. 颐和园偶感(五首)	23
62. 佳节天伦醉	24



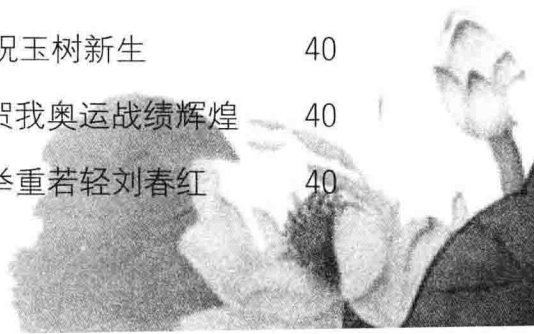


63. 忆燕园	24
64. 悼念罗京同志	25
65. 赞老干部活动站	25
66. 虎年贺两会	26
67. 热烈庆祝中国共产党成立九十周年	26
68. 放风筝	26
69. 读李凯同志大作有感	27
70. 贺田启亚同志荣获 “新中国诗词三百家”	27
71. 诗谢赵冠琪等同志	28
72. 读《海棠书屋诗稿》有感	28
73. 悼念萨马兰奇先生	29
74. 深切悼念沈安娜同志	29
75. 香格里拉藏寨	30
76. 海南游	30
77. 布达拉宫抒怀	31
78. 唱红歌感言	31
79. 健康养生经	32
80. 元宵节	32
81. 访革命圣地延安	32
82. 听于丹老师诗词讲座	33
83. 昌平草莓博览园	33



C
O
N
T
E
N
T

84. 老学童	32
85. 报春腊梅	34
86. 悼念田启亚社长	34
87. 三农迎春曲	34
88. 贺离退休摄影协会成立	35
89. 向当代雷锋郭明义致敬	35
90. 品茗	35
91. 龙年贺两会	36
92. 抒晚情	36
93. 重读《贫女》感吟	36
94. 吟柿子树	37
95. 春雪落京城	37
96. 读李清照诗词感怀	37
97. 春运感怀	38
98. 赞农民工	38
99. 参观西柏坡七届二中全会 旧址感言	39
100. 贺《富春山居图》合璧展	39
101. 祝玉树新生	40
102. 贺我奥运战绩辉煌	40
103. 举重若轻刘春红	40



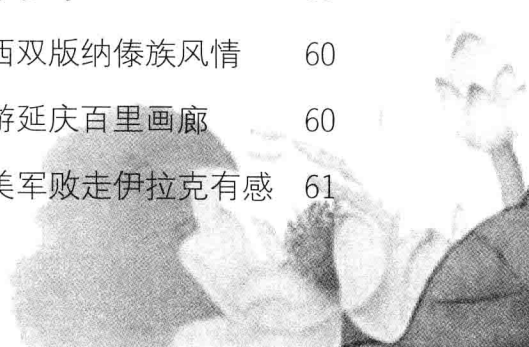


104. 贺神七发射成功	41
105. 中央领导同志到颐和园与民同乐	41
106. 基辛格新著感言	42
107. 摄影旅游乐	42
108. 学诗感赋	43
109. 读杜甫诗有感	43
110. 游张家界	44
111. 有感于吉利收购沃尔沃	44
112. 孙彪参加趣味运动会感言	45
113. 读李白诗有感	45
114. 玉树灾前路更宽	46
115. 老翁迷电脑	46
116. 香椿颂	46
117. 登高赏雪	47
118. 喜迎新邻	47
119. 悼念舟曲英灵	48
120. 岁月抒怀	48
121. 看南非世界杯有感	49
122. 有感于山西王家岭矿难	49
123. 第十四届青年歌手电视大奖赛	50
124. 汶川“5·12”三周年祭	50
125. 五十年后重相聚	51



C
O
N
T
E
N
T

126. 祝老伴八十华诞	51
127. 忆童年	51
128. 鸣沙山月牙泉感赋	52
129. 拉萨圣城礼赞	52
130. 南非足球世界杯感赋	53
131. 端午抒怀	53
132. 颐东苑社区赞	54
133. 参观敦煌莫高窟有感	54
134. 祝胖仔减肥成功	55
135. 西瓜赞	55
136. 咏酒	56
137. 观快乐小麻雀偶感	56
138. 消暑北戴河	57
139. 游北宫山庄森林公园	57
140. 有感于西方金融海啸	57
141. 赏 荷	58
142. 游悬空寺抒怀	58
143. 重阳节抒怀	59
144. 家乡咏	59
145. 西双版纳傣族风情	60
146. 游延庆百里画廊	60
147. 美军败走伊拉克有感	61



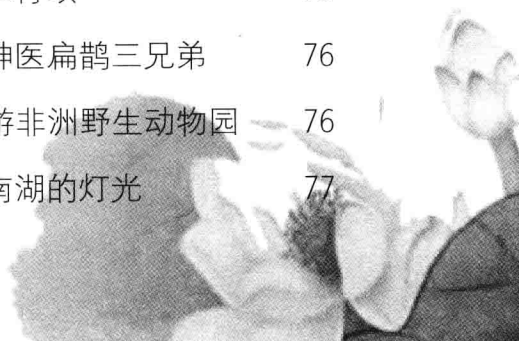


148. 教师节感怀	61
149. 游千岛湖	61
150. 中秋感赋	62
151. 喜闻腾格里大漠成功创建蔬菜大棚	62
152. 种瓜	62
153. 退休感怀	63
154. 金秋颐和园	63
155. 游泳自画像	63
156. 有感于智利矿工平安获救	64
157. 话聊散步	64
158. 重游龙庆峡	65
159. 捣练子·荷花	65
160. 贺蒋文文蒋婷婷首夺花样 游泳世界杯女双冠军	65
161. 离退休干部趣味运动会感言	66
162. 贺沪杭高铁再创世界新纪录	66
163. 忆王孙·雾凇	66
164. 贺“嫦娥二号”准确入轨	67
165. 祖国颂	67
166. 读毛主席词《沁园春·雪》	68
167. 贺我国 GDP 超越日本	68
168. 忆江南·重阳	68



CONTENTS

169. 瞻仰列宁墓	69
170. 万米高空赏云海奇观	69
171. 忆北大	69
172. 建筑工人赞	70
173. 登天安门感赋	70
174. 调笑令·鸟岛	70
175. 环卫工人赞	71
176. 赏雪抒怀	71
177. 游五台山	71
178. 祝贺侯逸凡荣获国际象棋 世界锦标赛冠军	72
179. 浣溪沙·游内蒙	72
180. 漫步昆明湖抒怀	73
181. 独木成林咏榕树	73
182. 忆家父	74
183. 贺岁醉天伦	74
184. 腾格里大漠抒怀	74
185. 深切怀念李延龄同学	75
186. 翠竹颂	75
187. 神医扁鹊三兄弟	76
188. 游非洲野生动物园	76
189. 南湖的灯光	77





190. 贺北京大学兄张维福八十华诞	77
191. 看凤凰卫视新闻节目有感	77
192. 西堤古柳抒怀	78
193. 青海湖畔油菜花	78
194. 读《春江花月夜》有感	79
195. 故里行	79
196. 除夕之夜赏礼花	80
197. 昆明湖边晨练	80
198. 无 题	80
199. 中秋之夜怀友人	81
200. 赞研发“两弹一星”的英明决策 ——看电视片《五星红旗迎风飘扬》	81
201. 游庐山	82
202. 潭柘寺古银杏	82
203. 读李煜词有感	83
204. 广州亚运会开幕式	83
205. 咏千岛湖	84
206. 读熊向晖《我的情报与外交生涯》 并缅怀作者	84
207. 撤离我驻利比亚员工有感	85
208. 颂蜜蜂	85
209. 缅怀马积生同志	85



C
O
N
T
E
N
T

210. 旅俄感吟	86
211. 中秋赏月	86
212. 瓮山春韵	87
213. 游印度泰姬陵	87
214. 纵览飞云	88
215. 清明抒怀	88
216. 读《益寿文摘》有感	88
217. 贺北大百年华诞	89
218. 壶口瀑布抒怀	89
219. 散步养生	89
220. 题农家小院	90
221. 利比亚战火风云	90
222. 学诗感赋	90
223. 贺青藏铁路通车	91
224. “小清华”之家	91
225. 向杨善洲同志学习	92
226. 吟维多利亚大瀑布	92
227. 缅怀李志远老师	93
228. 英王子大婚有感	93
229. 瞻仰挂甲屯彭德怀旧居有感	94
230. 赠同乡诗友	94





231. 路边烧纸祭祀偶感	95
232. 坎布拉丹霞风光	95
233. 题杜甫草堂	96
234. 贺北京金隅男篮荣获全国总冠军	96
235. 祝李娜首次荣获女法网大满贯世界冠军	97
236. 游兰亭忆怀	97
237. 看京剧偶感	98
238. 十七孔桥感赋	98
239. 老年大学赞	99
240. 观写草书	99
241. 登黄鹤楼	100
242. 有感于《鲁豫有约》赵忠祥	100
243. 有感于电子信箱	101
244. 观棋	101
245. 学习胡锦涛同志在庆祝中国 共产党成立九十周年大会上的讲话	102
246. 退休感怀	102
247. 革命摇篮井冈山	103
248. 登泰山	103
249. 看上海国际泳联世界锦标赛十米台 跳水有感	103
250. 有感于姚明退役	104