

# 今天,我们为何还爱读宋词

记者 罗东哲

诗经、楚辞、汉赋、唐诗、宋词、元曲、明清小说,大致勾勒出了中华文脉的轮廓。宋词位于其中,或许不是最耀眼的,却被很多人评价为最会“说话”的。

无论是“人比黄花瘦”的婉约,还是“小园香径独徘徊”的闲愁,亦或是“一蓑烟雨任平生”的洒脱……有人说,这些明明写的都是别人的离愁别绪、胸怀壮志、情难自禁等情绪,读起来却总像在说自己。

今天,我们不妨试着从这些长短句出发,聊聊其中蕴含着什么力量,能让它穿越千年依然能戳中你和我。

## 它总能在心事最浓时赶来

说宋词懂人心,很重要的原因就是它擅长用极简的语言,捕捉那些难以言说的心境。

宋词本质上是配乐歌唱的歌词,是宋代的“流行歌曲”。每一个词牌都有固定的句数、字数和声律,所谓“调有定句,句有定字,字有定声”。不同的词牌,因其句式长短、平仄安排、韵位疏密,用来表达不同的情感。有的适合写豪情壮志,有的适合写绵邈深婉。

当你在大城市感到孤独时,晏几道的《临江

仙》“落花人独立,微雨燕双飞”,用舒缓的音律把形单影只的落寞稳稳托住;当你努力却看不到结果时,柳永的《蝶恋花》中“衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴”,声调舒展绵长恰好匹配执着的苦涩;当你在深夜情绪低落时,李清照《声声慢》开篇“寻寻觅觅,冷冷清清,凄凄惨惨戚戚”,十四个叠字读来气息短促,那种层层递进的悲伤光念出声就能感受到;还有贺铸在《青玉案》里问“试问闲愁都几许?一川烟草,满城风絮,梅子黄时雨”,平仄

错落的句式配上绵长的韵脚,让愁绪像黄梅雨一样,淅淅沥沥下个没完。

正是这种声律与情感的结合,让宋词有了直抵人心的力量。有人说,这些词句之所以能“懂”我们,是因为它们写的不是一时一地的情绪,而是人类共通的情感底色。

岁月流转,人心相通,我们依然会为相似的悲欢而动容。宋词如一位沉默的老友,在你最需要的时候,静静相伴,不必多言,已然懂得。

## 它总能把人生的困境描述成风景

生活中的风雨总是说来就来。当代人面对职场压力、中年焦虑、信息纷扰、精神内耗,其实与古人并无二致。宋词之妙,不在一味柔弱,而在温柔里藏风骨,困顿中见旷达。

有学者曾说,宋词代表了中国文化“阴柔中的韧性”。这种韧性,正是即便岁月多变,人事难料,依然保有不屈不挠的精神。这其中,尤其是苏轼、辛弃疾等词人的作品,为我们提供了应对困境的生存智慧。

“莫听穿林打叶声,何妨吟啸且徐行”,这句词

写于苏轼被贬黄州途中突遇大雨的瞬间。同行的人都狼狈不堪,只有他拄着竹杖、穿着草鞋,边走边唱。他在黄州躬耕东坡,自号“东坡居士”,盖雪堂、煮东坡肉、品春笋江鱼,在清贫中嚼出生活的甜味。后来被贬惠州、儋州,他依然说“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南人”,最终回望一生,写下“问汝平生功业,黄州惠州儋州”。

辛弃疾一生都在等待“上马击贼”的机会。他21岁起兵抗金,是真正的少年英雄,南归后却屡

遭排挤,空有“金戈铁马,气吞万里如虎”的豪情。但他没有沉沦,转战词坛以笔为剑,写下“醉里挑灯看剑,梦回吹角连营”。60多岁时,仍问“凭谁问:廉颇老矣,尚能饭否”。更妙的是,“众里寻他千百度,蓦然回首,那人却在灯火阑珊处”这句本写爱情的词,如今成了许多人坚持理想的灯塔。有年轻人说,考研期间每到想放弃的深夜,就会想起他的这句词,激励着自己“再坚持一下,说不定理想就在拐角处”。

## 它总能在寻常日子里看见诗意

我们总以为诗意在远方,要奔赴山海、奔赴远方。其实诗意不在别处,就在清晨一杯热茶的氤氲里,在窗外一声清脆的鸟鸣里。

宋人特别会享受生活似乎已是当代人的共识。读他们的词,总让我们羡慕他们从容不迫的“慢生活”。

春天,苏轼在密州超然台上写下“半壕春水一城花。烟雨暗千家”;夏天听“柳外轻雷池上雨”,看雨后断虹照亮小楼西角;秋日宴饮,听“舞低杨

柳楼心月,歌尽桃花扇底风”,追忆年少共舞的欢愉;冬夜品“雪月最相宜,梅雪都清绝”的清绝之景,友人来访,围炉赏雪,一壶热茶足矣。

读这些词,我们羡慕的不是他们的生活条件,而是他们对生活的“在意”。他们在意一朵花开的时间,在意一片落叶的去向,在意朋友来时炉火的红。这种在意,让寻常日子多了些分量。

周邦彦在《苏幕遮》里写“燎沉香,消溽暑。鸟雀呼晴,侵晓窥檐语”。不过是一个寻常的夏日清

晨,他焚一炉香,看鸟儿在屋檐下叽叽喳喳,听它们好像在互相呼唤天晴了。这种闲到能听懂鸟语的时

刻,我们又有多久没感受过了?有人说,宋词里藏着一种安顿人心的力量。现代人最深的困境,不是物质的匮乏,而是精神的漂泊。我们拥有了那么多,却常常不知道自己放在哪里。而宋词给我们的启示就是回到生活本身,在一茶一饭里安顿肠胃,在一花一月里安顿眼睛。

## 它总能提醒人们要好好牵住身边人的手

学会安顿好自己之后,我们还要学会安顿与他人的关系。在社交媒体高度发达的今天,我们拥有前所未有的社交广度,却常常陷入“越联系越孤独”的困境。点赞、评论、转发构成的虚拟互动,难以替代面对面的真诚交流。而宋词中所描绘的家庭、好友等相处的生活图景,则提醒我们要好好维系人际关系的纽带。

晏几道写“当时明月在,曾照彩云归”,月亮还在,人却散了。读到这里,谁不会想起自己年少时的那些朋友?这种想念,比任何“常联系”的客套话都更显情谊。还有李之仪的《卜算子·我住长江头》以长江水为纽带,将空间距离化为情感联系,“日日思君不见君,共饮长江水”既写出两地相隔的无奈,又暗含血脉相连的亲密。这首

词被改编为现代流行歌曲《我住长江头》,在年轻人中广泛传播,一度成为异地恋情侣表达思念的经典方式。

一家人在一起,各做各的事,却知道彼此在;朋友见面,可以哭可以笑,不用端着;两个人分处两地,却能因为喝同一条江的水,觉得离得很近……这大概也就是情感最朴素的样子吧!

## 它总能让我们确信自己是时代的一部分

宋朝经济发达,城市繁荣,《东京梦华录》里记载的汴京,“举目则青楼画阁,绣户珠帘”。那是中国历史上少有的市民文化高峰。但同时,宋朝又始终面临着边患压力,从辽、金到蒙古,强敌环伺,国土从未真正完整过。这种复杂的环境,让宋词既有对个人生活的细腻体察,又有对家国命运的深沉关切。

范仲淹写《渔家傲》,“塞下秋来风景异,衡阳雁去无留意”。个人的苦乐,在这里升腾为时代的重量。张孝祥写《六州歌头》,“闻道中原遗老,常南望,翠葆霓

旌”,这已经不是个人情绪,而是一代人的故国之思。在这个世界变幻莫测的今天,我们常常追问“我是谁”。个体的焦虑、身份的迷失、归属感的稀薄,成为这个时代的普遍情绪。而宋词里的家国情怀,恰恰提醒我们,每个人都不只是自己,更是时代的一分子。我们的悲欢,从来不是孤立的,它与历史相连,与这片土地上生生不息的人心相连。看清这一点,便多一分清醒,多一分担当。如今,宋词的生命力仍在延续。比如,杭州推

出的“宋词带你游杭州”,把宋词名句转化为旅游动线;比如,开封的《大宋·东京梦华》以八阙宋词演绎北宋兴衰;比如,衢州正在挖掘宋词雅韵,推出“浙西宋词之河”文化品牌,让那些词心文脉和当代生活重新连接。

今天,不妨再读一读你爱的那句宋词,告诉自己,我们正在经历的欢喜与忧愁,早有人经历过;我们正在寻找的那个归处,也早有人替我们描摹过形状。你我都是中华文脉里,鲜活而有力的存在。