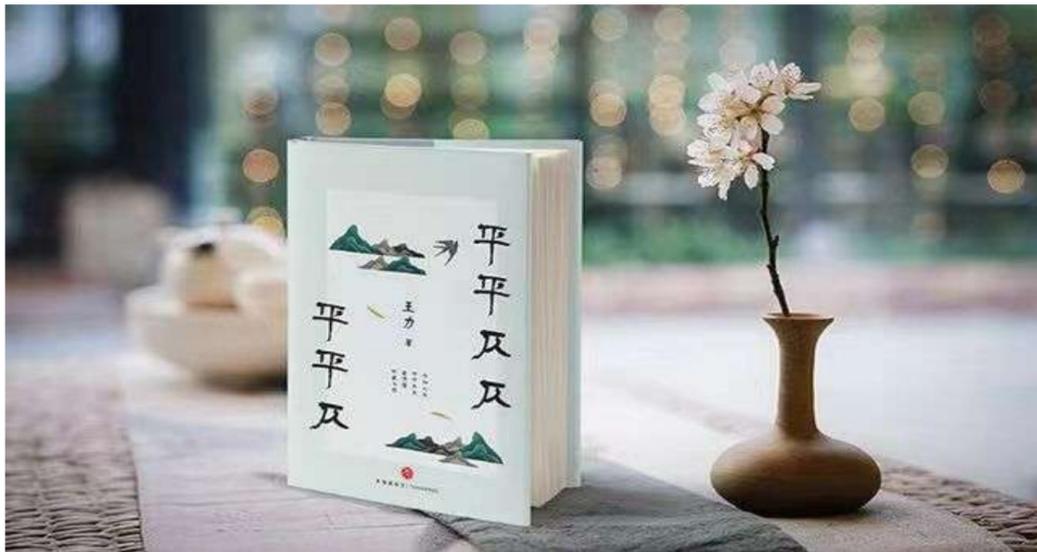


诗词在我心

浅谈诗词创作中的拗救之美

□ 张文献



诗词是作者用简洁明快、生动形象和高度凝练的语言反映生活或抒发情感的言志抒情的文学作品。在诗词创作时,押韵、对仗、平仄是诗词的格律要求,其中平仄最基本的评判标准也是诗词创作中把握诗词格律的难点。创作的诗词即便是韵脚合规、对仗工整,但不讲平仄,那也不能称其为律诗(词),或者叫做“打油诗”。

平仄是格律是最重要的元素,格律诗词对平仄的要求非常严格。掌握律诗的平仄规定是格律诗词创作的基础,也是格律诗词写作最难的障碍。因为,不仅古代和现代的语音是不断变化的(现代化里已经没有人声了),而且古体诗词只有平水韵一种,现在又有了新韵和通韵,所以,就没有必要去按照古代汉语的四声和平仄来写诗词。

一般来讲,在诗词创作中,做到平仄不违格律并不难,只要认真钻研诗词的平仄格式和汉语拼音,就能很好地把握诗词的平仄格律,尤其是现在各种网路工具非常多,查找、核对诗词格律也非常方便,无非是多调整几个能表达心意的词汇。当在诗词创作中遇到必须要记录(出现)的地名、人名、物名等专属名词时,就会感觉到有很大的难度,虽然做过很多次调整,还是很难不违平仄格律。

诗词的拗救之法能较好地解决这个难题。拗救也是诗词创作的基本技巧之一,称之为“纤巧之法”。

拗救就是平仄不依常格的句子。它在诗词创作中也是相当常见的。前面一字用“拗”的,后面就必须用“救”。所谓“救”,就是补偿。譬如,平仄的特定格式(五言的“平平仄仄仄”和七言的“仄仄平平仄仄仄”),就可以认为是拗句。

一般来说,前面该用平声(或仄声)的地方用了仄声(或平声),后面必须在适当的位置上补偿一个平声(或仄声),但是拗救不能用在韵脚上。

这里,我们首先要弄清一个问题,那就是拗救在诗词创作中能不能用的问题。目前,大体有两种相反的观点。一种认为在诗词创作中完全不能用拗救,用了拗救就是拗体诗(或称病体诗)。另一种则认为在诗词创作中是可以用拗救的。它不是病体诗,而是诗词的一种特殊形式。它不仅可以用解决因固定词组而无法规避的平仄问题,而且可以拓宽诗词创作的词域视野。

我赞同第二种观点,其理由有二:首先诗词创作总是要合律的。不符合格律

律的诗词就不能成为律诗。有些诗词看来好像不合律,其实是用了拗救,仍旧合律。这种拗救的做法,以唐诗较为常见。

例如:

宿五松山下荀媪家

【唐】李白

我宿五松下,寂寥无所欢。
田家秋作苦,邻女夜春寒。
跪进雕胡饭,月光明素盘。
令人惭漂母,三谢不能餐。

第一句“五”字和第二句“寂”字该用平而用仄,“无”字平声,既救第二句的第一字,又救第一句的第三字;第三句中的“作”是半拗,可救可不救;第六句中的“月”和“明”与第二句中的“寂”和“无”是孤平自救,但它只是本句自救,与第五句无拗救关系。

“诗仙”李白在一首诗中把拗救的技巧用得如此样板,真堪称为一代宗师。

其次特定格式被认为是拗救的一种。古体诗词中特定的格式(五言“平平仄仄仄”,七言“仄仄平平仄仄仄”)被诗人常用到那样的程度,自然就跟一般的拗句不同了,可以认为是诗词创作的一种技巧。

拗救主要分以下三种情况。

(1)在该用“平平仄仄仄”的地方,第一字用了仄声,第三字补偿一个平声,以免犯孤平,就变成了“仄平仄仄仄”。七言“仄仄平平仄仄仄”变成了“仄仄仄平平仄仄”。这叫本句自救。

(2)在该用“仄仄平平仄”的地方,第四字用了仄声(或三四两字都用了仄声),就在对句的第三字改用平声来补偿,这样就成了“仄仄仄平平,平平仄仄仄”。七言则成为“仄仄仄平平仄仄,仄仄平平仄仄仄”。这叫对句相救。

(3)在该用“仄仄平平仄”的地方,第四字没有用仄声,只是第三字用了仄声,七言则是第五字用了仄声。这是半拗,可救可不救。

半拗句是格律诗中的一种特殊句式。它指的是五言的“仄仄平平仄”和七言的“仄仄仄平平仄仄”句型中,五言的第三字和七言的第五字使用了仄声。这种句式被称为半拗或半拗。它既可以被救也可以不被救。如果要救,那么需要在对句的对应位置上将原本使用的仄声字替换为平声字。如果不救,那么该句仍然可以被认为合律的。

因此,半拗句在格律诗中具有特殊的地位。它既可以被认为是一种有瑕疵的句式,也可以被视为一种合律的句式。这取决于创作

者是否选择拗救。

古体诗人,在运用(1)的同时,又常常在出句用(2)或(3)。这样既构成本句自救,又构成对句相救。

例如:

新城道中(其一)

【宋】苏轼

东风知我欲山行,吹断檐间积雨声。
岭上晴云披絮帽,树头初日挂铜钲。
野桃含笑竹篱短,溪柳自摇沙水清。
西崦人家应最乐,煮芹烧笋饷春耕。

第五句“竹”字拗,第六句“自”字拗,“沙”字既救本句“自”字,又救出句的“竹”字,这是(2)和(3)的结合。同时诗中的“欲”、“积”、“日”、“乐”字,都做入声处理。如果说诗词格律在唐代还没有定型化,那么宋代以后,已经形成了固定的格律,讲究音律的宋代诗人如苏轼、陆游等仍旧精于此道。

又如:宋代陆游的七律《夜泊水村》,在“以身报国万死,双鬓向人无再青。”中,出句“有万”二字都拗,对句“向”字也拗,对句“无”字既是本句自救,又是对句相救。

因此,我认为诗词创作中的拗救,虽然不值得提倡,但是又不能不用。尤其在记录游历的诗词创作中,遇到要记录的地名、人名、书名等物名的时候,拗救是解决无法满足平仄规则时的重要方法之一,拗救就是完美的创作技巧,也是对诗词创作的拗救之美。

经过几年创作尝试,我认为拗救之法能很好地解决这个难题。甚至有时候,还要“故意”放一个平声字或仄声字来实现拗救。

譬如,在古代诗词和我的诗词中就有多处,很好地运用了拗救之法,现分类举例如下。

(一)固定词组的拗救

1、李白的五律《宿五松山下荀媪家》,在“跪进雕胡饭,月光明素盘。”中,“月”仄声拗,“明”是平声救,“月”与“明”是本句孤平自救,“月光”是专属固定名词。

2、我的七言诗《起义大楼》,记述的是到南昌参观“八一”南昌起义博物馆后写下的一首七言律诗。“八一”这个词在这首诗中是必须要出现的。在“节纪建军八一,从今我党有武装。”的尾联中,为了留下“八一”二字,在出句中调整了多个位置,不是“八”字不合平仄要求,就是“一”字不符合平仄的要求,无奈只好在对句中用“武”的仄声,拗救了“一”的平声,“武装”二字也是南昌起义不

可不提的。它不仅是我党对“枪杆子里面出政权”认识的首次实践,也是我党掌握的第一支武装部队。

3、我的填词《荷叶杯·芒种》的下阙“唐宋宰相归何处。别墅。到老裴张忙。午桥碧草春秋荒,人却不还乡。”中,“午桥碧草”是洛阳八大景之一,是固定词组,但仄声“碧”应为平声,无奈只好用“春秋荒”里平声“春”字拗救前面的“碧”字,较好地解决了此词的平仄违格问题。

(二)人名拗救

1、唐代崔颢的七律《黄鹤楼》,在上阙“昔人已乘黄鹤去,此地空余黄鹤楼。黄鹤一去不复返,白云千载空悠悠。”中,第一句第四字“乘”应仄声而用了平声,第六字“鹤”应平声而用了仄声,第三句第四字和第五字“去不”应该是平声而用了仄声,第四句第五字“空”应仄声而用了平声,而且上阙三处用了“黄鹤”二字,这在诗词中是少见的。尽管如此,《黄鹤楼》仍不失为一首千古名诗。

2、我的七律《观黄洋界》,在颈联“朱总题字界碑处,伟人词文名著传。”中,“朱总”和“伟人”都是特指特定人物,专有名词,出句“总”字仄声拗,对句就用“人”字平声救。

3、我的填词《菩萨蛮·成都遇高平》,在“品味旧友情,久年遇高平。”中,“高平”是人名,我的朋友,“高”字仄声拗,又在词尾,就特意在上句放一“谊”字平声救,也可以说是出句“谊”平声拗,对句“高”字仄声救。

(三)书名和诗词名等专属名词拗救

1、苏轼的七律《新城道中(其一)》,在“野桃含笑竹篱短,溪流自摇沙水清。”中,“竹”和“自”两字都拗,对句中的“沙”字,既救本句的“自”字,又救出句中的“竹”字。“竹篱”是物名。

2、我的五律《品雅安岳》,在尾联“问味绝何处,干老四尤佳。”中,“干老四”的“老”应平,但它是老点名,不能改动,故意在第四字上放了个仄声“尤”字补救,本句自救。

3、我的真词《念奴娇·诗词纪念毛泽东》,为了纪念毛泽东诞辰130周年,我用毛泽东的二十一首诗词名填写了这首词。在“故乡”和“雀儿”两词各自自救,“重上井冈山”中的“上”字与“冈”字自救,“凭伟人悼,诞辰一百三十辰。”中的“伟”字与“三”字拗救,因都是毛泽东的诗词名不能改动,就琢磨采用本句拗救解决了平仄问题。

(四)地名拗救

1、杜甫的五律《天末怀李白》,在尾联“应共冤魂语,投诗赠汨罗。”中,“汨罗”指汨罗江,是河水名,属专属名词,“汨”字取平声。

2、我的七律《登梵净山》,在“夕阳铜仁身疲惫,未悟靡音心亦安。”中,“仁”字仄声拗,“靡”字平声救,“铜仁”是贵州的一个地名,恰用“靡音”的“靡”字来拗救仄声的“仁”字。

3、我的真词《诉衷情令·转途》的下阙“将军梦,解甲伤,退流芳。仕途转路,心在天山,身归洛阳。”中,“身归洛阳”里“洛”字平声拗,但是洛阳是中国十三朝古都,世界闻名,不能调换,于是就符合平仄“身老洛阳”里的“老”字改为违格的“归”字,以拗救“洛”字,使“仄仄平平”,变成了“仄仄仄仄”,也算是蹩脚拗救。综上所述,拗救之法,在古体诗词中常用到那样的程度,自然就成为诗词创作的一种特殊“格律”。尤其是在处理专属名字或物名、地名、人名等时,既是一种技巧,又是一种思路。杜甫、白居易、苏轼、陆游这样的千古大家皆深谙此道。我们这些无名之辈岂能只望“拗”兴叹!

当然,在诗词创作中不用拗救还是不用之,既然是诗词创作就必须讲究格律,不讲平仄格律就无谓诗词,我不赞成而且反对填写“四不像”的诗词,想自由就写现代诗。

海灵格：我允许



我允许任何事情的发生

我允许,事情是如此的开始

如此的发展,如此的结局

因为我知道,

所有的事情,都是因缘和合而来

一切的发生,都是必然

若我觉得应该是另外一种可能

伤害的,只是自己

我唯一能做的,就是允许



我允许别人如他所说

我允许,他会有这样的所思所想

如此的评判我,如此的对待我

因为我知道

他本来就是这个样子

在他那里,他是对的

若我觉得他应该是另外一种样子

世界上并没有完美的人,伟人尚且如此,更别谈我们这些普通人。尽管有了这样的认知,但在处理具体事情的时候,总希望自己表现得足够优秀,事情做得足够完美,然而完美是不可能的,时不时地有种种瑕疵。

自从我读了德国心理学家伯特·海灵格的《我允许》以后,上述感受逐渐消失,取而代之的是一种坦然和自信。

这首诗为何有如此神奇的力量呢?让我带领大家一起来聆听其中的一些经典名句,身临其境地感受一下。如:“我允许我就是这个样子,我允许,我就是这样的表现,我表现如何,就任我表现如何。因为我知道,外在是什么样子,只是自我的积淀而已。真正的我,智慧具足。”当您听到这样铿锵有力的诗句时,是否和我一样,对现在的自己有一种深深认可,从内心深处升起一种深深的坦然和自信呢?

我太喜欢这首诗了,不仅能熟练地背诵全诗,其中的一些经典段落也深深地镌刻在我的脑海里,指导着我的现实生活。

上个星期,学院工会为了丰富教职工的业余生活,特意举办了一个套圈趣味活动。规则是一个人五个圈,依次扔出,目标是套中矿泉水瓶子。起初大家都觉得距离很近,只有五米,以为是轻而易举的事。实操起来,大相径庭。明明看着圈儿已经套进瓶子,结果又弹了出来,引得老师们不断发出唏嘘的惋惜声。结果很多人五个圈扔出去,一个也不中。我原来在公园曾玩过这类游戏,但都是徒手而归。虽然这次也不是什么竞技运动,只是游戏,我的心情还是有些紧张。这时,脑海中突然浮现出《我允许》中的诗句:“我知道,我是为了生命在当下的体验而来。在每一个当下时刻,我唯一要做的,就是全然地允许,全然地经历,全然地体验,全然地享受……”是呀,只是体验而已,不用考虑结果,只关注当下的感受。想到这里,我的心里平静了很多,向旁边看了看,一个老师正在投圈。他既不紧张,也不随意,淡定中透着自信,结果5个圈中了3个。我好像悟到了什么,模仿他的动作,结果第一个就中了。此刻,我的心情放松了,自信心爆棚,最后得了个二等奖。我把经验传授给我的同事,并且对她说:“像扔飞碟一样,不仅仅要有一个向前的力,还要有一个平行地面的旋转力。这样如果套中也不至于再弹出来。”结果她照我说的做,也得了三等奖。我俩志得意满地去领奖了。成人的生活里也需要游戏。

这虽然只是个趣味活动,但是让我认识到,人只要事事接纳自己,允许自己,允许自己不完美,心情放松地去做事情,就会表现得更好。

好的诗歌的力量是巨大的,它指导我的生活,让我走在逐渐变好的路上。现在的我不再苛求自己,经常对自己说,以前的我足够好,剩下的慢慢来。

◇ 心香一瓣

不再苛求自己

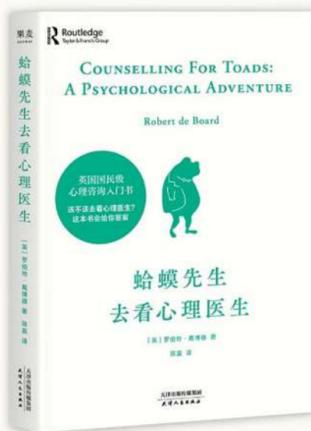
□ 校医院 王艳

◇ 书海泛舟

一本可以带你走出心灵泥沼的书

——读《蛤蟆先生去看心理医生》有感

□ 党委宣传部(新闻中心) 段芙蓉



英国国民级心理咨询入门书 见证疗愈与改变的发生

《蛤蟆先生去看心理医生》这本书有一种绵绵不绝治愈的力量。为什么这么说呢?在阅读它时,困扰自己十多年的问题就那么丝滑地迎刃而解。

一般来说,书是从前往后读比较好,当然也可以从后往前读,还可以采用跳读的方法。总之,选取一种最适合自己的方法去读就好。在读正文之前,可以先了解一下作者和译者的背景资料。封皮背面的一小段文字介绍了这本书的作者的基本情况:英国资深心理咨询师罗伯特·戴博德撰写了这本书,让经典童话《柳林风声》的动物主角们再次登上舞台,演绎了一个心理咨询疗程的标准模板。这本书凝聚了作者多年心理咨询工作的心得,也是英国畅销20多年的国民级心理咨询入门书。

这本书的译者是上海外国语大学社会学博士、上海师范大学英语系讲师、国家二级心理咨询师陈赢。

通过《前情与导读》,读者可以大概了解一下书的脉络故事:“蛤蟆是一个热情、时尚又爱冒险的家伙,惹出过不少麻烦和笑话。可他现在陷入抑郁,不能自拔。他的

朋友们决定出手相助,其中包括智慧又威严的獾、关心朋友但有点絮叨的河鼠,还有体贴善良的鼹鼠。他们商量来商量去,决定督促蛤蟆重视这个问题,并带他去接受心理咨询。于是本书故事就此展开。”

读到这里,您是否会觉得这是一本适合小朋友读的书,和成熟稳重的大人们关系不大?起初,我的内心就升起了一丝这样的想法。不过,这本书的语言写到了我的审美点上,真的让我有点欲罢不能。于是,才有了让我越读越觉得受益匪浅的意外之喜。

目录是一个让你快速了解书籍内容的一个快捷方式。《蛤蟆先生去看心理医生》这本书共有16章内容,分别是:第一章:整个人都不太好。第二章:挚友前来相助。第三章:初见咨询师。第四章:抑郁的原因。第五章:成长的寓言。第六章:探索童年。第七章:愤怒的表现。第八章:意外访客。第九章:秘密协议。第十章:午餐聚会。第十一章:蛤蟆先生的选择。第十二章:说出人生故事。第十三章:人生坐标与心理游戏。第十四章:赢了游

戏,输了自己。第十五章:最后一次面谈。第十六章:道别与自己。

对我个人而言,帮助最大的应该是第十三章的内容。苍鹭对蛤蟆说了一段话,我觉得对大家会有一定的帮助,分享给大家:如果我告诉你,想要理解你的现在,就必须回顾你的过去,你应该不会觉得意外。实际上,我们得回顾你生命最早期的阶段,从出生到大约四五岁的时候,发生的一切对你影响重大,还影响了你后来的成长,牵涉到你怎样看待自己和别人。这种影响是普遍存在的。就这样,你形成了对这个世界特有的看法,对你而言,这就是你看待事情的唯一方式。从那时起,你就生活在自己的世界里,用同一个视角看待一切事物。

也许你觉得我说的不够全面,不过没有关系。你可以找个时间,读一读《蛤蟆先生去看心理医生》这本书。这本书是一部值得反复阅读的经典著作。相信你会找到独属于你个人心灵的那把钥匙,让你穿过重重迷雾,释放掉你的坏情绪或不好的过往,拥抱快乐而美好的人生。