



何以解忧，唯有古诗

人生在世，谁能摆脱得了忧患和愁苦呢？所以《诗经·黍离》反复唱道：“知我者，谓我心忧。不知我者，谓我何求？”《古诗十九首》也说：“生年不满百，常怀千岁忧。”这些诗句不仅道出了人类的共同心声，也给中国古代诗歌史涂上了忧愁和感伤的色彩。与此相应，解忧的办法中国人也真是想了很多。

饮酒

《短歌行·对酒当歌》

曹操

对酒当歌，人生几何？譬如朝露，去日苦多。

慨当以慷，忧思难忘。何以解忧？唯有杜康。

孟德此诗，不仅“炒作”出天下名酒“杜康”，同时也告诉我们解忧的一种经典方式——饮酒。中国酒文化可谓源远流长，酒的功能最初诉诸礼制，而后才成为一种生活消费品，酒的麻醉作用使它迅速成为“解忧”和“浇愁”的理想工具，原也在情理之中。《诗经·卷耳》中就有“陟彼高冈，我马玄黄，我姑酌彼兕觥，维以永丕伤”的诗句，可见酒能解忧消愁在《诗经》创作时期就已是常识。

《咏怀诗》（三十四）

阮籍

一日复一朝，一昏复一晨。
容色改平常，精神自飘沦。
临觞多哀楚，思我故时人。
对酒不能言，凄怆怀酸辛。
愿耕东皋田，谁与守其真？
愁苦在一时，高行伤微身。
曲直何所为？龙蛇为我邻。

阮籍的咏怀诗，给中国古典诗歌注入了难得的哲学品质，如果没有他的“临觞多哀

登高

《登楼赋》节选

王粲

登兹楼以四望兮，聊暇日以销忧。览斯宇之所处兮，实显敞而寡仇。

挟清漳之通浦兮，倚沮洳之长洲。背坟衍之广陆兮，临皋隰之沃流。

除了喝酒，还有一种解忧方式是登高。然而，王粲的忧愁并没有通过登楼得到排遣。无独有偶，初唐诗人陈子昂，登上高高的幽州台，举目四望，不仅毫无“一览众山小”的快感，反而抚今追昔，悲从中来：前不见古人，后不见来者，念天地之悠悠，独怆然而涕下！

《朝中措·登临何处自销忧》

朱敦儒

登临何处自销忧？直北看扬州。朱雀桥边晚市，石头城下新秋。昔人何在？悲凉故国，寂寞潮头。个是一场春梦，长江不住东流！

这首词是南宋朱敦儒在江南回想南渡初期的情景。“登临何处自销忧”成了一个愁肠百结的追问，欲说还休。词人似乎压根就不相信，登临真的能够“销忧”解闷！难怪李后主要

说“独自莫凭栏”，也难怪辛弃疾要感叹“把吴钩看了，栏杆拍遍，无人会、登临意”！而说过“高处不胜寒”的苏东坡，甚至还有患上“恐高症”的嫌疑了。

种菊

《饮酒》其四

陶渊明

秋菊有佳色，裛露掇其英。
泛此忘忧物，远我遗世情。
一觴虽独尽，杯尽壶自倾。
日入群动息，归鸟趋林鸣。
啸傲东轩下，聊复得此生。

田园诗鼻祖陶渊明也是酒中豪士，但这位“古今隐逸诗人之宗”在饮酒之外，另有解忧之道。一是种菊采菊，二是琴书。

《移居·其二》

陶渊明

春秋多佳日，登高赋新诗。
过门更相呼，有酒斟酌之。
农务各自归，闲暇辄相思。
相思则披衣，言笑无厌时。
此理将不胜？无为忽去兹。
衣食当须纪，力耕不吾欺。

在这首诗中，陶渊明干脆把游春、登高、赋诗、饮酒多种解忧方法“一锅烩”了。

（留白）



趣味汉字

dú	zhàn	áo	tóu
独	占	鳌	头

 小篆中的“鳌”字
 甲骨文中的“占”字
 小篆中的“占”字

【释义】

原指中了状元，后泛指居于首位。

【辨析】

“占”也可写作“站”。“站”只是体现一种站立的状态，而“占”则有通过强力取得、处于某种地位或情势之义，相比较而言，这个词中用“占”更为妥当。

【起源与演变】

“鳌”是传说中的一种庞大的海生动物，头像乌龟，尾巴像鲤鱼，威猛无比，能够背起一座大山。“鳌头”指的是

宫殿台阶上的鳌鱼的头。早在唐宋时期，皇帝殿前阶上便镌刻有巨大的鳌鱼头。科举进士发榜时，只有状元才能站在这里。

【字里字外】

科举制是中国古代封建王朝通过考试选拔官吏的一种制度。科举制从隋朝大业三年（607）开始到清朝光绪三十一年（1905）结束，经历了约一千三百年。

正式科举考试分三级：乡试、会试、殿试。参加乡试的人是秀才，乡试考中

称举人，第一名称解元，第二名至第十名称亚元。参加会试的人是举人，考中后称贡士，第一名称会元。殿试是皇帝亲自主持的考试，参加殿试的人是贡士，考中的统称进士。殿试分三甲，录取第一甲，赐进士及第；第二甲，赐进士出身；第三甲，赐同进士出身。第一甲录取三名，第一名俗称状元，第二名俗称榜眼，第三名俗称探花。接连在乡试、会试、殿试中考中第一名称为“连中三元”。

除了“独占鳌头”外，人们也常用“蟾宫折桂”、“执牛耳”、“榜首”、“夺魁”等词语形容中状元。