



温科红博士与部分听众合影



## 天地有大美而不言

——温科红博士半杯清茶社侘寂和静默美学讲座后记

2026年5月30日，天朗气清，惠风和畅，是入夏以来难得的好天气。半杯清茶社也迎来了来自北方的另一股清风——温科红博士（笔名洛城东）应邀从宾州远道而来，在马里兰州洛城之东的Calhoun中心，为半杯清茶社的会员和会友作了一场题为《喧闹中的宁静》的美学讲座。

所谓“侘寂美学”，是以“不完美、无常、未完成”为美的一种境界，取自日语中侘（わび/wabi，孤寂、简朴、自足）和寂（さび/sabi，衰老、凋零、残缺）之意。

讲座伊始，主讲人温科红博士以日本江户时代诗人松尾芭蕉的俳句为引，阐述了侘寂美学的特质：

古池や(古老的池塘)  
蛙飛び込む(青蛙跃入)  
水の音(水声响)

这首俳句只有短短的三行，十七个日语音节(5,7,5)，文字简洁质朴，不加雕琢，却表达出寂静而幽深的意境。静中有动，复归寂静，词清而意远，这正是侘寂美学的特色。

温博士指出，侘寂美学虽盛行于日本，但其根源在禅宗，堪称中国禅宗美学在日本开出的花，即

“根在唐宋，花开江户”。这种美学思想对古时和当今的生活都产生了巨大的影响，比如茶道中的茶禅一如（草庵粗陶，以残缺为美）、园林景观中的枯山水（留白即是风景）、家居设计中的无印良品（本色素材，空白即设计）、苹果手机电脑设计的减法原则（少即是多）。

主持人接着讲到，具有侘寂之美的美学诗词的最高境界是以物观物，正如北宋理学家邵雍所说：“以物观物，性也；以我观物，情也。性公而明。”又如王国维所言，诗词有“有我之境”和“无我之境”之别。中国古代的咏物诗词，大都是以人为主体的，可以分为三类，一是托物言志（如杜甫“会当凌绝顶，一览众山小”），二是借物抒情（李白“举头望明月，低头思故乡”），三是以物观理（如苏轼“不识庐山真面目，只缘身在此山中”），真正“无我”而以物观物的诗词屈指可数。从诗词发展的过程看，先秦时代的《诗经》可谓是我未分，东晋陶渊明的诗是我物同化，只有盛唐王维的诗达到了物我两忘的禅境，中晚唐及宋以后的诗词则渐趋以人为本。他分别举诗经中的《关雎》《蒹葭》，陶渊明的《饮酒·其五》（“结庐在人境，而无车马

喧……”）、和骆宾王的《咏鹅》说明诗经是物先于人，陶诗是物自然呈现而人始终在场，骆诗是童真未染时的纯粹咏物。接着，他以王维《辋川集》中的两首诗做了比较：

《辛夷坞》  
木末芙蓉花，山中发红萼。  
涧户寂无人，纷纷开且落。

《栾家濑》  
飒飒秋雨中，浅浅石榴泻。  
跳波自相溅，白鹭惊复下。

他指出，王维的诗才真正进入了无人之境，人退物出，动中见静、以空塑满，到达了诗禅合一的至高境界。讲座开头所提到的松尾芭蕉的俳句境界与王维一脉相承，虽然相隔千年，却可谓是大唐与东土“千年诗缘一线牵”。

那么为什么历史上“无我”境界的咏物诗词如此稀少呢？温博士分析归纳了两大原因：1)人的因素。诗是人写的，作者的视角和情感很难真正退场。中国古典诗歌主流强调“诗言志”，将诗与士人的道德自我高度绑定，咏物即咏志，表达儒家立业济世的抱负和情怀。不仅如此，诗词还有“移情”的传统，借物抒情，“感时花溅泪”即是很好的例子。此外，读者也期待在诗中看见人的情感与智慧。这

些因素都让诗词远离了纯粹的无我之境。2)语言本身的因素。首先，词汇有其文化的编码，比如“菊”“预设高洁”，“梅”“预设傲骨”，人意已然介入，物被语言先行占用。其次，句法本身会暗藏主体的人，如“采菊东篱下”隐含动作的主体，很难消除。所以高境界咏物诗是语言在自身边界处的挣扎，语言也有其局限性，正如维特根斯坦所指出的那样：“凡不可言说的，就应当沉默。”

有鉴于此，温博士提出了“人能否退出”这个哲学问题。他分别从庄子、禅宗、和书画音乐中得到的启示多个方面进行了深入的探讨。他指出，庄子以排空成见（心斋）、不执着于自我（坐忘）、和物我互化（物化，如庄周化蝶）来退出。禅宗以去除以我为中心的修炼，即从“见山是山”（我有山）—“见山不是山”（非山非我）—“见山还是山”（有山无我）这个过程来完成退出。书画中的留白，如八大山人的画，音乐中休止和无声，如著名的约翰·凯奇乐曲中长达四分三十三秒的无声，都很好体现了这种退出的机制，正如庄子所说“天地有大美而不言，四时有明法而不议，万物有成理而不说”，亦如海德格尔所说“静默是最深的言说（the

ringing of stillness）”。主讲人希望从这一文脉的梳理中让大家看到，以物观物的精神境界还可能以新的形式流传下去。

最后，温博士还以他本人创作的生态诗词，来表现一种物物共生交织成生态、诗人退位成目击和聆听者的静默境界。他还用爱因斯坦的质能转换方程  $E = mc^2$ ，指出物理学是最纯粹的以物观物。

温科红强调，“喧闹中的宁静”是一种生命的境界，是人与世界关系的纵深。以物观物要求诗人在语言中保持沉静，在在场中实现退场，在自我中达到无我。

讲座过程中，温博士娓娓道来，其中还穿插了若干有趣的历史故事，如日本茶道大师千利休的“我只向美丽低头”的傲骨，佛教人物维摩诘“不二法门”的禅机，茶圣陆羽和皎然、颜真卿等人举办的“杼山茶会”，以及活了120岁的禅师赵州从谏的公案，听众们听得津津有味。讲座结束后，主讲人逐一解答了听众的很多问题，进行了深入交流，赢得了在场听众一片掌声。

这场座无虚席，听众热情参与的讲座，“喧闹”之后，复归寂静。

（撰稿：渔樵子 摄影：正心、韦子、云舫、何华等）

## 探寻格律诗章法之魂——申美英解读“起承转合”

2026年5月31日晚，由华府诗友社主办、美国洛杉矶华人作家协会协办的古典诗词线上专题讲座隆重举行。本次讲座特邀著名古典诗词学者、作家、美国洛杉矶华人作家协会副会长申美英老师担任主讲人。讲座以“格律诗章法之起承转合”为核心主题，吸引了来自美国华府地区、洛杉矶以及加拿大、中国等地的众多诗友、文友及文学爱好者在线齐聚。

讲座由华府诗友社前雷俊毅社长主持。雷社长在致辞中高度评价了申老师深厚的古典文学功底与近年来的学术成就，赞扬她多次举办古诗词讲座，与听众、朋友分享自己的古诗词创作与鉴赏经验，并创作出大量格调不凡、意境优美的古诗词。早在2022年，申老师就出版了《春透梅花骨：何振岱诗词赏析》一书，收录了六十多篇深度赏析文章，被誉为该研究领域的标志性成果。近年来，申老师潜心创作，历时四载完成了总计六十多万字的古诗词笺注《百年唱和》，对两千余首古诗词进行了严谨的注释、解释与考证，并亲自唱和了一千三百多首，可见其功力之深厚。洛杉矶华人作家协会会长王伟伟先生在介绍中提到申老师的创作横跨诗歌、小说、散文及舞台剧，是一位兼具古典底蕴与文学才情的海外华文文学界代表。

讲座伊始，申老师开门见山提出：“如果有人问我，写作什么最重要？我的回答永远是：结构、结构、结构。”随后，申老师用生动形象的“盖房子”理论阐述文章章法的重要性。她指出，诗词中的故事、语言、意象、主题等素材，就像盖房子所需的一块块精美砖石；而“起承转合”则是整栋房屋的地基与框架。框架搭建得稳固合理，文章才能层次分明、浑然一体；若结构松散，即使素材再精彩、主题再深刻，也不过是一堆散落而美丽的砖头，难以形成完整而有

力量的作品。

申老师强调，“起承转合”是格律诗结构体系中最核心的章法。它不仅维系着作品的完整与稳定，更承担着贯通“诗脉”的重要作用。她形象地指出：“诗脉续而诗活，诗脉断而诗亡；诗脉曲而灵动。”一首好诗只有通过合理精妙的章法布局，才能使情感层层推进，让心灵的轨迹在悲欢离合、曲折回环之间得到充分展现。

与此同时，申老师特别提出了“诗之有法，诗无定法”的辩证理念。她认为，“起承转合”是古典诗词初学者最容易掌握的创作路径，但绝非束缚创作的僵化教条。当创作者在格律与章法的规范中不断体悟诗道，达到运笔自如、心手相应的境界时，便能够突破固定模式的限制，于变化中求新，于法度中见自由，从而创造出气象万千的艺术世界。她进一步指出，这种有法而不拘于法的创作智慧，不仅存在于古典诗词之中，也广泛体现于小说、音乐、书法、绘画等艺术门类。例如《红楼梦》从繁华鼎盛到盛极而衰的宏大结构，便蕴含着深刻的章法之美。李白的《静夜思》也是一个从情景到情感最后完成主题升华。世间万物的所有过程，生老病死，春夏秋冬的轮回更替无不遵循着这样的客观规律。

谈到“起”时，申老师指出，起句是全篇的开端，其首要任务是奠定基调。起句具有较大的自由度，可以从景入手，也可以直接抒情，但无论采用何种方式，都必须为全诗确立统一的情感底色。她强调，诗歌前后意境必须协调一致。若起句写的是明媚欢欣之情，后文便应在同一情感脉络上展开；若开篇基调低沉哀婉，则不宜突然出现与之相悖的情绪表达。因此，诗歌的开篇不仅是落笔之处，更是全诗精神气象的起点。

在讲解“承”时，申老师认为，承句是真正展开诗意、推进诗脉的重要环

节。承是在起句基础上的延伸与发展。她形象地提出“下钩系扣”的概念，即起句留下“钩子”，承句则巧妙地以“扣子”接续，使诗意自然生长、层层递进。她还以杜甫《闻官军收河南河北》为例，“剑外忽传收蓟北，初闻涕泪满衣裳”写突闻捷报时的激动；承联“却看妻子愁何在，漫卷诗书喜欲狂”则通过妻子的反应和诗人的动作神态，将喜悦之情进一步放大，使情感更加充盈饱满。

对于“转”，申老师指出，转句是诗歌结构中的关键节点，也是容易出现断裂之处。“转”并非另起炉灶，而是在保持核心情感不变的前提下，实现由景到情、由实到虚、由外在到内心的自然转换。申老师以李白《送友人》为例进行分析：前四句描绘青山白水、送别远行的场景，而“浮云游子意，落日故人情”则由眼前之景转入内心之情，以浮云象征游子的漂泊，以落日寄托故人的眷恋，实现了情景交融的艺术境界。

申老师强调在绝句创作中转句的重要性。绝句由于篇幅短小更需要在转句处形成波澜与亮点。唐代诗人常通过疑问句、否定句以及带有突发性和转折意味的词语，如“忽闻”“但使”“不渡”等，实现“一峰突起”的艺术效果。无论是《赠汪伦》中的“忽闻岸上踏歌声”，还是《出塞》中的“但使龙城飞将在”，抑或《凉州词》中的“春风不度玉门关”，都因转句的巧妙设置而使诗意陡然提升，令人过目难忘。

最后谈到“合”时，申老师指出，合句是全诗的收束与高潮，也是主题最终落脚之处。好的结句既要回扣全篇，又要顺势收束，自然而然地完成情感升华。她认为，优秀的结句通常具有首尾呼应、顺势收束和余音袅袅三大特点。它不仅能够回应开篇、统摄全局，更能做到“言有尽而意无穷”，在诗句结束之后，依然让读者沉浸于无尽的回味与思

索之中。

在讲座的后段，申美英老师以杜甫妇孺皆知的经典《绝句》（“两个黄鹂鸣翠柳”）为例，进行了生动而深入地剖析。申老师指出，这首诗四句皆写景，表面上看似没有明显的情感起伏与转折，但实际上却蕴含着极为严谨而精妙的“起承转合”结构。

她逐句解析如下：【起】“两个黄鹂鸣翠柳”，起句以近景切入，“黄鹂”“翠柳”色彩鲜明、形象具体，画面静中有动，呈现出可感可数的自然之景，为全诗奠定明丽清新的基调。【承】“一行白鹭上青天”，承句由近及远，由低至高，画面空间迅速拉开。“白鹭上青天”由静态转为动态，由局部延展至辽阔天地，同时数量意象由“两个”拓展为“一行”，完成了由起到承的自然推进与拓展。【转】“窗含西岭千秋雪”，转句笔锋一转，由外在动态画面进入静观之境。“窗含”二字赋予景物以框景之美，使外界山色如画入窗；“千秋雪”则引入时间维度，使空间之景叠加历史之久远，实现由实景向心象的升华，完成由外入内、由实入虚的关键转换。【合】“门泊东吴万里船”，合句由“千秋”的时间纵深回归现实空间，“万里”一词既呼应前文的辽阔视野，又进一步拓展诗意的空间张力。“门泊”收束画面，使全诗由虚再归于实，同时以开阔的意象作结，余韵悠长，充分体现出“顺势收束、首尾呼应、意在言外”的结句美学。

通过这一经典案例的细致拆解，申老师再次强调：诗道虽无固定程式，却有内在的审美规律与结构逻辑。真正优秀的诗歌创作，应在虚实相生与结构平衡中达成艺术统一，使情感、画面与章法相互交融，从而呈现完整而富有张力的诗意世界。

整个讲座，申老师结合大量经典诗词名篇，对“起、承、转、合”在律诗与绝句中的具体运用进行了深入浅出的讲

解，使原本抽象的诗词章法变得清晰可感。让听众对古典诗词的鉴赏与写作有了更深层次的认识。

在讲座最后的问答与交流环节，与会诗友纷纷结合自身创作体会提问。其中，有诗友以崔颢《黄鹤楼》为例提出疑问：该诗前半部分反复出现“黄鹤”意象，且直至尾联“烟波江上使人愁”才点明乡愁主题，这种写法是否符合“起承转合”的常规结构与创作规范？

针对这一问题，申美英老师进行了深入的解答。她指出，《黄鹤楼》是一首极具个性与突破性的经典之作，崔颢在创作中将章法意识自然融入内容表达之中，使结构与情感浑然一体。诗中起句“昔人已乘黄鹤去”具有极强的情感定调功能，虽然全诗直到尾联才点明乡愁主题，在表面结构上似乎弱化了传统“起承转合”的显性分布，但恰恰说明“起承转合”是一种内在规律，而非僵化定式。申老师强调，真正成熟的创作，应当是“依据内容而行”的自由表达，在遵循基本章法规律的基础上，实现情感与结构的有机统一与灵活变通。其核心不在于机械套用程式，而在于把握诗意的流动与整体的美学平衡，从而达到虚实相生、浑然天成的艺术境界。

随后，雷社长在总结发言中向申美英老师表达了诚挚感谢，并附上贺诗一首：

申君肺腑语鸥眸，  
章法谋篇句里求。  
起破长空承绪脉，  
转风推浪合清流。

本次讲座在温馨融洽的氛围中圆满结束，听众们纷纷表示，像这样既有理论又宜于操作的诗词讲座应该再多一些。

撰稿：陈艺红