

《诗经》距离现代人的生活并不遥远

□ 李媛媛

《诗经》是中国第一部诗歌总集，记录了中华民族最初的心灵历程。然而，由于距今年代久远，很多现代人对它的感受往往是字词生僻，语言晦涩，很难读懂。事实上，当我们真正进入《诗经》的世界，就会发现，虽然历经千年，它依然与我们心意相通，因为它所传达的思想、情感，它所承载的道德准则早已植根于我们的内心，成为流淌在中华民族精神血脉中的深厚文化基因。

一脉相承的文化精神

钱穆先生曾说过：“我们要懂中国古代人对于世界、国家、社会、家庭种种方面的态度与观点，最好的资料，莫过于此《诗经》三百首……那种人与人之间的忠诚惻怛，温柔敦厚……这便是中国民族人道观念之胚胎，这便是中国现实人生和平文化之真源，倘不懂得这些，将永不会懂得中国文化。”孔子将《诗经》的文化精神概括为“思无邪”，健康向上，平和中正，唯有如此，才能达到“乐而不淫，哀而不伤”的境界。用司马迁的话说，“《国风》好色而不淫，《小雅》怨诽而不乱”，所谓“温柔敦厚，诗教也”，这充分体现了中国人的智慧，理性节制方可长久。

《诗经》体现了中国人坚韧乐观的生活态度。如《七月》记载了勤劳质朴的农人一年四季的生活，除了农业生产，还要养蚕、织麻、打猎、盖房、造酒、祭神，周而复始，昼夜辛劳，没有一刻闲暇，却依然坚强、积极向上。

《诗经》展现了中国人崇德向善的伦理精神。所谓“皇天无亲，惟德是辅”，“德”成为中国人价值信仰的坚实内核。《召南·甘棠》表达了对民众对召伯清明断讼、主持公道怀念。《卫风·淇奥》赞颂了君子的高尚品德：“有匪君子，如切如磋，如琢如磨。”

《诗经》彰显了中国人正直刚毅的高尚品格。大雅的《板》《荡》言辞激烈，一派正气，充满了忧患意识和对人民的责任感、对国家的使命感，形成了对后世影响深远的“板荡精神”。《郑

风·羔裘》赞美了君子捍卫真理的决心：“彼其之子，舍命不渝”“我心匪石，不可转也。我心匪席，不可卷也”，坚定执着的卫道精神是中华民族独有的精神气质和价值追求。

古今相通的情感世界

诗是人心有所感之后内在心绪的自然抒发，所谓“感于哀乐，缘事而发”。《诗经》作于三千年前，但是其中表现的都是我们熟悉的情感，有欢愉、有哀伤、有欣喜、有惆怅，我们从中得以窥见中国人质朴而丰盛的精神世界。

在描写亲情时，“父兮生我，母兮鞠我。抚我畜我，长我育我，顾我复我，出入腹我。欲报之德，昊天罔极”。父母生我养我，抚育我长大，出门抱着我，时刻念着我，我想要尽己所能报答父母的恩情。在描写爱情时，《郑风·狡童》表现一位女子因为爱上“狡童”而寝食难安，“彼狡童兮，不与我言兮。维子之故，使我不能餐兮”，这是所有经历感情磨难的人都能体会到的苦痛。《周南·汉广》描写了一位单相思的男子，明知“没有游女，不可求思”，虽然求而不得，却心甘情愿地为她做任何事，“之子于归，言秣其马”，在女子出嫁时，帮她喂饱了马。之所以“低到尘埃里”，是因为爱得深沉。《诗经》里的爱情，既有“执子之手，与子偕老”的痴情，也有“我不能揣，反以为我为雎”的薄情。有“子不我思，岂无他人”的率性，也有“既见君子，云胡不喜”的惊喜。这些平凡、深沉、真挚的情感表达，今天读来，依然感人肺腑，击中人心。

亘古未变的生命意识

《诗经》记载了中华民族的童年时代，其中充满了独特的生命意识。不同于同时代《荷马史诗》常常表现人与自然的对立，人与命运的激烈抗争，《诗经》是更多地表现人与自然的和谐和对于命运的满足。

《诗经》中的劳动诗最能体现生命

的律动。《周南·采芣》“采采芣苢，薄言采之。采采芣苢，薄言有之。采采芣苢，薄言掇之。采采芣苢，薄言捋之。采采芣苢，薄言袺之。”简单的语言和韵律，描绘了采集由少及多的劳动场面，愉悦欢快、生机盎然。方玉润如此描绘此诗：“读者试平心静气，涵咏其诗，恍听田家妇女，三三五五，于平原旷野，风和日丽中，群歌互答，余音袅袅，若远若近，忽断忽续，不知其情之何以移而神之何以旷，则此诗不必细绎而自得其妙。”这首诗之所以如此简单而迷人，是因为它充满了生命活力，今天当我们投身大自然时，依然能感受到这种人与天地万物的和谐和对生活的无限热爱。

《诗经》表达了对于美好生活的期待。例如，《周南·桃夭》记录了女子出嫁时的场景，同时表达了对新人的祝福：“桃之夭夭，灼灼其华。之子于归，宜其室家。”希望家庭和睦，幸福美满，这种朴素的希冀，自古皆然。

《诗经》表达了慎终追远的生命意识，这些诗篇主要集中在雅和颂中。“颂者，美盛德之形容，以其成功告于神明者也”。中华文明在殷商之际完成了从宗教性文明向道德性文明的转型，以敬畏之心对待生命。如何赋予现世生命以价值，如何使有限的生命具有无限的意义，这是每一个人都要面对和思考的问题。

影响深远的语言艺术

现代人在为新生儿起名时，常常会翻翻《诗经》。很多名家的名字都来自《诗经》，如历史学家傅斯年的名字来自于“于万斯年，受天之祜”、建筑学家梁思成名字来自于“汤孙奏假，绥我思成”、药学家屠呦呦名字来自于“呦呦鹿鸣，食野之蒿”……这是因为《诗经》的语言丰富，既形象生动，又简洁精辟，具有很强的表现力。刘勰在《文心雕龙》中“‘灼灼’状桃花之鲜，‘依依’尽杨柳之貌；‘杲杲’为出日之容，‘漙漙’拟雨雪之状；‘啾啾’逐黄鸟之声，‘嘒嘒’学草虫之韵；‘皎日’

‘粿星’，一言穷理；‘参差’‘沃若’，两字穷形。”《诗经》的语言都是经过精心锤炼的，寥寥几个字，便可准确地状物写景抒情，对于现代人而言，这是一种难能可贵的语言素养。

孔子在教育孔鲤时就讲：“不学诗，无以言”，学诗可以极大地提高语言能力。直到今天，我们还在使用《诗经》中的词汇。我们用“窈窕淑女”描绘美丽而温婉的女子；用“夙兴夜寐”形容勤勉的工作作风；用“一日不见，如三秋兮”形容急切的相思之感；用“天作之合”比喻幸福美满的婚姻；用“高山仰止”表达对高尚德行的景仰之情。

今天，《诗经》的诗句仍适用于很多日常生活场景。比如，当某件事出现困难或难以坚持而想要放弃时，我们可以劝诫自己“靡不有初，鲜克有终”，做事要有始有终；当劝人不能只思虑，而要采取行动时，可以说：“百尔所思，不如我所之”，考虑上千遍，不如动手尝试；当遇到情意相投的爱人或朋友时，可以感慨：“今夕何夕，见此良人？”；当催家人回家时，可以说：“式微，式微！胡不归？”孔子说：“言之无文，行而不远。”行文缺乏文采，就很难传播久远。《诗经》之所以有如此强大的生命力，就是因为它的文字有这样一种打动人心的力量。

《诗经》塑造了中国人的集体人格，奠定了中国文化生命的鲜明底色，照亮了当代人的内心世界。今天，我们怀着敬意与温情，在传承中与先民对话，澄明心境，温润心灵，从中汲取生命能量，中华民族的文化基因由此得以代代相传、生生不息。

〔作者系中央党校（国家行政学院）文史教研部副主任〕



《主角》：致敬每一个为梦想拼搏的你我他

□ 朱培蕾

2025年全国两会召开之际，中国式现代化主题励志短片《主角》一经上线就刷屏全网，众多网友称“被狠狠激励”。短片以细腻的影像语言和深刻的时代洞察，将镜头对准了快递员、科研人员、乡村教师、建筑工人等普通人的日常，重新定义“何为主角”、生动阐释“主角何为”，致敬每一个为梦想拼搏的你我他，展现“十四五”规划收官之年广大干部群众锐意改革、担当作为的精神面貌。这部短片不仅是对个体奋斗的礼赞，更是对时代精神的深刻诠释。

没有剧本，没有明星大腕和华丽特效，仅以纪实的镜头和数字转码讲述普通人的故事，这部短片为什么能够爆火？短片采取了多元视角，通过哪吒造型的小学生、外卖诗人、国旗护卫队、奥运冠军等人物，构建了一个立体而丰富的群像。一个来自不同领域平凡英雄的画面形成了微观的中国切片，描绘了最真实的“中国式奋斗”，将新一代的拼搏精神与时代的脉搏融合，产生了直抵人心的力量。近年来，随着《觉醒年代》《山海情》等国家级影视作品产生的深刻影响，观众已习惯于从影视作品获取情感共鸣与价值认同。一部几分钟的短片却拥有无穷大的能量，让无数人泪奔——因为这部短片的主演，是14亿为梦想拼搏的中国人！短片揭示了中国式现代化最动人的秘密：没有龙套，只有主角；没有旁观者，只有创造者！普通人的每一次努力，都在为这部名为“中国”的大片写下最燃的剧本，平凡人也是中国式现代化征程的耀眼星光！

《主角》的突破性首先在于把对“主角”的理解，从“被定义”到“自我定义”，实现了个体叙事的重构。它彻底打破了传统宏大叙事中“英雄”与“凡人”的二元对立，让每个观众能够



从中看到自己的影子。片中外卖诗人王计兵在送餐间隙写下“生活给了我多少风雪，我就能遇到多少个春天”的诗句、护士在深夜走廊里的疲惫身影、建筑工人在烈日下挥汗如雨，这些画面以第一人称的视角，展现了普通人如何通过“微不足道的出发”和“自强不息的闯”，在各自的岗位上定义自己的价值，印证了“把平凡的工作做好，就是为不平凡做准备”的哲理。短片以影像为媒介，将个体的情感、故事与时代的精神内核紧密相连，让观众在平凡中看见不平凡的力量。这种叙事策略，既是对“只有站在光里的才是英雄”和“唯成功论”的解构，也是对奋斗本质的回归——真正的主角无需被外界定义，而是在坚守与突破中完成自我价值的实现。这部作品不仅是一次影像叙事的创新尝试，更以极具感染力的艺术表达，诠释了“每个人都是主角”的深层内涵，在民族复兴的宏大叙事中，每一份看似微小的个体光芒，都是照亮时代前路的星辰。中国的现代化进程，是亿万个体在平凡坐标中绽放的生命诗学。

《主角》能够引发共鸣，不仅在于主人公和选题的平民化，更在于其技术

应用和美学风格的创新，既有宏大的场景调度，也有细腻的情感捕捉，参与式叙事极大地提升了短片的穿透力与影响力。摄影机对细节的捕捉、数字合成技术对场景的渲染、以及虚实结合的镜头语言，既保留了生活的粗粗感，又赋予其诗意的升华。这种技术赋能得益于近年来中国影视工业技术水平的进步，技术加持并非为了炫技，而是为了更真实地贴近生活。短片中的“真实感”还体现在对细节的精准刻画：青年学子面前的一张试卷、国旗护卫队手颊和脖颈的大粒汗珠、建筑工人手掌的皴裂……这些细节既是技术精进的成果，更是创作者深入生活的明证。现实题材文艺作品创作要坚持“与人民同心，与时代同行”，《主角》正是这一理念的完美实践，用真实的细节构建起观众的情感共鸣，让“在平凡的岗位上做自己的英雄”不再流于口号，而是成为可触可感的现实。

《主角》的更深层意义，在于它揭示了“主角”概念的集体性和时代价值。短片中不同领域代表人物相继登场，他们与普通人的身影交相辉映，构成了一幅“群星闪耀”的图景。陆军首

批自主培养的女飞行员徐灿灿驾驶“钢铁凤凰”刺破云霄，证明的不仅是女性的个人力量，更是对“科技强国”这一国家战略的生动诠释。川航机长刘传健创造了“史诗级迫降”，展现的不仅是孤胆英雄的神话，更是整个民航体系专业精神的凝结和国家实力的象征。导演饺子在《哪吒》中重塑的“我命由我不由天”，也不是个人主义宣言，而是集体主义土壤里开出的个性之花。短片通过影像的蒙太奇，将个体奋斗与时代洪流并置，让观众深刻体会到：主角不只是一个人的光，更是一群人的闪耀。这种集体视角既避免了个人英雄主义的虚浮，又凸显了现代化进程中“聚沙成塔”的磅礴力量。中国式现代化的核心在于全体人民的共同参与，每个人的“微光”共同构成国家发展的“炬火”。从《诗经》的“民亦劳止，汔可小康”到新时代的“幸福都是奋斗出来的”，中华民族始终在续写着“众人拾柴火焰高”的现代性叙事——个体的光芒从不在相互遮蔽中黯淡，而是在交相辉映中照亮整个民族的星空。

在《主角》的舞台上，每个人都在奋力书写这个时代的史诗。《主角》的价值不仅在于它讴歌了平凡，更在于它唤醒了人们对自身价值的认知。中国式现代化不是少数人的独角戏，而是亿万个体在与时代共振中共同创作的协奏曲。在中国式现代化的舞台上，每个人都是“领衔主演”，每一份付出都在为历史添砖加瓦。无论个人岗位多么普通，只要心怀热爱、脚踏实地，便能在中国式现代化的长卷中，留下属于自己的一笔璀璨。



在安徽安庆宜秀区五横乡白麟坂上，有一座“铁砚山房”，“两弹元勋”邓稼先就出生在这里。我满怀敬仰之情，来到邓家老屋，寻找稼先精神的源头，追寻邓氏家族薪火相传的文脉。

走近山房，门首匾额上“铁研山房”四个隶书大字赫然入目，门前竖有安徽省人民政府所立“铁砚山房”（古时砚、研二字同源）石碑。1924年，邓稼先生于山房“守艺堂”。他在风雨年代成长，在抗日救亡呼号中长大，在父亲邓以蜚的引导下走上科学救国之路，谱写了“许身国威壮山河”的感人故事。1964年，中国第一颗原子弹横空出世；1967年，中国第一颗氢弹威震山河。1984年底，邓稼先指挥了第二代新式核武器的试验，在装雷管等危险时刻，拖着病躯争抢上前亲操作，命令身边的年轻工程师“你们还年轻，你们不能去”。他因长期遭受大剂量核辐射受到致命伤害，归来时已是满身疮痍。他忍受病痛，生命的最后时刻仍不忘攻坚——在病房里与同事于敏合写了关于中国核武器发展的建议书。当妻子捧着“建议书”走出病房时，他还不忘叮嘱“这比你的生命还重要”。他曾向妻子袒露心迹：“我不爱武器，我爱和平，但为了和平，我们需要武器。假如生命终结后可以再生，那么，我仍选择中国，选择核事业。”他用忘我的奋斗精神为国铸器，赢得人民的无限崇敬。“以身许国，何事不可为？以身许国，何事不敢为？”邓稼先生平展中，一帧帧珍贵图片、一份份资料文献、一张张奖状证书、一个个感人故事，深深打动着驻足瞻仰的人们，触动人们的心灵。

中国传统文化的家族传承，在“铁砚山房”得到了最生动体现。1743年，邓稼先六世祖、书法大师邓石如即生于此。山房原为邓石如的祖父邓士沅于清朝康熙年间所建，南依大龙山、北有赤龟山、东临凤凰河、西有白麟山，古称四灵山水，又称龙山风水。邓石如曾在武昌湖广总督毕沅官署做幕宾，乾隆五十九年（1794年）还乡，毕沅请江南名匠打造铁砚一方（今藏安徽博物院）相赠：“先生常说携一砚可以云游四方，然而普通石砚不过一两年就被先生磨穿，今天我赠先生铁砚一方，必能存世。”邓石如返乡后扩建山房，以铁砚为镇宅之宝，称“铁砚山房”。同治六年（1867年），其子邓传密重修山房。据县志载，山房为封闭式四合院民居，大小房屋30余间，千余平方米。主体建筑为一条中轴线上三进穿斗式厅堂和西侧斋馆院落，设“求声馆”“天极阁”“抱琴楼”等。1987年，文化部拨款重修。此后，地方政府多次修缮和布展。现存故居占地近2000平方米，建筑面积945平方米，主体建筑为穿斗式砖木结构，共三进。第一进为门厅，三开间，有邓传密题写的“铁砚山房”隶书门额。第二进正厅名“守艺堂”，两侧梢间为板隔住房。第三进名“燕誉居”，门厅安放邓稼先半身铜像，东、西两侧是邓稼先生平展。二、三进均为两层楼阁式建筑，面阔五开间，东西两侧为庭院，此时绿荫葱茏。故居有长联：“论海日，赤城霞，峨眉雪，巫峡云，洞庭月，彭蠡烟，潇湘雨，广陵涛，庐山瀑布，合宇宙奇观，绘吾斋壁；少陵诗，摩诘画，左传文，马迁史，薛涛笺，右军帖，南华经，相如赋，屈子离骚，收古今绝艺，置我山窗。”邓稼先为国家立下不朽功勋，无愧于当年这首批视万里、思接千载的名联所寄予的深意。

清代以来，众多文化名家隐逸安庆大小龙山，在龙山风水间播撒了文化种子。“吾皖有二龙，其大龙，当郡北障，皖之望也；旁有山

「许身国威壮山河」——走进安徽安庆邓稼先故居

□ 戴和圣



蜿蜒离即，与相辅行者，为小龙。自江上来者，数十里外即望见二龙。”邓氏家族置身其中，岁月洗练沉淀了深厚文化底蕴。邓石如祖父邓士沅，精于书画篆刻，酷爱诗文历史，以隐逸为乐事。邓石如父亲邓一枝，好学好才，工于诗文、书画、篆刻，“性不借俗，居常歌咏”。傲视乾嘉书坛的邓石如，终生布衣、藤杖芒鞋，师法造化、狂搜北碑，苦练书法篆刻技艺。邓石如一生清贫而不失其志，性生廉洁、与鹤为伍，以书刻自给，不求闻达、不慕荣华。姚鼐赠他对联“茅屋八九间，钓雨耕烟，须信富不如贫，贵不如贱；竹书千万字，灌花酿酒，益知安自宜乐，闲自宜清”。他曾刻石印“胸有方寸，身无媚骨”以志一身傲骨，曾篆“家住四灵山水”“家在龙山风水”“凤桥麟坂归茅庐”等印以记家乡山水之胜。邓稼先五世祖邓传密，学问精湛、能诗善书，篆隶有家法。邓稼先四世祖邓解，曾国藩幕府成员之一。邓稼先祖父邓艺孙，诗文书画皆清新脱俗，是安徽近现代教育的开创者之一。邓稼先父亲邓以蜚，早年留学日本早稻田大学，获文学博士，1923年回国后任教于清华大学、北京大学、燕京大学、厦门大学，与著名美学家宗白华并称“南宗北邓”。大师遗风今犹在，如今五横乡村村皆有书画家，俨然书画之乡。

邓稼先出身教育世家，深受中国传统文化熏陶，一身卓绝成就正是晚清魏源、林则徐等人倡导的“经世致用”的典范。“山房铸国器，铁砚磨神书。”铁砚山房深厚的文化底蕴、浓郁的书香气息、丰富的精神内涵，堪称传承历史文化、弘扬爱国主义、展示民族精神的绝佳载体。

