

宋诗中的负暄书写及其诗学意义

李雅静

【摘要】负暄作为一种题材,经由历代诗人开掘进入诗歌,至宋大为盛行。宋人综合前代传统,在行藏出处的考量中,将茅檐负暄抽象为一种与庙堂酬酢相对的生活方式,赋予其诗意栖居的观念定位。在付诸实践的体验中,围绕负暄带来的生命感受展开翔实记录,雅俗之间彰显鲜活生趣。隐于负暄背后的情感形态,因主体的不同际遇而相对复杂,但依托人格力量对积极意绪的凝聚和呈现,成为诸文本的共性,融铸了诗歌自足自适的生命情调。这一创作实践不仅赋予负暄前所未有的丰富内涵,折射出宋人对身体经验的日常关注与审美建构,也推动了“日常化”书写在广度与深度上的新拓展。

【关键词】宋诗;负暄;身体;日常化

【作者简介】李雅静,中国社会科学院大学。

【原文出处】《文学评论》(京),2022.3.195~203

在中国诗歌传统中,以“日常生活里的经验”为素材一直是主流^[1],而题材的日常化倾向在宋诗中尤显突出。正如吉川幸次郎所说,“过去的诗人所忽视的日常生活的细微之处”,或者“普遍的、日常的和人们太贴近的生活内容”,“宋人都大量地写成诗歌”^[2]。宋诗对负暄的书写即是一个典型例证,然而却未得到足够关注。所谓“负暄”,或称“负日”“曝日”“曝背”“炙背”,是欣享暖阳照晒的行为,在生活中极为常见。宋人对此抱有浓厚兴趣,书写负暄的诗歌,不仅在数量和丰富性上远超前代^[3],还有不少直接以“负暄”等中心词标识诗题^[4],意味着诗歌表现重心的倾斜,也反映出自觉的创作意识。故而可以说,围绕负暄这一行为,诗人如何看待、记录与感受,折射着他们的价值观念、日常境况和情感形态,成为透视宋人生活和心灵的极佳样本。本文即从负暄书写出发,审定宋诗在负暄书写谱系中的位置,探讨宋人笔下的负暄具有怎样独特的艺术表达,又注入了哪些文化新质,进而揭示这一创作实践的诗学意义。

一 前人之资:负暄题材的开掘

负暄作为生活中最稀松平常的事件,最早见载于《列子·杨朱》:“昔者宋国有田夫,常衣缊赈,仅以

过冬。暨春东作,自曝于日,不知天下之有广厦隩室,绵纡狐貉。顾谓其妻曰:‘负日之暄,人莫知者。以献吾君,将有重赏。’”^[5]故后世诗文中,常以野人炙背、献曝为谦辞,以示身份卑微、见识浅陋或呈献微薄。如嵇康《与山巨源绝交书》“野人有快炙背而美芹子者,欲献之至尊”^[6],何逊《聊作百一体》“历齿方嗟贱,炙背岂知豪”^[7],皆属典故运用的范畴。

真正将“负暄”还原其本意,并视作生活经历写入诗歌的首推陶渊明。其《咏贫士》七首,作于檀道济馈梁肉、陶却麾而去之的背景下。其中“淒厉岁云暮,拥褐曝前轩”^[8]一句正是诗人自况,展露的是他固穷守志的贫士生活。陶诗之外,现存先唐诗歌中唯见王僧达《答颜延年》“寒荣共偃曝,春酝时献斟”^[9]和庾信《奉报穷秋寄隐士》“藜床负日卧,麦陇带经锄”^[10],用“偃曝”“负日卧”,刻画琐细日常,表现悠游姿态。总体来看,唐前诗歌中的负暄并不具备鲜明独特的书写特征,而更像一个凝练的符号,与其他意象、物象、事象加以组合,参与形塑却又消融于诗歌的整体风格中。

逮至唐代,诗歌中关于“负暄”的书写略有增多,但大多仍处于从属地位。如孟浩然《冬至后过吴张二子檀溪别业》:“草堂时偃曝,兰棹日周旋。”^[11]严维

《题鲍行军小阁》：“还将负暄处，时借在阴人。”^[12]只因题写楼阁建筑的功能而被提及。又如李颀《野老曝背》：“百岁老翁不种田，惟知曝背乐残年。”^[13]李贺《题赵生壁》：“曝背卧东亭，桃花满肌骨。”^[14]则是以己之眼光打量田家生活。再如包佶《近获风痺之疾题寄所怀》：“唯借南荣地，清晨暂负暄。”^[15]韦应物《郊居言志》：“负暄衡门下，望云归远山。”^[16]虽涉及自身，但或是表达向往之愿，或是嵌入词汇，未能详加展开。

唯有杜甫和白居易的负暄书写，颇具开创之功。杜甫一生颠沛不遇，长期卜居乡野。负暄曝背之际，思亲念远之情、幽居养拙之志便屡屡流露笔端，如“忆渠愁只睡，炙背俯晴轩”^[17]，“掉头纱帽仄，曝背竹书光”^[18]，“杖藜寻晚巷，炙背近墙暄”^[19]，“曲直我不知，负暄候樵牧”^[20]。而白居易宦宦生涯，辗转江州、苏州、长安，负暄闲卧则是乐天知命、养生悠闲的日常选择。如“朝就高斋上，熏然负暄卧”^[21]，“负暄檐宇下，散步池塘曲”^[22]，“屋中有一曝背翁，委置形骸如土木”^[23]，无不勾勒出清闲澹然、缓慢从容的生活场景。在杜、白二人的诗作中，负暄已不再是一种高度凝练化的表达，而与更具体的生活空间、身体姿态乃至内心情致有了紧密关联。更值得注意的是二人以“负暄”为主题的创作。杜甫有《西阁曝日》：“凛冽倦玄冬，负暄嗜飞阁。羲和流德泽，颞颥愧倚薄。毛发具自和，肌肤潜沃若。太阳信深仁，衰气歛有托。鼓倾烦注眼，容易收病脚。……古来遭丧乱，贤圣尽萧索。胡为将暮年，忧世心力弱。”^[24]诗歌前半部分写暖阳和煦带来极为舒适的身体感受。清人张潜评“肌肤潜沃若”曰：“曝日真景。”^[25]诗歌后半部分抒慨，是曝日之后的绵延情思——苦乐聚散、世间纷扰，在片刻逍遥中皆可暂放一旁。玄冬负暄，从身体到心灵都给予诗人以最大安抚，卸下了他蒿目时艰而难以承载的心灵负累。相较而言，白居易的《负冬日》更显旷然自足：“杲杲冬日出，照我屋南隅。负暄闭目坐，和气生肌肤。初似饮醇醪，又如蛰者苏。外融百骸畅，中适一念无。旷然忘所在，心与虚空俱。”^[26]此处用“似饮醇醪”来比拟曝日体验，一如他也以“煦若春贯肠，暄如日炙背”（《卯时酒》）^[27]来形容

饮酒，互喻的存在，强调的正是周身和暖的共性。从肌肤、百骸到内心，从苏醒、畅快、舒适到旷然，温暖就这样铺洒、弥散，并与人身心交融。

杜甫和白居易的创作，与前代相比更显具象，包蕴着更细腻、鲜活、丰富的身心感受，故被宋人誉为“皆深知负暄之味者也”^[28]。清人计东更是直接将负暄诗的开创者归于二人：“吁嗟负暄诗，创始杜陵老。融合得元心，乐天诗更好。”^[29]事实上，宋人也正是沿着他们的开掘方向，在文化意涵、叙写技法、情感表达上，围绕“负暄”书写进行深度拓展，从而真正赋予其典范意义。

二 檐下之思：行藏出处的考量

宋代的创作是在前代基础上发展而来。对本就崇尚“以才学为诗”的宋人来说，他们面对的写作传统，不可避免会影响到认知。无论是“野人献曝”隐匿的卑下意识，还是唐人幽居养闲的私人化表达，这两条支脉的绾合，足以使负暄这一行为与庄重感、端严感区隔开来，而沾染上凡尘俗世的气息。宋人秉承这样的理念，又赋予负暄以更鲜明的文化意涵，将其视作一种理想化的生活姿态。

在宋文与宋词中，茅檐曝日经常作为与庙堂酬酢相对立的生活形态出现，标示着宋人对出处进退的考量，也指涉着远离金銮玉堂、尘世喧嚣的生活愿景。嘉祐六年（1061），时任枢密副使的欧阳修给自撰《内制集》作序，序中畅想自己告老归田、乘凉曝日，任回忆穿梭在“茅檐”与“玉堂”间，慨叹荣宠不过虚名，不禁生出沧桑之感。其实在此前后，欧阳修多有辞官之请。“然公屡请得谢，归不及年而薨，未必能偿此志”^[30]。这份不及享有的负暄之适，真切寓托了他平实而执着的梦想。再如方岳《答程教札》：“某宛其老矣，意与年凋，负暄草亭，恋恋黄绵袄子不能起，又岂办事治笔墨，与世俗相酬酢礼文间者哉！”^[31]黄绵袄子是宋时俗语，指阳光。对方岳来说，负暄恋日与世俗酬酢，意味着两种截然不同的选择，而前者才是向往所在。宋词中亦能见到此种好尚。如徐经孙《水调歌头·致仕得请》，词的上阙追忆平生宦海浮沉，下阙却期待“寒则拥炉曝背，暖则寻花问柳”这样“知足又知止”^[32]的恬淡生活。《续修四库全书总目提

要》评：“读之令人羨其闲居自得、安享大年之乐也。”^[33]人生行藏出处，一直是萦绕在士大夫心头被反复思索的命题。进退之间，茅檐曝背变成了值得叹咏的生活，它联结的是脱离忙碌、回归本真的状态，也承载着栖息身心的普遍冀求。

事实上，这种对比在宋诗中更明显，内涵与层次也更丰富。尽管诗人生活的历史时段、所处的人生阶段和身份、际遇都不相同，但他们笔下的诗歌，却都在回应和强化对“檐下负暄”的精神建构，将其视作远离纷扰、抚慰心灵的理想生活方式。

首先，仕途坎坷、志图难达往往令人心生厌倦、渴望退隐，而以负暄曝日为代表的闲居状态便成为消泯忧愁、安放心灵的合宜之选。且看司马光和邵雍的一组和诗：

老去春无味，年年觉病添。酒因脾积断，灯为目病嫌。势位非其好，纷华已久厌。唯余读书乐，暖日坐前檐。（司马光《上元书怀》）^[34]

养道自安恬，霜毛一任添。且无官责咎，幸免世猜嫌。蓬户能安分，藜羹固不厌。一般偏好处，曝背向前檐。（邵雍《和君实端明》）^[35]

熙宁五年(1072)，司马光因反对王安石新法，以端明殿学士判西京留守司御史台。政治失意加上衰疾侵袭，让他在原本春意萌动、万象更新的上元节，却顿生萧索之感。久厌势位纷华，独喜负暄读书，正代表现实与理想的对抗。邵雍虽是司马光好友，却与朝政保持距离，未受党争波及。他把任官当成牵制和负担，只愿养道自安、淡然处世。而在平淡生活里，最能引起他浓厚兴味的事也是负暄。可以说，檐下负暄已成为最具代表性的事件，它如同政治阴云笼罩下一把光亮的钥匙，召唤诗人远离一切风雨，开启心底最向往的生活。

此类书写在宋诗中最为典型多见。如“南檐容曝日，侧径喜携锄。筋力吾如此，功名世有诸。忆初千万乘，徒步谒公车。投射东堂策，归来北阙书”（《卜居书怀》）^[36]，对多年沉沦下僚、仕途起落不定的刘攽而言，抚今追昔，也唯有“南檐曝日”“携锄侧径”能遂归居之志，从此拥有“幽栖谢车马，至乐狎樵渔”的安定生活。“惭愧儒冠误此身，涂穷何假问通津。

门前罗雀正吾事，墙角负暄非世人。”（《暮冬书怀赠次膺》）^[37]李昭玘在给挚交晁端礼的诗中，以“儒冠误身”和“墙角负暄”互为映衬，再次确认“吾事”、表明归退心迹，或与绍圣元符时遭遇的曲折有关。政和七年(1117)，陈与义待诏汴京，见证了“有钱可使鬼，无钱鬼揶揄”（《书怀示友》）^[38]的黑暗现实。在“微官不救饥，出处违壮图”与“曝背对青山，鸟鸣人意舒”的进退之间，28岁的诗人不得不展开纠结的思考。而南宋诗人王炎《冬日即事》：“曝背茅檐下，驱寒得晓晴。杜门来客少，开卷此心清。”^[39]则已然以晦迹存道、端居阅世的姿态，传达出杜门谢客、悠然自处的偏好。

其次，檐下负暄在诗人笔下也包蕴着高洁的情致与气节，寄寓着人格理想。如贺铸《卯醉口号》：“丙寅元祐初年冬，贺老困寓京尘中。无心炙手权门热，曝背晴阳坐屋东。”^[40]元祐元年(1086)，熙宁党争中失势的苏轼等人复被起用，与苏交好的文人多有擢升。闲居京城的贺铸，历经风波而心绪复杂，再次徘徊于仕进与退隐之间。当“炙手权门”和“曝背晴阳”变成抉择，诗人的无心和有意，既充满矛盾挣扎，更流露出一不与世俯仰、不随波逐流的独立情怀。周紫芝《苦寒》与此类似：“冰檐垂笋风撼屋，布衣生稜体生粟。老翁炙手厌朱门，明朝晨暾更堪曝。”^[41]尽管周氏因多有寿秦之作，被四库馆臣讥为“老而无耻，贻玷汗青”^[42]，但仅从诗歌出发，依然可以看出，对炙手朱门之厌恶，与对晨暾堪曝之期待，昭示着高蹈出尘的精神品格。

正是基于滋长已久、固植已深的认知与观念，宋人也将这种思虑、权衡乃至终极判断，作为一种人生理念、处世经验传达给后辈，劝慰他们安于茅檐曝日、恬然自守的生活。如苏轼元祐三年(1088)所作《送千乘千能两侄还乡》：“治生不求富，读书不求官。譬如饮不醉，陶然有余欢。……我岂轩冕人，青云意先阑。……相从结茅舍，曝背谈金銮。”^[43]此时苏轼已深谙官场的翻云覆雨、人情诡变。面对家族后辈，他以不动轩冕、不意青云的姿态，以过来人的深切体悟，给予真挚告诫。茅舍曝背谈金銮，空间的切换形成了话语的张力。正如“古之君子，不必仕，

不必不仕”^[44]，读书人既心怀天下，又意不在官，未尝不是一种稳妥的选择和理想的写照。再如刘克庄《老农》：“瓦盆甚朴常盛酒，茅屋虽低可负暄。……后生记取耆年语，世世休思入县门。”^[45]“可负暄”与“入县门”形成对立，或与当时国祚衰颓、政权将倾的社会现实有关，展现出人生行藏的取舍智慧。檐下负暄，寄托着自我保全的本质欲求，也象征着规避风险的自足生活。

总而言之，无论是置身宦海还是偏居乡野；身居高位还是孑然处世；亲历体验还是存于想象，宋人总在追索以“茅檐曝日”为代表的生活，并将其构建成理想的栖居方式。这与宋代崇尚“心隐”的文化风气相应相通，一如隐者“只要能把握隐逸的精神实质而涵养自己的隐逸品格，不必高卧林泉、脱离尘世即可获得隐逸的乐趣”^[46]，“茅檐曝日”也是宋人文化观念、精神意趣灌注的产物。它无须从仙入道，而是触手可及，却能包容与世睽违的萧散心性。因此，负暄代表以及最终通向的，正是宋人观念里、宋诗表达中，那个远离朝野高门、远离酬酢喧嚣而退回到心灵的内在自足的世界。

三 追影之身：生命经验的铺展

宋人对负暄有如此强烈的情结。他们不仅在观念上充满向往，更将其付诸实践，展现出乐此不疲的兴致。在诸多笔记文章中，我们略可感受宋人对负暄的热衷。他们常以这一行为命名亭台楼阁，如唐既“炙背庵”^[47]、邹浩“炙背轩”^[48]、李昭玘“负日轩”^[49]、周紫芝“负暄亭”^[50]、楼钥“白醉阁”、周密“猷日轩”；而王直方更是把日窗也唤作“大裘轩”^[51]。其中，“白醉”颇为雅逸，源自陶穀《清异录》：“开元时，高太素隐商山，起六逍遥馆……各制一铭。冬日云：‘金锣腾空，映檐白醉。’”^[52]而“大裘”则显得通俗，源于对白居易诗歌的借用。据罗大经《鹤林玉露》记载：“何斯举云：‘壬寅正月，雨雪连旬。忽雨开霁，闾里翁媪相呼贺曰：黄绵袄子出矣。’因作歌以纪之。……白乐天诗云：‘安得大裘长万丈，与君都盖洛阳人。’”^[53]也正是阳光普照、温暖万物的特性，极易使人联想到白居易《新制绫袄成感而有咏》中所赋、所期待的“大裘”，宋人便机巧地改造白诗之意，因以命名。

围绕楼阁多有赋作，对负暄感受的强调是最突出共性，如“初焉若沃若嘘，强者柔，屈者舒……少焉肌血活流，经于发肤，骨肉俱融”（李昭玘《负日轩记》），“徐徐晨光熙，稍稍血气畅。熏然四体知，忧若醉春酿”（谢无逸赋《大裘轩》），“曲身成直身，朝寒俄失记。醉中知其天，不饮乃同意”（楼钥赋《白醉阁》）。这类体验在宋诗中俯仰可拾，且愈发立体丰富。宋人关注朝升夕落与光影流逝，关心体感状态与身体变化，也摹写宁静时间流中的变动瞬间。悉心感知负暄的整个过程，让诗歌铺展着详实的生命经验，也呈现出鲜活的生命意趣。

首先，负暄在宋诗中不再是单薄嵌入的只言片语，而是与日流转、相随始终的时段。周遭光影、温度变化，导致生命体与环境交互共振，贯穿于诗歌的全过程。如曾几《负暄》：“虱暖无遗索，书明得细看。羲和有底急，薄暮更衣单。”^[54]从光线明亮到薄暮渐寒，勾勒了负暄伴随时光推移的过程。再如赵蕃《负暄》：“天公知我寒无褐，惠以檐间百尺裘。挟纊固殊如是想，索衣不叹晚为谋。神融遽合庄周梦，意气俄乘竹叶舟。侧听屋山鸡正午，又愁寒雀暮啾啾。”^[55]首四句写阳光和煦，次写畅然入梦却被鸡鸣惊扰之事，复再联想晚来寒雀啾啾，愁绪油然而生。思绪由当下指向未来，构成了完整的负暄叙述。黎廷瑞《负暄吟》把时间轴拉得更长：“阴风吹芦花，铺锦满汀洲。不充赤子襦，露骭寒萧飕。煌煌扶桑君，悬镜烛隐幽。惻然冰霜晨，被以絳锦裘。穷阎一欠伸，僵体回春柔。天衣难久恋，向晚复下收。南山拾枯樵，寒夜为衾裯。灰冷更正长，展转何时休。东方行且明，小忍君勿忧。”^[56]全诗先写日出之前寒冻之状，次写日升之后暖意笼罩，再写日落之后凄冷长夜，最后表达对明日负暄的期许。从“晨—晚—夜—晨”，从今日到明日，形成了一个不断往复的循环。虚实之间，交织着延宕的诗思和生无所息的体悟。

其次，负暄的过程也伴随身体感受的变化，对此的精准聚焦和细腻描写，也是宋诗着力之处。刘子翥《负暄》颇具代表性：“宵寒卧增裯，昼寒起增衣。何如负暄乐，高堂日晖晖。引光扉尽辟，追影榻屡移。妙趣久乃酣，瞑目潜自知。初如拥红炉，冻栗消

顽肌。渐如饮醇醪，暖力中融怡。欠伸百骸舒，爬搔随意为。稍回骄佚气，顿改酸寒姿。熏然沐慈仁，天恩岂余私。”^[57]开篇即提到增稠添衣不及负暄之乐，故而尽辟窗扉、移榻追影。瞑目微憩，自可体察其中妙趣。接下八句则围绕“妙趣”逐次展开，“初如”“渐如”“稍回”“顿改”勾连起持续的过程，“冻栗消”“中融怡”“百骸舒”则是细微的身体变化。负暄带来的快乐，令人心生向往。再如“开门曝晴暖，暄酣春意融。温温百骸舒，渐发两颊红”（李复《负暄》）^[58]，“曝背爬搔疑挟纊，冻躯伛偻快伸钩”（虞涛《春晴》）^[59]，“血气相贯输，浩浩梨枣生。以我身中离，交会丙与丁”（姜特立《病后负暄》）^[60]，尽管诗人表达不同，但都写出负暄带来的舒展与畅快。

最后，负暄虽是动态的过程，却也是安静的时间流。宋诗中常会嵌入变动的瞬间，以打破这种持久的宁静，使整体的氛围不凝滞而更有生趣。最典型的是植入一个由睡到醒的片刻。如范成大《大厅后堂南窗负暄》：“万壑无声海不波，一窗油纸暮春和。醉眠陡觉甃甃赘，围坐翻嫌榾柮多。水暖玉池添漱咽，花生银海费揩摩。端如拥褐茅檐下，祇欠乌乌击缶歌。”^[61]春和景明，万壑无声，诗人负暄醉眠，但入睡不久又陡然醒来。第三联更是诗笔细腻，极具美感。道家称口为“玉池”，称眼为“银海”，诗人半醉半醒之中，肆意享受袭人暖意，而对咽唾沫、揉眼睛等细节的捕捉、记录及艺术化处理，更释放着可被感知的自得与慵闲，也使这样一个原本宁静的空间顿时趣味横生。又如苏辙《和王适炙背读书》：“老来百事慵，炙背但空坐。眼昏愁细书，把卷惟恐卧。……昏然偶成寐，鼻息已无奈。儿童更笑呼，书册正前堕。”^[62]写自己视力不佳、老眼昏花，加上炙背温暖，愈发昏聩欲睡。而“书册前坠”“儿童笑呼”却打破了平静。在负暄的情境中，诗人睡而复醒，气氛显得活泼而轻松。此外还有“瘦枕闲敲苇箔寒，浩然情性雪晴天。却嫌雏鹤饶生气，惊觉茅檐曝背眠”^[63]，“尘埃收得一身闲，饮尽春瓶曝背眠。醉耳犹嫌山鸟聒，梦魂终日上高天”^[64]等，皆是宋诗中的典例。

相较前人，宋诗中的负暄不再停留于简单点染，

而是详细铺展。既有对外界环境的体认，也有对身体感觉的关注，更有在时光绵延中动态点缀的元素，交织成一帧帧充满诗意的画面，展现出细密的生命经验，以及化俗事为雅趣的特点。一方面这与宋型文化“内省而广大”^[65]的总体趋向有关，宋人好把自己的生命置于广袤的天地时空之中，又敏锐而深刻地反观自身。这种参悟功夫渗透在日常的方方面面，而负暄即是其中较突出的个例；另一方面，面对“宋人生唐后，开辟真难为”的影响焦虑，力避陈俗成了宋人有意识的创作追求。双重合力下，宋诗对负暄的书写既近绍唐人，又不断创变，呈现出崭新的面貌，也树立了全新的书写范式。

四 自适之兴：积极意绪的提纯

负暄大多是幽居独处的过程，所处环境相对安静，容易牵引思致、衍生联想，触发有意识或潜意识的情绪变化。宋人的负暄书写，也潜藏着丰沛的情感形态，折射着不同的生命状态和人生际遇。尽管如此，诗歌对积极意绪的提纯、表现和强调，却是最普遍的一种现象。对诗人而言，负暄带来的快乐仿佛经过放大镜变形，显得鲜明而张扬，而那些暗淡、消极的情绪，却被克制、缩小以至湮没不见。最终呈现在诗歌中，便是浓郁的自适之兴。

由于置身光线明亮且温暖的环境，负暄本身会带给人舒适安逸的感觉。早在《黄帝内经》中已有“人与天地相参”之说，揭示了天地运行规律对人的影响。而根据现代气象心理学的研究，温度、湿度、日照等因素会影响个体情绪。天气越温暖、光亮和干燥，人们越倾向于感受到快乐等积极情绪^[66]。因此，不少诗歌使用了“适”“闲”“乐”“妙”“美”等形容词反映愉悦的心境。如仲讷《负暄闲眠》：“茅檐晴日暖于春，一枕钧天乐事新。满眼繁花皆得意，午眠安稳却无人。”^[67]虽然篇幅短小，却洋溢着明媚温暖的情调。再如姜特立《负暄》：“不是羲和德泽流，寒乡何处觅温柔。绝怜天上黄绵袄，大胜人间紫绮裘。旋挟胡麻随景转，更携书卷与闲谋。天和妙处谁能会，欲献君王却自羞。”^[68]反问的句式、赞叹的语气，以及追光逐影、曝日闲读之活动，皆衬托出喜不自胜的心情。楼钥的《炙背俯晴轩诗》更是展现出安静中

的活跃冥思：“炙背情方适，融霜日正暝。何妨凭曲几，相与俯晴轩。爱景欣亭午，闲身得负暄。映檐成白醉，挟纊谢奇温。岂止宽寒色，犹思奉至尊。桃花满肌骨，佳句忆王孙。”^[69]诗歌以“炙背”开篇，再扣住“情适”二字展开。最值得关注的对前人诗句、典故不着痕迹地化用，包括杜甫“炙背俯晴轩”、李贺“桃花满肌骨”之句，《左传》“三军之士皆如挟纊”之语，《列子》“野人献曝”之典和高太素“映檐白醉”之辞。这些运用均以负暄的共通感受为基础，缠绕着诗人的联想，又被重组到诗歌中，不仅使“适”“欣”之情透溢而出，更引发了被温暖裹挟的强烈共鸣。

然而生活并不尽如人意。许多处境艰难的诗人在负暄之时也有微妙的心理变化。但他们并不回避积压的痛苦或失意，只是把更多注意力聚焦在负暄本身，更愿意去尽情享受当下的快乐。在不同的境遇诉说中，我们既能体味到诗中杂糅的情思，也折服于超拔其上的乐观心态。

当生命体处于老病的状态，负暄成为诗人摆脱痛苦、获得宽慰的一种方式。如周紫芝《病起负暄菊篱一首》：“卧病初肃霜，小间倏玄冬。老境知几何，半落呻吟中。……逮兹脱九死，更生本苍穹。今晨颇欣悦，步我菊篱东。无谁与共语，梵诵庶可终。忧乐有乘除，涉世殊穷通。幸兹未暝间，有乐聊复从。”^[70]诗歌先叙患病缘起与治病经过，描述了九死一生的危急情形与大病初愈的惨淡容貌，充满着痛苦感和绝望感。然而正是负暄的瞬间，正是这一点乐趣，却扭转了整首诗的基调。暖阳安静流泻，牵动着诗人的感慨；虽然人生忧乐不定、穷通有别，但只要生命尚存，得以享受日光披拂，就是一件值得欢欣的事。在自我开导背后，分明涌动着昂扬的生命观和通达的人生观。诗人被负暄治愈，也被自己坚韧的人格治愈。再如宋庠《负暄》：“旭日东南霁，霜天病骨寒。……嵇慵聊自乐，爱景始三竿。”^[71]以及李复《病起》：“病起秋将晚，高林叶半黄。……喜抛乌帽去，曝背卧朝阳。”^[72]都是开篇涉病，情绪低沉，而后却在负暄中拾获喜乐，诗歌收束也留有通透乐观的余韵。

当人生耽沦于宦海、困蹇于仕途，负暄之适又足以抚平纠结、淡化忧虑，因此常出现在北宋士大夫的吟咏中。对簿书鞅掌的官员而言，负暄是抚慰疲累的闲暇时光。如曾巩《秋怀》：“隐几公事退，卷书坐南荣。以兹远尘垢，何异山中情？”^[73]虽身处尘世、俗务繁累，但负暄南荣、把卷读书，却颇类山野之兴，也算乐事一桩。宋祁在诗中则坦露矛盾心迹：“南荣曝腹饫黄粱，卧看春晖上缥墙。有位乘轩惭野鹤，出钱邀沐羨山郎。”（《直舍》）^[74]他身居庙堂，既有“事国爱君精未已，此生疏蹻负丘园”之志向，又有“画饼窃名真不食，衔枚邀宠更无言”之不满，于是以“南荣坐炙”“卧看暝采”的行为，呈现“翛然慵态”（《官舍》）^[75]，以实现内心的平和自适。此外，仕途之挫带来的剩余时间也催化负暄行为的发生。如刘敞为官虽多居高位，但也一度因政见之争见罪于人，政治生涯屡遇波折。而他闲居时的负暄书写，却每每达观：“负暄空林下，游目故城东。世事见流水，岁华指飞蓬。酣歌用自适，贫贱何必终。”（《晴日后园》）^[76]负暄空林、游目思索，见世事如流，叹岁华已逝，唯有酣歌一曲以求自适。这种不为眼下贫贱所拘缚的心态，蕴藏着冲淡平和的风致。其《新晴》也类同：“避人深却扫，炙背暖生春。未得献天子，潜书报近邻。”^[77]明明是“避人”“未得献”，心曲幽隐，却又忙不迭要将这大好晴天报予邻人分享。尽管无从知晓诗人确切的遭遇，但诗歌呈现的欣然意趣，却植根于那份通透豁达的心胸。

当生计窘迫维持艰难，当衣食之陋、柴薪之乏使人难御严寒，负暄带来的切身温暖更显珍贵。这在南宋士人诗歌中表现格外突出。不少诗人家境贫寒，即便仕宦获得俸禄，依然承受不小的经济压力^[78]。身处困苦之中，他们却能从阳光赐予的暖意中收获满足、汲取力量，重燃期待和希望。“自念少贫贱，仕而加甚”甚至曾“以贫悴逐禄于夔”^[79]的陆游，在冬日也面临“地炉无兽炭，炙背补衣裘”（《闲居》）^[80]的匮乏，但他却认为“破裘负日茆檐底，一碗藜羹似蜜甜”（《午饭》）^[81]，于破裘挟身、负暄茅檐、藜羹充饥的清贫中，咀嚼丝缕美好。又如刘克庄忆及穷困生涯：“余贫居之日多，君节缩，营薪水，未尝叹不

足。”^[82]然而在《春寒》中^[83]，他写自己仅有“薄酒”“湿薪”，“布衾如铁冷”，却胜过“去傍相君茵”。他安于“草鼓暖于猿坐子，蒲龕清似肉屏风”的寒俭生活，是抗拒曲意逢迎以适人，更是坚持秉正立身以适己；而“耸肩偏怯春衣薄，曝背尤贪晓日红”的调侃，与“几时天地回生意，只费阳和一点功”的祈盼，则是顺心而为的自适与乐观笃定的自励。此外还有李纲《冬日闲居遣兴》：“梳头风满栉，曝背日临轩。小酌无新酿，闲眠只旧毡。”^[84]尽管“无新酿”“只旧毡”颇见拮据，诗人却能忘却机心而安于清闲。再如陈起《曝背》：“曝背向梅边，清闲且信缘。篱疏编获补，帘断索麻联。道在贫何虑，天高听不偏。”^[85]曝背之时，思绪将乐道与安贫相勾连，表现出自守自适的襟怀。

由此可见，负暄作为庸常琐事，却在宋人笔端拥有恬淡悠然的情味。这倚仗对美好的发现与提炼，更源自强大的人格力量。纵使面对老病的侵袭、仕途的磨砺，甚至贫困的生活，他们也能将这些艰难稀释，用负暄之乐驱散内心阴霾，并将负暄时的点滴感受，上升为面对人生的理性感悟，在与现实的和解中实现精神的超脱。而对积极意绪的萃取与书写，也让诗歌闪耀着坚韧的光辉。千载之下，这份豁达之心与自适之兴，依然给我们以深刻启迪。

五 身体观照下的日常化书写

通过上文的分析可知，宋代诗人虽沿袭杜甫、白居易所辟路径，将负暄纳入创作畛域；但也能从己身出发，使负暄书写在观念、体验和情感上皆有拓展。这一创作实践不仅赋予负暄以前所未有的丰富内涵，更折射出宋人对身体经验的日常关注，以及由此衍生的审美建构，展现了诗歌“日常化”书写的不同向度，具有重要的诗学意义。

事实上，日常化作为宋诗的一大特点，早已成为学界共识。但如何增进对“日常化”的认识，一直是备受关注的议题。从发展过程上看，“日常化”萌芽于中唐，到宋诗中则成为典型特色，关于这点，既往研究已多有阐释。而从具体表现上看，除题材和语言，近年来有学者从日常活动、写作行为、诗学提炼^[86]等维度展开讨论，为理解诗歌“日常化”拓宽了

思路。反观宋诗对负暄的书写，其本质也应归属日常化书写范畴。不过值得注意的是，在这一书写实践中，诗人不仅取材现实生活，着力发掘以身体为中心的行为事件；而且也传达日常经验，即对“事物、事件产生自然反应和直接感受的心理过程”^[87]。换言之，它一方面尝试容纳更新颖的诗材，以揭开日常生活被遮蔽的更多侧面；另一方面则试图呈现附着其上的主体性情与感受，进而塑造更立体丰赡的日常情境。这正是诗歌“日常化”在表现广度与深度上得以拓展的具体表征。

由于日常生活包罗万象，诸如居所、饮食、交往、游览、雅玩、劳作乃至时事，凡是世俗生活所涉、诗人所历所见，皆可充当日常素材。不过这些经历因人而异、各有丰俭。但当我们回溯宋人的创作实绩时，便可发现在书写日常的题材中，存在一个极为重要的视角，那就是对身体的关注。这一超越外在境遇而为人所共有，且充斥于日常生活的类别，恰恰在宋诗中得到了最大限度的发掘。例如宋编别集《类编增广颖滨先生大全文集》（藏日本内阁文库）就专设“身体”一类，收入《白须》《旦起理发》《午窗坐睡》《夜卧濯足》《浴罢》《次韵子瞻梳头》《病后白发》《白须》八首诗歌。诗中涉及的白发与白须，属于身体组成部分；而理发、坐睡、濯足、沐浴、梳头等，性质则与负暄相同，是与身体相关的行为。这些内容都反映着具体的生活情形，与日常息息相关。宋人将它们置于“身体”类下，无疑是在宏大“日常”里切分出了更精密的角度。此外还有与身体状态相关的衰老、疾病，与养生相关的按摩、导引，也在宋诗中屡见不鲜。可以说，对身体的普遍观照，构成了宋人生活不容忽视的侧面；而与身体相关的多样书写，也势必对诗歌日常化特点的形成产生重要影响。循此理路，宋人对“负暄”的发现和拣择便不足为奇。它的出现，或许源自宋人关护己身的日常习惯，或许缘于有宋一代的养生风尚与自适心理，但最终却成为扩大诗歌“日常化”表现疆域的极佳选择与有益尝试。

如果说对负暄的选择体现了“日常化”在广度上的拓展，那么围绕负暄的书写则体现出深度上的开

掘。毕竟“将诗歌不曾触及的现实引入诗中……只会停留在一时的新奇上。并不是在诗中吟唱日常生活就有意义,吟唱日常生活的诗要具有文学性才有意义”^[88]。对诗歌而言,如果仅有浮泛记录而缺乏性情沾溉,止于日常描摹而缺乏审美投射,终会丧失文学应有的立场,也难以触及“日常化”的艺术底色。从这个意义上说,宋诗对负暄的书写显然有更进一步的超越。也许是身体本身比客观物象更易引发感触,故而以日常情境为基础,用主体性情作点化,更充沛的情感扩容和意趣灌注,使负暄实现了由题材向审美的转变。具体而言,宋代诗人大多“集官僚、文士、学者三位于一身”^[89]。深挚的政治热情与抱负,使他们的人生与国运世情相互牵系。负暄作为突破严肃规约的日常活动,被建构为脱略俗务、息心歇虑的理想生活方式,并流衍成较典型的集体取向,即与士宦身份、仕隐处境紧密相关。此外,对生命与身体状态的关注,虽是个体趋近本能的选择,但“唯陈言之务去”的求新意识,却促使诗人调动独到的敏感、观察和艺术思维,在步武前人的基础上,力求别开生面,以呈现更具体真切的负暄感受和乐趣。加上宋代三教合一催生的时代风潮,使宋人“在内在的精神领域中的独立主体意识可谓超越前人”^[90],他们更多反求于内,注重自我人格完善。这种普遍的思维惯性,使众多诗人即便在负暄的短暂时光流中,也能将触角探至幽隐的精神世界;又在深沉的省思中,节制漫涌的情绪,使之归于平和中正,从而让负暄具有调心适己的兴味。由此可见,诗人在与负暄的深度互动中,糅合自我的身份意识、文学观念、文化心理,让诗歌具有更丰盈的心灵呈现。这不仅与“文学是人学”的终极要义遥相呼应,也是对“日常化”特质在主观向度上的有力推进。

当然,也正是通过诗歌对日常的书写,反过来赋予负暄以独特的文化底蕴和思想内核。由此我们才得以体察负暄出自尘世却不流于俗的退隐意味,它牵连着出处之间的复杂心绪,几乎可以对应为宋代隐逸传统的旁支与潜流;得以看见宋人如何在负暄中自我打量,从琐碎中汲取乐趣、抚慰身心,这番功夫与智慧,对后世之人不啻为一种积极的生活谕示;

更得以沿着宋人的思索,突破褊狭的认知格局,以超迈的态度尽享负暄之乐,用强健的精神力量和道德理性守护内心宁静。宋代以后,诗、词、曲中对负暄的书写并不稀见;南宋及之后的笔记小说,也有不少取负暄之意命名,如宋代陈樵《负暄野录》、顾逢《负暄杂录》,明代顾元庆《檐曝偶谈》、陈继儒《偃曝谈余》,清代赵翼《檐曝杂记》、周馥《负暄闲语》等,皆可视作为对负暄文化意涵的追继与回响。从某种意义上说,诗歌的“日常化”书写,在不断形塑自身艺术特质的同时,也成为宋型文化发展演进的助推之力和具体见证。

参考文献:

- [1]吉川幸次郎:《中国诗史》,章培恒、骆玉明等译,第1页,复旦大学出版社2012年版。
- [2]吉川幸次郎:《宋元明诗概说》,李庆、骆玉明等译,第12页,复旦大学出版社2012年版。
- [3]据北京大学数据分析研究中心“全唐诗分析系统”“全宋诗分析系统”和中华书局“中华经典古籍库”,以“负暄”“负日”“曝日”“曝背”“炙背”等关键词检索,先唐负暄书写诗歌仅3首,唐代约24首,宋代则有200余首。
- [4]以“负暄”等为题的诗作,唐代仅3首(杜甫《西阁曝日》、白居易《负冬日》、李颀《野叟曝背》),宋代则多达30余首。不少虽制题无涉,但主要内容均围绕负暄。
- [5]杨伯峻:《列子集释》,第237页,中华书局1979年版。
- [6]《嵇康集校注》上册,嵇康著,戴明扬点校,第199页,中华书局2014年版。
- [7]《何逊集校注》,何逊著,李伯齐校注,第207页,中华书局2010年版。
- [8]《陶渊明集校笺》上册,陶渊明撰,龚斌校笺,第363页,上海古籍出版社2018年版。
- [9]萧统:《昭明文选》第3册,李善注,第1208页,上海古籍出版社1986年版。
- [10]《庾子山集注》第1册,庾信撰,倪璠注、许逸民校点,第185页,中华书局1980年版。
- [11]《孟浩然诗集笺注》,孟浩然撰,佟培基笺注,第15页,上海古籍出版社2000年版。
- [12][15]彭定求等编:《全唐诗》,第2921页,第2142页,中华书局1960年版。
- [13]《李颀诗歌校注》下册,李欣撰,王锡九校注,第782

页,中华书局2018年版。

[14]《李长古诗歌编年笺注》下册,李贺撰,吴企明笺注,第494页,中华书局2012年版。

[16]《韦应物诗集系年校笺》,韦应物撰,孙望校笺,第208页,中华书局2002年版。

[17][18][19][20][24]萧涤非主编:《杜甫全集校注》,第787页,第4925页,第5035页,第5289页,第4278页,人民文学出版社2014年版。

[21][22][23][26][27]《白居易诗集校注》,白居易撰,谢思炜校注,第604页,第1680页,第1754页,第884页,第1692页,中华书局2006年版。

[25]《读书堂杜工部诗文集注解》,张潜著,聂巧平点校,下册,第1030页,齐鲁书社2014年版。

[28][51]周密:《齐东野语》,张茂鹏点校,第65页,第65页,中华书局1983年版。

[29]计东:《改亭集》卷一,《四库全书存目丛书》集部第228册,第767页,齐鲁书社1997年版。

[30]叶梦得:《避暑录话》,涂谢权点校,第65页,山东人民出版社2018年版。

[31][48][49][50]曾枣庄、刘琳主编:《全宋文》,第342册第234页,第131册第338页,第121册第220页,第162册第372页,安徽教育出版社、上海辞书出版社2006年版。

[32]《全宋词》,唐圭璋编,王仲闻参订,孙凡礼补辑,第4册,第3460页,中华书局1999年版。

[33]《续修四库全书总目提要(稿本)》第16册,第603页,齐鲁书社1996年版。

[34]《司马温公集编年笺注》第1册,司马光著,李之亮笺注,第325页,巴蜀书社2009年版。

[35]邵雍:《邵雍全集》,郭彧、于天宝点校,第4册,第317页,中华书局2010年版。

[36][37][39][40][41][54][55][56][57][58][59][63][64][67][69][70][71][72][74][75][76][77][84][85]傅璇琮等主编:《全宋诗》,第7283页,第14632页,第29698页,第12592页,第17193页,第18531页,第30715页,第44495页,第21356页,第12419页,第28528页,第902页,第9754页,第2640页,第29543页,第17171页,第2176页,第12455页,第2599页,第2594页,第5700页,第5853页,第17718页,第26780页,北京大学出版社1991-1998年版。

[38]《陈与义集校笺》第1册,陈与义著,白敦仁校笺,第69页,浙江古籍出版社2014年版。

[42]永瑤等:《四库全书总目》卷一五九,下册,第1366页,

中华书局1965年版。

[43]苏轼:《苏轼诗集》,王文诰辑注、孔凡礼点校,第5册,第1604—1606页,中华书局1982年版。

[44]《苏轼文集编年笺注》第2册,苏轼撰,李之亮笺注,第153页,巴蜀书社2011年版。

[45][82][83]《刘克庄集笺校》,刘克庄撰,辛更儒笺校,第1121页,第5861页,第1357页,中华书局2011年版。

[46]张玉璞:《宋代文人“居士”情结的社会文化阐释》,《山东社会科学》2002年第3期。

[47]陆游:《家世旧闻》,孔凡礼点校,第223页,中华书局1993年版。

[52]陶穀:《清异录》,孔一校点,第10页,上海古籍出版社2012年版。

[53]罗大经:《鹤林玉露》,王瑞来点校,第159页,上海古籍出版社2012年版。

[60][68]姜特立:《姜特立集》,钱之江整理,第119页,第71页,浙江古籍出版社2016年版。

[61]范成大:《范石湖集》,富寿荪标校,第306页,上海古籍出版社2006年版。

[62]苏辙:《栞城集》上册,曾枣庄、马德富校点,第295页,上海古籍出版社2009年版。

[65][89][90]王永照主编:《宋代文学通论》,第20页,第27页,第20页,河南大学出版社1997年版。

[66]王琰、陈浩:《人以天地之气生:气象对人类心理与行为的影响》,《心理科学进展》2017年第6期。

[73]曾巩:《曾巩集》,陈杏珍、晁继周点校,上册,第69页,中华书局1984年版。

[78]梁庚尧:《南宋的贫士与贫宦》,《台湾大学历史学系学报》1991年第16期。

[79][80][81]《陆游全集校注》,陆游撰,钱仲联校注,第9册第429页、第334页,第8册第304页,第5册第64页,浙江教育出版社2011年版。

[86]参见曹逸梅《午枕的伦理:昼寝诗文化内涵的唐宋转型》,《文学遗产》2014年第6期;马东瑶《论宋代的日记体诗》,《文学遗产》2018年第3期;周剑之《“切”的诗学:日常镜像与诗歌事境》,《苏州大学学报》(哲学社会科学版)2018年第1期。

[87]蒋寅:《生活在别处——清诗的写作困境及其应对策略》,《文学评论》2020年第5期。

[88]川合康三:《终南山的变容》,刘维治、张剑、蒋寅译,第268页,上海古籍出版社2013年版。