

# 育孩诗文选编

——张子牙

## 目录

|                      |    |
|----------------------|----|
| 自序 .....             | 1  |
| 第一歌 《正气歌》 .....      | 3  |
| 第二歌 《观沧海》 .....      | 5  |
| 第三歌 《沁园春·长沙》 .....   | 6  |
| 第四歌 《西江月》 .....      | 7  |
| 第五歌 《采桑子》 .....      | 8  |
| 第六歌 《忆秦娥》 .....      | 9  |
| 第七歌 《七律：长征》 .....    | 10 |
| 第八歌 《沁园春·雪》 .....    | 11 |
| 第九歌 《关雎》 .....       | 12 |
| 第十歌 《登幽州台歌》 .....    | 13 |
| 第十一歌 《回乡偶书》 .....    | 14 |
| 第十二歌 《凉州词·王翰》 .....  | 15 |
| 第十三歌 《送孟浩然之广陵》 ..... | 16 |
| 第十四歌 《下江陵》 .....     | 17 |

|       |                   |    |
|-------|-------------------|----|
| 第十五歌  | 《春望》 .....        | 18 |
| 第十六歌  | 《相思》 .....        | 19 |
| 第十七歌  | 《春晓》 .....        | 20 |
| 第十八歌  | 《夜思》 .....        | 21 |
| 第十九歌  | 《登鹳雀楼》 .....      | 22 |
| 第二十歌  | 《江雪》 .....        | 23 |
| 第二十一歌 | 《寻隐者不遇》 .....     | 24 |
| 第二十二歌 | 《塞下曲四首之二》 .....   | 25 |
| 第二十三歌 | 《塞下曲四首之三》 .....   | 26 |
| 第二十四歌 | 《将进酒》 .....       | 27 |
| 第二十五歌 | 《清平调词·其一》 .....   | 28 |
| 第二十六歌 | 《题黄佐廷赠尉遗像》 .....  | 29 |
| 第二十七歌 | 《九月九日忆山东兄弟》 ..... | 30 |
| 第二十八歌 | 《梁甫吟》 .....       | 31 |
| 第二十九歌 | 《龟虽寿》 .....       | 32 |
| 第三十歌  | 《赋得古原草送别》 .....   | 33 |

|       |                 |    |
|-------|-----------------|----|
| 第三十一歌 | 《出塞·王昌龄》 .....  | 34 |
| 第三十二歌 | 《凉州词·王之涣》 ..... | 35 |
| 第三十三歌 | 《从军行（其四）》 ..... | 36 |
| 第三十四歌 | 《塞下曲》 .....     | 37 |
| 第三十五歌 | 《送元二使安西》 .....  | 38 |
| 第三十六歌 | 《无衣》 .....      | 39 |
| 第三十七歌 | 《月下独酌》 .....    | 40 |
| 第三十八歌 | 《荷塘月色》 .....    | 41 |
| 第三十九歌 | 《宿建德江》 .....    | 45 |
| 第四十歌  | 《洛神赋》 .....     | 46 |
| 第四十一歌 | 《七步诗》 .....     | 50 |

## 自序

自大学毕业季，在南京主城区找到一实习之工作。但离南农浦口校区甚远，每日早上不得不坐公交车，辗转两趟方能到达，用时长达约一个半小时左右。车上嘈杂无聊，于是常常用背诵诗歌来打发时间。时有闭目养神揣摩诗景诗意，通常一首诗歌反反复复好几日。如此数月，顿感诗艺猛进，偶遇好景即有诗歌迸发之感。后来工作中，常常如法炮制，集中精力专研一事，往往大有进益。每每念及此事之得，余生可谓受益匪浅。

今孩子已上小学，畅想以此法教之，以培育其能。正所谓望女成凤、望子成龙。根据精力有限定律、精力集中导向规律、思想认识吸引力规律，本书收集古今优秀之诗文 41 篇，欲以精研揣摩之法，习古今大贤之才情，企望吾孩终成一学家之大贤。

星光灿灿，闪烁如言。每每念及青史上那些大贤<sup>注1</sup>大德<sup>注2</sup>大烈<sup>注3</sup>，常常感怀。他（她）们之事、他（她）们

之文就像天上的星星一样，一闪一闪，仿佛要向后人倾诉衷肠！

往事可鉴，来者可追。追古思贤，焉望齐哉？须知：古今人事，俱是人为。望尔不辞辛劳、精读揣摩，尽得故贤大智慧，为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。

人民天下，来之不易，失之可憾。愿尔习得大本领，研得大能耐，贡献人民天下和未来美好社会。

张子牙  
2025 年 2 月  
于南京

注 1：古贤，泛指为我人类进步提供思想认识的人，特别包含自然科学思想认识。

注 2：大德，泛指为我人类进步而甘愿舍弃自己之利并重大贡献的人。

注 3：大烈，泛指为我人类进步而流血牺牲的英雄烈士。

说明：无论诗歌还是文章，余认为皆是心之歌声，故以“歌”为计数单位。

## 第一歌 《正气歌》

### 正气歌

——宋·文天祥（张子牙改选）

天地有正气，杂然赋流形。

下则为河岳，上则为日星。

於人曰浩然，沛乎塞苍冥。

皇路当清夷，含和吐明庭。

时穷节乃现，一一垂丹青。

在齐太史简，在晋董狐笔。

在秦张良椎，在汉苏武节。

为严将军头，为嵇侍中血。

为张睢阳齿，为颜常山舌。

或为辽东帽，清操厉冰雪。

或为出师表，鬼神泣壮烈。

或为渡江楫，慷慨吞胡羯。

或为击贼笏，逆竖头破裂。

是气所磅礴，凜烈万古存。

当其贯日月，生死安足论。

岂有他繆巧，正邪不相混。

哀哉沮牢场，为我安乐国。

顾此耿耿存，仰视浮云白。

悠悠我心悲，苍天曷有极？

贤哲虽已远，古道照颜色。

贤哲虽已远，古道照颜色！

写作说明：本文中提到了历史上著名的守城人物——张巡张睢阳。此人虽有“守城之范、不屈之志”值得颂扬，但其情势迫切之下，以人为食——实乃大恶，断难原谅。本文本着“虽恶不隐其优、虽善不讳其过”的原则，仍然褒扬他“视死如归、忠贞天下”的志士精神。同时，作出说明以痛斥他以人为军食的非人行径，愿后世引以为戒。

苍天曷有极是指向苍天发问，正义之道到底有没有尽头？



## 第二歌 《观沧海》

### 观沧海

——汉·曹操

东临碣石，以观沧海。

水何澹澹，山岛竦峙。

树木丛生，百草丰茂。

秋风萧瑟，洪波涌起。

日月之行，若出其中；

星汉灿烂，若出其里。

幸甚至哉，歌以咏志！

### 第三歌 《沁园春·长沙》

#### 沁园春·长沙

——毛泽东 1925 年于长沙

独立寒秋，湘江北去，橘子洲头。

看万山红遍，层林尽染；漫江碧透，百舸争流。

鹰击长空，鱼翔浅底，万类霜天竞自由。

怅寥廓，问苍茫大地，谁主沉浮？

携来百侣曾游。忆往昔峥嵘岁月稠。

恰同学少年，风华正茂；书生意气，挥斥方遒。

指点江山，激扬文字，粪土当年万户侯。

曾记否，到中流击水，浪遏飞舟？

## 第四歌 《西江月》

### 西 江 月

——毛泽东 1928 年秋于井冈山

山下旌旗在望，山头鼓角相闻。

敌军围困万千重，我自岿然不动。

早已森严壁垒，更加众志成城。

黄洋界上炮声隆，报道敌军宵遁。

## 第五歌 《采桑子》

### 采 桑 子

——毛泽东 1929 年 10 月重阳

人生易老天难老，岁岁重阳，今又重阳。

战地黄花分外香。

一年一度秋风劲，不似春光，胜似春光。

寥廓江天万里霜。

## 第六歌 《忆秦娥》

### 忆 秦 娥

——毛泽东 1935 年 2 月于娄山关

西风烈，长空雁叫霜晨月。

霜晨月，马蹄声碎，喇叭声咽。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。

从头越，苍山如海， 残阳如血。

## 第七歌 《七律：长征》

### 长 征

——毛泽东 1935 年 10 月

红军不怕远征难，万水千山只等闲。

五岭逶迤腾细浪，乌蒙磅礴走泥丸。

金沙水拍云崖暖，大渡桥横铁索寒。

更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜。

## 第八歌 《沁园春·雪》

### 沁园春·雪

——毛泽东 1936 年 2 月

北国风光，千里冰封，万里雪飘。  
望长城内外，惟余莽莽；大河上下，顿失滔滔。  
山舞银蛇，原驰蜡象，欲与天公试比高。  
须晴日，看红装素裹，分外妖娆。  
江山如此多娇，引无数英雄竞折腰。  
惜秦皇汉武，略输文采；唐宗宋祖，稍逊风骚。  
一代天骄，成吉思汗，只识弯弓射大雕。  
俱往矣，数风流人物，还看今朝。

## 第九歌 《关雎》

### 关雎

——选自《诗经》

关关雎鸠，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。

参差荇菜，左右流之。窈窕淑女，寤寐求之。

求之不得，寤寐思服。悠哉悠哉，辗转反侧。

参差荇菜，左右采之。窈窕淑女，琴瑟友之。

参差荇菜，左右芼之。窈窕淑女，钟鼓乐之。



## 第十歌 《登幽州台歌》

### 登幽州台歌

——唐·陈子昂

前不见古人，后不见来者。

念天地之悠悠，独怆然而涕下！

## 第十一歌 《回乡偶书》

### 回乡偶书

——唐·贺知章

少小离家老大回，乡音无改鬓毛衰。

儿童相见不相识，笑问客从何处来？

## 第十二歌 《凉州词·王翰》

### 凉州词

——唐·王翰

葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催。

醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回！

## 第十三歌 《送孟浩然之广陵》

### 送孟浩然之广陵

——唐·李白

故人西辞黄鹤楼，烟花三月下扬州。

孤帆远影碧空尽，惟见长江天际流。

## 第十四歌 《下江陵》

### 下江陵

——唐·李白

朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还。

两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山。

## 第十五歌 《春望》

### 春望

——唐·杜甫

国破山河在，城春草木深。

感时花溅泪，恨别鸟惊心。

烽火连三月，家书抵万金。

白头搔更短，浑欲不胜簪。

## 第十六歌 《相思》

相思

——唐·王维

红豆生南国，春来发几枝？

愿君多采撷，此物最相思。

## 第十七歌 《春晓》

春晓

——唐·孟浩然

春眠不觉晓，处处闻啼鸟。

夜来风雨声，花落知多少？



## 第十八歌 《夜思》

### 夜思

——唐·李白

床前明月光，疑是地上霜。

举头望明月，低头思故乡。

## 第十九歌 《登鹳雀楼》

### 登鹳雀楼

——唐·王之涣

白日依山尽，黄河入海流。

欲穷千里目，更上一层楼。

## 第二十歌 《江雪》

### 江雪

——唐·柳宗元

千山鸟飞绝，万径人踪灭。

孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪。

## 第二十一歌 《寻隐者不遇》

寻隐者不遇

——唐·贾岛

松下问童子，言师采药去。

只在此山中，云深不知处。

## 第二十二歌 《塞下曲四首之二》

### 塞下曲四首之二

——唐·卢纶

林暗草惊风，将军夜引弓。

平明寻白羽，没在石棱中。

## 第二十三歌 《塞下曲四首之三》

### 塞下曲四首之三

——唐·卢纶

月黑雁飞高，单于夜遁逃。

欲将轻骑逐，大雪满弓刀。

## 第二十四歌 《将进酒》

### 将进酒

——唐·李白

君不见，黄河之水天上来，奔流到海不复回。

君不见，高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪。

人生得意须尽欢，莫使金樽空对月！

天生我材必有用，千金散尽还复来。

烹羊宰牛且为乐，会须一饮三百杯！

岑夫子，丹丘生，将进酒，君莫停！

与君歌一曲，请君为我侧耳听！

钟鼓馔玉不足贵，但愿长醉不愿醒！

古来圣贤皆寂寞，惟有饮者留其名！

陈王昔时宴平乐，斗酒十千恣欢谑。

主人何为言少钱？径须沽取对君酌。

五花马，千金裘，呼儿将出换美酒，

与尔同消万古愁！

## 第二十五歌 《清平调词·其一》

清平调词·其一

——唐·李白

云想衣裳花想容，春风拂槛露华浓。

若非群玉山头见，会向瑶台月下逢。



## 第二十六歌 《题黄佐廷赠尉遗像》

### 题黄佐廷赠尉遗像

——清·黄遵宪

泼海旌旗蘸血红，防秋诸将尽笼东。

黄衫浅色靴刀备，年少亦能作鬼雄。

## 第二十七歌 《九月九日忆山东兄弟》

### 九月九日忆山东兄弟

——唐·王维

独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。

遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。

## 第二十八歌 《梁甫吟》

梁甫吟

——无名氏

一夜北风寒，万里彤云厚。

长空雪乱飘，改尽江山旧。

仰面观太虚，疑是玉龙斗。

纷纷鳞甲飞，顷刻遍宇宙。

骑驴过小桥，独叹梅花瘦。

## 第二十九歌 《龟虽寿》

### 龟虽寿

——东汉·曹操

神龟虽寿，犹有竟时；

腾蛇乘雾，终为土灰。

老骥伏枥，志在千里；

烈士暮年，壮心不已。

## 第三十歌 《赋得古原草送别》

### 赋得古原草送别

——唐·白居易

离离原上草，一岁一枯荣。

野火烧不尽，春风吹又生。

远芳侵古道，晴翠接荒城。

又送王孙去，萋萋满别情。

## 第三十一歌 《出塞·王昌龄》

### 出塞

——唐·王昌龄

秦时明月汉时关，万里长征人未还。

但使龙城飞将在，不教胡马渡阴山！

## 第三十二歌 《凉州词·王之涣》

### 凉州词

——唐·王之涣

黄河远上白云间，一片孤城万仞山。

羌笛何须怨杨柳？春风不度玉门关。

### 第三十三歌 《从军行（其四）》

#### 从军行（其四）

——唐·王昌龄

青海长云暗雪山，孤城遥望玉门关。

黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还。



## 第三十四歌 《塞下曲》

### 塞下曲

——唐·李白

五月天山雪，无花只有寒。

笛中闻折柳，春色未曾看。

晓战随金鼓，宵眠抱玉鞍。

愿将腰下剑，直为斩楼兰。

### 第三十五歌 《送元二使安西》

送元二使安西

——唐·王维

渭城朝雨浥轻尘，

客舍青青柳色新。

劝君更尽一杯酒，

西出阳关无故人。

## 第三十六歌 《无衣》

### 无衣

——选自《诗经》（张子牙改选）

岂曰无衣？与子同袍。

皇于兴师，修我戈矛。与子同仇！

岂曰无衣？与子同泽。

皇于兴师，修我矛戟。与子偕作！

岂曰无衣？与子同裳。

皇于兴师，修我甲兵。与子偕行！

## 第三十七歌 《月下独酌》

### 月下独酌

——唐·李白

花间一壶酒，独酌无相亲。

举杯邀明月，对影成三人。

月既不解饮，影徒随我身。

暂伴月将影，行乐须及春。

我歌月徘徊，我舞影零乱。

醒时同交欢，醉后各分散。

永结无情游，相期邈云汉。

## 第三十八歌 《荷塘月色》

### 荷塘月色

——朱自清 1927 年 2 月于北京清华园

这几天心里颇不宁静。今晚在院子里坐着乘凉，忽然想起日日走过的荷塘，在这满月的光里，总该另有一番样子吧。月亮渐渐地升高了，墙外马路上孩子们的欢笑，已经听不见了；妻在屋里拍着闰儿，迷迷糊糊地哼着眠歌。我悄悄地披了大衫，带上门出去。

沿着荷塘，是一条曲折的小煤屑路。这是一条幽僻的路；白天也少人走，夜晚更加寂寞。荷塘四面，长着许多树，蓊蓊郁郁的。路的一旁，是些杨柳，和一些不知道名字的树。没有月光的晚上，这路上阴森森的，有些怕人。今晚却很好，虽然月光也还是淡淡的。

路上只我一个人，背着手踱着。这一片天地好像是我的；我也像超出了平常的自己，到了另一个世界里。我爱热闹，也爱冷静；爱群居，也爱独处。像今晚上，一个人

在这苍茫的月下，什么都可以想，什么都可以不想，便觉是个自由的人。白天里一定要做的事，一定要说的话，现在都可不理。这是独处的妙处，我且受用这无边的荷塘月色好了。

曲曲折折的荷塘上面，弥望的是田田的叶子。叶子出水很高，像亭亭的舞女的裙。层层叶子中间，零星地点缀着些白花，有袅娜地开着的，有羞涩地打着朵儿的；正如一粒粒的明珠，又如碧天里的星星，又如刚出浴的美人。微风过处，送来缕缕清香，仿佛远处高楼上渺茫的歌声似的。这时候叶子与花也有一丝的颤动，像闪电般，霎时传过荷塘的那边去了。叶子本是肩并肩密密地挨着，这便宛然有了一道凝碧的波痕。叶子底下是脉脉的流水，遮住了，不能见一些颜色；而叶子却更见风致了。

月光如流水一般，静静地泻在这一片叶子和花上。薄薄的青雾浮起在荷塘里。叶子和花仿佛在牛乳中洗过一样；又像笼着轻纱的梦。虽然是满月，天上却有一层淡淡的云，

所以不能朗照；但我以为这恰是到了好处——酣眠固不可少，小睡也别有风味的。月光是隔了树照过来的，高处丛生的灌木，落下参差的斑驳的黑影，峭楞楞如鬼一般；弯弯的杨柳的稀疏的倩影，却又像是画在荷叶上。塘中的月色并不均匀；但光与影有着和谐的旋律，如梵婀玲上奏着的名曲。

荷塘的四面，远远近近，高高低低都是树，而杨柳最多。这些树将一片荷塘重重围住；只在小路一旁，漏着几段空隙，像是特为月光留下的。树色一例是阴阴的，乍看像一团烟雾；但杨柳的丰姿，便在烟雾里也辨得出。树梢上隐隐约约的是一带远山，只有些大意罢了。树缝里也漏着一两点路灯光，没精打采的，是渴睡人的眼。这时候最热闹的，要数树上的蝉声与水里的蛙声；但热闹是它们的，我什么也没有。

忽然想起采莲的事情来了。采莲是江南的旧俗，似乎很早就有，而六朝时为盛；从诗歌里可以约略知道。采莲

的是少年的女子，她们是荡着小船，唱着艳歌去的。采莲人不用说很多，还有看采莲的人。那是一个热闹的季节，也是一个风流的季节。梁元帝《采莲赋》里说得好：

于是妖童媛女，荡舟心许；鹄首徐回，兼传羽杯；棹将移而藻挂，船欲动而萍开。尔其纤腰束素，迁延顾步；夏始春余，叶嫩花初，恐沾裳而浅笑，畏倾船而敛裾。

可见当时嬉游的光景了。这真是有趣的事，可惜我们现在早已无福消受了。

于是又记起，《西洲曲》里的句子：

采莲南塘秋，莲花过人头；低头弄莲子，莲子清如水。

今晚若有采莲人，这儿的莲花也算得“过人头”了；只不见一些流水的影子，是不行的。这令我到底惦着江南了。——这样想着，猛一抬头，不觉已是自己的门前；轻轻地推门进去，什么声息也没有，妻已睡熟好久了。



## 第三十九歌 《宿建德江》

### 宿建德江

——唐·孟浩然

移舟泊烟渚，日暮客愁新。

野旷天低树，江清月近人。

## 第四十歌 《洛神赋》

### 洛神赋

——魏晋·曹植

黄初三年，余朝京师，还济洛川。古人有言，斯水之神，名曰宓妃。感宋玉对楚王神女之事，遂作斯赋。

其辞曰：余从京域，言归东藩。背伊阙，越轘辕，经通谷，陵景山。日既西倾，车殆马烦。尔乃税驾乎蘅皋，秣秣乎芝田，容与乎阳林，流眄乎洛川。

于是精移神骇，忽焉思散。俯则未察，仰以殊观，睹一丽人，于岩之畔。乃援御者而告之曰：“尔有覩于彼者乎？彼何人斯？若此之艳也！”御者对曰：“臣闻河洛之神，名曰宓妃。然则君王之所见也，无乃是乎？其状若何？臣愿闻之。”

余告之曰：“其形也，翩若惊鸿，婉若游龙。荣曜秋菊，华茂春松。髣髴兮若轻云之蔽月，飘飘兮若流风之回雪。远而望之，皎若太阳升朝霞；迫而察之，灼若芙蕖出

渌波。<sup>n ó ng</sup>秣纤得衷，修短合度。肩若削成，腰如约素。延颈  
 秀项，皓质呈露。芳泽无加，铅华弗御。云髻峨峨，修眉  
 联娟。丹唇外朗，皓齿内鲜，明眸善睐，<sup>l à i</sup>靥辅承权。<sup>y è</sup>瑰姿  
 艳逸，仪静体闲。柔情绰态，媚于语言。奇服旷世，骨像  
 应图。披罗衣之璀璨兮，<sup>ě r</sup>珥瑶碧之华琚。戴金翠之首饰，  
 缀明珠以耀躯。践远游之文履，<sup>y è</sup>曳雾绡之轻裾。<sup>x i ā o</sup>微幽兰之  
 芳馥兮，<sup>ǎ i</sup>步踟蹰于山隅。<sup>ch í ch ú</sup><sup>y ú</sup>

于是忽焉纵体，以遨以嬉。左倚采旄，右荫桂旗。攘  
 皓腕于神浒兮，<sup>h ǔ</sup>采湍濑之玄芝。<sup>tu ā n l à i</sup>余情悦其淑美兮，心振荡  
 而不怡。无良媒以接欢兮，托微波而通辞。愿诚素之先达  
 兮，解玉佩以要之。嗟佳人之信修兮，羌习礼而明诗。抗  
 琼琤以和予兮，<sup>d i</sup>指潜渊而为期。执眷眷之款实兮，惧斯灵  
 之我欺。感交甫之弃言兮，怅犹豫而狐疑。收和颜而静志  
 兮，申礼防以自持。

于是洛灵感焉，徙倚彷徨，神光离合，乍阴乍阳。竦  
 轻躯以鹤立，若将飞而未翔。践<sup>ji ā o</sup>椒涂之郁烈，步<sup>h é ng</sup>蘅薄而

流芳。超长吟以永慕兮，声哀厉而弥长。

尔乃众灵杂沓，命俦<sup>chóu</sup>啸侣<sup>xiǔ lǚ</sup>，或戏清流，或翔神渚<sup>zhǔ</sup>，  
或采明珠，或拾翠羽。从南湘之二妃，携汉滨之游女。叹  
匏瓜<sup>páo gā</sup>之无匹兮，咏牵牛之独处。扬轻袿之猗靡兮，翳<sup>yì</sup>修袖<sup>xiù</sup>  
以延伫。体迅飞凫，飘忽若神，凌波微步，罗袜生尘。动  
无常则，若危若安。进止难期，若往若还。转眄流精，光  
润玉颜。含辞未吐，气若幽兰。华容婀娜，令我忘餐。  
于是屏翳收风，川后静波。冯夷鸣鼓，女娲清歌。腾文鱼  
以警乘，鸣玉鸾以偕逝。六龙俨其齐首，载云车之容裔，  
鲸鲵踊而夹毂，水禽翔而为卫。

于是越北沚<sup>zhǐ</sup>。过南冈，纡素领<sup>yū</sup>，回清阳，动朱唇以徐  
言，陈交接之大纲。恨人神之道殊兮，怨盛年之莫当。抗  
罗袂以掩涕兮，泪流襟之浪浪。悼良会之永绝兮，哀一逝  
而异乡。无微情以效爱兮，献江南之明珰。虽潜处于太阴，  
长寄心于君王。忽不悟其所舍，怅神宵而蔽光。

于是背下陵高，足往神留，遗情想像，顾望怀愁。冀<sup>jì</sup>

灵体之复形，御轻舟而上溯。浮长川而忘返，思绵绵而增慕。夜耿耿而不寐，沾繁霜而至曙。命仆夫而就驾，吾将归乎东路。揽<sup>fēi pèi</sup>騑辔以抗策，怅盘桓而不能去。

## 第四十一歌 《七步诗》

### 七步诗

——魏晋·曹植

煮豆燃豆<sup>qí</sup>萁，豆在釜<sup>fǔ</sup>中泣。

本是同根生，相煎何太急？