自然之维的精神归向

——陈赞一《大自然的默想》 与 《瓦尔登湖》及陶谢田园山水诗的比较研究

孙新运

孙新运 1966 年 9 月出生，辽宁省丹东市人，获沈阳师范大学学士学位，获辽宁大学文艺学硕士学位，曾在辽宁师范大学做高级访问学者，辽东学院中文系副教授。

出版专著《蔡楠小说论》《解读杨晓敏》《孙新运评论集》，发表过 30 余篇学术论文，主持过多项省级研究项目。

修辞学会会员，辽宁省作家协会会员，2013 年获得金麻雀奖理论类提名奖，被评为 2013 年中国小小说十大热点人物。

一、自然作为精神载体的共通选择

中国古代的道家文化，认为人类应该效法大地，像大地那样具有包容和无私的特点，地球的运行要遵循整个宇宙的规则，宇宙的运行要遵循道的法则，而道的运行又要效法自然的法则。这里的自然虽然不是直接指向大自然，而是指世界本来的样子。但是也指出了人类要想真正的发展，必须使人类与自然达成和解，才能真正拥有和谐与自由。人类深刻认识到人与自然之间的相互依存、共同存在、共同发展的道理，人类必须尊重自然，顺应自然，把自然作为人类精神的载体，才能保持内心的平和与稳定。

中国具有悠久的以自然为师的文化传统，人们始终在向大自然学习，从大自然中学习为人处世的大智慧，感受人类生存的真正意义。人们融入大自然，在大自然中净化心灵，陶冶情操。在现代社会中自然扮演着重要的角色，成为人们的精神载体，成为人类抒发情感，表达思想，展现文化的重要手段。

陈赞一博士的散文集《大自然的默想》中的《走进大自然》（代序）中写道：走进大自然，就是进入一个宁静的世界；走进大自然，就是走进一个悠闲的世界；走进大自然，就是走进一个自由的世界；走进大自然，就是走进一个有情的世界；走进大自然，就是走进一个丰富多姿的世界；走进大自然，就是走进我们的心灵世界；走进大自然，就是走进创造主的“怀抱”。[1]就表现了作者的自然观，也体现出作者借助对大自然的具体事物的描写，感悟其中所蕴含的精神，寻找人类的精神归宿，这也是超越不同文化，跨越不同时空的人类共同的需求和不懈的追寻。

（一）从具体自然物写起

作家进行文学创作，就是要表达自己对世界感悟，对情感的表达，也就是对精神世界的表达。这种精神表达不是直截了当的，是通过对大自然的具体物象的描写来完成的，作家在对自然界物象的描写中，得到感悟和启示。如梭罗的《瓦尔登湖》中高声大笑的潜水鸟，蔚蓝的水波，单薄的毛蕊花，孤独的蒲公英，一片豆叶，一枝酢浆草，一只马蝇，一只大黄蜂，一阵清风，一朵多情的花朵，带着泥土的青菜，

[1] 陈赞一：《大自然的默想》，加略山房有限公司，1994 年，第 1 页。

还有那黎明的空气，都是作家独立精神的具体体现。又如陈赞一博士的散文集《大自然的默想》中禾稻，太阳，冬日的暖阳，天边的长空，闪烁的星星，无根的浮萍，都是作家领会基督教义，感悟人生意义的自然之物。又如陶渊明田园诗歌中的东园之树，新苗，林竹，芳菊，青松，鸣鸥，新秋月，经日雪，都是诗人的止泊之所。再如谢灵运的山水诗中的春草，朝露，轻云，河边柳，野田草，酥风，彤云，晨风，朝日，都表现现了诗人对自由的向往。

世界是人们思考人生表达情感的自然环境，是我们感知世界和抒发情感的场所。事物是我们的身体和我们生活的相关物，具体自然物不是孤立的客观对象，而是通过身体也就是主体的知觉来感知的，并且和人的主体一起进入人的知觉世界的。人们往往是通过所看到的，所触摸到的具体物象来感受世界，领悟世界，表达情感的。感知是人们通过身体在环境中的实践而产生的，作家的写作往往也是以自然界的一事一物为抓手，再把从具体事物中的感知和精神采撷起来表达出去，最后达到哲学的高度，上升到理论层面。

文学创作都是从具体的自然物象，受到启发，有所感悟，并上升到精神理论层面，然后把抽象的精神融入对具体物象的观赏与赞美中，读者则是通过阅读文学作品中的具体物象的描写与赞美，感受到作者的情感与深层的意蕴。

作者进行创作首先是选择可以表现所要表达的精神意蕴的具体的事物，把自己的感悟和情感注入这些具体的事物中，通过深入的细节描写，把主观情感和精神表现出来。把自然物象和人的精神结合起

来，不需要作家做特别的说明，读者通过细致的阅读就能把自然物象中所体现的情感和精神分析出来。作者把感情和意蕴隐藏在具体物象的描写中，让读者调动自己的思考和理解，自己动脑自己去品悟，更好地体现出文学作品的魅力。

梭罗在写《瓦尔登湖》春天融冰的细节时，他仔细记录了冰面在浅水区先变薄，阳光透过一英尺厚的冰，从湖底反射上来把冰的下层融化，冰里的气泡被拉成蜂窝状，最后在一场春雨中突然碎裂，发出雷鸣般的声响。这些生动具体的细节描写，让读者从春天凡尔登湖冰雪融化的具体过程，让读者感受到冰层在温度的作用下，一点点变脆、变薄、变软的过程，感受到春天温馨的充满生命力的气息。这些细节描写巧妙地表达了作者的情感和精神，《瓦尔登湖》冰层的融化，表达的不只是自然节气的变化，更多的是表达了作者，从迷惘到猛醒的心理过程，是作者从物质的禁锢，社会的裹挟中确立了个体精神的独立。

作者这样的细节描写表现的不仅是自然界的春天的到来，更是表现了作者精神的畅爽时代的来临，作者把自然的景物和人的情感与精神完全融合在一起。梭罗还描写自己观察蚂蚁怎样搬动种子，蚯蚓怎样翻动泥土怎样松土，蜜蜂怎样在大豆的花朵上采花蜜的细节，表现他艰辛而快乐的耕作生活，更是表达了作者淡泊快乐的心境。这些细节的描写成为了对作者回归自然，简化生活的精神的践行。

陶渊明在《饮酒·其五》中写道：“采菊东篱下，悠然见南山。”

[2]这里也是运用了细节描写，菊花是秋天盛开的花卉，具有高洁的特性，诗人在篱笆墙的边上随手采摘寓意高洁的菊花，诗人无意间抬头悠然地望见了南山，可见诗人生活的清闲与优雅。这些细节的描写，不只是描述诗人淳朴闲适优雅的生活，通过诗人的淡雅悠闲的举止，表现了诗人远离官场，远离尘嚣，归隐田园后自在恬静的心境。作者描写采菊不是简单随意而就的，而是为了表现蕴含在这些细节中的自在与稳定的心情。菊花、东篱、南山不是随意选取的自然景观，而深藏着诗人自在的心境和超脱世俗的精神。

谢灵运在《登池上楼》写道：“池塘生成草，园柳变鸣禽。”[3]在细节上，谢灵运大病初愈后独自登上城楼，看到池塘边春草萋萋，春草遥看近却无，园子旁边的柳树上鸣叫的鸟儿都变了，从越冬的鸟变成了春天的候鸟，用“生”和“变”两个动词，准确地抓住自然界不易觉察的动态细节。这些细节特别真实，就好像看到谢灵运扶着栏杆，张目远眺，侧耳细听的样子。这些细节承载的是他被贬之后的苦闷，触碰到生命本真的精神转折。“生”对应着困境里的生机，“变”暗合心境从压抑到松动的转变，把怀才不遇的郁结，悄悄藏进了这池边柳树下的春日的青草中。

在陈赞一博士的《大自然的默想》中的《雨后草更青》里，作者先写了雨后漫步时看到了青草，闻到了草香这些具象的细节，接着写草被雨水打弯后，变得更加翠绿了，青草吸收水分后生长得更快了。从这些自然现象延伸到人生遭遇，把人生经历苦难比作青草经历了风

[2] 陶渊明著，郭建平解评：《陶渊明集》，三晋出版社，2008 年，第 85 页。
[3] 黄节：《谢康乐诗注；鲍参军诗注》，中华书局，2008 年，第 61 页。

雨，得出人经历苦难后变得更坚强的感悟，将青草这一具体事物化作了面对苦难依然要坚强成长的精神载体。

世界是我们亲眼观察，亲身经历的具象事物，我们能够通过自己的眼睛和实践，发现蕴藏在具象事物背后的内涵和意义。文学创作只有从世界的具体物象的观察和描写，挖掘自然物象内在的暗示，自然物象所表达的精神，把自然物语人的情感与精神结合起来。

（二）让客观景物具有主观温度

当作家的笔触落在山川草木、日月星辰这些具体自然物上时，从来不是简单的景物描摹，而是悄悄地把内心的情绪、思考揉了进去，让原本冰冷的客观世界，慢慢染上了人的温度。

著名学者王国维在他的《人间词话》中曾说过：“一切景语皆情语”，[4]也就是说所有的景物描写都是带有情感的，文学作品中的客观景物描写都不是纯粹的客观描写，而是带有了主观的情感与精神。如韦应物的《滁州西涧》，表面上看诗中琐屑的都是大自然的景物描写，其中隐含了非常多的诗人主观的情绪。诗人唯独喜爱生在小溪边的幽草，而不喜欢在大树上名叫的黄鹂，表面上就是描写了大自然中的两种事物，诗人赋予这两种事物的主观情感，表达了诗人安贫守节，不愿意攀附高官富贵的高风亮节。傍晚时分春天的大潮夹杂大雨，情况非常紧急，可是无人渡船，小船自由自在地横在岸边。表面上是写大潮、大雨、小船，其实是表达了诗人被贬官任滁州刺史忧伤和不满的情绪，有不在其位，不谋其政的感叹。

[4] 王国维：《人间词话》，人民文学出版社，2018 年，第 113 页。

作家在写作时的景物描写，不仅仅只是描写景物，而是把作者的主观情感溶进了自然景物之中。梭罗在《瓦尔登湖》中描写湖水的颜色，他说湖水至少有两种颜色，一种是远望，湖水会因为距离的不同和旁边景物的不同，分别映出蔚蓝色、深蓝色、深石板的颜色；一种是近观，湖水会因为角度和光的折射会一会儿变蓝，一会儿变绿。你如果再移动的话，湖水先是黄澄澄的颜色，然后是淡绿色、深绿色、碧绿色等不同颜色的变幻。说湖水的那种颜色让人“悠然心会，妙处难与君说”，[5]表面上是描写湖水颜色的变幻，实际是在说自己沉浸在这美色之中，找到了摆脱工业社会浮躁的宁静，这美妙的景物都变成了他内心追求本真的外化。

陶渊明在《饮酒·其五》中的：“山气日夕佳，飞鸟相与还。”[6]傍晚时分，南山的景致是最美的，雾气在林间缭绕，与袅袅的炊烟相互映衬，人间的烟火气与闲适之味遥相呼应。天快黑了，飞鸟纷纷飞回来了，日出而作日落而息的农人们也陆续回家，自然山林中的飞鸟，与村里的农人们相互映照。表现了诗人归隐后的精神世界与大自然的景致完全吻合的闲适之情。“此中有真意，欲辨已忘言。”诗人仿佛真正找到了人生的真意，感受到人生的安稳，想说又感觉只可意会不可言传，这种玄妙之意深藏在景物的描写之中。

[5] 亨利·戴维·梭罗：《瓦尔登湖》，人民文学出版社，2009年，第248页。
[6] 陶渊明著，郭建平解评：《陶渊明集》，三晋出版社，2008年，第85页。

谢灵运在《过始宁墅》中描写故乡始宁有山有水：“岩峭岭稠叠，洲萦渚连绵。”[7]岩石陡峭，重峦叠嶂，洲渚萦绕，连绵不断，可以说是山清水秀，表达了诗人对家乡的山水的热爱之情。诗人又写道：“白云抱幽石，绿筱媚清涟”，白云环绕着山石，细小的竹子招引着清澈而又有波纹的湖水。作者运用了拟人的手法，白云拥抱着山石，既写出山石的高耸，也写出了白云的多情。细小的竹子向湖水献媚示爱，既写出湖水的清冽，更表现出细竹柔软随风吹拂的优雅身姿，也写出了涟漪中所隐藏的微风。通过这些富有情感的描写，表现出诗人对家乡的热爱，对自然山水的喜爱之情，也表达了诗人对归隐生活的向往，更表达了对人生道路的深刻反思。

在陈赞一博士的散文集《大自然的默想》中的散文《上帝的画布》里，作者把大自然比喻成上帝的画布，大自然是世界上最美最杰出的画。作者把东升的旭日，夕阳的残照，漫天的星斗，翠绿的小草，林间的飞鸟，清澈的小溪，水中的游鱼，都描写成上帝在大自然画布上的杰作，甚至把每一朵小花，每一片树叶都当做上帝在大自然画布上创作的艺术品。把大自然色彩斑斓的客观景物，用上帝充满了想象力的主观创作来进行描述，把自然景物赋予上帝创作的主观想法，让自然景物仿佛有了人的情感温度，不再只是单纯的景物，而是带有作者对其的独特感受，让客观景物带有了主观的温度。

这些作品中，大自然的景物不仅仅是客观的存在，更是融入了作

[7] 黄节：《谢康乐诗注；鲍参军诗注》，中华书局，2008 年，第 55 页。

家的情感与精神。在《瓦尔登湖》里，梭罗笔下的湖光山色不只是大自然的客观景色，而是融入了梭罗对简朴生活与自然哲思的感情。陶渊明的诗歌中描写的不仅仅是单纯的自然景色和田园风光，而是展现了诗人归隐止泊后的安稳和宁静，闲适和惬意。谢灵运的诗歌中对自然山水的细致的描摹，不仅仅是对自然的喜爱和向往，更表现出诗人仕途失意的落寞，意欲归隐山林的无奈。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》，则是凭借奇思妙想，赋予自然景物以强烈的主观色彩。他们都是以独特的视角，为客观景物注入了浓烈的主观温度，使自然万物成为情感与思想的寄托。

（三）自然律动与精神蜕变的内在关联

大自然有着自己的秩序和规律，人类同样是大自然的一分子，理所当然要遵守大自然的规律。人类生活在大自然中，生命的气息在我们的周围流淌，昭示我们以自己的方式，凭借自己的力量，和大自然和谐相处。人类是善于类比的，人的精神成长与蜕变，往往也在不知不觉地暗合着大自然的节拍，春天植物的种子破土而出，对应着人的自我觉醒，植物枝叶的舒展呼应着人的认知与拓展，自然与精神这种深层次的相互关联，正是文学中自然与精神最隐秘的对话方式。

在《瓦尔登湖》中梭罗通过观察大自然，在大自然中亲自躬耕实践，找寻大自然的发展规律，并跟随大自然的发展规律调整自己的生活方式，以抵御高度工业化所带来的人的异化，[8]来寻求个体精神的

[8]马尔库塞著，刘继译：《单向度的人：发达功业社会意识形态研究》，上海译文出版社，2008 年，第 10 页。

独立。梭罗带着寻找个体独立精神的目的到瓦尔登湖畔居住，他自己造房子，自己种地，自己生活。他不是逃避现实世界，而是想通过自己居住，自己劳作，在大自然的怀抱中找到挣脱社会羁绊的钥匙。梭罗在春天里，随着湖水的解冻，他的心灵开始觉醒，在大自然万物复苏之际，他的个体精神也开始敏锐起来。通过亲身的艰辛的劳作，通过春种夏除秋收冬藏的躬耕中，他找到了合于大自然的人生的律动。他的个体精神逐渐建立起来，自然的变化与循环往复的变化，塑造了他独立的个体精神，他能够顺应大自然的发展，成为了一个具有独立个体精神的完全挣脱了物质世界枷锁的真正的人。

陶渊明的《归园田居·其三》中写道："晨兴理荒秽，带月荷锄归。"[9]描写诗人从早到晚都在除草，早出晚归，披星戴月，去除掉比豆苗还茂盛的杂草。"道狭草木长，夕露沾我衣。"道路狭窄，路边的杂草疯长，晚上回来晚，杂草上都结满了露水，沾在诗人的衣服上。看起来诗人耕作的非常辛苦，但是看到最后的两句诗，读者就要改变想法了。"衣沾不足惜，但使愿无违。"诗人表示衣服沾湿了没有关系，诗人感到惬意的是自己可以做自己愿意做的事情，不用违心地假意逢迎。表现了诗人自得其乐，恬淡与快活，诗人完全融入了大自然的律动与幸福之中。

谢灵运在《登江中孤屿》中写诗人要寻找奇异的景致，却很难找到，"乱流绝正流，孤屿媚中川。云日相辉映，空水共澄鲜。"[10]为了节省时间，诗人甘脆横渡江水，从江心穿过，到达江中的孤屿，孤

[9] 陶渊明著，郭建平解评：《陶渊明集》，三晋出版社，2008 年，第 33 页。
[10] 黄节撰：《谢康乐诗注；鲍参军诗注》，中华书局，2008 年，第 55 页。

屿在清澈的江流中间，姿态妩媚又动人。白云和太阳交相辉映，天空和江水都是那么清澈明净，像两块巨大温润的玉石，又像互相映照的巨大的镜子。作者又写道：“表灵物莫赏，蕴真谁为传。”这么美好的景色没有人欣赏，其中蕴藏的仙真之气，又有谁能为之传扬？表面上是说这么美好的景致没有人欣赏，真正的意思是说诗人这么有才华却没有得到重用，表达了诗人内心的忧愤之情。诗人最后写道：“寄言摄生客，试用此道推。”字面意思是，我要告诉那些讲究养生之道的人，不妨试着用这山水悟道的方法来探究生命的真谛。其实深层的意思是希望当权者重新重用自己。诗人运用对自然景致的描写，完成自然与精神的同频。[11]

在陈赞一博士《大自然的默想》中的《绿草与红花》里，绿草平凡普通，遵循自然规律，自在地生老病死，就像自然最基础的律动。作者看着它们，起初可能只被红花吸引，觉得它是美的焦点。但随着对自然观察的深入，看到绿草在四季更迭中的坚韧，和红花相互映衬，慢慢意识到生命不应只看重耀眼的部分。作者的精神从单纯追求表面的绚烂，逐渐变得欣赏自然整体的和谐与平衡，开始懂得平凡与耀眼都在自然律动中不可或缺的，自己的心境也变得更加包容和豁达，完成了精神上的蜕变。

在这些例子中，自然的活动规律，和人类的精神世界互动，互相映衬和发展。梭罗在对自然的观察与亲身实践中，确立个体精神的独立；陶渊明在田园中躬耕实践，感悟体会，找到归隐止泊后的宁静；

[11] 叶维廉：《中国诗学》，北京人民出版社，2006 年，第 91 页。

谢灵运在山水的动静中，抒发仕途失意的愤懑和无助；陈赞一博士借自然景物来思考基督教义与生命真谛，让心胸变得广阔，包容世界万物。这些文学作品都揭示了人在顺应自然律动、感受自然变化时，能摆脱社会羁绊，完成精神从浮躁到平和、从迷茫到明晰的升华，让人们明白自然不仅仅是花前月下，更是心灵成长的源头活水。

二、精神归向的分野

精神归向就是精神归位，就是让自己的心灵告别喧嚣的尘世，回归本真的状态。通过冥想，观察大自然，亲自参加劳动，把理想付诸于实践。适应慢节奏的生活，能够在喧闹的世界中找回宁静。使自己的心境变得稳定、平和与宁静。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》与梭罗的《瓦尔登湖》、谢灵运、陶渊明的诗歌都是在大自然中进行深刻的反思，并与大自然进行灵魂的对话。在大自然中引发感情的共鸣，消除负面情绪，治愈心灵的创伤，不断地完善自我。

陈赞一博士散文集《大自然的默想》对大自然进行细心的观察，进行沉浸式的沟通与交流，对基督教教义的平易而深刻的解读，昭示人类美好品质的重要性，并需要不断地养成和完善。梭罗的《瓦尔登湖》通过在瓦尔登湖畔居住躬耕，细致地阅读大自然，与大自然达成深度和解，从超验主义的角度，以个体精神的独立对抗工业文明中的异化。陶渊明的田园诗表现诗人归隐田园后的淡泊与安稳，在躬耕劳作中实现自然无为超凡脱俗的本真状态。谢灵运的山水诗把大自然当作观察的对象，当作通向佛家玄理的灵魂通道。他们通过大自然昭示了不同的精神归向

（一）《大自然的默想》：信仰践行的自然投射

陈赞一博士的散文集《大自然的默想》，不是单纯地观察大自然，描摹大自然，而是通过对大自然的观察与描写，深入理解和向世人传扬基督教教义，并从大自然中感悟人类精神的养成与完善。他把自然当成基督教神圣恩典可感知的具象，比如用四季枯荣对应恩典的存在与持续，用昼夜交替象征神圣实践对世俗时间的超越，让看不见的神圣归向，全靠自然物象变得能被感知、被确证，完美撑起了信仰神圣的核心逻辑。自然物象从来不是单一的符号，林间的光影、溪涧的流淌，既清晰映照着基督教恩典的具象痕迹，成为信仰维度里可感的印证，同时又搭建起精神的栖居之所，让精神归向有了实在的落脚处，这正是恩典印记与精神栖居双重映照的核心所指。

陈赞一博士的《大自然的默想》用自然物象把基督教恩典和实践变得可触可见。比如用寒冬严霜象征人未受恩典时的灵魂枯寂，对应精神层面的时间停滞。而春回大地、甘霖普降，就是恩典降临让灵魂重生，自然季节循环成了恩典在实践里的具象印证。还有枯树新发的新苗，像极了基督教里在衰亡中得新生的恩典应许，自然物的生死交替，把线性的神圣实践观给活画出来。荒野看似荒芜，却是恩典净化灵魂的场域，就像《圣经》里耶稣在荒野受试探后得到力量，自然的隔绝时间成了恩典雕琢信仰的过程。这些物象不是单纯写景，而是让看不见的恩典和超越性的实践，借自然的循环、枯荣、荒野体验，变得能被感知、被确证。

陈赞一博士在《大自然的默想》里，用旷野的自然意象搭建栖居

之所，比如他写从尘网挣脱的鸟儿、完成神圣任务的乌龟，借这些自然生命的自在状态，让被都市疏离感裹挟的精神找到落脚处。这类层层递进的默想，看似在说自然物象的具象，实则让纯净无垢的精神在自然的静寂苍茫里有了专属安放地，不再受世俗尘网牵绊，自然成了守护精神清净的实在居所。

例如《大自然的默想》中的散文《上帝的画布》描述了大自然是上帝的画布，大自然是最杰出的画作。上帝在清晨画出初生的太阳，在太阳西坠时画出绚烂凄艳的晚霞，在茫茫黑夜中画出闪烁的星斗。上帝在山峦中画出薄雾，在大地上画出绿树和青草，在绿树和青草间画上不同颜色的花朵，在树木之间还画上飞鸟和小溪，在小溪之中画出游鱼。这幅画是最杰出的画作，不论从颜色、情调、韵律上都流露出非同一般的美，使人置身其中，有目不暇接，身心愉悦之感。大自然中的每一种事物都是上帝这个优秀的艺术家的艺术创作，给人以神圣庄严之感。

又如《大自然的默想》中的散文《插枝》里，作者讲述了一次插枝的经历。深秋，“我”从树干上剪下一根树枝插到土里，天天浇水，但是这根树枝像死掉了一样，没有任何动静。但是作者深知明年春天时，它一定会发芽。大家都笃信四季的轮换与更替，但是很多人不像作者一样深信创造四季的主，那就未免太可惜了。上帝无处不在，人类本身就是大自然的一部分，是上帝的一部分，自然把人类和上帝联结到一起，并引导人类回归本真。正如植物根植大地，人类栖息在上帝的怀抱。

在基督教信仰体系的文化语境中，自然从不是独立于神圣的客体，而是将自然视为神圣启示载体的核心认知，这就是《大自然的默想》里自然观的底色，人们对草木山川的凝视，本质上是对造物主智慧的追寻，日常自然的每一处细节，都成了印证信仰教义、连接人与上帝的具象媒介，让抽象的神学观念在基督教文化的土壤里长出了可感知的形态。

（二）《瓦尔登湖》：简朴实践中的精神自主

发达的工业文明，把浪费变为需要，把破坏变为建设的能力，出现了人们工作是为了消费，消费又补偿工作的异化，社会陷入了恶性的循环中。[12]梭罗主张简化生活，自然作为构建独立个体精神与简化生活的依托，主动跳出这种虚假循环，守住真实需求和精神自由。

梭罗在瓦尔登湖畔的两年独居里，他没有把自然当成逃避现实的避难所，而是将大自然锻造成一把拆解世俗、重塑精神的一把钥匙。梭罗在瓦尔登湖畔不是单纯赏景，而是把自然当成实践简化生活的场所，他亲手建造木屋、亲自种豆子，用极少物质需求摆脱十九世纪美国工业社会的物质羁绊，把省下来的时间全都用来独立思考和内省。[13]每一次林间漫步都是对独立思考的操练，每一场与湖光山色的对话，都在为简化生活的生命实验注入最坚实的自然依托，让个体精神在与自然的直接碰撞中挣脱羁绊，个体精神真正独立。

[12] 马尔库塞著，刘继译：《单向度的人：发达功业社会意识形态研究》，上海译文出版社，2008 年，第 9 页。

[13] 爱默生著，龙婧译：《自助》，陕西师范大学出版社，2009 年，第 206 页。

自然的宁静让他跳出平静的绝望，只凭个体与自然的直接对话，就能确立精神自足，完美体现了人文自主里人靠自身力量构建精神独立的核心。梭罗是一个敢于特立独行的人，他具有一种卓尔不凡的智慧，一种只有极少数人才具有的智慧，使他能够把物质世界看作是一种工具和象征。[14]梭罗甘于穷贫，他选择通过减少对日常生活的需求，来实现自己精神的富有，他喜欢自给自足。梭罗不用抵御什么诱惑，因为他没有欲望。他是有广博的知识和老道的经验，加上一双健壮的手，敏锐的观察力和坚强的意志。[15]当他需要金钱的时候，他更喜欢做一些适合他的短时间的体力劳动，来获得这些金钱，其余时间用来思考。

在美国超验主义思潮的文化语境里，自然是承载超灵的独立精神载体，把自然与人的心灵联结起来，人们进入大自然，观察大自然，在大自然中激起共鸣，从而激发独立个体内蕴的神性，改变人与自然原有的对话方式。

（三）陶渊明：田园归隐中的生命玄思

陶渊明的田园诗表现的是他归隐田园后的淡泊与闲适，陶渊明的人生目的就是要活的精神的自由，他回归自然甘于清贫。[16]陶渊明安于贫困，坚守气节。[17]他不愿为了富贵违背本心，主动选择固守清贫的生活，这种坚定的坚守，是主动的追求，不是被动的羁绊。陶渊明在生活上，他守住了甘于清贫的操守，摆脱了人生的种种困惑与矛盾，

[14] 爱默生著，龙婧译：《自助》，陕西师范大学出版社，2009 年，第 206 页。
[15] 爱默生著，龙婧译：《自助》，陕西师范大学出版社，2009 年，第 204 页。
[16] 李泽厚：《华夏美学·美学四讲》，生活·读书·新知三联书店，2008 年，第 111 页。
[17] 叶嘉莹：《迦陵论诗丛稿》，北京大学出版社，2014 年，第 220 页。

在精神也找到了足可以托身的止泊之所。

当陶渊明辞官归隐田园，他笔下的落叶、新葵、园蔬、凝露、西风、东云，早已不是简单的自然物象，而是把归隐后沉淀出的淡泊宁静的心境，投射进物化的自然景色，田园成了他安放生命的宁静的港湾。

陶渊明的田园诗中的自然景物是他摆脱官场污浊找回心灵安静的具象表达，是他淡泊宁静的物象载体。陶渊明写道：“鸟哢欢新节，泠风送馀善。”[18]这里的鸟儿、泠风不是单纯的自然物象，而是他归隐后闲适淡泊的生活场景，是稳定畅爽心境的自然流露，是“欲辨已忘言”的具有真意的通达而玄远的心境。他是真正融入了世外的田园之中，自然不是他观察和面对的对象，而是他生命根基和寄托，他已经融入了大自然，成为了大自然不可分割的一部分。[19]

陶渊明在他自己的田园里，与书和酒相伴，看遍风露、蔓草、哀蝉、丛雁、霜露、鸣鸡、秋菊，欣赏自然美景，领略人生快意，享受真淳一生。陶渊明诗的主题始终是享受归隐田园后，宁静从容躬耕自足的生活。陶渊明追寻自己的本心，建立自己心中理想的世界，保持任真的本性。他热爱自然，追求自由，享受辛苦劳作后的快乐和逍遥。

陶渊明诗歌体现的是魏晋时期归隐田园，在垅亩中躬耕实践的隐逸的文化取向，顺应自然的变化韵律是陶渊明的生活原则。他看淡生

[18] 陶渊明著，郭建平解评：《陶渊明集》，三晋出版社，2008 年，第 70 页
[19] 白振奎：《陶渊明谢灵运诗歌比较研究》，上海辞书出版社，2006 年，第 69 页。

死，安于贫困，一切随化随缘，听从大自然的安排。渐进玄冥之境，把自己融入自然大化，真正地彻底地安顿精神，本真地善待生命。

（四）谢灵运：山水畅神中的玄理印证

谢灵运的山水诗是他在仕途失意被排挤出京后对内心愤懑的排遣，他借对自然山水的描摹，表达对魏晋玄理的印证，和对道家与佛家玄理的思辨。

谢灵运山水诗中的自然山水，不是诗人简单的模山范水，也不是对大自然山水的歌咏与吟唱，是诗人在仕途失意受挫的情况下，把内心的愤慨与郁闷，揉进对山水的具象的描摹中，借对山水的赞美喷射出来，透露出诗人归隐山水的意图。诗人经常孤独地观赏大自然的山水，在大自然中流连忘返，用心感悟，并把自己精神的苦闷与孤独通过对大自然的描写排解出去。诗人就像一个在外漂泊已久的游子，急切地要回归自然的怀抱，想要回到母亲的身旁，找到自己的灵魂的寄居之所，在大自然中参悟和印证魏晋玄学的玄理。

当谢灵运斩断了仕途的追求，一头扎入浙东的山水之中，把烦闷失意孤独的心理感受都转嫁到山水和草木之中，[20]在诗人的笔下经常出现秋松、霰雪、寒禽、悲壑、悲风、秋蝉、旅雁、霜雪、寒潭、云旗、潜虬、飞鸿的意象，诗人把生命中的悲慨外化于自然景物之中。谢灵运把自然山水当作验证玄学佛理的载体，他认为自然山水是表象，内在深蕴着清静无为的玄理，印证道家的道义。他笃信佛家的顿悟说，他通过游览自然山水，瞬间参透佛理，用亲眼观赏的山水，给佛理找

[20] 白振奎：《陶渊明谢灵运诗歌比较研究》，上海辞书出版社，2006 年，第 79 页。

到具象的证明。

三、《大自然的默想》：个案独特价值

日常生活中随处可见的花草、云雾，不是人类的观察对象，而是灵魂赖以依傍的港湾。打通了心灵与自然之间的壁垒，日常大自然的景色就会成为人们心灵的港湾，人类在对自然的观察中，能感受到最淳朴的对生命的洞察。陈赞一博士的《大自然的默想》就是以日常自然为锚点的生命实践与精神安顿。

（一）草木证道

草木证道是借用大自然的具体物象，使基督教深奥抽象的教义具象化，成为人们触手可感的具体抓手，让人们更好地理解和传扬基督教的教义。在陈赞一博士的散文集《大自然的默想》里，作者通过对大自然中普通的物象的描写，在对这些植物的生长、修剪、嫁接和管理的过程中，领悟、诠释、实践、传扬基督教教义。

在《冬日的暖阳》里，寒冷的冬天象征着人生的苦难，而暖阳就像上帝的爱。当人们在苦难中渴望温暖时，就如同想起上帝。文中说上帝的爱如暖阳般从未离开，只是人们未曾察觉，这体现了基督教中上帝之爱无处不在的教义。虽然文中没提到草木，但这种日常自然景象对教义的阐释逻辑，和草木证道中用自然去诠释教义是相通的，都是通过自然让教义更易感知。

在《良夜》中，草原、星空这些日常自然景象，展现了上帝创造的魅力与智慧。作者把草原比作床褥，天空比作被子，星星是花纹，体现出上帝对人的庇护，如同这些自然景象包裹着自己。每颗闪烁的

星星象征着上帝的大能、智慧与慈爱，这是用自然来具体阐释基督教中上帝创造万物且充满爱的教义，用自然去解读教义一样，让教义在自然里有了具象化表达。

在《飘》中，无根的枯叶和浮萍随风水飘零，就像无根的人生一样漂泊不定。文中提出了“什么是人生的根”的疑问，而最后指出当找到“创造我们的神”，也就是上帝，才明白人生的根在哪里，哪里才是人生该扎根的地方。这诠释了基督教教义中，人要依靠上帝，信仰上帝才能找到心灵的归宿，让漂泊的灵魂有安稳的寄托，如同枯叶和浮萍找到扎根之处不再漂泊。在《野火烧不尽》《修剪》《上帝的画布》《禾稻与太阳》《野花与素心兰》《渺小》《插枝》《换盆》《种植与栽培》《沙漠中的小花》《蝴蝶和小鸟》《枯木》等散文中都表现了这种草木证道的创作精神的主题。

（二）物性启智

在大自然中，万物依循各自的生长规律。就像小草，春天发芽，夏天生长，秋天枯黄，冬天枯死。我们的生活也应该随着季节的变化而发生变化，在做事情之前要做好计划，在事情开始的时候稳扎稳打，一步一步积累经验，当积累了足够的经验，趁热打铁，完成任务，事情做完之后，还要总结经验教训，以厉再战。植物成长中，不管经历过多少风吹日晒，多少狂风暴雨，都会坚强地继续成长。我们做事的时候一定要保持乐观态度，以顽强的韧性笑对人生。我们要从自然万物中学会生存的智慧，以顽强的精神面对人世的波折。

在《根基》里，作者初学种植的时候，非常害怕植物掉叶子，以

为那样植物就会死掉。过了很久后，才知道植物掉叶子，不等于这棵植物一定会死，如果它的根茎还没有死掉，它还有机会长出新芽，还有可能长得非常茁壮。慢慢地，作者明白有时候植物的叶子必须掉落，植物这样才能长出新叶子。有时候作者还会自己剪掉叶子，让植物的根茎更粗壮。买植物的时候也不再以植物的叶子是否繁茂为标准，而是看它的根茎是否足够的粗壮。然后作者得出结论，人成功与否，也要看这个人的根基是否扎实，只有根基好了，等待时机成熟，才能获得很大的成功，也能经得住风吹雨打波折坎坷。

在《群生》中，植物单独放置时需频繁浇水，否则易枯萎，而当它们成群摆放时，蒸发作用减弱，能更好地存活。这就像自然规律中体现的合作共生理念。共生的理念是启示人们要建立属于自己的团队，要团结一致，要互相合作，取长补短，也能有更强战胜困难的力量。同时，也告诉我们在精神层面，不能孤立自己，要融入群体，从与他人的互助中汲取力量，获得成长，这就是自然给予我们的智慧和指引呀。

在《大红花之死》里，作者对大红花疏于管理，以为让大红花开出更多的花，就是善待大红花。没想到后来大红花却死掉了。原来是因为没有适时剪枝，只注重花朵绽放而忽略了根基的生长。这就是自然规律告诉我们，做事不能只贪图眼前的成果，就像只追求大红花不断开花一样。在处世方面，我们要懂得适度舍弃眼前的繁华，去积累沉淀，就像大红花需要剪枝来让根系更好生长。从精神指引上看，它让我们明白厚积薄发的道理，只有根基牢固，未来才

能更好地发展，不能只看表面的一时风光。在《黑夜里的星星》《雨后草更青》《小溪》《海龟》《磐石》《树根》《节制》《芽》《剪》《大小榕树》《根基》《红花与绿草》《果子》《有根与无根》《变》《满足》《停下来》《心灵的治愈》《惊起一林飞鸟》《大地无声》《分割》《静》《在初春的花径上》《良医》《一片落叶》《归宿》都体现出自然生长规律中的处世哲学与精神指引。

四、精神栖居的多元启示

人要是想坚强的生活，就必须为自己的精神找寻栖息地，寻找心灵的归宿，让灵魂有一个可以栖息的宁静的港湾，在灵魂深处安放一个隐秘的绿洲，当你受伤时，可以让灵魂到那里去疗伤。精神栖居地不是单一的，而是大自然中以多种形式为灵魂铸就的精神港湾。

精神栖居的启示首先表现在当下心灵的安顿。当我们把目光聚焦到个体的生命体验，最基本的精神栖居就是当下心灵的安顿。当我们置身于大自然的一草一木一花一石之间，我们的心灵就会感到平静和安定，这就使我们的当下的心灵找到了安顿之处。[21]

（一）当下心灵安顿

当下在快节奏的社会中，人们被功利主义束缚着，被焦虑困扰着，被内卷裹挟着。人们追求丰盈的物质生活，使精神世界的秩序出现混乱，心灵处于动荡不安的状态。

[21] 爱默生著，吴瑞楠译：《论自然》，2010 年，第 4 页。

而陈赞一博士的散文集《大自然的默想》通过对大自然的对话和凝视，打通了自然和精神之间沟通的壁垒，把大自然作为让心灵安顿的宁静的港湾，让人们明确终极目的，寻找精神的寄托。但是他不是向人们宣讲宗教的教义，不是向人们介绍神秘的宗教仪式，也不是传扬抽象的哲学思辨。

作者引导人们走到大自然中，细心观察自然中的宇宙星辰，山川草木的变化规律，与大自然进行灵魂的交流，让人们的心灵慢慢沉静下来，让焦虑不安的情绪找到栖居之所。

在陈赞一博士的散文集《大自然的默想》中通过从大自然中找到联结精神的捷径，那就是将大自然中用来观赏的对象，变成沟通精神世界的中介，通过观察世界，感受世界，反思生命，叩问精神，搭建起从红尘生活到达精神栖息地的直接通道。这种安顿精神的栖居地就在我们周围的大自然中，是具体可感的，是完全可以实现的。在这个精神栖居地，人们找到了切实的精神归宿，从此躁动心灵可以平静安稳。

在《良夜》中，作者描绘了一幅宁静而温馨的画面，“我”仿佛是一个天真的孩子走进童话的世界里，“我”仿佛觉得草原是“我”的床褥，天空是“我的被”，星星是被上的花饰。“我”感觉被大自然拥抱着，覆盖着，沐浴在神的慈爱中，浮躁的心灵找到了栖居之所。《群生》里当每一个植物孤立独处的话，当许多植物共同生长时，就会充满强大的能量，他们彼此保护，可以抗拒更多更强的恶劣情况，当然也要给每个植物留有足够的私密空间。人只有生活在群体中，并

保有足够的私密空间，才能找到精神栖居的安全空间。自然与精神的这种连通不是作者抽象的感想，而是让你趟着草叶上的露水、拥抱着纹路清晰爬着蚂蚁的树干，用大自然的山水草木拴住漂泊不定的灵魂。走进大自然，抚慰安顿焦躁的心灵。

（二）多元自然观映照

不同文化、不同语境下的自然观形态各不相同，有的将自然视为神性的显现，有的把自然看作独特的个体精神的独立，有的把自然当作内心的止泊之所，有的把自然当成逃离尘世的避风港。但本质上都一致的，都是指向人们通过观察自然寻找精神的归宿。这种追寻超越了时代的变迁，从远古先民在自然中感知神圣，到现代人在喧嚣中向自然寻求慰藉，多元的自然观不过是寻觅的不同表达，它们共同印证了自然始终是人类安放漂泊灵魂、确认自身存在坐标的终极精神家园，不管文明如何发展，这份借自然锚定归宿的渴望，始终深植于人类精神基因之中。

从基督教将自然视为神圣启示，到超验主义借自然唤醒内在神性，再到魏晋隐逸者以自然安放自由人格，这些看似差异鲜明的自然观，实则都指向同一个深层命题，无论时代与文化如何变迁，人类始终在自然中寻找对抗虚无、确认自我的精神锚点。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》所承载的自然观，不过是这条永恒精神脉络里的一个当代范本，而不同自然观的共存与对话，恰恰印证了，借自然搭建精神归宿，是跨越文明边界、贯穿人类历史的本真的需求。

梭罗在《瓦尔登湖》里，他自己建房住在湖畔，面对大自然，观察大自然，在大自然里劳作，在大自然中寻觅通过简化生活，寻求个体精神独立的路径。通过与大自然凝望、对话、耕耘，寻找精神港湾的自然观。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》凿开了自然与信仰之间的天堑，从大自然山川草木中看到了信仰的根基，借助观察大自然，对话大自然，实践于大自然，感受到神性的基石和为人处世的真谛，是同时带有宗教色彩和尘世处事经验的自然观。陶渊明诗中将自然当作回归初心精神止泊的灵魂港湾。谢灵运把自然山水作为发泄忧郁愤懑的途径，感受宇宙生命力的场域，让心灵安宁的诗意栖居。这些形态各异的自然观，有的锚定在精神独立的探索上，有的锚点在于信仰的阐发与传扬，有的把支点放在浪漫的诗意上。这些自然观共同的本质都是期望通过走进大自然来阻滞心灵的空虚与漂浮，来寻找心灵的止泊之处，表现出这种寻觅的持久与多元。

在古今中外自然文学发展中，陈赞一博士的散文集《大自然的默想》跳出了西方自然文学中或者重视生态伦理，或者重视自我探索的常规范式，也避开了中国传统田园山水诗单纯寄情山水的模式。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》以基督教神学为内核，把日常自然转化为可触摸的信仰媒介，让草木光影成为连通神性的具体路径，这种将宏大信仰落地为微观自然体验的写法，极具独创性。放在基督教文学中，陈赞一博士的散文集《大自然的默想》又突破了十七世纪赫伯特等人以宗教仪式、圣经文本为核心的抒情传统，不再依赖教堂符号或经文引述，而是直接从鲜活自然本身提炼神性，既修正了部分基

督教自然观的人类中心倾向，又为信仰表达开辟了更贴近现代人感知的新维度，堪称融合自然体验与精神超越的独特案例。

陈赞一博士的散文集《大自然的默想》具有极其广阔的研究前景，这是作者把基督教义与中国文化相结合的成功实践的产物，填补了基督教灵修与自然深度融合在华文自然文学中空白，也为跨文学比较研究提供了绝佳蓝本。对于陈赞一博士作品中的以俗入禅的独特风格，学术界已经有学者注意到，并进行了较系统的研究，这种特点在这部散文集中更被推向一个新的高度。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》，打破了西方自然主义原有的生态伦理的窠臼，超越了中国传统的田园山水诗的抒情表达的惯有范式。陈赞一博士运用东方美学中诗意淡泊的手法，解读基督教教义的深刻内涵，通过对大自然的解读，把基督教中的神性与尘世中为人处世的经验结合起来。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》为基督教文学的研究提供了具体的个性案例，也为精神世界的治愈，为生态美学的研究提供了必要的启发。陈赞一博士的散文集《大自然的默想》的研究和实用价值会在将来越来越得到充分的认识和印证。