

《读首诗再睡觉》

图书基本信息

书名：《读首诗再睡觉》

13位ISBN编号：9787540467231

出版时间：2014-8

作者：读睡工作室编

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《读首诗再睡觉》

内容概要

全球第一本可以用手机收听的诗歌书

悄悄告诉你：每个美女的手机里都订阅了“读首诗再睡觉”

抵抗浮躁世界，每个人必拥有的：最诗意的“枕边书”，最有温度的“睡前读物”

“读首诗再睡觉”周年纪念精选珍藏版，40万读者一起共度读诗宁静时光

晚安之后，入梦之前，200位声优，用动人声音演绎暖心诗歌，带来恬美睡梦

“诗意的生活，与我们只有一个枕头的距离。”这是“读首诗再睡觉”的创办人在一次采访中说的话，快很准切入诗歌和生活的本质。现代化的生活带来的忙碌似乎让我们远离的缓慢的诗意，事实上是带领我们进入了一个新的同好人互动交流的阶段。大家一起谈论和阅读叶芝、泰戈尔、莎士比亚、雪莱、歌德和苏东坡、余光中、舒婷、海子、顾城等，都不必成为怀旧，而是塑造当下新的文化生活时尚。

《读首诗再睡觉》是最火热文艺微信公众号“读首诗再睡觉”的第一部周年纪念精选珍藏版，致所有关注热爱诗歌的人！

《读首诗再睡觉》收录古今中外各阶段诗歌名作101首，作者囊括狄金森、叶芝、聂鲁达、辛波斯卡、博尔赫斯、茨维塔耶娃、海子等一大批优秀诗人。同时，荐诗人或感性或客观的精彩推荐这整个过程，也写就了一首诗。

这是一本最好的睡前读物，最好的枕边书。晚安之后，入梦之前，不妨再来读首诗，让心灵在诗意的秘境中徜徉。每晚十点不见不散的约定，在《读首诗再睡觉》这本书中通过纸张的触摸，传递出那份温暖和从容的真实感。

《读首诗再睡觉》

作者简介

读睡工作室，一个时尚动感小清新，高端大气国际范的诗歌传播团体,鼓励起床刷牙、便后洗手、睡前读诗，以微信为基地，每晚22:00向地球人推送一首诗歌，并配以各版本朗读录音。

《读首诗再睡觉》

书籍目录

《读首诗再睡觉》

精彩短评

- 1、灰常不错。
- 2、每晚十点的“读睡”。终有一天，我也会把喜欢的诗收成集，让她每晚读完再一起嗯嗯睡觉，哈哈哈
- 3、宣传太low但发现了很多好诗人。
- 4、先打分，评论会尽快补。
- 5、每首诗边上有个二维码，扫描进入是喜马拉雅的听友录播的诗朗读，朗读水平良莠不齐。但是形式是新颖的，工作室也很用心在做这件事。支持。
- 6、2015.02.19 读了好久
- 7、可以打读过吧。
【不过这都能出书啊真是。。。
- 8、看来我确实不是个文艺青年，感觉没意思。
- 9、可接受的鸡汤
- 10、喜欢读睡岁才买的，可是买了以后我读诗就少了，我是怎么了？
- 11、订阅了一个多月，赞~
- 12、可读。评点与选诗的水平比我预期的高。最大的好处是口味驳杂，虽良莠不齐，但时有惊喜。2014年11月12日-20日。
- 13、每逢涟漪层层为月华缕缕绕络之际遇
由天际徜徉开来的旋律即已于咫尺间停憩，
这一刻 总有静寂间隙轻淌的微光
悄无声息入渗时光的倒影，
以“诗歌”之韵编织梦的羽翼.....
- 14、有些诗的注解让人觉得书很不严谨
- 15、机场、饭后、睡前，读完的这本小册子，读诗的习惯真是随着生活的忙碌时断时续，看这本书主要也是为了支持这个我很喜欢的团队和他们给与我的丰盛而简短的时光
- 16、白天是为了谋生，而黑夜是为了爱。
- 17、在书店偶遇此书，很喜欢每首诗后面的荐词。范致行、光诸、pistachos等的推荐词都很有深度，很喜欢郝京京的声音。如果古诗词能稍加注解，外国诗歌能选些名家译作，选材再严格一点就更好了（乌青的废话体，《大兔子病了》等称不上是诗）吧。从这本书里学到了很多，也感受到了睡读团队对诗的那份执着和热爱。这年头要做到专注二字太不容易。其实可以选一点有理趣且充满禅意的诗，譬如废名的诗歌。不管怎样，睡读给奔忙的人们提供了一瓣心香，点亮了一盏护心灯，让人们的精神世界不再如荒原一样寸草不生。其实，茨维塔耶娃的《我想和你一起生活》，聂鲁达的《我喜欢你是寂静的》《为了使你听见我》，柏桦的《李后主》《夏天还很远》也都值得推荐，并整理入册。期待睡读团队出下一本书。
- 18、喜欢的不得了，当时对失恋的我来说还蛮治愈的，而且自己在麦当劳看了一下午到了晚上总结出了一种神奇的人生哲学以为自己走出来了...嘻嘻虽然过几天又不好了
- 19、那时是冬天，如今已入夏。
- 20、生卒年197至今的是外星诗人，而508至54的则是逆时诗人。
- 21、即便是我的品位跟不上，也必须说这是一个很好的公众号
- 22、朋友送的书，我的诗歌启蒙书，很多诗都很喜欢，最棒是诗的解读~
- 23、读诗不一定能除皱，但绝对可以抗衰老
- 24、读完了也没有睡着，但又有什么关系呢，诗歌总归陪着我。
- 25、读来用作荔枝fm的资源。选录的大部分是著名诗作，只是诗后配有的按语较短且太主观，不够透彻。
- 26、希望改掉睡前玩手机的毛病
- 27、还不错 装帧很漂亮 选的诗最喜欢一首写给孩子的诗 以后有孩子也要买一本这样的诗集读给他听
- 28、振宇评价这本书是“真逼”，但是我还挺喜欢的，尤其是《夜行客车—给小狗》
- 29、概念不错，有声读物，又是喜闻乐见的诗歌又是睡前阅读的。可惜选的诗不太对口味，这个是没

《读首诗再睡觉》

办法的事情，重口抑或清淡都是特别个人的一件事情。

30、期待

31、7.8精编的诗歌集，虽然没睡前读，但也能感受到其用心。

32、你的影子在诗的每一页。afu

33、闲来无事翻翻。

34、抱走几首诗（=。=）

35、其实没必要买书的

36、@丝绒陨 @杭子 收到

37、翻。誊录了十数首好诗。

38、正好是翻看得比较勤快的那一年里的诗，遇到喜欢的，就会录下来，自言自语下后感。

39、一个微信公众号的一周年诗歌选。诗都是好诗，不乏里尔克这样的大腕儿，也有不常见的好作品。相对于我的”阅历“，它稍嫌稀薄，对于广大文艺青年，可能恰恰好——诗酒趁年华。

40、很认真的说，没有《为你读诗》好。

选的诗太过于散乱，评论太过于轻佻。

随便读一读还是可以的

41、选的许多抒情诗太”薄“；一些荐者文字轻佻无可读性；不通知入选作品的作者是出版品格问题；宣传媚俗。

42、现在还有多少人肯为你读诗？听诗入眠的人是多么幸福。

43、读诗

44、@老鱼，我现在每天都看你推荐的这个微信号里面的诗歌O(_)O~

45、判文如诗，诗如判文。

46、因为工作关系，也看起诗来，有的真美。

47、“时流求法界，问取本真诠。了悟空皆寂，心明海月园。”（缘识——宋太宗赵灵）

48、可听

49、选的很广。翻译不行。没在微信看有感觉。

50、挺有趣也挺有创意的

1、先看看本书的内容介绍吧：全球第一本可以用手机收听的诗歌书 悄悄告诉你：每个美女的手机里都订阅了“读首诗再睡觉” 抵抗浮躁世界，每个人必拥有的：最诗意的“枕边书”，最有温度的“睡前读物” “读首诗再睡觉”周年纪念精选珍藏版，40万读者一起共度读诗宁静时光 晚安之后，入梦之前，200位声优，用动人声音演绎暖心诗歌，带来恬美睡梦如此高端大气的介绍，着实让人心动不已，可是我还是想吐槽一下，到底怎么收听啊？书从头看到了尾，诗歌也看了又看。但是，读首诗再睡觉不会是让读者自己来读吧。虽然，我也很喜欢听诗歌，但是真心只是愿意听而已。看到前言里有个故事还蛮感动的，说是一个女人对作者说，让他每晚前读一首诗给她听。多么浪漫的感觉，可惜没有下文。但是作者却将读首诗再睡觉这个研究开了课题，也诞生了这个读睡的公共号。爱情可能不如期望中到来，为止的努力却因此有了新的延续。如果没有这种机会和灵感，或许这样的书就不会出现在人们面前了吧。书的质量很好，拿上去很有质感，诗歌本身的质量也很不错，有来自英国、芬兰、希腊、中国等各个国家和地区的作者。有的诗歌作者是名家，有的却是佚名。虽然诗歌来自世界各地，但这却不会成为问题。好诗不在时间长短，当你遇见的时候，就会被征服。或许你不相信爱情的一见钟情，但是诗歌不同，爱上诗的人再看到书的第一眼时就会不由的喜欢上了。诗歌的魅力在于它自身的意义，或者你不懂作者写诗时候的状态，但这不妨碍你去倾听，那是融入自然般的美感。而本书更为贴心的在诗歌后面写上了推荐者和推荐的理由。你说不懂，没关系，我可以问你介绍。好的东西大家分享，快乐也会从一个变成多个。看吧，诗歌在讲述爱情的故事，在诉说女人的内心，在解析人们的天性。它能让你回忆或者憧憬，它能给你带来如梦幻般的相聚。它的传递热度，它能把经验定格。静静聆听，你会有更多的发现。我终于用了聆听这个词，因为在几度翻找之后，终于发现了听诗歌的方法。因为每一首推荐的诗歌，在页面的左上角都有一个二维码。原谅我兜兜转转的“视而不见”，期待的有人在耳边夜间阅读原来就在手边。打开手机，扫描一下，就会让你进入到一个诗歌的世界。你所期待的温暖和呵护，或许在这里就能发现。

2、刚刚看到这本书名时吃了一惊，因为自己在微信上关注了很久的一个公众号也是这个名称《读首诗再睡觉》，直至看到介绍才明白，原来这本书就是这个微信的衍生物，想不到此公众号这么快就集结成书，可见影响之大，真是让人惊喜。自己是年初才开始学会使用微信的。对于一个新生事物的接受，我总是后知后觉，可是一旦接触了就一定要弄明白。接触公众号的过程并不难，只要随便从哪本新书的后面就能看到二维码，一旦发现这里面的广阔天地后，就颇有点停不下手，找来找去，似乎是有有一个公众号联盟推荐，就遇到了“读首诗再睡觉”，假如说在后来的日子里，因为微信关注太多而没时间细看，不断地删来删去，却始终保留着这个公众号的原因，我想，可能就是它的名字一直在打动着。当然最重要的原因是，我们热爱诗歌，我们愿意在生活的角落里保留着一点点诗意，我们愿意在繁忙的一天结束时，用一首诗来向白天告别，让梦里也浸润着诗歌的芬芳。我对于诗歌的阅读，并不是很系统，年轻时无非是从各种杂志上接触到一些较有名的诗，还经常拿一个笔记本认真地抄下，至今那些本子还保留着，青春仿佛还是昨天的事。那些诗照亮了黯淡的岁月，仿佛一束又一束的光扫清了心底的阴霾，那些有着同样情怀的忧伤，也伴着我一路同行许久。诗，在生命是不可或缺的一部分，甚至是非常重要的一部分。而公众号上有一个子栏目是读者自己手抄诗，让读诗的人在慢慢的抄写中慢慢感受，美好的诗配上行云流水的字体，想必那抄诗的人在抄写的一刻，心中也是美好的。读首诗再睡觉，每天只需要三五分钟，就能让一天奔波的灵魂回复诗意的栖居，何乐而不为。本书中所选诗歌，皆为微信上曾推荐过的，诗后还有工作室主编们的推荐语，而推荐语本身的水准也不失为一种阅读享受。主编范致行曾为某纸媒主编，因为爱好诗歌，身边聚焦起许多诗友。而关于“读睡”公众号的创立，还有一个颇为微妙的情感故事，激发他灵感的女孩从人海中消失，而“读睡”在后来的日子里安慰了他的部分痛苦。这本身就是诗，简短、永恒、美好。在我看来，此书的制作大有必要，做为纪念也好，做为收藏也好，都是“读睡”读者的需求，当我们每晚捧着微信读一首新推荐的诗，当我们捧着一本散发着油墨香气的诗集向夜晚深处行进时，诗，都是我们灵魂最好的伴侣。微信让我们感受到，文学的身边诗歌的身边，是有那么多鲜活的灵魂在世上歌唱，而当我们阅读诗集时，我们不会再感到寂寞。当然微信与书籍的区别在于，微信可以聆听声优们真实的声音，每个声音都在用自己的理解来传递对于诗的理解，而阅读书籍则让我们回归阅读的宁静与乐趣，让我们用自己的内心来诠释对于世界的想法。两者都是美好的。可以说，如果没有微信，可能我不会遇到“读睡”，手机电脑互联网，从很大程度上间隔了人与人之间的亲密互动，但是又从很大程度上让我们与相似的人变

得不再遥远。我想，这里面最重要的区别就是，你希望遇见什么，你就会寻找什么，然后你就会遇见什么。你和什么样的灵魂一同前行，你就是什么样的人。此文发于9月12日宜兴日报

3、玫瑰色耳朵：《读首诗再睡觉》摘录「读首诗再睡觉」，是一个每天朗读一首诗的公众号。这本书原本是为学生选购的，我先读了一遍，感觉似乎不适合他们读，至少不适合现在读。（不是因为那些涉及性爱的部分。）书中部分选诗和评语超过我预期的水平——我的意思是，我对一个商业化公众号的期望值很低。但它的好处是推荐者来自五湖四海，口味驳杂，虽良莠不齐，但时有惊喜。《茶》作者：（美国）唐纳德·霍尔译者：冬至五十年后，你七十五岁生日那天我们相遇，去喝杯茶。你依旧身材苗条，嘴唇红润而饱满，眼睛却陷在皮肤的褶皱里。片刻，我忆起我们十九岁，赤裸躺在东方地毯上在莱克星顿的客厅里——你的光滑细长的身体，苍白的大腿晃动着，耻毛上是性欲的湿气，我们伴随烈欲而晕眩，狂野，惊恐——你父亲用犹豫的嗓音从楼上喊道：「莉莲？莉莲？莉莲？」我们喝完茶，简洁地拥抱。我们各自知道：我们已经苍老。你载我到万豪酒店的住处，紧握着方向盘，我们对着黑暗调整视线。（12页）王不了按：我在人人网发现了另一个大同小异的版本，作者署名「夏超」。惟一的差异来自结尾：你开车送我到万豪酒店的住处，在车轮旁紧紧拥抱时，我们对着黑暗调整视线。夏超的原注附录如下：译自《White Apples and the Taste of Stone——Donald Hall selected poems 1946—2006》，p407。注1：中间两段是诗人回忆年轻时的做爱场景。“苍白的大腿晃动着”，原文是 pale thighs pumping，“pump”有“泵”、“抽吸”、“喷出、注入”等意思，最后我选了“用力摇晃、剧烈地移动”的意思……不然写得也太放荡了……“耻毛”，原文是“pubic hair”，直译应为“阴毛”，太直接，还是委婉一些，选用“耻毛”一词。注2：这首诗中的激情时刻被苍老的诗人平淡地叙述出来，获得一种时间的光泽。在年轻和苍老的对比中，时间无情的力量显现出来，短暂的生命面对无限的时间能做什么？全诗的最后是一个细节，诗人和苍老的旧情人在离别前相拥，对着黑暗调整好视线。除了表现了两人时间流逝中残存的温情和无奈，或许这也是诗人对上面的问题做出的答案。对着黑暗调整视线，是为了即将走进黑暗。“黑暗”，无疑在这里指涉“死亡”，对着黑暗调整视线，是向着死亡坚毅地赴会。短暂的生命在时间中只能朝着死亡前进；而走向死亡之前，愿我拥抱过我的爱人。2014年12月19日追记：冬至即夏超。《我的朋友死了》作者：cm我的朋友死了。他已经不再会说话。他被困在他的身体里面。他坐在我身边。他的头发翘了起来。可是我知道他已经不会再说话了。风一阵一阵灌进他的身体。他的灵魂在一个很远的地方。在一个建筑物的墙壁里。我这么想着。我想抱着他。我走在一个坚硬的水泥建筑旁边。过去的十年，他一直在过度地消耗自己。他发出的光照亮了我。那些粉尘慢慢地进入他的身体。现在他变成石头的了。他自己否定这一点。他死了。他不承认。我看着风吹起他的头发。我想抱着他。可是他已经不在那里。他在我的身体里。他在天上的那颗星星里。瞧。这个男人。我爱过他。他就是为了被我爱而活着的。如今我依然爱着他。我每天点起一盏灯。来看望那些由于我太爱而属于我的部分。（15页）《心情——写给女儿》作者：（日本）松本早苗译者：Zoe支持我理解我选择了我 谢谢呀暖暖的笑脸明亮的歌声这样小小的幸福 谢谢呀你小小身体里满满的能量让我信心十足好好生活一直想说 谢谢 让我生下你因为有你 每一个日出都让我 有点想说感谢我那么平凡但你还是挑了我我会一直自豪的因为我使你挑的妈妈（18页）王不了按：日本富士电视台曾向全日本观众征集「感谢的诗」，这是其中一首。2012年，天空城儿童创作社区贴出过一首朱尔小朋友的《挑妈妈》，曾引起不小的反响。这两首诗恰成对照。据报道，朱尔的《挑妈妈》实际是他6岁时跟妈妈的对话。《挑妈妈》作者：朱尔你问我出生前在做什么我答我在天上挑妈妈看见你了觉得你特别好想做你的儿子又觉得自己可能没那个运气没想到第二天一早我已经在你肚子里《人的一生》作者：（以色列）耶胡达·阿米亥译者：凌丽君、杨志人的一生没有足够的时间去完成每一件事情。没有足够的空间去容纳每一个欲望。《传道书》的说法是错误的。人不得不在恨的同时也在爱，用同一双眼睛欢笑并且哭泣用同一双手抛掷石块并且堆聚石块，在战争中制造爱并且在爱中制造战争。憎恨并且宽恕，追忆并且遗忘规整并且搅混，吞食并且消化——那历史用漫长年代造就的一切。人的一生没有足够的时间。当他失去了他就去寻找当他找到了他就遗忘当他遗忘了他就去爱当他爱了他就开始遗忘。他的灵魂是博学的并且非常专业，但他的身体始终是业余的，不断在尝试和摸索。他不曾学会，总是陷入迷惑，沉醉与迷失在悲喜里。人将在秋日死去，犹如一颗无花果，萎缩，甘甜，充满自身。树叶在地面干枯，光秃秃的枝干直指某个地方只有在那里，万物才各有其时。（34页）了按：让我们重温一下《传道书》吧。凡事都有定期，天下万物都有定时。生有时，死有时；栽种有时，拔出所栽种的也有时；杀戮有时，医治有时；拆毁有时，建造有时；哭有时，笑有时；哀恸有时，跳舞有时；抛掷石头有时，堆聚石头有时；怀抱有时，不怀抱有时；寻找有时，失落有时

《读首诗再睡觉》

；保守有时，舍弃有时；撕裂有时，缝补有时；静默有时，言语有时；喜爱有时，恨恶有时；争战有时，和好有时。《大兔子病了》作者：佚名大兔子病了，二兔子瞧，三兔子买药，四兔子熬，五兔子死了，六兔子抬，七兔子挖坑，八兔子埋，九兔子坐在地上哭起来，十兔子问他为什么哭？九兔子说，五兔子一去不回来！（59页）了按：许多可爱的童谣都这样，无缘无故的转折里总有没心没肺的欢乐。《全都因为你吻了我一个晚安》作者：（美）爱德华·泼拉（Edward Pola）译者：照朗我爬上了门，打开楼梯。穿上祷告，说完了睡衣，然后关了床，钻上灯。全都因为你吻了我一个晚安。第二天早上我醒来，搅了鞋，擦亮鸡蛋，烤几片新闻，我连左右都分不清，全都因为你吻了我一个晚安。到了傍晚我总算恢复正常，于是我们再出去一趟，你说“晚安”，又吻了我，我急忙回家，然后……我头发上扑粉，别好鼻梁；我挂起淋浴，打开衣服；把闹钟赶开，给猫上紧发条；全都因为你吻了我一个晚安。我跑上窗帘，拉下楼梯；我卷起地毯，给头发吸尘；我连左右都分不清，全都因为你吻了我一个晚安。我拿起妈妈打给了电话，我跟狗狗通话给爸爸扔了根骨头，到了半夜太阳还是那么亮，全都因为你吻了我一个晚安。（68页）了按：前阵子给学生读诗，他们都很喜欢这首。其实，这也算童谣吧。《葬礼蓝调》作者：（美）W.H.奥登译者：邵朝杨原帖：今天论坛停止所有时钟，切断电话，用带汁的骨头使狗不再叫唤，停止钢琴弹奏，在低沉的鼓声中抬出灵柩，让哀悼者来到。让飞机在头顶悲旋在空中画出讯息：他已去世，将黑纱系于信鸽白颈，让交警带上黑棉手套。他曾是我的东，我的南，我的西和北，我的工作日，我的休息日，我的正午，我的子夜，我的谈话，我的歌唱；曾以为爱情可以永久：我错了。不再需要星星：熄灭每一颗；包起月亮，拆掉太阳；倒掉海洋，扫除森林；因为现在万物都不再有意义。（76页）了按：此书采用照朗翻译的版本，但我觉得上面邵朝杨的版本更好。下面是英文原文。Funeral Blues W.H. Auden Stop all the clocks, cut off the telephone, Prevent the dog from barking with a juicy bone, Silence the pianos and with muffled drum Bring out the coffin, let the mourners come. Let aeroplanes circle moaning overhead Scribbling on the sky the message He is Dead. Put crepe bows round the white necks of the public doves, Let the traffic policemen wear black cotton gloves. He was my North, my South, my East and West, My working week and my Sunday rest, My noon, my midnight, my talk, my song; I thought that love would last forever: I was wrong. The stars are not wanted now; put out every one, Pack up the moon and dismantle the sun, Pour away the ocean and sweep up the woods; For nothing now can ever come to any good.《每天下午五点的墓园》作者：萧开愚如果我们现在并排坐着，或者一句话不说，一刻钟又一刻钟，或者你仅仅是说，真没话好说，或者你挪远一点，好看清斜对面的一块，或者你白我一眼，因为死者并不可笑，或者你单独坐在我现在坐着的长椅上，而我在你对面，就在你的对面，躺着。（83页）《傍晚》作者：西蒙·阿米蒂奇（Simon Armitage）译者：照朗你十二岁，顶多十三。你离开了家，出的是后门。有的是时间。你许诺不走太久，也不会太远。终有一日你将认得树木的名字。山脊下你顺左而转，选了两溪之间的那条马道。这是罗依德崖，这是伍尔克劳。太阳还照着山尖，但是傍晚，傍晚盖过了你，在山坡上。黄昏的指头摸过你脊骨的凸结。调转你的脚步，回到家。你的孩子睡在她的床上，有点小只好蜷着。你的妻子在灯下缝缝补补。你后悔。你以为还早，怎么会变得这么晚？（86页）《落花》作者：朱英诞走在无人之境里，似过去前面就是座桃源；一朵落花有影子闪下，那翩翩的一闪，觉出无声与无言；仿佛落了满地的后悔，寻不见一处回避的地方与水面的不自然。（88页）《真爱的时刻》作者：王志军她突然从凳子上蹦下来，用力把风油精摔在地上——刚刚她正用它涂玻璃窗上污渍一边和婆婆吵架。无非是些小问题，针尖和顶针的小小误解，但这次她爆发了像闪电击中的毛栗子因委屈而说恶毒的话。我训她，她咣当翻出车钥匙要下楼去她也不知道的某处大声喊别拦着我！我在门口箍住挣扭的她就像阻止青春期的女儿离家出走。然后把她抱到沙发上——最近她重了，可还是不到一百斤。这是你的不对！我给她讲道理她愤怒地还以不讲理。——好吧，你也有一定道理，但也不能这样！她又报以气呼呼抽泣。我拽着她给妈妈道歉她语气生硬，像宣布决定。回到里屋，在小溪的小木床上满屋子风油精味儿中我们接着角力。我边安慰边批评时而温柔，时而严厉。她一会儿愤怒地反驳一会儿愤怒地沉默。那就像理智的军队进攻感性的城堡，声势浩大却无功而退。一小时，两小时过去了。妈妈带小溪下楼了。我继续抓住那些细节，滔滔不绝地分析，像一个给双方辩护的律师。又像个训诂学家，陷在敏感脆弱的沼泽地，追溯每句话的渊源，它的真实含义。再次说起无论如何这辈子是我们走在了一起……不管怎样我会疼你一直到老，你也得像原来那样照顾我。我是这么说的，语调压得很低——因为我真的疲惫了并有些厌倦。然后毫无征兆，从来没有过地——在她生命中肯定也是第一次——她扑进我的怀里。紧紧搂着枕在肩膀上抽动。哭得那么投入那么大声。风油精味更加浓烈，一地碎玻璃碴，在那些小角落闪着小小亮光。房间寂静如高山空地。那一刻

《读首诗再睡觉》

我真的感到了某种变化。似乎岩石也在融雪下变得柔软。我摩挲着她的头发任她孩子似地涕泪横流一下又一下，倾尽全力在我身上捶打。而我狠狠抱住她，紧得两个人都难以呼吸，就好像我从来没有这么彻底地拥有，又好像如果我松开整个世界就会再次破裂。（140页）《春的临终》作者：（日）谷川俊太郎译者：田原我把活着喜欢过了先睡觉吧，小鸟们我把活着喜欢过了因为远处有呼唤我的东西我把悲伤喜欢过了可以睡觉了哟孩子们我把悲伤喜欢过了我把笑喜欢过了像穿破的鞋子我把等待也喜欢过了像过去的偶人打开窗然后一句话让我聆听是谁在大喊是的因为我把恼怒喜欢过了睡吧小鸟们我把活着喜欢过了早晨，我把洗脸也喜欢过了（175页）《分手》作者：阿九一个小语种的湮灭。那失传的深喉音，含混的句式，两个通电的身体幽暗而透明的文法。那些专有的名词不可复制，无法借贷，坚拒一切金石家细密爬梳的考证。（179页）《我用什么才能留住你》作者：博尔赫斯译者：Wings我给你瘦落的街道、绝望的落日、荒郊的月亮。我给你一个久久地望着孤月的人的悲哀。我给你我已死去的祖辈，后人们用大理石祭奠的先魂：我父亲的父亲，阵亡于布宜诺斯艾利斯的边境，两颗子弹射穿了他的胸膛，死的时候蓄着胡子，尸体被士兵们用牛皮裹起；我母亲的祖父——那年才二十四岁——在秘鲁率领三百人冲锋，如今都成了消失的马背上的亡魂。我给你我的书中所能蕴含的一切悟力，以及我生活中所能有的男子气概和幽默。我给你一个从未有过信仰的人的忠诚。我给你我设法保全的我自己的核心——不营字造句，不和梦交易，不被时间、欢乐和逆境触动的核心。我给你早在你出生前多年的一个傍晚看到的一朵黄玫瑰的记忆。我给你关于你生命的诠释，关于你自己的理论，你的真实而惊人的存在。我给你我的寂寞、我的黑暗、我心的饥渴；我试图用困惑、危险、失败来打动人。

（204页）王不了按：谁能告诉我「瘦落」是什么意思？这个词，连同这首诗，都有点像我班上那群中学生的味道。我相信他们中的绝大多数都会被这首诗击中。这首诗就是为了他们而收藏的。《两分钟》作者：张楚「我知道两分钟有多短，而不是有多长。」女儿说。我们告诉她，再休息两分钟就要听写了。她真是个诗人。我想借用她的话说：我知道生命有多短，而不是有多长。或者我不知道，它多长又有多短。而母亲知道。我们围坐在餐桌旁，讨论她的病情。她说：「吃中药就好，七十多了不想再折腾了。」天气转凉，我们在一起吃今年的第一餐火锅。火锅噗噗作响，蒸汽令眼镜起雾心情潮润，一时间谁也不说话。这时女儿打开书桌旁的灯。「你们谁给我听写？」她的两分钟。（216页）《我醉，你不喝》作者：翟永明杯子如约而来时你不醉 那谁肯握住一个险恶的旋涡？还有它的必然？我所看到的突然的微笑那么小 那么聪明是因为我埋在醉里所有的酒精都怕我因此夜晚 最值得蹈入险境去取走醉里的化学反应 比熟悉我的香水品牌 你还熟悉我偷走的每一道目光突然我慢慢变红而你也变得更蓝如果不是乙醇 那就得是一个伤口它们补充你被不醉轻轻吸走的功力爱如同酒有人闻它 有人饮它才存在 它才滴滴见血才让人心痛 才会在醉里相信某个人的怪念头现在我要它像个生命而不只是生活的附件我用来养它？药物，食物，性物？我不愿等待的后果已开始鼓掌终究要变成红人了0.5寸高的酒就要见底了你不喝，我醉得更快（218页）《玫瑰色耳朵》作者：（波兰）赫伯特译者：冬至我以为我很熟悉她我们已共同生活这么多年我熟悉她小鸟般的头洁白的手臂和腹部直到有一次一个冬夜里她坐在我身边在从我们身后倾泻的灯光里我看见她的一只玫瑰色耳朵一瓣可爱的皮肤耳廓里血液在流淌当时我什么也没说能写一首关于玫瑰色耳朵的诗该有多好但不要写得让人们说他竟然选这样的标题他想故弄玄虚写得甚至没人会笑写得他们能明白我在公开一个秘密当时我什么也没说但那天夜里我们一起躺在床上我轻柔地尝试了那只玫瑰色耳朵的奇异的味道（221页）《一切都很简单》作者：（罗马尼亚）安娜·布兰迪亚娜译者：高兴哦，假如我只是一支蜡烛，就让我一点一点地燃烧吧，从一端到另一端，简简单单，恰似孩子们的算术题……首先我的头会消失，这真是幸福！世人会说：「多么没头没脑的姑娘！」我会忘记一切，什么也不再去理解，接着我的心会融化，我不再爱，不再恨，任何痛苦都无法将我触摸，世人会说：「多么没心没肺的姑娘！」就这样继续下去。我不再有任何愿望，也不再有任何激情，我那携带着帆船的血液会纷纷流散，惟有干裂的膝盖会孤零零留下，不失尊严地颤抖，或者跪倒在地，谁都不愿再费任何口舌。最后的宁静中，蜡的池沼会渐渐冷却，为了它的光带给世界的任何可怕的阴影而受惩罚。（230页）《我在屋外的黑暗中》作者：（俄）曼德尔斯塔姆译者：黄灿然我在屋外的黑暗中洗脸，天空燃烧着粗糙的星星，而星光，斧刃上的盐。寒冷溢出水桶。大门锁着，大地阴森如其良心。我想他们哪里也找不到比真理更干净的画布。星盐在水桶里溶化，冻水渐渐变黑，死亡更纯粹，不幸更咸，大地更移近真理和恐惧。（232页）

4、就我所知，网络上有很多种与这个世界说晚安的方式。在自己的社交媒体上上传一首歌、一句话、一张照片、一段文字，设一个“晚安”的标签在那里，很多人都这么干。却少有人坚持下来，365天不间断的播送。那些半途不再坚持的人，或者是在现实世界里找到了可以直接说晚安的对象，或者觉

《读首诗再睡觉》

得说晚安这件事情本身就很孤独和寂寞，对失眠没有任何好处，干脆放弃治疗。最后，坚持下来的人，或恋情成功，或粉丝大涨，或者仍旧固执地以一句晚安对抗全世界的孤独和失眠，即使无人响应。那些成功的案例中，印象深刻的，是坚持每晚画一张小画的排骨君，他出了一本《晚安集》，有小人，有月亮，有温暖的心情，即使没有治疗失眠的作用，也愿意关注和捧场。此外，就是“读首诗再睡觉”了。从有所耳闻，到去关注了他们的微信公众号，收听他们在荔枝FM的电台，再到把《读首诗再睡觉》这本小书放到了床头，每晚翻阅、扫码收听，成为日常生活的一部分。毕竟，不管以何种形式，不管是不是特定的对你说，营造一种“每天有人对我说晚安”的意境，对每一个还没有睡着的人来说，都是甘愿沉醉的一个梦。这么说起来，“读首诗再睡觉”的起因就是刻意营造的一个梦境。一个男生，喜欢上一个女生，爱情让他想要每晚读一首诗给她，并希望有然后。可惜最终，爱情梦碎，“读首诗再睡觉”却因缘而生，并得到了很多人的关注和参与。大家一起参与讨论，录制诗歌朗读的音频，为诗歌配图，都很有趣、有益。诗歌朗诵，原以为是很老派的做法。却因诗歌的选择和朗诵者的非专业化，有了很多意外的趣味。诗歌的选择里，因为网络参与的缘故，融合了众多人的喜好和口味，因而没有限制，格外的包容和新鲜。读《城市》便觉得可以去了解作者卡瓦菲斯，读《茶》便脑补了一出情欲大戏，读《人的一生》便有何去何从的堂皇，读《给ST》等当代网络上散落的诗歌便想因爱情而偶得的诗句果然妙极，读《起床诗》便莞尔一笑并深得我心。总之，默读诗歌之时，有自己、有爱、有全世界，可以睡去，亦可清醒。至于当诗歌有声之时，尽管志愿朗读的声优们水平有高低，把握和解读诗歌的能力也不同，但每个人的声音都是独一无二，愿意分享的心情也值得欣赏。听过之后，总体感觉中国古代诗歌的朗诵更有难度，因此韵律上趋向千篇一律，有些以古典的背景音乐补足一二，整个颜色才有了七八分。而现代诗歌，相比之下至少在表达上更加顺畅无碍，情感的体味上也容许不同的解读，为诗歌锦上添花的同时，也突出了声优的个人特色。其中，有几位男声优的朗读，绝对可以让耳朵怀孕，亦有几位声优的朗读，听来让人分外清醒而非安眠。总之，期待听众自去发现。最后，于读诗之外，个人推荐一首安眠好曲子《摆渡人之歌》，江南风情、小船流水皆入梦。

《读首诗再睡觉》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com