

陈更、彭敏、陈岳叔叔带队 “诗词少年行”导师阵容官宣

跟着诗词游四川

“读万卷书，不如行万里路”“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”……读书固然重要，实践更能淬炼真知。走出书斋与课堂，用双脚丈量大地的辽阔，追寻名家的足迹，饱览名山大川，无疑会增加见闻、开阔眼界。而这个夏天，正有这样一次绝佳的邀约。

正值暑假，中华诗词美育大赛四川省赛如火如荼，与之配套的公益研学项目——“诗词少年行·跟着诗词游四川”已于近日启动征集报名。活动面向全川青少年，以诗词为脉络，以蜀地山川为课堂，带领诗词少年走进诗人笔下的真实山水，在行走中触摸千年文脉的温度。

本次研学路线将剑门关、子昂故里、李白故里三大诗词文化地标串联成线，特邀诗词名家与知名主持人全程带队，扎根巴蜀人文实景，深度解析诗人的生平履历、创作背景与传世诗篇。在身临其境的体验和沉浸式互动中，点燃孩子们的创作灵感。

7月24日，带队的名家阵容已定——陈更、彭敏和孩子们喜爱的陈岳叔叔，将带领少年们登上剑门雄关，高声诵读“蜀道之难，难于上青天”的千古绝唱；去往诗仙故里，感受“天生我材必有用”的自信与豪迈；在金华山陈子昂读书台，凝望“前不见古人，后不见来者”的旷古之怀。



陈更
受访者供图



彭敏
杨涛摄



陈岳叔叔
图据川观新闻

追寻诗人足迹 饱览锦绣河山

《中国诗词大会》第四季总冠军、北京大学博士陈更对此行期待不已。剑门关是李白出川之路，也是杜甫、陆游等诗人入蜀必经之路。陈更读的杜诗以及与杜诗相关的书最多，她说，“杜甫对我来说有一种亲切感，像相识多年的老朋友。”公元759年，杜甫从甘肃前往成都途中，路过剑门关时曾创作《剑门》一诗，留下“惟天有设险，剑门天下壮”“一夫怒临关，百万未可傍”等诗句。她很荣幸能带领小朋友们一起追寻杜甫、李白、陆游等诗人的足迹，饱览诗人们笔下的锦绣河山，感受他们心中的爱国忧民之思。

《诗刊》杂志社编辑部副主任、《中国诗词大会》第五季总冠军彭敏喜欢李

白的豪气，“李白教会我们洒脱自信。即便先天条件不佳、一生壮志未酬，也不影响他始终自视为扶摇直上的大鹏，这种心态值得学习。”这次“跟着诗词游四川”活动三大诗词文化地标都与李白相关，陈子昂是李白的偶像，被李白尊为“凤与麟”的圣贤级先贤；李白故里自不用说，江油小匡山少年李白的“读书台”沿用至今；剑门关则留下了李白的雄篇《蜀道难》，如果能背诵此诗全文，景区还可以免门票。彭敏说：“诗词是中国人共有的精神根脉，是通用的情感语言。一个人童年时代背诵的诗词会沉淀为内心的‘情感琥珀’，长大见到大海、望月思乡时，不必费力搜寻词句，一句‘床前明月光’便能精准抒发心底情绪。”

在美好场景里 一起诵读经典

陈岳叔叔是知名少儿节目《陈岳叔叔讲故事》的主持人，他在很多场合鼓励大家，要与古典诗词相伴同行。此前在中华诗词美育大赛四川赛区（眉山）推介会上，他表示：“一个全国性、公益性，针对青少年的权威诗词活动，遇上暑假真是太及时了！”他还鼓励大家：“在这个暑假，不妨跳出课本，来一次沉浸式的诵读，在美好风景里、在文博场馆中，一起诵读经典，感受千古诗词的鲜活可感、温润人心，度过一个有意义的假期。”

目前报名仍在持续进行中，三站

（广元剑门关、遂宁射洪、绵阳江油）每站招募约30名少年，三站合计不超过100名，额满即止。

少年们，最生动的课堂，正等你出发。
华西都市报·封面新闻记者 文康林

中华诗词美育大赛四川省赛报名通道：



个人参赛扫码报名



团体参赛扫码报名

热爱诗书的13岁成都女孩 于传统文化中寻得挫折的“解救之法”

寻找四川诗词少年

诗书同源，今人学习书法，不只是习得一手字，诗词也终会渗入书写者的血脉，成为一种无声的滋养。尤其在一些重视传统教育的家庭，对文化的培养，也许不关乎分数和竞赛，而是一个人在漫长人生里，如何与自我相处。

13岁的成都女孩孔紫，就生在这样一个家庭。爸爸妈妈从她年幼时便有一个朴素的心愿：让孩子拥有一项可以陪伴终身的爱好，将来无论遭遇顺境还是逆境，心中总有一处可以安放情绪的去处。孔紫选了书法，也选了与诗词为伴。

7月21日，孔爸爸带着放暑假的孔紫接受了华西都市报·封面新闻记者的专访。这个看上去恬静的少女，内心却住着一个浪漫不羁的灵魂。书法上她擅长行书，行云流水快意人间；诗词中她偏爱辛弃疾，那句“我见青山多妩媚，料青山见我应如是”于她而言，是诗人的旷达，也是她希望与这个世界相处的方式。

一次偶然拜入名师 9岁时作品被杜甫草堂收藏

孔紫的专业书法之路，始于一次偶然。小学一年级时，她开始学习硬笔书法，很有天赋。父母见她喜欢，便又开始让孔紫在家里摸起了毛笔，用水写布练习，写了干，干了写，当时她纯粹觉得好玩。谈不上什么章法，就是顺从自己的直觉，但小



孔紫与她的书法作品。受访者供图

小的孔紫很喜欢毛笔落在纸上的触感。

孔妈妈见孩子写得有模有样，便时常在朋友圈“晒作品”，无意间被一位银行工作人员看见。当时正值春节，银行举办新春活动，计划邀请书法名家与书画爱好者同台献艺，为广大市民写“福”字、送春联。

正是在这次活动上，孔紫的字被钟杨琴一眼看中，当即想收孔紫为徒。钟杨琴是四川省书法家协会理事、省书协青少年工作委员会副主任，在全国书法界都享有盛誉。就这样，8岁的孔紫踏进了专业学习的大门。

在青少年书法教学中，多数孩子会从楷书起步，一笔一画，按部就班。但孔紫的第一节课，钟老师递来的却是一本行书帖。“他觉得我的性格更适合写行书。”孔紫说。孔紫天赋本就不错，一旦有了正规系统的训练，进步便非常快。9岁那年，她写的《蜀相》就被成都杜甫草堂博物馆收藏。

学习书法5年，孔紫的“履历”上添了一串沉甸甸的奖项。教育部主办的第五届中华经典诵读大赛“笔墨中国”，她拿下优秀奖；四川省委宣传部主办的青少年书画传习大会，她连续两届分获二等奖与三等奖。

深受家庭氛围影响 从传统文化中寻生活的“解法”

孔爸爸是个不折不扣的文艺中年，年轻时也追韩寒，喜欢读诗看小说。如今在家，他读得最多的是革命诗歌，“此去泉台招旧部，旌旗十万斩阎罗”，他十分喜欢这种大无畏的革命气概。古诗词中，他最偏爱辛弃疾，那股子豪放劲儿，读来畅快。这种家庭氛围对孔紫无疑带来了极大的影响。她从小接触传统文化，在父亲的熏陶下，对带有家国情怀的作品多了几分天然的亲近。她的书法也循着这份性情：先写行书，畅快恣意；后来兼习魏碑，在厚重中寻找力道。大幅行草铺开，四尺的纸，笔走龙蛇。

凡是教过孔紫的老师，对她总有一个

相近的评价：认真、刻苦、坐得住。十来岁的年纪，身边同龄人的注意力常被手机、游戏、短视频分散，但孔紫似乎天然带着一层隔绝喧嚣的壳子。每天放学回家已近晚上9点，她仍要抽出10多分钟练字，雷打不动。即便接受采访，她的书包里也照旧塞着米芾的《苕溪诗帖》，帖页翻得起了毛边，那是反复临写的痕迹。

学习书法绕不开诗词。孔紫写过的诗词里，毛主席的诗词作品占了很大比重。那首《减字木兰花·广昌路上》她写过许多遍：“漫天皆白，雪里行军情更迫。头上高山，风卷红旗过大关。此行何处？赣江风雪迷漫处。命令昨颁，十万工农下吉安。”钟老师上课，会先给学生讲诗词的背景和作者的经历，以便落笔时带入情感。毛主席诗词里的壮阔与激荡，给了孔紫深深的震撼。哪怕是课本上的学习，她也更偏爱崔颢的《黄鹤楼》，因为“有壮丽的美感”。一个13岁女孩的精神世界，因为书法与诗词，有了比同龄人更宽广的辽阔。

“让她从小接触书法诗词，对她以后的人生会有帮助的，遇到什么事都可以排解。”孔爸爸坚信，传统文化中藏着大智慧，学习书法和诗词，也许没什么立竿见影的“用处”，但日积月累，会成为一个人内心的底气。习得的是技艺，滋养的是心性，将来无论顺境逆境，心里总有一处可以退回去的地方，遇到挫折也有自己的解救之法。

华西都市报·封面新闻记者 徐语杨