



暑假开始有一段时间了,各位学子现在在家的状态,是不是已经成了能躺着绝不站着?是不是已经玩腻了手机?厌倦了这样无聊的假期生活?快来体验一下,古人是如何在无电无网,交通不便的情况下,度过自己的假期的吧!看完你会发现,古代虽然没有现代的物质条件,但古人的休闲生活依旧丰富多彩,快意人生。

暑假犯了无聊病? 看看古人都干啥

郊
游

文人雅士的“灵感来源”



《同水部张员外籍曲江春游寄白二十二舍人》

唐·韩愈

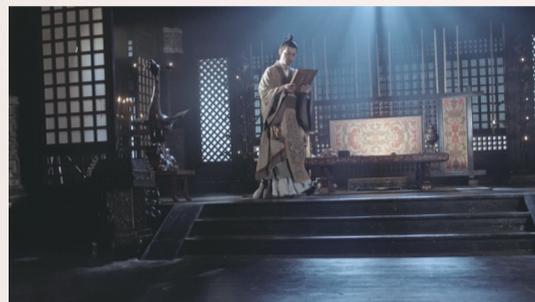
漠漠轻阴晚自开,青天白日映楼台。
曲江水满花千树,有底忙时不肯来。

郊游踏青是古代常见的娱乐方式之一。唐朝是中国古代的鼎盛时期,杜甫曾在诗中写到“江边踏青罢,回首见旌旗”,还有孟浩然也在诗中写到“岁岁春草生,踏青二三月。”

清代沈复在《浮生六记》中记载过这样一件趣事。在古代,郊外没有像现代一样的饭店或者农家乐,吃饭成了文人墨客出游时的难题。而有的文人特别重面子,如果提着饭去郊游有失格调,于是想出妙招,请一个卖馄饨的跟他们一起出游。这样既解决了后顾之忧,又增添了出游的趣味。

阅
读

将学习进行到底



《休假大佛寺》节选

宋·王安石

罢惫得休假,衣冠倦趋翔。
挟书聊自娱,解带寺东廊。
六龙高徘徊,光景在我裳。
冬屋稍暄暖,病身更强梁。

吃喝玩乐过后,古人也不忘阅读学习。诗人王安石选择利用假期给自己做个年终总结,他在《休假大佛寺》中写到,“罢惫得休假,衣冠倦趋翔。挟书聊自娱,解带寺东廊。”休假去大佛寺,王安石还不忘带上书,累了或者休息的时间就看书学习。

还有江南四大才子之称的文征明在《岁除》中写到,“人家岁除正忙时,我自挑灯拣旧诗。莫笑书生太迂腐,一年功事是文词。”

他曾在休息的时间,对自己一年来的著作进行总结整理。

蹴
鞠

强身健体



《寒食城东即事》

唐·王维

清溪一道穿桃李,演漾绿蒲涵白芷。
溪上人家凡几家,落花半落东流水。
蹴鞠屡过飞鸟上,秋千竞出垂杨里。
少年分日作遨游,不用清明兼上巳。
蹴鞠是古人喜爱的娱乐方式之一。
《汉书》记载:“鞠,以皮为之,中实以毛,蹴蹋而戏也。”蹴鞠又名“踢圆”,指古

人以脚踢皮球的活动,被誉为现代足球的起源,其发明之初是用来训练武士。

《史记》和《战国策》记载,蹴鞠起源于春秋战国时期齐国故都临淄,在当时这项体育运动在民间广为盛行。

汉武帝也是个“超级球迷”。《汉书》记载,汉武帝在宫中经常举办以斗鸡、蹴鞠比赛为内容的“鸡鞠之会”。大臣董贤还专门培养会踢球的“鞠客”,也就是现在的球星。蹴鞠在唐宋时期最为繁荣,经常出现“球终日不坠”,“球不离足,足不离球,华庭观赏,万人瞻仰”的情景。

不仅男子会踢球,女子中也有蹴鞠活动。不少宋代铜镜中有男女相对踢球的花纹,宋代陶枕也描绘了民间少女踢球的情景。

回
乡

探望亲人

古人还会趁着假期回归故乡,以慰思乡之情。因为古人进入仕途后,都是在外做官,中间极少回去。

比如,唐代诗人韦应物曾在休沐时回乡,感慨家中变迁与个人荣辱,写下了名篇《休沐东还胄贵里示端》。

《休沐东还胄贵里示端》节选

唐·韦应物

存没恻私怀,迁变伤里闾。
欲言少留心,中复畏简书。
世道良自退,荣名亦空虚。
与子终携手,岁晏当来居。

居家独处:反省、思考、开悟

《幽居》

宋·陆游

花过莺初嫩,泥新燕正忙。
病余犹止酒,睡起独焚香。
拄杖嫌园窄,棋枰喜日长。
北窗元可乐,不是傲羲皇。

故人们很是享受独处的悠闲情趣,看着一颗石头都可以迸发无限灵感与思想智慧。

宋人吴自牧在其笔记《梦粱录》记载:“烧香点茶,挂画插花,四般闲事,不宜累家”。

下
棋

古代文艺青年的快乐源泉



《池上二绝·其一》

唐·白居易

山僧对棋坐,局上竹阴清。
映竹无人见,时闻下子声。

除了踢球,下棋也是古人娱乐消遣的项目之一。在南北朝时期,流传着一则下棋趣事。

宋文帝刘义隆很喜欢下围棋,自身棋艺精湛,所以特别爱找棋艺高的人一绝高下。他听说侍郎羊玄保擅长下棋,于是拿官职“太守”做赌注。

最终大战三局之后,宋文帝输掉了比赛。他没有食言,兑现赌注,真的让羊玄保去当太守了。《南史·列传第二十六》中记载:“善弈棋,品第三,文帝亦好弈,与赌郡,玄保戏胜,以补宣城太守。”

唐宋时期,围棋与弹琴、作诗、绘画成为了老少皆宜的娱乐项目。古代擅长棋艺的士人也很多,比如范仲淹、司马光、文天祥等人。在宴饮聚会上,棋类游戏更是不可少。

据河南卫视官微