

论李清照寒食词的书写选择与生命寄寓

李欣阳

云南师范大学文学院，云南 昆明

收稿日期：2026年2月27日；录用日期：2026年3月20日；发布日期：2026年3月30日

摘要

宋代节令词承载着丰富的民俗记忆与文人情怀，其中清明、寒食作为紧密相接的春季节令，已成为当时社会文化的重要载体。然而寒食却因侧重禁火冷食、追思先贤的幽寂特质，在词作中常被清明意象所覆盖，逐渐隐藏于节令书写之中。在清明书写占据主流的宋代词坛，李清照却唯独钟情于寒食书写，将寒食节令“禁”与“冷”的文化内涵与自身独特的生命经验与艺术审美相融合，呈现出了一条直抵人心灵深处与生命本质的独特书写路径。

关键词

李清照，节令，寒食词，生命意识

On the Choice of Writing about the Cold Food Festival in Li Qingzhao's Lyrics and the Implications of Life

Xinyang Li

School of Chinese Language and Literature, Yunnan Normal University, Kunming Yunnan

Received: February 27, 2026; accepted: March 20, 2026; published: March 30, 2026

Abstract

Festival lyrics of the Song Dynasty carry rich folk customs and literati sentiments. Among them, Qingming and the Cold Food Festival, as closely connected spring festivals, had become significant vessels of the social culture of that era. However, due to its somber characteristics focusing on fire prohibition, cold food consumption, and commemorating ancient sages, the Cold Food Festival was often overshadowed by the imagery of Qingming in lyrical works, gradually receding within festival writings. In the Song Dynasty lyric circle, where writings about Qingming were predominant, Li

Qingzhao uniquely favored composing about the Cold Food Festival. She integrated the cultural connotations of “prohibition” and “coldness” inherent in the Cold Food Festival with her unique life experiences and artistic aesthetics, thereby presenting a distinctive path of writing that employs Cold Food Festival imagery to convey life consciousness.

Keywords

Li Qingzhao, Seasonal Festivals, Cold Food Festival Lyrics, Life Consciousness

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

岁时节令作为人类社会活动的一部分，在文学作品中很早就出现了以节令为题材的创作。宋代节令词承载着丰富的民俗记忆与文人情怀，其中清明、寒食作为紧密相接的春季节令，已成为当时社会文化的重要载体。据《东京梦华录》《梦粱录》所载，宋代寒食禁火三日，清明首日即“钻燧改火”，二者习俗交融，在时人观念中实为一体节期[1]。然而从宋人对清明与寒食的文学书写来看，词坛对二者的关注度却显有殊：清明因兼具哀思与生机的双重意蕴，成为晏殊、欧阳修、柳永、苏轼等主流词人竞相题咏的对象，如晏殊《破阵子·春景》“巧笑东邻女伴，采桑径里逢迎”绘清明采桑笑影；柳永《木兰花慢》“风暖繁弦脆管，万家竞奏新声”[2]写郊游喧阗之清明盛景，无不显示出清明节的民俗活力；而寒食虽同属此节令周期，却因侧重禁火冷食、追思先贤的幽寂特质，在词作中常被清明意象所覆盖，逐渐隐藏于节令书写之中。近年来学者对宋代节令词的研究已渐成体系，如华东师范大学贺闹的博士论文《宋代节日词研究》[3]对宋代节日词做了整体梳理，为理解节令词的文化意涵提供了重要参照，另外还有单独针对清明寒食节令词的研究，如华中师范大学杨羽婷的硕士论文《宋代清明词研究》[4]，但对寒食与清明书写差异的深入分析仍有待展开。与现有研究成果相比，本文试图在节令词研究的框架内，将寒食书写与李清照的生命意识关联作为核心问题，为理解李清照词作提供一个新的阐释视角。

在这样寒食清明并提的背景下，李清照的节令词创作呈现出了耐人寻味的反差。依据徐培均的《李清照集笺注》进行分析梳理可以看出，李清照词中涉及岁时节令的词作共有 10 首(不含存疑作)，分别涉及的节令为：人日、元宵节、上巳节、寒食节、端午节、七夕节、重阳节。其中寒食词尤为瞩目，李清照于寒食独倾心力，明确标注“寒食”之作达三阙之多(《浣溪沙》《怨王孙》《念奴娇》)，而明确写清明词的竟无一首存世。这一现象在宋代女性词人中具有独特性，学界对此虽有关注，但多停留于节令习俗的层面，对其深层原因尚缺乏系统阐释。如陈祖美在《李清照评传》中曾提及李清照对寒食的偏好[5]，但未展开分析其与词人生命意识的关联。

当清明寒食两节已被宋人视为一体时，李清照却执着于剥离寒食的独立意义。究其根源，寒食与清明虽然在时序上是绑定的，但是二者的精神内核却不尽相同。寒食代表的是禁火闭户的冷寂、悼念先贤的沉静与暮春将尽的萧疏；而清明则将扫墓告哀的庄肃、踏青插柳的喧动以及万物更生的欣悦融合在一起。李清照独取寒食为词心所寄，实际上是她孤绝的生命体验与寒食幽寂气质的深度契合，孤寂飘零的身世、深院重门中的孤影、万千难寄的沉郁心事，都需要一方超越世俗节庆喧闹的冷寂词境来承载。这种选择所折射的，正是本文所界定的“生命意识”的核心内涵：在时间流逝的焦虑中审视自我，在个体存在的孤独中体认生命，在对美好易逝的悲悯中完成对存在本质的叩问。

2. 李清照节令词中的“寒食”书写

“寒食”是中国最古老的节日之一，相传是为了纪念战国时期的介子推而设，《荆楚岁时记》有云：“介子推三月五日为火所焚，国人哀之，每岁暮春，为不举火，谓之禁烟。”^[6]在魏晋南北朝时期已成为全国性的节日，以禁火、冷食为主要习俗，禁火时间为三天，到了宋代，寒食已经与清明融为“春事双璧”，与天正节(春节)、冬至并列为官方三大法定节日。《东京梦华录·卷七》记载：“清明节，寻常京师以冬至后一百五日为大寒食”^[7]，前后禁火三日，至清明方启新灶。虽然寒食与清明共享着墓祭、插柳、荡秋千等民间习俗，但是寒食的内核里却独存着一缕幽寂，闭户追思的肃穆、冷浆入喉的寒涩以及暮春将尽的萧然都使得寒食节迥异于清明节踏青的喧闹。正是这般冷色浸染的节令底色，为李清照的寒食词境铺就了天然的凄清画布。从《李清照集笺注》^[8]中所收录的李清照现存词作来看，词人于元宵、重阳等八类节令各留韵语，而寒食一词独占三阙：《浣溪沙》之春痕微愁、《怨王孙》之深院离思、《念奴娇》之哀婉凄清，恰似三重幽阶，次第探入其生命最幽微处。

1. 《浣溪沙》写少妇闲情

淡荡春光寒食天，玉炉沉水袅残烟。梦回山枕隐花钿。海燕未来人斗草，江梅已过柳生绵。黄昏疏雨湿秋千。

起句“淡荡春光寒食天”便见张力，北宋寒食正值农历二月末，“淡荡春光”本应是满城飞絮、暖风醉人的景象，李清照却将它与“寒食天”并置，“寒食”二字骤然降下冷色调，春光愈暖，愈衬出节令的冷寂凄清。寒食禁火的习俗，在词中被化作“玉炉沉水袅残烟”的隐喻，炉中无火，唯余冷香残烟袅娜如泣，徒增一丝惆怅，这种感觉是午睡醒后的无聊引起的。全词采用“逆挽法”，即最后一句才交代写作缘起，使人有恍然大悟的感觉^[9]。“山枕隐花钿”即首饰被枕头遮掩，说明词人是在百无聊赖中不得不进入睡眠，连首饰都来不及摘除。下阙借景抒情，隐约表达词人的心绪。“海燕未来人斗草，江梅已过柳生绵”二句，巧妙地将宋朝时的寒食风物映射出来，斗草乃闺中戏俗，《荆楚岁时记》载：“五月五日，四民并蹋百草，又有斗百草之戏。”^[6]唐人时便有端午斗草的戏俗，宋朝时多被用作春日之事，晏殊《破阵子》“元是今朝斗草赢”以及柳永《斗百草》“抛掷斗草工夫”等都是吟咏斗草之词^[10]。然至“黄昏疏雨湿秋千”，一切明丽终将被寒食特有的湿冷所吞噬，秋千架下本应笑语嬉戏，如今却只剩冷雨浸透空荡绳索。这个“湿”字不仅淋湿了秋千绳索，更浸透了词人的心绪，寒食如同一袭无形的冷雾，将春光锁入闲愁的牢笼。李清照在词中用别人的热闹来反衬自己的孤寂，使人愈发能察觉词人内心的落寞与孤寂。

2. 《怨王孙》写离情

帝里春晚，重门深院。草绿阶前，暮天雁断。楼上远信谁传？恨绵绵。多情自是多沾惹。难拚舍。又是寒食也。秋千巷陌，人静皎月初斜，浸梨花。

这首词作于宋徽宗崇宁二年(1103)，当时赵明诚外出做官，李清照独居汴京，内心苦闷无聊，唯有借词传恨。全词用清丽的笔调，表现了夜深人静、万籁俱寂的寒食之夜，词人仍月下徘徊、无心睡眠，对丈夫绵绵的思念。开篇“帝里春晚，重门深院”八个字，如同重门锁钥，锁尽春色。北宋汴京民居多深院层门，然而这里的“重门”更是词人自己筑起的心墙，寒食闭户的习俗在此处暗示着词人内心情感的禁闭。当时李清照婚后独居帝里，时时忆念明诚，因此写道“楼上远信谁传？恨绵绵。”词人在“重门深院”中忍受着“楼上远信谁传”的无法言表的相思苦楚。宋朝时驿传制度发达，但寒食期间官驿减递，“暮天雁断”斩断音信，恰好应和了“远信谁传”的绝望。寒食追思介子推的集体活动，此刻被词人化作“恨绵绵”的私语，李清照引用白居易《长恨歌》中“天长地久有时尽，此恨绵绵无绝期”一句来表达对丈夫的绵绵思念。介子焚骸绵山是忠贞之殒，词人困守深院则是情爱之殇^[11]。明杨慎批点草堂诗余卷二，评“多

情自是多沾惹”一句为“至情”，从接受史的角度看，这一评点恰恰印证了寒食的冷寂氛围对词人离愁别恨的放大作用，思念的愁苦和生活的孤寂已将这一年的寒食节幻化为易安的缩影[12]。

3. 《念奴娇》写愁情

萧条庭院，又斜风细雨，重门须闭。宠柳娇花寒食近，种种恼人天气。险韵诗成，扶头酒醒，别是闲滋味。征鸿过尽，万千心事难寄。楼上几日春寒，帘垂四面，玉阑干慵倚。被冷香消新梦觉，不许愁人不起。清露晨流，新桐初引，多少游春意。日高烟敛，更看今日晴未？

这首寒食临近之词作于宣和三年(1121)，全词表达了词人的孤寂之感和思念之情。“萧条庭院”本来就人迹罕至，又逢“斜风细雨”，出行受阻，只好关上大门，较之《怨王孙》的“重门深院”，“须闭”二字陡增强制力，一个“须”字将多少无奈道尽。“宠柳娇花寒食近，种种恼人天气”以“宠柳娇花”写春景秾丽，柳枝依依，春花灼灼，却以“恼人天气”转折，暗指寒食临近时风雨摧花的暮春愁绪。柳与花的“宠娇”与风雨的“恼人”形成对比，既点明节令更替，又以乐景衬哀情，烘托出“万千心事难寄”的沉郁。寒食如黑色潮线逼近，将“宠娇”之物拽向凋零深渊。李清照在这首词中已经消散了烂漫、稳重，“种种恼人天气”与其看作是对天气的埋怨，更可看成是词人晚年种种沧桑变故的婉言，词人只能在“险韵诗成，扶头酒醒”中打发岁月。颓丧愁苦的基调已将词人暮年里的这一寒食节定格在她整个哀婉凄清的晚年悲象中。

3. 寒食书写选择的原因

李清照钟情于对寒食词的书写，绝对不是对寒食节令的偶然偏好，究其原因，这与李清照作为女性词人本身敏感深思的个人气质、幽寂飘零的生命体验有关，二者与寒食节固有的肃穆清冷、内省幽寂的文化内涵相碰撞，于词章中发出灵魂的共鸣。李清照精准地捕捉到寒食节中“禁”与“冷”的内核，使这一核心内涵成为承载自身闺阁闲愁、深重离思、生命易逝之叹乃至时代压抑感的天然载体。而寒食所处的暮春临界点，更是强烈触发了她对时间流逝的敏锐，此外，寒食节特有的清冷幽静氛围及其独特的意象群，完美地与李清照婉约深挚[13]的艺术审美相融合。

1) 对寒食节俗传统的个人化接受

李清照以其敏感深思的性格，对寒食节这一独特的文化内涵进行了个人化的接受。她的寒食词中流露出少女时代的敏锐善感、婚后独居的沉郁思念以及对生命流逝的深切体察都与寒食节幽寂的内涵产生了强烈共鸣。寒食节“禁火”的习俗，在她的笔触下变成了情感上的禁闭与压抑。例如《怨王孙》中“重门深院”，空间的幽闭正是心绪被重重锁住的象征；《念奴娇》中“重门须闭”，更透露出一种面对外界风雨侵袭时，被迫退缩、自我保护的无奈与决绝。寒食节“冷食”的习俗，也在易安的词中被巧妙地转化为冰冷的体情感验与生命热情的消褪之感。《浣溪沙》中“玉炉沉水袅残烟”，无火之炉、冷寂之香，正是百无聊赖心绪的物化；《念奴娇》中“被冷香消新梦觉”，被衾的冰冷与梦醒香消的怅惘交织，寒意直透骨髓。这种对“禁”与“冷”的深切感知和艺术转化，表示了李清照并非被动接受节俗，而是主动择取了寒食节中能与自我生命律动共振的精神内核，来作为情感书写的基调。

当清明节以喧闹的踏青和混杂着哀思与新生的祭祀仪式成为宋朝人争相吟咏的对象时，李清照却独钟爱寒食节的幽寂。她需要的不是一个向外宣泄或寻求群体共鸣的出口，而是一个足以安放她难以寄出“万千心事”的幽独空间。寒食的凄清氛围，自然地为她那些闺阁闲愁中的莫名惆怅、深院独守中的刻骨相思和美好易逝中的深沉悲慨提供了一个隔绝世俗喧嚣、进行深度自我凝视的“冷寂词境”。这一选择的背后，是她对自我精神需求与寒食节俗内涵的高度自觉与精准把握。

2) 寒食是词人对个人生命经验的投射

李清照对寒食的偏爱，更基于她对个体生命的经验。她情感世界的幽寂底色，对时间流逝的敏锐感知，都在寒食这个特定的时间节点上找到了最为贴切的表达载体。

首先，寒食是词人情感世界的幽寂映射。从李清照的三首寒食词中，我们不难看出一条由浅入深的情感脉络。《浣溪沙》中的少妇闲愁，是春光旖旎下的一丝莫名落寞，“玉炉沉水袅残烟”“黄昏疏雨湿秋千”，以他人“斗草”的喧闹来反衬词人自身的孤寂无聊，寒食的冷清氛围恰好放大了这份青春闲适岁月中的淡淡孤影。到了《怨王孙》，情感浓度逐渐增加。赵明诚宦游在外，词人独守汴京“重门深院”。“楼上远信谁传？恨绵绵”，寒食期间官驿减递、音书断绝的习俗，与词人隔绝深闺、相思无着的现实境遇形成残酷的叠加。寒食节追怀先贤的集体哀思，在词中彻底被内化为易安个人“恨绵绵”的私语。至于《念奴娇》，情感更趋沉郁厚重。“萧条庭院”的荒芜，“又斜风细雨，重门须闭”的压抑，“万千心事难寄”的无奈，以及“被冷香消新梦觉”的凄清，无不将词境提升到一层更为深广的生命孤寂感。这种孤寂，超越了具体的离愁别绪，蕴含着李清照对人生境况的苦涩认知。寒食的“冷”与“禁”，恰恰为这种层层递进、不断内化的幽独心绪提供了最恰如其分的情感基调。词人万千难言的心事，唯有在寒食这片远离世俗节庆喧闹的“冷寂”之地，才能获得最深沉、最不被干扰的抒写与安放。

其次，寒食是词人对时间感知的敏感触发。李清照对时间流逝有着异于常人的敏锐。《蝶恋花·上巳召亲族》中“可怜春似人将老”^[8]一句的直白慨叹，表达了易安对时光易逝的焦虑。而寒食节，正处于暮春时节，是春天行将落幕的临界点。“宠柳娇花寒食近”，一个“近”字，道出了美好盛景与凋零之期的迫近感。柳枝的婀娜、春花的娇艳，本应该是一幅生机盎然的春景图，然而紧接的“种种恼人天气”和“寒食近”的提示，瞬间将词的氛围笼罩在风雨摧折、繁华易逝的阴影之下。寒食本身所携带的暮春萧疏气质，强烈地触发了词人对生命盛衰、青春难驻的深切忧思，这与她在其他节令词中所表达的悲感一脉相承，如重阳节的“人比黄花瘦”、上巳节的“春似人将老”等词句。从哲学阐释的角度看，这种对时间临界点的敏感，与中国传统“伤春”母题一脉相承，但李清照的独特之处在于，她将寒食节的“冷”与暮春的“逝”相结合，使得节令的自然属性与人文内涵相互强化，共同铸就了词人对生命流逝的深切体悟。寒食作为春天尾声的象征性节日，成为了李清照抒发浓重生命流逝意识的关键选择，在这个节点上，暮春节令的自然属性与追思、冷寂的人文内涵完美相融，共同造就了词人心中那份对美好事物的脆弱易逝、对人生无常的深刻体悟与悲悯。

3) 寒食承载了词人艺术审美的独特取向

相较于清明时节“风暖繁弦脆管，万家竞奏新声”的户外喧腾，寒食节强调禁火闭户、冷食追思，整体氛围趋向内敛、清冷、幽静。这种“静”与“冷”，与李清照标志性的深婉意境相适配。《浣溪沙》中“黄昏疏雨湿秋千”的静谧湿冷，《怨王孙》中“人静皎月初斜，浸梨花”的月夜岑寂，《念奴娇》中“萧条庭院，又斜风细雨”的封闭凄清，无不依托于寒食节固有的静谧背景。这种氛围隔绝了外界的纷扰，使词人得以专注于内心世界的精微颤动，将笔触探向情感的幽深之处。李清照无需像书写清明那样去描绘热闹的踏青场景或集体的祭扫活动，寒食节的习俗与内涵本身就已经为她摒除喧嚣、指向内心，这与李清照在词作中追求情感的深度而非场面的广度的艺术特质不谋而合。

寒食节的相关习俗与自然物候，为李清照的创作提供了绝佳的意象。“禁火”习俗衍生出“玉炉沉水袅残烟”中无火的“冷炉”与“被冷香消新梦觉”中的“香消”，“闭户”的习俗强化了“重门深院”“重门须闭”“帘垂四面”的封闭感，“暮春”时节则带来了“斜风细雨”“黄昏疏雨”“宠柳娇花”“江梅已过柳生绵”“梨花”等指向凋零、冷寂、潮湿的物象。这些意象天然带有压抑、幽独的色彩，将词人词作与外世隔绝，专注自己的内心世界，个人情感色彩极浓。李清照正是运用这些专属于寒食或与寒食特质高度相符的意象，成功地搭建起一座座孤独的情感堡垒，在这个堡垒内，她的“闲滋味”“恨绵绵”和“万千心事”得以不受干扰地流淌、发酵、凝结成动人心魄的词章。寒食意象群成为淋漓尽致展现李

清照婉约清丽词风的重要物体。

寒食清冷幽寂的氛围，不仅为李清照的创作提供了适宜的环境和意象，更在心理层面上引发词人深度的内省。在闭户独处的寒食氛围中，外界的活动降至最低，心灵的活动却在幽寂中升至最高。从《念奴娇》一词中我们最能体会到词人的内省过程，由“萧条庭院”的环境感知，到“种种恼人天气”的内心烦扰，再到“险韵诗成，扶头酒醒，别是闲滋味”的刻意排遣与清醒后的加倍空虚，直至“万千心事难寄”的深沉喟叹。“清露晨流，新桐初引”，词人敏锐地捕捉着外界细微变化，“多少游春意”，在内心激起的涟漪，却又在“日高烟敛”时犹疑观望，“更看今日晴未？”这种在冷寂中完成的自我审视，使词作超越了单纯的情绪抒发，具有了生命本质的意味。寒食如同一面清冷的镜子，迫使词人直面内心的波澜与孤寂，进行自我审视。

4. 寒食词书写的生命寄寓

李清照的三首寒食词，不是为了应景而创作的节令吟咏，也不是单纯的个人愁绪的宣泄。在那些精心择取的寒食意象与刻意营造的凄清词境背后，蕴藏着的是词人深邃的生命寄寓。寒食节特有的“禁”与“冷”“闭”与“思”，为李清照提供了一个绝佳的范围，凭借寒食词她可以将个体生命经验中最为幽微、沉郁的部分表达出来，空间的幽闭、情感的沉重、时间的流逝以及对自我心灵的深度观照都可以通过寒食词被感知。

1) 幽闭空间的象征

在李清照三阙寒食词中反复出现了“重门深院”“重门须闭”“帘垂四面”等意象，是对北宋汴京民居建筑的写实描绘，也是对寒食闭户习俗的呼应，然而除此之外，这些带有封闭之感的意象，在词人的笔下层层叠加，共同构成了一个极具象征意味的“幽闭空间”。首先，是活动空间的禁锢。寒食禁火闭户的习俗，在客观上强化了居家的限制，词人被迫困于重门庭院之内，面对“萧条庭院”的荒芜与“斜风细雨”的阻隔，活动的范围被极大压缩，让人感觉形成了一种有形的生活困局。其次，幽闭的空间更是心理空间的具象化，它是词人内心“万千心事难寄”“恨绵绵”等沉郁情感无处排遣、无处诉说的宣泄。“重门深院”的“重”，象征着心绪的层层封锁与情感的沉重负荷；“须闭”的“须”，则透露出一种面对外界侵扰时，被迫退缩、自我保护的无奈与决绝。这种心理的幽闭感，在《怨王孙》中表现得尤为深切，帝里春晚的繁华被“重门”隔绝于外，独留词人在深院中咀嚼“楼上远信谁传”的相思苦楚。“暮天雁断”的客观现实，与词人主观上因思念丈夫而产生的隔绝感、孤独感相互呼应，使得这深院将人的思绪囚得更深。

另外，这种幽闭之感还隐含着一种时代所特有的压抑氛围。尽管三首词均作于北宋时期，未直接涉及南渡后的国破家亡，但北宋末年党争激烈、政治环境渐趋严酷的大背景，对于身处士大夫家庭的李清照而言，不可能毫无感知。寒食的“禁火”，在象征层面可被理解为一种对活力、热情乃至言论的压制。词中反复强调的“闭”，无论是主动的“须闭”，还是被动的困守深院，都隐隐透露出一种个体在特定时代环境下感受到的无形束缚与生命力受压抑的窒息感。寒食节的习俗，在无形中强化了这种被围困、无处逃遁的生命体验，使“重门深院”成为李清照身陷心理与时代双重困境的象征。

2) 深愁难遣的载体

寒食的清冷、幽寂氛围，天然地排斥了喧嚣与浮华，承载着那些难以言说、无法排遣的深重愁绪。李清照词中那些直抒胸臆的喟叹，之所以在寒食词中显得格外震撼人心，正是因为得益于寒食语境所提供的那抹沉静、内敛。寒食的“冷”对应着词人的情感温度。《浣溪沙》中“玉炉沉水袅残烟”，炉中无火，唯有冰冷的沉香与如泣的残烟，正是词人内心那份慵懒、无聊、莫名惆怅的写照，一种缺乏热情与生机的“冷感”弥漫字间。《念奴娇》中“被冷香消新梦觉”，被衾的冰冷与梦醒后心爱之人不在身边的

怅惘交织，更将一种由身及心的寒意刻画得入木三分，这“冷”不仅是肌肤之感，更是生命热情消褪、情感无所依凭的深切体认。

寒食的“静”放大了词人内心的孤寂与阻塞。《怨王孙》中“人静皎月初斜，浸梨花”，万籁俱寂的月夜，梨花浸沐于清冷的月光中，这极致的静谧非但不能带来安宁，反而将词人“多情自是多沾惹。难拚舍”的孤寂与相思煎熬衬托得更为清晰、更为刺骨。寒食节追念先贤所蕴含的肃穆与沉静，在词人笔下被彻底个人化。“万千心事”之“难寄”，不仅指书信不通，更深层地指向一种情感的壅塞与表达的困境，心事过于沉重、复杂，以至于难以找到合适的出口和对象倾诉。寒食的冷寂氛围，恰恰为这种深广、滞重、难以化解的愁绪提供了最恰如其分的栖身之所，使其得以在静默中凝结、沉淀，展现出超越闺阁闲愁的生命厚度与存在之重。

3) 敏感心灵的自我观照

寒食节闭户独处、禁火冷食的规定性习俗，在客观上为词人创造了一个剥离外界干扰、回归内心的契机。这种由外而内的转向，促使李清照在寒食的氛围中进行深度的自我凝视与心灵内省。寒食的清冷与幽寂，如同一面澄澈而冷冽的镜子，迫使词人直面内心的波澜与孤寂。《念奴娇》起笔“萧条庭院，又斜风细雨，重门须闭”，是词人对所处环境的敏锐感知，这封闭、凄清的环境正是清照心境的反映。“宠柳娇花寒食近，种种恼人天气”，则是由外景触发内心的烦扰，“恼人”表面指天气，实则指向词人心中因寒食将近、暮春凋零以及种种人生况味而生发的无名愁绪。为了排遣“恼人”的心绪，词人尝试“险韵诗成，扶头酒醒”，然而刻意为之的作诗与借酒消愁，最终带来的“闲滋味”却是一种更加空虚、更加难以言说的无聊与落寞。清醒之后，愁绪非但未减，反而因刻意的排遣而显得更加清晰、更加沉重，于是有了“征鸿过尽，万千心事难寄”的感叹。下阕“楼上几日春寒，帘垂四面，玉阑干慵倚”，进一步描绘了词人在封闭空间中的慵懒无力与百无聊赖。“被冷香消新梦觉，不许愁人不起”，梦醒后的凄冷与无奈，象征着面对愁绪的无处逃遁。然而，就在这深重的愁苦中，词人并未完全沉沦，她的心灵依然保持着对外界细微变化的敏锐捕捉，“清露晨流，新桐初引”，清晨的露珠在流动，新生的桐叶初吐嫩芽。这微弱的生机触动了她，“多少游春意”，一丝向往春光、向往生命活力的意念在心中悄然萌动。然而，这刚刚萌芽的“游春意”旋即被怀疑和犹豫所笼罩，“日高烟敛，更看今日晴未？”昨日的风雨是否已停歇？今日是否真的放晴？这看似对天气的疑虑，实则隐喻着词人对自身心境能否摆脱阴霾、重获生机的深深不确定与不自信。

这种在寒食幽寂氛围中完成的自我审视与心灵内省，是李清照词作情感深度的重要来源。寒食隔绝了外界的喧嚣，迫使词人沉下心来，直面孤独、思念、无聊、对生命流逝的焦虑以及对未来的不安，这些情感是最真实也是最沉重的生命体验，这种在冷寂中完成的自我省视，使李清照的寒食词超越了单纯的情绪抒发，具有了探索生命本质的哲学意味。

4) 暮春易逝的生命意识

寒食节所处的暮春时节，本身就意味着春光的鼎盛已过，夏日的繁茂未至，是繁华将尽、生机转向潜藏的关键时间节点。这种节令本身的自然属性，与寒食追思先贤、冷食禁火的人文内涵相融合，强烈地触发了李清照对时间流逝、生命易逝的敏锐感知和深沉悲慨。“宠柳娇花寒食近”一句，便是李清照对这一生命意识的精准捕捉。“宠柳娇花”极言春景之秾丽美好，柳之婀娜多姿，花之娇艳欲滴，象征着生命的蓬勃与青春的绚烂。然而，紧随其后的“寒食近”三字，如同一声沉重的叹息，瞬间为这幅美景蒙上了浓重的阴影。一个“近”字，道出了美好盛景与凋零之期的迫在眉睫。寒食的临近，意味着暮春风雨“种种恼人天气”的摧折，意味着这“宠娇”之物的脆弱与不可久持。这种对美好事物脆弱而短暂的深刻认识，是李清照寒食词中挥之不去的底色。

暮春易逝的生命意识，与词人在其他节令词中的表达遥相呼应，形成了李清照词作中一个重要的体

现。重阳节“人比黄花瘦”的憔悴自喻，上巳节“可怜春似人将老”的直白慨叹，无不指向对青春流逝、人生迟暮的深切焦虑与无奈^[14]。寒食的“冷”，不仅是气温的冷，更是繁华落尽的人生寒意，在永恒的时间长河中，个体的生命、青春、美好情感都如暮春的“宠柳娇花”般，纵然再娇艳，也终将面临“寒食近”般的凋零宿命，李清照在寒食词中所寄寓的，正是这种对生命本质的深刻洞察。这种体悟，超越了具体的人生阶段，是贯穿李清照生命始终的一种敏锐而沉痛的时间感知。寒食节的暮春临界点，成为了她抒发这份浓重生命意识的绝佳载体，使其词作在婉约深挚的表象之下，蕴藏着对存在本质的深沉叩问与永恒之叹。

5. 结语

在清明书写占据主流的宋代词坛，李清照独辟蹊径，对寒食节的幽寂冷色进行个人的内化，将寒食节令“禁”与“冷”的文化内涵和自身独特的个体生命经验与艺术审美相融合，呈现出了一条直抵人心灵深处与生命本质的书写路径。李清照对时间的流逝的敏锐感知、对个体存在的孤独体验以及对美好事物易逝的悲悯，这种强烈的生命意识在三首寒食词中获得了层层递进的表达。这一书写不仅深化了我们对李清照词情感色彩与艺术个性的理解，揭示了词人的个体生命经验对传统节令文化接收的深刻重塑作用；更彰显了李清照作为女性词人，如何在主流节令书写之外，凭借自身敏锐的心灵感受与卓越的艺术创造力，寄托独特的生命体验与存在之思。李清照的寒食词书写，超越了一时一地的节令吟咏，成为了映照其心灵孤光与生命深度的永恒回响。

参考文献

- [1] 苏瑞卿. 李清照的节日诗词与宋代风俗[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东大学, 2023.
- [2] 唐圭璋, 王仲闻, 孔凡礼. 全宋词[M]. 北京: 中华书局, 1999.
- [3] 贺闹. 宋代节日词研究[D]: [博士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2014.
- [4] 杨羽婷. 宋代清明词研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中师范大学, 2018.
- [5] 陈祖美. 李清照评传[M]. 南京: 南京大学出版社, 1995.
- [6] 宗懔. 荆楚岁时记[M]. 宋金龙, 校. 太原: 山西人民出版社, 1987.
- [7] 孟元老. 东京梦华录[M]. 北京: 中华书局, 2020.
- [8] 徐培均. 李清照集笺注[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2013.
- [9] 叶嘉莹. 寸心如水月: 李清照词[M]. 北京: 中国友谊出版公司, 2024.
- [10] 王仲闻. 李清照集校注[M]. 北京: 人民文学出版社, 2009.
- [11] 黄杰. 宋词与民俗[M]. 北京: 商务印书馆, 2021.
- [12] [美]艾朗诺. 才女之累: 李清照及其接受史[M]. 夏丽丽, 赵惠俊, 译. 上海: 上海古籍出版社, 2017.
- [13] 夏承焘. 李清照词的艺术特色[J]. 文学评论, 1961(4): 1-7.
- [14] 文生, 英烈. 李清照词的女性自我意识[J]. 辽宁师范大学学报, 1990(6): 54-59.