

《瓦尔登湖》中自然主义思想的现实意义的探究

吕晓雅

河北大学外国语学院, 河北 保定

收稿日期: 2025年4月16日; 录用日期: 2025年5月20日; 发布日期: 2025年5月31日

摘要

《瓦尔登湖》是美国文学家和思想家亨利·戴维·梭罗所创作的散文集，是一部经典作品。《瓦尔登湖》这部作品中所蕴含的自然主义思想引发了深刻的关注，并且对现代社会和生活有着深远的现实意义。本文将主要从四个方面来分析这部作品中所蕴含的自然主义思想对现代社会的现实影响，分别是对简单生活的倡导、对环境保护的启示、对精神追求的引导和对现代社会的批判。通过分析，以期能够对现代社会的进步和发展起到推动作用。

关键词

《瓦尔登湖》，自然主义，现实意义，自然

An Exploration of the Practical Significance of the Naturalistic Thought in *Walden*

Xiaoya Lyu

School of Foreign Studies, Hebei University, Baoding Hebei

Received: Apr. 16th, 2025; accepted: May 20th, 2025; published: May 31st, 2025

Abstract

Walden is a collection of essays by Henry David Thoreau, an American writer and thinker. It is a classic work. The naturalistic thought contained in *Walden* has aroused profound concern, and has far-reaching practical significance to modern society and life. This paper will analyze the realistic impact of naturalism in this work on modern society from four aspects, namely, the advocacy of simple life, the enlightenment of environmental protection, the guidance of spiritual pursuit and the criticism of modern society. Through the analysis, this paper hopes to be able to promote the

progress and development of modern society.

Keywords

Walden, Naturalism, Practical Significance, Nature

Copyright © 2025 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. 引论

《瓦尔登湖》是亨利·戴维·梭罗所创作的散文集，于 1854 年发表，是美国文学史上具有独特意义的经典作品。这部作品一共由 18 篇散文组成，是梭罗独居在瓦尔登湖畔的记录。在四季变换、寒来暑往、循环更替的自然过程中，描绘了他在这两年多时间里的所见、所闻、所思和所想。这部作品产生了巨大的影响。因而，也具有很高的研究价值。

以往对于《瓦尔登湖》的研究数不胜数，但是大多数都集中于自然观、生态思想、超验主义、生态批评等等。许楠等(2020)研究了《瓦尔登湖》与《白鲸》的超验主义自然观，分析了作者对于超验主义自然观的理解与思考，对于研究超验主义自然观有着很高的借鉴意义[1]。蔡沁伶(2017)以《瓦尔登湖》为例研究了梭罗对艾默生自然观的继承与发展，通过文本细读的方式，详细充分地论证出梭罗不仅继承了艾默生的思想和观点，更进一步发展了艾默生的自然观[2]。谢克彬(2021)对《瓦尔登湖》中梭罗的生态思想进行了探析，梭罗通过自身实践来表达他的生态中心主义思想，为现代生态文明思想实践树立了典范。并且传承和践行梭罗所倡导的生态思想和生活方式，有助于保护自然，维护生态平衡[3]。张交交(2020)在和谐话语分析视角下对《瓦尔登湖》中的生态思想进行了研究，采用了定性和定量相结合的研究方法，从微观和宏观两个层面上对其中所蕴含的生态思想进行了探讨。它将和谐话语分析应用于非中国语境下的文本分析，拓展了和谐话语分析的应用领域，对弘扬中华文化自信和中西方文化融合提供了借鉴和参考[4]。陈颖(2019)以《瓦尔登湖》矛盾与美化描写为中心，研究了超验主义视域下的自然书写。研究发现，在这部作品中的自然描写有两个特殊之处，第一个是自相矛盾，第二个则是有意美化[5]。付雨平(2017)研究了《瓦尔登湖》里的超验主义，希望能够为之后研究超验主义提供一些理论上的参考依据与支撑，也希望能够为后续对梭罗的研究提供一些帮助[6]。侯佳(2021)对《瓦尔登湖》中生态批评与共同体思想进行了解读，分析了其中所蕴含的生态理念，揭示出了人与自然和谐的重要性，并且探究了在人与自然和谐相处的这一主题在当下践行人类命运共同体这一理念的重要的现实意义[7]。林艺婷(2020)从生态批评视角下对《瓦尔登湖》中的自然意识进行了解读，从生态批评的视角出发，对这一作品中的有关“豆田”以及“湖”这两章进行了分析，探讨这其中体现出来的自然意识[8]。

然而，对《瓦尔登湖》这一作品中的自然主义的现实意义的分析并不常见。因此，本文选择从这个角度进行分析，从四个方面来探究这部作品中所蕴含的自然主义思想对现代社会的现实影响，这四个方面分别是对简单生活的倡导、对环境保护的启示、对精神追求的引导和对现代社会的批判。通过这样的分析，以期能够对现代社会的进步和发展起到推动作用。

自然主义是文学创作的一种倾向。在 19 世纪 60 年代，自然主义在法国成为一种很重要的文学流派。自然主义作为一种创作方法，对于浪漫主义的夸张、想象和抒情等主观因素持一种排斥的态度。在另一方面，自然主义并不认同现实主义对现实生活的典型概括，它追求绝对的客观性，主张在描摹自然的时

候应该崇尚简单和纯粹,看重用记录式的方式来表达现实生活的表面现象[9]。在法国,自然主义自从19世纪下半叶到20世纪初兴起之后,开始影响到文化领域和艺术领域的多个部门,并且在世界各地都广为流传,在文学史上发挥着越来越重要的位置,吸引着人们的研究目光。诺里斯在19世纪80年代将自然主义文学引入到美国,它对于真实的现实生活的细致的描摹给人很深刻的印象,让人惊叹不已。它的引入也对美国文学产生了极为重要的影响,为美国文学注入了一股强大的新的力量,极大的促进了美国文学的发展。

本文选择从四个角度来探讨分析《瓦尔登湖》中自然主义的现实意义,分别是对简单生活的倡导、对环境保护的启示、对精神追求的引导和对现代社会的批判这四个角度。通过分析,不仅有利于读者对《瓦尔登湖》这部经典作品有更加细致深入的理解,而且通过把这些分析应用于现实生活中,对于现代社会的发展和进步也能起到一定的推动作用,尤其是在促进人与自然的和谐进步,维护生态平衡等方面。接下来本文将会对这四个角度进行逐一分析。

2. 对简单生活的倡导

19世纪的上半叶,美国的工业开始发展,美国也开始渐渐地从农业社会向工业社会进行转变。在这个过程中,资本主义工业化的进程不断加快,美国社会经济快速发展,工商业发展迅速并且繁荣,经济上的发展进步导致人们的思想发生了一定的改变。拜金主义思想和享乐主义思想在这时占据了绝对的主导地位。在这样的思想的影响下,人们对于金钱、财富以及地位有着热切的渴求,大多数人为物质而不断操劳、整日忙碌。为了追求财富与物质人们无限制的索取、开发和利用有限的自然资源,这些行为导致了森林被大面积的砍伐、矿产资源被过度开发、水土流失逐渐严重,生态环境被严重破坏等等一系列的环境问题,也日益危害侵蚀到人类的生存环境和生活环境。

在这样的背景下,梭罗搬到瓦尔登湖边开始独自生活。在《瓦尔登湖》这部作品中,梭罗记录自己在瓦尔登湖畔的两年的独居生活,这是他对于简单、质朴生活方式的一种实践和探索。梭罗在这部作品中大力倡导和推崇简单生活。在他看来,简单生活不仅仅是对物质生活的超越,更是对精神生活的追求。

梭罗在《瓦尔登湖》中这样写道:“我愿意深深地扎入生活,吮尽生活的骨髓,过得扎实、简单,把一切不属于生活的内容剔除得干净利落,把生活逼到绝处,用最基本的形式,简单,简单,再简单”[10]。梭罗的这段话准确充分地传达出了他对于简单生活的热爱、渴望以及追求,表达了他的观点,也是对于资本主义工业化的社会中人们的思想以及生活方式的一种批判。

梭罗还通过自己的亲身经历,展示了远离城市喧嚣、回归自然的美好。在瓦尔登湖畔,梭罗靠自己的双手建造了一所小木屋,用来当作自己的栖息之地以及精神家园。就是在这所小木屋中,梭罗度过了这两年的独居生活。在这里,他自己动手耕地、种植粮食,钓鱼,空闲时间从事写作以及思考。在这段期间,梭罗几乎完全依靠自然资源来维持自己的生活。因此,通过自己的亲身实践,他提倡人们应该减少对物质的欲望与追求,回归自然,去享受生活的本质。此外,他还强调人们应该摆脱社会施加的束缚,追求个人的独立和自由,以这种方式达到人们心灵的宁静与满足。远离城市喧嚣、回归自然、追求简单质朴的生活方式不仅有助于人们重新审视自己的价值观和生活目标,还能帮助人们从繁忙和压力中解脱出来,追求更为真实和有意义的生活。但是在梭罗看来,简单生活并不意味着人们要过贫穷和简陋的生活,而是指人们应该摆脱对物质的过度依赖和狂热追求。他倡导人们应该亲近自然,享受大自然的恩赐,而不是一味地沉溺于城市的繁华复杂与喧嚣。

《瓦尔登湖》中对于简单生活的倡导是一种生活态度和哲学思想的体现,它提醒人们要关注生活的本质,追求精神上的满足与自由,而不是被物质和欲望所绑架,摆脱物质上的束缚。在现代社会,这种

简单生活的倡导仍然具有极强的现实意义和启示意义。

3. 对环境保护的启示

《瓦尔登湖》这部作品中描绘了大自然的魅力与美好，深深吸引着读者。梭罗对大自然的描绘和赞美，让读者感受到了自然的美丽和神秘。美国资本主义工业化如火如荼地进行，人们对自然资源不断地开采、利用，对生态环境造成严重的破坏。梭罗的《瓦尔登湖》对于保护环境、维持生态平衡起到了重要的现实意义和启示意义。

首先，对自然应该要保持热爱和尊重的态度。梭罗选择独居到瓦尔登湖畔，使得自己完全沉浸在大自然的美好与美丽之中，并在同时反思着人类与自然之间的关系。他通过自己的亲身体验和实践，强调了保护自然环境的重要性，并认为自然是人类的灵魂和根基所在。也正因如此，人类对于自然应该要热爱尊重。

其次，自然与人类之间要保持和谐共生的关系，并且应该以一种谦逊和敬畏的态度对待大自然，尊重自然的规律和秩序。为了更加深入细致地体验自然美好、理解自然真谛，梭罗选择在工业化进行、环境被严重破坏的背景下，离开喧嚣复杂的城市，远离紧张快节奏的城市生活，到瓦尔登湖畔独自生活。他通过自己的实践，在瓦尔登湖畔自己建造了一间小木屋。完全依靠自然资源去生存和生活。通过依赖大自然，他在瓦尔登湖畔度过了两年简单质朴却很充实的生活。这启示着人们，人类应该尊重自然，顺应自然，而不应该过度开发和破坏自然。

此外，人类对于自然应该加以保护和修复。梭罗通过在书中的描述，呼吁倡导人们要关注森林砍伐、湖泊污染等环境问题。梭罗描述了瓦尔登湖周边环境的变迁，警示着人们如果不对自然不加以保护，美丽的自然景观将不复存在。这样的警示对于现在的环境保护工作具有重要的启示意义。

综上所述，梭罗通过自己的观察和体验，表达了对大自然的敬畏和热爱。这种思想对于现代社会来说，具有极强的环保启示意义。它提醒人们要珍惜自然资源，保护生态环境，实现人与自然的和谐共生。在全球环境问题日益严重的今天，《瓦尔登湖》中的自然主义思想无疑是一种宝贵的思想资源。

4. 对精神追求的引导

在瓦尔登湖畔的独居生活中，梭罗不仅体验了自然的美丽和宁静，还通过思考和写作，探索了人生的意义和价值。因此，《瓦尔登湖》这部作品中包含很多精神方面的追求。主要有对独立思考的推崇和崇尚、对人与自然和谐共生的向往，以及对精神自由和内心平静的追求。

首先，梭罗在《瓦尔登湖》中倡导了自我反思以及审视自己的内心。梭罗在《瓦尔登湖》中，用极其细腻真挚的笔触来引导读者进行自我反思以及内心审视。他在《瓦尔登湖》中鼓励读者深入思考自己的生活方式，价值观以及与世界的关系，通过这种方式发现自己内心深处真实的需求和自己所向往的生活。这样的反思以及审视的过程，有助于读者找到生活的本质和真谛，明确自己的精神追求。

其次，梭罗在《瓦尔登湖》中强调了独立思考的重要性，鼓励人们应该摆脱束缚。在他看来，每个人都应该根据自身的经验和内心的直觉来进行判断和决策，而不是盲目听从社会的规范，追随社会的期望。人们应该摆脱社会习俗以及社会观念的束缚，勇于追求自己的理想以及信念。梭罗还提倡人们应该通过自我反思以及自我提升来实现精神上的升华。他提出的这种独立思考的精神鼓励人们勇于挑战传统观念，摆脱束缚，勇于并且敢于追求真理，实现自我价值。此外，他还鼓励人们勇于探索，追求真理和智慧。这些都体现着梭罗对于独立思考的推崇。

此外，梭罗追求的是简约的生活、内心的富足、精神的自由以及内心的平静。梭罗在《瓦尔登湖》中提倡的是一种简单并且纯粹的生活方式。在他看来，过度的物质追求会让人失去对精神生活的关注和追

求。他倡导人们应该追求简单的生活，将更多精力投入到精神方面的追求上，以实现内心的满足与富足。梭罗提出的简约生活的理念有助于人们摆脱物质束缚，专注于精神层面的成长和提升。通过深入思考以及自我反省，人们可以找到生活的意义和真谛，实现精神上的升华和内心的平静。

最后，梭罗在书中提出了“回归自然”的理念。人类应该摆脱过度依赖物质的生活方式，回归自然，重新建立与自然的联系。这样的理念对于当代保护环境的工作具有重要的指导意义和启示意义，要尊重自然、保护自然，实现人类与自然的和谐共生。

综上所述，《瓦尔登湖》这部作品对精神追求的引导是多方面的，它鼓励人们进行自我反思和内心审视，独立思考和追求简约生活，追求精神自由以及内心的平静。这些都有助于人们在现代社会中找到自己的追求方向和精神上的寄托，实现内心的平静和满足。这种思想对于现代社会中的人们来说，具有重要的引导作用。它鼓励人们追求更为高尚和有意义的精神生活，而不是沉溺于物质的追求和享受中。

5. 对现代社会的批判

梭罗在《瓦尔登湖》中对现代社会的几个方面都进行了深刻的批判。

首先，梭罗在《瓦尔登湖》中批判了人们对物质追求的盲目性。他深刻批判了现代社会对物质追求的无止境以及盲目性。在他看来，现代人在不断地追求物质财富和科技进步的过程中，忽视了人类内心的需求和精神上的成长。这种盲目的物质追求会导致人们失去对生活的真正意义和价值方面的认识，让人们陷入一种空虚和焦虑的状态。

其次，梭罗在《瓦尔登湖》中批判了社会习俗和社会观念的束缚。他对于现代社会中的社会习俗以及社会观念进行了深刻的批判。在他看来，这些观念和习俗往往会成为束缚个体独立思考和行动的枷锁，会让人们失去追求真理和自我价值的勇气。人们要实现自我价值，必须要摆脱这些束缚，勇于追求自己的理想以及信念。因此，梭罗对于社会习俗以及社会观念给人的束缚进行了深刻的批判。

再次，梭罗在《瓦尔登湖》中对科技发展对自然和人性的冲击进行了深刻的批判。在他看来，科技上的进步虽然带来了物质生活的便利，但也在同时破坏了自然环境的美丽与和谐，使得人们逐渐远离了大自然，失去了与大自然的联系。此外，科技的发展也导致了人们过度依赖物质以及技术手段，从而忽视了人们内心的力量以及智慧。

最后，梭罗在《瓦尔登湖》中对社交活动的表面化和虚伪性进行了深刻的批判。在他看来，社交活动往往只是表面上的应酬和人们之间虚伪的交往，缺乏真正的情感上的交流和内心深处的共鸣。这样的社交活动不仅浪费了人们的精力以及时间，而且使得人们失去了对真实的人际关系的认识以及珍视。

综上所述，这些现代社会的价值观不仅导致了人们的精神空虚和道德沦丧，还加剧了社会的不公和环境的破坏。因此，通过回归自然和追求简单生活的方式，梭罗试图为现代社会提供一种救赎的路径。这种批判精神对于现代社会来说具有重要的警示意义。

6. 结论

《瓦尔登湖》中涉及到了很多自然主义思想，它们对于现代社会具有深远的现实意义。本文从四个角度探讨分析了《瓦尔登湖》中的自然主义思想的现实意义，分别是对简单生活的倡导、对环境保护的启示、对精神追求的引导和对现代社会的批判这四个角度。通过分析，不仅有利于读者对《瓦尔登湖》这部经典作品有更加细致深入的理解，而且通过把这些分析应用于现实生活中，对于现代社会的发展和进步也能起到一定的推动作用。不仅倡导了一种简单、质朴的生活方式，还提供了环境保护、精神追求以及对现代社会的批判等多方面的启示和引导。这些思想资源对于现代社会的发展和进步具有重要的推动作用，对现代社会有着重要的现实意义和启示意义。

参考文献

- [1] 许楠, 卢婕.《瓦尔登湖》与《白鲸》的超验主义自然观[J]. 名作欣赏, 2020(29): 73-74.
- [2] 蔡沁伶. 论梭罗对艾默生自然观的继承与发展[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 四川外国语大学, 2017.
- [3] 谢克彬.《瓦尔登湖》中梭罗的生态思想探析[J]. 今古文创, 2021(31): 16-18.
- [4] 张交交. 和谐话语分析视角下《瓦尔登湖》中的生态思想研究[D]: [硕士学位论文]. 延安: 延安大学, 2020.
- [5] 陈颖. 超验主义视域下的自然书写——以《瓦尔登湖》矛盾与美化描写为中心[J]. 哈尔滨师范大学社会科学学报, 2019, 10(6): 161-163.
- [6] 付雨平. 论《瓦尔登湖》里的超验主义[J]. 才智, 2017(5): 202-203.
- [7] 侯佳. 《瓦尔登湖》中生态批评与共同体思想解读[J]. 新纪实, 2021(12): 46-48.
- [8] 林艺婷. 生态批评视角下解读《瓦尔登湖》中的自然意识[J]. 英语广场, 2020(26): 13-15.
- [9] 张韶华. 《瓦尔登湖》之前的美国自然主义作品研究[J]. 湖北经济学院学报(人文社会科学版), 2016, 13(2): 118-119.
- [10] 亨利·梭罗. 瓦尔登湖[M]. 姚树君, 译. 长春: 时代文艺出版社, 2016.