

Poetry and Distance

小白杨 · 大世界

诗与远方

杨桦 著

硕果国际教育
拓展阅读系列丛书



图书在版编目—建议数据

诗与远方 / 杨桦 著. —澳门:

澳门科学出版社, 2026.2

ISBN 978-99996-42-89-7

I. ①诗… II. ①杨… III. ①文学、当代中国诗歌 (诗集)

IV. ① I227.2

依据《中国图书馆分类法》提供分类参考数据。

诗与远方

杨桦 著

ISBN 978-99996-42-89-7

责任编辑: 彭俊

排版编辑: 陈斯若

装帧设计: 何幸祉

出版发行: 澳门科学出版社

地 址: 澳门南湾大马路恒昌大厦 11 楼 F 座

网 址: <https://www.mospbs.com>, <https://moaj.mospbs.com>

总 机: +853-62961666

印装公司: 澳门翰林出版集团有限公司

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/32 印 张: 26.25

字 数: 271 千字 印 数: 1 ~ 3000

版 次: 2026 年 2 月第 1 版

印 次: 2026 年 2 月第 1 次印刷

如有缺损质量问题, 请联系本社销售中心。

版权所有, 违者必究

作者简介

About the Author



杨桦，笔名小白杨，1962年生，1979年考入解放军外国语学院，毕业后留校任教，自此教育成为终身职业。1998年任解放军外国语学院昆山分院院长。2001年选择自主择业，参与创办上海托普信息技术职业学院并担任院长。2014年参与学院升本为上海兴伟学院。曾担任上海民办教育协会常务理事等，现为上海市衢州商会读书会主席，硕果国际教育家长俱乐部主席。自2013年启用微信后，坚持每日自由吟诗作文，从未断更，享受着乐在其中。

序言

Foreword

作为诗人的杨桦

李西闽

认识杨桦兄，已经十几年了。我们同属于自主择业的军转干部，在一次聚会中相识，便与这个高大儒雅的浙江汉子结下了友谊。那时，他在一家民办大学做校长，而我离开部队后，一直从事文学创作。按道理，我们没有什么深刻交集的部分，却因为读书，我们交往就多了起来。

杨桦老家衢州是个人杰地灵的地方，在上海工作和经商的人很多，在杨桦的牵头下，成立了“上海市衢州商会读书会”。上海有很多地方性的商会，但是我知道商会里还有读书会的，目前可能只有他们一家。令我惊讶的是，这个读书会竟然成员众多，而且每月都有一次活动。读书会成员集中在一起，讨论一本书，或者请一个教授、作家来导读和讲座。认识杨桦后不久，他就邀请我去读书会，为我的新书《幸存者》做了场讲座。那天来了三十多个人，而且预先就买好了我的书，讲座完了之后，是深入的交流，让我感动的是，他们提出的问题是那么的深

刻，有些还触及灵魂。我意识到，这个读书会不简单，杨桦和读书会里的每个人都不简单，他们是一群真正爱读书、爱思考的人，也是一群有情怀的人，他们的生意或事业蒸蒸日上，也是自然而然的事情。从那以后，只要我有新书出版，杨桦兄就会热情地组织读书会成员购买，然后请我过去，一起交流。和他们交流，是享受，也获得了提高，总会有某扇门被打开，让我获益匪浅，作者和读者，其实是相互依存的关系，我和杨桦成为了好朋友，自然，也和读书会的人成为了好朋友。杨桦工作之余，潜心于读书会，是件功德无量的事，让我惊讶的，他竟然还是个诗人。的确，他是个诗人，尽管没有在报刊发表过什么作品，但他就是个实实在在的诗人。我会在每个清晨醒来之后，只要打开微信朋友圈，就一定会读到杨桦兄新写的诗歌。十多年来，每天一首诗，他是怎么做到的，我不得而知。但有一点，是可以肯定的，杨桦兄对诗歌的无比热爱，热爱也许是他写诗最原始的动力。只要看到他的诗，我都会认真读完，然后，认真地点个赞。

作为诗人的杨桦，他的诗歌只发表在朋友圈，每天可以收获一百、两百个赞，或许更多，其中包括我点的那个赞，由衷的，没有客套，我想其他点赞的人也是由衷的，同样不是客套，因为他写的诗的确不错。作为诗人的杨桦，他写的都是对日常生活的感悟，也有很多旅途中的抒情，无论写什么，都是他的真情实感。他有个优秀的女儿，远嫁到了荷兰，他的荷兰亲家，也喜欢他的诗，为了让亲家更加方便阅读，他开始了双语写诗，从那以

后,我每天早晨在他朋友圈看到的诗就多了英文版。退休后的杨桦,除了继续办好读书会,走的地方更多,诗歌的内容也越来越丰富。他的人生愈发精彩,诗当然越写越好,还是中英文双语写作,还是每天一首。

作为诗人的杨桦,他其实不需要诗人的桂冠,他需要的是诗歌对生命的滋养,同样的,他的诗歌,也在滋养身边的人,比如我,比如读书会的人,比如每个可以看到他朋友圈的人。很多时候,我真诚地对他说,杨兄,要一直写下去,你写的每一行诗句,是很重要很重要的,那是活着的证据,也是美丽心灵留下的印记。

2025年6月18日写于内蒙古阿尔山

前言

Preface

做一个行吟诗人，
讴歌大自然的一草一木、花开花谢，
感慨世界的纷繁多样、时代变迁、喜怒哀乐，
为每一次旅行吟诗放歌、抒情写意，
记录远方的风光无限、气象万千，
唱诵爱情、亲情、友情及所有的人间挚爱，
欣赏生命年轮的每一帧纪实写真，
捕捉日常生活中随机迸发的火花。

杨桦

目录

Contents

唱吟自然 | Ode to Nature

002 / 雨 . 伞 Rain . Umbrella

004 / 在雨中 In the Rain

006 / 风 Wind

008 / 一朵花 两朵花 One Blossom Two Blossoms

010 / 春风杨柳 Willows In the Spring Wind

012 / 梅花 Plum

014 / 荷塘 Lotus Pond

016 / 郁金香 Tulips

018 / 樱花雨 Rain of Sakura

020 / 向日葵 Sunflower

022 / 云 Clouds

024 / 草原日落 Sunset in the Grassland

026 / 胡杨 Euphrates Poplars

028 / 绿水 Clear River

- 030 / 香泉 Hot Spring
032 / 红叶 Red Leaves
034 / 落叶 Fallen Leaves
036 / 大海 & 田野 Sea and Field
038 / 树 Trees
040 / 霞 Sun glow
042 / 骏马 Steeds

感慨世事 | Reflections on World

- 046 / 迷幻的世界 World in the Mist
048 / 动物农场 Animal Farm
050 / 生命之树 Tree of Life
052 / 表演 Performance
054 / 南与北 South and North
056 / 孤独的幸福 Happiness of Loneliness
058 / 祈福世界 Pray for the World
060 / 眼睛 Eyes
062 / 拥抱大海 Embrace the Sea
064 / 开窗 Open a Window

- 066 / 岁月静好 Peaceful Days
068 / 看魔都 Watch the Magic City
070 / 封 Quarantine
072 / 乌云 Dark Clouds
074 / 青春 Youth
076 / 旧时光 Past Time
078 / 三餐四季 Three Meals & Four Seasons
080 / 同一个世界 The Same World
082 / 黄昏 . 乡愁 Dusk . Homesickness
084 / 邮箱 Mailbox
086 / 曲水流觞 Drinking by a Winding Canal
088 / 绿色十字架 Green Cross

且行且唱 | **Singing While Traveling**

- 092 / 在路上 On the Way
094 / 一段旅行 A Trip
096 / 旅途的家 Home on the Journey
098 / 世界于我 World with Me
100 / 幸福偏方 Folk Prescription of happiness

- 102 / 北回归线 . 南回归线 Tropic of Cancer & Tropic of Capricorn
- 104 / 车站 Station
- 106 / 布施 Alms Giving
- 108 / 三坊七巷 Three Lanes Seven Alleys
- 110 / 龙泉 Long Quan
- 112 / 脚下的城市 Cities Below
- 114 / 骑行 Cycling
- 116 / 瓦尔登湖 Walden
- 118 / 歌与舞 Song and Dance
- 120 / 向月而歌 Singing for the Moon
- 122 / 走进森林 Into the Forest
- 124 / 穿越麦田 Crossing the Wheat Fields
- 126 / 画卷 Painting Scroll
- 128 / 洛邑古城 Luoyang Ancient Town
- 130 / 苗寨 Miao Village
- 132 / 水木年华 Age of Water and Woods
- 134 / 桥上 On the Bridge
- 136 / 罗大佑 Tayu Lo
- 140 / 静默 Radio Silence

142 / 人生 Life

144 / 沙漠 Desert

诗与远方 | Poetry and Distance

148 / 快乐如诗 Happy Poetry

150 / 流浪 Wandering

152 / 曼谷 Bangkok

154 / 暹粒 Siem Reap

158 / 缅甸 Myanmar

160 / 老挝 Laos

162 / 杭盖 Khangai

164 / 下龙湾 Ha Long Bay

166 / 尼泊尔 Nepal

168 / 在日本 In Japan

170 / 伊斯坦布尔 Istanbul

174 / 埃及 Egypt

176 / 托斯卡纳暖阳 Sunshine in Tuscany

178 / 威尼斯 Venice

180 / 浪漫之路 Romantic Road

- 182 / 走向非洲 Go to Africa
- 184 / 好旺角 Cape of Good Hope
- 186 / 维多利亚瀑布 Victoria Falls
- 188 / 死亡谷 Dead Vlei
- 190 / 卡萨布兰卡 Casablanca
- 192 / 舍夫沙万 Chefchaouen
- 194 / 海椰子 Coco de Mer
- 196 / 塞浦路斯 Cyprus
- 198 / 耶路撒冷 Jerusalem
- 200 / 佩特拉 Petro
- 202 / 阿姆斯特丹 Amsterdam
- 204 / 斯德哥尔摩 Stockholm
- 206 / 哥本哈根 Copenhagen
- 208 / 长城 Great Wall
- 210 / 天津 Tianjin
- 214 / 重庆 Chongqing
- 216 / 珠江之夜 Night of Pearl River
- 218 / 成都 Chengdu
- 220 / 长沙 Changsha
- 222 / 黄果树瀑布 Huang Guoshu Waterfall

- 224 / 景德镇 Jing De Zheng
226 / 第一辣街 No.1 Hot Street
228 / 螃蟹熟了 Crabs Ripened
230 / 美丽的九寨 Beautiful Jiuzhai
232 / 草原 Grassland
234 / 国际庄 Rock Home Town
236 / 雄安 Xiong' an
238 / 潮汕 Chaozhou-Shantou
240 / 台湾 Taiwan

情义无价 | Songs of Love

- 244 / 爱 Love
246 / 好东西 Good Stuffs
248 / 新婚快乐 Happy Wedding
252 / 胖胖 Pangpang
254 / 以爱之名 In the Name of Love
256 / 三岁啦 Three Years Old
258 / 相爱相杀 Love Or Battle
260 / 为我而唱 Sing for Me

- 262 / 祝福 Greetings
- 264 / 天天快乐 Happy Everyday
- 266 / 最浪漫的事 Most Romantic Thing
- 268 / 欢聚 Reunion
- 270 / 再回首 Looking Back Again
- 272 / 兄弟姐妹 Brothers and Sisters
- 274 / 庆典 Celebration
- 276 / 快乐记忆 Happy Memories
- 278 / 拜 Bowing down
- 280 / 琼瑶 Qiong Yao
- 282 / 新年祝福 Greetings for New Year
- 284 / 爱的笔划 Stroke of Love
- 286 / 爱有天意 Angel of Love
- 288 / 爱吧 战吧 Loving Fighting
- 290 / 爱成往事 Love Becomes the Past
- 292 / 谈爱 Talking about Love
- 294 / 纪念日 Wedding Anniversary
- 296 / 爱神岩 Rock of Venus
- 298 / 托普 TOP
- 300 / 再聚首 Get -together

年度回顾 | Annual Reviews

304 / 2014

308 / 2015

312 / 2016

316 / 2017

318 / 2018

322 / 2019

328 / 2020

332 / 2021

336 / 2022

340 / 2023

344 / 2024

信手拈来 | Writing Freely

350 / 红果果 Red Fruits

352 / 冰棱 Crystal Icicles

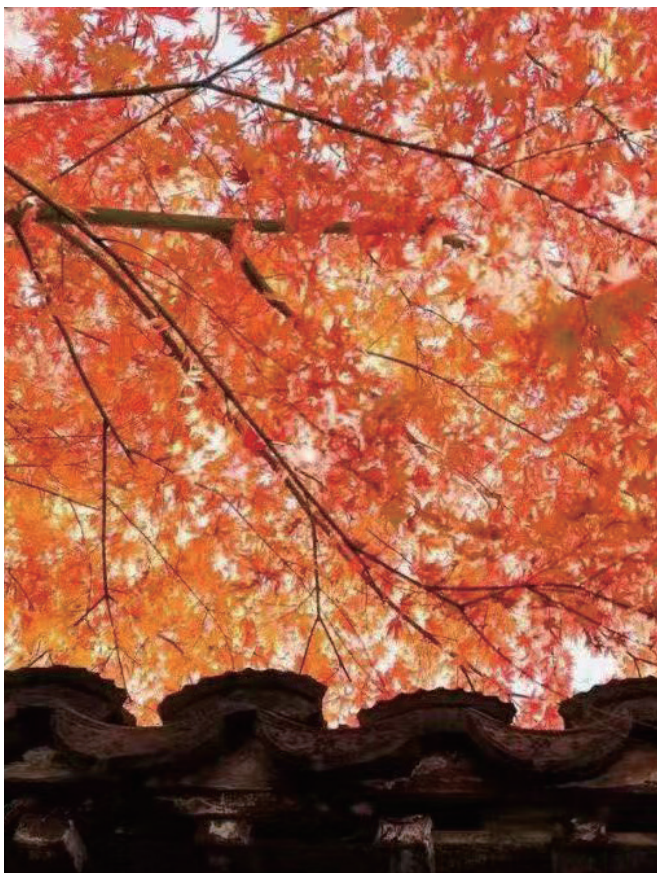
354 / 荔枝梦 Dream of Lychee

356 / 金庸 Jin Yong

360 / 大巴扎 Grand Bazaar

- 362 / 雪孩子 Snowboy
- 364 / 少年 Teenager
- 366 / 朝圣之路 Path of the Soul
- 368 / 满江红 Full River Red
- 370 / 倒影 Reflection
- 372 / 美食街 Food Street
- 374 / 彩灯 Colored Lights
- 376 / 女神节快乐 Happy Women' Day
- 384 / 硕果 More Gain
- 386 / 吴侬软语 Soft Dialect
- 388 / 东北话 Northeastern Mandarin
- 390 / 邓丽君 Teresa Deng
- 394 / 崔健 Cui Jian
- 396 / 读书会 Reading Club
- 398 / 一路上有你 With You All the Way

后记 | Afterword



唱吟自然

Ode to Nature

雨.伞

在水一方
驻着彼岸的你
手中的伞
为谁撑起
雨一直下
哪里可以躲避
风一直刮
怎样才能归去

伞
终于收起
这里的世界
璀璨无比
这里的田野
风光旖旎



2019

历史机遇 · 打造交流合作基地

Historic Opportunity · Build Communication And Cooperation Bases



· 粤港澳大湾区 · 发展规划纲要

解读2019年新发布《粤港澳大湾区发展规划纲要》

★★★★

大湾区规划 · Introduction

《粤港澳大湾区发展规划纲要》明确了澳门“一个中心、一个平台、一个基地”的三个定位，即：建设世界旅游休闲中心、中国与葡语国家商贸合作服务平台，**打造以中华文化为主流、多元文化共存的交流合作基地。**

It further clarified the three orientations of "one center, one platform and one base" of Macao, namely, to build a world tourism and leisure center, a business and trade cooperation service platform between China and Portuguese-speaking countries, and to build an exchange and cooperation base with Chinese culture as the mainstream and multicultural coexistence.

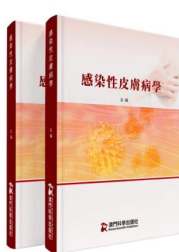


全球发行 · Publishing worldwide



由于国内自费书没有实际销售，出版社不会实际发行，属于非正式出版物，因此国内自费书绝大部分是属于非正式出版物。国际出版即便在没有销售市场的情况下也可以在海外发行上架。世界上其他地方（包括中国）的读者可以通过海外电商平台进行订购和销售。

Since there is no market for self-funded books in mainland China, mainland publishing houses will not actually issue them, so most of self-funded books in the Mainland are informal publications.



- 呼吸系统基本基础与临床 Fundamentals and clinic of respiratory diseases
- 临床肿瘤护理学 Clinical oncology nursing
- 感染性皮肤病学 Infectious dermatology
- 内分泌系统疾病 Endocrine system disease



- 实用小儿内科学 Practical pediatric internal medicine
- 消化系统疾病诊疗学 Diagnosis and treatment of digestive system diseases
- 现代中医诊断学 Modern diagnostics of traditional chinese medicine
- 皮肤修复与再生 Skin repair and regeneration

出版流程 · Publishing Process

出版流程快速简便，在填写基本信息、签订合同并支付费用后，IBPC将原始内容进行校对、排版及封面设计；在经过多次校对后，提交申请国际书号；可根据实际需求进行印刷和馆藏存档，最后上架发行。全程专人沟通指导，以极高性价比的方式出版属于自己的作品。

The publishing process is simple and convenient, after filling in the basic information, signing the contract and paying the fee, IBPC will conduct proofreading, typesetting and cover design. After multiple proofreading, submit the ISBN application. According to the actual needs, we will arrange printing and collection archiving, and finally put on the shelves and issued.

检索服务 · Retrieval Service

IBPC的检索服务可提供出版物国际注册文件及出版物所在地的图书馆检索证明，为作者提供证明文件支撑。同时，优秀图书将推荐至国际数据库中收录，提升出版物的认可度。

IBPC can provide retrieval service including the registration documents and the library search certificate. Meanwhile, excellent books will be recommended for inclusion in authoritative databases to enhance the recognition of publications.

销售协议 · Sales Agreement

作者签订销售合作协议后，IBPC可提供多种上架渠道，包括官网、京东、天猫、亚马逊、当当网等平台，可销售纸质印本与电子图书等形式，并按照合作协议进行利润分成。

After the author signs the sales agreement, IBPC can provide a variety of sales channels, such as the official website, JD & T-mall overseas Purchase, Amazon and other platforms, printed paper and electronic books are available, and the authors share the profits according to the sales agreement.



填写信息
Information Filling



签订合同
Contract Signing



支付费用
Payment



提交书稿
Submitting



内容校对
Proofreading
内容排版
Content Layout
封面设计
Cover Design

申请书号
ISBN Apply



印刷出版
Printing



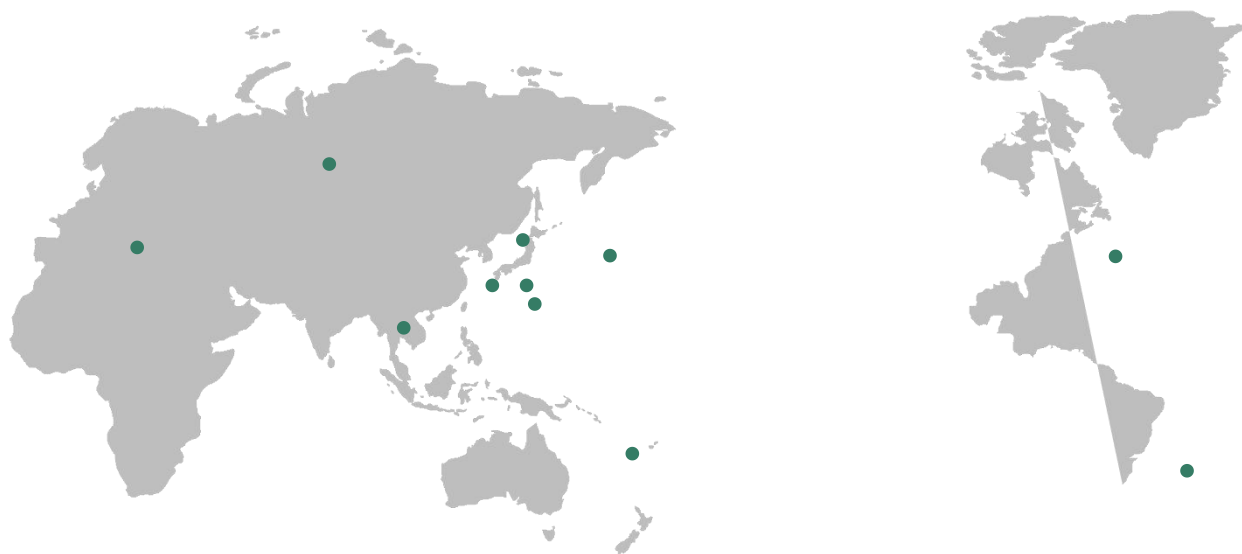
馆藏存档
Archives



上架发行
Publication

澳门科学出版社 MOSP

“以服务青少年及青年科学才俊为己任，
打造国际性的科学技术交流平台”



正规国际出版，首选澳科出版

- 学术著作/个人作品 - 优质
- 中华“强国文化”输出战略 - 翻译后国际出版
- 数字教材 - 教材出书 & 数字化媒体上线

所有优质内容，均可申请出版减免资助。

所有澳门本土内容，均可申请出版减免资助；

澳门总部

电话：0853-62961666（澳门）

邮件：book@mospbs.com

地址：中国澳门南湾大马路恒昌大厦F座11楼

网址：www.mospbs.com（英文）| moaj.mospbs.com（中文）

特别提醒：MOSP所有业务均有出版社的正规盖章合同，
若有任何疑问，可联系出版社编辑确认。