

## 目录

1. 这本手册是什么
2. 文章主旨摘要
3. 杜甫路线总览
4. 7 天精华线
5. 12 天完整线
6. 主题短线
7. 西安+成都双城读诗线
8. 按地点读诗
9. 按阶段读诗
10. 旅行实用提醒
11. 来源与边界说明

# 乱离途中，杜甫何以成为“杜甫”？

## 杜甫诗路与文旅路线手册

生成时间：2026-05-12 15:47 · 基于《三联生活周刊》2025年第40期

### 1. 这本手册是什么

这是基于杜甫诗路互动页面与 data/\*.json 数据生成的旅行阅读手册，结合文章解读、杜甫路线、今日地点、诗歌映射和文旅路线。可打印、可保存，不依负网络。

### 2. 文章主旨摘要

这篇文章追问的不是“杜甫为什么伟大”，而是“杜甫如何在乱离途中一步步成为后来意义上的杜甫”。安史之乱不是杜甫诗歌的背景，而是塑造杜甫诗歌的决定性现场。

杜甫在逃亡、陷河、求官、被败、流徐、目睹民间苦难的过程中，把个人生命、家庭痛苦、国家崩坏和普通百姓的命运写进诗歌，从而突破目唐诗歌原有审美边界。

---

### 3. 杜甫路线总览

---

以下时间线涉及杜甫从 755 年（长安）到 760 年（成都草堂）的关键节点，共 9 个阶段。

#### 755 · 长安 → 奉先

历史地点：长安、骊山、奉先（蒲城）

今日地点：西安、临潼、蒲城

相关诗歌：《自京赴奉先县咏怀五百字》

为什么重要：杜甫现实主义的真正起点：个人家庭悲剧与社会两极分化并置，突破盛唐诗歌回避社会现实的传统。

#### 756 · 安史之乱爆发，携家逃亡

历史地点：白水、彭衙 → 邠州羌村（富县）

今日地点：白水、富县

相关诗歌：《彭衙行》

为什么重要：杜甫把个人在逃亡中的身体经验（饥饿、恐惧、父亲的无力感）直接写入诗中——个体的苦难不再是隐喻，而成为诗歌的直接对象。

#### 756/757 · 投奔灵武，被俘，押回长安

历史地点：沦陷长安（西安）

今日地点：西安

相关诗歌：《春望》《月夜》《哀江头》

为什么重要：杜甫成为战乱的直接见证者——不再是旁观者，而是“诗史”的书写者。

#### 757 · 长安 → 凤翔 → 邠州

历史地点：凤翔、邠州羌村（富县）

今日地点：凤翔、富县

相关诗歌：《羌村三首》《北征》《喜达行在所三首》

为什么重要：杜甫短暂进入朝廷又被迫离开，看清政治现实，视角彻底转向民间。劫后与家人重逢，写下“妻孥怪我在，惊定还拭泪”。

758/759·洛阳 → 新安 → 石壕 → 潼关 → 华州

历史地点：洛阳、新安、石壕、潼关、华州

今日地点：洛阳、新安、石壕、潼关、华州

相关诗歌：《新安吏》《石壕吏》《潼关吏》《新婚别》《垂老别》《无家别》

为什么重要：“诗史”正式成型：官吏、老翁、新娘、老妇——普通人在历史记载中从无名字，却因杜甫的诗成为永恒。

759·华州 → 秦州

历史地点：华州 → 秦州（天水）

今日地点：华州、天水

相关诗歌：《秦州杂诗二十首》《月夜忆舍弟》《梦李白二首》《发华州》

为什么重要：杜甫从“致君尧舜上”的庙堂理想彻底转向漂泊现实。草堂梦第一次明确出现——找一个安静的地方，以著书为生。

759·秦州 → 东柯谷/西枝村

历史地点：秦州（天水）、东柯谷、西枝村

今日地点：天水

相关诗歌：《西枝村寻置草堂地》

为什么重要：草堂概念第一次具体化——成都草堂的前奏。虽然失败，但为759年末的最终抵达成都埋下了愿望。

759·秦州 → 同谷

历史地点：同谷（成县）

今日地点：成县

相关诗歌：《乾元中寓居同谷县作歌七首》《万丈潭》《凤凰台》

为什么重要：杜甫一生最困顿的时期之一——贫病交迫，理想居所再次破灭。但即便在绝境中，他仍在写作；绝境成就了最深沉的诗歌。

759 · 同谷 → 广元 → 剑门 → 成都

历史地点：同谷、广元、剑门、成都

今日地点：成县、广元、剑门关、成都

相关诗歌：《木皮岭》《白沙渡》《水会渡》《五盘》《剑门》《成都府》

为什么重要：山水不再是风景，而是逃难道路。杜甫的诗歌地理因此改变——自然、政治与个人命运在此合一。到成都后营建草堂，获得相对安定。

## 4.7 天精华线

7天精华线：从秦州到成都·7天

适合季节：春秋优先；冬季有历史氛围但山路与天气需谨慎

交通方式：高铁/飞机抵达天水或兰州中转；天水—成县—广元—剑门段建议包车或自驾；成都段公共交通便利

路线难度：中等

推荐人群：第一次深度体验杜甫诗路的人、唐诗爱好者、山水古道旅行者

路线性质：文学现场+山水古道+草堂转折

### Day 1 · 天水秦州

今日主题：流寓秦州，诗歌爆发

今日地点：天水城区、南郭寺、杜少陵祠

推荐停留：1天

交通提示：适合以天水市区为基地，市内打车或公共交通结合步行；若延伸东柯谷、西枝村，建议单独安排半日或包车

今日诗歌：《秦州杂诗》《月夜忆舍弟》《梦李白二首》

旅行提示：天水古城、麦积山石窟、南郭寺均可访古

现场问题：杜甫为什么在秦州写得这么密集，却仍然没有留下来？

## Day 2 · 南郭寺、东柯谷

今日主题：草堂梦的第一次出现

今日地点：南郭寺、东柯谷、西枝村

推荐停留：半天至1天

交通提示：东柯谷距天水市区约30公里，需包车前往；西枝村需当地向导协助确认位置

今日诗歌：《西枝村寻置草堂地》

旅行提示：南郭寺为成熟景区；东柯谷和西枝村属于文学寻访点，建议结合诗歌理解

现场问题：杜甫的草堂梦是从什么时候开始清晰的？赞公为什么重要？

## Day 3 · 成县同谷

今日主题：理想居所破灭

今日地点：成县杜甫草堂遗址纪念馆、万丈潭

推荐停留：1天

交通提示：成县城区内打车可达主要景点，万丈潭需自驾或包车前往郊外

今日诗歌：《同谷七歌》《万丈潭》《凤凰台》

旅行提示：成县有杜甫草堂遗址纪念馆，万丈潭在郊外；现场感受“奈何迫物累，一岁四行役”

现场问题：同谷比秦州更困顿，为什么杜甫还要来？这次失败对成都草堂意味着什么？

## Day 4 · 成县 → 广元

今日主题：陇蜀道与嘉陵江

今日地点：成县、广元城区

推荐停留：1天（赶路为主）

交通提示：成县至广元建议自驾，沿途可感受嘉陵江上游地形；也可乘火车至广元

今日诗歌：《发同谷县》《木皮岭》

旅行提示：建议自驾，途经陇蜀古道遗迹；广元城区可作中转休息点

现场问题：杜甫的山水诗从什么时候开始不再是“观赏风景”，而是“逃难道路”？

## Day 5 · 明月峡、昭化古城

今日主题：古道与交通遗存

今日地点：明月峡景区、昭化古城

推荐停留：1天

交通提示：明月峡和昭化古城相距较近，可安排在同一天；广元市区出发当日往返

今日诗歌：《水会渡》《五盘》

旅行提示：明月峡景区、昭化古城均可参观；实地感受蜀道栈道的残存格局

现场问题：明月峡的栈道和杜甫诗中写的“危途中”是什么关系？

## Day 6 · 剑门关

今日主题：天险与政治地理

今日地点：剑门关景区

推荐停留：1天

交通提示：广元至剑门关建议自驾或包车，车程约1.5小时；剑门关景区需爬山，建议穿舒适鞋子

今日诗歌：《剑门》

旅行提示：剑门关景区是成熟景区，需要爬山，建议预留充足体力；可结合《剑门》诗句理解“惟天有设险”

现场问题：剑门关的“政治地理”是什么意思？天险和杜甫的政治立场有什么关系？

## Day 7 · 成都草堂

今日主题：草堂终于成为现实

今日地点：杜甫草堂博物馆、武侯祠、锦里古街

推荐停留：2-3天

交通提示：成都公共交通便利；杜甫草堂博物馆位于西郊，可乘地铁+步行到达

今日诗歌：《成都府》《春夜喜雨》《茅屋为秋风所破歌》

旅行提示：杜甫草堂博物馆是必访之地，建议深度参观；武侯祠和锦里古街可作为晚间活动

现场问题：杜甫在草堂终于安定了，为什么还在写“安得广厦千万间”？

## 5. 12 天完整线

12天完整线：从长安到成都·12天

适合季节：春秋最佳；夏季注意关中和豫西高温；冬季注意陇南和蜀道山区天气

交通方式：高铁串联西安、洛阳、三门峡、天水、广元、成都；彭衙、羌村、东柯谷、同谷等点位建议包车或自驾

路线难度：较高

推荐人群：希望完整理解文章结构的人、安史之乱研究兴趣者、重度文化旅行者

路线性质：历史路线复原+诗歌阅读+多省转场

### Day 1 · 西安（长安）

今日主题：长安困守

今日地点：大雁塔、大明宫遗址公园、回坊

推荐停留：1-2天

交通提示：西安地铁便利；适合以西安为起点，用公共交通串联主要景点

今日诗歌：《奉赠韦左丞丈》《兵车行》《丽人行》

旅行提示：大雁塔、大明宫遗址公园、回坊；理解杜甫的困顿与盛唐繁华的关系

现场问题：杜甫在长安十年求官不得，他的诗歌里如何反映这种挫败感？

### Day 2 · 临潼、蒲城

今日主题：奉先探家

今日地点：华清宫、骊山、蒲城杜甫纪念馆

推荐停留：1天

交通提示：临潼和蒲城均在西安以东，可乘地铁至临潼，再转车至蒲城；建议自驾或包车

今日诗歌：《自京赴奉先县咏怀五百字》

旅行提示：华清宫、骊山、蒲城杜甫纪念馆；体验宫廷奢华与民间疾苦的强烈对照

现场问题：华清宫的奢华与杜甫家人的贫困之间是什么关系？这种对照如何进入他的诗？

### Day 3 · 白水、彭衙

今日主题：携家逃亡

今日地点：白水彭衙古道遗址

推荐停留：半天至1天

交通提示：白水彭衙故道需自驾或包车；建议从西安驱车前往，沿途感受山区地形

今日诗歌：《彭衙行》

旅行提示：白水彭衙故道，需自驾或包车；杜甫诗句“痴女饥咬我，啼畏虎狼闻”在此地有现场感

现场问题：彭衙行中的“痴女”是杜甫的女儿，这首诗如何把个人家庭悲剧写进历史叙事？

### Day 4 · 富县羌村

今日主题：劫后团聚

今日地点：富县羌村杜甫故居、羌村古镇

推荐停留：1天

交通提示：富县距西安约3小时车程，建议自驾或包车；羌村在富县郊外，需当地交通

今日诗歌：《羌村三首》《北征》

旅行提示：富县羌村杜甫故居、羌村古镇；羌村三首在此地写成，有实地参照

现场问题：“妻孥怪我在，惊定还拭泪”——杜甫回家时家人的反应为什么让他如此动容？

### Day 5 · 凤翔

今日主题：短暂入朝

今日地点：凤翔东湖、唐遗址公园

推荐停留：1天

交通提示：凤翔距西安高铁约1.5小时；东湖和唐遗址公园均在凤翔城区内

今日诗歌：《喜达行在所三首》《述怀》

旅行提示：凤翔东湖、唐遗址公园；这是杜甫唯一一次进入朝廷核心的经历

现场问题：杜甫的左拾遗当得很短，他的直谏和他看到的朝廷政治是什么关系？

## Day 6 · 洛阳、新安、石壕、潼关

今日主题：三吏三别

今日地点：石壕村杜甫纪念馆、三门峡周边遗址

推荐停留：2-3天

交通提示：这一段建议自驾或包车；四县距离较远，高铁可至洛阳和新安，潼关有高铁站

今日诗歌：《新安吏》《石壕吏》《潼关吏》《新婚别》《垂老别》《无家别》

旅行提示：石壕村有杜甫纪念馆；三门峡周边保存有古道和遗址；建议结合诗阅读现场

现场问题：三吏三别中普通人的名字叫什么？为什么这些人能被写进历史？

## Day 7 · 华州、天水

今日主题：离开庙堂

今日地点：华州城区、天水市区

推荐停留：1天

交通提示：华州高铁可达西安；建议华州短暂停留后，乘高铁或自驾前往天水

今日诗歌：《发华州》

旅行提示：华州高铁可达西安，转乘至天水；这是杜甫离开体制的节点

现场问题：杜甫从华州离开意味着什么？他的“庙堂理想”是彻底破灭还是转化了？

## Day 8 · 天水秦州

今日主题：秦州杂诗

今日地点：天水古城、麦积山石窟、南郭寺

推荐停留：1-2天

交通提示：适合以天水市区为基地，市内打车或公共交通结合步行；若延伸东柯谷、西枝村，建议单独安排半日或包车

今日诗歌：《秦州杂诗二十首》《月夜忆舍弟》《梦李白二首》

旅行提示：天水古城、麦积山石窟、南郭寺；秦州是杜甫创作密度最高的地方之一

现场问题：杜甫在秦州写得这么密集，三个月写了二十多首，他当时的处境是什么状态？

## Day 9 · 东柯谷、西枝村

今日主题：寻置草堂

今日地点：东柯谷、西枝村遗址

推荐停留：半天

交通提示：东柯谷距天水约30公里，需包车；西枝村需当地向导协助确认位置，建议与南郭寺安排在同一天

今日诗歌：《西枝村寻置草堂地》

旅行提示：南郭寺为成熟景区；东柯谷和西枝村属于文学寻访点；草堂梦第一次具体化但最终未能实现

现场问题：杜甫的草堂梦是从什么时候开始清晰的？赞公为什么重要？这次失败意味着什么？

## Day 10 · 成县同谷

今日主题：同谷困顿

今日地点：成县杜甫草堂遗址纪念馆、万丈潭

推荐停留：1天

交通提示：天水至成县建议自驾，车程约3-4小时；也可乘火车至陇南站后转车

今日诗歌：《乾元中寓居同谷县作歌七首》《万丈潭》《凤凰台》

旅行提示：成县杜甫草堂遗址纪念馆；万丈潭需包车前往郊外；杜甫在此地贫病交迫，是一生最低点

现场问题：杜甫以为同谷可以安居，为什么反而比秦州更困顿？他的身体状态是什么样子的？

## Day 11 · 广元、剑门

今日主题：入蜀古道

今日地点：明月峡景区、昭化古城、剑门关

推荐停留：1-2天

交通提示：成县至广元建议自驾，沿途可感受嘉陵江上游地形；广元至剑门关自驾约1.5小时

今日诗歌：《木皮岭》《白沙渡》《水会渡》《剑门》

旅行提示：明月峡、昭化古城、剑门关景区；建议分两天安排，先广元段，再剑门关  
现场问题：杜甫的山水诗从什么时候开始不再是“观赏风景”，而是“逃难道路”？剑门关的“政治地理”是什么意思？

## Day 12 · 成都

今日主题：成都草堂

今日地点：杜甫草堂博物馆、武侯祠、锦里古街

推荐停留：2-3天

交通提示：成都公共交通便利；杜甫草堂博物馆位于西郊，可乘地铁+步行到达；武侯祠和锦里古街可作为晚间活动

今日诗歌：《成都府》《堂成》《春夜喜雨》《茅屋为秋风所破歌》

旅行提示：杜甫草堂博物馆是必访之地，建议深度参观；武侯祠和锦里古街可作为晚间活动

现场问题：杜甫在草堂终于安定了，为什么还在写“安得广厦千万间”？他的终极关怀是什么？

## 6. 主题短线

### 长安奉先线

主题：主题阅读+短途文化旅游

天数：2-3天

适合人群：周末旅行者、城市文化游用户、想按主题分段理解杜甫的人

推荐季节：全年可拆分执行；户外寻访点春秋更佳

交通方式：以高铁城市节点+当地包车/打车为主

路线难度：低到中等

出行提醒：短线适合先建立理解框架，之后再补完整线

推荐路线：西安 → 临潼 → 蒲城

读诗：《奉赠韦左丞丈》《兵车行》《自京赴奉先县咏怀五百字》

旅行看点：大明宫遗址、华清宫、蒲城杜甫纪念馆

### 安史逃亡线

主题：主题阅读+短途文化旅游

天数：3-4天

适合人群：周末旅行者、城市文化游用户、想按主题分段理解杜甫的人

推荐季节：全年可拆分执行；户外寻访点春秋更佳

交通方式：以高铁城市节点+当地包车/打车为主

路线难度：低到中等

出行提醒：短线适合先建立理解框架，之后再补完整线

推荐路线：蒲城 → 白水 → 富县羌村

读诗：《彭衙行》《羌村三首》《北征》

旅行看点：白水彭衙古道、富县羌村杜甫故居

### 三吏三别线

主题：主题阅读+短途文化旅游

天数：3-4天

适合人群：周末旅行者、城市文化游用户、想按主题分段理解杜甫的人

推荐季节：全年可拆分执行；户外寻访点春秋更佳

交通方式：以高铁城市节点+当地包车/打车为主

路线难度：低到中等

出行提醒：短线适合先建立理解框架，之后再补完整线

推荐路线：洛阳 → 新安 → 石壕 → 潼关 → 华州

读诗：《新安吏》《石壕吏》《潼关吏》《新婚别》《垂老别》《无家别》

旅行看点：石壕村杜甫纪念馆、三门峡周边遗址

### 秦州入蜀线

主题：主题阅读+短途文化旅游

天数：5-7天

适合人群：周末旅行者、城市文化游用户、想按主题分段理解杜甫的人

推荐季节：全年可拆分执行；户外寻访点春秋更佳

交通方式：以高铁城市节点+当地包车/打车为主

路线难度：低到中等

出行提醒：短线适合先建立理解框架，之后再补完整线

推荐路线：天水 → 成县 → 广元 → 剑门关 → 成都

读诗：《秦州杂诗》《同谷七歌》《剑门》《成都府》

旅行看点：天水古城、剑门关景区、杜甫草堂博物馆

---

## 7. 西安 + 成都双城读诗线

---

路线名称：西安+成都双城读诗线

推荐天数：4-6天

适合人群：只想轻旅行、不想长途转场的人；第一次接触杜甫的人

推荐季节：全年可行，春秋体验更佳

交通方式：城市公共交通+高铁/飞机连接西安与成都

路线难度：低

路线性质：城市读诗+杜甫前后人生对照

特别说明：这不是文章中的完整历史路线，而是便于入门的轻量版本

西安看点：大明宫遗址公园、华清宫、骊山、陕西历史博物院。可结合《兵车行》《丽人行》《自京赴奉先县诵怀五百字》阅读。

成都看点：杜甫草堂、锦江、西峙雪山。可结合《春夜喜雨》《茅屋为秋风所破歌》《绝句》阅读。

---

## 8. 按地点读诗

### 长安（西安）

地点类型：成熟景区+历史对应点

今日地点：西安

地点主题：盛唐裂缝

文章意义：杜甫困守长安的十年，是求仕不得的十年，也是目睹盛唐繁华背后裂缝的十年。这段经历让他对社会不公有了一线亲身认知，为后来的现实主义诗歌埋下伏笔。

相关诗歌：《奉赠韦左丞丈二十二韵》《兵车行》《丽人行》

“骑驴十三载，旅食京华春”

旅行提示：大雁塔、大明宫遗址公园、回坊饮食

### 骊山（临潼）

地点类型：成熟景区

今日地点：临潼

地点主题：宫廷与民间

文章意义：骊山华清宫的奢华与路上民间的饥寒形成刺目对照，杜甫第一次在诗中并置了两个截然不同的世界。

相关诗歌：《自京赴奉先县咏怀五百字》（途经）

旅行提示：华清宫、骊山风景区

### 奉先（蒲城）

地点类型：历史对应点+文学寻访点

今日地点：蒲城

地点主题：现实主义转折点

文章意义：这是杜甫现实主义的真正起点。他把个人的家庭悲剧（幼子饿死）与社会的两极分化并置，突破了盛唐诗歌回避社会现实的传统。

相关诗歌：《自京赴奉先县咏怀五百字》

“朱门酒肉臭，路有冻死骨”

旅行提示：蒲城杜甫纪念馆、桥陵

### 白水（白水/彭衙）

地点类型：文学寻访点+考证提示点

今日地点：白水/彭衙

地点主题：安史逃亡起点

文章意义：杜甫从士人变成逃难的父亲。孩子的饥饿、山路的艰险——个体的苦难不再是士大夫诗歌中的隐喻，而成为诗歌直接的书写对象。

相关诗歌：《彭衙行》

“痴女饥咬我，啼畏虎狼闻”

旅行提示：白水彭衙古道遗址

### 彭衙（白水）

地点类型：文学寻访点+考证提示点

今日地点：白水

地点主题：逃难父亲

文章意义：杜甫从士人变成了逃难的父亲。孩子的饥饿、山路的艰险、虎狼的威胁——个体的苦难不再是士大夫诗歌中的隐喻，而成为诗歌直接的书写对象。

相关诗歌：《彭衙行》

“痴女饥咬我，啼畏虎狼闻”

旅行提示：彭衙故道

### 鄜州（富县）

地点类型：文学寻访点+历史对应点

今日地点：富县

地点主题：乱世家人

文章意义：杜甫家人的避难地，后来杜甫回家团聚。

旅行提示：富县

## 羌村（富县）

地点类型：文学寻访点+历史对应点

今日地点：富县

地点主题：劫后团聚

文章意义：乱离中的一次重逢。杜甫把家庭团聚写入诗中——乱世中的普通人也有他们的悲欢，而不是只有帝王将相才值得被记录。

相关诗歌：《羌村三首》《北征》

“妻孥怪我在，惊定还拭泪”

旅行提示：富县羌村杜甫故居、羌村古镇

## 沦陷长安（西安）

地点类型：历史对应点

今日地点：西安

地点主题：战乱见证者

文章意义：杜甫不再是旁观者，而是战乱的直接见证者。他把沦陷长安的绝望、城春草木的荒凉、国家破碎的切肤之痛写入诗中——“诗史”的第一次真正出现。

相关诗歌：《春望》《月夜》《哀江头》《悲陈陶》《悲青坂》

“国破山河在，城春草木深”

旅行提示：西安城墙、大明宫遗址

## 凤翔（凤翔）

地点类型：历史对应点

今日地点：凤翔

地点主题：短暂入朝

文章意义：杜甫短暂进入朝廷中心，很快因为直谏而受挫。这段经历让他看清了朝廷内部的政治现实，也为他后来彻底转向民间埋下了伏笔。

相关诗歌：《喜达行在所三首》《述怀》

“生还今日事，间道暂时人”

旅行提示：凤翔东湖、唐遗址公园

## 洛阳（洛阳）

地点类型：历史对应点+文学寻访点

今日地点：洛阳

地点主题：三吏三别起点

文章意义：三吏三别路线的起点。

旅行提示：龙门石窟、白马寺

## 新安（新安）

地点类型：历史对应点+文学寻访点

今日地点：新安

地点主题：征兵现场

文章意义：杜甫亲眼看到征兵场景，官吏抓走年轻男子，留下无助的家人。普通人成为历史记载的主角——这是杜甫“诗史”最重要的突破。

相关诗歌：《新安吏》

“客行新安道，喧呼闻点兵”

旅行提示：新安古城

## 石壕（石壕）

地点类型：历史对应点+文学寻访点

今日地点：石壕

地点主题：夜抓壮丁

文章意义：《石壕吏》是“诗史”最经典的代表：官吏是历史推动者，但杜甫的镜头对准的是被官吏带走的老翁和留在家中哭泣的老妇。一个“无名”的普通人因杜甫的诗而永恒。

相关诗歌：《石壕吏》

“暮投石壕村，有吏夜捉人”

旅行提示：石壕村杜甫纪念馆

## 潼关（潼关）

地点类型：历史对应点+文学寻访点

今日地点：潼关

地点主题：天险防御

文章意义：杜甫既写守关士兵的辛苦，也写潼关天险的地利——不是单纯的反战，也不是单纯的歌颂，而是记录战争中各个位置的普通人的真实处境。

相关诗歌：《潼关吏》

“士卒何草草，筑城潼关道”

旅行提示：潼关古城墙、黄河风陵渡

## 华州（华州）

地点类型：历史对应点

今日地点：华州

地点主题：庙堂理想终结

文章意义：杜甫从“致君尧舜上”的庙堂理想，转向漂泊流寓的现实人生。这是他人生和诗歌的根本转折点，离开华州后再未长期回到体制内。

相关诗歌：《发华州》《夏日叹》《夏夜叹》

旅行提示：华州高铁可达西安

## 秦州（天水）

地点类型：成熟景区+历史对应点

今日地点：天水

地点主题：草堂梦萌发

文章意义：杜甫第一次明确产生“草堂”构想——找一个安静的地方，以著书为生，不再过问朝廷是非。秦州是他从“庙堂”彻底转向“民间”的过渡期，也是创作密度最高的时期之一。

相关诗歌：《秦州杂诗二十首》《月夜忆舍弟》《梦李白二首》

“露从今夜白，月是故乡明”

旅行提示：天水古城、麦积山石窟、南郭寺

### 东柯谷（天水）

地点类型：文学寻访点+考证提示点

今日地点：天水

地点主题：草堂地寻觅

文章意义：杜甫在秦州时期，赞公和尚引导他寻找可以安居的地方（东柯谷/西枝村），草堂的概念第一次明确出现，但最终未能实现。这次失败为后来真正的成都草堂埋下了愿望。

相关诗歌：《西枝村寻置草堂地》

旅行提示：东柯谷距天水市区约30公里，需包车

### 西枝村（天水）

地点类型：文学寻访点+考证提示点

今日地点：天水

地点主题：草堂地寻觅

文章意义：与东柯谷一起，是杜甫草堂梦的第一次尝试，为成都草堂做铺垫。

相关诗歌：《西枝村寻置草堂地》

旅行提示：西枝村遗址

### 同谷（成县）

地点类型：成熟景区+文学寻访点

今日地点：成县

地点主题：理想居所破灭

文章意义：同谷是杜甫一生中最困顿的时期之一：贫病交迫，居无定所，理想居所再次破灭。他把个人的绝境写进诗里，但即便在这种处境下，他仍然在写作——绝境成就了更深沉的诗歌。

相关诗歌：《乾元中寓居同谷县作歌七首》《万丈潭》《凤凰台》《发同谷县》

“奈何迫物累，一岁四行役”

旅行提示：成县杜甫草堂遗址纪念馆、万丈潭

## 广元（广元/明月峡）

地点类型：成熟景区+古道寻访

今日地点：广元/明月峡

地点主题：嘉陵江与陇蜀道

文章意义：杜甫携家沿嘉陵江上游入蜀，山水诗风从此改变——山水不再是文人观赏的对象，而成为逃难道路上的障碍和见证。

相关诗歌：《木皮岭》《白沙渡》《水会渡》《五盘》

旅行提示：明月峡景区、昭化古城

## 剑门（剑门关）

地点类型：成熟景区

今日地点：剑门关

地点主题：天险入蜀

文章意义：剑门关是蜀道最险要处，也是杜甫入蜀的标志性路段。山水诗不再是闲适的审美对象，而是逃难路线上的真实艰险——自然与政治在此合一。

相关诗歌：《剑门》

“惟天有设险，剑门天下壮”

旅行提示：剑门关景区（需爬山，建议舒适鞋子）

## 成都草堂（成都）

地点类型：成熟景区

今日地点：成都

地点主题：草堂建成

文章意义：草堂是杜甫一生中难得的安定时期，但他并未停止写作和思考——《茅屋为秋风所破歌》中“安得广厦千万间”把个人困境与天下寒士的命运相连，完成了从个人到社会的终极关怀。

相关诗歌：《成都府》《堂成》《春夜喜雨》《茅屋为秋风所破歌》

“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”

旅行提示：杜甫草堂博物馆、武侯祠、锦里古街

## 9. 按阶段读诗

### 长安奉先（1首）

从长安困守到奉先探家，杜甫开始把个人贯困、家庭饥寒与国家危机写入同一首诗。

《自京赴奉先县咏怀五百字》

 奉先/蒲城 | 755 | 现实主义转折

“朱门酒肉臭，路有冻死骨”

杜甫现实主义的真正起点

### 安史逃亡（1首）

安史之乱爆发后，杜甫挽家逃难，诗歌进入饥饿、泥流、恐惧与父亲经验。

《彭衙行》

 白水/彭衙 | 756 | 安史逃亡

“痴女饥咬我，啼畏虎狼闻”

杜甫从士人变成逃难的父亲

### 沦陷长安（5首）

长安陷落后，杜甫在废都中书写国破、宫苑荒凉、战场惨残与亲人离散。

《春望》

 沦陷长安 | 756/757 | 战乱见证

“国破山河在，城春草木深”

诗史的第一次真正出现

### 《月夜》

 沦陷长安 | 756/757 | 战乱见证

“今夜鄜州月，闺中只独看”

沦陷长安期间望月思家

### 《哀江头》

 沦陷长安 | 756/757 | 战乱见证

“明眸皓齿今何在，血污游魂归不得”

安史沦陷长安的千古一曲，与《春望》《月夜》并列为沦陷时期代表作

### 《悲陈陶》

 沦陷长安 | 756 | 战乱见证

“孟冬十郡良家子，血作陈陶泽中水”

756年陈陶斜战役官军大败，杜甫痛陈伤亡，是其最直接的战争见证诗

### 《悲青坂》

 沦陷长安 | 756 | 战乱见证

“我军青坂在东门，天寒及此投其村”

与《悲陈陶》姐妹篇，同咏官军陈陶斜败绩

## 凤翔羌村（4首）

从凤翔行在到羌村探家，杜甫短暂进入朝廷，又在家庭重连中感受乱世余震。

### 《羌村三首》

 富县羌村 | 757 | 劫后团聚

“妻孥怪我在，惊定还拭泪”

乱离中的家庭重逢

### 《喜达行在所三首》

 凤翔 | 757 | 短暂入朝

“喜心翻倒极，呜咽泪沾巾”

杜甫逃至凤翔肃宗行在所后的狂喜与感恩，标志着杜甫正式进入朝廷核心

### 《述怀》

 凤翔 | 757 | 短暂入朝

“去年潼关破，妻子隔绝久”

757年杜甫在凤翔向肃宗陈情，表达忠君与家国之痛的复杂心境

### 《北征》

 富县羌村 | 757 | 劫后团聚

“经年至茅屋，妻子衣百结”

757年杜甫自凤翔北归郾州羌村所作，与《羌村三首》同为劫后团聚主题的完整记录

## 三合三别（6首）

普通百姓成为诗歌中心，征兵、抓丁、新婚别离与无家可归共同构成杜甫的诗史现场。

### 《石壕吏》

 石壕 | 758/759 | 诗史成型

“暮投石壕村，有吏夜捉人”

诗史最经典的代表之一

### 《新安吏》

 新安 | 758/759 | 诗史成型

“客行新安道，喧呼闻点兵”

三吏之一，杜甫在从洛阳往新安途中目睹征兵现场

### 《潼关吏》

 潼关 | 758/759 | 诗史成型

“请问潼关吏，修关还备胡”

三吏之一，潼关天险防御纪实

### 《新婚别》

 洛阳 | 758/759 | 诗史成型

“暮婚晨告别，无乃太匆忙”

三别之一，新婚夫妻晨别，以女子口吻控诉战争对普通家庭的摧毁

### 《垂老别》

 洛阳 | 758/759 | 诗史成型

“四郊未宁静，垂老不得安”

三别之一，老翁被征入伍，与子孙诀别，是杜甫笔下最悲怆的别离诗

### 《无家别》

 洛阳 | 758/759 | 诗史成型

“家乡既荡尽，远近理亦齐”

三别之一，败兵归来，家乡已无亲人可别，是诗史中最绝望的一首

## 秦州同谷（8首）

从华州失意到秦州求居、同谷困顿，杜甫开始从康堂理想走向草堂人生。

### 《秦州杂诗二十首》

 秦州/天水 | 759 | 草堂梦萌发

“露从今夜白，月是故乡明”

创作密度最高的时期之一


### 《月夜忆舍弟》

 秦州/天水 | 759 | 草堂梦萌发

“露从今夜白，月是故乡明”

秦州怀人诗代表作

### 《乾元中寓居同谷县作歌七首》

 同谷/成县 | 759 | 理想居所破灭

“奈何迫物累，一岁四行役”

杜甫一生最困顿的时期之一

### 《梦李白二首》

 秦州/天水 | 759 | 草堂梦萌发

“落月满屋梁，犹疑照颜色”

秦州流寓期间杜甫梦李白而作，与《月夜忆舍弟》并列为秦州怀人诗巅峰

### 《发华州》

 华州 | 759 | 庙堂理想终结

“夏时桑瓦枚，春花农亩亩”

759年杜甫离开华州司功参军任，西行秦州的告别诗，标志着庙堂理想彻底终结

### 《西枝村寻置草堂地》

 西枝村 | 759 | 草堂梦萌发

“明浸透中边，终夜扬挹水”

赞公和尚带杜甫寻觅草堂地，西枝村是成都草堂的第一次具体规划

### 《万丈潭》

 同谷/成县 | 759 | 理想居所破灭

“神疑竭处多，奇滩迹如刻”

同谷纪游诗，描写万丈潭自然奇景，是杜甫山水诗的代表作之一

### 《凤凰台》

 同谷/成县 | 759 | 理想居所破灭

“亭亭凤凰台，北对西康州”

同谷登山纪游，与《万丈潭》并列为杜甫在同谷自然诗的双璧

## 陇屋入屋（5首）

在木皮山、白沙渡、水会渡、五盘、剑门之间，山水不再只是风景，而是逃难与求生之路。

### 《剑门》

 剑门关 | 759 | 天险入蜀

“惟天有设险，剑门天下壮”

山水不再是风景而是逃难道路

### 《木皮岭》

 广元/明月峡 | 759 | 天险入蜀

“始知五岳外，别有他山尊”

陇蜀道入蜀纪行诗第一首，嘉陵江上游，木皮岭是其第一道险关

《白沙渡》

 广元/明月峡 | 759 | 天险入蜀

“水清石凿凿，潮满舟横横”

白沙渡为陇蜀道嘉陵江重要渡口，杜甫纪行诗之一

《水会渡》

 广元/明月峡 | 759 | 天险入蜀

“霜严水会急，天色赤如赭”

水会渡为陇蜀道嘉陵江渡口纪实，山水已不再是风景而是逃难道路

《五盘》

 广元/明月峡 | 759 | 天险入蜀


五盘东指桂林去，步步青山踏遍难

五盘为陇蜀道节点，五盘岭是入蜀途中重要山岭

成都草堂（2首）

成都草堂带来阶段性安顿，但杜甫的忧国、贯病与广屋之愿仍在继续。

《成都府》

 成都草堂 | 759/760 | 草堂建成

抵达成都的第一首诗

《茅屋为秋风所破歌》

“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”

从个人困境到天下寒士的终极关怀

## 10. 旅行实用提醒

- 交通：完整线跨陕西、河南、甘肃、四川，建议分段或自驾/包车结合高铁。
- 季节：春秋优先；夏季注意高温；冬季注意山区天气与体力。
- 体力：秦州—同谷—剑门段地形复杂，建议留弹性时间。
- 阅读：每处精读一两首诗即可，不必把旅行变成背诵清单。
- 现场：很多地点不是标准景区，重要的是把诗句、地形、历史事件叠在一起理解。
- 根实：开放时间、交通、住宿、景区政策、道路情况出发前需重新确认。

## 11. 来源与边界说明

本手册基于《三联生活周刊》2025年第40期封面故事《乱离途中，杜甫何以成为“杜甫”？》的阅读检理、路线重构与文旅路线设计，不转载原文。

页面与手册引用杜甫诗句仅作导览、赏析与地点关联使用。

唐代地名与今日地点存在不同程度的考证差异。

文旅路线为文化旅行规划建议，不包含实时交通、票价、开放时间或住宿信息。

部分地点属于文学寻访点或历史对应点，不一定是成熟景区。