

忘我

你的心不是"在"自己的心的过程里，在感情、情绪、思维里找到美；而只是"通过"感觉、情绪、思维找到美。美对于你的心，你的"美感"是客观的对象和存在。你如果要进一步认识她，你可以分析她的结构、形象、组成的各部分，得出"和谐"的规律、"节奏"的规律、表现的内容、丰富的启示，而不必顾到你心的活动，你越能忘掉自我，忘掉你自己的情绪波动，思维起伏，你就越能够"涤荡万物，牢笼百态"，你就会像一面镜子，像托尔斯泰那样，照见了一个世界，丰富了自己，也丰富了文化。「所谓空灵，艺术心灵的诞生，在人生忘我的那一刹那，即美学上所谓的"静照"」

静照的起点在于空诸一切，心无挂念，和事物暂时隔绝，这时一点觉心，静观万物，万象如在镜中，光明莹洁，各得其所，呈现着它们各自的充实的、内在的、自由的生命，所谓万物静观皆自得。「能空能舍，而后能深能实」

形象化

你的心要具体地表现在形象里，那时旁人会看见你心灵的美，你自己也才真正的切实地具体地发现你心里的美

这节奏，这旋律，这和谐等等，它们是离不开生命的表现，它们不是死的机械的空洞形式，而是具有丰富内容，有表现、有深刻意义的具体形象。

一个造出新节奏的人，就是一个拓展了我们的情感并使它更为高明的人 — 艾里略

形象不是形式，而是形式和内容的统一，形式中每一个点、线、色、形、音、韵，都表现着内容的意义、情感、价值。

寻美

仰观宇宙之大，俯察品类之盛，所以游目骋怀，足以极视听之娱，信可乐也 — 王羲之

一朵微小的花对于我可以唤起不能用眼泪表达出的那样深的思想 — 华兹沃斯

达到这样的，深入的美感，发现这样深度的美，是在要主观心理方面具有条件和准备的。我们的感情要经过一番洗涤。我们要把整个情绪和思想改造一下，移动了方向，才能面对美的形象，把美如实地和深入地反应到心里，再把它放射出去，凭借物质创造形象给表达出来，才成为艺术。「移我情」

通过美感来摄取美，而不是美感的主观的心理活动自身。就像物质的内部结构和规律是抽象思维所摄取的，但是自身却不是抽象思维而是具体事物。所以专在心内搜寻是达不到美的踪迹的。美的踪迹要到自然、人生、社会的具体形象里去找。

创造美

诗并不像大家所想那样，徒是情感，而是经验。

- 单要写一句诗，我们得要观察过许多城许多人许多物。（记忆）
- 可单有记忆犹未足，还要能够忘记它们，当它们太拥挤的时候，还要有很大的忍耐去期待它们回来（融入自身）

因为回忆本身还不是这个，必要等到它们变成我们的血液、眼色和姿势了，等到它们没有了名字而且不能别于我们自己了，那么，然后可以希望在极难得的顷刻，在它们当中伸出一句诗的头一个字来。