

国学启蒙

诗词欣赏

中国古典

中国传统
文化
读本

中国古典诗词是我国千百年
灿烂文化中的精华，那富有民族
性精华的古典诗词，在今天仍然
有着无可比拟的美感教育作用。

《中国古典诗词欣赏》分唐诗和
宋词两部分。唐诗是以传统的《

千家诗》为蓝本重新编选，所选

诗词歌大都通俗浅显、易读易懂

中国国学文化艺术中心 编著



河北出版传媒集团公司
河北少年儿童出版社

【中国古典诗词欣赏】

中国古典诗词是我国千百年灿烂文化中的精华，那富有民族性精华的古典诗词，在今天仍然有着无可比拟的美感教育作用。

《中国古典诗词欣赏》分唐诗和宋词两部分。唐诗是以传统的《千家诗》为蓝本重新编选，所选择诗歌大都通俗浅显、易读易诵；宋词部分选取了不同流派、不同风格的具有代表性的作品，既有苏轼那种大江东去的豪放，也有柳永那种杨柳岸晓风残月的婉约，每一首诗词都是诗人的一种生命体验，也是他们对美好生活的向往。

本书所选诗词，脍炙人口、诗意浓郁，有利于对青少年进行语言、情感、美学的熏陶。



图书在版编目(CIP)数据

中国古典诗词欣赏 / 中国国学文化艺术中心编写. —石家庄:
河北少年儿童出版社, 2011.1

(中国传统文化读本)

ISBN 978-7-5376-3952-1

I. ①中… II. ①中… III. ①唐诗—文学欣赏—青少年读物
②宋词—文学欣赏—青少年读物 IV. ①I207.22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 248233 号

中国传统文化读本

中国古典诗词欣赏

中国国学文化艺术中心 编写

责任编辑:孟玉梅 邵素贤 郭璞 戴扬

装帧设计:张佳磊

出版:河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社

地址:石家庄市中华南大街 172 号 邮政编码:050051

发行:新华书店

印刷:北京市艺辉印刷有限公司 电话:(010)89481861

版次:2011 年 7 月第 1 版

印次:2011 年 7 月第 1 次印刷

规格:787×1092 1/16

印张:9.625

字数:145 千

书号:ISBN 978-7-5376-3952-1

定价:22.80 元

(本书如有印装问题,请寄回印刷厂调换)

前言

南北朝时期的大学问家颜之推在《颜氏家训·勉学》篇里不无感慨地说：我7岁的时候，背诵《灵光殿赋》，直到今天，每隔10年温习一次，仍然烂熟于心。20岁以后所背诵的经书，只要一个月不温习，就全不记得了。

这是为什么呢？颜之推指出：人在幼小的时候，精神专注敏锐，长大成人以后，思想容易分散。因此，对孩子要及早教育，不可坐失良机。

现代科学研究也证明这一事实：人在青少年时期，记忆能力最强。现代社会瞬息万变，知识门类众多，但不管怎样，总有一些最基本的文化知识需要我们硬记下来。学习和记忆这些知识的黄金时期，便是青少年时代，尤其是13岁之前。

中国传统的蒙学教育非常重视在学童启蒙阶段的诵读训练。传统的启蒙教材有所谓的“三百千千”，即《三字经》、《百家姓》、《千字文》和《千家诗》，这些诗都是用韵文写的，实际上是押韵的诗歌，小孩子念起来朗朗上口，便于记忆。认得较多的字后，便开始学习“四书”，即《大学》、《中庸》、《论语》和《孟子》。这四种书是儒家最基本的典籍，是儒家圣人对为人处世基本原则的集中论述，对了解中国传统文化至关重要。这些书的内容不要求学生能理解，但必须硬背下来，因为少年儿童理解能力有限，而经书的内容又相对深奥，不妨先让小孩子背下来，等长大了也就自然明白了。

旧时私塾儿童背书，有“背带书”、“背理书”、“背年书”、“挑书”之说。小孩子刚开始读这些书时，普通资质的，每天背两三行就可以了，若是聪明一些的或者年纪再大一些的，可以酌量增加。第二天要求背诵头天学过的内容，如果背不出来就让他接着读。每天都要检查前些天所学内容的背诵情况，这叫“背带书”；以前背过的整本书，也要随时抽背，这叫“背理书”；一年终了，要让小孩子将一年所学过的通背一遍，这叫“背年书”。如果背不出来，就要重读，直到准确无误地背出来为止。对于已经背过的书，还要时不时抽取其中的一句，让小朋友背上下文，这叫“挑书”。只有这样，才能让小孩子把书背得滚瓜烂熟。

这种蒙学教育固然有其片面性,但从某些方面来说,又恰恰是最科学的。因为人类的知识大抵分为两种,一种是理解性的,一种是记忆性的。掌握偏记忆性的知识,唯一的方法是硬背。背书要练童子功,宜早不宜迟。过了青少年时代再来补课,就会事倍功半。况且旧时私塾所提倡的“背带书”、“背理书”、“背年书”、“挑书”等一系列背书方法,是多少代人的经验总结,与科学记忆方法正相吻合。

传统蒙学重视诵读,实际是强调“书读百遍,其义自见”。宋代的儒家大师朱熹就说过,读诗唯一的正确方法就是“涵泳”,也就是反复诵读,读得烂熟了,慢慢地有所体会,这种体会才会在心灵里扎根。传统蒙学并不是不要理解,而是提倡潜移默化地理解,在诵读的过程中,得到文化熏陶。孔子说“诗可以兴”,也是说在诵读诗歌的时候,内心油然而生发美好的情感。

传统蒙学是在恰当的年龄,用最有效的方法,教育青少年学习文化知识。对于我们今天的德育教育和语文教育,很有借鉴意义。为了让青少年能系统接受传统文化教育,循序渐进地诵读和学习中国文化的优秀典籍,真正成为有文化,有教养的中国人,在众多的教育专家、学者和机构的支持下,我们精心编写了这套《中国传统文化读本》。

《中国传统文化读本》在高度重视传统蒙学教育成功经验的同时,力求融进现代教育观念。本书在编写规划方面选择了以《弟子规》、《三字经》为代表的传统蒙学读本;以《声律启蒙》、《中国古典诗词欣赏》为代表的诗歌美育读本;以《论语》、《孟子》、《孙子兵法》为代表的国学经典读本。在内容编制方面,按学生年龄特点开设中国传统历法与节日、中医与儿童保健、中华民俗文化欣赏、中国传统音乐欣赏、中国书法艺术欣赏、中国绘画艺术欣赏、中国古建筑美学欣赏等学习模块。《中国传统文化读本》把国学教育、中国传统文化研修和诗词美学欣赏三大体系有机地融为一体,并独立成为完整教学序列。

本书作为一套相对系统的中国传统文化读本,在编写当中可能会有不尽如人意之处,敬请读者多多指教。

编者按

中华民族悠久的传统文化中,经典古籍为其核心,并以之为载体传承着中华民族的崇高精神和优良美德。其中有“天下为公”的理念;“位卑未敢忘忧国”的精神;“先天下之忧而忧,后天下之乐而乐”的胸怀;“宁为玉碎,不为瓦全”的风骨;“富贵不能淫,贫贱不能移,威武不能屈”的操守;“己欲立而立人,己欲达而达人”、“己所不欲,勿施于人”的原则;“天行健,君子以自强不息”的意志;“地势坤,君子以厚德载物”的雅量;“无为而无不为”的智慧;“见贤思齐”、“无欲则刚”的境界;“高山流水”般的友谊等。中国传统文化对当今社会仍具有重要的“固本”作用,应该以中华传统文化的学习来实现幼儿养性、蒙童养正、少年养志、成人养德;同时,我们应该深刻认识到,普及以国学思想为代表的中国传统文化教育,这将对提高我国软实力和国际竞争力带来深远的影响,亦将是我们民族复兴与经济腾飞的坚实基础和原动力。

进入 21 世纪,我们的世界虽然未爆发大规模的战争,但是不同宗教信仰的矛盾、种族之间的矛盾、国家之间的矛盾、人与自然之间的矛盾愈显尖锐。作为世界历史上四大文明古国唯一尚存的国家——中国,文化传承几千年绵延不断仍然弘扬光大至今,中华民族依然能够屹立于世界民族之林,其中必然有其深层的哲学基础和文化诉求。2007 年课题启动之初,来华洽商合作的加拿大温哥华教育局劳斯先生与我们见面时的第一句话犹在耳畔:“我们非常钦佩中华民族,你们是世界上第一个建立公平的公仆选拔制度(科举)的国家,而且中华民族数次被外族入侵和占领,但是最后外族的文化完全被汉文化同化和湮灭,这足以证明文化的力量。”劳斯先生的话可以说代表了大多数对中国传统文化有一定认识的外国人对于中国文化的态度。其实早在 1988 年,75 位诺贝尔奖获得者就在巴黎发表共同宣言:

“如果人类要在 21 世纪生存下去，必须回到 2500 年前去汲取孔子的智慧！”

21 世纪第一个十年已经过去，我们应该认真反思一下国人对待中国传统文化的认识和态度，这很有可能帮助我们解决目前面临的许多实际问题。例如孟子提出的性善论，他把人性设计为“四心”，即恻隐之心、恭敬之心、辞让之心和是非之心。若我们从小教化孩子有恻隐之心，是否就不会出现那么多恶性校园暴力事件？成人有恭敬之心，是否有助于团队执行力的提升？朋友、同事、家人之间有辞让之心，是否有助于和谐社会的营建？民族有是非之心，是不是能让我们团结一致而奋勇向前？

此书作为国内首套成体系的幼儿及基础教育阶段传统文化教育普及读本，是“十一五”教育部规划课题国学教育专项研究的重要成果之一。课题组在众多专家的指导下，对中国传统文化在幼儿及基础教育阶段的课程目标、课程规划、专业教材、师资培训标准、教学教科研指导、课题实验校管理等多个环节做了深入研究和科学实验。

中国古典诗词是我国千百年灿烂文化中的精华，那富有民族性精华的古典诗词，在今天仍然有着无可比拟的美感教育作用。《中国古典诗词欣赏》分唐诗和宋词两部分。唐诗是以传统的《千家诗》为蓝本重新编选，所选择诗歌大都通俗浅显、易读易诵；宋词部分选取了不同流派、不同风格的具有代表性的作品，既有苏轼那种“大江东去”的豪放，也有柳永那种“杨柳岸、晓风残月”的婉约，每一首诗词都是诗人的一种生命体验，也是他们对美好生活的向往。本书所选诗词，脍炙人口、诗意浓郁，有利于对青少年进行语言、情感、美学的熏陶。

在本书的编写过程中，郭福昌（原国家教委专职委员、国家副总督学）、郑增仪（教育部基础教育司原副司长）、滕纯（中国教育科学研究所原副所长）、柳芳（中央教育科学研究所副研究员）、普颖华（首都师范大学教授）等有关专家给予了热心指导。此外，徐俊德、迟鹏巨、曾少雄、喻

晓峰、唐元溟、唐元黔、佟明晶、晋显富、赵建国、董景新、赵竞中、姜连生、李晓林、刘博新、律金华、唐夏、冯剑飞、刘厚蝶、肖峰旭、杨惕若、李辉、卢文超等各界人士也都给予了大力支持,在此一并感谢!

中国国学文化艺术中心秘书长

张健

2011年6月

目录

《中国古典诗词欣赏》是怎样一本书	1
第一节 登鹳雀楼 (唐·王之涣)	2
第二节 宿建德江 (唐·孟浩然)	3
第三节 江雪 (唐·柳宗元)	4
第四节 登乐游原 (唐·李商隐)	5
第五节 春晓 (唐·孟浩然)	6
第六节 寻隐者不遇 (唐·贾岛)	7
第七节 夏日绝句 (宋·李清照)	8
第八节 锄禾 (唐·李绅)	9
第九节 鹿柴 (唐·王维)	10
第十节 塞下曲 (唐·卢纶)	11
第十一节 静夜思 (唐·李白)	12
第十二节 悯农 (唐·李绅)	13
第十三节 池上 (唐·白居易)	14
第十四节 江上渔者 (宋·范仲淹)	15
第十五节 绝句 (唐·杜甫)	16
第十六节 风 (唐·李峤)	17
第十七节 竹里馆 (唐·王维)	18
第十八节 山中送别 (唐·王维)	19
第十九节 相思 (唐·王维)	20
第二十节 杂诗 (唐·王维)	21
第二十一节 终南望余雪 (唐·祖咏)	22
第二十二节 八阵图 (唐·杜甫)	23
第二十三节 送灵澈上人 (唐·刘长卿)	24

第二十四节	弹琴 (唐·刘长卿)	25
第二十五节	易水送别 (唐·骆宾王)	26
第二十六节	春夜喜雨 (唐·杜甫)	27
第二十七节	临洞庭(望洞庭赠张丞相) (唐·孟浩然)	28
第二十八节	赋得古原草送别 (唐·白居易)	29
第二十九节	送杜少府之任蜀州 (唐·王勃)	30
第三十节	春望 (唐·杜甫)	31
第三十一节	使至塞上 (唐·王维)	32
第三十二节	野望 (唐·王绩)	33
第三十三节	次北固山下 (唐·王湾)	34
第三十四节	望月怀远 (唐·张九龄)	35
第三十五节	在狱咏蝉 (唐·骆宾王)	36
第三十六节	题破山寺后禅院 (唐·常建)	37
第三十七节	送友人 (唐·李白)	38
第三十八节	夜泊牛渚怀古 (唐·李白)	39
第三十九节	山居秋暝 (唐·王维)	40
第四十节	过故人庄 (唐·孟浩然)	41
第四十一节	早寒有怀 (唐·孟浩然)	42
第四十二节	渡荆门送别 (唐·李白)	43
第四十三节	旅夜书怀 (唐·杜甫)	44
第四十四节	登岳阳楼 (唐·杜甫)	45
第四十五节	终南山 (唐·王维)	46
第四十六节	汉江临眺 (唐·王维)	47
第四十七节	终南别业 (唐·王维)	48
第四十八节	与诸子登岷山 (唐·孟浩然)	49
第四十九节	送李中丞归汉阳别业 (唐·刘长卿)	50
第五十节	赋得暮雨送李胄 (唐·韦应物)	51
第五十一节	黄鹤楼送孟浩然之广陵 (唐·李白)	52
第五十二节	望天门山 (唐·李白)	53

第五十三节	咏柳 (唐·贺知章)	54
第五十四节	送元二使安西 (唐·王维)	55
第五十五节	早发白帝城 (唐·李白)	56
第五十六节	出塞 (唐·王昌龄)	57
第五十七节	九月九日忆山东兄弟 (唐·王维)	58
第五十八节	枫桥夜泊 (唐·张继)	59
第五十九节	凉州词 (唐·王之涣)	60
第六十节	芙蓉楼送辛渐 (唐·王昌龄)	61
第六十一节	别董大 (唐·高适)	62
第六十二节	望庐山瀑布 (唐·李白)	63
第六十三节	绝句 (唐·杜甫)	64
第六十四节	清明 (唐·杜牧)	65
第六十五节	江南春 (唐·杜牧)	66
第六十六节	赠汪伦 (唐·李白)	67
第六十七节	浪淘沙 (唐·刘禹锡)	68
第六十八节	望洞庭 (唐·刘禹锡)	69
第六十九节	山行 (唐·杜牧)	70
第七十节	泊船瓜洲 (宋·王安石)	71
第七十一节	饮湖上初晴后雨 (宋·苏轼)	72
第七十二节	六月二十七日望湖楼醉书 (宋·苏轼)	73
第七十三节	题西林壁 (宋·苏轼)	74
第七十四节	示儿 (宋·陆游)	75
第七十五节	秋夜将晓出篱门迎凉有感 (宋·陆游)	76
第七十六节	黄鹤楼 (唐·崔颢)	77
第七十七节	登金陵凤凰台 (唐·李白)	78
第七十八节	蜀相 (唐·杜甫)	79
第七十九节	客至 (唐·杜甫)	80
第八十节	闻官军收河南河北 (唐·杜甫)	81
第八十一节	登高 (唐·杜甫)	82

- 第八十二节 咏怀古迹 其一 (唐·杜甫) 83
- 第八十三节 长沙过贾谊宅 (唐·刘长卿) 84
- 第八十四节 西塞山怀古 (唐·刘禹锡) 85
- 第八十五节 锦瑟 (唐·李商隐) 86
- 第八十六节 苏武庙 (唐·温庭筠) 87
- 第八十七节 望蓟门 (唐·祖咏) 88
- 第八十八节 九日登望仙台呈刘明府 (唐·崔曙) 89
- 第八十九节 和贾舍人早朝 (唐·岑参) 90
- 第九十节 送李少府贬峡中王少府贬长沙 (唐·高适) 91
- 第九十一节 左迁至蓝关示侄孙湘 (唐·韩愈) 92
- 第九十二节 晚次鄂州 (唐·卢纶) 93
- 第九十三节 登柳州城楼寄漳汀封连四州刺史 (唐·柳宗元) ... 94
- 第九十四节 遣悲怀 其一 (唐·元稹) 95
- 第九十五节 山园小梅 (宋·林逋) 96
- 第九十六节 自夏口至鸚鹄洲夕望岳阳寄元中丞 (唐·刘长卿) ... 97
- 第九十七节 寄李儋元锡 (唐·韦应物) 98
- 第九十八节 行经华阴 (唐·崔颢) 99
- 第九十九节 送魏万之京 (唐·李颀) 100
- 第一〇〇节 利洲南渡 (唐·温庭筠) 101
- 第一〇一节 菩萨蛮 (唐·无名氏) 102
- 第一〇二节 虞美人 (南唐·李煜) 103
- 第一〇三节 相见欢 (南唐·李煜) 104
- 第一〇四节 雨霖铃 (宋·柳永) 105
- 第一〇五节 八声甘州 (宋·柳永) 107
- 第一〇六节 天仙子 (宋·张先) 109
- 第一〇七节 渔家傲 (宋·范仲淹) 111
- 第一〇八节 破阵子 (宋·晏殊) 112
- 第一〇九节 浣溪沙 (宋·晏殊) 113

第一一〇节	玉楼春 (宋·宋祁)	114
第一一一节	采桑子 (宋·欧阳修)	115
第一一二节	踏莎行 (宋·欧阳修)	116
第一一三节	渔家傲 (宋·王安石)	117
第一一四节	念奴娇 赤壁怀古 (宋·苏轼)	118
第一一五节	水调歌头 (宋·苏轼)	120
第一一六节	定风波 (宋·苏轼)	122
第一一七节	临江仙 (宋·晏几道)	123
第一一八节	清平乐 (宋·黄庭坚)	124
第一一九节	踏莎行 (宋·秦观)	125
第一二〇节	天门谣 登采石峨眉亭 (宋·贺铸)	126
第一二一节	西河 金陵怀古 (宋·周邦彦)	127
第一二二节	醉花阴 (宋·李清照)	129
第一二三节	如梦令 (宋·李清照)	130
第一二四节	满江红 (宋·岳飞)	131
第一二五节	卜算子 咏梅 (宋·陆游)	133
第一二六节	霜天晓角 梅 (宋·范成大)	134
第一二七节	六州歌头 (宋·张孝祥)	135
第一二八节	西江月 夜行黄沙道中 (宋·辛弃疾)	137
第一二九节	永遇乐 京口北固亭怀古 (宋·辛弃疾)	138
第一三〇节	清平乐 (宋·张炎)	140

《中国古典诗词欣赏》是怎样一本书

中国古典诗词是我国千百年灿烂文化中的精华，那富有民族性精华的古典诗词，在今天仍然有着无可比拟的美感教育作用。

《中国古典诗词欣赏》分唐诗和宋词两部分。唐诗是以传统的《千家诗》为蓝本重新编选，所选诗歌大都通俗浅显、易读易诵；宋词部分选取了不同流派、不同风格的具有代表性的作品，既有苏轼那种“大江东去”的豪放，也有柳永那种“杨柳岸、晓风残月”的婉约。每一首诗词都是诗人的一种生命体验，也是他们对美好生活的向往。

本书所选诗词，脍炙人口、诗意浓郁，有利于对青少年进行语言、情感、美学的熏陶。



第一节

dēng guàn què lóu 登 鹤 雀 楼^①

táng wáng zhī huàn
唐·王之涣

bái rì yī shān jìn huáng hé rù hǎi liú 。
白 日 依^② 山 尽 ， 黄 河 入 海 流 。

yù qióng qiān lǐ mù gèng shàng yī céng lóu 。
欲 穷^③ 千 里 目 ， 更^④ 上 一 层 楼 。

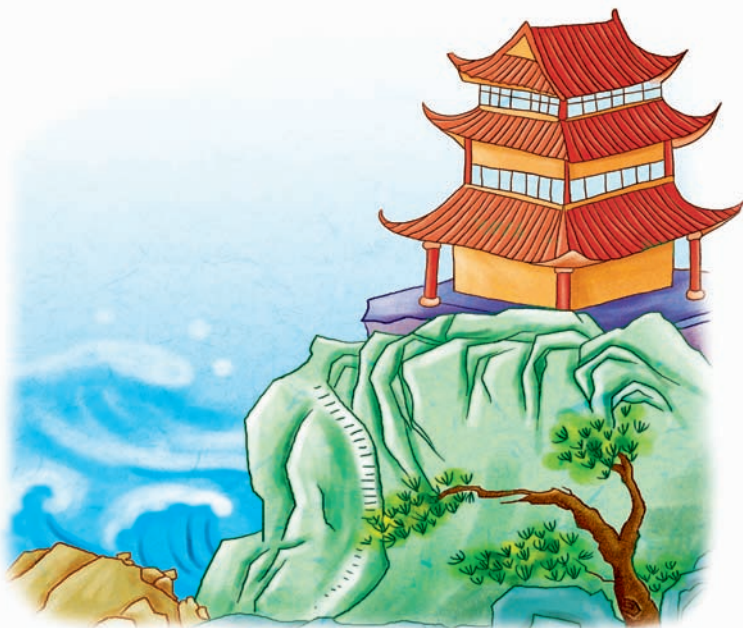
译 解

①鹤雀楼:旧址在蒲州(今山西省永济)城西南。楼有三层,因常有鹤雀前来栖息而得名,为唐代的游览胜地。②依:依靠,靠着。③欲穷:想要用尽,含有假设的意思。④更:再,继续。

太阳沿着高山缓缓落下,黄河滚滚流向大海。要想看到更远处的风景,就得再登上一层楼。

导 读

这首诗不仅描绘了祖国的壮丽山河,而且写出了诗人登高远望的情怀。诗人通过描写登楼后看到的自然景物,表达了宏远的抱负和博大的胸襟。“欲穷千里目,更上一层楼”为千古流传的名句。



第二节

sù jiàn dé jiāng 宿建德江^①

táng mèng hào rán
唐·孟浩然

yí zhōu bó yān zhǔ, rì mù kè chóu xīn。
移舟泊^②烟渚^③，日暮客愁^④新。
yě kuàng tiān dī shù, jiāng qīng yuè jìn rén。
野旷天低树，江清月近人。

译解

①建德江：新安江流经浙江建德的一段江面。 ②泊：停船靠岸。

③烟渚：指江中被雾气笼罩的小沙洲。 ④客愁：旅途中的愁思。

小船停靠在江中雾气笼罩的小沙洲，茫茫暮色给游子新添了几分愁思。旷野无垠，天空仿佛比树木还要低；江水清澈，月影就在人的身旁漂动。

导读

这首诗描写了江边的夜景，抒发了诗人旅途的愁思。前两句写诗人的小舟停泊在烟雾蒙蒙的沙洲边，眼见日落黄昏，暮色浓重，诗人不禁联想到自己身世的飘忽不定，心中升起一种新的旅愁。后两句是借景抒情，在诗人的眼里，原野空旷辽阔，岸边高树森然，远方的天空好像比近处的树木都低，心情更觉压抑，只有倒映在平静江面上的一轮皎洁明月与人相伴，带给诗人一些安慰。



第三节

jiāng xuě
江 雪

táng liǔ zōng yuán
唐·柳宗元

qiān shān niǎo fēi jué , wàn jìng rén zōng miè 。
千 山 ① 鸟 飞 绝 ， 万 径 ② 人 踪 ③ 灭 。
gū zhōu suō lì wēng , dú diào hán jiāng xuě 。
孤 舟 蓑 笠 翁 ， 独 钓 寒 江 雪 。

译 解

①、②千山、万径：泛指所有的山和路，形容范围广。③踪：踪影，踪迹。
所有的山，不见往日的飞鸟；所有的路，不见人的踪迹。江面的孤舟上，
有位老渔翁，身披蓑衣，头戴斗笠，在风雪天的江中独自垂钓。

导 读

此诗为诗人居住在永州时所写。一望无际的白雪，一条孤零零的小船，一个身着蓑衣、头戴斗笠的渔翁在飘雪的寒江上钓鱼。全诗都在写景，但景中有情。诗人以其独特的艺术手法，用诗的语言描绘了一幅壮美的“寒江独钓图”。他把自己的感情寄托在了独钓的渔翁身上，使之成为孤高自得的精神化身，寄托了诗人一种独立、高洁的人格理想。

