

國
學
基
本
教
材

宋
詞
選
讀

毛文琦◎編注



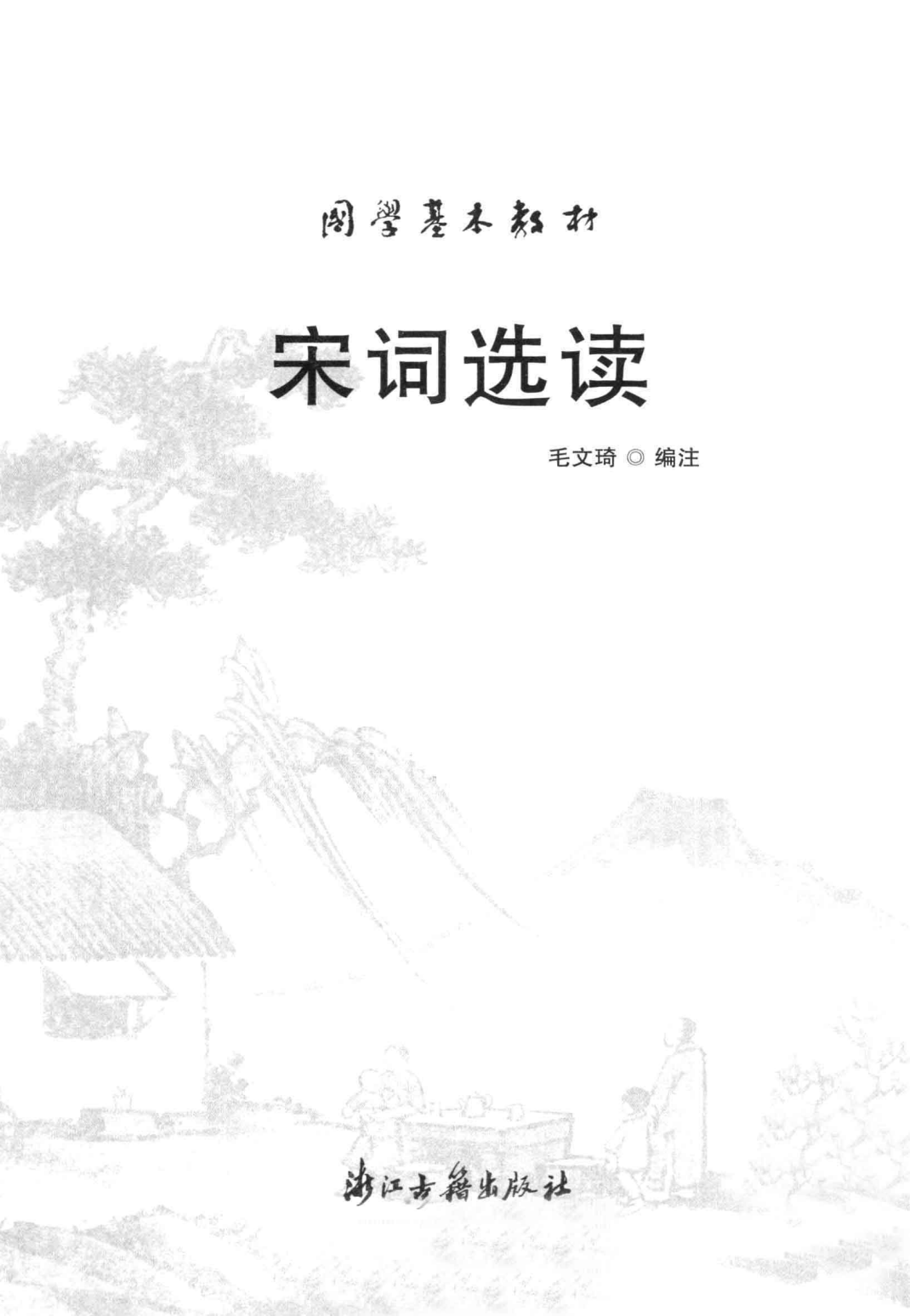
2013

浙江古籍出版社

國學基本教材

宋词选读

毛文琦 © 编注



浙江古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

宋词选读 / 毛文琦编注. — 杭州: 浙江古籍出版社,
2013.6

国学基本教材

ISBN 978-7-5540-0067-0

I. ①宋… II. ①毛… III. ①宋词—选集 IV.
①I222.844

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第128548号

宋词选读

毛文琦 编注

- 出版发行 浙江古籍出版社
(杭州体育场路347号 电话:0571-85176986)
- 网 址 www.zjguji.com
- 责任编辑 陈临士 潘铭明
- 特约编辑 陆有富
- 责任校对 余 宏
- 美术编辑 刘 欣
- 责任印务 贾 敏
- 照 排 杭州立飞图文制作有限公司
- 印 刷 富阳市育才印刷有限公司
- 开 本 880×1230 1/32
- 印 张 5.5
- 字 数 130千字
- 版 次 2013年6月第1版
- 印 次 2013年6月第1次印刷
- 书 号 ISBN 978-7-5540-0067-0
- 定 价 10.50元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与本社市场营销部联系调换。

“国学基本教材”编辑委员会

总 顾 问：

郭齐勇 武汉大学国学院院长、教授

学术指导：

沈渭滨 秋霞圃书院首任院长、复旦大学历史系教授

王家范 华东师范大学终身教授

葛剑雄 复旦大学历史系教授

骆玉明 复旦大学中文系教授

杨国强 华东师范大学历史系教授

李佐丰 中国传媒大学文学院教授

林安梧 台湾慈济大学教授

赵 林 澳门科技大学特聘教授

温伟耀 香港中文大学客座教授

汪涌豪 复旦大学中文系教授

傅 杰 复旦大学中文系教授

朱青生 北京大学艺术系教授

王 博 北京大学哲学系教授

李天纲 复旦大学哲学学院教授

徐洪兴 复旦大学哲学学院教授

徐志啸 复旦大学中文系教授

张 觉 上海财经大学人文学院教授

张新科 陕西师范大学文学院教授

鲍鹏山 上海开放大学传统文化研究所教授

刘 强 同济大学中文系副教授

统 筹：

孙劲松 向 珂 蒋蔚芳 周金芝

主 编：李耐儒

编 委：

李南晖 陆有富 刘乃溪 徐 骆 须 强
可延涛 李 凯 刘 舫 毛文琦 房春草
李宏哲 张 华 黄晓芳 赵立学 介江岭
张志强 姜李勤 白 坤 晏子然 施仲贞
张 琰 汪佳敏 倪淑慧 余雅汝 干璐娜

本册编注：毛文琦

总序

秋霞圃书院创办有年，在民间推动国学普及工作，志在以独立之精神、自由之思想为宗旨，促进古今中外文化思想与学术的交流，为中华民族文化的复兴而尽心尽力。其志可嘉，其行可感！

近年，秋霞圃书院耐儒兄主持编撰“国学基本教材”。本套国学教材集复旦大学、武汉大学、南开大学、中山大学、华东师范大学、上海师范大学等名牌院校的二十多名青年学人，采各种版本的国学读本之长，广泛吸取中小学一线语文教师的教学经验，精心编撰，是中小学生学习比较理想的国学读本，也是便于教师们使用的、较为系统的国学教材。

读本的篇目有：《弟子规》、《三字经》、《千字文》、《千家诗选读》、《幼学琼林》、《诗词格律》、《唐诗选读》、《宋词选读》、《论语》（上、下）、《史记选读》（上、下）、《大学 中庸》、《诗经选读》、《孟子》（上、下）、《左传选读》、《颜氏家训》、《诸子文选》（上、下）、《汉魏六朝文选》、《唐宋文选》、《礼记选读》、《楚辞选读》。每册有指导性概述，有经典原文，有对原文的注释与新译（赏析），并配上文史链接（延伸阅读）、思考讨论等，图文并茂，准确生动，具有可读性与系统性。

梁启超先生说过，《论语》、《孟子》等经典“是两千年国人思想的总源泉，支配着中国人的内外生活，其中有益身心的圣哲格言，一部分久已在我们全社会形成共同意识，我们既做这社会的一分子，总要彻底了解它，才不致和共同意识生隔阂”。这就是说，“四



书”等经典表达了以“仁爱”为中心的“仁义礼智信”等中华民族的核心价值观念，这是中国古代老百姓的日用常行之道，人们就是按此信念而生活的。

中国文化的大传统与小传统是打通了的。国学具有平民化与草根性的特点。中国民间流传着的谚语是：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”；“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”；“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃”。这些来自中国经典的精神，透过《弟子规》、《三字经》、《百家姓》、《千字文》、《千家诗》等蒙学读物及家训、族规、乡约、谱牒、善书，通过大众口耳相传的韵语故事、俚曲戏文、常言俗话，成为“百姓日用而不知”的言行规范。

南宋以后在我国与东亚的民间社会流传甚广、深入人心的朱熹《家训》说：“事师长贵乎礼也，交朋友贵乎信也。见老者，敬之；见幼者，爱之。有德者，年虽下于我，我必尊之；不肖者，年虽高于我，我必远之。”“人有小过，含容而忍之；人大过，以理而谕之。勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”又说，“勿损人而利己，勿妒贤而嫉能。勿称忿而报横逆，勿非礼而害物命。见不义之财勿取，遇合理之事则从……子孙不可不教，童仆不可不恤。斯文不可不敬，患难不可不扶。”朱子说此乃日用常行之道，人不可一日无也。应当说，这些内容来源于诗书礼乐之教、孔孟之道，又十分贴近大众。它内蕴着个人与社会的道德，长期以来成为老百姓的生活哲学。

王应麟的《三字经》开宗明义：“人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。”这就把孔子、孟子、荀子关于人性的看法以简化的方式表达了出来。儒家强调性善，又强调人性的养育与训练。

清代李毓秀《弟子规》的总序说：“弟子规，圣人训。首孝弟，次谨信。泛爱众，而亲仁，有余力，则学文。”以下分成“入则孝”、“出则悌”、“谨而信”、“泛爱众而亲仁”等几部分。这些纲目都来自《论语》。《弟子规》中对孩童举止方面的一些要求，如站立时昂首挺胸、双腿站直，见到长辈主动行礼问好，开门关门轻手轻脚，不用力甩门等，这些规范都是文明人起码应有的，是尊重他人而又自尊的体现。又如：“晨必盥，兼漱口，便溺回，辄净手。冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。”“斗闹场，绝勿近，邪僻事，绝勿问。将入门，问孰存，将上堂，声必扬。”“用人物，须明求，倘不问，即为偷。借人物，及时还，后有急，借不难。”这都是有助于文明社会的建构的，是文明人的生活习惯，也是今天社会公德的基础。

朱柏庐在《朱子治家格言》起首的一段说：“黎明即起，洒扫庭除，要内外整洁；既昏便息，关锁门户，必亲自检点。一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”这些都是平实不过的道理，体现到一个人身上就是他的家教。旧时骂人，说某某没有家教，那是很重的话，让其全家蒙羞。我们不是要让青少年一定要做多少家务，而是要他们从小学就动手打理好自己与家庭的事情，不要过分依赖父母，依赖他人，能够自己挺立起来，培养责任意识。同时，知道一粥一饭、半丝半缕都是辛劳所得，我们能够懂得去尊重家长与别人的劳动。如果我们真的有敬畏之心，就知道珍惜，不应该浪费。

南开中学的前身天津私立中学堂成立于1904年10月，老校长严范孙亲笔写下“容止格言”：“面必净，发必理，衣必整，纽必结。头容正，肩容平，胸容宽，背容直。气象：勿傲，勿暴，勿怠。颜色：宜和，宜静，宜庄。”这四十字箴言来自蒙学，又是该校对学生容貌、行止的基本要求。校内设整容镜，师生进校时



都要照镜正容色。后来张伯苓先生治校，坚持了这些做法。

蔡元培先生在留德期间撰写了《中学修身教科书》，该书被商务印书馆于1912年至1921年间共印行了十六版，他还为赴法华工写了《华工学校讲义》，两书在民国间影响甚大，今人将其合为《国民修养二种》一书。蔡先生在民国初年为中学生与赴法劳工写教科书，重视社会基层的公民教育。蔡先生的用心颇值得我们重视，他从孝敬父母谈起，创造性地转化本土的文化资源，特别是以儒家道德资源来为近代转型的中国社会的公德建设与公民教育服务。

现今南京夫子庙小学的校训是“亲仁、尚礼、志学、善艺”。我认为这是非常好的。对孩童、少年的教育，首先是培养健康的心性才情，从日常生活习惯，从待人接物开始，学会自重与尊重别人。

我们今天强调成人教育，因为仅有成才教育是不够的，成才教育忽略了我们作为完整的人、健康的人所必需的一些素养，它在人格养成方面几乎是空白。这不是大学教育才有的问题，而是幼儿园、中小学教育就该关注的。养育青少年的性情，需要家庭、学校、社会的配合。

国学当中有很多修身成德、培养君子人格的内容。中国古典的教育，其实就是博雅教育。传统的教育并不是道德说教，也不是填鸭式满堂灌的教育，而是春风化雨似的，让学生在点滴中有所收获并自己体验，如诗教、礼教、乐教等。

我觉得应该让孩子们处在良好的文化氛围中。家长、老师们要以身作则、言传身教，这对孩子们影响很大。家长、老师有义务端正自己的言行，尤其在孩子们面前。要培养孩子分辨是非的能力，多在性情教育上下工夫，关注孩子的心理健康，多与孩子交流，洞察他们的情感，并作正确的引导。现在一些家长做不到

以身作则，他们撒谎骗人，打骂斗狠，不尊重老人，这些都会给孩子的成长烙下负面的印记。

我们也希望同学们能趁着年轻记性好，多读些经典，最好能背诵一些，其中的意思以后可以慢慢领悟。南宋思想家陈亮说过：“童子以记诵为能，少壮以学识为本，老成以德业为重……故君子之道不以其所已能者为足，而尝以其未能者为歉，一日课一日之功，月异而岁不同，孜孜矻矻，死而后已。”

本丛书所收经典与蒙学读物中有很多圣哲格言，都足以让我们受用终身。我们一直希望能有多一些的国学经典进入中小学课堂，至少让“四书”进入教材。我们希望能多一些国文课，让小学生能接受到系统的传统语言与文化教育。中华民族有很多优根性，更需大大弘扬。

是为序。

郭齐勇

癸巳春于珞珈山

目 录

概 述	1
绪编 春花始兴——唐五代词	5
忆秦娥（李白）	5
菩萨蛮（敦煌曲子词）	8
渔歌子（张志和）	11
忆江南（白居易）	14
菩萨蛮（温庭筠）	16
梦江南（皇甫松）	20
菩萨蛮（韦庄）	22
生查子（牛希济）	25
浣溪沙（李璟）	28
谒金门（冯延巳）	31
浪淘沙（李煜）	34
虞美人（李煜）	36
正编（上） 明月当空——北宋词	39
相思令（林逋）	39
苏幕遮（范仲淹）	42
天仙子（张先）	45
浣溪沙（晏殊）	49
木兰花（宋祁）	52



蝶恋花（欧阳修）	55
雨霖铃（柳永）	58
八声甘州（柳永）	62
桂枝香（王安石）	65
水调歌头（苏轼）	68
念奴娇·赤壁怀古（苏轼）	72
定风波（苏轼）	76
鹧鸪天（晏几道）	79
清平乐（黄庭坚）	82
鹊桥仙（秦观）	84
踏莎行（秦观）	88
浣溪沙（秦观）	91
苏幕遮（周邦彦）	94
兰陵王·柳（周邦彦）	97
青玉案（贺铸）	101
燕山亭·北行见杏花（赵佶）	104
渔家傲（李清照）	107
醉花阴（李清照）	110
声声慢（李清照）	112
正编（下） 寒梅怒绽——南宋词	116
满江红（岳飞）	116
卜算子·咏梅（陆游）	120
青玉案·元夕（辛弃疾）	123
水龙吟·登建康赏心亭（辛弃疾）	126
点绛唇（姜夔）	130

暗香（姜夔）	133
双双燕（史达祖）	136
风入松（吴文英）	140
花犯·水仙（周密）	144
齐天乐·蝉（王沂孙）	148
一剪梅·舟过吴江（蒋捷）	152
高阳台（张炎）	155
后记	159

概 述

一、词的历史

词，可以算得上是诗词国度中最摇曳生姿，令人兴发感动的文体了。词是一种不同于诗的新文体，它来源于民间，雏形最早可追溯到隋朝。

从文字上看，词和乐府诗有着很密切的继承关系，不过在形式、风格和表现手法上又有它自己的特点。从音乐上看，它和以前的乐府属于不同的系统。隋唐时期，西域的胡乐，特别是其中的龟兹乐，经丝绸之路传入中原，与汉族原有的以清商乐为主的各种音乐相融合，于是产生了一种新的音乐——燕乐。燕乐曲调繁多，有舞曲，也有歌曲。歌曲的歌辞，就是后来词的鼻祖，当时叫做“曲子词”。曲子词最早流行于民间。二十世纪初期，敦煌曲子词的发现为这种说法提供了充分而又坚实的证据。我们现在看到的敦煌曲子词共有 160 多首。

后来，文人参与了词的创作。词脱去了朴素生动但又粗糙简陋的外衣，变得精致起来。尤其是晚唐温庭筠的出现，他是真正意义上的第一个专事词创作的文人。温词风格艳丽华美，这种风格影响了五代时期的西蜀词人，他们形成了一个文学流派，名“花间词派”。他们盛行用华丽的词采写男女情爱和游冶生活。五代时期，除了西蜀，南唐也很盛行填词。当时，南唐的皇帝和大臣都是词中能手，李璟、李煜、冯延巳最为出色。他们的词用语婉约，

形象优美，可以引起丰富的联想，对宋代词人有很大的影响。

在中国文学史上，词是在宋代达到巅峰的，所以我们常称“唐诗宋词”。北宋词的主流是沿袭晚唐五代的风格，吟风弄月，注重词的抒情性和音乐性，代表人物有张先、“大晏”晏殊、“小晏”晏几道、欧阳修、张先、宋祁等。选本中选了林逋的词作为北宋时期的第一首，一则时间是早，二则这首词是比较明显的文人仿造民间词，也是为了提醒我们在读词的过程中不能忘记民间词在文人手中的发展。欧阳修的词影响了两个著名的词人，一个是苏轼，另一个是秦观。黄庭坚的诗好，虽然在词史上的地位比不过其他几位，但也是当时活跃在词坛上的人物，我们也有必要了解一下他的词。北宋还有另一些词人，比如范仲淹、王安石，他们的词慷慨苍凉、开阔悲壮，使得词的面貌呈现了另一种风格。这一类词到了苏轼那里就更明显了。贺铸在他们之后，他的词也是别具一格。柳永则精心创作长调慢词，使得词坛上小令一统天下的局面得以改变。后来，长调慢词在精通音律的周邦彦手中发扬光大，清朝的人非常推崇他，把他看做词史上的高峰。南北宋之交，一位女词人横空出世，那就是李清照。她的词从明丽清新到深哀入骨，体现了被时代裹挟的个人命运，但词的婉约本色未变。而宋徽宗赵佶，作为一个帝王，他的词很少，但后世常将他与李后主相提并论，同时他的词是民国起就一直很盛行的《宋词三百首》中的第一首，所以选本也将之选入。南宋时期，因为抵御外敌，出现了很多豪放的词人，比如岳飞。而一代之雄辛弃疾不仅代表了南宋词的最高成就，而且在整个中国文学史上占有相当重要的地位。陆游也致力抗金，但他的词相对比较婉约。姜夔的词是词坛上另外一种风格。不同于豪放，不同于婉约，有人提炼出“清刚”两个字，笔者觉得特别合适。吴文英、史达祖以及南宋末期的周密、



王沂孙、蒋捷、张炎等人的词大多是婉约词，形成了南宋词的主要风格。他们注重音乐的和谐，注重词的形式、语言技巧等方面，为词的发展作出了独特贡献，对后来的词影响深远。可以说，元明清词都是在宋词基础上发展出来的。

二、词的特点

从“倚声填词”来看，词有一个根本特点，就是它的音乐性。但因为古时候没有办法将声音保存下来，也没有很好的记谱方法，再加上改朝换代时往往兵荒马乱，所以我们现在已经不能再完全复原词的音乐性特征了。词调通过词牌固定下来。一种词牌大体上固定了词的押韵、对仗等基本规则。词调很丰富，现存词调有1000多种，其中，唐五代所创200多种，宋人则创作了630多种。

词的外在风貌有一个明显特点，那就是长短句。句式长短不齐，这与传统五七言诗大为不同。这是因为词是配合曲调写的，从视觉角度看，长短不整的形式更为风姿绰约。词在原本就是用于宴席上娱宾遣兴，歌唱者往往是歌喉婉转的佳人，这样的形式相得益彰。到了文人大量写词的时候，词的这种特点往往比较适合表现他们内心的一种幽微的情绪，所以作为和诗不同的文学样式，词获得了它自己旺盛的生命力。

词根据字数的多少，分为小令（58字以内）、中调（59—90字）、长调（91字以上）。此外，词还常常有“慢词”的说法。慢词是词的主要体式之一，它与小令都是宋代词人最为常用的曲调样式。慢词的名称从“慢曲子”而来，指依慢曲所填写的调长拍缓的词。

三、关于本书

无论是杨柳拂岸暮云牵情也好，铁马秋风霜河冷落也罢，阅读时我们贴近的往往是作词之人，试着穿过历史的烟云去触碰那



人那时的情境。这本选本不求复原一部“宋代词史”，只希望能给读者一个关于宋词的大致印象。在细细体会那些美好词句的同时，尽可能走近历史上那些有血有肉的词人，体会他们的思想感情。

我们的选本虽然名叫《宋词选读》，但还是选了12首唐五代的词置于首章，以标明宋词的渊源。这本选本将李白的《忆秦娥》放在第一首，不是因为它最早，而是因为它被后人称为“百代之祖”，在文学史上地位很高，且时间又比较早。第二首是选自敦煌曲子词的《菩萨蛮》，我们要看到词原本质朴的一面，才能对它有一个全方位的了解。来自异域的音乐催开词的春花，始兴于野，婉转于歌者之口，再从民间走向花间，传唱于西蜀南唐，最终成于士大夫之手。学了唐五代的词，再去看宋词，会对词这种文体有一个相对全面的了解。这本书中北宋词选了24首，均为词史中的重量级作品，以期使学生对北宋词有一个大概的了解。彼时词开始盛行，佳作频现，犹如明月当空，天宇澄澈，词的月光给文坛镀上一层柔美清辉。待到南宋，混杂着国土沦陷的哀音，南宋词犹如一树老梅怒绽，既有苍虬老枝傲骨铮铮，也有娇美花瓣吐露芳馨。本书选了12首，这其中也考虑到南宋词以长调居多，学生学习的难度会比较大。

希望同学们在学习本书选录的词时，将“注释”和“赏析”结合着看，而在“思考讨论”部分能发挥自己的主动性，尝试多查阅相关资料，尽可能丰富自己的语文知识。