

宋词简史



郦波◎著

在草木中

在日月里

在你我一举眸

一回首间

只有与你一起

才见满天星斗月圆



学林出版社



上海人民出版社

宋词简史



郦波◎著



学林出版社



上海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

宋词简史 / 郦波著. — 上海: 学林出版社, 2019.3
ISBN 978-7-5486-1500-2

I. ①宋… II. ①郦… III. ①宋词—词曲史 IV. ①I207.23

中国版本图书馆CIP数据核字 (2019) 第011693号

策 划 夏德元
责任编辑 胡雅君 许苏宜
封面设计 陈楠

宋词简史

郦波 著

出 版 学林出版社
(200235 上海钦州南路81号)
发 行 上海人民出版社发行中心
(200001 上海福建中路193号)
印 刷 上海盛通时代印刷有限公司
开 本 787×1092 1/32
印 张 15
字 数 28万
版 次 2019年3月第1版
印 次 2019年3月第1次印刷
ISBN 978-7-5486-1500-2/I · 210
定 价 68.00 元

自序

我在《唐诗简史》的自序中说过，在当今这个忙碌而焦躁的时代，一家人能在一起做一件大家都感兴趣的事情，无疑是最快乐、最幸福的。从“中国诗词大会”“中华好诗词”“经典咏流传”以及“诗意中国”等电视节目的走红中，我深切地感受到，在中华文明发展的历史长河中，诗词的生命力是如此旺盛！在互联网空前普及、人们多靠微信等通讯媒介维持关系的今天，因为诗词，许多家庭老、中、青三代又开始坐在一起看电视了。这充分说明中国诗词的话题确实能激发我们几代人的情感共鸣，唤醒我们内心深处美的情愫。

从2016年开始，我担任了“中国诗词大会”四季的点评嘉宾，连续多年参与了“中华好诗词”“诗意中国”等节目的录制，在这些节目中，我不仅现身说法，与选手

们分享自己学习古诗词的心得，更从各位参赛者身上受到了巨大的精神感染。诗词之美，可以塑造一个人的美好品格、优雅气质，更能造就一个民族的精神风貌。我为自己生活在这诗词的国度而倍感荣幸。

在中国文学史乃至文化史上，宋词无疑是继唐诗之后又一举世公认的高峰。宋词的文学成就和美学造诣，令人惊叹，令人着迷，令人神往。因此，在推出《唐诗简史》之后，自然而然地，我和广大读者朋友一样，觉得有必要再写一本《宋词简史》。

现在呈现在各位亲爱的读者面前的这本小书，就是我研习宋词的初步成果。虽然名为“简史”，但是和《唐诗简史》一样，我并没有按照过去文学史的套路来写，而是从作者和作品入手，依循知人论世、知人论诗的原则，还原宋词中那些传世佳作产生和流传的历史现场，把每一篇作品都放在中华文明发展的长河中加以观照，希望给读者一个立体的感知和全方位的体悟，力图做到如临其境，感同身受。

当然，与《唐诗简史》体例有所不同，《宋词简史》虽然同样是选了52篇作品，但是并不是每位词人选一首作品，而是根据他们在诗词发展史上的地位和作品的重要性，做了区别对待，一些重要的词人选了多首作品。同时，文学史的发展并不是严格按照朝代更迭而断续跳跃的，它有其自身发展的逻辑；为了体现宋词发展的历史渊源和流

变，本书开篇选了唐代诗人张志和的作品，结尾则选了蒋捷的作品。

我们知道，唐诗宋词是中国文学史上的两座高峰，但是“词”这一文学样式并不是到宋代才兴起，而是在唐代就有着长时间的孕育，生活于盛唐时期的诗仙李白，就有很多优秀的词作。比如他写的《菩萨蛮》：“平林漠漠烟如织，寒山一带伤心碧。暝色入高楼，有人楼上愁。玉阶空伫立，宿鸟归飞急。何处是归程？长亭连短亭。”《忆秦娥》：“箫声咽，秦娥梦断秦楼月。秦楼月，年年柳色，灞陵伤别。乐游原上清秋节，咸阳古道音尘绝。音尘绝，西风残照，汉家陵阙。”这两首名作在词史上虽有争议，但就作品本身而言都堪称词中碧玉。而宋词之所以成为与唐诗比肩的文学巅峰，则在于宋代词人的群体在总体上超越了前贤，并把词这一文学样式蕴含的美学表现力充分发掘出来，将其美学境界推向了极致。

从“问君能有几多愁？恰似一江春水向东流”的李煜，到“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”的柳永；从“独上高楼，望尽天涯路”的晏殊，到“人不寐，将军白发征夫泪”的范仲淹；从“为君持酒劝斜阳，且向花间留晚照”的宋祁，到“落花人独立，微雨燕双飞”的晏几道；从“人生自是有情痴，此恨不关风与月”的欧阳修，到“千古凭高，对此谩嗟荣辱”的王安石；从“多情却被无情恼”“此

心安处是吾乡”的苏东坡，到“柔情似水，佳期如梦，忍顾鹊桥归路”的秦观；从“常记溪亭日暮，沉醉不知归路”“一种相思，两处闲愁”“莫道不销魂，帘卷西风，人比黄花瘦”的李清照，到“怒发冲冠”“仰天长啸，壮怀激烈”的岳武穆；从“零落成泥碾作尘，只有香如故”的陆放翁，到“醉里挑灯看剑，梦回吹角连营”的辛弃疾……继唐诗之后，宋词为中国这个诗的国度贡献了又一批文学巨匠。他们和李白、杜甫、白居易、崔颢、王维、贺知章、孟浩然等一道，共同构成了中国古典诗词的灿烂星空。很难想象，如果没有唐代诗人们所造就的感知系统，中国人的审美生活将多么乏味；同样，如果没有宋代词人们的贡献，我们中国人的文学品味也将大打折扣。

还是那句话，诗词文化其实与每个家庭的教育息息相关。我常跟中小学教师和家长们交流，我们有一个共识，都认为语文教育的关键目标便是唤醒孩子的母语感知能力。我们欣喜地看到，在社会各界的共同努力下，我们的教育离这个目标的差距正在缩小。

我仍然坚持认为，对于中国文化来讲，能训练母语感觉、提升感知和运用母语能力的媒介中，最精粹而又符合中庸之道的，莫过于唐诗宋词。一个民族文化的传承有它的基因，诗词就是我们中华民族的文化遗传基因。虽然由于种种原因，这样的传承有过中断，但只要有机会唤醒它，

亲近它，它就会立即引燃我们这个族群血液中所蕴藏的文化火种，重新点亮我们的人生，给中华民族的伟大复兴提供助力。

经典最大的作用是什么？我觉得所谓经典，就是可以把它融进血脉里、骨子里，随着人生的成长，就像造血干细胞，可以在漫长的一生中不停地为我们提供滋养。事实上，不论得意还是失意，站在诗人曾经站过的地方，回眸诗人的身影，眼前有景，心中有情，我们的灵魂会瞬间被激活，和历史、自然、社会、文化以及我们这个族群中的所有人达成一种和谐共振。

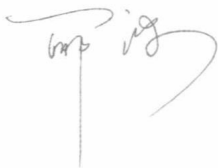
人生自有诗意。这是“中国诗词大会”的口号，而今天的我们，之所以能过上诗意的人生，就必须感谢历史上那些杰出诗人、词人给我们留下的优秀作品，为我们提供的精神滋养。

从2017年开始，中国电视上的诗词类节目突然爆发，直到今天仍然热度不减。愿这本《宋词简史》成为朋友们观看诗词节目的“伴手礼”，成为学习领悟中华优秀传统文化精华的枕边书。

人生就是在路上。只要我们内心有坚定的信仰，又能在红尘的喧嚣中随时清空自我，去快乐地感受自然与人生，这就说明我们悟到了诗词的真谛，也找到了自己的那颗心。

每一阙词
都是初相遇
每一念起
都是满庭芳
我们从来站立原地
却走过山河大地
宇宙洪荒

我们都是苏东坡，我们都是李清照，我们都是辛弃疾，
因为我们每个人都有一颗诗词的灵魂。



己亥年立春日于金陵水云阁

卷一：由唐入宋

万顷波中得自由

——张志和《渔歌子·西塞山前白鹭飞》 3

雪芹仙去飞卿死，纸上如何话深情

——温庭筠《更漏子·玉炉香》 13

四一七，是一起

——韦庄《女冠子·四月十七》 22

人品莫如词品 笔触胜似感触

——冯延巳《鹊踏枝·谁道闲情抛掷久》 29

敏锐的艺术感知 高超的艺术表现

——李璟《摊破浣溪沙·菡萏香销翠叶残》 37

一场约会 一种痴情

——李煜《菩萨蛮·花明月暗笼轻雾》 47

躲进词中 躲进爱里

——李煜《破阵子·四十年来家国》 58

寂寞梧桐深院锁清囚

——李煜《乌夜啼·无言独上西楼》 67

美与痛的生命体验 生与死的终极超越

——李煜《虞美人·春花秋月何时了》 76

卷二：北宋

衣带渐宽终不悔

——柳永《蝶恋花·伫倚危楼风细细》 87

只有分离才能让我们永远在一起

——柳永《雨霖铃·寒蝉凄切》 94

人生自有境界

——晏殊《蝶恋花·槛菊愁烟兰泣露》 101

先生之风 山高水长

——范仲淹《渔家傲·秋思》 109

一朵叫子野的野花

——张先《天仙子·〈水调〉数声持酒听》 120

小宋胸中，多少春意闹

——宋祁《玉楼春·春景》 129

时间层层叠叠 唯你念念皆在

——晏几道《临江仙·梦后楼台高锁》 138

有一种深情存在，名叫纳兰，名叫小山

——晏几道《鹧鸪天·彩袖殷勤捧玉钟》 146

月上柳梢头 人约黄昏后

——欧阳修《生查子·元夕》 155

此爱 此恨 此人生

——欧阳修《玉楼春·尊前拟把归期说》 164

超越荣辱的胸怀与视野

——王安石《桂枝香·金陵怀古》 172

新丽清狂皆惊人

——王观《卜算子·送鲍浩然之浙东》 182

愿有岁月可回首 且以深情共白头

——苏轼《江城子·乙卯正月二十日夜记梦》 190

人间四月天

——苏轼《蝶恋花·春景》 197

此心安处是吾乡

——苏轼《定风波·常羡人间琢玉郎》 208

诗酒趁年华

——苏轼《望江南·超然台作》 215

豪放词派第一

——苏轼《江城子·密州出猎》 223

满庭芳树满庭坚

——黄庭坚《鹧鸪天·座中有眉山隐客史应之和前韵，即席答之》 235

两情若是久长时 又岂在、朝朝暮暮

——秦观《鹊桥仙·纤云弄巧》 245

触不到的恋人

——李之仪《卜算子·我住长江头》 254

没道理、有深情的一问

——贺铸《鹧鸪天·重过阊门万事非》 260

赤子心 清且真

——周邦彦《少年游·并刀如水》 272

可怜之人必有可恨之处

——赵佶《燕山亭·北行见杏花》 280

独立之精神 自由之成长

——李清照《如梦令·常记溪亭日暮》 287

只为你如花美眷 似水流年

——李清照《如梦令·昨夜雨疏风骤》 295

世上最好的爱

——李清照《一剪梅·红藕香残玉簟秋》 304

思念是一种很玄的东西

——李清照《醉花阴·薄雾浓云愁永昼》 312

物是人非事事休

——李清照《武陵春·春晚》 319

悲夫，李易安；伟哉，李清照！

——李清照《声声慢·寻寻觅觅》 327

卷三：南宋

民间的国歌 国人的寄托

——岳飞《满江红·怒发冲冠》 339

错错错，难难难

——陆游《钗头凤·红酥手》 350

自开自放 情深一往 一树梅花一放翁

——陆游《卜算子·咏梅》 359

千度，百度

——辛弃疾《青玉案·元夕》 368

人世一身霜雪 归来还是少年

——辛弃疾《丑奴儿·书博山道中壁》 376

英雄本色 稼轩千古

——辛弃疾《破阵子·为陈同甫赋壮词以寄之》 383

清澈的欢喜 古朴的纯净

——辛弃疾《西江月·夜行黄沙道中》 391

于无声处听惊雷 平淡之中见真我

——张孝祥《念奴娇·过洞庭》 399

写荷圣手 诚斋妙心

——杨万里《昭君怨·咏荷上雨》 408

多少英雄梦难成，泪如倾！

——刘过《六州歌头·题岳鄂王庙》 418

清空骚雅 才子篇章

——姜夔《暗香·旧时月色》 428

一枝断肠和月香

——朱淑真《菩萨蛮·咏梅》 437

文苑之英 南窗一梦

——吴文英《唐多令·惜别》 447

诗词即人生

——蒋捷《虞美人·听雨》 454

参考书目

465

卷一：
由唐人宋

