

新课标人教版



晨曦诵读



主编 赵玉秀



黄河出版传媒集团
阳光出版社



新课标人教版

晨曦诵读

主编 赵玉秀



黄河出版传媒集团
阳光出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

晨曦诵读 / 赵玉秀主编. -- 银川: 阳光出版社, 2011.9
ISBN 978-7-80620-947-9

I. ①晨… II. ①赵… III. ①阅读课 - 高中 - 教学参考资料 IV. ①G634.333

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 185325 号

晨曦诵读

赵秀玉 主编

责任编辑 马 晖

封面设计 卢云峰 张 滢

责任印制 岳建宁

黄河出版传媒集团 出版发行
阳 光 出 版 社

地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)

网 址 <http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://www.hh-book.com>

电子信箱 yangguang@yrpubm.com

邮购电话 0951-5044614

经 销 全国新华书店

印刷装订 银川金利丰彩色印刷有限公司

印刷委托书号 (宁)0009586

开本 787mm×1092mm 1/16

印张 7.5

字数 186 千

版次 2011 年 9 月第 1 版

印次 2011 年 9 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-80620-947-9/G·538

定价 13.50 元

版权所有 翻印必究

总策划 陈少峰

主 编 赵玉秀

副主编 李文金 樊云龙 李新春 黄聪业 张 斌

编 委 韩春玲 吴生江 何志芳 王俊霞

王慧芳 谢彦玲 李旺林 迟 磊

参编人员分工

赵玉秀 负责统筹协调、审核定稿

李文金 第 1-2 周 6 个章节责编

樊云龙 第 3-4 周 6 个章节责编

吴生江 第 5-6 周 6 个章节责编

韩春玲 第 7-8 周 6 个章节责编

何志芳 第 9-10 周 6 个章节责编

王俊霞 第 11-12 周 6 个章节责编

王慧芳 第 13-14 周 6 个章节责编

谢彦玲 第 15-16 周 6 个章节责编

李旺林 第 17-18 周 6 个章节责编

迟 磊 第 19-20 周 6 个章节责编

前言

QIANYAN

古诗文诵读是中学语文教学的重要组成部分，中学阶段所选的课文，她高妙精雅，万口相传，堪称我国文学遗产中最灿烂、最珍贵的名篇佳作，涵养了一代又一代的中国人。

今天中国的古诗文以她无与伦比的魅力漂洋过海，滋润着更多的地球人，澳大利亚总理陆克文引用中国人的话说“天不怕，地不怕，就怕外国人说中国话”，现在有四千多万的外国人在世界不同的地域说中国话，诵读中国古诗文，而且这个数字还正在以迅猛的方式不断被刷新，传承和发扬中华文化成了我们刻不容缓的责任。作为中学生诵读古诗文更是我们的责任和义务。我们古人十分重视诗文的涵咏兴味，不少人对诵读做过非常精辟的论述，如“读书百遍，其义自见”“诵读以贯之，思索以痛之”“读书破万卷，下笔如有神”“古书不厌百回读，熟读精思子自知”等等。可以说诵读古诗文，是有文化的中国人共同记忆的文化的命脉。“腹有诗书气自华”“少年情怀总是诗”，吟诵千古美文，对培养中华民族传统的美德、优秀的品质，激荡、滋养中学生的心灵，陶冶情操，净化精神，都有着十分重要的作用。我们编写《晨曦诵读》，其目的就在于此。

本书二十章，每章三节，按照一学期二十周，每周二、四、六三个早读来安排，每节又分为书声琅琅、聆听哲言、诗词翻译、成语故事、素材存盘等几个版块。每节以诵读引领，以课外素材作为补充，借以弥补同学们课外阅读不足的问题。当然这对于浩如烟海的课外素材来说，无异于冰山一角。俗话说，一花一世界，一叶一菩提。文以拙进，道以拙成。

他山之石，可以攻玉。我们此举之不过抛砖引玉，让同学们闻弦歌而知雅意，由于水平有限，错误之处在所难免，恳请大家斧正。此外衷心感谢为我们搭建平台的出版单位，感谢学校及编写此书的同仁们！

编者

二〇一一年八月一日

目 录

第一周 星期二	(1)
书声琅琅 论语十则	
诗词翻译 [双调]拨不断 马致远	
成语故事 萍水相逢	
素材存盘——“志向”	
第一周 星期四	(3)
书声琅琅 《孟子·鱼我所欲也》	
诗词翻译 [正宫]鹦鹉曲·赤壁怀古 冯子振	
成语故事 妙笔生花	
素材存盘——“团结”	
第一周 星期六	(5)
书声琅琅 《孟子·生于忧患,死于安乐》	
诗词翻译 黄鹤楼送孟浩然之广陵 李白	
素材存盘——“明辨”	
第二周 星期二	(6)
书声琅琅 《左传·曹刿论战》	
诗词翻译 在狱咏蝉 骆宾王	
成语故事 生吞活剥	
素材存盘——“谦虚”	
第二周 星期四	(9)
书声琅琅 出师表 诸葛亮	
诗词翻译 [中吕]山坡羊·未央怀古 张养浩	
成语故事 生死存亡	
素材存盘——“勤奋”	
第二周 星期六	(11)
书声琅琅 桃花源记 陶渊明	
诗词翻译 柳 李商隐	
成语故事 其貌不扬	
素材存盘——“积累”	
第三周 星期二	(13)
书声琅琅 三峡 郦道元	
诗词翻译 从军行(其四) 王昌龄	

成语故事 呕心沥血	
素材存盘——“恒心”	
第三周 星期四	(15)
书声琅琅 小石潭记 柳宗元	
诗词翻译 采莲曲 王昌龄	
成语故事 千虑一得	
素材存盘——“惜时”	
第三周 星期六	(18)
书声琅琅 马 说 韩 愈	
诗词翻译 秋蒲歌(其十四) 李 白	
成语故事 伐性之斧	
素材存盘——“友情”	
第四周 星期二	(20)
书声琅琅 陋室铭 刘禹锡	
诗词翻译 沙丘城下寄杜甫 李白	
成语故事 摩肩接踵	
素材存盘——“兴趣”	
第四周 星期四	(22)
书声琅琅 记承天寺夜游 苏 轼	
诗词翻译 横塘 范成大	
成语故事 南辕北辙	
素材存盘——“修养”	
第四周 星期六	(24)
书声琅琅 爱莲说 周敦颐	
诗词翻译 独坐敬亭山 李 白	
素材存盘——“情操”	
第五周 星期二	(26)
书声琅琅 岳阳楼记 范仲淹	
诗词翻译 江村 杜 甫	
成语故事 姗姗来迟	
素材存盘——“专心”	
第五周 星期四	(29)
书声琅琅 醉翁亭记 欧阳修	
诗词翻译 绝句二首(其一) 杜甫	
成语故事 奇货可居	
素材存盘——“诚信”	
第五周 星期六	(31)

书声琅琅	送东阳马生序	宋 濂	
诗词翻译	咏怀古迹五首(其三)	杜 甫	
成语故事	忠言逆耳		
素材存盘——“实践”			
第六周 星期二			(33)
书声琅琅	茅屋为秋风所破歌	杜 甫	
诗词翻译	明妃	吴 雯	
成语故事	置之度外		
素材存盘——“习惯”			
第六周 星期四			(35)
书声琅琅	邹忌讽齐王纳谏	《战国策》	
诗词翻译	孤雁	杜 甫	
成语故事	志在四方		
素材存盘——“勤劳”			
第六周 星期六			(37)
书声琅琅	闻王昌龄左迁龙标遥有此寄	李 白	
	酬乐天扬州初逢席上见赠	刘禹锡	
诗词翻译	孤雁	崔涂	
成语故事	惴惴不安		
素材存盘——“尊老”			
第七周 星期二			(38)
书声琅琅	钱塘湖春行	白居易	
诗词翻译	卜算子·咏梅	陆 游	
成语故事	直言不讳		
素材存盘——“节俭”			
第七周 星期四			(40)
书声琅琅	渔家傲	范仲淹	
诗词翻译	风入松	吴文英	
成语故事	始终不渝		
素材存盘——“爱国”(一)			
第七周 星期六			(42)
书声琅琅	次北固山下	王 湾	
诗词翻译	丑奴儿·书博山道中壁	辛弃疾	
成语故事	拭目以待		
素材存盘——“爱国”(二)			
第八周 星期二			(44)
书声琅琅	送杜少府之任蜀州	王 勃	
诗词翻译	破阵子·为陈同甫赋壮语以寄	辛弃疾	

成语故事 师出无名	
素材存盘——“批评”	
第八周 星期四	(46)
书声琅琅 登飞来峰 王安石	
诗词翻译 [双调]沉醉东风·秋景 卢挚	
成语故事 舍生取义	
素材存盘——“严谨”	
第八周 星期六	(48)
书声琅琅 诗经·关雎	
诗词翻译 [双调]沉醉东风·重九 卢 挚	
成语故事 自惭形秽	
素材存盘——“真理”	
第九周 星期二	(49)
书声琅琅 蒹 葭	
诗词翻译 [双调]沉醉东风·送别 关汉卿	
成语故事 倾国倾城	
素材存盘——“人才”	
第九周 星期四	(51)
书声琅琅 观沧海 曹 操	
诗词翻译 [双调]蟾宫曲·叹世 马致远	
成语故事 罄竹难书	
素材存盘——“取士”	
第九周 星期六	(53)
书声琅琅 饮 酒 陶渊明	
诗词翻译 汉江临眺 王 维	
成语故事 鹏程万里	
素材存盘——“公德”	
第十周 星期二	(55)
书声琅琅 使至塞上 王 维	
诗词翻译 蝶恋花 晏 殊	
成语故事 抱薪救火	
素材存盘	
第十周 星期四	(56)
书声琅琅 春望 杜 甫	
诗词翻译 月夜 刘方平	
成语故事 退避三舍	
素材存盘	
第十周 星期六	(58)

书声琅琅	望岳	杜 甫	
诗词翻译	送杜十四之江南	孟浩然	
成语故事	按图索骥		
素材存盘			
第十一周 星期二			(59)
书声琅琅	赤壁	杜 牧	
诗词翻译	青玉案	贺 铸	
素材存盘——“交际”			
第十一周 星期四			(61)
书声琅琅	行路难	李 白	
诗词理解	闻乐天授江州司马	元 稹	
成语故事	黔驴技穷		
素材存盘			
第十一周 星期六			(62)
书声琅琅	观刈麦	白居易	
诗词翻译	诗经·周南·关雎		
成语故事	起死回生		
素材存盘——“公德”			
第十二周 星期二			(64)
书声琅琅	雁门太守行	李 贺	
诗词翻译	游子吟	孟 郊	
成语故事	抛砖引玉		
素材存盘——“科学”			
第十二周 星期四			(66)
书声琅琅	夜雨寄北	李商隐	
诗词翻译	岁暮到家	蒋士铨	
素材存盘——“廉洁”			
第十二周 星期六			(68)
书声琅琅	白雪歌送武判官归京	岑 参	
诗词翻译	舟中读元九诗	白居易	
成语故事	杞人忧天		
素材存盘——“廉洁”			
第十三周 星期二			(69)
书声琅琅	泊秦淮	杜 牧	
诗词翻译			
成语故事	骑驴觅驴		
素材存盘——“勇敢”			
第十三周 星期四			(71)

书声琅琅	无题	李商隐	
诗词翻译	忆江上吴处士	贾岛	
成语故事	平易近人		
素材存盘——“立志”			
第十三周 星期六			(73)
书声琅琅	浣溪沙	晏殊	
诗词翻译	暮过山村	贾岛	
成语故事	千钧一发		
素材存盘——“实践”			
第十四周 星期二			(75)
书声琅琅	游山西村	陆游	
诗词翻译	商山早行	温庭筠	
成语故事	疲于奔命		
素材存盘——“公德”			
第十四周 星期四			(76)
书声琅琅	己亥杂诗	龚自珍	
诗词翻译	近试上张水部	朱庆余	
成语故事	醉翁之意不在酒		
素材存盘——“勤奋”			
第十四周 星期六			(78)
书声琅琅	天净沙·秋思	马致远	
诗词翻译	焚书坑	章碣	
成语故事	手不释卷		
素材存盘——“好问”			
第十五周 星期二			(80)
书声琅琅	山坡羊 潼关怀古	张养浩	
诗词翻译	途经秦始皇墓	许浑(唐)	
成语故事	熟能生巧		
素材存盘——“基础”			
第十五周 星期四			(82)
书声琅琅	江城子·密州出猎	苏轼	
诗词翻译	渔歌子	张志和	
成语故事	纸上谈兵		
素材存盘——“健身”			
第十五周 星期六			(83)
书声琅琅	破阵子	辛弃疾	
诗词翻译	鹊桥仙	陆游	
成语故事	防微杜渐		

素材存盘——“幸福”	
第十六周 星期二	(85)
书声琅琅 《荀子 劝学》	
诗词翻译 渔家傲·秋思 范仲淹	
成语故事 盛气凌人	
素材存盘——“逆境”	
第十六周 星期四	(87)
书声琅琅 师说 韩 愈	
诗词翻译 苏幕遮·怀旧 范仲淹	
成语故事 专横跋扈	
素材存盘——“教育”	
第十六周 星期六	(89)
书声琅琅 赤壁赋 苏 轼	
诗词翻译 少年游 柳 永	
成语故事 前车之鉴	
素材存盘——“母爱”	
第十七周 星期二	(91)
书声琅琅 虞美人·李 煜	
诗词翻译 少年游 柳 永	
成语故事 枕戈待旦	
素材存盘——“诚信”	
第十七周 星期四	(93)
书声琅琅 登 高 杜 甫	
诗词翻译 清平乐 晏 殊	
成语故事 邯郸学步	
素材存盘——“好学”	
第十七周 星期六	(95)
书声琅琅 永遇乐·京口北固亭怀古 辛弃疾	
诗词翻译 玉楼春 宋祁	
成语故事 如火如荼	
素材存盘——“自强”	
第十八周 星期二	(97)
书声琅琅 离骚屈原	
成语辨析 不约而同 不谋而合	
素材存盘	
第十八周 星期四	(99)
书声琅琅 锦瑟 李商隐	
成语辨析 一挥而就 一蹴而就	

诗词翻译 采桑子 欧阳修	
素材存盘	
第十八周 星期六	(101)
书声琅琅 念奴娇 赤壁怀古 苏 轼	
成语故事 拔出萝卜带出泥	
诗词翻译 卜算子 苏轼	
素材存盘	
第十九周 星期二	(102)
书声琅琅 逍遥游 庄子	
诗词翻译 浣溪沙 苏轼	
素材存盘	
第十九周 星期四	(104)
书声琅琅 阿房宫赋 杜牧	
诗词翻译 西江月·夜行黄沙道中 辛弃疾	
素材存盘	
第十九周 星期六	(106)
书声琅琅 氓·卫风	
诗词翻译 青玉案 贺铸	
素材存盘	
第二十周 星期二	(107)
书声琅琅 蜀道难 李 白	
诗词翻译 渔家傲 李清照	
素材存盘	
第二十周 星期四	(108)
书声琅琅 琵琶行 白居易	
诗词翻译 玉阶怨 谢 (南朝)	
素材存盘	
第二十周 星期六	(110)
书声琅琅 破阵子 为陈同甫赋壮语以寄 辛弃疾	
水调歌头 苏轼	
早春呈水部张十八员外 韩 愈	
相见欢 李 煜	
过零丁洋 文天祥	
诗词翻译 小重山 岳飞	
素材存盘	

第一周 星期二

书声琅琅

论语十则

子曰：“学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？人不知而不愠，不亦君子乎？”（《学而》）

曾子曰：“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”（《学而》）

子曰：“温故而知新，可以为师矣。”（《为政》）

子曰：“学而不思则罔；思而不学则殆。”（《为政》）

子曰：“由，诲女知之乎！知之为知之，不知为不知，是知也。”（《为政》）

子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”（《里仁》）

子曰：“三人行，必有我师焉；择其善者而从之，其不善者而改之。”（《述而》）

曾子曰：“士不可以不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”（《泰伯》）

子曰：“岁寒，然后知松柏之后凋也。”（《子罕》）

子贡问曰：“有一言而可以终身行之者乎？”

子曰：“其恕乎！己所不欲，勿施于人。”（《卫灵公》）

聆听哲言

人皆可以为尧舜。

——《孟子·告子下》

【解读】每个人都可以成为尧舜那样的圣人。孟子认为，一个普通人如果要成为尧，成为舜，成为贤，成为圣，关键是要去做，若能事事处处都按照尧舜的思想、言行去做，自己不也就成为尧舜了么？从这里也可以看出，榜样的力量是无穷的，若能为自己树立一个好榜样，并按照榜样的思想言行去做，自己也可以迅速成长了。

人孰能无过，过而能改，善莫大焉。

——《左传·宣公二年》

【解读】哪个人没有过错呢？有了过错能够改正，这就是最大的好事啊！春秋时晋国的国君晋灵公是个暴君。有一次，厨师煮的熊掌不够熟，他就下令把厨师杀掉了。大臣士季进宫劝谏他，话未出口，晋灵公就说：“我知道错了，今后一定改正。”其实，他的话把重点落在前一句，只是想用这个话堵住士季的口，并不是真想改正错误。士季便说：“人孰能无过，过而能改，善莫大焉。”士季的话把重点落在一个“改”字，知错必改，坏事也就变成了好事。莫大焉：没有比这个更大的了。

人一能之，己百能之；人十能之，己千能之。

——《礼记·中庸》

【解读】（如果自己不如别人聪明，那么）别人花一分力气就能学好的，自己就花百分力气学好它；人家花十分力气就能学好的，自己就花千分力气学好它。这句话说明人要自强，不甘落后。有了自强的态度，必然会勤奋，“勤能补拙”，原本不够聪明的人也会聪明起来了。

诗词翻译

[双调]拨不断 马致远

菊花开，正归来。伴虎溪僧^①鹤林友^②龙山客^③，似杜工部陶渊明李太白，有洞庭柑东阳酒西湖蟹。哎！楚三闾休怪。

【注释】①虎溪僧：晋时高僧慧远住庐山东林寺，影不出山，迹不出俗。寺前有虎溪，送客例不过溪。一日，与诗人陶潜，道士陆修静共话，不觉过溪，虎犬鸣，三人相识而笑。②鹤林友：镇江鹤林寺有杜鹃花，天下奇绝。五代时道士殷七七至此，时方重九，应镇帅周宝之请，作法花开，烂漫如春，人以为异。

③龙山客：晋时孟嘉为桓温参军，九月九日随温登湖北江陵之龙山，风吹其帽落地，坦然不以为意。

【今译】在菊花盛开的季节，正好像陶潜那样归田隐居起来。这里的生活并不寂寞，可以伴着虎溪的高僧、鹤林的好友和龙山高士一样的超凡人物，就像我最崇拜的诗人杜甫、陶渊明和李太白那样，饮酒赋诗畅胸怀。还有洞庭湖的蜜柑，东阳的老酒和西湖的螃蟹等美酒佳肴乐悠哉。这样的田园生活使我陶醉，使我欣欣然无限爱。哎，楚国的三闾大夫屈原，你可莫要见怪！

成语故事

萍水相逢

少年时代的王勃已经显露出高超的才华。他与杨炯、卢照邻、骆宾王都以文章写得好而出名，初称为“初唐四杰”，也并称为“王杨卢骆”。著名的《滕王阁序》就是王勃的代表作品。

滕王阁的故址在江西省南昌市赣江之滨。唐高祖李渊的儿子滕王李元婴任洪州刺史时修建此阁。以后多次修建，后被焚毁。

公元 676 年，王勃去交趾（今越南境内）看望父亲，父亲被贬，任交趾县官。王勃路经洪都（今江西南昌市）时，洪州牧阎伯屿刚刚修好滕王阁，重阳节在滕王阁宴请宾客。出席宴会的有江南学者名流一百余人，王勃也应邀参加。

在宴会上，阎伯屿故作姿态，请大家为滕王阁作序。其实，他已事先让他的女婿吴子章准备好了文章，并想趁此机会炫耀一番。其他宾客事先知道此事都婉言推辞，而王勃却欣然提笔，挥毫疾书，很快就写出了千古流传的佳作《滕王阁序》。顿时，轰动了在场宾客，阎伯屿也深表钦佩，认为王勃才气横溢，远比自己女婿高明。

“萍水相逢”这句成语由此篇文章而来。（出自唐·王勃《滕王阁序》）

【释义】萍水相逢：浮萍随水漂泊，偶然聚集在一处。比喻素不相识的人偶然相遇。萍：浮萍，是随风飘浮、聚散不定的一种蕨类植物。

素材存盘——“志向”格言

男儿必建回天策，青史应书万古名。

——无名氏

当你有一个伟大目标时，你就会把工作当休息。

——（法）居里夫人

现在，大家都为了电冰箱、汽车、房子而奔波、追逐、竞争。这成为我们这个时代特征了。但是也有不少，他们不追求这些物质的东西，他们追求理想和真理，得到内心的自由和安宁。

——（美）爱因斯坦

事例精选

莎士比亚的理想

莎士比亚在悲剧《哈姆雷特》里，写了一个丹麦王子哈姆雷特为父复仇的故事。王子因接受了当时先进的人文主义思想，有一颗“高贵的心”：他赞颂人的理性，人的智慧，人的力量；认为人与人之间，不论是朋友关系，君臣关系，上下关系，爱情关系，都应当是平等的、友爱的。友谊应当坦诚，爱情必须忠贞。莎士比亚在他的悲剧《哈姆雷特》中，借主人公之口表达了他对人的理想：“多么高贵的理性！多么伟大的力量！多么优美的仪表！多么文雅的举动！在行为上多么像一个天使！在智慧上多么像一个天神！宇宙的精华！万物的灵长！”这段名言与这个人物，是莎士比亚关于人的理想的写照。

燕雀安知鸿鹄之志

马革裹尸

马援，字文渊，是汉光帝刘秀手下名将。他志向宏远，英勇善战，为东汉王朝的建立立下了不少战功，被光武帝封为“伏波将军”。

公元 44 年秋天，马援从西南方打了胜仗归来，亲戚朋友听到之后早早地就出来迎接。这些人中，有一个叫孟冀的人，很有计谋，也很有声望。马援看见他也随同前来祝贺，便诚恳地对孟冀说：“我希望

你能够多说几句指教我的话，你怎么也随波逐流来夸奖我？”“我的功劳小，受的赏赐大，如何能够保持长久呢？这一点先生怎不指教我？”孟冀说：“我哪里够得上指教您？依我看，您的年纪这么大，该在家休养休养！”马援听了，慷慨激昂的说：“现在匈奴、乌桓还在不时地侵扰我国的北部边疆。我正想自告奋勇地请求让我去讨伐。男子汉大丈夫为了保卫祖国的边疆，就应当战死在那儿，用马革裹着尸体运回故乡，怎么能呆在家里，躺在床上，老死在妻子儿女身边呢？”孟冀听了，十分感动，称赞道：“你真不愧为大丈夫啊！”

5岁莫扎特的志愿

有一次，莫扎特的父亲走进小莫扎特的房间，只见这个金发蓬松天真无邪的孩子正专心致志地在五线纸上写着什么，就问：“莫扎特，你在写什么呀？”父亲随手拿起他写的东西一看，暗吃一惊，儿子竟在谱写着钢琴协奏曲，而且写得很合乎规范。父亲故意跟他开玩笑说：“可是你要知道，你这个曲子是不能够演奏的呀？”小莫扎特有点生气了，说：“我知道，爸爸，你说哪个曲子在演奏之前，不要练习，不要修改呀？”5岁的莫扎特就这样立下了坚定的志愿：要在实践中千锤百炼，将来当一个出色的音乐家。

贫困好学

范仲淹从小丧父，生活清贫，但很有志气，毫不气馁。在贫困中他刻苦学习，往往一天只吃两顿稀饭，和着几茎老韭菜下肚。深夜倦怠，就用冷水冲一冲脸，继续苦学。在应天府学舍读书时，有一次，当朝皇帝宋真宗赵恒路过那里，学生蜂拥前去围观。只有范仲淹继续留下来读书，没有去看皇帝“大驾”。有人惋惜他失掉了一个好机会。他回答说：“将来再见也不算迟。”睢阳留守的儿子见他这样有志气，又看他平时只有稀饭充饥，很受感动，把他的事迹告诉了自己的父亲。留守特地吩咐给范仲淹供应官家的食物。但他碰都不碰，坚持吃稀饭，以致食物都变馊了。留守的儿子很奇怪，问范仲淹：“家父听说你十分清苦，送给你食物，你却不吃，这是什么道理？”范仲淹说：“我对于这份厚意并不是不感激，但我久已习惯吃粥，如今突然享受精美的食物，将来怎么能过惯吃粥的苦日子呢？”

这样艰苦的日子，范仲淹一过就是五年，使他具有了真才实学。

第一周 星期四

书声琅琅

《孟子·鱼我所欲也》

鱼，我所欲也；熊掌，亦我所欲也。二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也。生，亦我所欲也；义，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。生亦我所欲，所欲有甚于生者，故不为苟得也；死亦我所恶，所恶有甚于死者，故患有所不辟也。如使人之所欲莫甚于生，则凡可以得生者何不用也？使人之所恶莫甚于死者，则凡可以辟患者何不为也？由是则生而有不用也，由是则可以辟患而有不为也。是故所欲有甚于生者，所恶有甚于死者。非独贤者有是心也，人皆有之，贤者能勿丧耳。

一箪食，一豆羹，得之则生，弗得则死。呼尔而与之，行道之人弗受；蹴尔而与之，乞人不屑也。万钟则不辩礼义而受之，万钟于我何加焉！为宫室之美，妻妾之奉，所识穷乏者得我与？乡为身死而不受，今为宫室之美为之；乡为身死而不受，今为妻妾之奉为之；乡为身死而不受，今为所识穷乏者得我而为之：是亦不可以已乎？此之谓失其本心。

聆听哲言

高岸为谷，深谷为陵。

——《诗经·十月之交》

【解读】高地变为山谷，深谷变成山陵。据科学推测，喜马拉雅山这个地方在七千万年以前还是一

片汪洋大海，沧海变桑田，比喻世事多变。也比喻事物在一定的条件下总是向它相反的方向转化。

工欲善其事，必先利其器。——《论语·卫灵公》

【解读】工匠要想做好自己的工作，必须事先磨快工具。由此可知，一个人要胜任工作，必须首先学好本领。今日读好书，来日才能大展宏图。

苟日新，日日新，又日新。——《礼记·大学》

【解读】如果天天洗涤能使面容清洁新鲜，那就每天都要洗涤干净，保持清洁、新鲜，而且要日日都保持下去。这句名言是商朝开国贤君汤刻在盘子上的铭文，叫“汤盘铭”。刻在洗涤的盘子上，天天可以看到，起警告、提醒、勉励的作用。这里借指要让自己的道德修养、精神面貌永远是新鲜而清洁的。日新：这里指在道德上日日更新。

诗词翻译

[正宫] 鹦鹉曲·赤壁怀古 冯子振

茅庐诸葛亲曾住，早赚出抱膝梁父^①。笑谈间汉鼎三分^②，不记得南阳耕雨。【幺】叹西风卷尽豪华，往事大江东去。彻如今话说渔樵，算也是英雄了处。

【注释】①抱膝梁父：诸葛亮二十七岁以前隐居在南阳邓县西南之隆中（今湖北襄阳西），抱膝长啸，好为《梁父吟》。《梁父吟》讽刺齐国晏婴阴谋杀贤之事，表现出感时伤乱、清高厌世的隐士风度。②汉鼎：喻汉朝天下。传说夏禹铸九鼎，象征九州，被夏商周三代视为传国之重器，后世则以鼎喻国家。

【今译】诸葛亮曾经在隆中草庐中居住，这位好为《梁父吟》的清高隐士早就被刘备骗出。他曾谈笑之间使西蜀与北魏、东吴三分天下，竟将好雨时节躬耕南阳的初衷全然不顾。【幺】可惜啊，肃杀的西风扫尽往日的豪华遗迹，英雄伟业随着滔滔的江水流去。直到如今他的功名业绩仍然成为渔人樵夫们谈论的话题，这也可以算是他应得的报偿和结局！

[中吕]山坡羊·骊山怀古 张养浩

骊山四顾，阿房一炬，当时奢侈今何处？只见草萧疏，水萦纡。至今遗恨迷烟树。列国周齐秦汉楚，赢，都变做了土；输，都变做了土。

【今译】登上绵延的骊山四下里观望，不禁想起秦皇时那辉煌无比的阿房宫，被项羽的一把大火烧成一片焦土，那盛极一时的奢侈豪华如今还存在何处？眼前只有萧萧稀疏的野草，弯弯曲曲的河流，如今也都像是遗憾地笼罩在山岚夕烟中的莽莽树林处。回想历史上历朝历代的兴衰交替，怎不令人遗憾和凄楚。打赢了的，把输家的一切付之一炬，变成泥尘焦土；但赢家也会变成输家，到头来也照样会变成泥尘焦土！

成语故事

妙笔生花

传说，唐代著名的大诗人李白少年时代，曾经做过一个奇特的梦。他梦见自己使用的笔，笔头上开出鲜艳的花朵，一张张白纸，自动飞到他跟前。李白高兴极了，就抓起妙笔飞快地写了起来，落在纸上的却是一朵朵盛开的鲜花。

后来李白刻苦读书，深入社会，游历祖国名山大川，创作了大量的不朽诗篇，他热情歌颂了雄伟、壮丽的祖国，并在一定程度上揭露了腐朽黑暗的封建社会。他的许多著名的诗篇，流传千古，至今仍被中外读者吟咏传颂。“妙笔生花”这句成语由此而来，有时也写作“梦笔生花”。

素材存盘——“团结”格言

人只有在人们中间才能认识自己。

——（德）歌德

紧密的团结就是无敌的勇士。

——谚语

力量从团结来，智慧从劳动来，行动从思想来，荣誉从集体来。

——雷锋