

银川第二十四中学校本课程系列丛书

主编 于全高

日 诵 经 典

■ 本期主编 宋玉萍

诵读，是自古以来人们学习的一种方式。古人云：“一日诵经，一日诵史，一日诵子，一日诵集，一日诵医，一日诵法，一日诵术。”



宁夏出版传媒集团
宁夏人民出版社

银川第二十四中学校本课程系列丛书

主编 于全高



日诵经典

诵读，是孩子进入学习语言、并通过语言“悟道”的最朴素、最可靠的方法。日不间断地诵读，就是养心、养智、养气的过程。



■ 本册主编 宋玉萍



黄河出版传媒集团
宁夏人民教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

日诵经典 / 宋玉萍主编.-- 银川: 宁夏人民教育出版社, 2014.10

(银川第二十四中学校本课程系列丛书 / 于全高主编)

ISBN 978-7-5544-0942-8

I. ①日… II. ①宋… III. ①中华文化—中学—教材
IV. ①G634.301

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 230790 号

日诵经典

宋玉萍 主编

责任编辑 孙莹 吴阳

封面设计 星秀

责任印制 殷戈

黄河出版传媒集团 出版发行
宁夏人民教育出版社

地址 宁夏银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)

网址 www.yrpubm.com

网上书店 www.hh-book.com

电子信箱 jiaoyushe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5014284

经销 全国新华书店

印刷装订 宁夏雅昌彩色印务有限公司

印刷委托书号 (宁) 0015088

开本 720 mm × 980 mm 1/16

印张 15.75

字数 200 千字

印数 1520 册

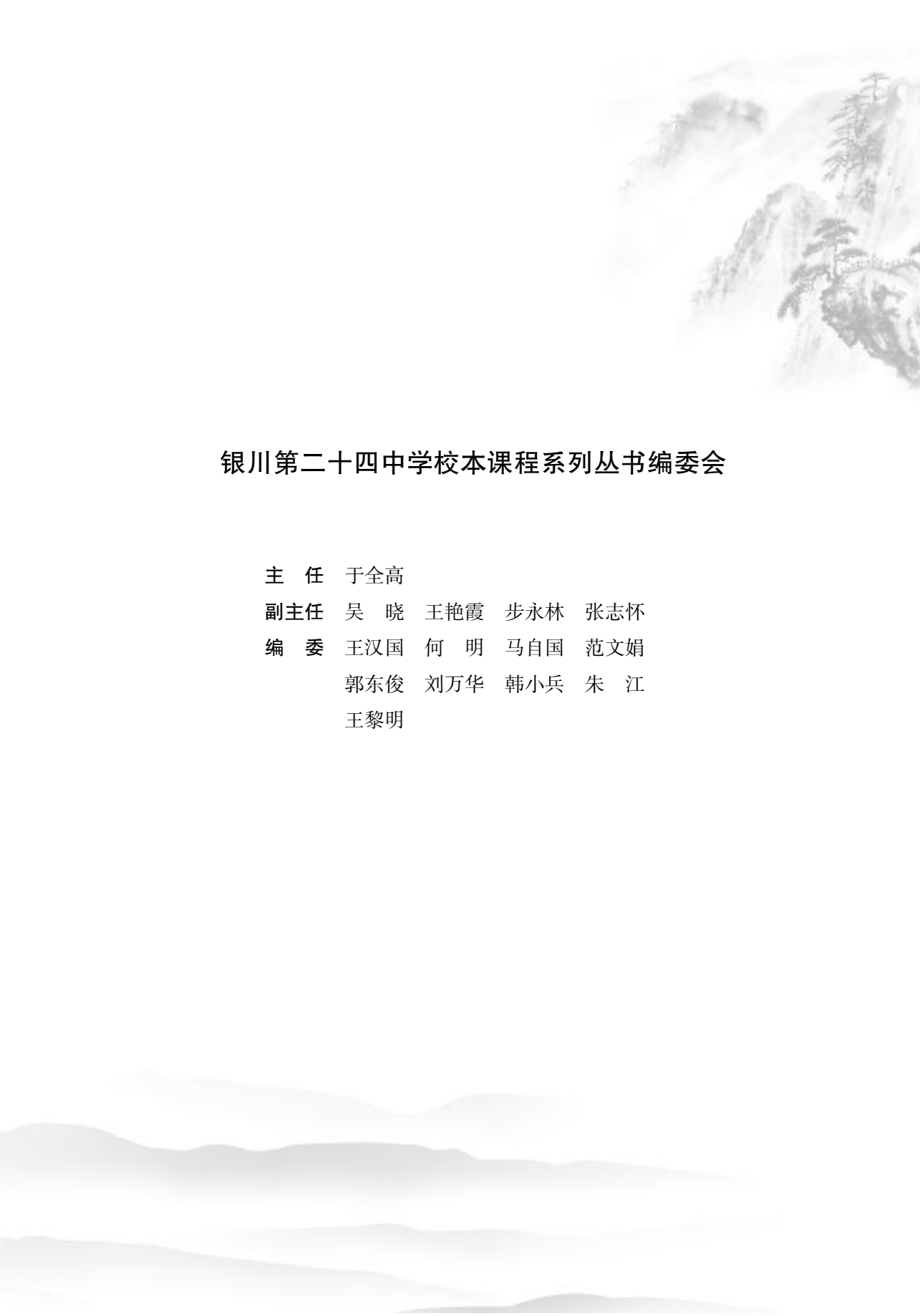
版次 2014 年 10 月第 1 版

印次 2014 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5544-0942-8/G·2727

定价 28.00 元

版权所有 翻印必究



银川第二十四中学校本课程系列丛书编委会

主 任 于全高

副主任 吴 晓 王艳霞 步永林 张志怀

编 委 王汉国 何 明 马自国 范文娟

郭东俊 刘万华 韩小兵 朱 江

王黎明



用经典叩启天赋之门

于全高

诵读,是孩子深入学习语言,并通过语言“悟道”的最朴素、最可靠的途径。日不间断地记诵,就是养心、养智、养气的过程。

“诵读经典”就是“诵读最有价值的书”。“经”,本义是“织布的纵线”,是织成一匹布的先导,引申为“天经地义的常理常道”。“经书”,便是含蕴常理常道,教导人如何认识自然、生命、自己,如何为人处世的书。这些书自古流传。经典就是人类历史上流传下来的最有智慧、最打动人心、最引人向善的书。任何一个文化系统都有其永恒不朽之经典作为源头活水,经典是民族智慧的结晶,它的价值历久而弥新,是开启智慧的最好方式。

文化来自一个民族的历史基因,它不是一蹴而就的。文化需要积淀,需要培育;文化是几代人潜移默化化出来的。文化有时候像是我们脚下的老茧,是靠时间踩出来的。琅琅书声,朗朗乾坤,日不间断地记诵经典,绳锯木断,水滴石穿,天长日久,积累的是语言,积淀的就是文化。

书读百遍,其义自见。“自见”意味着感悟的回路形成,这是告诉和启发不能代替的。

出声地读,方能读准字音;大声朗读,方能抑扬顿挫。读出语感,体会词语的妙用,悟出篇章结构的章法与机巧,锻炼当众发言的胆量,都会在诵读中得以解决,而且还会在“润物细无声”中受到潜移默化的影响和熏陶,在不经意中提高

运用语言文字的水平,无论是口头表达还是写文章都会受益匪浅。这方面的益处,很多教师和学生都有切身的体会。一是化无声文字为有声语言,口读耳听,口耳并用,增加向大脑传输信息的渠道。这不仅使阅读真正活起来,而且印象深刻,便于记忆和理解。二是一边缓缓诵读,一边慢慢思考,将读与思有机结合起来,可以更好地加深对读物的理解。对那些优秀篇章、名言佳句,反复诵读,做到“读了又思,思了又读,自然有味”,乃至愈读愈有味,趣味无穷。三是声情并茂,培养语感和情感。朗读时声音响亮,抑扬顿挫,节奏分明,并将读者自身的感情融合到读物中去,增强读物的形象感、意韵感和情趣感。

有时候,宁可走得慢一点,宁可讲得少一些,也不要剥夺了孩子体验的快乐。教育工作的价值,在于形成具有丰富精神的个人。学习的目的不仅仅是为了获取知识,更重要的是经历一种精神成长的体验。

我们国家悠久的历史长河中,沉淀了无数的瑰宝。经典诗文内容丰富、博大精深,是中华民族优秀传统文化的一部分。古诗文是中华民族文化的精髓,是中华民族人文精神的结晶。经典诗文不仅内涵丰富,意境高远,而且语言凝练,蕴含着深刻的哲理。它滋养了一代又一代国人,是我们民族特有的文化底蕴。

诵读经典犹如一道亮丽的风景,为学生带来了一片生机,它时时唤起学生创造的灵性,奏响学生心中诗文的琴弦,激活学生的好奇心和充满激情的美好情怀,健全学生的人格魅力,提高学生的文化品位、审美情趣与文化底蕴。读好了经典,就为孩子的一生奠定了基础,我们要继续抓好经典诵读,让书香飘满校园,让谦谦君子在校园里风度翩然。在诵读的陶醉中渐渐消散学习的劳累,让平常遭到压抑的无意识、潜意识的右脑开始运转起来。人在非思虑状态获得的东西,将融入骨血。

让经典叩启天赋之门,让孩子们且诵且喜吧!



编写说明和诵读指导

宋玉萍

《日诵经典》是专门针对中学生编写的一部经典诵读读本。与市面上同类的一些读本相比,它具有自己的特点。

1. 既有广泛性又有经典性:编者在编写这部读本时进行了一次又一次精心又广泛的选材,内容涉及《庄子》《老子》《论语》《孟子》《周易》《中庸》《大学》《孙子兵法》《史记》《汉书》等二十多部我国古代典籍,同时也精选了我国历朝历代以及世界各国具有代表性的优秀诗歌、文学名著中的经典片段、优美而易于记诵的散文,目的在于用经典叩启孩子的天赋之门。在内容的选择上,这本书以韵文为主,有民歌、古诗、词、赋、曲、现代诗、古今散文等一些适合诵读的经典的诗性读本。少年正处于诗一样的花季,我们希冀用诗激荡少年的心灵,培养他们对母语抑扬顿挫的感悟,激发他们美好的情愫。

2. 既有序列性又有趣味性:这部读本以课本的形式安排了诵读内容。全书分上下两卷,每卷13个单元,每单元6篇作品。这6篇作品在主题上互有关联,但形式风格各异,目的是考虑到孩子的年龄特点和审美情趣,让孩子在每个单元中接触到古今中外不同风格、不同个性的作品。本书后面的附录部分,基本为国学经典启蒙,供学有余力的孩子诵读。只有孩子有兴趣读,喜读、乐读,读本的存在才有意义,如果变成强制,急功近利,那就成了孩子的负担,那就失去了意义。

怎样使用《日诵经典》?

1. “日诵经典”顾名思义要每日诵读,放开声音大声地读,既是一种情绪上的释放,也是一种节奏上的享受。只有日复一日地坚持,才能找到一种感觉,形成习惯爱好。习惯爱好一旦形成,就不会觉得是额外的负担。

2. 不要刻意去背,但要熟读成诵。孩子自己愿意背诵、喜欢背诵当然再好不过,但要是孩子不喜欢死背也没有关系。任何事情一旦刻意,效果反而减弱,但是坚持和积累就往往有意外收获。在参照读本中的注释和赏析的基础上,孩子可以每天诵读一篇,有自己特别喜欢的还可以抄写在笔记本上反复品味。即使一篇也没有背诵,在日积月累的诵读过程中,也会有很大的收益。无论迟早,无论深浅,所诵读的某些内容,都将内化为他们的思想气质,影响他们的一生。

在编写的过程中,我们深刻地感受到一本书的内容毕竟有限,但我们期望孩子们通过这本书不仅能形成语感,丰富底蕴内涵,而且可以看到更广阔的阅读世界,推动更广泛的阅读活动。我们希望通过经典诵读的推广,让更多的孩子亲近经典,走进伟大的心灵;亲近世界优秀的文化,走进真正的自我,构成丰富美好的内在世界,拥有幸福优雅的人生。

2014年5月

C 目录»» Contents

上 卷

第一单元

- 长歌行 / 汉乐府 001
木瓜 / 《诗经·卫风》 003
给你写信 / 阿肯姆 005
断章 / 卞之琳 006
开始 / 泰戈尔 007
丑女效颦 / 《庄子·天运》 009

第二单元

- 孺子歌 / 楚国民歌 010
上邪 / 汉乐府 011
假如生活欺骗了你 / 普希金 012
老马 / 臧克家 013

- 《沙与沫》精选 / 纪伯伦 014
望梅止渴 / 《世说新语》 015

第三单元

- 独坐敬亭山 / 李白 016
渔歌子 / 张志和 017
夕阳 / 保尔·魏尔伦 018
你是人间的四月天 / 林徽因 019
记住我 / 罗伯特·泰斯特 020
鹬蚌相争 / 《战国策》 022

第四单元

- 易水歌 / 荆轲 024

- 浣溪沙 / 敦煌曲子词 025
我要把自己寄给你 / 格思里 026
一棵开花的树 / 席慕容 027
匆匆 / 朱自清 028
掩耳盗铃 / 《吕氏春秋》 030

第五单元

- 短歌行 / 曹操 031
十六字令三首 / 毛泽东 033
狗之歌 / 叶赛宁 034
一代人 / 顾城 036
同情 / 泰戈尔 037
割席分坐 / 《世说新语》 038

第六单元

- 大风歌 / 刘邦 039
破阵子 / 李煜 040
人生的季节 / 济慈 042
风雨兼程 / 汪国真 043
对儿子的祈祷 / 麦克阿瑟 044
诫子书 / 诸葛亮 046

第七单元

- 离思 / 元稹 048
生查子·元夕 / 欧阳修 049
当你老了 / 叶芝 050
致橡树 / 舒婷 051
爱 / 张爱玲 053
师旷论学 / 《说苑》 054

第八单元

- 凉州词 / 王翰 056
水仙子·夜雨 / 徐再思 057
祖国 / 莱蒙托夫 058
中国,我的钥匙丢了 / 梁晓斌 060
《沙与沫》精选 / 纪伯伦 062
南辕北辙 / 《战国策》 063

第九单元

- 古诗十九首(其七) / 无名氏 065
点绛唇 / 李清照 067

十四行诗(其五) / 勃朗宁夫人 068

雨巷 / 戴望舒 069

年轻的母亲 / 瓦莱里 071

对牛弹琴 / 《理惑论》 072

第十单元

白云泉 / 白居易 073

卜算子·送鲍浩然之浙东 / 王观 074

野蔷薇 / 歌德 075

悼念一棵枫树 / 牛汉 076

童年的星星 / 邦达列夫 078

木犹如此 / 《世说新语》 079

第十一单元

垓下歌 / 项羽 080

更漏子 / 温庭筠 081

未实现的心愿 / 米哈尔科夫 082

发现 / 闻一多 083

《沙与沫》精选 / 纪伯伦 084

凿壁偷光 / 《西京杂记》 085

第十二单元

君子行 / 《乐府诗集》 087

满江红 / 岳飞 089

西风颂(节选) / 雪莱 090

我用残损的手掌 / 戴望舒 091

我有一个梦想(节选)

/ 马丁·路德·金 093

君子之交 / 《庄子·山木》 095

第十三单元

书端州郡斋壁 / 包拯 096

清平乐·村居 / 辛弃疾 097

为了看看阳光,我来到世上

/ 巴尔蒙特 098

回答 / 北岛 099

热爱生命 / 蒙田 100

《贞观政要》一则 102

下 卷

第一单元

- 憩平原别邸赠玄玄 / 苏曼殊 103
- 蝶恋花 / 欧阳修 104
- 明天,天一亮 / 雨果 105
- 偶然 / 徐志摩 106
- 谈生命(节选) / 冰心 107
- 《淮南子》二则 109

第二单元

- 无题 / 李商隐 110
- 青玉案·元夕 / 辛弃疾 111
- 白鸟 / 叶芝 112
- 错误 / 郑愁予 113
- 《简·爱》经典语段
/ 夏洛蒂·勃朗特 114
- 《周易》一则 115

第三单元

- 赠卫八处士 / 杜甫 116
- 鹧鸪天 / 贺铸 118
- 世界上最遥远的距离(节选)
/ 泰戈尔 119
- 假如你走来 / 陈敬容 120
- 热血、汗水和眼泪
/ 温斯顿·丘吉尔 121
- 夸父逐日 / 《山海经·海外北经》 123

第四单元

- 问刘十九 / 白居易 124
- 定风波 / 苏轼 125
- 茵尼斯弗利岛 / 叶芝 127
- 面朝大海,春暖花开
/ 海子 128
- 最初的茉莉 / 泰戈尔 129
- 《论语》二则 130

第五单元

- 苏小小墓 / 李贺 131
皂罗袍 / 汤显祖 133
孤独的收割人 / 华兹华斯 135
过印度洋 / 周太玄 137
凝思(节选) / 王蒙 138
《道德经》二则 140

第六单元

- 山居秋暝 / 王维 142
卜算子·咏梅 / 陆游 143
我的心啊,在高原 / 彭斯 144
大堰河——我的保姆 / 艾青 146
勇敢(节选) / 伊利亚·爱伦堡 151
颜氏家训(节选) 153

第七单元

- 桃夭 / 《诗经·周南》 155
长相思 / 纳兰性德 157

- 我愿意是急流 / 裴多菲 158
沙扬娜拉·赠日本女郎 / 徐志摩 160
《大学》一则 161

第八单元

- 硕人(节选) / 《诗经·卫风》 162
登徒子好色赋(节选) / 宋玉 163
有一天我把她的名字写在沙滩上
/ 斯宾塞 164
自立立人歌(其一) / 陶行知 165
哈姆雷特(选段) / 莎士比亚 166
《孙子兵法》二则 168

第九单元

- 乐游原 / 李商隐 170
临江仙 / 杨慎 171
倦行人 / 托马斯·哈代 172
与李贺共饮 / 洛夫 174
《名人传》序(节选)
/ 罗曼·罗兰 177
卧薪尝胆 / 司马迁 179

第十单元

- 将进酒 / 李白 181
- 临江仙 / 晏几道 183
- 孔夫子的箴言(其一)
- / 席勒 184
- 童年 / 罗大佑 186
- 《钢铁是怎样炼成的》经典语段
- / 尼古拉·奥斯特洛夫斯基 188
- 共工怒触不周山 / 《淮南子》 189

第十一单元

- 蜀相 / 杜甫 190
- 红豆词 / 曹雪芹 191
- 我看过你哭 / 拜伦 193
- 嫁给幸福 / 汪国真 195
- 悲惨世界(节选) / 雨果 196
- 嫦娥奔月 / 《淮南子·览冥训》 198

第十二单元

- 九歌·国殇 / 屈原 200
- 蝶恋花 / 柳永 202
- 夜 / 叶赛宁 204
- 虚构的家谱 / 西川 205
- 我的信念 / 玛丽·居里 207
- 后羿射日 / 《符子》 209

第十三单元

- 挽歌 / 陶渊明 211
- 菩萨蛮 / 李白 213
- 最孤寂者 / 尼采 215
- 那么静 / 仓央嘉措 216
- 西雅图宣言 / 西雅图 217
- 大禹化熊 / 《淮南子》 220

附录

- 中华古诗文经典名句 / 221

上卷

第一单元

长歌行^①

汉乐府

青青园中葵^②，朝露待日晞^③。
阳春布德泽^④，万物生光辉。
常恐秋节^⑤至，焜黄华叶衰^⑥。
百川^⑦东到海，何时复西归？
少壮^⑧不努力，老大^⑨徒^⑩伤悲。

【注释】

①长歌行：汉乐府曲牌名。

②葵：蔬菜名，指我国古代重要蔬菜之一。《诗经·豳风·七月》：“七月亨葵及菽。”李时珍《本草纲目》说：“葵菜古人种为常食，今之种者颇鲜。有紫茎、白茎二种，以白茎为胜。大叶小花，花紫黄色，其最小者名鸭脚葵。其实大如指顶，皮薄而扁，实内子轻虚如榆莢仁。”

③朝露：清晨的露水。晞：晒干。

④阳春：温暖的春天。布：布施，给予。德泽：恩惠。

⑤秋节：秋季。

⑥焜黄：形容草木凋落枯黄的样子。华：同“花”，读音同“花”。衰：读“cuī”，古时候没有“shuāi”这个音。（根据语文出版社出版的《古代汉语》，我们认为除了普通话的规范发音之外，任何其他的朗读法都是不可取的，所以读 shuāi。）

⑦百川：大河流。

⑧少壮：年轻力壮，指青少年时代。

⑨老大：年老。（指年老了，过了青年时期。此句指到人老了，过了青年时期只能白白地悔恨与悲伤了。）

⑩徒：白白地。

【赏析】

诗歌由对宇宙的探寻转入对人生价值的思考，终于得出“少壮不努力，老大徒伤悲”这一发聋振聩的结论，结束全诗。这个推理的过程，字面上没有写出来，但读者可循着诗人思维的轨迹，用自己的人生体验来补足：自然界的万物有一个春华秋实的过程，人生也有一个少年努力、老有所成的过程；自然界的万物只要有阳光雨露，秋天自能结实，人却不同，没有自身努力是不能成功的；万物经秋变衰，但却实现了生命的价值，因而不足伤悲，人则不然，因“少壮不努力”而老无所成，岂不等于空走世间一趟。调动读者思考，无疑比代替读者思考高明。正由于此，这首诗避免了容易引人生厌的人生说教，使最后的警句显得浑厚有力，深沉含蓄，如洪钟长鸣一般，深深地打动了读者的心。

木瓜

《诗经·卫风》^①

投我以木瓜，报之以琼琚^②。匪报也，永以为好也^③！

投我以木桃^④，报之以琼瑶。匪报也，永以为好也！

投我以木李^⑤，报之以琼玖。匪报也，永以为好也！

【注释】

①《诗经》是中国最早的一部诗歌总集，先秦时期称《诗》，又称《诗三百》或《三百篇》，它收集了自西周初年至春秋中叶五百多年的三百零五篇诗歌。音乐上分为风、雅、颂三部分，其中“风”是地方民歌，有十五国风，共一百六十首；“雅”主要是朝廷乐歌，分大雅和小雅，共一百零五篇；“颂”主要是宗庙乐歌，有四十首。《诗经》对后代诗歌发展有深远的影响，成为我国古典文学现实主义传统的源头。

②投我以木瓜，报之以琼琚：你将木瓜投给我，我将回报你珍贵的佩玉。投：投掷，此作赠送、给予。木瓜：落叶灌木，果似小瓜。古代有以瓜果之类为男女定情信物的风俗。报：报答。琼琚：佩玉名，古代的饰物。后边“琼瑶”“琼玖”同此。

③匪报也，永以为好也：并非只是为了回报，而是表示永远友好。匪：同“非”。好：友好。

④木桃：桃子。

⑤木李：李子。