

晨韵：中职生早读读本

吴海华 主编



浙江工商大学出版社



浙江省德清县职业中等专业学校

Zhejiang Deqing Secondary Vocational School

国家中职示范校建设课改教材



Chen Yun 晨韵
Zhongzhisheng Zaodu Duben

——中职生早读读本

吴海华 主 编 王军辉 副主编



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

晨韵：中职生早读读本 / 吴海华主编. —杭州：
浙江工商大学出版社，2014.6
ISBN 978-7-5178-0512-0

I. ①晨… II. ①吴… III. ①阅读课—中等专业学校—
—教学参考资料 IV. ①G634.333

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 129809 号

晨 韵

——中职生早读读本

吴海华 主 编 王军辉 副主编

策划编辑 谭娟娟
责任编辑 何小玲
封面设计 王妤驰
责任印制 包建辉
出版发行 浙江工商大学出版社
(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)
(E-mail: zjgsupress@163.com)
(网址: <http://www.zjgsupress.com>)
电话: 0571-88904980, 88831806(传真)

排 版 杭州朝曦图文设计有限公司
印 刷 绍兴虎彩激光材料科技有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 13.5
字 数 312 千
版 印 次 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5178-0512-0
定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换
浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88904970

德清职业中专校本教材编写委员会

顾 问 杨丽英

主 任 茅水虎 姚明聪

编 委 周武杰 施晓艳 王美丽 沈海荣

吕梦非 沈亥琴 钱 昕 白 杨

杨月明 高阳会

《晨韵——中职生早读读本》编委会

主 编 吴海华

副主编 王军辉

编 委 （以姓氏笔画为序）

刘 美 沈月红 沈建荣 宋冬冬

张海燕 姚新宏 倪惠强 蔡 歆

插 画 德清职业中专 13 级动漫专业学生

总 序

国家中等职业学校改革发展示范校建设的价值追求,在于中职教育的质量提升和内涵发展,而课程建设是重要的途径之一。德清职业中等专业学校围绕专业建设和育人模式的创新,十分重视各专业的课程建设,已经先后完成各类校本教材的开发。

课程,是人才培养的重要载体,我们关注课程的育人价值。在铸剑文化的引领下,基于多年办学实践的积淀,学校编撰了弘扬“铸剑精神”的特色文化读本。《晨韵——中职生早读读本》《心灵成长之旅——中职生心理辅导》《钢笔书法特色训练——方法·实战篇》等,就是通过学生“晨诵、午读、暮省”的过程,通过健康积极的职业心理培育,通过“练字练人”,来实现内化于心、外化于形的育人价值。

课程,是专业建设的重要内容,我们重视课程的学科价值。《数控车削加工实训指导书》《数控车床维修及检测实训指导书》《电子技术实训》《外套设计·制版·工艺》《星级酒店菜肴制作》等,都是相关专业学生实训校本教材,既体现本专业的学科理论知识的实践应用,又体现教学过程与生产过程的有效对接,更是对专业建设的有效促进。

课程,是人才特色的重要保证,我们强化课程的社会价值。《德清地方名菜名点》《德清农家乐菜肴制作》等,正是学校专业建设与地方产业发展的有效对接,是当地经济社会人才有效供给的价值体现。

中职学校的课程体系建设,围绕三大价值追求,需要我们不断努力进取、不断创新建构,已经拥有的课程建设成果,必将成为我们未来发展的重要基础。为此,我们更加期待!

是为序。

湖州市教育局副局长 金毅伟

二〇一四年五月十五日

前言

让我们放声朗读吧！

朗读是身心的“健美体操”。在朗读时，70%以上的神经细胞参与大脑活动，超过默读。如果长期坚持、反复练习，朗读能强化记忆和提高注意力，使我们进入学习的兴奋状态，增强学习效果。健康学家认为，朗读可使大脑皮层的抑制和兴奋过程达到相对平衡，血流量及神经功能的调节处于良好状态。朗读犹如唱歌，能增加肺活量，使全身通畅，有怡情养性的独特作用。朗读还是一种“思维体操”，特别有助于减轻精神压力，锻炼记忆力和表达力。最新医学研究证明，人在大声朗读时，副交感神经会加强工作，使大脑得到放松，心情也就爽快了。

很多学有所成的人非常重视朗读。宋代教育家朱熹说过：“凡读书……须要读得字字响亮，不可误一字，不可少一字，不可多一字，不可倒一字……”（《训学斋规》）出自桐城派门下的曾国藩则更具体地教导后人说：“凡作诗，最宜讲究声调……须熟读五古七古各数十篇。先之以高声朗诵，以昌其气；继之以密咏恬吟，以玩其味。二者并进，使古人之声调，拂拂然若与我喉舌相习，则下笔为诗时，必有句调凑赴腕下。”（《谕纪泽》）叶圣陶老先生曾经说过，写成文章，念，要让隔壁听见的人以为是说话，不是读文稿，才算到了家。朱光潜先生从美学的角度生动地描述了朗读好的作品与差的作品带给他的迥然不同的感受，他说：“我读音调铿锵、节奏流畅的文章，周身筋肉仿佛作同样有节奏的运动，紧张，或是舒缓，都产生出极愉快的感觉。如果音调节奏上有毛病，我的周身筋肉都感觉局促不安，好像听厨子刮锅烟似的。”（《散文的声音节奏》）

朗读是学习语文的重要方法。我国古代一直把朗读视为语文的基本功，注重吟咏、背诵。所谓“读书百遍，其义自见”，强调的就是这个道理。大声朗读文章是语感形成的必经之路。可以这么说，没有真正的大声读文章，就不会有什么真正的语感。每篇文章都有着“诗”的美，都有着作者美的灵感，而大声读，可以将这种美还原。大声读他人作品是学习的过程，大声读自己的作品则是修改完善的过程。朗读有利于深入理解文学作品，有利于发挥语言感染力，有利于提高语文表现力。

朗读是一种日常的非常优雅的行为。当我们朗读时，特别是当我们许多人在一起朗读时，自然就有了一种仪式感。仪式感纯洁和圣化了我们的灵魂，使我们的日常生活多了一分严肃，一分崇高。

朗读有助于改变性格。性格内向的同学往往说话、读书的声音也很小，如果全体同学都能坚持大声朗读，很容易带动内向的同学习惯于大声讲话，性格也就会随之悄然转变。

朗读要保持良好的状态。在朗读过程中全神贯注，进入作品，就能以自身最大的优势，

把作品的内容、语言,化为自己的理解、感受,化为自己的思维过程和心理活动。随着朗读声音的加大,身体的姿势也自然会越来越端正。

“腹有诗书气自华”,朗读经典让我们的生命精彩润泽。浩如烟海的我国历代名篇佳作,是历代先贤留给我们的宝贵精神财富,是漫长岁月里中华民族坚忍、执着、美好、崇高的心灵表征,是神州大地孕育出的黄钟大吕的华夏正声。倡导经典朗读,就是向中华民族深厚悠久文化的回归,向汉语言——母语的庄重回归。阅读外国文学经典,可以使我们开阔眼界,汲取其他民族之精华,从而更加丰富、完善中华文化。一个人在他记忆力最好、心灵最纯净的时候接触这些最具智慧和价值的经典,可以奠定他一生高远智慧和优秀人格的基础,成为他一生不断消化、理解、受益的文化根基。一个不读书的民族是走不远的。

为了让语文朗读成为中职生的习惯,有效提高他们的阅读能力、写作能力和口语交际能力,提高他们的思想品德修养和审美情趣,形成良好的个性、健全的人格,促进职业生涯的发展,我们阅读了大量海内外文学经典,在其中精挑细选,编成了这本早读读本。

让我们放声朗读经典,传承人类优秀的文化,使我们的每一天都如旭日般灿烂感人!

编 者

二〇一四年四月

目 录

卷一 中国古体诗词

第一辑 乐府风骚

001. 关雎 / 《诗经·国风·周南》	3
002. 静女 / 《诗经·国风·邶风》	4
003. 黍离 / 《诗经·国风·王风》	5
004. 硕鼠 / 《诗经·国风·魏风》	6
005. 蒹葭 / 《诗经·国风·秦风》	7
006. 无衣 / 《诗经·国风·秦风》	8
007. 离骚(节选) / 战国·屈原	9
008. 长歌行 / 汉乐府	11
009. 迢迢牵牛星 / 《古诗十九首》	12
010. 行行重行行 / 《古诗十九首》	13

第二辑 魏晋风度

011. 龟虽寿 / 三国·魏·曹操	14
012. 短歌行(其一) / 三国·魏·曹操	15
013. 燕歌行 / 三国·魏·曹丕	16
014. 赠白马王彪(其五) / 三国·魏·曹植	17
015. 咏史(其二) / 西晋·左思	18
016. 饮酒(其五) / 东晋·陶渊明	19
017. 归园田居(其三) / 东晋·陶渊明	20
018. 登池上楼 / 东晋·谢灵运	21
019. 敕勒歌 / 北朝民歌	22
020. 西洲曲 / 南朝民歌	23

第三辑 大唐风华

021. 春江花月夜 / 唐·张若虚	25
022. 别董大 / 唐·高适	27
023. 送元二使安西 / 唐·王维	28
024. 梦游天姥吟留别 / 唐·李白	29
025. 将进酒 / 唐·李白	31
026. 行路难 / 唐·李白	32
027. 黄鹤楼 / 唐·崔颢	33
028. 登高 / 唐·杜甫	34
029. 茅屋为秋风所破歌 / 唐·杜甫	35
030. 石壕吏 / 唐·杜甫	36
031. 蜀相 / 唐·杜甫	37
032. 春望 / 唐·杜甫	38
033. 长相思(汴水流) / 唐·白居易	39
034. 琵琶行并序 / 唐·白居易	40
035. 离思(其四) / 唐·元稹	44
036. 泊秦淮 / 唐·杜牧	45
037. 望江南(梳洗罢) / 唐·温庭筠	46
038. 陇西行 / 唐·陈陶	47
039. 夜雨寄北 / 唐·李商隐	48
040. 锦瑟 / 唐·李商隐	49

第四辑 两宋风雅

041. 相见欢(无言独上西楼) / 南唐·李煜	50
042. 浪淘沙(帘外雨潺潺) / 南唐·李煜	51
043. 虞美人(春花秋月何时了) / 南唐·李煜	52
044. 苏幕遮(碧云天) / 北宋·范仲淹	53
045. 蝶恋花(槛菊愁烟) / 北宋·晏殊	54
046. 蝶恋花(庭院深深) / 北宋·欧阳修	55
047. 生查子·元夕 / 北宋·欧阳修	56
048. 江城子·密州出猎 / 北宋·苏轼	57
049. 水调歌头(明月几时有) / 北宋·苏轼	58
050. 念奴娇·赤壁怀古 / 北宋·苏轼	59
051. 江城子·乙卯正月二十日夜记梦 / 北宋·苏轼	60

052. 武陵春(风住尘香花已尽) / 北宋·李清照	61
053. 声声慢(寻寻觅觅) / 北宋·李清照	62
054. 如梦令(昨夜雨疏风骤) / 北宋·李清照	63
055. 满江红(怒发冲冠) / 南宋·岳飞	64
056. 诉衷情(当年万里觅封侯) / 南宋·陆游	65
057. 病起书怀 / 南宋·陆游	66
058. 菩萨蛮·书江西造口壁 / 南宋·辛弃疾	67
059. 永遇乐·京口北固亭怀古 / 南宋·辛弃疾	68
060. 过零丁洋 / 南宋·文天祥	69

第五辑 明清风韵

061. 咏煤炭 / 明·于谦	70
062. 临江仙(滚滚长江东逝水) / 明·杨慎	71
063. 圆圆曲 / 明·吴伟业	72
064. 木兰花令·拟古决绝词 / 清·纳兰性德	75
065. 蝶恋花(辛苦最怜天上月) / 清·纳兰性德	76
066. 葬花吟 / 清·曹雪芹	77
067. 论诗绝句(其二) / 清·赵翼	79
068. 己亥杂诗(其五) / 清·龚自珍	80
069. 对酒 / 清·秋瑾	81
070. 蝶恋花(阅尽天涯离别苦) / 清·王国维	82

卷二 中国古代散文

071. 鱼我所欲也 / 《孟子·告子上》	85
072. 庖丁解牛 / 《庄子·内篇·养生主》	87
073. 非攻 / 《墨子·非攻上》	89
074. 毛遂自荐 / 西汉·司马迁	91
075. 优孟传 / 西汉·司马迁	94
076. 山中与裴秀才迪书 / 唐·王维	96
077. 与元微之书 / 唐·白居易	97
078. 钴鉞潭西小丘记 / 唐·柳宗元	99
079. 蠹化 / 唐·陆龟蒙	101
080. 后赤壁赋 / 北宋·苏轼	103
081. 唐才子传(两则) / 元·辛文房	105

082. 苦斋记 / 明·刘基·····	108
083. 泥古不化 / 清·纪昀·····	110
084. 与妻书 / 清·林觉民·····	112

卷三 中外现当代诗歌

第一辑 中国现当代诗歌

085. 教我如何不想她 / 刘半农·····	117
086. 梦与诗 / 胡适·····	119
087. 郭沫若诗两首 / 郭沫若·····	120
088. 相遇已成过去 / 闻一多·····	122
089. 琴的哀 / 李金发·····	123
090. 蕙的风 / 汪静之·····	124
091. 落花 / 冯雪峰·····	125
092. 我用残损的手掌 / 戴望舒·····	126
093. 我是一条小河 / 冯至·····	128
094. 臧克家诗两首 / 臧克家·····	129
095. 一块破船片 / 卞之琳·····	131
096. 预言 / 何其芳·····	132
097. 鲁藜诗两首 / 鲁藜·····	134
098. 一棵开花的树 / 席慕蓉·····	135
099. 顾城诗三首 / 顾城·····	136
100. 亚洲铜 / 海子·····	138

第二辑 外国现当代诗歌

101. 哦,船长,我的船长! / [美国]惠特曼·····	139
102. 如果你能在秋天到来 / [美国]狄金森·····	141
103. 风鹰 / [英国]霍普金斯·····	142
104. 朴素的诗句 / [古巴]何塞·马蒂·····	143
105. 《飞鸟集》选篇 / [印度]泰戈尔·····	145
106. 期待 / [罗马尼亚]托马·····	146
107. 花园的黎明 / [巴基斯坦]伊克巴尔·····	147
108. 追随你的命运 / [葡萄牙]佩索阿·····	148
109. 秋天最后的花朵 / [芬兰]索德格朗·····	150

110. 白桦 / [俄罗斯]叶赛宁	151
111. 故乡之歌 / [捷克斯洛伐克]塞弗尔特	152
112. 我们甚至失去了黄昏的颜色 / [智利]聂鲁达	153
113. 春天 / [保加利亚]瓦普察洛夫	154
114. 街 / [墨西哥]奥克塔维奥·帕斯	156
115. 致一棵开花的梨树 / [美国]詹姆斯·赖特	157

卷四 中外现当代散文

116. 秋夜 / 鲁迅	161
117. 秋天的况味 / 林语堂	163
118. 家 / 方令孺	165
119. 雅舍 / 梁实秋	168
120. 乡土情结 / 柯灵	172
121. 故乡的山梨 / 李辉英	177
122. 泪珠与珍珠 / 琦君	180
123. 合欢树 / 史铁生	183
124. 美腿与丑腿 / [美国]富兰克林	187
125. 密西西比河风光 / [法国]夏多布里昂	190
126. 乡村 / [俄国]屠格涅夫	192
127. 树木 / [德国]赫尔曼·黑塞	195
128. 鸟啼 / [英国]劳伦斯	198

卷一

中国古体诗词



第一辑 乐府风骚

001. 关 雎

《诗经·国风·周南》[△]

关关^[1]雎鸠^[2]，在河之洲^[3]。

窈窕^[4]淑^[5]女，君子好逑^[6]。

参差荇菜^[7]，左右流^[8]之。

窈窕淑女，寤寐^[9]求之。

求之不得，寤寐思^[10]服^[11]。

悠^[12]哉悠哉，辗转反侧。

参差荇菜，左右采之。

窈窕淑女，琴瑟友之^[13]。

参差荇菜，左右芼^[14]之。

窈窕淑女，钟鼓乐之^[15]。

[1] 关关：水鸟叫声。

[2] 雎鸠：一种水鸟，可能即鱼鹰。

[3] 洲：水中的陆地。

[4] 窈窕：娴静美好的样子。

[5] 淑：善，好。

[6] 好(hǎo)逑：好配偶。逑，配偶。

[7] 荇(xìng)菜：多年生水草，夏天开黄色花，嫩叶可食。

[8] 流：顺水势采摘。

[9] 寤寐：这里的意思是日日夜夜。寤(wù)，睡醒。寐，睡着。

[10] 思：语助词。

[11] 服：思念，牵挂。

[12] 悠：忧思的样子。

[13] 琴瑟友之：弹琴鼓瑟表示亲近。友，交好。

[14] 芼(mào)：选择，挑选。

[15] 钟鼓乐之：敲钟击鼓使她快乐。乐，使……快乐。

[△] 《诗经》是我国最早的诗歌总集，又称《诗》《诗三百》。西汉时被尊为儒家经典，始称《诗经》。《诗经》共收录从西周初年到春秋中叶的诗歌 305 首，在内容上分为风、雅、颂三个部分，在表现手法上擅用赋、比、兴，合称“六义”。其中的“风”包括了 15 个地方的民歌，叫“十五国风”，有 160 篇，是《诗经》的核心内容。

002. 静 女

《诗经·国风·邶风》[△]

静女其^[1]姝^[2]，俟^[3]我于城隅^[4]。
爱^[5]而不见^[6]，搔首踟蹰^[7]。

静女其变^[8]，贻^[9]我彤管^[10]。
彤管有炜^[11]，说怿^[12]女^[13]美。

自牧^[14]归荭^[15]，洵^[16]美且异。
匪女^[17]之为美，美人之贻。



[1] 其：形容词词头。下文“静女其变”的“其”用法相同。

[2] 姝(shū)：美丽。

[3] 俟(sì)：等待，等候。

[4] 城隅(yú)：城上的角楼。一说是城边的角落。

[5] 爱：通“薹(ài)”，隐藏，遮掩。

[6] 见：通“现”，出现。一说是看见。

[7] 踟蹰(chí chú)：心里迟疑，要走不走的样子。

[8] 变(luán)：美好。

[9] 贻(yí)：赠送。

[10] 彤(tóng)管：红色的管乐器。管，有人说是茅草。

[11] 炜(wěi)：鲜明有光的样子。

[12] 说怿(yuè yì)：喜爱。说，通“悦”，和“怿”一样，都是喜爱的意思。

[13] 女(rǚ)：通“汝”，你。这里指代“彤管”。

[14] 牧：野外放牧的地方。

[15] 归荭(kuì tí)：赠送荭草。归，通“馈”，赠送。荭，初生的茅草。

[16] 洵(xún)：的确，确实。

[17] 匪(fēi)女(rǚ)：不是你(荭草)。匪，通“非”。

[△] 邶(bèi)：邶国(今河南汤阴境内)。