


中华经典吟诵学生读本系列

ZHONG HUA YIN SONG DU BEN

中华吟诵读本

袁行霈题 

小学生
必背古诗词 75 首

王恩保 主编



小时不识月
呼作白玉盘
又疑瑶台镜
飞在青云端

中华经典吟诵学生读本系列

ZHONG HUA YIN SONG DU BEN

中华吟诵读本

袁行霈题

小学生
必背古诗词 75 首

王恩保 主编

图书在版编目(CIP)数据

中华吟诵读本:小学生必背古诗词75首(附光盘)/王恩保主编. —北京:中华书局,2014. 1

(中华经典吟诵学生读本系列)

ISBN 978 - 7 - 101 - 09816 - 7

I. 中… II. 王… III. 古典诗歌 - 中国 - 小学 - 教学参考资料 IV. G624. 203

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 259723 号

-
- 书 名 中华吟诵读本:小学生必背古诗词75首(附光盘)
主 编 王恩保
丛 书 名 中华经典吟诵学生读本系列
责任编辑 祝安顺
出版发行 中华书局
(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)
[http://www. zhbc. com. cn](http://www.zhbc.com.cn)
E-mail: zhbc@zhbc. com. cn
- 印 刷 北京市白帆印务有限公司
版 次 2014 年 1 月北京第 1 版
2014 年 1 月北京第 1 次印刷
规 格 开本/700×1000 毫米 1/16
印张 15½ 插页 2 字数 264 千字
- 印 数 1 - 13800 册
国际书号 ISBN 978 - 7 - 101 - 09816 - 7
定 价 38.00 元
-



编辑委员会名单

音乐顾问

戴学忱

主 编

王恩保

主编助理

何风华 于晓鹏 刘 剑 李梦溪

朗 诵

方 明 虹 云 庞 莹 于晓鹏

吟 诵 (按姓氏音序排列)

包文朴	卞峥嵘	曹 琴	陈江风	陈少松	陈贻焮	陈岳琴
程 滨	戴学忱	华 锋	华锺彦	李昌集	李梦溪	林 庚
林 媛	刘 剑	刘 丽	彭世强	施榆生	史 鹏	孙 甜
孙玄龄	汪 平	王恩保	王利器	王文金	魏嘉瓚	萧善芴
徐晓生	杨 芬	袁行霁	曾令中	张本义	张慧聪	张卫东
周流溪	朱福娃	朱家溆	朱 侃			

撰 稿 (按姓氏音序排列)

卞峥嵘	陈江风	陈少松	杜红亮	何风华	华 锋	李梦溪
林凤慧	刘 剑	刘 丽	聂 伟	彭世强	孙 甜	王恩保
王文金	杨 芬	杨司奇	曾令中	张本义	张慧聪	朱 侃

《中华吟诵读本：小学生必背古诗词 75 首（附光盘）》是一本吟诵方面的基础教材和参考书，现就这本书中的若干问题作如下说明：

一、关于书名

《中华吟诵读本》的“中华”二字有三层含义：1.“中华”泛指中华各族人民，“吟诵”这种艺术形式是中华民族的宝贵文化遗产，用“中华吟诵”来概括，比较恰当；2.本书所收录的吟诵录音来自全国各地，用“中华”二字来概括它也很得体；3.本书由中华书局出版，所以“中华”又是“中华书局”的简称。因此，我们把本书定名为《中华吟诵读本》。

二、关于吟诵

1. 我们对吟诵的认识。

“吟”和“诵”在先秦时代都是单音节词，没有组合在一起。在唐代，“吟诵”作为双音节词出现的次数还很少，甚至到了清朝，所用的次数也还不多。“吟诵”这个词收入词典是很晚的事情。《现代汉语词典》（第四版）中，只收了“吟咏”和“吟哦”两个双音节词，并没有收“吟诵”。首先收录“吟诵”这个词的是《汉语大词典》，把“吟诵”释为：“泛指读书；谓有节奏地诵读诗文。”^[1]随后2005年6月《现代汉语词典》（第五版）才正式收录“吟诵”这个词，释文为“吟咏诵读”。2010年中国语文现代化学会吟诵分会成立，正式确定“吟诵”一词的内涵为吟咏加诵读。

关于“吟诵”概念的解释，吟诵学界仍在热烈讨论之中，众说纷纭。本书编者认为，吟诵是介于念读与歌唱之间的中国古典文学作品的一种口头表现方

[1] 见《汉语大词典》1993年11月第一版。

式，是吟诵者通过声音形象来表达自己所感悟的诗文内容与情感的一种艺术形式。它既是古人的一种读书方法，又是欣赏和创作古诗文的手段。

2. 关于“念”、“诵”、“吟”、“唱”。

与吟诵相关的词语，常见的有“念”、“诵”、“吟”、“唱”，说的是四种不同的表现方式。（1）“念”偏重于文字自然的读音，较少加以修饰；（2）“诵”，以抑扬顿挫的朗读表达古诗文的情意，对汉字的四声、平仄、韵脚、节奏、情趣都要有所体现；（3）“吟”是哼唱，曼引其声，透过声音的延长把诵读所能传达的内容更加强化，与音乐的结合也向前推进了一步。“吟”已具有简单的曲调，可以自由拖腔，但在根本上仍然属于语声，和吟者的心声同步。（4）“唱”即歌唱。古典诗词的歌唱以曲调表达诗情，渲染词意。它和“吟”的不同点在于：“吟”重诗文，注重按字行腔；而“唱”的曲调有独立表现力，注重音乐形象。总的来说，吟诵就是介于念读和歌唱之间的一种表现方式，既有诵的元素，又有唱的元素，既不同于诵，也不同于唱，是一种特有的口头表现诗文作品的艺术方式。

3. 狭义与广义的吟诵。

一般认为，吟诵有广义和狭义之分：所谓狭义的吟诵，指古代私塾、书院等代代相传的读书方法，这种吟诵是在“诵”的基础上加上了“吟”，有人又称之为吟咏，例如本书中朱家溍吟诵的张继《枫桥夜泊》和王利器吟诵的朱熹《观书有感》；广义的吟诵除吟诵（或吟咏）之外还包括吟唱。所谓吟唱，就是较吟诵（或吟咏）更接近歌唱，有一些吟唱是依据古代流传下来的曲谱改编的，也有在继承传统吟诵的基础上谱写的具有吟味的新曲调，如劳在鸣的李商隐《无题》（相见时难别亦难）、李煜《破阵子》（四十年来家国）^[1]和本书中林媛吟唱的杜甫《绝句》（迟日江山丽）。《中华吟诵读本》的书名中的“吟诵”二字，是指广义的吟诵，而书中具体音频在分类排列上则采取狭义的吟诵概念。

4. 吟诵一直在发展变化之中。

吟诵是我国古代读书人诵读诗文的方法，有几千年的传统。《周礼·春官·大司乐》记载周代的国子之教中有“兴、道、讽、诵、言、语”；《诗经·大雅·烝

[1] 见劳在鸣《古典诗词吟唱曲谱》（修订版），武汉大学出版社，2006年1月。

民》有“吉甫作诵，穆如清风”；《汉书·礼乐志》载汉武帝时“乃立乐府，采诗夜诵，有赵、代、秦、楚之讴”。足见，“诵”的起源是很早的。至于后来的“诵”是如何逐步衍生为朗诵和吟诵两个分支，“歌”和“吟”的结合又是如何形成了后来的吟唱，至今还没有研究得很清楚。只有一点可以肯定，诵读的方式也随着历代语音形式的改变而改变。因此对于吟诵，我们不能笼统地讲“保存古代的吟诵”，就像汉魏之时已无法复原和沿用西周雅乐，唐朝也无法真正复原和沿用被唐人视为乐歌正宗的两汉和魏晋乐府。在吟诵上，我们也无法用所谓“古音”去吟诵诗文，因为“古音”是一个变化的概念，唐宋古音不同于先秦古音，明清古音也不同于唐宋古音。我们主张学习吟诵要与时俱进，用现代汉语的语音包括当今一些方言的语音来学习吟诵，而不是一味提倡复古，实际上，也无法做到复古。当然，有些方言还保存着入声、浊声母和尖团音，甚至保存着中古的韵母系统或声母系统，这些方言区的人用方言和本地传统的吟诵调来吟诵古诗词，不仅无可厚非，还能表现出一些特有的韵味。他们这样做，并不等于复古，而是发挥他们方言的优势。因此，我们在提倡普通话吟诵的同时也不能排斥方言吟诵。本书在收录普通话吟诵调的同时，也收录了少量的方言吟诵调，就是出于这种考虑。

三、近体诗的吟诵节奏

近体诗的吟诵非常注意行声中的节奏点。如七言绝句，吟诵节奏主要有三种类型。第一种是根据平起、仄起得不同分为“二四四二”或“四二二四”格式^[1]，这些数字所代表的是七绝句每句的第几个字需要停顿或延长。例如“二四四二”指第一、四句的第二字与第二、三句的第四字，一般需要在节奏点上作适当的停顿或延长，如本书收录的萧善芾、王文金、陈贻焮吟诵的李白《早发白帝城》；“四二二四”的格式以此类推，如本书中华华锋、彭世强吟诵的王维《九月九日忆山东兄弟》。第二种是“二二二一”格式，指七言绝句的每一句都以第二、四、六、七字为节奏点，或停顿，或将节奏点上平声字音适当延长，如本书中陈少松吟诵的王翰《凉州词》（葡萄美酒夜光杯）。第三种是“四三”格式，指七言绝句每句前四字一顿，第四字为主要停顿或延长处；后三字一顿，句尾字为主要停顿或延长处。如本书收录的袁行霈吟诵的王昌龄《出塞》、韦

[1] 这是华锺彦先生在《关于近体诗的读法》中首先提出来的，见《古诗文吟诵集粹》，北京语言学院出版社，130页。

应物《滁州西涧》。另外，像五言绝句的“二二一”、“二三”格式等，可以此类推，书中每首诗词都有吟诵说明，这里不再详述。介绍这些格式是为了帮助学习者把握诗篇的节奏，从目前尚存的传统吟诵调来看，各地吟诵的节奏点是有差异的，吟诵者在实际吟诵时也会有局部的变通和灵活性，不妨各自体会，相互交流。

四、吟诵的功用

1. 吟诵有利于深入体会诗的意境，把握诗词的精神感化力量。

中国是一个诗的国度，两三千年来，我们的先人创作了成千上万的古典诗词，这些诗词体现了中华各族人民的文化精神和审美情趣，是历代人们汲取精神营养的重要源泉之一。但从语言的声音美角度说，纸面上的诗词不够鲜活，吟诵出来，可以使诗词的精神内涵和审美意蕴得到更好地表现，从而渗透到人的灵魂中去。中国一直存在着诗教的传统，而吟诵作为诗教的有力工具，让人们的道德和情操更加完善。从小普及吟诵教育，既可以帮助中小學生更好更快地掌握古典诗文，又能让他们逐渐领会古典诗文的内涵和精神实质。“腹有诗书气自华”，青少年在长期坚持古诗文吟诵的过程中，自身素质和修养将会得到提高。

欣赏诗文是一种主动的精神活动，而吟诵是欣赏者对诗文作品的一种有声的玩味，吟诵者要么是作者自己要么是读者。如果是作者，那就是“新诗改罢自长吟”，就是创作推敲自己的诗文，有自我陶醉的意味；如果是读者，读者总要把自己的经历、感受和所读诗文的意境结合起来，产生共鸣，才能对诗文的理解更加深刻。吟诵的过程就是逐渐地加深理解的过程，每吟诵一遍往往都有新的体会。所以，在青少年时代学会吟诵诗文，是一种终身的享受，在以后人生的各个阶段，他们会不断地通过吟诵去体会诗文的意境和内涵，对诗文做更深刻的诠释。

2. 学习吟诵，也是帮助青少年尝试创作旧体诗词的手段。

早在唐代，吟咏就是创作古诗的工具。唐朝诗人贾岛曾经写了这样一首诗^[1]：“一日不作诗，心源如废井。笔砚为辘轳，吟咏作縻纆。”把毛笔和砚台比作辘轳，而吟咏就是辘轳上的井绳，要想文思泉涌，就得每天作诗，并用

[1] 贾岛诗《戏赠友人》，见《全唐诗》571卷。

吟咏来触动和感发诗兴。清代曾国藩说得更具体：“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，诗成自读之，亦自觉朗朗可诵，引出一种兴会来。”^[1]俗话说：“熟读唐诗三百首，不会作诗也会吟。”这里的“吟”，表面字义是“哼唱”，实际上是指创作。就是说，能把唐诗三百首都吟诵出来，让这些诗在脑中扎下根，就会逐渐地培养起写作旧体诗的能力。这种通过吟诵酝酿和创作旧体诗的过程，在宋元明清的书院、私塾和家庭教育中，是很常见的。现在八十岁以上的人有不少就受过这样的训练。这是一个很好的作文教学方式，虽然目前熟悉的人并不多，但我们可以通过吟诵教育把这个优良的传统恢复过来，不但让青少年能吟诵古典诗词，还能让他们创作出旧体诗，让中国诗歌的优良传统后继有人。

3. 吟诵可以丰富和扩展中小学古典诗文的教学方式。

从语文教学的历史来看，1912年以前，吟诵在私塾童蒙教育中占有主导地位。1949年以后的语文教学，吟诵基本被丢弃而代之以普通话朗诵。“朗诵”概念产生于唐宋时代，历史悠久；现代的朗诵是由古代的诵和朗读发展而来的，方兴未艾。朗诵是一种有效的教学方法，1949年以来语文教学取得了明显的成绩，其中朗诵所做的贡献不能抹杀。在现代中小学语文教学中，对现代汉语的散文、小说、诗歌、戏剧，朗诵是很有效的表达方式，在表达古典诗文方面，也有它的长处，朗诵能让读者和听者把握和听清楚每一个汉字的发音，有利于把字音和字形对照得很清楚。当然，朗诵也有它的局限性，古诗词和古文的韵律、平仄、篇章结构，有时候朗诵不能够全都表达出来，特别是普通话入声字消失之后，强调反映古诗词入声之法的吟诵往往更能表现古典诗词特有的韵味；同时，吟诵比朗诵具有更浓的音乐美。朗诵和吟诵各有所长，不可替代，本书朗诵和吟诵并重，每一首诗都配了朗诵和吟诵的音频。这些音频，可以作为教学的实例，供学习者聆听。并不是每个音频都是十全十美的样板，朗诵也好，吟诵也好，学习者可以选取自己所喜欢的音频，逐渐培养自己的学习兴趣。吟诵教学对教师提出了更高要求，需要教师准确把握古诗文的内涵并声情并茂地融入到吟诵中去，让学生陶醉在吟诵的美好声音里，从而乐于参与教学的全过程。这种以吟诵为桥梁的“快乐教学”，从目前全国各地正轨的教学实验看，效果是积极而显著的。

[1] 《曾国藩家书·咸丰八年八月二十日弋阳军中》，详见《曾国藩家书》，大象出版社，2011年出版。

五、吟诵教学的两个注意点

1. 从听吟诵音频开始教学。

随着当前国学普及工作的展开，全国各地重视经典和传统诗文的力度不断加大，怎么吟诵古典诗文，成了人们关注的热点。《中华吟诵读本》作为古诗词吟诵的基本教材和参考书，可以说是应运而生的。对于小学教学规定的篇目，我们在简要的注释、讲解后，每一篇都配了不同吟诵调的吟诵音频，目的是希望对青少年学习吟诵有所帮助。本书所配的吟诵音频，虽然篇目只限于小学课本中的古诗词，但并不等于本书只能供小学生学习。小学老师、家长以及其他爱好吟诵的人，都可以通过本书来学习吟诵。书中的各种解说，小学生未必都能看懂，因此，在教和学的过程中应注意以音频为主，提倡教师和学生多听、反复听。感性的渗透比枯燥的讲解更重要，让学生们从模仿开始而逐渐掌握吟诵调和吟诵的基本要领。

2. 深化吟诵教学要持之以恒。

搞吟诵教学需要持之以恒，逐步深入。吟诵的学习从听音频慢慢模仿开始，逐步引导和培养兴趣，先立足于传统吟诵调的学习，而后在继承传统的基础上融入自己的意趣；既不能将吟诵玄妙化，也不能将吟诵简单化；既不能“食古不化”，也不能“浅尝辄止”，更不能急功近利，一知半解就急于“创新”。再说，吟诵这一古老的读书方式现在仍然在发展变化之中，需要我们继续进行调查和探索。这对进行吟诵教学的人尤其重要，应该尽可能地掌握一些古代吟诵的发展历史，了解近百年来吟诵跌宕起伏的历程，还要对推广吟诵遇到的问题有充分的思想准备，如怎样既继承传统又面向当代、既保存传统的方言吟诵又探索方言吟诵向通语吟诵的转化、既保持古典吟诵的典雅又让青少年乐于接受等，这些都需要在推广吟诵的实践中不断摸索和探讨。

王恩保于北京语言大学一枝斋

2013年11月16日



篇目与正文注释

1. 《中华吟诵读本：小学生必背古诗词75首（附光盘）》依据教育部最新《语文课程标准》小学生推荐背诵篇目75篇编纂。所选篇目按时代顺序排列，标明朝代与作者，没有明确作者的则注明时代和体裁。

2. 每篇诗词下列“简繁对照”、“注释”、“题解和大意”、“吟诵说明”四个版块：

（1）简繁对照：标明每篇当中出现的所有繁体字，前后篇目中出现的相同的繁体字不避重复，以便读者熟悉简体字对应的繁体字及其构形和写法。

（2）注音：诗词正文全部注音，注音以《现代汉语词典》为标准，因诗词格律要求及古今读法不同的字音一律在注释中加以说明。通假字标注本字读音。“一”和“不”统一标注本调。

（3）注释：主要是疏解难懂的字词、说明典故。

（4）题解和大意：包括作者介绍、创作背景以及诗词大意。作者介绍交代生卒年、籍贯、主要经历和著作等，只出现在同一作者第一篇作品中。创作背景和诗词大意，主要介绍该篇的写作时间、地点和背景，概括中心思想，解释大意，阐发内涵。

（5）吟诵说明。结合诗词内容，对吟诵进行具体的分析和说明，帮助读者学习吟诵，从而更好地理解 and 鉴赏古典诗词的意蕴。

音频和吟诵标识

1. 音频：分为朗诵、吟诵和吟唱三部分，排列顺序一般为朗诵、吟诵、吟唱。

朗诵音频由名家录制，提供标准的普通话发音。吟诵和吟唱，一般普通话排在前面，方言排在后面；如果同类收录两个或以上，则按年龄排序。吟诵和吟唱音频是本书的精华部分。

2. 吟诵标识：吟诵者对平仄、押韵、节奏的处理，在正文中用不同符号予以标明，便于读者理解和学习。一般以“/”标示吟诵停顿，“—”标示平声，“|”标示仄声，“▲”标示入声，改换字体颜色来标示韵脚字。吟诵停顿一般只标出第一位吟诵者所吟的节奏。

其他

1. 附录1：主要参考书目：收录提供诗词原文、作者传记和写作背景、诗词鉴赏、吟诵理论和吟诵规则的图书目录。

2. 附录2：吟诵、朗诵、撰稿人员简介：主要介绍吟诵、朗诵、撰稿人员出生年月、籍贯、单位、主要经历和与吟诵相关的著作。名录顺序一般按出生年月排列，有师承关系者归入其师之后。

前 言	1
凡 例	7
01 江 南 / 汉乐府	1
02 长歌行 / 汉乐府	3
03 敕勒歌 / 北朝民歌	6
04 咏 鹅 / [唐] 骆宾王	9
05 风 / [唐] 李 峤	11
06 咏 柳 / [唐] 贺知章	14
07 回乡偶书 / [唐] 贺知章	17
08 凉州词 (黄河远上白云间) / [唐] 王之涣	20
09 登鹤雀楼 / [唐] 王之涣	23
10 春 晓 / [唐] 孟浩然	26
11 凉州词 (葡萄美酒夜光杯) / [唐] 王 翰	29
12 出 塞 / [唐] 王昌龄	32
13 芙蓉楼送辛渐 / [唐] 王昌龄	35
14 鹿 柴 / [唐] 王 维	38
15 送元二使安西 / [唐] 王 维	41

16	九月九日忆山东兄弟 / [唐] 王 维	44
17	静夜思 / [唐] 李 白	47
18	古朗月行 / [唐] 李 白	50
19	望庐山瀑布 / [唐] 李 白	52
20	赠汪伦 / [唐] 李 白	55
21	黄鹤楼送孟浩然之广陵 / [唐] 李 白	58
22	早发白帝城 / [唐] 李 白	61
23	望天门山 / [唐] 李 白	64
24	别董大 / [唐] 高 适	67
25	绝 句 (两个黄鹂鸣翠柳) / [唐] 杜 甫	70
26	春夜喜雨 / [唐] 杜 甫	73
27	绝 句 (迟日江山丽) / [唐] 杜 甫	76
28	江畔独步寻花 / [唐] 杜 甫	79
29	枫桥夜泊 / [唐] 张 继	82
30	滁州西涧 / [唐] 韦应物	85
31	游子吟 / [唐] 孟 郊	88
32	早春呈水部张十八员外 / [唐] 韩 愈	91
33	渔歌子 / [唐] 张志和	94
34	塞下曲 / [唐] 卢 纶	97
35	望洞庭 / [唐] 刘禹锡	100
36	浪淘沙 / [唐] 刘禹锡	103
37	赋得古原草送别 / [唐] 白居易	106

38	池 上 / [唐]白居易	109
39	忆江南 / [唐]白居易	112
40	小儿垂钓 / [唐]胡令能	115
41	悯 农 (春种一粒粟) / [唐]李 绅	118
42	悯 农 (锄禾日当午) / [唐]李 绅	121
43	江 雪 / [唐]柳宗元	124
44	寻隐者不遇 / [唐]贾 岛	127
45	山 行 / [唐]杜 牧	130
46	清 明 / [唐]杜 牧	133
47	江南春 / [唐]杜 牧	136
48	蜂 / [唐]罗 隐	139
49	江上渔者 / [宋]范仲淹	142
50	元 日 / [宋]王安石	145
51	泊船瓜洲 / [宋]王安石	148
52	书湖阴先生壁 / [宋]王安石	151
53	六月二十七日望湖楼醉书 / [宋]苏 轼	154
54	饮湖上初晴后雨 / [宋]苏 轼	157
55	惠崇春江晓景 / [宋]苏 轼	160
56	题西林壁 / [宋]苏 轼	163
57	夏日绝句 / [宋]李清照	166
58	三衢道中 / [宋]曾 几	169
59	示 儿 / [宋]陆 游	172

60	秋夜将晓出篱门迎凉有感 / [宋] 陆 游	175
61	四时田园杂兴 (昼出耘田夜绩麻) / [宋] 范成大	178
62	四时田园杂兴 (梅子金黄杏子肥) / [宋] 范成大	181
63	小 池 / [宋] 杨万里	184
64	晓出净慈寺送林子方 / [宋] 杨万里	187
65	春 日 / [宋] 朱 熹	190
66	观书有感 / [宋] 朱 熹	193
67	题临安邸 / [宋] 林 升	196
68	游园不值 / [宋] 叶绍翁	199
69	乡村四月 / [宋] 翁 卷	202
70	墨 梅 / [元] 王 冕	205
71	石灰吟 / [明] 于 谦	208
72	竹 石 / [清] 郑 燮	211
73	所 见 / [清] 袁 枚	214
74	村 居 / [清] 高 鼎	217
75	己亥杂诗 / [清] 龚自珍	220
	附录一：主要参考书目	223
	附录二：朗诵、吟诵及撰稿人员简介	224
	后 记	231

01 江南

hàn yuè fǔ
汉 乐 府jiāng nán kě cǎi lián,
江 南 可 采 莲，lián yè hé tián tián!
莲 叶 何 田 田！yú xì lián yè jiān。
鱼 戏 莲 叶 间。yú xì lián yè dōng,
鱼 戏 莲 叶 东，yú xì lián yè xī,
鱼 戏 莲 叶 西，yú xì lián yè nán,
鱼 戏 莲 叶 南，yú xì lián yè běi。
鱼 戏 莲 叶 北。

注 释

田田：指荷叶繁茂清秀的样子。戏：游戏、玩耍。

