

写作文得心应手 新课标必备经典

优等生要活学活用

宋词

100句

台湾师范大学国文系季旭生教授 总策划
文心工作室 编著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

I207.23/58

2009

优等生要活字活用

宋词

100句

台湾师范大学国文系季旭生教授 总策划
文心工作室 编著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

北京市版权局著作权合同登记章

图字：01-2006-6434 号

优等生要活学活用宋词 100 句

中文簡體字版 © 2009 由中央編譯出版社發行

本書經城邦文化事業股份有限公司商周出版事業部授權，

同意經由中央編譯出版社，出版中文簡體字版本。

非經書面同意，不得以任何形式任意重製、轉載。

图书在版编目 (CIP) 数据

优等生要活学活用宋词 100 句/文心工作室编著. —北京：中央编译出版社，2009. 1

ISBN 978-7-80211-834-8

I. 优…

II. 文…

III. 宋词—名句—鉴赏

IV. I207.23

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 210127 号

优等生要活学活用宋词 100 句

出版人 和 龔

责任编辑 苗永姝

责任印制 尹 珺

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西单西斜街 36 号 (100032)

电 话 (010) 66509360 66509236 (总编室) (010) 66509353 (编辑部)

(010) 66509364 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址 www.cctpbook.com

E-mail edit@cctpbook.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京中兴印刷有限公司

开 本 787 × 1092 毫米 1/16

字 数 305 千字

印 张 20.75

版 次 2009 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 30.00 元

本社常年法律顾问：北京大成律师事务所首席顾问律师 鲁哈达

凡有印装质量问题，本社负责调换。电话：010-66509618

〈出版缘起〉

站在文化巨人的肩膀上

台湾师范大学国文系季旭升教授

“犁明即起，洒扫庭厨。忘着窗外，一片蓝天白云，令人醒情振忿。随便灌洗一下，整理遗容之后，走到客听，粘起三柱香，拜完劣祖劣宗，希望祖宗给我保屁。然后勿勿敢往朋友的寿宴，为朋友举殇祝寿，大家喝的欲罢不能。谈到朋友的事叶出现危机，我就建议他要摒持理念、拿出破力。朋友也免励我要多用功，才能写出家誉户晓、蹀地有声的文章。晚上我开始发粪读书，日以继夜的终于写完这一篇文章。”

这是用现在见怪不怪的错字集锦而成的一篇小文，果然可以“掷地”，但是未必“有声”。近年来，这种错字太多了，老师开始忧心、家长开始忧心、社会贤达开始忧心，只有学生和教育主管当局不忧心，教育主管当局甚至于还要进一步削减中小学的国语文授课时数。终于，社会的忧心迸发了，由各界组成的“抢救国文联盟”日前已起来呼吁教育主管当局要正视这个问题，不要坐视国家竞争

力一日一日的衰落。

身为文化事业一份子的商周出版，老早就在正视这个问题了，所以洞烛机先地策划了“中文可以更好”系列，为文字针砭、为语文把脉，希望把这些年语文界的毛病治好。各界反应还不错。

语文的毛病治好了，体质还是不够强壮。商周出版认为进一步要熬十全大补汤，让我们的语文更强壮。这“十全大补汤”就是“中文经典100句”系列。

《荀子·劝学篇》说：

吾尝终日而思矣，不如须臾之所学也。吾尝跂而望矣，不如登高之博见也。登高而招，臂非加长也，而见者远；顺风而呼，声非加疾也，而闻者彰。假舆马者，非利足也，而致千里；假舟楫者，非能水也，而绝江河。君子生非异也，善假于物也。

学画一定要先从芥子园画谱学起。芥子园画谱是初学者的“经典”。

张大千的画艺要更上层楼，所以要去千佛洞临壁画。千佛洞是张大千的“经典”。

学书法的人要学二王颜柳，二王颜柳是书法界的“经典”。

经典是古代圣贤才智的结晶，是民族文化的源头。

多认识经典可以让我们站在巨人的肩上，长得更快、更高。

多认识经典可以让我们的思想、文字带有民族智能、民族风格。

《论语》、《史记》、《古文观止》、《孟子》、《诗经》、《庄子》、《战国策》、《唐诗》、《宋词》、《红楼梦》等，这十本书应该是现代国民的“最低限度必读经典”，作为这个民族的一份子，没有读过这十本书，就称不上这个民族的“知识分子”。但是，现代人实在太忙了，大人忙着五光十色、小孩忙着被教改、社会忙着全民英检、国家忙着走出去，人人都在盲茫茫，商周出版因此为忙碌的人们炖一锅大补汤，用最活泼简明的文句，把经典的精粹提炼出来，让大家可以在“三上”（马上、枕上、厕上）阅读。在做完文字针砭、为语文把脉、把病痛治好后，让我们来培元固本，增强功力，站在文化巨人的肩膀上，看得更高，飞得更远！

〈推荐序文〉

开启爱词之门的钥匙

台湾中央大学中文系卓清芬教授

词是我的初恋情人。

记得小学课文选了张志和的《渔歌子》：“西塞山前白鹭飞，桃花流水鳜鱼肥。青箬笠，绿蓑衣，斜风细雨不须归。”读完以后，我立刻就爱上了那鸢飞鱼跃的悠闲，以及四海为家的自在。当然，还有桃花流水、隐隐青山所构筑出来的广阔空间。

那是不同于现实世界的，一个美丽的桃花源。

中学以后，诗词成为我对抗升学压力的解忧剂。清晨的公车，挤满北一女和建中的学生，人人手上拿着书本，喃喃背诵英文单字或数学公式。不想把一天美好的开始浪费在教科书上，于是，在搭公车的时候，我背着自己抄录在小册子上的诗词，在“碧云天、黄叶地”的浪漫中展开充满战斗力的一天。如果没有这样的“充电”过程，我想，我很难有精神去应付一天中大大小小枯燥乏味的考试和机械式的反复练习。

因为心灵得到前所未有的滋润，所以每天清晨，我都怀着雀跃的心情和诗词约会，看看这次是置身在烟雨迷蒙的江南，还是霜风

劲急的边塞？是卷帘蹙眉的女儿心事，还是驰骋大漠的英雄志意？就这样，我进入了梦寐以求的中文系。

在中文系的众多课程里，我依然对词情有独钟。念研究所选择论文题目时，我毫不犹豫地选词作为研究对象。多年来，读词、教词，词已经成为我生命中不可或缺的一部分。从小学结下的不解之缘，竟然延续到现在，想来真是不可思议。

我喜欢词，正在于它参差不齐的句式中所隐藏的耐人寻味的美感。

南唐中主李璟的“菡萏香消翠叶残，西风愁起绿波间”，明明就是害相思病的女子眼中所见的秋景，为什么王国维读出了“众芳芜秽、美人迟暮”的悲慨？结合南唐的时代背景，仔细咀嚼，仿佛也懂得了那隐藏在绿波之间的细微震荡，是造成花叶凋零的主要因素。从根开始的败坏，注定了南唐政局的江河日下；西风侵袭下的花凋叶残，不也是美好的理想志意在时光催逼之下的无情幻灭？宛如抽丝剥茧般，可以从词中读出一层又一层字面上没有明确写出的意思，这也就是读词迷人的地方。

对一般人而言，没有明确的导引解说，形成了读词的障碍。因为缺乏理解，而将古典诗词拒于门外，是相当可惜的。商周出版的《优等生要活学活用宋词100句》有词作的解释、翻译，也有和作者、作品相关的背景及小故事，即使没有老师讲解，透过阅读，也能够对脍炙人口的宋词名句有更进一步的认识。

最特别的是“历久弥新说名句”的单元，介绍相关主题或主旨的古今中外名句和应用情境，例如李清照的名句：“莫道不销魂，帘卷西风，人比黄花瘦。”除了说明重阳赏菊的习俗，也指出以花自喻的传统，并引席慕蓉的诗《一棵开花的树》做比较，不仅增长了文史知识，也增加了阅读的乐趣。

在花飞蝶舞的春日、虫鸣唧唧的夏夜、凉风如水的秋夕、阴雨连绵的冬天里，倚着软软的靠垫，泡一壶茶，捧读宋词，是至高无上的享受。

也许，你会读到生命中的酸甜苦辣，温习自己曾经有过的心情，感受到失落的惆怅和甜蜜的痛楚；也许，你会从此爱上词，就和我一样。

第一章 昨夜西风凋碧树

- 1 山映斜阳天接水，芳草无情，更在斜阳外 / 3
- 2 昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路 / 6
- 3 春风不解禁杨花，蒙蒙乱扑行人面 / 11
- 4 当年不肯嫁春风，无端却被秋风误 / 12
- 5 烟柳画桥，风帘翠幕，参差十万人家 / 15
- 6 荏苒一枝春，恨东风、天似人远 / 19
- 7 东风且伴蔷薇住，到蔷薇，春已堪怜 / 22
- 8 分明一觉华胥梦，回首东风泪满衣 / 25
- 9 帘卷西风，人比黄花瘦 / 28
- 10 回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴 / 31
- 11 多少六朝兴废事，尽入渔樵闲话 / 35
- 12 东风又作无情计，艳粉娇红吹满地 / 39
- 13 叹西园，已是花深无地，东风何事又恶 / 42

第二章 似花还似非花

- 14 绿杨烟外晓寒轻，红杏枝头春意闹 / 47
- 15 蜂愁蝶恨，小窗闲对芭蕉展 / 50
- 16 无可奈何花落去，似曾相识燕归来 / 53
- 17 算好春长在，好花长见，原只是、人憔悴 / 55
- 18 记取明年，蔷薇谢后，佳期应未误行云 / 59
- 19 绿杨芳草几时休？泪眼愁肠先已断 / 62
- 20 庭院深深深几许？杨柳堆烟，帘幕无重数 / 66
- 21 断肠片片飞红，都无人管 / 69

- 22 消几番、花开花落，老了玉关豪杰 / 72
- 23 花无人戴、酒无人劝、醉也无人管 / 75
- 24 知否？知否？应是绿肥红瘦 / 78
- 25 似花还似非花，也无人惜从教坠 / 81
- 26 渡头杨柳青青，枝枝叶叶离情 / 84
- 27 落花人独立，微雨燕双飞 / 87
- 28 绿芜墙绕青苔院，中庭日淡芭蕉卷 / 90
- 29 梧桐叶上三更雨，叶叶声声是别离 / 93
- 30 恋树湿花飞不起，愁无际，和春付与东流水 / 96

第三章 落花风雨更伤春

- 31 岂知聚散难期，翻成雨恨云愁 / 101
- 32 酒杯深浅去年同，试浇桥下水，今夕到湘中 / 104
- 33 落花风雨更伤春，不如怜取眼前人 / 107
- 34 雨恨云愁，江南依旧称佳丽 / 109
- 35 水是眼波横，山是眉峰聚 / 112
- 36 旧恨春江流不尽，新恨云山千叠 / 115
- 37 千古兴亡多少事，悠悠。不尽长江滚滚流 / 118
- 38 争渡，争渡，惊起一滩鸥鹭 / 121
- 39 征鸿过尽，万千心事难寄 / 124
- 40 渐行渐远渐无书，水阔鱼沉何处问 / 127
- 41 明朝事与孤烟冷，做满湖、风雨愁人 / 130
- 42 霜红罢舞、漫山色青青，雾朝烟暮 / 134
- 43 后不如今今非昔，两无言，相对沧浪水 / 137
- 44 大江东去，浪淘尽，千古风流人物 / 140
- 45 小舟从此逝，江海寄余生 / 143
- 46 一寸狂心未说，已向横波觉 / 146

- 47 欲尽此情书尺素，浮雁沉鱼，终了无凭据 / 149
48 今岁清明逢上巳，相思先到溅裙水 / 152

第四章 月满西楼凭阑久

- 49 今宵酒醒何处？杨柳岸，晓风残月 / 157
50 月满西楼凭阑久，依旧归期未定 / 160
51 锦瑟年华谁与度？月桥花院，琐窗朱户 / 163
52 月上柳梢头，人约黄昏后 / 166
53 小楼西角断虹明，阑干倚处，待得月华生 / 169
54 月又渐低霜又下，更阑，折得梅花独自看 / 172
55 但愿人长久，千里共婵娟 / 175
56 与余同是识翁人，惟有西湖波底月 / 178
57 初将明月比佳期，长向月圆时候、望人归 / 181
58 雾失楼台，月迷津渡，桃源望断无寻处 / 184
59 夜月一帘幽梦，春风十里柔情 / 187
60 自是休文，多情多感，不干风月 / 190
61 落絮无声春堕泪，行云有影月含羞 / 193

第五章 斯人独憔悴

- 62 叹年华一瞬，人今千里，梦沉书远 / 199
63 欲说又休，虑乖芳信；未歌先噎，愁近清觞 / 202
64 君知否？乱鸦啼后，归兴浓如酒 / 205
65 天涯梦短，想忘了、绮疏雕槛 / 208
66 临晚镜，伤流景，往事后期空记省 / 211
67 扣舷独啸，不知今夕何夕 / 214

- 68 了却君王天下事，赢得生前身后名 / 218
- 69 爱上层楼，为赋新词强说愁 / 221
- 70 啼鸟还知如许恨，料不啼清泪常啼血 / 224
- 71 年华空自感飘零，拥春醒，对谁醒 / 227
- 72 常恨世人新意少，爱说南朝狂客 / 230
- 73 物是人非事事休，欲语泪先流 / 233
- 74 凝眸处，从今又添，一段新愁 / 236
- 75 这次第，怎一个愁字了得 / 239
- 76 寂寞深闺，柔肠一寸愁千缕 / 242
- 77 愁肠已断无由醉，酒未到，先成泪 / 244
- 78 谁见幽人独往来，飘渺孤鸿影 / 247
- 79 帘外谁来推绣户？枉教人，梦断瑶台曲 / 250
- 80 欲将沉醉换悲凉，清歌莫断肠 / 253
- 81 豆蔻梢头旧恨，十年梦、屈指堪惊 / 256
- 82 多少梨园声在，总不堪华发 / 259
- 83 人愁春老，愁只是、人间有 / 262
- 84 览景想前欢，指神京，非烟非雾深处 / 265

第六章 两情若是久长时

- 85 衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴 / 271
- 86 两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮 / 274
- 87 天涯地角有穷时，只有相思无尽处 / 277
- 88 心似双丝网，中有千千结 / 280
- 89 美人不用敛蛾眉，我亦多情，无奈酒阑时 / 283
- 90 拼则而今已拼了，忘则怎生便忘得 / 286
- 91 十年一梦凄凉。似西湖燕去，吴馆巢荒 / 289
- 92 蓦然回首，那人却在，灯火阑珊处 / 292

- 93 欲往也、留无计；欲去也、来无计 / 295
- 94 十年生死两茫茫，不思量，自难忘 / 297
- 95 笑渐不闻声渐悄，多情却被无情恼 / 300
- 96 此情无计可消除，才下眉头，却上心头 / 303
- 97 只愿君心似我心，定不负相思意 / 306
- 98 无处说相思，背面秋千下 / 309
- 99 一怀愁绪，几年离索，错！错！错 / 311
- 100 相见争如不见，有情何似无情 / 315



第一章
昨／夜／西／风／凋／碧／树

山映斜阳天接水， 芳草无情，更在斜阳外

《名句的诞生》

碧云天，黄叶地。秋色连波，波上寒烟翠。山映斜阳天接水，
芳草无情，更在斜阳外。

黯乡魂¹，追旅思²。夜夜除非，好梦留人睡。明月高楼休独倚，
酒入愁肠，化作相思泪。

~ 范仲淹·《苏幕遮》

《完全读懂名句》

1. 黯乡魂：言思乡之苦。
2. 追旅思：言漂泊之苦。

语译：晴明的天空，黄色的落叶，秋波连叠，江波上笼罩一层
翠色寒烟。山岚映斜阳，水天接一色，无情芳草更是远在斜阳之外。

黯然的乡愁，在外漂泊的痛苦，除非夜夜有好梦相随，才得以
助人安睡。休在明月高楼前倚楼远望，愁怀满腹，饮入肠中的酒，
全都化成相思血泪。

词人背景小常识

范仲淹（公元989—1052年），字希文，吴县（今江苏苏州）人，
宋真宗大中祥符八年（公元1015年）进士，宋仁宗康定元年（公元
1040年）以龙图阁直学士，与韩琦并为陕西经略副使，兼知延州，镇

守西北边塞。范仲淹治军号令严明，因而声望大增，羌人呼其“龙图老子”，西夏人则言“小范老子，胸中自有数万甲兵”（称其小范，以区别前任知州范雍）。显见他们对范仲淹的敬畏佩服。

南宋朱熹辑录《五朝名人言行录》记载，范仲淹任参知政事期间，取才用人，十分严谨，当他审查各路监司名单，发现其中有不适用的人选，立刻一笔勾去。一旁大臣忍不住劝他：“一笔勾之甚易，焉知一家哭矣。”范仲淹则回答：“一家哭，何如一路哭耶。”意指岂可为了一家荣禄，换来一路百姓遭受危害？宁可让那一家哭，也不可造成百姓被恶吏一路荼毒。正因范仲淹从政态度的坚持不苟，在朝廷自是一路得罪不少人，注定新政变法的失败。

值得一提的是，据《宋史·范仲淹传》，范仲淹去世时，过去他曾戍守边塞以及任职过各知州的当地百姓，感念其生前德政，还为他画像、立生祠纪念，连远在边境的数百羌人，闻其死讯，都哭之如丧父，斋戒三日，才肯离去。可见范仲淹一生为人，虽不时开罪朝廷权势，但他确实是一位深得民心的好官。

名句的故事

《苏幕遮》为范仲淹在陕西戍守边塞时所写的作品。从官之路，范仲淹一直不避权贵、直言敢谏，早先因抨击宰相吕夷简徇私被谪至饶州，尔后任陕西经略副使时，因镇守边塞，用兵得宜，士望所属，才再度得到仁宗擢用。

尽管边地生活艰苦，也不曾动摇范仲淹领导军民防御西夏、羌族的决心，当他触景伤情，只有远在一方的家乡亲人才能给予其心灵慰藉；宦海沉浮，终年漂泊异乡，《苏幕遮》反映的正是范仲淹的归乡渴望，但一心为国的他，只能将眼前秋景化做思念文字，聊抒乡愁。

《苏幕遮》全词上片主写秋景，下片主抒情怀，以澄碧秋色、无垠天地作为场景，烘托在外羁旅的思乡情感。范仲淹在《对床夜话》写道：“景无情不发，情无景不生。”又说“化景物为情思”，强调情景不可分，秋色中所见“山映斜阳天接水，芳草无情，更在斜阳外”，运用情景交融之笔，表面虽言无情芳草，实透露作者的有情，

所以深受思念煎熬。

清人况周颐在《蕙风词话·论词》指出：“善言情者，但写景而情在其中。此等境界，唯北宋人词往往有之。”又清人沉谦《填词杂说》评论“芳草无情，更在斜阳外”为一“虽是赋景，情已跃然”佳句，《苏幕遮》正符合借景抒情、寓情于景的修辞，不愧为北宋词篇的代表佳作。

历久弥新说名句

范仲淹《苏幕遮》接连重复使用“斜阳”一词，前句“斜阳”说明时间为薄暮时分，后句“斜阳”则为眺望家乡的一座标的物，意指家乡远在斜阳之外。

至于“斜阳外”更时为后人引用。如晚于范仲淹半世纪才出生的词人秦观，在《满庭芳》中写道：“斜阳外，寒鸦万点，流水绕孤村。”此三句还曾被苏门四学士之一也是北宋著名词评家晁补之评为“虽不识字，亦知是天生好言语”之美誉。

其后，有人讥笑晁补之，竟不知秦观此三句实源自隋炀帝的五言绝句《野望》：“寒鸦千万点，流水绕孤村，斜阳欲落去，一望黯销魂。”秦观与隋炀帝用字遣词几乎类同，使得后出的秦观《满庭芳》备受议论；但也有人提出诗、词艺术形式根本不同，秦观所表达意境，还是胜过那荒淫恶名的隋炀帝一筹。

另外，元代杂剧家王实甫《西厢记·长亭送别》，主在描写崔莺莺和张君瑞的缠绵依恋，无奈两人必须离别的心情，所唱：“碧云天，黄花地，西风紧。北雁南飞，晓来谁染霜林醉？总是离人泪。”前两句明显从范仲淹《苏幕遮》的“碧云天，黄叶地”脱化而来。清朝梁廷楠《曲话》提到，王实甫作《西厢记》，写到这段文字时，因竭虑构思，竟心力交瘁、扑地而死，曲坛从此盛传他为撰写《西厢记》耗尽性命，成就这部脍炙人口的作品。