



慢

读宋词

崔修建、著

人生自是有情痴

今年冬天最美的礼物

慢读的滋味

爱情，是人生最美的画卷；爱情，是文学永恒的主题。

慢下脚步，等等我们的灵魂。

沿着平平仄仄的宋词，拂去平日里的心焦气躁，走进活色生香的曼妙世界。

——说盟说誓，说情说意，慢读细品，这是体会人间情分的最佳宋词读本

 文匯出版社

人生自是有情痴

慢读宋词

崔修建 著

文匯出版社

图书在版编目(CIP)数据

慢读宋词/崔修建著. -上海: 文汇出版社,

2014. 1

ISBN 978-7-5496-1036-5

I. ①慢… II. ①崔… III. ①宋词—诗歌赏析

IV. ①I207.23

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第301191号

慢读宋词·人生自是有情痴

作 者 / 崔修建

责任编辑 / 乐渭琦

特约编辑 / 束 枋 瑞 霞

装帧设计 / 畚Design

出 版 人 / 桂国强

策 划 / 新萌文化

出版发行 / 文汇出版社

上海市威海路755号

(邮政编码200041)

经 销 / 全国新华书店

印刷装订 / 北京高岭印刷有限公司

版 次 / 2014年1月第1版

印 次 / 2014年1月第1次印刷

开 本 / 880×1230 1/32 字数 / 151千 印张 / 9

书 号 / ISBN 978-7-5496-1036-5

定 价 / 28.00元



序言

慢读细品爱悠悠

爱情，是人生最美的画卷。

爱情，是文学永恒的主题。

“问世间情为何物？直叫人生死相许。”翻开宋词浩瀚的书卷，那么多美不胜收的爱情词句，立刻扑面而来，像一树树绚丽无比的繁花，隔了千年，向我们徐徐吹送的，仍是那美得令人心醉的馨香。

红尘滚滚，身为现代人，我们许多人曾被各种欲望裹挟着，整天忙忙碌碌地奔波，拼命地追逐功名利禄，生怕被时代落下了。或许在某一天，一度迷失的我们，会恍然发觉：一味地快速追赶，物质上虽然无忧了，但不知不觉间，我们的生活乏味了，情感粗糙了，生命浅薄了……所

以，真应该慢下脚步，等等我们的灵魂。

如是，且让我们在柔柔的灯光下，沏一杯花茶，手捧一卷，刹那间，屏蔽周边的嘈杂、喧嚷，拂去平日里的心焦气躁，沿着平平仄仄的宋词，走进活色生香的情爱世界，一任思绪漫游开来，尽情地徜徉于灵动而曼妙的文字里，沉浸于神奇、美妙的情境里，邀来古时的明月，陪我们穿过那条桃花溪，走过萋萋的芳草地，独上高楼，拍拍雕花的栏杆，一起去看看，去听听，去嗅嗅，去摸摸，真切地感受一下与我们心有灵犀、血脉相通的爱情。在那样的时刻，我们放松身心，敞开胸怀，穿过历史的风云，跨过古今的沟壑，思接千载，情接万里，忘我地欢悦，情不自禁地陶醉。

自然地，我们也许一下子就喜欢上了那些宋词，喜欢那般令人感慨唏嘘的爱情：喜欢“倚门回首，却把青梅嗅”的羞涩；喜欢“说盟说誓，说情说意，动便春愁满纸”的嗔怨；喜欢“把君团扇卜君来，近墙扑得双蝴蝶”的活泼；喜欢“当时明月在，曾照彩云归”的清纯；喜欢“心似双丝网，中有千千结”的缠绵；喜欢“碧海无波，瑶台有路。思量便合双飞去”的洒脱；喜欢“花不尽，月无穷。两心同”的执着；喜欢“睡里消魂无说处，觉来惆怅

消魂误”的迷惘；喜欢“谁教岁岁红莲夜，两处沉吟各自知”的愁苦；喜欢“我住长江头，君住长江尾”的长相思；喜欢“花自飘零水自流”的无可奈何；喜欢“欲笺心事，独语斜阑。难，难，难”的疼痛；喜欢“不自量，自难忘”的一往情深……哦，那么多叫人眼花缭乱的美啊，真想一一地摄入心怀。

天下风光在读书。善读书的人，一定不会草草地翻阅，不会走马观花地泛泛而读，而是懂得沉浸其间，从一个典故里，读出词人婉转的心曲，从看似信手拈来的意象里，读出词人醇厚岁月的情思。那凝了情怀、情意、睿思和才华的每一首词，都值得我们慢慢地一读再读，细细地一品再品。

慢慢地读，每一个细微的点点滴滴，都藏着细密的心思，都融了柔柔的情意。唯有静下心来，抛却了功利的杂念，不急不徐，从一朵小花里，读出爱情俏丽的容颜；从一纸红笺上，读出爱情动人的身影；从夕阳脉脉的余晖里，读出爱情变化的温度；从“樽前一曲歌，歌里千重意”里，读出爱情金色的质地……

细细地品，每一首词，都可能品出不同的滋味，因为学识、阅历、情趣、心境等等原因，每个人都能从中品出

一些独特的味道来。譬如，从一语娇嗔里，或许能品出调皮可爱的情趣；从一场梧桐雨里，或许能品出彻骨的寂寞；从花前月下的闲言碎语里，或许能品出琐屑的甜蜜；从“美人如花隔云端”里，或许能品出恒久的美丽；从“泪眼问花花不语，乱红飞过秋千去”里，或许能品出华年易逝的悲怆……词中爱的细腻、丰富、深邃的况味，若不细品，怎能欣喜地汲取？

身心俱静，慢读，细品，爱悠悠。

时光荏苒，物转星移，那些被爱情浸润的宋词，仍有着无法抗拒的神奇魅力。如品香茗，我们心甘情愿地陷入其中，欣赏那一道道爱的风景，咀嚼那一个个爱的故事，感悟那一个个爱的哲理……无论贫贱还是富贵，无论卑微还是显赫，无论年少还是年长，只要愿意，只要沉浸，每一个人都能被那些芳馨远播的文字濡染心灵，陶冶情怀，深邃思想，知晓了爱情的真谛——原来，真爱并不遥远，而是触手可及，尽可以浪漫如斯，尽可以烟火人间如斯，纵然花开只有半季，也依然会情暖三生。

慢
读
宋
词

人生自是有情痴

Contents
[目录]

001	卷一 相遇在素锦华年
002	01 · 相遇在素锦华年
005	02 · 最是那低头的一抹羞涩
008	03 · 那样爱意柔柔地撒娇
012	04 · 谁是你的画眉郎
015	05 · 只为贴着你的温暖
018	06 · 有爱便相约
021	07 · 最美的时光与谁共度
024	08 · 曾是当年吹笙人
028	09 · 守着如花的心事
031	10 · 几回梦中与君行
034	11 · 最好的相逢
038	12 · 今朝有酒今朝醉
041	13 · 等花开到最美时

045	卷二 人生自是有情痴
046	01·爱到痴迷
050	02·爱的沉溺
053	03·心生欢喜
056	04·等你等到心痛
060	05·爱上你的风卷残荷
063	06·人生自是有情痴
067	07·愿撒千金为一笑
070	08·花开花落皆需赏
073	09·那样的疼，谁知道
076	10·永不永不说再见
079	11·在记忆里爱着
082	12·爱，有时会得寸进尺
085	卷三 一生一代一双人
086	01·爱依旧
089	02·爱我，不必赴汤蹈火
093	03·情未央
096	04·一往情深
099	05·你的样子
103	06·爱对了更重要

106	07 · 因为懂得
109	08 · 开到荼蘼
112	09 · 一个人的地老天荒
115	10 · 天涯亦是咫尺
118	11 · 一瞬亦可永恒
122	12 · 爱你，才会担心
125	13 · 清贫里的富足

129	卷四 千千阙歌为伊吟
130	01 · 念念不忘的邂逅
133	02 · 爱至深
136	03 · 我心依旧
139	04 · 刻骨相思
142	05 · 浅爱深喜欢
146	06 · 真爱如茶
149	07 · 恋着你的味道
152	08 · 如果再回到从前
155	09 · 欲寄彩笺无尺素
159	10 · 相见不如怀念
163	11 · 怅然之美
166	12 · 默望花开花落

169	卷五 不思量，自难忘
170	01·山盟虽在
176	02·不思量，自难忘
180	03·一曲洗尽此生情
183	04·泪眼问花花不语
187	05·记得曾经那些好
190	06·相望江湖
193	07·伤别离
196	08·谁是你魂牵梦萦的美
199	09·纵使无情也动人
202	10·终是难忘终须忘
205	11·落花已作风前舞
209	卷六 花自飘零水自流
210	01·怜取眼前人
214	02·花自飘零水自流
219	03·别在寂寞时爱上我
222	04·人生若只如初见
225	05·那么多美好都在想象里
228	06·离别之美
232	07·相爱，也可以不相守
235	08·曾经美丽过
239	09·有爱的日子，真好
242	10·有些告别是永诀
245	11·无语对斜阳
248	12·祝你们花好月圆
253	附录 走进宋词

卷一

相遇在素锦华年

- 01 · 相遇在素锦华年
- 02 · 最是那低头的一抹羞涩
- 03 · 那样爱意柔柔地撒娇
- 04 · 谁是你的画眉郎
- 05 · 只为贴着你的温暖
- 06 · 有爱便相约
- 07 · 最美的时光与谁共度
- 08 · 曾是当年吹笙人
- 09 · 守着如花的心事
- 10 · 几回梦中与君行
- 11 · 最好的相逢
- 12 · 今朝有酒今朝醉
- 13 · 等花开到最美时

01.相遇在素锦华年

不早不迟，两颗彼此寻觅的心，
相遇在花样年华，结一段神仙都要
羡慕的尘缘，该是多么地好。

许多人都愿意，在自己最华美的年纪，能够遇见生命中的最爱。

不早也不迟，穿过茫茫人海，沿着前世今生注定的缘，你我在最渴望的时刻，欢喜地相遇，那些梦中含苞待放的花蕊，在一个明媚的早晨，全都绚丽地绽放在枝头，眩目而招摇。

素锦华年里，最幸福的事情，莫过于那样的遇见了：彼此的眉宇里盈满了欢悦，每一句话都那么甜蜜，每一个眼神都那么可爱，甚至花丛中的那只蝴蝶，也舞得那么翩然，林间的那一声鸟鸣，也响得那么清脆迷人……

由此，你我相信，那样美丽的相识相知相爱相守，该

是多么地让人欢喜。

只是，走得匆匆的，往往是华年里最欢愉的那一段时光，也唯因如此，那些过往的日子，才更显得弥足珍贵，值得一生回味。

思念的笙箫一次次吹响，一定是萦绕在心头的留恋，又在描摹曾经的那些生动无比的点点滴滴。

最洒脱的豪放词人苏轼，在经历了那么多的沧桑后，也对当年那美好的相遇恋恋不舍，一往情深地写下一咏三叹的《蝶恋花·记得画屏初会遇》：

记得画屏初会遇。好梦惊回，望断高唐路。燕子双飞来又去。纱窗几度春光暮。

那日绣帘相见处。低眼佯行，笑整香云缕。敛尽春山羞不语。人前深意难轻诉。

相传，在近乎仙境的高唐观，楚怀王和楚襄王都曾于梦中与巫山神女相遇。词人，与心爱的人的初次遇见，却是在画屏之间。彼时，绣帘半掩，窗纱轻摇，正值豆蔻年华的她，低眉垂眼，微笑着用手抚弄着自己插花的鬓发，假意要走开，却忍不住朝他盈盈一笑，那般的娇羞，那般

的柔情，虽然不曾开口，但她那双脉脉含情的眸子里，已将少女如花的心事，活泼地传递出来。

无疑，当年美丽的相见，就像一帧永不褪色的老照片，永远地定格在词人的心灵深处了。纵然高唐梦已断，红尘里的那份情缘却始终难了。痴情不移的他，望着梁间的燕子双双地飞来飞去。春光几度从窗前悄悄走过，对她的思念也一日日地生长起来。

爱过，就难免会留下些许的遗憾。然而，能够在自己生命最华美的时候，与自己梦中的喜欢的人遇见，纵然无缘相守一生，也是一种美丽的遗憾。而最精彩的人生，不也是包含了无数美丽的遗憾吗？

02.最是那低头的一抹羞涩

美丽而温柔的羞涩，无论在什么样的年龄里，都是那样的迷人，那样的耐人寻味。

羞涩，是一种含蓄而妩媚的美，内含无限的韵味。

徐志摩曾对恋爱之中的少女的羞涩，有过这样精彩的描写：“最是那低头的温柔，像一朵水莲花不胜凉风的娇羞。”

羞涩，是人类最天然、最纯真的情感之一。为羞涩渲染的女子，更像一首朦胧诗，可以远观，也可以近赏。

男人也会羞涩，但女人的羞涩更为曼妙。羞涩之色，犹如披在女性身上的神秘轻纱，是一种蕴藉的柔情，也是一种柔情的蕴藉。情窦初开的少女，面颊那一抹羞涩的红云，会激起情人丰富的想象，而步入婚姻殿堂的女人偶尔的羞涩，则是爱人眼里开不败的青春花朵。

无名氏的《点绛唇·蹴罢秋千》，便生动形象地描绘了初涉爱河的少女的羞涩与纯真：

蹴罢秋千，起来慵整纤纤手。露浓花瘦，薄汗轻衣透。

见客入来，袜划金钗溜。和羞走。倚门回首，却把青梅嗅。

刚刚罗衣轻飏，燕子一样地空中飞来飞去荡秋千的少女，停了下来，走下秋千，额头上渗出晶莹的汗珠，薄衣微敞，纤纤玉手有些发麻，她慵懒地慢慢揉着。

忽然，瞥见一位翩翩美少年朝这边走来，她羞涩地慌忙回避，来不及整理已经松散的头发，金钗随之滑坠地下，也顾不得穿上鞋子，只穿着袜子就跑了。

但没跑出多远，她又倚着一扇门，不由自主地回眸，偷偷打量那英俊少年，怕被他发觉，便假装嗅着青梅的味道。

仅仅四十一个字，便形象地写出一个天真纯洁、感情真挚又矜持的少女的爱恋心理。

词中少女含羞嗅梅的动作，透露出了欲言又止的恋爱心理，如醉如痴。极易让人浮想联翩。美丽而含羞，两相