



宋词诵读 一百首

王召强

编著

黄玉峰

主编

技术文献出版社
and Technological Literature Press



宋词

诵读一百首



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technological Literature Press



图书在版编目 (CIP) 数据

宋词诵读一百首 / 黄玉峰主编, 王召强编著. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2015.6

(中学生人生教育丛书)

ISBN 978-7-5439-6669-7

I . ① 宋… II . ①黄…②王… III . ①宋词—青少年读物 IV . ① I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 102004 号

责任编辑: 张 树

封面设计: 周 婧

丛书名: 中学生人生教育丛书

书 名: 宋词诵读一百首

黄玉峰 主编 王召强 编著

出版发行: 上海科学技术文献出版社

地 址: 上海市长乐路 746 号

邮政编码: 200040

经 销: 全国新华书店

印 刷: 常熟市人民印刷有限公司

开 本: 720×1000 1/16

印 张: 14.5

字 数: 205 000

版 次: 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5439-6669-7

定 价: 35.00 元

<http://www.sstlp.com>

道
理
皆
心
肝

忠
義
填
骨
髓

東坡句 明多疏

黃玉峰書於滬上



《宋词诵读一百首》使用指南

我对于宋词的热爱，要从李煜说起。小时候看过一部新加坡电视剧，叫《乱世双雄》，说的是赵匡胤和李煜的故事。把李煜说成双雄之一，自然不是很恰当。如果从一文一武、文武双雄的角度来讲，也还讲得过去。李煜的人生经历给我留下了深刻的印象。从那个时候起，我就爱上了“虞美人”。迄今为止，它依然是我最钟爱的文学作品之一。怪不得王国维说他：“后主之词，真所谓以血书者也。”比起道君皇帝的《燕山亭》，不知强过多少倍。

说起来，我那少得可怜的历史知识，大多还是从历史剧中看来的。现在的家长大多不喜欢小孩子看电视、玩电脑、用 iPad，其实有点多虑了。我就很喜欢看美剧，把英文听力练得棒棒的，有什么不好？何况那才是真正的生活化的美语，听着就是那么自然、舒服，即使是俚语、俗语和粗口，也比英文教材上枯燥无聊的严肃文章好多了。

这里不是谈美剧。还是说说宋词。我买的第一本词人专辑，好像就是王国维先生的儿子王仲闻先生校注的《南唐二主词》了。我把李煜的词一首一首工工整整地摘抄出来，慢慢吟诵，沉浸在五代十国的刀光剑影中。

然后在高中相当长的时期内，我远离了宋词，只能在数学题海里游弋了。考到华师大中文系以后，才在高建中老师的指导下，重拾唐诗宋词，走进古典文学的世界。我那时还比较“愤青”，首选的诗词专辑是杨伦的《杜诗镜诠》和邓广铭的《稼轩词编年笺注》，到现在，我依然记得在华师大的男生宿舍里，每个晚上以杜诗、辛词为伴的平静岁月。这是大学四年留给我的最美好的记忆之一。

大四写毕业论文的时候，我选择了纳兰性德作为题目，那时赵秀亭和冯统一的《饮水词笺校》还没有出来，我读的还是张草纫的《纳兰词笺注》，安意如还没有写出她的成名作《人生若只如初见》，我已经一头扎进纳兰性德的情感世界里不能自拔，写出了一篇长达六千多字的论文。可惜论文这种东西是没有人要看的，我也还没有写到可以在《词学》发表的水平。得了个“良”，算是过关毕业了事。

写纳兰性德，最大的收获是拜高建中老师为师，得到了上课之余亲炙良师的机会。我和另外两位同学先后两次拜访过高建中老师，聆听他的教诲。他谈起自己在“文革”中的人生经历，谆谆告诫我们：永远都不能放弃读书。正是缘于这种精神，他才能在恢复高考之后，顺利考上大学和研究生。就算高老师的教诲，只剩下这一条，也足够我受益终生了。何况他还是华师大的老师中“学高为师、身正为范”的典范。

参加工作以后，我一有时间就把精力放在读书上。第一年就啃完了鲁迅先生的杂文全集，小说和散文当然很早就都读过了；第二年开始转向攻读三家注的《史记》。从第三年开始，我又拾起唐诗宋词，王维、孟浩然、李商隐、柳永、秦观、苏轼……一家一家地啃过去，总算读出了点味道来。每次上到古诗词，备课的时候，总觉得选文太少，很多问题讲不清楚，总得增加点拓展阅读才行。东一榔头、西一棒槌的拓展，漫无目标、不成体系、体例各异，总觉得不解恨。索性自己编选出一个选本来，一劳永逸地解决古诗词的备课问题。

有了这个念头，书很快就编选出来，就是目前呈现在各位读者面前的《唐诗诵读一百首》和《宋词诵读一百首》，每本差不多花了我半年的时间。备课、上课之余，这一整年的时间，我几乎都扑在了这两本书的编选上。唐诗、宋词的选本，我几乎都买回来翻阅了。最重要的工具书，不是唐诗宋词鉴赏辞典，而是陈伯海主编的《唐诗汇评》和吴熊和主编的《唐宋词汇评》。在编写“练习”的时候，我非常不喜欢自作主张，生怕误读前贤的经典作品，所以尽量“述而不作”，在题干中全部选摘古人的评点。学生看起来可能会有点吃力，但是我坚持不改初衷，因为我知道我编选的不是练习册、习题集，实际上是老师上课时要用的讲义，当然要保存一点原始的资料。

所以，各位同学在使用本书的时候，千万不要以为这是一本练习册或习题集。所有的“练习”，只是给我们提供一个启发思考的角度而已。我是非常反感同学们做习题的，所以本书所有的“练习”，都不提供标准答案，连参考答案都没有。

但是，我还是鼓励大家要多读多背古诗词。黄玉峰老师在《教学生活得像个人》一书中提出来一个“死去活来”的主张，我是颇为赞同的。所谓“死去”，就是要大量的死记硬背；所谓“活来”，就是将死记硬背的东西，转化成源头活水，永不枯竭地滋润着心田，下笔自然如有神助。

拙作有幸被选作必读书目。

是为序。

甲午岁末草识于依仁轩

王召强

目录

《宋词诵读一百首》使用指南

〇〇一	忆秦娥	王召强	001
〇〇二	菩萨蛮	唐·李 白	002
〇〇三	长相思	唐·李 白	004
〇〇四	更漏子	唐·白居易	006
〇〇五	浣溪沙	唐·温庭筠	008
〇〇六	菩萨蛮	唐·韦 庄	010
〇〇七	鹊踏枝	唐·韦 庄	012
〇〇八	鹊踏枝	五代·冯延巳	014
〇〇九	谒金门	五代·冯延巳	016
〇一十	摊破浣溪沙	五代·冯延巳	018
一十一	摊破浣溪沙	五代·李 璟	020
一十二	虞美人	五代·李 璟	022
一十三	破阵子	五代·李 煜	024
一十四	浪淘沙令	五代·李 煜	026
一十五	乌夜啼	五代·李 煜	028
一十六	乌夜啼	五代·李 煜	030
一十七	渔家傲	五代·李 煜	032
一十八	苏幕遮	北宋·范仲淹	034
一十九	天仙子	北宋·范仲淹	036
〇二十	玉楼春·春景	北宋·张 先	038
二十一	踏莎行	北宋·宋 祁	040
二十二	浣溪沙	北宋·欧阳修	042
二十三	临江仙	北宋·晏 殊	045
二十四	鹧鸪天	北宋·晏几道	047
二十五	鹤冲天	北宋·晏几道	049
二十六	凤栖梧	北宋·柳 永	051
二十七	雨霖铃	北宋·柳 永	053
二十八	八声甘州	北宋·柳 永	055
二十九	桂枝香	北宋·柳 永	057
		北宋·王安石	059



〇三十	念奴娇·赤壁怀古	北宋·苏轼	061
三十一	卜算子·黄州定惠院寓居作	北宋·苏轼	064
三十二	定风波	北宋·苏轼	066
三十三	临江仙·夜归临皋	北宋·苏轼	068
三十四	江城子·密州出猎	北宋·苏轼	070
三十五	江城子·乙卯正月二十日夜记梦	北宋·苏轼	072
三十六	水调歌头	北宋·苏轼	074
三十七	蝶恋花	北宋·苏轼	077
三十八	水龙吟·次韵章质夫杨花词	北宋·苏轼	079
三十九	卜算子·送鲍浩然之浙东	北宋·王观	082
〇四十	卜算子	北宋·李之仪	085
四十一	蓦山溪·赠衡阳妓陈湘	北宋·黄庭坚	087
四十二	鹧鸪天	北宋·黄庭坚	089
四十三	满庭芳	北宋·秦观	091
四十四	八六子	北宋·秦观	094
四十五	鹊桥仙	北宋·秦观	096
四十六	踏莎行·郴州旅舍	北宋·秦观	098
四十七	千秋岁	北宋·秦观	100
四十八	青玉案	北宋·贺铸	102
四十九	玉楼春	北宋·周邦彦	105
〇五十	蝶恋花·早行	北宋·周邦彦	107
五十一	少年游·冬景	北宋·周邦彦	109



目录

五十二	满庭芳·夏日溧水无想山作	北宋·周邦彦	111
五十三	燕山亭·北行见杏花	北宋·赵 佶	113
五十四	满江红	南宋·岳 飞	115
五十五	小重山	南宋·岳 飞	118
五十六	永遇乐·京口北固亭怀古	南宋·辛弃疾	120
五十七	水龙吟·登金陵建康亭	南宋·辛弃疾	124
五十八	摸鱼儿	南宋·辛弃疾	127
五十九	贺新郎	南宋·辛弃疾	130
〇六十	破阵子·为陈同甫赋壮词以寄之	南宋·辛弃疾	133
六十一	菩萨蛮·书江西造口壁	南宋·辛弃疾	135
六十二	青玉案·元夕	南宋·辛弃疾	137
六十三	水调歌头·送章德茂大卿使虏	南宋·陈 亮	139
六十四	水龙吟·春恨	南宋·陈 亮	141
六十五	水调歌头·闻采石战胜	南宋·张孝祥	143
六十六	念奴娇·过洞庭	南宋·张孝祥	145
六十七	唐多令	南宋·刘 过	147
六十八	诉衷情	南宋·陆 游	149
六十九	鹊桥仙·夜闻杜鹃	南宋·陆 游	151
〇七十	卜算子·咏梅	南宋·陆 游	153
七十一	钗头凤	南宋·陆 游	155
七十二	醉花阴	南宋·李清照	157
七十三	一剪梅	南宋·李清照	159
七十四	凤凰台上忆吹箫	南宋·李清照	161

七十五	武陵春	南宋·李清照	163
七十六	声声慢	南宋·李清照	165
七十七	蝶恋花·送春	南宋·朱淑真	168
七十八	菩萨蛮·咏梅	南宋·朱淑真	170
七十九	扬州慢	南宋·姜夔	172
〇八十	暗香	南宋·姜夔	175
八十一	疏影	南宋·姜夔	177
八十二	双双燕·咏燕	南宋·史达祖	179
八十三	八声甘州·灵岩陪庾幕诸公游	南宋·吴文英	181
八十四	三姝媚·过都城旧居有感	南宋·吴文英	184
八十五	风入松·春晚感怀	南宋·吴文英	186
八十六	唐多令·惜别	南宋·吴文英	188
八十七	高阳台·落梅	南宋·吴文英	190
八十八	眉妩·新月	南宋·王沂孙	192
八十九	水龙吟·落叶	南宋·王沂孙	195
〇九十	齐天乐·蝉	南宋·王沂孙	197
九十一	一萼红·登蓬莱阁有感	南宋·周密	199
九十二	献仙音·吊雪香亭梅	南宋·周密	202
九十三	虞美人·听雨	南宋·蒋捷	204
九十四	一剪梅·舟过吴江	南宋·蒋捷	206
九十五	高阳台·西湖春感	南宋·张炎	208
九十六	甘州	南宋·张炎	210
九十七	解连环·孤雁	南宋·张炎	212
九十八	贺新郎·九日	南宋·刘克庄	214
九十九	兰陵王	南宋·刘辰翁	217
一〇〇	念奴娇·驿中言别友人	南宋·文天祥	220



唐代词选六首

○○一 忆秦娥

唐·李 白

箫声咽^①，秦娥梦断秦楼月^②。
秦楼月，年年柳色，霸陵伤别^③。

乐游原上清秋节^④，咸阳古道音尘绝^⑤。
音尘绝，西风残照，汉家陵阙^⑥。

【题解】

这首词是否为李白所作，历来争论不一，只能存疑。这首词气势雄浑，意境高远。上阕写春天的清晨，女主人公在秦楼上闻箫声悲咽而一觉醒来，望明月而怀远，见垂柳而忆别；下阕写秋天的黄昏，女主人公登临乐游原，睹景物而伤怀，感时序而惊变，在凄清悲凉的氛围中，展现了主人公的多情性格。明人顾起纶评之曰：“唐人作长短句，乃古乐府之滥觞也。李太白首倡《忆秦娥》，凄婉流丽，颇臻其妙，为千古词家之祖。”

【注释】

①箫声咽：据《列仙传》载：“萧史者，秦穆公时人也。善吹箫，能致孔雀、白鹤于庭。穆公有女字弄玉，好之。公遂妻焉。日教弄玉作风鸣。居数年，吹似风声，凤凰来止其屋。公为作风台。夫妇止其上，不下数年，一旦皆随凤凰飞去。”②秦娥：此泛指秦地美貌女子。③霸陵：又作“灞陵”，故址在今陕西省西安市东，因有汉文帝墓而名。附近有霸桥，为唐人送客的折柳告别之处。④乐游原：唐代的游览胜地，故址在今陕西西安市南。⑤咸阳：今陕西咸阳市。汉唐时期，从长安西去，咸阳为必经之地。⑥汉家陵阙：汉朝皇帝的陵墓都建在长安四周。阙，陵墓前的楼观。

【练习】

1. 近人俞陛云评论本词道：“此词自抒积感，借闺怨以写之，因身在秦地，即以秦女箫声为喻。”结合这句话思考，本词运用了什么表现手法？表达了作者怎样的思想感情？

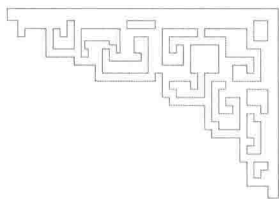
2. 近人唐圭璋评论本词道：“‘西风’八字，只写境界，兴衰之感都寓其中。”结合这句话思考，本词的结尾二句有何表达作用？

3. 近人王国维评论本词道：“太白纯以气象胜。‘西风残照，汉家陵阙’，寥寥八字，遂关千古登临之口。”结合这段话思考，本词在艺术风格上有什么特色？

【积累】

词人小传之一：李白

李白（701—762），字太白，号青莲居士。祖籍陇西成纪（今甘肃天水），先世隋末流徙西域，李白生于中亚碎叶（今巴尔喀什湖南面的楚河流域，唐时属安西都户府管辖）。幼时随父迁居绵州昌隆（今四川江油）青莲乡。他一生绝大部分时间在漫游中度过。天宝元年（742），被召至长安，供奉翰林，颇为玄宗所赏识。后因不能见容于权贵，在京仅三年，就弃官而去。安史之乱发生的第二年，他曾参加了永王李璘的幕府。不幸，永王与肃宗发生了争夺帝位的斗争，兵败之后，李白受牵累，流放夜郎（今贵州境内），途中遇赦。晚年漂泊东南一带，依当涂县令李阳冰，不久即病卒。他是屈原之后我国最为杰出的浪漫主义诗人，有“诗仙”之称。与杜甫齐名，世称“李杜”。有《李太白集》。



○○二 菩萨蛮

唐·李 白

平林漠漠烟如织^①，寒山一带伤心碧。

暝色入高楼^②，有人楼上愁。

玉阶空伫立^③，宿鸟归飞急。

何处是归程，长亭更短亭^④。

【题解】

“菩萨蛮”为古缅甸曲调，别名“子夜歌”，唐玄宗时传入中国，列于教坊曲。变调，四十四字，两仄韵，两平韵。本词相传为李白所作。也有人认为是晚唐五代诗人假托李白所作的。这首怀人词，写出了思妇盼望远方行人久候而不归的心情。宋人黄晟曾赞之为“百代诗词之祖”。清人陈廷焯论之曰：“唐人之词如六朝之诗，惟太白《菩萨蛮》、《忆秦娥》两调，实为千古词坛纲领。词虽创自六朝，实成于太白，千古论词，断以太白为宗。”

【注释】

①漠漠：形容雾气。②暝色：暮色。③玉阶：白石砌成的台阶。④亭：一名“官亭”，设在大道上，便利旅客休息。庾信《哀江南赋》云：“十里五里，长亭短亭。”

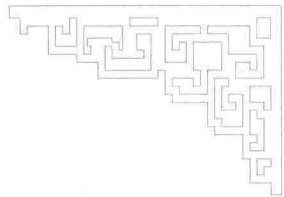
【练习】

1. 近人唐圭璋评论本词道：“一起写平林寒山境界，苍茫悲壮。此两句，自内而外。‘暝色’两句，自外而内。烟如织、伤心碧，皆暝色也。两句折到楼与人，逼出‘愁’字，唤醒全篇。”结合这段话思考，本词上阕的景物描写有什么表达作用？

2. 清人黄苏评论本词道：“末联始点出‘归’字来，是题目归宿。所以愁者，此也。所以寒山伤心者，亦此也。更觉前阕凌空结撰，意兴高远。”结合这句话思考，本词所要表现的主题是什么？结合本词的内容加以简要分析。

3. 清人李调元评论本词道：“词用‘织’字最妙，始于太白词‘平林漠漠烟如织’，孙光宪亦有句云‘野棠如织’（语出孙光宪《后庭花》），晏殊亦有‘心似织’（语出晏殊《渔家傲》）句，此后遂千变万化矣。”结合这句话思考，本词首句中用的“织”字，有什么表达作用？





○○三 长相思

唐·白居易

汴水流^①，泗水流^②，流到瓜洲古渡头^③。

吴山点点愁^④。

思悠悠，恨悠悠，恨到归时方始休。

月明人倚楼。

【题解】

这首词写一位女子倚楼怀人。在朦胧的月色下，映入她眼帘的山容水态，都充满了哀愁。全词以恨写爱，用浅易流畅的语言，和谐的音律，表现人物的复杂感情。特别是那一派流泻的月光，更烘托出哀怨忧伤的气氛，增强了艺术感染力，显示出这首小词言简意赅、词浅意深的特点。

【注释】

①汴水：源于河南，东南流入安徽宿县、泗县，与泗水合流，入淮河。②泗水：源于山东曲阜，经徐州后，与汴水合流入淮河。③瓜州：在今江苏省扬州市南面。④吴山：泛指江南群山。

【练习】

1. 清人陈廷焯评论本词道：“‘吴山点点愁’，五字精警。”结合这句话思考，本词上阕的末句主要好在什么地方？

2. 近人俞陛云评论此词道：“此词若晴空冰柱，通体虚明，不着迹象，而含情无际。由汴而泗而江，心逐流波，愈行愈远，直到天末吴山，仍是愁痕点点，凌虚着想，音调复动宕入古。”结合这句话思考，本词的上阕运用了什么表现手法？其表达效果如何？
-
-
-

【积累】

词人小传之二：白居易

白居易（772—846），唐代诗人，字乐天，号香山居士、醉吟先生。晚年官太子少傅，谥号“文”，世称白傅、白文公。贞元十六年（800）中进士。十八年，与元稹同举书判拔萃科，后诗坛“元白”齐名。十九年春，授秘书省校书郎。元和元年（806），罢校书郎，撰《策林》75篇，登“才识兼茂明于体用科”，授县尉。元和二年回朝任职，十一月授翰林学士，次年任左拾遗。四年，与元稹、李绅等倡导新乐府运动。五年，改京兆府户曹参军。元和六年，他因母丧居家，服满，应诏回京任职。十年，因率先上疏请急捕刺杀武元衡凶手，被贬江州（今江西九江）司马。元和十三年，改忠州刺史，十五年还京，累迁中书舍人。因朝中朋党倾轧，于长庆二年（822）请求外放，先后为杭州、苏州刺史，颇得民心。文宗大和元年（827），拜秘书监，次年转刑部侍郎，四年，定居洛阳。后历太子宾客、河南尹、太子少傅等职。会昌二年（842）以刑部尚书致仕。在洛阳以诗、酒、禅、琴及山水自娱，常与刘禹锡唱和，时称“刘白”。有《白氏长庆集》传世。