



知书达礼典藏

学生版

宋词三百首

Song Ci San Bai Shou



Ming Shi, Shi Jian, He Xue, Huo Du, Cong Shu



哈尔滨出版社

名师推荐课外阅读丛书



宋词三百首

SONGCISANBAISHOU

哈尔滨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

宋词三百首 / 崔钟雷主编. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社,
2008.6

(名师推荐课外阅读丛书·第5辑)

ISBN 978-7-80753-238-5

I. 宋… II. 崔… III. 宋词 - 青少年读物 IV.I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 038809 号

策 划: 钟 雷

责任编辑: 金 金 李英文

封面设计: 稻草人工作室 

宋词三百首

主 编: 崔钟雷 副主编: 王丽萍 于海燕

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号

邮政编码: 150090 营销电话: 0451-87900345

E-mail: hrbcbs@yeah.net

网址: www.hrbcbs.com

全国新华书店经销

山东新华印刷厂德州厂印刷

开本 880×1230 毫米 1/32 印张 42 字数 780 千字

2008 年 6 月第 1 版 2008 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80753-238-5

定价: 64.80 元 (全六册)

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-87900272

本社常年法律顾问: 黑龙江大律师事务所徐桂元 徐学滨

前言



中国是世界四大文明古国之一，几千年来，勤劳善良的中国人民在这片肥沃的土地上创造了辉煌灿烂的东方文明，而中国古典文学就是盛开在东方文明花园里的一朵奇葩。它们历经几千年的历史长河，大浪淘沙，留下美文无数。这些作品内容广泛，语言精美，意蕴深厚。阅读这些字字珠玑的佳篇，既能感受到中国古典文学的巨大魅力，又能净化心灵、陶冶情操。

这些经典读物是中华民族的文化遗产，它们经过了岁月的洗礼后，如今依旧放射出耀眼的光芒，是培育青少年学生文化修养的最佳的精神食粮。因此，我们精心编写了这套《名师推荐课外阅读丛书》，丛书包括《论语》、《孟子》、《千家诗 增广贤文》、《三字经 百家姓》、《宋词三百首》和《初高中生必背古诗文》。为了帮助学生们理解这些较为艰深的古籍，我们除了对全文进行解释外，还在诗文的前后附上导语和阅读心得，相信一定会对青少年阅读古文有所帮助。

详细的注释，生动的译文，精美的图片，是我们这套《名师推荐课外阅读丛书》的主要特点。希望它会成为青少年朋友的良师益友，伴您在知识的海洋里尽情遨游！

编者

2008年6月

宋词三百首

名师推荐课外阅读丛书





被列入“唐宋八大家”的苏轼，虽一生坎坷，屡遇波折，却始终关注民生疾苦，为民造福。此外因苏轼才华横溢，在诗词歌赋、书法绘画方面成就颇高，其词被称为豪放派的代表，因题材广泛，风格多变，个性鲜明，超凡脱俗，对后世产生了深远影响。

水调歌头

苏轼

丙辰^①中秋，欢饮达旦，大醉，作此篇兼怀子由^②。

原文

明月几时有？把酒问青天。不知天上宫阙，今夕是何年。我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。起舞弄清影，何似在人间。

转朱阁，低绮户，照无眠。不应有恨，何事长向别时圆。人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟^③。

【作者简介】

苏轼(1037~1101)，字子瞻，号东坡居士，眉州眉山(今属四川省)人，北宋文学家、书画家，与其父苏洵、其弟苏辙并称“三苏”。嘉祐二年(1057)进士。因反对王安石变法多次被贬。其诗清新豪迈，其词豪放开阔。著有《东坡全集》、《东坡志林》、《东坡词》等。

【注释】

① 丙辰：这里指宋神宗熙宁九年，即公元1076年。

② 子由：苏轼之弟苏辙，字子由。

③ 婵娟：此处指美好的月亮。

译文

宋神宗熙宁九年，我通宵喝酒，直到大醉后作了此诗，同时怀念我的弟弟。

“从几时开始，明月普照人间？”我高举酒杯，询问着浩渺的苍天。“请告诉我，那蟾宫桂殿，今夜是何年何月？”我多想乘风飞归天边，却又怕琼楼玉宇碧空高悬，我这平凡的身躯禁不住天外凄冷。还是在月下起舞吧，让影儿随着我回旋，翩翩如尘世的神仙！

明月轻盈地转过彩绘的楼宇，又低低透进了雕花窗栏，把银光洒满帷幔，帷幔中愁人难眠。月亮呀，你不应该有什么愁恨，为什么总在人们别离时偏偏变圆？唉，人间有悲欢离合，月儿有阴晴圆缺，这些事自古就难以求全。但愿美好的感情长留人们心间，虽然远隔千里，却共对同一轮明月，就好像彼此相见。

水龙吟

苏轼

次韵章质夫^①《杨花词》

原文

似花还似非花，也无人惜从教坠。抛家傍路，思量却是，无情有思。萦损柔肠，困酣娇眼，欲开还闭。梦随风万里，寻郎去处，又还被、莺呼起。

不恨此花飞尽，恨西园、落红难缀。晓来雨过，遗踪何在，一池萍碎。春色三分，二分尘土，一分流水。细看来，不是杨花，点点是离人泪。



【注释】

① 章质夫：名粦，字质夫，浦城（在今福建省）人。

【译文】

它像花，终究又不是花，没有人爱惜，任随它飘落，依傍着道路，抛弃别离了故家。人们说它无情，细细思索，情思绵长的不正是它！那轻盈的身姿回旋转侧，就像美人，愁断了寸寸柔肠，又像她困倦的娇眼，才想睁开复又闭上，更像她依依的梦魂，随风万里，苦苦地寻找情郎，却被莺啼声惊醒了好梦一场。

我不恨杨花纷纷飘飞，只遗憾西园里落红遍地，无法重新缀上枝头，花事就这样轻易完毕。早晨，雨歇天晴，只见细碎的浮萍满池，何处有杨花的踪迹？可叹呀！春色总共还剩三分，二分已飘落尘埃，一分又跟随流水。细看来，飞坠的哪里是杨花，千点万点，全都是离人的眼泪。

念奴娇

苏轼

赤壁怀古

原文

大江东去，浪淘尽、千古风流人物。故垒西边，人道是、三国周郎^①赤壁。乱石穿空，惊涛拍岸，卷起千堆雪。江山如画，一时多少豪杰。

遥想公瑾^②当年，小乔^③初嫁了，雄姿英发。羽扇纶巾^④，谈笑间、檣櫓灰飞烟灭。故国神游，多情应笑我，早生华发。人生如梦，

一樽还酹^⑤江月。

【注释】

- ① 周郎：《三国志·吴志·周瑜传》载，周瑜年二十四为中郎将，吴中皆呼为周郎。
② 公瑾：周瑜字公瑾。
③ 小乔：周瑜妻。乔，本作桥。
④ 羽扇纶(guān)巾：魏、晋时人的装束。羽扇，亦用以指挥军事。
⑤ 酹(lèi)：把酒倒在地上祭奠，或表祝祷。

【译文】

大江滚滚向东流去，自古以来，浪底淘尽了无数英雄人物的业绩！故旧营垒之西，听说是三国时大破曹军的周郎赤壁。陡峭不平的山崖，高高插入云际，惊涛骇浪凶猛地拍击江岸，千万堆雪浪一重重卷起。江山美丽如画，曾有多少豪杰争雄斗奇。

遥想公瑾当年，小乔刚刚出嫁，映衬他更加英姿勃勃，风流儒雅。头戴青丝巾，手执白羽扇，看他临战多么从容潇洒，指挥若定，谈笑间强敌就如同烟尘飞灭。神游故国旧地，真要笑我多情善感早生白发。唉，人生不过像一场梦啊，还是让我高举酒杯，致意永恒的江水和月华。





永遇乐

苏轼

彭城夜宿燕子楼，梦盼盼，因作此词。

原文

明月如霜，好风如水，清景无限。曲港跳鱼，圆荷泻露，寂寞无人见。纔如三鼓^①，铿然一叶，黯黯梦云惊断。夜茫茫，重寻无处，觉来小园行遍。

天涯倦客，山中归路，望断故园心眼。燕子楼空，佳人何在，空锁楼中燕。古今如梦，何曾梦觉，但有旧欢新怨。异时对、黄楼夜景，为余浩叹。

【注释】

① 纔如：打鼓的声音。

【译文】

明月寒白似霜，好风凉爽如水，深秋的景色清丽无限。曲港里鱼儿在跳跃，夜露轻轻流泻在圆圆的荷叶上，万籁俱寂，这美景没有别人看得见。三更沉沉的鼓声震荡，一片秋叶坠地，铿然如击金石，把我的好梦惊断，我的心情凄婉黯淡。夜色茫茫，失落的梦已无处重寻，醒来，我独自走遍庭园。

我这厌倦了宦海风波的天涯行客，向往踏上山中归路，向往返回故乡，多年来，心心念念，望穿了双眼。燕子楼空空如也，佳人今在何处？楼中空锁着旧燕。古往今来的一切都像是梦，又何曾真正从梦中警觉？总忘不了从前的欢愉，现时的愁怨。正如我今天缅怀久远的故事，

将来,对着黄楼夜景,人们也会为我深深叹息,思绪万千。

洞仙歌

苏轼

余七岁时,见眉州老尼,姓朱,忘其名,年九十岁。自言尝随其师入蜀主孟昶^①宫中,一日大热,蜀主与花蕊夫人^②夜避暑摩诃池上,作一词,朱具能记之。今四十年,朱已死久矣,人无知此词者,但记其首两句,暇日寻味,岂洞仙歌令乎?乃为足之云。

原文

冰肌玉骨,自清凉无汗。水殿风来暗香满。绣帘开,一点明月窥人,人未寝,欹枕^③钗横鬓乱。

起来携素手,庭户无声,时见疏星渡河汉。试问夜如何?夜已三更,金波^④淡、玉绳低转。但屈指、西风几时来,又不道流年,流年偷换。

【注释】

① 孟昶:五代后蜀国君,喜爱文学,知音律,后降宋。

② 花蕊夫人:姓徐,孟昶妃。

③ 欹(yī)枕:欹,通“倚”。倚枕。

④ 金波:月光。

【译文】

我七岁时,见到眉山一位九十余岁的老尼姑,姓朱,忘了她叫什么名字。她说曾经跟随她的师父到过蜀主孟昶的宫中。有一天,天气奇



热，蜀主和花蕊夫人夜里在摩河池上乘凉，作了一首词，朱全都能记得。现在过了四十年，姓朱的尼姑早已死去，再没有人知道这首词，而我只记得开头两句。空闲时我仔细思索品味，这不正是《洞仙歌令》吗？于是我就把它补成一首完整的词。

冰雪是她的肌肤，白玉是她的柔骨，本来就天人般清凉非凡。水殿好风阵阵，送荷花的幽香溢满。清风吹开绣帘，一点明月透入帷幔，窥见那人还未安眠，枕头边，钗钿横斜、鬓发散乱。

他们一同起身，拉着手在月下久久盘旋。庭院悄无声息，仰望苍空，不时看见飞渡银河的疏星数点。试问夜已如何？夜深沉已是三更，月光清淡，北斗低低斜转。他们细细地计算，几时才到清凉的秋天，却深深怅惋，当西风来临又将暗中偷偷改换那流水般去而不返的年华。

卜算子

苏轼

黄州定惠院寓居作

原文

缺月挂疏桐，漏断^①人初静。时见幽人独往来，缥缈孤鸿影。
惊起却回头，有恨无人省。拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷。

【注释】

① 漏断：计时漏壶中的水已滴尽，夜已深。

【译文】

一弯缺月挂在疏落的梧桐上，漏壶已不再滴响，深夜是多么寂静。

有谁看见幽居的我独自彷徨？宛如形影相吊的孤雁，在悠悠的天地间飘忽来往。

它时而被什么惊起，猛然转回头，仿佛有满心愁怨，却恨没有人为它分忧。拣尽寒枝不肯随便栖息，它宁愿独自徘徊在寂寞凄冷的沙洲。

青玉案

苏轼

和贺方回韵，送伯固归吴中

原文

三年枕上吴中路，遣黄犬¹，随君去。若到松江呼小渡，莫惊鸳鸯，四桥尽是，老子经行处。

《辋川图》上看春暮，常记高人右丞句。作个归期天定许，春衫犹是，小蛮²针线，曾湿西湖雨。

【注释】

① 黄犬：《晋书·陆机传》载，陆在洛阳时，曾把书信系于名叫黄耳的犬的颈部，送回家中。

② 小蛮：白居易的家伎。这里指苏轼的妾朝云。

译文

三年来，我在梦中走遍了吴中旧路，我让黄犬跟随你归去，好常常带给我吴地的消息。假如你到松江去呼唤舟子摆渡，请记住，千万不要惊动江边的鸳鸯和白鹭，它们都曾同我一起徜徉在姑苏四桥的佳胜处。



看吴中暮春的情景，如王维的《辋川图》那样美丽，正像当年的高人右丞，你将吟咏美妙的诗句。我想苍天会允许我归去，我身上穿的还是小蛮很早缝制的春衣，它曾被多少西湖的雨浸湿过呀！

临江仙

苏轼

夜归临皋

原文

夜饮东坡¹醒复醉，归来仿佛三更。家童鼻息已雷鸣。敲门都不应，倚杖听江声。

长恨此身非我有，何时忘却营营！夜阑风静縠纹²平。小舟从此逝，江海寄余生。

【注释】

① 东坡：在湖北黄冈之东。

② 縠(hú)纹：纱的皱纹。

【译文】

我在东坡尽情夜饮，醒醒醉醉，醉醉醒醒，归来时差不多已是三更。家童早就熟睡，鼻息有如雷鸣，敲门也没有人应承，我只得斜靠着手杖，独自倾听江上的涛声。

长恨这躯体本不属于我自身，何时才能完完全全地忘掉名利和世情？夜深沉，风已停，水波轻泛，皱纱般温柔平静。我将驾一叶小舟从此远去，在隐秘的江海度完我的余生。

定风波

苏轼

三月七日，沙湖道中遇雨。雨具先去，同行皆狼狈，余独不觉。已而遂晴，故作此词。

原文

莫听穿林打叶声。何妨吟啸^①且徐行。竹杖芒鞋^②轻胜马。谁怕。一蓑烟雨任平生。

料峭春风吹酒醒。微冷。山头斜照却相迎。回首向来萧瑟处。归去。也无风雨也无晴。

【注释】

(1) 吟啸：吟咏，长啸，意态闲适。

(2) 芒鞋：芒草编织的草鞋。

译文

三月七日在沙湖道中遇到了大雨，拿着雨具的仆人先走了，同行的人在风雨中一个个感到进退两难，只有我毫不在意。一会儿天空重又放晴，于是写下此词。

何必去理会那穿林打叶的雨声，不妨一边吟咏一边长啸，悠然地前行。竹杖和草鞋轻捷更胜骏马，有什么可怕？我披





一领蓑衣,只管在风雨中过它一生!

清寒的东风将酒意吹醒,我感到微冷,山头初晴的斜阳却在相迎。
回望走过的风雨萧瑟处,我信步归去,既无所谓风雨,也无所谓天晴。

江城子

苏轼

乙卯^①正月二十日夜记梦

原文

十年生死两茫茫。不思量。自难忘。千里孤坟,无处话凄凉。
纵使相逢应不识,尘满面,鬓如霜。

夜来幽梦忽还乡。小轩窗。正梳妆。相顾无言,惟有泪千行。
料得年年肠断处,明月夜,短松冈。

【注释】

① 乙卯:宋神宗熙宁八年,即公元 1075 年。

【译文】

十年来,一生一死,两下里音信茫茫。就算不是特别思量,这份久远的深情总也难忘。你孤独的坟墓在千里之外,我到哪儿去诉说心中的哀伤。纵然能够重逢,如今我旅尘满面,两鬓如霜,你也无法辨识我当年的模样。

夜里我忽然梦见回到了故乡,你正坐在小窗下,像从前一样对镜梳妆。我们久久地互相凝望,说不出一句话,唯有泪流千行。料定每当

明月之夜,想到你在那植满小松的山冈,我将年复一年地痛断肝肠。

木兰花

苏轼

次欧公西湖韵

原文

霜余已失长淮阔。空听潺潺清颍咽。佳人犹唱醉翁词^①,四十三年^②如电抹。

草头秋霜流珠滑。三五^③盈盈还二八^④。与余同是识翁人,惟有西湖波底月。

【注释】

① 醉翁词:即词题中所言“西湖韵”。欧阳修自号“醉翁”,知滁州时作有《醉翁亭记》。

② 四十三年:指上距欧阳修为颍州知州的年数。

③ 三五:指每月十五。

④ 二八:指每月十六。

【译文】

秋霜降后,长淮失去了往日壮阔的气势,只听见颍水潺潺,像是在代我哭泣伤逝。河上传来悠扬的歌声,佳人还唱着醉翁的曲词。四十三年匆匆过去,如同飞电一闪即逝。

生命像草上秋露晶莹圆润,遗落消失却不过一瞬。十五的月亮多么皎洁圆满,第二天却渐渐地缺损。和我一样同醉翁相识,如今还剩有几人?唯有西湖波底的明月,曾经把所有的人照临。