

明月幾時有？把酒問青天。

不知天上宮闈，何處是清光。

我欲乘風歸去，又恐瓊樓玉宇，高处不胜寒。

宋詞

300首

李海卉 选编

哈尔滨出版社



此事古難全。人有悲歡離合，月有陰晴圓缺。

江苏工业学院图书馆
藏书章

图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首/李海卉 选编. —2 版 —哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2004.5

ISBN 7-80639-384-6

I. 宋… II. 李… III. ①宋词-选集②宋词-注释 IV. I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 035343 号

责任编辑: 李英文

封面设计: 耀午书装

美术编辑: 罗 扬

宋词三百首

李海卉 选编

哈尔滨出版社出版发行
哈尔滨市南岗区贵新街 170 号
邮政编码: 150006

电话: 0451-86225161

E-mail: hrbchs@yeah.net

网 址: www.hrbchs.com

全国新华书店经销

辽宁星海彩色印刷中心印刷

开本 896×1352 毫米 1/32 印张 15 字数 350 千字

2004 年 7 月第 1 版 2004 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 7-80639-384-6/G·77

定价: 39.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-86225162

本社常年法律顾问: 北京岳成律师事务所黑龙江分所

◆◆词是中国古代最擅长抒情的文学，在宋代达到了最高峰。宋代是词的国度，宋词是中国古代文学皇冠上光辉夺目的一颗巨钻，在古代文学的阡陌里，她是一块芬芳绚丽的园圃。她以姹紫嫣红、千姿百态的丰神，与唐诗争奇，与元曲斗妍，历来与唐诗并称双绝，都代表一代文学之胜。它从《诗经》、《楚辞》及汉魏六朝诗歌里汲取营养，又为后来的明清戏剧小说输送了有机成分。直到今天，她仍在陶冶着人们的情操，给我们带来很高的艺术享受。

古人作文吟诗，往往要正襟危坐，以体现“诗言志”的尊严，却独于倚声填词较少顾忌，这就是“诗庄词媚”或“词为艳科”说之由来。在反映社会生活的深度与广度上，或许词不如诗；但要表现复杂的情感世界，词又有胜于诗的优越性。在宋人心目中，词从民间文学里兴起的时间还不很长，只能算是文体中的暴发户。有些情事似乎在诗里很难出口，有失尊严，但不妨在词里描述。宋词的荣耀得力于其市井文化与士林文化相互影响的双重品格。宋词既属于士林文化，又属于市井文化。在词中大量表现男欢女爱的风月情怀，也与市井的需要有关，并不纯粹是文人士大夫的“闲情”。

词的艺术特征是“缘情”，它重含蓄、重深邃，特别在表现私情方面，远远超越了诗文的描写范围。因而词在抒情方面较比其他文学样式能更细腻、更委婉、更沉潜、更多样地表达出人生的种种生活真情。读者在读词过程中并不总是处在被动的状态，人们必将对原作的意蕴作出多种多样的诠释和解读，会将其自身的某些人生体验反射给所读的词篇。缘此就形成了读者与前代词人之间的跨时代的交流与对话。

宋词最擅抒情。写艳情而不纤佻，写富贵而不卑俗，如行云流水，老松柔树，临风伴月，情调娴雅，怀抱旷达，美轮美奂，使人心驰神往，无限沉迷。晏殊、晏几道、欧阳修、柳永、宋祁、张先、苏轼、黄庭坚、秦观、贺铸、张耒、晁补之、周邦彦、张元幹、张孝祥、朱敦儒、史浩、岳飞、李清照、辛弃疾、陈亮、姜夔……这一系列闪光的名字，为我们缔造了中国最美的词文学殿堂。

前人纂辑词选，并不罕见，而为清代朱孝臧编选、署名上疆村民编选的《宋词三百首》，最为广布艺林、脍炙人口。朱孝臧为清代词学巨子，其入学有渊源，家富坟典，爱词并用力至勤，在他编选的版本中宋词主要作家及其代表作品差不多全都入选。一些其他选本不大选的次要作家，如时彦、周紫芝、韩元吉、袁去华、黄孝迈等也予以收录，深受宋词研究者和爱好者的欢迎。本书以此为蓝本，并增补了一些令现代词爱好者深为迷恋的篇章，如苏轼的《念奴娇·

赤壁怀古》，秦观的《鹊桥仙》（纤云弄巧），陆游的《钗头凤》（红酥手）等。

这本《宋词三百首》，以图文共赏的形式，将一幅幅精美的图片与一首首灵动的词文珠联璧合。读者朋友在得到极大视觉享受的同时，更会被评注者精妙的诠释带到一个如诗如画、如梦如幻的美好境界。

以现代人的眼光对已流传千古的宋词重新加以赏析，是本书的一个重要特色。除了原词、注释、译文和赏析外，还增加了词作花絮部分，使读者朋友更能品味宋词中流淌着的温热的生命暖流和鲜明的人生百味。当读者在阅读的似曾相识的亲切感中，会产生不同时代人在人生体验方面的心灵沟通与契合，从而获得有益的人生启迪。人生是人们普遍关注的社会现实问题和处世智慧问题，谁都希望从优秀艺术作品中发现和认识人生之真谛。古人说：“人生不满百，常怀千岁忧”；苏轼说：“人世一大梦，俯仰百变”……人生的种种酸甜苦辣，常常困扰着每个人的身心和神经，而时时发出“人生待足何时足”的疑问等待回答。所以，当人们面对宋词所蕴涵的丰富人生况味时，便自然地尽可能地调动自身的人生经验和艺术想像力“以吾身入乎其中而涵咏玩索之”，从而获得来自心灵的震撼。

宋词是中华民族的精深的文化瑰宝，它需要我们后代之人继承与发扬。深刻的词反映出了一个时代的特征，一个民族的心声，展现了一位作者的心灵世界，一个文人不凡的思想。我们高兴地看到，在某些现代流行乐曲中升腾着宋词的气息，这正展现了现代人对宋词文化的一种追求。

姜长青

目录

C O N T E N T

【卷一】



赵 偕	宴山亭 (裁剪冰绡)	3
钱惟演	木兰花 (城上风光莺语乱)	5
范仲淹	渔家傲 (塞下秋来风景异)	6
	苏幕遮 (碧云天)	8
	御街行 (纷纷坠叶飘香砌)	10
张 先	千秋岁 (数声鶗鴂)	11
	菩萨蛮 (哀筝一弄湘江曲)	12
	醉垂鞭 (双蝶绣罗裙)	13
	一丛花 (伤高怀远几时穷)	14
	天仙子 (《水调》数声持酒听)	16
	青门引 (乍暖还轻冷)	18
晏 殊	浣溪沙 (一曲新词酒一杯)	20
	浣溪沙 (一向年光有限身)	22
	清平乐 (红笺小字)	23
	清平乐 (金风细细)	24
	蝶恋花 (六曲阑干偎碧树)	25
	木兰花 (燕鸿过后莺归去)	26
	木兰花 (池塘水绿风微暖)	28
	木兰花 (绿杨芳草长亭路)	30
韩 缜	凤箫吟 (锁离愁)	32
宋 祁	木兰花 (东城渐觉风光好)	34
欧阳修	采桑子 (群芳过后西湖好)	36
	诉衷肠 (清晨帘幕卷轻霜)	38
	踏莎行 (候馆梅残)	40
	蝶恋花 (庭院深深深几许)	42
	蝶恋花 (谁道闲情抛弃久)	44
	蝶恋花 (几日行云何处去)	45
	木兰花 (别后不知君远近)	46

目录

C O N T E N T

欧阳修	浪淘沙（把酒祝东风）	47
	青玉案（一年春事都来几）	49
柳 永	曲玉管（陇首云飞）	50
	雨霖铃（寒蝉凄切）	52
	蝶恋花（伫倚危楼风细细）	54
	采莲令（月华收）	56
	浪淘沙慢（梦觉透窗风一线）	58
	定风波（自春来）	60
	戚氏（晚秋天）	62
	夜半乐（冻云黯淡天气）	64
	玉蝴蝶（望处雨收云断）	66
	八声甘州（对潇潇暮雨洒江天）	68
	迷神引（一叶扁舟轻帆卷）	70
	竹马子（登孤垒荒凉）	72
	少年游（长安古道马迟迟）	74

【卷二】

王安石	桂枝香（登临送目）	77
	千秋岁引（别馆寒砧）	79
王安国	清平乐（留春不住）	81
晏几道	临江仙（梦后楼台高锁）	82
	蝶恋花（梦入江南烟水路）	84
	鹧鸪天（彩袖殷勤捧玉钟）	86
	木兰花（秋千院落重帘暮）	87
	清平乐（留人不住）	88
	阮郎归（天边金掌露成霜）	89
	六么令（绿阴春尽）	90
	御街行（街南绿树春饶絮）	92



目录

C O N T E N T



苏 軾	水调歌头（明月几时有）	94
	水龙吟（似花还似非花）	96
	念奴娇（大江东去）	98
	永遇乐（明月如霜）	100
	洞仙歌（冰肌玉骨）	102
	卜算子（缺月挂疏桐）	104
	青玉案（三年枕上吴中路）	105
	临江仙（夜饮东坡醒复醉）	106
	定风波（莫听穿林打叶声）	108
	江城子（十年生死两茫茫）	110
	贺新郎（乳燕飞华屋）	112
	秦 观	望海潮（梅英疏淡）
八六子（倚危亭）		116
鹊桥仙（纤云弄巧）		118
踏莎行（雾失楼台）		119
满庭芳（山抹微云）		120
满庭芳（晓色云开）		122
减字木兰花（天涯旧恨）		124
浣溪沙（漠漠轻寒上小楼）		125
阮郎归（湘天风雨破寒初）	126	
晁元礼	绿头鸭（晚云收）	127
赵令畤	蝶恋花（欲减罗衣寒未去）	129
	蝶恋花（卷絮风头寒欲尽）	130
	清平乐（春风依旧）	131
晁补之	水龙吟（问春何苦匆匆）	132
	忆少年（无穷官柳）	134
	洞仙歌（青烟幂处）	135
晁冲之	临江仙（忆昔西池池上饮）	137

目录

C O N T E N T

舒 亶	虞美人（芙蓉落尽天涵水）·····	138
朱 服	渔家傲（小雨纤纤风细细）·····	139
毛 滂	惜分飞（泪湿阑干花着露）·····	140
陈 克	菩萨蛮（赤阑桥尽香街直）·····	141
李元膺	洞仙歌（雪云散尽）·····	142
时 彦	青门饮（胡马嘶风）·····	144
李之仪	谢池春（残寒消尽）·····	146
	卜算子（我住长江头）·····	148

【卷三】

周邦彦	瑞龙吟（章台路）·····	151
	蝶恋花（月皎惊乌栖不定）·····	153
	风流子（新绿小池塘）·····	154
	兰陵王（柳阴直）·····	156
	琐窗寒（暗柳啼鸦）·····	158
	六丑（正单衣试酒）·····	160
	夜飞鹊（河桥送人处）·····	162
	满庭芳（风老莺雏）·····	164
	过秦楼（水浴清蟾）·····	166
	大酺（对宿烟收）·····	168
	解语花（风销焰蜡）·····	170
	解连环（怨怀无托）·····	172
	拜星月慢（夜色催更）·····	174
	关河令（秋阴时晴渐向暝）·····	176
	夜游宫（叶下斜阳照水）·····	177
	绮寮怨（上马人扶残醉）·····	178
	尉迟杯（隋堤路）·····	180
	西河（佳丽地）·····	182



目录

C O N T E N T

- | | | |
|-------------|---------------------|-----|
| 周邦彦 | 瑞鹤仙（情郊原带郭）····· | 184 |
| | 浪淘沙慢（昼阴重）····· | 186 |
| | 应天长（条风布暖）····· | 188 |
| 贺铸 | 青玉案（凌波不过横塘路）····· | 190 |
| | 感皇恩（兰芷满汀洲）····· | 192 |
| | 薄幸（淡妆多态）····· | 194 |
| | 浣溪沙（不信芳春厌老人）····· | 196 |
| | 浣溪沙（楼角初消一缕霞）····· | 197 |
| | 石州慢（薄雨收寒）····· | 198 |
| | 蝶恋花（几许伤春春复暮）····· | 200 |
| | 天门谣（牛渚天门险）····· | 201 |
| | 天香（烟络横林）····· | 202 |
| | 望湘人（仄莺声到枕）····· | 204 |
| | 绿头鸭（玉人家）····· | 206 |
| 张元幹 | 石州慢（寒水依痕）····· | 208 |
| | 兰陵王（卷珠箔）····· | 210 |
| 叶梦得 | 贺新郎（睡起流莺语）····· | 212 |
| | 虞美人（落花已作风前舞）····· | 214 |
| 汪藻 | 点绛唇（新月娟娟）····· | 215 |
| 刘一止 | 喜迁莺（晓光催角）····· | 216 |
| 【卷四】 | | |
| 陈与义 | 临江仙（高咏《楚词》酬午日）····· | 219 |
| | 临江仙（忆昔午桥桥上饮）····· | 220 |
| 蔡伸 | 苏武慢（雁落平沙）····· | 222 |
| | 柳梢青（数声鶗鴂）····· | 224 |
| 周紫芝 | 踏莎行（情似游丝）····· | 225 |
| 李甲 | 帝台春（芳草碧色）····· | 226 |



伍

宋

词

三

百

首

目录

C O N T E N T

万俟咏	三台（见梨花初带夜月）·····	228
徐 伸	二郎神（闷来弹鹊）·····	230
田 为	江神子慢（玉台挂秋月）·····	232
曹 组	蓦山溪（洗妆真态）·····	234
李 玉	贺新郎（篆缕消金鼎）·····	236
廖世美	烛影摇红（霏霏春空）·····	238
吕滨老	薄幸（青楼春晚）·····	240
鲁逸仲	南浦（风悲画角）·····	242
岳 飞	满江红（怒发冲冠）·····	244
张孝祥	六州歌头（长淮望断）·····	246
	念奴娇（洞庭青草）·····	248
韩元吉	六州歌头（东风著意）·····	250
	好事近（凝碧旧池头）·····	252
袁去华	瑞鹤仙（郊原初过雨）·····	253
	剑器近（夜来雨）·····	255
陆 淞	瑞鹤仙（脸霞红印枕）·····	257
陆 游	卜算子（驿外断桥边）·····	259
	钗头凤（红酥手）·····	260
陈 亮	水龙吟（闹花深处楼台）·····	262
范成大	眼儿媚（酣酣日脚紫烟浮）·····	264
	霜天晓角（晚晴风歇）·····	265
辛弃疾	贺新郎（绿树听鹈鴂）·····	266
	念奴娇（野棠花落）·····	268
	汉宫春（春已归来）·····	270
	贺新郎（凤尾龙香拨）·····	272
	水龙吟（楚天千里清秋）·····	274
	摸鱼儿（更能消几番风雨）·····	276
	永遇乐（千古江山）·····	278



陆

宋

词

三

百

目录

C O N T E N T

- 辛弃疾 木兰花慢（老来情味减）…………… 280
祝英台近（宝钗分）…………… 282
青玉案（东风夜放花千树）…………… 284
鹧鸪天（枕簟溪堂冷欲秋）…………… 286
菩萨蛮（郁孤台下清江水）…………… 288

【卷五】

- 姜夔 点绛唇（燕雁无心）…………… 291
鹧鸪天（肥水东流无尽期）…………… 292
踏莎行（燕燕轻盈）…………… 293
庆宫春（双桨莼波）…………… 294
齐天乐（庾郎先自吟《愁赋》）…………… 296
琵琶仙（双桨来时）…………… 298
八归（芳莲坠粉）…………… 300
念奴娇（闹红一舸）…………… 302
扬州慢（淮左名都）…………… 304
长亭怨慢（渐吹尽）…………… 306
淡黄柳（空城晓角）…………… 308
暗香（旧时月色）…………… 310
疏影（苔枝缀玉）…………… 312
翠楼吟（月冷龙沙）…………… 314
一萼红（古城阴）…………… 316
霓裳中序第一（亭皋正望极）…………… 318
章良能 小重山（柳暗花明春事深）…………… 320
严仁 木兰花（春风只在园西畔）…………… 321
刘过 唐多令（芦叶满汀洲）…………… 322
俞国宝 风入松（一春长费买花钱）…………… 324
张镃 满庭芳（月洗高梧）…………… 326



柒

宋

词

三

官

官

目录

C O N T E N T

张 镒	宴山亭（幽梦初回）·····	328
史达祖	绮罗香（做冷欺花）·····	330
	双双燕（过春社了）·····	332
	东风第一枝（巧沁兰心）·····	334
	喜迁莺（月波凝滴）·····	336
	三姝媚（烟光摇曳瓦）·····	338
	秋霁（江水苍苍）·····	340
	夜合花（柳锁莺魂）·····	342
	玉蝴蝶（晚雨未摧宫树）·····	344
	八归（秋江带雨）·····	346
刘克庄	生查子（繁灯夺粟华）·····	348
	贺新郎（深院榴花吐）·····	349
	贺新郎（湛湛长空黑）·····	351
	木兰花（年年跃马长安市）·····	353
卢祖皋	江城子（画楼帘暮卷新晴）·····	355
	宴清都（春讯飞琼管）·····	356
陆 睿	瑞鹤仙（湿云粘雁影）·····	358
潘 枋	南乡子（生怕倚阑干）·····	360

【卷六】

吴文英	浣溪沙（门隔花深梦旧游）·····	363
	渡江云（羞红鬓浅恨）·····	364
	夜合花（柳暝河桥）·····	366
	霜叶飞（断烟离绪）·····	368
	宴清都（绣幄鸳鸯柱）·····	370
	齐天乐（烟波桃叶西陵路）·····	372
	花犯（小娉婷）·····	374
	浣溪沙（波面铜花冷不收）·····	376



目录

C O N T E N T



吴文英	点绛唇（卷尽愁云）	377
	祝英台近（剪红情）	378
	莺啼序（残寒正欺病酒）	380
	惜黄花慢（送客吴皋）	382
	高阳台（宫粉雕痕）	384
	高阳台（修竹凝妆）	386
	八声甘州（渺空烟四远）	388
	踏莎行（润玉笼绡）	390
	风入松（听风听雨过清明）	391
	瑞鹤仙（晴丝牵绪乱）	392
	鹧鸪天（池上红衣伴倚阑）	394
	夜游宫（人去西楼雁杳）	395
	唐多令（何处合成愁）	396
黄公绍	青玉案（年年社日停针线）	397
黄孝迈	湘春夜月（近清明）	398
潘希白	大有（戏马台前）	400
朱嗣发	摸鱼儿（对西风）	402
刘辰翁	兰陵王（送春去）	404
	宝鼎现（红妆春骑）	406
	永遇乐（璧月初晴）	408
	摸鱼儿（怎知他）	410
周密	高阳台（照野旌旗）	412
	瑶花（朱钿宝玦）	414
	玉京秋（烟水阔）	416
	曲游春（禁苑东风外）	418
	花犯（楚江湄）	420
蒋捷	瑞鹤仙（绀烟迷雁迹）	422
	女冠子（蕙花香也）	424

目录

C O N T E N T

张炎	高阳台（接叶巢莺）·····	426
	渡江云（山空天入海）·····	428
	八声甘州（记玉关）·····	430
	解连环（楚江空晚）·····	432
	疏影（碧圆自洁）·····	434
王沂孙	月下笛（万里孤云）·····	436
	天香（孤峤蟠烟）·····	438
	眉妩（渐新痕悬柳）·····	440
	齐天乐（一襟余恨宫魂断）·····	442
	长亭怨慢（泛孤艇东皋过遍）·····	444
彭元逊	法曲献仙音（层绿峨峨）·····	446
	疏影（江空不渡）·····	448
姚云文	六丑（似东风老大）·····	450
	紫萸香慢（近重阳）·····	452
僧挥	金明池（天阔云高）·····	454
李清照	凤凰台上忆吹箫（香冷金猊）·····	456
	醉花阴（薄雾浓云愁永昼）·····	458
	声声慢（寻寻觅觅）·····	460
	念奴娇（萧条庭院）·····	462
	永遇乐（落日熔金）·····	464



宋词三百首

【卷二】



