

汲取先贤智慧 · 铺就成功阶梯

插图本

宋词三百首



体味或婉约或豪放的情感

增订版

上疆村民 编选

专家难点释文，使原文和用典通俗而易懂。

难字注音，将生僻字读音一一标注，使诵读畅快淋漓。

古代版画，意境古远，给读者以赏心悦目的视觉享受。

家藏四库

毛佩琦教授作序特别推荐

全本

凤凰出版社

插图本

宋词三百首



品读国学经典 · 家藏四库丛书

上疆村民 编选



凤凰出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

宋词三百首 : 插图本 / (清) 上彊村民编选. -- 南京 : 凤凰出版社, 2012. 5
(家藏四库系列 / 李克主编)
ISBN 978-7-5506-1306-5

I. ①宋… II. ①上… III. ①宋词—选集 IV.
①I222.844

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第068849号

书 名 宋词三百首(插图本)

编 者 (清)上彊村民

责任编辑 王爱荣 杨建国

出版发行 凤凰出版传媒集团

凤凰出版传媒股份有限公司

凤凰出版社(原江苏古籍出版社)

南京市中央路165号, 邮编: 210009

发行部电话025—83223462

集团地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009

集团网址 <http://www.ppm.cn>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 北京市兆成印刷有限责任公司

开 本 170×245 毫米

印 张 22.5

字 数 270千字

版 次 2012年5月第1版 2012年5月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5506-1306-5

定 价 21.00元

(本书凡印装错误可向承印厂调换, 电话: 010—58572701)

《宋词三百首》阅读指南

精选版画，词画相融

为词作配上意境相符的精美古版画，帮助读者以直观的方式了解宋词，理解词意。

释文注音，轻松阅读

将词作中的生僻字一一注音，帮助读者扫除诵读障碍；对难点词进行注释，使读者手中的宋词变得更为通俗易懂。

作者简介

- 介绍作者生平
- 介绍作者的文学成就、词作特点

注释

- 准确、客观、简明而且极具启发性

版画插图

- 以图释词，精选的古版画与词作意境相符
- 精美的古版画均出自历代名家之手，清晰传神

词解

- 意境描绘，让读者感悟当年词作氛围
- 权威解读，帮助读者领悟国学经典

宋词三百首

黄庭坚

黄庭坚（1045—1105），字鲁直，自号山谷道人，晚年又号涪翁。和秦观、张耒、晁补之齐名，后人并称为“苏门四学士”。其诗语言瘦硬生新，句意曲折，开江西诗派；亦工于词作，与秦观齐名。有《山谷词》传世。

鹧鸪天

坐中有眉山隐客史应之和前韵，即席答之。

黄菊枝头生晓寒，人生莫放^①酒杯干。风前横笛斜吹雨^②，醉里簪花倒着冠^③。身健在，且加餐^④。舞裙歌板尽情欢。黄花白发相牵挽，付与时人冷眼看^⑤。

注释

①莫放：勿使，莫让。②“风前”句：对着斜风细雨吹奏笛子。③倒着冠：倒戴着冠儿。此句暗用山简典故，表现不拘世俗、风流自赏的生活态度。《世说新语·任诞》：“山季伦为荆州，时出酣畅，人为之歌曰：‘山公时一醉，径造高阳池。日暮倒载归，茗芋无所知。复能乘骏马，倒著白接篱。’”白接篱，头巾。④“身健在”二句：杜甫《九日蓝田崔氏庄》：“明年此会知谁健。”汉乐府《饮马长城窟行》：“上言加餐饭，下言长相忆。”意谓应趁身体尚健而及时行乐。⑤“黄花白发”

二句：意谓只管在白发上簪花自娱，任凭世人对自己冷眼相加。苏轼《吉祥寺赏牡丹》：“人老簪花不自羞，花应羞上老人头。”此反用其句意。牵挽，牵拉。牵攀；付与，给与，让。

词解

深秋的清晨，黄菊枝头显露出阵阵寒意，词人从花事将谢联想到人生短促，不由产生了今朝有酒今朝醉的想法。他尽情欢宴，冒着斜风细雨吹笛取乐，酒醉里倒戴帽子、摘下菊花簪在头上。人生苦短，词人决定要趁着身体健康而及时行乐，在佳人歌舞陪伴下尽情欢乐。词人已不再年轻，但他不拘世俗的目光，只管在白发上簪花自娱，任凭世



《宋词三百首》阅读指南

词解词评，深入浅出

宋词研究专家解读，帮助读者领会宋词的内涵；词学大师点评相关作品，帮助读者感悟词的意境。

词人逸事，生动有趣

词人逸事为读者介绍作品、作者相关的趣事，简洁明了，轻松活泼，让读者更为了解作者及作品，增长见识。

人对自己冷眼相加。其实，词人并非胸无大志、只知享乐，只是他仕途失意，满腔郁愤，因此才以这种傲兀疏狂的形象来宣泄对现实的不满，并表达自己不肯与世俗同流合污的情操。

说明

据黄庭坚《山谷诗内集》卷十三《戏答史应之三首》任渊注：史应之名铸，眉山人，落魄无检，喜作鄙语，人以庸僧目之。客庐、戎间，因得识山谷。本词大约作于元符二年（1099）重阳节之后数日，当时黄庭坚在戎州（今四川宜宾）贬所。本词同调同韵的共有三首，此为第二首。第一首有副题曰：“明日独酌自嘲呈史应之。”为此史应之有和作，这首词是黄庭坚对史应之和作的再和。

词评

曰“斜吹雨”、“倒著冠”，则有傲兀不平气在。末二句尤见牢骚，然自清超独出，骨力不凡。

——黄苏《蓼园词选》

词人逸事

黄庭坚自幼聪颖，五岁时就已熟读《五经》。一天，他问老师：“人们都说《六经》，为什么我只读了五经？”老师说：“《春秋》不值得读。”黄庭坚说：“既然是经典，怎么能不读？”十日后他即能背诵，一字也不遗漏。父亲黄庶想让他学习神童科举，黄庭坚听说后笑道：“科举有什么用处？”八岁时，黄庭坚写了一首《教童》诗：“骑牛远远过前村，短笛横吹隔陇闻。多少长安名利客，机关用尽不如君。”诗中已表现出他不慕富贵、洒脱风流的精神风貌。

定风波 次高左藏使君韵

万里黔中一漏天^①，屋居终日似乘船^②。及至重阳天也霁，催醉，鬼门关外蜀江前^③。莫笑老翁犹气岸^④，君看，几人黄菊上华颠^⑤？戏马台南追两谢^⑥，驰射，风流犹拍古人肩^⑦。

注释

①一漏天：形容雨多不止。蜀中多雨，故有漏天之说。杜甫《九日寄岑参》：“安得诛云师，畴能补天漏？”②似乘船：借言雨多水涨。杜甫《饮中八仙歌》：“知章骑马似乘船。”③鬼门关：地名，在今重庆奉节东，两山相夹如门户，又名石门关。蜀江：指巴江，即今之乌江，乌江流经彭水县注入长江。④老翁：作者自

说明

- 介绍作品的写作背景

词评

- 历代词学名家对词作的点评精选

词人逸事

- 文如其人，为读者介绍作者及作品的相关趣事，增加阅读兴趣

选字注音

- 将生僻字选出，单独标注读音
- 将多音字、古今异读字标注读音

总序

经典，应该说是中华优秀传统文化的典范之作，充分体现关心社会 and 人民群众的“经世治国”精神。它包含的范围十分宽泛：有古人关于天人合一的哲学思考、探索与总结；有历代史学大家对当世政治军事、社会生活等各方面的真实记录；也有古人抒发真情而传唱至今的诗词歌赋；还有那些汇集自身与前人经验而成的、对后辈子孙的谆谆教诲之言。它们或蕴含着古圣先贤们的智慧深见，或承载着古人对人生、世态的感悟感慨，或记录着曾经一幕幕真实的历史过程……品读这些经典，如同饮啜醇酒，回味无穷。读者可以从中收获心得，换种角度重新品味当前的生活；也能够从中欣赏到古诗文的优美，陶冶自己的性情；可以还原那些尘封已久的历史场景，了解历史的真相；甚至可以学习古人行文中的美意巧技，应用到自己日常的遣词造句之中，别有一番趣味。

博大精深的中华优秀传统文化，造就了一代代倾心力、总结提炼人类智力成果精粹的学子。因此整理与复原中国经典原籍，磋商旧学，培养新知，应是我们今天的文化责任。我们应该传承与创新文化，引领可持续的发展。

显而易见，经典的价值的确无可厚非。但它们产生的时空毕竟离我们已过遥远了，远的有数千年以前的，近的至少也有一二百年。这就意味着，我们在阅读古代经典的时候，有必要进行思索和选择，选择最适合我们阅读、最有审美价值的部分，这样才能让阅读更有收获，让读书的体验更为舒心。

“家藏四库系列”丛书就体察到了读者的这种需求。在各位读者面前的这套丛书，本着选取经典、还原经典的原则，从经典中选取最适读的典籍，保留下最为精华的篇章，以高水平的文本质量，将这道经典大餐原汁原味地展现在读者面前。轻松展卷，就开始我们品味经典的阅读时间了。原文解读既葆有古典的韵味，又让读者品读原意；栏目安排既有作者简介、题解，交代作品背景，又有注释、译文、评析，深入地解读作品；版面设计上则讲究让读者赏心悦目。这套丛书对自己理念阐述得十分清晰：典籍中的经典，精粹中的精华；原汁原味地将先贤智慧清晰呈现，做到真正地便于阅读，加深理解。

阅读经典，普及经典，关注中国历史文化的传承与发展，为了中华民族文化的伟大复兴。

谨为这套丛书作序，以表致我们对文化发展前程的远望。

傅永宁

2012.1.8.

前言

有人说，似乎中国人的每一种心志和情感，都被唐诗宋词吟咏过了。这话说得并不为过，随手翻开唐宋诗词，都会遇到一些语句，直奔你心灵当中最柔软、最脆弱的地方，使你为之感动。

而宋词比起唐诗，随着大唐气象渐转为缠绵婉弱的文人风致，更多添了一份曲转柔肠。李清照曾说：“词别是一家。”最初，在宋代的词人中，欧阳修这样的七尺男儿也会效仿小女儿写出：“泪眼问花花不语，落红飞过秋千去。”终于苏轼开始让关西大汉用铜琵琶弹唱：“大江东去浪淘尽”。这就是宋词，有词人满腔的爱国热血，也有词人脉脉的儿女情长；有“谈笑洗尽古今愁”的豪迈，也有“杨柳岸晓风残月”的诗意。就连余秋雨先生也曾感叹：“我最向往的朝代就是宋朝。”千年的宋词，那种风韵，那种凝重，需要用真心去体会、去承载。

然而，人类文明的进步，数字时代的到来，使宋朝这个精致玲珑的朝代，渐渐浓缩成淡淡的身影。充足的物质让我们安逸，快餐文化的泛滥、语言交流的苍白晦暗，让豪放、婉约早已成为远逝的背景。黯然回首，钢筋水泥的丛林，市井巷陌的熙熙攘攘，使暗香疏影早已成为苍海桑田，在墨香古卷的文字中沉淀下去。

为了让今人能重拾这份感动，重新领略宋词的强大魅力，我们重新编辑了这部《宋词三百首》。当然，由于生活节奏加快，如何帮助读者提高阅读效率，也成为了我们和读者共同关心的问题。希望通过我们的努力，打造一部更适合现代读者的宋词选辑，让更多的人了解宋词，读懂宋词。

与同类书相比，我们充分考虑读者需求，在选词上下了一番功夫。我们请权威专家操刀，以名家版本为基础，对宋词进行了适当的“再选择”。因而本版《宋词三百首》中作品的选择，不存偏见，精挑细选，以追求更高品质为目的，完全为现代读者量身打造。

为方便读者，我们也对作品中的生僻字、古今异体字、多音字进行了注音。这样可以为读者省去很多不必要的查阅时间。相信通过我们的努力，能使读者在诵读时朗朗上口，毫无阻碍。

另外，为了帮助读者更好地理解词意，我们对宋词作品进行了全方位的解析：作者简介、词作说明帮助读者了解词的写作背景；准确、客观、简明的注释帮助读者理解词意；词解部分重现了词作当年的背景及氛围，使读者有如亲临其境，有助于实现读者与作者心灵上的共鸣；诗人逸事介绍了一些作者及作品的相关趣事，轻松活泼，让读者既增加了阅读兴趣，也增长了见识。

词之美，美在意境。除了文字上的努力，我们也为每一首词配上了精美的古版画。画是词之解，词为画之注。这些古版画，与词作意境相符，明月清风、池塘荷露、高楼井栏、绿杨垂柳一一呈现，相信我们的努力能为读者带来赏心悦目的视觉享受，拓展读者的想象空间。

宋词，早已被中国人吟诵了千年。千年风霜纵是无情，但词人的感情在千年后却依旧鲜明而生动。初读时的惊艳只是肤浅的直觉，真情的流露才是真实的所在。就让我们在此书中一同品味那绝妙意境，享受那与词人们只可意会的心有灵犀吧。

目 录

赵 佶

- 燕山亭（裁剪冰绡） 001

钱惟演

- 木兰花（城上风光莺语乱） 002

范仲淹

- 渔家傲（塞下秋来风景异） 003

- 苏幕遮（碧云天） 005

- 御街行（纷纷坠叶飘香砌） 006

林 逋

- 长相思（吴山青） 007

张 先

- 千秋岁（数声鶗鴂） 009

- 青门引（乍暖还轻冷） 010

- 一丛花令（伤高怀远几时穷） 011

- 醉垂鞭（双蝶绣罗裙） 012

- 天仙子（《水调》数声持酒听） 013

- 木兰花（龙头舴艋吴儿竞） 014

晏 殊

- 浣溪沙（一曲新词酒一杯） 015

- 浣溪沙（小阁重帘有燕过） 016

- 浣溪沙（一向年光有限身） 017

- 清平乐（红笺小字） 018

- 清平乐（金风细细） 019

- 木兰花（燕鸿过后莺归去） 020

木兰花（池塘水绿风微暖）	021
踏莎行（细草愁烟）	022
踏莎行（祖席离歌）	023
踏莎行（小径红稀）	024
蝶恋花（六曲阑干偎碧树）	025
破阵子（燕子来时新社）	026
玉楼春（绿杨芳草长亭路）	027

韩 缜

凤箫吟（锁离愁）	028
----------------	-----

宋 祁

木兰花（东城渐觉风光好）	029
--------------------	-----

欧阳修

蝶恋花（庭院深深深几许）	031
蝶恋花（谁道闲情抛弃久）	032
蝶恋花（几日行云何处去）	033
木兰花（别后不知君远近）	034
浣溪沙（堤上游人逐画船）	035
浪淘沙（把酒祝东风）	036
玉楼春（樽前拟把归期说）	037
踏莎行（候馆梅残）	039
采桑子（轻舟短棹西湖好）	039
采桑子（群芳过后西湖好）	041
生查子（去年元夜时）	042
青玉案（一年春事都来几）	043

柳 永

曲玉管（陇首云飞）	044
雨霖铃（寒蝉凄切）	045
望海潮（东南形胜）	046
少年游（长安古道马迟迟）	048
八声甘州（对潇潇暮雨洒江天）	049
迷神引（一叶扁舟轻帆卷）	050

蝶恋花（伫倚危楼风细细）	051
破阵乐（露花倒影）	052
定风波（自春来）	053
夜半乐（冻云黯淡天气）	054
忆帝京（薄衾小枕凉天气）	056
安公子（远岸收残雨）	057
倾 杯（鹭落霜洲）	058
鹤冲天（黄金榜上）	058

王安石

桂枝香（登临送目）	059
千秋岁引（别馆寒砧）	061

王安国

清平乐（留春不住）	062
-----------------	-----

晏几道

临江仙（梦后楼台高锁）	063
蝶恋花（醉别西楼醒不记）	064
鹧鸪天（彩袖殷勤捧玉钟）	065
鹧鸪天（醉拍春衫惜旧香）	066
生查子（关山魂梦长）	067
木兰花（东风又作无情计）	067
木兰花（秋千院落重帘暮）	068
清平乐（留人不住）	069
阮郎归（旧香残粉似当初）	070
阮郎归（天边金掌露成霜）	070
御街行（街南绿树春饶絮）	071
留春令（画屏天畔）	072
满庭芳（南苑吹花）	073
菩萨蛮（哀筝一弄湘江曲）	074
玉楼春（东风又作无情计）	075
浣溪沙（日日双眉斗画长）	076

王 诜

- 蝶恋花（小雨初晴回晚照） 077

苏 轼

- 水龙吟（似花还似非花） 078
- 水调歌头（落日绣帘卷） 080
- 水调歌头（明月几时有） 081
- 水调歌头（昵昵儿女语） 082
- 念奴娇（大江东去） 084
- 永遇乐（明月如霜） 085
- 洞仙歌（冰肌玉骨） 086
- 定风波（莫听穿林打叶声） 087
- 青玉案（三年枕上吴中路） 088
- 江城子（老夫聊发少年狂） 089
- 江城子（十年生死两茫茫） 091
- 木兰花（霜余已失长淮阔） 092
- 贺新郎（乳燕飞华屋） 093
- 临江仙（夜饮东坡醒复醉） 094
- 西江月（照野弥弥浅浪） 095
- 鹧鸪天（林断山明竹隐墙） 096
- 望江南（春未老） 097
- 卜算子（缺月挂疏桐） 098
- 蝶恋花（花褪残红青杏小） 099
- 浣溪沙（山下兰芽短浸溪） 100
- 浣沙溪（簌簌衣巾落枣花） 101

黄庭坚

- 鹧鸪天（黄菊枝头生晓寒） 102
- 定风波（万里黔中一漏天） 103

秦 观

- 望海潮（梅英疏淡） 105
- 八六子（倚危亭） 106
- 满庭芳（山抹微云） 107
- 减字木兰花（天涯旧恨） 108

踏莎行（雾失楼台）	109
浣溪沙（漠漠轻寒上小楼）	110
鹧鸪天（枝上流莺和泪闻）	111
鹊桥仙（纤云弄巧）	112
水龙吟（小楼连苑横空）	112
画堂春（落红铺径水平池）	114
千秋岁（水边沙外）	114
南乡子（妙手写徽真）	115

晁元礼

绿头鸭（晚云收）	117
----------------	-----

赵令時

蝶恋花（欲减罗衣寒未去）	118
蝶恋花（卷絮风头寒欲尽）	119
清平乐（春风依旧）	120

张 耒

秋蕊香（帘幕疏疏风透）	121
-------------------	-----

晁补之

水龙吟（问春何苦匆匆）	122
忆少年（无穷官柳）	123
洞仙歌（青烟幂处）	124

晁冲之

临江仙（忆昔西池池上饮）	125
--------------------	-----

舒 亶

虞美人（芙蓉落尽天涵水）	126
--------------------	-----

朱 服

渔家傲（小雨纤纤风细细）	127
--------------------	-----

毛 滂

惜分飞（泪湿阑干花着露）	128
--------------------	-----

陈 克

菩萨蛮（赤栏桥尽香街直）	129
菩萨蛮（绿芜墙绕青苔院）	130

李元膺

- 洞仙歌（雪云散尽） 131

李之仪

- 谢池春（残寒销尽） 132
卜算子（我住长江头） 133

周邦彦

- 花 犯（粉墙低） 134
大 酺（对宿烟收） 135
解语花（风销焰蜡） 136
蝶恋花（月皎惊乌栖不定） 137
解连环（怨怀无托） 138
拜星月慢（夜色催更） 139
关河令（秋阴时晴渐向暝） 140
绮寮怨（上马人扶残醉） 141
尉迟杯（隋堤路） 142
瑞鹤仙（悄郊原带郭） 143
夜游宫（叶下斜阳照水） 144
瑞龙吟（章台路） 145
浪淘沙慢（昼阴重） 146
浣溪沙（楼上晴天碧四垂） 147
满庭芳（风老莺雏） 148
苏幕遮（燎沉香） 149
少年游（并刀如水） 149
水龙吟（素肌应怯馀寒） 150
六 丑（正单衣试酒） 151
兰陵王（柳阴直） 152
西 河（佳丽地） 153
玉楼春（桃溪不作从容住） 154

贺 铸

- 青玉案（凌波不过横塘路） 155
感皇恩（兰芷满汀洲） 156

薄 幸（淡妆多态）	157
浣溪沙（不信芳春厌老人）	158
减字浣溪沙（楼角初销一缕霞）	159
蝶恋花（几许伤春春复暮）	160
天门谣（牛渚天门险）	160
天 香（烟络横林）	161
张元幹	
石州慢（寒水依痕）	162
兰陵王（卷珠箔）	163
叶梦得	
贺新郎（睡起啼莺语）	165
虞美人（落花已作风前舞）	166
汪 藻	
点绛唇（新月娟娟）	167
刘一止	
喜迁莺（晓光催角）	168
韩 轆	
高阳台（频听银签）	170
李 邴	
汉宫春（潇洒江梅）	171
陈与义	
临江仙（忆昔午桥桥上饮）	172
蔡 伸	
苏武慢（雁落平沙）	173
柳梢青（数声鶗鴂）	174
周紫芝	
鹧鸪天（一点残红欲尽时）	175
踏莎行（情似游丝）	175
李 甲	
帝台春（芳草碧色）	176
忆王孙（萋萋芳草忆王孙）	177

万俟咏	
三 台（见梨花初带夜月）	178
徐 伸	
转调二郎神（闷来弹鹊）	180
田 为	
江神子慢（玉台挂秋月）	181
曹 组	
蓦山溪（洗妆真态）	182
李 玉	
贺新郎（篆缕销金鼎）	183
廖世美	
烛影摇红（霏霭春空）	184
吕滨老	
薄 幸（青楼春晚）	185
鲁逸仲	
南 浦（风悲画角）	187
岳 飞	
小重山（昨夜寒蛩不住鸣）	188
满江红（怒发冲冠）	189
张 抡	
烛影摇红（双阙中天）	190
程 垓	
水龙吟（夜来风雨匆匆）	192
张孝祥	
六州歌头（长淮望断）	193
水调歌头（濯足夜滩急）	195
水调歌头（江山自雄丽）	196
念奴娇（洞庭青草）	197
韩元吉	
六州歌头（东风着意）	198
好事近（凝碧旧池头）	199