

一生要会背诵的唐诗宋词

永久珍藏
YONGJIUZHENCANG

宋词涉及的题材广泛，形式上不拘一格，风格同样多姿多彩。这些精选的宋词作品历经千年的风雨洗涤，却愈加放出其夺目的光彩。一生如果能理解和牢记并流畅地背诵100首就足够走遍天下了，何需300首……

一生要会背诵的100首宋词

YISHENG YAOHUIBEISONG DE 100 SHOU SONGCI

赵亚虎 / 编著

千年词文，名篇迭出。宋词让我们吟之诵之，含英咀华。在这里，既能读到具有阴柔之美的婉约派词人李清照、晏几道，同样也能欣赏到具有阳刚之气的豪放派词人苏轼、辛弃疾，更能品尝到其他各种风格迥异的精品佳作。它们或文雅，或悲壮，或哀怨，或柔媚，或深沉……各具特色，美不胜收。

时事出版社



一生要会背诵的唐诗宋词

一生要会背诵的 100 首宋词

YI SHENG YAO HUI BEI SONG DE 100 SHOU SONG CI

赵亚虎 ◇ 编著



时事出版社

图书在版编目(CIP)数据

一生要会背诵的唐诗宋词 / 赵亚虎编著. —北京:
时事出版社, 2005
ISBN 7-80009-918-0

I. —… II. 赵… III. ①唐诗-选集②宋词-选集
IV. I222
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 083367 号

一生要会背诵的唐诗宋词

出版发行: 时事出版社
地 址: 北京市海淀区万寿寺甲 2 号
邮 编: 100081
发 行 热 线: (010)88547590 88547591
读者服务部: (010)88547595
传 真: (010)68418647
电 子 邮 箱: shishichubanshe@sina.com
网 址: www.sspublish.net
印 刷: 北京京安印刷厂

开本: 850×1168 1/24 印张: 14.5 字数: 260 千字
2005 年 9 月第 1 版 2006 年第 3 次印刷
定价: 20.00 元

前言

唐诗是中国古典诗歌发展过程中一颗璀璨夺目、精美绝伦的明珠。它不仅在中国传统文学各门类中称得上鹤立鸡群，而且在世界文学史上也同样光芒四射，罕有比肩。

绝大多数唐诗具有老幼皆宜、雅俗共赏的基本特点，能朗朗上口地吟诵。它不但能给人带来精神的愉悦和美的享受，使人的情操得到陶冶，而且容易让人产生情感上的共鸣。诗句虽然短小，其意蕴却无穷。

这些脍炙人口的作品，涉及的内容似乎包罗万象，无所不有，如山水、边塞、送别、相思、羁旅、闺怨等等。它不拘一格的艺术风格，灵活多变的艺术手法，以及众多广为传诵的佳篇名句……已当之无愧地成为后世诗歌的典范。

鲁迅先生曾经有一句名言：“我以为一切好诗，到唐已被做完。”步入唐诗的殿堂，你会感到心胸有一种豁然开朗的感觉。那些奇妙且富有音乐感的优美诗行，一定会让你如醉如痴。

前言

中华文化源远流长，宋词可以说是其中一个异彩纷呈的百花园。

大浪淘沙，这些精选的宋词作品历经千年的风雨和洗涤，愈加绽放出夺目的光彩。品读这些脍炙人口、世代流传的经典之作，感受着中国文化的浩如烟海，体会着它的博大与精深，是人生最惬意不过的事了。

宋词涉及的题材广泛，形式上不拘一格，风格多姿多彩。它为我们提供了优秀的精神食粮，让我们在先人逝去多年后的今天还能欣赏到如此美妙隽永的作品，得到如此美的享受。

千年词文，名篇迭出。宋词让我们吟之诵之，含英咀华。在这里，既能品味具有阴柔之美的婉约派词人李清照、晏几道，又能欣赏具有阳刚之气的豪放派词人苏轼、辛弃疾，更能品尝到其他风格迥异的精品佳作。它们或文雅、或悲壮、或哀怨、或柔媚、或深沉……各具特色，美不胜收。

一生要会背诵的唐诗宋词

一生要会背诵的 100 首唐诗

YI SHENG YAO HUI BEI SONG DE 100 SHOU TANG SHI

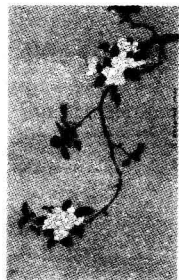
赵亚虎 ◇ 编著



时事出版社



CONTENTS



- | | |
|------------------------|-----|
| 1. 苏幕遮[碧云天] (范仲淹) | /2 |
| 2. 菩萨蛮[哀筝一弄湘江曲] (张先) | /3 |
| 3. 醉垂鞭[双蝶绣罗裙] (张先) | /5 |
| 4. 木兰花[绿杨芳草长亭路] (晏殊) | /6 |
| 5. 浣溪沙[一曲新词酒一杯] (晏殊) | /8 |
| 6. 清平乐[红笺小字] (晏殊) | /9 |
| 7. 踏莎行[祖席离歌] (晏殊) | /10 |
| 8. 木兰花[东城渐觉风光好] (宋祁) | /12 |
| 9. 采桑子[群芳过后西湖好] (欧阳修) | /14 |
| 10. 蝶恋花[庭院深深深几许] (欧阳修) | /15 |
| 11. 浪淘沙[把酒祝东风] (欧阳修) | /17 |
| 12. 雨霖铃[寒蝉凄切] (柳永) | /18 |
| 13. 蝶恋花[伫倚危楼风细细] (柳永) | /21 |



- | | |
|-------------------------|-----|
| 14. 少年游[长安古道马迟迟] (柳永) | /22 |
| 15. 八声甘州[对潇潇暮雨洒江天] (柳永) | /24 |
| 16. 桂枝香[登临送目] (王安石) | /26 |
| 17. 清平乐[留春不住] (王安国) | /28 |
| 18. 临江仙[梦后楼台高锁] (晏几道) | /30 |
| 19. 蝶恋花[醉别西楼醒不记] (晏几道) | /32 |
| 20. 生查子[关山魂梦长] (晏几道) | /33 |
| 21. 木兰花[东风又作无情计] (晏几道) | /34 |
| 22. 清平乐[留人不住] (晏几道) | /36 |
| 23. 阮郎归[旧香残粉似当初] (晏几道) | /37 |
| 24. 虞美人[曲阑干外天如水] (晏几道) | /38 |
| 25. 留春令[画屏天畔] (晏几道) | /39 |
| 26. 水调歌头[明月几时有] (苏轼) | /41 |
| 27. 水龙吟[似花还似非花] (苏轼) | /43 |
| 28. 念奴娇[大江东去] (苏轼) | /45 |
| 29. 卜算子[缺月挂疏桐] (苏轼) | /47 |
| 30. 临江仙[夜饮东坡醒复醉] (苏轼) | /48 |
| 31. 定风波[莫听穿林打叶声] (苏轼) | /50 |
| 32. 江城子[十年生死两茫茫] (苏轼) | /51 |



- | | |
|-------------------------|-----|
| 33. 满庭芳[山抹微云] (秦观) | /53 |
| 34. 减字木兰花[天涯旧恨] (秦观) | /55 |
| 35. 浣溪沙[漠漠轻寒上小楼] (秦观) | /56 |
| 36. 蝶恋花[欲减罗衣寒未去] (赵令時) | /58 |
| 37. 清平乐[春风依旧] (赵令時) | /60 |
| 38. 水龙吟[问春何苦匆匆] (晁补之) | /61 |
| 39. 惜分飞[泪湿阑干花著露] (毛滂) | /63 |
| 40. 菩萨蛮[赤阑桥尽香街直] (陈克) | /65 |
| 41. 卜算子[我住长江头] (李之仪) | /67 |
| 42. 青玉案[凌波不过横塘路] (贺铸) | /68 |
| 43. 感皇恩[兰芷满汀洲] (贺铸) | /70 |
| 44. 减字浣溪沙[不信芳春厌老人] (贺铸) | /72 |
| 45. 石州引[薄雨收寒] (贺铸) | /73 |
| 46. 风流子[新绿小池塘] (周邦彦) | /75 |
| 47. 琐窗寒[暗柳啼鸦] (周邦彦) | /77 |
| 48. 蝶恋花[月皎惊乌栖不定] (周邦彦) | /79 |
| 49. 拜星月慢[夜色催更] (周邦彦) | /81 |
| 50. 关河令[秋阴时晴渐向暝] (周邦彦) | /83 |
| 51. 夜游宫[叶下斜阳照水] (周邦彦) | /84 |



- | | |
|-------------------------|------|
| 52. 虞美人[落花已作风前舞] (叶梦得) | /86 |
| 53. 凤凰台上忆吹箫[香冷金猊] (李清照) | /87 |
| 54. 醉花阴[薄雾浓云愁永昼] (李清照) | /90 |
| 55. 声声慢[寻寻觅觅] (李清照) | /91 |
| 56. 念奴娇[萧条庭院] (李清照) | /93 |
| 57. 苏武慢[雁落平沙] (蔡伸) | /95 |
| 58. 临江仙[忆昔午桥桥上饮] (陈与义) | /97 |
| 59. 点绛唇[新月娟娟] (汪藻) | /99 |
| 60. 喜迁莺[晓光催角] (刘一止) | /100 |
| 61. 鹧鸪天[一点残釭欲尽时] (周紫芝) | /102 |
| 62. 踏莎行[情似游丝] (周紫芝) | /104 |
| 63. 帝台春[芳草碧色] (李甲) | /106 |
| 64. 蓦山溪[洗妆真态] (曹组) | /108 |
| 65. 薄幸[青楼春晚] (吕滨老) | /110 |
| 66. 满江红[怒发冲冠] (岳飞) | /112 |
| 67. 烛影摇红[双阙中天] (张抡) | /114 |
| 68. 水龙吟[夜来风雨匆匆] (程垓) | /116 |
| 69. 好事近[凝碧旧池头] (韩元吉) | /118 |
| 70. 瑞鹤仙[郊原初过雨] (袁去华) | /120 |



- | | |
|------------------------|------|
| 71. 卜算子[驿外断桥边] (陆游) | /122 |
| 72. 秦楼月[楼阴缺] (范成大) | /123 |
| 73. 霜天晓角[晚晴风歇] (范成大) | /125 |
| 74. 念奴娇[洞庭青草] (张孝祥) | /126 |
| 75. 水龙吟[楚天千里清秋] (辛弃疾) | /128 |
| 76. 摸鱼儿[更能消几番风雨] (辛弃疾) | /131 |
| 77. 永遇乐[千古江山] (辛弃疾) | /133 |
| 78. 青玉案[东风夜放花千树] (辛弃疾) | /135 |
| 79. 鹧鸪天[枕簟溪堂冷欲秋] (辛弃疾) | /137 |
| 80. 菩萨蛮[郁孤台下清江水] (辛弃疾) | /138 |
| 81. 唐多令[芦叶满汀洲] (刘过) | /139 |
| 82. 点绛唇[燕雁无心] (姜夔) | /141 |
| 83. 鹧鸪天[肥水东流无尽期] (姜夔) | /143 |
| 84. 踏莎行[燕燕轻盈] (姜夔) | /144 |
| 85. 扬州慢[淮左名都] (姜夔) | 146 |
| 86. 淡黄柳[空城晓角] (姜夔) | /148 |
| 87. 木兰花[春风只在园西畔] (严仁) | /150 |
| 88. 满庭芳[月洗高梧] (张鎰) | /151 |
| 89. 绮罗香[做冷欺花] (史达祖) | /153 |



- | | |
|------------------------|------|
| 90. 夜合花[柳锁莺魂] (史达祖) | /155 |
| 91. 生查子[繁灯夺霁华] (刘克庄) | /157 |
| 92. 江城子[画楼帘幕卷新晴] (卢祖皋) | /159 |
| 93. 浣溪沙[门隔花深梦旧游] (吴文英) | /160 |
| 94. 点绛唇[卷尽愁云] (吴文英) | /162 |
| 95. 祝英台近[采幽香] (吴文英) | /163 |
| 96. 兰陵王[送春去] (刘辰翁) | /165 |
| 97. 花犯[楚江湄] (周密) | /167 |
| 98. 贺新郎[梦冷黄金屋] (蒋捷) | /170 |
| 99. 高阳台[接叶巢莺] (张炎) | /172 |
| 100. 眉妩[渐新痕悬柳] (王沂孙) | /174 |

一生要会背诵的100首宋词





这首词写的是旅途乡愁和离情别恨。“碧云天，黄叶地”，仅以六个字就写尽了秋之爽和秋之色。

1

苏幕遮

范仲淹

碧云天，黄叶地，秋色连波，波上寒烟翠。山映斜阳天接水。
芳草无情，更在斜阳外。^①

黯乡魂，^② 追旅思，^③ 夜夜除非，好梦留人睡。明月楼高休独倚。
酒入愁肠，化作相思泪。

【作者小传】 范仲淹(986~1052年)，字希文，江苏苏州人。进士出身，曾做到宰相一级的官职。无论从政或写诗作文，都成就突出、令人瞩目。其词虽然流传下来的不多，但都非常精彩。

【注释】 ①更在斜阳外：指草延伸到斜阳以外的天边。

②黯乡魂：思乡之情，令人心情黯然。

③旅思：出门在外者的愁思。

【今译】 碧蓝的天空十分明净,黄叶飘满了大地。秋色一直连着水波,水面上的烟雾凝成了秋的绿意。夕阳西下,映照着山的影子,天水相连,浑然融为一体,只有芳草却还是那样的无情,远远地延伸到斜阳以外。

思念家乡令我黯然神伤,挥不去的思恋伴随着每一段旅程。每一个夜晚,只有归去的梦能带给我片刻安慰。不敢一个人独自登上高楼去观赏明月,只想以酒相伴,或许可以忘却思乡的忧愁。可哪里知道啊,酒入愁肠,却化成了点点相思的眼泪。

【赏析】 这首词写的是旅途乡愁和离情别恨。“碧云天,黄叶地”,仅以六个字就写尽了秋之爽和秋之色。词的上片用多彩的画笔绘出绚丽、高远的秋景,意境开阔。词的下片表达客思乡愁带给作者的困扰,极其缠绵婉转而不做作,别是一种相思情趣,显得情真意切。艺术上最大的特点是触景生情、情景相生。

宋词 100 首



词的上片用多彩的画笔绘出绚丽、高远的秋景,意境开阔。

2

菩萨蛮

张先

哀筝一弄湘江曲,①声声写尽湘波绿。纤指十三弦,②细将

一生要会背诵的 | 100 Shou Song Ci

Yi Sheng Yao Hui Bei Song Ci | 100 首宋词





这首词描写了一位弹筝女子美貌和高超的技艺，并刻画了她内心深处的哀愁，表现了她美好而丰富的感情，给我们塑造了一个内在和外貌同样美好的女子形象。

幽恨传。

当筵秋水慢，^③玉柱斜飞雁。^④弹到断肠时，春山眉黛低。^⑤

【作者小传】 张先(990~1078年)，字子野，今浙江湖州人。进士出身，由县令做起，最终做到尚书都官郎中。他的词作兼具各家特色，但却不臻至境，既有温婉，又有豪壮。

【注释】 ①哀筝：哀怨的筝声。筝：古代的弦乐器，声音低沉适合表现哀伤的情绪。一弄：一曲。

②十三弦：筝有十三根琴弦。

③当筵秋水慢：酒宴之间佳人的眼波如同秋水一样晶莹明媚。

④玉柱斜飞雁：古筝上拉扯筝弦的筝柱斜列成行，犹如大雁列阵斜飞。

⑤春山眉黛：女子的眉毛弯如春山。

【今译】 哀怨的筝声弹奏着《湘江曲》，传神写意仿佛湘江的碧波就在眼前。纤纤素手拨动着十三根弦柱，将心中的幽怨细细地传达了出来。

歌宴前她眼波流转秋水盈盈，斜列的筝柱犹如飞翔的群雁。到如泣如诉悲伤欲绝的时候，她微微低垂下美丽的双眉。

一生要会背诵的 | 100 Shou Song Ci

Yi Sheng Yao Hui Bei Song Ci | 100 首宋词



【赏 析】 这首词描写了一位弹筝女子美貌和高超

的技艺,并刻画了她内心深处的哀愁,表现了她美好而丰富的感情,给我们塑造了一个内在和外貌同样美好的女子形象。这位女子的内心世界极其丰富,作者虽然没有正面描写她的外貌,但从“纤指”、“秋水”、“春山眉黛”这些画龙点睛的侧笔,我们完全可以想象她那与心灵同样美好的容貌。本词把乐曲的内容和女子的心理活动紧密相连,以神写形,形神兼备。

宋词 100 首

3

醉垂鞭

张先

双蝶绣罗裙。东池宴。^①初相见。朱粉不深匀。闲花淡淡春。^②
细看诸处好、人人道、柳腰身。^③昨日乱山昏。来时衣上云。

这首词描绘了一位酒宴上的美丽女子。女子清丽可人,淡妆天然,或是诗人理想中的女子形象。

【注 释】 ①东池:泛指庭园中的池塘。

②闲花淡淡春:形容女子的风度,她淡妆打扮好像闲花淡春那样雅致。

③柳腰身:形容少女身材腰肢苗条。

一生要会背诵的

100 Shou Song Ci

Yi Sheng Yao Hui Bei Song De

100 首宋词