

中华经典诵读

宋词三百首

吕明涛 谷学彝 编注

中华书局



出 版 说 明

中国传统文化博大精深,在浩如烟海的古代典籍中,如何才能挑选出一套真正适合儿童和学生诵读的图书,并以通俗、科学、准确的方式呈现出来,以方便诵读,是我们考虑多年的问题。一般来说,成人的记忆模式多是“先理解,后记忆”,可是孩子的记忆模式却多是“先记忆,后理解”,虽然也许孩子在朗读、背诵这些经典时还不大能理解其内容,但是经过人生的沉淀和“反刍”,这些经典给他(她)的人生带来的,一定是巨大的助益。

基于此,我们精心编排了“中华经典诵读”系列图书,选择中国传统文化中最经典、流传最广、最适合记诵的著作,如《三字经》、《百家姓》、《千字文》、《弟子规》等。通过诵读这些经典,可以让孩子们亲近、熟悉经典,汲取中国传统文化的精髓,提高文化素养,规范道德行为意识,继承和弘扬中华民族的优秀文化传统。

“中华经典诵读”系列图书的体例设计力图实现功能的多元化,排版形式力图醒目美观,采取原文、注音、注释和译文相结合的形式,部分图书的每个章节还有章前解读。

原文依据权威底本,采用醒目的楷体大字,以保护视力。

原文全部加注规范的汉语拼音,其中在语流中容易产生变调的“一”“七”“八”“不”等字和轻声,都标注该字本来的声调而不标变调和轻声;通假字的读音标注其所通的字



音,以与文中的字义相合。

注释细致精准,不仅解释疑难字词,交代出处典故,还对疑难的句子进行串讲。

凡原文中的字有对应繁体字的,在其下面一行用小号字体标出其规范的繁体字。以此利用儿童记忆力强的特点,通过他们在诵读的过程中识认繁体字,为他们在今后阅读古色古香的繁体版国学经典,提供方便。

为了便于吟诵,特意以双竖线标出了节奏。

我们依托自身在传统文化出版资源方面的优势,此次精心打造“中华经典诵读”系列图书,希望能给孩子们带来美好的阅读享受,给他们的童年和少年时代,留下一份珍贵的礼物。

中华书局编辑部

2012年4月



赵 佶

赵佶(1082—1135),即宋徽宗。精通诗词、书画、音乐、歌吹,多才多艺。但政治上昏聩,重用奸臣,导致亡国,自己也被俘入金,囚死于五国城(今黑龙江省依兰县)。早年词风秾艳,晚期情调凄凉。

yān shān tíng běi xíng jiàn xìng huā ①
燕 山 亭 北 行 见 杏 花
见

cái jiǎn bīng xiāo ② qīng dié shù chóng dàn
裁 剪 冰 绡 ②, 轻 叠 数 重, 淡
绡 轻 数

zhuó yān zhī yún zhù ③ xīn yàng jìng zhuāng ④,
着 燕 脂 || 匀 注 ③。 新 样 靓 妆 ④,
著 样 靓 妆

yàn yì xiāng róng xiū shā ruǐ zhū gōng nǚ ⑤
艳 溢 香 融, 羞 杀 || 蕊 珠 宫 女 ⑤。
艳 杀 蕊 珠 宫 女

yì dé diāo líng gèng duō shǎo wú qíng fēng
易 得 凋 零, 更 多 少、无 情 风
無 風

yǔ chóu kǔ xián yuàn luò qī liáng jǐ
雨。 愁 苦。 闲 || 院 落 凄 凉, 几
閒 幾

fān chūn mù
番 春 暮。

píng jì || lí hèn chóng chóng zhè shuāng
凭 寄 || 离 恨 重 重, 这 双
憑 離 這 雙



yàn hé céng huì rén yán yǔ ⑥。 tiān yáo dì
 燕，何 曾 || 会 人 言 语^⑥。 天 遥 地
 yuǎn wàn shuǐ qiān shān zhī tā gù gōng hé
 远，万 水 千 山，知 他 || 故 宫 何
 chù zěn bù sī liáng chú mèng lǐ yǒu shí
 处。 怎 不 思 量，除 梦 里、有 时
 céng qù wú jù hé mèng yě xīn lái
 曾 去。 无 据。 和 梦 也、新 来
 bù zuò
 不 做。

注释：

①这首词是赵佶被掳至金后所作，通过写杏花的凋零以自悼。

上片描写杏花，运笔极其细腻，好似在作工笔画。下片抒写离恨哀情，层层深入，愈转愈深，愈深愈痛。

②冰绡(xiāo)：轻薄洁白的绢。这里指杏花花瓣像白色薄绢。

③燕脂：同“胭脂”。匀注：涂抹均匀。

④靓妆：艳丽的妆扮。

⑤蕊珠宫：道教经典中所说的仙官。

⑥会：理解。

钱惟演

钱惟演(962—1034)，字希圣。吴越王钱俶之子。博学能文，尤工诗，与杨亿、刘筠号“江东三虎”，领袖西昆诗派。



mù lán huā ①
木 兰 花
蘭

chéng shàng fēng guāng || yīng yǔ luàn chéng
城 上 风 光 || 莺 语 乱 。 城
風 鶯 語 亂

xià yān bō || chūn pāi àn lǜ yáng fāng cǎo ||
下 烟 波 || 春 拍 岸 。 绿 杨 芳 草 ||
煙 綠 楊

jǐ shí xiū , lèi yǎn chóu cháng || xiān yǐ
几 时 休 , 泪 眼 愁 肠 || 先 已
幾 時 淚 腸

duàn

断 。
斷

qíng huái jiàn jué || chéng shuāi wǎn luán jìng
情 怀 渐 觉 || 成 衰 晚 。 鸾 镜
懷 漸 覺 鸞 鏡

zhū yán jīng àn huàn ② xī nián duō bìng yàn
朱 颜 || 惊 暗 换 。 昔 年 多 病 || 厌
顏 驚 厭

fāng zūn ③ jīn rì fāng zūn wéi kǒng qiǎn
芳 尊 ③ , 今 日 芳 尊 || 惟 恐 浅 。
淺

【注释】

① 这首词是钱惟演暮年贬谪汉东(今湖北省钟祥市)时所作,词极凄婉。



②鸾(luán)镜朱颜惊暗换：鸾镜，镜子的美称。诗词中多以鸾镜表现临镜而生悲。

③尊：同“樽(zūn)”。酒杯。

范仲淹

范仲淹(989—1052)，字希文。是“庆历新政”的积极推行者。其词清丽而豪健，气势恢宏。

yú jiā ào ① 渔家傲

sài xià qiū lái || fēng jǐng yì 。 héng yáng yàn
塞 下 秋 来 || 风 景 异 。 衡 阳 雁
来 风 异 阳

qù wú liú yì ② sì miàn biān shēng lián jiǎo
去 || 无 留 意 。 四 面 边 声 || 连 角
无 边 声 连

qǐ ③ qiān zhàng lǐ cháng yān luò rì gū
起 。 千 嶂 里 。 长 烟 落 日 || 孤
裏 长 烟

chéng bì
城 闭 。
闭

zhuó jiǔ yī bēi || jiā wàn lǐ yān rán wèi
浊 酒 一 杯 || 家 万 里 。 燕 然 未
濁 萬

lè guī wú jì ④ qiāng guǎn yōu yōu shuāng mǎn
勒 || 归 无 计 。 羌 管 悠 悠 || 霜 满
歸 無 計 滿

dì rén bù mèi jiāng jūn bái fà zhēng fū
地 人 不 寐 将 军 白 发 || 征 夫
lèi
泪
。

【注释】

- ①这是一首边塞词。爱国激情,浓重乡思,兼而有之,构成了将军与征夫复杂而又矛盾的情绪。
- ②衡阳:位于今湖南省。其旧城之南有回雁峰,相传雁飞至此,不再南飞。
- ③边声:指边境上羌管、胡笳、画角等音乐声音。
- ④燕然:即杭爱山,在今蒙古人民共和国境内。勒:刻石记功。东汉窦宪领兵出塞,大破北匈奴,登燕然山,刻石记功。

sū mù zhē huái jiù ①
苏幕遮 怀旧
蘇 幕 遮 懷 舊

bì yún tiān huáng yè dì qiū sè lián
碧 云 天 ， 黄 叶 地 。 秋 色 连
雲 葉 連

bō bō shàng hán yān cuì shān yǐng xié yáng
波 ， 波 上 || 寒 烟 翠 。 山 映 斜 阳 ||
煙 陽

tiān jiē shuǐ fāng cǎo wú qíng gèng zài xié
天 接 水 。 芳 草 无 情 ， 更 在 || 斜
無



yáng wài
阳 外。
陽

àn xiāng hún ②, zhuī lǚ sī yè yè chú
黯 乡 魂^②, 追 旅 思。 夜 夜 除
鄉

fēi hǎo mèng liú rén shuì míng yuè lóu gāo ||
非 , 好 梦 || 留 人 睡。 明 月 楼 高 ||
夢 樓

xiū dú yǐ jiǔ rù chóu cháng huà zuò xiāng
休 独 倚。 酒 入 愁 肠 , 化 作 || 相
獨 腸

sī lèi
思 泪。
淚

【注释】

①这首词写秾丽阔远的秋景,直抒思乡情怀。纵观全词,词人将阔远之境、秾丽之景与深挚之柔情完美地统一在一起,显得柔而有骨,深挚而不流于颓靡。

②黯(àn):黯然失色。

yù jiē xíng qiū rì huái jiù ①
御 街 行 秋 日 怀 旧^①
懷 舊

fēn fēn zhuì yè piāo xiāng qì ② yè jì
纷 纷 坠 叶 || 飘 香 砌^②。 夜 寂
紛 紛 墜 葉 飄

jìng hán shēng suì zhēn zhū lián juǎn yù lóu
静、寒 声 碎。 真 珠 帘 卷 || 玉 楼
聲 簾 捲 樓



kōng tiān dàn yín hé chuí dì nián nián jīn
空，天 淡 || 银 河 垂 地。年 年 今
銀

yè yuè huá rú liàn cháng shì rén qiān lǐ
夜，月 华 如 练，长 是 人 || 千 里。
華 練 長

chóu cháng yǐ duàn wú yóu zuì jiǔ wèi
愁 肠 已 断 || 无 由 醉。酒 未
腸 斷 無

dào xiān chéng lèi cán dēng míng miè zhěn tóu
到、先 成 泪。残 灯 明 灭 || 枕 头
淚 殘 燈 滅 頭

qī ③ ān jìn gū mián zī wèi ④ dōu lái cǐ
敲 ③，谳 尽 || 孤 眠 滋 味 ④。都 来 此
諳 盡 來

shì méi jiān xīn shàng wú jì xiāng huí
事，眉 间 心 上，无 计 || 相 回
間 無 計

bì
避。

【注释】

①这是一首怀人之作，其间洋溢着一片柔情。上片描绘秋夜寒寂的景象，下片抒写孤眠愁思的情怀，由景入情，情景交融。

②香砌：铺有落花的台阶。

③真珠：即珍珠。

④敲(qī)：倾斜。

⑤谳(ān)尽：犹言尝尽。谳，熟悉。



张 先

张先(990—1078),字子野。他善写清新含蓄的小令,又创作了大量慢词长调,情真意切,细腻深婉。

qiān qiū suì ① 千 秋 岁 歲

shù shēng tí jué yòu bào fāng fēi xiē
数 声 鶗 鴂^②。 又 报 || 芳 菲 歇。

xī chūn gèng bǎ cán hóng zhé yǔ qīng fēng
惜 春 更 把 || 残 红 折。 雨 轻 || 风

sè bào^③ méi zǐ qīng shí jié yǒng fēng liǔ
色 暴^③, 梅 子 || 青 时 节。 永 丰 柳

wú rén jìn rì fēi huā xuě^⑤
④, 无 人 尽 日 || 飞 花 雪^⑤。

mò bǎ yāo xián bō yuàn jí xián néng
莫 把 || 么 弦 拨^⑥。 怨 极 || 弦 能

shuō tiān bù lǎo qíng nán jué xīn sì ||
说。 天 不 老, 情 难 绝。 心 似 ||

shuāng sī wǎng zhōng yǒu qiān qiān jié yè
双 丝 网, 中 有 || 千 千 结。 夜



guò yě dōng chuāng wèi bái níng cán yuè
 过也，东窗未白 || 凝残月。
 過 東 殘

【注释】

① 这首词写悲欢离合之情，声调激越，极尽曲折幽怨之能事。

② 塼 (tí jué)：亦作“鵲”，即杜鹃。

③ 风色：即风势。

④ 永丰柳：泛指园柳，比喻孤寂无靠的女子。

⑤ 花雪：指柳絮。

⑥ 么弦：琵琶的第四弦。借指琵琶。

pú sà mán ①
 菩 萨 蛮
 薩 蠻

āi zhēng yī nòng xiāng jiāng qǔ shēng
 哀 筝 一 弄 || 湘 江 曲 。 声
 聲

shēng xiě jìn xiāng bō lǜ xiān zhǐ shí sān
 声 写 尽 || 湘 波 绿 。 纤 指 || 十 三
 聲 寫 盡 綠 纖

xián ② xì jiāng yōu hèn chuán
 弦 。 细 将 || 幽 恨 传 。
 細 將 傳

dāng yán qiū shuǐ màn ③ yù zhù xié fēi
 当 筵 || 秋 水 慢 。 玉 柱 || 斜 飞
 當 飛



yàn tán dào duàn cháng shí chūn shān méi
雁^④。弹到 || 断肠时。春山 || 眉
彈 斷 腸 時
dài dī
黛低^⑤。

【注释】

- ①这首词描写了一位弹筝歌妓的美貌和高超的技艺，并刻画了她内心深处哀怨，表现了她丰富而美好的感情。
- ②十三弦：唐宋时教坊用箏皆为十三弦。十二拟十二月，其一拟闰。
- ③秋水：形容女子双目明澈如秋水。
- ④玉柱斜飞雁：系弦的箏柱，排列如斜飞的雁阵。又称“雁柱”。
- ⑤春山：指美女的眉毛。眉黛低：是指弹箏女子因乐曲曲调幽怨，而双眉紧蹙。眉黛，古人以黛色画眉，故称。黛，青黑色。

zuì chuí biān
醉垂鞭^①

shuāng dié xiù luó qún dōng chí yàn
双蝶 || 绣罗裙。东池宴。
雙 綉 羅 東
chū xiāng jiàn zhū fěn bù shēn yún xián
初相见。朱粉 || 不深匀。闲
見 閒
huā dàn dàn chūn
花 || 淡淡春。



xì kàn zhū chù hǎo rén rén dào liǔ
 细 看 || 诸 处 好 。 人 人 道 。 柳
 細 諸 處
 yāo shēn ② zuó rì luàn shān hūn lái shí ||
 腰 身 ② 。 昨 日 || 乱 山 昏 。 来 时 ||
 亂 來 時
 yī shàng yún ③
 衣 上 云 ③ 。
 雲

【注释】

① 这首词为酒筵中赠妓之作。

② 柳腰：一般泛指女子婀娜的身姿。

③ 衣上云：衣染云霞，仙女装束。喻所赠之妓。

yī cóng huā ①
 一 丛 花 ①
 叢

shāng gāo huái yuǎn jǐ shí qióng wú
 伤 高 怀 远 || 几 时 穷 。 无
 傷 懷 遠 幾 時 窮 無
 wù sì qíng nóng lí chóu zhèng yǐn qiān
 物 || 似 情 浓 。 离 愁 正 引 || 千
 濃 離
 sī luàn gèng dōng mò fēi xù méng méng
 丝 乱 ， 更 东 陌 、 飞 絮 濛 濛 。
 絲 亂 東 飛
 sī jì jiàn yáo ② zhēng chén bù duàn hé chù ||
 嘶 骑 渐 遥 ② ， 征 尘 不 断 ， 何 处 ||
 騎 漸 塵 斷 處



rèn láng zōng
认郎踪。
認蹤

shuāng yuān chí zhǎo shuǐ róng róng nán
双鸳鸯池沼 || 水溶溶。南
雙鴛鴦

běi xiǎo ráo tōng ③ tī héng huà gé huáng
北 || 小桡通。梯横画阁 || 黄
橈 畫閣

hūn hòu , yòu hái shì xié yuè lián lóng chén
昏后，又还是、斜月帘栊。沉
後 還 簾 櫳

hèn xì sī bù rú táo xìng yóu jiě jià
恨细思，不如桃杏，犹解 || 嫁
細 猶

dōng fēng
东风。
東風

【注释】

- ① 这首词是一首闺怨词，写一位女子独处深闺的相思与愁恨。
② 骑(jì)：名词。乘坐的马。
③ 桡(ráo)：船桨。此指船。

tiān xiān zǐ
天仙子

shí wéi jiā hé xiǎo cuì yǐ bìng mián bù fù fǔ huì ①
时 为 嘉 禾 小 悴，以 病 眠 不 赴 府 会
時 爲



shuǐ diào shù shēng chí jiǔ tīng ② wǔ zuì
 水 调 数 声 || 持 酒 听 ② 。 午 醉
 调 数 声 聽

xǐng lái chóu wèi xǐng sòng chūn chūn qù jǐ
 醒 来 || 愁 未 醒 。 送 春 春 去 || 几
 来 幾

shí huí lín wǎn jìng shāng liú jǐng ③ wǎng
 时 回 , 临 晚 镜 。 伤 流 景 ③ 。 往
 時 臨 鏡 傷

shì hòu qī kōng jì xǐng ④
 事 后 期 || 空 记 省 ④ 。
 後 記

shā shàng bìng qín chí shàng míng ⑤ yún pò
 沙 上 并 禽 || 池 上 暝 ⑤ 。 云 破
 雲

yuè lái huā nòng yǐng chóng chóng lián mù mì
 月 来 || 花 弄 影 。 重 重 帘 幕 || 密
 来 簾

zhē dēng fēng bù dìng rén chū jìng míng
 遮 灯 , 风 不 定 。 人 初 静 。 明
 燈 風

rì luò hóng yīng mǎn jìng
 日 落 红 || 应 满 径 。
 紅 應 滿 徑

【注释】

- ① 这首词为临老伤春之作。嘉禾，郡名，宋置。治所在今浙江省嘉兴市。小倅(cuì)，判官。
- ② 水调：曲调名，相传为隋炀帝所制，声韵悲切。
- ③ 流景：如流水般的光阴。