

宋词三百首

上疆村民 编

宋词三百首

上彊村民 编

孙晓玲 评点

鄂新登字 01 号

宋词三百首

上彊村民 编

©孙晓玲 点校

出版者 湖北人民出版社 [武汉市解放大道新育村 63 号]

邮政编码 430022

发行科电话 537093

责任编辑 徐德欢

印刷者 公安县印刷厂 开本 787×1092 毫米 1/32

发行者 湖北人民出版社 印张 6

1993 年 8 月第 1 版 1993 年第 1 次印刷

印数 1—2000 册 字数 157 千字

ISBN7—216—01276—3/I·81 定价:5.80 元

本版图书如因印制质量不合格,可以由印刷厂调换

原 序

词学极盛于两宋，读宋人词当于体格、神臻间求之，而体格万重于神致。以浑成之一境为学人必赴之程境，更有进于浑成者，要非可躐而至，此关系学力者也。神致由性灵出，既体格之至美，积发而为清晕芳气而不可掩者也。近世以小慧侧艳为词，致斯道为之不尊；往往涂抹半生，未窥宋贤门径，何论堂奥！未闻有人焉，以神明与古会，而搜集择其至精，为来学周行之示也。疆村先生尝选《宋词三百首》，为小院逸南馨诵习之资；大要求之体格、神致，以浑成为主旨。夫浑成未遽诣极也，能循涂守辙于三百首之中，必能取精用罔于三百首之外，益神明变化于词外求之，则夫体格、神致间尤有无形之沂合，自然之妙造，即更进于浑成，要亦未为止境。夫无止境之学，可不有以端其始基乎？则疆村兹选，倚声者宜人置一编矣。

中元甲子燕九日临桂光周颐。

姓氏小传

赵 佶 (1082——1135)即宋徽宗。他做了二十五年荒淫腐败的皇帝,靖康二年(1127)被掳北去后,又过了九年耻辱的俘虏生活,死在五国城(今吉林省境)。他的词作较平庸,在亡国后写的两首哀歌,特别是《燕山亭》一首,标志着其艺术的高度成就。

钱惟演 (977——1034)北宋诗人,字希圣,临安(今属浙江)人。吴越忠懿王俶之子。官保大军节度使,加同中书门下平章事。仁宗时,因事落职。景德间与杨亿、刘筠等十七人相唱和,合辑为《西昆酬唱集》。其作品的思想倾向性和艺术风格彼此相近,后人因称为西昆体。

范仲淹 (989——1052)北宋政治家、文学家。字希文,苏州吴县(今属江苏)人。大中祥符进士。曾任参知政事等职。工于诗词散文,所作文章富于政治内容,词作传世不多。边塞词《渔家傲》写自己悲凉的怀抱,突破了词限于风月的界限。有《范文正公集》。

张 先 (990——1078),字子野,吴兴(今浙江湖州市)人。宋仁宗朝进士。官至都官郎中。晚年往来于杭州、吴兴间,过着优游的生活。今传《安陆词》又名《张子野词》。

晏 殊 (991——1055)字同叔,抚州临川(今属江西)人。北宋景德中赐同进士出身。庆历中官至集贤殿大学士、同中书门下平章事兼枢密使。其词擅长小令,多表现诗酒生活和悠闲情致,语言婉丽,颇受南唐冯延巳的影响。《浣溪沙》中

“无可奈何花落去，似曾相识燕归来”二名，传诵颇广。原有集，已散佚，仅存《珠玉词》及清人所辑《晏元献遗文》。又编类书《类要》，今存残本。

韩 缜（1019——1097）字玉汝，灵寿人。庆历二年（1042）进士。历仕英宗、神宗、哲宗三朝。

宋 祁（998——1061）字子京，安陆（今属湖北）人。宋仁宗朝进士，做过朝林学士。他的词今传《宋景文公长短句》。

欧阳修（1007——1072）北宋文学家、史学家。字永叔，号醉翁、六一居士，吉州吉水（今属江西）人。天圣进士。官馆阁校勘，因直言论事贬知夷陵。庆历中任谏官，支持范仲淹，要求在政治上有所改良，被诬贬知滁州。官至翰林学士、枢密副使、参知政事。主张文章应“明道”、致用，对宋初以来靡丽、险怪的文风表示不满，并积极培养后进，是北宋古文运动的领袖。散文说理畅达，抒情委婉，为“唐宋八大家之一”；诗风与其散文近似，语言流畅自然，其词婉丽。有《欧阳文忠集》。

柳 永（？——约1053）北宋词人。原名三变，字景庄。后改永，字耆卿，排行第七，崇安（今属福建）人。景祐进士。官屯田员外郎。为人放荡不羁，终身潦倒。其词多描绘城市风光和歌妓生活，尤长于抒写羁旅行役之情。创作慢词独多。铺叙刻画，情景交融，语言通俗，音律谐婉，在当时流传很广，对宋词的发展有一定影响。有《乐章集》。

王安石（1021——1086）字介甫，号半山，临川（江西抚州市）人。宋神宗时宰相。创新法，改革旧政，是一个进步的政治家。文学上的主要成就在诗文方面。词作不多。但其特点是能够“一洗五代旧习”，不受当时绮靡风气的影响。今传《临川先生文集》、《王文公文集》。

晏几道（约1040——约1112）北宋词人。字叔原，号小山，抚州临川（今属江西）人。晏殊第七子。历任颖昌府许田镇监、乾宁军通判、开封府判官等。晚年家境中落。其词多感伤情词。有《小山词》。

苏轼（1037——1101）北宋文学家、书画家。字子瞻，号东坡居士，眉州眉山（今属四川）人。嘉祐进士。在政治上属旧党，但也有改革弊政的要求。其文汪洋恣肆，明白畅达，为“唐宋八大家”之一。其诗清新豪健。词属豪放一派，意境和风格比前人有所提高。其书画也自成一家，独具特色。

秦观（1049——1100）北宋词人。字少游、太虚，号淮海居士，高邮（今属江苏）人。曾任秘书省正字，兼国史院编修官等职。因政治上倾向旧党，被目为元祐党人，绍圣后累遭贬谪。文辞为苏轼所赏识，是“苏门四学士”之一。工诗词。词多写男女情爱，也颇有感伤身世之作，风格委婉含蓄，清丽雅致。诗风与词相近。有《淮海集》、《淮海居士长短句》。

晁元礼 元礼一作端礼，字次膺，其先澶州清丰人，徙家彭门。熙宁六年（1073）进士，两为县令，忤上官坐废，晚以承事郎为大晟府协律，有《闲斋琴趣》六卷。

赵令畤 字德麟，太祖次子，燕王德昭王孙。元祐中签书颍州公事，坐与苏轼交通，罚金，入党籍。绍兴初，袭封安定郡王同知行在大宗正事。薨，赠开府仪同三司。有《聊复集》。

晁补之（1053——1110）北宋文学家。字无咎，号归来子。济州钜野（今属山东）人。元丰进士，曾任礼部郎中、国史编修官、知河中府等职。主张以军事力量收复幽蓟十六州。十余岁即受苏轼赞赏，为“苏门四学士”之一。散文流畅，其论政、论史之作，比较注重“事功”，对迂腐不切实用之论，有所嘲讽，

也工诗词，有《鸡肋集》、《晁氏琴趣外篇》。

晁冲之 字叔用，一字用道，钜野（今属山东）人。生座处不详。宋哲宗年间，在新旧党争中受牵连，离京隐居。词清丽自然。有诗集《具茨集》传世。

舒 亶（1041—1103）字信道，号懒堂，明州慈溪（今属浙江）人。治平二年（1065）进士。神宗时，历知谏院、权直学士院、御史中丞等。词作曲折层深。尤工“小词”、“甚有思致”。

朱 服 字行中，乌程人。熙宁六年进士。哲宗朝，历中书舍人、礼部侍郎。徽宗朝，架集贤殿修撰。知广州、黜知袁州，再贬蕲州。

毛 滂（1064—？）字泽民，衢州人。为杭州法曹，受知东坡，后乃出京、汴之门。尝知武康县。政和中，守嘉禾。有《东堂词》传世。

陈 克（1081—1137？）字子高，自号赤城居士，临海（今属浙江）人，侨居金陵。绍兴中为勅令所删定官。有《赤城词》，格韵绝高，婉雅闲丽。

李元膺 东平人，南京教官。绍圣间，李孝美作《墨谱法式》，元膺为序，盖此时人也，赵万里辑有《李元膺词》一卷。

时 彦（？—1107）字邦美，开封人。举进士第，累官吏部尚书，尝为开封尹。《宋史》有传。

李之仪（约1035—1117）北宋文学家。字端叔。号姑溪居士，沧州无棣（今属山东）人。神宗时进士。历官提举河东常平。曾从苏轼游。能诗文，又工词，语言通俗明白。有《姑溪居士文集》、《姑溪词》。

周邦彦（1056—1121）北宋词人。字美成，号清真居士，钱塘（今浙江杭州）人。历官太学正、庐州教授、知溧水县

等。徽宗时为徽猷阁待制，提举大晟府。精通音律，曾创作不少新词调。作品多写闺情、羁旅，也有咏物之作。格律谨严。语言典丽精雅。长调尤善铺叙。为后来格律派词人所宗。旧时词论称他为“词家之冠”。有《清真居士集》，已佚。

贺铸（1052——1125）字方回，卫州人。孝惠皇后族孙。无祐中通判泗州。又倅太平州，退居天下，自号庆湖遗老。其词题材较丰富，风格也多所变化，兼有豪放、婉约二派之工，善于融化前人成句。用韵特严。富有节奏感和音乐美。今传《东山词》一卷、《贺方回词》二卷。

张元幹（1091——约1170）南宋词人。字仲宗，号芦川老隐、真隐山人。长乐（今属福建）人。靖康元年（1126年）李纲任亲征行营抗金时，曾为李属官。官至将作少监。秦桧当权时致仁南归。后因作词赠送主战派胡铨，触怒秦松，削除官籍。其词风格豪迈。又能作诗。有《芦川归来集》、《芦川词》。

叶梦得（1077——1148）字少蕴，吴县人，清臣曾孙。绍圣四年进士，累官龙图阁直学士，帅杭州。高宗朝，除尚书右丞江东安抚使、兼知建康府行宫留守，移知福州，提举洞宵宫。居吴兴弁山，自称石林居士。词风简淡，感怀国事之作有雄杰之气。有《石林词》一卷。

江 藻（1079——1154）字彦章，德兴人。崇宁中第进士，高宗朝累官中书舍人。兼直学士院，擢给事中，迁兵部侍郎兼侍讲，又称翰林学士，出知外郡。夺职，居永州卒。有《浮溪词》一卷。

刘一止（1079——1160）字行简，湖州归安人。宣和三年进士，绍兴初号试。除秘书省校书郎，历给事中，进敷文阁待制，致仕。有《苕溪东章》一卷。

韩 缙 字子耕，号萧闲，有《萧闲词》。

李 邴 (1085—1146)字汉老，号支谿居士，济州任城人，昭珩独子。崇宁五年进士，累官翰林学士。绍兴初，拜参知政事资政殿学士，寓泉州卒。有《云龕草堂集》百卷。

陈与义 (1090—1138)字去非，自号“简斋居士”，洛阳人。登政和二年上舍甲科，绍兴中，历中书舍人，拜翰林学士，知制诰，寻参知政事，提举洞霄宫。他是江西诗派后期的重要诗人。词风畅朗，南渡后，趋于沉郁悲壮。有《简斋集》。

蔡 伸 (1088—1156)字伸道，自号“友古居士”，莆田人，忠惠公襄之孙。政和五年进士，历倅徐、楚、饶、真四州。与著名词人向子湮曾同官彭城，时常相互唱和。词风雄健俊爽，接近苏东坡和贺铸。有《友古词》一卷。

周紫芝 (1082—?)南宋文学家。字少隐，宣城人。绍兴中登第，历官枢密院编修、知兴国军。能诗词。有《太仓稊米集》、《竹坡词》、《竹坡诗话》。

李 甲 字景元，华亭人。刘毓盘辑其词凡十四首。

李重元 远约 1122 年(宋徽宗宣和)前后在世，生平不详，工词。

万俟咏 字雅言，自号词隐。徽宗朝充大晟府制撰，与周邦彦、晁次膺等按月律词。绍兴五年(1135)补下州文学。有《大声集》。

徐 伸 字幹臣，三衢人。政和初，以知音律为太常典乐，出知常州。有《青山乐府》今不传。

田 为 字不伐，生座籍里不详。善琵琶，行为放荡。政和末。充大晟府典乐。宣和元年(1119)，罢典乐，为大晟府乐令。有《萍讴集》。

曹 组 字元宠，颍昌人（今河南许昌）人。生卒年不详。宣和三年（1121）进士，召试中书，换武阶，兼阁门宣赞舍人。仍给事殿中，官止副使。工词，王灼《碧鸡漫志》称其“每出长短句，脍炙人口”。有《箕颖集》。

廖世美 北宋末期人，生平不详。《唐宋诸贤绝妙词选》录词两首。

吕滨老 一作渭老，字圣求，秀州嘉兴（今属浙江）人。宣和末朝士。善作词，诗亡佚。其词婉媚深窈，刻画工丽，也不乏平易朴素之作。今存《圣求词》一卷。

鲁逸仲 字方平，号泚皋先生，元祐中隐士。

岳 飞（1101—1141）字鹏举，相州汤阴（今属河南）人。是南宋抗金名将，因坚持抗金，反对和议，为秦松所陷害。他的文学作品虽不多，质量很高。有文集传世。

张 抡 字材甫，号稀莲社居士，开封人。生卒年不详。南渡故老，绍兴、淳熙间在世。曾为知阁门事、兼客省四方馆事。词多写山水景物，风格清雅。

程 垓 字正伯，号书舟，眉山（今属四川）人。生卒年不详。“盛以词名”有《书舟词》一卷。吴梅评曰：“其词以凄婉绵丽为宗，为北宋人别开生面”。（《词学通论》）

张孝祥（1132—1169）字安国，历阳乌江（今属安徽）人。绍兴二十一年（1154）进士。曾任中书舍人、显谟阁直学士等职。他的词作，既有深厚的爱国思想内容，又有写景抒情，挥洒自如的作品。词风气势豪迈，境界阔大。有《于湖居士文集》和《于湖词》。

韩元吉（1118—1183）字无咎，号南涧，许昌（今属河南）人，寓居信州（今属江西）。宋孝宗初年，做过吏部尚书。黄

昇《花庵词选》称他“政事文学为一代冠冕”。有《南词诗余》。

袁去华 字宣卿，奉新（今属江西）人。生卒年不详。绍兴进士，知石首县，有《宣卿词》。

陆 淞 字子逸，号雪溪，山阴人，官辰州守，放翁雁行也。

陆 游（1125——1210）南宋诗人。字务观，号放翁，越州山阴（今浙江绍兴）人。他始终坚持抗金，在仕途上不断受到当权派的排斥打击。中年入蜀抗金，军事生活丰富了他的文学内容，作品吐露出万丈光芒，成为杰出诗人。词作量不如诗篇巨大，但和诗同样贯穿了爱国主义精神，“气吞残虏”。

陈 亮（1143——1194）字同甫，婺州永康人。南宋著名学者。其词慷慨豪放，与稼轩为近。有《龙川词》。

范成大（1126——1193）南宋诗人。字致能，号石湖居士，吴县（今属江苏）人。进士出身。官至四川制置使、参知政事。其词文字精美，音节谐婉，却温软无力。有《石湖词》。

辛弃疾（1140——1207）南宋诗人。字幼安，号稼轩，济南历城人。耿京聚兵山东，节制忠义军马，留掌书记。绍兴三十二年，令奉表南归，高宗召见，授承务郎。宁宗朝累官至浙东安抚使，加龙图阁待制，进枢密都承旨卒。德祐初以谢枋得请，赠少师，谥忠敏。其词热情洋溢，慷慨悲壮，笔力雄厚。艺术风格多样，而以豪放为主。有《稼轩长短句》。

姜 夔（1155? ——1221?）字尧章，鄞阳人。号白石道人，庆元中，曾上书乞正太常雅乐，得免解讫，不第而卒。其作品素以空灵含蓄著称。有《白石词》。

章良能 字达之，丽水人。居吴兴。淳熙五年（1178）进士，除著作佐郎，宁宗朝至参知政事。

刘 过 (1154——1206)字改之,号龙洲道人,吉州太和人(今属江西)尝伏阙上书请光宗过宫。复以书抵时宰,陈恢复方略,不报,放浪湖海间。有《龙洲词》二卷,《补遗》一卷。

严 仁 字次山,号樵溪,邵武人。生卒年不详。有《清江欸乃集》。黄升云:“次山词极能道闺阁之趣。”

俞国宝 临川(今属江西)人,淳熙(1174——1189)太学生。著有《醒庵遗珠集》。

张 鑑 (1153——?)字功甫,号约斋,西秦(今陕西)人。曾任司农寺主簿,司农少卿等职。坐事追两宫送广德军居巢。后又坐扇摇国本,除名象州编管。有《南湖集》、《玉照堂词》。

史达祖 (1163——1220?)字邦卿,号梅溪,汴(今属河南)人。韩 胄当国时,他是最亲信的堂吏,负责撰拟文书。韩败后,史也受贬。今传有《梅溪词》。

刘克庄 (1187——1269)南宋后期独树一帜的重要词人。字潜夫,自号后村,莆田(今属福建)人。出身世家,得补官。仕途多有波折,后宋理宗赏识他“文名久著,史学尤精”,特赐同进士出身。其词多以关怀国家命运和揭露统治者内部矛盾为主要内容。有《后村长短句》。

卢祖皋 字申之,又字次夔,号蒲江。永嘉人。庆元五年(1199)进士,历官池州教授,吴江主簿。嘉定中为秘书省著作郎,将作少监、权直学士院。有《蒲江词稿》。

潘 坊 (1204——1246)字庭坚,号紫岩,闽县(今属福建闽侯)人。宋理宗端平二年(1235)进士,历太学正,通判潭州,有《紫岩集》。

陆 叟 字景思,号云西,会稽人。淳祐(1241——1252)中沿江制置使参议,陷入礼部员外,崇政殿尚书。

吴文英（约1212——1272）字君特，号梦窗，晚年又号觉翁。四明（今属浙江）人。一生未仕，但交游甚广，作词较多。是一位重要词人。今传有《梦窗词》。

黄孝迈 字德父，号雪舟。其词清丽锦密。为晚宋卓越词作，作品传世不多。

潘希白 字怀古，永嘉人。宝祐（1253——1258）进士，干办临安府节制司公事，德祐初，以史馆召，不赴。自号渔庄。

黄公绍 宋元之际音韵训诂学家。字直翁，邵武人。咸淳元年（1265）进士，隐居樵溪。有《在轩词》。

朱嗣发（1234——1304）字士荣。其先当炎、绍之际，避兵乌程常乐乡，地曰东朱，适与姓同，遂占籍焉。颀志奉亲，后举充提学学官，亦不受。

刘辰翁（1232——1297）字会孟，庐陵人。号须溪，吉州庐陵（今江西吉安）人。景字无年补太学生，受知于国子祭酒江万里，景定三年中举，请为赣州濂溪书院山长。他不仅文章多，还撰有大量的诗文评点，所著《须溪集》一百卷，明代已失传，现存《须溪集》10卷，系从《永乐大典》中寻出。

周密（1232——1298）字公谨，号草窗，又号四水潜夫、弁阳老人、华不注山人。祖籍济南，流寓吴兴。宋德祐间为义乌县令。入元不仕。著有《齐东野语》、《武林旧事》、《癸辛杂识》、《志雅堂杂钞》等著术十种。其词集名《蘋洲渔笛谱》、《草窗词》。

蒋捷 字胜欲，号竹山，阳羨（今江苏宜兴）人。南宋度宗咸淳十年（1274）进士，宋亡隐居太湖中竹山，人称竹山先生。入元不仕。有《竹山词》传世，蒋捷词多抒发故国之思、山河之恹，风格以悲慨清俊，萧寥疏爽为主。

张炎 (1248——?)字叔夏,号玉田,晚又号乐笑翁,临安(今杭州)人,他的词龙以咏物词名重当时,入元后词风有所转变,其所作“往往苍凉激楚”,词有《山中白云》及词学专著《词源》传世。

王沂孙 (?——约1290)南宋词人。字圣与,号碧山,又号中仙,又号玉笥山人。会稽人。有《花外集》、一名《碧山乐府》。碧山词多咏物,寄托遥深,哀婉动人。

彭元逊 字巽吾,庐陵人。

姚云文 字圣瑞,高安人。宋咸淳(1265——1274)进士,入元授承直郎,抚、建两路儒学提举。有《江村遗稿》。

僧 挥 姓张氏,安州进士。因事出家,名仲殊,字师利,住苏州承天寺,杭州吴山宝月寺。仲殊词作颇丰,佳作不少,尤以小令取胜。

李清照 (1084——?)南宋女词人。号易安居士,齐州章丘(今属山东)人。父李格非为当时著名学者,夫赵明诚为金石考据家。早期生活优裕,与赵明诚共同致力于书画金石的搜集整理。金兵入据中原,流寓南方,明诚病死,境遇孤苦。所作词,前期多反映其悠闲生活,后期多悲叹身世,情调感伤。形式上善于用白描手法,自辟途径,语言清丽。论词强调协律,崇尚典雅、情致,提出“别是一家”之说,反对以作诗文之法作词。今有《李清照集校注》。

目 录

宴山亭.....	赵 佶(1)
木兰花.....	钱惟演(1)
苏幕遮.....	范仲淹(2)
御街行.....	范仲淹(2)
千秋岁.....	张 先(3)
菩萨蛮.....	张 先(3)
醉垂鞭.....	张 先(4)
一丛花.....	张 先(4)
天仙子.....	张 先(5)
青门引.....	张 先(6)
浣溪沙.....	晏 殊(6)
浣溪沙.....	晏 殊(7)
清平乐.....	晏 殊(7)
清平乐.....	晏 殊(8)
木兰花.....	晏 殊(8)
木兰花.....	晏 殊(9)
木兰花.....	晏 殊(9)
踏莎行	晏 殊(10)
踏莎行	晏 殊(10)
蝶恋花	晏 殊(11)
凤箫吟	韩 缜(11)
木兰花	宋 祁(14)
采桑子	欧阳修(12)

诉衷情	欧阳修(13)
踏莎行	欧阳修(13)
蝶恋花	欧阳修(14)
蝶恋花	欧阳修(15)
蝶恋花	欧阳修(15)
木兰花	欧阳修(16)
浪淘沙	欧阳修(16)
青玉案	欧阳修(17)
曲玉管	柳 永(17)
雨霖铃	柳 永(18)
蝶恋花	柳 永(19)
采莲令	柳 永(19)
浪淘沙慢	柳 永(20)
定风波	柳 永(21)
少年游	柳 永(21)
戚 氏	柳 永(22)
夜半乐	柳 永(23)
玉胡蝶	柳 永(24)
八声甘州	柳 永(24)
迷神引	柳 永(25)
竹马子	柳 永(26)
桂枝香	王安石(26)
千秋岁引	王安石(27)
清平乐	王安石(28)
临江仙	晏几道(28)
蝶恋花	晏几道(29)