



白话

宋词精华

关永礼 何松子◎主编

词造于唐，藩衍于五代，极盛于宋，中历金、元，哀飒于明，而复
炽于清，号为『中兴』。其间岁历绵远，涵养千年，尤以有宋一代
蔚然称盛，无愧于『词的黄金时代』的冠冕。



关永礼 何松子 主编

白话宋词精华

 哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

白话宋词精华 / 关永礼,何松子主编. - 哈尔滨:
哈尔滨出版社, 2006. 12
ISBN 7 - 80557 - 568 - 1

I. 白... II. ①关... ②何... III. 宋词 - 译文
IV. I222.84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 041935 号

责任编辑:杨庆旺 邢万军
封面设计:臧磊

白话宋词精华

关永礼 何松子 主编

哈尔滨出版社出版发行
哈尔滨市动力区文政街 6 号
邮政编码:150040 电话:0451 - 82159787
E-mail:hrbcbs @ yeah.net
网址:www. hrbcbs. com
全国新华书店经销
黑龙江省教育厅印刷厂印刷

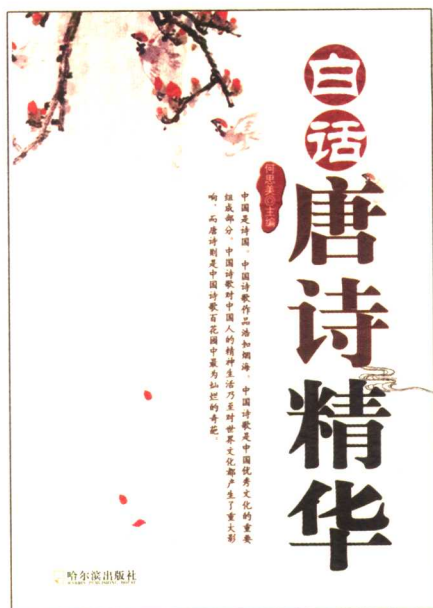
开本 787 × 1092 毫米 1/16 印张 22.25 字数 273 千字
2007 年 1 月第 2 版 2007 年 1 月第 2 次印刷
ISBN 7 - 80557 - 568 - 1
定价:28.00 元

版权所有,侵权必究。举报电话:0451 - 82129292
本社常年法律顾问:黑龙江大律师事务所徐桂元 徐学滨

宋词自莅世以来，取得了与唐诗并行共尊的地位。有关宋词的笺注、辑刊、研评也随之而生，选注两兼之作更是时见间出。

为使广大读者了解宋词的更替演变，窥知宋词的神髓精蕴，探究宋词的奇志妙趣，我们从普及的目的出发，旨在提高读者，尤其是青少年朋友欣赏宋词的能力。怀揣学殖尚浅，编写了此书。书中选录了宋词三百首，入选词家七十七人，大体反映了宋词的概貌。





主 编	关永礼	何松子		
副 主 编	白志平	张志强	张居三	
撰 稿 人	关永礼	何松子	白志平	张志强
	杨敏如	李知文	李奋起	曲明光
	梁 捷	孙章存	郑 诚	林 渊
	白兴华	金 毅	龚常庚	钟 夏

责任编辑：杨庆旺 邢万军

封面设计： 斌磊设计
bkdesign@163.com

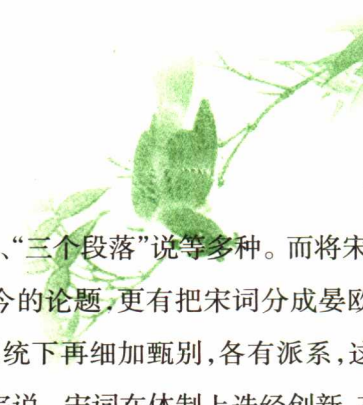


前言 Foreword

一代有一代文学之胜。质文代变,是文学发展嬗变的铁律,这可以从楚骚、汉赋、唐诗、宋词、元曲的联轳驰骋、并驾齐驱的事实中得到验爽。在我国古代诗歌发展史上,词作为一种长短句式的合乐新诗,后来居上,寢寢日盛,大有与唐诗分庭抗礼,甚至凌轹其上之势,唐诗几为所掩。这是一个值得研究的现象。

词造于唐,繁衍于五代,极盛于两宋,中历金、元,衰飒于明,而复炽于清,号为“中兴”。其间岁历绵远、涵养千年,尤以有宋一代馄馄炳曜,蔚然称盛,无愧于“词的黄金时代”的冠冕。这一时期的词苑如赤日中天,百卉当春,娇花放蕊,争奇斗妍,呈现出一派姹紫嫣红、簇团成锦的繁荣景象,使人薰沐在馥郁馨逸之中,观赏不尽,沈潜涵泳,口颊留香,诚为一大乐事。

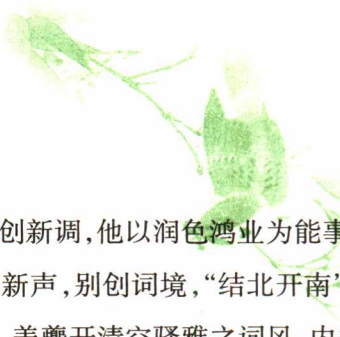
宋词既出,有关宋词分期、风格流派、选本注本、评鹭研究的著述日众,代不乏人。真可谓煌煌弈弈,斐然可观。如有关宋词三百年源流正变的分期即有“大而化之”的北宋、南宋两期说,仿唐诗分期“初、盛、中、晚”的



四期说、六段说、“三个段落”说等多种。而将宋词划为豪放、婉约二体则是聚讼古今的论题，更有把宋词分成晏欧、苏辛、周姜三大系统的，在三大系统下再细加甄别，各有派系，这种作法有类于江西诗派的一祖三宗说。宋词在体制上迭经创新，有令、引、近、慢之分，情至文生，诸体悉备。词论、词话研究更是洋洋大观，宋代王灼《碧鸡漫志》、沈义父《乐府指迷》、张炎《词炎》在前，后世有关论著迤逦相续，指不胜数。这些词话对于赏析词作见仁见智，论出多门，如李清照的“别是一家”、张炎的“清空雅正”、杨慎的“同源分派”、王世贞的“宛转绵丽”、周济的寄托说、陈廷焯的沉郁说、谭献的“作者之用心未必然，而读者之用心何必不然”、刘熙载的“论词莫先于品”、况周颐的“覃拙大”、王国维的“境界说”……这些论著或探源知本，或擘肌析理，或发阐新说，或别求真诠，不仅可以赓扬盛美，诱启方来，许多史料散佚阙载者也赖之以传。

至于词风，更是风骚各领，历千载而光景常新。宋词上承唐五代小令遗韵，至柳永创制长调慢曲，虽以赋法铺写恋情和羁旅行役，浅斟低唱，但熟中出新、俗雅并陈的俚词，“倾倒广世”，足与文人雅词相颉颃。其创调之功，两宋词人无出其右者。迨至苏、辛，冲破“词为艳科”的藩篱，“一洗绮罗香泽之态”，于香软侧艳之外，拓宇新区，“指出向上一路”，横放杰出，自张一军。苏轼以旷世之才，笔路多样，姿态百出，开豪放之词风。辛弃疾承其遗绪，驱遣陶铸经、史、子、集成句及民间口语入词，无施不可，勃发锵金戛玉的雄肆之声，赢得了“辛词豪、苏词旷”的美誉。辛派词人高擎爱国主义旗帜，以纵横慷慨的气势，发出了时代的最强音。“词中老杜”周邦





彦知音识曲，善创新调，他以润色鸿业为能事，富艳精工，以讴颂承平宣、政的汴京新声，别创词境，“结北开南”，为南宋姜夔、吴文英等词派所从出。姜夔开清空骚雅之词风，内容多为黍离之悲、江湖之志、身世之慨、旧情之忆，他在豪放与婉约两派之外，另树“清刚”一帜，为格律派开宗。吴文英则远祖《花间》，近法周、姜，自成“密丽”一体，烹炼句法，刻意雕琢，过于工巧丽密而陷于险涩朦胧。他总括的四条梦窗词法胎息于清真词，授人且以自律，评家认为辛弃疾的词风是由北开南，吴文英恰是由南而追北。李清照的词因风格独特而被誉为“易安体”，她的词以俊拔秀丽与飘逸豪放并举而卓犖名世，上继《花间》、柳、苏，下启稼轩，集豪俊于婉约与一身，独创一格，不愧于是“压倒须眉”、“侔傥有丈夫气”的“词中女王”……

《全宋词》录词近二万，词人逾千家，《补辑》又辑得四百三十余首，辑词家一百四十余人，真称得上文星荟萃，彬彬之盛。

以上仅述其荦荦大者，未能概其全貌。至于林林总总的作家和作品，其风格或轻灵凝重，醇正和婉；或沉郁悲凉，豪壮沉雄；或隽朗高秀，绮密深沉；或骏发踔厉，雄奇奔放……全凭读者去潜心探究，求得片玉神味。

编者

前言 1

王禹偁(一首)

点绛唇(雨恨云愁) 1

潘阆(二首)

忆余杭(长忆钱塘) 2

忆余杭(长忆观潮) 3

钱惟演(一首)

玉楼春(城上风光莺语乱) 4

寇準(二首)

踏莎行(春色将阑) 5

阳关引(塞草烟光阔) 6

林逋(一首)

长相思(吴山青) 7

范仲淹(二首)

渔家傲(塞下秋来风景异) 8

苏幕遮(碧云天) 9



张先(四首)

- 一丛花令(伤高怀远几时穷) 10
- 天仙子(《水调》数声持酒听) 11
- 青门引(乍暖还轻冷) 12
- 木兰花(龙头舴艋吴儿竞) 13

柳永(十三首)

- 少年游(参差烟树灞陵桥) 14
- 少年游(长安古道马迟迟) 15
- 凤栖梧(伫倚危楼风细细) 16
- 诉衷情近(雨晴气爽) 16
- 卜算子慢(江枫渐老) 17
- 鹤冲天(黄金榜上) 18
- 八声甘州(对潇潇暮雨洒江天) 19
- 定风波(自春来) 20
- 雨霖铃(寒蝉凄切) 21
- 倾杯(鹜落霜洲) 22
- 望海潮(东南形胜) 23
- 曲玉管(陇首云飞) 24
- 夜半乐(冻云黯淡天气) 25

宋祁(二首)

- 玉楼春(东城渐觉风光好) 27

锦缠道(燕子呢喃)	27
-----------------	----

梅尧臣(一首)

苏幕遮(露堤平)	29
----------------	----

晏殊(六首)

浣溪沙(一曲新词酒一杯)	30
浣溪沙(一向年光有限身)	31
清平乐(红笺小字)	31
破阵子(燕子来时新社)	32
蝶恋花(槛菊愁烟兰泣露)	33
木兰花(绿杨芳草长亭路)	34

欧阳修(七首)

朝中措(平山栏槛倚晴空)	35
踏莎行(候馆梅残)	36
玉楼春(尊前拟把归期说)	37
采桑子(轻舟短棹西湖好)	38
采桑子(群芳过后西湖好)	38
蝶恋花(庭院深深深几许)	39
阮郎归(南园春半踏青时)	40



苏舜钦(一首)

水调歌头(潇洒太湖岸) 41

蔡挺(一首)

喜迁莺(霜天秋晓) 42

司马光(一首)

西江月(宝髻松松挽就) 44

王安石(三首)

桂枝香(登临送目) 45

南乡子(自古帝王州) 46

菩萨蛮(数家茅屋闲临水) 47

晏幾道(六首)

临江仙(梦后楼台高锁) 48

鹧鸪天(彩袖殷勤捧玉钟) 49

生查子(关山魂梦长) 50

阮郎归(旧香残粉似当初) 51

浣溪沙(日日双眉斗画长) 52

思远人(红叶黄花秋意晚) 53

王观(一首)

卜算子(水是眼波横)	54
------------------	----

魏夫人(一首)

菩萨蛮(溪山掩映斜阳里)	55
--------------------	----

苏轼(二十四首)

水龙吟(似花还似非花)	56
洞仙歌(冰肌玉骨)	57
卜算子(缺月挂疏桐)	59
南乡子(回首乱山横)	60
念奴娇(大江东去)	61
贺新郎(乳燕飞华屋)	62
浣溪沙(簌簌衣巾落枣花)	63
江城子(十年生死两茫茫)	64
江城子(老夫聊发少年狂)	65
望江南(春未老)	66
水调歌头(明月几时有)	67
定风波(莫听穿林打叶声)	69
临江仙(夜饮东坡醒复醉)	70
西江月(三过平山堂下)	71
水调歌头(落日绣帘卷)	72
水调歌头(安石在东海)	73



蝶恋花(花褪残红青杏小)	74
八声甘州(有情风万里卷潮来)	75
鹧鸪天(林断山明竹隐墙)	77
永遇乐(明月如霜)	78
念奴娇(凭高眺远)	79
浣溪沙(山下兰芽短浸溪)	80
青玉案(三年枕上吴中路)	81
减字木兰花(春牛春杖)	82

苏辙(一首)

水调歌头(离别亦何久)	84
-------------------	----

李之仪(一首)

卜算子(我住长江头)	85
------------------	----

张舜民(一首)

卖花声(木叶下君山)	86
------------------	----

舒亶(一首)

虞美人(芙蓉落尽天涵水)	87
--------------------	----

黄裳(一首)

减字木兰花(红旗高举)	89
-------------------	----



黄庭坚(六首)

念奴娇(断虹霁雨)	90
清平乐(春归何处)	92
虞美人(天涯也有江南信)	93
水调歌头(瑶草一何碧)	94
定风波(万里黔中一漏天)	95
诉衷情(一波才动万波随)	96

孔平仲(一首)

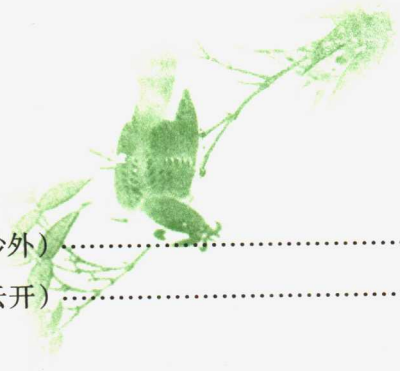
千秋岁(春风湖外)	97
-----------------	----

朱服(一首)

渔家傲(小雨纤纤风细细)	98
--------------------	----

秦观(十首)

鹊桥仙(纤云弄巧)	100
好事近(春路雨添花)	101
虞美人(碧桃天上栽和露)	102
浣溪沙(漠漠轻寒上小楼)	103
如梦令(遥夜沉沉如水)	104
望海潮(梅英疏淡)	104
满庭芳(山抹微云)	106
踏莎行(雾失楼台)	107



千秋岁(水边沙外) 108

满庭芳(晓色云开) 109

贺铸(五首)

踏莎行(杨柳回塘) 110

青玉案(凌波不过横塘路) 111

六州歌头(少年侠气) 112

鹧鸪天(重过阊门万事非) 114

将进酒(城下路) 115

赵令畤(一首)

菩萨蛮(春风试手先梅蕊) 117

仲殊(一首)

柳梢青(岸草平沙) 118

晁补之(一首)

摸鱼儿(买陂塘) 119

毛滂(一首)

清平乐(杏花时候) 121



周邦彦(十三首)

兰陵王(柳阴直)	122
苏幕遮(燎沉香)	124
蝶恋花(月皎惊乌栖不定)	125
六丑(正单衣试酒)	126
西河(佳丽地)	127
玉楼春(桃溪不作从容住)	128
解连环(怨怀无托)	129
拜星月慢(夜色催更)	130
花犯(粉墙低)	131
洛阳春(眉共春山争秀)	133
少年游(并刀如水)	133
瑞鹤仙(悄郊原带郭)	134
满庭芳(风老莺雏)	135

赵佶(一首)

燕山亭(裁剪冰绡)	137
-----------------	-----

叶梦得(四首)

八声甘州(故都迷岸草)	138
水调歌头(秋色渐将晚)	140
虞美人(落花已作风前舞)	141
贺新郎(睡起流莺语)	141