



贾平凹 主编

青少年课外阅读系列丛书 **学生版**
qingshaoniankewaiyueduxiliecongshu



冯能保 朱良志 / 编写

宋词三百首

词是我国古代文学的瑰丽珍宝，鼎盛于宋代。《宋词三百首》是近代词学大师朱孝臧从大量宋词中精心选编而成。书中所编选的宋词，大都通俗易懂，形神兼备，美感和韵味十足。为了便于青少年读者更好地体会宋词的意境和韵味，本书对词中的一些难以理解的字句加了注释，为部分难辨读音的字注了拼音。同时还采用了直译或意译的方式对每首词进行了详尽的翻译。为了让读者能对词的表现手法和艺术风格有进一步了解，我们为每首词加上了简短的评价。这就可以让读者多角度地感受每个词人作词时的心境和人生感悟，仔细品味每首词所传递出来的悠长韵味。



南京大学出版社

青少年课外阅读系列丛书

宋词三百首

南京大学出版社

SONGCISANBAISHOU



- 启发生命中更广阔的智慧视野，旁征博引、拈提古今、蕴意深邃、生动幽默、古为今用
- 品味传统文化，启发生命智慧视野，提升个人精神品质
- 开卷有益，让光芒四射的智慧炫起来

【学生版】

冯能保
朱良志

编写



图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首:学生版/冯能保,朱良志编写. - 南京:南京大学出版社,2010.4
(青少年课外阅读系列丛书)

ISBN 978-7-305-06877-5

I. ①宋… II. ①冯… ②朱… III. ①宋词-青少年读物 IV. ①I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 054106 号

出版发行 南京大学出版社

社 址 南京市汉口路 22 号 邮 编 210093

网 址 <http://www.NjupCo.com>

出版人 左 健

丛 书 名 青少年课外阅读系列丛书

书 名 宋词三百首(学生版)

编 写 冯能保 朱良志

责任编辑 张 晶 编辑热线 025-83207098

审读编辑 李 亭

照 排 南京新洲印刷有限公司

印 刷 皖南海峰印刷包装有限公司

开 本 920 × 1300 1/32 印张 14.75 字数 461 千

版 次 2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-305-06877-5

定 价 24.80 元

发行热线 025-83594756

电子邮箱 Press@NjupCo.com Sales@NjupCo.com (市场部)

* 版权所有,侵权必究

* 凡购买南大版图书,如有印装质量问题,请与所购图书销售部门联系调换

前 言

词起源于唐朝、五代的民间(也有人说,它起源于隋朝)。它本叫曲子词,简称曲子。这是因为它本来是有一定曲调的唱词。由于词所配的曲调的唱法今已不传,所以现在通常简称为“词”。

词在晚唐、五代被愈来愈多的艺术修养较高的文人创作、加工,作为一种新型的文学形式基本成熟。宋代有更多的文人特别是许多文学名家从事词的创作,使词的形式、技巧不断更新完善,题材、内容的范围不断扩大,艺术水平不断提高。这样,宋代就成为词创作史上的鼎盛时期,宋词成了宋代文学的代表。《全宋词》与《全宋词补辑》共收宋词作者1430多家,作品20800余首(含残篇)。近代词学大师朱孝臧(彊村)从大量的宋词中编选了《宋词三百首》一书,它与蕲塘退士(孙洙)编选的《唐诗三百首》,任中敏、卢前编选的《元曲三百首》鼎足成三,为读者欣赏唐、宋、元三代文学的代表作品提供了极大的方便。本书所注释、翻译、评析的就是朱孝臧编选的《宋词三百首》。

况周颐在《宋词三百首·序》中谈到朱彊村编选此书的目的与标准时说:“彊村先生尝选《宋词三百首》,为小阮逸馨诵习之资;大要求之体格、神致,以浑成为主旨。”按照这个编选标准,此书既注意到作品的通俗可读性,又注意到它的内容与风格,所选大体都是宋词中的名篇佳作,代表了宋词的艺术成就。朱彊村偏重于从审美角度来编选作品,因此,也有一些内容健康、脍炙人口的作品未入选,如张元幹的《贺新郎》(梦绕神州路)、叶梦得的《八声甘州》(故都迷岸草)、《水调歌头》(秋色渐将晚)等。当代学者的几种选本大都重视作品的社会内容,所选词作与朱彊村的选本差别较大。

宋词创作的时代,毕竟离我们已近千年。为了满足广大读者的需要,我们编著了这部译评本《宋词三百首》,除了对原作作必要的注释外,还将它翻译成现代汉语,并加以评论。注释力求用通俗的语言解释难懂的字、句,其他从简。译文以直译为主;考虑到尽可能保存原作的诗意、韵味,有些句子采用意译。我们知道,翻译古代诗、词,是一件很难的事,直译出来的文字往往损害原作的韵味与语言美、音乐美。读者可通过原文、注释、译文和评论四相对照来阅读,这样大致可以达到欣赏的目的。由于篇幅的局限,本书的“简评”只能就原作的主要特点和艺术成就加以评述,很难面面俱到。《宋词三百首》中有不少篇什写得很含蓄,有一些写得朦胧隐晦,再加上以往一些注释、评论对一部分作品加以曲解,这就为我们的评论工作带来不少困难。我们借鉴了前人的研究成果,同时更多地提出了自己的见解,编写了这部书。本书的前半部分(从赵佶的《燕山亭》到蔡伸的《柳梢青》)是由冯能保教授撰写的,后半部分(从周紫芝的《鹧鸪天》到李清照的《永遇乐》)是由朱良志教授撰写的。书中不妥之处,尚希专家、读者指正。

作 者

2007年7月于安徽师范大学

序

词学极盛于两宋，读宋人词当于体格、神致间求之，而体格尤重于神致。以浑成之一境为学人必赴之程境，更有进于浑成者，要非可躡而至，此关系学力者也。神致由性灵出，即体格之至美，积发而为清晖芳气而不可掩者也。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，而抉择其至精，为来学周行之示也。彊村先生尝选《宋词三百首》，为小阮逸馨诵习之资；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，必能取精用闳于三百首之外，益神明变化于词外求之，则夫体格、神致间尤有无形之契合，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？则彊村兹选，倚声者宜人置一编矣。

中元甲子燕九日临桂况周颐（原书序）



前言

序

燕山亭	赵 佶(1)
木兰花	钱惟演(3)
苏幕遮	范仲淹(5)
御街行	范仲淹(6)
渔家傲	范仲淹(7)
千秋岁	张 先(9)
菩萨蛮	张 先(10)
醉垂鞭	张 先(11)
一丛花令	张 先(12)
天仙子	张 先(14)
青门引	张 先(16)
浣溪沙	晏 殊(17)
浣溪沙	晏 殊(18)
清平乐	晏 殊(19)
清平乐	晏 殊(20)
木兰花	晏 殊(21)
木兰花	晏 殊(22)
木兰花	晏 殊(23)
踏莎行	晏 殊(24)
踏莎行	晏 殊(25)
蝶恋花	晏 殊(27)
凤箫吟	韩 缜(28)

木兰花	宋 祁(30)
采桑子	欧阳修(32)
采桑子	欧阳修(33)
采桑子	欧阳修(35)
诉衷情	欧阳修(36)
踏莎行	欧阳修(37)
蝶恋花	欧阳修(39)
蝶恋花	欧阳修(40)
蝶恋花	欧阳修(41)
木兰花	欧阳修(42)
浪淘沙	欧阳修(43)
青玉案	欧阳修(44)
曲玉管	柳 永(45)
雨霖铃	柳 永(46)
蝶恋花	柳 永(48)
采莲令	柳 永(49)
浪淘沙慢	柳 永(50)
定风波	柳 永(52)
少年游	柳 永(53)
戚 氏	柳 永(54)
夜半乐	柳 永(57)
玉蝴蝶	柳 永(58)
八声甘州	柳 永(60)
迷神引	柳 永(61)
竹马子	柳 永(62)
桂枝香	王安石(65)
千秋岁引	王安石(67)
菩萨蛮	王安石(68)
清平乐	王安国(70)
临江仙	晏几道(72)

蝶恋花	晏几道(73)
蝶恋花	晏几道(75)
鹧鸪天	晏几道(76)
生查子	晏几道(77)
木兰花	晏几道(78)
木兰花	晏几道(79)
清平乐	晏几道(80)
阮郎归	晏几道(81)
阮郎归	晏几道(82)
六幺令	晏几道(84)
御街行	晏几道(85)
虞美人	晏几道(87)
留春令	晏几道(88)
思远人	晏几道(89)
水调歌头	苏 轼(90)
水龙吟	苏 轼(92)
永遇乐	苏 轼(93)
洞仙歌	苏 轼(95)
卜算子	苏 轼(96)
青玉案	苏 轼(97)
临江仙	苏 轼(99)
定风波	苏 轼(100)
江城子	苏 轼(101)
贺新郎	苏 轼(103)
念奴娇	苏 轼(105)
浣溪沙	苏 轼(106)
江城子	苏 轼(107)
望海潮	秦 观(109)
八六子	秦 观(111)
满庭芳	秦 观(112)

满庭芳	秦 观(114)
减字木兰花	秦 观(115)
浣溪沙	秦 观(116)
阮郎归	秦 观(117)
鹊桥仙	秦 观(118)
踏莎行	秦 观(119)
绿头鸭	晁元礼(121)
蝶恋花	赵令畤(124)
蝶恋花	赵令畤(125)
清平乐	赵令畤(126)
水龙吟	晁补之(128)
忆少年	晁补之(130)
洞仙歌	晁补之(131)
临江仙	晁冲之(133)
虞美人	舒 亶(135)
渔家傲	朱 服(137)
惜分飞	毛 滂(139)
菩萨蛮	陈 克(141)
菩萨蛮	陈 克(142)
洞仙歌	李元膺(144)
青门饮	时 彦(146)
谢池春	李之仪(148)
卜算子	李之仪(149)
瑞龙吟	周邦彦(151)
风流子	周邦彦(154)
兰陵王	周邦彦(155)
锁窗寒	周邦彦(157)
六 丑	周邦彦(159)
夜飞鹊	周邦彦(161)
满庭芳	周邦彦(162)

过秦楼	周邦彦(164)
花犯	周邦彦(166)
大酺	周邦彦(168)
解语花	周邦彦(170)
蝶恋花	周邦彦(171)
解连环	周邦彦(172)
拜星月慢	周邦彦(174)
关河令	周邦彦(176)
绮寮怨	周邦彦(177)
尉迟杯	周邦彦(178)
西河	周邦彦(180)
瑞鹤仙	周邦彦(181)
浪淘沙慢	周邦彦(183)
应天长	周邦彦(185)
夜游宫	周邦彦(187)
青玉案	贺 铸(189)
感皇恩	贺 铸(190)
薄幸	贺 铸(191)
浣溪沙	贺 铸(193)
浣溪沙	贺 铸(194)
石州慢	贺 铸(195)
蝶恋花	贺 铸(196)
天门谣	贺 铸(197)
天香	贺 铸(198)
望湘人	贺 铸(200)
绿头鸭	贺 铸(202)
石州慢	张元幹(204)
兰陵王	张元幹(206)
贺新郎	叶梦得(208)
虞美人	叶梦得(210)

点绛唇	汪藻(211)
喜迁莺	刘一止(213)
高阳台	韩 轲(215)
汉宫春	李 邴(217)
临江仙	陈与义(219)
临江仙	陈与义(220)
苏武慢	蔡 伸(222)
柳梢春	蔡 伸(224)
鹧鸪天	周紫芝(225)
踏莎行	周紫芝(226)
帝台春	李 甲(228)
忆王孙	李重元(230)
三台	万俟咏(231)
二郎神	徐 伸(233)
江神子慢	田 为(235)
蓦山溪	曹 组(237)
贺新郎	李 玉(239)
烛影摇红	廖世美(241)
薄幸	吕滨老(243)
南浦	鲁逸仲(245)
满江红	岳 飞(247)
小重山	岳 飞(248)
烛影摇红	张 抡(250)
水龙吟	程 垓(252)
六州歌头	张孝祥(254)
念奴娇	张孝祥(256)
六州歌头	韩元吉(258)
好事近	韩元吉(259)
瑞鹤仙	袁去华(261)
剑器近	袁去华(262)

安公子	袁去华(263)
瑞鹤仙	陆 淞(265)
卜算子	陆 游(267)
钗头凤	陆 游(268)
秋波媚	陆 游(270)
水龙吟	陈 亮(272)
忆秦娥	范成大(274)
眼儿媚	范成大(275)
霜天晓角	范成大(277)
贺新郎	辛弃疾(278)
念奴娇	辛弃疾(280)
汉宫春	辛弃疾(281)
贺新郎	辛弃疾(283)
水龙吟	辛弃疾(284)
摸鱼儿	辛弃疾(286)
永遇乐	辛弃疾(287)
木兰花慢	辛弃疾(289)
祝英台令	辛弃疾(290)
青玉案	辛弃疾(291)
鹧鸪天	辛弃疾(292)
菩萨蛮	辛弃疾(293)
破阵子	辛弃疾(294)
西江月	辛弃疾(296)
清平乐	辛弃疾(297)
丑奴儿	辛弃疾(298)
点绛唇	姜 夔(300)
鹧鸪天	姜 夔(301)
踏莎行	姜 夔(302)
庆宫春	姜 夔(303)
齐天乐	姜 夔(305)

琵琶仙	姜 夔(306)
八归	姜 夔(308)
念奴娇	姜 夔(309)
扬州慢	姜 夔(311)
长亭怨慢	姜 夔(312)
淡黄柳	姜 夔(314)
暗香	姜 夔(315)
疏影	姜 夔(316)
翠楼吟	姜 夔(317)
杏花天	姜 夔(319)
一萼红	姜 夔(320)
霓裳中序第一	姜 夔(321)
小重山	章良能(323)
唐多令	刘 过(325)
木兰花	严 仁(327)
风入松	俞国宝(328)
满庭芳	张 镒(330)
燕山亭	张 镒(331)
绮罗香	史达祖(333)
双双燕	史达祖(334)
东风第一枝	史达祖(336)
喜迁莺	史达祖(337)
三姝媚	史达祖(338)
秋霁	史达祖(340)
夜合花	史达祖(341)
玉蝴蝶	史达祖(342)
八归	史达祖(344)
生查子	刘克庄(346)
贺新郎	刘克庄(347)
贺新郎	刘克庄(348)

木兰花	刘克庄(350)
江城子	卢祖皋(351)
宴清都	卢祖皋(352)
南乡子	潘 枋(354)
瑞鹤仙	陆 叡(355)
渡江云	吴文英(357)
夜合花	吴文英(358)
霜叶飞	吴文英(359)
宴清都	吴文英(361)
齐天乐	吴文英(362)
花犯	吴文英(364)
浣溪沙	吴文英(365)
浣溪沙	吴文英(366)
点绛唇	吴文英(367)
祝英台近	吴文英(367)
祝英台近	吴文英(368)
澡兰香	吴文英(369)
风入松	吴文英(371)
莺啼序	吴文英(372)
惜黄花慢	吴文英(374)
高阳台	吴文英(376)
高阳台	吴文英(377)
三姝媚	吴文英(378)
八声甘州	吴文英(380)
踏莎行	吴文英(382)
瑞鹤仙	吴文英(383)
鹧鸪天	吴文英(384)
夜游宫	吴文英(385)
贺新郎	吴文英(386)
唐多令	吴文英(387)

湘春夜月	黄孝迈(388)
大有	潘希白(390)
青玉案	黄公绍(392)
摸鱼儿	朱嗣发(393)
兰陵王	刘辰翁(395)
宝鼎现	刘辰翁(396)
永遇乐	刘辰翁(398)
摸鱼儿	刘辰翁(399)
高阳台	周 密(401)
瑶华	周 密(402)
玉京秋	周 密(404)
曲游春	周 密(405)
花犯	周 密(407)
瑞鹤仙	蒋 捷(408)
贺新郎	蒋 捷(409)
女冠子	蒋 捷(410)
高阳台	张 炎(412)
渡江云	张 炎(413)
八声甘州	张 炎(415)
解连环	张 炎(416)
疏影	张 炎(417)
月下笛	张 炎(418)
天香	王沂孙(421)
眉妩	王沂孙(422)
齐天乐	王沂孙(423)
长亭怨慢	王沂孙(425)
高阳台	王沂孙(426)
法曲献仙音	王沂孙(427)
疏影	彭元逊(429)
六丑	彭元逊(430)

紫萸香慢	姚云文(432)
金明池	僧 挥(434)
凤凰台上忆吹箫	李清照(436)
醉花阴	李清照(437)
声声慢	李清照(438)
念奴娇	李清照(439)
永遇乐	李清照(440)
如梦令	李清照(442)
渔家傲	李清照(443)
点绛唇	李清照(444)
一剪梅	李清照(445)
附:宋词基本知识简介	(448)