

唐士翊 编著

中国传统文化精华

宋词三百首

◎ 无障碍诵读





中国传统文化精华



无障碍
诵读

宋词三百首

清上彊村民

著



哈尔滨出版社



图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首 / [清]上彊村民编著. —3 版. —哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2007.5

(中国传统文化精华)

ISBN 978-7-80699-160-2

I. 宋... II. 上... III. 宋词 - 青少年读物 IV. I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 024793 号

策 划: 钟 雷

责任编辑: 李金秋 盛学国

封面设计: 稻草人工作室 

宋词三百首

[清]上彊村民 编著

主 编: 李 杰 副主编: 王丽萍 张 敏

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: hrbcbbs@yeah.net

网址: www.hrbcbbs.com

全国新华书店经销

哈尔滨和力印务有限公司印刷

开本 880 × 1230 毫米 1/32 印张 8.5 字数 410 千字

2007 年 5 月第 3 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80699-160-2

定价: 11.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-82129292

本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨

◆
中国
传统
文化
精
华



荟萃历史经典

浓缩文化精华



中国
传统
文化
精华



· 宋词三百首 ·

前言

中华民族具有五千年的文明历史,我们为这五千年的文明,为这光輝灿烂的文化骄傲和自豪。在当今科技飞速发展、竞争激烈的时代,古老的文化仍具有重要意义与价值。它让我们了解历史、认识历史,对我们的精神文明建设、全民素质的提高也具有不可估量的作用。谈到历史文化,我们首先会想到唐代的诗、宋代的词;会想到那些豪放、满腹才气而又仕途失意的诗人、词人;会想到他们失落或得意时所作的那些精美的篇章佳句。

为了继承这些优秀的文化遗产,为了使这些文化遗产发扬光大,我们编著了这套《中国传统文化精华》系列丛书。本书着重选取宋代著名词人,如首创慢词的文人浪子——柳永的词;以诗为词、以议论为词的文人——苏轼的词,以及中国历史上最杰出的女词人——李清照的词;顶天立地的豪放派词人——辛弃疾的词等等。

为了让您更好地感受词的魅力,更容易理解词的精华,我们还对词中较难理解的字、词加以注音、注释,并且每首词都配有译文,让您能够轻松愉快地品读这些脍炙人口、世代流传之作,从而感受到中国文化的浩如烟海,体会到中国文化的精深与博大。

另外,本书对涉及到宋词来源的地方尽量保持其古文原貌,并加以标注,这样可以使读者更准确地把握其词的本意,更加准确地体会词的境界与感情,并对其所涉及到的历史环境稍加注释,使其词不脱离其历史,使我们正确把握其词的同时也能正确认识历史、了解历史。本书的第二个特点在于容量大,所选词数量远远超过以往的同类书籍,并配有精美的彩图。让您在阅读文字的同时,又能欣赏到著名的山水画,让您心旷神怡。

由于编者水平有限,相对于词所传达的韵味,词本身所表达的情感,译文难免有表述不准确之处,敬请广大读者批评指教。

编者

2007年5月



- | | |
|-----------|------------|
| 宴山亭/赵佶 1 | 蝶恋花/晏殊 17 |
| 木兰花/钱惟演 2 | 凤箫吟/韩缜 18 |
| 渔家傲/范仲淹 3 | 木兰花/宋祁 19 |
| 苏幕遮/范仲淹 4 | 采桑子/欧阳修 20 |
| 御街行/范仲淹 5 | 踏莎行/欧阳修 20 |
| 千秋岁/张先 6 | 诉衷情/欧阳修 21 |
| 菩萨蛮/张先 7 | 蝶恋花/欧阳修 22 |
| 醉垂鞭/张先 8 | 蝶恋花/欧阳修 23 |
| 一丛花/张先 8 | 蝶恋花/欧阳修 24 |
| 天仙子/张先 9 | 木兰花/欧阳修 24 |
| 青门引/张先 10 | 临江仙/欧阳修 25 |
| 浣溪沙/晏殊 11 | 浣溪沙/欧阳修 26 |
| 浣溪沙/晏殊 11 | 浪淘沙/欧阳修 26 |
| 清平乐/晏殊 12 | 青玉案/欧阳修 27 |
| 清平乐/晏殊 13 | 曲玉管/柳永 28 |
| 木兰花/晏殊 13 | 雨霖铃/柳永 30 |
| 木兰花/晏殊 14 | 蝶恋花/柳永 30 |
| 木兰花/晏殊 15 | 采莲令/柳永 31 |
| 踏莎行/晏殊 16 | 浪淘沙慢/柳永 32 |
| 踏莎行/晏殊 16 | 定风波/柳永 33 |

少年游/柳永 34

戚氏/柳永 35

夜半乐/柳永 36

玉蝴蝶/柳永 38

八声甘州/柳永 38

迷神引/柳永 39

竹马子/柳永 40

桂枝香/王安石 41

千秋岁引/王安石 42

清平乐/王安国 43

临江仙/晏畿道 44

蝶恋花/晏畿道 45

蝶恋花/晏畿道 46

鹧鸪天/晏畿道 47

生查子/晏畿道 47

木兰花/晏畿道 48

木兰花/晏畿道 49

清平乐/晏畿道 49

阮郎归/晏畿道 50

阮郎归/晏畿道 51

六幺令/晏畿道 51

御街行/晏畿道 52

虞美人/晏畿道 53

留春令/晏畿道 54

思远人/晏畿道 54

水调歌头/苏轼 55

水龙吟/苏轼 56

念奴娇/苏轼 57

永遇乐/苏轼 58

洞仙歌/苏轼 59

卜算子/苏轼 60

青玉案/苏轼 61

临江仙/苏轼 62

定风波/苏轼 63

江城子/苏轼 64

木兰花/苏轼 64

贺新郎/苏轼 65

望海潮/秦观 66

八六子/秦观 68





目 录

- | | |
|-------------|-------------|
| 满庭芳/秦观 69 | 花犯/周邦彦 87 |
| 满庭芳/秦观 69 | 大酺/周邦彦 88 |
| 减字木兰花/秦观 70 | 解语花/周邦彦 89 |
| 浣溪沙/秦观 71 | 蝶恋花/周邦彦 90 |
| 阮郎归/秦观 72 | 解连环/周邦彦 91 |
| 蝶恋花/赵令畤 72 | 拜星月慢/周邦彦 92 |
| 清平乐/赵令畤 73 | 关河令/周邦彦 93 |
| 水龙吟/晁补之 74 | 绮寮怨/周邦彦 93 |
| 忆少年/晁补之 75 | 尉迟杯/周邦彦 94 |
| 惜分飞/毛滂 76 | 西河/周邦彦 95 |
| 谢池春/李之仪 77 | 瑞鹤仙/周邦彦 96 |
| 卜算子/李之仪 78 | 浪淘沙慢/周邦彦 97 |
| 瑞龙吟/周邦彦 78 | 应天长/周邦彦 98 |
| 风流子/周邦彦 80 | 夜游宫/周邦彦 99 |
| 兰陵王/周邦彦 81 | 青玉案/贺铸 100 |
| 琐窗寒/周邦彦 82 | 感皇恩/贺铸 101 |
| 六 丑/周邦彦 83 | 薄幸/贺铸 102 |
| 夜飞鹊/周邦彦 84 | 浣溪沙/贺铸 103 |
| 满庭芳/周邦彦 85 | 浣溪沙/贺铸 103 |
| 过秦楼/周邦彦 86 | 石州慢/贺铸 104 |

蝶恋花/贺铸 105

天门谣/贺铸 106

天香/贺铸 107

望湘人/贺铸 108

绿头鸭/贺铸 109

石州慢/张元幹 110

兰陵王/张元幹 111

贺新郎/叶梦得 112

虞美人/叶梦得 114

点绛唇/汪藻 114

喜迁莺/刘一止 115

汉宫春/李邴 116

临江仙/陈与义 117

临江仙/陈与义 118

苏武慢/蔡伸 119

柳梢青/蔡伸 120

鹧鸪天/周紫芝 121

踏莎行/周紫芝 122

帝台春/李甲 122

三台/万俟咏 123

蓦山溪/曹组 125

薄幸/吕滨老 128

南浦/鲁逸仲 129

满江红/岳飞 130

烛影摇红/张抡 131

水龙吟/程垓 132

六州歌头/张孝祥 133

念奴娇/张孝祥 135

六州歌头/韩元吉 136

好事近/韩元吉 137

瑞鹤仙/袁去华 137

剑器近/袁去华 138

安公子/袁去华 139

卜算子/陆游 140

忆秦娥/范成大 141

眼儿媚/范成大 142

霜天晓角/范成大 143





贺新郎/辛弃疾 143	扬州慢/姜夔 167
念奴娇/辛弃疾 145	长亭怨慢/姜夔 168
汉宫春/辛弃疾 146	淡黄柳/姜夔 169
贺新郎/辛弃疾 146	暗香/姜夔 170
水龙吟/辛弃疾 148	疏影/姜夔 172
摸鱼儿/辛弃疾 149	翠楼吟/姜夔 173
永遇乐/辛弃疾 150	杏花天影/姜夔 174
木兰花慢/辛弃疾 151	一萼红/姜夔 175
祝英台近/辛弃疾 153	霓裳中序第一/姜夔 177
青玉案/辛弃疾 153	唐多令/刘过 179
鹧鸪天/辛弃疾 154	木兰花/严仁 180
菩萨蛮/辛弃疾 155	满庭芳/张铉 180
点绛唇/姜夔 156	宴山亭/张铉 182
鹧鸪天/姜夔 157	绮罗香/史达祖 183
踏莎行/姜夔 158	双双燕/史达祖 184
庆宫春/姜夔 159	东风第一枝/史达祖 185
齐天乐/姜夔 161	喜迁莺/史达祖 186
琵琶仙/姜夔 163	三姝媚/史达祖 187
八归/姜夔 164	秋霁/史达祖 188
念奴娇/姜夔 165	夜合花/史达祖 189

玉蝴蝶/史达祖 190
 八归/史达祖 191
 生查子/刘克庄 192
 贺新郎/刘克庄 193
 贺新郎/刘克庄 194
 玉楼春/刘克庄 195
 江城子/卢祖皋 195
 宴清都/卢祖皋 196
 渡江云/吴文英 197
 霜叶飞/吴文英 199
 夜合花/吴文英 200
 宴清都/吴文英 201
 齐天乐/吴文英 202
 花犯/吴文英 203
 浣溪沙/吴文英 205
 浣溪沙/吴文英 205
 点绛唇/吴文英 206
 祝英台近/吴文英 207
 祝英台近/吴文英 208
 澡兰香/吴文英 209
 风入松/吴文英 210
 高阳台/吴文英 210

莺啼序/吴文英 211
 惜黄花慢/吴文英 214
 高阳台/吴文英 215
 三姝媚/吴文英 216
 八声甘州/吴文英 217
 踏莎行/吴文英 218
 瑞鹤仙/吴文英 219
 鹧鸪天/吴文英 220
 夜游宫/吴文英 221
 贺新郎/吴文英 222
 唐多令/吴文英 223
 青玉案/黄公绍 224
 兰陵王/刘辰翁 224
 宝鼎现/刘辰翁 226
 永遇乐/刘辰翁 227
 摸鱼儿/刘辰翁 229





目 录

高阳台/周密 230

瑶华/周密 231

玉京秋/周密 232

曲游春/周密 233

花犯/周密 235

瑞鹤仙/蒋捷 236

贺新郎/蒋捷 237

女冠子/蒋捷 238

高阳台/张炎 239

渡江云/张炎 240

八声甘州/张炎 241

解连环/张炎 243

疏影/张炎 244

月下笛/张炎 245

天香/王沂孙 246

眉妩/王沂孙 247

齐天乐/王沂孙 248

长亭怨慢/王沂孙 249

高阳台/王沂孙 250

法曲献仙音/王沂孙 251

疏影/彭元逊 252

六丑/彭元逊 253

金明池/僧挥 254

凤凰台上忆吹箫/李清照 255

醉花阴/李清照 256

声声慢/李清照 257

念奴娇/李清照 258

永遇乐/李清照 259



宴山亭

北行见杏花

赵 佶

【原文】

裁剪冰绡，轻叠数重，淡著燕脂匀注。新样靓妆，艳溢香浓，羞杀蕊珠宫女^①。易得凋零，更多少、无情风雨。愁苦。问院落凄凉，几番春暮。

凭寄离恨重重，这双燕，何曾会人言语。天遥地远，万水千山，知他故宫何处。怎不思量，除梦里、有时曾去。无据，和梦也新来不做。

【作者简介】

赵佶(1082—1135)，即宋徽宗，崇尚奢华，公元1100—1125年在位。靖康二年(1127)同钦宗一起为金兵所虏，后死于五国城(今黑龙江省依兰县)。赵佶在政治上虽昏庸无能，但精通诗词、书画、音乐，多才多艺。现存词十七首，《全宋词》收其词十二首。

【注释】

①蕊珠宫女：道教传说中天上有蕊珠宫。





【译词】

你重叠的花瓣这样轻巧,如同透明的白纱裁制,又均匀地敷上淡淡的胭脂。你打扮得新奇艳丽,光彩照人,芳香浓郁,蕊珠宫的仙女和你相比,竟羞惭得容身无地。可叹你终将凋零,更有多少无情的风雨折磨着你。我的心满是愁苦,那旧日的院落该是怎样的凄凉?它挨过了几度冷寂的春暮?

想托寄我的重重离恨,这双飞的燕子,又哪里懂得人间言语?天遥地远,阻隔着万水千山,不知故宫究竟在何处?怎能不深深怀想,却只有梦魂偶然归去。一切都无凭无据,近来连梦也不肯到我这里。

木兰花

钱惟演

2

【原文】

城上风光莺语乱,城下烟波春拍岸。绿杨芳草几时休?泪眼愁肠先已断。

情怀渐觉成衰晚,鸾镜^①朱颜惊暗换。昔年多病厌芳尊,今日芳尊惟恐浅。

【作者简介】

钱惟演(977-1034),字希圣,临安(今浙江杭州)人。吴越忠懿王钱俶之次子,咸平三年(公元1000年)召试,改文职,为太仆少卿。随父降宋后,官至翰林学士、工部尚书、枢密使。他博学多才,尤善吟诗作词,文辞清丽,是西昆体代表作家。著有《典懿集》。

【注释】

①鸾镜:饰有彩鸾图案的镜子。此处有离愁别恨之意。



【译词】

城上风光明媚，一片群莺声乱。城下，轻烟迷离的春波温柔地拍打着堤岸。杨柳、芳草年年黄了又绿，几时才是了局？我早就泪水流干，愁肠寸断。

那往昔多情多感的心怀，似乎已渐渐衰减，揽镜自照，惊见青春的容颜暗中改换。从前，多病的我常常厌弃酒杯，在阳春将尽的今天，却只嫌酒杯太浅。

渔家傲

范仲淹

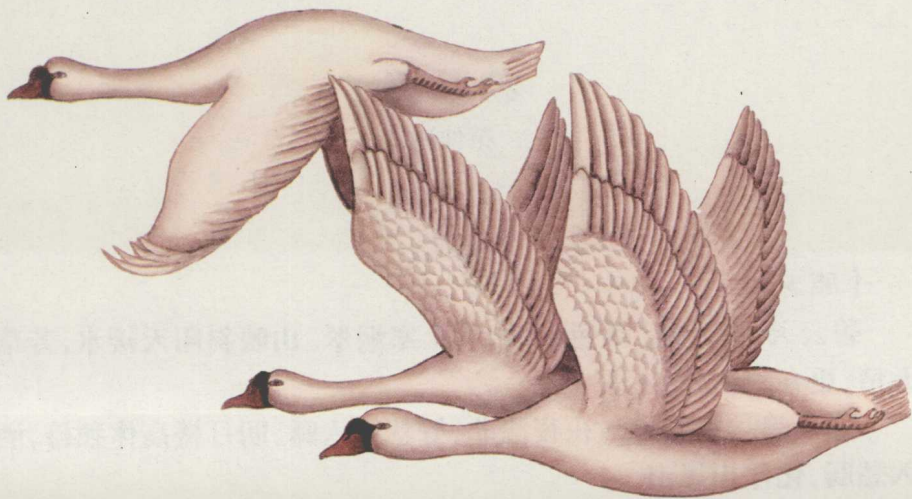
【原文】

塞下秋来风景异，衡阳^①雁去无留意。四面边声^②连角起。千嶂里，长烟落日孤城闭^③。

浊酒一杯家万里，燕然未勒归无计。羌管^④悠悠霜满地。人不寐，将军白发征夫泪。

【作者简介】

范仲淹(989-1052)，字希文，吴县(今江苏省苏州市)人，北宋著名政治





家、文学家。大中祥符八年(1015)进士,官至枢密副使、参知政事。政治上力主改革,推行“庆历新政”。其词刚健清新,气势恢弘,为苏辛之先导。词仅存5首,有《范文正公集》传世。

【注释】

- ①衡阳:古代传说雁秋天南飞至衡阳即止,衡山的回雁峰即因此而得名。
②边声:边地的悲凉之声。
③“千嶂”句:化用王之涣《凉州词》“一片孤城万仞山”及王维诗句。
④羌管:笛子出自羌中,故称。

【译词】

塞下秋来风光凄凄,不似中原清爽美丽,鸿雁毫不留恋这荒寒的地方,一群群急急向衡阳飞去。军中号角一吹,悲凉的边声四面响起。在层层山峰环抱里,一缕烽烟笔直升向天际,一轮圆日沉沉西下,孤城重门紧闭。

浊酒一杯聊以解忧,家乡远隔万里,不曾破敌立功,归去还没有日期。羌笛声清越悠扬,月色如霜洒满大地。漫漫长夜我难以入睡,将军头发斑白,征夫乡泪暗滴。

苏幕遮

范仲淹

【原文】

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。

黯乡魂^①,追旅思^②。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。