

宋词三百首

中华国粹经典文库

立国先立人 立人先立德

〔清〕上盤村民 编 刘文兰 注译

崇文书局

◎ 中华国粹经典文库 ◎

宋词三百首

◆ 〔清〕上彊村民 编
◆ 刘文兰 注译



崇文书局

(鄂)新登字 07 号

图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首/(清)上彊村民编;刘文兰注释.

—武汉:崇文书局,2003

(中华国粹经典文库/鲍思陶、全晰纲主编)

ISBN 7-5403-0721-8

I. 宋… II. ①上…②刘… III. ①宋词-选集②宋词-评析
IV. I222.844



中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 123883 号

责任编辑:池 舒 陈 琳 责任印制:秦新华

装帧设计:陈必琴

排版制作:鲁 静

出版发行:崇文书局(电话:027-87677282 传真:027-87677299)

(武汉市雄楚大街 268 号·湖北出版文化城主楼 B 座 20 层)

印 刷:恒美印务(番禺南沙)有限公司

开 本:889×1194 1/32

印 张:12.5 印张

字 数:137 千字

版 次:2007 年 1 月第 2 版

印 次:2007 年 1 月第 1 次印刷

印 数:1-10000 册

书 号:ISBN 7-5403-0721-8/G·483

定 价:24.00 元

◎ 中华国粹经典文库编委会

主编：鲍思陶 仝晰纲

编委：

（排名不分先后）

鲍思陶 仝晰纲 耿天勤

曾凡朝 吕周聚 王承略

赵发国



经典常新

◎ 中华国粹经典文库



经典是敏锐的目光、善良的心趣、睿智的大脑进行的缜密思维的结晶。民族经典是一个民族精神的函封，无论何时，打开这个函封，我们就能读出那些闪烁邦家之光的密码。因此，要了解一个民族，最佳途径就是阅读这个民族的经典。

中华民族的传统文明是世界上最具有特色的文明形态之一。在漫长的历史长河中，这个民族创造了内涵丰富的经典，又被这些经典一代一代哺育浸润。无论你将其当做“灵光”瞻仰，还是视为“阴影”涤荡，在你的心灵深处，始终摆脱不了她潜移默化的影响，无不受之启迪、规范、教化和塑造。然而，人类世界日新月异，每个社会都必将顺应时代化俗为雅，所以，经典的原则是亘古不变的，经典的阐释是与时常新的。

史学的经典是常新的，她让我们用前人的经验来透视当今的纷纭，以选择自己的人生坐标；文学的经典是常新的，她让我们用前人的审美来捕捉当今的生机，以享受自己的人生乐趣；哲学的经典是常新的，她让我们用前人的智慧来诠释当



中
华
经
典
文
库

今的信仰,以培养自己的人生操守。所以,阅读这些常新的经典吧,她使我们丢弃的是那些幼稚和浮华,而给我们带来的却是理性和高雅,以及丰富的内涵和无穷的乐趣。

这就是我们编纂这套丛书的初衷。

鲍思陶

赵发国

2007年1月



◎ 中华国粹经典文库

前言

唐诗、宋词、元曲，这是耸立在我国韵文史上的三座绚丽的高峰，都代表了一代文学之胜，千百年来也一直为我国人民世代所传诵，成为中国古典文化的精华。在三百余年的两宋文坛上，最为成功、最富于创造性、最蔚成风气的文学样式莫过于词了。词是继诗之后新兴的一种诗体，所以又叫诗余；又因为它是配乐演唱的，所以又称为曲子词。作为一种配乐歌唱的抒情诗体，词的兴起与音乐有着密切的关系。其产生可以追溯到隋唐时期的“新声”（燕乐），或者是更早的汉魏乐府，然后经过晚唐五代词人的努力，到宋代蔚为大观，达到鼎盛。与诗歌相比，词有以下几方面的突出特点：

第一，每首词都有表示音乐性的词调，其名字即词牌，如《水调歌头》、《永遇乐》等。对于诗歌而言，每首诗都必须有题目，即使不好标题，也要写个“无题”。而对于词来说，词题没有调名重要。像苏轼的《念奴娇·赤壁怀古》，词牌、词题俱备。《念奴娇》是词牌，词牌下面一般用较小的字体标出的“赤壁怀古”即词题。但有许多词，却只有词牌，没有词题。词最



初需要配合音乐歌唱,故需按律制调,依调填词。每个词调的句数,每句的字数,每字的平仄声,都有规定,都要按词谱去填写,所以作词叫做“按谱填词”。后来词已不再配乐歌唱,词牌和词的内容不再有联系,各个词牌只是作为文字结构的定式而存在。但词毕竟曾是合乐文学,每个词牌都有自己特定的音乐感情基调,或悲或喜,或婉转缠绵或激昂慷慨。因此,填词之前,必须首先“选调”,选取那些适合表达相应内容的词调,而不能单从名称上选调。如作词祝贺朋友新婚,就不能选用《贺新郎》这一词调。因为它音韵洪畅,慷慨激昂,与燕尔新婚喜气洋洋、和乐融融的气氛、感情不太协调。

第二,根据乐调的变化,词调主要分为令、引、近、慢四类。“令”又称为小令、歌令、令曲、令章。这些名称来源于唐人宴席间所行的酒令。令词一般字少调短。字数最少的是





《十六字令》，仅十六字，但也有长达二百多字的令词。“引”本是古代乐曲的一种名称。引词一般较小令要长。最短的是《翠华引》和《柘枝引》，都是二十四字；最长的是《迷神引》，九十九字。“近”又称为近拍。近词中最短的，如《郭郎儿近拍》，双调七十三字；最长的为袁去华的《剑器近》，双调九十六字。近词和引词一般长于小令而短于慢词，明清时又称它们为中调。宋代词人中作近词的以柳永、周邦彦为多。“慢”是慢曲子的简称，与急曲子相对而言。字多、调长、拍缓是慢曲的特点。柳永是文人中第一个大量写作慢词的词人，苏轼、秦观等相继而作，慢词继而大盛。令、引、近、慢的区别，主要在于歌拍节奏的不同，而不在于文辞。明代中叶以后，又分词调为小令、中调、长调三类：五十八字以内为小令，五十九字至九十字为中调，九十一字以外为长调。仅从词调长短、字数多少着眼划分，没有考虑词的音乐特点，十分机械。但这种分法，沿用已久，亦不能完全否定，只要我们不机械地拘泥于字数即可。

第三，词内的分段，有单调、双调、三叠、四叠的不同。一首词大都分为数片，每片作一段。片也就是“遍”，乐曲一段，叫做一遍，表示一个音乐单位的休止，又叫“阕”。单调的词往往就是一首小令，如《渔歌子》、《如梦令》等。双调的词有的是小令，有的是中调或长调。双调就是一首词分为上下两阕。两阕的字数相等或基本上相等，平仄也相同。字数不相等的，一般是开头的两三句字数不同或平仄不同，叫做“换头”或“过片”。双调是词中最常见的形式，如《踏莎行》、《鹧



鹄天》、《贺新郎》等。三叠就是三阙，四叠就是四阙，这两类较少见。

第四，长短句的句式。诗也有长短句，但以五七言为基本句式。而词大部分句子都是参差不齐的，所以又称为“长短句”。宋代词人词集题名为长短句的也很多，如秦观的《淮海居士长短句》、辛弃疾的《稼轩长短句》等。

以上是对词的基本特点的介绍，希望对青少年读者学习鉴赏宋词有所帮助。

宋代是词创作的鼎盛时期，作家作品众多，流传至今收录进《全宋词》的就有一千三百多位作者的近两万首词作。面对如此众多的作品，古人和今人都不可能首首精读，因此有关宋词的选集从古至今也出现了很多。而在这众多的选本中，近代词学大师上彊村民先生编选的《宋词三百首》是倍受人们青



睐的版本。他以大词人兼大词学家的眼光审视宋词，以“浑成”为旨归，同时对于各种风格流派兼收并蓄，遴选词人八百余家，代表作品二百八十余首，展示了宋词的发展概貌。当然，我们也应看到由于时代的局限和先生本人的艺术偏嗜，其选本也难免有遗珠之憾，如漏选宋词豪放派代表作家苏轼的《念奴娇·赤壁怀古》，被称为词坛“巨龙”的辛弃疾也仅收其词作十二首。再如，在编排次序上首录帝王，末录女子，沿袭了旧时体例。另外，书中对个别词人词作也偶有失考之处，如将李重元《忆王孙》词误作李甲所作，将无名氏《青玉案》词误为黄公绍所作。但毕竟瑕不掩瑜，这些都没有过多妨碍此书在词史上的重要地位。

《宋词三百首》旧有多种刻本，现在流传最广、影响最大的是唐圭璋先生的笺注本。本书的篇目即以上海古籍出版社1996年出版的唐先生的《宋词三百首笺注》为基础，精选了其中的绝大部分予以译注，并且在每位词人的作品前都附有该词人的小传。赏读宋词，精要处需仔细斟酌，同时对词的整体把握又至关重要。因此，本书的注释在兼顾释典的基础上，尽量避免繁琐考证，做到正确详明，通俗易懂。对于译文，尽可能逐句扣紧原词，但又不是逐字硬译，在力求忠于原作品的基础上，译出词的意境、韵味。对于词人的小传，力求顾及其简要生平经历、词创作的艺术风格及在词史上的地位影响。对于词人词作的排列顺序，基本上维持了原书的旧貌。词作者中前述有误的李重元、无名氏在注释中也作了说明。词作的文字也以唐先生的笺注本为据。



中
华
国
粹
经
典
文
库

本书在编著过程中，曾参考吸收了诸多前人时贤的研究成果，恕未一一注明出处，在此谨表感谢。同时，由于本人水平有限，书中一定存在诸多疏漏和错误之处，敬请广大读者朋友和方家批评指正。





中
华
国
典
文
库

目

录

赵 信	宴山亭	1
钱惟演	木兰花	3
范仲淹	苏幕遮	5
	御街行	6
张 先	千秋岁	8
	菩萨蛮	9
	醉垂鞭	10
	天仙子	10
	青门引	12
晏 殊	浣溪沙	13
	浣溪沙	14
	清平乐	15
	木兰花	16
	踏莎行	17
	踏莎行	18
韩 缜	凤箫吟	20
宋 祁	木兰花	22



中
华
国
粹
经
典
文
库

欧阳修	采桑子	24
	诉衷情	25
	踏莎行	26
	蝶恋花	27
	蝶恋花	28
	木兰花	29
	浪淘沙	30
	青玉案	31
柳 永	曲玉管	33
	雨霖铃	35
	蝶恋花	36
	采莲令	38
	定风波	39
	少年游	41
	戚氏	42
	夜半乐	44
	玉胡蝶	46
	八声甘州	47
王安石	迷神引	49
	桂枝香	51
	千秋岁引	53

◎ 宋词三百首 ◎



王安国	清平乐	55
晏几道	临江仙	57
	蝶恋花	58
	蝶恋花	59
	鹧鸪天	60
	生查子	61
	木兰花	62
	木兰花	63
	清平乐	64
	阮郎归	65
	阮郎归	66
	御街行	67
	虞美人	68
	留春令	69
	思远人	70
苏 軾	水调歌头	72
	水龙吟	74
	永遇乐	76
	卜算子	78
	青玉案	79
	临江仙	81



	定风波	82
	江城子	83
	贺新郎	85
秦 观	望海潮	87
	八六子	90
	满庭芳	91
	满庭芳	93
	减字木兰花	94
	浣溪沙	95
	阮郎归	96
晁元礼	绿头鸭	98
赵令畤	蝶恋花	101
	蝶恋花	102
	清平乐	103
晁补之	水龙吟	105
	忆少年	107
晁冲之	临江仙	109



舒 亶	虞美人	111
朱 服	渔家傲	113
毛 滂	惜分飞	115
陈 克	菩萨蛮	117
	菩萨蛮	118
李元膺	洞仙歌	120
时 彦	青门饮	122
李之仪	卜算子	124
周邦彦	瑞龙吟	125
	兰陵王	127
	六丑	129
	满庭芳	131
	过秦楼	132
	蝶恋花	134
	解连环	135
	拜星月慢	137