

一生必读

# 宋词三百首

## 鉴赏

(汉英对照)

300 Song Lyrics: An Annotated Edition  
with Commentaries  
(Chinese-English)

语不惊人死不休的千古绝唱  
伴你朝朝暮暮岁岁年年的传世经典  
These immortal classics represent the heart and soul of  
classical Chinese poetry, and help us to get a better  
sense of why we are who we are.

谢真元 主编

许渊冲 许明 译文

Compiled by Xie Zhenyuan

Translated by Xu Yuanchong & Xu Ming

中国出版集团  
中国对外翻译出版公司



一生必读

# 宋词三百首

## 鉴赏

300 Song Lyrics: An Annotated Edition  
with Commentaries  
(Chinese-English)

谢真元 主编

许渊冲 许明 译文

Compiled by Xie Zhenyuan

Translated by Xu Yuanchong & Xu Ming



中国出版集团  
中国对外翻译出版公司

## 图书在版编目(CIP)数据

---

一生必读宋词三百首鉴赏(汉英对照);谢真元主编. -北京:中国对外翻译出版公司,2006.6

ISBN 978-7-5001-1545-8

I. 一... II. 谢... III. 宋词-鉴赏 IV. I207.23-61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 024617 号

---

出版发行 / 中国对外翻译出版公司

地 址 / 北京市西城区车公庄大街甲 4 号物华大厦 6 层

电 话 / (010)68359376 68359303 68359101 68357937

邮 编 / 100044

传 真 / (010)68357870

电子邮箱 / book@ctpc.com

网 址 / www.ctpc.com.cn

出版策划 / 张高里

策划编辑 / 李 虹

责任编辑 / 徐小美

责任校对 / 晓 浩

封面设计 / 大象设计工作室

排 版 / 艾林工作室·ailincc@yahoo.com.cn

印 刷 / 河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司

经 销 / 新华书店

规 格 / 880×1230 毫米 1/32

印 张 / 24.75

字 数 / 1067 千字

版 次 / 2007 年 2 月第一版

印 次 / 2007 年 2 月第一次

印 数 / 1-5000

---

ISBN 978-7-5001-1545-8 定价:35.00 元



版权所有 侵权必究

中国对外翻译出版公司



---

在中国诗歌史上，宋词是堪与唐诗比肩的又一座丰碑。今存作品近两万首，知名词人逾一千家。本书从中精选出三百首作品，按主题或题材分成十个方面的内容加以详细注解和赏析。这十个专题是：写景抒怀、咏物寄兴、赠别怀人、情爱相思、咏史怀古、爱国豪情、壮志难酬、风土民俗、人生感悟、人格境界。

本书的最大特点是，以主题和题材分类而不以作家作品、艺术风格分类。这种编排方式既便于读者按自己的喜好和需求查阅、检索不同的作品，又利于读者在相同题材的词作中比较、欣赏不同词人的风格。本书既尊重鉴赏者审美的主观性，又不忽略作品解读的公允和科学性。为扩展内容，增加阅读的趣味性、可读性，本书还设置了宋词小贴士，荟萃了宋词的基本知识、作品作家的趣闻逸事以及名家点评等。

本书的撰稿人为北京师范大学、重庆师范大学古代文学专业的博士、硕士，他们专业知识扎实，思维活跃，观点新颖，情感丰富，文笔优美，其鉴赏文章既展现了宋词的风貌，又体现了宋词在当下生活中无所不在的影响力。

---

---

**主编 谢真元** 女，1945年5月生。重庆师范大学文学与新闻学院教授，中国古代文学、中国古典文献学研究生导师。著有专著三部，古籍整理《芰舟诗稿》获重庆市1994年社科优秀成果奖，学术专著《中国古代情爱小说的文化阐释》获重庆市2003年社科三等奖，另有编著《中国古代豪放词曲评注》（合著），杂感集《科学家的遗憾》，主编《世界少儿文学经典丛书》、《中国文学名著导读》等书，《中国古代文学史新编》副主编，参编学术著作5种，发表论文50余篇。

**译者 许渊冲** 1921年生。先后毕业于西南联大、巴黎大学。北京大学文学翻译教授。英文著作有《中诗英韵探胜》等；中文著作有《翻译的艺术》、《文学翻译谈》等。译作方面，除由英国企鹅出版公司出版的汉译英《不朽之歌》外，还有《诗经》《楚辞》《唐诗三百首》《宋词三百首》《李白诗选》《苏东坡诗词选》《西厢记》和《毛泽东诗词选》等英译或法译，外译汉则有《包法利夫人》等世界文学名著十种。被誉为将中文诗词翻译为英、法韵文的唯一专家。

**译者 许明** 1960年生。1982年毕业于上海外国语学院，现居美国。汉译英作品有《千家诗》（[宋]谢枋得编）等。

---

出版策划：张高里

策划编辑：李虹

责任编辑：徐小美

封面设计： 大象设计工作室  
010-84809353 徐 虹



## 许本干关

宋

词

三

百

首

主 编:谢真元

宋词英译:许渊冲 许 明

撰稿人(以姓氏拼音为序):

杜丽萍 刘文娟 刘 莹 宋淑洁

王怡清 肖玲玲 杨畅吟 张晓丽

赵经平 周晓宇 朱 冶

一里水關關三百首鑒賞

300 Song Lyrics



## 关于本书

一、本书共收入宋代八十位词人的词作三百首。

二、本书三百首宋词均有英语译文。特约许渊冲先生主译,另约许明先生补译其中三首,由许渊冲先生审定。

三、本书正文中的作品按主题或题材分类编排。

四、本书原则上一词一鉴赏，具体鉴赏细目依次为：宋词原文、宋词英译、注释、赏析。

五、本书各篇鉴赏文字后，根据需要设置了小贴士。小贴士分别由杨畅吟、朱冶、宋淑洁撰写。

一 生 辰 庚 申 庚 申 庚 申 庚 申 庚 申 庚 申 庚 申 庚 申

300 Longevity

# 序

言 Preface

谢真元

在中国诗歌史上,宋词是堪与唐诗比肩的又一座丰碑。词发展至宋代,出现了百花争妍、千峰竞秀的盛况;今存作品近两万首,词人千多家。我们从中精选出三百首作品,按题材进行专题分类,细分成十个方面的内容,加以详细注解与赏析。即:写景抒怀、咏物寄兴、赠别怀人、情爱相思、咏史怀古、爱国豪情、壮志难酬、风土民俗、人生感悟、人格境界。

写景抒怀的词作,体现出我国古代艺术尊崇自然的审美观念。崇尚自然、赞美自然,为中国古代诗词永恒的主题。这类题材不仅为我们提供了诗情画意的美感享受,且表现了中国文化的心灵境界,传达出华夏民族共同的文化诗心。宋词中的婉约词家多表现清新秀美的景观,尤迷恋“清影”之美,往往通过物影表现景物的动态美和朦胧美;如词人张先,因善写“影”而得“张三影”之美名。清影之美,在宋人为形而上的感悟,在此一种心态里,人生体验之种种,皆由绚烂而归于平淡,由七色而归于一色。宋人亦喜欢写水,迷恋春水碧烟,秋波澄鲜的魅力;而描写最多的是西湖。这绝不仅仅因为西湖之美,更是词人在生命旅途中,欣然发现了一处浣濯身心、涤荡尘垢的灵魂止泊之所。因此,西湖便成为词人心底里恒久不衰的一种美感。豪放派词人如苏轼、王安石、辛弃疾等,则多表现雄奇壮阔的大气象,常以奔走流动的气势,于雄伟奇特的自然美中或注入深沉的历史与人生感慨,或借以表现忘怀物我、超然自适的人生态度。宋人将山水的本质与人的生命、诗情融于一体,更于其间找到了安顿心灵的精神家园。

咏物词是古代类比思维在诗歌创作中的运用。所谓“观物比德”、“咏物寓兴”,即是以物的外部特征与内部属性来比拟人的品德、志行;诗人不直接摹写自己心中体验到的某种情绪、情感,却通过对于那些与诗人自我内心体验相印合的外物(或景物)的描画,使之成为一个传达内心情感体验的符号。苏轼的咏物词共有三

Preface



序言  
xuyan



十余首,如咏橘、古松、柳、杨花、红梅、海棠、孤鸿等,他将所咏之物形与神浑然融合,奠定了咏物词的体制特色,对宋代的咏物词具有开拓之功。此后不少词人皆有佳作,至南宋姜夔、王沂孙等则蔚为壮观。杭州才子周邦彦是写咏物词的高手,托新月、春雨、梅花、梨花、杨柳等意象,将身世飘零之感、仕途沦落之悲、情场失意之苦与所咏之物相融。女词人李清照一首《鹧鸪天·暗淡轻黄体性柔》,以白描手法写桂花,表现淡雅浅疏的审美境界,创造出水墨画般清婉秀逸的意境。姜夔则别有寄托,如《齐天乐》咏蟋蟀之悠鸣,将自我的人生失意、对国事的感慨与咏物融为一体,寄托遥深。王沂孙咏物词有三十四首,他长于用典,将典故与所咏之物有机融合,运用象征和拟人手法,慨叹对山河残缺的深哀巨痛。

赠别怀人、情爱相思,是对友情、亲情、爱情的礼赞。其间,苏轼赠别怀人词最多,其词情真意切,深沉旷达。如《满庭芳·归去来兮》、《阳关曲·中秋月》、《鹊桥仙·缙山仙子》等作品,无论告别黄州父老、中秋怀念胞弟苏辙,或送别友人,于倾诉依依别情、失意之郁闷的同时,常以超然旷荡的心态,来驱散哀愁与苦闷,表明自己决不在失意中沉沦的人生信念。晏殊、柳永、张先、欧阳修、晏几道、秦观、李清照、朱淑真、姜夔等都多有情爱相思的名篇。柳永大力创作慢词,改变了唐五代以来小令一统天下的格局,同时,他变“雅”为“俗”,以凡俗化的语言,表现世俗女子大胆而热烈的爱情追求,对青楼歌伎的不幸深表同情。一首《雨霖铃·寒蝉凄切》,把恋人别离的滋味道尽。“多情自古伤离别,更那堪冷落清秋节”、“今宵酒醒何处,杨柳岸,晓风残月”,这些名句寓情于景,意境深远,脍炙人口。晏几道、秦观、姜夔则着力刻画生死不渝的苦恋,以冷色调处理炽热的柔情,赋予艳情以高雅的情趣和脱俗的韵味。“两情若是久长时,又岂在朝朝暮暮”,便将爱情升华到一种崇高的精神境界。巾帼词人李清照、朱淑真,更使词坛放出异彩。李清照为少女、少妇时期的爱情相思词,表现了夫妻间两心相悦及彼此眷恋的幸福感;朱淑真则表现出一位与不幸婚姻抗争的才女心灵深处的呐喊和痛苦。她们以女性的身份,真挚大胆地表述对爱情的热烈追求,丰富生动地抒写自我情感世界,在文学史上占有重要地位。

宋代咏史怀古词中,王安石以政治家的眼光和襟怀,表现对现实社会危机的深深忧虑,寄寓着风云际会以建功立业的人生理想。苏轼则多表露对人生意义和价值的思考。如《念奴娇·赤壁怀古》,词人以充沛的激情,丰富的想象,变化自如、多姿多彩的语言,奔放豪迈、天风海雨般的气势,描写江山的瑰奇壮丽或对历史英

雄人物的缅怀,作者雄奇阔大的胸怀与沉重的感伤给人以强烈震撼。

风土民俗词便是宋代都市、乡村风光与市井生活的形象画卷。北宋初年,经济的繁荣促进了城市的繁华,于是有了一批歌颂都市繁华的诗词。写都市风光,柳永可谓开风气之先。名作《望海潮》极写杭州湖山的美丽与城市的繁华,表现出北宋初年的太平景象。传说金主完颜亮读后起投鞭南渡之意,可见其强大的艺术感染力。晚唐五代花间词多写城市妇女生活,而乡村题材入词则由苏轼始。苏词对农村生活、民俗活动的描写,充满乡土气息,为晚唐五代以来的香艳词坛吹进一缕清新的乡野之风,表现了作者任地方官时,对农事、农民的深情关切。而在辛弃疾笔下,农村田园生活更情趣盎然,表露了词人生活于农村的自在惬意。民俗词表现了我国传统的生产生活文化,诸多民俗节日,如春节、元宵节、社日、清明、中秋、端午、重阳、腊日等;民事活动,如祈雨、打春牛、贴对联等,在词中皆有栩栩如生的描绘。

爱国豪情、壮志难酬,为南宋词坛的时代强音。北宋末年,民族战争将个人与全民族的命运紧密连接。大批文人投笔从戎,昭示着强烈的爱国豪情。但是,南宋朝廷不思抵抗,使其报国无门。张元幹、叶梦得、陈与义、岳飞、李纲、辛弃疾、陆游、张孝祥、陈亮等的作品,抒发着对朝廷卖国求和的愤慨,洋溢着宝剑蒙尘、无路请缨的压抑苦闷,情怀悲壮激烈。民族英雄岳飞代表着时代的最强音,一首《满江红》,其勇猛无畏的战斗豪情,洗雪国耻的迫切愿望,铿锵有力的语言,激昂雄壮的旋律,以热血和生命谱写出气壮山河的英雄战歌,谱写出词史上辉煌的乐章。民族英雄文天祥更以视死若归的崇高气魄,激越雄壮的歌喉,唱出了民族的尊严和志气,为两宋词坛增添了最后一抹亮色。辛弃疾发展了苏轼所开创的“豪放”一派,以诗人的气质、军人的豪情,将自己的人生经历、生命体验和精神个性完整地表现在作品中:情怀的雄豪激烈,意象的雄奇飞动,语言的雄健刚劲,构成其独特的艺术个性与风格。辛词最突出的内容是抒发报国豪情及壮志难酬的悲愤。由于时代与人生经历相异,个性禀赋不同,他与苏轼词的感情内涵与风格特征有着显著差异:同是豪放词,苏轼超逸旷达,而辛词沉郁痛快。辛弃疾是南宋中叶最杰出的爱国词人,代表着南宋爱国词的最高成就。

人生感悟、人格境界方面,苏轼、辛弃疾成就最高,影响最大。晏殊、黄庭坚、秦观、周邦彦、朱敦儒、李清照、吴文英、刘克庄、张炎等都有优秀的篇什。晏殊《浣溪沙》“无可奈何花落去,似曾相识燕归来”,于浓情中渗透着理性沉思。“夕阳”、“落

Preface



【序言】  
xiyan



花”，常象征着年华的流逝和情爱的失落，蕴涵着强烈的时间及生命意识。李清照《声声慢》是其情感历程的真实写照，也是时代苦难的象征，被视为千古绝唱。秦观、晏几道，都是“古之伤心人”，词作中浸透着伤心的泪水，充满了揪心的愁恨。《江城子》：“恨悠悠。几时休。飞絮落花时候一登楼。便做春江都是泪，流不尽，许多愁。”这些江海般深重的愁恨，都是词人历经人生坎坷而从心底里流出的。

苏轼以诗为词，扩大了词的表现功能，丰富了词的情感内涵，拓展了词的时空场景，从而提高了词的艺术品位，使词从“小道”进入了文学殿堂，从音乐的附属品变为一种独立的抒情诗体。苏轼为后人提供了富有启迪意义的审美范式，以宽广的审美眼光去拥抱大千世界，到处都能发现美的存在。苏轼常常表现对人生、命运的理性思考，增强了词境的哲理意蕴。《水调歌头·明月几时有》：“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟。”比较完整地表现出由积极进取转而矛盾苦闷，力求超脱自适而不断追求的心路历程与疏狂浪漫、多情善思的个性气质，一个襟怀浩逸、超脱达观的主人公形象跃然而现。《定风波·莫听穿林打叶声》：“回首向来萧瑟处。归去。也无风雨也无晴。”则是借自然界风雨变幻阐发了其人生态度和人生哲学：心胸坦荡，随遇而安，词人的人生境界由此而展现。苏轼典型地体现了宋代的文化精神，其人生态度成为后代文人景仰的典范：进退自如，宠辱不惊。此执著于人生而又超然物外的生命范式，蕴涵着坚定、沉着、乐观、旷达的精神，必将千秋万代润泽着人们的心灵。

以主题、题材分类而非以作家作品、艺术风格分类，是本书的最大特点；此种编排方式既便于读者查阅、检索不同题材的作品，又利于读者在相同题材的词作中比较、欣赏不同词人的风格。本书既尊重鉴赏者审美的主观性，且不忽略作品解读的公允和科学性。为扩展内容，增加阅读的趣味性、可读性，本书还设置了宋词小贴士，荟萃了宋词的基本知识、作品作家的趣闻逸事以及名家点评等。本书的撰稿人为北京师范大学、重庆师范大学的古代文学博士、硕士生，他们思维活跃、观点新颖、情感丰富、文笔优美，其鉴赏文章既展现了宋词的风貌，又体现了宋词在当下生活中无所不在的影响力。

愿这部书能带给读者知识、智慧、情趣与精神享受。



# 第一部分 写景抒怀 (40首)



Contents



【目录】

山水诗选

目  
录

Contents



|                |     |    |
|----------------|-----|----|
| 《酒泉子》(长忆西湖)    | 潘 闾 | 2  |
| (长忆西山)         | 潘 闾 | 4  |
| (长忆观潮)         | 潘 闾 | 6  |
| 《点绛唇》          | 林 逋 | 8  |
| 《画堂春》          | 张 先 | 10 |
| 《剪牡丹·舟中闻双琵琶》   | 张 先 | 13 |
| 《木兰花》          | 宋 祁 | 16 |
| 《采桑子》(轻舟短棹西湖好) | 欧阳修 | 18 |
| (画船载酒西湖好)      | 欧阳修 | 20 |
| (群芳过后西湖好)      | 欧阳修 | 22 |
| 《渔家傲》          | 王安石 | 25 |
| 《清平乐·晚春》       | 王安国 | 27 |
| 《西江月》          | 苏 轼 | 30 |
| 《行香子·过七里滩》     | 苏 轼 | 32 |
| 《浣溪沙》          | 苏 轼 | 35 |
| 《水调歌头》         | 黄庭坚 | 38 |
| 《醉蓬莱》          | 黄庭坚 | 40 |
| 《点绛唇》          | 秦 观 | 44 |
| 《好事近》          | 秦 观 | 46 |
| 《卜算子·春情》       | 秦 湛 | 48 |
| 《点绛唇》          | 汪 藻 | 50 |
| 《凤栖梧·兰溪》       | 曹 冠 | 52 |
| 《苏幕遮》          | 周邦彦 | 55 |
| 《昭君怨·咏荷上雨》     | 杨万里 | 57 |
| 《水调歌头·金山观月》    | 张孝祥 | 60 |
| 《鹧鸪天·东阳道中》     | 辛弃疾 | 63 |
| 《沁园春·忆黄山》      | 汪 莘 | 65 |
| 《霜天晓角》         | 高观国 | 69 |
| 《南柯子》          | 吴 潜 | 71 |



8

10

11

12

13

14



|               |     |    |
|---------------|-----|----|
| 《鹊桥仙》         | 吴 潜 | 73 |
| 《浣溪沙·春日即事》    | 刘辰翁 | 75 |
| 《山花子》         | 刘辰翁 | 78 |
| 《虞美人·用李后主韵二百》 | 刘辰翁 | 80 |
| 《情知是梦无凭了》     | 刘辰翁 | 80 |
| 《乳燕飞》         | 周 密 | 84 |
| 《闻鹊喜·吴山观涛》    | 周 密 | 87 |
| 《南浦·春水》       | 王沂孙 | 89 |
| 《一剪梅·舟过吴江》    | 蒋 捷 | 92 |
| 《壶中天》         | 张 炎 | 64 |
| 《望江南》         | 吴文英 | 96 |

## 第二部分 咏物寄兴 (40首)



25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

|                |     |     |
|----------------|-----|-----|
| 《蝶恋花》          | 张 先 | 100 |
| 《苏幕遮》          | 梅尧臣 | 102 |
| 《望江南》          | 王 琪 | 105 |
| 《浣溪沙》          | 晏幾道 | 107 |
| 《木兰花令》         | 王 观 | 110 |
| 《水龙吟·次韵章质夫杨花词》 | 苏 轼 | 112 |
| 《南乡子·梅花词和杨元素》  | 苏 轼 | 115 |
| 《洞仙歌》          | 苏 轼 | 117 |
| 《浣溪沙》          | 苏 轼 | 119 |
| 《虞美人·宜州见梅作》    | 黄庭坚 | 121 |
| 《品令·茶词》        | 黄庭坚 | 123 |
| 《踏莎行·荷花》       | 贺 铸 | 126 |
| 《花犯·梅花》        | 周邦彦 | 128 |
| 《水龙吟·梨花》       | 周邦彦 | 132 |
| 《六丑·蔷薇谢后作》     | 周邦彦 | 135 |
| 《玉楼春》          | 李清照 | 138 |
| 《鹧鸪天》          | 李清照 | 140 |
| 《清平乐·忆吴江赏木樨》   | 辛弃疾 | 142 |

一生必读宋词三百首鉴赏

目 录

Contents



|     |           |     |     |
|-----|-----------|-----|-----|
| 255 | 卜算子·咏梅    | 陆 游 | 144 |
| 255 | 长亭怨慢      | 姜 夔 | 147 |
| 255 | 暗 香       | 姜 夔 | 149 |
| 255 | 疏 影       | 姜 夔 | 153 |
| 255 | 金人捧露盘·水仙花 | 高观国 | 156 |
| 255 | 少年游·草     | 高观国 | 159 |
| 255 | 莺啼序       | 吴文英 | 161 |
| 255 | 踏莎行·雨中观海棠 | 刘辰翁 | 166 |
| 255 | 绮罗香·春雨    | 史达祖 | 168 |
| 255 | 留春令·咏梅花   | 史达祖 | 171 |
| 255 | 齐天乐·白发    | 史达祖 | 173 |
| 255 | 双双燕       | 史达祖 | 176 |
| 255 | 东风第一枝·咏春雪 | 史达祖 | 179 |
| 255 | 瑶花慢·琼花    | 周 密 | 182 |
| 255 | 花犯·赋水仙    | 周 密 | 185 |
| 255 | 眉妩·新月     | 王沂孙 | 188 |
| 255 | 水龙吟·落叶    | 王沂孙 | 191 |
| 255 | 绮罗香·红叶    | 王沂孙 | 194 |
| 255 | 齐天乐·蝉     | 王沂孙 | 197 |
| 255 | 水龙吟·白莲    | 张 炎 | 201 |
| 255 | 南浦·春水     | 张 炎 | 203 |
| 255 | 解连环·孤雁    | 张 炎 | 206 |



### 第三部分 赠别怀人 (40首)



|     |            |     |     |
|-----|------------|-----|-----|
| 255 | 诉衷情近       | 柳 永 | 212 |
| 255 | 玉蝴蝶        | 柳 永 | 215 |
| 255 | 八声甘州       | 柳 永 | 217 |
| 255 | 渔家傲·和程公辟赠别 | 张 先 | 221 |
| 255 | 踏莎行        | 晏 殊 | 223 |



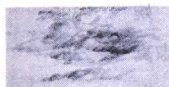
# 目 录

## Contents

|                  |     |     |
|------------------|-----|-----|
| 《贺圣朝·留别》         | 叶清臣 | 225 |
| 《浪淘沙》            | 欧阳修 | 227 |
| 《浣溪沙》            | 欧阳修 | 230 |
| 《卜算子·送鲍浩然之浙东》    | 王 观 | 231 |
| 《忆故人》            | 王 诜 | 234 |
| 《满庭芳》(归去来兮)      | 苏 轼 | 236 |
| (三十三年)           | 苏 轼 | 239 |
| 《归朝欢·和苏坚伯固》      | 苏 轼 | 242 |
| 《南乡子·重九涵辉楼呈徐君猷》  | 苏 轼 | 245 |
| 《南乡子·送述古》        | 苏 轼 | 248 |
| 《鹊桥仙·七夕送陈令举》     | 苏 轼 | 250 |
| 《昭君怨·金山送柳子玉》     | 苏 轼 | 253 |
| 《八声甘州·寄参寥子》      | 苏 轼 | 255 |
| 《江城子·孤山竹阁送述古》    | 苏 轼 | 258 |
| 《永遇乐》            | 苏 轼 | 261 |
| 《行香子》            | 苏 轼 | 264 |
| 《虞美人·有美堂赠述古》     | 苏 轼 | 266 |
| 《虞美人》            | 苏 轼 | 268 |
| 《更漏子·送孙巨源》       | 苏 轼 | 271 |
| 《阳关曲·中秋月》        | 苏 轼 | 273 |
| 《千秋岁》            | 黄庭坚 | 275 |
| 《江城子》            | 秦 观 | 278 |
| 《琴调相思引·送范殿监赴黄岗》  | 贺 铸 | 280 |
| 《虞美人》(张帆欲去仍搔首)   | 陈与义 | 283 |
| (扁舟三日秋塘路)        | 陈与义 | 285 |
| 《渔家傲·寄仲高》        | 陆 游 | 287 |
| 《双头莲·呈范至能待制》     | 陆 游 | 289 |
| 《鹧鸪天·送人》         | 辛弃疾 | 291 |
| 《贺新郎·寄辛幼安,和见怀韵》  | 陈 亮 | 293 |
| 《贺新郎·酬辛幼安,再用韵见寄》 | 陈 亮 | 296 |
| 《念奴娇·留别辛稼轩》      | 刘 过 | 300 |
| 《柳梢青·送卢梅坡》       | 刘 过 | 302 |



|     |                |     |     |
|-----|----------------|-----|-----|
| 857 | 《满江红·送廖权仁赴阙》   | 严羽  | 304 |
| 860 | 《水龙吟·采药径》      | 葛长庚 | 307 |
| 882 | 《鹊桥仙·富沙七夕为友人赋》 | 赵以夫 | 310 |



## 第四部分 情爱相思 (40首)

|     |                  |     |     |
|-----|------------------|-----|-----|
| 892 | 《长相思》            | 林逋  | 314 |
| 893 | 《生查子·药名闺情》       | 陈亚  | 316 |
| 896 | 《苏幕遮》            | 范仲淹 | 318 |
| 900 | 《雨霖铃》            | 柳永  | 321 |
| 903 | 《蝶恋花》            | 柳永  | 324 |
| 906 | 《卜算子慢》           | 柳永  | 326 |
| 907 | 《一丛花令》           | 张先  | 329 |
| 910 | 《相思令》            | 张先  | 332 |
| 911 | 《诉衷情》            | 张先  | 335 |
| 912 | 《蝶恋花》            | 晏殊  | 337 |
| 913 | 《蝶恋花》            | 欧阳修 | 340 |
| 914 | 《减字木兰花·春情》       | 王安国 | 342 |
| 915 | 《临江仙》            | 晏几道 | 344 |
| 916 | 《思远人》            | 晏几道 | 346 |
| 917 | 《长相思》            | 晏几道 | 348 |
| 918 | 《西江月·梅》          | 苏轼  | 350 |
| 919 | 《江城子·乙卯正月二十日夜记梦》 | 苏轼  | 353 |
| 920 | 《蝶恋花》            | 苏轼  | 356 |
| 921 | 《卜算子》            | 李之仪 | 358 |
| 922 | 《蓦山溪·赠衡阳妓陈湘》     | 黄庭坚 | 361 |
| 923 | 《鹊桥仙》            | 秦观  | 364 |
| 924 | 《青玉案》            | 贺铸  | 366 |
| 925 | 《风流子》            | 周邦彦 | 369 |
| 926 | 《四园竹》            | 周邦彦 | 372 |
| 927 | 《孤雁儿》            | 李清照 | 375 |



|    |          |     |     |
|----|----------|-----|-----|
| 一  | 《一剪梅》    | 李清照 | 378 |
| 二  | 《醉花阴》    | 李清照 | 380 |
| 三  | 《采桑子》    | 吕本中 | 382 |
| 四  | 《卜算子·答施》 | 乐婉  | 385 |
| 五  | 《蝶恋花·送春》 | 朱淑真 | 387 |
| 六  | 《钗头凤》    | 陆游  | 389 |
| 七  | 《钗头凤》    | 唐婉  | 392 |
| 八  | 《醉太平·闺情》 | 刘过  | 395 |
| 九  | 《江梅引》    | 姜夔  | 397 |
| 十  | 《踏莎行》    | 姜夔  | 400 |
| 十一 | 《忆秦娥》    | 刘克庄 | 402 |
| 十二 | 《长相思》    | 陈东甫 | 404 |
| 十三 | 《浣溪沙》    | 吴文英 | 406 |
| 十四 | 《风入松》    | 吴文英 | 408 |
| 十五 | 《浣溪沙·感别》 | 刘辰翁 | 410 |



## 第五部分 咏史怀古 (20首)

|    |                |     |     |
|----|----------------|-----|-----|
| 一  | 《离亭燕》          | 张昇  | 414 |
| 二  | 《六州歌头·项羽庙》     | 李冠  | 416 |
| 三  | 《桂枝香·金陵怀古》     | 王安石 | 420 |
| 四  | 《浪淘沙令》         | 王安石 | 423 |
| 五  | 《念奴娇·赤壁怀古》     | 苏轼  | 426 |
| 六  | 《将进酒·小梅花》      | 贺铸  | 429 |
| 七  | 《凌歊·铜人捧露盘引》    | 贺铸  | 432 |
| 八  | 《台城游》          | 贺铸  | 435 |
| 九  | 《八声甘州·寿阳楼八公山作》 | 叶梦得 | 437 |
| 十  | 《念奴娇》          | 叶梦得 | 440 |
| 十一 | 《水调歌头·淮阴作》     | 朱敦儒 | 443 |
| 十二 | 《喜迁莺·晋师胜淝上》    | 李纲  | 446 |
| 十三 | 《六么令》          | 李纲  | 449 |