

宋词三百首

新编

王爽 主编



中国言实出版社

宋词三百首

新编

王爽 主编



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首新编 / 王爽主编. —北京: 中国言实出版社, 2015. 12

ISBN 978-7-5171-1690-5

I. ①宋… II. ①王… III. ①宋词—选集
IV. ①I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 289103 号

责任编辑: 周汉飞

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编: 100101

编辑部: 北京市西城区百万庄大街甲 16 号五层

电 话: 64924853(总编室) 64924716(发行部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京永顺兴望印刷厂

版 次 2016 年 2 月第 1 版 2016 年 2 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 30.5 印张

字 数 500 千字

定 价 78.00 元 ISBN 978-7-5171-1690-5

《宋词三百首新编》

编委会

顾 问：陈纪兰 张福俭 黄长军

策 划：张绍元 李晓慧

主 编：王 爽

编 委：（排名不分先后）

王 爽 周家丞 段颖龙 张绍元 李晓慧

谷文前 吴德慧 乙江容 秦兆阳 姜守礼

赵 智 马 健 赵丛丛 陈 丰

前言

中华优秀传统文化灿若星河,兴盛于有唐一代的诗、起源于唐而兴盛于宋的词、起源于宋而兴盛于元的曲,三种文学形式前后绵延,接续关联,共同构架起了传统文化的三座高峰,也构成了中华民族的重要文化标识。

唐朝是古典诗歌发展的“黄金时代”,它继承了汉魏民歌、乐府传统,扩展了五言、七言形式的运用,将古典诗歌所特有的音律和谐、文字精炼的艺术特色,提升到了前所未有的高度。在唐朝近三百年的时间里,涌现出的诗人有两千多位,流传下来的作品近五万首。鲁迅曾高度称赞唐诗的成就:“我以为一切好诗,到唐代已被做完。”

词是一种新型格律诗,因其句子有长有短,便于歌唱,又称曲子词、乐府、长短句等。词以生动的意象、流畅的韵律、凝练的结构,深受两宋文人的喜爱。宋词是中国古典文学皇冠上光辉夺目的明珠,与唐诗并称双绝,是中国文学史上一座不可逾越的高峰。

曲盛行于元代,有着诗、词所不具备的特点,诗词传情达意比较含蓄,而曲则大多直露浅白,嬉笑怒骂皆成文章,因而更加贴近百姓生活。元曲不仅是文人咏志抒怀的工具,也是人民群众喜闻乐见的艺术形式,它与唐诗、宋词鼎足并举,成为我国文学史上一座重要的里程碑。

阅读与欣赏古诗词,可以了解诗人的内心世界:或是无情揭露当时社会制度的黑暗;或是描写边塞风情来抒发强烈的爱国情怀;或是歌颂祖国瑰丽的山河;或是将笔触转向个人世界,抒发人生的际遇、抱负,表达人间的亲情、友情或爱情。正所谓“伟人英雄,歌以咏志;达官巨贾,诵以怡情;志者学人,习以修身”,不同身份的人都能在诗词中找到所需要的东西,彰显了中华民族传统文化的魅力。可以说,古诗词滋养了一代又一代人,陶冶了人的情操,提高了人的审美能力,夯实了中华民族的向心力和凝聚力。

对于广大的党员干部来说,阅读和欣赏古诗词可以增强人文素养、陶

冶情操、升华境界、激励斗志,进而提高执政能力和执政水平,推动社会风气的转变,带领人民群众在全面建成小康社会和实现中华民族伟大复兴中国梦宏伟目标的新征程中奋勇前进。

为了帮助党员干部更好地阅读和欣赏古诗词,我们参阅了多种唐诗、宋词、元曲的优秀选本,辑成《唐诗三百首新编》《宋词三百首新编》《元曲三百首新编》。在编辑过程中,我们尽可能做到版本权威可靠、注释详细准确、译文精当优美、赏析生动深刻。为了帮助读者理解古诗词的意境,书中还配有精美的古代名画插图。可以说,本系列书集思想性、知识性、艺术性、可读性于一体,既可以为读者阅读欣赏古诗词提供帮助,又能为读者深刻领会古诗词提供一定的参考借鉴。

由于编者水平有限,书中偏颇、错漏之处在所难免,欢迎广大读者批评指正!

编 者

目 录

CONTENTS

词的概说

词的概念、分类与流派	1
词牌与词题	2
词的格律	2
词的起源与发展历程	4

王禹偁

点绛唇[雨恨云愁]	7
-----------------	---

钱惟演

木兰花[城上风光莺语乱]	8
--------------------	---

潘 阆

酒泉子[长忆观潮]	10
-----------------	----

林 逋

相思令[吴山青]	11
----------------	----

柳 永

雨霖铃[寒蝉凄切]	12
红窗迥[小园东]	14
望海潮[东南形胜]	15

曲玉管[陇首云飞]	17
蝶恋花[伫倚危楼风细细]	18
采莲令[月华收]	20
少年游[长安古道马迟迟]	22
忆帝京[薄衾小枕凉天气]	24
玉蝴蝶[望处雨收云断]	25
安公子[梦觉清宵半]	27
八声甘州[对潇潇暮雨洒江天]	28
鹤冲天[黄金榜上]	30

范仲淹

渔家傲[塞下秋来风景异]	32
苏幕遮[碧云天]	34
剔银灯[昨夜因看蜀志]	36
御街行[纷纷坠叶飘香砌]	37

张 先

千秋岁[数声鶯鴂]	39
诉衷情[花前月下暂相逢]	41
一丛花[伤高怀远几时穷]	42
青门引[乍暖还轻冷]	44
天仙子[水调数声持酒听]	45



醉垂鞭[双蝶绣罗裙] 47

菩萨蛮[忆郎还上层楼曲] 48

晏殊

破阵子[燕子来时新社] 49

浣溪沙[一曲新词酒一杯] 51

清平乐[金风细细] 53

浣溪沙[一向年光有限身] 54

木兰花[池塘水绿风微暖] 56

清平乐[红笺小字] 57

木兰花[绿杨芳草长亭路] 59

喜迁莺[花不尽] 61

踏莎行[小径红稀] 62

踏莎行[祖席离歌] 64

蝶恋花[槛菊愁烟兰泣露] 66

采桑子[时光只解催人老] 67

张昇

满江红[无利无名] 69

宋祁

木兰花[东城渐觉风光好] 70

叶清臣

贺圣朝[满斟绿醕留君住] 72

欧阳修

生查子[去年元夜时] 73

朝中措[平山栏槛倚晴空] 75

蝶恋花[庭院深深深几许] 76

木兰花[尊前拟把归期说] 78

浪淘沙[把酒祝东风] 79

渔家傲[近日门前溪水涨] 81

踏莎行[候馆梅残] 82

渔家傲[花底忽闻敲两桨] 84

诉衷情[清晨帘幕卷轻霜] 85

望江南[江南蝶] 87

木兰花[别后不知君远近] 88

采桑子[平生为爱西湖好] 90

李师中

菩萨蛮[子规啼破城楼月] 91

韩缜

凤箫吟[锁离愁] 92

司马光

西江月[宝髻松松挽就] 93

王安石

桂枝香[登临送目] 94

浪淘沙[伊吕两衰翁] 96

千秋岁[别馆寒砧] 97

南乡子[自古帝王州] 98

渔家傲[平岸小桥千嶂抱] 99

王安国

清平乐[留春不住] 100

减字木兰花[画桥流水] 102

王观

卜算子[水是眼波横] 103

李甲

帝台春[芳草碧色] 105

苏轼

水调歌头[明月几时有] 106



浣溪沙[山下兰芽短浸溪]	108
蝶恋花[花褪残红青杏小]	109
望江南[春未老]	111
水龙吟[似花还似非花]	112
江城子[老夫聊发少年狂]	114
满庭芳[蜗角虚名]	116
永遇乐[明月如霜]	117
鹧鸪天[林断山明竹隐墙]	119
洞仙歌[冰肌玉骨]	120
水调歌头[落日绣帘卷]	122
卜算子[缺月挂疏桐]	123
临江仙[夜饮东坡醒复醉]	125
定风波[莫听穿林打叶声]	127
临江仙[一别都门三改火]	129
江城子[十年生死两茫茫]	130
行香子[清夜无尘]	132
念奴娇[大江东去]	133
西江月[世事一场大梦]	135
行香子[昨夜霜风]	137
晏几道	
临江仙[梦后楼台高锁]	138
蝶恋花[醉别西楼醒不记]	140
鹧鸪天[彩袖殷勤捧玉钟]	141

阮郎归[旧香残粉似当初]	143
生查子[关山魂梦长]	144
思远人[红叶黄花秋意晚]	146
木兰花[东风又作无情计]	147
蝶恋花[梦入江南烟水路]	149
清平乐[留人不住]	150
虞美人[曲阑干外天如水]	152
菩萨蛮[哀筝一弄湘江曲]	153
阮郎归[天边金掌露成霜]	155

舒 亶

虞美人[芙蓉落尽天涵水]	156
菩萨蛮[画船捶鼓催君去]	158

唐代词选

李 白

菩萨蛮[平林漠漠烟如织]	159
忆秦娥[箫声咽]	159

张志和

渔歌子[西塞山前白鹭飞]	160
--------------	-----

刘禹锡

潇湘神[斑竹枝]	160
----------	-----



白居易

- 忆江南[江南好] 161
长相思[汴水流] 161

温庭筠

- 望江南[梳洗罢] 162
更漏子[玉炉香] 162
菩萨蛮[玉楼明月长相忆]
..... 163

韦庄

- 菩萨蛮[人人尽说江南好]
..... 163
思帝乡[春日游] 164
女冠子[昨夜夜半] 164

王 雱

- 眼儿媚[杨柳丝丝弄轻柔]
..... 165

张舜民

- 卖花声[木叶下君山] 166

黄庭坚

- 清平乐[春归何处] 167
望江东[江水西头隔烟树]
..... 169
水调歌头[瑶草一何碧] 170
鹧鸪天[黄菊枝头生晓寒]
..... 171
诉衷情[一波才动万波随]
..... 172
西江月[断送一生惟有] 173

虞美人[天涯也有江南信]

- 174

晁端礼

- 行香子[别恨绵绵] 175

李之仪

- 谢池春[残寒消尽] 176
卜算子[我住长江头] 178

朱 服

- 渔家傲[小雨廉纤风细细] 180

秦 观

- 满庭芳[山抹微云] 182
江城子[西城杨柳弄春柔]
..... 184
满庭芳[晓色云开] 185
如梦令[遥夜沉沉如水] 187
浣溪沙[漠漠轻寒上小楼]
..... 188
江城子[南来飞燕北归鸿]
..... 190
减字木兰花[天涯旧恨] 191
行香子[树绕村庄] 193
鹊桥仙[纤云弄巧] 194
千秋岁[水边沙外] 196
望海潮[梅英疏淡] 197
点绛唇[醉漾轻舟] 199
八六子[倚危亭] 200
南乡子[妙手写徽真] 202
踏莎行[雾失楼台] 203



米 芾

水调歌头[砧声送风急] 205

贺 铸

青玉案[凌波不过横塘路]
..... 206

踏莎行[杨柳回塘] 208

六州歌头[少年侠气] 209

蝶恋花[几许伤春春复暮]
..... 211

琴调相思引[终日怀归翻送客]
..... 212

半死桐[重过阊门万事非]
..... 213

捣练子[砧面莹] 214

捣练子[斜月下] 215

生查子[西津海鹢舟] 216

晁补之

盐角儿[开时似雪] 217

洞仙歌[青烟幂处] 218

水龙吟[问春何苦匆匆] 219

临江仙[谪宦江城无屋买]
..... 220

张 耒

秋蕊香[帘幕疏疏风透] 221

风流子[木叶亭皋下] 222

侯 蒙

临江仙[未遇行藏谁肯信]
..... 223

晁冲之

临江仙[忆昔西池池上饮]
..... 224

汉宫春[潇洒江梅] 226

周邦彦

兰陵王[柳阴直] 227

夜游宫[叶下斜阳照水] 230

解连环[怨怀无托] 231

六丑[正单衣试酒] 233

蝶恋花[月皎惊乌栖不定]
..... 235

诉衷情[出林杏子落金盘]
..... 236

关河令[秋阴时晴渐向暝]
..... 237

少年游[并刀如水] 239

毛 滂

惜分飞[泪湿阑干花著露]
..... 240

时 彦

青门饮[胡马嘶风] 242

赵令畤

蝶恋花[卷絮风头寒欲尽]
..... 243

蝶恋花[欲减罗衣寒未去]
..... 245

清平乐[春风依旧] 246

谢 逸

江神子[杏花村馆酒旗风]
..... 248



叶梦得

虞美人[落花已作风前舞] 249

水调歌头[秋色渐将晚] 251

刘一止

喜迁莺[晓光催角] 252

汪藻

点绛唇[新月娟娟] 254

万俟咏

长相思[短长亭] 255

长相思[一声声] 256

李元膺

洞仙歌[雪云散尽] 257

韩 轸

高阳台[频听银签] 258

陆 淞

瑞鹤仙[脸霞红印枕] 259

黄 昇

清平乐[珠帘寂寂] 261

严 蕊

卜算子[不是爱风尘] 262

朱敦儒

鹧鸪天[我是清都山水郎]
..... 263

相见欢[金陵城上西楼]
..... 264

陈 克

菩萨蛮[绿芜墙绕青苔院] 265

菩萨蛮[赤阑桥尽香街直]
..... 267

周紫芝

鹧鸪天[一点残红欲尽时]
..... 268

踏莎行[情似游丝] 270

赵 佶

燕山亭[裁翦冰绡] 272

五代词选

冯延巳

鹊踏枝[谁道闲情抛掷久] 273

采桑子[花前失却游春侣] 273

李 璟

摊破浣溪沙[菡萏香销
翠叶残] 274

李 煜

忆江南[多少恨] 274
相见欢[林花谢了春红]
..... 275

浪淘沙[帘外雨潺潺] 275

虞美人[春花秋月何时了]
..... 276

相见欢[无言独上西楼]
..... 276

李清照

- 武陵春[风住尘香花已尽] 277
- 添字丑奴儿[窗前谁种芭蕉树] 279
- 渔家傲[天接云涛连晓雾] 280
- 南歌子[天上星河转] 282
- 如梦令[常记溪亭日暮] 283
- 凤凰台上忆吹箫[香冷金猊] 285
- 行香子[草际鸣蛩] 286
- 醉花阴[薄雾浓云愁永昼] 287
- 清平乐[年年雪里] 289
- 如梦令[昨夜雨疏风骤] 290
- 鹧鸪天[暗淡轻黄体性柔] 292
- 声声慢[寻寻觅觅] 293
- 点绛唇[蹴罢秋千] 295
- 一剪梅[红藕香残玉簟秋] 296
- 菩萨蛮[风柔日薄春犹早] 298

吕本中

- 采桑子[恨君不似江楼月] 299

向子諲

- 秦楼月[芳菲歇] 300
- 阮郎归[江南江北雪漫漫] 301

胡世将

- 念奴娇[神州沉陆] 302

曹 组

- 蓦山溪[洗妆真态] 304

蔡 伸

- 柳梢青[数声鶗鴂] 305
- 苏武慢[雁落平沙] 306

陈与义

- 临江仙[忆昔午桥桥上饮] 307
- 临江仙[高咏楚词酬午日] 309

康与之

- 长相思[南高峰] 310

张元干

- 浣溪沙[山绕平湖波撼城] 311

廖世美

- 烛影摇红[霭霭春空] 312

岳 飞

- 满江红[怒发冲冠] 313
- 小重山[昨夜寒蛩不住鸣] 315

李重元

- 忆王孙[萋萋芳草忆王孙] 317



韩元吉

六州歌头[东风著意] 319

霜天晓角[倚天绝壁] 321

陆游

卜算子[驿外断桥边] 322

秋波媚[秋到边城角声哀]

..... 324

诉衷情[当年万里觅封侯]

..... 325

鹊桥仙[华灯纵博] 327

谢池春[壮岁从戎] 328

夜游宫[雪晓清笳乱起] 329

钗头凤[红酥手] 330

唐 琬

钗头凤[世情薄] 332

陆游妾

生查子[只知眉上愁] 334

蜀 妓

鹊桥仙[说盟说誓] 335

范成大

蝶恋花[春涨一篙添水面]

..... 336

水调歌头[细数十年事]

..... 337

杨万里

昭君怨[偶听松梢扑鹿] 338

《宋词册》——董其昌

书法作品 / 339

张孝祥

六州歌头[长淮望断] 345

念奴娇[洞庭青草] 348

西江月[满载一船秋色] 350

西江月[问讯湖边春色] 351

黄 机

霜天晓角[寒江夜宿] 352

聂胜琼

鹧鸪天[玉惨花愁出凤城]

..... 353

朱淑真

眼儿媚[迟迟春日弄轻柔]

..... 354

谒金门[春已半] 355

蝶恋花[楼外垂杨千万缕]

..... 356

辛弃疾

清平乐[茅檐低小] 357

念奴娇[野棠花落] 359

西江月[明月别枝惊鹊] 360

祝英台近[宝钗分] 362

丑奴儿[少年不识愁滋味]

..... 363

鹧鸪天[枕簟溪堂冷欲秋]

..... 365



贺新郎[绿树听鹈鴂]	366
摸鱼儿[更能消几番风雨]	
.....	368
水龙吟[楚天千里清秋]	370
贺新郎[甚矣吾衰矣]	373
永遇乐[千古江山]	375
南乡子[何处望神州]	378
鹧鸪天[唱彻阳关泪未干]	
.....	380
木兰花慢[老来情味减]	381
西江月[醉里且贪欢笑]	383
青玉案[东风夜放花千树]	
.....	384
菩萨蛮[青山欲共高人语]	
.....	386
菩萨蛮[郁孤台下清江水]	
.....	387
破阵子[醉里挑灯看剑]	389
贺新郎[把酒长亭说]	391

陈 亮

贺新郎[老去凭谁说]	393
水龙吟[闹花深处层楼]	395
水调歌头[不见南师久]	397
念奴娇[危楼还望]	398

刘 过

唐多令[芦叶满汀洲]	400
西江月[堂上谋臣尊俎]	402

姜 夔

鹧鸪天[肥水东流无尽期]	
.....	403
长亭怨慢[渐吹尽]	405

踏莎行[燕燕轻盈]	406
淡黄柳[空城晓角]	408
扬州慢[淮左名都]	409
永遇乐[云鬲迷楼]	411
点绛唇[燕雁无心]	413

章良能

小重山[柳暗花明春事深]	415
--------------------	-----

严 仁

木兰花[春风只在园西畔]	416
--------------------	-----

俞国宝

风入松[一春长费买花钱]	418
--------------------	-----

史达祖

双双燕[过春社了]	419
-----------------	-----

程 垓

水龙吟[夜来风雨匆匆]	421
-------------------	-----

卢祖皋

宴清都[春讯飞琼管]	422
------------------	-----

刘克庄

木兰花[年年跃马长安市]	423
卜算子[片片蝶衣轻]	425

淮上女

减字木兰花[淮山隐隐]	426
-------------------	-----

方 岳

水调歌头[秋雨一何碧]	427
-------------------	-----

李好古

谒金门[花过雨]	429
----------------	-----



吴文英

- 风入松〔听风听雨过清明〕…… 430
 祝英台近〔采幽香〕…… 432
 唐多令〔何处合成愁〕…… 433
 夜游宫〔人去西楼雁杳〕…… 435
 贺新郎〔乔木生云气〕…… 436
 浣溪沙〔门隔花深梦旧游〕
 …… 438

黄孝迈

- 湘春夜月〔近清明〕…… 440

王沂孙

- 齐天乐〔一襟余恨宫魂断〕
 …… 442
 水龙吟〔晓霜初著青林〕…… 444
 醉蓬莱〔扫西风门径〕…… 446

周密

- 玉京秋〔烟水阔〕…… 447
 曲游春〔禁苑东风外〕…… 449
 齐天乐〔清溪数点芙蓉雨〕…… 451

刘辰翁

- 柳梢青〔铁马蒙毡〕…… 453
 忆秦娥〔烧灯节〕…… 454

蒋捷

- 虞美人〔少年听雨歌楼上〕
 …… 455
 一剪梅〔一片春愁待酒浇〕
 …… 457
 声声慢〔黄花深巷〕…… 458
 梅花引〔白鸥问我泊孤舟〕
 …… 459

文天祥

- 沁园春〔为子死孝〕…… 460
 念奴娇〔乾坤能大〕…… 462

张炎

- 解连环〔楚江空晚〕…… 463
 清平乐〔采芳人杳〕…… 465

王清惠

- 满江红〔太液芙蓉〕…… 466

纳兰容若词欣赏

- 长相思〔山一程〕…… 467
 木兰花〔人生若只如初见〕… 468
 浣溪沙〔谁念西风独自凉〕… 469
 浣溪沙〔残雪凝辉冷画屏〕… 470



词的概念、分类与流派

词的概念

词的概念

词，是中国古代诗歌的一种，起源于隋唐时期，在宋代时达到顶峰，故俗称宋词。在文学史上，词以其特有的抑扬顿挫的音乐美及所抒发的浓烈深挚的情感，成为一种深受人们喜爱的文学体裁。

词最初称为“曲词”或者“曲子词”，还有近体乐府、长短句、曲子、曲词、乐章、琴趣、诗余等别名。词牌是词的调子的名称，不同的词牌在总字数、句数，每句的字数、平仄上都有规定。词一般都分两段，称为上下片或上下阕，极个别的有不分段或两阕以上的。只有一段的称为单调，分两段的称为双调，分三段或四段的称为三叠或四叠。

词的分类

词大致可分为三类：58字以内的称为小令，59~90字的称为中调，91字以上的称为长调，事实上这种分类方法并不十分科学。此外，宋人将词分为令、引、近、慢四种，然而这种分类方法并不是很清晰。简单地说，令即小令，引和近约等于中调，慢词就是所谓的长调。长调的特点，除了字数较多以外，就是一般用韵较疏。

词的流派

词一般分为婉约、豪放两大流派。婉约词一般以男女情爱、离情别绪、伤春悲秋为题材，语言婉丽柔美，含蓄蕴藉，情景交融，声调和谐。代表人物有柳永、欧阳修、晏殊、晏几道、秦观、周邦彦、李清照、姜夔、吴文英等。

豪放派题材更为广阔，不仅描写花前月下，还将军情国事之类的重大题材入词，使词能像诗文一样反映社会现实。豪放词风格气势恢弘、崇尚直率。代表人物有苏轼、辛弃疾、岳飞、陈亮、陆游等。

需要注意的是，“婉约”“豪放”之分有一定的局限性，因为词体的

