

国学经典

宋词三百首注释

季南  
注释

国学经典

宋词三百首注释

季南  
注释



上海三联书店

## 图书在版编目 (CIP) 数据

宋词三百首注释 / 季南注释. —2 版. —上海:  
上海三联书店, 2018.9  
ISBN 978-7-5426-6371-9  
I. ①宋… II. ①季… III. ①宋词—注释 IV. ① I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 138148 号

### 宋词三百首注释

---

---

注 释 / 季 南

责任编辑 / 程 力

特约编辑 / 苑浩泰

装帧设计 / metis 灵动视线

监 制 / 姚 军

出版发行 / 上海三联书店

(201199) 中国上海市都市路 4855 号 2 座 10 楼

邮购电话 / 021-22895557

印 刷 / 三河市华润印刷有限公司

版 次 / 2018 年 9 月第 2 版

印 次 / 2018 年 9 月第 1 次印刷

开 本 / 640×960 1/16

字 数 / 124 千字

印 张 / 22.5

---

---

ISBN 978-7-5426-6371-9/I · 1418

定 价: 28.80 元

## 前 言

十年生死两茫茫，不思量，自难忘。  
千里孤坟，无处话凄凉。  
纵使相逢应不识，尘满面，鬓如霜。  
夜来幽梦忽还乡，小轩窗，正梳妆。  
相顾无言，惟有泪千行。  
料得年年肠断处，明月夜，短松冈。

——苏轼《江城子》

词，又称诗余、曲子词、长短句等。一千余年来，它以轻灵的姿态、悠扬的声韵、婉转的体格和深美的意蕴博得了无数读者的喜爱，成为中华民族传统文化中的精品，同时也是世界文化宝库中独一无二的文学瑰宝。

词大致始滥觞于梁，成熟于唐而极盛于宋，故称宋词，与唐诗并为唐宋两朝的文学象征。最早，梁武帝萧衍曾制《江南弄》：

美人绵眇在云堂，雕金镂竹眠玉床，  
婉爱寥亮绕红梁。  
绕红梁，流月台。

驻狂风，郁徘徊。

这还不是词，只是乐府歌曲，但句式参差，已见词的端倪，同时代的沈约曾和此曲。沈约也擅长作那种介于诗、词、赋之间的“长短句”。陶弘景的《寒夜怨》则已经非常接近于词了：

夜云生，夜鸿惊，凄切嘹唳伤夜情。  
空山霜满高烟平，铅华沉照帐孤明。  
寒月微，寒风紧。  
愁心绝，愁泪尽。  
情人不胜怨，思来谁能忍？

隋唐之际，燕乐兴起，为了在宴席上歌唱取乐，人们开始依声填词，从而极大地促进词体文学的发展。现存较早的李白的多首词作，艺术水平已相当高，只是真伪难辨。在中唐，已有几位诗人能够在吟诗之余，作几首清美的小曲儿唱唱。如白居易的《长相思》：

汴水流，泗水流，流到瓜洲古渡头，吴山点点愁。  
思悠悠，恨悠悠，恨到归时方始休，月明人倚楼。

由唐、五代至北宋前期的数百年时间里，词都被看成是小技，是附庸风雅的文字游戏。文人只是偶尔戏作几首，并不把它当作一种严肃的文学体裁。除了民间词和早先的调笑令以外，唐五代词大都诉说男欢女爱，与诗歌的言情述志比起来，过于

轻艳缠绵。诗庄词艳，这是二者明显的界线。诗尚一气直下，词尚回环曲折。如温庭筠在诗中写的是“千峰随雨暗，一径入云斜”，而在词中只能是“愁杀平原年少，回首挥泪千行”。

北宋初期，虽有一些像中唐时那样清秀的小词，但数量太少且一直无大家出现；而到了晏殊和欧阳修大量作词时，又继承的是晚唐五代的委婉格调，其成就在于洗脱了那些轻艳柔媚之语，而增加了意蕴。如晏几道的《点绛唇》：

花信来时，恨无人似花依旧。  
又成春瘦，折断门前柳。  
天与多情，不与长相守。  
分飞后，泪痕和酒，占了双罗袖。

与晏欧同时，还有善于作慢词的柳永。他推进了词体的发展，但未能提高词的文学地位。直到北宋中期，苏轼开始以诗为词，词才开始脱离“艳科”之藩篱，变得与诗一样，无所不能言。在他手中，词不再主要靠声色取悦于人，而且还有丰富的内容，显得生机盎然，气势磅礴，逸气纵横，令人耳目一新。如《江城子·密州出猎》：

老夫聊发少年狂，左牵黄，右擎苍。  
锦帽貂裘，千骑卷平冈。  
为报倾城随太守，亲射虎，看孙郎。  
酒酣胸胆尚开张，鬓微霜，又何妨。  
持节云中，何日遣冯唐？

会挽雕弓如满月，西北望，射天狼。

然而，苏轼的这种做法非但没有被当时的文学界认同，反而引起诸多的反对之声说“要非本色”，“长短句中诗也”。连苏门最杰出的词人秦观都没有走他的路子，而是将欧晏词风提到一个新的高度，妍姿幽态，人谓独得“词心”。除了黄庭坚和晁补之等人学苏轼作一些词以外，其他词人，尤其是周邦彦领导的一批专业词人，都恪守传统，仍然在写情的狭隘田地上耕耘。宋词到此只注重技巧，没有什么创新，眼见就要衰落下去了，一场巨大的变故给它的再兴创造了契机。

1126年，金兵南侵，攻破汴京，俘虏了徽宗和钦宗二帝，北宋灭亡。而后，赵构在南方即位为新君，开启了苟且偷安的南宋王朝。这一场国难打破了文人们醉生梦死的生活，令许多词人落入悲惨的境地，再也不能做他们花前月下的美梦了。于是，一贯婉约的词风到此发生了根本的转变，整个词坛焕发出一股阳刚之气，苏轼豪放的词风成了主流。且看岳飞的《满江红》：

怒发冲冠，凭阑处、潇潇雨歇。  
抬望眼，仰天长啸，壮怀激烈。  
三十功名尘与土，八千里路云和月。  
莫等闲、白了少年头，空悲切。  
靖康耻，犹未雪。臣子恨，何时灭！  
驾长车，踏破贺兰山缺。  
壮志饥餐胡虏肉，笑谈渴饮匈奴血。  
待从头、收拾旧山河，朝天阙。

后数十年，伟大的爱国词人辛弃疾以其非凡的才力使词呈现出精神焕发的风貌，前人评价他：“驰骋百家，搜罗万象”，“横绝六合，扫空万古”。其身后一大批追随者与他一起，将豪放词推向了顶峰。但辛词的缺点也不必讳言，他不但以诗为词，还以文为词，经常在词作中议论纵横，令作品的韵味减少，有时用典过多使词流于艰涩难懂。

随着偏安局面的稳定，以姜夔为首的婉约词风开始回流。越来越多的词人逐渐对那种一味粗豪、不重技巧的词风反感起来。周邦彦成了人们效仿的对象，格律的完善成了晚宋词坛的主导。这时词人写词都追求雅正，一定不能跟平时说话一样。如沈义父云：“说桃不可直说破桃，须用‘红雨’‘刘郎’等字。咏柳不可直说破柳，须用‘章台’‘灞岸’等字。”典型如吴文英的《青玉案》：

短亭芳草长亭柳，记桃叶，烟江口。

今日江村重载酒。

残杯不到乱红青冢，满地间春绣。

翠阴曾摘梅枝嗅，还忆秋千玉葱手。

红索倦将春去后。

蔷薇花落，故园胡蝶，粉薄残香瘦。

可以看出，这首词格律虽佳，但全由一堆虚浮的艳语拼凑而成。只重技巧，没有真情实感，这是很多晚宋词人的通病。

而随着南宋的灭亡，词道也就一起没落了。



《宋词三百首》是清代人朱祖谋编的一个宋词选本，收入两宋词作近三百首。之所以近百年影响不衰，全得益于选编者深厚的词学功底。

朱祖谋（1857—1931），号“上疆村民”，光绪九年（1883）进士，一度为御用文人，后归隐。他在词学上有着极深的造诣，所编《彊村丛书》严校唐、五代、宋、金、元词集，为词学资料善本。《宋词三百首》为其晚年融会一生心血精心订制而成，自1924年初版问世以来，广受好评。

《宋词三百首》选词的范围非常广泛，宋代每一个时期都有一定数量的词作入选。哪怕是一个微不足道的词人，只要有好的作品传世，也都给予选录。上至皇帝（被置于卷首），下至僧人、妇女（被置于卷尾），都无遗漏。词牌的分配上也比较均匀，选词最多的《蝶恋花》不过十一首，而一些较特殊的词牌如《三台》，即使没有佳作也要选一首以备调。

《宋词三百首》的选词侧重于词的结构和意蕴方面，简单的作品则较少选入。比如所选第一首为北宋皇帝赵佶的《宴山亭》，可其在艺术上比不上另一首《眼儿媚》。前者是慢词，上百字的长调；后者是小令，几十字的短章。前者意蕴丰富，因而虽然差些还是被选入了，而艺术性较好的小令因其简单反而未被选入。这也是全书的通例，长调入选的比例比小令要高得多。《如梦令》仅三十三字，就一首也没有入选。

再者，编者非常偏好格律派的词，吴文英的作品选得最多，达二十五首，其次是周邦彦，共二十二首，比苏、辛这样一等大家的两倍还要多。辛弃疾存词六百余首，居两宋之首，却只

有十二首作品被选入，连他多样的风格都概括不全。而姜夔所存词只及辛之十一，却有十七首作品入选。

最后，《宋词三百首》只选宋词，而宋代以前也曾出现过不少优秀的词作，尤其是南唐后主李煜的作品更是极具魅力。这些作品不但具有极高的审美价值，还有很高的历史价值，《宋词三百首》未能对其概括，实在是太可惜了！

为了弥补这诸多的缺憾，本书再从《全唐五代词》和《全宋词》中精心选取一百余首优美的词篇，编成《唐宋词遗珍》，作为附录。每一首只就其艺术性稍作点评，不再详注。

《唐宋词遗珍》选词标准不再是词的意蕴，而是看重它的风味，所以比较偏重圆美的小令和那些具有民间气息的作品。如无名氏的《鹧鸪天》：

镇日无心扫黛眉，临行愁见理征衣。  
樽前只恐伤郎意，阁泪汪汪不敢垂。  
停宝马，捧瑶卮，相斟相劝忍分离。  
不如饮待奴先醉，图得不知郎去时。

此外，笔者认为诗词需有必要的韵律感，所以《唐宋词遗珍》中所选词都是用普通话读来能够押韵的，默诵或朗诵起来能产生很强的韵律美。

本书底本，采用上海古籍出版社唐圭璋先生的《宋词三百首笺注》，以上海辞书出版社的《宋词鉴赏辞典》、中华书局《全宋词》、中华书局《宋词三百首》等参校。作为普及性读物，

本书注释着重于注音、典故等，对词作尽量不作评断。特别需要说明的是，一位令人尊敬的编辑曾告诉我说，排版本无定式，为作者考虑，打破常规亦无不可；笔者深以为然。出于此，本书正文部分，遵循传统方式，各片相连，只在中间增加间距；而在前言及附录部分，不再分片，大致以句号分行，力图体现“长短句”的形式美。优劣美丑，读者自断。

由于笔者才疏学浅，书中难免有失当及错误之处，还望读者不吝赐教。

季南

2012年10月

# 目 录

前 言	1	清平乐二首	14
宋词三百首		木兰花三首	15
赵 佶		踏莎行二首	17
宴山亭	3	蝶恋花	18
钱惟演		韩 缜	
木兰花	5	凤箫吟	20
范仲淹		宋 祁	
苏幕遮	6	木兰花	21
御街行	7	欧阳修	
张 先		采桑子	22
千秋岁	8	诉衷情	23
菩萨蛮	9	踏莎行	23
醉垂鞭	10	蝶恋花三首	24
一丛花	10	木兰花	26
天仙子	11	浪淘沙	26
青门引	12	青玉案	27
晏 殊		柳 永	
浣溪沙二首	13	曲玉管	29
		雨霖铃	30

- 蝶恋花…………… 31
- 采莲令…………… 32
- 浪淘沙慢…………… 33
- 定风波…………… 34
- 少年游…………… 35
- 戚氏…………… 35
- 夜半乐…………… 37
- 玉蝴蝶…………… 38
- 八声甘州…………… 38
- 迷神引…………… 39
- 竹马子…………… 40
- 王安石**
- 桂枝香…………… 41
- 千秋岁引…………… 42
- 王安国**
- 清平乐…………… 44
- 晏儿道**
- 临江仙…………… 45
- 蝶恋花二首…………… 46
- 鹧鸪天…………… 47
- 生查子…………… 47
- 木兰花二首…………… 48
- 清平乐…………… 49
- 阮郎归二首…………… 49
- 六么令…………… 50
- 御街行…………… 51
- 虞美人…………… 52
- 留春令…………… 52
- 思远人…………… 53
- 苏轼**
- 水调歌头…………… 54
- 水龙吟…………… 55
- 永遇乐…………… 56
- 洞仙歌…………… 57
- 卜算子…………… 58
- 青玉案…………… 59
- 江城子…………… 60
- 临江仙…………… 60
- 定风波…………… 61
- 贺新郎…………… 62
- 秦观**
- 望海潮…………… 63
- 八六子…………… 64
- 满庭芳二首…………… 65
- 减字木兰花…………… 67
- 浣溪沙…………… 68
- 阮郎归…………… 68
- 晁端礼**
- 绿头鸭…………… 69
- 赵令畤**
- 蝶恋花二首…………… 71
- 清平乐…………… 72
- 晁补之**
- 水龙吟…………… 73

- 忆少年····· 74
- 洞仙歌····· 75
- 晁冲之
- 临江仙····· 76
- 舒  亶
- 虞美人····· 77
- 朱  服
- 渔家傲····· 78
- 毛  滂
- 惜分飞····· 79
- 陈  克
- 菩萨蛮二首····· 80
- 李元膺
- 洞仙歌····· 82
- 时  彦
- 青门饮····· 83
- 李之仪
- 谢池春····· 84
- 卜算子····· 85
- 周邦彦
- 瑞龙吟····· 86
- 风流子····· 87
- 兰陵王····· 88
- 琐窗寒····· 89
- 六  丑····· 90
- 夜飞鹊····· 91
- 满庭芳····· 92
- 过秦楼····· 93
- 花  犯····· 95
- 大  酺····· 96
- 解语花····· 97
- 蝶恋花····· 98
- 解连环····· 98
- 拜星月慢····· 99
- 关河令····· 100
- 绮寮怨····· 101
- 尉迟杯····· 102
- 西  河····· 102
- 瑞鹤仙····· 103
- 浪淘沙慢····· 104
- 应天长····· 105
- 夜游宫····· 106
- 贺  铸
- 青玉案····· 107
- 感皇恩····· 108
- 薄  幸····· 108
- 浣溪沙二首····· 109
- 石州慢····· 110
- 蝶恋花····· 111
- 天门谣····· 112
- 天  香····· 112
- 望湘人····· 113
- 绿头鸭····· 114

- 张元幹  
     石州慢…………… 116  
     兰陵王…………… 117
- 叶梦得  
     贺新郎…………… 118  
     虞美人…………… 119
- 汪藻  
     点绛唇…………… 120
- 刘一止  
     喜迁莺…………… 121
- 韩 轸  
     高阳台…………… 122
- 李 邴  
     汉宫春…………… 123
- 陈与义  
     临江仙二首…………… 124
- 蔡 伸  
     苏武慢…………… 126  
     柳梢青…………… 127
- 周紫芝  
     鹧鸪天…………… 128  
     踏莎行…………… 128
- 李 甲  
     帝台春…………… 130
- 李重元  
     忆王孙…………… 131
- 万俟咏  
     三 台…………… 132
- 徐 伸  
     二郎神…………… 134
- 田 为  
     江神子慢…………… 135
- 曹 组  
     蓦山溪…………… 136
- 李 玉  
     贺新郎…………… 137
- 廖世美  
     烛影摇红…………… 138
- 吕渭老  
     薄 幸…………… 139
- 鲁逸仲  
     南 浦…………… 140
- 岳 飞  
     满江红…………… 141
- 张 抡  
     烛影摇红…………… 143
- 程 垓  
     水龙吟…………… 144
- 张孝祥  
     六州歌头…………… 145  
     念奴娇…………… 146

- 韩元吉  
六州歌头…………… 148  
好事近…………… 149
- 袁去华  
瑞鹤仙…………… 150  
剑器近…………… 150  
安公子…………… 151
- 陆 淞  
瑞鹤仙…………… 152
- 陆 游  
卜算子…………… 153
- 陈 亮  
水龙吟…………… 154
- 范成大  
忆秦娥…………… 155  
眼儿媚…………… 156  
霜天晓角…………… 156
- 辛弃疾  
贺新郎…………… 157  
念奴娇…………… 158  
汉宫春…………… 159  
贺新郎…………… 159  
水龙吟…………… 160  
摸鱼儿…………… 161  
永遇乐…………… 162  
木兰花慢…………… 163  
祝英台近…………… 164
- 青玉案…………… 165  
鹧鸪天…………… 165  
菩萨蛮…………… 166
- 姜 夔  
点绛唇…………… 167  
鹧鸪天…………… 167  
踏莎行…………… 168  
庆宫春…………… 169  
齐天乐…………… 170  
琵琶仙…………… 171  
八 归…………… 172  
念奴娇…………… 172  
扬州慢…………… 173  
长亭怨慢…………… 174  
淡黄柳…………… 175  
暗 香…………… 176  
疏 影…………… 177  
翠楼吟…………… 177  
杏花天…………… 178  
一萼红…………… 179  
霓裳中序第一…………… 179
- 章良能  
小重山…………… 181
- 刘 过  
唐多令…………… 182
- 严 仁  
木兰花…………… 183



## 俞国宝

风入松····· 184

## 张 铤

满庭芳····· 185

宴山亭····· 185

## 史达祖

绮罗香····· 187

双双燕····· 187

东风第一枝····· 188

喜迁莺····· 189

三姝媚····· 189

秋 霁····· 190

夜合花····· 191

玉蝴蝶····· 191

八 归····· 192

## 刘克庄

木兰花····· 193

贺新郎二首····· 193

生查子····· 195

## 卢祖皋

江城子····· 196

宴清都····· 196

## 潘 枋

南乡子····· 198

## 陆 叟

瑞鹤仙····· 199

## 吴文英

渡江云····· 200

夜合花····· 201

霜叶飞····· 202

宴清都····· 203

齐天乐····· 204

花 犯····· 204

浣溪沙二首····· 205

点绛唇····· 206

祝英台近二首····· 207

澡兰香····· 208

风入松····· 209

莺啼序····· 210

惜黄花慢····· 211

高阳台二首····· 212

三姝媚····· 213

八声甘州····· 214

踏莎行····· 215

瑞鹤仙····· 215

鹧鸪天····· 216

夜游宫····· 216

贺新郎····· 217

唐多令····· 218

## 黄孝迈

湘春夜月····· 219

## 潘希白

大 有····· 220