

宋词三百首

〔清〕朱祖谋（上彊村民）编

附 词律教程

谢桃坊 评注

新评新注

巴蜀书社

宋词三百首

谢桃坊评注

附词律教程

谢桃坊撰



巴蜀書社

策划组稿:陈大利

责任编辑:周道贵

封面设计:金龙图书工作室

宋词三百首(附:诗律教程)

谢桃坊 评注

巴蜀书社出版发行 (成都盐道街三号 邮编 610012)

总编室电话:(028)6656816 发行科电话:(028)6662019

新华书店经销

成都宏明印刷厂印刷

成都市锦江区·工业园区

(新成仁路琉璃乡)(028)5916407

开本787×1092 1/32 印张11.75 字数250千

1999年8月第一版 2000年3月第二次印刷

印数 10001—12000

ISBN7—80523—144—3/I·65

定价:15.00 元

本书如有印装质量问题请与工厂调换

评 注 前 言

自唐代以来，社会上流行一种新的音乐——燕乐。它节奏明快，曲调优美，热烈活泼。配合流行音乐的歌词也相应地发展起来，这就是长短句形式的词。词的发展经中晚唐文人的试作和五代词人的努力，使这种新的文学样式在艺术上渐渐走向成熟，而到宋代便进入繁荣兴盛的时期，艺术成就臻于高峰，因而同唐诗和元曲一样被誉为“时代文学”。在宋人的眼光中通俗的流行歌词是诸种文学体裁中很卑贱的一种，所以往往称之为“小词”，但他们却又私自喜爱这种文学样式，将它作为个人真实情感的载体和遣兴娱宾的工具。词人们在创作时服从于心的规律，摆脱了传统的儒家文学教化观念，抛弃了社会舞台上的人格面具，展现了真实的自我，所以与宋诗、宋文相比较，宋词更使我们感到亲切和可爱。它那古典艺术的光辉能给各个时代的人们以美的享受，而且还能产生某种心灵的共鸣。

词人们在花间尊前为演唱通俗歌词的小唱女艺人写作倚红偎翠、消粉黛、真感顽艳的新词，道出“人生自是





有情痴，此恨不干风与月”的坦诚，流露“天涯地角有穷时，只有相思无尽处”的想念，表现“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”的执著，或是抒写“山盟虽在，锦书难托”的沉痛。词人们在作品中追忆青年时代“杏花疏影里，吹笛到天明”的情致，登临怀古而感叹“浪淘尽千古风流人物”，感念生平而有“天下英雄，使君与操”的非凡抱负，壮志未酬而期待“红巾翠袖，搵英雄泪”的抚慰。当汉民族国家危亡之际，词人们“怒发冲冠”唱出了时代的强音，歌声悲壮激烈。我们读到宋词便会感到词人们优美的情感、执著的追求、善良的愿望和跳动的生命。

时代文学每每是一个艺术创新的过程，产生了瑰丽的艺术世界，出现了缤纷的艺术风格。宋词不仅有“只合十七八女郎执红牙板歌‘杨柳岸晓风残月’”的婉约词，也有“须关西大汉，铜琵琶、铁绰板唱‘大江东去’”的豪放词。这两大类风格尚不足以包容宋词的多种多样的艺术风格。它还有“把酒问青天”的旷达，“废池乔木犹厌言兵”的幽韵，“梅子黄时雨”的精整，“片绣点重茵”的浓艳，“钗钿堕处遗香泽”的缜密，“男儿西北有神州”的粗率，“万绿西冷，一抹荒烟”的清空，“红了樱桃，绿了芭蕉”的清新自然。它们五光十色，辉煌璀璨，构成了词体文学的范式，成为我国珍贵的文学遗产。

宋代有词人一千四百余家，作品二万余首。它比唐诗的作家作品的数量少一倍，但因词体有严格的音律要求，创作时的困难很多，所以宋词能有这样多的作品在世界古典音乐文学史上已属罕见的了。自宋代以来，每个时代的





人们总是按照自己的审美观念去解读和欣赏宋词，去认识古典艺术世界之美，去发现我们民族文化的精神本质，为那些善良的情感而引起共鸣，为那些热情奔放的歌声而激发进取的精神。这些古典作品至今犹闪耀着艺术生命之光，令人惊叹和喜爱。现代的人们若要认识中华传统的文化精神，那么从宋词里可见到中华民族的一段思想和情感的真实历程。

《宋词三百首》是近世著名词学家朱祖谋于1924年编选的，为宋词之名选本。朱祖谋，一名孝臧，字古微，号沅尹，又号彊村；浙江归安（湖州）人，清咸丰七年（1857）生。光绪九年（1883）进士，改庶吉士，授编修，历充会典馆总纂，累迁至礼部侍郎。光绪三十年（1904）出为广东学政，旋即称疾辞归，隐居苏州。1931年卒于上海，归葬吴兴。朱祖谋曾校刻唐宋金元词一百六十余家为《彊村丛书》，辑有《湖州词徵》三十卷，《国朝湖州词录》六卷，《沧海遗音集》十三卷；词集《彊村语业》三卷；龙榆生辑有《彊村老人评词》及其论词书札为一卷。其《宋词三百首》所选取的作品以典雅和浑成为主，近世较为流行，曾有词学大师唐圭璋的笺注。兹为便于现代读者阅读和欣赏，谨就此选本重新进行简明注释，并附简要评论以供读者参考。附录的《词律教程》是我讲授词学的讲义，可供有兴趣学习填词者参照。凡有疏漏与错误之处，尚祈读者教正。



原

序

词学极盛于两宋，读宋人词当于体格、神致间求之，而体格尤重于神致。以浑成之一境为学人必赴之程境，更有进于浑成者，要非可躐而至，此关系学力者也。神致由性灵出，即体格之至美，积发而为清晖芳气而不可掩者也。近世以小慧侧艳为词，致斯道为之不尊，往往涂抹半生，未窥宋贤门径，何论堂奥！未闻有人焉，以神明与古会，而抉择其至精，为来学周行之示也。彊村先生尝选《宋词三百首》，为小阮逸馨诵习之资；大要求之体格、神致，以浑成为主旨。夫浑成未遽诣极也，能循途守辙于三百首之中，必能取精用闳于三百首之外，益神明变化于词外求之，则夫体格、神致间尤有无形之契合，自然之妙造，即更进于浑成，要亦未为止境。夫无止境之学，可不有以端其始基乎？则彊村兹选，倚声者宜人置一编矣。

中元甲子燕九日 临桂况周颐



目

录

评注前言	(1)
原 序	(1)
赵 佶	
宴山亭	(1)
钱惟演	
木兰花	(3)
范仲淹	
苏幕遮	(4)
御街行	(4)
张 先	
千秋岁	(6)
菩萨蛮	(7)
醉垂鞭	(7)
一丛花	(7)
天仙子	(8)
青门引	(9)
晏 殊	
浣溪沙	(10)
浣溪沙	(10)
清平乐	(11)
清平乐	(11)
木兰花	(12)





新评新注·宋词三百首

木兰花	(13)
木兰花	(13)
踏莎行	(14)
踏莎行	(14)
蝶恋花	(15)

韩 缜

凤箫吟	(16)
-----	------

宋 祁

木兰花	(17)
-----	------

欧阳修

采桑子	(18)
诉衷情	(19)
踏莎行	(19)
蝶恋花	(20)
蝶恋花	(20)
蝶恋花	(21)
木兰花	(22)
浪淘沙	(22)
青玉案	(23)

柳 永

曲玉管	(24)
雨霖铃	(25)
蝶恋花	(26)
采莲令	(26)
浪淘沙慢	(27)
定风波	(28)
少年游	(29)
戚 氏	(30)





新评新注·宋词三百首

夜半乐	(31)
玉胡蝶	(32)
八声甘州	(33)
迷神引	(33)
竹马子	(34)
王安石	
桂枝香	(36)
千秋岁引	(37)
王安国	
清平乐	(39)
晏几道	
临江仙	(40)
蝶恋花	(41)
蝶恋花	(41)
鹧鸪天	(42)
生查子	(42)
木兰花	(43)
木兰花	(43)
清平乐	(44)
阮郎归	(44)
阮郎归	(45)
六幺令	(46)
御街行	(46)
虞美人	(47)
留春令	(48)
思远人	(48)
苏轼	
水调歌头	(50)





新评新注·宋词三百首

水龙吟	(51)
永遇乐	(53)
洞仙歌	(54)
卜算子	(56)
青玉案	(57)
临江仙	(58)
定风波	(59)
江城子	(59)
贺新郎	(61)

秦 观

望海潮	(63)
八六子	(64)
满庭芳	(64)
满庭芳	(65)
减字木兰花	(66)
浣溪沙	(67)
阮郎归	(67)

晁端礼

绿头鸭	(69)
-----------	------

赵令時

蝶恋花	(71)
蝶恋花	(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 (80)

菩萨蛮 (80)

李元膺

洞仙歌 (82)

叶 彦

青门饮 (84)

李之仪

谢池春 (86)

卜算子 (87)

周邦彦

瑞龙吟 (88)

风流子 (90)

兰陵王 (91)

琐窗寒 (92)

六 丑 (93)

夜飞鹊 (95)

满庭芳 (96)

过秦楼 (97)





新评新注·宋词三百首

花 犯	(98)
大 酺	(98)
解语花	(100)
蝶恋花	(101)
解连环	(101)
拜星月慢	(102)
关河令	(103)
绮寮怨	(104)
尉迟杯	(105)
西 河	(105)
瑞鹤仙	(107)
浪淘沙慢	(109)
应天长	(110)
夜游宫	(111)
贺 铸	
青玉案	(112)
感皇恩	(113)
薄 幸	(113)
浣溪沙	(114)
浣溪沙	(115)
石州慢	(115)
蝶恋花	(116)
天门谣	(117)
天 香	(117)
望湘人	(118)
绿头鸭	(119)

张元干

石州慢	(121)
-----------	-------





新评新注·宋词三百首

兰陵王	(122)
叶梦得	
贺新郎	(124)
虞美人	(126)
汪 藻	
点绛唇	(127)
刘一止	
喜迁莺	(128)
韩 偓	
高阳台	(129)
李 邴	
汉宫春	(130)
陈与义	
临江仙	(131)
临江仙	(132)
蔡 伸	
苏武慢	(133)
柳梢青	(134)
周紫芝	
鹧鸪天	(135)
踏莎行	(135)
李 甲	
席台春	(137)
忆王孙	(138)
万俟咏	
三 台	(139)





徐 伸	
二郎神	(141)
田 为	
江神子慢	(143)
曹 组	
蓦山溪	(144)
李 玉	
贺新郎	(145)
廖世美	
烛影摇红	(147)
吕谓老	
薄 幸	(148)
孔 夷	
南 浦	(149)
岳 飞	
满江红	(150)
张 抡	
烛影摇红	(152)
程 垓	
水龙吟	(154)
张孝祥	
六州歌头	(155)
念奴娇	(157)
韩元吉	
六州歌头	(159)
好事近	(160)





新评新注·宋词三百首

袁去华

- 瑞鹤仙 (162)
剑器近 (163)
安公子 (163)

陆 淞

- 瑞鹤仙 (165)

陆 游

- 卜算子 (166)

陈 亮

- 水龙吟 (168)

范成大

- 忆秦娥 (170)
眼儿媚 (170)
霜天晓角 (171)

辛弃疾

- 贺新郎 (172)
念奴娇 (173)
汉宫春 (174)
贺新郎 (175)
水龙吟 (176)
摸鱼儿 (178)
永遇乐 (179)
木兰花慢 (181)
祝英台近 (182)
青玉案 (183)
鹧鸪天 (184)
菩萨蛮 (185)





姜 夔

点绛唇·····	(187)
鹧鸪天·····	(188)
踏莎行·····	(189)
庆宫春·····	(189)
齐天乐·····	(191)
琵琶仙·····	(192)
八 归·····	(193)
念奴娇·····	(194)
扬州慢·····	(195)
长亭怨慢·····	(197)
淡黄柳·····	(198)
暗 香·····	(199)
疏 影·····	(200)
翠楼吟·····	(201)
杏花天·····	(202)
一萼红·····	(203)
霓裳中序第一·····	(204)

章良能

小重山·····	(207)
----------	-------

刘 过

唐多令·····	(208)
----------	-------

严 仁

木兰花·····	(210)
----------	-------

俞国宝

风入松·····	(211)
----------	-------

