

○新校 ○新注 ○翻译

双色图文经典

宋词三百首



上疆村民 编
陈文豹 陈连康 注译

安徽人民出版社

安徽人民出版社

宋词三百首

●上彊村民 编 ●陈文豹 ●陈连康 注译





责任编辑:唐伽 李莉 贾兴权 装帧设计:泽海

图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首/陈文豹等注译—合肥:安徽人民出版社,2001.9
(双色图文经典丛书)

ISBN 7-212-01923-2

I. 宋… II. 陈… III. ①宋词-选集 ②宋词-注释

IV. I 222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 059422 号

宋词三百首

上疆村民 编 陈文豹 陈连康 注译

出版发行:安徽人民出版社

地 址:合肥市金寨路 381 号九州大厦 邮编 230063

发行部:0551-2833066 0551-2833099 (传真)

E - mail: ahp0208@sina.com

经 销:新华书店

照 排:溪洲图文制排中心

印 刷:西安建筑科技大学印刷厂

开 本:850×1168 1/32 印张:11 字数:300 千

版 次:2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN7-212-01923-2/G·328

定 价:22.00 元

印 数:00001—10000

本版图书凡印刷、装订错误可及时向承印厂调换



目 录

赵 佶 (一首)

宴山亭·裁翦冰绡 (1)

钱惟演 (一首)

木兰花·城上风光莺语乱 (2)

范仲淹 (三首)

渔家傲·塞下秋来风景异 (3)

苏幕遮·碧云天 (4)

御街行·纷纷坠叶飘香砌 (5)

张 先 (七首)

千秋岁·数声鶯鴂 (6)

菩萨蛮·哀筝一弄《湘江曲》 (7)

醉垂鞭·双蝶绣罗裙 (8)

一丛花·伤高怀远几时穷 (9)

天仙子·《水调》数声持酒听 (10)

青门引·乍暖还轻冷 (11)

生查子·含羞整翠鬟 (12)

晏 殊 (十一首)

浣溪沙·一曲新词酒一杯 (13)

浣溪沙·一向年光有限身 (13)

清平乐·红笺小字 (14)

清平乐·金风细细 (15)

木兰花·燕鸿过后莺归去 (15)

木兰花·池塘水绿风微暖 (16)

木兰花·绿杨芳草长亭路 (17)

踏莎行·祖席离歌 (18)

踏莎行·小径红稀 (18)

踏莎行·碧海无波 (19)

蝶恋花·六曲阑干偎碧树 (20)

韩 偓 (一首)

凤箫吟·锁离愁连绵无际 (21)

宋 祁 (一首)

木兰花·东城渐觉风光好 (22)

欧阳修 (十一首)

采桑子·群芳过后西湖好 (23)

诉衷情·清晨帘幕卷轻霜 (24)

踏莎行·候馆梅残 (24)

蝶恋花·庭院深深深几许 (25)

蝶恋花·谁道闲情抛弃久 (26)

蝶恋花·几日行云何处去 (27)

木兰花·别后不知君远近 (27)

临江仙·柳外轻雷池上雨 (28)

浣溪沙·堤上游人逐画船 (29)

浪淘沙·把酒祝东风 (30)

青玉案·一年春事都来几 (31)

聂冠卿 (一首)

多丽·想人生 (31)

柳 永 (十三首)

曲玉管·陇首云飞 (33)

雨霖铃·寒蝉凄切 (34)

蝶恋花·伫倚危楼风细细 (35)

采莲令·月华收 (36)

浪淘沙慢·梦觉透窗风一线 (37)

定风波·自春来 (38)

少年游·长安古道马迟迟 (39)

戚氏·晚秋天 (40)

夜半乐·冻云黯淡天气 (42)

玉蝴蝶·望处雨收云断 (43)

八声甘州·对潇潇暮雨洒江天 (44)

迷神引·一叶扁舟轻帆卷 (45)

竹马子·登孤垒荒凉 (47)

王安石 (二首)

桂枝香·登临送目 (48)

千秋岁引·别馆寒砧 (50)

王安国 (一首)

清平乐·留春不住 (51)

晏几道 (十八首)

临江仙·梦后楼台高锁 (52)

蝶恋花·梦入江南烟水路 (53)

蝶恋花·醉别西楼醒不记 (54)

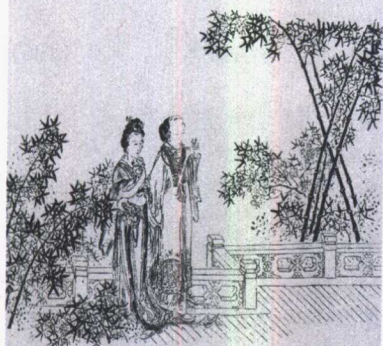
鹧鸪天·彩袖殷勤捧玉钟 (55)

鹧鸪天·醉拍春衫惜旧香 (55)



NAC12/05

- 生查子·金鞍美少年 (56)
 生查子·关山魂梦长 (57)
 木兰花·东风又作无情计 (57)
 木兰花·秋千院落重帘暮 (59)
 清平乐·留人不住 (60)
 阮郎归·旧香残粉似当初 (60)
 阮郎归·天边金掌露成霜 (61)
 六么令·绿阴春尽 (62)



- 御街行·街南绿树春饶絮 (63)
 虞美人·曲阑干外天如水 (64)
 留春令·画屏天畔 (65)
 思远人·红叶黄花秋意晚 (66)
 满庭芳·南苑吹花 (66)

苏轼 (十二首)

- 水调歌头·明月几时有 (68)
 水龙吟·似花还似非花 (69)
 念奴娇·大江东去 (70)
 永遇乐·明月如霜 (71)
 洞仙歌·冰肌玉骨 (72)

- 卜算子·缺月挂疏桐 (73)
 青玉案·三年枕上吴中路 (73)
 临江仙·夜饮东坡醒复醉 (74)
 定风波·莫听穿林打叶声 (75)
 江城子·十年生死两茫茫 (76)
 木兰花·霜余已失长淮阔 (77)
 贺新郎·乳燕飞华屋 (78)

黄庭坚 (二首)

- 鹧鸪天·黄菊枝头生晓寒 (80)
 定风波·万里黔中一漏天 (81)

秦观 (九首)

- 望海潮·梅英疏淡 (82)
 八六子·倚危亭 (83)
 满庭芳·山抹微云 (84)
 满庭芳·晓色云开 (85)
 减字木兰花·天涯旧恨 (86)
 踏莎行·雾失楼台 (87)
 浣溪沙·漠漠轻寒上小楼 (88)
 阮郎归·湘天风雨破寒初 (89)
 鹧鸪天·枝上流莺和泪闻 (90)

晁元礼 (一首)

- 绿头鸭·晚云收 (91)

赵令畤 (三首)

- 蝶恋花·欲减罗衣寒未去 (93)



蝶恋花·卷絮风头寒欲尽 (93)

清平乐·东风依旧 (94)

张耒 (一首)

风流子·木叶亭皋下 (95)

晁补之 (四首)

水龙吟·问春何苦匆匆 (97)

盐角儿·开时似雪 (98)

忆少年·无穷官柳 (98)

洞仙歌·青烟幂处 (99)

晁冲之 (一首)

临江仙·忆昔西池池上饮 (101)

舒亶 (一首)

虞美人·芙蓉落尽天涵水 (101)

朱服 (一首)

渔家傲·小雨纤纤风细细 (102)

毛滂 (一首)

惜分飞·泪湿阑干花著露 (104)

陈克 (二首)

菩萨蛮·赤阑桥尽香街直 (105)

菩萨蛮·绿芜墙绕青苔院 (105)

李元膺 (一首)

洞仙歌·雪云散尽 (106)

时彦 (一首)

青门饮·胡马嘶风 (108)

李之仪 (二首)

谢池春·残寒消尽 (109)

卜算子·我住长江头 (110)

周邦彦 (二十三首)

瑞龙吟·章台路 (110)

风流子·新绿小池塘 (111)

兰陵王·柳阴直 (113)

琐窗寒·暗柳啼鸦 (114)

六丑·正单衣试酒 (115)

夜飞鹊·河桥送人处 (116)

满庭芳·风老莺雏 (117)

过秦楼·水浴清蟾 (119)

花犯·粉墙低 (120)

大酺·对宿烟收 (121)

解语花·风消焰蜡 (122)

定风波·莫倚能歌敛黛眉 (123)

蝶恋花·月皎惊乌栖不定 (124)

解连环·怨怀无托 (125)

拜星月慢·夜色催更 (126)

关河令·秋阴时晴渐向暝 (127)

绮寮怨·上马人扶残醉 (128)

尉迟杯·隋堤路 (129)

西河·佳丽地 (130)

瑞鹤仙·悄郊原带郭 (131)

浪淘沙慢·昼阴重 (133)

应天长·条风布暖 (134)

夜游宫·叶下斜阳照水 (136)

贺 铸 (十二首)

更漏子·上东门 (137)

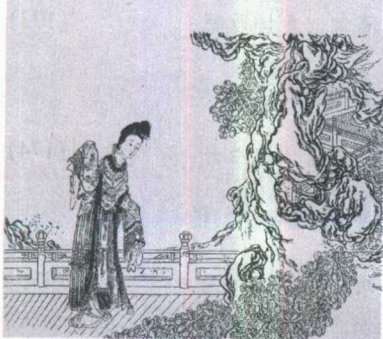
青玉案·凌波不过横塘路 (137)

感皇恩·兰芷满汀洲 (138)

薄幸·淡妆多态 (139)

浣溪沙·不信芳春厌老人 (140)

浣溪沙·楼角初消一缕霞 (141)



石州慢·薄雨收寒 (141)

蝶恋花·几许伤春春复暮 (143)

天门谣·牛渚天门险 (144)

天香·烟络横林 (145)

望湘人·薄厌莺声到枕 (146)

绿头鸭·玉人家 (147)

张元干 (二首)

石州慢·寒水依痕 (149)

兰陵王·卷珠箔 (149)

叶梦得 (二首)

贺新郎·睡起流莺语 (151)

虞美人·落花已作风前舞 (152)

汪 藻 (一首)

点绛唇·新月娟娟 (153)

刘一止 (一首)

喜迁莺·晓光催角 (154)

韩 翥 (一首)

高阳台·频听银签 (156)

李 邴 (一首)

汉宫春·潇洒江梅 (157)

陈与义 (二首)

临江仙·高咏楚辞酬午日 (158)

临江仙·忆昔午桥桥上饮 (159)

蔡 伸 (二首)

苏武慢·雁落平沙 (160)

柳梢青·数声鶯鴂 (161)

周紫芝 (二首)

鹧鸪天·一点残红欲尽时 (161)

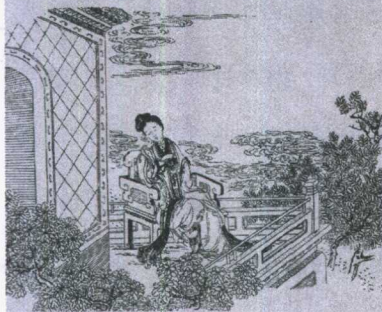
踏莎行·情似游丝 (162)

李 甲 (一首)

帝台青·芳草碧色 (163)

李重元 (一首)

忆王孙·萋萋芳草忆王孙 (164)

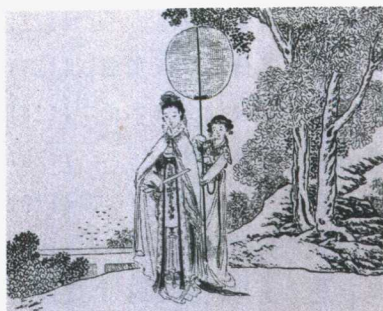


万俟咏 (一首)

三台·见梨花初带夜月 (165)

徐 伸 (一首)

二郎神·闷来弹鹊 (167)



田 为 (一首)

江神子慢·玉台挂秋月 (168)

曹 组 (一首)

蓦山溪·洗妆真态 (169)

李 玉 (一首)

贺新郎·篆缕消金鼎 (170)

廖世美 (一首)

烛影摇红·霭霭春空 (172)

吕滨老 (一首)

薄幸·青楼春晚 (173)

查 荃 (一首)

透碧霄·叙兰舟 (174)

鲁逸仲 (一首)

南浦·风悲画角 (175)

岳 飞 (一首)

满江红·怒发冲冠 (177)

张 抡 (一首)

烛影摇红·双阙中天 (178)

程 垓 (一首)

水龙吟·夜来风雨匆匆 (179)

张孝祥 (二首)

六州歌头·长淮望断 (180)

念奴娇·洞庭青草 (182)

韩元吉 (二首)

六州歌头·东风著意 (183)

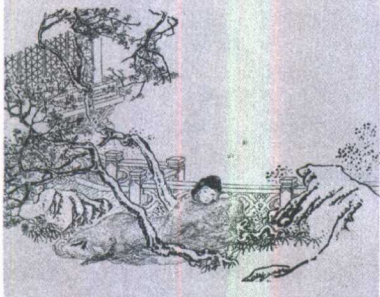
好事近·凝碧旧池头 (184)

袁去华 (三首)

瑞鹤仙·郊原初过雨 (185)

剑器近·夜来雨 (186)

安公子·弱柳丝千缕 (187)



陆 淞 (一首)

瑞鹤仙·脸霞红印枕 (189)

陆 游 (三首)

卜算子·驿外断桥边 (190)

渔家傲·东望山阴何处是 (190)

定风波·软帽垂鞭送客回 (191)

陈 亮 (一首)

水龙吟·闹花深处楼台 (192)

范成大 (三首)

忆秦娥·楼阴缺 (194)

眼儿媚·酣酣日脚紫烟浮 (194)

霜天晓角·晚晴风歇 (195)

蔡幼学 (一首)

好事近·日日惜春残 (196)

辛弃疾 (十首)

贺新郎·绿树听鹈鴂 (197)

贺新郎·凤尾龙香拨 (199)

水龙吟·楚天千里清秋 (201)

摸鱼儿·更能消几番风雨 (202)

永遇乐·千古江山 (204)

木兰花慢·老来情味减 (206)

祝英台近·宝钗分 (207)

青玉案·东风夜放花千树 (208)

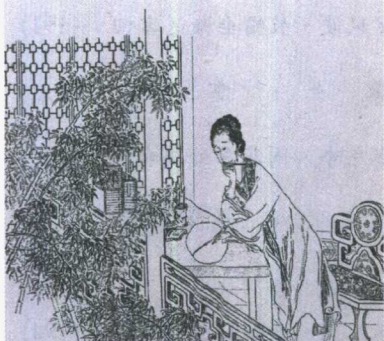
鹧鸪天·枕簟溪堂冷欲秋 (209)

菩萨蛮·郁孤台下清江水 (210)

姜 夔 (十七首)

点绛唇·燕雁无心 (211)

鹧鸪天·肥水东流无尽期 (212)



踏莎行·燕燕轻盈 (213)

庆宫春·双桨莼波 (214)

齐天乐·庾郎先自吟《愁赋》 (216)

琵琶仙·双桨来时 (218)

八归·芳莲坠粉 (219)

念奴娇·闹红一舸 (220)

扬州慢·淮左名都 (222)

长亭怨慢·渐吹尽 (224)

淡黄柳·空城晓角 (225)

暗香·旧时月色 (226)

疏影·苔枝缀玉 (227)

翠楼吟·月冷龙沙 (229)

杏花天·绿丝低拂鸳鸯浦 (230)

一萼红·古城阴 (232)

霓裳中序第一·亭皋正望极 (234)

章良能 (一首)

小重山·柳暗花明春事深 (236)

刘 过 (一首)

唐多令·芦叶满汀洲 (237)

严 仁 (一首)

木兰花·春风只在园西畔 (238)

俞国宝 (一首)

风入松·一春长费买花钱 (239)

张 镈 (二首)

满庭芳·月洗高梧 (240)

宴山亭·幽梦初回 (241)

史达祖 (九首)

绮罗香·做冷欺花 (242)

双双燕·过春社了 (243)



东风第一枝·巧沁兰心 (244)
喜迁莺·月波凝滴 (246)
三姝媚·烟光摇曳瓦 (247)
秋霁·江水苍苍 (248)
夜合花·柳锁莺魂 (249)
玉蝴蝶·晚雨未摧宫树 (250)
八归·秋江带雨 (251)

刻克庄 (四首)

生查子·繁灯夺霁华 (252)
贺新郎·深院榴花吐 (253)
贺新郎·湛湛长空黑 (254)
木兰花·年年跃马长安市 (255)

卢祖皋 (二首)

江城子·画楼帘幕卷新晴 (256)
宴清都·春讯飞琼管 (257)

潘 枋 (一首)

南乡子·生怕倚阑干 (258)

陆 睿 (一首)

瑞鹤仙·湿云粘雁影 (259)

萧泰来 (一首)

霜天晓角·千霜万雪 (260)

吴文英 (二十三首)

霜叶飞·断烟离绪 (261)

宴清都·绣幄鸳鸯柱 (262)
齐天乐·烟波桃叶西陵路 (264)
花犯·小娉婷清铅素靥 (265)
浣溪沙·门隔花深旧梦游 (266)
浣溪沙·波面铜花冷不收 (267)
点绛唇·卷尽愁云 (267)
祝英台近·采幽香 (268)
祝英台近·剪红情 (269)
澡兰香·盘丝系腕 (271)
风入松·听风听雨过清明 (272)
莺啼序·残寒正欺病酒 (273)



惜黄花慢·送客吴皋 (275)
高阳台·宫粉雕痕 (277)
高阳台·修竹凝妆 (278)
三姝媚·湖山经醉惯 (279)
八声甘州·渺空烟四远 (280)
踏莎行·润玉笼销 (282)
瑞鹤仙·晴丝牵绪乱 (283)
鹧鸪天·池上红衣伴倚阑 (284)

夜游宫·人去西楼雁杳 (285)

贺新郎·乔木生云气 (285)

唐多令·何处合成愁 (287)

黄孝迈 (一首)

湘春夜月·近清明 (288)

潘希白 (一首)

大有·戏马台前 (289)

无名氏 (黄公绍) (一首)

青玉案·年年社日停针线 (290)



朱嗣发 (一首)

摸鱼儿·对西风 (291)

刘辰翁 (四首)

兰陵王·送春去 (293)

宝鼎现·红妆春骑 (294)

永遇乐·璧月初晴 (296)

摸鱼儿·怎知他 (297)

周密 (四首)

瑶华·朱钿宝玦 (299)

玉京秋·烟水阔 (300)

曲游春·禁苑东风外 (302)

花犯·楚江湄 (303)

蒋捷 (二首)

贺新郎·梦冷黄金屋 (304)

女冠子·蕙花香也 (306)

张炎 (五首)

高阳台·接叶巢莺 (307)

八声甘州·记玉关 (309)

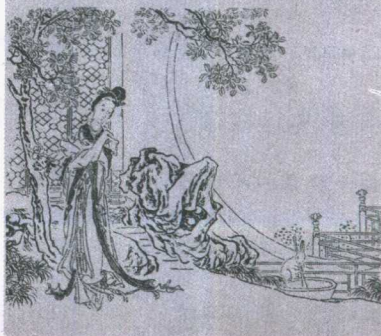
解连环·楚江空晚 (310)

疏影·圆自洁 (312)

月下笛·万里孤云 (313)

王沂孙 (五首)

天香·孤峤蟠烟 (315)



眉妩·渐新痕悬柳 (316)

齐天乐·一襟余恨宫魂断 (317)

高阳台·残雪庭阴 (319)

法曲献仙音·层绿峨峨 (320)

彭元逊 (二首)

疏影·江空不渡 (321)

六丑·似东风老大 (322)

姚云文 (一首)

紫萸香慢·近重阳 (324)

僧 挥 (一首)

金明池·天阔云高 (325)

李清照 (六首)

如梦令·昨夜雨疏风骤 (326)

凤凰台上忆吹箫·香冷金猊 (327)

醉花阴·薄雾浓云愁永昼 (328)

声声慢·寻寻觅觅 (329)

念奴娇·萧条庭院 (330)

永遇乐·落日熔金 (330)



赵 佶

赵佶(jí)(1082-1135)，北宋徽宗皇帝。在位25年(1101-1125)。靖康二年(1127)，与其子钦宗皇帝一起被金兵俘虏，后死在金国。赵佶在政治上腐败无能，艺术上却造诣颇深。绘画工花鸟；书法自成一体，即“瘦金体”；词别具一格。《全宋词》录其词作12首。

宴山亭

北行见杏花

裁剪冰绡^[1]，轻叠数重，淡著燕脂匀注^[2]。新样
靓妆^[3]，艳溢香融，羞杀蕊珠宫女^[4]。易得凋
零，更多少、无情风雨。愁苦！问院落凄凉，几
番春暮？凭寄离恨重重，这双燕，何曾会人
言语。天遥地远，万水千山，知他故宫何处？怎
不思量，除梦里、有时曾去。无据^[5]，和^[6]梦
也新来不做。

【注释】

[1] 冰绡：绡(xiāo)，生丝织成的绸子。冰绡，言其洁白透明。这里形容杏花轻薄明亮。

[2] 燕脂：即胭脂。 [3] 靓妆：靓(jìng)，妆饰；打扮。靓妆，意为精心梳妆打扮。 [4] 蕊珠宫女：道教称天上神仙居住的宫阙为蕊珠宫。蕊珠宫女，即仙女。 [5] 无据：不知什么原因。 [6] 和：连的意思。



【译文】

看这团团杏花，像是用洁白透亮的丝绸裁剪而成的，轻盈的花瓣重重叠叠，淡淡的粉色，像是匀匀地敷了胭脂，白里透红，晶莹明亮。如同那精心打扮、梳妆一新的美女，艳丽灼灼、清香融融，蕊珠宫的仙女见了也会羞愧不已、无地自容的。可惜芳华难留，这娇艳无比的杏花却是那样容易凋落飘零，更有那么多无情无意的风风雨雨。这凄惨的情景真令人愁苦！往昔那团花似锦的院落，经过几番暮春，怕也只剩下一片凄凉了吧？如今我被拘押北行，靠谁来寄托这重重离恨？那双双飞燕，又何曾会通晓人言，理解我愁苦的心情？天遥地远，相隔万水千山，谁知道故宫此时的情境？怎么能叫我不思量，也只有梦里，有时还能寻见，慰藉我这颗破碎的心。可近来连梦也不做了，这究竟是什么原因？

钱惟演

钱惟演（？—1034），字希圣。临安（今浙江杭州）人。吴越王钱俶之子，曾任翰林学士等官职。北宋著名诗人，是西昆诗派代表人之一。词作颇丰，常与杨仁、刘筠等人唱和。《西昆酬唱集》收录他的词作达54首，《全宋词》收录两首。他还曾参与编写大型类书《册府元龟》。

木兰花

城上风光莺语乱，城下烟波春拍岸。绿杨芳草几
 时休？泪眼愁肠先已断。 情怀渐觉成衰晚，
 鸾镜^[1]朱颜惊暗换。昔年多病厌芳尊^[2]，今日芳
 尊惟恐浅。

【注释】

[1] 鸾镜：鸾（luán），传说中凤凰一类的鸟。相传晋代鬬（jì）宾王抓获一只鸾鸟，十分珍爱，但鸾鸟始终闭口不鸣。偶而用镜子照它，开始鸣叫。由是，称镜子为鸾镜。 [2] 芳尊：尊，同樽（zūn），古代的酒具。芳尊，酒具的美称。

【译文】

城上春光明媚，莺鸣阵阵；城下烟波浩渺，春水拍岸。绿杨婆娑，芳草如茵，虽然岁岁有秋冬，但仍是一年一度春，春是永无止境的。面对这烂漫春色，我却是泪眼迷离，愁肠已断了。我也感觉到自己情趣衰减，似已到了晚年。但看到镜子里的我，依然吃惊，当年风华正茂时的容貌已荡然无存。已然是萎靡不振的老态了，想不到容颜的变化竟是如此之快。想往年，因为多病而讨厌饮酒，可如今的我，愁肠百转，百般无聊，只怕空了酒杯。

范仲淹

范仲淹（989—1052），字希文。苏州人。大中祥符八年（1015）中进士，曾任陕西宣抚使等职，戍边多年。北宋著名文学家，诗文多有名篇。《岳阳楼记》脍炙人口，“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，成为古今传诵的名句。词作存世不多，但却风格明快，精彩纷呈。著有《范文正公集》。

渔家傲

塞下秋来风景异，衡阳雁^[1]去无留意。四面边声连角起。千嶂里，长烟落日孤城闭。浊酒一杯家万里，燕然未勒^[2]归无计。羌管^[3]悠悠霜满地。人不寐，将军白发征夫泪。

【注释】

[1] 衡阳雁：湖南衡阳城南有座回雁峰，传说大雁到此就不再南飞了。这里指南飞的雁。 [2] 燕然未勒：燕然，山名，即今蒙古国境内的杭爱山。勒，在石上刻记。据《后汉书·窦宪传》记载：窦宪追击北匈奴，追击三千里，登上燕山，在山石上刻下战功，凯旋而归。燕然未勒，意思就是还未平定边患、立下战功。 [3] 羌管：即羌笛，古代羌族的乐器。