

最喜爱的宋词

ZUI XI AI DE SONG CI

婉约

北宋婉约

词

钢笔楷书字帖

先摹·后临·再描红

一曲新词酒一杯，去年天气旧亭台。夕阳西下几时回？无可奈何花落去，似曾相识燕归来。小园香径独徘徊。

槛菊愁烟兰泣露。罗幕轻寒，燕子双飞去。明月不谙离恨苦，斜光到晓穿朱户。昨夜西风凋碧树。

段瑞明

书

天地出版社



写在前面的话

练好钢笔字,是每个习字者的心愿。谁不想自己能写一手飘逸俊逸的好字呢!

如果在练字过程中,同时又增长知识,开阔眼界,一举几得,那该多好。

“最喜爱的宋词”钢笔楷书描摹字帖,就是能让习字者在有限的时间内同时得到多方面收益而设计的。本套字帖选取风格深婉缠绵、清新明快,极写爱恨离愁、闲情逸趣的宋代婉约词,以及风格慷慨豪迈、清劲高远,尽抒雄心壮志、爱国之情的宋代豪放词。两种风格流派的词四百余首按作者的时代顺序又各分为两册,再由钢笔书法名家逐字写出,或清丽娟秀,或方正遒劲,或潇洒飘逸,与宋词的内容相得益彰,让习字者在练字的同时,又能体味宋词的优美,受到传统文化的浸润,一举多得。

天地出版社编辑部

二〇〇二年七月





相思令

林逋

		吴	山	青	越	山	青	两	岸
青	山	相	对	迎	争	忍	有	离	情
	君	泪	盈	妾	泪	盈	罗	带	同
心	结	未	成	江	边	潮	已	平	

踏莎行

寇准

		春	色	将	阑	莺	声	渐	老
红	英	落	尽	青	梅	小	画	堂	人
静	雨	濛	濛	屏	山	半	掩	余	香
裊		密	约	沉	沉	离	情	杳	杳
菱	花	尘	满	慵	将	照	倚	楼	无
语	欲	销	魂	长	空	黯	淡	连	芳
草									

木兰花

钱惟演

		城	上	风	光	莺	语	乱	城
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---



2

最喜爱的宋词·北宋婉约词
多功能钢笔楷书描摹字帖

下	烟	波	春	拍	岸	绿	杨	芳	草
几	时	休	泪	眼	愁	肠	先	已	断
	情	怀	渐	变	成	衰	晚	鸾	镜
朱	颜	惊	暗	换	昔	年	多	病	厌
芳	尊	今	日	芳	尊	惟	恐	浅	

苏幕遮

怀旧

范仲淹

		碧	云	天	黄	叶	地	秋	色
连	波	波	上	寒	烟	翠	山	映	斜
阳	天	接	水	芳	草	无	情	更	在
斜	阳	外		黯	乡	魂	追	旅	思
夜	夜	除	非	好	梦	留	人	睡	明
月	楼	高	休	独	倚	酒	入	愁	肠
化	作	相	思	泪					

御街行

秋日怀旧

范仲淹

		纷	纷	坠	叶	飘	香	砌	夜
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---



寂	静	寒	声	碎	真	珠	帘	卷	玉
楼	空	天	淡	银	河	垂	地	年	年
今	夜	月	华	如	练	长	是	人	千
里		愁	肠	已	断	无	由	醉	酒
未	到	先	成	泪	残	灯	明	灭	枕
头	欹	谙	尽	孤	眠	滋	味	都	来
此	事	眉	间	心	上	无	计	相	回
避									

青 门 引

张 先

		乍	暖	还	轻	冷	风	雨	晚
来	方	定	庭	轩	寂	寞	近	清	明
残	花	中	酒	又	是	去	年	病	
楼	头	画	角	风	吹	醒	入	夜	重
门	静	那	堪	更	被	明	月	隔	墙
送	过	秋	千	影					



4

最喜爱的宋词·北宋婉约词
多功能钢笔楷书描摹字帖

一丛花令

张 先

		伤	高	怀	远	几	时	穷	无
物	似	情	浓	离	愁	正	引	千	丝
乱	更	东	陌	飞	絮	濛	濛	嘶	骑
渐	遥	征	尘	不	断	何	处	认	郎
踪		双	鸳	池	沼	水	溶	溶	南
北	小	桡	通	梯	横	画	阁	黄	昏
后	又	还	是	斜	月	帘	枕	沉	恨
细	思	不	如	桃	杏	犹	解	嫁	东
风									

木 兰 花

乙卯吴兴寒食

张 先

		龙	头	舴	艋	吴	儿	竞	笋
柱	秋	千	游	女	并	芳	洲	拾	翠
暮	忘	归	秀	野	踏	青	来	不	定
	行	云	去	后	遥	山	暝	已	放



笙	歌	池	院	静	中	庭	月	色	正
清	明	无	数	杨	花	过	无	影	

天仙子

时为嘉禾小倅，
以病眠，不赴府会。

张先

		《水调》	数	声	持	酒	听	午	
醉	醒	来	愁	未	醒	送	春	春	去
几	时	回	临	晚	镜	伤	流	景	往
事	后	期	空	记	省		沙	上	并
禽	池	上	暝	云	破	月	来	花	弄
影	重	重	帘	幕	密	遮	灯	风	不
定	人	初	静	明	日	落	红	应	满
径									

千秋岁

张先

		数	声	鶗鴂	又	报	芳	菲	
歇	惜	春	更	把	残	红	折	雨	轻
风	色	暴	梅	子	青	时	节	永	丰



柳	无	人	尽	日	花	飞	雪		莫
把	么	弦	拨	怨	极	弦	能	说	天
不	老	情	难	绝	心	似	双	丝	网
中	有	千	千	结	夜	过	也	东	方
未	白	凝	残	月					

渔家傲

和程公辟赠别

张先

		巴	子	城	头	青	草	暮	巴
山	重	叠	相	逢	处	燕	子	占	巢
花	脱	树	杯	且	举	瞿	塘	水	阔
舟	难	渡		天	外	吴	门	清	霄
路	君	家	正	在	吴	门	住	赠	我
柳	枝	情	几	许	春	满	缕	为	君
将	入	江	南	去					

雨霖铃

柳永

		寒	蝉	凄	切	对	长	亭	晚
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---



骤	雨	初	歇	都	门	帐	饮	无	绪
留	恋	处	兰	舟	催	发	执	手	相
看	泪	眼	竟	无	语	凝	噎	念	去
去	千	里	烟	波	暮	霭	沉	沉	楚
天	阔		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	此	去	经	年	应	是	良	辰	好
景	虚	设	便	纵	有	千	种	风	情
更	与	何	人	说					

蝶恋花

柳永

		伫	倚	危	楼	风	细	细	望
极	春	愁	黯	黯	生	天	际	草	色
烟	光	残	照	里	无	言	谁	会	凭
栏	意		拟	把	疏	狂	图	一	醉



对	酒	当	歌	强	乐	还	无	味	衣
带	渐	宽	终	不	悔	为	伊	消	得
人	憔	悴							

昼夜乐

忆别

柳 永

洞	房	记	得	初	相	遇	便
只	合	长	相	聚	何	小	幽
欢	变	作	离	情	别	况	阑
珊	春	色	暮	对	满	乱	狂
絮	直	恐	好	风	光	随	归
去		一	场	寂	寞	谁	算
前	言	总	轻	负	早	恁	难
拚	悔	不	当	初	留	其	风
流	端	正	外	更	别	系	心
处	一	日	不	思	量	攢	千
度							



鹤冲天

柳永

		黄	金	榜	上	偶	失	龙	头
望	明	代	暂	遗	贤	如	何	向	未
遂	风	云	便	争	不	恣	狂	荡	何
须	论	得	丧	才	子	词	人	自	是
白	衣	卿	相		烟	花	巷	陌	依
约	丹	青	屏	障	幸	有	意	中	人
堪	寻	访	且	恁	偎	红	倚	翠	风
流	事	平	生	畅	青	春	都	一	饷
忍	把	浮	名	换	了	浅	斟	低	唱

夜半乐

柳永

		冻	云	黯	淡	天	气	扁	舟
一	叶	乘	兴	离	江	渚	渡	万	壑
千	岩	越	溪	深	处	怒	涛	渐	息
樵	风	乍	起	更	闻	商	旅	相	呼



片	帆	高	举	泛	画	鹧	翩	翩	过
南	浦		望	中	酒	旆	闪	闪	一
簇	烟	村	数	行	霜	树	残	日	下
渔	人	鸣	榔	归	去	败	荷	零	落
衰	杨	掩	映	岸	边	两	两	三	三
浣	纱	游	女	避	行	客	含	羞	相
语		到	此	因	念	绣	阁	轻	抛
浪	萍	难	驻	叹	后	约	丁	宁	竟
何	据	惨	离	怀	空	恨	岁	晚	归
期	阻	凝	泪	眼	杳	杳	神	京	路
断	鸿	声	远	长	天	暮			

玉蝴蝶

柳永

		望	处	雨	收	云	断	凭	栏
悄	悄	目	送	秋	光	晚	景	萧	疏
堪	动	宋	玉	悲	凉	水	风	轻	蘋



花	渐	老	月	露	冷	梧	叶	飘	黄
遣	情	伤	故	人	何	在	烟	水	茫
茫		难	忘	文	期	酒	会	几	孤
风	月	屡	变	星	霜	海	阔	山	遥
未	知	何	处	是	潇	湘	念	双	燕
难	凭	远	信	指	暮	天	空	识	归
航	黯	相	望	断	鸿	声	里	立	尽
斜	阳								

望 海 潮

柳 永

		东	南	形	胜	三	吴	都	会
钱	塘	自	古	繁	华	烟	柳	画	桥
风	帘	翠	幕	参	差	十	万	人	家
云	树	绕	堤	沙	怒	涛	卷	霜	雪
天	堑	无	涯	市	列	珠	玑	户	盈
罗	绮	竞	豪	奢		重	湖	叠	嶽



清	嘉	有	三	秋	桂	子	十	里	荷
花	羌	管	弄	晴	菱	歌	泛	夜	嬉
嬉	钓	叟	莲	娃	千	骑	拥	高	牙
乘	醉	听	箫	鼓	吟	赏	烟	霞	异
日	图	将	好	景	归	去	风	池	夸

八声甘州

柳 永

		对	潇	潇	暮	雨	洒	江	天
一	番	洗	清	秋	渐	霜	风	凄	紧
关	河	冷	落	残	照	当	楼	是	处
红	衰	翠	减	苒	苒	物	华	休	惟
有	长	江	水	无	语	东	流		不
忍	登	高	临	远	望	故	乡	渺	邈
归	思	难	收	叹	年	来	踪	迹	何
事	苦	淹	留	想	佳	人	妆	楼	颞
望	误	几	回	天	际	识	归	舟	争



知我倚阑干处正恁凝愁

倾杯

柳永

		惊	落	霜	洲	雁	横	烟	渚
分	明	画	出	秋	色	暮	雨	乍	歇
小	楫	夜	泊	宿	苇	村	山	驿	何
人	月	下	临	风	处	起	一	声	羌
笛	离	愁	万	绪	闻	岸	草	切	切
蛩	吟	如	织		为	忆	芳	容	别
后	水	遥	山	远	何	计	凭	鳞	翼
想	绣	阁	深	沉	争	知	憔	悴	损
天	涯	行	客	楚	峡	云	归	高	阳
人	散	寂	寞	狂	踪	迹	望	京	国
空	目	断	远	山	凝	碧			

定风波

柳永

自春来惨绿愁红芳



心	是	事	可	可	日	上	花	梢	莺
穿	柳	带	犹	压	香	衾	卧	暖	酥
消	腻	云	弹	终	日	厌	厌	倦	梳
裹	无	那	恨	薄	情	一	去	音	书
无	个		早	知	恁	么	悔	当	初
不	把	雕	鞍	锁	向	鸡	窗	只	与
蛮	笺	象	管	拘	束	教	吟	课	镇
相	随	莫	抛	躲	针	线	闲	拈	伴
伊	坐	和	我	免	使	年	少	光	阴
虚	过								

河 传

柳 永

		淮	岸	向	晚	圆	荷	向	背
芙	蓉	深	浅	仙	娥	画	舸	露	渍
红	芳	交	乱	难	分	花	与	面	
采	多	渐	觉	轻	船	满	呼	归	伴



急	柴	烟	村	远	隐	隐	棹	歌	渐
被	蒹	葭	遮	断	曲	终	人	不	见

浣溪沙

晏殊

		一	曲	新	词	酒	一	杯	去
年	天	气	旧	亭	台	夕	阳	西	下
几	时	回		无	可	奈	何	花	落
去	似	曾	相	识	燕	归	来	小	园
香	径	独	徘	徊					

蝶恋花

晏殊

		槛	菊	愁	烟	兰	泣	露	罗
幕	轻	寒	燕	子	双	飞	去	明	月
不	谙	离	恨	苦	斜	光	到	晓	穿
朱	户		昨	夜	西	风	凋	碧	树
独	上	高	楼	望	尽	天	涯	路	欲
寄	彩	笺	兼	尺	素	山	长	水	阔