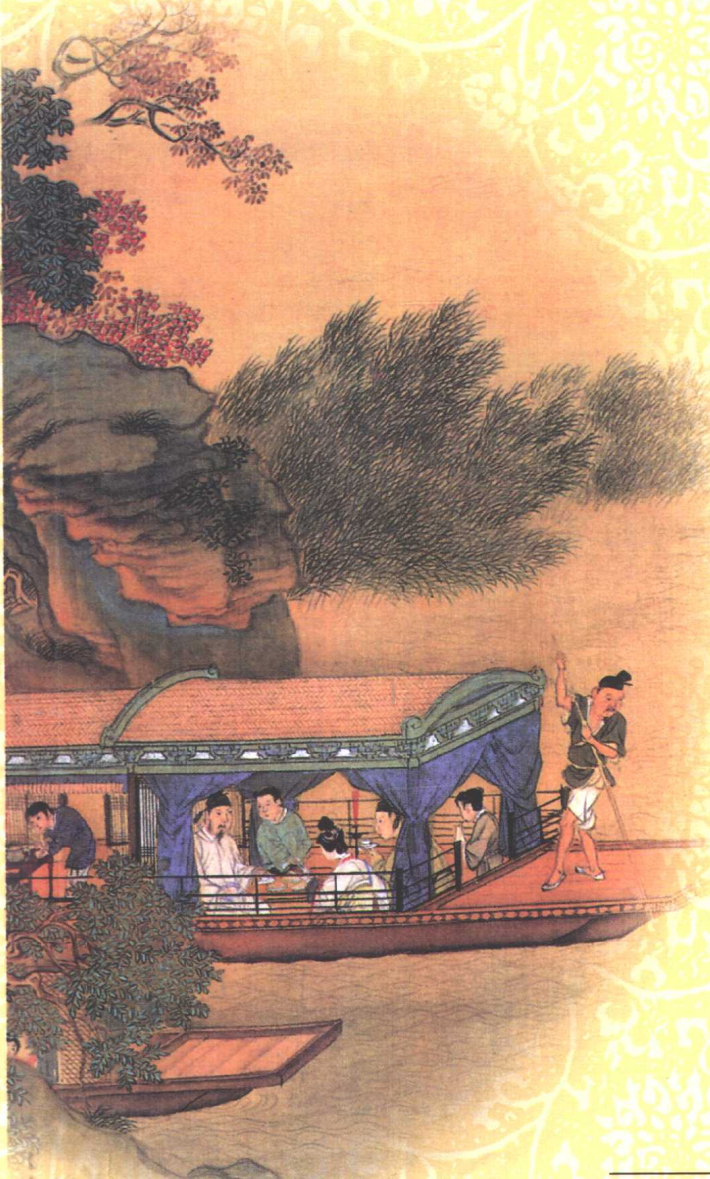


图 文 本

上疆村民 编

宋詞三百首



宗教文化出版社

图文本

宋词三百首



宗教文化出版社

上疆村
吴兆基
编译

图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首:图文本/上疆村民编选. -北京:宗教文化出版社,2001.2

ISBN 7-80123-328-X

I. 宋… II. 上疆… III. 宋词—选集 IV. I222.844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 88429 号

宋 词 三 百 首

上疆村民 编选

吴兆基 编译

出版发行:宗教文化出版社

地 址:北京市交道口北三条 32 号 (100007)

电 话:64023355—2503

责任编辑:史原朋

封面设计:陈 非

印 刷:北京昌平环球印刷厂

版权所有 不得翻印

版本记录:850×1168 毫米 32 开本 10 印张 260 千字

2001 年 3 月第 1 版 2001 年 3 月第 1 次印刷

印 数:1—5000 册

书 号:ISBN 7—80123—328—X/I·20

定 价:19.80 元

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，既体格之至美，积发而为清晕芳气而不可掩者也。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，而搜集择其至精，为来学周行之示也。彊村先生尝选《宋词三百首》，为小阮逸南馨诵习之资；大要求之体格、神致，以浑成为主旨。夫浑成未遽诣极也，能循涂守辙于三百首之中，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、神致间尤有无形之沂合，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光周颐

目 录

[宴山亭](裁剪冰绡)·····	赵 佶	1
[木兰花](城上风光莺语乱)·····	钱惟演	2
[渔家傲](塞下秋来风景异)·····	范仲淹	3
[苏幕遮](碧云天)·····	范仲淹	4
[御街行](纷纷坠叶飘香砌)·····	范仲淹	5
[千秋岁](数声鶗鴂)·····	张 先	6
[菩萨蛮](哀筝一弄《湘江曲》)·····	张 先	7
[醉垂鞭](双蝶绣罗裙)·····	张 先	8
[一丛花](伤高怀远几时穷)·····	张 先	9
[天仙子](水调数声持酒听)·····	张 先	10
[青门引](乍暖还轻冷)·····	张 先	11
[浣溪沙](一曲新词酒一杯)·····	晏 殊	12
[浣溪沙](一向年光有限身)·····	晏 殊	13
[清平乐](红笺小字)·····	晏 殊	14
[清平乐](金风细细)·····	晏 殊	15
[木兰花](燕鸿过后莺归去)·····	晏 殊	16
[木兰花](池塘水绿风微暖)·····	晏 殊	17
[木兰花](绿杨芳草长亭路)·····	晏 殊	18
[踏莎行](祖席离歌)·····	晏 殊	19
[踏莎行](小径红稀)·····	晏 殊	20
[蝶恋花](六曲阑干偎碧树)·····	晏 殊	21

[凤箫吟](锁离愁连绵无际)·····	韩 缜	22
[木兰花](东城渐觉风光好)·····	宋 祁	23
[采桑子](群芳过后西湖好)·····	欧阳修	24
[诉衷情](清晨帘幕卷轻霜)·····	欧阳修	25
[踏莎行](候馆梅残)·····	欧阳修	26
[蝶恋花](庭院深深深几许)·····	欧阳修	27
[蝶恋花](谁道闲情抛弃久)·····	欧阳修	28
[蝶恋花](几日行云何处去)·····	欧阳修	29
[木兰花](别后不知君远近)·····	欧阳修	30
[浪淘沙](把酒祝东风)·····	欧阳修	31
[青玉案](一年春事都来几)·····	欧阳修	32
[曲玉管](陇首云飞)·····	柳 永	33
[雨霖铃](寒蝉凄切)·····	柳 永	34
[蝶恋花](伫倚危楼风细细)·····	柳 永	35
[采莲令](月华收)·····	柳 永	36
[浪淘沙慢](梦觉透窗风一线)·····	柳 永	37
[定风波](自春来)·····	柳 永	38
[少年游](长安古道马迟迟)·····	柳 永	39
[戚 氏](晚秋天)·····	柳 永	40
[夜半乐](冻云黯淡天气)·····	柳 永	42
[玉蝴蝶](望处雨收云断)·····	柳 永	43
[八声甘州](对潇潇暮雨洒江天)·····	柳 永	44
[迷神引](一叶扁舟轻帆卷)·····	柳 永	45
[竹马子](登孤垒荒凉)·····	柳 永	46
[桂枝香](登临送目)·····	王安石	47
[千秋岁引](别馆寒砧)·····	王安石	48
[清平乐](留春不住)·····	王安国	49
[临江仙](梦后楼台高锁)·····	晏几道	50
[蝶恋花](梦入江南烟水路)·····	晏几道	51

[蝶恋花](醉别西楼醒不记)·····	晏几道	52
[鹧鸪天](彩袖殷勤捧玉钟)·····	晏几道	53
[生查子](关山梦魂长)·····	晏几道	54
[木兰花](东风又作无情计)·····	晏几道	55
[木兰花](秋千院落重帘幕)·····	晏几道	56
[清平乐](留人不住)·····	晏几道	57
[阮郎归](旧香残粉似当初)·····	晏几道	58
[阮郎归](天边金掌露成霜)·····	晏几道	59
[六么令](绿荫春尽)·····	晏几道	60
[御街行](街南绿树春饶絮)·····	晏几道	61
[虞美人](曲阑干外天如水)·····	晏几道	62
[留春令](画屏天畔)·····	晏几道	63
[思远人](红叶黄花秋意晚)·····	晏几道	64
[水调歌头](明月几时有)·····	苏轼	65
[水龙吟](似花还似非花)·····	苏轼	66
[念奴娇](大江东去)·····	苏轼	67
[永遇乐](明月如霜)·····	苏轼	68
[洞仙歌](冰肌玉骨)·····	苏轼	69

[卜算子](缺月挂疏桐)·····	苏 轼	70
[青玉案](三年枕上吴中路)·····	苏 轼	71
[临江仙](夜饮东坡醒复醉)·····	苏 轼	72
[定风波](莫听穿林打叶声)·····	苏 轼	73
[江城子](十年生死两茫茫)·····	苏 轼	74
[贺新郎](乳燕飞华屋)·····	苏 轼	75
[望海潮](梅英疏淡)·····	秦 观	76
[八六子](倚危亭)·····	秦 观	77
[满庭芳](山抹微云)·····	秦 观	78
[满庭芳](晓色云开)·····	秦 观	79
[减字木兰花](天涯旧恨)·····	秦 观	80
[浣溪沙](漠漠轻寒上小楼)·····	秦 观	81
[阮郎归](湘天风雨破寒初)·····	秦 观	82
[绿头鸭](晚云收)·····	晁元礼	83
[蝶恋花](欲减罗衣寒未去)·····	赵令畤	84
[蝶恋花](卷絮风头寒欲尽)·····	赵令畤	85
[清平乐](东风依旧)·····	赵令畤	86
[水龙吟](问春何苦匆匆)·····	晁补之	87
[忆少年](无穷官柳)·····	晁补之	88
[洞仙歌](青烟幂处)·····	晁补之	89
[临江仙](忆昔西池池上饮)·····	晁冲之	90
[虞美人](芙蓉落尽天涵水)·····	舒 亶	91
[渔家傲](小雨纤纤风细细)·····	朱 服	92
[惜分飞](泪湿阑干花著露)·····	毛 滂	93
[菩萨蛮](赤阑桥尽香街直)·····	陈 克	94
[菩萨蛮](绿芜墙绕青苔院)·····	陈 克	95
[洞仙歌](雪云散尽)·····	李元膺	96
[青门饮](胡马嘶风)·····	时 彦	97
[谢池春](残寒消尽)·····	李之仪	98

[卜算子](我住长江头)·····	李之仪	99
[瑞龙吟](章台路)·····	周邦彦	100
[风流子](新绿小池塘)·····	周邦彦	101
[兰陵王](柳阴直)·····	周邦彦	102
[琐窗寒](暗柳啼鸦)·····	周邦彦	103
[六 丑](正单衣试酒)·····	周邦彦	104
[夜飞鹊](河桥送人处)·····	周邦彦	105
[满庭芳](风老莺雏)·····	周邦彦	106
[过秦楼](水浴清蟾)·····	周邦彦	107
[花 犯](粉墙低)·····	周邦彦	108
[大 酺](对宿烟收)·····	周邦彦	109
[解语花](风消绛蜡)·····	周邦彦	110
[蝶恋花](月皎惊乌栖不定)·····	周邦彦	111
[解连环](怨怀无托)·····	周邦彦	112
[拜星月慢](夜色催更)·····	周邦彦	113
[关河令](秋阴时晴渐向暝)·····	周邦彦	114
[绮寮怨](上马人扶残醉)·····	周邦彦	115
[尉迟杯](隋堤路)·····	周邦彦	116
[西 河](佳丽地)·····	周邦彦	117
[瑞鹤仙](悄郊原带郭)·····	周邦彦	118
[浪淘沙慢](昼阴重)·····	周邦彦	119
[应天长](条风布暖)·····	周邦彦	120
[夜游宫](叶下斜阳照水)·····	周邦彦	121
[青玉案](凌波不过横塘路)·····	贺 铸	122
[感皇恩](兰芷满汀洲)·····	贺 铸	123
[薄 幸](淡妆多态)·····	贺 铸	124
[浣溪纱](不信芳春厌老人)·····	贺 铸	125
[浣溪纱](楼角初消一缕霞)·····	贺 铸	126
[石州慢](薄雨收寒)·····	贺 铸	127

[蝶恋花](几许伤春春复暮)·····	贺 铸 128
[天门谣](牛渚天门险)·····	贺 铸 129
[天 香](烟络横林)·····	贺 铸 130
[望湘人](厌莺声到枕)·····	贺 铸 131
[绿头鸭](玉人家)·····	贺 铸 132
[石州慢](寒水依痕)·····	张元幹 134
[兰陵王](卷珠箔)·····	张元幹 135
[贺新郎](睡起流莺语)·····	叶梦得 136
[虞美人](落花已作风前舞)·····	叶梦得 137
[点绛唇](新月娟娟)·····	汪 藻 138
[喜迁莺](晓光催角)·····	刘一止 139
[高阳台](频听银签)·····	韩 轸 140
[汉宫春](潇洒江梅)·····	李 邴 141
[临江仙](高咏《楚辞》酬午日)·····	陈与义 142
[临江仙](忆昔午桥桥上饮)·····	陈与义 143
[苏武慢](雁落平沙)·····	蔡 伸 144
[柳梢青](数声鶗鴂)·····	蔡 伸 145
[鹧鸪天](一点残釭欲尽时)·····	周紫芝 146
[踏莎行](情似游丝)·····	周紫芝 147
[帝台春](芳草碧色)·····	李 甲 148
[忆王孙](萋萋芳草忆王孙)·····	李重元 149
[三 台](见梨花初带夜月)·····	万俟咏 150
[二郎神](闷来弹鹊)·····	徐 伸 152
[江神子慢](玉台挂秋月)·····	田 为 153
[蓦山溪](洗妆真态)·····	曹 组 154
[贺新郎](缕篆消金鼎)·····	李 玉 155
[烛影摇红](霭霭春空)·····	廖世美 156
[薄 幸](青楼春晚)·····	吕滨老 157
[南 浦](风悲画角)·····	鲁逸仲 158

[满江红](怒发冲冠)·····	岳 飞	159
[烛影摇红](双阙中天)·····	张 抡	160
[水龙吟](夜来风雨匆匆)·····	程 垓	161
[六州歌头](长淮望断)·····	张孝祥	162
[念奴娇](洞庭青草)·····	张孝祥	163
[六州歌头](东风着意)·····	韩元吉	164
[好事近](凝碧旧池头)·····	韩元吉	165
[瑞鹤仙](郊原初过雨)·····	袁去华	166
[剑器近](夜来雨)·····	袁去华	167
[安公子](弱柳千丝缕)·····	袁去华	168
[瑞鹤仙](脸霞红印枕)·····	陆 淞	169
[卜算子](驿外断桥边)·····	陆 游	170
[水龙吟](闹花深处层楼)·····	陈 亮	171
[忆秦娥](楼阴缺)·····	范成大	172
[眼儿媚](酣酣日脚紫烟浮)·····	范成大	173
[霜天晓角](晚晴风歇)·····	范成大	174
[贺新郎](绿树听鹈鴂)·····	辛弃疾	175
[念奴娇](野塘花落)·····	辛弃疾	176
[汉宫春](春已归来)·····	辛弃疾	177
[贺新郎](凤尾龙香拨)·····	辛弃疾	178
[水龙吟](楚天千里清秋)·····	辛弃疾	179
[摸鱼儿](更能消几番风雨)·····	辛弃疾	180
[永遇乐](千古江山)·····	辛弃疾	181
[木兰花慢](老来情味减)·····	辛弃疾	182
[祝英台近](宝钗分)·····	辛弃疾	183
[青玉案](东风夜放花千树)·····	辛弃疾	184
[鹧鸪天](枕簟溪堂冷欲秋)·····	辛弃疾	185
[菩萨蛮](郁孤台下清江水)·····	辛弃疾	186
[点绛唇](燕雁无心)·····	姜 夔	187

[鹧鸪天](肥水东流无尽期)·····	姜 夔	188
[踏莎行](燕燕轻盈)·····	姜 夔	189
[庆宫春](双桨莼波)·····	姜 夔	190
[一萼红](古城阴)·····	姜 夔	191
[齐天乐](庾郎先自吟愁赋)·····	姜 夔	192
[霓裳中序第一](亭皋正望极)·····	姜 夔	193
[琵琶仙](双桨来时)·····	姜 夔	194
[八 归](芳莲坠粉)·····	姜 夔	195
[念奴娇](闹红一舸)·····	姜 夔	196
[扬州慢](淮左名都)·····	姜 夔	197
[长亭怨慢](渐吹尽)·····	姜 夔	198
[淡黄柳](空城晓角)·····	姜 夔	199
[暗 香](旧时月色)·····	姜 夔	200
[疏 影](苔枝缀玉)·····	姜 夔	201
[翠楼吟](月冷龙沙)·····	姜 夔	202
[杏花天](绿丝低拂鸳鸯浦)·····	姜 夔	203
[小重山](柳暗花明春事深)·····	章良能	204
[唐多令](芦叶满汀洲)·····	刘 过	205
[木兰花](春风只在园西畔)·····	严 仁	206
[风入松](一春长费买花钱)·····	俞国宝	207
[满庭芳](月洗高梧)·····	张 镒	208
[宴山亭](幽梦初回)·····	张 镒	209
[绮罗香](做冷欺花)·····	史达祖	210
[双双燕](过春社了)·····	史达祖	211
[东风第一枝](巧沁兰心)·····	史达祖	212
[喜迁莺](月波疑滴)·····	史达祖	213
[三姝媚](烟光摇缥瓦)·····	史达祖	214
[秋 霁](江水苍苍)·····	史达祖	215
[夜合花](柳锁莺魂)·····	史达祖	216

[玉蝴蝶](晚雨未摧宫树)·····	史达祖	217
[八 归](秋江带雨)·····	史达祖	218
[生查子](繁灯夺霁华)·····	刘克庄	219
[贺新郎](深院榴花吐)·····	刘克庄	220
[贺新郎](湛湛长空黑)·····	刘克庄	221
[木兰花](年年跃马长安市)·····	刘克庄	222
[江城子](画楼帘幕卷新晴)·····	卢祖皋	223
[宴清都](春讯飞琼管)·····	卢祖皋	224
[南乡子](生怕倚阑干)·····	潘 牂	225
[瑞鹤仙](湿云粘雁影)·····	陆 叟	226
[渡江云](羞红鬓浅恨)·····	吴文英	227
[夜合花](柳暝河桥)·····	吴文英	228
[霜叶飞](断烟离绪关心事)·····	吴文英	229
[宴清都](绣幄鸳鸯柱)·····	吴文英	230
[齐天乐](烟波桃叶西陵路)·····	吴文英	231
[花 犯](小娉婷)·····	吴文英	232
[浣溪沙](门隔花深梦旧游)·····	吴文英	233
[浣溪沙](波面铜花冷不收)·····	吴文英	234
[点绛唇](卷尽愁云)·····	吴文英	235
[祝英台近](采幽香)·····	吴文英	236
[祝英台近](剪红情)·····	吴文英	237
[澡兰香](盘丝系腕)·····	吴文英	238
[风入松](听风听雨过清明)·····	吴文英	239
[莺啼序](残寒正欺病酒)·····	吴文英	240
[惜黄花慢](送客吴皋)·····	吴文英	242
[高阳台](宫粉雕痕)·····	吴文英	243
[高阳台](修竹凝妆)·····	吴文英	244
[三姝媚](湖山经醉惯)·····	吴文英	245
[八声甘州](渺空烟四远)·····	吴文英	246

[踏莎行](润玉笼绡)·····	吴文英	247
[瑞鹤仙](晴丝牵绪乱)·····	吴文英	248
[鹧鸪天](池上红衣伴倚阑)·····	吴文英	249
[夜游宫](人去西楼雁杳)·····	吴文英	250
[贺新郎](乔木生云气)·····	吴文英	251
[唐多令](何处合成愁)·····	吴文英	252
[湘春夜色](近清明)·····	黄孝迈	253
[大有](戏马台前)·····	潘希白	254
[青玉案](年年社日停针线)·····	黄公绍	255
[摸鱼儿](对西风)·····	朱嗣发	256
[兰陵王](送春去)·····	刘辰翁	257
[宝鼎现](红妆春骑)·····	刘辰翁	258
[永遇乐](璧月初晴)·····	刘辰翁	260
[摸鱼儿](怎知他春归何处)·····	刘辰翁	261
[高阳台](照野旌旗)·····	周 密	262
[瑶 华](朱钿宝玦)·····	周 密	263
[玉京秋](烟水阔)·····	周 密	264
[曲游春](禁苑东风外)·····	周 密	265
[花 犯](楚江湄)·····	周 密	266
[瑞鹤仙](绀烟迷雁迹)·····	蒋 捷	267
[贺新郎](梦冷黄金屋)·····	蒋 捷	268
[女冠子](蕙花香也)·····	蒋 捷	269
[高阳台](接叶巢莺)·····	张 炎	270
[渡江云](山空天入海)·····	张 炎	271
[八声甘州](记玉关)·····	张 炎	272
[解连环](楚江空晚)·····	张 炎	273
[疏 影](碧圆自洁)·····	张 炎	274
[月下笛](万里孤云)·····	张 炎	275
[天 香](孤峤蟠烟)·····	王沂孙	276

[眉 妩](渐新痕悬柳)·····	王沂孙	277
[齐天乐](一襟余恨宫魂断)·····	王沂孙	278
[长亭怨慢](泛孤艇)·····	王沂孙	279
[高阳台](残雪庭阴)·····	王沂孙	280
[法曲献仙音](层绿峨峨)·····	王沂孙	281
[疏 影](江空不渡)·····	彭元逊	282
[六 丑](似东风老大)·····	彭元逊	283
[紫萸香慢](近重阳)·····	姚云文	284
[金明池](天阔云高)·····	僧 挥	285
[凤凰台上忆吹箫](香冷金猊)·····	李清照	286
[醉花阴](薄雾浓云愁永昼)·····	李清照	287
[声声慢](寻寻觅觅)·····	李清照	288
[念奴娇](萧条庭院)·····	李清照	289
[永遇乐](落日熔金)·····	李清照	290
词人谱 ·····		291

宴山亭

(北行见杏花)

赵佶

裁剪冰绡，轻叠数重，
淡著燕脂匀注。

冰绡：绡，生丝织成的薄绸。冰绡，
洁白的生丝绸。燕脂：即“胭脂”。

新样靓妆，艳溢香融，
羞杀蕊珠宫女。

靓妆：以脂粉妆饰。蕊珠宫：装饰
有花蕊珠玉的宫殿，指仙境。易
得凋零，更多少、无情风雨。

易得：容易。

愁苦，问凄凉院落，
几番春暮？凭寄离恨重重，
者双燕何曾，会人言语？

凭寄：寄托。者：即指示代词“这”。

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，和梦也新来不做。

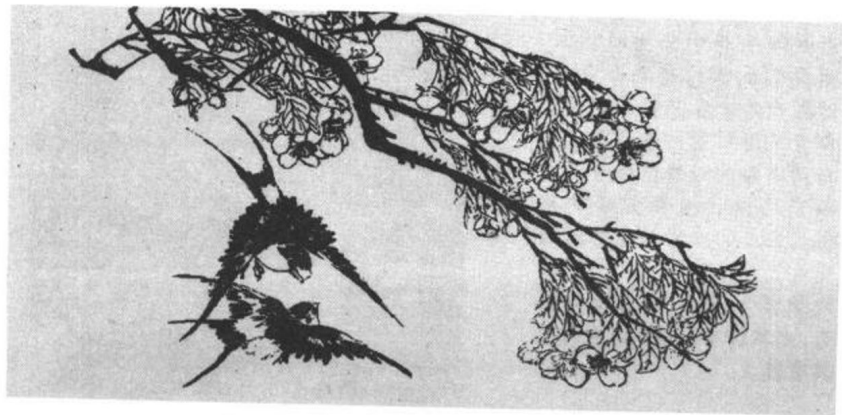
无据：不足凭；无所依据。

新来：近来。

仿佛是能工巧匠的杰作，
用洁白透明的素丝裁剪而成。
那轻盈的重重叠叠的花瓣，
如同淡淡的胭脂色晕染均匀。
新的式样，美的妆束，艳色灼灼，
香气融融。蕊珠宫中的仙女，
见到她也会羞愧得无地自容。
可是那娇艳的花朵最容易凋落
飘零，又有那么多凄风苦雨，
无意的无情。这情景实在
令人愁苦，不知经过几番暮春，
院落中只剩下一片凄清。
我被拘押着北行，凭谁来寄托
这离恨重重？这双燕子，
又怎能理解人的语言和心情？
天遥地远，已走过了万水千山，
又哪里知道故宫此时的情形？
怎么能不思量，但也只有在梦
里才能相逢。可又不知什么原因，
近几天来连梦也不曾做了。

〔赏析〕

此词为北宋徽宗皇帝在 1127 年覆国
被掳往北方五国城，北行途中见杏花而托
物兴感之作。全词托物咏怀，抒写故国沦
亡之悲慨，幽咽委曲，伤感无奈，对故国沦
亡无一言悔恨与反思，又显见其情虽真而
骨力乏弱。



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，
鸾镜朱颜惊暗换。

鸾镜：妆镜

昔年多病厌芳尊，
今日芳尊惟恐浅。

城墙上到处是莺声鸟语，
城墙下浩渺的春水拍打着岸堤。
绿杨衬着芳草，
这美景不知何时才能休止？
因为景色越美，我越愁肠百转，
泪眼凄迷。
我也感觉到自己渐渐意志萎靡，
对镜自照，更加吃惊，
想不到容颜变化得竟如此迅疾。
往年多病而厌烦饮酒，如今惆怅，
却总怕空了酒杯。

[赏析]

此词是作者临死前不久所作，作者一生仕宦显达，晚年被贬外放，自觉政治生命与人生旅途都到了尽头，因作此词，借悼惜春光抒发他无限的迟暮之悲。词中用清丽的语言描绘了春声、春色，首句的“乱”字用得极好，将春景渲染得十分生动热闹，而群莺乱啼已是暮春天气，这里也暗含春光将尽之意。作者又用明丽的景色来反衬自己凄黯的心情，以及对于年光飞逝、生命无多的感伤。末二句以借酒浇愁来表现他无可奈何的心境，又隐约地显示了他对生命的留恋，尤其传神。整首词情调极其凄惋。

钱惟演

