



宋词三百首译解

张国荣 编著

中国文联出版社

宋词三百首译解

张国荣
编著



中国文联出版社



0271340

42
27

图书在版编目 (C I P) 数据

宋词三百首译解 / 张国荣编著. —北京: 中国文联出版社, 2000. 3

ISBN 7-6059-3641-7

I. 宋… II. 张… III. ①宋词-译文②宋词-注释

IV. I222. 844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 04245 号

书 名	宋词三百首译解
作 者	张国荣编著
出 版	中国文联出版社
发 行	中国文联出版社 发行部
地 址	农展馆南里 10 号(100026)
经 销	全国新华书店
责任编辑	阮增宝
责任校对	星 光
责任印制	李寒江
印 刷	北京隆昌印刷厂
开 本	850×1168 1/32
字 数	678.7 千字
印 张	27.125
插 页	2 页
版 次	2000 年 3 月第 1 版第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-5059-3641-7/I · 2793
定 价	46.00 元

前言

宋词，我国古代诗歌百花苑中的奇葩。它那姹紫嫣红的色彩，千姿百态的丰神，沁人心脾的芳香，上可与唐诗争辉，下可与元曲斗妍。它的许多名篇、名句，情韵悠长，脍炙人口，千百年来，一直为我国人民所喜爱。

词，产生于隋，流行于中唐，兴盛于两宋。它与音乐有着密切的关系。我国秦代以前流行的音乐称为“雅乐”，配“雅乐”的歌词保存到现在的有《诗经》；汉魏以来流行的音乐称为“清乐”，配“清乐”的歌词是“乐府诗”。隋唐之际，我国古代音乐出现过一个大变化、大发展。隋结束了二百余年的南北分裂局面，唐在此基础上进一步促进了多民族国家的统一和发展。中国西部各兄弟民族的音乐及中亚、印度的音乐，通过经商、通婚、宗教、武功等多种渠道源源不断涌入内地，与中原传统的音乐相融合，产生一种节奏鲜明、旋律欢快、音调丰富的新型音乐，并深受下层人民所喜爱。传统的“雅乐”、“清乐”相形见绌，逐渐被其取代。因这种新型音乐是经常在宴会上演奏的，故名“燕（宴）乐”。后来逐渐有人依照这种音乐的曲谱来“倚声填词”，这就是词的由来。

宋人王灼在《碧鸡漫志》中说：“盖隋以来，今之所谓曲子者渐兴，至唐稍盛。”《旧唐书·音乐志》也说：“自开元（唐玄宗年号）以来，歌者杂用胡夷、里巷之曲。”这里说的“曲

子”、“胡夷、里巷之曲”，指的就是“燕乐”，同时也指出这种音乐来自西域（胡夷）和产自民间的特点。

词的诞生，不仅同音乐有着密切关系，也是对诗体的一个突破和发展。历史上我国诗歌有“齐言”和“杂言”的区别。其发展轨迹大致是由二言、三言、四言，到五言、七言，句度越来越长。唐时，诗已臻极盛，杂言诗虽也有发展，但基本上是齐言诗的天下。再在五、七言固定句法的齐言诗中寻求新境界，已经很难。更何况新型的燕乐，虽也可以五七言诗体来歌唱，但五七言的固定句法，也已万难控制一切新声，于是崭新的长短句便应运而生了。这就是为何词的别名又叫“长短句”。正如郑振铎先生在《插图本中国文学史》中所说：“长短句的产生是自然的进展，是追逐于新声之后的必然现象。”词的诞生为诗国开了新生面，在当初不仅是“新声”，也是“新诗”。

词的全称是“曲子词”。“曲”者，燕乐的曲调也；“词”者，同音乐曲调相谐和的唱词也。每首词都有固定的词调，调有定句，句有定字，字有定声，是不能随意增减变换的。唐宋时，“曲子”或“词”，都是“曲子词”的简称。后来“曲子”唱法失传，只剩下可以欣赏的歌词，故“曲子词”又通行省称为“词”，并成为抒情诗歌中的一种。

曲子词包括民间曲子词和诗客曲子词。所谓诗客曲子词，就是诗人们学习民间所创作的曲子词。曲子词虽起源于隋，但隋词却未能很好保存下来。我们现在只能从《水调》、《河传》、《泛龙舟》之类打有隋炀帝开凿运河印记的词牌名称上去辨认它们。20世纪初，在甘肃敦煌莫高窟中发现的“敦煌曲子词”，是中土千余年来未睹之秘籍。除少数作者可考知外，主要是唐代（兼有五代）的民间创作。正如王重民先生《敦煌曲子词集叙录》中所言，其中“有边客游子之呻吟，忠臣义士之

壮语，隐君子之怡情悦志，少年学子之热望与失望，以及佛子之赞颂，医生之歌诀”，等等。这些词风格朴素，语言清新，感情真挚，反映的社会生活面相当广阔。这说明在盛唐时民间曲子词已相当流行了，不然，在偏僻的西部边陲竟集中了这么多的曲子词，便是不可思议的事了。

词在民间兴起和流行的初期，似乎并未受到文人的重视。相传李白的《菩萨蛮》、《忆秦娥》为最早的文人词。但也有人怀疑是伪托，不像李白的作品。到了中唐，文人词才逐渐多起来，张志和、刘禹锡、白居易等人相继有作。刘禹锡、白居易《依“忆江南”曲拍为句》，便是有意识地模仿民间曲子词。特别是张志和描写渔隐生活的五首《渔歌子》，风流千古，脍炙人口，和者甚多，数十年后便传到日本，为嵯峨天皇及其臣下所喜爱，甚至仿作，成为中日文化交流史上的一则佳话。

晚唐五代十国时期，文人词有了长足的发展。唐安史之乱后，北方战乱频仍，南方局势相对较为平和，于是经济、文化重心便自中原南迁，长江上游的天府之国和下游的古都金陵，凭借长江天险，就成为战乱年代最理想的割据之处，为词的发展创造了一定的条件，并逐渐形成“花间”和“南唐”两大词派。因“花间”词派作家多为蜀人或仕宦于前、后蜀的，故又称“西蜀”派。以温庭筠、韦庄为代表的“花间”派，风格婉约、绮丽，内容多写闺情离愁，香而软媚，反映的生活面不广。但温、韦的词又各具特色，都有很高的艺术造诣，对后来词的发展有一定的影响。

“南唐”词派比“花间”词派时代稍晚，代表作家是南唐中主李璟，后主李煜，以及这小王朝的元老冯延巳。“南唐”派词人虽也写男女之情，但在意境上较之“花间”派远胜一筹，风格上也另具特色。特别是后主李煜，亡国以前，他的词

多反映宫廷浮华生活；亡国被俘入宋后，由君主变为阶下囚，地位和心情的改变，影响到他的词创作，写出了“小楼昨夜又东风，故国不堪回首月明中”，“问君能有几多愁，恰似一江春水向东流”那些凄恻动人的词章。李后主晚期词，在词的题材和意境上突破晚唐五代以写艳情为主的狭窄范围，直抒胸臆，情辞哀苦，感慨深沉，构思精巧，语言天成自然，尤善以白描手法，用高度的概括力表现出一个人在失去最美好的一切时那种沉痛的心情，具有一股强烈的艺术感染力。李煜词代表唐五代词的发展高峰，对后世影响很大。

经过隋、唐、五代三百余年来民间作者和文人作者的共同努力，词由发源时的涓涓滴水，演变为清溪浅流。其间，虽也有曲折幽雅的小景动人留连，但真正形成波澜壮阔的海洋，还是在入宋后的第二个三百年。

两宋词，已由依附于音乐的唱词，上升为文情并茂的文体；由遣兴娱宾的游戏文字，提高到能反映时代命运的重大主题。其流派之多，风格之殊，调体之繁复，都是空前的。据近人编《全唐五代词》，仅得 170 余家、2500 余首。而《全宋词》及《全宋词补辑》所收，却多达 1430 余家，20800 多首。由此也可窥见词在两宋的鼎盛景象。

词独盛于宋，是与当时的政治、经济和文化艺术的全面繁荣相联系的。北宋王朝，结束五代十国的分裂局面，统一全国。有鉴于晚唐、五代藩镇割据，擅主废立的历史教训，宋朝最高统治者，早在建国之初，就怵恫和诱导高级将领交出兵权，“多积金、市田宅以遗子孙，置歌儿舞女以终天年。”（《宋史·石守信传》）当时达官贵人蓄养家妓的风气，士大夫阶层文酒雅集的风气之盛，都是空前的。朝野上下均以能词为荣。以能词而得官爵或赏赐的，比比皆是。词已成为大众的艺术，上

至帝王将相，下至市民野叟，几乎都能应歌制词。他们都以自己的聪明才智，为词坛增光添彩。

宋初的词人，多受晚唐、五代婉约词风的影响，作品主要是词笔清丽的小令。这一时期的主要词人有王禹偁、潘阆、范仲淹、晏殊、欧阳修、晏几道、张先等人。他们通过自己的创作，拉开两宋词坛的帷幕。

王禹偁是宋初改革绮靡文风的诗文家。他的词虽仅存一首，却表现出积极入世的襟怀。以狂放不羁著称的潘阆，十首《酒泉子》词，歌咏杭州和西湖胜景，境界优美，独标风韵。范仲淹以反映边塞风光和征战劳苦见长，苍凉悲壮，气魄宏大，开苏、辛豪放词的先河。晏殊、欧阳修都官至宰辅大臣，以词为余事，词作多写贵族士大夫闲适自得的生活，每每假托闺情以抒幽怀。他们善以深婉清丽的词语，构成情景交融的画面。写富贵不落鄙俗，写艳情不显轻佻，词风都近南唐冯延巳，但两人风格又有不同。清刘熙载《艺概》说：“冯延巳词，晏同叔得其俊，欧阳修得其深。”晏几道是晏殊的幼子，行辈较晚。他是由贵胄公子降为寒士，饱经世态炎凉。词作小令最多，成就也最高，多写由富变衰以后的抑郁和诀别失恋后的深愁。其特点是风格婉美，语言晓畅，音律和谐，感情真挚。可以说，正是在小晏手中，令词达到了成熟的地步。他也是继承花间派词风的最后一位重要作家。

花间派的令词发展到北宋中叶，已不能完全表现都市繁华的生活，满足不了达官贵人和市民要听歌的要求，于是革新派词人先后兴起。第一个就是柳永。柳永早年游学京师，留连曲坊，为歌伎们倚声填词，传唱四方；碰上“留意儒雅”的宋仁宗，认为他“好为淫冶讴歌之曲”，只能去“填词”，作官是不够格的。从此，柳永索性打出“奉旨填词”的招牌，长期混迹

秦楼楚馆，与伶工、乐伎为伍。他通晓音律，善于运用俚俗语言和铺叙手法，描绘景物，抒发感情，将短短的“小令”发展成为长调的“慢词”。“慢词”在敦煌民间词里早已有之，但未引起文人诗客的重视。柳永是扭转此风的第一人，他为宋代慢词发展开辟了道路。柳永创作的俚词，虽未能突破艳秾香丽的词风，却与传统文人的雅词大异其趣，颇合广大市民阶层的胃口，赢得了“凡有井水饮处，即能歌柳词”（宋叶梦得《避暑录话》）的盛誉。

苏轼，才华横溢，感情奔放，一曲“大江东去”的歌声，响彻北宋词坛。他“以诗为词”，不受音律的束缚，打破词为“艳科”的藩篱，冲决“诗庄词媚”的界限，“一洗绮罗香泽之态，摆脱绸缪宛转之度，使人登高望远，举首高歌，而逸怀浩气，超然乎尘垢之外。”（胡寅《酒边词序》）一新天下人耳目。他扩大了词的内容，提高了词的境界，创建了豪放派词风，使词从离情别绪、男欢女爱的狭窄范围，走向社会人生的广阔天地。保卫边疆的壮怀，政治生活的失意，大自然的美丽风光，以及咏史、怀古、游仙、悼亡、参禅悟道、哲理探讨等等，一一进入了他的词中，几乎无所不包，“无意不可入，无事不可言”。这个变化是前所未有的，是宋词发展史上柳永之后第二次带根本性的转变。

可惜，苏轼开创的豪放派词风，在当时未能得到充分发展并形成风气。苏门词人不少，虽都推崇苏词，但却不承认“以诗为词”可以作为规范。苏门词人中，只有黄庭坚、晁补之等人的词风多少带点豪放气概。黄词早期多写艳情，晚年多抒感慨。晁词语言清秀晓畅，格调豪爽，时有奇气。“苏门四学士”中的秦观，同苏轼关系最密切，影响也最大。因受苏轼牵连，他多次遭贬谪，但词风却近于柳永。他的词以中音低唱，浅墨

淡抹，以抒写柔情与羁旅之愁见长，含蓄蕴藉，情韵兼胜，如初日芙蓉，晓风杨柳。后人尊他为“婉约”词派代表人物，并把他同李煜、晏几道并称为“词中的三位美少年”。

周邦彦是北宋晚期的重要词家。他近承秦、柳，下启南宋，被称为婉约词派的集大成者和格律词派的创始人。他学识渊博，能自度曲，曾任大晟府提举官。他精通词法。柳永词以平铺直叙为主，周词却在铺叙基础上讲究曲折回环和前后呼应，开了长调咏物的风气。他舍弃柳永俚俗而趋向典雅。有时精雕细刻，富艳精工；有时又化用古人诗句，如同己出。同时他又深通音律，严守四声和平仄搭配，能将音乐之美和辞情之美完美地统一起来。由于偏重形式和技巧，他的词内容较空虚、贫乏，多是写景咏物、男女欢情和歌咏羁旅闲愁的作品。从词的发展来看，他把词从苏轼开辟的广阔天地里又拉回到追求形式与艳情的窄路上去，开了南宋吟社纤巧琐屑的词匠之风。

纵观 160 余年的北宋词坛，呈现出一种贵族词和市民词、雅词与俚词、小令与长调双峰并峙，“婉约”派和“豪放”派二水分流的局面。论力量对比，婉约派如东风化雨，绿满天涯，占据着上风；论未来的发展趋势，豪放派似旭日东升，光焰万丈，前程未可限量。

“愤怒出诗人”。词至南宋发展到高峰。金人一声鼙鼓，占领京、洛，俘虏徽钦二帝，北宋王朝一朝覆灭，粉碎了统治阶级的繁华美梦。稍有正义感、责任心的人，此时谁还能整日依红偎翠，浅斟低唱？南渡后，爱国志士们奋起抗争，对外与异族战，对内与权奸斗。词风也为之一变。他们不约而同地继承和发扬苏轼开创的豪放词风，高歌抗战，高歌北伐，爱国词成为南宋的主旋律。

首先拿起词笔来战斗的，是赵鼎、李纲、岳飞、胡铨、张元干、张孝祥等主战派人物。岳飞的《满江红》“怒发冲冠”，豪情激荡，气壮山河，表现作者无比忠愤的爱国热情和抗金复国的英雄气概，成为千古绝唱。胡铨因上书反对和议，请斩秦桧之头而遭迫害，张元干不畏株连，毅然作《贺新郎》“梦绕神州路”为其送行。张孝祥悲愤地作《六州歌头》“长淮望断”，致使主战派大臣张浚伤心罢席。“二张”词均以豪放刚健之笔，义愤填膺的心情，抒发无限的故国之思，表现收复中原、抗金雪耻的强烈愿望。

“国家不幸诗家幸，赋到沧桑句便工。”（清赵翼《题遗山词》）南宋爱国词，至辛弃疾出，上升到了巅峰。辛氏出生于北方沦陷区，南渡后，高举抗金杀敌的战旗，以金戈铁马的姿态驰于南宋词苑。贯穿辛词的基本思想，就是收复中原，统一祖国的强烈愿望，批判南宋统治者妥协投降的错误政策，抒发蹉跎岁月，壮志难酬的悲愤。辛弃疾以词为斗争武器，继承和发扬苏轼“以诗为词”的革新精神，以他那纵横驰骋的才力，气冲霄汉的豪情，进一步“以文为词”，以自由放肆的散文句法，发而为词。他的词题材广泛，体制恢宏，大气磅礴，突破了诗、词、文的界限，能在词里任意驱遣经史子集。辛词虽以雄浑豪放为主，但也不乏清丽婉约之作。向来苏辛并称，但辛与苏比，又有英雄与学士之别。刘克庄《辛稼轩集序》说：“公所作，大声鞺鞳，小声铿镗，横绝六合，扫空万古，自有苍生以来所未见。”豪放一派，辛弃疾是当之无愧的集大成者，对后世影响极为深远。

陆游是伟大的爱国主义诗人，是辛弃疾的前辈。他把侠肝义胆给了诗，不以词名，但所写词作也不乏“气吞残虏”的爱国豪情。“此生谁料，心在天山，身老沧洲”（《诉衷情》）和

“有谁知，鬓虽残，心未死”（《夜宫游》），每当我们读到这些深沉悲壮的词句时，能不为诗人在那垂暮之年仍充满着青春活力和战斗的豪情所感染吗？

与辛弃疾同时驰骋词林的，还有陈亮、韩元吉、刘过等人。他们以丰富多彩的爱国词章，汇成南宋词坛一股抗金救国的主流。陈亮、刘过皆与辛弃疾交游。陈以策论为词，以檄文为词，虽不及辛词雄浑雅健，却也痛快淋漓。“尧之都，舜之壤，禹之封。于中应有、一个半个耻臣戎！”读这样的诗句，稍有爱国心的人，谁能不悲愤满腔！

南宋后期爱国词人有岳珂、刘克庄、陈人杰、文天祥、邓剡、刘辰翁、蒋捷、汪元量等人。他们虽然成就、风格不尽相同，均能奋其健笔，抒发壮怀悲感，基本上是沿着辛弃疾的创作道路前进的。刘克庄追踪稼轩，其《贺新郎》“两淮萧索唯狐兔，问当年祖生去后，有人来否？”依然是辛派风格。陈人杰多忧时愤世之作，他挟醉濡笔，在杭州丰乐楼壁上大书《沁园春》词：“扶起仲谋，唤回玄德，笑杀景升豚犬儿！”锋芒毕露，矛头直指南宋醉生梦死的君臣。文天祥是烈士词人。他孤军抗元，被俘北去，宁死不屈。其《酹江月》“镜里朱颜都变尽，只有丹心难灭。”耿耿忠心，至死不渝，光照千古。刘辰翁是直士词人，早在宋亡前即以词笔揭露南宋统治者荒淫腐败；宋亡后，又不肯在新朝做官。他的词，承继苏辛，多慷慨之音，但更加凄怆沉痛。蒋捷是贞士词人，宋亡后，隐而不仕，抱节以终，所作多抒发故国之思，山河之恸。由苏轼开创的豪放词，经过几代人的努力，已发展成为与婉约派分庭抗礼的一大流派。影响所及，至今不衰。

南宋前期，历经国破家亡的动乱，婉约派词人的词作，也开始染上时代风云的色彩。李清照本是闺阁词人，善于写别恨

离愁。南渡后，词风也为之一变，词的内容多为思旧怀乡和个人身世的今昔之感，但却典型地涵盖了千千万万北方难民在国破家亡之后的共同境遇。她的词有很高的艺术性，尤善于以浅俗语发清新之思，往往寥寥几句就能创造出活脱脱的艺术形象和激动人心的意境。清代沈谦《填词杂说》说“男中李后主，女中李易安，极是当行本色。”李清照虽也不乏豪放之作，但她确是婉约词派别出的一枝奇葩。千百年来，人们同情其人，更爱读其词。

早年词“甚婉丽”的叶梦得，南渡后的词作却“落其华而实之，能于简淡中见雄杰。”（《题石林词》）朱敦儒本以高士自许，一心唱“且插梅花醉洛阳”（《鹧鸪天》）；南渡后却发出“回首妖氛未扫，问人间英雄何处”的感叹。号芻林居士的向子諲，把他的词集《酒边词》以南渡为界，分成“江北旧词”和“江南新词”两部分。前者清丽，后者悲慨。

自李清照去后，直到南宋中期以后，婉约词派才又见起色。南宋王朝长期以来主和派当权。他们打击和迫害抗金志士，以对敌妥协和屈辱换得苟安。从南渡第一个皇帝开始，便极力提倡享乐和淫靡的风气，以麻醉人民的斗志，粉饰太平。正像南宋末年词人文及翁《贺新郎》词所说：“一勺西湖水，渡江来，百年歌舞，百年酣醉。”在这种靡烂生活里的词风，必然滋长着形式主义的倾向。经过数十年的优化繁殖，南宋中期终于培养出自己的周邦彦——姜夔和吴文英。

姜夔、吴文英都是依附豪门的清客词人。他们承袭周邦彦的词风，讲究音律，烹炼句法、字面，爱写咏物之作，但艺术风格却迥异。姜早出，与辛弃疾时代相近，影响尤大。他不满辛派末流粗野狂怪与叫嚣怒张的不良风气，有意用晚唐英俊绵渺风神以矫之，又用江西诗派的瘦硬笔法来救正周派后学的软

媚柔靡之弊，开创了清刚高雅的词风，迅即蔚成风气，宗之者甚众，史达祖、卢祖高、高观国以及张辑、陈允平等都颇受其影响。专主清空的张炎，更是姜夔的嫡派传人。清代词人甚为推崇，乃至出现“家白石而户玉田”的局面。

吴文英生于姜夔之后，却能一反姜夔的清空冷隽而恢复和张扬周邦彦、秦观的浓丽深挚，开创一种沉博密丽的词风。词作每每排比藻绘，脉络都藏在暗处，所谓潜气内转，空际翻身。不少作品深蕴着一种勃郁不平之气，寄托着身世飘零的感慨，超逸之中时有沉郁之思，显示出迥异于其他词人的独特艺术风格。周密等人皆为学吴有得者。历来以姜吴并称。一些词评家往往重复张炎“梦窗词如七宝楼台，眩人眼目，碎拆下来，不成片段”的评语，对吴文英简单地加以否定，这是不公正的。

南宋末年，王沂孙出，词风再变。王氏可算南宋遗民词人。他眼看宋室灭亡，民族耻辱萦绕心头，在蒙古贵族铁骑的声威之下，只能作寒蝉的哀鸣。他的《碧山乐府》专以咏物寄托家国沦丧之悲。词作剪裁修洁，法度雍容，喜用新奇的字面，错纵的结构，来表现一种需要经过思索方能见出的幽邃词境。在宋末词坛，不失为一个名家。清代常州词派好以寄托说词，对王沂孙尤为推崇，仿效成风。

南宋亡国前后的词坛，明显地呈现出豪放派和婉约派两种不同词风。以文天祥、刘辰翁为代表的辛派词人，以豪放的笔调，写激昂忠愤的心情，慷慨悲歌，主题鲜明。而以张炎、王沂孙为代表的另一批词人，他们目睹江山易主，无力回天，以委婉曲折的笔调，写国破家亡的深悲巨痛，感情低徊掩抑，语调凄苦悲咽，旨意隐晦难明。但这两部分词风不同的词人，奔赴的却是一个共同的目标，即为南宋的不幸和亡国而歌。也正

是在爱国这一共同点上，不同风格的词人汇集在一起，形成痛悼南宋灭亡的悲愤大合唱。三百多年来波澜壮阔、人才辈出的两宋词坛，也就在这一大合唱声中徐徐地降下了帷幕。

参照学术界比较通行的看法，粗线条地勾勒出宋词的发展轮廓，仅供读者诸君参考。

文艺是反映生活的。千百年来，宋词以其卓越的成就，特殊的魅力，令亿万炎黄子孙倾倒。一个重要原因，就是它异常生动形象地反映了我国宋代广阔的社会生活和时代的剧烈变动，小至山川草木，田园风光，一颦一笑，儿女私情，大至抗战救国，收复失地，千军万马，沙场征战，均有十分出色的描绘。它以自由活泼的形式，优美动听的旋律，真实地表现了帝王将相、士农工商、志士仁人、平民百姓的生活愿望，喜怒哀乐，兴趣爱好，甚或人们心中的隐情。读着它们，我们仿佛在欣赏一幅幅历史的画卷，在倾听一声声发自心灵深处的倾诉。今天，我们阅读宋词，不仅能丰富我们的历史知识，更重要的是它可以怡悦情志，陶冶性格，提高我们的文学修养，培养我们的爱国主义思想感情，给我们带来巨大的审美愉悦和如火的诗情。

宋词选本，自南宋以来，代有编纂。近些年来，又有多种注释、赏析选本相继印行。这是一个可喜的现象。旧时选本多侧重艺术性方面，收词以婉约一派为多。近时新选各本，改变了忽视思想性的倾向，多选豪放一路的作品。本书选词力求将思想性和艺术性统一起来。以思想健康、艺术佳胜为主；思想一般而艺术性较高，影响较大者，也适当收入；有些词人，虽孤篇横绝，却有戛戛独造之境，亦予收录，以广流传。全书以苏轼、辛弃疾豪放派作品为经，重点选录南宋爱国词人的优秀作品；以柳永、秦观、周邦彦、李清照、姜夔婉约派作品为

纬，同时兼顾其他风格流派的代表作，包括无名氏的民间词，藉以窥见宋词丰富多彩的全貌。书中共收录 136 位词人（不包括无名氏），311 首词，113 个词牌。体例同我 1987 年出版的《唐诗三百首译解》相同，分词人小传、原词、注释、今译、简析五部分。感谢读者的厚爱，《唐诗三百首译解》出版以来，年年重印。《宋词三百首译解》是《唐诗三百首译解》的“姊妹”篇，写作时，在极端艰难的情况下，我时时提醒自己，绝不能有负于读者，有负于关心、鼓励我的朋友们。

《宋词三百首译解》的原词，各本间有出入，本书不主一家，择善而从。词人小传，简要介绍每位词人的生平、创作特色及在词史上的地位和影响，让读者了解其人其词。注释，力求准确简洁，除个别难点注文较详外，不事广征，避免繁琐考证。今译，坚持一句对一句翻译，务求忠于原作，译出意境，译出韵味，做到语言通俗流畅，可诵可读。简析，根据每首词的特点，或重点阐明思想意义，或着重艺术分析，或因词而考证本事，或因人而附载轶闻。形式多样，不拘一格。语多商榷，避免强加于人。

这个宋词选本力求雅俗共赏，对初学者具有启迪之功，对研究者也有参考价值。所选多为各风格流派的名篇佳什。书中的注释、简析等部分，除了写出个人的心得、体会外，还注意反映前人和今人对宋词的研究成果。有些注明了出处，有些则取其大意，虽未一一注明，却不敢掠人之美。由于水平有限，谬误之处，在所难免，恳请专家和读者批评指正。

张国荣

1995 年隆冬

目 录

王禹偁一首

点绛唇(雨恨云愁) (1)

寇 准一首

江南春(波渺渺) (3)

钱惟演一首

木兰花(城上风光莺语乱) (5)

潘 阆一首

酒泉子(长忆观潮) (8)

林 逋二首

点绛唇(金谷年年) (9)

长相思(吴山青) (11)

陈 亚一首

生查子(相思意已深) (13)

范仲淹二首

苏幕遮(碧云天) (15)

渔家傲(塞下秋来风景异) (18)