



国·学·典·藏·书·系

宋词三百首

青花典藏

〔清〕上疆村民◎编

宋词是中国古代文学皇冠上光彩夺目的一颗巨钻，在我国古代文学领域占有重要地位。《宋词三百首》多为历代传诵的名家名作，选材广泛，有的表达豪情壮志；有的吟花咏月，赞美大自然；有的描绘社会风貌，情有的慷慨激昂，直抒胸臆，富有爱国热情。





国·学·典·藏·书·系



青花典藏

〔清〕上疆村民〇编

宋词三百首

宋词是中国古代文学皇冠上光辉夺目的一颗巨钻，在我国古代文学领域占有重要地位。《宋词三百首》多为历代传诵的名家名作，选材广泛，有的表达豪情壮志，有的吟花咏月，赞美大自然，有的描绘社会风物人情，有的慷慨激昂，直抒胸臆，富有爱国热情。



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

宋词三百首 / (清)上疆村民组编;《国学典藏书系》
丛书编委会主编. — 长春:吉林出版集团有限责任公司,
2010. 11

(国学典藏书系)

ISBN 978-7-5463-4161-3

I. ①宋… II. ①上… ②国… III. ①宋词 - 选集
IV. ①I222. 844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 224175 号

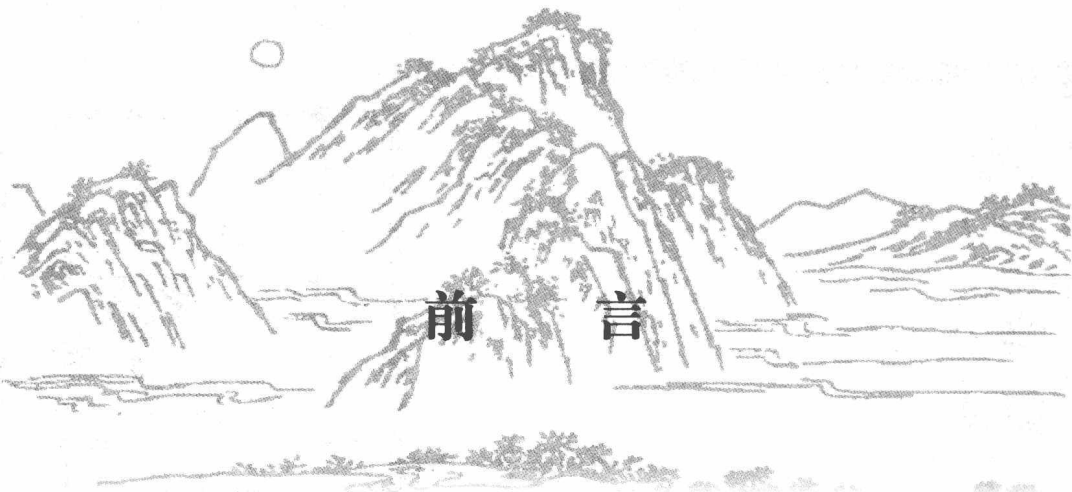
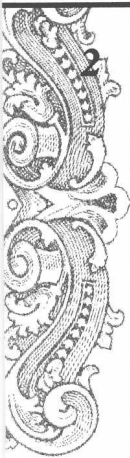
国学典藏书系 宋词三百首

编 者 (清)上疆村民
主 编 《国学典藏书系》丛书编委会
出 版 人 毛文凤
责任编辑 陈璇
责任校对 戴耀萍 杨 杨
封面设计 猫头鹰工作室
开 本 787mm×1092mm 1/16
字 数 330 千字
印 张 20
版 次 2010 年 12 月第 1 版
印 次 2010 年 12 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
(长春市人民大街 4646 号 邮编:130021)
发 行 江苏可一出版物发行集团有限公司
(南京市山西路 67 号世贸中心 4 楼 邮编:210009)
电 话 总编办:0431-85600386
市场部:025-66989810
网 址 www.keyigroup.com
印 刷 肥城新华印刷有限公司

ISBN 978-7-5463-4161-3 定价:18.80 元

版权所有 侵权必究 举报电话:025-66989810



前言

“国学”一说，产生于20世纪20年代西学东渐、文化转型的历史时期。此前中国的旧学在现代文明面前一败涂地，曾国藩继承明儒传统，身体力行，通经致用，后来又有张之洞提出“中学为体，西学为用”，力图调和传统与现实的阴阳关系。后来学术界兴起“整理国故”的热潮，虽然与当时历史条件看似不协调，实则是有深刻历史理性的。提出学习西方，“师夷长技以制夷”的魏源，当时不但提出学习西方文明，同时又提出要恢复两汉经学，这看似极为矛盾，其实正是魏源的高人之处，此后正是在这样的基础上，才有了中西交流的合理原则。

当时国人有一种全盘否定国粹的倾向，认为外国来的就是梅毒也是好的。19世纪末20世纪初，随着中西文化冲突的进一步加剧，中国文化更加弱势，中国面临亡国灭种的危机，为了保国保种，以章太炎为代表的国粹派提出“保存国学”、“振兴国学”的口号。而新文化运动闯将之一胡适，则在介绍杜威的实践主义时同时讲授中国哲学史。在当时的历史氛围下，国学概念产生后其意义内涵自然较复杂，包括传统官方民间各种学问、艺术、技艺等，但在狭义上，国学之范围不脱经、史、子、集四部，同时四部中又以经学为首。

国学又可称国故，可译“GuoXue”（音译）、“Sinology”（意译，指中国学，汉学，因无别于汉族学而有争议）。现在一般提到的国学，是指以先秦经典及诸子学为根基，涵盖了两汉经学、魏晋玄学、宋明理学和同时期的汉赋、六朝骈文、唐宋诗词、元曲与明清小说并历代史学等一套特有而完整的文化、学术体系。因此，广义上，中国古代和现代的文化 and 学术，包括历史、思想、哲学、地理、政治、经济乃至书画、音乐、术数、医学、星相、建筑等都是国学所涉及的范畴。

论国学，先明国学之义，所谓必也正名乎，善哉。



今天,关于传统文化的书写,好像走向了两个极端:要么过于通俗,要么过于玄虚。中国传统文化的传播、国学的弘扬,需要摆脱掉这两个极端,走一条中间道路,做到深入浅出、微言大义。虽然“文化热”、“儒学热”、“国学热”的浪潮此起彼伏,但真正将自己的文化看做安身立命之本的人却是少之又少。大家对待文化、对待国学,仍然没有走出经世致用、急功近利的目的预设。为什么要学国学?因为国学对我有用;为什么要读国学?因为里面有智慧、有技巧、有升官发财的门路。于是,在今人的眼里,国学已经蜕变成了赤裸裸的经世致用之术,成了彻头彻尾的“用经”!仅求其“用”,不见其“体”,将是最大的无用。仅求其“术”,而对国学的“道统”视而不见,将是中国文化最大的悲哀。为此,国人已做过许多有益的探索。

近代以后,随着西学东渐,我们在呼吸外来新鲜空气的同时,也注意到了传统文化的流失。故而对东西方文化进行冷静思考,明确了传统文化不可动摇的根基地位,沿袭先辈留下的宝贵文化遗产,是可以弘扬中国民族特色文化,进而促进当下时代的进步和发展。在此,我们只有安身立命,谋求维新。《尚书》中说:“周虽旧邦,其命维新。”但是“周邦”所谓的“新命”不会自己从天上掉下来,而是要靠人不断地去探幽发微、阐发新意。阐发新意,不是凭空想象,不是一味模仿,而要推陈出新。冯友兰先生说,中国的哲学要“接着讲”,不能“照着讲”。而“接着讲”,并不是空发臆想、随意揣摩,而是要以“照着讲”的方式和姿态去“接着讲”,不如此,就无法做到“阐旧邦以辅新命”。国学亦是如此。

整理国故,是为了获得长足进步。只有长足进步,才能延续,才能生生不息。当然,任何一种文化都包含着深刻的两面性。所谓的精华和糟粕往往是纠结在一起的。所以,目前最迫切要做的,仍然是平心静气地去了解我们的文化。

为了弘扬国学,使更多的人了解中国传统文化的精粹,我们精心为您编纂了这套“国学典藏”丛书。这套丛书精选了历代文章中的典范之作,于经、史、子、集中选取精华部分,予以汇编。编者力图通过简明的体例、精练的文字、新颖的版式、精美的图片等多种要素的有机结合,全方位立体地解读中国国学的博大精深,为读者打造一条走进国学的画廊,感受国学独到的智慧。

学贵力行,圣贤文化的学习,贵在把它落实到自己的日常生活和工作中去,才能从中得到真实的利益。愿此套丛书让您领略传统国学风景的同时,与圣人促膝对话,能够聆听到圣贤的教诲;在聆听圣贤教诲的同时,把圣人的教诲贯彻到生活中,落实到一言一行中。“多识前言往行,以自蓄其德”,我们也希望借着伟大文化的指引,提升我们生命的内涵。



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能掩者也。

《宋词三百首》是最流行的宋词选本，编者朱孝臧（1857—1931），原名祖谋，字古微，号沅尹，又号彊村、上彊村民，浙江归安人，其选录标准，以混成为主旨，并求之体格、神致。

经多方研究，专家考证，选取经典之作。所选之篇不仅脍炙人口，而且切合当下，其价值深远。

释义通俗易懂；解读准确权威，有助读者领悟国学精华。对其中生僻字，加注音标，以便理解。

词意精准。在符合原文的前提下，采取通俗易懂的方式，客观、准确展现原文主旨，还原原文意境。



SONG CI SAN BAI SHOU

宋词三百首

曲玉管

【赏析】

这是一首惜春忆春的小词。上片回忆昔日欢聚洛阳，同游郊野的快乐之情；下片写惜别之情。作者深知人生常有离合，苦于不能与友人长相聚，所以要珍惜现实快乐，决意“游遍花丛”；同时想到未来，为物是人非、人生多变而感慨，感叹人生“聚散苦匆匆，此恨无穷”。全词语言凝练酣畅，具有较好的艺术效果。

曲玉管

柳永

陇首云飞^①，江边日晚，烟波满目凭栏久。立望关河，萧索千里清秋，忍凝眸？
杳杳神京，盈盈仙子，别来锦字终难偶^②。断雁无凭，冉冉飞下汀州，思悠悠。
暗想当初，有多少、幽欢佳会，岂知聚散难期，翻成雨恨云愁。阻追游，
每登山临水，惹起平生心事，一场消黯^③，永日无言^④，却下层楼。

【注释】

- ①陇首：山头或高丘之上。
- ②锦字：指书信。难偶：难以相会。
- ③消黯：黯然销魂。
- ④永日：长久。

【词意】

远处山头暮云乱飞，江边天色已晚，我独自久久地倚着楼上的栏杆，面对着满眼的烟波暮霭，山河萧条冷落、清秋千里凄凉，令人不忍凝神而望。

在那遥远的京城之内，有一位体态轻盈、娇美如仙女的情人。自从与她分别后，竟然没有收到她一封书信。想必是传情书的大雁离开了雁行，独自飘飘然飞落在沙洲中，我的相思何时能尽？

暗想当初，有多少次美好的相会、幽幽欢娱。岂知聚散难料，一别难相遇，往日之欢情反而成为今日的绵绵愁恨！千里阻隔、无从相见，只能追忆往事，徒具思念。每次登山临水，触目生情，惹起平生郁积，多少心酸事。今日登楼，黯然伤神如故。终日里



这是一部新选编的宋词三百首详注本。精华荟萃，形式多样。名家名作，风格各异。重选卓越大家大作，兼顾普通词人作品，共 105 家 300 篇。

词作内容涉及爱国言志，闺阁爱情，羁旅离愁，边塞风光，咏史咏物，田园山水，民情风俗。词作审美观照或构思精巧，或诗情画意，或地方特色，或寓意深邃。体现宋代历史特征和宋词发展的艺术轨迹。每篇词作有词人简介，词作艺术分析，词句详尽解读。深入浅出，雅俗共赏。



SONG CI SAN BAI SHOU
宋词三百首



闷闷无语，默默下楼。

【赏析】

本词描叙作者登高望远，触景生情，感叹羁旅生活的愁苦，抒发无限相思之情。第一片以写萧瑟清秋晚景为主，羁旅之愁寓于其中。山岭上暮云纷飞，江边暮霭迷茫，满目烟波浩渺，词人凭栏很久，凝神注视远方。一眼望去，山河冷落萧条，清秋万里凄凉，不忍心再望。第二片回忆思念恋人，抒离愁别恨，寄托无穷相思。在那遥远的神京汴梁，有位美女，光彩照人如仙人一样，自从分手以来，再也无法得到她的音信，令“我”不胜忧伤，望断南飞的大雁，也毫无用处，只会追引我的忧思更加悠长。第三片忆旧欢，诉今愁惹起平生心事，令人忧郁无限。暗想当初，有多少幽会欢娱的美好时光，岂知聚散难以预想，当时的欢乐，反而酿成今日的无限怅惘。千里阻隔，我们无从相见，只有相互思念。每当登山临水，都会惹起“我”对往事的回想，总是暗自销魂，神情沮丧，终日里闷闷无言，独自默默地走下楼廊。全词以写景抒情为脉络，层层铺叙，步步深入，言浅意丰，平白如水。

雨霖铃

柳永

寒蝉凄切，对长亭晚，骤雨初歇。都门帐饮无绪^①，留恋处、兰舟催发。执手相看泪眼，竟无语凝噎^②。念去去、千里烟波，暮霭沉沉楚天阔^③。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^④，更与何人说？



以图释文，视觉效果明显。在注重美感的前提下，着重文图切合，确保文图传神。

精准阐释，创造“意境”。通过“感同身受”的效果，体会国学的“人文内涵”，领悟国学独特的体验和丰富的情感。

经过反复实验，专家论证，所选色彩均匀，柔和，不仅愉悦视觉，而且还能保护读者眼睛。在取得视觉效果的前提下，获得精神的愉悦。



目 录

赵 佶

- 宴山亭(裁剪冰绡) 1

钱惟演

- 木兰花(城上风光莺语乱) 2

范仲淹

- 苏幕遮(碧云天) 3

- 御街行(纷纷坠叶飘香砌) 4

张 先

- 千秋岁(数声鶯鴂) 5

- 菩萨蛮(哀筝一弄《湘江曲》) 6

- 一丛花令(伤高怀远几时穷) 7

- 天仙子(《水调》数声持酒听) 8

- 青门引(乍暖还轻冷) 9

晏 殊

- 浣溪沙(一曲新词酒一杯) 10

- 浣溪沙(一向年光有限身) 11

- 清平乐(金风细细) 12

- 木兰花(燕鸿过后莺归去) 13

- 木兰花(池塘水绿风微暖) 14

- 木兰花(绿杨芳草长亭路) 15

- 蝶恋花(六曲栏干偎碧树) 16





韩 缜

- 凤箫吟(锁离愁连绵无际) 17

宋 祁

- 玉楼春(东城渐觉风光好) 18

欧阳修

- 采桑子(群芳过后西湖好) 19
- 诉衷情(清晨帘幕卷轻霜) 20
- 蝶恋花(庭院深深深几许) 21
- 蝶恋花(谁道闲情抛弃久) 22
- 蝶恋花(几日行云何处去) 23
- 木兰花(别后不知君远近) 24
- 浪淘沙(把酒祝东风) 25

柳 永

- 曲玉管(陇首云飞) 26
- 雨霖铃(寒蝉凄切) 27
- 蝶恋花(伫倚危楼风细细) 28
- 浪淘沙慢(梦觉透窗风一线) 30
- 定风波(自春来) 31
- 少年游(长安古道马迟迟) 32
- 夜半乐(冻云黯淡天气) 33
- 玉蝴蝶(望处雨收云断) 35
- 迷神引(一叶扁舟轻帆卷) 36

王安石

- 桂枝香(登临送目) 37
- 千秋岁引(别馆寒砧) 39

王安国

- 清平乐(留春不住) 40

晏几道

- 临江仙(梦后楼台高锁) 41
- 蝶恋花(梦入江南烟水路) 42
- 蝶恋花(醉别西楼醒不记) 43





鹧鸪天(彩袖殷勤捧玉钟)	44
鹧鸪天(东风又作无情计)	45
木兰花(秋千院落重帘幕)	46
阮郎归(旧香残粉似当初)	47
阮郎归(天边金掌露成霜)	48
御街行(街南绿树春饶絮)	49
虞美人(曲阑干外天如水)	50
思远人(红叶黄花秋意晚)	51

苏 轼

水调歌头(明月几时有)	52
水龙吟(似花还似非花)	53
念奴娇(大江东去)	54
卜算子(缺月挂疏桐)	56
青玉案(三年枕上吴中路)	57
临江仙(夜饮东坡醒复醉)	58
定风波(莫听穿林打叶声)	59
江城子(十年生死两茫茫)	60
贺新郎(乳燕飞华屋)	61

秦 观

望海潮(梅英疏淡)	62
八六子(倚危亭)	64
满庭芳(山抹微云)	65
满庭芳(晓色云开)	66
浣溪沙(漠漠轻寒上小楼)	67

晁元礼

绿头鸭(晚云收)	68
----------------	----

赵令畤

蝶恋花(欲减罗衣寒未去)	69
清平乐(春风依旧)	70

晁补之

水龙吟(问春何苦匆匆)	71
洞仙歌(青烟幂处)	72



晁冲之

临江仙(忆昔西池池上饮) 74

舒 亶

虞美人(芙蓉落尽天涵水) 75

朱 服

渔家傲(小雨纤纤风细细) 76

毛 滂

惜分飞(泪湿阑干花著露) 77

陈 克

菩萨蛮(赤阑桥尽香街直) 78

菩萨蛮(绿芜墙绕青苔院) 79

李元膺

洞仙歌(雪云散尽) 80

时 彦

青门饮(胡马嘶风) 82

李之仪

谢池春(残寒消尽) 83

卜算子(我住长江头) 84

周邦彦

瑞龙吟(章台路) 85

风流子(新绿小池塘) 87

兰陵王(柳阴直) 89

琐窗寒(暗柳啼鸦) 90

夜飞鹊(河桥送人处) 92

满庭芳(风老莺雏) 93

过秦楼(水浴清蟾) 95

大酺(对宿烟收) 96

蝶恋花(月皎惊乌栖不定) 98

关河令(秋阴时晴渐向暝) 99

绮寮怨(上马人扶残醉) 100





瑞鹤仙(悄郊原带郭)	101
浪淘沙慢(晓阴重)	102
夜游宫(叶下斜阳照水)	103

贺 铸

青玉案(凌波不过横塘路)	104
浣溪沙(不信芳春厌老人)	106
浣溪沙(楼角初消一缕霞)	107
石州慢(薄雨收寒)	108
蝶恋花(几许伤春春复暮)	109
望湘人(厌莺声到枕)	110
绿头鸭(玉人家)	111

张元干

石州慢(寒水依痕)	113
兰陵王(卷珠箔)	114

叶梦得

贺新郎(睡起流莺语)	115
虞美人(落花已作风前舞)	117

汪 藻

点绛唇(新月娟娟)	118
-----------------	-----

刘一止

喜迁莺(晓光催角)	119
-----------------	-----

韩 轲

高阳台(频听银签)	120
-----------------	-----

李 邴

汉宫春(潇洒江梅)	121
-----------------	-----

陈与义

临江仙(忆昔午桥桥上饮)	122
--------------------	-----

蔡 伸

苏武慢(雁落平沙)	123
柳梢青(数声鶯鴂)	124



周紫芝

鹧鸪天(一点残钿欲尽时) 125

踏莎行(情似游丝) 126

李 甲

帝台春(芳草碧色) 126

李重元

忆王孙(萋萋芳草忆王孙) 128

万俟咏

三台(见梨花初带夜月) 129

徐 伸

二郎神(闷来弹鹊) 130

田 为

江神子慢(玉台挂秋月) 132

曹 组

蓦山溪(洗妆真态) 133

李 玉

贺新郎(篆缕消金鼎) 134

廖世美

烛影摇红(霏霏春空) 135

吕滨老

薄幸(青楼春晚) 137

鲁逸仲

南浦(风悲画角) 138

岳 飞

满江红(怒发冲冠) 139

张 抡

烛影摇红(双阙中天) 140

程 垓

水龙吟(夜来风雨匆匆) 141





张孝祥

六州歌头(长淮望断) 143

念奴娇(洞庭青草) 145

韩元吉

六州歌头(东风著意) 146

好事近(凝碧旧池头) 147

袁去华

瑞鹤仙(郊原初过雨) 148

安公子(弱柳丝千缕) 149

陆 淞

瑞鹤仙(脸霞红印枕) 150

陆 游

卜算子(驿外断桥边) 151

陈 亮

水龙吟(闹花深处层楼) 152

范成大

忆秦娥(楼阴缺) 154

眼儿媚(酣酣日脚紫烟浮) 155

辛弃疾

贺新郎(绿树听鹈鴂) 156

贺新郎(凤尾龙香拨) 157

水龙吟(楚天千里清秋) 159

摸鱼儿(淳熙己亥) 160

永遇乐(千古江山) 162

木兰花慢(老来情味减) 163

祝英台近(宝钗分) 165

青玉案(东风夜放花千树) 166

鹧鸪天(枕簟溪堂冷欲秋) 167

菩萨蛮(郁孤台下清江水) 169

姜 夔

点绛唇(燕雁无心) 170



鹧鸪天(肥水东流无尽期)	171
踏莎行(自沔东来)	172
庆宫春(双桨莼波)	173
齐天乐(庾郎先自吟《愁赋》)	175
琵琶仙(《吴都赋》云)	176
八归(芳莲坠粉)	178
念奴娇(余客武陵)	179
扬州慢(淮左名都)	181
长亭怨慢(余颇喜自制曲)	182
淡黄柳(客居合肥南城赤阑桥之西)	183
暗香(旧时月色)	185
疏影(苔枝缀玉)	186
翠楼吟(月冷龙沙)	187
杏花天影(绿丝抵拂鸳鸯浦)	189
一萼红(古城阴)	190
霓裳中序第一(亭皋正望极)	191

章良能

小重山(柳暗花明春事深)	193
--------------------	-----

刘 过

唐多令(安远楼小集)	194
------------------	-----

严 仁

木兰花(春风只在园西畔)	195
--------------------	-----

俞国宝

风人松(一春长费买花钱)	196
--------------------	-----

张 兹

满庭芳(月洗高梧)	197
燕山亭(幽梦初回)	198

史达祖

绮罗香(做冷欺花)	199
双双燕(过春社了)	201
东风第一枝(巧沁兰心)	202





喜迁莺(月波疑滴)	203
三姝媚(烟光摇曳瓦)	204
秋霁(江水苍苍)	206
夜合花(柳锁莺魂)	207
玉蝴蝶(晚雨未摧宫树)	208
八归(秋江带雨)	209

刘克庄

生查子(繁灯夺霁华)	210
贺新郎(深院榴花吐)	211
贺新郎(湛湛长空黑)	213
木兰花(年年跃马长安市)	214

卢祖皋

江城子(画楼帘幕卷新晴)	215
宴清都(春讯飞琼管)	216

潘 枋

南乡子(生怕倚阑干)	217
------------------	-----

陆 睿

瑞鹤仙(湿云粘雁影)	218
------------------	-----

吴文英

渡江云(羞红鬓浅)	220
夜合花(柳暝河桥)	221
霜叶飞(断烟离绪)	223
宴清都(绣幄鸳鸯柱)	224
齐天乐(烟波桃叶西陵路)	225
花犯(小娉婷)	227
浣溪沙(门隔花深旧梦游)	228
浣溪沙(波面铜花冷不收)	229
点绛唇(卷尽愁云)	230
祝英台近(采幽香)	231
祝英台近(剪红情)	232
澡兰香(盘丝系腕)	233





风入松(听风听雨过清明)	235
莺啼序(残寒正欺病酒)	236
惜黄花慢(次吴江)	239
高阳台(宫粉雕痕)	240
高阳台(修竹凝妆)	242
三姝媚(湖山经醉惯)	243
八声甘州(渺空烟四远)	244
踏莎行(润玉笼绡)	246
瑞鹤仙(晴丝牵绪乱)	247
鹧鸪天(池上红衣伴倚栏)	248
夜游宫(人去西楼雁杳)	249
贺新郎(乔木生云气)	250
唐多令(何处合成愁)	252

黄孝迈

湘春夜月(近清明)	253
-----------------	-----

潘希白

大有(戏马台前)	254
----------------	-----

黄公绍

青玉案(年年社日停针线)	255
--------------------	-----

朱嗣发

摸鱼儿(对西风)	256
----------------	-----

刘辰翁

兰陵王(送春去)	257
宝鼎现(红妆春骑)	259
永遇乐(璧月初晴)	261
摸鱼儿(怎知他)	263

周 密

高阳台(照野旌旗)	264
瑶华(后土之花)	265
玉京秋(长安独客)	267
曲游春(禁烟湖上薄游)	268
花犯(楚江湄)	269

