

中国文化文学  
经典文丛

# 宋词三百首

〔清〕朱孝臧 编  
孙建军 主编



吉林文史出版社  
JILIN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

中国 文化 文学 经典 文丛

# 宋词三百首

【清】朱孝臧/编 孙建军/主编

吉林文史出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

宋词三百首 / (清) 朱孝臧编. — 长春 : 吉林文史出版社, 2016.12(2018.4重印)

(中国文化文学经典文丛 / 孙建军主编)

ISBN 978-7-5472-3059-6

I. ①宋… II. ①朱… III. ①宋词—选集 IV.

①I222.844

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第134383号

SONGCISANBAISHOU

书 名: 宋词三百首

编 者: 朱孝臧

主 编: 孙建军

责任编辑: 于 涉 张焕钰

封面设计: 宋双成

出版发行: 吉林文史出版社

地 址: 长春市人民大街4646号

邮 编: 130021

电 话: 0431-86037598

网 址: www.jlws.com.cn

印 刷: 北京松源印刷有限公司

开 本: 920mm×1280mm 1/16

印 张: 31

字 数: 300千字

版 次: 2017年1月第1版 2018年4月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5472-3059-6

定 价: 47.00元

# 目 录

- |      |     |      |     |     |      |
|------|-----|------|-----|-----|------|
| 燕山亭  | 赵 佶 | /001 | 木兰花 | 晏 殊 | /025 |
| 木兰花  | 钱惟演 | /003 | 踏莎行 | 晏 殊 | /027 |
| 渔家傲  | 范仲淹 | /004 | 踏莎行 | 晏 殊 | /028 |
| 苏幕遮  | 范仲淹 | /006 | 踏莎行 | 晏 殊 | /030 |
| 御街行  | 范仲淹 | /007 | 蝶恋花 | 晏 殊 | /031 |
| 长相思  | 林 逋 | /009 | 破阵子 | 晏 殊 | /032 |
| 千秋岁  | 张 先 | /010 | 木兰花 | 晏 殊 | /034 |
| 青门引  | 张 先 | /012 | 凤箫吟 | 韩 缜 | /035 |
| 一丛花令 | 张 先 | /013 | 木兰花 | 宋 祁 | /037 |
| 醉垂鞭  | 张 先 | /015 | 蝶恋花 | 欧阳修 | /038 |
| 天仙子  | 张 先 | /016 | 蝶恋花 | 欧阳修 | /039 |
| 浣溪沙  | 晏 殊 | /018 | 蝶恋花 | 欧阳修 | /040 |
| 浣溪沙  | 晏 殊 | /019 | 木兰花 | 欧阳修 | /041 |
| 浣溪沙  | 晏 殊 | /020 | 浣溪沙 | 欧阳修 | /042 |
| 清平乐  | 晏 殊 | /021 | 浪淘沙 | 欧阳修 | /043 |
| 清平乐  | 晏 殊 | /022 | 玉楼春 | 欧阳修 | /044 |
| 木兰花  | 晏 殊 | /023 | 踏莎行 | 欧阳修 | /045 |

- |      |     |      |      |     |      |
|------|-----|------|------|-----|------|
| 采桑子  | 欧阳修 | /046 | 鹧鸪天  | 晏几道 | /082 |
| 采桑子  | 欧阳修 | /048 | 鹧鸪天  | 晏几道 | /083 |
| 生查子  | 欧阳修 | /050 | 生查子  | 晏几道 | /084 |
| 青玉案  | 欧阳修 | /051 | 木兰花  | 晏几道 | /085 |
| 雨霖铃  | 柳 永 | /052 | 木兰花  | 晏几道 | /086 |
| 望海潮  | 柳 永 | /054 | 清平乐  | 晏几道 | /087 |
| 少年游  | 柳 永 | /056 | 阮郎归  | 晏几道 | /088 |
| 八声甘州 | 柳 永 | /057 | 阮郎归  | 晏几道 | /089 |
| 迷神引  | 柳 永 | /059 | 御街行  | 晏几道 | /090 |
| 蝶恋花  | 柳 永 | /061 | 留春令  | 晏几道 | /092 |
| 破阵乐  | 柳 永 | /062 | 满庭芳  | 晏几道 | /093 |
| 定风波  | 柳 永 | /064 | 菩萨蛮  | 晏几道 | /095 |
| 夜半乐  | 柳 永 | /066 | 浣溪沙  | 晏几道 | /097 |
| 忆帝京  | 柳 永 | /068 | 蝶恋花  | 王 洗 | /098 |
| 安公子  | 柳 永 | /069 | 水龙吟  | 苏 轼 | /099 |
| 倾 杯  | 柳 永 | /071 | 水调歌头 | 苏 轼 | /101 |
| 鹤冲天  | 柳 永 | /073 | 水调歌头 | 苏 轼 | /103 |
| 桂枝香  | 王安石 | /075 | 水调歌头 | 苏 轼 | /105 |
| 千秋岁引 | 王安石 | /077 | 念奴娇  | 苏 轼 | /107 |
| 清平乐  | 王安国 | /079 | 永遇乐  | 苏 轼 | /109 |
| 临江仙  | 晏几道 | /080 | 洞仙歌  | 苏 轼 | /111 |
| 蝶恋花  | 晏几道 | /081 | 定风波  | 苏 轼 | /113 |

- 青玉案 苏 轼 /114
- 江城子 苏 轼 /116
- 江城子 苏 轼 /118
- 木兰花 苏 轼 /120
- 贺新郎 苏 轼 /122
- 临江仙 苏 轼 /124
- 西江月 苏 轼 /125
- 鹧鸪天 苏 轼 /126
- 望江南 苏 轼 /127
- 卜算子 苏 轼 /128
- 蝶恋花 苏 轼 /129
- 浣溪沙 苏 轼 /130
- 浣溪沙 苏 轼 /131
- 鹧鸪天 黄庭坚 /132
- 定风波 黄庭坚 /133
- 望海潮 秦 观 /135
- 八六子 秦 观 /137
- 满庭芳 秦 观 /139
- 减字木兰花 秦 观 /141
- 踏莎行 秦 观 /142
- 浣溪沙 秦 观 /144
- 鹧鸪天 秦 观 /145
- 鹊桥仙 秦 观 /146
- 水龙吟 秦 观 /147
- 画堂春 秦 观 /149
- 千秋岁 秦 观 /150
- 绿头鸭 晁元礼 /152
- 蝶恋花 赵令畤 /154
- 蝶恋花 赵令畤 /155
- 清平乐 赵令畤 /156
- 秋蕊香 张 耒 /158
- 水龙吟 晁补之 /159
- 忆少年 晁补之 /161
- 洞仙歌 晁补之 /163
- 临江仙 晁冲之 /165
- 虞美人 舒 亶 /166
- 渔家傲 朱 服 /168
- 惜分飞 毛 滂 /169
- 菩萨蛮 陈 克 /170
- 菩萨蛮 陈 克 /171
- 洞仙歌 李元膺 /172
- 谢池春 李之仪 /174
- 卜算子 李之仪 /176
- 花 犯 周邦彦 /177

- |      |      |      |       |      |      |
|------|------|------|-------|------|------|
| 大酺   | 周邦彦  | /179 | 感皇恩   | 贺铸   | /216 |
| 解语花  | 周邦彦  | /181 | 薄幸    | 贺铸   | /218 |
| 蝶恋花  | 周邦彦  | /183 | 浣溪沙   | 贺铸   | /220 |
| 解连环  | 周邦彦  | /184 | 减字浣溪沙 | 贺铸   | /222 |
| 拜星月慢 | 周邦彦  | /186 | 蝶恋花   | 贺铸   | /223 |
| 关河令  | 周邦彦  | /188 | 天门谣   | 贺铸   | /224 |
| 绮寮怨  | 周邦彦  | /189 | 天香    | 贺铸   | /225 |
| 尉迟杯  | 周邦彦  | /191 | 石州慢   | 张元幹  | /227 |
| 瑞鹤仙  | 周邦彦  | /193 | 兰陵王   | 张元幹  | /229 |
| 夜游宫  | 周邦彦  | /195 | 贺新郎   | 叶梦得  | /231 |
| 瑞龙吟  | 周邦彦  | /196 | 虞美人   | 叶梦得  | /233 |
| 浪淘沙慢 | 周邦彦  | /198 | 点绛唇   | 汪藻   | /234 |
| 浣溪沙  | 周邦彦  | /200 | 喜迁莺   | 刘一止  | /235 |
| 满庭芳  | 周邦彦  | /201 | 高阳台   | 韩  轸 | /237 |
| 苏幕遮  | 周邦彦  | /203 | 汉宫春   | 李  邴 | /239 |
| 少年游  | 周邦彦  | /204 | 临江仙   | 陈与义  | /241 |
| 水龙吟  | 周邦彦  | /205 | 苏武慢   | 蔡  伸 | /242 |
| 六  丑 | 周邦彦  | /207 | 柳梢青   | 蔡  伸 | /244 |
| 兰陵王  | 周邦彦  | /209 | 鹧鸪天   | 周紫芝  | /245 |
| 西  河 | 周邦彦  | /211 | 踏莎行   | 周紫芝  | /246 |
| 玉楼春  | 周邦彦  | /213 | 帝台春   | 李  甲 | /247 |
| 青玉案  | 贺  铸 | /214 | 忆王孙   | 李  甲 | /249 |

- 三 台 万候咏 /250  
转调二郎神 徐 伸 /252  
江神子慢 田 为 /254  
蓦山溪 曹 徂 /256  
贺新郎 李 玉 /258  
烛影摇红 廖世美 /260  
薄 幸 吕滨老 /262  
南 浦 鲁逸仲 /264  
小重山 岳 飞 /266  
满江红 岳 飞 /267  
烛影摇红 张 抡 /269  
水龙吟 程 垓 /271  
六州歌头 张孝祥 /273  
水调歌头 张孝祥 /275  
念奴娇 张孝祥 /277  
六州歌头 韩元吉 /279  
好事近 韩元吉 /281  
瑞鹤仙 袁去华 /283  
剑器近 袁去华 /285  
安公子 袁去华 /287  
瑞鹤仙 陆 淞 /289  
卜算子 陆 游 /291  
钗头凤 陆 游 /292  
诉衷情 陆 游 /294  
秋波媚 陆 游 /295  
谢池春 陆 游 /297  
鹊桥仙 陆 游 /298  
水龙吟 陈 亮 /299  
忆秦娥 范大成 /301  
眼儿媚 范大成 /302  
霜天晓角 范大成 /303  
贺新郎 辛弃疾 /304  
水龙吟 辛弃疾 /306  
永遇乐 辛弃疾 /308  
木兰花慢 辛弃疾 /310  
祝英台近 辛弃疾 /312  
青玉案 辛弃疾 /314  
摸鱼儿 辛弃疾 /315  
菩萨蛮 辛弃疾 /317  
念奴娇 辛弃疾 /318  
清平乐 辛弃疾 /320  
西江月 辛弃疾 /322  
粉蝶儿 辛弃疾 /323  
丑奴儿 辛弃疾 /325

- |      |     |      |       |     |      |
|------|-----|------|-------|-----|------|
| 破阵子  | 辛弃疾 | /326 | 满庭芳   | 张 铉 | /364 |
| 鹧鸪天  | 辛弃疾 | /328 | 宴山亭   | 张 铉 | /366 |
| 西江月  | 辛弃疾 | /330 | 绮罗香   | 史达祖 | /368 |
| 南乡子  | 辛弃疾 | /331 | 双双燕   | 史达祖 | /370 |
| 踏莎行  | 姜 夔 | /332 | 东风第一枝 | 史达祖 | /372 |
| 庆宫春  | 姜 夔 | /334 | 三姝媚   | 史达祖 | /374 |
| 齐天乐  | 姜 夔 | /336 | 秋 霁   | 史达祖 | /376 |
| 扬州慢  | 姜 夔 | /338 | 夜合花   | 史达祖 | /378 |
| 长亭怨慢 | 姜 夔 | /340 | 玉蝴蝶   | 史达祖 | /380 |
| 暗 香  | 姜 夔 | /342 | 贺新郎   | 刘克庄 | /382 |
| 疏 影  | 姜 夔 | /344 | 贺新郎   | 刘克庄 | /384 |
| 翠楼吟  | 姜 夔 | /346 | 木兰花   | 刘克庄 | /386 |
| 杏花天影 | 姜 夔 | /348 | 江城子   | 卢祖皋 | /388 |
| 点绛唇  | 姜 夔 | /350 | 宴清都   | 卢祖皋 | /390 |
| 念奴娇  | 姜 夔 | /351 | 南乡子   | 潘 柟 | /392 |
| 琵琶仙  | 姜 夔 | /353 | 瑞鹤仙   | 陆 叡 | /393 |
| 淡黄柳  | 姜 夔 | /355 | 澡兰香   | 吴文英 | /395 |
| 惜红衣  | 姜 夔 | /357 | 风入松   | 吴文英 | /397 |
| 小重山  | 章良能 | /359 | 莺啼序   | 吴文英 | /399 |
| 唐多令  | 刘 过 | /360 | 瑞鹤仙   | 吴文英 | /402 |
| 木兰花  | 严 仁 | /362 | 鹧鸪天   | 吴文英 | /404 |
| 风入松  | 俞国宝 | /363 | 夜游宫   | 吴文英 | /406 |

- 贺新郎 吴文英 /408  
唐多令 吴文英 /410  
湘春夜月 黄孝迈 /412  
大有 潘希白 /414  
青玉案 无名氏 /416  
摸鱼儿 朱嗣发 /417  
兰陵王 刘辰翁 /419  
宝鼎现 刘辰翁 /421  
永遇乐 刘辰翁 /424  
摸鱼儿 刘辰翁 /426  
瑶华 周密 /428  
玉京秋 周密 /430  
曲游春 周密 /432  
花犯 周密 /434  
贺新郎 蒋捷 /436  
女冠子 蒋捷 /438  
一剪梅 蒋捷 /440  
虞美人 蒋捷 /442  
梅花引 蒋捷 /443  
霜天晓角 蒋捷 /445  
高阳台 张炎 /446  
八声甘州 张炎 /448  
解连环 张炎 /450  
疏影 张炎 /452  
月下笛 张炎 /454  
眉妩 王沂孙 /456  
齐天乐 王沂孙 /458  
疏影 彭元逊 /461  
六丑 彭元逊 /464  
金明池 僧挥 /466  
醉花阴 李清照 /468  
永遇乐 李清照 /470  
一剪梅 李清照 /472  
凤凰台上忆吹箫 李清照  
/474  
点绛唇 李清照 /476  
渔家傲 李清照 /477  
如梦令 李清照 /479  
如梦令 李清照 /480  
临江仙 李清照 /481  
念奴娇 李清照 /483  
武陵春 李清照 /485

# 燕山亭

## 北行见杏花

赵 佶

裁剪冰绡，轻叠数重，淡着燕脂匀注。新样靓妆，艳溢香融，羞杀蕊珠宫女<sup>①</sup>。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<sup>②</sup>，和梦也、新来不做。

### 【注释】

①蕊珠宫女：道教传说中天上有蕊珠宫。在唐宋诗词中常用作美丽仙女的代称。

②无据：无所依凭。

### 【译文】

剪裁好白色的丝绸，轻轻叠成数层，又将淡淡的胭脂均匀地涂抹，时髦的漂亮衣服，艳丽的色彩融入四溢的清香，简直羞杀了天上的蕊珠宫的仙女。红颜易凋零，更何况，经历了多少无情的风雨，面对愁苦的情景，扣问凄凉的院落，还要经受几番春暮。

谁帮我寄去重重的离愁，这双飞的燕子哪里懂得人

间的苦痛。天遥地远，万水千山阻隔，哪里知道故园今在何处？只有在梦中有时曾去。就连梦也难做成，因我痛苦的彻夜难眠。

# 木兰花

钱惟演

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<sup>①</sup>朱颜惊暗换。昔年多病厌芳尊<sup>②</sup>，今日芳尊惟恐浅。

宋词三百首

## 【注释】

①鸾镜：传说鸾鸟悬镜映之才叫。鸾镜在唐代成为镜子的美称。

②芳尊：盛满美酒的酒杯，也指美酒。

## 【译文】

城上春光明媚莺啼燕啭，城下碧波荡漾拍打堤岸。绿杨芳草几时才会衰败？我泪眼迷蒙愁肠寸断。

人到晚年渐觉美好情怀在衰消，面对鸾镜惊看红颜已暗换。想当年曾因多病害怕举杯，而如今却唯恐酒杯不满。

003

## 渔家傲

秋 思

范仲淹

塞下秋来风景异。衡阳雁<sup>①</sup>去无留意。四面边声<sup>②</sup>连角起，千嶂里，长烟落日孤城闭<sup>③</sup>。浊酒一杯家万里，燕然未勒归无计<sup>④</sup>。羌管<sup>⑤</sup>悠悠霜满地，人不寐，将军白发征夫泪。

### 【注释】

①衡阳雁：秋天南飞的雁。衡阳，今湖南衡阳，城南有回雁峰，相传雁至此不再南飞。

②边声：边地的各种悲凉之声。

③嶂：像屏障一样的山峰。长烟落日：王维诗《使至塞上》：“大漠孤烟直，长河落日圆。”这里化用其意。

④燕然未勒：尚未建立大功。勒，雕刻。

⑤羌管：笛本产于羌，故称羌管或羌笛。

### 【译文】

秋天到了，西北边塞的风光和江南不同。大雁又飞回衡阳了，一点也没有停留之意。黄昏时，军中号角一吹，周围的边声也随之而起。层峦叠嶂里，暮霭沉沉，

山衔落日，孤零零的城门紧闭。

饮一杯浊酒，不由得想起万里之外的家乡，未能像  
窦宪那样战胜敌人，刻石燕然，不能早作归计。悠扬的  
羌笛响起来了，天气寒冷，霜雪满地。夜深了，将士们  
都不能安睡；将军为操持军事，须发都变白了；战士们  
久戍边塞，也流下了伤心的眼泪。

## 苏幕遮

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<sup>①</sup>，追旅思<sup>②</sup>。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。

### 【注释】

①黯乡魂：念及家园，则心魂沮丧。江淹《别赋》：“黯然销魂者，惟别而已矣。”

②追旅思：追忆怀乡去国的旅情。

### 【译文】

白云满天，黄叶遍地。秋天的景色映入江上的碧波，水波上笼罩着寒烟一片苍翠。远山沐浴着夕阳天空连接江水。岸边的芳草似是无情，又在西斜的太阳之外。

黯然感伤的他乡之魂，追逐旅居异地的愁思，每天夜里除非是美梦才能留人入睡。当明月照射高楼时不要独自依倚。端起酒来洗涤愁肠，可是都化作相思的眼泪。

# 御街行

范仲淹

纷纷坠叶飘香砌<sup>①</sup>。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<sup>②</sup>，谖<sup>③</sup>尽孤眠滋味。都来<sup>④</sup>此事，眉间心上，无计相回避。

宋词三百首

## 【注释】

①香砌：即香阶，因石阶上有芳香的落花，故称。

②欹：倾斜。

③谖：识、尝。

④都来：算来。

## 【译文】

纷纷扬扬的树叶飘落在透着清香的石阶上，当次夜深人静之时，那窸窣窸窣的落叶声更增添了秋天的凉意。卷起珍珠串成的锦帘，华丽的楼阁上空空荡荡，只见到高天淡淡，银河的尽头像垂到大地。年年今天的夜里，都能见到那素娟般的皎月，而年年今天的夜里，心上人都远在千里之外。

愁肠已经寸断，想要借酒浇愁，也难以使自己沉

007