

赏古老篆字 / 读国学经典 / 听至理名言 / 学为人处世

篆书《老子·道德经》

王玉玲 谷炳喜 编著

上善若水

水善利万物而不争

处众人之所恶，故几于道

居善地，心善渊，与善仁，

言善信，政善治，美善乐，

劝善时

夫唯不美，故几于



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

ZHUANSHU LAOZI · DAODEJING

篆书《老子·道德经》

王玉玲 谷炳喜 编著

金盾出版社

内 容 提 要

本书用古老的篆字,逐章书写了中国古代哲学名著——老子的《道德经》,并采用篆书后附原文、注释、译文加作者感悟的编写形式,深入浅出地讲解了《道德经》这一国学经典的基本内容及其精神实质。本书书写严谨,内容经典,既可帮助广大书法爱好者学练篆书,又能使读者在欣赏、学习篆书的同时,从博大精深的中华思想文化中获取丰富的精神食粮,可谓一举两得。

图书在版编目(CIP)数据

篆书《老子·道德经》/王玉玲,谷炳喜编著. —北京:金盾出版社,2014. 6
ISBN 978-7-5082-9216-8

I. ①篆… II. ①王…②谷… III. ①篆书—法书—作品集—中国—现代 IV. ①J292.28

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 037350 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)
邮政编码:100036 电话:68214039 83219215
传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn
封面印刷:北京盛世双龙印刷有限公司
正文印刷:双峰印刷装订有限公司
装订:双峰印刷装订有限公司
各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:13
2014 年 6 月第 1 版第 1 次印刷
印数:1~3 000 册 定价:29.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

编者的话

老子姓李，名耳，字伯阳，又称老聃，春秋末期楚国苦县（今河南鹿邑东）人。老子是我国古代著名的思想家，道家学派的创始人，被称为太上老君，尊为道祖。他的经典之作《道德经》是中国历史上第一部用诗化的语言阐述哲学的巨著，渗透着中华文化以人为本、人行万事以心为本的特征，被誉为东方文化的优秀代表。两千多年来，《道德经》中的“上善若水”、“千里之行始于足下”、“自胜者强”、“为而不争”、“无为而无不为”等名言警句已成为国人的座右铭。德为立身之本，业无尊卑德为先，人生在世为人处世应从心上下工夫，任天下之大立心不可不公，守天下之重持心不可不敬，以心正无私的心态，朝着真、善、美的人生大道迈进。《道德经》启人之高洁，发人之浩气，给人以智慧，去营造与人和谐、与自然和谐的精神家园，让生命活得充实，活得有价值。《道德经》是中华文化的宝贵财富。

篆字是中国两千多年前的秦王朝实施“书同文”的规范字体，它奠定了汉字方块字形体的基础。“书同文”结束了当时多民族、多地域“言语异声”和“文字异形”的局面。“同文、同德、同心、同志”促成了民族心理的大统一。篆字神奇而深奥，在其点、画排列中蕴含着有关宇宙、自然、生命的许多哲理，充满了智慧，是中华民族精神与品格的代表，是中华文化的根。篆字虽然古老，但因其形体端庄凝重、一丝不苟而又舒展自如，既具表意性，又具装饰性，既有欣赏价值，又有实用价值。各地名胜古迹、碑林石刻、庙宇道观、亭台楼榭及当今荧屏、书刊、广告、商标、各种文化艺术载体中，均不乏其独特艺术美的身影。学写篆字就是用自己的眼睛去欣赏它的美，用心去感受它的美，自能从中愉悦情怀，净化精神，增加生活的原动力和求美的心理，有益于培养高雅情趣。

中华文化源远流长，博大精深，是世世代代先人智慧的结晶，是民族精神的积淀，是民族团结的纽带，是中华民族的根本。在 21 世纪的今天，无论现代物质文明发展到何等水平，无论外来文化产生多大影响，决不能“虚化”、“异化”化掉了自己的文化。树高千尺不忘根！我们要继承、弘扬与我们每个人生活息息相关的民族文化，汲取母语精华，为民族兴旺发达付诸行动，目标有价值，生活才有价值。

本书采取“篆书原文”附“原文”、“注释”、“译文”、“感悟”的编写方式，是为了使读者朋友既可欣赏古老文字，又能阅读国学经典。书中“感悟”部分是编者粗浅的认识和理解，只能起一个抛砖引玉的作用，若有不当之处，敬请指教，在此深表谢意！

编 者

目 录

一、篆字书写概要	(1)
(一)篆字硬笔书写要领	(1)
(二)篆字常用偏旁部首示例	(4)
(三)篆字形近字示例	(9)
二、篆书《老子·道德经》书写与讲解	(10)
第一章 众妙之门	(10)
第二章 为而不恃	(13)
第三章 使民不争	(16)
第四章 万物之宗	(18)
第五章 不如守中	(20)
第六章 用之不勤	(22)
第七章 天长地久	(24)
第八章 上善若水	(26)
第九章 功成身退	(28)
第十章 是谓玄德	(30)
第十一章 无之以为用	(33)
第十二章 去彼取此	(35)
第十三章 贵以身为天下	(37)
第十四章 能知古始	(40)
第十五章 蔽而新成	(43)
第十六章 归根曰静	(46)
第十七章 功成事遂	(49)
第十八章 国乱有忠臣	(51)
第十九章 见素抱朴	(52)

第二十章	贵食母	(54)
第二十一章	唯道是从	(58)
第二十二章	曲则全	(60)
第二十三章	希言自然	(62)
第二十四章	企者不立	(64)
第二十五章	道法自然	(66)
第二十六章	重为轻根	(68)
第二十七章	常善救人	(70)
第二十八章	复归于朴	(73)
第二十九章	圣人无为	(76)
第三十章	以道佐主	(78)
第三十一章	恬淡为上	(80)
第三十二章	知止不殆	(83)
第三十三章	自胜者强	(85)
第三十四章	不自为大	(87)
第三十五章	执大象天下往	(89)
第三十六章	是谓微明	(91)
第三十七章	无欲以静	(93)
第三十八章	处其实不居其华	(95)
第三十九章	高以下为基	(99)
第四十章	有生于无.....	(103)
第四十一章	勤而行之.....	(105)
第四十二章	冲气以为和.....	(108)
第四十三章	无为之益.....	(111)
第四十四章	知足不辱.....	(113)
第四十五章	大成若缺.....	(115)
第四十六章	知足之足.....	(117)
第四十七章	不出户知天下.....	(119)

第四十八章	无为而无不为·····	(121)
第四十九章	以百姓之心为心·····	(123)
第五十章	出生入死·····	(125)
第五十一章	尊道而贵德·····	(127)
第五十二章	复守其母·····	(129)
第五十三章	盗夸非道·····	(131)
第五十四章	善建者不拔·····	(133)
第五十五章	含德之厚·····	(136)
第五十六章	为天下贵·····	(138)
第五十七章	以正治国·····	(140)
第五十八章	福祸倚伏·····	(142)
第五十九章	深根固柢·····	(144)
第六十章	德交归焉·····	(146)
第六十一章	以静为下·····	(148)
第六十二章	美行加人·····	(150)
第六十三章	天下大事必作于细·····	(153)
第六十四章	慎终如始·····	(156)
第六十五章	常知稽式·····	(160)
第六十六章	百谷王者·····	(163)
第六十七章	我有三宝·····	(165)
第六十八章	不争之德·····	(168)
第六十九章	哀者胜矣·····	(170)
第七十章	言有宗事有君·····	(173)
第七十一章	不知知病也·····	(175)
第七十二章	自爱不自贵·····	(176)
第七十三章	天网恢恢·····	(178)
第七十四章	民不畏死·····	(180)
第七十五章	贤于贵生·····	(182)

第七十六章	强大处下.....	(184)
第七十七章	有余以奉天下.....	(186)
第七十八章	柔之胜刚.....	(188)
第七十九章	常与善人.....	(190)
第八十章	小国寡民.....	(192)
第八十一章	为而不争.....	(194)
主要参考书目.....		(196)

一、篆字书写概要

(一)篆字硬笔书写要领

一个民族的文化代表着这个民族的历史。追溯汉字足迹,篆字是古文字走向完善成熟而成为统一标准文字的奠基。篆字作为中国古文字,承载着华夏民族几千年的文明历程,浓缩着民族的精神和智慧。人们欣赏到的“一字一画”、“一字一世界”的篆字是固化了的宝石。篆字形体独具特色,高古典雅,点缀、美化着我们的生活,成为人们观赏的艺术书体,具有旺盛的生命力;特别作为篆刻艺术是离不开篆字的。书篆字是用眼睛欣赏先祖留下的遗产,是用心去感应先祖的智慧。随时代发展用硬笔书篆字方便宜行,可谓书法园地一枝新秀。

硬笔书篆字是人人都可以学会的技能。书写工具可用能书出笔画粗细相等的钢笔、签字笔均可。工具书以《说文解字》为首选。《说文解字》是东汉文字学家许慎所著;是我国第一部说解文字原始结构及专究字源文字学的专著。书中的篆字是入帖的直接样本。除此之外还可以搜集有关介绍篆字的书、字典、字帖,从中学习、认识、提高对篆字形体特征的理解,为学书篆字做准备。

学硬笔书篆字,先从读帖入门。使用工具书,找到要书的字,从静化的线条中,“知其形”、“明笔画”、“悟其美”。

“知其形”,就是知道篆字是修长形体。长、宽的比例为 3 : 2 或 2 : 1。学习字帖的字的间架在其空间怎样分割、布势,以掌握好重心。

“明笔画”,就是以笔画分析所要书的字的笔画位置、笔画间的距离、弧弯的曲势。

“悟其美”,就是通过读帖,从字的形体、笔画、结构安排,找到其

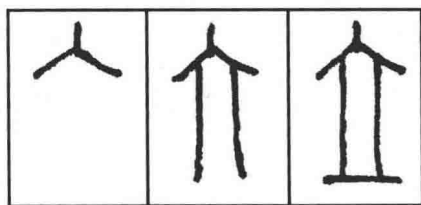
字美之所在。

学书贵在心悟，读帖学习的过程，就是让字入我神，为书出意态美的篆字打基础。

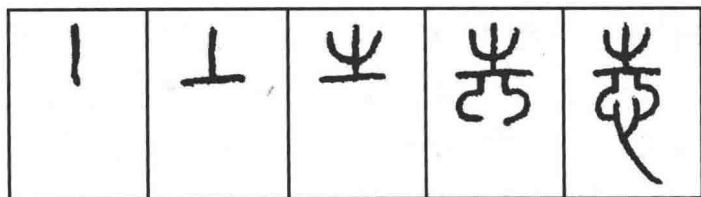
硬笔书篆字正确执笔很重要。执笔应该是，用拇指前端、食指前端、中指第一关节共同捏住距离笔尖约 3 厘米处，无名指和小手指自然并拢，小指贴在纸面上。握笔的松紧度要掌握好，掌心要虚。这样执笔便于变换方向、行笔自如，就可以把心领神会，从读帖得之于心的笔画美，应之于手而书写出来。

动笔书写时，要聚精会神，对要书写的字的笔画力求做到：横平、竖直、弧弯要自然流畅，横竖相交无尖角。笔顺一般为先上后下、从左向右，先中间后两边、先主笔、后副笔，根据字的形体也可灵活掌握。

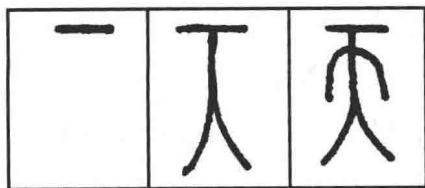
下面篆书“立志天下，振兴中华”为例以说明。



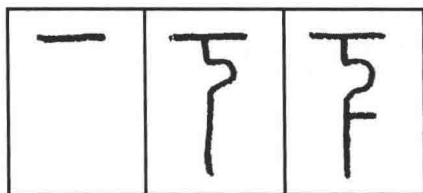
立，象正面立的人形，横画要书平，如人立在平坦的地面。



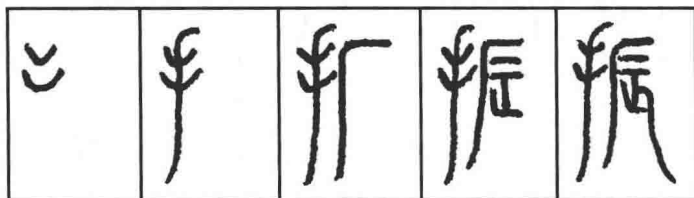
志，形体是上紧下松，弧变对称，捺画飘逸自然。



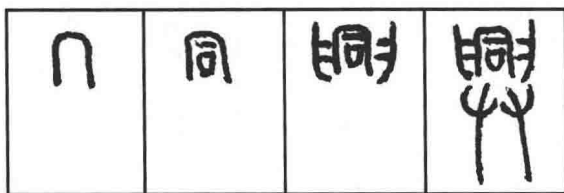
天，先主笔，后副笔，后写弧弯，弧弯要对称。



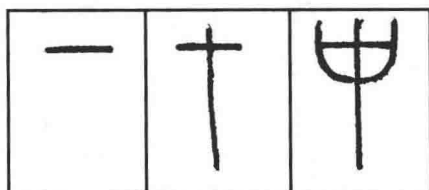
下，中画要正，要有力，弧弯偏上，要自然圆润。



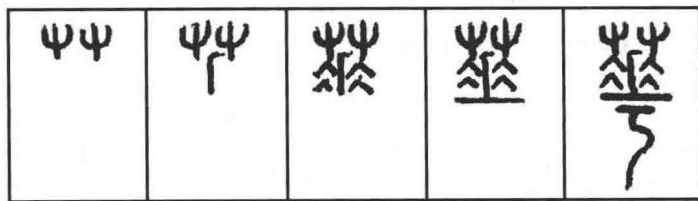
振，字体为上紧下松，空间的分割，“扌”旁占左右空间的三分之一，撇、捺书写要自然舒展。



兴，有“四手共举”之形，“四手”两两相对，形相似，弧弯排列和谐，结字为上紧下松。



中，横平，竖直，弧弯相交处无尖角，结字为上紧下松。



华，空间分割匀称，排列有序、笔画多而不挤。

篆字中有些字形状相近，容易混同，书写时须仔细辨别，以防差错。

学书篆字的过程是自学、自悟、自我鉴定、自我修正的过程。技法因人而异，以书出美为标准。

篆字书法是人人都能掌握的技能，只要有恒心，通过学习、实践、积累，定能书出高古典雅的篆字。

(二)篆字常用偏旁部首示例

厂	厚	力	勑	亅	仁	八	公	人	合
厂	厚	リ	利	亅	仁	八	公	人	合
儿	元	人	高	人	冷	冂	冠	言	說
儿	元	一	高	人	冷	冂	冠	言	说
尸	即	尸	隊	尸	都	凵	函	刀	分
尸	即	尸 _(左)	队	尸 _(右)	都	凵	函	刀	分
力	功	又	叔	人	廷	土	地	士	吉
力	功	又	叔	人	廷	土	地	士	吉
手	振	手	苟	寸	对	开	弄	口	呼
手	振	手	苟	寸	对	开	弄	口	呼

缶	缸	舌	咭	艸	筊	鳥	鴨	自	息
缶	缸	舌	甜	𦰩	箭	鳥	鴨	自	息
舟	船	衣	裏	羊	養	麥	𪔐	走	超
舟	船	衣	裏	羊	養	麥	𪔐	走	超
赤	赦	米	粗	系	素	豆	登	酉	酬
赤	赦	米	粗	系	素	豆	登	酉	酬
辰	唇	豕	豕	里	野	足	跑	身	躲
辰	唇	豕	豕	里	野	足	跑	身	躲
采	釋	谷	俗	角	解	言	誓	辛	辜
采	釋	谷	俗	角	解	言	誓	辛	辜
青	靜	其	基	雨	雪	齒	齡	佳	雄
青	靜	其	基	雨	雪	齒	齡	佳	雄

斤	新	父	斧	月	有	欠	吹	及	段
文	吝	火	燒	心	志	斗	斜	禾	福
文	吝	火	烧	心	志	斗	斜	禾	福
方	放	斗	壮	示	祭	石	研	目	眼
方	放	斗	壮	示	祭	石	研	目	眼
田	界	网	羅	皿	盆	金	錢	矢	知
田	界	四	罗	皿	盆	金	钱	矢	知
禾	和	疒	疫	立	站	心	初	皮	披
禾	和	疒	疫	立	站	心	初	皮	披
牙	柔	耳	取	页	碩	虎	虎	虫	虹
牙	柔	耳	取	页	硕	虎	虎	虫	虹

口	國	山	岸	彳	德	彡	須	犛	狗
口	国	山	岸	彳	德	彡	须	犛	狗
食	飯	广	庫	忄	惜	門	閨	氺	江
食	饭	广	库	忄	惜	门	闺	氺	江
宀	家	辵	送	弓	張	戶	殖	車	輪
宀	家	辵	送	弓	张	户	殖	车	轮
女	如	糸	紅	馬	馳	王	玖	木	樹
女	如	糸	红	马	驰	王	玖	木	树
戈	成	攴	敲	日	時	日	景	貝	財
戈	成	攴	敲	日	时	日	景	贝	财
見	觀	牛	牲	手	掌	攴	教	片	版
见	观	牛	牲	手	掌	攴	教	片	版

魚	鮮	革	勒	骨	骸	音	韻	麻	糜
鱼	鲜	革	勒	骨	骸	音	韵	麻	糜
瓜	瓣	用	甩	白	舅	白	皎	母	拇
瓜	瓣	用	甩	白	舅	白	皎	母	拇
正	疏	羽	翁	臣	卧	金	鑑	龍	壘
正	疏	羽	翁	臣	卧	金	鉴	龙	垒
老	考	耒	耕	穴	空	黑	墨	鬼	魁
老	考	耒	耕	穴	空	黑	墨	鬼	魁
食	餐	豸	豹	聿	肆	火	然	風	飒
食	餐	豸	豹	聿	肆	火	然	风	飒
巾	帳	巾	帳	巾	帳	巾	帳	戶	啟
巾	帐	巾	帐	巾	帐	巾	帐	户	启