

中国古代碑帖经典彩色放大本

魏晋唐小楷

主编◎邱振中 陈政

江西美术出版社
全国百佳出版单位

中国古代碑帖经典彩色放大本

魏晋唐小楷

主编◎邱振中 陈政



江西美术出版社
全国百佳出版单位

图书在版编目(CIP)数据

魏晋唐小楷 / 邱振中、陈政主编, 一南昌: 江西美术出版社, 2014.3

(中国古代碑帖经典彩色放大本)

ISBN 978-7-5480-2690-7

I. ①魏… II. ①邱…②陈… III. ①楷书—法帖—中国—魏晋南北朝时代②楷书—法帖—中国—唐代 IV. ①J292.21

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第030676号

责任编辑◎黄润祥

书籍设计◎郭 阳 先锋设计

魏晋唐小楷

主编: 邱振中 陈 政

出版: 江西美术出版社

策划: 北京艺美联文化艺术有限公司

社址: 南昌子安路66号

邮编: 330025

电话: 0791-86565506

发行: 全国新华书店

印刷: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

版次: 2014年3月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/8

印张: 6

书号: ISBN 978-7-5480-2690-7

定价: 30.00元

本书由江西美术出版社出版。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分。

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

赣版权登字-06-2014-048

版权所有, 侵权必究

前言

◎邱振中

二十世纪九十年代以来，国内图册类出版物的印刷水平有了很大的变化。高端画册质量不断提高，影响逐渐波及普通读物，今天一部中等价格的图册已堪称精美。这对书法水平的提高起到重要的促进作用。

大家印象深刻的首先是墨迹。以前作为稀世珍宝的名作清晰地展现在人们眼前，笔法的交搭、节奏的细微变化，历历在目，对于敏感的学习者，感悟其中的奥秘已不再是难事。但是拓本印刷的进步，大家或许关注较少。一位印刷专家说，书法类图书最难印的是印谱。仔细想想，深有道理。虽然盖印使用的印泥只是一种颜色，但盖出的印稿是有厚度的，那些具有一定厚度的印泥在光线的作用下，色彩变得十分微妙。印泥的厚度很难印出来。碑帖拓本与此相似，仔细观赏过拓片实物的人们都知道，由于拓制时墨所形成的厚度，使字迹有一种无法言传的体积感。这正是拓本魅力之所在，但一般的印刷品抹去了这种体积感。一流的拓本中，点画像是书写出来的，只要稍加想象，与墨迹便几乎没什么差别。在最新的碑帖拓本的印刷物中，开始表现出清晰的书写的感觉。

书法学习者从这种高质量的出版物中受益巨大。这是以往的时代不可想象的。以前，除了极少数特权者、富有者有摩挲经典作品和一流碑拓的机会，其他人只能对着质量成问题的复制品冥思苦想。从这里几乎没有可能走向书法的高端。而今天，所有人都几乎站在同一个平台上，开始我们对书法的感受与训练。

江西美术出版社在众多的书法出版物之外编选了这部碑帖选。选择大的开本，因此得以把原作或拓本略加放大，这正好暗合了临写的需要。临写时一般需要把字放大一些，但又不

能过大，因为原帖笔画尺度一般较小，原大临摹时，笔尖一触纸，不等你操纵毛笔完成应有的动作，已经到达应有的粗细，起不到练习的作用，但是如果临写扩放过大的，笔画内部运动的方式便完全改变，那也已经不是我们要求的临摹了。因此临摹的字迹应比范本稍大一些，但不能太大。这部碑帖选集正好符合我们的需要。

它们也可作为欣赏的对象。

欣赏有两种方式。一是细细品读，精微到一个毫米，甚至更微小的地方，琢磨造成这种变化的深层契机——运动、心理、材质、习惯等等。一篇杰作在手，长此以往，感觉与形式糅合在一起，赏鉴力自然不断提高，四五册这样读下来，便是一位有经验的鉴赏者了。也可以挑一册喜爱的杰作放在床头，每天入睡前翻开一页，看一眼便合上亦无妨，身心完全放松，留下的只是作品的大感觉，无论是身影，还是风度、气息，都没关系。庄子说：『目击而道存。』这是从细处入手注意不到的东西。

希望这部碑帖选集的出版，为广大书法爱好者不时增添一份发现的喜悦。

二〇一三年十一月二十七日于北京

邱振中：中央美术学院教授、博士生导师，书法与绘画比较研究中心主任，潘天寿研究会副会长，中国美术馆专家委员会委员，中国书法家协会学术委员会副主任。著有《书法的形态与阐释》《书法》《中国书法：167个练习》《神居何所》《书写与观照》等。

魏晋唐小楷赏析

◎文师华

楷书是继汉隶之后出现的新书体，其特征是字形方正，横平竖直，一点一画，一笔不苟。楷书在魏晋时期已经形成，到唐代达到顶峰，成为汉字的最后定型，一直沿用到今天。

楷书分为大楷、中楷、小楷。现存最早楷书，首推三国时期建立楷书法则的大书法家钟繇，其《宣示表》《力命表》《贺捷表》《荐关内侯季直表》等，都是小楷。

本书收录魏晋唐小楷刻帖八件：钟繇《荐关内侯季直表》，王羲之《黄庭经》《乐毅论》《东方朔画赞》，虞世南《破邪论序》，欧阳询《般若波罗蜜多心经》，褚遂良《灵宝经》和颜真卿《麻姑仙坛记》。

《荐关内侯季直表》，是钟繇上魏文帝曹丕的奏表，作于三国魏黄初二年（二二一）八月。季直在建安初年曾为曹操出谋划策，立下功劳，被封为山阳太守、关内侯。因为官清廉而被罢官，罢任后生活清贫。钟繇上此表请魏文帝顾念季直往日立下的功勋，怜悯他年老而贫寒，再指定一个州让他去任职，使野无遗贤。此刻帖横画较长，书画较短，横画、捺画、钩画的收笔时时带有隶书的笔意；结体疏朗，字形方扁，字距较密，行距疏朗，富有古雅含蓄之美。

《黄庭经》，无款，末尾署“永和十二年五月”（永和十二年即三五六年），传为王羲之所书。乃道教上清派的经典之一，叙述修心养性的方法。此刻帖用笔、结构均应规入矩。点画藏露结合，轻灵秀美；结体方式以平正宽博、内松外紧见长，平正中寓斜侧。在全篇布局上，每行之中字形有大有小，或收或放，或正或斜；行与行之间，高低错落，避免了“状如算子”的毛病。

《乐毅论》，三国夏侯玄撰文，内容是讲述战国时期燕国名将乐毅的人生经历及其征讨各国之事。王羲之书《乐毅论》真迹早已失传，现在能见到的都是摹刻本。这件小楷刻帖与《黄庭经》相似，用笔细腻遒劲，结体平正中略带斜侧，章法排列整齐工稳，风格轻灵妍丽。

《东方朔画赞》，西晋夏侯湛撰文，赞美了西汉辞赋家东方朔的高尚品格。王羲之书写的这件小楷作品，前面脱字较多，文末款字：“永和十二年五月十三日书与王敬仁。”刻帖用笔精到，笔画遒劲，结体平正中略带斜侧，布局前密后疏，风格端庄秀逸。

《破邪论序》，由唐代法琳法师撰文，虞世南撰序并书。此小楷刻帖现藏于日本三井高坚家。《破邪论序》介绍了法琳法师的身世和对佛法的贡献。此刻帖运笔从容不迫，笔画清劲纯净；结体平正而自然，严密而不失灵动；字距较密，行距疏朗；风格秀雅温润，闲逸平和。

《般若波罗蜜多心经》，唐代玄奘法师译，全文简明扼要地阐述了佛家“色空”的观念。欧阳询这件小楷书法作品书于贞观九年（六三五），书写时恭谨严肃，一丝不苟。笔画瘦硬刚劲，结体严谨，布局整齐，骨气劲峭，法度严整，深得北碑方正峻利之势。

《灵宝经》是道教经文，讲修仙学道、长生不老之法。褚遂良这件作品书写时间不详，文字似有脱落，难以卒读。笔画瘦劲，结体方扁，或大或小，或正或斜；行距或宽或窄，每行字数或多或少，自由随意，风格质朴无华，与《雁塔圣教序》华美秀逸的风格明显不同。

《麻姑仙坛记》，颜真卿撰文并书。传世有大、中、小楷三种，但原石均佚，仅见刻本。其中小字本楷书，字径约一厘米，翻刻历来有数种，而以文徵明《停云馆帖》刻本最有名。颜真卿于唐代宗大历三年（七六八）出任抚州刺史，大历六年（七七二）四月游览南城麻姑山，写成这篇游记并刻石。其内容主要是麻姑得道成仙之事。从书法角度看，此小楷刻帖横细竖粗，筋力饱满，结体内松外紧，字距行距均较密，风格宽博方正，庄严稳健。

文师华：南昌大学中文系教授、硕士生导师，江西省文史馆馆员。

鍾繇薦關內侯季直表

臣繇言臣自遭遇先帝以來

腹心爰自建安之初王師破賊

關東時年荒穀貴郡縣殘

毀三軍餽餉朝不及夕先帝

神略奇計委任人深山窮谷
民獻米豆道路不絕遂使強

敵喪胆我眾作氣旬月之間廓

清蟻聚當時實用故山陽太守

關內侯季直之策克期成事

不差豪髮先帝賞以封爵授

以剡郡今直罷任旅食許下

素為廉吏衣食不充臣愚欲

望聖德錄其有勲矜其老

困復碑一州俾圖報効直

力氣尚壯必能夙夜保養人
民臣受國家異恩不敢雷同見
事不言干犯宸嚴臣繇皇
恐皇恐頓首頓首謹言

力氣尚壯必能夙夜保養人

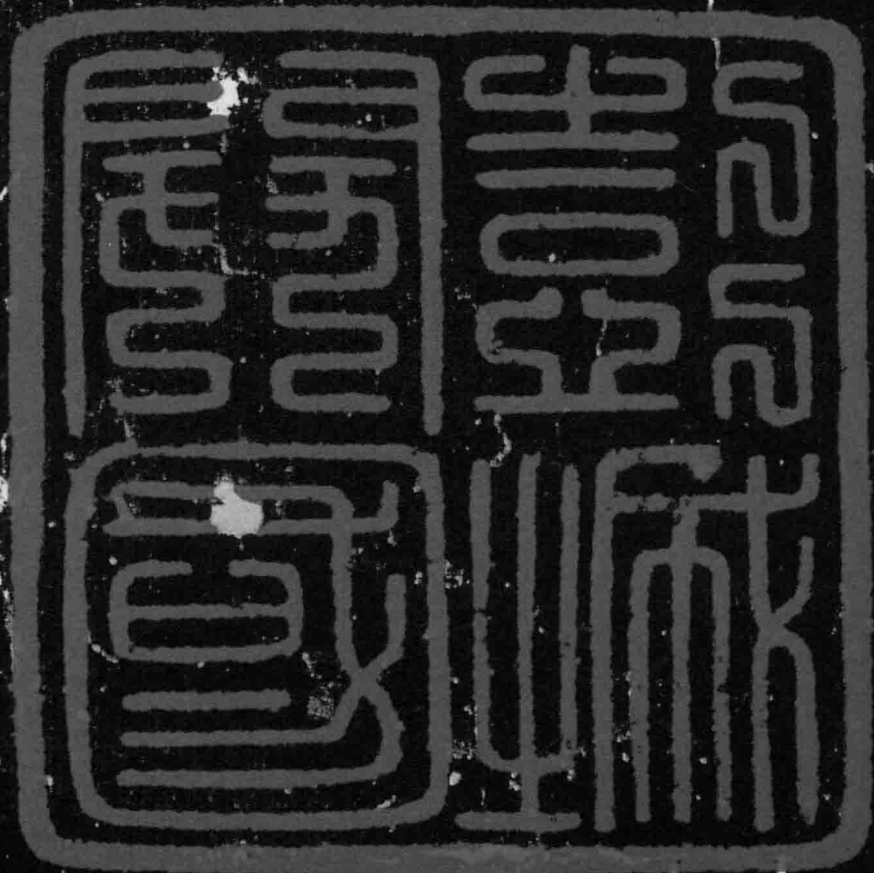
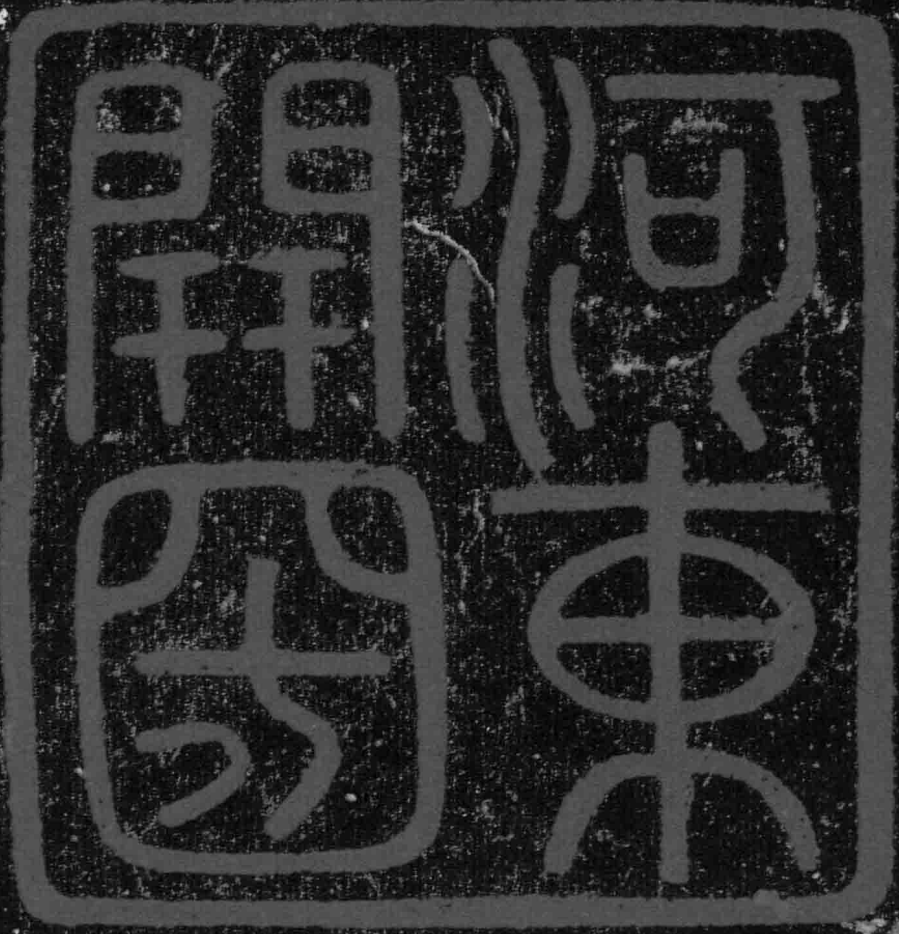
民臣受國家異恩不敢雷同見

事不言干犯宸嚴臣繇皇

恐頓首謹言



黃初二年八月日司徒東武亭侯鍾繇表



黃庭經 上有黃庭下有關前有命門嘔吸戶外出 入丹田能行之可長存黃庭中人衣朱衣關門壯氣 蓋兩扉幽閑俠之高巍（魏）巍（魏）丹田之中精氣微玉池清水上 生肥靈根堅固志不衰中池有土服赤朱橫下三寸神所居 外相距重閉之神戶之中務修治玄雕氣管受精符（符） 急固子精以自持宅中有土常衣絳子能見之可不病橫 理長尺約其上子能守之可無恙呼嘯虛間以自償保固 完堅身受慶方寸之中謹蓋藏精神還歸老復壯俠

黃庭經
上有黃庭下有關前有命門嘔吸戶外出
入丹田能行之可長存黃庭中人衣朱衣關門壯氣
蓋兩扉幽閑俠之高巍（魏）巍（魏）丹田之中精氣微玉池清水上
生肥靈根堅固志不衰中池有土服赤朱橫下三寸神所居
外相距重閉之神戶之中務修治玄雕氣管受精符（符）
急固子精以自持宅中有土常衣絳子能見之可不病橫
理長尺約其上子能守之可無恙呼嘯虛間以自償保固
完堅身受慶方寸之中謹蓋藏精神還歸老復壯俠

以幽關流下竟養子玉樹可至道不煩不旁隨
靈臺通天臨中野方寸之中至關下玉房之中神門戶
既是公子教我者明堂四達法海負真人子丹當我前
三關之間精氣深子欲不死脩崑崙絳宮重樓十二級
宮室之中五采集赤神之子中池立下有長城玄谷邑長
生要眇房中急棄捐搖俗專子精寸田尺宅可治生擊
子長流心安寧觀志流神三奇靈閑暇無事脩太平
常存玉房視明達時念大倉不飢渴役使六丁神女
謁閑子精路可長活正室之中神所居洗心自治無敢

以幽關流下竟養子玉樹可至道不煩不旁隨 灵台通天臨中野方寸之中至關下玉房之中神門戶 既是公子教我者明堂四達法海負真人子丹當我前 三关之間精氣深子欲不死修崑崙絳宮重樓十二級 宮室之中五采集赤神之子中池立下
有長城玄谷邑長 生要眇房中急棄捐搖俗專子精寸田尺宅可治生系 子长流心安寧觀志流神三奇灵閑暇無事修太平 常存玉房視明達時念大倉不饥渴役使六丁神女 謁閑子精路可长活正室之中神所居洗心自治无敢

汚（汙）历观五藏视节度六府修治洁如素虚无自然道 之故物有然事不烦垂拱无为心自安体虚无之居 在廉间寂寞旷然口不言恬淡无为游德园积精香 洁玉女存作道忧柔身独居扶养性命守虚无恬淡 无为何思虑羽翼已成正扶疏长生久
视乃飞去五行 参差同根节三五合气要本一谁与共之升日月抱珠 怀玉和子室子自有之持无失即欲不死藏金室出月 人曰是吾道天七地三回相守升降五行一合九玉石落落是 吾宝子自有之何不守心晓根蒂养华采服天顺地

汙歷觀五藏視節度六府脩治潔如素虛無自然道
之故物有自然事不煩垂拱無為心自安體虛無之居
在廉間寂寞莫曠然口不言恬淡無為遊德園積精香
潔玉女存作道憂柔身獨居扶養性命守虛無恬淡
無為何思慮羽翼已成正扶疏長生久視乃飛去五行
參差同根節三五合氣要本一誰與共之升日月抱珠
懷玉和子室子自有之持無失即欲不死藏金室出月
人曰是吾道天七地三回相守升降五行一合九玉石落落是
吾寶子自有之何不守心曉根蒂養華采服天順地

合藏精七日之奇吾連相舍昆仑之性不迷誤九源之山何亭亭中有真人可使令蔽以紫宮丹城樓俠以日月如明珠万岁照照非有期外本三陽物自来内养三神可長生魂欲上天魄入淵還魂反魄道自然旋玦懸环无端玉石戶金龕身完堅載地
玄天迫乾坤象以四时赤如丹前仰后卑各異門送以還丹与玄泉象龟引气致灵根中有真人巾金巾負甲持符开七門此非枝叶实是根昼夜思之可長存仙人道士非可神積精所致和專仁人皆食穀與五味獨食大和陰陽氣故能不

合藏精七日之奇吾連相舍崑崙之性不迷誤九源之
山何亭亭中有真人可使令蔽以紫宮丹城樓俠以日月
如明珠萬歲照照非有期外本三陽物自来内養三神
可長生魂欲上天魄入淵還魂反魄道自然旋玦懸
環无端玉石戶金龕身完堅載地玄天迫乾坤象
時赤如丹前仰後卑各異門送以還丹與玄泉象龜引
氣致靈根中有真人巾金巾負甲持符開七門此非枝
葉實是根晝夜思之可長存仙人道士非可神積精所
致和專仁人皆食穀與五味獨食大和陰陽氣故能不

死天相既心為國主五藏王受意動靜氣得行道自守 我精神光晝日照夜自守渴自得飲飢自飽經歷六 府藏卯酉轉陽之陰藏於九常能行之不知老肝之 為氣調且長羅列五藏生王光上合五焦道飲猶採我 神魂魄在中央隨鼻上下知肥香出於懸壺通神明 伏於老門候天道近在於身還自守精神上下開分 理通利天地長生草七孔已通不知老還坐陰陽天間 候陰陽下于寵喉通神明過華蓋下清且涼入清冷 泥見吾形其成還丹可長生下在華蓋動見精立神明

死天相既心為國主五藏王受意動靜氣得行道自守
我精神光晝日照夜自守渴自得飲飢自飽經歷六
府藏卯酉轉陽之陰藏於九常能行之不知老肝之
為氣調且長羅列五藏生王光上合五焦道飲猶採我
神魂魄在中央隨鼻上下知肥香出於懸壺通神明
伏於老門候天道近在於身還自守精神上下開分
理通利天地長生草七孔已通不知老還坐陰陽天間
候陰陽下于寵喉通神明過華蓋下清且涼入清冷
泥見吾形其成還丹可長生下在華蓋動見精立神明

堂臨丹田將使諸神開命門通利天道至靈根陰陽
列帑如流星肺之為氣三焦起上服伏天門
離天地存童子調利精華調髮齒顏色潤澤不復白
下于龍喉何落諸神皆會相求索下有絳宮紫華
色隱在華蓋通六人專守諸神轉相呼觀我諸神辟
除耶其成還歸與大家至於胃管通虛無閉塞命門
如玉都壽專為歲將有餘脾中之神舍中宮上伏命
門合明堂通利六府調五行金木水火土為王日月列宿
張陰陽二神相得下玉英五藏為王腎竅通伏於大陰

堂臨丹田將使諸神開命門通利天道至靈根陰陽 列帑如流星肺之為氣三焦起上服伏天門候啟道窺 离天地存童子調利精華調發齒顏色潤澤不復白 下于喉曉何落落諸神皆會相求索下有絳宮紫華 色隱在華蓋通六人專守諸神轉相呼觀我 諸神辟 除耶其成還歸與大家至於胃管通虛無閉塞命門 如玉都壽專為歲將有餘脾中之神舍中宮上伏命 門合明堂通利六府調五行金木水火土為王日月列宿 張陰陽二神相得下玉英五藏（臟）為主腎最尊伏于太陰

藏其形出入二窍（竅）舍黄庭呼吸庐（廬）间见吾形强我筋骨
善气还常能行之可长生 永和十二年五月廿四日五山阴县写

血脉盛恍惚不见过清灵恬淡无欲遂得生还于七

门饮太渊道我玄靡过清灵问我仙道与奇方头载

白素距丹田沐浴华池生灵根被发行之可长存二

相得开命门五味皆至开

藏其形出入二窍舍黄庭呼吸廬間見吾形强我筋骨
血脉盛恍惚不見過清靈恬淡無欲遂得生還於七
門飲太淵道我玄靡過清靈問我仙道與奇方頭載
白素距丹田沐浴華池生靈根被髮行之可長存二
相得開命門五味皆至開善氣還常能行之可長生

永和十二年五月廿四日五山陰縣寫

