

鍾繇薦關內侯季直表

臣繇言臣自遭遇先帝

腹心爰自建安之初王師破賊

關東時年荒穀貴郡縣殘

中国历代名碑名帖精选



江西美术出版社

魏晉唐小楷

魏
晋
唐
小
楷

中
—
国
—
历
—
代
—
名
—
碑
—
名
—
帖
—
精
—
选
—

江
西
美
术
出
版
社

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

图书在版编目（C I P）数据

魏晋唐小楷 / 江西美术出版社编. — 南昌：江西美术出版社, 2016.6

（中国历代名碑名帖精选）

ISBN 978-7-5480-4227-3

I. ①魏… II. ①江… III. ①楷书—碑帖—中国—魏晋南北朝时代②楷书—碑帖—中国—唐代 IV. ①J292.23②J292.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第058583号

出 品 人：汤晓红

策 划：王国栋 王太军

统 筹：王太军

责任编辑：陈漫兮 楚天顺 陈 东 刘霄汉 朱鲁巍

书籍设计：刘霄汉 朱鲁巍

责任印制：谭 勋

企 划：江西美术出版社北京分社



中国历代名碑名帖精选

魏晋唐小楷

WEI-JIN-TANG XIAOKAI

本社 编

出 版 江西美术出版社

社 址 江西省南昌市子安路66号江美大厦

电 话 010-82293750

网 址 www.jxfinearts.com

印 刷 北京印匠彩色印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 635mm × 965mm 1/8

印 张 3

版 次 2016年6月第1版

印 次 2016年6月第1次印刷

印 数 5000

书 号 ISBN 978-7-5480-4227-3

定 价 13.00元

赣版权登字-06-2016-110

版权所有，侵权必究

简介

楷书成于魏晋，至唐到达顶峰，后一直沿用至今。其字形方正，横平竖直，点画严谨。

本书收录魏晋唐小楷刻帖四件：鍾繇《荐关内侯季直表》，王羲之《黄庭经》《乐毅论》，欧阳询《般若波罗蜜多心经》。

《荐关内侯季直表》是鍾繇上魏文帝曹丕的奏表，作于三国魏黄初二年（二二一年）八月。此刻帖横画较长，竖画较短，横、捺、钩画的收笔有隶意；布局空灵，结体疏朗，字形方扁，古雅含蓄。

《黄庭经》为道教上清派的经典之一，叙述修心养性的方法。无款，末尾署『永和十二年五月』（三五六年），传为东晋王羲之小楷。结体平正宽博，轻灵秀美，内松外紧，平正中寓斜侧。唐代褚遂良《右军书目》列此经为第二。楷法温润和睦，含蓄雍容，历代名家多有临本、刻贴。

《乐毅论》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，三国魏夏侯玄撰文。王羲之书《乐毅论》真迹早已失传，现在能见到的都是摹刻本。此贴与《黄庭经》相似，虽为小楷，有大字的格局。雍容和雅，笔势精妙。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。

《般若波罗蜜多心经》，唐代玄奘法师译，阐述佛家『色空』的观念。欧阳询书于贞观九年（六三五年），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。

【荐关内侯季直表】 鍾繇荐关内侯季直表 臣繇言臣自遭遇先帝忝列 腹心爰自建安之初王师破贼 关东时年荒谷贵郡县残 毁三军馈饷朝不及夕先帝

鍾繇薦關內侯季直表

臣繇言臣自遭遇先帝忝列

腹心爰自建安之初王師破賊

關東時年荒穀貴郡縣殘

毀三軍餽饗朝不及夕先帝

神略奇計委任得人深山窮谷
戶獻米豆道路不絕遂使強
敵喪膽我衆作氣旬月之間廓
清蟻聚當時實用故山陽太守
關內侯季直之策克期成事

神略奇計委任得人深山窮谷
關內侯季直之策克期成事

民獻米豆道路不絕遂使強

敵喪膽我衆作氣旬月之間廓

清蟻聚當時實用故山陽太守

不差豪髮先帝賞以封爵授
以劇郡今直罷任旅食許下
素為廉吏衣食不充臣愚欲
望聖德錄其旧勛矜其老
困復俾一州俾圖報效直

不差豪髮先帝賞以封爵授

以劇郡今直罷任旅食許下

素為廉吏衣食不充臣愚欲

望聖德錄其舊勳矜其老

困復俾一州俾圖報效直

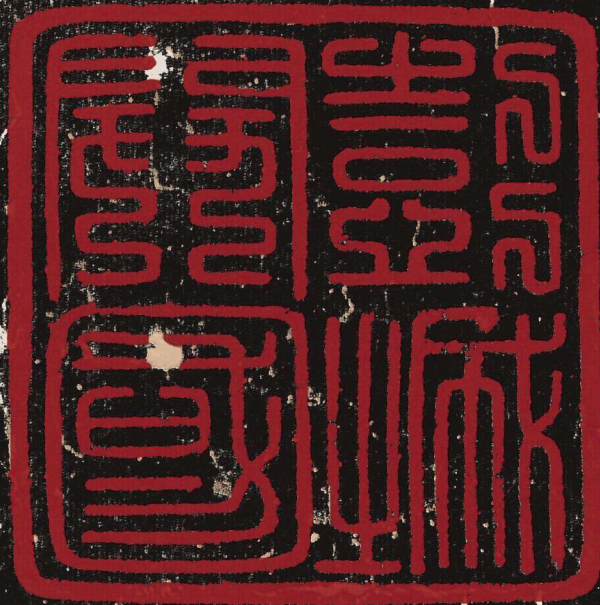
力氣尚壯必能夙夜保養人
民臣受國家異恩不敢雷同見
事不言干犯宸嚴臣繇皇
恐頓首謹言



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
恐皇恐頓首頓首謹言

黄初二年八月日司徒东武亭侯臣钟繇表

黄初二年八月日司徒东武亭侯臣钟繇表



黃庭經

上有黃庭下關元，後有幽關前有命^門。噓吸廬外，出入丹田。審能行之，可長存黃庭。中人衣朱衣，關門壯齋。蓋兩扉幽關，俠之高巍。丹田之中，精氣微玉池清水上。生此靈根，堅志不^固衰。中池有士服赤朱，橫下三寸神所居。中外相距，重閉之神廬。之中務脩治，玄靡氣管受精符。急固子精，以自持。宅中有士常衣絳，子能見之，可不病橫。理長尺，約其上。子能守之，可無恙。呼噏廬間，以自償。保守。

【黃庭經】 黃庭經 上有黃庭下有關元前有幽關后有命門噓吸廬外出 入丹田審能行之可長存黃庭中人衣朱衣關門壯齋

蓋兩扉幽關俠之高巍巍丹田之中精氣微玉池清水上 生肥靈根堅固志不衰中池有士服赤朱橫下三寸神所居
中外相距重閉之神廬之中務修治玄靡氣管受精符 急固子精以自持宅中有士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噏廬間以自償保守

完堅身受慶方寸之中謹蓋藏精神還歸老復壯俠
以幽闕流下竟養子玉樹不可杖至道不煩不旁迂
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源真人子丹當我前
三关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
生要眇房中急棄捐淫欲專守精寸田尺宅可治生系
子長流志安寧觀志流神三奇灵閑暇無事心太平
常存玉房視明達時念大倉不飢渴役使六丁神女

完堅身受慶方寸之中謹蓋藏精神還歸老復壯俠
以幽闕流下竟養子玉樹不可杖至道不煩不旁迂
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源真人子丹當我前
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
生要眇房中急棄捐淫欲專守精寸田尺宅可治生繫
子長流志安寧觀志流神三奇灵閑暇無事心太平
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
汙應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
在廉閒寂莫曠然口不言恬惓無為遊德園積精香
潔玉女存作道憂柔身獨居扶養性命守虛無恬惓
無為何思慮羽翼以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得不死藏金室出月
入曰是吾道天七地三回相守升降五行一合九玉石落是

謁閑子精路可長活正室之中神所居洗心自治無敢
汙歷觀五藏視節度六府修治潔如素虛無自然道
之故物有然事不煩垂拱無為心自安體虛無之居
在廉閒寂莫曠然口不言恬惓無為遊德園積精香
潔玉女存作道憂柔身獨居扶養性命守虛無恬惓
無為何思慮羽翼以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得不死藏金室出月
入曰是吾道天七地三回相守升降五行一合九玉石落是

吾寶子自有之何不守心曉根蒂養華采服天順地
合藏精七日之奇五連相合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
如明珠萬歲昭昭非有期外本三陽神自來內養三神
可長生魂欲上天魄入淵還魂反魄道自然旋玑懸珠
環無端玉石戶金籥身完堅載地玄天迴乾坤象以四
時赤如丹前仰后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
叶實是根晝夜思之可長存仙人道士可神積精所

吾寶子自有之何不守心曉根蒂養華采服天順地
合藏精七日之奇五連相合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
如明珠萬歲昭昭非有期外本三陽神自來內養三神
可長生魂欲上天魄入淵還魂反魄道自然旋玑懸珠
環無端玉石戶金籥身完堅載地玄天迴乾坤象以四
時赤如丹前仰后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
叶實是根晝夜思之可長存仙人道士可神積精所

致為專年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
我精神光晝日昭々夜自守渴自得飲飲自飽經歷六
府藏卯酉轉陽之陰藏於九常能行之不知老疇之
為氣調且長羅列五藏生三光上合三焦道飲增液我
神魂魄在中央隨鼻上下知肥香立於懸壺通明堂
伏於玄門候天道近在於身還自守精神上下關分
理通利天地長生道七孔已通不知老還坐陰陽天門
候陰陽下于寵喉通神明過華蓋下清且涼入清冷

致為專年人皆食谷与五味独食大和阴阳气故能不
死天相既心为国主五藏王受意动静气得行道自守
我精神光昼日昭昭夜自守渴自得饮饥自饱经历六
府藏卯酉转阳之阴藏于九常能行之不知老口之
为气调且长罗列五藏生三光上合三焦道饮浆我
神魂魄在中央随鼻上下知肥香立于悬壺通明堂
伏于老门候天道近在于身还自守精神上下开分
理通利天地长生道七孔已通不知老还坐阴阳天门
候阴阳下于咙喉通神明过华盖下清且凉入清冷

淵見吾形期成還丹可長生還過華池動腎精立於明
堂臨丹田將使諸神開命門通利天道至靈根陰陽
列布如流星肺之為氣三焦起上服伏天門候故道窺
視天地存童子調和精華理髮齒頰色潤澤不復白
下于咙喉何落落諸神皆會相求索下有絳宮紫華
色隱在華蓋通神戶專守心神轉相呼觀我諸神辟
除耶脾神還歸依大家至於胃管通虛無閉塞命門
如玉都壽專萬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

淵見吾形期成還丹可長生還過華池動腎精立於明
堂臨丹田將使諸神開命門通利天道至靈根陰陽
列布如流星肺之為氣三焦起上服伏天門候故道窺
視天地存童子調和精華理髮齒頰色潤澤不復白
下于咙喉何落落諸神皆會相求索下有絳宮紫華
色隱在華蓋通神戶專守心神轉相呼觀我諸神辟
除耶脾神還歸依大家至於胃管通虛無閉塞命門
如玉都壽專萬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主腎最尊伏於大陰
成其形出入二竅舍黃庭呼吸虛無見吾形強我筋骨
血脉盛恍惚不見過清靈恬惓無欲遂得生還於七
門飲大淵導我玄癰過清靈問我仙道與奇方頭戴
白素距丹田沐浴華池生靈根被髮行之可長存三府
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

張陰陽二神相得下玉英五藏為主腎最尊伏於大陰 成其形出入二竅舍黃庭呼吸虛無見吾形強我筋骨
血脉盛恍惚不見過清靈恬惓無欲遂得生還於七 門飲大淵導我玄癰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三府 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

