

国学经典

中华十德楷书硬笔书法

智 德



河北美术出版社

前 言

书法是中华文化的瑰宝，包括软笔书法和硬笔书法。硬笔楷书是指以钢笔、圆珠笔、铅笔为主要工具，运用楷书的书写技法，包括执笔、运笔、点画、结构、布局等内容书写而成的汉字。硬笔楷书书法借鉴了毛笔起落流动和轻重缓急的方法，使笔触更加丰富多彩，它是现代最普及、最广泛、最便捷、最有生命力、最具时代感的书法表现形式。

文以载道，以文化人，传承国学，立德植根。这套丛书既是硬笔楷书书法教材，也是中华十德经典教材，具有识字、练习书法、道德教育三重功能。书法植根于中国传统文化沃土，传统文化是中华书法赖以生存、发展的基础。传统写字课，只写字、练书法，忽视写字课立德树人的作用。本教材按照忠、孝、仁、智、信、礼、义、勤、勇、廉十德分类组合的方式，编辑了十册中华道德经典楷书硬笔书法字帖，并配有现代文的释义，集教育性、书法性、实用性、易读性于一体，练书法，学经典，知十德，意在习得汉字硬笔书法基本功的同时，又浸润着中华民族优秀传统文化道德，边读、边写、边记、边理解、边实践，达到以书识字、以书习德、以书育人的目的。

这套丛书按照“十德”的体例，编辑道德经典。忠德：忠的含义、忠诚爱国、忠于职守、忠恕待人、忠厚正直；孝德：孝的含义、孝敬父母、养亲谏亲、兄友弟恭、尊长敬师；仁德：仁的含义、仁爱悯人、仁善助人、仁和容人、仁政爱民；智德：智的含义、明辨是非、扬善弃恶、学以立志、学以求真；信德：信的含义、诚实守信、自尊自信、信任互信、信仰信念；礼德：礼的含义、遵礼守法、礼敬礼让、礼仪规范、礼节习俗；义德：义的含义、坚守道义、公平正义、重情重义、以义导利；勤德：勤的含义、勤学敬业、吃苦耐劳、勤俭节约、合理用度；勇德：勇的含义、英勇无畏、自强不息、敢于担当、勇于创新、见义勇为；廉德：廉的含义、知廉知耻、廉不蔽恶、慎独慎微、廉洁修身。

“中华十德楷书硬笔书法”具有一定的识字量和道德经典内容，适用于全日

制小学生、中学生及爱好汉字硬笔书法的学习者。为了取得良好的学习效果，我们提出如下建议：

一、本书采用“中华十德”经典语句楷书体的基本笔画、用笔特点、结构方法的临摹方式进行习练。书写时，最好选择碳素钢笔或黑色签字笔，对字帖上的笔顺先后、间架安排、结构布局，仔细琢磨并从中找出规律，这样您会越写越有兴趣。

二、欲学写字，先正汝心。临摹前先仔细诵读经典，临摹时勿贪多贪快。先求规矩，再求个性；先摹帖，再临帖；先“忘我”，再“有我”；先慢写，再快写；循序渐进，持之以恒。建议初学者先单本临摹，有功底后可选择多本临摹。

三、无论诵读还是书写，贵在坚持，日积月累才会有所成就。每天用几分钟诵读一篇或一节文字，然后认真对照原帖，一笔不漏地临摹一至两页，书写时间至少在十五分钟以上。这样您不仅能习练书法、陶冶性情，更能以经典为伴、与圣贤同行。

四、提倡以此经典内容为蓝本，进行软笔书法练习和教师粉笔字基本功练习；还可以在中小学开展十德经典楷书硬笔书法竞赛、十德经典楷书软笔书法竞赛、十德经典诵读竞赛、十德经典演讲竞赛等活动。

五、在临摹过程中，如果遇到书中所附的学习计划进程表不够用，可以复印使用。

书写经典是学习，是享受，更能助您成长。希望“中华十德楷书硬笔书法”能成为您的好朋友。

祝您学习愉快！

本书编写组

2017年12月

◎智的含义◎

是非之心，智之端也。

——《孟子·公孙丑上》

译文：

是非之心，是智的萌芽。

所以知之在人者，谓之

知。知有所合谓之智。

——《荀子·正名》

译文：

因此，人固有的认识客观事物的本能就叫知。这种本能与客观万物相结合就叫智慧。

语曰：“愚者暗于成事，

知者见于未萌。”

——战国·商鞅《商君书·更法》

译文：

俗语说：“愚笨的人在事成之后还不明白是怎样一回事，聪明的人却能预见到那些还未显露出萌芽的迹象。”

子贡曰：“学不厌，智

也；教不倦，仁也。”

——《孟子·公孙丑上》

译文：

子贡说：“学习而不知满足，是明智；教育而不知疲倦，是仁爱。”

◎明辨是非◎

知人者智，自知者明。

——《老子》

译文：

识别他人的人可谓智慧，了解自己的人可谓聪明。

玉不琢，不成器，人不

学，不知义。

——宋·王应麟《三字经》

译文：

玉石不经过琢磨，就不能用来做器物，人不通过学习，就不懂得道理。

富贵家宜学宽，聪明人

宜学厚。

——明·陈继儒《小窗幽记·集醒》

译文：

富贵人家应该多学些宽容，聪明人应该常修习厚道。

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

心有疑，随札记，就人

问，求确义。

——清·李毓秀《弟子规》

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

译文：

心有困惑疑问，
随手要记笔记，时时
向人讨教，求解确切
含义。

不学不成，不问不知。

——汉·王充《论衡·实知篇》

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

译文：

不学习就不会
成才，不提问就不会
知道。

博学之，审问之，慎思

之，明辨之，笃行之。

——《中庸》

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

译文：

广泛地学习知
识，详细地询问，慎
重地加以思考，明确
地辨别是非，踏实地
去实践。

学而不思则罔，思而不

学则殆。

——《论语·为政》

译文：

只是学习，却不思考，就会茫然无知。只是思考，却不学习，就会疑惑不解。

博学而笃志，切问而近

思，仁在其中矣。

——《论语·子张》

译文：

广泛地学习，而且能坚定自己的意志，诚恳地提问，而且深刻地思考，仁就在这里面了。

为学之道，必本于思。

思则得之，不思则不得

也。

——宋·晁说之《晁氏客语》

译文：

学习必须以思考为根本，思考就能得到知识，不思考就得不到知识。

是是、非非谓之知，非

是、是非谓之愚。

——《荀子·修身》

译文：

能够肯定正确的、否定错误的才是智慧的表现，把对的认为是错的、把错的认为是正确的，那就是愚昧的表现。

问知。子曰：“知人。”

——《论语·颜渊》

译文：

（樊迟）问什么是智。孔子说：“善于识别人。”

能辨真假，是一种大学

问。

——明·吕坤《呻吟语·问学》

译文：

能辨别真假，是一种大学问。

来说是是非者，便是是非

人。

——《增广贤文》

译文：

在你面前说他人的坏话，自然也会在他人面前说你的坏话。这样的人本身就是搬弄是非之人。

良药苦口而利于病，忠

言逆耳而利于行。

——《孔子家语·六本》

译文：

好药大多是苦的，但却有利于治病；而教人从善的语言多数是不太好听的，但有利于人们改正自身的缺点。

始吾于人也，听其言而

信其行；今吾于人也，

听其言而观其行。

——《论语·公冶长》

译文：

先前我对别人，听了他的话便相信他的行为；如今我对别人，听了他的话还得观察他的行为。

路遥知马力，日久见人

心。

——宋·陈元靓《事林广记·卷九》

译文：

路途遥远，才能知道马的脚力大小；时间长了，才可识别人心的善恶好歹。

子

曰

：“君子食无求饱，

居无求安，敏于事而慎

于言，就有道而正焉，

可谓好学也已。”

——《论语·学而》

子

曰

：“不患人之不己知，

患不知人也。”

——《论语·学而》

译文：

孔子说：“君子，吃饭不贪求满足，居住不贪求安逸，做事勤敏，说话谨慎，求教于有道德的人来端正自己，这样就可以说是好学的了。”

译文：

孔子说：“不担忧别人不了解我，担忧的是我不了解别人。”

凡智之贵也，贵知化也。

——战国·吕不韦《吕氏春秋·贵直论》

译文：

大凡智慧的可贵，就贵在能事先察知事物的变化上。

事但观其已然，便可知

其未然；人必尽其当然，

乃可听其自然。

——清·王永彬《围炉夜话》

译文：

遇事只要观察已经表现出来的情形，就能预知还没发生的状况。一个人一定要先尽到自己的责任，才能达到听其自然的境界。

知是行的主意，行是知

的功夫。知是行之始，

行是知之成。若会得时，

只说一个知，已自有行

在；只说一个行，已自

有知在。

——明·王阳明《传习录·徐爱录》

译文：

知是行的目的，行是知的实践；知是行的开始，行是知的成果。如果领会了这一点，只说一个知，已经自然有行存在；只说一个行，知也自然存在了。

慧者心辩而不繁说，多

力而不伐功。

——《墨子·修身》

译文：

有智慧的人心里明辩却不多说，做得多而不夸耀功劳。

大丈夫处事，论是非，

不论祸福；士君子立言，

贵平正，尤贵精详。

——清·王永彬《围炉夜话》

译文：

有志气有作为的男子汉处理事情的时候，讲求是非曲直，不管是福是祸；有才能的人著书立说，重视端正公平，尤其崇尚精细周详。

◎扬善弃恶◎

三人行，必有我师焉。

择其善者而从之，其不

善者而改之。

——《论语·述而》

译文：

三人同行，一定有我可以学习的人在其中。选取他们的优点跟着做，了解他们的缺点自己注意改正。

从善如登，从恶如崩。

——《国语·周语下》

译文：

顺随善良像登山一样，顺随恶行像山崩一样。比喻学好很难，学坏极容易。

见善，修然必以自存也；

见不善，愀然必以自省

也。

——《荀子·修身》

译文：

见有善行，一定要恭谨自查，自己是否也有此善行；见到不善的行为，一定要惊心警惕，反省自己是否也有此不善。

善在身，介然必以自好

也；不善在身，菑然必

以自恶也。

——《荀子·修身》

译文：

自己身上的善，一定要固守；身上的不善，一定要畏惧厌恶如同灾祸一般。

故非我而当者，吾师也；

是我而当者，吾友也；

谄谀我者，吾贼也。故

君子隆师而亲友，以致

恶其贼。

——《荀子·修身》

译文：

所以，批评我而所言恰当的人，是我的老师；赞誉我所言恰当的人，是我的朋友；献媚阿谀我的人，是害我的谗贼。所以，君子崇敬老师而亲近朋友，对于谗贼则深恶痛绝。

好善无厌，受谏而能诫，

虽欲无进，得乎哉！

译文：

爱好善而永不知足，听到规谏而能戒惕，即使想不长进也做不到啊！

——《荀子·修身》

子曰：“苟志于仁矣，

无恶也。”

——《论语·里仁》

译文：

孔子说：“假如立志于修行仁德，就不会再有邪恶了。”

仁者安仁，知者利仁。

——《论语·里仁》

译文：

有仁德的人安于仁道，聪明的人知道行仁道有利于自己。

子曰：“见贤思齐焉，见

不贤而内自省也。”

——《论语·里仁》

译文：

孔子说：“见到贤人就想要和他看齐，见到不贤的人就反省自己是不是也有类似的问题。”

子曰：“躬自厚而薄责

于人，则远怨矣。”

——《论语·卫灵公》

译文：

孔子说：“对自己要求严格而宽松地要求别人，就会远离怨恨。”

孔子曰：“见善如不及，

见不善如探汤。”

——《论语·季氏》

译文：

孔子说：“看见好的行为如同赶不上似的急切追求，看到不好的行为如同用手试热水一样赶快躲开。”

扬人恶，即是恶，疾之

甚，祸且作。善相劝，

德皆建；过不规，道两

亏。

——清·李毓秀《弟子规》

译文：

宣扬别人恶行，等于也是作恶，痛斥别人过分的，就会引发灾祸。如果以善相劝，就会彼此道德完善；过错不加规劝，则双方的道德都有缺陷。