

中国最具代表性书法作品

智永

真草千字文

(第二版)

依据教育部《中小学书法教育指导纲要》（欣赏作品推荐）编写

主编 张海

河南美术出版社

羽翮就火帝為書
始制文字乃服衣裳推
始制文字乃服衣裳推
讓國有虞陶唐吊民伐
讓國有虞陶唐吊民伐
漢國有虞陶唐吊民伐
周發殷湯坐朝問道垂
周發殷湯坐朝問道垂
周友反湯坐朝問道垂
平章愛育黎首臣伏
平章愛育黎首臣伏
平章愛育黎首臣伏
遐迩壹體率賓歸王
遐迩壹體率賓歸王
遐迩壹體率賓歸王
在樹白駒食場化被草
在樹白駒食場化被草
在樹白駒食場化被草
在樹白駒食場化被草
賴及萬方蓋此身疑
賴及萬方蓋此身疑
賴及萬方蓋此身疑
賴及萬方蓋此身疑

中国最具代表性书法作品

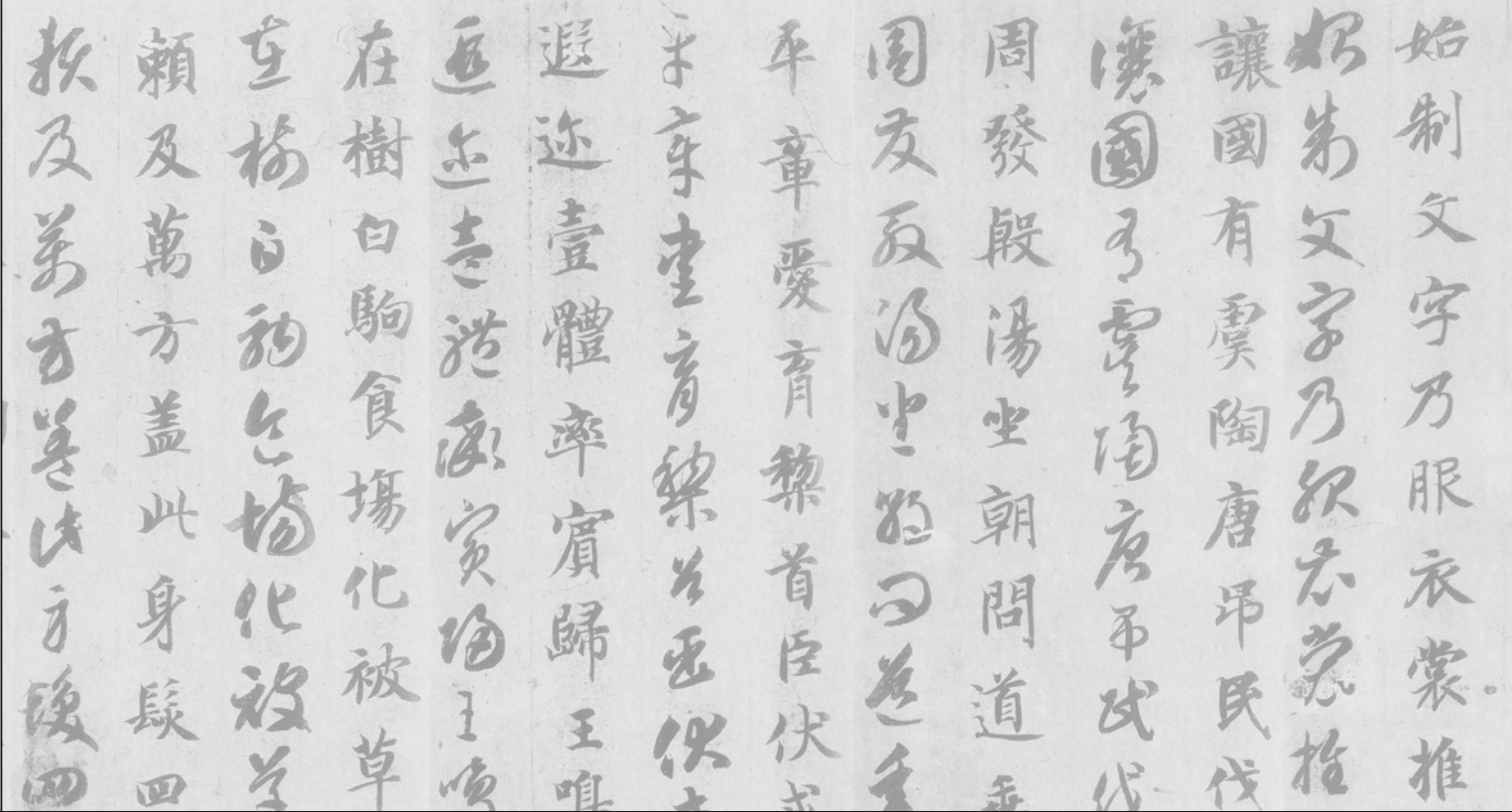
智永

真草千字文（第二版）

依据教育部《中小学书法教育指导纲要》（欣赏作品推荐）编写

主编 张海

河南美术出版社 郑州



凡 例

- 一、“中国最具代表性书法作品”丛书系依据教育部《中小学书法教育指导纲要》推荐临摹与欣赏作品而编写的。共48本，其中前18本为临摹范本，后30本为欣赏范本，书后附有书目及编号。
- 二、为了让读者更好地临摹与欣赏碑帖，每帖前均配有赏析性文章。其中临摹范本的随图释文均以简繁体对照标注（括号内为繁体字或异体字），脱字、衍字也以括号标注；欣赏范本的图版释文仅以简体字标注，并在括号内标注脱衍字。
- 三、整套丛书根据内容多少、版本幅式，分为线装胶订、骑马订和折页装订三种形式。古代墨迹本除孙过庭《书谱》外，均以折页形式装订。
- 四、为保证图片质量，所选拓本均为目前国内外最具权威性的善本。除墨迹本外，其他图书均配有碑版全图，以便读者观赏碑版全貌。
- 五、折页装订图书，因版式需要，仅在书末附有简体释文，释文与作品有出入者，或为书者所选版本不同所致，并不影响文意表达，二者出现的差异，书中不另注明。
- 六、古代碑帖皆为单一作品，即一书一帖，无需目录查阅。本套丛书最后10本（编号39—48），均为代表书家作品精选，因收录作品较多，为便于读者查阅，在书前加以目录。
- 七、本丛书《毛泽东作品》卷为本社与中共中央文献研究室第一编研部合作编辑，具体编辑业务由第一编研部负责，故主编与其他卷不同。

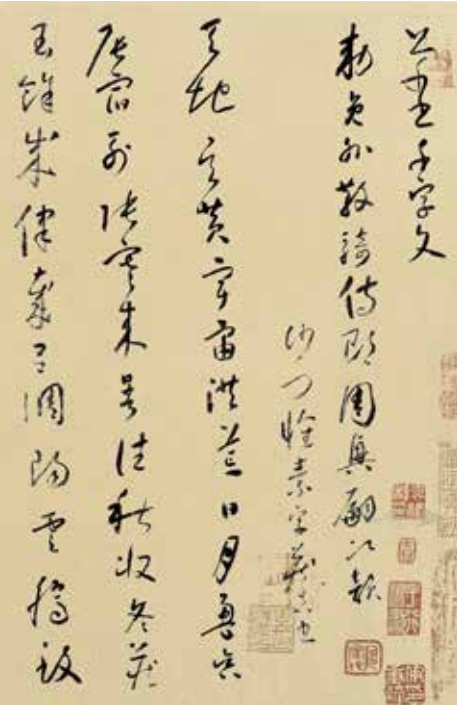
智永《真草千字文》赏析

智永，俗姓王，生卒年月不详，名法极，会稽（今浙江省绍兴市）人，南朝陈与隋朝间的书法大家，王羲之的第七代孙。因其到山阴（今浙江绍兴）永欣寺出家为僧，人们称他为“智永禅师”或“永禅师”。

智永出身于书法世家，从小就受到了良好的书法教育，后来跟随书法名家萧子云学习“二王”（王羲之、王献之）书法，他出家后，就在永欣寺楼上临池不断，数十年如一日，对“二王”书法进行临摹和研究。他学习非常刻苦，不论春夏秋冬，发誓“书不成，不下楼”。相传被写秃了的毛笔，他不忍抛弃，便收藏在一个竹筐里，这样三十多年，竟装满了五个大竹筐。后来，他将这些秃笔埋成一个坟头，并取名“退笔冢”。功夫不负有心人，智永终于成了名震一时的书法大家。相传向他求书的人纷至沓来，寺庙门庭若市，后来竟将寺庙的门槛踏破，人们不得不用铁皮将门槛包裹起来，故时人又有“铁门槛”之称。从这两件事上可以看出智永学习书法的刻苦与执着。

《千字文》是我国古代儿童启蒙用的识字教材，据记载，《千字文》写于南朝的梁武帝时代。梁武帝酷好王羲之书法，他搜集了不少王羲之书法墨迹，并经常和大臣们一起欣赏。为了让更多的人了解王羲之的书法，他便根据收集到的不重复的王羲之的字，命文学侍从周兴嗣将它编成一篇韵文，以便于人们记忆和学习。据《尚书故实》称：周兴嗣一夜之间就编写成了《千字文》，并且用了王羲之的一千个不同的字，还能合辙押韵，由于耗费精力过度，第二天头发都全白了。隋唐以后，《千字文》广为流传，便成了儿童启蒙教育的必读教材。《千字文》并不是生涩难懂的单字堆积，而是涉及自然、社会、历史、教育、伦理等多方面的知识，且所选大都是常用字，朗朗上口，便于识读，因此流传很广。许多书法家都曾写过《千字文》，比如智永《真草千字文》，怀素小草、大草《千字文》，宋徽宗瘦金体《千字文》，董其昌行书《千字文》，赵孟頫《四体书法千字文》，等等，而最有名的当数智永所写的《真草千字文》了，相传他当年住在永欣寺楼上，抄写了许多《千字文》装订成册，其中八百本，分赠给浙东各名刹寺院。“南朝四百八十寺”，几乎都有智永所写的《千字文》了。作品传世后，海内外多有流传，一时价值千金。因此，虽然过了一千多年，至今还有智永的《千字文》墨迹本传世。

目前流传下来的智永书《真书千字文》最著名的版本有两个：一为唐代传入日本的墨迹本，因为早在唐代已随归化之僧、遣唐之使流传到东邻日本，对日本书道产生过不小的影响；二是在陕西西安碑林的北宋石刻本。我们本书所选用的就是现藏于日本的智永《真草千字文》。其为纸本，册装。计202行，满行10字。后面还有清代书法家杨守敬所写的跋语。对此本的真伪也曾有争议，1989年经书画鉴定大

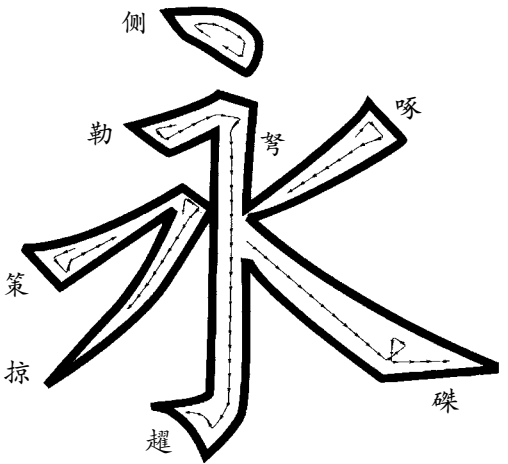


怀素小草《千字文》（局部）

师启功先生过眼，认定是真迹无疑，为此他还赋诗一首：“永师真迹八百本，海东一卷逃劫灰。儿童相见不相识，少小离家老大回。”

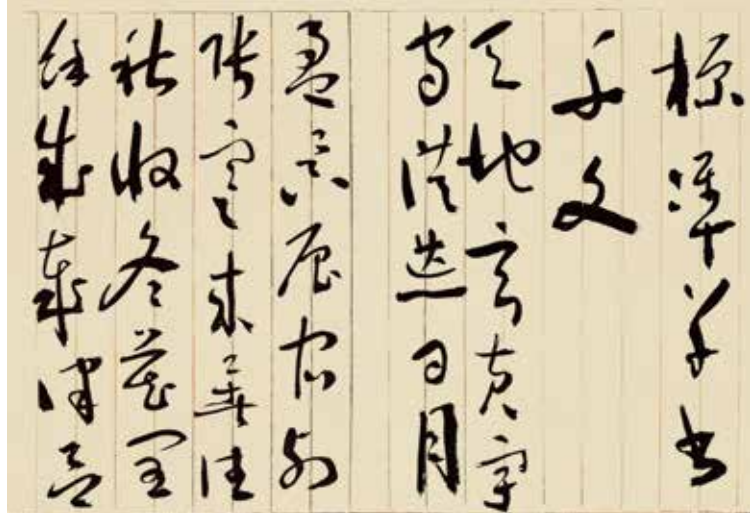
作为王羲之书法的嫡派传人，智永对“二王”书法有扎实的基础，但他又不是泥而不化、墨守成规，而是在传统的基础上，力求创新。因此，智永的书法在中国书法史上具有非常重要的地位，他一方面很好地继承了魏晋书法的真谛，另一方面又为初唐书法名家虞世南、陆柬之等人所效法，进而开启了唐代书法的新风尚，为唐代书法的繁荣作出了突出贡献，可以说智永起到了继往开来、承上启下的桥梁作用。智永还善于从书法学习中找出一些规律性的东西，他把汉字的最基础的八个笔画，用“永”字表现出来，作为中国书法用笔的法则：点为侧，如巨石侧立；横为勒，为勒马之缰；竖为弩，似弓箭之弩；钩为趯（tì），如人之跳跃；提为策，如策马之鞭；长撇为掠，如篲之掠发；短撇为啄，如小鸟啄食；捺笔为磔，如肢解牺牲（取笔画开张之意）。用形象的比喻，把字的结体要领呈现在人们面前。

历代书法家对智永都有很高的评价，宋代的米芾称他“秀润圆劲，八面俱备”，苏东坡评他的书法“骨气深稳，体兼众妙，精能之至，反造疏淡”。明代的书法家解缙《春雨杂述》中对他评价更高：自从王羲之、王献之后，世上已经没有真正的善于书法的大师了，唯独智永禅师能秉承家学，深得“二王”之妙，并为唐代书法的繁荣做出了很大的贡献。



永字八法示意图

（文/白立献）



于右任草书《千字文》（局部）

我们通过欣赏智永的《真草千字文》发现：草书追求线条的凝练和气息的畅达，而楷书则要求结构严谨、方圆兼备，智永却能把这两种反差很大的书体很好地融为一体，一动一静，浑然天成。

从“天地玄黄”开始，智永挥毫入纸，充满着自信，其楷书笔画圆润，结体茂密，笔致含蓄，法度谨严，草书则字字独立，笔断意连，运笔精熟，风规自远，飘逸之中存古意，为我们学习书法提供了很好的临摹范本。尤其是当今存世的王羲之、王献之书法极少，且大都是翻刻本、集字本或临摹本，而真正的“二王”真迹已无法看到，要想直接从王羲之的真迹中去探求书法的奥妙已无可能。我们通过智永的墨迹本《千字文》恰恰能弥补这方面的不足之处，因为一方面智永深得“二王”书法的精髓，同时又为唐以后书法的发展提供了营养，这就为我们领悟魏晋书法的精神提供了捷径。

天地玄黃宇宙洪荒日月
 麗天星辰布列張寒來暑往
 春生夏長秋收冬藏閏餘成歲律呂
 調陽雲騰致雨露結為霜
 潤物澤被萬民
 金生麗水玉出崑崙
 生靈麗水玉出崑崙
 江關珠稱夜光菓珍李杏
 名珠稱夜光菓珍李杏
 菜重米薑海鹹河淡鱗潛
 羽翔龍師火帝鳥官人皇
 始制文字乃服衣裳推位
 讓國有虞陶唐吊民伐罪
 漢周發殷湯坐朝問道垂拱
 在宮百官各司其職
 周發殷湯坐朝問道垂拱
 在宮百官各司其職
 在樹白駒食場化被草木
 遐不作偽
 遐不作偽

在梅白初念地化被草木
賴及萬方蓋此身疑四大
秋及萬方善法才後四大
五常恭惟鞠養豈敢毀傷
五為善性親善也此致侍
女慕貞烈男效才良知過
為善貞烈男效才良知過
必改得能莫忘罔談彼短
必改得能莫忘罔談彼短
靡恃已長信使可覆器欲
靡恃已長信使可覆器欲
難量墨悲絲泮詩讚羔羊
難量墨悲絲泮詩讚羔羊
景行維賢克念作聖德建
景行維賢克念作聖德建
名立形端表正空谷傳聲
名立形端表正空谷傳聲
虛堂習聽福因惡積福緣
虛堂習聽福因惡積福緣
善慶尺璧非寶寸陰是競
善慶尺璧非寶寸陰是競
資父事君曰嚴與敬孝當
資父事君曰嚴與敬孝當
竭力忠則盡命臨深履薄
竭力忠則盡命臨深履薄
風興溫清似蘭斯馨如松
風興溫清似蘭斯馨如松
之盛川流不息淵澄取暎
之盛川流不息淵澄取暎

容止若思言辭安定萬初
多心若思言辭安定萬初
誠美慎終宜令榮業所基
味美慎終宜令榮業所基
藉甚無竟學優登仕攝職
從政存以甘棠去而益詠
從政存以甘棠去而益詠
樂殊貴賤禮別尊卑上和
下睦夫唱婦隨外受傳訓
入奉母儀諸姑伯姪猶子
比兒孔懷兄弟同氣連枝
以况孔懷兄弟同氣連枝
交友投分切磨歲規仁慈
隱惻造次弗離節義廉退
顛沛匪虧性靜情逸心動
神疲守真志滿逐物意移
神疲守真志滿逐物意移
袪疲守真志滿逐物意移
堅持雅操好爵自縻都邑
堅持雅操好爵自縻都邑
望持雅操好爵自縻都邑
華夏東西二京背芒面洛
華夏東西二京背芒面洛
華夏東西二京背芒面洛
浮渭據涇宮殿巖鬱樓觀

浮渭搜淫宮殿繁等樓觀
飛驚畱寫禽獸畫綵仙靈
飛雲園宮安敷魚踪仙室
丙舍傍啓甲帳對楹肆筵
丙舍傷兵甲牀萬櫓蟬道
設席鼓瑟吹笙升階納陛
後席鼓瑟以笙升階納陛
弁轉疑星右通廣內左達
矢矜極星右通廣內左達
承明既集墳典二聚羣英
承明既集墳典二聚羣英
杜橐鍾繇漆書壁經府羅
杜橐鍾繇漆書壁經府羅
將相路俠槐卿戶封八縣
將相路俠槐卿戶封八縣
將相路俠槐卿戶封八縣
家給千兵高冠陪輦驅轂

高封法華經教

振纓世祿侈富車駕肥輕
振蹕世祿侈富車駕肥輕
榮功茂實勒碑刻銘礪溪
榮功茂實勒碑刻銘礪溪
伊尹佐時阿衡菴宅曲阜
伊尹佐時阿衡菴宅曲阜
微旦孰營桓公匡合濟弱
微旦孰營桓公匡合濟弱
扶傾綺迴漢惠說感武丁
扶傾綺迴漢惠說感武丁
於似踣迴漢直以感武丁
於似踣迴漢直以感武丁
後人密勿多士寔寧晉楚
後人密勿多士寔寧晉楚

更霜趙魏困橫假途滅虜
踐土會盟何遵約法韓弊
沛土之盟何遵約法韓弊
煩刑起翦頗牧用軍軍精
宣威沙漠馳譽丹青九州
禹跡百郡秦并嶽宗恒威
禪主之亭爲門紫塞雞田
赤城昆池碣石鉅野洞庭
未城只沈陽石龜野洞庭
曠遠縣邈巖岫杳冥治本
懷遠縣邈巖岫杳冥治本
於農務茲稼穡載南畝
於典物茲稼穡載南畝
我藝黍稷稅熟貢新勸賞
受養黍稷稅熟貢新勸賞
黜陟並軻敦素史魚秉直
黜陟並軻敦素史魚秉直
庶幾中庸勞謙謹勅聆音
察理鑑組辯色貽厥嘉猷
察理鑑組辯色貽厥嘉猷
勉其祗植省躬譏誡寵增
勉其祗植省躬譏誡寵增
魁主祖植省躬譏誡寵增
杭極殆辱近眎林宰幸即

杭極孤高上死林
 雨疏見機解組誰逼索居
 方流兄樽酒相語通索在
 閑處沈默寂寥求古尋論
 不更沈點客案求古得冷
 散慮逍遙欲奏果遣感謝
 教通道意以真不迷或為
 歡指渠荷的歷園莽抽條
 新松染苔的歷園莽抽條
 枇杷晚翠梧桐早彫陳根
 杞杞晚翠梧桐早彫陳根
 委翳落葉飄飄遊鷗獨運
 委翳落葉飄飄遊鷗獨運
 要窮落葉飄飄遊鷗獨運
 凌摩絳霄耽讀散市寓目
 凌摩絳霄耽讀散市寓目
 囊裏箱易輜攸畏屬耳垣墻
 囊裏箱易輜攸畏屬耳垣墻
 素芳和月似似長安了垣墻
 素芳和月似似長安了垣墻
 具膳浪飯適口充腸飽飯
 具膳浪飯適口充腸飽飯
 里膳浪飯適口充腸飽飯
 身宰飢厭糟糠親戚故舊
 身宰飢厭糟糠親戚故舊
 字宰飢厭糟糠親戚故舊
 老少異糧妾御績紡侍巾
 老少異糧妾御績紡侍巾
 惟房紈扇負潔銀燭瑋煌
 惟房紈扇負潔銀燭瑋煌
 帷房紈扇負潔銀燭瑋煌
 晝眠夕寐藍筵象床絃歌
 晝眠夕寐藍筵象床絃歌
 晝眠夕寐藍筵象床絃歌
 酒讌接杯舉觴矯手頓足
 酒讌接杯舉觴矯手頓足
 酒讌接杯舉觴矯手頓足
 酒讌接杯舉觴矯手頓足

悅豫且康嫡後嗣續祭祀
 收像且康嫡後嗣續祭祀
 蒸嘗稽顙再拜悚懼恐惶
 羞為罔報再拜悚懼恐惶
 賤牒簡要願卷審詳骸垢
 枋標曾要願卷審詳骸垢
 想浴執執願涼驢騾犢特
 相以執執以涼驢騾犢特
 駭躍超驤誅斬賊盜捕獲
 頑澁以驤誅斬賊盜捕獲
 叛亡希射遺丸絺琴阮嘯
 救亡希射遺丸絺琴阮嘯
 恬華倫紙鈞巧任鈞釋絲
 恬華倫紙鈞巧任鈞釋絲
 利俗並皆佳妙毛施洲姿
 利俗並皆佳妙毛施洲姿
 工嘯研笑年矢每催羲暉
 工嘯研笑年矢每催羲暉
 朗曜旋璣懸軒晦魄環照
 朗曜旋璣懸軒晦魄環照
 指薪脩祐永綏吉劬矩步
 指薪脩祐永綏吉劬矩步
 引領俯仰廊廟東帶於莊
 引領俯仰廊廟東帶於莊
 徘徊瞻眺孤陋宜聞愚蒙
 徘徊瞻眺孤陋宜聞愚蒙
 等誚謂語助者焉哉乎也
 等誚謂語助者焉哉乎也
 亦此以清助者焉哉乎也

图书在版编目（CIP）数据

中国最具代表性书法作品． 智永《真草千字文》／ 张海主编． — 2版． —郑州：河南美术出版社，2014.12（2015.9） ISBN 978-7-5401-3035-0

I． ①中… II． ①张… III． ①书法课—中小学—教学参考资料 IV． ①G634.955.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第293495号

中国最具代表性书法作品

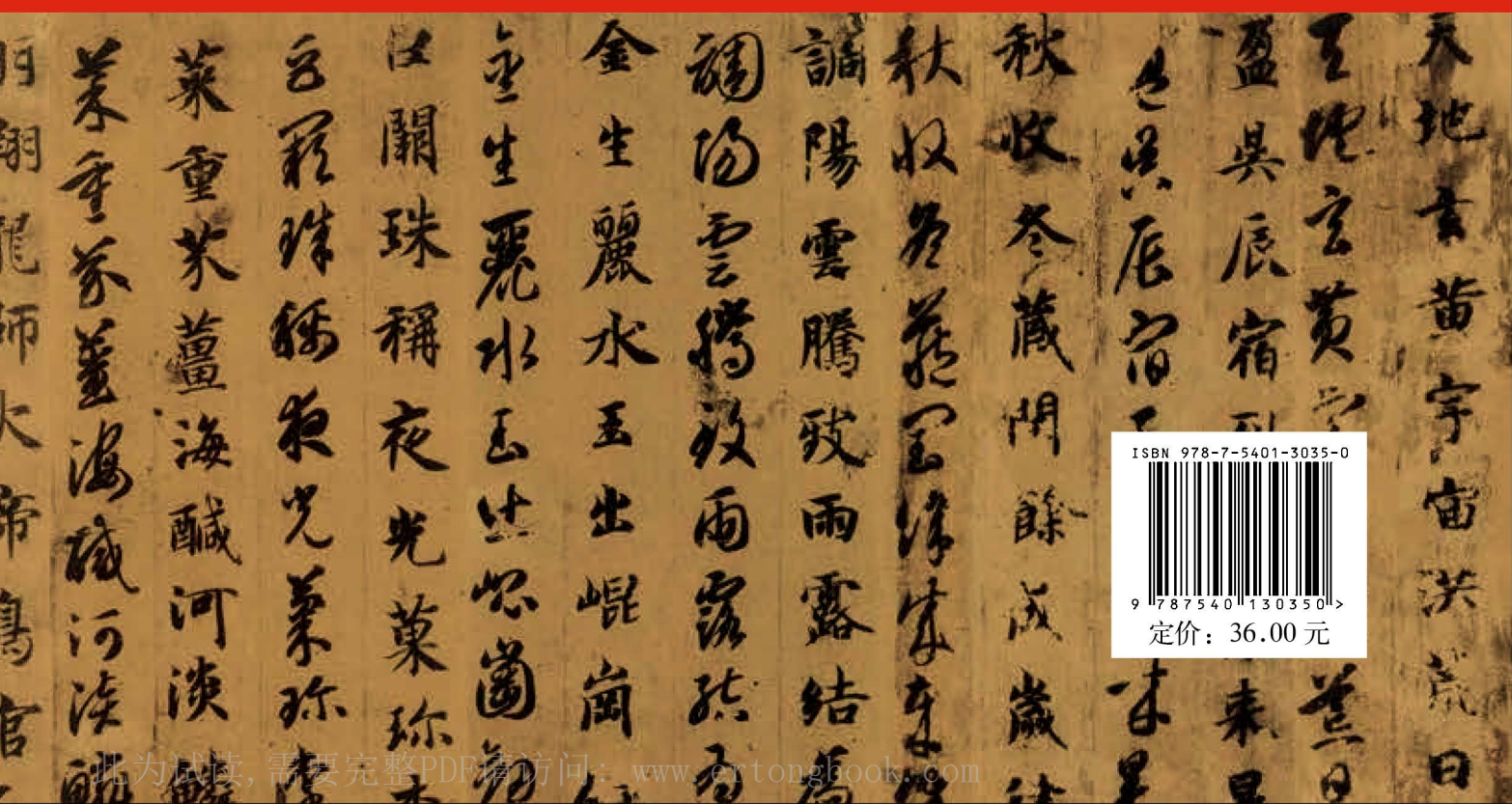
智永《真草千字文》（第二版）

主 编 张 海
学术主持 西中文
总 策 划 李文平
策 划 吴志平 许华伟
统 筹 许华伟 白立献
责任编辑 白立献 梁德水
责任校对 吴高民
装帧设计 李 红 李彭燕
出版发行 河南美术出版社
地 址 郑州市经五路66号 邮编：450002
电 话 (0371) 65727637
制 作 郑州新海岸电脑彩色制印有限公司
印 刷 郑州新海岸电脑彩色制印有限公司
开 本 889mm×1194mm 1/16
印 张 4.5
印 数 7001-10000册
版 次 2013年8月第1版 2014年12月第2版
印 次 2015年9月第2次印刷
书 号 ISBN 978-7-5401-3035-0
定 价 36.00元

智永《真草千字文》

天地玄黄，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列张。寒来暑往，秋收冬藏。闰余成岁，律吕调阳。云腾致雨，露结为霜。金生丽水，玉出昆冈。剑号巨阙，珠称夜光。果珍李柰，菜重芥姜。海咸河淡，鳞潜羽翔。龙师火帝，鸟官人皇。始制文字，乃服衣裳。推位让国，有虞陶唐。吊民伐罪，周发殷汤。坐朝问道，垂拱平章。爱育黎首，臣伏戎羌。遐迩一体，率宾归王。鸣凤在树，白驹食场。化被草木，赖及万方。盖此身发，四大五常。恭惟鞠养，岂敢毁伤。女慕贞洁，男效才良。知过必改，得能莫忘。罔谈彼短，靡恃己长。信使可覆，器欲难量。墨悲丝染，诗赞羔羊。景行维贤，克念作圣。德建名立，形端表正。空谷传声，虚堂习听。祸因恶积，福缘善庆。尺璧非宝，寸阴是竞。资父事君，曰严与敬。孝当竭力，忠则尽命。临深履薄，夙兴温清。似兰斯馨，如松之盛。川流不息，渊澄取映。容止若思，言辞安定。笃初诚美，慎终宜令。荣业所基，籍甚无竟。学优登仕，摄职从政。存以甘棠，去而益咏。乐殊贵贱，礼别尊卑。上和下睦，夫唱妇随。外受傅训，入奉母仪。诸姑伯叔，犹子比儿。孔怀兄弟，同气连枝。交友投分，切磨箴规。仁慈隐恻，造次弗离。节义廉退，颠沛匪亏。性静情逸，心动神疲。守真志满，逐物意移。坚持雅操，好爵自縻。都邑华夏，东西二京。背邙面洛，浮渭据泾。宫殿盘郁，楼观飞惊。图写禽兽，画彩仙灵。丙舍傍启，甲帐对楹。肆筵设席，鼓瑟吹笙。升阶纳陛，弁转疑星。右通广内，左达承明。既集坟典，亦聚群英。杜稿钟隶，漆书壁经。府罗将相，路侠槐卿。户封八县，家给千兵。高冠陪辇，驱毂振缨。世禄侈富，车驾肥轻。策功茂实，勒碑刻铭。磻溪伊尹，佐时阿衡。奄宅曲阜，微旦孰营。桓公匡合，济弱扶倾。绮回汉惠，说感武丁。俊乂密勿，多士实宁。晋楚更霸，赵魏困横。假途灭虢，践土会盟。何遵约法，韩弊烦刑。起翦颇牧，用军最精。宣威沙漠，驰誉丹青。九州禹迹，百郡秦并。岳宗恒岱，禅主云亭。雁门紫塞，鸡田赤城。昆池碣石，巨野洞庭。旷远绵邈，岩岫杳冥。治本于农，务兹稼穡。俶载南亩，我艺黍稷。税熟贡新，劝赏黜陟。孟轲敦素，史鱼秉直。庶几中庸，劳谦谨敕。聆音察理，鉴貌辩色。貽厥嘉猷，勉其祗植。省躬讥诫，宠增抗极。殆辱近耻，林皋幸即。两疏见机，解组谁逼。索居闲处，沉默寂寥。求古寻论，散虑逍遥。欣奏累遣，戚谢欢招。渠荷的历，园莽抽条。枇杷晚翠，梧桐早凋。陈根委翳，落叶飘摇。游鹄独运，凌摩绛霄。耽读玩市，寓目囊箱。易轶攸畏，属耳垣墙。具膳餐饭，适口充肠。饱饫烹宰，饥厌糟糠。亲戚故旧，老少异粮。妾御绩纺，侍巾帷房。纨扇圆洁，银烛炜煌。昼眠夕寐，蓝笋象床。弦歌酒讌，接杯举觞。矫手顿足，悦豫且康。嫡后嗣续，祭祀蒸尝。稽颡再拜，悚惧恐惶。笺牒简要，顾答审详。骸垢想浴，执热愿凉。驴骡犍特，骇跃超骧。诛斩贼盗，捕获叛亡。布射辽丸，嵇琴阮啸。恬笔伦纸，钧巧任钓。释纷利俗，并皆佳妙。毛施淑姿，工颀妍笑。年矢每催，羲晖朗曜。璇玑悬幹，晦魄环照。指薪修祜，永绥吉劭。矩步引领，俯仰廊庙。束带矜庄，徘徊瞻眺。孤陋寡闻，愚蒙等诮。谓语助者，焉哉乎也。

- 1 欧阳询《化度寺碑》
- 2 欧阳询《九成宫醴泉铭》
- 3 褚遂良《雁塔圣教序》
- 4 褚遂良《大字阴符经》
- 5 颜真卿《多宝塔碑》
- 6 颜真卿《颜勤礼碑》
- 7 柳公权《玄秘塔碑》
- 8 柳公权《神策军碑》
- 9 赵孟頫《三门记》
- 10 赵孟頫《妙严寺记》
- 11 王羲之《兰亭序》
- 12 颜真卿《祭侄文稿》
- 13 苏轼《黄州寒食诗帖》
- 14 赵孟頫《洛神赋》
- 15 乙瑛碑
- 16 礼器碑
- 17 史晨碑
- 18 曹全碑
- 19 泰山刻石
- 20 皇象《急就章》
- 21 石门颂
- 22 西狭颂
- 23 张迁碑
- 24 钟繇《宣示表》
- 25 陆机《平复帖》
- 26 王羲之《得示帖》
- 27 王献之《中秋帖》
- 28 王珣《伯远帖》
- 29 张猛龙碑
- 30 智永《真草千字文》
- 31 等慈寺碑
- 32 孙过庭《书谱》
- 33 钟绍京《灵飞经》
- 34 张旭《古诗四帖》
- 35 怀素《自叙帖》
- 36 黄庭坚《松风阁》
- 37 米芾《蜀素帖》
- 38 赵孟頫《道德经》
- 39 王铎作品
- 40 吴昌硕作品
- 41 于右任作品
- 42 鲁迅作品
- 43 沈尹默作品
- 44 郭沫若作品
- 45 毛泽东作品
- 46 林散之作品
- 47 沙孟海作品
- 48 启功作品



ISBN 978-7-5401-3035-0



9 787540 130350 >

定价：36.00 元