

大范字

便携装

无

了如指掌书法帖

北京大学文化资源研究中心 推荐

赵孟頫

# 二门记与二清殿记

法相庄严楷书帖  
龚鹏程 赵安悱 / 主编

中信出版集团

当中国人心心念念要好好练字时，书法便是刻在中国人骨子里的乡愁。

法相庄严楷书帖

三门记与三清殿记

龚鹏程

赵安悱

主编

图书在版编目 (CIP) 数据

三门记与三清殿记 / 龚鹏程, 赵安悱主编. -- 北京:  
中信出版社, 2019.1  
(法相庄严楷书帖)  
ISBN 978-7-5086-9305-7

I. ①三… II. ①龚… ②赵… III. ①楷书—书法  
IV. ① J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 172678 号

三门记与三清殿记  
(法相庄严楷书帖)

主 编: 龚鹏程 赵安悱

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

承 印 者: 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司

开 本: 210mm×280mm 1/16 印 张: 11 字 数: 186 千字

版 次: 2019 年 1 月第 1 版 印 次: 2019 年 1 月第 1 次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-9305-7

定 价: 58.00 元

版权所有·侵权必究

如有印刷、装订问题, 本公司负责调换。

服务热线: 400-600-8099

投稿邮箱: author@citicpub.com

# 写字是中国人的乡愁

——赵安悱

书法简单地说是把字写好，但世界各国、各地区都有自己的语言系统，也要写字，却只有中国人在写字上花那么多精力，中华民族也是唯一把写字当成文化核心来对待的民族。这是为什么呢？

一是汉字是中国文化的最大特点，全世界没有哪个民族有『文字』，日本人说日文是假名，不是真文。假名和韩文类似，是一种语言的拼读方式，韩文讲『训民正音』，地位跟我们汉字的拼音一样。英文、法文、德文等西语也都是拼音系统。按中国的文化系统来说，这些外文相当于我们的汉语拼音或注音符号。

我们都知道汉语拼音并不是真正的文字，只是汉字的读音系统。西方一直想创建文字系统，比如笛卡儿、德里达都做过努力，但就是创建不出来，直至目前也只有语言学体系，而没有文字学体系。

中国人讲文字学，源远流长，龚鹏程先生在《独有真文开世界》一文中说：『中国非拼音文字，这是大家都知道的特点。其次，是我国文字创造极早。在《荀子》《韩非》《吕氏春秋》等书中都说是仓颉所造，而仓颉是黄帝时的史官。后来的典籍更把仓颉称为史皇，如《淮南子》；也有人以仓颉为古帝王，如《春秋元命苞》之类纬书。以现今考古资料来看，属仰韶文化前期的半坡遗址、临潼姜寨遗址，或大汶口文化都有不少陶文。若以此为汉字出现之征，则其时间大约在公元前三千至四千年间，恰与仓颉作字的传说

时间相符。纵或不然，河南偃师二里头文化所发现刻契，年代也在距今四千年左右。汉字之创制及系统化时间至迟不会晚于这个年代了。』

中国古代没有现代的录音设备，没法大面积普及『官话』（普通话），各地方言不同，在方言无法互通的情况下只能依靠写字沟通，只要看文字大家都懂，并不妨碍各自用不同的土话、方言去读同一个文本。这是汉字的魅力，也是书法作为汉字书面沟通的实际需求，亦是中国传统教育教人六艺，其中有『书』的重要原因。

二是书法是中国最重要的一门艺术。我们看刘熙载的《艺概》就知道，艺概者，艺术概论也。《艺概》里只谈文字艺术，不谈声音、舞蹈、戏曲、建筑等艺术形式。在中国，这些和书法、文字艺术相比，层次低很多，属于工匠层次。而书法是上通于天、通之鬼神的东西，是人与天地、鬼神相连接的通道。

书法作为如此重要的文化，它的美学观念必然对其他艺术产生影响。比如中国书论的形成要早于文论，并对文论产生影响。刘勰在《文心雕龙·定势》篇中谈『势』，并把『势』与『体』联系起来，其观念或从书论中来，早在东汉时期，崔瑗就写过《草书势》（见龚鹏程先生《书法与文学的关系》）。『势』是什么我们暂且不表，就书论及其美学观念带来的影响力可见一斑。

书论历史久远，观念复杂，且书法非操练不得其门，它的话术、语境普通人听来如坠云雾，更别说笔法相传的神秘性了。

据西晋虞喜《志林》载：钟繇得知韦诞有蔡邕笔法秘诀，求之不得，牵肠挂肚以至茶饭不思，昏厥过去，幸得曹操派医抢救，捡回一命。后韦诞故，钟繇掘墓得笔诀，终成大家。

这当然是小说家言，实际上韦诞比钟繇还多活了二十余年，何来掘墓一说。

史书最早记载得笔法者为蔡邕，传说其法为神授。蔡邕得笔法后传门生崔瑗与女儿蔡文姬，文姬传钟繇，钟繇传卫夫人，卫夫人传王羲之，羲之传儿子献之，献之传外甥羊欣，羊欣传宗人王僧虔，僧虔传萧子云，子云再传羲之后人智永和，兜兜转转，传来传去，不是门生至交就是族人相授。

书法的传承，史料多，传说更多，但其从文人之雅事，到如今被当成视觉艺术在大学里开班授课，其内在的文化核心已经发生巨大的变化。因书写工具的陌生，文化核心的疏离，社会上出现一些光怪陆离的书法事件也就不足为奇了。其本质是书法作为艺术作品要被人欣赏，就像小说写出来要被人阅读一样，一个自小有阅读体验、文学素养的读者和一位没有阅读经验的读者，对同一篇小说的判断肯定是不同的。从这个意义上讲，编一套让人容易上手的碑帖，既可作为临习的范例，又能作为书法欣赏的范本，就尤为重要了。

其实，书店充斥着各种版本的字帖、碑帖，当代科技的发展，印刷术的进步，让我们比古代任何一位大书法家见到的碑帖都要多。我们需不需要再做一套碑帖？如果仅仅是印刷技术改进，重复翻印古代碑帖的意义又在何处？我们又如何做到『让人容易上手』？

学习任何事物，都宜从整体入手。我们从书法传统和适合上手临写两个角度，根据篆、隶、草、楷、行五种字体各选八组碑帖或八位书家作为学习书法观念、美学的基础。这样的范围是最低限的要求，可以打通文字演变、字体风格、艺术流派，不致被人错误地引导。

具体来说，我们并不打算去重复翻印碑帖，而是把每本要学习的碑帖做

成一个有体系的基础字库，有杂驳之处修之，复原其笔意，再按碑帖原序排列书中，集成碑帖的『无缺字本』，方便使用者阅读文本。每个范字放大至日常书写一般大小，比很多八开的传统碑帖范字还大，更便于临摹。

从书法史的整体观念入手选择碑帖，修旧如旧的补缺做成无缺字本字帖，单字放大到日常书写大小，做到这三点也仅是把碑帖编得更系统、更细致、更利于临习，但这并不是这套碑帖追求的根本。它还有两个问题要解决和一个原则要坚守。

一是如何把一本碑帖做得方便使用。编者为本碑帖做了一个强大的索引系统，这个索引根据《现代汉语词典》的拼音排序整理（多音字以常用音为准，如都为常用音，以音序排前的为准），可以像使用字典一般快速查阅所需范字，并能找到这个范字在碑帖中书写过几次，以及它们是如何变化的。这样就把碑帖工具化了，让使用者用极短的时间对碑帖范字了如指掌，为创作作品和临写训练提供便利。

二是如何通过一本碑帖同时进行毛笔字与硬笔字的训练，而不是让这两者脱节，导致学归学、用归用。这样就把碑帖的学习日用化了。做法是除了放大彩色范字外，还做了一套与日常硬笔书写大小一致的硬笔字库，通过硬笔的描写、临习训练熟悉结构，与毛笔训练共修。

除了上述五点，这套碑帖还有一个原则，即使编者劳苦用心，花了这么些力气，但还是要把碑帖的原貌呈现出来，以便使用者学习这本碑帖的整体章法与风范。故而仍要有『原碑帖影印精选』的章节，供使用者读帖之用。

这套书的楷书系列名叫『法相庄严楷书帖』，虽不是教材，却胜似教材。它把字帖的功用、碑帖的风范与工具书的强索引做了完美结合。它让割裂的日常硬笔书写与毛笔书法训练协调同步，便于使用者学以致用，知行合一。

基于这些特征，这套书能配套所有与之相关的书法教材与教学体系，亦能引导使用者亲近传统书法。当中国人碎碎念念要好好练字时，书法便是刻在中国人骨子里的乡愁。

# 凡例

## 关于碑帖选择

一、为呈现文字演变的过程，便于学书者欣赏五体字的风格异同，收录篆、隶、草、楷、行字体各八种碑帖。

二、从书法史的角度，选择适合初学并易于临习的碑帖。本系列楷书卷（法相庄严楷书帖）收录智永《楷书千字文》，欧阳询《九成宫醴泉铭》，褚遂良《雁塔圣教序》，颜真卿《多宝塔碑》《颜勤礼碑》，柳公权《玄秘塔碑》，赵孟頫《三门记》《三清殿记》（此两种合为一册）、《妙严寺记》《胆巴碑》（此两种合为一册）十种碑帖共计八册。

三、所选碑帖兼顾中国教育部于2013年1月18日发布的《中小学书法教育指导意见》所列『临摹范本推荐』『欣赏作品推荐』目录中的碑帖，但不限于此。

四、为便于传达笔画细节，每册字帖采用四色精印，露脊装订。

## 关于章节构成

五、每册分『全文拼音索引』『无缺字本』『原碑帖影印精选』三部分。

六、把所选碑帖的全部范字按《现代汉语词典》（第七版）的拼音排序，建立一个强大的『索引』功能，方便使用者创作或临习之用。

七、多音字的排序，以该字的常用发音为准。如都为常用发音，以第一次出现的发音音序为准。

八、碑帖中因风化等原因造成的缺字、斑驳不清的笔画，按原碑风格修复。如所缺之字在碑帖其他处重复出现过，以重复字为准，不再另行造字。修旧如旧是『无缺字本』的复原逻辑。

九、每册字帖选刊碑帖部分内容影印，以便学书者熟悉碑帖原貌，理解章法与构字大小的变化。

## 关于编排方法

十、每册字帖把所选碑帖以单字剪辑成65mm×65mm大小，再修其斑驳与缺失处，按原碑帖顺序排列成文，此为彩色范字，用于毛笔训练。

十一、彩色范字左（右）侧排列13mm×13mm大小的红色范字，此为精修碑帖范字后缩小至日常硬笔书写大小，用于硬笔描临训练。

十二、以《现代汉语词典》为标准，给每个范字注明简体写法。

十三、此书采用中式图书右侧装订方式，便于碑文的通篇临写与阅读。

十四、所有范字置于米字格中，便于初学者临习使用。

全文拼音索引

129  
**G**  
 改 盖 高 革 给 庚 更 公 功 宫 拱 勾 姑 古 固 故 顾 瓜 关 观 馆 冠 广 归 衿 寒 闲 行  
 013 099 047 129 024 046 127 020 112 023 038 104 018 132 006 084 024 012 090 078 037 125 135 005 054 118 058 136 030 042 012 015 015 017 066 091 099 137 056 085 093 013 048 134  
**H**  
 106 056 061 075

004 014 039 041 052 068 073 073 075 075 077 082 088 101 058 059 020 082 111  
**F**  
 尔 耳 二 发 凡 方 仿 飞 非 匪 费 封 奉 佛 夫 弗 頰 斧 负 复 覆  
 055 102 093 134 080 132 009 024 009 010 017 083 088 123 101 086 090 139 009 019 045 061 126 139 141 016 054 063 142 110 108 033 041 095

**D**  
 达 大 殆 丹 祷 道 得 德 等 抵 地 帝 典 殿 动 洞 独 度 端 对 俄 额 而  
 057 026 051 061 068 081 105 119 139 141 143 123 024 134 004 051 077 114 119 143 062 141 081 002 036 073 137 131 013 027 032 066 091 092 121 131 089 057 127 010 060 068 057 133  
**E**  
 068 013 064 099 143 003

又 閻 尝 常 敞 焯 朝 辰 陈 称 成 呈 乘 持 侈 冲 充 崇 抽 丑 出 初 处 矗 纯 淳 词 辞 此 赐  
 108 009 112 060 027 118 026 031 061 139 140 021 008 032 087 029 111 118 121 125 126 057 099 094 116 144 088 045 039 009 055 087 042 111 004 052 135 038 062 096 100 141 024 082 092 113 117 122 050 125 078 013 099

**A**  
 奥 047 114  
**B**  
 八 百 邦 宝 备 本 彼 俾 畺 必 闭 壁 避 颿 丙 并 伯 博 不 步 苍 曹 侧 层 曾  
 094 096 031 071 072 012 086 010 086 052 089 018 118 041 054 106 056 092 123 063 143 117 137 015 044 052 068 071 075 075 106 108 109 110 125 128 132 144 069 069 144 038 025 022

铭摹漠牟 049  
006  
045  
034  
121  
139  
侔木 017  
035  
106  
135  
目募 014  
102

**N**

乃 055  
056  
008  
016  
089  
能倪年 020  
057  
094  
096  
097  
122  
143  
念嘴纽 018  
025  
046

**O**

偶 124

**P**

判殓 067  
033  
120  
配庀辟 079  
022  
002  
015  
060  
038  
055  
025

**Q**

七妻 143  
104

琳灵 006  
007  
031  
089  
128  
128  
陵 034  
121  
131  
014  
051  
057  
028  
113  
067  
027  
059  
117

领陋路露鸾伦罗虑

**M**

漫卯冒昧 109  
004  
129  
040  
053  
005  
014  
041  
049  
033  
063  
120  
142  
041  
058  
108  
109  
110  
110  
085  
053  
012  
020  
049  
066  
076  
091  
051  
058  
134  
077  
080  
046  
088  
030

门 005  
014  
041  
049  
033  
063  
120  
142  
041  
058  
108  
109  
110  
110  
085  
053  
012  
020  
049  
066  
076  
091  
051  
058  
134  
077  
080  
046  
088  
030

密冕面妙

民 051  
058  
134  
077  
080  
046  
088  
030

名 051  
058  
134  
077  
080  
046  
088  
030

明 051  
058  
134  
077  
080  
046  
088  
030

鸣 051  
058  
134  
077  
080  
046  
088  
030

九 029  
093  
023  
099  
062  
142  
010  
049  
068  
031  
020  
105  
040  
098  
055  
090  
099  
027

旧 023  
099  
062  
142  
010  
049  
068  
031  
020  
105  
040  
098  
055  
090  
099  
027

举 062  
142  
010  
049  
068  
031  
020  
105  
040  
098  
055  
090  
099  
027

巨具据虞捐 068  
031  
020  
105  
040  
098  
055  
090  
099  
027

厥 040  
098  
055  
090  
099  
027

镡郡 090  
099  
027

峻 027

**K**

开刊科可 009  
050  
135  
027  
028  
028  
030  
068  
077  
119  
060  
133  
113  
003  
047

恪 060  
133  
113  
003  
047

魁坤阕 003  
047

**L**

来乐 086  
050  
103  
080  
077  
127  
145  
011  
073  
007  
144  
107  
061  
141  
058  
137

礼理 080  
077  
127  
145  
011  
073  
007  
144  
107  
061  
141  
058  
137

立丽利联良梁列 011  
073  
007  
144  
107  
061  
141  
058  
137

临 011  
073  
007  
144  
107  
061  
141  
058  
137

**J**

稽极 099  
037  
046  
048  
095  
022  
075  
060  
140  
023  
111  
034  
067  
125  
138  
140  
021  
119  
040  
067  
098  
139  
087  
022  
094  
108  
107  
005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

亟疾集 060  
140  
023  
111  
034  
067  
125  
138  
140  
021  
119  
040  
067  
098  
139  
087  
022  
094  
108  
107  
005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

几己记 060  
140  
023  
111  
034  
067  
125  
138  
140  
021  
119  
040  
067  
098  
139  
087  
022  
094  
108  
107  
005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

纪 021  
119  
040  
067  
098  
139  
087  
022  
094  
108  
107  
005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

既 040  
067  
098  
139  
087  
022  
094  
108  
107  
005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

加甲 087  
022  
094  
108  
107  
005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

坚间建 005  
036  
092  
081  
062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

荐江 062  
107  
141  
096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

蒋降 096  
036  
070  
071  
137  
117  
028  
093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

皆节杰洁今 093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

金近浸经精敬静焗究 093  
111  
098  
103  
105  
039  
100  
004  
081  
138  
115  
054  
019

号合何 141  
083  
076  
023  
042  
002  
009  
059  
058  
137  
073  
073  
008  
056  
131  
002  
083  
002  
004  
035  
035  
045  
046  
019  
003  
044  
044  
052  
136  
008  
046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

鬮 002  
009  
059  
058  
137  
073  
073  
008  
056  
131  
002  
083  
002  
004  
035  
035  
045  
046  
019  
003  
044  
044  
052  
136  
008  
046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

赫 058  
137  
073  
073  
008  
056  
131  
002  
083  
002  
004  
035  
035  
045  
046  
019  
003  
044  
044  
052  
136  
008  
046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

亨 073  
073  
008  
056  
131  
002  
083  
002  
004  
035  
035  
045  
046  
019  
003  
044  
044  
052  
136  
008  
046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

横闾洪鸿后乎 008  
056  
131  
002  
083  
002  
004  
035  
035  
045  
046  
019  
003  
044  
044  
052  
136  
008  
046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

胡户 003  
044  
044  
052  
136  
008  
046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

花划化 046  
130  
107  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

淮坏环焕 017  
127  
025  
018  
100  
106  
112  
132  
036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

皇黄 036  
004  
113  
026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125

煌辉羣徽隳会浑火或获 026  
026  
023  
087  
100  
048  
067  
136  
039  
125



再在簪藻造则

瞻张章昭赵

者

浙

贞珍真震之

130  
092  
133  
020  
110  
045  
006  
008  
019  
070  
072  
074  
076  
103  
126  
011  
116  
145  
088  
128  
128  
033  
063  
120  
142  
039  
045  
047  
053  
078  
078  
135  
062  
093  
141  
074  
056  
055  
089  
003  
005  
007  
007  
008  
009  
012  
012  
015  
016  
017  
021  
029  
030  
031  
031  
041

欤  
逾与

宇羽

语玉馭

欲渊

元

垣爰缘远

愿曰

月

越

云

运

哉

载宰

034  
052  
092  
111  
112  
121  
135  
017  
090  
123  
032  
037  
042  
077  
104  
089  
028  
059  
035  
081  
028  
056  
040  
117  
145  
040  
073  
098  
021  
102  
040  
068  
124  
050  
114  
121  
003  
111  
112  
120  
138  
143  
094  
133  
035  
035  
002

Z

035  
036  
138  
128  
072

矣

异役

易益困

阴寅

盈楹庸

用

由

有

酉

牖又

右侑诱于

107  
013  
013  
032  
122  
043  
105  
123  
107  
087  
037  
120  
127  
059  
090  
094  
112  
119  
126  
093  
047  
049  
021  
076  
133  
052  
113  
019  
037  
051  
058  
079  
103  
115  
118  
122  
126  
126  
127  
131  
132  
135  
137  
005  
096  
051  
044  
095  
097  
093  
079  
102  
015  
024  
026  
033

牙焉

延严

言

檐欄偃蹴

殃阳

钥也

夜一

衣壹仪已

以

Y

062  
140  
142  
  
024  
084  
084  
085  
119  
056  
010  
017  
095  
100  
110  
131  
035  
078  
024  
097  
108  
034  
121  
140  
072  
034  
060  
121  
042  
045  
130  
133  
016  
081  
129  
085  
059  
136  
082  
124  
010  
011  
022  
027  
028  
029  
030  
069  
072  
074  
076  
086  
087  
105

五庀戊物悟鸢

悉熙

辖下

先贤

宪相香祥向象

像霄协心

辛新

信星形兴

性

雄修朽虚许玄

学

X

080  
124  
098  
126  
055  
053  
  
023  
092  
113  
122  
103  
038  
124  
022  
060  
140  
006  
105  
136  
071  
042  
006  
032  
110  
025  
118  
037  
102  
096  
013  
101  
131  
116  
007  
069  
033  
063  
101  
120  
074  
130  
093  
066  
128  
126  
116  
006  
012  
044  
044  
066  
091  
061



# 目录

凡例·····	4
全文拼音索引·····	5
《三门记》无缺字本·····	001
《三清殿记》无缺字本·····	065
《三门记》原碑帖影印精选·····	147

《三门记》无缺字本

运

運

運

乎

乎

乎

鴻

鴻

鴻

樞

樞

樞

天

天

天

地

地

地

闔

闔

闔

闢

闢

闢

之

戶

日

月

之

戶

日

月

而

乾

坤

為

而

乾

坤

為

黄 道 而 卯

黄 道 而 卯

出 入 经 乎

出 入 经 乎