

画报写字丛书 ● 宋黄庭坚《松风阁诗帖》等四帖选字本

实用大字帖

潘修范 枕石 编著



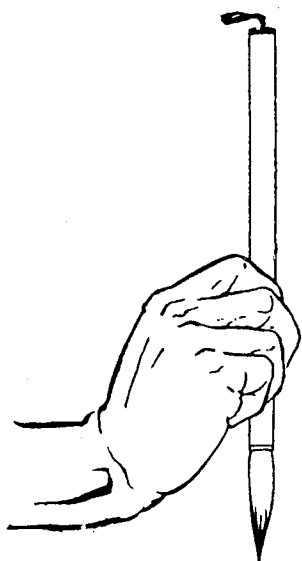
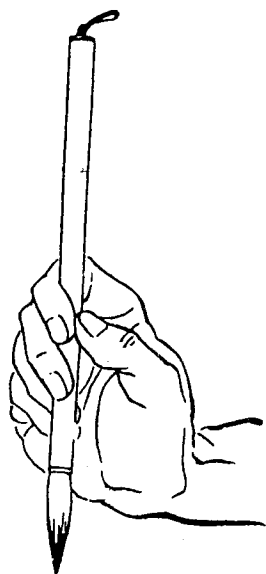
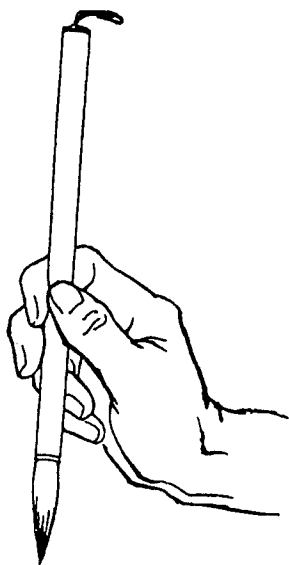
上海画报出版社

画报写字丛书·宋黄庭坚《松风阁诗帖》等四帖选字本

实用大字帖

枕 石 潘修范 编著

上海画报出版社



写字歌

枕石山人

(准备)

字正身先正，
肘悬肩宜沉，
心中存立意，
下笔自有神。

(执笔)

抵押钩格抵，
指实掌竖虚，
腕悬松平活，
挥毫始得力。

(笔画)

点画循楷则，
侧勒努趯策，
行笔有终始，
撇捺啄掠磔。

(行笔)

逆入涩行笔，
调锋顿驻提，
锋正力透纸，
笔笔送到底。

(修养)

写字如做人，
最要精气神，
功夫在字外，
泱泱中华魂。

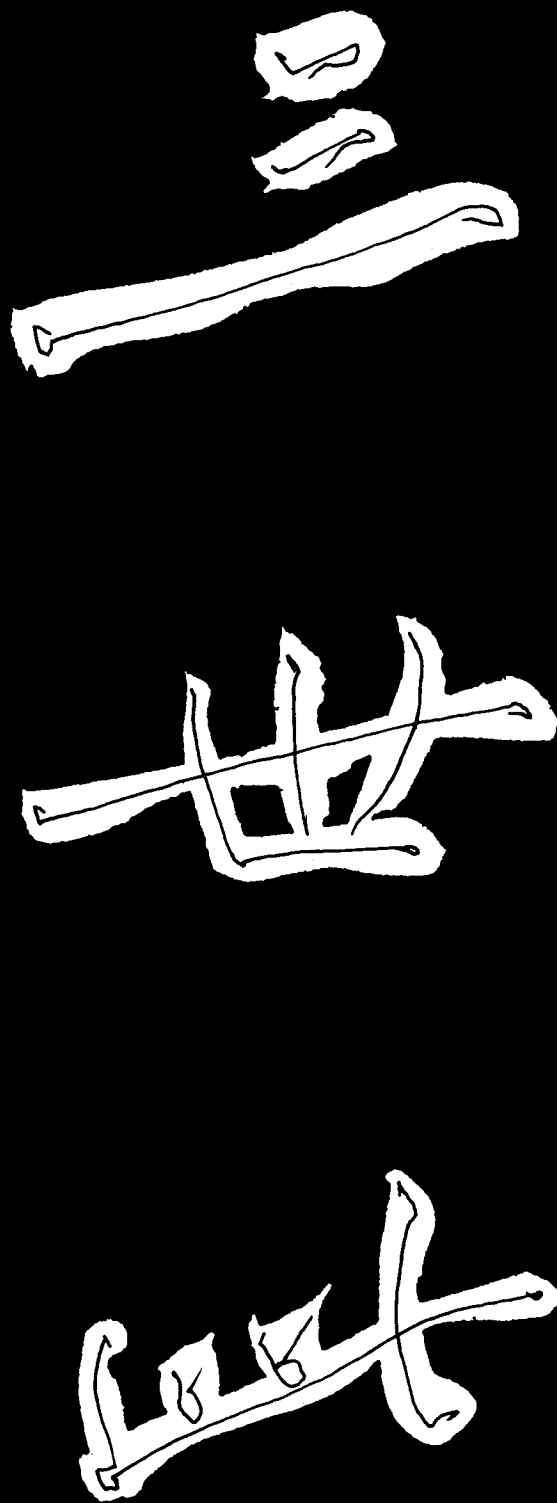
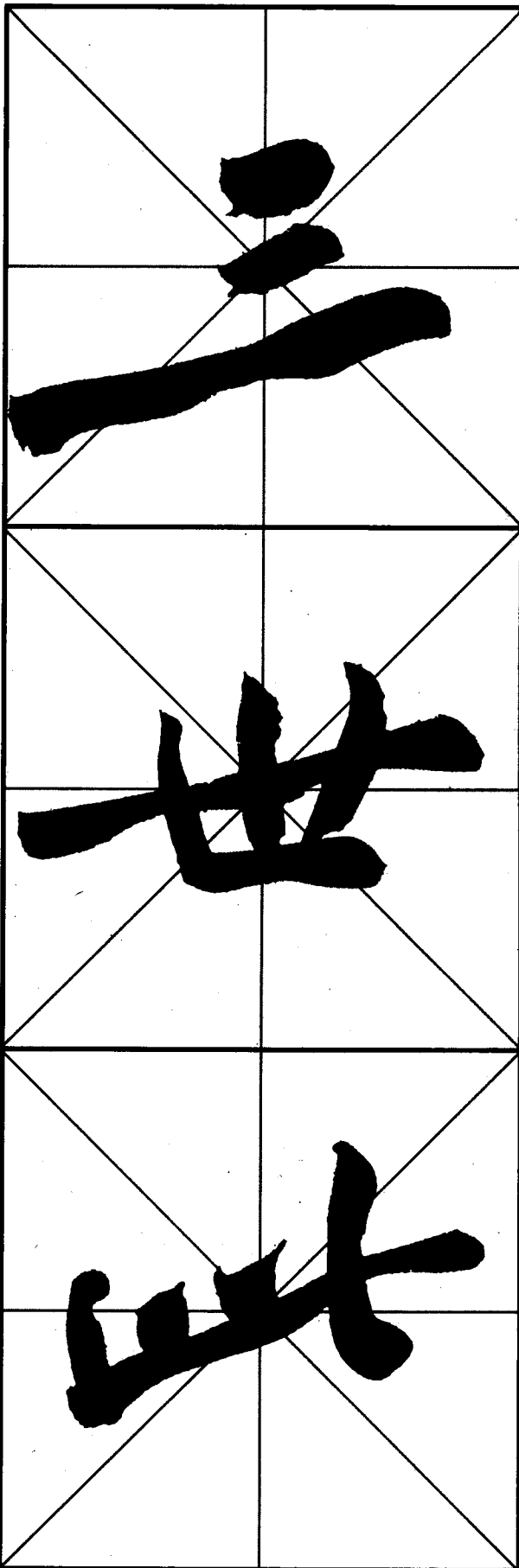
编者的话

在日常生活中，书写规范美观的文字不仅有利于人们的沟通和交流，也往往可以在不经意中带给人们力和美的享受。中国书法艺术历经数千年绵延不断的发展而依然光彩照人，主要就在于它兼具审美和实用两方面的功能。即使在硬笔书写及电脑使用十分普及的今天，书法艺术仍有其不可动摇的地位，在中国，甚至在受中国传统文化影响较深的日本、韩国等东亚地区，能不能写一手好字，至今仍然是衡量一个人文化修养是否全面的尺度之一。

所谓书法，既是用圆锥状毛笔书写包括篆、隶、正、行、草各种书体汉字的法则，也是一种讲究执笔、点画、运笔、结构、行次、章法、墨法、风格的传统造型艺术。通常要求执笔须指实掌虚，五指齐力，腕部松平，悬空发力；点画须中锋铺毫，笔笔送到；结构要笔画间和谐呼应；章法行次要错落有致，气息贯通，以及表现书者的审美情趣和个性。为了让初学书法者有一个良好的起步，我们编选了这套《实用大字帖》，请书家从古代名帖中选出常用的特别精彩的字例，按笔画、结构的序列编排，便于读者由浅入深，循序掌握；各字例一律配印演示行笔过程的副图，有助于读者理解、练习。

本帖选自宋黄庭坚中年时期的行书代表作《松风阁诗》、《经伏波神祠诗卷》、《华严疏》、《赠张大同卷跋》。

黄庭坚（1045—1105），字鲁直，号山谷道人、涪翁，江西修水人，进士出身，尝任《神宗实录》检讨官，迁著作郎。工诗书，诗开江西诗派，书与苏轼、米芾、蔡襄并称“宋四家”，均有极高成就。其书初学周越，后从苏舜元、舜钦书迹窥得古人笔意，遂上溯颜真卿、张旭、怀素，得力于《瘞鹤铭》，又从三峡舟楫荡桨悟笔法。所作用笔以侧险取势，纵横舒展，迥拔不俗，自成格调。康有为称其行书昂藏郁拔，体闲意浓，笔法瘦劲圆通，得自篆书。此说甚确切。然学书者当师其意，自然为之，切不可徒肖其形而失其神。



五

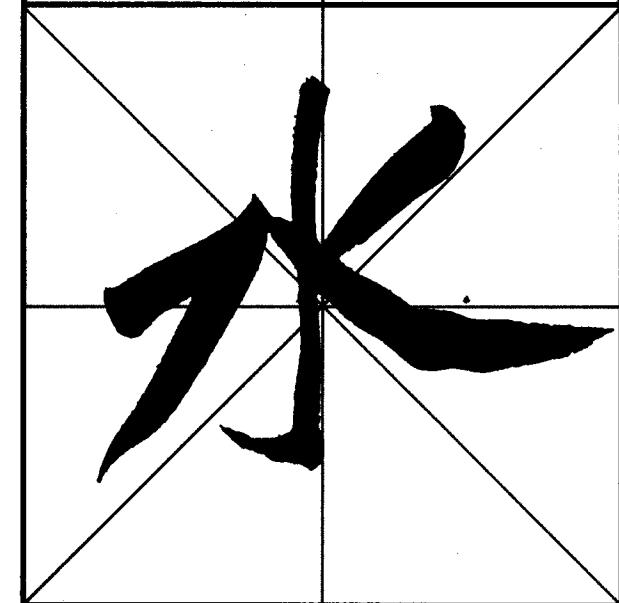
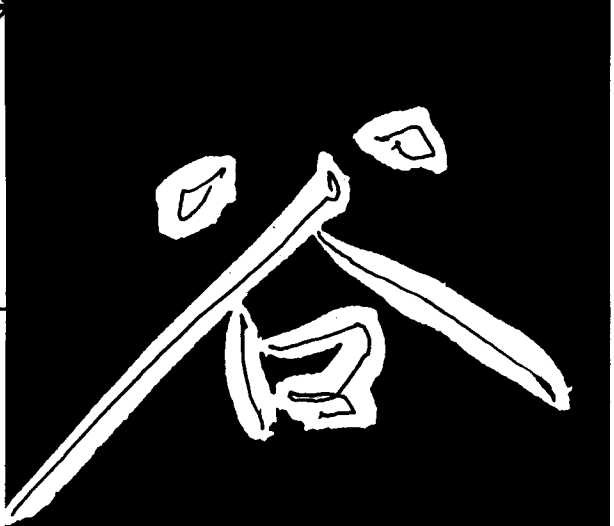
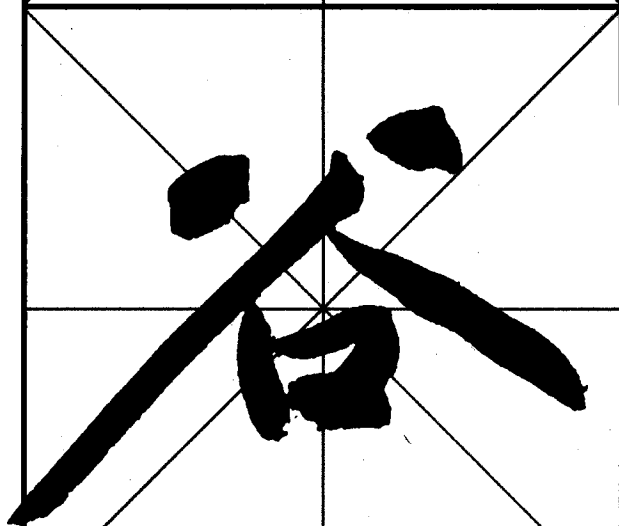
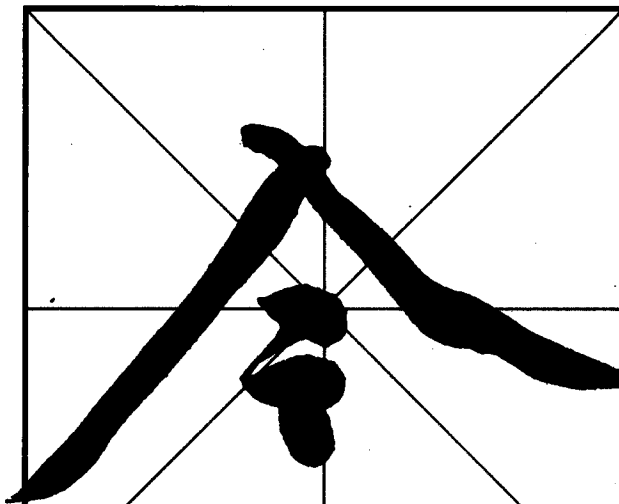
五

雨

雨

雨

雨



及

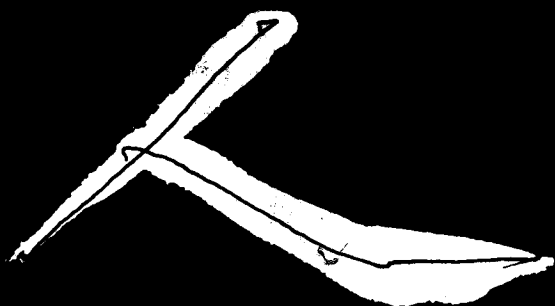
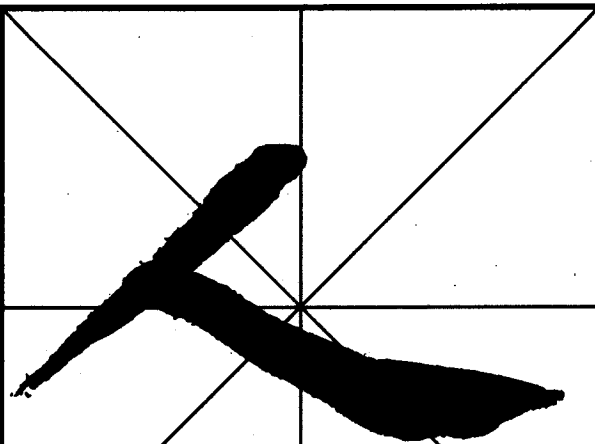
及

丈

丈

夜

夜



中

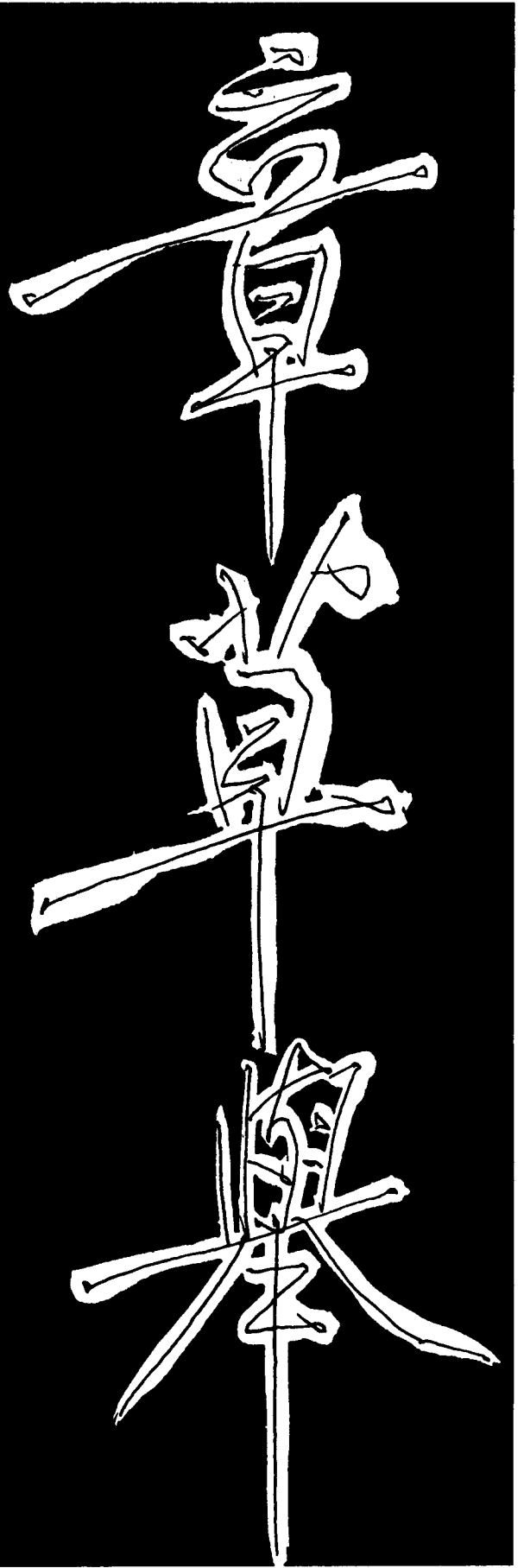
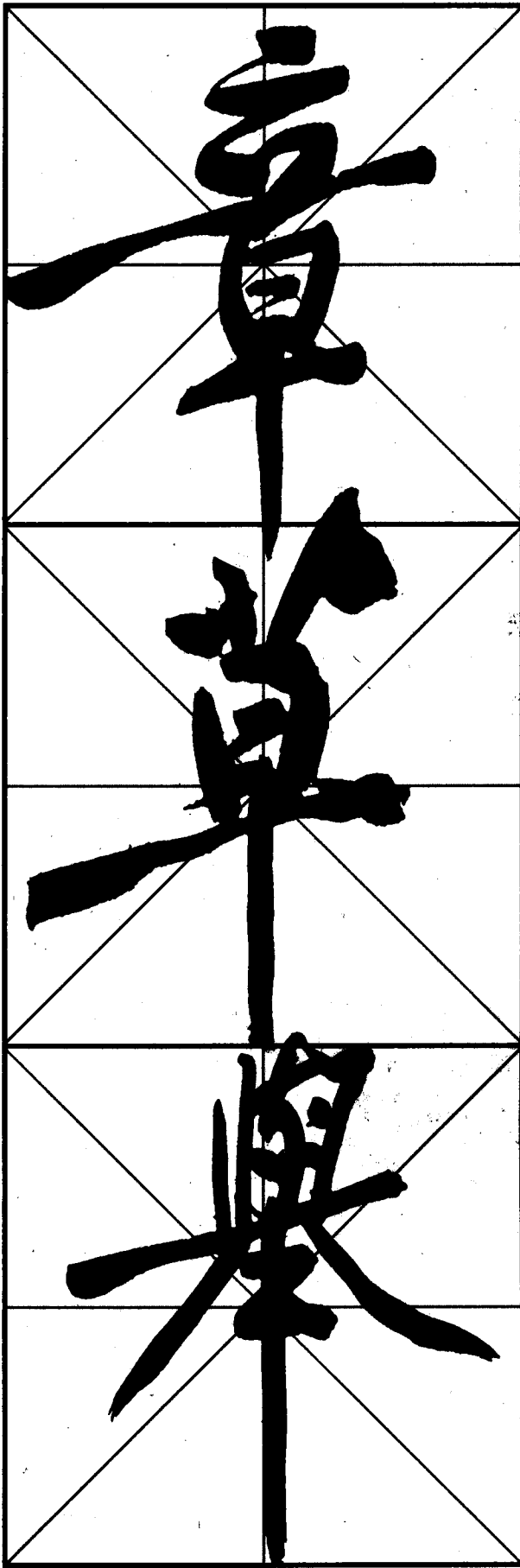
早

年

中

早

年





李

来

泉

李

来

泉



看
老
屋

看
老
屋

