

書

法

教



程

『天馬賦』

# 米芾行書



孔學丁 / 編  
陝西旅遊出版社

# 書法教程

样本

欧阳询楷书《九成宫醴泉铭》

颜真卿楷书《多宝塔》

柳公权楷书《玄秘塔》

赵孟頫楷书《寿春堂记》

楷书同架结构法 （欧阳询《九成宫醴泉铭》、颜真卿《多宝塔》、柳公权《玄秘塔》、赵孟頫《寿春堂记》）

王羲之行书《兰亭序》

欧阳询行书《千字文》

赵孟頫行书《宝云寺记》

赵孟頫行书《洛神赋》

米芾行书《石鼓文》 （沈冠颐）

米芾行书《天马赋》

董其昌行书《龙神感应记》

唐伯虎行书《落花诗册》

文徵明行书《前后赤壁赋》

文徵明行书《滕王阁序》

于佑任标准草书《千字文》

于佑任行书《千字文》

秦·李斯篆书《峄山碑》

ISBN 7-5418-1420-2



9 787541 814204 >

ISBN 7-5418-1420-2/J 271

定价：全套99.00元 本册5.50元

孔墨丁/编

# 書法教程

米芾行书『天马赋』

陕西旅游出版社

# 書法教程

样本

欧阳询楷书《九成宫醴泉铭》

颜真卿楷书《多宝塔》

柳公权楷书《玄秘塔》

赵孟頫楷书《寿春堂记》

楷书同架结构法 （欧阳询《九成宫醴泉铭》、颜真卿《多宝塔》、柳公权《玄秘塔》、赵孟頫《寿春堂记》等）

王羲之行书《兰亭序》

欧阳询行书《千字文》

赵孟頫行书《宝云寺记》

赵孟頫行书《洛神赋》

米芾行书《石鼓文》 （沈冠颐）

米芾行书《天马赋》

董其昌行书《龙神感应记》

唐伯虎行书《落花诗册》

文徵明行书《前后赤壁赋》

文徵明行书《滕王阁序》

于佑任标准草书《千字文》

于佑任标准草书《千字文》

秦·李斯篆书《峄山碑》

ISBN 7-5418-1420-2



9 787541 814204 >

ISBN 7-5418-1420-2/J 271

定价：全套99.00元 本册5.50元

样本

# 書法教程

欧阳询楷书《九成宫醴泉铭》

颜真卿楷书《多宝塔》

柳公权楷书《玄秘塔》

赵孟頫楷书《寿春堂记》

楷书同架结构法 （欧阳询《九成宫醴泉铭》、颜真卿《多宝塔》、柳公权《玄秘塔》、赵孟頫《寿春堂记》）

王羲之行书《兰亭序》

欧阳询行书《千字文》

赵孟頫行书《宝云寺记》

赵孟頫行书《洛神赋》

米芾行书《石鼓文》 （沈冠颐）

米芾行书《天马赋》

董其昌行书《龙神感应记》

唐伯虎行书《落花诗册》

文徵明行书《前后赤壁赋》

文徵明行书《滕王阁序》

于佑任标准草书《千字文》

于佑任标准草书《千字文》

秦·李斯篆书《峄山碑》

ISBN 7-5418-1420-2



9 787541 814204 >

ISBN 7-5418-1420-2/J 2\*1

定价：全套99.00元 本册5.50元

## 如何临习行书

学习行书，首先要学好楷书。行书和学写楷书一样，也是以临摹前人优秀作品为基础的。

选帖，初学先选择一种古代大家的优秀范本进行临习。临习行书，第一要注重点画的学习。行书的点画是以楷书为基础的，为横、竖、点、撇、挑、钩、捺、折八种。着重掌握所学行书基本点画的用笔，书写熟练后就会自然产生笔势，出现顾盼牵丝。写行书要比写楷书快，运笔比较流畅，点画间相互映带是行书的一个主要特点。第二要注重行书偏旁部首的学习。对于行书点画的写法熟练后，再学习行书各种偏旁部首的写法，注意各种偏旁部首在行书中的相互变化，结构的映带等关系。第三一点就是对行书结体法则的学习。行书的结体基本还保留了楷书的结体原则，但较楷书灵活自然，富于变化。在掌握了行书的点画以及结体法则以后，再学习行书的章法布白、气韵表现等方面，最后能够达到独立创作。

最关键的一点就是要勤练、多悟、日日临池不懈，苦学传统，就一定能掌握行书的书写方法，从而创作出富有时代气息和个性风格的行书作品来。

## 米芾及其行书

米芾（公元1057-1107年），初名黻，四十一岁后改署“芾”，字元章，号鹿门居士、襄阳漫士、海岳外史。世称“米南宫”。世居山西太原，迁湖北襄阳，晚居今江苏镇江，建海岳庵。宣和时为书画学博士。后至礼部员外郎。好洁成癖，多蓄奇石，人称“米颠”。能诗文，擅书画，精于鉴别。行、草书能取前人之所长，尤得力于王献之，用笔俊迈，与当时的苏轼、蔡襄、黄庭坚合称“北宋四家”。著有《宝晋英光集》、《书史》、《画史》、《砚史》、《海岳名言》、《宝章待访录》等，传世主要书迹有《多景楼诗》、《苕溪诗》、《蜀素帖》、《天马赋》、《拜中岳命诗》、《草书九帖》、《寒光帖》等。

本帖选编了米芾行书《天马赋》，着重讲习了其行书基本笔画的书写方法，笔法要点，以供广大初习行书者临习参考。



### 侧点笔法要点及应用

写侧点时，露锋落笔、稍停顿；然后往左下用力带锋。出锋不要挑得太长。

在米芾行书中，侧点用于字之上点，侧势斜落笔，出锋处和下画的起笔相呼相应，笔断意连。

### 单人旁笔法要点及应用

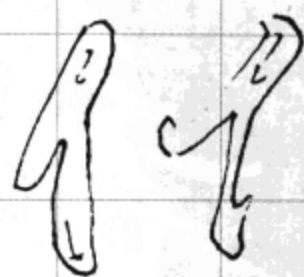
在米芾行书中，单人旁撇竖分明，或伸或缩，或藏或露，绝不雷同。当右旁笔画较少时，用笔要粗重；当右旁笔画较多时，用笔要瘦劲。

之

之

方

方



靡

靡

突

突

何

何

唐

唐

裹

裹

俊

俊

浪

浪

溪

溪

杰

杰

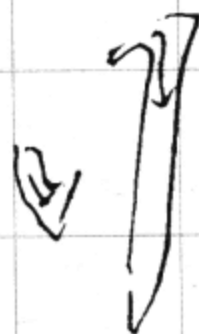
# 合二点笔法要点及应用

写合二点时，左为露锋落笔，稍顿后向右上出锋，右为藏锋落笔，稍顿后向左下出锋。两点之间要承接流畅，相互顾盼。



# 竖刀旁笔法要点及应用

在米芾行书中，竖刀旁不作钩法取笔势流畅之意。



若

若

首

首

若

若

從

从

則

则

勑

勑

蓋

盖

馴

驯

超

超

蹇

蹇

則

则



### 连带点笔法要点及应用

写“照”字下面的连带点时，露锋落笔，提笔带锋和下一点自然相应接，提按的连续动作要轻快。象其它例字中下面的连带点。承接处要细微轻妙。提按变化要明显，不可模糊不清。

### 走字旁笔法要点及应用

在行书中，“走”部下面以连带点相接捺画，相呼相应。

以

以

照

照



馬

马

德

德

超

超

塵

尘

盡

尽

起

起

急

急

馬

马

超

超



### 带下点笔法要点及应用

写带下点时，上面的点露锋落笔，转锋向下且行且提，至下点时加力按下，尾部或顿或出。

### 木字旁笔法要点及应用

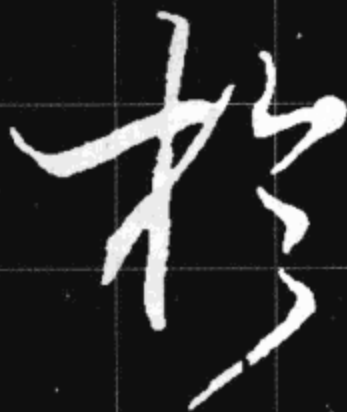
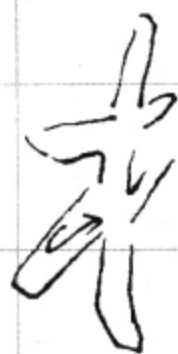
行书中木字旁的撇画回锋上挑，和竖画、点画相互融合在了笔画的连带之中。



之



终



于



举



枥



签



龙



于



浪



终



极



### 带钩点笔法要点及应用

写带钩点时，露锋落笔，向右下按笔运行；稍驻后转笔向左钩出。

带钩点多用于字中最后收笔的一点，即向外部延伸又至收笔处回锋向里，具有承上启下的意思，这是行书行笔画中的一个重要特点。

### 绞丝旁笔法要点及应用

绞丝旁的写法用笔较快，使转分明，有明显的节奏变化。

下

下

分

分

绞丝旁

显

显

不

不

终

终

其

其

顿

顿

锈

锈

云

云

骏

骏

绝

绝



### 三滴水笔法要点及应用

行书中的三滴水，第一点的出锋自然的接应第二点的起笔，第二点与第三点之间作连带状。

当行笔较慢时，点挑之间的提按较为明显；当行笔较快时，连带如竖挑。

### 提手旁笔法要点及应用

米芾行书中提手旁的写法钩挑相连，这是行书中点画映带的一个重要特点。

浪

浪

溪

溪



泽

泽

浪

浪

杯

杯

溪

溪

泽

泽

排

排

泽

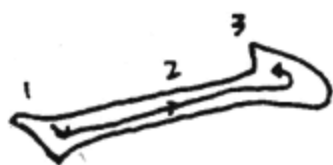
泽

浪

浪

扫

扫



### 上钩横笔法要点及应用

写上钩横时，露锋落笔，提笔向右运行时，笔锋微向下压，如强弓倒放之凹势，向右上倾斜，收笔出锋要微带钩势。

上钩横多用于字上，一可承字上之稳重，二可接应下画之起笔。

### 土字旁笔法要点及应用

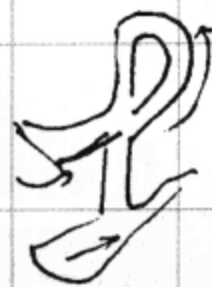
在米芾行书中，“土”字的上横与竖画相连带，以应行书顾盼牵丝之意。

古

古

腰

腰



突

突

夫

夫

埋

埋

世

世

至

至

坊

坊

马

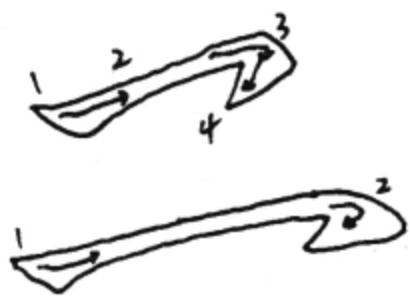
马

驾

驾

惟

惟



### 下钩横笔法要点及应用

写下钩横时，落笔要稳，向右运行时，中腰要较细，然后顿笔，折锋钩出，钩出的角度不要太大。

行书中下钩横的写法，一可以使字中笔画间的笔势一贯，二可以使字之稳健。宝盖头笔画中的下钩横又称“右钩横”法。

### 山部笔法要点及应用

在米芾行书中，“山”部的写法保留了楷书的笔意，使字之稳健。



兀

兀

駝

駝

電

电

覺

觉

岳

岳

芳

芳

雲

云

豈

岂

逯

逃

建

建

垂

垂



### 直竖笔法要点及应用

米芾行书中的直竖多用悬针写法，基本保留了楷书的笔意。如：“中、市”等字中的中竖用悬针法而显字之精神。

### 左耳旁笔法要点及应用

左耳旁中曲钩的转折处不顿笔，作连带状使转写下，竖与上端可连可断，竖尾垂露。

耳

耳

群

群



饰

饰

中

中

阳

阳

蹄

蹄

市

市

防

防

饰

饰

中

饰

随

随



### 挑脚撇笔法要点及应用

写挑脚撇时，行笔较快，出钩要短而有力。在行书中，挑脚撇极为常用，是笔画之间相互映带的一个重要特点。

### 月字旁笔法要点及应用

“月”字部中间二横画作连带状使转写下，是行书点画映带的一个重要特点。

为

为

群

群



属

属

不

不

期

期

乃

乃

风

风

腰

腰

风

风

乃

乃

朝

朝