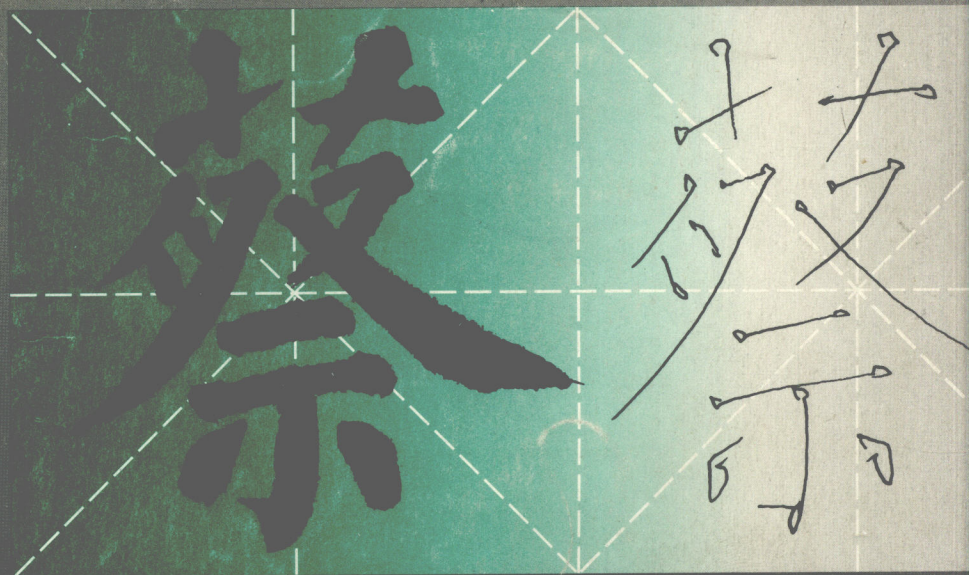


画报写字丛书 ● 宋蔡襄《万安桥碑》选字本

实用大字帖

李志威 枕石 编著



上海画报出版社

画报写字丛书·宋蔡襄《万安桥碑》选字本

实用大字帖

枕石 李志威 编著

上海画报出版社

责任编辑: 邓 明

技术编辑: 李 荀

图书在版编目 (C I P) 数据

实用大字帖. 16, 蔡襄《万安桥碑》选字本 / (宋)
蔡襄书; 枕石、李志威编著. —上海: 上海画报出版社,
2000

ISBN 7-80530-594-3

I. 实... II. ①蔡... ②枕... ③李... III. 汉字—法
帖—中国—宋代 IV. J292.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 35273 号

实用大字帖

宋蔡襄《万安桥碑》选字本

上海画报出版社出版

(上海长乐路 672 弄 33 号)

新华书店上海发行所发行

上海财经大学印刷厂印刷

开本 787 × 1092 1/16 印张 3 印数 0001-6000

2000 年 7 月第 1 版 2000 年 7 月第 1 次印刷

ISBN7-80530-594-3/J · 595

定价: 7 元

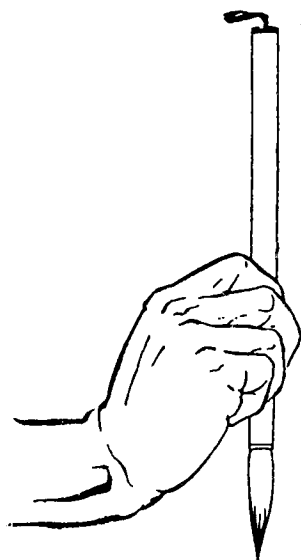
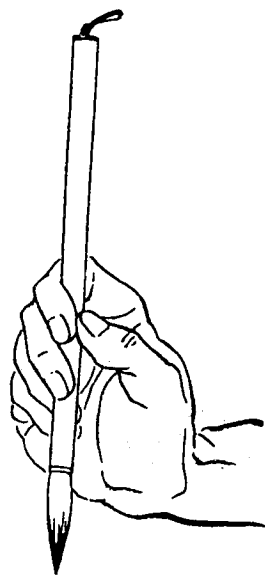
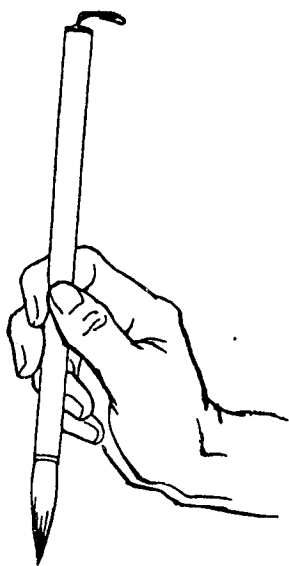
编者的话

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。

本贴选自宋蔡襄楷书代表作《万安桥碑》。

蔡襄（1012-1067），字君谟，福建仙游人，曾任端明殿学士。工正、行草书及章草，学虞世南、颜真卿，兼取晋人法，与苏轼、黄庭坚、米芾称“宋四家”，并被苏轼评为“天资学识独步当世”。正楷端重沈稳，“大字矩数尺，小字如毫发，笔力位置，大者不失缜密，小者不失宽绰”。（明陶宗仪《书史会要》）此帖正印证了前人的这个看法。



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)

执押钩格抵，
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。

一

二

三

四

五

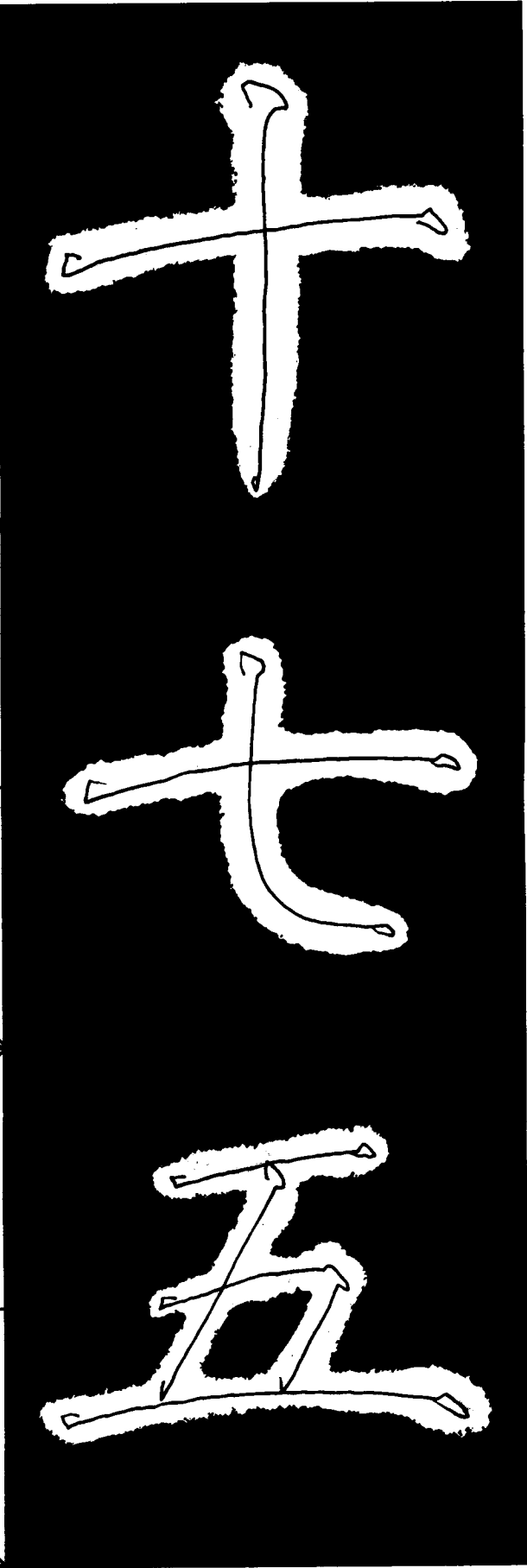
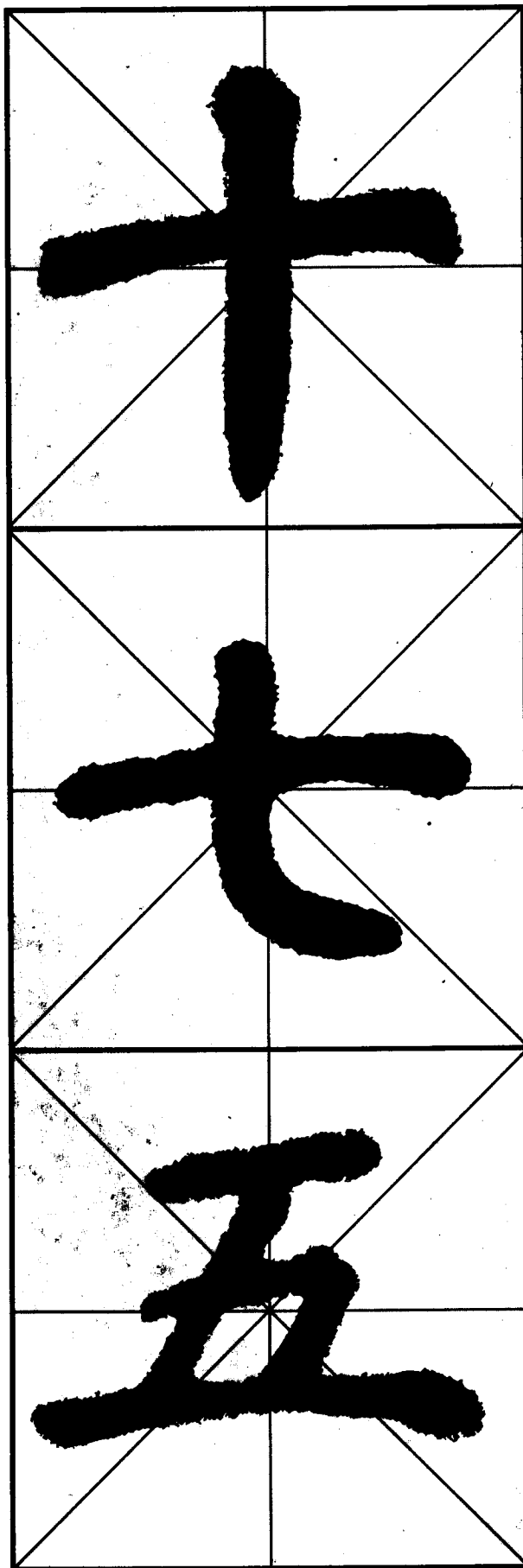
一

二

三

四

五



不

面

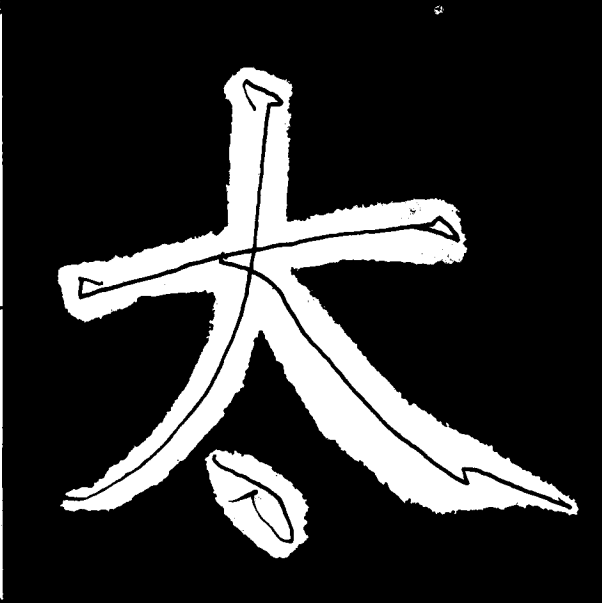
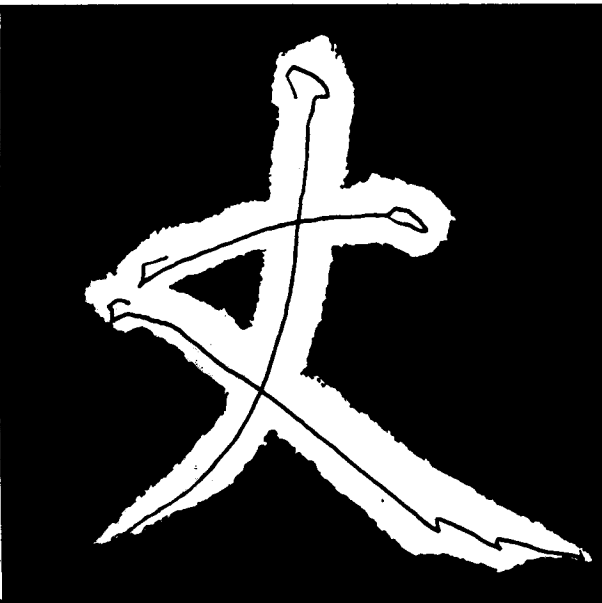
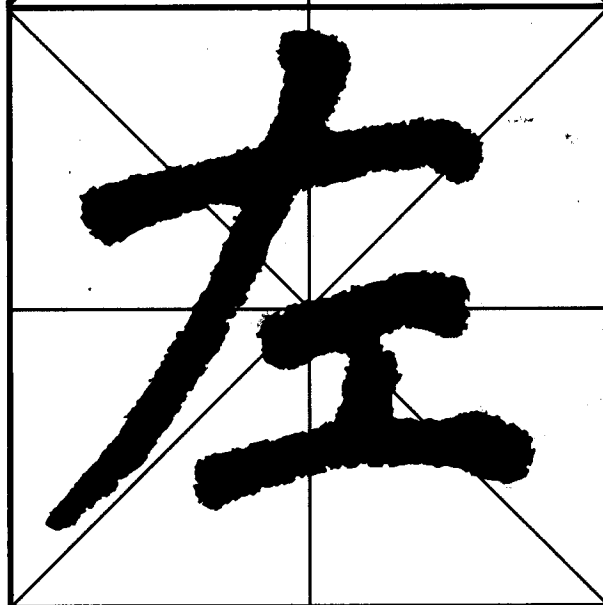
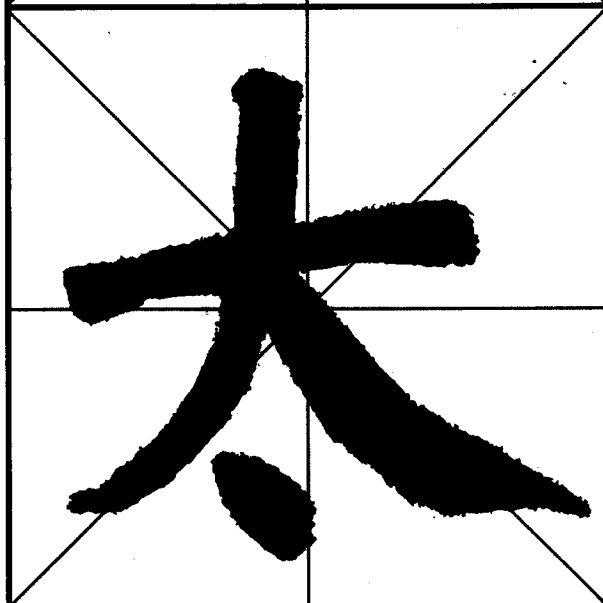
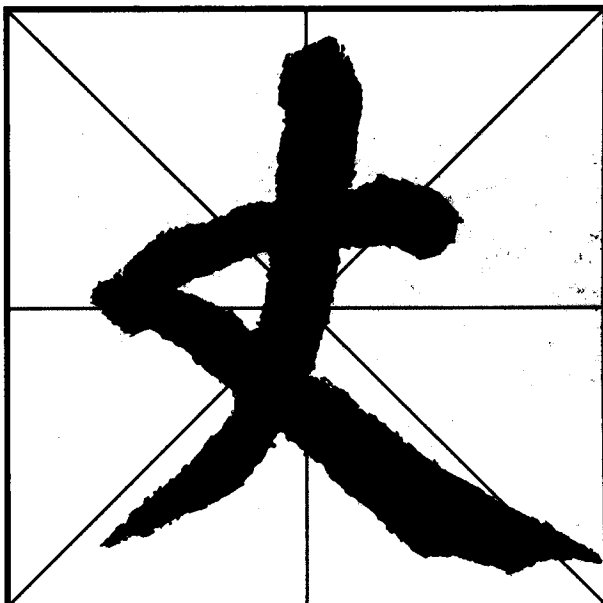
所

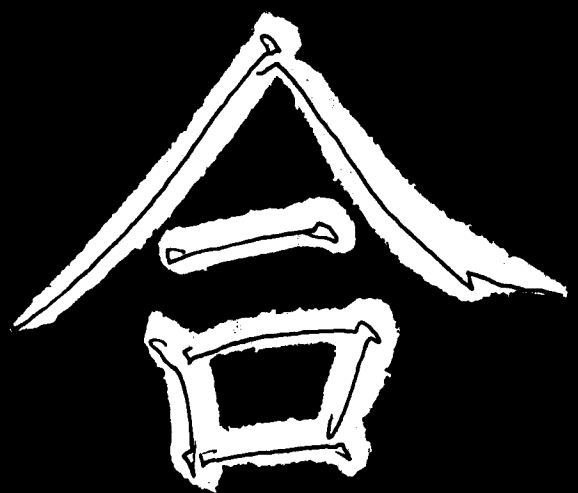
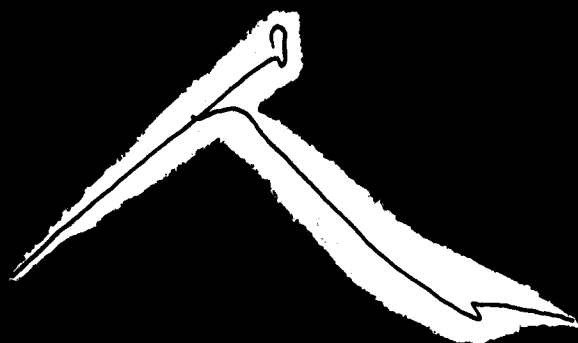
不

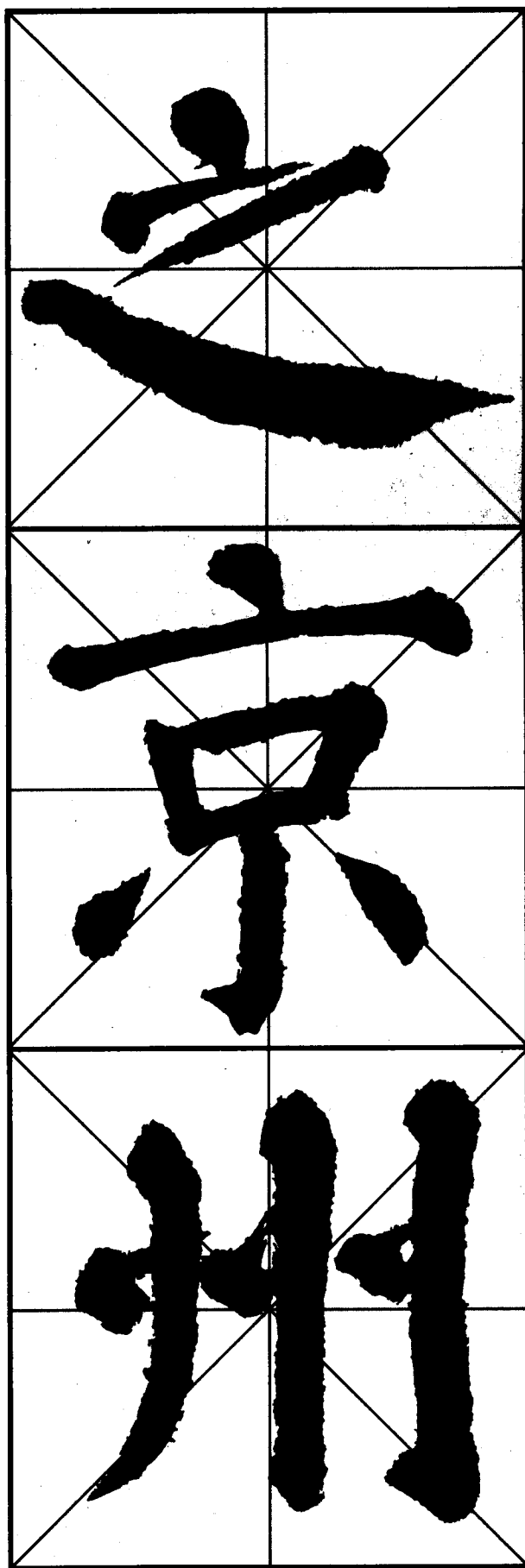
面

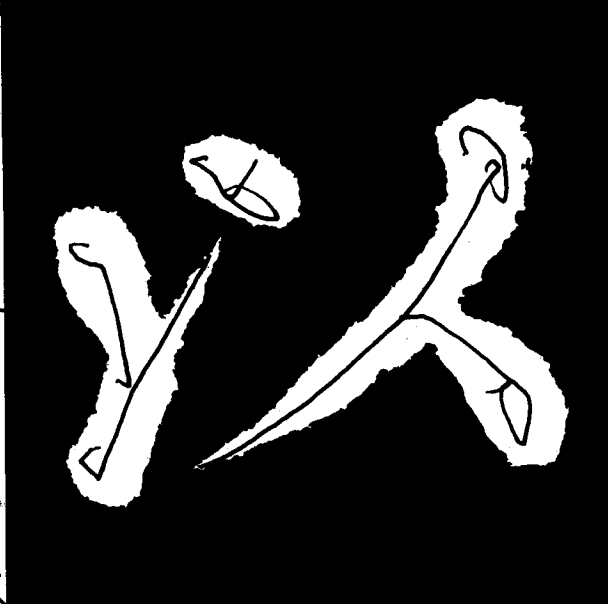
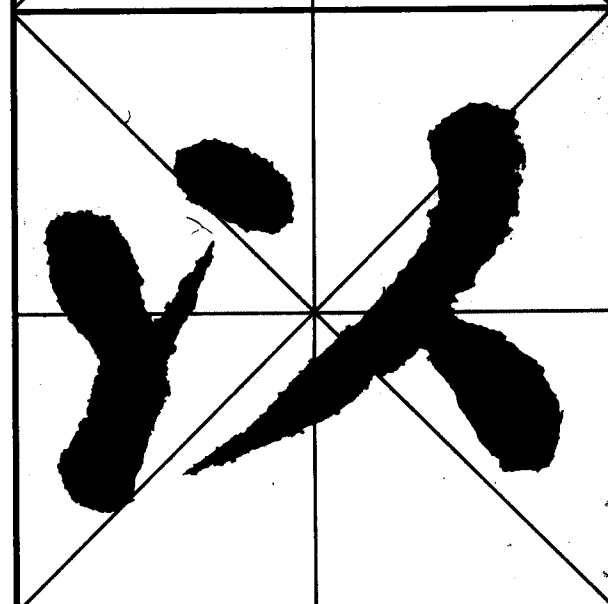
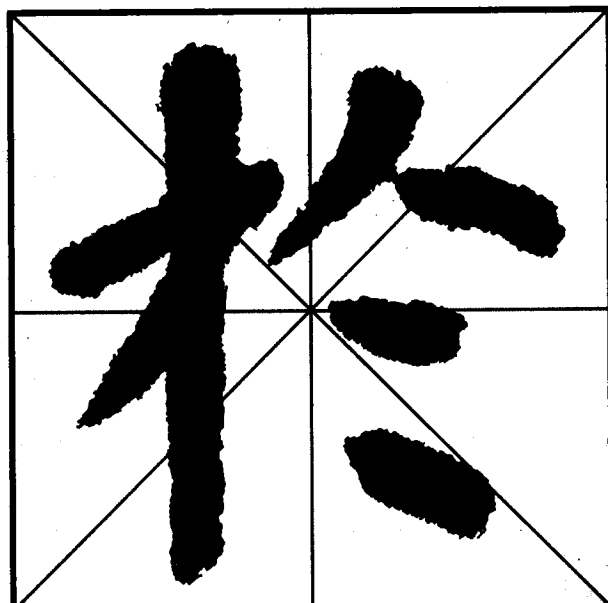
所

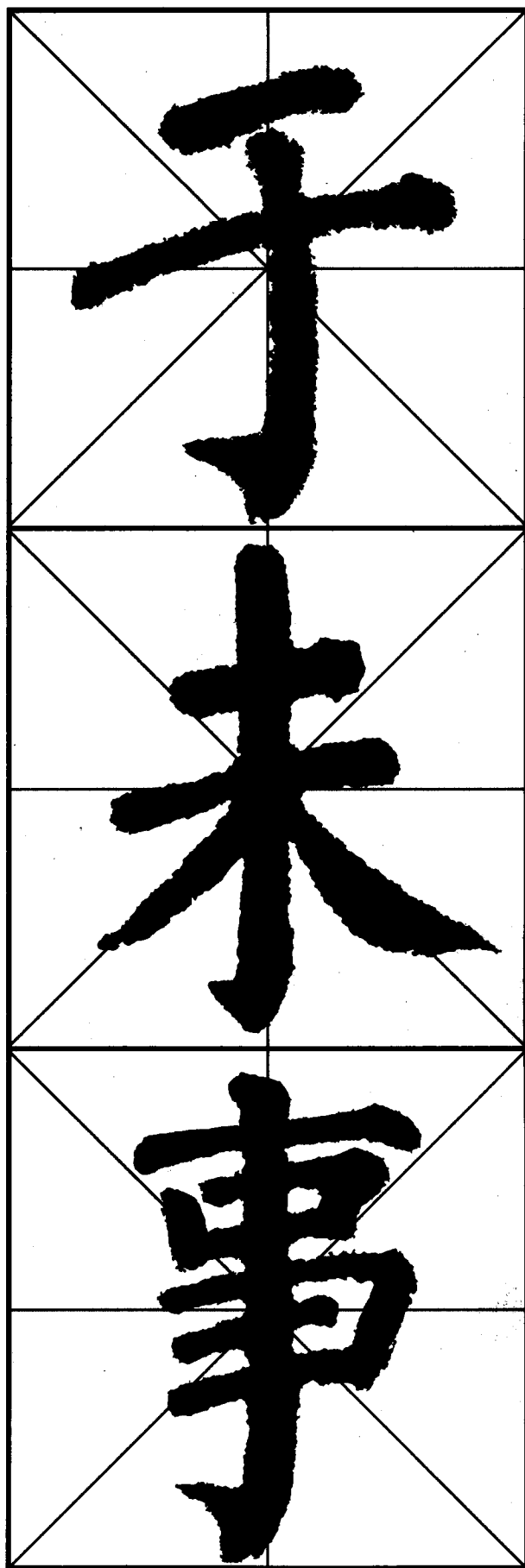


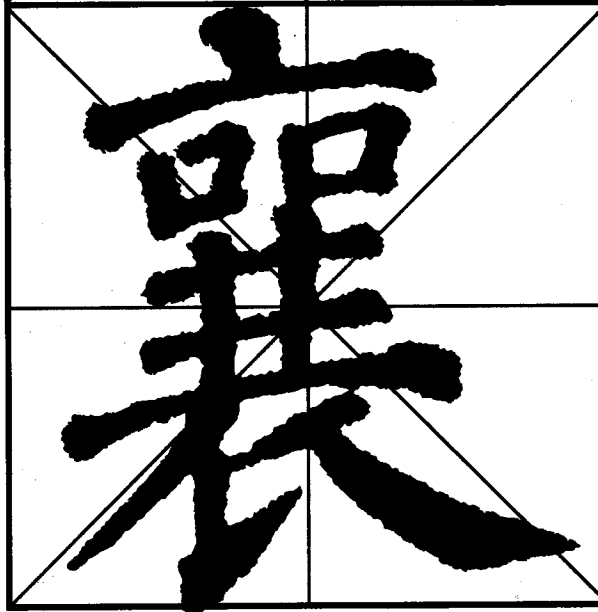












支

支

足

足

是

是

后

后

省

省

如

如