

夏锁富◎著

闲暇练草书

新编注释版草书速成歌诀心法



海天出版社 (中国·深圳)



夏锁富◎著

闲暇练草书



新编注释版草书速成歌诀心法



海天出版社 (中国·深圳)

图书在版编目(CIP)数据

闲暇练草书 / 夏锁富著. — 深圳: 海天出版社,
2016. 11

ISBN 978-7-5507-1784-8

I. ①闲… II. ①夏… III. ①草书—书法 IV.
①J292.113.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第248197号

闲暇练草书

Xianxia Lian Caoshu

出品人: 聂雄前
责任编辑: 王 民
蒋鸿雁
责任技编: 梁立新
责任校对: 万妮霞
装帧设计: 思成致远

出版发行: 海天出版社

地 址: 深圳市彩田南路海天综合大厦(518033)

网 址: www.htph.com.cn

订购电话: 0755-83460293(批发) 83460397(邮购)

排版制作: 深圳市思成致远创意文化有限公司 0755-82537697

印 刷: 深圳市希望印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 14

字 数: 25千

版 次: 2016年11月第1版

印 次: 2016年11月第1次

定 价: 28.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印刷质量问题, 请随时向承印厂调换。

序

书法是中华民族的文化瑰宝，汉字在漫长的演变发展中，一方面起着思想交流、文化传承的社会作用，另一方面它本身又形成了独特的造型艺术。从甲骨文，到金文，到篆书，到隶书，到楷书，到行书，到草书，书写速度不断提高，与书写者性情的契合也得到发展。在各书体中最能达其性情者以草书为最，所谓“书为心画”“世间万物皆草书”。

然而，草书虽然满纸盘旋、飞舞、内气充盈，能传其浪漫与激情，能满足人们求异的心态，最能吸引人的视线，但并不是任意为书。史载，北宋丞相张商英好草书而不工，当时流辈皆讥笑之，丞相自若也。一日得句，索笔疾书，满纸龙蛇飞动，使侄录之。当彼闲处，侄惘然而至，执所书问曰：“此何字也？”丞相熟视之，亦不自识。诘其侄曰：“汝胡不早问，致予忘之。”可见草书虽然笔意放纵，笔势连绵环绕，看似龙飞凤舞，实则点画的连接、结构的简省、偏旁的假借，都有法度和规范性。

夏锁富先生，幼喜书法绘画，研习书法几十年，有相当的书法造诣和较高的书法创作水平，撰有《老人学书画》等书。《闲暇练草书》是他数十年书法研究学习的成果。他从历代草书的经典中精选造型、线索、体态

最好且最适合当代公众审美代表性的字，按照每个字的特点，进行合理的分类组合，寻找其共性，采用现代诗韵编为歌诀，使读者易于诵读，增强记忆，宜书、宜记，出处准确，不愧为广大书法爱好者学习、研究草书的很好的读本。

童志雄

中国书法家协会会员

深圳市书法家协会副主席

前言

草书是最具艺术魅力的汉字字体之一，是受广大书法爱好者所喜欢的。为给初学者一些有益的帮助，本书传承了有韵味的歌诀文体，参考历代草书典籍碑帖资料，综合作者对字、书的理解与领悟，编写了“草书歌诀”，又用草书形式写出，并逐句加了注解，然后汇成此书。

在浩瀚的草书世界里，汉字可以说是形态各异、变化万千，一个字有几种、十几种甚至几十种的写法。本书在众多草书文字中尽力挑选了通俗易懂、笔法流畅、结构合理、形态秀美、有一定代表性的字。随着时代的发展、语言的演变，草书歌诀韵律也在发生着变化。既为歌诀，就必然要用韵，本书采用现代诗韵，意在使读者易于诵读，便于记忆。另外，尽量做到根据每个字的特点进行合理的分类组合，寻找其共性加以注解，以求达到练一字而能了解多字写法之目的。

总之，在编写的过程中始终本着宜书、易记、依典、准确的基本原则，尽可能地做到分类合理、释解通俗、句能和韵、字出有据，力求篇少重复字、字有代表性。但因水平有限，定有不尽如人意之处，尚望读者海涵。

夏锁富

2016年8月

目录

◎ 草书最为难	章法雾里观	001
◎ 深悟微茫势	龙蛇竞笔端	002
◎ 左卓贝丁反		003
◎ 右刀寸点弯		004
◎ 左屯金石火		005
◎ 右它色巨番		006
◎ 有点方为水		007
◎ 空挑却是言		008
◎ 冫头无左畔		009
◎ 辶绕去侧边		010
◎ 十朱知奉己		011

◎ 三口代言宣	012
◎ 亦禾合成稟	013
◎ 七红即是衰	014
◎ 卑能门干合	015
◎ 县乃小早翻	016
◎ 颍向戈牛始	017
◎ 鸡须下子先	018
◎ 寿宜圭可合	019
◎ 常竟小月满	020
◎ 止司齿须叩	021
◎ 一坐圣即安	022
◎ 乡卿随口得	023
◎ 爱查傍武全	024

才干并株卉	门东一柵欄	毋乃女怀珠	皮可叟弃点	右爪生抓派	左骨写骸翹	敬敢右类取	孤殆左同殀	盗竟脚若透	熊弦身似然	昌曲末如鲁	淬谨容似染	奈骨藏卒率
.....												
025	026	027	028	029	030	031	032	033	034	035	036	037

惹肤类楚煎	雍杂依稀离	舅舅仿佛男	或戒戈先设	两甫追望南	玉出头为武	干街点是丹	牛尾甩引步	毛卷圈显奄	雨间蒙虚雾	手旁详牒笈	长短分知去	毫厘视止山
.....												
038	039	040	041	042	043	044	045	046	047	048	049	050

○ 庶因疾斃别

.....

051

○ 旨系百首替

.....

052

○ 暫差首皆同

.....

053

○ 乱辞始一般

.....

054

○ 既防吉作古

.....

055

○ 更慎达为连

.....

056

○ 尉财真难别

.....

057

○ 朔邦岂易参

.....

058

○ 蹄号应遵法

.....

059

○ 云虐焉无典

.....

060

○ 矣其头少变

.....

061

○ 兵共足双联

.....

062

○ 覆将绳当腊

.....

063

○ 休认寡为宽

.....

064

○ 乌鸟好羽翼

.....

065

○ 岗刚同衣冠

.....

066

○ 夏忧收笔白

.....

067

○ 业万始毫天

.....

068

○ 公部习松招

.....

069

○ 欲猷蒙韵烟

.....

070

○ 纓纓多一点

.....

071

○ 帝亭少半圈

.....

072

○ 孟冬始当决

.....

073

○ 此计终细判

.....

074

○ 就中侦廊庙

.....

075

○ 脚下识舍贪

.....

076

○ 纳约亲兄弟

○ 摄称属比肩

○ 荒恭舞婆娑

○ 晋吾口益兼

○ 善舍情貌贴

○ 腾胜意形粘

○ 君品秉耶康

○ 众议就呀嘶

○ 木等说歪正

○ 失矢有同衫

○ 浸归浑中清

○ 虞睿岂容缓

○ 俞命上下点

077

078

079

080

081

082

083

084

085

086

087

088

089

○ 笙对有无弯

○ 盘貌恰如盟

○ 匠初冠类坚

○ 佳星兴雅律

○ 静封显庄严

○ 摹写仰作御

○ 彡书绿是缘

○ 即脚犹如瑟

○ 还身附近迁

○ 喜影梁间燕

○ 塞隐野州寒

○ 草木分蒸极

○ 王鱼晓琛鯨

090

091

092

093

094

095

096

097

098

099

100

101

102

路左言偏借

除右手正添

姜中潜妻妾

孰初随轻干

夸也趋似旧

侯兮不减詹

泰同东且异

府像辱还偏

解辟拜峰降

慨晚翰纸眠

备满惊屈冤

亥故愧堪堪

耻死乞匪罪

福祸慕传传

闹闲美到别

守官妒顽颜

姻结威戚感

重释毅敲殷

予矛柔增趣

居者苦互谐

利和私有象

宪害审相牵

左辨郊邻郭

下察禁楚攀

须明辰食良

亦令别荆前

115 114 113 112 111 110 109 108 107 106 105 104 103

128 127 126 125 124 123 122 121 120 119 118 117 116

兜兜儿冒冒	宁叔芹一斑	成盛几来隐	克充竟渐繁	令会念易惑	示衣尤并展	睹李都戏聚	邹歇歇比翻	京禽市巾地	仓衾哀人天	茶菊荣发草	师贱涉含茂	思惠鱼如画
.....												
129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141

禾手手似年	评比以次竹	带弯高齐斋	求冰水流益	峰盆山岚仙	只味可和告	壹整壮土垣	暑昶日景晔	惟沁必忘忝	虺蛇蜀蜚蜚	蒸群羚羊鲜	辨头知萧鼠	服中推寅宾
.....												
142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154

○ 矍眇易交友

○ 洋浑结连衿

○ 数段情何密

○ 臣巫势则匀

○ 固虽防梦简

○ 自慎定浮淳

○ 常说同是词

○ 屡想厚似存

○ 款频初霏查

○ 醉碎启始寻

○ 减灭肚里鉴

○ 克壹坐时魂

○ 绝顶窥虑遥

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

167 166 165 164 163 162 161 160 159 158 157 156 155

○ 起笔分论临

○ 裁裁体内悟

○ 友发且纷纭

○ 老世袭多少

○ 谢衡探浅深

○ 垂缶评相配

○ 乔商叹不群

○ 惧怀容易错

○ 踏冥里表甄

○ 刀要制成判

○ 累让闷混昆

○ 丽琴额不疑

○ 教奔七当尊

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

180 179 178 177 176 175 174 173 172 171 170 169 168

点位验外卯	181
方木见於村	182
非作浑如化	183
功劳湏拜身	184
暴毙头比毕	185
长蛋菱窥辰	186
政改聊近攻	187
曹甚不同根	188
文群微弯使	189
绪丝边类孙	190
以里辨曼墨	191
圭下别秦春	192
细识岁裁贼	193

严别庄藏尘	194
酒水分水草	195
技放认支文	196
而添问上点	197
早得牵头门	198
庆为草门反	199
飞遁乙九人	200
乙未献举子	201
北之欲登云	202
始学记安体	203
随到狂颠时	204
后记	205

为书竟形跟
行笔自通神

子

上

最

为

难

章

法

雾

里

观

草书(書)
最为难(難)

章法(霧)
雾里(裏)
观(觀)

深悟微茫势_(勢)

龙_(龍)
蛇_(競)
競_(筆)
笔端

龍

蛇

競

筆

端

深

悟

微

茫

勢



左阜贝丁反 (貝)

在草书中，字的左部位阜（阝）、贝一般同写作，写法像丁

钩反挑，如（阿）、（贱）等，在其同部位的字还有巨、艮、

厶、豈等，如（师）、（即）、（肘）、（归）等。