

黃初三年余朝京師還
言斯水之神名曰宓妃
感神女之事遂作斯賦
其

原迹放大碑帖精粹

赵子孟頫洛神赋 赤壁赋

赵孟頫洛神赋 赤壁赋

原迹放大碑帖精粹

碑帖精粹丛书编委会 编

 浙江人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

赵孟頫洛神赋·赤壁赋 / 碑帖丛书编委会编. — 杭州 : 浙江人民美术出版社, 2013. 12
(原迹放大 碑帖精粹)
ISBN 978-7-5340-3643-9

I. ①赵… II. ①碑… III. ①楷书—碑帖—中国—元代 IV. ①J292.25

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第268065号

责任编辑: 杨海平
装帧设计: 黄琳娜 叶 展
责任校对: 张金辉
责任印制: 陈柏荣

统 筹: 韩亚明 吴大红 余 娇
王武优 钱子雯 林 谷

原迹放大碑帖精粹 赵孟頫洛神赋 赤壁赋

出版发行 浙江人民美术出版社
(杭州市体育场路347号 <http://mss.zjcb.com>)
经 销 全国各地新华书店
制版印刷 浙江海虹彩色印务有限公司
版 次 2013年12月第1版·第1次印刷
开 本 889mm×1194mm 1/8
印 张 6
印 数 0,001—2,000
书 号 ISBN 978-7-5340-3643-9
定 价 39.00元
如有印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

赵孟頫洛神赋 赤壁赋

原迹放大碑帖精粹

碑帖精粹丛书编委会 编

 浙江人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

赵孟頫洛神赋·赤壁赋 / 碑帖丛书编委会编. — 杭州 : 浙江人民美术出版社, 2013. 12
(原迹放大 碑帖精粹)
ISBN 978-7-5340-3643-9

I. ①赵… II. ①碑… III. ①楷书—碑帖—中国—元代 IV. ①J292.25

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第268065号

责任编辑: 杨海平
装帧设计: 黄琳娜 叶 展
责任校对: 张金辉
责任印制: 陈柏荣

统 筹: 韩亚明 吴大红 余 娇
王武优 钱子雯 林 谷

原迹放大碑帖精粹 赵孟頫洛神赋 赤壁赋

出版发行 浙江人民美术出版社
(杭州市体育场路347号 <http://mss.zjcb.com>)
经 销 全国各地新华书店
制版印刷 浙江海虹彩色印务有限公司
版 次 2013年12月第1版·第1次印刷
开 本 889mm×1194mm 1/8
印 张 6
印 数 0,001-2,000
书 号 ISBN 978-7-5340-3643-9
定 价 39.00元
如有印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

书家简介

赵孟頫（一二五四—一三三二），字子昂，号松雪、松雪道人，又号水精宫道人，吴兴（今浙江湖州市）人。宋太祖赵匡胤十一世孙，秦王德芳之后。宋亡后，居故乡力学。元至元二十三年（一二八六），行台侍御史程鉅夫奉诏搜访遗逸于江南，被推荐至京城，受元世祖接见，颇受礼遇。历任兵部郎中、集贤直学士、济南路总管、江浙等处儒学提举、翰林侍读学士、集贤侍讲学士、中奉大夫、翰林学士承旨、荣禄大夫等。晚年官居一品，名满天下。卒年六十九，追封魏国公，谥文敏。

赵孟頫是元代著名书画家，不仅绘画创一代新风，书法更是元代第一人，如元代书法名家鲜于枢所评：『子昂篆、隶、真、行、颠草为当今第一。』赵氏所创书风，后人称之为『赵体』。赵孟頫师承也极广泛，初宗宋人，学赵构、黄庭坚，继而由智永上溯钟繇、王羲之、王献之，晚年又取法李邕。他模拟古法力求微肖，书写十分熟练，尤倾心于二王，元虞集在《道园学古录》中指出：『楷书深得《洛神赋》而揽其标；行书诣《圣教序》而入其室；至于草书，饱《十七帖》而变其形。』赵孟頫的书法成就突出表现在楷、行书方面，创遒劲姿媚新风，对元人和后世均产生极大影响。

赵孟頫多次书写《洛神赋》，其中以藏于天津市艺术博物馆和故宫博物院的两件最有影响。藏于天津市艺术博物馆的《洛神赋》，书于元代大德四年，时年书家四十七岁。此卷系书家为友人盛逸民书，有方家评其『典雅俊美，严谨沉稳，润厚飘逸』。元代书画家倪瓒在卷后题跋中有言：『此卷行书洛神赋圆活遒媚，有褚河南笔意』。全卷纵二十九点五厘米，横一百九十二点六厘米。

《赤壁赋》，行书册页纸本，纵二十七点二厘米，横十一厘米。现藏于台北故宫博物院。《赤壁赋》通篇分行布白疏朗从容，用笔圆润遒劲，笔致细腻典雅，婉转流美，风骨内含，神采飘逸，尽得魏晋风流遗韵，为赵氏中年深研『二王』书风的代表作品，是学习赵氏行书的上佳范本。

历代书家学书经验辑要（摘要）

后汉·蔡邕《书法九势》

夫书肇于自然；自然既立，阴阳生焉；阴阳既生，形势出矣。

藏头护尾，力在字中。下笔用力，肌肤之丽。故曰：势来不可止，势去不可遏，惟笔软则奇怪生焉。

凡落笔结字，上皆覆下，下以承上，使其形势，递相映带，无使势背。

转笔，宜左右回顾，无使节目孤露。

藏锋，点画出入之迹，欲左先右，至回左亦尔。

藏头，圆笔属纸，令笔心常在点画中行。

护尾，画点势尽，力收之。

疾势，出于啄磔之中，又在竖笔紧趯之内。

掠笔，在于趯锋峻趯用之。

涩势，在于紧駃战行之法，横鳞竖勒之规。

此名九势，得之虽无师授，亦能妙合古人。须翰墨功多，即造妙境耳。

南齐·王僧虔《笔意赞》

书之妙道，神采为上，形质次之，兼之者，方可绍于古人。以斯言之，岂易多得。必使心忘于笔，手忘于书，心手达情，笔书相忘，是谓求之不得，考之即彰，乃为《笔意赞》曰：

剡纸易墨，心圆管直，浆深色浓，万毫齐力。

先临《告誓》，次写《黄庭》，骨丰肉润，入妙通灵。

努如直槊，勒若横钉，开张凤翼，耸擢芝英。

粗不为重，细不为轻，纤微向背，毫发死生。

唐·颜真卿《述张旭笔法十二意》

长史乃曰：『夫平谓横，子知之乎？』仆思以对曰：『尝闻长史示令每为一平画，皆须纵横有象，此岂非其谓乎？』长史乃笑曰：『然。』

又曰：『夫直谓纵，子知之乎？』曰：『岂不谓直者必纵之，不令邪曲之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『均谓间，子知之乎？』曰：『尝蒙示以间不容光之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『密谓际，子知之乎？』曰：『岂不谓筑锋下笔，皆令完成，不令其疏之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『锋谓末，子知之乎？』曰：『岂不谓末以成画，使其锋健之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『力谓骨体，子知之乎？』曰：『岂不谓趯笔则点画皆有筋骨，字体自然雄媚之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『轻谓曲折，子知之乎？』曰：『岂不谓钩笔转角，折锋轻过，亦谓转角为暗过之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『决谓牵掣，子知之乎？』曰：『岂不谓牵掣为撇，决意挫锋，使不怯滞，令险峻而成，以谓之决乎？』长史曰：『然。』

又曰：『补谓不足，子知之乎？』曰：『尝闻于长史，岂不谓结构点画或有失趣者，则以别点画旁救之谓乎？』长史曰：『然。』

又曰：『损谓有余，子知之乎？』曰：『尝蒙所授，岂不谓趣长笔短，常使意气有余，画若不足之谓乎？』曰：『然。』

又曰：『巧谓布置，子知之乎？』曰：『岂不谓欲书先预想字形布置，令其平稳，或意外生体，令有异势，是之谓巧乎？』曰：『然。』

又曰：『称谓大小，子知之乎？』曰：『尝闻教授，岂不谓大字促之令小，小字展之使大，兼令茂密，所以为称乎？』长史曰：『然。』

唐·韩方明《授笔要说》

夫把笔有五种，大凡管长不过五六寸，贵用易便也。

第一执管。夫书之妙，在于执管，既以双指苞管，亦当五指共执。其要实指、虚掌、钩、擗、

汗（当作『揭』，或作『格』）、送，亦曰抵送，以备口传手授之说也。世俗皆以单指苞之，则

力不足而无神气，每作一点画，虽有解法，亦当使用不成。平腕双苞。虚掌实指，妙无所加也。

第二握管，亦名拙管。谓五指共握其管末，吊笔急疾，无体之书，或起稿草用之。今世俗多

用五指握管，则全无筋骨，慎不可效也。

第三撮管。谓以五指撮其管末，惟大草书，或书图障用之，亦与拙管同也。

第四握管。谓捻拳握管于掌中，悬腕，以肘助力书之。或云起自诸葛诞，倚柱书时，雷霆柱裂，

书亦不辍，当用壮气，率以此握管书之，非书家流所用也。后王僧虔用此法，盖以异于人故，非

本为也。近张从申郎中拙然而为，实为世笑也。

第五搦管。谓从头指至小指以管于第一、二指节中搦之，亦是效握管小异所为。有好异之辈，

窃为流俗书图障用之，或以示凡浅，时提转甚为怪异，此非书家之事也。

徐公曰：执笔于大指中节前，居动转之际，以头指齐中指兼助为力，指自然实，掌自然虚。

虽执之使齐，必须用之自在。今人皆置笔当节，碍其转动，拳指塞掌，绝其力势，况执之愈急，

愈滞不通，纵用之规矩，无以施为也。

又曰：夫执笔在乎便稳，用笔在乎轻健。故轻则须沉，便则须涩，谓藏锋也。不涩则险劲之

状无由而生也，太流则便成浮滑，浮滑则是为俗也。故每点画须依笔法，然始称书，乃同古人之迹，

所为合于作者也。

又曰：夫欲书，先当想，看所书一纸之中，是何词句。言语多少，及纸色目，相称以何等书，

令与书体相合，或真，或行，或草，与纸相当。意在笔前，笔居心后，皆须存用笔法，有难书之字，

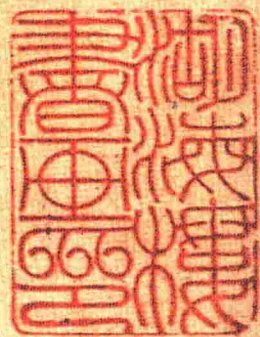
预于心中布置，然后下笔，自然容与徘徊，意态雄逸，不得临时无法，任笔所成，则非谓能解也。

洛神賦

洛神賦 并序

黃初三年余朝京師還濟洛川古人有
言斯水之神名曰宓妃感宋玉對楚王
神女之事遂作斯賦其詞曰

洛神賦。并序。黃初三年。余朝京師。還濟洛川。古人有言。斯水之神。名曰宓妃。感宋玉對楚王神女之事。遂作斯賦。其詞曰。



余从京城。言归东藩。背伊阙。越轘辕。经通谷。陵景山。日既西倾。车殆马烦。尔乃税驾乎衡皋。秣驷乎芝田。容与乎杨林。流眄乎洛川。于是精移神骇。忽焉思散。俯则未察。仰以殊观。

余从京城言归东藩
背伊阙越轘辕
经通谷陵景山
日既西倾车殆马烦
尔乃税驾乎衡皋
秣驷乎芝田
容与乎杨林
流眄乎洛川
于是精移神骇
忽焉思散
俯则未察
仰以殊观

睹一美人于巖之畔乃援御者而告之
曰尔有覲於波者乎波何人斯為斯
之艷也御者對曰臣聞河洛之神名
曰宓妃則君王之所見無乃是乎其
狀若何臣願聞之余告之曰其形也
翩若

睹一丽人。于岩之畔。乃援御者而告之曰。尔有覲于彼者乎。彼何人斯。若斯之艳也。御者对曰。臣闻河洛之神。名曰宓妃。则君王之所见。无乃是乎。其状若何。臣愿闻之。余告之曰。其形也。翩若

惊鸿。婉若游龙。荣曜秋菊。华茂春松。仿佛兮若轻云之蔽月。飘飘兮若流风之回雪。远而望之。皎若太阳升朝霞。迫而察之。灼若芙渠出渌波。秣纤得衷。修短合度。肩若削成。腰

驚鴻婉若游龍榮曜秋菊華茂
春松髣髴兮若輕雲之蔽月飄飄兮
若流風之迴雪遠而望之皎若太陽
升朝霞迫而察之灼若芙渠出渌波
秣纖得衷脩短合度肩若削成腰

如約素延頸秀項皓質呈露芳澤
無加鉛華弗御雲髻裁脩眉照媚
丹脣外朗皓齒內鮮明眸善睐靨
輔承權瓊姿艷逸儀靜體閑柔情
綽態媚於語言奇服曠世骨像應

如約素。延頸秀項。皓質呈露。芳澤無加。鉛華弗御。云髻峨峨。修眉聯娟。丹脣外朗。皓齒內鮮。明眸善睐。靨輔承權。瓊姿艷逸。儀靜體閑。柔情綽態。媚於語言。奇服曠世。骨像應

图。披罗衣之璀璨兮。珥瑶碧之华琚。戴金翠之首饰。缀明珠以耀躯。践远游之文履。曳雾绡之轻裾。微幽兰之芳馥兮。步踟蹰于山隅。于是忽为（应为「焉」）纵体。以敖（即「遨」）以嬉。左倚采旄。右荫桂旗。

面披羅衣之璀璨兮
珥瑤碧之華琚
戴金翠之首飾
綴明珠以耀軀
踐遠遊之文履
曳霧綃之輕裾
微幽蘭之芳馥兮
步踟蹰於山隅
於是忽為
縱體以敖
以嬉
左倚采旄
右蔭桂旗

攘皓腕于神汧兮。采湍瀨之玄芝。
情悅其泚美兮。心振蕩而不怡。
媒以接歡兮。託激波而通辭。
願誠素之先達兮。解玉珮而要之。
嗟佳人之信修兮。羌習禮而明詩。
抗瓊瑤以和余兮。信脩羗習禮而明詩。

攘皓腕于神汧兮。采湍瀨之玄芝。余情悅其淑美兮。心振蕩而不怡。无良媒以接歡兮。託微波而通辭。愿誠素之先達兮。解玉珮而要（通「邀」）之。嗟佳人之信修。羌習禮而明詩。抗瓊瑤以和余。

兮。指潜渊而为期（脱原文：执眷眷之款实兮。惧斯灵之我欺）。感交甫之弃言兮。怅犹豫而狐疑。收和颜以静志兮。申礼防以自持。于是洛灵感焉。徙倚彷徨。神光离合。乍阴乍阳。竦轻躯以鹤立。若将飞而未翔。践椒涂之郁烈。

兮指潜渊而为期感交甫之弃言兮
怅犹豫而狐疑收和颜以静志兮申
礼防以自持于是洛灵感焉徙倚仿
徨神光离合乍阴乍阳竦轻躯以鹤
立若将飞而未翔践椒涂之郁烈

步蘅薄而流芳。超长吟以永慕兮。
聲哀厲而弥長。尔乃众灵雜還。命
儔嘯侶。或戲清流。或翔神渚。或採明
珠。或拾翠羽。泛南湖之二妃。携漢濱
之遊女。歎匏瓜之無匹。詠牽牛之獨

步蘅薄而流芳。超长吟以永慕兮。聲哀厲而弥長。尔乃众灵雜還。命儔嘯侶。或戲清流。或翔神渚。或採明珠。或拾翠羽。从南湖之二妃。携漢濱之遊女。歎匏瓜之無匹。詠牽牛之獨