

如／何／臨／習／行／書／

96 2253

趙孟頫行書
寶雲寺記
筆法舉要

陝西旅游出版社

J292.35

2 113611

J292/090211

96 2253

如何临习行书

赵孟頫行书

「宝云寺记」笔法举要

孔墨丁 编
陕西旅游出版社

江南大学图书馆



91081578

96 2253

(陕)新登字 012 号

责任编辑:赵乐宁

封面设计:徐未未

书法普及教育系列丛书

书法入门——楷·行书技法大全

孔墨丁 编著

陕西旅游出版社出版发行

(西安长安路 32 号 邮政编吗 710061)

新华书店经销 咸阳市印刷厂印刷

787×1092 毫米 16 开本 45 印张 160 千字

1996 年 6 月第一版 1996 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—8000(套)

ISBN7—5418—1287—0/J·237

定价:72 元(套) 78 元(盒) 4.80 元(每册)

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。



赵孟頫及其行书

赵孟頫(公元1254——1322),字子昂,号松雪,别号鸥波,水精宫道人等。湖州(今属浙江省)人。宋宗室,太祖赵匡胤十一世孙,秦王德芳之后。是宋元时期杰出的书画家。

书法主张要有“古意”,提倡直接取资晋、唐诸大家,为此广泛涉猎古代法书名迹,刻苦临学。在借鉴传统方面,不固守一种书体,不囿于某家某派;他的书法早年受宋高宗赵构影响,中年学钟繇、“二王”等,晚年学李邕。篆、隶、分、行、楷、草诸书体无所不工。行书除学“二王”外,还以智永、颜真卿、柳公权、徐浩、李邕诸名家法帖中吸取营养。平生对“二王”系统的书法着力尤勤,得益最深。作书工程中,特别强调笔法和结字,认为“笔法弗精,虽善犹恶;字形弗妙,虽熟犹生。”学习传统,最能窥察前贤书法精奥,得其神趣,并兼蓄诸名家之长,变化出入于法度之中,融会贯通,形成自己遒媚劲健的风格,是一代承前启后的大书法家,被同时的大书法家们尊为“本朝第一”。

赵孟頫传世书法作品极为丰富,存世墨迹大都为楷、行、草书,篆书多见于所书碑额,分隶则极为罕见。代表作品有行楷书《胆巴碑》;大楷书《仇锷墓志》;小楷《楔帖源流》、《大洞玉经》;行书《洛神赋》、《酒德颂》、《前后赤壁赋》;大行书《烟过叠嶂诗》;草书《千字文》等。

本帖选编了赵孟頫行书帖《宝云寺记》,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。

在赵体行书中，侧点用于字之上点，侧势斜落笔，出锋处和下画的起笔相呼应，笔断意连。



亭

寶

云

立

厥

宇



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。

奇

前

佳

曾

夢

華



连带点笔法要点及应用

写“鱼”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。

二

晉

為

無

然

慕



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。

於

次

梁

馮

脊

於

带钩点笔法要及应用

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。



果

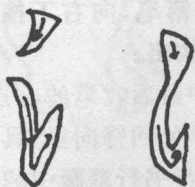
伙

大

矣

譔

据



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。

江

法

湖

漢

滲

潤

上勾横笔法要点及应用



写上勾横时，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。

上勾横多用于字上，一可承字上之稳重，二可接应下画之起笔。

未

昧

在

来

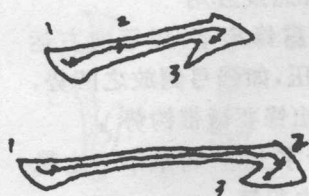
真

翠

下勾横笔法要点及应用

写下勾横时，落笔要稳，向右运行时，中腰要较细，然后顿笔，折锋勾出，勾出的角度不要太大。

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



宙

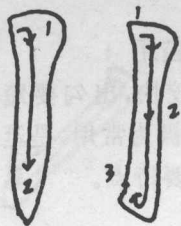
雲

雪

無

嘗

寶



直竖笔法要点及应用

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

市

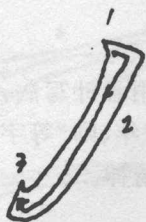
师

年

奉

卿

獬



挑脚撇笔法要点及应用

写挑脚撇时，行笔较快，出勾要短而有力。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。

有

形

多

款

夢

顧



回锋撇笔法要点及应用

写回锋撇时，起笔和或藏或露，行笔向内弯，至尾端回锋收笔。

回锋撇多用于字形较大，笔画不宜伸张的字中，使字不致散乱而具稳重之意。

石

庚

者

濂

顛

厲

平捺笔法要点及应用



行书中平捺的写法基本还保留了楷书
书中的写法,从起笔、行笔到收笔,讲究一
波三折,要一气呵成。

近

遷

趙

遂

遊

運