

故宫珍藏历代名家墨迹技法系列

《真书千字文》帖 技法精讲

趙
孟頫

故宫珍藏历代名家墨迹技法系列

赵孟頫《真书千字文》帖技法精讲

江苏工业学院图书馆
藏书章

故宫博物院编 紫禁城出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

赵孟頫《真书千字文》帖技法精讲 / (元) 赵孟頫书;
故宫博物院编; 杨为国编写. —北京: 紫禁城出版社,
2009.12重印

(故宫珍藏历代名家墨迹技法系列)

ISBN 978-7-80047-567-2

I. 赵… II. ①赵…②故…③杨… III. 楷书—书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第012362号

故宫珍藏历代名家墨迹技法系列

赵孟頫《真书千字文》帖 技法精讲

主 编 杨为国

编 写 杨为国

责任编辑 赵国英 章之

装帧设计 刘远

责任印制 马静波

图片提供 故宫博物院资料信息中心

出版发行 紫禁城出版社

地址 北京市东城区景山前街1号

电话 010185007816 010185007818

传真 010165129479

邮编 100009

制 作 杭州典集文化艺术有限公司

印 刷 北京圣彩虹制版印刷技术有限公司

开 本 八开

印 张 七·五

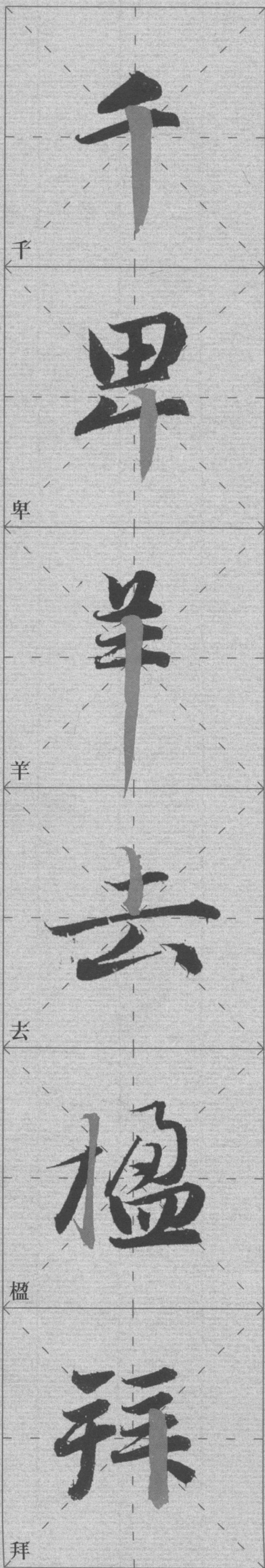
版 次 二〇〇九年十二月第一版第二次

书 号 ISBN 978-7-80047-567-2

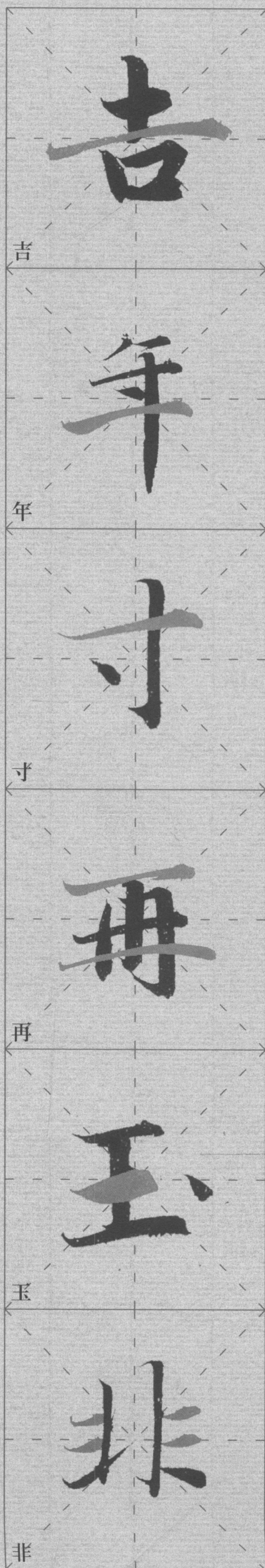
定 价 二十八元

一、基本笔画 点 横 竖

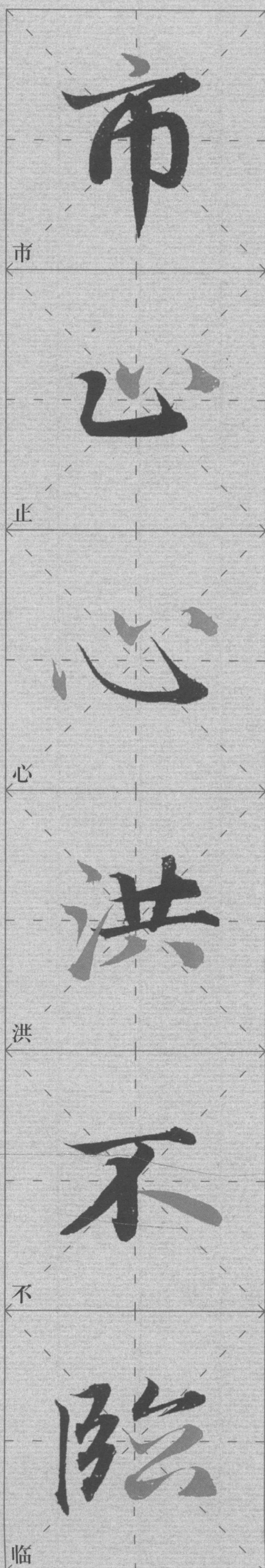
竖 基本的竖有『悬针』和『垂露』之分。其中，『千』『羊』和『卑』的下部均为『悬针』竖，『去』『拜』的短竖和长竖均为『垂露』竖。『楹』的木字旁的竖，则为带钩的竖。



横 基本的横有长横和短横。其中，起笔的轻重是变化的关键。如『吉』『年』的长横和『再』的上横，起笔都为顿势，『再』的下横，起笔则为轻势，其它字的短横或较长的横，起笔大多为轻势。

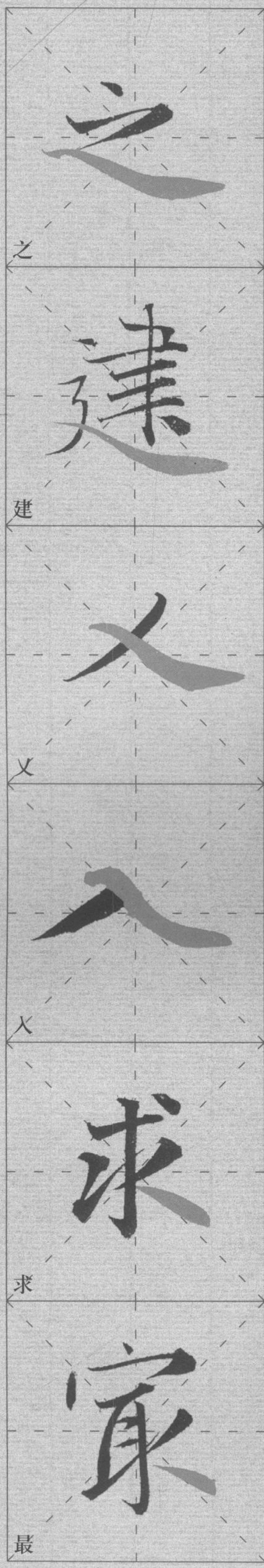


点 基本的点有斜点、长点、撇点、挑点、仰点、俯点等。组合的点有连点、排点等。斜点、长点、撇点、挑点一般都不带钩，如『洪』的左下点谓挑点，右下左点谓撇点，右点谓斜点，『不』的末点为长点。仰点、俯点一般都带钩，如『市』的上点，『心』的左点。连点一般都由带钩的仰点与俯点连带组成，如『止』『心』的连两点、三点水、以及『临』的右下四点。

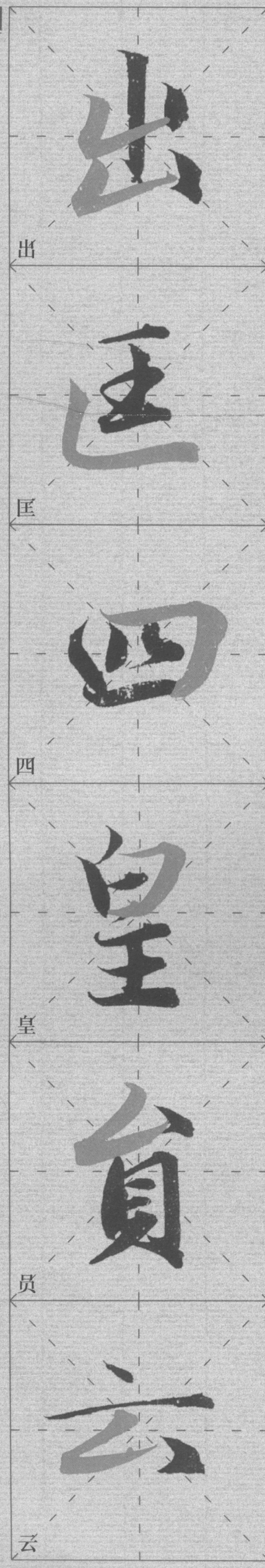




撇 基本的撇有长斜撇、短斜撇、平撇、兰叶撇等。其中，「八」的左撇、「雕」的右三撇和「夜」下部的右上撇谓短撇，「夜」下部的左撇，「殆」的左下撇，「既」的右旁撇均属长撇，「庸」「彫」左边的撇谓兰叶撇。



捺 基本的捺有斜捺、平捺、反捺三种。斜捺与平捺的区别，在于笔势的平斜不同，点捺则是捺的一种变化方式。捺的起笔也有顿势和轻势之分，如「之」「建」两字的平捺和「义」「入」两字的斜捺，起笔都有轻有重。「求」「最」两字的末笔谓反捺。



折 基本的折有竖折、横折、撇折等。其中，「出」「匡」两字中有竖折，「四」「皇」两字中有横折，「负」「云」两字中有撇折。折的书写关键是，折处的提按和其表现的方圆。

| | | |
|--|----------|----------|
| | <p>比</p> | <p>手</p> |
| | <p>畏</p> | <p>翫</p> |
| | <p>食</p> | <p>戎</p> |
| | <p>珍</p> | <p>為</p> |
| | <p>地</p> | <p>氣</p> |
| | <p>攝</p> | <p>此</p> |

提 转 基本的提有竖提和平提两种。其中，『比』『畏』『食』三字中的提谓竖提；『珍』『地』『摄』三字中的提谓平提。平提与挑点相似，起笔重，收笔轻。竖提的折处可圆可方，如『畏』的竖提表现圆

钩 基本的钩有竖钩、弯钩、横钩、斜钩、竖弯钩、横折钩、横折弯钩等。其中，竖钩、斜钩、竖弯钩的起笔相对都得用顿势，竖弯钩的转弯处相对要轻和圆润些；横折钩、横折弯钩的起笔可轻可重，折处可顿可轻，可圆可方。『此』字的竖弯钩，收笔停顿，不作钩势，是竖弯钩的变化方式之一。

傷

伤

任

任

信

信

化

化

作

作

仕

仕

伐

伐

佳

佳

伯

伯

佐

佐

傳

传

仁

仁

侈

侈

傳

傳

仙

仙

伊

伊

侍

侍

何

何

條

条

傍

傍

伏

伏

攸

攸

脩

修

俠

俠

假

假

似

似

俊

俊

儀

仪

俯

俯

倫

伦

往

往

仰

仰

俗

俗

行

行

傾

倾

催

催

恬

恬

後

后

律

律

恒

恒

衡

衡

徘

徘

惶

惶

御

御

徊

徊

悚

悚

微

微

德

德

恍

恍

性

性

彼

彼

懼

懼

慎

慎

從

从

楼

楼

梧

梧

杜

杜

机

机

桐

桐

相

相

树

树

枇

枇

桓

桓

牀

床

杷

杷

植

植

林

林

杯

杯

横

横

和

和

极

极

根

根

捕

捕

秋

秋

積

积

拍

拍

稷

稷

稱

称

招

招

稼

稼

穡

穡

抽

抽

稅

税

稽

稽

接

接

拱

拱

稭

稭

捺

捺

持

持

移

移

神

神

犢

犢

振

振

祐

祐

牧

牧

據

據

禪

禪

物

物

扶

扶

祿

祿

福

福

投

投

祀

祀

禮

禮

抗

抗

祇

祇

禍

禍

特

特

輜

輜

糧

糧

初

初

輕

輕

施

施

被

被

輻

輻

於

于

精

精

轉

轉

旋

旋

糟

糟

功

功

叛

叛

釋

釋

巧

巧

斬

斬

糠

糠

鉅

鉅

銘

銘

鑑

鑑

銀

銀

鈞

鈞

鈞

鈞

垣

垣

墳

墳

垢

垢

塲

塲

城

城

鍾

鍾

切

切

理

理

環

環

玦

玦

增

增

墻

墻

陟

陟

隱

隱

隨

隨

陶

陶

阮

阮

將

將

陪

陪

阿

阿

階

階

陋

陋

陰

陰

陳

陳

煩

煩

煌

煌

煒

煒

燭

燭

陞

陞

陞

升

浮

浮

得

得

法

法

凉

凉

溪

溪

沙

沙

漠

漠

治

治

溪

溪

酒

酒

洁

洁

渭

渭

清

清

沛

沛

河

河

海

海

温

温

涇

涇

滿

滿

漆

漆

洞

洞

湯

湯

澄

澄

淵

淵

染

染

洛

洛

浪

餐

深

深

濟

濟

浴

浴

流

流

池

池

淡

淡

滅

灭

沉

沉

凌

凌