

故宫珍藏历代名家墨迹技法系列

《急就章》帖 技法精讲

不

元

故宫珍藏历代名家墨迹技法系列

明·宋克《急就章》帖 技法精讲

故宫博物院编 紫禁城出版社

图书在版编目（C I P）数据

《急就章》帖技法精讲 / （明）宋克书；故宫博物院编；程同根撰文. —北京：紫禁城出版社，2010.1
（故宫珍藏历代名家墨迹技法系列/杨为国主编）
ISBN 978-7-80047-899-4

I .急… II .程… III .草书-书法 IV .J292.113.4

中国版本图书馆CIP数据核字（2009）第220953号

主 编 杨为国		编 写 程同根		责任编辑 刘 辉 杨占丽		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4号		电话 010185007816 010185007818		传真 010165129479	
邮编 100009		制版印刷 北京圣彩虹制版印刷技术有限公司		开 本 八开		印 张 八·七五		版 次 二〇一〇年一月第一版第一次	
书 号 ISBN 978-7-80047-899-4		定 价 二十八元							

故宫珍藏历代名家墨迹技法系列
明·宋克《急就章》帖 技法精讲

章

章

字

字

意

意

交

交

齐

齐

宁

宁

①侧点：如『章、字、意、交、齐、宁、厕』的首点，『龙、祝』左上起笔点，以及『君、卿、邓、明、时、得、将、有、孺』的收笔点。首点或起笔点要浑圆厚重，有如高空坠石，才见气势与力量。收

厕

厕

龙

龙

祝

祝

君

君

卿

卿

邓

邓

笔点则要干脆利落，又要意味深长。切不可拖泥带水，笔未尽而意已无。

明

明

时

时

得

得

将

将

有

有

孺

孺

中

中

冲

仲

忠

忠

里

里

辜

辜

律

律

②挑点：落笔要重，出锋果断，尤其要注意与下笔的呼应连贯。挑点与竖画的呼应，如『中、仲、忠、里、辜、律、画』。挑点与竖撇的呼应，如『史、便』。挑点与右部的呼应，如『发、股、脾、肝、

画

画

史

史

便

便

发

发

股

股

脾

脾

腹、肘、以』。挑点偶也作收笔之用，如『付、拊』，运用得恰到好处，可以增加字的活泼之趣。

肝

肝

腹

腹

肘

肘

以

以

付

付

拊

拊

棲

棲

弱

絹

骨

骨

冎

冎

臀

臀

冎

冎

倾之势；而『絹、有、肯』等多为右倾之势。收于字外者多重，以求平衡。收于字内者多利索，以求简洁。

去

去

纔

纔

能

能

引

引

夫

夫

貝

貝

◎捺点：侧势落笔、收笔即向右上挑出，凝重中见飘逸。此是最具有章草特征的笔画，多用于字的收笔。收于字外者则多左倾之势，收于字内者则多右倾之势。如『书、昌、鲁、曹、雲、会、去』等多是左

书

书

昌

昌

魯

魯

曹

曹

雲

雲

会

会

待

待

特

特

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

④横点：落笔即横向收笔，果断利落中复见飘逸。多见于字的起笔。如『更、鸡、邪、乳、驯、鸮、鸮、鸮、鸮』等。字的收笔偶尔亦用之，如『怒』。

更

更

鸡

鸡

邪

邪

乳

乳

驯

驯

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

鸮

⑤撇点：行笔势要迅疾，短快有力。收笔之撇点，要有笔尽意未尽之感，才可耐人寻味。如『玉、瑰、诚、罪、盾、臂、牡、老、牝』等字。字首之撇点要重落笔，气势要足，全字才见精神。如『视、

玉

玉

瑰

瑰

珠

诚

罪

罪

盾

盾

臂

臂

牡

牡

老

老

牝

牝

视

视

忘

忘

绝

监

忘、监、近』等字。字中撇点则要注意前后映带，强化字的连贯性，如『驛、注、迷、迁、冢』等字。

近

近

驛

驛

注

注

迷

迷

迁

迁

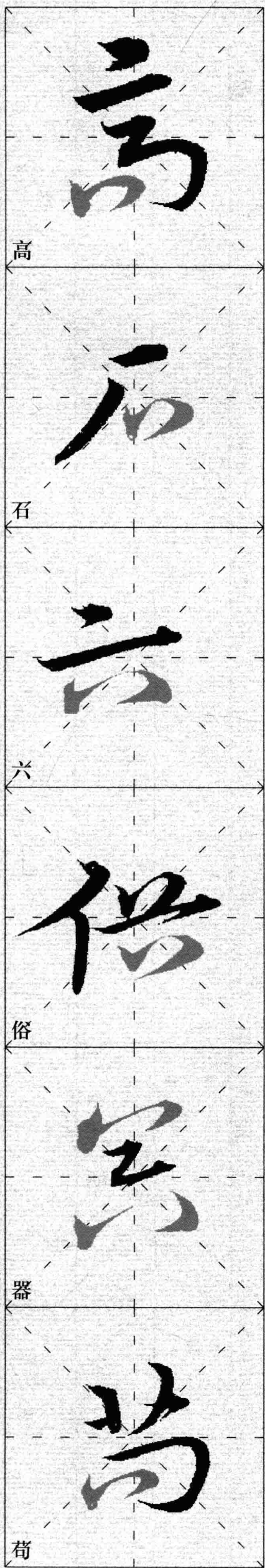
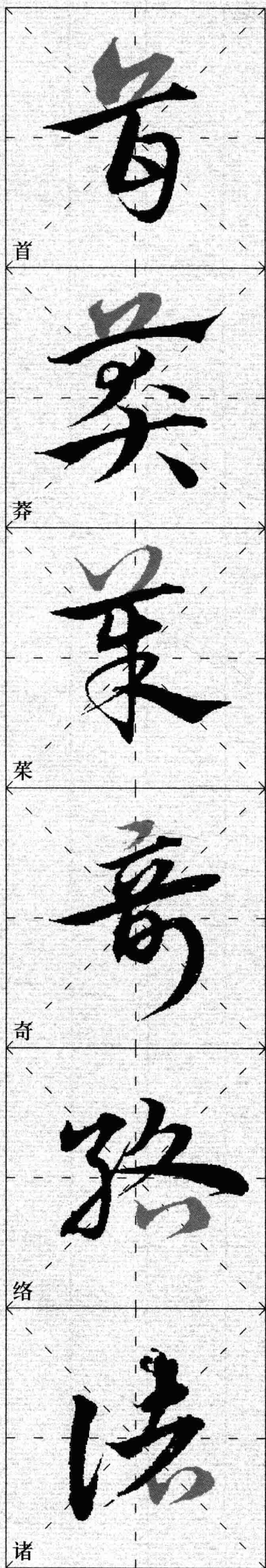
冢

冢

◎横一点的呼应或连带：点乃字之眉目，一个字能否传神，主要是看其点与点之间能否顾盼有情。所以点与点之间的呼应与连带至关重要。下面试举几组例字，初学者尤其要用心体会。横两点的呼应或连



带如『节、益、第、万、羌、羊、首、莽、茱、奇、络、诸、高、石、六、俗、器、苟』等。





⑦ 隔两点的呼应或连带：位於字下者，如『果、索、乘、宋、未、不、乐、泉、举、陈、仆、县、原』等字。位於字首者，如『半、光、当、米、遗』等字，位於字中者，如『帛、平、侠、异、传、李』等



字。横两点与隔两点的呼应，通常左用挑点右用撇点，取左低右昂之势。亦有左用挑点，右用捺点，则左右略取平势，如『仆、县』。或左用撇点，右用捺点，如『李』等。



平 使 晏 尔 传 李

⑧横三点的呼应或连带：左两点用挑点，右用撇点，多以牵丝相连。首点与末点尤其要有首尾相应之势。位于字底者如『热、灸、黑、然、悲、鏖』。位于字中者如『检、验』。位于字头者如『荣、莹、

热 灸 黑 然 悲 鏖

辨、觉』。

验 检 荣 莹 辨 觉

弱

弱

自

自

为

月

齐

齐

冯

冯

敢

敢

临、弱、自、月、齐等字。纵两点位于字左者，下点或作挑点以应右，如『冯、敢』等字。

终

终

绝

绝

伦

伦

均

均

羽

羽

临

临

⑨纵两点的呼应成连带：上下两点谓之纵两点。两点呼应，或上作撇点下作横点相应；或者两点均以横势相应。此是章草的特点，自当要用心领会。如『令、冬、苓、寒、轮、论、终、绝、伦、均、羽、

令

令

冬

冬

苓

苓

寒

寒

轮

轮

论

论

⑩纵三点的呼应或连带：上下三点亦称散水点。首点要与呼应中点，中点要承上带下，下点亦要首点相应，所谓首尾要相应也。如『泥、浑、决、汉、游、浊』等字。

泥

泥

浑

浑

决

决

汉

汉

游

游

浊

浊

隔四点：既要处理好左右上下点的呼应关系，又要处理好左右之间照应关系。如『雨、漏、众、禄、录、糠』等字。

雨

雨

漏

漏

众

众

禄

禄

录

录

糠

糠

厠

厠

道

道

方

方

第

第

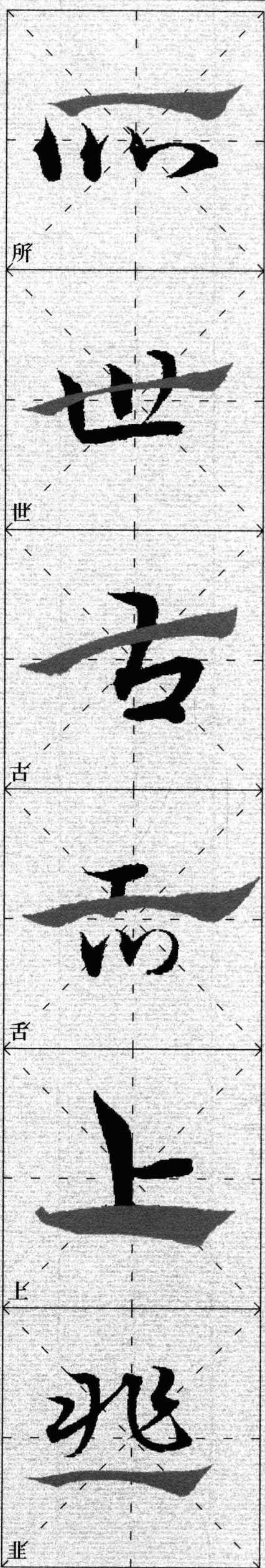
交

交

药

药

⑪同楷横：楷书的点画多承章草而来，如『厠、道、方、第、交、药』的长横乃与楷书相同，起笔重按，收笔用顿。



②同隶横：章草承篆隶而来，故点画多具隶意。如『所、世、古、舌、上、韭、庠、癭、万、箱、竿、薪、兹、箕、芳、叶、老、箭、姦、要、妻、簪、乘、肩』等字的长横画，收笔如隶书的波挑。此乃章



草横画的重要特征。但同一字中，只宜有此一个带波的笔画，应用时尤应注意。



姦

姦

要

要

妻

妻

婁

婁

冢

冢

属

肩

①垂露竖：侧锋重按起笔，收笔用顿法，楷法之竖即承此而来。多见于字之左。如『松、保、棺、梓、伍、伤』等。

松

松

保

保

棺

棺

梓

梓

伍

伍

伤

伤

巾

巾

巾

巾

吊

吊

军

军

神

神

师

师

②悬针竖：侧锋重按起笔，中锋行笔，收笔露锋。若悬针。如『中、巾、吊、军、神、师』等字。多用于字的中部或右部。

挑：重按疾提，势要流畅，能承前后，更见其妙。如『把、拔、牡、擢、缝、总』诸字撇画。

把

把

拔

拔

牡

牡

擢

擢

缝

缝

总

总

②斜撇：形长而势宛转，用之得当，全字可见飘逸之气。如『尾、雁、厚、身、老、第』等字。

尾

尾

雁

雁

厚

厚

身

身

老

老

第

第

①竖撇：起笔作竖，收笔微向左送出。如『度、庖、痛、病、痔、史』等字。

度

度

庖

庖

痛

痛

病

病

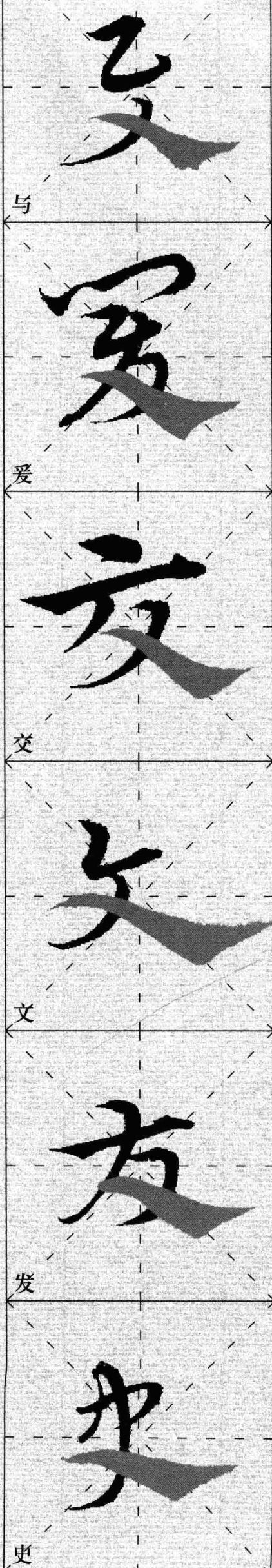
痔

痔

史

史

①与撇相交的捺：此为承上之捺，要具有纵势以支撑全字。如『与、爰、交、文、发、史』。



②与撇相接之捺：多取平势，求其飘扬。如『俞、义、成、朱、林、秋』等字。



③与右向钩相应之捺：宜厚重饱满，以求字势平衡，用此捺之字多取左倾之势。如『觚、展、眼、狐、根、襄』等字。

