

中 / 小 / 学 / 生 / 书 / 法 / 学 / 习 / 丛 / 书

胆巴碑

——临写与创作

边宏编著

浙江科学技术出版社

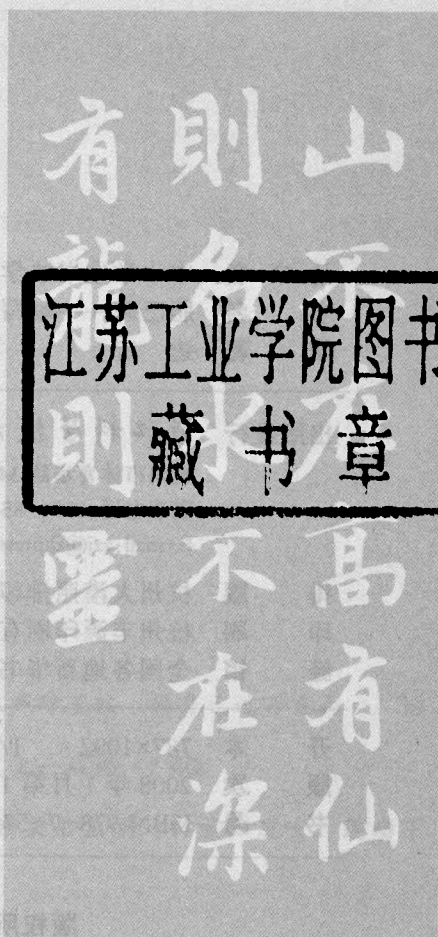


中 / 小 / 学 / 生 / 书 / 法 / 学 / 习 / 丛 / 书

胆 巴 碑

——临写与创作

● 边 宏 编 著



江苏工业学院图书馆
藏书章

浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

胆巴碑：临写与创作/边宏编著. —杭州：浙江
科学技术出版社, 2008.1

(中小学生书法学习丛书)

ISBN 978-7-5341-3012-0

I. 胆… II. 边… III. 楷书—书法—青少年读物

IV. J292.113.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 022090 号

丛 书 名 中小学生书法学习丛书
书 名 胆巴碑——临写与创作
编 著 边 宏

出版发行 浙江科学技术出版社

杭州市体育场路 347 号 邮政编码: 310006

联系电话: 0571-85152486

E-mail: zzj@zkpress.com

排 版 杭州大漠照排印刷有限公司
印 刷 杭州丰源印刷有限公司
经 销 全国各地新华书店

开 本	787×1092	1/16	印 张	3.75
版 次	2008 年 1 月第 1 版		2008 年 1 月第 1 次印刷	
书 号	ISBN 978-7-5341-3012-0		定 价	9.80 元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题,本社负责调换)

责任编辑 张祝娟

封面设计 金 晖

责任校对 顾 均

责任印务 田 文

目 录

1. 赵孟頫生平及艺术赏析 / 1
2. 原拓赏析 / 3
3. 基本笔画图解 / 5
4. 偏旁部首图解 / 13
5. 间架结构图解 / 26
6. 集字联句图例 / 30
 - 天下为公 龙 / 30
 - 读书破万卷 下笔如有神 / 31
 - 得山水清气 极天地大观 / 32
 - 精诚所至 金石为开 / 33
 - 开卷有益 温故知新 / 34
 - 光阴有限 学问无穷 / 35
 - 学贵心悟 德厚流光 / 36
 - 教学相长 相得益彰 / 37
 - 学而不厌 诲人不倦 / 38
 - 朝辞白帝彩云间 千里江陵一日还 两岸猿声啼不住 轻舟已过万重山 / 39
 - 白日依山尽 黄河入海流 欲穷千里目 更上一层楼 / 40
 - 空山新雨后 天气晚来秋 明月松间照 清泉石上流 竹喧归浣女 莲动下渔舟 随意春芳歇 王孙自可留 / 41
 - 故人西辞黄鹤楼 烟花三月下扬州 孤帆远影碧空尽 唯见长江天际流 / 42
 - 春眠不觉晓 处处闻啼鸟 夜来风雨声 花落知多少 / 43

- 好雨知时节 当春乃发生 随风潜入夜 润物细无声 野径云俱黑 江船火独明 晓看红湿处 花重锦官城 / 44
- 月落乌啼霜满天 江枫渔火对愁眠 姑苏城外寒山寺 夜半钟声到客船 / 45
- 独坐幽篁里 弹琴复长啸 深林人不知 明月来相照 / 46
- 福如东海长流水 寿比南山不老松 / 47
- 山不在高有仙则名 水不在深有龙则灵 / 48
- 海纳百川有容乃大 壁立千仞无欲则刚 / 49
- 满园春色关不住 一枝红杏出墙来 / 50
- 事在人为 乐在其中 / 51
- 恰同学少年 风华正茂 / 52
- 先天下之忧而忧 后天下之乐而乐 / 53
- 室雅何须大 花香不在多 / 54
- 虚怀若谷 志存高远 俭以养德 静以修身 / 55
- 淡泊明志 宁静致远 / 56

1. 赵孟頫生平及艺术赏析

赵孟頫生平

赵孟頫(公元1254~1322年),字子昂,号松雪道人,浙江吴兴(今湖州)人,其莲花庄内有欧波亭,为其临池处,故世称“欧波”。他是宋宗室后裔。祖父与父亲皆是宋朝的大官。年14时以父荫补官,试中吏部铨法,做了真州司户参军小官。宋亡后,他居家治学,为他日后的学识打下了深厚的基础。

元二十三年(公元1286年),元统治者为了取得宋世族的支持,网罗人材,派刑台侍御史程钜夫寻访遗贤于江南。程钜夫在江南寻访到20多人,赵孟頫是其中第一个,元祖见了赵孟頫以后,因为他的神态英俊,视为“神仙中人”。至元二十四年(公元1287年)六月,34岁的赵孟頫被任命为奉训大夫兵部郎中;至元二十九年(公元1292年),出任同之知济南路总管府事,从此仕途一路风顺,成宗时升为集贤学士,江淞等处儒学提举。武宗至大三年(公元1310年),年值57岁,被召回京师做翰林侍读学士。仁宗皇庆元年(公元1312年)升集贤仕读学士、中奉大夫,延祐三年(公元1316年),拜翰林学士承旨、荣禄大夫,故又称赵承旨。三年后即延祐六年(公元1319年),66岁的赵孟頫告老还乡。英宗至治二年(公元1322年)六月卒,终年69岁,被封为魏国公,谥号“文敏”。

赵孟頫自幼聪敏,过目成诵。不仅在书法有很高的成就,为元代书坛泰斗,文章经济还冠绝时流,是治理经济的高手。他精通诗文,擅长绘画,是元“四大家”的师祖。又懂音律,旁通佛老经典,且手书许多经卷。他还有很高的鉴赏能力,善辨文物、书画真贋。其篆刻,专尚玉筋篆,与吾丘衍齐名。

赵孟頫主张直接学晋唐乃至上溯秦汉传统书法,在重视传统笔法的同时,主张书法笔法和绘画笔法的结合。他在《秀石疏林图》画卷的自题诗云:“石如飞白木如籀,写竹还应八法通,若也有人能会此,须知书画本来同。”

《元史·本传》说:“孟頫篆籀分隶真行草书,无不冠绝古今,遂以书名天下。”他最早学思陵(宋高宗),后来宗晋唐诸家,曾经数百次临写过二王书帖,现存的临写作品尚有《临定武兰亭序》、《圣教序》、《褚河南枯树赋》以及王羲之其他帖。篆书学过《石鼓文》、《诅楚文》等,章草多次临习过《皇象急就篇》,隶书学梁鹄、钟繇。元代虞集评论他的书法说:“赵松雪书,笔既流利,学亦渊博,观其书,得心应手,会意成文。楷法深得《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,可谓书之兼学力,天资精奥神化而不可及矣。”早年他喜临智永《千字文》,晚年则又入李北海,而且临池功夫极深,每日能写万字,写小楷速度也极快。历史上像他这样能写个体,且有如此深厚传统功力的书法家却是不多。他的用笔圆转流畅,极富姿态,结构精巧,清雅秀

劲，一变宋代书风。明代王世贞说：“欧、虞、颜、柳、旭、素，以至苏、黄、米、蔡，各用古法损益，自成一家，若赵承旨则个体具有事成，不必己撰。”以上唐宋诸家或长于行草，或专于楷法，然从善于个体来说，赵孟頫则超过以上各家，至于说损益古法，自成一家来说，赵书虽然古法较多，法度森严，然其自家面貌并不逊于各家，风格韵味也独具一格，才有后人称之为“赵体”，与“颜体”、“柳体”、“欧体”并称于世。

《胆巴碑》及艺术风格

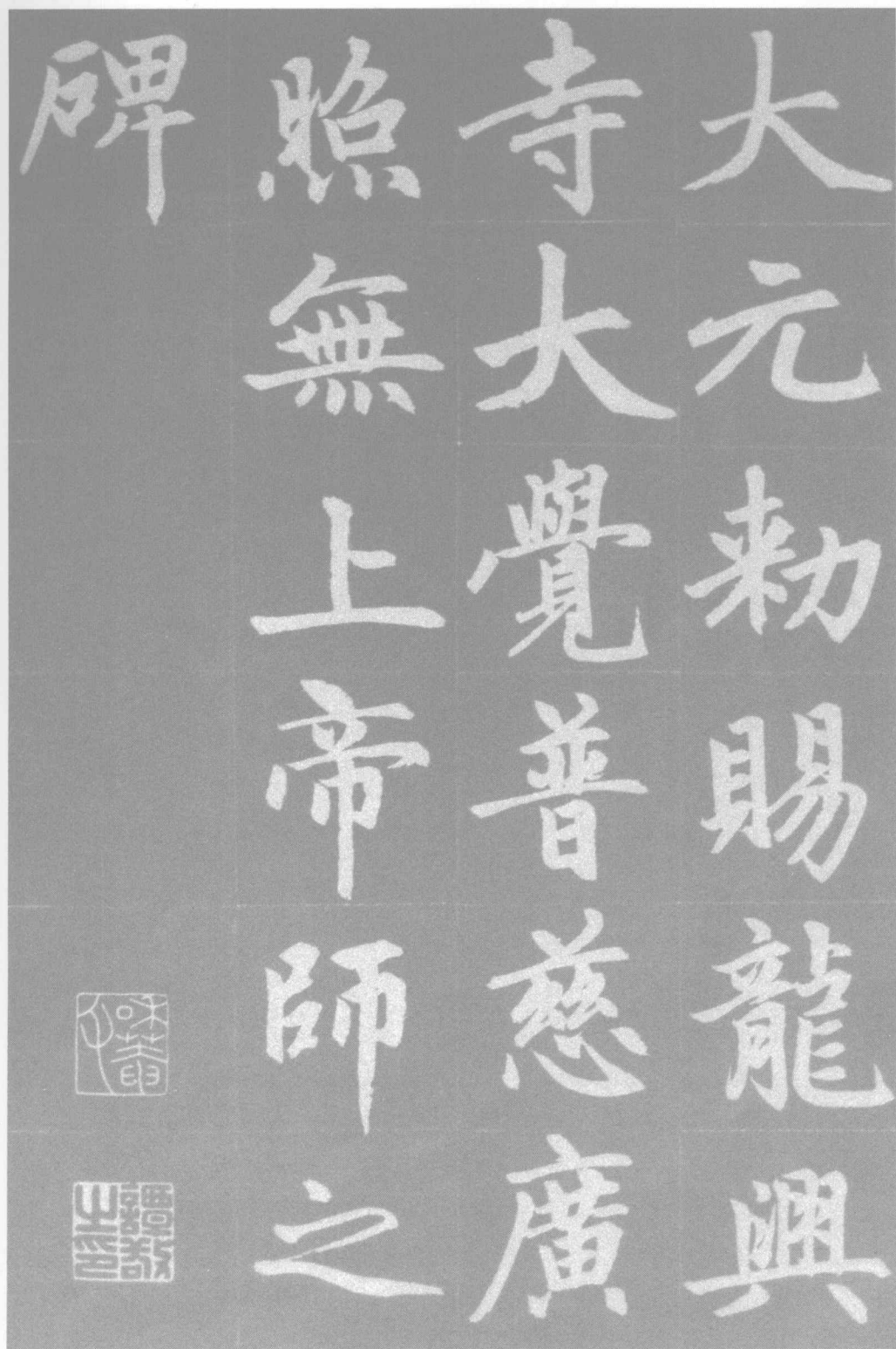
《胆巴碑》全名为《大元勅赐龙兴寺大觉普慈广照无上帝师之碑》，胆巴系西番突斯旦麻人，一名嘉葛刺思，至元七年（公元1270年），元世祖忽必烈赐号帝师，大德七年（公元1303年）卒，皇庆元年（公元1312年）追封为“大觉普慈广照无上帝师”。墨迹原件为纸本卷装，前篆额18字6行，碑文125行，每行8字，现存北京故宫博物院。

《胆巴碑》书于延佑三年，是赵孟頫谢世前六年的手稿。虽他在生命最后的六年中，每年都有作品留世，《胆巴碑》可谓其晚年力作之一，其笔法纯熟，是赵孟頫行楷中的代表作。其字体书写秀美，神采焕发，可谓意在笔先，笔到法随，于规整庄重中见潇洒超逸，达到了“精奥神化”的境界，给人以赏心悦目的艺术享受。俗称“人生六十花甲，七十知天命”，赵孟頫虽已过花甲之年，是知天命之人，能如此运笔自如，个个字笔法到位。字里行间都透渗出其人的一种心境。这也许是当今社会没有一位大书法家能达到的境界。这也许是编者所选择此碑作为中小学习法的范本之所在，真可谓用心良苦。只有当中小学生中了解赵孟頫所生活的时代，才能体会赵氏的书道章法，才能习出一手出自古人，又胜于世人的书法真谛。

边 宏

写于杭州无逸轩

2006年12月18日



集賢學士資
德大夫臣趙
孟頫奉
勅撰并書篆



斜点：由轻至重向下顿笔，然后向左下回锋收笔。



挑点：是一种头尾露锋之点。此点在使用中要与右部形成呼应。



左点：露锋起笔，折笔回锋收笔。



长点：其形态伸展，行笔轨迹为斜点延长。



直点：与竖起笔相同，回锋收笔。



撇点：与左部挑点或斜点搭配使用，宜短忌长。

横



长横：落笔逆锋，向左藏锋起笔，中锋运笔，略向上后右下顿势回锋收笔。



长横：落笔逆锋，向左藏锋起笔，中锋运笔，略向上后右下顿势回锋收笔。



短横：短而粗重，首尾两端取仰势，不宜下垂。



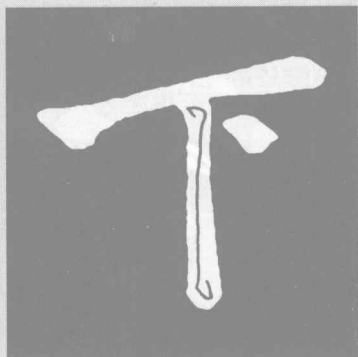
短横：短而粗重，首尾两端取仰势，不宜下垂。



短横：短而粗重，首尾两端取仰势，不宜下垂。



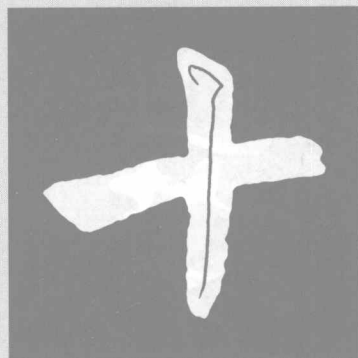
短横：短而粗重，首尾两端取仰势，不宜下垂。



垂露竖：逆锋藏锋向上起笔，转锋向右下方按笔，笔锋向下行笔，尾部回锋收笔。



悬针竖：上半部与垂露竖相同，不同处尾部为露锋尖收。



悬针竖：上半部与垂露竖相同，不同处尾部为露锋尖收。



短竖：垂露竖笔画的变异和派生。



短竖：垂露竖笔画的变异和派生。



短竖：垂露竖笔画的变异和派生。

撇



长撇：藏锋向左上落笔，提笔向左下方行笔，至尾端渐提尖收。切忌甩笔。



平撇：落笔行笔与长撇相似。通常用于字头或顶部，短而平。忌甩笔。



平撇：落笔行笔与长撇相似。通常用于字头或顶部，短而平。忌甩笔。



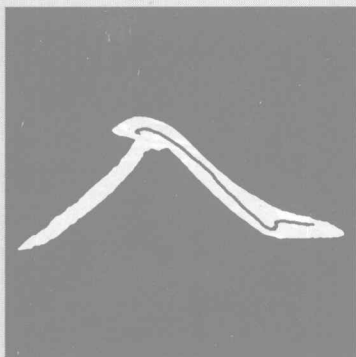
竖撇：三分之二左右为竖，三分之一左右为撇。



竖撇：三分之二左右为竖，三分之一左右为撇。



短撇：是平撇笔画的派生笔画，比平撇稍短。



长捺：落笔较轻，折锋渐铺毫缓行，露锋收笔，有一波三折之意。



点捺：落笔较轻，渐渐按笔，回锋收笔，形如长点、反捺相似。



平捺：略平势。落笔承上之势，上沿较直势，下沿较曲势。



平捺：略平势，落笔承上之势，上沿较直势，下沿较曲势。



反捺：落笔较轻，亦是长点的延长，但尾部收笔处顿势明显。



短捺：轻落笔，然后渐渐按笔，露锋收笔。形与长捺相似。

钩



竖钩：钩不宜长，长则失势。钩是依附在笔画尾部而形成的笔画。



横钩：横画带钩时，必须做到横要细，不宜太重。



斜钩：取势较修长，要写得流畅而刚劲。出钩方向约与斜画垂直。



弯钩：弯曲向上拱，呈环状，写时要注意调锋，不要扭绞。



竖弯钩：折画和弯钩之间的转折自然清晰，出钩时略向上翘，垂直逆锋推出。



卧钩：落笔较轻，以圆弧线行笔，较丰肥饱满，出钩要对字心或中心。

挑



斜挑：取仰势。藏锋折笔向下顿，转锋向右上方中锋行笔，边行边提至收笔，力送尖，此画要写得轻灵。



斜挑：取仰势。藏锋折笔向下顿，转锋向右上方中锋行笔，边行边提至收笔，力送尖，此画要写得轻灵。



斜挑：取仰势。藏锋折笔向下顿，转锋向右上方中锋行笔，边行边提至收笔，力送尖，此画要写得轻灵。



平挑：是斜挑的平行状态，速度略慢，其角度为 25° 左右。



点挑：形似左点，向右上 45° 收笔。

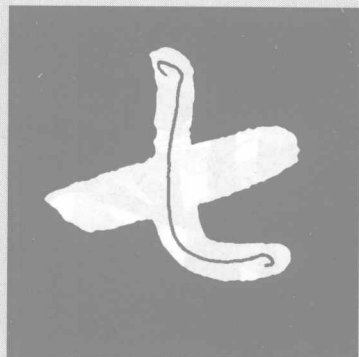


点挑：形似左点，向右上 45° 收笔。

折



横折：藏锋起笔，提笔折锋，向右下按锋后提笔向下行笔，回锋收笔。折笔有力，形明确。



竖弯折：藏锋起笔，曲折处顿挫转锋，笔不离纸，转折清晰，道劲有力。



竖折：藏锋起笔，折笔顿挫，笔不离纸，向右行笔。折处清晰。



斜折：回笔藏锋起笔，向右上行笔，折处似如不相连属，且有笔断意连之势。



撇折：均为竖折笔画派生而来。



多角折：笔画为撇折派生。要写得自然，起伏变化，节奏感强。