

如／何／臨／習／行／書

蘇東坡行書
石恪維摩贊
魚忱冠頌
筆法舉要

陝西旅游出版社

如何临习行书

苏东坡行书

「石恪维摩赞、鱼忱冠颂」
笔法举要

孔墨丁 编
陕西旅游出版社

(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 邮政编码 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。

苏东坡及其行书

苏轼（公元1036——1101年），字子瞻，号东坡，眉州眉山（今属四川省）人。宋仁宗嘉靖二年（1057）进士，累官至端明殿翰林侍读学士、礼部尚书。北宋时期最为著名的学者，诗、文、书、画俱成大家，为“唐宋八大家”之一。

书法擅长行楷书，与黄庭坚、米芾、蔡襄并称“北宋四家”。在我国文学艺术史上具有重要地位，对后世影响极大。黄庭坚论东坡书法说：“东坡道人少时学《兰亭》，故其书姿媚似徐浩；至于酒酣放浪，意忘工拙时，字特瘦劲似柳诚悬；中岁喜学颜鲁公，杨风子书，其合处不减李北海；至于笔圆而韵胜，挟以文章妙天下，忠义贯日月之气，本朝善书自当推为第一”。其晚年屡遭贬谪，辗转奔波，从而视野广阔，思想超脱，其书法个性更为显著。正如王文治诗云：“坡翁奇气本超伦，挥洒纵横欲绝尘，直到晚年师北海，更于平淡见天真。”

苏轼传世墨迹较多，其墨迹有《寒食诗帖》、《洞庭春色赋》、《与叶梦得书》、《木诗帖》等，碑帖则有《醉翁亭记》、《丰乐亭记》、《司马温公碑》等。

本帖选编了苏轼行书帖《石恪惟摩赞、鱼枕冠颂》，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。

在苏东坡行书中，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。





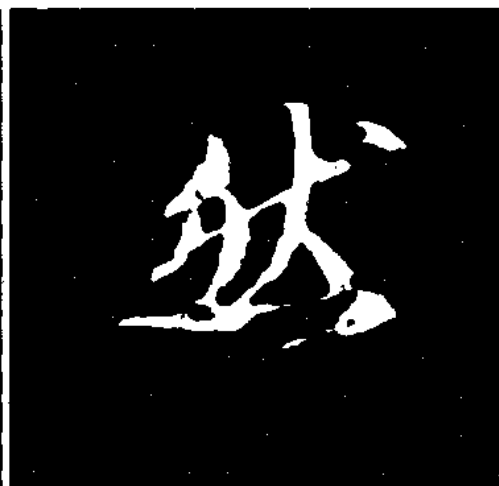
合二点笔法要点及应用

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。



连带点笔法要点及应用

写“默”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。





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。

寒

终

肾

作

终

寒

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。



不

火

分

奠

处

挟



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

泻

腹

清

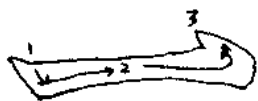
汤

海

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。



天

者

肝

春

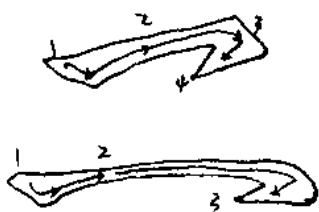
看

毒

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。





直竖笔法要点及应用

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





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。

病

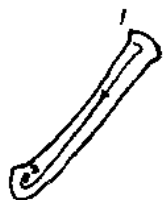
衆

力

願

礎

淚

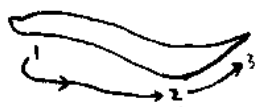


回锋撇笔法要点及应用

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。





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
中的写法,从起笔、行笔到收笔,讲究一
波三折,要一气呵成。

