

中国历代经典碑帖临写指南系列 主编 李刚田

胆巴碑

临写指南

• 刘照渊 编著 • 河南美术出版社

聖師綽理哲哇
為弟子受名膽
巴梵言膽巴華
言微妙先受秘
密戒法繼遊西
天竺國編叅高

中国历代经典碑帖临写指南系列 主编 李刚田

胆巴碑



临写指南

刘照渊 编著
河南美术出版社

目 录

第一章 胆巴碑概述

第二章 胆巴碑的书法艺术

第三章 胆巴碑的临写方法

第四章 胆巴碑的部首训练

第五章 胆巴碑的临写训练

定路龍興
迭凡八奏
住其寺乞
寺中復
巨孟頫為
書臣孟頫
賜謚大覺
師之體
言乎師
照以言
所照臨
言為
奏有
義甚
所王
甘

2009年2月第1版
2009年2月第1次印刷
ISBN 958-7-2401-1730-3
13.00元

图书在版编目(CIP)数据

胆巴碑临写指南/刘照渊编著. —郑州: 河南美术出版社,
2009.5

(中国历代经典碑帖临写指南系列 主编 李刚田)

ISBN 978-7-5401-1770-2

I.胆… II.①刘… III.楷书—书法 IV.J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第079370号

书 名	胆巴碑临写指南
丛 书 名	中国历代经典碑帖临写指南系列
编 著	刘照渊
策 划	李国强 刘灿章
责任编辑	白立献 梁德水
责任校对	弋佑君 李 娟
装帧设计	刘运来
出版发行	河南美术出版社
地 址	郑州市经五路66号 邮编: 450002
电 话	(0371) 65727637
印 刷	郑州新海岸电脑彩色制印有限公司
开 本	889mm×1194mm 1/16
印 张	4
印 数	0001—4000册
版 次	2009年5月第1版
印 次	2009年5月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5401-1770-2
定 价	12.00元

目 录

第一章 《胆巴碑》概述	1
-------------------	---

第二章 用笔	2
--------------	---

第三章 间架结构	14
----------------	----

第一节 间架	14
--------------	----

第二节 结构	17
--------------	----

第三节 间架结构举隅	19
------------------	----

第四章 偏旁部首训练	26
------------------	----

第一节 偏旁部首举隅	26
------------------	----

第二节 善字掇遗	42
----------------	----

第五章 集字训练	54
----------------	----

第一章 《胆巴碑》概述

《胆巴碑》的全名《大元敕赐龙兴寺大觉普慈广照无上帝师之碑》，简称《龙兴寺碑》，墨迹纸本，楷书，现藏故宫博物院。此碑是延祐三年（公元1316年）赵孟頫奉敕所书。帝师原名胆巴，一名嘉葛刺思，西番（今西藏）突斯旦那人，至元七年（公元1270年）世祖忽必烈赐号为“帝师”，曾根据梵文字母创蒙古文字——八思巴文，卒于大德七年（公元1303年），皇庆元年（公元1312年）追封为“大觉普慈广照无上帝师”。

赵孟頫（公元1254年—1322年），字子昂，号松雪道人、水晶宫道人。他是宋宗室的后裔，湖州（今属浙江）人，是元代书画家、文学家。他以书法称雄一世，“落笔如风雨，一日能书一万字”，所以传世作品很多。仅摹刻上石又留下碑文墨迹的赵碑就有百种，如《玄妙观重修三门记》、《头陀寺碑》、《湖州妙严寺记》等，《胆巴碑》就是其中著名的一种。

赵孟頫在书法创作上主张以复古来创新，他的“书法以用笔为上，而结字亦需用工，盖结字因时相传，用笔千古不易”的论断，对后世影响很大。由于赵孟頫学识渊博，艺术素养深厚，学古而不泥古，形成了赵体楷书结体横势、重心安稳、撇捺舒展的独特风格。又因取李北海笔意，楷书中带有行书体态。通观《胆巴碑》全碑，笔力遒劲，挥洒自如，细瘦处如画沙印泥，沉厚处若绵中裹铁，通篇气韵生动，神完气足，晋唐之风，跃然纸上。因此，《胆巴碑》是赵孟頫楷书的代表作品之一。“细观其用笔，婀娜中含刚劲。起笔收锋，转折顿挫，皆具筋骨。形于其外，温驯典雅，细究其内，铁画银钩。”“一画之间，变起伏于峰杪，一点之内，殊衄挫于毫芒。”“赵子昂书，学书者始知晋名书然。”数百年来，赵孟頫以他那独特的艺术风貌与深厚的功力，在中国书法艺术史上堪称领一代风骚的大师。

第二章 用 笔

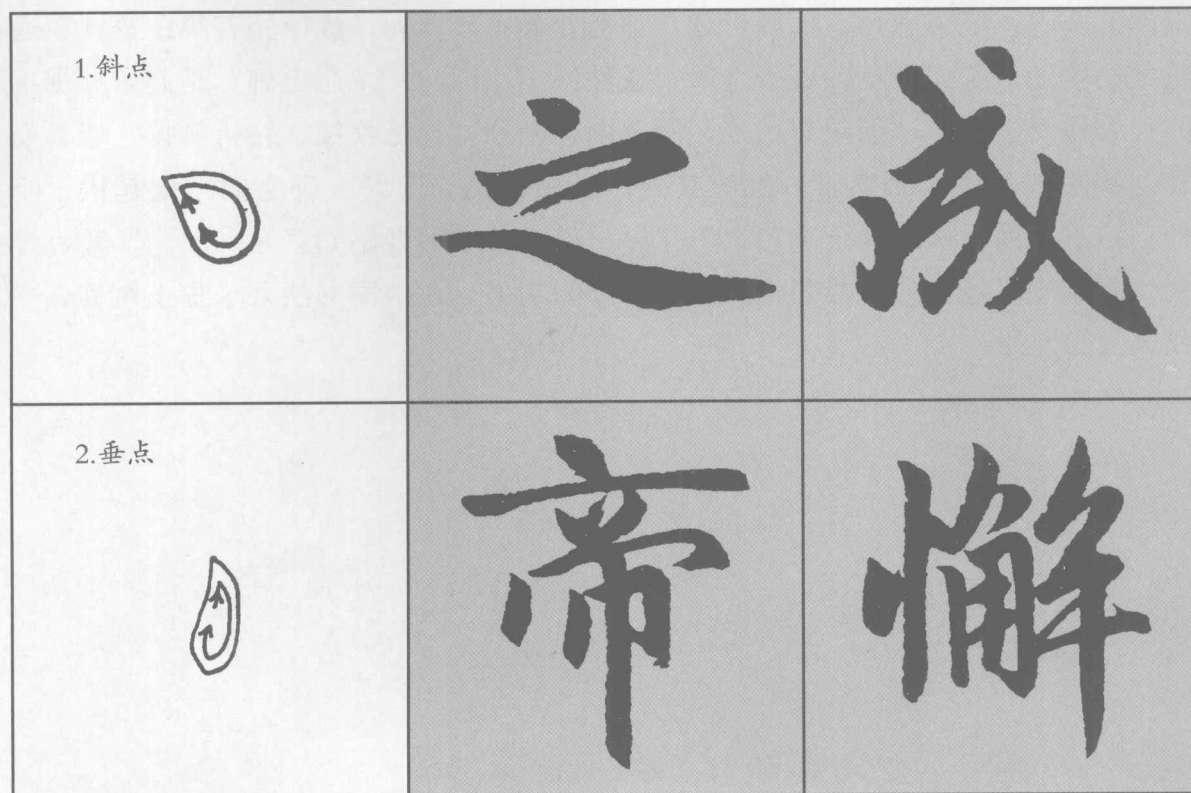
汉字是由点、横、竖、撇、捺、钩、挑、折八种笔画构成的。每种基本笔画又因其在字中的部位不同而千变万化。所以学写毛笔字，首先要练习汉字的点画结构。

在学习笔画的时候，最主要的一项就是对帖去读、去背、去临写，熟练地把握所学帖中字的每一种笔画，并熟练地掌握它的起笔、行笔、收笔及其提、按、折、转等用笔方法。

一、点画

点的书写为侧笔峻落，在永字八法中称为“侧”。由于《胆巴碑》是行书体态，点画灵活多变，给人一种自然的流动美。其圆润流畅有余，方笔太少，可为不足之处；用笔有藏有露，且又以藏为主，点画稳妥，笔力劲健利落，精神饱满，飞动多姿，“一点之内，殊衄挫于毫芒”就是其特色之处。

点的变化



3.挑点



流

資



異

照

4.撇点



興

供

5.顿点



珍

慧

6.长点



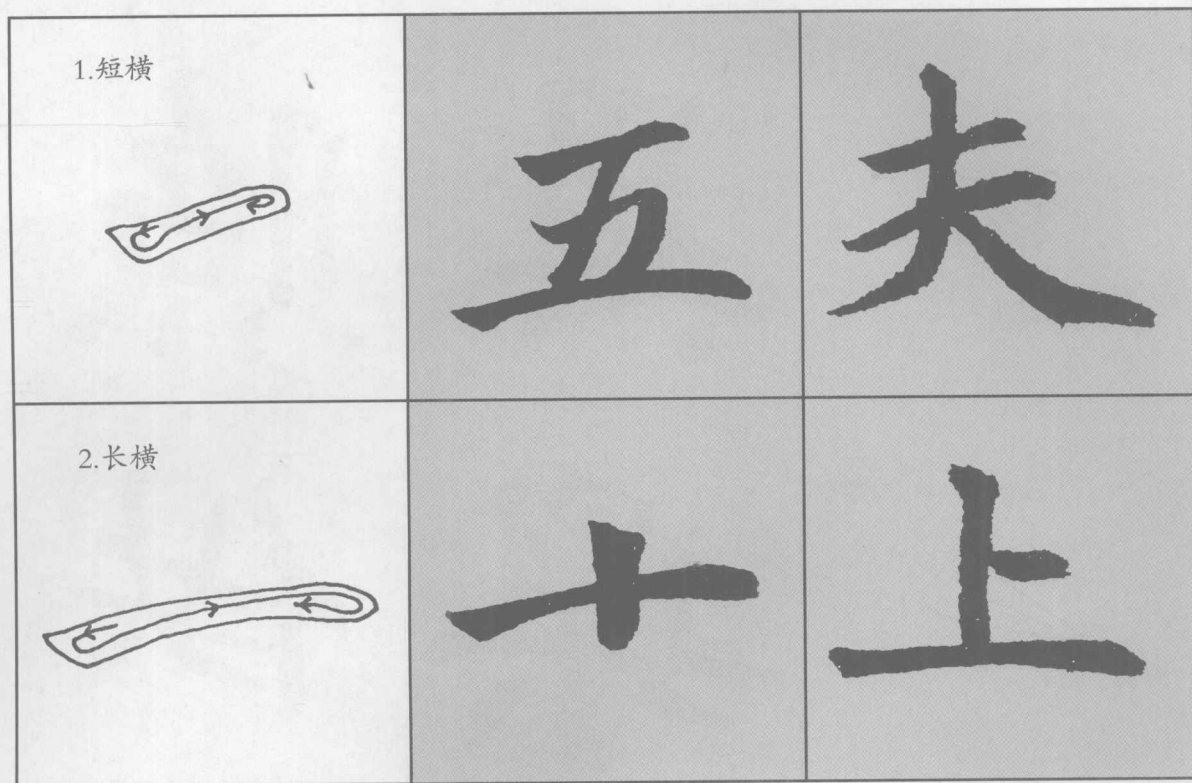
不

外

二、横画

横画在永字八法中为“勒”，在楷书中是左低右高的势态，而赵体的横画用笔更趋平正沉着，在不同的位置有不同的处理方法，比其他楷书的自由度更大一些。

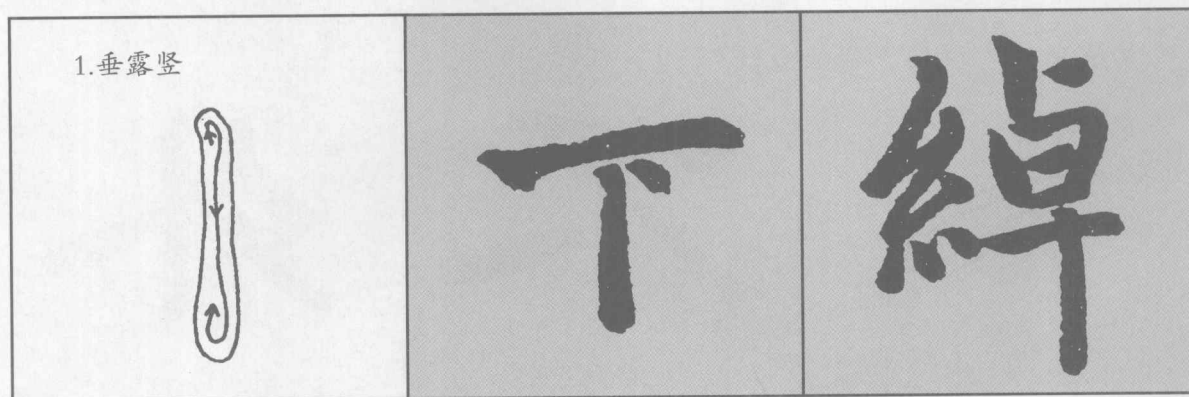
横的变化



三、竖画

竖画在永字八法中为“努”。写时须直中见曲，“努不宜直，直则失力”。有垂露竖（下端呈圆形）和悬针竖（下端尖）。

竖的变化



2. 悬针竖



師

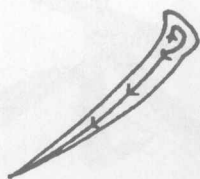
計

四、撇画

撇画在永字八法中为“掠”。赵孟頫在《胆巴碑》中有长撇、短撇、平撇、兰叶撇和回锋撇等。尤其是长撇的洒脱，欲利而反弱，又给人以视觉上的张力，气势之大，排山倒海，力拔千钧。

撇的变化

1. 长撇



含

今

2. 短撇



施

年

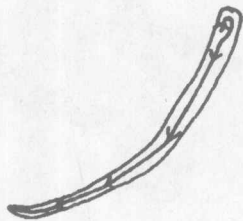
3. 平撇



后

重

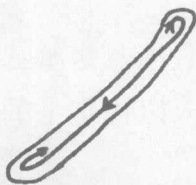
4. 兰叶撇



妙

妙

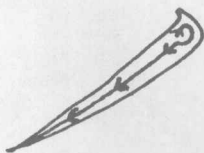
5. 回锋撇



石

不

6. 直撇



人

木

7. 弧撇



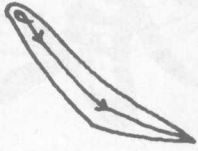
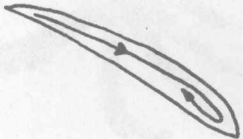
火

太

五、捺画

捺画在永字八法中为“磔”。赵孟頫在处理捺画时，有直捺、平捺和反捺。在用笔上有出锋、敛锋，欲折而愈戾，收放有致，雍容大方，在保持李北海特质的同时，张显赵氏风貌。

捺的变化

1.直捺 	大	尺
2.平捺 	逐	之
3.反捺 	受	故

六、钩画

钩画在永字八法中为“趯”。《胆巴碑》中的钩可分为左钩、右钩、竖钩、弯钩和横折钩等。其钩势之多，可谓变化无穷，这又构成赵体多姿多彩的一面。

钩的变化

1.左钩 	宋	壽
---	---	---

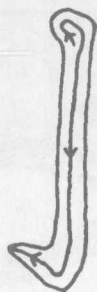
2. 右钩



長

養

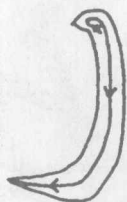
3. 竖钩



刻

乎

4. 弯钩



子

家

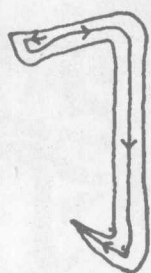
5. 横折斜钩



勅

切

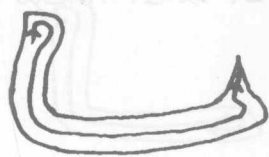
6. 横折钩



用

丹

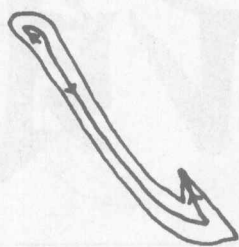
7. 竖弯钩



巴

元

8. 斜钩



代

成

9. 心钩



息

慈

10. 左耳钩



院

陲

11. 右耳钩



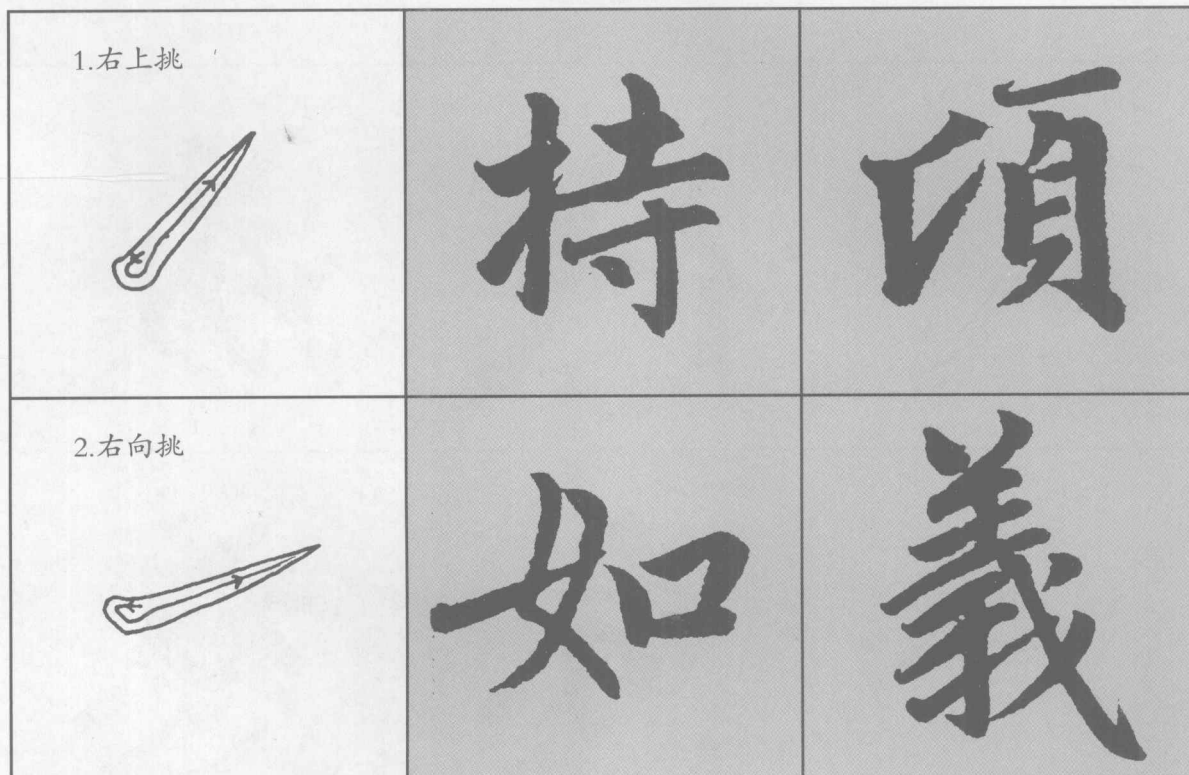
都

邱

七、挑画

永字八法称挑为“策”。赵孟頫在处理挑画时采用提笔、敛毫，用逆势，快提迅速，充分体现其书写的特点和优势。

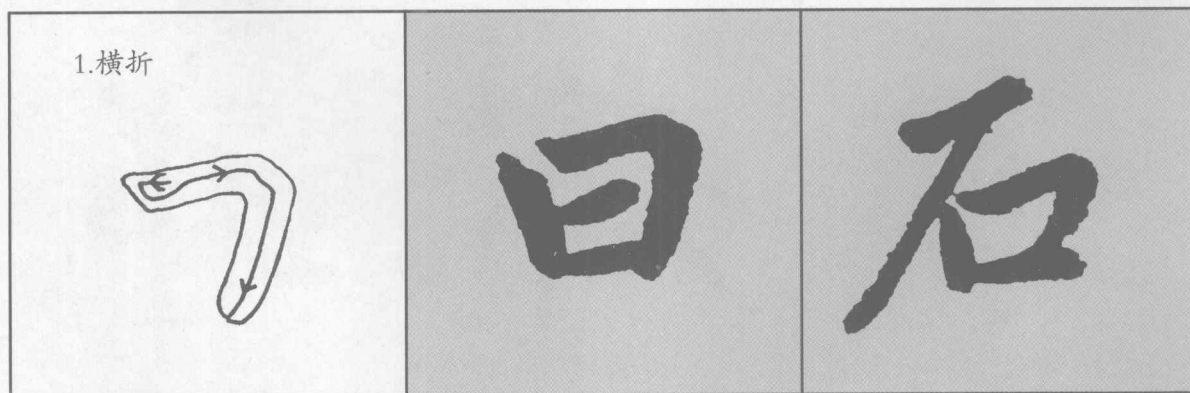
挑的变化



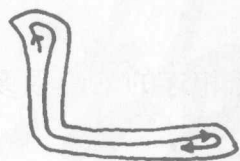
八、折画

折画在《胆巴碑》中有横折、竖折、竖弯折和斜折等，普遍采用行书的笔法，尤其是斜折，会出现两画和三画连在一起，给人一种气韵贯通、自然流畅的气势。

折的变化



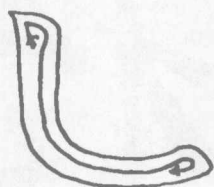
2. 竖折



世

皆

3. 竖弯折



七

世

4. 斜折



出

武

5. 两折画相连



為

延

6. 三折画相连



弥

躬

九、数笔相连

因为《胆巴碑》是行书体态，点画多变，且两笔或数笔相连的笔画很多，所以，列举以下的字供临习时参考。



欵	皆	多
眩	善	復
像	勝	慈
等	統	華
蹤	寺	靈