



中国书法大讲坛

行书四大家

——苏轼《赤壁赋》

宗家顺 编著

蘇

軾





中国书法大讲坛

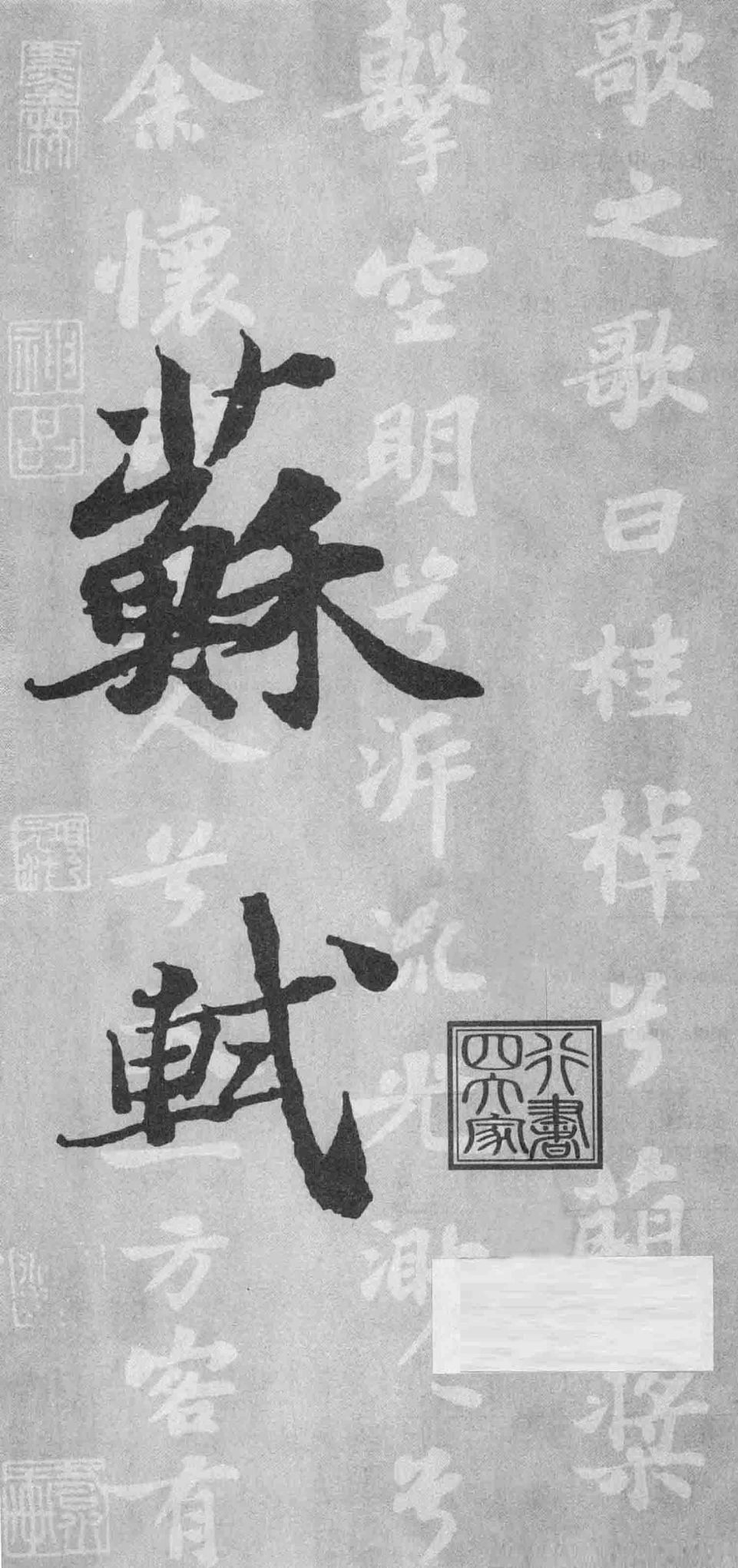
行书四大家

——苏轼《赤壁赋》

宗家顺 编著

中共广播电视大学出版社·北京

苏轼



图书在版编目 (CIP) 数据

苏轼《赤壁赋》/宗家顺编著. —北京:中央广播电视大学出版社, 2013.10

(中国书法大讲堂·行书四大家)

ISBN 978-7-304-05306-2

I. ①苏… II. ①宗… III. ①行书-法帖-中国-北宋
IV. ①J292.25

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第237461号

版权所有,翻印必究。

中国书法大讲堂
行书四大家
SU SHI CHIBIFU
苏轼《赤壁赋》
宗家顺 编著

出版·发行:中央广播电视大学出版社

电话:营销中心 010-58840200 总编室 010-68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址:北京市海淀区西四环中路45号 邮编: 100039

经销:新华书店北京发行所

策划编辑:来继文

版式设计:何智杰

责任编辑:李京妹

责任校对:周一心

责任印制:赵联生

印刷:北京云浩印刷有限责任公司

版本:2013年10月第1版

2013年10月第1次印刷

开本:210 mm × 285 mm

印张:9 字数:145千字

书号:ISBN 978-7-304-05306-2

定价:22.00 元

(如有缺页或倒装,本社负责退换)

中国书法大讲堂

『中国书法大讲堂』编委会

【主 任】阮智勇

【编 委】严 冰 李林曙 张少刚 刘 臣 杨孝堂

匡贵秋 郭青春 梁小庆 周延军 蒋克中

王素兰 吴鸿清 杨为国 王国川

【总策划】王国川 杨为国

【分册作者】

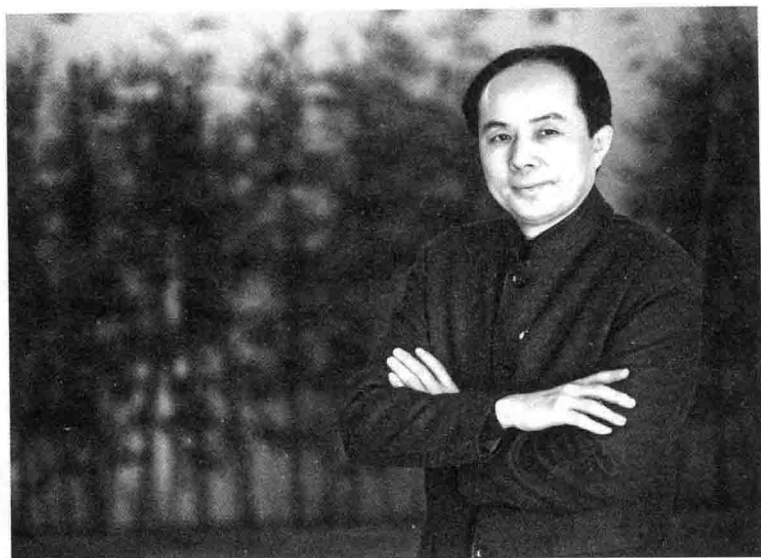
杨为国 行书四大家——王羲之《圣教序》

宗家顺 行书四大家——苏 轼《赤壁赋》

王国川 行书四大家——米 芾《苕溪诗帖》《蜀素帖》

曾 翔 行书四大家——王 铎《题青阳山庄五律十首册》





宗家顺，字迦舜，号逸山。现为中国书法家协会理事，中国书法研究院副院长，北京书画艺术研究会副会长，中国和平统一促进会书画联谊委员会委员，中国环境文化促进会书画委员会委员，中国佛教协会副秘书长。

书法作品，除经常参加国内外重大展览并获大奖外，亦在日本、澳大利亚、中国香港和内地多次举办个人书法篆刻展。著有《颜勤礼碑技法》和《行书章法字帖》，出版过多种毛笔、硬笔书法字帖。作品被艺术博物馆、美术馆、收藏家、中外学者、友人等收藏。

序

书法是汉字书写的艺术。在漫长的历史长河中，汉字承载着中华民族博大精深的文化；在汉字书写中，人们仰观俯察，博采众美，形成了中国特有的书法艺术。

书法艺术是中华民族的传统瑰宝。改革开放以后，随着人们生活水平和文化水平的提高，人们越来越注重自身的文化修养和艺术品位，学习书法艺术也成了学生和广大社会成员进行素质提升、遣兴逸情、修身养性、健康向上的文化活动。

国家开放大学推出的『中国书法大讲堂』系列课程，一方面，通过电视、网络媒体等，面向广大社会成员进行开放式的讲授；另一方面，通过学校和培训机构，面向学习者组织学习、培训和相关活动。这对我们构建学习型社会，推动写好汉字，发展书法教育，弘扬传统文化，是一件非常好的善举。

『中国书法大讲堂』系列课程，在整体设计上力争形成中国书法各种书体技法讲授的完整体系，所聘请的主编、主讲也是当代长期从事书法教学和创作工作的书法家，再加上国家开放大学开放式的教学方式，我们有理由相信，该系列课程一定会达到良好的教学效果，赢得较高的社会声誉，在此，感谢他们为我国书法教育和普及付出的努力！

中国书法家协会主席



前言

『中国书法大讲学』是国家开放大学推出的系列课程，旨在弘扬中国传统文化，促进全社会精神文明建设和谐建设，为所有喜爱中国书法的人创建一个学习、欣赏中国传统书法艺术的园地。

『中国书法大讲学』将通过电视、网络媒体和文字教材、音像教材以及学习、培训，面向全社会的老年人、学生、儿童及其他书法爱好者，以丰富老年人的文化生活，使老有所学、老有所乐；充实学生的素质教育内容，培养学生热爱祖国传统文化和提高自身书法艺术的修养；促进和引导儿童对书法艺术的兴趣以及书法临写技法的学习；提高书法爱好者的书写和创作能力。

『中国书法大讲学』是系列课程，分别讲授楷书四大家（颜真卿、柳公权、欧阳询、赵孟頫）、行书四大家（王羲之、苏轼、米芾、王铎）、草书四大家、汉隶四大碑、汉简帛书、北魏四大碑、篆书四大种、篆刻、硬笔书法等代表作，今后还将陆续扩充课程内容，力争形成中国书法技法讲授的完整体系。

『中国书法大讲学』分别聘请当代长期从事书法教学和创作工作的知名书法家担任主编和主讲，力争能够为广大书法爱好者提供一套较好的学习材料，并期望能够在大家的学书道路上尽一份力量！

国家开放大学原党委书记

阮智勇



目录

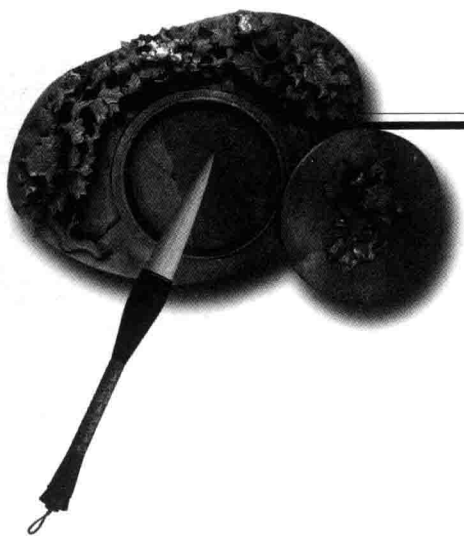
苏轼生平简介	01
苏轼主要传世作品	07
笔法	13
点法 (15) 横法 (21) 竖法 (28) 撇法 (34)	
捺法 (40) 钩法 (44) 折法 (52) 提法 (58)	
偏旁组合方法	61
单人旁 (63) 双人旁 (63) 提手旁 (64) 木字旁 (64)	
禾木旁 (64) 竖心旁 (65) 牛字旁 (65) 方字旁 (65)	
三点水 (66) 言字旁 (67) 目字旁 (67) 贝字旁 (67)	
绞丝旁 (68) 女字旁 (68) 反犬旁 (69) 舟字旁 (69)	
金字旁 (69) 食字旁 (69) 口字旁 (70) 酉字旁 (70)	
立字旁 (70) 鱼字旁 (70) 虫字旁 (71) 车字旁 (71)	
石字旁 (71) 衣字旁 (71) 隹字旁 (72) 欠字旁 (72)	
又字旁 (72) 鸟字旁 (72) 左耳 (右耳) 旁 (73) 页字旁 (73)	
见字旁 (73) 立刀旁 (73) 尸 (户) 字旁 (74) 凵字旁 (74)	
戈 (乚) 字旁 (74) 走之旁 (75) 下三框 (山字框) (75)	

几字框 (75) 用字框 (75) 门字框 (76) 四方框 (76)
草字头 (76) 竹字头 (77) 秃宝盖 (77) 宝盖头 (穴字头) (77)
雨字头 (78) 常字头 (78) 人字头 (78) 四点底 (79)
心字底 (79) 皿字底 (79) 木字底 (79)

结构组合方法 81

中横外延法 (83) 撇捺外延法 (85) 上宽下窄法 (86)
上窄下宽法 (87) 两点外延法 (87) 偏左校正法 (88)
偏右校正法 (88) 动中求正法 (90) 横向结构法 (92)
疏密对比法 (96) 大小搭配法 (97)

《赤壁赋》字例举要 99



苏轼生平简介

苏轼生平简介
苏轼，字子瞻，号东坡居士，眉州眉山（今四川眉山）人。北宋文学家、书画家、散文家、诗人、词人、书法家、美食家、政治家。其诗、词、文、书、画均达到极高成就，是宋代文学艺术的高峰。其词开豪放一派，对后世影响深远。其散文汪洋恣肆，明白畅达，为唐宋古文运动之集大成者。其书画亦自成一家，与蔡襄、黄庭坚、米芾并称“宋四家”。其为人正直，不畏权贵，屡遭贬谪，却始终坚守气节，是后世士大夫的楷模。

知是寒食但见



之歌曰桂棹兮蘭漿

擊空明兮泝流光渺

余懷望美人兮天一方容有

洞箫者倚歌而和之其

聲嗚然如怨如慕如





图1 苏轼

苏轼（图1），字子瞻、仲和，号东坡居士。宋仁宗景祐三年（1036年）十二月十九日生于眉州（今四川眉山），卒于宋徽宗建中靖国元年（1101年）七月二十八日，享年66岁。

苏轼的祖辈们均靠耕作劳动度日。其父亲苏洵虽勤于仕进，但命运不济，屡遭落榜，终不能如愿以偿，故为父后，与妻程氏即谋如何将此夙愿寄托于苏轼与比苏轼小3岁的次子苏辙身上。苏轼的童年是在无忧无虑的平常生活中度过的。他8岁起从师道士张易简并开始读书写字。有一次，母亲为其讲述《后汉书》中忠义之士范滂的故事时，苏轼十分感动，说：“我长大后要成为范滂这样的人。”其母听后欣慰万分，并鼓励他要好好学习，长大后如父之愿，为母争荣。

苏轼的才情发露，是在他刚满21岁时。是年，他与胞弟苏辙在父亲的带领下，双双从家乡出发，沿陆路前行数月，来到东京（今河南开封市）应试，并以一篇《刑赏忠厚之至论》的奇文，博得了主考官大学士欧阳修和梅尧臣等试考官的共同赏识而一举中榜。其弟苏辙的才能更为惊人，竟与兄长一同进士及第。正当父子三人春风得意之时，不料远方家乡传来程氏夫人不幸病故的消息，于是，他们即返老家处理后事。在为母亲居丧守孝两年有余后，苏轼两兄弟再次在父亲的陪同下远赴开封，等待朝廷的派令。这次，他们是水陆兼程，耗时一年有余，其间三人写了百余篇诗文，辑为《南行集》和《南行后集》两册子，以纪念这次愉快的旅途生活和激荡的幸福时光。

嘉祐六年（1061年），苏轼26岁。因欧阳修的荐举，苏家兄弟二人又通过朝廷的两次考试，苏轼终不负所望，制策入三等，年底即被授予大理评事，签署凤翔府判官。他的弃民入官的政治生涯即从此开始。

在40年的从官经历中，苏轼始终依靠他从小烙定的忠义之心和坚贞不渝的事业心，以及他与生俱来的人格志向，勤勤恳恳地为民众解忧，为朝廷办事，更为中国书法事业的发展和进步奉献了自己的一生。

嘉祐七年（1062年），苏轼27岁，于凤翔（今陕西省凤翔县）任官。第二年，凤翔大旱，农民担心如此延续，庄稼则颗粒无收，于是，苏轼积极行动，带领百姓从太守一起到数十里以外渭水南岸太白山上的一座庙里祈雨，因求神未果，又奏请皇上给山神升位，然后到真兴寺祷告，结果大雨连降3天，旱灾消解，农民欢呼。苏轼在自感欣慰的同时，即将居所后的小亭更名“喜雨亭”，并作有《喜雨亭记》流传至今。

宋神宗熙宁四年（1071年），苏轼36岁，于杭州任官。其间，得知百姓因钱江潮水之咸，饮水有难，故与陈襄同议并修复李泌六井以解民众之苦，3个月后工成，他为此作《钱塘江井记》。

熙宁十年（1077年），苏轼42岁，于徐州任官。七月十七日黄河决堤，徐州水患大作，他率民工5000余人和守城军士一同筑堤防洪，并亲自在城墙上搭建帐篷，指挥大家疏浚河道，数十天不曾回家，终于使百姓逃避了这场大难，保住了徐州县城，后得到朝廷褒奖。为防范洪水再侵，次年二月，他又将朝廷受敕奖钱，改建周边小城水岸，并在城东门外修黄楼，以镇水灾。黄楼落成后，民众大庆，苏轼又因当地缺煤而派人寻求。十二月，终在徐州西南发现煤矿，民众又大喜，苏轼作《石炭诗》以记。

宋哲宗元祐四年（1089年），苏轼54岁，再于杭州任官。十月，杭州大旱，运河干涸，他即规划开浚茅山、盐桥两河，引水入城。次年，杭州继续大旱，民众的饥渴和疲乏并作，病患无穷，苏轼设法新开诊所，以救民苦。同时，他又兴筑茅山、盐桥两河的堰闸，以存水源，并再次修复六井，以救更多民众。其间，他察看西子两湖已水草丛生，淤泥堆积，便积极想方设法筹措资金，上奏朝廷，在疏浚西湖的同时，又筑长堤近千米，建拱桥六座以疏水源，植岸边杨柳以固堤坝，并立九亭于堤上，以供民众行旅时歇息。之后，为纪念他的功绩，民众命其为“苏堤”。

凡事种种，均显示了苏轼为官多为民众解忧的事实，体现了他“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的圣者风范。

苏轼的从政历程是非常痛苦的。他的一生有两个时期犯下了“大错”。第一个“大错”是在熙宁三年（1070年），苏轼35岁，王安石变法的主张获神宗赞赏并推行，而苏轼却先后两次上书皇帝，力陈变法之弊，其中一份奏书竟达7300余言。一心治国的皇帝本想多听取臣下的意见，但变法

革新派中的一些小人却怀恨在心，寻找理由给苏轼罗列罪名。最终，忠心耿耿、剖腹坦言的苏轼被排挤出都。从此，他的政治生涯开始败落。

宋神宗元丰二年（1079年），苏轼44岁，任官于浙江湖州。上任才3个多月，一场意想不到的灾难便降临于身。七月二十八日，官差们来到官府缉拿苏轼，押解其进朝受讯。案件的起因是苏轼的好友王诜为他编辑了一部《苏学士钱塘诗集》，其中的某些内容，被时任朝中的监察御史李定和舒亶等新法派人士贬为讥讪朝政、包藏祸心的罪证，他们建议皇上处死苏轼，以戒天下。所幸的是，皇上钟爱苏轼的才识，未判死罪，只是处以从轻发落。这便是被后人称为入宋以来最大的文字冤案——“乌台诗案”。这是苏轼一生中所谓的第二个“大错”。

苏轼，作为一位伟大的书法家，在中国书法历史上，是一颗璀璨的明星，他留下的诗文也成为中国文化灵魂的象征。如果说宋朝以前的书法，在经历了文字形成—字体演变—结体规范的过程后最终确立了书写法则的话，那么从宋朝开始，苏轼首先较完美地将书法提升到了与生命情绪和人生理念相结合的层次，实现了书法艺术与功能的又一次超越。这种超越体现在他不断“出新意于法度之中”，常常“寄妙理于豪放之外”的意趣和品格中。苏轼的书法与他的人生经历具有明显的一致性，因此我们可以按照他的人生轨迹，来判定他各个时期的书风和演变过程。

黄州以前，即元丰二年（1079年）以前，也就是苏轼44岁以前，是他书法的积累期。这个时期其书风的主要特征是在晋唐书法中求法度。他追求晋代书法家的《兰亭》、《乐毅》、《东方先生》以及唐代书法家的《千字文》、《东方朔画赞》等碑帖的书风，所书严谨规范，不越雷池。这个时期其代表作有《眉阳奉侯帖》、《严寒帖》、《自离乡帖》、《问养生帖》、《宝月帖》、《媳妇上问帖》、《文与可字说》、《答任师中·家汉公诗帖》、《远游庵铭》等。

黄州时期，即元丰三年（1080年）至元丰七年（1084年）间，也就是苏轼45～49岁间，是他书法创作风格的突变期和书法创作发展的分水岭。这个时期其书风的主要特征是性情中求突变。这是他在经历了惊心动魄的“乌台诗案”后，使人性中的激情得到了强烈爆发所至。这种激情，无论在他这一时期的书法作品还是文学作品中都体现得十分明了。在这一突变中，造就他一生具有极高艺术成就的作品有《黄州寒食诗帖》、《前赤壁赋卷》等。其中，《黄州寒食诗帖》即成为这个分水岭的峰巅。

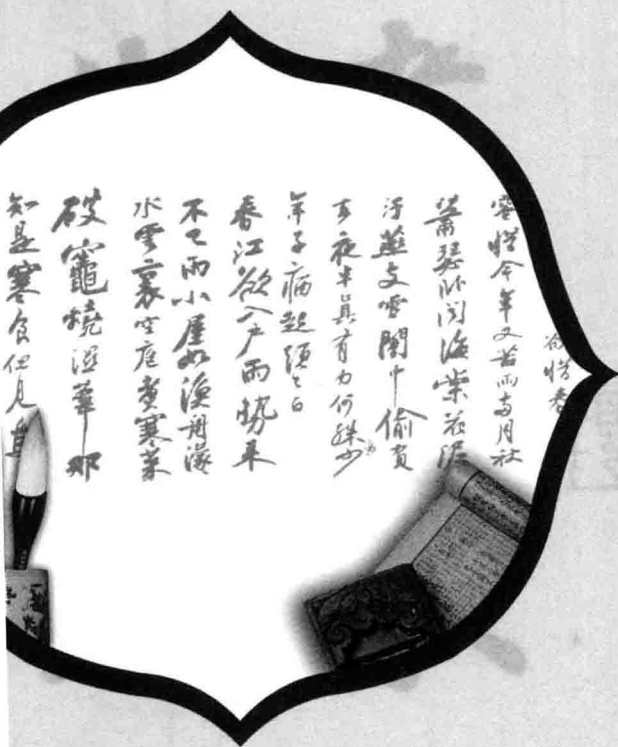
黄州以后至惠州时期，即元丰八年（1085年）至宋哲宗绍圣四年（1097年）间，也就是苏轼50～62岁间，是他书法持续平稳的收获期。这个时期其书风的主要特征是在创造中求收获。其间，虽又逢命运中仕途的第二次升降轮回，不断地异地发落或升职，似乎成为被性情和精神所控

制的流浪者，但在这十余年的岁月中，他的书法创作作品与文学作品却愈见丰富。如著名的《祭黄几道文》、《祷雨帖》、《李太白仙诗卷》、《洞庭春色赋·中山松醪赋合卷》、《归去来兮辞卷》等，都是这个时期苏轼行楷、行书及行草书中极富代表性的杰作。而《司马温公碑》、《宸奎阁碑》、《群玉堂上清储祥宫碑》、《颍州听琴帖》、《醉翁亭记碑》、《丰乐亭记碑》、《罗池庙诗碑》等，都是他这个时期的楷书之作，也是他一生中楷成就的见证和最高峰时期。

儋州以后，即宋哲宗元符元年（1098年）至宋徽宗建中靖国元年（1101年）间，也就是苏轼63～66岁（寿终）间，是他书法最后的升华期。这个时期其书风的主要特征是在辉煌中求余响。面对两年前从12岁开始成为他侍妾而最终成为他第三任妻子的朝云离世，如今又面临发落南海3年的凄凉艰苦岁月，他已经做好了在此终老的打算。因此，苏轼除了以陶渊明的志向安慰自己布满创痛的心灵以外，只有在儿子的陪伴下，著书立说，总结自己的思想。3年后，他意外得到诏令北归，便于那耗尽他生命最后能量的艰难途中创作了光照一世的不灭之作——《渡海帖》、《答谢民师论文帖》、《江上帖》，将他一生的辉煌、艰辛和尴尬之中体悟到的人生况味，通过他的天赋才情和深刻领会，都熔铸在其中。

苏轼走完了他不算漫长，却坎坷而崎岖的一生，他为后世留下了伟大的思想，留下了大批书法和绘画作品。他建造了宋史的一座丰碑，引领了宋朝的一代书风。因此，他的名字也被后人定为代表宋代书法最高成就和最具时代风格的“宋四家”之榜首。

苏轼主要传世作品



苏轼

密惜今年又苦雨而月社

箫瑟以同海棠花溪

浮蓬支窗閣中偷覓

多夜半其有力何殊少

羊子病起便白

香江欲入产雨切来

不己雨小屋如溪舟海

水雪寒空危夜寒寒

破窳镜照华那

知是寒食但见草

水之歌曰桂棹兮蘭漿

擊空明兮泝流光渺

念懷望美人兮天一方容

洞箫者倚歌而和之其

聲嗚然如怨如慕如

