

名帖导临
草书

袁雪山 编著

上

海

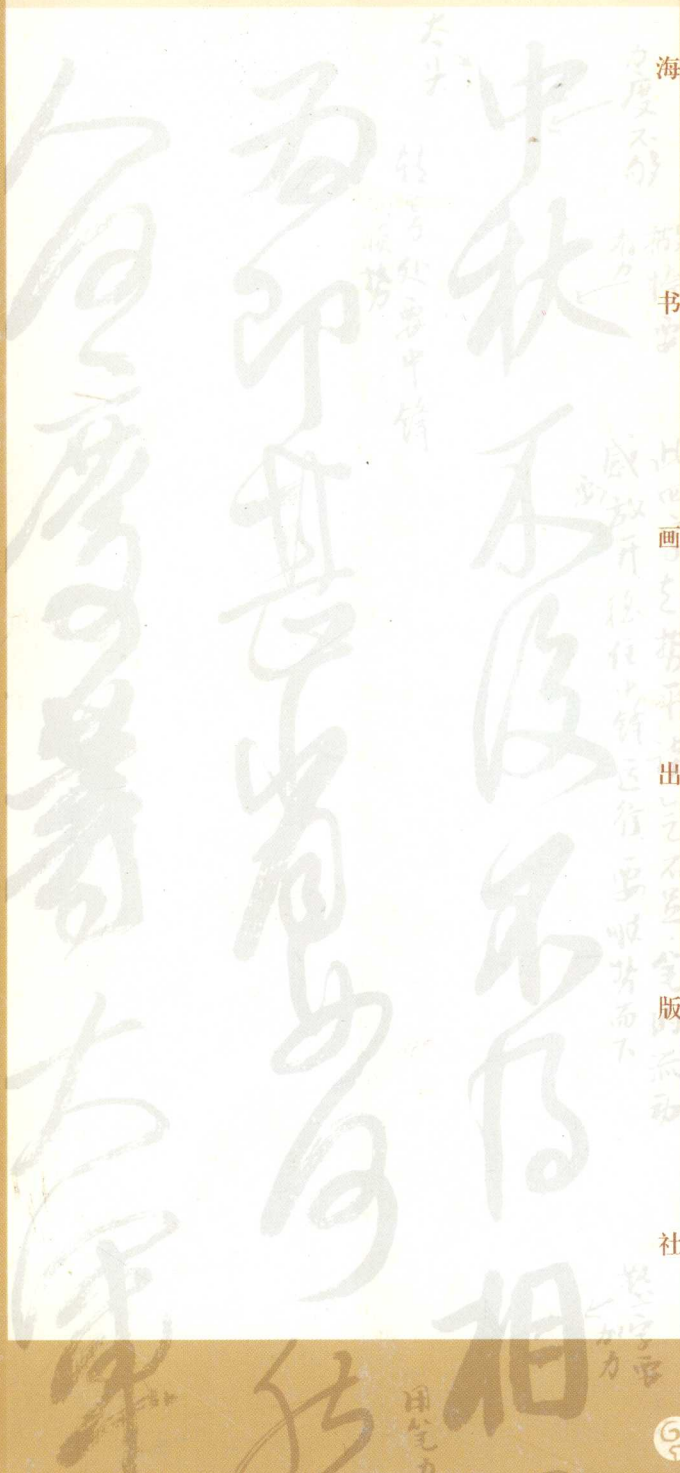
书

画

出

版

社



J292.21
9

上海书画出版社
名帖导临

江苏工业学院图书馆
藏书章

袁雪山 编著

草书

图书在版编目(CIP)数据

名帖导临·草书/袁雪山编著. —上海: 上海书画出版社, 2005.6

(书法临池丛书)

ISBN 7-80725-128-X

I. 名... II. 袁... III. 草书—法帖—中国
IV. J292.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 061125 号

责任编辑	邵仄炯
封面设计	王 峥
技术编辑	吴蕃中

名帖导临·草书

袁雪山编著

② 上海书画出版社 出版发行

地址: 上海市延安西路 593 号

邮编: 200050

网址: www.shshuhua.com

E-mail: shcpbh@online.sh.cn

上海市印刷二厂有限公司印刷

各地新华书店经销

开本: 787 × 1092 1/16

印张: 3 印数: 1-5,000

2005 年 6 月第 1 版 2005 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7-80725-128-X/J · 125

定价: 12.00 元

目 录

皇象《急就章》导临	1
陆机《平复帖》导临	5
王羲之《十七帖》导临	9
王献之《中秋帖》导临	13
孙过庭《书谱》导临	17
张旭《古诗四帖》导临	21
怀素《小草千字文》导临	25
怀素《自叙帖》导临	29
黄庭坚《诸上座帖》导临	33
董其昌《试墨帖》导临	37
示范作品	41

皇象《急就章》导临

简介

《急就章》相传为皇象所书。皇象（生卒年不详），字休明，三国吴时广陵江都（今江苏扬州）人。其书师法杜度，精篆、隶，最工章草。《急就章》历代多有传刻，其中尤以明正统年间（1436—1449）吉水杨政据叶梦得所摹旧本刻于松江者为著名，即世称之“松江本”。次即《玉烟堂》刻本，又有临本数种，以刻入《三希堂》之赵孟頫临本为佳。

牛羊尚以俵丘男剛陰賓上
牛羊尚次倩丘則剛陰賓上
翠鴛鴦庶霸遂萬段卿冷秀
翠鴛鴦庶霸遂萬段卿冷秀
功主初思第大袂回沁棠伴



刘



则

“刘”、“则”两字都是大弯钩呈隶势。这一笔在章草中是常见之笔，写时要有弹力，向右伸展，转处加力，顺笔力出锋，向里收笔，稳住全字。



芳



毛

“芳”、“毛”属楷字，写时尽用楷法，楷中有隶意，要写出温和含蓄之意，字形微扁。



马

“马”字草法已近今草。第一笔以楷横点，着纸重，起笔含蓄不露锋，第三笔写时起笔快、收笔见锋，活而有力，第二笔自然流动，整个字平稳和气。



雍

“雍”字属连笔简化快写，提按节奏顺势有力，转笔要活，细笔挺而动势足，写时要留意用笔锋，要心领神会，才可下笔。

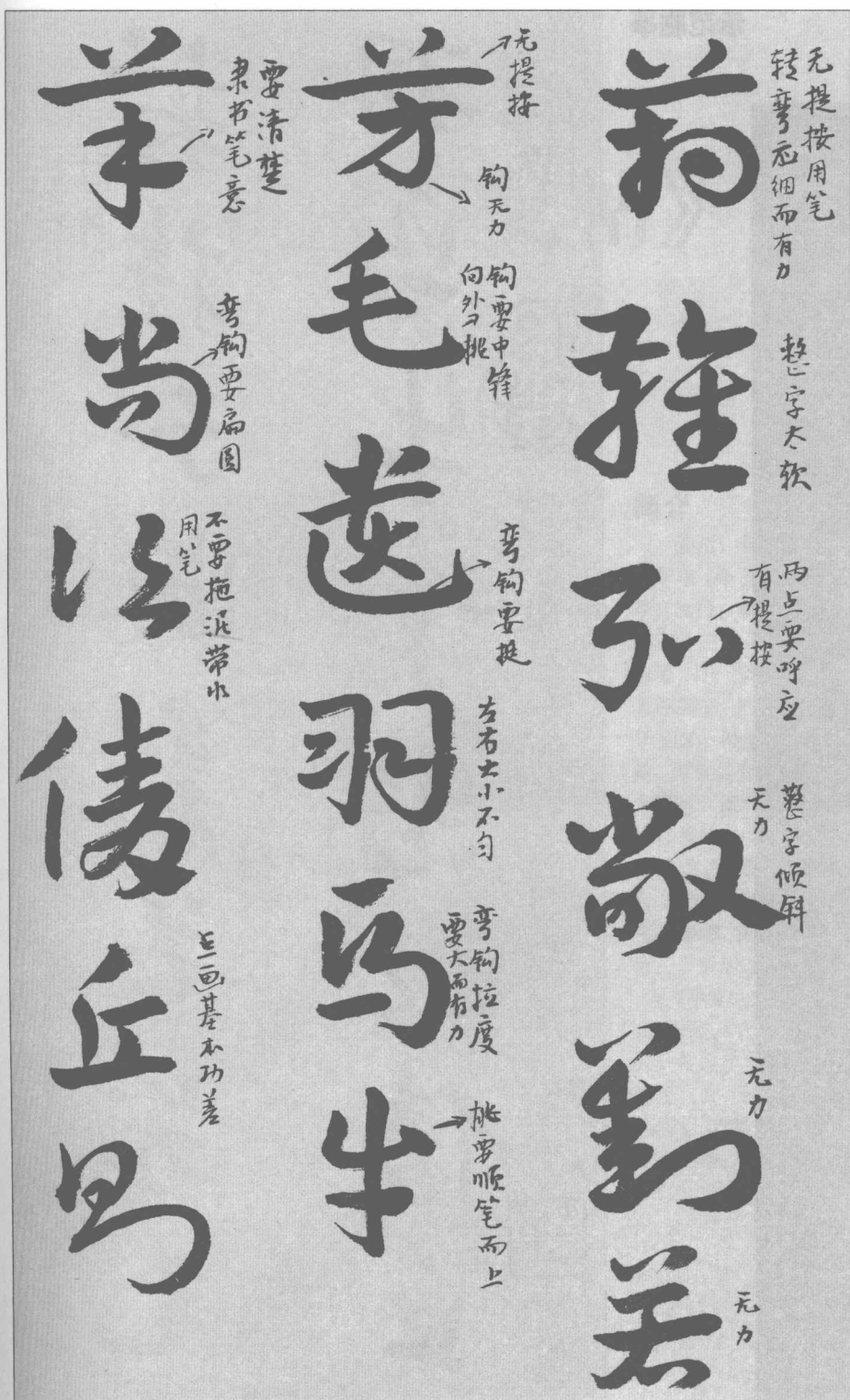


敞

“敞”字笔画草写带隶法。自然温和，连笔是草写但转折有楷意，一捺在章草中是重要之笔，交待清楚，注意笔头稍重，气连有横势。

导读

章草是草化的隶书，《急就章》明显体现了章草的特色，其点画简约、凝重、含蓄，且多有隶意；笔画有法度，迥然不同于今草、狂草的任意使转。章草字字独立，字势收敛，唯横、捺、点画多作波磔，向右或微微向上挑出。字的结体略呈方而扁，多横向展势，显得宽博绰约，章法严谨，拙朴醇厚，格调古雅有致。执笔要掌虚指实，腕要使转灵活，提按有起有收，临摹宜用狼毫小笔，笔锋要尖，临时须先看准后落笔，字写得不宜过大。章草字字独立，字形方中带扁，横捺有磔，有向上之意，虽草，然笔笔交待清楚，可以说是隶法、楷法的快写。



批阅

此三行虽有章草特点，但写得稚嫩，功力不够，用笔拖泥带水不干净。如“遗”、“次”等字钩法不对，“毛”、“遗”等字软而无力，在临写之前要多读此帖，只有熟读帖方能有所领会，心里不懂得临摹的方法，手中不明白运笔的道理，是不会写出好字的。

示范临摹

箱雍弘敞劉若芳毛遺羽馬
 箱雍弘敞劉若芳毛遺羽馬

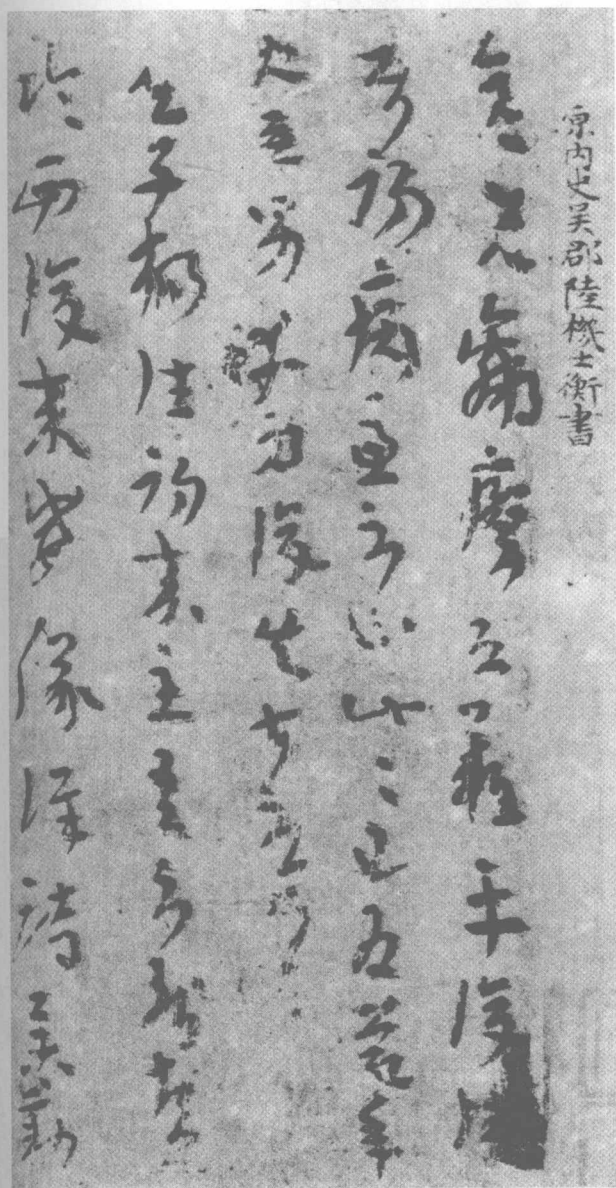
羽馬牛羊尚以倭丘
 羽馬牛羊尚以倭丘

陆机《平复帖》导临

简介

陆机，字士衡，吴郡（今江苏苏州）人，一作华亭（今上海松江）人，生于魏元帝景元二年（261），卒于西晋惠帝太安二年（303），终年四十三岁。少时曾任吴牙门将，吴亡后退居乡里，闭门读书。陆机是西晋著名文学家，他尤善骈文，所作《文赋》为我国古代的重要文学论文。陆机亦善书法，然其书名为文名所掩，西晋名家真迹二千余年来能流传至今，实为罕见，诚可谓旷代之奇珍，墨林之瑰宝也。因帖首行有“恐难平复”之句，遂以“平复”为帖名，现藏于北京故宫博物院。此帖计九行，共八十四字，书于蚕茧纸上，笔力坚挺，苍劲圆浑，纸墨沉古，运以中锋，一派篆籀笔意，十分耐人寻味，可以说是一件无上神品。

《平复帖》前人谓之章草，此帖虽有章草之迹，但不宜归为章草类，是章草和今草之间的一种过渡字体。就书法艺术来说，《平复帖》笔墨沉古，如锥画沙，中锋运笔沉厚，起止运笔含蓄，存有篆隶之意，细观其迹，如饮醇酒，耐人寻味。





“嬴”、“夏”、“观”三字无尖细笔画，看似秃笔，书写却用墨饱满，用笔中锋厚重，直到笔梢，草法使转简单却有深意，字形稳中见奇。“嬴”字笔画虽多却一笔不含糊，笔笔到位，穿插有法，转处顺笔势且有力。“夏”字圆笔厚重，使转篆意，墨水饱满而不呆板。



“观”字把“见”部写到下面而不显其怪，笔画似钢条折成，最后一笔含蓄送出，把全字带活，观之如勇士撑鼎。



“迈”、“称”二字，枯笔运用自然，力不松懈，字形飘动又生俏，如美女舞姿。



“主吾不能尽”一组，看似短笔却又收紧，破笔直下。

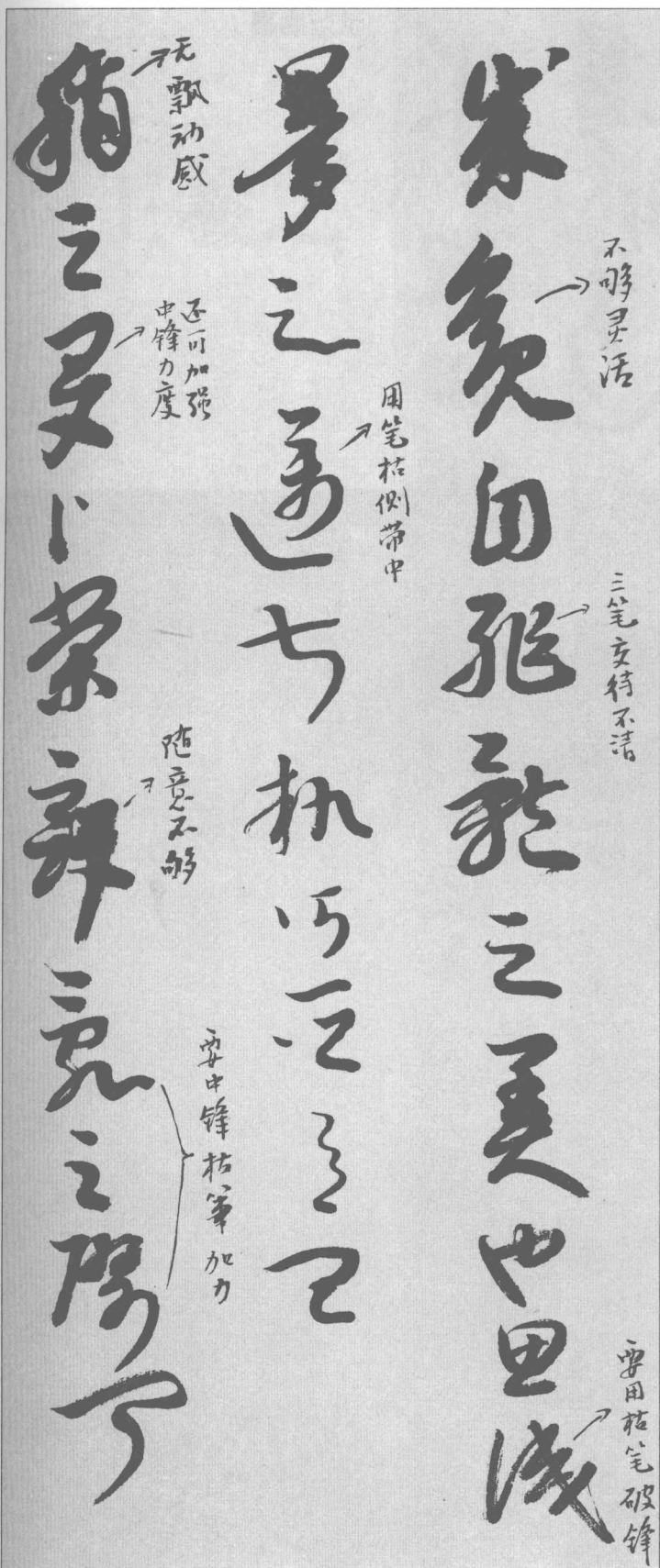


“平”字，简单四笔，如今人所书，大家认为是外行之字，但出自陆机之手完全厚重自然，体现出当时的书法特征和文化底蕴。

导读

对初学者来说，因为此帖年代久远，陆机书时随意性较大，所以很难窥其书迹原由，其笔法章法很难临像，古意更难写出。如功力深厚，熟知魏晋之书风，再写此帖，方可见效。临此帖宜用硬毫小笔，无须尖锋，有锋即可，写时要得笔意，字不大而力要大。此帖篆字笔意较多，书时要轻松但笔笔须着意。此帖字字独立，书写认真，但意趣横生，满纸生辉，当属书中逸品。

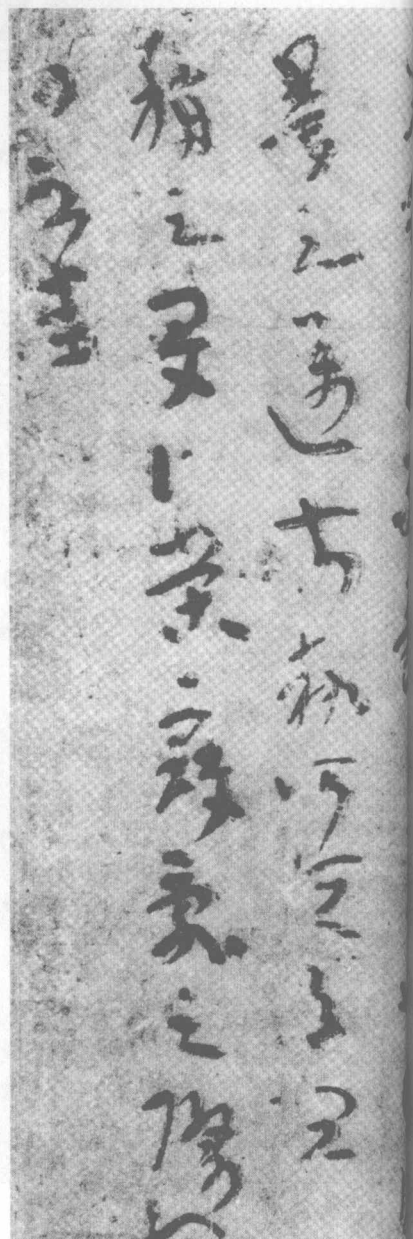
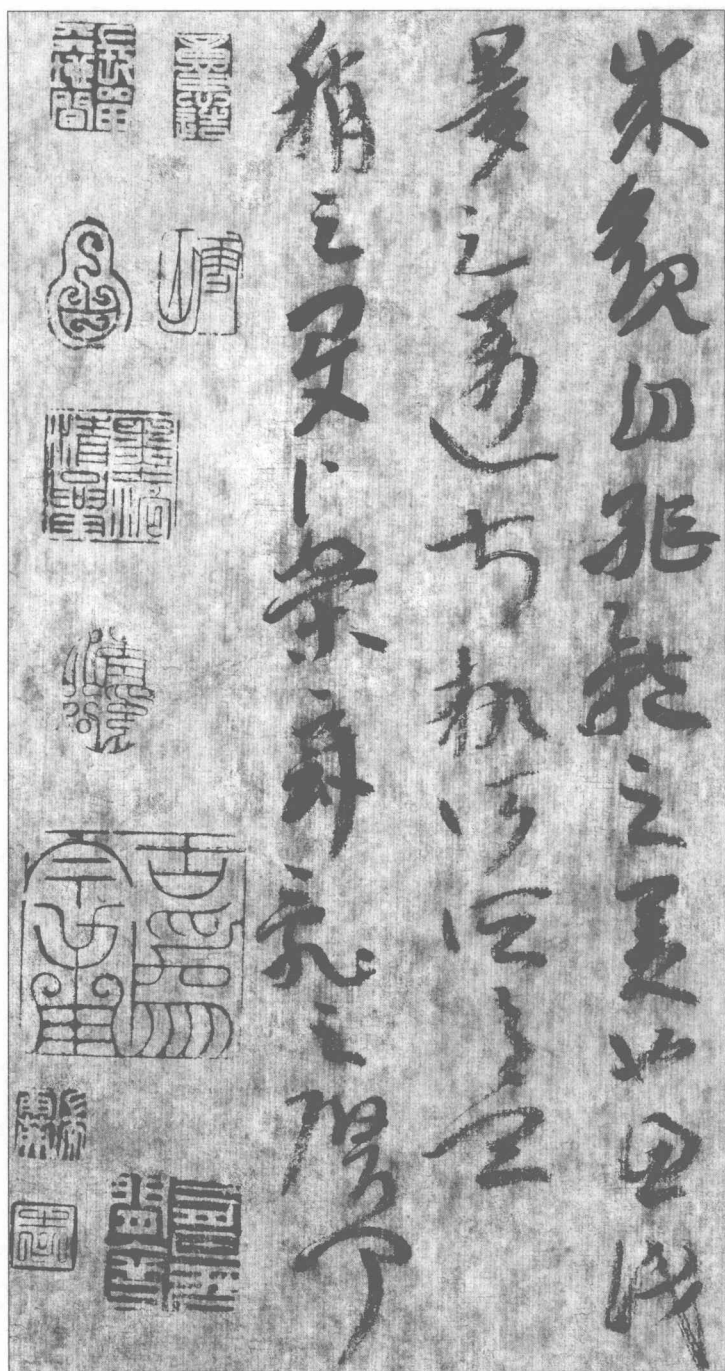
部
怪，
后
字
撑



批阅

此作三行临字，很有功力，有晋人之气息，用笔中锋到位，字字独立而有法度。但和原作相比，三行距离拉得太开。“躯”字三笔交待不清，枯笔不够；“体”、“识”、“称”、“寇”等字写得过于平稳，无奇美之感，整体运笔还可以从追求高古着手。

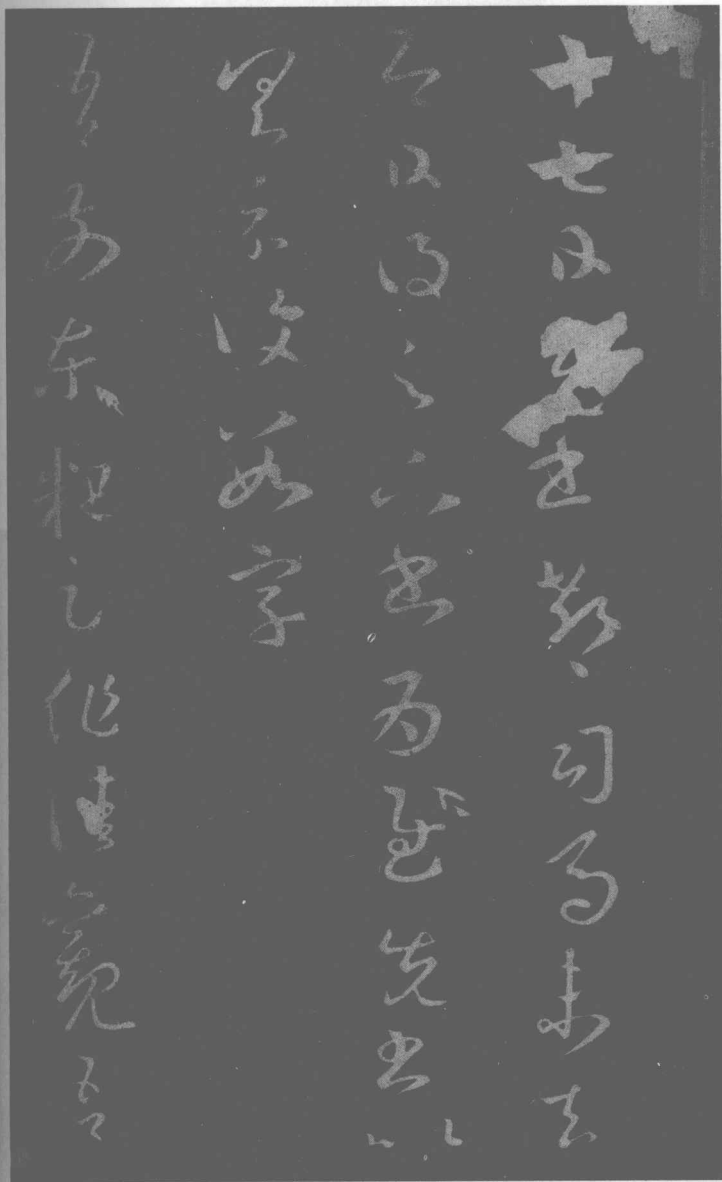
示范临摹

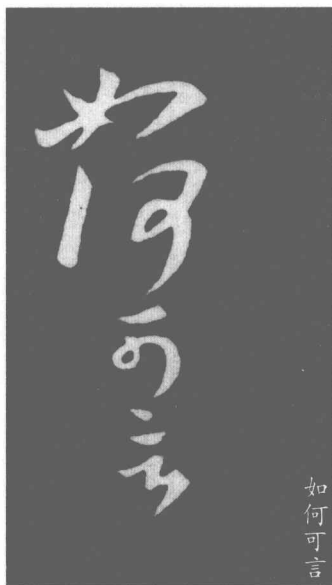


王羲之《十七帖》导临

简介

王羲之(307—365),字逸少,琅邪临沂人,做过右将军,故世称王右军,是东晋有名的书法家。幼年初学卫夫人,后渡江北游,见李斯、曹喜、钟繇、梁鹄、蔡邕等人书碑,眼界大开,始知学卫夫人书,只是徒费岁月,乃发奋临池,增损古法,裁成今体,从汉魏以来质朴的书风演化出妍美流便的新体,卓然成为一代大家。王羲之擅小楷、行书、草书诸体,《十七帖》是其草书的代表作品,此帖集王羲之尺牍二十九篇,因起首“十七帖”三字故名。

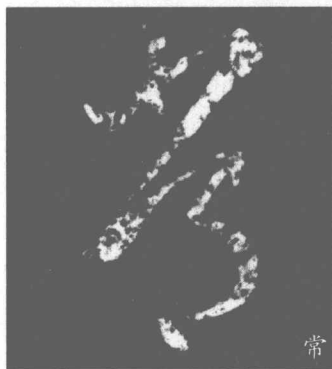




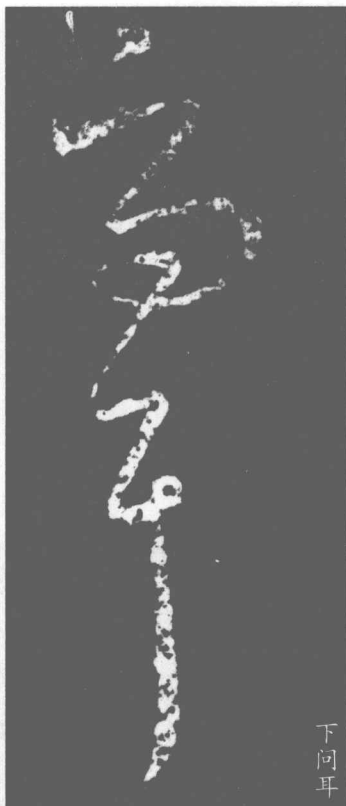
“如何可言”四字大小相差很大，然能通篇协调，重在章法取势得当，用笔熟练所致。



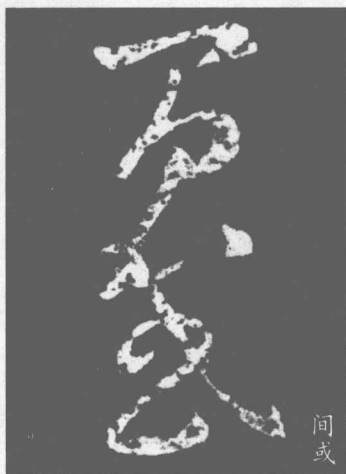
“夏”字用藏锋，近《平复帖》，高古厚重，出锋有力。



“常”字第二笔起笔侧锋向上提，再侧锋向下取斜势，转弯处如钩有弹性，整字行笔皆用中锋。



“下问耳”三字相连，粗细自然流动，最后一竖中锋直下，收笔含蓄，稳中有奇。



“间或”二字相连，自然流动，黑白相间匀称，线条粗细相差不大且出生机。发力含蓄、温雅，用锋干净。

导读

《十七帖》属今草范畴，笔意精到，点画方圆并用，结字平中寓奇。虽然泯没了章草中的波磔，但却字字独立，上下笔势已有连属之意，朴实厚灵之气溢于纸墨之外。朱熹评曰：“《十七帖》玩其笔意，从容衍裕而气象超然，不与法缚，不求法脱，真所谓一一从自己胸襟流出者，窃意书家者流，虽知其美而未必知其所以美也。”张正蒙《跋王羲之十七帖》中说：“笔法古质浑然有篆籀遗意。”可见学习二王的草书，最好还参考魏晋人的墨迹，如《平复帖》等，或许能从中窥晋人书迹之妙。临此帖提腕书写即可，五指使转灵活。以中锋为主，用墨须讲究（笔中墨多者易出裹锋、墨少者易出侧锋），取势自然，点画交待清楚，力求高古之意。临前熟知此帖用笔，章法用意，临后反复对照，找出毛病，再反复临写。

常笑末夏秋百感復得之書

耳
 收筆太
 大快
 松散無力
 著三筆重
 筆太小分明眼勢得當
 耳
 要筆重
 有力

為當大者以之筆時為以可

連筆實而不虛

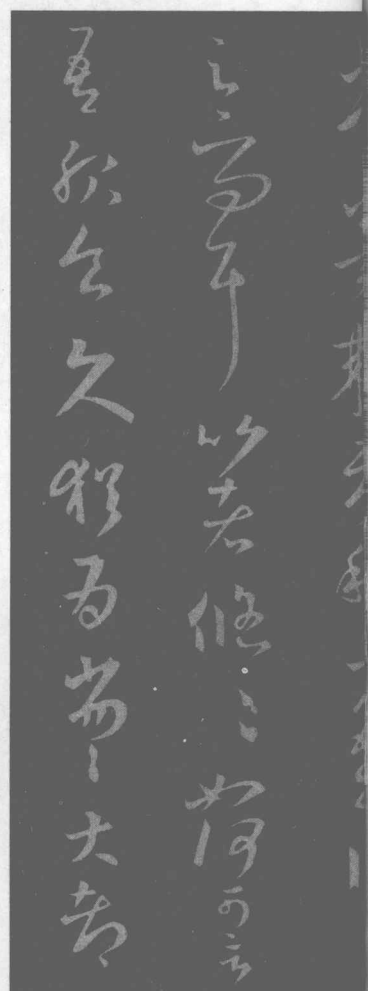
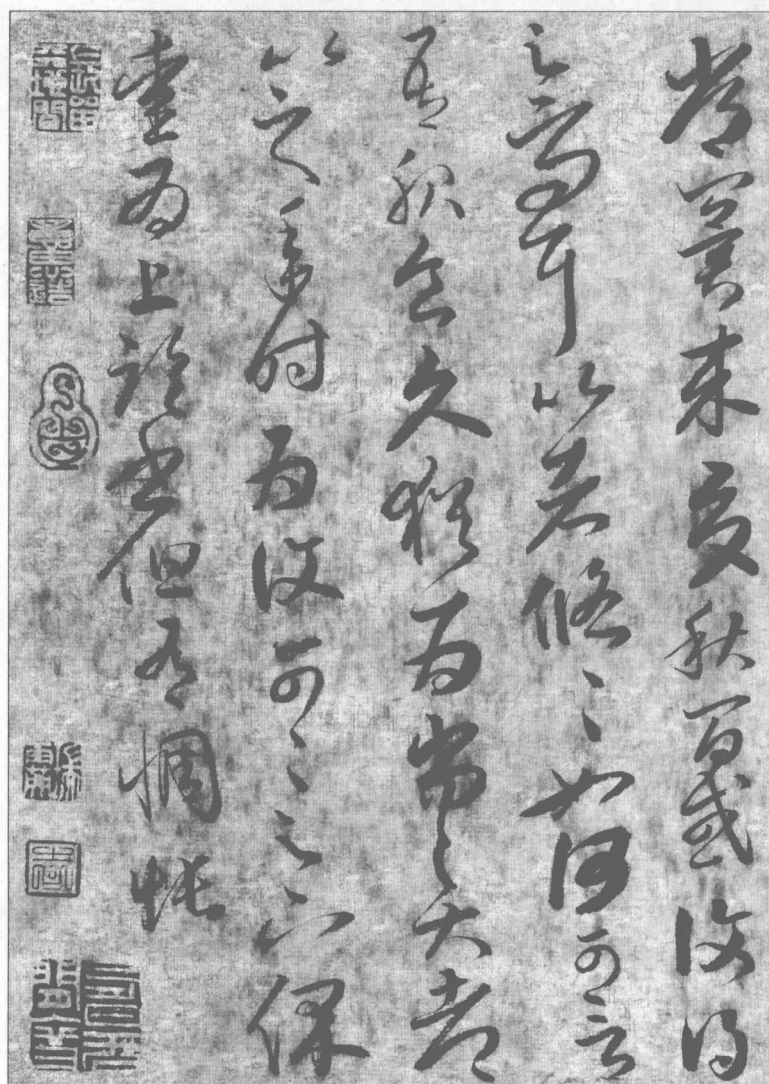
看帖要推其時有法下筆要爽起收含蓄取勢自然

六何重為上論出但有惆悵

批阅

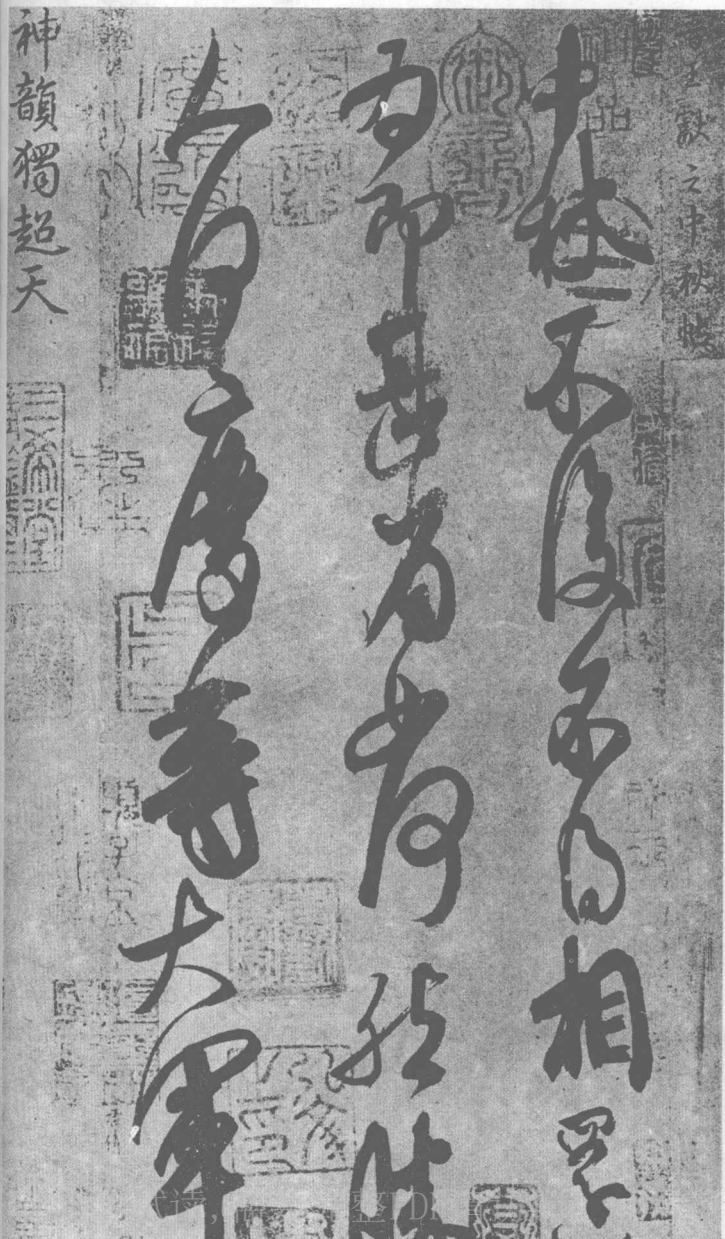
此件临作，虽一看可知是书王羲之今草，然缺少对书写方法的理解。运笔不精，章法不自然。如：“著”字松散无力；“为”字一撇不照原作取势而显得马虎；“悵”字呆板；“复”字太细，流动感不足，出锋无力；“耳”字收笔太快，没有中锋力送笔端。整四行无行气，上下连贯不够，呆板松散，点画乏力。

示范临摹



神韻獨超天

王献之《中秋帖》导临



简介

王献之(344—386),字子敬,小字官奴,王羲之第七子。少有大器,识见不凡,入仕历任建威将军、吴兴太守、中书令,故称大令。幼而能书,以泥帚作飞白书,颇得其父赞许,而献之的笔法是继承王羲之,《晋书》称其时书已“咄咄逼人”。时人以为“骨势不及父,而媚趣过之”,后人以“二王”并称。

《中秋帖》因帖首有“中秋”二字而取名,二王父子均善尺牍,后人对此崇拜,达到了寸纸皆珍的程度,但时至今日,二王遗迹早已失传,所能看到的墨迹,都是唐人双勾填墨的摹拓本或后人临本。《中秋帖》学者考其为米芾据其藏刻的王献之《十二月帖》所节临,后为乾隆《三希堂》所藏。