名蹟紹介

◆石門頌（148）

陝西省褒城県北の石門と称せられたもので、一般にこれを摩崖刻といい石碑ではない。この巌壁には鄐君褒道刻石を初め、北魏の王遠の石門銘、そのほか古よりの文字を刻したものが蘚苔の間に多く隠見しているという。この石門頌もそのうちの一つで、後漢の建和2年（148）の刻で、その書は東漢人の傑作の一つであり、特色としては、甚だ飄逸なる点であり、また往々字脚を長く伸ばしていることも面白い。

この字脚を長くするのは五鳳2年（前56）の刻石、西域出土の木簡等にもよく見る形である。石門頌の場合も碑の如き制約がなく、石勢に応じて自由に字脚を伸ばしたものであろう。

其有四年　詔書開余（斜）　鑿通石門　中遭元二

（136×35㎝）

塗路澀難

（93×19㎝）

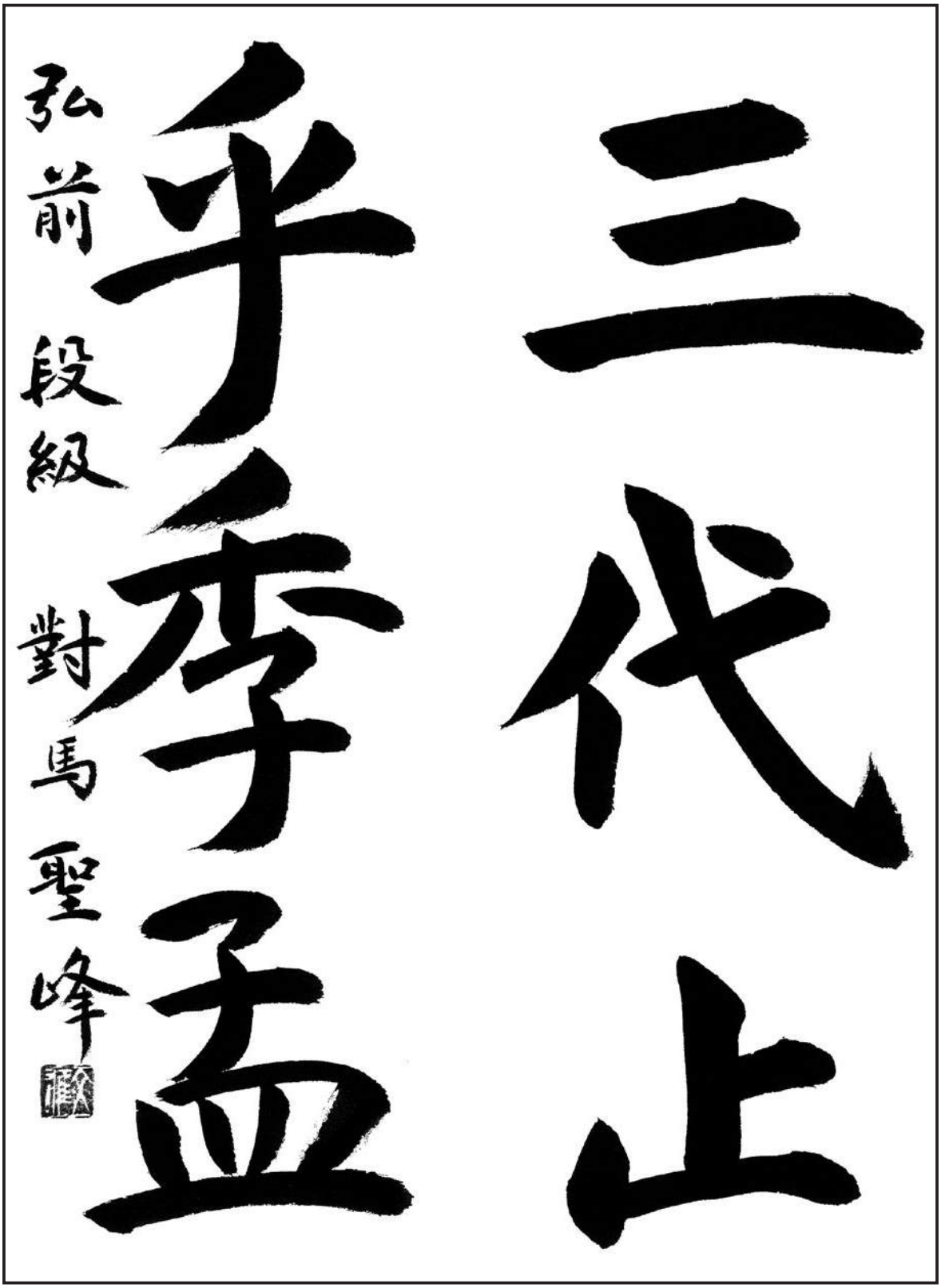
石門頌は古来評価が高く、特徴は〝古雅深趣〟という言葉に要約されている。形体と用筆の変化の多様性を習得する上でも効果的である。訪中２度目の西安市で交通大学教授の鍾明善先生が拓本を見せてくれた中に石門頌摩崖碑の全拓があり、興奮を覚えたことを忘れてはいない。現在出版されている法帖類は多少縮小されていることを見逃してはならない。字粒は横13㎝縦９㎝内外で、碑身の高さ２５１㎝×幅１８７㎝、本文６０７字の大きな刻碑である。自由豁達で固からず古拙の中の暢びやかな姿態や間のとり方は自分の心の中の眠っていた部分を目覚めさせてくれる何かが潜んでいるように思えてならない。用筆の転折の接筆部分が暗くなるのは精神的な要素がもたらしているので意のままにならずとも楽しく過ごせたと思っている。

古川暁洲

7月号　　楷書臨書課題（漢字半紙部）　對馬聖峰臨

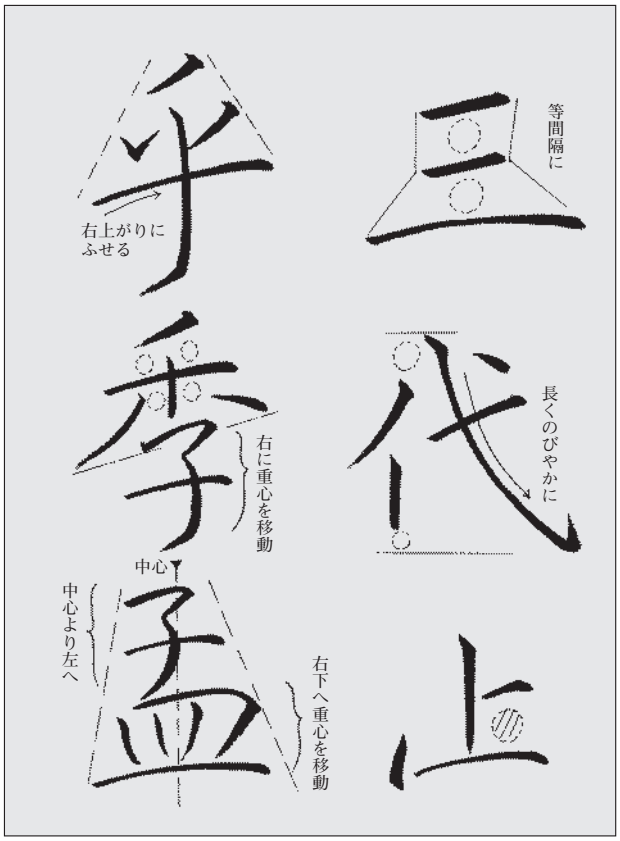
※出品段級位（漢字半紙部 新級～八段）

※弘前の部分には支部名を書く



使用筆（花林）・使用紙（無罫半紙・桐）・使用墨（黒耀）

孔子廟堂碑（虞世南）



〔三〕長さに注意し、横の間隔を等しく。太めの線でしっかりと運筆する。

〔代〕偏旁とも重厚に。亻は上下に余白を残す。旁の2画目は反りながら動き大きく、終筆はま上にはねる。

〔止〕動きを抑えて、じっくりと運筆する。小さい文字なので配字に気を配る。

〔乎〕全体に菱形にまとめる。軽快なタッチで明るくすっきりと見せる。最終画はしだいに筆圧を加え、終筆は左下へはらう。

〔季〕上部は画と画の接筆に留意。子は右に重心を移動しバランスをとっている。

〔孟〕子は中心より左に寄せて、皿は右下へ重心を移動させる。

※1行目は画数が少ない文字が続く。画数が少ないと一つの画の方向・長さの違いでバランスをくずしやすいので注意。

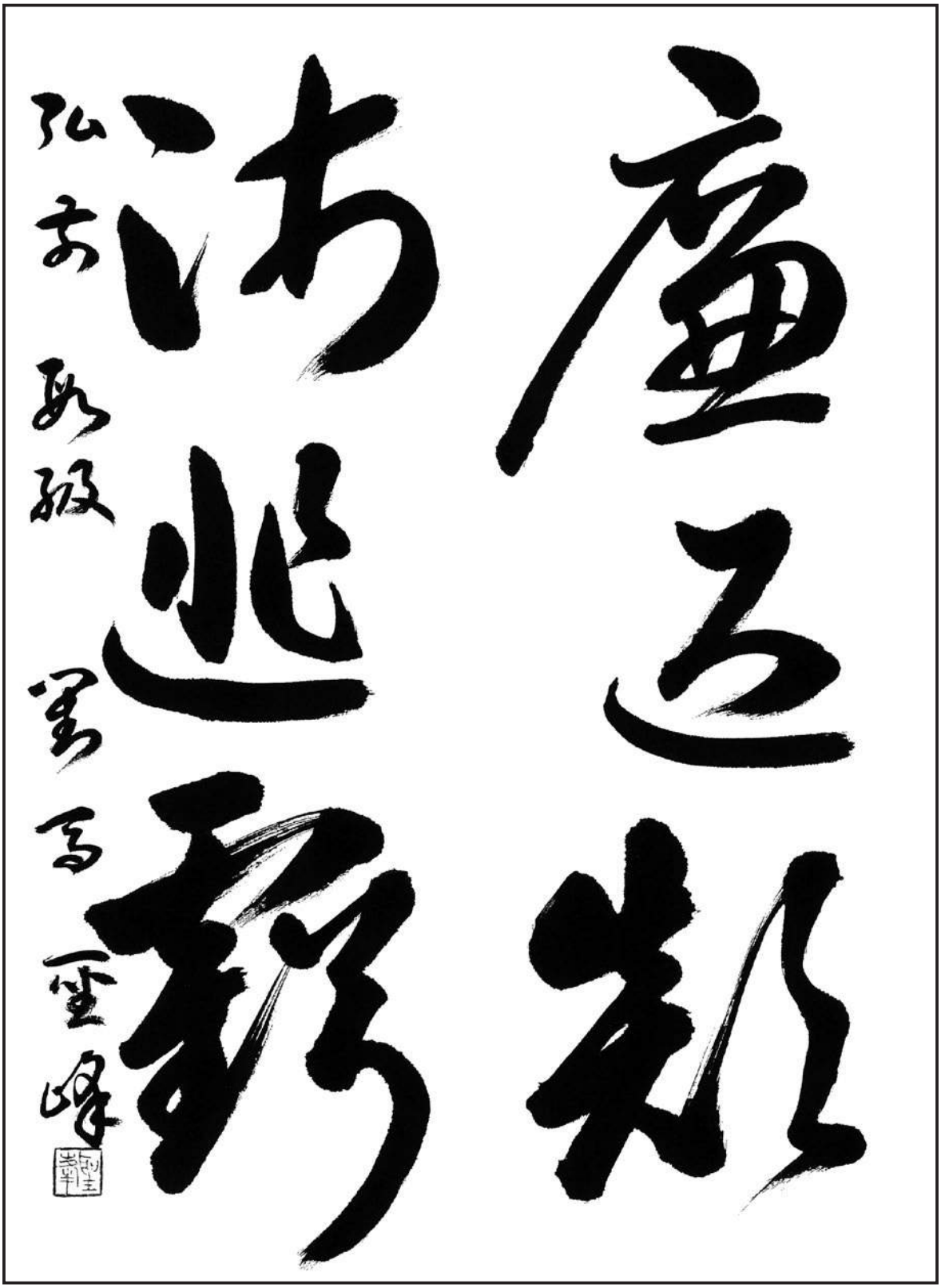
原帖

〔三代止乎季孟〕（道は）三代を（超）うるも、季孟の（間に）止まり

7月号　　草書臨書課題（漢字半紙部）　　對馬聖峰臨

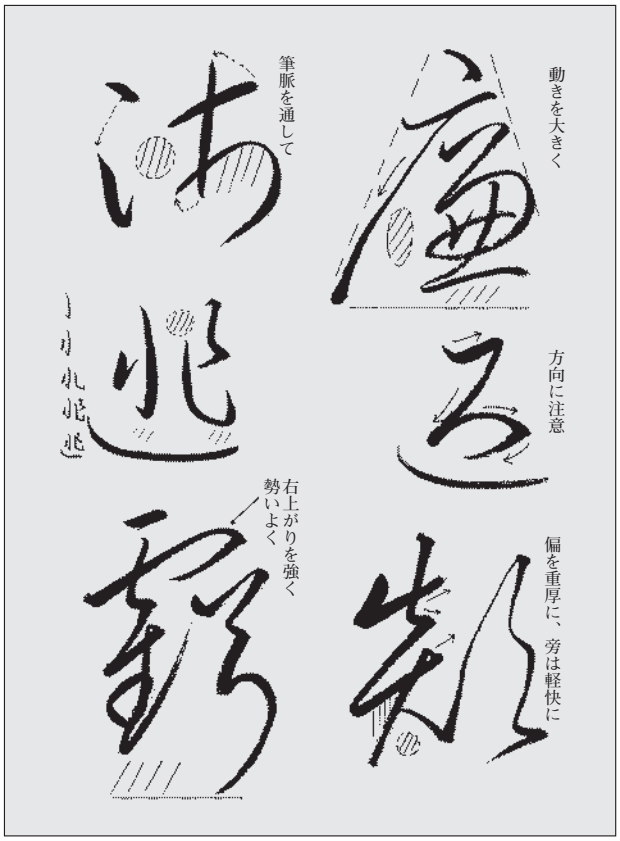
※出品段級位（漢字半紙部 新級～八段）

※弘前の部分には支部名を書く



使用筆（旭水）・使用紙（無罫半紙・松）・使用墨（黒耀）

真草千字文（智永）



〔廉〕 全体に不等辺三角形に形づくる。3画目は抱え込むような大きな動きで。**兼**は右に寄せて左に余白をつくる。

〔退〕 上下に大きな文字がくるので小さく引きしめる。各々の方向を変化させる。**辶**は軽く、すくうイメージで。

〔顚〕 偏は重厚沈着に、旁は軽快に。偏は筆の動きがわかりにくいので骨法をよく見て書く。偏と旁の間を広くあける。

〔沛〕 氵は小さく重厚に。**市**は中鋒で温雅な線を用いる。線の切れている部分も筆脈を通す。

〔匪〕 柳葉の形の用筆。筆鋒と筆腹を使う。それぞれの画の方向に注意し、筆脈を考えて筆を運ぶ。

〔虧〕 偏の中に旁を入れ込む。偏の2画目は筆勢を表出し、旁は曲線でじっくりと運筆する。

原帖

〔廉退顚沛匪虧〕（節義）廉退は、顚沛にも虧けざれ。

7月号　　中字課題（漢字半紙部）　　中西溪州書

※出品段級位（漢字半紙部 新級～八段）

読み―百尺竿頭（ひゃくしゃくかんとう）、須（すべ）らく歩（ほ）を進（すす）め

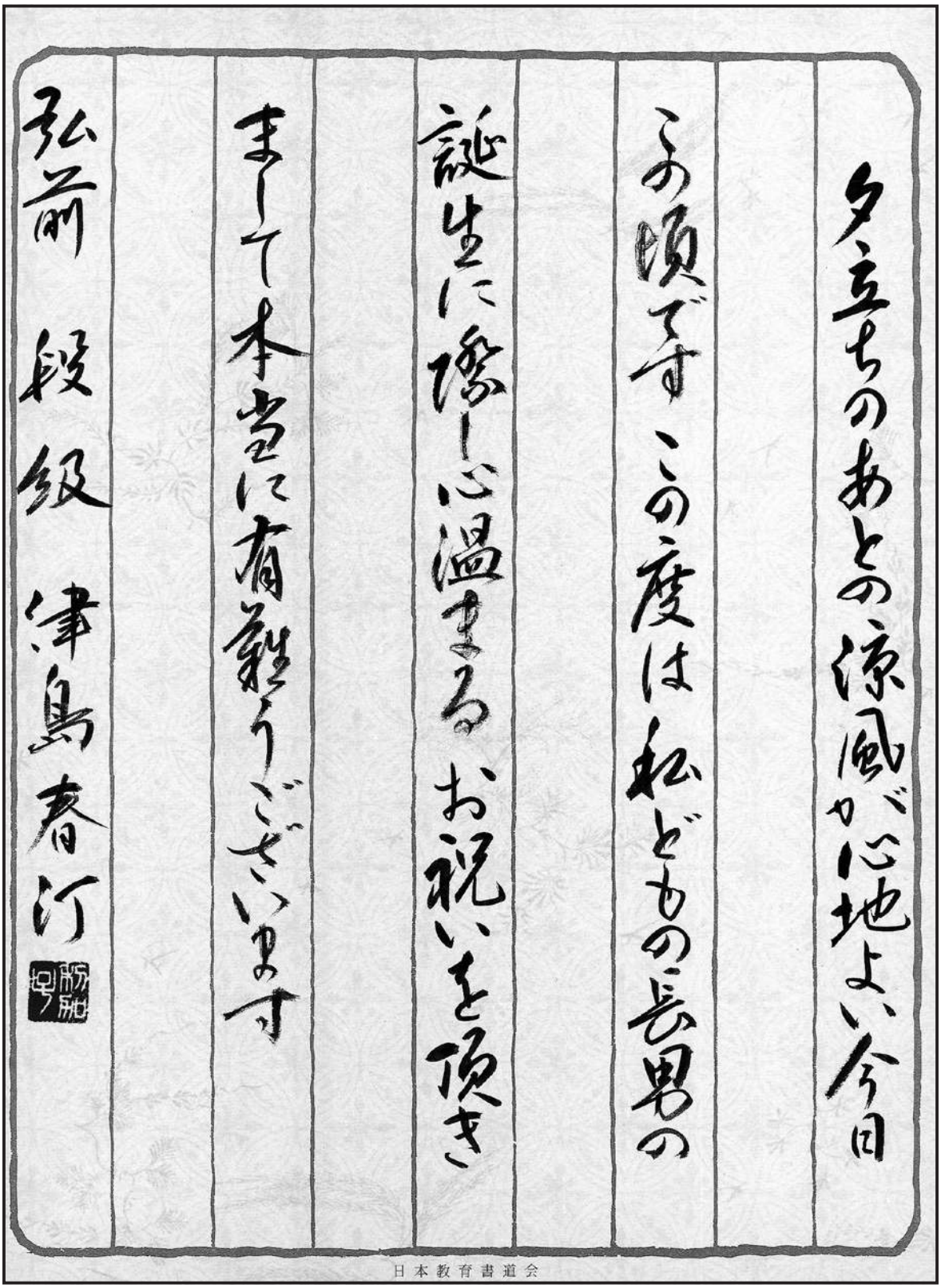
意味―百尺もある竿の頂上をきわめる、つまり大悟したとしても、その後に一歩進める。

使用筆（天開）・使用紙（中字用半紙）・使用墨（書芸呉竹〈固型〉）

※**弘前**の部分には**支部名**を書く

※出品段級位（調和体部 新級～八段）

◎19頁に部分解説があります。



日本教育書道会

読み―夕立ちのあとの涼風が心地よい今日　この頃ですこの度は私どもの長男の誕生に際し心温まるお祝いを頂き　まして本当に有難うございます

（◎印墨つぎ）

※弘前の部分には支部名を書く

使用筆（からまつ）・使用紙（調和体用紙）・使用墨（書芸呉竹〈固型〉）

漢字条幅漢詩課題

漢字条幅部
※出品段級位（新級～八段）

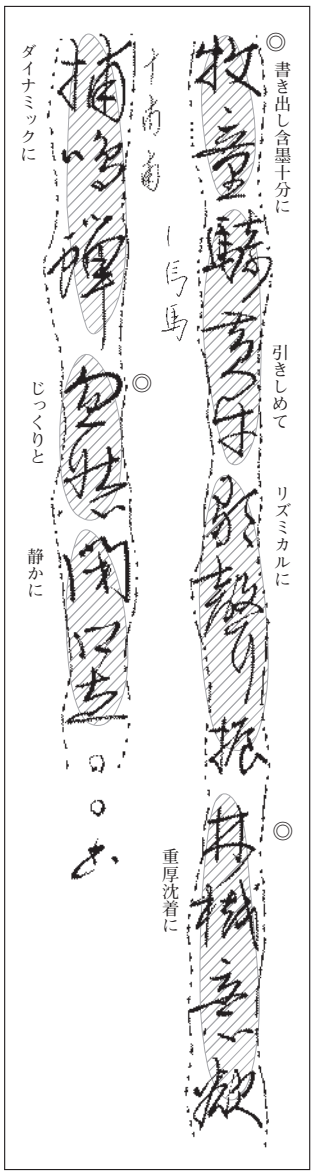
墨のつけ方は紙質によって墨の含ませ方も当然異なってきますが、そのコツは何べんも練習し、自分で体得するより他に方法がありません。

大体において墨が沢山含まれている時は少しゆっくりと書き、墨が少なくなるにつれて運筆の速度を増していくようにするのも1つの方法です。また書きはじめて墨が予定より早くなくなりそうに感じたときは、早めに、適当にわからぬように墨を補うようにします。また反対に相当字数を書いてもかすれてこない場合は、そばに反古紙をおいて、時々その反古紙で墨をとるようにします。

しかしこれらの方法はうまくやらないと作為が一目でわかるようでは駄目で、その辺要領よくやらなければなりません。要はこの潤渇というのは筆の大きさ・太さ・墨の濃さ・紙の質・運筆の速度といった条件がからみ合って効果を挙げるものですから、その辺の要領が自在にできるよう書き込むことが大切だと思います。

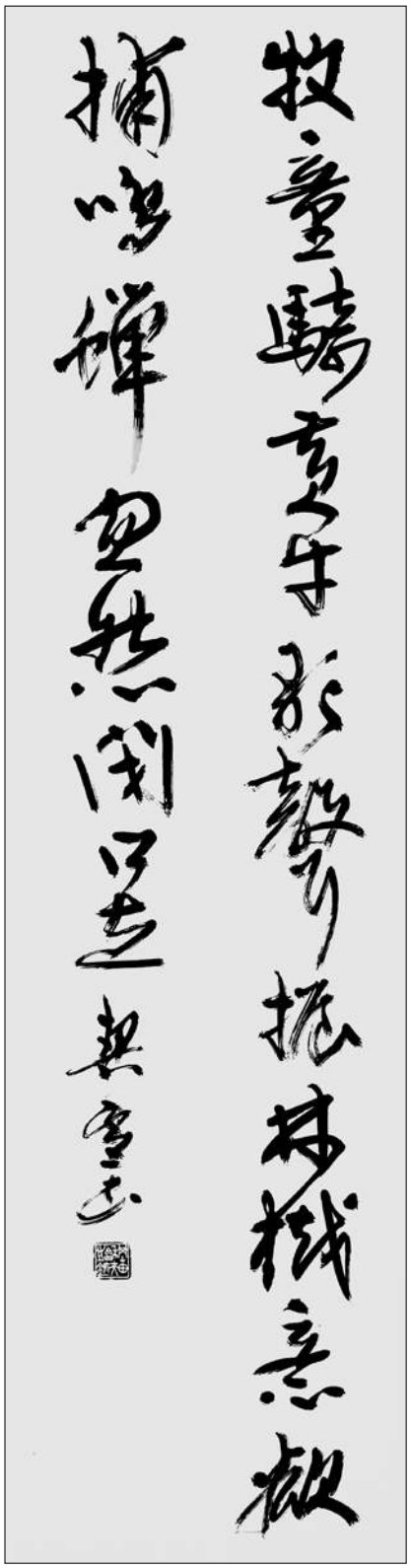
『速筆は見た目には達筆に写りますが、実際には早書きと呼ばれ、古典の手法よりも自己流が表出されることが多く、一考を要します。ただこれを戒めるだけでなく、古典に倣い文字に緩急のメリハリをつけることが大切な要件であることを心して下さい。』

（『　』内は岡田契雪先生より）



使用筆（白神）・使用紙（漢字条幅用紙半切・梅花箋）・使用墨（頂煙翰墨自在〈固型〉）

岡田契雪先生書



半　切（約136×約35センチ）

半切検定課題原寸大手本
500円で販売しております。

〔◎牧童騎黄牛　歌聲振林樾◎　意欲捕鳴蟬　◎忽然閉口立〕　袁　枚　（◎印は墨つぎ）

読み―牧童黄牛に騎り、歌声林樾に振う。意に鳴蟬を捕えんと欲して、忽然口を閉じて立つ。

意味―牧童は黄色い牛に跨り、歌声は林に響く。鳴く蟬を捕えようとして、突然口を閉じたまま立っている。

注　意

漢字半紙部門と段級位は異なりますので漢字条幅部門の段級位をご記入下さい。なお、初めて出品の人は新とお書き下さい。
支部名・段級位・氏名は鉛筆で左下に記入下さい。

漢字条幅臨書課題

漢字条幅部
※出品段級位（新級～八段）

◆蜀素帖（米芾）

最近は歳のせいか涙もろくなってきたようです。

「マッサン」の最終週でエリーがマッサンに宛てた手紙を読むシーンでは、みるみるうちに涙が出て困りました。

さてこの涙ですが、泣いた時の涙は万病の元とされるストレスの解消に強烈なパワーを発揮することが明らかになってきました。ただ肉親の死など身近な悲痛ではなく、映画など全く別世界の主人公に自分もなりきり、とめどなく涙を流すと効果は強くなります。

最近は、意識的に泣いてたっぷり涙を流すと、笑い以上のプラス作用をもたらすことが注目されています。

人間の自律神経は、怒ったり興奮したりすると交感神経が優位になってストレス状態になりますが、笑ったり泣いたりすると副交感神経が優位に立ちリラックス状態になります。漫才や落語を聞いて爆笑した時よりも悲恋映画などを見て号泣した時の方が、ストレス・ホルモンをより多く体外に追い出すことが実験で分かったそうです。マッサンを見て泣いた後のスッキリ感は、そのお陰だったのですね。

先月と反対に画数の多い字が続き、作品が大きくなりやすいので注意。**鶴**と**頸**の偏、**青**の**月**はタテ画が後。

對馬聖峰臨

半　切（約136×約35センチ）

半切検定課題原寸大手本
500円で販売しております。

〔鶴◎疑縮頸還　青松◎本無華　安得◎保歳寒〕

（◎印は墨つぎ）　使用筆（神技北斗）・使用紙（漢字条幅用紙半切・華心箋）・使用墨（黒耀（固型））

読み―鶴は疑いて、頸を縮めて還る。青松本と華無し、安んぞ歳寒を保つを得んや。

意味―疑りぶかい鶴は、頸をすくめて帰ってくる。青い松にはもともと華は咲かない、咲けばどうして冬の寒さに耐えることができよう。

注　意

漢字半紙部門と段級位は異なりますので漢字条幅部門の段級位をご記入下さい。なお、初めて出品の人は新とお書き下さい。
支部名・段級位・氏名は鉛筆で左下に記入下さい。

漢字条幅初等課題
漢字条幅一行課題

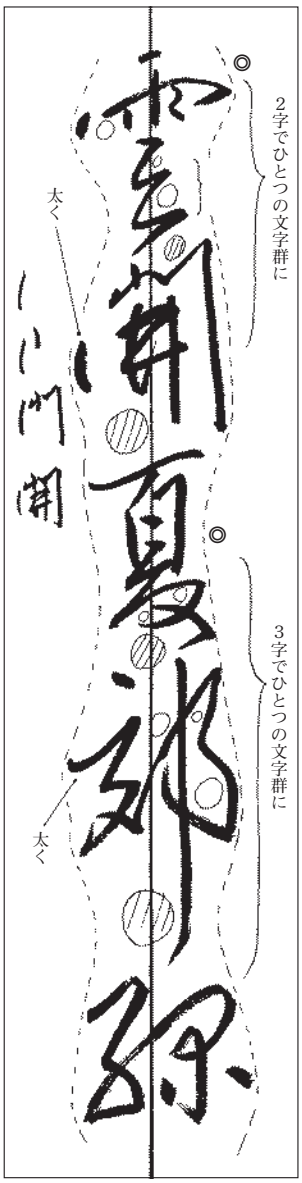
漢字条幅部
※出品段級位（新級～準三段）
※出品段級位（新級～準五段）

7月11日・12日と大鰐町「不二やホテル」で**日本教育書道会特別研修会**が開かれます。各地区展覧会へ出品の為の2×8尺長尺ものから、毎月の課題、八段位受験者の課題についても指導が受けられます。どの研修会も素晴らしい実のある研修ですが、一年の中でこの研修会も楽しみのひとつです。〝**おすすめ**〟

さて今月号は「条幅推奨月間」です。是非この期間に条幅はまだ、と言う方、初等条幅に取り組んでみてはいかがでしょう。

〔雲〕

☆書き出し小さく。「雨」の1画目、2画目は太く、その外は軽く。「云」は重く。



使用筆（初等・心月　一行・翔龍）・使用紙（初等・四半切華心箋　一行・半切華心箋）・使用墨（黒耀〈固型〉）

〔開〕

☆「雲」の最終画から筆意を受けて入筆し、1画目は太く、しだいに軽く、「开」は軽やかに。

〔夏〕

☆墨継ぎです。1画目は細目に、3画、4画と太目に「夕」は少し軽く。

〔郊〕

☆5文字の中でいちばん大きい字でしょうか、偏は太く旁は細く伸びやかに運筆して下さい。

〔緑〕

☆最後の字は草書体です。太細を付けて引きしめて下さい。

佐々木 彩苑 書

（◎印は墨つぎ）

〔◎雲開◎夏郊緑〕 韋応物

読み―雲は開きて夏郊緑なり。

意味―雲が切れて日がさしこみ、夏の郊外は緑一色である。

初等…四半切（約68×約17.5センチ）
一行…半　切（約136×約35センチ）

一行課題原寸大手本500円で販売しております。

注　意

漢字半紙部門と段級位は異なりますので漢字条幅部門の段級位をご記入下さい。なお、初めて出品の人は新とお書き下さい。
支部名・段級位・氏名は鉛筆で左下に記入下さい。

7月号　実用課題

※今月号は出品できません。

涼風　暑さ厳しき折おからだご自愛を…

津島春汀書

暑中お見舞い申し上げます　夏バテしないようスタミナ料理で精をつけてがんばりましょう

奈良岱奉書

創作コーナー

出品資格「各部門5段以上」
作品締切日…7月25日必着

漢字半紙創作課題

※落款は支部名(県名)・姓号を毛筆で書き入れてください。

得歡當作樂

読み―歓を得ば当に楽しみを作すべし

漢字条幅創作課題

雨過芳花潤　風來綠葉柔　研朱讀周易　更覺小牕幽

読み―雨過ぎて芳花潤い、風来りて緑葉柔かなり。朱を研りて周易を読めば更に小牕の幽なるを覚ゆ

（銭鳳綸）

4月号創作概評

各自共、デッサンや運筆に工夫努力のことと思うが、筆圧のかける部分や送筆のリズム感が、もう少し出てきたら目標に近づけると思う。

しかしながら、誤字を平気で書くようではいけないし、字典類をもっと注視して取り組むべきではなかろうか。

（古川　暁洲　評）

4月号創作出品者

※成績順に掲載します。

《漢字半紙》

伊藤照峰　○竹森静玉　関口暁水
菊地飛山　松橋梢光　○横手彩泉　大泉香華
澁谷映華　藤中秀峰　竹谷恵峰
端本綾径　**《漢字条幅》**　小杉藤汀
吉田静月　○小郷梅泉　澁谷映華

（○印は写真版）

創作出品規定

・作品の**左下隅**に鉛筆で**台帳番号・段位・姓号**を記入して下さい。(支部会員の方は支部長名をご連絡下さい)
・締切日は**当月25日**です。遅れた作品は審査いたしかねます。
・例月作品とは**別送**し、「創作コーナー」係まで。
・審査後の作品返送希望者は、返信用封筒に住所・氏名を書き、切手を貼付して同封下さい。

創作優秀作品（4月号）

課　題

（漢字条幅）何事催春去　殘紅遂雨飛　飄風無處所　來歲可能歸

小郷梅泉――総合的にゆっくり書いて、まとめを魅力あるものにした佳作。

竹森静玉――文字に力あり。ただもう少しリズムにのって書いたらさらに発展すると思う。

横手彩泉――全体のまとめ、潤渇、大小ともよろしいが、「所」はかたい感じがする。

※出品段級位（ペン部 新級～八段）

7月号　ペン行書課題（ペン部）　奈良岱奉書

自分であれ
そして忘れるな
自らを
知るものには
悲嘆はないことを

マシュー・アーノルド

支部名
学年
段級位
（初めての人は新と書く）
氏名

※マシュー・アーノルド（1822～1888）…イギリスの詩人・評論家。

※課題執筆と同じペンを本会で取扱っております 定価162円

（ボールペン0.7・硬筆用紙6行使用）

※出品段級位（ペン部 新級～八段）

7月号　ペン横書課題（ペン部）　奈良岱奉書

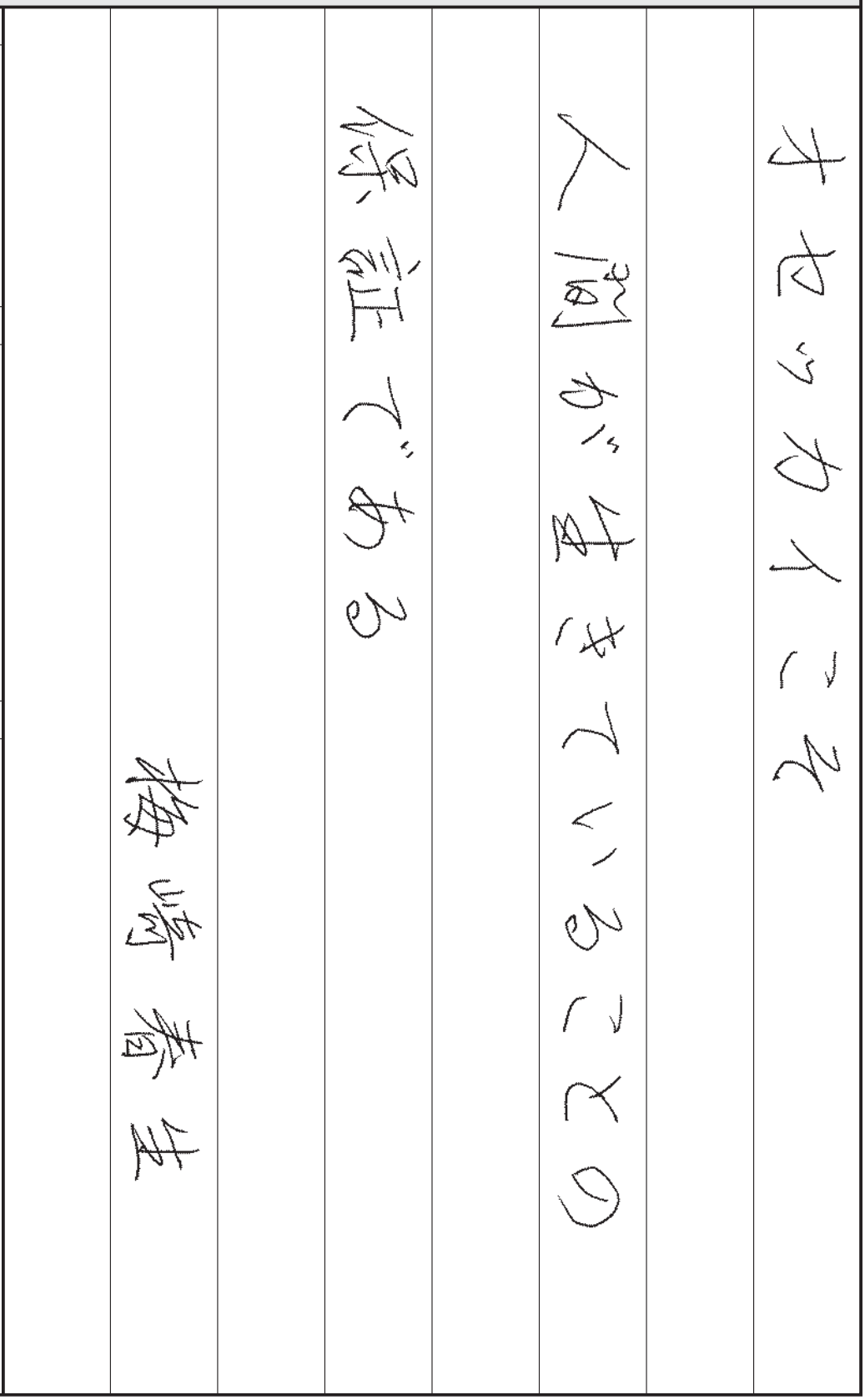
支部名

段級位

初めての人は新と書く

氏名

支部名・段級位・氏名は横書きでお書き下さい。



（ボールペン0.7・硬筆用紙8行使用）

※梅崎春生（1915～1965）…戦後の小説家。

※課題執筆と同じペンを本会で取扱っております　定価162円