

市民大学 書道講座 長岡京市立中央公民館 講座室 2019. 6. 27 (木) 14:00～

「書へのいざない ～心のオアシスを求めて～」

はた せい か
講師：秦 青霞

古谷蒼韻先生（日本芸術院会員、文化功労者）に師事
公益社団法人 日展会友、読売書法会理事、霞陽会主宰

◆書体の移り変わり

1 篆書 最も古い書体

亀甲文・・・殷 B. C. 1300～B. C. 1050

青銅器に鑄刻した金文・・・周 B. C. 1050～B. C. 221

石鼓文（大篆）・・・戦国 B. C. 403～B. C. 221

小篆・・・秦 B. C. 221～B. C. 206 始皇帝文字の統一 大篆を簡略化

2 隸書 小篆をさらに簡略化 民間で自然発生的に起こった 八分書（波磔）

石碑、摩崖に文字を刻す・・・後漢 A. D. 25～220

3 草書 隸書を簡略化

蔡倫 紙の発明 A. D. 105 専門の書家出現 本格的な書芸術

4 行書、楷書

書聖 王羲之（十七帖、集聖教序）・・・東晋 A. D. 317～A. D. 420

書芸術の地位確立

欧陽詢（九成宮醴泉銘）、虞世南、顔真卿、懐素・・・唐 618～907

蘇東坡、黄庭堅、米芾・・・北宋 960～1279

董其昌、王鐸、黄道周・・・明 1368～1644

包世臣、趙之謙（尺牘）、呉昌碩・・・清 1644～1912

◆日本の書のルーツ

漢字は中国から 1～2 世紀の頃に日本に伝来。「漢倭奴国王」金印が発見

仏教伝来、写経文化 6～7 世紀 唐僧 鑑真 763 年に唐招提寺創建

「万葉集」奈良時代 五世紀～八世紀

万葉がな・・・一字一音表記で漢字をそのまま使っているので書くには
効率が悪いため、草書化され、かな文字が作られた。

ひらがな（おんな手）・・・当時女性は漢字を学ぶことが許されず、草書を
和文にあて、簡略化してできた文字。後に一般にも使用された。

カタカナ・・・漢字の一部

仮名文字は平安時代に確立

◆書道具

筆 太筆、小筆 羊毛、剛毛 材料により様々
墨、硯 墨液、墨池、半紙 表と裏 文鎮

◆書く時の姿勢

半紙の真ん中に座る 背筋を伸ばし、肩の力を抜き、肘を少し開く
机の高さはおへその位置がよい

◆筆の持ち方

単鉤法 親指と人指し指で持ち中指は人指し指に添える 小筆の時
双鉤法 親指、人指し指、中指で持ち薬指の爪で筆を止める
親指の関節が曲がらないことが大切

◆用筆法

直筆 筆を真直ぐに立てる 穂先が線の真ん中を通る
側筆 筆の穂先が線の一方を通って厚みがなく、品がない線になる

◆筆の構え方（腕法）字の大きさにより使い分ける

枕腕法 右の手首の下へ左手を伏せて置き、右手を軽く動かす
提腕法 右手の第一関節と第二関節の間を軽く机に触れて動かす
懸腕法 腕を上げて手を机に付けずに書く

◆学習法 臨書：お手本を写す手習い 目習い：多くの古典を見る

<楷書> 横画（トンスートン）、縦画、左払い、右払い等 永字八法

<行書> 滑らかな運筆、止まる所の省略

<草書> 文字を最も簡略化したもの。

実画 どうしても必要で省くことのできない画

虚画 必要でないが、筆の勢いで書く虚画は大事な物

潤筆 墨がたっぷりついてにじみが出る程のもの

渴筆 墨の量が少なくかすれる状態

蔵峰 筆の穂先を巻き込むようにし、筆の毛の中に穂先を包み込んで起筆する

露峰 筆をそのまま紙に落として、穂先を露わにしたままで起筆する