

DVDでやさしくわかる!

石飛博光

Hakkou Ishitobi

はじめての

書道

美しい筆文字を書くための
基礎の基礎が身につく!

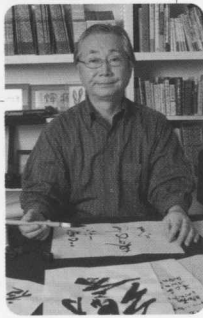
基本点画(横画・縦画・はらい・曲がり・そり・はね・おれ・点)、
楷書の基礎(漢字・ひらがな)、行書の基礎、
はがき、手紙、表書き、芳名帳、時候のあいさつなど

石飛博光 ● 監修

石飛博光
はじめての
書道

Hakkou Ishitobi

石飛博光 ● 監修



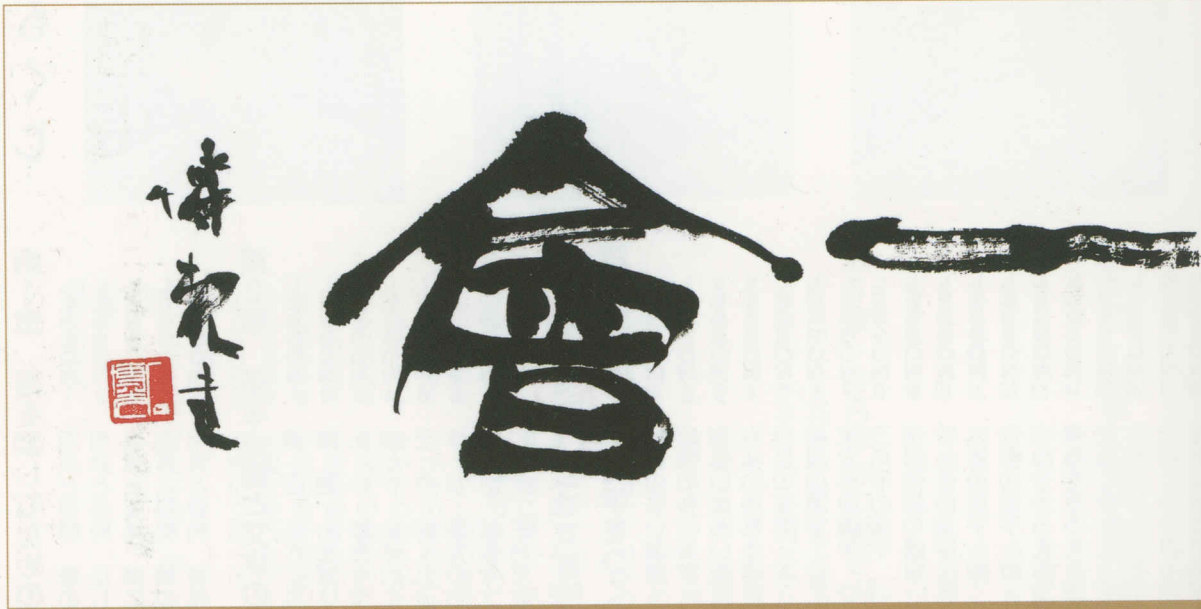
永岡書店

まずは筆をとり 自由に文字を書いてみましょう

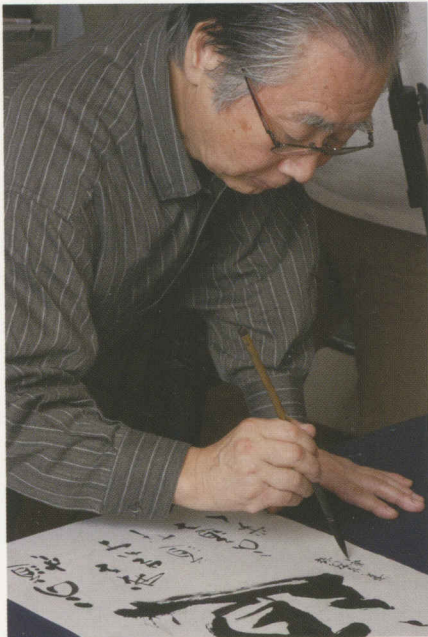


いつの時代も 手書きの文字が美しい

現代人にとって文章を書くことは、パソコンや携帯の普及によってより身近なものになっています。一方、毛筆で文字を書くことは、まるで特殊技術であるかのような難しい印象を与えているかもしれません。メールの文章は文字を打つ人がミスタイプをしなければ、何度打っても同じ文字になります。逆に毛筆は、その人の技量はもちろん、墨の濃さ、紙の質によっても結果は変わり、10回書けば10通りの作品に仕上がるのです。これはとてもドラマチックなことであり、温かみのある人間の成せる技です。だからこそ、1人でも多くの人に筆をとってもらい、文字を書いてもらいたいのです。最初は簡単な線を書くウォーミングアップからはじめましょう。筆文字を書くためには、まず筆と仲良くなることです。大筆や小筆、力を入れたり、サラサラと走らせたり、心のままに書いてみましょう。きつと色々な文字や文章が書きたくなるはずですよ。



書：石飛博光「一期一会」



石飛 博光

今までの書道本は、お手本を見せポイントになる部分だけのレクチャーに終始してきました。しかし本書では、DVDの映像でお手本の筆さばきを見せることで、腕の動かし方はもちろん、筆先のしなりや傾きまで忠実に再現しています。自宅にいながらにして書道の基本がすべて学べる本が完成しました。本書によって、きれいな筆文字を書くための約束事やポイントを理解しつつ、実際の筆の動きをDVDの映像でチェックすれば、上達のスピードがあがることは間違いありません。本書のテキストは、私の門下生たちが心を込めて書き上げたものです。ぜひあなたも筆をとり、書道をはじめてみませんか。

本と映像から 書道の基本を学ぶ

ラサラと走らせたり、心のままに書いてみましょう。きつと色々な文字や文章が書きたくなるはずですよ。

第1章 書を楽しむための基礎知識 7

- LESSON 1 用具と姿勢 筆の種類・用具の選び方と使い方 8
- LESSON 2 用具と姿勢 正しい姿勢と筆の持ち方・腕の構え方
- LESSON 3 用具と姿勢 筆に慣れるためのウォーミングアップ
- LESSON 4 用具と姿勢 筆の運び方の基本(運筆法) 14
- LESSON 5 用具と姿勢 書体のいろいろ 文字のルーツを知る 16

第2章 基本点画と文字の構成 17

- LESSON 1 横画 長さに応じて「ぞる」「ぶせる」を使いわかる 18
- LESSON 2 縦画 力加減は変わってもスピードは一定 20
- LESSON 3 払い 筆先をまとめる意識で丁寧に払う 22
- LESSON 4 曲がり 全体的に丸みをつけてカーブは細く書く 24
- LESSON 5 そり 深く丸みをつけてはねは90度を目安に 26
- LESSON 6 はね 筆先の形に注意してゆったりとはねる 28
- LESSON 7 おれ 縦画を太く、横画を細く「おれ」では一旦止まる 30
- LESSON 8 点 三角形を意識して「点」を線として書く 32

第3章 美しい文字をつくる「強調ポイント」 35

- LESSON 1 横画の多い漢字 36
- LESSON 2 縦画の多い漢字 37
- LESSON 3 左払いの多い漢字 38
- LESSON 4 右払いの多い漢字 39
- LESSON 5 横長の漢字 40
- LESSON 6 縦長の漢字 41
- LESSON 7 正方形の漢字 42
- LESSON 8 三角形の漢字 43
- LESSON 9 逆三角形の漢字 44
- LESSON 10 ひし形の漢字 45
- LESSON 11 丸形の漢字 46
- LESSON 12 台形の漢字 47
- LESSON 13 中心をそろえる漢字 ① 48
- LESSON 14 中心をそろえる漢字 ②
- LESSON 15 左右に分かれる字形 ①
- LESSON 16 左右に分かれる字形 ②
- LESSON 17 左右に分かれる字形 ③
- LESSON 18 左右に分かれる字形 ④ 53
- LESSON 19 左右に分かれる字形 ⑤ 54
- LESSON 20 三分割される字形 55
- LESSON 21 上下に分かれる字形 ① 56
- LESSON 22 上下に分かれる字形 ② 57
- LESSON 23 上下に分かれる字形 ③ 58
- LESSON 24 上下に分かれる字形 ④ 59
- LESSON 25 「によう」がある字形 ① 60
- LESSON 26 「によう」がある字形 ② 61
- LESSON 27 「によう」がある字形 ③ 62
- LESSON 28 右下に注意する字形 63
- LESSON 29 左下に注意する字形 64
- LESSON 30 下が空いている字形 65
- LESSON 31 囲みの字形 66
- LESSON 32 右側の空いた囲みの字形 67
- LESSON 33 かんむりの字形のとりかた ①
- LESSON 34 かんむりの字形のとりかた ②
- LESSON 35 安定した字形 70
- LESSON 36 字形のとりかた 71
- 69 68





LESSON 14 中心をそろえる漢字② 49

LESSON 15 左右に分かれる字形① 50

LESSON 16 左右に分かれる字形② 51

LESSON 17 左右に分かれる字形③ 52

LESSON 18 左右に分かれる字形④ 53

LESSON 32 右側の空いた囲みの字形 67

LESSON 33 かんむりの字形のとりかた① 69

LESSON 34 かんむりの字形のとりかた② 68

LESSON 35 安定した字形 70

LESSON 36 字形のとりかた 71

石飛流フンポイントアドバイス 一文字を半紙に大きく書けばアート気分 72

第4章 素早く書ける行書の基本 73

LESSON 1 行書とは やわらかい表現ができリズムミカルに書ける 74

LESSON 2 行書とは 点画に丸みがある 76

LESSON 3 行書とは 点画を続けて書く 77

LESSON 4 行書とは 点画の形が変わる 78

LESSON 5 行書とは 点画が省略される 79

LESSON 6 行書とは 筆順が変わる 80

第5章 ひらがなの書き方 81

きれいなひらがなが書けると書道の幅がグンと広がる 82

「教育的なかな」と「一般的なかな」の違い 83

LESSON 1 一般的なひらがな 一つ一つのひらがなの形は字源になる漢字で決まる 84

LESSON 2 連綿の基本 連綿の約束事 かな文字を2つ続ける 88

LESSON 3 連綿の仕方 実際に文字を書いてみよう 90

LESSON 4 漢字とかなの調和 線の強弱で漢字に合うかなを書く 92

LESSON 5 カタカナ カタカナを書いてみよう 94

第6章 生活に活かす書道 97

LESSON 1 芳名帳に書く 98

LESSON 2 のし袋の書き方 100

LESSON 3 主なのし袋の言葉 102

LESSON 4 はがきの書き方〈表書き〉 104

LESSON 5 はがきの書き方〈文面〉 106

LESSON 6 年賀状の書き方 108

LESSON 7 手紙の書き方① 110

LESSON 8 手紙の書き方② 112

LESSON 9 毛筆を使ったアートに挑戦 114

LESSON 10 季節の文章 116

よく使う名字 122

名前によく使われる文字 124

数字とアルファベット 125

地名 126

県庁所在地 127



DVD
80分

筆の動きが手にとるように理解できる

筆先の力の入れ具合まで忠実に再現 DVDだからここまでできる、わかる!!

DVDコンテンツ内容

第1章 書を楽しむための基礎知識

正しい姿勢／筆の持ち方／腕の構え方／正しい用具の使い方／筆に慣れるためのウォーミングアップ／筆の運び方の基本

第2章 基本点画と文字の構成

文字を構成する点画とは／横画／縦画／払い／曲がり／そり／はね／おれ／点

第3章 美しい文字をつくる「強調ポイント」

美しく見せる「楷書」のコツ／画にメリハリをつける／譲り合いを大事に書く／終筆の角度を意識する

第4章 素早く書ける行書の基本

「楷書」と「行書」の違い／点画に丸みがある／点画を続けて書く／点画の形が変わる／点画が省略される／筆順が変わる

第5章 ひらがなをの書き方

「教育的なかな」と「一般的かな」の違い／美しいかなの書き方／連綿の約束事

第6章 生活に活かす書道

日常で使える書道／芳名帳に書く／表書きの書き方／ハガキの書き方

DVD映像の特徴と使い方



■ 書を楽しむための基礎知識
正しい姿勢
筆の持ち方
腕の構え方
正しい用具の使い方
筆に慣れるためのウォーミングアップ
筆の運び方の基本

■ 基本点画と文字の構成
文字を構成する点画とは
横画
縦画
払い
曲がり
そり
はね
おれ
点

初心者はオープニングから順番に見ることをおすすめします。本書ともリンクする第1章から順番にオールプレーで見ると、本書で気になった部分のみの映像を選択して見るセレクトプレーがあります。何度もお手本の筆の動きをチェックして、正しい筆の動かし方をイメージしましょう。



1つの文字に対しては、リアルタイムによる筆の動かし方を見てから、静止画によるポイント解説、スロー再生による筆の動きの再現が映像の流れとなっています。

付属DVDに関する注意事項

◆本DVDは、プレーヤーにセットすると自動的にメニュー画面が起動します。メニュー画面から見たいチャプターを選択してクリックすると、再生できます。

◆本DVDは、DVD-VIDEO対応のプレーヤーで再生してください。DVD再生機能を持ったパソコン等でも再生できますが、動作の保証はできません。不都合が発生した場合、弊社は動作保証の責任を負いませんので、あらかじめご了承ください。

◆DVDの操作方法はプレーヤーごとに異なりますので、ご使用になるプレーヤーの取扱説明書をご覧ください。

◆本DVDならびに本書に関するすべての権利は、著作権者に留保されています。著作権者の承諾を得ずに無断で複写・複製することは法律で禁止されています。また、本DVDの内容を無断で改変したり、第三者に譲渡・販売すること、営利目的で利用することは法律で禁止されています。

◆本DVD及び本書において、乱丁・落丁・物理的欠陥があった場合は、不良箇所を確認後にお取り替えいたしますので弊社までご連絡ください。

第1章

書を楽しむための基礎知識

美しい文字を書くためには、準備がとても大切。用具選びに始まり、筆の正しい持ち方や姿勢、動かし方の基本、そして用具の手入れ方法までわかりやすく解説します。

書とモデル・金敷駿房



DVD
1-1

映像ナンバー
このマークがあるページはDVDの映像でお手本を紹介しています。本書と合わせて学習しましょう。
章ナンバー

DVD
80分

DVD

第1章

正しい姿勢
筆の運び

第2章

文字の構成

第3章

美しく見せる

第4章

「楷書」の
点画がわかる

第5章

「教育的」な

第6章

日常生活

DVD



付属DVD

◆本DVDは、メニュー画面から再生できます。

◆本DVDは、再生機能を持てません。不都合がございましたら、あらかじめご了承ください。

筆の種類・用具の選び方と使い方

筆の選び方

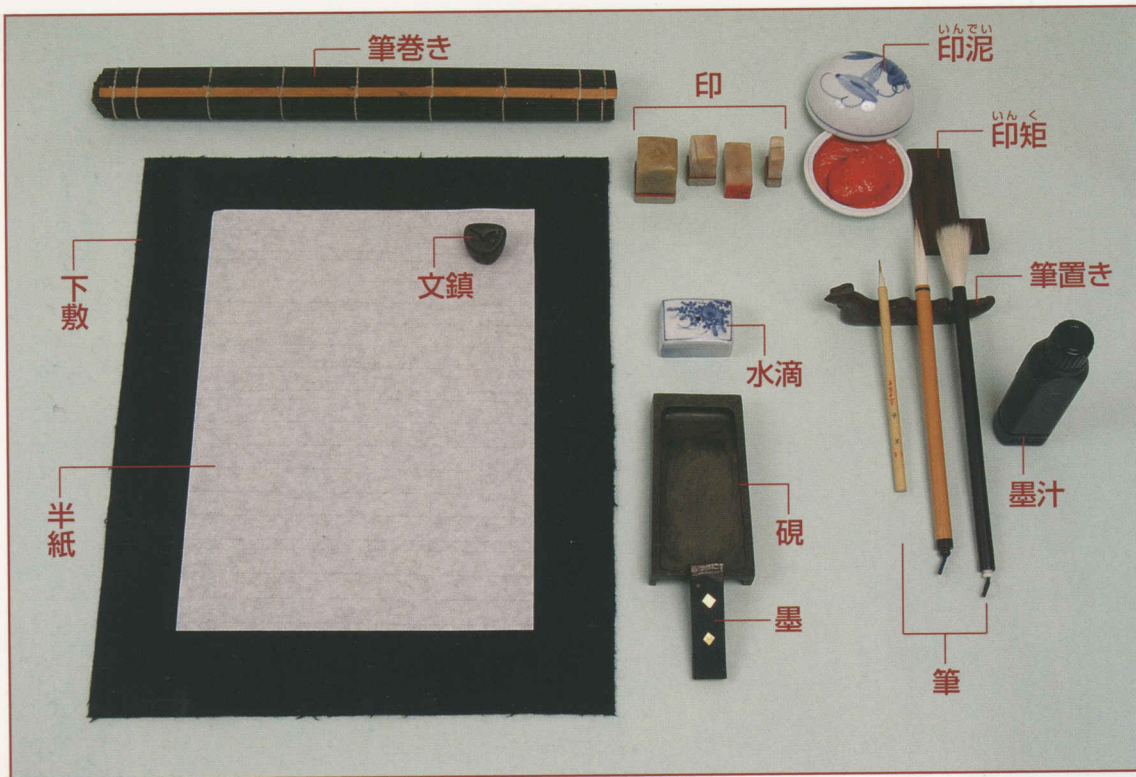
半紙に2~6字を書く場合は、筆管(軸)の直径が1センチほど、鋒の長さが5センチぐらいのものが適当です。手紙などの細字には小筆を使います。鋒の長さや毛の質によって書き味は変わってきますが、初心者はオーソドックスな兼毛の中鋒筆で練習をはじめるのがよいでしょう。



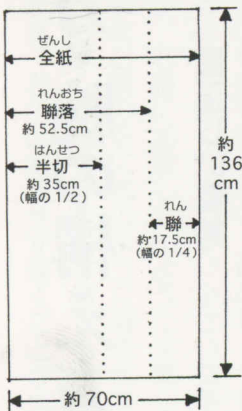
筆の部分名称



筆
 書の用具、用材にはさまざまなものがあります。なかでも、筆、硯、紙は欠かすことができません。この四つは古くから「文房四宝」と呼ばれてきました。
 筆は筆管(軸)と鋒(穂)からなり、筆管は竹、木、陶器などでつくられています。一般的には竹製のものを使います。
 鋒は、羊、馬、鹿、狸、いたちなどの獣毛などでつくられますが、鶏の毛や竹、木、赤ちゃんの毛髪(胎毛筆)なども使われ、材質や混ぜ方、長さや太さによっていろいろな筆ができます。
 筆は一般に鋒の硬軟によって、剛毛、柔毛、兼毛筆(何種類か混ぜてつくる)があり、鋒の長短によって、超長鋒、長鋒、中鋒、短鋒筆に分けられ、製法によって固筆(のりで固められた筆)、捌筆などに区別されます。



■書道で使う紙



ベーシックな紙のサイズは全紙。ここから用途に応じてカットする。初心者の場合は市販の半紙を使って練習するのがおすすめ。

紙 日本製と中国製があり、にじみの多い紙、少ない紙がありますから、それぞれ用途によって使い分けられます。にじみが少ないものは細字の練習に最適で、にじみが多いものはかすれも多く、味わい深い線になる太字を書くのに適しています。

硯 主に石で作られており中国製の端溪硯や歙州硯などが有名です。品質のよい硯です。たは、色が美しく香りもよく、文字の奥深さを表現するのに効果的です。

墨 墨は、「すす」に「にかわ」や香料を混ぜ、固めてつくられます。松を燃やして集めたすすを使う松煙墨、植物油のすすを使う油煙墨、鉱物のすすを使用する洋煙墨に分けられます。

筆 また、墨色は、材料の性質によって青みを帯びた青墨と赤みを帯びた茶墨などがあります。墨は力まかせにガリガリするのではなく、心静かにゆくりと、軽く力を入れてすります。

筆置き 筆置きは、筆を置くための道具で、筆の毛先が濡れても壊れる心配がありません。また、筆置きには、筆を置くだけでなく、筆を洗ったり、筆を乾かしたりするのにも使えます。

印泥 印泥は、印を付けるための道具で、印泥には、朱色、藍色、赤色、黒色などがあります。また、印泥には、印泥の乾かすための道具も売られています。

筆 筆は、毛筆と硬筆に分けられます。毛筆には、狼毫、羊毫、兼毫などがあります。また、筆には、筆の毛先を揃えるための道具も売られています。

筆の選
半紙
く場合は
直径が
の長さ
いのも
手紙な
筆を使
短や毛
き味は
が、初
クスな
練習を
いでし

筆の部
鋒

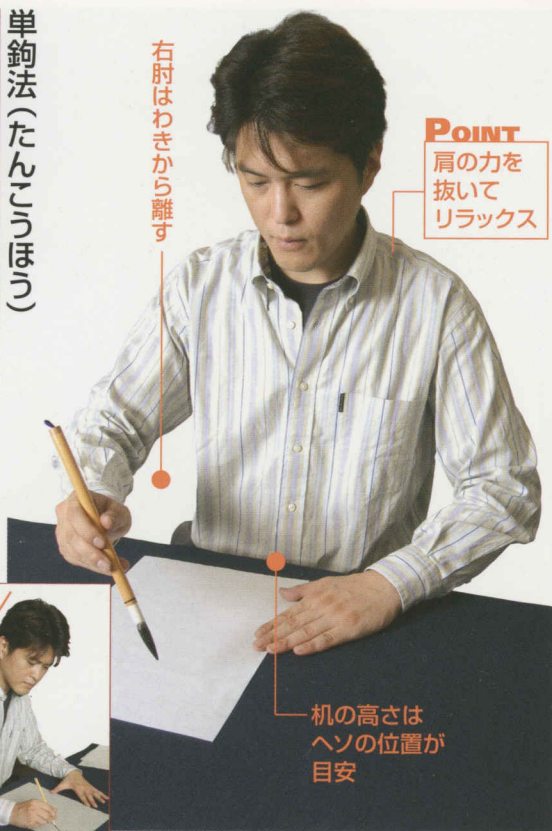
正しい姿勢と筆の持ち方・腕の構え方

DVD 1-3

POINT
肩の力を抜いて
リラックス

右肘はわきから離す

机の高さは
ヘソの位置が
目安



単鉤法(たんこうほう)

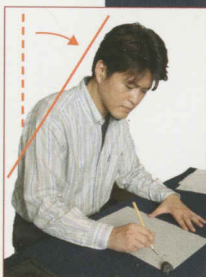


▲単鉤法は鉛筆
を持つときと
同じ握り方

双鉤法(そうこうほう)



背筋を伸ばしやや前傾に構える▶



正しい姿勢

文字を書くときは、気持ちをしなやかに
せ正しい姿勢で筆を持つことがとても大
切です。まず、肩の力を抜いてゆったり
と座ります。椅子に腰かける場合も正座
の場合も同じように、背筋を伸ばし、や
や前傾に構えます。

前かがみになりすぎると紙面が目にな
り、腕の動きも悪くなるため、なる
べく上体を起こすのが基本です。

机の高さは、背筋を伸ばしたとき、ヘ
ソの位置になるぐらいが適当で、右(利
き腕)の肘は軽くわきから離し、ふとこ
ろをゆったりとさせます。また、腰でし
っかりと体を支え腕を動かしやすいし、
左手は軽く紙面を押さええます。

筆の持ち方

筆は、「虚掌実指」といって、手のひら
を丸くして力を抜き、感覚を指先に集中
させて軽く握ります。力を入れることで
指や手首が硬くなるとはいけません。

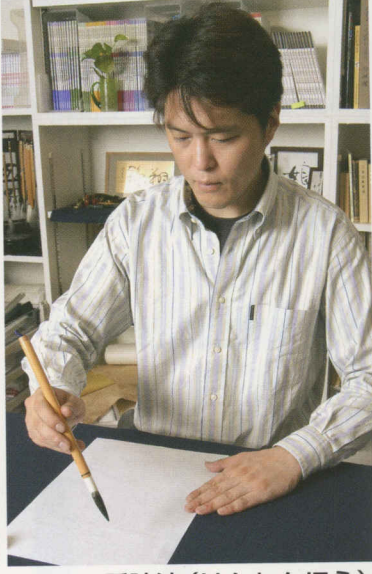
手首は曲げてやや筆先が左手側に少し



枕腕法 (ちんわんほう)



提腕法 (ていわんほう)



懸腕法 (けんわんほう)

腕の構え方

いろいろな種類の文字を上手に書き分けるためには腕の動きも大切です。腕の構え方には次の3つの方法があります。

懸腕法…ひじを上げて書く方法で、手首とひじが同じ高さになるように外側に張り出し、腕全体で書きます。文字を大きく力強く書くことができるし、腕が自在に動くため、書き慣れたら細字を書くのもいいでしょう。

提腕法…右腕をひじまで軽く机の上ののせ、手首を少し上げて腕を滑らせるように書く方法です。小さい文字を書くのに適していますが、右腕に加重しないように注意します。

枕腕法…左の手を右腕の下に枕のように置きます。書いた文字をこすすることもなく、腕も安定するので小さな文字を書くのに適しています。右手は固定せず書くことが大切です。

傾いた角度で安定させ、小さな筆の場合は、穂先から3〜4cm上を持ち、筆管(軸)と人さし指の間に隙間ができるようにします。大きい筆の場合は、筆管の中ほどを持ちます。指のかけかたには単鉤法と双鉤法があり、自分に合った持ち方に慣れることです。

単鉤法(10ページ左上)は、鉛筆やペンなどを持つ持ち方と同じで、親指と人さし指で筆の軸を持ち、中指で軸を下から支えます。一般的には細字を書くのに適していますが、大きな文字を書くときに用いてもかまいません。

双鉤法(10ページ左下)は、親指を左手前からあて、人さし指と中指を上からかけ、薬指と小指で軸を下から支えます。安定した持ち方で、一般的には大きい文字を書くときに適していますが、細字を書くときに使う人もいます。



▲単鉤法を持つと同じ握



背筋を

指や手首が硬くなつてはいけません。手首は曲げてやや筆先が左手側に少し

筆に慣れるためのウォーミングアップ

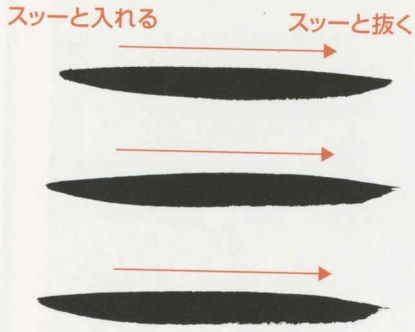


筆に慣れる

文字はさまざまな線を組み合わせることでできています。いろいろな線を書いて筆に慣れることが大切な練習になります。

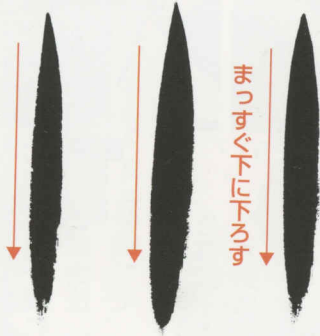
① 横線を書く

穂先をスッと入れ、スッと右から左へ抜いてみましょう。太い線、細い線などいろいろな書いてみると、線にもさまざまな表情があることに気づきます。



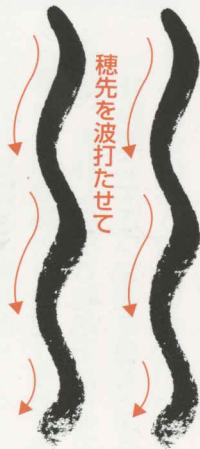
② 縦線を書く

横線である程度イメージをつかんだら上から下へ縦線を書いてみます。



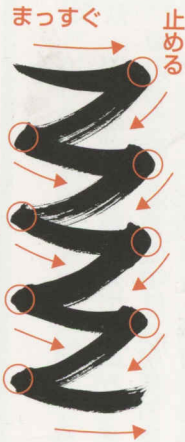
③ 波線を書く

波線は腕全体を動かすイメージで穂先を波打たせます。



④ ジグザグの線を書く

折れ曲がるところでいったん力を抜き、あらためてトンと力を入れて斜めの線を書いて繰り返しみましょう。



⑤ 「の」の連続線を書く

「の」の字は折れ曲がる部分でいったん筆を上め、そのま

⑦ 軽快なリズムで筆を動かす

「み」の重さをリズムカシこ書いていきます。切り返さず



書道のきほん

①

筆下ろし編

かためみで さばきみで

筆には固筆と捌筆があり、兼毛筆は固筆で、穂がのりで固められているのに対し、捌筆は固められていません。新しい固筆を使う場合、筆の穂の腹の部分まで下ろします。

下ろす手順は、①穂先を指先でもみほぐす。②穂の腰の部分を持ち、のどと腹の部分(1/2~2/3程度)までほぐす。③腹の部分まで下ろした状態で使い始める。④下ろした部分にたっぷり墨を含ませて書く。



⑥穂先を止めてから返す
「の」の連続と反対の動きで「と」の連続線を書きます。



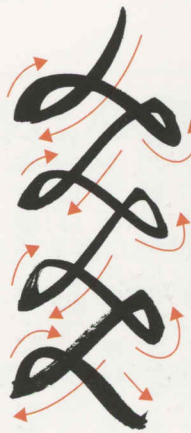
⑤「の」の連続線を書く
「の」の字は折れ曲がる部分でいったん筆を止め、そのまま力を抜かずに左上の丸いカーブにつなげ、右上で力をやや弱め、ふたたび力を加えて丸いカーブを書きます。

スツと入れて



⑧スツと入れてストップの繰り返し
「り」の連続を書いていきます。縦にスツと入れたあと、一旦筆を止めてから切り返し、次の縦線に進むことがポイントです。

スツと入れて



⑦軽快なリズムで筆を動かす
「み」の連続をリズムカルに書いていきます。切り返して筆を押し付けないように注意しましょう。

スツと入れて

まっすぐ



筆の運び方の基本(運筆法)



押し返す
ように
離す

軽く止める

スピードは一定に保つ



終筆

一旦筆を止めて、圧力を加えてから押し返すようにし、穂先を紙から離すと綺麗な終筆となります。

■運筆法(筆の運び方)

線の書き始めの打ち込みを起筆(始筆)といい、筆を止める部分や次の点画に移るためにはねたり、払う部分を終筆(収筆)といいます。始筆から終筆の間を送筆といいます。

起筆の形には、穂先の形を出してとがった形で書く露鋒と穂先を逆に入れて折り返し、穂先を線のなかに収めるようにする蔵鋒があります。露鋒は鋭くすっきりした感じになり、蔵鋒は、丸みを帯び、重厚な感じになります。ここでは露鋒の起筆45度の傾きを基本に学んでいきます。

また送筆は、直線的(直線、おれ)なもの、曲線的(曲がり、そり)なものなどがあり、線の方向、長さ、太さを調節することもあります。原則として穂先の45度と筆を運ぶスピードは一定に保ちます。終筆には、「止め」、「はね」、「払い」があり、大きさ、角度、形が重要になります。最後の締めくくりの部分で失敗すると格好の悪い文字となってしまいます。

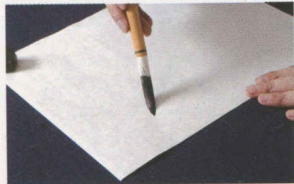
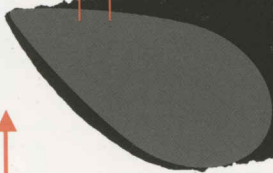
※起筆と始筆、終筆と収筆はどちらの呼び方でも構いません。



45度

起筆での穂先は
45度の傾きとなる

トンと軽くおく



起筆

起筆では穂先が45度左に傾くのが基本となります。これは横の線でも縦の線でも同様です。はじめは軽く筆をおくイメージでスタートしましょう。



送筆

穂先の方向とスピードを一定に保ち、筆を動かします。力に強弱をつけることによって、線は太くなったり細くなったりします。

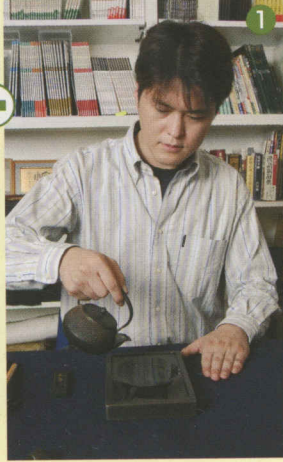
スピードは—



2



3



1

書道のきほん②

— 墨のすり方編 —

市販の墨汁を使用しても構いませんが、水から墨をすっていくと好みの濃さで書くことができます。

①② 硯に水を入れ、広く平らな陸の部分で円を描くように墨をすりませます。

③ くぼんだ池の部分に落ちた水を墨で引き上げ、再び円を描くようにまわします。これを繰り返し、好みの濃さになるまで続けます。

最後の締めくくりの部分で失敗すると格好の悪い文字となってしまいます。
※起筆と始筆、終筆と取筆はどちらの呼び方でも構いません。

書体のいろいろ 文字のルーツを知る

樂

隸書 (れいしよ)

漢の時代に使われた文字でやや扁平で安定した形をし、横線が水平であることが特徴です。

樂

楷書 (かいしよ)

現在の文字の規範となった書体。後漢時代につくられたといわれ、字形は簡素で整っています。

樂

行書 (ぎょうしよ)

楷書では書写に時間がかかりすぎるため、速書のためにつくられました。

乐

草書 (そうしよ)

前漢の時代、隸書の点画を省略して、速書き用につくられた章草をもとにつくられました。

甲骨文 (こうこつぶん)

亀の甲羅や獣の骨に刃物で刻んだ象形文字。祭礼や豊作、天候などの占いに用いられた中国最古の文字といわれています。

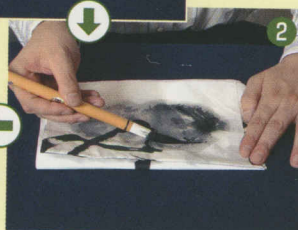
金文 (きんぶん)

殷から周の時代に青銅器の祭器や酒器のふた、内側などに刻出されたり鑄出された文字で、線質に丸みがあり装飾的です。

篆書 (てんしよ)

周末から秦の時代の文字で、字形が整い、均整がとれた字体をしています。

書道のきほん③ — 筆の手入れ編 —



①書き損じた半紙を何枚か折りかさね、その上に水をたらしめます。

②たらした水の上で筆の墨を落とし、ある程度落ちたら軽く半紙に押さえつけながら筆先を整えていきます。

③最後にキャップにしまえばメンテナンス終了です。

漢字のルーツは約三五〇〇年前の中国・殷代(前一七〇〇年頃)前一一〇〇年頃)の甲骨文字にさかのぼります。その後、さまざまな書体ができ、現在、私たちが使っているすべての書体が揃いました。その歴史を振り返ってみます。

第2章

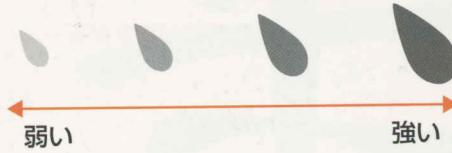
基本点画と文字の構成

基本中の基本が文字を構成する点や線。この「点画」の書き方をマスターすれば、いろいろな文字に応用できるようになります。

書・大多和玉祥



筆先マーク このマークは筆を動かすときの筆先の方向と力の入れ具合の目安です。



【例】

軽く
小さな線

力強い線

3



長さに応じて
“そる”“ふせる”“を”を使いわける

短い線

POINT
力を入れず
軽く置く

ややそらす



POINT
軽く止め
穂先を整える

長い線

POINT
トンと置く

POINT
軽く止め
穂先を整える

ややふせる



筆先マーク このマークは筆を動かすときの筆先の方向と力入れ具合の目安です。

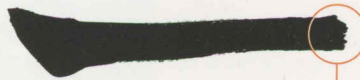


XNG

起筆が重すぎる

送筆が早く一定でない

終筆でタメがない



横画には、上にそるタイプと下にふせるタイプがあります。一般的には、長い横線はふせる意識を持ちましょう。

力を入れ過ぎず
等間隔に書く

DVD
2-2

横画の基本を意識して「三」という字を書きます。一画目は短くややそり二画目は短い直線に、三画目はややふせて長くします。総じて力を入れすぎず等間隔に書くのがポイントです。

POINT
起筆は穂先を
左に45度傾ける

POINT
横画のバランスに
注意して等間隔に

ややそらす

ややふせる

基本点画 行書ならこう書く

ややそらす

- 止めて折り返す
- 次画へ向けて折り返す
- 軽く止め穂先を整える
- 止める

大きく目立つように

※点は縦画になる場合もある

ややふせる

徐々に力を抜く
すつきり長く

力加減は変わっても スピードは一定



縦画の起筆も穂先を左に45度傾けたところからはじめます。縦に動かす筆のスピードは一定です。



縦画は、急に力を抜いたり、急に早く筆を動かすことをせず、筆圧を最初は少し重めにし、終わりを少し軽めにするとう重心が上がってスッキリと見えます。

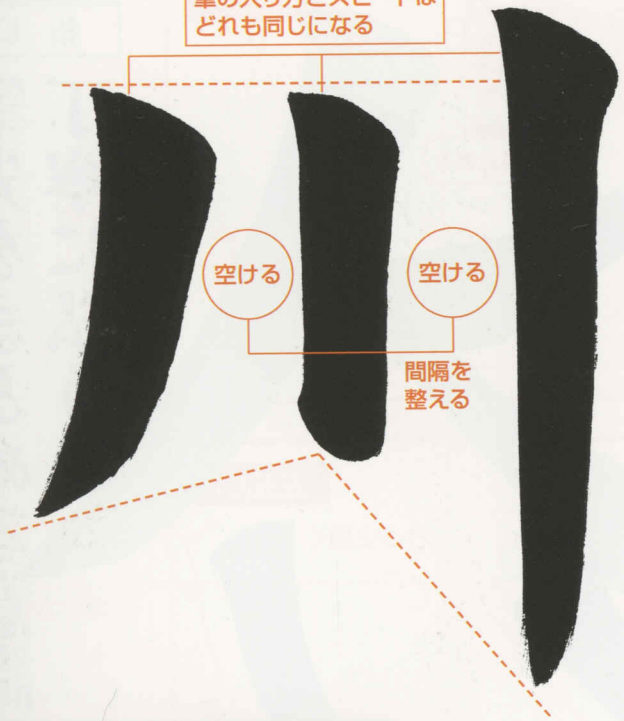
POINT

筆の入り方とスピードは
どれも同じになる

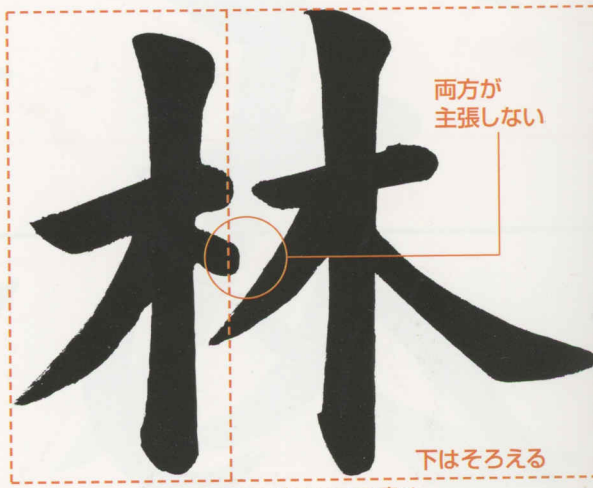
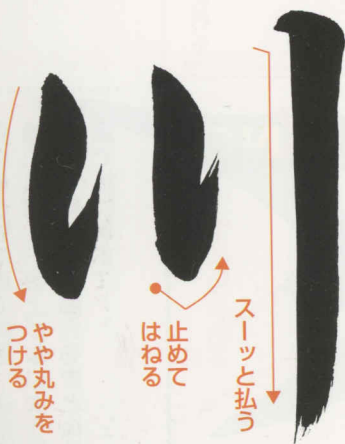
3種類の縦画で
「川」を書く

DVD
2-3

三種類の縦画で「川」という字を書きます。一画目はやや左に払います。二画目は止めます。三角目は下まで伸ばし、徐々に力を抜いていきます。このとき筆を動かすスピードを一定に保つのがポイントです。



基本点画 行書ならこう書く

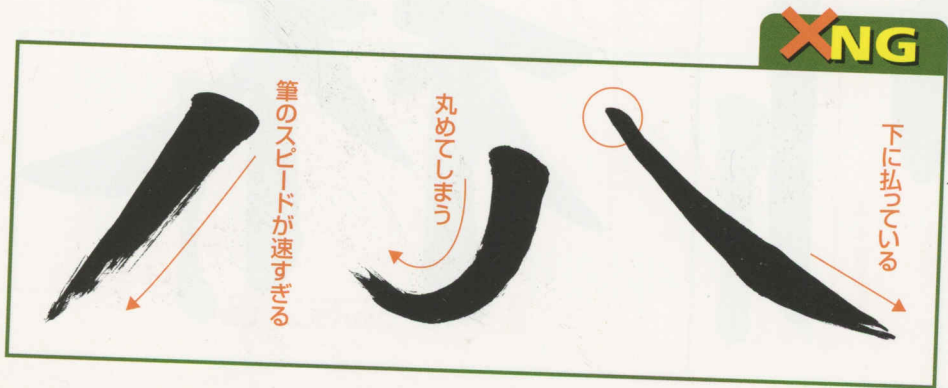
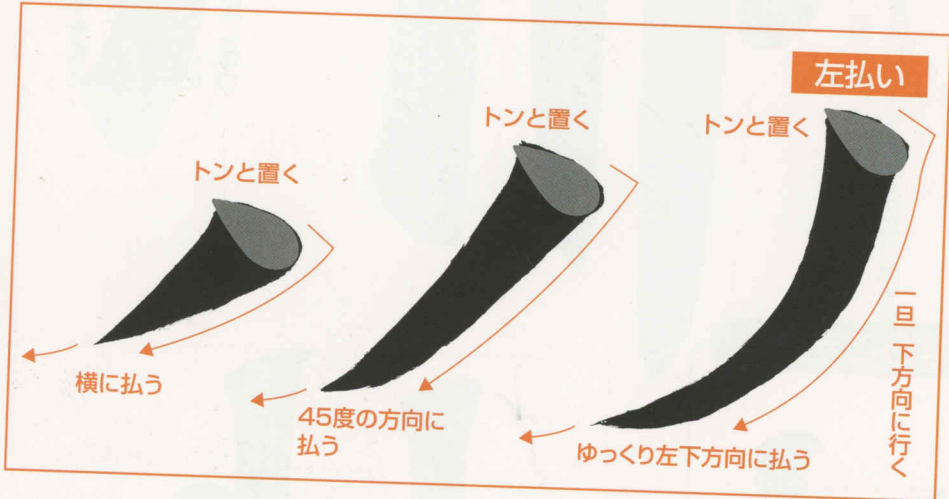


1:2のバランスで書く

Lesson 3

払い

筆先をまとめる意識で
丁寧な払い



左右の違いはあっても起筆での穂先の傾きは45度で共通。送筆では急にスピードを上げないようにします。終筆では筆先をまとめる意識で払います。

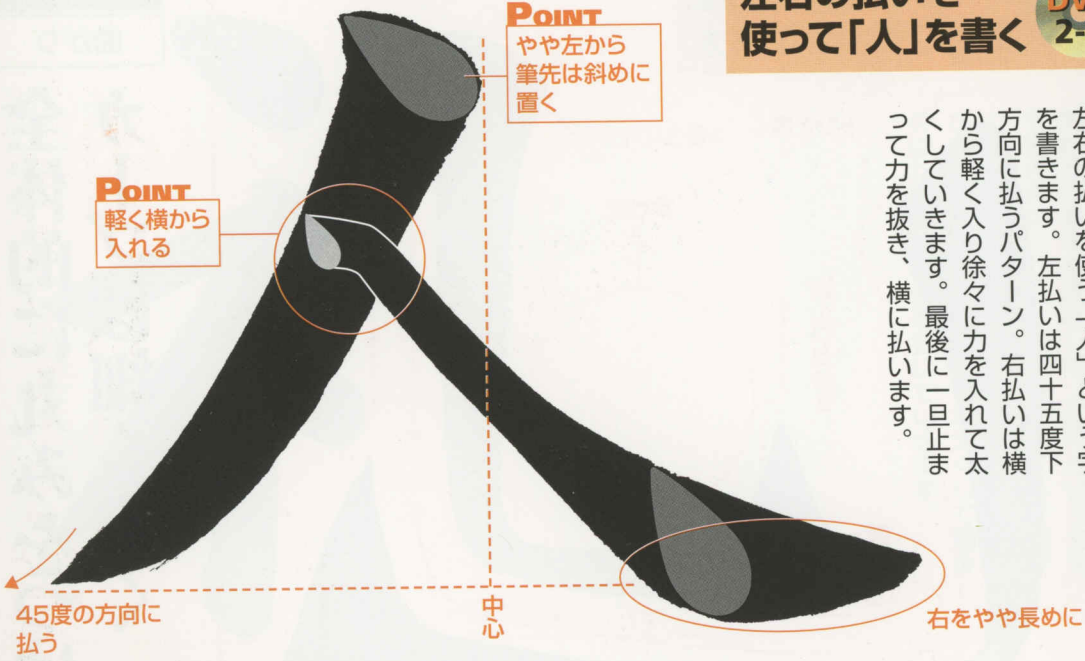
左右の払いを使って「人」を書く

DVD 2-4

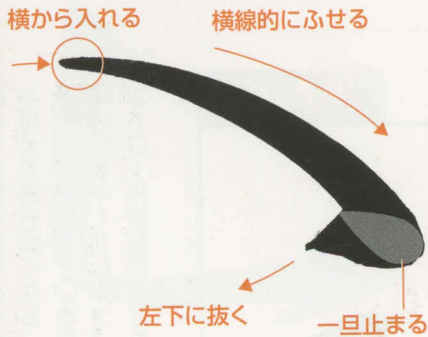
POINT
やや左から
筆先は斜めに
置く

POINT
軽く横から
入れる

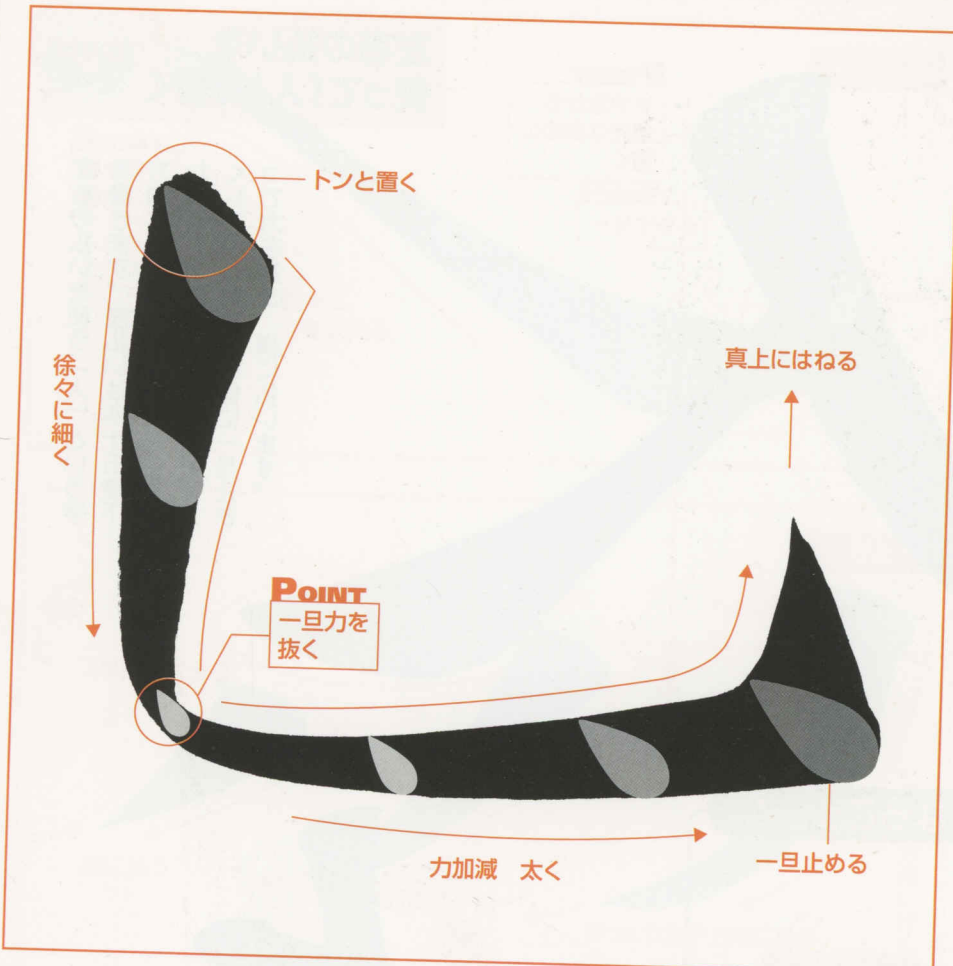
左右の払いを使う「人」という字を書きます。左払いは四十五度下方向に払うパターン。右払いは横から軽く入り徐々に力を入れて太くしていきます。最後に一旦止まって力を抜き、横に払います。



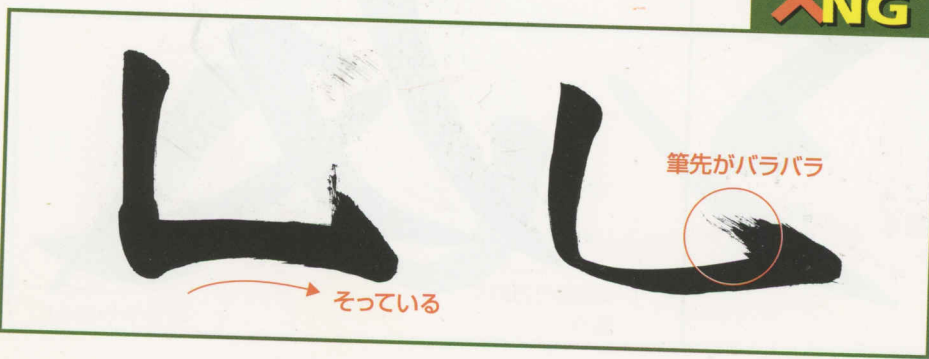
基本点画 行書ならこう書く



全体的に丸みをつけて カーブは細く書く



XNG



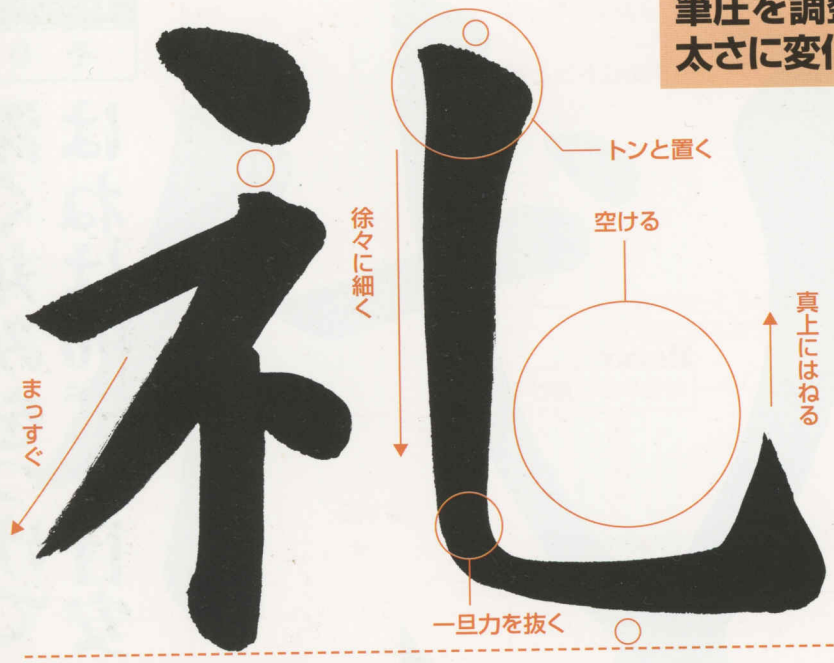
.....

曲がりは書きはじめを太く、曲がる部分で最も細くなり、そこから徐々に太くなっていきます。穂先の向きをキープしつつ、筆圧のコントロールが重要になります。

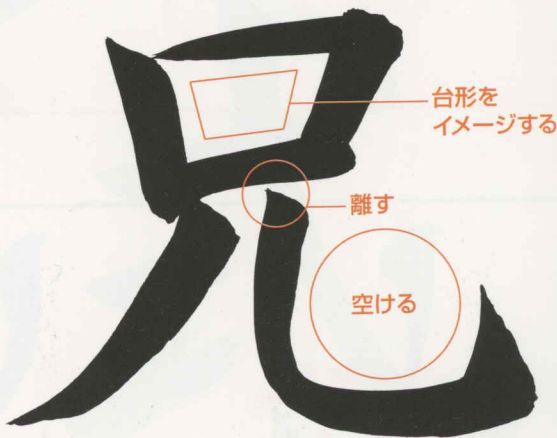
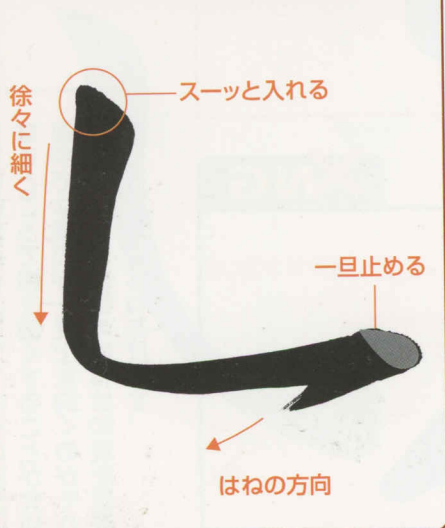
筆圧を調整して
太さに変化をつける

DVD
2-5

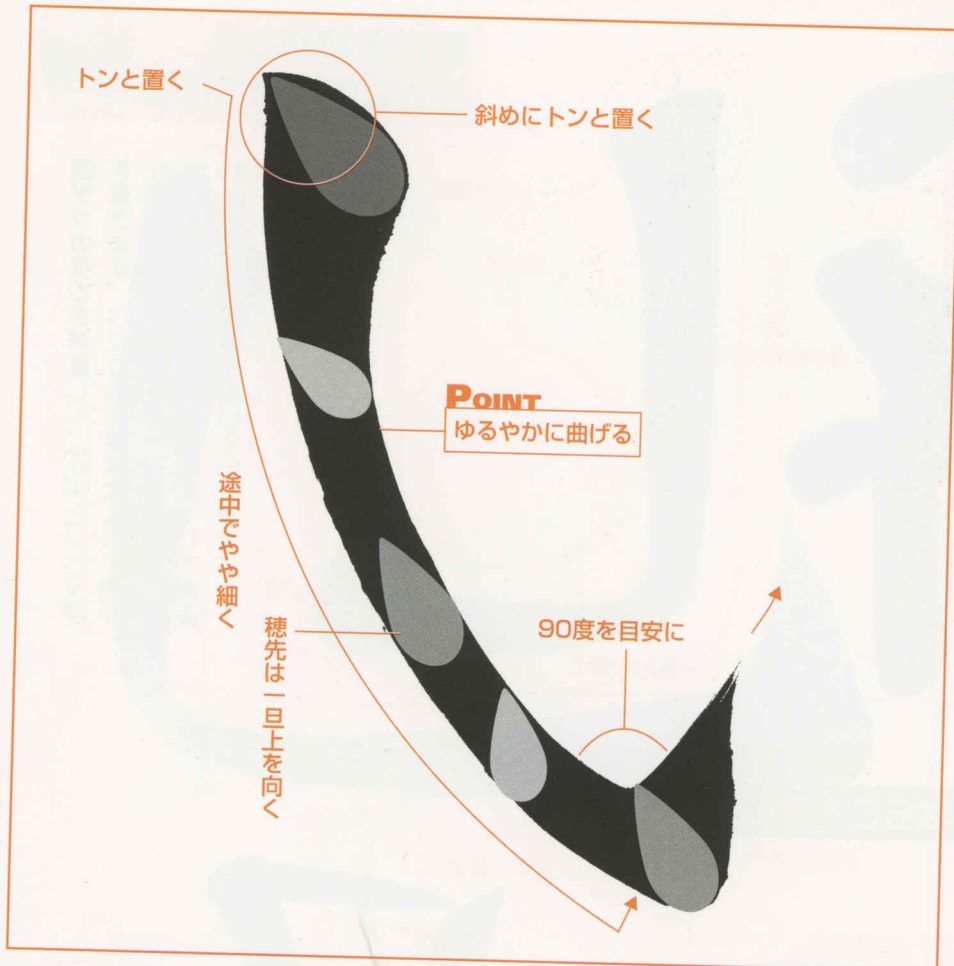
曲がりの基本を意識して、「礼」という文字を書きます。つくりの起筆は太くし、曲がりの部分では最も細く、一旦筆を抜くことがポイント。そこから徐々に太くして最後のはねは上方に筆を抜いていきます。



基本点画 行書ならこう書く



深く丸みをつけて はねは90度を目安に

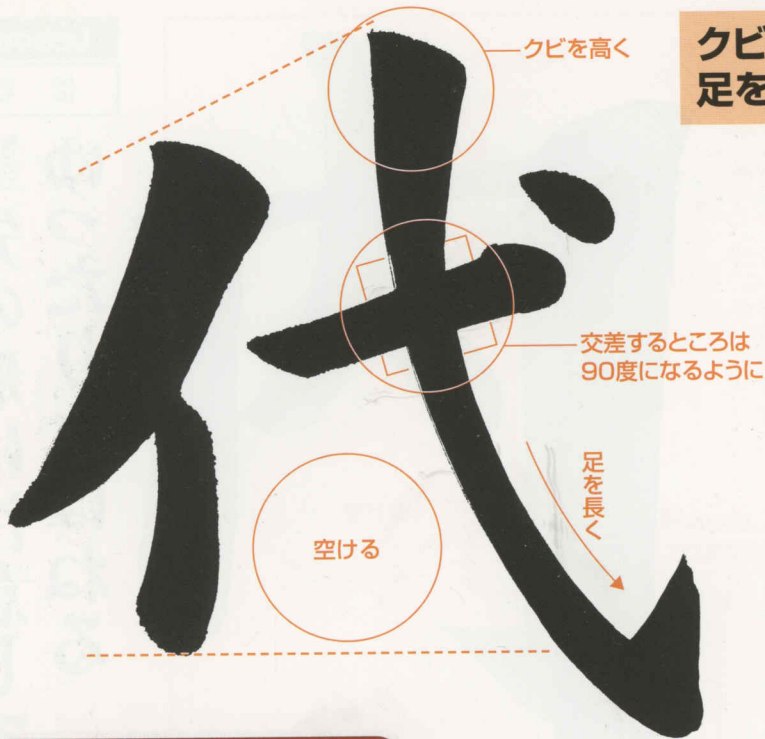


そりは起筆から入って、そりの部分になるところで線を細くすることが大切。途中では穂先が一旦上を向くのがそりの特徴です。最後のはねは90度を目安にして上方にはねあげます。

クビを高くし
足を長くする

DVD
2-6

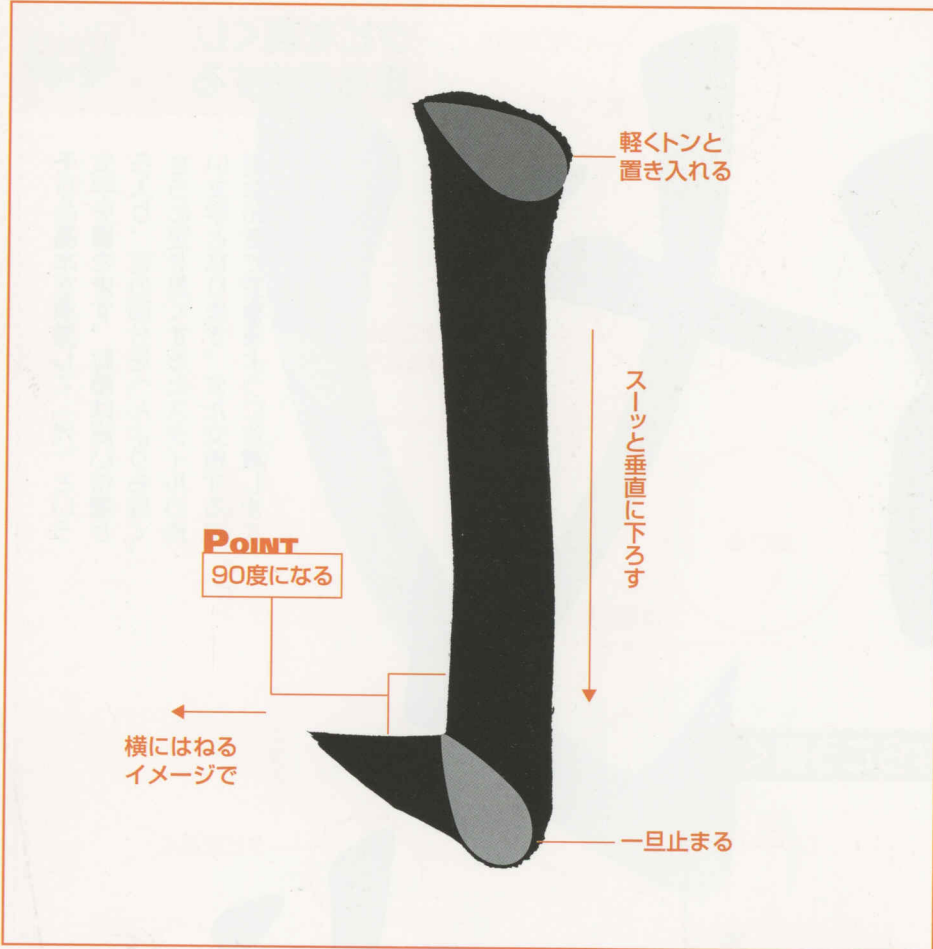
そのの基本を意識して「代」という文字を書きます。起筆は高い位置から入り、首の部分をへんよりも高く、さらに足を長くするとスタイルの良い文字となります。また交差する横画は90度で交わるように注意します。



基本点画 行書ならこう書く



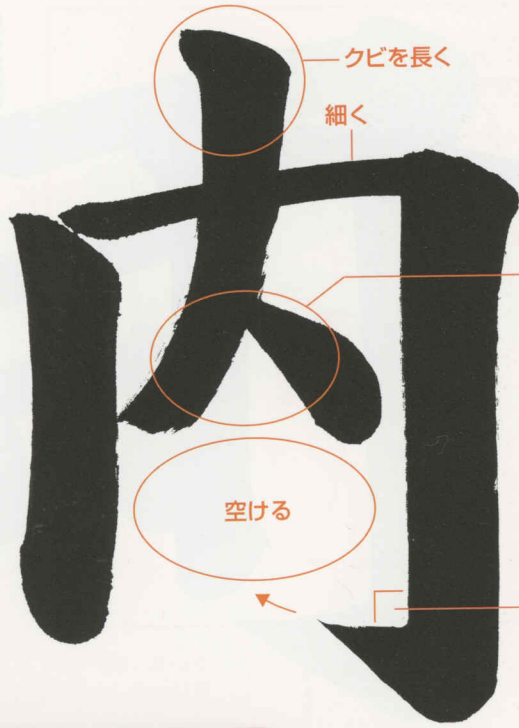
筆先の形に注意して ゆつたりとはねる



はねには縦画の終わりにつく形と、そりや曲がりの終わりにつく形があります。はねの先端で穂先を止めないようにします。

90度のはねを 意識して書く

DVD
2-7



はねの基本を意識して「内」という文字を書きます。縦画の最後のはねでは一旦筆を止めてから横方向に筆を抜いていきます。このとき縦画に対して90度の角度にはねると、文字全体が締まって見えます。

POINT
90度になる

基本点画 行書ならこう書く



縦画を太く、横画を細く "おれ"では一旦止まる

POINT

一旦止まって力を抜き
改めて方向を変える



XNG



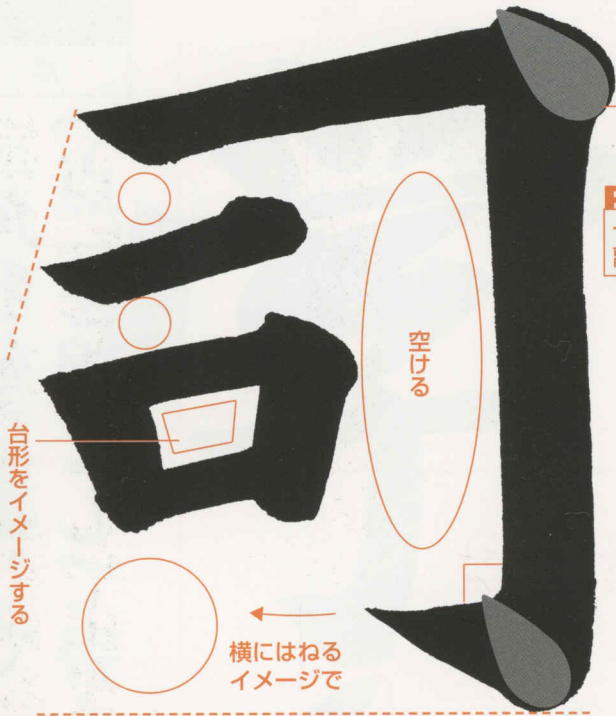
折れる部分で一旦穂先を止め、穂先を立て直してから方向を転じますが、力を入れすぎないようにします。

一旦止めて
離して方向を変える

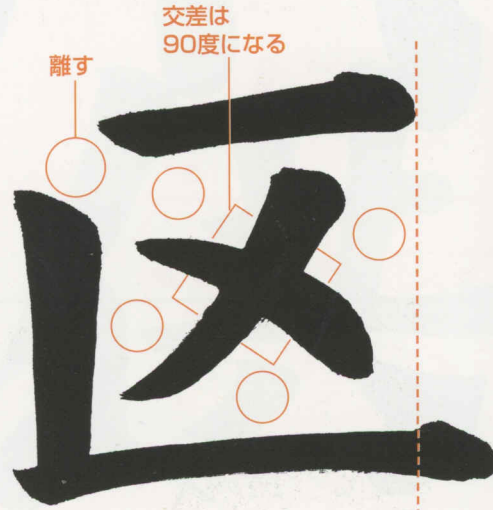
DVD
2-8

おれの基本を意識して「司」という文字を書きます。横画から縦画に移るおれの部分では、一旦止まって力を抜き次の画に移るのがコツ。最後のはねは横方向に筆を抜いていきます。

POINT
一旦止まって
離して方向を変える



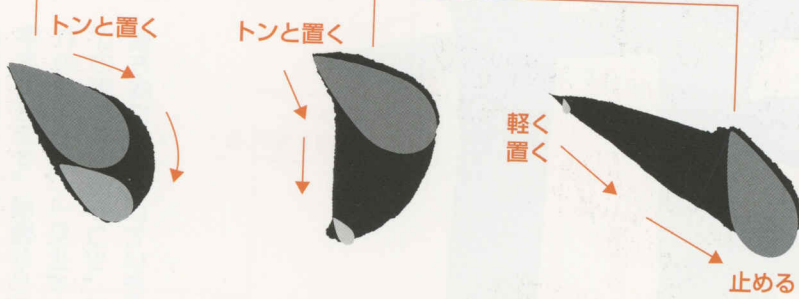
基本点画 行書ならこう書く



三角形を意識して「点」を線として書く

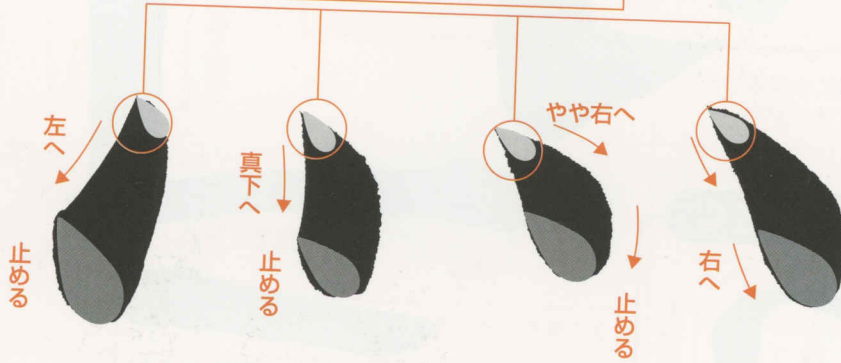
POINT

起筆と終筆をしっかりとする



POINT

スッと入れ、下方へ筆を下ろす



XNG



筆先がまとまっていない



力を抜いている



筆でおさええている

.....

点は線の短いものであり、筆の動きもありません。方向、大きさ、形の違いをしっかり把握し、書き始めの角度、筆圧のかけ方、長さに注意します。

3つの点の高さに注意

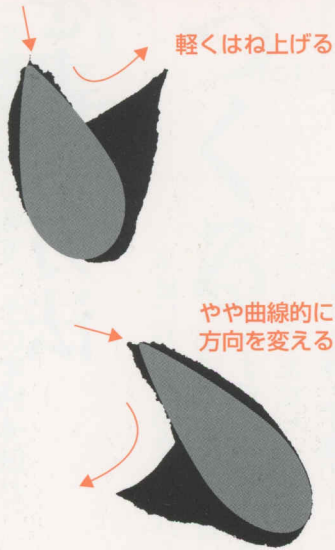


三角形を意識して
それぞれの点を生き生きと書く

DVD
2-9

点の基本を意識して「学」という文字を書きます。かんむりの上にある三つの点は、それぞれが違う形です。特に三つ目の点は、ほかの二つより長めにします。

基本点画 行書ならこう書く



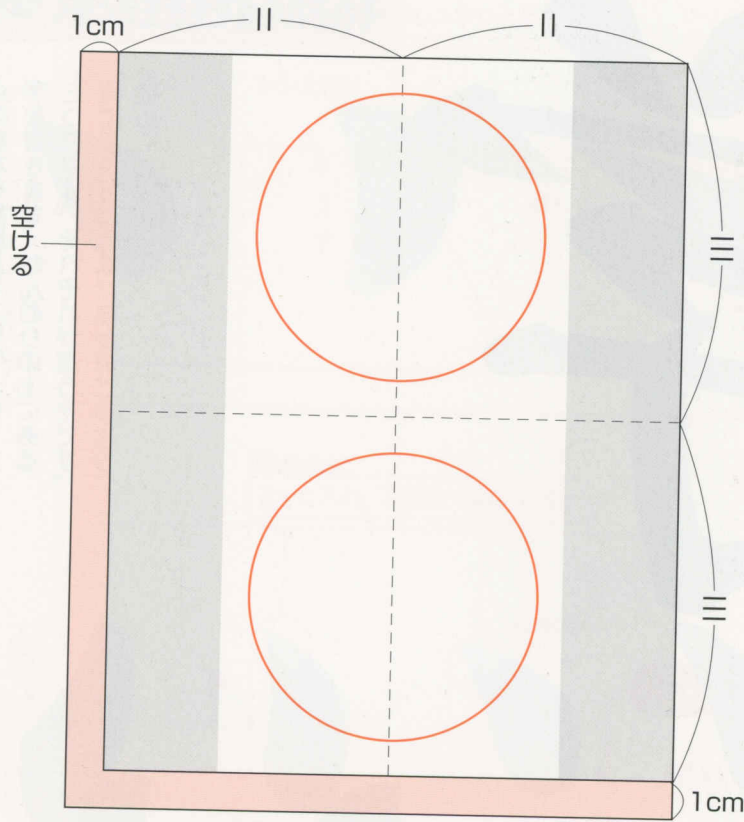
筆先がま



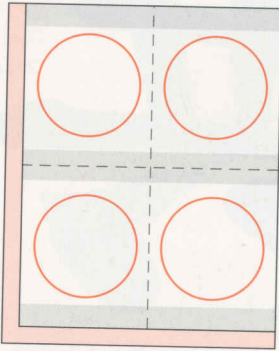
石飛流
ワンポイントアドバイス

半紙に対して バランスよく文字を書く方法

二文字の場合



四文字の場合



半紙に対しての文字のバランスは大切です。目一杯書いても、小さすぎても文字は格好よくありません。基本的には半紙の左側と下側の1センチスペースを空け、その分差し引いたところから天地左右を等分に折るようにします。二文字なら上図にある赤丸内に入れるように左右を空けて書きます。四文字の場合は左図のような配置になります。

第3章

美しい文字をつくる 「強調ポイント」

書の文字には一字一字個性があります。その字形を知り、個性を理解していくことが美しい文字を書くコツになります。

書・加藤煌雪／赤澤寧生

幸

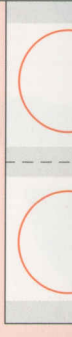
進

赤

雪

和

空ける



Lesson 1

横画の多い漢字

横画はやや右上がりにして方向をそろえる

やや右上がりにして方向をそろえるのがポイント。一本でも上がりたり下がったりするとバランスがくずれてしまいます。

POINT
右上がりにして方向をそろえる

集

横画の長い線は「ふせる」ように書く

横画が三本以上ある場合には、やや間隔をつめるようにして、その部分を引き締めるようにします。

同じタイプの漢字

星
美

※「集」の下部分は活字では「木」となるが書き文字の場合「ホ」に書くことが多い。

合

大きく目立つように

伸び伸びと払う

やや長くする

Lesson 2

縦画の多い漢字

縦画は太くが基本
肘を使って筆を運ぶ

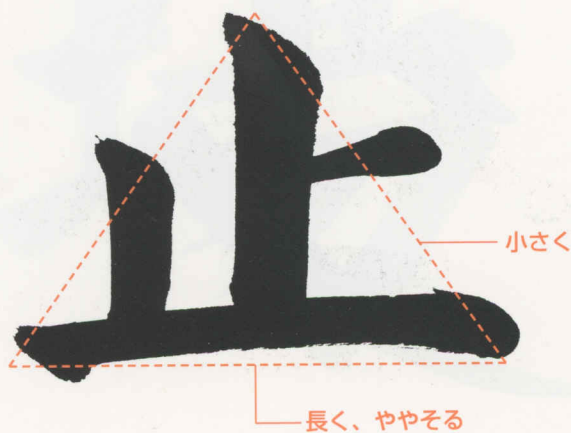


縦画に横画が交差する字のときは、
縦画を太く、横画を細くすると全体
がスッキリします。

同じタイプの漢字

州

曲



書き出しは穂先をほぼ45度にして
筆を入れます。指先や手首を使わ
ずに、肘で筆を運ぶようにすると、
力強い縦画を書くことができます。

横画が三本以上ある場合には、やや
間隔をつめるようにして、その部分
を引き締めるようにします。

同じタイプの漢字

星
美

間違いやすい筆順
イ 々 々 佳 佳 隼 隼

Lesson 3

左払いの多い漢字

払いの最後は引き上げて
次画につなげるイメージ

左払いの線の方向は多様です。同じ方向、同じ長さで払うと単調で広がりがない文字になってしまいます。次画をイメージして方向を少し変えてみましょう。

POINT
次画への
つなぎを意識



払いの穂先は次の線に移る役割を果たします。最後まで筆の先に注意し、払う方向に筆を引き上げると生きた強い線になります。

同じタイプの漢字

放
然



Lesson 4

右払いのある漢字

起筆はそつと、
終筆はダイナミックに

長く右に払うときには、徐々に筆圧を加えながら筆を走らせ、払い一旦止めてからのびやかに払うよう心がけます。

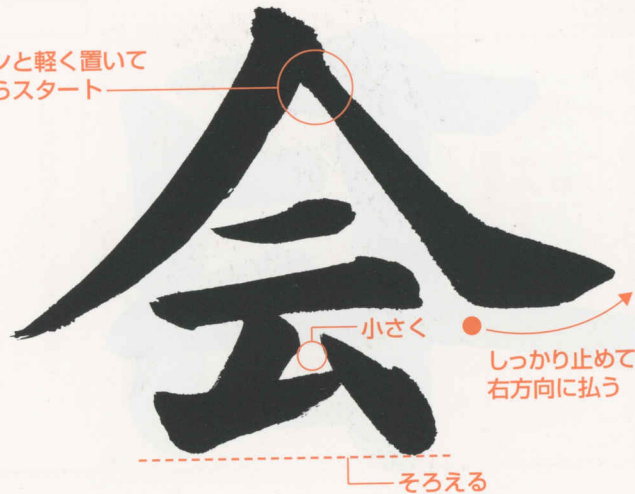
払いの穂先は次の線に移る役割を果たします。最後まで筆の先に注意し、払う方向に筆を引き上げると生きた強い線になります。

同じタイプの漢

放
然

左右の払いが主役になるときは、余白を意識しながら、その下の部分は幅を狭くしてひきしめてあげます。

トンと軽く置いてからスタート



同じタイプの漢字

米
各

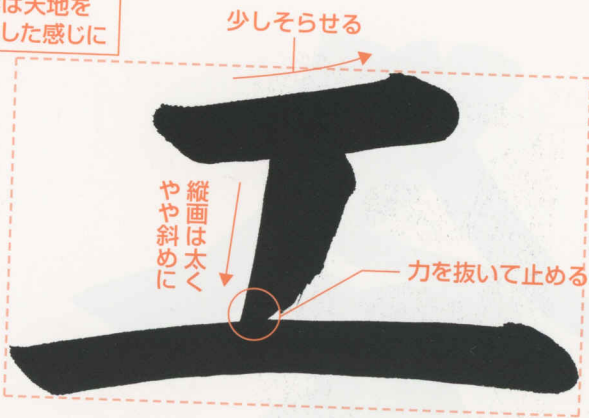


横長の漢字

字形を偏平に
横画の力強さで魅せる

文字にはそれぞれ美しい個性があります。横長が美しい文字はその個性を生かすように、横画で力強さのアピールを心がけましょう。

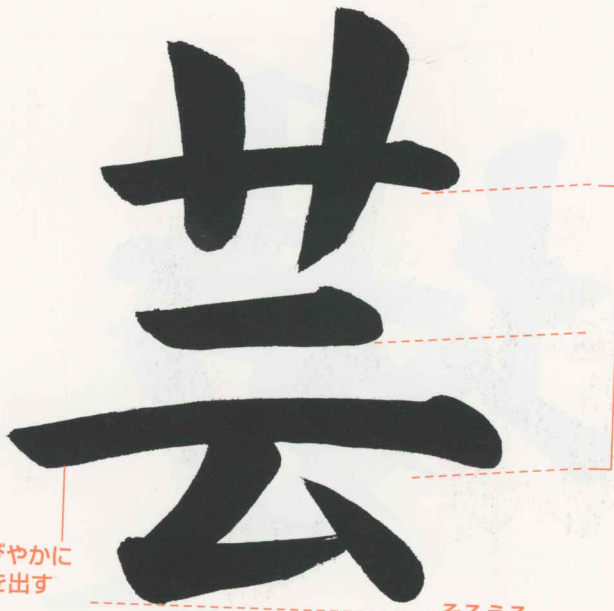
POINT
字形は天地をつぶした感じに



1 画目の短い横画は少しそらせて、下の長い横画はふせます。2 画目の縦線は起筆を強くし方向に注意します。

同じタイプの漢字

四
心



Lesson 6

縦長の漢字

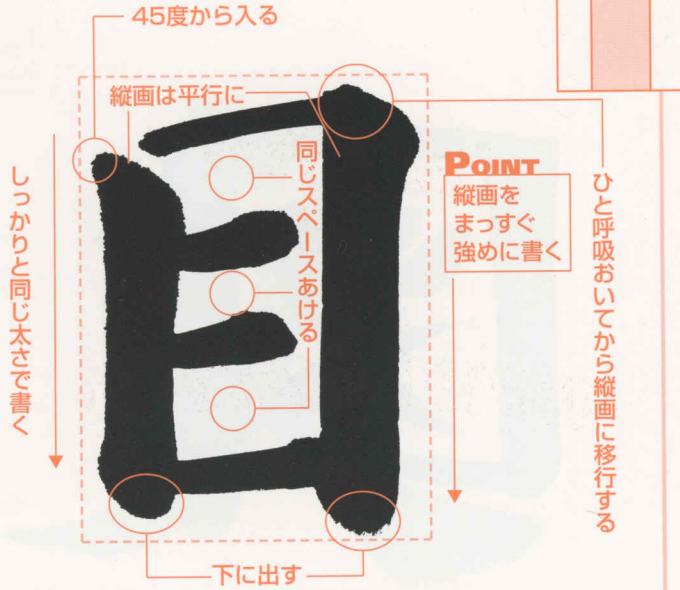
二本の縦画をまっすぐ平行に
同じ強さで書く

1画目の短い横画は少しそらせて、下の長い横画はふせます。2画目の縦線は起筆を強くし方向に注意します。

同じタイプの

四
心

縦画は起筆で強く止まり、終筆まで同じ強さで筆を運ぶのがポイント。2本の縦画を平行にすることでスリムな縦長の文字となります。



2画目の横画は軽めにスッと止まって入り、転折のところでためてから縦画に移ります。横画と横画の空きはほぼ同じにし、方向もそろえます。

同じタイプの漢字

真
身



Lesson 7

正方形の漢字

縦画は太く、横画は細く
四角の中にスペースをつくる

正方形の漢字は、外箱だけに気をとられがちですが、中身にも気をつけてこそ全体のバランスが良くなります。



次画へ

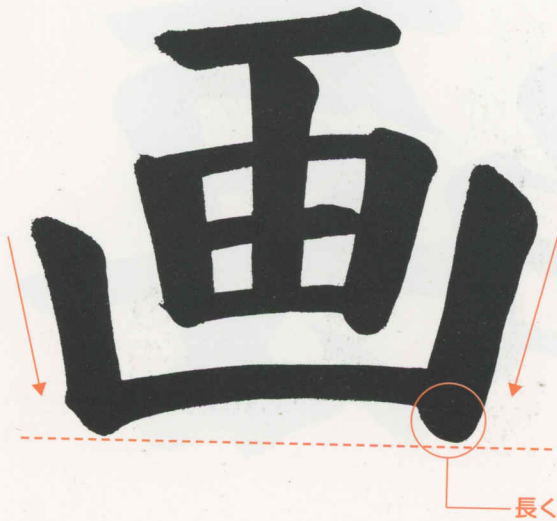
POINT
縦画と横画は
平行を意識する

長い縦画が2本並ぶ場合、同じ長さにするより1本目の方が長く見えます。そのため2本目を長くしてバランスをとります。

同じタイプの漢字

開

囧



長く

Lesson 8

三角形の漢字

バランス良い三角形は
頭は小さく裾は広く

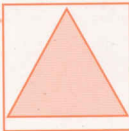
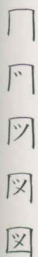
三角形をイメージし、文字の中心がどこになるかに注意を払いながら全体のバランスをとるよう心がけます。

長い縦画が2本並ぶ場合、同じ長さにする
1本目の方が長く見えます。そのため2本目を長くしてバランスをとります。

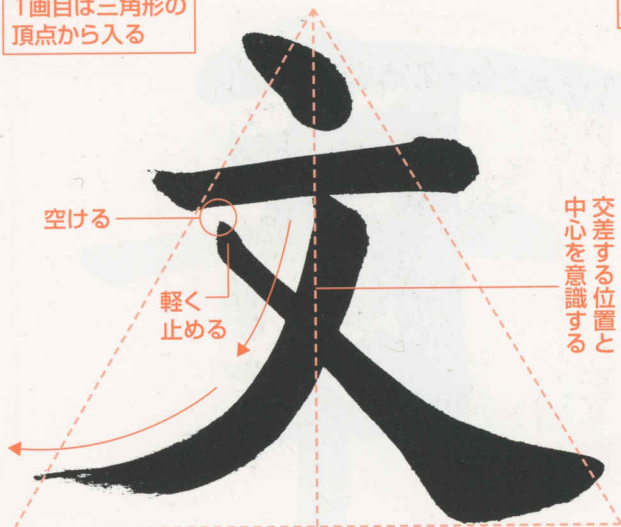
同じタイプの漢字

開
国

間違しやすい筆順



POINT
1画目は三角形の頂点から入る



1画目の位置と左右の払いが交差する位置が同じ線上でないと、真っ直ぐに見えませんが、交差する位置に気をつけます。

同じタイプの漢字

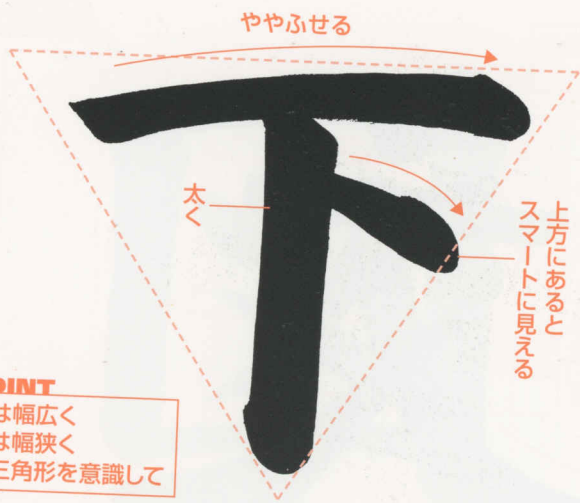
土
主



逆三角形の漢字

かかしのよう
に
バランスよく文字を立たせる

横画と縦画のバランスを考えながら、全体が肩幅のがっしりした逆三角形のなかに収まるようにイメージしながら書きます。

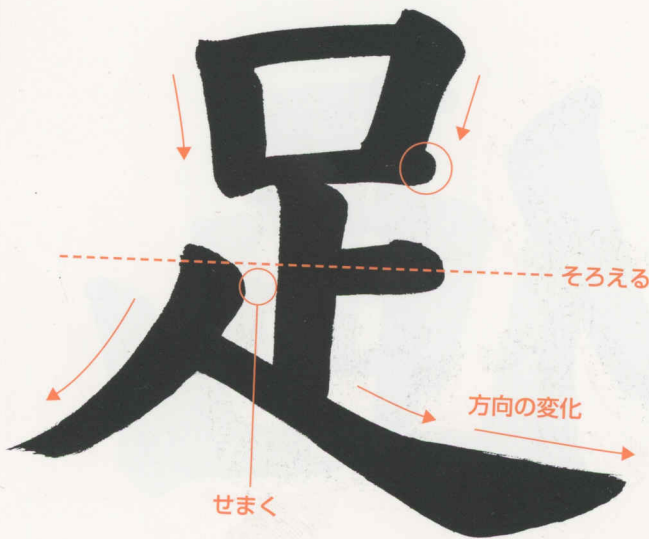


POINT
上は幅広く
下は幅狭く
逆三角形を意識して

横画よりも縦画を太くし、3画目の点の位置が2画目の縦画のどの位置から入っているかを確認し、スマートに見えるようにします。

同じタイプの漢字

言
市



Lesson 10

ひし形の漢字

ひし形のポイントになる
横画を長くしつかり書く

ひし形の字形をイメージし、どの横画をどこまで長くしたら全体がまとまってきれいになるかを意識して書きます。



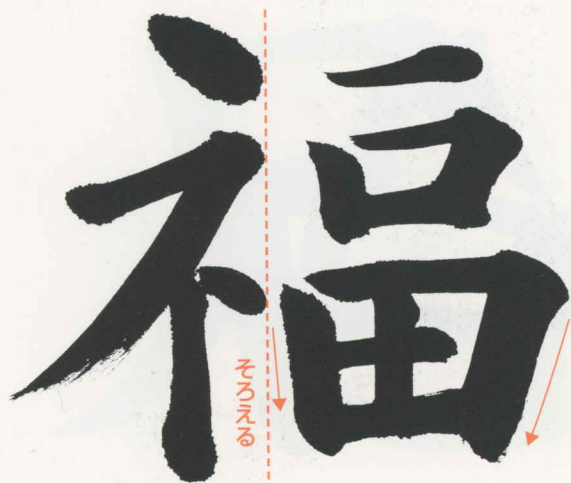
POINT
いちばん長い横画を見きわめる

「幸」では2画目を首長に、3画目の横画を長くし、やや右上がりにして方向をそろえます。

同じタイプの漢字

希

今



同じタイプの

言
市

横画よりも縦画を太くし、3画目の点の位置が2画目の縦画のどの位置から入っているかを確認し、スマートに見えるようにします。

丸形の漢字

文字が丸い枠の中に
収まるように書く

中央の横幅を最も広くし、上下の
幅は同じくらいにすれば丸形にな
ります。天地をやや狭くするよう
に意識しましょう。

POINT
丸い枠に
収める
ように



「赤」では4画目の左払いの方向は立てて、
5画目との幅はつめ、6画目の払いは7画
目に続いていくことを意識します。

同じタイプの漢字

楽
安

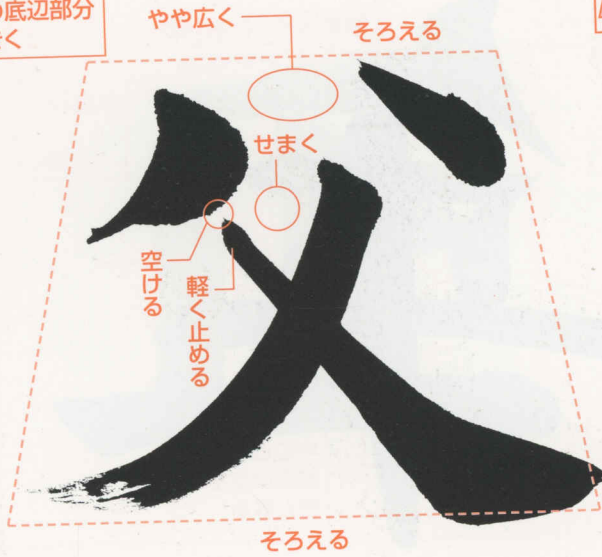


台形の漢字

天地のラインをそろえ
台形を意識して書く

台形の字形は天地が平行で下のラインが上よりも長くなります。どつしりと下部分が安定した文字を心がけましょう。

POINT
台形の底辺部分を大きく



「父」は上部を狭く下部を広くします。1画目より2画目をやや右上がりの位置にします。3画目の起筆は、しっかり止めてから入ります。

同じタイプの漢字

天
五



同じタイプの

楽
安

「赤」では4画目の左払いの方向は立てて、5画目との幅は詰め、6画目の払いは7画目に続いていくことを意識します。

中心をそろえる漢字①

左右のバランスを整える

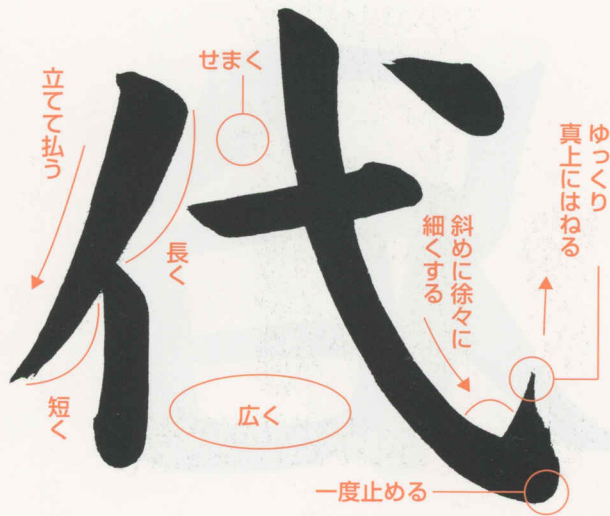
文字の中心を決め、左右対称の形に近づくよう文字のバランスを整え、背筋を通す気持ちで書きます。

中心



「年」は縦画が中心になる場合です。最後の縦画は筆の軸の角度を変えないで書き、最後は穂先をゆっくり引き上げます。

同じタイプの漢字



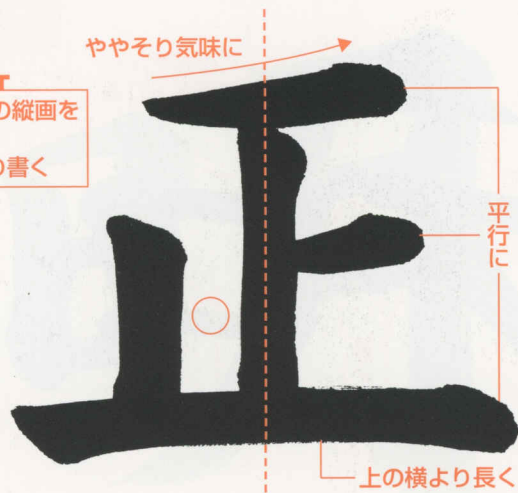
Lesson 14

中心をそろえる漢字②

中心を意識しつつ
横画を平行にする

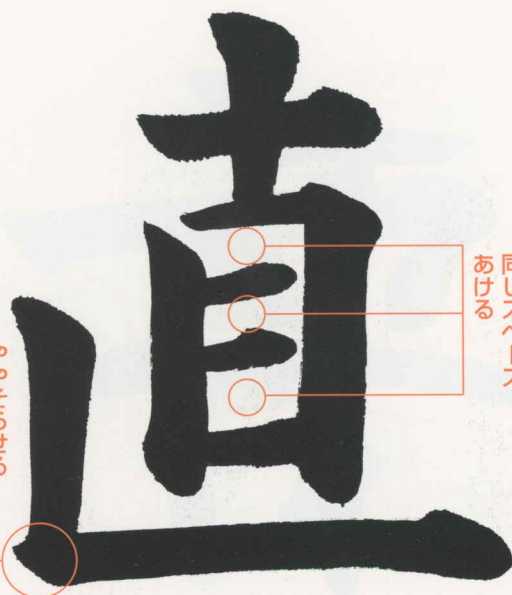
横画が並ぶときは等間隔を原則に、少し変化させます。また中心を意識して左右バランス良く文字を配置させます。

中心



1画目の横画はやや短めにし、4画目までは1画目の横画の幅に収め、5画目で思い切り幅広く書きます。

同じタイプの漢字



「年」は縦画が中心になる場合です。最後の縦画は筆の軸の角度を変えないで書き、最後は穂先をゆっくり引き上げます。

同じタイプの



間違いやすい筆順
一 二 三 年

左右に分かれる字形①

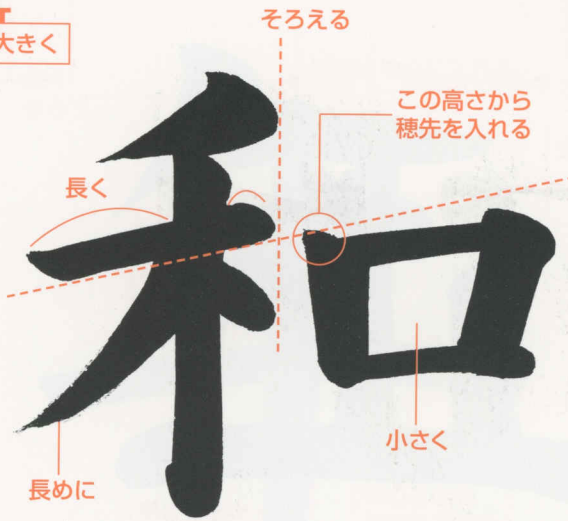
画数の少ないつくりは小さく
へんを大きく書く

へんとつくりを調和させるために、お互いを主張するのではなく、へんとつくりの大きさを調整して譲り合うことが大切です。

大	小
---	---

POINT

へんを大きく

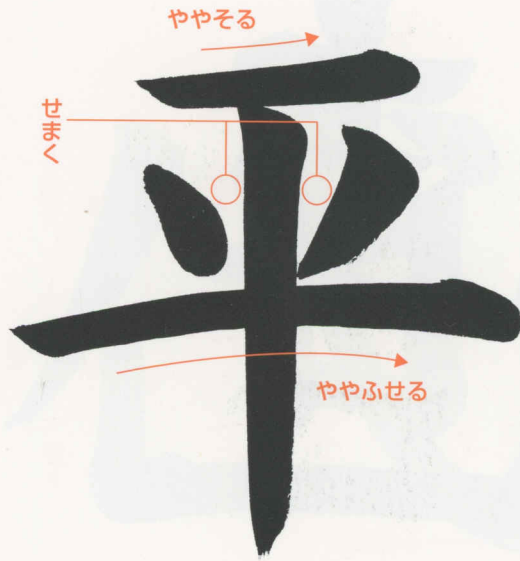


へんを大きくつくりを小さくします。のぎへんは、縦画と横画がやや右寄りです。のぎへんにし、へんの右側はしっかりそろえます。

同じタイプの漢字

知

仁



Lesson 16

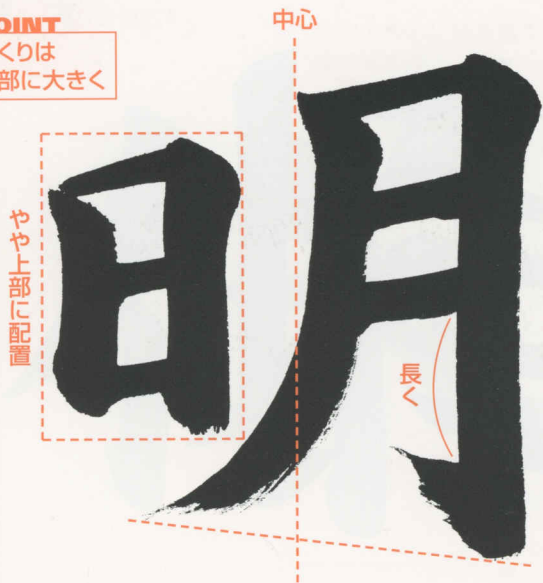
左右に分かれる字形②

つくりが大きい文字は
へんを小さく、高い位置に

点画同士がぶつかり合ったり重なったりしてバランスをくずさないように、へんの位置を上にして調和させる必要があります。

小	大
---	---

POINT
つくりは
上部に大きく

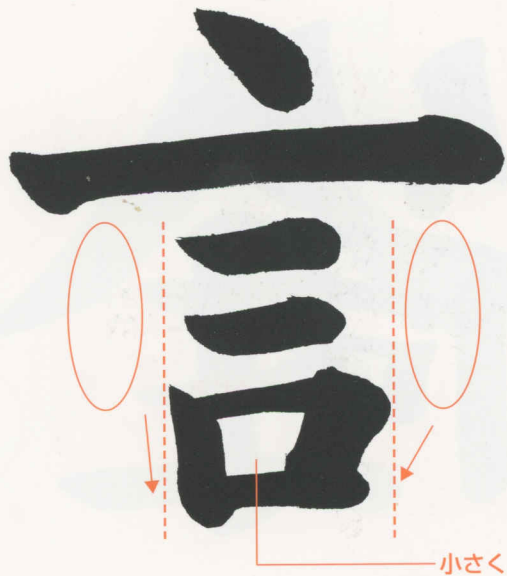


「明」のへんは、やや上部に書き、つくりのつくりの縦画は、右を長くします。文字の中心は、つくりの左側にややかかります。

同じタイプの漢字

崎

鳴



同じタイプの

知

仁

左右に分かれる字形③

広 狭

へんとつくりは天地をそろえ
つくりの幅をやや狭く

文字によっては、へんとつくりを
同じ大きさに書くと、バランスが
くずれてしまうことがあります。

POINT
へんの
幅を広く



文字の中心をしっかりとらえ、へんの最初の縦画の
首を長くします。7画目の起筆の位置に気をつけ、
最後の縦画は送筆でスピード感をつけて書きます。

同じタイプの漢字

願

敬

同じ方向にはらう



間違いやすい筆順

左右に分かれる字形④

つくりは大きく
中心に文字がかかる

文字の中心に気をつけます。へんの左払いを立てて幅を狭くすると字形が整います。中心はつくり側にかかったところにあります。

狭 広

POINT

右側のつくりを幅広く

文字の中心に筆を置き書き始める



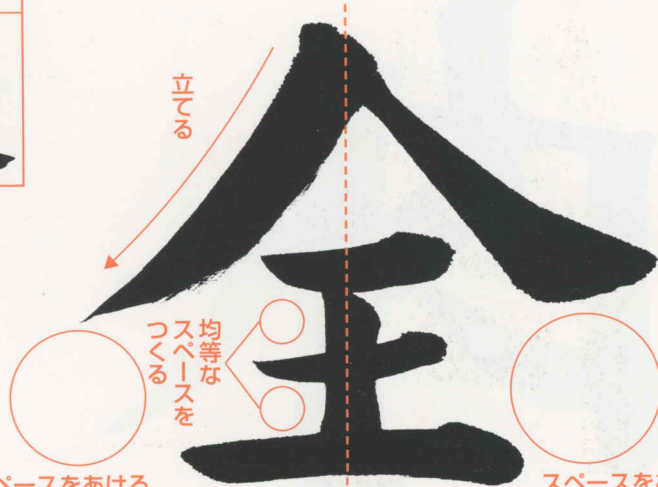
スペースは同じ位にとる

つくりの上部はつめ気味にし、「木」の左右の払いを大きめにすると、文字が引き締まります。

同じタイプの漢字

煙

波



スペースをあける

スペースをあける

同じタイプの

願

敬

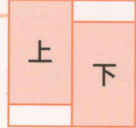
間違しやすい筆順

+ 土 圭 封

左右に分かれる字形⑤

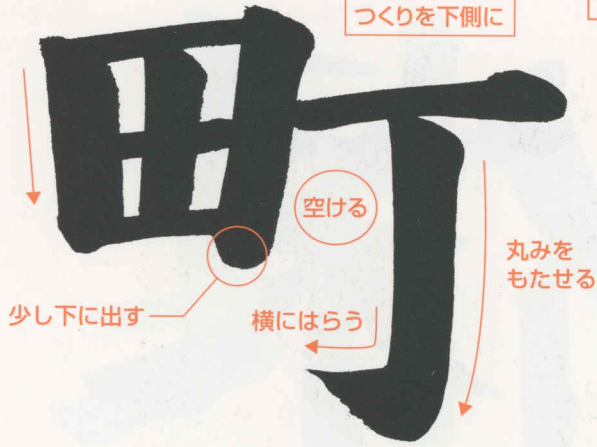
左右のへんとつくりを
上下にずらす

へんとつくりを左右ではなく上下
にずらして調和させると、字が躍
動して生き生きと見えます。



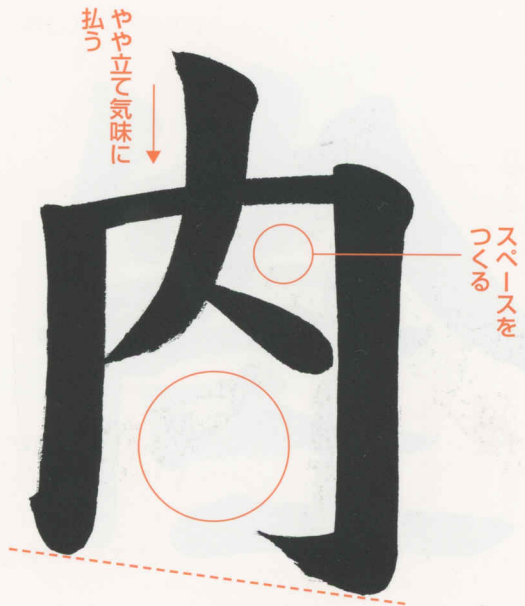
POINT

へんを上側に
つくりを下側に



へんに対してつくりの位置がポイントで、
つくりの二画目はやや下げます。最後の
縦画には少し丸みをもたせるように。

同じタイプの漢字



Lesson 20

三分割される
字形

“譲り合い”を大切に
三つの部首を整える

三分割される字形は、画数も多く
なり、文字のバランスがとれてい
ないと見にくいものとなります。
字形とバランスを考えながら、各
部分の譲り合いを意識します。

POINT

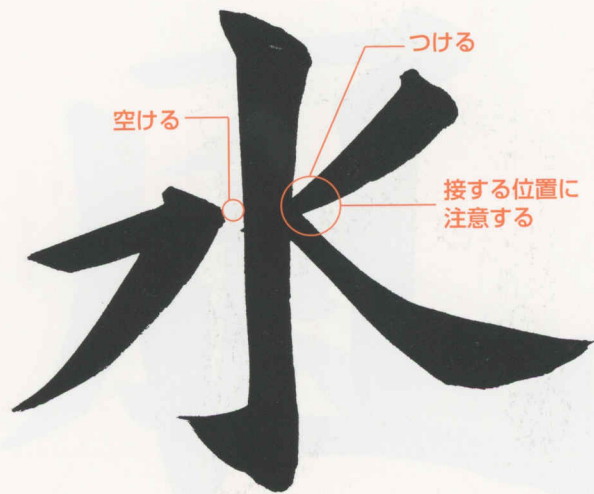
まん中の部首を中心に



四角の中で三分割されるそれぞれの部
首の特徴を意識しながら、各部分の調
和がとれるように配していきます。

同じタイプの漢字

謝
樹



つくりの一画目はやや下げます。最後の
縦画には少し丸みをもたせるように。

同じタイプ

打
者

上下に分かれる字形①

上部にくるかんむり部分は幅広くのびのびと

上下の大きさを同じにすると、メリハリが失われ格好が悪くなってしまいます。上下の大小のバランスに注意します。

大
小

POINT
上部を大きく

同じ幅にそろえるように

やや外側に向かってとめる

短く

長く

内側にはらう

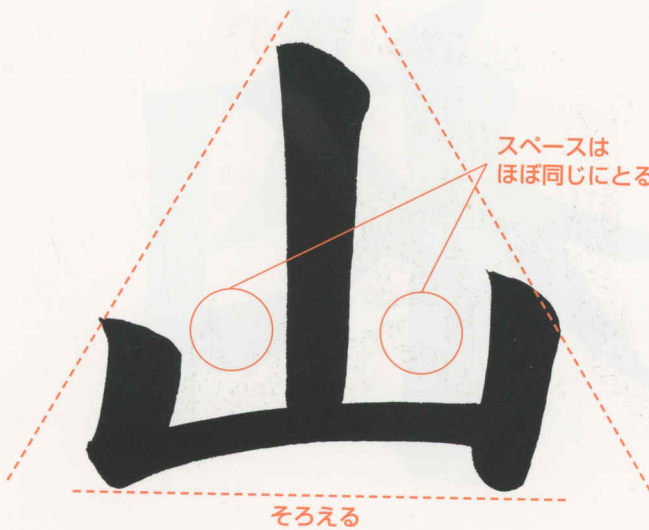


スペース均等にあげる

同じタイプの漢字

羽
白
替
日

スペースは
ほぼ同じにとる



そろえる

あめかんむりは縦画の位置に対し左右の長さに注意します。4つの点は中心の縦画に寄せるようにすると、きれいに見えます。

小
大

Lesson 22

上下に分かれる字形②

上にのる文字を支える
土台はしっかりと書く



上の部首を多少つめ気味にし、下の「心」をゆったりさせます。とくに「心」の2画目を長くして最後の点とのバランスに注意します。

同じタイプの漢字



上下の大きさを変えることで、文字が生きてきます。下部を幅広くすることにより、文字が安定します。

あめかんむりは縦画の位置に対し左右の長さに注意します。4つの点は中心の縦画に寄せるようにすると、きれいに見えます。

同じタイプ

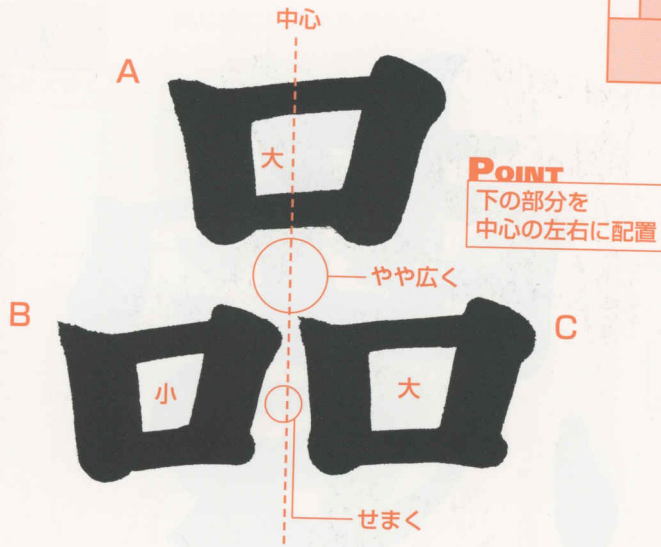


上下に分かれる字形③

同じ文字が並ぶ場合は
多少のメリハリをつける

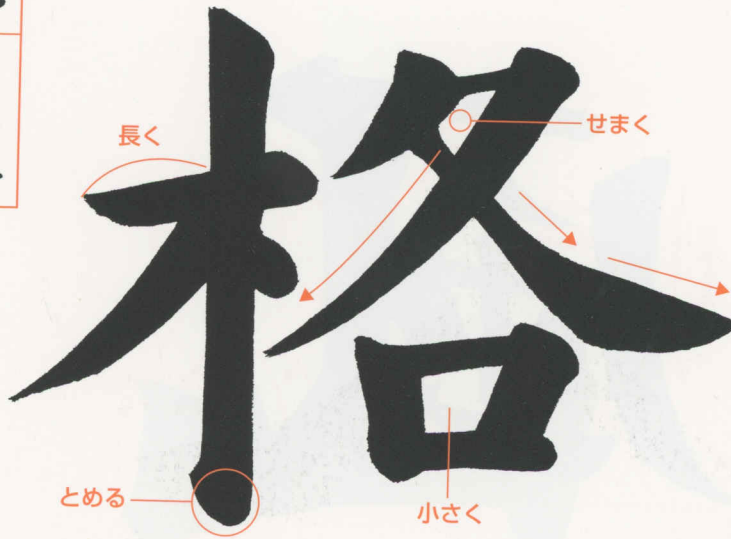
上部と下部に分かれる場合、どちらを大きくするかは文字によって異なりますが、大小（大中小）をつけ、変化させることにより、生き生きとした字になります。

三つの「口」の大きさを変えます。AとCはやや大きめに、Bはやや小さめに書くイメージで。



同じタイプの漢字

花
森



Lesson 24

上下に分かれる字形④

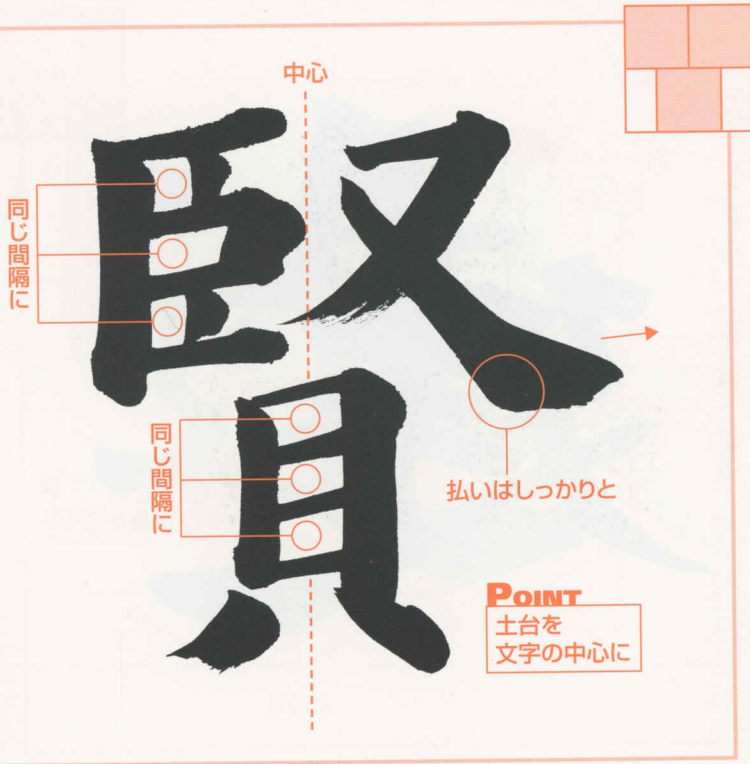
土台部分を軸に置き
左右をあけ引き締める

上部がさらに2つの部分から構成されている場合は、上部を大きくすることで全体が引き締まります。

間違いやすい筆順
丨 冫 尸 臣 𠂔 𠂔 𠂔 賢

Cはやや大きめに、Bはやや小さめに書くイメージで。

同じタイプ
花
木
木



点画が多い場合には、字形を考えながら、縦画と横画の太さをとくに意識し、つづられた字にならないように注意します。

同じタイプの漢字



「によう」がある字形①

にようの払いはのびのびと最後の払いはやや上向きに

「によう」がつく漢字は、全体のバランスを考えながら、のびのびとした払いになるように心がけます。最後はやや上向きに払うと格好が良くなります。

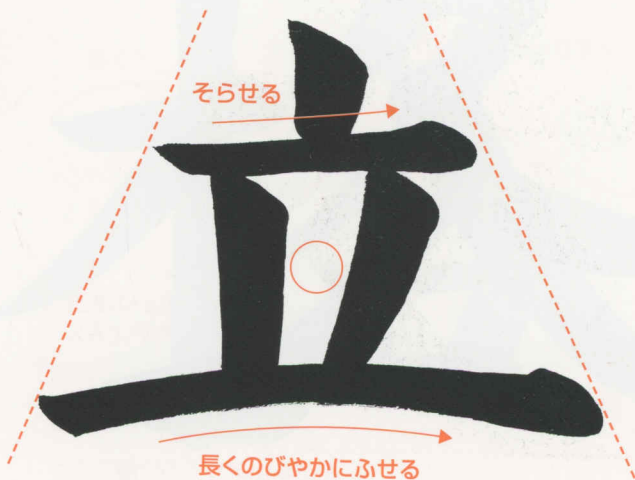


「建」は横画が多いので、やや右上がりになり、方向をそろえるとともに間隔をつめます。「フ」は幅広くならないように注意。

同じタイプの漢字

延

廻



間違いやすい筆順 イ 巾 竹 佳 准 進

間違いやすい筆順 ㄇ 子 彳 幸 津 建

Lesson 26

「によう」がある字形②

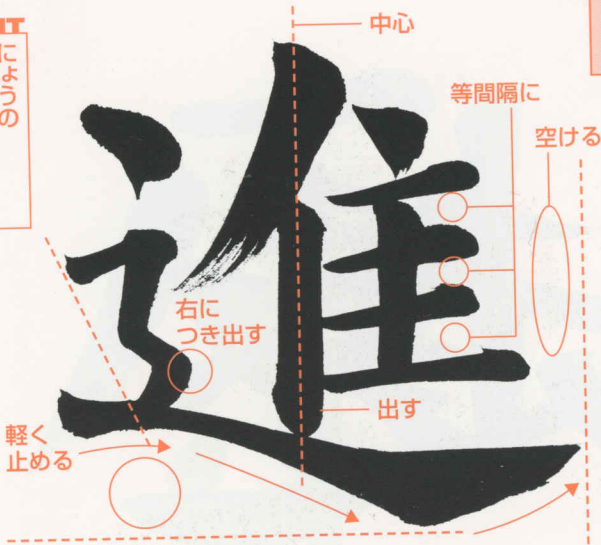
払いの書き出しは軽く止め
徐々に筆圧を強くする

「によう」の入筆は、軽く止めて入り、最後に方向を変えてやや上向きに払うようにします。

間違いやすい筆順
イ 个 竹 隹 隹 進

間違いやすい筆順
コ ナ 彳 隹 隹 建

POINT
にようの起筆と終筆の強弱に気をつける



縦画はまっすぐ書いて、「に」の場合には、一旦右に突き出してからのびのびと払うようにします。

同じタイプの漢字

通 辺



同じタイプの

延 廻

「建」は横画が多いので、やや右上がりにし、方向をそろえるときにも間隔をつめます。「彳」は幅広くならないように注意。

「によう」がある字形③

画数の多いにようは
大きくなりすぎない

画数が多い、「によう」の場合は、
全体のバランスを意識しながら、
「によう」をしっかりとびやかに書
くことを心がけます。

POINT
中心を考えて
にようを
配置する



「趣」は、線の組み合わせの位置をしっかりと
とらえ、部分と部分が重ならないようにして、
「によう」は幅広く書かぬ。

同じタイプの漢字

越

起



小さく
やや上部に
書く

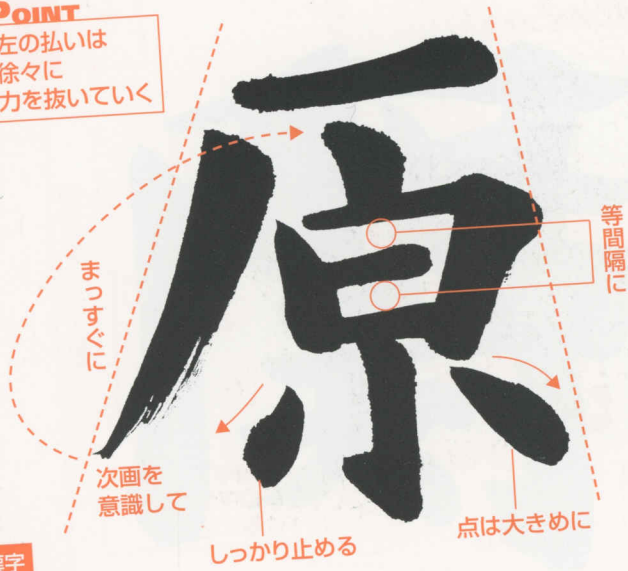
Lesson 28

右下に注意
する字形

左の払い
は
長くのびやかに

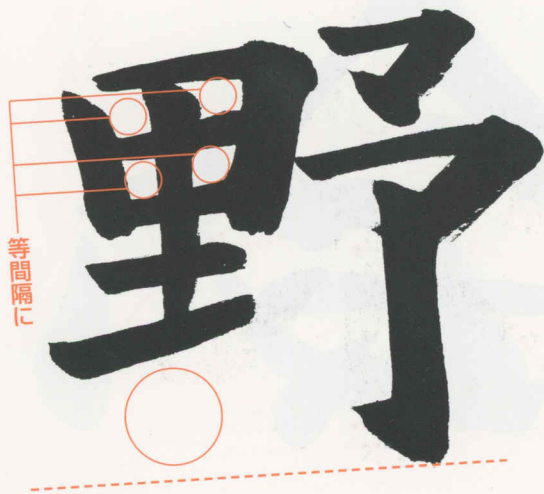
POINT
左の払いは
徐々に
力を抜いていく

右下を大きくしすぎると形がくずれ、
小さくしすぎてもバランスがよくあ
りませんから、注意が必要です。



同じタイプの漢字

病
産



左の払いの中につくりが入る場合
は、払いを長くのびやかに書きま
す。中に入るつくりの大小もボイ
ント。全体のバランスを把握した
上で組み合わせに注意します。

「趣」は、線の組み合わせの位置をしっかりと
とらえ、部分と部分が重ならないようにし、
「趣」は幅広くします。

同じタイプ

起
走

間違いやすい筆順
+ 走 起 走 起 趣

左下に注意
する字形

左下にくる文字を 包むように囲む

中心の位置に気をつける

文字の中心よりも
左に置く

スペースをつくる

ゆっくり
横にはねる

POINT

左の中のつくりは
位置に注意

中心

中の「口」は文字の中心よりも左に
寄せ、上下の余白にも注意しながら、
全体のバランスをとりまします。

同じタイプの漢字

気
菊

ゆったりと
のびやかに

ややそらす

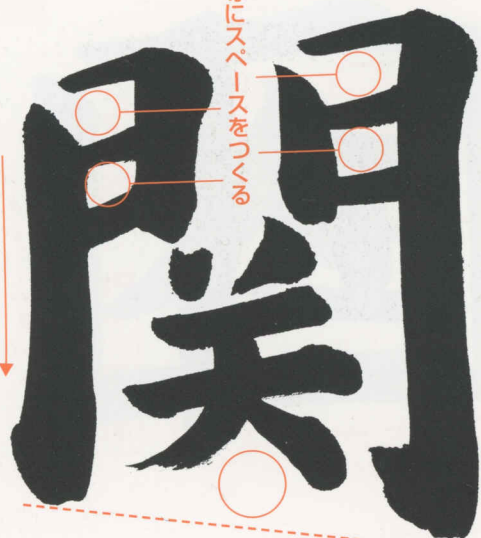
ややふせる

文字の中心を意識し、余白を生か
しながら、中の文字が全体からは
み出さないようにします。

Lesson 30

下が空いている字形

二本の縦画を長めにし
中にスペースをつくる



均等にスペースをつくる

縦画は下まで力強くひく

POINT

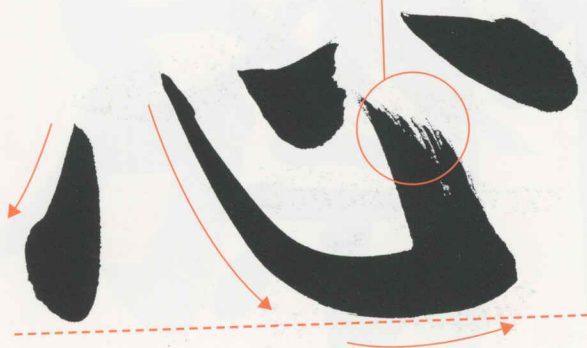
中に入る文字の大きさに注意

どこに余白をとるかに注意し、中の字は下のあいているところからはみ出さないようにします。

同じタイプの漢字



真上にはねる



左右2本の縦画を長めにし、部分と部分が重なったり、大きかったり小さかったりしないように注意し、中に入るつくりのバランスを考えながら書きます。

間違しやすい筆順 一 門 門 関 関

間違しやすい筆順 一 冫 冫 司

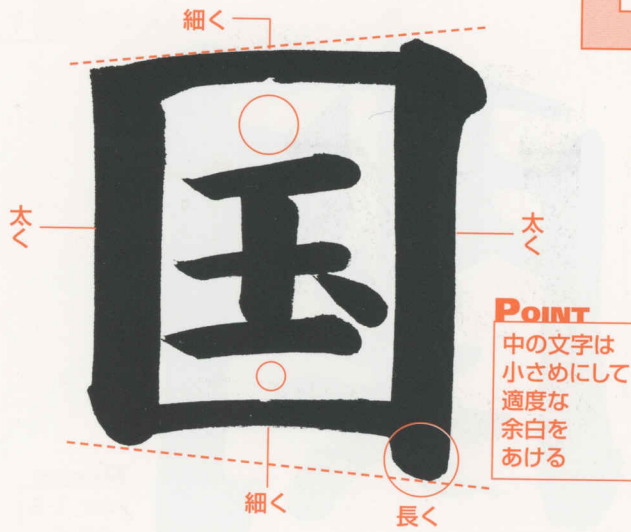
同じタイプ



中の二口は文字の中心より右側に寄せ、上下の余白にも注意しながら、全体のバランスをとります。

囲みの字形

囲みの中は
小さく控え目に



縦画を太く、均衡を保ち横画を細く
して縦画の長さはやや上下にすらす
と、安定します。

同じタイプの漢字

圃

回



囲みの中は余白に気をつけ、囲ん
でいる縦画、横画との間をややあ
けて、しっかり収まるようにしま
す。

Lesson 32

右側の空いた
囲みの字形

上下の横画の線は
下を長めに

縦画を太く、均衡を保ち横画を細く
して縦画の長さはやや上下にずらす
と、安定します。

同じタイプの漢字

冂 冃 冄 内 円 冇 冈 冉 冋 册 再 冎 冏 冐 冑 冒 冓 冔 冕 冖 冘 写 冚 军 农 冝 冞 冟 冠 冡 冢 冣 冤 冥 冦 冧 冨 冩 冪 冫 冭 冯 冱 决 冴 况 冶 冷 冸 冹 冺 冻 冼 冽 冿 冻 冼 冽 冿

間違いやすい筆順 冂 冃 冄 内 円 冇 冈 冉 冋 册 再 冎 冏 冐 冑 冒 冓 冔 冕 冖 冘 写 冚 军 农 冝 冞 冟 冠 冡 冢 冣 冤 冥 冦 冧 冨 冩 冪 冫 冭 冯 冱 决 冴 况 冶 冷 冸 冹 冺 冻 冼 冽 冿 冻 冼 冽 冿

間違いやすい筆順 一 冂 冃 冄

横画は短い方をややそらせ、長い
方をふせます。文字の中心に注意
し、中のつくりが中心に収まる位
置に、余白と全体のバランスを考
えた大きさを配します。

ややそらせる

ややそらせる

いったん止めて
穂先を返す

POINT
中の文字は右側から
はみ出さないように

ややふせる

同じタイプの漢字

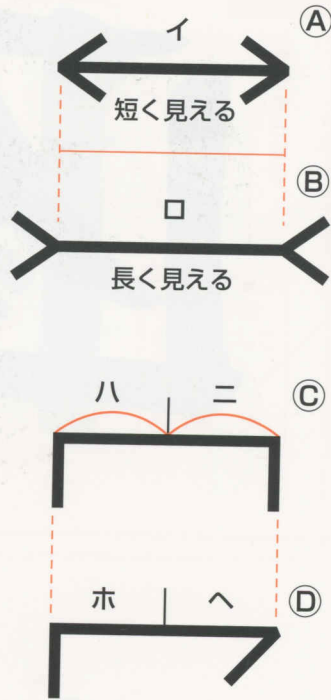
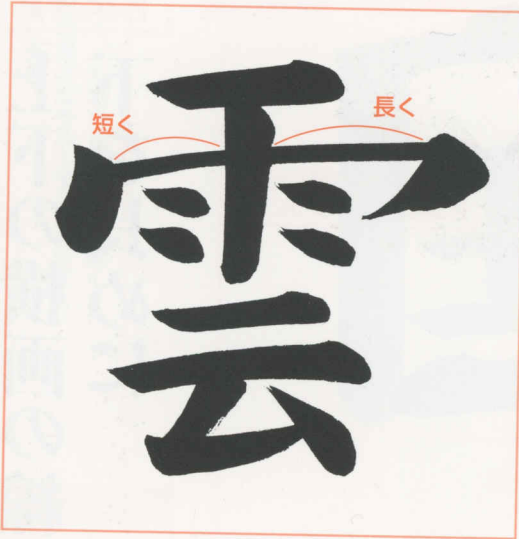
医 匹

立てる

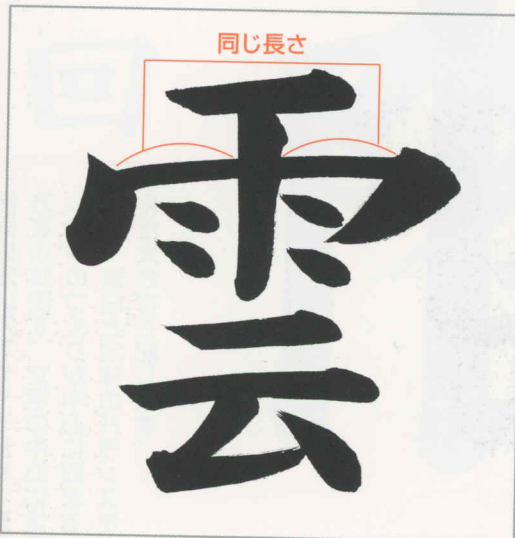
止めと払いを同じ方向に

目の錯覚を考慮して
長さを変える

良い例



悪い例



目の錯覚に気をつけます

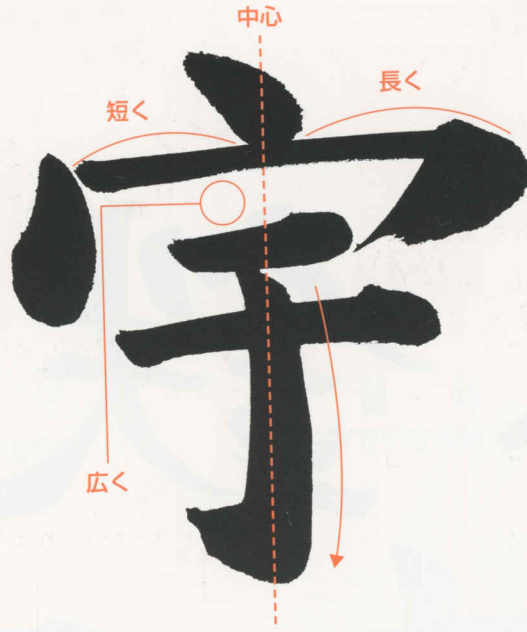
横線を事例AとDで見ると両端の短い線が内側に向いているAの方がDよりも短く見えます。実際は同じ長さですが、目の錯覚によりこのような違いを感じるのです。同様に、うかんむりの場合もCとDを見ると、端の線が同方向のCのハとニは同じ長さに見えますが、端の線が内側に向いているDのへはホよりも短く見えます。

1本の同じ長さの線でも、両端が折れたり曲がったりするとその長さが違って見えます。このような「錯覚」は字形にも影響を与えます。

かんむりの字形のとり方②

かんむりの中に入る文字は
大きさに配慮する

うかんむりの特徴として、横画の
左右は一方が外、一方が中を向い
ています。そのため左を短く、右
を長くします。



横画は細く、縦画は太めにするのが
基本で、最後の縦画は、少し丸味を
もたせるときれいに見えます。

同じタイプの漢字

写
究

左右・上下の
バランスを
考えた字形

へんもつくりも少しづつ譲り合っ
てバランスをとるよう心がけます。
「鉄」はへんの右をそろえ、つくり
と接しないように背を低くしてバ
ランスをとります。

良い例

算

背を低く

足を長く

良い例

鉄

そろえる

悪い例

背が高すぎて
間延びしている

算

頭とのバランスがとれていない

悪い例

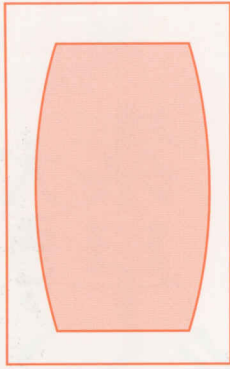
鉄

重なっている

はみ出ている

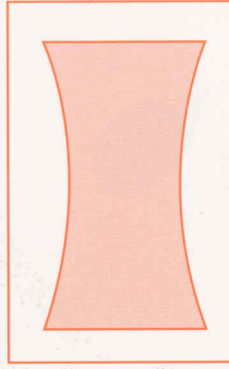
字形のとり方

字形によつて文字のイメージが変わる



向 勢

ゆったりとおおらかな印象



背 勢

シャープで引き締まった印象



丸みを帯びる

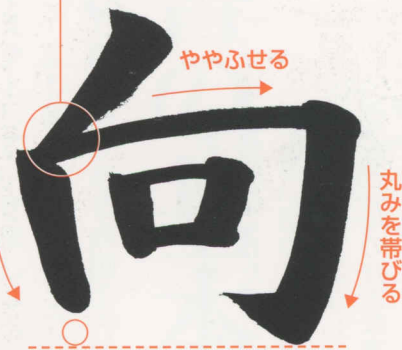
払いは最後まで丁寧に



引き締める

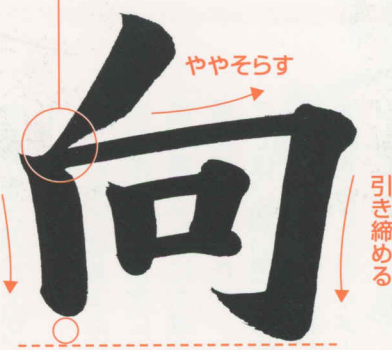
引き締める

払いは勢いよく



ややふせる

丸みを帯びる



ややそらす

引き締める

字形にはいろいろあります。背勢は字が引き締まり、向勢ではおらかさが出ます。多字数の場合は、背勢・向勢を混ぜないで同じ字形で統一感をはかります。



石飛流

ワンポイントアドバイス

一文字を半紙に 大きく書けばアート気分



書：石飛博光「永」

ある程度、筆づかいの基礎ができたなら、半紙に思い切って大きな文字を書いてみましょう。あなたの好きな漢字を一文字で構いません。とにかく自由に筆を動かすことが大切です。

これまでは基本点画や字形など、忠実に一画を書くことに主眼を置いてきましたが、ここでは、思い思いの発想やアイデアを半紙に表現することをイメージしてください。そして次章以降で学ぶ、行書や実用的な書道のスキルアップに役立てていきましょう。

第4章

素早く書ける行書の基本

点画に忠実な楷書とは異なり、流れるように躍動感がある点画の行書。筆運びも容易になり素早く書けることから、より実用的なシーンで用いられます。ここからは行書の基本をマスターしていきましょう。

書・金敷駿房

宙

花

夢

道