昭和28年２月20日第三種郵便物認可　毎月１回１日発行
令和４年12月25日印刷　令和５年１月１日発行　第71巻第１号　通巻第835号

不二

一般版

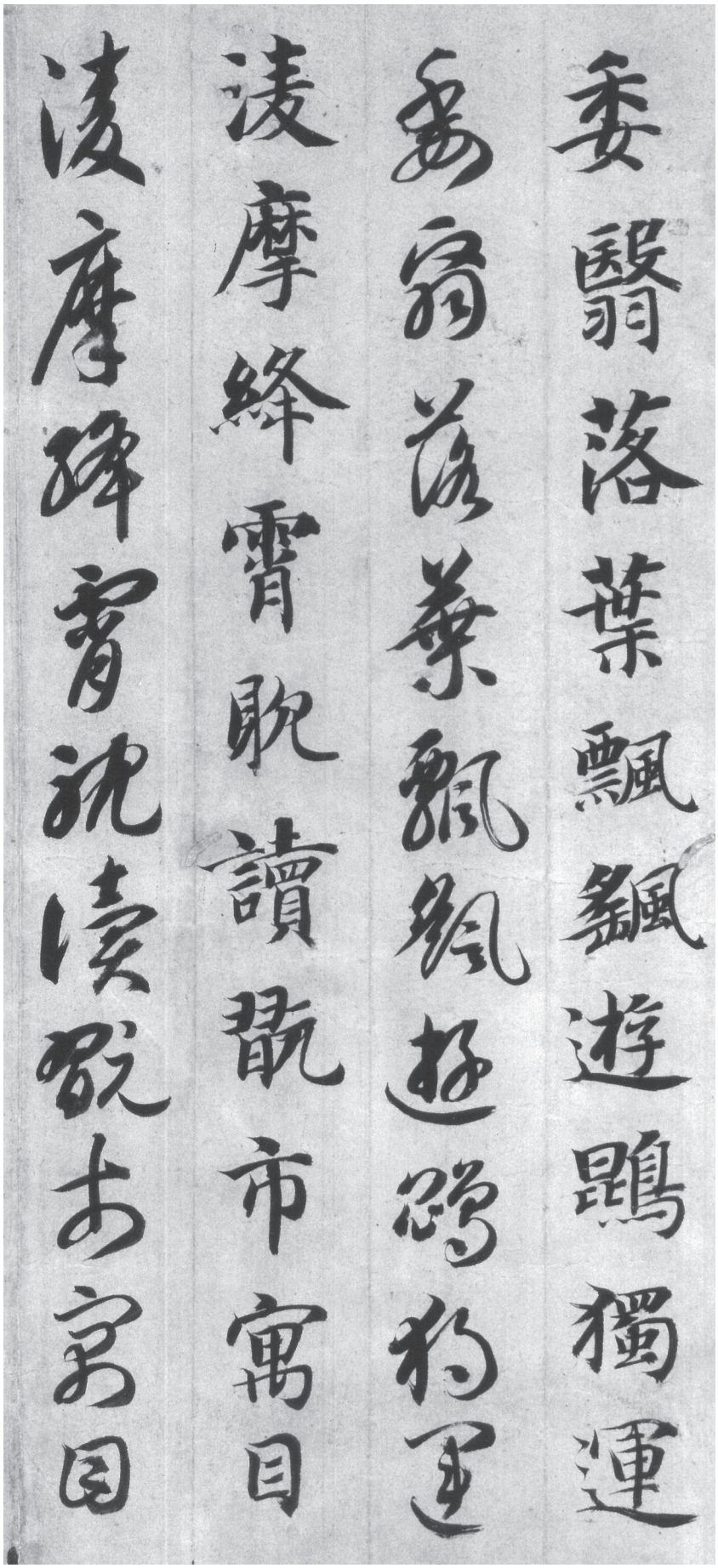
1 /2023

お正月・元旦写経案内

公益財団法人 日本書道教育学会

不二　一般版　2023　1月号　公益財団法人　日本書道教育学会

真草千字文（真蹟本）

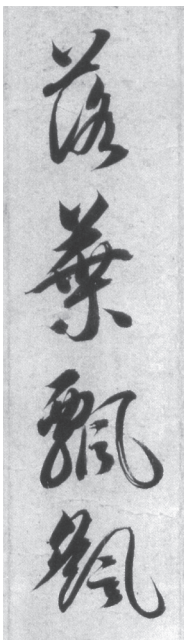


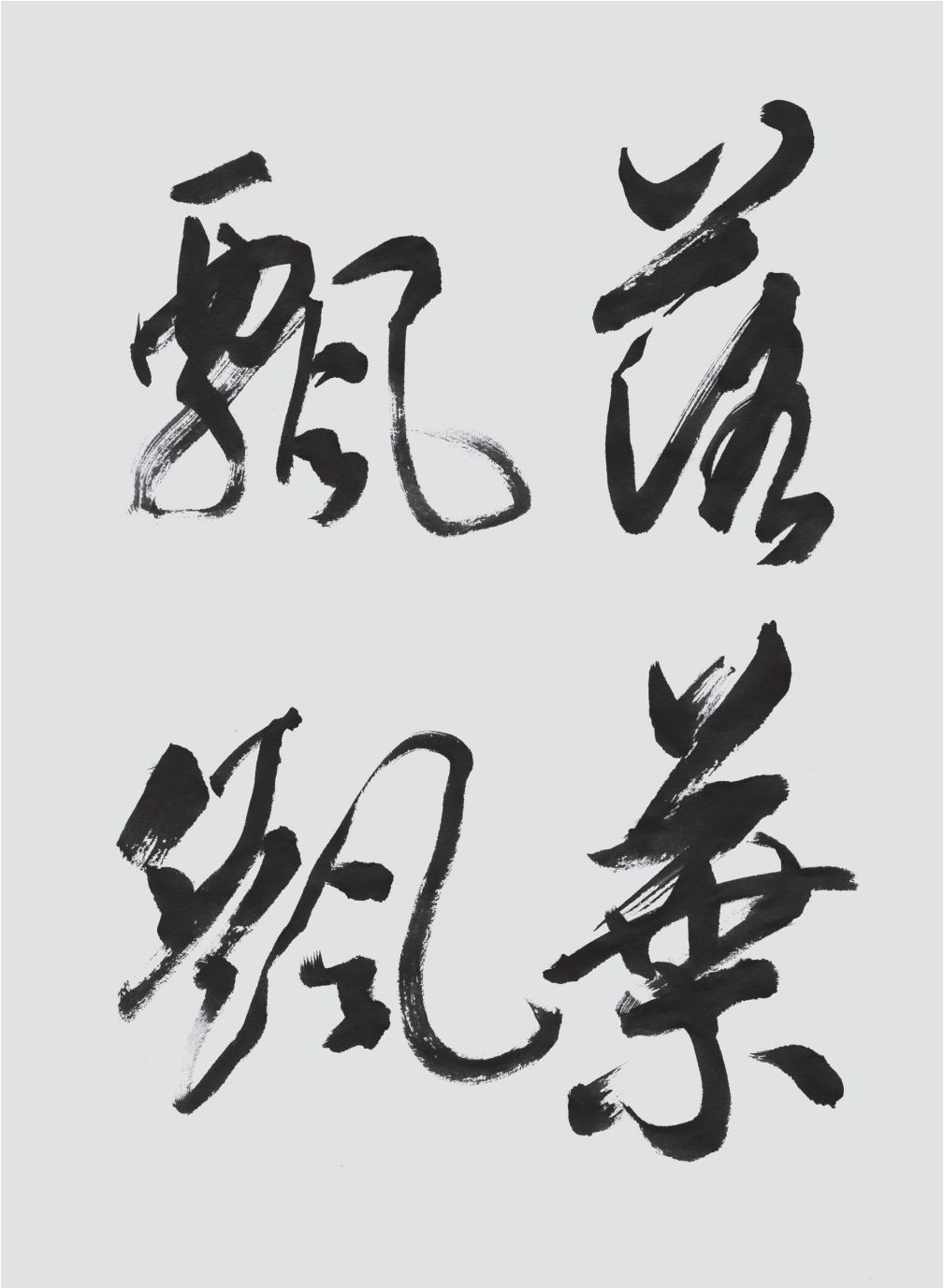
（陳根）委翳　落葉飄颻　遊鵾獨運　凌摩絳霄　耽讀翫市　寓目（嚢箱）

（陳根は）委翳し、落葉飄颻す。遊鵾は独り運り、絳霄を凌摩す。耽読して市に翫び、目を（嚢箱に）寓す。

漢字半紙　専門部（五段～準初段）『真草千字文　真蹟本』より「落葉飄颻（ラクヨウヒョウヨウ）」の四字の臨書

石橋鯉城臨





【用具・用材】
筆＝永昌五号
墨＝顕微無間
紙＝松雪

『真草千字文』
隋　智永　真草千字文　真蹟本
第一九四句目

落葉飄颻（ラクヨウヒョウヨウ）（落葉は飄颻たり）

（語　釈）

落ハ墮ナリ秋冬ノ候ニ草木零落スルノ謂ニシテ草ニ雫ト曰ヒ木ニ落ト曰フ卽チ凋瘁ノ謂ナリ葉ハ草木ノ葉ヲ指ス飄ハ風ノ旋ルヲ謂フ颻ハ風ノ上ヨリ下ニ至ルヲ謂フ是レ秋風颯々黄葉ヲ吹キテ飄颻無頼ナリ茲ニ草木零落シテ天地蕭索タルモノハ亦藪ナリ物皆ナ時アリ新陳代謝ノ遂ニ免レ難キヲ謂フナリ

〈大　意〉

前句の陳根委翳に続く。陳根は古い根。委は萎でしぼむの意。飄颻はひるがえる。古い根が朽ち、黄葉の散乱する秋冬の景を叙したもの。

〈解　説〉

○草書でも点画それぞれに起筆、送筆、収筆があることを見て取ろう。手と指を使っての指法を用いての俯仰法で書こう。

落…ソ・一の草冠の横画は戻るようにして三水につづく。「各」は「水」の草書の形と同じだが、偏があるので縦長に。「路」や「客」などにも使われるので憶えておく。

葉…草冠の懐を狭くして「落」の草冠と変化させる。世は、卅（三十）に同じ。

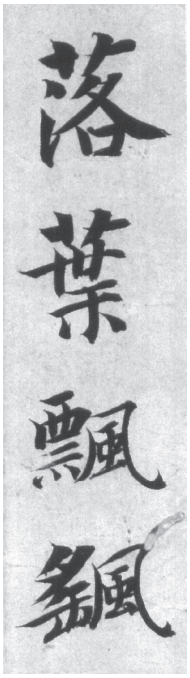
飄…「示」は子のように。偏の曲に対して「風」は直。虫は指法で、筆を軽くずらす程度に。

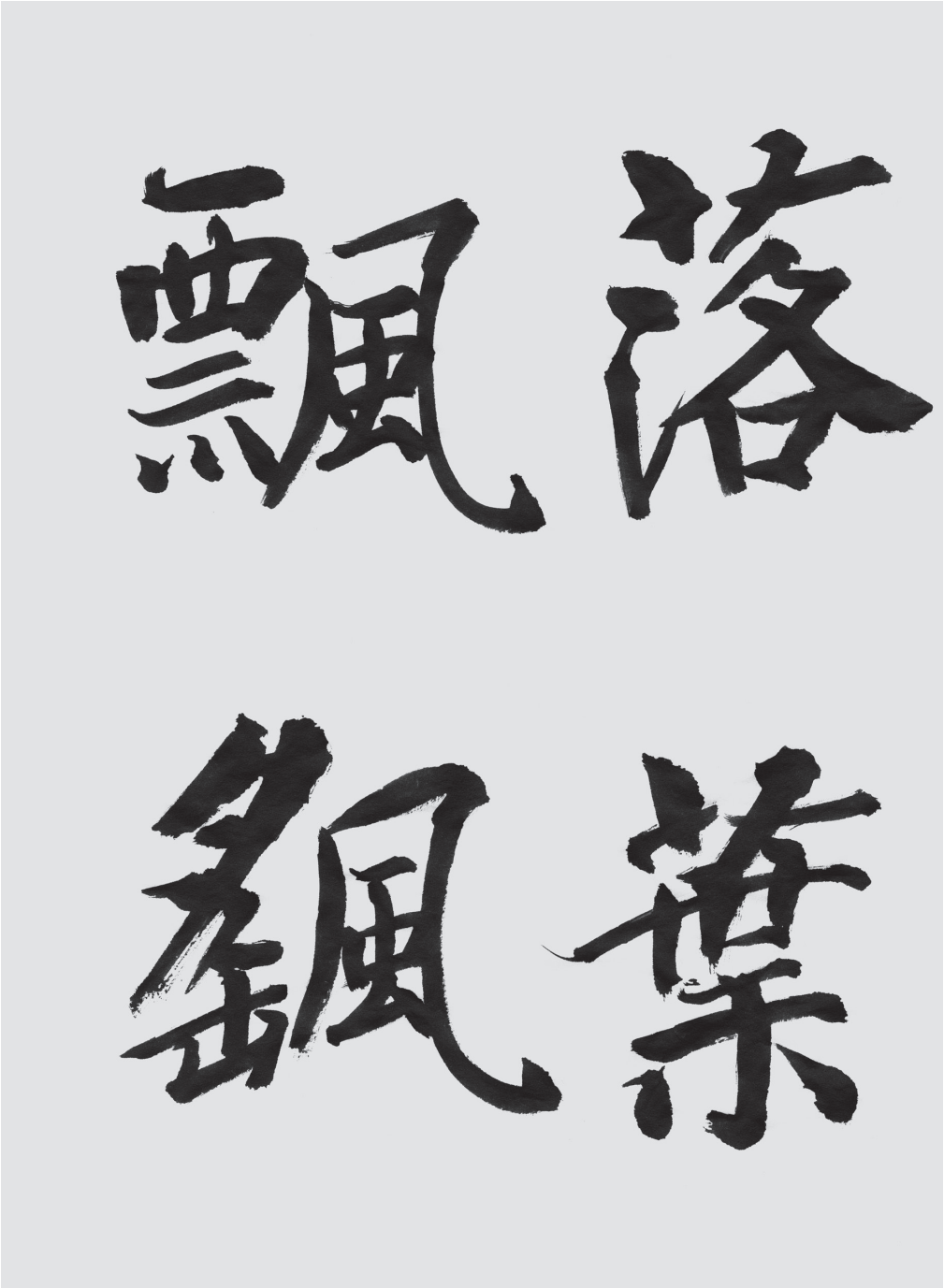
颻…この偏の部分は十一月号課題の散慮逍遙でも習った。他に「搖」「繇」などにも使われるので憶えておく。

（習い方は25ページ）

漢字半紙（1級～5級）

『真草千字文　真蹟本』より「落葉飄颻」の四字の臨書





石橋鯉城臨

【用具・用材】
筆＝永昌五号
墨＝顕微無間
紙＝松雪

『真草千字文』

隋　智永　真草千字文　真蹟本

第一九四句目

落葉飄颻（ラクヨウヒョウヨウ）（落葉は飄颻たり）

〈大意〉

前句の陳根委翳に続く。陳は古いこと。樹木の根は久しくなると、みな萎れて地面を翳し、（はった根は）再び地上にわだかまったようになる。木の葉は落ちて、風のまにまに翻り舞うようである。

〈習い方〉

○坐法、姿勢、執筆を工夫しタダスこと。両足の位置は揃えずに右足を前に、爪先を立て坐し、前傾姿勢を容易にする。

○用具を選び、磨墨の適切を図り、効果的な表現を心掛ける。

○形も大事だが、筆遣いを学んで線を作り、自分の書き方が出来るよう繰り返し習いたい。

落…草冠は、タテ・横・横・タテ、の順にリズミカルに。1|23|そして4の如く。

葉…長大画である世の一画目を身体の動きで運ぶ。身体を左に振ってその戻りで右に運びながら軽快に書く。

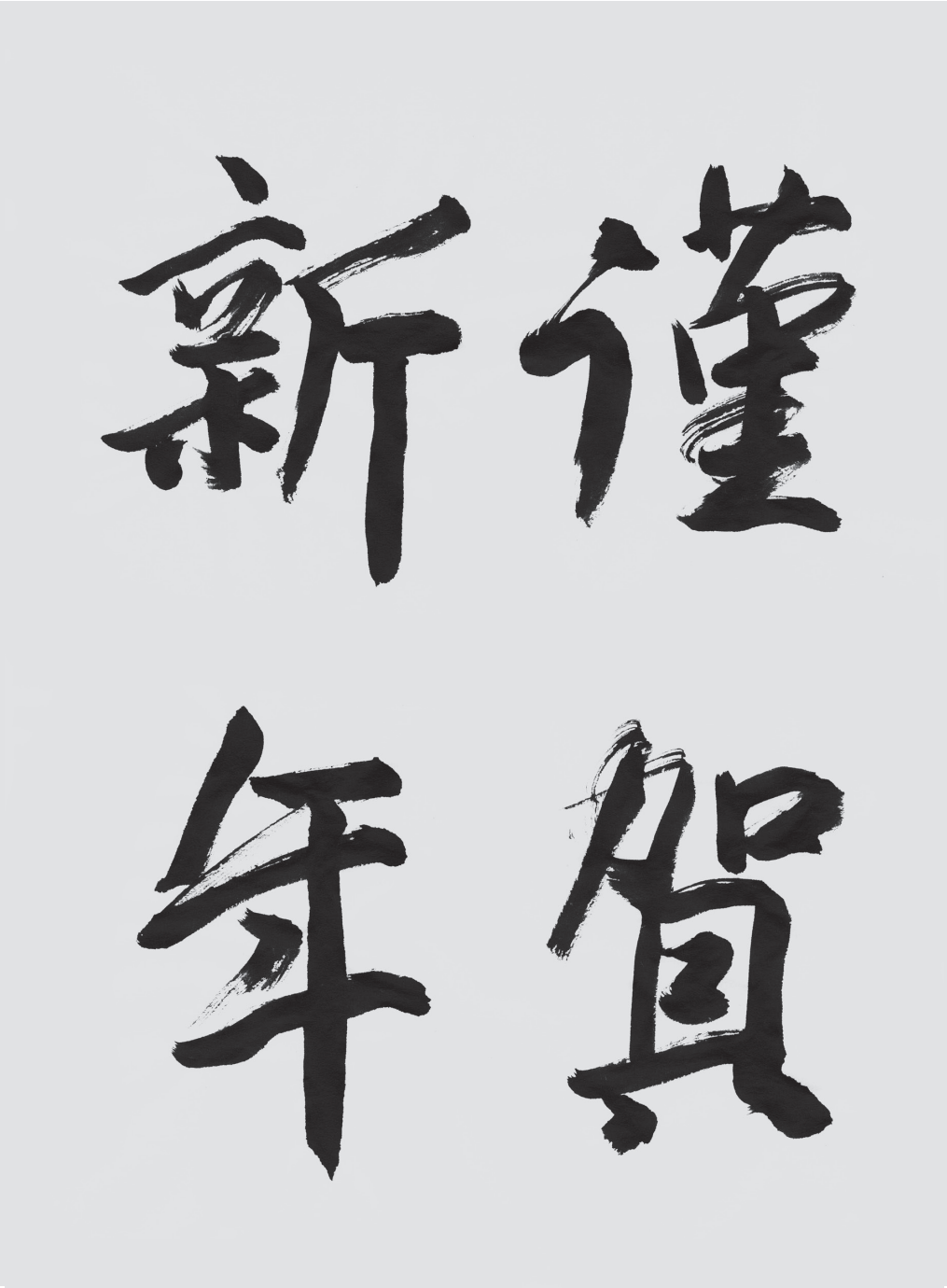
飄…示は筆写体の書きぶり。風構は丁寧に第一画目の入り方が肝心。起筆、送筆、収筆を見い出すこと。

颻…風では偏と旁の接し方の密な姿を表現したい。

（習い方は25ページ）

漢字半紙（6級～10級）

「謹賀新年」の四字を書きなさい。「新年」の二字を書いての提出も可。



石橋鯉城書

【用具・用材】
筆＝永昌五号
墨＝和墨
紙＝漢字用半紙

謹賀新年（キンガシンネン）

〈大　意〉
つつしんで新年を祝うこと。

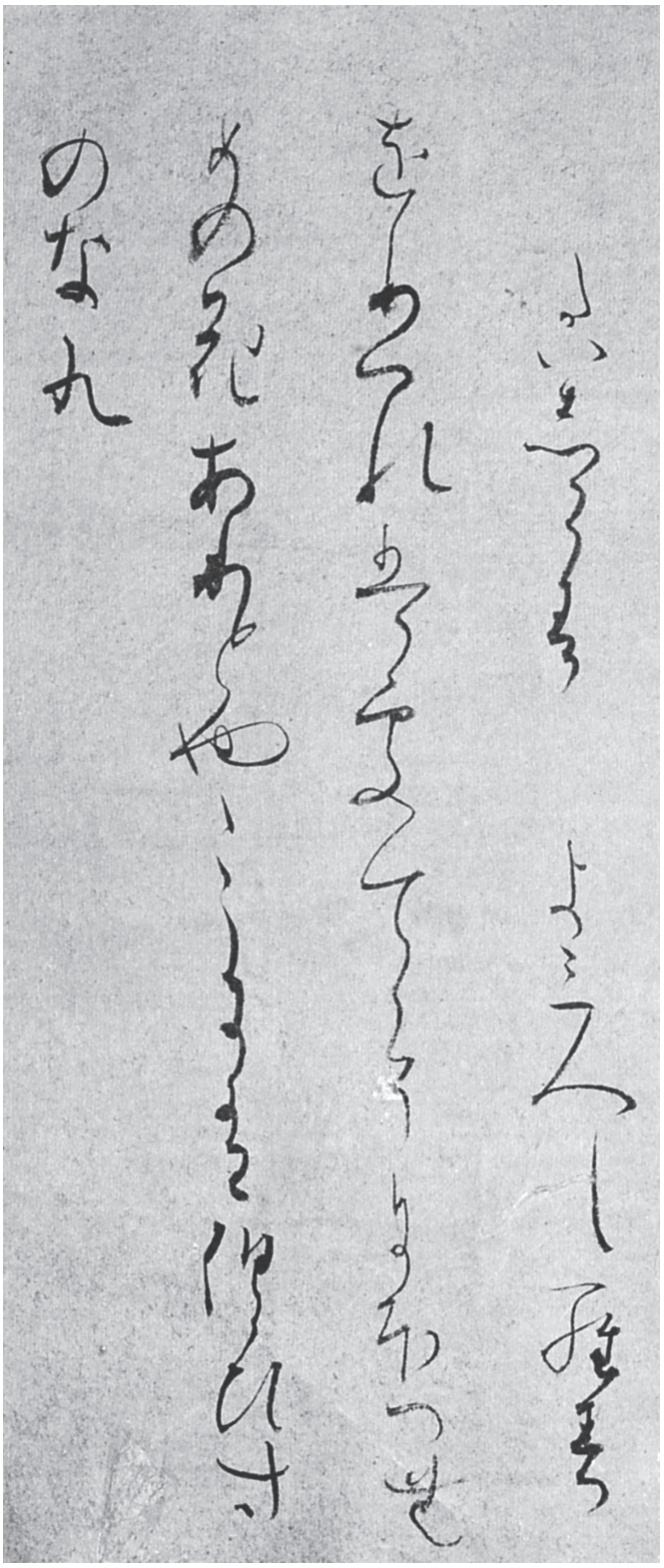
〈解　説〉
○坐法を正し、武道と同じく、臍下丹田に重心を置いて姿勢執筆の〝型〟を整える。
○筆の鋒先の弾力を利して腋の開閉自在にして点画をつくり運筆する。
○運筆は意前筆後を心懸ける。（身体の動きに後から筆がついてくる）

〈書き方〉
謹…言偏と堇の組合せ。言偏を草書形にして引き締め、旁をゆったりと。フトコロに留意する。
賀…加・目・ハの組合せ。「加」を横広にし、「目」を縦長にして「ハ」で広げて安定させる。
新…亲と斤（おのづくり）の組合せ。「亲」の右側は旁にぶつからないよう揃える（相譲相避）。
年…横画が三本あり、二本目を長大画にするのは筆写体。最終の縦画は中太りの線で暢びやかに。

（習い方は26ページ）

かな半紙　専門部（五段～準初段）

左の『関戸本古今集』より「多い志ら春」から「有倶ひ寸のな九」までの四行を、半紙を縦に使用して臨書しなさい。　※原寸には拘らなくてよい。



（原寸）

『関戸本古今和歌集』

〈読み〉

多い志ら春　よ三人し羅春
を利つれ盤處でこ曽尓本へ無
めの花　あ利とやこゝ尓有倶
ひ寸のな九

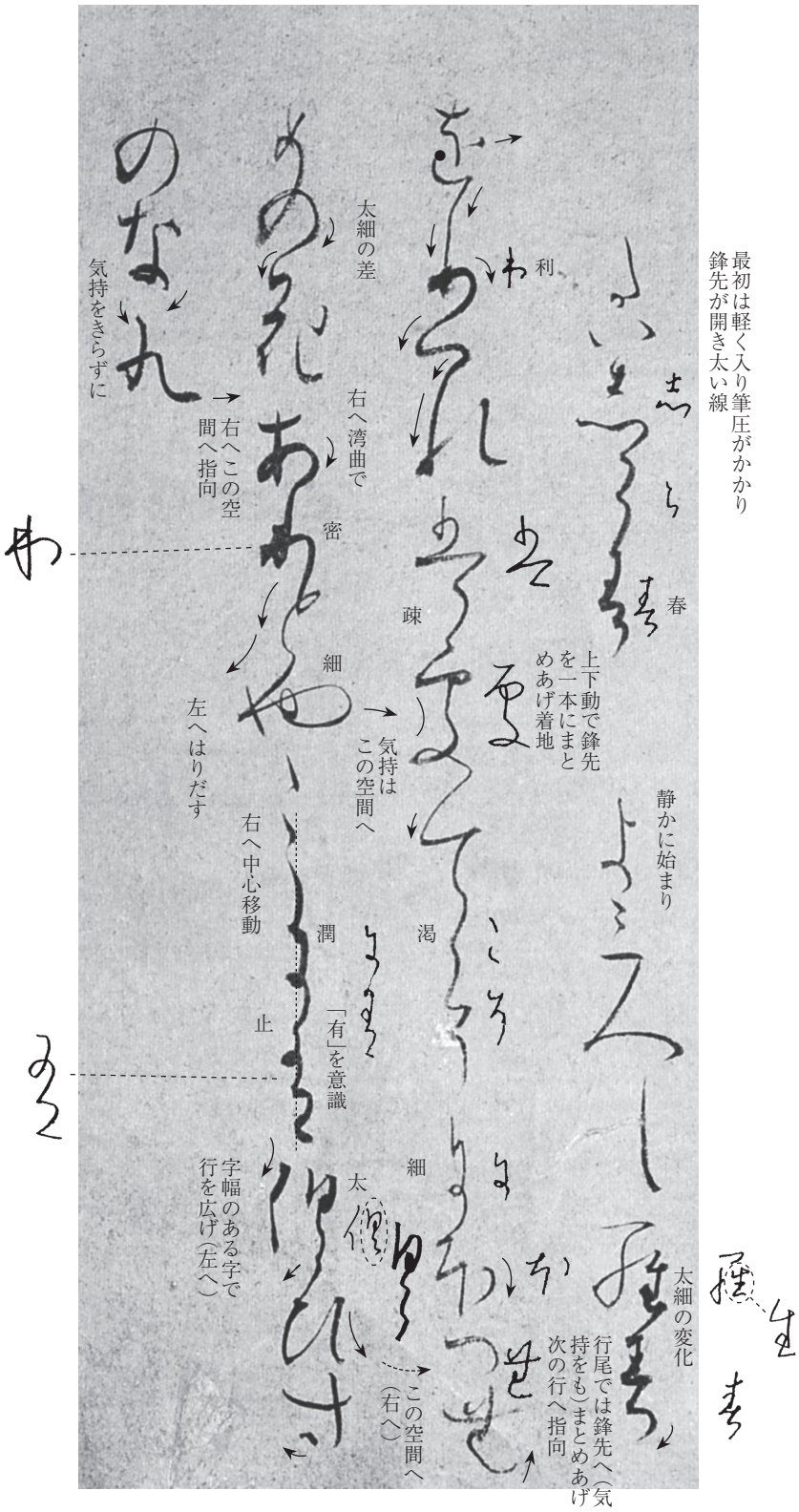
〈大意〉

梅の花を折ったので私の袖は匂っているのだが、花があるわけではない。
けれども梅の花がここにあるのかと思って鶯が鳴きにくるよ。

題しらず　よみ人しらず　折りつれば　袖こそにほへ梅の花　ありとやこゝに　鶯の鳴く

（古今和歌集　巻第一　春歌上32）

課題解説（かな半紙五段～準初段）



ポイント

・筆は十分におりていますか？
・筆は½位迄おろし、たっぷりと墨を含ませた後余分な墨を反古紙等でふきとります。墨含みの程度により墨つぎの位置は変化します。遅速緩急、上下動、抑揚等でお手本と同じ太細、墨量になるよう研究して下さい。
・骨書は筆路の参考として確認して下さい。

〈解説〉

今月の課題は、春待つ気持のあふれる梅と鶯の和歌です。多彩な線を筆の上下動や鋒先の開閉に留意して臨書します。今回は行のゆれを意識してみましょう。行は行頭から行尾迄一貫した縦流れですが、重心移動や左湾曲の連綿で左に張り出したり、右湾曲で右に引き込む動きがあります。このゆれによって、各行の文字の大小、太細、疎密、潤渇等の変化が隣の行と相まって調和して、美しくリズミカルな墨の景色をつくりだしていることに気がつきます。

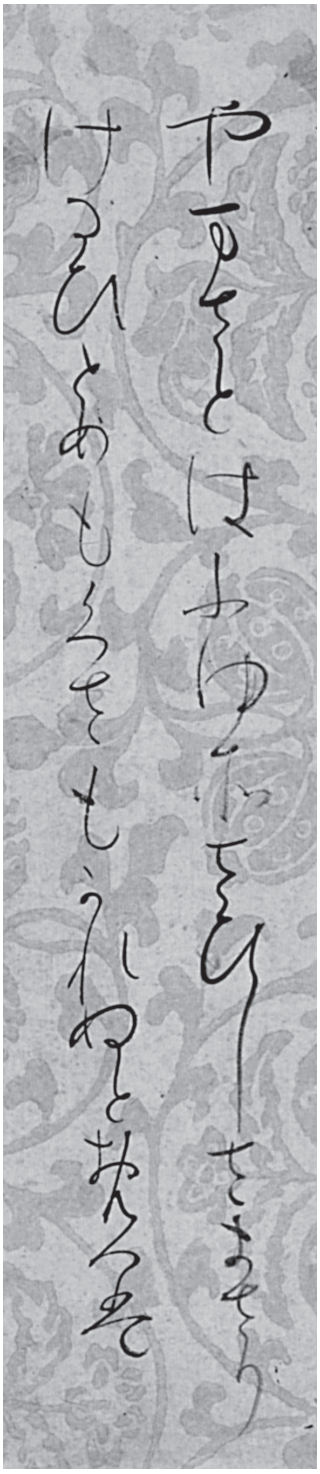
（八尋光華）

【用具・用材】

筆＝かな用小筆
墨＝かな用和墨
紙＝かな用雁皮

かな半紙（1級～5級）

左の図版の「**や万さとは**」から「**お无へ盤**」までを、半紙を縦に使用して臨書しなさい。　※原寸には拘らなくてよい。



（原寸）

山里は冬ぞさびしさまさりける人目も草もかれぬと思へば

『粘葉本和漢朗詠集』

（巻下　山家564
源宗于朝臣）

〈読み〉

や万さとはふゆ所さひしさ末さりけるひとめも久さも可れぬとお无へ盤

〈大意〉

こうして山里に住んでみると、冬こそ寂しさを一段と感じた。今までは多少とも見られた人目も離れ、草もおのずと枯れゆくのだと思う。

※予告と変わっております

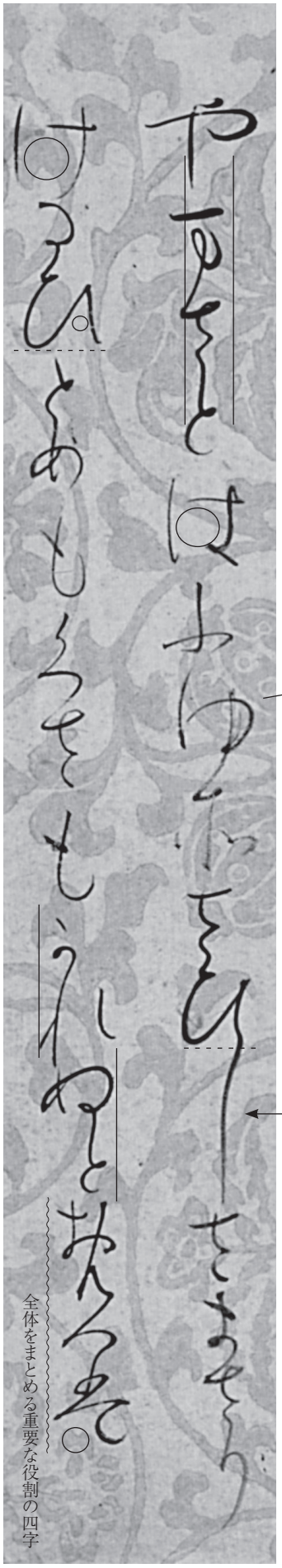
課題解説（かな半紙1級～5級）

〈解説〉

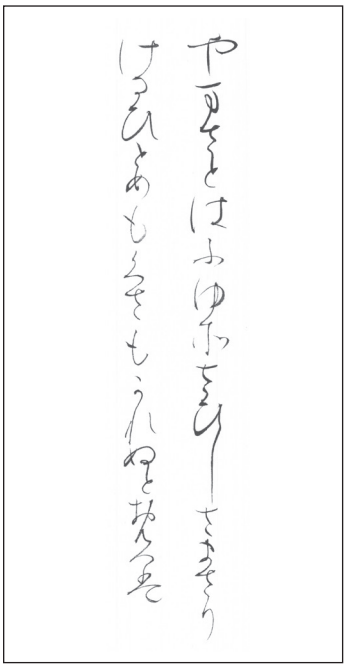
今月も和歌一首を二行書きにします。

文字の形を追って書くだけでは、この美しさを再現させることは出来ません。墨を効果的に使うことも念頭において臨書して下さい。それぞれの場所でどれくらい墨を筆に含ませているかに細心の注意を払って下さい。書き出しの「や万さと」は墨量多めですが、「はふゆ所」は澄んでいて涼しい線です。そして「さひし」の充実した線。その奥行きや対比を確実に表現して下さい。

（甲谷景子）



〈参考作品〉



（甲谷景子臨）

ポイント

○連綿線はしっかりと
しっかりとした連綿線でかたまりを意識して書きましょう。

三字連綿

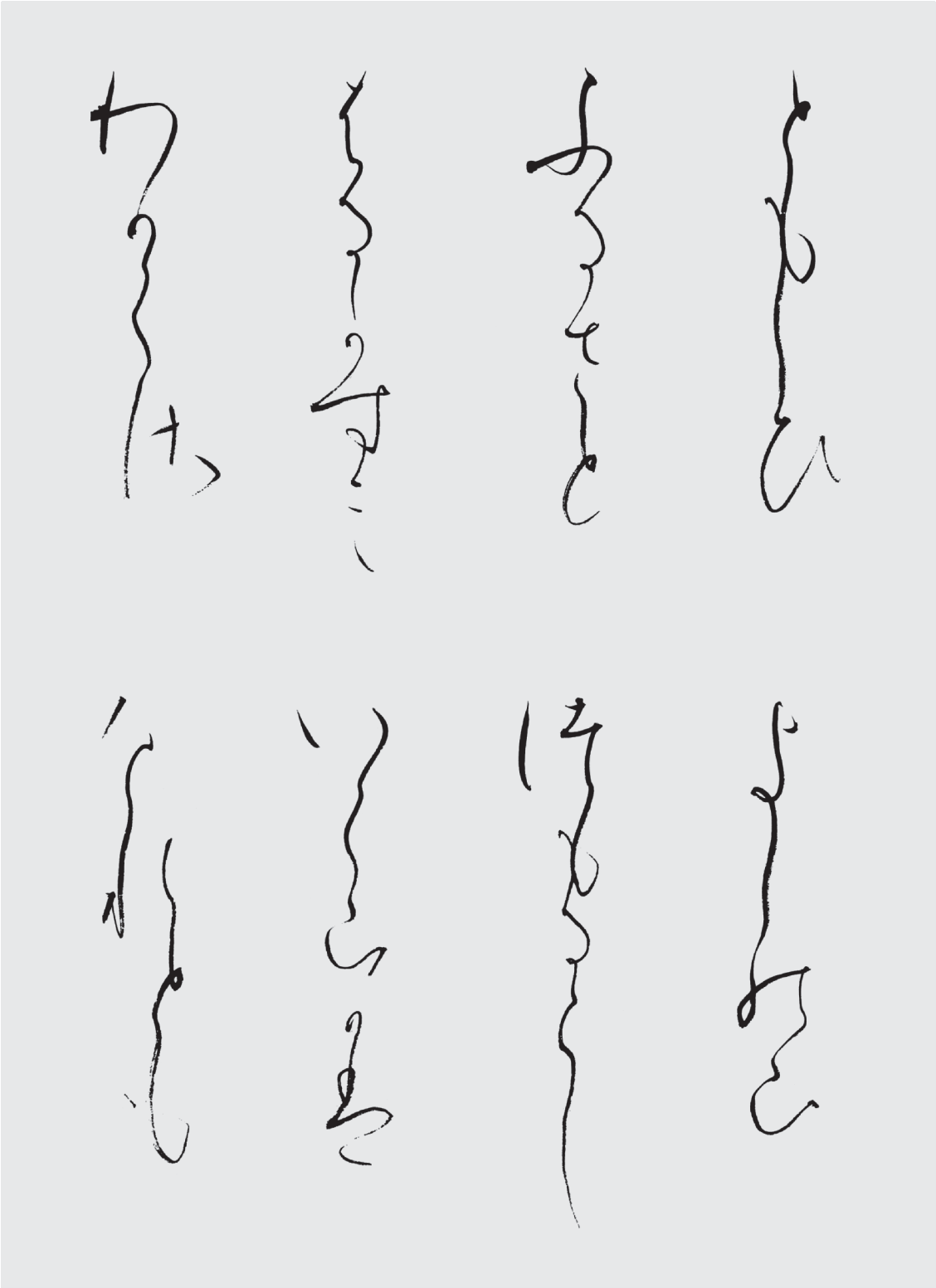
四字連綿

【用具・用材】

筆＝かな用小筆
墨＝かな用和墨
紙＝かな用雁皮

かな半紙（6級〜10級）

左の図版の「ともしひ」から「介れとも」までを半紙を縦に使用して体裁よく書きなさい。



ともしび　よしの山　ふるさと　つもるらし
はるがすみ　いく山かは　わかくさ　けれども

〈出典〉
石橋犀水・石橋鯉城・吉田水明共著
入門書道講座Ⅲかな編

〈読み〉
ともしび　よし能山　ふるさと
徒もるらし
者る可す三　い久山可盤
わ可久佐　介れども

〈解説〉
今月は、四・五字の連綿を書きます。文字数の違いはあっても、書き方は先月説明した通りです。線の太細の変化をよく見て下さい。

さて、筆は十分おろして使っているでしょうか。筆のおろし方が少ないと、含む墨も少ないため、書いている途中ですぐにかすれてしまいます。

また、かなの線が細いという理由で、鋒先をほんの少ししかおろさずに書く人がいますが、それでは線が痩せているだけで、中太の豊かなものにはなりません。

筆は、半分位までおろして含墨し、余分な墨を反古紙で拭って調節してから書き始めましょう。

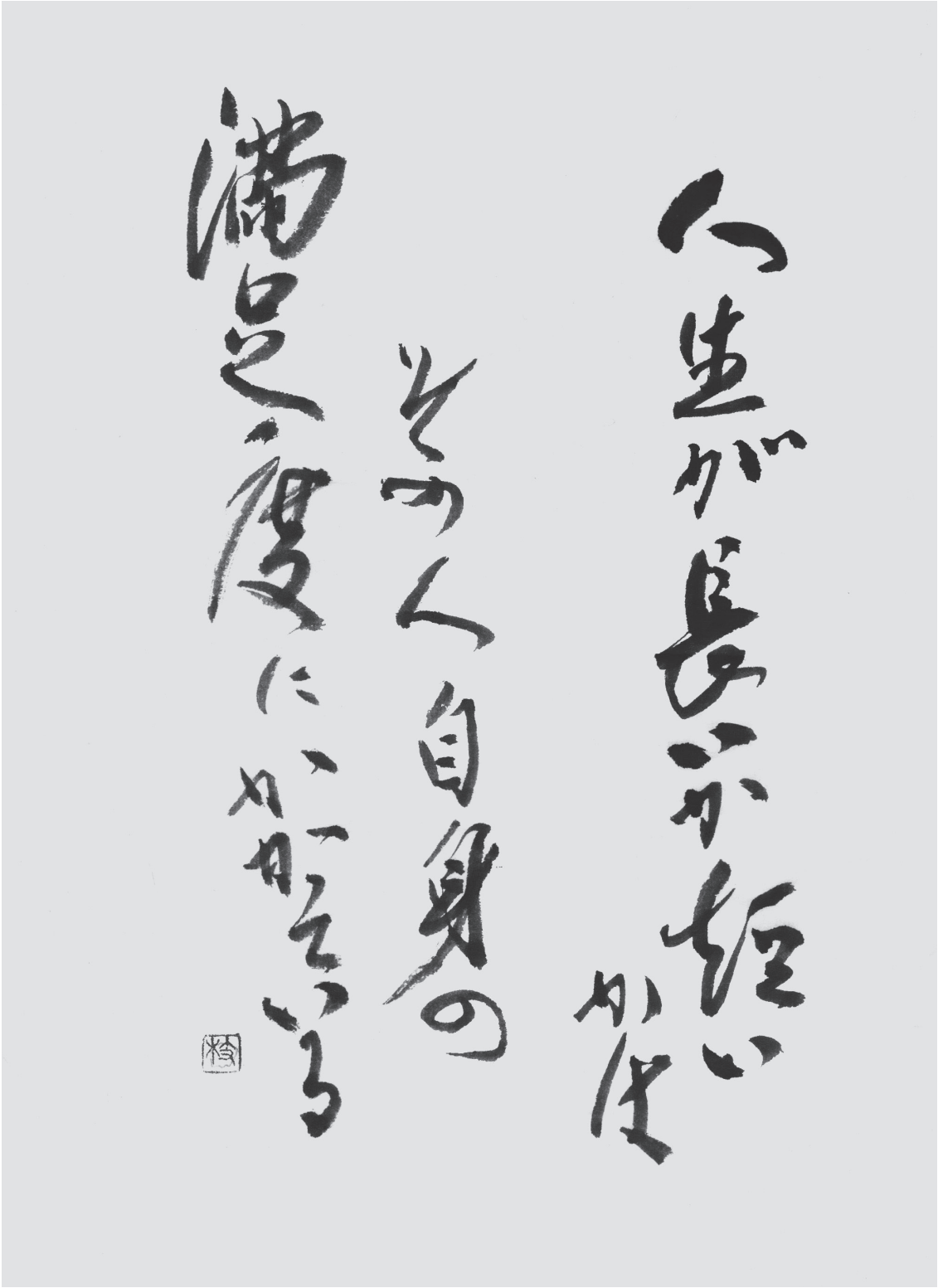
（川島史子）

【用具・用材】
筆＝かな細字用筆
墨＝かな用和墨
紙＝かな用半紙

（習い方は26ページ）

新和様半紙　専門部（五段～準初段）

参考手本　※半紙を縦にして使用



人生が長いか短いかはその人自身の満足度にかかっている

永井香樹書

〈出典〉

「この言葉！
　生き方を考える50話」より
セネカ（哲学者）の段より

〈解説〉

○課題を繰り返し音読して、構成を考慮しましょう。
○単語や文節に留意して、字間や文字の大小を工夫しましょう。
○行の長短・行間に変化をもたせてまとめてみました。
○漢字が隣りに並ばないようにして、明るくまとめましょう。
○三行目・四行目の流れは無理のない範囲で右に流れ、押印することで、まとめることも一手です。

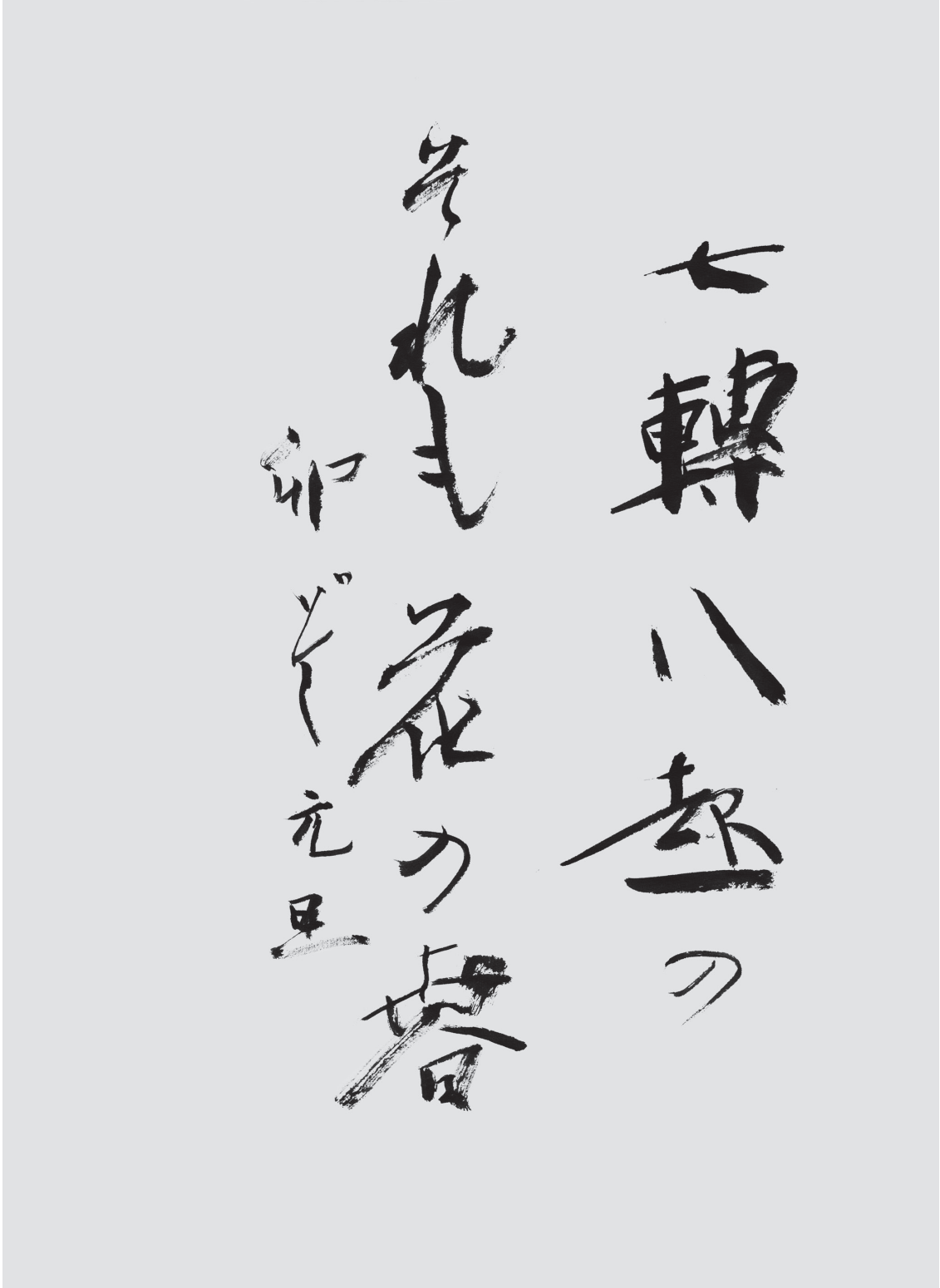
【用具・用材】

筆＝和筆小筆　全部おろす
墨＝和墨
紙＝手漉漢字用半紙

（習い方は26ページ）

新和様半紙（1級～10級）

参考手本　※半紙を縦にして使用



七轉八起のそれも花の春　卯どし元旦

石橋鯉城書

〈作者〉
内藤鳴雪（一八四七～一九二六）

〈大意〉
世の中は七転八起であるから、めでたい新春には気分を改めてめでたさを祝う。

〈解説〉
○墨は濃く磨り、墨色の変化を楽しみながら書きたい。
○半紙用の筆で、鋒先を上手に使って書く。
○横画は軽快に、縦画は筆の重さでゆっくりと運筆する。
○二つの大きなまとまりとして構成したが、その中にも文字群がある。
○文字の大小、字間、潤渇に留意し、点画の響きにも配慮したい。

【用具・用材】
筆＝羊毫超長鋒
墨＝和墨
紙＝松雪

（習い方は26ページ）

教室名	
氏　名	

月　別 出品券 を貼る	・月別出品券（67ページ）とバーコード出品券 （段級欄に「実用」と記入して、月別出品券の下に）を左下に貼付してください。

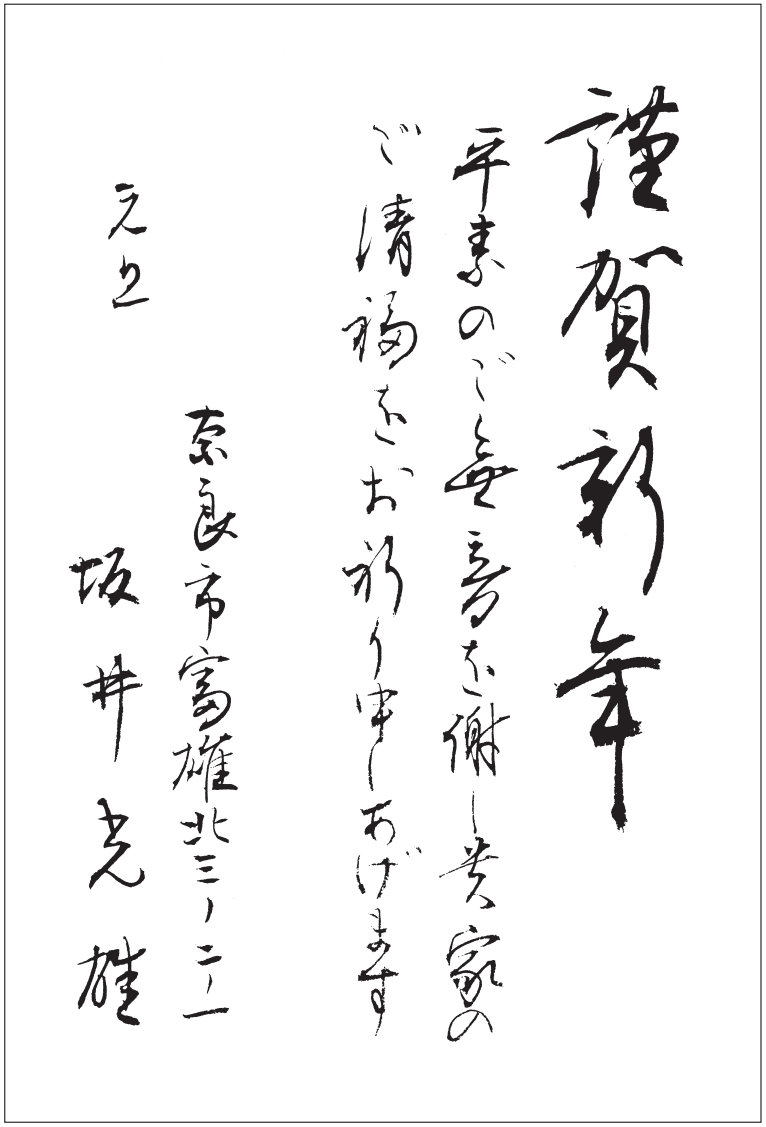
↓バーコード出品券はこの下に貼ってください

謹賀新年　平素のご無音を謝し貴家のご清福をお祈り申しあげます
元旦　奈良市富雄北三―二―一　坂井光雄

切りとって提出してください（コピーも可）

実用書（随意課題）

○ 必ず**小筆**を用いること。文字の大小の具合に気をつけたい。
○ 出品用紙は、左側に示した清書用紙でも、これをコピーして書いても結構です。洋紙に書くことをここでは原則とします。

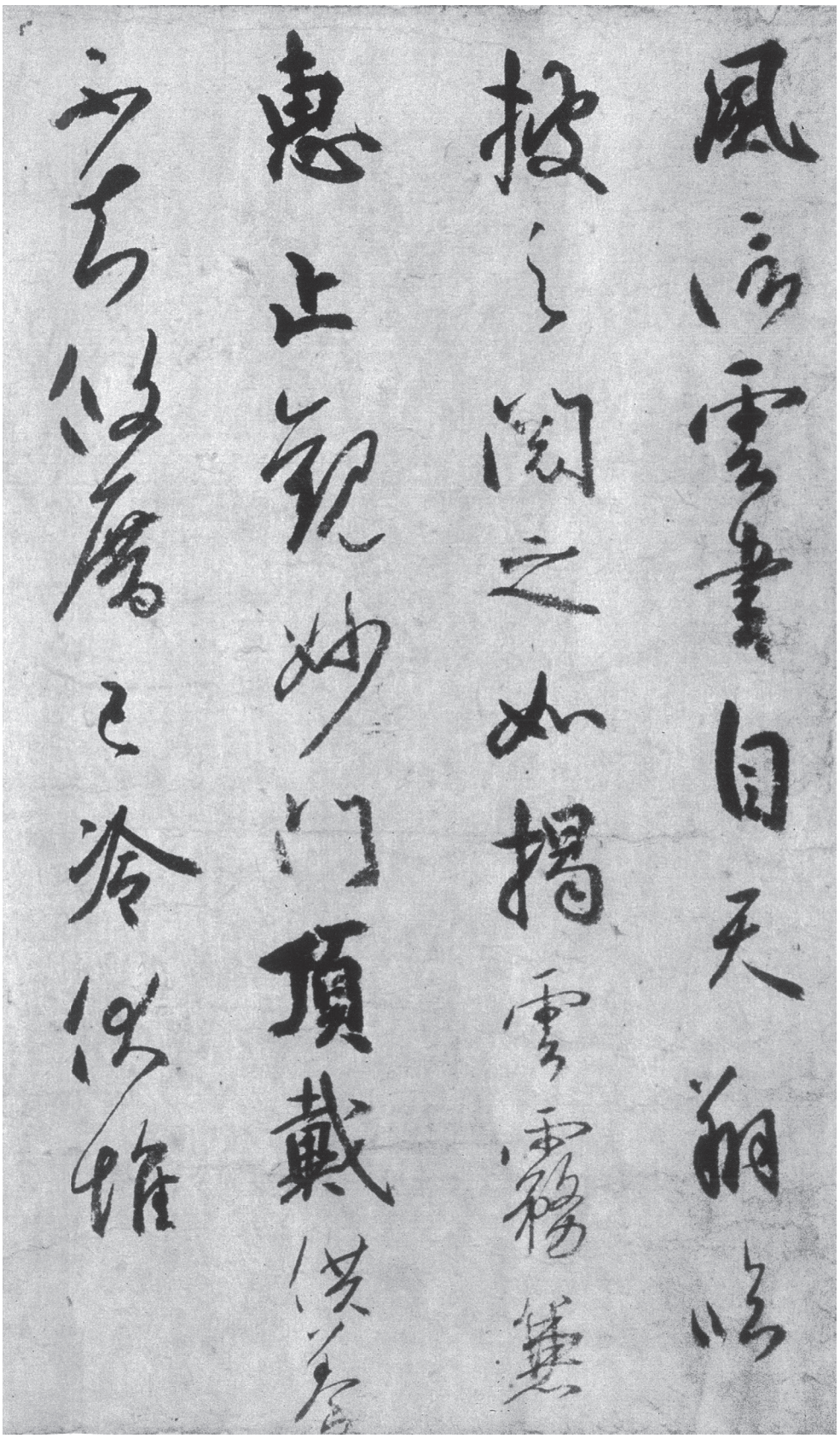


佐藤友理書

〈参考の小筆〉
・玉梓・下筆春蚕食葉声・選毫圓健
※詳しくは三多軒へお問い合わせください。
TEL：03-3265-5493／FAX：03-3239-8273

風信帖

（19ページ参照）



風信雲書　自天翔臨　披之閲之　如掲雲霧　兼　恵止観妙門　頂戴供養　不知攸厝　已冷伏惟

風信雲書、天より翔臨す。之を披き、之を閲するに、雲霧を掲ぐるが如し。兼ねて止観の妙門を恵まる。頂戴供養し、厝く攸を知らず。已に冷かなり。伏して惟みるに、

漢字条幅 専門部（五段～準初段）

風信帖より「風信雲書」から「如掲雲霧兼」までを臨書しなさい。

（用紙　画仙紙半折・たて136㎝×よこ35㎝）

林田香濤臨

風信雲書　自天翔臨　披之閲之　如掲雲霧　兼

〈読み〉風信雲書、天より翔臨す。之を披き、之を閲するに、雲霧を掲ぐるが如し。兼ねて　〈作者〉空海（七〇九～七八五）

〈大意〉風のような便り、雲のようにたなびく美しい書が天から舞い降りてきました。開封して拝見しますと、雲霧が晴れるような心地がします。（併せて…）

（解説は27ページ）

漢字条幅（1級～10級）　参考手本

（用紙　画仙紙半折・たて136㎝×よこ35㎝）

小久保嶺石書

庭前看玉樹

〈読み〉庭前に玉樹を看る　〈作者〉李白（七〇一～七六二）　〈出典〉中國詩人選集「李白 上」岩波文庫

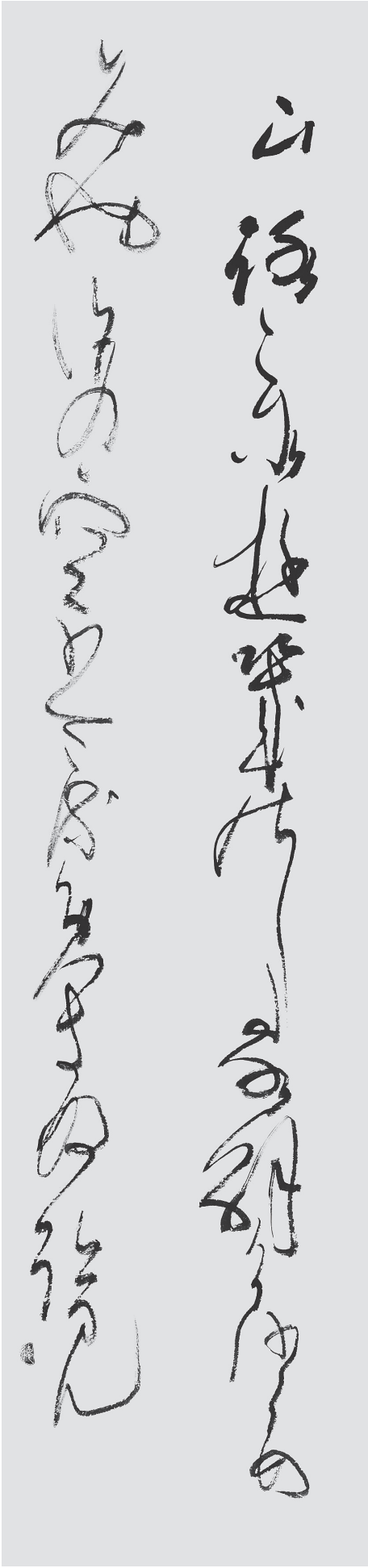
〈大意〉庭先に雪化粧した玉樹をながめている。

（解説は27ページ）

かな条幅 専門部（五段～準初段）

参考手本　※変体がなの使用、漢字・かなの書き換え自由

（用紙 かな用画仙紙半折・たて136㎝×よこ35㎝）



中村清徳書

山路こそ雪のした水とけざらめ都のそらは春めきぬらむ

〈読み〉山路こ所遊幾能し多水解介沙らめみや許の空盤ゝ流免支ぬ覧　〈出典〉山家集（西行）　岩波文庫　佐佐木信綱校訂

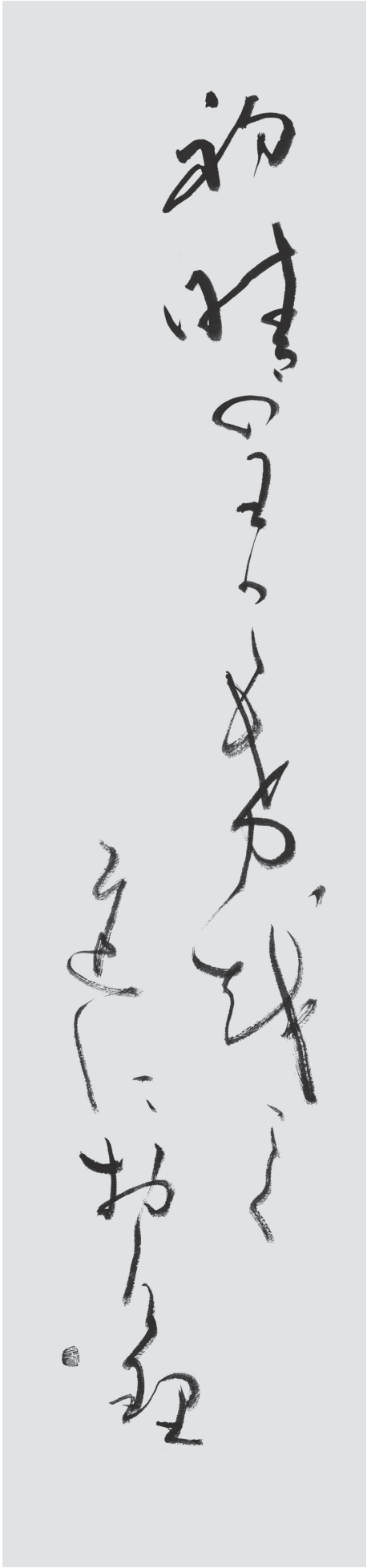
〈大意〉春が立つとはいえ、奥深いこの山では、雪は下水となって流れるほどには、解けないだろうが、都の空はすっかり春めいていることだろう。

（解説は27ページ）

かな条幅（1級～10級）

参考手本　※変体がなの使用、漢字・かなの書き換え自由

（用紙 かな用画仙紙半折・たて136㎝×よこ35㎝）



須山万寿書

初晴のわが影を濃く地に置けり

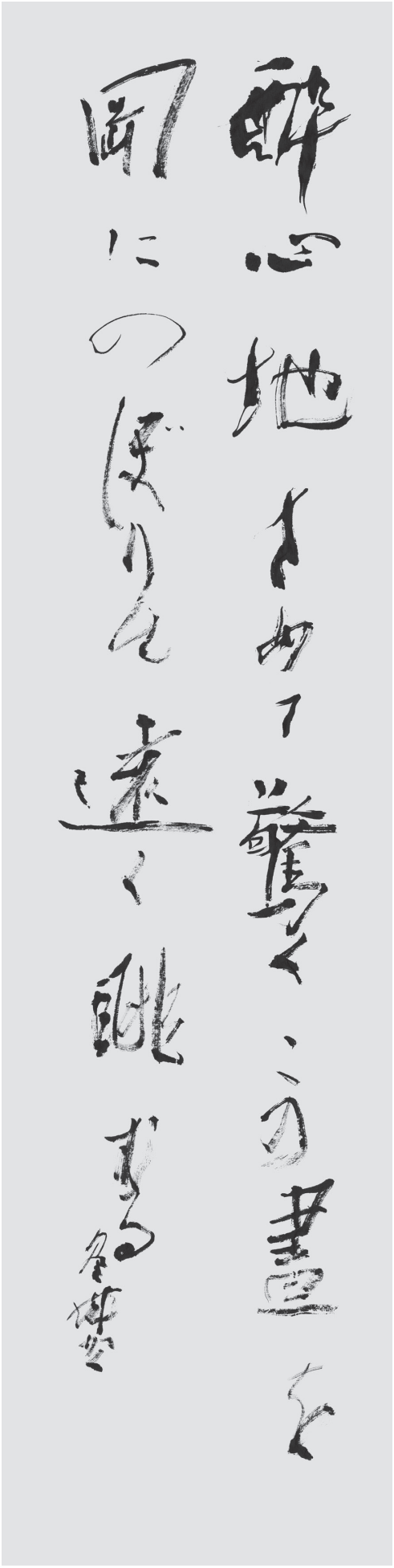
〈読み〉初晴の王可ゝ希越こ久遅にお介理　〈出典〉鈴木ひろし「新歳時記」平井照敏編

〈大意〉初晴は元日晴天のこと。この特別な日に大地にくっきりと自分の影を見たことはめでたく、良い一年となるように願った。

（解説は27ページ）

新和様条幅　専門部（五段～準初段）

参考手本　※新和様条幅は新和様半紙の有段者対象。条幅初出品の場合は、**準初段から**の出品となります。

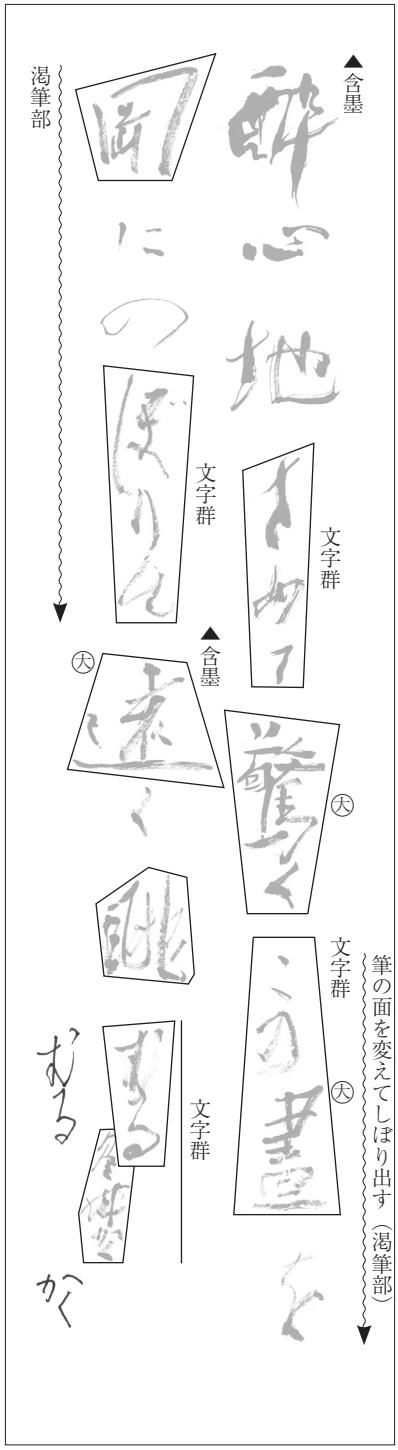


石橋鯉城書

酔心地（よひごこち）さめて驚くこの畫（ひる）を岡にのぼりて遠く眺（とほ）むる（ながめ）

〈作者〉窪田空穂（うつぼ）（一八七七～一九六七）〈出典〉『まひる野』（現代文学体系）

〈大意〉昼にほろ酔で岡に登ると、壮大な景色に驚き、一遍に酔が覚めた。



〈解説〉

○墨を濃く磨り、渇筆を生かして明るく表現。

○渇筆部は筆の面を変えて緩やかに筆を運び、残る墨をしぼり出す。（八面出鋒）

○全体を文字群の集合体としてまとめる。

○文字の概形を掴み、大小・太細・潤渇に留意して流れが途切れないようにしたい。

【用具・用材】

筆＝羊毫超長鋒

墨＝和墨

紙＝本画箋紙

今月の競書課題

専門部　会友～準六段

今月の出品期間1月4日(水)～1月11日(水)必着

漢字半紙

左の語句を、**半紙を縦使用、自運縦書き。**（書体自由）

瑞烟呈福壽

〈読み〉瑞烟福寿を呈す

〈大意〉めでたい哉。祥煙が幸福と長寿を表している。

〈出典〉「鳴鶴作品草稿集Ⅰ」より銭陳群（清）の句

かな半紙

左の短歌を、**半紙を縦使用、自運縦書き。**（変体がなの使用、漢字・かなの書き換え自由）

春霞たてるやいづこみよしのの吉野の山に雪はふりつつ

〈大意〉春になって、霞がこめているのはどこの空なのだろう。み吉野の吉野山にはまだ雪が降り積もって、いっこうに春になりそうもない。

〈作者〉読人しらず（古今和歌集　巻第一　春歌上3）

新和様半紙

左の短歌を、**半紙を縦使用、自運縦書き。**（漢字・かなの書き換え自由、歴史的仮名遣いは尊重）

あら玉の年のはじめの七草を籠に植ゑて來し病めるわがため

〈大意〉新年を迎えた一月七日に岡麓が、病気の私のために、竹の籠に土を盛り春の七草を植えて持ってきてくれた。

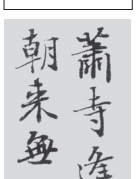
〈作者〉正岡子規（一八六七～一九〇二）

〈出典〉日本近代文学体系16「正岡子規集」

漢字条幅

左の語句（前十四字）を、**画仙紙半折**（136cm×35cm）**を縦使用、自運縦書き。**（書体自由）

蕭寺逢年物外情　朝来無客賀新正
梵鐘百八醒塵夢　便是陽春第一聲



〈読み〉蕭寺年に逢ふ物外の情。朝来る客無く新正を賀す。

〈大意〉俗世間から離れて建つ寺は、新年を迎えても訪れる客も無く、ひっそりとお正月の到来を祝っている。

〈出典〉「鳴鶴詩稿集」より明治癸卯詩稿「鎌倉圓覺寺迎歳」

※予告と変わっております

かな条幅

左の和歌を、**画仙紙半折**（136cm×35cm）**を縦使用、自運縦書き。**（変体がなの使用、漢字・かなの書き換え自由）

春といへばかすみにけりな昨日まで波間に見えし淡路島山

〈大意〉冬であった昨日までは波の間にはっきりと見えた淡路島の山が、今日は立春だというので、もうかすんでしまったことだ。

〈出典〉新古今和歌集　巻第一　春歌上6　俊恵法師

新和様条幅

左の短歌を、**画仙紙半折**（136cm×35cm）**を縦使用、自運縦書き。**（漢字・かなの書き換え自由、歴史的仮名遣いは尊重）

天ゆけば薄ら映ろふ雲のかげ不二のおもての尾の上にし見ゆ

〈大意〉天空を見上げると、富士山の頂上に雲がかかり、薄らと雲の影が映っている。

〈作者〉北原白秋（一八八五～一九四二）

〈出典〉北原白秋歌集より「海阪」（岩波文庫）

（予告では「雪」でしたが正しくは**「雲」**です。訂正してお詫び申し上げます）

自運＝与えられた課題語句を自運作品として用紙と筆を選び墨の磨り工合を工夫し、書作品として造型すること。それ故、先生に手本を書いてもらうことは避けたい。作品制作に当っては、古典からの集字などを試みて始めるのもよい。参考図書としては、現代字体字典（講談社）、五體字類（西東書房）、大字典（講談社）、古典かな字鑑（書藝文化新社）、広辞苑（岩波書店）、古語辞典（旺文社）などを見たい。

２月号課題予告

漢字半紙	福生於清約（鳴鶴作品草稿集Ⅰ）
かな半紙	折りつれば袖こそにほへ梅の花ありとやここに鶯の鳴く（古今和歌集32）
新和様半紙	ビードロの駕をつくりて雪つもる白銀の野を行かんとぞ思ふ（正岡子規）
漢字条幅	梵鐘百八醒塵夢　便是陽春第一聲（鳴鶴詩稿集）
かな条幅	明日からは若菜摘まんとしめし野に昨日も今日も雪は降りつつ（新古今和歌集11）
新和様条幅	山路来てひたすらひもじ蕗の葉に満ちあふれゐる光を見れば（北原白秋）

※課題及び課題の文字は変更することもあります。

書蹟解説

『真草千字文』P.2

漢字半紙（五段～準初段・1級～5級）

梁の周興嗣がつくった千字文を真書（楷書）と草書の二体に書写したもので、毎行十字よりなり、標題二行と本文二百行、計二百二行ある。

筆者は隋の僧侶・智永（生没年不詳）。書聖・王羲之の七代の孫といわれる。智永は楷行草いずれの書体も能くし、彼の書への熱意は大変なもので、永欣寺に三十年間閉じこもって千字文を書き続け、使い古しの筆が大きな籠五杯分にもなった、などの伝説が伝わるほどの名品である。特に千字文をよく筆写し、遣隋使によって日本にも請来しているという。

『関戸本古今和歌集』P.6

かな半紙（五段～準初段）

古今和歌集の写本で、加賀前田家旧蔵、のちに名古屋の関戸家に伝わったことから、この名称がある。緑・茶・紫などの鳥の子の染紙を糸綴じの冊子としたもので、もとは上下二冊であったとされている。十一世紀後半ころの書写と考えられ、伝藤原行成筆とされ、その書風は流麗で筆遣いに俯仰法が見られ、自然な筆致で潤渇の変化も美しい。

なお、関戸家には巻一から巻二十まで四十八枚が、とびとびながら遺っている貴重な写本の一つである。

『粘葉本和漢朗詠集』P.8

かな半紙（1級～5級）

藤原公任（九六六～一〇四一）の手になる朗詠用の歌集。四季別、主題別に漢詩と和歌を交互に記す珍しいスタイルの歌集である。

粘葉本はその写本の一つで、ページ同士を糊で次々と貼りつけて本にする「粘葉装」で装丁されていることからその名がある。現在は宮内庁三の丸尚蔵館に所蔵されている。書写者は平安時代の名書家、小野道風・藤原佐理と並び「三蹟」として著名な藤原行成（九七二～一〇二八）と伝えられている。

名筆家として讃えられた人物の筆と伝えられた本書は、その形の美しさや流れるような巧みな構成から、高野切と並びかな臨書に広く使われている。

『風信帖』P.14

漢字条幅（五段～準初段）

空海が最澄に宛てた三通の手紙で、その冒頭に「風信雲書」とあるのでこの名がある。この尺牘はもと五通あったが、一通は関白秀次に献上し、また一通は盗難にあい、残りの三通が一巻となっている。三通それぞれの特色を有し、一つは用筆もっとも自然の妙を得た行書、一つは雄勁をもってすぐれた行書、一つは明澄で白雲が秋空を流れるような草書である。

◆次号2月号課題予告

かな半紙

五段～準初段…暗ふ山尓てよめる　貫之　無めの花
匂春遣は九らふ山　や三尓こゆれと
し流久曽あ利介流

〈関戸本古今集〉

〈古今集巻第一　春歌上39〉

1級～5級……者るの多をひと尓未可せて王れ盤多、
はな尓こゝろを徒久るころ可那

〈斎宮内侍〉

〈粘葉本和漢朗詠集　巻下　田家　569〉

6級～10級……や末ふ可三　者るともしらぬ末つのと
尓　たえ〳〵可ゝるゆ支能多万水
式子内親王

〈梅雪かな帖〉

新和様半紙

五段～準初段…春色人を悩まして眠り得ず
月は花の影を移して欄干に上ぼらしむ

（王安石）

1級～10級……限りなき春の風なり馬の上

（夏目漱石）

漢字条幅

五段～準初段…風信帖臨書

1級～10級……浮雲遊子意

（李白）

かな条幅

五段～準初段…香をとめむ人をこそまで山里の垣根の
梅のちらぬかぎりは

（西行）

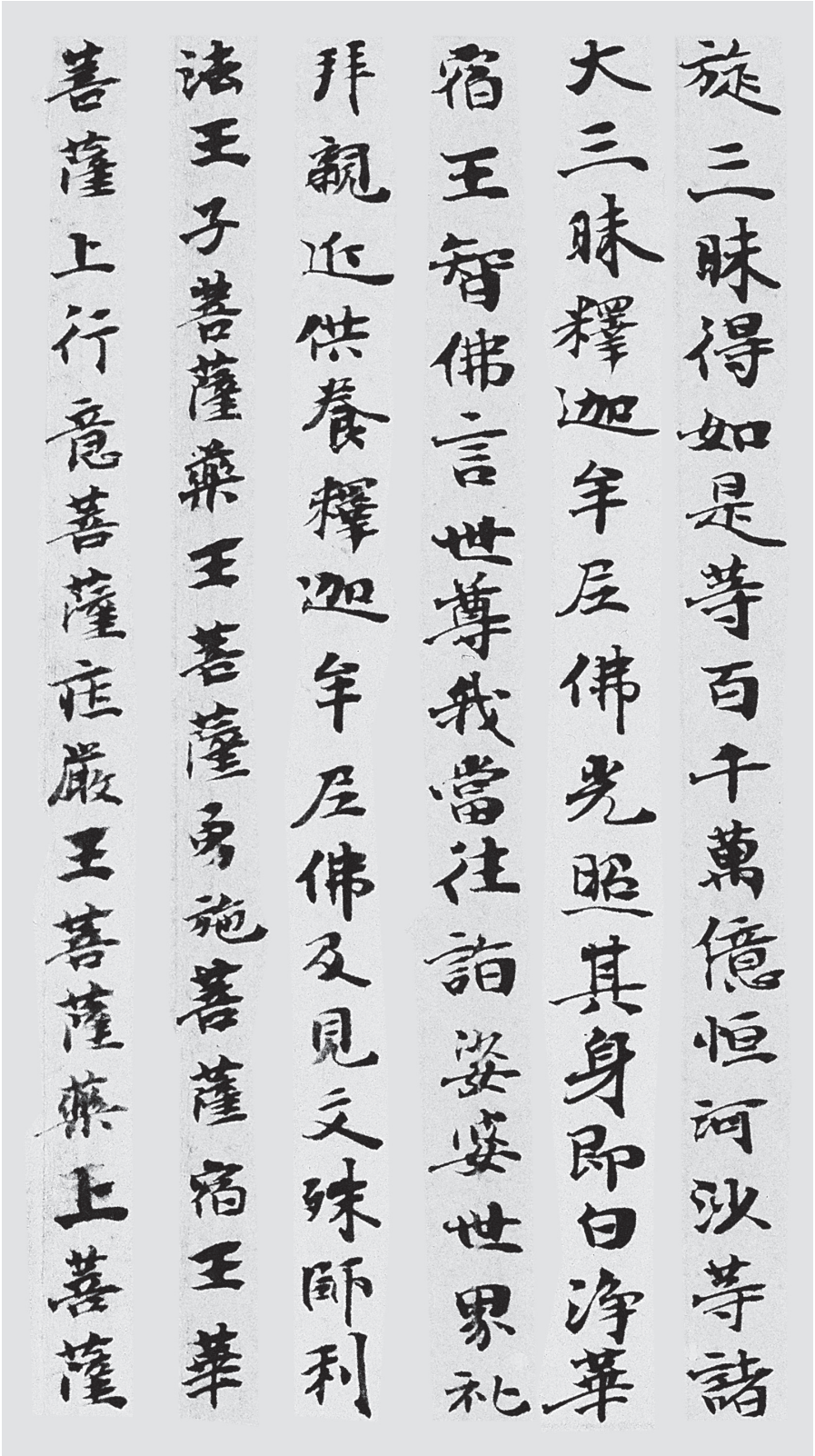
1級～10級……未定

新和様条幅

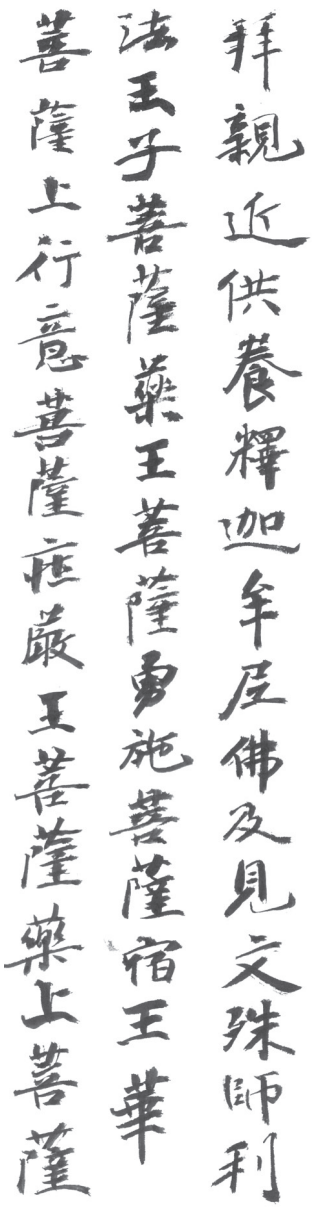
五段～準初段…憧憬やある夜おもかげ変らせてわれ
に白歯の寒きを見せぬ　（窪田空穂）

※課題は変更することがあります。
※会友～準六段の課題予告は18頁をご覧下さい。

旋三昧～彼国若佛の百九十二字を清書して出品。



含蓄（撥鐙法に見る）



（日）

1 旋三昧、得如是等、百千萬億、恒河沙等、諸大三昧。釋迦牟尼佛、光照其身、

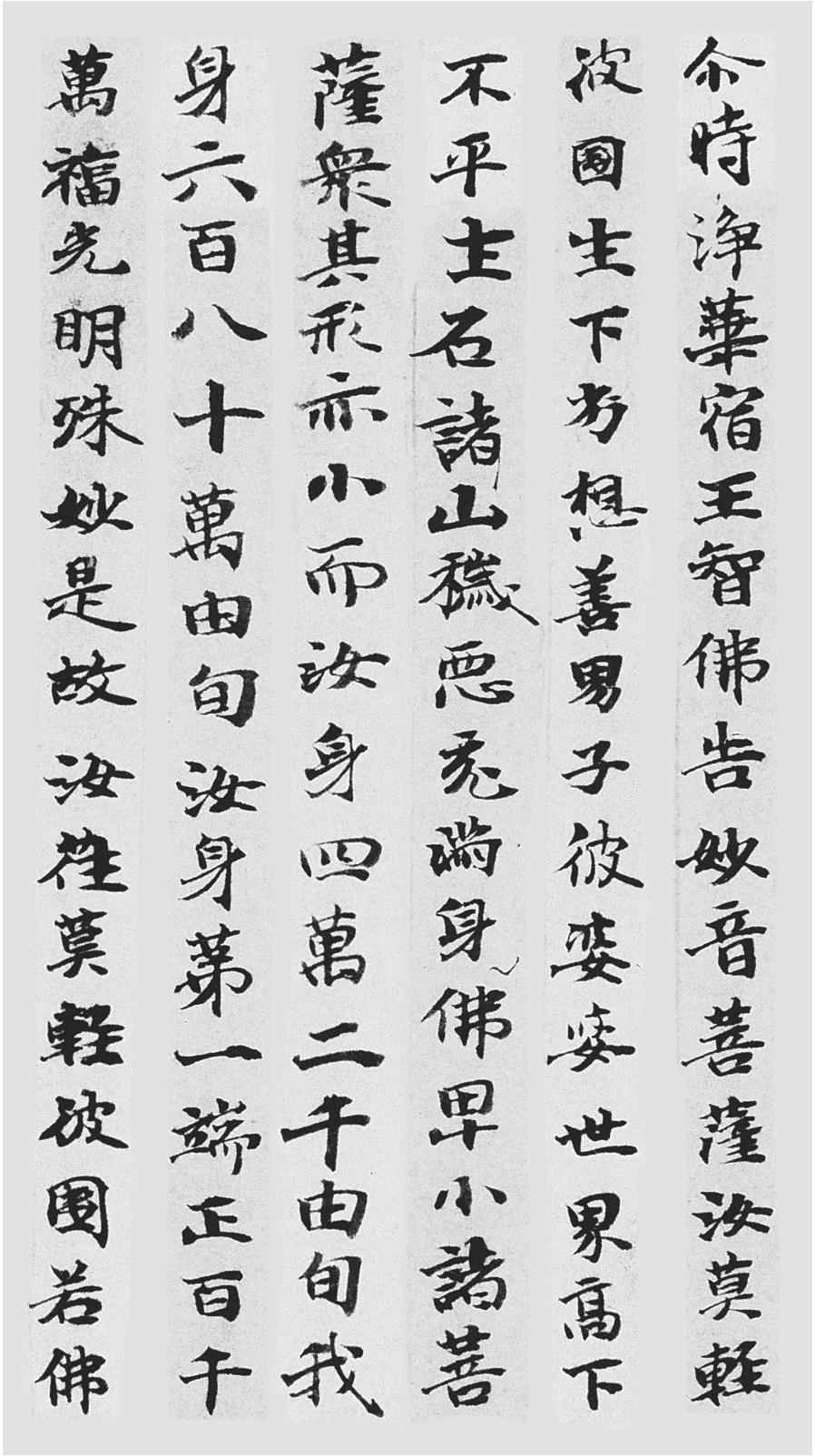
2 即白淨華宿王智佛言。世尊。我當往詣、娑婆世界、礼拜親近、供養釋迦牟尼佛。及見文殊師利法王子菩薩、薬王菩薩、勇施菩薩、宿王華菩薩、上行意菩薩、莊厳王菩薩、薬上菩薩。

3 爾時淨華宿王智佛、告妙音菩薩。汝莫軽彼國、生下劣想。善男子。彼娑婆世界。高下不平、土石諸山、穢悪充満。佛身卑小、諸菩薩衆、其形亦小。而汝身、四萬二千由旬。我身六百八十萬由旬。汝身第一、端正百千萬福、光明殊妙。是故汝往、莫軽彼國。若佛（菩薩。及国土。生下劣想。）

筆　下筆春蚕食葉聲
墨　中国製　蘇州湖筆
墨運堂製　写経墨

下の「法華経」（見開き 12 行）或いは、次頁掲載の犀水寫「般若心経」一巻の孰れかを選んで清書出品してください。

全文音読して和漢混淆文の響きの美しさに触れましょう。
図版中文字で、判然としていないところは、経典の「釈文」中の同字の書き方に倣って書きます。
清書の氏名の後に「謹寫」または「敬寫」の二字を書き添えます。



7 今時淨華宿王智佛告妙音菩薩汝莫輕
8 彼國生下劣想善男子彼娑婆世界高下
9 不平土石諸山穢惡形端身佛卑小諸菩
10 薩衆其形亦小而汝身四萬二千由旬我
11 身六百八十萬由旬汝身第一端正百千
12 萬福光明殊妙是故汝往莫輕彼國若佛

暢達の筆致

汝身第一端正　百千萬福光明殊
亦小而汝身四　旋三昧如是等百千

〈解説〉

◎今回は、毛筆で、20頁、21頁に掲載部分で、特に筆も走り快調に書き進められた部分と、別に筆の調子が変わって、手指の動きに硬さが見られ、暢びやかさを欠いていると思われる処がある。しかし、見ても、書いてもそれ程違和感がない。きっと書き手の体調や気持の変化、そして疲れなどもあってのことだろう。筆致は貫かれていて揺るぎない。

◎多分、其れは〝撥鐙法〟という執筆法によって書かれているからに相違ない。**撥鐙法**は法隆寺の広目天像の執筆の御姿にも見られ、今でも中国では細字の執筆法として広く行われている。

○なお、今回のやや小さ目だが含蓄に富む書風を見せている部分（20頁5，6行目）辺りの書きぶりに注目して頂きたい。多分**撥鐙法**を意識しなければ、此処は書いても間のびして了うだろう。こうして写経を通じいろ〳〵な体験が出来ることに楽しみもある。

下の「般若心経」か、前頁「法華経」（見開き 12 行）一巻のどちらかを出品してください。　石橋犀水先生書

摩訶般若波羅蜜多心経
観自在菩薩行深般若波羅蜜多時照見五
蘊皆空度一切苦厄舎利子色不異空空不
異色色即是空空即是色受想行識亦復如
是舎利子是諸法空相不生不滅不垢不浄
不増不減是故空中无色无受想行識无眼
耳鼻舌身意无色聲香味觸法无眼界乃至
无意識界无无明亦无无明盡乃至无老死
亦无老死盡无苦集滅道无智亦无得以无
所得故菩提薩埵依般若波羅蜜多故心无
罣礙无罣礙故无有恐怖遠離一切顛倒夢
想究竟涅槃三世諸佛依般若波羅蜜多故
得阿耨多羅三藐三菩提故知般若波羅蜜
多是大神呪是大明呪是无上呪是无等等
呪能除一切苦真實不虚故説般若波羅蜜
多呪即説呪曰

※納経料を添えてご出品下さい

お正月・元日写経 ―心安らぐ一時を―

般若心経は今から一三〇〇年ほど前、中国（唐）の玄奘三蔵がインドを旅して持ち帰った経典を漢字に翻訳したもののひとつで、大般若経という長い経典の神髄が短くまとめられています。

■書道として写経を学ぶ際の留意点

文字の字形はやや扁平にしましょう。縦画は太くゆっくり、横画は細く速めに書くとよいでしょう。

般若心経の場合、一時間ほどで書き上げられるようになるのが理想ですが、こうした注意点を踏まえ、なおかつ無心で書くことが大切です。

まずは心を落ち着けて写経用紙に向かってみてください。

■写経の心構えと書式

・「為」の下には、個人的な願いごとがある場合に記入します。

・「斎戒沐浴（さいかいもくよく）」とは、神聖な仕事に従うものが飲食や行動をつつしみ、からだを洗い心身を清めるという意味です。

・もともと写経は「させていただく」種類のものです。常に謙虚な心を忘れずにいるためにも、必ず最後には「謹写」「敬写」「謹書」などの言葉を添えましょう。

○納経された写経は

・お正月・元旦写経として皆様が浄写された御写経は、二〇二三年度供養祭（十月第一日曜日）にて懇ろに供養させていただきます。

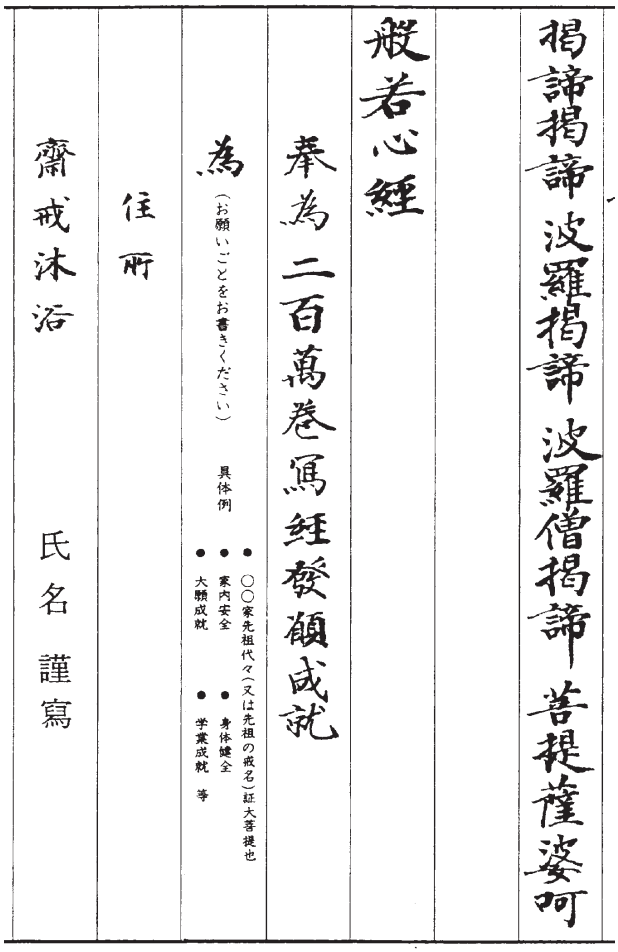
〈納経の仕方について〉

・「延命十句観音経」「般若心経」を書きます。毛筆でも硬筆でもかまいません。

・受付＝一月末日まで。

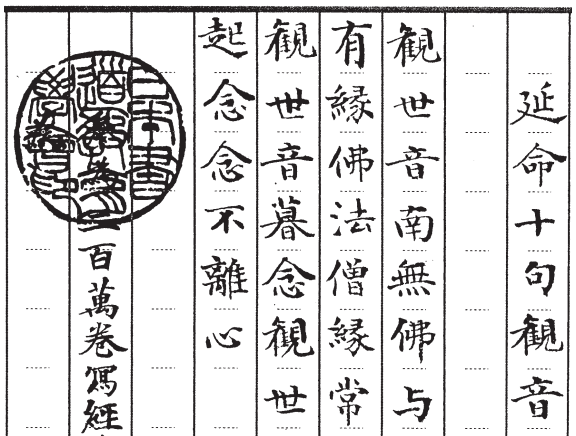
・納経寄付金は一巻につき五〇〇円です。なるべく郵便振替のご使用をお願いします。

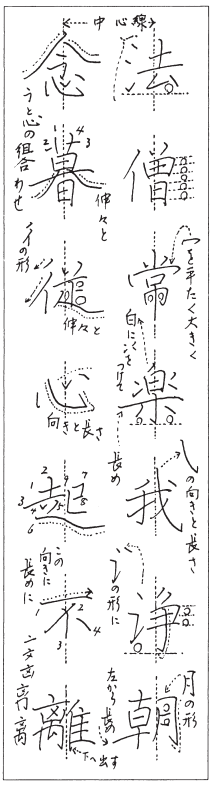
不二細字研究室（会友～1級）



不二細字研究室（2級～10級）

石橋犀水先生書
草苅北望先生解説





〈読み〉
延命十句観音経
観世音 南無佛 與佛有因
與佛有縁 佛法僧縁 常楽
我淨 朝念観世音 暮
念観世音 念念従心起
念念不離心

〈大意〉
観世音仏に南無したてまつる
仏と因あり仏と縁あり仏と法
と僧との縁によって 常・楽・
我・淨の四徳を得ん朝な朝な
に観世音を念じ夕な夕なに観
世音を念じ念々、心より起こ
り念々、心を離れず。

不二細字研究室 出品規定

月別出品料は無料です。（納経料は別途）

試験や月例競書にご出品の作品には、バーコード出品券と月別出品券を作品の左下に貼付してください。

■会友・準会友・八段～1級の方
納経料＝五〇〇円 ＊必ずご納経ください。
①本誌掲載の「法華経」または「般若心経」を書いて出品。
②発表された段級を（会友・準会友は赤、段は赤の漢数字、級は黒の算用数字で）バーコードに記入してください。
③昇格はしませんが、準会友～1級は天・地で評価されます。

■2級～10級の方
①「延命十句観音経」を書いて出品。
②2級以下は昇級者に○をつけて発表します。昇級者は次回、発表された一つ上の級位を（黒の算用数字で）バーコードに記入してください。
③初出品の方は10級で出品してください。

編入試験

細字研究室 編入試験料＝一、四〇〇円

①2級～10級の課題を書いて出品。
②編入用バーコードに「編入」と赤で記入してください。
③審査後、相当段級に編入します。次回は発表された段級で出品してください。
④試験料免除については本誌「編入試験のご案内」に準じます。

□用 紙 「般若心経」用（20枚、100枚）「延命十句観音経」用（100枚）
三多軒でご用意しております。（☎03-3265-5493）
【オンラインストア】www.santaken.com

□送り先 〒101-8358 東京都千代田区西神田二-二-二
公益財団法人日本書道教育学会「写経事務局」宛（傍線は赤で）
＊写経作品は他の月例競書とは別にして下さい。

□納経について
納経をご希望の方は一巻につき五〇〇円を郵便振替でご入金の上、「振替払込請求書兼受領証」を写経作品に添えてお送り下さい。

□お問い合わせ ☎03-3234-3919
□振替 口座番号 ○○一四○-二-六三五九二二
加入者名 （財）日本書道教育学会 写経事務局

＊令和三年四月一日より、口座番号が変更となりました。
＊納経料の振込手数料は各自負担となります。今までの振替用紙はお使いいただけません。郵便局に備え付けの振込用紙をお使い下さい。

お正月・元旦写経 納経連絡用紙

公益財団法人日本書道教育学会
二百萬巻写経実践推進委員会事務局

きりとり

ふりがな	納経者氏名	
住所	〒□□□-□□□□	電話番号（　　）-（　　）-（　　）
ふりがな	雅号	

※初めて納経される方は、お写経を添えて一緒に写経事務局にお送りください。
芳名録の作成に使用させていただきますので、ご協力ください。

不二篆刻研究室

▼規定…左の語句を刻しなさい。（朱白自由・大きさは4センチ角以内）

游　藝

〈読み〉芸に游ぶ
〈大意〉芸術に心を寄せる。

▼随意…好きな語句を刻しなさい。（朱白自由・大きさは4センチ角以内）

○作品は「半紙横½」を縦長にして体裁よく押印し、印影を提出。
○巻末の出品要項をよく読んでご出品ください。

一字書

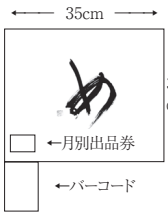
▼規定…左に示す漢字を一筆書として墨継ぎすることなく「書」しなさい。（書体自由）

〈読み〉［音］ヨウ　［訓］は
〈意味〉は。一枚一枚の紙。時代の一区切り。世。
〈おすすめの用紙〉
萬象 50枚（夾宣）
作品の左下に教室名・氏名・会員番号・段級を鉛筆で記入のこと。

▼随意…左に示す平がなに運筆の呼吸を吹き込んで生命（イノチ）ある字に仕立てなさい。（書体自由）

仮名の成り立ちや草書の「女」の書法、筆遣いも考えて創作すること。

〈おすすめの用具・用材〉
一字書 100枚（夾宣）
特選一字書 100枚（夾宣）
作品の左下に教室名・氏名・会員番号を鉛筆で記入のこと。

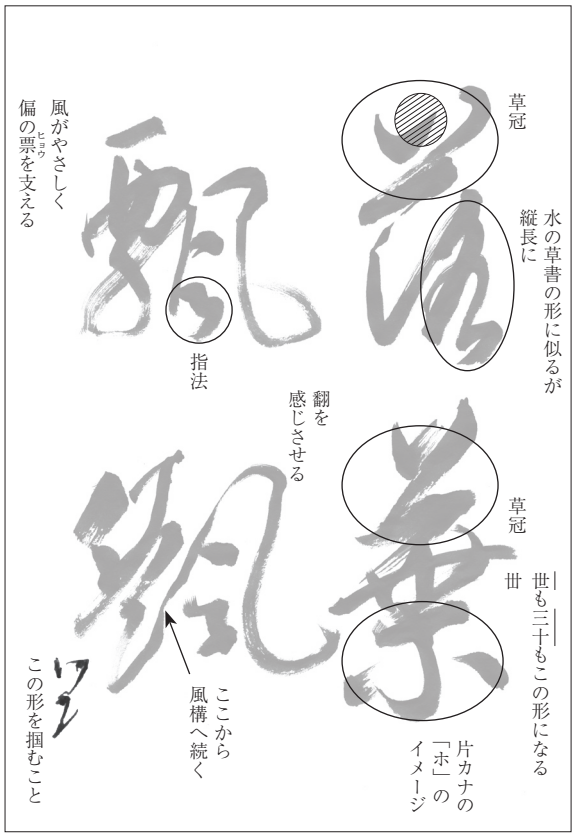


○バーコードは、段級欄に「一字書規定○段（級）」または「一字書随意」と書いて貼付してください。（**規定の方は段級を忘れずに**）
○落款は印のみか一字に雅印ぐらいで。
○巻末の「競書出品要項」をよく読んでご出品ください。

課　題　解　説

今月の出品期間
1月4日（水）～1月11日（水）必着

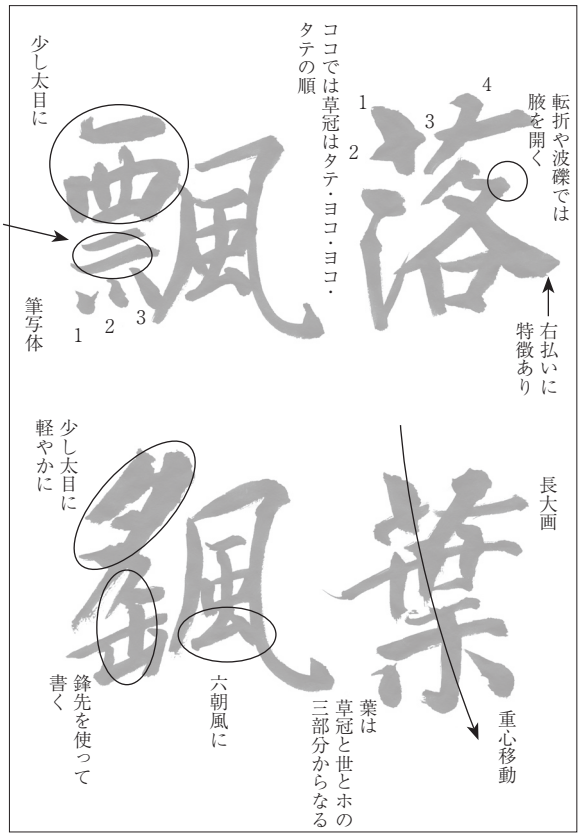
漢字半紙　五段～準初段（真草千字文）



（石橋鯉城）

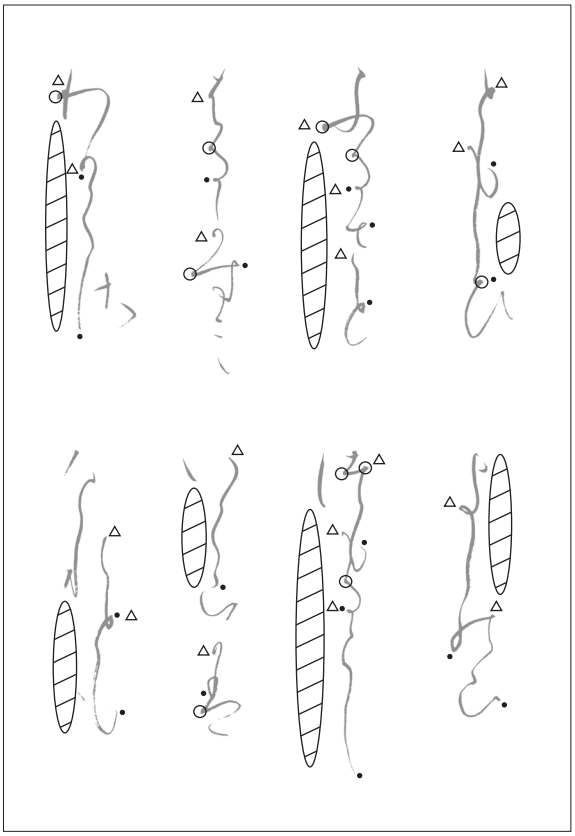
○楷書や行、草書では草冠をいろ〳〵に表現する。その面白さや表現の豊かさを覚えておこう。
○縦画では腋を締めながら身体で引く。

漢字半紙　1級～5級（真草千字文）



（石橋鯉城）

かな半紙　6級～10級

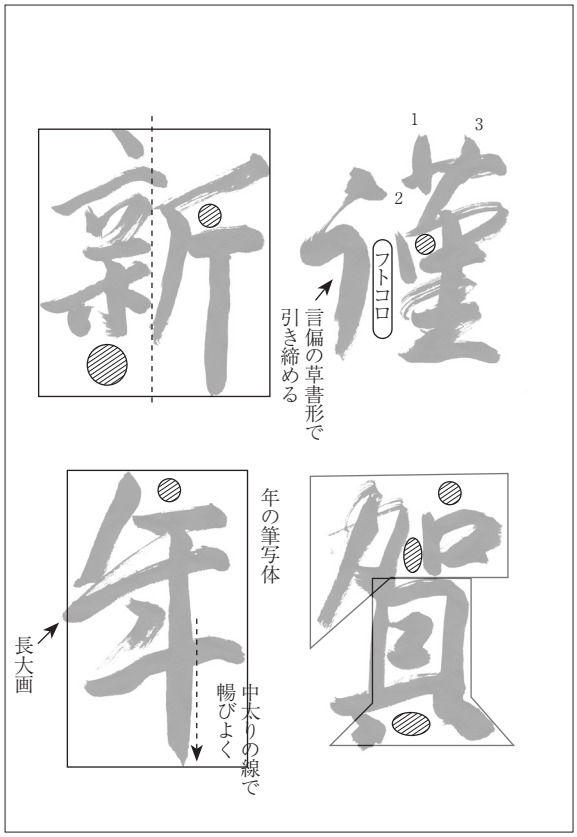


起筆は鋒先を上にしてすっと入る。線は中太を意識する。

△から•まで、線を切らずに続けて書く。○は、筆をしっかり当てて面を返す。

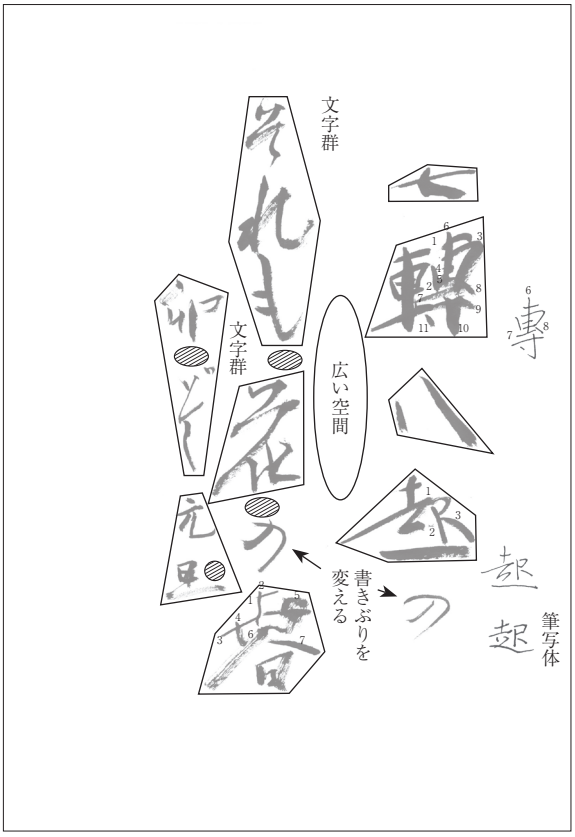
（川島史子解説）

漢字半紙　6級～10級



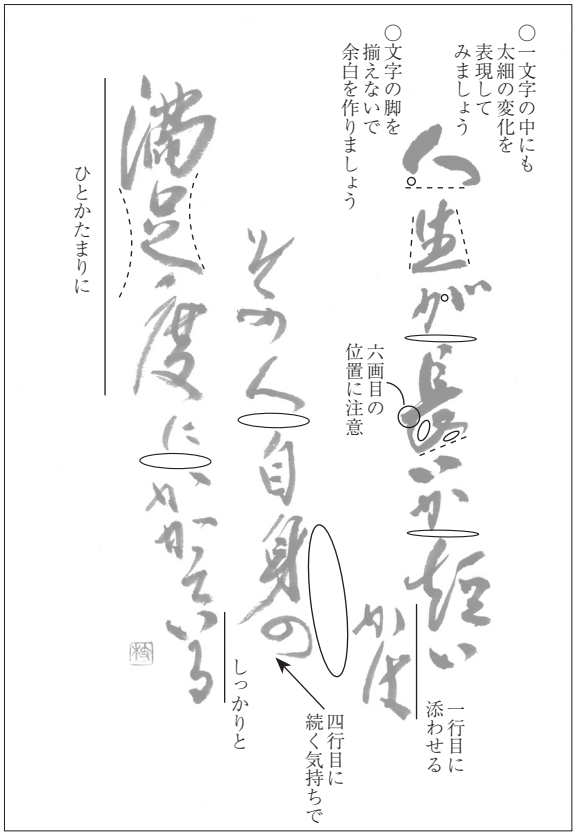
（石橋鯉城）

新和様半紙　1級～10級



（石橋鯉城）

新和様半紙　五段～準初段



（永井香樹）

漢字条幅　五段〜準初段

（林田香濤）

「風信帖（ふうしんじょう）」の臨書

空海が最澄へ宛てた書翰。この第一通は王義之の影響を受けながら、線に厚味、豊かさがある。今シリーズはこの線の分厚さをどうとらえて表現していくかが目標。薄っぺらな線にならないことが肝要。

○蔵鋒を用いながら、筆を沈ませていこう。

○抑揚（太細）、緩急（遅速）の変化を大切に運筆しよう。

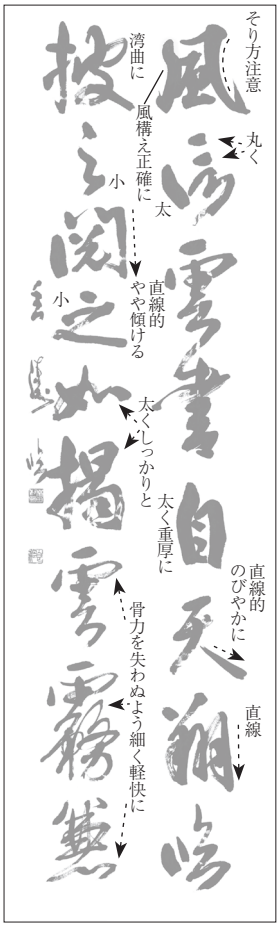
○終りの三文字は鋒をしっかり立てて軽快に。

※各行の字詰めは原帖のままとした。

〈用具・用材〉

筆＝和筆・羊毫筆　墨＝和墨・油煙墨

紙＝中国画仙紙



漢字条幅　1級〜10級

（小久保嶺石）

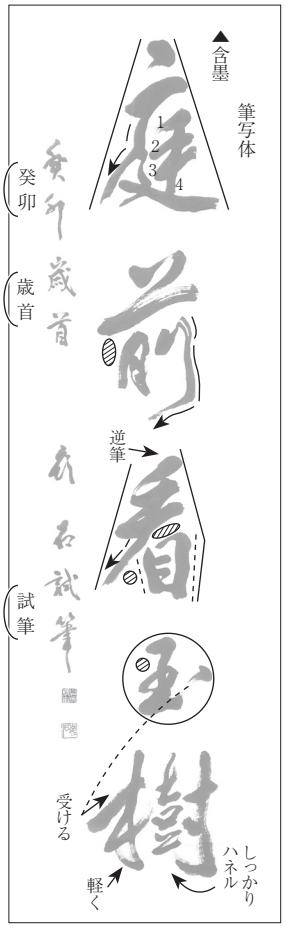
○半切五文字作品として適切な筆のサイズや墨量を学ぶ。

○それぞれの文字の概形を捉え、バランスよく収める。

庭…筆写体では、「壬」を「手」と書く。「广（まだれ）」の払いに抑揚をつけて引き締める。

前…「刂（りっとう）」に変化をつけて、フトコロをゆったりと取る。

看…含墨し、頭部を太めに。「目」は下を



すぼめて、引き締める。

玉…一番小ぶりに書くが、太めにどっしりと。

樹…「玉」の点を受けて、一画目は逆筆で。「壴」は鋒先で細身にし、全体を骨力のある線で大らかにまとめる。

〈用具・用材〉

筆＝羊毫中鋒　墨＝和墨

紙＝中国画仙紙

かな条幅　五段〜準初段

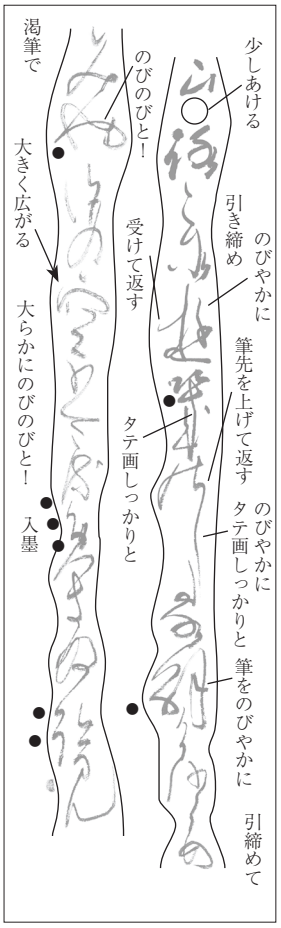
（中村清徳）

書き出し、「山路」を行草書で入墨、行の中心「遊幾」を行の「ポイント」となるよう表現。「能し」でタテの流れを表現。「水解」草書で。「解」の草書は難しいので、しっかり練習して書き始めましょう。二行目「みや許の空盤、流」まで渇筆でのび〜と表現しましょう。「免」で入墨、しっかり作品全体をまとめましょう。

〈用具・用材〉

筆＝かな用条幅筆　墨＝和墨

紙＝和画箋



かな条幅　1級〜10級

（須山万寿）

○漢字二字ではじまりますが、「初」と「晴」の字間をあけ明るさを出しました。

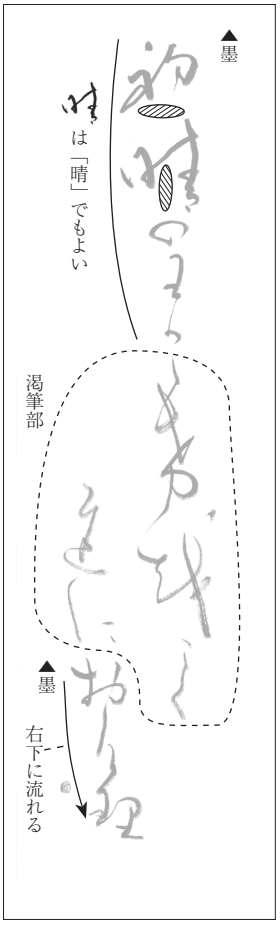
○「希越」「遅に」の所は筆の活躍は大きくし、渇筆部を作ります。

○起筆や方向を変える時、筆先を軽く突き、「突いて運ぶ」という書き方をしています。突く時押さえてしまわないように気をつけて下さい。

〈用具・用材〉

筆＝かな条幅用筆　墨＝和墨

紙＝かな用加工紙



昭和二十八年二月二十日第三種郵便物認可　毎月一回一日発行　定価八〇〇円
令和四年十二月二十五日印刷　令和五年一月一日発行　第七十一巻第一号　通巻第八三五号

不二　一般版

全日本学生書道展と同時開催

書家の登龍門　厳正公平な作品本位の審査

第72回 書道學會展

第一会場 令和5年1月4日（水）～10日（火）

東京都美術館　2階第3・4展示室（東京都台東区上野公園8－36）
午前9時30分～午後5時30分まで（入場は午後5時まで）最終日は午後2時まで（入場は午後1時30分まで）

第二会場 令和5年1月4日（水）～10日（火）

東京芸術劇場　ギャラリー1（5階）（東京都豊島区西池袋1－8－1）
午前10時～午後7時まで（入場は午後6時30分まで）初日は午後3時から、最終日は午後5時まで

■部　門　創作（漢字・かな・新和様）・臨書（漢字・かな）・
漢字造型（一字書・少字数書）・写経・篆刻

入場無料

【主催】公益財団法人 日本書道教育学会　【後援】文化庁・中国大使館・東京都・読売新聞社

※授賞式は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、特別賞受賞者のみを対象に執り行います。

漢字かな交じり書と漢字造型　二つの新しい書美の探究を目指す

公募 第36回 不二現代書展

会　期　令和５年７月４日［火］－９日［日］（予定）

会　場　兵庫県立美術館 ギャラリー（ギャラリー棟３階）
（兵庫県神戸市中央区脇浜海岸通１丁目１－１）

時　間　午前10時～午後６時
（入館は午後5時30分まで）

出品料　13,000円（税込）
※ただし部門を跨いで出品の場合は2点目以降1点につき7,000円とする。

出品要項は令和５年３月号に掲載予定です。

【主催】公益財団法人 日本書道教育学会

～日本の伝統文化「書初」にご家族・団体でご出品を！～

令和５年 書初不二誌上展

作品募集

出品期間：令和５年１月11日（水）～１月17日（火）必着

表　彰　特選・金賞・銀賞・銅賞

特選・金賞には賞状及び賞品を、銀賞・銅賞には賞状を贈呈します。
特選に選ばれた作品は
不二各誌・ぺんの力3月号に写真版として掲載されます 。
＊出品要項は本誌 58～61 ページをご覧ください。

〈送り先 問合せ先〉〒101-8358　東京都千代田区西神田2-2-3　電話　03（3234）3956
公益財団法人日本書道教育学会　書初不二誌上展係　FAX　03（3234）3548

段級		会員番号
漢字半紙		
かな半紙		
新和様半紙		
漢字条幅		不二教室
かな条幅		氏　名
新和様条幅		
細字		
篆刻		
一字書		

2023 1月号 公益財団法人 日本書道教育学会