

中国结编绳

基础入门教程

谢海斌 赖春彪 编著

高清图解 步骤简洁 易学易做

最基础的中国结艺

详尽的高清图解

逐步引领你走进精彩的中国结世界

一图一解说，清晰明了，让你不再苦恼如何绕线、如何编结，在这本书里就能解决最基础却又最重要的难点。

中国结编绳

基础入门教程

谢海斌 赖春彪 编著



辽宁科学技术出版社
沈阳

图书在版编目(CIP)数据

中国结编绳基础入门教程 / 谢海斌, 赖春彪 编著. —
沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2015.11
ISBN 978-7-5381-9432-6

I. ①中… II. ①谢… ②赖… III. ①绳结-手工艺品-制作-
中国-教材 IV. ①TS935.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第220764号

中国结编绳基础入门教程

谢海斌 赖春彪◎编著

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 广州培基印刷镭射分色有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240mm

印 张: 4.5

字 数: 50千字

出版时间: 2015年11月第1版

印刷时间: 2015年11月第1次印刷

责任编辑: 王玉宝 名 实

文字编辑: 梁晓林

封面设计: 宋 丽

版式设计: 宋 丽

责任校对: 合 力

书 号: ISBN 978-7-5381-9432-6

定 价: 19.80元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkj@126.com

<http://www.lnkj.com.cn>

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

律师声明:

本书版权所有, 严禁转载、摘录, 侵权必究!

序一 从最简单开始

谢海斌

编绳，是历代祖辈沉淀积累而来的传统文化；中国结，在这个世界上代表着浓厚的中华民族韵味；历史，正是从结绳记事而开始。但如今，这个传统的手工编绳文化，到底处在怎么样的一种生存状况呢？这个传统的手工文化正在以什么样的方式进行传承？

在中国，活跃的高级编绳老师有很多，我所熟稔的有台湾杨朝宗老师，杭州兰亭老师、胡波老师、华轩老师等，大家经常坐在一起探讨该如何去推动这种传统文化的传承。这些老师的图片教程、视频教程也是网络上的主流，包括我们龙结所制作的教学视频在优酷、56 等视频网站上总点击量也已经超过了 1000 万次。当然，还有许许多多我们不认识的老师也同样做着这样的工作，正因为有这群人，编绳文化才不至于没落。

如今市场上，有各种各样的编绳教学书籍，有不少厚厚一本看起来很唬人，但大多在最基础最简单的入门结法处一笔带过。我知道，对于出书的老师们而言，或者对出版这些生活类书籍的出版社而言，那些都是再简单不过的技法，不需要太重笔墨，也能理解诸多老师对复杂技艺的狂热追求，同时我也在反思我之前所出版过的 20 多本书里面是否也存在这样的问题。因为我们处在教学的最前沿，平时接收到太多初学者对基本问题的询问，比如线有多粗，尾如何收，结怎么打，线怎么绕，等等。编绳足以令人爱不释手，但如果入门就受到障碍，那么，这个传统文化的传播之路，一定充满荆棘与坎坷。

当龙结的微信公众号“longjieshougong”满一万粉丝的时候，这些结友们问得最多的问题依然是最简单的编绳基础，这促使我们下了一个决心：做一套循序渐进的中国结编绳进阶教程。在这套教程里，将全部使用我本人的原创作品，分为初级、中级、高级三册，从最简单的手链、项链、挂饰开始讲解技法，逐渐提升难度至立体结，各种盘长结，配合精美的视频与相应的 DIY 材料包，让学习编绳不再有困惑与障碍。

以上，即为我们做这套丛书的初心。

在初级教程里，16 个基本结法均有配套的视频教学，本书上架后将陆续在“longjieshougong”微信公众号发布，免费观看。期望我们的努力能得到您的认可，不足之处也请各位老师、同学来电来函指正，谢谢你们。

来吧，爱好编绳的初学者们，拿起这本书，从最简单开始，和我们一起走进编绳的美丽世界。



序二 编绳给我们带来了什么

赖春彪

从2007年至今，我一直从事手工DIY行业，经历过各种业态，见证过太多人因为喜爱手工DIY而为自己的生命赋予了更多的活力和色彩，同时也见证过许多女性因从事手工DIY行业找到自我，找到家庭和社会地位。这些，让我经常用心去思考和找寻手工DIY活动真正的意义在哪里。

最简单，也最容易看到的，手工DIY活动能令人沉静下来，大家觉得这是一个修心养性的过程。其实，远远不止这一点。

以编绳中国结为例，首先，编绳的过程可以了解色彩之间的关系，比如冷暖、互补、对比等，所以，这个活动能帮助人们特别是孩子认识理解色彩，提升对美与色彩的把握能力。

其次，不同的编绳方法可以做出各种不同的漂亮形状，去学习不同的编绳方法，就得弄懂哪条绳子穿过哪条绳子，哪条绳子压住哪条绳子，这个过程可以完美培养人的逻辑思维能力、造型塑形能力，提升人的空间感。

第三，编绳是一个有目的性的活动，拿一堆线来，目的就是要做成一条手链或者其他饰品。有目的性的活动最能修炼人的耐心、定性和意志力。这不是强制性修炼，而是充满了美的诱导性修炼，因为你知道，只要坚持下去，就会有美的作品由你创造而生。

第四，通过编绳，把一堆无序的材料制作创造成为美丽的作品，这个过程能令人享受到创造所带来的喜悦，能滋润人的情感。如果你做好了漂亮的手绳、项链送给亲朋好友，我相信，一定能收获到爱、接受和赞美，这成就感与存在感何以比拟？

第五，编绳是一个艺术治疗的过程，同音乐治疗、绘画治疗等艺术治疗一样，编绳同样有着精神层次疗愈的功效。

总之，编绳DIY以及各种有创造性的手工活动，均能令人在意志力、情感能力和思维能力上得到全面提升。最有意义的部分，手工DIY能沉潜人的内在，让人活在当下，进而修复、升华人的内心。

来吧，拿起这本书，我们一起享受这美好的过程。



目录 CONTENTS

第一课	第九课
6 中国结的起源与发展	39 二股辫
第二课	40 三股辫
7 线材、配饰与工具	42 春芽
第三课	第十课
8 蛇结	44 四股辫
10 爱	46 铃铛
第四课	第十一课
12 双向平结	48 双钱结
14 单向平结	50 金钱扣
16 疏山	第十二课
16 随缘	52 绕线
第五课	53 五彩
19 玉米结	第十三课
21 方玉米结	55 雀头结
23 蜀风	57 金玉满堂
23 玉方	第十四课
第六课	59 表带结
26 双联结	61 彩云归来
28 星座物语	第十五课
第七课	63 八股辫
30 凤尾结	65 五彩环
32 南瓜	第十六课
第八课	67 同心结
34 金刚结	69 永结同心
37 红珊瑚	71 作品欣赏



中国结编绳

基础入门教程

谢海斌 赖春彪 编著



辽宁科学技术出版社
沈阳

图书在版编目(CIP)数据

中国结编绳基础入门教程 / 谢海斌, 赖春彪 编著. —
沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2015.11
ISBN 978-7-5381-9432-6

I. ①中… II. ①谢… ②赖… III. ①绳结-手工艺品-制作-
中国-教材 IV. ①TS935.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第220764号

中国结编绳基础入门教程

谢海斌 赖春彪◎编著

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 广州培基印刷镭射分色有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240mm

印 张: 4.5

字 数: 50千字

出版时间: 2015年11月第1版

印刷时间: 2015年11月第1次印刷

责任编辑: 王玉宝 名 实

文字编辑: 梁晓林

封面设计: 宋 丽

版式设计: 宋 丽

责任校对: 合 力

书 号: ISBN 978-7-5381-9432-6

定 价: 19.80元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkj@126.com

<http://www.lnkj.com.cn>

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

律师声明:

本书版权所有, 严禁转载、摘录, 侵权必究!

序一 从最简单开始

谢海斌

编绳，是历代祖辈沉淀积累而来的传统文化；中国结，在这个世界上代表着浓厚的中华民族韵味；历史，正是从结绳记事而开始。但如今，这个传统的手工编绳文化，到底处在什么样的一种生存状况呢？这个传统的手工文化正在以什么样的方式进行传承？

在中国，活跃的高级编绳老师有很多，我所熟稔的有台湾杨朝宗老师，杭州兰亭老师、胡波老师、华轩老师等，大家经常坐在一起探讨该如何去推动这种传统文化的传承。这些老师的图片教程、视频教程也是网络上的主流，包括我们龙结所制作的教学视频在优酷、56 等视频网站上总点击量也已经超过了 1000 万次。当然，还有许许多多我们不认识的老师也同样做着这样的工作，正因为有这群人，编绳文化才不至于没落。

如今市场上，有各种各样的编绳教学书籍，有不少厚厚一本看起来很唬人，但大多在最基础最简单的入门结法处一笔带过。我知道，对于出书的老师们而言，或者对出版这些生活类书籍的出版社而言，那些都是再简单不过的技法，不需要太重笔墨，也能理解诸多老师对复杂技艺的狂热追求，同时我也在反思我之前所出版过的 20 多本书里面是否也存在这样的问题。因为我们处在教学的最前沿，平时接收到太多初学者对基本问题的询问，比如线有多粗，尾如何收，结怎么打，线怎么绕，等等。编绳足以令人爱不释手，但如果入门就受到障碍，那么，这个传统文化的传播之路，一定充满荆棘与坎坷。

当龙结的微信公众号“longjieshougong”满一万粉丝的时候，这些结友们问得最多的问题依然是最简单的编绳基础，这促使我们下了一个决心：做一套循序渐进的中国结编绳进阶教程。在这套教程里，将全部使用我本人的原创作品，分为初级、中级、高级三册，从最简单的手链、项链、挂饰开始讲解技法，逐渐提升难度至立体结，各种盘长结，配合精美的视频与相应的 DIY 材料包，让学习编绳不再有困惑与障碍。

以上，即为我们做这套丛书的初心。

在初级教程里，16 个基本结法均有配套的视频教学，本书上架后将陆续在“longjieshougong”微信公众号发布，免费观看。期望我们的努力能得到您的认可，不足之处也请各位老师、同学来电来函指正，谢谢你们。

来吧，爱好编绳的初学者们，拿起这本书，从最简单开始，和我们一起走进编绳的美丽世界。



序二 编绳给我们带来了什么

赖春彪

从2007年至今，我一直从事手工DIY行业，经历过各种业态，见证过太多人因为喜爱手工DIY而为自己的生命赋予了更多的活力和色彩，同时也见证过许多女性因从事手工DIY行业找到自我，找到家庭和社会地位。这些，让我经常用心去思考和找寻手工DIY活动真正的意义在哪里。

最简单，也最容易看到的，手工DIY活动能令人沉静下来，大家觉得这是一个修心养性的过程。其实，远远不止这一点。

以编绳中国结为例，首先，编绳的过程可以了解色彩之间的关系，比如冷暖、互补、对比等，所以，这个活动能帮助人们特别是孩子认识理解色彩，提升对美与色彩的把握能力。

其次，不同的编绳方法可以做出各种不同的漂亮形状，去学习不同的编绳方法，就得弄懂哪条绳子穿过哪条绳子，哪条绳子压住哪条绳子，这个过程可以完美培养人的逻辑思维能力、造型塑形能力，提升人的空间感。

第三，编绳是一个有目的性的活动，拿一堆线来，目的就是要做成一条手链或者其他饰品。有目的性的活动最能修炼人的耐心、定性和意志力。这不是强制性修炼，而是充满了美的诱导性修炼，因为你知道，只要坚持下去，就会有美的作品由你创造而生。

第四，通过编绳，把一堆无序的材料制作创造成为美丽的作品，这个过程能令人享受到创造所带来的喜悦，能滋润人的情感。如果你做好了漂亮的手绳、项链送给亲朋好友，我相信，一定能收获到爱、接受和赞美，这成就感与存在感何以比拟？

第五，编绳是一个艺术治疗的过程，同音乐治疗、绘画治疗等艺术治疗一样，编绳同样有着精神层次疗愈的功效。

总之，编绳DIY以及各种有创造性的手工活动，均能令人在意志力、情感能力和思维能力上得到全面提升。最有意义的部分，手工DIY能沉静人的内在，让人活在当下，进而修复、升华人的内心。

来吧，拿起这本书，我们一起享受这美好的过程。



目 录 CONTENTS

第一课	第九课
6 中国结的起源与发展	39 二股辫
第二课	40 三股辫
7 线材、配饰与工具	42 春芽
第三课	第十课
8 蛇结	44 四股辫
10 爱	46 铃铛
第四课	第十一课
12 双向平结	48 双钱结
14 单向平结	50 金钱扣
16 疏山	第十二课
16 随缘	52 绕线
第五课	53 五彩
19 玉米结	第十三课
21 方玉米结	55 雀头结
23 蜀风	57 金玉满堂
23 玉方	第十四课
第六课	59 表带结
26 双联结	61 彩云归来
28 星座物语	第十五课
第七课	63 八股辫
30 凤尾结	65 五彩环
32 南瓜	第十六课
第八课	67 同心结
34 金刚结	69 永结同心
37 红珊瑚	71 作品欣赏



第一课

中国结的起源与发展

中国结的全称为“中国传统装饰结”。它是一种汉民族特有的手工编织工艺品，具有悠久的历史。从古代到现代，从结艺的形式到内涵都经历了一个漫长的发展变化过程。

古代：绳结的起源、萌芽与应用

古时候，没有扣子，衣服是用布条打结的，没有腰带，衣服是用丝绦系起来的，皇室用的就叫宫绦。早在战国时期，就已出现了众多种类的佩玉绳结。此外，古代的印章、铜镜大都有印钮、镜钮来系绳以便佩戴或手持。

东晋画家顾恺之所绘《女史箴》图卷真实地反映了当时的社会形貌，在画中仕女的腰带上，就发现有单翼的简翼蝴蝶结作为实用的装饰物。唐宋时期，中国结被大量地运用于服饰和器物装饰中，呈明显的兴起之势；明清时期，出现各种用途、各种名称、各种样式的中国结，中国结的发展达到鼎盛，使绳结由一种装饰提升为一门艺术。

近代：绳结作为艺术品被赋予更丰富的含义

近代，绳结发展到非常精致的水准，样式多，名称也巧，成为一种高雅的艺术品，比如亲友间喜庆相赠的如意结，件件都缀有错综复杂、变化多端的结子及流苏，有些结艺还寓意着吉祥。

现代：中国结的式微

新中国成立后，随着手工业改造的蓬勃发展，结艺的发展与进步也很快，更加讲究技艺，讲究美观、大方。但是，改革开放前的一段时间，中国结的发展出现过断层，中国传统的编结技艺日渐式微。

当代：中国结的快速发展

改革开放以后，中国经济社会步入了快车道，中国结编织艺术得到恢复和发展，呈现着几方面的特点：

1. 我国台湾、东南亚地区中国结编织技艺回流，随着人们生活水平的日渐提高，特别是国家对传统文化的重视，更精致、更美观的结艺饰品不断涌现。
2. 中国的轻工纺织技术日渐发达，能制造非常适合中国结编织的线材，这为中国结的编织提供了精美的原材料。
3. 互联网的快速发展和强大的传播力，使中国结艺的影响更加深远。
4. 中国结在世界范围内和青花瓷一样，也成为中国的一个象征和名片，2008年北京奥运时期，就使用中国结编绳福娃制作成纪念饰品。

如今，当代结艺早已不是简单的传承，它更多地融入了现代人对生活的诠释，加入了现代人的巧思。同时，手工文化的普及，对慢生活的追求，也使中国结编绳成为一种追求精神生活的美好途径。

结语

悠久的历史 and 漫长的文化沉淀使中国结蕴含了中华民族特有的文化精髓。它不仅是美的形式和巧的结构展示，更是一种自然灵性与人文精神的表露。因此，对传统中国结艺的继承和发展，是推动传统文化发展的一个极具意义的事情。

第二课 线材、配饰与工具

线材



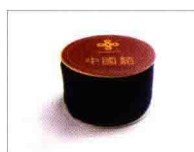
蜡绳



A线



韩国丝



龙鳞线



股线

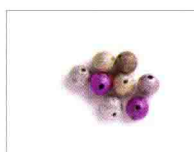
配饰



黄玉



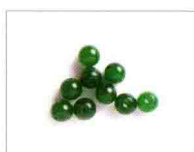
红玛瑙



磨砂珠



塑料珠



玉珠



白玉珠



陶瓷珠



亚克力糖果珠



人造水晶珠



彩色木珠



合金隔珠



星形木饰



树脂乌龟



菠萝扣



线圈

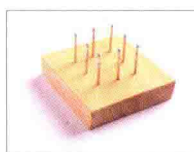
工具



大头针



胶水



钉板



烙铁



剪刀



镊子



钩子



打火机



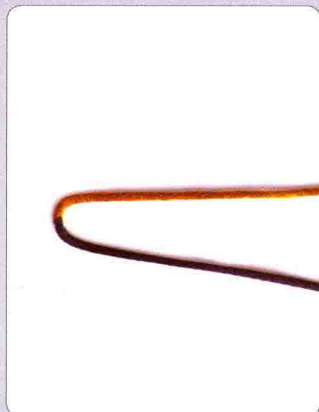
钳子

第三课 蛇结

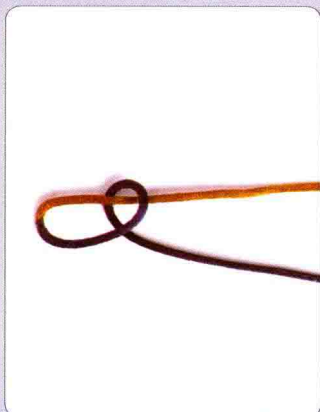
蛇结形如蛇身体，结体稍有弹性，可以左右摇摆，结式简单大方，常用于编项链、手链等，是一种常用的基本结。



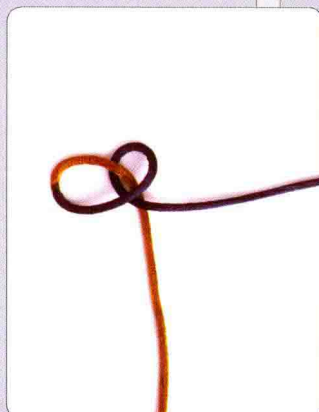
• 做法 •



① 取 1 条线对折，摆放好。



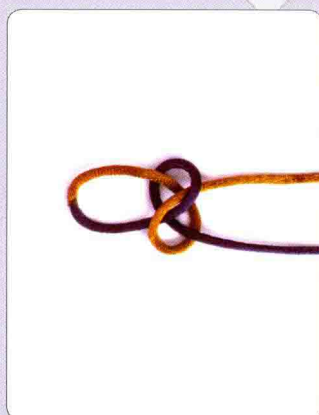
② 蓝线向上边，从黄线上方往下包绕 1 圈，如图所示。



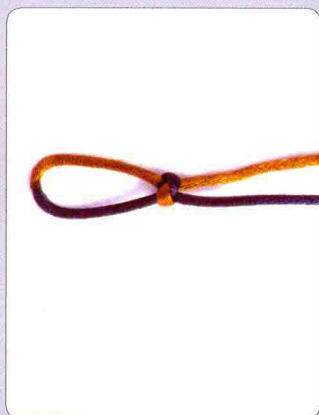
③ 黄线在蓝线线尾下面，向下边摆放。



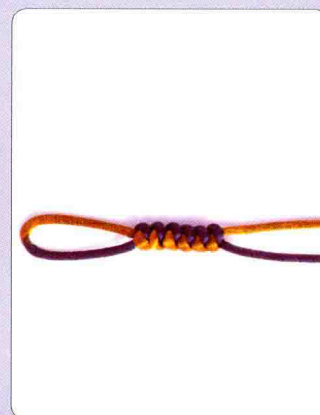
④ 黄线如图中所示，压着 2 个耳翼的蓝线、黄线，从上方穿入上边耳翼，再从蓝线下穿出。



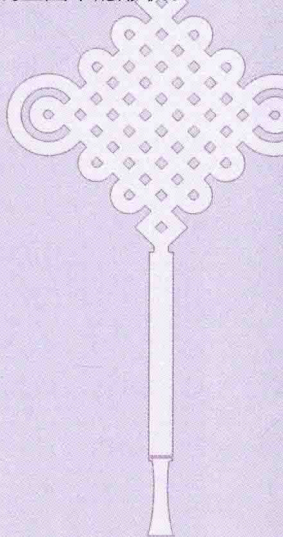
⑤ 拉好黄线呈图中的形状。



⑥ 拉紧成 1 个蛇结。



⑦ 重复做法 2 ~ 6，即可打出一段蛇结。

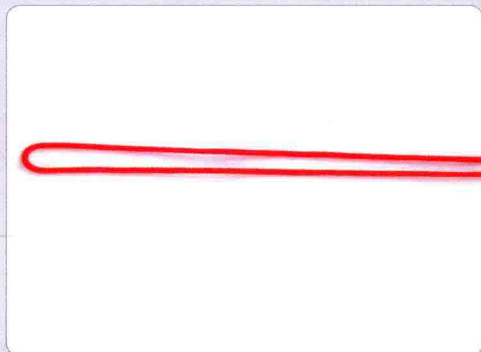


爱

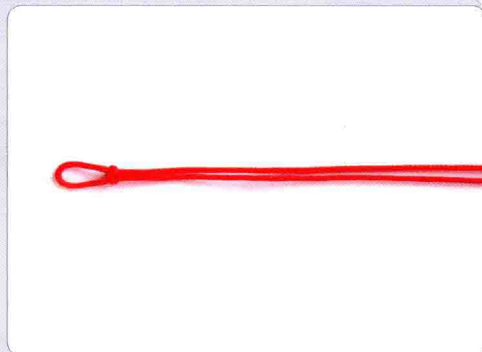
材料：B 线 1 条 160cm，珠子 2 颗



• 做法 •



① 将B线对折。



② 留出小珠子的扣位，打1个蛇结。



③ 根据自己手腕周长，打蛇结至周长的一半，穿入大珠子。



④ 继续编出另一半同样长度的蛇结，然后穿入小珠子。



⑤ 剪掉线尾，用火烫紧，怕珠子掉出来也可以先打一个死结再处理线尾。



⑥ 小珠子穿入扣位，完成。