

侯吉諒書法講堂



山東人民出版社

筆法與 漢字結構分析

公開秘法×傳授絕技×厘清觀念
寫書法、欣賞書法者必備書！

侯吉諒 著

書法史上首度揭露漢字好看的秘密

十分鐘看懂一個字的美感哪里來，終於知道怎樣寫才漂亮！

名家示範超詳細圖解，一看就懂、當下就開始！

作者親自示範詳盡的步驟，輔以具體明白的解說，
讓讀者輕鬆了解書法的概念和技術，立即著手提筆。

侯吉谅 书法讲堂



山东人民出版社

笔法与 汉字结构分析



图书在版编目 (CIP) 数据

侯吉谅书法讲堂 (一) 笔法与汉字结构分析 / 侯吉谅著.
—— 济南 : 山东人民出版社, 2016.3

ISBN 978-7-209-08871-8

I. ①侯… II. ①侯… III. ①汉字—书法 IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第045593号

侯吉谅书法讲堂 (一) 笔法与汉字结构分析

侯吉谅 著

主管部门 山东出版传媒股份有限公司
出版发行 山东人民出版社
社 址 济南市胜利大街39号
邮 编 250001
电 话 总编室 (0531) 82098914
 市场部 (0531) 82098027
网 址 <http://www.sd-book.com.cn>
印 装 北京图文天地制版印刷有限公司印装
经 销 新华书店

规 格 16开 (170mm × 240mm)

印 张 13

字 数 20千字

版 次 2016年3月第1版

印 次 2016年3月第1次

ISBN 978-7-209-08871-8

定 价 39.00元

如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换。

目 录

自序 书有法 005

第一章 学习书法的必备条件

一位好老师 011

判断老师的对错 015

要有正确的学习态度 018

最常见的错误态度 022

学会书法要多久? 026

时间的沉淀 029

学好写书法，要从正确的“程式”开始 034

第二章 书法的基本元素：点画，欣赏书法的开始

不懂点画，就不会懂书法 039

永字笔法示范（一） 044

永字笔法示范（二） 049

主观与客观的美感 054

书法之美的三大基本元素 059

书法的力道大解密 067

八面出锋的真义 069

八面出锋示范（一） 071

八面出锋示范（二） 076

标准墨韵 081

解开中锋的神秘面纱 085

什么是优雅的笔法 093

第三章 汉字结构分析：破解字体与字形的奥秘

汉字结构的三个条件 099

汉字结构的基本原理 107

可验证的美的规律 116

偏旁、上下、左右 119

隶书：动态的美感 133

笔法就是写书法的方法 144

流畅的行草 147

草书之美的欣赏要诀 153

第四章 回归传统的书法美学

认识书法史的重要性 171

三本必读书 177

如何教书法 181

“现代书艺” “创意书法” 190

临摹是学书法必经的过程 193

很多书法的道理是可以很浅显的 196

书法的太平盛世 200

侯吉諒書法講堂



山東人民出版社

筆法与

汉字结构分析

图书在版编目 (CIP) 数据

侯吉谅书法讲堂 (一) 笔法与汉字结构分析 / 侯吉谅著.
— 济南: 山东人民出版社, 2016.3

ISBN 978-7-209-08871-8

I. ①侯… II. ①侯… III. ①汉字—书法 IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第045593号

侯吉谅书法讲堂 (一) 笔法与汉字结构分析

侯吉谅 著

主管部门 山东出版传媒股份有限公司
出版发行 山东人民出版社
社 址 济南市胜利大街39号
邮 编 250001
电 话 总编室 (0531) 82098914
 市场部 (0531) 82098027
网 址 <http://www.sd-book.com.cn>
印 装 北京图文天地制版印刷有限公司印装
经 销 新华书店

规 格 16开 (170mm × 240mm)

印 张 13

字 数 20千字

版 次 2016年3月第1版

印 次 2016年3月第1次

ISBN 978-7-209-08871-8

定 价 39.00元

如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换。

目 录

自序 书有法 005

第一章 学习书法的必备条件

一位好老师 011

判断老师的对错 015

要有正确的学习态度 018

最常见的错误态度 022

学会书法要多久? 026

时间的沉淀 029

学好写书法，要从正确的“程式”开始 034

第二章 书法的基本元素：点画，欣赏书法的开始

不懂点画，就不会懂书法 039

永字笔法示范（一） 044

永字笔法示范（二） 049

主观与客观的美感 054

书法之美的三大基本元素 059

书法的力道大解密 067

八面出锋的真义 069

八面出锋示范（一） 071

八面出锋示范（二） 076

标准墨韵 081

解开中锋的神秘面纱 085

什么是优雅的笔法 093

第三章 汉字结构分析：破解字体与字形的奥秘

汉字结构的三个条件 099

汉字结构的基本原理 107

可验证的美的规律 116

偏旁、上下、左右 119

隶书：动态的美感 133

笔法就是写书法的方法 144

流畅的行草 147

草书之美的欣赏要诀 153

第四章 回归传统的书法美学

认识书法史的重要性 171

三本必读书 177

如何教书法 181

“现代书艺”“创意书法” 190

临摹是学书法必经的过程 193

很多书法的道理是可以很浅显的 196

书法的太平盛世 200

自序

书有法

学好书法要多久？五年？十年？还是二十年？

许多老前辈总是告诫我们，写字是一辈子的事，要有耐心。

写书法三十多年过去，我看到的事实是，许多人很有耐心地写了一辈子书法，却还是写得乱七八糟。

大部分的人都把书法学不好归咎于没有天分。

以前的书法家，以及许多谈书法的书也都说，书法啊，很不容易，要学会书法，如同学佛一样，要有慧根。

可是，还没下功夫之前，谁知道自己有没有慧根？如果下了几年功夫，甚至一辈子，到头来才发现自己没慧根，那岂不是白忙一场？

我写书法超过三十年，可以很肯定地说，写书法不需要天才，不需要慧根。可是，绝对要有正确的方法。

学书法，只要方法正确，没人不会。只是，正确的方法不容易找。很多人教书法是不示范的，很多人学书法是不写字的，更有很多人写书法是不临帖、不读帖的，种种千奇百怪的教、学书法的态度，即使王羲之再世，也学不会书法。

要学会书法，只有一种途径——找对老师，学正确的方法，勤于练习，并且随时纠正无意中产生的错误。

可是，没学过书法的人，又怎么知道、判断，你找的老师是不是对的？方法很简单——看老师是不是写得出来字帖上的字，

是不是非常细心地指导学生练字的方法。

书法的历史太悠久，如果从小篆开始算起，至少有两千多年，时间那么漫长，而历代杰出的书法家、风格又那么多，要练到什么时候才可能掌握技术？

然而我始终相信，写书法一定有快速成功的方法，古人做得到的，我们也可以。

以楷书来说，总共就十几、二十种笔画，没道理这些东西要学十年八年才会，一定有快速的方法可以把这些基本功练好。

于是我花了很长的时间，深入研究历代书法的工具、材料、技巧和风格之间的关系，终于被我找到答案。

在领悟到了诀窍之后，我发展出来的方法，有点像金庸小说中孤独求败的“破剑式”，一招破尽天下千百剑式。从此之后，历代名家风格无不手到擒来。

古人谈书法，往往说不清楚，我用物理、数学、几何、化学、力学等现代人都有的观念解释书法，很多以往说不清楚的道理，立刻变得清晰可证、容易理解。

但我也常常跟学生说，老师不一定正确，一定要经过自己的证验。而且，即使是老师无私地教了所有的秘诀，学生也不是一听就会了。许多人学书法，总是喜欢用听的，好像问到什么诀窍，就可以立即成为高手。没那么容易。

我说了，你听到了，并不表示你了解了，了解了，并不表示你懂了，你懂了，并不表示你会了，就算是会了，也并不表示你很熟练，就算熟练了，也不见得很厉害，就算很厉害，也并不表示能随心所欲地运用。

书法的学问，正是如此，“听到”或“看到”，只是了解的开始。

书法是实证的学问，许多观念、技术，与每个人使用的工具材料、字体风格，以及个人个性禀赋都有互动的关系，只有自己动手实践，从老师那里学来的知识技术，才会变成自己的东西。

要进入书法的世界，即使只是为了欣赏，还是得从练字开始。

我就是用这样的方法，来引导每个学生进入书法的世界。

我首先建立学生们学习书法的正确态度，要排除万难，要把书法列为工作和生活之外的第一要务，要每天写字。

没错，我的学生们即使出差、加班到半夜，无论在旅馆、在飞机上，也会每天写字。

接着就是建立学生写字的正确方法，不描字、不画字，确实掌握用毛笔写字的正确方法。之后就是持续不断的重复练习。

书法的学问博大精深，所以还要读书，要读文史诗词，要把文学的精神化入笔墨之中。

书法的美学正大光明，所以，不要相信那些禅啊、气啊、能量啊，种种稀奇古怪的说法，要老老实实练字，深刻体会正统书法的美。

写字要有一定的法度，必须要有一定的技术；学写字要有方法，一定会有快速进步的方法。在越来越不需要写字的年代，一个书法老师的责任就是要把学生教会，并且把书法的种子撒出去，让书法这么美妙而深奥的文化，再度成为每个人生活中的一部分。

书法的学问博大精深，没有任何一本书可以完全“解密”，本书重点集中在学习书法的正确方法、正确态度，以及简洁易懂的汉字结构分析，希望做到让没有学过书法的人，读过本书之后，即可掌握书法的根本原理。

第一章

学习书法的必备条件

学习书法的必备条件

学书法不需要天分，但需要正确的方法；

先寻求一位肯身教、不藏私的书法老师；

选定质精的文房四宝；定心定睛，

勤于临摹名帖真迹，时时省察身心状态……

一步步地，在时间的沉淀之下，

写字的本领定能日起有功，

像美酒佳酿，愈陈愈香。

您将会学到的重点：

- ◎ 新手如何找一位好老师
- ◎ 新手需要培养的学习态度
- ◎ 写好书法需要的时间
- ◎ 学习书法需要的时间、应有的学习历程
- ◎ 写书法的标准程式



一位好老师

学习书法的第一要项，就是找一位好老师。

很多人因为各种原因而自学书法，例如不方便找老师啦、时间不对啦、距离太遥远啦等等，加上现在网络很方便，有许多文字、图片、影片可以参考，所以很多人自己看书、看影片自学书法。但我必须清楚指出，这样的结果是，花多少时间，就浪费多少时间。

为了节省找老师的时间，却浪费了所有的努力，因小失大。

书法自学不可能成功

书法自学不可能成功，想要学好书法，第一步就是就近找一位可以长期跟随的老师。

书法的很多知识、观念、技术，我上课的时候“无所不用其极”地反复示范、教导、纠正，有时学生都不能够理解、改进、学会，光看看书、看看影片，怎么可能学会？

教、学书法必须师生积极互动

写字的时候，从毛笔的准备方法开始，老师如果不能互动性地了解学生使用毛笔的习惯、毛笔的状况，就没有办法及时指导学生，从执笔的方法到写字的技术，如果老师不仔细观察学生写字，也没有办法及时纠正学生的错误，引导学生进步。

教、学书法必须是老师学生积极互动的过程，才有可能教好学生，也才有可能有效学对书法。

你现在正在看的这本书，可以提供你许多书法的观念，传授你许多书法的要领和诀窍，可以让你在很短的时间内增加“看书



老师要引导学生认识笔、墨、纸、砚等工具材料，才能够得心应手，也可以增加学习兴趣。