

楷书正道入门

范有信 西子 编

柳公权

柳

体



中州古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

柳体——柳公权/范有信,西子编. —郑州:中州古籍出版社,2008.6
(楷书正道入门)
ISBN 978-7-5348-2957-4

I. 柳… II. ①范…②西… III. ①楷书-书法 IV. J292.113.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 092180 号

出版社:中州古籍出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 邮政编码:450002)

发行单位:新华书店

承印单位:河南文轩印务有限公司

开本:787mm × 1092mm 1/16

印张:2.75

字数:3 千字

印数:1-6000 册

版次:2008 年 6 月第 1 版 印次:2008 年 6 月第 1 次印刷

定价:10.00 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换。

楷书正道入门

范有信 西子编

柳公权



体

柳公权(778—865),字诚悬,京兆华原(今陕西耀县人),唐代著名书法家,最擅楷书。因为书法,他被唐穆宗李恒看中,官至太子少师。柳体字迹遒劲雄健,外疏中密,富于变化,在书法史上与颜真卿并称为“颜筋柳骨”。

从运笔看,柳体字法度最为森严,起笔回锋,或方或圆,收笔也是笔笔提顿回锋,没有半点含糊的地方。我们临写时应当仔细体会柳体的紧劲、犀利,笔画上的转折分明、挑剔锋利。柳公权最有代表性的作品是《神策军碑》,全称《皇帝巡幸左神策军纪圣德碑并序》,传世碑刻还有《玄秘塔碑》,墨迹有《送梨帖题跋》。

中州古籍出版社

临帖是练好字的必需手段。不临帖，全凭自己想法随意写，是上不了路子的。学写毛笔字一定要有恒心与毅力，要持之以恒，戒骄戒躁，不能一曝十寒。俗话说：只要功夫深，铁杵磨成针。只要按学习规律坚持不懈，必然会学有所成。

练字前应当先了解一些基本方法：

执笔方法：

拇指和食指的指肚捏住笔杆(适当高度)，保证笔杆不脱落；

中指在食指下面搭在笔的外侧，既加强食指捏笔的力量，又发挥把笔往里钩的作用；

无名指的甲肉之际抵在笔杆内侧，起着把笔往外推的作用；

小指附在无名指的指肚下部，辅助无名指把笔往外推。

握笔时要如古人所说：“令掌虚如握卵”，这样便于运笔。学书要经常练习握笔、钩回、推出和旋转笔杆(加上腕的作用)练习画直线和弧线。

执笔的高低由所书字的大小来决定，小字低执，枕腕；大字高执，悬腕；再大则需悬肘。初学者练正楷，执笔应该低一些(离笔根约1寸)，使笔画稳健些。执笔高了，变化大，写楷书就不容易掌握。

还有执笔的松紧问题。执得太紧，手太用劲就会颤抖且手指疼痛。执得太松，一点力也不用，笔就会掉下来。对于初学者来说，从未拿过毛笔，心里会比较紧张，因此可适当放松些。

写字用力时要“力在笔尖”，也就是要将力量通过执笔的手传递到笔尖上，不能停留在手臂或手指上。写字用的是巧力而不是死力。巧力来自久练，这就像骑自行车一样，会骑了，习惯成自然，并不感觉到自己在用力。写毛笔字如果感觉不到自己在用力，运笔自如也就过了执笔关了。

笔法：

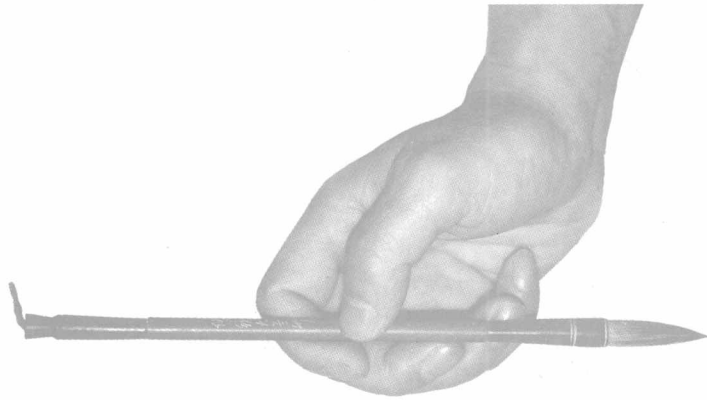
笔法是指把笔画线条写好的正确方法。包括提按、入笔、行笔、收笔的方法。

提按：笔按下去写，笔画就粗，提起来就细。字的每一笔中都有提按的变化，才能产生出粗细绝不相同的线条来。

入笔：有“露锋”法，是顺笔而入，使笔画开端呈尖形或方形；有“藏锋法”，是逆锋入笔，横画欲右先左，竖画欲下先上，使笔锋藏在笔画中，笔画开端基本呈圆形。

行笔：要学会“中锋用笔”，使锋尖常在点画中间运行。

收笔：有“露锋”(把笔逐渐提出纸面，画呈尖形，如悬针竖、撇、捺、钩)，有“藏锋”(将笔尖收回笔画中，如垂露竖，笔画尾端呈圆形)。



结字：

结字又叫结体或间架结构。大书法家启功先生曾指出，写毛笔字一是要把握好间架结构，二是要练好笔画特点。间架结构比点画特点重要，间架好的字，笔画特点就算不突出，也还顺眼；反过来就不行了。因此，认真研究并把握好字的结体规律十分重要。正所谓“初学分布，但求平正”。

永字八法：

它是流传久远的书法练习经典要诀。古人在“永”字中分解出八类基本笔画，以此为例来解析正楷书体的用笔方法，称为“永字八法”。

第一画是点，称为“侧”。意思是说写点时向侧下落笔，势足收锋。

第二画是横，称为“勒”。意思是说写横时要逆锋下笔，缓行，收笔时回锋如勒缰。

第三画是直，称为“努”。意思是说写竖时要以中锋下笔，行笔时直中有骨，又像弓弩有力度。

第四画是钩，称为“趯”。意思是说写点时要顿笔停锋，突然趯提。

第五画是提，称为“策”。意思是说写时发笔有力，收锋时策应下一笔。

第六画是长撇，称为“掠”。意思是说写时要起笔有力，行笔稳畅，气贯到梢，如大鹰俯冲掠过。

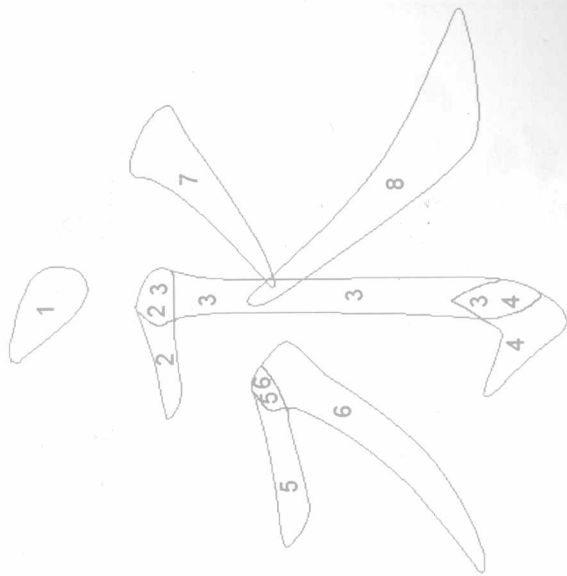
第七画是短撇，称为“啄”。意思是说写此撇时用力干脆，如鸟啄食。

第八画是捺，称为“磔”。意思是说写捺时落笔要轻，行笔缓而有力如刀划肉。

永字八法的提出由来已久，起源说法不一，北宋朱长文《墨池编》提出起于唐代书法家张旭；《书苑精华》认为起源于南朝僧智永；元代李溥光《雪庵八法》则认为起源于东汉蔡邕，晋王羲之加以弘扬。由于它概括了正楷书法艺术的精义，因而也有人以“八法”作为“书法”的代称。

永字八法要点歌：

侧…侧画本为上点画，入锋逆行再转下，似鸟翻飞笔提按，点中收锋完成它。
勒…勒画就是平横画，其势牵缰力勒马，藏起行笔首尾低，中锋劲力意则达。
努…努如张弓欲待发，横入下走为竖画，行笔有力莫僵直，垂露悬针收变化。
趯…趯其笔势为勾画，好似垂腿挑脚丫，挫锋力在脚后根，无力挑出意不达。
策…仰横似挑如策马，轻仰用力右上斜，不可轻拂无策意，锋达策端意到家。
掠…长撇为掠锋左下，似持篦梳掠长发，力匀势涩随笔遣，不可轻飘任风刮。
啄…短撇如鸟啄食物，着锋即顿速提拉，势锐劲出如掷石，光削力达好笔法。
磔…磔似裂性为捺画，如刀划肉慢撕拉，缓行稳按顿出锋，锋毋开散含而发。



中国书法传统源远流长,积淀深厚,历代都大家辈出,可谓群星璀璨。

对于有志于学习书法的爱好者来说,书坛实在是宝藏丰厚的艺术圣殿。

然而,初学究竟从何入手才能循序渐进,从正道步入书法殿堂?这却是困惑每一个叩门者的首要问题。前人曾给我们宝贵的提示:“取法乎上,仅得乎中;取法乎中,只为其下。”也就是说,我们应当向经典学习。学习楷书,可推举的经典名家很多,而最著名的还当数颜真卿、柳公权、欧阳询、赵孟頫四大名家。所以,我们把这四大书法家的楷书编成入门字帖,希望给初学者一个正确的引导。

本套字帖有以下特点:

- 1.全套4册,每位书法家都单独成册,以便于学书者专心模仿和体会他的书法特点。

- 2.综合书家的多种传世作品,将其重新组合,按学习书写的基本规律编排,基本分为:基本点画练习、偏旁部首练习、结构形式练习以及字态变化等几个部分,以便于学习者研究和体会其特点和变化规律。

- 3.中国字是由基本笔画组成的,但书法的意义在于将基本笔画多样化。写字如果千篇一律,就失去了艺术性。基于这一道理,本书的编排有意不把点画单独抽出来孤立练习,而是提供有共同点的例字,并且在每一页中都提示练习的重点。这样,学习者不仅练习了基本点画,而且能注意到书法家在运用这一种点画时灵活而微妙的变化手法。

希望这种活学活用的方法能更为有益于初学者开阔眼界,打好最初的基础。

另外要说明的是,古人所用的字形与现在有了很大的差别,请不要随意使用。

第一部分

基本点画练习 1

第二部分

偏旁部首练习 9

第三部分

结构形式练习 27

第四部分

字态变化练习 36

止

丹

異

大

亦

興

川

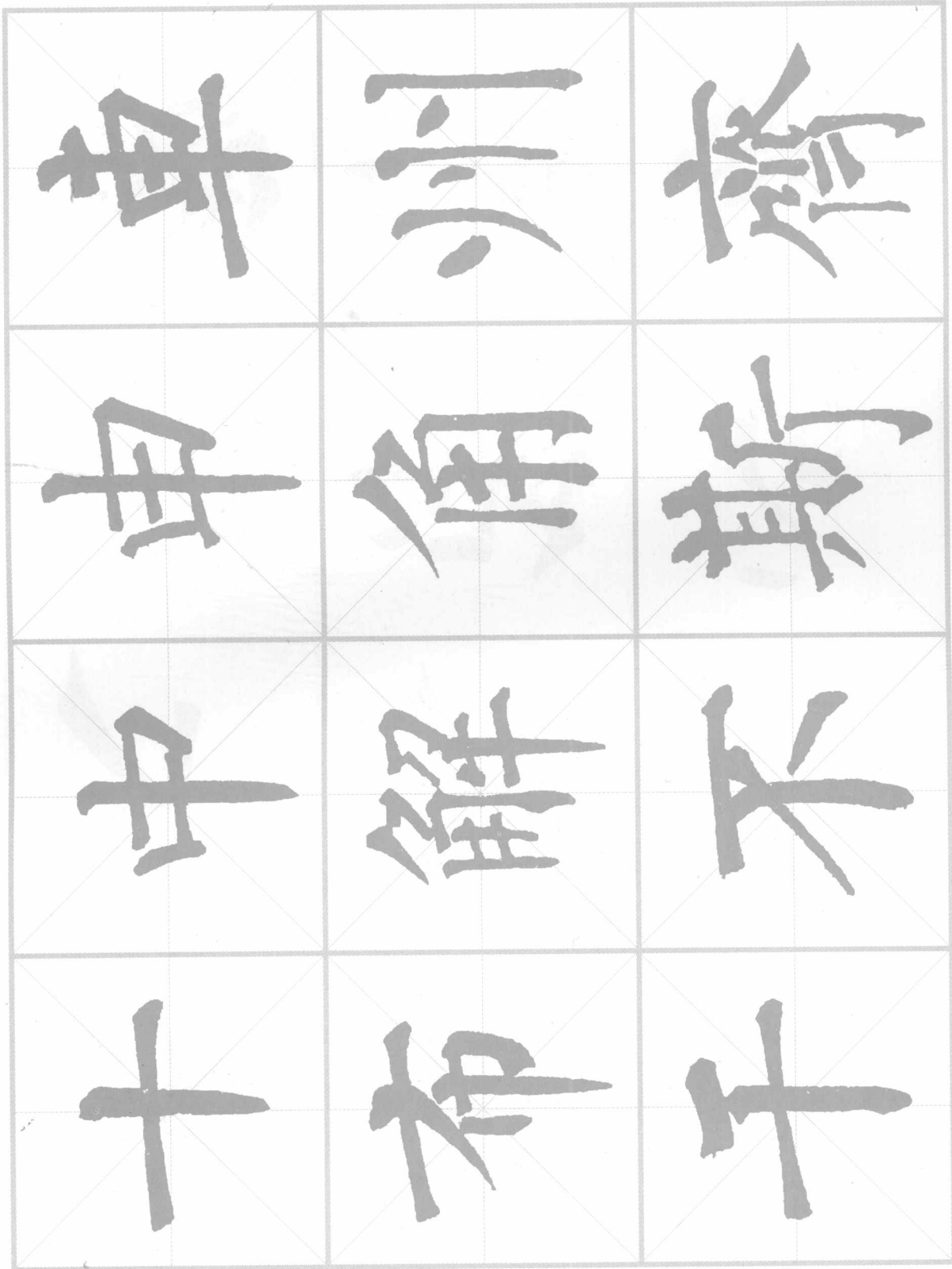
松

其

一

下

光



厯

庭

贊

大

屬

風

吏

乃

疾

夫

丸

被





夫

徵

庭

本

修

倫

来

林

密

走

故

金

納

郊

翳

紹

而

風

七

已

穹

乃

元

易



今	哀	其
金	帝	京
命	齊	止
令	亦	公

第二部分：偏旁部首练习 本篇字重点练习字中入部（第一行）、一部（第二、三行）写法

備

备

保

信

儉

仁

俾

俾

儼

儼

位

倫

侍

休

何

