

新概念硬笔书法教程系列

新概念硬笔书法楷书实用教程

司惠国 题



下清斋折露葵野老与

罢海鸥何事更相疑池

五月凉百花开尽水芝

买酒邀诗客醉倒檐前

录唐诗二首于北京积学斋 阎锐书

新概念硬笔书法实用教程系列

新概念硬笔书法楷书实用教程

《中国硬笔书法百科全书》编委会 编著

主编 王玉孝 司惠国

国际文化出版公司

2001年2月

图书在版编目 (CIP) 数据

新概念硬笔书法楷书实用教程/王玉孝等主编. —北京:
国际文化出版公司, 2001.2

ISBN 7-80105-904-2

I. 新… II. 王… III. 硬笔字-楷书-书法-教材
IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 83025 号

新概念硬笔书法楷书实用教程

主 编 王玉孝 司惠国
编 著 《中国硬笔书法百科全书》编委会
责任编辑 李荣贵
封面设计 司惠国
出 版 国际文化出版公司
发 行 国际文化出版公司
经 销 全国新华书店
排 版 北京市汇宇达公司
印 刷 南方印刷厂
开 本 850×1168 1/16 开
6.5 印张 160 千字
版 次 2001 年 2 月第 1 版
2001 年 2 月第 1 次印刷
印 数 1—5000 册
书 号 ISBN 7-80105-904-2/J·149
定 价 12.00 元

国际文化出版公司地址
北京朝阳区东土城路乙 9 号 邮编: 100013
电话: 64271187 64279032

编辑委员会名单

- 总策划 总主编：杨再春 张宝彤 丁 谦
- 总 主 编：王玉孝 司惠国 阎锐敏 丁和平
- 特邀主编：高道生 赵 燮 沙 舟 韩亨林
张吉生 皮 凡 张朝祥 杜衍纯
- 常务主编：王世勇 葛少林 张学鹏 马于强
任绪民 冠学臣
- 楷书执行主编：阎锐敏 张学鹏（撰文）
李 玲 马于强 倪俊冬 李正伦 马秀改
- 行书执行主编：李长锁（撰文）
司惠国 杨卫列（书写）
- 隶书执行主编：刘俊波 沙 舟（撰文、书写） 翟宪民
- 草书执行主编：沙 舟（撰文、书写） 李 时
- 魏碑执行主编：翟宪民（书写） 马于强 张学鹏（撰文）
- 快写执行主编：钱 壮（撰文、书写）

目 录

第一章 楷书及硬笔楷书技法	1
第一节 概论	1
第二节 硬笔楷书的笔画	7
第三节 硬笔楷书的偏旁部首	17
第四节 硬笔楷书的笔顺	39
第五节 硬笔楷书的结构	41
第二章 硬笔楷书章法	45
第一节 章法常识	45
第二节 硬笔楷书章法图录	49
第三章 硬笔楷书临帖	53
第一节 概论	53
第二节 历代楷书名帖临摹	56
第四章 硬笔楷书欣赏	64
第一节 概论	64
第二节 硬笔楷书欣赏	66
第五章 硬笔楷书示范	73
第一节 硬笔楷书横写示范	73
第二节 硬笔楷书竖写示范	82
附录 硬笔楷书范字	85

第一章 楷书及硬笔楷书技法

第一节 概论

一、楷书的形成与发展

楷书，即我们所说的正楷和真书。楷是“楷模”、“法度”、“样板”之意。由隶书简约演变而来。其笔画平正规整，点画分明，字型端正，结构严谨，繁简得宜。在篆、隶、行、草诸书体中成熟最晚，但应用最广。楷书是针对“破体”而言，可作为垂范，堪称楷模，故谓之为楷书。

楷书初创于汉，完备于魏晋南北朝，成熟于盛唐，经历六百余年。在漫长的发展和成熟过程中，因时限、地域、用途及师承关系的不同，而形成了不同的形态和风格，给我们留下了极为丰富而又千姿百态的楷书体式。楷书的形成和发展分为三个阶段，从而形成了三大类风格，即晋楷、魏楷和唐楷，分别标志着楷书的产生、成熟和鼎盛期，魏晋南北朝是楷书的发育期，以钟繇、王羲之、王献之的楷书为代表。东汉末年随着各种字体的演化，已出现了一种亦隶亦楷的新书体，钟繇精研隶楷，将其隶书成份进一步减少，而创楷书，被称为钟体。但在其书体及笔画中，尚留有隶书的痕迹，其代表碑帖是《宣示表》，也是目前所见到的最早的楷书碑帖。唐张怀瓘评为“绝妙”，“多有异趣”，“可谓幽深无际，古雅有余，秦汉以来，一人而已”。至晋代王氏父子博采众长，吸收南北方通行字体写法，在继承时加以提炼变新，使真、行、草书均出现了新的面貌。楷书则完全脱离隶书的书法体系而渐成定势，奠定了我国楷书、行书的基础，其《乐毅论》、《黄庭

经》等都笔力潇洒、神采非凡，成为后人学习的楷模。魏楷以魏碑为代表，又以北魏时期的造像题记为典型。它是汉晋隶楷书向唐代楷书过渡的楷体，随即为唐代楷书所取代。唐代是我国书法史上楷书的鼎盛时期，书法尊崇“二王”，受其影响较大，崇尚法度，楷书发展到顶峰，成为楷书之冠。唐初四大家的欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷，继承“二王”平和、典雅、流畅的书风，尽脱隶痕，使楷书更加成熟。特别是中唐的颜真卿、柳公权等集古之大成，大胆变法创新，创与盛唐相吻合的书体。使楷书笔法、结体、章法更加完备成熟，形体端正森严，雍容宽博。尤以颜真卿的楷书，上承“二王”传统，兼融唐初书法特征，汲取南北书风，创前人所无。其楷书笔力遒婉，形体端庄，气势开张雄伟，“纳古法于新意中，生新法于古意之外”，自到最后成熟。唐以后虽然楷书大家众多，但均未超过唐楷之体，只是在其楷法的范围内力求体现个人风格而已。所以唐楷成为后世学书法的楷模及学书的入门范体，至今仍为习书者所尊崇和临仿。至宋代毕昇发明了活字印刷之后，楷书更加定型化，并向各具有风格特点的方向发展。楷书在我国书法史上占有极其重要的地位，其应用范围之广，通行历史之长，是其他书体所无法比拟的。同时楷书的理论也得以长足发展，书法艺术之河在历史的演变中不断开拓发展，一直生机勃勃，经久不衰，成为我国古老而倍受青睐的传统艺术，独领风骚，显示了其惊人而强大的生命力。

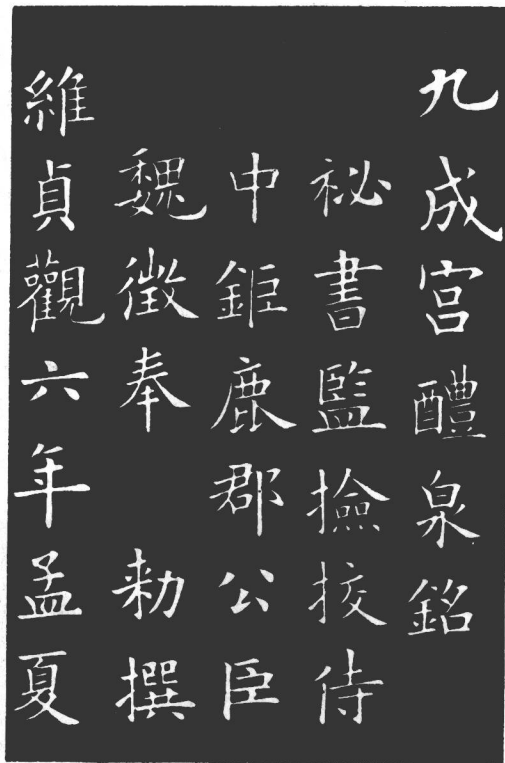
目前随着社会、经济的发展和人们的日常生活交往增多的需要，因文字与人类息息相关，更成为人们生活中必不可少的交往工具。我们所接触的报刊、信函、公文等传播交流手段，无一不是由不同风格的文字而印刷的，更加显示它在人们文化经济生活中的重要作用和价值。

二、楷书的特点及其代表作

“学书须先楷法”，是历代书家学书的成规。学习楷书是毛笔和硬笔书法入门的第一步。苏东坡在《书说》上说：“真生行，行生草。真如立，行如行，草如走，未有不能立而能行，不能行而能走者也。”说明了行、草书要以楷书为基础及其相互的依赖关

系。故楷书被历代书法家定为学书之本。楷书在其长期地发展演变过程中，虽然风格流派众多，千姿百态，但其基本笔法、结体和章法却有众多共同的特点和规律。

字是由笔画组成的，孙过庭在《书谱》中说：“积其点画乃成其字。”所以笔画的特点决定着字的风格特点。楷书笔画一点一画都十分讲究起笔、运笔和收笔，同时也十分注重结构与章法。无论是魏晋唐代楷书，还是其后的各种风格，尽管各有特色，姿态有别，然而作为楷书，却有着共同的特点，遵循着共同的笔法、结体和章法规律。其主要特点是：笔画规范统一，结体端正严谨，章法齐整肃穆。犹以唐楷最为规范，最具代表性。其中以欧阳询的《九成宫醴泉铭》、颜真卿的《多宝塔感应碑》、《麻姑仙坛记》、《颜勤礼碑》、柳公权的《玄秘塔碑》等最为著名，可谓



欧阳询《九成宫醴泉铭》

是楷书的典范和精品，为历代书法家所推崇，被视为毛笔书法的入门之帖，同样也是硬笔书法临习的理想范本。

楷书以欧、颜、柳体最为突出，是楷书的三个杰出代表。下面分别予以简介。

欧阳询（公元557—641年）字信本，潭州临湘（今湖南长沙）人，唐初书法家，官至弘文馆学士，封勃海县男。工楷、行书，被后世誉为“精妙”、“冠绝古今”、“别成一家”。犹以楷书最为后人尊崇。其笔力险劲，结字庄重严谨，间架坚实，章法规定适度，世称“欧体”。代表作有《九成宫醴泉铭》、《虞恭公温彦博碑》等。

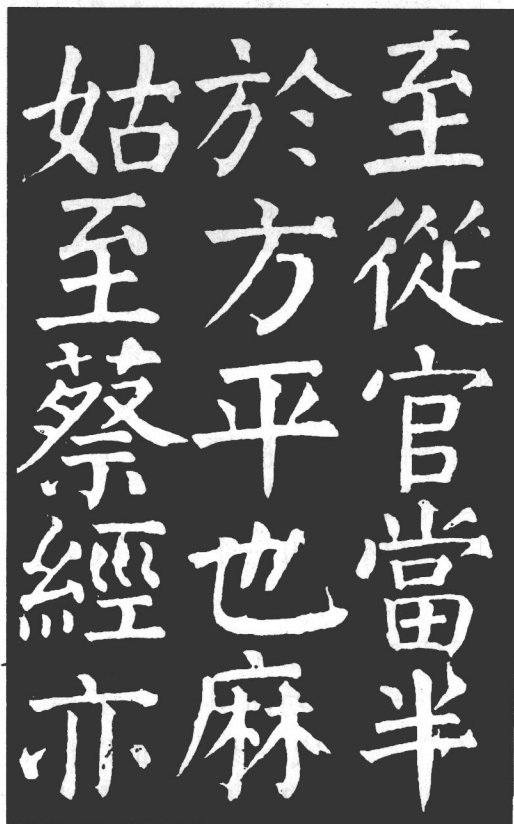
《九成宫醴泉铭》是欧阳询晚年奉敕之作，唐贞观六年（公元632年）刻，碑文系记载唐太宗在九成宫避暑发现涌泉之事。此碑历来被认为是唐代楷书造极之作。其突出特点是：笔画法度森严，笔力浑厚刚劲，力贯毫端；点画工妙，峻挺险峭；结构严整适度，轻重均衡，间架坚实规矩；点画布局独具匠心，于工整中见险绝，于规矩中见飘逸，形成了独特的坚劲风格。故后世誉为“高华浑朴，法方笔圆”，“无人抗衡”，“晚年笔力益刚劲，有执法面折庭之刚风”。其楷书被尊为“翰墨之冠”，历代奉为习楷

典范，对后世影响极大。



颜真卿《多宝塔感应碑》

颜真卿（公元709—785年）字清臣，唐京兆万年（今西安）人，我国杰出的书法家。出生于儒学世家，官至吏部尚书，太子太师，封鲁郡公，人称颜鲁公。为人正直，以义烈闻名于世。善楷、草书，上承“二王”传统，得张旭之法，兼取各家之长，集众书之优，独创新体，世称“颜体”。其楷书用笔圆润，笔力



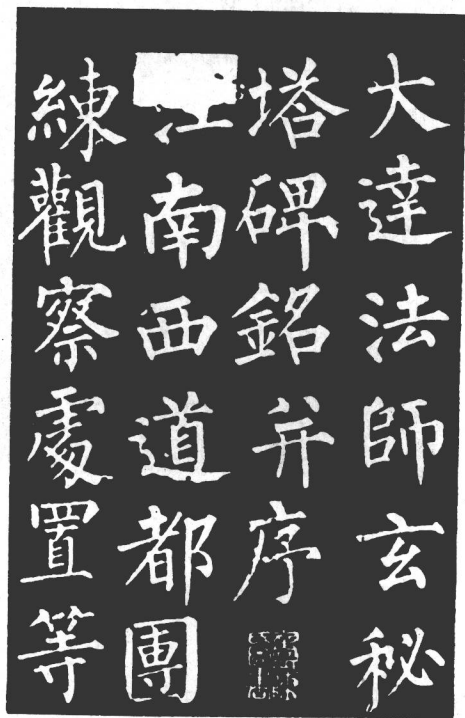
颜真卿《麻姑仙坛记》

遒婉，气势开张，结体端庄雄伟。尤以将篆隶笔法融于楷行、草书之中，笔画肥壮丰腴，对称之竖呈相抱之势，且取隶书笔法用于捺笔的首尾，既有盛唐之风貌，又有浑厚之特点。刚正节烈之气隐于笔间，为书法注入神韵。其代表作有《多宝塔感应碑》、《麻姑仙坛记》等。

《多宝塔感应碑》，天宝十一年（公元752年）立，现藏于西安碑林。此碑属中期作品，用笔以方为主，转折处多以转锋，起收笔棱显露，笔画横平竖直，字形平正端庄。另一代表作为《麻姑仙坛记》，是其晚年之作，写于大历六年（公元771年）。刻于江西建昌南城，是颜体风格成熟的代表，其主要特色是：笔画形体横较竖瘦，行笔藏头收尾，以提转为主，捺似蚕头，钩成鸟啄之状，有“鹅头”之誉；笔饱墨酣，圆润丰满放纵，给人以流动之感；其结体舒展大度，字形宽绰丰厚，搭配灵活；虚实对比巧妙；对称竖略呈环抱之势；肥而不雍，体态雍容华贵。整幅作品布局堂正茂密，气势开张，质朴遒厚。

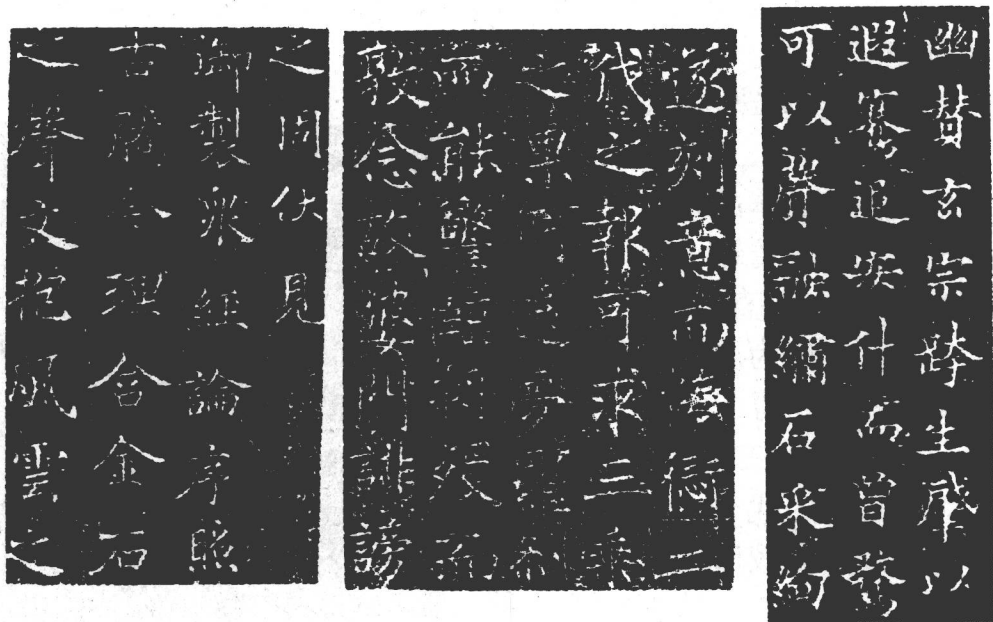
承古而有创新，突破了初唐规范，融真、篆书于一体。形成了外圆内方、形态神逸的艺术风格，为“颜体”之杰出代表作。后世赞誉颜体“结法尤整密，但贵在藏锋”（王世贞语）。“字画刚劲独立，不袭前迹，挺然奇伟”（欧阳修语），以致苏东坡有诗赞曰：“颜公变法求新意，细筋入骨如秋鹰”，评价甚高。对后世书法影响很大，以致争相临范，蔚然成风。

柳公权（公元778—865年）字诚悬，唐京兆华原（今陕西耀县）人，元和进士，历官工部侍郎，太子少傅，又改少师。我国杰出的书法家。擅长楷、行、草书。其楷书上承右军，继承颜体



柳公权《玄秘塔碑》

笔法，笔画瘦硬，棱角分明，点画如刀切，锋棱凛利；结构紧凑，筋骨开张，遒劲丰润，体势劲媚，自成一家，世称“柳体”。其代表作为《玄秘塔碑》、《金刚经》等。



褚遂良《雁塔圣教序》

薛稷《信行禅师碑》

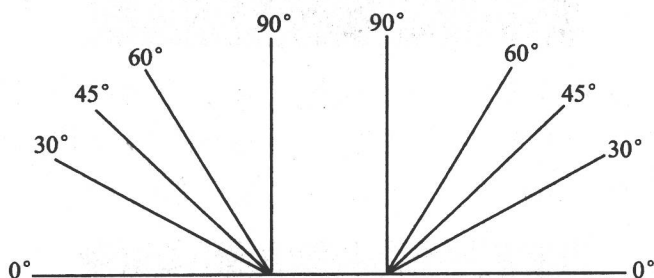
欧阳修《道因法师碑》

《玄秘塔碑》建于唐武宗会昌元年（公元841年），是柳氏晚年之作。整个作品承颜体笔法，笔画挺峻，方圆兼用；笔画长短、斜正处理意态从容，恰到好处；用笔干净利落，引筋入骨，寓圆润于刚挺之内，结体瘦长，端正俊丽，筋骨自然开张，犹如迎风之松柏。观其书如见其人，用其规谏穆宗的话“用笔在心，心正则笔正”，听其语，则知其书其人矣，世有“颜筋柳骨”之誉。后世评其书“遒媚劲健，固自不乏”（王世贞语）。与颜体并峙于唐代书坛，并影响后世至今，仍奉为临书至宝，足见其对后世书坛影响之深。

第二节 硬笔楷书的笔画

首先提醒读者，学习这部分必须认真阅读理论文字，不能看一眼范字就埋头临写。要耐心地看看理论部分，明白怎样写后再动笔。

本节和下节都会讲到倾斜角度，我们在这里附一个常用角度示意图，供大家参照。



按运笔中有无明显转折，笔画可分为基本笔画和复合笔画。我们按由简到繁的顺序讲解。在临习时要先练该种笔画，基本掌握后再临整个字，并注意观察该种笔画在字中的位置以及和其他笔画的关系。

一、基本笔画

1. 斜点 从左上方轻起笔，向右下弧形顿笔至总长度的 $2/3$ 处稍转向下，同时提笔。整体左上尖右下圆，稍向右上鼓，倾斜角度为45度。



2. 长点 写法与斜点相似，只是稍长一些。多用在字的下部和右部。



3. **左点** 由右上向左下由轻到重弧形运笔，至末端后稍回笔。这种点右上尖左下圆，稍向右鼓，用在字的左边。



4. **撇点** 从左上向右下顿笔，略回笔后由重到轻、由慢到快向左下甩，同时提笔。整体右上粗左下细。



5. **长横** 由左上向右下稍顿笔，略回笔后向右行笔，至右端稍提笔转向右上，再向右下顿笔，最后向左上回笔。这种横两端稍粗，中间稍细，略向上鼓，有一点儿左低右高。



6. **斜横** 写法与长横相似，但左低右高比较明显，稍短，多用于比较特殊的字形中。



7. **短横** 整体基本一般粗，比较短，在字中作次要笔画。如“三”字的第二横，“士”字的第二横，“日”字中间的横。



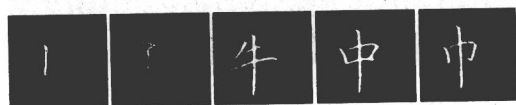
8. **上横** 也叫左尖横，从左轻起笔，向右弧形运笔，同时加重力量，末端顿笔，整体左细右粗，左低右高，稍向下鼓，较短，多用于字的顶部。



9. 提 从左上向右下顿笔，略回笔后向右上挑，同时提笔。整体左下粗右上细。这种笔画运笔速度较快。



10. 出锋竖 也叫悬针竖。从左上向右下顿笔，略回笔后向正下运笔，至总长度的3/4处时加快速度，同时提笔，使笔画的下端变细。整体正直爽劲。



11. 藏锋竖 也叫垂露竖。与出锋竖的区别只是收笔方法不同。笔画的末端要顿笔并稍回笔。



12. 短竖 整体一般粗。比较短，在字中多作次要笔画。



13. 左倾竖 写法与藏锋竖相似，只是短且向左倾斜，多用在字的左侧。



14. 右倾竖 与左倾竖相反，向右倾斜。只是少数数字中有，如“山”、“凶”、“画”等字的最后一笔。



15. 长直撇 从左上向右下顿笔，略回笔后向左下弧形运笔，由重到轻，由慢到快。整体长且直。



16. 长弯撇 运笔方法与长直撇相似，只是这种撇的上半段比较竖直，下半段比较弯。这种撇在字中多作主笔，起支撑作用。



17. 竖撇 上半段就是竖，后半段稍有点弯儿。整体比较长，多用在字的左侧。



18. 短斜撇 比较短而且直，与水平线的夹角在 60 度左右，多用在字头。



19. 平撇 也是短而且直，与水平线的夹角在 30 度以下，比较平。



20. 短斜捺 左上轻起笔，由轻到重向右下运笔，至最粗处转向右，加快书写速度，同时提笔。整体直且较短。



21. 长斜捺 起笔处有向右上鼓的弯儿，剩下的部分与短斜捺相似，但稍长些。



22. 平捺 写法与长斜捺相似，但比较平，多用于字的底部。平捺的角度要因字而异，可稍有区别。

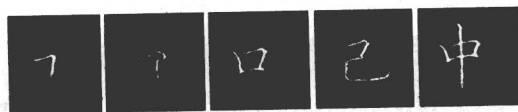


二、复合笔画

1. **横钩** 写完横部后稍转向右上，然后向右下顿笔，略回笔后向左下出钩，同时提笔。横部和钩部的夹角在 30 度左右。



2. **横折** 写完横部后稍转向右上，然后向右下顿笔，略回笔后向下（一般是左下）写竖部。



3. **横撇** 写完横部后略提笔向右上，然后向右下顿笔，稍回笔后写撇部。一般是横部短，撇部长。



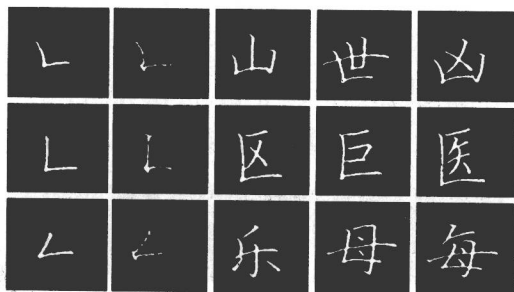
4. **竖钩** 写完竖部后稍转向左下。略回笔后向左上出钩，同时提笔。竖部和钩部的夹角在 45 度左右。



5. **竖提** 写完竖部后稍转向左下，再向右下稍顿笔，略微回笔后向右上挑，由重到轻，由慢到快。竖部和提部之间的夹角大约为 45 度。



6. **竖折** 写完竖部后稍转向左下，再向左下顿笔，略回笔后写横部。可分为三类，一类是竖部向左倾斜的，如“山”、“世”、“凶”等字。一类是竖部不倾斜的，如“区”、“巨”、“医”等字。一类是竖部向右倾斜的，如“乐”、“母”、“每”等字。



7. 竖弯 写完竖部后弧形向右运笔，稍顿笔后收笔。如果把
这个笔画写成竖弯钩，那就成了不规范字。



8. 弯钩 从左上方轻起笔，由轻到重向右下弧形运笔，然后
向左下弧形运笔，略回笔后向左上出钩。出钩时要由重到轻，由
慢到快。写这个笔画的关键在于让它站稳，别让它左右倾斜，另
外不能写得太弯，以免软弱。



9. 斜钩 从左上向右下顿笔，略回笔后向右下弧形运笔。至
下端略回笔后，向右上出钩。斜钩在字中多作主笔，要写得较长
且粗壮有力。斜钩不能写得太弯，也不能向左上出钩。



10. 卧钩 由重到轻向右下弧形运笔，至笔画的主干部分的
2/3处后转向右上，略回笔后向左上出钩。要注意四点：一是卧
钩的主干部分要两头翘起，整个笔画的最低点在其2/3处，而不
是出钩的地方。二是钩部和水平线的夹角应在30度至45度之间。
三是主干部分弯度要适中，既不可太直，也不可太弯。四是主干
部分整体弯度要一致，不能有的地方弯，有的地方直。