

硬笔书法速成教程

YINGBI SHUFA SUCHENG JIAOCHENG

卢锡珍 编著



中国海洋大学出版社

YINGBI SHUFA SUCHENG JIAOCHENG

硬笔书法速成教程

卢锡珍 编著

中国海洋大学出版社

· 青岛 ·

作者简介

卢锡珍 男,1930年生,山东省诸城市人,青岛市少年宫离休高级教师。中国老年书画研究会暨青岛市老年书画研究会会员,青岛书法家协会会员,国家人事部书画人才研修中心一级书法家,客座副教授,国家文化部文化市场发展中心专职书画家,曾入选《中国当代老年书画家大辞典》及《中国人才库》等;有的作品为《中国书法全集》、《中国近现代书画家》等收藏。

图书在版编目(CIP)数据

硬笔书法速成教程/卢锡珍编著. —青岛:中国海洋大学出版社, 2004. 5

ISBN 7-81067-500-1

I. 硬… II. 卢… III. ①硬笔字—楷书—书法—教材
②硬笔字—行书—书法—教材 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 079628 号

中国海洋大学出版社出版发行
(青岛市鱼山路 5 号 邮政编码:266003)

出版人:王曙光

日照报业印刷有限公司印刷

新华书店经销

*

开本:787 mm×1 092 mm 1/16 印张:10.25 字数:200 千字

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印数:1~2 100 册 定价:20.00 元

序

书法艺术，源远流长，是世界文化宝库中的一颗璀璨明珠。中国书法艺术更以其特有魅力，饮誉全球。我辈须不断努力，将书法艺术发扬光大，以无愧于我们的祖先。

学习书法先从楷书入手，是人们通常习字的必由之路。楷如立，行如走，草如奔，是先人们总结的形象比喻。只有在楷书上先下功夫，笔墨才能有扎实的根底。行书，是人们喜闻乐见、最为常用的一种书体，其笔法较楷书便捷流畅，表现形式又比草书易于识别。因此，大家在日常生活交流、信息沟通中多用行书。由此，行书又是书法艺术中的一种重要书体。

人们还了解到，要加强书法艺术的修养，至少需要从这两点做起：一是要掌握好横、竖、撇、捺等点画的基本线条形态及其用笔方法；二是要把握好结字过程中的笔画排列规律。而后者，又是学习书法过程中必须解决的一个重点和难点。

不同的点画形态及其组合方式，构成了不同的书体特点及书写风格。在浩如烟海的书法艺术宝库中，蕴藏着先辈们为我们创造的享之不尽、风格迥异的书法艺术典范。我们在学习研究书法过程中，最好根据自己的兴趣爱好，选择一两种书体，细心研摹，日积月累，必受其益。这就是我们平常说的继承。

中国的书法艺术载体是汉字，随着时代的进步，人们的生活习惯、艺术的感受

与欣赏，也在不断地发展。汉字，当然也就不断演变。由此，便形成了中国书法艺术在历史长河中绵延——积淀——发展的趋势与规律。这就需要我们书法爱好者，在学习与继承的基础上不断创新与追求，以随时代而动。唐代孙过庭“古不乖时，今不同弊”的观点，就为我们揭示了如何理解继承与发展的辩证关系的道理。

字有不同体势，形有千姿百态。这是因为汉字千差万别，自然形状各异。所谓把握好笔画排列，就是要讲究间架结构，即构图与造型。每书一字，点画有别、因果有序、主辅相从；对仗起承、各有法度；黑白分割、疏密有致；大不散、小不挤，正不僵、斜不倚；安定自如，错落得体。“违而不犯，和而不同”是结字的对立统一规律，需要在临习与创作过程中细加研磨。

硬笔书法，无论在线条还是在组合规律方面，都有与软笔书法相通的一面，但又因书写工具不同，保持和展现了硬笔书法线条刚健中透着灵秀等特点。故而，掌握了硬笔书写的技能技巧，对提高软笔书法的结字方法和规律，定能优势互补。

卢锡珍老师的这本《硬笔书法速成教程》正是适应上述要求而撰写的，旨在以自己多年的教学实践及书写经验，与广大书法爱好者交流心得，提供参考。

今年六月一日，是青岛市少年宫建立四十周年纪念日，卢锡珍老师作为参加筹建本宫的老教师，恰又在此时出版该书，既是他从事校外教育事业五十多年来的一次很好的心得总结，也是对社会的又一次奉献。这实在是一件令人感到高兴的事。卢老这种对事业的执著和奉献精神，着实令我们感动。

祝愿卢老先生艺术之树常青！

是以为序。

賀建國

2004年3月18日

目 录

序 (1)

上编

硬笔楷书 (1)

下编

硬笔行书 (77)

田 貽 大 德 嗟 荏 吉 忽 氣
般 我 猷 輜 爾 華 士 馬 鱗
于 高 元 如 庶 代 思 系 鱗
游 矩 漢 羽 士 謝 次 秋 次



上
编

硬
笔
楷
书

所有字体，不外由笔画和结构两个要素组成。因此，要讲求一个字的艺术性，应从笔画和结构的艺术性做起。横画，在永字八法中叫“勒”，形态多样，弧直各异，主要把握好节奏、韵律和力度。这里，主要练习的是长横、中横和短横。

一	王	上	千	十	年	平	主	立	下
	止	血	丁	古	斗	工	可	里	共
	五	三	半	有	丹	舟	正	育	且
	寺	其	土	女	昔	百	者	贡	著
	最	世	前	至	娑	士	青	清	载
	积	冥	云	家	室	寒	宜	安	矣
	居	材	佳	来	计	西	江	坊	袁
	长	杭	吏	程	仕	借	焉	车	匡
	汗	涪	还	虎	养	新	放	矩	我
	高	厥	先	民	香	鲜	元	大	抚
	抽	克	仁	无	代	斯	夜	胡	庶

永字八法中竖画叫“弩”，主要应在挺拔力度、提按曲直变化中多下工夫。在竖画的多种形态中，首先把握好垂露和悬针两种形态，在此基础上酌情变化以适应结体需要。

一	皆	而	占	石	政	北	吉	往	由
	侠	动	故	交	谈	结	投	记	淮
	读	拜	春	奏	统	珠	全	金	哥
	志	浮	质	兰	店	亩	既	恬	深
	耽	应	研	荡	楼	含	辞	声	许
	致	勤	南	丰	会	合	生	基	在
	存	香	若	钧	日	目	自	示	玉
	便	使	伐	侍	待	仪	何	徒	徐
	祖	化	休	华	维	堆	淮	淮	谁
	木	鹤	非	绯	叩	林	格	柏	桐
	柱	收	门	问	陕	中	甲	申	干

撇画，永字八法中叫“掠”，主要注意角度、力度的掌握和直弧、长、短在结字过程中的搭配，注意行笔中起、行、收的完美结合。勿随意甩笔。

1 、 、	卒	率	市	师	命	部	军	旱	降
	羊	神	仰	斤	晖	帝	讳	绛	锦
	祥	洋	巾	常	并	耳	帛	毕	单
	升	却	早	吊	妹	姊	绊	希	卓
	爰	禾	廷	首	先	公	徒	被	禱
	后	竹	哉	风	水	浴	业	得	往
	迄	表	容	旬	姜	呼	丘	兵	哀
	我	衫	士	衽	天	袄	癸	登	务
	姓	未	朱	珠	衣	元	食	财	方
	夜	陵	统	庾	余	娄	知	肉	芳
	聆	联	落	村	林	松	聚	贵	贝

捺画，永字八法中叫“磔”，书写注意铺毫行笔一波三折的轻重提按控制，忌力弱体弯。一字中撇捺并存时，要注意撇捺的整体组合，如高低轻重的配置。

ノ	然	令	老	太	更	应	为	吏	属
	明	天	史	夕	名	少	沙	尤	及
	犬	卷	尼	支	仍	奔	大	夫	勇
	病	疾	淑	负	磨	力	多	墓	羞
	廟	厦	孝	虎	辱	愈	贺	鱼	库
	教	恭	夙	身	破	命	朝	周	察
	人	火	入	之	攻	外	渡	文	义
	冰	太	衣	仗	公	足	反	失	又
	乏	走	泰	路	哭	丈	赵	伦	俗
	论	故	味	殊	谈	炎	冬	各	友
ㄣ	秩	谷	循	复	澄	狄	敌	微	微

点画在永字八法中叫“侧”，形态不一，活泼多变，具有很强的灵动性。在结字过程中，既可独立占位成形，又可适当代替其他笔画造形。点画运用适当，可收到画龙点睛、落笔生姿的效果。

一	还	远	运	辽	逐	退	逊	逢	逃
	适	选	进	追	述	迪	迫	迢	迤
	返	送	通	道	近	连	违	迅	过
	边	迈	达	巡	迟	迎	迹	迷	途
一	限	不	深	妥	食	欲	吹	掀	求
	妙	好	妹	姑	姐	妮	姥	娟	娘
	婕	婪	婆	婵	婚	婉	媒	媪	媚
	方	亥	谷	州	牟	成	诗	至	裁
、	市	柱	汉	雨	涵	戈	纆	刻	战
	家	宗	室	广	寒	容	官	库	职
	点	热	烈	神	祛	祈	祚	祝	福

提（挑）画，永字八法中称“策”，重在行笔干净利落，是为显示力度、韵律及字体特点的重要一笔。左下挑画，永字八法中又叫“啄”，意为出锋雕琢有力，铿锵有声韵。

、	英	黄	德	当	必	精	心	煮	照
	煎	熙	未	受	艰	崇	以	立	示
	业	著	粘	飞	火	曾	梁	郟	犹
	敬	涕	並	尚	益	怎	怒	恩	恐
	说	兑	悬	恕	惠	悠	想	惩	感
✓	孔	良	扎	托	扔	扶	抚	拖	抽
	武	敢	即	取	给	射	到	明	改
	牧	场	地	现	功	巧	攻	巩	项
	坎	均	坊	坟	坷	垠	坯	坦	坤
	垣	城	埕	垢	垫	埂	埋	壺	域
	培	块	墙	境	物	牺	牲	犊	犄

钩画在永字八法中叫“趯”，意为出锋蹲跳有力而得体，书写难度较大，却又往往是结字造型的主要一笔。

多种横折笔画或多种左向曲直钩画，结字中应用甚广，是关系造型平稳、神定骨坚的重要笔画。永字八法中虽无定称，但在“勒”、“弩”、“策”、“掠”、“啄”、“磔”的转折组合中已有例证，只要留意揣摩，定能取其真谛。

ㄚ	或	武	戒	线	戍	減	咸	成	戈
ㄣ	也	池	儿	己	宅	九	兄	呪	究
ㄣ	心	沁	恶	总	忠	悲	念	慾	恐
ㄣ	阿	等	可	淨	子	享	学	用	习
ㄣ	司	嗣	菊	旬	目	相	贝	页	同
ㄣ	四	勿	君	如	恬	而	只	吕	昌
	向	白	豈	豆	锦	海	母	每	莫
	扁	傲	户	卢	汤	仿	侮	劳	匆
	刀	切	召	危	尹	烏	烏	免	马
	加	助	励	势	劭	勃	勋	勉	办
ㄣ	及	乃	奶	廷	阴	阳	陡	邢	邨

书法艺术来源于大自然和人们的日常生产劳动，为此，书法要求有变化中的美。楷书，要求在笔画与结构工整的基础上，讲究变化的美，在结构要求上，主要体现在11个方面。

一、重心平稳，形态自然

1. 画虽斜，字端正

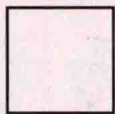


2. 字偏侧，重心稳

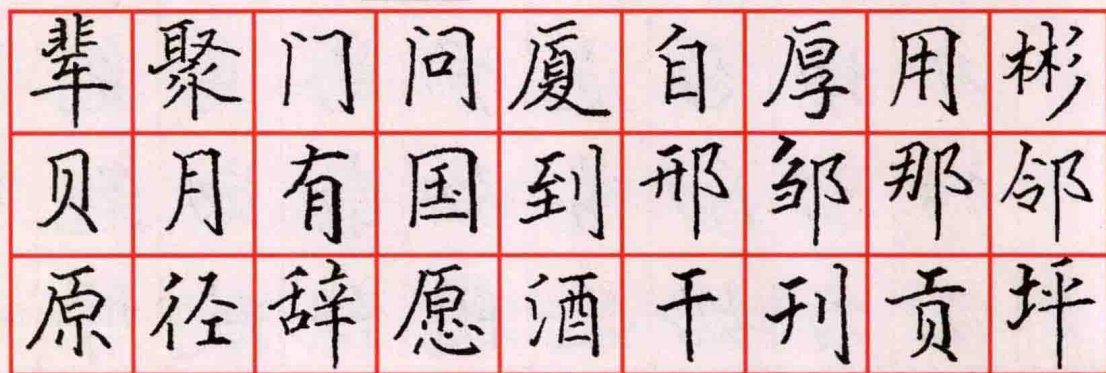


二、结字力求线条与结构的完美统一

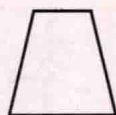
因字造形，顺其自然，是结字过程中应注意的另一重要原则。意在笔先，结字前，要注重字的整体造型。



1. 高方型

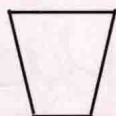


2. 正梯形



夜	星	复	鸟	玉	苑	照	至	盖
见	五	忘	茫	皇	且	丝	急	花
是	度	占	立	旦	亘	亚	里	艮

3. 倒梯形



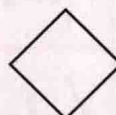
翡	空	室	堂	宫	笛	暂	聖	翁
留	鹭	京	玄	酉	雪	雷	需	霍

4. 方形



钓	满	功	偶	树	北	凉	欣	阴
故	杨	隔	福	禄	彩	飞	烟	湖
水	收	汉	淮	解	偏	绿	作	苏

5. 菱形



金	今	余	合	食	令	分	公	奉
---	---	---	---	---	---	---	---	---