

爐火照天地紅星

李鑫華

著書

紫煙赧郎明月夜歌

曲動寒川

李白侍姝浦歌甲戌
冬北京李鑫華

功蓋三分國名成八

中国和平出版社

楷書技法百日通

劉炳森署



冬北京李鑫華



李鑫华 著书

楷书技法百日通

劉炳森署



中国和平出版社

(京)新登字 086 号

楷书技法百日通

李鑫华 著

中国和平出版社出版发行

(100037 北京市西城区百万庄大街 8 号)

冶金印刷总厂印刷 新华书店经销

1995 年 5 月第 1 版 1998 年 6 月第 3 次印刷

开本: 787×1092 毫米 1/16 印张: 7.125

印数: 16201—21200 册

ISBN 7-80101-382-4/G·303 定价: 15.00 元

李君楷法出於六朝書法即
來自魏碑其間繁結轉折與
勢全具規模初學者得此可
不失正宗

己巳夏金艾李君楷序



已見楷白

仁之去

年己正

真宗

題

鍾義楷書
字名
方



前 言

书法的含义主要体现在两方面,即用笔与结构。所谓用笔,这里不是指如何执笔、握笔,而是强调如何在写字的全过程中,始终保持笔锋笔毫流畅地行进,并能随心所欲地表现出想要表现的笔画来。譬如,同是写楷体,那么,若临欧体,则笔画即能与欧相似,倘要作柳字,又能基本上体现出柳字笔画的特征来。可以说,用笔之事至关重要。若想各体皆通,在初学阶段不可不扎扎实实地打下这个基础。而本帖前面的部分就想着重解决这一问题。

书法的另一方面的意义,乃在于讲究结构,即通常我们所说的间架结构,也就是指在书写每个汉字时,如何安排布置每一个具体的笔画,使之聚成一个字。首先,我们得解决独体字的间架问题。所谓独体字,其含义就是单独成字,不能分析拆散,拆散后就不再是字,只剩点画了。因此,在这部分里,主要谈的是每个笔画放在什么位置合适的问题。而解决好这一问题,正是我们讲究结字的必经阶段。如果说写楷书,基本笔画是写好字的基础,那么,想安排好字的间架结构,独体字的点画布置,又是提高结字水平的基础。

独体字能布置停匀以后,合体字便是面临的主要问题了。汉字绝大多数都是合体成字的,无论形声字,还是会意字,它们都是在两个或两个以上的独体字基础上造出来的,因此,这部分重点就是在考虑各局部与局部之间构成为一个有机的整体字的问题了。当然,其难易程度要较之前面的点画与独体字的练习更难了。不过只有完成这部分的练习以后,你才能过关。

下面谈谈如何学写毛笔楷书。

一、关于训练方法

学什么事物都讲究个方法问题,对于学写楷体书法,更离不开科学的学习方法。初学楷体的人,不必操之过急,不必上来就废寝忘食

(事实上,没有入门,也根本不可能做到这一点),而是要科学地安排好每日临习的时间。从你第一次准备按本帖临写之日起,争取百日不辍。同时,每日临习时,绝不要只是草草地一抄,而不去详审细察,否则最后只落个事倍功半,收获甚微的结果。我主张,最好能边研究边临习。提倡精练和反复动笔的目的是要将各类字的难关攻克,目的性很强。许多书法同行们都不无体会地说过,与其泛泛地临,不如集中目标一类一类地过,正如人们在军事上所倡导的战略战术,与其全面出击伤其九指,不如集中兵力个个击破,断其一指。学习书法也可以运用这一战略战术,作为自己的训练原则。

精练的意义还在于,每次练习时,读帖与动手时间的比例分配,要科学化。读帖要占用大部分时间,而动手则是在读懂帖,大致了解其要领的情况下才进行的具体实践活动。无论学何种书体,都离不开先读帖,临完之后再读帖这一必要的训练环节,不然收效不大。

现代社会是高科技、快节奏的社会,凡事都讲究效率。练字也是如此。无论是大、中、小学生,还是社会各行各业爱好书法的青年,谁也不可能整日专事书法练习,都只能是业余地练练。即使中、小学生有写字课,每周也只能安排一个学时,四五十分钟的辅导时间,而练习过程则靠每日忙里偷闲地挤点时间去完成。即使有些中专学校,将此作为必修内容、通级项目,它的课时也比其他专业少得多。所以,就整个社会而言,书法无论如何也只能屈居于业余搞搞的位置。因此,业余搞搞,再不讲究科学地安排时间和分配精力,就很容易流于形式。而这里讲的效率问题,如果在训练之初就能引起足够的重视,那么,势必会产生事半功倍之效。对此,初学者不可等闲视之。

二、关于平行等距

凡有两个以上相同笔画的汉字,在书写时,必须遵循平行等距的原则。这是所有楷书法则中至关重要又必须首先解决的问题。对此,前人虽有阐述,但都没能将它提到一个更高的高度来对待,因而使许多书法爱好者在漫无边际的书海中独自摸索,苦于得不到这把钥匙,而入不了书法之门。

三、关于平衡对称

楷书的平衡与对称有别于篆书与隶书。篆书的平衡对称是靠其横画的水平与竖线的垂直,弧线的对应来表现的。所以许多造字结构对称的字在篆书时代,只要把笔画排列好了,字的结构就不会出现什么大问题了。隶书的平衡,多数是靠了右边伸展放出的横、捺的雁尾的波折,将整个字摆放得平正的。而楷书则不然。由于楷书笔画趋向于书写方便,尤其是横画,左低右高,为提高书写速度创造条件。因而,为求取平衡对称,有时它得靠笔画的加长或加重,位置的降低等手段来使整个字保持平衡状态。例如,长横画收笔处的自然向下顿笔、撇捺画收笔落在同一水平线上、左右点的齐足以及左右竖中的右竖长或重于左竖等,都是关于处理好字的平衡对称问题,写好楷书的基本规律。

四、如何使用本帖

本帖主要想从既经济(时间上)又方便的角度,为广大少年儿童及其家长们,以及社会上从事某种整日与书写工作结下不解之缘的青年朋友们,提供一份可资参考的读物。如果依照本帖的顺序每日不断地坚持三两个月下来,你的收获将会是可观的。顺便奉告各位读者,从事任何艺术活动,要想成功,基本要领必须扎扎实实地掌握,基本功的训练务必坚持。古人常说,“字无百日功”。我想大概是指,想练字,只要坚持百八十天,肯定会初具规模,会入门的。

下面介绍一下本帖的特点与作用方法。

全帖共分四大部分,其中前三部分为基本笔画的写法要领、常用偏旁部首的书写要领与楷书基本规律举例,最后一部分为习作举例。前三部分之间,侧重点不同,但又互为补充。例如在笔画部分与偏旁部分都讲到了“戈”字旁中的主笔,在讲笔画时强调了如何将独立的斜钩写得美观,如何体现力感。而在偏旁部分则强调了它在运用时的前题条件。著者特意在讲结构,又在举左右、左中右结构时,列举了带这一偏旁的字。读者若将这几部分融会贯通,那么,汉字的书写规律与诀窍也就得之于其中了。

在讲偏旁部首部分的书写要领时,有的从偏旁部首本身来说,有的则就其相邻或相对的部分而论,以利于读者能多角度地考虑与观察。

也有个别偏旁部首没有专门列出,而是含在其他部分中,例如“走字旁”与“走之旁”,只出现在“平捺”所举例字中,未再单独举例。

本帖的编排课时安排:

从1页至12页,以讲析笔画的写法为主,但也有个别强调其在字的结构安排中的重要作用的。

从13页至65页,主要是从现代汉语常用字中的常用偏旁部首的角度讲析书写要领的。其中13页至33页,列举了左偏旁;34页至40页为右偏旁;41页至54页属于字头举例;52页至62页,都是字底;63页至65页,则是一些字框举例。

自66页至86页,是就楷体书写的间架结构来分析举例的。其中包括独体字与合体字两大类:66页至72页为独体字部分(包含个别合体字);73页至86页为合体字部分。73页至78页为左右、左中右结构;79页至83页为上下、上中下结构;84页至86页为包围结构。

本帖若作为中小学写字课教材参考使用时,大致可按6至7个学期(每周一课时)来安排。两日一类,每周一页,这样对教学双方都较简便易行。自学者使用亦可参用这个安排。

本帖承著名书法家、中国书法家协会副主席刘炳森先生题签,老一辈著名书法家李长路老人题序,中国书法家协会常务理事夏湘平先生跋语。本帖在编写过程中,曾得到教育科学出版社的帮助,特别是中国和平出版社,为本帖的最终得以问世,予以了巨大的支持,在此一并致谢。

此帖付梓出版之际,正值恩师虞山归质忱先生逝世12周年,谨此告慰先师。

帖中不当之处,诚望各位方家同道批评教正。

李鑫华

1994年10月于中央教科所



顶点。藏锋起笔，
顺时针画三角
形。

辛

宙

京



左、右点。左点，
露锋入笔，逆时
针画三角形，状
若饱满之葵花
籽。右点与之对
称。

小

果

紫



心中点。露锋入
笔，右下行，折锋
向右拖出，与末
点相呼应。

心

必

志

一

横。起笔如左点，
收笔同右点。

丨

垂露竖。起笔同
顶点，驻笔为左
点。

丨

悬针竖。起笔为
顶点，聚锋出针
尖。

三

十

申

五

工

斗

卜

中

串

斜撇。起笔同顶点，画弧，顺势聚笔出锋。

平撇。与其相邻之横画平行为佳。

直撇。与斜撇相较，弧度小。

竖撇。按半竖半撇为之。

天

夫

斜捺。或藏或露锋，右下行，渐按笔，左下顿出捺脚，再聚锋右向拖出。

分

春

平捺。蚕头雁尾，一波三折。捺角在所承载之物重心右侧。

迪

超



反捺。可视为右
点变长，用于重
捺之字。

發



提。左点之变形。

埋



竖提。竖画加一
提画。

浪

欢

经

理

物

切

衣

ㄥ

撇提。
撇画加一
提画。

台

幻

私

ㄣ

横折。横画加一
短斜竖。

田

口

曲

ㄣ

竖折。竖画加一
横画。

臣

山

幽

丿

横撇。
横画加撇
画。

乚

撇点(捺)。
撇画
加长点(反捺)。

乚

撇折。
直撇加水
平横画。

又

女

母

各

社

好

要

毋

海

予	买	
欠		横钩。横画加短直撇。
永	水	
寸		竖钩。竖画加右点。
万	勿	
即		横折钩。横折加右点，或横画加斜竖钩。