

王宁围棋培训系列教材

围棋阶梯 培训教程

入门教程

零起点
到8级

王宁 苏旷/著



机械工业出版社
China Machine Press

围棋阶梯 培训教程

入门教程

(零起点到8级)

王宁 苏旷/著



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目(CIP)数据

围棋阶梯培训教程:入门教程(零起点到8级)/王宁,苏旷著. —北京:机械工业出版社,2015.7

ISBN 978-7-111-50816-8

I. 围… II. ①王… ②苏… III. 围棋—教材 IV. G891.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第145662号

以往的围棋书不考虑读者水平,大多倾向于词典类的工具书,宽泛地以布局、中盘、官子、定式、手筋、死活等技战术分类,虽然有比较容易查阅的优点,但对于不同水平的爱好者逐步地、阶梯式地提高自己的棋艺水平缺乏直接的帮助。经过近20年的围棋培训普及工作,作者对一个爱好者从入门到初级、中级、高级各个水平段所应该掌握的各项技艺了如指掌,并认为不同的学习阶段需要难易程度不同的围棋知识,只有将围棋词典类工具书向教材类围棋书转变,针对不同水平的爱好者制订出量体裁衣的培训计划,才能让更多的人学会下围棋,快速地提高棋艺。

围棋阶梯培训教程:入门教程(零起点到8级)

出版发行:机械工业出版社(北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码:100037)

责任编辑:程琨 白春玲

责任校对:董纪丽

印刷:北京诚信伟业印刷有限公司

版次:2015年7月第1版第1次印刷

开本:170mm×242mm 1/16

印张:18.5

书号:ISBN 978-7-111-50816-8

定价:45.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

客服热线:(010) 68995261 88361066

投稿热线:(010) 88379007

购书热线:(010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱:hzejg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问:北京大成律师事务所 韩光/邹晓东



—前言—

以往的围棋书不考虑阅读者水平，大多倾向于词典类的工具书，宽泛地以布局、中盘、官子、定式、手筋、死活等技战术分类，虽然有比较容易查阅的优点，但对于不同水平的爱好者逐步地、阶梯式地提高自己的棋艺水平缺乏直接的帮助。经过接近 20 年的围棋培训普及工作，我们对于一个爱好者从入门到初级、中级、高级各个水平段所应该掌握的各项技术了如指掌，并认为不同的学习阶段需要难易程度不同的围棋知识，只有将围棋词典类工具书向教材类围棋书转变，针对不同水平的爱好者制订出量体裁衣的培训计划，才能够让更多的人学会下围棋，同时让更多的人快速地提高棋艺！

围棋这一中华文明的古老奇葩如今在神州

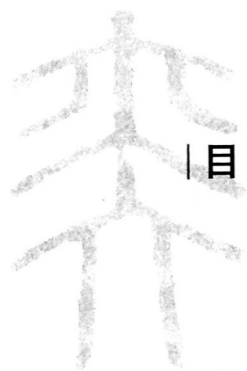
大地蓬勃发展。曾几何时，吴清源大师预测十年后的世界围棋将是中国人的天下。现在中国包揽了大多数的围棋世界冠军，初步实现了吴大师的夙愿。随着围棋逐渐走出国门、走出东亚、走向世界，更为了围棋能够最终进入奥运会的圣殿，围棋培训的规范化、等级化就显得极其重要。尤其现在世界各地评定围棋水平高低的标准都是经过段级位大赛的方式，由官方根据比赛的成绩给不同围棋水平的爱好者、棋手发放对应的段级位证书，那么没有一个世界公认的规范化教材来培训数量庞大的围棋爱好者群体，将是围棋全面推向国民、推向世界的一个重大瓶颈。

现在中国各地很多幼儿园、中小学甚至大学都开设了围棋普及课，这是围棋发展的一个好兆头，但由于围棋师资队伍队伍的匮乏，更由于缺乏规范化的围棋培训系列教材，各地的围棋培训工作都处于各自为战、杂乱无章的无序阶段。市面上出版的教材要么专门以日本漫画书的形式只针对幼儿，要么就是以“词典”“大全”的方式堆积知识点，让读者无所适从。凡此种种，都是没有考虑到以爱好者的不同水平制定不同学习阶段教材而导致的不规范现象。我们编写本套教程的原因就是尝试着用我们几十年围棋培训的经验，针对不同水平、不同学习阶段的爱好者制定出量体裁衣的教学方案，不以年龄和围棋技战术种类分类，而以内容的难易程度分类，循序渐进、由浅入深地编写教材，完全适应现在段级位大赛的评定标准，每本教材标注清楚适应哪一个等级区间爱好者学习，极大地方便了不同水平的爱好者快速提高棋艺的要求。可以这样讲，对于一个渴望学习围棋但还是一窍不通的爱好者，通读完本套教程的内容并有效地结合实战锻炼总结，将是你从入门走向业余高段的捷径。对于有一定水平的爱好者，从本套教程符合你棋艺水平的部分开始阅读、学习，依旧能达到事半功倍的效果。

本套教程力求规范化、标准化、实用化，不搞哗众取宠的漫画、童话以及杜撰的与围棋毫不相干的故事，而是完全体现围棋传统文化的特点，不但技术体系按难易分类是迄今世界上最先进的，而且书中采信的围棋历史、围棋史话

都是有典可循、有据可查的，适于所有幼儿园、中小学校、大专院校作为正规的围棋培训教材选用。

本套教程共分四本书。第一本：入门教程（零起点到 8 级）；第二本：初级教程（8 级到 5 级）；第三本：中级教程（5 级到初段）；第四本：高级教程（初段到业余 5 段）。本套教程完全按照内容的难易程度分类，将浩瀚的围棋知识化整为零、由浅入深地展现在围棋爱好者面前，适应不同程度、不同年龄的围棋爱好者研究、学习，而且每个章节之后都附有练习题，温故而知新，能够让读者更有效地消化所学的知识，也便于教师、教练教学辅导。考虑到教材的可读性，本套教程每个章节中编制了“围棋名人集萃”栏目，在介绍为现代围棋做出过突出贡献的中日韩优秀顶尖棋手的基础上向大家勾勒出一幅现代围棋的粗线条发展史，对围棋爱好者了解中国以及日韩的近代围棋发展史具有重要的参考价值！



| 目录 |

前言

第一章 围棋是中国最古老的传统文化 / 1

第一节 围棋的起源 / 1

第二节 围棋的发展历史 / 1

第三节 围棋的现状和未来展望 / 2

第四节 下围棋的礼貌礼节 / 5

第五节 下围棋对人的诸多好处 / 6

围棋名人集萃：现代围棋鼻祖吴清源 / 7

练习题 / 8

练习题答案 / 9

第二章 棋具和规则 / 11

第一节 围棋的棋具、棋盘歌 / 11

第二节 中国古代围棋规则的演变 / 12

第三节 现代围棋比赛的规则和行棋规则 / 13

围棋名人集萃：中日围棋交流最佳贡献者藤泽秀行 / 14

练习题 / 15

练习题答案 / 16

第三章 最基础的入门知识 / 17

第一节 什么是气 / 17

第二节 打吃与气尽提子 / 20

围棋名人集萃：中日围棋擂台赛英雄棋圣聂卫平 / 23

第三节 禁入点与打二还一 / 25

第四节 打吃的方向 / 28

第五节 逃出被打吃的子 / 32

练习题 / 33

围棋名人集萃：柔风快枪曹薰铉 / 60

练习题答案 / 62

第四章 连接与切断 / 107

第一节 什么是一块棋 / 107

第二节 连接与切断 / 108

第三节 特殊棋形 / 110

围棋名人集萃：怪杰妖刀马晓春 / 112

练习题 / 113

练习题答案 / 122

第五章 围棋的入门死活 / 133

第一节 真眼与假眼 / 133

围棋名人集萃：宇宙流鼻祖武宫正树 / 136

第二节 死棋与活棋 / 137

第三节 如何做眼 / 140

第四节 如何破眼 / 141

练习题 / 143

围棋名人集萃：石佛李昌镐 / 158

练习题答案 / 159

第六章 入门的吃子方法 / 177

第一节 抱吃 / 177

第二节 双打吃 / 179

围棋名人集萃：小龙头常昊 / 180

第三节 关门吃 / 182

第四节 枷吃 / 184

围棋名人集萃：战神李世石 / 186

第五节 倒扑 / 188

第六节 征子（扭羊头）/ 189

练习题 / 192

围棋名人集萃：肌肉男古力 / 218

练习题答案 / 220



第一章

围棋是中国最古老的传统文化

第一节 围棋的起源

围棋，古时称作“弈”，是我国古代文化的瑰宝之一，琴棋书画之“棋”，指的就是围棋。那么，围棋起源于何时何地呢？

据先秦典籍《世本·作篇》记载：“尧造围棋，丹朱善之。”西晋张华《博物志》中也有“尧造围棋，以教子丹朱。或云舜以子商均愚，故作围棋以教之”之说。若以此计算，围棋起源距今已经有四千多年的历史。

第二节 围棋的发展历史

在中国漫长的历史上，围棋有蓬勃发展的时期，也有低潮衰退的一刻。

春秋、战国时代，围棋已相当普及。弈秋是第一位有史籍记载的齐国的围棋高手。

秦、汉时期，早期的围棋理论开始形成。到了三国时，发展迅猛，涌现出了大批的优秀棋手。

魏晋南北朝，出现了围棋史上第一个发展高潮；“弈风盛行”，并且开始由

统治者组织、评定棋手的棋艺，划分等级；同时成立了专业机构，负责围棋方面的事务。

隋唐时期，围棋在宫廷、上层社会及民间继续发展，朝廷设立专业棋手职位——“棋待诏”与“棋博士”。王积薪是唐代最著名的围棋国手，著有《围棋十诀》。

宋、元时，出现了三部对后世影响深远的围棋著作：《棋经十三篇》《忘忧清乐集》和《玄玄棋经》。北宋围棋界的代表人物为刘仲甫。

明朝，逐渐开始形成风格不同的流派。明末代表棋手为过百龄。他的出现使当时的技术水平发展到了一个新的高度，著有《官子谱》《四子谱》等。

清朝是中国围棋史上的两极分化时期。在前期和中期，围棋达到了有史以来的最高峰！出现了被后世尊为“棋圣”的三大顶尖高手：黄龙士、范西屏和施襄夏。范、施二人还分别著有《桃花泉弈谱》和《弈理指归》。

清朝后期，政府腐败无能，社会动荡，围棋发展受到重创，整体水平一落千丈。

民国初年，中国出现天才少年吴清源。其东渡日本，在随后的30年里，在残酷的十番棋擂争中所向披靡，以一己之力将当时日本的顶尖高手逐一降服，创造了不朽的神话！

到了2008年，世界棋坛基本形成中、日、韩三足鼎立之势。

到2012年，中国90后小将崛起。2013年，中国更是包揽六项世界比赛冠军！中国围棋已经毫无争议地领先于韩、日两国。

第三节 围棋的现状和未来展望

任何一项体育文化活动要想做得好、发扬光大乃至领先世界，都离不开群众普及工作。当年中国的乒乓球之所以包揽世界比赛的冠军，主要原因就是在国家老一辈领导人的倡导下，全民普及乒乓球，国家重点抓乒乓球队，在这种

大环境、大趋势下才产生了诸如容国团、庄则栋、徐寅生、林惠卿、郑敏之等一大批早期的乒乓球世界冠军。这些国手比赛中的事迹被当作中国人的光辉榜样广为传颂，从此也有越来越多的国人把孩子送到乒乓球队训练，争取为国争光。而学校、厂矿、机关也在文体活动中大力推广乒乓球，举办各种乒乓球比赛，在这种全民普及的大环境、大背景下，铸就了中国乒乓球水平长期屹立于世界之巅的优异成绩。

围棋这项中国最古老的国粹无论现在还是未来，如果想要传承下去并且发扬光大、最后走向世界，和乒乓球一样，都离不开国家的支持以及群众普及力度的扩大，群众普及范围的大小更是决定一项运动能否最后称霸世界的关键要素！围棋目前的良好环境和优异成绩和乒乓球类似，是在老一辈国家领导人陈毅、邓小平的大力推广下，更由于聂卫平在前三届中日围棋擂台赛上的优异成绩引发了围棋热，围棋才在中国逐渐普及推广开来。

提到当代中国围棋的喜人局面，就必须提及聂卫平对弘扬中国围棋所做出的贡献，应该说 20 世纪八九十年代的围棋爱好者多数是由于聂卫平在中日围棋擂台赛中的优异成绩激发了民族自豪感和自信心才培养出来的。改革开放初期中国百废待兴，很多老百姓还停留在对日本侵华的强烈痛恨下，当时的中国无论经济、科技、军事、文化程度各方面都远远落后于世界先进水平，民族严重缺乏自信心和自豪感，在这个节点上出现的中日围棋擂台赛以及聂卫平在前三届擂台赛中的连战连胜，无疑让中国人久旱逢甘霖一样取得了强烈的民族自豪感和自信心，尤其是战胜了日本队！

中日围棋擂台赛始于 1984 年，由日本 NEC 公司资助。最初由两国各派八名选手，各设一名主帅，采用打擂台的形式，决出最后的胜负。在最初的三届比赛中，中国主帅聂卫平创造了九场不败的纪录，并使中国队夺得了头三届比赛的胜利。聂卫平也因此被国家领导人邓小平接见并被国家体委授予“棋圣”称号。中日擂台赛中聂卫平的成绩在当时应该毫不夸张地称为神话和奇迹，因

为在聂卫平之前中国的老一辈棋手中只有陈祖德九段偶有战胜日本普通九段的成绩，但对于活跃在日本第一线的所谓“超一流棋手”，包括藤泽秀行九段、大竹英雄九段、武宫正树九段、加藤正夫九段等，中国棋手在正式比赛中从未战胜过，而聂卫平作为主帅是在前面出场的中国棋手全军覆没的情况下背水一战，连胜日本的超一流棋手，这在当时围棋水平整体落后于日本很多的局面下是不可想象的一个奇迹。由此也激发了全中国的围棋热，老百姓开始热衷于谈论围棋，开始想尽办法学围棋、找人对弈，在这种激励下中国的围棋人口才迅速扩大起来，为以后中国围棋的振兴奠定了坚实的基础！

近些年，国家教委和体育总局做出了让围棋走进中小学课堂的英明决定，不止中小学，很多幼儿园都开设了围棋普及课，弘扬围棋这项最古老的中华文明。学过围棋的孩子普遍具有其他孩子所不具备的优良素质，比如牺牲局部利益保持大局领先的卓越思想！当代中国独生子女普遍娇生惯养，集体意识淡薄，而学过围棋的孩子将迅速改变这样的现状，对将来的学业和成长具有良好的推动作用。围棋独特的逻辑思维训练和数理训练能让孩子迅速提高数学水平，并能够有超越普通成人的、辩证看待得失成败的思想。笔者早期培养出的很多优秀小棋手现在很多都成为世界、中国著名大学的数理优秀人才，比如北京大学数学系的于荣欣、新加坡国立大学围棋队队长刘进等等，他们不止棋艺水平，其优异的学习成绩和逻辑思维、数理分析能力更得到了学校领导的好评和嘉奖！

中国目前围棋水平取得的成绩离不开中小学的普及和推广，但作为对提高学习成绩具有重要辅助作用而且是最伟大的中华优秀传统文化的围棋，目前在学校里的重视程度还有待提高。有些学校是开设了体育课中的围棋选修课，孩子自愿参加，有的学校重视文化课成绩，仍旧停留在只要求孩子文化课分数高、不重视素质教育的狭隘落后思维下而不开设包括围棋在内的传统文化课。所以未来中国围棋如果想进一步夯实在世界的领先地位，同时让围棋这一最古老的传

统文化走进千家万户，提高全民素质，那么必须由国家出台将围棋作为学校必修课的国策，只有这样围棋这一中国人的骄傲、这一神秘而又高超的中国国粹才能更加发扬光大，最后实现走出中国、走出东亚、普惠世界人民的伟大夙愿！

第四节 下围棋的礼貌礼节

围棋是一项高雅的艺术和竞技运动，既可以休闲娱乐、锻炼思维，又可以修身养性、陶冶情操。下围棋的人要讲究“棋德”“棋品”，在棋艺进步的同时，也应该提高自己的精神品格和道德修养。

陈毅元帅是我国著名的开国元勋之一，伟大的军事家、政治家、外交家和诗人。他从小就酷爱围棋；新中国成立后，陈毅元帅一直关注和支持着祖国围棋事业的发展，他在“题《围棋名谱精选》”一诗中曾经写道：

棋虽小道，品德最尊

在我们下棋的时候，以上八个字，请一定要牢牢记住！

那么，我们在下围棋的时候，具体应该做到哪些呢？

一、态度

尊重对手，谦虚有礼；

下手勿轻，上手不惧（下手——水平比自己低的棋手；上手——水平比自己高的棋手）；

武无第二，文无第一；

胜固欣然，败亦可喜。

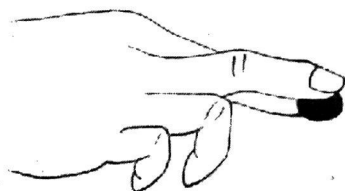
二、言语

1. 对局开始之前或握手，或点头示意，或说“您好”或“请您指教”，以表示对对手的尊重。

2. 对局时不要说话，不催促对手行棋，更不能哼歌或大喊大叫。
3. 对局结束后，应说“多谢指教”；如复盘，最好轻声探讨。

三、姿势

1. 下棋时做到“头正”“身正”“腿正”。
2. 下完一步棋以后双手自然放到腿上。
3. 不下棋不拿棋子。
4. 不玩弄、敲打棋子。
5. 落子姿势：



正确姿势



错误姿势

四、行为

1. 观棋不语，落子无悔。
2. 不做干扰对手思考的声音、语言或动作（即“盘外招”）。
3. 下棋时不要吃东西。
4. 下完棋以后，应主动整理好棋具。

第五节 下围棋对人的诸多好处

一、锻炼智慧

下围棋是锻炼智慧的好方法。对弈时，对手每下一子就是提出一个问题，就要想办法来解决这一问题。这样在不断提出问题和解决问题的过程中，大脑

像做体操一样，会得到良好的锻炼。

二、陶冶性情

在下棋的过程中，要集中精神，心要静、气要定，久而久之，可以养成临危不乱的镇定功夫。同时，棋品的培养可以有助于个人思想品德的修养。

三、帮助自身锻炼十种能力

① 独立解决问题的能力；② 快速抓住问题重点的能力；③ 面对现实的能力；④ 绝不放弃希望和理想的能力；⑤ 组织的能力；⑥ 果断的能力；⑦ 尊重别人优点、检讨自己缺点的能力；⑧ 眼光远大，不求近利的能力；⑨ 坚韧不拔的能力；⑩ 逻辑科学的能力。

围棋名人集萃：现代围棋鼻祖吴清源

吴清源，中国围棋国手，福建省闽侯县（今福州市）人，1939 ~ 1956 年被称为“吴清源时代”，1961 年发生车祸，从此逐步退出各项重大比赛。1983 年引退。2014 年 11 月 30 日凌晨 1 时 11 分，在日本神奈川县小田原市去世，享年 100 岁。

吴清源的父亲在日本留学期间开始痴迷围棋，归国时更是带回了大量难得的日本棋书。吴清源从小就喜欢围棋，并且有着过人的天赋，对棋谱有过目不忘的本领，又由于小时患病，不能进行激烈运动，在父亲的鼓励下，逐渐养成了长时间特别投入研究的习惯，所以棋艺提高得非常快。吴清源除了学习父亲带回来的日本书籍，又吸收了我国古棋的独有精华，在击败福建籍大同乡林治书老夫子后，“围棋神童”之名不胫而走。

吴清源 12 岁即崭露头角，13 岁在国内已无敌手，这也引起了日本棋院重要人物濂越宪作的注意。因为国内已经没有了对手，吴清源的棋艺无法继续提

高，所以在濑越宪作等人的帮助下，14岁的吴清源赴日留学，并拜师在濑越宪作门下。当时日本的围棋氛围正处于鼎盛时期，到了日本之后吴清源的棋艺再次快速提高，在20岁时创造了围棋新布局。

20世纪40年代，吴清源在日本下棋前，总要通读一遍《道德经》，结果吴清源打败了日本所有的顶级棋手，登上了围棋界的顶峰。

吴清源说：“我的对手全是日本棋坛的杰出人士，就棋艺而言，我与他们之间几乎没有差别，我之所以屡屡获胜全在于精神因素。”日本棋坛的另一位顶尖高手坂田荣男曾坦率地说：我不认为吴先生的棋艺有多么高。可是，他总是败在吴清源手下，却弄不明白为什么，其实，正是《道德经》的无为、无我、无欲、居下、清虚、自然的思想使吴清源排除了贪胜之心带来的干扰，心境澄明，发挥出了最好的水准。

金庸在《随笔》里杂谈围棋，曾提到围棋圣手吴清源的名字。12岁即崭露头角，13岁在国内无敌手，15岁至日本，20岁创围棋新布局法。在日本，尽败日本高手，被誉为古今第一人。

练习题



1. 围棋是哪个国家发明的？距今有大约多少年的历史？
2. 陈毅元帅在“题《围棋名谱精选》”一诗中曾经写过哪八个字教诲人下棋要注重品德？
3. 下围棋之前需要什么礼节？
4. 下围棋过程中哪些行为是不允许不礼貌的？
 - A. 东张西望不看棋盘；
 - B. 一边下棋一边说话；
 - C. 下棋的时候手里玩弄棋子弄出响声；
 - D. 神情专注于计算围棋变化；
 - E. 下棋的时候吃东