

书法等级考试辅导系列

SHUFA DENGJI KAOSHI FUDAO XILIE

李海峰 / 主编

书法

初级

(1-3级)

利宗西賜衣帶寶王
山之近地永爲別業
塋所仍用居民三十
仍隸故鄉廷嗣有三
仲方官至宥州刺史
空而下化爲彩鳳入
嶺碑文大類異之始
藉清寧五年公一
龍初命儒林郎守右

长江出版传媒

湖北科学技术出版社



初级

(1-3 级)



李海峰 / 主编

长江出版传媒 | 湖北科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

书法: 初级: 1—3 级/李海峰主编.—武汉:
湖北科学技术出版社, 2013.4
(书法等级考试辅导系列)
ISBN 978-7-5352-5610-2

I. ①书… II. ①李… III. ①汉字—毛笔字—书法—
等级考试—自学参考资料 IV. ①J292.11

中国版本图书馆CIP 数据核字 (2013) 第 055090 号

策 划: 陈兰平
责任编辑: 李 菲

封面设计: 戴 旻

出版发行: 湖北科学技术出版社
地 址: 武汉市雄楚大街 268 号
(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)
网 址: <http://www.hbstp.com.cn>

电 话: 027-87679439
邮 编: 430070

印 刷: 湖北恒泰印务有限公司

邮 编: 430223

889mm×1194mm 1/16

5.5印张

160 千字

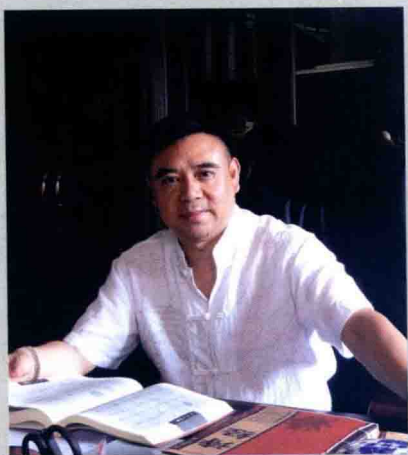
2013 年 4 月第 1 版

2013 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 30.00 元

本书如有印装问题 可找本社市场部更换

主编简介



李海峰，字柏霖，文博斋主人，生于1963年，湖北省武汉市人，祖籍枝江市。艺术博士学位，当代著名书法家。中国书法家协会考级中心书法专家指导委员会委员，考官。中国书法家协会湖北省书法考级中心主任，现为世界文化艺术研究中心理事，中国书画家联谊会理事，湖北省书画家联谊会主席，中国王铎书画院名誉院长，北京谭柘紫石艺术书画院名誉院长，中国书画艺术研究院理事，中国名家书画院理事，中国中外名人研究会理事，国家级职业艺术品鉴定家，中国国务院国礼特供艺术家。

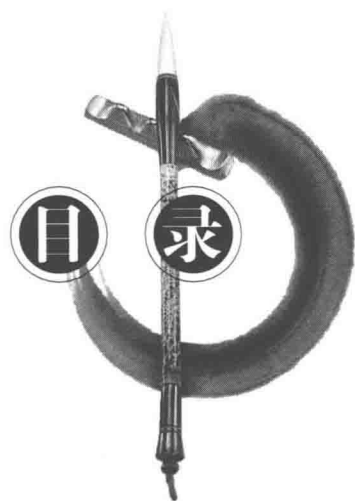


编 委 名 单

主 编 李海峰

编 委 (按姓氏笔画排序)

于 杨 石汉祥 刘 杰
陈逸夫 杨四海 周 栋
黄 河



第一部分 永字八法练习	1
一、基本笔画练习	1
二、基本汉字练习	9
第二部分 隶书练习	34
一、基本笔画练习	34
二、基本汉字练习	41
第三部分 楷书练习	52
一、基本笔画练习	52
二、基本汉字练习	60
第四部分 临帖	71
《勤礼碑》	71
《神策军碑》	75
《九成宫》	79

第一部分 永字八法练习

一、基本笔画练习

(一) 侧（点）的练习

1. 斜点

要点：藏锋起笔，折笔向右下按笔，稍顿，渐提向左上回锋收笔。



2. 竖点

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，转锋向下稍行又顿，向左上回锋收笔。



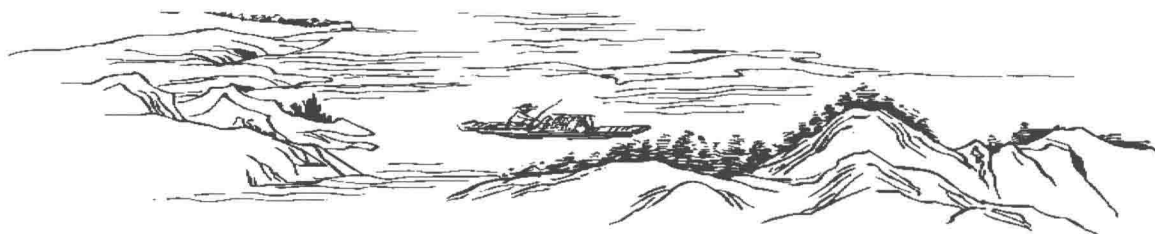
3. 撇点

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，转锋向左下，边提边快笔撇出。



4. 挑点

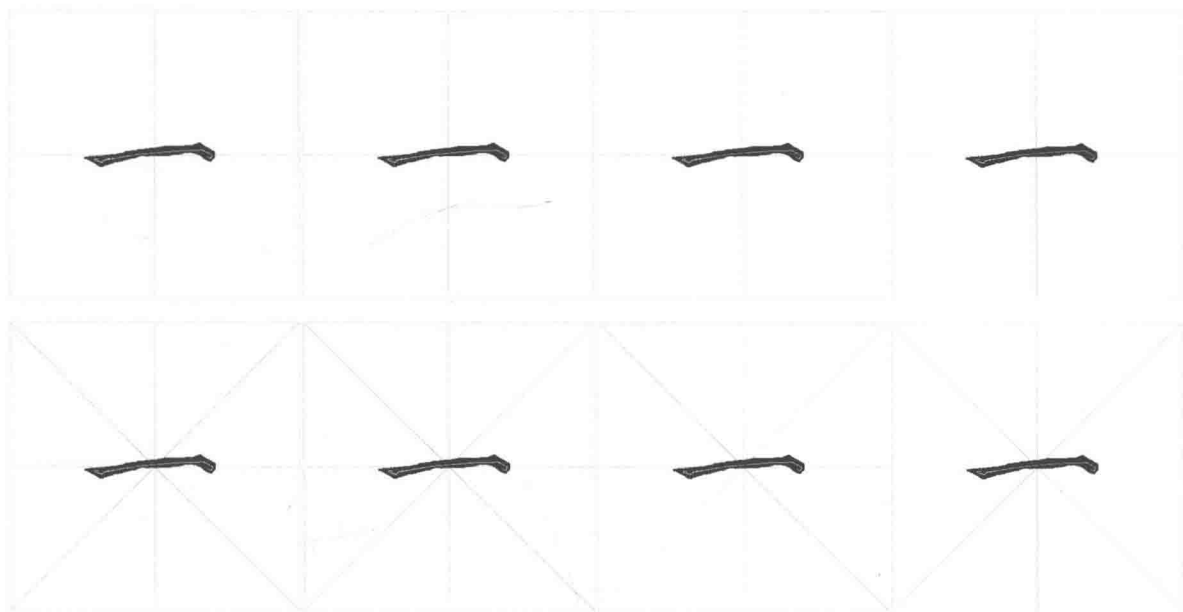
要点：藏锋起笔，折笔向右下按，转锋向上稍驻，蓄势向右上挑出。



(二) 勒(横)的练习

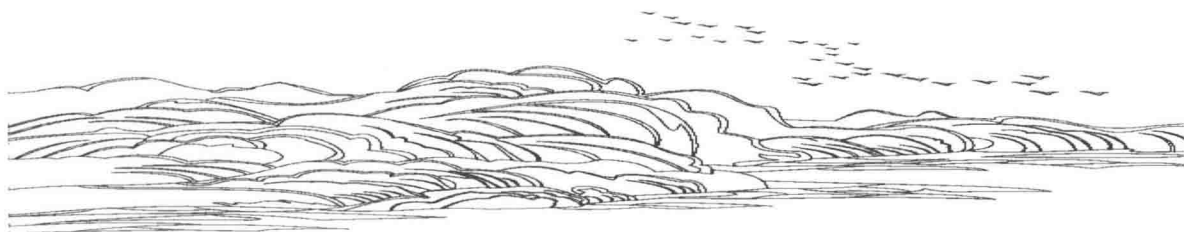
1. 长横

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿笔，转中锋向右行笔，转锋上昂稍驻再向下稍顿，向左回锋收笔。



2. 横沟

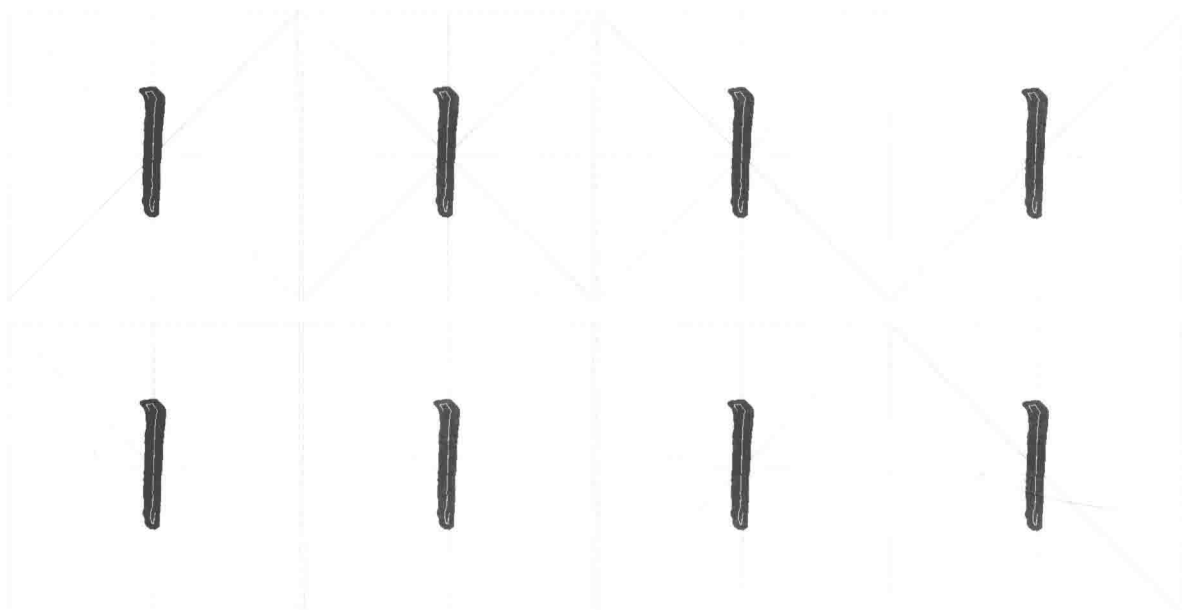
要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，提笔中锋向右行笔，至钩处提笔微昂向右下顿，转锋向左稍行，驻笔蓄势，向左下勾出。



(三) 努(竖)的练习

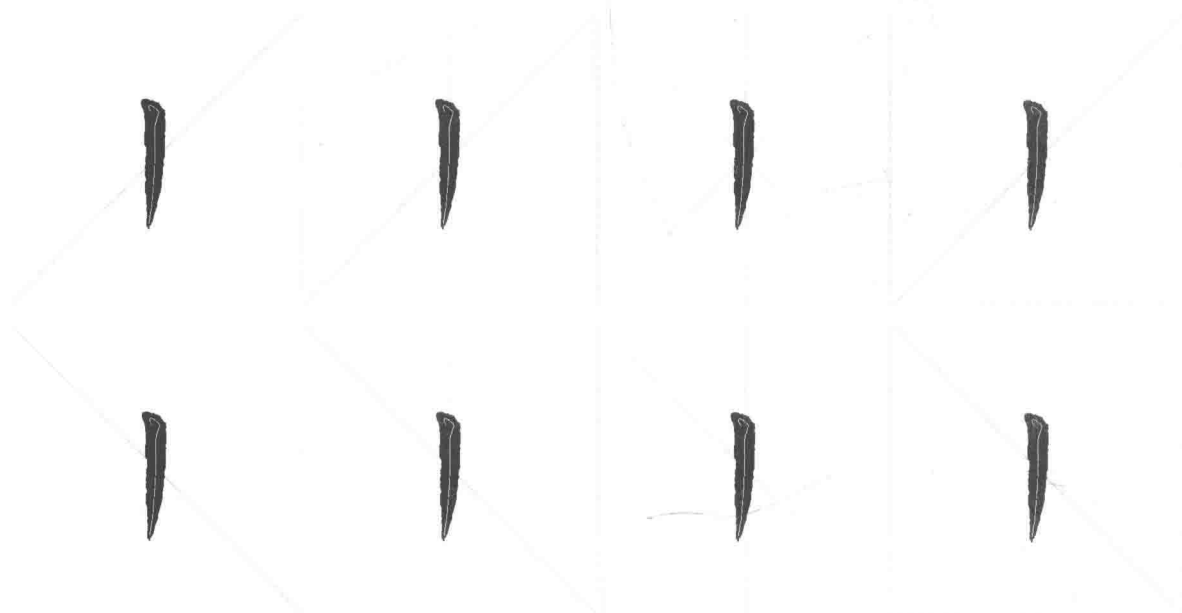
1. 垂露竖

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，转锋向下中锋行笔，至末端稍驻，向右上回锋收笔。



2. 悬针竖

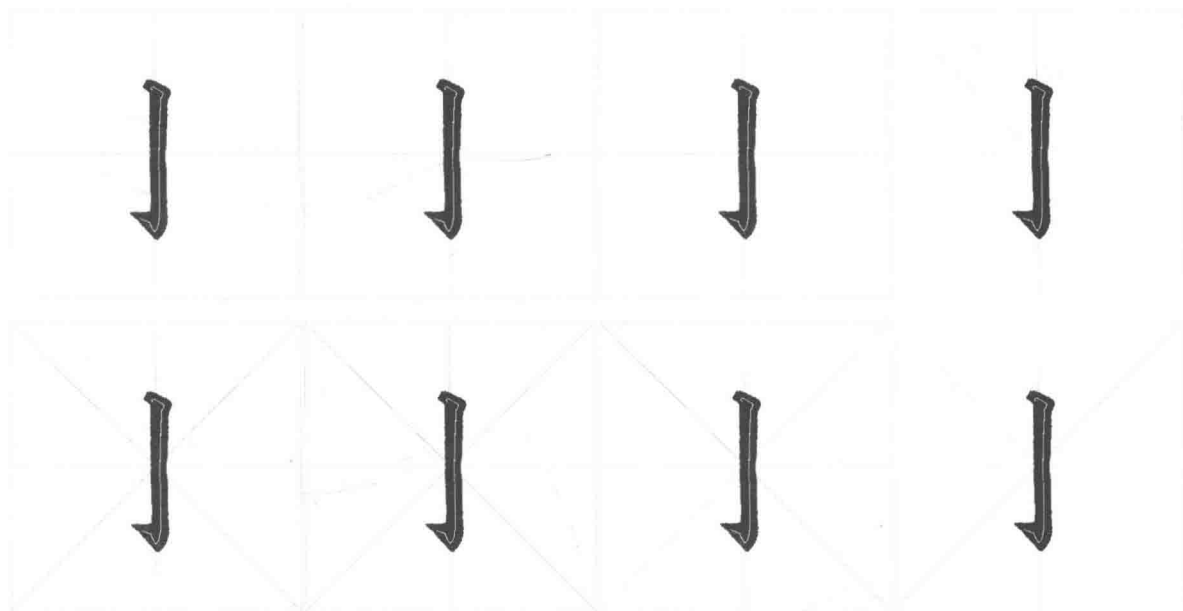
要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，转锋向下中锋行笔，行至近竖末，边提边出锋收笔。



(四) 趯（钩）的练习

1. 竖钩

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，提笔中锋向下行笔，至钩处轻顿，转笔向上回锋，稍驻蓄势，用力钩出。



2. 竖弯钩

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，转锋向下中锋行笔，弯处稍缓，一路圆转，至钩处稍驻，蓄势用力钩出。



3. 卧钩

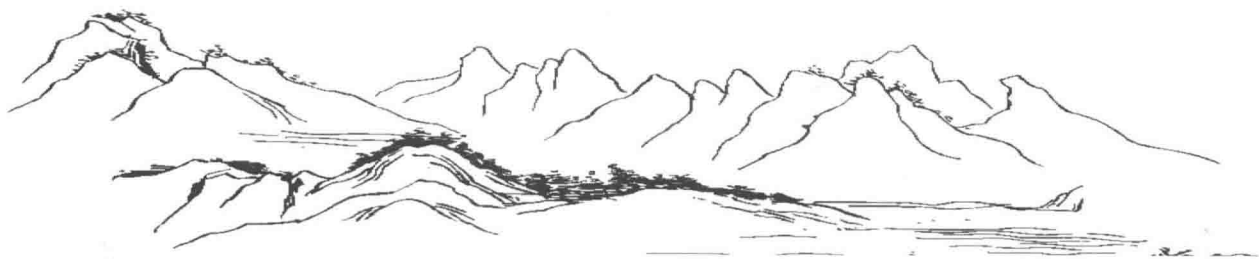
要点：顺锋起笔，向右下作弯势行笔，至钩处轻顿，向左上回锋，稍驻蓄势，用力钩出。



(五) 策(挑)的练习

挑

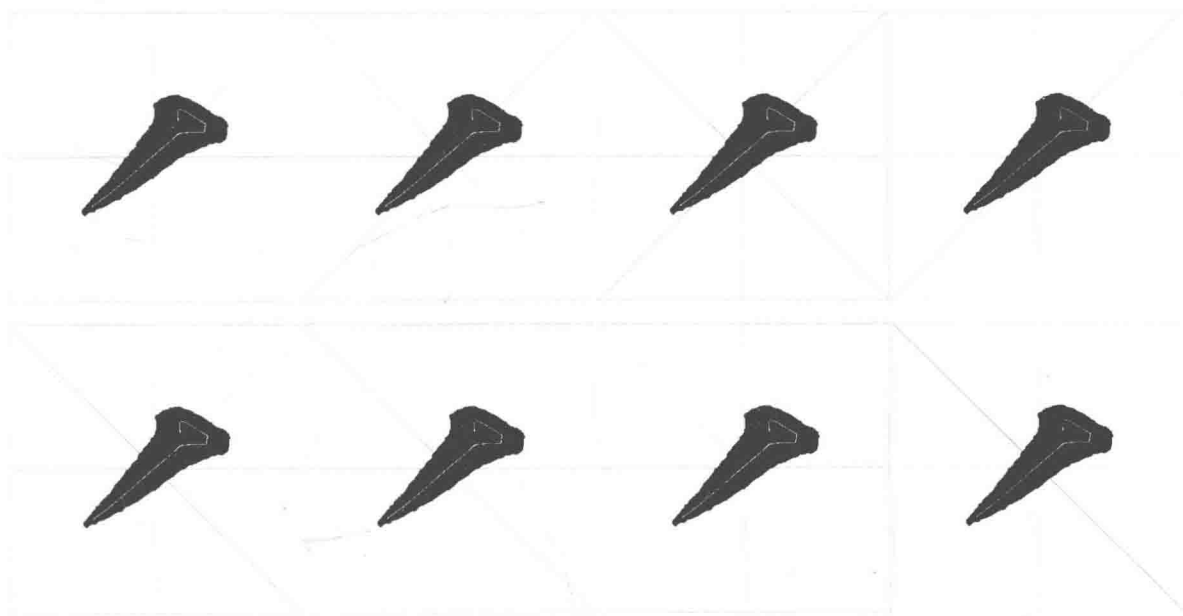
要点：藏锋起笔，折笔向右下稍顿，转锋提笔向右上挑出。



(六) 啄(短撇)的练习

短撇

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿稍驻，转锋向左下快笔撇出，啄势撇出。



(七) 掠(长撇)的练习

1. 长撇

要点：藏锋起笔，折笔向右下顿，转锋向左下行笔时微弯，边行边提快笔撇出，笔锋送到撇尾。



2. 回锋撇

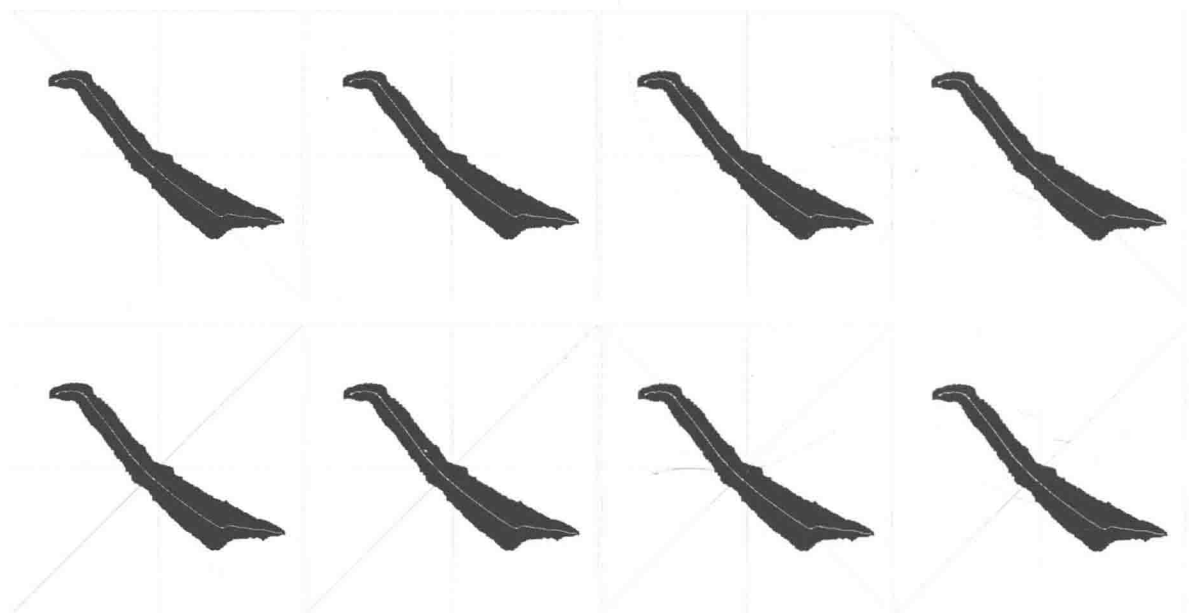
要点：藏锋起笔，折笔向右稍顿，转锋向左下行笔，至撇尾沿原路回锋向上，稍驻蓄势，向左上挑出。



(八) 磔 (捺) 的练习

斜捺

要点：藏锋起笔，折笔向右稍顿，向右下边行边按，将至尽处稍顿蓄势，提笔捺出，捺脚较大。



二、基本汉字练习

依

写法指导 左右结构的字，右边部分笔画较少时，撇尾稍长，笔画较多时，撇尾稍短。

依

依

依

依



写法指导 “阝”在汉字左边时，应该狭窄一些，这样让右边更匀称一些，所以它的竖一定要用垂露。



写法指导 “卩”在汉字右边时，应阔长一点，这样配合左边，它的竖可用垂露也可以用悬针。