

中国教育学会书法教育
专业委员会力推使用



写字好老师

司马彦字帖

柳体楷书教程

司马彦 编写
顾振彪 审定



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>



司马彦字帖

中国教育学会书法教育专业委员会力推使用

写字好老师

柳体楷书教程

司马彦 编写 顾振彪 审定

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 • BEIJING

作者简介

司马彦先生，当代书法教育名家。

司马彦先生在国内外书画大赛中获奖30余次，其作品多次参加国内外重大书画展览，并被编入多种书画集。司马彦先生已入选中国书画名家，其名已被编入《国际硬笔书法家大辞典》，多次担任全国书法大赛总评委。

司马彦先生已编写、出版钢笔、毛笔字帖，实用教材，书法专著3000余种，深受广大读者尤其是学生的喜爱。司马彦字帖被誉为“中国字帖之冠”。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

写字好老师·柳体楷书教程 / 司马彦书. —北京: 电子工业出版社, 2012. 6
(司马彦字帖)
ISBN 978-7-121-15943-5

I. ①写… II. ①司… III. ①楷书—书法 IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第025860号

责任编辑: 牛晓丽

印 装: 武汉市凌久印务有限公司

出版发行: 电子工业出版社 (北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036)

开 本: 889×1194 1/16 印张: 6 字数: 144千字

印 次: 2012年6月第1次印刷

定 价: 24.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

目 录

前言	1
第一章 笔法	3
第一节 运笔法	3
第二节 用锋法	4
第三节 基本笔画	6
第四节 笔画组合规律	20
第二章 结体	22
第一节 关于结体布白	22
第二节 关于个性悟性	23
第三节 中心法	25
第四节 结构法则	28
第五节 错落规律	57
第六节 尽态随形	63
第七节 容让变化	67
第八节 粘合规律	71
第九节 同字异写	74
第三章 章法	83
第一节 章法的一般要求及款识	83
第二节 章法构图	84
第三节 款识中的时序	86
第四节 款识中的称谓	87
第四章 创作	88
第一节 内容	88
第二节 幅式	89
第三节 突出主题	90

前言

书法是汉字的书写艺术。它不仅是中华民族的文化瑰宝，而且在世界文化艺术宝库中独放异彩。汉字在漫长的演变发展的历史长河中，一方面起着思想交流、文化继承等重要的社会作用，另一方面它本身又形成了一种独特的造型艺术。

中国文字起源甚早，把文字的书写性发展到一种审美阶段融入了创作者的观念、思维、精神，并能激发审美对象的审美情感。中国的历史文明是一个历时性、线性的过程，中国的书法艺术在这样大的时代背景下展示着自身的发展面貌。大书法家王羲之的出现使书法艺术大放异彩，他的艺术成就传至唐朝倍受推崇。同时，唐代一群书法家蜂拥而起，如：欧阳询、颜真卿、柳公权等大家。在书法造诣上各有千秋、风格多样。经历宋、元、明、清，中国书法成为一个民族符号，代表了中国文化博大精深和民族文化的永恒魅力。大唐文化瑰丽堂皇，书法艺术名家辈出。初唐有欧、虞、褚、薛；盛唐有张旭、颜真卿、怀素诸人；中晚唐有柳公权、沈传师诸大家。柳公权从颜真卿处接过楷书的旗帜，自创“柳体”，书法特点瘦而有力、骨力坚挺，登上又一峰巅。后世以“颜柳”并称，成为历代书艺的楷模。

柳公权（公元778—865年），中国唐代书法家，字诚悬，京兆华原（今陕西耀县）人。曾任翰林院侍书学士、中书舍人、翰林书诏学士、太子太保，封河东郡公。性情耿直，敢于直言进谏。擅楷书，广泛师法魏晋及初唐诸家，受颜真卿影响较大。其书结体紧密，笔画锋棱明显，如斩钉截铁，偏重骨力，书风遒媚劲健，可与颜真卿的雄浑雍容书风相媲美，被后人誉为颜筋柳骨。在书法史上具有很大影响。柳公权传世墨迹有《送梨帖题跋》，碑刻有《金刚经碑》、《玄秘塔碑》等。

在柳公权面前，久已名家林立。如何超越前人，如何在新的历史时空创造出一种新的书体来，这是柳公权面临的严峻挑战。他并不畏缩，而是以积数十年的不倦磨炼之功，广泛熔铸，终于创造出自具新理异态的“柳体”，在唐中晚期一新面目，一展风采。

六十岁以后的十年中，柳书进入鼎盛时期，如丽日当空。这一时期，文献载有《冯宿碑》、《检校金部郎中崔稹碑》、《淮南监军韦元素碑》、《义阳郡王苻璘碑》等等将近二十通碑，而以《玄秘塔碑》和《神策军碑》为柳体的典型，声名最为卓著。

至《玄秘塔碑》、《神策军碑》柳体已大成。它一变中唐肥腴之风，用笔骨力深注，爽利快健，以方为主，济之以圆，且在蹲锋与铺毫之间显示瘦硬劲挺之线条，这便

是“柳骨”。在笔画之间已有自家面目，横之长者瘦挺舒展，横之短者粗壮有力；竖画较之横画为粗，以为主笔，求其变化；其撇，长者轻，而短者重；其捺必重，显示矫健力度；其钩、踢、挑必顿后回锋迅出。柳体在结字上，也似颜真卿书正面示人，左右较匀衡，但纵长取势，且中密外疏。在整体书风上，柳体如“辕门列兵，森然环卫”。柳体法度森严，面目又变颜体之肥，而为清劲挺拔，瘦硬通神，在唐晚期以一种新的书体及其劲媚之美引起了人们对柳体的赞赏。

柳公权成功的桂冠既是由辛勤刻苦的荆棘编成，又是站在巨人的肩头上去摘取的。他善于吸取书艺大家的智慧与成果，变化成自己一家书艺。

从具体书作而言，有的说“《玄秘塔》出颜之郭家庙”；有的说鲁公《臧怀恪碑》“最为开张”，“柳谏议学颜即是由此入手”；有的说颜的《李元靖碑》“结体与《家庙》同，道劲郁勃，故是诚悬鼻祖”，如此等等。柳学颜主要有四个方面：

一、学颜之法度。颜真卿楷书在笔法、结字方面，法度甚备，柳在此基础上损益，使之更加完备。

二、学其雄媚之书风。变其雄中有媚为自己的秀中有雄。

三、学其人格与书品的结合。颜的高尚人格与颜书的风格二美兼具，柳公权亦是书美、人美契合的典型。

四、学颜之变法精神。颜在王书的樊篱之外，另拓一恢宏境界，不仅比肩王羲之，而且为盛唐创立属于自己时代的书风，奏响了盛唐之音。柳则又变之，创元和以后的新书体，丰富了大唐之音。

柳公权的书法在唐朝当时即负盛名，民间更有“柳字一字值千金”的说法。他的书法结体遒劲，而且字字严谨，一丝不苟。在字的特色上，初学王羲之，後师颜真卿，以瘦劲着称，所写楷书，体势劲媚，骨力道健，以行书和楷书最为精妙。也由于他作品独到的特色，因此，柳公权的书法有“柳体”之称。

《玄秘塔碑》，全称《唐故左街僧录内供奉一教谈论引驾大德安国寺上座赐紫大达法师玄秘塔碑铭并序》，裴休撰文，柳公权书并篆额，邵建和、邵建初镌刻。共二十八行，行五十四字，石存西安碑林。碑文记叙大达法师在唐德宗李适，唐顺宗李诵，唐宪宗李纯蒙受朝廷恩宠的情形。柳公权人品、书品皆为群臣世人敬仰，加之晚唐帝王们崇佛信教，但由柳公权以清俊劲挺、开阔疏朗的“柳体”楷书书写碑文。《玄秘塔碑》书法用笔果断，求平稳尚筋骨，可谓笔笔精到，字字珠玑。此碑为国宝级文物，是柳公权墨迹中的精品，也是临摹习书者的范本佳作。

总之，学习《玄秘塔碑》，是一个观察、临习、再观察、再临习，逐步深入，循序渐进的过程，切莫“一曝十寒”，字内字外勤为本，古往今来的书法家，无一例外。只有勤学苦练，才能提高自身的书写能力和艺术欣赏水平。

第一章 笔法

在书法上，运笔和用笔是两个概念。运笔是指：通过手指、手腕、手臂之间相互协调的合力来进行的。用笔是指：书写者对笔锋的运用。譬如：中锋行笔、藏锋、露锋、偏锋、侧锋等等。

行笔：是下笔以后的动作，下笔要稍重些、慢些，到行笔时笔要略微提起，写得快些、轻些，这样写笔画就匀称。

收笔：不可速收滑过，也不可平拖直过，要稍提顿再收。

运笔是写字的基本功，只有勤学苦练，才能把毛笔字写好。

第一节 运笔法

每个基本笔画都可以分成三个部门：头部、身体和尾部。其中头部与尾部的运笔，称为起笔和收笔，身体部门称为行笔。写任何一种笔画，都必需有起笔、行笔、收笔三个过程，而且这三个过程是连贯的，一气呵成的。学会了用笔，也就把握了写羊毫字的枢纽。

一、起笔与收笔

1. 起笔：也称下笔或扎笔，即笔锋接触到纸面上的起笔，也叫落笔，一般落笔要轻。有藏锋（逆锋）起笔和露锋起笔（平起）两种方法。

2. 行笔：也叫走笔，是指下笔后到收笔前的笔锋运动过程。起笔后，随即顺锋或转锋铺毫行笔，必须始终保持笔锋在点画中央线运行，即历来所夸大的中锋行笔。行笔时要根据笔画的不同，该快就快，该慢就慢，该停就停，行笔中略微有提按，笔道粗的地方要下按，笔道细的地方要上提。行笔要“涩行”，避免流滑。

3. 收笔：收笔，也叫杀笔，是笔画书写将要完成时，笔毫离开纸眼前的动作。一般说来，收笔有两种方法，即藏锋收笔与露锋收笔。

藏锋收笔是指收笔时笔锋朝笔画的反方向回收，将笔锋藏于点画之内，所以又叫回锋收笔。如写横画时，往右写到尽头后稍提，接着向右下顿笔，然后向左回锋收笔，让笔锋藏在线条之内；再如写“垂露竖”，书写到收笔时笔锋稍向左复向右下稍顿后，再向内回收。

露锋收笔，即在收笔时将笔毫收拢，把笔逐渐提起以离开纸面，使笔锋外露，其笔画末端呈锥状，如写悬针竖、撇、捺、钩、挑等笔画都要用露锋收笔才能达到效果。露

锋收笔忌飘浮无力，一掠滑过，应将气力贯注于毫端至笔画末端。

有人用四句话概括起笔、行笔、收笔的要求：逆锋起笔，横画竖落（或竖画横落），中锋行笔，回锋收笔。

二、速度

行笔速度，即为书者执笔进行书法书写时，依据书作内容需要，作出的或疾或缓、或顿或抢，或爽或涩的行笔态势，并产生出迥然不同的笔墨效果。

笼统地讲，毛笔书法应以徐缓的行笔速度为上。这既是书法通过含蓄、朦胧、力量内敛的艺术形式表现力的美的特征决定的，也是书法所使用的特殊工具、材料等所要求的。但是，在书法学习创作过程中，一味地以徐缓的速度写下去，缺乏必要的快、顿、抢、涩，屈等行笔速度的节奏变化，同样也难以达到书法艺术所应达到的效果。行笔速度是书法艺术中最重要、最关键的技法笔法的重要组成部分，与笔锋角度、笔锋着纸深度统称为“笔法三要素”。三者紧密相连，互相依存，密不可分。总之，行笔速度是书法学习创作中一个重要的技法要点，需要不断学习、探索、实践，才能逐步掌握。上面所述几种行笔速度，不能孤立地机械地看待，而是必须将它与其他书法技法联系起来，一起分析、研究、学习，否则，同样难以达到预期的学习和创作目的。

第二节 用锋法

运笔的技巧主要在笔锋的正确应用上。

前人总结的用锋法，主要有以下几种：1、顺锋起笔。就是起笔时顺着行笔方向落笔行进的方法，也叫搭锋起笔。这样起笔方法简单易行，起笔的结果是笔锋外露，显示一定的精神。

2、逆锋起笔。就是起笔时，笔锋先向笔画行进的反方向跪落，然后再折回运行的方法。即“欲下先上，欲右先左”。它“逆入藏头”，与顺锋相对。这种起笔方法难度较大，但写出的笔画丰满力足，无虚弱之感。

3、出锋收笔。就是收笔时，笔锋顺着笔画的行进方向渐渐提起离纸的方法。如撇、捺、提、钩等笔画的尾部，即用此法。楷体字的收笔出锋要求力到画端，并作空中回收，避免出现飘、浮、尖、散的笔画。

4、回锋收笔。就是在收笔时，把笔锋向原来行笔的反方向转回，在笔画内提起的方法。即“有往必收”，“无垂不缩”，“回锋护尾”。这样，笔画尾部含蓄浑厚、圆满有力。

5、偏锋行笔。行笔时，笔锋偏侧笔画一边，笔毫横着运行，像扫帚扫地一样。写出的笔画单薄漂浮，有时还呈锯齿状，成为“病笔”，应努力避免。但如果用得好，则能写出骨棱刚丽的笔画，产生奇特的效果。

6、中锋行笔。行笔时，笔毛铺开，笔锋走向与笔画行进方向相反，使万毫齐力，墨水均匀吐洒在纸上，产生圆实的笔画形象，这叫“铺毫平出”，是最重要、最基本的运笔、用锋法。笔画的优劣，关键就在会不会中锋行笔上。

7、侧锋行笔。是介于偏锋和中锋之间，由偏锋向中锋过渡的一种笔法。

8、藏锋。我们把逆锋起笔，中锋行笔，回锋收笔，使笔锋藏在笔画中，不外露的笔画统称为藏锋法。“藏锋以包其气”，写出的笔画藏头护尾，圆实浑厚，含蓄力足，立体感强，给人以外柔内刚、雄浑势足的美感。这是用笔的较高要求，是学写楷体字的重要技能技巧。

9、露锋。我们把起笔顺锋，行笔偏锋，收笔出锋，从而使笔锋外露的笔法称为露锋。“露锋以纵其神”，露锋笔法如果用好了，笔画则显得精神外耀，俊俏活泼，并能增强点画间的连贯呼应，可以作为藏锋笔法的辅助用法。如果用不好，则笔画会显得轻浮、单薄、虚弱乏力、抛筋露骨，成为病笔。不会用锋写字的人，大多会出现露锋病笔。

10、折锋。是使笔锋强行变换方向的笔法。折出的笔画呈方棱形，叫方笔，即“折以成方”。在笔画的起、收或拐弯处用折笔，笔画会显得方整刚劲、骨力外拓。折锋时，要将提顿笔法结合起来。

11、转锋。是笔锋弯转（像汽车拐弯）、变换方向的笔法。转出的笔画呈圆形，叫圆笔，即“转以成圆”。在笔画的起、收、拐弯处用转笔，显得圆实厚重，内刚外柔，有弹性。转弯行笔时靠旋转手腕和捻转笔管来调锋，以保持中锋行笔，并微提笔，匀速顺转，不驻不顿。

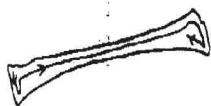
笔法的技巧实际上就是控制锋毫的技巧。“唯笔软而奇怪生焉”，要能够和善于充分利用笔毫的这种多变的性能特点，去刻画高质量的、优美的、丰富多变的点画造型。这是书法基本功中最核心最关键的部分。

第三节 基本笔画

汉字的基本笔画即点、横、竖、撇、捺、挑、折、勾。笔画除横、竖的种类较少外，撇可分为横撇、竖撇，点又有竖点、撇点等叫法，捺有平捺等小区分，提有竖提。折分得多，有横折、折钩、横折钩、横折折、横折弯钩、撇折等。汉字笔画书写的运笔规律，一般是，横、竖、撇的起笔较重，点、捺的起笔较轻；转折处要略顿笔，稍重、稍慢；提和钩，开始要略顿笔、稍重，尔后逐渐转为轻快，收笔出尖；撇、捺雌出尖。所有笔画都是一笔写成，不能重描。这些笔画在组成汉字时，有的形状会略有变化，因此，在书写时，要注意多观察，把笔画形状写准确。

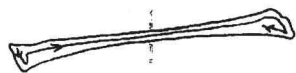
一、横画

1. 粗长横
逆锋起笔，像右下重顿，再回锋横向右，作顿势回锋收笔。



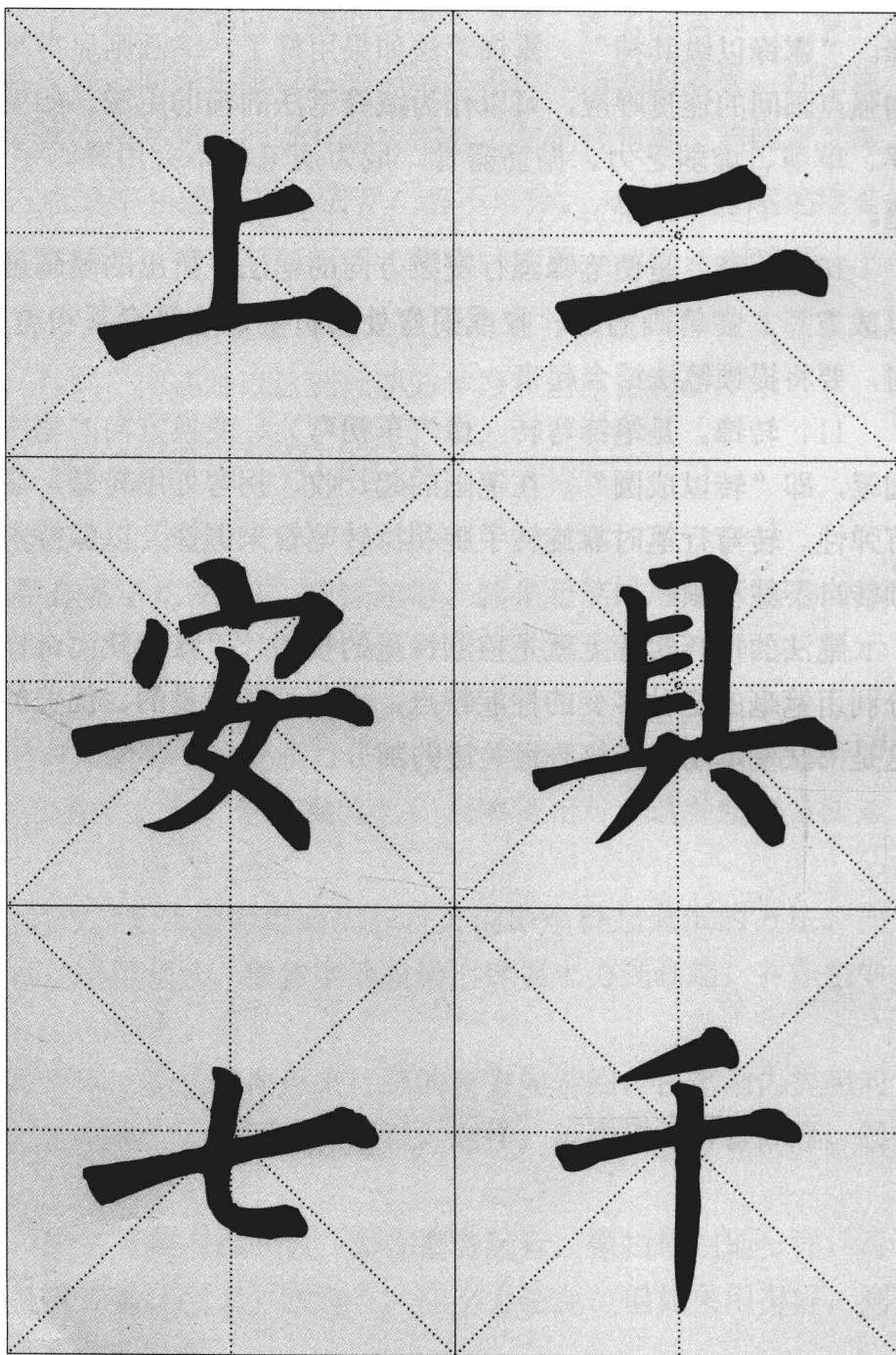
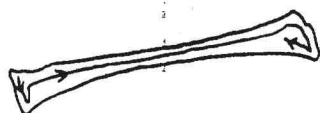
一、横画

2. 细长横
其形长而中部较细。须上具凹势，下呈凸势。多居于字的中部，使上更具有相融之势。



一、横画

3. 斜长横
“七”字、“千”字的横画为斜长横，用笔方法同粗长横，注意运笔的方向不同。



一、横画

4. 凹横
竖下起笔，稍按向
右上行笔，令成凹形，
至右端驻笔上提收笔。
其形两头高，中间低。
一般作首横，宜短。



一、横画

5. 凸横
竖下起笔，稍驻向
右上行笔，至右端下按
即收。其形中部高，两
端低。有的居于字上，
有的居于字下，有覆下
承上之用。



一、横画

6. 左尖横
露锋起笔，渐重，
收笔稍顿。起笔虽尖，
但不可力怯。左尖横多
用于与左画相接以让左。



一、横画

7. 右尖横
露锋起笔，向右下
重顿，再回锋横向右
渐提收笔。右尖横多
用于与右画相接以让右。



无 夫

下 言

长 非

乘 威

二、竖画

1. 悬针竖
露锋起笔，先向右
上，后转势向右下顿笔，
再转势直下，行笔渐轻，
然后徐徐提笔，直至出
锋，如悬着的针。



二、竖画

2. 垂露竖
藏锋起笔，向右下
作顿笔，折笔向下，稍
带弧势，收笔时稍顿，
并回锋向右上提笔。



二、竖画

3. 粗短竖
藏锋起笔，向右重
顿后，转势直下，行笔
稍重，收笔略停，再回
锋向上提笔。



二、竖画

4. 右弧竖
藏锋起笔向右作弧
状，行笔较重，回锋收
笔。一般用于字的中部
和右边。



十

平

非

不

山

出

自

固

二、竖画

5. 左弧竖
藏锋起笔，向左作弧状，稍顿收笔，一般用于字的左边。



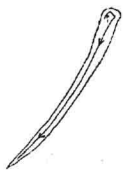
二、竖画

6. 弯脚竖
藏锋起笔，下行向右折笔，再回锋收笔。要一气呵成，运势一致。



三、撇画

1. 直撇
藏锋起笔，向右下顿笔，然后由重而轻向左下行笔出锋。笔锋一定要力送到底，切勿突然尖细，形成虚尖。



三、撇画

2. 竖撇
露锋起笔，先作竖状，约至中下部位（或与捺相交）时，作弧度向左下撇出。



臣

師

已

尼

唐

為

秘

使

三、撇画

3. 短撇
露锋起笔，先向右下重顿，然后转势向左下行笔，渐轻，收笔较快。短撇一般比长撇粗壮。



三、撇画

4. 腰粗撇
露锋起笔，顺势向左下作撇，先由轻至重，中间部位开始由重至轻，直至收笔出锋。



三、撇画

5. 弯头撇
先作侧点，稍顿后，呈曲抱之势向左下行笔，渐收笔出锋。



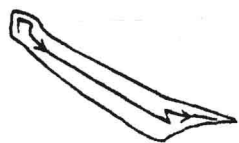
三、撇画

6. 弯尾撇
竖下起笔，稍顿后带曲势下行。至下端略驻后向左上出锋。



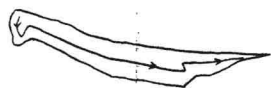
四、捺画

1. 直捺
藏锋起笔，顺势渐重向右下行笔，收笔时回锋再按，渐提出锋。



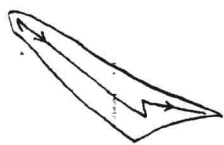
四、捺画

2. 平捺
藏锋起笔，向下作顿势，然后转锋向右下行笔，再作弧势向右横出，收笔回锋并沿上边平出。锋边有一波三折的变化。



四、捺画

3. 尖头捺
露锋起笔，然后作弧势向右行笔，渐重，至捺脚轻提，收笔出锋。



四、捺画

4. 直反捺
藏锋起笔，尖入笔，向右下行笔，至末端顿笔即收。



今者

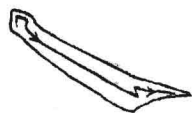
之随

分奉

不香

四、捺画

5. 短捺
写法同直捺，其形稍短且直，长短随字形而变。



五、点画

1. 斜点
露锋起笔，横起笔重顿，然后向右下行笔，再重顿向左下收笔。



五、点画

2. 竖点
藏锋起笔，向右下稍顿，然后下行回锋向上收笔。



五、点画

3. 左下点
露锋起笔，行笔渐用力向左下按，顿后向右上回锋收笔。



吞

象

玄

方

定

當

原

無

五、点画

4. 右下点
露锋起笔，行笔渐用力向右下按，顿后向左上回锋收笔。



五、点画

5. 上挑点
起笔一般不藏锋，先作顿势带弧度，再向右上方轻提。



五、点画

6. 下挑点
藏锋起笔向右作弧状，行笔较重，回锋收笔。一般用于字的中部和右边。



六、钩画

1. 竖钩
藏锋起笔，向右作顿点后，转势直下作竖状，至钩处稍停，略向左提笔，然后回锋向上，再从重至轻向左钩出。



矣

契

心

其

常

掌

寸

餘