

《西狭颂》

八卦格解析名碑名帖系列

翟东 编著

辽宁美术出版社



西 狹 頌



八卦格解析名碑名帖系列

翟东 编著

辽宁美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

西狭颂 / 翟东编著. -- 沈阳: 辽宁美术出版社,
2012. 2
(八卦格解析名碑名帖系列)
ISBN 978-7-5314-5071-9

I. ①西… II. ①翟… III. ①隶书—书法 IV.
①J292.113.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第254377号

出 版 者: 辽宁美术出版社

地 址: 沈阳市和平区民族北街29号 邮编: 110001

发 行 者: 辽宁美术出版社

印 刷 者: 沈阳市华夏印刷厂

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 6.5

字 数: 30千字

出版时间: 2012年2月第1版

印刷时间: 2012年2月第1次印刷

责任编辑: 申虹霓

封面设计: 申虹霓

版式设计: 严 赫 申虹霓 童迎强 光 辉

彭伟哲 方 伟 林 枫

技术编辑: 徐 杰 霍 磊

责任校对: 徐丽娟

ISBN 978-7-5314-5071-9

定 价: 25.00元



邮购部电话: 024-83833008

E-mail: lnmschs@163.com

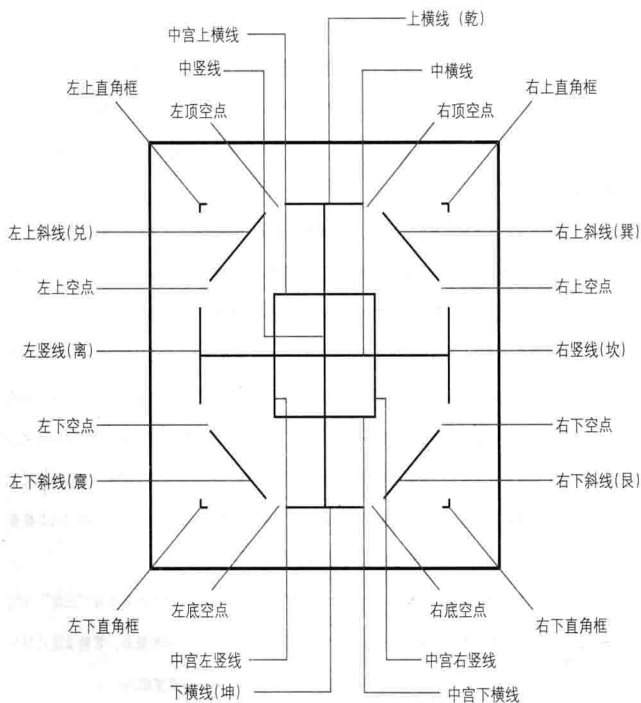
http://www.lnpgc.com.cn

图书如有印装质量问题请与出版部联系调换

出版部电话: 024-23835227

目录

第一章 八卦格简介	7
一、八卦格图示	7
二、八卦格构造	7
第二章 八卦格的具体应用	10
一、笔画定点	10
二、偏旁定位	17
三、结构定形	21
四、高标准	24
五、高效率	25
六、统领驾驭作用	25
第三章 八卦格与《西狭颂》	26
一、《西狭颂》简介	26
二、基本笔画	27
三、偏旁部首	47
四、结构定式	78
五、原碑欣赏(局部)	88
附：水写纸习字八卦格	



八卦格图示

字结构分解图示，每个字的局部与整体轮廓同定式熔为一炉，更重要的是对规范字形和字库提供了科学的依据。用八卦格可以将汉字笔画、结构精确定位，通过八卦格又可以更加便捷地掌握各书体的风格特点、结构规律，其可以统领驾驭楷、行、隶、篆诸体之笔画、结构、特点、规律，助学者有成法可依。

为帮助人们提高汉字书写水平及进入较高的书法艺术境界，推广和展示八卦格写字法的神奇作用，根据汉字学专家和书法家的建议，笔者从上古商周下迄清末的传统书法典籍中，按照楷书、行书、魏碑、隶书、篆书分类，历经十年研磨，编著了这套《八卦格解析名碑名帖系列》丛书。

这套丛书预计编辑30册，每册选取一位著名书家的首选代表作或一篇久负盛名的碑帖，从中精心筛选出180个字，点面结合，以精为主。在尊重历史、尊重工艺、尊重原作的基础上，认真细致地修补风蚀剥落和捶拓残损之处，力争展示原碑帖的最初风貌，尽可能地呈现其风格特色。为便于临习和研究，将字由小放大，由白转黑，植入八卦格内，按基本笔画、偏旁部首、结构定式进行排序，并认真编写了提纲挈领的导语。通过格式的点、线、角，由浅入深，从易到难，简明扼要地分析归纳了利用八卦格书写汉字的秘要，格式清晰明确，文字通俗易懂，操练简捷高效。

本书以现行字库的楷书为例，以笔画、偏旁、结构为序，介绍和演示了八卦格写字法“三定”（笔画定点，偏旁定位，结构定形）的奇特功效，以及与名家书体之间变化的痕迹和差异，帮助读者对照和理清名家名帖的风格特征。就楷书而言，这种依据格式的比照法在书帖中尚属首创。

另外，在每册书中加印了八卦格活页水写纸，可用毛笔蘸清水反复地进行书写练习，既解决了印制格式和使用墨汁的烦恼，又能使人们更经济、便捷地运用八卦格进行练习。

在这套丛书问世之际，深感《八卦格解析名碑名帖系列》还只是开端，任重道远。虽八卦格写字法历经十余年的研究归纳，然水平有限，难免有舛漏，切望朋友、同仁理解海涵，并提出宝贵意见，愿我们携手并肩为汉字的学习、推广和弘扬中华民族的书法艺术而共同努力。

字结构分解图示，每个字的局部与整体轮廓同定式熔为一炉，更重要的是对规范字形和字库提供了科学的依据。用八卦格可以将汉字笔画、结构精确定位，通过八卦格又可以更加便捷地掌握各书体的风格特点、结构规律，其可以统领驾驭楷、行、隶、篆诸体之笔画、结构、特点、规律，助学者有成法可依。

为帮助人们提高汉字书写水平及进入较高的书法艺术境界，推广和展示八卦格写字法的神奇作用，根据汉字学专家和书法家的建议，笔者从上古商周下迄清末的传统书法典籍中，按照楷书、行书、魏碑、隶书、篆书分类，历经十年研磨，编著了这套《八卦格解析名碑名帖系列》丛书。

这套丛书预计编辑30册，每册选取一位著名书家的首选代表作或一篇久负盛名的碑帖，从中精心筛选出180个字，点面结合，以精为主。在尊重历史、尊重工艺、尊重原作的基础上，认真细致地修补风蚀剥落和捶拓残损之处，力争展示原碑帖的最初风貌，尽可能地呈现其风格特色。为便于临习和研究，将字由小放大，由白转黑，植入八卦格内，按基本笔画、偏旁部首、结构定式进行排序，并认真编写了提纲挈领的导语。通过格式的点、线、角，由浅入深，从易到难，简明扼要地分析归纳了利用八卦格书写汉字的秘要，格式清晰明确，文字通俗易懂，操练简捷高效。

本书以现行字库的楷书为例，以笔画、偏旁、结构为序，介绍和演示了八卦格写字法“三定”（笔画定点，偏旁定位，结构定形）的奇特功效，以及与名家书体之间变化的痕迹和差异，帮助读者对照和理清名家名帖的风格特征，就楷书而言，这种依据格式的比照法在书帖中尚属首创。

另外，在每册书中加印了八卦格活页水写纸，可用毛笔蘸清水反复地进行书写练习，既解决了印制格式和使用墨汁的烦恼，又能使人们更经济、便捷地运用八卦格进行练习。

在这套丛书问世之际，深感《八卦格解析名碑名帖系列》还只是开端，任重道远。虽八卦格写字法历经十余年的研究归纳，然水平有限，难免有舛漏，切望朋友、同仁理解海涵，并提出宝贵意见，愿我们携手并肩为汉字的学习、推广和弘扬中华民族的书法艺术而共同努力。

序

汉字，博大精深，历久弥新，它与中华文明血脉相连，是民族文化的瑰宝。绵延的线条倾诉了华夏文明的兴衰，斑驳的笔画展示了辉煌的艺术成就，方圆的形体凝聚了民族的智慧。科学、艺术、神奇的汉字以它独有的魅力将继续影响世界。

我们的民族“创造了灿烂的古代文化”，仅骨版、青铜、简帛、碑帖就是一座座丰富的书法艺术宝藏，一直引起人们的高度重视和广泛兴趣，写好汉字也成了人们心中追求的愿望。为寻宝览胜，诸多先贤专家创造了田字格、米字格、九宫格等许多的写字格为辅助手段进行汉字的书法学习，虽然不乏实用之功，但总有缺憾之处，未能满足用一简单方式统帅和驾驭繁复汉字的期盼。时代的发展迫切需要行之有效的方法和措施，引导帮助人们更便捷高效地掌握汉字书写方法，提高汉字书写水平，早日攀登书法艺术的殿堂。

《周易》雄居群经之首，它“究天人之际，通古今之变”，其“易道广大，无所不包”，千百年来，中国文化艺术的发展始终笼罩在它的奇光异彩之中。笔者经过多年的艰苦探索，发现了《周易》与汉字之间的密切联系，从而提出“汉字内涵阴阳之道，外呈八卦之形”的学说，总结出汉字书写是“以圆为主，平斜相辅，多形兼备”的结构及教学规律。创造了以八卦格定位汉字书法的新方法，即“笔画定点，偏旁定位，结构定形”，使汉字笔画形体的界定与书写格之间达到高度统一，实现了汉字书法教学的高标准，高效率，其方法简便易学，事半功倍。八卦格书法通过格式一以贯之的自然协调的拆拼组合，完善了有史以来汉

字结构分解图示，每个字的局部与整体轮廓同定式熔为一炉，更重要的是对规范字形和字库提供了科学的依据。用八卦格可以将汉字笔画、结构精确定位，通过八卦格又可以更加便捷地掌握各书体的风格特点、结构规律，其可以统领驾驭楷、行、隶、篆诸体之笔画、结构、特点、规律，助学者有成法可依。

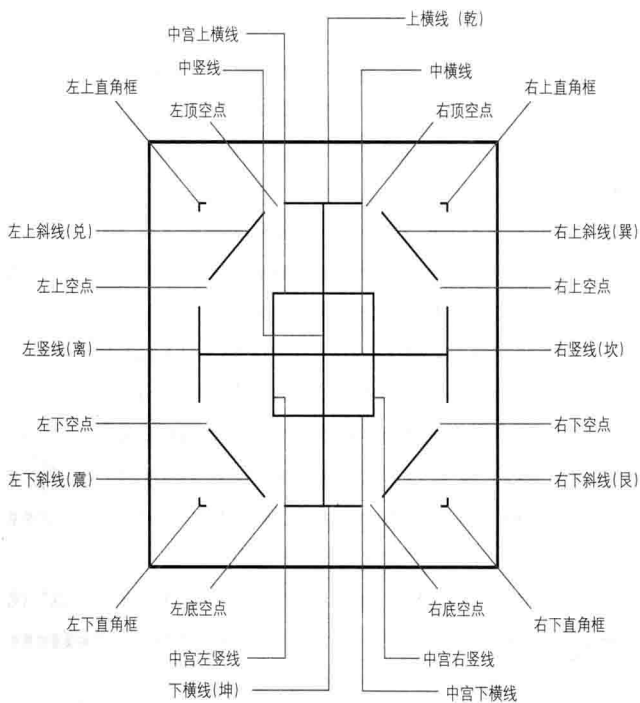
为帮助人们提高汉字书写水平及进入较高的书法艺术境界，推广和展示八卦格写字法的神奇作用，根据汉字学专家和书法家的建议，笔者从上起商周下迄清末的传统书法典籍中，按照楷书、行书、魏碑、隶书、篆书分类，历经十年研磨，编著了这套《八卦格解析名碑名帖系列》丛书。

这套丛书预计编辑30册，每册选取一位著名书家的首选代表作或一篇久负盛名的碑帖，从中精心筛选出180个字，点面结合，以精为主。在尊重历史、尊重工艺、尊重原作的基础上，认真细致地修补风蚀剥落和捶拓残损之处，力争展示原碑帖的最初风貌，尽可能地呈现其风格特色。为便于临习和研究，将字由小放大，由白转黑，植入八卦格内，按基本笔画、偏旁部首、结构定式进行排序，并认真编写了提纲挈领的导语。通过格式的点、线、角，由浅入深，从易到难，简明扼要地分析归纳了利用八卦格书写汉字的秘要，格式清晰明确，文字通俗易懂，操练简捷高效。

本书以现行字库的楷书为例，以笔画、偏旁、结构为序，介绍和演示了八卦格写字法“三定”（笔画定点，偏旁定位，结构定形）的奇特功效，以及与名家书体之间变化的痕迹和差异，帮助读者对照和理清名家名帖的风格特征，就楷书而言，这种依据格式的比照法在书帖中尚属首创。

另外，在每册书中加印了八卦格活页水写纸，可用毛笔蘸清水反复地进行书写练习，既解决了印制格式和使用墨汁的烦恼，又能使人们更经济、便捷地运用八卦格进行练习。

在这套丛书问世之际，深感《八卦格解析名碑名帖系列》还只是开端，任重道远。虽八卦格写字法历经十余年的研究归纳，然水平有限，难免有纰漏，切望朋友、同仁理解海涵，并提出宝贵意见，愿我们携手并肩为汉字的学习、推广和弘扬中华民族的书法艺术而共同努力。



八卦格图示

第一章 八卦格简介

一、八卦格图示

八卦格是在一个正方格内，由四条斜线、两条横线、两条竖线组成八个面，再加四个直角框、十字线和中宫所构成。形如八卦图，涵盖了阴阳之道，故称为八卦格。且线条的长度、相互的间距、空点、比例，都有科学严谨的数据。

二、八卦格构造

1. 外部结构

直角框 直角框连接横竖线还原了正方形，汉字均须在正方形内书写。八卦格确定的字与外框的间距，解决了古往今来悬而未决的书写格外框与汉字的间距和比例问题，也为汉字笔画、偏旁、结构的准确定位奠定了基础。

框与字的间距恰好是用四条斜线连接田字格十字线四个点所组成的正方形，也就是外正方形各边的中点顺次连接围成的正方形，即内正方形，外正方形与内正方形的面积各占50%。运用数字计算符合马克思“一种科学只有在成功地运用数学时，才算达到了真正完善的地步”的观点和理论，符合教育部统编教材所审定的田字格中字与格式的比例，符合人们的审美标准与视觉平衡，符合天地人“三才合一”的美学境界。

横竖线 横竖线不仅切除了斜线组成正

方形毫无意义的四个角，也固定了字与格式之间的距离，有效地控制了笔画及部件的长短、宽窄、平斜的体态，甚至与很多笔画直接相交，除极少数笔画的首尾稍稍越出斜线外，所有的字都安居在直角框内。

横竖线与四个直角框相连形成的正方形与外正方形所涵盖的面积均等，相互保持了平衡稳定状态，如天地合而为一。外框象征地，地为方；里面八边形象征天，天为圆。天圆地方，天地定位。“动静有常，刚柔断矣”，倘若横竖线放弃与四个直角框的连接，收缩成八面的圆形，便可循环往复地运动，天体相推，万物顺利。

斜线 在教科书的田字格中加上九宫格，检验了汉字在各宫占据的位置和各宫对笔画部件的约束力，发现1、3、7、9四个角宫与中宫接触面窄小，加之汉字自身的形体，很多笔画部件无缘涉足其内，四个角宫大都闲置而形同虚设，古人讲的“中宫八面”大大地打了折扣。

斜线恰如其分地将四个角宫各截去87.5%，将2、4、6、8四个宫各截去两个12.5%，清除了多余部分，形成卓有成效的四个斜面，并与上下及左右四个宫面相等。同时又截去了按照方形拼合八角中的四个角，书写字的上下长横、底部舒展的撇捺、潇洒的戈钩和竖弯钩时，简便而有规矩。四条斜线像模具般发挥着神奇的功能，它是书

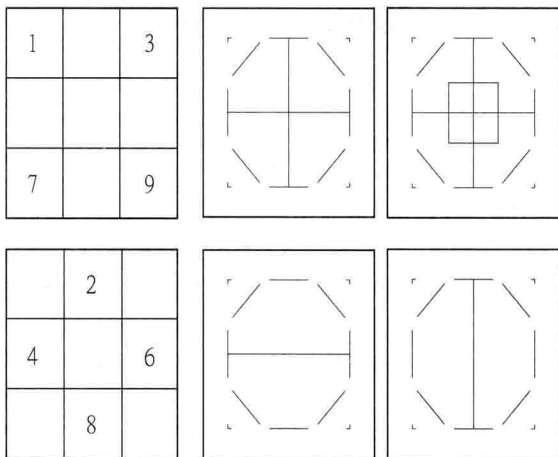


图1 经纬线连接图示

写格式创造性的突破。

八卦格的外部构造，不仅与外框之间确定平等和谐的关系，而且与汉字形体之间实现了巧妙的吻合，从而达到了天地人“三才合一”的美学境界。可见《周易》、汉字、八卦格三者之间有着一脉相承的渊源。

2. 内部结构

笔者始终紧紧围绕汉字的形体，认真分析了古今书写格式后，认为书写格式必须设置十字线和中宫，由此构成了八卦格的内部设施。

十字线 十字线蕴涵着阴阳之道，控制了字的分与合，调整了格式拆组，具有重要作用。中竖线连接乾坤线，使天地相接，将格式分割为东西两个区域。中横线连接离坎

线，使东西贯通，将格式划定为上下两个层面。十字线使格式内外连成一气，又像楚河汉界分疆划域（图1）。

中宫 格式的中宫属于八卦圆中布方阵。如将中宫的四个角向外延伸，就形成了九宫格，所以说，中宫对格式的分解组合、界定笔画与部件发挥了重要作用（图2）。

3. 区域划分

汉字很多笔画之间的距离相等和对称，偏旁与部件之间也有明确的比例。八卦格遵循和体现了汉字结体规律，设计和营造了非常适宜的书写位置和区域。

长形区域 格式的离坎线之间有五条垂直线，由此构成了左右两个相等、中间两个相等的四个长形区域，为横式排列组合的汉

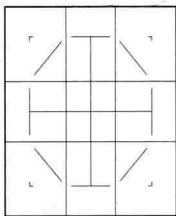


图2 九宫格中的中宫

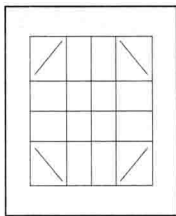


图3 长形区域图

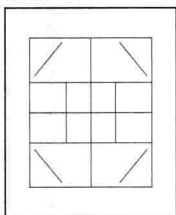
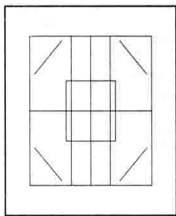


图4 扁形区域图

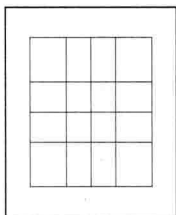
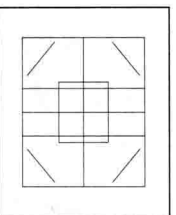


图5 十六宫格

字构筑了非常适宜的空间。另外，将乾坤线两端相连，构成三个相等的区域，有效地分配和安置了左中右形体的比例（图3）。

扁形层面 格式的乾坤线之间有五条横线，由此构成了上下两个相等、中间两个相等的四个扁形层面，为竖式排列组合的字划分了非常恰当的位置。另外，将离坎线两端相连，又组成三个相等的层面，准确地界定了上中下形体的比例（图4）。

平面宫格 十字线将八卦格划分出四个大区域，将中宫划分出四个小区域，使格式的整体上形成四个田字格、十六个小宫格。这些角线、宫格、区域与汉字肢体有着紧密的联系，起着绝妙的定位作用。由此教师可对笔画部件整体和局部的位置角度做出明确指导；学生可达到“察之者尚精，拟之者贵

似”的理想效果（图5）。

4. 拆拼定式

《系辞上传》记载：“易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦。”八卦又演化为64卦384爻，变化多端，玄机莫测。八卦格的构造注入了易学基因，具备了阴阳变化性能，通过自然协调的拆拼组合，构成三十多种严谨巧妙的定式，全面准确地界定和反映了汉字的结构规律及形体特征，完美地解决了汉字结构法与书写格式相结合难题，使人们画的结构图、教师讲的结构字、书家写的结构法在定式中达到高度统一。定式简明清晰，既适合讲解示范，又便于应用操作，具有广泛的推广普及价值，是掌握汉字形体结构的上乘之法（详见结构定式）。

第二章 八卦格的具体应用

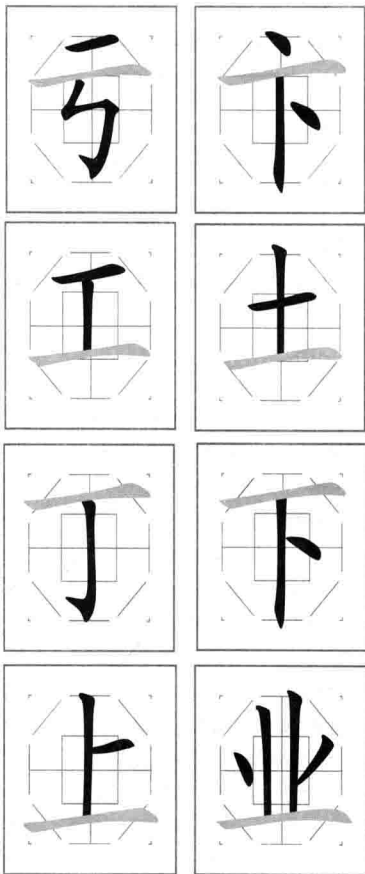
八卦格的设计与构造是以标准汉字的笔画、偏旁、结构在八卦格中的位置为依据，对汉字书法教学实现了“三定两高一统领”的量化革命。即笔画定位，偏旁定位，结构定位；高标准，高效率；统领和驾驭楷、行、隶、篆诸体。

一、笔画定点

众所周知，笔画是汉字的最小要素，是构成汉字的基础。笔画的长短、角度、位置是否恰当，关系到字形整体是否规范、协调、美观。多年来，我们的书法教学收效缓慢，从书法教学最基础的笔画开始就含糊不规范，以至于不间断地重复错误的书写，导致写出的字形不美观，不规范。而八卦格的点、线、角能准确地定位笔画的起止点，控制笔画运行的角度和形态，帮助书写者克服和校正笔画的随意性和疏密歪斜等弊病，实现了单纯练习笔画与完整练习汉字的统一，开辟了笔画训练和书写规范、高效、准确的新途径。

1. 横

横是字的骨干，应用十分广泛。长横多以主笔出现在字的中下



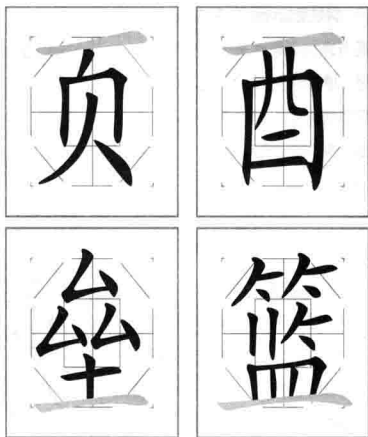
部，调解、平衡、托载字的形体。
以长横为例，用格式的左右空点、
左右斜线、直角框分层次实施准确
定位。

空点定位长横 万、方、卞、
市、亏等上层次的长横，在左上空
点起笔，至右上空点收笔。三、
工、土、王、玉、五、皿等下层次
的长横，在左下空点起笔，至右下
空点收笔。格式两侧的空点对长横
实施了准确的定位（亏、卞、工、
土）。

斜线定位长横 丁、下、不、
歹、可、百等稍靠上的长横，在左
上斜线中下部的外侧起笔，穿过右
上斜线中上部收笔。上、止、正、
丑、业等稍靠下的长横，在左下斜
线中下部的内侧起笔，穿过右下斜
线中上部后收笔。格式左右相对斜
线控制和定位了长横的形体（丁、
下、上、业）。

直角框定位长横 页、酉、夏
等字上长横，在左上直角框下起
笔，穿过乾线及两侧的虚线，至右
上直角框收笔。土、止、立、皿作
字底时的长横，在左下直角框上起
笔，穿过下横线及两侧的虚线，至
右下直角框收笔。两侧的直角框和
左右竖线控制了横画的形体（页、
酉、垒、篮）。

字中间的长横依据左右竖线可
控制横的长度，沿中横线运行可把
握横的角度。



2. 竖

竖是字的支柱，支撑字的形体，有悬针竖、垂露
竖、短竖三种。以长竖为例，格式的八卦线、上下空
点、中宫线可分别对竖实施定位。

八卦线定位长竖 左右的八卦线，再加上直角框，
准确地控制了左耳刀和洲、酬两侧的长竖。从汉字结构
的情况看，靠两侧的长竖比较少（阶、阿、洲、酬）。



斜线定位长竖 格式的上下斜线可以控制稍靠左或稍靠右的长竖，通常竖在上斜线中上的外侧或压斜线起笔，穿过下斜线中部收笔，两条斜线巧妙地定位了字框中的竖。右侧上下斜线重点量化了贯穿斜线的横折、横折钩、竖钩和略靠边的竖（门、闪、州、圳）。

空点定位长竖 斜线与横线之间的空点对竖画也有较强的量化作用，特别是左侧的两个空点，对左偏旁中的长竖和竖钩的定位作用尤为出色（状、怅、川、卦）。

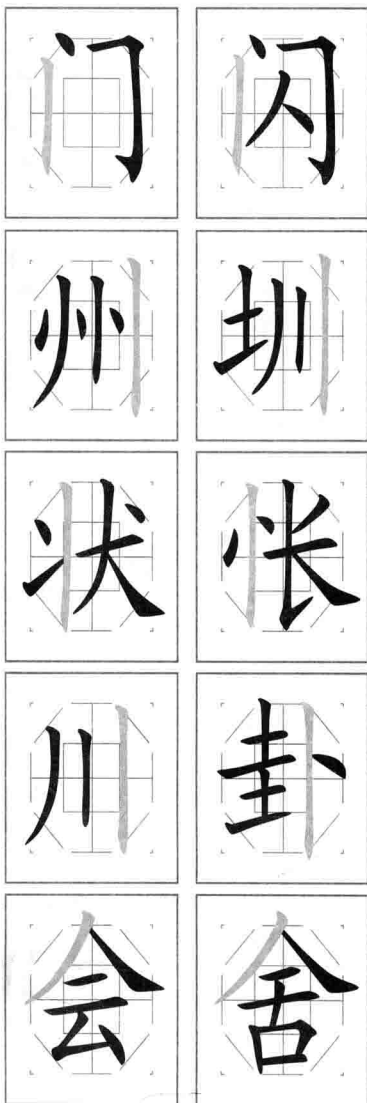
另外，字中间的长竖依据上下横线可控制竖的长度，沿中竖线运行恰好把握了竖的微小弧度。

3. 撇

撇画姿态舒展，气势开张，有平撇、斜撇、竖撇、长撇。仅以斜撇为例，介绍格式的三个点对其长度、角度、弧度分层次实施定位，进而可快速规范地掌握斜撇。

三点定位上层斜撇 斜撇在上横线与竖线交点上起笔，顺势穿过中宫左角，至横竖线相交处撇出。格式的角、线量化了人字头的斜撇（会、舍）。

三点定位中层斜撇 斜撇在中竖线与中宫上横线交点处起笔，穿过中宫左竖线中横线的交点，至左下空点稍上处撇出。格式的两个交点和空点定位了茶、答、鉴等字的斜撇（苍、茶）。





三点定位下层斜撇 斜撇在中点起笔，穿过中宫左下角和左下斜线中部，靠近直角框撇出。格式的中心点左下角、直角框定位了木、术、朱、末等字左下的斜撇（末、朱）。

4. 捺

捺是汉字最难驾驭的笔画，形体一波三折，通常最先引起人们的欣赏和注意，有斜捺和平捺。斜捺大都切去头与撇配合，运用格式的三个点，可定位斜捺的长度、角度、弧度。

三点定位上层斜捺 斜捺在上横线与竖线交点上起，穿过中宫右上角，至横竖线相交的稍上处收笔。格式的点、角、线控制了人字头的斜捺（含、俞）。

三点定位中层斜捺 斜捺在横竖线相交处起笔，穿过中宫右竖线，与中横线的交点，至右下空点稍上处出捺脚。格式的两个交点和右竖线控制了芥、茶、签等字中斜捺（芥、苓）。

三点定位下层斜捺 斜捺在中点起笔，穿过中宫右下角和右下斜线中部，靠近直角框撇出。格式的点、角、框控制了本、来、米、束等字的斜捺（米、来）。

5. 提

在字中的位置不抢眼，有长短平斜差异，独体字中多为平缓姿态，合体字中多以倾斜角度出现。