

楷书双钩临摹本

智永·

千

字

文

shuanggoulinmo

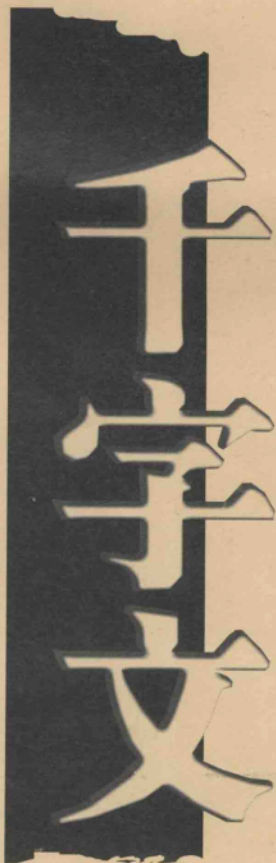
shu goulinmo

楷书双钩临摹本

汉 乙瑛碑
汉 曹全碑

王羲之 兰亭序
黄庭坚 松风阁诗卷
米芾 蜀素帖

颜真卿 自书告身
颜真卿 勤礼碑
欧阳询 九成宫醴泉铭
柳公权 玄秘塔碑
智永 千字文
赵孟頫 胆巴碑



ISBN 7-5322-2946-7



9 787532 229468 >

楷书双钩临摹本—智永《千字文》

责任编辑：王延林 封面设计：霍小旦

技术编辑：徐乔其

上海人民美术出版社 出版发行

(上海长乐路672弄33号)

全国新华书店经销 无锡市锡沪印刷厂印刷

开本：787 × 1092 1/8 印张：7

2001年11月第1版 2002年3月第2次印刷

印数：5001-8100

ISBN7-5322-2946-7/J · 2825

定价：4.50元



数据加载失败，请稍后重试！

智永正书《千字文》临摹要领

正书又名楷书、真书，意为字体中的楷模、正宗。从技法上说学习正书最易体会用笔原则，掌握用笔的基本功。

传统以“永”字中八笔作为笔法，称“永字八法”。一般每点画都分起笔（或称落笔、下笔）、行笔、收笔三部分。

智永正书《千字文》用笔方法简说如下：

一. 横 横在一字中往往起主笔作用，不能写得像尺划出一样平直，是平斜状，左端稍低，右边略高。要取仰覆之势，短横多仰，如“天、維”中短横露锋起笔，由左向右斜，比较平直，成上仰之势。长横多覆，如“委、夏、是”中的长横从左向右斜到三分之二处略向右下按，像一船倒翻成弧形状。“王”字偏旁的底横改为上挑，如“玕、珠”。

二. 竖 正书中竖一般有“悬针”和“垂露”两种。“垂露”的收笔是回锋收笔，使竖底如水滴垂露，呈圆头状，如“慎、懷”中左边的长竖。“悬针”收笔时提笔出锋，收笔处如悬挂之尖针，如“神、禪”中右边之长竖。一般正书中长竖在字左边多用垂露，在中间或右边用“悬针”和“垂露”都可。

三. 点 也称侧，因点多取斜侧势，状如一粒大蒜，上呈饱满圆势，下呈平腹。点多露锋起笔，从左上向右下成弧行笔，回锋收笔使底呈平腹，如“慶、是”。千字文多用行书笔意，不少点出锋收笔，呈牵丝状，如“慎”的末点，“廣”的首点。“道、慈”首写两点呼应成向势点，“惠、念”下部心的三点左低右渐高成斜势点，“酒”三点水，中点略向左外倾，三点略呈弧形。“流”中第二、三点以竖连挑，是行书用笔。

四. 撇 正书中撇分长撇、短撇。一般以露锋或切锋起笔，以露锋或回锋收笔。如“蒸、舉”中撇是切锋起笔、露锋收笔。“鐘、實”中撇，露锋起、收笔，中间厚重饱满，如兰叶，俗称“兰叶撇”。“慶”中撇露锋起笔，回锋收笔，上轻下重，潇洒多姿。

五. 捺 一般分为斜捺、平捺、反捺三种。斜捺露锋起笔，向右下45度方向行笔，且行且按，从细到粗，到捺出点重按后提笔向右外出锋收笔，如“谷、秦”。平捺一般出现在走之底中，藏锋起笔，向右下外较平行笔，捺出点重按后向外出锋，如“道、造”。反捺露锋起笔，向右下行笔，回锋收笔，像圆头形的长点，如“堅、懷”。

六. 钩 以竖钩为主，行笔到出钩处，要先略提顿，使底部成圆头，后再向左外挑出成鸟嘴状，如“月”。其他各不同方向的钩用笔差不多，宝盖头中的俯钩是向左下方挑出，如“家、實”。心字底的仰卧钩，向内左上挑出，如“慈、念”。竖弯钩俗称“浮鹅钩”，转弯处要圆转，不能方尖，向右外行笔，后提顿向上挑出，如“親、光”。

七. 挑 从左下按笔切锋，向右上快行笔提锋挑出，由粗到细，露锋收笔，如“特、牧”。

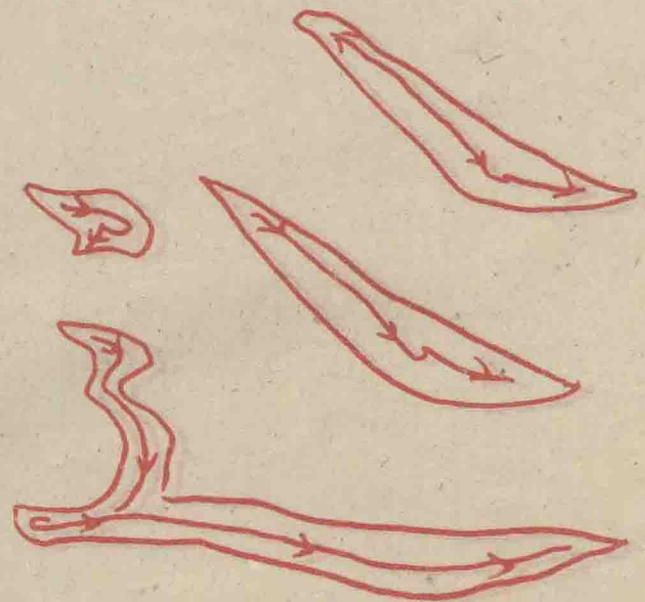
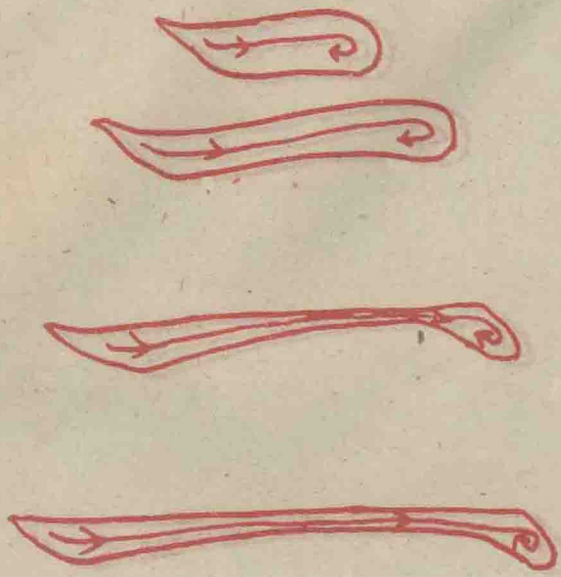
八. 折 主要是横折。转折处有的较方挺，如“神、酒”。有的较圆转，如“處、適”。

正书结构要平稳、匀称。左右结构字不要松宽，上下结构字各部位长短、宽窄应错落有致，力免生硬呆板，包围结构字被包部位点画应紧靠包围的点画部位。

能善诸体，正草书俱妙，点画秀润，结体遒丽，妙传家法。世传智永居永欣寺临书30年，一生积正草《千字文》800余册，分赠江东诸寺。求其书者甚众，所居门限被踏损穿坏，用铁皮包之，世称“铁门限”。

《千字文》是我国蒙学读物中成书最早、流传最广的一种，作者为南朝梁人散骑员外郎周兴嗣，至今已有1400多年。历代各名书家所书各种书体的写本极多。智永所书正草《千字文》，流传于世，版本很多，主要有石刻本和墨迹本两类。当推真迹影印本为上乘。墨迹本运笔精熟，点画秀润，结体端庄，字态很似王羲之《黄庭经》。习正书者很多以智永《千字文》正书入手，且极宜初学。精到的点画中含许多行书笔法，学后对进一步临习行书代表作王羲之的《兰亭序》极有益处，而且能很快上手。

宣威沙漠馳譽丹青九州
禹跡百郡秦并嶽宗恒岱
禪主云亭鷹門紫塞雞田
赤城昆池碣石鉅野洞庭
曠遠縣邈巖岫杳冥治本



人

天

送

有

家

月

人

天

光

有

疾

月

谷

璫

孫

蒸

森

灑

谷

璫

孫

蒸

森

興

谷

珽

豕

蒸

森

興

陸

鐵

果

夏

羅

露

陸

鐵

是

夏

羅

露

侍

倫

掾

振

相

樹

侍

倫

擦

振

相

獨

舞

舞

舞

舞

舞

舞

姿

婦

親

觀

衛

舞