

耿 昌

隶书千字文
习字与解析

广西民族出版社

121-1
18-15

隶书篆书习字与解析

耿 昌 编 著



广西民族出版社

隶书

隶书源于秦代，成熟于汉代，是由秦代的篆书演变简化而成的一种书体。在秦汉之际，是汉字由篆书演变为隶书的时期。文字家们把这个变化称之为隶变，这是我国历史上的一次字体的大变革。

东汉的隶书是最成熟和最完美的隶书体。当时树碑之风大盛，山川古迹、桥道、庙宇等无不以碑记之。如著名的张迁、乙瑛、曹全、礼器、史晨等。

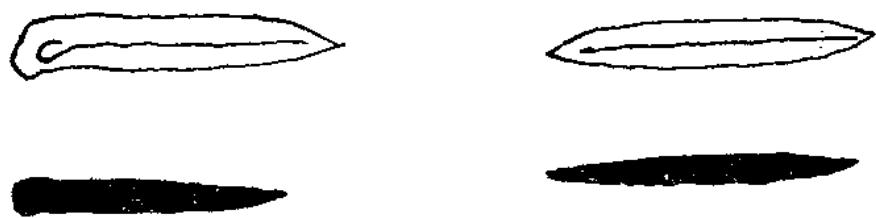
等碑、畫管內容無可取之處，但在書法上都有重要價值，也是對於學者必不可少的基本範本。發展至今，屬於今文字範疇的隸書，既有藝術性又有實用性，是一種華美堅勁而奇麗秀雅的书體。

要写好隶书，必須認真掌握书写隶书的方法。根據古今書家的資料，下面书写了隶书筆画分析，用现代字導進文字结构八十四法書寫了隶書结构、字例以供練習作參攷。

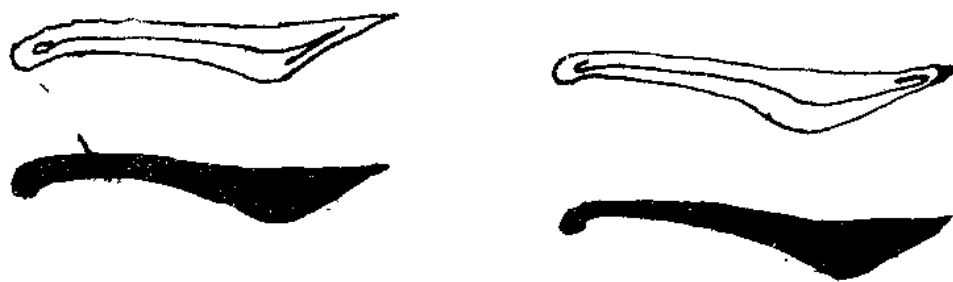
能昌 隸書

隶书基本笔画分析：

一、平画：比较平直，取峻势或带浑圆势，藏锋逆入，即方笔中略带圆。行笔时一笔画到底，轻按提起，起笔与收笔处不可有明显顿头。



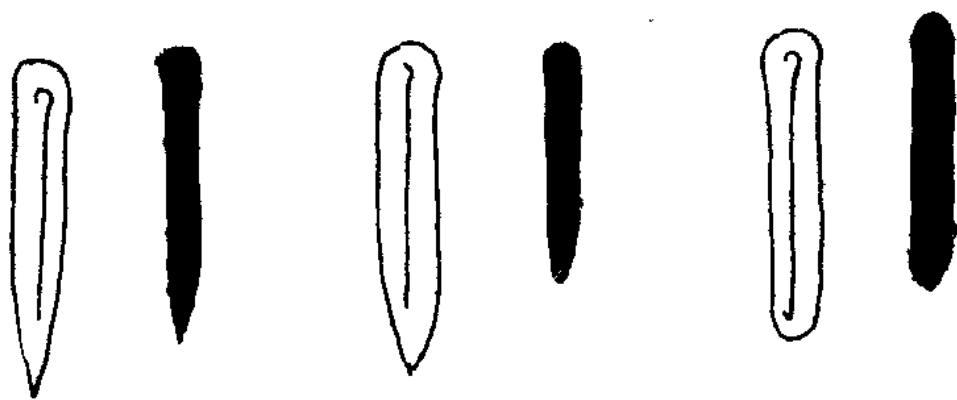
二、波画：起笔较重而略，目的是为了取逆势以达到出锋饱满而沉着的效果，其笔势一波三折，是隶书中最具有明显特色的一笔，收笔时徐徐下按再勾右上方提起，可微显笔锋收住，有缓纵而藏机之意。



三、撇画楷书称掠，落笔藏锋，略加顿，笔锋逆行勾左下而行，收笔时驻笔勾左上回锋，或以笔锋所送到处自然上提，看字需要而定。



四、竖画的方法与平画相近，藏锋逆入，笔管逆向上，笔尖也逆向上，平锋着纸，行笔到底，收笔时力求自然收起，或略顿笔而回收。



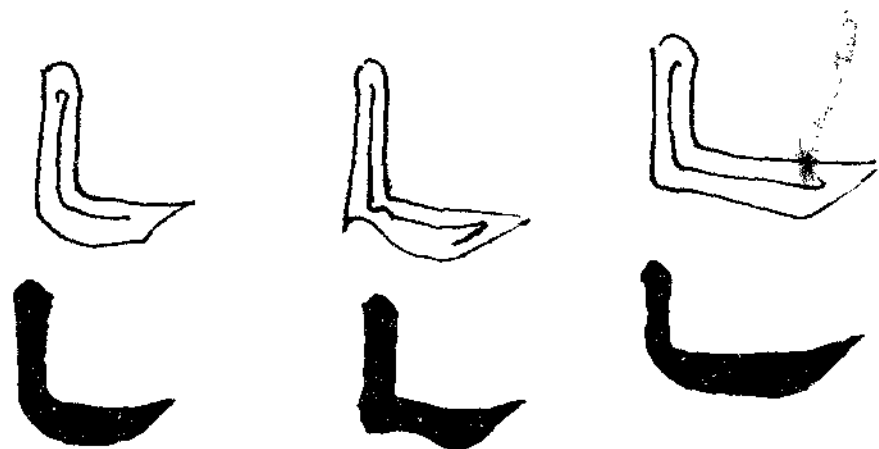
五、捺筆与波筆相似，唯起筆頓挫而不明显，徐筆向右斜下行，鋪平筆鋒，尽力开散而緩发，收筆时向里按筆，並向外上挑，出鋒与否看字的需要，但鋒芒要力求穩重。



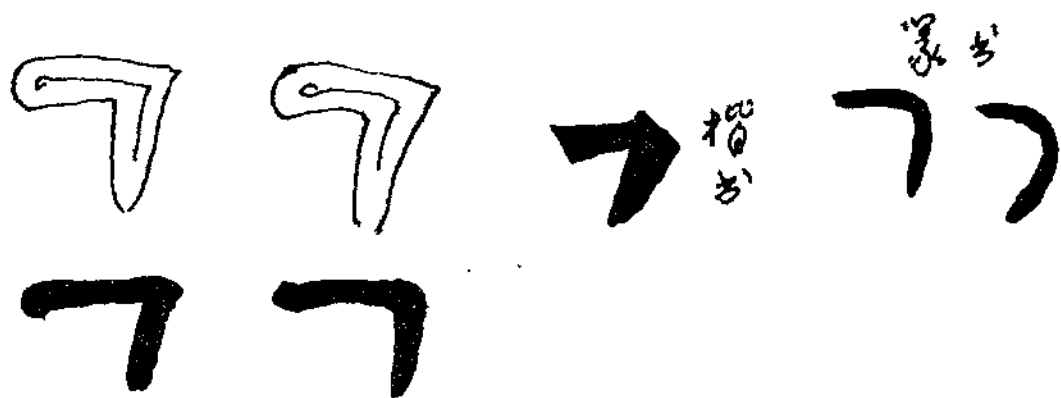
六、鈎画的方法与撇画相近，但又是豎画和撇画的連續书写，先豎画后向左弯，然后驻筆上提，收筆时即可回鋒，又可上提突出回鋒。



七、竖波画与钩画相近，唯竖画右向左弯而转为波画，甚至带有捺画的笔意，右弯时或可有一尖棱角，收笔与波画相同。



八、折画主要是平画转折到竖画的过程，折画的两个方向的承接要显得自然，既不同楷书的转折而露出棱角，也不同于篆书圆转的折画，



九、头画：隶书的头画是藏锋平出，略露锋，然后提笔收出，有人认为头是字之眉目，全藉顾盼精神，故隶书中的头画属平画，但有勾背，随字形异形，一般来看，隶书的头在字的部位上均为放射形，勾背之意即在其中。

江
左头

之
上头

無
下头

龍
左头

影
右头

熙
下头

米
放射



字神扁方、左右分展起
 筆重頭收筆、健尾、變
 圓為方、變連為斷、毛
 增於頓、畫有粗細

朱書特真

摘自書法舉要一書

朱書長方



天西樓：宇宙宮官

要上面蓋住下面，宜上清而下淡，「宇」字重筆任意向左延長，是其來書的特色

宇

宙

宮

官

地裁：直、至、且、里

要下重裁起上重，宜上輕而下重，末筆的可根據字的需要而任意延長

直

至

且

里

让左：助、幼、却、即

要左高而左低，右边须让左边，但“助”字可处理成义字象。此是隶书中的一种特殊结构。

助

幼

却

即

让右：續、煉、晴、崎

要右高而左平，左边需让右边，同时，字的下方也是右长而左短。日隶辨白中的“續”字的书写方法为“象”之遗风。

續

煉

晴

崎

分疆：体辅顺

左右并不相让，如二人并立状，作书时也可因字的需要而稍有变化

體

輔

額

順

二段：鑾、鄉、需、留

要分为二半，相其长短，如孔彪、张迁碑中，时的「留」字上方处理成两个「山」

鑾

鄉

需

留

三习：谢树止木：中间止而勿偏，左右致拱揖之状。

謝

樹

新

新

三习：章素素素：字要分为三截，量其疏密，以布习停。

章

意

素

素

上占地步：雷、雪、音、昔、均与楷法异，可见于日张迁、日礼器、日隶辨也。
要上之阔而画重，下之窄而画轻，雷、音、昔、均的隶法。

雷

雪

音

昔

下占地步：象、界、要、禹。
要下之阔而画重，上面窄而画轻，在日隶辨也。
中「要」字以篆法出之。

象

界

要

禹

左占地步數敬劉對

要左大而画細，右边小而画粗。左右上下可適當參差。

數

敬

劉

對

右占地步騰施故地

要右寬而画稍細，左边則窄而画肥，左右的
高低也可參差，求分中的，地可在土字上加一點。

騰

施

故

地

左右占地步：弼、辨、衍、仰

要左右都瘦而长中间油而短。辨字中的「辨」字的左右另作处理

弼

辨

衍

仰

上下占地步：鸞、鶯、鶯

要上下寬而稍扁中间窄而勻長較整个字形則形成長方形

鸞

鶯

鶯

鶯