

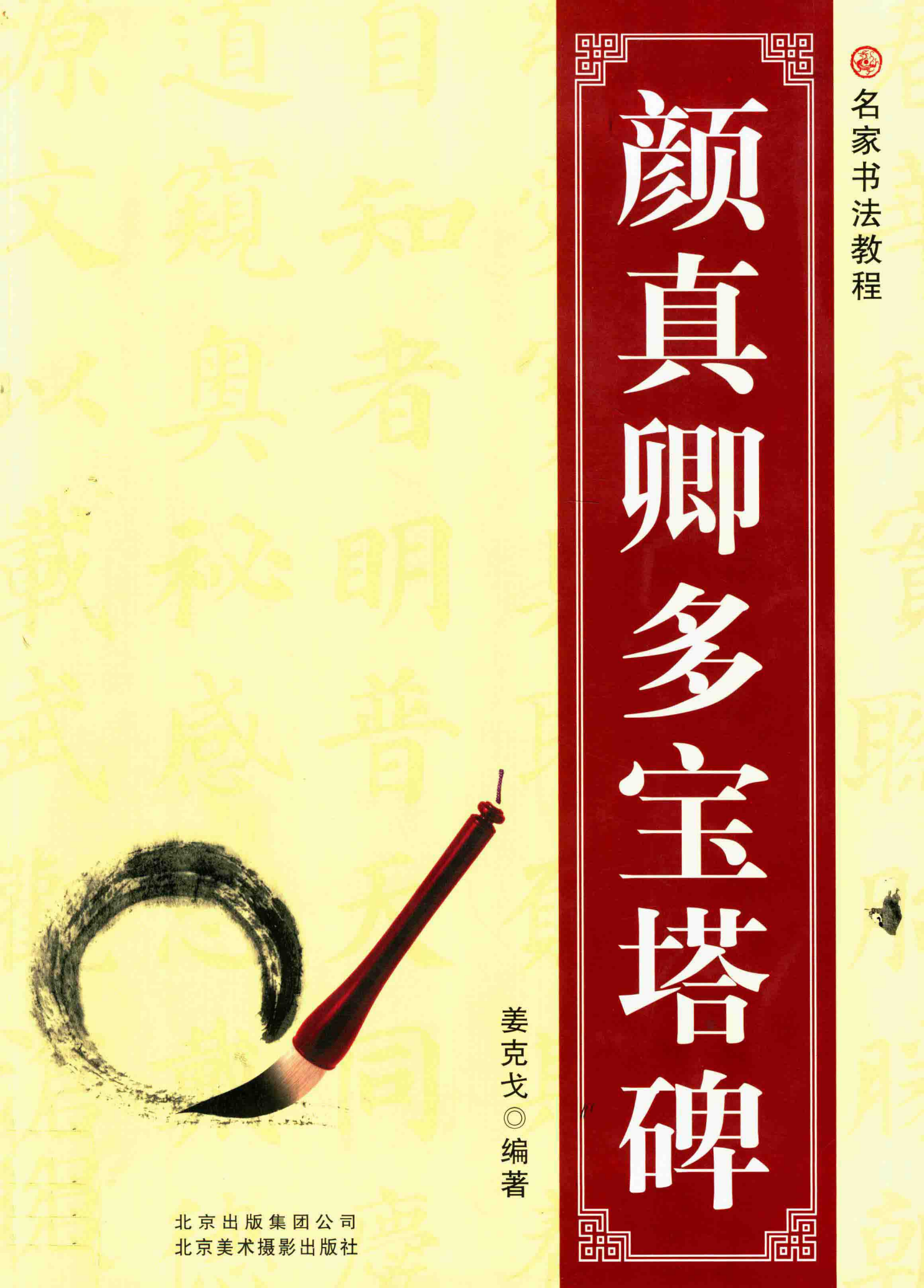


名家书法教程

# 颜真卿多宝塔碑

姜克戈◎编著

北京出版集团公司  
北京美术摄影出版社



名家书法教程

# 颜真卿多宝塔碑

常州大学图书馆  
藏书章

姜克戈◎编著

北京出版集团公司  
北京美术摄影出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

颜真卿多宝塔碑 / 姜克戈编著. — 北京: 北京美术摄影出版社, 2014. 9

名家书法教程

ISBN 978-7-80501-648-1

I. ①颜… II. ①姜… III. ①楷书—书法—教材  
IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第157496号

## 名家书法教程

### 颜真卿多宝塔碑

YAN ZHENQING DUOBAOTA BEI

姜克戈 编著

出 版 北京出版集团公司  
北京美术摄影出版社  
地 址 北京北三环中路6号  
邮 编 100120  
网 址 www.bph.com.cn  
总 发 行 北京出版集团公司  
发 行 京版北美(北京)文化艺术传媒有限公司  
经 销 新华书店  
印 刷 北京施园印刷厂  
版 次 2014年9月第1版  
2014年9月第1次印刷  
开 本 850毫米×1280毫米 1/16  
印 张 3.5  
字 数 10千字  
书 号 ISBN 978-7-80501-648-1  
定 价 12.00元  
质量监督电话 010-58572393

# 用 笔

运用毛笔在纸上书写点画的方法称用笔法，简称用笔。每一笔画都有起笔、行笔与收笔三个步骤，三个步骤运用得好才能妙笔生花。

## 行 笔 法

行笔是起笔至收笔阶段的运笔过程，又称运笔、走笔。行笔时，必须注意行笔的顺序、速度、走向与提按。

### 一、顺序

中国字大都在两画以上，因而就存在行笔先后顺序的问题。一个字先写哪一笔，后写哪一笔，都是约定俗成的。这种笔画书写的先后次序称为笔序，又称笔顺。笔顺错了，不仅影响书写的速度和结字的美观，还会贻笑大方。古人在长期的书写实践中，总结出了七条原则：（1）先上后下。一个字中有两条或两条以上横画者，先写上面的，后写下面的，如“三”“二”等字。（2）先左后右。一个字中有两条或两条以上竖画者，先写左边的，后写右边的，如“川”“山”等字。（3）先横后竖。一个字中有横有竖者，先写横画，后写竖画，如“十”“土”等字。（4）先撇后捺。一个字中有撇有捺者，先写撇画，后写捺画。如“人”“夫”等字。（5）先中间，后两边。一个字中有左中右三部分，先写中间，后写两边，如“小”“承”等字。（6）先外后内。由外框与内部笔画构成的字，先写外框，后写内部，如“风”“问”等字。（7）先进后关。由围框与内部笔画构成的字，先写围框，再写内部，最后写围框下的横，如“回”“国”等字。当然，以上仅是笔顺的一般规律，此外有些特殊的字必须特殊处理。如“有”字旁的字，有横有撇，有些字要先写撇，再写横，如“有”“右”等字；有些字则要先写横，后写撇，如“在”“左”等字。又如“义”字，有些人先写一点，再写撇捺，有的人先写撇捺，后写一点，这都是可以的。但绝大多数字的笔顺都是有规律可循的，对于初学者来说，只有循规蹈矩才能把字写好。

### 二、速度

运笔的速度既不宜太快，也不宜太慢。太快则留不住笔，笔不入纸；太慢则无势，线条无神采。运笔时一定要要有节奏感。唱歌时声音有高低快慢的变化才能悦耳动听；运笔时也要有快慢疾徐的动作才能使字有节奏感。不同的笔画要有不同的速度，以横、竖、撇、捺、点、折、钩而言，横须慢，竖应快；捺应慢，撇须快；折应慢，钩须快。单以竖而言，悬针竖宜慢，垂露竖宜快。而且，一画之间也有快有慢，如写一捺，起笔须慢，然后由慢而快，至捺脚又由快而慢，至捺尖又由慢而快。音乐没有快慢的节奏就会索然无味，书法也必须有快慢的节奏感才会丰富多彩。

### 三、走向

所谓行笔“走向”，即在运笔过程中笔尖的方向。楷书运笔时笔锋（尖）一般保持在点画的中线上运动，书家叫中锋，也称为正锋。由于中锋行笔的笔锋在点画中间，笔锋含墨较多；辅毫在点画两边，辅毫含墨较少，这样就使笔画中间墨色深，越到两边墨色越浅。这样的点画，不但沉着圆润，而且富有立体感。据说南唐书法家徐铉写的字，映着日光看，笔画的中心隐隐可见一条浓墨聚成的黑线，这就是中锋行笔的效果。如果行笔时笔锋偏于笔画的一边，而笔肚势必会屈折于笔画的另一边，会形成参差不齐的锯齿形，这就是偏锋。所以初学者用笔一定要保持笔笔中锋。需要注意的是，中锋行笔时，为了使笔锋处于点画的正中，起笔写横画时锋尖必定向左，写竖画时锋尖必定向上，起笔处就会形成枣核状，收笔时同样会产生枣核状，所以起笔与收笔时必须通过笔的提按转折来调整笔锋，起笔要逆锋，收笔要回锋。同时，由于中锋行笔笔锋在笔运行方向的后方，转折时如不调整笔锋，转折后的笔锋就会偏于笔画的一边，所以转折时必须提笔转锋或折锋调整笔锋，笔锋才能在转折后仍处于笔画的中间，否则，是难以做到笔笔中锋的。

### 四、提按

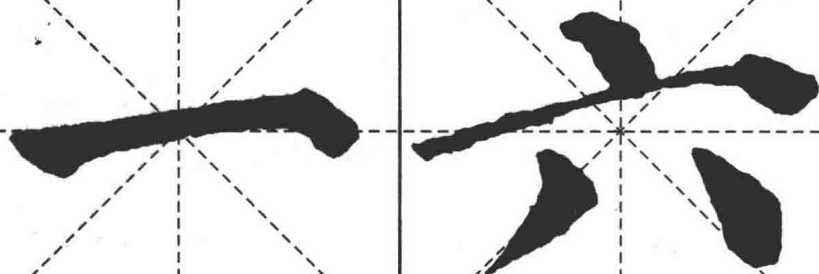
将笔从纸面上微微提起，笔锋着纸较少，称为提笔。将笔从纸面上微微按下，笔锋着纸较多，称为按笔。笔画的粗细变化是在提按动作中完成的，如果在行笔中渐渐提笔，笔锋着纸由多到少，笔画就由粗变细；反之，在行笔中逐渐按笔，笔锋着纸由少到多，笔画则由细变粗。即使笔画没有粗细的变化，从起笔、行笔到收笔的全过程也是在不断地提按中进行的。此外，在转折时，提按起到了调整笔锋、保持中锋的关键作用。因此，掌握好提按，对于写好点画是至关重要的。需要强调的是提按一定要适度，因为提得过高，写出的点画就轻飘；按得过低，写出的点画就死板；提按太突然，则会出现“蜂腰”的毛病。

## 横画

### 1. 长画

特点：逆起并收，方中带圆，万毫齐力，坚实挺拔。

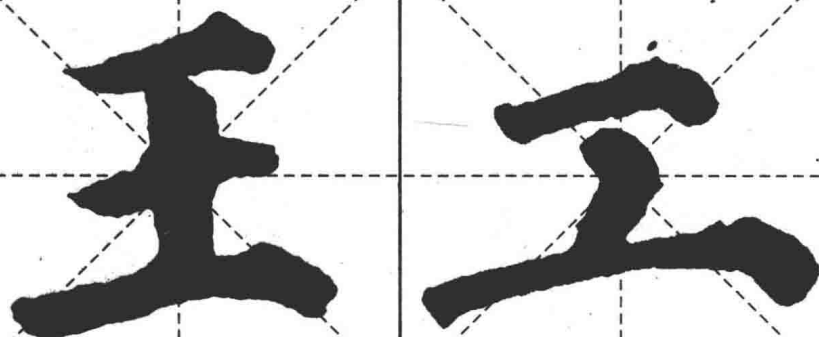
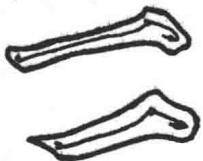
行笔：逆锋干脆起笔下按稍驻笔；转笔成中锋向右行笔至适处顿笔向右下；短运笔后内扣回锋收笔，此处行笔有力慢收。



### 2. 短横

特点：方参以圆，实为妙也。起笔轻圆，渐按渐行，左轻右重。

行笔：上短横，行笔如长横，上短横逆锋起笔，中锋稍向右上行笔稍驻后下按内扣收笔。

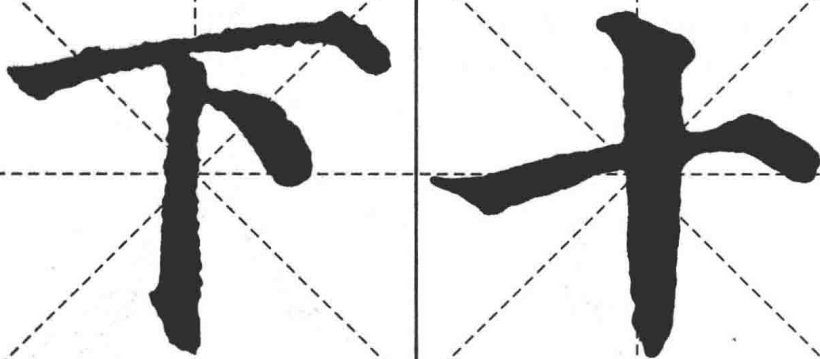


## 竖画

### 1. 竖画

特点：逆起逆收，两头稍重。

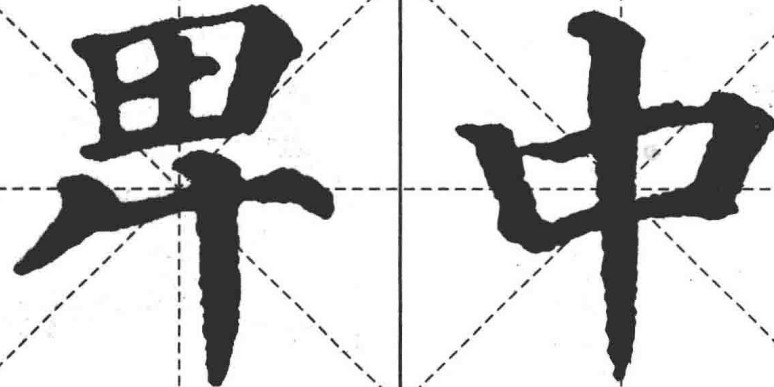
行笔：逆锋起笔回锋下行；均匀用力行笔至适处稍顿回锋向左上短收笔。



### 2. 悬针竖

特点：中锋行笔，渐提渐行，出锋亦有收敛，多用于字的最后一笔。

行笔：下笔轻缓，逆锋而起，回锋行中锋线；渐行渐提走中锋，至适处露锋自然收笔。



### 3. 短中竖（下尖竖）

特点：重起轻收，下部连接其他笔画。

行笔：逆锋起笔，折锋向右，自然用力下行；至适处短促有力提笔。



士

上

### 撇画

#### 1. 斜撇

特点：提笔均匀，轻掠出锋，切忌散锋或鼠尾。

行笔：逆锋起笔，稍用力；折笔右下行，至适处左下中锋行笔；自然出锋提笔，把握好提笔力度。



力

在

#### 2. 竖撇

特点：身直尾弯，提按有度。

行笔：逆锋起笔，折笔下行；至适当位置笔锋向左下，略挑收笔露锋。



夫

大

#### 3. 短斜撇

特点：短促有力，形似钢刀。

行笔：逆锋起笔，折笔短促左下行；果断收笔，露出笔锋。



生

年

#### 4. 短平撇

特点：刚劲峻利，形呈三角。

行笔：下笔有力，略平行笔或折笔略平行笔；收笔短而有力，使出刚劲之势。

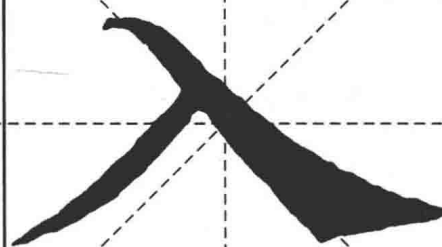
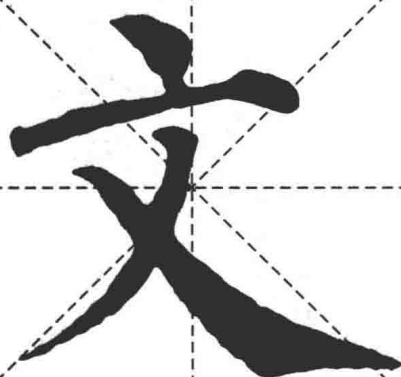


#### 捺画

##### 1. 斜捺

特点：起笔轻捺脚重，出锋峭，形似金刃。

行笔：斜笔逆锋而起，转而折笔略向上；稍顿即转右下行笔渐行渐收笔，露出笔锋。



##### 2. 平捺

特点：一波三折舒展优美。

行笔：逆锋起笔，转笔略向上；稍顿转右下行笔；渐行渐收，自然起笔。



##### 3. 反捺（长点）

特点：形状偏长，略带弧形。

行笔：下笔轻，逆锋行笔；内收笔向右下行；转笔向左上回笔并收笔。



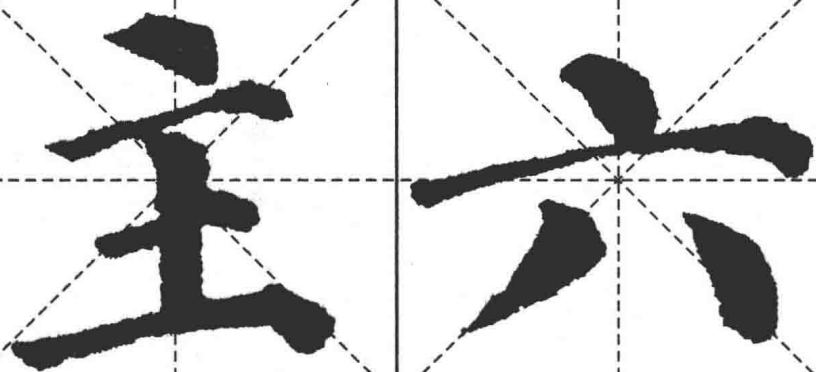


### 点画

#### 1. 斜点（右侧点）

特点：顺锋轻起，重按提收，形似三角。

行笔：逆锋果断起笔，稍顿折笔略向右下按；略顿左上回锋用力收笔，不拖泥带水。



#### 2. 横点

特点：形似短横，短而有力，干脆有形。

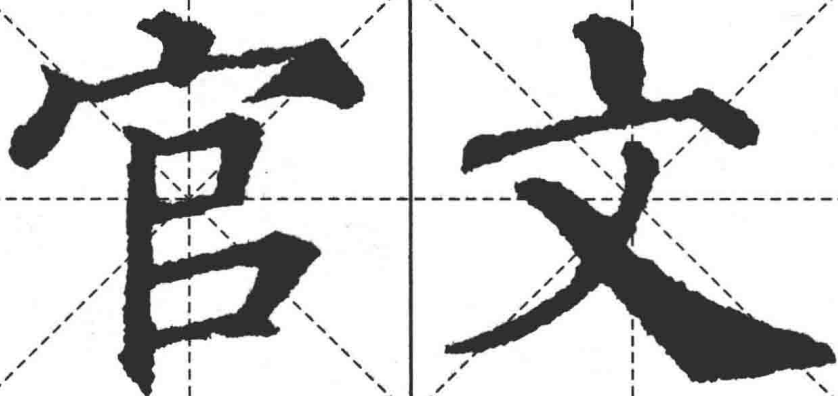
行笔：逆锋起笔，略右上挑行笔；短行至适处下按提笔，快速收笔。



#### 3. 竖点

特点：轻起轻按，形瘦而直。

行笔：轻起笔，收笔时稍重切有短回笔。



#### 4. 撇点

行笔特点：重按迅提快出，短促有力似钢刀，形似三角。



### 5. 挑点

特点：与撇点写法相同，方向有异。

行笔：轻式顺锋起笔，落笔稍重；稍停笔转笔上挑，有力，急收笔。



### 6. 曾头点

特点：上开下合，左映右带。

行笔：左边点回旋起笔，顺势下接收笔，笔法同斜点；右边点内扣起笔，向左下行笔，与左边点呼应，成内合之势。



### 7. 左右点

特点：左右对称，形离神合。

行笔：弧形下笔，顺势回旋向右上挑起，露笔锋；右边点轻下笔顺势下按内扣，短停收笔。左右点相呼应。



### 8. 上下点

特点：点须饱满，下点紧贴，首尾呼应。

行笔：上点弧形行笔，收笔内收，短而有力；下边点平起笔，顺势下接收笔，无回笔；两点间上下呼应，层次有序。



### 9. 相背点（其脚点）

特点：点距拉开，上下分明。

行笔：左边点下笔略用力，折笔顺锋而行，自然有力收笔露锋；右边点轻落笔，转笔内扣下按，回锋有力收笔；两点笔形呼应。



其

異

### 10. 心字点

特点：一点定形，三点一气呵成。

行笔：第一点行笔如挑点；第二点起笔略向上扬；第三点逆锋起笔，快速下按回锋，向左上挑锋收笔。



志

思

### 钩画

#### 1. 横钩

特点：方笔侧锋，重按快出。

行笔：逆锋轻起笔，折笔向下；回行至中锋，至适处转笔右下；下按稍顿，向左下钩出，顺势收笔。



帝

宗

#### 2. 竖钩

特点：蓄势足出锋疾，上沿平，似万钧之怒。

行笔：逆锋起笔蓄势；折笔下行走中锋；至适当位置稍停，用力带钩，稍露锋。



永

事

### 3. 弯钩（竖弯钩）

特点：上滑出钩，飘如雁尾。

行笔：逆锋起笔，转笔内扣下行；至弯处缓转笔向右下行；适当位置蓄势挑钩，短促有力。



见

先

### 4. 挑钩（右向钩）

特点：钩不宜重，出锋启下。

行笔：逆锋起笔，下按、中锋行笔。至适当位置劣行起笔，顺势右上，用力上挑，自然有力收笔。



食

表

### 5. 戈钩（斜钩）

特点：蓄势紧走，意尽钩出。

行笔：逆锋斜侧起笔，折笔向右下；稍停笔后转笔顺行而下，至适当处稍顿起钩，用力短快提笔。



咸

武

### 挑画

特点：重起轻提，短促有力。

行笔：逆锋起笔顺势下按；稍停运笔，转笔向右上挑出，短促有力。



以

地

## 折画

### 1. 横折

特点：按笔蓄势，稍驻即行，得侧锋方峻之姿，但笔锋须由侧转正，切忌一偏到底。

行笔：逆锋果断起笔，折笔行中锋；至适当处稍停，转而向下行笔，后转笔回锋收笔。



### 2. 竖折

特点：转折处筋节微露，以显骨力。

行笔：逆锋起笔，转笔斜下运笔；转折处稍顿运笔，逆锋稍斜行，适当处回锋收笔。



### 3. 横折撇

特点：劲在转折，功在收笔。

行笔：顺锋起笔，短促右行，转笔右下顿笔蓄势；顺势左下，渐行渐提自然顺锋收笔。



### 4. 撇折

特点：撇笔饱满，勿使尾尖。

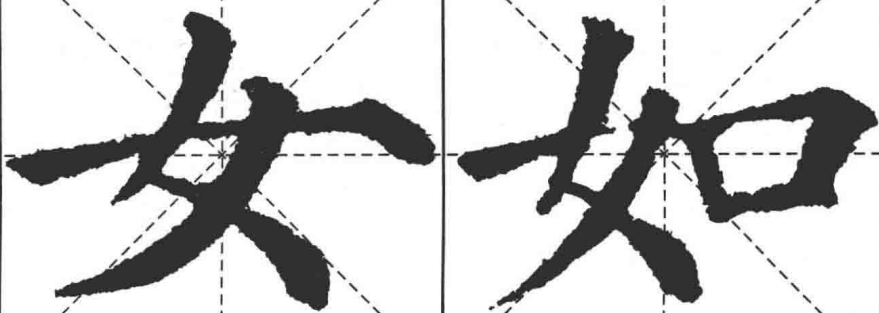
行笔：逆锋稍用力起笔，稍顿右下行笔，后转笔左下；至折处顿笔，后转笔稍向左上斜行，力行有度，顺势收笔。



### 5. 斜折

特点：以斜附曲，上短下长。

行笔：逆锋重力起笔，沿右下方向行笔；至折处提笔，另起笔沿右下行笔；至适当位置向右下按，稍用力下按，后转笔左上收笔。



### 6. 斜横折

特点：以斜附曲，上短下长，收笔显劲。

行笔：逆锋稍用力起笔，转笔均匀轻缓向左下运笔；至折处顿笔，转笔右下行笔，至适当处回锋，稍左上方向即收笔成形。



### 7. 角折

特点：锋露劲显干脆有力。

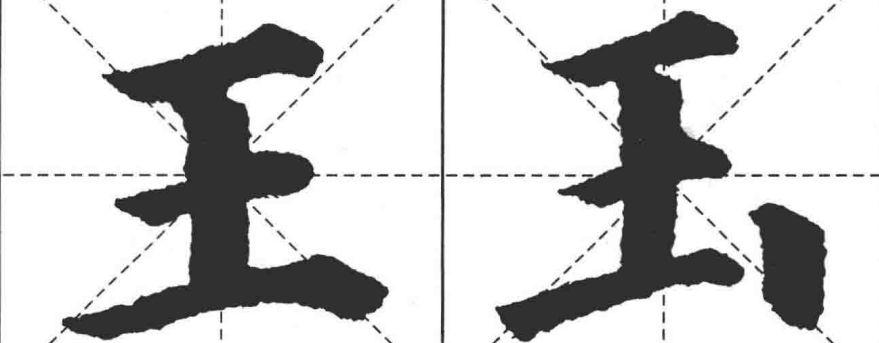
行笔：顺锋起笔切露锋；左下顿笔蓄势后右行中锋，至折处稍停转笔左下；顺势而行，自然收笔可露锋。



### 重横

特点：上短下长，偶数粗细相当，奇数时，中细上下稍粗。

行笔：逆锋起笔，中锋行笔，至终点处下按内扣收笔；有多横时，行笔方法大致相同，但要注意结构。



如果一个字中出现较多的横，尤其要注意用笔的变化。如“畫”（画）字中有九横，就有长短、曲直、藏露的不同。

### 重竖

特点：左用垂露，右用悬针。  
行笔：注意在重竖中的灵活变形。

### 重撇（两撇）

特点：左直右曲，左长右短。  
行笔：按照基本行笔方法，但要注意结构的组合。

如果一个字中出现较多的撇，要笔笔不同。如“後”（后）字四撇就有长短藏露的变化。

大	千	寶
唐	福	佛
西	寺	塔
京	多	感



