

硬笔描摹王羲之小楷《乐毅论》

学跟我

魏秋芳 主编

師臨樂毅論 秋芳硬筆



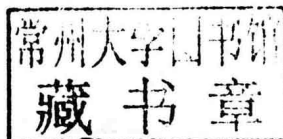
金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

硬笔描摹王羲之小楷《乐毅论》

主编 魏秋芳

编委 松 涛 玉 蛟 道 启

晓 梅 汀 玉 陈 丽



金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书以书圣王羲之饮誉书坛的小楷法帖《乐毅论》为范本,精选其中有代表性的字和点画、部首,用电脑将其微缩至钢笔字大小,对照图例,具体讲解其运笔技巧和结体诀窍,并设计有描摹、填充、临写等多种练习方法和步骤,实为以硬笔临习王羲之楷书的难得教材。

图书在版编目(CIP)数据

硬笔描摹王羲之小楷《乐毅论》/魏秋芳主编. —北京:金盾出版社,2014.4
ISBN 978-7-5082-9211-3

I. ①硬… II. ①魏… III. ①硬笔字—楷书—法帖 IV. ①J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 022215 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)
邮政编码:100036 电话:68214039 83219215
传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn
北京盛世双龙印刷有限公司印刷、装订
各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:11.75
2014 年 4 月第 1 版第 1 次印刷
印数:1~6 000 册 定价:28.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

编者的话

能写一手好字，是一个人自身修养的外在体现；能写一手好字，在社交中就等于拥有一张精巧的名片，在职场上就等于多了一条通向成功的道路。

然而，要想练得一手好字，首先必须选好老师，选好教材，挑选书法名家的高水准字帖作为临习范本。因为只有字帖范本水平高，学习的起点才能高。清代学者李渔所谓“取法乎上者仅得其中，取法乎中者仅得其下”，说的即是此理。王羲之就曾向诸多名家学习书法，他少从卫夫人卫铄学书法，成年后草书学张芝，楷书学钟繇，博采众长，精研体势，一变汉魏以来波挑用笔，独创圆转流利的新风格，隶、草、正、行各体皆精，终于成为“书圣”。这也证明，临摹传统书法碑帖，是学习书法和提高书法水平的最有效方法和必经之路。

为了使广大硬笔书法爱好者直接临习借鉴我国古代的书法瑰宝，我们专门从历代名帖中精选出一些适宜硬笔临摹的名家名帖，制作和编写了一套《名家书法硬笔描摹字帖》，供大家描摹学习，《硬笔描摹王羲之小楷〈乐毅论〉》即是其中之一。

小楷法帖《乐毅论》，是王羲之最负盛名的楷书作品，历代名家对其赞不绝口，认为《乐毅论》外和内刚，遒劲婉媚，端庄多姿，清雄雅正，意境高远，大雅不群，是学习楷书的上乘法帖。

本字帖具有精缩原帖，保持原貌；摹、描、填、临，多种练习；

练字求知，益智益趣等特点。

本字帖在练习过程中，须注意以下几点：

1. 最好选用较粗的普通钢笔或者弯头钢笔（又名美工笔、硬笔书法笔）进行练习。

2. 建议每天练习一页，即先摹写一遍，再填字、临写（照着写）一遍，重点掌握 13 个笔画或者汉字。

3. 应当每天坚持练习，动笔前认真阅读书写提示，注意分析、比较点画的运笔、偏旁部首和汉字的结构特点，再进行练习。

4. 在练习过程中，每个字的笔画要一笔完成，不要反复涂描，遇到个别粗壮笔画，只需看准字形，沿中心线摹写，重点掌握字形及运笔特点即可。

5. 学书无捷径，只能靠勤学苦练。熟能生巧，反复练习，精益求精，才能学好书法。

满庭芳书艺斋的继明、凤玲、秀侠、宋琳、章蔷、矫民、卢威、桦路、旁波、建委参加了本书的编辑工作，在此一并致谢。

编 者

目 录

编者的话

- 一、基本笔画描摹练习…………… (1)
- 二、偏旁部首描摹练习…………… (14)
- 三、独体结构字书写练习…………… (65)
- 四、左右结构字书写练习…………… (71)
- 五、上下结构字书写练习…………… (88)
- 六、包围结构字书写练习…………… (101)
- 七、《乐毅论》与《黄庭经》的对比练习…………… (110)

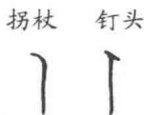
附录：

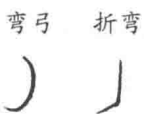
- 王羲之小楷《乐毅论》…………… (174)

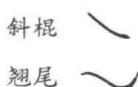
一、基本笔画描摹练习

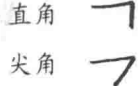
点		正确运笔			易错写法		书写提示：露锋起笔，向右下顿笔，接着向左上回锋收笔，回锋动作要轻。			
		1、露锋起笔 2、顿笔 3、收笔轻回			折角 木棍 逗号					
描摹	笔画									
填充	笔画									
描摹例字		主	主	主	主	主	主	主	主	主

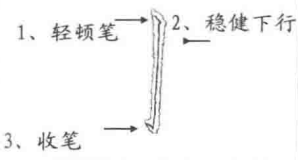
横		正确运笔			易错写法		书写提示：倾斜落笔后，向右上方行笔，稍顿笔后回锋收笔，右端稍高于左端。			
		1、倾斜起笔 2、略仰右行 3、收笔回锋			波浪 竹节					
描摹	笔画									
填充	笔画									
描摹例字		下	下	下	下	下	下	下	下	下

悬针竖		正确运笔		易错写法		书写提示：起笔顿笔稍重，接着由重到轻向下运笔，下端收笔要出锋，像悬挂的针。		
								
描摹	笔画							
	填							
描摹	例字	千	千	千	千	千	千	千
	填							

斜撇		正确运笔		易错写法		书写提示：起笔向右下倾斜顿笔，接着顺势向左下方由重到轻运笔，撇尾出锋，力送撇尖。		
								
描摹	笔画							
	填							
描摹	例字	人	人	人	人	人	人	人
	填							

斜捺		正确运笔		易错写法		书写提示：轻落笔，向右下由轻渐重运笔，至右下端后稍重顿笔，并缓缓出锋。		
		1、露锋起笔 2、由轻入重下行 3、慢行稍顿 4、收笔出锋 		斜棍 翘尾 				
描摹	笔画							
	填充							
填充	笔画							
	填充							
描摹	例字	天	天	天	天	天	天	天
	填充							

横折		正确运笔		易错写法		书写提示：短横与斜竖的结合。转折处运笔稍方，竖画下端向上轻收笔。		
		1、轻起笔 2、转折方折 3、轻回锋 		直角 尖角 				
描摹	笔画							
	填充							
填充	笔画							
	填充							
描摹	例字	日	日	日	日	日	日	日
	填充							

竖钩	正确运笔				易错写法		书写提示：写完垂露竖后，笔向左下稍顿笔，然后向左上方轻轻出钩收笔。	
					尖角	弯角		
描摹笔画	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
填充笔画	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
描摹例字	求	求	求	求	求	求	求	求
提	正确运笔				易错写法		书写提示：起笔向右下重顿笔，随即向右上提笔出锋，要短促有力。	
					弧弯	✓		
描摹笔画	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀
	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀
填充笔画	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀
	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀	㇀
描摹例字	城	城	城	城	城	城	城	城

长点			书写提示：与前面斜点写法基本相似，只是形体比斜点要长。							
										
描摹 笔画										
										
填充 笔画										
										
描摹 例字	不	不	不	不	不	不	不	不		
撇点			书写提示：向右下顿笔后，再顺势向左下方由重入轻出锋。撇点要写得短促，不宜过长。							
										
描摹 笔画										
										
填充 笔画										
										
描摹 例字	并	并	并	并	并	并	并	并		

挑点			书写提示：向右下重顿笔后，顺势向右上方挑笔出锋。挑点要写得短促有力，角度可根据字形进行调整。					
								
描摹笔画								
								
填充笔画								
								
描摹例字	必	必	必	必	必	必	必	必
相向点			书写提示：由左挑点和右撇点组成。左点向左下方稍重落笔，顿笔后转向右上挑出，接着在右上方落笔写撇点，两点笔势自然呼应、笔断意连。					
								
描摹笔画								
								
填充笔画								
								
描摹例字	草	草	草	草	草	草	草	草

平撇				书写提示：写法与斜撇基本相同，只是角度较平，形态稍小。				
描摹	笔画							
填充	笔画							
描摹	例字	乎	乎	乎	乎	乎	乎	乎

竖撇				书写提示：起笔轻顿笔后，向下运笔，稍直，至下端再向左下出锋收笔，弯度可据字而变。				
描摹	笔画							
填充	笔画							
描摹	例字	明	明	明	明	明	明	明

弯撇				书写提示：起笔向右下顿笔，再逐渐弯转向左下由重到轻运笔，力沉撇尾，如“春”、“泰”等字即用弯撇写法。							
											
描摹 笔画	笔画										
											
填充 笔画	笔画										
											
描摹	例字	泰	泰	泰	泰	泰	泰	泰	泰		

平捺				书写提示：平捺与斜捺相比，角度比较平缓。起笔向左下轻轻顿笔，然后向右由轻入重运笔出锋。							
											
描摹 笔画	笔画										
											
填充 笔画	笔画										
											
描摹	例字	之	之	之	之	之	之	之	之		

撇折				书写提示：向左下方写斜撇，至收笔处稍驻，再稍稍回锋写反捺，收笔轻回锋，笔画饱满。							
											
描摹 笔画	笔画										
											
填充 笔画	笔画										
											
描摹	例字	始	始	始	始	始	始	始	始		

竖折				书写提示：向下写一竖后，稍顿笔，再回笔向上，接着向右写一横。							
											
描摹 笔画	笔画										
											
填充 笔画	笔画										
											
描摹	例字	臣	臣	臣	臣	臣	臣	臣	臣		

竖弯钩				书写提示：起笔稍顿后顺势下行，至转弯处稍提笔并圆转向右运笔，出钩自然。							
											
描摹	笔画										
											
填充	笔画										
											
描摹	例字	光	光	光	光	光	光	光	光		

斜钩				书写提示：起笔稍顿，向右下方运笔，倾斜约为四十五度，至钩处稍顿，即向左上自然钩出。							
											
描摹	笔画										
											
填充	笔画										
											
描摹	例字	哉	哉	哉	哉	哉	哉	哉	哉		

横折钩				书写提示：写完短横后，稍顿，接着转笔向下写竖钩，横细竖粗，自然连贯，一气呵成，横竖的长短根据字形而改变。				
								
描摹	笔画							
	描摹							
填充	笔画							
	填充							
描摹	例字	同	同	同	同	同	同	同

卧钩				书写提示：起笔轻细露锋，运笔圆转，至右端后稍顿，出锋写钩，卧钩似月牙。				
								
描摹	笔画							
	描摹							
填充	笔画							
	填充							
描摹	例字	心	心	心	心	心	心	心