

书法初学
专用字帖

池辉◎编著

扫微信二维码

看同步教学视频

智永真书千字文

浙江人民美术出版社

书法初学 专用字帖

池辉◎编著

扫微信二维码

看同步教学视频

智永真书千字文

浙江人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

智永真书千字文 / 池辉编著. — 杭州: 浙江人民
美术出版社, 2018.1

(书法初学专用字帖)

ISBN 978-7-5340-6275-9

I. ①智… II. ①池… III. ①楷书—法帖—中国—隋
代 IV. ①J292.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第263214号

责任编辑: 褚潮歌

责任校对: 余雅汝

责任印制: 陈柏荣

书法初学专用字帖 智永 真书千字文

出版发行 浙江人民美术出版社
地 址 杭州市体育场路347号
电 话 0571-85176089
经 销 全国各地新华书店
网 址 <http://mss.zjcb.com>
制 版 杭州新海得宝图文制作有限公司
印 刷 浙江兴发印务有限公司
开 本 889mm×1194mm 1/16
印 张 4
印 数 0,001-5,000
版 次 2018年1月第1版·第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5340-6275-9
定 价 15.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与本社市场营销部联系调换。

书法初学 专用字帖

池辉◎编著

扫微信二维码

看同步教学视频

智永真书千字文

浙江人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

智永真书千字文 / 池辉编著. — 杭州: 浙江人民
美术出版社, 2018.1

(书法初学专用字帖)

ISBN 978-7-5340-6275-9

I. ①智… II. ①池… III. ①楷书—法帖—中国—隋
代 IV. ①J292.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第263214号

责任编辑: 褚潮歌

责任校对: 余雅汝

责任印制: 陈柏荣

书法初学专用字帖 智永 真书千字文

出版发行 浙江人民美术出版社
地 址 杭州市体育场路347号
电 话 0571-85176089
经 销 全国各地新华书店
网 址 <http://mss.zjcb.com>
制 版 杭州新海得宝图文制作有限公司
印 刷 浙江兴发印务有限公司
开 本 889mm×1194mm 1/16
印 张 4
印 数 0,001-5,000
版 次 2018年1月第1版·第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5340-6275-9
定 价 15.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与本社市场营销部联系调换。

前言

“书法初学专用字帖”是一套适合书法入门的实用型系列教材。全套书共分十册：颜真卿《颜勤礼碑》、欧阳询《九成宫醴泉铭》、柳公权《玄秘塔碑》、赵孟頫《胆巴碑》、汉《乙瑛碑》、王羲之《兰亭序》、褚遂良《雁塔圣教序》、颜真卿《多宝塔碑》、智永《真书千字文》、汉《曹全碑》。每册教材均分为四章：笔画及相关的字、偏旁及相关的字、结构及相关的字、集字创作。书写进度从易到难节节相扣，并配有简要的书写提示。

一本好的书法入门教材，关键在选的字要典型，字例要清晰易分辨。本教材的范字均来自原帖，因碑帖上的字均有不同程度的破损，我们采用古人双钩填墨的办法将字准确地还原，使每一位初学者都能清晰地解读出字的各个笔画的细微特征，最大限度地解决了初学者临摹读帖时的困惑。

本套书最大的亮点是结合二维码提供笔画示范视频，从而帮助初学者在最短时间内轻松理解和掌握字帖中基本笔画的写法，为进一步深入学习提供了行之有效的学习方法。

“滴水穿石，非一日之功”，学习书法也是如此。我们衷心希望本套教材能成为您书法入门的良工利器，使您在练习书法的过程中达到“事半功倍”的效果。

池辉

2016年8月

《真书千字文》简介



智永，名法极，字智永，陈隋间僧人（生卒年不详）。乃王羲之七世孙，王羲之第五子王徽之后人，号永禅师，会稽山阴人，在当时极有书名。其书妙传二王法度，精熟过人。智永久居吴兴永欣寺，登楼不下数十年，求书者如市，所居户限为之穿穴，用铁叶裹之，人称“铁门限”。

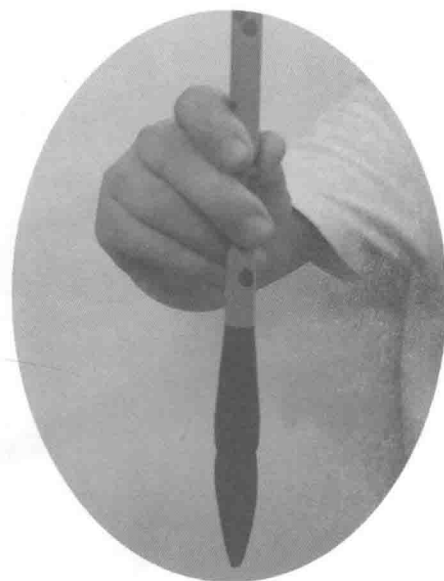
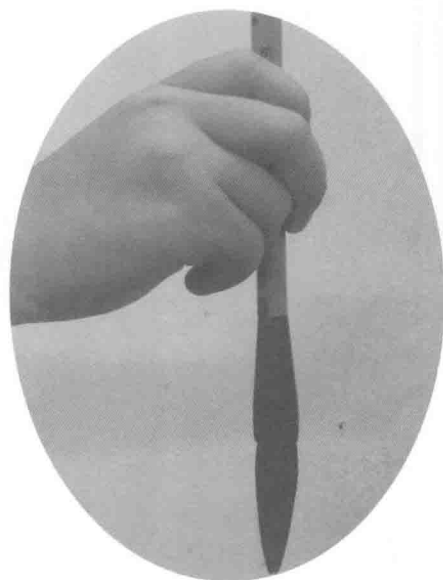
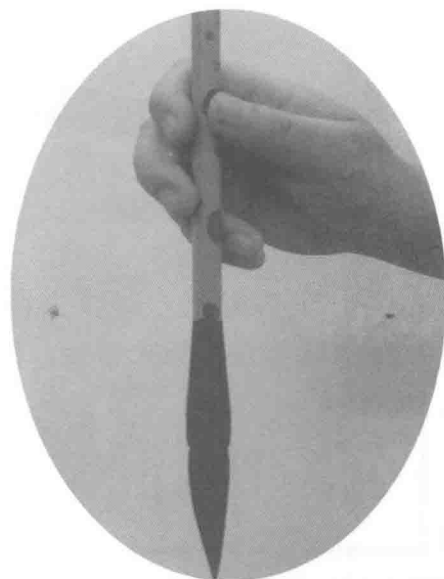
智永《真书千字文》早在唐代已随归化之僧、遣唐之使流传到日本，对日本书道产生过不小的影响。传世的智永《真书千字文》共有两本，一为唐代传入日本的墨迹本，一为保存于陕西省西安碑林的石刻本。墨迹本笔画圆润，结体茂密，笔致内含蕴藉，不激不厉，风规悠远，历代书家对其评价极高。因此，智永的《真书千字文》也成为楷书入门的最佳典范之一。

讓國有虞陶唐弔民伐罪
漢國有虞陶唐弔民伐罪
周發殷湯坐朝問道垂拱
周友反湯坐朝問道垂拱

书写姿势及执笔



站姿



坐姿

第一章 笔画及相关的字

长横

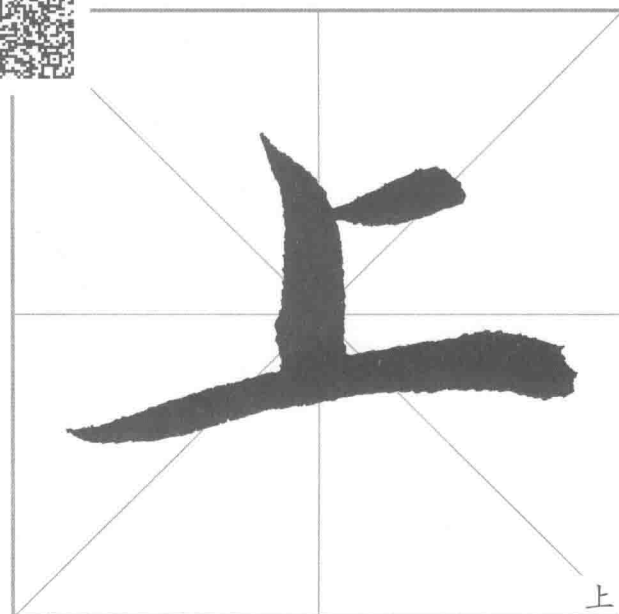
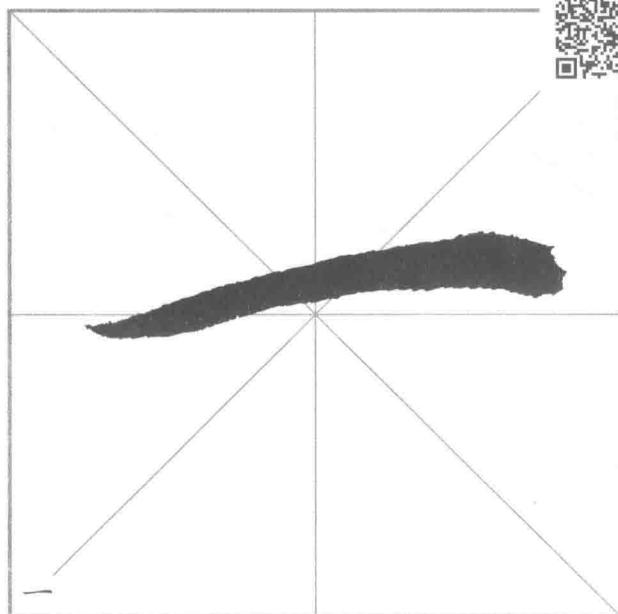
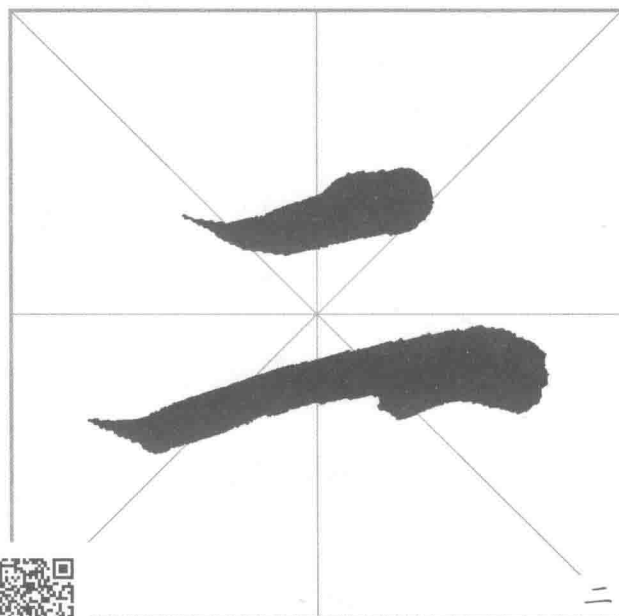
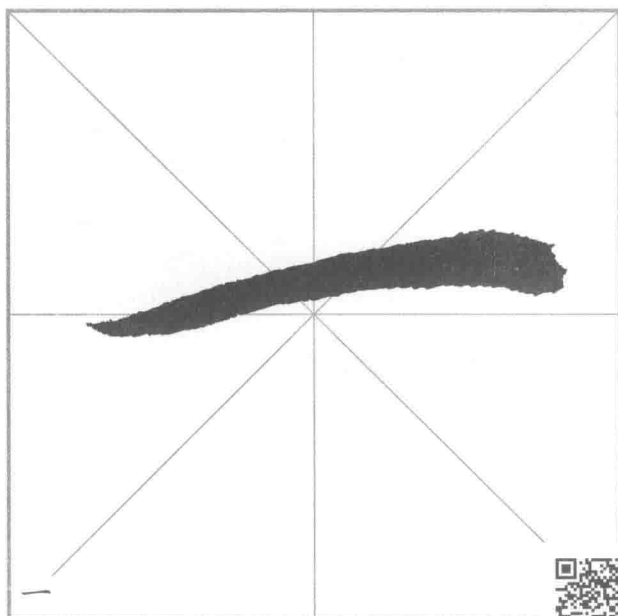


尖势起笔，顺势向右缓行笔，笔力由轻至重。笔末重按，回锋收笔。

短横



写法与长横基本相同。笔画稍短，笔势取向略有差异。



垂露竖

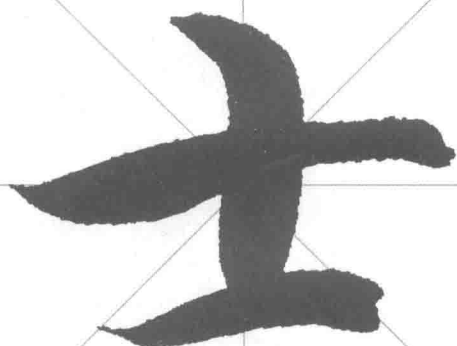


露锋起笔，按下后顺势向下行笔，笔力均匀，末端驻笔后提笔回锋。

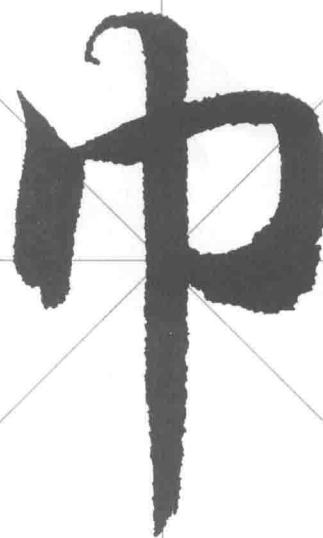
悬针竖



露锋起笔，稍作停顿后转锋向下行笔，用笔稍带弧度，末端渐提笔，尖势出锋。



士



巾



王



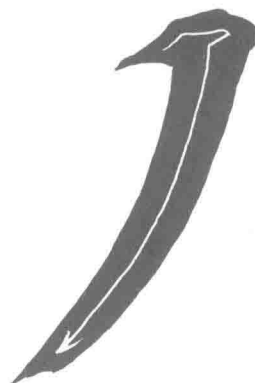
车

短斜撇



露锋起笔往右下按，转锋向左下行笔，笔力由重至轻，尖势收笔。

长斜撇



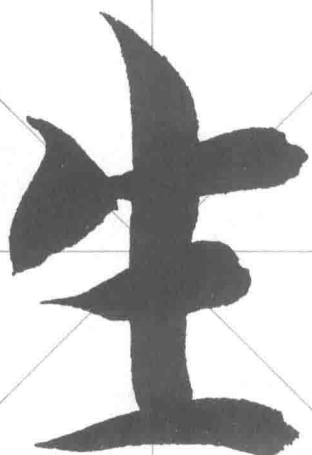
露锋起笔，重按后转锋向左下行笔，笔力由重至轻，笔势略带弧度。笔末渐提，尖势出锋。



千



左



生



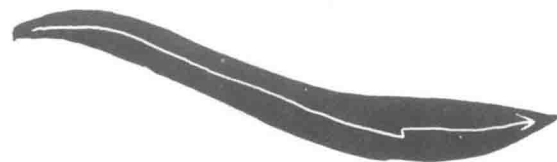
在

斜捺

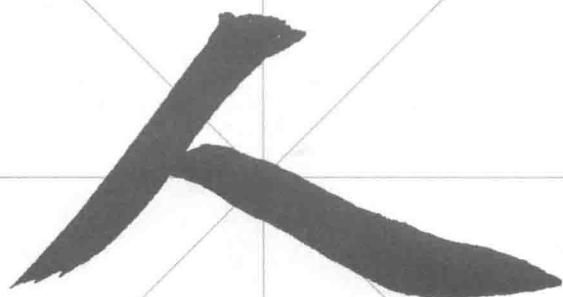
露锋起笔，顺势向右下行笔，笔力由轻至重，笔末重按，稍作停顿后向右渐提笔，尖势出锋。



平捺



写法与斜捺基本相同。笔画稍平整，略有波折起伏。



人



之



大



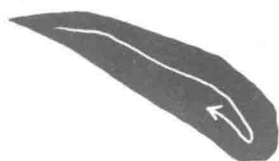
足

右点



露锋起笔，顺势向右下重按，稍作停顿后提笔回锋。笔画短小而饱满。

长点



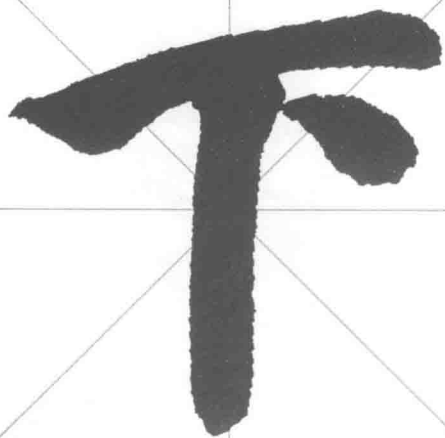
写法与右点基本相同。不同的字，其笔势取向略有差异。



主



不



下



求

外八字点



笔画组合上合下开，两笔略有高低平斜的变化。笔画以短小而饱满为宜。

内八字点



笔画组合上开下合，两笔呈左右引带呼应之势。一般写成左短右长为宜。



父



立

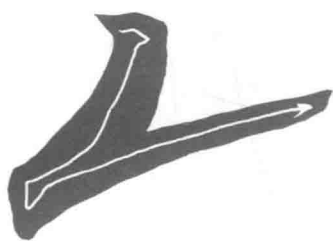


赤



羊

撇折



露锋起笔按下，转锋向左下撇，撇末提笔切入，再转锋向右折笔，末端渐提出锋。

竖折

露锋起笔按下，顺势向下写竖，竖末稍作停顿，转锋向右横出，回锋收笔。



云



世



去



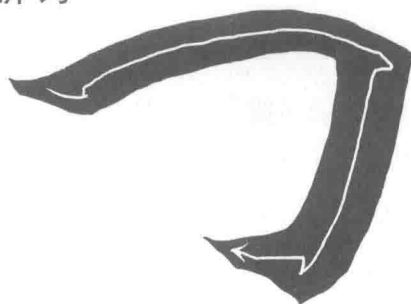
出

横折



露锋起笔按下，转锋向下渐行笔，笔力均匀，笔末停顿回锋。

横折钩



写法与横折相似。收笔时稍加停顿，并蓄势向左钩出。



百



雨



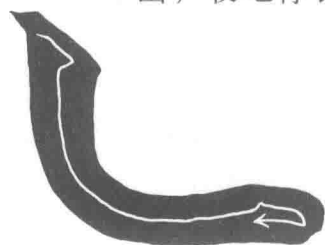
西



有

竖弯

露锋起笔按下，转锋向下行笔，顺势向右弯出，收笔停顿回锋。



竖弯钩

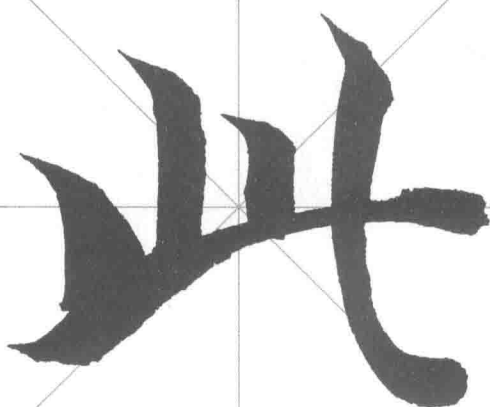
露锋起笔轻按，转锋向下缓行笔，笔末顺势弯转向右行笔，笔力渐重。钩处先按下停顿，蓄势向上出钩。



老



兄



此



光