

书法自学丛书

主编 李岩选

怎样学习隶书

滕西奇 编著

山东美术出版社

滕西奇 编著

怎样学习隶书

江苏工业学院图书馆
藏书章



山东美术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

怎样学习隶书 / 滕西奇编著. — 济南: 山东美术出版社, 2002.1

(书法自学丛书)

ISBN 7-5330-1582-7

I. 怎... II. 滕... III. 隶书—书法

IV. J292.113.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 080405 号

出版发行: 山东美术出版社

济南经九路胜利大街 39 号(邮编: 250001)

制版印刷: 山东新华印刷厂临沂厂印制

开 本: 787 × 1092 毫米 16 开 5.75 印张

版 次: 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1—5000

定 价: 13.50 元

135AE86/32

《书法自学丛书》编委会

主 任：张业法

副主任：于太昌 娄以忠

顾亚龙

主 编：李岩选

编委会成员（以姓氏笔画为序）：

于太昌 尹秀波

王建平 车晓曦

孙茂贵 肖 灿

张业法 李岩选

娄以忠 顾亚龙

滕西奇

前 言

中国书法艺术博大精深，源远流长，它以其完整的体系、丰富的内涵、独特的形式，自立于世界艺术之林。

随着改革开放以来的经济发展，社会繁荣，人们对文化艺术的追求越来越高。因此，学习书法、欣赏书法艺术的人也越来越多。为弘扬中华民族传统的书法艺术，大力普及书法教育，进一步提高全民族的文化素质，满足人们对书法艺术的需求，我们组织编写了这套《书法自学丛书》。山东省书法家协会对此十分重视，把丛书的编写出版当作一项建设工程来抓，成立了丛书编委会，由书协主席张业法同志任编委会主任，副主席顾亚龙和著名书法家于太昌、娄以忠先生任副主任。对编写体例、内容要求等进行了反复研讨和严格把关，以确保本书的编写水平和出版质量。

本书是一套指导书法爱好者自学入门的普及性读物。全书共分六册，包括怎样学习篆书、隶书、楷书、魏碑、行书、草书。尽管此类图书市面上已经很多，但本书在编辑思路、出版特色等方面将以崭新的面貌奉献给读者。本书成体系，分章节，采用讲评结合、图文并茂的形式，选用标准规范的图例，运用通俗易懂的语言，引经据典、深入浅出地讲解各种书体的名称、源流、特点、笔法、结体、章法等，同时介绍各种书体的代表书家及其传世佳作。通过由浅入深、从易到难的讲解示范、评点分析和临摹练习，使初学者逐步了解掌握书法的基础知识，初步掌握各种书体的基本技法，同时也不断提高对书法作品的鉴赏能力和审美意识，为步入书法艺术殿堂打下良好的基础。

本书以书法经典著作为依据，以古、现代名家碑帖为范例，融以作者本人学习书法的经验和体会，观点明确、表述清楚，文笔简洁生动，图示清晰规范。既有丰富的传统内涵，又有突出的创新意识；既保证了知识性、科学性，又实现了趣味性、实用性和可读性。可以说，本书是一套理论和实际相结合的教程式的辅导读物，必将成为广大书法爱好者的良师益友。

《书法自学丛书》编委会

2001年8月

目 录

前 言

引 言1

第一章 隶书源流简述.....2

一、施于徒隶之说.....2

二、创始者是徒隶之说.....2

三、徒隶使用之说.....2

四、隶属篆书之说.....2

第二章 隶书的用笔4

一、起笔和收笔.....4

二、提笔和按笔.....4

三、圆笔和方笔.....5

四、中锋和侧锋.....6

五、疾笔和涩笔.....7

第三章 隶书笔画写法及常见笔病8

一、点画的写法.....8

二、平画的写法.....8

三、波画的写法11

四、捺画的写法12

五、撇画的写法	13
六、钩画的写法	13
七、竖画的写法	14
八、折画的写法	15
九、提画的写法	17
十、隶书笔画常见笔病	18
第四章 隶书的结体	20
一、结体的含义	20
二、隶书的结体原则	20
三、隶书结体的具体要求	22
第五章 隶书的章法	30
一、正文	30
二、款文	30
三、钤印	31
第六章 隶书的临摹与创作	33
一、临摹	33
二、创作	34
第七章 历代隶书主要碑帖及书家	36
一、先秦简牍及书家	36
二、汉代隶书主要碑帖及书家	36
三、魏晋南北朝隶书主要碑刻及书家	39
四、唐代隶书主要碑刻及书家	39
五、清代隶书名家	40
附 图	43
后 记	83

引 言

从哪里入手，是学习书法必然遇到的首要问题。自从宋高宗赵构在《翰墨志》中提出“书法必先学正书”之后，从楷书入手似乎成为学习书法的圭臬。但是，登上山顶绝非“华山一条路”，“条条大路通罗马”，从隶书入手也是学习书法的绝好途径之一。

篆书和隶书都属于母体字，楷、行、草诸体皆由此孕育而出，它们是书法艺术的当之无愧的源头，“自古大家多从篆隶出”已是公认的经验。学习篆书要过识字关，这对我们现代多数人来说不易做到，而隶书不必在识字上花费功夫，它源于篆书，又具有楷书的发端形态，上通篆书，下启楷书，从隶书入手，既可以学到篆书中锋运笔、藏头护尾的基本笔法，又可以旁及楷书以至于行书和草书的笔法。隶书的这种承上启下的特殊地位，决定了学习书法从它入手成为比较理想的选择。

在各种书体中，隶书包容性最强，从它入手见效最快。隶书既庄重又活脱，博大精深，魅力独特，在书法艺术长河里历经两千多年而不衰，它可以给任何书法高手展示才华的空间。与法度严谨的楷书相比，隶书笔画与结体都比较简单，写起来比较随意，易为初学者所掌握，更适合少年和老年人入门。

大概从清代以后，许多人对从楷书入手理解有片面性，只知“先学正书”，不知“兼学行草”，甚至认为“写不好楷书就学不好书法”，把从楷书入手强调到绝对化的程度。欧阳修说：“单日学草书，双日学真书。真书兼行，草书兼楷，十年不倦当得名。”一部书法史即证明，那种“写不好楷书就学不好书法”的认识，是非常片面的。真正理解书法的人都有这样的体会，学了隶书之后再写行草，用笔上衔接更加自然，尤其是在转折、钩挑等方面，写法上非常接近，不像学了楷书（特别是颜体和柳体）再写行草那样还需要解散楷法。

书法爱好者，应该拿起隶书这把钥匙，打开通向书法艺术殿堂之门。

第一章 隶书源流简述

公元前221年，秦始皇统一了中国。为了改变诸侯兼并的春秋和七雄争霸的战国两个时期造成的文字异形、字体多样的情况，秦初，“丞相李斯乃奏同之，罢其不与秦文合者”，在沿袭西周的秦系文字的基础上统一了全国文字，即小篆。而当时民间还流传着一种俗体字，即隶书。隶书是从篆书演变而来的，其演变过程叫隶变。隶书省略了篆书的笔画，化圆转为方折，以直线代替弧线，笔势上由篆书的缓慢行笔变为短速奋笔，大大提高了书写速度。隶变是汉字发展史上一次伟大的变革，使汉字发生了质的变化——由表形嬗变到表意，从此汉字进入今文字阶段。隶变以前的文字称作古文字，隶变以后的文字（包括隶书）称为今文字。

关于隶书名称的厘定，历来说法不一，主要说法有以下几种：

一、施于徒隶之说

隶书之名，首先是汉代班固提出来的。他在《汉书·艺文志》中说：“是时（秦始皇时）始造隶书矣，起于官狱多事，苟趣（取）省易，施之于徒隶也。”这里的“徒隶”系指罪犯。班固认为，这种字体是秦始皇“官狱多事”的产物，是用于罪犯的字体，故名。同意这种观点的还有许慎，他说：“是时秦烧灭经书，涤除旧典，大发隶卒，兴役戍，官狱职务繁，初有隶书，以趣约易。”

二、创始者是徒隶之说

秦代下邳有个叫程邈的，他原为县吏，因得罪始皇在云阳监狱被关了10年。他在狱中改革文字，“增减大篆体，去其繁复”，作隶字三千奏于朝廷。始皇称善，将他释放，任命他为御史，让他改订文字。唐代张怀瓘在《书断》中说：“隶书者，秦下邳人程邈所造也。”后魏江武《论书表》也说：“隶书者，始皇时下邳人程邈附于小篆所作也，世人以邈徒隶，即谓之隶书。”他们认为，程邈曾是服役的罪犯，于是称他“发明”的这种字体叫隶书。

三、徒隶使用之说

晋卫恒《四体书势》说：“秦既用篆，奏事繁多，篆字难成，即令隶人佐书，曰隶字……隶书者，篆之捷也。”这里的“隶人”，指下级狱吏，他们身份低下，而且多为徒隶出身，故将他们使用的这种字体叫隶书。对此，赵孟頫在《松雪斋集》里说得更明白：“隶之为言，徒隶之谓也，言贱者所用也。”

四、隶属篆书之说

《说文解字》中对“隶”字的解释是“附着”的意思，《后汉书·冯异传》则训为“属”，这一含义现在依然使用，即“隶属”。《晋书·卫恒传》等认为，隶书是隶属于篆书的一种字体，它书写速度快，对书写缓慢的篆书起到辅助作用，达到篆书所达不到的目的，即“佐助篆书所不逮”。

以上几种文献几乎都把隶书的产生定位于秦代，这纯属时代的局限。1975年湖北省云梦县睡虎地11号秦墓出土的大批竹简，1980年四川省青川县郝家坪战国墓出土的木

牍文字，都足以说明在秦朝统一中国之前的战国时期隶书就萌芽了。一种字体的产生，需要有一个孳乳积累的演化过程，不可能是某人一时能够完成的，将隶书的发明权归于程邈一身不符合唯物史观。

综上所述，我们可以这样认为，隶书是萌芽于战国时期的一种字体，它省略了篆书的笔画，化圆转为方折，出现了波磔，提高了书写速度，但在当时使用范围有限。经程邈加工整理，适应了秦代官狱文牍繁多的需要，使其得到发展与推广。而隶书取得普遍使用地位则始于汉代。

秦代和西汉初期的隶书，波磔不太明显，仍保留着浓厚的篆意，叫作秦隶或古隶。最能

体现这一时期隶书特点的是现存于曲阜孔庙内的西汉《五凤刻石》（见附图5）以及《马王堆帛书》（图1）。

秦隶经两汉，特别是东汉文人的不断加工完善，逐渐形成一种结字讲究，波磔雄强，体势浑朴的独特字体，称为汉隶。东汉是隶书的鼎盛期，其时树碑风气兴盛，博大精深的汉隶得以在《乙瑛碑》、《礼器碑》、《华山碑》、《衡方碑》、《鲜于璜碑》、《史晨碑》、《曹全碑》、《张迁碑》等碑中保存下来。东汉碑刻，除《华山碑》郭香察书（存疑）、《衡方碑》朱登书、《西狭颂》仇靖书、《郾阁颂》仇绋书外，很少署名，所以，我们至今也不知道那些代表汉代最高成就的诸多碑刻和简书出自何人之手。史载蔡邕是写隶书高手，他的书法我们也只能从那些没有署名的《熹平石经残石》上窥探一二。隶书到东汉末期，由于过分追求规整和装饰性，结体缺乏变化，失去了古朴灵动的姿致。

魏晋楷书兴起，隶书式微。魏晋以后写隶书的虽代不乏人，但始终没能超过汉代的水平。如魏晋的《受禅表》、《上尊号碑》、《曹真残碑》、《黄初残碑》、《王基碑》，唐代李隆基的《石台孝经》、史惟则的《大智禅师碑》、韩择木的《叶慧明碑》、徐浩的《嵩阳观记》，以及元代大书法家赵孟頫的隶书，多搀以楷法，点画和结构十分刻板，无法再现汉代隶书高古灵动的神采。

清代碑学兴起，秦汉刻石受到青睐，给清代隶书带来了生机，使清代隶书成为继汉代之后又一个里程碑。郑簠、金农、邓石如、伊秉绶、陈鸿寿、何绍基、赵之谦等人的隶书，既有汉碑浑厚高古之气，又有鲜明的个人特点，达到较高的水平。

现代隶书，众多书法家由于得天独厚的条件，资料丰赡，思想解放，在学习碑刻的基础上，兼习帛书、简牍、砖瓦铭刻，并融以多种笔法，使这一古老艺术呈现出继往开来的新面目。

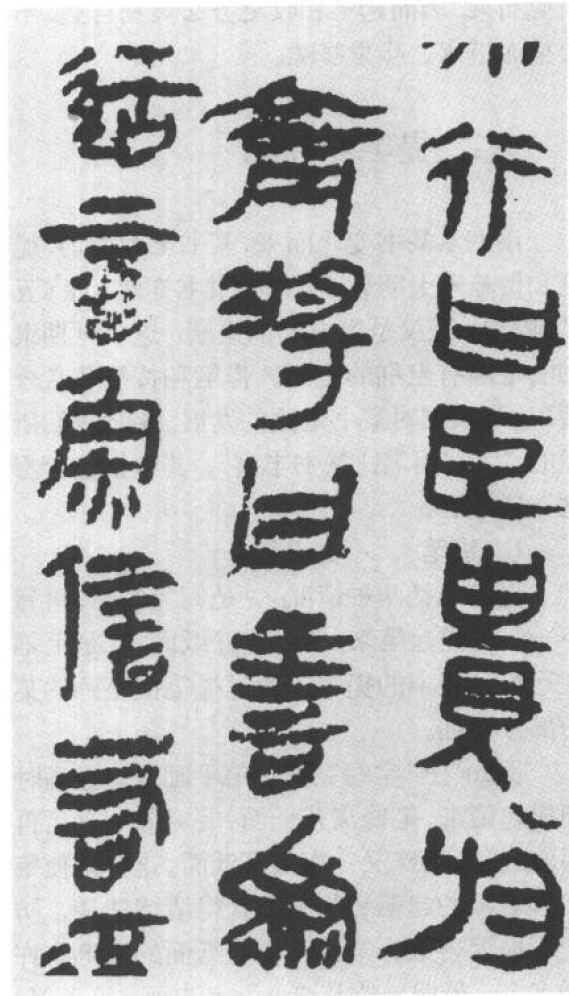


图1 汉《马王堆帛书》

第二章 隶书的用笔

用笔也称运笔，指笔锋在纸上写出笔画的活动过程，也即运用毛笔进行笔画造型的方法。这是书法最基本的技法。赵孟頫在《兰亭跋》里说：“盖结字因时相传，用笔千古不易。”足见用笔在书法中的重要地位。

文字是人们交际的工具，其应用意义的要求，简化成为汉字发展的总的趋向；其审美意义的要求，产生了笔法上的繁化多姿。因此，隶书在用笔上比篆书更加丰富。

在整个书写过程中，用笔包括起笔、行笔和收笔三个步骤。在这三个步骤中，主要包括起笔和收笔、提笔和按笔、圆笔和方笔、中锋和侧锋、疾笔和涩笔等几个方面。隶书的用笔除与其他字体有共性外，还有其特殊性，下面逐一加以介绍。

一、起笔和收笔

起笔和收笔系指运笔的起止。隶书的每一笔都有明显的起笔和收笔。起笔和收笔往往能决定笔画的形态，如藏锋还是露锋，圆笔还是方笔，垂露还是悬针等等，无一不是由起笔和收笔所控制。

隶书的起笔是从篆书来的，基本方法是藏锋逆入。写横画时欲右先左；落笔处不在笔画的顶端，而是在顶端稍微靠右一点的地方。落笔后先向左行笔，至顶端折锋右行，落笔处笔锋被覆盖，即藏住。写竖画时欲下先上：在笔画的顶端稍微靠下一点地方落笔，取逆势，至顶端转锋下行，落笔处同样被遮藏。写其他

笔画亦然。逆锋入纸的好处是能够将笔毫铺开，让每根笔毫皆尽其力。

隶书收笔的基本方法是有往必收。写横画时，笔锋至尽头，然后轻提向左回锋收笔。写竖画时，笔锋至末端，尔后轻提向上回锋收笔。写其他笔画亦然。回锋收笔可分实回和空回两种情况。实回，也叫实收，就是笔锋不离开纸面回锋收笔。空回，也叫空收，它是笔锋离开纸面收笔，只有回锋收笔的动作。初学者不易将笔画写得饱满，宜于实回。写得熟练后，笔力强劲了，可以空回。空回时虽然笔锋离开了纸面，由于有回锋收笔的动作，笔画末端能够避免用笔虚弱，防止虚尖的出现。

隶书是为了适应急速书写的需要由篆书演变而来，因而起笔和收笔务必爽利自然，不要拖泥带水，哆里哆嗦。

二、提笔和按笔

隶书从篆书变化而来，篆书笔画均匀，提笔和按笔不太明显，早期的隶书亦然，如《五凤刻石》。东汉是隶书的鼎盛期，这个时期隶书的笔画有粗细的变化，提笔和按笔非常分明，这是隶书对篆书笔法的发展。平时我们所说的“隶书用笔比篆书丰富”，其中就包含着这一层意思。

1. 提笔

提笔包括两种情况：一是写完一笔，再写下一笔时提起笔来，笔锋离开纸面；二是毛笔在运行过程中的提笔，通过提笔使笔画的某一部分变细。

例如“土”字写完第一笔平画再写竖画时便提起笔来，笔锋离开纸面；写完竖画之后再写波画时，笔锋又一次离开纸面。这样做使每一种笔画的起笔和收笔交代得清清楚楚，防止了拖泥带水。笔锋不离开纸面的提笔有许许多多，最明显的是“土”字波画（第三笔）的中部，由于将笔锋轻提，所以其中间部分变

细。如果仔细观察一下,“土”字的竖画的粗细也不是均等的,凡是细的地方都是提笔所致(图2·①)。

2. 按笔

按笔也包括两种情况:一是指下笔,二是指行笔过程中的顿笔。

例如“上”字的波画的起笔处和波脚显得粗重,这是按笔的效果;竖画的下笔处和第二笔平画的收笔处也略微粗重,也是按笔的效果(图2·②)。

总之,提笔和按笔使隶书的笔画有了粗细轻重的变化,笔画的轻重对比明显,克服了篆书笔画均匀单调形态。

隶书很讲究突出主笔。所谓主笔,就是在一字之中起覆盖、承载、贯穿、支撑和包孕等

作用的笔画。凡属这些笔画要突出,要写得重而长,应使用按笔,例如“之”的捺画;其余的笔画要写得轻灵,要掌握好提笔。“之”字捺画本身又有粗细轻重之别,这就是行笔的提笔和按笔使之然(图2·③)。

三、圆笔和方笔

隶书还有圆笔和方笔这两种笔法,隶书所指的圆笔和方笔与其他字体的圆笔和方笔不尽相同。

1. 圆笔和方笔的概念

篆书用圆笔,隶书在篆书用笔的基础上进而产生了方笔。这里所说的圆笔和方笔都是指的笔画的外部形态。

在书法的用笔上圆笔有两个含义:一是指笔画的立体感。当中锋用笔时,由于笔锋走笔画的中路,笔画中路流下的墨水多,显得厚;笔画两侧流下的墨水少,显得薄。这样,笔画当中和两侧就有了厚薄之分,产生了立体感。当然,这种立体感只有在书法上训练有素的人才能看得出来。二是指笔画的起笔处、收笔处以及转折处呈现圆转之形。这里所讲的圆笔指的是第二个含义。用圆笔写出来的笔画圆浑流畅,富有内含的力量。

所谓方笔,就是笔画的起笔处、收笔处或转折处呈方形,有棱有角。用方笔写出来的笔画雄强有力,有斩钢截铁之势。在汉碑中,《曹全碑》、《史晨碑》、《石门颂》基本上使用圆笔,《张迁碑》、《鲜于璜碑》基本上使用方笔。《张迁碑》中“不”字的横画和“中”字的竖画都属方笔(图3·①·②)。

2. 圆笔和方笔的书写要领

书写圆笔和方笔各有两种方法:提笔为圆,顿笔为方;绞笔为圆,翻笔为方。

提笔为圆:根据毛笔提起来笔锋(收拢)尖圆的特性,书写时起笔、收笔和转折处不要用力顿笔,笔画两端和转折处的形态便是圆

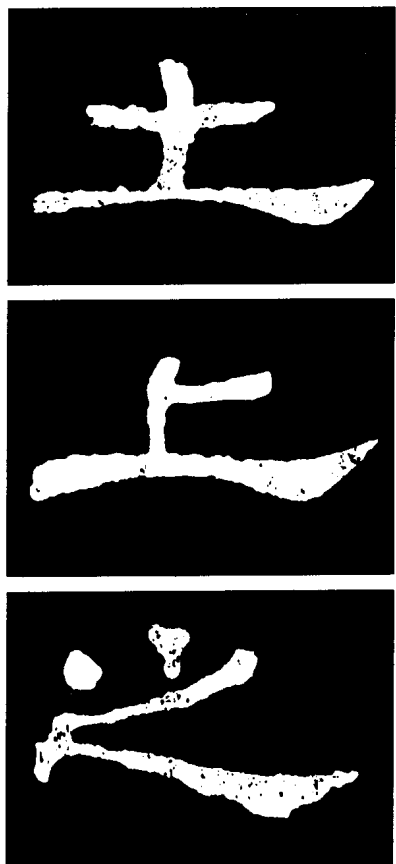


图2

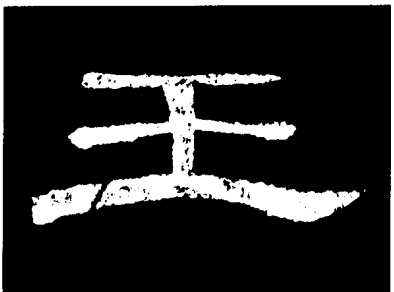


①



②

图3



①



②

图4

合的。

顿笔为方：根据毛笔笔锋捻平为齐的特性，起笔处和收笔处用力顿笔，使笔毫铺开（笔锋变齐，类似排笔），笔画两端的形态

便是方方棱棱的。

绞笔为圆：通过手指和手腕的力量转动笔管，使笔锋收拢相拧（即绞），波画、捺画的波脚处和捺脚处便出现圆合的形态。

翻笔为方：顿笔使笔毫铺开，毫面直立，然后快速向相反方向翻折运行，笔画顶端出现方方棱棱的形状。如图3·①“不”字的横画，书写时先由右向左逆行，使笔毫铺开直立，犹如排笔，然后将手腕突然向右一翻，快速向右运行；至尽头再快速向左翻折收笔。这样，横画的两端便为方笔。图3·②“中”字的竖画也是这样写出来的，只是行笔方向不同而已。写其他笔画道理与此相同。

在实际运用中，这两种方法常常是交替使用，又提又绞写出圆笔，又顿又翻写出方笔。

应该看到，圆笔和方笔不是绝对的。圆笔，只能说大体圆合；方笔，只能说大体呈方形。特别是方笔，用圆锥形的毛笔不可能完全像用排笔写出来的美术字的笔画那样方方棱棱的。通常的情况是方中有圆，圆中有方，方圆结合，所不同的是主次有别。

圆笔和方笔，圆笔好写，方笔难写。特别是翻笔最难掌握，不仅手法要准，翻腕的动作还要快。如果手法对，动作慢，仍然写不出方笔来。

四、中锋和侧锋

中锋和侧锋是用笔的重要内容。对此认识的偏颇和模糊甚多，甚至不乏迂腐之见。

1. 中锋

中锋，也称正锋，指行笔时笔管基本直立，使笔锋在笔画中路运行。用中锋写出来的笔画圆润浑厚，丰满充实，入木三分。例如《曹全碑》中的“王”字就是中锋运笔写出来的（图4·①）。

中锋用笔是东汉著名书法家蔡邕首先提出来的。他的原话是：“令笔心常在点画中行”。这句话后来被奉为用笔准则。在此后的一千多年里，不少人对这句话的理解有片面性，甚至强调到绝对化的程度，以致造成许多混乱和误导。他们把“令笔心常在点画中行”理解成“让笔锋始终在笔画正中运行”，并进而强调必须“笔笔中锋”，否则就违背了用笔规则。蔡

邕的“令笔心常在点画中行”的“常”字是“经常”的意思，既是“经常”，就不是自始至终。试想，在行笔过程中，特别是转折处，笔锋不可能“自始至终”一丝一毫都不偏离笔画的中心线。如同骑自行车一样，车把与车身不会每时每刻都那么端正，尤其是拐弯抹角处，总要有一定的倾斜。倘若把它理解成像刨床上的刀头那样机械移动就大错特错了。这是其一。其二，必须区分写什么字体。如果写铁线篆，笔画粗细均匀，要求中锋行笔是对的，但写其他字体一律要求“笔笔中锋”就太绝对化了。隶书中就有侧锋用笔，行书和草书中侧锋更多，而且行书和草书的峻拔爽利在很大程度上靠侧锋去实现。

2. 侧锋

侧锋就是行笔时笔锋偏侧到笔画的一边。写横画时，笔锋不走笔画的中路，而是偏在笔画的上缘，这样，笔画的上缘就产生了刀劈斧凿的艺术效果，如同图4·②“之”字的波画那样。这里只是借其形说明问题，不是说“之”字的波画一定是侧锋写出来的。

篆书用笔使用中锋行笔，隶书则增加了侧锋用笔，这是隶书用笔比篆书丰富的表现之一。排斥侧锋，以至于把侧锋视为禁区是一种偏见。

以上分别谈到中锋和侧锋用笔，而在实际书写过程中不可能截然分开，多是中锋和侧锋相结合相交替使用。这样，就能克服纯用中锋行笔所造成的笔锋完全圆转的单调。

最后说一说偏锋的问题。有人把笔锋完全贴到笔画一边叫偏锋，把介于中锋与偏锋之间的运笔叫做侧锋。也有人把凡是离开笔画中路的行笔，不管偏离程度如何，统称侧锋。运笔本身是个很复杂很灵活的问题，侧锋和偏锋的界限很难掌握，偏离中路到什么程度是侧锋，偏离中路到什么分寸是偏锋，不好界定。因而对这个问题不必机械地去理解，更用不着死抠字眼，在划分上宜粗不宜细。

五、疾笔和涩笔

1. 疾笔和涩笔的含义

疾笔是指用笔要爽利，呈现奋笔疾进的艺术效果。隶书由篆书缓慢的行笔变为短速的奋笔，书写时应力避迟缓拖沓。但是，“疾”，决不是单指运笔速度快，一味求快，势必造成笔画轻滑，堕入轻靡。

涩笔是指运笔以逆势而进，笔锋好似在克服着一种阻力而向前行进。涩进方能沉劲入纸，力透纸背，达到浑厚迟重的效果。

“疾”与“涩”是对立的统一，就像不能把“疾”理解成一味图快一样，也不能把“涩”理解为一味求慢。过于迟缓，必然呆板，缺乏神采。“疾”与“涩”有机地结合起来，写出来的笔画既利落又有力度，显示出苍劲豪迈的效果。汉代碑刻和简书所以能够成为隶书艺术的典范，也在于汉代那些善于写隶书的高手们把“疾”与“涩”完美地结合起来，于浑厚雄劲中融潇洒淋漓之妙。

2. 注意事项

在运用疾笔与涩笔方面，容易犯的毛病很多，除了一味图快，笔画轻滑之外，以下3点应引起特别注意：

(1) 行笔故意哆嗦

有人为求所谓金石气，运笔时故意抖抖擻擻，美其名曰“疙瘩隶”。写“竹”字则把笔画哆嗦成竹节形状，写“虎”字则抖擻出疙疙瘩瘩的长尾巴，这统统是谬种流传。

(2) 行笔扭来扭去

有人运笔不但缓慢，而且扭来扭去，违背隶书的用笔规律，写出来的笔画俗不可耐。

(3) 描画成形

有人写“口”字或“十”字交叉处，把四角描成圆形，这是不明书理的表现。有些碑刻多年风化，笔画变形，不要依样画葫芦，要透过刀锋看笔锋，不能机械地去描摹。

第三章 隶书笔画写法 及常见笔病

隶书的笔画包括点画、平画、波画、捺画、撇画、钩画、竖画、折画、提画9种。

一、点画的写法

隶书的点画是其他笔画的浓缩，变化比较丰富。

1. 书写步骤

隶书的点画是一笔写成的，为了便于表述，这里以顶点为例，如图5·①所示，将点画的写法分为4个步骤：

(1) 向左上方逆锋入纸。入笔处不在顶端，而是在顶端稍下部位。

(2) 轻轻向右顿笔，把顶端拓宽。

(3) 转锋向下行笔。在向下行笔中把入纸处（笔锋）覆盖住，这就是所谓藏锋。

(4) 向上回锋收笔。

图5·①所示，行笔路线好像画了一个圈，实际上是一笔写成。这是图示法本身的局限所造成。写其他笔画的图示也有这个不足，请务必注意。

2. 点画的变化

由于点画在字中所处的位置不同，并且各种汉碑写法有别，隶书点画的形态变化较多，下面仅举几例加以说明。

(1) 隶书的上点，常常写作平画（短横）。例如《乙瑛碑》的“言”字（图5·②）。

(2) 图5·③《史晨碑》“治”字“水字

旁”三点，是逆入写出来的。

(3) “宝盖头”的上点，有的写得直，有的写得斜。例如《礼器碑》的“家”字，上点是竖写，“官”字的上点是斜写（图5·④·⑤）。

(4)《曹全碑》“走字旁”三点的行笔，既有由内向外写，也有由外向内写的。例如“遭”字的“走字旁”三点是由内向外写的，“造”字的“走字旁”三点是由外向内写的（图5·⑥·⑦）。

(5)《乙瑛碑》中有的点画写作短捺，例如“宗”字（图5·⑧）。

(6) 隶书的下四点变化很大，要做到其方向、长短、粗细有别，避免雷同。例如《石门颂》中的两个“庶”字，其下四点的形态和运笔方向的变化非常丰富。见图5·⑨·⑩。

3. 写点画注意的问题

(1) 逆锋入纸后，在向右拓笔时，要控制好笔锋，不要使它又跑到了左上端，达不到藏锋的目的。

(2) 写隶书的点画时，不要像写楷书或行书那样侧锋入笔，应遵循藏锋逆入的原则，不出现斜角。

二、平画的写法

在隶书里，那些不带波脚的短横叫平画。

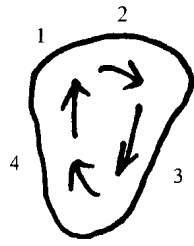
1. 书写步骤

如图6·①所示，平画的写法分为4个步骤：

(1) 向左下方逆入（向左上方亦可，而向左下方入笔更易于掌握），入笔处不在顶端，而是在顶端的稍右处。

(2) 向右折锋，顶端出现蚕头的形状。

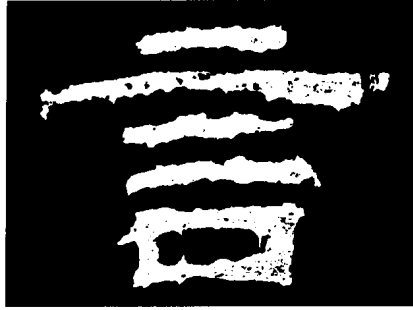
(3) 中锋向右平行运笔，把入笔处覆盖住（藏锋）。



①



⑥



②



⑦



③



⑧



④



⑨

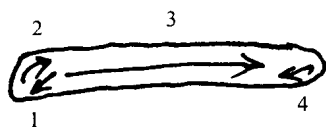


⑤



⑩

图 5



①



②



③



④



⑤



⑥

图6

(4) 回锋收笔。初学隶书，收笔要实回，即笔锋不离开纸面，从中路或下缘朝左方轻回后提笔。书写熟练了，具有一定的驾驭能力，可以空回，即把笔提起来，笔锋离开纸面，只做出回锋收笔的动作。

2. 平画的变化

(1) 平画一般要写得平而直，但有时可以变化。例如《史晨碑》中的“咸”字，上

面的平画向上拱起，具有篆书的笔意（图6·②）。

(2) 《曹全碑》的“仁”字，平画略显凹形，与下面上凸的波画有顾盼照应之势（图6·③）。

(3) 《张迁碑》、《鲜于璜碑》中的平画多是方笔，例如《张迁碑》的“仁”字（图6·④）。

(4) 《曹全碑》中的平画多是先重后轻，先粗后细。例如“諱”字的几个平画都是这样写的（图6·⑤）。

3. 写平画注意的问题

(1) 入笔处和收笔处不要出现顿头和斜角。入笔处出现顿头的原因是下笔太重，收笔处出现顿头是由于像写楷书那样在回收前按了笔，而隶书的平画收笔时不需要顿笔。

入笔处和收笔处出现

斜角是没有做到藏锋逆入和回锋收笔。

(2) 隶书的平画基本平正，不要写成唐楷那样左低右高的斜势。如果将《张迁碑》中的“夫”字与《九成宫》或其他唐楷中的“夫”字一对照便可一目了然（图6·⑥）。

(3) 《张迁碑》、《鲜于璜碑》中平画的方笔多是翻笔写成，需要用笔非常娴熟。因此，初学者不宜从这两个碑入手，否则容易染上