

书 法 技 法 精 要

[汉]

乙瑛碑 基础教程

金小萍 编

乙瑛碑基础教程·曹全碑基础教程·史晨碑基础教程·颜勤礼碑基础教程·多宝塔碑基础教程·玄秘塔碑基础教程·九成宫碑基础教程·三门记基础教程·正书千字文基础教程·雁塔圣教序基础教程·蜀素帖基础教程·集王羲之圣教序基础教程·兰亭序基础教程·书谱基础教程



上海书画出版社

书 法 技 法 精 要

乙瑛碑 基础教程

金小萍 编

上 海 书 画 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

乙瑛碑基础教程/金小萍编. —上海:上海书画出版社,
2007.7

(书法技法精要)

ISBN 978-7-80725-480-5

I. 乙… II. 金… III. 隶书-书法-教材
IV. J292.113.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第070279号

责任编辑 时洁芳
技术编辑 钱勤毅
责任校对 柏 龙
封面设计 潘志远
版式设计 金小萍
图版整理 徐方震
图片摄影 卢国聪

☆书法技法精要

乙瑛碑基础教程

金小萍 编

◎上海书画出版社 出版发行

地址:上海市延安西路593号

邮编:200050

网址:www.shshuhua.com

E-mail:shcph@online.sh.cn

印刷:上海市印刷十厂有限公司

经销:各地新华书店

开本:787×1092 1/16

印张:5

印数:0,001-5,000

版次:2007年7月第1版 2007年7月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-80725-480-5

定价:12.00元

出版说明

“书法技法精要”丛书是一套切合学校书法基础教学和初学者自学的实用教材。其以历代最受欢迎的经典法帖为范本，除了介绍传统技法如点画、偏旁部首、间架结构和章法，还结合当代书法教育的特点和现状，补充完善了临摹与创作、习作评改、书法常识等内容，力求为学书者提供一个由点到面、循序渐进，书写技巧与理论常识相结合的教学框架。此套丛书楷、行、草、隶各体兼备，内容丰富，教师可以根据学生年龄层次和自己的擅长选择并安排教学内容与进度。对于碑帖中的范字，视情做了电脑技术加工并标注简体释文，更便于初学者临写。

此册是以汉代名碑《乙瑛碑》为编写范本。



(汉)《乙瑛碑》

目 录

第一部分 技法精要	1
一 基本点画及其变化	2
二 偏旁部首	15
三 间架结构	23
四 异体释疑	34
五 章法	37
第二部分 临摹与创作	39
一 有效的临摹	39
二 从临摹到创作	50
三 学生习作评改	57
第三部分 书法常识	63
一 执笔、书写姿势与运腕	63
二 书法名词解释	65
三 文房用具	67
四 宣纸开裁	69
五 落款常识	70
六 《乙瑛碑》释文	71
七 其他汉隶简介	72

第一部分 技法精要

● 汉《乙瑛碑》简介

《乙瑛碑》，全名《汉鲁相乙瑛请置孔庙百石卒史碑》，又名《孔和碑》，东汉桓帝永兴元年（153）立石，现藏于山东曲阜孔庙。全碑高260厘米，宽129厘米，十八行，每行四十字，无碑额。碑文记载了孔子十九世孙孔麟上书请奏于孔庙安排一名百石卒史之事以及对鲁相乙瑛的赞辞。该碑书风方正雄厚。波磔舒展，骨肉丰满，是典型的庙堂书法风范。清方朔《枕经金石跋》曰：“《乙瑛》立于永兴元年，在三碑（汉《礼器》、《史晨》）为最先，而字之方正沉厚，亦足以称庙堂之美，百官之富。”杨守敬《平碑记》云：“是碑隶法实佳。”翁方纲云“骨肉匀适，情文流畅，汉隶之最可师法者”，诚非溢美。

● 《乙瑛碑》书法特色

《乙瑛碑》是汉碑中笔法方圆兼备，体势严谨庄重的典型作品。它以中锋用笔，藏锋逆入，每一笔都写得沉雄有力，厚重坚实。横竖劲挺，波磔舒展，主笔粗重，尤其是对一字之中动势最强的笔画如波磔等用力最重。拓锋铺毫力送笔端，出锋斩钉截铁。《乙瑛碑》用笔上最成功之处就是将方、圆用笔浑然一体，不火不颓，刚柔相济，使之既有《张迁碑》的雄峻，又有《孔庙碑》的婉畅与清丽。

结体方面，于平正中求变化，端庄处见生动，是《乙瑛碑》结构上的一大特色。或方正扁平，或左高右低、左低右高，依形造势。偏旁部首的配合，各部之间的穿插，笔画轻重的对比，处处包含着微妙的变化，其中九个“子”字竟无雷同，横平竖直的线条中，常见向背仰覆的变化；上覆下承的结构规范中又灵活多变，神态自然而坚实安稳。在总体的平衡中制造局部的冲突，并通过穿插避让等手段使之复归平正。

在章法布局上《乙瑛碑》也代表了东汉隶书成熟时期的特点：纵有行，横成列；横向取势，波势分明，行间茂密。整体上端庄谨严，气势雍容。

《乙瑛碑》隶法纯正，熔古朴、雄浑、典雅于一炉，深受历代书家推崇与好评，影响深远。作为基础训练，堪称学习汉隶的经典范本之一。

一 基本点画及其变化

基本点画是汉字书法架构的基础材料，点画不过关，笔法不明白，就无法写出生动有力、富有书法韵味的字来，临帖也难以做到由表及里。因此，弄清并掌握点画用笔是学习隶书的第一步。

所谓用笔，就是运用一定的书写技巧，写出各种形态特征笔画的过程。楷有楷法，隶有隶法。汉碑林林总总，风格也各不相同，每块碑的写法用笔，既有其共同规律，又各具特点。一般而言，可用清刘熙载所说的“逆入、涩行、紧收”六字笔法来概括《乙瑛碑》的用笔规律。

逆入，就是说隶书起笔要藏锋逆入，欲发先收，欲进先退，犹如拳击手出拳，蓄势而后发，行笔方能更加有势有力。

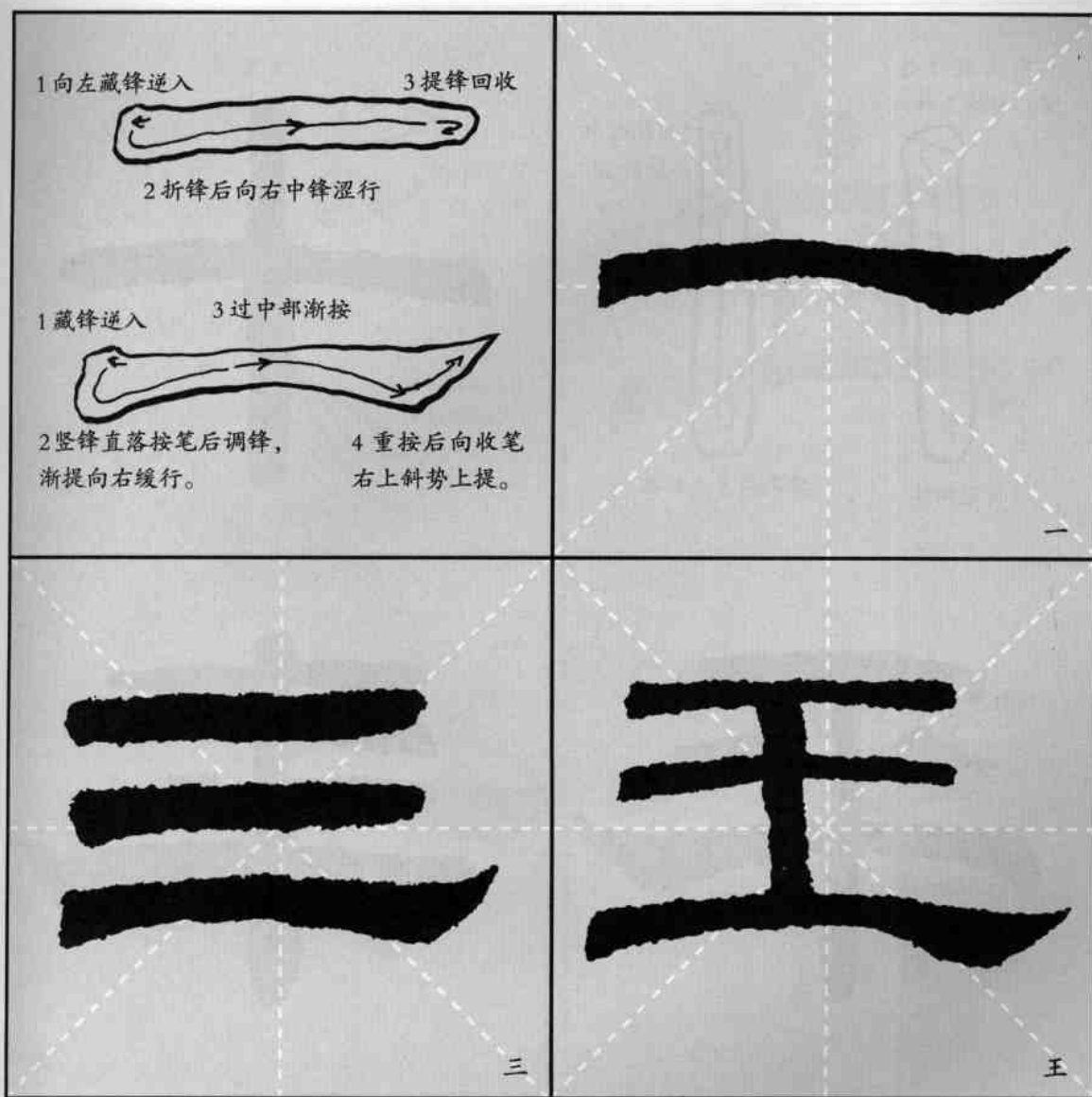
涩行，就是行笔时不要太快，过快则滑。隶书线条要做到浑厚、凝练、有质感，行笔就要有涩势，如逆水行舟、春蚕啮叶。行笔中手对笔的控制要能做到轻重徐疾、提按顿挫尽在掌握之中，方能体现用笔的蕴藉之美。

紧收，就是用笔过程要力到笔端，尤其是撇、捺、挑等应注意用笔的收势。宋米芾说“无垂不缩，无往不收”，就是“紧收”的最好注解。用笔的收势有虚收和实收。虚收就是笔到点画末梢时提锋空回；实收就是笔锋送到点画末端时在纸上作一迅捷的回锋后提笔收锋。初学者宜用前法，待有一定书写实践经验后可虚实回锋相济运用。紧收的目的就是使笔画出锋时不至飘滑，有“意犹未尽”之妙。

《乙瑛碑》基本点画有横、竖、点、折、撇、捺、左弯钩、右折钩等，它们的形态差异明显，书写时用笔要求各有侧重。同时这些基本点画，因在字中所处的位置不同，取势各异，形态也随之变化，以使文字更加生动自然，更富有书法意味。

（一）基本点画

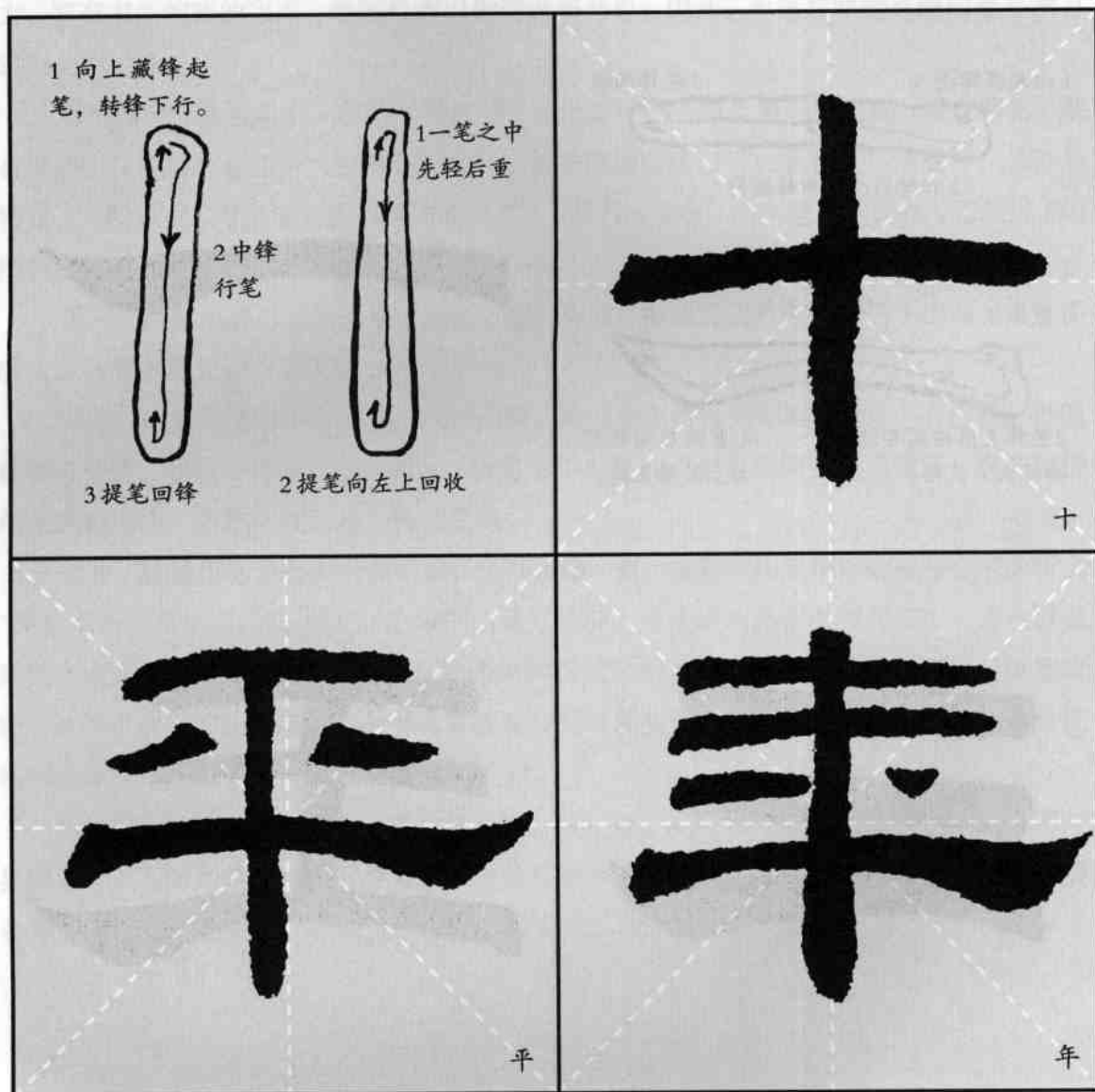
1.横：有平横与波横之分。平横线条平直饱满，粗细匀称，起止不露痕迹。波横是隶书典型笔画之一，运笔须一波三折，“蚕头”、“雁尾”特征显著，提按起伏明显，忌平拖。



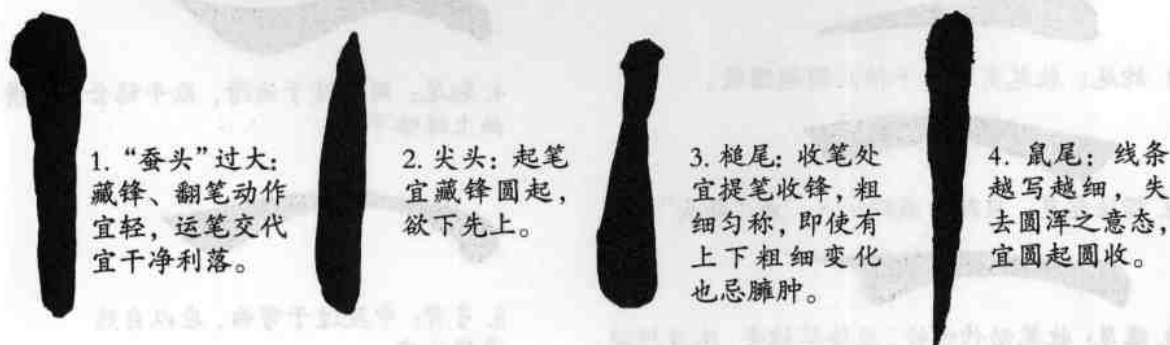
练习横画时须避免以下几种病笔：

1. 蛇尾：收笔尖细，平横应圆起圆收。
2. 楷法起笔：应改为藏锋逆入，成“蚕头”状。
3. 瘪尾：收笔动作过快，应按笔铺毫，速度稍缓。
4. 翘尾：用笔过于油滑，应平稳含蓄，横画上缘略平。
5. 弓背：中段过于弯曲，应以自然平稳为宜。

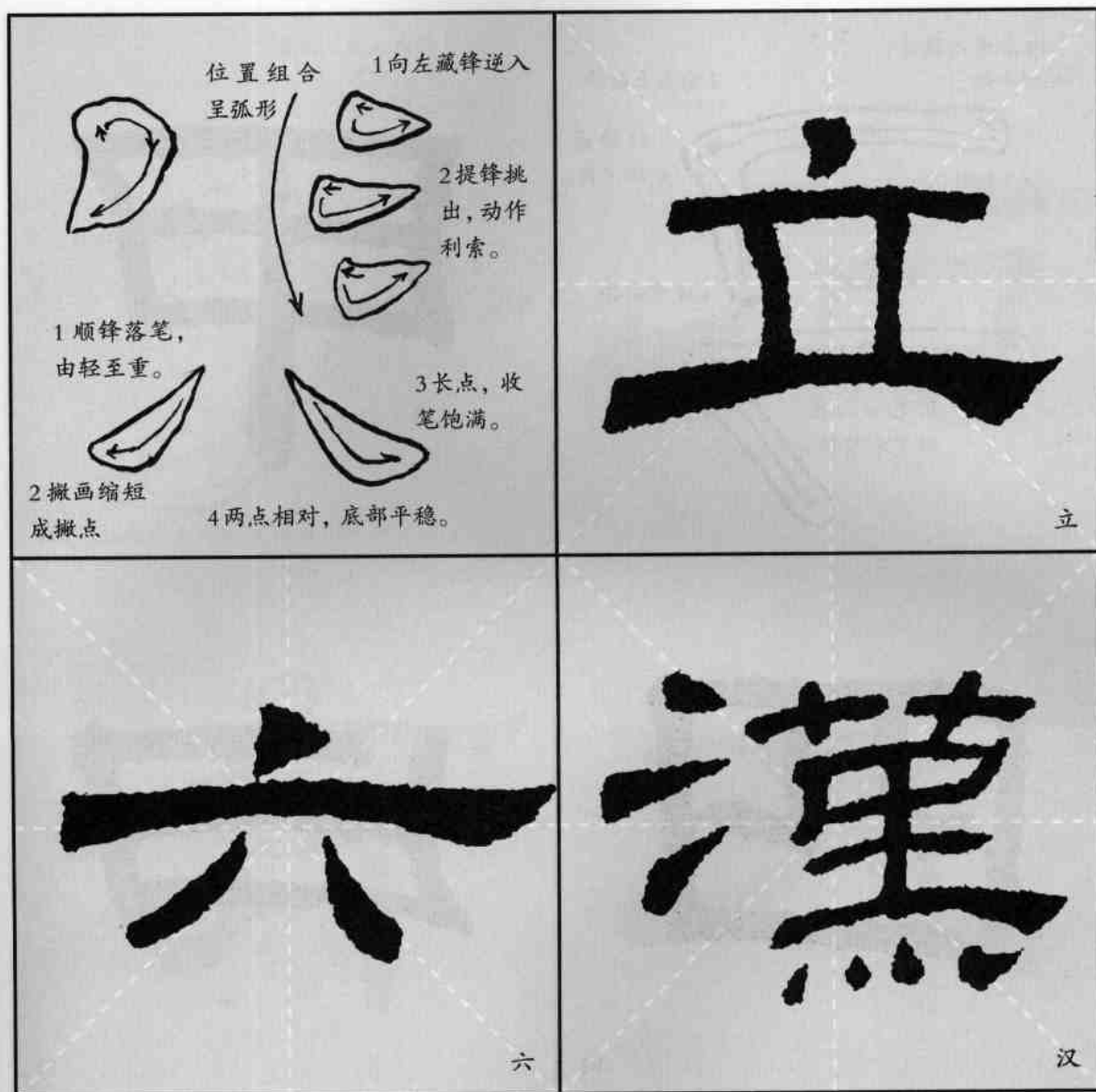
2. 竖：欲下先上，行笔速度勿快，线条饱满，圆起圆收方见浑厚。有些竖画上下粗细略有差异。



练习竖画时须避免以下几种病笔：



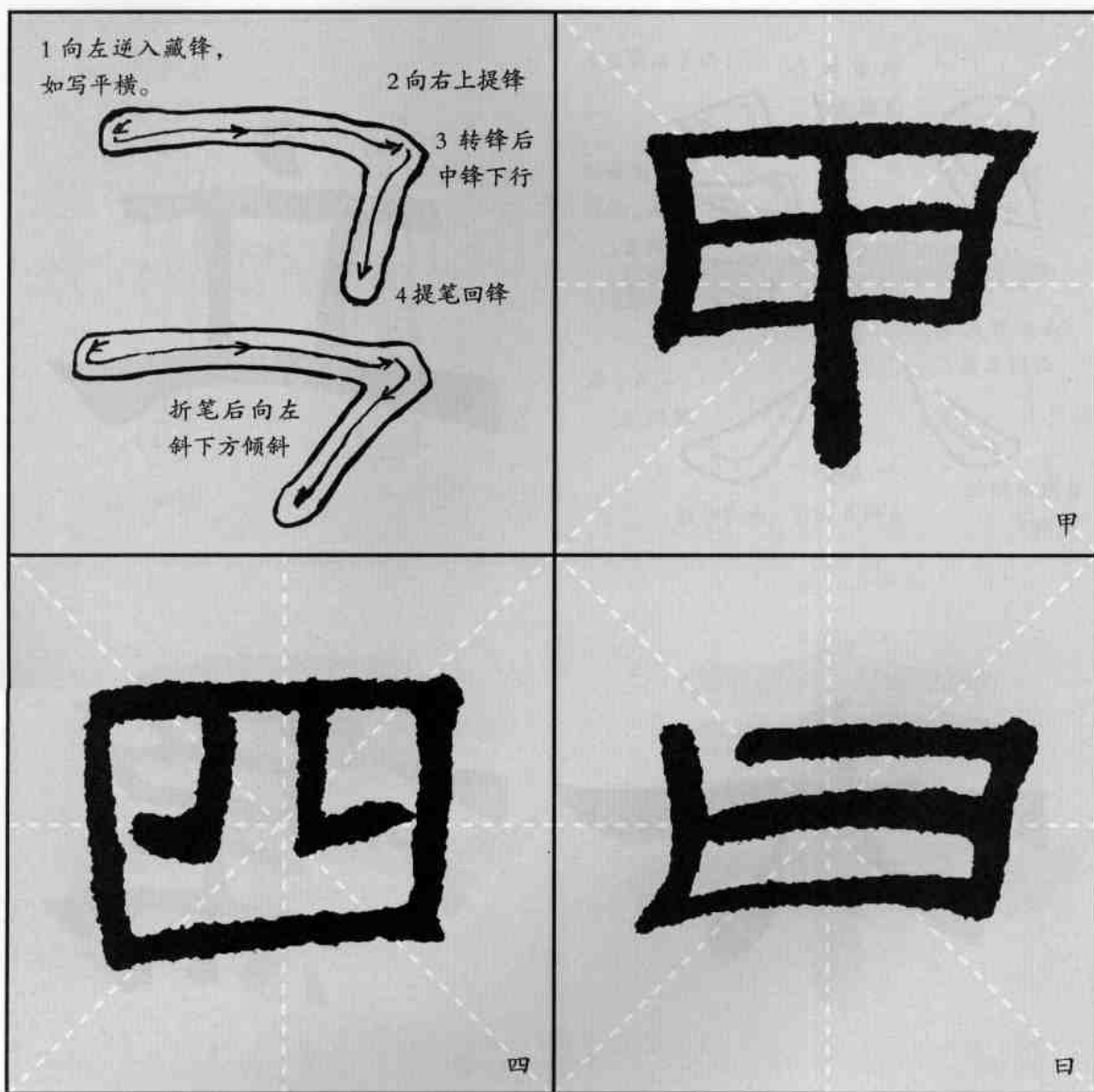
3. 点：逆入向上藏锋，转锋折下轻按后提笔轻收。点要写得饱满，须注重形势，沉着中带灵动，不可呆板、迟滞。点的姿态非常丰富，须根据着力点的重轻和组合方位求得变化。



练习点画时须避免以下几种病笔：



4. 折：以横折为例，此点画是横画与竖画的组合，折笔处笔不离纸，提笔转锋，一气呵成，勿使臃肿。除了比较平直的横折，亦有向内收敛明显的写法，常与左边的竖画形成相背呼应之势。



练习折画时须避免以下几种病笔：



1. 圆肩：折笔处宜提笔调锋，不可一滑而过，缺乏骨力。

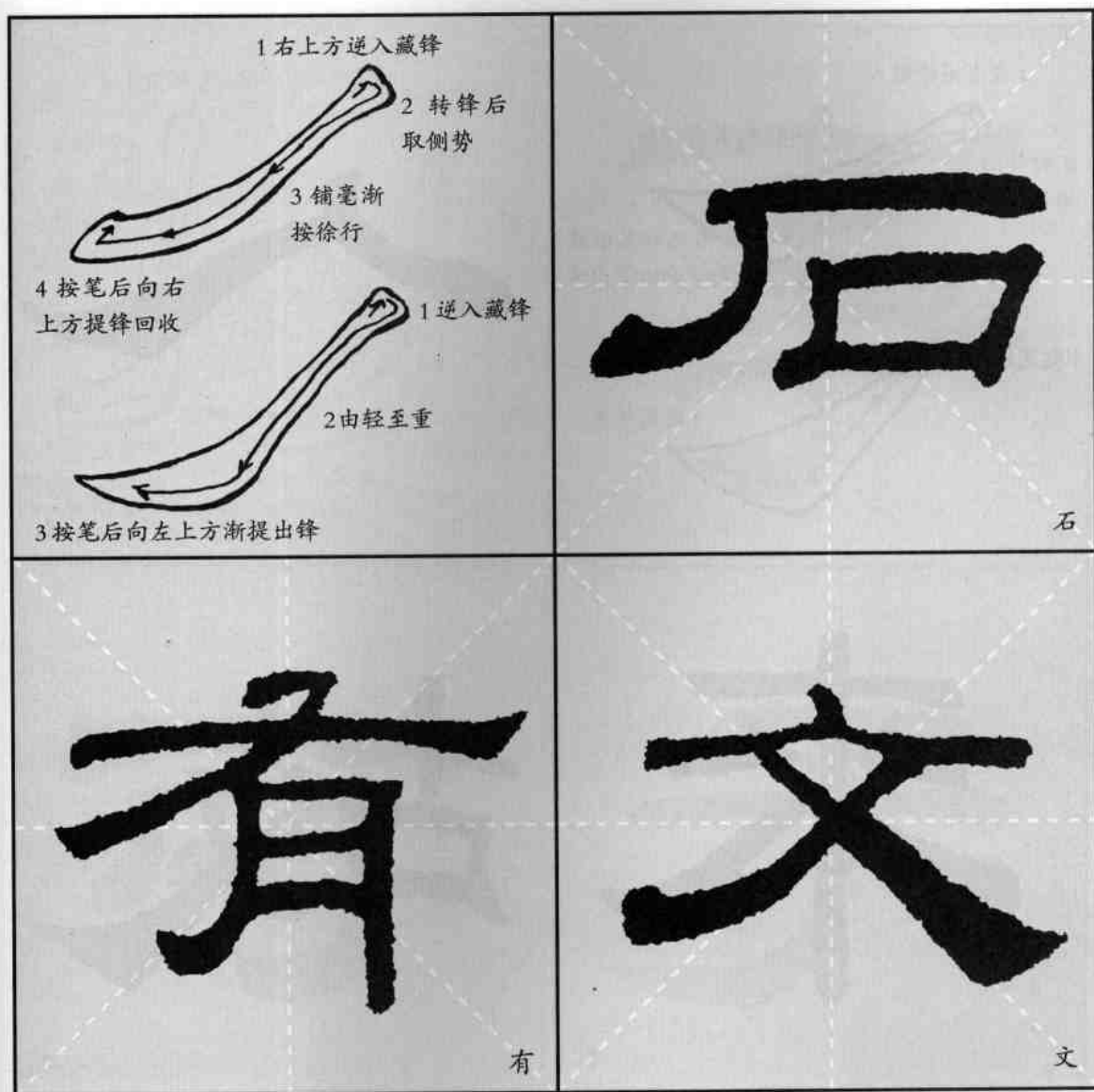
2. 主角：折笔处用力过重，似楷书顿按，全无隶意，宜笔方而势圆。



3. 耸肩：折笔处提笔过分，转角过高，宜轻提，调锋后再略按。

4. 倾倒：折笔方向过于向左，有倾倒不稳之态。

5. 撇：有回锋撇与出锋撇之分。回锋撇是隶书典型笔画之一，收笔处提锋回收，形态饱满；出锋撇收笔似波横用笔。行笔过程须取侧势由轻至重，提按过渡自然，忌做作。



练习撇画时须避免以下几种病笔：



1. 钉头尖尾：起笔过重，动作交代不清。出锋处宜先略作顿按，不可轻飘滑出。



2. 粗钝：用笔不分轻重，线条缺少节奏和弹性，宜先轻后重。

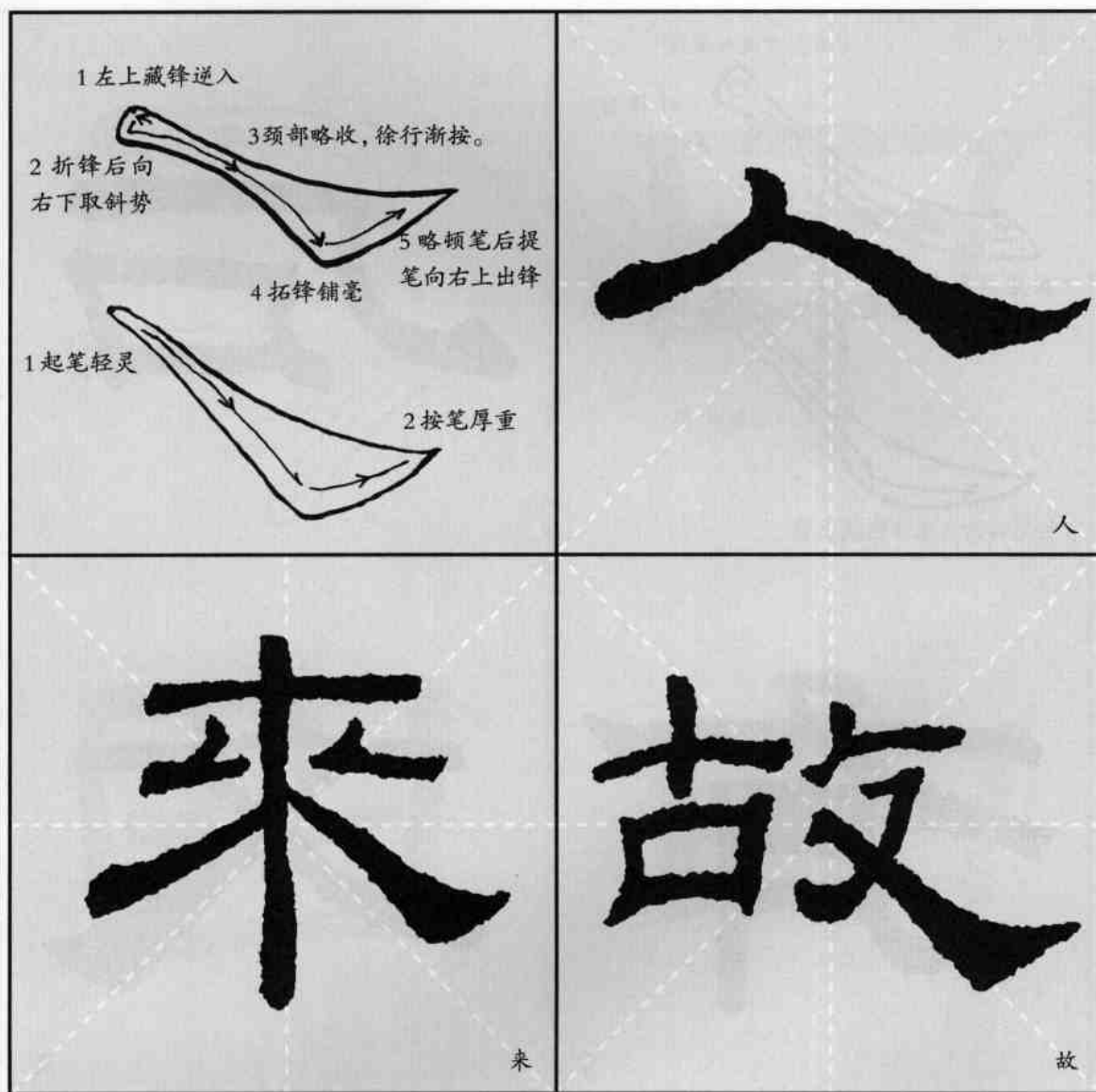


3. 鱼钩：收笔处翘势过大，动作夸张，须稳重含蓄。



4. 肿尾：收笔时须笔锋轻提回收，动作宜轻宜利落，不可迟滞，用力过重。

6. 捺：隶书典型笔画之一，在单字中常用作主笔。捺脚厚重，形态类似波横收笔，写法宜相同。一字中一般不可出现两个捺的波画，是谓“雁不双飞”。



练习捺画时须避免以下几种病笔：



1. 拖尾：尾笔下坠，僵硬呆板，出锋方向应向右上微扬。



3. 拖沓：捺画颈部常有略收之势，徐行渐按，不可一拖到底，用笔简单油滑。

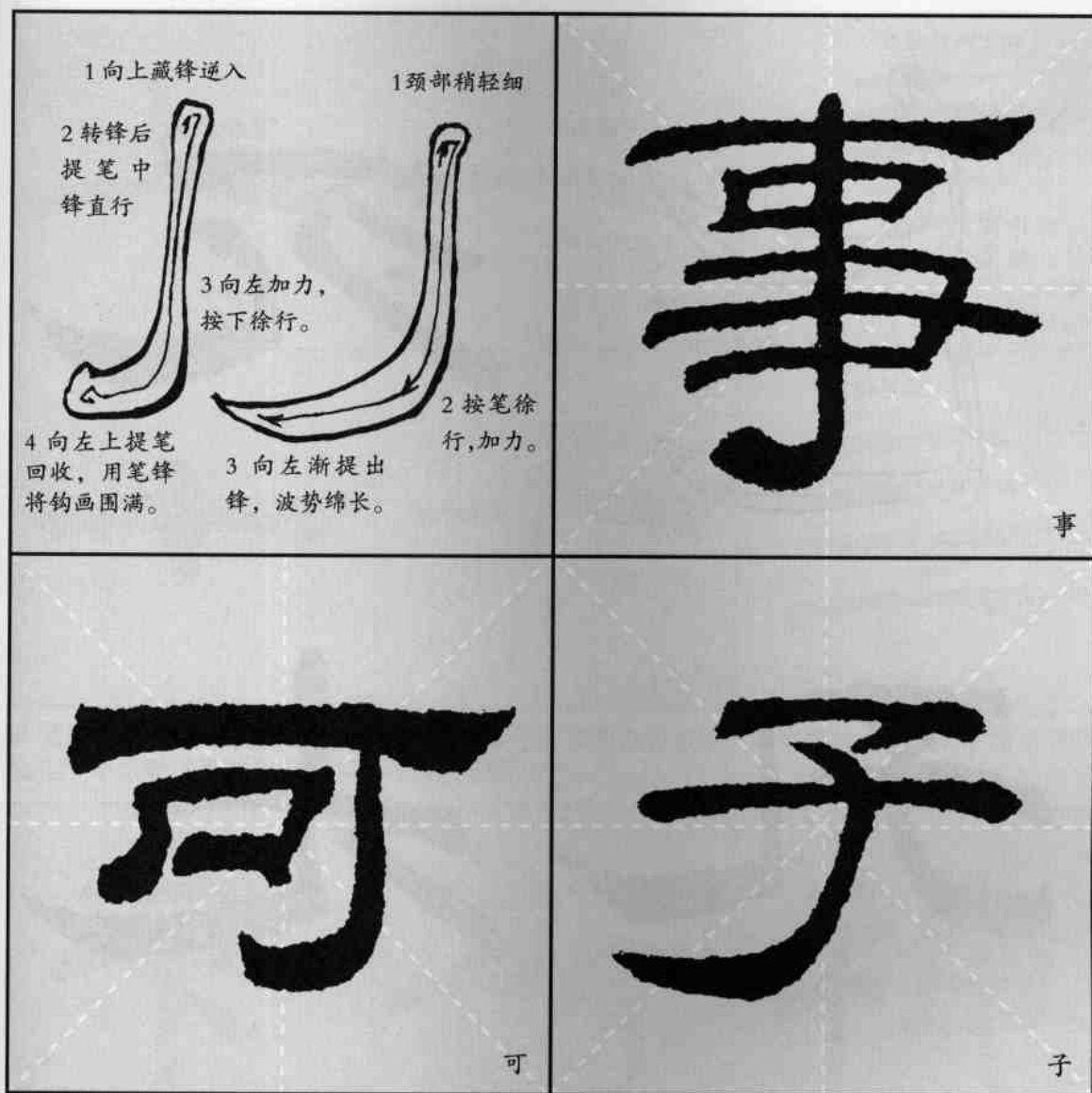


2. 无力：过于扭曲软弱，应有轻重提按之分寸。

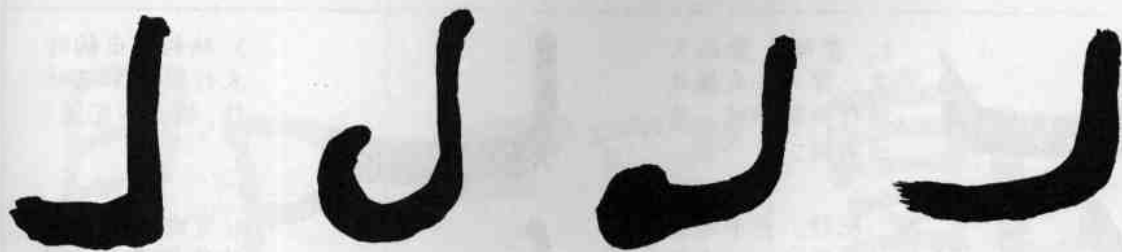


4. 臃肿：提按不明，缺乏节奏，上下粗细一样，拖泥带水。

7. 钩：隶书中没有真正意义上的钩，多为类似钩的一些转弯形态，收笔处与撇画相似，亦有回锋与出锋之分。回锋钩势厚力沉，含蓄饱满；出锋钩飘扬洒脱，节奏明显。



练习左弯钩时须避免以下几种病笔：



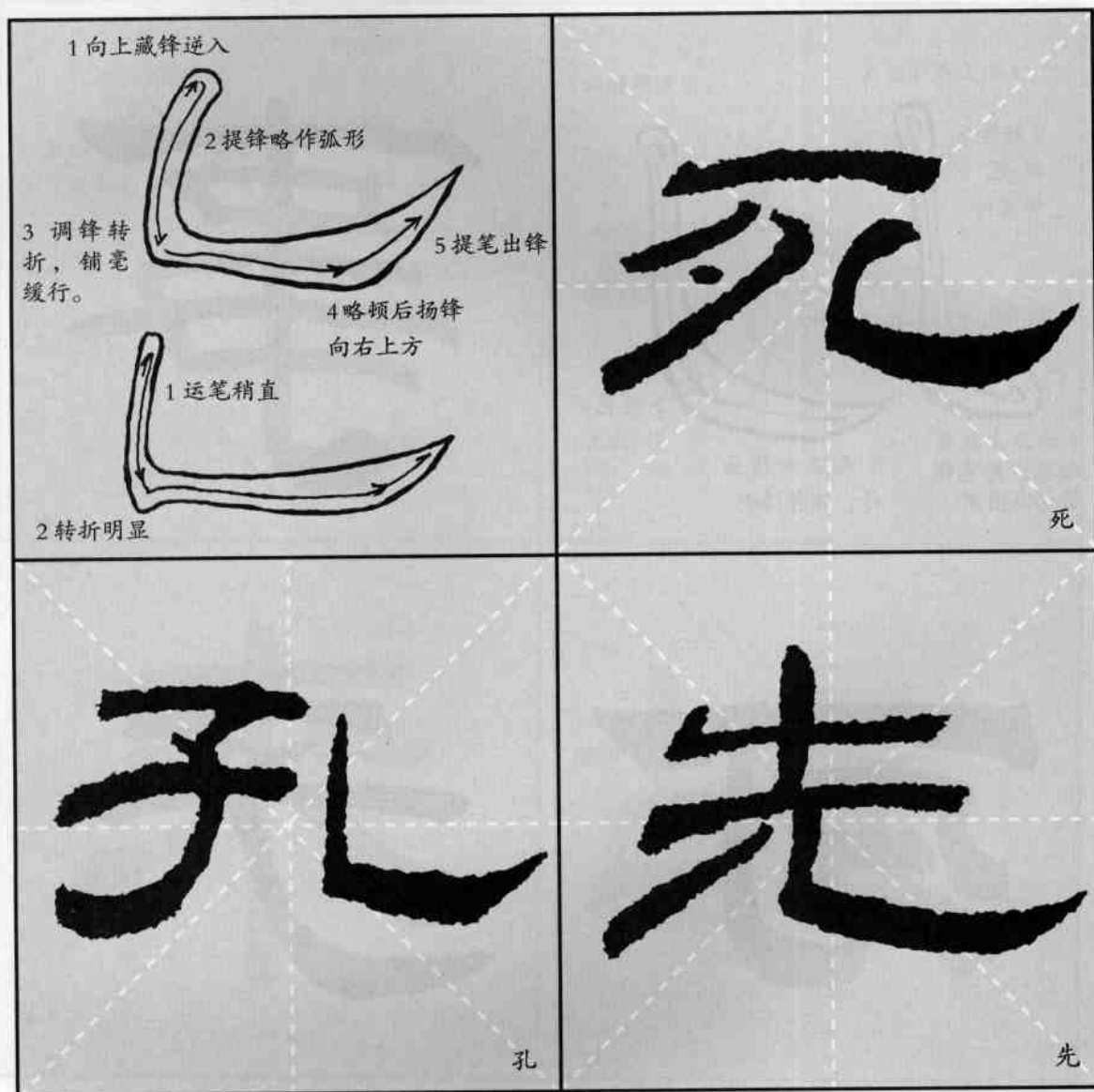
1. 硬折：转弯处生硬，露出圭角，应注意调锋，使之圆转流畅。

2. 翘钩：折钩处过于弯曲，宜由轻至重提笔收锋，不可过分上翘。

3. 槌头：收笔处顿按太重，动作迟缓，与回锋撇之病笔相似。

4. 粗细一样：该提处未提，应按处未按，收笔处锋散，拖沓臃肿。

8. 竖折钩：隶书典型笔画之一，乃竖弯折与波画的组合。颈部细，折角分明，捺脚厚重，由轻至重，提按节奏明显，书写时须一气呵成。



练习竖折钩时须避免以下几种病笔：



1. 僵硬：竖画太直，弯处没有提笔动作而显臃肿，捺出太快。



2. 肥胖：整个笔画缺少提按，没有轻重粗细之分。



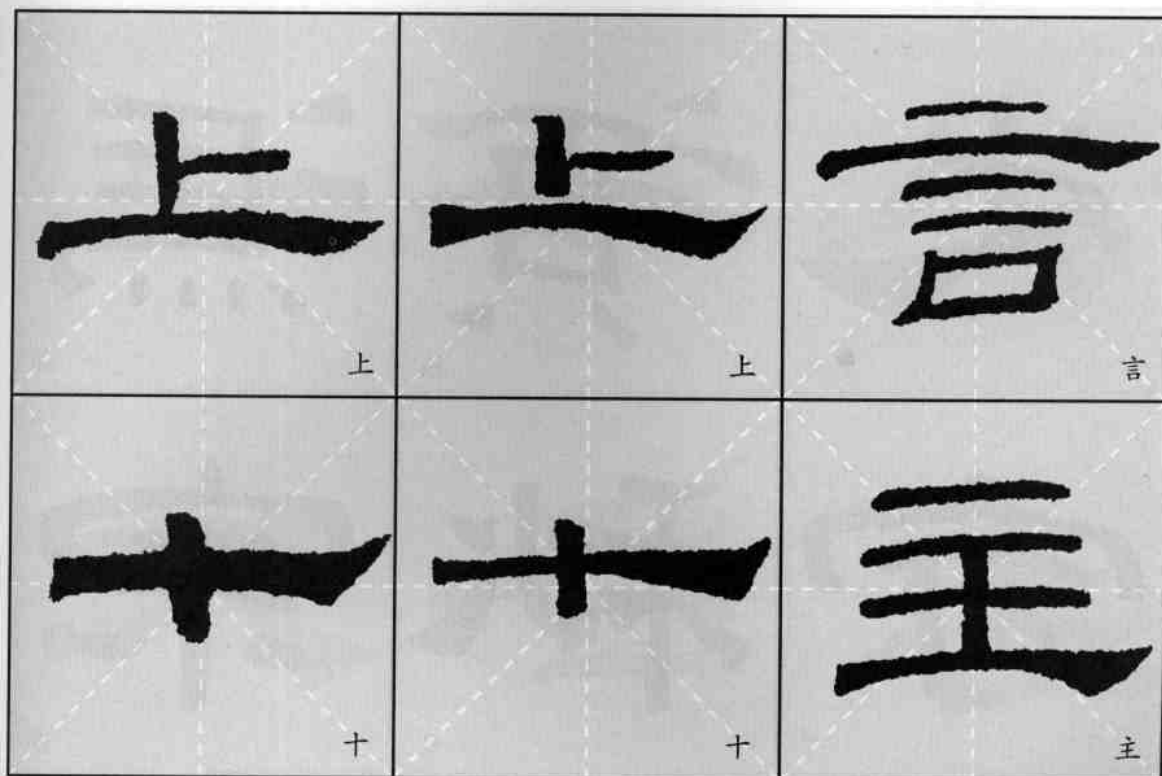
3. 缺钩：出钩时未作提笔上扬动作，钩画不完整。



4. 弯曲过度：用笔动作过于扭曲夸张，笔画显得油滑，缺乏骨力。

(二) 基本点画的变化

1. 横的变化：起笔有“蚕头”与“方折”之变。波横多作为主笔，故宜厚重、粗壮而舒展，提按动作明显。平横纤细，长短不一，视字形结构而定，用笔多平稳，略有弧势。



2. 竖的变化：在总体垂直的前提下，或轻或重，收笔或方或圆。略带倾欹或弧度者，常由该竖画在字中位置以及与其他笔画的呼应关系所决定。

