

楷书
行草

习字帖

申建英



唐诗宋词警句

书法

楷书
行草

习字帖

申建英



唐诗宋词警句

书

法

中国林业出版社

一、楷书基础知识

(一) 学书法宜从楷书入手

为什么说学习书法从楷书开始是符合客观规律的呢？从篆、隶、楷、行、草5种字体发展过程来看，楷体正好处在中间阶段，楷书是从隶书发展变化而来的，掌握了写楷书的技法，如再把楷书写成偏扁结构，加上波磔（zhé）的笔法，即是隶书。如果将楷书写得简便流畅一些，即是行书。将行书再写得更简便流畅一些，即是今草。可见掌握了楷书的技法，便于掌握其它字体的笔法。而且楷书的笔法比其它字体要丰富，结构法度较标准，便于初学者掌握基本技法。

(二) 楷书的笔法

古人把楷书的笔法归纳为8种笔画的写法。即所称“永字八法”（图1），说它是“墨道之最”。了解永字八法，对我们临写范本、掌握笔法是有好处的。“永字八法”指的是以下8种笔画的写法。

一是点的写法。古人称点为侧，即不是正势而是侧势，用笔时斜下笔，笔锋侧向左，笔肚子向右，逆锋入笔往右按，它的形态像一只鸟在翻身往上飞（图2）。

二是横画的写法。古人称横画的写法为勒，像“悬崖勒马”，即是说，下笔要逆入后往下顿，然后平拉向右运行，收笔停顿时，即勒住回锋收笔。在往右运行时要有一种涩劲，像“千里阵云”（图3）。

三是竖画的写法。古人称竖画为弩，竖画的上下头有曲势，不能直上直下，运笔时笔逆锋向上往左后往右顿笔再往下运行。在往下运行时，笔杆因用力自然微倾前而成涩笔，收笔时停顿回锋收笔，竖画的入笔都是上逆下逆如弩的两端造成逆势，不过收笔时有“悬针”、“垂露”两种笔法。所谓“悬针”笔指的如悬吊着的针头。收笔时笔锋一直往下收锋，越来越细，收笔时暗回锋如针尖。“垂露”收笔时如露珠，收锋下按时间稍长，回锋明显（图4）。

四是挑笔，即俗称跳钩的写法。古人为什么称钩为跳？大概有三层意思：一是竖画收笔回锋时即要为钩作准备；二是笔锋停顿转笔后即要猛然挑出，犹如人的踢腿；三是收锋后不能露锋，要稍稍地收回，使笔画显得含蓄有力。但实际上各书法家在挑笔的具体运用时都会

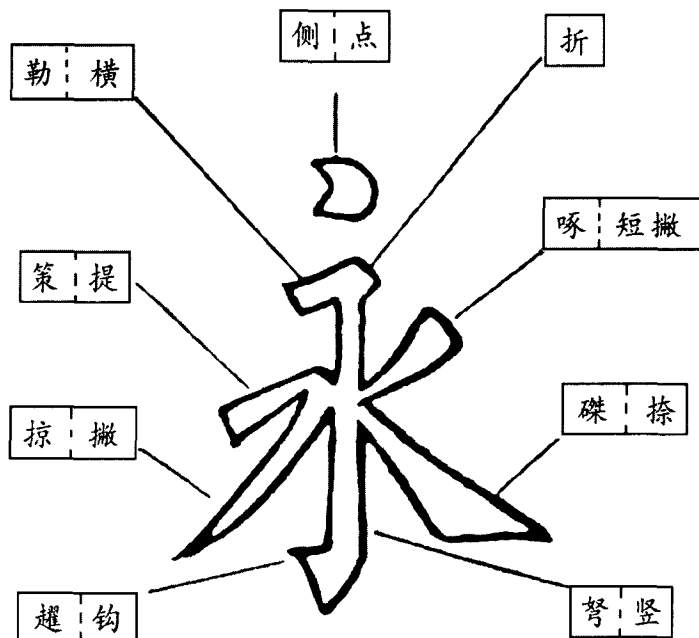


图1 永字八法

有所不同，才显示出个性和个人风格。

如柳体的挑笔，竖笔收笔时回锋停顿时间长，出挑时短促向上，显得有力雄劲；欧体竖画收笔在向左挑出时短促而锐，显得刚劲挺拔；赵体在竖画收笔回锋时无停顿即挑出，长而锐，显得奔放。一般反挑往往采取两种写法：一种是竖笔和挑笔分两笔来写；一种是两笔中间不断笔，竖笔收笔后即挑出（图4）。



图2 点的写法

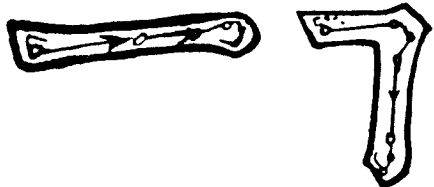


图3 横的写法



图5 左上撇写法



图6 左下撇写法



图7 右上撇写法

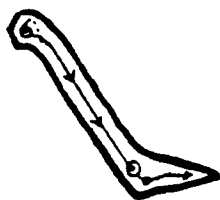


图8 右下撇写法

五是左上撇笔（提、策）的写法。古人认为，左上撇笔像用马鞭策马之势，逆笔向下按停顿，仰笔铺毫而上，到笔画末端收笔暗收锋，其力量在末端的锋锐（图5）。

六是左下撇笔的写法。古人称它的写法如飞鸟的鸟翼掠过，由大到小，笔势轻捷险劲。运笔时先逆笔向上入笔，停顿后回锋往左下运行要轻捷，至收笔时暗回锋，有险峻之势（图6）。

七是右上撇笔的写法。古人称它如鸟啄物，腾凌而速进，是一种从右上方腾空而来的短撇。运笔时下笔蹲锋而速进，因笔画短故收笔时要急速收锋（图7）。

八是右下捺笔的写法。捺笔的写法保持隶的波磔，运笔时逆笔向上，停顿回锋，往下右行时笔毫逐渐铺开，到将近收笔时，转笔向右逐步收锋，到尖锐状时回锋暗收笔，回锋时也右成锐角状（图8）。

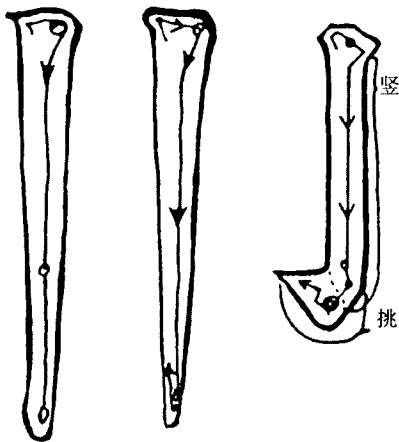


图4 竖画及挑钩写法



图9 戈法

除以上8种笔画的基本写法外，还有戈、折的写法。戈法可分两种：一是横画较长，斜竖笔下笔时逆笔上行，顿笔回锋后往右斜下行，至停顿挑出收锋，成两个小曲弧度；另一种横画短的字，只有一个弧度，如（图9）所示颜体字的笔法。



仙

城

有

壇

縣

唐

記

麻

撫

顏

姑

州

真

山

南

卿

其

羽

撰

還

車

并

家

駕

書

君

龍

教

到

旌

頂

民

從

之

來

如

衣

使

大

綺

人

將

彩

時

須

坐

定

各

進

金

盤

玉

是

多

華

而

氣

會

揚

道

嶺

廟

德

修

宗

虎

火

感

庭

嚴

馬

竹

鬱

鶴

務

懿

敢

六

流

金

夏

幸

石

四

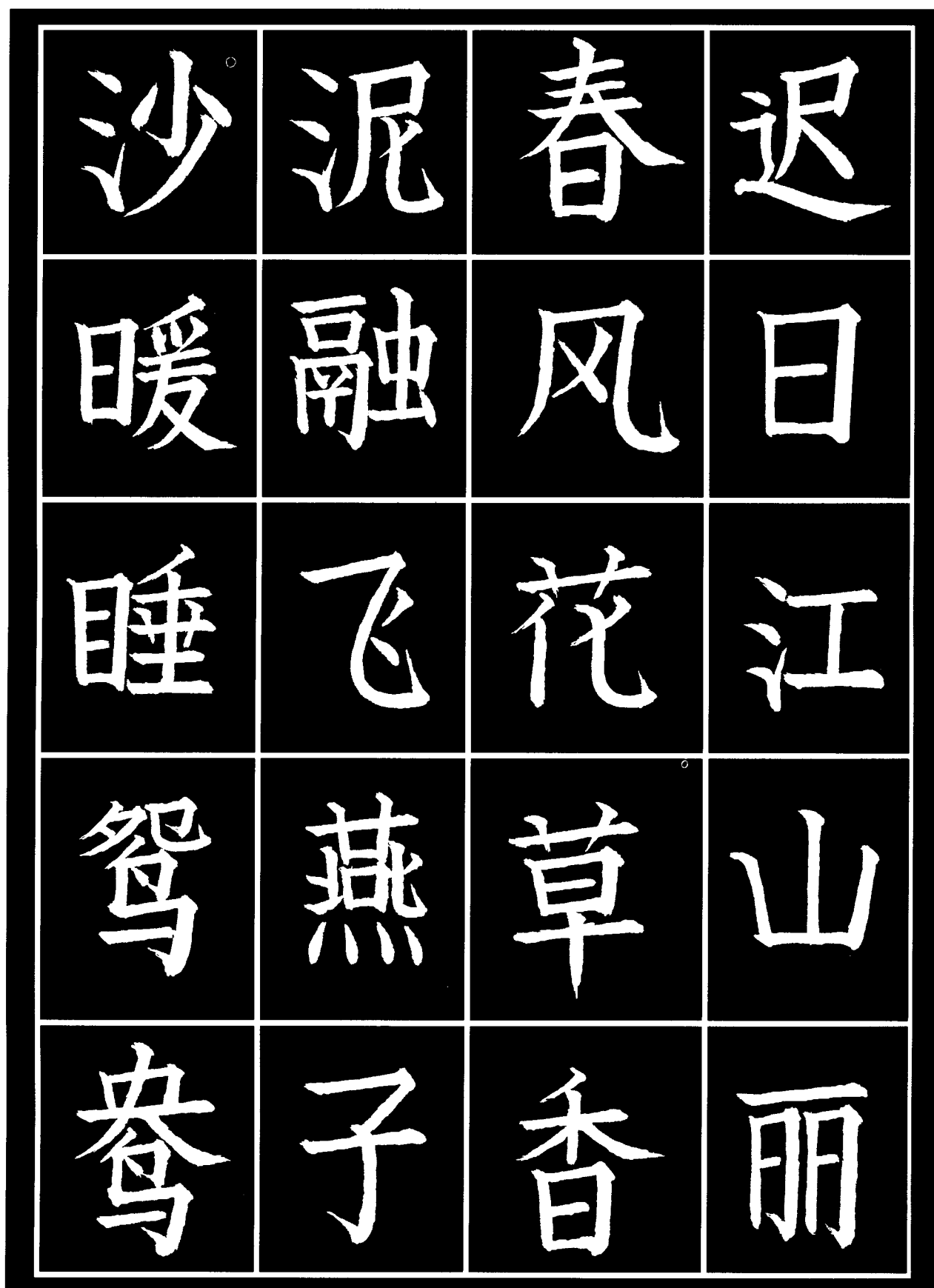
承

志

月

烈

之



迟日江山丽

唐·杜甫

迟日江山丽，春风花草香。
泥融飞燕子，沙暖睡鸳鸯。

【注释】

1.迟日：春天日渐长，所以说迟日。2.泥融：这里指泥土滋润。3.鸳鸯：一种水鸟，雌雄成对生活在水边。

更

欲

黄

白

上

穷

河

日

一

千

入

依

层

里

海

山

楼

目

流

尽

登鹤雀楼

唐·王之涣

【注释】

鹤雀楼：在今山西蒲县西南，传说鹤雀经常栖息于此。

白日依山尽，黄河入海流。
欲穷千里目，更上一层楼。

好 當 隨 潤

雨 春 風 物

知 乃 潛 細

時 發 入 无

節 生 夜 声

春夜喜雨

唐·杜甫

好雨知时节，当春乃发生。
随风潜入夜，润物细无声。

【注释】

1.乃：就。2.发生：催发植物生长。3.潜：暗地，悄悄地。4.润物：使植物受到雨水滋养。

清 明 天 空

泉 月 气 山

石 松 晚 新

上 间 来 雨

流 照 秋 后

山居秋暝

唐·王维

【注释】

秋暝：秋天的傍晚。

空山新雨后，天气晚来秋。

明月松间照，清泉石上流。

花	夜	处	春
落	来	处	眠
知	风	闻	不
多	雨	啼	觉
少	声	鸟	晓

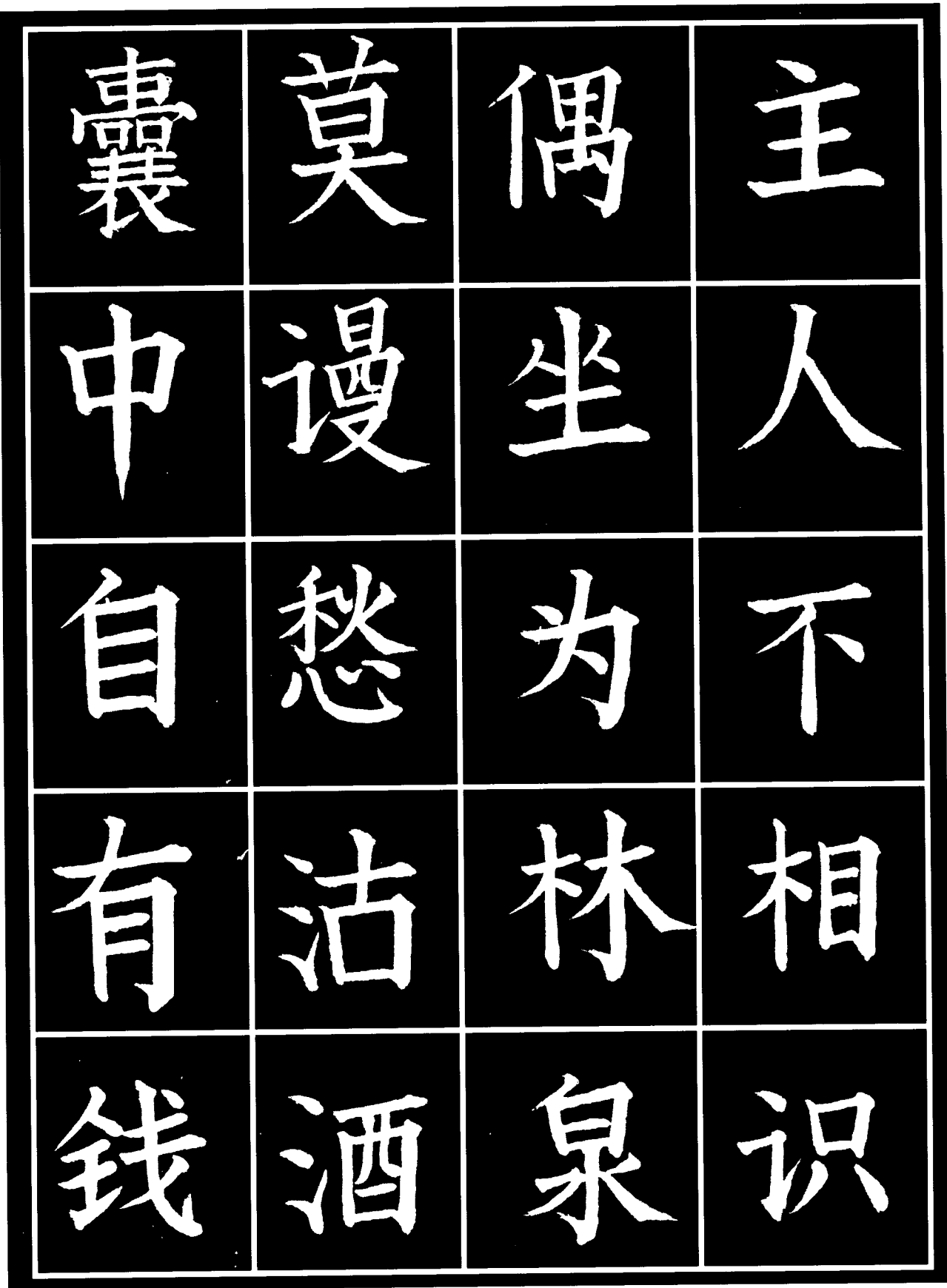
春晓

唐·孟浩然

【注释】

1.晓：清晨。2.闻啼鸟：听到鸟叫声。

春眠不觉晓，处处闻啼鸟。
夜来风雨声，花落知多少。



题袁氏别业

唐·贺知章

主人不相识，偶坐为林泉。
莫谩愁沽酒，囊中自有钱。

【注释】

别业：本宅外另建的园林游息处所，即别墅、别馆。

青	荷	杳	苍
山	笠	杳	苍
独	带	钟	竹
归	夕	声	林
远	阳	晚	寺

送灵澈上人

唐·刘长卿

【注释】

1.杳杳：深远处。2.荷笠：斗笠挂在背上。

苍苍竹林寺，杳杳钟声晚。

荷笠带夕阳，青山独归远。