

黄全信钢笔书法教学系列  
钢笔隶书速成教程

黄全信 著



南海出版公司

责任编辑：任在齐  
封面设计：黄全信



ISBN 7-5442-0768-4



9 787544 207683 >



定价 16.80 元

J29  
168-C1

●黄全信钢笔书法教学系列

# 钢笔隶书速成教程

黄全信 著

南海出版公司

1997·海口

## 钢笔隶书速成教程

---

著 作 者 黄全信  
责任编辑 任在齐  
封面设计 黄全信  
出版发行 南海出版公司 电话(0898)5350227 5352906  
公司地址 海口市机场路友利园大厦B座3楼 邮编 570203  
经 销 新华书店  
印 刷 三河市华东印刷厂  
开 本 787×1092 1/16  
印 张 10  
字 数 130千  
版次印次 1997年10月第1版 1997年10月第1次印刷  
印 数 1~5000册  
书 号 ISBN 7-5442-0768-4/J·33  
定 价 16.80元

---

南海版图书 版权所有 盗版必究

# 前 言

中国书法是借助于中国文字点画结构的美的造型来表现情感的一种艺术。

在世界众多的文字中，只有中国的汉字衍生出了书法艺术。在各种艺术中，书法表现的范围是狭小的，即单一的汉字，而其内涵却是博大的，几乎包罗着中国传统艺术的各种美，如诗的情感，画的意境，音乐的旋律，舞蹈的韵味……，正所谓无色而有绘画的斑斓，无声而具音乐的韵律。

鲁迅先生讲，中国的文字“具三美：意美以感心，一也；音美以感耳，二也；形美以感目，三也。”

汉字从甲骨文算起，历经三千多年，形成了真、草、隶、篆、行诸体。篆书包括甲骨文、大篆、小篆；隶书包括秦隶、汉简、汉碑；草书包括章草、今草、狂草；楷书包括魏碑、唐楷；行书包括行草、行楷等。

中国书法艺术从殷商开始，经历了商周的古朴，秦汉的辉煌，魏晋的风韵，隋唐的鼎盛，宋元的神采，明清的繁荣，今朝的恢宏。既有个人的神采，“汉魏有钟张之绝，晋末称二王之妙”；又有地域的特点，“北碑南帖莫偏标，拙媚相生品自超”；还有时代的风格，“晋人用理，唐人用法，宋人用意”。书法艺术像一条浩瀚的长河，源远流长，博大精深。

中国书法艺术，是东方艺术的核心，是中华民族气质的体现。书法的点与线，黑与白，凝聚了大自然的神态和意象，再现了书法家的情感和智慧。书法是国粹，中国历来都把书法列为学校的必修课程，也是每个有文化的人的必须修养，正如常说的“字如其人”。

中国书法艺术，大致可以分为以实用为主的写字和以观赏为主的书法两大类。如果从书写工具上区别，又可以分为以钢笔为代表的硬笔书法和以毛笔为代表的软笔书法。硬笔书法具有最悠久的历史，后来由于发明了表现力更丰富的毛笔，而取而代之。近代，由于钢笔等书写工具的发明，硬笔书法以其方便、快捷，而在实用领域中又取代了毛笔书法。近些年来，硬笔书法艺术蓬勃发展，业已达到相当的水平。

“取乎法上，仅得其牛；取乎法中，斯为下矣。”为了帮助广大青少年和书法爱好者学好钢笔书法，黄全信老师积四十年学习书法的体会和三十年教学书法的经验，精心编写了这套《黄全信钢笔书法教学系列》，全书共六册：《钢笔楷书速成教程》、《钢笔行书速成教程》、《钢笔草书速成教程》、《钢笔魏碑速成教程》、《钢笔隶书速成教程》、《钢笔篆书速成教程》。

《黄全信钢笔书法教学系列》每册均由书体简介入手，包括笔法、笔画、部首、结构、章法、创作、修养、欣赏、临摹等章节。由浅入深、循序渐进，可使初学者入门，使入门者提高。每册既有标准的书体范字，又有系统的理论说明，版式安排巧妙，图文并茂。既可使您欣赏领悟、提高修养，又可使您临摹练习、加深功力，取得事半功倍的效果。愿丛书成为您的良师益友，伴您妙笔生花。

## 作者简介

黄全信，北师大附中美术高级教师，中国书法家协会会员。先父师承康有为。本人幼承家学，广读诗文、精习书画，久居京城琉璃厂古文化街，多年求教于专家学者门下，探索于古籍字画之中。早在学生时期就获书法比赛第一名，后转益多师、遍临名家碑帖、钻研书法理论、寻访名胜古迹。作品多次在重大比赛中获奖，多次在国内外展出，多次为重大报刊题写刊名等。被王羲之故里书法协会列入当代名人，被北京书法家协会选入《北京书法家名鉴》，并被选入《当代中国艺术家辞典》等。

黄老师是中国美术教育学会会员。他少年时作品曾参加国际儿童美展，青年时曾编写美术教材。绘著的形色连环画、挂图，均被国家教委评为优秀读物。书画作品多次作为政府礼品送给友好国家和国际友人。他曾在日本举办个人书画展，曾作为大陆艺术家代表团成员访问台湾，书画作品分别被台北故宫博物院和台湾国父纪念馆收藏，载誉海内外，被选入《中国画家名鉴》等。

黄老师从教三十多年，桃李满天下。多年来，他培养、辅导的学生多次在国内外重大书画比赛中名列前茅，多次受到嘉奖，并被授予北京市优秀书法辅导教师称号。黄老师还为广大青少年学生和书法爱好者，编写出版了众多教材，如《中国书法自学丛书》、《学生书法丛书》、《教子古诗字帖》、《楷书入门与提高》、《行书入门与提高》等。还应邀为台湾编写了全部高中硬笔和毛笔书法教程。

黄老师还多年担任校长，创办了北京市第一所家长学校，并担任全国优秀家长学校校长。他是北京市中小学生学习教育的值班专家，并担任北京广播电台教育节目特邀主持人，是北京市家

长学校教材、大纲的编写者之一，为北京市家庭教育研究会会员。同时，他对中国传统文化艺术多有涉猎，还担任振兴京昆协会理事等。

教学之余，黄老师对书法、绘画、艺术教育以及中国传统吉祥、宗教等文化艺术，深入钻研，多有创意，笔耕不辍，著作颇丰。已出版了《中国吉祥书画艺术丛书》、《中国历代书法名家福、禄、寿、喜真迹丛书》、《墨苑奇珍系列丛书》、《中国传统图绘艺术丛书》、《中华吉祥墨宝大字典》、《中国五百名人图典》、《中国五百仙佛图典》、《中国五百罗汉图典》、《中国五百吉祥图典》等五十余部著作。在台湾还出版了十余部专著，在国内外颇有影响，被中国社会科学院选入《中华文学人才名录》。



# 目 录

## 第一章 隶书

- 一 源流..... 1
- 二 秦隶..... 2
- 三 汉简..... 3
- 四 汉隶..... 4

## 第二章 笔法

- 一 写字姿势..... 5
- 二 执笔方法..... 6
- 三 运笔方法..... 7
- 四 书写工具..... 8

## 第三章 笔画

- 一 基本笔画..... 9
- 二 复合笔画..... 10
- 三 写字笔顺..... 11
- 四 笔画变化..... 12

## 第四章 部首

- 一 字头..... 21
- 二 左旁..... 24
- 三 右旁..... 29
- 四 字底..... 31
- 五 字框..... 34

## 第五章 结构

- 一 结构形式 ..... 36
- 二 结构法则 ..... 46
- 三 结构特点 ..... 53
- 四 结构变化 ..... 62

## 第六章 章法

- 一 正文 ..... 67
- 二 边款 ..... 69
- 三 印章 ..... 71
- 四 幅式 ..... 73

## 第七章 创作

- 一 意在笔先 ..... 76
- 二 首字领篇 ..... 78
- 三 气势贯通 ..... 80
- 四 寓情寄志 ..... 82

## 第八章 修养

- 一 临池不辍 ..... 85
- 二 博览碑帖 ..... 87
- 三 读万卷书 ..... 89
- 四 行万里路 ..... 91

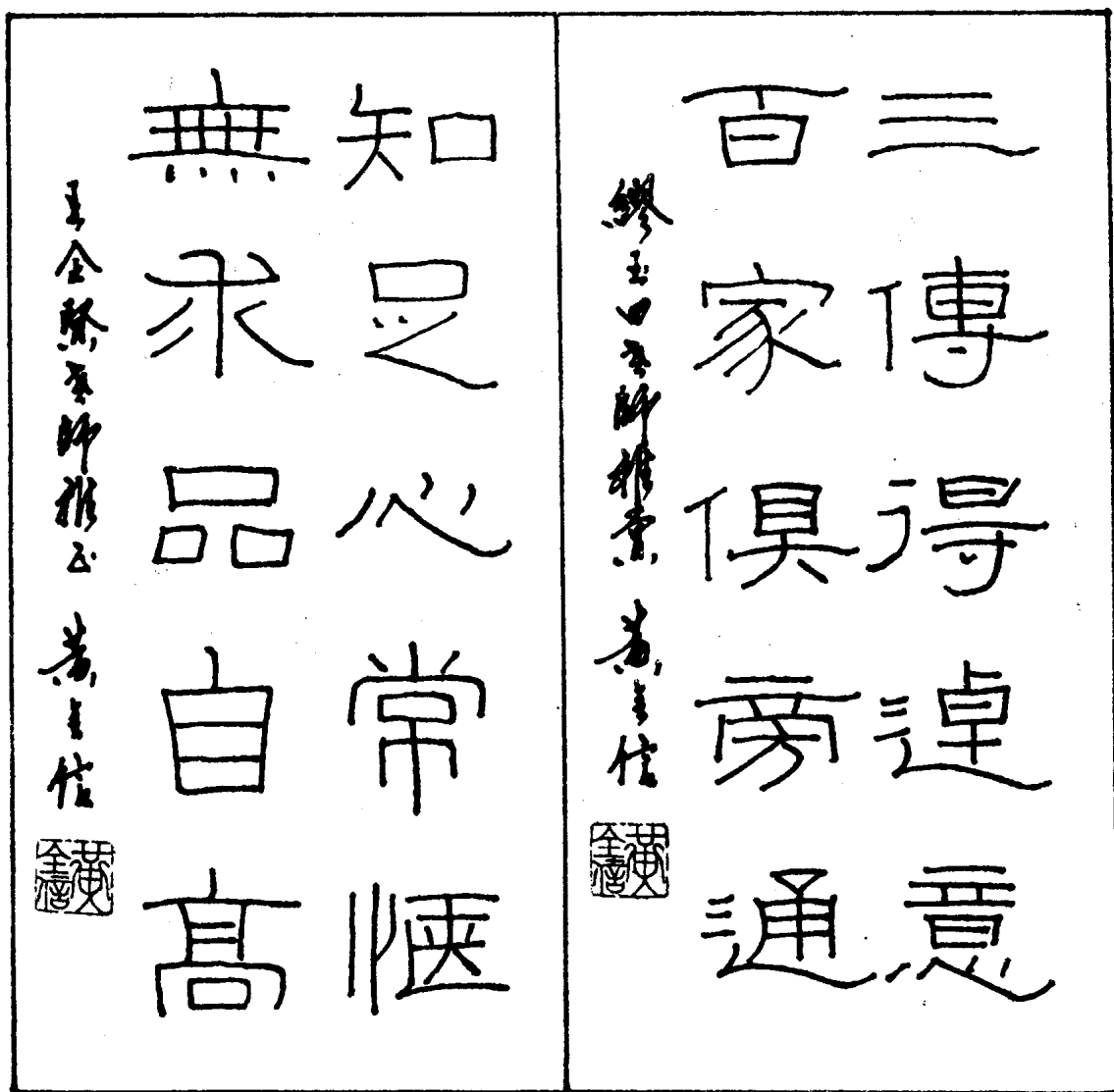
## 第九章 欣赏

## 第十章 临摹

# 第一章 隶书

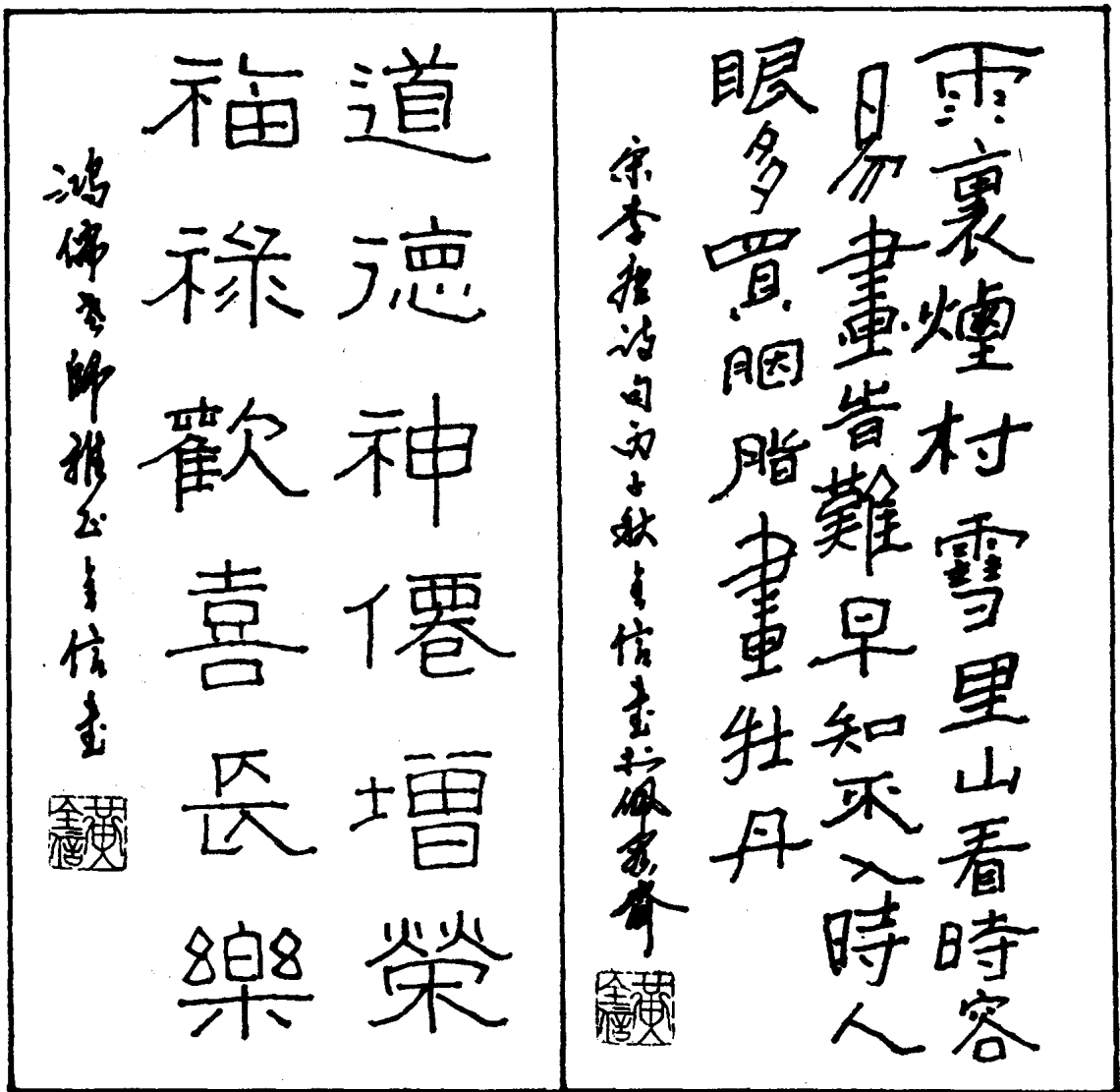
## 一 源 流

隶书，是篆书的变体。开始于秦朝，发展于西汉，成熟于东汉。隶书的出现，是我国文字和书法史上的一次重大变革，称为“隶变”，开创了今文字的新时代。隶书以前的文字称为古文字。后来的草书、行书和楷书，实皆由隶衍化而来。



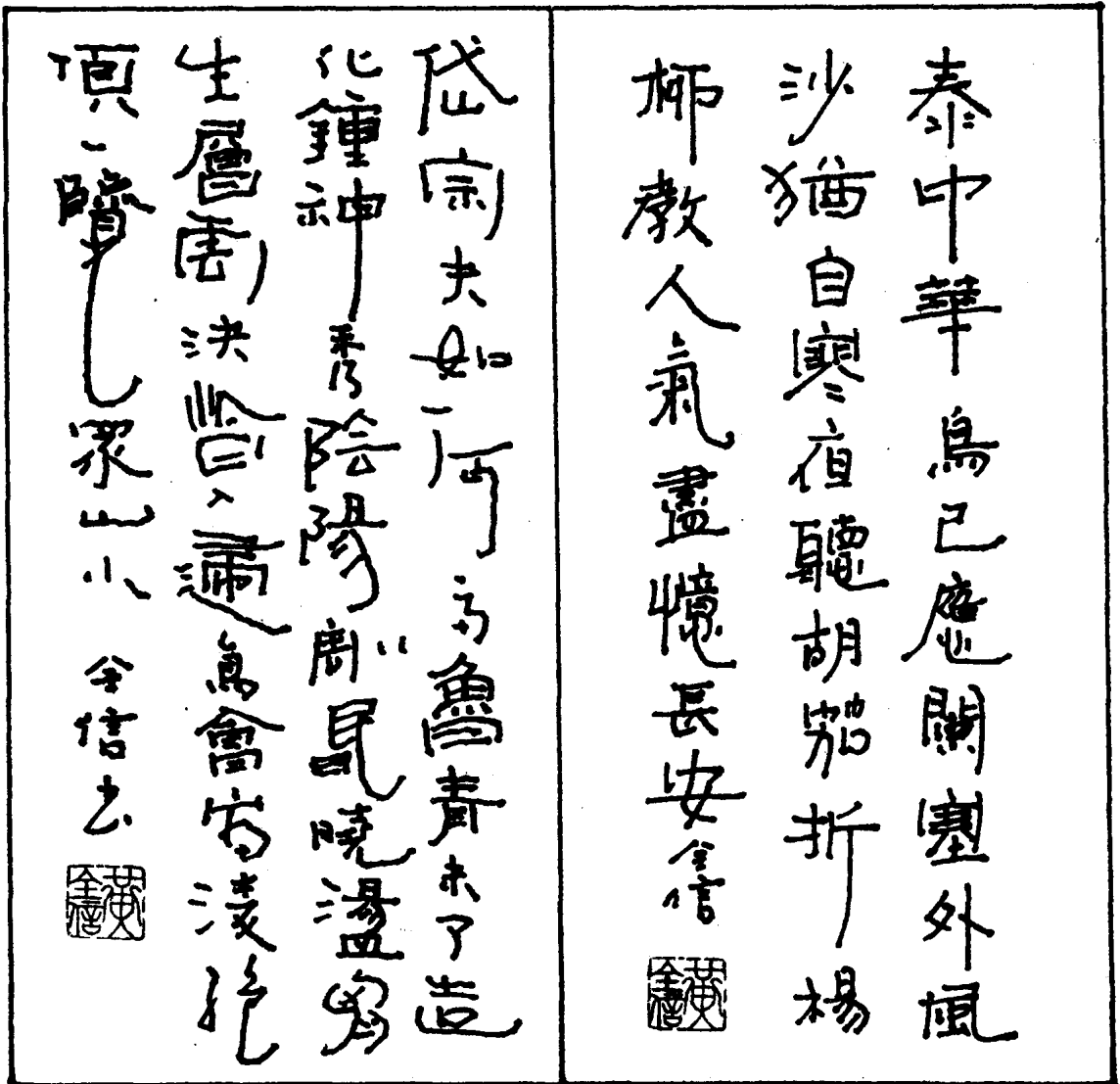
## 二 秦 隶

秦隶又称古隶，秦统一六国书同文，创小篆并以为正式书体。由于篆书实用不便，社会上广泛使用的却是篆书的草写、快写、简写的隶书。传说秦朝程邈创隶书。秦隶，是未臻成熟的隶书，融篆隶于一炉，拙中见巧，古中有新。初期的隶书，在结构上与篆书差别不大，只是在用笔上有所不同，变篆书的圆转为方折，变弧为直。充分体现了继承与革新的风貌。



### 三 汉 简

西汉时期的隶书，是以汉竹木简为代表的汉人墨迹。此时的隶书，已不像秦隶那样只是在笔势的方圆上有所变化，而在笔画上更简化了，取势上更多方折了。但不少字仍取纵势或有长垂笔，依然受到篆书的影响，不过点画已基本全是隶法了，但仍不是完全成熟的隶书。隶书的发展很快，在西汉就取代了小篆，成为社会上通行的字体。



## 四 汉 隶

隶书至西汉后期已逐渐艺术化，开始讲究波挑，即横和撇、捺等带微波起伏之势，并在笔画末端加粗，收笔时略向上挑，犹如蚕头雁尾。至东汉初，定型的隶书，成为法度森严的官定标准书体。东汉树碑立传之风特盛，所遗碑版也最多、最精湛。此鼎盛时期的隶书，“各出一奇，莫有同者。”有的质朴古雅，有的方整道丽，有的秀美多姿，有的闲雅飘逸。



## 第二章 笔 法

从执笔、运腕到用笔，构成了书写手段的基本内容，统称为笔法。

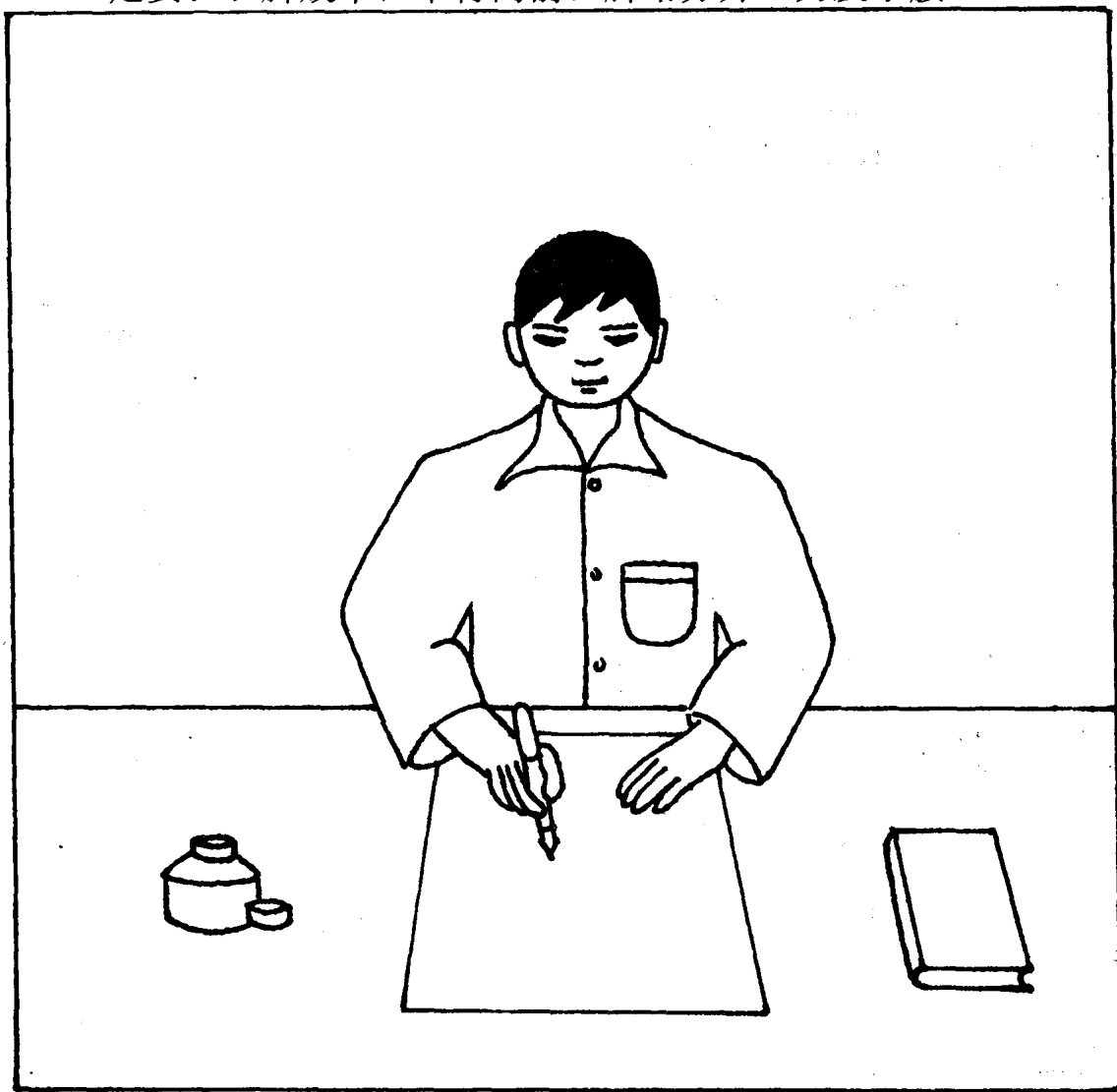
### 一 写字姿势

头正：头面端正，微向前倾，俯视帖本，静心宁神。

身直：身体坐直，双肩横平，腰要挺起，胸不靠桌。

臂开：两臂展开，右手执笔，左手按纸，均衡对称。

足安：双脚放平，平行向前，脚略分开，力发于腰。



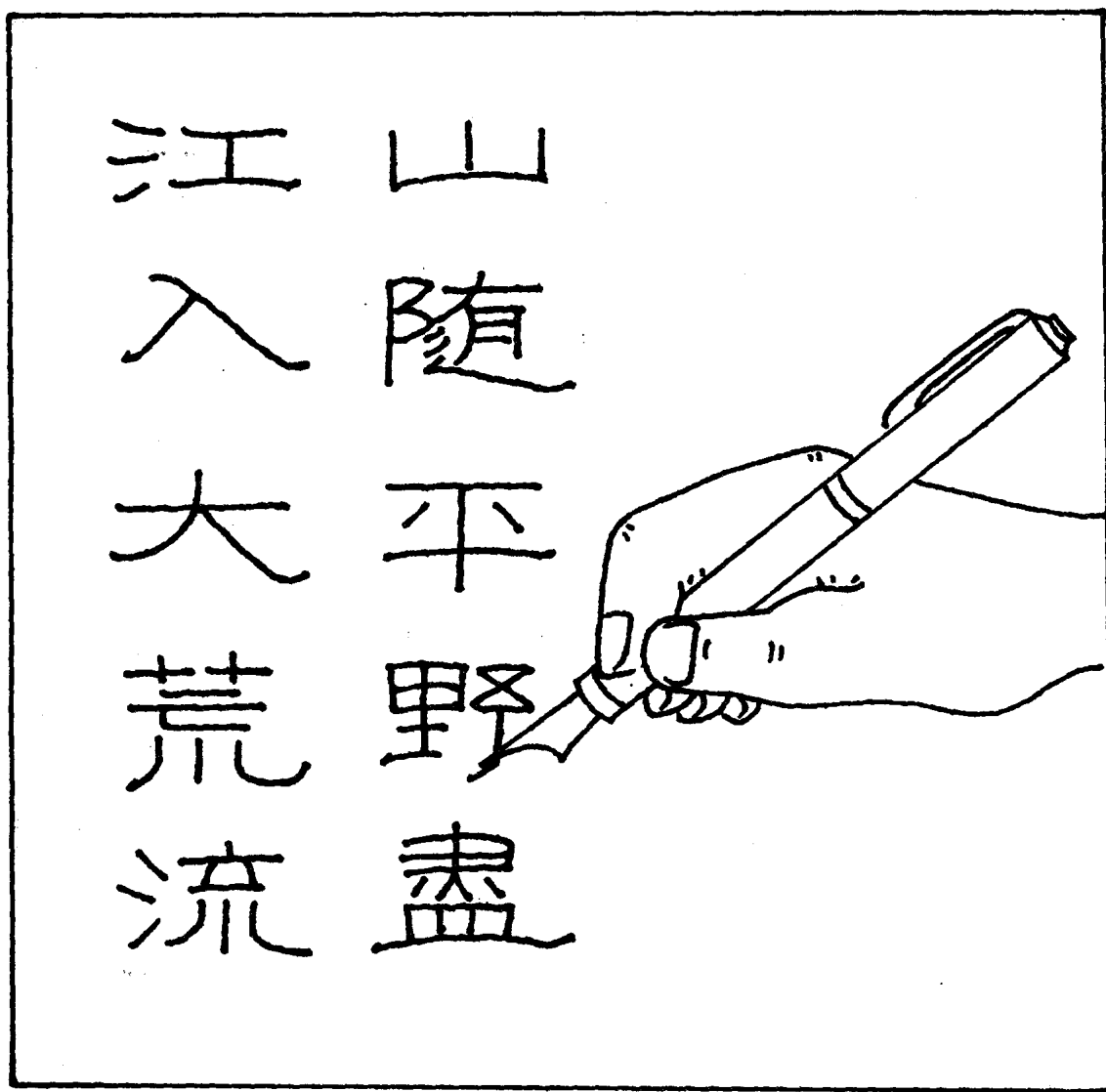
## 二 执笔方法

“凡学书字，先学执笔。”执笔的关键是指实、掌虚。

“执笔在指”，拇指、食指和中指的三个指头，捏住笔前距笔尖约 2.5 厘米处，要三指一起向笔用力。

无名指托在中指内侧下，小拇指托在无名指内侧下，依次向掌心收拢，成半握拳状，小拇指和手掌的外侧枕在桌面上。

笔的后腰部要枕在虎口处，笔杆由右后到左前与桌面约成 45°。





### 三 运笔方法

“运笔在腕”，写字如果仅用手指，则力量微弱，范围狭小。所以要指、腕配合，充分发挥腕的力量。运笔是笔法中的关键。

汉字的每一笔画都包含着起笔、行笔和收笔。钢笔的运笔比毛笔简单，但要有毛笔的运笔意识。要写出力度和节奏，尤其要写出笔势，才能使写出的字筋络相连、血脉相通，富有生命感。起笔：逆起势，稍顿笔，为行笔做准备。行笔：稍提笔，贯气而行，要饱满有力。收笔：先顿笔，后收势，做到首尾呼应。

