

楷书 唐·褚遂良

書

以

书法家之路

止

路

丛帖

20704767/68

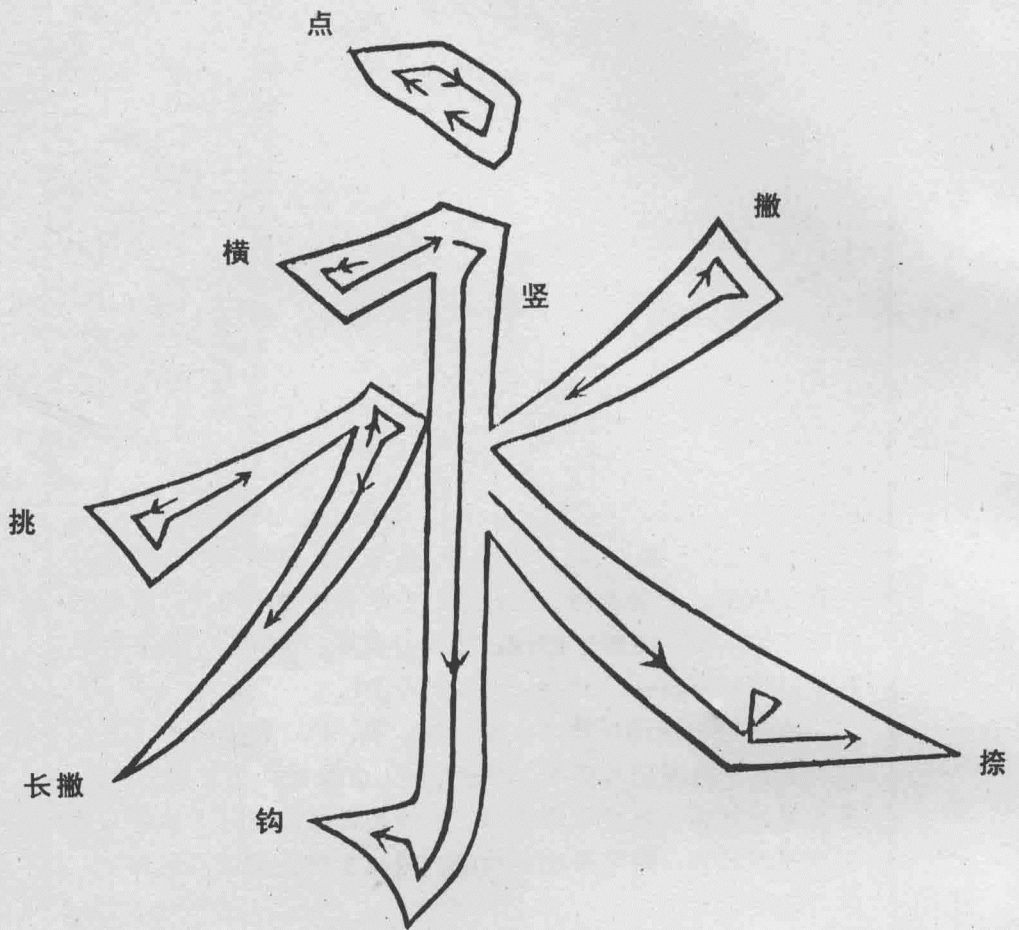
## 前 言

《书法家之路》丛帖计十二册，是为广大初学书法者编辑的一套实用书法基础教材。适合中、小学书法教学使用。也是各类书法学习班、函授学校理想的临习范本，是青少年及中老年自学书法很好的入门指导。

本套丛帖精选历代正、草、隶、篆、行、魏碑书法代表碑帖，以最好的原拓为底本，修整残缺，由编者科学分类、选字、分析笔画结构，再经技术处理，把原拓碑帖印成白底黑字，并保留原碑风神，每字旁均标有现行简体正楷铅字以便对照，为学习者带来方便。

本套丛帖编选讲究、著述严谨，规格统一，版式新颖，印刷精良。相信本套丛帖的问世，必将受到广大书法爱好者欢迎。

# 永字八法运笔图



传统汉字书法楷书运笔的基本方法：

点为“侧”；横为“勒”；竖为“努”；钩为“趯”（tì）  
挑为“策”；撇为“掠”；捺为“磔”（zhé）。

# 褚遂良《孟法师碑》楷书习字帖

## 简介

《孟法师碑》是初唐大书法家褚遂良于贞观 12 年（638 年）书写的，距今约有 1400 年了。

褚遂良（596—659 年），字登善，杭州钱塘人。唐高宗时封河南郡公，故又称“褚河南。”他的父亲与欧阳询、虞世南均为好友，他的书法便得力于欧、虞。虞世南去世后，唐太宗叹息没有人能和他谈论书法了，魏征即推荐褚遂良，说他“下笔遒劲，甚得王逸少体。”太宗即召入宫侍书。后将所有购得的王羲之的墨迹拿出，叫他鉴别真伪，结果无一失误，可见他对王字研究之深。

褚遂良的楷书，学王而掺入北魏及隶书笔意，晚年有不少楷字几乎完整地保留隶法，而使后学者有阶梯深入于右军，这是他承先启后的大功劳。正是由于他，才使唐楷发展到颜、柳那样的成熟阶段。刘熙载在其著名书学著作《书概》中称“褚河南为唐之广大教化者。”应该说，他是王羲之的一大传人。我们学褚，上可以追溯六朝楷书，下可与盛唐巨匠心照不宣，有事半功倍的效果。

《孟法师碑》是褚遂良 40 多岁时的作品，此时的风格以方整挺拔为主。下笔古雅平实，结字精秀自然，与六朝碑相近。编者从此碑中精选了三百多个单字，另有个别字取自褚遂良同一时期的楷书作品《伊阙佛龕碑》，依基本笔画、部首特征、结构规律的顺序，循序渐进地介绍了用笔和结字的基本知识和技能，为读者提供一本临习楷书的好范本。

临习此帖当留心于它的线条的疏瘦劲炼，行笔以中锋为主，起、收笔处以藏锋、回锋为主，提按有度，速度不疾不徐，一笔一画有千钧之力。正如褚遂良自己所言：“用笔当如印印泥，如锥画沙，使其藏锋，书乃沉着。”结体以长方为主，留心空白处，以使笔画位置精到，高矮宽窄大小适当自然。

此外，还须注意褚字的古雅绝俗的气质。这是一种精神的追求和体现，不能只在字形的美丽上求取。

# 目 录

## 前 言

## 永字八法运笔图

## 褚遂良《孟法师碑》楷书习字帖简介

### 一、基本笔画

|             |   |
|-------------|---|
| (一) 点 ..... | 1 |
| (二) 横 ..... | 2 |
| (三) 竖 ..... | 3 |
| (四) 撇 ..... | 4 |
| (五) 捺 ..... | 5 |
| (六) 挑 ..... | 6 |
| (七) 勾 ..... | 7 |
| (八) 折 ..... | 8 |

### 二、部首特征

|               |    |
|---------------|----|
| (一) 字头类 ..... | 9  |
| (二) 字底类 ..... | 11 |
| (三) 左旁类 ..... | 12 |
| (四) 右旁类 ..... | 16 |
| (五) 框廓类 ..... | 18 |

### 三、结构规律

|               |    |
|---------------|----|
| (一) 独体型 ..... | 20 |
| (二) 上下型 ..... | 22 |
| (三) 左右型 ..... | 26 |
| (四) 框廓型 ..... | 31 |

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 褚遂良《孟法师碑》字帖选页 ..... | 35—44 |
|---------------------|-------|

|                 |    |
|-----------------|----|
| 褚遂良书法名作欣赏 ..... | 封三 |
|-----------------|----|

一、基本笔画  
点



六

六

于

于



藏锋落笔



转笔向右



向右下行笔



回锋收笔

悲

悲

於

于

宗

宗

蟬

蟬

横点

竖点



小

小

宣

宣

撇点

挑点



金

金

江

江

横



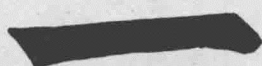
藏锋起笔



蹲笔后向右



中锋右行



上仰后回锋收笔

三

三

王

王

至

至

生

生

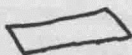
不

不

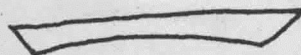
吉

吉

短横



长横



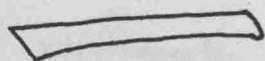
旦

旦

持

持

凸横



青

青

其

其

竖

垂露



年

年

計

计

逆锋向上



顿笔后下行



仙

仙

而

而

驻锋稍顿



回锋上行收笔



俗

俗

将

将

短竖



长竖



仲

仲

升

升

悬针



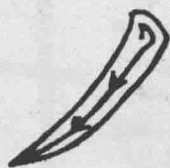
節

节

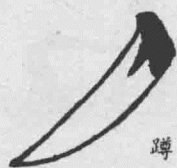
中

中

撇



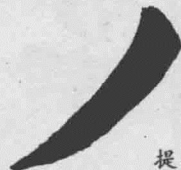
向左上逆行



蹲笔回转



向左下掠行



提笔

竖撇



短撇



回锋撇



曲撇



人

人

天

天

明

明

後

后

修

修

循

循

列

列

形

形

為

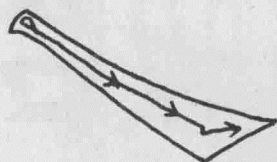
为

欣

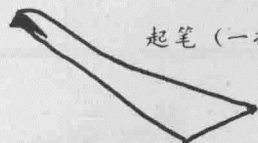
欣

捺

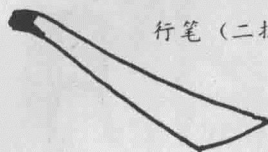
捺要有起有伏，一波三折。



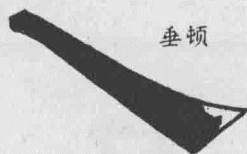
起笔（一折）



行笔（二折）



垂顿



提笔（三折）



短捺



长捺



反捺



平捺



天

天

外

外

冬

冬

反

反

之

之

未

未

道

道

東

东

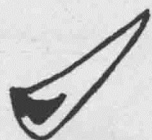
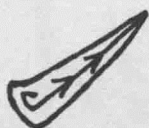
表

表

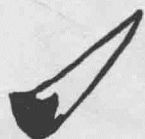
軼

軼

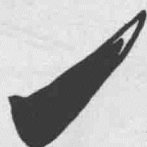
挑



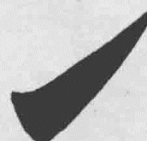
落笔



蹲笔



右上行



提笔

以

以

始

始

公

公

捐

捐

玄

玄

足

足

长挑



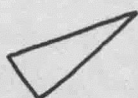
依

依

𠂔

𠂔

啄挑

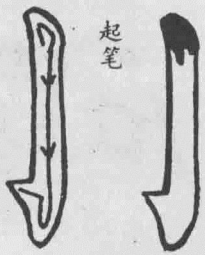
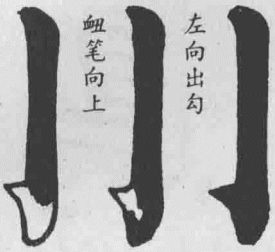
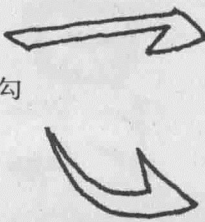
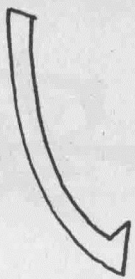
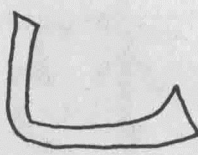


長

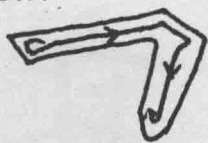
长

風

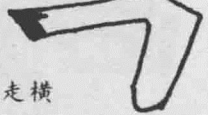
风

|                                                                                                                       |                   |                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------|
| <p>勾</p> <p>直勾</p> <p>起笔</p>         | <p>割</p> <p>割</p> | <p>高</p> <p>高</p> |
| <p>竖画下行</p> <p>起笔向上</p> <p>左向出勾</p>  | <p>宇</p> <p>宇</p> | <p>宙</p> <p>宙</p> |
| <p>横勾</p> <p>卧勾</p>                 | <p>心</p> <p>心</p> | <p>秘</p> <p>秘</p> |
| <p>斜勾</p>                          | <p>岱</p> <p>岱</p> | <p>夷</p> <p>夷</p> |
| <p>弯勾</p>                          | <p>已</p> <p>已</p> | <p>先</p> <p>先</p> |

折 横折



起笔走横



顿笔成点



挫笔下行

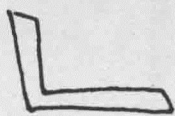


回锋收笔

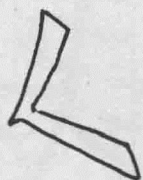


折亦可分两笔写

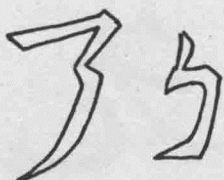
竖折



斜折



曲折



景

景

碑

碑

焉

焉

鳥

鳥

世

世

昆

昆

女

女

安

安

及

及

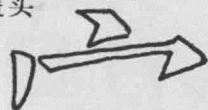
朽

朽

## 二、部首特征

### 字头类

宝盖头



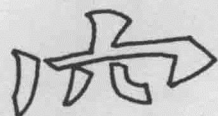
字

字

富

富

穴字头



注意左点

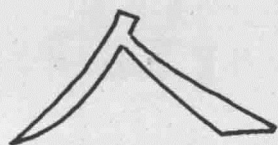
究

究

窮

穷

人字头



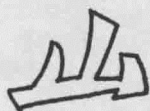
分

分

金

金

山字头



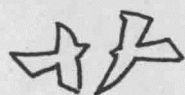
豈

岂

崇

崇

草字头



菌

菌

蔬

蔬

竹字头

竹

筍

笋

簡

简

日字头

日

星

星

是

是

爪字头

爪

爭

争

爵

爵

春字头

春

秦

秦

春

春

雨字头

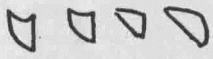
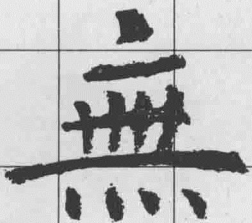
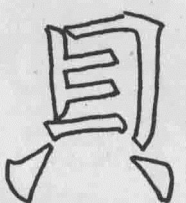
雨

雲

云

霜

霜

|                                                                                                         |                                                                                              |                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>字底类</p> <p>四点底</p>  |  <p>无</p>   |  <p>然</p>   |
| <p>心字底</p>             |  <p>息</p>   |  <p>志</p>   |
| <p>土字底</p>            |  <p>涂</p>  |  <p>墨</p>  |
| <p>皿字底</p>           |  <p>孟</p> |  <p>盛</p> |
| <p>贝字底</p>           |  <p>贞</p> |  <p>贤</p> |

左旁类

三点水

法

法

清

清

提手旁

振

振

操

操

单人旁

條

条

傳

传

竖心旁

懷

怀

悅

悦

示字旁

神

神

禮

礼