

书法入门

◎陕西书学院 编◎董静华 讲授

王羲之◎行书

行书技法讲析

圣教序

中国书法艺术源远流长，几千年来留下了不可胜数的书法遗产。其中许多优秀的碑石墨迹，成为历代学书者学习的典范，直到今天，仍是广大书法爱好者临习的楷模。

本着弘扬民族文化、普及提高书法艺术的宗旨，我们从浩如烟海的历代书法遗存中选出若干书体不同、风格各异的碑石墨迹作为范本，科学分析笔画结构，详细讲解临习方法，并精心修整残缺字形，兼述古今文字演化，以供广大书法爱好者及书法教育工作者学习、参考。

江苏美术出版社

书

法

入

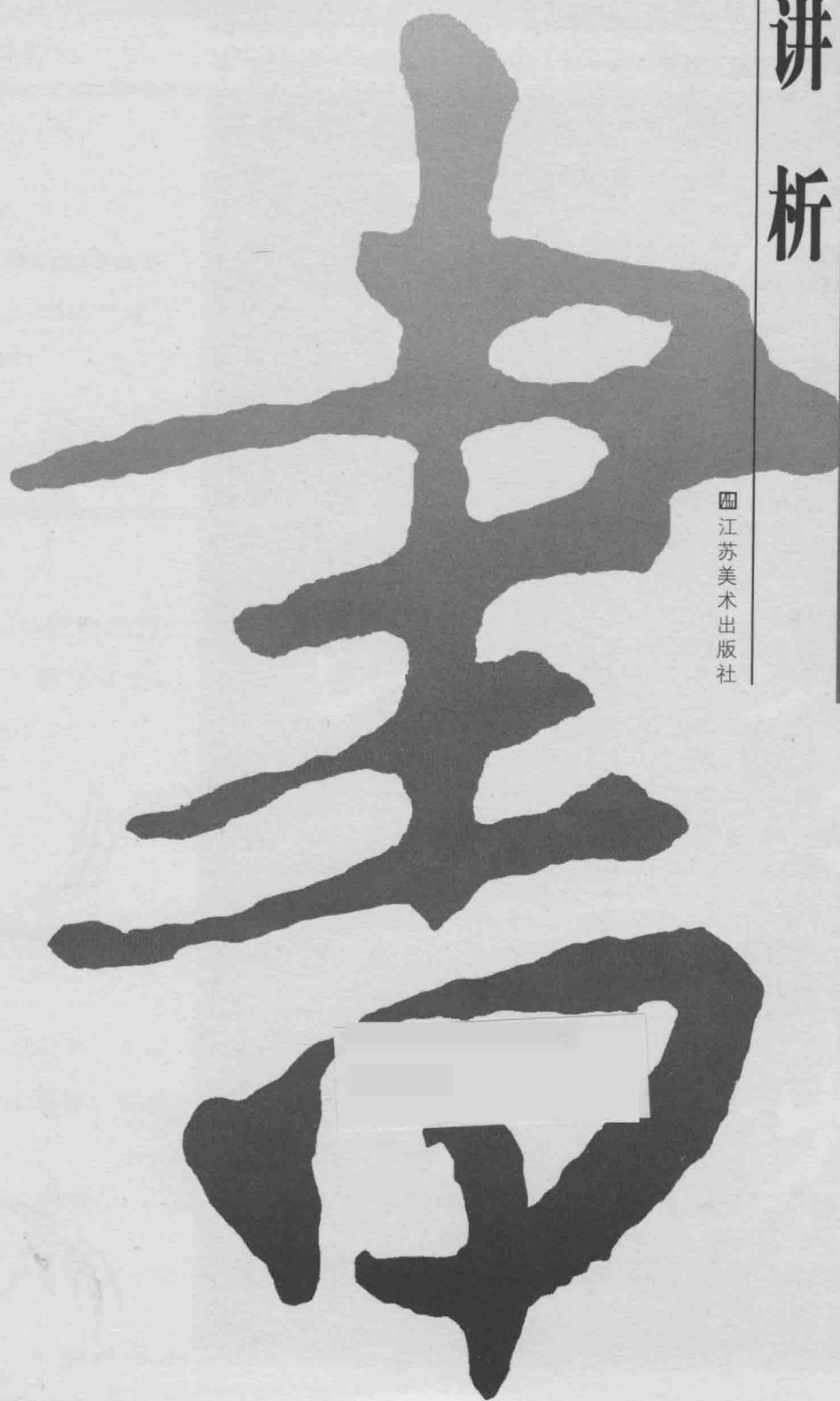
门

圣教序

行书技法讲析

陕西书学院 编◎董静华 讲授

江苏美术出版社



图书在版编目(CIP)数据

圣教序行书技法讲析 / 陕西书学院编. -- 南京 : 江苏美术出版社, 2013.12

(书法入门)

ISBN 978-7-5344-6843-8

I. ①圣… II. ①陕… III. ①行书 - 书法
IV. ①J292.113.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第242874号

出品人 周海歌

分册讲授 董静华

责任编辑 郑 晓

孟 尧

装帧设计 邹 笛

段顺戈

责任校对 吕猛进

责任监印 朱晓燕

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

江苏美术出版社(南京市中央路165号 邮编:210009)

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

设计制作 长安阿福工坊·邹晓欧 邹晓亚

印 刷 四川南方印务有限责任公司

开 本 787mm × 1092mm 1/8

印 张 6

版 次 2013年12月第1版 2013年12月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5344-6843-8

定 价 15.00 元

书法入门

编选说明

中国书法艺术源远流长，几千年来留下了不可胜数的书法遗产。其中许多优秀的碑石墨迹，成为历代学书者学习的典范，直到今天，仍是广大书法爱好者临习的楷模。

由于文字的演变以及书法遗存保护等方面的原因，出现了古今字形差别、碑帖残损等问题，给我们在学习过程中带来诸多不便。本着弘扬民族文化、普及提高书法艺术的宗旨，我们从浩如烟海的历代书法遗存中选出若干书体不同、风格各异的碑石墨迹作为范本，科学分析笔画结构，详细讲解临习方法，并精心修整残缺字形，兼述古今文字演化，以供广大书法爱好者及书法教育工作者学习、参考。并希望得到广大专家及读者的批评指正。

编委会（按姓氏笔画为序）：

马志儒 王 蒙 李成海 邹宗绪
邹 笛 陈 铭 张瑞琦 郑 锴
赵 熊 董静华 薛 铸

毛笔书法系列邮购目录

编号	书名	开本	定价
历代名家书法经典字谱(1)系列			
1	颜真卿勤礼碑	16	15.00
2	颜真卿多宝塔	16	15.00
3	王羲之兰亭序	16	15.00
4	欧阳询九成宫	16	15.00
5	柳公权玄秘塔	16	15.00
毛笔书法入门			
6	王羲之圣教序	8	25.00
7	张猛龙碑	8	25.00
8	楷书间架结构	8	25.00
9	妙严寺记	8	25.00
10	九成宫醴泉铭	8	25.00
11	玄秘塔碑	8	25.00
12	汉曹全碑	8	25.00
13	张迁碑	8	25.00
14	于右任标准草书	8	25.00
15	修震泽许塘记	8	25.00
16	颜勤礼碑	8	25.00
毛笔水写大字帖			
17	颜真卿多宝塔	8	20.00
18	颜真卿勤礼碑	8	20.00
19	柳公权玄秘塔	8	20.00
20	欧阳询九成宫	8	20.00
21	王羲之兰亭序	8	20.00
22	汉曹全碑	8	20.00
23	赵孟頫三门记	8	20.00
24	褚遂良雁塔圣教序	8	20.00
25	张猛龙碑	8	20.00
26	米芾蜀素帖	8	20.00
27	黄自元九十二法	8	20.00
28	颜真卿九十二法	8	20.00
29	欧阳询九十二法	8	20.00
30	柳公权九十二法	8	20.00
31	赵孟頫九十二法	8	20.00
楷书笔法入门结构字法系列			
32	柳体楷书笔法入门·柳公权玄秘塔	大 16	12.00
33	颜体楷书笔法入门·颜真卿多宝塔	大 16	12.00
34	颜体楷书结构字法·颜真卿多宝塔	大 16	12.00
35	欧体楷书笔法入门·欧阳询九成宫	大 16	12.00
36	柳体楷书结构字法·柳公权玄秘塔	大 16	12.00
37	行书笔法入门·王羲之兰亭序	大 16	12.00
毛笔起步系列			
38	笔画练习	大 16	10.00
39	笔顺练习	大 16	10.00
40	偏旁练习	大 16	10.00
41	结构练习	大 16	10.00
历代名家名帖书法经典系列			
42	欧阳询九成宫	8	25.00
43	颜真卿多宝塔	8	42.00
44	颜真卿勤礼碑	8	35.00
45	柳公权玄秘塔	8	28.00
46	柳公权神策军碑	8	20.00
47	赵孟頫寿春堂记	8	18.00
48	赵孟頫三门记	8	35.00
49	王羲之兰亭序	8	18.00
50	汉曹全碑	8	35.00

编号	书名	开本	定价
51	张迁碑	8	25.00
52	张猛龙碑	8	25.00
53	怀仁集王羲之圣教序	8	40.00
54	褚遂良雁塔圣教序	8	32.00
55	苏轼醉翁亭记	8	22.00
56	文征明滕王阁序	8	42.00
57	唐伯虎落花诗	8	35.00
58	欧阳询楷书九十二法	8	16.00
59	颜真卿楷书九十二法	8	16.00
60	柳公权楷书九十二法	8	16.00
61	赵孟頫楷书九十二法	8	16.00
毛笔起步描与临			
62	毛笔起步描与临王羲之兰亭序	大 16	10
63	毛笔起步描与临赵孟頫三门记	大 16	10
64	毛笔起步描与临汉曹全碑	大 16	10.00
65	毛笔起步描与临黄自元楷书九十二法	大 16	10.00
66	毛笔起步描与临柳公权玄秘塔	大 16	10.00
67	毛笔起步描与临颜真卿多宝塔	大 16	10.00
68	毛笔起步描与临颜真卿勤礼碑	大 16	10.00
69	毛笔起步描与临欧阳询九成宫	大 16	10.00
毛笔水写字帖			
70	笔画练习	16	10.00
71	笔顺练习	16	10.00
72	偏旁练习	16	10.00
73	结构练习	16	10.00
74	颜真卿多宝塔	16	10.00
75	柳公权玄秘塔	16	10.00
76	欧阳询九成宫	16	10.00
77	赵孟頫三门记	16	10.00
78	王羲之兰亭序	16	10.00
79	颜真卿勤礼碑	16	10.00
毛笔水写字帖 8 开放大版			
80	颜真卿多宝塔	8	25.00
81	柳公权玄秘塔	8	25.00
82	欧阳询九成宫	8	25.00
83	赵孟頫三门记	8	25.00
84	王羲之兰亭序	8	25.00
85	颜真卿勤礼碑	8	25.00
历代名家碑帖经典集字临创			
86	颜真卿《勤礼碑》集字古诗	8	29.80
87	欧阳询《九成宫》集字古诗	8	29.80
88	柳公权《玄秘塔》集字古诗	8	29.80
89	赵孟頫《三门记》集字古诗	8	29.80
90	王羲之《兰亭序》集字楹联	8	29.80
91	《汉·曹全碑》集字楹联	8	29.80
历代名家碑帖技法精解			
92	王羲之黄庭经	8	25.00
93	王羲之兰亭序	8	25.00
94	欧阳询九成宫	8	25.00
95	柳公权神策军碑	8	25.00
96	柳公权玄秘塔	8	25.00
97	颜真卿多宝塔	8	25.00
98	颜真卿勤礼碑	8	25.00
99	孙过亭书谱	8	25.00
100	米芾蜀素帖	8	25.00
101	张猛龙碑	8	25.00

以上图书全国各地新华书店均有销售,凡要邮购以上图书者,免收邮寄费,量大从优。
邮购地址:成都市青羊区光华东三路 486 号 2 栋 904 室 邮 编:610015 联 系 人:任永锋
联系电话:(028)86137228 86137338 传 真:(028)86129808 更多图书:<http://qinchuants.tmall.com>

目录

王羲之及其行书	一
一、基本笔势	
基本笔画	一
藏锋点、露锋点、弧形点	一
长点、曲点、平点、圆点、左右点	二
上下点、藏锋横、露锋横、垂尾横、出锋横	三
下弧横、渐细横、渐粗横、藏锋竖	四
露锋竖、悬针竖、渐粗竖、玉筋竖、带钩竖	五
抱内竖、点竖、藏锋撇、露锋撇	六
曲头撇、兰叶撇、短撇	七
长直撇、竖撇、带钩撇、抱内撇	八
垂尾撇、短挑、长挑	九
平挑、立挑、竖钩、竖弯钩	〇
戈钩、横钩、抛钩、顺钩	一
横折钩、横折右弯钩、平钩、横折右斜钩、弯钩	二
回锋代钩、斜捺、平捺、回锋捺	三
带钩捺、点捺、上弧捺	四
曲捺、隼尾捺、横折、竖折、斜折	五
点连点、点连横、点连竖、点连撇、横连点	六
横连横、横连竖、横连撇	七
竖连点、竖连横、竖连竖、撇连点、撇连横	八
撇连竖、撇连捺、钩连横、钩连挑	九
二、偏旁部首	
单人旁、亻部、竖刀旁	二〇
竖心旁、木字旁、绞丝旁	二一
提手旁、土字旁、日字旁	二二
左耳旁、右耳旁、三点水	二三
双人旁、广字头、右三撇、火字旁	二四
口字部、宝盖头、斜王旁	二五
走之部、心字部、足字旁	二六
草字头、月字旁、反犬旁、页字旁	二七
言字旁、车字旁、金字旁、门字部	二八
走字部、四字头、反文旁、小字头、禾字旁	二九
两点水、雨字头、示字旁、山字头、弓字旁	三〇
三、字形结构	
上窄下宽、上宽下窄、左长右短、左短右长	三一
左大右小、左小右大、上疏下密、开张、聚合	三二
长、短、大、小、缩	三三
右侧、左欹、左欹右侧、上欹下侧、上侧下欹	三四
字形辨疑	三五
四、变化	
并列横、并列竖、并列撇、并列捺	三六
并列钩、左右同形、上下同形、三体同形	三七
之、不、者	三八
于(於)、与、有	三九
生、而、国	四〇
无、地、其	四一
五、神采	
楷法用笔、曲直相济、方圆结合	四二
提按分明、使转交替、楷行互用、行草互用	四三
笔连、意连、拙中见巧	四四
萦带简洁、笔顺变异、恣肆用笔	四五

王羲之及其行书

王羲之(303—361年)字逸少,琅琊(今山东临沂)人,因他曾官居右军将军,又称“王右军”,是我国书法史上最有影响力的书法家。

王羲之的行书遒逸劲健,千变万化,“端庄杂流丽,刚健含婀娜”,奇宕潇洒,新致迭出,在当时就倍受推崇,后辈称为“书圣”,风靡书坛千百年而不衰。

《唐怀仁集王右军书三藏圣教序记并心经》,简称《圣教序》,与王书惟妙惟肖,几无二致,胜过唐代的摹本。它与《兰亭序》为百代书法楷模,大凡著名的书家几乎没有不临习的。因此学习行书宜从王羲之的《兰亭序》和《圣教序》入手,从《圣教序》中取其结构,从《兰亭序》中取其笔意和章法。

本帖采用循序渐进、由简至繁的方法,将王书多方面进行剖析,再加编排,以期对广大书法爱好者有所裨益。

一、基本笔势

行书是介于楷书和草书之间的一种书体。由于运笔速度略快于楷书,因而,笔势多呈流动形;同时,点画也不再相对独立或保持一定的模式,点画的变异现象屡见不鲜,如横、竖、撇、捺有时常用点代替等等。虽然行书的笔势变化多端,众态纷呈,但还是有一定的规律可循:(1)当行笔速度较慢时,藏锋及方形用笔较多;当行笔较快时,露锋及圆形用笔较多。(2)点画的形态常受字形结构取势的影响而变化,或长短,或曲直,或方圆,或向背。(3)为了连带、贯通,点画往往失去了自己本身的特征,而呈现出形态各异的变化。因此,在临习时应把点画在整个字中的上承下延关系分析清楚。这种从整体把握局部的方法,是学习行书的便捷途径。

1、基本笔画

藏锋点

逆锋着纸,然后回锋点下,形体较为厚重,当需要放慢行笔节奏时常被运用。



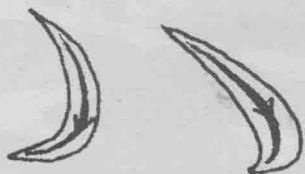
露锋点

顺锋着纸,并逐渐加力,收笔或顿或出。一般在快节奏的行笔时较为常用。



弧形点

较露锋点行笔稍长,弧形点下,至尾部带出笔锋。有承上启下的特点。



长点

起笔或藏或露，行笔时逐渐加力，至尾部回锋或停笔即提，多呈右上弓形。



外

外

不

不

曲点

露锋着纸后，即向右点下，尾部回锋或带出笔锋与下一笔连接，状如鸭头。



宙

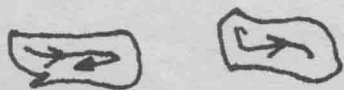
宙

之

之

平点

笔锋着纸后，横向右按，状如短横。



夜

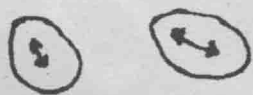
夜

言

言

圆点

笔锋着纸后，向两端作近似捻的回锋，幅度小的近似圆点，幅度大的则为长圆点。



深

深

应

应

左右点

左为出锋点，右为露锋点，两点之间的承接应流畅。右点收笔出锋左顾。



小

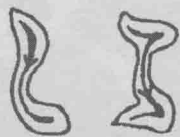
小

典

典

上下点

上为出锋点，下为露锋点，上下点之间笔不离纸，将笔且提且行，至下点时加力按下，尾部或顿或出。



终

终

于

于

藏锋横

左上逆锋着纸，然后下按右行或回锋右行，切忌均匀。



想

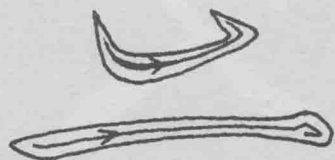
想

无

无

露锋横

露锋着纸下按右行，尾部不可平出锋，应垂尾或带出笔锋与下一笔呼应。



菩

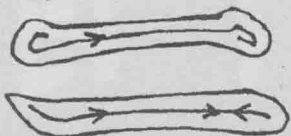
菩

于

于

垂尾横

横行笔至尾端时或如楷书用笔一样垂缩，或顺原笔路回锋。前者多呈上弓形，后者则较平直。



其

其

二

二

出锋横

横行笔至尾端时折锋带出，注意和下一笔或下一字呼应。



五

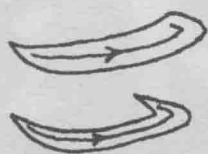
五

所

所

下弧横

露锋着纸，行笔有向上绕行之意，一般与上方笔画连接。



大

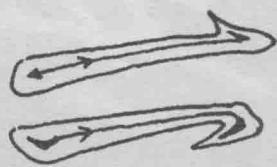
大

垂

垂

渐细横

横作匀减力行笔，尾端折锋与下一笔呼应，切忌行笔过快。



古

古

一

一

渐粗横

横作匀加力行笔，尾端回锋，或停笔即提。



世

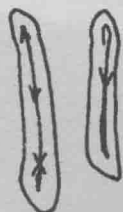
世

文

文

藏锋竖

逆锋着纸，回锋下行，尾部或驻或向上回锋。



引

引

情

情

翠

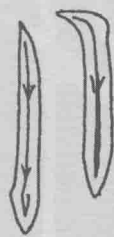
翠

门

门

露锋竖

露锋着纸下行，尾部回锋。一般用于并列竖画中以求变化，如：一竖露锋则另一竖藏锋。



降

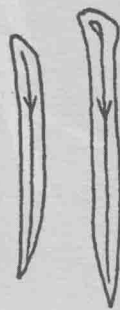
降

其

其

悬针竖

藏锋着纸，回锋下行，尾端提笔出锋，其状如针。一般在长竖中较多运用。



部

部

军

军

渐粗竖

垂直落笔，或藏或露，行笔时渐加力，尾端回锋，状如垒球棒，用于字形下部较空的字。



师

师

门

门

玉筋竖

逆锋向上回锋，沉稳下行，尾端向上回锋，其状如柱。常用于笔画较少字中的短竖。



作

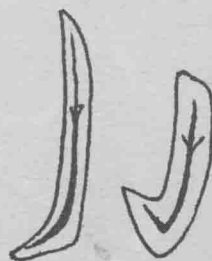
作

不

不

带钩竖

行笔至尾端与承接笔画连带而成。



抑

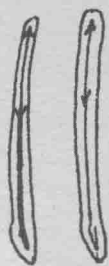
抑

幽

幽

抱内竖

运笔呈弧状下行，尾端回锋。多用于作为偏旁部首的长竖。



惟

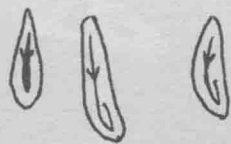
惟

博

博

点竖

露锋点下，状如一点，多用于短竖。当数个短竖在一起时，这种变化就更为必要。



所

所

智

智

住

住

论

论

要

要

藏锋撇

逆锋着纸，回锋左下行，至尾端提笔出锋。在一幅字的引首字中和调节行笔节奏时常用。



会

会

大

大

露锋撇

露锋着纸，行笔渐加力，尾端回锋或停笔即提。



度

度

伏

伏

曲头撇

露锋着纸即向右按，折笔左下行，多有承前之意。



布

布

有

有

兰叶撇

用笔虚入虚出，至中部略粗，状如兰叶。



历

历

砂

砂

若

若

左

左

少

少

短撇

字形较平正时，短撇似楷；字形动态较大时，或轻盈掠过，或与下笔相连。



秘

秘

乎

乎

长

长

乾

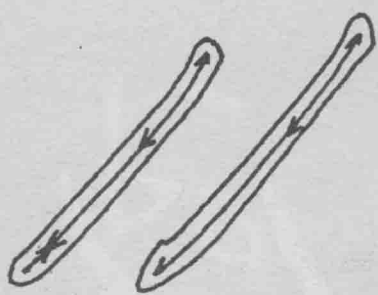
乾

昨

昨

长直撇

逆锋着纸，回锋向左下直行，尾端回锋，若出锋微呈启下之态。



者

者

省

省

依

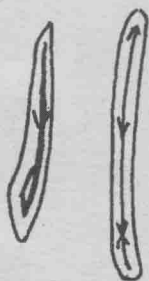
依

在

在

竖撇

落笔后向下略带弧形行笔，忌直，尾端回锋。



藏

藏

迟

迟

带钩撇

撇尾端向上勾出，有连带之意，但不宜过长。



在

在

塵

塵

抱内撇

行笔向内弯，尾端顿收或向上连带，忌顺出锋。



序

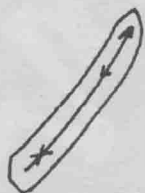
序

庸

庸

垂尾撇

尾端不出锋，顿后收笔，长短撇均可灵活运用。



及

及

貝

貝

炭

炭

者

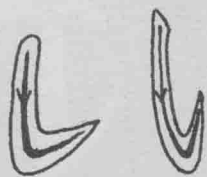
者

宏

宏

短挑

承前笔势，顿笔后向右上挑出。在左右结构中，当需要字形张开时，短挑不与右连。



長

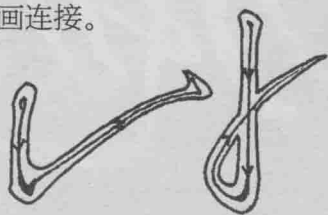
长

切

切

长挑

在左右结构中，当需要字形聚合时，常将挑延长与右边笔画连接。



即

即

地

地

比

比

皆

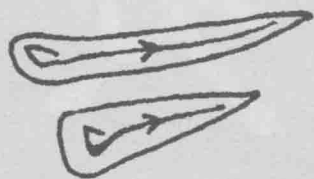
皆

拔

拔

平挑

当挑画作底，或挑与下接笔画距离较近时，一般呈平势。



或

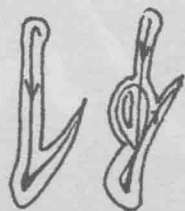
或

玄

玄

立挑

承前笔势向上方挑出，一般承接挑的笔画位置较高。



域

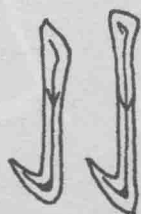
域

璋

璋

竖钩

落笔或藏或露，行笔至末端略驻，向左上勾出。



水

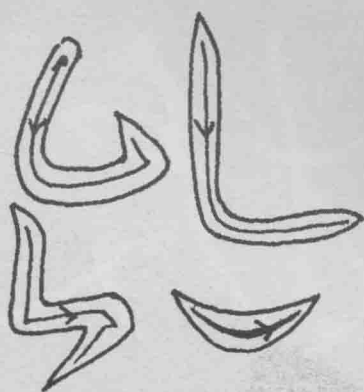
水

才

才

竖弯钩

当竖弯成角较小时，宜用左向钩；成角较大时，宜上钩或右向钩，或平出如“施”，或下带如“化”。“见”简化用笔是高度的洗练。



色

色

施

施

化

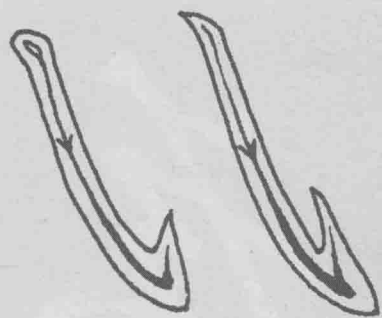
化

见

见

戈钩

落笔或藏或露，行笔要挺，尾端稍顿后向上勾出，一撇视情况或高或低，点与横或即或离。



茂



成



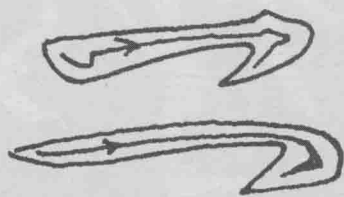
藏



识

横钩

横画斜上行笔至末端，提笔按下，左下勾出。



虚



空

抛钩

露锋下弧形渐加力行笔，末端顿笔后向左上勾出。



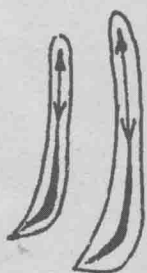
心



忽

顺钩

竖行笔至中部时渐加力，末端向左弧形带笔出锋，当字中最后一笔为竖钩时不妨用之。



奇



净