



经典碑帖技法精解丛书（放大版）

颜真卿

《多宝塔碑》

基本笔法精解

偏旁部首精解

结构布局·章法解析

书法艺术·碑帖欣赏



主编

苏士澍 中国书法家协会副主席

姚俊卿 著名书法家

宋一夫 现代教育出版社社长



中国出版集团 现代教育出版社

名家名碑名帖

权威技法指导

直观图示讲解

自学临习宝典

经典碑帖技法精解丛书（放大版）

颜真卿

《多宝塔碑》

基本笔法精解

偏旁部首精解

结构布局·章法解析

书法艺术·碑帖欣赏

主编

苏士澍 中国书法家协会副主席

姚俊卿 著名书法家

宋一夫 现代教育出版社社长



中国出版集团 现代教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

经典碑帖技法精解丛书·颜真卿《多宝塔碑》/苏士澍,
姚俊卿,宋一夫主编. —北京:现代教育出版社,2014.8

ISBN 978-7-5106-2385-8

I . ①经… II . ①苏… ②姚… ③宋… III . ①楷书 -
书法 - 教材 IV . ① J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 175901 号

经典碑帖技法精解丛书

颜真卿《多宝塔碑》

苏士澍 姚俊卿 宋一夫 / 主编

责任编辑:张轶唯 李英娟 孙巧莲

封面设计:丁磊 版式设计:郝欣欣

排版:创新排版工作室

现代教育出版社出版发行

北京市朝阳区安华里 504 号 E 座 邮政编码:100011

北京新华印刷有限公司印刷 全国新华书店经销

开本:710 毫米 × 1000 毫米 1/16 印张:17

2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5106-2385-1 定价:87.00 元

出版前言

书法艺术作为我国历史悠久的文化形式，从产生到兴起都源自本土的文化底蕴，是民族的艺术、民众的艺术。一代又一代才华横溢的大书法家，创造出一大批不朽的经典书法作品，或清雅隽秀或浑厚苍劲的书艺格调留存于千秋翰墨之中，直到今天依然是我国社会文化不可缺少的重要部分。

为了贯彻终身教育和全民教育的理念、继承和弘扬中华书法艺术、给广大书法爱好者提供更好的学习平台，著名书法家、中国书法家协会副主席苏士澍先生，著名书法家姚俊卿先生，现代教育出版社社长宋一夫先生等精心编撰了《经典碑帖技法精解丛书》。这套丛书是由数十名书法家经过多年酝酿、五年编写才完成的。丛书精选王羲之、欧阳询、颜真卿、柳公权等著名书法大家的经典碑帖作品，涵盖隶、楷、行、草各种书体，从专业的视角讲解不同碑帖的笔法、字法、结构与审美艺术。

这套丛书有以下特点：

一、技法讲解深入细致

在汉字书写的实用过程中，点画用笔形成了汉字的形式美，而书家又往往在点画线条的流变之中注入自己的情感，形成不同的风格。技法是书法写作的基础，技法不是书法，但没有技法绝对无法成为好的书法作品。这套丛书以古典书法理论为依托，对各个碑帖的笔法、字法进行解析，用通俗明了的语言讲解技法，普及书写规律和技巧，帮助学书者掌握较为完备的书法技法知识。

二、章法分析全面系统

汉字的点画用笔形成了汉字的形式美，结体造型、章法布局的不断完善又造就了汉字的群体美，于整体布局之中展现风神气韵。丛书编写者凭着多年的书法实践和理论知识，归纳出一定的规律，全面系统地分析了不同的碑帖所呈现出的形态特色。

三、艺术鉴赏别具一格

丛书以史为据，形象生动地介绍了书家的成长历程、生平事迹、趣闻轶事，通过富有趣味的故事来探讨，不同的人生经历成就了各位书家不同的艺术风格。书后完整附录碑帖原文，在尽量重现原碑的前提下放大碑帖文字，给读者提供良好的鉴赏、临摹条件，并从整体上欣赏原碑的书法风格，培养审美情趣，提高鉴赏水平。

《经典碑帖技法精解丛书》内容详细，结构完整，论述明确，对技法、章法、书家及碑帖做了全面的分解。我们衷心希望，这套丛书能对普及书法教育起到引导和帮助的作用。

经典碑帖技法精解丛书

编委会

2014年8月

目录

基本笔法精解

● 习字常识	2
● 执笔方法	2
● 长横	3
● 短横	4
● 垂露竖	5
● 悬针竖	6
● 斜撇	7
● 竖撇	8
● 斜捺	9
● 平捺	10
● 反捺	11
● 斜点	12
● 竖点	13
● 提	14
● 竖提	15
● 竖钩	16

● 斜钩	17
● 卧钩	18
● 横钩	19
● 竖弯钩	20
● 横折	21
● 竖折	22
● 撇折	23
● 撇点	24
● 横撇	25
● 横折钩	26
● 横折弯钩	27
● 横撇弯钩	28

偏旁部首精解

● 单人旁	30
● 双人旁	31
● 竖心旁	32

言字旁	33
三点水旁	34
木字旁	35
禾字旁	36
左耳旁	37
示字旁	38
提土旁	39
王字旁	40
日字旁	41
提手旁	42
女字旁	43
车字旁	44
火字旁	45
绞丝旁	46
金字旁	47
立刀旁	48
力字旁	49

反文旁	50
页字旁	51
右耳旁	52
月字旁	53
欠字旁	54
宝盖头	55
山字头	56
日字头	57
草字头	58
竹字头	59
日字底	60
心字底	61
巾字底	62
女字底	63
寸字底	64
皿字底	65
四点底	66

● 广字旁	67
● 走之底	68
● 尸字头	69
● 门字框	70
● 国字框	71

结构布局 · 章法解析

● 独体字的主笔	74
横画	74
竖画	75
撇画	76
捺画	77
钩画	78
● 独体字的形状	79
正方形长方形扁形	79
三角形菱形斜形	80
● 合体字结构	81
左右宽窄相等	81
左右宽窄不等	82
左高右低	83
左低右高	84
左短右长	85
左长右短	86
左中右宽窄相等	87
左中右宽窄不等	88

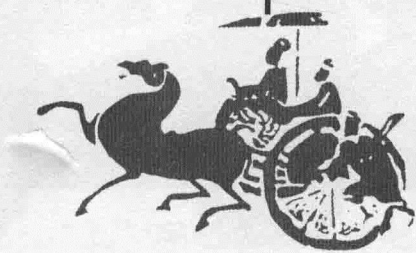
左中右高低不等	89
上下基本相等	90
上短下长	91
上长下短	92

书法艺术 · 碑帖欣赏

● 颜真卿传	134
● 颜真卿《多宝塔碑》笔法（一）	143
● 颜真卿《多宝塔碑》笔法（二）	152
● 颜真卿《多宝塔碑》字法	165
● 颜真卿《多宝塔碑》	180

《多宝塔碑》

基本笔法精解



习字常识

毛笔的选择

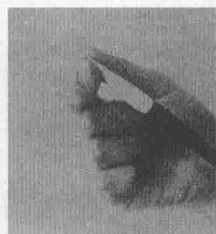
好的毛笔须具备“四德”，即笔头合乎尖、齐、圆、健四个标准。

尖指笔毫聚拢时，笔尖要尖锐。

齐指将笔尖润开压平后，毫尖平齐。

圆指笔毫饱满圆润，如枣核之形。

健指笔头富有弹性，铺开后易于收拢。



尖



齐



圆



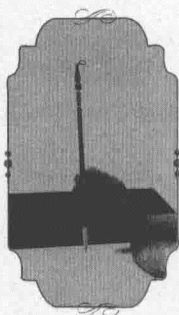
健

运笔方式

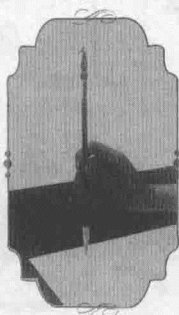
枕腕 提腕 悬腕

写毛笔字时，除了要学会正确的执笔方法，还要掌握正确的运腕方法。

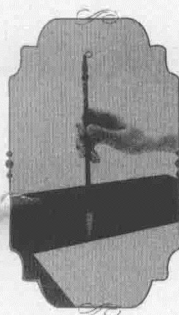
枕腕是写字时右手腕靠在桌面上或枕靠在左手背上，一般适合书写小楷。提腕是写字时肘放在案上，将手腕提起，一般适合写中楷。悬腕是将腕、肘悬起，手臂离开桌面，一般适合写大楷和行草。



枕腕



提腕



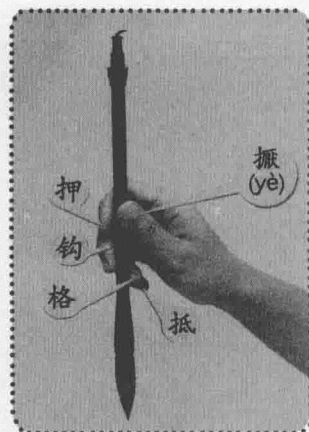
悬腕

执笔方法

学习书法，要掌握正确的执笔方法。毛笔的执笔方法有很多种，五字执笔法是常用的一种。

执笔方法

拇指食指捏住笔，
中指向内钩着笔，
四指向外顶着笔，
小指在下帮四指。
五指同心来运笔，
掌空腕活好用力。



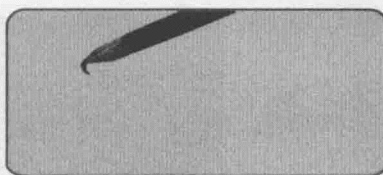
五字执笔法

长 横

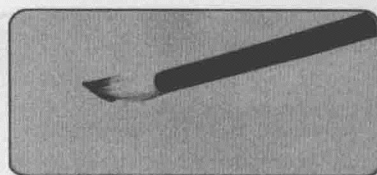


用笔指导

起 笔

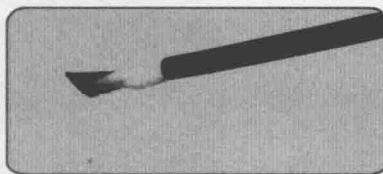


1. 逆锋起笔

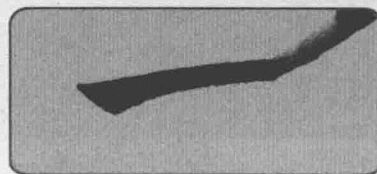


2. 向右下顿笔

行 笔

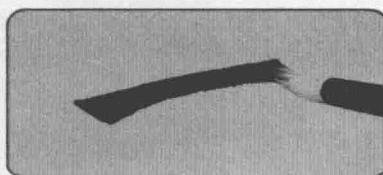


3. 略提笔，转锋向右行笔

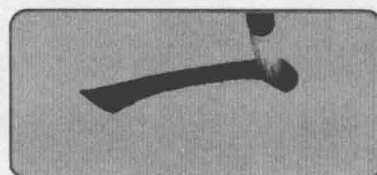


4. 至末端略提笔

收 笔



5. 右下顿笔



6. 回锋收笔

范字精讲

引导分析

◎长横因横画长而得名。

◎逆锋起笔，折笔向右下顿笔，提笔调锋；向右行笔，行笔慢，应写出涩的感觉，中间提笔；行笔至横端提笔，向右下重顿，再提笔调锋，向左上回锋收笔。

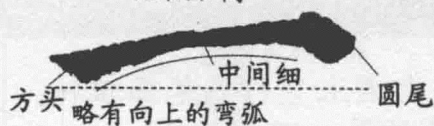
◎起笔头方，收笔头圆。

◎中间笔画轻细劲挺，并带有向上的拱弧，左低右高。

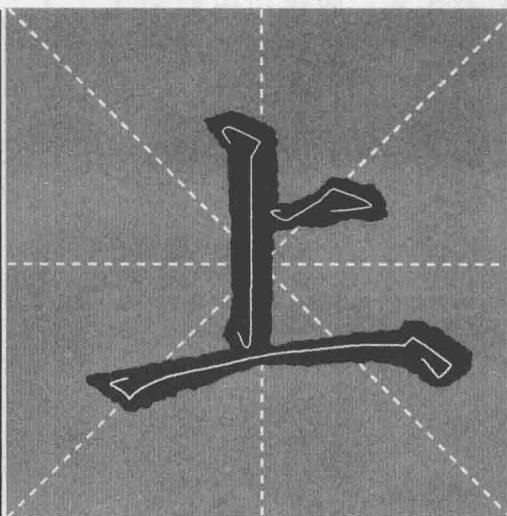
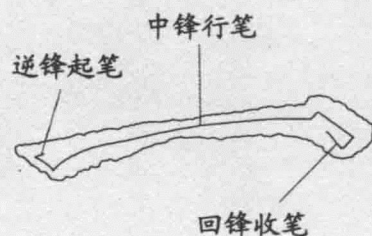
◎长横是汉字中使用较多的笔画。

特点解析

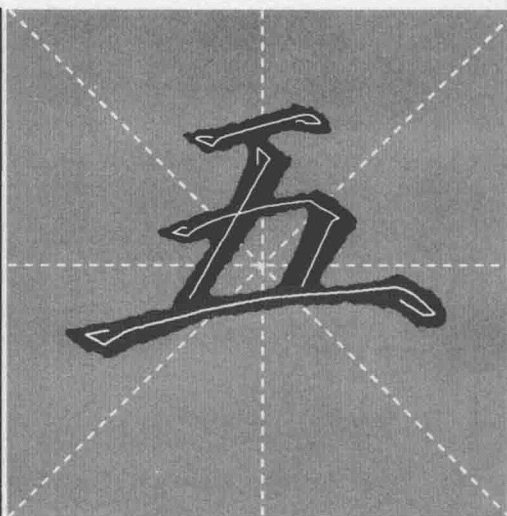
左低右高



书写提示

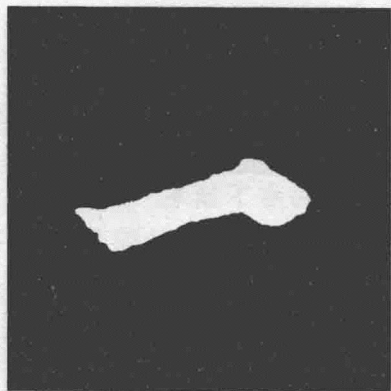


“上”字的长横逆锋起笔，向右下顿笔；中间有向上的拱弧；横端向右下顿笔较重，收笔回锋。



“五”字的长横两头粗，中间较细，且略有向上拱弧；左端头方，右端头圆，左低右高。

短 横



引导分析

◎短横因横画短而得名。

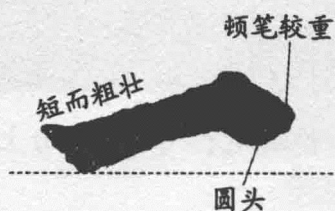
◎逆锋或顺锋起笔，因字而异；中锋向右行笔，至横右端提笔，向右下按笔，再提笔调锋，向左上回锋收笔。

◎起笔以方头为主，也有尖头；收笔以方收为主，也有的右端头尖。

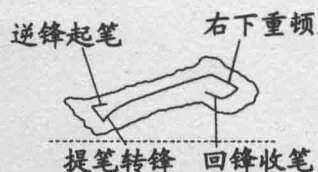
◎左低右高；中间稍有提笔，但不明显；左尖横中间稍有下沉的弧度。

◎短横在汉字中较常用。

特点解析



书写提示

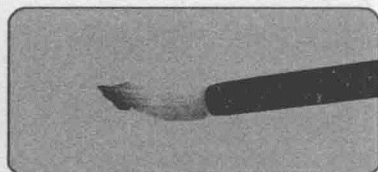


用笔指导

起 笔

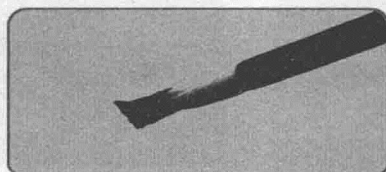


1. 逆锋起笔

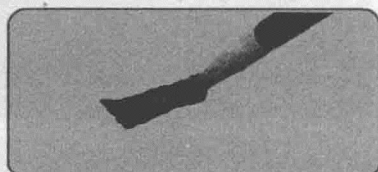


2. 向右下顿笔

行 笔

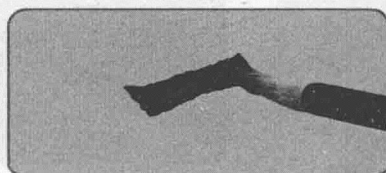


3. 提笔转锋向右上行笔

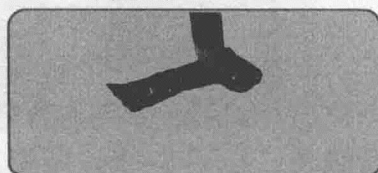


4. 行笔不宜长，至末端略提笔

收 笔

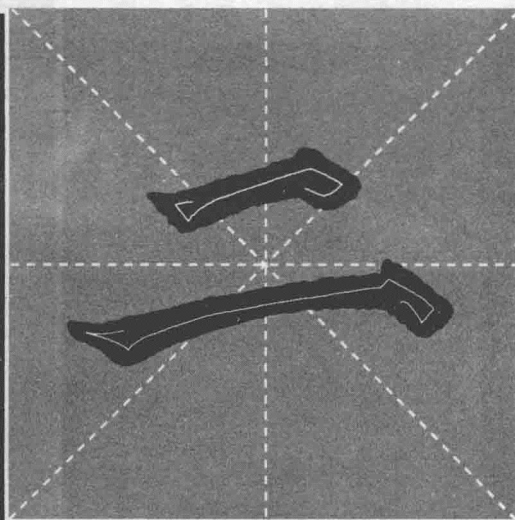
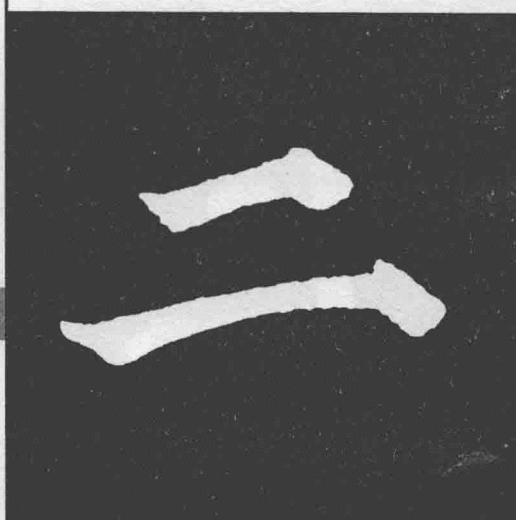


5. 向右下顿笔

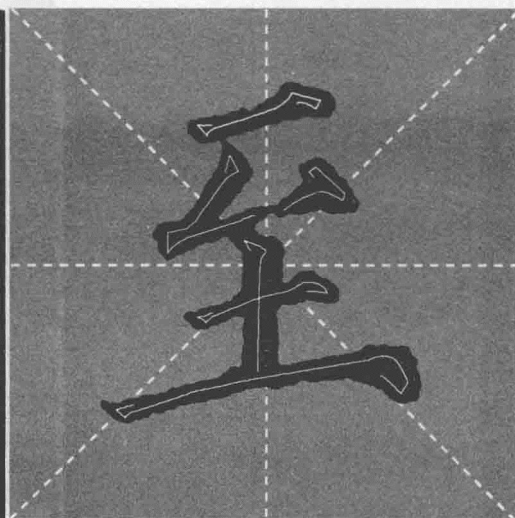


6. 回锋收笔

范字精讲

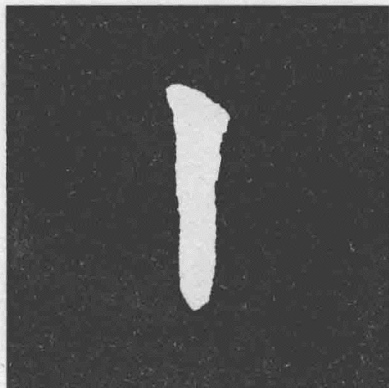


“二”字的短横，逆锋起笔；向右上直行，笔画粗壮，至短横右端驻笔；提笔转锋向右下顿笔，回锋收笔。



“至”字的短横较短，往右上倾斜，右端略粗，头圆。

垂露竖



引导分析

◎垂露竖因竖底回锋粗圆，像欲滴的露珠而得名。

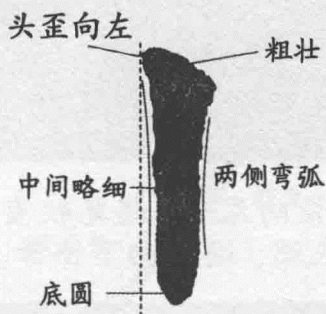
◎起笔多逆锋，向右下按笔较重，提笔调锋，向下中锋行笔，力送笔端，中间略有提笔，竖端垂露回锋。

◎头略歪向左上，头部稍粗，以方头为主，方中有圆；底部垂露明显，笔画圆润。

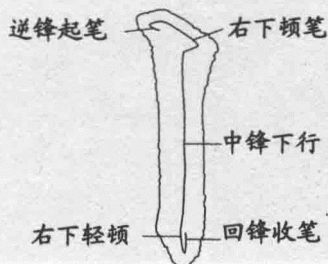
◎中间稍细，两侧向内收弧，竖直劲挺。

◎垂露竖多在汉字中间或左侧使用。

特点解析

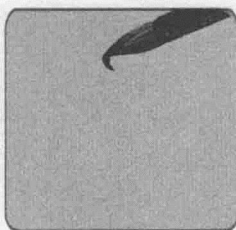


书写提示



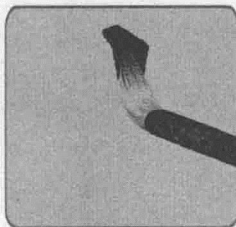
用笔指导

起 笔



1. 逆锋起笔

行 笔

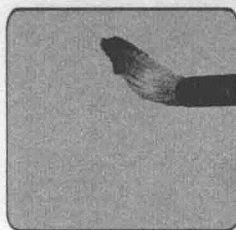


3. 略提笔，转锋向下行笔

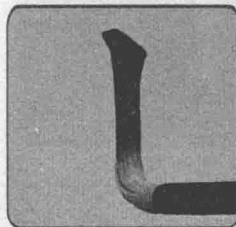
收 笔



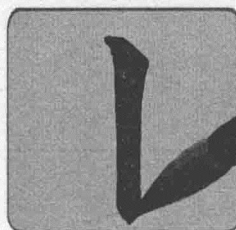
5. 向左下轻提笔，再向右下轻顿



2. 折笔向右下顿笔

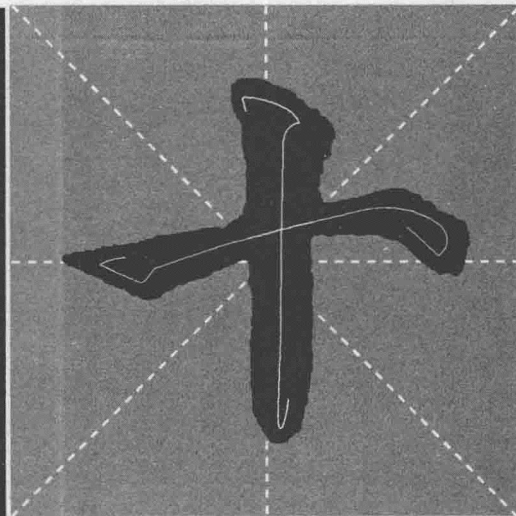
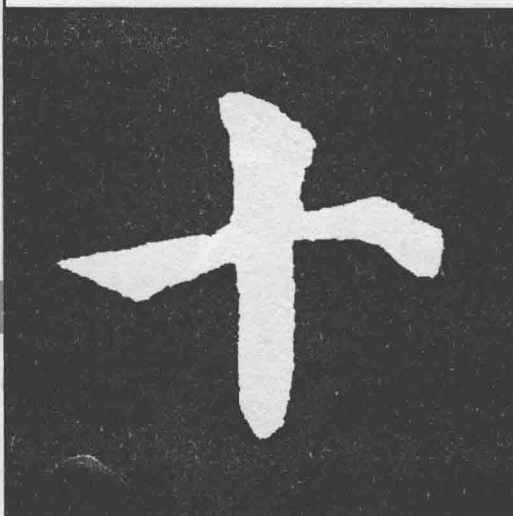


4. 至竖端渐行渐按

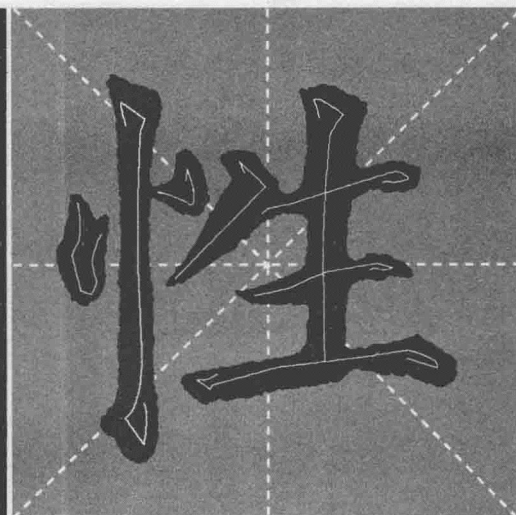


6. 提笔回锋收笔

范字精讲

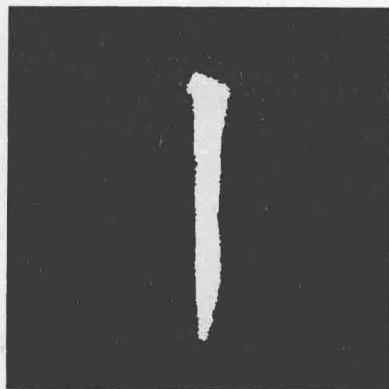


“十”字的垂露竖逆锋起笔，起笔粗重；中锋下行，笔画粗壮、劲挺、垂直；收笔垂露不显。



“性”字的垂露竖在左侧竖心旁中，两头粗，中间细，书写时应注意往上的提笔；中间笔画虽细，但较劲挺；收笔垂露较大。

悬针竖



引导分析

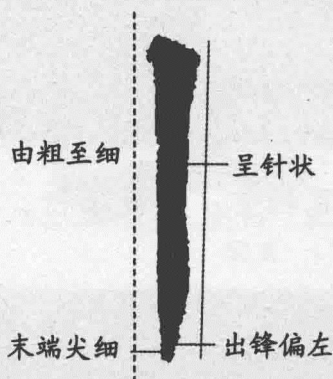
◎悬针竖因竖底出锋，犹如悬在空中的针而得名。

◎逆锋起笔，向右下斜顿笔，提笔转锋向下中锋运笔，下行速度要慢，力注笔尖，过中段后逐渐提笔，至末端提笔出锋。有的出锋偏左。

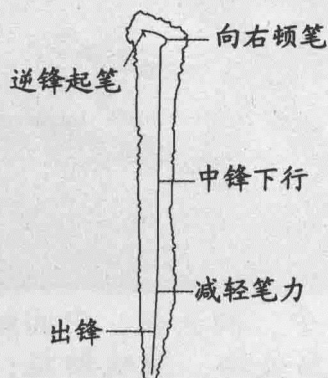
◎头部略向左歪，稍粗壮，一般方中带圆；竖的底端大多尖细。

◎中间部分大多稍带有向右的弯弧。

特点解析



书写提示



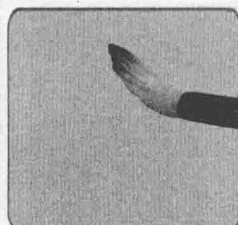
用笔指导

起 笔

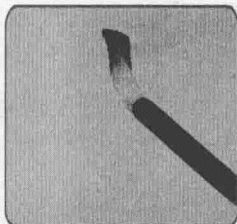


1. 逆锋起笔

2. 折笔向右下顿笔

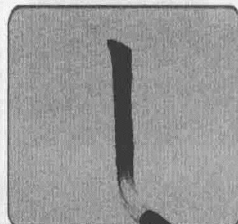


行 笔

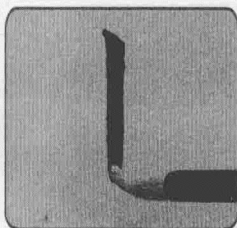


3. 中锋向下运笔

4. 至末端逐渐提笔

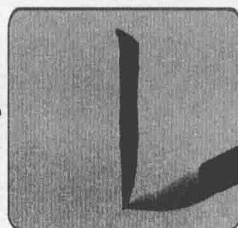


收 笔

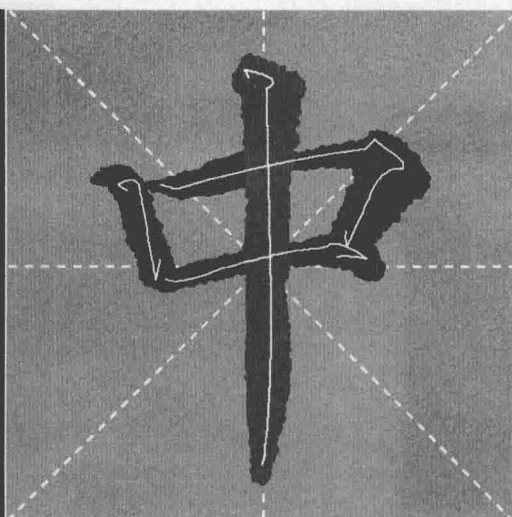
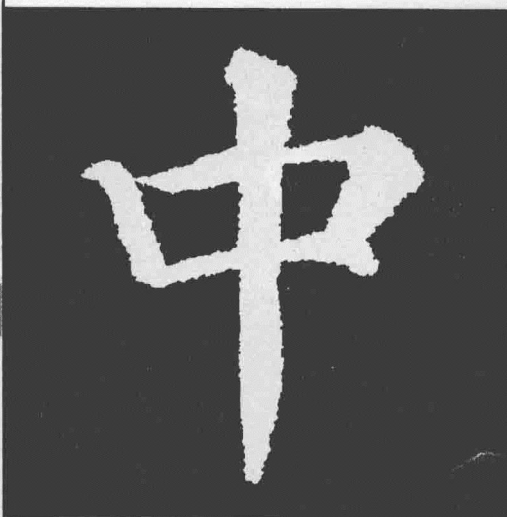


5. 边提边收拢笔锋

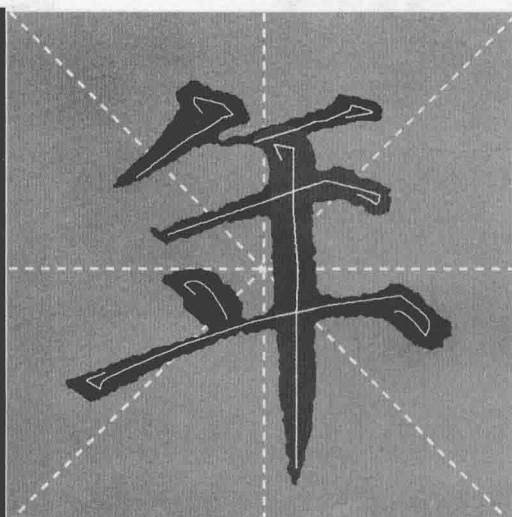
6. 偏左出锋



范字精讲

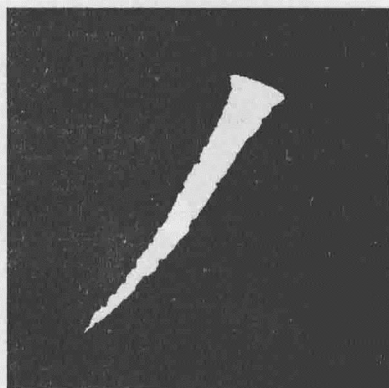


“中”字的悬针竖逆锋起笔，头部歪向左侧，起笔较重；往下中锋行笔至中部提笔；行笔至竖底端，逐渐向下出锋。



“年”字的悬针竖上部粗，中锋下行，中部往下开始提笔，笔画由粗渐细，至竖端收笔出锋。

斜 撇



引导分析

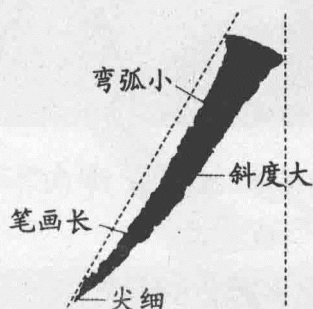
◎斜撇因撇画撇出时取斜势，且斜度较大而得名。

◎往左下行笔便开始提笔，笔画逐渐轻细。

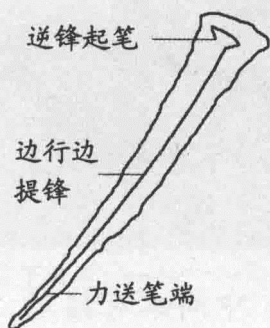
◎头部的形状平直，稍粗，直斜向左下，也有的头部形状歪向左，再向左下；撇尾出锋，笔画尖细；中间略带向右下的沉弧。

◎斜撇有长短和粗细之分，行笔斜度因字取势。

特点解析

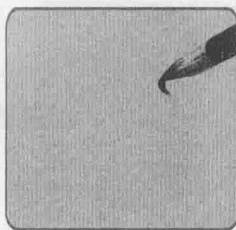


书写提示



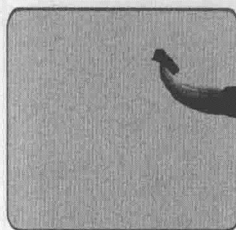
用笔指导

起 笔

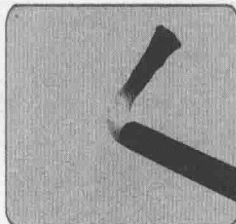


1. 逆锋起笔

2. 折笔向右下轻顿笔

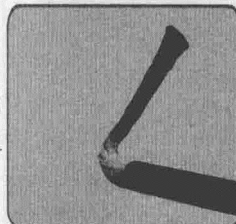


行 笔

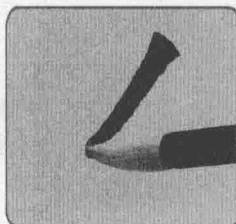


3. 提笔转锋向左下中锋运笔

4. 逐渐提笔至撇画的末端

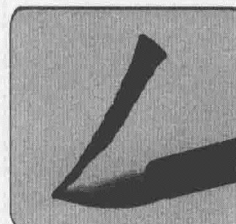


收 笔

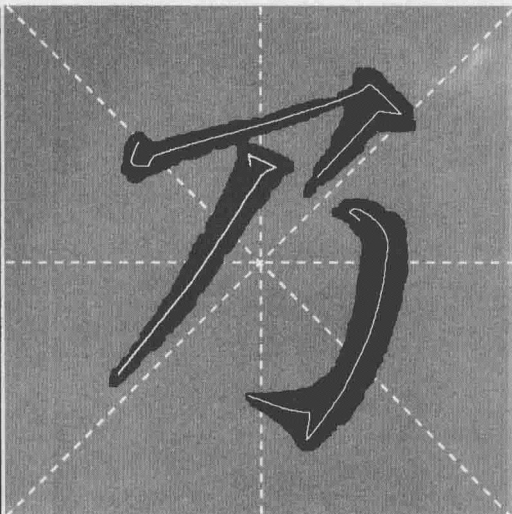


5. 边提笔边收拢笔锋

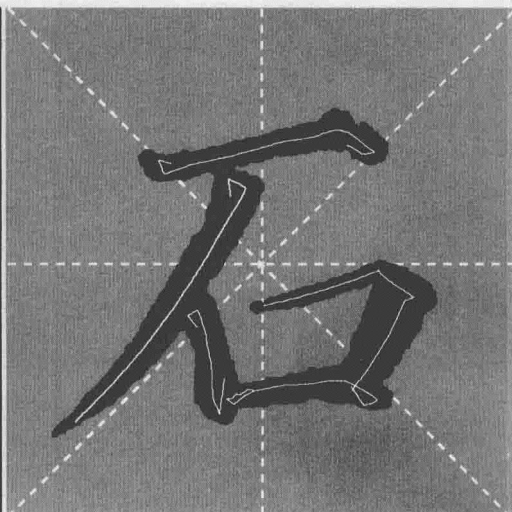
6. 渐渐将笔锋撇出



范字精讲



“乃”字的斜撇逆锋起笔，向右下轻顿；折笔向左下行笔，边行边提，逐渐向左下出锋收笔。斜撇的头粗尾细，笔画较直。



“石”字的斜撇向左下伸展，起笔粗，收笔尖，中间带有下沉的小弧。向左下行笔较慢，应写出涩的感觉。

竖 撇



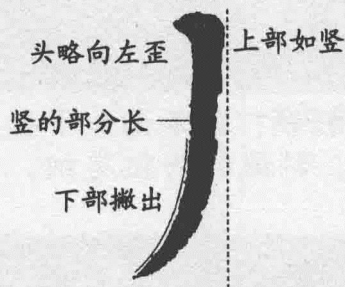
引导分析

◎竖撇因撇画的上部如竖画，取向下之势，下部取向左下斜势而得名。

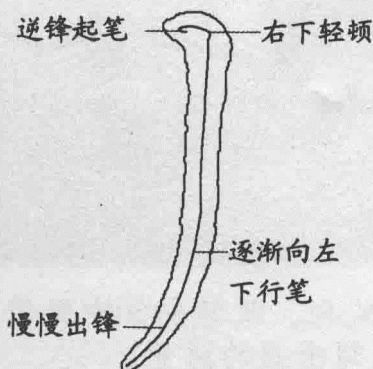
◎竖撇竖的部分向下中锋行笔，一般较长且直，有的稍短，略往左下斜；从竖撇中部开始向左下慢慢出锋。

◎上部头歪向左侧，稍圆；尾部尖细，向左下弯弧较大。

特点解析

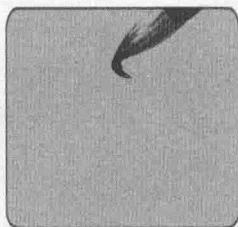


书写提示



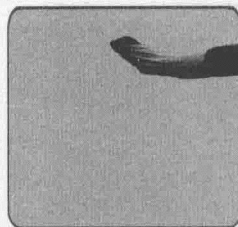
用笔指导

起 笔

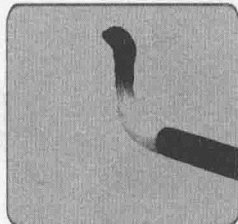


1. 逆锋起笔

2. 折笔向右下稍顿

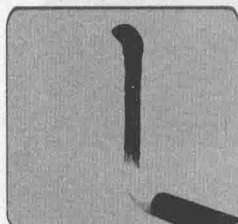


行 笔

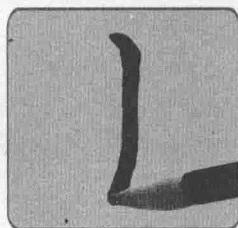


3. 提笔转锋往下中锋行笔

4. 过中段后向左下行笔至撇画末端

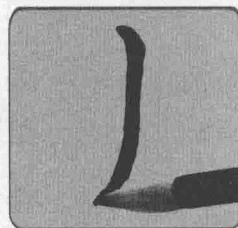


收 笔

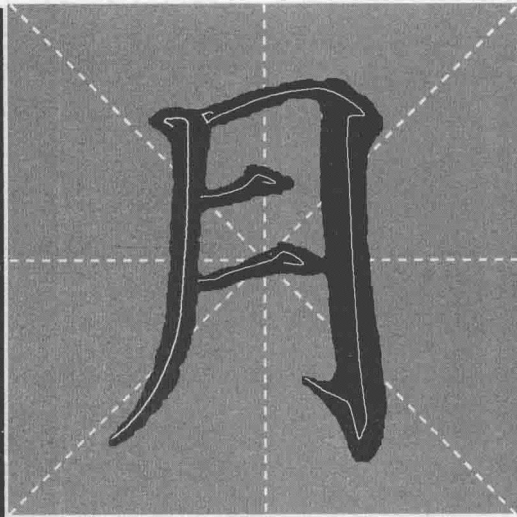


5. 边提边收拢笔锋

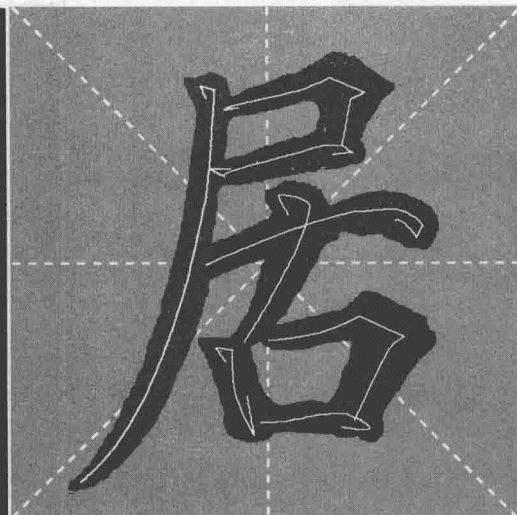
6. 出锋收笔



范字精讲

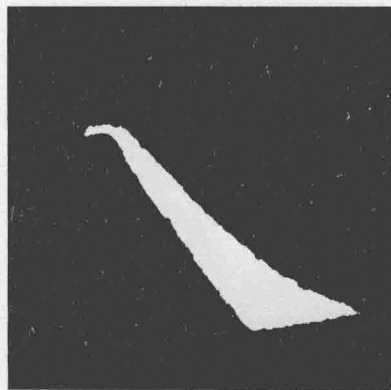


“月”字的竖撇逆锋起笔，折笔向右轻按；中锋向下行笔，过中部向左运笔；提笔向左下出锋。



“居”字竖撇起笔往左下中锋行笔，中间略有按笔，下部渐渐提笔后向左下出锋。行笔较慢，竖撇伸展，笔画较长。

斜 捺



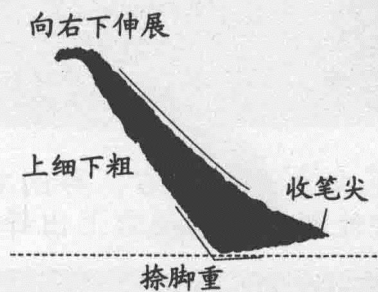
引导分析

◎斜捺因捺画捺出时，取向右下的斜势且斜度较大而得名。

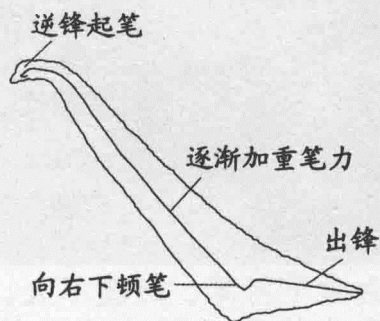
◎斜捺起笔头轻细，向右下行笔边行边向下按笔，笔画愈往下愈粗壮，至捺脚处驻笔蓄势后向右捺出，捺脚粗长。

◎斜捺有长短之分。大多头部轻细，略往左下，捺尾尖细，中间行笔向下弯弧较大。

特点解析



书写提示



用笔指导

起 笔

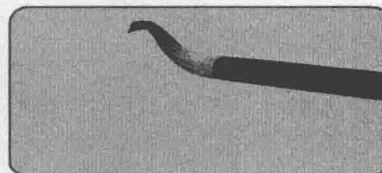


1. 逆锋向左上起笔

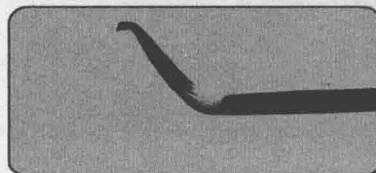


2. 折笔向右轻顿

行 笔

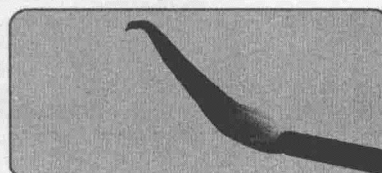


3. 转笔向右下行笔

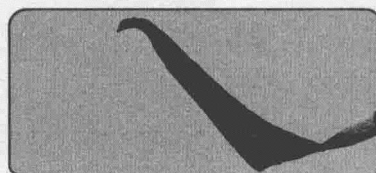


4. 运笔至捺脚

收 笔

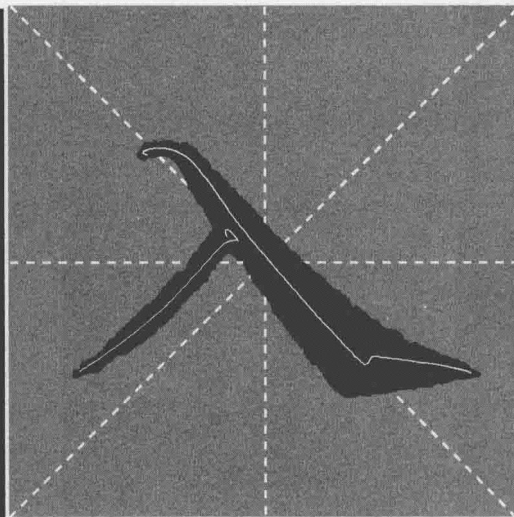
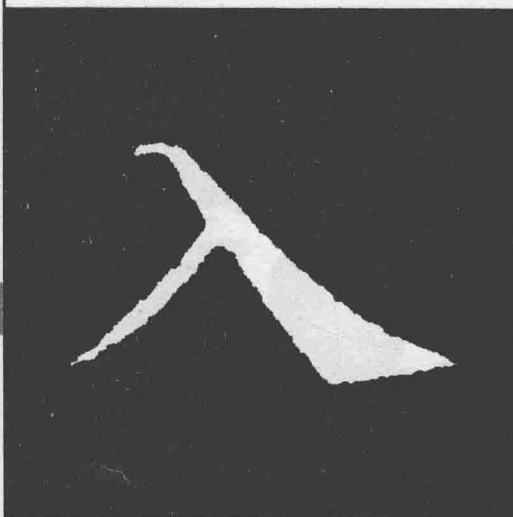


5. 向右下顿笔

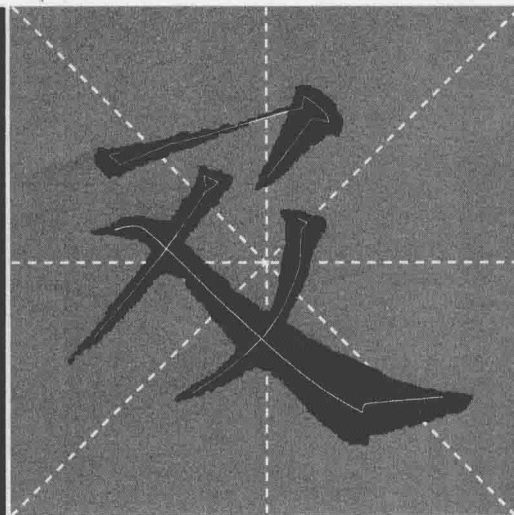


6. 提笔出锋

范字精讲

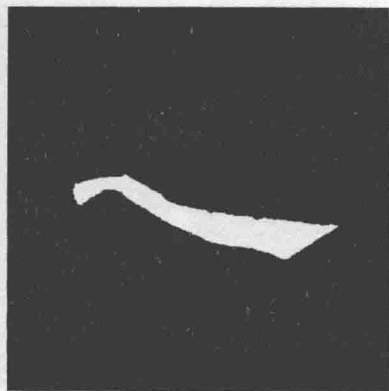


“入”字的斜捺逆锋起笔，头部歪向左下；转笔向右下运笔，加重按笔，至捺脚笔画粗重；向右偏下出锋。注意要一直向右下按笔而行。



“及”字的斜捺长、粗壮，从左上向右下捺出，至捺脚驻笔、提锋，向右偏上捺出，捺脚较长。行笔过程中稍带向下的沉弧。

平 捺



引导分析

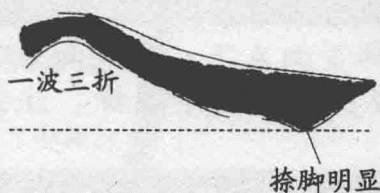
◎平捺因捺画捺出时笔势较平、斜度较小而得名。

◎平捺起笔逆锋，折笔先向右上，再转笔向右下行笔，轻按笔下行，行笔较慢，一波三折，至捺脚驻笔蓄势后，向右上出锋。

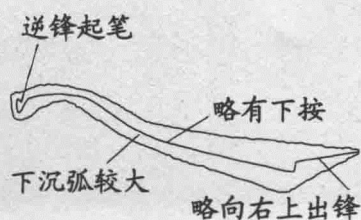
◎笔画形态较平。头部圆，低向左下；尾部尖细，有的稍往右上翘起。

◎中间有的波折大，有的波折小，均有向下的沉弧。

特点解析

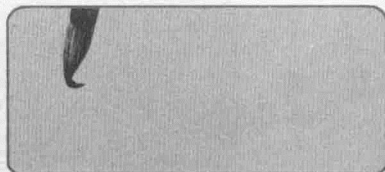


书写提示

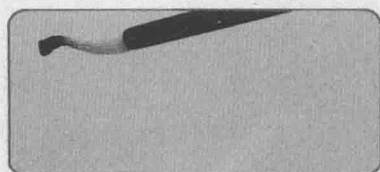


用笔指导

起 笔

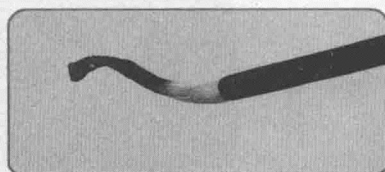


1. 逆锋起笔

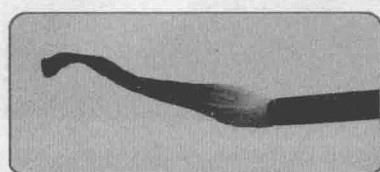


2. 折笔向右下轻顿

行 笔

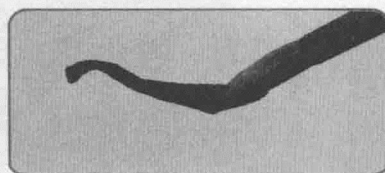


3. 轻提笔，向右下行笔

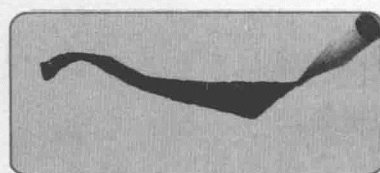


4. 行笔至捺脚

收 笔

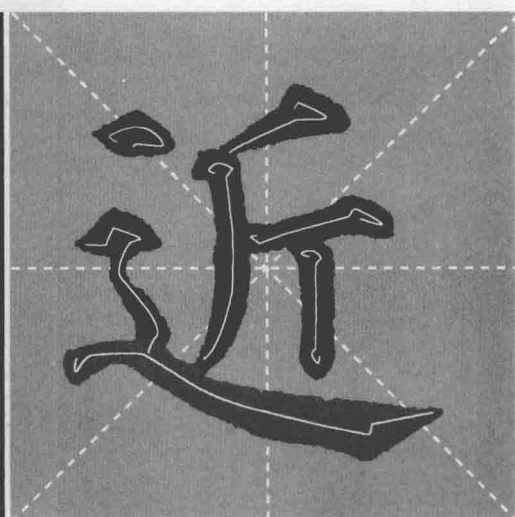


5. 边提笔边收笔

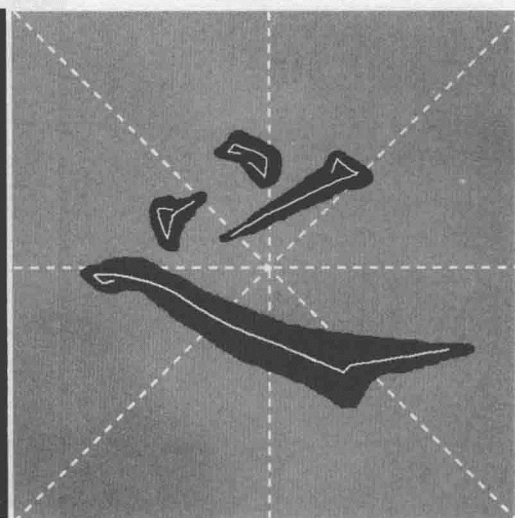


6. 收笔出锋

范字精讲



“近”字的平捺逆锋起笔，折笔向上；先往右、再向右下行笔，斜度不大，略有沉弧；捺脚处粗壮，略向右上出锋。



“之”字的平捺向左下探头，再向右下行笔，斜度不大，至捺脚略向右上出锋，捺脚长。注意在捺脚处驻笔后，有一个往上较大的提笔。