

金色乡村

Jinsexiangcun



# 全民艺术普及教育 书法

刘增兴 编著

一曰魄力雄强  
指上千钧力道  
二曰气象浑穆  
飞扬绵密劲峭  
三曰笔法超越

书法，是我们国家特有的一种艺术表现形式。而书法艺术是非书家不特造，规律尚总括。是书法爱好者学习掌握身体操规范得法。我国历史上《宋代始有》流传下来的书法口诀有《行草》、《草书》、《篆书》三种。马房代习书者奉为至宝秘笈。建国以后全国多家出版社均出版以上三种口诀。累计印数达千万。而今我社已出版前三种《中国书法口诀》不仅对历史流传下来的

金色乡村

*Jinse Xiangcun*



# 全民艺术普及教育·书法

刘增兴 编著

辽宁美术出版社

## 图书在版编目 (C I P) 数据

全民艺术普及教育, 书法 / 刘增兴编著. — 沈阳:  
辽宁美术出版社, 2013. 10  
(金色乡村)  
ISBN 978-7-5314-5625-4

I. ①全… II. ①刘… III. ①艺术教育—普及教育②  
汉字—书法—普及教育 IV. ①J-4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第238896号

---

出 版 者: 辽宁美术出版社  
地 址: 沈阳市和平区民族北街29号 邮编: 110001  
发 行 者: 辽宁美术出版社  
印 刷 者: 沈阳华夏印刷有限公司  
幅面尺寸: 160mm×230mm  
印 张: 12  
字 数: 150千字  
印 数: 1-10689册  
出版时间: 2013年10月第1版  
印刷时间: 2013年10月第1次印刷  
责任编辑: 范文南 洪小冬 申虹霓  
封面设计: 洪小冬 彭伟哲  
版式设计: 申虹霓  
责任校对: 李 昂  
书 号: ISBN 978-7-5314-5625-4  
定 价: 25.00元

---

邮购部电话: 024-83833008

E-mail: lnmscbs@163.com [http: //www.lnmscbs.com](http://www.lnmscbs.com)

图书如有印装质量问题请与出版部联系调换

出版部电话: 024-23835227

# 辽宁省农家书屋建设 图书出版编委会

主 任 何庆良

副 主 任 马述君 孙成杰

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 伟 王 星 田世忠 田雪峰

刘国玉 刘明辉 许科甲 杜 斌

宋纯智 李凤山 李丹歌 李兴威

李英健 邵玉英 杨永富 张东平

张家道 范文南 周北鹤 金英伟

徐华东 郭爱民 韩忠良 赛树奇

## 序

书法，是我们国家特有的一种艺术表现形式。而书法口诀恰是书体基本特征、规律的总结，是书法爱好者学习掌握书体特征规律的捷径。我国历史上（宋代始有）流传下来的书法口诀仅有“行草”、“章草”、“篆书”三种，为历代习书者奉为至宝真经。建国以后全国多家出版社均出版过以上三种口诀，累计印数过千万。而今我社已出版的十种《中国书法口诀》不仅对历史流传下来的三种口诀进行了增补、释译，更是增补了“甲骨文、金文、隶书……”七种书体口诀，填补了我国书法理论类图书在这一方面的空白，为弘扬祖国传统文化、提高全民族文化素质做了一件大好事。

目前，习书者众，从蒙童到耄耋老人趋之若鹜。而一种书体的掌握并非一日之功，非数年刻苦习练不会有所成就。历年来习书者均以历代名家碑帖为蓝本，潜心摹习，精进不怠，其目的就是要揣摩出并掌握某种书体的笔法特点、结字规律、章法布局。而任何一种书体的特征与规律的总结均需要习书者经过很长一段时间的学习、训练，慢慢体会，逐渐认识并反复实践验证方会有所悟、有所得。《中国书法口诀》将为后世学书者提供便捷的途径，有如建起一条迅速抵达彼岸的高速路。可谓功在今世，利在千秋，弥足珍贵。

为方便广大农民朋友的书法练习，我们在征求专家意见的基础上，选编了通俗易懂的《正楷》和《魏碑》两种书法口诀。

本书法口诀为集字本，不仅注意了字间的贯气通神、通篇一体，且所选之字皆为第一流书家力作中之珠玑，巧缀成篇，使初步书坛者之起点便在书坛巨匠的肩上，正是“取法乎上”。

本书文字内容为歌诀形式，一韵到底，朗朗上口，易学易记。对书体特征、点画的具体用笔及应注意的笔病等皆有阐释，具有独特的实用价值，远胜于其他书法书籍。

编者

2013年6月

## 目 录

第一章 魏碑..... 009

第二章 正楷..... 113

金色乡村

*Golden Countryside*



# 全民艺术普及教育·书法

刘增兴 编著

辽宁美术出版社

## 图书在版编目 (C I P) 数据

全民艺术普及教育. 书法 / 刘增兴编著. — 沈阳:  
辽宁美术出版社, 2013. 10  
(金色乡村)  
ISBN 978-7-5314-5625-4

I. ①全… II. ①刘… III. ①艺术教育—普及教育②  
汉字—书法—普及教育 IV. ①J-4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第238896号

---

出 版 者: 辽宁美术出版社  
地 址: 沈阳市和平区民族北街29号 邮编: 110001  
发 行 者: 辽宁美术出版社  
印 刷 者: 沈阳华夏印刷有限公司  
幅面尺寸: 160mm×230mm  
印 张: 12  
字 数: 150千字  
印 数: 1-10689册  
出版时间: 2013年10月第1版  
印刷时间: 2013年10月第1次印刷  
责任编辑: 范文南 洪小冬 申虹霓  
封面设计: 洪小冬 彭伟哲  
版式设计: 申虹霓  
责任校对: 李 昂  
书 号: ISBN 978-7-5314-5625-4  
定 价: 25.00元

---

邮购部电话: 024-83833008

E-mail: lnmscbs@163.com [http: //www. lnmscbs. com](http://www.lnmscbs.com)

图书如有印装质量问题请与出版部联系调换

出版部电话: 024-23835227

# 辽宁省农家书屋建设 图书出版编委会

主 任 何庆良

副 主 任 马述君 孙成杰

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 伟 王 星 田世忠 田雪峰

刘国玉 刘明辉 许科甲 杜 斌

宋纯智 李凤山 李丹歌 李兴威

李英健 邵玉英 杨永富 张东平

张家道 范文南 周北鹤 金英伟

徐华东 郭爱民 韩忠良 赛树奇



## 序

书法，是我们国家特有的一种艺术表现形式。而书法口诀恰是书体基本特征、规律的总结，是书法爱好者学习掌握书体特征规律的捷径。我国历史上（宋代始有）流传下来的书法口诀仅有“行草”、“章草”、“篆书”三种，为历代习书者奉为至宝真经。建国以后全国多家出版社均出版过以上三种口诀，累计印数过千万。而今我社已出版的十种《中国书法口诀》不仅对历史流传下来的三种口诀进行了增补、释译，更是增补了“甲骨文、金文、隶书……”七种书体口诀，填补了我国书法理论类图书在这一方面的空白，为弘扬祖国传统文化、提高全民族文化素质做了一件大好事。

目前，习书者众，从蒙童到耄耋老人趋之若鹜。而一种书体的掌握并非一日之功，非数年刻苦习练不会有所成就。历年来习书者均以历代名家碑帖为蓝本，潜心摹习，精进不怠，其目的就是要揣摩出并掌握某种书体的笔法特点、结字规律、章法布局。而任何一种书体的特征与规律的总结均需要习书者经过很长一段时间的学习、训练，慢慢体会，逐渐认识并反复实践验证方会有所悟、有所得。《中国书法口诀》将为后世学书者提供便捷的途径，有如建起一条迅速抵达彼岸的高速路。可谓功在今世，利在千秋，弥足珍贵。

为方便广大农民朋友的书法练习，我们在征求专家意见的基础上，选编了通俗易懂的《正楷》和《魏碑》两种书法口诀。

本书法口诀为集字本，不仅注意了字间的贯气通神、通篇一体，且所选之字皆为第一流书家力作中之珠玑，巧缀成篇，使初步书坛者之起点便在书坛巨匠的肩上，正是“取法乎上”。

本书文字内容为歌诀形式，一韵到底，朗朗上口，易学易记。对书体特征、点画的具体用笔及应注意的笔病等皆有阐释，具有独特的实用价值，远胜于其他书法书籍。

编者

2013年6月



# 目 录

|             |     |
|-------------|-----|
| 第一章 魏碑····· | 009 |
| 第二章 正楷····· | 113 |



# 第一章 魏碑

书法在我国历史上扮演着重要的角色。它不仅是文化传播的工具，同时也陶冶着人们的思想品格，更有延年益寿之效。书法分类有多种，如：楷书、隶书、草书、行书等。魏碑作为楷书的一个分类，散发着其独特的魅力。

魏晋南北朝时期，社会动荡不安，人民生活在水深火热之中，适应社会意识需要的佛、道之学勃然兴盛。佛、道的宣传是以写经为一大功德。尤其佛学，凡新建寺塔、塑造佛像，必邀请文学之士，撰写文章以纪其事。或凿石以作碑碣，或就天然岩壁摩崖刻写，一时间，从汉代风行的立碑时尚，转向佛学的建寺造塔、立碑刻石。四海之内虽战乱不止，造像求长生的心理却更加炽烈，刻石佛记文字漫山遍野，不下数千万。魏碑应运而生。

东晋以后，南北分裂，书法亦分为南北两派。北派书体，带着汉隶的遗型，笔法古拙劲正，而风格质朴方严，长于榜书，这就是所说的魏碑。南派书法，多疏放妍妙，长于尺牍。南北朝，因为地域差别，个人习性，书风迥然不同。北书刚强，南书蕴藉，各臻其妙，无分上下。

魏碑书法笔画严谨，朴厚灵动，丰腴而不失板刻，上承汉隶，下开唐楷，兼有隶、楷两体之神韵。其书法艺术是在汉隶和晋楷的基础上发展演化而来的，堪称汉碑中的上品。古今书家对魏碑都给予最高评价，可谓汉碑集大成之碑体。

近现代书法家对魏碑甚为推崇，临学者众多，尤以我国北方地区更兴，也许雄强古朴的魏碑与北方人豪放的性格相符，有较高造诣者也为数不少。如南京的萧娴为康有为的学生，用笔潇洒中渗透魏碑的笔意。武中奇、慰天池等的书法造化出奇，凝神透劲，其魏碑味道仍是很浓的。他们书法水平之高，在于取魏碑之神，创造出有自己个性特色的艺术境界。书法的最高境界在于入门而取形，出门而取神。



說起我國歷史

說起我國歷史  
在我国的历史上

取痛南北二朝

取痛南北二朝

南北朝是我国政治上  
最动荡的年代

社會分化動蕩

社會分化動蕩

战乱纷起，人民痛苦  
不堪

人民苦受煎熬

人民苦受煎熬

人民过着流离失所的日子，苦受煎熬

然而若論書法

然而若論書法

但在书法上，却是极其自由，最富智慧的时代

成就造造弥高

成就造造弥高

南方有二王钟卫，北方则是灿若繁星的碑刻艺术