

经典碑帖笔法临析大全

● 洪亮 主编 梁美源 著

清 吴让之与朱元思书帖

安徽美创出版社
全国百佳图书出版单位



● 从零学书法 一看就懂 一学就会 ●

高 急 見 天 桐 飄 風
山 流 底 下 廬 蕩 煙
皆 甚 諄 獨 畫 任 俱
生 芳 頤 蠲 百 憂 淨
高 楹 細 水 醉 東 亦
對 浪 戶 皆 里 西 山
負 紫 直 纒 奇 杏 梓
勢 森 視 瑤 山 周 色
競 爽 森 屏 異 陽 從
上 嶂 閣 支 水 流

经典碑帖

洪亮◎主编

梁美源◎著

笔法临析大全

吴让之书吴均与朱元思书帖

安徽美术出版社

从零学书法

一看就懂

一学就会

示范作品书家名单：（排序不分先后）

吴让之 李刚田 洪 亮 胡惠芳 李纯博 袁长新 邱世鸿 李 健
梁美源 郭少峰 郑和新 宋德祯 邵佩英 张业建 冯宝麟 陈荣全
宿 悦 杨 剑 刘洪洋

前 言

《经典碑帖笔法临析大全》是《大学书法教材系列》配套普及本书法教材，是从历代数千种碑帖中精选出 50 余种经典碑帖。每种碑帖独立一本，每本皆为三章，第一章为学习书法的必要准备及有关常识；第二章针对每一种碑帖笔法进行深入细致的解析，单钩摹，双钩摹、临写训练和综合练习；第三章是书法作品创作样式例举。

编撰《经典碑帖笔法临析大全》的目的是让想学书法的人们“从零学书法，一看就懂，一学就会。”

当代科技的高速发展，电脑键盘输入替代了笔写汉字。由此，书写汉字从实用走向了艺用。也就是为实用而书写汉字的时代渐行渐远，人们提起笔写字主要是为了书法艺术。每一位中国人与汉字有着与生俱来的文化血缘。练字可以静心，书法艺术是中国人用来自我修养身心的最佳方式方法。于是，学书法者越来越多。

随着国家教育部规定在全国中小学开设书法必修课，众多家长为辅导孩子学书法，也开始了解书法，学习书法。然而，中国书法教学千百年来是以写字教学为基础的，即通过基本点画、偏旁部首、间架结构的教学将字写好为标准。写字是书法的基础，书法是使用汉字书写的艺术，必定有其自身独立的艺术语言体系，就象文学是使用汉字写作的艺术一样。

文学是通过对汉字的遣词造句构成艺术语言，塑造艺术形象来打动人心。那么书法是通过什么来打动人心呢？书法是通过笔法、字法、章法等构成的艺术语言，塑造艺术形象来打动人心的。文学和书法都是使用汉字进行创作的，文学是使用汉字文意创作的艺术，书法是使用汉字书意创作的艺术。

书法的书意包涵在笔法、字法、章法艺术语言之中。其中，笔法是书法艺术之灵魂。书法艺术语言的最基本要素是笔法中的提、按、顿、挫，顺势贯气，通过这些要素来构成书法笔法中的生命律动，同时将书写者的内心世界呈现出来。所谓“书如其人”也。所以古人说：书法之难，难在笔法。

2005 年，我开始写《大学书法教材系列》就一直在思考书法的一些最基本的问题。诸如：执笔法，点画的基本笔法与基本形态及其变化原理，点画之间的构成原理等等。这些问题在 2011 年陆续出版的《大学书法教材系列》中讲述与解析达到了一定的深度。得到业内好评。2013 年我的工作室与清华大学合作开办了第一期书法高级研修班，以培养研究型书家为目标，招收了全国各地的 26 位书法家共同研究书法笔法、字法、章法艺术语言。学员们按教学要求研究书法本体语言，临摹经典碑帖，撰写研究性文章近百篇，发表在书法专业报刊上，还在《书法报·书画天地》开设“说临谈创”专栏。2014 年我的工作



室第二期开班，目标就是培养研究型书家团队。

我有一个愿望，就是让我们这批研究型书家参与写一套浅显直白的与《大学书法教材系列》配套的普及本书法教材。这个想法得到了北京艺美联艺术文化有限公司董事长曹彦伟先生的大力支持。我们共同研究并策划了这套《经典碑帖笔法临析大全》。

《经典碑帖笔法临析大全》其中之“临析”就是“临摹分析”。现代汉语大多是双音节词，“临摹”一词在现代语中指“模仿（书画），临摹碑帖”。书法中的“临摹”概念是从古代汉语中来的，古代汉语主要是单音节词，“临摹”在古代汉语中是两个概念，即“临”与“摹”。临是临写，摹是摹写。摹是临的基础，是一种很有效的学习书法方法。本教材在对经典碑帖笔法进行深入细致分析的基础上，通过大量单钩摹、双钩摹，临写训练，达到对书法笔法的真正理解与把握。

《经典碑帖笔法临析大全》的写作过程中，得到西泠印社执行社长、中国美院教授刘江先生，西泠印社副社长、中国书协理事李刚田先生，中国艺术研究院中国篆刻院院长、中国书协理事骆芃芃女士的热情指导和帮助，深表感谢！胡惠芳女士和美编高扬先生付出了大量劳动，一并表示感谢！

由于水平有限，书中难免有不当和错漏之处，同行和读者们如有发现，及时提出意见，并敬请通过电子邮件告知我，以便及时修正，谨表谢意！

洪 亮

2015年1月于北京寓舍

Email:cl-hong@163.com

目 录

前 言 1

第一章 笔法解析与摹临 1

 第一节 横 2

 一、基本形 2

 二、笔法图解 2

 三、横画相关字的摹写举例 2

 四、带横画字的单元练习 4

 第二节 竖 10

 一、基本形 10

 二、笔法图解 10

 三、竖画相关字的摹写举例 11

 四、竖画相关字的摹写举例 12

 五、带竖画字的单元练习 14

 第三节 斜 19

 一、左斜画基本形 19

 二、笔法图解 19

 三、斜画相关字的摹写举例 20

 四、带斜画字的单元练习 22

 第四节 圆弧 26

 一、弧基本形 26

 二、笔法图解 26

 三、弧画相关字的摹写举例 28

 四、带弧画字的单元练习 32

 第五节 S形 37

 一、基本形 37

 二、笔法图解 37

 三、S形画相关字的摹写举例 37

 四、带S形画字的单元练习 40



第六节 篆书笔画的书写顺序·····	45
一、笔画之间的衔接与书写·····	45
二、篆书“千”字的笔画书写顺序·····	45
三、篆书“百”字的笔画书写顺序·····	47
四、篆书“游”字的笔画书写顺序·····	48
第七节 疑难篆字的书写·····	52

第二章 常用书法作品样式例举 ····· 54

一、中堂·····	54
二、横幅·····	55
二、条幅·····	56
四、斗方·····	57
五、对联·····	58
六、扇面·····	59
七、屏条·····	61
八、手卷·····	62
九、册页·····	62

第三章 必要准备及有关常识····· 63

一、笔墨纸砚的选择·····	63
二、字帖的选择·····	64
三、执笔方法·····	64
四、执笔书写·····	65
五、书写方法·····	66

第一章 笔法解析与摹临

吴熙载（1799—1870），清末著名书画、篆刻家。江苏仪征（今江苏扬州）人。原名廷飏，字熙载，后以字行，改字让之，亦作攘之，号让翁、晚学居士、方竹丈人等。吴熙载为包世臣的入室弟子。善书画，尤精篆刻。篆刻师法邓石如而自成面目，发展完善了“邓派”篆刻艺术，在明清流派篆刻史上具有举足轻重的地位，为后世所宗法。吴熙载工四体书。篆书和隶书学邓石如，行书和楷书取法包世臣。书法方面成就最大的是篆书。他的篆书汲取了邓石如的端庄与浑厚，加以自己的理解，行笔更加流畅，线条舒展，柔中带刚，其篆书结体稳健工整，婀娜多姿，书写性极强。吴熙载的篆书代表作有《吴均与朱元思书帖》、《宋武帝与臧焘敕帖》等。

《吴均与朱元思书帖》是吴熙载晚年成熟时期的代表作。其用笔流畅圆润、遒劲爽利；线条富有强性，提按使转节奏变化丰富；结构呈上紧下松之势，修长飘逸，疏朗秀美。

可能因流传的版本不同，吴熙载所书《吴均与朱元思书帖》与现在看到的吴均所作《与朱元思书》部分用字有所不同（以下括号内为我们现在通行版本用字）：“风烟俱净，天山共色。从流飘荡，任意东西。自富阳至桐庐一百许里，奇山异水，天下独绝。水皆缥碧，千丈见底。游鱼细石，直视无碍（碍）。急湍甚箭，猛浪若奔。夹嶂（岸）高山，皆生高（寒）树，负势竞上，互相轩邈，争高直指，千百成峰。泉水激石，泠泠作响；好鸟相鸣，嚶嚶成均（韵）。蝉则千转不成（穷），猿则百叫无绝。鸢飞戾天者，望风（峰）息心；经纶世务者，闕（窥）谷忘返（反）。横柯上蔽，在昼由（犹）昏；疏条交映，有时见日。”

篆书的笔法与楷书的笔法相比，显得那样简约和单纯。篆书基本是一根中锋用笔或横或竖，或斜或弧的笔画。楷书的基本笔法则体现在：点、横、竖、撇、捺、钩、挑、折等八种笔画之中。

本书对篆书的笔画分为横、竖、斜、弧和“S”形五种形态来解析。其中对部分笔画有较大变化者再分别予以解析。如：斜画分左斜与右斜。弧画分上弧、下弧，左弧、右弧和圆弧等。

为了方便同学们理解与掌握《吴均与朱元思书帖》笔法，我们在讲解每一个笔画时，通过：一、基本形，二、笔法图解，三、与笔画相关字的摹写举例（1、单钩摹，2、双钩摹，3、笔画顺序），四、与笔画相关字的单元练习。

需要说明的是摹写举例中的笔画顺序部分，我们为了初学者便于学习书写练习，将一些书写难度较大的字，例如：“千”分成五笔书写，四笔书写，待同学们有一定书写基础后，还可以分成三笔书写。为此，本书专门设第七节为同一字不同笔画顺序举例。

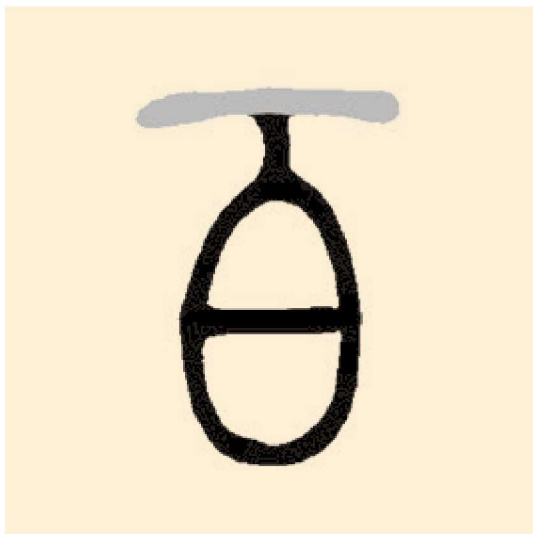
①参见俞丰编著《经典碑帖释文译注》上海书画出版社2009年12月第一版第1—5页。



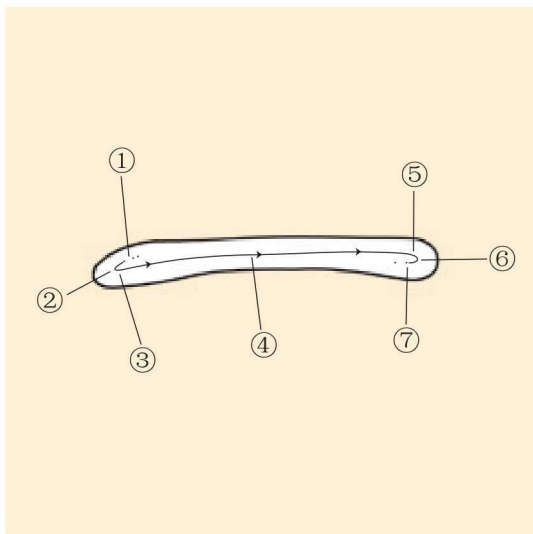
第一节 横

横画是《吴均与朱元思书帖》中基本的笔画之一。我们取“百”字的横画放大解析笔法书写要点。

一、基本形



二、笔法图解



1、欲右先左，逆锋藏锋起笔。

2、翻转笔锋按。注意：按的力度要轻，幅度适中，如果一次下按未达到所写横画的粗度，可以重复下按，直至达到与所写的横画粗细一致。

3、向右中锋行笔。

4、保持稳定，中锋行笔。

5、轻提。

6、向右轻按，藏锋。

7、平收。

三、横画相关字的摹写举例

为了初学者学习方便，我们选带横画的“高”字为例，进行单钩摹、双钩摹以及笔画顺序的图解。

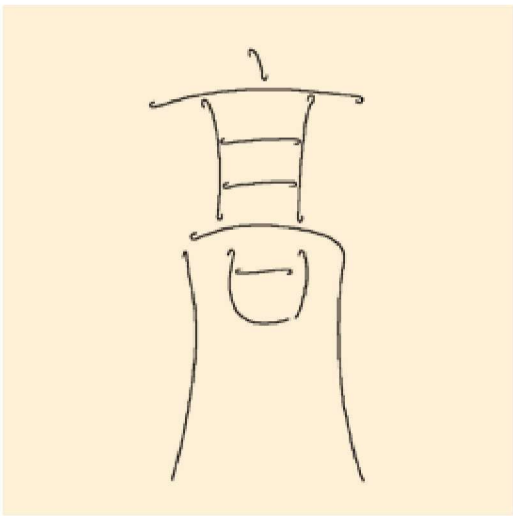
例 1、单钩摹



宣纸

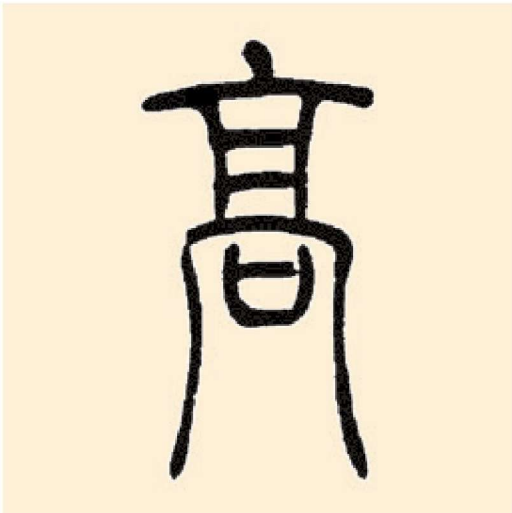


宣纸蒙在字上单钩摹

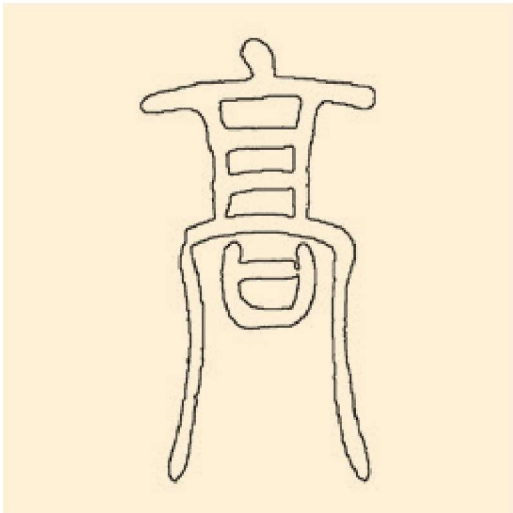


单钩摹效果

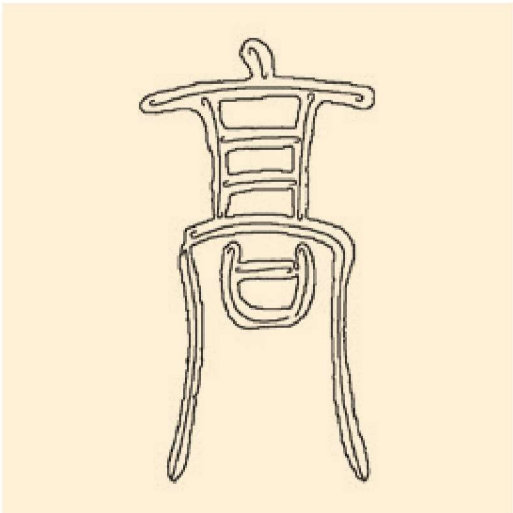
例 2、双钩摹



宣纸蒙在字上双钩摹



双钩摹效果



单钩摹双钩摹效果

例 3、笔画顺序图解
十一笔完成“高”字：



第一笔



第二笔



第三笔



第四笔



第五笔



第六笔



第七笔



第八笔



第九笔



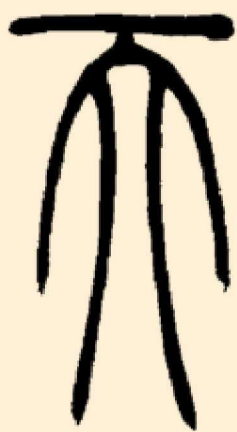
第十笔



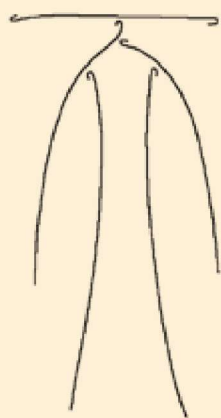
第十一笔

四、带横画字的单元练习

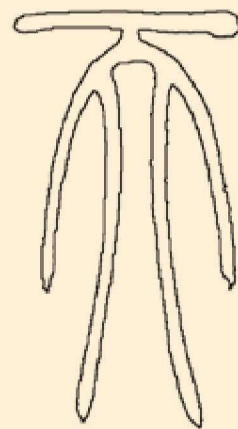
将下列横斜画的字进行：单钩摹、双钩摹，关在此基础上临写，注意每个笔画的笔法和形态变化。



天



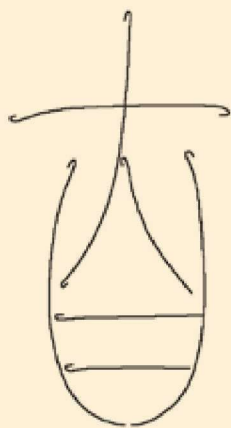
单钩摹



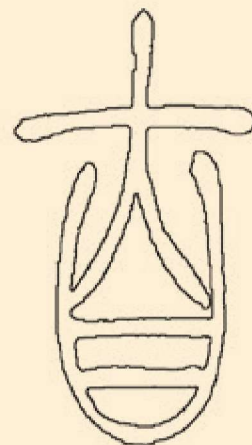
双钩摹



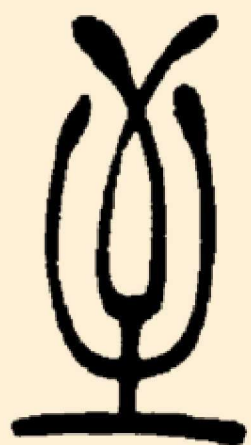
自



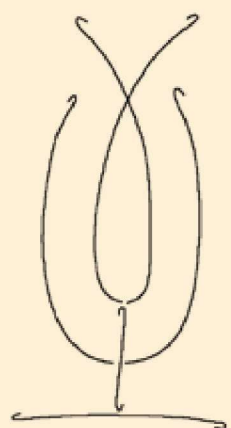
单钩摹



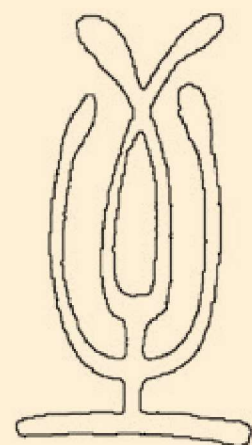
双钩摹



至



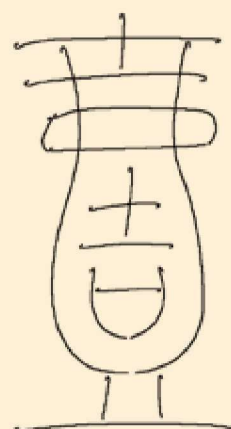
单钩摹



双钩摹



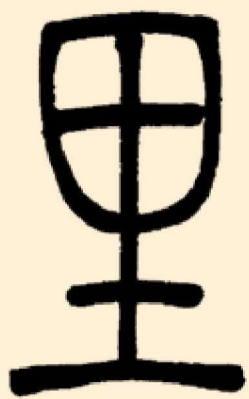
壹



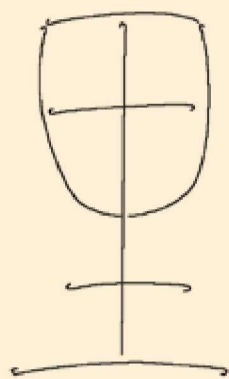
单钩摹



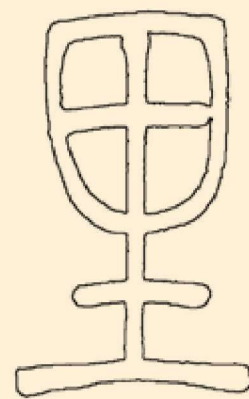
双钩摹



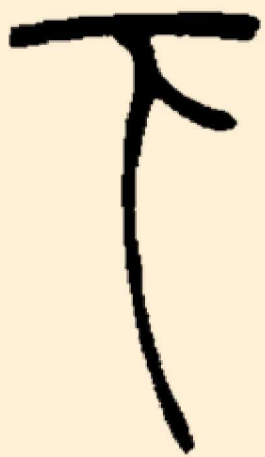
里



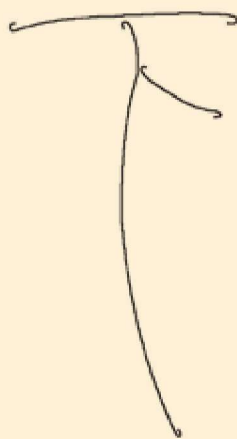
单钩摹



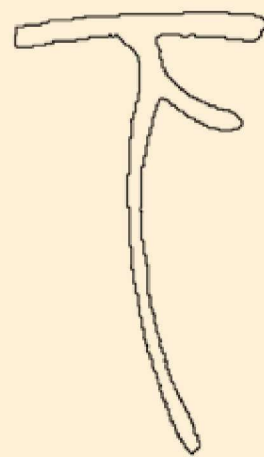
双钩摹



下



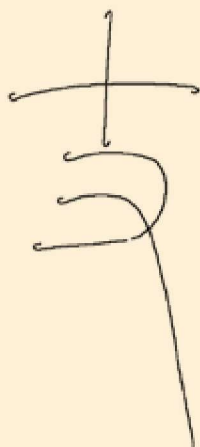
单钩摹



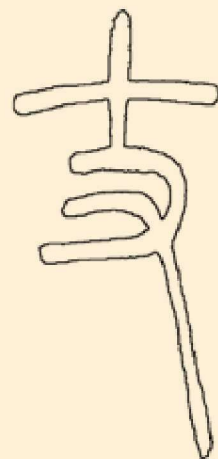
双钩摹



支



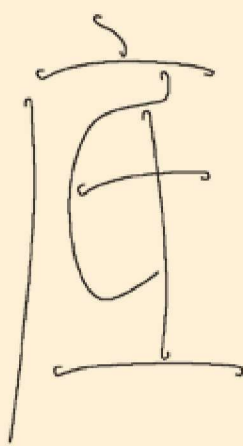
单钩摹



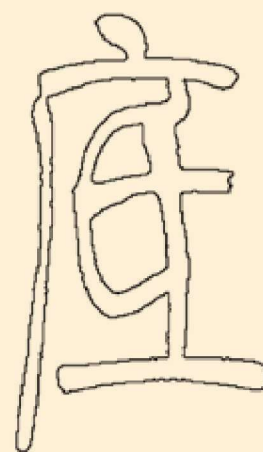
双钩摹



底



单钩摹



双钩摹

直

单钩摹

双钩摹

甚

单钩摹

双钩摹

嶂

单钩摹

双钩摹

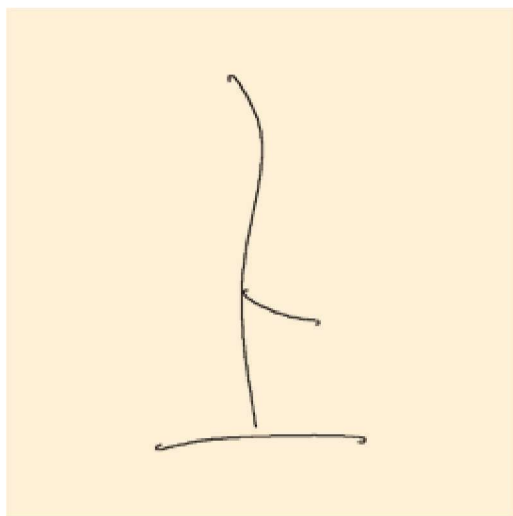
生

单钩摹

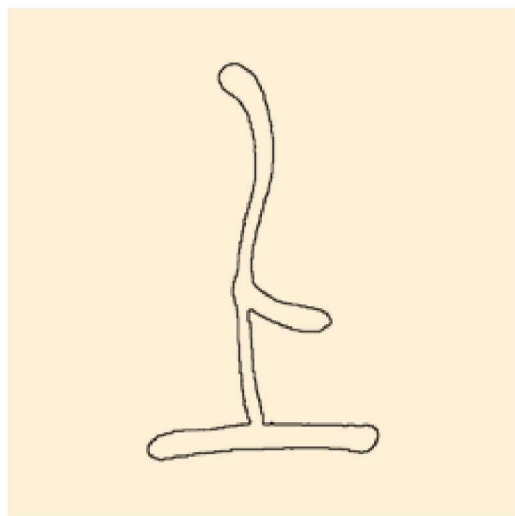
双钩摹



上



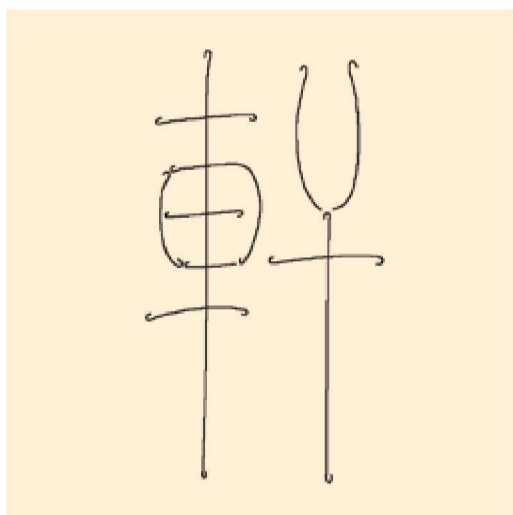
单钩摹



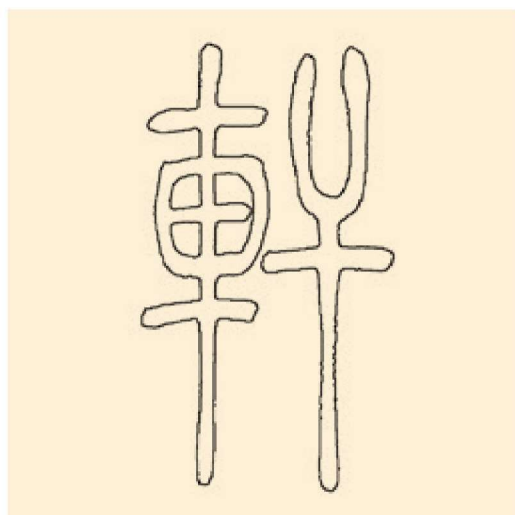
双钩摹



軒



单钩摹



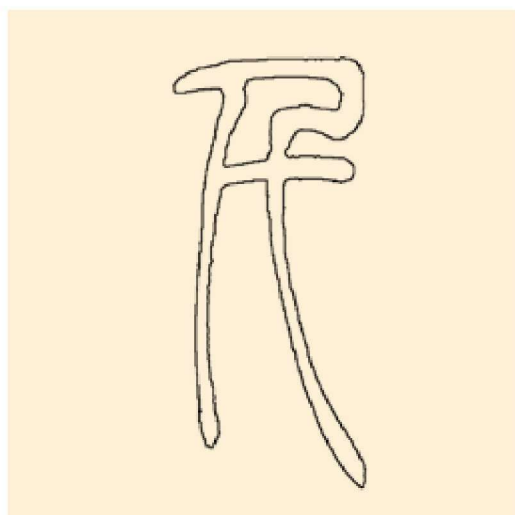
双钩摹



千



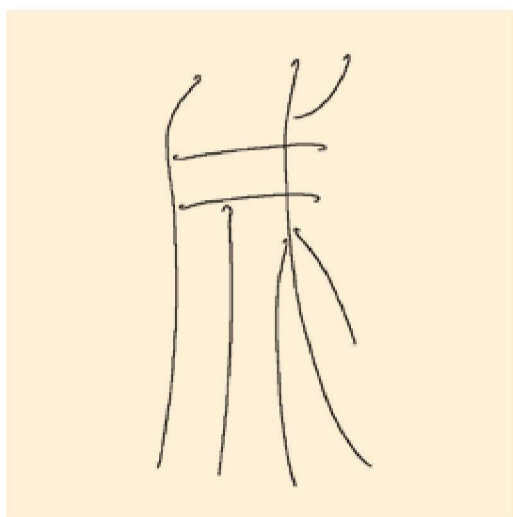
单钩摹



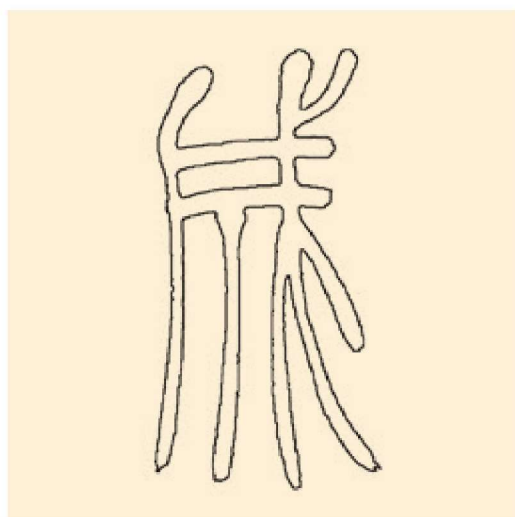
双钩摹



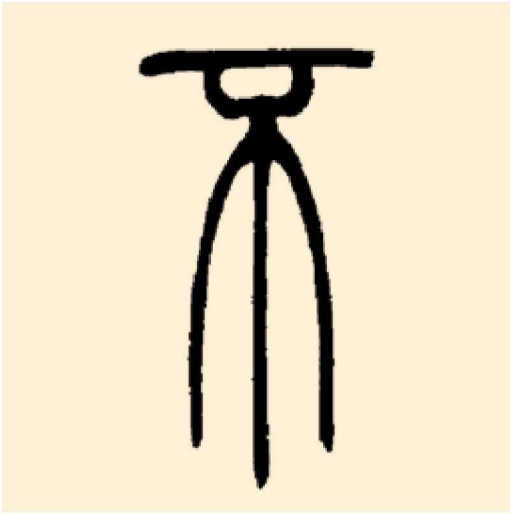
成



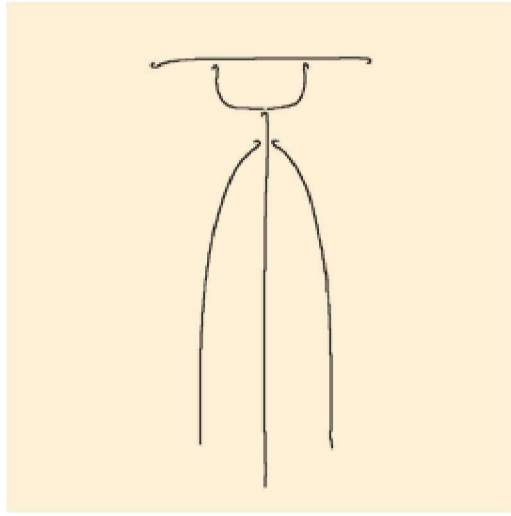
单钩摹



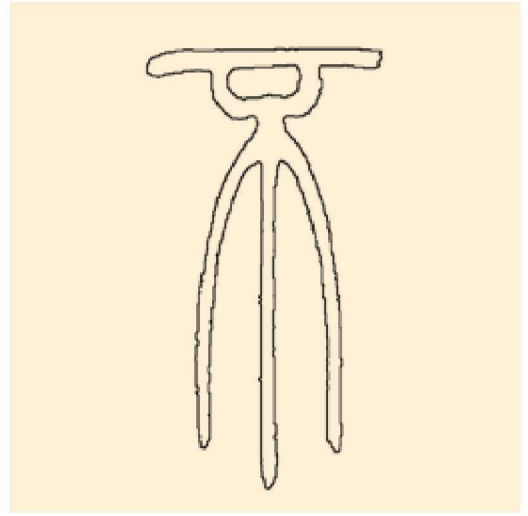
双钩摹



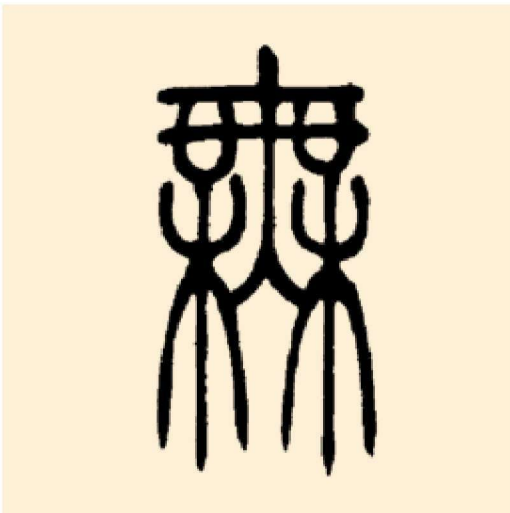
不



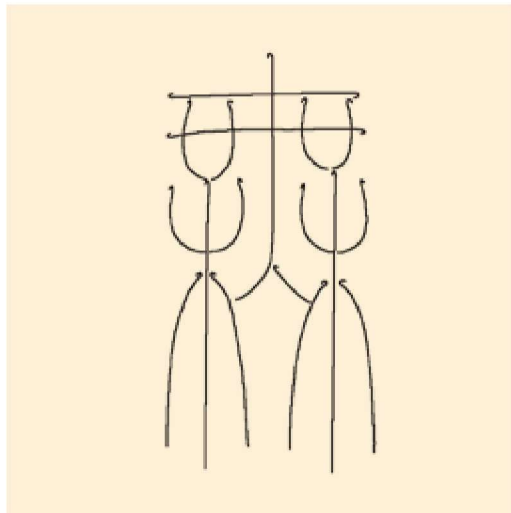
单钩摹



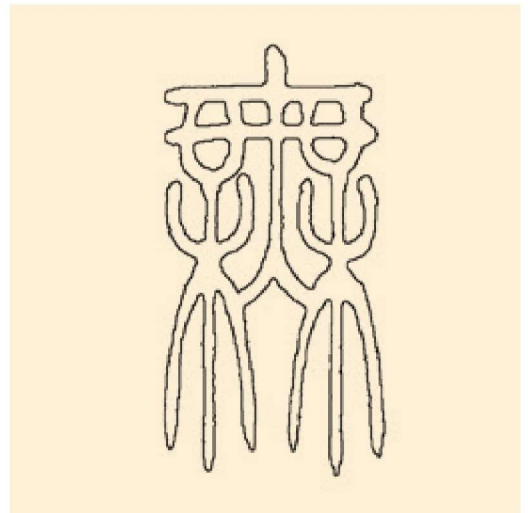
双钩摹



无



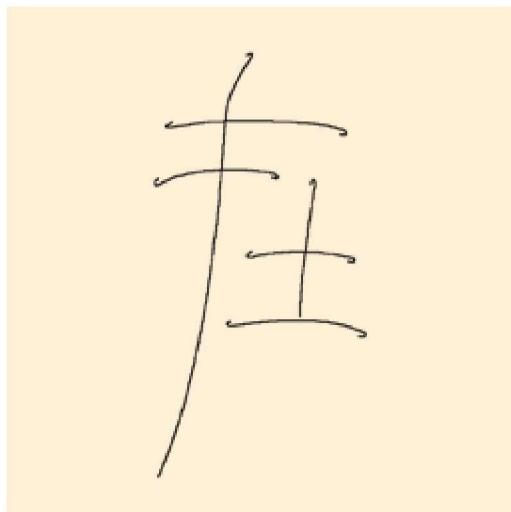
单钩摹



双钩摹



在



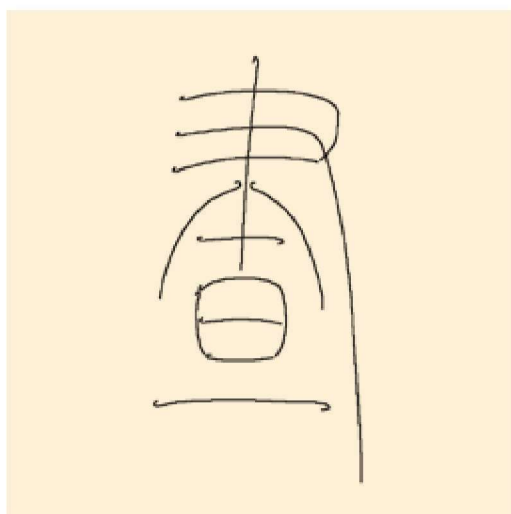
单钩摹



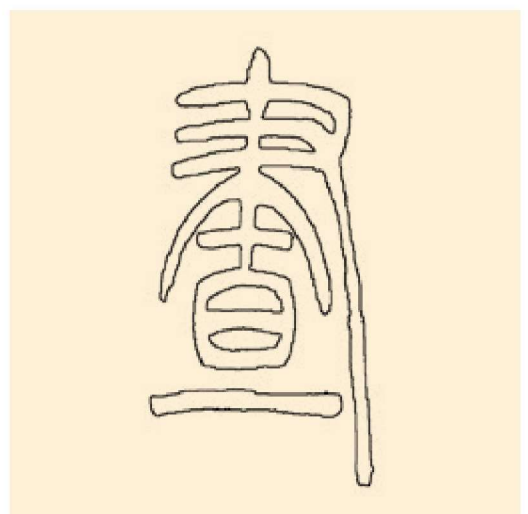
双钩摹



昼



单钩摹



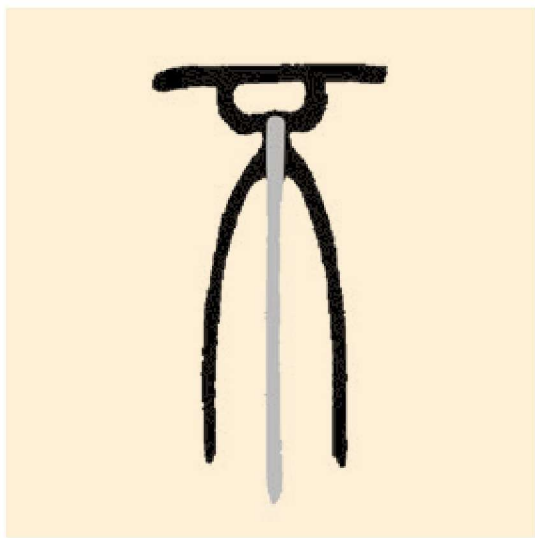
双钩摹



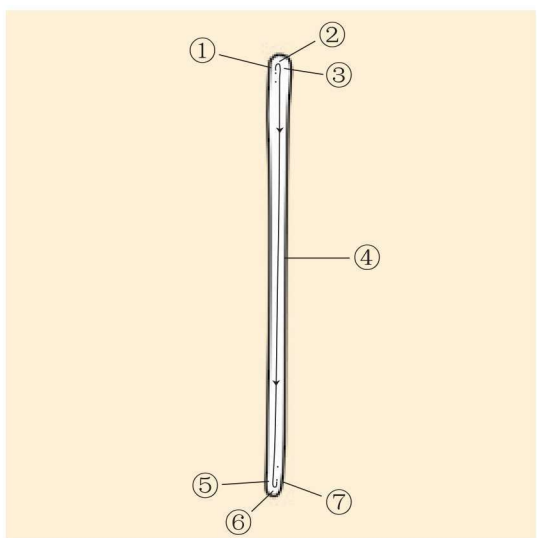
第二节 竖

竖画是《吴均与朱元思书帖》中基本的笔画之一。我们取“轩”“不”字左竖画放大解析笔法书写要点。

一、基本形



二、笔法图解



1、欲下先上，逆锋藏锋起笔。

2、翻转笔锋按。注意：下按的力度要轻，幅度适中，如果一次下按未达到所写竖画的粗度，可以重复下按，直至达到与所写的竖画粗细一致。

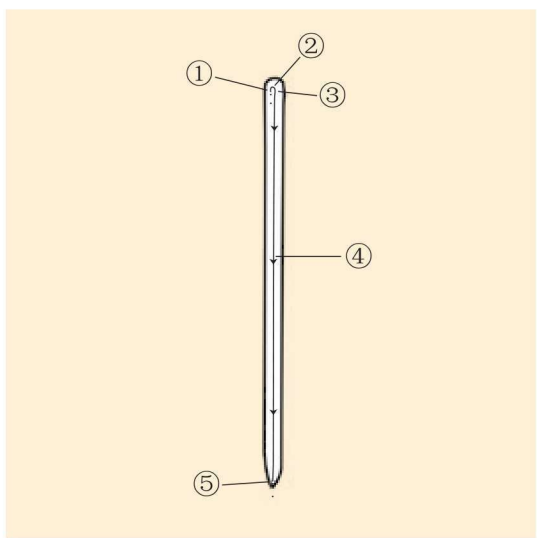
3、向下中锋行笔。

4、保持稳定，中锋行笔。

5、轻提。

6、向下轻按，藏锋。

7、向上回收。



1、欲下先上，逆锋藏锋起笔。

2、翻转笔锋按。注意：下按的力度要轻，幅度适中，如果一次下按未达到所写竖画的粗度，可以重复下按，直至达到与所写的竖画粗细一致。

3、向下中锋行笔。

4、保持稳定，中锋行笔。

5、略驻锋，顺势向下轻提笔。