

经典碑帖笔法临析大全

● 洪亮 主编 谭邦恒 著

汉礼器碑

● 从零学书法 一看就懂 一学就会 ●

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

经典碑帖笔法临析大全

● 洪亮 主编
谭邦恒 著

汉礼器碑

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目（C I P）数据

北宋赵佶真书千字文 / 刘德举著. — 合肥 : 安徽
美术出版社, 2015.9
(经典碑帖笔法临析大全 / 洪亮主编)
ISBN 978-7-5398-6179-1

I. ①北… II. ①刘… III. ①楷书 - 碑帖 - 中国 - 北
宋 IV. ①J292.25

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第116495号

示范作品书家名单：（排序不分先后）

杨 岷 欧伯达 李刚田 黄 敦
洪 亮 龙开胜 兰干武 谭邦恒
欧名杰 宋德桢 郑和新 陈荣全
何后得 郭少峰 徐曼娜 刘德举
李 煊 何昌廉 姜承君 李生祥
宣水英 傅先锋 欧阳晓林

经典碑帖笔法临析大全

汉 礼器碑

JINGDIAN BEITIE BIFA LINXI DAQUAN

HAN LI QI BEI

洪亮 主编 谭邦恒 著

出 版 人：陈龙银
选题策画：曹彦伟 谢育智
责任编辑：朱阜燕 毛春林 刘 园 丁 馨
责任校对：司开江 林晓晓
封面设计：谢育智 丁 馨
版式设计：北京艺美联艺术文化有限公司
责任印制：徐海燕
出版发行：时代出版传媒股份有限公司
安徽美术出版社（<http://www.ahmscbs.com>）
地 址：合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版
传媒广场14F 邮编：230071
营 销 部：0551-63533604（省内） 0551-63533607（省外）
编辑出版热线：0551-63533611 13965059340
印 制：北京市雅迪彩色印刷有限公司
开 本：787mm×1092mm 1/8 印 张：13.5
版 次：2016年7月第1版
2016年7月第1次印刷
书 号：
定 价：00.00 元

如发现印装质量问题，请与我社营销部联系调换。
版权所有·侵权必究
本社法律顾问：安徽承义律师事务所 孙卫东律师

主编简介

洪亮，又名传亮，号九牛，祖籍安徽绩溪，
1961年4月生于浙江安吉。历任北京大学访问学
者、《中国书法》执行编辑。2005年至今在国内外
大学讲学。九三学社中央文化委员、中央书画院副
秘书长、中国艺术研究院篆刻院研究员、清华大学
书画高研班导师、美国费佛尔大学孔子学院名誉教
授、首都师范大学客座教授、西泠印社社员、中国
书法家协会会员。2014年8月，洪亮工作室书学研
究会在清华大学成立。2015年6月，北京洪亮书画
艺术馆开馆。出版专业图书76种。

作者简介

谭邦恒，湖南衡阳人。中国书画名家协会常
务理事、北京市朝阳区诗书画研究会会员，湖
南衡阳市书法家协会会员。自幼喜爱书法，参
加工作后笔耕不辍，工作之余，常临习碑帖，
从颜真卿《勤礼碑》入手，继习《兰亭序》
《圣教序》和《史晨》《礼器》《曹全》等，
并得益于岳父欧伯达先生的指导和教诲，研修
于清华大学美术学院·洪亮书画篆刻艺术工作
室举办的中国书画艺术名家高级研修班。作品
曾刊发于《大学书法教材》《书法报》《国学
周刊》等专业书刊，多次参加国内各种书画展
并获奖，并被多家机构收藏。

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。本套书从历代数千种碑帖中精选出 50 余种，每种碑帖独立成册，每册皆为两章及附录：第一章针对每一种碑帖笔法进行深入细致的解析，包括单钩摹、双钩摹、临写训练和综合练习；第二章为书法作品创作样式例举；附录为学习书法的必要准备及有关常识。

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，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都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。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，就像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。

书法的书意包含在笔法、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，我开始编写《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、章法等艺术语言。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》开设了《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编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》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的方法。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、双钩摹和临写训练，达到对书法笔法的真正理解与把握。

在《经典碑帖笔法临析大全》的写作过程中，得到了西泠印社执行社长、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，敬请及时提出意见，并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	四、直撇	46
第一章 笔法解析与摹临	1	五、弯头撇	49
第一节 点的形态与书写方法	2	六、有关撇的综合练习	51
一、竖点	2	第五节 捺的形态与书写方法	53
二、横点	5	一、斜捺	53
三、撇点	8	二、平捺	56
四、折头点	10	三、有关捺的综合练习	58
五、有关点的综合练习	13	第六节 钩的形态与书写方法	60
第二节 横的形态与书写方法	15	一、横折钩	60
一、方起方收平横	15	二、竖钩	63
二、圆起圆收平横	18	三、弧弯钩	66
三、方起雁尾长横	21	四、戈钩	69
四、圆起雁尾长横	24	五、竖弯钩	72
五、有关横的综合练习	26	六、有关钩的综合练习	74
第三节 竖的形态与书写方法	28	第七节 挑的形态与书写方法	76
一、方头方尾长竖	28	第八节 折的形态与书写方法	79
二、圆头圆尾长竖	31	一、横折	79
三、弯曲竖	34	二、右角折	82
四、相向竖与相背竖	36	三、断笔折	84
五、有关竖的综合练习	37	四、有关折的综合练习	87
第四节 撇的形态与书写方法	39	第二章 常用书法作品样式例举	89
一、竖弯撇	39	一、中堂	89
二、弧撇	41	二、条幅	90
三、短平撇	44		

三、斗方 91

四、横幅 92

五、对联 94

六、扇面 95

七、条屏 96

八、手卷 97

九、册页 97

附录：学习书法的必要准备及有关常识 ... 98

一、笔墨纸砚的选择 98

二、字帖的选择 99

三、执笔方法 99

四、执笔书写 100

五、书写方法 101

第一章 笔法解析与摹临

《礼器碑》，全称《汉鲁相韩敕造孔庙礼器碑》，又称《修孔子庙器碑》《鲁相韩敕复颜氏繇发碑》《汉韩明府孔子庙碑》《韩敕碑》等。东汉桓帝永寿二年（公元156年）立，现存山东曲阜市汉魏碑刻陈列馆。无碑额，四面刻字，碑阳十六行，其中正文十三行，每行三十六字，碑阳后三行，即碑文后有韩敕等九人题名。碑左侧三列，各四行；右侧四列，各四行，碑阴三列，各十七行。碑阴及两侧刻一百零四个捐款人姓名及捐款数额。碑文记载鲁相韩敕修饰孔庙、制造礼器等活动。

此碑自宋以来录著者和流传拓本甚多，具有很高的艺术价值，历来被推为隶书极则，汉碑中的绝品。书风细劲而雄健，端严而典雅，可谓方正秀丽，“多骨微肉”“多力丰筋”的作品，属于宽博俊挺，创纤而能厚的流派。尤其是碑之后半部及碑阴碑侧最为精彩，用笔灵活多变，结体严谨宽绰，一直被认为是东汉隶书成熟期代表作。明郭宗昌《金石史》评书：“汉隶当以《孔庙礼器碑》为第一。”“其字画之妙，非笔非手，古雅无前，若得此神功，非由人造，所谓‘星流电转，纤逾植发’尚未足形容也。汉诸碑结体命意，皆可仿佛，独此碑如河汉，可望不可及也。”清王澐《虚舟题跋》评云：“隶法以汉为奇，每碑各出一奇，莫有不同者，而此碑尤为奇绝，瘦劲如铁，变化若龙，一字一奇，不可端倪。又说：“唯《韩敕》无美不备，以为清超却又遒劲，以为遒劲却又肃穆。自有分隶以来，莫有超妙如此碑者。”此碑字口完整，每面书体风格不同，碑阴碑侧更加锋芒如新，飘逸多姿，纵横跌宕，作为汉隶极品，其书法精妙可谓登峰造极，为书家所激赏，对后世书坛也产生重大影响。清代人何绍基皆有临本，近代大书家林散之也对此碑用力勤深，尤其是在草书上的诸多取法皆源于《礼器碑》。

如何写好隶书，民间流有口诀：“方劲古拙，如龟如鳖；蚕头雁尾，笔必三折；雁不双飞，蚕无二设；点画俯仰，左挑右磔；重浊轻清，斩钉截铁。”在书写用笔时应注意“欲左先右，欲右先左；欲下先上，欲上先下；无往不收，无垂不缩”的用笔准则。下面从点、横、竖、撇、捺、钩、挑、折八种笔法逐一解析，并配合相应的字例练习。

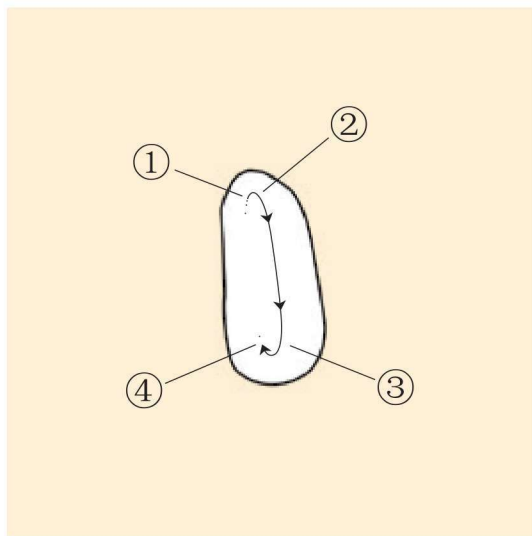
现代汉语大多是双音节词，临摹一词在现代语中指“模仿（书画），临摹碑帖。”书法中的临摹概念是从古代汉语中来，古代汉语主要是单音节词，临摹在古代汉语中是两个概念，即临与摹。临是临写，摹是摹写。下面简析之。

第一节 点的形态与书写方法

汉字主要由点、横、竖、撇、捺几种笔画组合而成。点画的形态虽小，但起、行、收笔法到位，在一字之中起到画龙点睛的作用。《礼器碑》中点的变化较大，形态众多，归纳起来，主要有以下几种。

一、竖点

竖点与短竖笔法相同。但比短竖要短，它毕竟是以点出现。此点大多用在字头上的首点，其形态有上宽下窄，下宽上窄或棱形，要写得头尾清楚，向背分明，力沉势险，姿态生动。



竖点



鹿

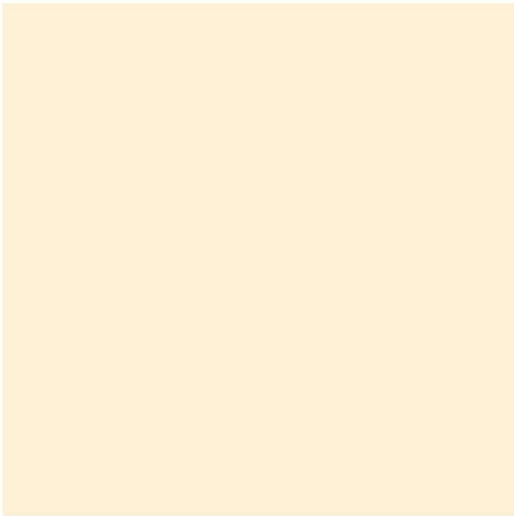
竖点的书写笔法要领：

- ①逆锋向上入纸；
- ②折锋，略下按铺毫向下略行；
- ③渐行渐按；
- ④回锋收笔，顺势写下一笔。

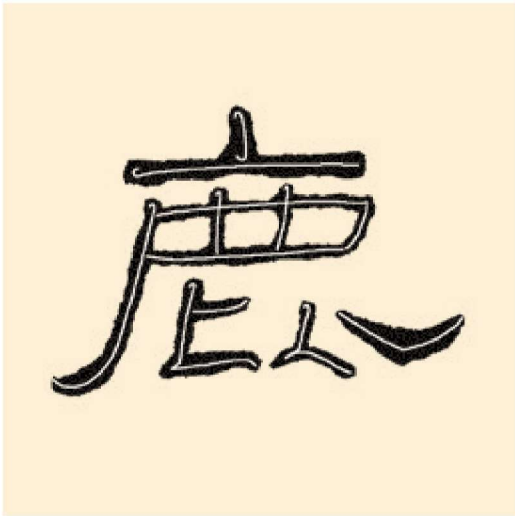
（一）竖点字摹写举例

为了初学者学习方便，我们将选一个带竖点的“鹿”字，解析单钩摹、双钩摹以及整个字的笔画顺序。

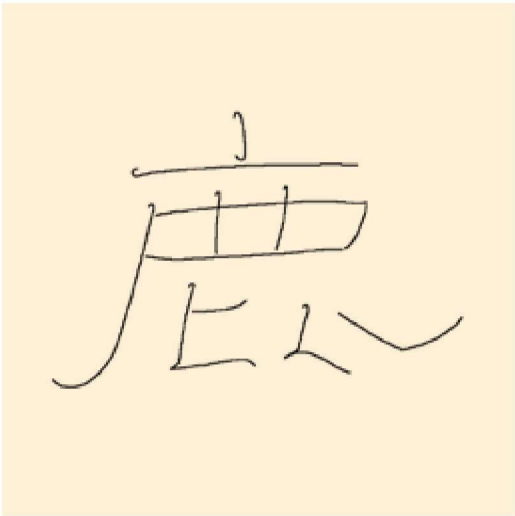
例 1：单钩摹



宣纸

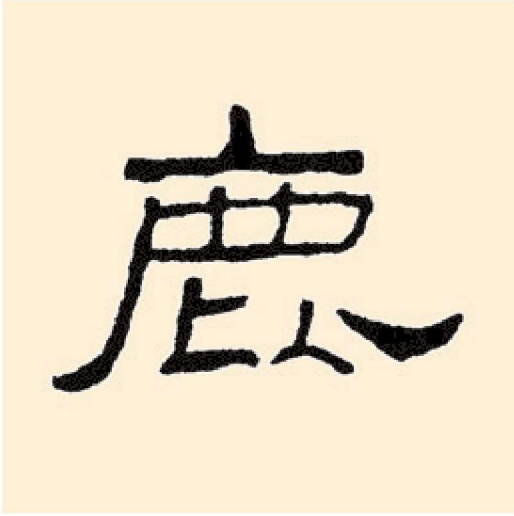


宣纸蒙在字上单钩摹

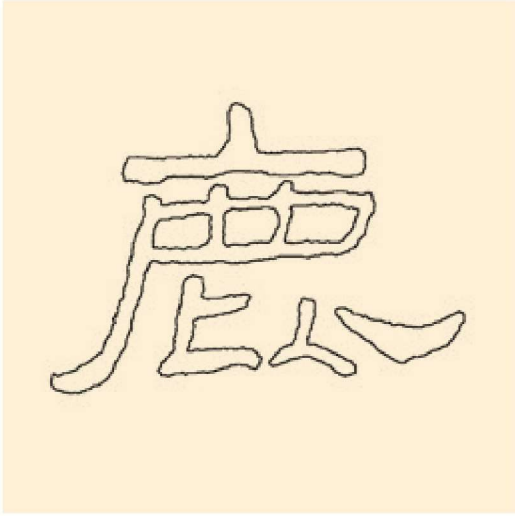


单钩摹效果

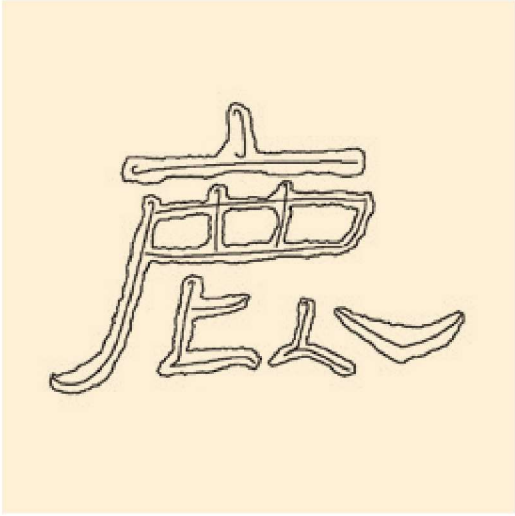
例 2：双钩摹



宣纸蒙在字上双钩摹

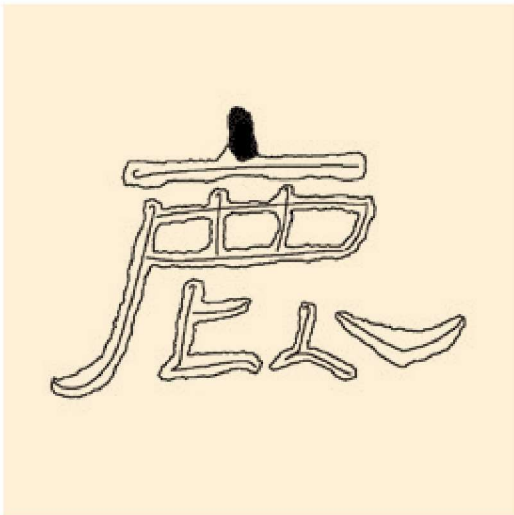


双钩摹效果

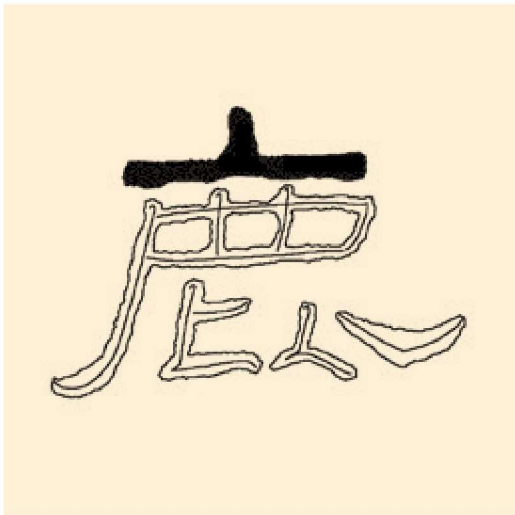


单钩摹、双钩摹效果

例 3：解析整个字的笔画顺序，十一笔完成带竖点的“鹿”字



第一笔



第二笔



第三笔



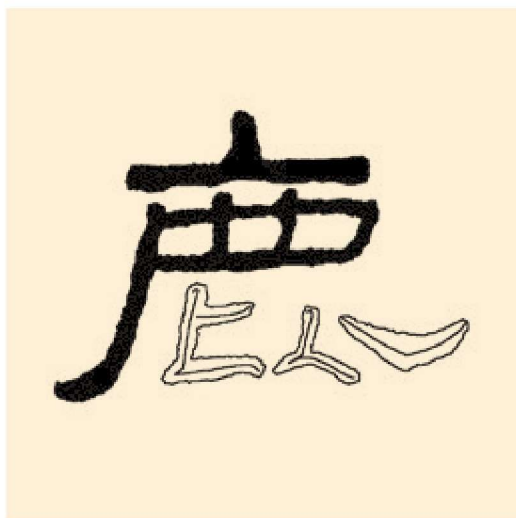
第四笔



第五笔



第六笔



第七笔



第八笔



第九笔



第十笔



第十一笔

(二) 竖点单元练习

将下列带竖点的字进行单钩摹、双钩摹，并在此基础上临写，注意每个竖点的笔法和形态变化。



朝



鹿



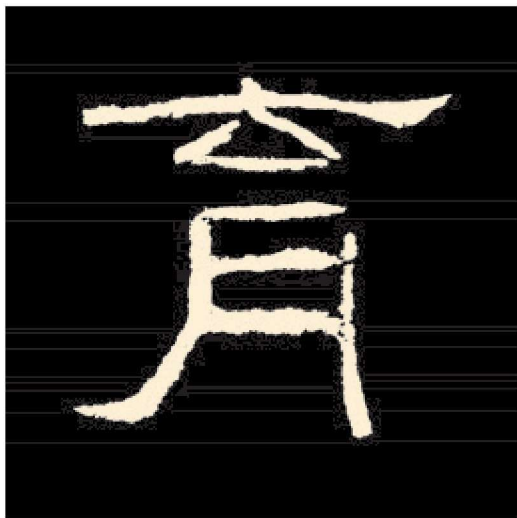
庙



玄



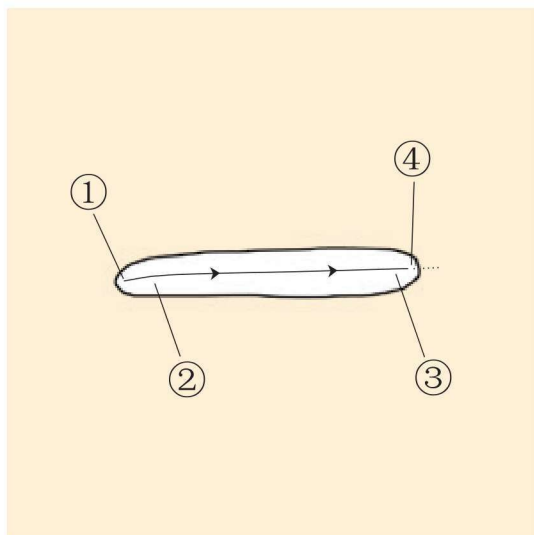
颜



育

二、横点

汉隶中以横代点的笔画较多，这种认识方法是相对与我们今天对汉字楷书的笔画观念来认识汉隶之结果。为便于我们今人学习汉隶，这里仍用这种方法。横点类似短横，比短横稍短。



横点



龙

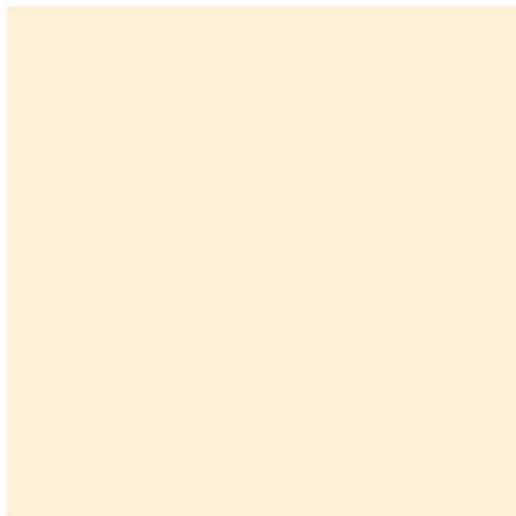
横点的书写笔法要领：

- ①顺势入笔；
- ②略按向右铺毫；
- ③向右平行至适当位置；
- ④略驻锋提笔。

（一）横点字摹写举例

为了初学者学习方便，我们将选一个带横点的“龙”字，解析单钩摹、双钩摹以及整个字的笔画顺序。

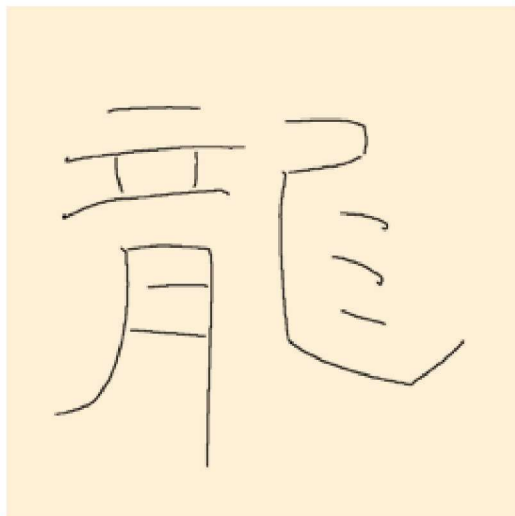
例 1：单钩摹



宣纸



宣纸蒙在字上单钩摹

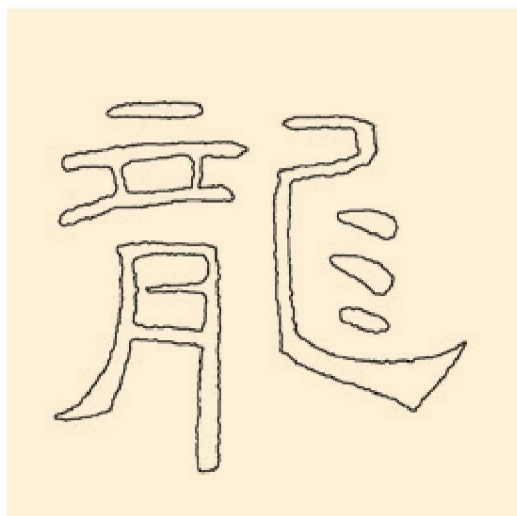


单钩摹效果

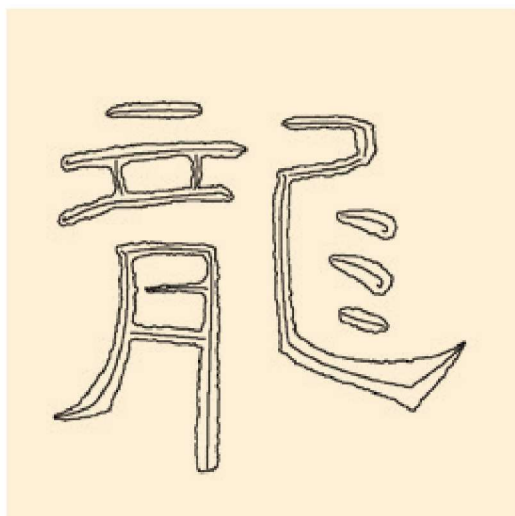
例 2：双钩摹



宣纸蒙在字上双钩摹

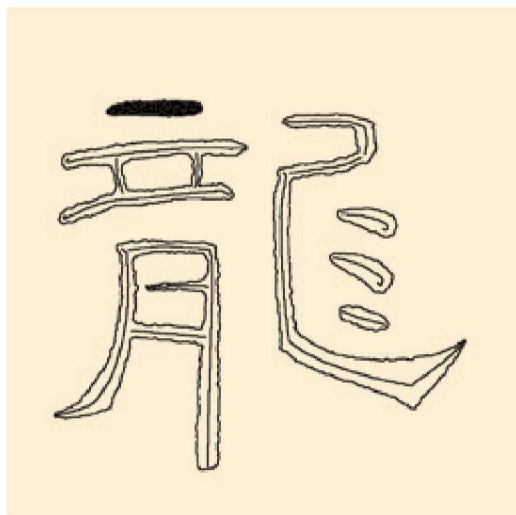


双钩摹效果



单钩摹、双钩摹效果

例 3：解析整个字的笔画顺序，十五笔完成带横点的“龙”字



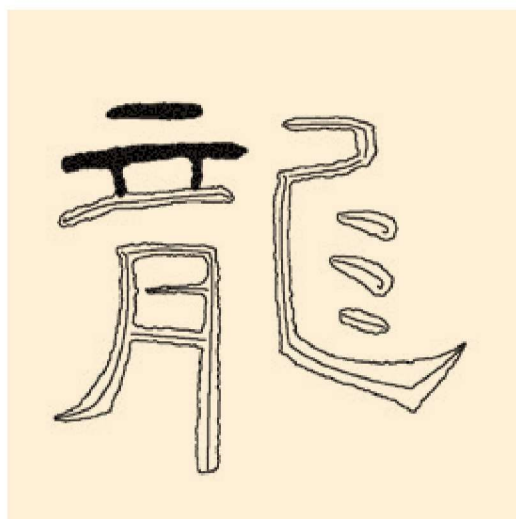
第一笔



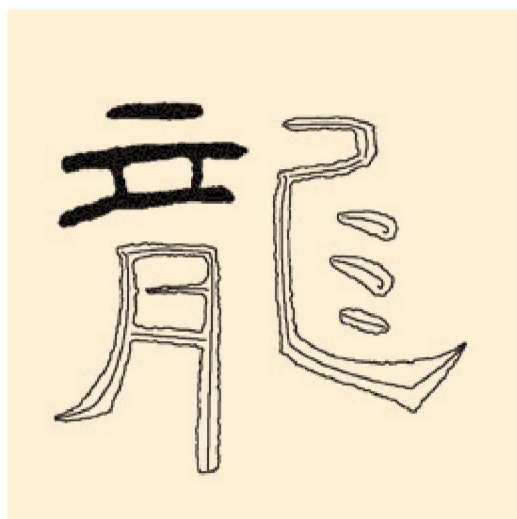
第二笔



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



第十二笔



第十三笔



第十四笔



第十五笔

（二）横点单元练习

将下列带横点的字进行单钩摹、双钩摹，并在此基础上临写，注意每个横点的笔法和形态变化。



开



龙



亲



亿



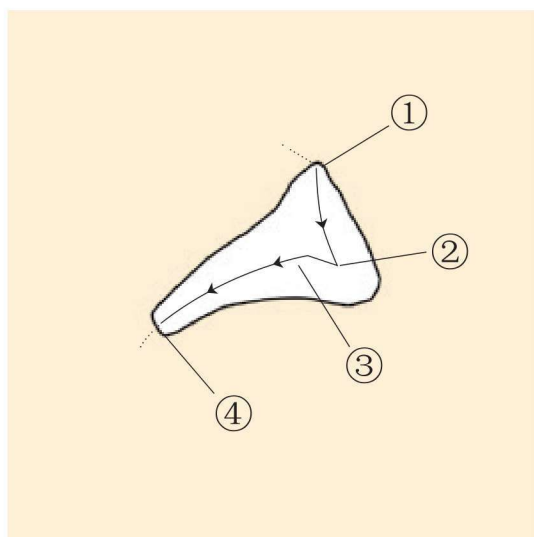
主



注

三、撇点

撇点与短撇的笔法相似，上粗下细，常用于字头。



撇点



宅

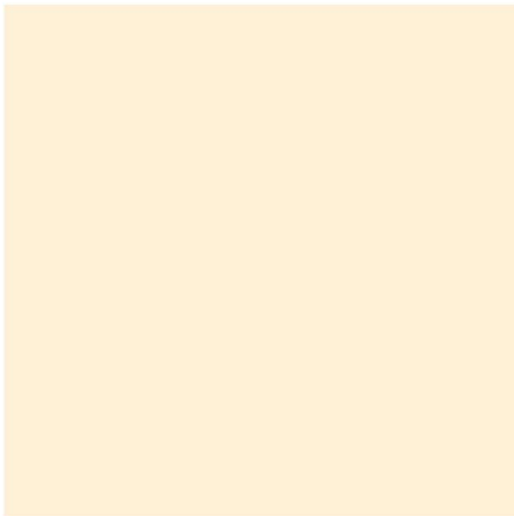
撇点的书写笔法要领：

- ①逆锋入笔下切铺毫；
- ②略驻锋；
- ③自右上向左下出锋，渐行渐提；
- ④撇到适当长度，驻锋，提笔收锋，顺势写下一笔。

（一）撇点字摹写举例

为了初学者学习方便，我们将选一个带撇点的“宅”字，解析单钩摹、双钩摹以及整个字的笔画顺序。

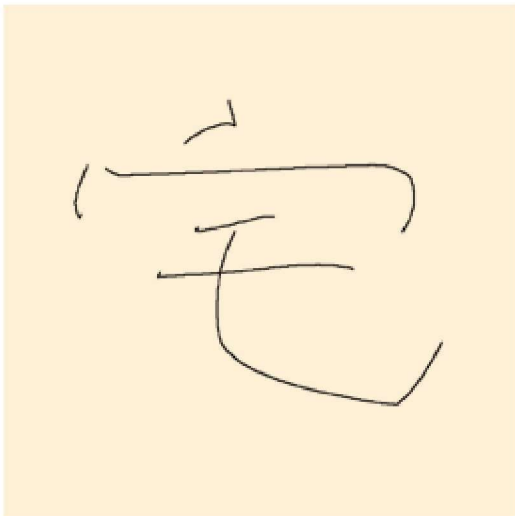
例 1：单钩摹



宣纸



宣纸蒙在字上单钩摹

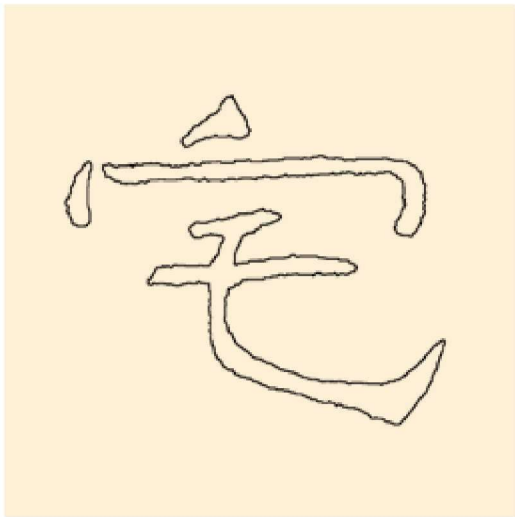


单钩摹效果

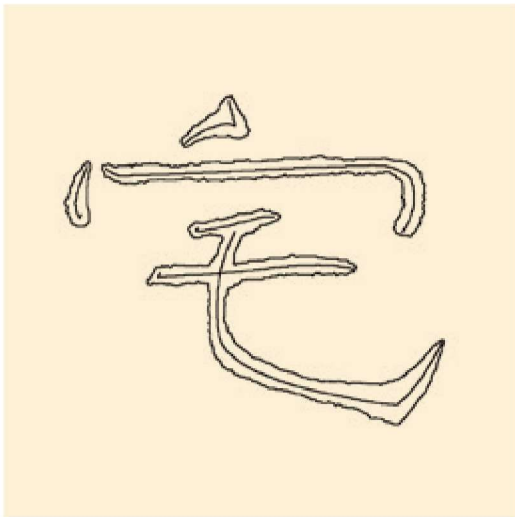
例 2：双钩摹



宣纸蒙在字上双钩摹

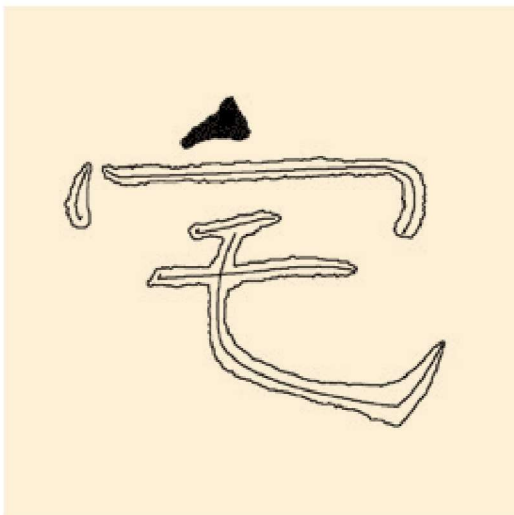


双钩摹效果

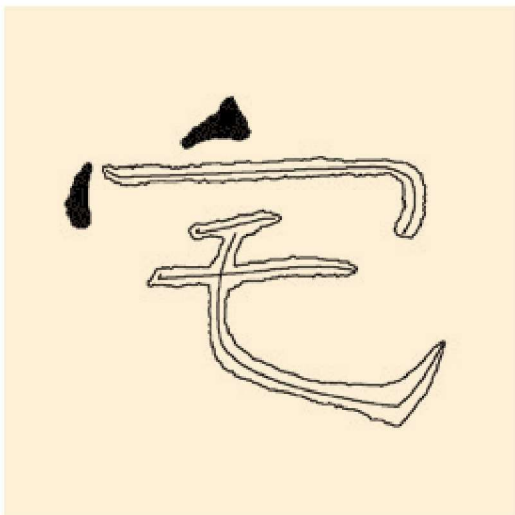


单钩摹、双钩摹效果

例 3：解析整个字的笔画顺序，六笔完成带撇点的“宅”字



第一笔



第二笔



第三笔



第四笔



第五笔



第六笔

（二）撇点单元练习

将下列带撇点的字进行单钩摹、双钩摹，并在此基础上临写，注意每个撇点的笔法和形态变化。



节



京



敬



乐



代



宅

四、折头点

在《礼器碑》中，一种在写法上先向右斜再转锋向左斜出锋的点，我们在本书中称之为折头点。该点常用在字头，如带宝盖头的字上面的点用的较多，也有用在字头长横上的点。