



硬
笔
临
经
典
碑
帖

文徵明离骚经

实用技法与练习

◎ 吴钢 编著

離騷經

帝高陽之苗裔兮，朕皇
降皇覽揆余於初度兮，
均紛吾既有此內美兮，
以為佩汨余若將不及
攬洲之宿莽，日月忽其



聊书法，晒作品，名师点评！
好玩涨知识，快扫描进群吧！

江西美术出版社
全国百佳出版单位



硬
笔
临
经
典
碑
帖

文徵明离骚经

实用技法与练习

◎ 吴钢 编著

量鑿而正枘兮固前修以蒔醯曾歔歔
夢覺兮哀時之不常攬茹蕙以掩涕
霑余襟之浪浪跪敷陳辭兮耿吾
得此中焉正馬車以馳驅兮溘埃風余
征朝發軔馳驅兮日忽忽其將暮吾令羲和
留此靈璫予日忽忽其將暮吾令羲和
節兮望崦嵫而勿迫路漫漫其修遠兮
將上下而求索飲余馬於咸池予總余
乎扶桑折若木以拂日兮聊須臾以相
前望舒使先驅兮後飛廉使奔屬鸞皇

主 编：刘洪霞

副主编：陈利军

编 委：(按姓氏笔画排名)

王登峦 石云端 陈晓勇 陈 侃 宋炳坤 邵泳中 吴 钢
周蓓娜 姜 浩 唐国生 黄文泉 臧 磊

图书在版编目 (C I P) 数据

《文徵明离骚经》实用技法与练习 / 吴钢编著. --
南昌：江西美术出版社，2017.11

(硬笔临经典碑帖)

ISBN 978-7-5480-5818-2

I. ①文… II. ①吴… III. ①楷书—硬笔书法 IV.
① J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 293033 号

出 品 人◎汤 华

责任编辑◎朱丽平

责任印制◎谭 勋

书籍设计◎邹 婷

硬笔临经典碑帖

WENZHENGMING LISAOJING SHIYONG JIFA YU LIANXI

文徵明《离骚经》实用技法与练习

编 著：吴 钢

出 版：江西美术出版社

社 址：南昌市子安路 66 号

电 话：0791-86565506

网 址：www.jxfinearts.com

经 销：全国新华书店

印 刷：江西印刷股份有限公司

版 次：2017 年 11 月第 1 版

印 次：2017 年 11 月第 1 次印刷

开 本：787×1092 1/16

印 张：4

ISBN 978-7-5480-5818-2

定 价：16.00 元



聊书法，晒作品，名师点评！
好玩涨知识，快扫描进群吧！

本书由江西美术出版社出版。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分。

本书法律顾问：江西豫章律师事务所 晏辉律师

版权所有，侵权必究

前言

书写工具介绍 书法因书写工具的不同分为硬笔书法和毛笔书法，它们都是中华民族传统文化瑰宝，深受人们的喜爱。硬笔书法的书写工具繁多，有铅笔、钢笔、圆珠笔、中性笔等等，且人们从小就开始使用铅笔、钢笔，在日常工作、学习和生活中也经常接触硬笔，对硬笔的书写习性比较了解，因此，有志于练好硬笔书法的大有人在。另外，硬笔书法又不同于毛笔书法需要文房四宝和执笔、运笔等方面的许多讲究，练习起来相对容易一些，且硬笔工具能够随身携带，可以做到随时随处练习。练习收到成效后，又能够增强练好书法的信心。因此，练习书法应当从硬笔书法开始。在练好硬笔书法后，再转向毛笔书法的练习，可以收到事半功倍的效果。

临帖方法介绍 “无规矩不成方圆”，练习硬笔书法是要讲究方法的，临摹传统优秀书法碑帖是练习硬笔书法的必经之路，是被无数书法大家证明的一条捷径，不临帖是不可能练好硬笔书法的。

临帖有四种方法：描红、对临、背临和意临。“描红”就是将透明纸覆在字帖上照着书写，或者用笔直接去描字帖上的字；“对临”就是对照着字帖上的字去书写，可以看一笔写一笔，也可以看一个字写一个字；“背临”是在描红或对临熟练之后，不用看字帖而是凭着记忆将字帖上的字书写下来；“意临”就是按照自己对字帖上字的理解去书写，神似形不似，这是最高层次的临摹。初学硬笔书法应以描红和对临为主。

由于传统书法碑帖多为毛笔书写而成，笔画有粗有细，而普通硬笔笔尖较

细且弹性不大或没有弹性，临写起来难以表现个中变化，因此应采取对临的方式进行。这就要求我们在临帖之前，要学会读帖。所谓“读帖”，就是看字帖上的字一笔一画、一字一行是怎么书写的，然后按照写字的笔顺逐笔逐画地揣摩、研究，想象字中笔画的骨线，从起笔到运笔，再到收笔，整个过程都要观察到位，牢记在心，做到心中有数、胸有成竹，这时再动笔临写才有把握。“察之者尚精，拟之者贵似”。把字帖中的内容弄明白，在读帖时一边阅读文章，一边欣赏书法，对临帖会有很大的帮助。

临帖要点 在临帖时，首先要求字形临得越像越好，笔画像，结构像，每个字的提按、开合、牵连等尽量都表现出来，达到“一字一笔须从古帖中来”的要求。不能对着字帖写自己的字，那不是临帖而是抄字，这样的临帖是不会有any效果的。即使开始临得不像也不要紧，要慢慢来，时间久了就像模像样了。临帖要在形似的基础上再去追求神似，最终达到形神兼备的目的。

临帖分为通临、节临和选临三种情况。通临就是对照字帖，从头到尾通篇进行临写；节临就是选取字帖的某一段落、某一部分进行反复临写，从而举一反三；选临就是从字帖中挑选出个别字进行临写，由易到难，由简到繁。至于应采取何种方式临帖，可根据自己的兴趣来定，怎么顺手怎么来，也可穿插着进行。

临帖要从一种书体开始练，在熟练掌握一家一法后，再去临摹其他书体或字体，博采众长，融会贯通。千万不要朝三暮四，见异思迁，今练欧体，明学柳体，一会儿写楷书，一会儿临草书。临帖时，还要做到平心静气、心无旁骛、专心致志，不可三心二意、草率行事。

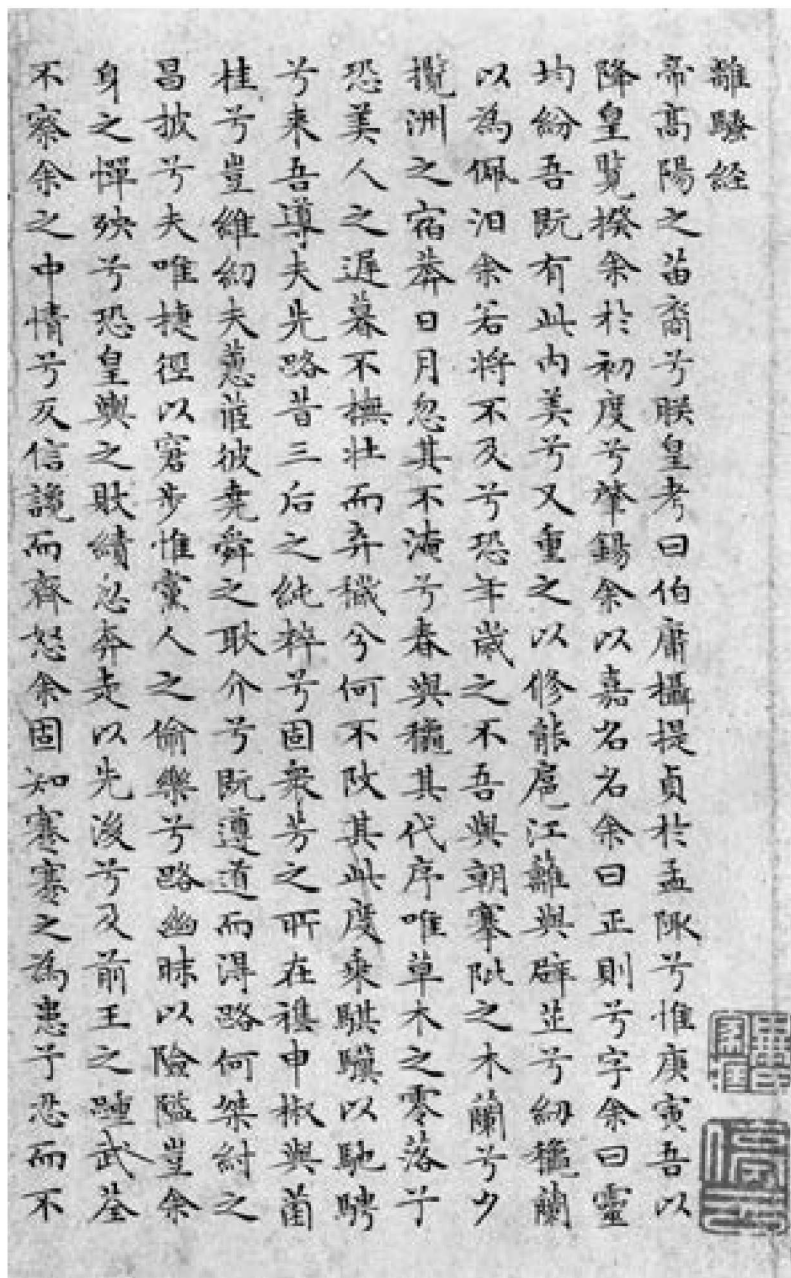
临帖是一个痛苦的过程，需要彻底抛弃以往的书写习惯，也就是“去我”，“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香”，但痛苦过后一定是有收获的。

“字无百日功”。临帖不能急于求成，需要坚持不懈、持之以恒，要有“咬定青山不放松”、不达目的誓不罢休的精神，切不可“三天打鱼，两天晒网”。大家要经常动笔练字，哪怕每天集中一个小时、半个小时的时间练习，只要坚持下去，就一定会有所得。

文徵明《离骚经》书法艺术简介

《离骚经》是一幅格调古雅、法度严谨而又富有个性的小楷佳作。通观整幅作品，小楷每字不足1厘米见方，然而一丝不苟，结构紧凑，行款整齐，秀美之中不乏骨力，法度谨严而绝不呆板，这正是文徵明技高他人一筹之处。与赵子昂小楷结字缜密、用笔俊逸秀丽不同，《离骚经》结字疏朗，常以点代画，开阔了间架结构中的空白之处，达到了密处见疏的艺术效果，故其体势虽茂密，用笔劲挺，但并无局促拘谨之感。在结体安排上，《离骚经》字势多呈欹侧之势，如“陬”“离”“既”“踵”等字通过点画或偏旁部首在位置和角度上的微妙变化，寓险绝于平正之中。这样处理，不但结构灵活、多变，避免板滞，同时也可产生笔势，使行气更加流畅。

《离骚经》书者善于处理字与字之间的关系，字或大或小，或长或短，或正或斜，行气贯注，故而通篇清丽俊秀，骨力遒健，和谐自然，令观者有赏心悦目之感。



目 录

前言

文徵明《离骚经》书法艺术简介

第一单元 笔画解析·····	1
第二单元 偏旁解析·····	12
第三单元 结构解析·····	35
第四单元 实临文徵明《离骚经》·····	45
第五单元 作品欣赏·····	52

第一单元

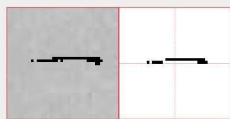


笔画解析

汉字都是由笔画组成的，所以要想写好汉字首先必须写好笔画。

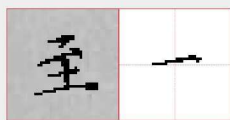
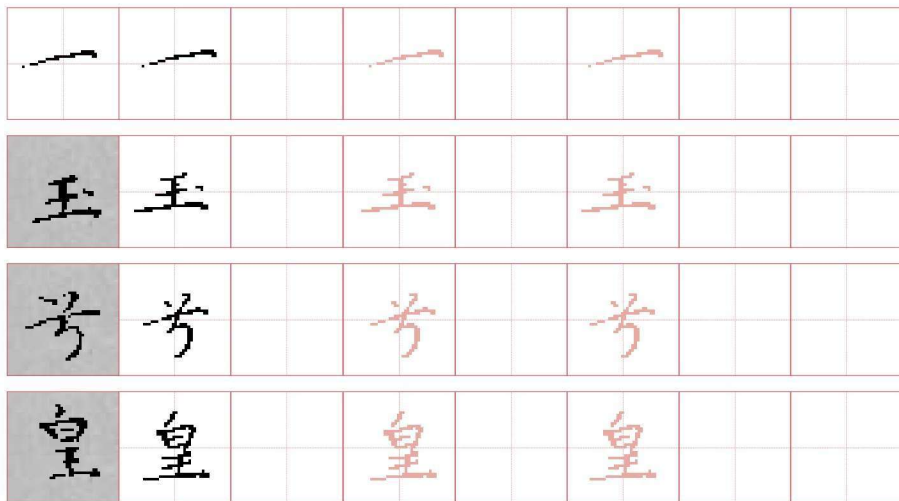
笔画是指汉字书写时不间断地一次连续写成的一个线条，它是汉字的最小构成单位。汉字笔画如同机器设备的零部件，只有零部件质量过关，机器设备才能安全可靠，达到合格。笔画也是如此，写好笔画是写好汉字最起码的要求，也是其非常关键的一个环节。汉字的笔画有数十种之多，有的简单，有的复杂，写好点、横、竖、撇、捺、钩、提、折 8 种基本笔画以及常用的复合笔画尤为重要。

笔画虽然是一个简单的线条，但书写起来不可以随便，无论是起笔、运笔还是收笔，都要做到一丝不苟、笔笔到位。写好笔画是写好汉字的基础，有志于练好硬笔书法的朋友，要认真练好每一个笔画。



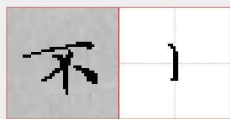
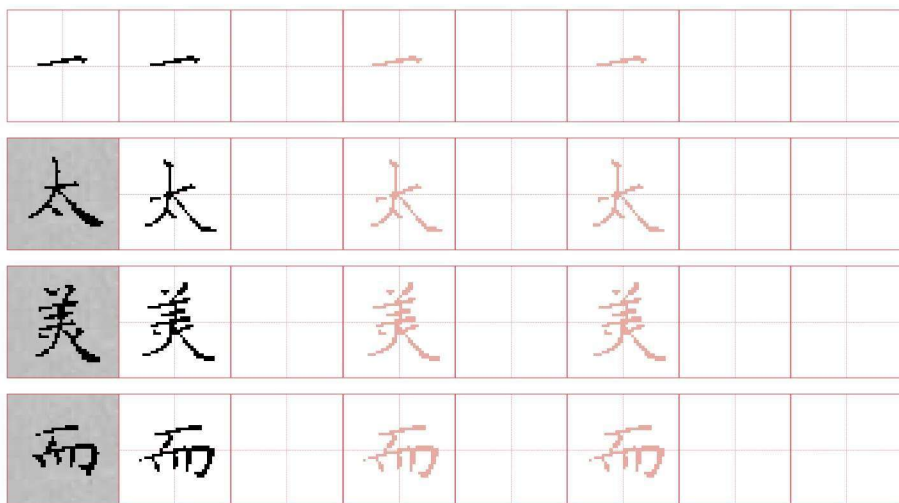
通过手腕为轴心向右发力，小指贴住纸面，笔尖凌空滑至右端自然停顿。注意调整手腕的方向，以控制横画的倾斜度。

长横



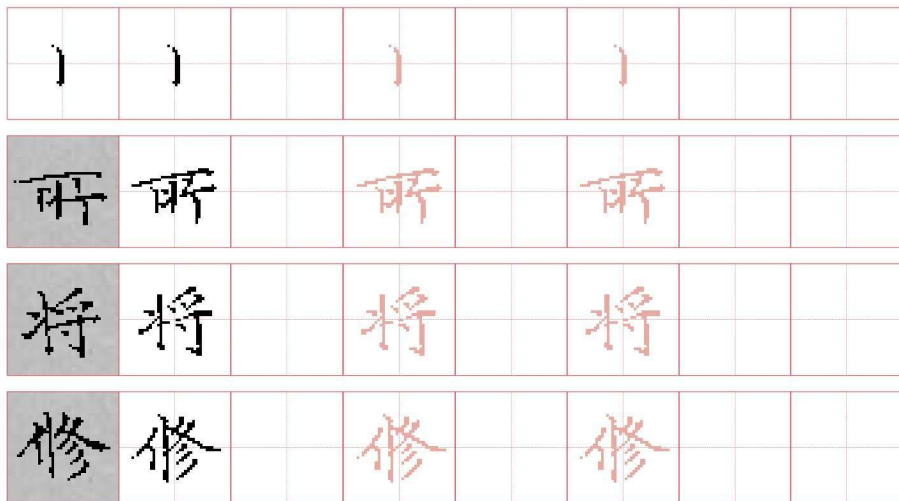
动作与长横一致，节奏短促，注意下笔时要果断。

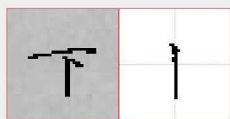
短横



握笔的三指向前伸出，由轻到重以食指第一关节发力，大拇指及中指配合做收缩的动作，中段运笔要果断，加速练习。

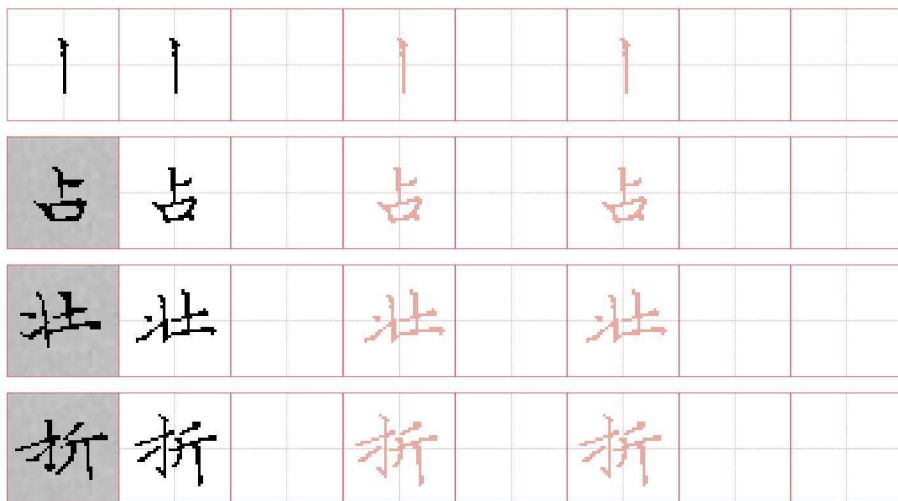
短竖





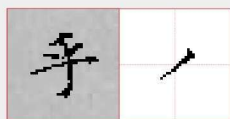
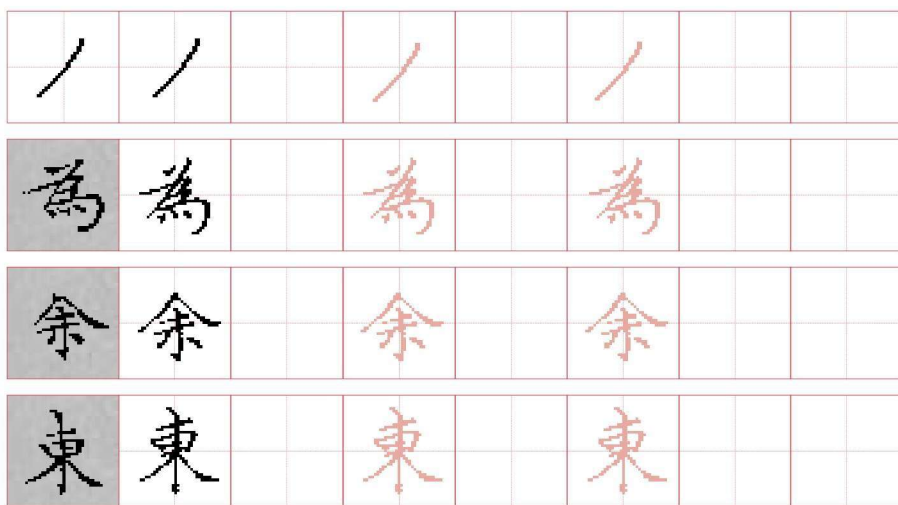
由轻到重向
右下点，随后三
指迅速收缩，把
笔尖弹出纸面，
自然出尖。

丁头竖



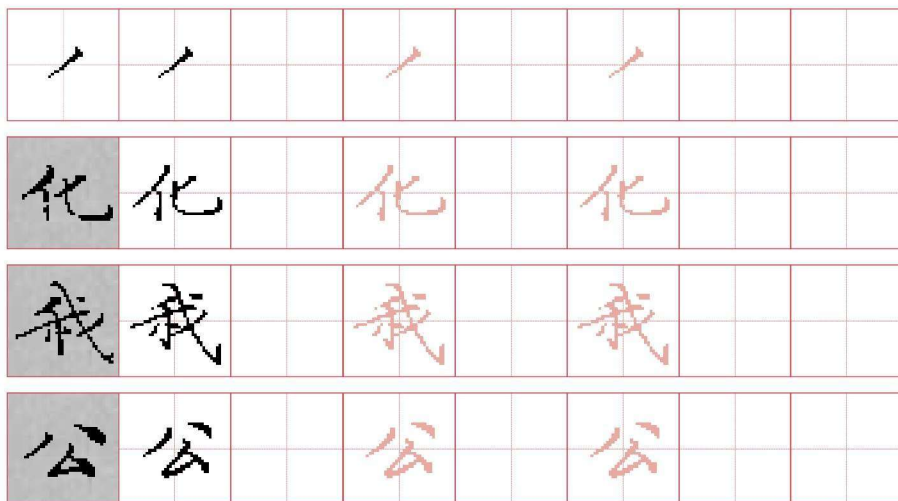
由轻到重向
右下点，压住纸
面，顺势向左下
角发力，尾巴自
然出尖，中段运
笔要迅速。

斜撇



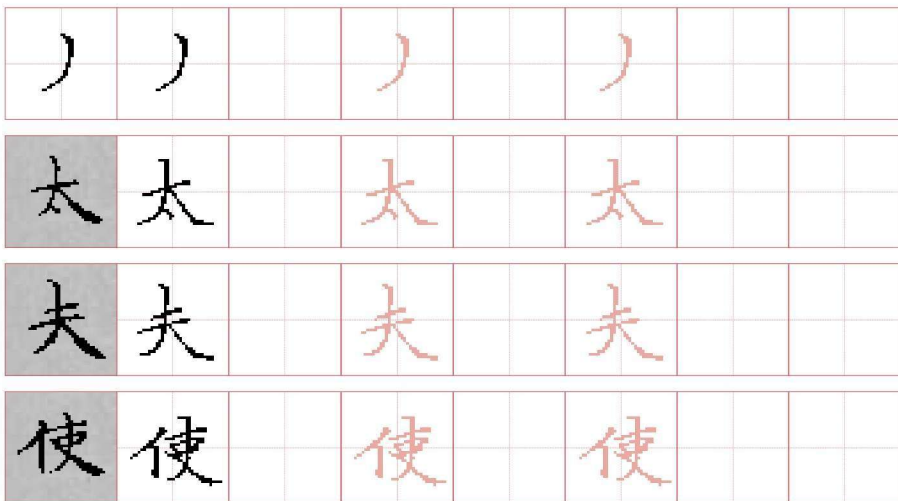
由轻到重向
右下点，通过手
腕向左下方发力，
迅速弹出，节奏
短促，注意短撇
的方向根据字的
不同位置而变化。

短撇



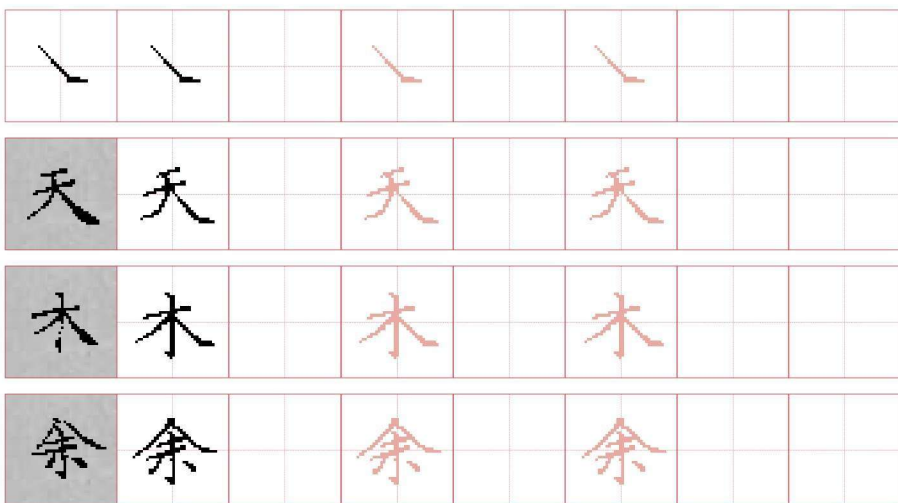
由轻到重向右下点，先竖后撇，一气呵成。注意手指和手腕的协调，要反复练习。

竖撇



握笔的三指向左上方伸，手指迅速收缩，由轻到重凌空入纸，捺脚向右水平方向弹出纸面变尖。

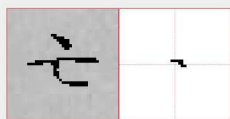
斜捺



手指向右下收缩发力，由轻到重凌空下落，向下轻松带出，节奏简练。

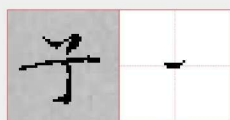
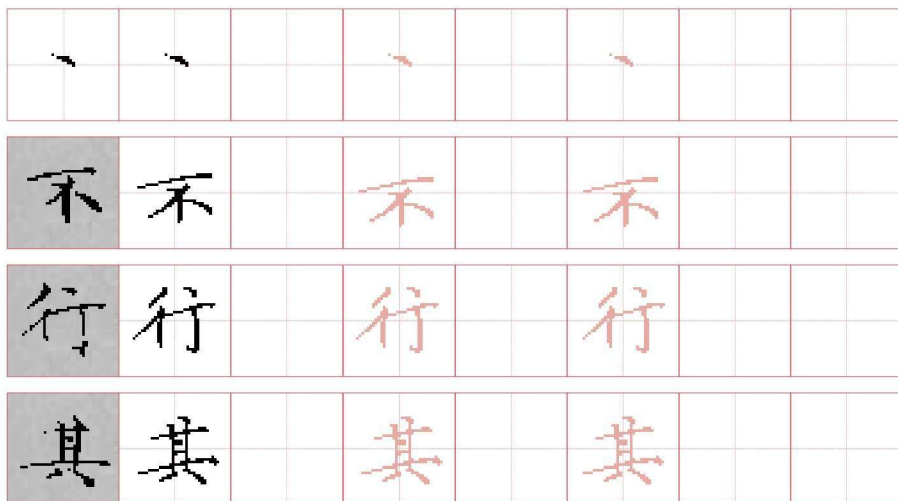
点





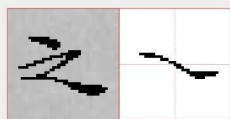
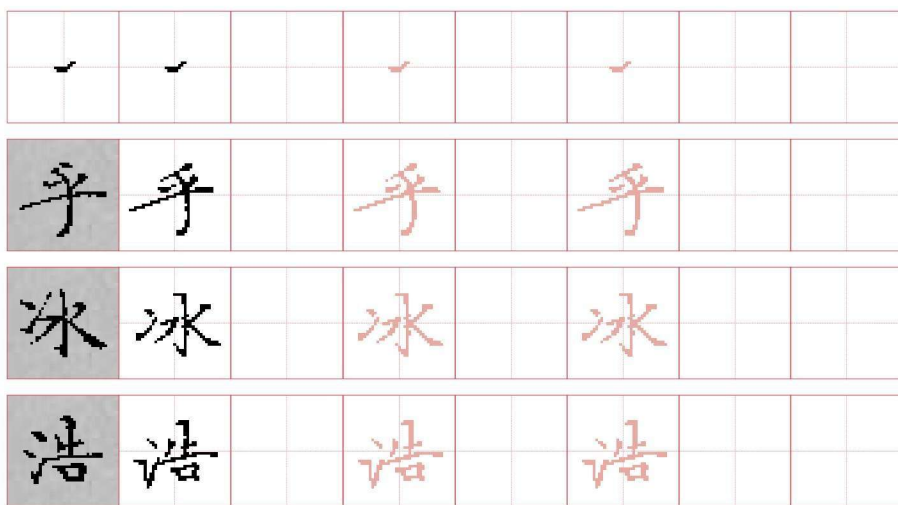
手指向右下收缩发力，由轻到重凌空下落，自然停顿，节奏简练。

右点



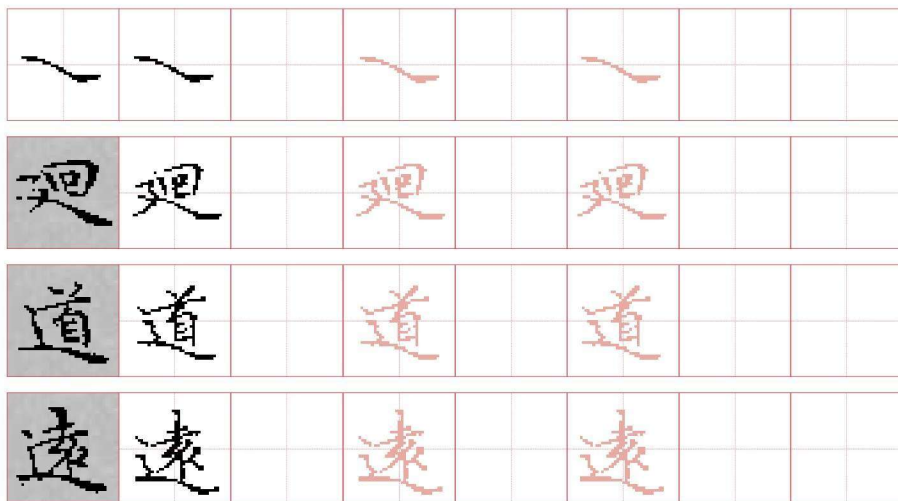
由轻到重点下后向右上挑出，注意与下一笔的起笔方向相互呼应。

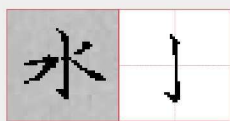
挑点



先凌空平入，继而向右下逐渐压重，到尾巴自然弹出变尖。平捺在字中都作“主笔”，要舒展拉长。

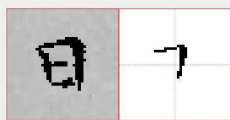
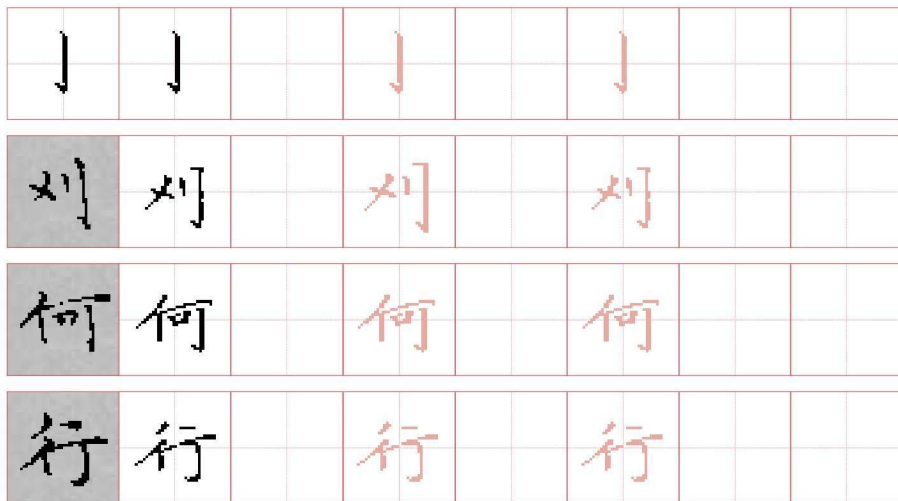
平捺





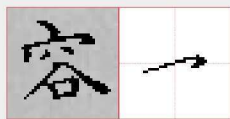
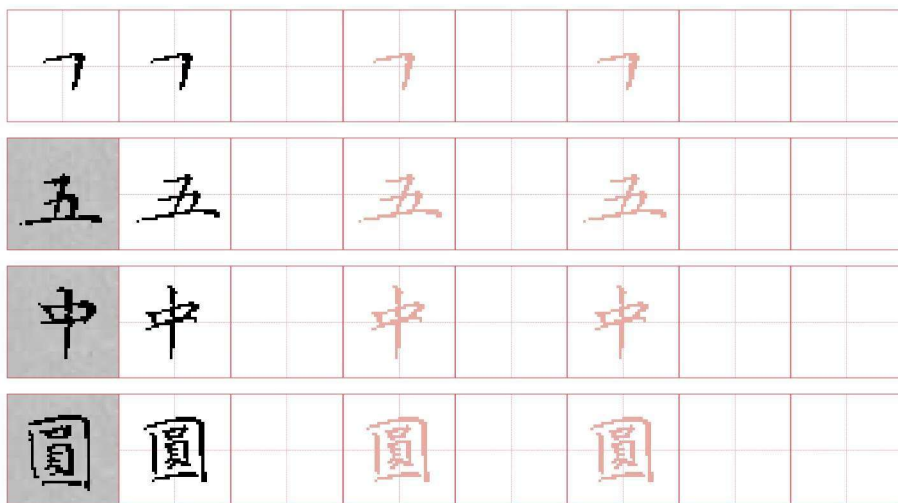
由轻到重向右下点，迅速向下发力，中段速度要快，到底部向左上方弹出变尖。注意钩的方向在不同字里的变化。

竖钩



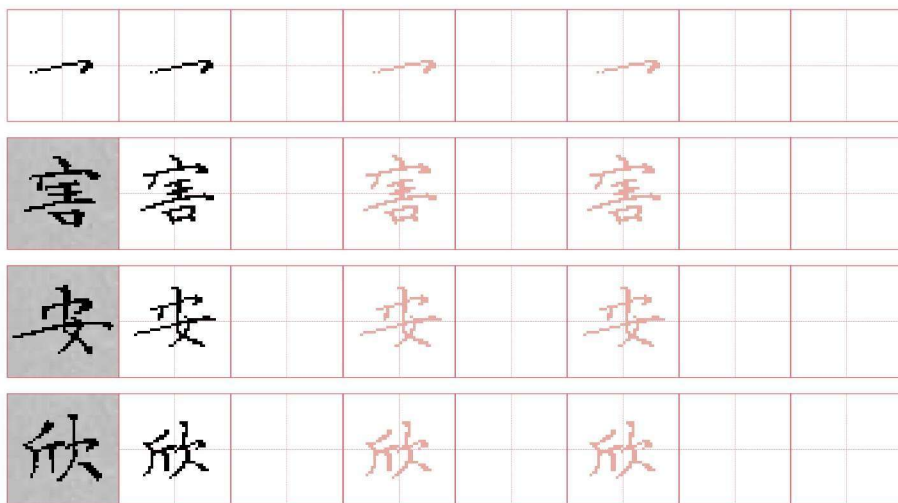
左尖横加丁头竖的组合，当笔画比较小的时候，有顿笔作“方转”，如“五”字；当笔画比较大的时候，作“圆转”，如“圆”字。

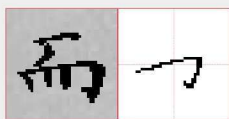
横折



与横折的动作类似，钩要短，顿笔后注意出钩的角度。

横钩





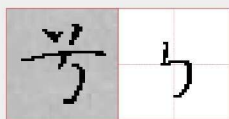
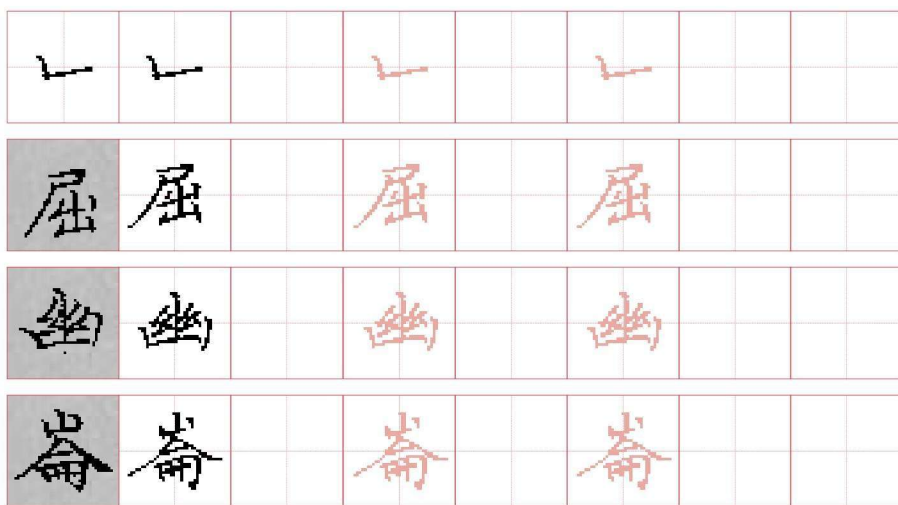
注意折画的方向。第一个例字“冉”，折画是垂直的；第二个例字“高”的横折是向内倾斜的；第三个例字“为”的钩画是向左平抛的。

横折钩



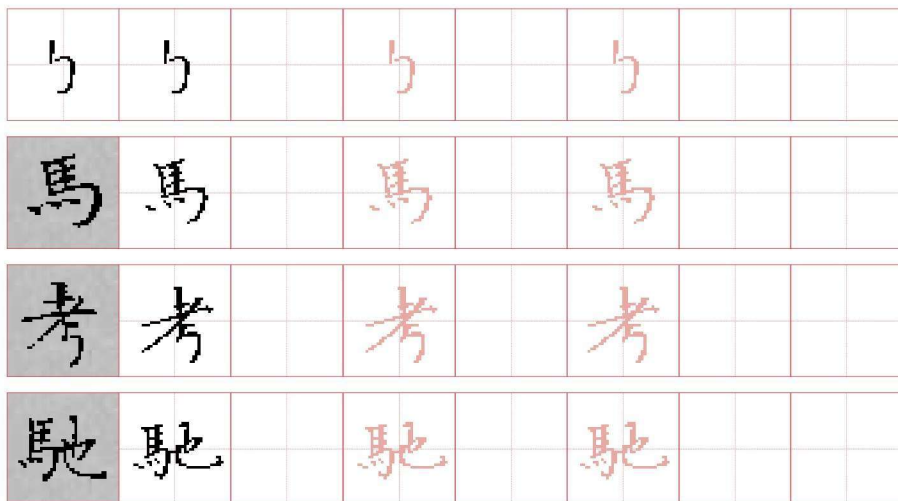
注意竖的方向根据所在字的位置而变化，竖和横亦可作两笔完成。

竖折



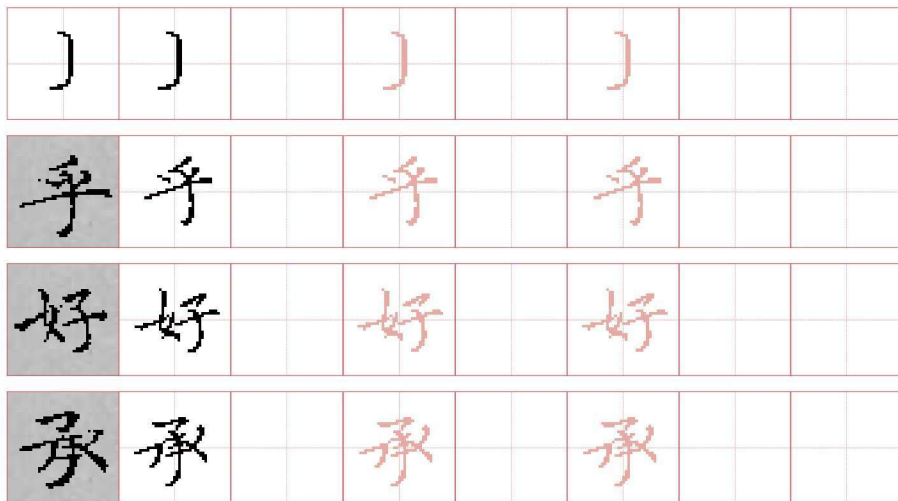
在帖子里，这个笔的钩画大多都向左圆转平抛，一气呵成。

横折折钩



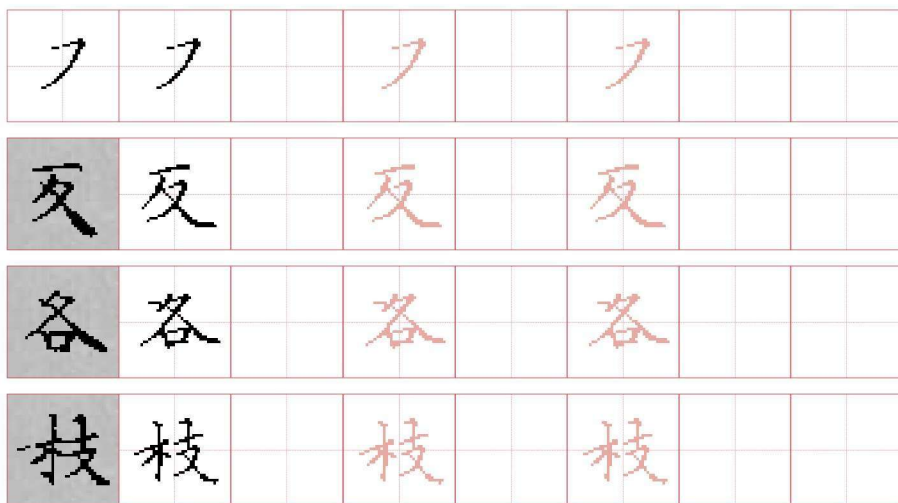
先弯后直，
到底部向左边平
抛。

弯钩



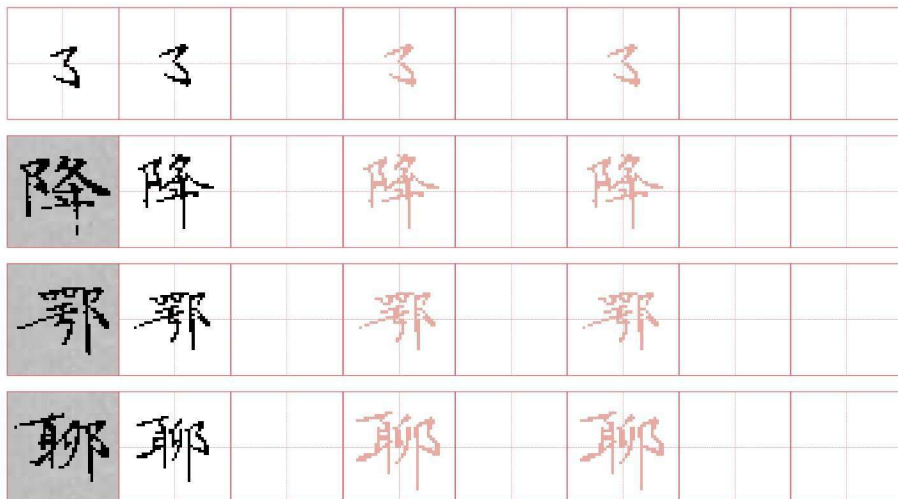
横撇所在字
的位置不一样，
长短和撇的弧度
也不一样，要注
意观察。

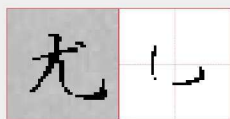
横撇



可以分作两笔
完成，横撇加弯钩，
实际上弯钩在这里
是点钩。

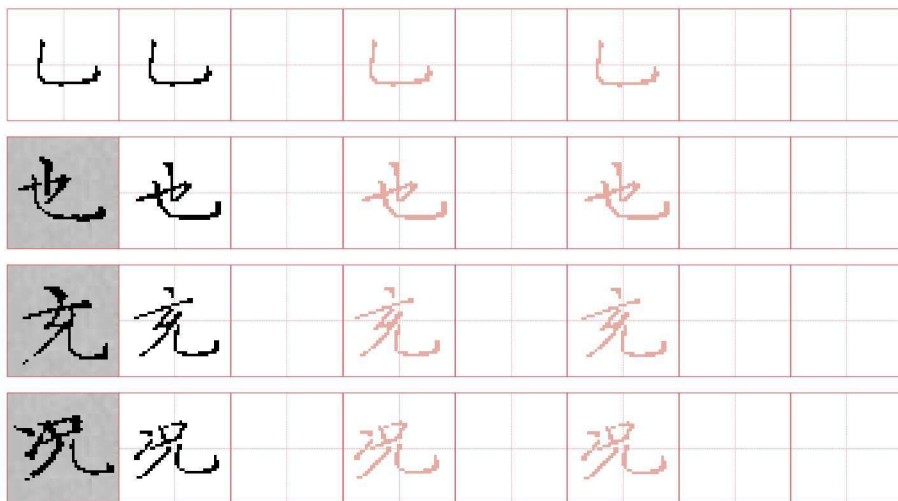
横撇弯钩





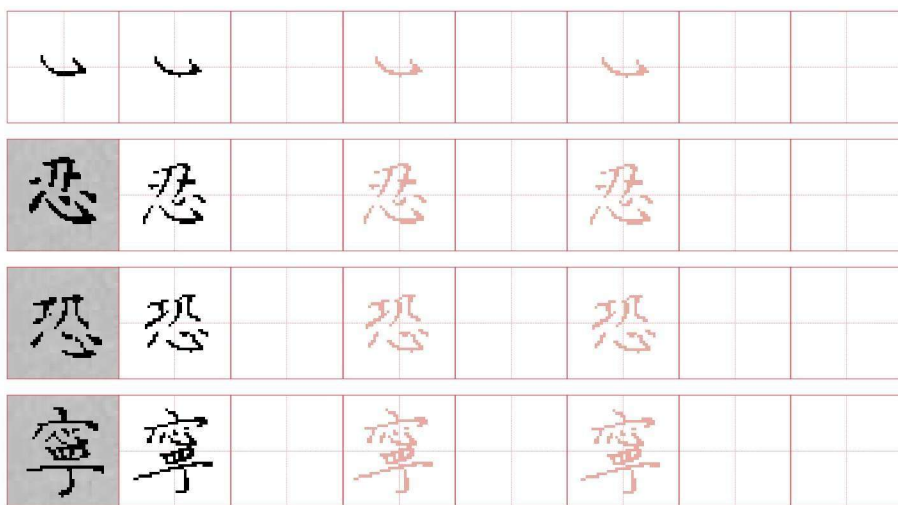
竖弯钩在字里一般作“主笔”，向右的部分要拉长，钩画朝上。

竖弯钩



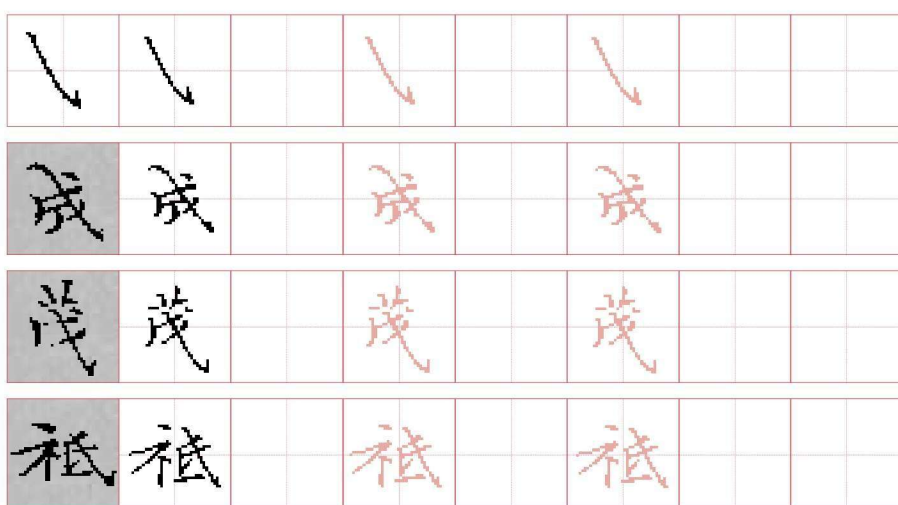
由轻到重入纸，底部放平后向左上钩。

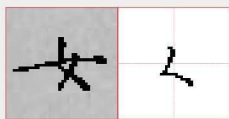
卧钩



顿笔后向右下带点弧度迅速拉长，到底部向上弹出钩。

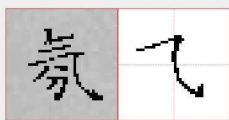
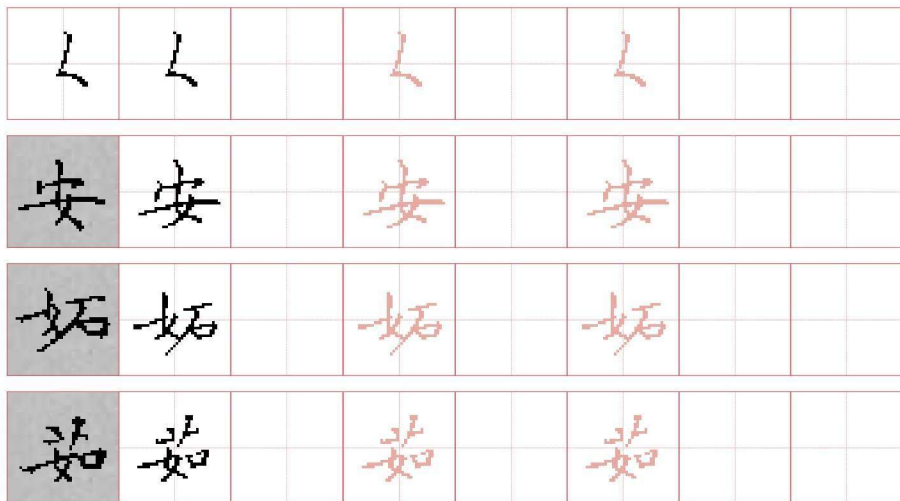
斜钩





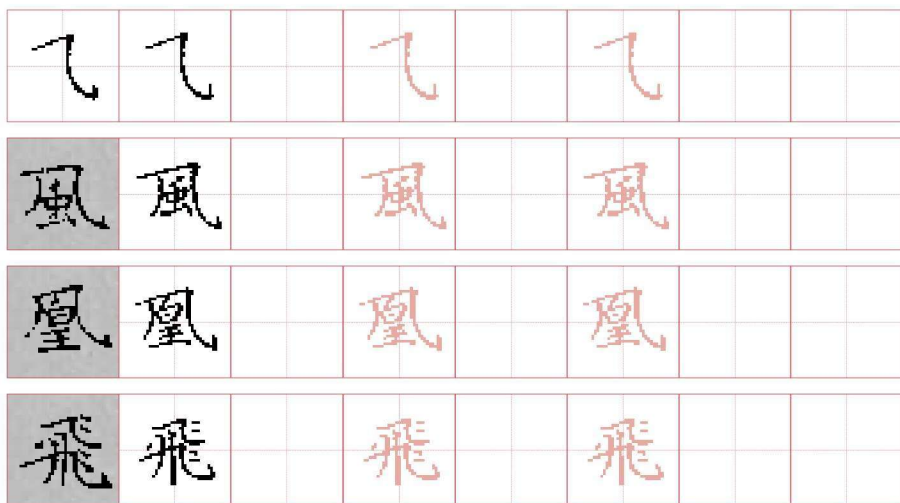
既可作两笔书写，也可以作一笔书写。撇的角度较垂直。

撇点



横画略向上倾斜，转折的地方有一部分比较直，钩画向上。

横折钩



起笔稍顿，中段加速，提画向右弹出变尖。

竖提

