

历代名家书法经典字谱

第二辑

张猛龙碑



李放鸣 龙文井 编

黑龙江美术出版社

历代名家书法经典字谱(2)

张猛龙碑

李放鸣 龙文井 编

黑龙江美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

张猛龙碑/李放鸣,龙文井主编. —哈尔滨:

黑龙江美术出版社,2007.8

(历代名家书法经典字谱. 第2辑; 4)

ISBN 978 - 7 - 5318 - 1938 - 7

I. 张… II. ①李…②龙… III. 楷书—碑帖—中国—北魏(439~534)

IV. J292.23

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 127141 号

策 划:龙 美

封面设计:钟 波

书 名 / 历代名家书法经典字谱(2)

——张猛龙碑

作 者 / 李放鸣 龙文井

出 版 / 黑龙江美术出版社

地 址 / 哈尔滨市道里区安定街 225 号

邮政编码 / 150016

经 销 / 全国新华书店

责任编辑 / 于洪颖 杨玉华

发行电话 / (0451)84270514 84270525

网 址 / www.hljmss.com

印 刷 / 四川省南方印务有限公司

开 本 / 889 × 1194 1/16

印 张 / 36

字 数 / 72 千

版 次 / 2008 年 1 月第 1 版

印 次 / 2008 年 1 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5318 - 1938 - 7

定 价 / 72.00 元(全六册)

本书如出现印装质量问题,请与印刷厂联系调换。

厂址:四川省彭山县彭祖大道南段开发区

电话:(0833)7640793

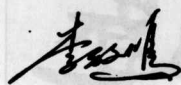
序

书法是中华民族传统文化艺术宝库中一朵绚丽的奇葩,它有着三千余年的悠久历史和优良传统。鲁迅先生曾讲:“视文字为美观是华夏之独特”,而今这门独特的艺术已不仅为国人所喜爱,而且远播重洋,驰誉国外,在世界艺术之林中独领风骚,放射出奇异夺目的光彩。

为承传历代书家智慧精华,弘扬中华民族传统文化,我们特选编了这套《历代名家书法经典字谱》。该系列丛书采取全新的版式,全面的剖析,全方位多视角地展示历代书法名家传承至今的经典字帖。自《历代名家书法经典字谱》第一辑(共五分册)出版面市以来,深受广大书法爱好者的喜爱,纷纷来电要求尽快出版第二辑。为了满足广大书法爱好者的需求,我们仍按照第一辑的版式和体系进行编排,出版第二辑(共六分册)。其中每个分册选一位书法家的代表作,分人物简介、书法特点、用笔技巧、基本笔画、偏旁部首、结构布势、集字临创、原帖再现等章节进行介绍,每个字均有运笔图解和技法精解,可谓图文并茂,详略得宜,深入浅出,循序渐进,具有较强的理论性和可操作性,既适用于初学者自修,也适合用于书法培训的教材。

一本好的字帖仅为你提供了一个学习书法的范本,再教你一个好的方法,你方能如鱼得水,事半功倍。我这里送你一把开启书法之门的钥匙,这就是“勤学苦练”。所谓“天道酬勤,艺道无极”,书法是手脑心的活动,讲究“心手双畅”,所以应在学习技法的基础上去练字。有不少初学者,一味强调“苦练”,拿到一本字帖,不求甚解,一阵狂抄,直到无功而返,进而失去练字的乐趣。而善学习者,更注重“勤学”,即见一本好帖,往往不先动笔,而是把玩品味,仔细研究,心思神摹,领会其挥毫和用意之处。宋代书家黄山谷说:“古人学书不尽临摹,张古人书于壁间,观之入神,则下笔随人意。”此过程为“读帖”。当你对所读的帖心领神会以后,方可进入“苦练”,即临摹字帖。最好的摹帖手段是用一张薄纸蒙在帖上将范字沿边缘双钩出来,然后“填廓”(即用墨填于钩线之中),这样不仅有助于我们掌握笔法的结构,而且可以加强视觉记忆,在心中储存原帖的优美造型。摹帖有所感悟以后,你会产生一种书写的渴求,这时你再在有方格的宣纸上临写,先对临(即面对字帖,将它的用笔、点画、笔势、意趣、结构形态等分析一番,以目导心,以心运手,奋笔直书,追取帖上的效果。),然后背临(即将字帖中的笔意结构默记于心,背帖而书),这样循环往复,你会在不知不觉中提高写字水平,品尝到书法的乐趣。

“涉浅水者得鱼虾,涉深水者见蛟龙”,在书法漫无边际的大海,你顽强的毅力,艰苦的探索必然换来丰硕的成果。



2007年11月

目录

contents

张猛龙碑



见	有
善	过
则	则
迁	改

毛笔书法的姿势与执笔方法

1、写字姿势1

2、执笔方法1

《张猛龙碑》书法特点2

《张猛龙碑》书写要诀

1、用笔原则3

2、基本笔法5

3、基本笔画10

4、偏旁部首23

5、结构布势51

《张猛龙碑》集字临创65

《张猛龙碑》原帖再现73

毛笔书法的姿势与执笔方法

1、正确的写字姿势

正确的写字姿势对学习书法非常重要。什么是正确姿势呢？概括地讲，坐着写要头正（头端正，不倾斜，不低伏在桌面上）、臂开（右手执笔，左手按纸，两臂自然分开成对称姿势）、身直（腰背正直，微微前倾，两肩齐平，胸离桌沿约一拳距离）、足安（两脚自然分开，平稳踏地）。如果用毛笔写大字就需要站着书写。这时注意两脚自然分开，一腿稍向前跨，身子微倾，左手按纸，右手悬笔，以便调动全身之力。（见图）



（毛笔书写站立图）



（毛笔书写坐姿图）

2、正确的执笔方法

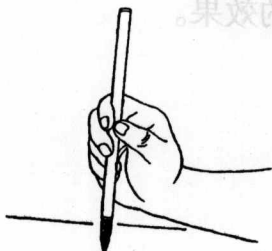
执笔是笔法的基础。毛笔正确执笔方法是“五指执笔法”：擗（即用大拇指上节按住笔杆，拇指关节要微突）、押（即食指上节压住笔杆和大拇指配合夹住笔杆）、钩（用中指上节钩住笔杆前方）、格（用无名指由内向外顶住中指钩来的力量，以稳住笔杆）、抵（用小指紧贴无名指，给无名指以辅助力量）。（见图）



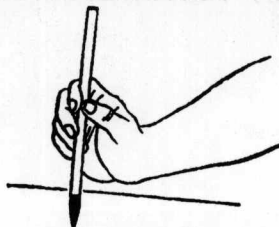
（毛笔五指执笔图）



（毛笔枕腕图）



（毛笔悬腕图）



（毛笔悬肘图）

《张猛龙碑》书法特点

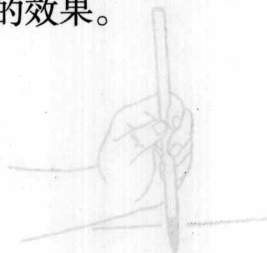
《张猛龙碑》，北魏正光三年（公元522年）刻立。连额高280厘米，宽123厘米。碑的正面书法险峻，变化多姿，全文二十六行，满行四十六字；碑的背面十二行，镌刻立碑官吏的姓名，书近行楷，流宕天真。碑额题有“魏鲁郡太守张府君清颂之碑”，阴文正书方笔十二大字，分作三行，刻工非常精细。

《张猛龙碑》用笔以方笔为主，偶尔辅以圆笔，沉着痛快，如断金切玉，藏锋起笔和转折处干净利落。中锋运笔涩进，不因瘦劲而力怯，收笔回笔较舒缓，笔画苍劲古厚，笔力峻绝。凡魏碑结体大多取横势，体呈扁方，而此碑却以纵取势，气势巍然，富于变化。同样的点画，其形状完全不同，同样的字，结构也各异。其特点是中宫紧收，四围舒展，左纵右放，上紧下宽，字随其形。笔势大都向上偏斜，左低右高，劲健取势，竖势偏右，戈戟森严，撇捺险峻飘逸。体态纵出，笔画粗细长短各尽其态，巧妙多变，倚正俯仰潇洒生情，使易于拘板的正书在动态中充满活力，给人以自由奔放，淋漓豪爽之感。

《张猛龙碑》其结构与点画变化十分丰富，学习中有一定难度。我们在学习之前，首先，应认真读帖，领会此碑的特征后选取一部分在运笔上、造型上有代表性的，共性因素比较突出的字，多摹多临，以熟悉此碑的用笔、风格和要领。其次是抓住一些精彩的，构造有特色的字，多揣摩，多比较，循序渐进，认真练习，先得其形，而后再追其神韵，就会收到事半功倍的效果。

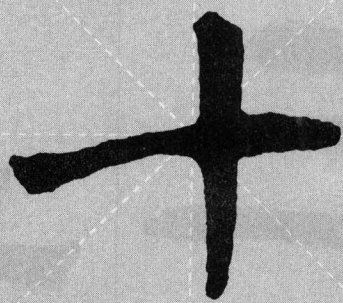
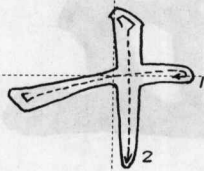


（图例：执笔）

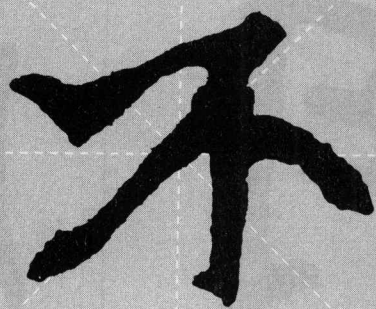
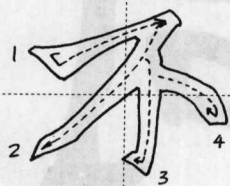


（图例：执笔）

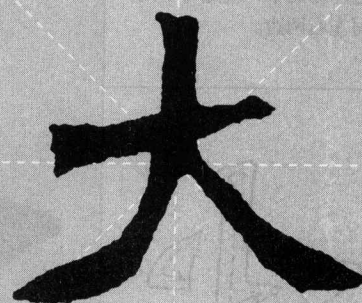
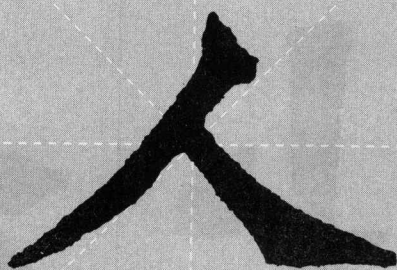
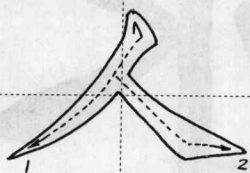
先横后竖:有横有竖的字应先写横后写竖。



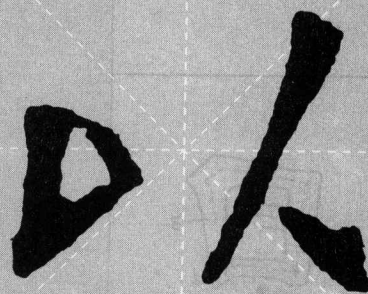
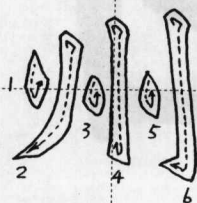
先横后撇:有横有撇的字应先写横后写撇。



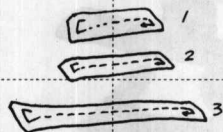
先撇后捺:有撇有捺的字应先写撇后写捺。



从左到右:有两条及两条以上竖画或两个及两个以上偏旁部首的,应先写左边后写右边。



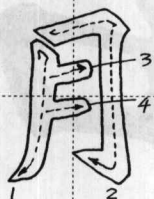
从上到下:有两条及两条以上横画或两个及两个以上偏旁部首的字,应先写上面,后写下面。



三

盖

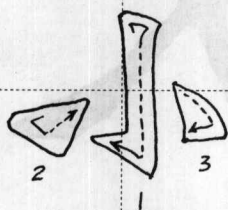
先外后内:带有框廓的字,应先写框廓,后写框内。



月

周

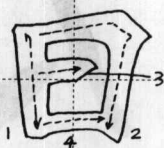
先中间后两边:左中右三部分且对称的字,应先写中间,后写左右两边。



小

永

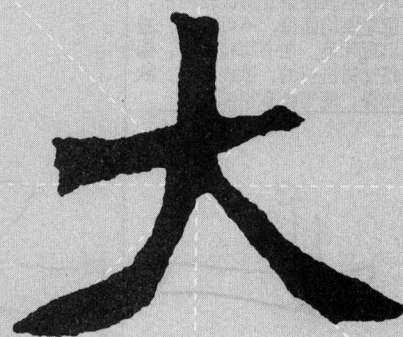
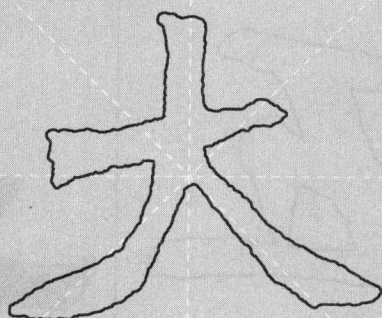
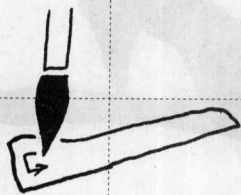
先进门再封口:全包围的字,先写框廓后写里面,最后封口。



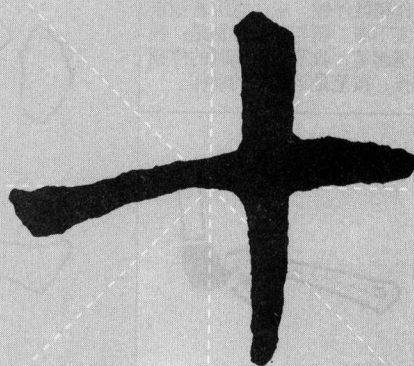
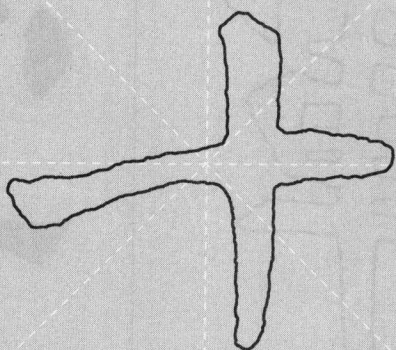
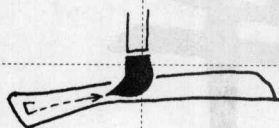
日

日

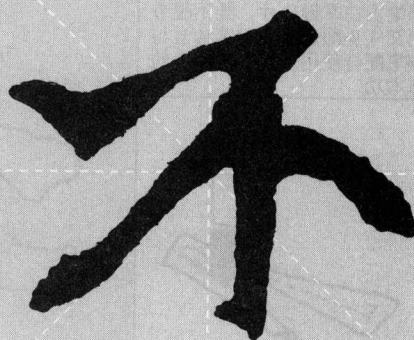
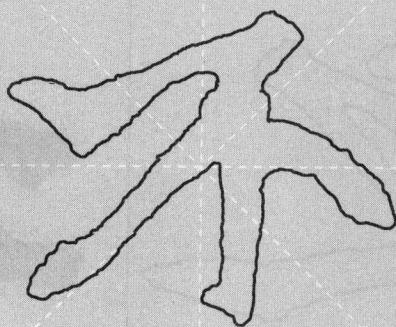
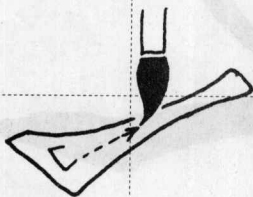
起笔:指笔画开始时笔落纸上的动作。其技巧是:写横画时竖着下笔,写竖画时横着下笔。魏碑起笔多为逆入,使横中有竖意,竖中有横意。



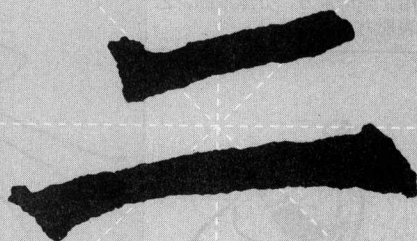
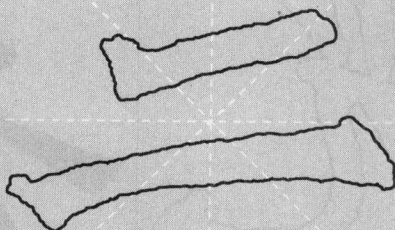
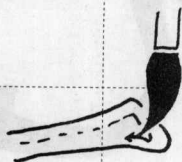
行笔:指笔锋在纸上运行、交换、起落、不断提按的动作。逆入、涩行、紧收是行笔要法。行笔不对,最易出现“蜂腰”、“竹节”等毛病。



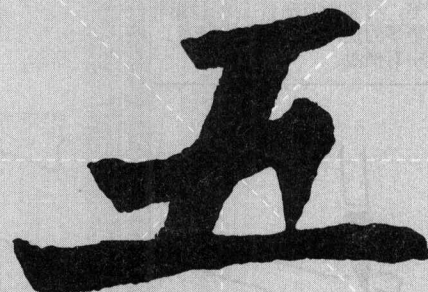
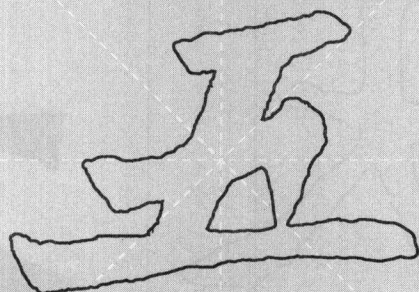
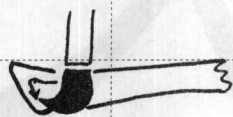
提笔:即提笔离纸或笔略微提起而不离纸面的运行方法。笔画之间连贯萦带处或出锋多用提笔。注意高低轻重的控制,务使锋势完备,避免飘虚不实之病。



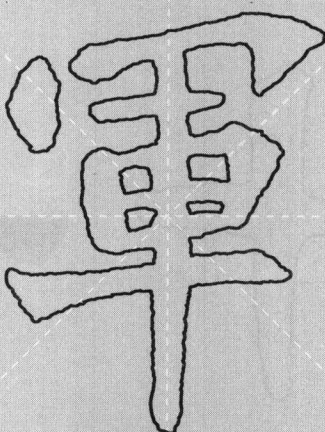
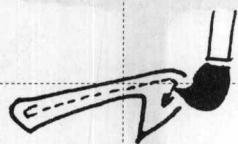
收笔:指笔画的收结。不同的笔画,收笔的处理方法也各有差异。有的需要回锋收笔,有的需要出锋收笔,要注意含蓄有力,避免虎头蛇尾,虚弱飘浮。



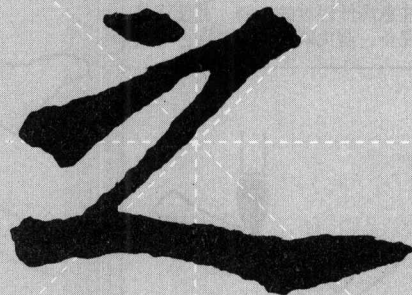
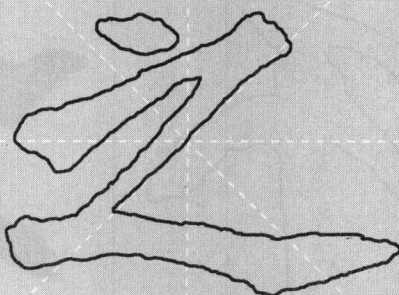
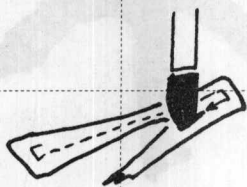
按笔：即行笔时笔锋下按，使写出的点画线条变得比较粗重。注意笔要均而稳，不可太重，避免出现死笔。在书写技巧中，提按是交错进行的，欲提必按，欲按必提，使笔画有粗细变化。



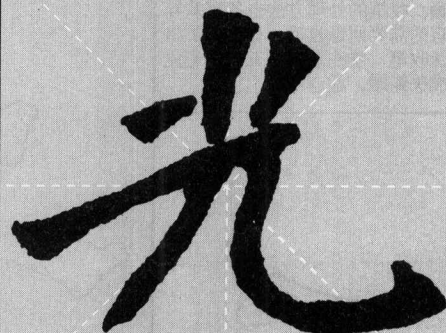
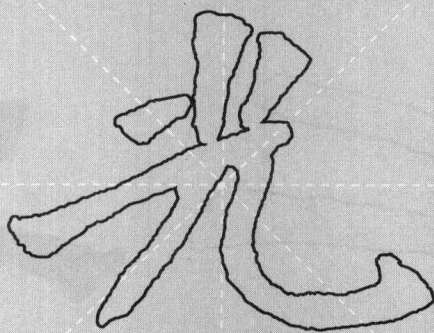
顿笔：即力量倾注于毫端，重按并作稍微停顿。应注意沉着稳重，厚实不滞。顿与按的区别是：顿笔是起笔、收笔、折笔时的停顿动作，按笔是运行中的动作。



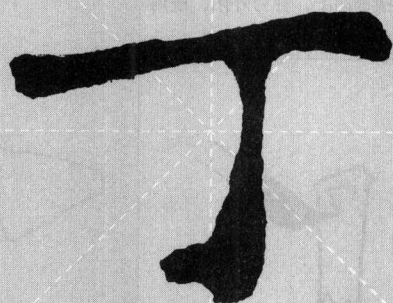
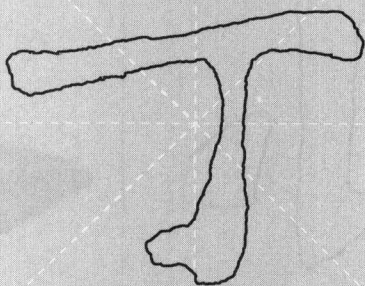
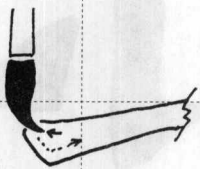
挫笔：指笔重按作顿后略微提起，使笔锋转动而离开顿处。挫笔贵在掌握分寸，既不脱节而又气势酣足。此种笔法常与顿笔配合使用，是书法用笔的基本功。



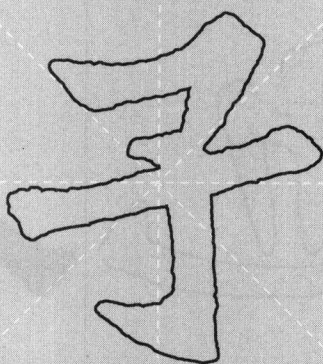
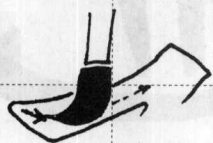
圆笔：是以圆形、弧形或曲线所组成的笔画。笔锋中含，点画圆润，不露骨节。书法用笔多方圆兼用，圆里带方，方里带圆，艺术表现力才丰富。



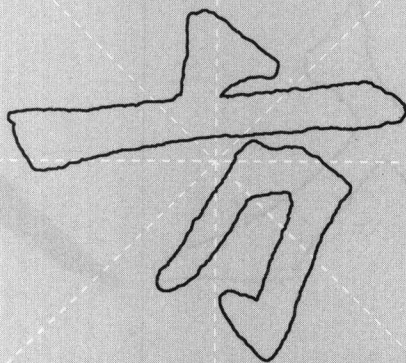
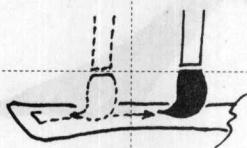
逆锋：落笔或收笔时，锋芒内敛，采取与笔画方向相反的笔路逆向运行。



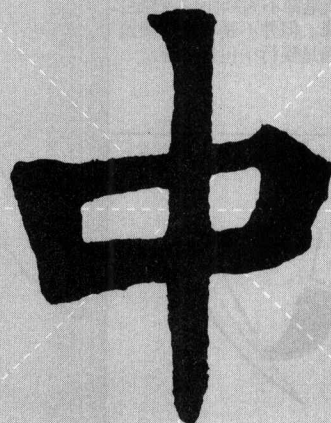
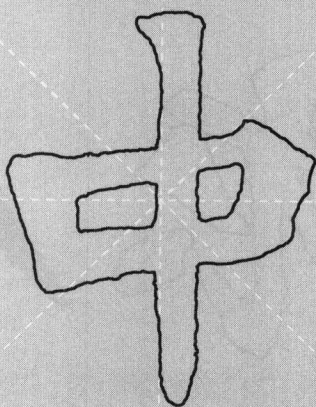
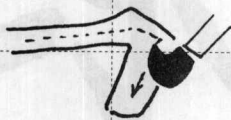
顺锋：依照笔画运行的方向，顺笔而起，伸展作收，使笔锋外露，精神腾跃，所以又称“露锋”。



中锋：笔毫落纸铺开运行时，其笔尖保持在笔画的正中间，所以又叫“正锋”。中锋用笔是书法最基本的用笔方法，被历代书法家奉为用笔准则。



折锋：分“虚折”和“实折”。虚折，即横、竖、撇等笔画起笔（或收笔）时用折锋写出的方笔画。实折，即笔画转折处笔锋翻转切下写成的方折。



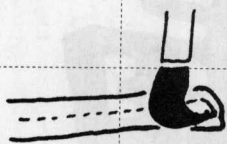
转锋：裹起笔锋入笔，不重按，转一下笔锋即行笔，转角不折不顿，速度和力量较均匀，写出圆浑飘逸而不带棱角的笔画。



洗

洗

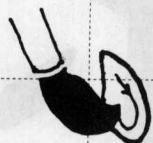
回锋：即笔画行至末端后将笔锋回收。毛笔魏碑中许多收笔都要有回锋收笔的动作，使笔画不至于锋芒外露。



其

其

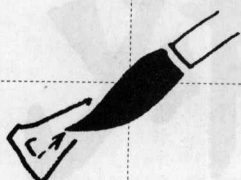
藏锋：起笔或收笔时锋芒内敛，楷书常用此法。技巧是起笔时逆锋而起，收笔时回锋内藏，使笔画含蓄劲健。



淨

淨

出锋：即笔画行到末端时将笔锋顺势送出。注意力至笔端，不可飘出，否则造成“鼠尾”。回锋出锋是书法中常用的两种收笔技巧。



除

除

右点: 逆锋起笔, 右下重按即收, 呈下俯之势。



依

寧

左点: 凌空取势, 向左下落笔, 顿笔即收, 注意与右点的行笔方向和角度相比较。



雪

當

仰点: 逆锋起笔往右下顿笔, 翻笔上挑与下笔相呼应。呈上仰之势。



小

未

撇点: 逆锋入笔重顿稍向右转笔后迅速向左下方撇出, 撇短有力。



光

裁

露尾点: 逆锋起笔, 向左下稍顿笔后再转笔向右下出锋。



勾

遊

横点: 逆锋起笔微顿, 向右平行提笔出锋, 注意与右尖横的区别。



芳

衿

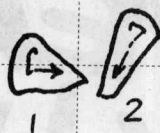
捺点: 露锋入笔, 向右下重按即收。注意与短捺的区别。



恩

飲

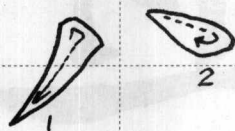
相向点: 由右点和撇点组成, 左低右略高, 上开下合, 两点呈相向之势。



羞

儀

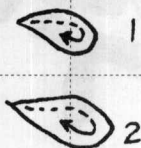
相背点: 由撇点和右点组成, 上合下开, 左低右高呈左右相背之势。



父

其

上下点: 露锋(或逆锋)入笔, 重按即收。两点写法相同, 上下对齐, 大小各异。



於

纂

横三点: 由左点和右点组成, 注意三点呈左低右高排列。



絹

終

竖三点: 由右点和仰点组成。三点形态各异, 呈左开右合之势。



清

源

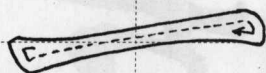
横四点:由左点和右点组成。左右点方向相反,大小形态各异。



魚

無

长横:逆锋起笔,向右行笔,末端回锋收笔,中间稍细,形长。



丁

上

短横:写法与长横相同,形短。



春

請

右尖横:逆锋起笔,向右行笔,笔力由重至轻,末端出锋,形短。



露

震