

北魏《张猛龙碑》

历代名家楷法临习教程

吴慧平
编著



安徽美术出版社

北魏《张猛龙碑》

历代名家楷法临习教程

● 吴慧平 编著



安徽美术出版社

北魏张猛龙碑

图书在版编目(CIP)数据

北魏《张猛龙碑》/ 吴慧平编著. —合肥: 安徽美术出版社, 2004.12
历代名家楷书临习教程
ISBN 7-5398-1329-6

I. 北... II. 吴... III. 楷书 - 书法 - 教材
IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 108448 号

历代名家楷书临习教程 吴慧平 编著
——北魏《张猛龙碑》

安徽美术出版社出版
(合肥市金寨路 381 号 邮编: 230063)
安徽美术出版社网址: <http://www.ahmschs.com>
全国新华书店经销
合肥义兴印刷厂印刷
开本: 787 × 1092 1/8 印张: 5
2004 年 12 月第 1 版 2004 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-5398-1329-6 定价: 15.00 元
如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系

《张猛龙碑》（局部）

南陽白水人也其
氏族不與源流所
出故曰備世錄
宣
玄万壑之
岷巖
千峯之上
平葉清
高煥平扁牘矣周
仲詩

不復具載
人詠其孝友光緡
之始德星
皇
中興是賴晉
曜
大失張先春秋嘉
其聲績漢初趙景
像於朱鳥之間
淵

前言

《历代名家楷书临习教程》是特地为热爱楷书的书法爱好者策划编辑的。

楷书是以静态为主的书体,其笔画、偏旁部首、结构等都有一定的规范,也有较为固定的规律可循。所以,很多书法爱好者都将楷书作为书法入门的书体,许多老师教学生学习书法也将楷书作为首选。历代写楷书的人很多,留下来的楷书遗迹也很多,风格差异也很大,后人学习可供选择的余地也很大。但是,在书法史上产生深远影响的名帖仍是我们极佳范本。基于这种考虑,这套《历代名家楷书临习教程》选择了北魏《张猛龙碑》和《张黑女墓志》,唐代欧阳询的《九成宫醴泉铭》、褚遂良的《雁塔圣教序》、颜真卿的《多宝塔碑》和《颜勤礼碑》、柳公权的《玄秘塔碑》,元代赵孟頫的《妙严寺记》八本。

这套教程以技法为主,内容涉及楷书的点画、偏旁部首、结构和章法。其特点一是加强编辑含量。从选题的开发和论证、提纲的编写、作者的选择、字帖版本的选择、封面和版式的设计等,编辑都全程参与,并积极征询专家的建议,力图以好的质量面向读者。二是提高编写质量。这套教程重在使基本技法全面化、微观化、具体化和可操作性强,所选例字针对性强,所附解释的文字要言不繁,切中题义。

下面对这八部字帖的主要特征作一简要的介绍。

《张猛龙碑》是魏体书法高度成熟的作品。此碑纯用方笔,笔画精到;结构紧密,奇正相生。启功先生谈到此碑对学习者的作用时曾说它是:“一剂强心健骨方。”

《张黑女墓志》又称《张玄墓志》,是魏体书法的代表作品。其书风浑厚古雅,风流跌宕,并融入较多的隶书笔意。欧阳中石先生谈到此帖的临习技巧时说:“如用大笔少墨,从容斟酌,轻轻点画,便极易得其面目。”

《九成宫醴泉铭》是欧阳询的代表作品。此碑瘦硬遒劲,结构谨严。学习此碑不应太过循规蹈矩,应该在森严的法度中参悟其粗细参差的变化和活脱。

《雁塔圣教序》是褚遂良的代表作品。此碑风格典雅娟秀。其笔画瘦劲舒展,细而有力;其结构开阔,似有汉隶遗韵。临习此碑应体会其用笔的轻灵精到和提按顿挫的巧妙,还要注意以柔克刚、细而不弱。

《多宝塔碑》是颜真卿早期的代表作品,为后人初学书法的极佳范本。但是,此碑并没有形成颜真卿宽博雄浑的风格特点。此碑用笔笔笔藏锋、笔笔回锋,结构疏密匀称,风格严谨庄重。临习此碑应注意用笔的提按转折、结构的内紧外松和上紧下松。

《颜勤礼碑》是颜真卿晚年的代表作品。此碑用笔劲健,结体峻拔,风格高古苍劲,端庄雄伟。临习时应注意其用笔的方圆并施和结构内松外紧、上松下紧的特点。

《玄秘塔碑》是柳公权的代表作品。此碑用笔清劲锐利,干净利落;结体中宫收紧,端正紧密。临习此碑应注意其用笔的方圆兼施,方起圆结,勿使其筋骨暴露。

《妙严寺记》是赵孟頫的代表作品。此帖用笔精到,结构严谨,多有行书笔意。临习此帖应注意其用笔的轻松灵活,起笔、收笔不要太循规蹈矩。

目 录

一、《张猛龙碑》基本笔画及其变化、组合的写法	1
二、《张猛龙碑》常见偏旁部首的特征和写法	9
三、《张猛龙碑》结构的基本写法	19
四、《张猛龙碑》的章法特点及集字创作示范	27
(一)《张猛龙碑》的章法特点	27
(二)《张猛龙碑》集字创作示范	28

一、《张猛龙碑》基本笔画及其变化、组合的写法

 方点逆锋起笔,向 右下或左下作顿,写 出方折后翻转笔锋行笔,然后 或提或按,至末尾回锋收笔。	 圆点逆锋起笔后, 顺势向右下角行笔, 先按后提,至末尾圆转回锋 收笔。	 尖锋点顺锋起笔 后,渐行渐按,至末尾回锋收 笔。尖锋点前轻后重。	 长点承上一笔画 顺锋起笔后,渐行渐 按,轨迹较长,至末尾 回锋收笔。有时方收,如“吹” 字;有时圆收,如“艰”字。
小	之	守	不
之	衣	初	吹
方	衿	祠	英
刊	旌	凉	除
深	禮	渊	艰



出锋点逆锋起笔
后向左下角轻按，或
圆或方，然后渐行渐提，直至
出锋。



撇点承上一笔
画顺锋起笔后向左
下角行笔，渐行渐按，至末尾
处轻顿，翻转笔锋向左上出
锋写出棱角。



捺点承上一笔
画顺锋起笔后向右
下角行笔，渐行渐按，至末尾
处轻顿，翻转笔锋向右出锋
写出捺脚。



短横逆锋
起笔并向右
下轻顿，写出棱角后翻转
笔锋向右行笔，至末尾处
顿笔方切，再回锋收笔。

帝

未

具

王

高

高

志

思

西

羗

无

急

於

于

仁

寧

宁

黄

黄

祖

皇

寧

宁

情

興

帝



右尖横起笔同短横，行笔先按后提，直至出锋。右尖横左重右轻。



露锋起笔，渐行渐按，至末尾处圆转回锋收笔，如“每”字；或方切回锋收笔，如“倾”字。



长横逆锋起笔并向右下轻顿，写出棱角后翻转笔锋向右行笔，行笔轨迹较长，中间略提笔，至末尾处顿笔方切，再回锋收笔。



弧横写法同长横，只是写出弧度，使笔画具有弹性。一般地，弧度往往朝上，如“再”字；但有时弧度也可能朝下，如“晋”字。

玉

每

二

耳

有

無

无

丁

再

再

知

改

改

三

無

无

地

地

復

复

五

是

簡

简

傾

倾

青

晉

晋



斜横
写法同长
横，只是
写得左低右高，给人以欹侧
峻拔之感。但一般地，斜横在
整篇作品中不能多用，以免
形成习气。



短竖逆锋起笔后
向右下轻顿并写出
棱角，翻转笔锋向下
行笔，至末尾处回锋
收笔。短竖写得短而
挺拔。



垂露竖起笔同短
竖，但有时也承上一
笔画顺锋起笔，行笔
至中间有时会略提
笔，收笔时或方切或
圆转。



悬针竖起笔同短
竖，但有时也承上一笔
画顺锋起笔，行笔至中
间有时会略提笔，至末
尾处轻顿后渐行渐提，
直至出锋。

光

上

位

千

武

山

使

使

中

好

在

祖

奉

長

长

此

此

跨

跨

神

神

發

发

世

世

愷

愷

群



短撇逆锋起笔后
向右下轻顿，并写出
棱角，然后翻转笔锋向左下
行笔，边行边提，直至出锋。
短撇果断劲利。



斜撇逆
锋起笔后向
右下轻顿，并
写出棱角，然
后翻转笔锋向左下行
笔，至末尾处轻按，然后渐
行出锋。斜撇比较舒缓。



竖撇逆锋起笔
后向右下轻顿，并
写出棱角，然后翻
转笔锋向下行笔，
至末尾处轻按，然
后转锋向左，渐行
出锋。



斜捺承上一
笔画露锋起笔，
然后向右下行笔，
渐行渐按，至末尾处顿笔，并
转锋向右，渐行出锋。有时捺
脚方劲，有时捺脚圆浑。

白

人

大

木

父

力

天

冬

沂

今

今

風

风

承

承

無

无

庶

庶

更

俞

俞

科

食

使

使

葵

葵



卧捺承上一笔画逆锋起笔，然后向右行笔，渐行渐按，至末尾处顿笔，并转锋向右上，渐行出锋。有时捺脚方劲，有时捺脚圆浑。



竖钩按竖的写法写完前半部分，再顿笔并转锋铺毫，提笔向左出锋，写出钩画。竖钩较为饱满。



横钩承上一笔画露锋起笔，然后向右行笔写横，再提笔向上，并向右下方切作顿，转锋向左下出锋，短促而锐利。



卧钩承上一笔画露锋起笔，然后向右下行笔，渐行渐按，并写出向下的弧度，至末尾处顿笔铺毫，转笔向左上出锋写出钩画。

之

可

守

心

是

河

安

思

道

州

沉

惠

迟

迟

刺

露

露

德

德

遐

遐

赖

赖

褰

慈

慈



戈钩逆锋起笔后向右下轻顿，并写出棱角，然后翻转笔锋向右下行笔，并写出弧度，至末尾处轻按铺毫，转笔向右上出锋。斜钩弧度应适度。



竖弯钩逆锋起笔后向右下轻顿，并写出棱角，然后翻转笔锋向下行笔，再转笔向右写横，至末尾处轻按，然后渐行向上出锋。



挑承上一笔画方切起笔，写出棱角，转笔向右上行笔，渐行渐提，直至出锋。挑往往短促劲利。



方折在写完前一笔画后提笔方切，写出棱角，再转笔写下一个笔画。折给人以劲利果断的印象，具有阳刚之美。

氏

氏

也

以

中

氏

氏

光

沮

西

武

死

我

出

我

美

淨

淨

比

盛

龍

龍

清

烟

烟

点的组合 两点或两个以上的点在一起书写时应特别注意其大小、轻重、走向、藏露等的变化，以避免雷同。如“无”的四点既有轻重的不同，也有向背的变化。

横的组合 横的组合又称为连横，连横应注意平行等距。连横还应特别注意横画长短的变化，使其中的一个横写得很长，以区别于其他横画。连横还应粗细、藏露等的变化。

竖的组合 两竖或两个以上竖画在一起书写应注意平行等距，如有向背也应在这个原则下进行。竖的组合还应注意其长短、粗细、藏露等的变化。

撇的组合 两撇或两个以上撇画在一起书写应注意平行等距，下一个撇画的起笔有时应在上一个撇画的中间，如双人旁就是。撇的组合还应注意其长短、粗细、藏露等的变化。

泣

業

业

世

勿

珠

華

华

州

使

無

无

辞

辞

持

愛

爱

愧

愧

聖

圣

坤

坤

教

教

霞

霞

盡

尽

紫

紫

微

微

二、《张猛龙碑》常见偏旁部首的特征和写法

勹 撇画写得很粗壮，多方切起笔，出锋饱满；竖则为垂露竖，起笔位置在撇画的中间。单人旁有时向右略呈环抱之势，如“优”字。	冫 第三点写得很重，方劲有力，并向上与右边部首相迎；前两点起笔或露锋，或方切，各有特点。	礻 其笔顺与简化字中的示字旁不同。上点与竖画在一条直线上，以求得稳定；撇画较长，而捺画缩写为一点。	彳 两撇画短促有力，写得很果敢，并且平行安排。下撇的起笔在上撇的中间位置；竖为垂露竖，或短或长，视结构需要而定。
備 备	沉	初 初	使 使
位	泣	祠 祠	德 德
偷	浮	神 神	從 从
仁	淵 渊	祖 祖	像 像
優 优	漢 汉	禮 礼	微 微

扌 竖钩劲挺，与右边呈向背之势，较为生动；横画较短，提画从左上迎上。提手旁右边几无笔画延伸，便于安排其他部首。

忄 竖为悬针竖，末尾处较饱满，并有应有的弧度；两点的方向朝外，呈相背之势。竖心旁的右点往往安排在右边部首的空白处。

扌 竖钩劲挺，与右边呈相背之势，较为生动；撇画左伸，尽量向外拓展；捺画简写成点画，所占空间很少。

女 横画变化写成了提画，目的是有迎右之势，并让出空间便于安排右边的部首；撇折紧缩，也是为了让右。

持

恃

松

如

校

校

情

林

奸

挨

挨

愧

愧

栖

栖

始

扱

扱

愷

愷

桂

桂

妙

楊

楊

懷

懷

棉

姪

姪

禾

竖钩较直,给人以
劲挺之感;短撇劲利,
长撇舒缓,形成对比;横画右
扬,左重右轻,有迎右之势。

言

上横长,下两横
较短,形成对比;口字
扁小,上天下小,与上点对
齐,使之稳定。整个言字旁有
迎右之势。

糸

第一点多简省,后
三点向下呈放射状,上
小下大;上面绞丝相叠,笔画
两两平行。整个绞丝纵长,并
有迎右之势。

月

写得较窄,竖钩与
右旁相背,形成呼应;
“朋”字的左月处理特殊,为
斜向,很有趣味。

扌

后一横画变化写
成短提,使之有迎右
之势。

秋

秋

詠

詠

終

終

朋

移

移

詩

詩

絹

絹

脫

脫

秒

秒

課

課

績

績

昧

昧

科

科

護

護

維

維

璋

璋

積

積

讓

讓

織

織

瓊

瓊