

楷

書

基礎

入

門

盧中南
編著

書法技法叢書

地玄黃 宇宙洪荒 日月盈昃
寒來暑往 秋收冬藏 閏餘成
陽雲騰致雨 露結為霜 金生
崑崗 劔彌巨闕 珠稱夜光 果

國際文化出版公司

盧中南 編著

書法技法

楷書基礎入門

(京) 新登字 173 号

图书在版编目 (CIP) 数据

楷书基础入门 / 卢中南书. — 北京: 国际文化出版公司, 1994
(书法技法丛书)

ISBN 7-80105-217-X

I. 楷… II. 卢… III. 楷书—法书—中国—当代 IV. J292.33

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (94) 第 15817 号

楷书基础入门

卢中南 编著

国际文化出版公司 出版发行

新华书店经销

美通印刷厂印刷

787 × 1092 毫米 16 开本 5 印张

1994 年 9 月第一版 1996 年 5 月第二次印刷

ISBN 7-80105-217-X/J·25

定价: 7.50 元 全套 75.00 元

前言

為繼承和弘揚祖國的傳統文化藝術，提高書法教學的質量，並針對市場上書法類書籍良莠混雜，缺少全面統一的規範，不能給廣大初學者以正確引導的弊病，我們特聘請書法名家，由書法專業編輯、教育工作者，編寫了這套《書法技法入門叢書》。

叢書全面包容了書法技法基礎訓練的應學科目，分為《楷書》、《行書》、《隸書》、《小篆》、《篆刻》、《魏碑》、《簡牘》、《草書》、《大篆》、《章法》十冊，全部統一編寫。由於編、著者皆為書法專業人員，從而避免了以往同類書籍編寫脫節給初學者帶來的不便。他們都是具有多年書法教學經驗，活躍於當今書壇，在藝術上卓有成就的書法名家，可以給初學者以最為科學、正確的引導。

在編寫中，我們以統一的思想、格式構築全套叢書的框架，使初學者便于在學習中相互對照、借鑒。叢書以形象感受為主，力求盡可能多的提供經科學編排歸納出的例子，避免出現冗長晦澀的理論文章，而代之以簡明扼要的提示。在章節的設置上，不僅詳細闡明每種書體的筆畫、結構規律，更將主要篇幅側重於偏旁部首的訓練中，以給初學者提供一條書法入門的捷徑。範帖部分則一改書寫古代詩文的慣例，而改為與書法直接相關的書論文章，除習字之外，使文章本身更具可讀性。

在叢書的編寫過程中，我們得到了各界的大力支持與幫助。全體作者共同參與構思、創作，提供了大量寶貴的意見，並以最快的速度完成了每分冊的書稿，歐陽中石先生為叢書題寫了書名，我們謹在此致以誠摯的謝意。在編寫工作中，由於水平所限，亦難免出現疏漏、差錯與不盡人意之處，誠請各界同道予以批評、斧正。

作者簡介

盧中南，一九五〇年生，畢業于北京師範學院中國書法藝術專業。現為中國書法家協會會員，中國人民革命軍事博物館副研究員。

擅長楷書，兼習歷代碑帖刻石，于諸體皆有所成，尤于歐陽詢《九成宮醴泉銘》精研最深，收益良多，從而形成了其正統嚴謹的書法風格。他的楷書，傳統功力深厚，既不失唐碑的森嚴，更融入魏碑的險絕；筆畫凝煉，結構規正，又平中見奇，奇中寓法。其北碑書法亦稱佳妙。

作品曾入選『第五屆全國書法展』，曾獲『首屆中央電視臺全國書法大賽』一等獎。出版有《歐陽詢楷書全集臨本》、《小楷唐詩三百首》、《中國成語三百句楷書字帖》、《楷行書巧對妙聯三百例》、《歷代名篇書法叢書》等十數種書法字帖、教材。

目錄

第一章	楷書概論	一
第二章	楷書的筆法	二
第三章	楷書的結構	二
第四章	楷書的偏旁部首書寫規範與變化	二
第五章	楷書範帖	二
附	楷書的基本筆法	五

第一章 楷書概論

(一) 楷書簡述

① 楷書的名稱

楷書是漢字的一種書體，就是現在通行的漢字手寫正體字。「楷」，意為「法式」、「模範」。因為楷書規矩工整，取其可作楷則之意，也叫「正書」、「正楷」、「真書」。

② 楷書的衍變

楷書是由漢代隸書演變而來的，其母體是章草。它始於漢末，在兩晉、十六國時期（公元265—420年），篆、隸、草和楷書已經齊備，到了南北朝（公元420—589年），由於碑刻、造像、墓志銘的大量出現，楷書形成了風格各异的「魏碑體」，經過隋代的發展，在唐代，楷書的定形得以完成，並取得了突出的成就，確立了楷書在中國書法史上不可超越的地位。五代、宋以後，楷書在基本的方面沒有多大的變化，一直沿用至今。楷書包括魏碑和唐楷以及以它們為法度模式的印刷體、新魏體等。

(二) 楷書的特點和學習步驟

楷書的筆畫標準規範，結構工整規矩，法度嚴謹，從掌握一般的寫字技法和規律，把字寫正確、勻稱、整潔的教學要求看，適合於中小學生學習寫字和學書者初學書法、入門之用。

楷書既是漢字從甲骨文、篆書、隸書演變發展的必然結果，又是行書、草書（今草）的本體；與篆、隸、行、草書相比，楷書的筆畫形態變化豐富，從提高書法藝術欣賞水平和創作能力看，楷書上溯其源，下求其流，更適于作為學習書法的基礎。

因此，學書從楷書起步，有很大的益處。只有打好書法的根底，才能最後攀登書法藝術高峰。

(三) 楷書的分類

楷書有大楷、中楷、小楷之分。如果以一寸見方的楷書為中楷的話（也叫「寸楷」），大于者可以叫大楷，小于者可以叫小楷。只是規格大小不同，沒有質的不同。並不象篆書中的大篆、小篆有本質的區分。

的。

學習楷書，宜先學中楷或大楷，待基本功打扎實后，再學小楷。但如果最終寫不好小楷，則終究不能說是完備

(四) 楷書著名書家及其代表作

從學習基礎考慮，提倡以唐楷為主。下面所選的各部字帖，多是唐代一些著名的大、中楷作品，比較平穩、規範，而且很有法度，適合初學楷書者學習。

唐·歐陽詢	《九成宮醴泉銘》	唐·徐浩	《不空和尚碑》
唐·虞世南	《孔子廟堂碑》	唐·顏真卿	《多寶塔碑》
唐·褚遂良	《雁塔聖教序》	唐·柳公權	《玄秘塔碑》
唐·敬客	《王居士磚塔銘》	元·趙孟頫	《膽巴碑》



歐陽詢·九成宮醴泉銘



虞世南·孔子廟堂碑

第二章 楷書的筆法

筆法，一般說是行筆的方式。學習楷書，必須先學習楷書的筆法。學會了楷書筆法，其它字體筆法之間的共同法則也就容易掌握了。

關於如何執筆、運筆、虛掌、枕腕、懸肘等方法，古人論及很多，也有繁冗之嫌；今人有些說法，也有強人所難之處。解決筆法問題的根本所在，是我們怎樣利用這支柔軟的毛筆寫出最佳效果。吸引我們注意力的不是一「筆杆垂直，對準鼻子」，也并非筆杆不握緊，就會被人從背後抽走之類的問題，而是研究怎樣通過手指、掌、腕、肘、臂的協調，把毛筆的筆毫鋪在紙面上，隨心所欲地上下起伏、提按、前後左右活動，寫出深淺長短、粗細方圓、秀麗清奇、蒼勁枯潤等各異的形態變化。

實際使用時，筆法是千變萬化的。但無論怎樣變，都是要利用毛筆的筆尖、筆腹、筆根的每個側面與紙面的接觸寫出來。同時，不僅要鋪毫，使每根筆毫都寫字，還要把筆毫收攏起來。鋪，就要按筆；收，就要提筆。一按一提的運動，是筆法最基本、最主要的矛盾。能鋪能收，并不等于就能寫好筆畫，很多初學者在剛學時，常常控制不好，不是按筆重了，就是提筆發抖，這是很正常的事，不必焦慮，只要堅持多練習，持之以恆，會迎刃而解的。*

點

六

六

太

太

玉

玉

小

小

 相向點	 相背點	 上下點	 斜長點
--	--	--	--

 首	 公	 於	 不
 美	 典	 冬	 取
 益	 黃	 寒	 飲
 無	 真	 泰	 食

丨

懸針豎

丨

垂露豎

一

短橫

一

長橫

千

千

井

井

非

非

上

上

牛

牛

州

州

佳

佳

其

其

平

平

米

米

往

往

母

母

部

部

神

神

雖

雖

甫

甫



腎撇



長撇



短撇



短豎

史

史

令

令

生

生

世

世

央

央

者

者

分

分

共

共

丹

丹

知

知

物

物

正

正

杖

杖

後

后

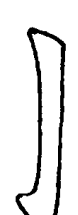
砌

砌

此

此

			
橫鈎	平掠	斜掠	平撇
宮	之	東	壬
宮	之	東	壬
承	趨	券	反
承	趨	券	反
憂	邀	政	手
憂	邀	政	手
壽	建	旋	和
壽	建	旋	和

			
戈 鉤	卧 鉤	弧 鉤	豎 鉤

氏	心	子	求
氏	心	子	求

民	必	乎	来
民	必	乎	來

代	念	豕	則
代	念	豕	則

武	想	象	珠
武	想	象	珠

橫折拋鉤

豎彎鉤

橫折鉤

橫折豎鉤

凡

凡

元

元

力

力

月

月

風

風

色

色

局

局

司

司

鳳

鳳

記

記

南

南

角

角

飛

飛

觀

觀

高

高

門

門

乚

豎折

乚

橫折

乚

橫折撇

乚

豎折折鉤

亡

亡

日

日

乂

乂

巧

巧

牙

牙

由

由

久

久

馬

馬

歐

歐

貞

貞

皮

皮

鳥

鳥

齡

齡

書

書

列

列

馬

馬

			
豎提	提	斜折	撇折
良	刁	女	玄
良	刁	女	玄
辰	坤	安	純
辰	坤	安	純
以	武	毋	叅
以	武	毋	叅
飲	勃	淒	變
飲	勃	淒	變