

LIAONING MEISHUCHUBANSHE

翰逸神飞——感受名家笔底韵律

下必有由——领悟泼墨挥毫奥秘

汉张迁碑笔法详解

历代名家笔法解析丛书

▲ 辽宁美术出版社

张迁碑卷

王毅 著

汉《张迁碑》笔法详解

汉张迁碑笔法详解

王 毅 著



辽宁美术出版社

汉《张迁碑》笔法详解

©王毅 2003

图书在版编目 (CIP) 数据

汉张迁碑笔法详解 / 王毅著. - 沈阳: 辽宁美术出版社, 2003.10
ISBN 7-5314-3091-6

I. 汉... II. 王... III. 隶书-书法-中国-汉代
IV. J292.112.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 040401 号

出版者: 辽宁美术出版社

(沈阳市和平区民族北街 29 号 邮政编码: 110001)

印刷者: 辽宁美术印刷厂

发行者: 辽宁美术出版社

开本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印张: 6.5

字数: 20,000 字

印数: 1-4000 册

出版时间: 2003 年 10 月第 1 版

印刷时间: 2003 年 10 月第 1 版

责任编辑: 虹霓 广茂

封面设计: 吉吉

版式设计: 广茂

责任校对: 劳神

定 价: 15.00 元

邮购电话: 024-23419474

E-mail: lm1945@yahoo.com.cn

http://www.lnpgc.com.cn

目 录

总论 / 1

一、隶书的来源及形成 / 1

二、汉隶在中国书法史中的地位 / 1

三、《张迁碑》及其笔法风格 / 2

- 1、朴茂敦厚、丰腴健硕 / 2
- 2、笔法斩截、气势雄强 / 2
- 3、拙中寓巧、极尽变化 / 3

四、如何学习《张迁碑》 / 3

笔法详解 / 5

一、横 / 5

——大横 / 5

- 1、等重横 / 5
- 2、重入轻出横 / 6
- 3、轻入重出横 / 6
- 4、腰粗横 / 6
- 5、腰细横 / 7
- 6、凸横 / 7
- 7、凹横 / 8
- 8、平直横 / 8

9、波横 / 8

10、收笔上翘横 / 9

11、方起方收横 / 9

12、圆裹横 / 10

——小横 / 10

1、平横 / 10

2 凸横 / 10

3、凹横 / 11

4、腰粗横 / 11

5、腰细横 / 12

6、重入轻出横 / 12

二、竖 / 13

1、直竖 / 13

2、重入轻出竖 / 13

3、轻入重出竖 / 14

4、腰粗竖 / 14

5、腰细竖 / 14

6、粗短竖 / 15

7、细竖 / 15

8、斜竖 / 16

9、弧竖 / 16

10、尖尾竖 / 16

11、弯尾竖 / 17

三、撇 / 18

1、直撇 / 18

- 2、弧撇 / 18
- 3、竖撇 / 19
- 4、放锋撇 / 19
- 5、腰粗撇 / 19
- 6、腰细撇 / 20
- 7、回锋短撇 / 20
- 8、出锋短撇 / 21
- 9、折头撇 / 21
- 10、弯折撇 / 21
- 11、上弧撇 / 22
- 12、短粗撇 / 22

四、捺 / 23

- 1、直捺 / 23
- 2、弧捺 / 23
- 3、平捺 / 24
- 4、短捺 / 24
- 5、反捺 / 24
- 6、方头捺 / 25
- 7、尖头捺 / 25
- 8、腰细捺 / 26
- 9、粗短捺 / 26

五、点 / 26

- 1、顶点 / 27
- 2、侧点 / 27
- 3、横点 / 27
- 4、竖点 / 28
- 5、撇点 / 28
- 6、挑点 / 29
- 7、左点 / 29
- 8、三角点 / 29

- 9、方点 / 30
- 10、圆裹点 / 30
- 11、折锋点 / 31

六、钩 / 31

- 1、回锋竖钩 / 32
- 2、出锋竖钩 / 32
- 3、弧弯钩 / 32
- 4、戈钩 / 33
- 5、心钩 / 33
- 6、竖折钩 / 34
- 7、右向钩 / 34
- 8、圆折钩 / 34
- 9、耳钩 / 35
- 10、横钩 / 35

七、挑 / 36

- 1、斜上挑 / 36
- 2、平挑 / 36

八、折 / 37

- 1、横折 / 37
- 2、竖折 / 38
- 3、直角折 / 38
- 4、斜角折 / 39
- 5、圆折 / 39

附：汉《张迁碑》

- 一、碑阳 / 40
- 二、碑阴 / 79

总 论

隶书是我国书法艺术宝库中一颗璀璨绚丽的明珠。它源远流长，贯穿古今，直到现在，仍是书法创作及应用书写的一个重要书体。《张迁碑》是我国东汉隶书全盛时期的一个重要作品。

一、隶书的来源及形成

隶书是我国汉代的主要书体，是由篆书简化、演变而成的。

隶书究竟源于何时？以前都认为是始于秦始皇时代。由于当时狱官事务繁多，小篆书写较难，于是变圆转对称的笔画为方折之笔，从而产生隶书。

但从近年来不断出土的简牍来看，上述论断还有待考证。一九八〇年，在四川省青川县发掘的战国墓中，有两件木牍，字迹清晰可辨，书体属于初起的隶书。经考证为秦武王时期所写，较秦始皇统一六国要早六十余年。据此，我们可以这样认为：隶书源于先秦战国。

西汉初期的书法在秦隶的基础上又有了进一步的发展，书体介于篆隶之间，实际上是从秦隶到典型汉隶的一种过渡性书体，也可说是典型汉隶的雏形。到西汉中晚期，书体基本完成了隶变的任务，发展成为比较成熟的汉隶。

隶书进入东汉，发展为全盛时期。从当时的碑刻看，这时的书体点画波尾鲜明，篆意已经脱尽，结体多为扁平方正，日趋严整精工。这种纯粹的汉隶，已成为隶书的楷模。

二、汉隶在中国书法史中的地位

汉代隶书上承大小篆，下启楷书，旁出章草，在中国书法史上具有极为重要的地位。隶书取代篆书而成为独立的书体应该说是一次划时代的变革。

汉隶不仅结构新颖，点画线条与小篆相比又有方圆、肥瘦、缓急之别，加以书写便捷，在实用与美观各方面都远胜于篆书。特别是从字体的改变到字形结构和笔法上的变化，对后来书法艺术的形成和发展，都起了极为重要的作用。

隶书是现今通行楷书的真母体。由于其点画波磔变化接近楷书点画的撇捺，

于是便发展演变为魏晋、南北朝以至唐代等各种风格的楷书。如魏钟繇所作的楷书，就脱胎于汉隶。王羲之也曾说：“夫书先须引八分、章草入隶字（楷书）中发人意气，若直取俗字，则不能生发。”（见《广艺舟双辑·本汉》），特别是在南北朝的碑版中，这种源流关系就更为显著。

今天的草书也是由汉隶派生的。在由篆变隶的过程中，先秦以及秦代的古隶，后来逐渐发展成为带有浓厚隶书笔意的“章草”，而现今的草书就是由“章草”演变而来的。

总之，隶书打破传统，改革了篆书，它犹如一条红线，贯穿从战国一直到今天的书法活动，它既容易识别又具有很强的艺术性，是中国书法历史长河中具有旺盛生命力的书体。

三、汉《张迁碑》及其笔法风格

《张迁碑》全称《汉故谷城长荡阴令张君表颂》，此碑刻于东汉灵帝中平三年（公元一八六年）二月。原立于山东东平州学明伦堂前，明朝时掘地得之，现存山东泰安岱庙。其额书《汉故谷城长荡阴令张君表颂》十二字书体在篆隶之间，线形屈曲，与缪篆相类，结字方正饱满有汉印风韵。

此碑高三百一十七厘米，宽一百零七厘米。碑阳、碑阴均刻文，碑阳十五行，每行四十二字，碑阴三列，上列、中列各十九行，下列三行。

《张迁碑》书法，方整古拙，体态多变，拙中寓巧，神态自然，在汉碑中属古朴方正类。此碑之所以为世人所钟爱，不仅在于其方整内敛、朴厚凝重的整体气质，更在于其饶有个性、变化丰富的用笔方法上。现就《张迁碑》笔法特点归纳以下几个方面：

1、朴茂敦厚、丰腴健硕。

《张迁碑》给人的第一印象就是厚重、丰满。但与《西狭颂》、《乙瑛碑》的圆融还有不同，其主要体现在用笔的切锋、铺毫、提按变化上。一般的隶书往往是横细竖粗，撇轻捺重，而《张迁碑》中的横竖撇捺，均没有分明的粗细要求，变化的规律性不强，近乎是随手而就。尤其一些主笔、大横，切锋宽厚，中锋铺毫重按而行，然粗而不笨，厚而不肥，行笔涩进，取尽逆势。如狮蹲虎踞，气势万钧。清方朔评此碑云“雄厚朴茂”。

2、笔法斩截、气势雄强。

《张迁碑》用笔以方为主，笔方意圆。横竖起止、过接多用方折，偶以绞转，

入笔方劲，过笔道缓，收笔雄峻，似折枪断戟，刚劲沉稳，骨气凝重。撇捺收势圆劲丰健，筋力十足，笔势雄强，尽显笔法斩截之美。清杨守敬《平碑记》云此碑：“其用笔已开魏晋风气。此源始于《西狭颂》，流为黄初三碑（《上尊号》《受禅表》《孔羨碑》）之折刀头，再变为北魏真书《史平公》等碑。”可见《张迁碑》笔法对后世之影响。另外，南朝《爨宝子》碑的笔法也为其嫡传。

3、拙中寓巧、极尽变化。

《张迁碑》用笔沉厚、古拙，但这种沉厚、古拙的气象与《郾阁颂》以及后来东晋的《好大王碑》之类又有不同，此二碑笔画线条圆融粗实，浑穆内劲，用笔少提按、方向等变化。而《张迁碑》中无论哪一笔画，线形变化都极为丰富。如大横中的收笔上翘横、极具舞动之意。不同笔画中的藏锋、露锋用笔，体现收放变化的不同。腰细横、腰细竖、腰细撇等，细腰纤纤，欲断还连，厚重之中还显灵动……。《张迁碑》中八个基本笔画，却有近百种变化写法，也使得这风格方正古拙的汉碑具有鲜活的生命力。

四、如何学习《张迁碑》

在深入学习《张迁碑》之前，务必先了解其产生的时代背景，及《张迁碑》所属的书史地位。《张迁碑》立于公元一百八十六年，时值东汉隶书鼎盛时期的尾声，因此其书风秉承了前期碑刻的营养和精华，同时又以其独到的用笔和结字，以及富于个性的章法布局，独树一帜，使《张迁碑》成为东汉隶书中古拙凝重一派的代表。这一风格对后期隶书碑刻《上尊号》、《受禅表》、《孔羨碑》及北魏时期的《龙门二十品》、《张猛龙》、南朝的《爨宝子》等碑均有重要影响。清代的碑学大家伊秉绶、何绍基，更是从《张迁碑》中汲取精髓，不仅学其笔法、结构、章法，而且还深刻感悟《张迁碑》古拙凝重的艺术气质，为他们书写风格的形成奠定了深厚的基础。由此，我们足见《张迁碑》在书史中的重要地位及超强的艺术影响力。

其次，是要善于读碑和临碑。精于读碑有时胜于反复摹写，这样，更易于达到事半功倍的效果。《张迁碑》的总体风格古拙凝重，其用笔多方、笔势斩截，结字内敛、巧中有拙，因字立形、敢于取险，并多变化。章法参差错落，一任自然，若繁星在天，一派天机。所以我们在读碑时要有目的的对碑中的用笔、结字、章法认真揣摩，细细品味其神采，力争化碑中之形为胸中之意。同时，还要勤于临碑。临碑的要求是：通过对临和背临的方法，不仅达到形似而且要达到神似。即在用笔、结体、风格、气势等方面都要求与原碑相似，同时还要学其胆识，敢于

打破规律，表现个性，敢于遗貌取神，把每一笔、每一字、每一幅都写得铮铮作响，如深穆凝重的青铜器一般。

再次，就是要讲求笔法，注重用笔的变化。书法，主要就是笔法。笔法，简言之，就是笔毛在点画中运行的方法。运笔包括起伏、中侧、方圆、藏露、轻重、疾涩等变化。故康有为曾说：“书法之妙，全在运笔。”而《张迁碑》的妙处，更在于运笔的变化多端，本书详列了《张迁碑》八个基本笔画近百种造型变化，也未必详尽。所以我们要真正写好《张迁碑》务必讲求运笔方法，使笔画线条富于变化。

比如中锋行笔问题。这是书家们历来奉行的笔法准则，只有笔锋中正，写出的点画才能圆满劲健。因此写《张迁碑》要以中锋为主，但也要结合使用侧锋。因为中锋、侧锋是相互依赖而又并存的两种基本笔法。无“侧”也就无所谓“中”。结合使用侧锋可以使笔法更富于变化。

又如用笔的方圆轻重变化。方笔方整庄重，刚健雄浑，倘纯用方笔，则又显得呆板拘谨，缺乏神采；圆笔圆转遒劲、活泼秀丽，但如果单用，则易流于轻浮、单薄。《张迁碑》用笔就是以方为主，但经过长年风化，这些刀痕变得模糊，使人感觉方而不利，火气全无。因此，我们在临写《张迁碑》时不要囿于一法，要坚持方圆并施的用笔方法。

此外，我们在临写时还要注意其藏锋、露锋、轻提重按、疾行涩进等用笔的变化，既要忠于原碑，又不拘于一法，要敢于突破、敢于创新。

最后，要求我们在学习的过程中，兼收并蓄、博采众长。《张迁碑》处于东汉隶书鼎盛时期的尾声。因此，前期很多刻石对其都有或多或少的影响。我们就应当找出对《张迁碑》有较大影响的前期的碑刻作品适当加以研习。如《衡方碑》、《西狭颂》等。另外，各时期的隶书刻石都有一些与《张迁碑》风格极为近似的作品，如汉恒帝时期的《鲜于璜碑》、东晋《好大王碑》及南朝的《爨宝子》等碑都可作为我们研习的对象，这对于我们更好的理解、掌握《张迁碑》用笔、结字和章法，有着重要作用。再有就是要学习与《张迁碑》风格不同的汉碑，以增强自己的书法艺术修养。《张迁碑》用笔多方，是古茂质朴的典型。那么象圆笔为主的《乙瑛碑》、《曹全碑》，点画细劲的《礼器碑》、《史晨前后碑》，用笔纵逸飞动的《石门颂》，以及汉晋简牍、章草等都可作为观摩、临习的对象，这样就可以使我们掌握更多的运笔方法和各种书写风格的特点，为变化创造条件。

以上为我十余年来学习《张迁碑》的一点认识和体会，希望能对广大学书者有所帮助，真能如愿，我将不胜欣慰。

王毅

二〇〇三年三月于沈阳

笔法详解

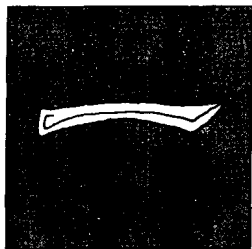
一、横

横画在汉字中使用最多，而且很多笔画也都是由“横法”衍生出来的。在隶书中横画的作用好比房子的大梁，所以学习隶书的基本笔画要从横画开始。

《张迁碑》中的横画分“大横”与“小横”两类。

大横：大横用蚕头雁尾的形象来表现。这是汉代隶书横画的一个重要特色。大横的造型及用笔方法最能体现隶书的风格特色。

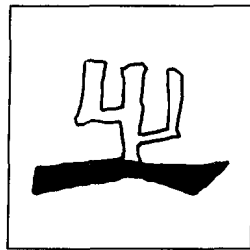
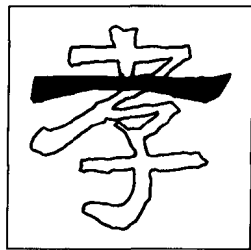
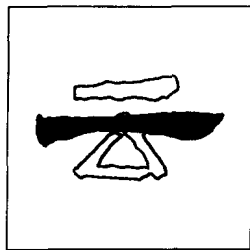
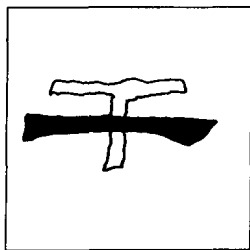
《张迁碑》中的大横起笔厚重，头部以方为主，或方中带圆，行笔挺劲，收笔铺毫，平势出锋。现将其大横变化详列如下。



1、等重横

此横为《张迁碑》大横的基本型，也是汉隶大横的最基本造型。其特点是上平下曲，起笔、收笔分量均衡。给人以平衡、稳健之美。

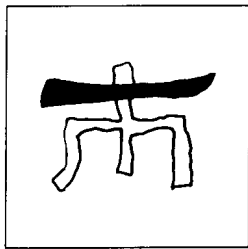
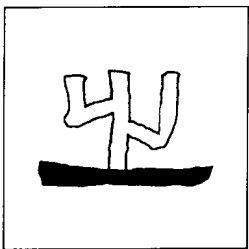
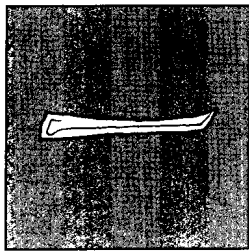
笔法：①起笔向左，藏锋逆入。②折锋下切，切锋宽厚。③折锋向右，铺毫阔笔而行。④中部略提，线条稍弧。⑤收笔处铺毫顿笔，转锋向右上渐提出锋。



2、重入轻出横

此横起笔重、收笔轻，但轻而不弱，于凝重之中透露出一股险绝之势，为《张迁碑》横法所特有。

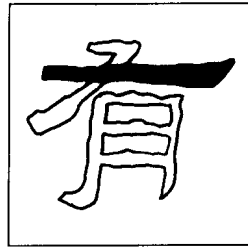
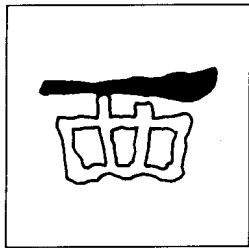
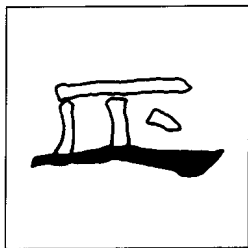
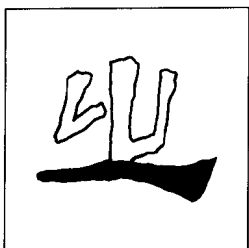
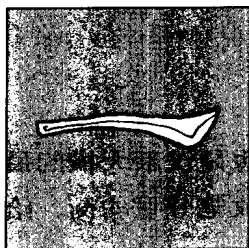
笔法：起笔逆锋同写等重横，向右行笔渐行渐提，至收笔处稍驻笔，转笔向右上出锋。



3、轻入重出横

此横起笔轻、收笔重，与重入轻出横正好相反，它起笔简约，更体现了收笔斩截的粗犷之美。

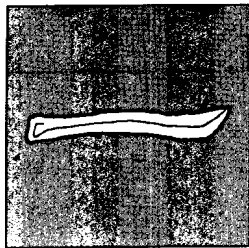
笔法：起笔藏锋，提笔圆转或方折，右行渐铺毫，收笔重顿，转笔向右上渐提出锋。

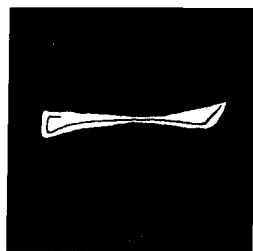
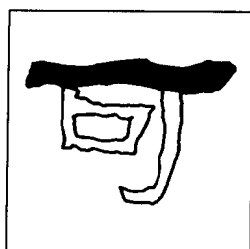
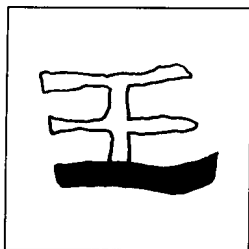
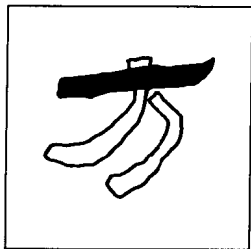


4、腰粗横

此横腰部粗重，行笔过程无需上提，给人敦厚朴实、笔势雄强之感。

笔法：起笔藏锋，右行铺毫按笔，收笔向右上轻提出锋。

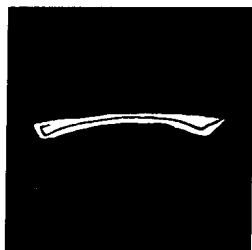
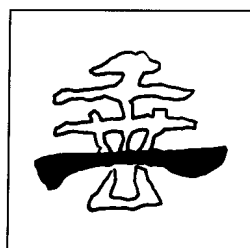
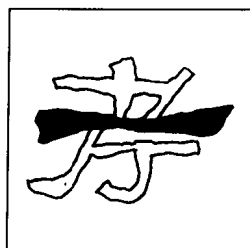
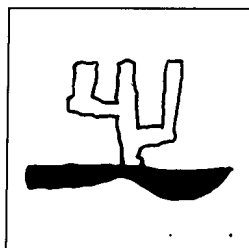
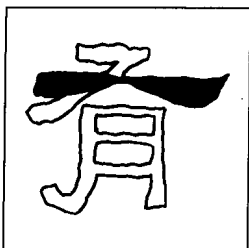




5、腰细横

此横腰部轻细，欲断还连，浑厚中兼具空灵。

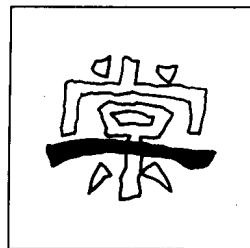
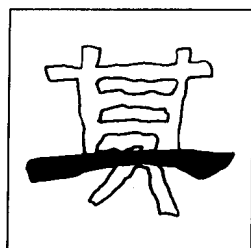
笔法：起笔方折，右行笔锋渐提，至中部提得最起，然后笔毫再由轻到重，渐铺毫至尾部，顿挫后出锋收笔。



6、凸横

此横中部稍高，两头略低，犹如一座虹桥横跨，稳实挺劲。

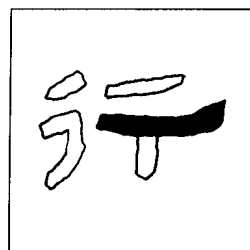
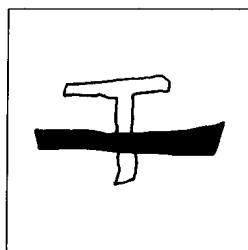
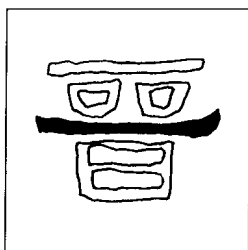
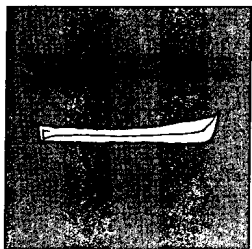
笔法：逆锋起笔，右行向上取弧势，收笔重顿出锋。注意向上弧弯适中，不宜过大，否则线条不挺。



7、凹横

此横与凸横态势恰好相反，两头略高，中间凹陷，对上部笔画有托抱之势。

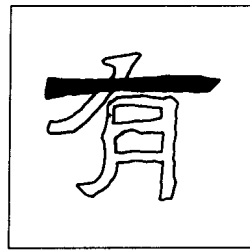
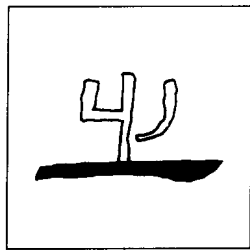
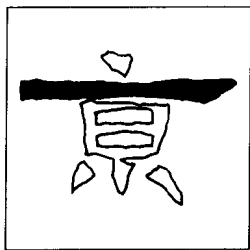
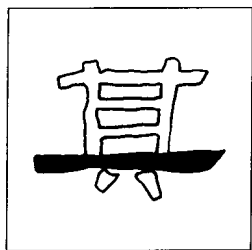
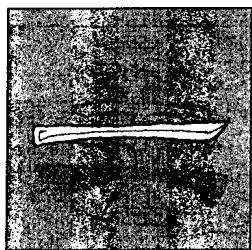
笔法：起笔同写一般大横，行笔略向下作弧，收笔多上翘。同样要注意向下弧弯适度，不可过分夸张。



8、平直横

这种横行笔平直，几乎呈一直线，无波浪起伏，其造型似英雄横刀立马，线条平实质朴，体现出《张迁碑》刚猛挺劲之势。

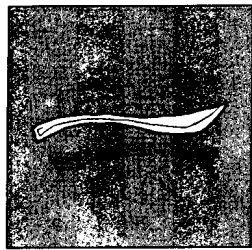
笔法：起笔方折，行笔平直涩进，无明显提按顿挫，收笔顺势出锋。要避免生拉直拖，笔画扁薄。

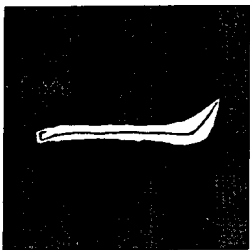
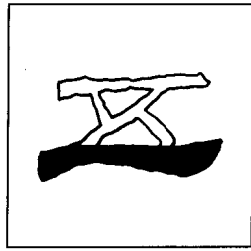
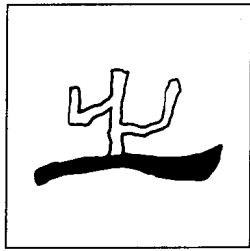
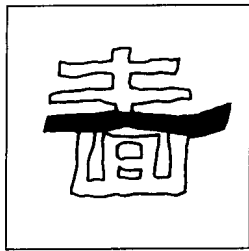
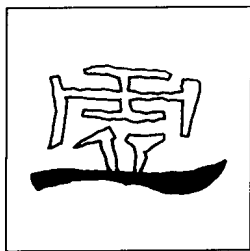


9、波横

与平直横相比，波横的特点是悠扬跌宕、一波三折，波磔变化是隶书大横特征之一，在波横中尤为突出。

笔法：起笔逆锋多向左下，行笔呈明显波势，需尽腕力，寓提按于其中，收笔多向右上挑笔出锋。

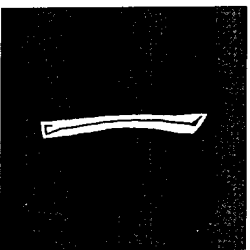
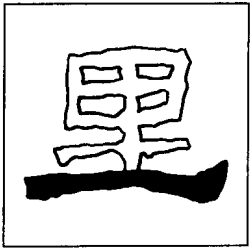
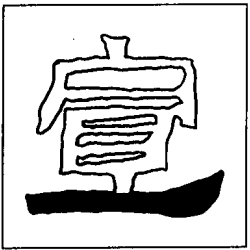
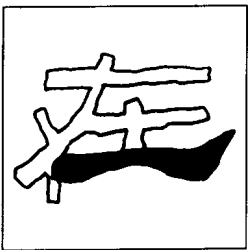
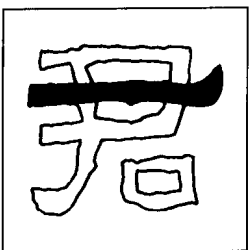




10、收笔上翘横

此横收笔上翘，极具舞动之意，此种用笔为《张迁碑》所独有，于沉穆中透露灵动飞扬之势。

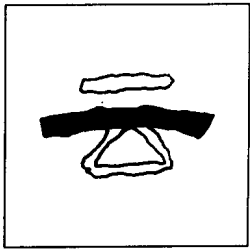
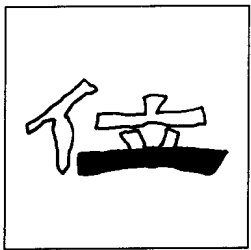
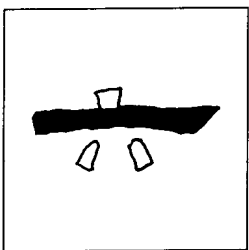
笔法：起笔藏锋，中锋右行气贯中实，道缓涩进，转锋向右渐提收笔。

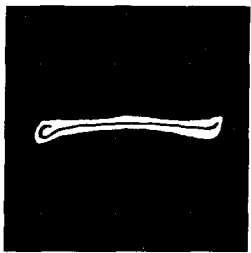


11、方起方收横

此横的起笔、收笔均为方折，最能体现《张迁碑》用笔的斩截之美。

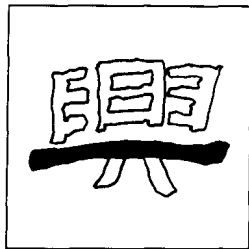
笔法：起笔方折，中锋右行，或提、或按、或直、或曲，收笔折锋向右上方缓缓提起。





12、圆裹横

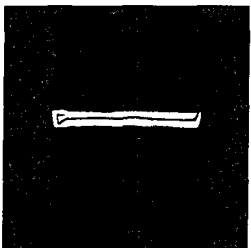
此种横画线条圆劲含蓄，与方起方收横恰成鲜明对比。《张迁碑》中横画用笔均以方折为主，这种圆起圆收的横画出现极少，但这种横气韵内含、笔意高古，偶然一用更显



变化。

笔法：逆锋起笔，提笔圆转，裹锋涩行，气韵贯通，收笔转锋右上，裹锋收笔，不外露锋芒。

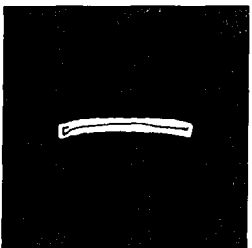
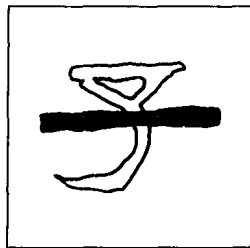
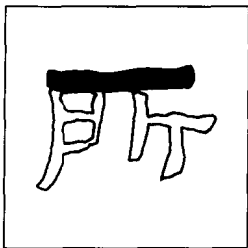
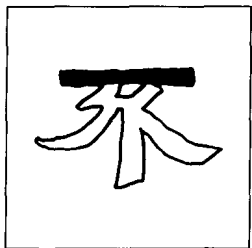
小横：小横无蚕头雁尾，较为平坦，无波磔变化。但小横的用量很大，在《张迁碑》中，小横造型亦有很多变化，但均为方笔。现分列如下：



1、平横

此为《张迁碑》小横的基本造型，无明显的轻重、俯仰变化。

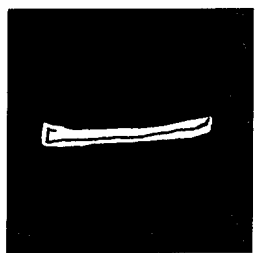
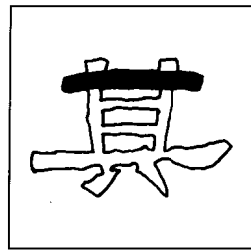
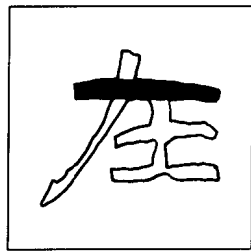
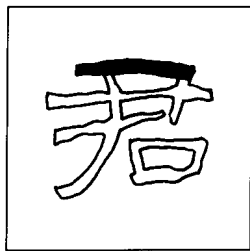
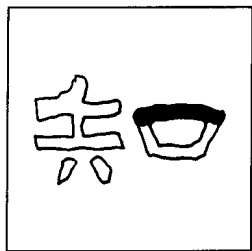
笔法：①逆锋向左起笔。②折锋下切。③折锋向右铺毫，涩进徐行。④至收笔处挫锋向上收笔。



2、凸横

《张迁碑》中，此种横画多出现在字的顶部，或作为口框的上边框。

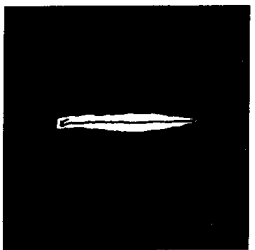
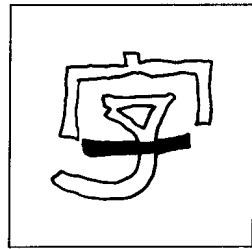
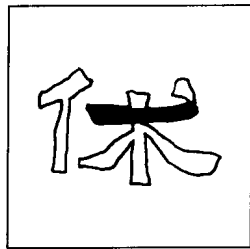
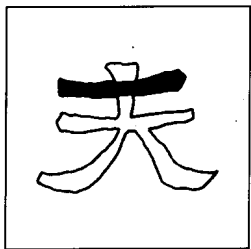
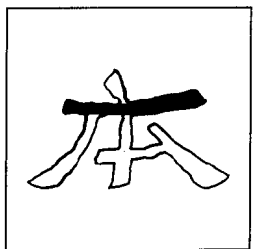
笔法：起笔收笔同写平横，行笔时向上略作弧，注意弧弯适度。



3、凹横

此横弧弯变化恰好与凸横相反，多用于字的上部和中间。

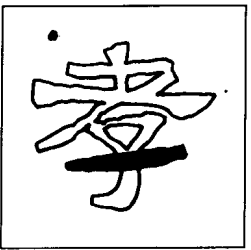
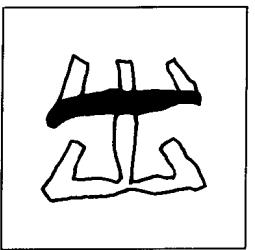
笔法：起笔、收笔同写平横，行笔时略向下作弧，并注意弧弯适度。

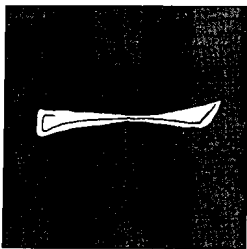


4、腰粗横

此横中间粗重、两头轻细，在《张迁碑》中使用较多，正体现了《张迁碑》用笔朴茂浑厚的特点。

笔法：起笔轻折，右行渐铺毫，至中间按笔最重，后笔毫再由重到轻，至尾部轻提收笔。

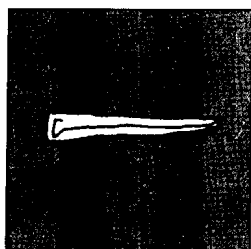
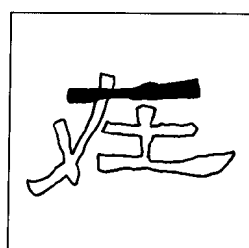
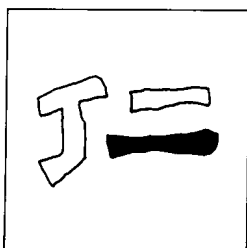
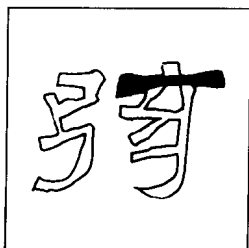




5、腰细横

此横中间轻细、两头粗重，与腰粗横正好相反，粗中有细，更显灵动之变化。

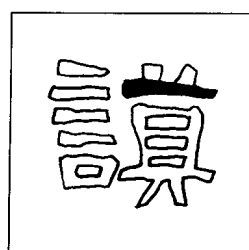
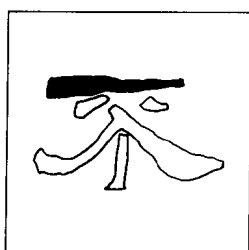
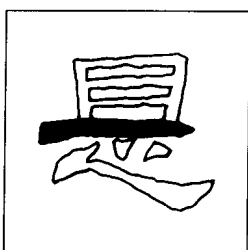
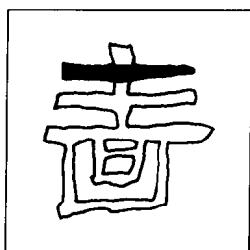
笔法：起笔方折，右行，用笔先提后按，收笔挫锋上提。注意小横腰细变化不可过大。



6、重入轻出横

此横起笔重，收笔轻。

笔法：起笔方折，右行渐收直至笔锋完全提起。



横画的组合使用：

汉字的组合往往多是多横并列的情况，这就要求我们书写时在长短、俯仰、曲直、提按等方面做出相应的调整 and 变化，做到线条组合既要统一，又富于变化，使结字造型生动自然。

