

书法入门  
系列  
何满宗

何  
满  
宗  
编  
著

楷  
书  
入  
门

欧体楷书间架结构  
一百二十八法

附：《九成宫醴泉铭》习字帖（无缺字本）

湖  
南  
文  
艺  
出  
版  
社



# 楷書入門

欧体楷书间架结构一百二十八法

附：九成宫醴泉铭习字帖（无缺字本）

何满宗自題



· 何满宗  
· 编著  
· 湖南文艺出版社

### 图书在版编目 (CIP) 数据

欧体楷书间架结构一百二十八法 / 何满宗编著. — 长沙:  
湖南文艺出版社, 2003

(楷书入门)

ISBN 7-5404-3053-2

I. 欧... II. 何... III. 楷书-书法  
IV. J202.J13.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 013771 号

### 楷书入门

欧体楷书间架结构一百二十八法

何满宗 编著

责任编辑: 欧阳强

\*

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市河西银盆南路 67 号 邮编: 410006)

湖南省新华书店经销 湖南新华印刷集团有限责任公司(南)印刷

\*

2003 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 850×1168 印张: 6.25

印数: 1—8,000 册

ISBN 7-5404-3053-2

J·749 定价: 12.00 元

若有质量问题, 请直接与本社出版科联系调换

# 楷书精典 习字范本

## 简析《欧体楷书间架结构一百二十八法》

何满宗

书法朋友，您手中的《欧体楷书间架结构一百二十八法》，是编者根据欧阳询的楷书间架三十六法和黄自元的楷书结构九十二法合编而成的。也就是说，本书前三十六法为欧阳询自己依据学书的体会所编的楷书学习法则；而黄自元则在欧阳询的基础上又扩充为九十二法。这些法则，都是汉字结体的基本规律。

黄自元是清代著名的书法家，湖南人。他一生主攻欧体，是学习继承欧阳询书法的集大成者。所以，我们将他的书法归结为欧体。

《欧体楷书间架结构一百二十八法》，是一部完整的楷书间架结构的法帖，是学习楷书的精典教材，初学书法的习字范本。

### 第一，弄清欧体的艺术脉络。

唐朝是书法极盛时代，出了不少书法大家。就楷书而言，被世人广为传播的杰出书家，以欧阳询、颜真卿、柳公权最具盛名。

欧阳询，是湖南长沙人，生于公元五五七年，卒于六四一年，享年八十五岁，是一位艺高寿长的书法大家。欧阳询传世的书法碑刻很多，如《九成宫醴泉铭》、《化度寺碑》、《虞恭公温颜博碑》、《皇甫诞碑》等。

《旧唐书》称欧阳询：博览经史、尤精三史。他一生跨陈、隋、唐三朝，其经历极为丰富。他做过官，在隋时任太常博士，入唐后官至银青光禄大夫、太子率更令，封渤海县男。他又是一位大学者，任弘文馆学士。唐高祖曾诏欧阳询等人编撰《艺文类聚》，共一百卷。当中根据一千四百多种古籍，分名别类摘录汇编，分岁时、治政、产业等四十八部，在中国文化史上产生深远影响。

在书法方面，欧阳询更是成就非凡。唐张怀瓘在《书断》中评价欧阳询

为：八体尽能。他对书法情有独钟，孜孜不倦。《新唐书》中的《儒学传》里曾记载一则他学书法的故事：一次欧阳询见到索靖所书的一块碑，看了又看，不忍离去。当他离开了这块碑数步之后，又返回来仔细观看，直到看到身体疲倦了还舍不得离去。干脆，他不走了，搬来行李，住在碑边欣赏、临习达三日之久才离开。可见他对书法达到了如痴如狂的地步。尽管欧阳询的书法诸体皆能，而世人公认其在楷书方面成就最大，自成一派。所以，人称“欧体”。

欧体的特点，是劲险刻厉，于平正中见险绝，险绝中出奇招。欧体的形成是欧阳询长期修炼的结果，他汲取前人的书法经验，自己不断推陈创新，乃成自家面目。笔者以为造就欧阳询楷书风格，主要来自四方面的重要影响。

一是汲取北碑精华。《张猛龙碑》是北碑具有代表性的作品，我们若将欧阳询晚年作品《皇甫诞碑》与之作比较，不难看出其结体、用笔都有很多相似之处。北方险峻的山势，骠悍的民风，与江南山清水秀，优雅俊逸的特点，完全是两种风格。欧阳询用笔多以方笔居多，特别上起笔尤为强烈，结构是内密外疏，欹斜取势，可以说是与张猛龙碑有种一脉相承的连带关系。

二是深受隋墓志的影响。隋墓志碑刻书法，既有官方的，又有民间的，风格多姿多彩。隋朝对于欧阳询来说，是承前启后的年代。他生活在这个时代之中，毫无疑问，受这一时期的书风影响是必然的。怪不得包世臣在《隋元公姬夫人墓志铭》出土后，认定是出自欧阳询的手笔，并在《艺舟双楫》中写道：字画隼密，词理高华，观其笔势，断为率更（欧阳询）无疑。

三是融通王羲之王献之书风。在唐代，书宗“二王”便视为正统。唐太宗十分欣赏王羲之的书法，号召朝野都来学习王字。皇帝喜爱，当然王氏书法风行官庭与民间。唐太宗将《兰亭序》真迹带入坟墓，留下的是大臣们的摹本。足以说明官方对王氏父子书法的重视程度。让我们来看看《宣和书谱》对欧阳询的评论：

“询喜字，学王羲之书，后险劲瘦硬，自成一家。议者以谓真行有献之法……由是晚年笔力益刚劲，有执法面折庭争之风，或比之草里蛇惊，云间电发。至其笔画工艺，意态精密俊逸处，而人复比之孤峰崛起，四面削成。”

由此而论，对欧体作了恰如其分的评说。“孤峰崛起，四面削成”，我们似乎看到了欧阳询将二王之法通融其里，达到出神入化之境地，南北书风也到了新的结合高度。

四是时代风气提供机遇。唐朝是我国古代文化发展的高峰期。李世民设弘文馆，诏令五品以上京官去弘文馆学书法，令皇族贵戚及高级京官子弟临

习王字。当时欧阳询已年逾古稀，作为弘文馆十八学士之一的高级官员，理所当然成为弘扬王羲之书法的重要干将。他经历过扎实的学书历程，又加上当时重视书法之风气，使其在书法上独辟蹊径，创造出自己的特色。同时，也有机会展示他的书法才能。如唐贞观六年（六三二年）由唐大臣魏征撰文，欧阳询书写的《九成宫醴泉铭》，几乎成了家喻户晓的名碑。千百年来，世人奉为学习的范本。欧阳询所处的时代，所处的地位，和他的学识，使他成为中国历史上最具影响力的几位书法大家之一。

## 第二，掌握欧体的临写要点。

对欧阳询的楷书，历代赞颂的较多，认为欧体“清正秀健，古今一人。”“骨气劲峭，法度严整。”正因为如此，初学者必须掌握欧体的临写要点。根据欧体特点，重点讲讲运笔方面。

运笔是千古不易之事。作书法说到底就是笔的运动轨迹，也就是说就是毛笔运行所留下的痕迹。运笔是否得法，取决于起笔、行笔、收笔三个步骤。现分而述之。

### 起笔藏露结合。

起笔对一个字有相当大的关系，它起到承上启下的作用。起笔有藏锋和露锋之别。

藏锋，是常用的逆锋行笔。就是说，下笔时第一个动作与行笔的方向相反、或用相对相反的方式起笔，使锋尖藏于点画之中，饱满含蓄，达到中锋行笔的目的，不露痕迹，产生一种圆润的效果。藏锋大多使用圆笔。所谓露锋，一般是相对藏锋而言，在起笔的过程中，不作逆入法，顺势而下，以侧取势，锋芒外露，产生的效果是如刀削斧劈，姿态变化多，充分展示其力度。欧体起笔犹为明显是露锋，方笔居多，其力度自然突出。露锋的特点是使用方笔的结果，在笔画的外形上有尖起、方起、曲起、仰起等多种姿势。

### 行笔中锋为主。

起笔至关重要，但行笔切记不可轻视，若行笔中怯、断续不匀，笔墨不贯气，是失败的。行笔如古人所言：令笔心常在点画中行。

在中锋行笔的过程中，使笔尖尽量接触纸上，屏住气，速度均匀地行驶。写出来的笔画有一种厚重的质感。

写楷书以中锋为主，适当地掺入些侧锋，也是别有一番情趣的。侧锋不等于偏锋。侧锋大都用于纵笔。侧锋的特点是以侧取势，这样易于铺毫；尽管毫偏于一侧，但作用点仍然在行笔的中心线上；在收笔时，用于有竖右

钩、左钩，如：“月”、“民”等字，还有横折钩的如：“目”、“具”等字，用的都是这种方法。

收笔主次得当。

任何笔画多的字，都有主笔和次笔。

主笔起到一个字的平衡作用，是一个字的主心骨。譬如“为”字，当中的横折钩是主笔，要把主笔的收笔写得扎实有力，不然撑不住整个字。

次笔既然处于次要地位，在收笔时，往往在技法处理上有别于主笔，贵在圆润与灵巧，表现出情趣感。如“三”字的第一、二横笔画相对第三横的主笔来说，就要写得较短和较圆熟，不然长短一致、粗细一般必然导致呆板和缺乏意趣。

收笔是一笔或一个字的最终环节，它关系到整个字的结体态势。收笔把握得当，自然会达到理想的境界；如收笔不妥，势必会造成不如意的结局。古人对收笔十分重视，董其昌《画禅室随笔》中说：“无垂不缩，无往不收。”收笔的作用，不仅仅是为了护尾，还为了启后，使笔墨的气韵贯通。

### 第三，明确欧体的学习意义。

书法，是中华民族传统文化的重要组成部分，在弘扬先进文化的今天，犹为显示其重要作用。

楷书始创于汉代，经过魏晋南北朝的发展，到了盛唐便趋于成熟，历经六百余年。在漫长的发展、演变、成熟过程中，由于地域的不同，作用的不一、承师关系的差异，所以形成了不同的形态和不一样的风格，给后人留下了极其丰富的楷身体式。从总体而言，大体上可以分为三大类：一是晋楷。如钟繇的《宣示表》和王羲之的《乐毅论》等。二为魏楷。魏楷的代表作是北魏时期的造像题记，如《张猛龙碑》和《黑女志》等。由于魏碑为过渡时期，很快就被唐楷所取代。唐楷是我国书法史上楷书鼎盛时期。唐代尊“二王”，崇尚法度，趋于平和典雅。出现了初唐四大家：欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷。到了中唐，又出现了颜真卿、柳公权两位代表人物。在楷书这个书体中，我们常常讲的“欧体”，是指欧阳询的字体；讲“颜体”，是指颜真卿的字体；讲“柳体”，是指柳公权的字体。由此可见，欧、颜、柳体在世人心中的正宗地位。

中国书法的确源远流长，书体演变历史也很漫长。最早的是甲骨文，接下来的篆书、隶书。楷书之后又是行书、草书。从书体的演变过程中，我们可以看出，楷书是继隶书之后的书体，楷书之后又发展到行书、草书。所以

说，学习好楷书，上溯隶书、篆书。楷书写法与行书结合可以成为行楷。行书与草书结合，写出行草。总而言之，楷书学好了，学其他的书体，就可以打下良好而坚实的基础。学楷书是举一反三，一举两得的好事情。

当代科技日新月异地发展，电脑、文字处理系统的出现，减少了用笔写字的机会，有人担心书法就此会消失。

再回头一百年前，当国门被打开时，钢笔和圆珠笔涌入中国市场，那时更有人担心硬笔会取代毛笔。

事实上，两次科技革命的大潮不但没有使书法受到冲击，反倒使国人更加重视书法了。其原因何在呢？因为，书法是一门艺术。中国两大视觉艺术——书法和国画，自汉末到如今，近二千年来艺术魅力不减。学习书法的人，愈学愈入佳境。书法，不仅仅是笔墨线条流动所产生的韵律，给人带来美感，书法其内在的因素还可以提高个人的修养，是提高素质的重要体现。古代衡量一个人的才华，就包括琴棋书画四个方面。书法与文字是密不可分的。学书法先得学写字，字有繁体与简体之分，光一部《辞海》就收入单字近一万五千个，汉字的学问博大精深。书法与文学有直接的关联，凡书写的内容都是一些文学性强的诗词、格言和优美的散文诗。书法和绘画更是一脉相承。古话讲：书画同源。君不见，哪一幅完整的中国画上不用书法题款呢？

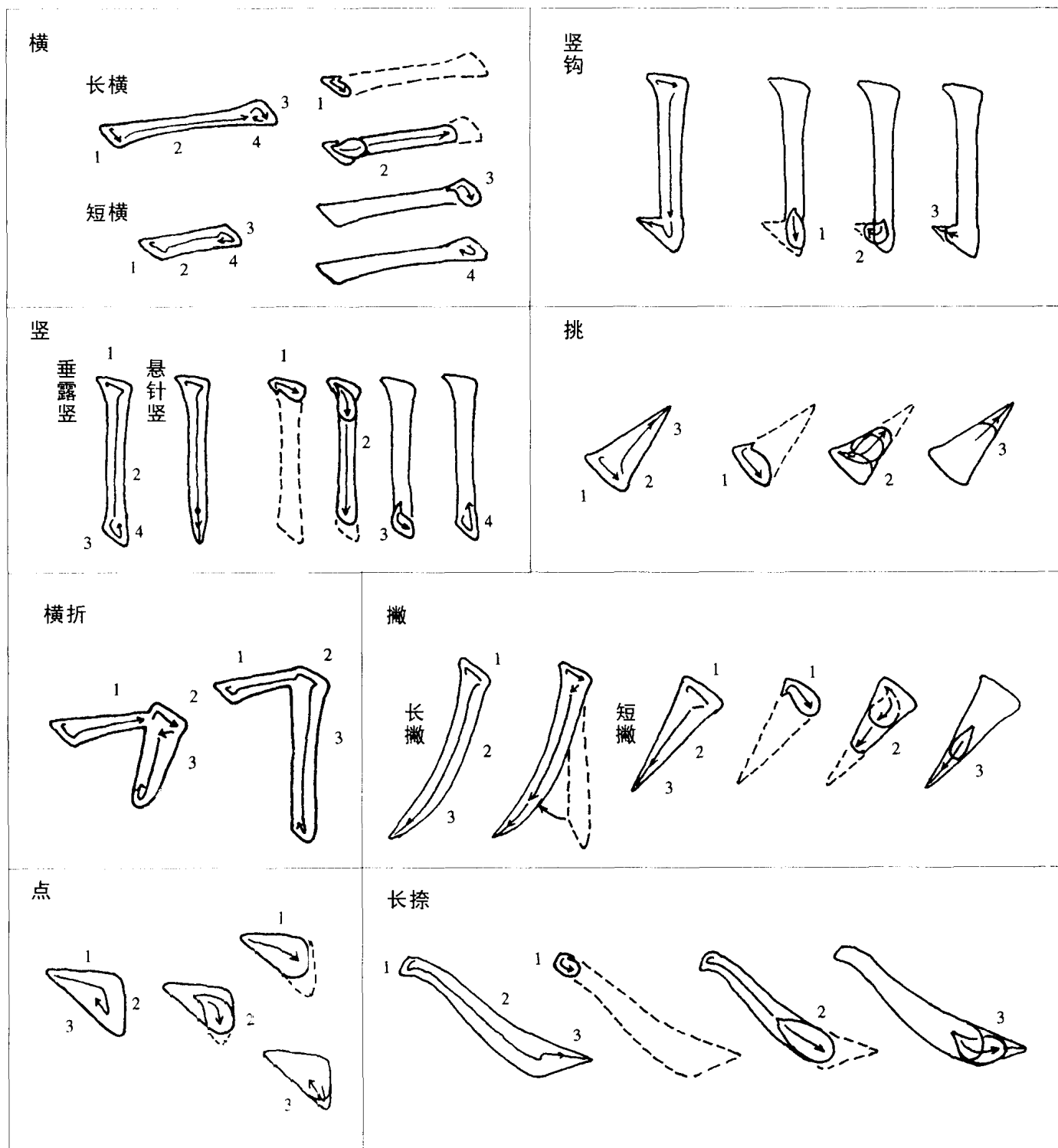
学习完《欧体楷书间架结构一百二十八法》后，则可全文临习《九成宫醴泉铭》碑帖，本书将全部碑文附录于后，并将碑文中缺字补齐，还原为墨迹。置于九宫格中，以利初学者临摹。（为保持原碑文从右自左的书写规律，本书将《九成宫醴泉铭》碑文安排为右订形式，即反向装订）。

通过书法艺术的学习与教育，可以使人在潜移默化中净化心灵，提高道德上的崇高感。



## 楷书基本笔画行笔示意图

在学习楷书间架结构之前，必须对汉字的基本笔画有一个充分的了解。所有汉字都是由八种基本笔画构成，只要掌握了这些基本笔画的书写方法，就能为学好书法打下坚实的基础。下面是汉字的八种（楷体）基本笔画的行笔顺序示意图。只有勤于练习，才能使书写水平不断地得到提高。



第一法

顶戴要得势，不可头轻尾重，失其匀称。

第二法

避密就疏，避险就易，避远就近，笔画彼此之间要映带适当。

第三法

笔画排叠较多的字，要将长短疏密安排得均匀妥贴。

陸

靈

鬱

道

俯

彼

所

炎

壽

書

壑

重

第四法

字势偏侧、欹斜，应当随着字势去安排结体。

第五法

字的偏旁有的向内、有的向外，依其左右体势，相互呼应。

第六法

字的笔画相互交错穿插，各种笔画的配置，力求妥贴。

以 邱 中  
反 功 甯  
乃 隨 祕  
天 肌 齡

第七法

补好空白，让四边满  
足，使其方正匀称。

第八法

短让高，窄让宽，彼  
此相让，各得其所。

第九法

用撇、捺、钩等补足  
字画虚空的地方，意在虚  
和，上下相称为妙。

我 鷓 氣  
壁 驗 武  
建 錫 者  
群 如 戲



第一〇法

覆盖一类的字，要上面盖住下面，下面点须端正，画侧厚实。

第一一法

相互离开的偏旁组成的合体字，要尽力粘合，彼此之间以便照应。

第一二法

下面点画零星的字，须安排妥贴，使之压稳全字重心，不失体势。



第一三法

笔形中断而笔意连贯字，要把笔画起落的意思联系起来，起伏照应。

第一四法

“满不要虚”。意即体形饱满，不至于造成虚怯。

第一五法

用笔迅捷快速，作字一气呵成，求其自然之势，不得重改。



第一六法

借换字形点画，不让点画重复，使难以结体的字因借换而映带生姿，体态分明。

第一七法

垂就是下垂，曳就是延伸拖引。凡左部短的要将右下垂拉长；凡右部短的末笔曳画要写得引展。

第一八法

上面字形宽大，把上半部写得可以覆盖住下半部。



第一九法

所谓“撑柱”，是指独立而又形体修长，下带垂趋一类的字，必定要能够撑得起来。

第二〇法

点画少的，要写得彼此之间相互映带。点画多的，要一画对准一画，既相应又相附才好。

第二一法

难以结体的字，有的因为笔画少而增添笔画，有的因为笔画多而省减笔画，是为了将字形写得美观。

下 人 照  
永 山 建  
文 無 暎  
更 事 尋



### 第二二法

字的形体结构，偏旁有大有小，笔画有多少。偏旁小的就要依附于偏旁大的，笔画少的要依附于笔画多的。

### 第二三法

作字应意在笔先，写第一笔时就应该考虑第二三笔怎样接续下去，有所承应。

### 第二四法

凡是有偏旁的字，都要相互顾盼，相互朝迎揖让。

