

故宫珍藏历代名碑法帖技法系列

《雁塔圣教序》

技法精讲

故宫博物院编 紫禁城出版社



J292.162.4

20112

故宫珍藏历代名碑法帖技法系列

《雁塔圣教序》技法精讲

故宫博物院编 紫禁城出版社

故宫珍藏历代名碑法帖技法系列

《雁塔圣教序》技法精讲

总策划	王亚民	赵国英
主 编	姚建杭	
编 写	任正雷	
责任编辑	程同根	付韦鸣
装帧设计	吴涤生	刘远
责任印制	马静波	
图片提供	故宫博物院资料信息中心	
出版发行	紫禁城出版社	
地址	北京市东城区景山前街4号	
电话	010185007816	010185007808
传真	010165129479	
邮编	100009	
制 作	杭州典集文化艺术有限公司	
印 刷	北京圣彩虹制版印刷技术有限公司	
开 本	八开	
印 张	七	
版 次	二〇一〇年四月第一版第一次	
书 号	ISBN 978-7-80047-984-7	
定 价	二十八元	

图书在版编目（C I P）数据

《雁塔圣教序》技法精讲 / 任正雷撰. — 北京 : 紫禁城出版社, 2010.4
(故宫珍藏历代名碑法帖技法系列 / 姚建杭主编)
ISBN 978-7-80047-984-7

I. ①雁… II. ①任… III. ①楷书—书法 IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第061290号

一、基本笔画 点 横

帝 流 心 求 无 今

点：点要写得圆满稳健，落笔要轻，顿势转锋要充分，收笔要紧。基本的点有斜点、平点、长点、撇点、仰点、俯点等。组合的点有左右点、相向点、相背点、水旁点、火底点、连点等。斜点、长点、撇点、折点一般都不带钩。仰点、俯点因为笔势的承接，一般都带钩。连点由带钩的仰点、俯点组合而成。如『帝』字首点为斜点，中部两点为相对点，由仰点与撇点组成。『今』字首点为平点，次点为斜点。

霑 深 金 石 源 净

上 蝨 者 三 所 文

横：横画要坚挺浑厚，生动有姿。落笔要注意方圆，中锋行笔。收笔丰满有力。基本的横有长横和短横，横画在多横组合中有俯仰等变化。如『蝨』字三横，各得其势，同时起笔还有轻重的变化。如『上、者、三』三长横用顿起笔，而『所、文』两字横画起笔较轻。

归 神 中 印 十 师

竖：竖要写得劲健挺拔。基本的竖有垂露和悬针，悬针竖一般出现在字的末竖。『归、中、十』三字为悬针，『神、印、师』三字为垂露。

含 彩 伏 晨 承 象

撇：撇要在飘忽之中保持稳定，行笔渐行渐提，收笔力送到底。基本的撇有长斜撇、短斜撇、平撇、兰叶撇等。『含』字为斜撇；『彩』字第一撇为平撇，第二撇为斜撇，后三撇为短撇；伏字首撇为短撇，次撇为长斜撇；『晨』字左为兰叶撇，右为短撇。

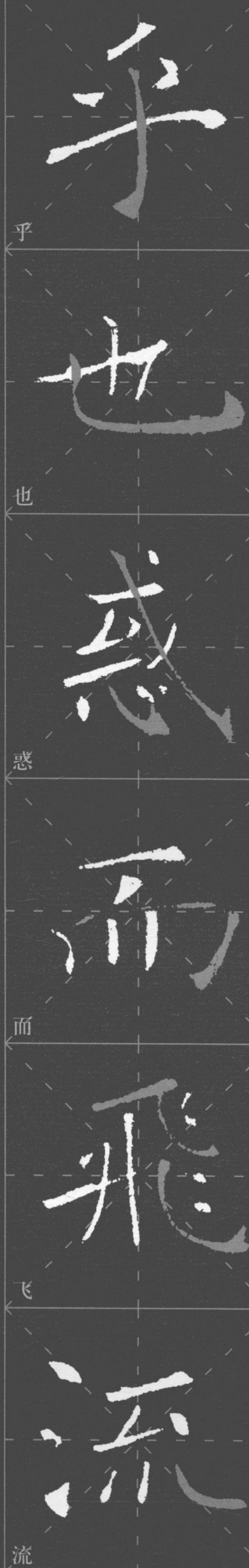
交 道 不 微 遂 次

捺：落笔要束得紧，捺脚宜拓得开，畅快出锋，力送到底。基本的捺有斜捺、平捺、反捺等。『交、微』二字为斜捺，『道、遂』二字为平捺，『不、次』二字为反捺。

提：提要有仰势，落笔下按，其势当足，挑笔出锋轻快，力送到底。基本的提有竖提和平提。『制、怀、比』三字为竖提；『域、总、孤』三字为平提。



钩：钩要饱满健壮，锋要尖锐，弯处要圆润。基本的钩有竖钩、横钩、弯钩、斜钩、竖弯钩、横折弯钩等。『流』字的竖弯钩，顿势收笔，不出锋，是竖弯钩的变化方式之一。



折：折法关键是折处提笔按锋，自然调整笔锋。折有横折、竖折、撇折等。『智、日』为横折，『微、流』两字为撇折，『岁、幽』两字为竖折。折处也可以提笔另起。



单人旁（单人旁）：单人旁由撇画和竖画组成。撇画取斜势，不可取平势，行笔须果断，竖画起笔可轻些，然后逐渐加重，到收笔处顿笔提收。竖画下段可略向外展，以便右边的笔画安排。不宜太直或向右斜。

僕

仆

傳

传

住

住

儀

仪

伏

伙

備

备

伽

伽

化

化

使

使

偈

偈

伏

伏

優

优

双人旁上一撇略短而势平，下一撇略长而势斜，两撇切忌写成一样长短，且不可平行。竖画上轻下重，势宜微曲，『御』字双人旁写法为隶书写法。

化

化

花

花

進

进

仰

仰

條

条

仙

仙

『德』字双人旁第一撇轻轻一顿，即提笔，成撇点，第二撇重，竖向左斜，以便右旁心字穿插。『微』字上撇下捺呈放射状。此二字的单人旁宜写的狭，在字中一般占地位较少。

仰 化 儀 佛 儀 徽

仰 化 儀 佛 儀 徽

『花、化』字单人旁竖画短小，与右旁相应，『进』字单人旁因右部狭长，故竖画宜长，而撇画其势略直。

御 往 德 德 徵 徵

御 往 德 德 徵 徵

『條』字右旁宽大，故单人旁狭长，『后』字右旁呈纵势，故双人旁略宽扁，两撇笔势则稍斜。『仙』字势短，故单人旁撇画略长而平。『微』字第二撇与竖画略分开，右旁横画穿插其间，使字势茂密。

彼 後 微 德 御 徵

彼 後 微 德 御 徵

『德』字右旁上部笔画少，下部笔画密，故双人旁两撇距离略远，竖画短，也呈上疏下密之势，与右旁相呼应。『仪』字右旁形长，故单人旁撇画势直，竖画挺长，以让右部。

恒

恒

懷

怀

情

情

性

性

惟

惟

惟

惟

竖心旁：竖心旁由左点、右点和右弧竖组成，左点比右点略低取直势，右点取横势。左点长，右点短；左点离竖画远，右点离竖画近。两点须左右顾盼，笔势连贯。两点位置均在竖画中间靠上位置，不宜偏低。

性

性

慨

慨

懷

怀

悟

悟

情

情

松

松

『惟』字两点左重右轻，竖画较长，上轻下重，并略带弧度。『悟、怀』二字右部穿插入竖心旁的右点下部空处。『情』字左竖略轻细，起笔略重。

深

深

栖

栖

析

析

杖

杖

霜

霜

林

林

木字旁：木字旁由短横、藏锋竖、短撇和右点组成。短横起笔较重，收笔略细。撇画须有力，右点位置宜高，补在笔画的空处。『林』字撇画上轻下重，右旁撇画插入左旁空处。『栖』字木旁长而挺，以和右部短扁之势形成对比。如『深、探』等字，右捺稍伸，以求字之平衡。

『朽』字左高右低，木旁横画短，撇画长，撇画起笔轻，回锋收，有较重的隶意。『机』字右旁横画穿插入木字下部的空处。

彩

彩

朽

朽

叶

叶

机

机

植

植

植

植

『机』字右旁宽大，故木字旁横画略短，以让右，撇画势略直，右点轻灵飘逸。『根』字横画，起笔重按提收，撇画短而直，右部紧靠木旁，『梵』字上部两木字各不相同，左放右收，右放左收，穿插得宜。

极

极

机

机

根

根

梵

梵

朽

朽

林

林

『极』字木旁撇画回锋收笔，下部有横，故形较短。两『桂』字木旁起笔轻，重顿收笔。竖画起笔用顿，收笔带小钩，与撇画起笔相连。竖画略带弧度，而非一拓直下，且有提按变化。

深

深

探

探

极

极

桂

桂

桂

桂

木

木

相

相

柱

柱

積

积

黎

黎

利

利

抱

抱

禾字旁：由短撇、短横、竖画、短撇和点组成。短撇取势平，不可过于向下斜。横画右端略向上翻，竖画劲挺，略带弧度。右点宜高，补在笔画的空处。『积』字禾旁横画尽力左伸，与右旁中间横画右伸相对。

揚

扬

拯

拯

校

校

拔

拔

排

排

接

接

提手旁：由短横、竖钩和提笔组成，短横收笔略向右上翻，不出锋。竖钩须劲挺，钩笔锐利。提笔出锋须与右边第一笔起笔处互为呼应。短横须写在竖钩中间偏上位置。

拱

拱

接

接

揚

扬

括

括

摠

总

撥

拨

『拱』字右部短而宽，故提手写得狭而长，横画写得短而用笔下按，较为厚重，提笔左伸而长，与右旁取得对应。『扬』字右旁横画插入左旁下部空处。

拯 指 掩 投 控 抑

『拯』字提手旁横画重而短，提笔轻快。竖画两头重，中间轻。右旁笔画插入左下空处。『指』字钩笔锐利，提笔略长而势缓，『抑』字提手旁竖钩细劲，均用提笔。

哲 摄 扬 探 物

牛字旁：由短撇、短横、竖钩和挑组成。横画须右高左低，末端略向上翻，与竖钩起笔处相呼应。竖钩略带弧度，挑画位置宜高不宜低，提笔须与右旁第一笔相呼应。有时竖钩出锋可与提笔笔势顺势相接。

物 褚 福 禅 神 福

示字旁：由右点、横撇、竖画和点组成。第一点位置宜略偏右，切不可偏左。撇笔出锋不可长而尖。竖画轻起顿收，右点取收势，补在笔画的空处。

示

祕

福

福

褚

褚

福

福

神

神

袖

袖

『祕』字首点作右尖横，起笔重，收笔轻。次横略长而重。撇笔改作点，与右点成左右点，这是隶书写法的遗存。『褚』字首点偏右，横笔起笔重按至收处，翻笔略顿向左撇出，撇画收笔处略厚重。右部横画插入左部空处，写的更为茂密。

神

神

被

被

福

福

被

被

釋

釋

精

精

米字旁：左上点取直势，右上点取斜势，短横左边稍低，右边稍高，起笔重，收笔轻，竖画略带弧度，短撇力达笔端，右下点位置宜高，补在笔画的空处。

於

于

於

于

於

于

於

於

施

施

方

方

方字旁：上点从左上方方向右下方顿笔，然后提收，下部一般先写横折斜钩，然后写撇，横折斜钩取曲势，形似半卧。钩须与上点相对。撇画斜而直，不可曲，曲则乏力。『于』字方旁写法同提手旁。

遊 游 於 于 於 于 輕 轻 輒 辄 轉 转

车字旁：上横须短，下横要长，竖画轻顿起笔，中间略提，重顿收笔，略带弧度，提笔略长，位置宜略向上靠，不宜下坠。

輪 轮 軌 轨 輕 轻 地 地 坤 坤 土 土

『转』字左旁提笔作横，尽力向左伸，与右旁寸字右展的横画相对应，『轻』字同此。

境 境 地 地 域 域 地 地 地 地 地 地

土字旁：由短横、短竖和平提组成，横画左重右轻，收笔略向下翻，一般不出锋。短竖起笔用顿，平提起笔重。土字旁不可占位置太多，不宜写的宽扁，否则右边的笔画难以舒展。

偏旁部首 方字旁 车字旁 土字旁

理 理 白 聖 聖 聖 聖

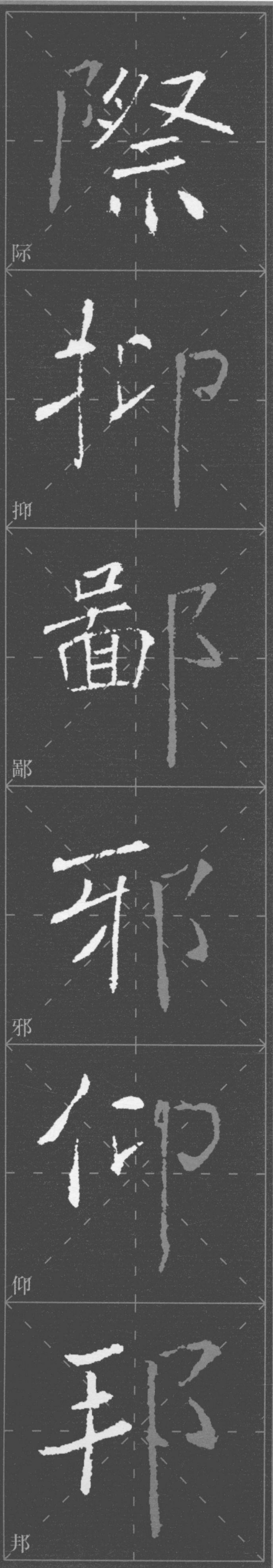
王字旁：下横变成提笔，首横略长，次横短，提笔最长。三笔之间的距离大致相等，王字旁宜高不宜低，且宜写得狭，不宜写得宽。王字底则底横宜长，三横之间有长短方向，粗细等的变化，宜细细体会。

聖 隨 阿 陞 附 墜

左耳旁：横折弯钩，上弯用折的方法写，顿笔成方，下弯用转的方法写，呈弧形，上弯小，下弯大。竖画起笔轻，收笔重，中间略带弧度。左耳旁宜写得狭长，不宜短而宽。

墜 陵 陰 陽 陰 陽

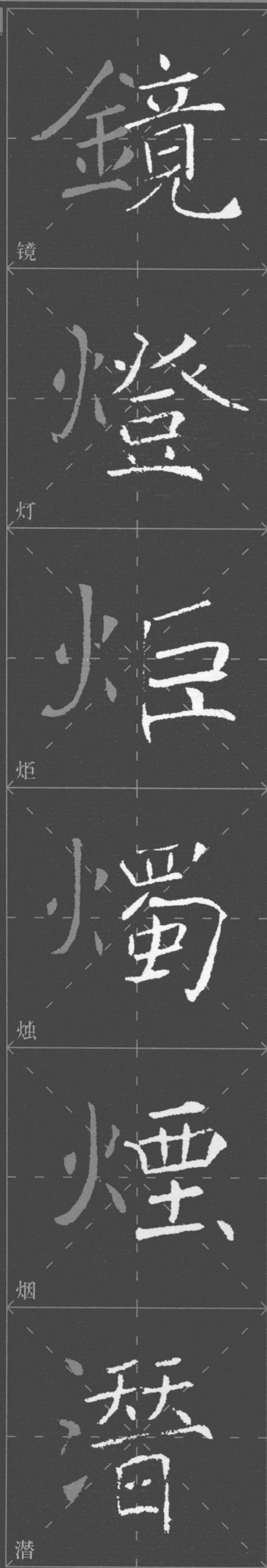
『墜』字竖笔长，与右旁长形相对。『陵』字竖笔下部与右部持平。『阴』字竖画收笔向右上回锋。『阳』字竖画收笔或轻或重。



右耳旁：横折弯钩的写法与左耳旁相同，只是下弯部分比左耳旁略大，以加重右边部分的分量，取得和左边笔画的平衡，耳朵的大小起着调节整个字的重心的作用。



金字旁：撇画取斜势，右点取势略平，上面二横靠得较近，两点与竖画靠拢，三横画与点在右面基本取齐，以让右边的笔画，左边有长短、参差和俯仰等的变化。



火字旁：左点低，右上点略高，左点取直势，右上点取斜势，两点笔势相互有呼应。撇画上段略直，下段较曲，右下点须用力按笔，形不宜长，火字旁形态宜狭长，不宜宽，以让右部。

洞

洞

潜

潜

况

况

济

济

法

法

流

流

三点水由两个左上点和一个挑点组成，两个左上点不宜写在一条直线上，一般第二个点略偏向左，使三点位置参差。两个左上点在方向上也有不同，第一点取横势，第二点取直势。

湛

湛

测

测

源

源

汉

汉

流

流

沿

沿

一般说右旁笔画较少的，三点间的距离略松；右旁笔画较多的，三点间的距离则较紧。如右列各字中，『沿』字右旁较短小，三点间距离相对较大。

法

法

清

清

润

润

测

测

深

深

净

净

『法』字第二点和提笔笔势相承接，右旁横画插入左旁空处。『清』字右旁长，故三点间距离相对紧凑。『润』字右旁竖画右倾，故三点水提笔位置靠左，以让竖画。