

学生书法 20练

笔 法 篇

欧阳询《九成宫醴泉铭》

张百军 主编

一套珍秘的 **私塾** 书法学习 方案

回归传统 **单钩、双钩** 习字之法

在 **米字格、九宫格** 中习得 **书法之美**

举一反三，巩固笔法、结构特征

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

学生书法 20练

笔法篇

欧阳询《九成宫醴泉铭》

张百军 主编

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

学生书法20练. 笔法篇. 欧阳询《九成宫醴泉铭》 /
张百军主编. —合肥: 安徽美术出版社, 2014.7
ISBN 978-7-5398-5202-7

I. ①学… II. ①张… III. ①楷书—书法—中小学—
教学参考资料 IV. ①G634.955.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第143905号

学 生 书 法 2 0 练 笔 法 篇

欧阳询《九成宫醴泉铭》

XUESHENG SHUFA 20 LIAN

张百军 主编

出 版 人: 武忠平

责任编辑: 秦金根 徐琳祺

责任校对: 司开江 林晓晓

装帧设计: 徽韵书坊

责任印制: 徐海燕

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司

安徽美术出版社 (<http://www.ahmscbs.com>)

地 址: 合肥市政务文化新区翡翠路1118号

出版传媒广场14F 邮编: 230071

营 销 部: 0551-63533604 (省内)

0551-63533607 (省外)

印 制: 安徽明星印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印 张: 3

版 次: 2014 年 9 月第 1 版

2014 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5398-5202-7

定 价: 12.80元

如发现印装质量问题, 请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问: 安徽承义律师事务所 孙卫东律师



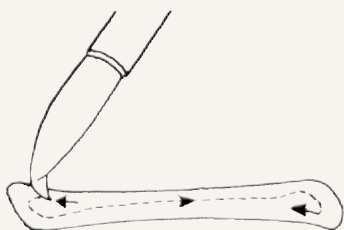
毛笔书写示意图



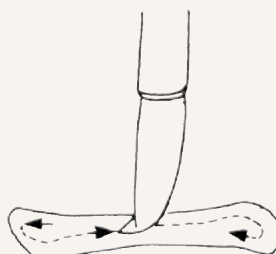
毛笔书写姿势示意图



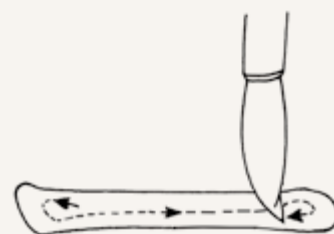
毛笔书写执笔示意图



逆锋起笔



中锋行笔



回锋收笔

毛笔书写的运笔方法示意图

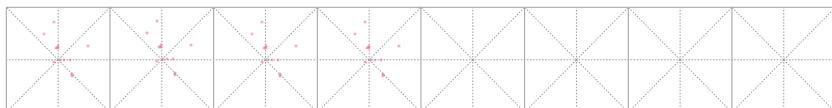
目 录

第 1 练	垂 点	1
第 2 练	竖 点	3
第 3 练	短 横	5
第 4 练	长 横	7
第 5 练	垂露竖	9
第 6 练	悬针竖	11
第 7 练	平 撇	13
第 8 练	竖 撇	15
第 9 练	曲头撇	17
第 10 练	斜 捺	19
第 11 练	平 捺	21
第 12 练	弯 钩	23
第 13 练	戈 钩	25
第 14 练	卧 钩	27
第 15 练	竖弯钩	29
第 16 练	横折钩	31
第 17 练	竖 折	33
第 18 练	横 折	35
第 19 练	撇 折	37
第 20 练	走之折	39
附 录	欧阳询《九成宫醴泉铭》（局部）	41

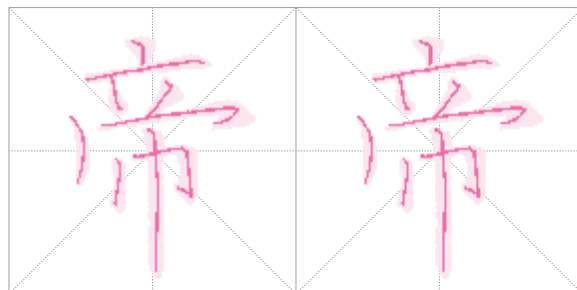
第 1 练 垂 点



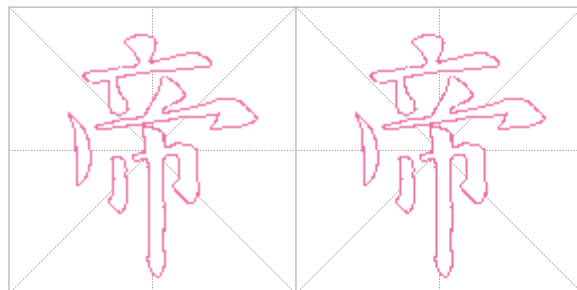
垂点逆锋起笔，由轻到重行笔，转锋铺毫，再向下垂直行笔，回锋略收。“帝”字的垂点居中，像高峰坠石。



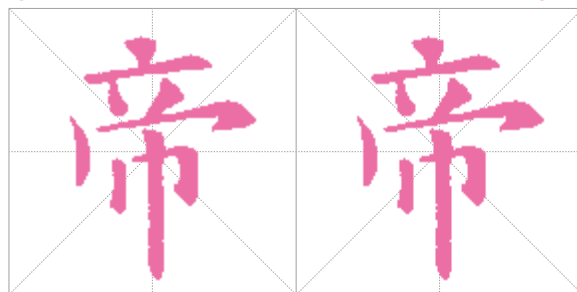
用钢笔单钩



用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

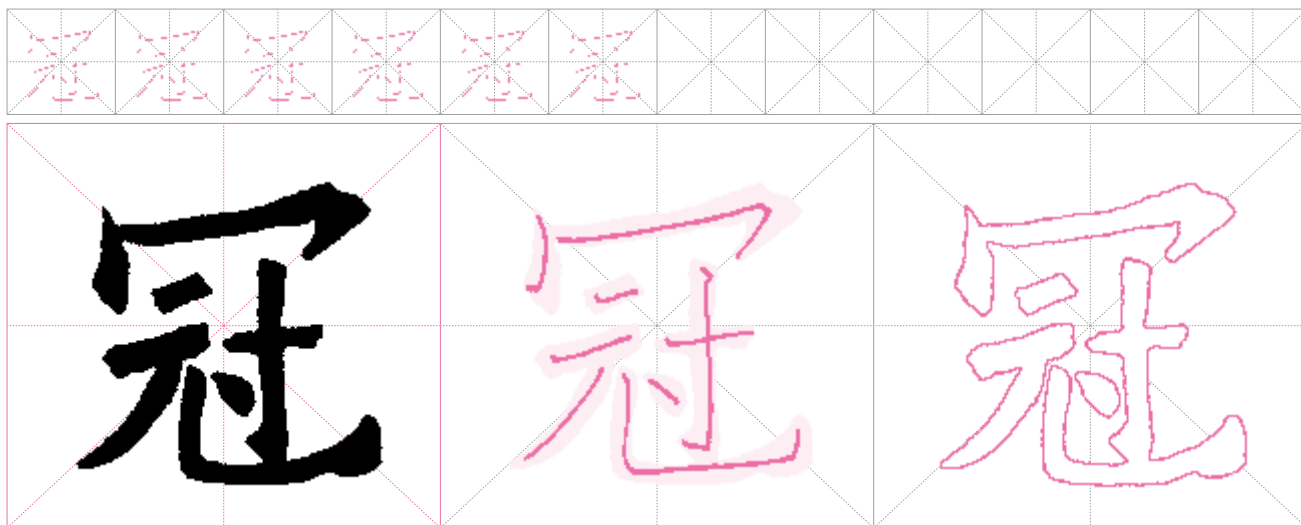


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

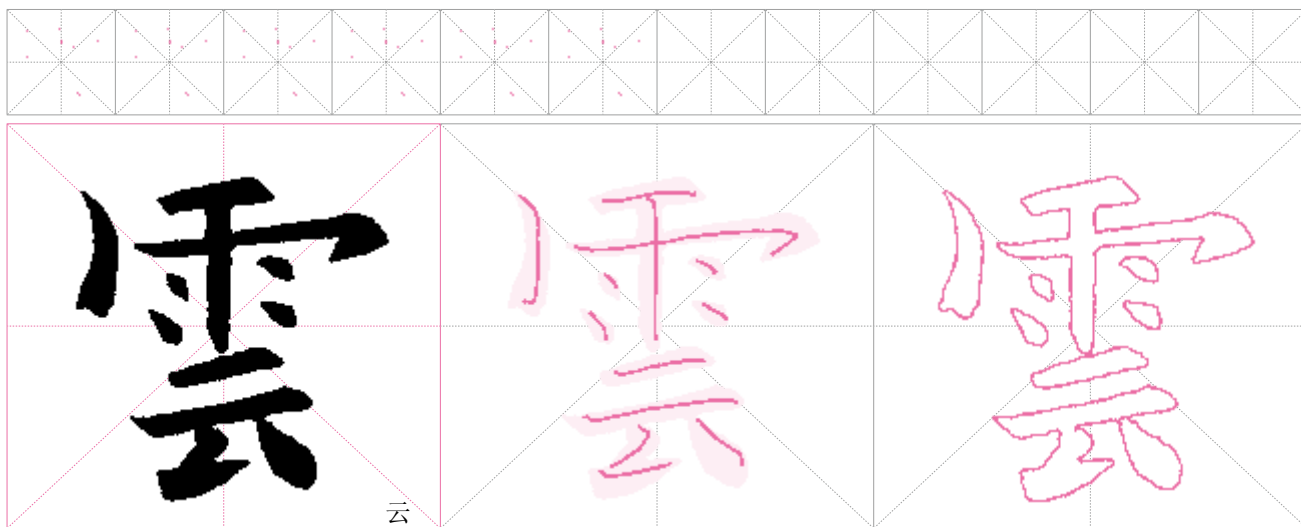


举一反三

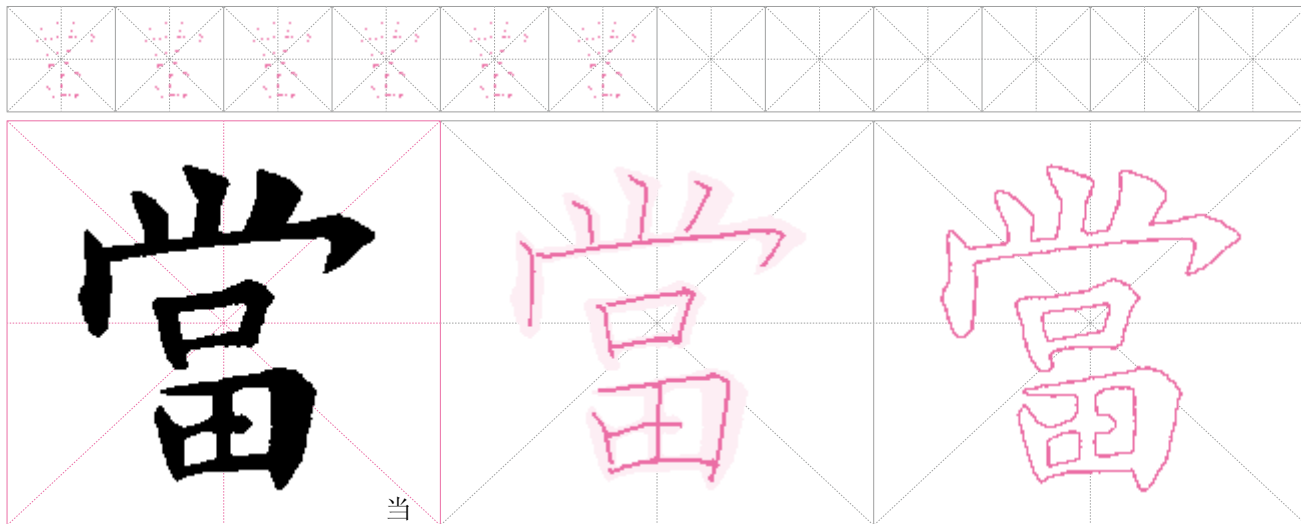
“冠”的垂点略斜，前轻后重。



“云”的垂点前轻后重，收笔圆中见方。



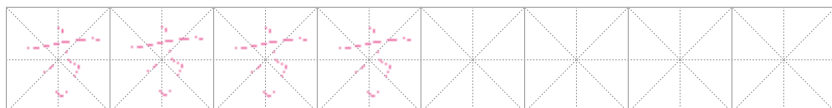
“当”的垂点直截，书写时像短撇。



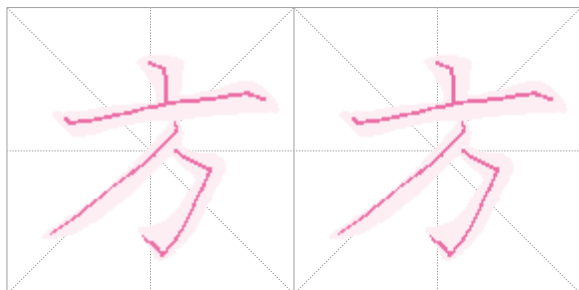
第②练 竖 点



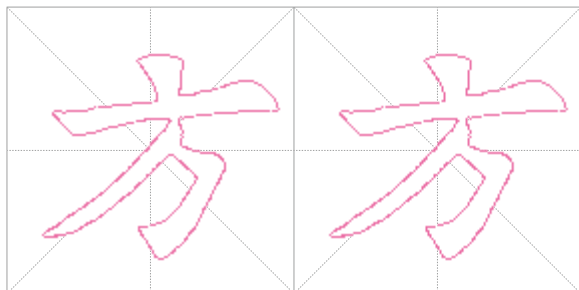
竖点顺锋方切起笔后，由轻到重行笔，下按后回锋收笔。“方”字的点方劲有力，居中。



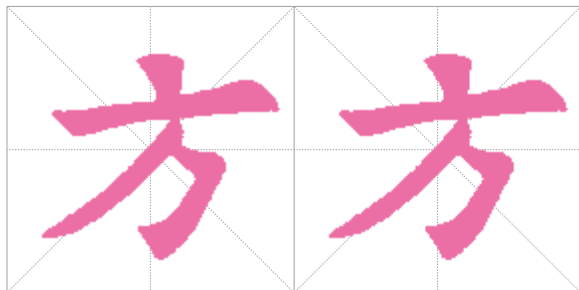
用钢笔单钩



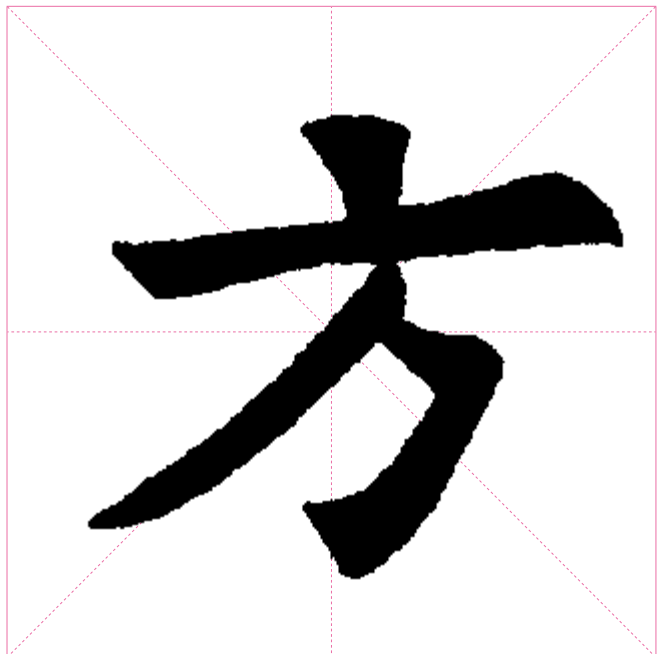
用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

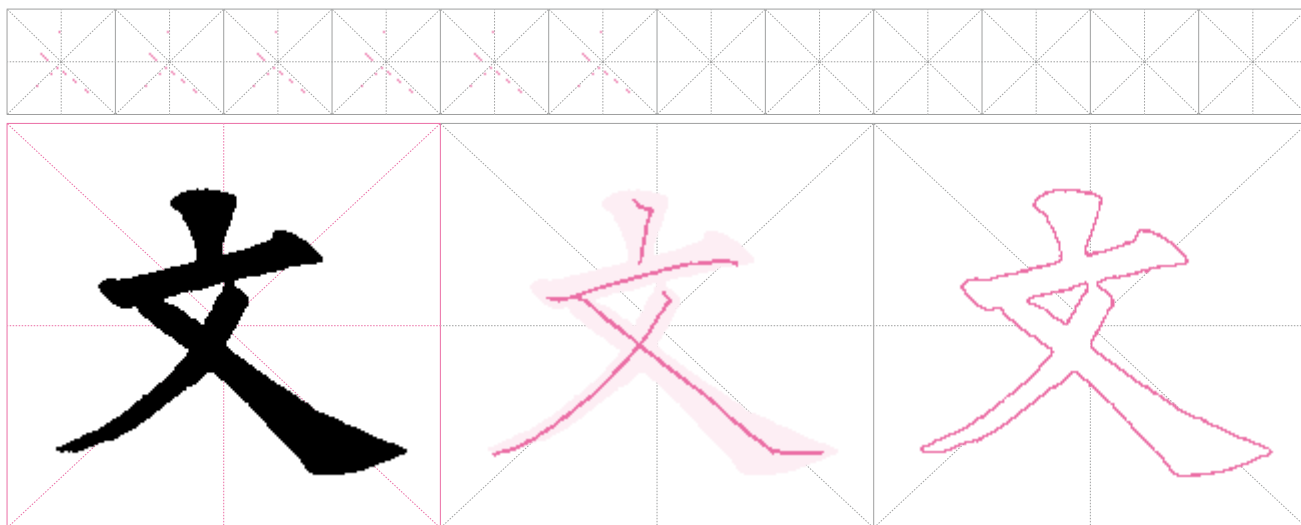


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

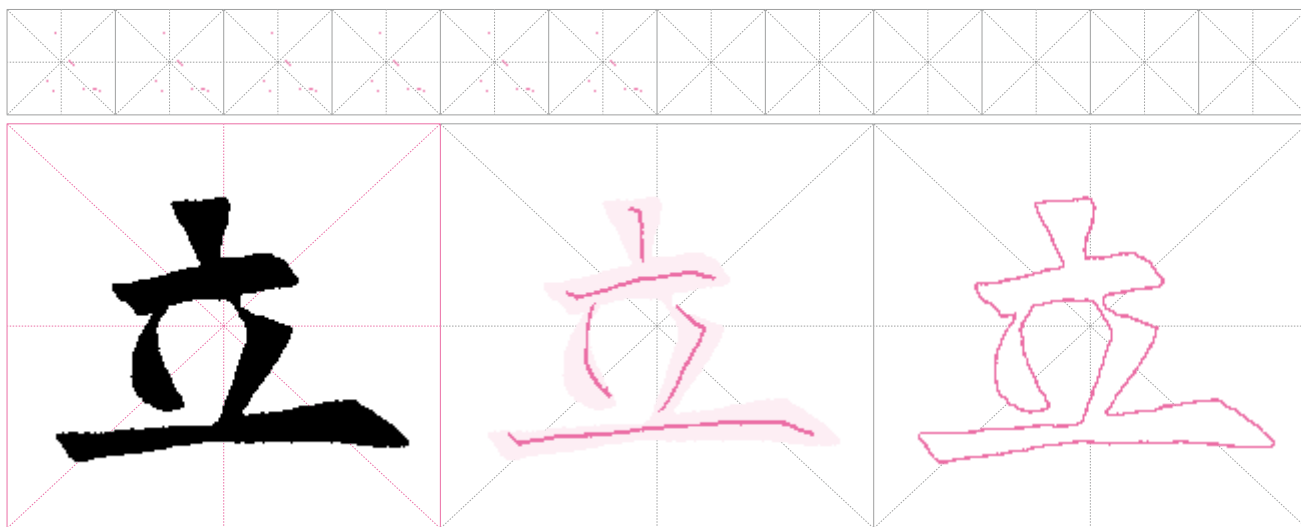


举一反三

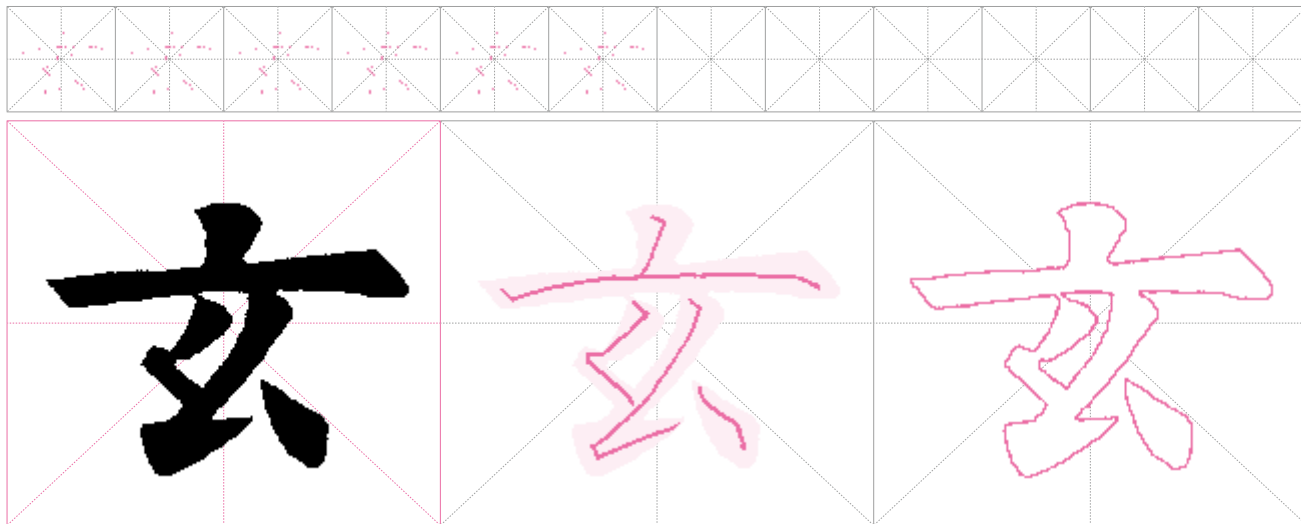
“文”的竖点重，方折明显，力量感强。



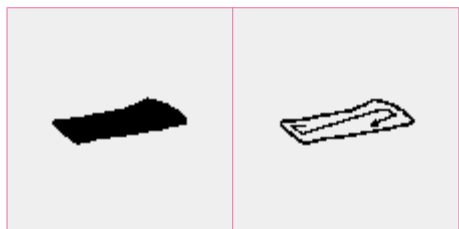
“立”的竖点像倒三角形，略向右下斜。



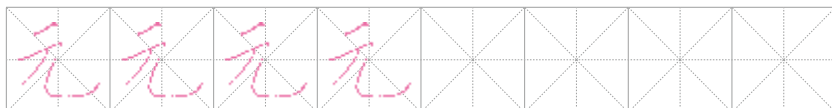
“玄”的竖点像倒三角形，略向左下斜。



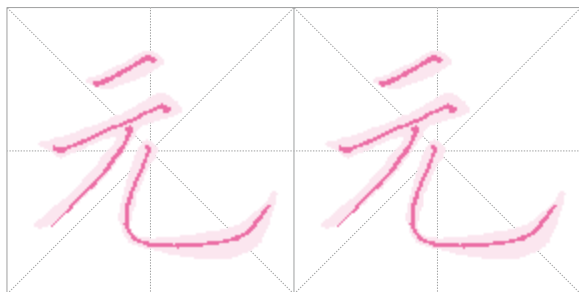
第③练 短 横



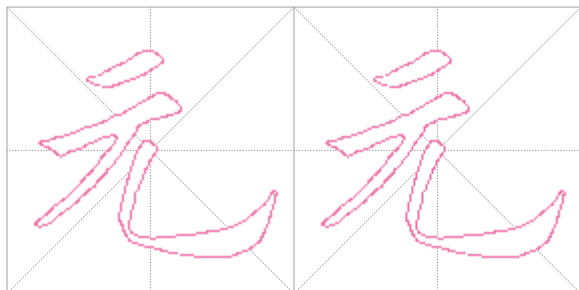
短横逆锋方起，转锋铺毫向右上行笔，至末尾略顿回锋收笔，收笔方劲。“元”字的短横右上取势，与长横平行。



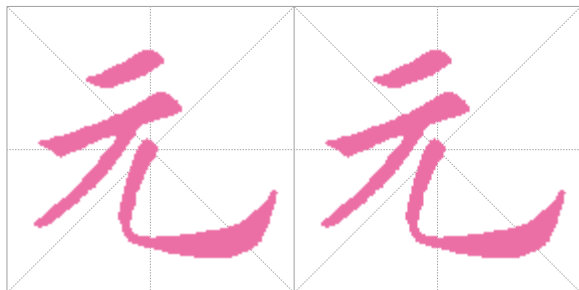
用钢笔单钩



用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

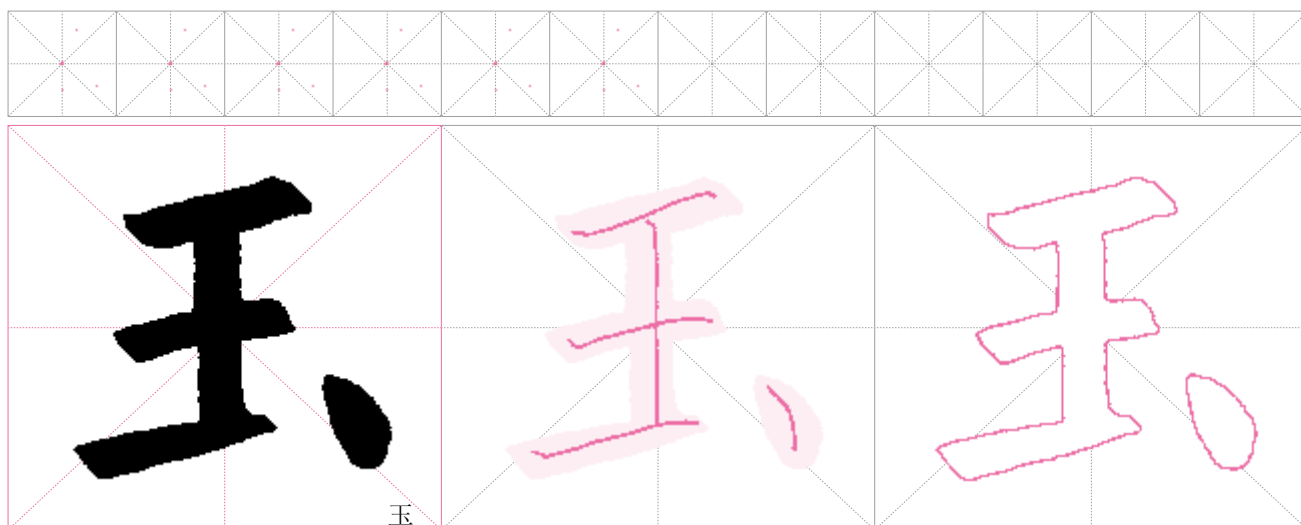


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

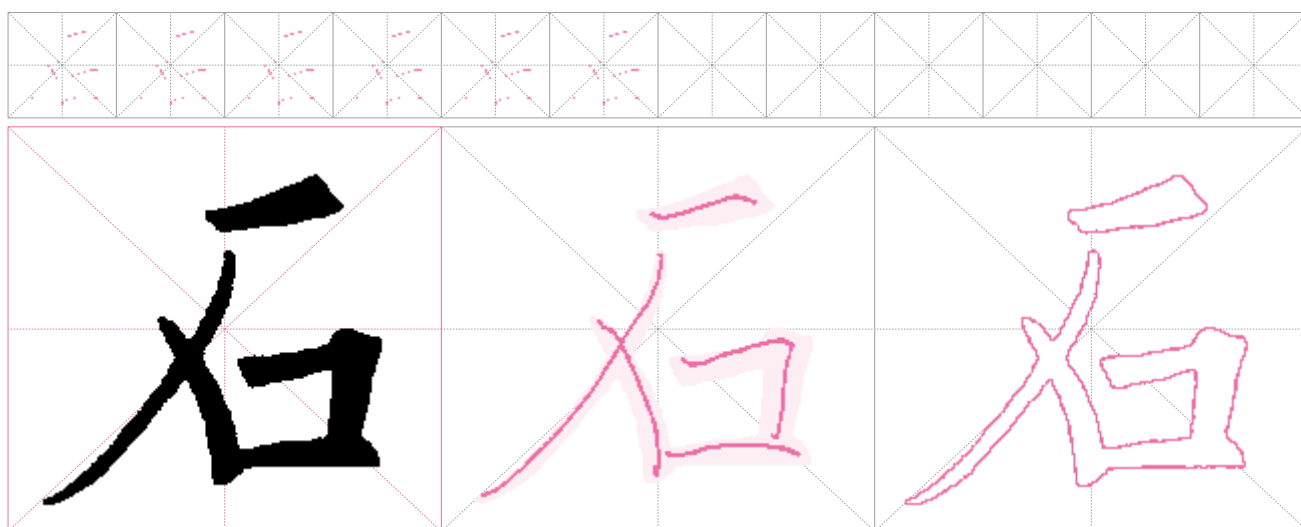


举一反三

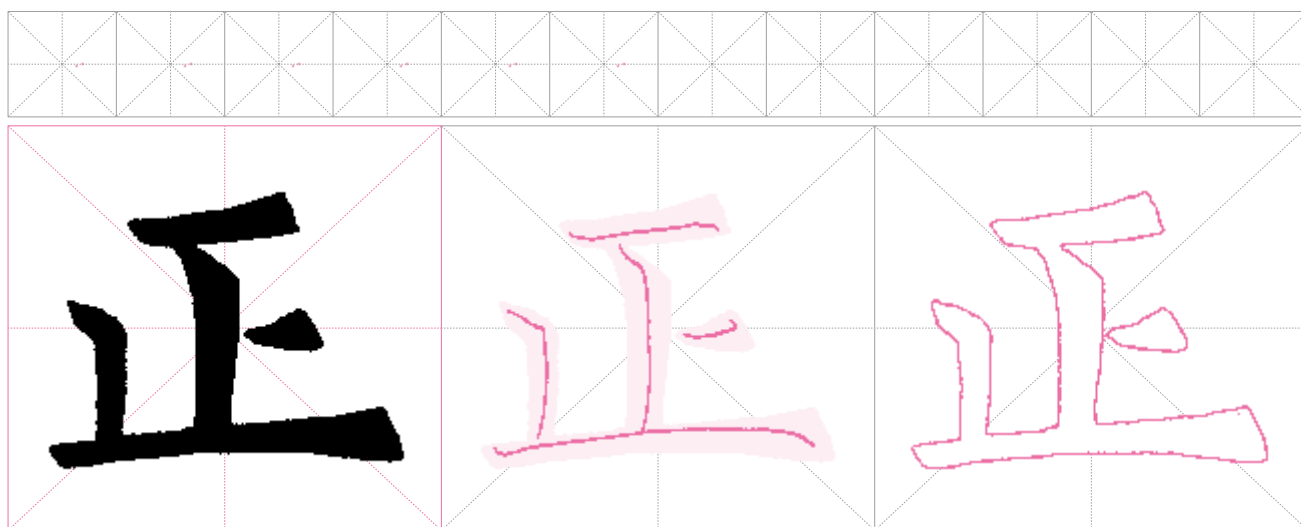
“玉”的短横方切起笔，果断直截。



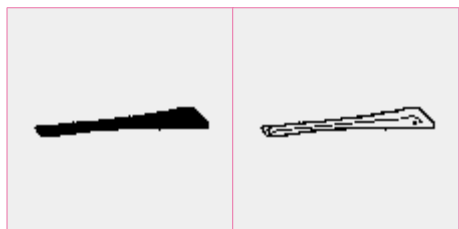
“石”的短横为左尖横，露锋起笔，由轻到重。



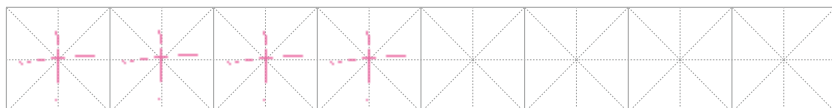
“正”的短横都是露尖横，与底横平行。



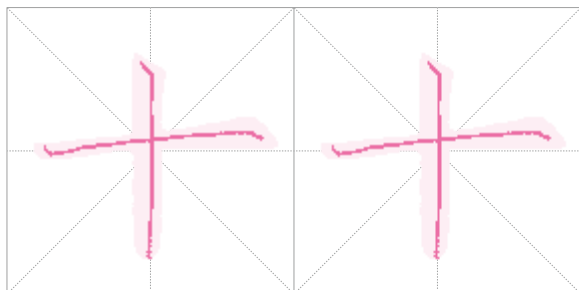
第4练 长 横



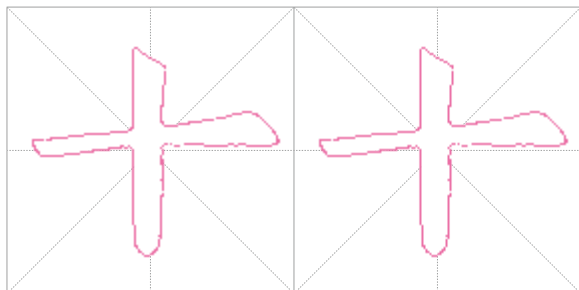
长横逆锋方起，转锋铺毫向右行笔，边行边提，再边行边按，至末尾略顿回锋收笔，收笔形方。“十”字的长横取势较平，在字的结构中起着平衡的作用。



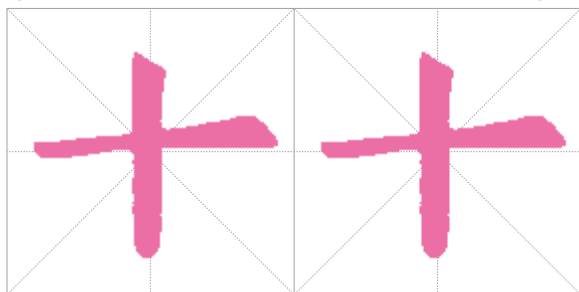
用钢笔单钩



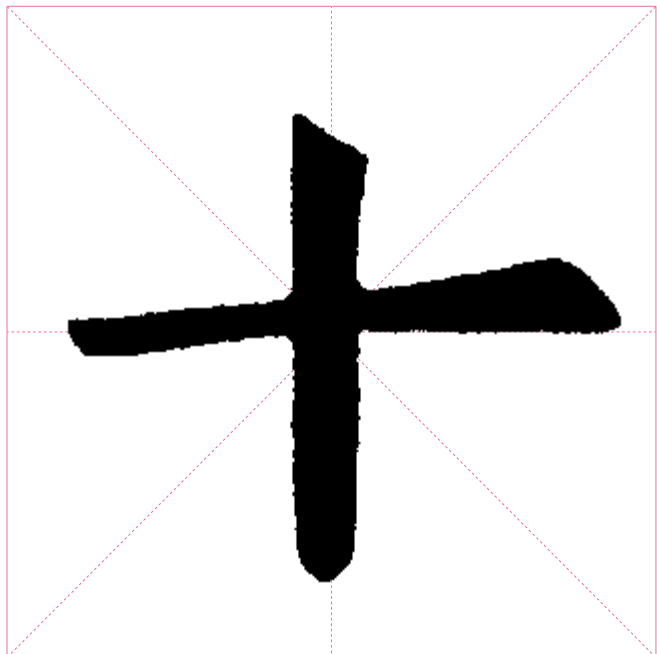
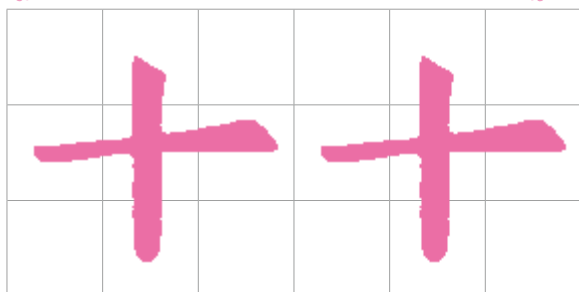
用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

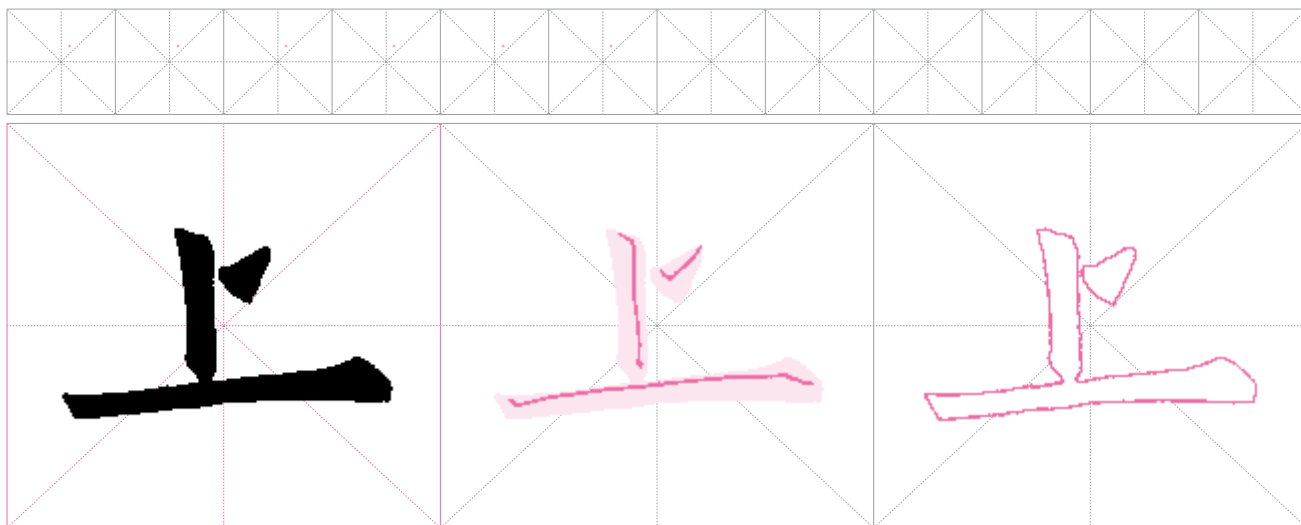


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

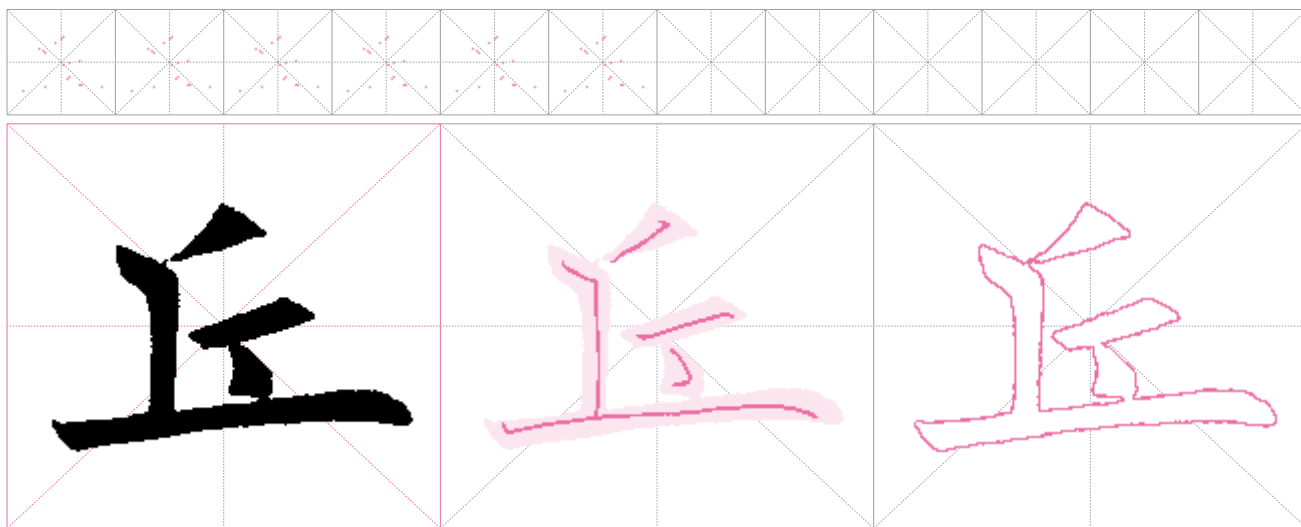


举一反三

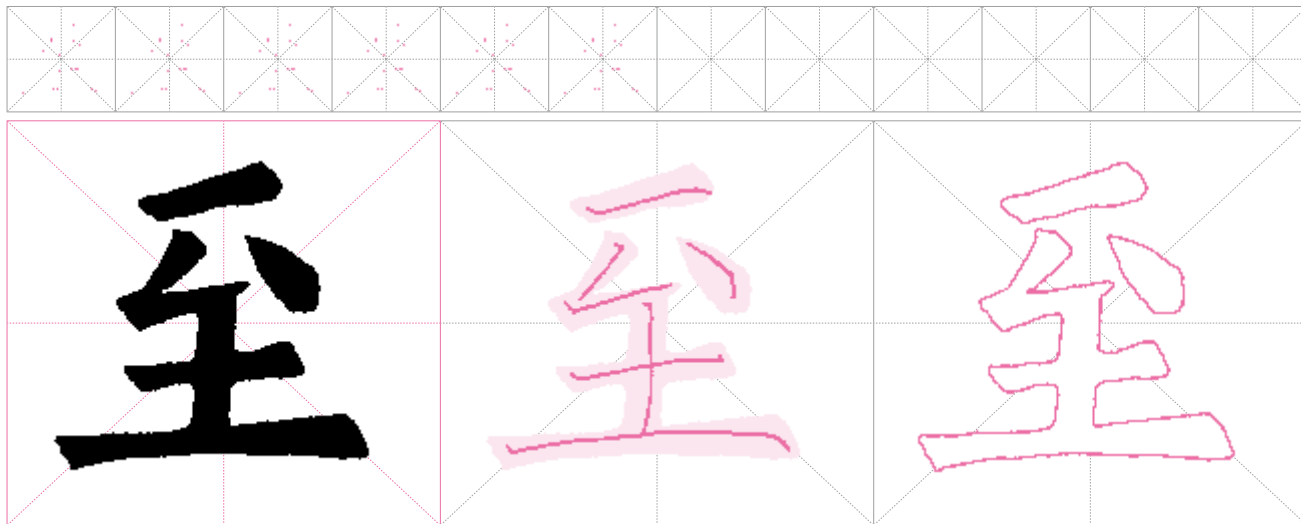
“上”的长横细劲挺拔，收笔较重。



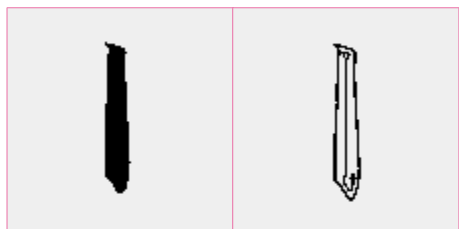
“丘”的长横直而劲，托底平衡。



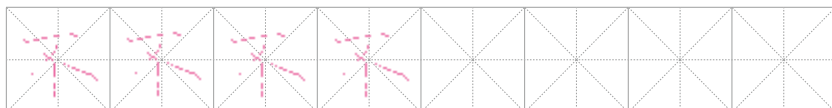
“至”的长横两头粗，中间略细。



第 5 练 垂露竖



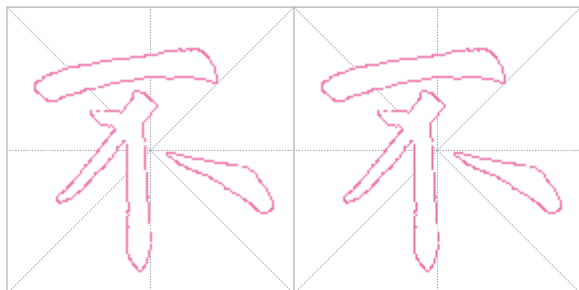
垂露竖逆锋方起，转锋向下，中锋行笔，至末尾略顿回锋收笔，收笔饱满。“不”中竖挺拔，支撑重心。



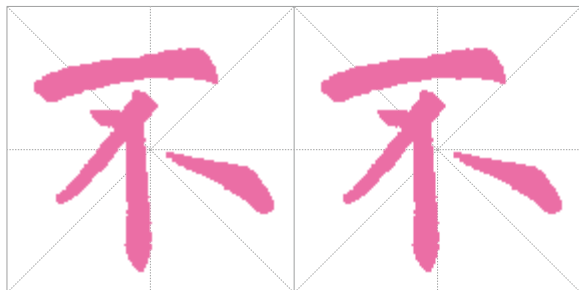
用钢笔单钩



用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

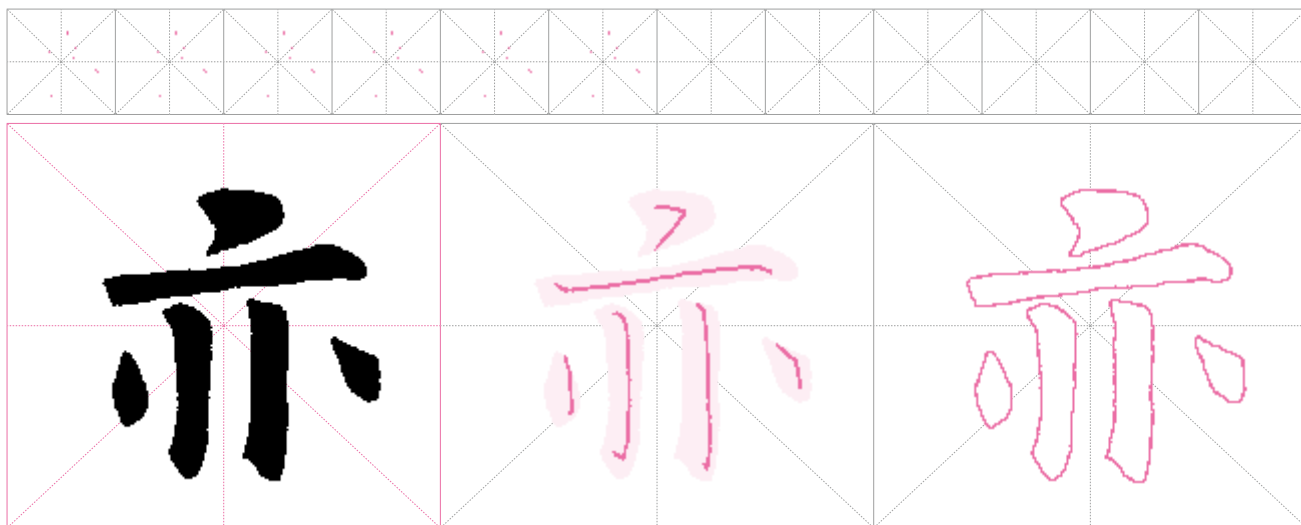


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

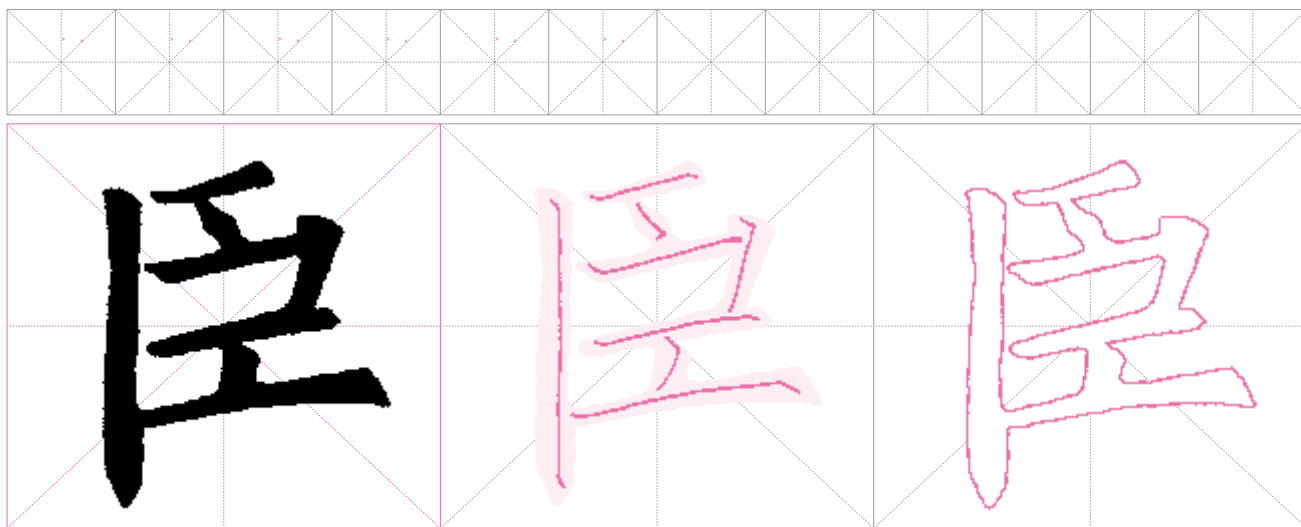


举一反三

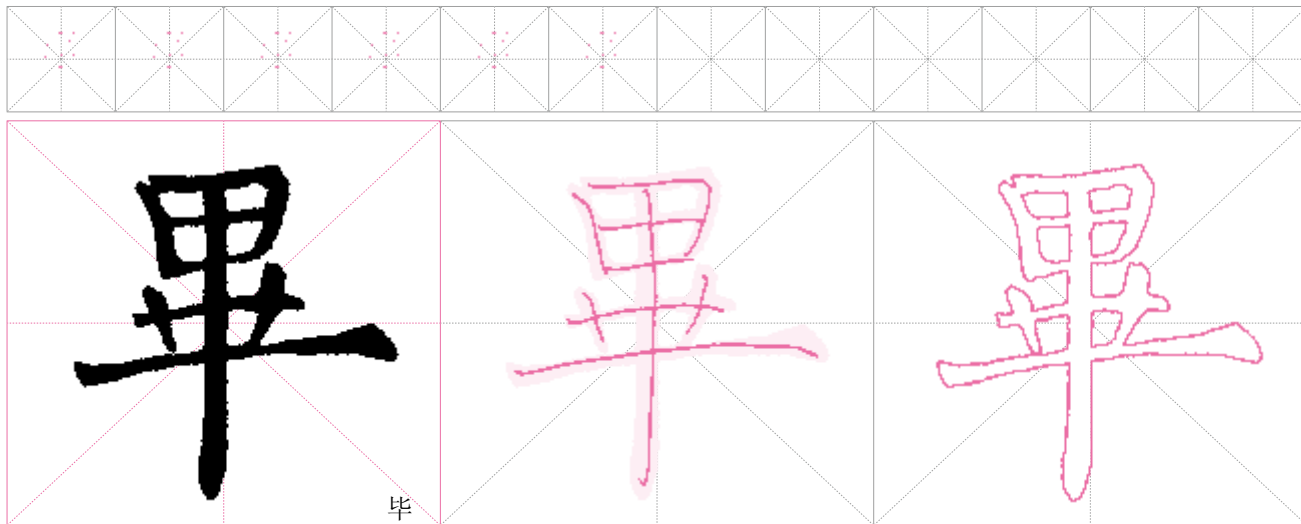
“亦”的垂露竖厚重，与左竖相向平行排列。



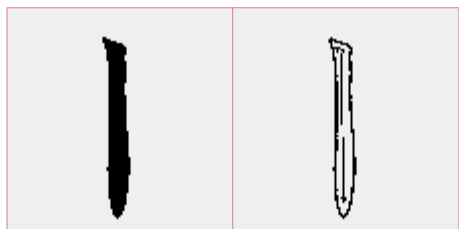
“臣”的垂露竖厚重，略有弹性。



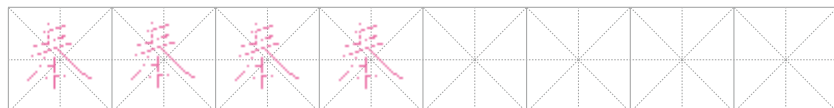
“毕”字的中竖为垂露竖，饱满有力，是字中的主笔，支撑字的结构。



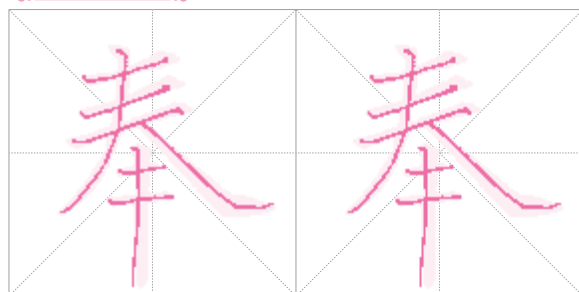
第 6 练 悬针竖



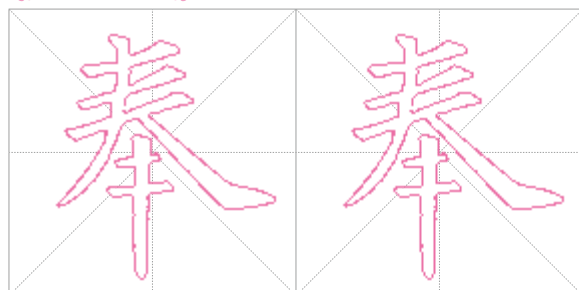
悬针竖逆锋方起，转锋向下，中锋行笔，至末尾略顿渐行渐提，直至出锋。“奉”字的悬针竖出锋饱满有力，居中支撑重心。



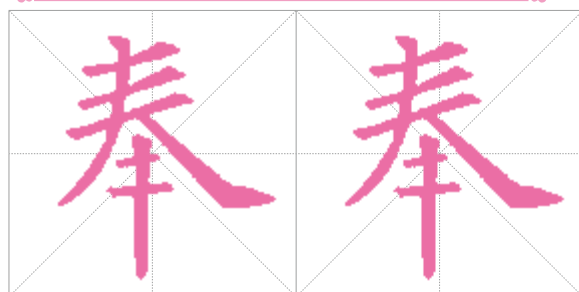
用钢笔单钩



用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

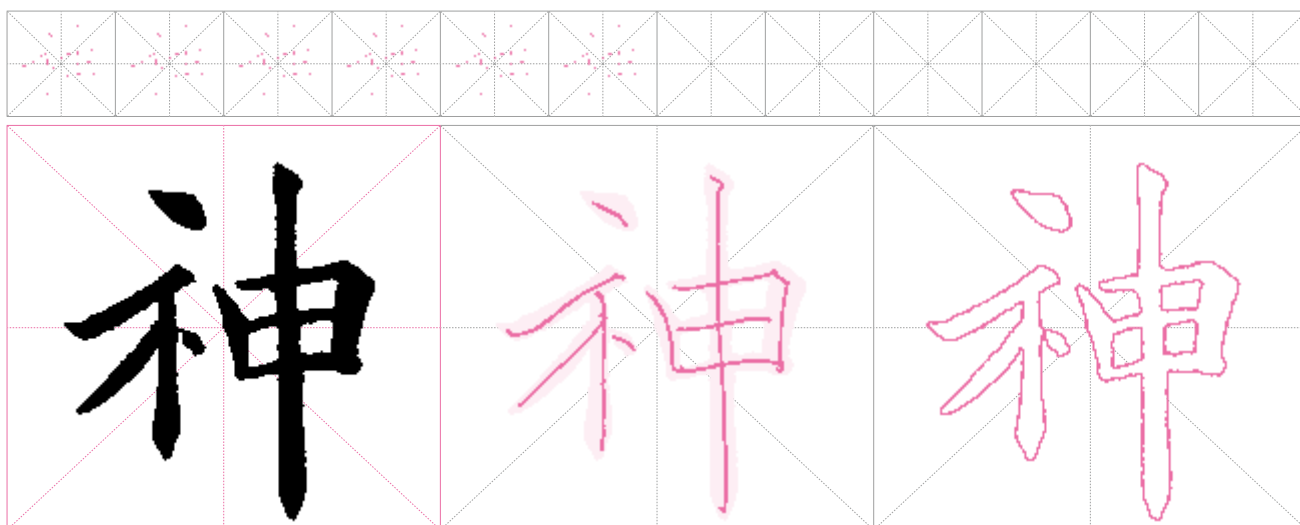


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

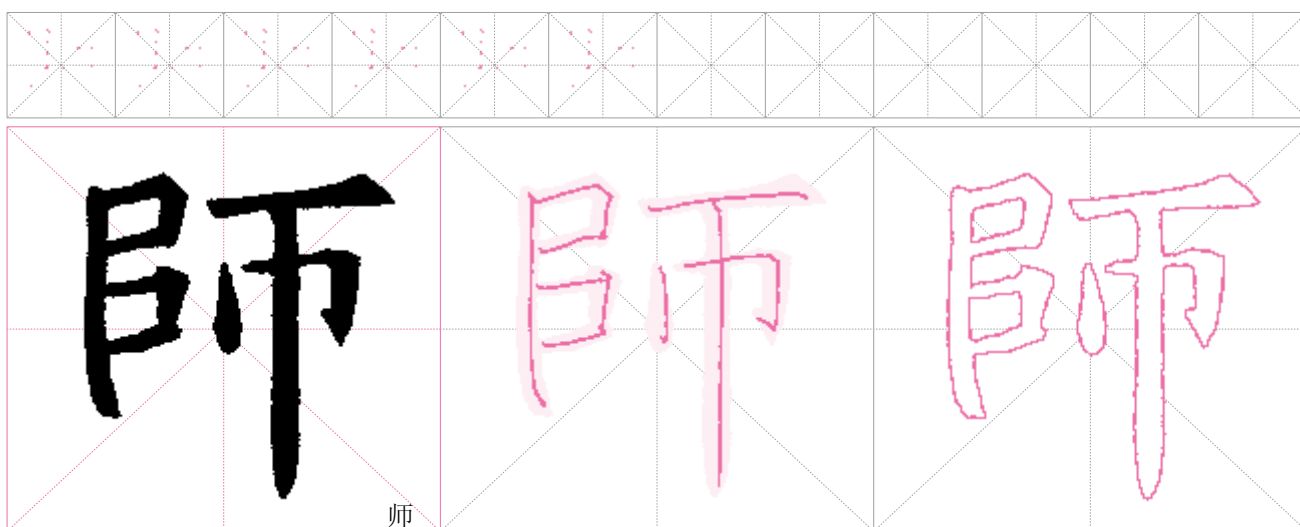


举一反三

“神”的悬针竖饱满而有弹性，与左竖平行，支撑结构。



“师”的悬针竖中劲，与左竖相呼应。



“辟”的悬针竖饱满厚重，是字之主干。

