

学生书法

20练

笔法篇

颜真卿《多宝塔碑》

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

颜真卿《多宝塔碑》

张百军 主编

安徽美苑出版社
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. 颜真卿《多宝塔碑》 / 张百军主编. — 合肥: 安徽美术出版社, 2014.7
ISBN 978-7-5398-5204-1

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143747号

学生书法20练 笔法篇

颜真卿《多宝塔碑》

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 陈芳芳
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 978-7-5398-5204-1
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



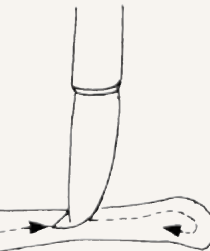
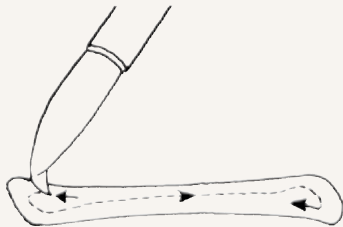
毛笔书写姿势示意图



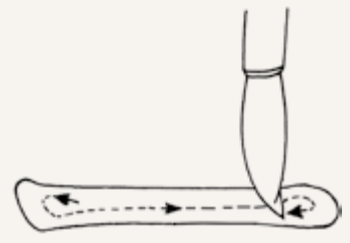
毛笔书写执笔示意图



逆锋起笔



中锋行笔



回锋收笔

毛笔书写的运笔方法示意图

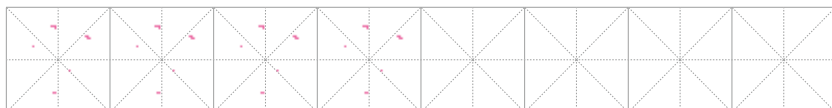
目 录

第 1 练	竖 点	1
第 2 练	斜 点	3
第 3 练	垂 点	5
第 4 练	长 横	7
第 5 练	短 横	9
第 6 练	悬针竖	11
第 7 练	垂露竖	13
第 8 练	短 撇	15
第 9 练	长 撇	17
第 10 练	竖 撇	19
第 11 练	回锋撇	21
第 12 练	斜 捺	23
第 13 练	平 捺	25
第 14 练	反 捺	27
第 15 练	竖 钩	29
第 16 练	竖 提	31
第 17 练	斜 钩	33
第 18 练	竖弯钩	35
第 19 练	横 折	37
第 20 练	竖 折	39
附 录	颜真卿《多宝塔碑》（局部）	41

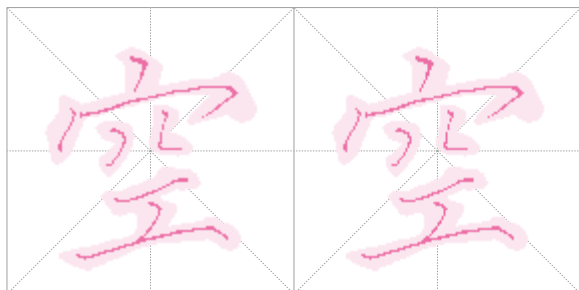
第 1 练 竖 点



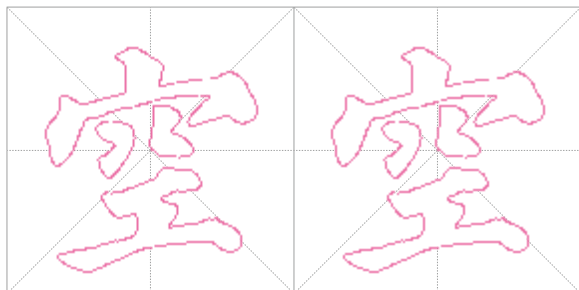
竖点逆锋起笔后，转锋铺毫向下行笔，下按后回锋收笔。“空”字的竖点厚实有力，与左点呼应。



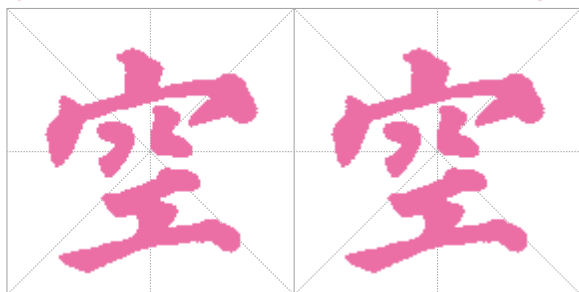
用钢笔单钩



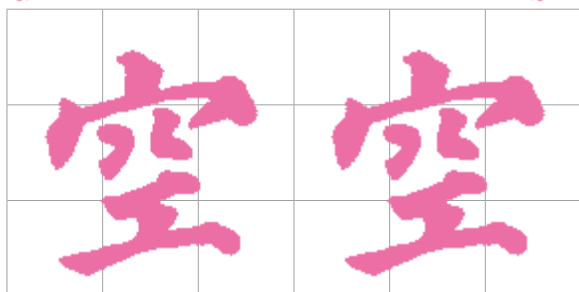
用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

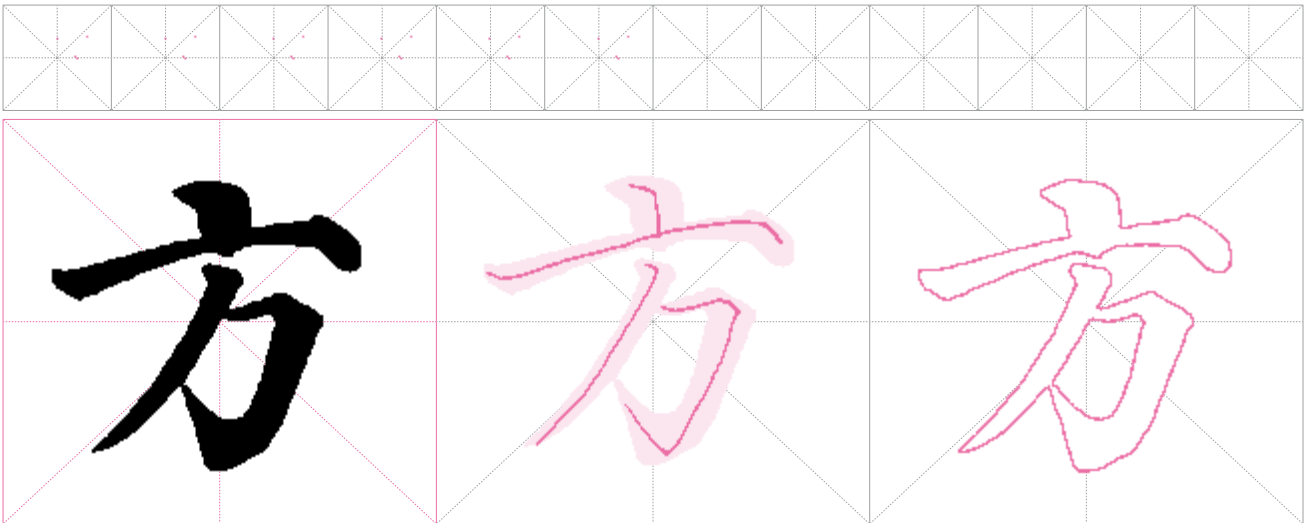


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

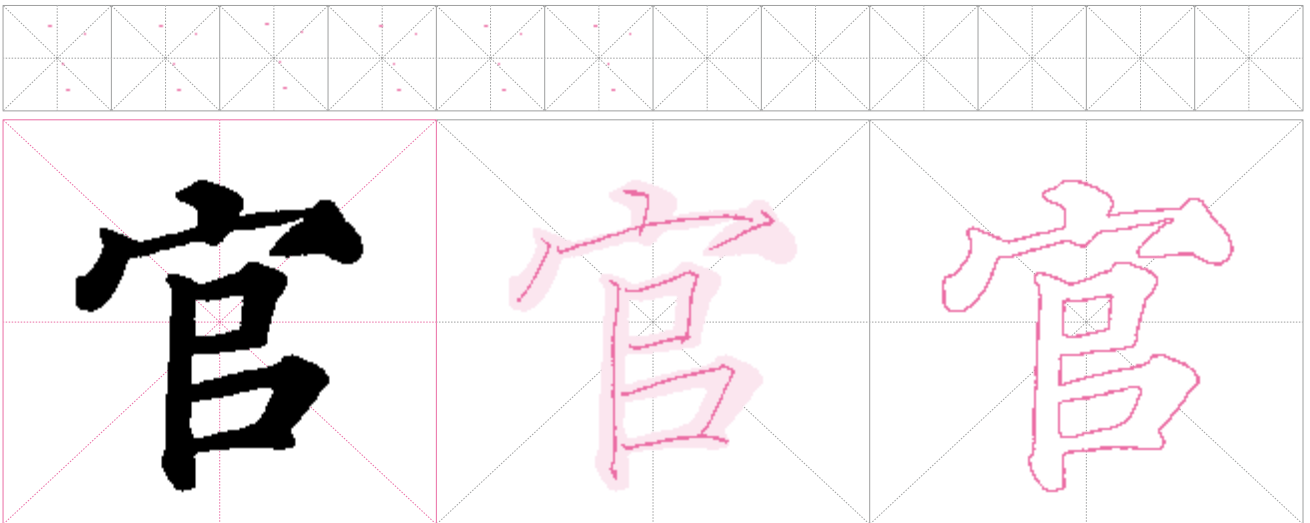


举一反三

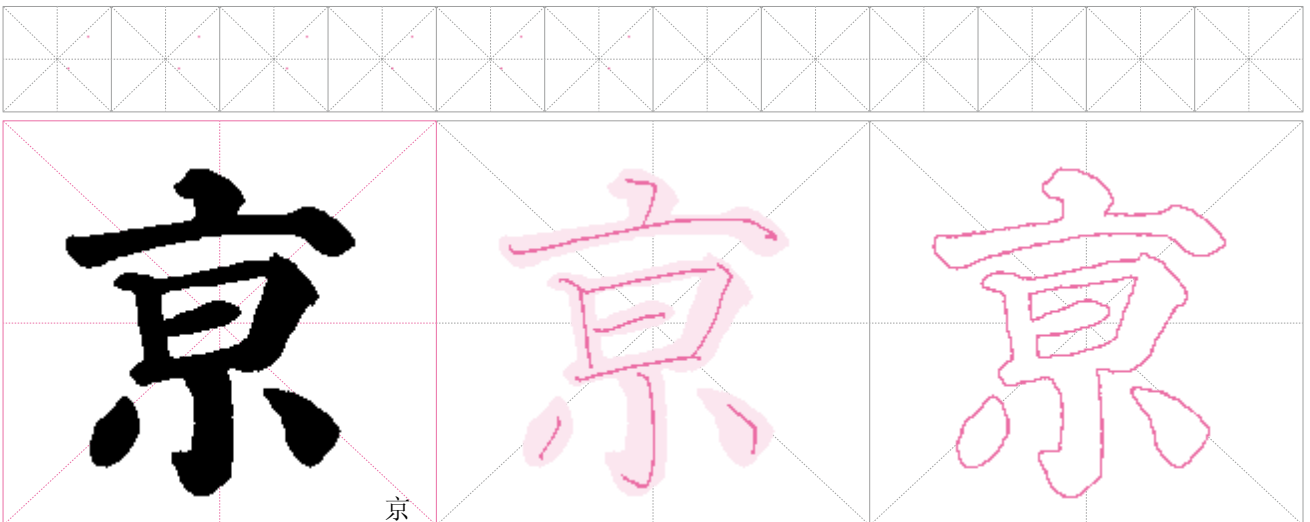
“方”的竖点厚重，向左下方向呼应横画。



“官”的竖点头重，方向垂直。



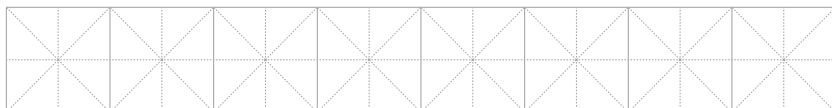
“京”的竖点方向垂直，短而挺拔。



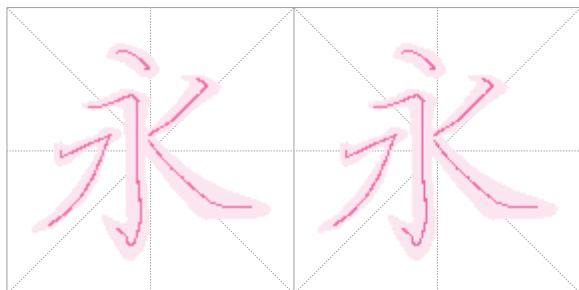
第 2 练 斜 点



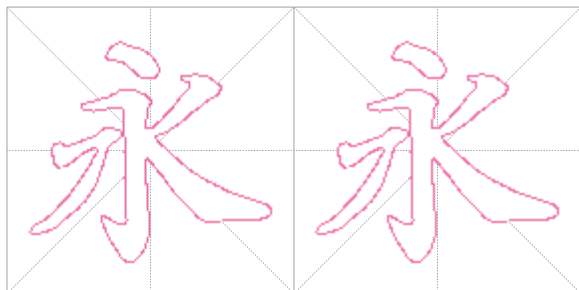
斜点逆锋起笔，由轻到重向右下行笔，至末尾回锋略收。“永”字的斜点居中，与中竖钩呼应。



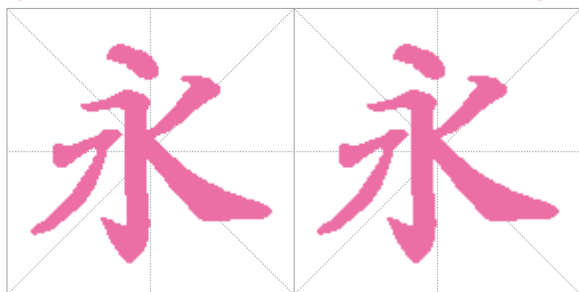
用钢笔单钩



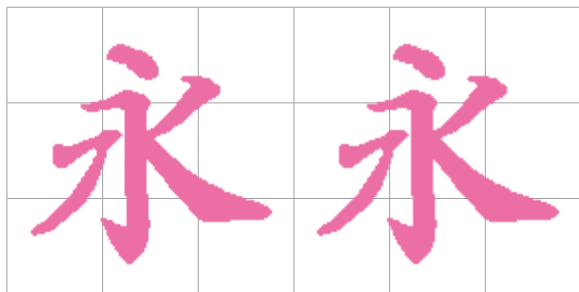
用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

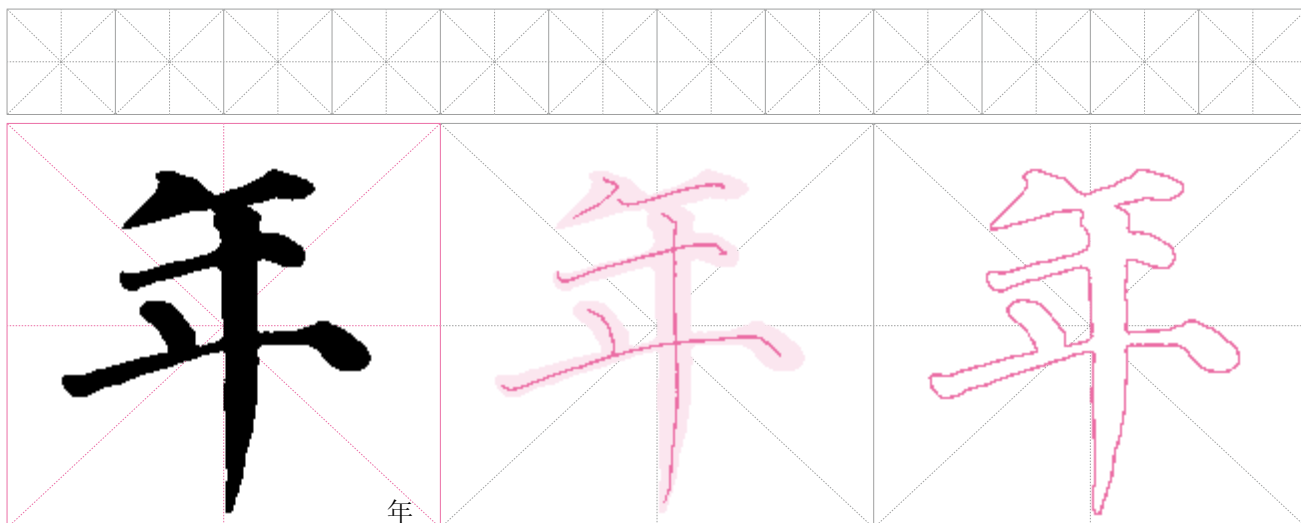


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

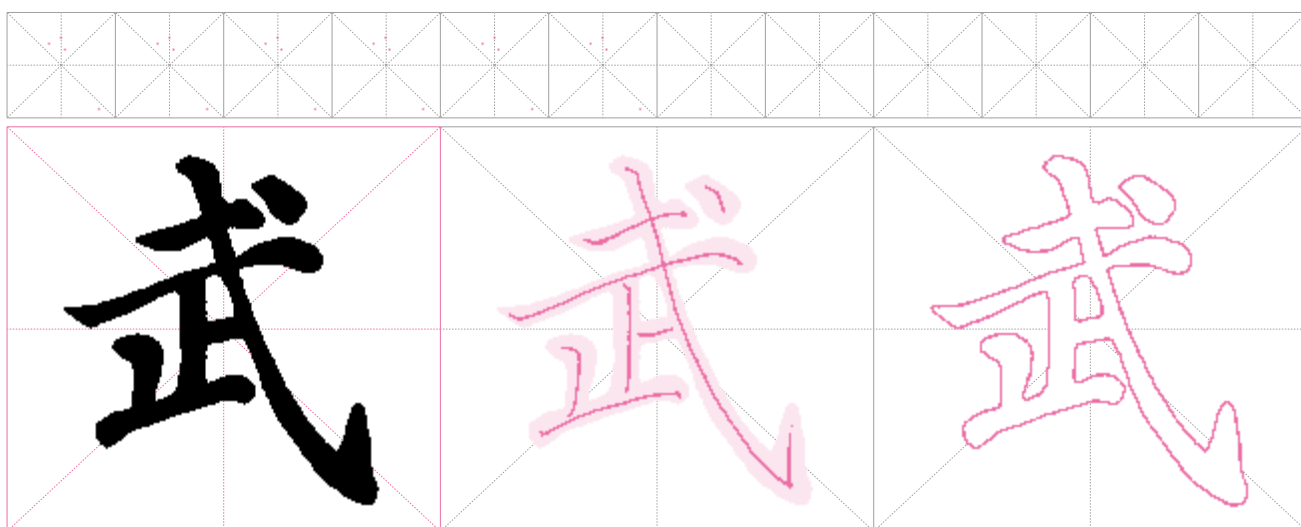


举一反三

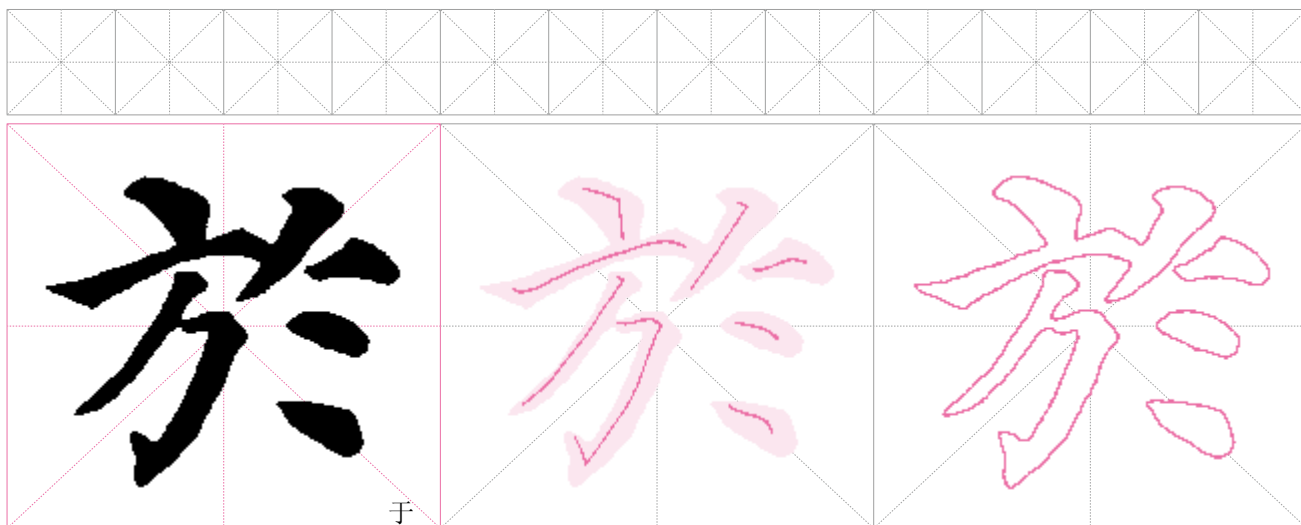
“年”的斜点向左下，与长横呼应。



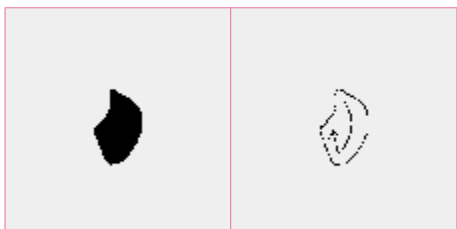
“武”的斜点前轻后重，收笔饱满圆劲。



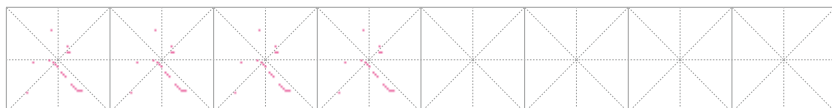
“于”的斜点方劲厚重，藏露不同。



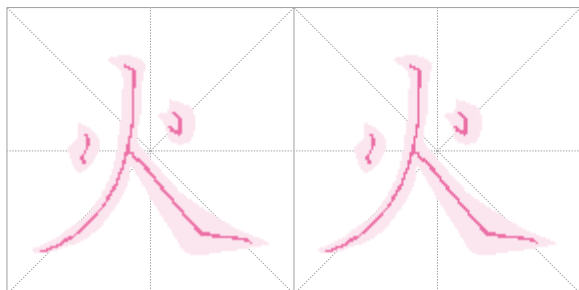
第 3 练 垂 点



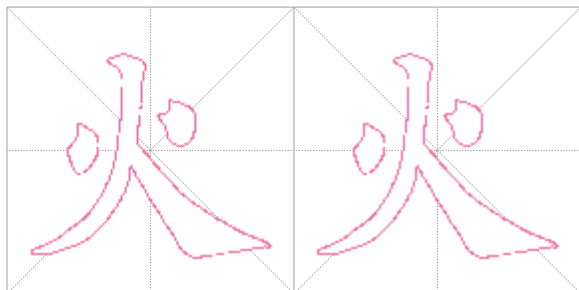
垂点顺锋起笔，由轻到重行笔，再向下垂直行笔，回锋略收。“火”字的垂点与右点呼应。



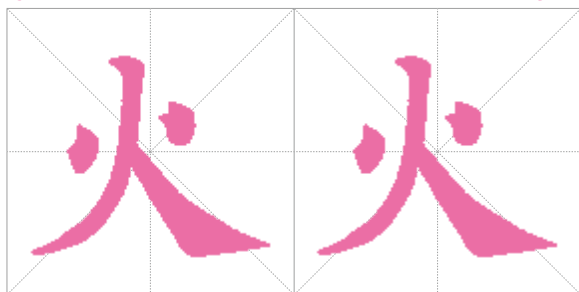
用钢笔单钩



用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

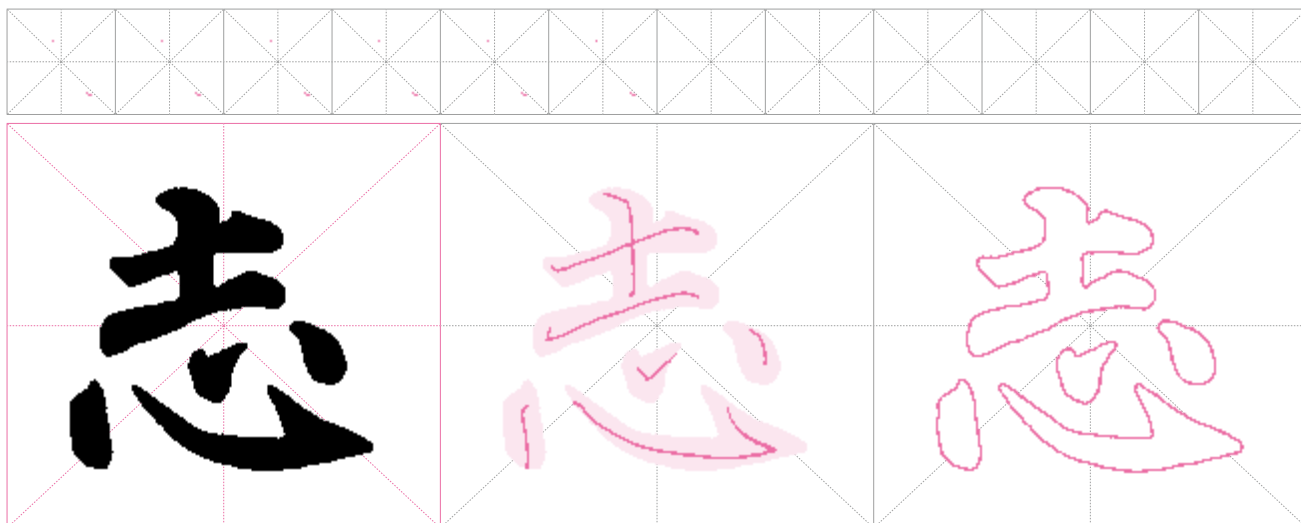


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

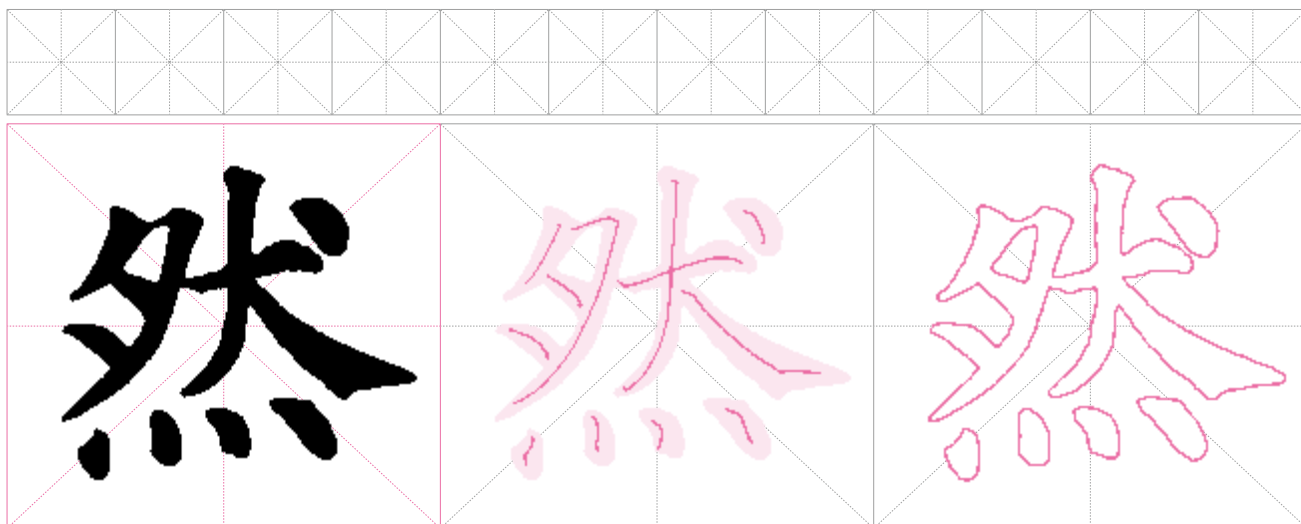


举一反三

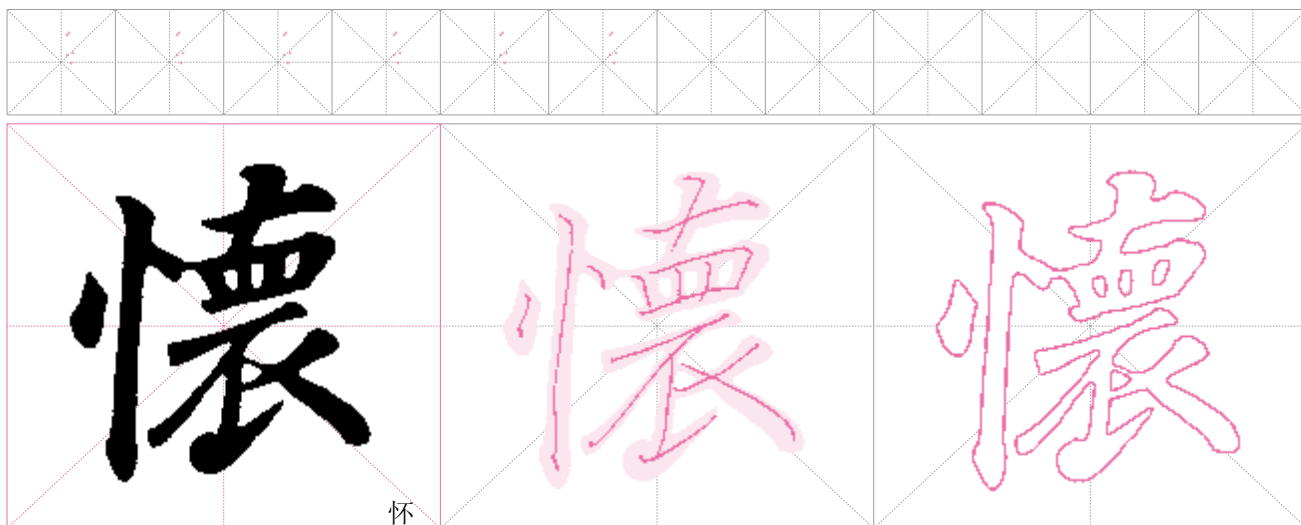
“志”的垂点垂直，并与其他两点呼应。



“然”的垂点相互呼应。



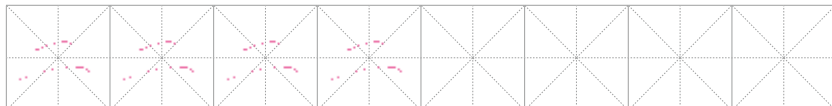
“怀”的垂点直截，回锋收笔，并与右点呼应。



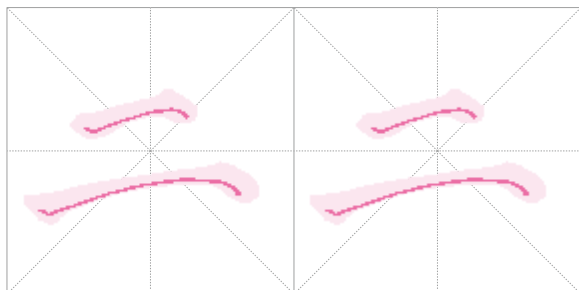
第4练 长横



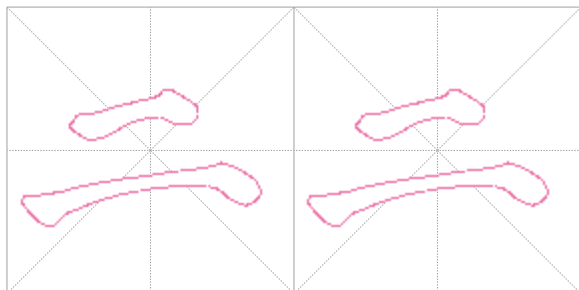
长横逆锋起笔，转锋铺毫向右行笔，边行边提，再边行边按，至末尾略顿回锋收笔。“二”字的长横略右上取势，在字的结构中是主笔，起着平衡的作用。



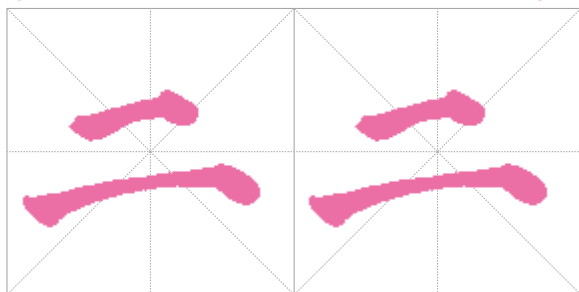
用钢笔单钩



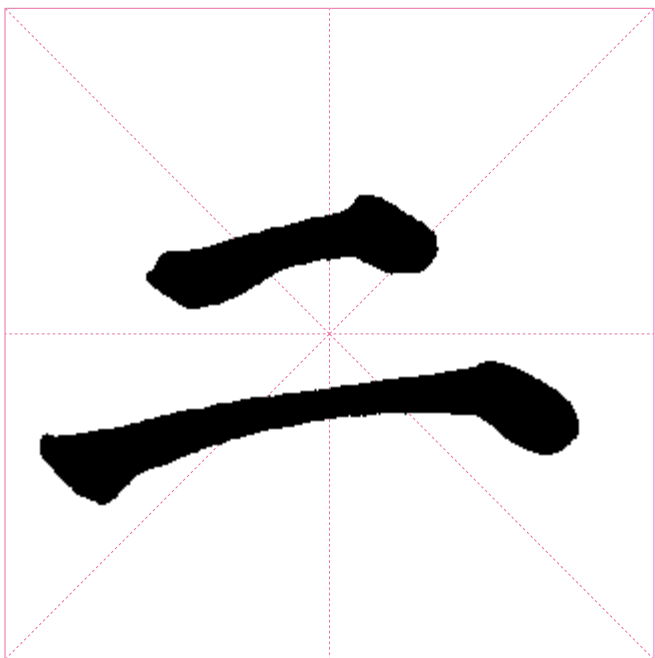
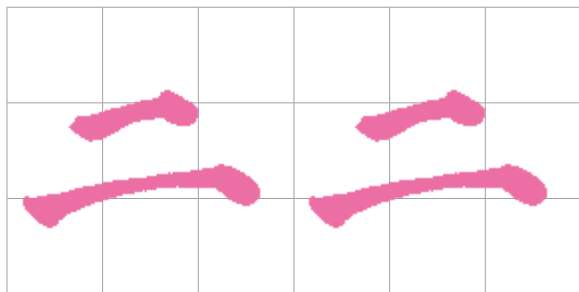
用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

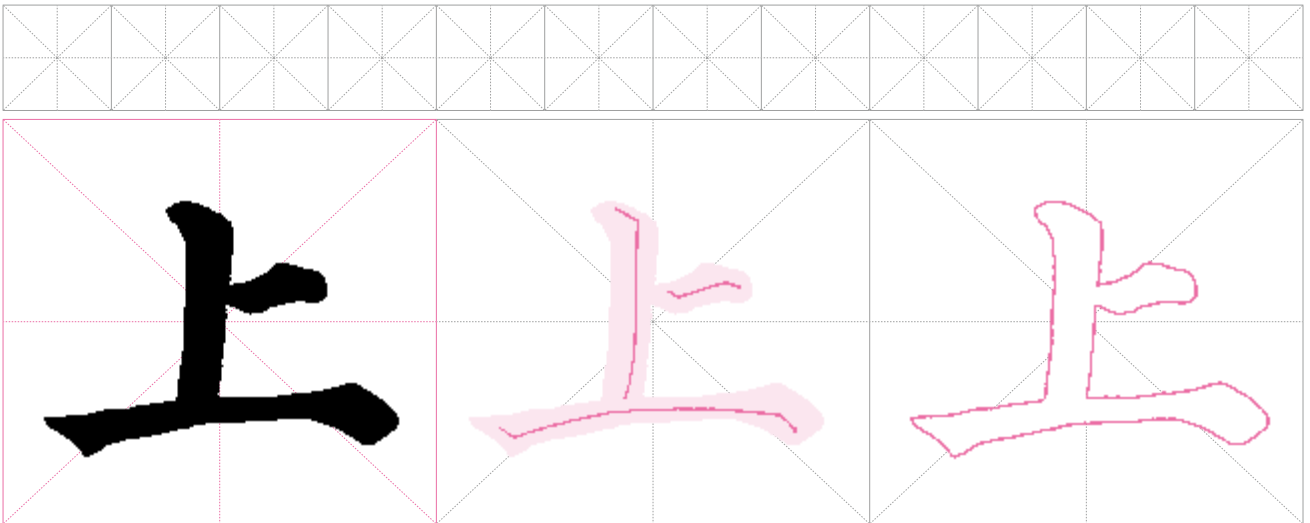


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

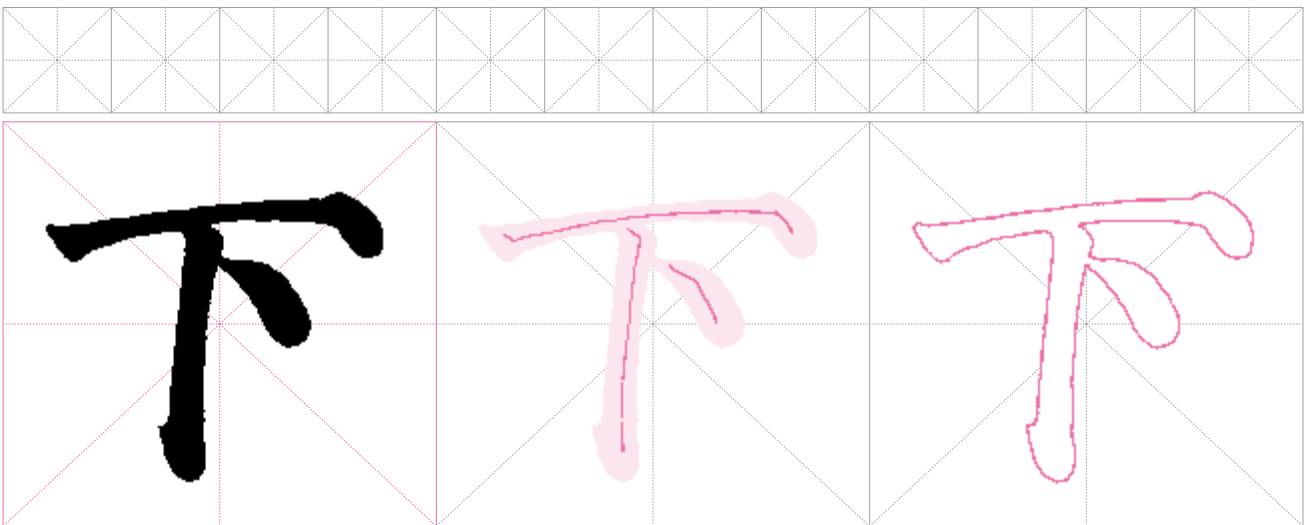


举一反三

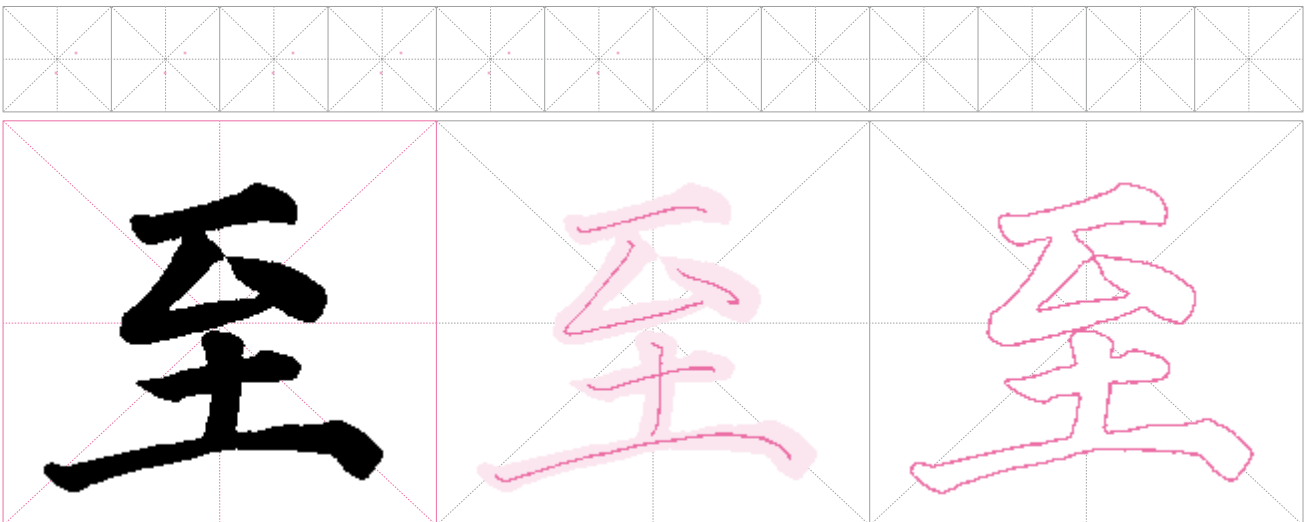
“上”的长横直而劲，托底平衡。



“下”的长横细劲挺拔，收笔较重，略有弧度。



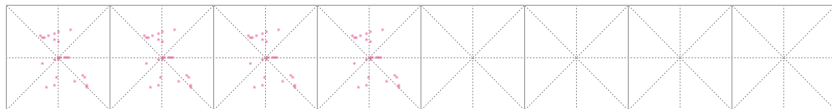
“至”的长横挺拔有力，托底承重。



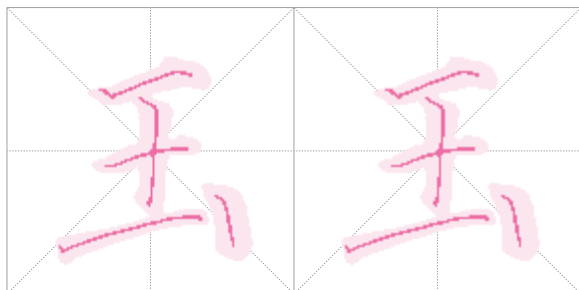
第 5 练 短 横



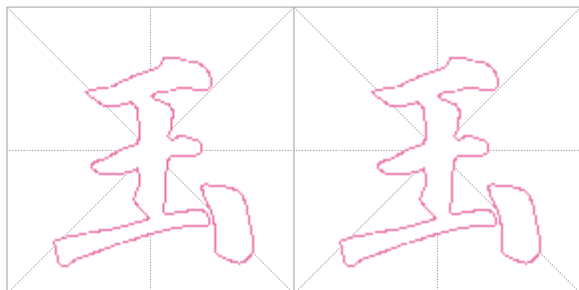
短横逆锋或露锋起笔，转锋铺毫向右上行笔，至末尾略顿回锋收笔。“玉”字的短横右上取势，与长横平行。



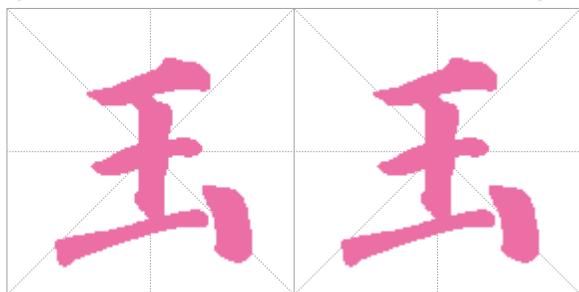
用钢笔单钩



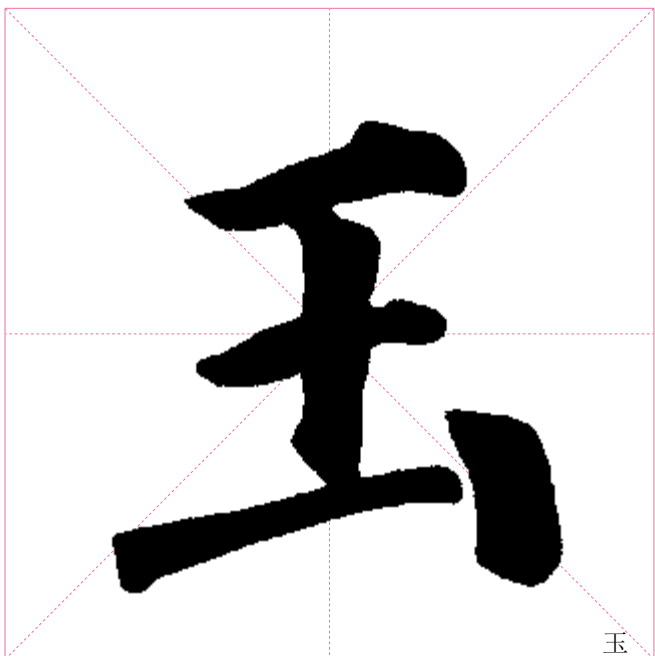
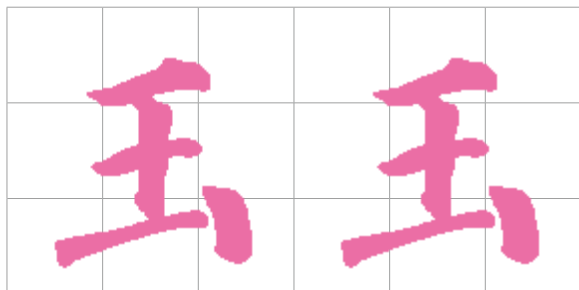
用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

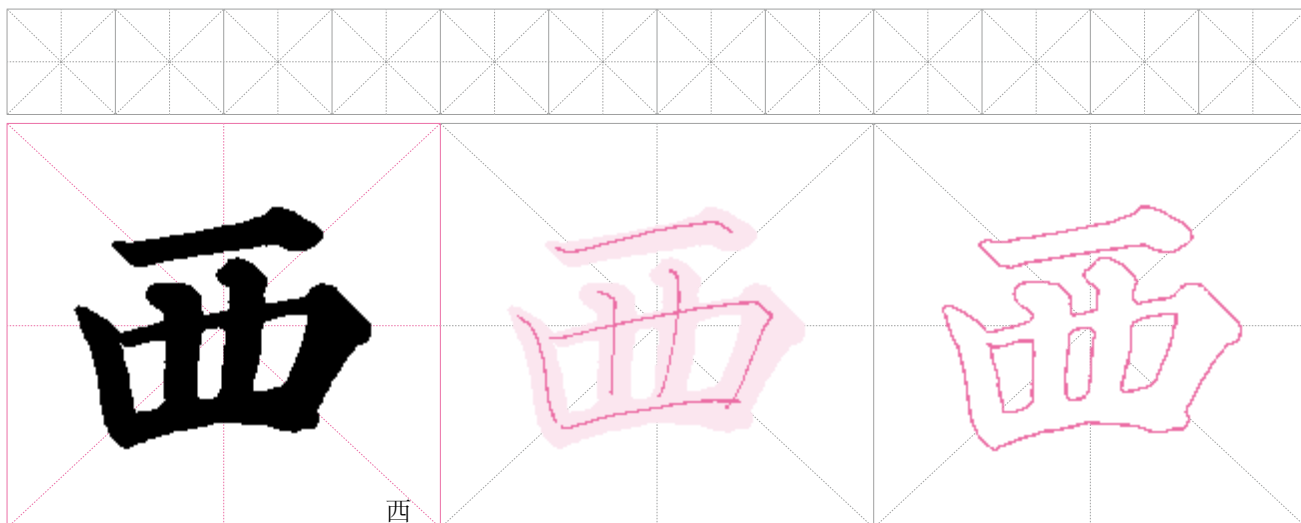


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

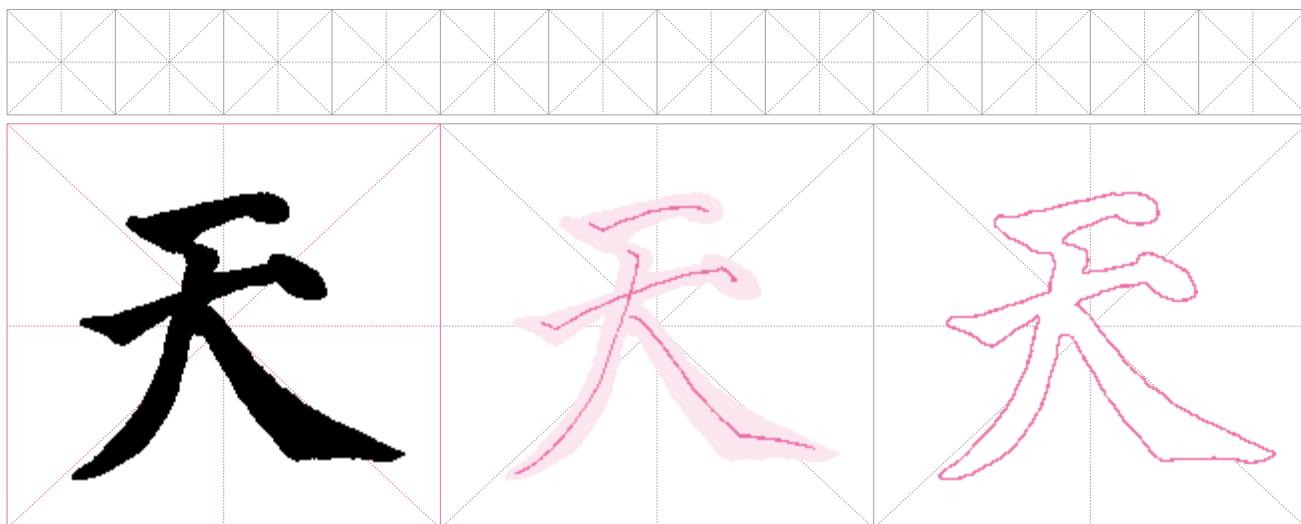


举一反三

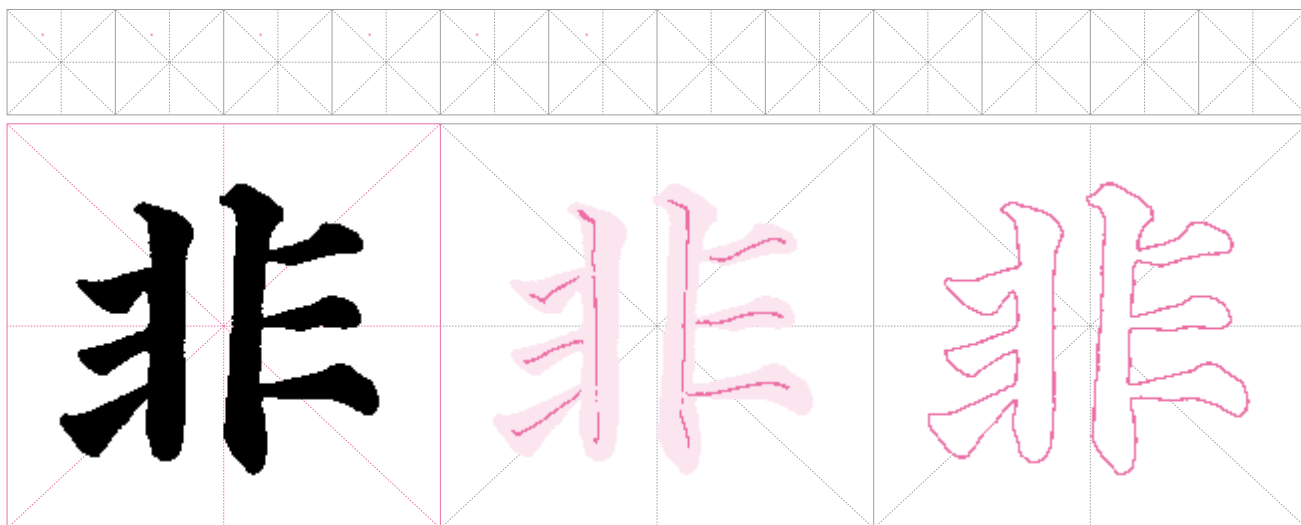
“西”的短横为逆锋方切起笔，前轻后重。



“天”的短横逆锋重按起笔，前重后轻。



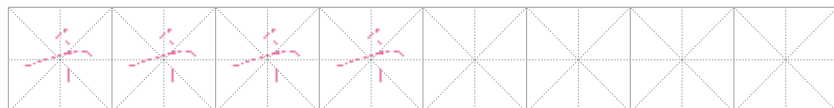
“非”的左右三个短横都是露尖横，相互平行，轻重不同。



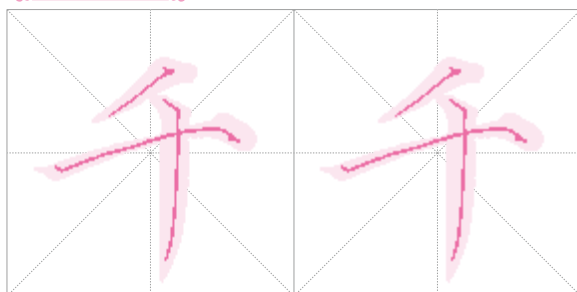
第 6 练 悬针竖



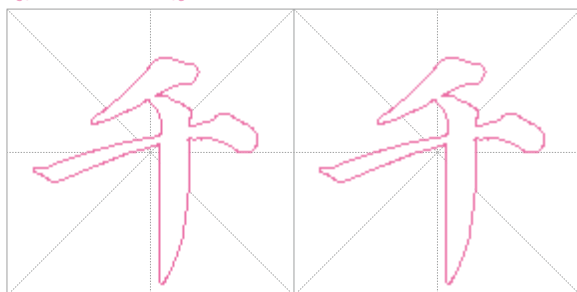
悬针竖逆锋起笔，转锋向下，中锋行笔，至末尾略顿渐行渐提，直至出锋。“千”字的悬针竖出锋饱满有力。



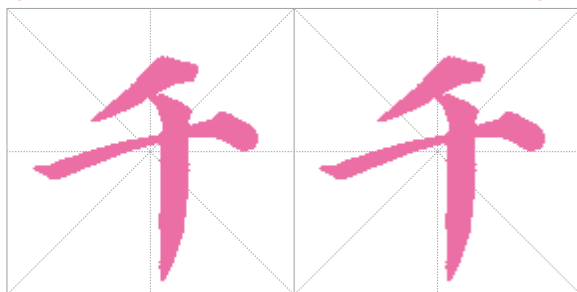
用钢笔单钩



用钢笔双钩



在米字格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

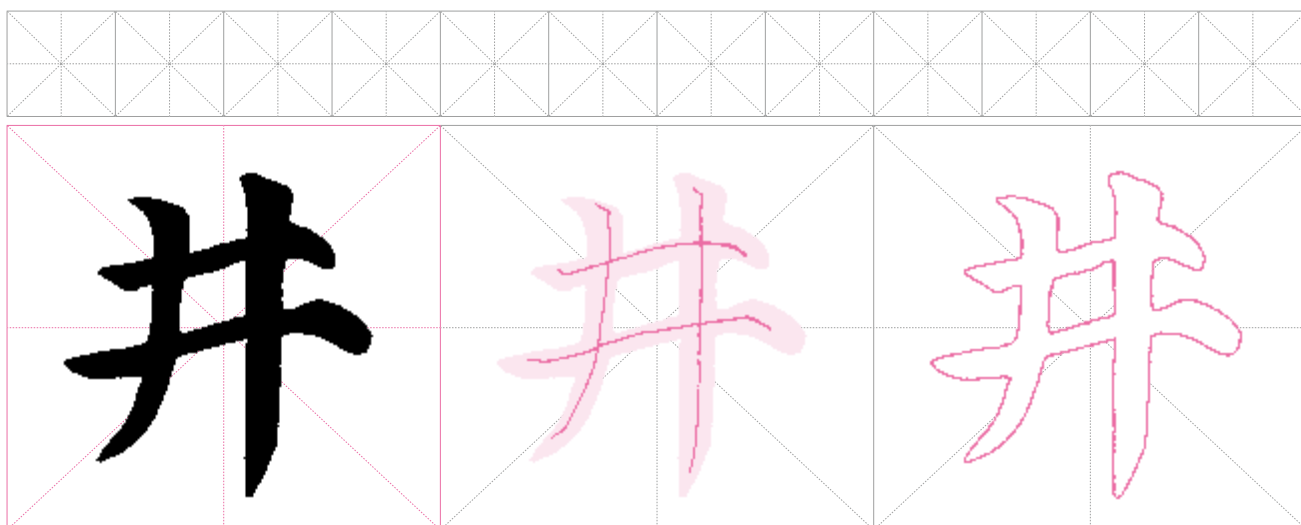


在九宫格中分析结构，并用钢笔单钩、双钩

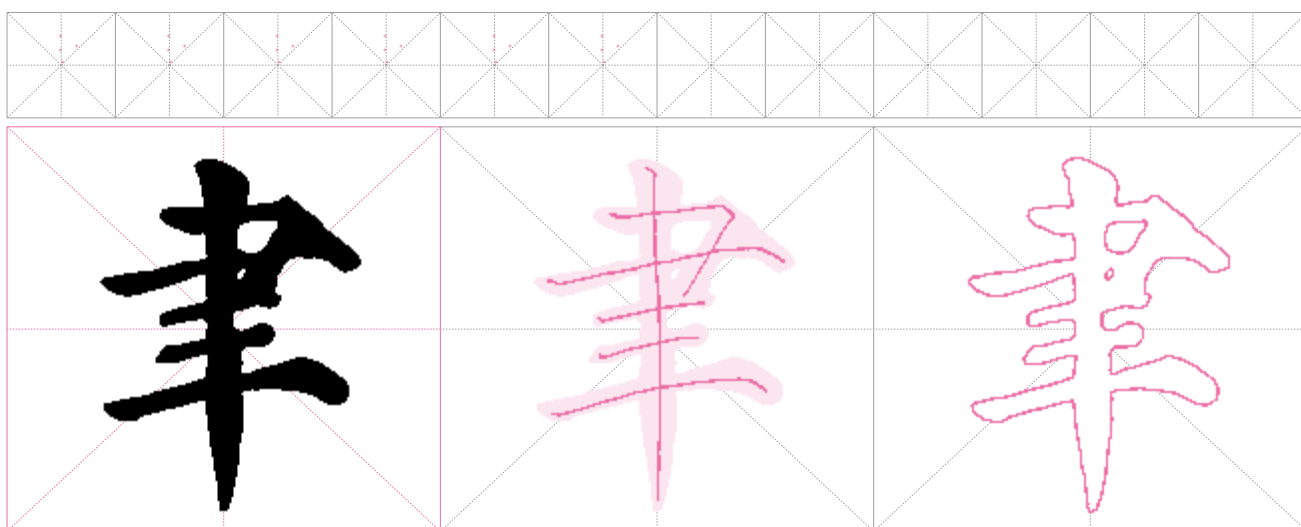


举一反三

“井”的悬针竖饱满而有弹性，与左竖撇平行。



“聿”的悬针竖劲利，与横画形成对比。



“师”的悬针竖饱满厚重，略有弧度。

