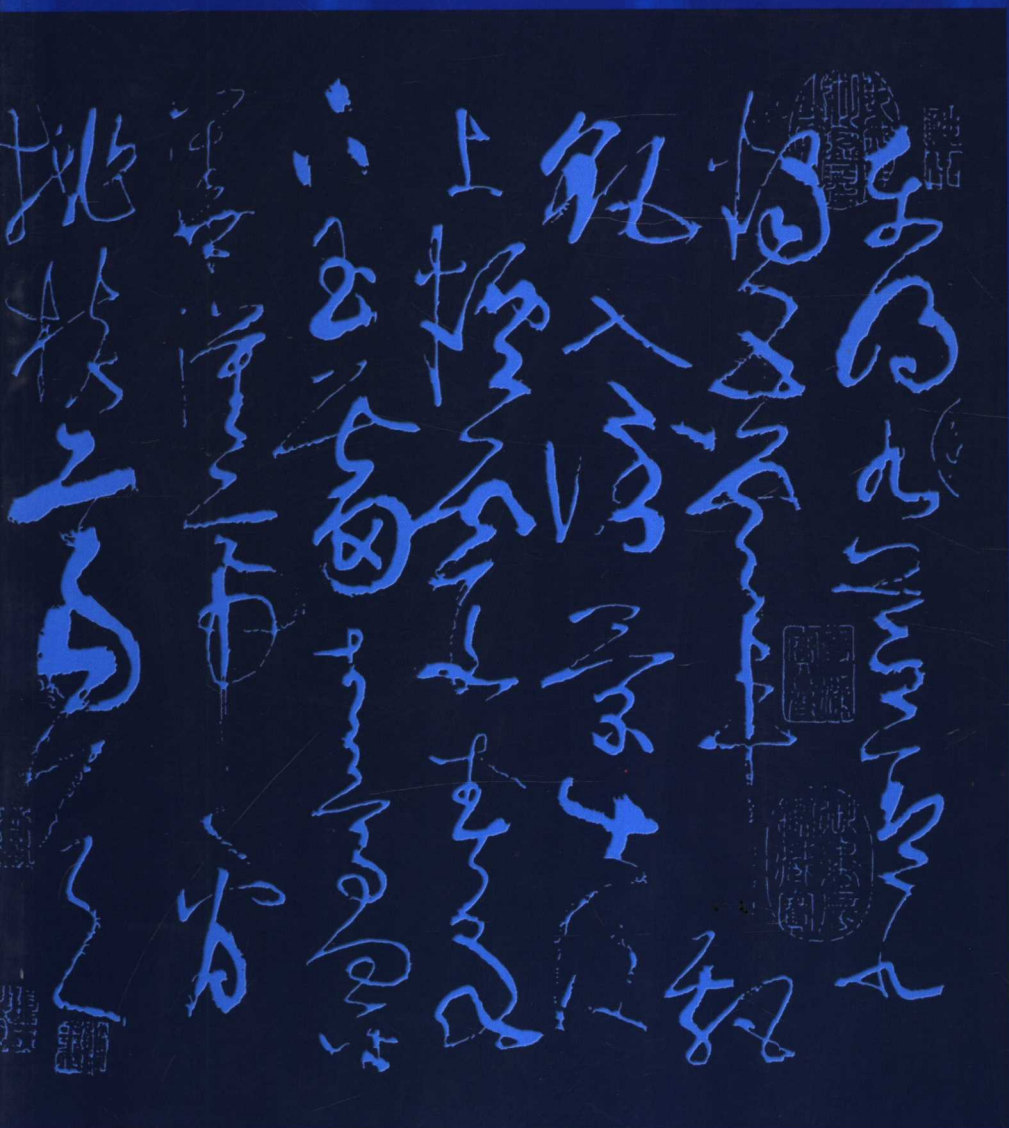


中国书法技法入门丛书

● 司惠国 王玉孝 主编

草书技法入门



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

· 中国书法技法入门丛书 ·

草书技法入门

主编	司惠国	王玉孝	
编委	惠俊岐	马明	高庆新
	李宝林	刘贵良	王小燕

金盾出版社

内 容 提 要

本书是《中国书法技法入门丛书》之一。作者以著名碑帖怀素的草书《千字文》为范本,详细讲解了草书点画、部首、结构要领和用笔技法。书中还附有历代草书名帖及名家介绍,既是草书爱好者的习书典范,也值得书家收藏鉴赏。

图书在版编目(CIP)数据

草书技法入门/司惠国,王玉孝主编. —北京:金盾出版社,2006.7
(中国书法技法入门丛书)

ISBN 7-5082-4084-7

I. 草… II. ①司…②王… III. 草书-书法 IV. J292.113.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 056115 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩印有限公司

正文印刷:北京四环科技印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:6.5

2006年7月第1版第1次印刷

印数:1—12000册 定价:10.50元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

编者的话

我国的书法艺术源远流长，许多优秀的墨迹碑刻，被世人所推崇，成为学书者的楷模。

我们编写的这套书法技法入门丛书，按书体分册详细讲述点画、部首、结构及用笔等技法。书中还着重介绍著名的碑帖及书家，并附有相应的碑帖图录，有助于广大书法爱好者迅速掌握和提高书艺水平，起到指点和入门引路的作用。

草书，即“草创”、“草稿”或“草率”之意。草书是为了书写快捷而产生的。草书从汉初期形成，历经魏晋南北朝及隋唐，由章草发展成为今草、狂草。经历代书家的传承创新，形成了不同历史时期的风格体式。草书的笔法最为丰富，“中锋”、“侧锋”、“藏锋”、“露锋”、“方笔”、“圆笔”等用笔之法，无不可施。笔法的丰富，充分展示了草书的艺术特点。

《草书技法入门》一书，主要以怀素的《草书千字文》帖为临习者学习草书的最佳范本。此帖书法极佳，古朴淡雅，苍劲静穆，变化多姿而绝无狂怪之态。风格极守法度，富含古意。用笔圆畅，多以“藏锋”书写，筋骨内含，深显“屋漏痕”之法。其结体平稳匀整，法度严谨，含巧于朴，寓奇于正。书法化归平淡，而又一笔不苟，韵味更加厚重，此帖为怀素晚年的代表作品。本书例字取自怀素的《草书千字文》，多角度地详细讲解“草书”的点画、部首及结构的书写要领，分析点画、部首及结构之间的相互关系，并对每个笔画的笔法特点作了详尽介绍。

需要说明的是，由于历代碑帖版本不一，简化字释文也有不同版本，且古代书家在书写中也会出现笔误和错讹之处，因此本书提供的简化字释文，谨供读者习书参考，请勿机械对照。

编者

2006年3月

目 录

一、点画技法	(1)
二、部首技法	(17)
三、异部同形	(30)
四、书写技法	(36)
五、结构技法	(41)
六、点画映带	(51)
七、怀素《草书千字文》刻本	(56)
八、历代草书名帖及书家介绍	(75)
陆 机《平复帖》	(75)
王羲之《十七帖》	(78)
孙过庭《书谱》	(82)
张 旭《古诗四帖》	(86)
怀 素《自叙帖》	(90)
黄庭坚《李白忆旧游诗卷》	(95)

· 1 ·

点画技法



一、点画技法

(一) 点

斜点:

要尖锋入纸,向右下重按铺毫,然后,再将笔向上回锋至点的中部,出锋与下笔连带。



出锋点:

出锋侧点,露锋起笔并向右下行笔,稍顿笔,折笔向左下出锋与下笔相连带。请参考例字练习。

家

藁

力

劳

威

威

靡

靡

宅

宅

贼

贼

封

封

武

武

草书技法入门



撇点：

露锋向右下起笔，折笔向上再向下，提笔出锋，力到笔尖，行笔速度应快一些，要形成撇点与横之间映带。



捺点：

露锋顺起笔，向右下行笔。行笔至中部再向右下按笔，提笔出锋。也有的捺回锋收笔，注意掌握。

薄

薄

芒

芒

兹

兹

赏

赏

八

八

县

县

绵

绵

策

策

点画技法



挑点：

露锋起笔，向右下行笔，
然后，再折笔向右上出锋与右
点相呼应。

闲

闲

集

集

渠

渠

凉

凉



呼应点：

露锋起笔，写两点要左右
分开，书写要两点遥相呼应，
左点上挑，右点向下撇出。

答

答

藏

藏

兹

兹

籍

籍

草书技法入门



带下点：

带下点为上下两点相互连贯。上点侧写出锋，下点侧写收锋，两点上下相互映带。

伦

伦

寒

寒

沙

沙

于

于



(二) 横

短横：

侧锋起笔，向右行笔，一般为左低右高，露锋或回锋收笔。书写时，落笔要大胆自然。

千

千

工

工

士

士

散

散

点 画 技 法



左尖横：

露锋落笔，行笔先轻后重，写横的变化要以字的结构而定。书写时，应注意字的俯仰或形态的变化。

垢

垢

霸

霸

軻

軻

斬

斬



右尖横：

写右尖横时，露锋落笔，提笔右上，一般为左低右高，行笔稍快，收笔出锋，此笔画多用于字的第一笔。

每

每

敬

敬

扶

扶

往

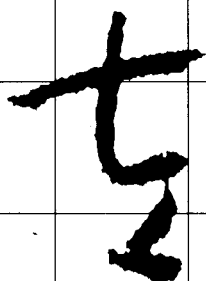
往

草书技法入门



凸横：

写凸横时，露锋起笔要回锋收笔。要因字形的结构掌握好横的变化，中间要呈凸形。此横在这些例字中起着重要作用。



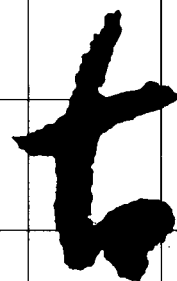
左



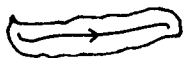
在



世

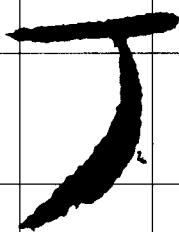


古



凹横：

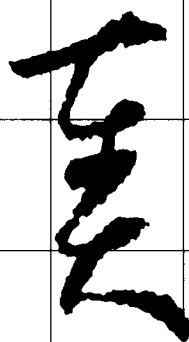
凹横与凸横写法相反，起笔为左尖状。书写时，行笔速度稍慢，收笔时向上出锋或向下连带。



丁



亦



奏



箱

点画技法



(三) 竖

短竖：

一般露锋起笔，行笔稍快，轻顿后下行，此画收笔出锋或回锋。

化

化

杜

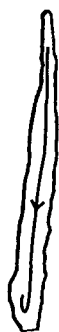
杜

卑

卑

帝

帝



长竖：

露锋顺起，向下中锋行笔，行笔长度因字立形，收笔处呈侧锋或中锋。

晖

晖

惶

惶

犊

犊

释

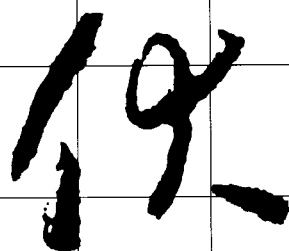
释

草书技法入门



垂露竖：

露锋或侧锋起笔，向下中锋行笔，收笔回锋或驻锋。



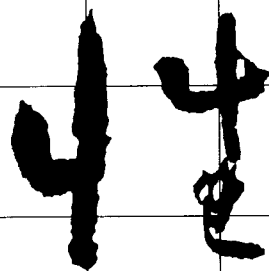
伙



引



升



性

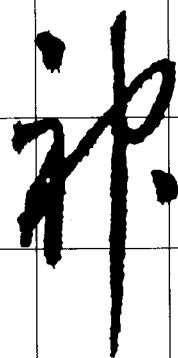


悬针竖：

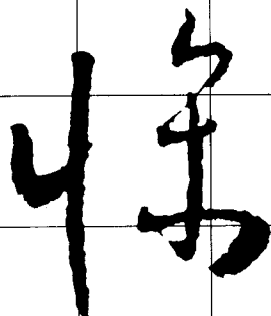
藏锋或露锋顺起，向下中锋行笔，收笔出锋，力到尖端。速度略快，要自然。草书的竖画与楷书写法不同，一般不垂直。



中



神



条



甲

点画技法



竖带左钩：

在草书中，竖画带钩比较明显，此竖出锋向左上勾出，与下笔相互映带，使下部出钩处有托上之势。



拜



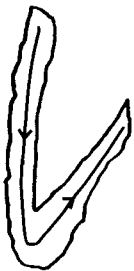
特



勅



牒

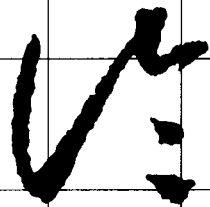


竖带右钩：

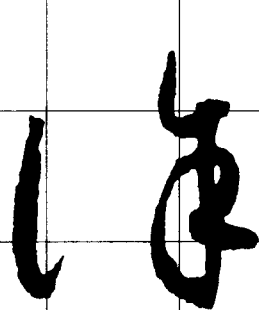
此画一般为书写每个字第一笔，先写竖并向右钩时应与右部笔画相连带。要因字立形，此画起着平衡左右的作用。



谁



论



徐



宴

草书技法入门



(四) 撇

短撇：

露锋起笔，起笔或逆或顺，并向左下中锋行笔，提笔出锋。



竖撇：

写竖撇时，一般露锋起笔，向下行笔时取竖势，然后稍慢出锋向左撇出。

佐 律

佐

律

溪 伤

溪

伤

尹 伊

尹

伊

纨 更

纨

更

点画技法



直撇：

露锋起笔，稍顿笔后向左下作直形撇出，要掌握好撇出的角度和位置。

俊

俊

及

及

饷

饷

量

量



(五) 捺

短捺：

露锋顺起，向右下轻顿，按笔后驻笔或回锋收笔。草书的短捺写法比较多，注意掌握。

殷

殷

嘆

嘆

美

美

凌

凌

草书技法入门



露锋捺：

此捺一般起笔为露锋，行笔要先轻后重，中间铺毫，速度稍快，收笔时出锋或回锋。

被

被

设

设

友

友

彼

彼



反捺：

此捺作反势，书写一般是与撇相接迎，行笔较快，收笔出锋或回锋。

鼓

鼓

后

后

稷

稷

实

实