

书法教程



旺豪書業

柳公权

柳

·
神策军碑

·
玄秘塔碑

中国历代著名书法碑帖学习教程

刘文明 编著

时代出版传媒股份有限公司
安徽美术出版社

时代出版传媒股份有限公司
安徽美术出版社

中国历代著名书法碑帖学习教程

柳公权·玄秘塔碑 ·神策军碑

刘文明 编著

安徽美术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

柳公权·玄秘塔碑·神策军碑 / 刘文明编著. —合肥:
安徽美术出版社, 2009. 9
中国历代著名书法碑帖学习教程
ISBN 978-7-5398-2110-8

I. 柳… II. 刘… III. 楷书—书法—教材 IV.
J292. 113. 3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第153048号

编 著: 刘文明
责任编辑: 马 涛
装帧设计: 刘文明 雷 电

中国历代著名书法碑帖学习教程

柳公权·玄秘塔碑·神策军碑

出 版 安徽美术出版社
社 址 合肥市政务文化新区圣泉路1118号出版传媒广场14F
邮 编 230071
发 行 全国新华书店
印 刷 国棉四厂劳动服务公司印刷厂
开 本 889mm×1194mm 16开
印 张 72
版 次 2009年9月第1版
印 次 2009年9月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5398-2110-8
定 价 90.00 (全套六册)

(如发现图书印装质量问题影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

永字八法图



目 录

第一章	书法的基本常识	1
第二章	基本笔画	3
第三章	笔画结构	16
第四章	偏旁部首	25
第五章	结构	49
第六章	集字集语	61
第七章	章法	86

一、书法的基本常识

书法：通俗讲是指写好字的方法，现泛指书法艺术。

1. 从艺术角度上看，书法有自己的艺术规律和表现手段，着眼于外观美的创造，内容的典雅，用笔的变化，字形的安排和整体的布局。

2. 从实用角度看，书法来源于文字，由于社会的发展，书法工具发生了变化，以至于现在书法已经发展为一种艺术。这种艺术与我们的生活息息相关，因此我们应该抽点时间来学习书法。

3. 书法有着悠久的历史，从汉字产生以来就演变成不同形式的书法风格。从书法艺术表现形式分可分为甲骨文、金文、石鼓文、小篆、隶书、章草、楷书、今草、行书等。

二、书写书法的工具与材料（笔、墨、纸、砚）

1. 笔：毛笔是我国特有的书写与绘画的工具，由笔头和笔杆组成。

从笔头的性能来分，毛笔有硬毫、软毫和兼毫三种。硬毫笔刚健，弹性好，常见的有紫毫（兔毛）、狼毫（黄鼠狼毛）笔，还有其他动物的毛所制成的笔。软毫笔柔软，弹性较差，常见的就是羊毫笔。兼毫笔，刚柔与弹性都介于硬毫与软毫之间。

从笔锋的长短来分，毛笔又分为长锋、中锋、短锋，它们对应写大楷字、中楷字、小楷字等。由于写的字体不同，所选用的笔也不同。

一支好的毛笔要具备这些特点：笔杆要圆，笔锋顶端整齐，笔锋尖锐，笔毫有弹性，笔毛铺开易于收拢、复原。对一个书法家而言，各种笔都要能使用。初学书法的同学，为了便于掌握运笔方法，一般用兼毫比较好。兼毫刚柔相济，容易书写，待掌握了运笔方法以后，可以换软毫（羊毫）或者硬毫，这样就可以逐渐地使用各种毛笔书写了。初学书法的同学，买一支大白云就很好了。

2. 墨：墨主要有松烟、油烟两种。

松烟墨是用松树枝烧烟加皮胶、药材和香料制成的。色黑而无光泽，胶轻质松，研时容易下墨。

油烟墨是用桐油、菜油、麻油或猪油烧烟，配以皮胶、药材（好墨加麝香、冰片）和香料制成的。质地坚细，乌黑且有光泽，只是胶重一些。

书法作品，一般多用油烟墨书写，但初学者用墨只要质细色黑就行了。

3. 纸：主要是宣纸、毛边纸。

宣纸有生、熟和半熟之分。生宣纸质地较软，吸水性强；熟宣纸是在生宣纸上用矾水加工而成；半熟纸吸水性介于生熟之间。一般情况是写大字多用生宣纸，熟宣纸宜用于写小楷或画工笔画。平时练字，用毛边纸和元书纸就行了，经济实惠。

毛边纸和元书纸的性质与生宣接近，只是质地粗些。

4. 砚：一般称作砚台、砚池，样式多样化。

一般学习书法只要便于研用的普通砚台就行了。

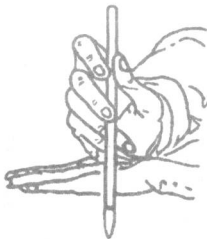
三、执笔方法和姿势

1. 执笔三种姿势

（如图）



悬肘法
(写大字)



枕腕法
(写小字)



悬腕法
(写中字)

2. 执笔要领

①五笔法：

按、压、钩、顶、抵。

(如图)

②六字诀：

指实、掌虚、笔直。

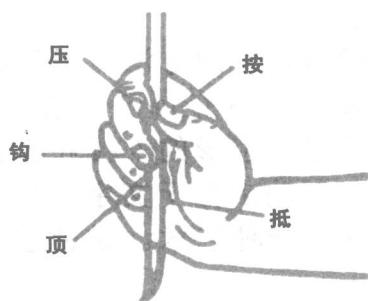
3. 写字的姿势

写毛笔字有两种姿势：**坐势**和**立势**。字小（10cm见方以内），篇幅小，宜用“坐势”；字大（10cm见方以上），篇幅大，宜用“立势”。

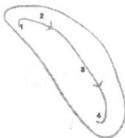
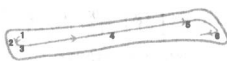
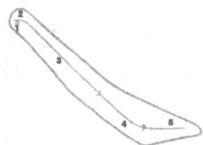
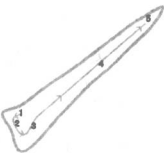
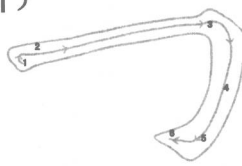
“坐势”书写要做到：**身直**，要坐端正，胸部要离桌沿一拳左右；**头正**，两臂自然撑开，以便左右挥洒，书写自如；**足安**，是指两脚平放在地面，踏稳。

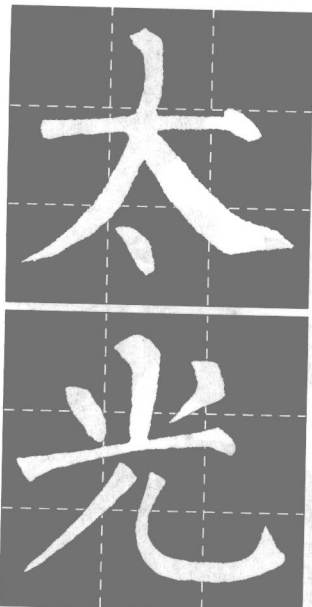
四、楷书运笔方法

起笔多藏锋，行笔多中锋，收笔多回锋。露锋与藏锋，提、按、顿、挫，灵活运用。

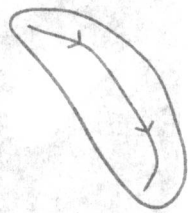


五指执笔运用图

点  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折锋向右下作顿 3. 再折锋向下 4. 稍顿回锋收尾	横  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折锋向下作顿 3. 提笔向右行笔 4. 转锋上昂稍驻 5. 稍顿向右下作围 6. 向左回锋提收	捺  1. 逆锋起笔 2. 转笔向下而徐行 3. 至下半部带卷起意与左撇相配 4. 至捺出的焦点处稍驻 5. 提笔捺出捺脚
垂露竖  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折锋向右 3. 顿笔转向下力行 4. 顿笔向左上 5. 收围 6. 竖尾左角微呈珠状	撇  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折笔向右下作顿 3. 转锋向左下角撇出笔锋送达到尾	挑  1. 逆锋起笔 2. 折笔向下 3. 顿笔 4. 提笔向右上角挑出 5. 笔锋送达到尾
钩  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折锋向右 3. 顿笔转向下力行 4. 至钩处轻顿作围转向右上稍驻蓄势 5. 向左提出笔锋送至钩尾	悬针竖  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折锋向右作顿 3. 顿笔转锋而向下力行 4. 尖锋收笔	撇（折）  1. 逆锋向左上角起笔 2. 折锋作顿，再提笔右行 3. 至折处稍驻笔向右上微驻 4. 顿笔转锋向左下带弯力行 5. 至钩处略顿向上稍驻蓄势 6. 向左提出笔锋至钩尾

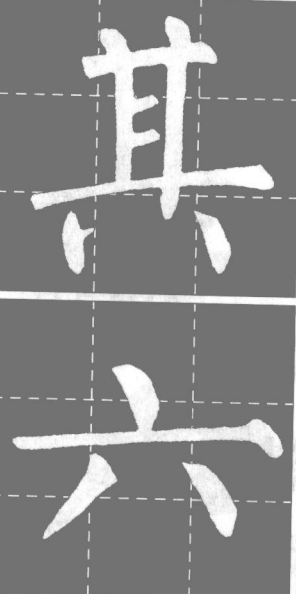
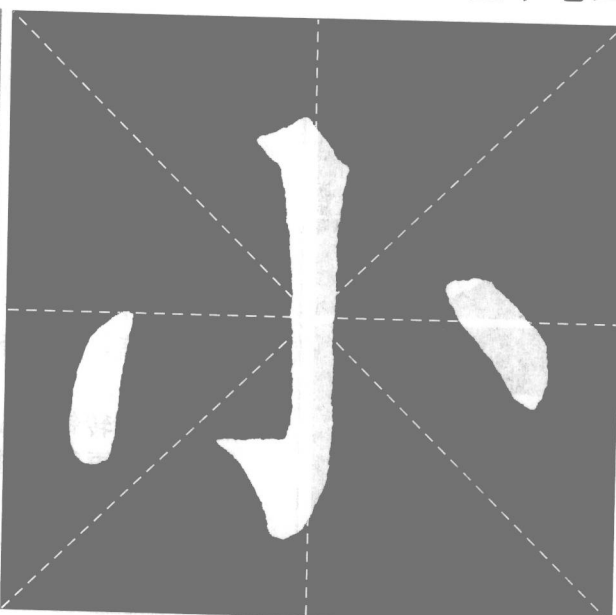


圆点

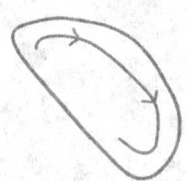


1. 露锋起笔。
2. 折笔向右下行笔稍顿。
3. 转锋向左上方收笔。

小小肥小小小

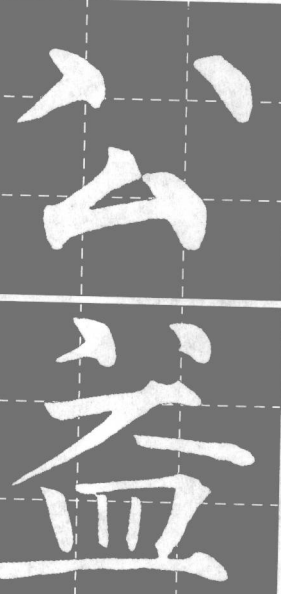
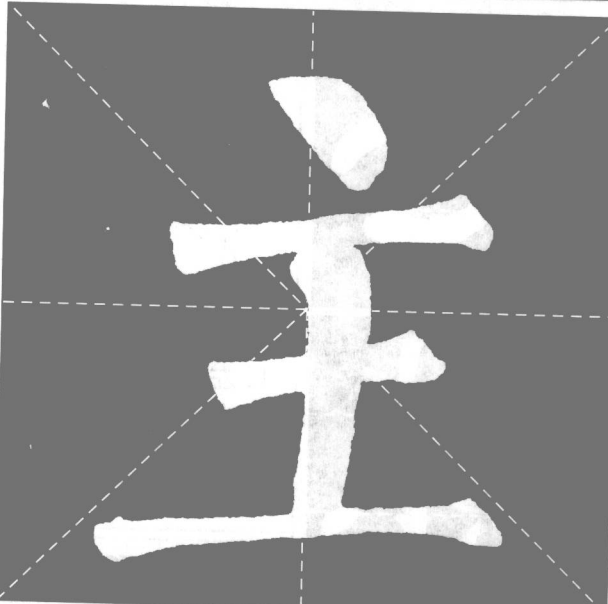


方点

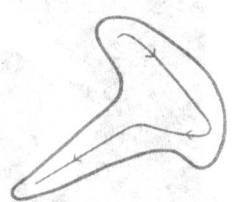


1. 逆锋向左上角起笔。
2. 折笔向右作顿后转笔向右下行，稍驻。
3. 微微提笔向左上方回锋收笔。

主主主主主主



撇点



1. 藏锋起笔。
2. 平出后转势向右下行笔，再向左上略提后转势向左下。
3. 由重至轻提出笔锋。

并并并并并并



悲

疾

挑点



1. 藏锋起笔，向右下作势行笔。
2. 然后略提转锋向左上至行笔处，再稍顿并向右上挑出。

法 法 顺 法 法 法

法

必

愁

点的组合



1. 左点为挑点，位置最低。中点和右点为圆点，中点位置略高于右点。
2. 三点相互呼应。

悉 悉 悉 悉 悉 悉

悉

丹

彩

三点组合（一）



1. 三点都为撇点，排列成一条直线。
2. 三点相互连带。

彩 彩 彩 彩 彩 彩

彩

注

流

三点组合（二）



1. 上中点为圆点，收笔向
右下出锋，写法用圆笔。
2. 下点用挑点，三点相互
连带。

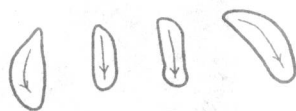
深 深 深 深 深 深

深

無

照

四点组合



1. 四点横向排列成横势。
2. 四点左右外点较大，内
点较小。
3. 外点外斜作字底，四点
也可皆向右斜。

然 然 然 然 然 然

然

二

樂

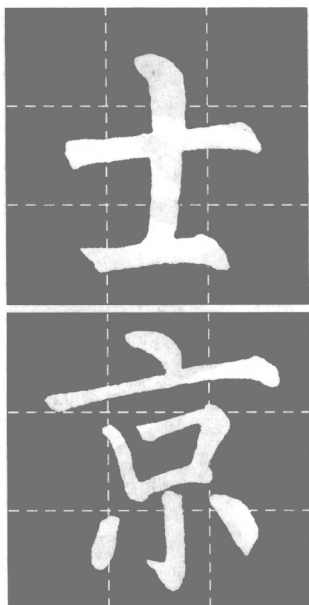
长横（一）



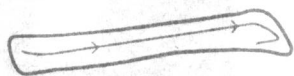
1. 露锋起笔，先直下，后
折锋回上并向右平出（略
斜）。
2. 中间部分稍轻，至收笔处
时，笔锋略向下翘再向右
下作顿，回锋向左上收笔。

甘 甘 甘 甘 甘 甘

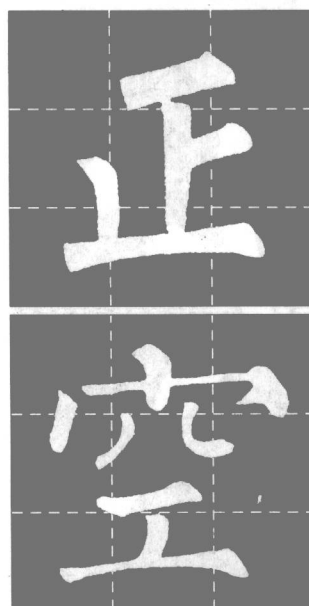
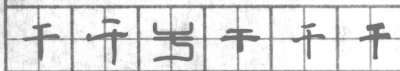
甘



长横 (二)



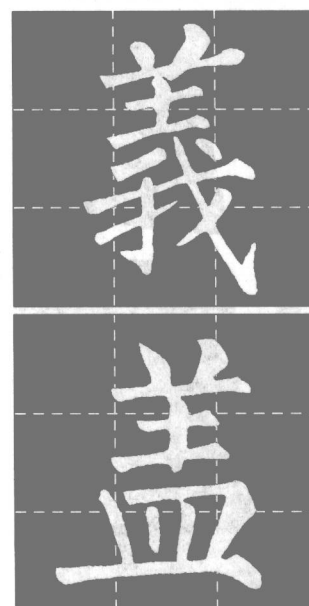
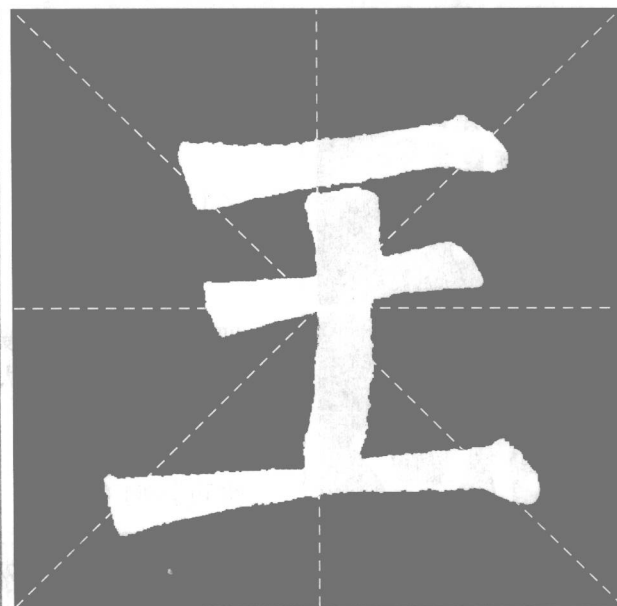
1. 露锋起笔。
2. 随即顺势向右平出 (略斜), 渐重, 至收笔处时, 笔锋略向上翘, 再向下重顿。
3. 然后回锋向左上收笔。



短横 (一)



1. 露锋起笔。
2. 先直下, 后折锋回上再向右平出 (略斜)。
3. 收笔稍顿并回锋向左上收笔。

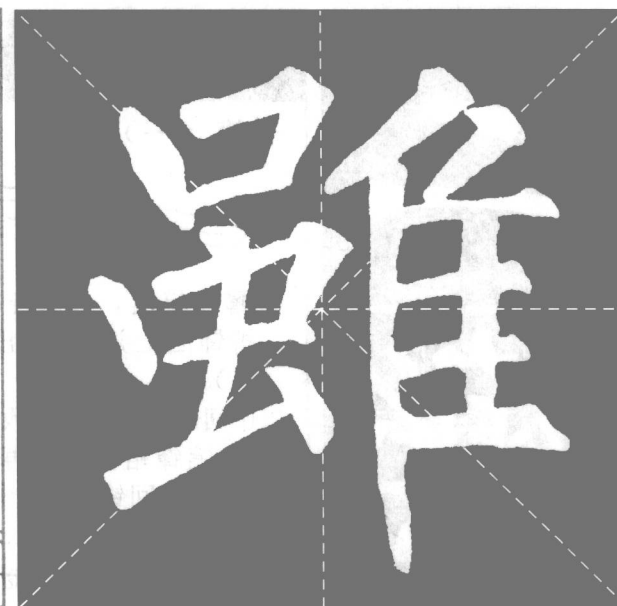
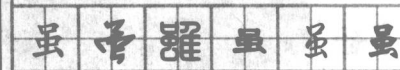


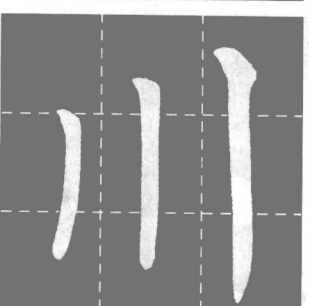
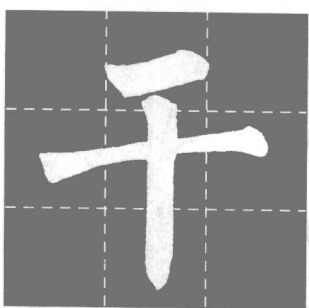
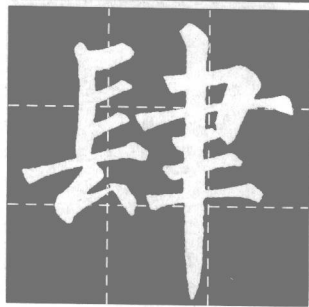
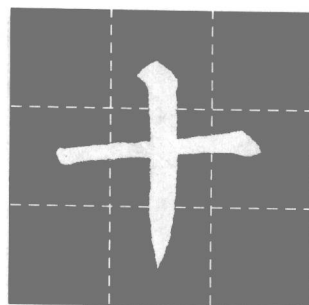
短横 (二)



左尖横

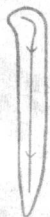
1. 露锋起笔。
2. 顺势向右横出渐重, 作点状收笔。





竖的写法及变化

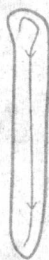
悬针竖



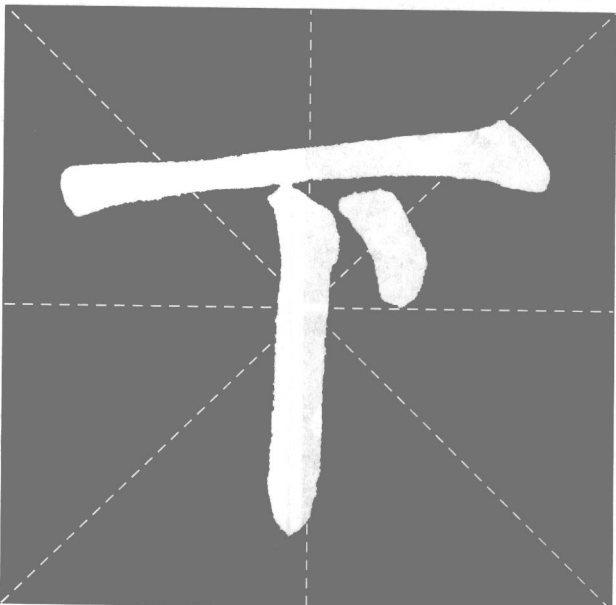
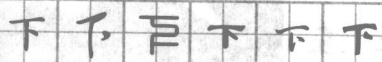
1. 藏锋起笔。
2. 先向右上转势再向右下作顿后直下。
3. 行笔渐轻，轻提出锋。



垂露竖（一）



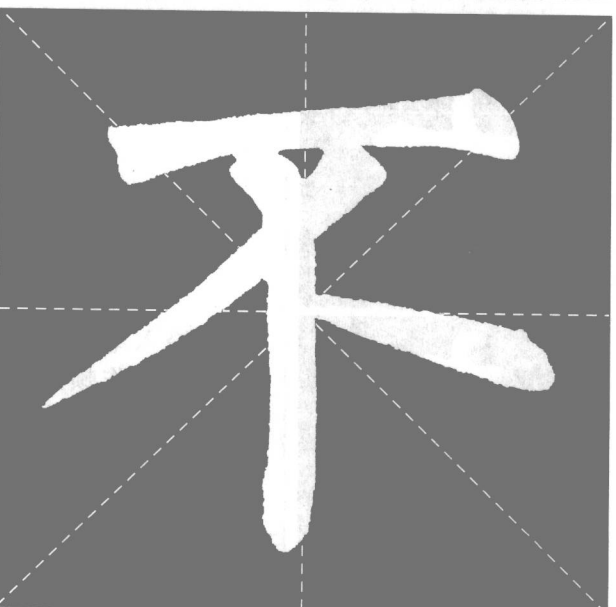
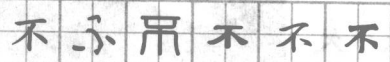
1. 藏锋起笔，向右作顿后转势直下，行笔略重。
2. 至收笔处稍顿，再略提并回锋向上收笔。



垂露竖（二）



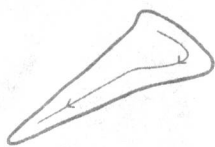
1. 藏锋起笔，向右作顿后转势直下。
2. 行笔略带弧度至收笔处稍顿并回锋向上收笔。



仁

律

短撇



1. 藏锋起笔。
2. 先向下重顿，然后转势向左下行笔渐轻，收笔较快。

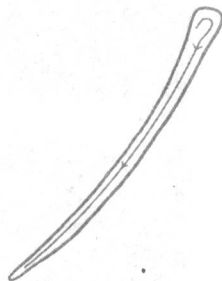
千 千 千 千 千 千

千

夕

妙

长撇



1. 露锋起笔。
2. 从下向上作顿后，转势向左下行笔，稍带弧度。
3. 轻提渐渐出锋。

左 左 左 左 左 左

左

大

奉

竖弯撇



1. 露锋入笔。
2. 向右下作顿点后，即折势直下作竖从中部或下部开始向左撇出，弧势较明显。

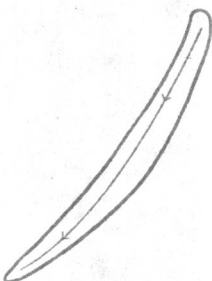
夫 夫 夫 夫 夫 夫

夫

床

启

柳叶撇



1. 露锋入笔，顺势向左下作撇，由轻到重。
2. 中间部位开始变为由重至轻，收笔出锋。

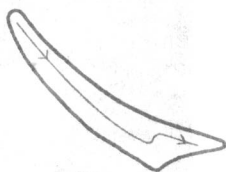
度 度 度 度 度 度

度

天

床

短捺



1. 露锋起笔。
2. 顺势向右下行笔，渐重，收笔回锋略提。
3. 再按下并从重至轻顺势捺出。

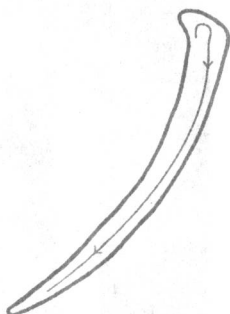
展 展 展 展 展 展

展

女

如

反捺



1. 露锋起笔。
2. 向右下作顿后，转势带弧度至收尾处收笔。

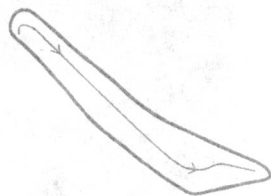
汝 汝 汝 汝 汝 汝

汝

合

丈

斜捺



1. 藏锋起笔。
2. 稍顿后即转势向右下渐重行笔，至收笔处先回锋略提。
3. 然后再按下，从重至轻顺势捺出。

尺 尺 尺 尺 尺 尺

尺

廷

逢

平捺



1. 藏锋起笔。
2. 先直下作顿后，回锋向上。
3. 再略提笔并转势向右下行笔，渐重渐平，捺脚较长。

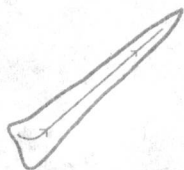
之 之 之 之 之 之

之

括

氏

提



1. 露锋起笔。
2. 先从左上向右下作顿点。
3. 然后转势向右上挑出，渐轻，收笔出锋。

氏 氏 氏 氏 氏 氏

氏

田

畎

目

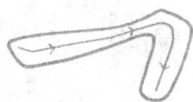
國

巨

甘

横折变化

横折（一）

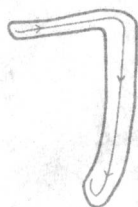


1. 藏锋起笔。
2. 稍顿后顺势向右作横，至折处略提向上。
3. 再转势带弧直下作垂露。

居 居 居 居 居 居

居

横折（二）

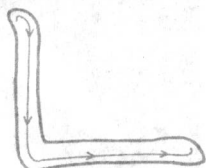


1. 露锋或藏锋起笔。
2. 稍顿后顺势向右横出，渐轻，折处略提向上。
3. 再重顿后向下作竖弯，收笔回锋略带钩势。

且 且 且 且 且 且

且

竖折



1. 露锋起笔。
2. 先作一曲竖，至折处稍提笔势向下作顿（或作一曲竖收笔势向右，另起笔作横）。
3. 然后向右作横，作顿势回锋。

世 世 世 世 世 世

世

四

散

竖弯折



1. 露锋入笔。
2. 向右下作顿点后，即转势向右下作竖。
3. 折处用转法，收笔稍顿向左上回锋。

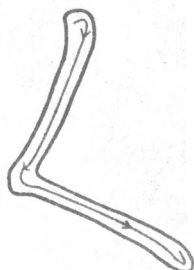
七 七 七 七 七 七

大

委

妙

撇折（一）



1. 藏锋起笔，至撇折处将笔势向左带出。
2. 再转势向右下作一长点，作顿势回锋收笔。

安 安 安 安 安 安

安

玄

累

撇折（二）



1. 露锋起笔向左下作撇，折处略提笔向左带出。
2. 作顿势向右上作一横，渐渐提笔出锋。

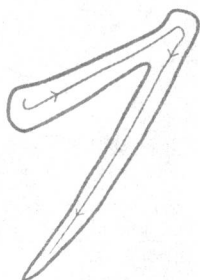
微 微 微 微 微 微

微

水

初

横折撇



1. 藏锋起笔。
2. 顿势后转笔向右上作横渐轻，至折处向上轻提。
3. 再转势向左下作撇。

夕 夕 夕 夕 夕 夕

夕

教

序

横钩



1. 露锋起笔，稍顿后向右作横，至折处提笔向上略翘。然后向右下重顿。
2. 再回锋至三角处并向左下出钩。

子 子 子 子 子 子

子

万

赐

横折钩（一）



1. 藏锋起笔。
2. 向右作横至折处向上翘，然后向右下稍顿。
3. 再转势直下作竖钩状（或向下作竖弯）。

分 分 分 分 分 分

分