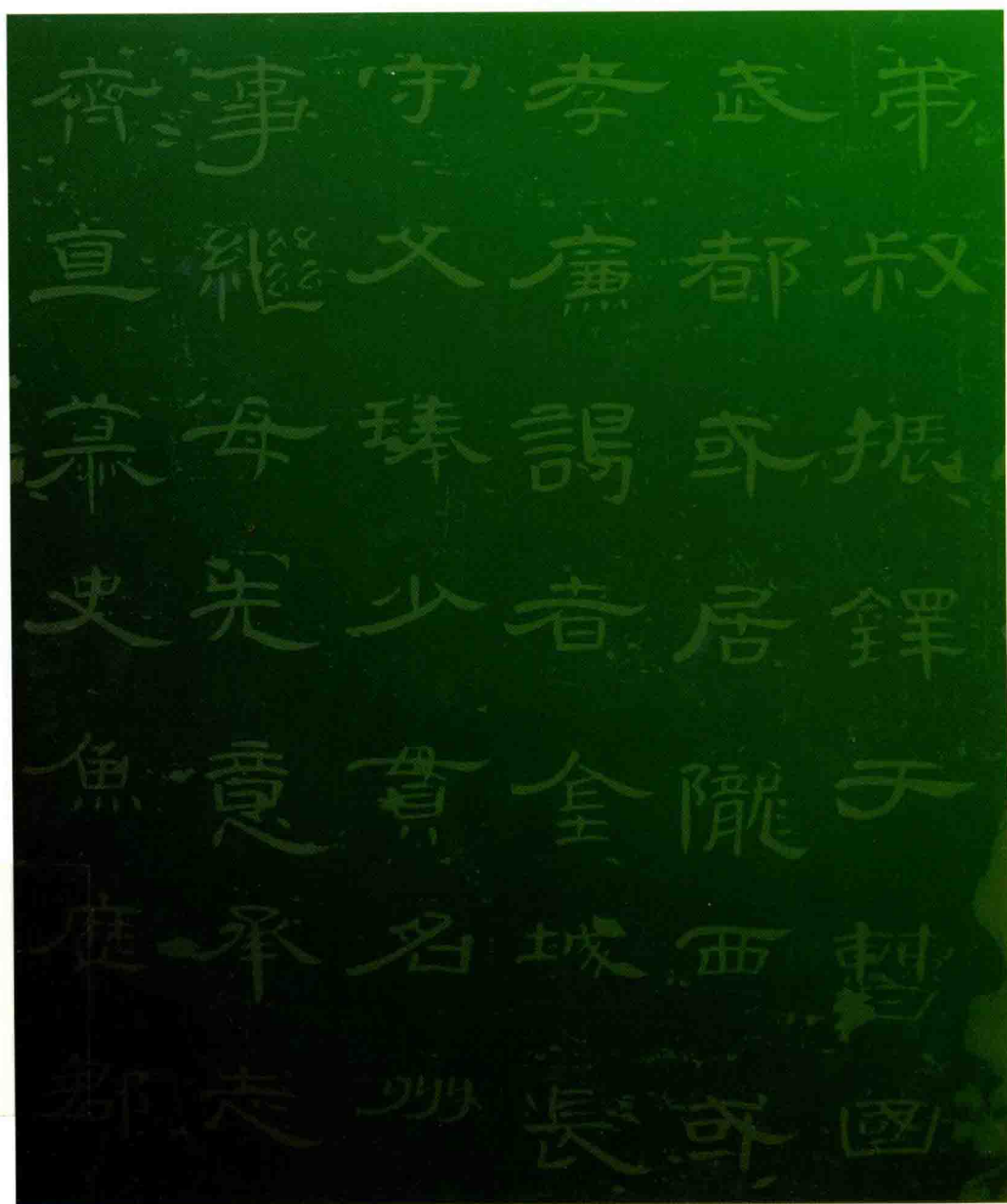


书法艺术教育基础教程丛书

曹全碑学习解析

..... 编著 周庶民



书法艺术教育基础教程丛书

曹全碑学习解析

..... 编著 周庶民

图书在版编目(CIP)数据

曹全碑学习解析 / 周庶民编著. —重庆: 重庆出版社, 2012.6

ISBN 978-7-229-05259-1

I. ①曹… II. ①周… III. 隶书—书法—教材 IV. J292.113.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 119726 号

曹全碑学习解析

CAOQUANBEI XUEXI JIEXI

周庶民 编著

出 版 人: 罗小卫

责任编辑: 郭 宜 杨 帆

责任校对: 李小君

装帧设计: 周义东



重庆出版集团 出版
重 庆 出 版 社

重庆长江二路 205 号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆出版集团艺术设计有限公司制版

重庆市联谊印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 787mm × 1 092mm 1/16 印张: 3.5 字数: 45 千

2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1~20 000 册

ISBN 978-7-229-05259-1

定价: 7.00 元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68706683

版权所有 侵权必究

前言

书法艺术是中华民族的国粹，经过几千年的衍变、发展、积淀，形成了自己独特的艺术形式，成为人类艺术殿堂中的一朵奇葩。2009年被联合国教科文组织列为世界非物质文化遗产，作为书法艺术的母国就应承担起传承和弘扬的责任。因此，在青少年时期加强书法教育应该是很有必要的，作为弘扬祖国传统文化和提高学生素质，加强学校书法教育，无疑是一条非常有效的途径。

我在从事书法教育工作的二十几年里，积累了一些心得和体会，其中就隶书《曹全碑》的教学方法进行了梳理，此次辑录成册，意为大家提供一种临帖与创作相结合的实用教材。在编写过程中，以出土原拓本为蓝本，经过筛选、归类及特殊的技术处理后，翻制成墨迹，并配以米字格，帮助读者深刻理解并且掌握字形结构以及笔画定位。另外，还专门设计一些创作练习范例，力求通俗实用、循序渐进，让初学者一边临摹字帖，一边创作书法作品，激发学习兴趣。希望能适合中小学校及书法培训学校的教学使用，成为广大青少年书法爱好者入门的向导。

由于本人平常杂事较多，加上水平有限，书中存在着不足，期盼能得到你的真诚帮助，让我们携起手来，共同谱写书法教育的新篇章！

编 者

2012年5月

目 录

第一章 基础知识

- 一、隶书概述.....1
- 二、汉隶及《曹全碑》介绍.....1
- 三、《曹全碑》临习要领.....2
- 四、创作基本知识.....3

第二章 笔画

- 第一节 基本笔画的学习.....6
- 第二节 基本笔画变化的学习10
- 第三节 笔画组合变化的学习15
- 第四节 笔画应用中的变化17

第三章 部首

- 第一节 常见字头字底训练19
- 第二节 常见偏旁部首训练23

第四章 间架结构

- 第一节 独体字训练30
- 第二节 合体字训练32
- 第三节 结构布势35

第五章 集字举例

- 一、对联举例.....40
- 二、条幅举例.....42
- 三、斗方举例45
- 四、横幅举例45
- 五、扇面举例.....48

附 原碑全貌.....49

附 原碑局部.....50

第一章 基础知识

一、隶书概述

隶书，历史上又称左书、史书、八分。相传秦代程邈因犯罪被囚在监狱里，他把大、小篆的笔画和字体作了简化，又把圆转改为方折，以便于书写。这种字体便在以后的公文上使用起来。当时办公文的小官叫“徒隶”，于是人们把这种字体称为“隶书”。其实，据已出土的文字资料记载，早在秦始皇推行小篆之前，已有隶书的萌芽，程邈创造隶书的说法是不确切的。一种字体远非个人的力量所能创造，也绝不是一个时期能完成的，中国文字是人民在集体劳动中逐步创造的。应该说，程邈对隶书做过搜集整理工作，对隶书的推广使用做出了积极的贡献。

隶书从秦代起，经过西汉到三国，在楷书未创制通行以前基本上都使用它。但其形体却渐渐有所改变和美化。西汉的隶书，还不很成熟，到了东汉，特别是后期，便趋于工整精巧，结体扁平，笔画出现了波磔（撇捺），形成了汉隶的楷模。我们现在看到的一些著名汉碑，基本上是东汉时期的。晋唐以后，直至今今，虽楷书盛行，隶书仍以其独特的艺术价值，占有极其重要的位置，绽开出一朵朵奇花异葩。

隶书的用笔特点是：1. 横平竖直。横画有的呈水平状，有的微微下俯，但两端的高低基本一致。竖画，尤其是中竖，则是正直的。2. 方圆并用。隶书笔画在起笔、收笔和转折之处比小篆方，所以一般都讲篆圆隶方。但这只是相对的，隶书在用方笔时必然还保留了小篆圆转的笔意。如果把隶书与后来的魏碑和楷书比较一下的话，那么隶书用笔就显得比较圆润了。3. “蚕头雁尾”。隶书的主笔，如长横、捺画、斜钩、平钩、浮鹅钩，起笔圆润、形同蚕头，收笔之处重顿后再挑出，状如雁尾，这就叫“蚕头雁尾”。“蚕头雁尾”是隶书最具魅力，也是最为典型的笔画形态。隶书的字型趋扁，一反篆书的纵向舒放，而变为纵向收敛，横向舒展。

二、汉隶及《曹全碑》介绍

中国的书法艺术进入汉代，尤其是东汉以后，逐渐进入了繁荣时期。东汉书法艺术的代表是碑刻。当时，门阀世家成为统治阶级的得力助手，地位极为显赫荣耀，在他们死后，门生故吏多为其歌功颂德，刻石立碑以望流芳后世。刘勰《文心雕龙》中记述：“后汉以来，碑碣云起。”东汉碑刻之盛，遍布各个郡邑，只是书写碑文者多不留名。碑文绝大多数是用隶书书写，这是汉隶成熟的主要标记。东汉碑刻主要有：摩崖、石经、碑刻等几大类型。刻在山崖、天然巨石上的文字为摩崖石刻，最著名的有《开通褒斜道刻石》、《石门颂》、《杨淮表记》等。其中《开通褒斜道刻石》记述汉中郡太守于东汉永平六年奉诏修治阁道，用工近77万人，阁道长258里，费时三年，历尽艰辛。此石问世，曾轰动一时。石经有《熹平石经》等，此石经由蔡邕书写，是为了正定六经文字而钦定的书迹，其作用为“书同文”。东汉后期碑刻极为丰富，按制作目的，汉碑可分为：歌颂神冥、记述祖庙祭祀与修建者、歌颂个人功德、大型工程竣工纪念以及画像题记、墓记等五大类。其艺术风格各异：有的古朴，有的浑厚，有的疏宕，有的刚健劲挺，有的华艳秀韵。著名碑刻有：平稳端庄、厚重雄伟的有《乙瑛碑》，秀润圆融、气清神逸的有《曹全碑》；方峻沉雄、端严朴茂的有《张迁碑》。另外还有《礼器碑》、《史晨碑》、《石门颂》等，或遒劲刚健，或古雅超迈，或雄放恣肆，都是千古不朽的精品，是我们学习隶书的最佳范本。

汉隶由篆书简化演变而来，字形由长变为扁方，笔画由弯变直，出现波挑，由纵势变为横势，笔画在篆书的直、曲画基础上增加了撇、捺、钩、挑、点、折，加上横、竖，汉字的八种笔画基本成形。同时，汉字更为简化，笔画更为规矩，字形大小、长短更为丰富多彩，其文字字形与现代文字大同小异，为中国现代文字及书法艺术奠定了坚实基础。

《曹全碑》全名为《郃阳令曹全纪功碑》，是汉隶的代表作之一，属于风格秀逸多姿一类，是以圆为主的笔法写隶书的典型代表。《曹全碑》于东汉中平二年（公元185年）由王敞等人镌立，立于汉中平二年（公元185年）十月。碑高253厘米、宽123厘米。碑阳二十行，每行45字。碑文记载曹全做西域成部司马和郃阳县令时的一些事迹。此碑无书者姓名，原石久佚，明朝万历初年在陕西省郃阳县（今郃阳县）莘里村出土。后移存郃阳县孔庙，1956年移至西安碑林。此碑气韵秀丽，正中寓欹，平和简静，内刚外柔。用笔内、外拓结合，以外拓为主，放中有收，笔画圆润而内气中含。每字多有一两个主笔，主笔较其他笔画粗长突出，借以平衡重心。字中以横为主笔时，蚕头雁尾，厚重而特长，可平衡字的重心；以反挑为主笔的，圆转为弯钩；以撇捺为主笔的，左右相对舒展。用笔以圆笔为主的，方圆结合，圆润秀丽，寓方于圆；字形扁

平，横画上下靠拢，左右波捺以横向取势。字中波挑、钩捺，厚重伸展，有飘逸之感；而且一字“雁不双飞”，以免重复，因而特别注意主次之分。同时结字中，部首独立，上下、左右各部各自独立成形，字形虽以扁平为主，字取横势，但仍然有长短之分，随字赋形，各具变化。

三、《曹全碑》临习要领

不管是学什么，必须要讲究方法，方法对了，就会达到事半功倍的效果。当我们学习《曹全碑》之时，应把握以下几个方面：

(1) 仔细观察，掌握《曹全碑》的基本特点和用笔特色等。《曹全碑》同其他隶书一样，具有横平竖直、字形扁方、蚕头雁尾、点画避让等基本特点。在用笔上有方圆并用、逆起回收、中锋行笔、疾涩统一等。要掌握它们，必须要仔细、反复观察，如果只是随便浏览，是看不出什么名堂的，更没有什么收获。

(2) 经常临摹，才会熟能生巧。清代周星莲在《临池管见》中说：“初学不外临摹，临书得其笔意，摹书得其间架”，可见，学好《曹全碑》也得多临摹。临摹要注意方法，切勿贪多求快，要少而精，采取“集中优势兵力，各个击破”的方针，在不长的时间内就会收到好的效果。同时在临摹的过程中，要背帖，记住每个字的结构和笔画的形状等特点。久而久之，就能全面掌握字帖的形、气、神。

《曹全碑》尽管保存十分完好，字口清晰，但毕竟是碑帖。碑帖与墨迹是有区别的。碑帖是指石刻和它们的拓本。墨迹是指直接书写的笔迹。碑刻大部分是将字写在碑上，再用刀刻出的。碑刻即使刻得再好，也只能表达原迹的结体和笔迹的粗细，难以表达用笔的轻重缓速，用墨的浓淡枯润，所以学习《曹全碑》要透过刀锋看笔锋。这本技法为了解决这一问题，将碑刻还原成墨迹，以便读者临习。

(3) 不要用毛笔试图完全表现出碑中范字的点画效果。凡是碑刻拓本，从字的勾勒上石到装裱成册，其间要经过十多道工序。每经过一道工序，字迹都会有不同程度的失真。如果再加上碑石的长期风化损泐，字迹就会越来越失真。虽说《曹全碑》刻工精良，字迹相对清晰，但也有部分点画斑驳和风化，比如某些过细或过粗而不成比例的点画、某些彼此失去关联而不协调的点画，这绝对不是字帖的本来面目。青少年朋友在临习时千万不可误解，不要刻意去模仿字帖的某些走了样的点画形态。正确的做法是拿到帖后先仔细揣摩、研究出碑字本来的用笔原则及方法，再用笔墨去表现点画应有的形态和韵味。

(4) 对于极少数体式欠佳或很不规范的字不要去学。《曹全碑》的碑文有两千多字。再出色的书家书写这样长的碑文，也不可能字字珠玑，对少数字处理失当而写得不美观是难免的。特别是对于《曹全碑》而言，由于年代久远，碑石的某些字有些风化，甚至有些字残缺不全，这样的字显然不足为范，建议书法学习者要取法乎上，不可不分好坏，不动脑筋地一概照临。

(5) 以横扁取势是《曹全碑》的一大特点。正因如此，对于那些字形极扁的字，在临习时要心中有数，注意体察单个字的形态以及和它四周相邻的字的形态，要掌握好分寸，同时也要明白只是说以扁势为主，其实作者在书写中因字赋形时，并不乏一些长方字形出现，不可不论字形结体而一味将其压扁。

(6) 初学者临习《曹全碑》容易用笔熟滑而无骨，意态媚而流俗，当纵时放不开，当敛时收不往，结体便会失去情趣，用笔流于柔弱俗媚。同学们在临习此碑时应避免这种弊病。

当然，这些问题对于初学书法的同学们来说，是很难一下解决的，因为他们还没有审辨的能力。在学习过程中要多了解、多交流、多请教。所以学习书法是个漫长的过程，这样才能打下坚实的基础。在接下来的几期里，我们将对《曹全碑》进行深入的解析，从单个的笔画特征到结字特征以及章法逐一进行学习。希望喜爱《曹全碑》的同学们能够持之以恒，紧跟我们每一期的解析教程，从而对《曹全碑》有更加深入的理解力和技法的掌控力。

此外，还要说明一点，要学好隶书，单学好《曹全碑》是不够的，还要博采众长，多学习几种其他风格的隶书，还可以学习其他书体，从中汲取营养。这样，才能丰富自己，提高自己，形成自己的风格。

《曹全碑》的基本特点

《曹全碑》的风貌端庄秀逸，清润流利；点画十分精到，藏头互尾，丰润饱满。在临习此碑时要注意笔画的特点，不能仅仅关注其秀丽之处，要在秀丽的表象中看到其遒劲的点画及用笔。在书写时，用笔要飘逸中寓劲健，忌平滑轻飘。隶书的波画以“蚕头雁尾”的特有形态，展现了波势的生动变化。那逆锋起笔形成的起笔形状和顿挫收笔写出的波画，既使这一横画的形态呈现出粗与细、曲与直、钝与锐的微妙区别，又使运笔过程中“一波三折”的起伏节奏表

现得十分明显。

(1) 字取横势

粗看隶书每个字似乎成扁方形。其实不是所有的字成扁方。是因为隶书的横画向左右舒展,使字呈横势。如《曹全碑》中的“六”字,横画出现蚕头雁尾,并尽量向左右伸展,使字显得很扁。“土”字也是如此。根据笔画的多少,“易”字写成了方形,“事”字写成了长方形,给人的感觉却呈横势。

(2) 蚕头雁尾

隶书中,有些横画起笔如蚕的头部,收笔像雁的尾巴,这就是我们通常说的“蚕头雁尾”,“雁尾”纯属为了装饰的需要。在《曹全碑》中,这个特点十分突出。

(3) 横平竖直

楷书中讲“横平竖直”,实际上它的横画是斜的,有一定的角度。真正具备“横平竖直”这一特点的只有隶书。

(4) 点画避就

在一幅隶书作品中,要使每个字都各具风姿,充满活力,就要讲究点画在结构上的避让关系。点画避就,主要有以下几种情况:①雁不双飞:在同一个字里,有两个或两个以上的横画,只能出现一次雁尾。②主笔突出:《曹全碑》中,每个字都十分注意其主笔的表现,主笔并不一定都有“雁尾”。③笔不二出:在同一个字里,有相同笔画或相同的部位,在书写时则要注意变化,不得雷同。④钩画多变:在隶书中,钩画变化很多。一般是将钩画简化变为无钩。⑤偏旁独立:隶书的偏旁可以独立存在,而不斜倚。

(5) 尚存篆意

隶书是篆书的省易写法,弧线为直线并出现了波磔,行笔中出现了停顿。但在有些隶书,仍存有篆意。

(6) 上敛下放

在隶书中,收笔与放笔的表现十分明显,一般是上敛下放。

(7) 逆入平出

逆入平出是笔画起笔和收笔的一种运笔技法。此碑充分表现了隶书横画的“一波三折”之势,利用波势的俯仰强化节奏的起落来突出飘逸流动的美感。①逆入:起笔时,笔锋由所书笔画的反方向入纸,即逆锋入纸,顿笔后,翻转笔调整方向行笔。中锋用笔,使笔锋始终藏在笔画之中,笔锋均匀齐力,表现含蓄而隽秀。②平出:收笔时笔画不回锋,蓄势而行,势尽出锋,回腕空收。

(8) 方圆结合

《曹全碑》的运笔方法以圆笔为主,方笔为辅。其笔画与用笔以圆润为主,这样则更能显示飘逸的风采。俊美秀丽的体态使飘逸之美更显出风流潇洒的神韵。此碑中波画的收笔常于圆润中出以尖细的锋芒,这反映了书法不以泯灭锋芒来成就单纯的圆润,而以之反衬圆笔,使点画中表现出更加引人瞩目的笔力。①圆笔:《曹全碑》以圆笔为主。圆笔指笔画的起笔、收笔处呈圆形,无棱角,裹锋行笔,线条有含蓄厚重之感。铺毫行笔,转角处用转锋另起,或运腕,或捻指,使其圆通委婉,神采内敛,线条凝练,富于立体感,收笔用转锋空回,显得含蓄圆润。②方笔:指笔画的起笔、收笔处呈方形,有棱角,具有力量美。铺毫行笔,转角处用折锋,力量外拓,写出的字刚劲峭拔。

(9) 粗细变化

《曹全碑》字形变化丰富,书写者运用纯熟,线条粗细随其笔性,一任自然,粗细变化丰富。在单个字中应突出主笔,笔画之间有轻重的变化。两字相比较,更应该体现出粗细的变化。瘦者精细劲挺,粗者肥而不肿。

四、创作基本知识

前面,对《曹全碑》进行了讲解,待大家临习范本有了一定的基本功后,就可学习和掌握一些基础的书法创作知识,便于大家学习和创作。

(一) 什么是章法

章法就是“布白”,是安排布置整幅作品中字与字、行与行之间呼应、照顾等关系的方法。讲究的是整幅作品应按照一定的程序、格式、法则书写,使字与字、行与行之间既和谐统一,又富于变化,从而使作品显现出整体美。

传统的书法作品是由正文、落款、铃印三部分组成,这就是通常所说的书法章法“三要

素”。“三要素”缺一不可，如少了其中一个就不是完整的作品。三要素中最主要的是正文，它是作品的书写内容，例如诗文、联句等等。落款是表达正文的出处，是谁书写的，什么时候书写的，是正文的说明。铃印就是在作品完成后盖上印章，是对作品的进一步完善，也对作品画面起着调节作用。

（二）章法的法则

书法章法的法则是根据章法的三要素互相之间的关系以及作品的审美要求总结出来的。可简单归纳为：因字定纸、四周留边，自上而下、由右至左，字避雷同、行气贯通，字大款小、书体适当，恰当用印、字印相映。

1. 因字定纸，四周留边。用多大的纸来书写，可根据字的多少和要求来定，写多大的字，写多少字，要根据需要与纸的大小相适应。如果纸大字小（少），会出现太空，如果纸小字大（多），出现拥挤堵塞。留边是指纸的四周都要留点空边，不能顶天立地，上下左右撑满，满既塞而不通气。至于上下左右各应留多少边，要根据幅式而定。例如竖式条幅作品，上下应多留，左右可少留。如果是横式横幅，左右应多留，上下可少留，这都是为了取得构图的协调和谐、美观大方的效果。

2. 自上而下，由右至左。这里指的是书写顺序，书法作品按传统习惯为纵行排列，从上到下，从右至左书写。首行不需空格，首字应顶格而写；末行不宜写满，末字下应留有适当空白。作品一般不用标点，繁体字与简化字不要混合使用。

3. 字避雷同，行气贯通。同一幅作品中的字应在字形上作些变化，特别是相同的字必须要加以变化，不能雷同，同样结构的字，也应有所变化。楷书也应力避雷同，作品才会有生机、有活力。

4. 字大款小，书体适当。题款是一幅书法作品创作的一个重要部分，题款是正文之外的说明性文字。包括像正文题目除外，书写的缘由、时间、地点，书写者的姓名、字号、斋号，所赠对象的称呼、姓名等等。这些内容并不是每幅作品都要全写上。题款内容的多少要视作品的具体需要和题款位置的多少而定。题款的内容有的写在正文前面，叫上款；有的写在正文后面，叫下款。这里的“字”是指正文的字，“款”指的是落款字。通常情况下，正文的字应大于款字。题款的字体也有讲究，篆书作品，可用楷书、行书题款；隶书作品，可用隶书、行书题款；行书、草书作品，可用行书、楷书题款。

5. 恰当用印，字印相映。一幅书法作品，铃上印章，使画面显得活泼生动。印章的使用能起到打破平淡，增强色彩的作用。但也不能随便乱用，通常是姓名章铃在作品左下方姓名之后，或一方，或二方，有时在作品的右上方铃一长方形或不规则形的起首章，姓名印后还可铃上闲章。一幅作品铃印的数量可少于三方，最好不要多于三方（尺牍、册页等特殊作品例外）；印面的大小不能太大，通常情况下小于款字，切不可大于款字。这是因为印章颜色鲜明，引人注目，大了则有喧宾夺主之感。

（三）书法作品的常见形式与布局要求

书法作品形式多样，最常见的有竖式（中堂、条幅、对联）、横式（横幅、横披、长卷）、斗方、扇面（折扇、团扇）、条屏、尺牍、册页等几大类。

中堂：竖式，因其悬挂于堂屋（或客厅）的正中而得名。作品幅面大而方整，一般用三尺、四尺、五尺或六尺整宣书写的。

条幅：竖式，形长而窄，为长条形，因而称条幅。

对联：又称楹联，俗称对子。形式为字数相等、内容相关的两长条形竖式作品。其大小、长宽比例均根据对联的字数和要求而定，无一定限制。对联分为两幅，上联在右，下联在左，上下联左右对称。（落款写在上下两联的外侧，上款在上联右侧，靠上；下款在下联左侧，居中偏上，略低于上款。）

横幅：横式，若长度有几米甚至十几米、几十米的则称为长卷。长卷是篇幅长、内容多、可卷并展开来欣赏的书法作品。

斗方：其外形为正方形的作品，其大小不定，多为小型作品。

扇面：有折扇、团扇扇面两种。折扇扇面根据折扇的特征，其章法有所变化，纵行之间并不互相平行，而是向上呈放射形。每行字数可等，也可不等，也可长短相间。

条屏：是将一项书写内容写在两幅和两幅以上的条幅上而形成的书法作品。其条屏多为偶数，为的是便于装裱和悬挂。其书写风格一致，疏密匀称。如正文内容较长，则落款也较多，可写进对正文的评述等。

尺牍：是临时书写的手稿和书信之类的篇幅较小的书法作品。

册页：是书写内容分成四个或更多部分，并装裱成一幅的书法作品。这些作品的书写风格多样，正文和落款都很讲究。

在初学阶段，最常用的方法是集字创作，集字创作的创作过程有：

1. 确定内容，严格选字。集字作品，其字皆与原碑帖关系密切，将此碑帖中的字经过严格挑选，重新组合成一个新的内容(词语、名言警句、对联、诗词)，其书写内容与原碑帖无关。

2. 选择形式，认真练字。按照一定的要求，确定作品的形式(即竖式、横式或方斗等)。同时，按字的大小、形式等特点，确定行数、每行的字数以及落款文字的多少，进行统一安排。

3. 综合练习，不断调整。按作品要求的形式、大小格式在毛边纸上反复进行整幅的练习。练习中注意：第一，继续练好每一个字；第二，不断调整字的大小、形状及笔画的轻重，做到字字协调统一。

4. 精心创作，择优定稿。将宣纸裁成作品要求的尺幅进行书写创作。创作前，应将所写内容默记在心，做到“胸有成竹”，然后进行创作书写。创作后，将作品悬挂于壁，观察整体效果，逐一校对所写的每一个字，找出问题后，重新创作。这一过程，要反复多次，做到“精益求精”。书写到一定程度后，从所写的作品中挑选出自己最满意的一幅，再在落款后钤盖好印章，一幅集字作品的创作才算完成。

(四) 创作中应注意的几个问题

1. 毛笔的大小及使用方法

毛笔的大小与作品中字的大小有关，“大笔写大字，小笔写小字”。一般来说，宁可大笔写小字，绝不可小笔写大字。

2. 字在格子中的大小

字的大小，一般占方格的80%—90%，一般不得写满格。作品字多，字间宜紧凑；作品字少，字间空距可略大，以免作品显得拥挤，尤其是少字数作品(一幅作品的正文仅为几个字)更应如此。

3. 用笔的轻重特点

在少字作品中，字数较少，字形较大，用笔宜重，笔画应粗壮有力。初学者注意，特大型字(超过20cm以上)切忌用小字作范本，不要以为将碑帖的字按比例放大就可以了。字越大，用笔越重，特大型的字，笔画之间仅略有轻重之别，粗细基本接近，且宜粗不宜细。这样，作品才显得厚重沉稳，雄浑大气，以气势取胜，更具强烈的感染力。

在多字作品中，字数较多，字形相对较小，用笔宜轻，笔画之间，字与字之间，应分清主次，笔画轻重变化明显。字越小，笔画应越轻细，将给人以清新、秀美之感。

4. 用纸与用墨

初学者，用纸不必讲究，以中、低档生宣为主。楷书作品，书写速度宜慢，特别是少字数的大字作品。创作用墨，以瓶装专业书画墨汁为宜。墨汁可适当浓一些，其浓度以笔触纸时不浸而又书写流畅为原则。

(五) 《曹全碑》的章法特点

隶书的章法主要有四种：第一种是纵有行，横有列，每一行字与字之间的距离较大，行与行之间距离较为紧密。汉碑中多属此种章法。纵观《曹全碑》的全碑布局方式，这是隶书应用得最多的一种章法。当然也有的是纵有行，横有列，字与字之间有界格，字距与行距均等。如清代书法家金农所书的有些隶书作品；也有的是纵有行，横有列，字距与行距紧密。如清代书法家伊秉绶的有些隶书作品；还有的是纵有行，横无列，字距与行距不等，字形大小不一。如西汉帛书。

隶书是一种十分规整的书体。通过《曹全碑》可以看到：在形式上，点画之间是断开的，字与字之间是独立的，行与行之间是分明的。在感觉上却是一个和谐的整体。这就是作者善于运用运动的笔势，达到点画间的相互呼应。同时讲究点画的取向、避让、轻重等，使作品富有节奏感，具有生命力。

第二章 笔画

第一节 基本笔画的学习

基本笔画一般有以下八种：横、竖、撇、捺、钩、折、挑与点。其中横、捺、挑等笔画从左至右书写，为横向笔画；竖、撇从上至下书写，为纵向笔画；折画由横与竖组合而成，为合成笔画；钩画的钩部皆附于其他笔画的末端，不能独立出现，为附属笔画；点画为横、竖内缩而无行笔，为浓缩笔画。基本笔画在书写中，注意写好起、行、收三个过程，且三个过程要连贯，一气呵成，中途不可随意停顿，同时还要注意各种笔画的各自形状、轻重、长短、曲直以及方向的不同。

一、横画的写法

波画

平横

横的写法

1. 起笔：斜向左下重按后，圆转向右，头部成斜向椭圆形。
2. 行笔：横向右、中锋行笔，前段略提，后段略按，中间要轻，微向上凸。
3. 收笔：顺势重按后，向右上出锋，略尖。

平横：用力均匀，粗细接近，形较直；横尾回锋轻收，两头略成圆形。

波画：长横的一种，是字中的最主要的笔画。波画用笔夸张，左右舒展，重起重收，是隶书的特征性笔画。

二、竖画的写法

圆尾长竖

尖尾长竖

竖的写法

1. 起笔：向上按下后，圆转向下，头部略成圆形。
2. 行笔：竖直向下，中锋行笔。上段用力略轻，笔画稍细；下段逐渐加重，笔画稍粗。
3. 收笔：①圆尾长竖，圆转向上，边转边提，回锋收笔。②尖尾长竖，行笔至末端，顺势向下，边提边收，出锋收笔，尾端较尖。

竖画是字的主干，字最重要的笔画之一，要写得端端正正，不偏不斜。

三、撇画的写法

长撇



撇的写法

1. 起笔：向上轻按后，圆转向下；与竖的起笔相同。
2. 行笔：中锋用笔，用力均匀。斜向左下，形较弯。
3. 收笔：行至末端，稍按，转向右，回锋收笔，撇尾可方可圆。

身

石

名

相

四、捺画的写法

长捺



捺的写法

1. 起笔：向左轻按后，圆转向右起笔，写法与平横相似。
2. 行笔：向右下中锋行笔，形较直，后段逐渐加重。
3. 收笔：接行笔重按后，转向右边提边收，出锋收笔。

夫

人

合

史

五、折画的写法

横折



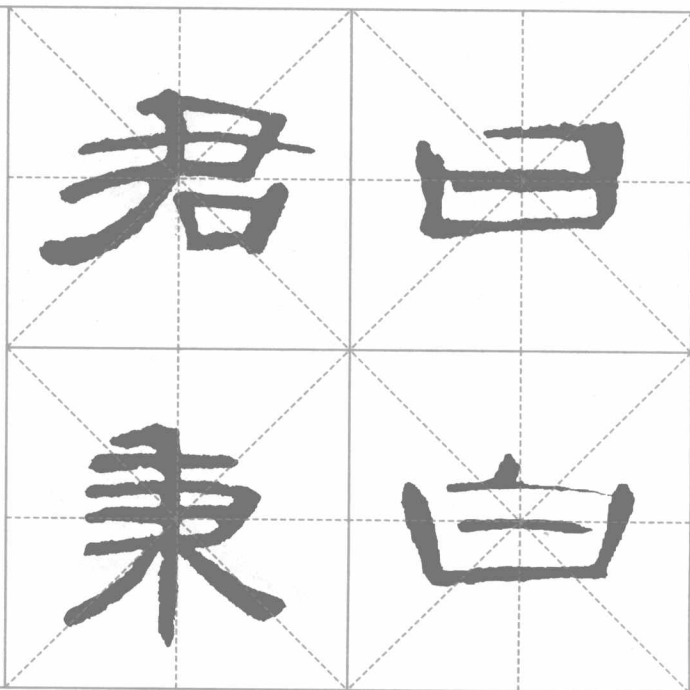
折的写法

横折由横与竖首尾相连而成。

1. 横部写法与平横相同。

2. 折部：先写横的收笔，圆转连写竖的起笔。

3. 竖部写法与圆尾长竖相同。



六、钩画的写法

竖弯钩



钩的写法

竖钩在隶书中又称为竖弯钩，尾端可圆转也可方折。

圆转后应回锋，与撇画相似。方折后，向左提笔出锋，形状与楷书的钩画相似。

1. 起笔：与竖的起笔相同。

2. 行笔：向下中锋行笔，可直，也可微弯。

3. 收笔：转向左，回锋收笔。也可折向左，出锋收笔。



七、点画的写法

尖点

① 

② 

圆点

① 

② 

点的写法

尖点：尖点出锋收笔不宜太长太尖，收笔宜慢，比较含蓄。

①1. 起笔：向右顺时针转动，重按起笔，然后转向左。
2. 收笔：顺势向左边提边收。②写法与①相同，只是方向相反。

圆点：圆点首尾大小多变，一般不要写得太圆，或头大尾小，或头小尾大，略出现不同的变化。

①1. 起笔：向上轻起后，按笔转向右下。2. 收笔：顺势向左上圆转，回锋收笔。②写法与①相同，只是方向由左下向右上，与①正好相反。

谷	雨
尖	祖

八、挑画的写法



挑的写法

笔重，收笔轻。势向右上，微微下俯。

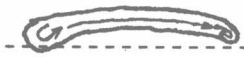
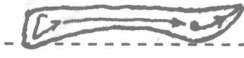
1. 逆锋向左起笔。
2. 折锋向左下按。
3. 折笔向右上作挑。

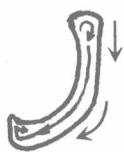
河	治
扶	掖

第二节 基本笔画变化的学习

《曹全碑》的笔画变形极其丰富多彩。但笔画不论怎样变化，它们的基本写法不变，都是由基本笔画变化而来。

变化方法有几个类型：(1)笔画的首尾变化。有的逆起、回收；有的顺起、出锋收笔；有的形圆用转笔，有的形方用折笔。(2)笔画的曲直或方向变化。这种变形主要在笔画中段(行笔部分)，要注意弯曲与倾斜的程度。(3)组合变化。由两个或两以上的笔画前后首尾相连，各段基本笔画的写法不变，注意各组成笔画之间的连接方法与大小比例。

 (1)曲横 写法与直横相同。首尾两端略向下垂，中间向上凸起，整体成拱形。两端要平。	 不	 亠
 (2)方头波 写法与波画相同。两端要平，中段微向上凸，收笔要重，平向右上出锋。起笔用方折法，形方、略大。	 首	 里
 (3)垂头波 写法与波画相同。波头下垂，用笔可方可圆。行笔部分略向下斜，收笔略高于起笔。	 西	 百
 (4)右尖横 ①由平横变形而来。 ②起笔逆锋圆转，略成圆形；收笔平向右提收，不回锋，宜轻。 ③形微弯，略向上凸。	 貢	 或



(5) 弯尾竖

形与写法同撇。竖画后段弯向左，弯后较平，收笔可回锋(如“报”字)，可出锋(如“丙”字)。

報 丙

报



(6) 尖尾竖

圆头尖尾，行笔由重到轻。起笔逆锋，收笔出锋。

市 儒



(7) 尖头撇

尖头圆尾，顺锋向左下轻起。用力由轻到重，形较直，末端向右回锋收笔。

位 和

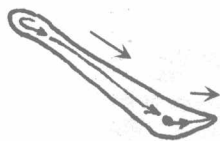


(8) 尖尾撇

逆锋起笔用折笔，形方，头稍大。行笔中段略

轻，后段略重，末端顺势向左撇出，宜尖。

力 勒



(9) 直捺

写法与长捺相同。形宜直，较短，行笔由轻到重，平向右出锋收笔。

承 天



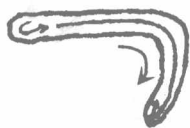
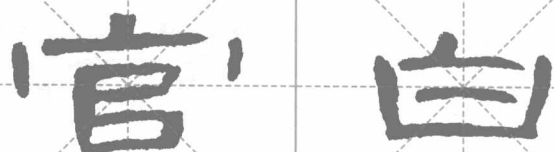
(10) 走之捺

写法与长捺相同。一波三折明显，弯度较大，中段斜度较小；收笔平出，微向上仰。



(11) 断折

横与竖断开，不相连。但应做到笔断意连。竖头应高或平于横尾。



(12) 圆折

横折的变形。折部用转笔，由横到竖圆转相连，一笔完成。竖部多成弯形。

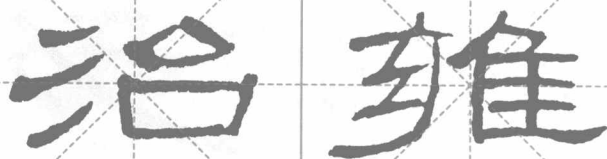


焉



(13) 尖形折

由短撇与右尖横合成。撇画宜小、宜轻。横部起笔(折部)要重，收笔要轻。



雍



(14) 竖折提

竖画端正。折部向左突出，形方；竖宜直(如“民”字)。折部圆转，则竖画微弯向右凸(如“长”字)。



长