

双宫重心格名帖临习教程

第一辑

柳体楷书

LIUTI KAISHU

永

神

策

军

金春郊 编著

武汉出版社

WUHAN PUBLISHING HOUSE

碑

¥2.1

双宫重心格名帖临习教程

第一辑

LIUTI KAISHU

柳体楷书

神

策

军

碑

江苏工业学院图书馆
藏书章



主 编 郭农声

副主编 王问靖 李明清

本册编著 金春郊

武 汉 出 版 社

WUHAN PUBLISHING HOUSE

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

双宫重心格名帖临习教程. 柳体楷书/金春郊编著

武汉:武汉出版社,2000.6

ISBN 7-5430-2071-8

I. 双… II. 金… III. 楷书-书法-教材 IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 16278 号

书 名:柳体楷书

著作责任:金春郊

责任编辑:王远彦 李艳芬

封面设计:刘福珊

出 版:武汉出版社

社 址:武汉市江岸区北京路 20 号 邮 编:430014

电 话:(027)82842176 82839623

印 刷:湖北省新华印刷厂 经销:新华书店

开 本:890×1240mm 1/16

印 张:5.75

版 次:2000 年 9 月第 1 版 2000 年 9 月第 1 次印刷

印 数:1-10000 册

ISBN 7-5430-2071-8/J·74

定 价:11.00 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题,由承印厂负责调换。

目

录

第一部分 笔画	1
笔画概说	1
一 横	2
1 平横	2
2 凹横	3
3 凸横	4
4 左尖横	5
5 右尖横	6
二 竖	7
1 垂露竖	7
2 悬针竖	8
3 左弧竖	9
4 右弧竖	10
三 撇	11
1 直撇	11
2 弧撇	12
3 兰叶撇	13
4 弯头撇	14
5 曲头撇	15
6 弯尾撇	16
7 短撇	17
四 捺	18
1 直捺	18
2 弧捺	19
3 平捺	20
五 挑	21
六 折	22
1 横折	22
2 竖折	23
3 撇折	24
七 钩	25

1 横钩	25
2 竖钩	26
3 弧钩	27
4 戈钩	28
5 心钩	29
6 竖弯钩	30
7 横折钩	31
八 点	32
1 上点	32
2 下点	33
3 左点	34
4 右点	35
5 撇点	36
6 挑点	37
7 长点	38

第二部分 偏旁	39
偏旁概说	39
一 左偏旁	40
1 提手旁	40
2 木字旁	40
3 示字旁	41
4 衣字旁	41
5 绞丝旁	42
6 土字旁	42
7 单人旁	43
8 双人旁	43
9 左耳旁	44
10 弓字旁	44
11 竖心旁	45
12 禾字旁	45
13 犬字旁	46

14 火字旁	46	五 字框	64
15 三点水	47	1 门字框	64
16 两点水	47	2 国字框	64
17 金字旁	48	第三部分 结构	65
18 食字旁	48	结构概说	65
19 王字旁	49	一 独体字	66
20 山字旁	49	1 横平竖直	66
21 言字旁	50	2 均衡匀称	67
22 石字旁	50	3 撇捺相交	68
二 右偏旁	51	4 斜中求正	69
1 反文旁	51	5 往来中心	70
2 右耳旁	51	二 合体字	71
3 立刀旁	52	(一) 左右结构	71
4 口字旁	52	1 左右整齐	71
5 佳字旁	53	2 左窄右宽	72
6 欠字旁	53	3 左小偏上	73
7 殳字旁	54	4 右小偏下	74
8 见字旁	54	(二) 上下结构	75
三 字头	55	1 上下等分	75
1 人字头	55	2 上小下大	76
2 奉字头	55	3 上宽下窄	77
3 草字头	56	(三) 左中右结构	78
4 四字头	56	1 两高一低	78
5 宝盖头	57	2 两窄一宽	79
6 曾字头	57	(四) 上中下结构	80
7 尚字头	58	(五) 多重组合	81
8 山字头	58	1 上下型Ⅰ	81
9 竹字头	59	2 上下型Ⅱ	82
10 日字头	59	3 左右型	83
11 广字头	60	第四部分 章法	84
12 病字头	60	章法概说	84
四 字底	61	幅式说明	85
1 心字底	61	后记	86
2 皿字底	61		
3 四点底	62		
4 木字底	62		
5 走之底	63		
6 走字底	63		

第一部分 笔 画

笔画概说

一个字写得好不好，要从两方面来看：一看笔画，二看结构。

一幅字写得好不好，除了笔画、结构外，还要看章法。

所以，笔画是书法的基本功。古代大书法家赵孟頫有一段很著名的论述：“结字因时相传，用笔千古不易。”充分强调了用笔的重要性。用笔指的就是笔画。

书法，归根结底是一门线条艺术，线条质量的高低，当然直接影响书法的艺术性。我们想步入书法的殿堂，就要先把笔画练好。

前人把汉字的笔画，归纳成8种：横、竖、撇、捺、提、点、折、钩。

每种笔画又包括若干类。就拿“点”来说吧，细分起来有斜点、挑点、撇点、垂点、竖点、对点等，形态各异，多姿多彩。

实际上，这些分类都是相对的。人们在具体书写时，往往是随机应变，千变万化。正如世界上不会有两片完全相同的树叶，书法上也不应有两个完全相同的笔画。这时，你就进入了一个比较高的艺术境界。当然，初学时重点还是在掌握各种笔画的基本写法。这本字帖，对常用笔画，进行了细致的介绍。

笔画虽千姿百态，但每个笔画的书写过程，都包括起笔、运笔、收笔三个阶段。

起笔有藏锋、露锋两种形式。

藏锋，就是把笔尖落纸的痕迹，藏到笔画中去。如向右运笔，要先稍稍向左下笔，然后再向右运笔。初学者最好请老师或懂书法的朋友现场讲解，一看就明。

露锋，就是顺点画的方向起笔，把笔尖落纸的痕迹露在外面。

有人认为正楷字应该笔笔藏锋，其实没有必要。一个字的主要笔画，往往要藏锋，起笔、收笔要到位，方显精神。而次要笔画，常常露锋起笔，写得含糊一点，随手一点。

收笔，有回锋收笔，即收笔时反向运动，把笔锋藏到笔画中去，或者稍作停顿就提笔离纸。也有出锋收笔的，把笔的锋芒露在笔画外面。

运笔，应中锋行笔，就是笔锋运行的轨迹在笔画中间，不要把笔尖偏向笔画的任何一边。运笔的过程中还要讲究提、按即笔的上下运动，使笔画有粗细轻重的变化。

起、收与运笔相比较，是起、收略重，运笔稍轻；起、收略慢，运笔稍快。

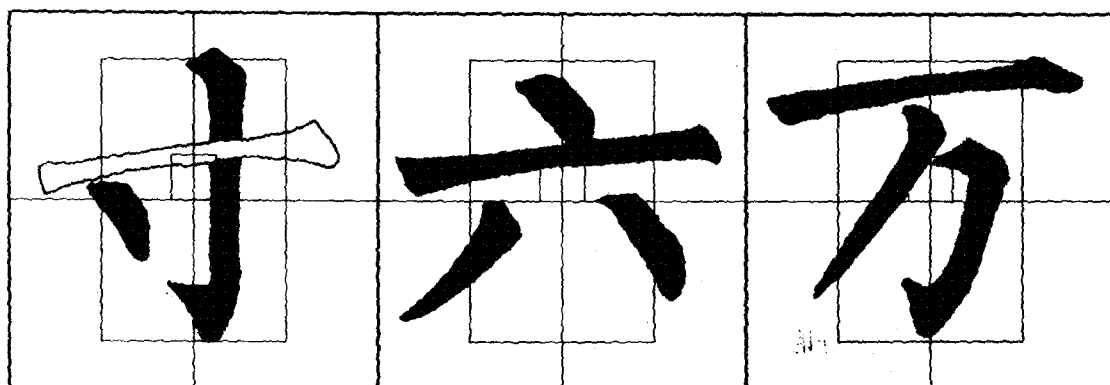
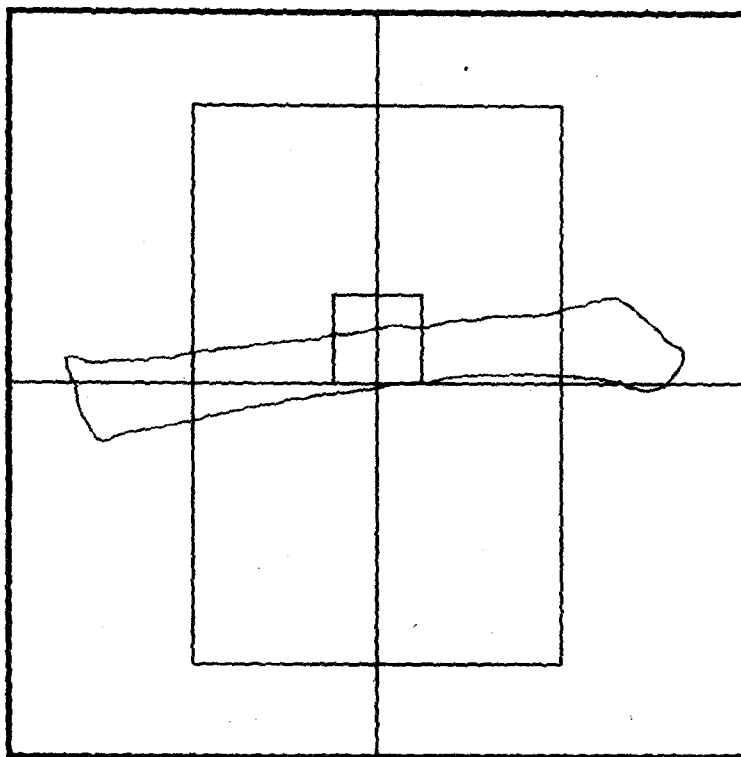
另外，笔画还有方、圆之分，起笔、收笔呈棱角状的笔画，称为方笔；起笔、收笔呈圆弧状的笔画，称为圆笔。

下面，我们开始进入笔画练习。

一 横

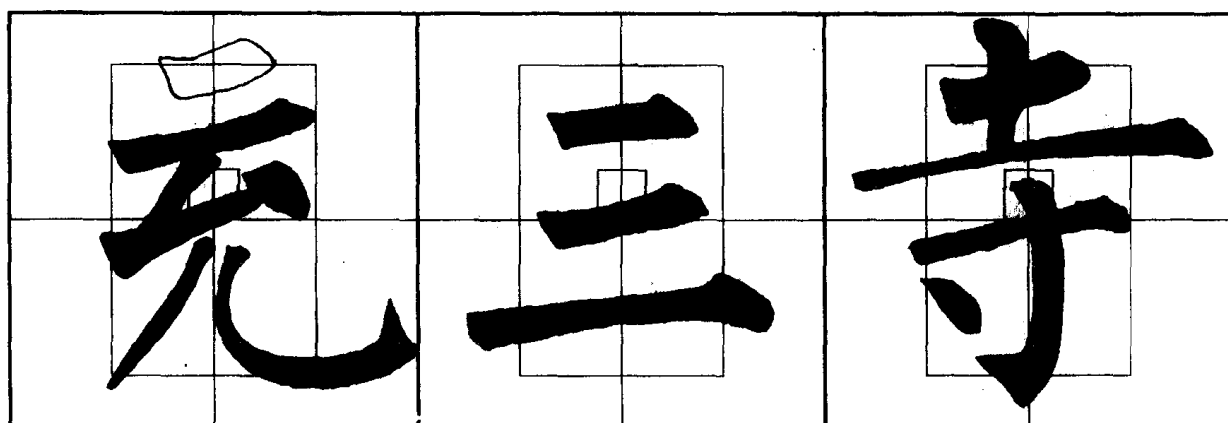
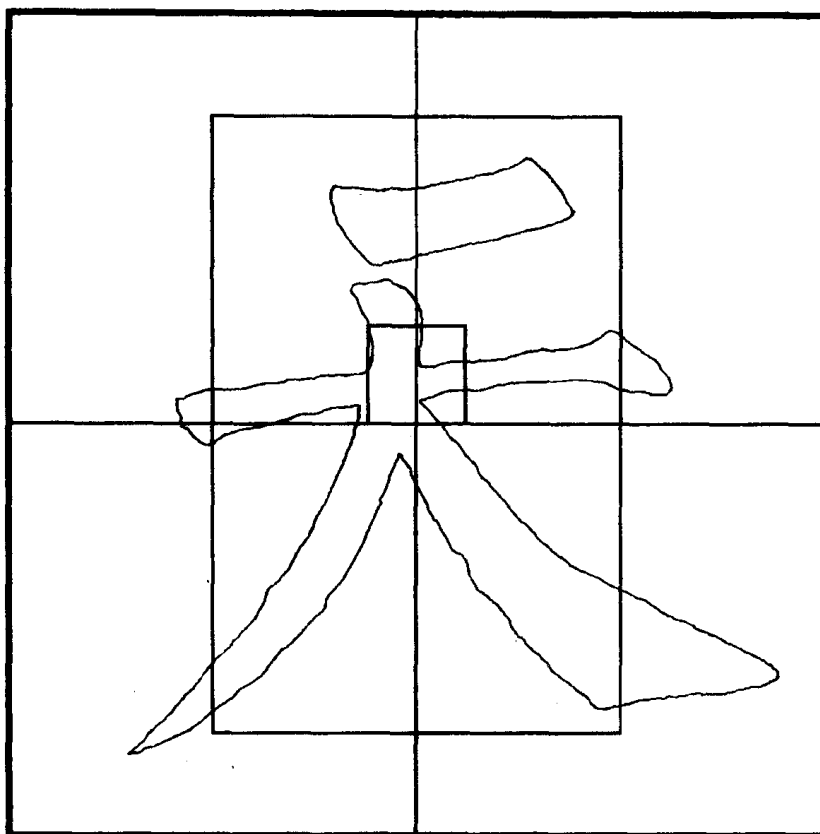
1 平横

逆向左起，折锋下按，提笔中锋向右行笔，至末端，笔锋上提，再向右下顿笔，提笔向左回锋收笔。平横一般方起方收，也可方起圆收，中段行笔略细，笔道较长，且向右上取斜势。



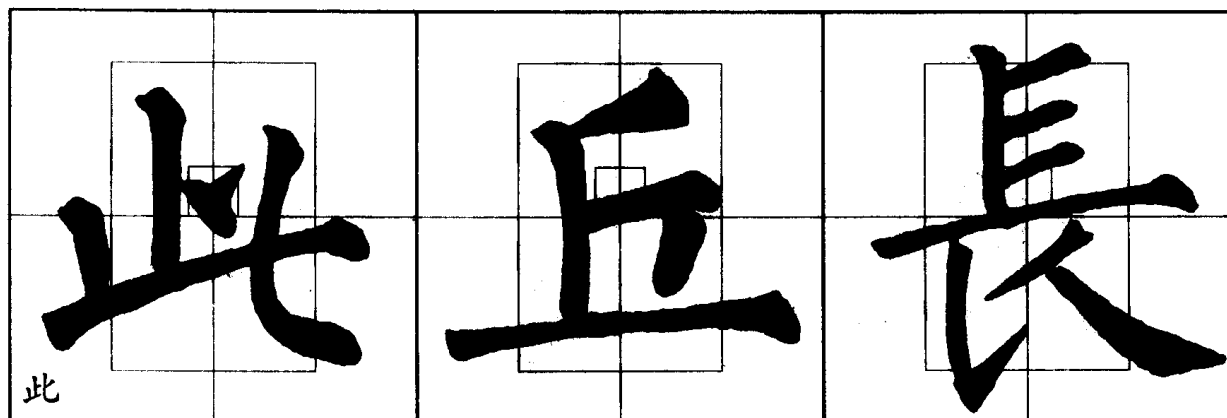
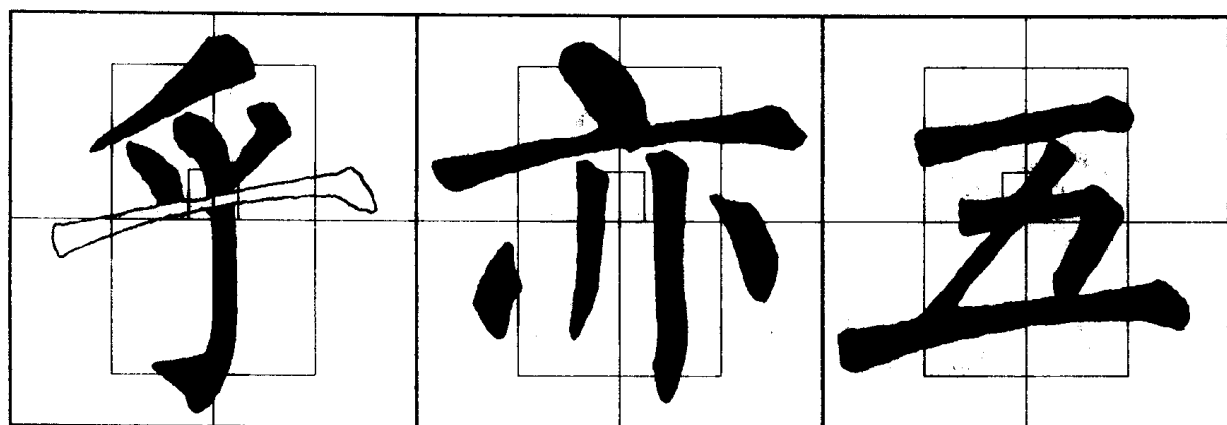
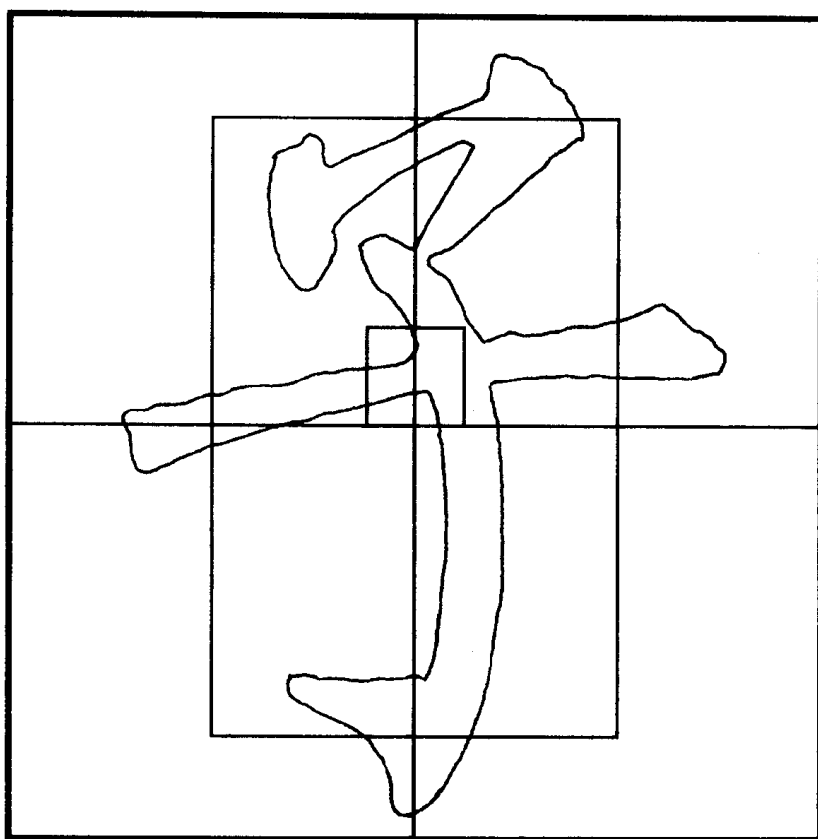
2 凹横

起笔呈方，同平横，
行笔重按，向下呈弧形，
收笔向右上提锋，轻按向
左回锋收笔，整个笔画体
态粗壮，较平横短，多出
现在横画较多的字里。



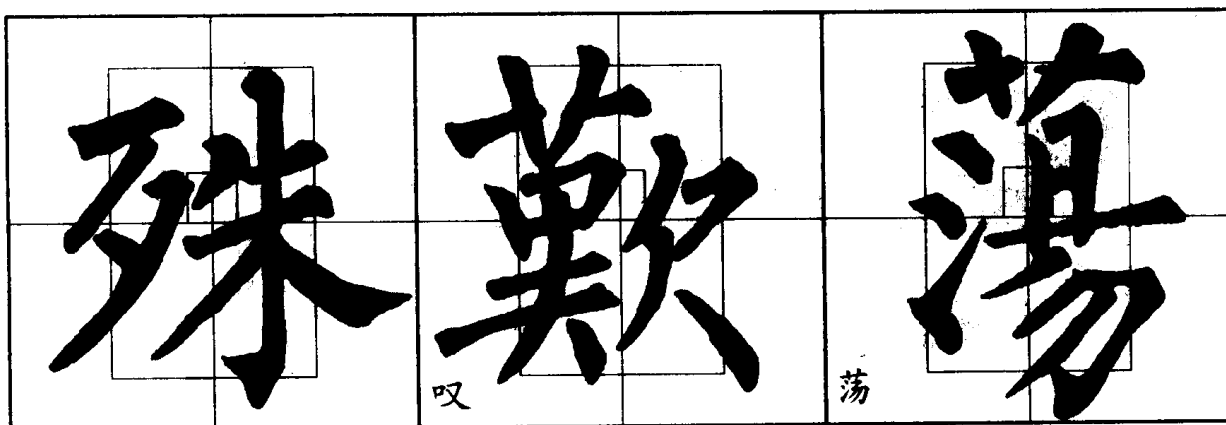
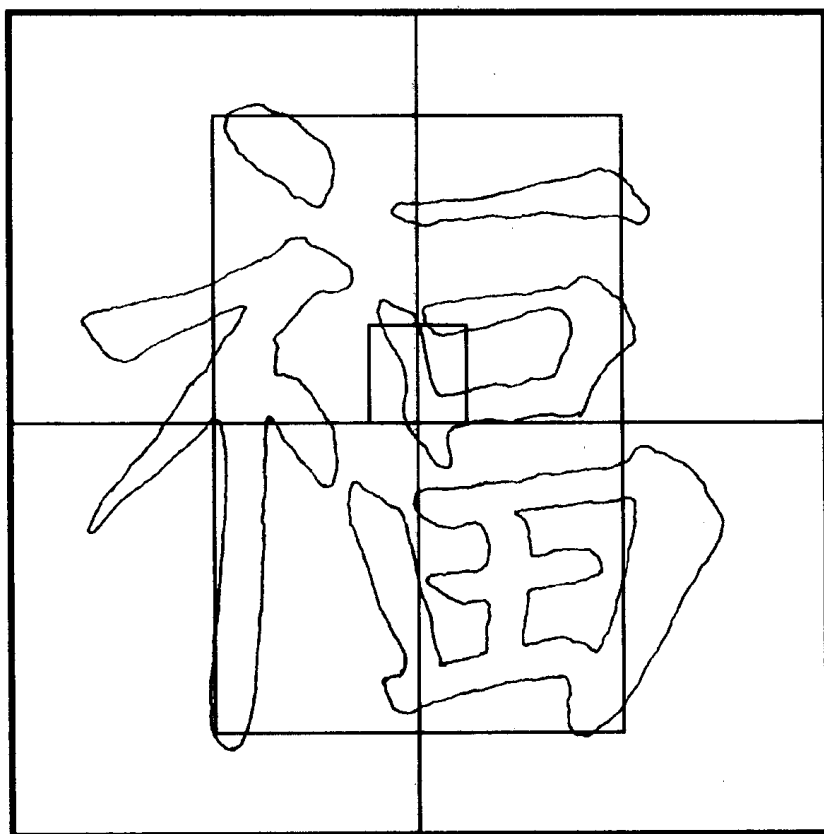
3 凸横

起、收同平横，行笔时向上呈弧形，形成凸起之势，在汉字中起覆盖或托起之用，是字之主笔。



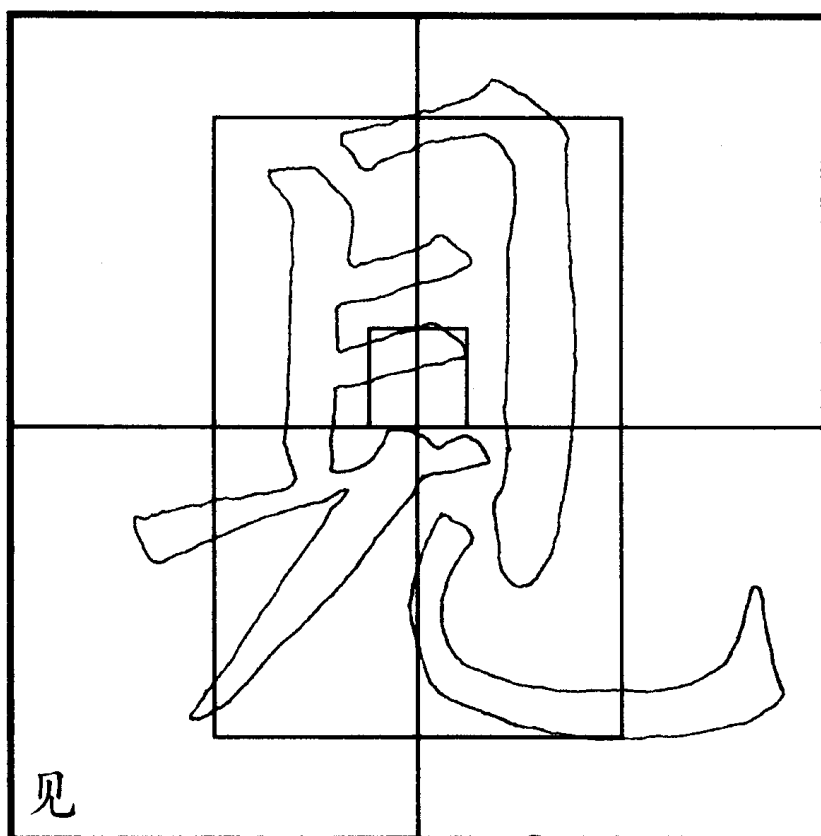
4 左尖横

顺锋入笔，行笔向右边行边按，末端顿笔，再提笔向左回锋收笔成方，笔画左轻右重。



5 右尖横

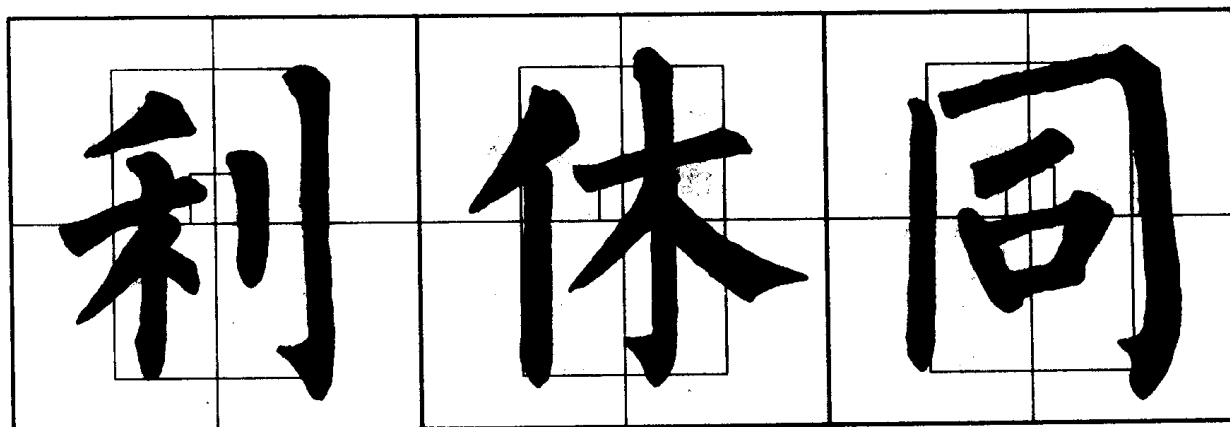
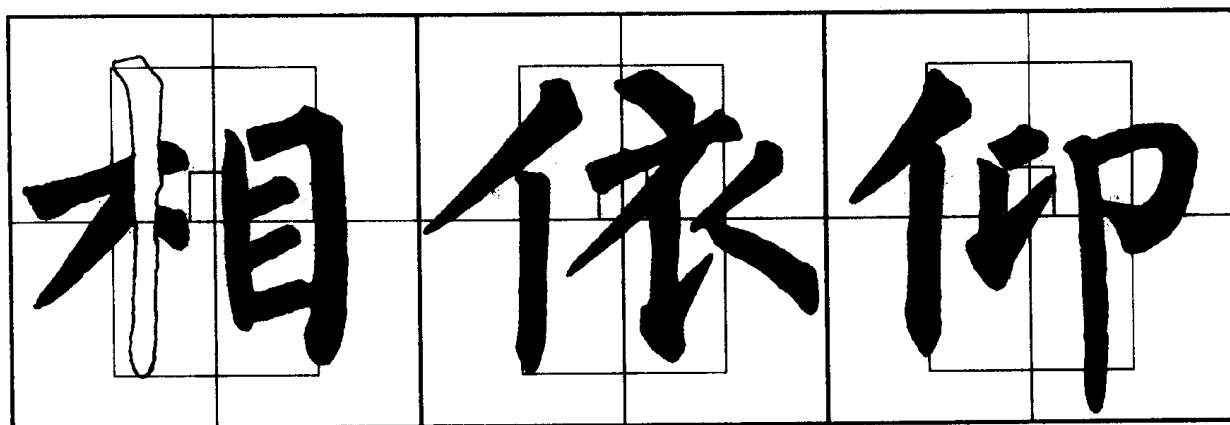
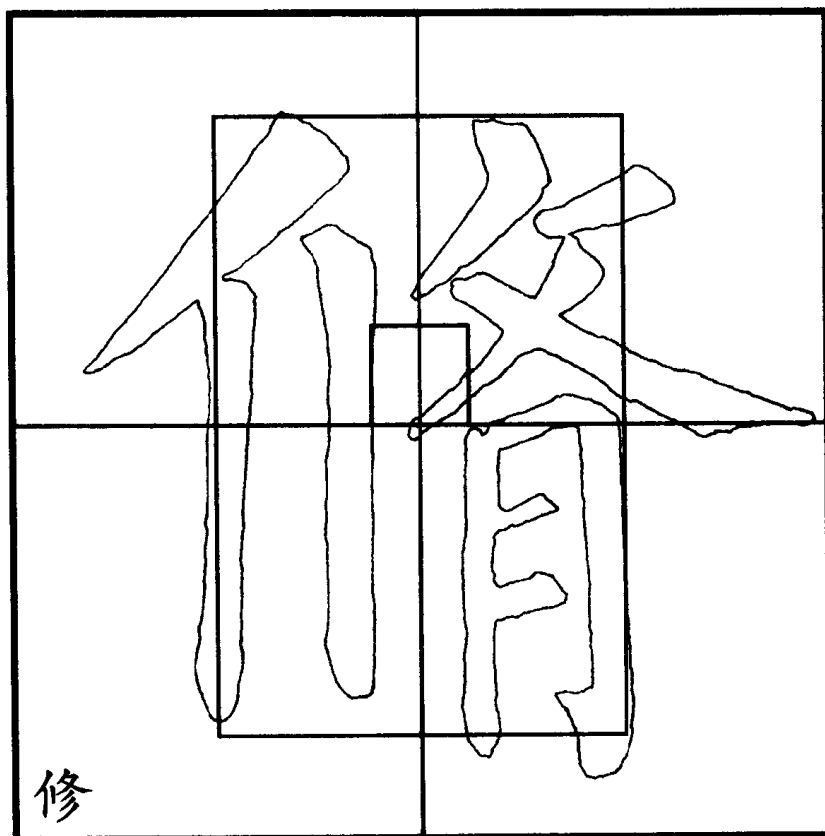
与左尖横相反，左重右轻，起笔顿成方，向右上行笔时，笔力渐轻，边行边提，末端轻收。



二 竖

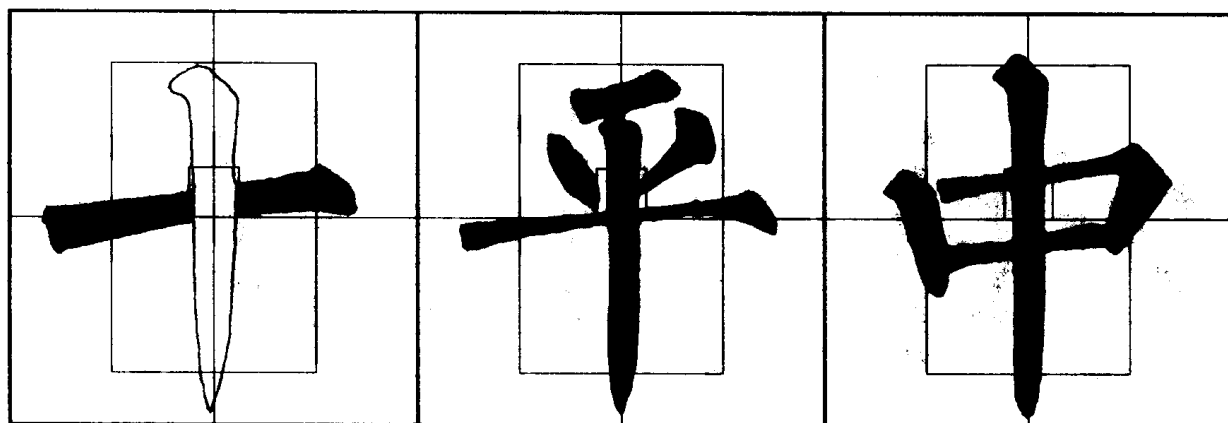
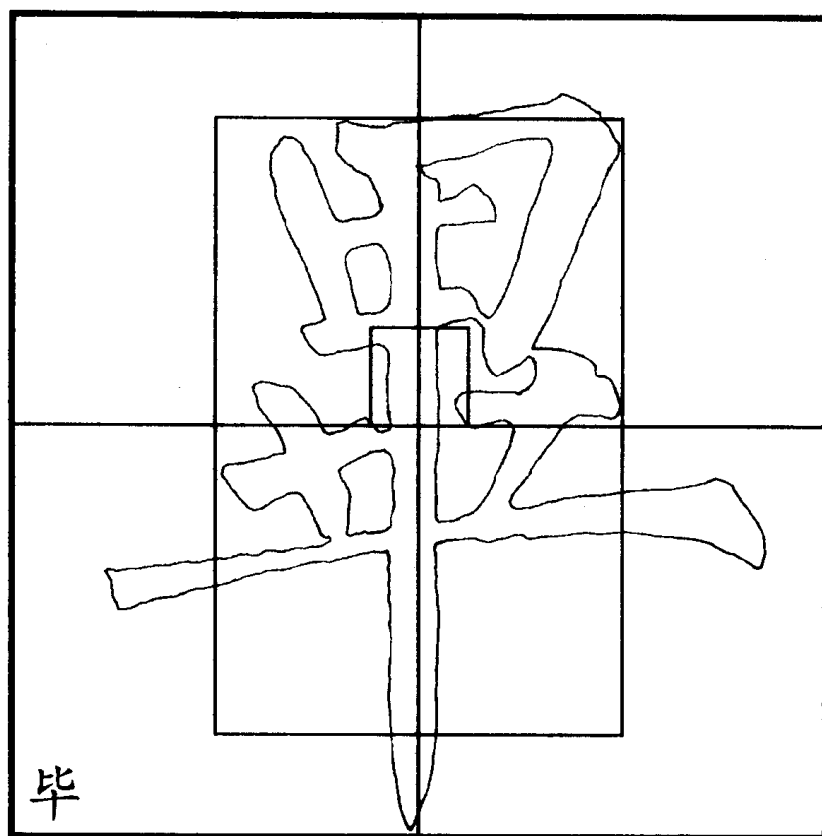
1 垂露竖

逆锋向左上起笔，折笔右下，再转笔成中锋，向下铺毫力行，至末端稍驻，提笔向上回锋，下端以圆笔作收，微成露珠状，故名。垂露竖较灵活，汉字的左、中、右均可出现。



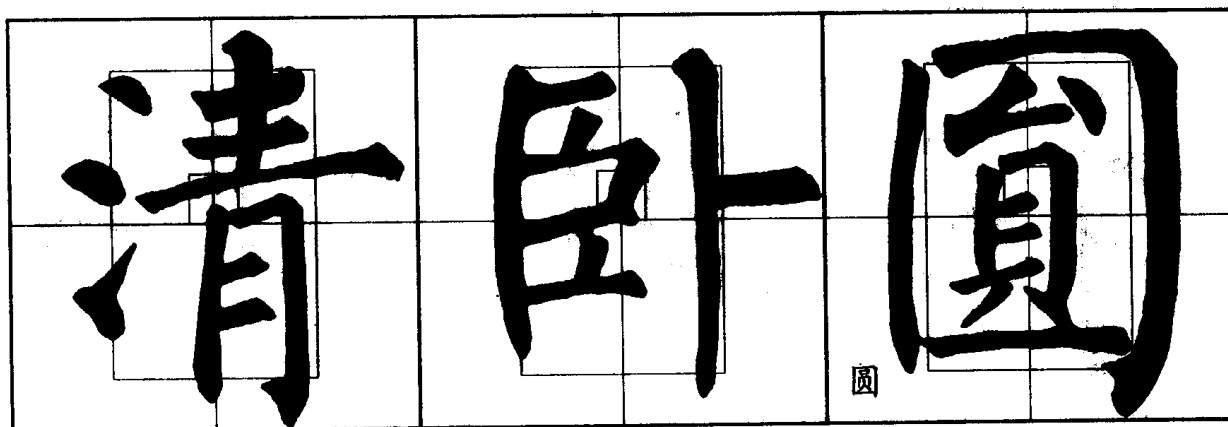
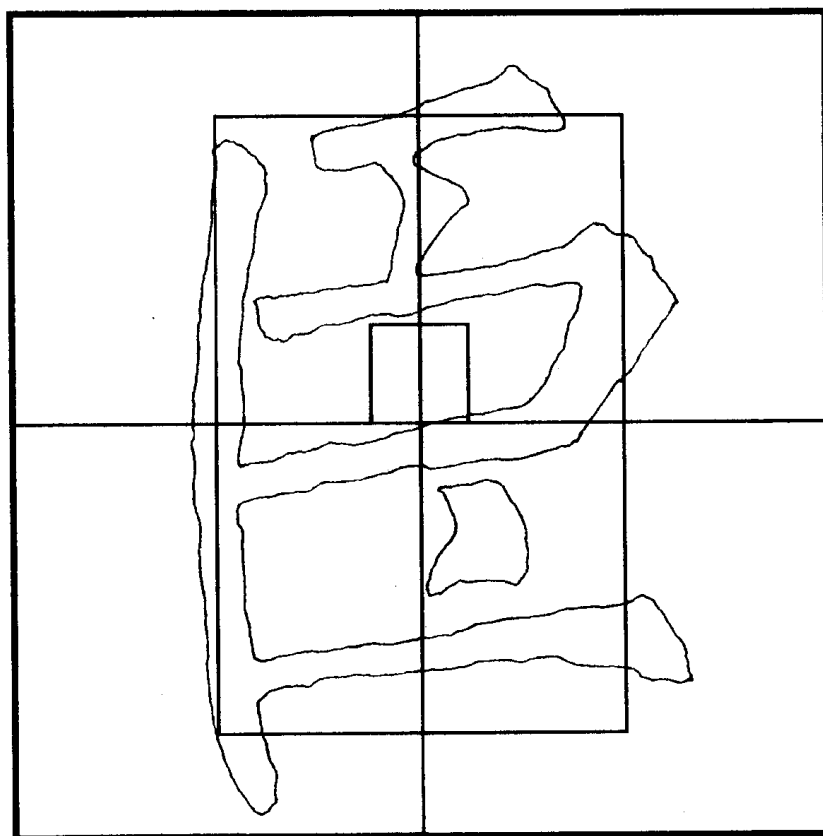
2 悬针竖

起笔、行笔与垂露竖相同，行笔至末端，笔锋边行边提，直到离开纸面，将笔锋的力量要送至笔画的末端，出锋如针倒悬而尖直，切勿拖成鼠尾状，常用在汉字的中间或右边，不能用于左边。



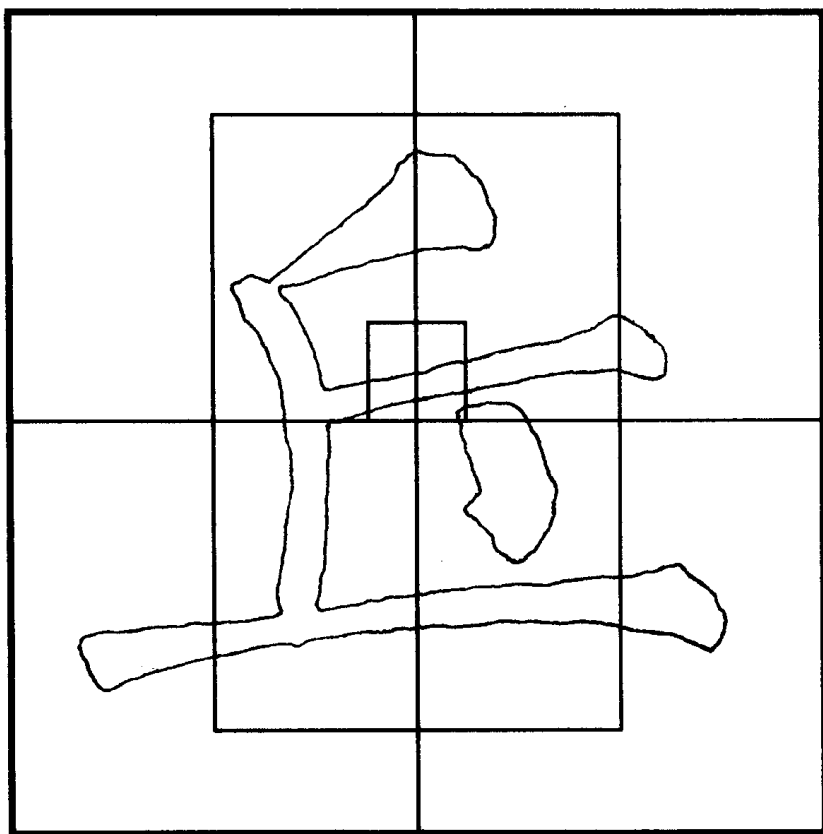
3 左弧竖

逆锋向上起笔，折笔向右下按笔，再提笔中锋下行，用力较匀，行笔向左呈弧形，至末端向右下按笔，再提笔向上回锋收笔。



4 右弧竖

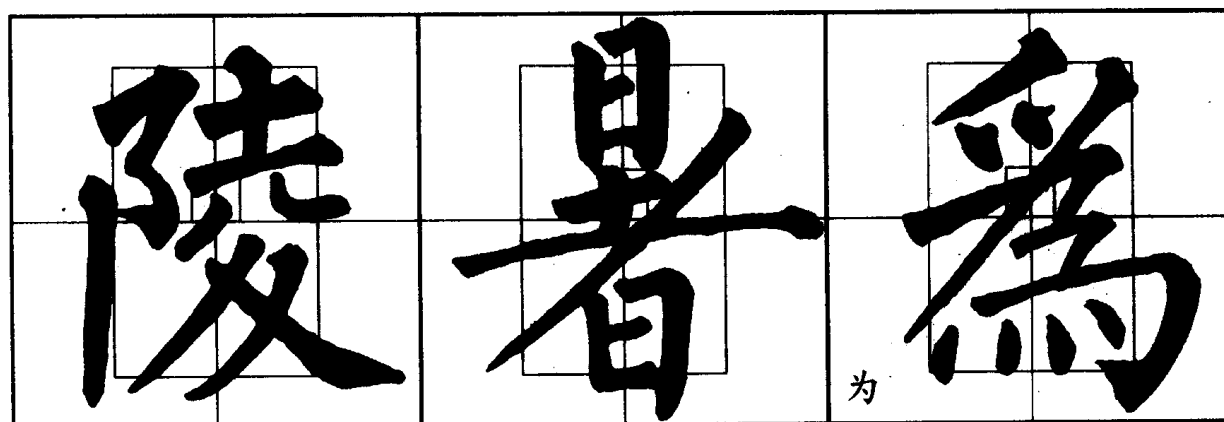
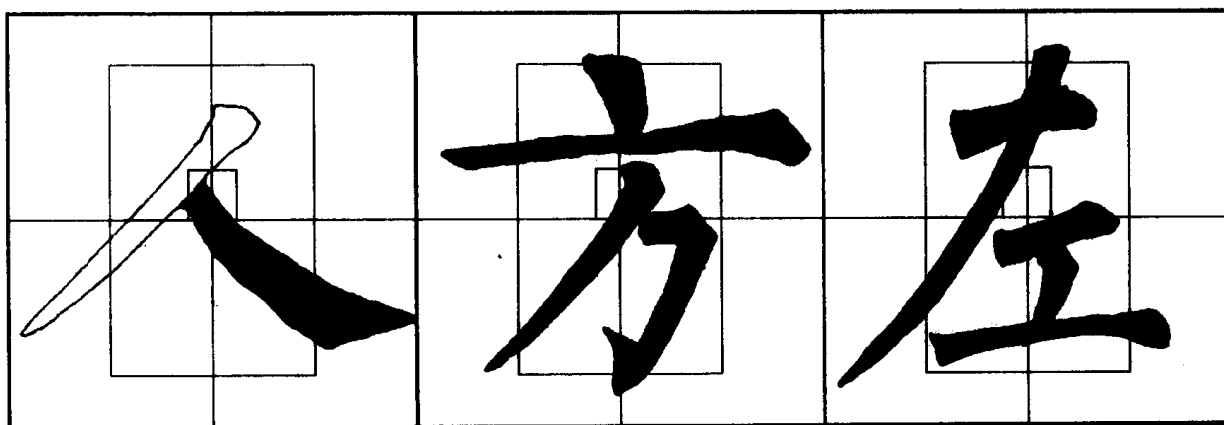
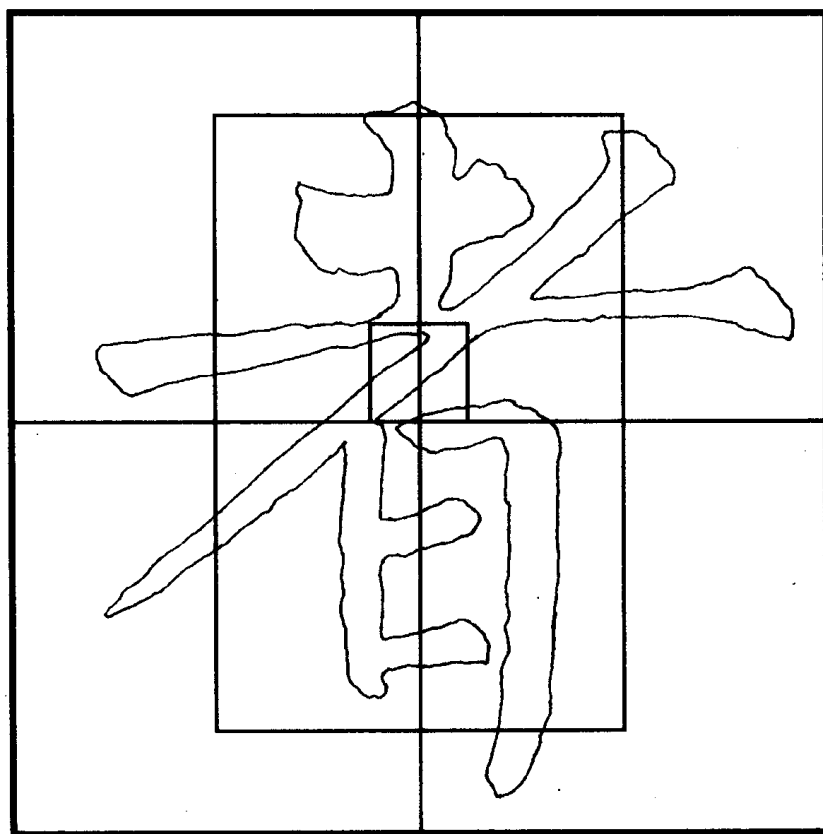
形态同左弧竖相反，二者同时出现在一个字里的时候，根据具体的字势需要而呈现相向或相背之势。起、收同左弧竖，唯行笔中段向右呈弧形，故名右弧竖。



三 撇

1 直撇

逆锋右上起笔，折笔右下顿，再转笔向左下中锋行笔，笔力由重而轻，力送末端，行笔过程中，笔锋不改变方向，取直势左下，收笔时不可抽锋甩出。



2 弧撇

又名竖撇，起笔同竖，中锋行笔至中下段，再顺势圆转笔锋向左下行笔，渐行渐提，至出锋收笔。

