

书法入门丛书

中国画报出版社

隶书

小青 于彧 等编



隶书 隶书 隶书 隶书

323
Q2

中国画报出版社●

隶书入门

表

书请在下列时间内

书法入门丛书

小青 于彧 等编

(京)新登字 179 号

隶书入门

小青 于或 等编

中国画报出版社出版发行

(北京海淀区车公庄西路 33 号)

新华书店总店北京发行所经销

河北三河市宏达印刷厂印刷

*

787×1092 毫米 16 开 2.5 印张

1995 年 10 月第 1 版 1995 年 10 月北京第 1 次印刷

印数:1—10000 册

ISBN 7-80024-187-4 定价:5.90 元

J·188

目 录

- 一、隶书发展概况····· (2)
- 二、隶书用笔特征····· (3)
- 三、隶书基本点画的书写方法····· (4)
- 四、隶书结构····· (18)
- 五、名碑选段····· (29)

一、隶书发展概况

隶书是汉字书法的一种表现形式。为何称“隶书”，晋·卫恒《四体书势》所说：“隶书者，篆之捷也”。在汉字的发展史上，隶书是在篆书的母体中孕育发展起来的，是楷书的前身，上承周秦，下启魏晋，盛行于汉代并确立为标准字体，被大量使用，故有汉隶之称。

隶书是我国文字形体和书法演变的重要标志。

隶书与其母体篆书相比，字形简化，易于书写及辨认。其字体结构整齐，笔法富于变化，从汉代直到现代已成为汉字的标准结构形式。它庄重大方，艺术性强的实用效果，在今天仍为人们所接受，是使用较广泛的一种字体。所以隶书也是书法学习的一个重要内容。

隶书整齐易认，美观大方，既实用又富于装饰美。其运笔特点为波折，出锋。

隶书以前的书体是没有出锋的。通常采用“转”法来完成每一笔画，笔笔中锋，圆转往来，而在隶书中就出现了波折和出锋。最具隶书特色的一笔就是捺笔；笔画的末尾折笔而行，向右上方挑出，似雁尾状，既强调了笔势又起到装饰作用。

汉代隶书又分简牍（汉简）、碑刻。简牍为手书体，字形豪放随意，多为西汉时期的作品。由于简牍是墨迹，其运笔的起迄提按较为清晰。笔法悉出自然，向背分明，波磔飞动，体势开张，出锋转折便于观赏者去理解和学习。碑刻作品则追求整齐典雅，用笔严谨，章法规整，体势多样。东汉中南期的碑刻如《礼器碑》、《史晨碑》、《曹全碑》、《张迁碑》等代表作品正反映出这一追求。东汉可以说是隶书发展的成熟时期，也是全盛时期，是中国书法史上一个空前繁荣兴旺的时期。汉以后的各种字体多源于隶书。

汉隶碑刻众多，但一碑一家，字迹风格各异，千姿百态，蔚为大观。如：端庄秀雅的《礼器碑》；飘逸俊秀的《曹全碑》；气势雄壮的《石门颂》；方劲沉雄的《张迁碑》；峻峭严谨的《乙瑛碑》；厚重古朴的《衡方碑》等。诸多碑刻，格调各异，变化多姿。用笔方圆兼得，为书法艺术打开了新局面。其方笔隶书自汉后，逐渐演变发展，至魏晋南北朝，成为魏碑体。

隶书从孕育至发展、成熟这一漫长阶段，也是汉字由“古体”象形转变为“今体”的转折阶段。是人们在长期的书写实践中摸索和总结的结果。是前人留下来的宝贵的文化遗产。纵观汉字史及书法史，隶书的卓越艺术成就是占有着相当重要地位的。

汉至魏晋以后，由于真书及行草的发展，隶书逐渐失去了昔日的光彩，即便有些名家书写的隶书作品，但是由于掺入楷法，其神韵是无法和汉隶相提并论的。在这里提醒初学者，学习隶书一定要从汉隶入手，细心研磨，体会其自然风貌。循序渐进是可以很快入门的。

二、隶书用笔特征

汉字书写重在用笔。书法的表情，势态以及色泽，神韵都是通过用笔而产生的。康有为在《广艺舟双楫·缀法》中云：“书法之妙，全在运笔”。足见用笔之重要。

大体而言书法用笔有方笔、圆笔之说。隶书用笔方圆兼之，但其特征笔画（波折）则是以方笔出锋为主。由于隶书强调了折笔和出锋，使得点画错落有致，笔势上呈现出左掠右波，结体也产生变化而趋于扁平。

关于隶书用笔有一首口诀：“折笔藏锋，枯老古拙；上下紧密，如龟如鳖；蚕头雁尾，左掠右波；雁不双飞，蚕不二设；落点星垂，横波三折；重浊轻清，斩钉截铁”。

折笔藏锋，枯老古拙：要求起笔、转折和收笔都应藏锋逆入，含锋而有力。字的笔画干枯不光滑，形像枯木。

上下紧密，如龟如鳖：要求字要写得上下紧密，不可松散，字形似龟似鳖呈扁平状。

蚕头雁尾，左掠右波：要求起笔写得较重如蚕头，用笔要向左右分展，取其外势。

雁不双飞，蚕不二设：要求在每个字中捺角和蚕头只能出现一次，不可重复出现。

落点星垂，横波三折：要求写点画时要落笔轻，入纸重，收锋急，浑厚有力，犹如高空陨石。写横波画时要藏锋逆入，起笔较重，运笔时锋毫提起，捺角处要重按铺满，笔锋转而上行，使得一笔中呈现波折起伏之态。

重浊轻清，斩钉截铁：要求一个字中每笔笔画要有粗细，轻重的变化。主笔要写得墨迹浓重而有力，次笔相对而言要写得较细较轻。书写时要落笔干净利索，不能犹豫不决。

“逆锋起笔，中锋行笔，回锋收笔”。是隶书用笔之要求。

书写隶书应以端庄、质朴、浑厚为上。要做到笔笔有骨力。作为初学者，要先了解这一点，切不可只追求表面现象如：夸大捺角，将其刻意上翘。这样易显得轻飘，就失去了隶书质朴稳重的特点。再有要注意行笔中切不可轻滑而过，行笔既要“涩”又要给人以流畅的感觉。蚕头雁尾的突出体势一定要写得开张，用笔结构要富于变化，折笔要方中有圆，不能突出棱角（区别于楷书的一点）。横画易平，但运笔要有变化，起伏波折一笔送到底，收笔回锋。以上这些需要在日常书写练习中多加注意。

三、隶书基本点画的书写方法



隶书基本笔画有：点、挑点、横画、直画、捺笔、波画、转笔、掠笔、啄笔、折笔等。

点(侧点)

点的变化最多，书写侧点时应藏锋逆入，向右下按笔、转笔至点的中间折出，回锋收笔。此为基本写法，但要注意点是随字形而变化的，用法多样，需灵活掌握。



(右下点)

以兴、寅两字为例，字下方的八字点起到支撑上部作用，犹如人的双脚。书写时藏锋起笔，铺毫向右下方行笔，出锋后收笔，呈尖脚状。



横画

隶书横不同于楷书，宜写得平直。起笔藏锋，行笔要有提按变化，收笔回锋，但不出现顿笔现象。横画的方圆用笔多表现在起笔处。如米字横画用笔较方，而文字横画用笔则圆。



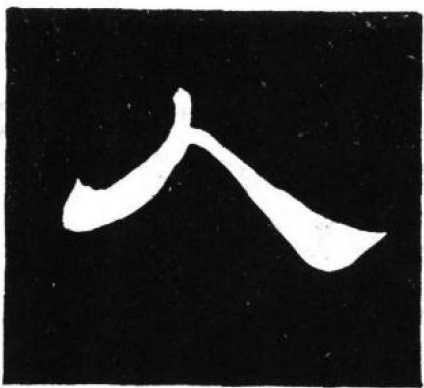
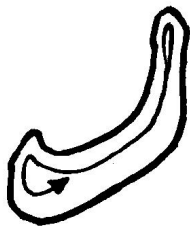
挑点

常见于字的左边，故锋势右上出。写时逆锋向左，折锋按笔，提笔向右，收笔回锋。



直画

隶书的直画作为字的主笔时可写得粗重一些，但要注意笔画间相向与相背的变化。写直画时逆锋向上，折锋按笔，行笔要缓，收笔处微尖（锋势虚笔空回）。类似楷书的悬针法。



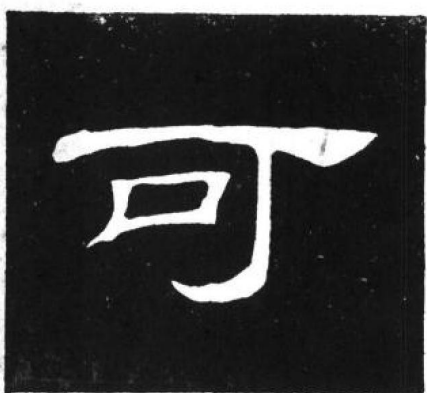
掠笔

即撇画，是隶书的特征笔画之一。写法是：逆锋入笔，笔锋向左下逆行，收笔时向左上提锋后向下回笔收锋。此笔较难写，需多练习。



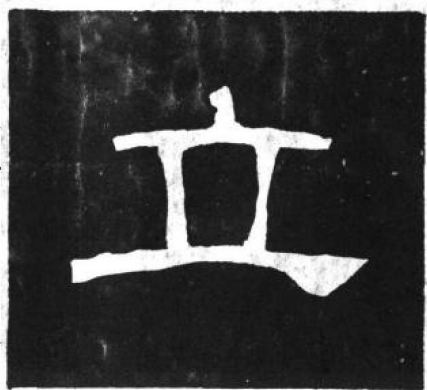
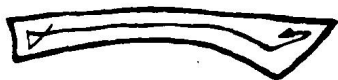
啄笔

即小撇。似侧点，但稍长。写法是：逆锋向右起笔，折笔逆行左下出锋收笔。



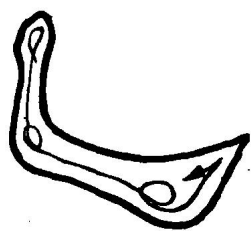
波画(圆笔)

是隶书最具特征的笔画，其笔势呈一波三折，蚕头雁尾状，是一个字中衬托整体，起主导作用的笔画之一。写法是：逆锋向左，转笔右行(圆笔起法)，提按铺毫，出挑势，回锋收笔。



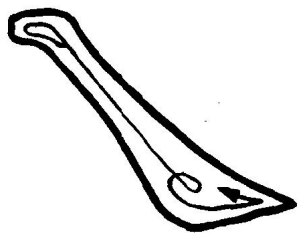
波画(方笔)

方笔波画的写法是：逆锋向左，笔毫直按(呈方头状)，稍提笔右行至波尾按笔，轻提锋出较短，其势厚重。



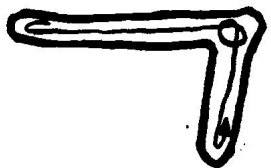
转笔

即竖钩笔画。区别于楷书之处是将钩处作捺笔处理。具体写法为：逆入起笔，下行稍顿转笔，提锋运行，捺脚处铺毫转笔右上出锋，收笔。初学者要注意提按变化，不可描画成形。



捺笔

捺笔写法与波画基本相同。具体写法为：逆锋入笔，稍顿提锋行笔，铺毫转笔，出锋后收笔。初学者要注意出锋既收，不可过分强调，以免轻飘。



折笔

即横竖转折之笔。写法是：逆入行笔完成横画，折处提笔换锋（笔断气连），再下按行笔完成直画。注意转折处不要出现棱角。

亻

伐

位

供

彳

德

迨

復

冫

冨

决

次

氵

洗

潦

潜

灬

烟

炷

燹

火

燼

燿

燔

扌

振

扶

掖

木

枝

相

枢

禾

程

和

秘

禾

福

禄

祖

口

吟

嗟

吃

日

时

暗

明

宀

膏

高

方

宀

完

字

室

刂

割

約

刊

阝

際

孫

郊

人

命

全

令

广

廓

廡

廡

艹

茗

蕈

蕻

竹

筭

筆

篤

金

鐸

錢

錄

車

輔

轉

較

几

風

鳳

凡

糸

緯

綜

繼

雨

雲

霞

露

夫

秦

奉

春

女

好

安

要

月

服

臞

育

方

旅

放

施

疒

疾

瘰

痛

力

勑

勳

功

歹

殘

殊

殆

牛

特

物

牧

灬

勳

無

魚

皿

盞

盥

盛

心

忍

實

惠

土

地

城

埋

王

琇

理

珣

犛

獲

獄

狙

子

孫

好

學

辶

延

建

迫

辶

遺

遠

避