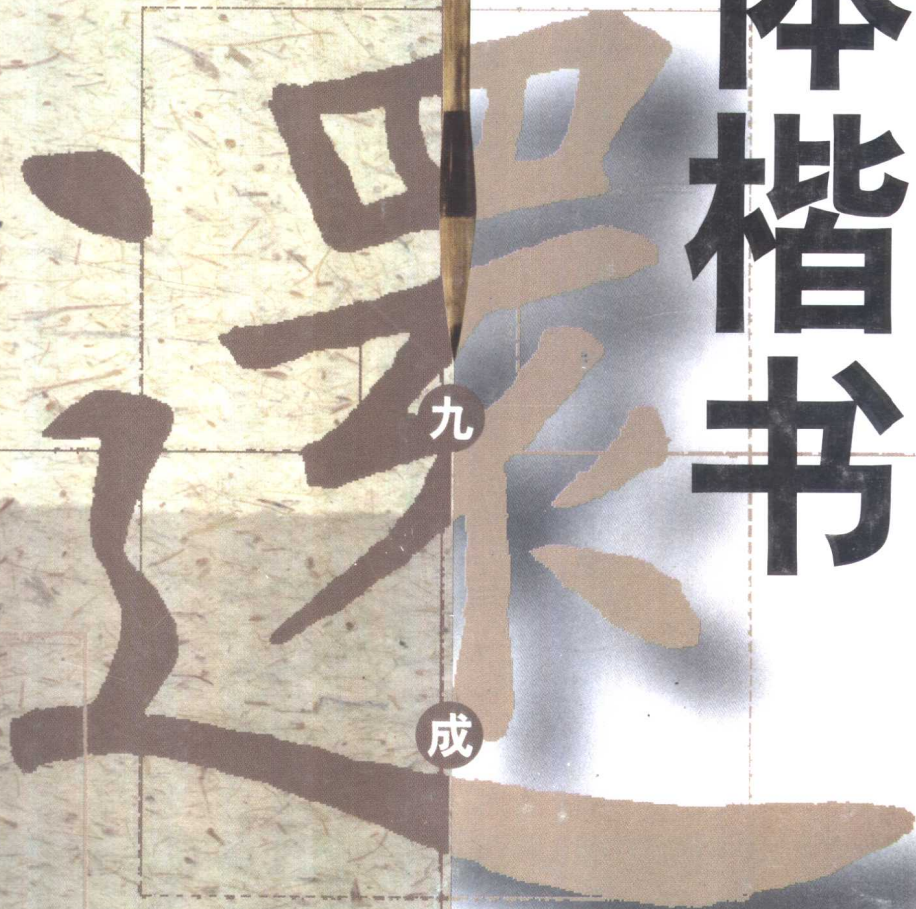


双宫重心格名帖临习教程

【第一辑】

欧体楷书



九

成

官

郭农声 编著

武汉出版社

WUHAN PUBLISHING HOUSE

碑

OUTI KAISHU

92.1

J292-1
6

「第一辑」

双宫重心格名帖临习教程

OUTI KAISHU

欧体楷书

九

成

宫

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 郭农声

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. 欧体楷书/郭农声编著

武汉:武汉出版社,2000.6

ISBN 7-5430-2059-9

I. 双… II. 郭… III. 汉字-楷书-教材 IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 16275 号

书 名:欧体楷书

著作责任:郭农声

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:5.5

版 次:2000 年 9 月第 1 版 2000 年 9 月第 1 次印刷

印 数:1-10000 册

ISBN 7-5430-2059-9/J·72

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 长横 2

2 短横 3

3 左尖横 4

二 竖 5

1 悬针竖 5

2 垂露竖 6

3 腰粗竖 7

4 弯头竖 8

三 点 9

1 悬点 9

2 垂点 10

3 左点 11

4 右点 12

5 挑点 13

6 撇点 14

7 长点 15

四 撇 16

1 斜撇 16

2 竖撇 17

3 腰粗撇 18

4 弯头撇 19

5 弯尾撇 20

五 捺 21

1 斜捺 21

2 平捺 22

六 挑 23

七 钩 24

1 直钩 24

2 弧钩 25

3 平钩 26

4 心钩 27

5 戈钩 28

八 折 29

1 横折 29

2 竖折 30

3 撇折 31

第二部分 偏旁 32

偏旁概说 32

一 左偏旁 33

1 单人旁 33

2 双人旁 33

3 三点水 34

4 两点水 34

5 木字旁 35

6 禾字旁 35

7 提手旁 36

8 牛字旁 36

9 斜玉旁 37

10 土字旁 37

11 月字旁 38

12 日字旁 38

13 竖心旁 39

14 米字旁 39

15 示字旁 40

16 反片旁 40

17 绞丝旁 41

18 女字旁 41

19 抱耳旁 42

20 足字旁 42

21 言字旁	43	1 门字框	58
22 臣字旁	43	2 风字框	58
23 金字旁	44		
24 山字旁	44	第三部分 结构	59
二 右偏旁	45	结构概说	59
1 立刀旁	45	一 横平竖直	60
2 力字旁	45	二 斜中求正	61
3 反文旁	46	三 因字立形	62
4 欠字旁	46	四 左右并立	63
5 隹字旁	47	五 左小偏上	64
6 彡字旁	47	六 右小偏下	65
7 斤字旁	48	七 上下匀称	66
8 页字旁	48	八 上宽下收	67
三 字头	49	九 下阔上收	68
1 宝盖头	49	十 内紧外松	69
2 秃宝盖	49	十一 上紧下松	70
3 草字头	50	十二 左紧右松	71
4 竹字头	50	十三 避让于前	72
5 广字头	51	十四 穿插于后	73
6 尸字头	51	十五 笔断意连	74
7 劳字头	52	十六 借草为楷	75
8 尚字头	52	十七 险中求稳	76
9 人字头	53		
10 春字头	53	第四部分 幅式	77
11 雨字头	54	幅式概说	77
12 爪字头	54	一 条幅	78
四 字底	55	二 横披	79
1 两点底	55	三 对联	80
2 四点底	55	四 扇面	81
3 走之底	56		
4 建字底	56	后记	82
5 心字底	57		
6 升字底	57		
五 字框	58		

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。”^①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：点、横、竖、撇、捺、挑、钩、折。

每种笔画又包括若干类。就拿“竖”来说吧，细分起来有悬针竖、垂露竖、上尖竖、腰粗竖、弯头竖、弯尾竖、左弧竖、右弧竖等。形态各异，用处不同，应细心体察。

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。落笔时，要逆入、铺毫、顿、提，然后再运笔。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，就是直接把笔按在纸上，笔尖落纸的痕迹露在外面。人们写字时一般都这样落笔。

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，写得随手一点。

收笔，一般应回锋，即笔锋在收笔时反向一挑，就势离纸。

运笔应中锋行笔，不要把笔尖偏向笔画的任何一边。

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。欧体正楷中方笔居多，但棱角不能夸张过度，应以含蓄为好。

下面，我们开始进入笔画练习。

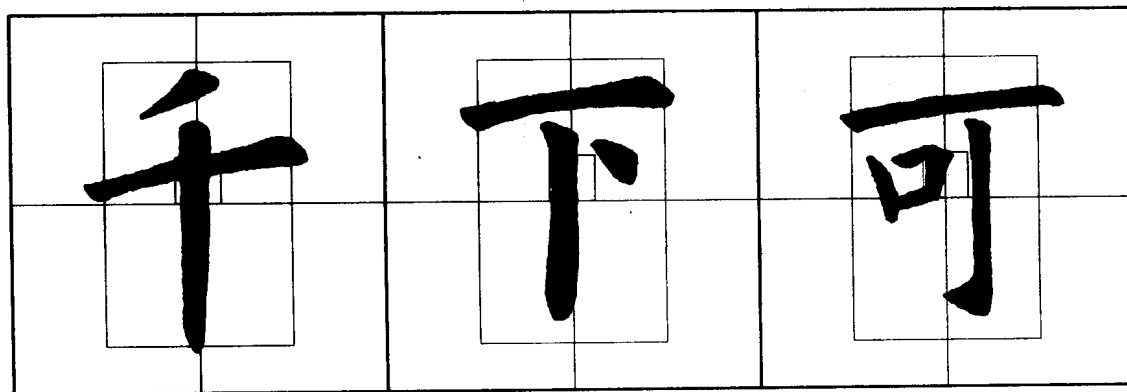
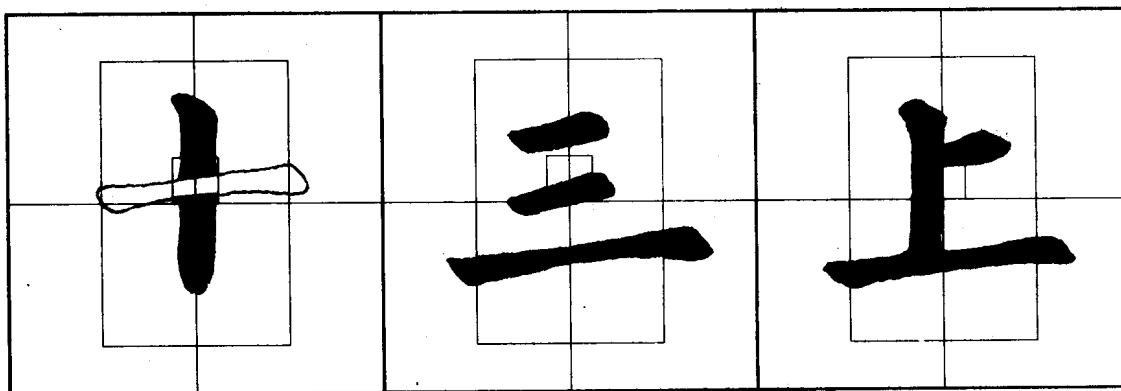
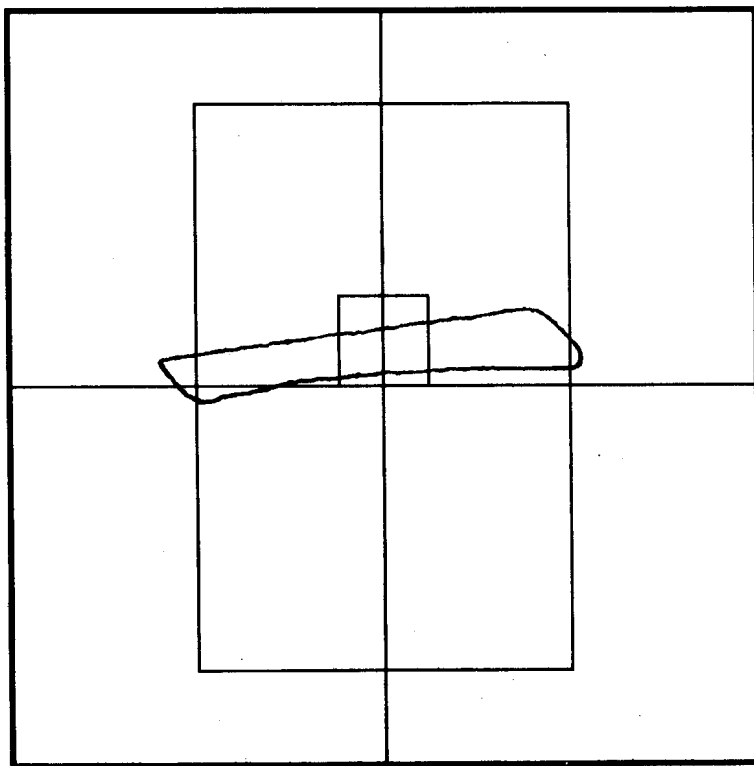
^①赵孟頫《兰亭跋》。

一 横

1 长横

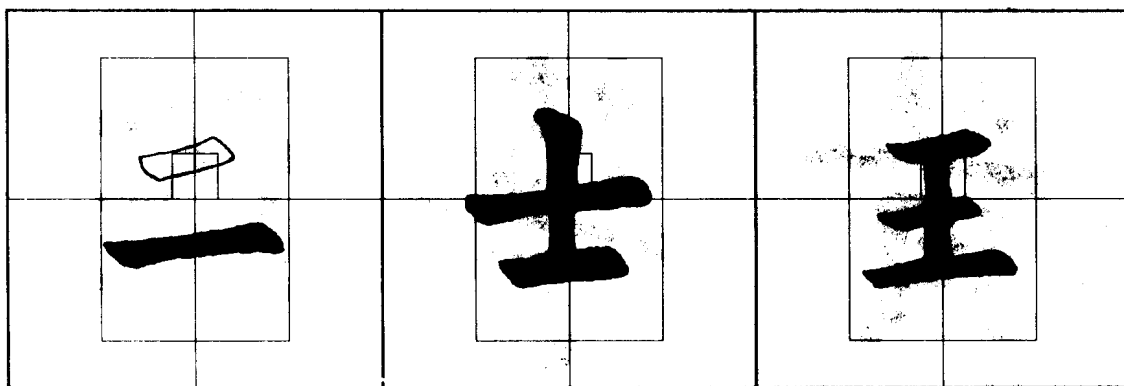
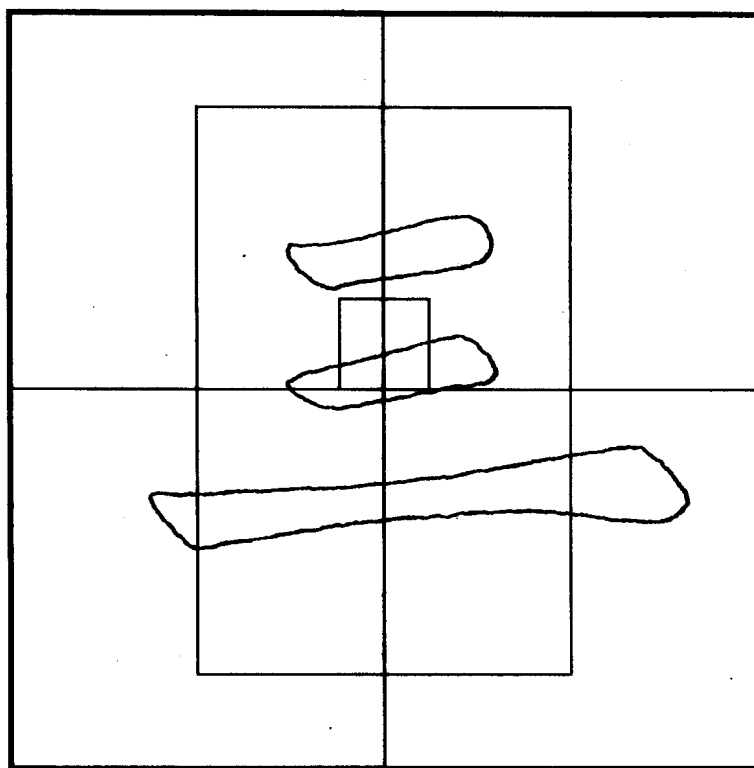
长横往往是一个字的主要笔画，应起、收分明，一般藏锋起笔，稍顿，再提锋向右行笔。收笔时先向右上提笔，侧着顿笔，向左回锋收笔。

长横不要写成水平，应略向上斜。



2 短横

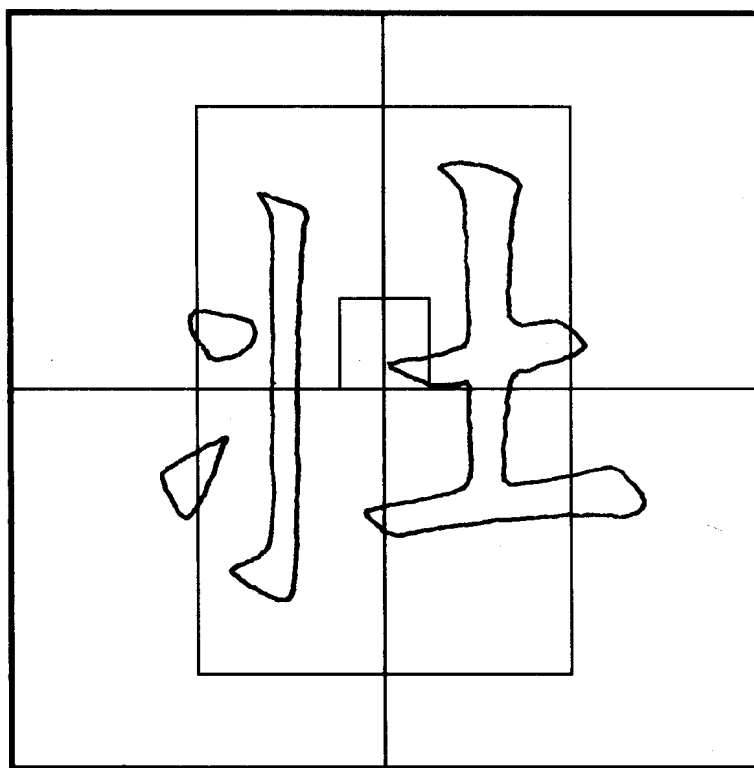
常露锋起笔，运笔一般无粗细变化，写得较随意。



3 左尖横

露锋入纸、不顿、由轻渐重地行笔。

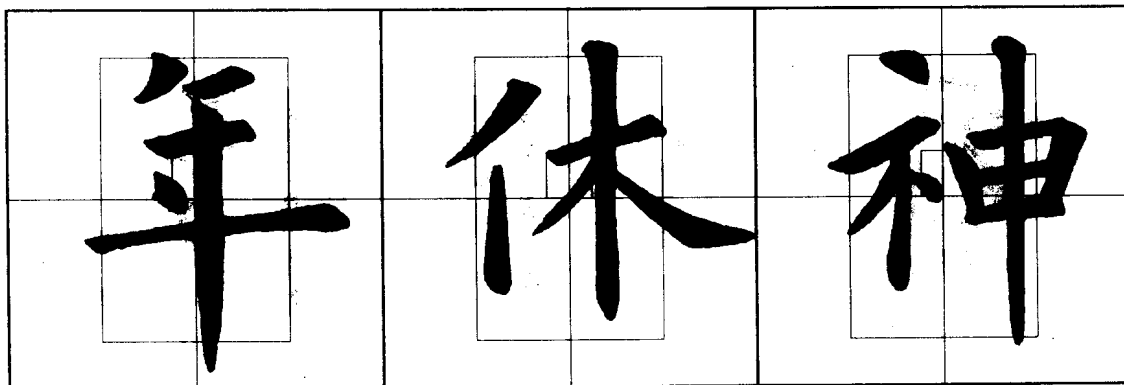
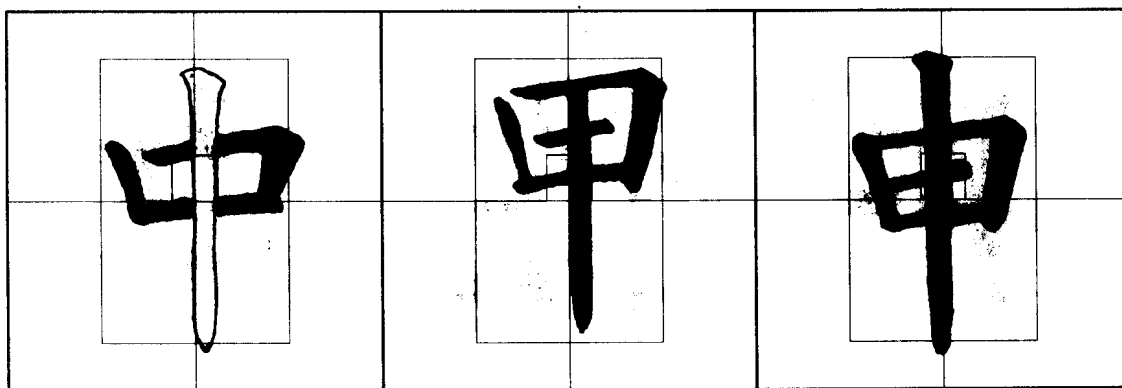
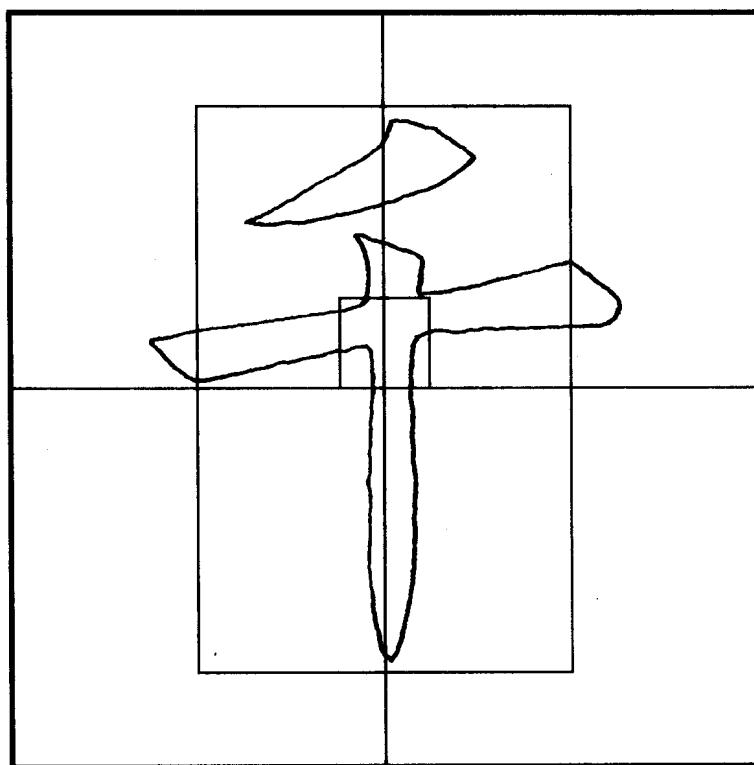
笔锋落纸前，最好在空气中先从右向左一挑，然后反过来入纸向右运笔。这叫做凌空取势，欲右先左。



二 竖

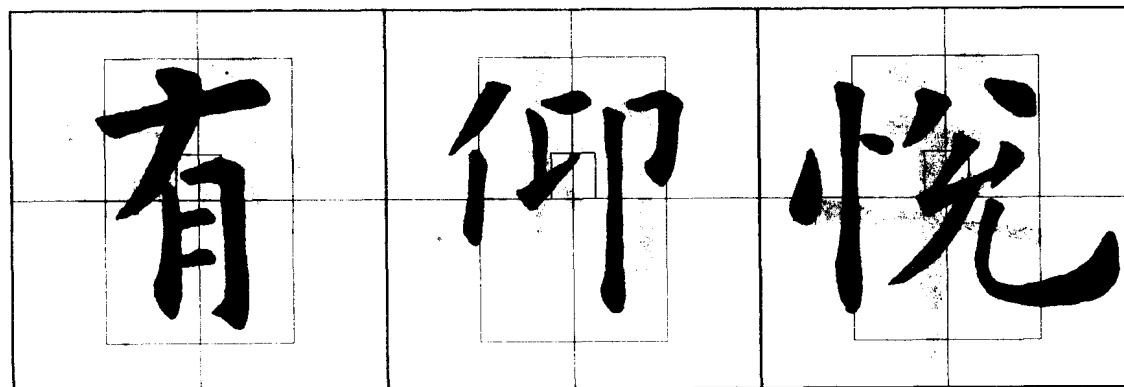
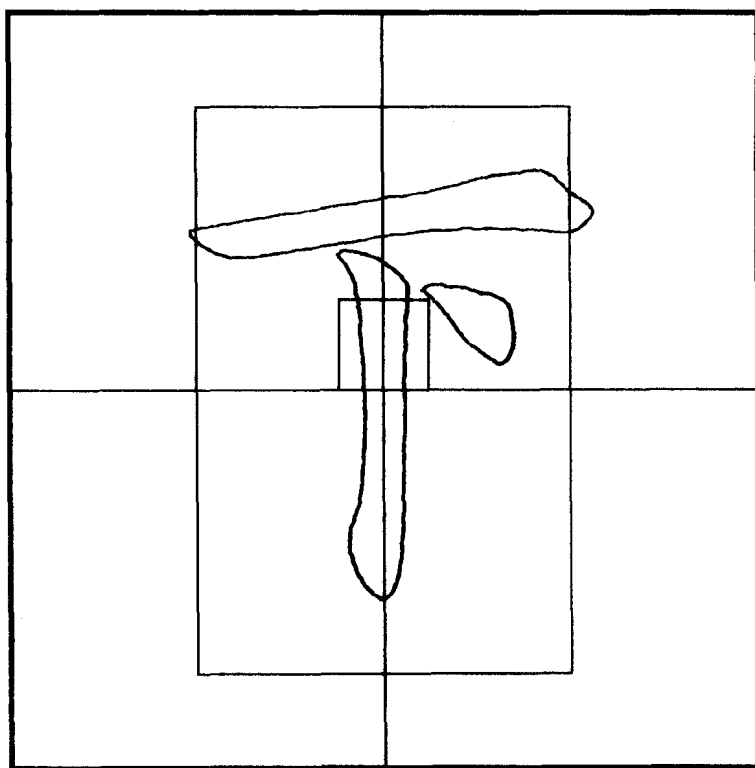
1 悬针竖

一般藏锋起笔，斜着顿笔，然后提笔向下运行，行至尖端，收锋，成针尖状。



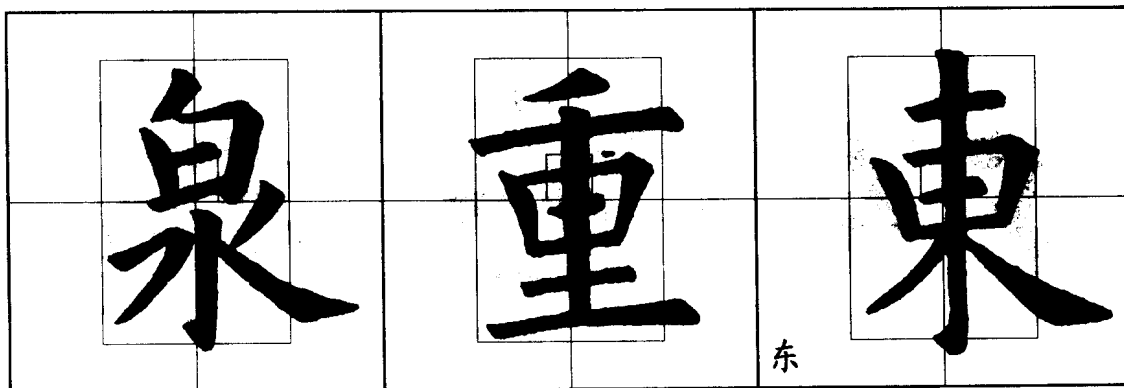
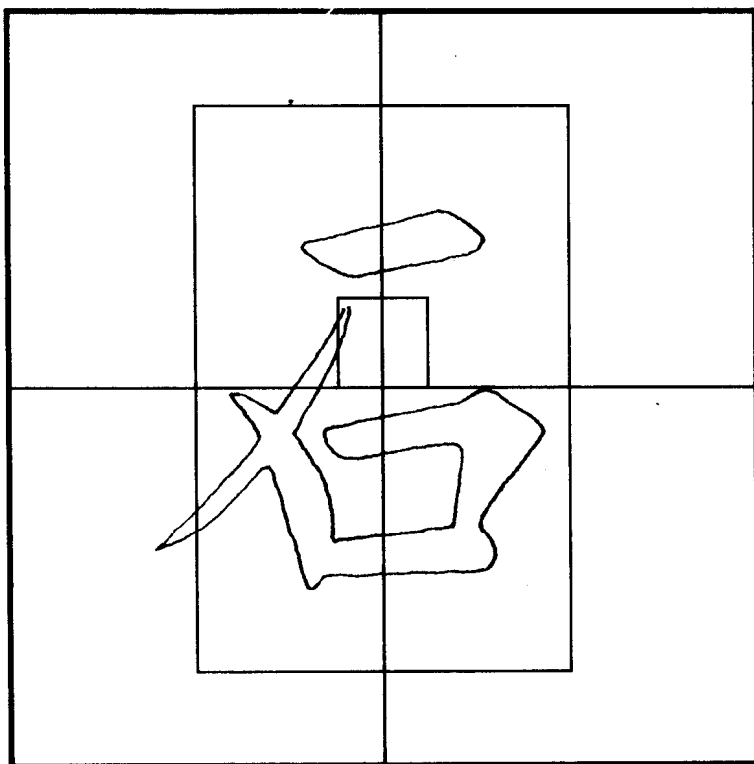
2 垂露竖

起笔、运笔与悬针竖相同。收笔时，先向左轻轻提锋，再向右下顿笔，回锋收笔。末端像一滴欲坠的露珠。



3 腰粗竖

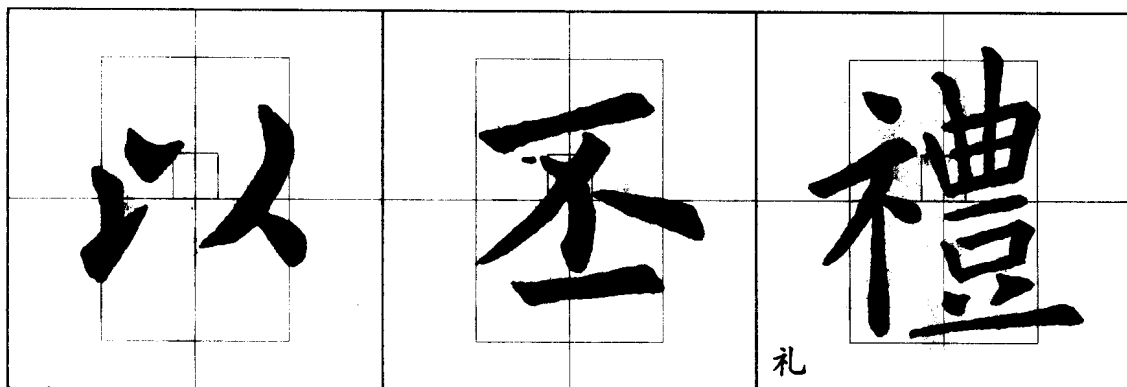
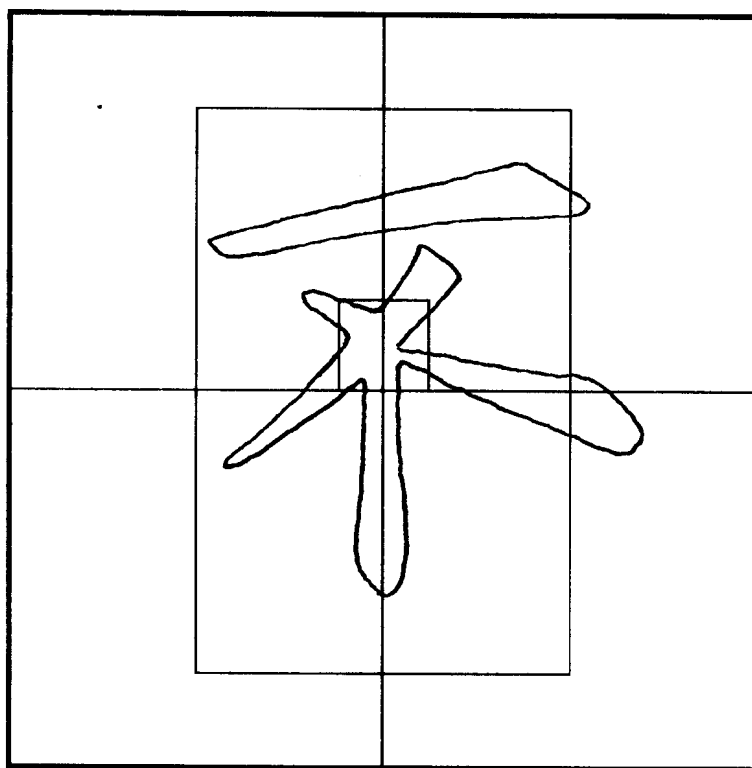
起笔、收笔尖细，中间较粗，好像一弯新月。
露锋入纸，上半部边行边按，下半部边行边收。



东

4 弯头竖

形状为先弯后直。露锋起笔，由细到粗，然后圆转为竖。

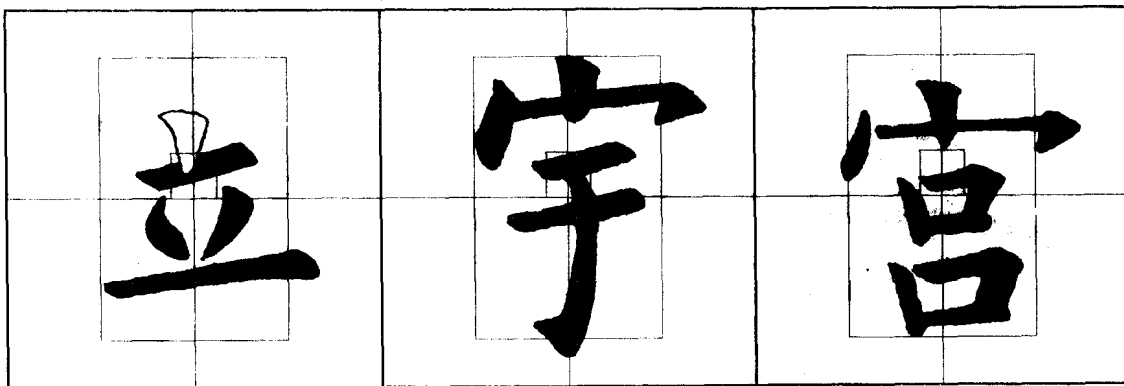
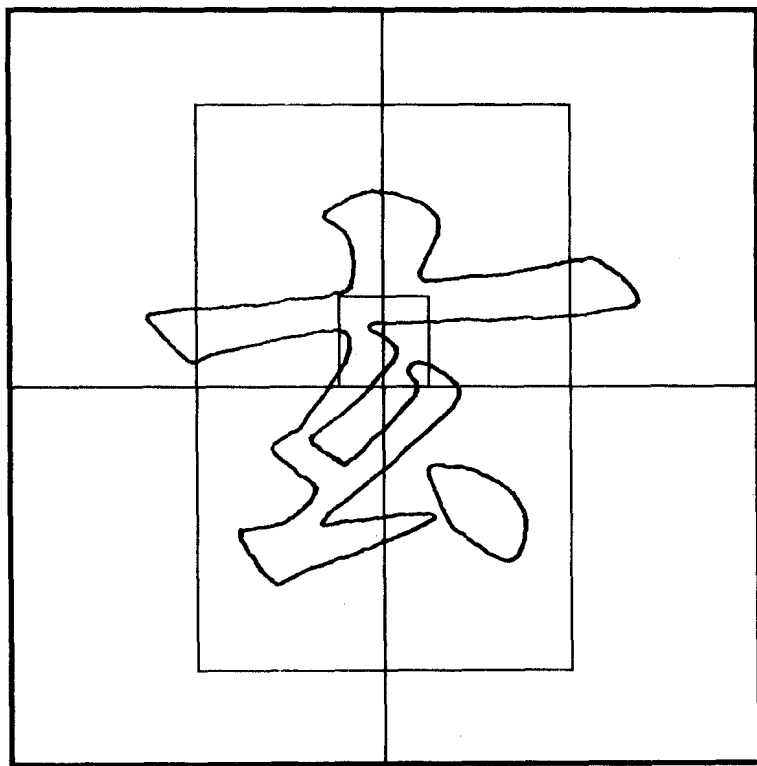


礼

三 点

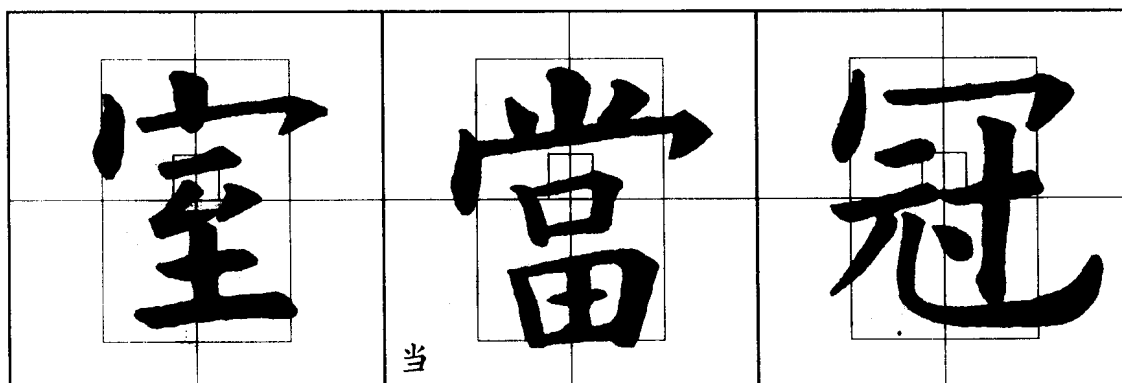
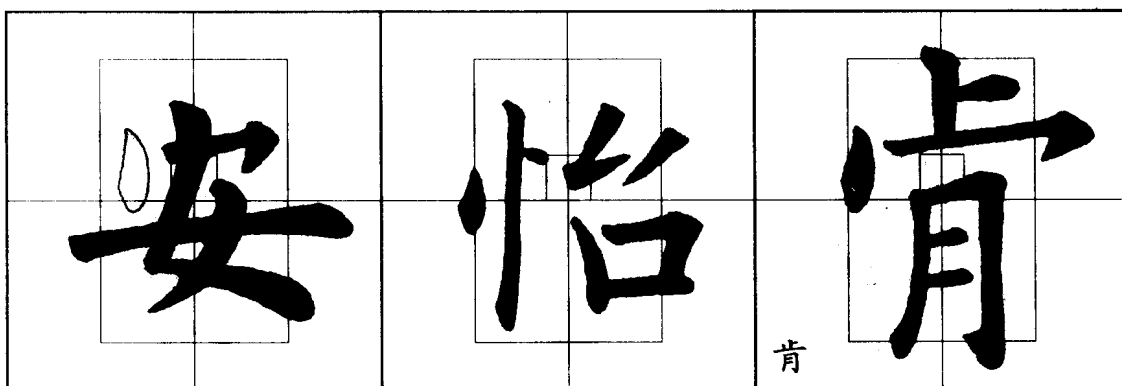
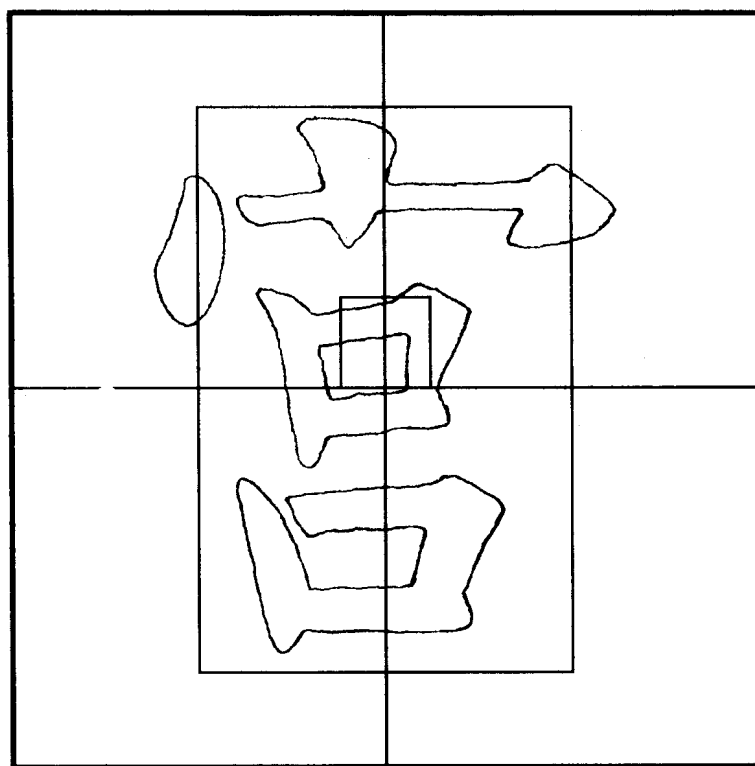
1 悬点(上点)

总的来说，点可以看作是各种笔画的浓缩。悬点，形状为上宽下尖的三角形，是悬针竖的浓缩。起笔如悬针竖，起笔后稍向下运笔，收锋。下端不像悬针竖那样尖细。



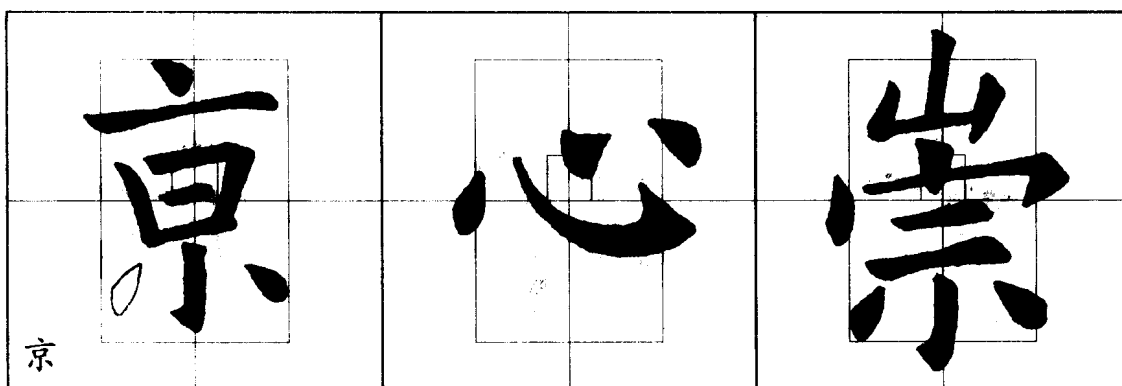
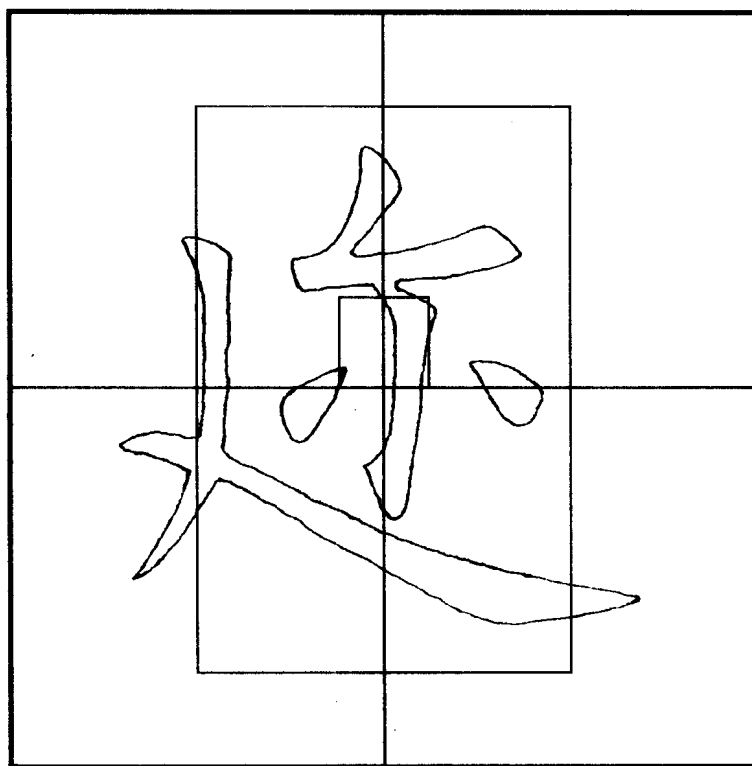
2 垂点(下点)

形状为上尖下宽的三角形。露锋入纸，收笔如垂露竖。



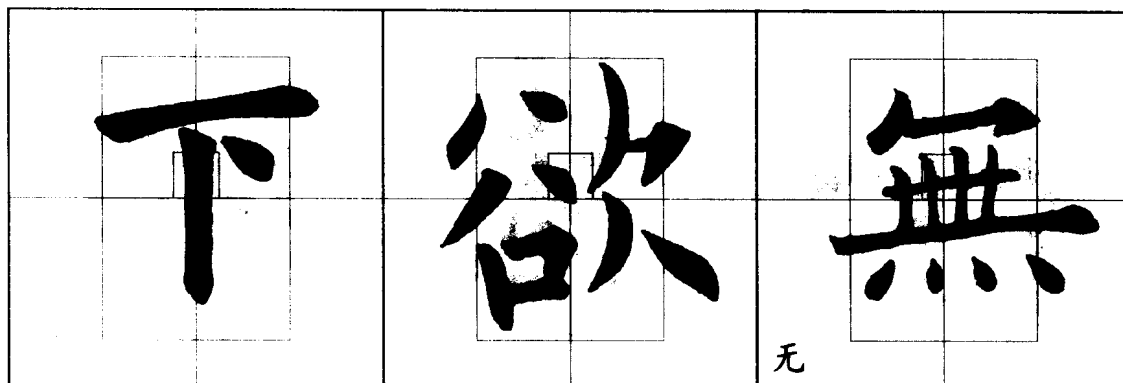
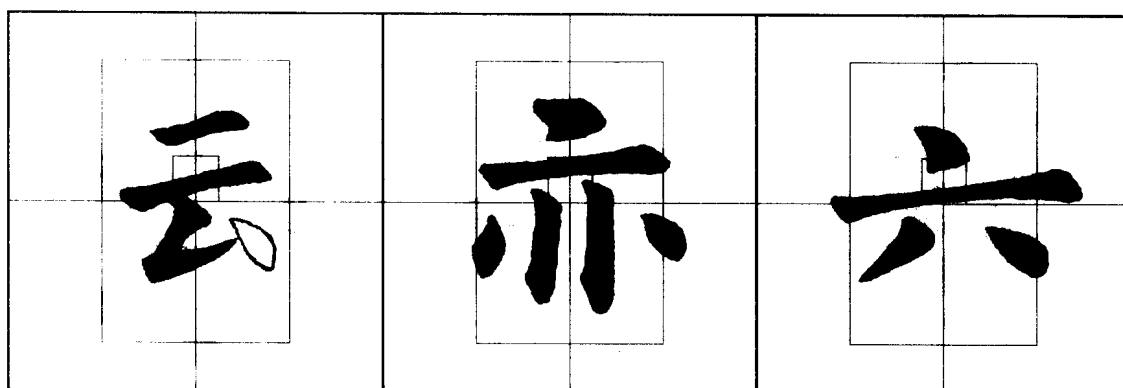
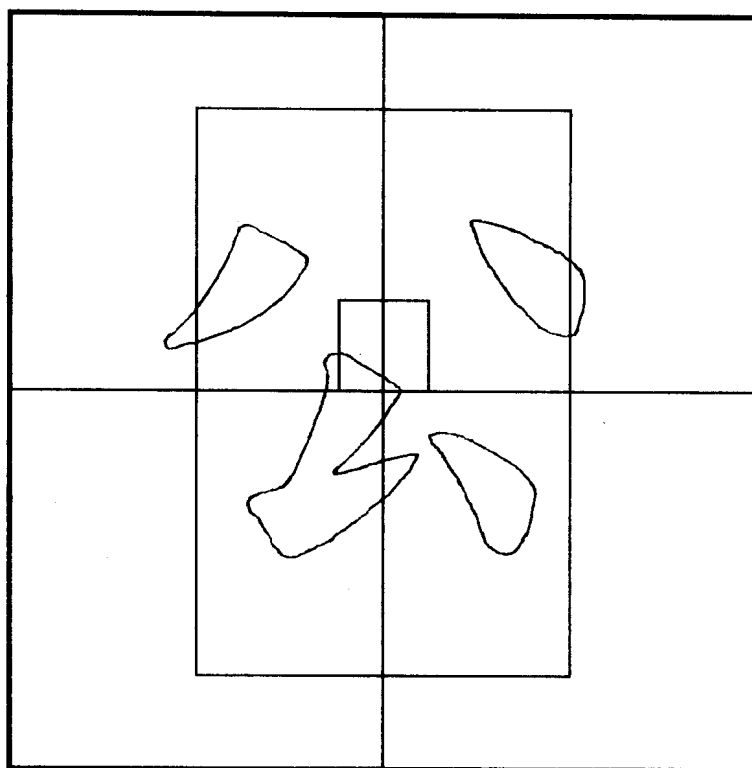
3 左点

形状为左宽右尖的三角形，三条边都是向外成弧形，角不明显。运笔同垂点。



4 右点

形状为左尖右宽的三角形，三条边都是向外成弧形，角不明显。运笔时露锋入纸，向右下稍顿，回锋收笔。



无