

毛笔书法入门教程

柳体楷诀百韵歌

LIUTI KAIJUE BAIYUNGE



《玄秘塔碑》范字

袁红战 编著

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

柳林路景目向表



柳林路景目向表

柳林路景目向表

柳林路景目向表

柳林路景目向表

柳林路景目向表

柳林路景目向表



毛笔书法入门教程

袁红战 编著

柳体楷诀百韵歌

LIUTI KAIJUE BAIYUNGE

安徽美苑出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

柳体楷诀百韵歌 / 袁红战编著. — 合肥: 安徽美术出版社, 2014.1

毛笔书法入门教程

ISBN 978-7-5398-3653-9

I. ①柳… II. ①袁… III. ①毛笔字—楷书—书法—教材 IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第125814号

毛笔书法入门教程

柳体楷诀百韵歌

LIUTI KAIJUE BAIYUNGE

袁红战◎编著

出版人: 武忠平

选题策划: 毛春林

责任编辑: 毛春林

责任校对: 司开江

装帧设计: 徽韵书坊

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司

安徽美术出版社 (<http://www.ahmscbs.com>)

地址: 合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版传媒广场14层

邮编: 230071

营销部: 0551-63533604 (省内) 0551-63533607 (省外)

印制: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

开本: 787mm × 1092mm 1/16

印张: 6.5

版次: 2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5398-3653-9

定价: 19.80元

如发现印装质量问题, 请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问: 安徽承义律师事务所孙卫东律师

说 明

《毛笔书法入门教程——柳体楷诀百韵歌》歌诀共316句1580字，是目前国内难得一见的全面系统地用歌诀形式归纳楷书书写规律的书法技法类图书，其特点主要体现在以下几方面：

1. 本书采用歌诀形式，提纲挈领，阐述楷书最基本的运笔、结构、章法上的规律，通俗有趣，易懂易记。歌诀不空谈现象，但求揭示本质；不求高雅，但求通俗；不说废话，但求具体、实用，能从总体上提示要点、难点。正文是对歌诀的细化解读和补充延伸，突出了实用性、完整性和指导性。

2. 本书在形式和结构安排上进行了一些探索，从“稳”与“活”的全新视角去解读楷书，把繁杂的书写规律具体化、条理化，消除了书法给人的繁琐性、神秘性和深奥感，方便了理解，提高了书写规律的指导性和可操作性。

3. 本书规律列举详尽，注重从源头上去解读规律，使抽象的理论形象化，并渗透了欣赏、审美的基本方法，可逐步提升习字者的理解、感悟、想象、审美等能力。

4. 本书归纳列举的主要是一些通则性的基本规律，学习中要注意结合不同书体的风格流派灵活变化，求“大同”，辨“小异”，辨证理解，活学活用。

5. 本书范字主要选自唐代柳公权《玄秘塔碑》，并对残损处进行了适当修整。该碑规范、严谨、刚劲、爽健，历来被公认为是极佳的入门范本。

6. 本书并没有对所举范字进行分析，一是为了避免扩大本书容量，二是为读者留出领悟的空间。您可以在对范字结构的思考中，加深对结

字规律的理解。

7. 本书精选互不重复的范字达453字（对个别相同的字也选用了同字异形写法），范字容量大，针对性强，具代表性。

8. 本书所列举的规律同样适用于硬笔楷书的学习。

9. 本套丛书一共四本，范字分别选自欧阳询书《九成宫醴泉铭》，颜真卿书《多宝塔碑》，柳公权书《玄秘塔碑》，赵孟頫书《寿春堂记》。

10. 本书另配有同步教学课件，需要可联系作者邮箱。

一部精品图书需要反复地打磨，本书的首印权当是一个征求意见稿吧，错误或不当之处恳请广大方家同仁批评指正，及时地反馈意见和建议，以使本书更加充实，更趋完善。在此，也对所有关心此书的朋友们以及为本书提出修改建议的鹤壁方圆格书法室石朴先生、安阳代剑冰先生、安鸿杰先生表示感谢！

袁红战 电子邮箱: ayyhz@163.com

2013年金秋记于中华文字的故乡河南安阳

目 录

第一章 引 言	1
第二章 运 笔	2
第一节 基本运笔方法	2
(一) 讲究节奏 追求变化	2
(二) 藏露结合 善用折笔	4
第二节 基本笔画运笔方法	6
(一) 点	7
(二) 横	10
(三) 竖	11
(四) 撇	12
(五) 捺	14
(六) 钩	15
(七) 折	16
(八) 提	18
第三章 间架结构	19
第一节 结构总规律	19
(一) 重心平稳 稳中求活	19
(二) 布白均匀 匀中有变	24
(三) 穿插争让 连贯照应	28
(四) 突出主笔 主次分明	33
(五) 参差变化 活泼多姿	36

第二节 不同字形的结构规律	42
(一) 独体结构	42
(二) 上下、上中下结构	48
(三) 左右、左中右结构	58
(四) 包围结构	70
 第四章 章法布局	 76
第一节 谋 篇	76
(一) 审势谋篇 因材选式	76
(二) 预留天地 匀整布局	79
第二节 正 文	80
(一) 格式规范 中矩中规	80
(二) 气韵生动 格调统一	80
第三节 落 款	82
(一) 古字今款 格式规范	82
(二) 长短穷富 灵活变通	83
第四节 用 印	85
(一) 书印协调 宁少勿滥	85
(二) 避同求变 选位得当	86
 第五章 结 语	 88
 柳公权《玄秘塔碑》的用笔及结构特点	 90
 斜田格：“稳”与“活”的统一	 94

第一章 引言

柳书融欧颜，唐楷开新面。
欧紧颜宽博，柳书具得兼。
结体松紧宜，笔法较露显。
端庄杂流利，入门更捷便。

明代冯班就曾经说过“柳书法却甚备，便初学”。



近代书家丁文隽曾对楷书的发展历程作过一个美妙的比喻，说楷书“汉魏萌其芽，两晋树其干，六朝发其花，隋唐结其实”。楷书发展至唐代，从“初唐四大家” 欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷到中唐的颜真卿，已达到最繁盛的阶段，笔法完备，风格流派纷呈，出现了多位标领百代的宗师。在此背景下，柳公权却能独辟蹊径，另创新体，确实是难能可贵的。

柳公权采用集古出新的办法，“初学王书（王羲之、王献之），遍阅近代笔法，体势劲媚，自成一家”。柳体对前人经验的吸收，主要得力于欧阳询和颜真卿。欧体瘦，颜体肥；欧体方，颜体圆；欧体紧，颜体放。柳体则融二家之长，又广泛借鉴北碑方劲、雄强之风，融会贯通，终于创造出“体势劲媚，骨力道健”的“柳体”楷书。柳公权与颜真卿一样都是人格和书艺的典范，被后世并称为“颜柳”。又因柳体比颜体稍显清瘦，尤以骨力取胜，故又有“颜筋柳骨”之称。

“楷如立、行如走、草如奔”。楷书“端庄杂流利，刚劲含婀娜”，上可通篆、隶，下可达行、草。学习书法从楷书入手，已成为许多习书者的共识，没有楷书的法度作基础，行、草书也就失去了根基。

学书以得骨力为先，柳体骨力劲健，法度严谨，所以在临帖方面，明朝书法家董其昌很早就有“自此以往不得舍柳法而趋右军（王羲之）”的告诫。

第二章 运 笔

第一节 基本运笔方法

（一）讲究节奏 追求变化

运笔讲节奏，如音贵婉转。
平淡匀无变，少趣形呆板。
提按别轻重，快慢连顿转。
方圆宜兼施，曲直粗细变。

书法的用笔也要像音乐、舞蹈一样，要有节奏感、韵律美。



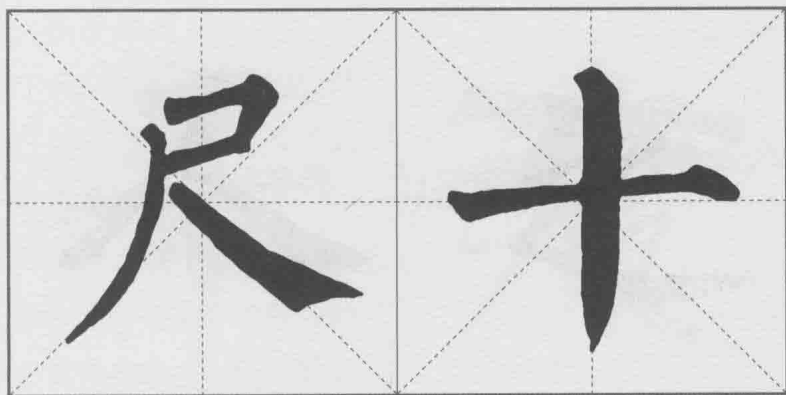
后人常把柳体和颜体并称为“颜筋柳骨”。“柳骨”是柳体运笔最大的特点，柳书用笔一改中唐笔画的肥腴之风，用笔爽利快健，方圆兼备，且在蹲锋与铺毫之间显示出瘦硬劲挺之线条，骨力强劲。柳体在笔画的起、收、转折处常采用方笔折锋，用方笔生成雄强、方峻、爽利、劲峭的美感；而在笔画收笔的顿笔回锋处，则多掺以圆笔裹锋，运笔不折不顿，显得格外丰润圆浑，内含而质朴。

柳体用笔常常是秀挺与雄健结合，长笔瘦，短笔肥，竖笔挺，折笔劲，所以柳体笔画显得轻重有致，变化多端，既筋骨强健，又血肉充实。这些特点，在学习时需要认真体会领悟。线条的美感生成于节奏和韵律，因此，运笔中应该有提按、轻重、快慢、方圆、曲直等变化，追求节奏感和韵律美，需注意要有指、腕运动的配合。要避免匀速行笔、均匀用力和直来直去。

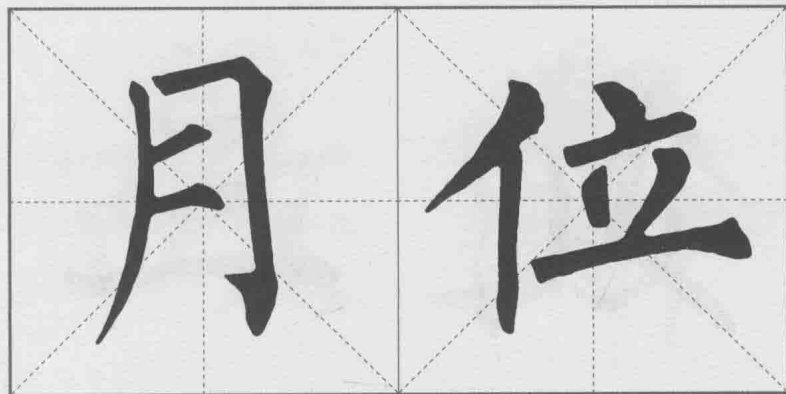
1. 提按分明，粗细有变：

和做平面运动的快慢相比，提按则是一种上下立体的运动。由于毛笔本身的软笔特性，使提按成为最基本的运笔技法。

提和按在运笔中是交替的，按后必提，提后再按，呈现一种“跳跃式”的而非



“拖拉式”的行笔状态。是提按赋予了点画更多的粗细对比变化和形态之美。如“尺、十”。



柳体在用笔上兼取“欧”之瘦和“颜”之肥，使短者肥，疏者丰，长者瘦，密者匀，肥瘦得体。运笔中，提按和轻重、快慢、行笔和顿笔、转折等都是相互关联的。按笔多用于笔画的顿笔和折笔，用力稍重，行笔略慢；提

笔多用于笔画的行笔和转弯，相对于按笔来说，用力稍轻，行笔略快。

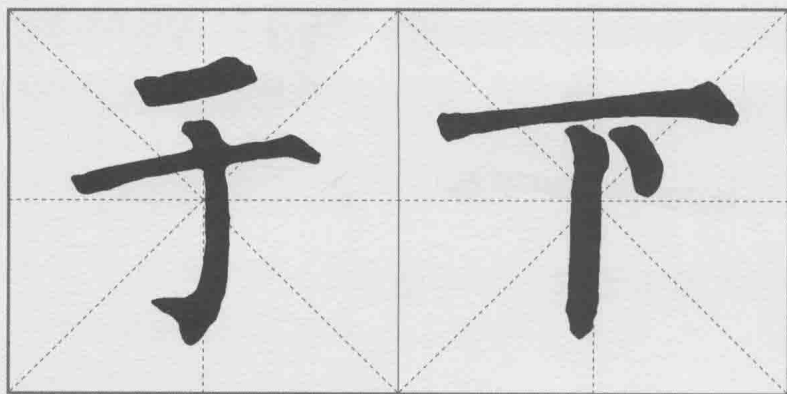
2. 快慢交替，行顿结合：

行笔的快慢是产生节奏感的主要因素之一。楷书行笔既讲究笔势轻快，畅达通顺，又讲究用力沉稳，“涩行”取劲，还需要顿笔“歇脚”积蓄力量。行笔时要注意快慢交替，行笔顿笔结合，收放富有韵致，顺畅而不轻滑。如“月、位”。

运笔中，尤其要把握好顿笔，不能只知道行走而不知道顿笔休息，使字显得漂浮圆滑、肤浅乏力。顿有停和按双重含义，顿笔处形如骨节，能起到增强字的骨力、增加笔画变化、平衡协调重心等作用。一般横、垂露竖的起收，悬针竖、撇、平捺、提的起笔，点的收笔，钩、捺出锋前，转折处等，都需要顿笔蓄势。笔画起笔的顿笔多向右下，然后再向不同方向运行。柳体笔势比较迅疾，撇、捺、挑、提一气呵成，但不是一味的求快，要放得开，还要能收得住。如“于、下”。

3. 方圆曲直，刚柔相济：

“折笔成方，转笔成圆”。方笔显得峻拔劲健、力量外露，圆笔感觉浑厚秀雅、骨力隐含；直笔显得挺劲有力，曲笔感觉妩媚活泼。柳体的横竖笔画弯曲度较



小，笔画呈直线状态，较为劲健。如“凡、使”。

但是，若方笔太多字会显得生硬，缺少韵味；若圆笔太多字又会显得柔弱无力，好像没有骨头。因此，运笔中切忌偏袒一面，走入极端。柳书用笔虽多方起圆结，方笔明显，骨力显现，但仍然是刚中含润、方圆融和的，不可一味求方，而失去韵味。

（二）藏露结合 善用折笔

起笔多逆藏，折锋出劲健。
笔走中锋线，力存留驻间。
回藏或出锋，齐力聚毫端。
运笔贵适度，分寸须细掂。

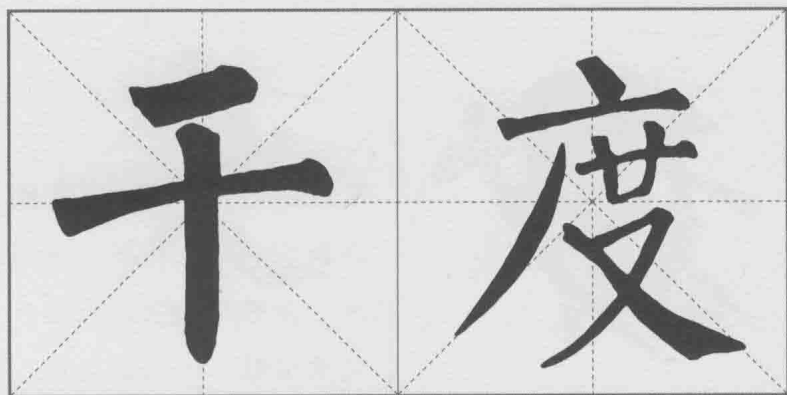
柳体善用方笔，人们常用“斩钉截铁”来形容柳体的骨力刚健。



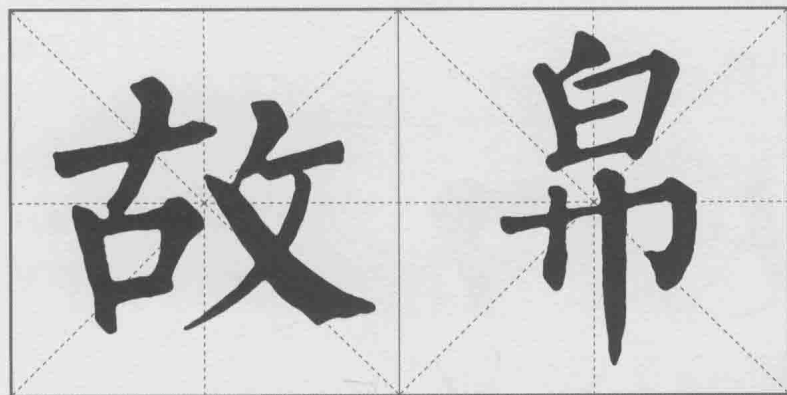
1. 藏锋为主，方圆结合：

楷书起笔多用藏锋，有时也用露锋、切锋，多种笔法互用，这样可以增添用笔的变化，增强书法的艺术效果，而不能单一使用某一种笔法。

（1）藏锋（逆锋）：起笔方向和笔画行进方向相反，如横竖起笔的“欲右先左、欲下先上”，须先逆行入笔，然后回顿，锋藏画中，抹去锋芒，俗称“藏



头”。藏锋可使点画饱满，避免弱笔，又增添了字的波澜，避免生硬。藏锋起笔中的顿笔多向右下，然后再按不同笔画向不同方向运行。柳体常用藏锋再折出方折的方法起笔，锋虽藏而骨力显。如“干”。



(2) 露锋（顺锋）：依笔势斜按入纸，微露笔锋，可使点画爽健峻拔，轻盈秀美，增加变化。常用于左尖横、兰叶撇、反捺等副笔的起笔。如“度”。

(3) 折笔：运笔折以成方，柳书骨力外露，在横、竖、撇的起笔，方点、平捺等笔画中，多用折笔顿挫，方角劲健，力势外拓。如“故”。

楷书收笔也多用藏露之法。收笔顿笔后轻轻提笔向一侧略行，再把笔锋回转藏入笔画中，称为“护尾”。可使笔画蓄势饱满，并回带下笔。

露锋收笔指收笔时笔锋依笔势渐提略快出锋，锋利劲健。但要注意如悬针竖、撇、捺等出锋较长的笔画，出锋时不能长提长拖，笔锋虚长，形成“鼠尾”。而要力送笔端，将要出锋时笔管微向后倾，使笔锋显出弹力，有凌空回提之势，叫做“空抢收笔”。采用这种方法，可有效避免笔画虚弱，增添力度，使笔画劲健挺拔。总体上柳字用笔方多圆少，笔力瘦硬，棱角鲜明，以骨力著称。如“帛”。

2. 中锋取劲，侧锋生姿：

中锋行笔是毛笔运笔的关键，行笔时笔管直立，笔锋行走在笔画中间，可使笔画饱满，骨力内含，浑厚雄劲，圆润而富有立体感。如“山”。

侧锋行笔指行笔时笔管微侧，笔锋行走在笔画的一侧，笔画一边光滑，下侧稍存涩意。“侧笔”方劲犀利，神采外耀，故凡出锋的点画，多用“侧笔”。柳书中的挑、捺，甚至钩、撇等，均含“侧笔”笔意。



运笔八病



3. 贵在适度，过犹不及：

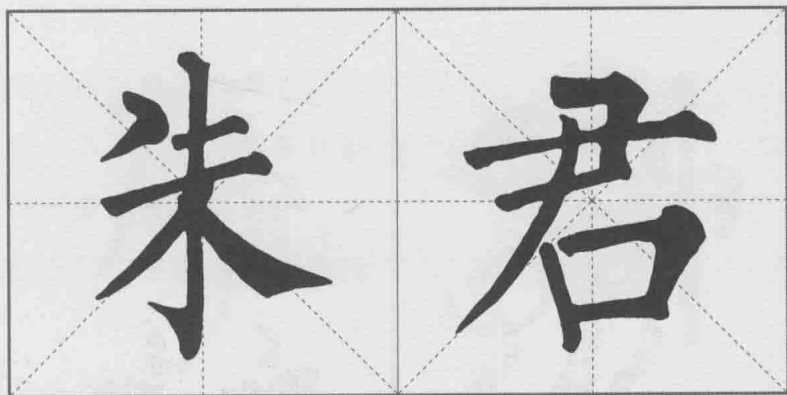
柳体用笔虽以骨力取胜，但也要看到其丰腴温润的一面，不能一味追求“骨感”，强调特征，追求形似，而忘记“筋”和“韵”的存在，要筋骨并存、方圆并用、刚柔相济，不可太过“露骨”，画如柴棒。因此，楷书用笔过犹不及，贵在适度，不能一惊一乍，顿如墨猪，露锋如刺。学习中常见的“运笔八病”——“牛头、鼠尾、蜂腰、鹤膝、竹节、棱角、折木、柴担”，多半是由夸张“失度”导致的。要做到笔笔有力，节奏稳健，练习中须认真领悟演练，熟

中生巧。如“妙”。

第二节 基本笔画运笔方法

柳体笔画多呈匀衡瘦硬之态，起收、转折多采用魏碑楷书斩钉截铁的方笔写法，刻意追求点画的方正有力，点画爽利挺秀，骨力遒劲，显得英气逼人。柳字舍弃了颜体笔画横细竖粗的态势，也不同于颜体笔画的浑厚宽博。如“朱、君”。

人们一般把汉字笔画按大类归纳为八种——点、横、竖、撇、捺、折、钩、提，称为“八种基本笔画”，并由此演化出诸多不同的笔画来。



笔画功用

横竖立骨架，
撇捺展神韵。
折出阳刚气，
钩提现精神。
点活如眼睛，
顾盼灵气存。

(一) 点

柳点分方圆，点中有折转。
顶点要居中，上下排弧线。
左右有向背，脚点叉腿站。
多点聚一心，四点左右看。

“点动成线”，写好了“点”，再学其他笔画就简单多了。

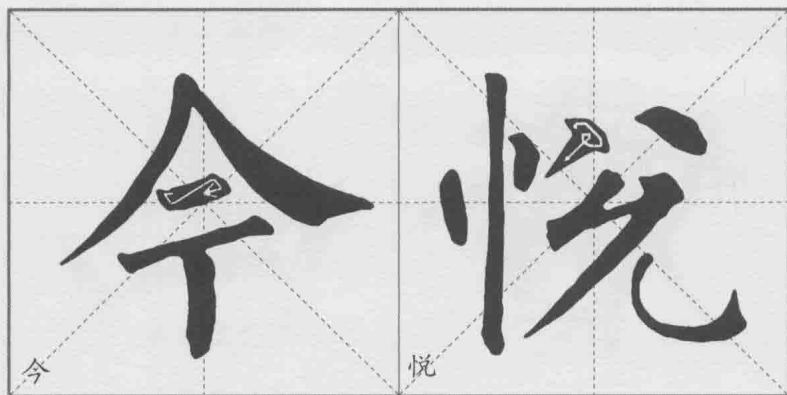


点是书写笔画的开端，许多笔画起、收笔的顿笔就是一个点，如横、竖都是两点加一画，撇是一点加一画。“麻雀虽小，五脏俱全”，点画虽小，却也要起、行、收分明，把握好提按、藏露、快慢、方向等变化，要写得厚重、灵动，各具神态，不能含混不清，状如牛头。要避免凹腹、缺角、臃肿、枯干、粗糙等病笔。

柳体点画常或方或圆、或形似撇挑、或类似横竖，变化灵活：



1. 斜点：柳字长点稍显瘦劲，分方、圆两大类。方点力强，略呈四边形，左上逆锋入笔，依次向右再转右下折出方角，收笔处有个下按的动作，稍顿后转锋左上回收，是



柳体最具代表性的点。圆点秀润，可顺势右下渐按行笔，稍顿后回收，尖头、凸背、平腹、圆尾。斜点也可回锋后左下出锋带下。如“诸”。



2. 竖点：宝盖头的顶点多用弯头竖点，点饱满厚重如坠石，下部多和横画交互重叠。左上逆锋起笔，折笔向右下，转锋左下稍顿后回锋向上回收。如“宅”。

3. 平点：形似左尖横。顺锋起笔，向右稍行即顿，转锋向左回收。如“今”。

4. 撇点：形似短撇，短劲锋利。藏锋起笔，折笔右下顿笔，再左上稍回锋后向左下渐提由慢渐快撇出。如“悦”。

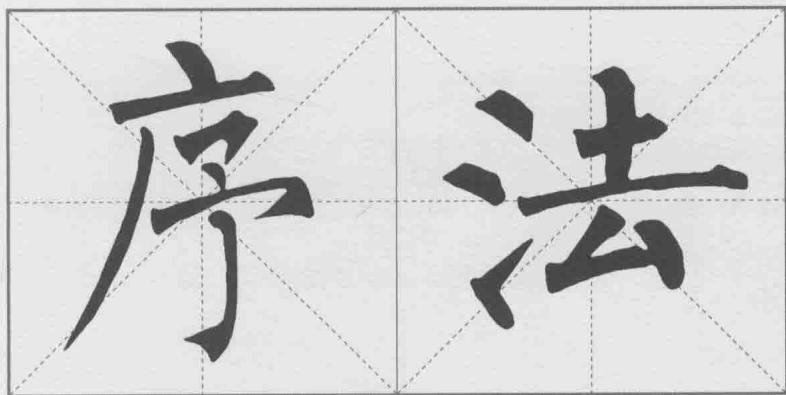
5. 挑点：运笔如提画，短促锋利。左上起笔藏锋，折笔右下顿笔，蓄势后先向左上回锋再向右上略快挑出。如“注”。

6. 左点：多居字的左边（如宝盖头、四点底的左部点），形似短竖，体势左下微斜，顾盼右部。向上藏锋起笔，折笔右下后再稍提笔向左下运行，末端转锋右下顿笔后向上回提。如“骨”。

点的安排及常见组合：

柳书点画的变化异常生动，无论是点的组合，还是点与其他笔画的组合，以及由横、竖、撇等笔画变化出来的点，都能依其体势，或方或圆，俯仰引带。

1. 单个点：上部单个点好像字的头部，一般应落在字体（独体、上下、上中下结构）或所在部分（左右、左中右结构）的中间，使头正身直，以稳定字的重心；其他位置的单个点也多依据呼应、补白、平衡字形等因素来安排。如“序”。



2. 上下点：像两点水、三点水这一类点，排列宜略取向左弧势，应首尾呼应，下点之末的挑尖和上点之尾上下对齐，以求上下引带呼应。如“法”。



3. 八字脚：脚点如脚，支撑字形，两点或向或背，都应开张取势，且沿字中线左右照应，忌两点太近，否则如大胖子小脚，难以站稳。如“兵”。



4. 左右点：左右点要多从左右笔势的顾盼、沿中线的照应、分割空白的均匀等方面去把握。柳体竖画左右两边的点，大多左点稍远离，右点稍靠近。如“亦”。

5. 多点组合：点多容易显得分散，就需要找一个中心来牵制各点，使各点绕中心呈放射状分布，使分散的各点产生联系，形成一个整体。如“雨”。

6. 四点底：左两点向左斜，右两点向右倾，对称排列；中间两点常用短竖代替。左右两点略重，多为四边形点，其斜度较中间两点稍大。如：“无”。