

如何写隶书

——破解经典《礼器碑》

学习隶书必读之本

轻松掌握隶书的结构特色及独特韵味

台湾当代名家破解隶书秘密的书法解剖书

侯吉谅 著

山东人民出版社

如何写隶书

——
破解经典《礼器碑》

破解隶书秘密的书法解剖书

侯吉谅 著

山东人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

如何写隶书——破解经典《礼器碑》 / 侯吉谅
著. — 济南: 山东人民出版社, 2017.8

ISBN 978-7-209-10938-3

I. ①如… II. ①侯… III. ①隶书—书法
IV. ①J292.113.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第139835号

如何写隶书——破解经典《礼器碑》

侯吉谅 著

主管部门 山东出版传媒股份有限公司

出版发行 山东人民出版社

社 址 济南市胜利大街39号

邮 编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098914

市场部 (0531) 82098027

网 址 <http://www.sd-book.com.cn>

印 装 北京图文天地制版印刷有限公司

经 销 新华书店

规 格 16开 (170mm×240mm)

印 张 11.5

字 数 90千字

版 次 2017年8月第1版

印 次 2017年8月第1次

ISBN 978-7-209-10938-3

定 价 42.00元

如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换。

目 录

序 缓慢书写的优雅 007

第一章 隶书概说

浅谈隶书 010

隶书的起源 013

隶书的分期 015

秦朝的古隶 015

东汉碑刻 015

唐 朝 017

隶书易学难精 023

隶书经典 025

《石门颂》 025

《乙瑛碑》 029

《华山庙碑》 033

《曹全碑》 035

《石门铭》 040

《爨龙颜碑》 041

隶书的笔法 043

藏 锋 043

直 画 048

直转左 050

西汉的简牍、帛书 015

魏 晋 017

清朝的复兴 020

《西狭颂》 028

《礼器碑》 031

《史晨碑》 035

《张迁碑》 037

《爨宝子碑》 040

横 画 046

横接直画 048

直转右 053

- 点 054 蚕头雁尾 055
- 圆 笔 057 方 笔 057
- 隶书的速度 058
- 隶书的节奏 059
- 隶书的结体 063
- 横画水平 063 横画等距 065
- 直 画 065 “口”字的各种变形 066
- “蚕头雁尾”的重要作用 067
- 对隶书的误解 068
- 隶书的书写格式 070
- 隶书技法分析 073
- 如何练隶书 074
- 隶书作品 079
- 隶书字典 083

第 8 章 隶书示范与结构分析

里 并 思 自 君 书 音 车 更 四 鲁 相 河
 汉 法 玄 乐 鹿 爵 庙 朝 孔 之 在 于 下
 不 氏 孝 石 纪 统 作 俟 罔 穷 深 宇 造
 近 追 霜 灵 南 宝 元 百 年 青 制 官 陵
 阳 国 图 尊 世 念 圣 奢 禁 粗 榘 得 德
 授 复 至 为 初 亲 安 异 邑 迟 秦 乱 离
 食 粮 苻 钟 磬 瑟 鼓 饰 宅 威 宣 抒 烦
 备 而 紫 台 稽 事 仪 于 是 其 意 表 传
 载 育 罔 教 获 奥 独 旧 殷 降 敬 报 福
 寿 享 旁 铭 干 与 长 荡 姓 盛

如何写隶书

——破解经典《礼器碑》

学习隶书必读之本

轻松掌握隶书的结构特色及独特韵味

台湾当代名家破解隶书秘密的书法解剖书

侯吉凉 著

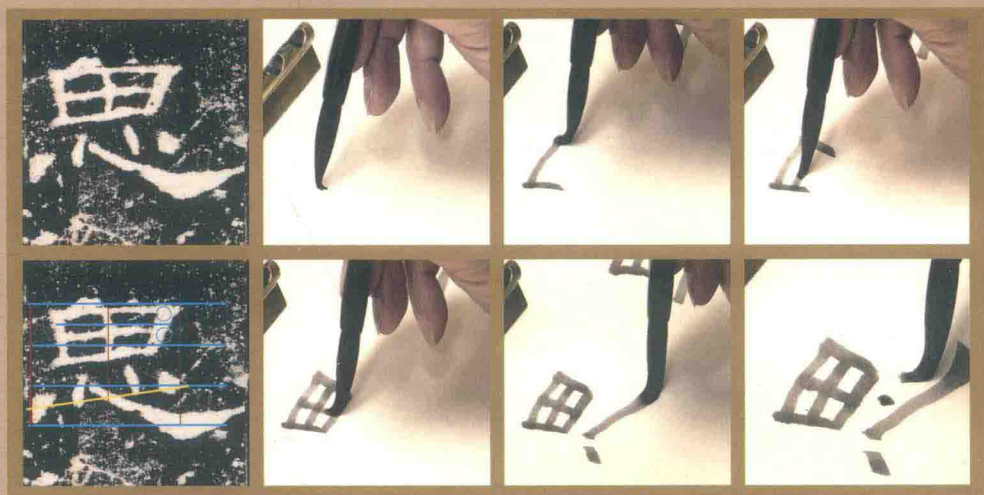
山东人民出版社

愈是不需要写字的年代，
人们就愈需要书法这样的缓慢书写，
来放松过度紧张的生活节奏与情绪，
从书写中体会缓慢的从容与中华文化

本书从实用的角度出发，阐明以《礼器碑》为范本的隶书，从历史发展、笔画形状、结构分析到笔墨纸的选择搭配，都有详尽说明。阅读本书，可以树立书写隶书的正确、基本的观念。根据本书的单字字体示范及分析说明，可以很快掌握隶书的结构特色。

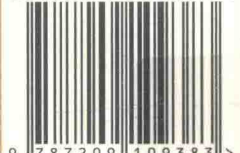
◎ 本书特色 ◎

- ★台湾当代名家破解隶书秘密的书法解剖书。
- ★以《礼器碑》为范本，解析汉碑隶书极则的精神意涵。
- ★详细的隶书书写示范及结构分析，让隶书书写有章可循！



上架建议：书法 书法理论

ISBN 978-7-209-10938-3



定价：42.00 元

如何写隶书

——
破解经典《礼器碑》

破解隶书秘密的书法解剖书

侯吉谅 著

山东人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

如何写隶书——破解经典《礼器碑》 / 侯吉谅
著. — 济南 : 山东人民出版社, 2017.8

ISBN 978-7-209-10938-3

I. ①如… II. ①侯… III. ①隶书—书法
IV. ①J292.113.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第139835号

如何写隶书——破解经典《礼器碑》

侯吉谅 著

主管部门 山东出版传媒股份有限公司

出版发行 山东人民出版社

社 址 济南市胜利大街39号

邮 编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098914

市场部 (0531) 82098027

网 址 <http://www.sd-book.com.cn>

印 装 北京图文天地制版印刷有限公司

经 销 新华书店

规 格 16开 (170mm × 240mm)

印 张 11.5

字 数 90千字

版 次 2017年8月第1版

印 次 2017年8月第1次

ISBN 978-7-209-10938-3

定 价 42.00元

如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换。

目 录

序 缓慢书写的优雅 007

第一章 隶书概说

浅谈隶书 010

隶书的起源 013

隶书的分期 015

秦朝的古隶 015

东汉碑刻 015

唐 朝 017

西汉的简牍、帛书 015

魏 晋 017

清朝的复兴 020

隶书易学难精 023

隶书经典 025

《石门颂》 025

《乙瑛碑》 029

《华山庙碑》 033

《曹全碑》 035

《石门铭》 040

《爨龙颜碑》 041

《西狭颂》 028

《礼器碑》 031

《史晨碑》 035

《张迁碑》 037

《爨宝子碑》 040

隶书的笔法 043

藏 锋 043

直 画 048

直转左 050

横 画 046

横接直画 048

直转右 053

- 点 054 蚕头雁尾 055
- 圆 笔 057 方 笔 057
- 隶书的速度 058
- 隶书的节奏 059
- 隶书的结体 063
- 横画水平 063 横画等距 065
- 直 画 065 “口”字的各种变形 066
- “蚕头雁尾”的重要作用 067
- 对隶书的误解 068
- 隶书的书写格式 070
- 隶书技法分析 073
- 如何练隶书 074
- 隶书作品 079
- 隶书字典 083

第 8 章 隶书示范与结构分析

里 并 思 自 君 书 音 车 更 四 鲁 相 河
 汉 法 玄 乐 鹿 爵 庙 朝 孔 之 在 于 下
 不 氏 孝 石 纪 统 作 俟 罔 穷 深 宇 造
 近 追 霜 灵 南 宝 元 百 年 青 制 官 陵
 阳 国 图 尊 世 念 圣 奢 禁 粗 桓 得 德
 授 复 至 为 初 亲 安 异 邑 迟 秦 乱 离
 食 粮 苻 钟 磬 瑟 鼓 饰 宅 威 宣 抒 烦
 备 而 紫 台 稽 事 仪 于 是 其 意 表 传
 载 育 闾 教 获 奥 独 旧 殷 降 敬 报 福
 寿 享 旁 铭 干 与 长 荡 姓 盛

序

缓慢书写的优雅

在篆、隶、行、草、楷五种字体中，隶书最容易学，但很难精通，也容易写得不像。

隶书的笔法比楷书简单许多，也不像小篆那么严谨，隶书的笔画、结构都有一些比较随意的成分，所以容易学。

隶书的味道不容易掌握，因此要写好隶书，首先要了解隶书美在何处，以及为什么有些看起来明明是较丑的隶书却很有味道。

本书从实用的角度出发，阐明以《礼器碑》为范本的隶书，从历史发展、笔画形状、结构分析到笔墨纸的选择搭配，都有详尽说明。阅读本书，可以树立书写隶书的正确、基本的观念。根据本书的单字字体示范及分析说明，可以很快掌握隶书的结构特色。

用力学和几何的方法来解释书法，是以前人们谈书法时从未有过的尝试。从“侯吉谅书法讲堂”系列在华人世界的畅销程度来看，华人世界对书法的热情并未因为科技的发达和电脑、手机的普遍运用而消失。事实上，愈是不需要写字的年代，人们就愈需要书法这样的缓慢书写，来放松过度紧张的生活节奏与情绪，从书写中体会缓慢的从容与中华文化的优雅。

我相信，书法可以是平易近人的，也可以是人人都能了解的。希望这本《如何写隶书》可以让更多的人喜欢上书法。

隶书概说

第一章

浅谈隶书

隶书是篆、隶、行、草、楷五种字体中最具有继承性、发展性的字体。

一般认为，隶书是从篆书演化而来，进而向楷书过渡的，因此隶书具有篆书的结构、书写特性，但字形已经具备楷书的雏形。就字体结构来说，隶书近于楷书，书写特性则比较接近篆书。

篆、隶、行、草、楷五种字体有时间先后的发展关系，但不能决然划分其先后顺序。

篆书可以粗略分为大篆和小篆。大篆是接近甲骨文、金石文的字体，仍有很浓厚的符号性。大篆的一个字可以有許多不同的笔画和字体形状，同样的字可能有数十种写法。这和大篆的应用时期的政治环境有关，当时诸侯国林立，每个诸侯国都有自己的语言、文化、风俗，字体也就会产生不同的结构。小篆是秦始皇统一中国后，通过政治手段确定的书体，在“统一文字”的目的下，中国文字逐渐有了相同的面貌。

小篆由秦始皇的丞相李斯整理定稿。他把大篆面貌不一的笔画、字形，用水平、垂直、圆弧转弯等原则，归纳出整齐、统一的字形。小篆主要用于政令宣传和碑刻。秦始皇时期的度量衡与碑刻上的文字，都使用李斯整理的小篆，政治意图非常明确。

由于小篆字体非常严谨、整齐，笔画粗细一致，笔画间的距离几乎相同，结构造型则左右两边高度对称，因此书写时必然需要极高的专注与精密。这样的书写方式，显然并不适用于日常生活使用，于是就有了隶书。

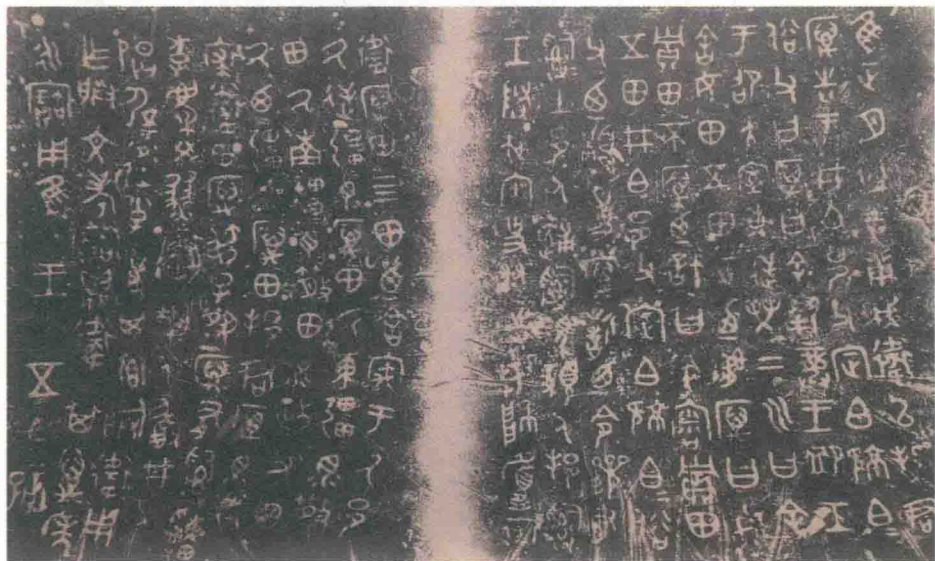
据史料记载，隶书是程邈发明的。他本来是秦朝小吏，因事

被关在狱中十年，整理出隶书字体，得到秦始皇赏识而被重用。但从近年来出土的文物证明，隶书早在秦代之前就已经广泛应用了。因此，程邈应该是隶书字体的“整理”者，而不是发明者，如同蒙恬是毛笔的改良者，而不是发明者。

篆、隶、行、草、楷五种字体的演化虽然有一定的先后顺序，但并非一种字体定型之后再向另一种字体发展，字体之间其实是互相影响的。

隶书与篆书关系如此，与行草的关系亦然。

由于隶书是日常生活中应用的字体，因此必然力求实用、简便。在出土的战国时期的简牍隶书中，我们可以看到这些隶书笔法非常随意，并没有藏锋、中锋的概念，书写者只是右手执笔，左手执木片或竹片随意而写。在快速书写的时候，也就自然地出现了行草的雏形。



金文为商、西周、春秋、战国时期铜器上铭文字体的总称。“五祀卫鼎”，铭文记录西周中期的一件土地诉讼事件，对土地变更的契约内容记述翔实，有立契时间、缔约双方名字、标的、契价和交割、见证人等内容，1975年陕西省宝鸡市岐山县董家村青铜器窖藏出土，现藏于陕西历史博物馆。

现在我们一般拿来作为书法经典追求、练习的隶书，大部分都是东汉时期的碑刻。东汉时期，从官方到私人都非常重视碑刻，其内容从记录政策、歌功颂德到表扬尊长亲人，较为丰富。碑刻从取材到缮写、刻制，都需耗费一定的人力、财力，因此碑刻隶书通常会用最好的条件去制作。也就是说，从写到刻都比较讲究。写的人必然是高明的写手，甚至是当时著名的书法家，刻的人也一定要工艺精湛。因此，东汉的各种隶书碑刻才能成为我们今天学习的经典。