

史大作 ● 编写

河南美术出版社

跟名帖练硬笔书法

GENMINGTIELIANYINGBISHUFA

晋▼王羲之

兰亭序

行书

也	也	也	也
天	天	天	天
朗	朗	朗	朗
气	气	气	气
清	清	清	清
惠	惠	惠	惠
风	风	风	风

承传统渊源  
高点起步

取名帖精萃  
得创新要旨

GENMINGTIELIANYINGBISHUFA

# 跟名帖练硬笔书法

晋▼王羲之

# 兰亭序

史大作●编写

河南美术出版社

# 行书

**图书在版编目 (C I P) 数据**

兰亭序 / 史大作书. — 郑州: 河南美术出版社, 2001.3  
(跟名帖练硬笔书法)  
ISBN 7-5401-0920-3

I. 兰… II. 史… III. 汉字—硬笔字—法帖 IV.  
J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 07852 号

跟名帖练硬笔书法

**兰亭序**

---

编写 史大作

责任编辑 文 晓

河南美术出版社出版发行

郑州东方红彩印有限公司印刷

787 × 1092 毫米 16 开本 2.25 印张

2001 年 3 月第 1 版 2001 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

ISBN 7-5401-0920-3/J·806

---

定价: 4.00 元

---

## 一、前 言

《兰亭序》又名《兰亭集序》、《临河叙》、《楔帖》，是晋代大书法家王羲之的代表作，被誉为“天下第一行书”。

王羲之（303-361年），字逸少，晋琅琊临沂人（今山东），移居于会稽的山阴（今浙江绍兴），官至会稽内史、右军将军，故人们又称他“王右军”。王羲之书法少学卫夫人，楷师钟繇，草宗张芝，书工众体，尤擅行书和草书。他汇百家之长，集众体之妙，将前人作品中的用笔、结字和布白的各种优点，融合到自己的作品中，改变了汉魏以来淳厚质朴的书风，开创出流便妍美的新风格，成为历代书法精华的集大成者，世人尊之为“书圣”。

晋穆帝永和九年（公元353年），农历三月初三日，王羲之与名士孙绰、孙统、谢安、许询、王献之等41人，在会稽山阴的兰亭举行了一次规模盛大的集会，此时此地，天气晴朗，春风拂面，风景如画，人杰地灵，大家分坐溪水两旁，饮酒赋诗，畅谈人生，切磋技艺，有26人作诗37首，没有赋诗的15人被罚酒各三斗。雅集临散，众推王羲之为诗集撰文写序，五十一岁的王羲之在半酣状态下，思绪万千，尽情挥洒，用蚕茧纸、鼠须笔，一气呵成这篇千古佳作。全篇基本按行书写成，开始几行心态平静，楷书笔意较多，结体平和，随着羲之激情而至，用笔加快，结字开合张弛，章法参差险夷，甚至随手涂抹，达到了心手双畅的境界。

《兰亭序》虽然只有二十八行，三百二十四字。但作品雄强的气质，显示了王羲之道媚华贵、飘逸洒脱、不激不厉的艺术特色，也体现了风流倜傥、萧散典雅的晋人风范，许多人对这幅近乎完美的作品顶礼膜拜。梁武帝萧衍《古今书人优劣评》云：“王羲之书，字势雄逸，如龙跳天门，虎卧凤阙，故历代宝之。”唐太宗李世民对王羲之书法更是推崇至极，亲自为《晋书》撰写《王羲之传论》，赞其书曰：“详察古今，研精篆素，尽善尽美，其惟王逸少乎！观其点曳之工，裁成之妙，烟霏露结，状若断而还连；凤翥龙蟠，势如斜而反直。玩之不觉为倦，览之莫识其端。心摹手追，此人而已，其余区区之类，何足论哉！”难怪李世民生前置《兰亭序》于案旁，朝夕观摩，死后还陪葬于昭陵，永绝于世。由于历代帝王的推崇，加之该作书文并茂，情深意浓，自古以来视为“神品”，

在书法史上影响极其深远，凡有成就的书法家无不精研此帖。

学习书法包括继承与创新两个方面，没有继承就没有创新。初学者如何继承，也就是从什么帖入手的问题。选择一本好帖，无疑是选择了一个好老师。钢笔书法的历史较短，不过是近二十年兴起的热潮。钢笔书法与毛笔书法相比，尽管书写工具的硬度不同，线条粗细有别。但是二者的表现载体都是汉字，其审美标准是一致的，即都讲究用笔、结体和章法。活跃于硬笔书坛上的钢笔书法家，都是从传统毛笔书法中汲取营养，广采博取，然后自成风格的。而《兰亭序》洒脱飘逸、道媚流便的风格，正迎合了钢笔的特性。所以，我们将此帖推荐给读者。

钢笔应该怎样临写毛笔字帖，是初学者普遍关心的问题。第一，临写前要认真读帖，所谓“察之者尚精，拟之者贵似。”对所临的字帖有个大致了解，把握字的基本风格和特征。然后仔细观察、分析原帖的字形、字势、笔法和结字特点。书写前做到心中有帖，意在笔先。第二，用笔在力求形似的基础上取其神似。没有形似无从谈起神似，临帖的初期要以形似为主。钢笔临毛笔帖，因为工具性能的限制，笔画的粗细，牵丝的连带，有时不能完全达到形似时，至少要做到笔画的长短、角度、轻重和笔意与原帖相似。粗壮的笔画取其“骨线”，细柔的牵丝取其笔意。第三，循序渐进，反复对照。从点画到部首、再到结体、乃至章法神采，宜逐步深入，每次临完后，要对照原帖，找出不足，加以改正，日积月累，定有长进。

王羲之真迹已不复存在，目前见到的为唐宋时勾摹响拓本。《兰亭序》以唐代冯承素摹本即神龙本为最佳，本书就是以此帖为范本。为了便于读者学习，作者总结出56个基本笔画、78个偏旁部首和30种结体方法，并把全帖分解，逐字用钢笔临写出来，在相对应的位置留有几个空格，让读者对照临摹。同时，为便于阅读、识别繁体字和异体字，对全文用简化字进行了标释。我相信，只要按照正确的学习方法，勤于思考，总结规律，反复临摹，一定会取得较为满意的效果，步入书法艺术的殿堂！

史大作  
2000年12月

## 二、基本笔画特点

《兰亭序》被誉为“天下第一行书”，笔画变化较多。其中，有的为楷书用笔，有的是草书写法，单纯点的造型就有十几种。本书列举了56种笔画的写法，基本涵盖了该帖的用笔特征。

长横	一	所			长撇	ノ	合		
短横	一	于			短撇	ノ	作		
上弯横	一	大			平撇	一	和		
下弯横	一	妄			长曲撇	ノ	天		
上钩横	一	左			兰叶撇	ノ	少		
下钩横	一	言			曲钩撇	ノ	風		
左钩横	一	稽			回锋撇	ノ	在		
承上启下横	一	矣			斜捺	㇇	及		
悬针竖	丨	年			平捺	一	述		
垂露竖	丨	外			回锋捺	一	之		
左钩竖	丨	得			反捺	一	足		
右钩竖	丨	俯			斜点	、	云		
上尖竖	丨	由			竖点	、	察		



平点	一	遷			横折撇	丿	峻		
长点	一	不			撇折点	㇇	娛		
出锋点	丶	初			竖钩	丨	列		
曲头点	丶	視			横钩	㇇	字		
带钩点	一	不			斜钩	㇇	哉		
挑点	丶	懷			卧钩	㇇	惠		
上八字点	㇇	茂			拖钩	、	亭		
下八字点	㇇	興			横折钩	㇇	同		
上下点	、	於			竖弯钩	㇇	死		
两点水	冫	況			斜弯钩	㇇	暢		
三点水	氵	清			背抛钩	㇇	氣		
下四点	灬	無			竖弯	㇇	化		
横折	𠃍	日			短挑	一	攬		
竖折	㇇	世			平挑	一	地		
圆转折	㇇	肉			撇折挑	㇇	林		

### 三、偏旁部首特点

《兰亭序》的偏旁部首变化十分丰富，有的平正凝重，近似楷书；有的奇险简约，参以草法。就是按行书造型的也在大小、粗细、斜正、断连等方面无一雷同。练习时要注意偏旁部首与上下、左右之间的连带和避让关系，特别是在细微处审视其行笔路线和变化，是十分重要的。

单人旁	单人旁的撇有长有短，收笔处有出锋有回锋。竖或直或弯或带钩，竖的起笔或靠左或靠右。	立刀旁	短竖有时写为点。竖钩有弯势，有的竖钩写成悬针竖而无钩。
亻	循 化 俯 作	刂	列 列 列 列
亻		刂	
左耳旁	三曲钩较小，力求流畅而有粗细变化。竖用垂露，‘陳’的竖向左弯。	单耳旁	横折钩用圆笔，竖多为悬针竖。最后一‘仰’字的竖收笔向左钩出。
阝	陳 陳 隨 隨	卩	仰 仰 仰 仰
阝		卩	
竖心旁	先写左仰点，后写右俯点，再写垂露竖，左点低右点高。‘慨’字因书写较快，竖心旁的左右两点连结。	山字旁	造型尽管很小，但三个竖的长短、粗细和方向各有不同。左竖短，中竖长，右竖弯。
忄	懷 懷 情 慨	山	峻 峻 峻 峻
忄		山	



提手旁	横较短，顺锋起笔；竖画或直或弯，或粗或细，斜挑起笔承钩之势。	双人旁	该帖的双人旁写为由斜点、直点和挑组合成的三点水。
扌	扌 扌 扌 扌	亻	冫 冫 冫 冫
扌		亻	
土字旁	“地”字的土字旁为一笔写成，竖在横的右端穿过，由重渐轻，下连斜挑。	女字旁	把横写成斜挑，以启右侧，使“嫫”字左斜右正。
土	地 地 地 地	女	嫫 嫫 嫫 嫫
土		女	
绞丝旁	两个撇折和斜挑用一笔写成，上小下大，牵丝和笔画粗细分明。	反犬旁	上撇较长，竖弯钩的起笔处有弯势连笔，钩省略，下撇写为撇挑以引带右侧。
纟	纟 纟 纟 纟	犴	犴 犴 犴 犴
纟		犴	
三撇旁	“形”字的三撇大小、角度和造型各异；“彭”字的三撇一笔写就，自然流畅。	走之旁	点为斜点或平点，三曲钩流畅轻盈，平捺有的出锋有的回锋。
彳	形 形 彭 彭	辶	辶 辶 辶 辶
彳		辶	

将字旁	先写仰点，右上出锋，竖画上轻下重，末端向左上出钩，顺势写挑。				弓字旁	由一笔完成，三个转折写法不一样，上长中短下弯。			
𠄎	𠄎	𠄎	𠄎	𠄎	彡	彡	彡	彡	
才					彡				
木字旁	横画左重右轻，竖在横的右端穿插，撇和点写成撇挑。				方字旁	“放”字的方字旁，先写点，后写横撇，最后写横折钩。“於”字的“方”引用草书写法。			
才	才	才	才	才	方	方	方	方	
木					方				
车字旁	上横特短，下横较长，中竖长、粗、弯。				示补旁	点呈俯势，并对准下面的竖画，横画上仰，竖画较短，撇挑一笔代替了楷书的撇和点。			
車	車	車	車	車	礻	礻	礻	礻	
車					礻				
欠字旁	上撇与横相连，下撇和点收敛。				反文旁	撇与横由一笔写成，长撇在横的中部起笔，捺有时出锋，有时回锋。“激”的反文旁轻细，“放”的厚重，“致”则变异。			
欠	欠	欠	欠	欠	攵	攵	攵	攵	
欠					攵				

止字旁	先写竖折，再写两竖。注意三个竖的长短、距离不一。				斤字旁	“斯、欣”的斤字旁，笔画有藏露、轻重之别，“所”字写法完全不同于楷书。			
止	止	止	止	止	斤	斯	欣	所	所
止					斤				
日字旁	结体修长，左右两竖长短、粗细有别，最后一横变为挑以应右部笔画。				月字旁	竖撇末端出钩，并与右竖相背，两短横连写。			
日	映	映	时	时	月	期	期	朗	朗
日					月				
彳字旁	彳字旁的写法有多种，有的是两笔写成，有的是三笔写成，注意两个转折的角度和方圆。				马字旁	笔顺依次为左竖、三个横、横折钩、右竖、下四点。下四点变为相连的三点，并向右上倾斜。			
彳	死	列	殊	彳	馬	驕	驕	驕	驕
彳					馬				
禾字旁	短撇、长横，在横的右端写竖，“和”字的撇和点改为撇挑。				金字旁	长撇，短点，上两横一短一长，竖向右斜，下两点相连，重心偏向左下。			
禾	和	稷	稽	和	金	錄	錄	錄	錄
禾					金				

艮字旁	横折的短竖略向左弓，竖挑的用笔有轻重和粗细变化。				衣字旁	点为俯点，横折撇的横上仰，竖为垂露并对准上点；右侧两点，上为撇点，下为斜点，交叉于竖的起笔处。			
目	既	既	慨	慨	衤	初	初	初	初
目					衤				
矢字旁	短撇与短横相连，第二横稍长且上仰，下部的撇、点收敛以让右侧。				申字旁	注意三个横和三个竖之间的关系。上横长，中横作仰点状，下横变挑。左竖右斜，中竖长直，右竖左斜。			
矢	知	知	短	短	申	暢	暢	暢	暢
矢					申				
病字旁	斜点居横的中部，竖撇出钩，左两点相连，下点变挑。				耳字旁	先写横，转笔向上联结左竖。右竖为垂露竖，略向左弓，两短横分割成三个不同的空间，最后写挑。			
疒	痛	痛	痛	痛	耳	取	取	取	取
疒					耳				
言字旁	点位于上横的右侧，下两横较短，“口”上宽下瘦。				走之旁	上部的横和竖分别写成，其余笔画一笔写成，并有左收右放之势。			
言	諸	諸	託	託	辶	趯	趯	趯	趯
言					辶				

戈字旁	横短，斜钩长略有弧度，钩向正上或稍左，点位于横的右端上方，撇画或直或弯或省去。	页字旁	横短仰，撇可与左竖连写，右竖下端长，两竖相向，三短横中下横稍长，下部的撇长、点短。
戈	成 或 或 戎	頁	領 領 類 類
戈		頁	
口字旁	把口字旁简化成了左右两点，左点为竖点向右出锋；右点左斜，末端向右上出锋，以引带右侧的笔画。	青字旁	“静、情”的青字旁，先写第一横，然后写竖，再写下两横；两个“清”字则先写完三个横，最后写竖。三个横有长短轻重之别。
讠	喻 喻 嗟 嗟	青	静 清 清 情
讠		青	
足字旁	“口”较小，左上角不封；“止”的左竖与下横连写，竖画起笔偏右，最后写右侧的短横，作上仰状。	角字旁	横画多上仰，竖画带弯势，空白处疏密不均，但协调有致。
足	跬 跬 跬 跬	角	觴 觴 觴 觴
足		角	
隹字旁	第一画代替了楷书的撇、点和竖三笔；四个横的长短、俯仰和距离力求变化。	骨字旁	结体较密，有左低右高之势，特别是中间的一笔向左下伸出。
隹	雥 雥 雥 雥	骨	骸 骸 骸 骸
隹		骨	



有字头	第一个“有”先横后撇，第二个“有”先撇后横，“在”的撇收笔藏锋。				人字头	撇长舒展，捺短略高，捺多藏锋收笔。			
ナ	有	有	左	在	人	會	合	今	倉
ナ					人				
风字头	撇为曲钩撇，背抛钩的弧度要自然，钩向左上。				草字头	有两种写法，“暮、蘭”两字的笔顺为左竖、左横、右横，右竖写为短撇。“茂、若”的草字头用两点代替两竖。			
几	風	風	風	風	艹	暮	蘭	茂	若
几					艹				
宝盖头	点多为俯点，左竖或垂直或外斜，横钩的折处用力，向左下出锋。				小字头	短竖略呈弧形，左点平而上仰，右点高而成俯状，左右两点顾盼呼应。			
宀	宇	宙	察	寄	小	當	當	嘗	嘗
宀					小				
气字头	撇短，首横俯，第二横仰，第三横平而长，折处方，弯处圆。整个造型上窄下宽。				春字头	三个横依次加长，长撇舒展流畅，捺画较短，末端驻笔而收。			
气	氣	氣	氣	氣	夫	春	春	春	春
气					夫				



登字头	左撇高而短，右捺低而长，捺画上的两个短撇，稳定了重心。				竹字头	是由两个“个”组成的，左侧的撇长、横细、点短而直；右侧的撇短、横粗、点长而曲。			
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	竹	管	管	管	管
𠂇					竹				
虎字头	此种是虎字头的变异写法，笔顺为短横、横折钩、短撇、短竖、两个短横。				一字底	用笔左轻右重，右端略上仰。“为”字下部的四点水简写为“一”字形。			
𠂆	𠂆	𠂆	𠂆	𠂆	一	極	極	為	鼓
𠂆					一				
八字底	左为仰点出锋向右上，右为俯点出锋向左，左右两点的大小、高低不同，相互呼应。				土字底	“至、室”的土字底，先写短竖，再写上短横，最后写下横。“在”字先写上横，再写竖，然后写下横。			
乚	其	異	興	其	土	至	坐	室	在
乚					土				
口字底	左竖向右斜，横折与下短横一笔写成，左下角多不封口。				大字底	横画左轻右重，右侧上仰，撇的起笔靠左，造成险势，用点调整重心。			
凵	言	倉	右	古	大	契	契	契	契
凵					大				

贝字底	中间两短横紧靠左竖，右部留出空白。底部的撇与点相距较远，有上收下放之感。	田字底	左右两竖内收，“田”字造型上宽下窄，中间“十”字分割成几个形状不同的空白。
貝	賢 賢 賢 賢	田	當 當 當 當
貝		田	
心字底	左点小而低，卧钩呈弧形，右端上抬，钩向左上，右两点在钩尖上方相连。	木字底	横画轻柔而极富弹性，竖钩起笔偏右，左右两点一仰一俯，一近一远，整个部首飘逸洒脱。
心	悲 惠 感 感	木	樂 樂 集 集
心		木	
皿字底	该部首中有四个竖和两个横，其长短、轻重各不相同，左下角有的不封口。	羊字底	两个点左低右高，左仰右俯，第一横独立，二三横牵丝相连，竖用悬针。
皿	盛 盛 盛 盛	羊	羣 羣 羣 羣
皿		羊	
足字底	“口”的写法近似楷书，下边的竖、横、撇、捺四笔省略成三个角度不同的转折。	豆字底	一笔写成，左密右疏，上松下紧，上下两横有意向右伸展。
足	輕 輕 輕 輕	豆	豈 豈 豈 豈
足		豆	

母字底	笔顺为撇折、横折钩、上点、下点、长横。注意笔画之间的平行，就容易把握重心。				山字底	左右两竖呈相向之势，左短右长，横画极富弹性并上仰。			
母	每	每	每	每	山	幽	幽	幽	幽
母					山				
日字底	两个“昔”字的“日”左右两竖相向，而“春”字的“日”则相背。中间的横长短不同。				女字底	撇点的撇与长撇基本平行，横画下凹且上仰，有左低右高之感。			
日	昔	昔	春	暮	女	妾	妾	妾	妾
日					女				
矢字底	第一笔撇画省去，两横的长短有别。长撇的起笔偏右，或出锋或出钩，点用斜点或钩点。				口字底	框稍呈瘦长形，左上角留有空隙。			
夫	矣	矣	矣	矣	口	固	固	固	固
夫					口				
门字框	将“門”字两边的“日”省略成左两点，右一点，左右两竖稍有相背之势。				同字框	“内”的同字框，略呈扁形，竖用垂露，在竖的中部起笔写横折钩，折处圆转，右竖有弧势。“同”字左上角空隙较大。			
門	閒	閒	蘭	蘭	門	内	内	同	同
門					門				