

杨再春 主编

柳

杨再春张书范◎主讲

笔法与
写

体楷
书

玄秘塔碑



名帖解析图书
名家讲座光盘 (书+碟)
免墨水写折页

北京体育大学出版社
北京体育大学音像电子出版社



杨
“双名”

(名帖解)

柳体楷书

玄秘塔碑 笔法与临写

杨再春 张书范 主讲

苏 门 董英全 编著

“双名”书法视听课堂编委会

主 任 青 山

编 委 (姓氏笔画序)

弓 超

田 英章

苏 门

李 志平

张 又 栋

杨 再 春

青 山

董 英 全

北 京 体 育 大 学 出 版 社
北 京 体 育 大 学 音 像 电 子 出 版 社

策划编辑 董英双
责任编辑 董英双
审稿编辑 李 飞
责任校对 董英全
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

柳体楷书《玄秘塔碑》笔法与临写/苏门,董英全编著. -
北京:北京体育大学出版社,2012. 10
ISBN 978 - 7 - 5644 - 1172 - 5

I. ①柳… II. ①苏…②董… III. ①楷书 - 书法
IV. ①J292. 113. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 255497 号

柳体楷书《玄秘塔碑》笔法与临写

苏 门 董英全 编著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区信息路 48 号
邮 编 100084
邮 购 部 北京体育大学出版社读者服务部 010 - 62989432
发 行 部 010 - 62989320
网 址 www.bsyp.cn
印 刷 北京昌联印刷有限公司
开 本 880 × 1230 毫米 1/16
印 张 4. 25
插 页 免墨水写练习折页
光 盘 名家讲座 VCD 教程

2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 22.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

序

中国书法艺术博大精深，源远流长。纵观漫长的书法发展史，中国书法已从汉字的书写技巧发展成为一门独立的视觉艺术，它积聚了中国几千年的文化底蕴，是中国传统文化艺术宝库中的瑰宝。

书法作为中国传统文化的重要组成部分，具有很强的实用性，它促使人们不断地对汉字进行简约和改进，逐渐形成了篆、隶、楷、行、草等不同的书体和书写法则，古往今来，书法练习都是文化学习的必修课。

汉字从其诞生之时，就广泛用于装饰，这从金文中就可看出。它的装饰性使得人们特别注重汉字的形体美和整体美，从而使其符合审美的要求，因此，形成了书法这一独特艺术形式，随之受人尊崇的书法人才辈出，名家的作品引得人们争相购藏。许许多多的人为此进行着不懈地攀登和探索，这也正是书法艺术永葆青春活力得以传承的一个重要原因。

书法艺术同文学、绘画等中国传统文化有着千丝万缕的联系。观摩一幅名作，临写一张名帖，沉浸其中，对于增长知识、陶冶情操、提高审美能力均大有裨益。

书法艺术还具有修身养性，延年益寿的功能。书法临习讲究凝神静气，摒弃杂念，这与中国传统养生之道顺应相合，因此学习书法也是一种身心锻炼。

随着社会进步，经济迅猛发展，科技日新月异，今天电脑虽可替人写出各种各样的字体，但是醉心于书法艺术的特殊作用和魅力，千千万万的人仍然执着地投入了书法园地。我每年收到许多书法爱好者的来信，有学生为写好字而求教的；有年轻人怀揣着成名成家的愿望而请求指点迷津的；有心仪书法艺术而索字的；也有中老年为了颐神养生来探讨书法之道的。对这些殷切的要求我虽然不能一一如愿，但始终在为满足大家的要求探寻着答案，我以为最好的答案应是对书法教学的改进和发展，出版一些更新更好的教材。

“‘双名’书法视听课堂”的推出，正是顺应时代之发展，满足社会上不同年龄和层次的书法爱好者的要求应运而生的。这套教材由“名家讲座光盘”（VCD）和“名帖解析图书”两部分组成（“双名”一词亦由此而出）。

名家讲座光盘（VCD）的内容，系由当代书法名家张永明、张书范、田英章等主讲。这些书法家曾与笔者一起，在中央电视台举办的书法讲座栏目担任过主讲，他们书法艺术功底深厚，笔法娴熟。在VCD教学光盘中对篆、隶、

楷、行、草等书体讲解详尽，浅显易懂，技法示范精准，便于领悟。人们借助影像如同亲临现场，可直接观摩到书法家们的用笔技法、间架结构安排以及作品的章法布局，便于直观地领悟那些只可意会而难以言传的书法技巧——这也正是视听教材优势之所在。

“名帖解析图书”与“名家讲座光盘”(VCD)二者互为补充，又各呈其长。

这套图书以流传千古的名家名帖为范本，分篆、隶、楷、行、草等几种不同书体，运用现代书法教学手段编撰而成。每种书体又分《笔法与临写》和《结构与章法》两套。

《笔法与临习》一书所采用的范字格式有新创意，其将所集范字放入“界格”之内，将要解析的笔画做成双钩镂空。这种在字和界格中解析基本笔画的用笔方法，更能使学书者明了点画在字中所处位置及形态变化，迅速而准确地掌握基本笔画的技法，从而达到事半功倍的效用——这正是现代电脑技术与传统书法教育相结合在本套教材中的展示。

每课之后的“临写练习”，旨在增加书写练习强度，巩固所学成果。

每册书后附8开免墨水写练习折页，并精心设计了九宫格与米字格相结合的界格，这种界格可为读者在临写时对字的笔画和结构安排提供参照，对初学和提高书法临写水平有较大帮助。免墨水写纸（布）具有宣纸的书写效果，可重复临写，既能节省临写费用，还能提高人们学练书法的兴趣。

在《结构与章法》中，不但对字的间架结构进行了讲解，而且还对偏旁和每种书体代表书家的个性特点进行了示例解析，使学书者更快、更好地掌握各种书体的间架结构法则，为进行书法创作奠定坚实的基础。章法布局部分文字表述精炼、到位，图版示例也筛选得当。对不同书体的作品分别进行示例讲解，使学书者对各种书体的章法布局能够了然于胸，在书法创作中运用自如。

这套教程之图书，每页均附有“书法小百科”栏目，其内容涉及书法基础知识、基本理论、古今著名书家趣闻轶事、格言、名句等。他能让您在闻着墨香捧读时，顺手撷拾书法知识，徜徉在博大精深的书法艺术之中。若将整套教程集齐，便可获得洋洋几十万言的书法百科知识——这也是这套教程向多功能方向拓展的创新之举。

笔者从事书法创作与教学及出版工作多年，也曾编写过一些书法著作，主讲过中央电视台举办的书法讲座，但这套“‘双名’书法视听课堂”将图书与VCD光盘配套出版，有新意，有时代感，也很实用，不失为一套学书者入门学的好教材，适合于不同年龄和层次的人使用。也相信，它会受到大家的欢迎。

杨再春

目 次

“双名”书法视听课堂序.....	杨再春
走进名家书法课堂.....	1
第1课 点 法.....	5
临写练习.....	12
第2课 横 法.....	15
临写练习.....	20
第3课 竖 法.....	23
临写练习.....	27
第4课 撇 法.....	29
临写练习.....	34
第5课 捺 法.....	37
临写练习.....	41
第6课 挑 法.....	43
临写练习.....	46
第7课 钩 法.....	49
临写练习.....	55
第8课 折 法.....	57
临写练习.....	61

书法基础知识及图示.....ix 6 14 16 22 24 30 36 38 44 48 50 58

书法小百科

免墨水写练习折页

走进名家书法课堂

中国书法艺术博大精深、源远流长,是我国传统艺术的一朵奇葩。它在漫漫的历史长河中不断地演变,逐渐成为一门独立的艺术形式,并以其独特的艺术魅力吸引着人们向往走进这座艺术殿堂。那么,人们怎样才能拾级而上,叩开大门,走进这座艺术殿堂呢……带着诸多的问题,我们请出了书法名家,动用现代技术手段,拍成电视讲座,编撰了名帖临习教程,隆重推出“‘双名’书法视听课堂”。如果说通往书法殿堂的道路有很多条,“‘双名’书法视听课堂”则是一条没有荆棘的坦途,请随我们一同前往,您将会得到兴味昂然的交谈,乐趣无穷的练习,还有等着您的收获。

主持人:我对书法很感兴趣,看到一些亭台楼阁、门庭匾额上的古今书家题字,就心生羡慕,跃跃欲试,但常因不得法而心灰意冷。我非常想系统地学习书法的技法,请问老师,我该先从哪种书体学起?

老 师:这个问题提得很好,带有普遍性。这是很多初学书法者首先遇到的问题。对于这个问题,众书家的说法不一,但我认为,书法学习应先学练楷书。因为楷书是现行书体,应用也最广泛,我们识字就是从楷书开始的。并且楷书笔画分明,字形端正,结构严谨,是学习书法的入门范体,亦是学好其它书体的基础。

主持人:听老师这么一讲,我对学习书法应先学习楷书是心中有底了。但楷体流派纷呈,古代就有欧、颜、柳、赵楷书四大家,他们的楷书历代传承,也各有特点,那又应先学哪家的楷书呢?

老师:这也是一个很典型的问题,困惑着很多人。由于每个人的个性、爱好、审美观等的不同,选择书体的风格流派也就不同,但我认为,学习书法首先要奠定好基础,然后才能举一反三,触通旁类。人们常说:“颜筋柳骨千秋楷法。”学习楷书,我认为应先从柳体楷书入手。柳体楷书是唐代楷书成熟的法度和楷书这种字体近乎完美的统一。柳体楷书是柳公权集众家之长,自成一家,独创的一种书体。他的楷书法度森严,结构紧密,结体瘦长,遒媚劲健。清代冯班在《钝吟书要》中说:“颜书胜柳书,柳书法却甚备,便初学。”故柳体楷书是初学楷书的极好体例之一。

主持人:老师,大家都知道柳公权是我国唐代著名书法家,其它方面却所知不多,请老师简单介绍一下柳公权的生平?

老师:柳公权(公元778—865年)字诚悬,别称柳少师、柳谏议,是唐朝末期著名书法家。唐京兆华原(今陕西耀县)人。元和三年登进士科,他一生曾担任过右拾遗充翰林学士、起居郎、谏议大夫、工部侍郎、太子少傅、金紫光禄大夫、河东郡开国公等职。历任穆宗、敬宗、文宗三朝侍书,是当时宫廷的专职书法老师,声名显赫。卒后受赠太子少师。

主持人:柳公权是官高权重、名倾天下的唐代几朝元老,他是
以书法著名而流传于世。老师,那么他的书法成就有哪些呢?

老师:柳公权是晚唐著名的书法家,尤以楷书最为著名。他初学王羲之,后又学欧阳询、颜真卿、虞世南、褚遂良等。取精用宏,博采众家之长,自成体系。其书法被称为“柳家新样”,取得了与颜真卿并称“颜柳”的资格。享有“颜筋柳骨”的美誉。

柳公权传世书迹有很多，著名的有《玄秘塔碑》、《神策军碑》、《金刚经》、《李晟碑》、《高元裕碑》等。均为历代楷书临写至宝。

主持人：柳公权的书法负有盛名，请老师谈一谈他的书法在当时及对后世的影响。

老师：柳公权的书法在当时的影响就很大，唐穆宗曾向其请教用笔技法，他答道：“用笔在心，心正则笔正。”这段“笔谏”唐穆宗的佳话，传为美谈。唐文宗也叹曰：“锺、王无以过也。”《旧唐书》载：“当时公卿大臣家碑版，不得公权手笔者，人以为不孝。外夷入贡，皆别署货币，曰：‘此购柳书’”。其书法在当时的影响，由此可见一斑。

柳公权的书法对后世的影响也极为深远，历代对其评价甚高。

宋朱长文《墨池编》中云：“公权正书及行楷，皆妙品之最，草不失能。盖其法出于颜，而加以遒劲丰润，自名一家。”

姜白石《续书谱》云：“柳氏大字，偏旁清劲可喜，更为奇妙。”

董其昌《画禅室随笔》云：“柳诚悬书，极力变右军法……”又云：“自学柳诚悬，方悟用笔古淡处。自今以往不得舍柳法而右军也。”

杨守敬《学书述言》云：“柳诚悬书，平原以后，莫与竞者。”

从以上历代名家对其书法的评价，足见其书法对后世所产生的深远影响。

主持人：老师，柳公权传世书迹很多，应选择哪种柳体楷书碑帖作为学练的范本呢？其又有什么特点呢？

老师：柳公权的传世书迹很多。其中《玄秘塔碑》最为突出，是书写镌刻俱佳的精品，亦是柳公权最得意的代表作。《玄秘塔碑》最能体现柳体楷书的风格特点，是历代楷书初学启蒙的范本之一。另外，《神策军碑》亦是体现其书写风范的佳本，学练到一定程度后也可参照学练。

《玄秘塔碑》，也称《大达法师玄秘塔碑》或《大达塔碑》，裴

休撰文,柳公权书并篆额,邵建和、邵建初刻字,立于会昌元年(公元841年)。是柳氏传世之代表作,此碑现仍存于陕西西安碑林。其笔法特点可概括为:笔画瘦硬,棱角分明,以方为主,方圆兼用;用笔干净利落,引筋入骨,结体修长,端正清丽,中宫紧密,筋骨舒张,遒媚劲健。明代盛时泰评价此碑:“柳书之极有筋骨者,刻手精工,唐碑罕能及之。”

主持人:怎样才能学好柳体楷书《玄秘塔碑》的笔法?

老师:通过前面的介绍,大家对柳公权及其楷书的笔法特点有了大概的了解,下一步就请准备好笔、墨、纸、砚等学习书法的用具,进行实际的练习。可先看看名家讲座VCD光盘,在名家的指导下,对柳体楷书有一个直观而全面的认识,然后对柳体楷书的基本笔画及从《玄秘塔碑》中所集范字的笔画进行分析临写。

临写前,要先读帖,对我们选用的《玄秘塔碑》要精研细读,反复揣摩,熟悉字形,掌握运笔特点,便于在临摹过程中吸收和消化其用笔技法。临摹可用先摹后临,又摹又临的方法。摹,即依照字的形体钩描出字形,或直接在字样上覆盖薄纸描写等。摹帖可达到准确、形似的目的,能够对范字做到了然于胸,还可以纠正原来不良的写字习惯。然后对照法帖进行临写,即临帖。在临帖中的不足,在摹帖中改正提高,逐渐达到背临的程度。即不看法帖凭记忆也能够写出法帖上的范字,并力求与原帖相像,这样就可领悟到柳体楷书用笔的精妙。

学习书法不可急于求成,要勤学苦练,持之以恒。只有掌握好基本笔法,练好基本功才能学好柳体楷书,逐步提高书法水平。

第 1 课

点 法

点是楷书基本笔画中最小、最初始的笔画。点又称为“侧”、“怪石”。“侧”有险峻斜侧之意,即写点不易正,正则显呆板,要取斜势,写出力度和动态来。它的形态变化可以使其成为另一种笔画;反之,别的笔画变形缩小后亦可成为点。

点画虽小,但起笔、行笔、收笔这三个环节缺一不可,须一丝不苟地按步骤完成。点是学好其它笔画的基础,点在字中占有举足轻重的地位。正确、灵活地写好点画,可以使一个字乃至一幅作品更显生动和富有神韵。

柳体书法中的点画方圆兼用,富于变化。方点遒劲厚重,圆笔饱满力沉。下面就柳体楷书中点画及其形态变化和组合的用笔方法逐一进行讲解。课后所附临写指导,旨在加大临写练习强度,帮助大家尽快领悟柳体点法的灵动和精妙,达到事半功倍的效用。

永字八法



“永字八法”是古人总结出来的研习字的方法。“永”字的八种笔画基本概括了楷书的基本笔画，只是多了一撇，少了一折。

“永字八法”与楷书基本笔画的对应关系是：

侧——点，勒——横，弩——竖，趯——钩，策——挑，掠——长撇，啄——短撇，磔——捺。

“永字八法”形象、生动地描述了楷书基本笔画及笔势。在学练过程中应多加体会揣摩，能给人以启示。

圆斜点



左上逆锋起笔，折笔转锋向右顿笔，再向右下行，使点的右侧圆润，然后捻管转锋，再向左上回锋收笔。



方斜点



向上逆锋起笔，折笔向右下顿笔出方，然后转锋向右下行，行至末端，向左下稍顿后，再转锋向左上回锋收笔。



平点



左上逆锋起笔，取左低右高之势，向右上行至笔末端，提笔向右下作顿，再向左回锋平收。



• • 书法小百科 • •

汉字的起源：《周易·系辞》称：“上古结绳而治，后世圣人易之以书契”。我们祖先最早是采用“结绳法”来记事的。后又创造了“刻契法”，但都是简单的图形符号。直到后来统治阶级中的一些“史官”，将民间的记事符号图形进行整理、加工、改造才产生了汉字。

中竖点



向上逆锋起笔,折笔向右上行,再转锋向右下作顿,调整笔锋向下行笔,然后向上回锋收笔。柳体楷书的中竖点较其它书体多出现一个棱角。



空



宗



當

左竖点



向上逆锋起笔,折笔向下行,然后向右下稍顿,再回锋向上收笔。



室



愧

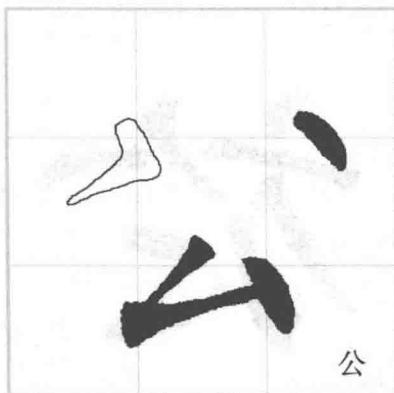


骨

撇点



逆锋起笔,折笔向右下行,然后稍顿微驻,蓄势向左下撇出。



公



弟



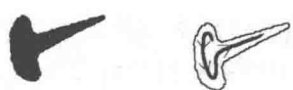
珠

• • 书法小百科 • •

“仓颉造字”：

汉代文字学家许慎在《说文解字·叙》中说：“黄帝之史臣仓颉，见鸟兽蹄远之迹，知分理之可相异也，初造书契”。这就是后来流传于民间的“仓颉造字”之说。

挑点



逆锋起笔，折笔略向下向左，弧形行笔，稍顿后提笔向上，在点的中部微顿，调整笔锋向右上蓄势出锋。



子



年



没

长点



又叫作“点捺”。逆锋起笔，折笔向右下行笔，且行且按，再向下稍顿，然后，向左上回锋收笔。



不



分



歟

内合点



一般在字的顶部。两点多相向，左点取斜势或藏或露，与右撇点呼应对称。柳楷书中内合点有形态变化，或左右都用挑点，或左点用撇点，右点作斜点的。



道



盖



光

• • 书法小百科 • •

汉字的构造：历来有“六书”之说。许慎在《说文解字·叙》中说：“一曰指事，二曰象形，三曰形声，四曰会意，五曰转注，六曰假借。”后世的文字学家认为，真正的造字法只是前四种，后两种是“用字法”。

外分点



一般在字的下部，左点为撇点，右点多沉实，柳楷书中亦有将左右两点均作挑点处理的。



呼应点



为两个相对出锋的挑点，两点间顾盼生情，彼此呼应对称，笔断意连。



水旁点



由两个纵向重叠的点和一个挑点组成，上面两点距离较近，首点取纵式，次点略斜平，且以中腹对首点起笔，第三点在第二点的 1/4 处起笔向右挑出。三点错落有致地处于同一圆弧上。



• • 书法小百科 • •

象形法：

许慎：“象形者，画成其物，随体诘屈，日月是也。”这是一种根据自然现象的形体特征进行摹画而创造文字的方法，这种方法简便易行，是汉字中最原始的造字方法。