

柳体摹

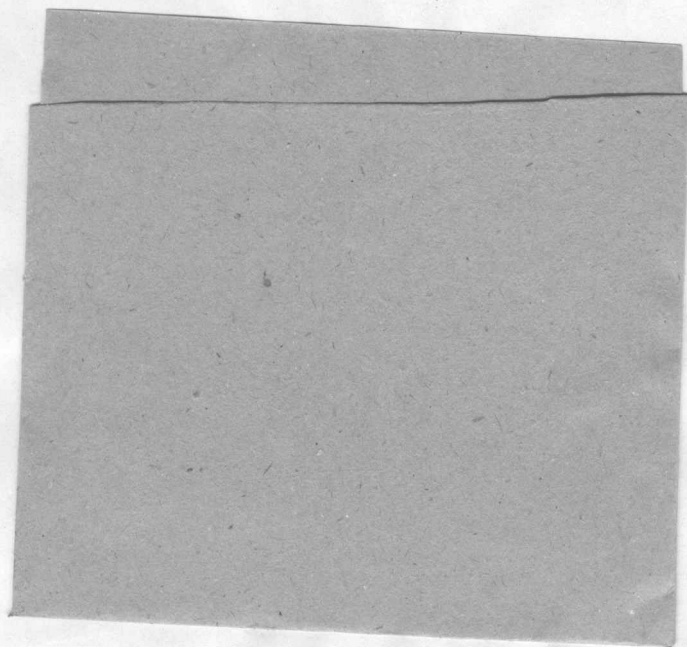
308502

帖

北京市宣武区少年
书法学会 编

中国少年儿童出版社





柳 体 摹 书 帖

*

中国少年儿童出版社出版 发行

中国青年出版社印刷厂印刷 新华书店经销

*

787×1092 1/16 印张:1.5

1989年11月北京第1版 1990年10月北京第2次印刷

印数: 28,001—46,200册 定价: 0.95元

柳体摹书帖

北京市宣武区
少年书法学会 编



淮阴师范学院图书馆1275967

样本书

中国少年儿童出版社

怎样摹书

一、什么叫摹书

摹书是练习毛笔字的第一步。“摹”就是直接在摹本上描写或描画一遍，或用薄纸蒙在摹本上面写或画。

二、什么叫柳体

这本摹书帖是从柳公权的《玄秘塔碑》中按基本笔画选出来的。柳公权（公元778—865年），字诚悬，京兆华原（今陕西省耀县）人，唐代中期著名的书法家。他的书体称为“柳体”。“柳体”主要是在“颜体”（即颜真卿的书体）的基础上发展变化来的，也受到王羲之、王献之父子及其他一些书法家（如欧阳询）的影响。其特点是结构严谨、笔力刚劲挺拔，显得很有骨力。它和“颜体”并有“颜筋柳骨”之称。从笔形看，用笔较瘦，方圆兼备，以方为主，点画干净利落，起住笔斩钉截铁，给人以清健明快的美感，字形布势取纵势略显竖长，中宫收紧，四肢舒展。对后世书法艺术有较大的影响。

三、摹书的方法步骤

俗话说：“工欲善其事，必先利其器”。因此，在摹书之前要检查一下摹书用的字模、毛笔和墨具。如果是新毛笔，注意是否已经发开了。如果是使用过的毛笔，因保护不慎干了笔头，要重新发开。发笔的时候，一定要用冷水或温水，不要用热水，更不要用牙咬开，那样容易伤毫或使毫失去弹性，也不卫生。笔刚发开以后，要用吸水纸（也可用卫生纸代替）把一部分水吸去，再轻轻舐（shì）墨，边舐边转动笔杆，使笔头四周舐墨均匀。摹书一般不应舐墨过多。否则落笔容易肥钝，不好掌握，以至第一笔就溢出双钩线外，影响写下去的信心和情绪。如果用新研的墨或新发开的笔，水份掌握不好容易下笔黯淡。因此在舐墨后应该先在摹写过的纸上试一试。感到稀淡，可再用墨块稍研一研；感到墨浓，可以稍加点水稀释，再用墨块调研一下，直到感觉合适了，再开始在字模上落笔摹写。如果用墨汁，最好是用多少倒多少。

古人讲写字之前要“凝神静思”，摹书也是一样。在摹书之前，先要想想摹书要求，所要写的字是什么字，什么意思，然后再下笔。另外，还要看看这个字是由哪些基本笔画组成的，搞清笔顺，结合歌诀，想想这些基本笔画的意义、要领是什么。这样，动起笔来心里就有底了。

初学楷书通俗歌诀

一、摹书歌

双钩字模摆眼前，
这个笔画有多长，
这个笔画这样直，
笔画粗细不一样
笔画细的我就提，

一笔一画仔细看。
那个笔画有多短。
那个笔画那样弯。
笔画斜正不一般。
笔画粗的我就按。

二、写点歌

写字一定写好点，
眼睛有神人有神，
要想写好点，
点向右边偏，
点向左边偏，
碰到露锋点，

字点就像人的眼。
眼睛好看人好看。
先看点向哪边偏。
笔就向右下方按。
笔就向左下方按。
需要挑出尖。

三、写横歌

许多字里都有横，
有的稍斜向右上，
起笔要稍轻，
长短粗细看分明，

写横首先要写平。
不应太斜不平衡。
收笔要稍重。
不应笔笔都相同。

四、写竖歌

竖画形态有两种，
悬针收笔要渐提，
一般竖画都应直，
竖画不但起笔重，

一是垂露一悬针。
垂露回收左右分。
有的略弯才有神。
而且笔笔要挺劲。

五、写撇歌

撇画有短又有长，
只是行笔左斜下，
长撇快了笔不稳，
边行边提渐渐细，

起笔和竖一个样。
短撇出锋要快当。
不要慌来不要忙。
快到尽头掠锋芒。

六、写捺歌

捺画有斜又有平，
斜捺起自左上方，
该出脚时要略顿，
平捺实际并不平，
撇捺交叉像两腿，

起笔都比撇笔轻。
边行边捺渐粗重。
出脚渐渐又提锋。
一波三折似浪形。
斜度一样两脚平。

七、写挑歌

挑和短撇一般，
直向右上挑出，
千万看准方向，

只是方向相反。
对准字的右肩。
还要不虚不弯。

八、写钩歌

钩与别画不相同，
竖钩先得写一竖，
有时先写弯与折，
出钩就像快踢脚，
踢前要看准方向，

一点没有独立性。
平钩先得写一横。
最后才可出钩形。
上下左右踢全行。
否则必影响字容。

九、写弯折歌

过渡笔画有折弯，
弯笔提锋轻轻过，
弯折种类虽然多，

凡该折处稍顿肩。
像作抱势半边圆。
一切弯折要自然。

十、执笔歌

要想执笔活又稳，
大指里边向外按，
大哥稍稍把头抬，
看来大哥力不够，
要想把笔用得活，
笔在指头第一节，

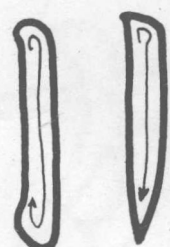
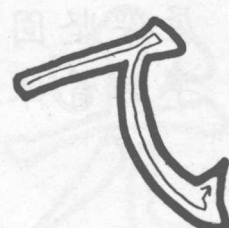
五指位置最要紧。
二、三在外内使劲。
二哥三哥都弯身。
四弟五弟来帮衬。
实执不要用死劲。
张开虎口空手心。

十一、写字坐势歌

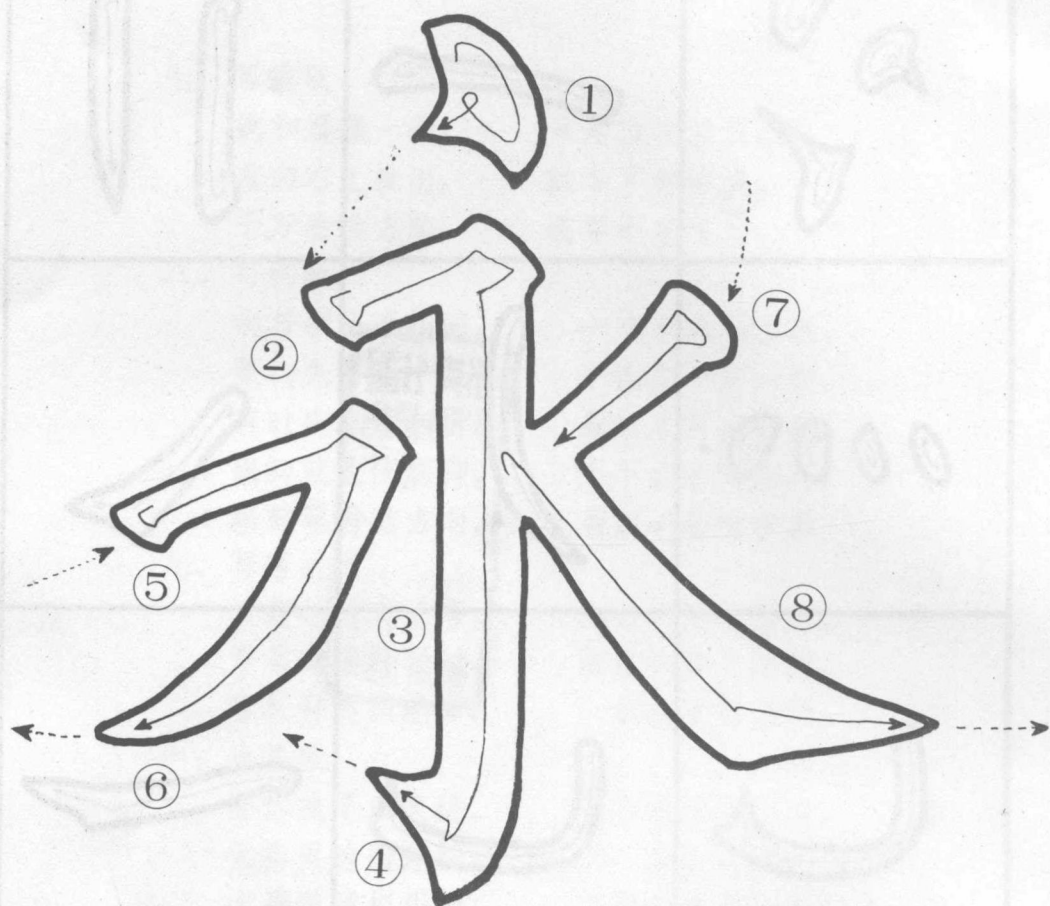
写字坐势不可偏，
腰直胸开离桌案，
右手执笔稍离腕，
纸张字模摆得正，
既能提气又得力，

双脚平放分两边。
一定预防近视眼。
左手把纸按平展。
身体手脚都自然。
还能保持身康健。

基本笔画练习:

综合笔画练习：



- ①点 ②横 ③竖 ④钩
⑤挑 ⑥撇 ⑦短撇 ⑧捺

人神在眼，
字神在点。
屋架坚固靠梁柱，
字的骨体在横竖。

人体灵活看手足，
字体灵活看撇捺。
弯折灵活添风韵，
钩挑助点更有神。

天

白

方

生

其

五

山

万

七

甘

在

今

今

乎

刀

光

十

万

大

五

千

丈

六

百

天

之

之

月

也

之

夫

川

并

非

多

守

宗

宇

室

安

年

勿

母

曰

田

言

三

五

下

土

午

士

正

中

二

主

十

上

平

左

之

大

八

人

夫

右

丈

不

公

玄

赤

六

内

口

目

巳

芭

名

而

芭

有

尚

先

也

月

思

必

心

凡

固

同

白

黃

欲

日

河

窮

穷

依

入

千

山

海

里

盡

尽

流

流

目

原

也

更

床

已

上

仁

於

于

一

若

肩

層

层

寺

貴

贵

樓

楼

刀

巨

而

旬

臣

臣

尚

旬

旬

庄

匡

雨

蜀

區

區

南

政

犯

歆