

毛笔书法(考级)辅导教程

柳公权楷书

《玄秘塔碑》

■ 施志伟 编著



上海科学技术文献出版社

毛笔书法(考级)辅导教程

柳公权楷书

《玄秘塔碑》

■ 施志伟 编著



上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

柳公权楷书《玄秘塔碑》/施志伟编著. —上海:
上海科学技术文献出版社,2007.8
毛笔书法(考级)辅导教程
ISBN 978-7-5439-3284-5

I. 柳… II. 施… III. 楷书-书法-教材
IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 108940 号

责任编辑 何兰林 应丽春
封面设计 何永平

柳公权楷书《玄秘塔碑》

施志伟 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市武康路2号 邮政编码200031)
全国新华书店经销

上海教育学院印刷厂印刷

*

开本 889×1194 1/16 印张6
2007年8月第1版 2007年8月第1次印刷
印数:1-6000

ISBN 978-7-5439-3284-5/G·874

定价:12.00元

<http://www.sstlp.com>

出版者的话

随着教育改革的不断深化以及大力提倡素质教育，使艺术教育和美育教育在社会、学校得到了相应的重视和普及。

中国文联艺术指导委员会、文化部中国艺术科技研究所、文化部中国文化艺术促进会领导和组织了全国书画等级考核。各地不同形式的书法考级活动也在蓬勃展开。随着考级工作的全面推广，这一活动受到了广大群众的热烈响应，并且取得了良好的效果。

《毛笔书法（考级）辅导教程》丛书是根据广大考生和中小学生的学习书法需要，结合考级特点精心编写的。本书从实际出发，在内容编排上，遵从循序渐进的原则，根据书法各级的考核要求，对书法作品的结体规律、章法布局、落款方法以及范字的用笔特点、结字规律都作了较为详细的临习指导。

本丛书的范字选自唐代大书法家欧阳询的《九成宫醴泉铭》、颜真卿的《多宝塔碑》、《勤礼碑》，柳公权的《玄秘塔碑》，赵孟頫的《胆巴碑》、《妙严寺记》，王羲之的《兰亭序》、《圣教序》，以及汉隶《史晨碑》、《曹全碑》。这些经典的作品最能代表书家、书体的风格，因此它们也是后人择帖的首选。

为了配合教学，本帖除精选出原碑帖中范字外，还选用原范字的偏旁、部首，运用计算机设计组合拼集了大量的范字，引导学习者举一反三，加以变化运用，以达到事半功倍之效果。

将所有的范字还原成墨迹，使其更接近书法大师的真迹，同时适度放大和在笔画中用白细线勾画运笔方法，是本帖的一大特点。通过直观明了的读帖，使学者更容易领悟大师书体的特点，以提高书法基础训练的效果。

《毛笔书法（考级）辅导教程》丛书分为欧阳询楷书《九成宫碑》、颜真卿楷书《多宝塔碑》、颜真卿楷书《勤礼碑》、柳公权楷书《玄秘塔碑》、赵孟頫楷书《胆巴碑》、王羲之行书《兰亭序》、汉隶《史晨碑》、汉隶《曹全碑》共8分册。以使广大考生和中小學生能选择自己喜欢的书体，进行书法临习、考级，为进一步书法创作奠定良好的基础。

目 录

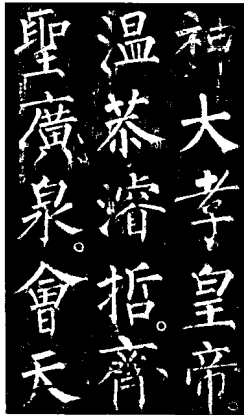
一、柳公权及其作品简介	1
二、毛笔、书写姿势和执笔	2
三、基本运笔方法	3
四、书法临习	4
五、永字八法	5
六、模拟训练（1级）四言联、五言联	8
笔画的变化（1）斜点、竖点、挑点、撇点	12
笔画的变化（2）短横、长横、垂露竖、悬针竖	13
七、模拟训练（2级）四言联、七言联、五言联	14
笔画的变化（3）短撇、长撇、竖撇、回锋撇	21
笔画的变化（4）斜捺、平捺、反捺、挑	22
八、模拟训练（3级）四言联、七言联	23
笔画的变化（5）横钩、竖钩、斜钩、卧钩	28
笔画的变化（6）竖提、竖弯钩、横折斜钩、横折竖钩	29
笔画的变化（7）横折抛钩、横折、竖折、斜折点	30
九、模拟训练（4级）春晓（孟浩然）、登鹳雀楼（王之涣）	31
间架结构一、横平、竖正、弯正、斜正	38
间架结构二、间隔匀称、左右对称、左右穿插、左右向背	39
十、模拟训练（5级）寻隐者不遇（贾岛）、竹里馆（王维）	40
间架结构三、左右等高、左窄右宽、左宽右窄、左短右长	47
间架结构四、左长右短、左合右分、左分右合、上宽下窄	48
十一、模拟训练（6级）静夜思（李白）、独坐敬亭山（李白）	49
间架结构五、上窄下宽、上下相等、上覆盖下、承上盖下	56
间架结构六、上短下长、上长下短、上分下合、上合下分	57
十二、模拟训练（7级）枫桥夜泊（张继）、秋思（张籍）	58
间架结构七、中窄而长、中短靠上、上下大者中小、中大者独雄	67
间架结构八、左上包围、左下包围、三面包围、四面包围	68
十三、模拟训练（8级）早发白帝城（李白）、九月九日忆山东兄弟（王维）	69
十四、模拟训练（9级）赠汪伦（李白）	78
十五、模拟训练（10级）山居秋暝（王维）	79
附：柳公权《玄秘塔碑》	80
少儿书法等级考核参考标准	91
书法等级考核参考标准	92

一、柳公权及其作品简介

柳公权（公元778—865年），字诚悬，京兆华原（今陕西耀县）人，一生历唐宪宗、穆宗、敬宗、文宗、武宗、宣宗、懿宗七朝，享年88岁。他自幼好学，12岁即能吟诗作赋，被誉为神童。且为人秉性刚直，不畏权贵，官至太子少师，是晚唐时期的大书法家。曾以“用笔在心，心正则笔正”的谏言兼为书诀而广被引用。

柳公权书法初学王羲之，后以颜真卿为主，并融入初唐欧阳询等字的特点，形成既圆润厚重、开阔舒展又刚劲挺拔、法度森严的特点，用笔方圆兼备，富于变化。他的独到之处就是建造了挺拔的骨架，其体势劲媚，自成一派。“颜筋柳骨”并称于世，各有千秋，不能舍此亦不能去彼。柳公权与欧阳询、颜真卿及元代的赵孟頫被世人誉为“楷书四大家”。柳公权的传世作品有《玄秘塔碑》、《神策军碑》、《金刚经》等，其中大字楷书《玄秘塔碑》和《神策军碑》为其代表作品。

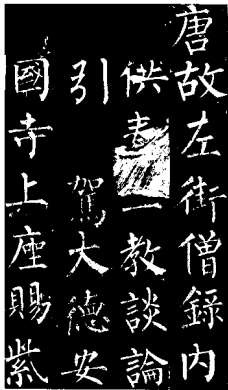
《玄秘塔碑》，全称《唐故左街僧录内供奉三教谈论引驾大德安国寺上座赐紫金鱼袋大达法师玄秘塔碑铭并序》，又称《大达法师玄秘塔碑》，简称《玄秘塔碑》。唐会昌元年（公元841年）12月刻立。裴休撰文，柳公权楷书并篆额。28行，每行54字，共1200百余字。原碑现存西安碑林。此碑字体端正峻丽，挺拔刚劲，结字中心收紧，四向舒展，充分体现了柳体以方取势，方圆并用，引筋入骨的特点，历来被选为初学楷书的范本。



柳公权楷书《神策军碑》（局部）

《神策军碑》全称《皇帝巡幸左神策军纪圣德碑并序》，《玄秘塔碑》书后两年，即唐会昌三年（公元843年），崔铉撰

文，柳公权65岁时书。此碑记述唐武宗李炎巡幸左神策军事。神策军在唐代原为戍边的军队，后为皇帝的卫队，分为左右神策两军。《神策军碑》原石早已不知所在，仅宋拓孤本存世，今藏北京图书馆（下册已失）。此碑立在神策左军的驻地，因是禁地，不易拓，因而拓本很少流传。此本字已有残损，已非初立时所拓，但笔画圆劲、饱满，毫发毕现，一如毛笔所书，是临习柳书的绝佳范本。



柳公权楷书《玄秘塔碑》（局部）

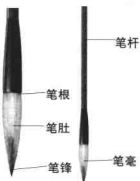
二、毛笔、书写姿势和执笔

1、毛笔

毛笔有大楷、中楷、小楷之分和长锋、中锋、短锋之别。毛笔的种类可分为软毫（羊毫）、硬毫（狼毫）、兼毫（狼、羊混合）三大类。初学书法可选笔毫不短于3厘米的羊毫长锋大楷。

好的毛笔其笔竿要直，粗细适中，笔毫聚拢时笔锋尖锐；笔锋发开后笔毫长短整齐；笔肚坚实，周围均匀饱满；笔锋劲健，弹性适度。

使用毛笔还应注意正确保养。使用前要用清水浸润，使笔毫全部发开，除去散毛。用后要清洗干净，然后用手顺笔根至笔锋排出水分。放置毛笔最好悬挂，以免笔锋受损。



2、书写姿势

正确掌握笔法，首先要端正写字的姿势。一般来说，不管是坐着书写还是站着书写，一定要做到头正、身正、手正。



坐姿的要求：凡写不是太大的字，一般可以坐着书写，身体要端正，头要正，两肩要平，胸不贴桌，背不靠椅，两脚分开平放于地，不可悬空，因为写字须用全身之力送出，脚不着地，则写字无力，双肘外拓，左手压纸，右手执笔，笔杆要正，且与右眼对正。

立姿的要求：写较大的字时，坐书会受到不少限制，身体的活动范围较小，视野不开阔，所以需要站着写。书写时两脚自然分开，右脚稍向前，上身可略向前倾，腰部不要挺得太直，全身略为放松，且左手压纸，但不能用力过大以支撑身体，右手腕肘悬起，运气挥毫。



3、执笔

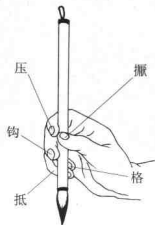
“压”，是说明食指的作用。用食指第一节斜贴住笔管外方，力由外向内，和拇指内外相当，配合起来，把笔管约束住。

“钩”，是说明中指的作用。拇指、食指已经捉住了笔管，再用中指的第一节，弯曲如钩地勾着笔管的外方，以加强食指的力量。

“格”，是说明无名指的作用。就是用无名指（第四指）背甲肉相连处从内向外顶住笔管。

“擗”，是说明拇指的作用。执笔时，拇指要斜而仰地紧贴笔管，力由内向外。

“抵”，是说明小指的作用。小指要紧贴无名指，助一把劲，顶住中指向内的压力，但小指不要碰着笔管和掌心。



三、基本运笔方法

1、运笔

运笔是指用手腕运转毛笔。要学会运笔,就要弄清楚指、腕、臂各个部位的作用及相互关系。一般说来,指的作用主要在于执笔,腕、臂的作用在于运笔。在书写字径3厘米以下的小字时,点画、间距较小,动作细微,就用五指协调行笔。如书写拳头般大小的字,由于运笔范围扩大,而以用腕为主,指则辅之。再大些的字,仅用腕也无济于事,就必须用臂来配合腕共同完成书写。

(1) 枕腕

枕腕能使腕部有依托,因而执笔较稳定。枕腕较适宜书写小字,而不适用书写大字。



(2) 悬腕

悬腕比枕腕扩大了运笔范围,能较轻松地运动手腕,所以适宜书写较大的字。但悬腕难度较大,经过训练才能得心应手。



(3) 悬臂

悬臂能全方位顾及字的点画和笔势,能使指、腕、臂各部自如地调节摆动,因此多数书法家喜用此法。



2、逆锋起笔与回锋收笔

在起笔时取一个和笔画前进方向相反的落笔动作,将笔锋藏于笔画之中,这种方法就叫“逆锋起笔”,形较方。即“欲右先左,欲下先上”。落笔方向与笔画走向相反(如图1)。

在点画行至末端,应将笔锋回转,藏锋于笔画内,或出锋收笔。收笔回锋可使点画交待清楚,饱满有力(如图2)。



图1 逆锋起笔写竖



图2 横回锋收笔



图3 边行边提作撇



图4 边行边按写捺

3、提笔与按笔

提、按为用笔的上下运动。引笔向上为提,在行笔中笔画由粗变细;除收笔外,笔锋不可完全离纸(如图3)。

将笔下按谓按笔,在行笔中笔画由细变粗。提与按是书法运笔最基本的技法,书法的点画,线条的粗细、浓淡、节奏等变化就是在提与按的运笔动作中完成的。它是创造书法艺术形象的重要手段(如图4)。

4、中锋运笔

中锋又称正锋,是指书写笔锋始终在点画中运行,笔毫铺开,笔画两边中界,笔画圆润饱满。它是书法的根本笔法。由于笔锋在点画中间,因此在向下一笔画过渡时,能够做到“八面出锋”,使点画之间的气脉贯通,顾盼有姿(如图5,如图6)。



图5 中锋写横



图6 中锋写竖

四、书法临习

(一) 选帖

学习书法要选择一本好的字帖。古人说：“取法乎上，仅得乎中，取法乎中，仅得乎下”。中国历史上书法家群星闪烁，他们的字迹都是后人学习的宝贵资料。正确的选帖方法，应该将各类碑帖浏览一遍，择一本比较适合自己性格特点的碑帖来临习。初学者可能不具备这种能力，老师或家长可根据其性格特点帮助其选择。经典字帖主要是指那些在历史上得到普遍认可的传统书法作品。

历代著名碑帖众多，一般来说，学楷书选择唐碑比较理想。因为唐代的楷书成就最高，处于楷书成熟的巅峰期，而且名家也特别多，选择余地很大，比较著名的有欧阳询、虞世南、颜真卿褚遂良、柳公权。在学好唐碑的基础上，再上溯至魏晋，就可达到事半功倍的效果。

(二) 读帖

读帖是在临帖之前，仔细审视所要临写的字，从点画、结构、章法等方面揣摩其特点，做到“胸有成竹”。读帖越仔细，临帖的目的性越强，效果就越显著。

读帖既是临习过程中的一种手段也是临习过程中要逐步培养的一种能力。应把读帖贯穿到整个书法学习的过程中。

(三) 摹帖

摹帖就是直接依托在范帖上书写。常用的摹写形式有四种。

1、仿影法 把透明的薄纸覆在范帖上，照着纸面上透过来的字影描摹。仿影法的优点是损坏范帖，缺点是隔了一层纸，有些细微处难免看不清，影响摹写效果。

2、描红法 在印有红色范字的描红纸上描摹。描红法字迹较仿影清晰，利于初学，缺点是范本一经描摹，就失去原貌，无法与习作对照找差距。

3、廓填法 也叫双勾填墨法。就是把透明的书写纸覆在范帖上，用硬笔沿字的点画边沿精确勾画，然后照空心字描摹。廓填法的好处是在勾勒过程中能加深对范字点画形态的认识，缺点是所化的时间较长。

4、丰肌法 也叫单勾添墨法。就是把透明书写纸覆在范帖上，用硬笔在字影点画的中线上勾画，然后看着范帖沿单线描摹。丰肌法具有半摹半临的性质，难度稍大些，但用它检验对范帖点画掌握的程度极有效。

(四) 临帖

临帖就是把范帖放在一边，凭观察、理解和记忆书写。常用的临写形式有五种。

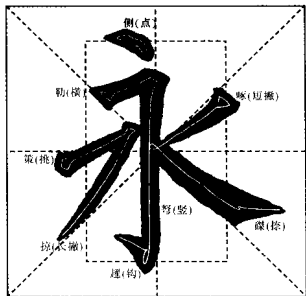
1、对临法 把范帖放在眼前对照着写，对临是临帖的基本方法，刚开始时会缺乏整体意识，往往看一画写一画，容易造成字的结构松散、过大过小等毛病。应加强读帖，逐步做到看一次写一个偏旁、一个完整字乃至几个字。

2、背临法 不看范帖，凭记忆书写临习过的字。背临的关键不在死记硬背具体形态，而在于记规律，不求毫发逼真，但求能写出最基本的特点。因此，背临实际上已经初步有意临的基础。

3、意临法 不求局部点画逼真，要把注意力放在对范帖神韵的整体把握上。意临虽不要求与原帖对应部分处处相似，但各种写法都应在原帖的其他地方有出处，否则就不是临写。

4、创临法 运用对范帖点画、结体、篇章和风格的认识，书写范帖上没有的字，或联字成文，创作作品。创临虽然仍以与范帖相似为目标，但已有了较大的自主性和灵活性。它是临帖的最后一个阶段，也是出帖的开始。

五、永字八法



“永字八法”浓缩了楷书基本点画的特点，是楷书中典型的线条变化形态，在国家颁布的书法等级考核要点中明确规定必须熟练地掌握“永字八法”中点画准确表达的一般书写技能。

侧(点) 应欹侧不平，沉着有力，如高峰坠石。

勒(横) 如勒马牵缰，要控制运笔节奏。

弩(竖) 竖不可太直，直则失势，要直中见曲，其形像弩，笔力饱满。

趯(钩) 驻锋提笔，如抬足踢出，出笔要疾。

策(挑) 策马扬鞭，不用控制节奏，而是要快。

掠(长撇) 如梳篦掠发，力送画末，不可失势。

啄(短撇) 如鸟啄物，运笔疾速凌厉，有气势。

磔(捺) 起笔、行笔、收笔清楚，一波三折，笔画涩而有力含蓄，劲挺饱满。

1、点的写法

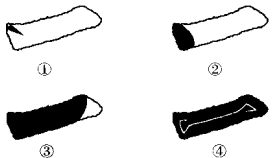
点在各种笔画当中最为难写，因为它变化最多，在不同的位置有不同的写法。如P12页所示。点是短的笔画，但在很短的距离里笔锋要做许多动作。

①轻锋逆势起笔；②轻提反折笔略向右行；③转锋向左右下顿笔；④提笔回锋收笔。



2、横的写法

写横画不要快。永字八法中用“勒”字来代表横画。“勒”是勒住马，让它慢慢走的意思。①逆锋起笔；②轻提反折向右下按；③提笔转中锋向右铺毫行笔；④至末端转锋上昂；⑤向下作顿笔；向左上回锋再提锋收笔。



点画容易出现的毛病

①牛头：起笔太重，在笔锋转向时缺少提笔的动作，以致笔锋翘起失控，形成墨疙瘩。

②凹腹：落笔时笔锋偏向右上兜，笔毫未沿中线铺开。

③葱头：笔锋落纸太轻，铺毫不足。

④拖尾：下半部缺少回锋收笔，出锋又拖泥带水。



横画容易出现的毛病

①粗头：落笔太重，形成“肉骨头”形状。

②尖头：落笔太随意，下笔就走，多出一段细而尖的露锋。

③蜂腰：中间行笔太快、太虚，一带而过，像马蜂的腰细弱无力。

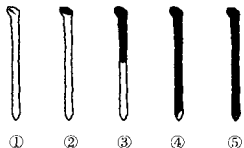
④折木：收笔时缺少回锋，形似折断的木棍。



3、竖的写法

柳字的竖变化较多。垂露竖多用左边的偏旁上。意在映带右边部分。悬针竖则是一个字的最后一笔，笔锋垂直送出为的是带起下一个字。弯竖富有弹性和力度，短竖活泼灵动。见P13页。

①藏锋起笔；②折笔向右下按；③提转中锋向下行笔；④至竖画末端稍驻再向下作顿笔；⑤向上(或右上)回锋收笔。



竖画容易出现的毛病

①钉头：落笔太重，或落笔后缺少挫调锋的环节，造成起笔处形如钉头。

②尖头：起笔没有横向取势。

③竹节：起笔、住笔都太肥重，中间枯瘦像根骨头，又似竹节，运笔中提和按的关系没处理好。

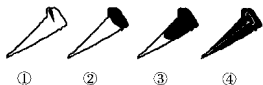
④折木：偏锋行笔，又不回锋收笔，故笔画形同折断的木棍。



4、撇的写法

撇在“永字八法”中叫做“掠”，是轻而快的意思。古人说“掠左出而锋轻”正是这个意思。见P21页。

①藏锋起笔或尖锋落笔，顺势向右下稍顿；②转折向左下行笔时微弯；③边行边提快笔撇出，撇画长，笔锋送到撇尾。



撇画容易出现的毛病

①钉头：落笔顿得太重，或落笔后立即提笔换向行笔，没有调整好笔锋。造成形如钉子头。

②垂尾：撇的弯势不够，且有拖沓。是由于手腕不悬起，活动范围受限制造成的。

③鼠尾：撇的下半段笔毫未铺开，就没有渐收，因而撇的形状如老鼠尾巴，细瘦无力。

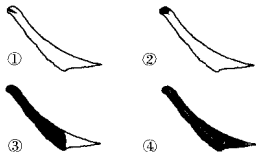
④锯齿：起笔后笔锋没有调整到中锋，而是用偏锋运行，笔画形如锯齿一般。



5、捺的写法

柳字的捺一般比撇重，其它各家也都是如此。捺一般分成斜捺、平捺、反捺。见P22页。

①逆锋或顺锋轻落起笔；②翻锋向右下边行边按，或直或微弯；③将至尽处稍顿蓄势；④提笔向右捺出，捺脚较大。



捺画容易出现的毛病

①直颈：起笔直拓而下，缺少弯势，以致颈部僵硬而板滞。

②散尾：收笔时笔锋聚不拢。原因是收笔太快，没有通过提按动作将笔锋聚拢。

③粗颈：颈部处应提笔驻锋，再一拓直下，才能避免颈部臃肿乏力。

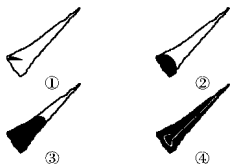
④翘尾：收笔出锋的方向不对，太向上扬，致使捺画显得轻浮草率。



6、挑的写法

挑在“永字八法”中叫做“策”，策马当然要快，而且一往无前。“策”不收锋，用力送出才能有势。

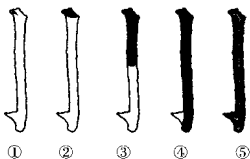
①藏锋或折锋起笔；②转中锋蓄势，挑头或方或圆；③提笔向右上角挑出。



7、钩的写法

钩在“永字八法”中称“趯”。颜真卿说：“峻快以如锥”，就是说挺拔、锋利。

①藏锋向左上方起笔；②折笔转锋向右按；③提笔转中锋向下直行；④至竖画末端稍驻顿；⑤向上回锋蓄势，向左上钩出。



8、折的写法

柳字最常见的折法，折部形方，大而外突，字也是这样。

①逆锋起笔或折锋轻落；②顺势向右上行笔；③至折处向右上提锋；④再向右下顿；⑤转锋向下直行，折笔要写得粗重；⑥驻笔回锋收笔或略向左露锋。



挑画容易出现的毛病

①尖薄：出锋太快，致使笔锋没有送到底，力未送达锋尖，显得单薄乏力。

②钝软：运笔时太慢，送力不够，笔毫没有渐渐收拢，显得迟钝无神。



钩画容易出现的毛病

①垂钩：出锋太迟疑不决，导致钩的方向下垂。要特别注意出锋快速果断。

②尖钩：书写随便，书画写完后，没有提驻的动作，铺毫不够，显得细瘦单薄。

③钝钩：收笔作钩时，笔锋有按无提，显得板滞迟钝。

④散锋：未调整好笔锋就匆忙出锋，致使笔毫未聚，形成散锋。



折画容易出现的毛病

①棱角：转折处提笔调锋时提得太高，或顿得太重，产生多余的棱角或称为“鹤膝”。

②脱肩：书写随便，书画写完后，没有提驻的动作，铺毫不够，显得细瘦单薄。



六、模拟训练(1)级

四言联

考核内容

自选一本经典正书字帖对临或集字创作，临帖字数8字以上，集字作品6字以上，必须成句。

考核要求

- ① 把握正确的写字姿势和执笔方法。
- ② 初步掌握点画的起收笔用笔方法。
- ③ 点画一般正确。

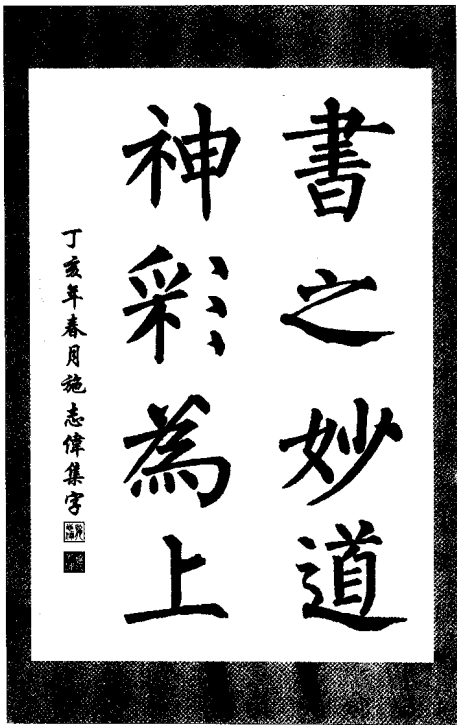
临创提要

作品采用直条幅形式，用纸尺寸为四尺整张宣纸横向裁三开，即高66厘米，宽45厘米。

本作品共正文8个字，采用两行书写，下面落款为单行，即“丁亥年春月施志伟集字”，下加盖名章。

书法常识

“临帖”是对着选好的范本反复临写。王羲之在《笔势论》中说：“一逼正其手脚，二逼得形势，三逼微微似本，四逼加其遒润，五逼兼加抽拨，使不生涩。如其生涩，不可使休，两行三行临之，惟取济健为能，不得记其遍数。”临帖是个长期的过程，非一朝一夕之功，要持之以恒，反复临写，才能取得好成绩。



楷书部首技法

一、左右结构

书写左右结构的字，要写左顾右，写右应左。既要考虑统一，又要有变化。要处理好正欹在、挪让、穿插、错落、开合、疏密等关系。

在实际书写中，字的态势变化丰富，学者不可拘泥。

(1) 丨部

先撇后竖。撇画取势平坦，尾部以方笔或圆笔回锋收笔。竖画收笔回锋，其长短随右旁结构变化而增减。



(2) 冫部

两点不要靠得太近，上侧点略靠里，下挑点的挑锋较长，与上点呼应。作左旁时窄且上下居中。











五言联

考核内容

自选一本经典正书字帖对临或集字创作，临帖字数8字以上，集字作品6字以上，必须成句。

考核要求

- ① 把握正确的写字姿势和执笔方法。
- ② 初步掌握点画的起收笔用笔方法。
- ③ 点画一般正确。

临创提要

作品采用直条幅形式，用纸尺寸为四尺整张宣纸横向裁4开，即高66厘米，宽33厘米。

本作品正文共10个字，采用两行书写，落款为上、下款，上款“选自白居易续座右铭”写在上联右边靠上；下款“丁亥年春月施志伟集字”，下加盖名章。写在下联左边，比上款略低。上下款字形宜小，其首、末（或印章）与正文中的字不能平齐。

书法常识

学习书法，临帖是最主要的方法。临帖是按照字帖中的字从笔法、结构和章法完全模拟书写的一种学习方法，它包括对临和背临两种。对临是置法帖于旁，看着字帖书写。背临指在读帖上下功夫，完全凭记忆把要临习的字默写出来。

选自白居易续座右铭

千里始足下
高山起微尘

丁亥年春月施志伟集字



楷书部首技法

(3) 左卩部

横折折钩起笔短，并且向右上取势。折笔后弯势要自然，竖不宜长，收笔回锋用垂露。

隘

(4) 右卩部

横折折钩起笔取位略低，且向右上取势。折角较大，折笔后弯势要自然，竖画要直长挺拔，收笔出锋用悬针。

部

高

山

微

塵

千

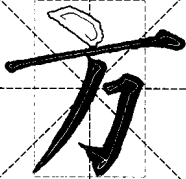
里

始

足

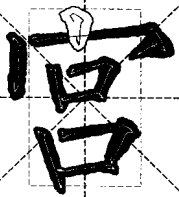
(1) 斜点

轻锋逆入起笔，折笔向右下铺毫运笔，轻提笔锋向左上回锋收笔。



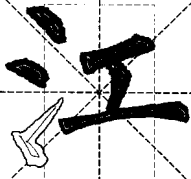
(2) 竖点

轻锋逆入起笔，折笔向右下稍行即转锋引笔向下行，随即回锋向上收笔。



(3) 挑点

轻锋落笔，顺势向右下作一斜直落点，回锋向左上蓄势。收笔时边走边提，挑锋不宜长。



(4) 撇点

轻锋向右上方逆入，折笔向右下稍按，折锋向左下提锋撇出，撇锋短劲。

