

最新钢笔书法精品·名帖临摹

主编 王玉孝 司惠国 阎锐敏

後學是以翹心淨土往遊
西域乘危遠邁杖策孤沔
積雪晨飛塗間失地驚砂
夕起空外迷天萬里山川

臨穆遂良書雁洛聖教序

閻子序



中國現代書法藝術史·書體發展

後學是以觀心淨土往還
西域來危遠道故學取沿
續雲展我宏闊大地驚砂
夕起空外遠天萬里山川

此作是書法家張大千先生所書，作於1944年。

硬笔书法百科全书

最新钢笔书法精品·名帖临摹

主编 王玉孝 司惠国 阎锐敏

蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

最新钢笔书法精品. 名帖临摹/王玉孝, 司惠国, 阎锐敏主编. —北京: 蓝天出版社
2001.9

ISBN 7-80158-108-3

I. 最... II. ①王... ②司... ③阎... III. 汉字-钢笔字-法书
IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 057640 号

蓝天出版社出版发行

(北京复兴路 14 号)

(邮政编码:100843)

电话:66983715

新华书店经销

中国文联 印刷厂印刷

787×1092 毫米 16 开本 6.625 印张 120 千字

2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷

印数 1-10000

定价:10.00 元

中国硬笔书法百科全书编辑委员会

总 策 划：王玉孝 丁 谦

主 编：王玉孝 司惠国 阎锐敏

名誉主编：张宝彤 赵 燮 韩亨林

王世勇 杜衍纯 张吉生

沙 舟 秦聚宝 皮 凡

执行主编：马于强 张学鹏 任绪民 张朝祥

副 主 编：王玉良 寇学臣 李希忠 王世平

潘立心 刘志安 翟宪民 杨文浏

杨卫列 陈淑红 张秀丽 陈淑静

徐立军 王玉德 孙玉凤 王小燕

最新钢笔书法精品——名帖临摹

简 介

中华传统书法艺术,是中国硬笔书法的生命之源。本书收入了二十余件书法名帖的临摹作品,其中不少临作堪称形神兼备之作,大部分临帖还配了深入浅出、简明扼要的评析。它是入门者的向导,深造者的良师。

一书在手,受益无穷。

目 录

一、钢笔临帖概论	(1)
二、楷书名作临习示例	(7)
三、魏碑名作临习示例	(23)
四、行书名作临习示例	(48)
五、草书名作临习示例	(65)
六、汉碑名作临习示例	(70)
七、篆书名作临习示例	(97)

一、钢笔临帖概论

临帖，即是临摹优良的碑帖。临摹是学好书法的必由之路。没有一个书法家的成功，不是从临帖开始的。学习书法，必须以优良的范本作为练习的标准。好的碑帖是我国历代名家的佳作，通过临摹可以学习他们的笔法、结构。临帖是继承，而继承是创新的前提。古代书家学书，十分重视临帖，以致出现了许许多多刻苦临习的传说佳话。汉张芝临池学书，池水尽染；魏钟繇隐居抱犊，树石尽墨；唐智永三十载不下楼，临《千字文》八百本，磨秃笔十瓮，埋为笔冢。正是因为他们的这种执著和坚韧的毅力，才造就了他们高深的造诣，为我们留下了灿如星辰的瑰宝佳作。

中国书法在其漫长的发展历程中，不仅创造了众多的体式，而且在用笔、结体、章法等方面都探索并积累了许多宝贵的经验，总结了一套行之有效的学书之道，勾、摹、临“入门三步法”就是其中之一。

我们学习钢笔书法，依然要从临帖开始。所谓临摹，实际上是指临与摹，这是学习书法的两种不同的方式：临是照着原本写或画，摹是用薄纸蒙在原本上面写或画。一本好的碑帖，只有通过反复临写，心摹手随，“心不厌精，手不忘熟”，才能真正掌握其笔画规律、书写要领，也才能既得其形，又悟其神韵。通过长期反复的临摹，并巧于用功，临中多悟，撷采其长，融入个人的理解和感觉，定能有所创新，展现出个人的风格。

（一）选帖

我国书法历史悠久，历代书家所留下的优秀碑帖浩如烟海，加之后代的反复临摹、反复翻刻，字帖种类繁多，因而临习时对碑帖应加以选择。

选择什么样的字帖，对初学书法者至关重要。选择不当，不仅学不好字，而且给以后的纠正带来困难。选帖最基本的标准，一是“取法乎上”。古人云，取法乎上得乎中，取法乎中得乎下，取法乎下所得甚微。二是要选择自己最喜欢的书体和字帖。不同

的人对书体的喜好不同，有的人喜欢秀丽多姿，有的人喜欢苍劲豪放，有的人喜欢浑厚丰满，有的人喜欢瘦劲挺拔等，选帖时可因喜好兴趣而定。一本称心如意的字帖，不仅能正确地引导你学习，而且能引发临习学习的积极性和灵感，因而是走向书路关键的一步，务必严肃认真地对待。

从何种书体入手学习，是选帖的前提。一般来讲，宜从楷书入手。

楷书具有楷模之意，因其笔画规整，结构端正，规范而有法度，有利于练习、掌握笔画和结构的基本功。同时楷书也是学习行、草、隶、篆等其他书体的基础。虽然其他书体的笔画、结体都有各自的特点，但万变不离其宗。楷书的基本功扎实了，也就为学练其他书体打下了坚实的基础。楷书好的碑帖很多，可依本人的兴趣爱好，进行选择。过去一般是偈选唐代书家欧阳询、颜真卿及柳公权的字帖。欧字坚劲严谨，颜字端美浑壮，柳字遒劲丰润，被誉为楷书之宗，是临习笔画、结构及学书最理想的范本。根据近代许多书家的经验，从晋人的楷书、唐褚遂良的楷书、魏碑等入手，也不是不可以。

从何种书体入手，也不要一概而论，非从楷书入手不可，要因人而异。在历史上，从篆书、隶书入手成为大家者也不乏其人。根据有些书家的经验，从篆、隶直接转行、草书，用笔不僵，更容易写出自己的风格和水平。在学习硬书中，直接从行、草入手而且成功者也大有人在。总之，临帖不宜靠一个模式，一切应从实际出发，根据个人喜好决定。

字帖字体的大小要适宜，一般不可过大或过小，字过大难以掌握笔画和结构，字过小其笔画难以舒展。硬笔临习，重在分析揣摩字帖的笔画形态、用笔及结构特征，而字的大小是受书写工具的笔尖决定的。因硬笔尖一般较小，故临习的字一般不宜过大，以笔画舒展、结构紧凑，又不疏空则可。当然还可依硬笔尖的粗细来调节字形的大小。

初临宜选定一种字帖，坚持练下去，不要朝三暮四，随便更换字帖。由于各帖均具有各自的特点，需要反复临习，才能理解和掌握其笔画笔法、结体特征。如换来换去，容易混乱，且不利于集中精力，熟练掌握一种字帖的规律。在练好一种帖之后，可再临习其他字帖，撷采众帖之长，从而为今后创作积累较多的技艺和经验。

（二）临帖的方法

古代书家总结的各种学书方法，是前人经验的结晶，为学习毛笔书法之本。但作为硬笔书法临习，因其工具不同，只能借鉴毛笔学书成规，而不能照搬。钢笔书法除需认真读帖外，应将重点放在意临上。《笔势论》说：“初学书时，不可尽其形势。先想字成，意在笔前……”并提出要一遍一遍、扎扎实实、不厌其烦地反复练习，直到理解和掌握。硬笔临习则更要把重点放在掌握和理解上。目前所出版的各类字帖和作品集繁多，前者主要为习书者提供现成的习字范本，而后者则是集众家书作，汇各种体式、各种风格于一体，其目的在于展示硬笔书法创作的丰富多彩，以使欣赏者开拓视野，分析其用笔之异、结构之别和布局之妙，既感其形又悟其意。初学者要二者兼之，既要下大力气认真临习范帖，又要多看好的书法作品集，以不断提高自己的书写水平和欣赏品位。

1. 钢笔临帖入门

钢笔虽然使用历史较长，但远不如我国的毛笔。毛笔书法在我国历史上有较长时间的发展鼎盛期，已有一套成熟的规则、法度，形成了比较完整的理论体系。钢笔书法同毛笔书法一样，是书写汉字的，所以钢笔书法要认真借鉴毛笔书法的科学理论体系，并在此基础上探索、总结和确立钢笔书法艺术自身的理论体系。正因为如此，学习硬笔书法要认真临习毛笔书法的优秀碑帖。通过临习不同的碑帖，掌握其笔法、结构和章法的基本规律。

毛笔和钢笔虽然书写的都是笔画、结构、章法相同的汉字，但因其工具的不同而具有不同的特点。毛笔毫软、弹性大，铺展余地大，笔画的提、按、顿、挫明显，书写的字也较大；而硬笔一般尖细小，弹性也小，故书写的字一般较小，笔画的提、按、顿、挫不像毛笔那样明显，只能靠单线条作为表现形式。所以硬笔临习古代碑帖，不能像毛笔那样勾摹。一般钢笔临帖可分为读帖和临帖。

所谓读帖，即是反复观看及分析字帖，仔细揣摩帖上字的笔画及形体特点，以熟练掌握此帖的用笔及结体规律。宋代欧阳修在《欧公试笔》中说：“余始得李邕书，不甚好之。然疑邕以书自名，自必有深趣，及看之久，遂为他书少及者。得之最晚，爱之尤笃。”《集古录》亦记载了他看颜书“把玩久之，笔画巨细皆有法，愈看愈佳，然后知非鲁公不能书也”。可见反复读帖之重要性。读帖时亦可

以指画或空描的办法帮助理解和掌握笔画形态、结构关系。此过程相当于毛笔书法的读、勾、摹的过程，主要在于理解、掌握碑帖上字的笔画和结构规律及用笔方法，为临写打下扎实的基础。

读得懂帖，才能领会其中奥妙，才能临得像。然而，临得像仅得其形，要得其神，还必须求其意。临帖作为学书的一种手段和桥梁，是登室入门的捷径，但不是目的，临习碑帖的目的在于在掌握笔画、笔法、结体特征的基础上有所创新。以钢笔临帖，主要是进行意临。这里所说的意临，不是依样画葫芦，完全照搬照描碑帖的笔画，而应根据钢笔笔迹尖细的特点，去其血肉，取其筋骨，不求完全貌似，而求神似，追求其笔法、结体及取势。钢笔字也要讲究用笔，其提、按、顿、挫虽不像毛笔那样十分强调，但依然要讲究用笔的起收，力争做到笔虽未到而意已到，使写出来的字既具有原帖风味，又保持了钢笔的特点。

2. 临帖的方法

古有学书有入门三步法之说。所谓入门三步法，是指勾、摹、临三个步骤。这是古人学习书法的成功经验，也可以说是学书或临帖的捷径。

勾，就是用透明纸覆在字帖上，以较细的笔勾，勾出笔画的外轮廓，就是古人所称的“双勾”，使其成为空心字，然后依笔画填墨。这是儿童启蒙学字的基本方法。

摹，就是以透明或半透明的纸覆在字帖上，直接以笔按照范字的笔画印影描写，亦称仿影或摹仿。用此法摹写，必须留意字帖上的笔画、写法和字的结构，因系完全依葫芦画瓢，故易得其形。

临，分为对临、背临、意临三种。

对临，是在勾摹的基础上，对着碑帖，依照其笔画、结构、章法直接临写在纸上。临写碑帖，要心中有数，不要看一笔写一笔；还必须把自己所写的字，随时与碑帖相对照。

背临，是通过读帖，已经熟练地掌握了笔画的形态特征，字的结构、章法已基本熟悉后，避开碑帖，凭自己对字的笔画形态、用笔方法、结构特点等的记忆和构想，将碑帖上的字临写下来。背临应首先在自己的头脑中形成字形，即意在笔先，这样写出来的字才能形似。背临可以加深对帖的理解和记忆，从而进一步提高临写的效果。

意临，是在完全掌握和熟悉了碑帖点画、用笔及结构特点的基础上，经过反复的思考分析，领悟其精妙，变为自我体验，尔后依碑帖

风格和气韵而进行的临写，是临写的高级发展阶段。这时，已完全将被动的入帖临写，变为主动的出帖，即将原点画形似的临写，转变为点画神似的创作思维了。此时，如果跳出古人的圈子，融入个人的情趣，形成个人的风格，即已达到创作的程序，也即达到了临帖的最终目的。

(三) 应注意的事项

1. 书写姿势要正确

书写姿势的端正，关系到运笔流畅、书写方正，而且也有利于健康。正确的姿势是上身端坐，眼睛与纸面的距离一般应保持在 30 至 35 厘米，三指执笔向右倾斜，以笔杆不遮眼为准，字帖一般应置于左前方，以利于观帖。

2. 保持宁静专一

临习碑帖时必须摒除杂念，保持宁静。宁静才能专一，才能集中精力分析揣摩帖意。王羲之说：“欲书之前，默坐静思，如对至尊，预想字形大小，然后可以意在笔先。”这就是说，临习书帖时不要三心二意，或匆匆忙忙，而要平心静气，聚精会神，把临帖作为一种自觉的行动，体现其艺术情趣。

3. 选择合适的笔型、纸型

目前所见的钢笔其笔尖有大小精细之别，所以要根据书写字的大小，选择合适的笔型，由于受钢笔笔尖粗细的限制，钢笔字一般不宜过大；也不能以粗笔写小字，或以细笔写大字，以免造成壅塞或稀松现象，直接影响美观。同时要注意书写时的快慢，控制墨水的流量。

钢笔书法的适应性较强，一般用纸较为随便，但以坚硬、吸墨性强、不过涩过滑的新闻、复印等稍厚些的白纸为好。

4. 随时分析比较

分析比较是临帖十分重要的方法。不要写一张丢一张，要保存起来，以便于不断地与过去比较。俗话说比较才能有进步。要不断检验笔画是否入帖，分析哪一笔写得好，哪一笔写得不好，字形结构怎样。更进一步，要看字形像不像，是否神似。通过比较，了解进步的程度和存在的不足，以增强信心，明确努力方向。

5. 学用结合

文字是表达思想的工具，不要单纯地为练字而临贴，照葫芦画瓢，而要灵活运用，举一反三，应用到实际的书写文函、材料中去，

哪怕书写慢一点。这样可以巩固练习的成果，增强对书体的理解，并通过大量的应用，逐渐做到由貌似到神似，不断领悟碑帖的妙处和意境。

6.要勤学苦练

所谓勤学苦练，并非要求卧薪尝胆，一味苦练，而是要手脑并用，勤于动脑，善于分析。通过反复巧练，熟练地掌握碑帖的特点及书写的技巧，在不断提高眼睛的分辨能力的同时，提高对碑帖的理解能力。所以，不要把钢笔书法的学习简单化，企望速成，只想一蹴而就，或急功近利。想入门就需下功夫练习，俗话说“拳不离手，曲不离口”，“学海无涯勤是岸，云程有路志为梯”，钢笔书法虽然较毛笔书法易学些，但不下一番苦功，也是学不好的。只有善于学习，勤于练习，持之以恒，锲而不舍，书艺才能不断有所长进。

7.要培养和保持兴趣

临帖是学书的第一步，也是书法创作的基础。不过，临习字帖既麻烦又束缚手脚，似有单调之感。所以培养和提高临习的兴趣十分重要。兴趣是写字的基本修养，但兴趣不是与生俱来的，而是通过周围环境的影响、个人的书写实践逐步培养起来的。可边临帖边运用于实际，使学有所用；或自己品评，征求周围人的意见，以逐步提高临习的兴趣。还要注意多看别人的作品及收集名作，以开拓视野。爱因斯坦曾说：“热爱是最好的老师”，这句话同样适用于学习钢笔书法。

8.领悟其神

钢笔书法是可视的线条造型艺术，但它不像绘画、摄影等造型艺术那样以其逼真的形象感人。书法是以线条、结构及章法的抽象形式美来启迪人们的联想的，尽管每个字都在人的头脑里产生一个意向的形象，但它毕竟不像摄影那么直观，因而，给我们的欣赏留下了很大的回旋余地。临习碑帖时，切忌笔笔照描，呆板地去照搬其笔画结体，以致越临越僵，虽得其形，却失其神。应在掌握碑帖的基本笔画及结构的基础上，主要领悟、理解和消化其用笔、结体、章法之妙，为己所用。特别是行气神韵，要既得其形又得其神，做到形神兼得。

二、楷书名作临习示例

尚書宣示孫權所求詔令報所以博示逮于鄉
佐必異良方出於阿是芻蕘之言可擇郎廟
况繇始以疏賤得為前思橫斯睨公私見異
爰同骨肉殊遇厚寵以至今日再世榮名

節此鍾繇宣示表 閻錄如

《宣示表》
用笔刚柔相济，拙劲内藏，取势圆扁虚和，字形端庄茂密。诚如清代刘熙载所说：“钟书茂密，然茂密正能走马。”临此帖要追求古拙闲雅、幽深无际的格调，运笔宜缓而沉着，取势要圆，点画要有异趣。

节临魏钟繇《宣示表》

再	同	前	擇	良	報	尚
世	骨	思	郎	方	所	書
榮	肉	橫	廟	出	以	宣
名	殊	所	況	於	博	示
同	遇	貶	繇	阿	示	孫
國	厚	睨	始	是	逮	權
休	寵	公	以	多	于	所
感	以	私	跖	蕘	卿	求
敢	至	見	賤	之	佐	詔
不	今	異	得	言	必	令
自	曰	愛	為	可	異	所

馬于強臨魏鍾繇《宣示表》

求	自	武	今	又	待	量
見	踪	度	為	割	旦	竊
信	况	其	已	意	退	致
實	未	拳	平	不	思	愚
懷	見	一	權	敢	鄙	慮
不	信	無	之	獻	淺	仍
自	今	有	委	聞	聖	曰
信	推	二	質	深	意	達
之	款	計	外	念	所	晨
心	誠	高	震	天	棄	坐
亦	欲	尚	裊	下	則	以

權	何	在	許	之	信	宜
跡	以	已	勢	而	也	待
曲	怒	里	必	反	其	之
折	許	語	自	不	所	以
得	不	曰	絕	必	求	信
宜	與	何	許	可	者	而
神	思	以	而	與	不	當
聖	省	罰	不	求	可	護
之	所	與	與	之	不	其
慮	示	以	其	而	許	未
非	報	奪	曲	不	レ	自