

临摹两用

张黑女摹志

水写字帖

上海教育出版社

责任编辑 张建忠
版面设计 周亚燕
封面设计 刘



临摹两用

《张黑女墓志》水写字帖

• 雄心 编著



临摹两用

《张黑女墓志》水写帖

雄心 编

上海世纪出版集团 出版
上海教育出版社

(上海永福路123号 邮政编码:200031)

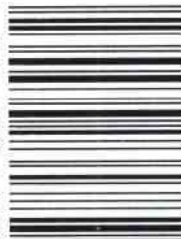
上海发行所 发行 太仓市印刷厂有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 2.5

2001年12月第1版 2001年12月第1次印刷

ISBN 7-5320-7903-1/J·22 定价:5.00元

ISBN 7-5320-7903-1



9 787532 079032 >

一、本帖用水写纸印制，供书法爱好者临摹用。左页黑底白字的一面供临写用，右页空心字供事写用。有时，有些笔画或结构不易掌握，可以用摹法，即填廓法去体会。填廓要求每一笔画一笔填到位，不能补、改；假如有不足，说明力加得不足或笔没运到位；溢出，说明力加得过大或笔运过头了。

二、事时，用干净的毛笔蘸干净的水去写，纸上即显黑色字迹。切勿用带色的毛笔或蘸脏水的笔书写，以免在纸上留下污迹，影响书写和使用寿命。

三、为使临习能事半功倍，可以四句口诀为辅导：

1. 写好笔画的两句口诀：(1)“五要领、两边线；两边线，加力、减力善知变。”“五要领”指每一笔画的起笔、收笔、粗细、长短和走向。起笔、收笔有方、尖、圆、斜或由其中两者结合的几种形态。形态不同，用笔方法也不同(方形起笔：笔锋锋尖在起笔的左上角触纸，下行或右行到另一角，回到起端的中心，再下按，然后行笔；方形收笔：笔行到末端，以锋尖向末端右上角或左下角稍稍加力，以锋行笔，写出末端边线到另一角，再回锋收笔。尖形起笔：笔锋锋尖在起端触纸，顺势行笔；尖形收笔：笔行到末端上提，顺锋出笔。圆形起笔：笔锋触及纸面，先逆行到起端，回锋行笔；圆形收笔：笔行到末端，回锋收笔。斜形起笔：笔锋锋尖在起端最尖细处触纸，先向右下加力，然后行笔；斜形收笔：笔行到开始下斜处，逐渐减力。)。笔画的粗细变化是提(两边线同步减力)或按(两边线同步加力)或某边线加力、减力的结果。大多数笔画是某边线加力或减力而成，所以要写好大多数笔画，必须学会加力和减力。平挺的边线不加减力，加减力常在不平挺的边线进行。笔画的长短和走向会影响间架结构是不是准确，所以也一定

要写准。(2)“运笔须细到位，动作须细参，飘笔不可取，行笔快慢兼。”笔画粗细长短不符合要求，大都是因运笔不到位所致，所以书写时笔一定要运到位。动作较复杂，由于每位书家在起笔、收笔、折转处、钩出处等特具姿态的地方都有自己特殊的动作，所以写出的笔画形态各不相同，临习时，在这些地方应先细细体会它的动作应该怎样。掌握了正确的动作，便能很快写像、写准每一笔画。出现“飘笔”，是由于运笔时，笔杆倾斜了，力被“飘”走了，特别是撇、挑等笔画，笔最易飘，要力求从起笔到收笔，笔杆始终不倾斜，日子长了，腕力便练出来了。运笔要学会快慢兼用。起笔、收笔、转折、出钩处等特具姿态处，由于有动作，所以运笔宜慢些，而笔画中段运笔要快；撇、挑、钩也要快，快便有力。初学时便留意起来，渐渐就可习惯成自然了。

2. 写好结构的两句口诀：(1)“纵横占位力求准，随处呼应要分明。”纵横占位，指每一笔画(主要是部位)的所处位置(如杏、呆、束、因、口和木的所处位置不一样，形态也各异)及各自所占的纵向和横向的地位。各自的纵横占位写准了，间架结构便容易写准。笔画和笔画，部位和部位，都存在着内在的联系，笔画之间要贯气，彼此之间，是多是低，是宽是窄，是疏是密，都是相互照应的。临习时一定要心中了了，才能手下下了了。(2)“下一部位第一笔，高低左右不可失。”每个字第一笔写好了，下一笔要随着摆准位置；上一部位写好了，下一部位第一笔的位置务必写准确。这下一部位第一笔作用很关键，写准确了，整个字也就容易写准、写好。

要使临习有明显效果，在动笔前，一定要认真辨认笔画形态及每笔的动作所在和纵横占位，做到心中有数。

《张黑女墓志》简介

本碑全称《魏故南阳张府君墓志铭》，又称《张玄墓志》，到清时，因避康熙皇帝玄烨之讳，改呼《张黑女墓志》或叫《黑女志》。因张玄字黑女，故改此名。此志刻于北魏普泰元年（531）。

康有为评《张黑女墓志》是质峻偏宕之宗，有如“骏马越涧，偏面骄嘶”。包世臣的话比康有为说得更明白，说《黑女志》书体骏利、圆折、疏朗、静密，总之是认为书法兼有各种碑志的优点和长处。《张黑女墓志》对清代中叶以后的书法艺术产生过很大影响，如何绍基、曾熙和张大千等人都曾得笔法或神韵。

此志原石早佚，仅存墨拓本孤本传世，历来为书法家和收藏家所重视。流传到清代为湖南道州人何绍基（1799—1873）所得，十分推重，得力尤多。到民国后归于无锡秦文锦收藏，曾精印并有放大本传世。本帖即用放大本选编而成，极宜临习之用。

附：《张黑女墓志》八种基本笔画的写法

竖：短竖常见起端左弯。起笔方圆斜兼备，收笔变

化较多，中段起伏（提按，加、减力富变化）较多。有时圆浑，有时露角。

捺：捺的变化在走向和加、减力上。斜捺最具特色，无不浑厚，富含内力，收笔稍上翘，以斜圆为主。

挑：起端上翘居多。起笔虽有轻重、尖圆、方斜之别，却常用些动作。收笔尖少圆多。

撇：起笔方圆兼备，以圆起、圆收为主。撇出后，中段走向，加、减力很有变化。瘦的遒劲，肥的浑厚。

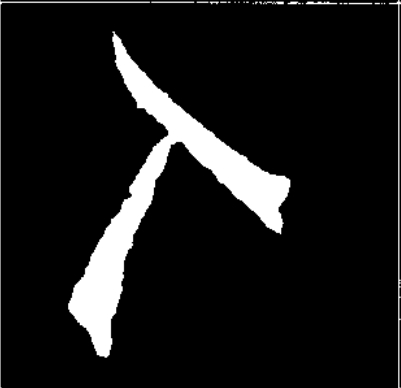
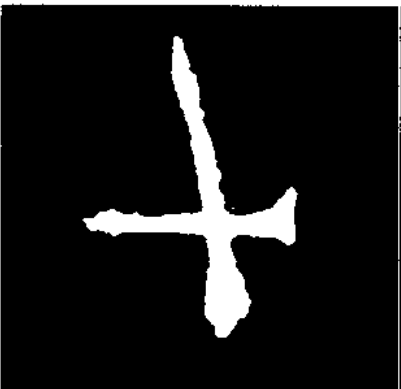
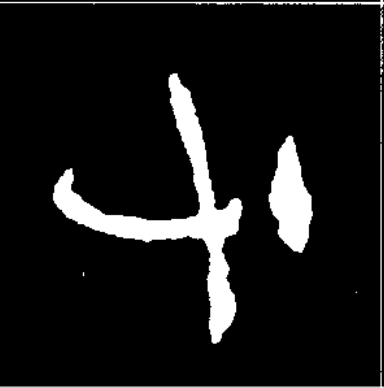
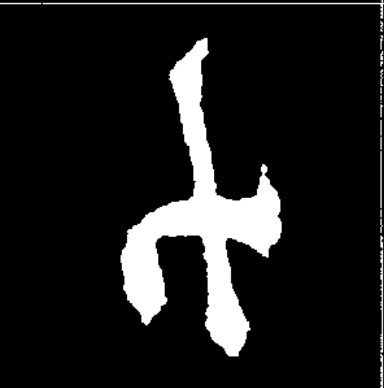
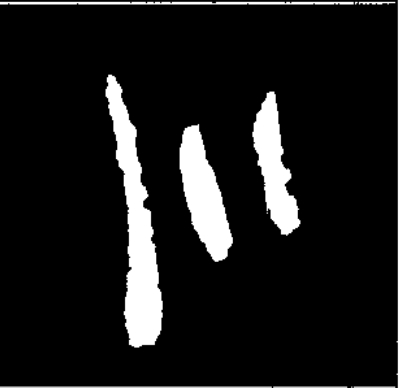
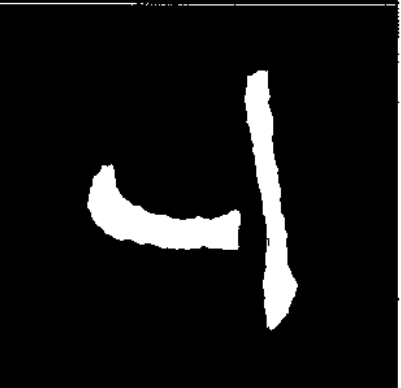
点：形态变化极为丰富。起、收笔，走向都富变化。笔锋落纸便有不同的动作。临习时要多加注意。

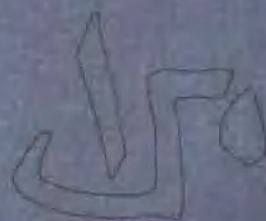
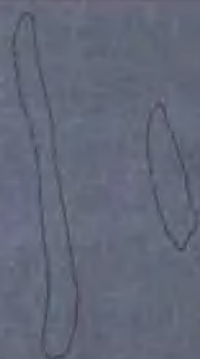
横：也是极富变化的一笔。起、收笔常多动作，中段又多起伏，收笔不拘一格，运笔都很沉着，富含内力。

折：很少圆转，但折处很有变化，形态有异；折下后，大多稍减力，收笔形态变化较多。

钩：以尖中见圆收笔为主，钩得都很饱满，钩出处很有变化，即都有些动作。







也

太

木

毛

天

下

目

月

元

五

中

及

也

夫

米

毛

天

不

回

同

光

五

中

反

方

志

牙

志

方

世

火

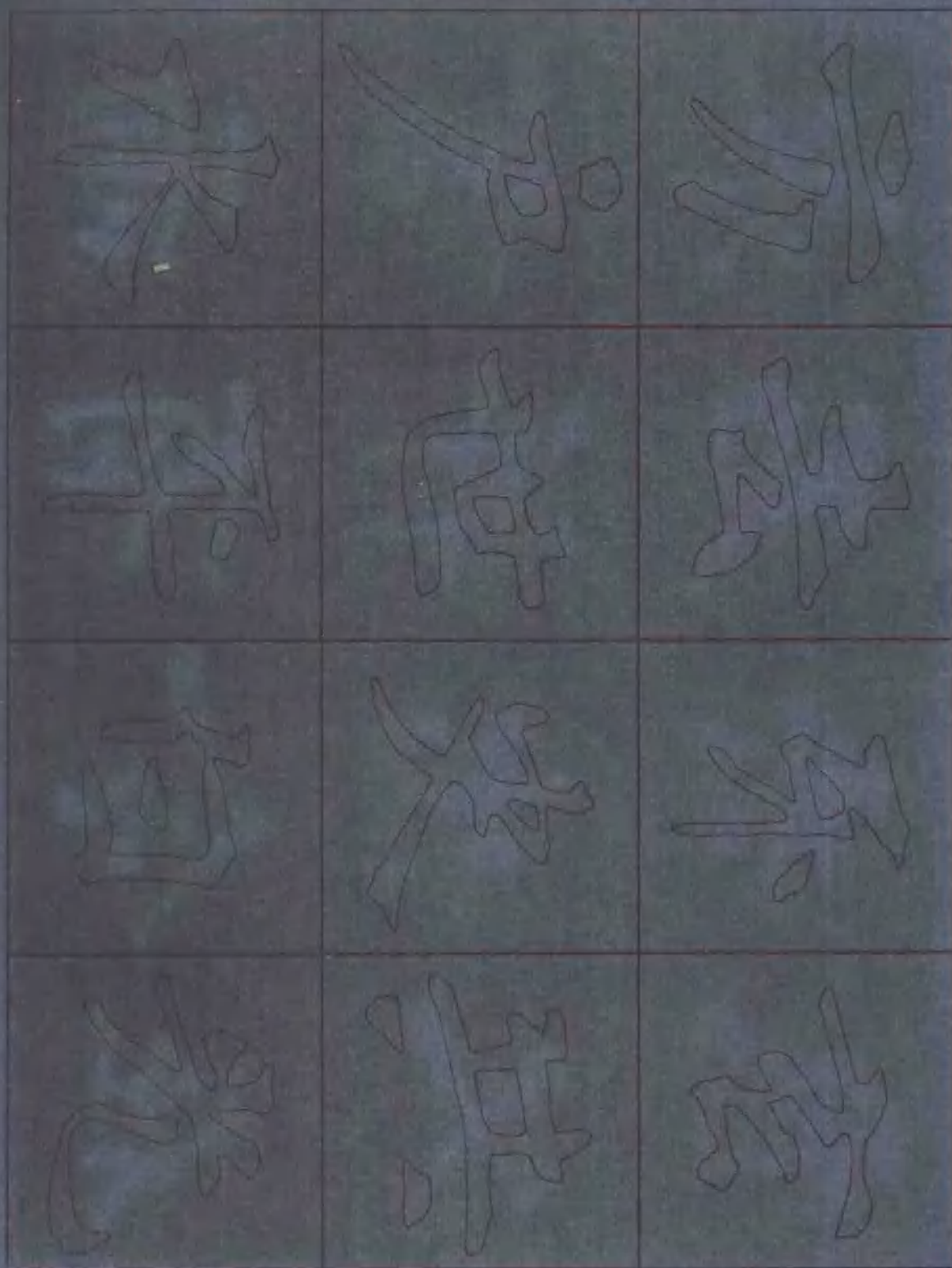
其

水

牙

白

光



食

告

右

承

父

出

并

言

在

令

省

兩

德

义

在

教

丑

今

石

洋

育

采

日

爾

吏

自

具

南

王

西

辛

為

年

東

尚

無

哉

哉

哉

血

血

血

興

興

興

哉

哉

哉

化以州羽

刊加次坂

北行魁析

化

以人

州

丽

利

力口

沃

玦

北

六子

吧

木