

楷书临习字谱

欧体

编著 廖蕴玉

广西美术出版社

楷书临习字谱

神

俗

行

中

化

待

图书在版编目(CIP)数据

欧体楷书临习字谱/廖蕴玉编. — 南宁: 广西美术出版社, 2004.4

ISBN7-80674-526-2

I. 欧... II. 廖... III. 楷书-书法 IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 030810 号

欧 体 楷 书 临 习 字 谱

编著/廖蕴玉

责任编辑/于 光

出版发行/广西美术出版社

(南宁市望园路 9 号 邮编 530022)

印刷/广西教育考试印刷厂

开本/889mm×1194mm 1/16

印张/7.75

版次/2004 年 5 月第 1 版

印次/2004 年 5 月第 1 次印刷

书号/ISBN7-80674-526-2/J·386

定价:18.00 元

版权所有 翻印必究

本书如果出现印装质量问题本社包退换

目 录

一、我国书法源流·····	1
二、笔法浅释·····	4
三、永字八法及执笔图·····	8
四、《化度寺碑》的基本笔画·····	10
五、《化度寺碑》字形结构 五十例·····	21
六、《化度寺碑》中异体字的	

繁简对照·····	41
七、可作简化偏旁用的简化字 和简化偏旁·····	74
八、《化度寺碑》中的常用范字·····	79
九、寸楷《兰亭集序》·····	94
十、小楷《兰亭集序》·····	118

一、
我国书法源流

我国为世界文明古国，伟大的先民创造了举世瞩目的中华文化。从上古的结绳、刻画、嬗递而为文字，书法作为表达的手段，备受历代文化界的重视和讲求。它异彩纷呈地丰富了我国独特的艺术宝库。

在五千年的历史长河中，书体是与时俱进的，可大别为篆（甲骨、金文、大小篆）、隶、楷（真）、行、草（章草、今草）等五种。由于社会的发展，使用要求简便，篆书已不常见，只供古文字工作者专门研究之用。

关于写字，革命老人谢觉哉先生说：字写得清楚，人家容易看；写得美，人家喜欢看。文字的作用，是传言寄意，是让人家看的；写得美，自然会收到更大的效果。学写字，历来大多数人都主张先从楷书入手，以

打好扎实的点画和结构的基础。楷书，古称真书或楷隶、今隶，是从隶书和章草演变而成，秦汉时人王次仲曾予整理，故有王次仲作楷书之说。楷，以唐代为最高，初唐四大家中，欧阳询居首，《化度寺碑》为其极有代表性的力作。询，长沙人，字信本，由隋入唐，官弘文馆学士、太子率更令，封渤海县男。书此碑时已年逾古稀，贞观五年立。赵孟頫评云：唐贞观间能书者欧阳率更为最善，而《邕禅师塔铭》又其最善者也。揭傒斯跋云：此帖之妙不独书法；模勒之工，亦非后世所及，即使欧阳信本复作，岂易得此刻工耶。北宋庆历初，范雍见此碑，叹为至宝。寺僧误为石中有宝，破石求之，不得，弃之寺后。雍再至，石已断为三。因易归，靖康之

乱藏诸井，兵后出之，椎拓数十后碎亡。清代金石书学名家翁方纲极崇此碑，反复题咏六七次，并尝取各家所藏名拓对比，认定此本为庆历时初拓。其伟岸雄奇，似较《九成宫碑》为胜。今取以放大，选其点画之有代表性者为基本点画篇，构形有代表性者，为结构五十例，全部异体字另为一篇，以规范写法逐个对照，以期学用结合，与规范字合者亦汇成一篇，使全碑再无遗珠。

欧书盛誉常新，历代奉为宗匠。其结体不扩不压，完全合乎字之大小长短各如其形的原则，紧身阔步昂首挺胸，参差错落，安详稳当。其用笔方圆交替，斩钉截铁，锱利森森，干净利落，完全是直落顺收的正宗古法。为便利学习，兹将行笔方法，在基本点画篇

用白色箭头标示，并附笔法浅释一文，供实践验证。在此作者郑重强调，如果不用直落顺收法，想要登欧阳之堂，入率更之室，永远也只能是徘徊瞻眺的。

欧书其余常见各碑，如《九成宫醴泉铭碑》、《虞恭公温彦博碑》、《皇甫诞碑》、《姚辩墓志铭》、《小楷千字文》，行书《仲尼梦奠帖》、《卜商读书帖》、《张翰思鲈帖》、《行书千字文》等，亦各附片语，以供浏览参考，庶几一书在手，即可略窥全豹。另插作者所书中、小楷王右军《兰亭集序》全文，虽远未能踪迹古贤，亦可聊供参考。恳望海内外达士通人勿吝赐教。

廖蕴玉

二、 笔法浅释

本文所说的『笔法』，是狭义的笔法，即写字时行笔的方法；并以楷、行、草书为其范畴。

在书法艺术『美』上，讲求的点画振动、气韵流畅、神采飞扬、生动活泼、引人入胜的线条美，全都产生在『变起伏于峰杪，殊衄挫于豪芒』的毫端；故用笔方法，备受历代书家的重视和讲求。不同的行笔方法，会产生形神各异的线条，是很自然的。

从文字面世的第一天起，为表达心意而寄形于表象，便开始了使用『线条』，而把线条画出来的方法，就是『笔法』。落笔成点，引点成线；为象形而下笔，到形备而笔终；直接下笔，顺势收笔，既干净利落，便利书写，又形象生动，自然流露，故『直落顺收』无疑是天然的古法。随着人类文明的演进，『美』的观念的普及和提高，以至日臻完善，美的最高标准是追求『天然』和『自然』；矫揉造作，只能是人为的假象，它不能算美，更永远也不能代表真正的『美』。

下笔时『欲右先左、欲下先上』为『逆入』，至右复左、至下复上为『回收』。

这种行笔方法的特点是：笔笔都要兜圈拐弯，

拉长时间，增加动作；写出来的点画较为肥厚丰满，不见圭角，筋少肉多。美言之，谓为『藏锋含蓄力气内蕴』，直言之，则是『呆滞、预颞』，甚或难免于『臃肿和笨钝』。兹将两种不同笔法图示（见下页文末）。

据说『逆入』是为了『藏头』，『回收』是为了『护尾』，妙处都在于『藏锋』。

藏锋、藏头、护尾之说，最早见于传为东汉蔡邕的《笔论·九势》中：

『藏锋：点画出入之迹，欲左先右，至回左亦尔。藏头：圆笔属纸，令笔心常在点画中行。护尾：点画势尽，力收之。』

《笔论》据说为蔡邕的女儿蔡文姬所口述，并未见有绘图传世。

蔡邕生活在东汉之季世，当时盛行的是隶书。文姬口传纵然确实无误，也只能是阐明隶书的行笔方法。中郎蔡邕似无书迹传世，其女文姬传世有『我生之初尚无为，我生之后汉祀衰』一帖，字体在章草兼楷行之间，再三用放大镜缜密析辨，也看不到藏锋、逆入、回收的痕迹，点画势尽力收之一语，也不是

兜转笔头反行所能为力的。

『藏、露』两字，实际上是意念中对立而统一的。有藏才有露，无露不成藏。用于比喻千变万化的旋律、顿挫抑扬的节拍。『生死毫发之间，托寄性灵之妙』，本属跃然纸上。要在精研勤习，潜心古人墨迹，理论与实践契合无间、心手交融的通会之际，才能『从容笔底，妙合自然』；并非三言两语，更不是机械地将笔锋运行成左右上下兜圈拐弯所能做到的。

近年来坊间出版的一些碑拓和供教学使用的楷书碑帖，不分欧阳、颜、柳、赵，一律都在古人范字之旁作空心点画，中间用单线箭头兜圈拐弯指示行笔线路（如下图），这样，笔锋所触及的纸面必然较宽，时间也会较长，墨汁的注入也必然相对的较多；其结果是『逆入回收』处，都较肥大呆钝，跟范字的形态，根本『神情悬隔』，完全对不上号。这样要上追古人，无疑是『背道而驰』。而一大部分书法工作者和书法教师，对此不但『不求甚解』地盲从，甚至奉为『金科玉律』。

常见一些儿童和青少年，笔下毫无姿致，视其下

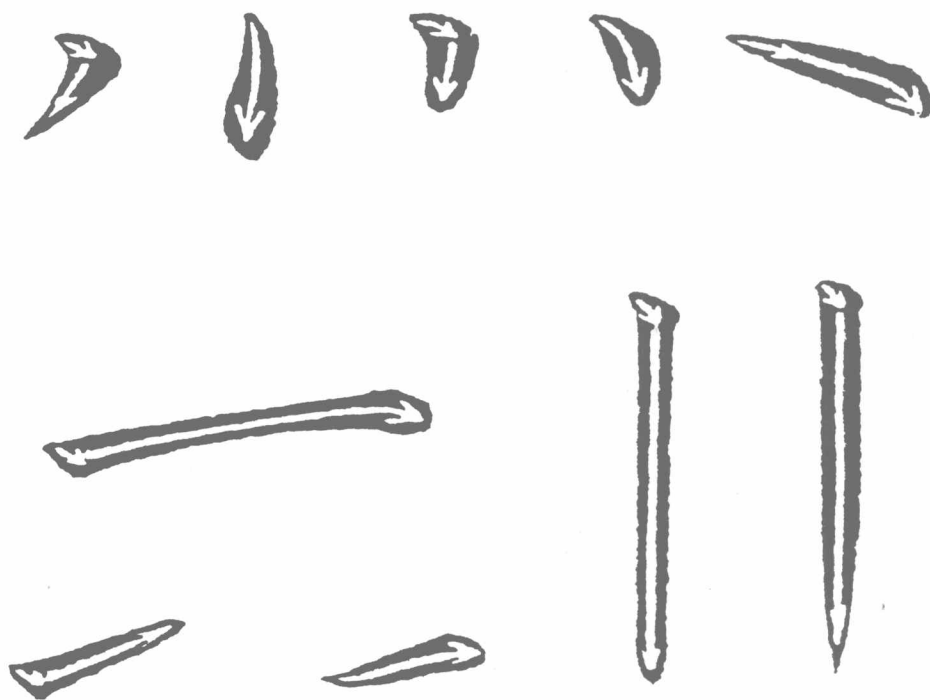
笔，则皆按图兜来拐去，于是给他们说明挥运之理，示以直落顺收的行笔方法，嘱以『实践检验真理』，择善而从；不久则皆自言『药到而病除』，放下了过去自感天资笨钝，无法摹拟古人的思想包袱。

在急需继承传统，光大书法艺术的今天，这不是『无关宏旨』的小事，而是一个刻不容缓，急需大声疾呼以引起注意和纠正的一个重大问题，是解决古人『高不可攀』的关键所在。工序简、效率高而精，才是科学的方法、进步的标志；何况它本是历代书法名家代代相承的正确方法呢！

请看王羲之《快雪时晴帖》、王献之《中秋帖》、王珣《伯远帖》、欧阳询《梦奠帖》、褚遂良《阴符经》、颜真卿《自书告身》、杨凝式《韭花帖》、苏轼《天际乌云帖》、米芾《蜀素帖》、赵孟頫《汲黯传》等等历代名家的传世墨迹，不论横竖撇捺点，哪里有逆、回、兜圈、拐弯的地方呢？

解开了这一条自缚的绳索，书坛艺圃必然会出现一个立竿见影的飞跃！

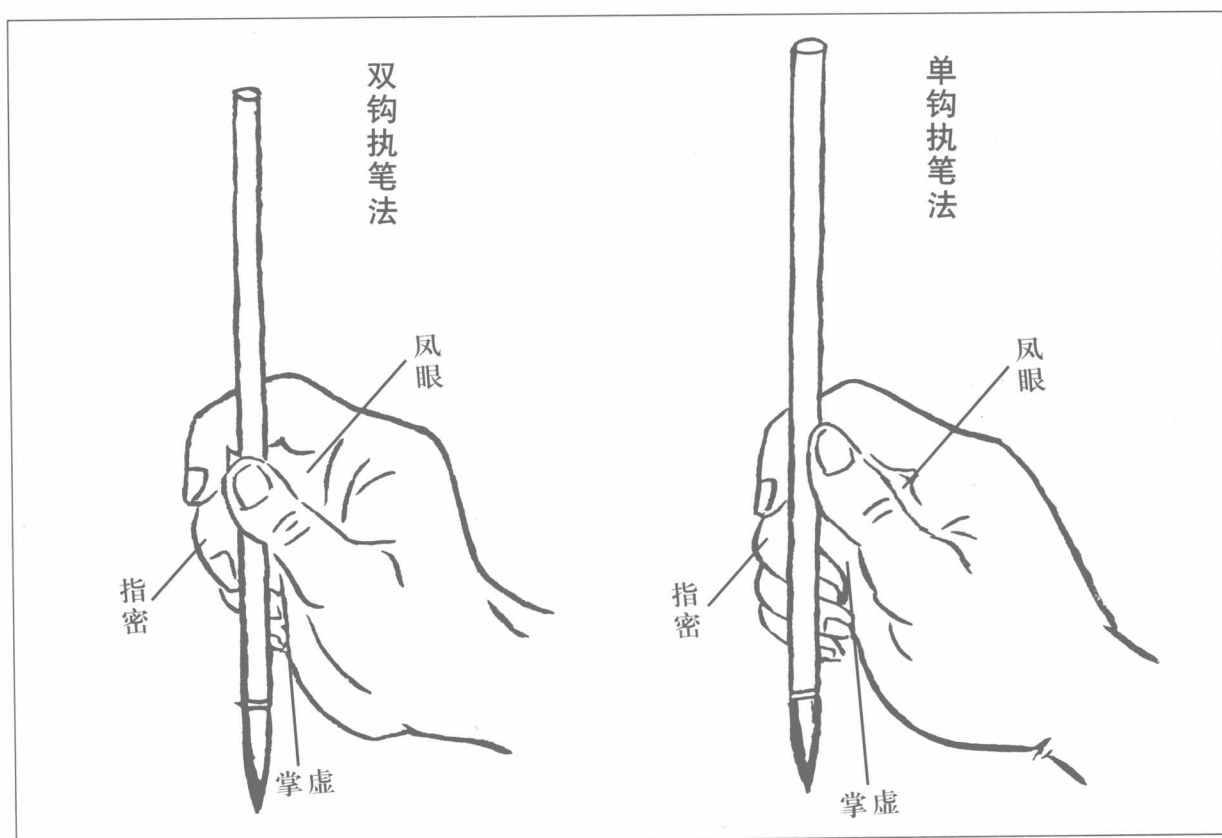
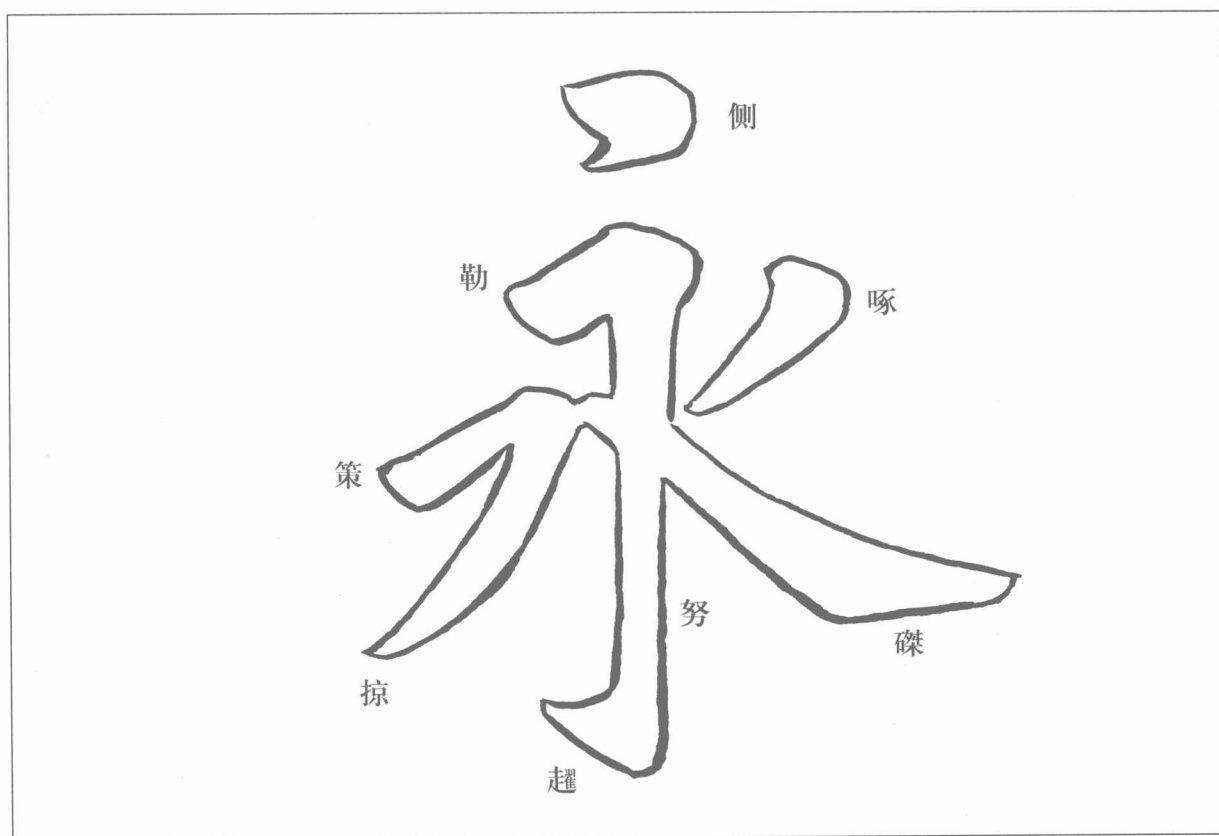
直落顺收法



逆入回锋法



三、永字八法及执笔图



四、《化度寺碑》的基本笔画

伏	永	 此点名侧，八法之首。
其	宗	 斜身以就下，横波兜托以承应。
立	方	 先右转左下收。
崇	之	 宝盖之顶，正中取侧势见稳重，古谓如高空之坠石。
志	心	 此左边屏障也，落笔迅捷，只顺势侧笔一摆。

沉

漱



散水点，相互
关联，下点不可横
出。

烈

然



联之
点须节节
呼应。

咨

州



两点、三点，
均应关联。

焉

弱



四点
在此横列
顺延，若
如『弱』字，
则可变之，
以免呆板。

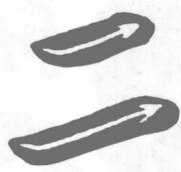
爰

火



应互相
注视或首尾
顾盼。

公	平	 不论开合，均须内顾雍容。
依	衣	 宜有昂昂之象。
太	以	 遥相呼应。
一	三	 一字须求稳重。
上	下	 上横贵有盖护之意。

世	丘	 长横如 一桥飞架。 下横以 承载为务。
土	毛	 两横 并列，收 笔各异。
告	天	 两三短横并列， 又不应拘于上例。
林	控	 两横平 列，先低后 高。
示	百	多横则角度须 求一致。愈多愈然。