

历代名家小楷临摹通用字帖

(明) 王宠小楷
《圣主得贤臣颂》

奔電逐遺風周涼八極萬里一息何其
遼哉人馬相得也故服締綌之涼者不
苦盛暑之鬱燠龍狐貉之暖者不憂至
寒之悽愴何則有其具者易其備賢人

黃繼成 黃繼春 編

学好中国汉字书法 硬笔毛笔师宗一家

上海科学技术文献出版社

临摹名家书法 书风速成优雅

【历代名家小楷临摹通用字帖】丛书

- (晋) 王羲之小楷 《乐毅论》
- (唐) 钟绍京小楷 《灵飞经》
- (元) 赵孟頫小楷 《汲黯传》
- (明) 文征明小楷 《真赏斋铭有叙》
- (明) 祝允明小楷 《前后出师表》
- (明) 王宠小楷 《圣主得贤臣颂》

ISBN 978-7-5439-3655-3



9 787543 936553 >

定价：12.00 元

历代名家小楷临摹通用字帖

(明) 王宠小楷
《圣主得贤臣颂》

黄继成 黄继春 编

上海科学技术文献出版社



图书在版编目(CIP)数据

王宠小楷《圣主得贤臣颂》/黄继成,黄继春编. —上海:上海科学技术文献出版社, 2008. 10
(历代名家小楷临摹通用字帖)
ISBN 978-7-5439-3655-3

I. 王… II. ①黄…②黄… III. 楷书-法帖-中国-明代 IV. J292.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 138217 号

责任编辑:何兰林

封面设计:何永平

王宠小楷《圣主得贤臣颂》

黄继成 黄继春 编

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
江苏昆山市亭林彩印厂印刷

开本 889×1194 1/16 印张 5.5
2008年10月第1版 2008年10月第1次印刷
印数:1-7 000

ISBN 978-7-5439-3655-3

定价:12.00元

<http://www.sstlp.com>

编者的话

书法作为我国文化艺术的一个组成部分，有着光辉灿烂的历史，源远流长。

我国历史上著名书法家灿若群星，他们的作品在中国书法史上闪耀着夺目的光彩，流传千古。

小楷作为楷书的一种，始于汉末三国魏晋之际。在印刷文字还不方便的时代，通行的正式郑重文书都需要以小楷书写。自隋唐以来，直至清代，都把小楷作为科举考试的一个重要科目，若不及格必将名落孙山，因而，小楷书法自然得到了社会的高度重视。由于小楷通行年代已久，历史上涌现出了许许多多长于小楷的书法名家，以及具有很高艺术价值的小楷作品，如魏国钟繇书《宣示表》，东晋王羲之书《乐毅论》、《黄庭经》，唐代钟绍京书《灵飞经》，元代赵孟頫书《汲黯传》、《道德经》，以及明代文征明书《真赏斋铭有叙》，王宠书《圣主得贤臣颂》，祝允明书《醉翁亭记》、《前后出师表》等等。这些珍贵的小楷作品，都是书法艺苑中的奇葩，作为一个书法艺术的爱好者和追求者，理应把小楷作为一门必修课。

当前，硬笔书法艺术方兴未艾，以流传下来的经典小楷作为范本，当是取法乎上的明智之举。毛笔小楷与硬笔字大小接近，点画、结构规律一致，所不同的是运笔的提按没有毛笔那样讲究，如能按照此帖循序渐进地加以临习，也极有利于硬笔书艺的提高。

为了帮助广大毛笔、硬笔书法爱好者能直接学习小楷书法的瑰宝，我们从历代流传的名家小楷名帖中精选了一些经典范本，加以改编成《名家小楷系列字帖》。通过改编，使本帖新增了如下功能：

1. 毛笔、硬笔通用。本帖所选小楷碑帖字形大小接近硬笔字，可用小楷毛笔或者硬笔书法笔（即弯头钢笔、美工钢笔）直接描、临原帖。

2. 碑帖变墨迹。作为学习范本，墨迹无疑是最佳选择，因受古代印刷术所限，古代许多名帖均以碑刻拓本的形式流传下来。现在，随着印刷科技的发达，我们将部分著名小楷碑帖通过计算机技术反显成小楷墨迹，更加方便了大家的学习。

3. 将每种小楷名帖中代表本帖风格的笔画、偏旁部首和例字进行挑选归类，加以讲解分析，这样，更有利于读者对原帖的深入理解，从而举一反三，尽快掌握范字特征。

4. 通临原帖并配以通用字。本帖设计了通临部分，以便能通篇熟悉原帖风格，强化练习，巩固习字效果，增加的通用字将为书法爱好者认识繁体字提供帮助。

另外，书中还穿插有名联佳句、集字名句等，目的是为了增长读者知识，提高书写兴趣，激发临习和创作热情。

编者

目 录

编者的话

王宪及其小楷《圣主得贤臣颂》简介	1
王宪书《圣主得贤臣颂》笔法解析	2
王宪书《圣主得贤臣颂》偏旁部首解析	5
王宪书《圣主得贤臣颂》例字解析	17
王宪书《圣主得贤臣颂》原帖通临	55
王宪书《圣主得贤臣颂》原帖欣赏	78

王宠及其小楷《圣主得贤臣颂》简介

王宠（1494—1533），字履吉，号雅宜山人，吴县（江苏苏州）人，明代著名的书法家。

王宠出身于一个小商人家庭，自幼对书画、古玩有浓厚的兴趣。他博学多才，不仅善书善画，而且诗文声誉也极高，尤以书法名世。他诸体皆能，尤精擅小楷，与祝允明、文征明齐名，被人誉为“吴门三家”。

恩從祥風翺德占和氣游太平之責塞
偏窺聖而視己明不彈傾耳而聽已聰
無窮遐夷獻萬祥心臻是以聖主不
則胡禁不止曷令不行化溢四表橫被
順風沛乎若巨魚縱大壑其得意如此

王宠书法初学蔡羽，后楷书学虞世南、智永，行书学王献之，终于形成了自己独特的艺术风格。其小楷秀逸清雅，婉丽道逸，疏朗含蓄，以拙取巧，结体疏宕雅拙，随意自然，奕奕动人。

明代著名书论家王世贞在《三吴楷法十册》跋中评王书：“兼正行体，意态古雅，风韵道逸，所谓大巧若拙，书家之上乘也。”明代何良俊《四友斋论书》曰：“衡山（文征明）之后，书法当以王雅宜为第一，盖其书本于大令，兼人品高旷，盖神韵超逸，迥出诸人上。”

王宠虽文才出众，但仕途却不顺，科举场中，累试不第，而以诸生贡太学，后常年归隐苏州郊外石湖。因其体弱多病，四十岁即离世，虽英年早逝，但他的书文成就却名垂青史。

著作有《雅宜山人集》，传世墨迹有《诗册》、《古诗十九首》、《千字文》等。

《圣主得贤臣颂》为王褒应诏所作的一篇散文。

王褒，字子渊，蜀资中（今四川资阳市）人，西汉辞赋家。传说当时此文深得汉宣帝好感，为此任命王褒为待诏，不久便升为谏议大夫。

此帖意态古雅，笔势凝重，神韵超逸，实为学习小楷之上乘范本。

王宠小楷《圣主得贤臣颂》（局部）

斜点



书写技法：倾斜落笔后，稍顿笔，再回锋收笔，点画饱满，上尖下圆。

之 之 太 太 於 於 就 就

斜长点



书写技法：与斜点写法基本相似，只是形态比斜点要长，顿笔后同样回锋收笔。

不 不 賢 賢 以 以 求 求

横



书写技法：轻落笔后，稍提笔向右上匀速渐重行笔，至右端收笔处轻轻下顿后回锋收笔。

一 一 士 士 昔 昔 下 下

悬针竖



书写技法：横落笔，稍稍顿笔后，再转笔向中锋下行笔出锋，笔画丰满，力到尖端。

牛 牛 仰 仰 汗 汗 平 平

垂露竖



书写技法：斜落笔，稍顿之后转笔向下垂直中锋行笔，至底端驻笔后轻轻向左上回锋收笔。

未 未 非 非 升 升 順 順

名诗佳句

不薄今人爱古人，清词丽句必为邻。

——杜甫《戏为六绝句》

斜撇



书写技法：向右下落笔，稍稍顿笔之后，渐提笔向左下运笔出锋。

者 者 有 有 考 考 在 在

斜捺



书写技法：露锋入笔，然后再向右下渐重行笔，稍顿笔后向右上逐渐提笔出锋，要写得腰部丰满，锋尖极短。

人 人 及 及 良 良 丈 丈

平捺



书写技法：轻落笔，再向右下渐重行笔，至捺尾后，稍重顿笔，再提笔向右上收笔，捺头运笔重，捺尖短。

追 追 之 之 是 是 遑 遑

横折



书写技法：轻落笔后右行，至折处顿笔，再向下运笔，至底端后轻轻回锋收笔。

里 里 君 君 由 由 四 四

横钩



书写技法：斜落笔后提笔右行，至横中部后渐向右下行笔，再向左下顿笔出钩。

骨 骨 牢 牢 膚 膚 索 索

名诗佳句

别裁伪体亲风雅，转益多师是汝师。

——杜甫《戏为六绝句》

竖钩



书写技法：起笔极轻，再提笔向下中锋运笔，至底端后稍向左下顿笔，再向左上出钩，钩短。

水 水 刺 刺 抒 抒 剖 剖

斜钩



书写技法：轻落笔，再顺势向右下倾斜行笔，至底端回笔，稍驻笔后，再向上出钩，钩短而含蓄。

裁 裁 武 武 誠 誠 盛 盛

横折钩



书写技法：轻斜落笔，再顺势向右行笔，顿笔后转笔向下或左下稳健运笔出钩，钩短小含蓄。

用 用 而 而 刀 刀 為 為

竖弯钩



书写技法：轻落笔，再提笔向下运笔，至折处转笔向右行笔，再逐渐重笔出锋，折处要圆，钩短小。

也 也 已 已 光 光 毛 毛

提



书写技法：斜落笔，稍顿笔之后向右上提笔出锋即成，长短因字而变。

冶 冶 涼 涼 耳 耳 雖 雖

名诗佳句

为人性僻耽佳句，语不惊人死不休。

——杜甫《江上值水如海势，聊短述》

单人旁



书写技法：撇画极短，然后在撇尖下方写垂露竖即成，竖画起笔露锋。

任 任 使 使 倦 倦 何 何

立刀旁



书写技法：由短竖和竖钩组成。短竖极短似竖点，竖钩起笔较轻，出钩极短。

利 利 則 則 削 削 劍 劍

反文旁



书写技法：上撇和下撇稍直短，横画亦短而上仰，捺画向下长伸，收笔较重，有的捺为反捺。

故 故 效 效 敕 敕 致 致

金字旁



书写技法：首笔为短撇，第二笔短横似点，下两点呼应对称，末笔短平挑常写作斜短横。

鈍 鈍 鑄 鑄 鋒 鋒 鐸 鐸

草字头



书写技法：由左、右短横和左竖、右撇组成。左短竖和右竖撇上开下合，左右两短横对称，另一种写法由两点和一短横组成。

苦 苦 萬 萬 英 英 荷 荷

名诗佳句

文章千古事，得失寸心知。

——杜甫《偶题》

王宠书《圣主得贤臣颂》偏旁部首解析

绞丝旁



书写技法：第一、二笔撇折起笔斜齐，第三笔斜点极小，下三点分布均匀，向右上倾斜。

終 終 縱 縱 絕 絕 純 純

三点水



书写技法：上点稍内靠，三点笔势呼应，下挑点勿过长。

清 清 淬 淬 溷 溷 海 海

欠字旁



书写技法：第一笔撇画较短，第二笔从撇尖起笔写横钩，第三笔为短撇，末笔捺画向右下伸展。

歛 歛 歆 歆 欣 欣 歡 歡

双耳旁



书写技法：双耳旁在字的左边时，横撇弯钩稍小，折画幅度亦小，竖画多用垂露竖，在右边时竖多用悬针竖。

陸 陸 附 附 都 都 陳 陳

心字底



书写技法：第一笔为左竖点，第二笔卧钩较短，钩短小，右两点笔势相连，形体宽扁。

忽 忽 息 息 患 患 意 意

名诗佳句

读书患不多，思义患不明。

——韩愈《赠别元十八协律六首》

木字旁



书写技法：横画极短，右端上仰，竖画起笔稍顿笔，下端收笔向左上，第三、四笔撇和点靠横下。

相 相 樹 樹 桓 桓 橫 橫

口字旁



书写技法：口字旁写法如“口”字，宜小，常居字的左上部位。

吻 吻 吐 吐 喘 喘 喻 喻

双人旁



书写技法：上撇短小，下撇起笔稍靠左下，竖对第二撇的中下。

行 行 得 得 術 術 後 後

广字头



书写技法：上点饱满居中上，下一笔横画右端上仰，撇画下伸，末尾收笔出锋。

靡 靡 廣 廣 應 應 塵 塵

走之底



书写技法：斜点稍向右靠，第二笔横折折撇转折幅度较小，有的似下带点，常与下平捺不相连。

過 過 追 追 遇 遇 遠 遠

名诗佳句

黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。

—— 颜真卿《劝学》

王宠书《圣主得贤臣颂》偏旁部首解析

方框儿



书写技法：先写左竖，再顺势完成横折，最后写下横封口，下横两头多留空。

國 國 圉 圉 圉 圉 圉 圉

宝盖头



书写技法：首笔上点居中上，下横钩横长钩短，写得宽，以覆盖下部。

寒 寒 寬 寬 寗 寗 塞 塞

竖心旁



书写技法：左竖点常收笔下带变撇点，右点横向连竖，竖画为垂露竖，起、收笔均稍顿笔。

悽 悽 愴 愴 惘 惘 惘 惘

提手旁



书写技法：首笔横短，竖钩起笔斜落笔，钩短内敛，左下提尖多不穿竖。

握 握 揆 揆 搽 搽 拱 拱

言字旁



书写技法：言字旁首点稍向上靠，第二笔横画左伸右收，下短横和“口”平稳端正。

設 設 謀 謀 諫 諫 諍 諍

名诗佳句

二句三年得，一吟双泪流。

——贾岛《题诗后》

王宠书《圣主得贤臣颂》偏旁部首解析

示字旁

书写技法：首笔斜点稍靠右上，第二笔横撇稍小，收笔出锋，竖画稍太长，右斜点稍小。

禮 禮 袒 袒 禰 禰 視 視

人字头

书写技法：撇短捺长，撇高捺低，两画接点高，角度平缓，捺画下伸，古韵十足。

合 合 會 會 今 今 舍 舍

虫字旁

书写技法：先写“中”，稍小，再写下提，最后写点，“虫”作字旁要写得窄小。

蟋 蟋 蟀 蟀 蟬 蟬 蛟 蛟

禾字旁

书写技法：首笔撇画短平，横画起笔稍左伸，左下和右斜点应短小竖稍长。

秋 秋 稷 稷 穰 穰 和 和

厂字头

书写技法：横短撇长，横右端上扬，撇画起笔轻而向左下伸展。

厚 厚 歷 歷 厖 厖 辱 辱

名诗佳句

吟安一个字，捻断数茎须。

—— 卢延让《苦吟》

石字旁

石

书写技法：首笔较短，有的似横点，撇轻盈，“口”正而方，笔画间似笔笔不沾，显得安闲、空灵。

砣 砣 砣 砥 砥 砥 砭 砭

马字旁

馬

书写技法：第一笔短横稍上仰，三短横间距均匀，下四点减省为三点，或用一提完成。

驂 驂 驂 騁 騁 騁 馳 馳

耳字旁

耳

书写技法：上横起笔较短，左竖有的短似竖点，右竖收笔回锋或上挑，下斜横改短提，形窄。

聽 聽 聽 職 職 職 聰 聰

米字旁

米

书写技法：上面左右两点相向，横短竖长，左下撇与右下点写得短小。

糴 糴 糴 精 精 精 糗 糗

土字旁

土

书写技法：先写短横，竖画稍长，写完竖画后再顺势完成短提，字旁窄长。

塊 塊 塊 塊 壤 壤 壤 壤

名诗佳句

惟有吟哦殊不倦，始知文字乐无穷。

——欧阳修《戏答圣俞持烛句》

工字旁



书写技法：首笔横画稍短，竖画收笔下带出锋，下提短而劲健。

功 功 功 功 巧 巧 巧 巧

方字旁



书写技法：斜点稍向上靠，第二笔横画起笔轻，较短，下撇短于右边横折斜钩。

施 施 施 施 旃 旃 旃 旃

竹字头



书写技法：两短撇均短小，右横稍长于左横，下两点笔势各异。

箴 箴 箴 箴 箒 箒 箒 箒

两点水



书写技法：首点稍向左上靠，第二笔提画落笔后轻快上提，不宜太长。

治 治 治 治 冽 冽 冽 冽

女字旁



书写技法：首笔撇折的撇头起笔上伸，第二笔撇画稍倾斜，末笔平挑起笔左伸，收笔穿撇或不穿撇。

如 如 如 如 始 始 始 始

名诗佳句

看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛。

——王安石《题张司业诗》