

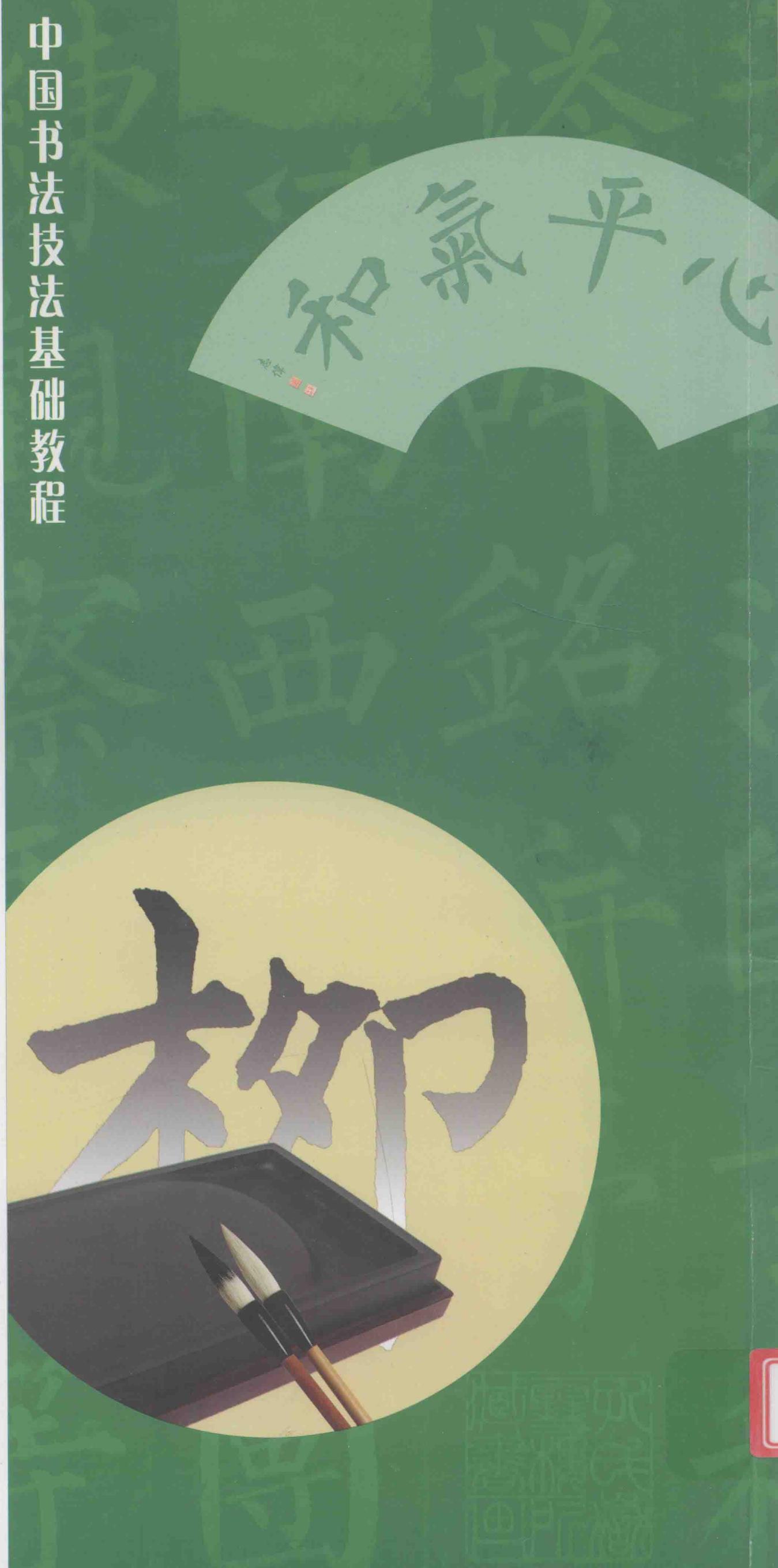
集字精练

施志伟 编著

楷书技法大字帖·玄秘塔碑

北京体育大学出版社

中国书法技法基础教程

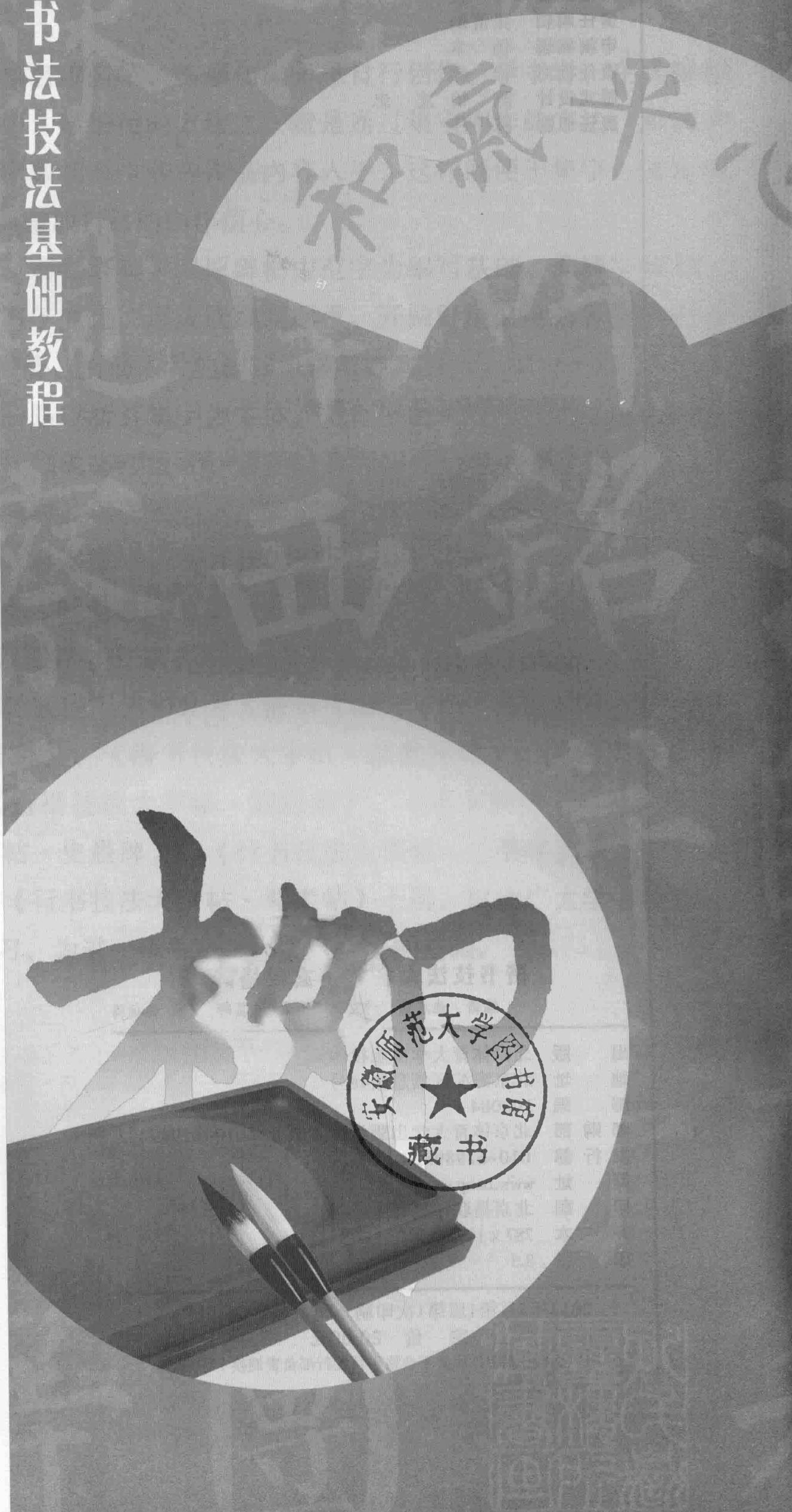


集字精练

施志伟 编著

楷书技法大字帖·玄秘塔碑

中国书法技法基础教程



策划编辑 李正
责任编辑 张清垣
审稿编辑 杨木
责任校对 长春
版式设计 陈怡 志忠
责任印制 陈莎

图书在版编目 (CIP) 数据

楷书技法大字帖·玄秘塔碑 / 施志伟编著. -- 北京:
北京体育大学出版社, 2012.3
中国书法技法基础基础
ISBN 978-7-5644-0909-8

I. ①楷… II. ①施… III. ①楷书 - 书法 - 教材
IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第055184号

楷书技法大字帖·玄秘塔碑

编著 / 施志伟 撰文 / 池劳荣 施芸卿 尤寒 施佐腾

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区信息路48号
邮 编 100084
邮 购 部 北京体育大学出版社读者服务部010-62989432
发 行 部 010-62989320
网 址 www.bsup.cn
印 刷 北京昌联印刷有限公司
开 本 787×1092毫米 1/8
印 张 8.5

2012年5月第1版第1次印刷 印 数 6000册

定 价 20.00元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

作者的话

初学书法必始于临摹名碑名帖，临摹初成必思自行创作。学书者，在从碑帖临摹转向书法创作过程中，最便捷的方法之一就是通过集字创作的方法，而在内容的选择上，则最好从字数相对少些的作品内容入手，这样既便于集字，又比较容易进行章法安排，从而增加自己的创作信心。

《楷书技法大字帖·玄秘塔碑》以原碑帖中范字为编写基础。此碑字体端正峻丽，用笔方圆兼备，富于变化，形成既圆润厚重、开阔舒展又刚劲挺拔、法度森严的特点，体现以方取势，引筋入骨的柳体风格与神韵。

本书有两个特点：一是以所有集字为主体，对范字的用笔特点、结字规律、章法布局等都作了较为详细的临习指导。着重精讲了临习过程中要注意的技法要求。二是在技法点拨的同时，以图示的方法辅以各范字笔画的运笔走势轨迹，使书法教学更为直观易懂、宜教易学。通过直观明了的读帖、临摹，帮助学书者较容易学习书法名家、大师书法技法的主要手段（笔画技巧、结字、章法等），领悟范字的法度和神韵，以提高书法基础训练的效果。

“中国书法技法基础教程”丛书分为《楷书技法大字帖·九成宫碑》、《楷书技法大字帖·多宝塔碑》、《楷书技法大字帖·颜勤礼碑》、《楷书技法大字帖·玄秘塔碑》、《行楷技法大字帖·胆巴碑》、《隶书技法大字帖·曹全碑》、《隶书技法大字帖·史晨碑》、《行书技法大字帖·兰亭序》、《行书技法大字帖·圣教序》、《行书技法大字帖·蜀素帖》十册，以便广大学书者选择自己喜欢的书体进行临习，为进一步书法创作奠定良好的基础。

目 录

一 概述	1
(二) 书法临摹方法	1
(二) 书法常用形制	2
对联、中堂、扇面、匾额	2
横披、条幅、团扇、斗方	3
干支纪年与公元纪年对照表、月份异称表、二十四节气记日表	4
二 二字句	5
致和 书品 清风 幽思 素秋 名家	5
归真 玄同 春晓 云游 礼贤 乐道	6
得众 精诚 碧海 乘云 静观 广德	7
三 四言联	8
群贤毕至 天朗气清 施畅春风 山明水秀	8
自胜为强 登峰造极	9
山重水复 柳暗花明 事理通达 心平气和	10
淡泊明志 宁静致远	11
飞泉鸣玉 妙造自然 竹无俗韵 梅有奇香	12
清枫白露 花意竹情	13
四 五言联	14
得山水清气 极天地大观 水浅鱼知乐 山深猿自灵	14
读书破万卷 下笔如有神	15
茶清灯下静 荷梦雨中深 读书滋逸气 阅世益豪情	16
柳占三春色 荷香四面风	17
静闻鱼读月 笑对鸟谈天 林雨山前见 钟声月下闻	18
静观极自得 妙悟若无端	19
五 六言、八言联	20
虚室自生静气 清风若遇古人 海纳百川有容乃大 壁立千仞无欲则刚	20
清风无私爱我 修竹有节呼君 门柳散心山林足趣 静由得道妙欲无言	21
静坐常思己过 闲谈莫论人非 秦篆唐碑从人所欲 荷风水月得我之心	22
六 七言联	23
雨后静观山意思 风前闲看月精神 三春花满香如海 八月涛来水作山	23
学格人功思尚友 心常自律即严师 情词超迈高常侍 书法清圆赵集贤	24
言之高下在于理 道无古今惟其时 倾天海浪如山起 满地月光作水流	25
柳风生趣凉生座 荷露留香妙入茶 山明水净夜来香 数树深红出浅黄	26
水惟善下能成海 山不争高自极天 书到用时方恨少 事非经过不知难	27
云白山青万余里 江深竹静两三家 大勇狂风惊众浪 真如明月静诸天	28
山静日长仁者寿 荷香风善圣之清 词法不师元白俗 书风自得钟王神	29
有如皎月出珠海 惟觉清风袭玉门 万世山川无上下 一天日月自东西	30
尽日相亲唯有石 长年可乐莫如书 白石清泉从所好 和风时雨与人同	31
万卷图书天禄上 四时风物阳光中 观书有得情难舍 处世无求梦不惊	32
欲无后悔须律己 各有前程莫妬人 高树夕阳连古巷 小桥流水接平沙	33
月无贫富家家有 燕不炎凉岁岁来 气清更觉山川近 心远愈知宇宙宽	34
七 五言诗	35
春晓 (唐) 孟浩然	35
登鹳雀楼 (唐) 王之涣	36
独坐敬亭山 (唐) 李白	37
逢雪宿芙蓉山主人 (唐) 刘长卿	38
中秋月 (唐) 李峤	39
山居秋暝 (唐) 王维	40
竹里馆 (唐) 王维	42
八 七言诗	43
枫桥夜泊 (唐) 张继	43
山行 (唐) 杜牧	44
题西林壁 (宋) 苏轼	45
望天门山 (唐) 李白	46
早发白帝城 (唐) 李白	47
九 原碑帖欣赏	48
柳公权《玄秘塔碑》	48

概 述

学习书法，必须从临摹古人法帖入手，这是学习书法的必由之路。从古到今，凡是在书法学习上有所收获的，在书法艺术上取得成就的，无论是书法爱好者或书法家，无不从临摹入手，临摹是学习书法名家、大师技法的主要手段。中国书法的历史悠久，它像一条奔流不息的长河，源远流长，宏大精深。几千年来，经历了秦汉的辉煌，魏晋的风韵，隋唐的鼎盛，宋元的神意，明清的繁华。为我们留下了数不胜数的宝贵遗产，历代都有许多优秀的碑帖传世，这些都是后人学习书法最好的范本。

柳公权《玄秘塔碑》，字体端正峻丽，用笔方圆兼备，富于变化，形成既圆润厚重、开阔舒展又刚劲挺拔、法度森严的特点，体现以方取势，引筋入骨，寓圆厚于清刚之中，全面地展现了柳体风格与神韵。故为后世学柳体者不二选择。

(一) 书法临摹方法

学书者在从碑帖临摹转向书法创作过程中，最便捷的方法之一就是通过集字的方法。在内容的选择上，则最好从字数相对少些的作品入手，这样既便于集字，又比较容易进行章法安排，从而增强自己的创作信心。

1、选 帖

学习书法要选择一本好的字帖。中国历史上书法名家群星闪烁，他们的字迹是后人学习书法的宝贵资料。历代著名碑帖众多，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。

2、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。宋曹《书法约言》：“布置本乎运心，神采生于运笔。”结字出于心意之构思，意在笔先则布置自然；字韵出于运笔，点画精到，势足力遒则神韵浮动。在书写时，应将通篇用笔、结构、气势、意境、节奏贯穿一气，融为一体，然后大胆落笔，随其意态，挥洒而下。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。

3、临 摹

临摹是指摹写与临写两种方法。

(1) 常用的摹写方法有四种

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。仿影法的优点是不损坏范帖，缺点是隔了一层纸，有些细微处难免看不清楚，影响摹写效果。

② 描红法 在印有红色范字的描红纸上描摹。描红法字迹较仿影法清晰，利于初学，缺点是范本经描摹后易失去原貌，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，用硬笔沿字形的点画边缘精确勾画，然后在空心的字形上描摹。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，缺点是所花的时间较长。

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。

(2) 常用的临写形式有四种

① 对临法 把范帖放在眼前对照着临写。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、记结构，不求毫发逼真，但求能写出字体的最基本特点。因此，背临实际上已经初步有意临的基础。

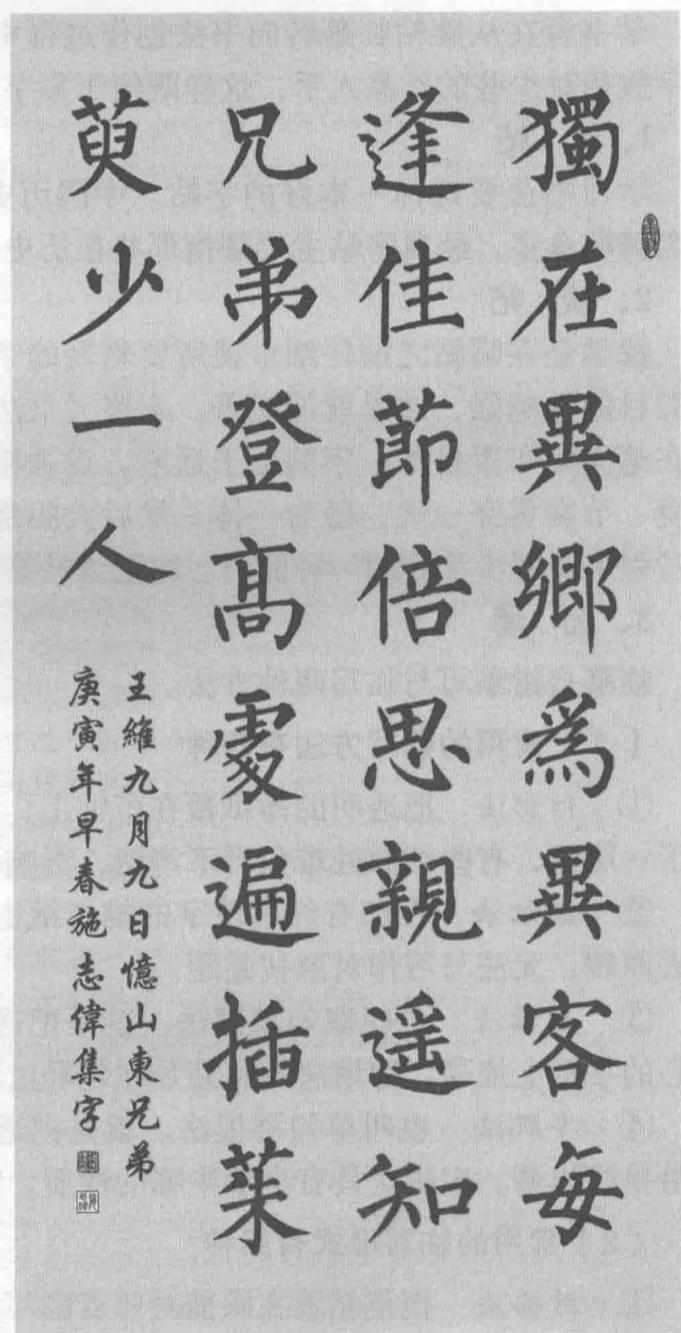
③ 意临法 意临是对临和背临的提高和升华。意临不求局部点画逼真，要把注意力放在对范帖神韵的整体把握上，形虽不似，而神却不离。意临虽不要求与原帖对应部分处处相似，但各种写法都应在原帖的其他地方有出处，否则就不是临写。此法可逐渐形成自己的书写风格，是以后独立创作的重要准备。

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。

(二) 书法常用形制



扇面 有折扇、团扇之分。可以选购市面上现成的扇面，也可用宣纸裁成这一样式。由于折扇形式上宽下窄，如果每行都写满则必然会造成上松下紧的局面，因此可以采用一行字多，一行字少，参差错落地排列来避免这种情况。

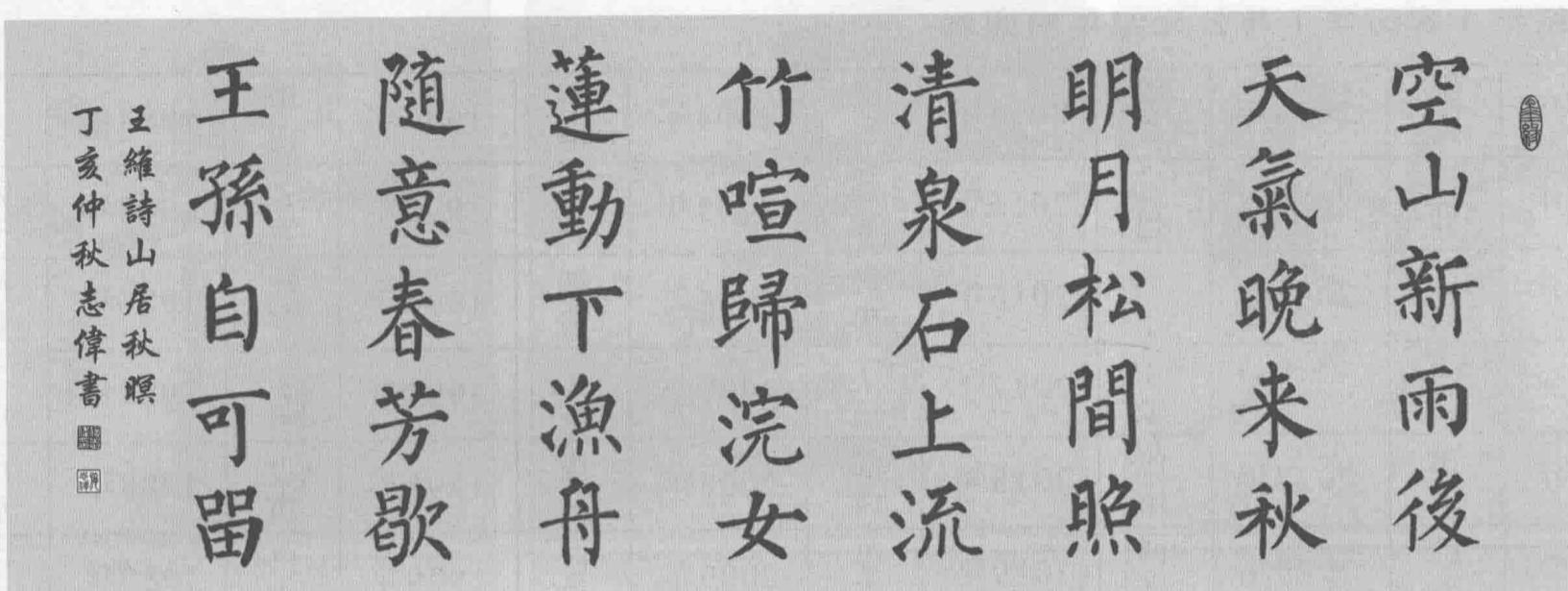


中堂



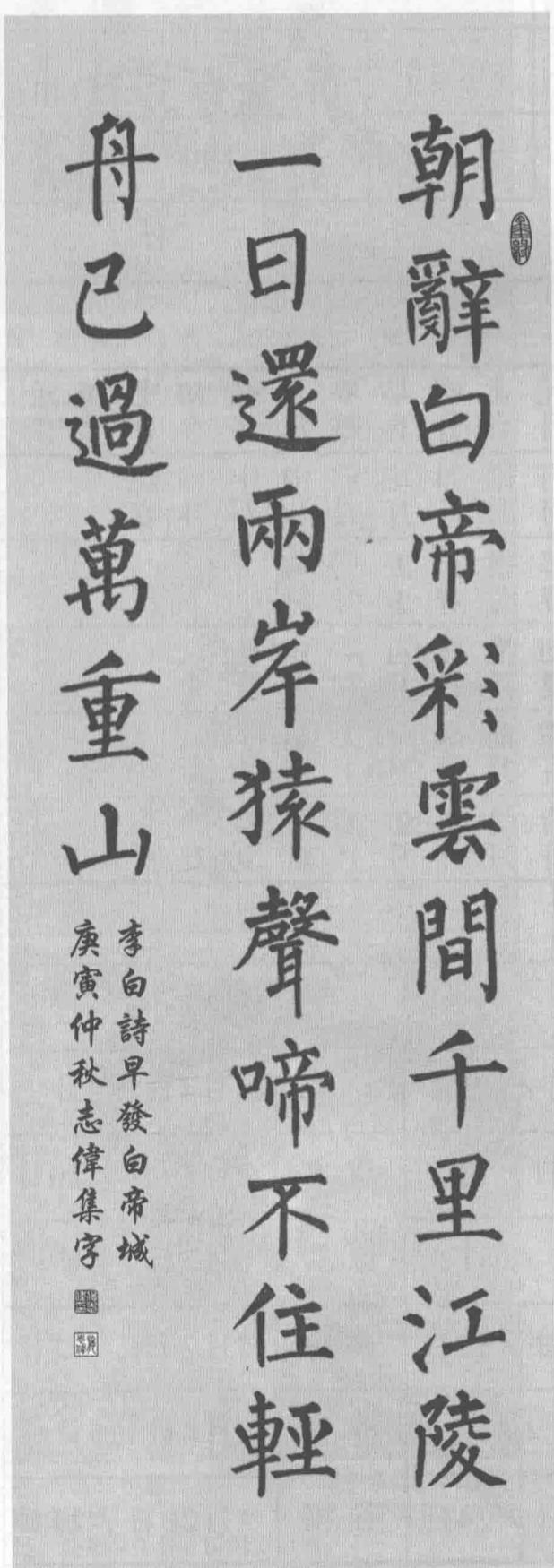
匾额

匾额 横幅的一种形式，篇幅不大，文字大而不多，常被悬挂于厅、堂、楼、亭、斋等古建筑之门额上，又有横中堂之称。写匾额也是从右向左书写，字体要大气厚重。



横披

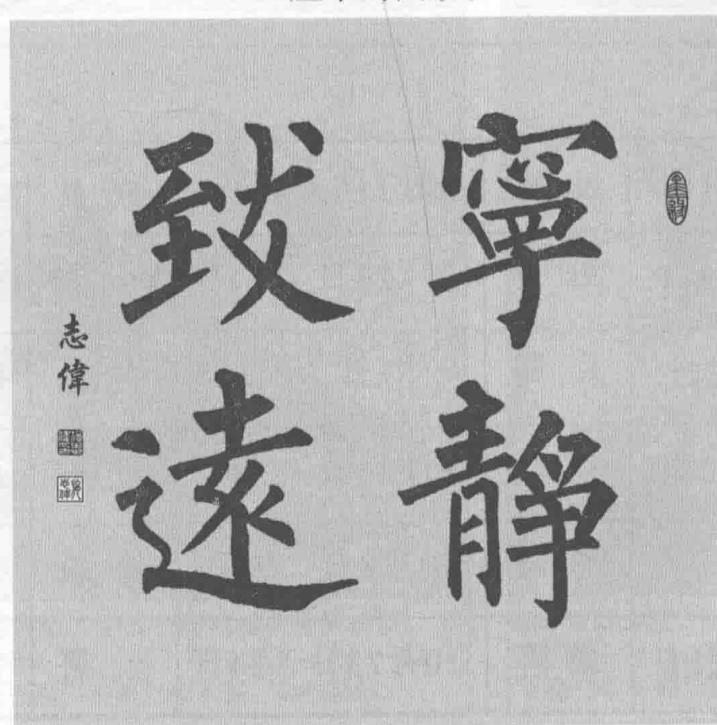
横披 呈长方形，高与宽的比例约为1:2、1:3等，一般分少字类与多字类两种。少字类的横披只有一行。字或行都从右至左排列。写横披天头地脚宜窄，左右边宜宽。因每行字比较条幅相对较少，故要注意平头齐脚，在书写每行最后二三字时就该考虑末字的位置。有时也可特意把下面安排得长短不齐，以增参差错落的美感。



条幅 一般
指长宽比超过3:1或4:1的形制，形式与中堂相似，只是比中堂窄一些。用3~8尺宣纸对开可视为条幅。多字类一般为3行以上，书写前要注意计算好字数，最后一行不要只写一个字，那样既不美观，也是书法之大忌。最后一行下面空白多，可落款于其下；少则另起一行，位于正文左边偏下。



团扇 团扇也叫纨扇，多为圆形。团扇可随形就势，中间几行长，两边几行短，与团扇的外轮廓相吻合。用纸尺寸为四尺整张宣纸横向对开，再裁成直径68厘米的圆形。



斗方 方形，一般分少字和多字两种类。少字类多为四个字，款识多为穷款，也就是只落作者的名字或仅用印款。多字类的写法与条幅相同，字的排列自右而左，款识落于左边。用整张宣纸横向对开，边长约在66厘米（二尺）之内。常见尺寸有60厘米×60厘米。

斗方

楷书技法大字帖 · 玄秘塔碑

干支纪年（农历年）与公元纪年对照表

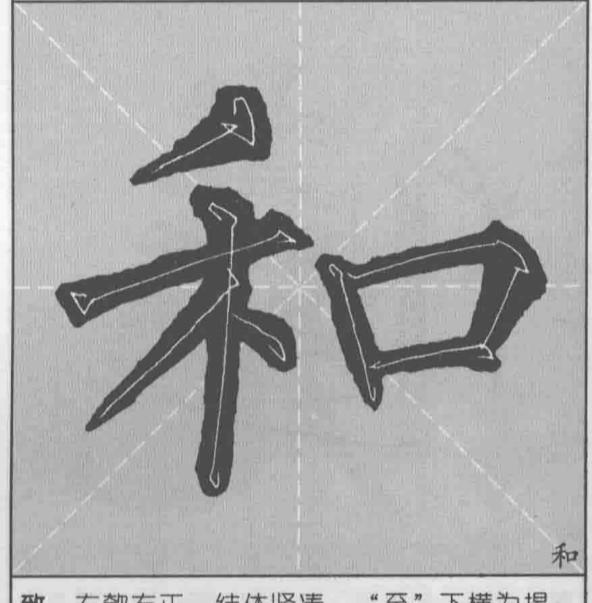
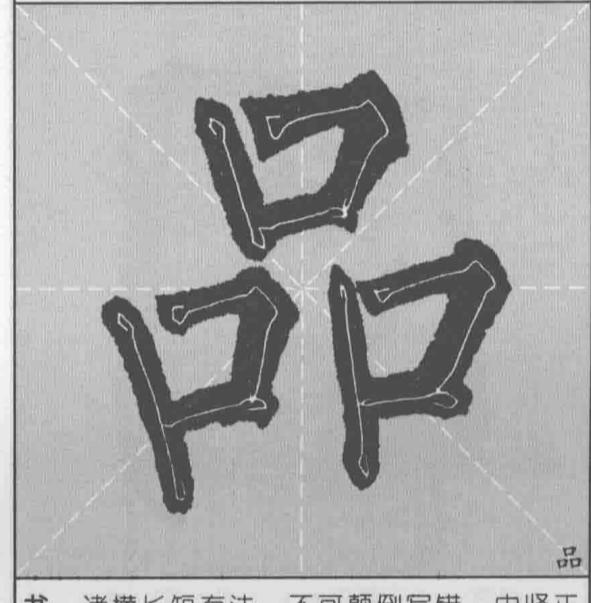
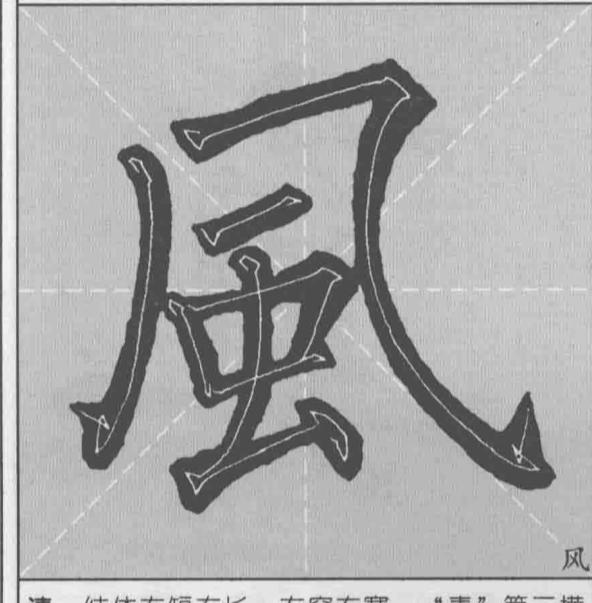
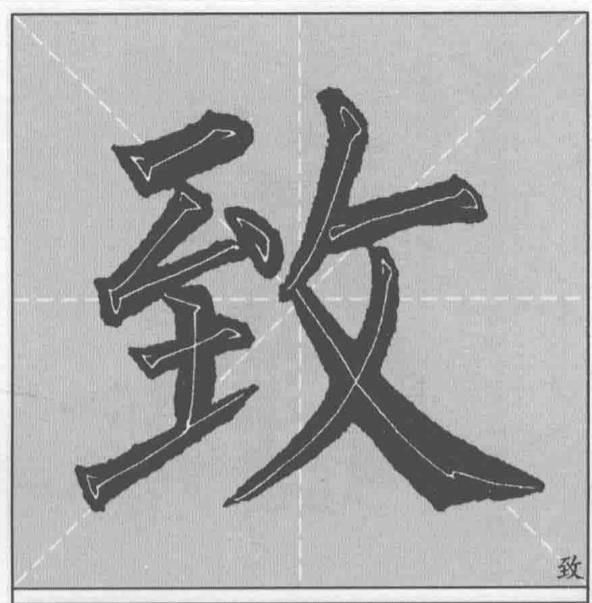
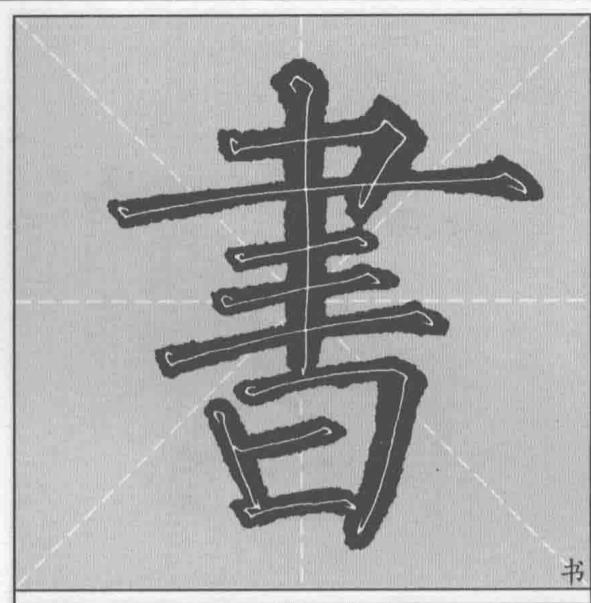
2034年	甲寅	2024年	甲辰	2014年	甲午	2004年	甲申	1994年	甲戌	1984年	甲子
2035年	乙卯	2025年	乙巳	2015年	乙未	2005年	乙酉	1995年	乙亥	1985年	乙丑
2036年	丙辰	2026年	丙午	2016年	丙申	2006年	丙戌	1996年	丙子	1986年	丙寅
2037年	丁巳	2027年	丁未	2017年	丁酉	2007年	丁亥	1997年	丁丑	1987年	丁卯
2038年	戊午	2028年	戊申	2018年	戊戌	2008年	戊子	1998年	戊寅	1988年	戊辰
2039年	己未	2029年	己酉	2019年	己亥	2009年	己丑	1999年	己卯	1989年	己巳
2040年	庚申	2030年	庚戌	2020年	庚子	2010年	庚寅	2000年	庚辰	1990年	庚午
1991年	辛酉	2031年	辛亥	2021年	辛丑	2011年	辛卯	2001年	辛巳	1991年	辛未
1992年	壬戌	2032年	壬子	2022年	壬寅	2012年	壬辰	2002年	壬午	1992年	壬申
1993年	癸亥	2033年	癸丑	2023年	癸卯	2013年	癸巳	2003年	癸未	1993年	癸酉

月份异称表

七月	初凉孟瓜兰早新首上初 秋月秋月秋秋秋秋秋	一月	正元孟端早岁开端初上新春元春
八月	中秋桂正仲竹壮南 秋月秋秋秋月吕	二月	仲杏皓如花卯中仲酣 春月月月月和春春
九月	孟季菊玄暮霜三季 秋秋月月秋序秋秋	三月	季暮桃末晚宿莺 春月春月春春月时
十月	孟霜露初亥开上 冬月冬月冬月冬	四月	麦初梅槐首清孟始 夏月夏月夏月夏
十一月	仲畅雪枣复子辜 冬月冬月冬月冬	五月	仲榴蒲皋午天超 夏月月月月中夏
十二月	腊除冰末严残暮季 月月月月月冬冬	六月	季荷暑伏焦荔盛暮晚季 夏月月月月月夏夏

二十四节气记日表

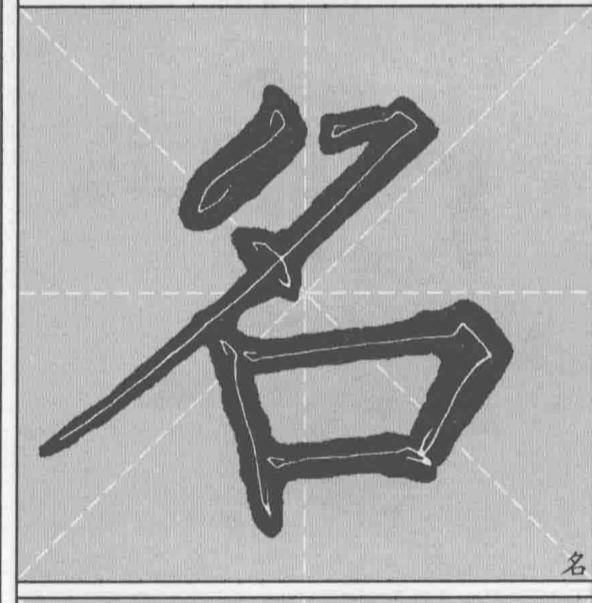
立冬	11月7日 / 8日	立秋	8月7日 / 8日	立夏	5月5日 / 6日	立春	2月4日 / 5日
小雪	11月22日 / 23日	处暑	8月23日 / 24日	小满	5月21日 / 22日	雨水	2月19日 / 20日
大雪	12月7日 / 8日	白露	9月7日 / 8日	芒种	6月5日 / 6日	惊蛰	3月5日 / 6日
冬至	12月21日 / 22日	秋分	9月23日 / 24日	夏至	6月21日 / 22日	春分	2月20日 / 21日
小寒	1月5日 / 6日	寒露	10月8日 / 9日	小暑	7月7日 / 8日	清明	4月4日 / 5日
大寒	1月20日 / 21日	霜降	10月23日 / 24日	大暑	7月23日 / 24日	谷雨	4月20日 / 21日



清 结体左短右长，左窄右宽；“青”第三横稍长，“月”字形窄。风 首笔竖撇回锋，弯钩纵向伸展；“虫”部勿靠上。

书 诸横长短有法，不可颠倒写错；中竖正直；“曰”形扁。品 “口”字左上留空，下部两口左竖下伸，三“口”分而不离。

致 左欹右正，结体紧凑；“至”下横为提；“攴”部用笔撇轻捺画重。和 “禾”部竖笔偏右，捺为点；“口”呈扁形，居左横略下处。



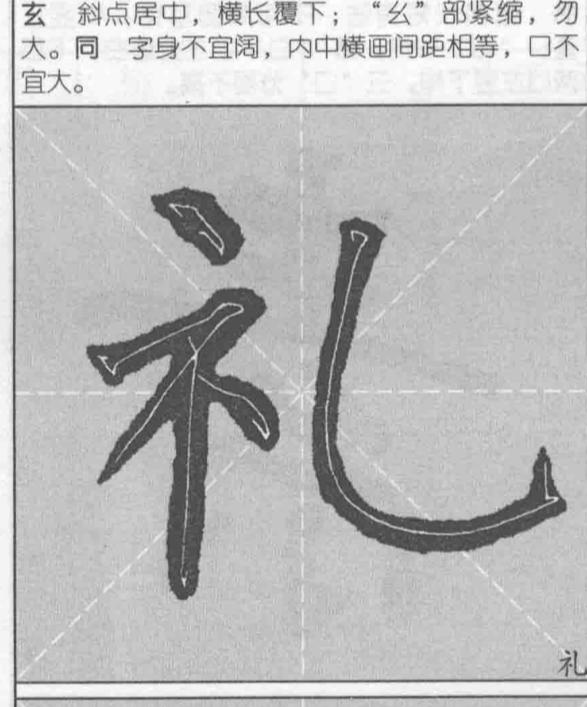
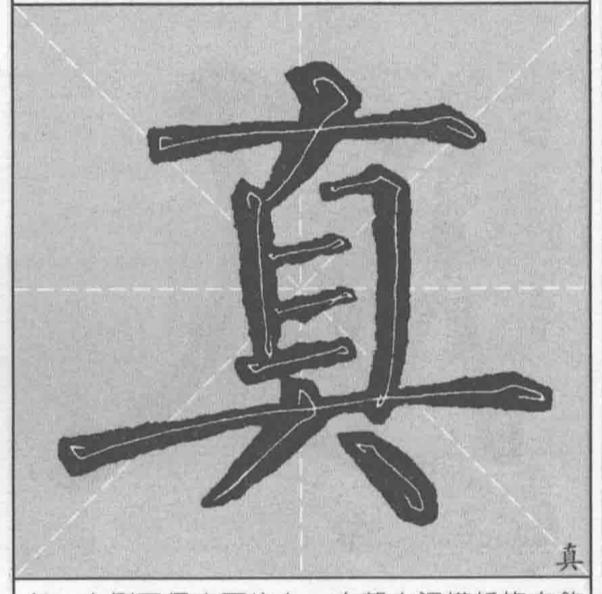
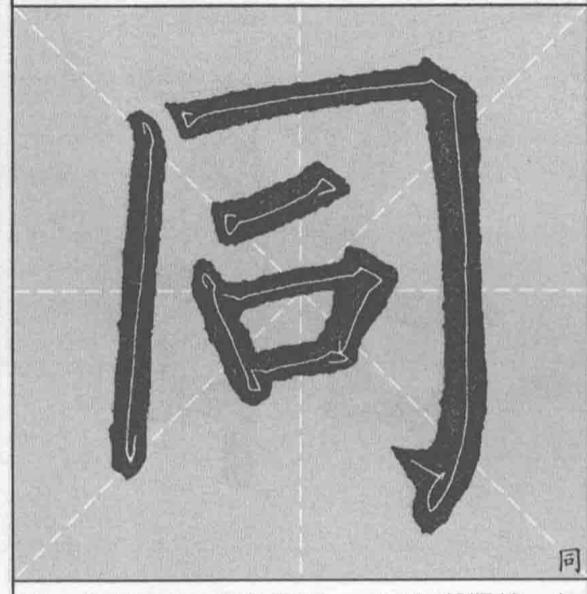
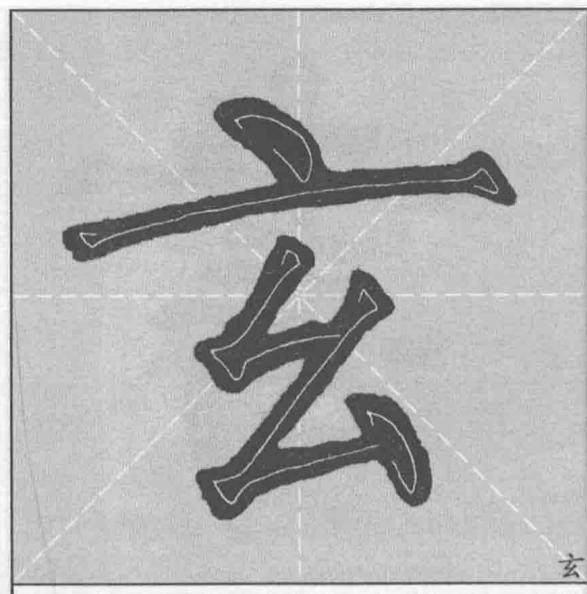
名 “夕”下撇尽展；“口”左竖下伸，两侧收敛呈扁形。家 “豕”不宜太宽，弯钩与上点对正，连撇忌排牙，捺笔宜纵展。

素 横细竖粗，中横左伸右展，撇折收敛，竖钩与竖对齐。秋 “禾”捺为点以让右；“火”两点左低右高，长撇上伸下展，斜捺舒展。

幽 先写中竖，绞丝对称，折笔分两笔写，左右两竖上开下拢。思 “田”字形扁，横细折粗，下横起笔左伸；卧钩回抱有力，与两点呼应。

楷书技法大字帖 · 玄秘塔碑

宋集《玄秘塔碑》



春 三横以斜取势，长撇取竖势，捺收笔高于撇；“曰”勿宽上靠。晓 左窄右宽；“尧”上密下疏，撇与竖弯钩起笔处与短竖正对。

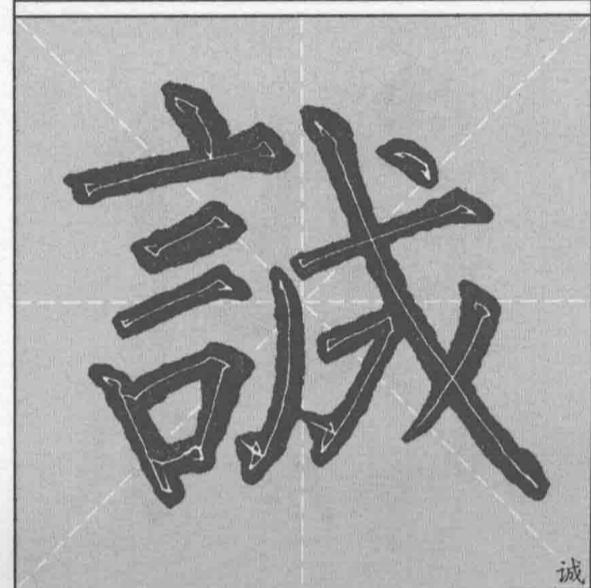
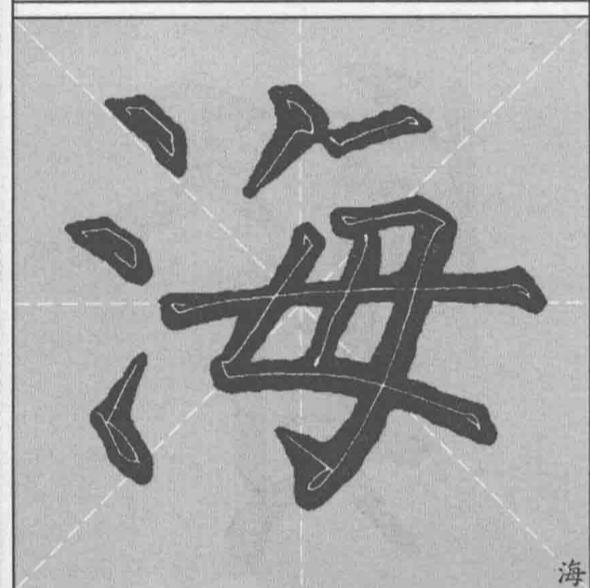
玄 斜点居中，横长覆下；“玄”部紧缩，勿大。同 字身不宜阔，内中横画间距相等，口不宜大。

归 左侧写得窄而偏上，右部中间横折钩左敛右展，末笔竖画向下垂伸。真 首横短，上部纵长，下横长收笔重顿，八字点坚实有力。

乐 整体左右平衡；“木”部长横舒展，竖钩雄强，两点呼应。道 “首”上横勿长；“辵”部点画上置，捺笔雄强一波三折。

礼 “彳”部竖笔与上点正对；竖弯钩圆转右展。贤 上部宽阔覆下，“又”撇画上收让下，下横连写撇，末笔点画厚重。

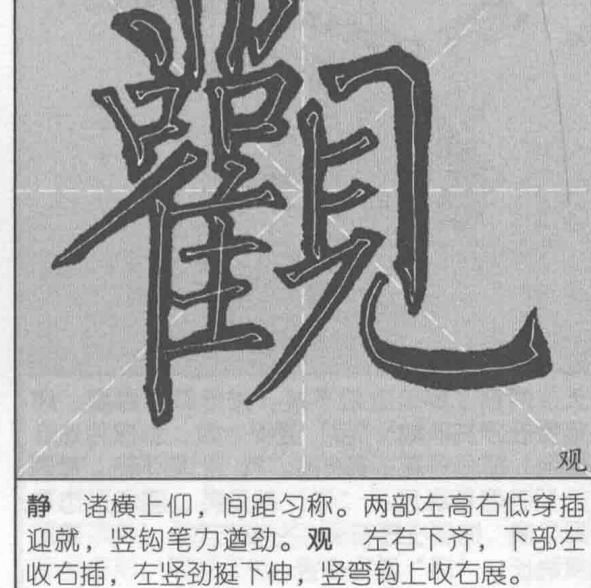
云 “雨”部宜宽，四点笔法各异；“云”取斜势，注意撇折与点写法。游 点画高置，平捺蚕头燕尾，一波三折，所托上部要重心平稳。



碧 字身忌矮，“石”上横宜短，三部分顾盼呼应，离而不散。**海** “每”撇、横略短小，竖折与横折相交，中部横左伸，上下两点相连。

精 “米”部上重下轻，横画左伸，捺为点；“青”月字与上面竖画正对。**誠** 结体左放右收，“言”部上横稍长，右部斜钩藏锋收笔。

得 “彳”部短撇上短下长；“寸”横画左伸，竖钩偏右，末点偏左。**眾** 上紧下疏，诸撇各有其法，取势不同，末笔捺画回锋反收。

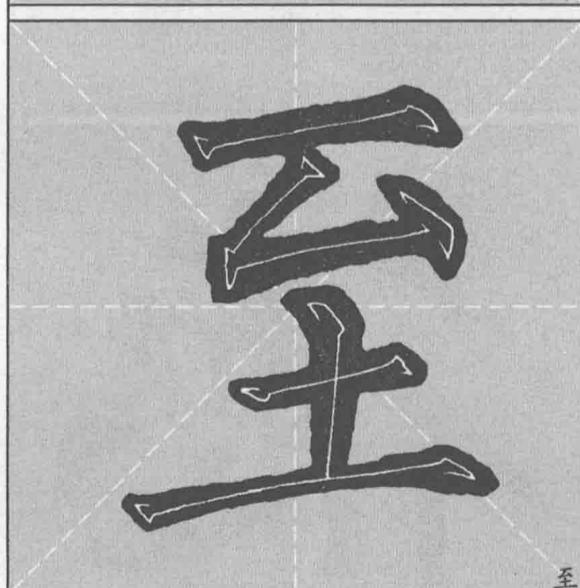
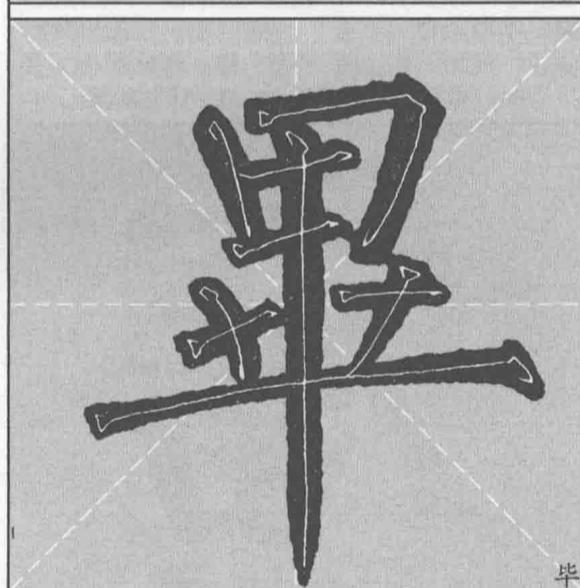
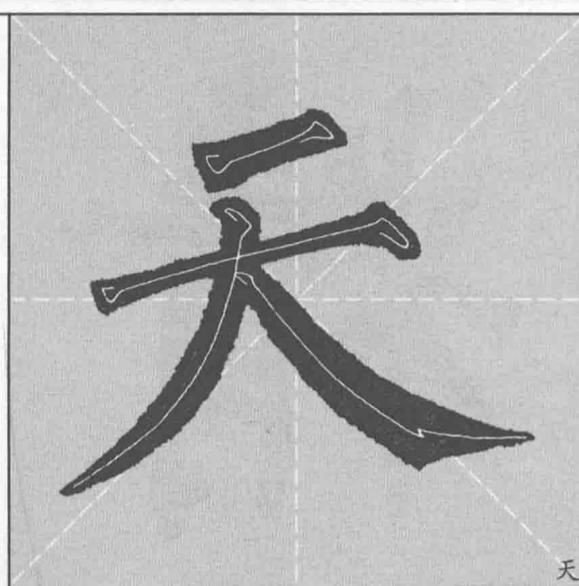


廣 长撇起笔内收，撇势开张，“黄”左上收缩避让，底部撇、点支撑强劲。**德** 结体左放右收，右中部笔画收紧，上下用笔疏朗。

靜 诸横上仰，间距匀称。两部左高右低穿插迎就，竖钩笔力遒劲。**觀** 左右下齐，下部左收右插，左竖劲挺下伸，竖弯钩上收右展。

乘 竖钩居中，两边对称，上下收敛，下横舒展。**雲** “雨”部宜宽，四点笔法各异；“云”取斜势，注意撇折与点写法。

楷书技法大字帖 · 玄秘塔碑



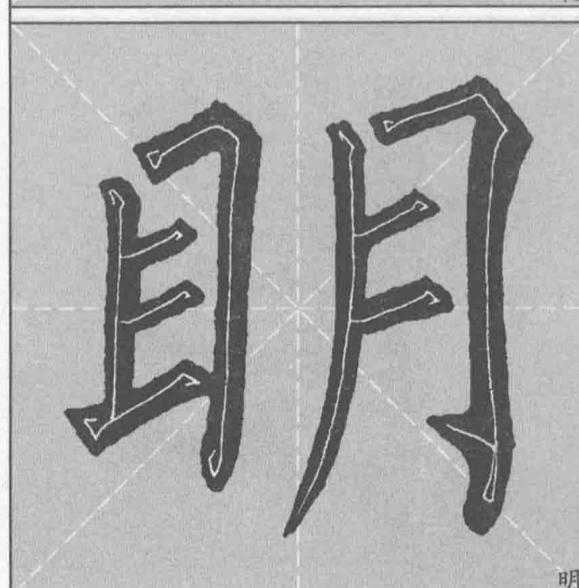
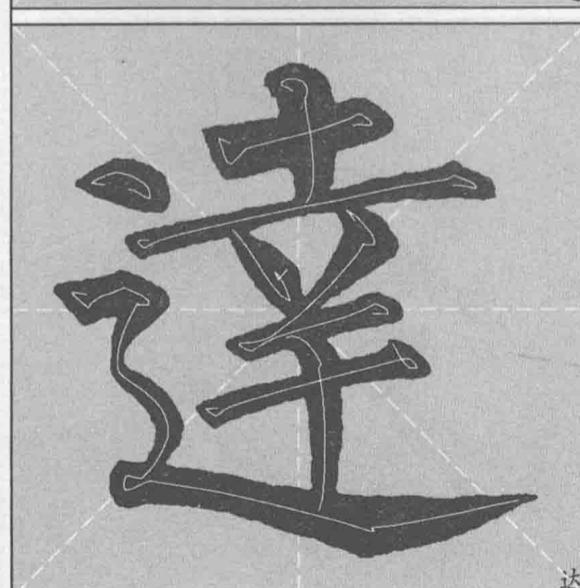
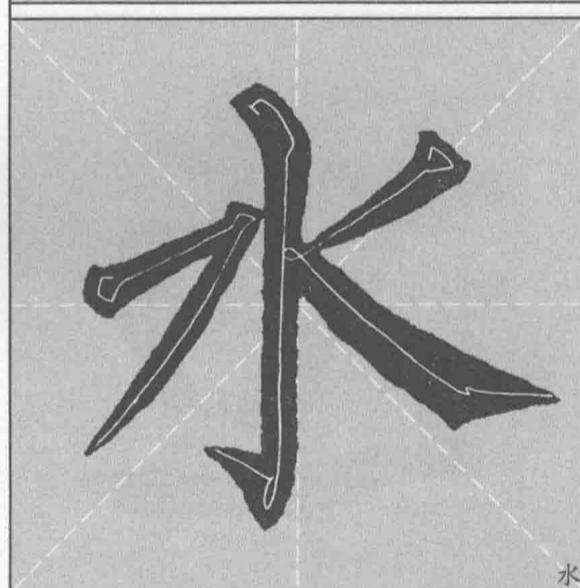
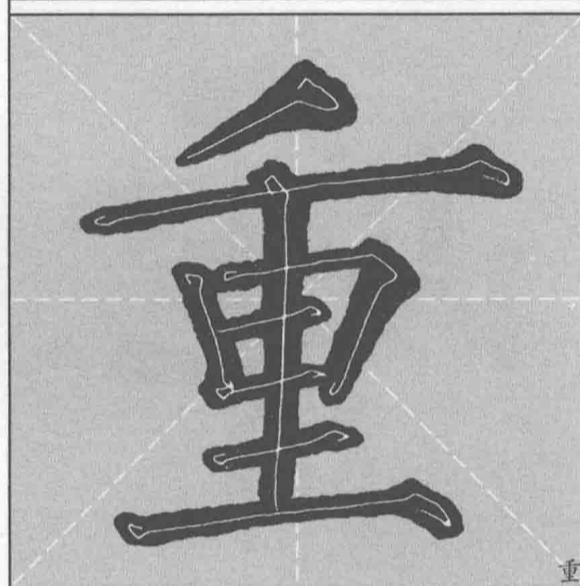
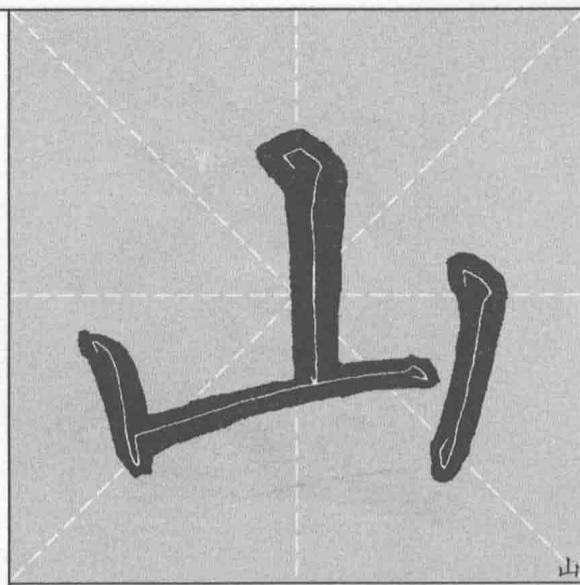
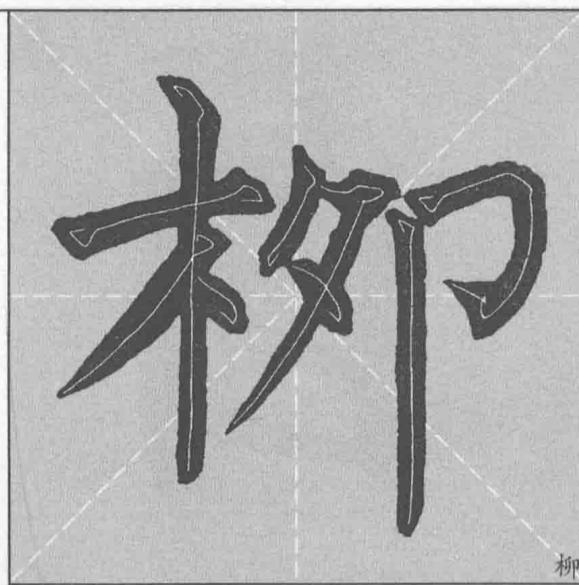
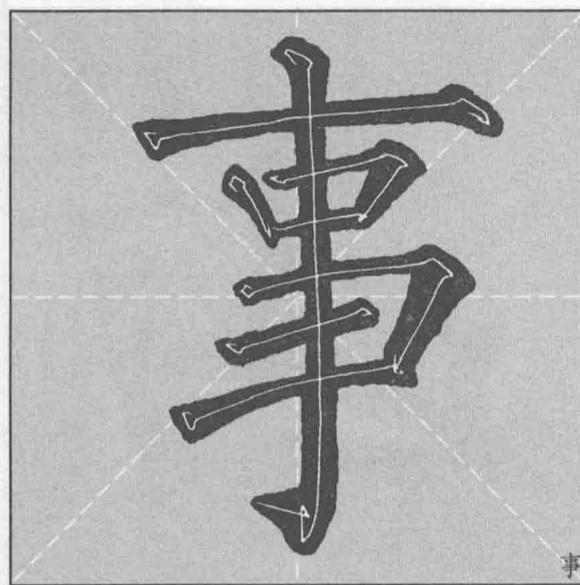
施 故正相依；“方”部右倾，斜点偏右，斜钩偏左。畅 “曰”略扁上置，右部长横由其下起笔；“勿”的斜钩收笔与上部正对。春 三横以斜取势，长撇取竖势，捺收笔高于撇；“曰”不宜宽，且向上靠。风 首笔竖撇回锋，弯钩纵向伸展；“虫”部不宜太靠上。

天 两横上扬，上短下长，撇捺开张舒展，收笔撇低捺高。朗 “良”竖提上收，斜捺为点；“月”部两短横左实右虚。气 上窄下宽，横画上仰，弯钩纵展；“米”部外拓，四点形态各异。清 结体左短右长，左窄右宽；“青”第三横稍长，“月”撇写作竖。

群 “君”左放右收，“羊”字竖画下伸，收笔悬针。贤 上部宽阔覆下，“又”撇画上收让下，下横连写撇，末笔点画厚重。毕 左右对称，形长而中间独雄，长横向右上取势，长竖居中，端正劲直。至 上部横画短，底横要写长，中竖垂直，整个字略向右上取势。



楷书技法大字帖 · 玄秘塔碑



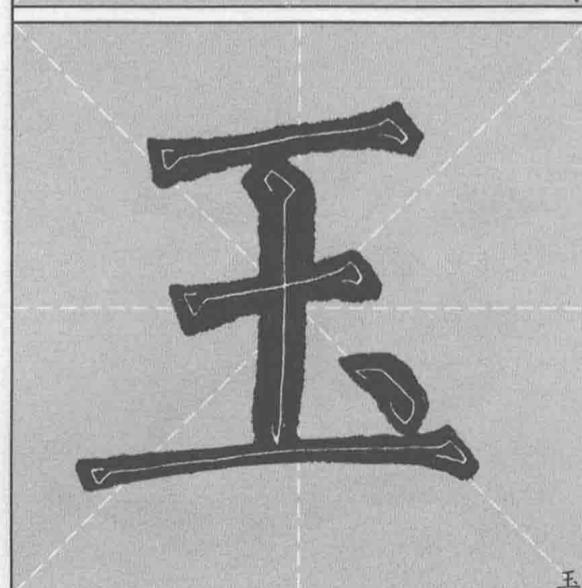
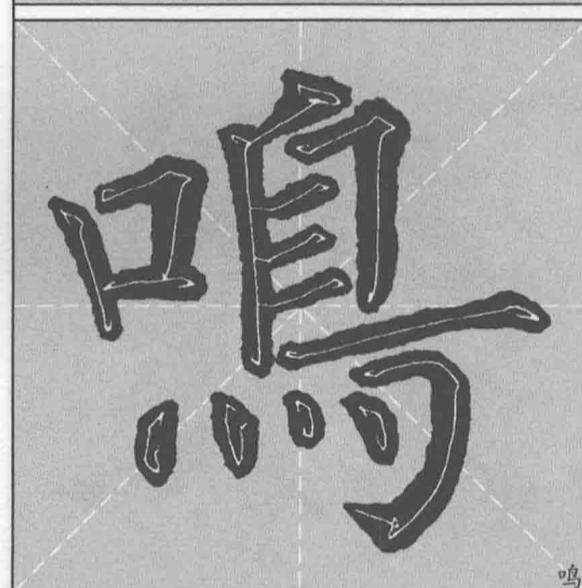
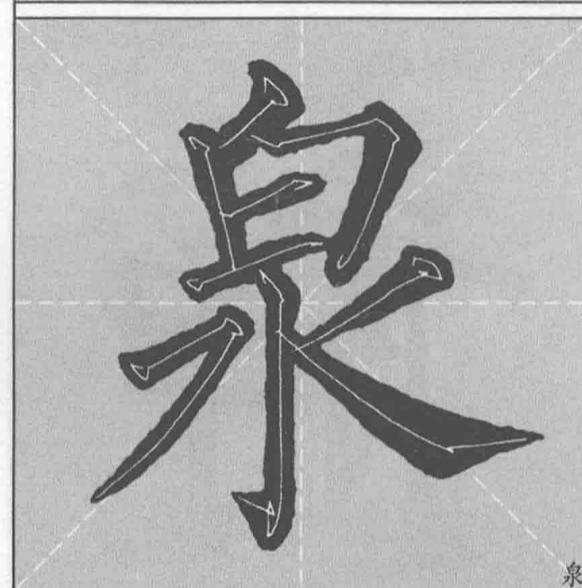
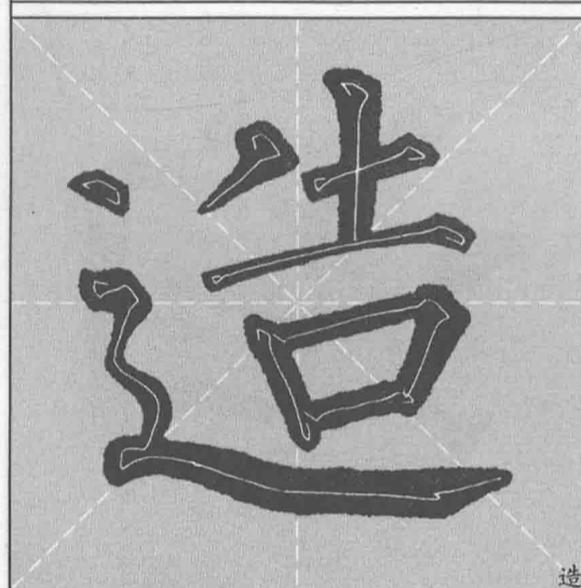
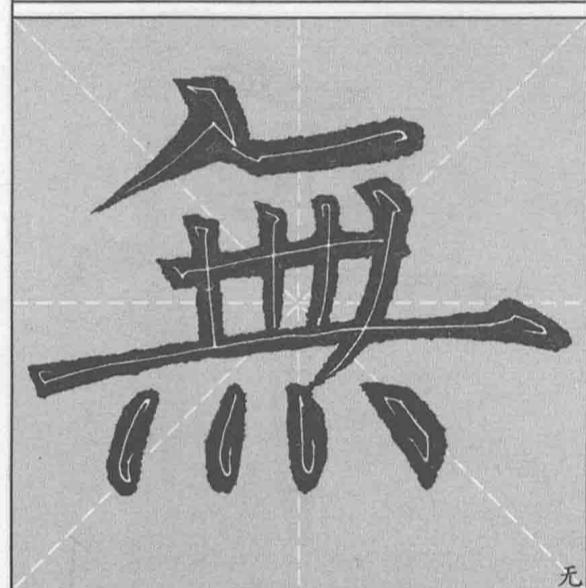
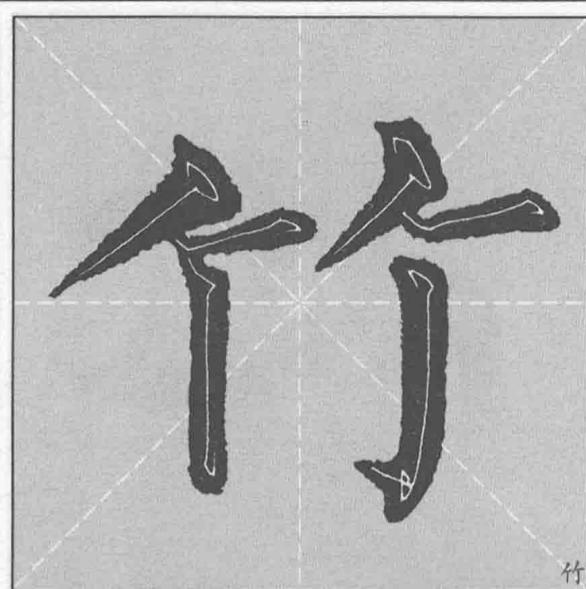
事 横细竖粗，诸横间距匀称，长短各有其法，竖钩直劲雄强。理 “王”旁下横变挑以让右。“里”字底横左伸。通 “甬”角折舒展，中竖上收；“辵”部写法以包承为要，转折处用笔轻重交替，平捺宜长。达 “幸”上放下收，长横左伸；“辵”点画上置，平捺“蚕头燕尾”。

柳 三部分结体紧凑，长短高低各有其法，不可颠错。暗 “曰”旁稍窄；“立”部下横长，下面“曰”部忌宽。花 “艹”部左低右高，彼此呼应；下部左长右短，短撇偏上，竖弯钩右展。明 “曰”写作目，位上置；“月”竖撇上直下弯，竖钩挺拔有力。

山 先写中竖，竖折横上仰，右短竖下伸，以求平衡。重 诸横长短各有其法，间距相等，中间“曰”略扁勿宽，下部收敛。水 中直钩劲健，挑钩不宜太大，两边左敛右展。复 “复”字上部横竖收窄，下部上撇左伸，末笔斜捺上伸下展。



楷书技法大字帖 · 玄秘塔碑



竹 左小右大，竖画垂露收笔，竖钩略带弯势。
无 短撇头重锋锐，横画上短下长，四竖紧密，右竖出锋带下，四点映带。
俗 “亻”部撇重竖轻；“谷”撇捺收敛，左竖下伸。
韵 左放右收，结体紧凑；“音”字上宽下窄，横折笔下伸；右部撇折左拓，短横左实右虚。

妙 “女”部向右上取势；“少”字长撇伸展至左下。
造 点画高置，平捺蚕头燕尾；“告”字口呈扁形且与上竖正对。
自 两竖左直右曲，诸横间距匀称，内中两短横左实右虚。
然 上部取势右上，左低右高；下面四点间距匀称，略呈向上聚拢之势。

飞 两弯钩上小下大，横笔左展，中竖直劲，收笔垂露。
泉 上窄下宽，直钩居中，垂直劲挺，捺笔伸展。
鸣 “口”部上置，“鸟”字上部收缩，下部左右伸展，四点挑锋映带。
玉 横细竖粗，长短有别，竖画居中，点画与底横相连。