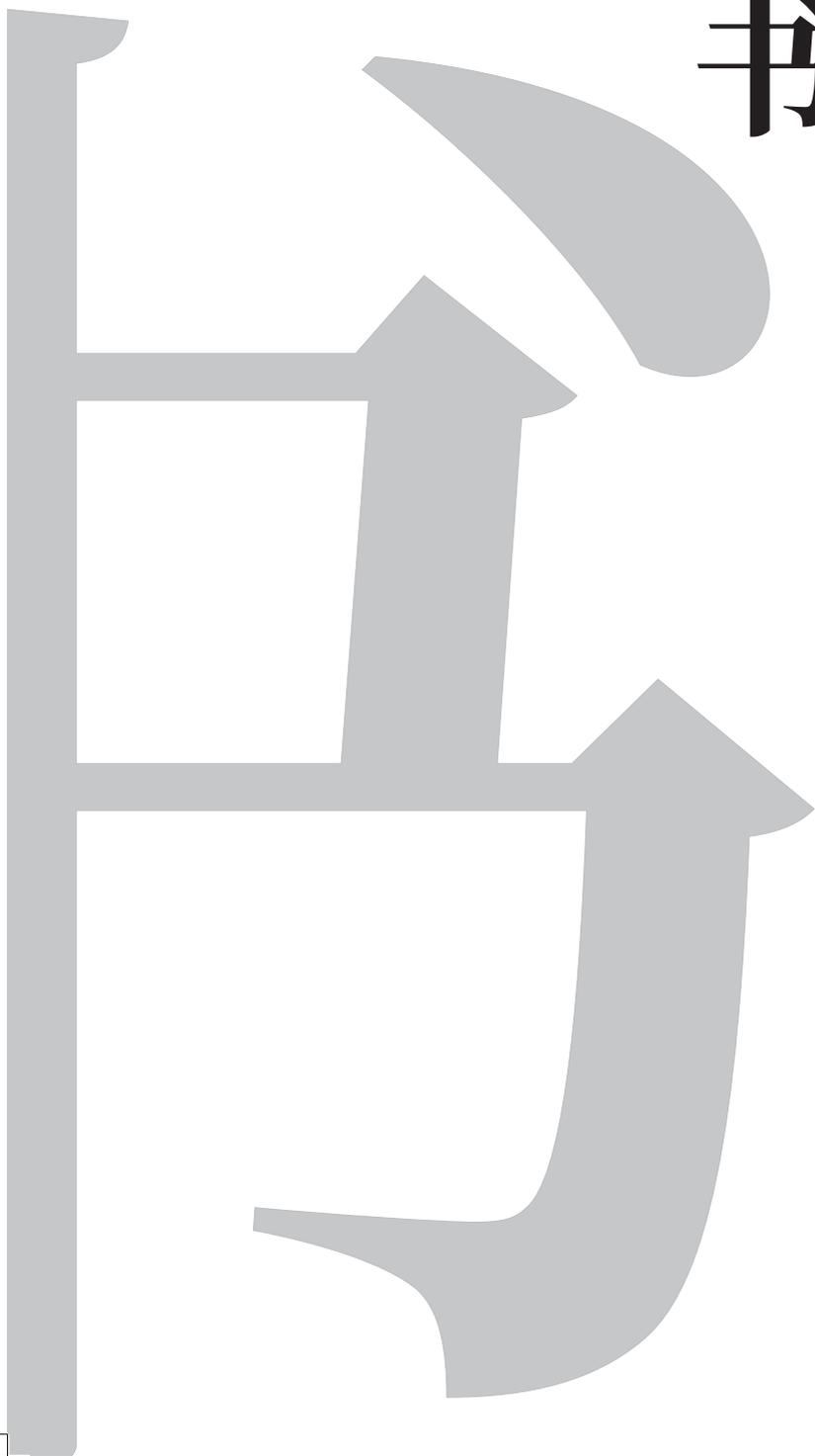




中国高等艺术院校
精品教材大系

书法教程

靳继君 主编



人民美術出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

书法教程 / 靳继君主编. -- 2版. -- 北京: 人民
美术出版社, 2021.12
(中国高等艺术院校精品教材大系)
ISBN 978-7-102-08726-9

I. ①书… II. ①靳… III. ①汉字—书法—高等学校
—教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2021)第251047号

 中国高等艺术院校精品教材大系

ZHONGGUO GAODENG YISHU YUANXIAO JINGPIN JIAOCAI DAXI

书法教程 SHUFA JIAOCHENG

编辑出版  人民美术出版社

(北京市朝阳区东三环南路甲3号 邮编: 100022)

<http://www.renmei.com.cn>

发行部: (010) 67517602

网购部: (010) 67517743

主 编: 靳继君

责任编辑: 李宏禹

版式设计: 陈 林

封面设计: 王 珏

责任校对: 白劲光 黄 薇

责任印制: 宋正伟

制 版: 朝花制版中心

印 刷: 北京印刷集团有限责任公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787毫米×1092毫米 1/16 印张 8

版 次: 2010年8月 第1版

2021年12月 第2版

印 次: 2021年12月 第1次印刷

印 数: 25501-28500册

ISBN 978-7-102-08726-9

定 价 68.00元

版权所有 侵权必究

如有印装质量问题影响阅读, 请与我社联系调换。(010)67517812



中国高等艺术院校
精品教材大系

书法教程

靳继君 主编

目 录

第一章 中国书法概说

第一节 书法的荣誉	2
一、象形的智慧	2
二、中国文化核心的核心	3
加油站：仓颉造字	4
思考与练习	4
第二节 族群的意义	5
一、书文同脉	5
二、书画同源	6
三、书乐同归	9
四、书舞同势	10
加油站：观公孙大娘舞剑	11
思考与练习	11
第三节 书法的民族性、世界性	12
一、民族性	12
二、世界性	12
加油站：时代性	13
思考与练习	13
第四节 文房四宝	14
一、笔	14
二、墨	15
三、纸	16
四、砚	18
五、其他工具	19
加油站：临池	19
思考与练习	19
第五节 笔法	20
一、执笔法	20
二、用笔	20
三、用墨	28
加油站：“如锥画沙”、“屋漏痕”	29
思考与练习	29
第六节 临摹的科学	30
一、什么是临摹	30
二、临摹什么	30
三、怎样临摹	31
加油站：智永学书不下楼	34
思考与练习	34

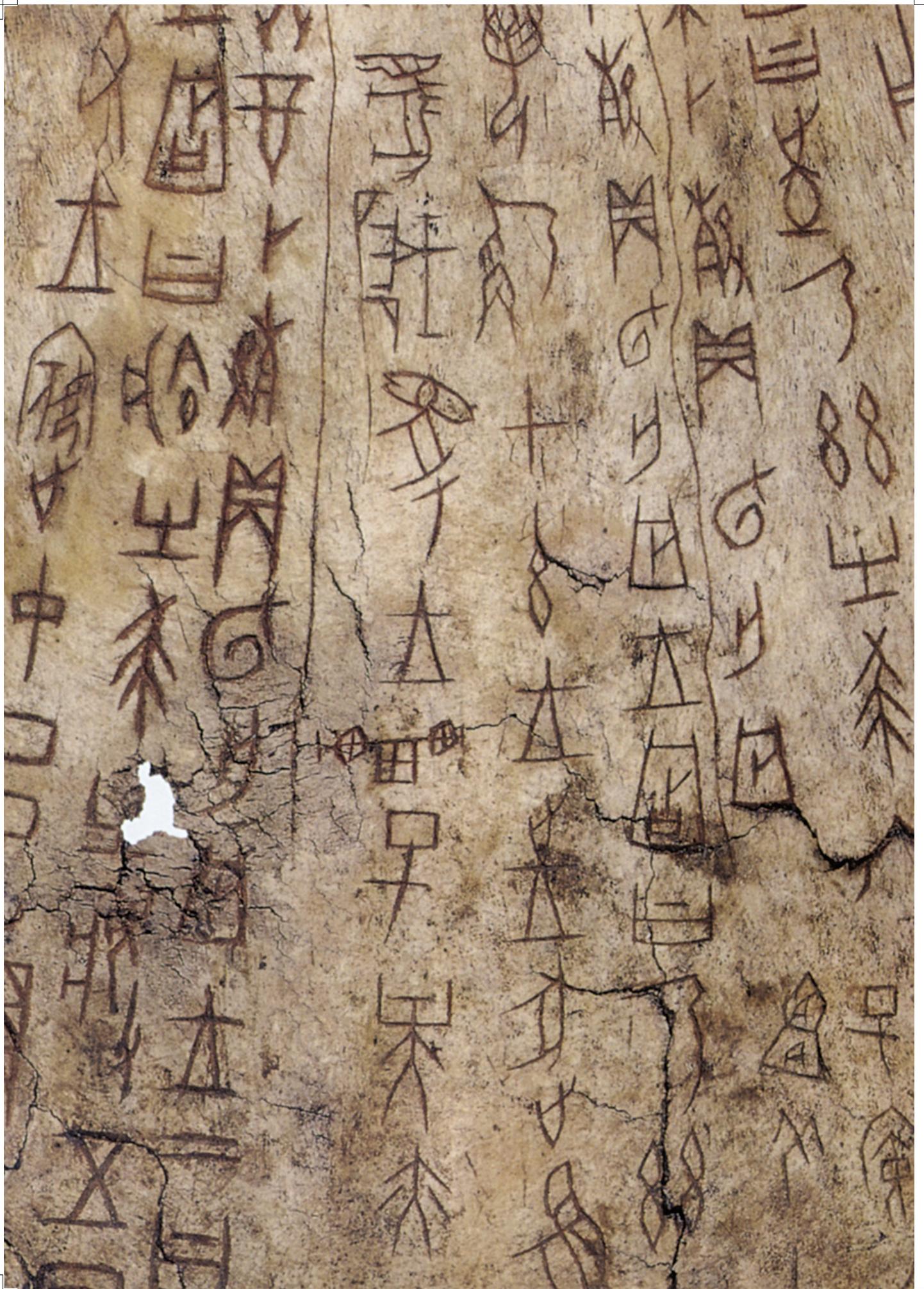
第二章 篆隶津梁

第一节 篆书通识	36
一、什么是篆书	36
二、篆书的书法特征	36
加油站：古文字与今文字 / 字体与书体	37
思考与练习	37
第二节 大篆	37
一、甲骨文	38
二、《散氏盘》	41
加油站：怎样写金文	42
思考与练习	42
第三节 秦篆	43
一、《石鼓文》	45
二、《泰山刻石》	46
加油站：历代篆书名家名迹	47
思考与练习	50
第四节 隶书通识	51
一、什么是隶书	51
二、隶书的书法特征	51
加油站：程邈下狱创隶书	53
思考与练习	53
第五节 汉代隶书墨迹	54
一、汉简	54
二、马王堆帛书	55
加油站：汉印	57
思考与练习	57
第六节 汉代隶书碑刻	58
一、《张迁碑》	58
二、《石门颂》	61
加油站：历代隶书名家名迹	64
思考与练习	66

第三章 楷书津梁

第一节 楷书通识	68
一、什么是楷书	68
二、楷书的书法特征	68
加油站：碑学与帖学	70

思考与练习	70	一、王羲之《兰亭序》	91
第二节 钟繇楷书	71	二、王献之的行草书	93
一、“正书之祖”钟繇	71	加油站：萧翼计取《兰亭》	94
二、《荐季直表》	71	思考与练习	94
加油站：八体六书、钟书三体	72	第三节 颜真卿行书	95
思考与练习	72	一、颜真卿《祭侄文稿》	95
第三节 王羲之楷书	73	二、《争座位帖》与《刘中使帖》	96
一、王羲之“今体”楷书	73	加油站：颜真卿拜师	98
二、王羲之楷书代表作	73	思考与练习	98
加油站：王羲之书法艺术特色	74	第四节 宋代行书	99
思考与练习	74	一、苏轼《黄州寒食诗帖》	99
第四节 魏碑	75	二、黄庭坚、米芾的行书	100
一、摩崖	75	加油站：历代行书名家名迹	103
二、造像记	76	思考与练习	104
三、碑碣	77	第五节 草书通识	105
四、墓志	78	一、什么是草书	105
加油站：怎样写魏碑	79	二、草书的书法特征	105
思考与练习	79	加油站：怎样学草书	106
第五节 唐代楷书	80	思考与练习	106
一、初唐四杰	80	第六节 章草	107
二、颜筋柳骨	82	一、《急就章》	107
加油站：唐人尚法	85	二、陆机《平复帖》	108
思考与练习	85	加油站：“汉兴有草书”	110
第六节 唐以后的楷书	85	思考与练习	110
一、杨凝式	85	第七节 今草	111
二、赵孟頫	86	一、王羲之的“今草”	111
加油站：善书之家	88	二、孙过庭《书谱》	112
思考与练习	88	加油站：东汉赵壹《非草书》	114
思考与练习	88	思考与练习	114
第四章 行草津梁		第八节 狂草	115
第一节 行书通识	90	一、颠张狂素	115
一、什么是行书	90	二、黄庭坚的草书	117
二、行书的书法特征	90	加油站：余绪回声	119
加油站：怎样学行书	90	思考与练习	120
思考与练习	91	参考书目	121
第二节 “二王”行书	91		



第一章 中国书法概说

第一节 书法的荣誉	2	二、墨	15
一、象形的智慧	2	三、纸	16
二、中国文化核心的核心	3	四、砚	18
加油站：仓颉造字	4	五、其他工具	19
思考与练习	4	加油站：临池	19
第二节 族群的意义	5	思考与练习	19
一、书文同脉	5	第五节 笔法	20
二、书画同源	6	一、执笔法	20
三、书乐同归	9	二、用笔	20
四、书舞同势	10	三、用墨	28
加油站：观公孙大娘舞剑	11	加油站：“如锥画沙”、“屋漏痕”	29
思考与练习	11	思考与练习	29
第三节 书法的民族性、世界性	12	第六节 临摹的科学	30
一、民族性	12	一、什么是临摹	30
二、世界性	12	二、临摹什么	30
加油站：时代性	13	三、怎样临摹	31
思考与练习	13	加油站：智永学书不下楼	34
第四节 文房四宝	14	思考与练习	34
一、笔	14		

第一章 中国书法概说

什么是书法？见仁见智，但绝不能只从字面的意思得出书法即是汉字的书写方法这样简单的结论。要从书法创作的主体、对象、过程、结果以及它的发展演变过程来综合考察，才能得出一个相对辩证的结论来：书法是书写者（人）书写汉字的活动。其公式应该是：

人+书写+汉字=书法

人是书法的主体，需要有情感的投入；书写是技法的动态表现，是灵魂；汉字是造型基础，最后的结果是书法（有性格与观念的存在）的物化形态。建筑在该层面的书法，应该是具有文化、艺术品格的。用公式来表示就是：

情感诉求+技法表现+造型基础=书法艺术形象。

中国书法具有实用与艺术的双重性格。在古代，从秦汉的课吏制度到科举制度，一直重视书写的规范和美观，如抄写公文、书刻碑文墓志、题写匾额门榜等，甚至王羲之的《兰亭序》、颜真卿的《祭侄稿》、苏轼《黄州寒食诗》都是信笔写下的文稿，是典型的实用性书写，后来却成了书法史上的经典作品，看来在古人的眼里，书写的实用性和艺术性之间并没有严格的界限。

西方也有“书法”这个词，意思是“美观的书写或形式”，但中国的书法家并不满足工整的、装饰的美观，特别是行草书的创立，书法的用笔技巧和艺术表现力达到了空前的发扬，他们崇尚“心”、“韵”、“意”、“势”、“神”、“正人心”、“开圣道”，形成了一整套超越“法度”的书法观念。

第一节 书法的荣誉

一、象形的智慧

汉字产生虽然有许多许多的美丽传说，就产生的具体年代，真是说也说不清楚，但是，初创时期是不难看出汉字与图画的渊源关系，属象形文字系统是无疑的。有东汉许慎《说文解字·叙》中关于“六书”的论述为证。

（一）象形者，画成其物，随体诘屈，“日”、“月”是也。

（二）指事者，视而可识，察而见意，“上”、“下”是也。

（三）会意者，比类合谊，以见指撝，“武”、“信”是也。

（四）形声者，以事为名，取譬相成，“江”、“河”是也。

（五）转注者，建类一首，同意相受，“考”、“老”是也。

（六）假借者，本无其字，依声托事，“令”、“长”是也。

综上“六书”，前四者是“造字之本”，为汉字构造结论，以象形为核

心；后两者为“用字之法”，和汉字的结构不发生联系。

汉字是中华文明的标志，它和埃及的圣书字、古代苏美尔文字、原始埃兰文字和克里特文字等，同是世界上最古老的文字。汉字与这些古老的文字一样，都经过由图画到表意、由象形到符号的演变过程。汉字经历了篆书、隶书、楷书几个大的发展阶段，逐渐脱离所像的物象，成为符号化的文字；而它与其他古老文字不同的是，当那些古老的文字停止了使用而丧失了生命力，有的成了拼音文字，有的甚至不可以读识，被外来文字取代的时候，唯有汉字，没有停顿地被使用至今，成为世界上唯一的一种有着日渐严密体系的表意文字，这是对我们祖先智慧的又一次考验，更是中华民族引以为骄傲和自豪的地方。

几千年的中华文明，汉字的数量已达到约15000余个。汉字不仅数量多，而且无一雷同。每个汉字都是一个独立的图形，本身就富有“造型”的特色。这虽然给读识带来不小的麻烦，对于书法家来说，却获得了丰厚的造型资源，因为书法家是依据汉字创造书法形象、树立自己的艺术风格的。

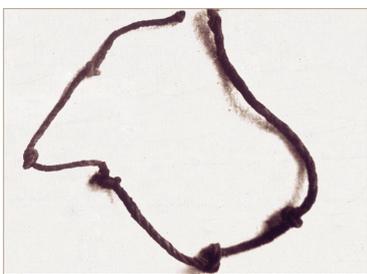


图1-1 结绳记事

二、中国文化核心的核心

1925年，梁启超受聘于清华学校（现在的清华大学），担任国学研究院的导师。翌年，他为清华大学教职员书法研究会，作了一次有关书法的演讲。梁启超讲道：“美术，世界所公认的为图画、雕刻、建筑三种，中国于这三种之外，还有一种就是写字。”“美术”是舶来的新名词，指造型艺术。中国人所特有的艺术形式——书法（写字）之所以被称为美术的原因，是因为它具有线条美、光学美、力学美和表现个性美。

时隔十年后，林语堂在美国写了一部名为《吾国吾民》的书，向西方世界介绍中国，其中也说到中国书法：“书法艺术给美学欣赏提供了一整套的观念术语，我们可以把这些术语所代表的观念看成是中华民族美学观念的基础”；“如果不懂得中国书法艺术灵感，就无法谈论中国的艺术”；“在书法上，也许只有在书法上，我们能够看到中国人艺术心灵的极致。”

季羨林先生在《书法文化与学者眼界》一文中说：“全世界文字可以成为审美的艺术——书法艺术，只有中国，别的国家没有专门的书法艺术。在我国的优秀传统文化中，书法实在是占有很重要的地位。”

熊秉明在他的著作《中国书法理论体系》封面上赫然写道：“西方艺术只有雕刻绘画，在中国却有一门书法，是处在哲学和造型艺术之间的一环。比起哲学来它更具体、更有生活气息，比起绘



图1-2 西安半坡仰韶文化彩陶上的刻划符号

画雕刻来它更抽象、更空灵。书法是中国文化核心的核心，是中国灵魂特有的园地。”

书法真是一种奇妙的艺术，凭着几根简单的线条，居然拼凑出千姿百态的字形。方寸之地，气象万千。一个字仿佛一个小世界；一幅字，组成了气势恢宏的大千世界。小中见大，有限之中见无限，书法把中国文化高度地凝聚起来，在小小的空间里，显现中华文化的博大精深，这可以说是书法艺术的哲学内涵。

书法是中国特有的一门艺术，也是一门学问，更是一种文化现象。它深深地根植于中国文化土壤之中，它深刻地诠释和体现着中国人特有的文化精神。作为中国文化大系统中的子系统，书法具有多向度、多层次且极强穿透力的文化品格，这种品格是中国书法固有的、与生俱来的。因为汉字不仅是书写表现的对象，而且是书法通往文化世界的桥梁。以汉字为中介，它与中国传统文化的各个方面都具有显性和隐性的联系，在联系中显示出其多方面的文化功能和文化价值。

书法体现着我们中国文化精神在世界文化传统中的地位和荣誉。



图1-3 大汶口文化陶器的图形符号



图1-4 传说中的仓颉像

加油站：仓颉造字

关于汉字的起源，古代有很多传说。《周易·系辞下》记载：“上古结绳而治，后世圣人易之以书契。”此虽捋出了汉字起源的线索，但从“结绳”到“书契”这一过程究竟经历了多久？那位“圣人”又究竟是谁？都没有给出答案。（图1-1、图1-2）

大约在战国时期，许多学者非常关心事物的起源问题，喜欢探究创始人，例如：奚仲作车、后稷作稼、昆吾作陶、仪狄作酒等，当然也包括“仓颉造字”了，这里所说的“作”，就是发明、创造的意思。东汉文字学家许慎对仓颉造字又有新的阐释：“黄帝之史官仓颉见鸟兽蹄远之迹，知分理之可相别异也，初造书契，百工以义，万品以察。”黄帝是传说中的人物，是五帝之首，距今大约4000余年。如果那时仓颉真的造出汉字来的话，比殷商时期的甲骨文要早一千多年；以考古发现的新石器时期陶器上我们见到这些具有文字性质的符号，应该是汉字起源时期的文字（图1-3），年代比黄帝时期还要早，距今有五六千年的历史。

从客观唯物主义出发，按照事物发展的一般规律，从“结绳”到图形再到“书契”应该是一个相当漫长的发展历程，汉字发生与形成不可能由哪一个人来完成。如果历史上真的有仓颉这个人，他至多是一位对文字发掘整理作出过突出贡献的人，被尊为发明文字的圣人，名字也就流传下来了（图1-4）。

思考与练习

1. 根据象形、指示、会意、形声四种造字原理，分别列出四组所属的汉字，每组四个字。
2. 谈谈你对“书法是中国文化核心的核心”的理解。

第二节 族群的意义

书法这一个中国特有的、独立的艺术门类，既有其独特的内在结构和历史发展脉络，同时它又必然要和同一族群中的其他族类艺术，如文学、绘画、音乐、舞蹈、建筑等，相区别、相联系、相通融。相区别而独立，相联系而发展，相通融而繁荣。这就是族群的意义。

一、书文同脉

中国书法是一种综合艺术，它有着书文同根同脉，相互表里的综合性，这是在比较艺术论的视角下，中国书法一种特殊性质。

从华夏文化史来看，书法与文字、文学存在着先天的血缘关系。清代著名书论家包世臣的力作《艺舟双楫》，全书就分为“论文”、“论书”两大部分。它形象生动地把书法与文字、文学比作中华文化长河中艺舟的双楫，令人回味无穷。

（一）书文相成

唐代书论家张怀瓘：“文章发挥，书道尚矣”；“字之与书，理变归一，因文为用，相须而成。”说出书与文的亲缘关系。

书法艺术的诞生离不开文字、文学，文字书写不断求美的取向是逐步出现和形成的；书与文又是交相为用的。文需要书富有艺术性地书写增辉添彩，流行传播；书又需要文来衬托，增添审美层次。书文交相为用，最典型的莫过于王羲之的《兰亭序》。《兰亭序》（图1-5）是“天下第一行书”，又是中国文学史上不可多得的美文。

这里并非说书法是文字、文学的附庸，它们是在平行的关系网络中作平行的比较研究，并未确定谁主谁辅，是你中有我、我中有你，在它们的躯体中流淌着相同的血脉。

（二）书文应感

1. 从形式方面说，文学作品和书法章法一样，是一个有机整体，它那无意而有序地组合的字群中除了有意地选择和无意地偶合外，必然是各各形别，个个体殊。从这个意义出发，文学作品有利于促进书法艺术多样而又统一的章法美的诞生。

2. 书写自己所熟悉的文学内容，有利于形成书法章法中的行气；文学作品中的“气”，对行草书通篇的节奏、韵律也有深入的影响。如东晋王献之的《鸭头丸帖》（图1-6）全文15个字，却气脉贯通，节奏明快，动人索思。

3. 有时文体对书体风格会产生一定的影响。北朝流行碑碣文，一般用带有隶意的楷书体来写；南朝流行简牍文，一般用行草书体来写。于是促成了北碑与南帖两种迥异的书风。



图1-5 王羲之《兰亭序》（局部）

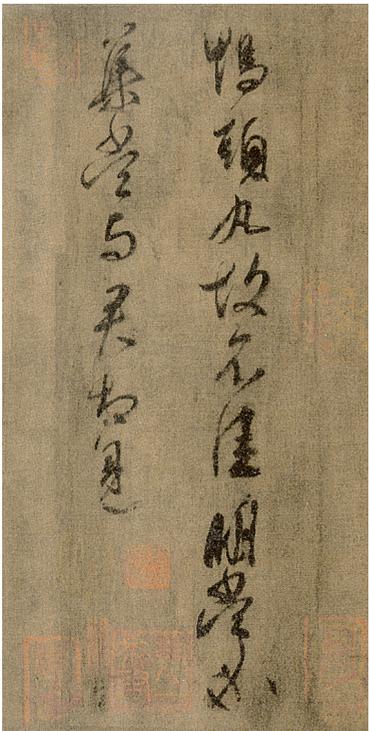


图1-6 王献之《鸭头丸帖》

4. 从内容方面说,文意对书法创作的感兴、情感有启发和孕育作用,它不但能促成书法创作的“神来”、“气来”、“情来”,“笔所未到气已吞”,而且还有可能生成书法创作中的书文“应感”现象。王羲之的《兰亭序》,颜真卿三稿——《祭侄文稿》、《争座位帖》(图1-7)、《告伯父稿》等书法杰作的成功,都离不开文章对感兴和情感的启发、孕育。

5. 所书文学作品,对书法创作的影响,还特殊地表现为个别文意可能促成特殊符号的象征意义。在汉隶中,《石门颂》中的“命”字(图1-8),最后一笔长达两字许;《李孟初碑》中“年”字的最后一笔同样如此,在民间也有这种模式流行。它们作为作品的特殊组成部分,明显而突出地表达着长命百岁、长治久安的象征意义。

二、书画同源

书法与绘画一向被看成是血肉相连、手足与共的姐妹艺术。“书画同源”自然就成了中华文化史上最著名的比较艺术论之一。在古代受到书画家们和批评家们的一致认同和推崇,达成共识。然而当代这一共识却受到严重的挑战。究竟怎样理解“书画同源”这一古老而又新鲜的观点呢?

(一) 书画同源解析

从人类发展史看,自从人猿相揖别以来,原始人就逐步地寻找着表达原始思维的物质载体,这除了手势语、有声音的语言、实物符号(结绳记事)、刻划符号等外,还有代表不同程度文字意义的“图画”。这就是后世书画得以诞生的母体,也是书画共同的“源”。

最早给予理论描述的是唐代的张彦远,以后书画同源的提法越来越多,积淀越来越厚。但到了当代,一些研究者对此说提出了怀疑,他们认为二者功能、目的是不同的。文字(书法)的功能联系着社会实用,亦即认为,文字是用来交际、交流思想的;绘画则是供欣赏的,与社会实用无涉。他们或以甲骨文为例,说明其社会实用功能;或以彩陶上的图画或其他原始性的绘画艺术为例,说明其非实用的审美功能来否定书画同源。笔者认为,这种观点只看到了问题的一个方面,把人类文明的发祥点定在了原始社会——“流”的时期,显然失去了历史唯物主义立场,目光不可能远大,结论自然荒唐。胡小石《书艺略论》在举出《父乙敦》《祖乙卣》等铭铸的图画文字之例时,发表了十分值得重视的见解:

“唯自广义言,则古者书画同源,以一画面记一事,此实当为最早之记录方式,亦即最早之原始文字也。……以一图表一事,寓动作于形象之中,‘视而可识,察而见意’,然不能读出其音。若欲解之,则至

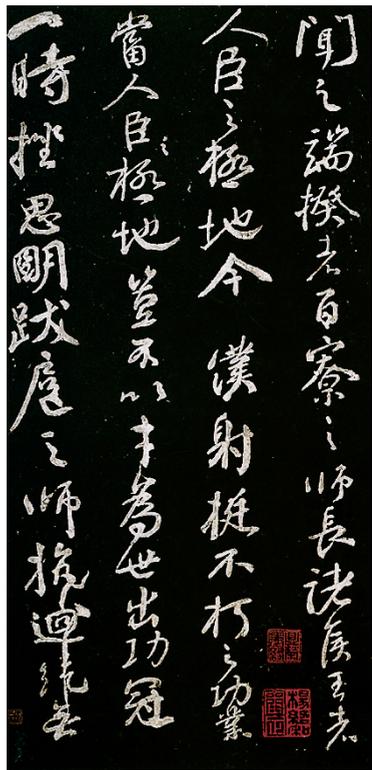


图1-7 颜真卿《争座位帖》(局部)

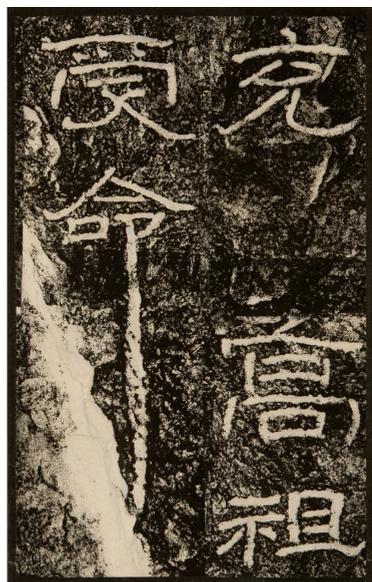


图1-8《石门颂》拓本(局部)

少用一整句之语言。此一图，不等于后来之一字，而实包括一相当复杂之概念……其起源当在甲骨文字之前，殷末以至周初，尚往往保留其遗迹。愚意求中国文字之最古者，当于此探索之。”

当然我们还可以把文字最古的起源往上追溯，但是，它无疑是书画同源说最雄辩的论证之一。

（二）书画互通

书画同“源”于自然造化，当人们开始注意它们的属性与功能时，逐渐分离变成了书画异“流”。在这方面，宋代郑樵认识深刻：

“书与画同出，画取形，书取象；画取多，书取少。凡象形者，皆可画也；不可画则无其书矣。然书能穷变，故画取多而得算常少，书虽取少而得算常多。六书也者，皆象形之变也。”（《通志·六书略》）

书画同源，但绘画在造型上偏于再现物的外形，“画取形”。虽然东晋顾恺之（图1-9）提出了“以形写神”的主张，但自南朝至唐



图1-9 顾恺之《女史箴图》（局部）



图1-10 涂朱牛骨刻辞

的画论仍十分重视“形”的美学价值；文字（书法）偏于符号的象征意义，“书取象”（图1-10）。“形”偏于形而下的物态体质，具体而显著；“象”偏于形而上的精神意义，蒙眛而幽微。这主要体现在书法历史流程的上游，即古文篆书阶段，在中、下游，即今文书法阶段，书法艺术已消净了象形造型的体质，嬗变成为具有抽象表情、表意的艺术。

虽然在书法长河的中、下游，书画异流，但也改变不了它们互通的本质属性。

1. 书画同器

笔、墨、纸、砚文房四宝是书画最基本的物质条件。



图1-11 传吴道子《送子天王图》(局部)



图1-12 王羲之《姨母帖》

2. 书画同线

线条是实现书法艺术的生命体征——筋、骨、血、肉、精、气、神的媒介和载体。中国画主要的艺术媒介和载体也是线条。虽然唐宋以来的“没骨”渲染不一定需要线条，但是，勾线作画无疑是中国画的主流，纵然是设色敷彩，也更多地需要线条勾勒，这就是中国画的“骨”（图1-11、图1-12）。

3. 书画同法

我们从文人画的高峰期元代开始，看几位书画家的绘画创作把不同书体融入画法中的实例。赵孟頫爱用篆籀、飞白等法来写木石（图1-13）；钱舜举爱用隶书之法来作士大夫画；郑板桥爱用草、隶笔法来写兰、竹（图1-14、图1-15）；柯九思爱用草书、八分等法来写枝叶（图1-16）；黄宾虹爱用小篆笔法来写树枝。此类佳话不胜枚举。

看上述几位书画家的创作过程，都突出一个动词，就是“写”。这不是我个人随便想用在这里就成的，中国画这一特殊用语是约定俗成的。这在中国书画论著中多有阐发：

汤贻汾《画筌析览》：“字与画同出于笔，故皆曰写。”

戴熙《习苦斋画絮》：“作书如作画者得墨法，作画如作书者



图1-13 赵孟頫《秀石疏林图》



图1-14 郑板桥《竹棘丛兰图》

得笔法。……故作字日写，而画亦日写也。”

周星莲《临池管见》：“字画本自同工，字贵写，画亦贵写。以书法透入于画而画无不妙，以画法于书而书无不神。……其书其画类能运用一心，贯串道理：书中有画，画中有书。”

4. 书画同品

书画同器，书画同线，书画同法，必然格调、品第相通。在中国书法批评史上，南朝梁庾肩吾有《书品》，唐李嗣真《书后品》，



图1-16 柯九思《晚香高节图》

均以上、中、下立品。唐张怀瓘《书断》分列神、妙、能三品（图1-17），此后的历朝历代都没终止过立品；在中国画批评史上，南朝齐谢赫有《古画品录》，陈姚最有《续画品》，唐李嗣真有《续画品录》，唐朱景云有《唐朝名画录》，或以第一、二、三立品，或不列品第，或以上、中、下立品，或神、妙、能、逸。中国书画的品第如此相似，相互影响，且同步发展，再次证明了它们之间割不断的亲情关系。



图1-15 郑板桥《兰竹图》

三、书乐同归

在西方，音乐在艺术族群中有着崇高的地位；在中国，书法一致被认为是高级艺术或最高艺术形式，在艺术族群中同样享有崇高的地位。除此之外，它们还有一些相似或相通的特性。

（一）形式美与抽象美

现代著名画家徐悲鸿在自己收藏的六朝残拓的题跋中写道：

中国书法造端象形，与画同源，故有美观。演进而简，其性不失。厥后变成抽象之体，遂有如音乐之美。点画使转，几同金石铿锵。人同此心，会心千古。抒情悉达，不减晤谈。故贤者乐此不疲……嗜者耽玩，至废寝食。

这一见解，体现了历史发展的辩证观，它不是把书法看作一成不变、千古如斯之物，而是把它放在历史流程中作流变的分析，是极其可贵的。今文书法（隶变以后的各种书体，特别是行草书）逐渐失去了原始象形的形式美而走向了符号化，在更为广阔的抽象空间里，反映出最内在的自我。这一远超物象，从单纯对形式美的追求升华到了抽象美表现的高级属性，是最靠近音乐而具有“更深的主观性和特殊化”的艺术。

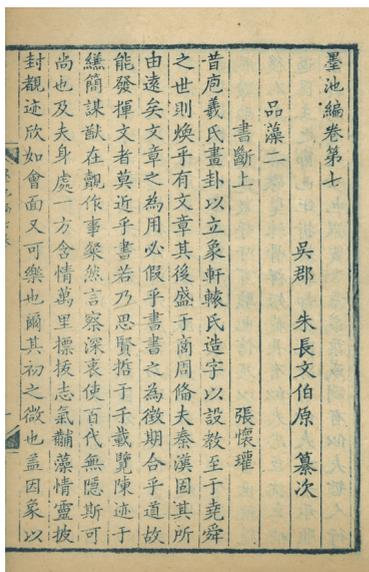


图1-17 张怀瓘《书断》（《墨池编》本）

（二）情感流与线条流

美国W.詹姆斯（William James，1842-1910）在1890年出版的《心理学原理》中提出了“思维流、意识流或主观生活之流”，这是对水流一样的心理活动状态所作的较为确切精当的比喻。作为典型的时间艺术和运动形式，音乐最擅长以音响之流在时间里表现情感之流，从而抒写人的内心生活过程。至于中国书法，它不只是空间艺术，而且也是时间艺术，甚至时间感重于空间感，因此它必然靠近和趋向于音乐，必然善于传达书法家的情感流。

音乐所传达的情感流，离不开最富有抒情功能的线条。音乐的线条是一种有声的线条，就是流动于时间里的旋律，在五线谱上诉诸视觉是极其明显的（图1-18）。中国书法是最典型的线条艺术。它一不靠色彩，二不靠光影，三不靠团块，它的一切，纯粹由线条组成。此线条除留在纸上的“实”的墨痕，还有画与画、字与字、行与行之间的相承、映带、联属等“虚”的部分。其实中国书法就是虚与实相破、断与连相生、形与神相融、起与伏相成的生气勃勃的线条王国。从这个角度出发，旋律，是音乐的线条，线条，是书法的旋律；音乐是用耳朵听的书法，书法是用眼睛看的音乐。从接受者的角度看，他们可以通过目导心追，化静为动，使之复原为生气勃勃的线条流。

西方美学界流行过一句话：“一切艺术发展到精微的境界都求逼近音乐。”中国书法在其历史流程中不断地追求和实现的精微境界，它从心灵深处流出，又流往人的心灵深处，它的形式美、抽象美，它的线条流、情感流，正体现着音乐精髓。在整个艺术的族群中，书法可以说是最逼近音乐的一个最为突出的代表。基于这一点，从“书画同源”出发的书法，又可以说是与音乐“殊途同归”。

四、书舞同势

在常人的眼里，舞和乐是孪生兄弟，似乎与书法没有什么直接的关系，但通过上述比较我们发现书法与音乐竟然还有如此紧密的联系，那么作为“音乐的视觉性化身”的舞蹈，必然与书法存在着相似相通的关系（图1-19）。

在中国书法史上流传着脍炙人口的佳话，那就是唐代大书法家张旭观公孙大娘舞剑顿悟草书书法的故事。经大诗人杜甫诗序描绘，更是不胫而走、家喻户晓、妇孺皆知。为什么会有如此强悍的艺术效果，可能是两种艺术形式都强调一个“势”能的缘故。韵律、秩序、生命、机能、旋动、移易、热情、力……在“势”的牵引下，构成了舞蹈艺术内在的美和外在的美；中国书法无论在用笔上还是结构、章法上，处处贯穿着、渗透着、融通着“势”的舞蹈精神。



图1-18 贝多芬《命运交响曲》乐谱（局部）

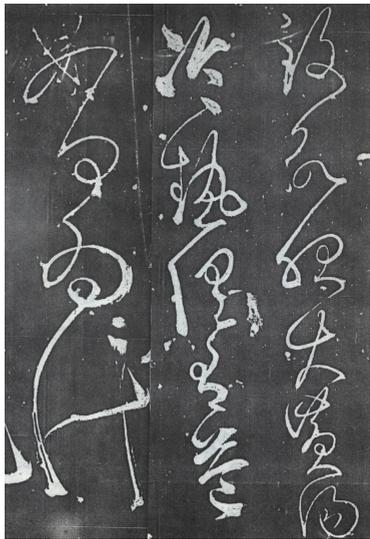


图1-19 张旭《肚痛帖》（局部）

加油站：观公孙大娘舞剑

唐代大书法家张旭狂草开山称圣引出一段动人的佳话：在河南邺县，张旭有幸见到著名的公孙大娘表演剑器。开场锣鼓敲罢，公孙大娘抽剑登场，只见宝剑寒光闪闪，变化多端，一时间剑随身转，身随剑行，翩若惊鸿，轻如飞燕。大诗人杜甫曾有诗赞曰：

昔有佳人公孙氏，
一舞剑器动四方。
观者如山色沮丧，
天地为之久低昂。

公孙大娘越舞越快，两柄宝剑刹那间变成了千百把，继而化成点点雪花，但见其影，不见其形。一会儿，雪花消融了，幻成圈圈淡淡的白光，公孙大娘那苗条的红色身影，裹在一团白光中，犹如皑皑白雪中一朵红梅。张旭的心被震撼了，对公孙大娘的剑术佩服得五体投地，一连数日脑海里一直重现公孙大娘的奇丽舞姿，心里反复思索着草书里那连绵、曲直、方圆、穿插、提按、偃仰等笔法，能像公孙氏舞剑那样，既有套路，又娴熟得不见套路，既有规矩方圆，驾驭得又在规矩方圆之外，以舞剑的节奏和旋律，来舞动手中笔，刚柔一体，表现天地万象之美，真是书舞同势啊。

习书妙在参悟，张旭从公孙大娘舞剑器中而深悟草书，他的草书有了质的飞跃。信笔挥洒，得心应手，左右逢源，如有神助，连绵不绝，跌宕多姿。不是诗，却有诗的内蕴；不是画，却有画的色彩；不是音乐，却有音乐的节奏。韩愈为张旭的狂草作了最好的总结：

“往时张旭善草书，不治他技。喜怒、窘穷、忧悲、愉佚、怨恨、思慕、酣醉、无聊、不平，有动于心，必于草书焉发之。观于物，见山水崖谷，鸟兽虫鱼，草木之花实，日月列星，风雨水火，雷霆霹雳，歌舞战斗，天地事物之变，可喜可愕，一寓于书。故旭之书，变动犹鬼神，不可端倪，以此终其身而后世也。”（图1-20）

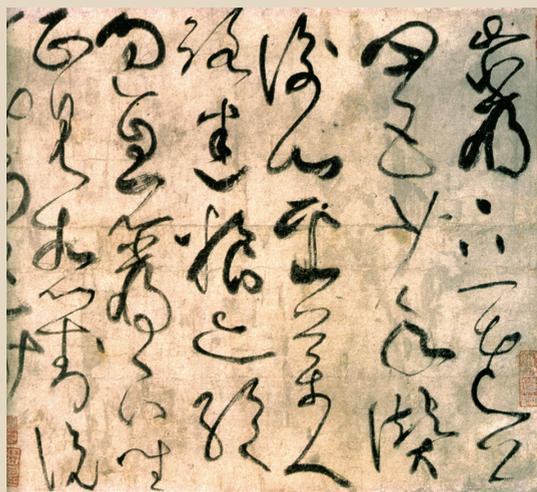


图1-20 张旭《古诗四帖》（局部）

思考与练习

1. 在中国的艺术族群中，除上述关系外的论证外，请你谈谈书法与建筑与名俗的关系。

2. 播放阿炳《二泉映月》二胡曲，试用篆籀、飞白等法来写木石，草书、八分等法来写枝叶，用隶书之法来作士大夫画，用草、隶笔法来写兰、竹，用小篆笔法来写树枝。

第三节 书法的民族性、世界性

一、民族性

书法是中国土生土长的艺术，它在中国文化的阳光雨露哺育下成长，表现中国文化精神，传达中国文化韵致。凡是熟悉中国文化、了解中国文化的人，都会对中国书法艺术表现出程度不一的好感与兴趣，这是已为多年以来中外文化交流的事实所证明了的。

书法由于其生长、发育在中国的社会环境和“文化气候”（丹纳语）里，因此，在其内在构成上就不可避免地打上属于我们的地域、民族、文化的印记，书法艺术内质对本地域、本民族母体文化的适应性及其相应特点，就是书法艺术的民族性。它具体体现，不但存在于表现内容的倾向性，而且也存在于独特的艺术语言、材料、结构形式及“理解事物的方式”（别林斯基语）中。

二、世界性

从理论上说，艺术没有国界。世界上只有一种语言是无需翻译的，那就是艺术。人类作为同一种类群体，虽然在生活环境、文化传统等方面存在很大的差异，但毕竟都是文明社会中的一员。对于大多数国家和民族来说，大家都曾经经历相近的社会发展阶段，拥有共同的社会生活需求，也面临一些共同的社会问题。因此，在各民族富有个性特色的外壳下，艺术表现人类生活、表达人类思想感情的同一性，又使它必然有一种互相理解、沟通的潜在特性，这种民族艺术自身具有的对于其他民族审美活动的普遍适应性，即艺术的世界性。

早在公元二三世纪，中国的书法就已经传到朝鲜半岛。公元7世纪中国书法就已传到日本，8世纪以后王羲之、王献之、欧阳询、颜真卿等大家的书法就开始风行日本，此后书法在日本蓬勃发展，非常普及。近些年来，中国书法被越来越多的欧、美艺术家所了解、认识和欣赏，一些从事现代绘画和雕塑的艺术家更是直接从中国书法中找到艺术的借鉴，英国诗人、评论家赫伯特·里德爵士在为美籍华人书画家蒋彝先生的《中国书法》一书所作的序言中写道：

第一次拜读蒋先生的著作时，使我特别感兴趣的是这一美学与现代“抽象”艺术的美学之间的相似之处，我之所以用“相似”一词，是因为现代艺术家普遍未能清晰地阐明他们的原理，因此，公众依然为这种艺术所困惑，甚至对其抱有反感。我相信，西方最优秀的抽象艺术家们正朝着正确的方向进行探索。……近年来，兴起了一个新的绘画运动，这运动至少在某种程序上是中国书法直接引起的——它有时被称为“有

机的抽象”，有时甚至被称作“书法绘画”。苏拉热、马提厄、哈同、米寿——这些画家当然了解中国书法的原理，他们试图获取“优秀书法作品——优秀的中国绘画也是如此——两个最基本的要素：奉师造化，静中有动”。

熊秉明先生对于中国书法有高明的见解，他把书法和西方艺术进行对比，对我们有很大的启示。他举法国画家马休创作的抽象画为例，说明马休在中国草书的启示下，发展出即兴抒情而富有速度感的抽象画，但是马休的线条没有书法的用笔意趣（图1-21）。



图1-21 马休的抽象画

美国学者、作家房龙（Hendrik Willem van Loon, 1882-1944）说，最难写清楚的事物是音乐，他是说音乐没有形迹。中国书法遵循艺术规律，有严谨的法度，同时又具有无限自由创造的空间，既追求形体的美感，保持其“以形见义”的特点，又不断挑战创作者提升抽象思维的水平，难怪中外艺术史家称中国书法是艺术的极致。

加油站：时代性

谈到书法的时代性，就不能不提到“书法传统”。书法艺术的传统是什么，笔者认为最主要体现在两个方面：一是以“敦教化、美人伦”为目的的书法本体思想；二是以古为本、以古求新的书法创作观。通俗地讲，就是书家立身讲道德，创作讲师承。强调书法的时代性，就一定与传统背道而驰吗？

书法除了是一种人格修养的方式之外，在创作方法上是“多元”的，既有含蓄典雅的士大夫式的，也有一些人崇仰的“艺术家”派式，而且放纵程度绝不亚于某些现代主义大师的表现。我们的前贤已“前驱先路”了，大可不必唯洋人马首是瞻。张旭“以头濡墨”、王羲之“脚交加”时人不以为意，现在看来不是太“超前”了吗？问题是这种方式不具备足够的艺术职能“承受力”？它们能不能取代传统的创作方法成为书法创作的正统？

民族性是书法艺术及至国家立身之本，它天然地拥有世界艺术一分子的合理身份，那么，中国书法可以固步自封，不需要再作任何变革吗？应该说，一个民族的艺术要保持旺盛的生命力，必须根据时代、社会生活的发展需要，不断吐故纳新，克服民族艺术在长期独立发展中形成的那些“片面性”和“狭隘性”，使一个民族的艺术不断吸收新时代的精神内蕴，“以中国艺术为基础，吸收一些外国的东西进行自己的创造为好”（毛泽东语）。这就是一个民族艺术发展的时代性。

思考与练习

1. 书法是中国特有的艺术，它
能成为世界艺术之林的奇葩吗？
2. 草书艺术为西方艺术的发展
提供了怎样观念与表现上的借鉴？

第四节 文房四宝

文房四宝是古代书房必备的四样书写汉字的工具，即笔、墨、纸、砚。“工欲善其事，必先利其器。”要想把书法学好，就必须了解它们的性能、选用和保护等相关知识。

一、笔

毛笔位于“文房四宝”之首，堪称“宝中之宝”，它是我国特有的书法艺术最重要的物质条件。汉代蔡邕说：“唯笔软则奇怪生焉。”道出了毛笔的独特功效，也道出了书法艺术本质属性。

（一）历史

相传毛笔是由秦代蒙恬发明的，但在仰韶文化遗址的彩陶上，就有用毛笔描绘的花纹图案。殷商时期的甲骨文虽说是用刀镌刻，但刻前书丹或书丹未刻的也不是个别现象。可见蒙恬最多是一个很有成就的改良者而已。春秋战国时期，各国普遍使用毛笔，且名称各异。楚称“聿”，吴称“不律”，燕称“弗”，秦称“笔”，后一直沿用下来。

1954年在长沙左家公山古墓中出土了一支战国时期的笔，从构造上与现在差不多，均由笔杆、笔毫、笔套构成，但材料有差别。《古今注》：“古以枯木为骨，鹿毛为柱，羊毛为被。秦蒙恬始以兔毫、竹管为笔。”从造笔业看，唐宋时安徽宣城出产的宣笔名誉中原，元代浙江湖州的湖笔驰名海内，久盛不衰。明清时期，许多制笔名家聚集北京，故有“北京派”之称。随着制笔技术的不断发展，毛笔的品类日益增多，制作工艺日趋精良，为学习书法提供了优越的条件。

（二）分类

笔的种类很多，按照性能、大小、长短分别予以介绍。

按性能分类，有软毫、硬毫、兼毫三种。

1. 软毫，主要用羊毛制成的羊毫笔，也有用鸡毫制成的鸡毫笔。其性能弹性较弱，但含墨量大，写出的笔画浑厚圆润，但对于初学者来说，不易上手，按下去起不来，写出的字无筋无骨，形同“墨猪”。善用者，表现力十分丰富。

2. 硬毫，主要用黄鼠狼毛制成的狼毫笔，也有用兔毛制成的紫毫笔。其性能弹性较强，含墨量没有羊毫笔大，易上手，写出的笔画挺拔劲峭。但用不好，写出的字形同“枯木”，表现力不足。

3. 兼毫，主要有用羊毛与兔毛，或羊毛与黄鼠狼毛，或兔毛与黄鼠狼毛合制而成的紫羊毫、羊狼毫（或谓“白云”）、紫狼毫等。根据软硬毛配制比例不等，可制成七紫三羊、五紫五羊、七紫三狼、五

紫五狼的兼毫笔。

按大小分类，有大、中、小三种。

1. 大号，主要用来写大字，含墨量大，写出的笔画雄浑宽厚，饱满丰腴。写特大字还有联笔、屏笔、揸笔等。

2. 小号，主要用来写小字，含墨量少，在有限的空间内便于书写。

3. 中号，处于二者之间，综合二者的使用范围，适于初学者使用。

按长短分类，有长、中、短三种。

1. 长锋，富有弹性，提按幅度大，点画节奏感强，飘逸潇洒，个性鲜明。

2. 短锋，弹性弱，提按幅度小，点画书写浑厚粗壮。

3. 中锋，介于二者之间，易把控，便于初学者使用。

书写者可根据书体和风格特点来选择毛笔。一般地说，写刚劲有力的方笔字，宜用硬毫笔；写丰满圆润的圆笔字，宜用软毫或兼毫笔；写流畅飞动的行草书宜用长锋笔；写工整的小楷书宜用短锋笔。用笔既要遵守一定的规则，又不要过于拘束笔的种类限制，应该有驾驭各种型号、性能笔的能力。“善书者不择笔”有一定道理。

（三）标准

好用的笔应该具备哪些标准呢？

尖，笔毫聚合时，锋颖尖锐，不秃，不分叉。

齐，将笔毫铺开，笔锋齐平，无参差现象。

圆，笔腹浑圆饱满，整个笔头呈圆锥状，无凹凸现象。

健，笔毫遒健有力，弹性好，展后能拢，按后能直。

（四）保养

新笔在使用前，应将笔毫浸入清水中，等笔中的胶质溶化，笔毫完全化开再使用。每次用完后要及时洗净笔毫上的墨渍，用废宣纸吸干水分，放在或悬于笔架上，方便下次再用。

二、墨

墨是用于书画的墨色颜料。

（一）历史

墨与笔产生的年代差不多。甲骨文和同时期石、玉、陶上就有用朱和墨书写的痕迹。战国时代，墨已广泛使用。20世纪50年代在湖南长沙杨家湾战国墓和70年代在湖北云梦睡虎地秦墓都有墨块出土。汉代，制墨的技术就达到了一定水平，从出土的汉简的墨迹中就可以证明这一点。魏晋时期，出现了很多制墨名家，其中魏国的书法家韦诞就是最杰出的代表。宋时，徽州（今安徽歙县）成了全国制墨的中心，“徽墨”名满天下。到了明清时期，制墨业空前繁荣，特别是清

代更是登峰造极，出现了曹素功、汪近圣、汪节庵、胡开文四大墨王。1915年，在巴拿马万国博览会上，中国的徽墨获得了金奖。

（二）种类

墨的品种很多，根据不同的制墨原料，大概分为油烟墨、松烟墨、松油烟墨三种。

油烟墨，是用桐油、菜油等烧烟加胶、药物、香料等原料制成的。其质地细腻，坚实耐磨，乌黑发亮，但胶水较重，易于滞笔。

松烟墨，是用松枝烧烟加胶、药物、香料等原料制成的。其质松胶轻，遇水易化，墨色虽黑，但少光泽。

松油烟墨，是用松烟和油烟制成的。其胶水不重，墨色乌黑，且有光泽。此墨是不错的选择。

（三）标准

历代书家都十分重视墨的选择和使用，因为它直接影响作品的质量。选墨时应以质细、胶轻、色黑、光亮、声清、味香为上，反之为下。

（四）使用

这里不是墨分五色的使用技巧，而是在使用时的一些注意事项。

“中华墨汁”、“一得阁墨汁”是近代适应时代发展而产生的一种调制好的液体物质。之前人们临摹和创作书画作品所用的墨都是固体的块状物质，用时作者根据自己的书写习惯和需要，研磨出浓淡、枯湿不同程度的墨汁来。现研现用，随时调整。元代赵孟頫有诗云：

“古墨轻磨满几香，砚池新浴灿生光。”

三、纸

中国四大发明之一的纸（如白宣纸、色宣纸、龙纹笺纸）是书写的重要材料，是用植物纤维制作而成的书法艺术笔歌墨舞的载体。

（一）历史

1957年8月8日，在西安东郊灞桥出土的灞桥纸是迄今世界上出土最早的植物纤维纸。在没有纸的上古时代，人们把字镌刻或书写在龟甲兽骨、陶瓷、砖瓦、青铜、绢帛上。随着生产力的发展，公元105年，蔡伦把造纸工艺上奏朝廷，得到了汉和帝的充分肯定，使造纸风行天下，称为蔡侯纸。在此前的纸是利用败丝破网制成，产量不大，质量较差。唐代是造纸的全盛期，被誉为“纸中之王”的宣纸就是这一时期的产物，因产于安徽宣城（泾县）而得名。泾县宣纸的特点是：纤维纯化，质地绵韧，光洁如玉，纹理纯净，墨晕清晰，百折无损，不蛀不腐，故有“纸寿千年”的赞誉。1915年在巴拿马万国博览会上，安徽泾县宣纸获得金质奖，1979年，获国家优质产品金质奖。

除泾县宣纸，还有河北迁安宣、四川夹江宣等都有一定的名气。

（二）宣纸的种类与尺寸

1. 根据配料的比例，可分为绵料、净皮、特净皮三大类。

绵料：青檀皮约占30%；稻草约占70%。

净皮：青檀皮约占60%；稻草约占40%。

特净皮：青檀皮约占80%以上；稻草约占20%以下。

2. 根据纸的组合张数，可分为单宣、夹宣等。

单宣：单层宣纸，比较薄。

夹宣：把原漂单层的2张或2张以上的宣纸合并为1张，称为夹宣。2张合并称双夹宣，3张合并称为三夹宣。夹宣比较厚。

3. 根据每张纸的尺寸大小，可分为：

三尺宣、四尺宣、五尺宣、六尺宣、七尺宣、八尺宣、丈二宣、丈六宣、札花宣等，尺寸越大制作越难。

4. 根据加工处理的程度，可分为生宣、熟宣。

生宣：直接从纸槽中抄出来并烘干，未经任何加工处理的原纸。生宣具有渗墨吸水等特点，非常适合创作写意画和行草书体。

熟宣：在生宣上刷一层矾水和拖骨胶，称熟宣。熟宣又称矾宣，渗墨和吸水性能不如生宣。

半熟宣：也是从生宣加工而成的，吸水能力介于前两者之间，“玉版宣”属此类。

5. 熟宣经过不同的加工工艺，又可分为许多种。

虎皮宣：又称“虎皮笺”，以前称“金粟笺”，是将宣纸加工染成黄色班纹。

冷金笺：在纸上装饰金银片或金银粉。

云母笺：在纸上洒云母粉。

蝉翼笺：极薄的宣纸笺。

玉版宣：用淀粉将两层以上的宣纸托表而成，纸质较厚。

6. 常用宣纸规格（单位：厘米）。

小三尺（100×50），大三尺（100×69），四尺（138×69），五尺（153×84），六尺（180×97），八尺（248.4×124.2），丈二（367.9×144.9），尺八屏（234×53），毛边纸（78×48），元书纸（45×41）。

（三）选择

上述宣纸各有特色，各有所宜，需结合自己创作习惯和风格表现进行选择，但上等的宣纸价格不菲，对初学者来说，平时练字可选择毛边纸、毛太纸、连史纸、玉扣纸、元书纸、高丽纸、草纸等。这类纸价格便宜，纸质松软，粗糙枯涩，吸墨性不错，具有宣纸的特点。

目前市场上还有一种简便新型的水写纸，虽然不及上述纸张写起来质感那么强，也可以偶尔尝试使用。

（四）保护

宣纸最怕遇水，包括受潮，要放在通风干燥处。存放十年以上的陈宣，经过吸潮、通风，使用起来格外顺手，如同陈年的老酒，历久弥香。

四、砚

砚的本意是“研”，就是供磨墨的意思。砚也称砚台、砚池、砚海。它是磨墨、搽墨的器具。

（一）历史

20世纪50年代，在西安半坡仰韶文化遗址，发掘出一种供研磨用的石磨盘，说明距今约六七千年前的新石器时期就有研墨的工具了（图1-22）。早期的砚和现在的砚其材料、形制和磨墨的方法均有不同。汉以前的砚，主要用铜、铁、陶、石等材料制作，形如盘并且有足（图1-23）。唐代制砚技术提高，促使制砚在选材和式样上有很大的改进，石砚的制造为之大盛，相继出现了端砚、歙砚等名砚（图1-24）。宋代尤重石砚，同时发展瓷砚和澄泥砚。明清时，制砚材料、式样、雕刻工艺更加讲究，砚台渐渐趋于工艺化，除了实用之外，还具有赏玩、收藏价值。

（二）分类

砚的制作材料丰富，品质繁多，一般最常用的是石砚，以端砚、歙砚、洮砚、鲁砚最为名贵，世称“中国四大名砚”。

1. 端砚，产于广东省肇庆市的端溪。肇庆古称端州，“端砚”因此得名，就石质来说，天生丽质，肌肤细腻，冰清玉洁，坚实厚重，摸上去稚嫩而滋润，发墨乌光莹澈，搽笔毫毛不损，确是砚中珍品（图1-25）。

2. 歙砚，产于江西婺源龙尾山，这里古属歙州，故称“歙砚”。歙砚石质坚密细腻、石色青莹，纹理自然，磨墨无声，以龙尾石、罗纹石、金星石、眉子石为上品（图1-26）。

3. 洮砚，因产于甘肃省卓尼县一带的洮河而得名。洮河石质细密晶莹，石纹如丝，清丽动人。洮石深埋河底，取材不易，极为珍贵（图1-27）。

4. 鲁砚，产于山东潍坊、淄博、益都、临沂等地。山东古时称鲁，故名“鲁砚”。鲁砚纹理多样，色彩丰富，石质嫩润，坚而不顽，细而不滑，易发墨，不损毫。

（三）选择

选砚应从实际出发，以质地细腻、易于发墨为佳。学生练字，用



图1-22 石磨盘 西安半坡仰韶文化遗址



图1-23 兽形铜盒石砚 汉 安徽省肥东县出土



图1-24 箕形歙砚 唐 安徽省合肥市出土



图1-25 杨慎著书端砚 明



图1-26 蝶形歙砚 明



图1-27 十八罗汉洮河石砚

砚不必讲究，只要选择石质细、发墨快、砚心深、重心稳的普通砚台就可以了。如用墨汁练字，也可以用其他具有上述特点的器皿代替。

（四）保护

写字时砚台要平稳地放在案台的右前方，这样既便于研墨，又便于蘸墨，顺手顺势。磨墨时用力要均匀，不要使用含有坚硬杂质的劣等墨块研磨，以免损伤砚池。研墨结束后，不要将墨块留在砚池里，以免粘连。用墨的剂量，根据实际需要而定，用完后，及时清理，或加水滋润石砚。

五、其他工具

1. 笔筒：装毛笔的器皿。
2. 笔架：形状如高低不等的山峰一样搁毛笔的器物。
3. 笔挂：用木或竹或陶或瓷等材料制成的挂笔架子。
4. 笔帘：竹或木细条制成的帘子，卷笔透气性好，便于携带、存放。
5. 笔洗：洗涮毛笔的器具。
6. 墨盒：盛放墨汁的器具。
7. 水盂：磨墨时盛清水的器具。
8. 毡垫：写字时放在宣纸下面，吸墨而不沾墨的羊毛毡。
9. 镇尺：写字时压纸用的工具。
10. 纸刀：用竹片或兽骨等材料制成的裁纸工具。

加油站：临池

现在人们经常把练习书法叫做“临池”。这是为什么呢？你看完下面这个故事就明白了。

东汉的时候，在敦煌酒泉（今甘肃酒泉）有一个书法家，叫张芝，字伯英。他在“章草”的基础上创造出了“今草”（小草）的书体，对我国草书的发展，作出了很大的贡献，后来人们尊称他为“草圣”。

张芝年轻的时候，就特别喜爱书法。他常常整天挥毫泼墨。他家后花园中有一个水池，他就每天在小水池边的亭子里练字，即使生病也从不间断。

张芝每次练完书法，都用池子里的水冲洗毛笔和砚台。因为他长年累月地练字，水池里的水慢慢地变成了墨一样的颜色。以后人们都用“学书临池，池水尽黑”这句话称赞并学习张芝刻苦学习的精神。张芝习惯在水池边写字，人们也就把练习书法叫做“临池”了。

思考与练习

1. 为什么说在“文房四宝”中，毛笔被称为“宝中之宝”？
2. 选择适合自己的“文房四宝”适应它们的特点，为己所用。

第五节 笔法

关于笔法，历来都是书家必争的话题，似乎成了书法的“上帝”，而且历代传颂的笔法经典不胜枚举，为书法的笔法蒙上了一层神秘的面纱。笔法究竟是怎么一回事，我们把它放在对立统一的关系中进行解读，便恍然大悟，“有法可依”了。

一、执笔法

执笔是写字的前提，有了正确的执笔法，才能更好地实现用笔的各项技巧，因此，古人十分重视对执笔法的探讨，于是出现了拨镫法、单钩法、双钩法、回腕法、鹅头法、龙眼法、凤眼法等，它们都有自己存在的价值，但使用频率最高的，还是唐代陆希声总结前人的经验，提出的“五指执笔法”（图1-28）。

（一）擗——大拇指斜而仰地紧贴笔管内侧发力，力量的方向是由内向外。

（二）押——食指斜而俯地紧贴笔管外侧发力，力量方向是由外向内。与大拇指内外配合，捏住笔管。

（三）钩——中指弯曲如钩，从笔管外侧钩住笔管，力量方向由外向内。

（四）格——无名指指甲根部位紧贴笔管内侧，力量方向由内向外。

（五）抵——小拇指垫在无名指下，起辅助作用。

五指执笔法，要求五指的指关节均向外凸出，手指肚向内朝着笔杆集中用力。虎口张开，掌心空虚。这种虚实相生的执笔结构就是古人所说的“指实”、“掌虚”。

关于执笔的高低、深浅、松紧等，是有差别的，不要机械照搬，妙在舒适、灵便、自然、如意，符合人的生理条件为宜。一般地讲，写大字宜高、深、紧，写小字宜低、浅、松。不同的书体与书风也要有不同的处理方式。

为了配合五指执笔法的使用，还要强调一下书写姿式。概括起来：头正，身直，臂开，足稳。

二、用笔

用笔，也称运笔或笔法。广义的用笔是指使用毛笔的方法，包括执笔、运腕、运笔、运墨等；狭义的用笔，是指笔画书写的一般规律与法则。这里我们探讨的是狭义的用笔。

汉代书家蔡邕在《九势》中说：“唯笔软则奇怪生焉。”唐代书法理论家张怀瓘说：“夫书，第一用笔。”元代书家赵孟頫

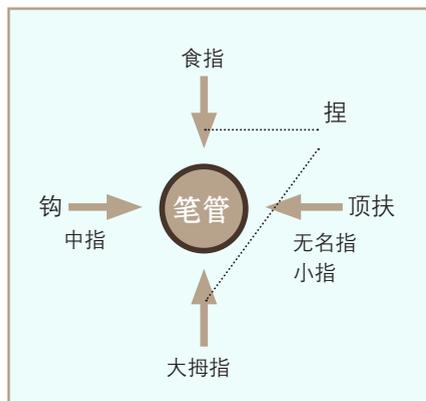
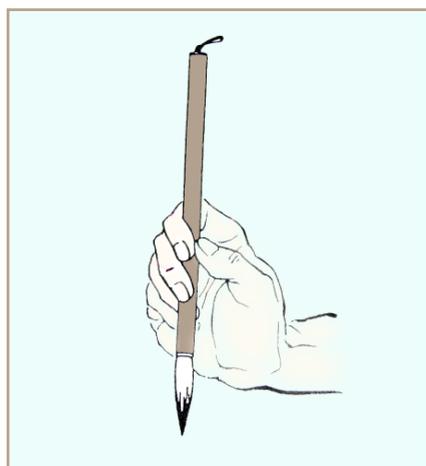
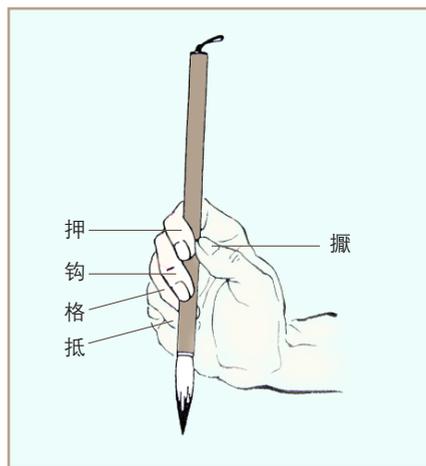


图1-28 执笔方法示意图

说：“书法以用笔为上”，“用笔千古不易”。在他们看来用笔是学习书法最基本、最重要的内容，是书法之“法”的内核。前人对“用笔”形容、比喻、论述有成千上万条，或高深莫测，或言过其实，或玄之又玄，让人一时如丈二的金刚摸不着头脑。面对着古今庞大的笔法素材，用怎样的文化观念和思维方式去认知、解读、感悟、表现书法之法呢？

人类认识世界的最科学方法——辩证法不失为一把探寻书法用笔奥秘的金钥匙。每一个杰出的书法家，都是一个睿智的书法辩证法的驾驭者；而每一幅卓越的法书，又正是成功地运用辩证法的结果。

本节在充分尊重并尽量吸收古人及今人的研究成果纵横结合的基础上，将用笔引入辩证的思考中，进行六对对立统一关系的论述。

（一）藏与露

“藏”，就是把笔锋隐蔽起来，逆势出入，有饱满、含蓄之美；“露”，就是把笔锋暴露在外面，顺势出入，“呼应”的效果明显，有飘逸、潇洒之美。下面主要从“起”和“收”两个运动阶段来进行考察。

逆锋起笔——起笔时笔锋运行的方向与笔画要行走的方向相反，即“欲上先下，欲左先右”（图1-29、图1-30、图1-31）。



图1-29 《墙盘》铭文拓本（局部）

图1-30 徐三庚《张汤传》

图1-31 《曹全碑》拓本（局部）

顺锋起笔——起笔时笔锋运行的方向与笔画要行走的方向相同（图1-32、图1-33）。



图1-32 甲骨刻辞拓本

图1-33 晋·王珣《伯远帖》（局部）



图1-34 西周《散氏盘》拓本(局部)



图1-35 汉《封龙山碑》拓本(局部)



图1-36 颜真卿《颜氏家庙碑》拓本(局部)

回锋收笔——写到笔画末端，停顿后，笔锋朝着行笔方向的反方向把笔收回。要领是动作小，速度快。“无垂不缩，无往不复”则是这一写法的高度概括（图1-34、图1-35、图1-36）。

出锋收笔——行到笔画末端，笔锋沿着笔画行走的方向顺势离开纸面收束（图1-37、图1-38、图1-39、图1-40）。



图1-37 商·祭祀狩猎涂朱牛骨刻辞(局部)



图1-38 唐·褚遂良《大字阴符经》(局部)



图1-39 东汉《礼器碑》(局部)

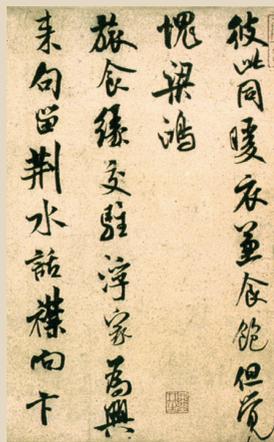


图1-40 宋·米芾《苕溪诗卷》(局部)

(二) 中与侧

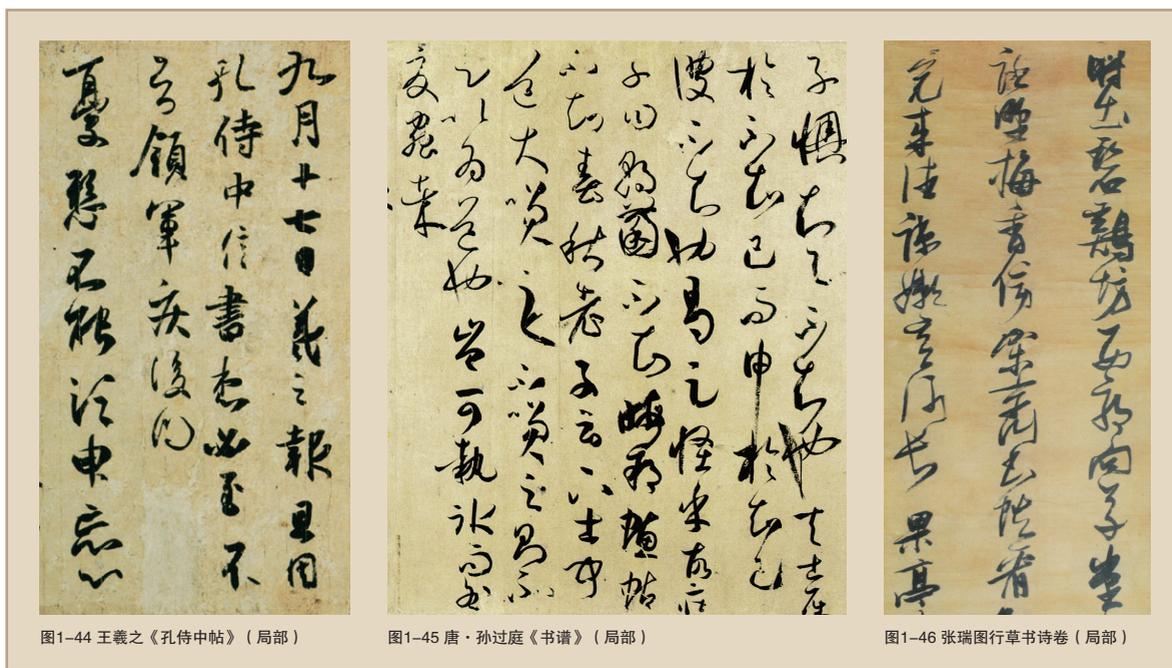
所谓“中”，就是指中锋行笔；所谓“侧”，是指侧锋行笔。一“中”一“侧”，造就了不同的风格的同时，也传递出了不同的人文思想。

中锋行笔，也称正锋，行笔时笔锋要沿着笔画的中心线运行。管正锋直，“令笔心常在点画中行”，墨汁均匀渗开，写出来的点画圆润结实，具有立体感。古人所谓的“锥画沙”即是对该笔法的形象的比喻。正体书（篆、隶、楷）多用此法。它也是传统用笔最受关注、备受推崇的笔法，以丰厚、含蓄、中正为宗，体现“不偏不敬”的中庸思想（图1-41、图1-42、图1-43）。

侧锋行笔，也称偏锋，行笔时笔锋偏离中心线，在笔画的一侧运行，管斜锋偏。在运动过程中，或由侧而归正，或由正而转侧，或一侧到底，写出来的笔画跌宕多姿，神采飞扬。行草书中常见这种笔法。然



而于古代该法则屡遭排斥，风流倜傥的个性特征被淹没在了离经叛道之小技唾液中（图1-44、图1-45、图1-46）。



中锋和侧锋是矛盾对立的两个方面，二者相互依存。过分地强调“笔笔中锋”，或鄙视侧锋为“败笔”，都是不客观的，况且在实际的运用过程中，无论写哪种书体，一“中”到底或一“侧”到底都是不可取的，也是做不到的。纵观历代书法家法帖，每每有耐人寻味处，往往正是中侧对比互用的结果。

（三）转与折

转与折是笔锋转换的两种形式，即改变笔锋运行方向或圆或方的运动形式。“转以成圆”，“折以成方”。圆则筋骨内敛，方则圭角分明。一柔一刚、一阴一阳乃转折之道也，是不同书法风格的重要表现技法。

转笔——以中锋用笔的方式作旋转运动。在起、行、收的转折处，笔不停驻，发力均衡，顺势转锋，充分体现毛笔的弹性来，圆劲迻逸，“中锋”效果明显，如“折钗股”（图1-47）。

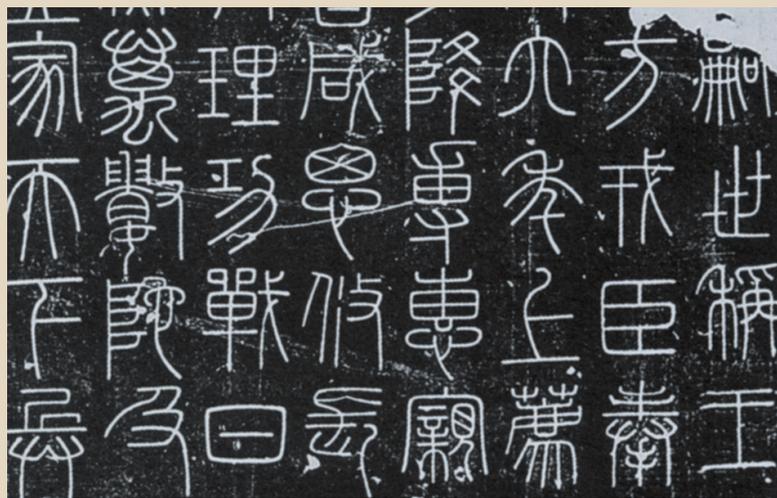
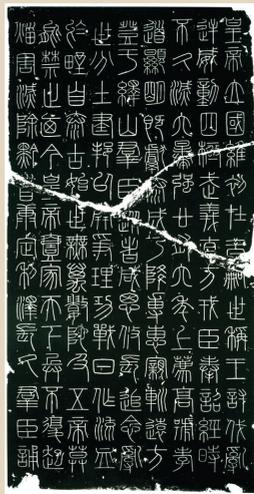


图1-47 秦《峰山碑》拓本及局部



折笔——与转笔不同的是，少了上述转笔中“笔不停驻，发力均衡，顺势转锋”，而是笔要停驻，要顿笔或翻笔折锋或侧风，写出方整刚健的效果来（图1-48、图1-49、图1-50、图1-51）。



图1-48 《杨大眼造像记》拓本
(局部)



图1-49 《魏灵藏造像记》拓本
(局部)



图1-50 《孙秋生造像记》拓本
(局部)



图1-51 《始平公道像记》拓本
(局部)

(四) 提与按

前面讲的都是笔锋作纵横或旋转等平面式运动技法，而提与按，则属笔锋作上下立体式运动的技巧。提笔——将笔锋向上提起，着纸面由多到少，由重到轻，是逐渐减力的过程。效果为“超逸秀发”。按笔——将笔锋向下按去，着纸面由少到多，由轻到重，是逐渐加力的过程。效果为“沉着温厚”（图1-52、图1-53、图1-54）。

刘熙载《艺概·书概》云：“凡书要笔笔按，笔笔提。”就是说每一笔画中都有提与按，二者是不间断地交互进行的，提中有按，按中有提。提与按是书法用笔最基本的技巧，也是创造书法形式美最重要的手段。首先，它可以有效地控制笔的中锋运行；其次，提按结合可以避免平均用力，使书写更有节奏感和



图1-52《乙瑛碑》拓本(局部)

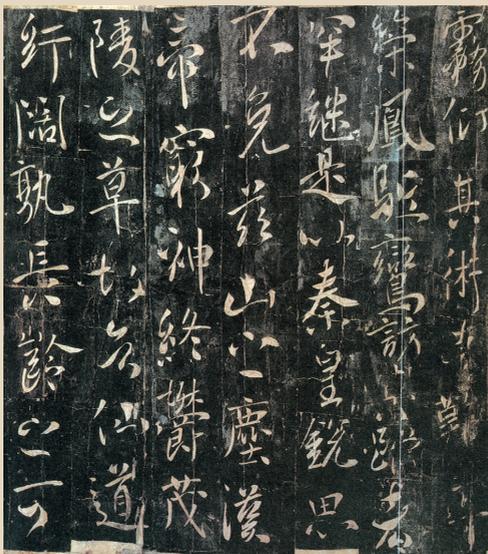


图1-53 唐太宗《温泉铭》拓本(局部)



图1-54《罗池庙碑》拓本(局部)

表现力；第三，提按结合有利于抒发情感。书家有不同的情感流可以写出不同形态的线条，反之，不同形态的线条也可以表达人的不同情感流。

在提按这对关系中，提是主要的，也是难度最大的。王羲之《书论》指出，每书须“十起五伏”。这个“起”即是提，就是“我作主”，不为笔所累。

(五) 疾与涩

谈笔法，除了是为了学习之外，还有一个立足点，就是建立书法用笔的时空关系。如果前面讲的笔法是注重空间关系的话，那么疾与涩则属时间范畴。从表面上看，疾与涩就是“速与迟”（节奏上的快与慢），但疾与涩在强调速与迟的同时，更注重“势”的引入。蔡邕《九势》中有二势就是“疾势”和“涩势”。因此在书写过程中，做到疾与涩就可以很好地把握速与迟，但做到了速与迟却不一定能表现疾与涩。

疾笔——有两层含义，一指用笔的快与速，一指笔势的“劲”与“利”。古诗云：“疾风识劲草”，“疾”的最本质的意义就是在“劲”上。由此可见速度只是“疾笔”的外表，“劲”才是实质（图1-55、图1-56）。

涩笔——也有两层含义，一指用笔的慢与迟，一指笔势的“沉”与“实”。所谓“如撑上水船，用尽力气，仍在原处”。此已清楚地表达出“涩势”之意。刘熙载《艺概·书概》云：“用笔皆闻涩笔之说，然每不知如何得涩。唯笔方欲行，如有物以拒之，歇力而与之争，斯不期涩而自涩



图1-55 王献之《鸭头丸帖》

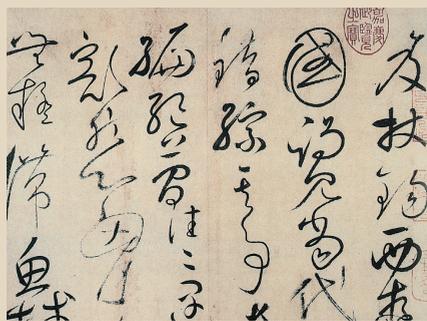


图1-56 怀素《自叙帖》(局部)

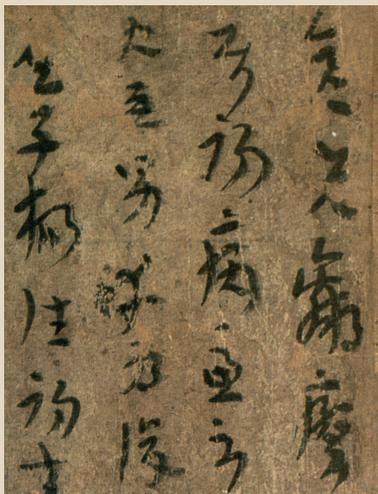


图1-57 陆机《平复帖》(局部)

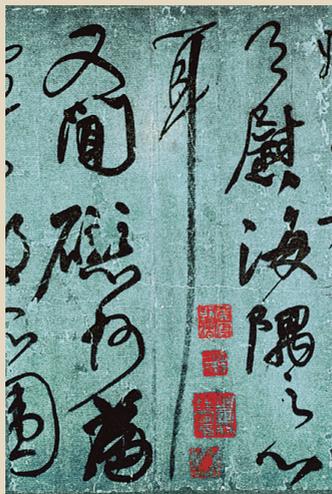


图1-58 颜真卿《刘中使帖》(局部)



图1-59 吴昌硕临《石鼓文》(局部)

矣。”此语深刻地揭示出“涩势”的用力特征以及运笔时的感受(图1-57、图1-58、图1-59)。

疾与涩都特别强调一个“力”字，有挥运之力，也有控制之力。比较而言，历代书家更注重“涩”的用笔，主张“涩进”，但并非否定“疾”，只是主导倾向不同，在实际用笔中彼此结合，交相为用的。不能片面求疾求涩。疾笔运行时不忘留，涩笔运行时不忘进，涩中有疾，疾中有涩，才能书写出既沉实又劲爽的笔画，充分表现出书法艺术的生命活力，给人以丰富而强烈的美感。

(六) 擗与拓

内擗与外拓是一个不大好说又不得不说的话题，一是它的影响力大，是评价“二王”的分水岭；二是众说纷纭。

内擗——何为“擗”？“按也”。在五指执笔法中，第一个字就是擗，讲的是大拇指用力向笔管里侧按。根据这一含义，擗笔法当指五指联合作用下使笔锋向内运动的技巧(图1-60、图1-61、图1-62)。

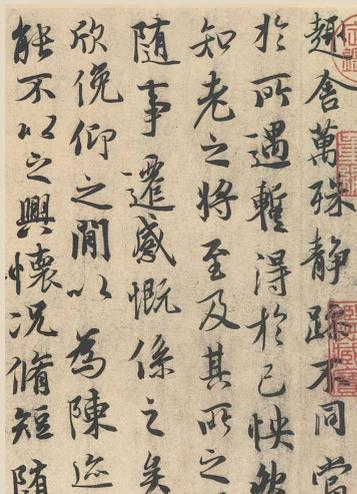


图1-60 王羲之《兰亭序》(局部)



图1-61 欧阳询《九成宫醴泉铭》(局部)

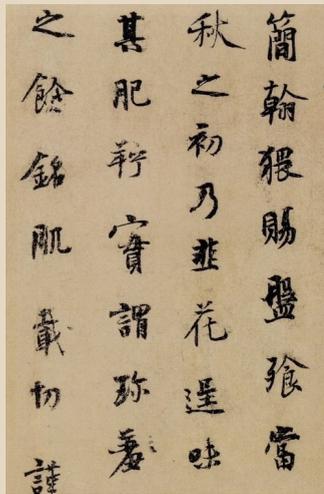


图1-62 杨凝式《韭花帖》(局部)

外拓——何为“拓”？“以手推物也，开也。”那么拓笔法当指使笔锋向外运动的技巧。

黄绮认为“内擗是潜力，外拓是冲力”，颇有见地。不同笔致使书法的线条形式产生不同的美感：内擗力量内敛，含忍劲健，以静制动，故称骨胜之书；外拓力量外纵，柔劲优游，以动制静，故称筋胜之书。人们常用内擗外拓来区别“二王”法书，自有其道理（图1-63、图1-64、图1-65）。



内擗与外拓又是相对的，某书家或碑帖是内擗或外拓笔法，也只是内擗或外拓二法哪个是主要的表现方式而已，并非单纯的内擗或外拓，而且同一书家的不同作品有时也会有不同的用笔方法转换。如王羲之《兰亭序》为内擗法，《丧乱帖》则为外拓法；王献之《十二月帖》为外拓法，而《洛神赋十三行》却又明显地表现为内擗的笔致。只有外拓而无内擗，必然失去骨力，容易飘散；若一味追求内擗而无外拓，又容易拘谨，缺乏洒脱的风神。因此，内擗时不忘外拓，外拓时不忘内擗，才能深入用笔之精微处，创造出有意味的书法作品来（图1-66、图1-67）。



辩证法告诉我们，矛盾对立的两个方面是相辅相成的，强调起主导作用的矛盾主要方面是应该的，但也不应该忽视甚至排斥矛盾的次要方面。二者在一定条件下，是可以相互转化的，从对立统一规律的立场去考量书法用笔，才能把握其本质，才能更准确地定位，或把问题引向深入，走向更为宽广的思辨与表现境地。

三、用墨

初学书法，人们往往以为用墨不重要，这是一种误解。笔法与墨法互为依存、相得益彰，正所谓“墨法之少，全从笔出”，用墨直接影响到作品的神采。历代书法家无不深研墨法，清代包世臣在《艺舟双楫》中说：“书法字法，本寸笔，成于墨，则墨法尤书艺一大关键已。”明代文人画兴起，国画的墨法融进书法，增添了书法作品的笔情墨趣。古人有墨分五色之说，笔者就此浅谈如下：

（一）浓墨

浓墨是最主要的一种墨法。墨色浓黑，书写时行笔实而沉，墨不浮，能入纸，具有凝重沉稳、神采外耀的效果。古代书家颜真卿、苏轼都喜用浓墨。苏东坡对用墨的要求是：“光清不浮，湛湛然如小儿之睛。”认为用墨光而不黑，失掉了墨的作用；黑而不光则“索然无神气”。细观苏轼的墨迹，有浓墨淋漓的艺术效果。清代刘墉用墨亦浓重，书风貌丰骨劲，有“浓墨宰相”之称（图1-68）。

（二）淡墨

与浓墨相反的便是淡墨。淡墨介于黑白色之间，呈灰色调，给人以清远淡雅的美感。清代的上文治被誉为“淡墨探花”，书法源出于董香光，传其风神，作品疏秀占淡。

其实，墨浓墨淡各有风韵，关键在掌握。用墨过淡则伤神采，太浓则弊于无锋。正如清代周星莲言：“用墨之法，浓欲其活，淡欲其华。活与华，非墨宽不可。不善用墨者，浓则易枯，淡则近薄，不数年间，已奄奄无生气矣。”

（三）涨墨

涨墨是指过量的墨水在宣纸上溢出笔画之外的现象。涨墨在“墨不旁出”的正统墨法观念上是不成立的。然而涨墨之妙正在于既保持笔画的基本形态，又有朦胧的墨趣，线面交融。王铎擅用涨墨，扩大了线条的表现层次，作品中干淡浓湿结合，墨色丰富，一扫前人呆板的墨法，形成了强烈的视觉艺术效果（图1-69）。

（四）渴笔

渴笔、枯笔分别指运笔中墨水所含的水分或墨大多失去后在纸上行笔的效果。渴笔苍中见润泽，枯笔苍中见老辣。在书写中应用渴笔、枯笔二法，应控制墨量适宜。宋代米芾的手札《经宿帖》（图1-70）“本欲来日送，月明，遂今夕送耳”几字，以渴笔、枯笔表现，涩笔力行、苍健雄劲。米芾《虹县诗》中从“霁”字到“淑”字，那



图1-68 刘墉《行书米芾诗帖》

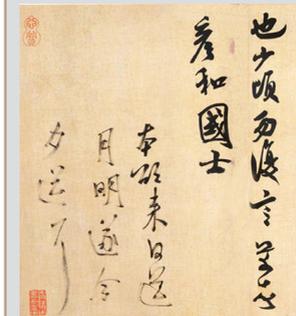


图1-70 王文治《行书》轴



图1-69 王铎《夜渡作行书诗》轴



图1-71 米芾《虹县诗》(局部)

错落有致的枯笔飞白效果，也是渴笔运用的效果（图1-71）。

书法的墨法表现技巧十分丰富，用水是表现墨法的关键。《画谭》说：“墨法在用水，以墨为形，水为气，气行，形乃活矣。古人水墨并称，实有至理。”另外，用墨的技巧还与笔法的提按轻重、纸质的优劣密切相关。一幅书法作品的墨色变化，会增强作品的韵律美。当然，墨法的运用贵有自然，切不可盲目为追求某种墨法效果而堕入俗境。古人论画时讲用墨有四个要素：一是“活”，落笔爽利，讲究墨色滋润自然；二是“鲜”，墨色要灵秀焕发、清新可人；三是“变幻”，虚实结合，变化多样；四是“笔墨一致”，笔墨相互映发、调和一致。以此移证于书法的用墨也应有一定的启迪作用。

加油站：“如锥画沙”、“屋漏痕”

在书法艺术实践中各种技巧的运用，都是为了表现点画，亦即线条中的美感。其所谓线条中的美感这个概念，诚然是具有丰富内容的，诸如力感的表现，以及点画本身所蕴含的形象、势态、情采、神韵、气息等。“如锥画沙”、“屋漏痕”，就是前人从生活和自然中悟出来的形象化说法。

“如锥画沙”的提法，见于颜真卿《述张长史笔法二十意》。沈尹默先生在《二王书法管窥》中也有非常精妙的阐述。下面让我们一起分享一下沈先生的妙语：

前人曾说右军书“一拓直下”，用形象化的说法，就是“如锥画沙”。我们晓得右军是反对笔毫在画中“直过”的，直过就是毫无起伏地平拖着过去，因此，我们就应该对一拓直下之“拓”字，有深切的理解，知道这个拓字，不是一滑即过，而是取涩势的，右军也是从蔡邕得笔诀的。“横鳞、竖勒之规”，是所必守，以如锥画沙的形容来配合着鳞、勒二字的含义来看，很明白。锥画沙是怎样一种行动？你想，在平面的沙子上，用锥尖去画一下，如果是轻轻地画过去，恐怕最易移动的沙子，当锥尖离开时，它就会滚回小而浅的槽里，把它填满，还有什么痕迹可以形成？当下锥时必然是要深入沙里一些，而且必须不断地微微动荡着画下去，使两旁的沙粒稳定下来，才有线条可以看出。这样的线条，两边是有进出的，不平均的，所以包世臣说书家名迹，点画往往不光而毛，这就说明前人所以用“如锥画沙”来形容行笔之妙，而大家都认为是恰当的，非以腕运笔，就不能成此妙用。

关于“屋漏痕”，沈尹默又说：怀素见壁间坼裂痕，悟到行笔之妙，颜真卿谓“何如屋漏痕”，这觉得更自然些，更切合些，故怀素大为惊叹，以为妙喻。雨水渗入壁间，凝聚成滴，始能徐徐流下来，其流动不是径直落下，必微微左右动荡着垂直行流，留其痕于壁上，始得圆而成画，放纵意多，收敛意少，所以书家取之，以其与腕运行笔相通，使人容易领悟。前人往往说，书法中绝，就是指此等处有时不为世人所注意，其实是不知腕运之故。

思考与练习

1. 怎样理解用笔时空关系？怎样理解用墨的节奏？
2. 参照碑帖练习各种用笔和用墨方法，日课二十四组。

第六节 临摹的科学

一切艺术的学习与传承都离不开临摹，这是由认识论和实践论决定的。人类认识世界离不开间接知识（包括能力的培养、经验的积累）的学习，书法间接知识的来源就是历代艺术大师留下的光辉灿烂的经典作品。学习这些最优秀的文化遗产就是最好的传承，其学习方法就是“临摹”；艺术创作是有很强技术含量的，对“法”的理解与把握是要通过艰苦卓绝的实践才能实现的，这一实践的过程就是“临摹”。

“临摹”是一个多层次的动态结构，起码它需要回答如下几个问题。什么是临摹？临摹什么？怎样临摹？为什么要这样临摹？

一、什么是临摹

临摹指以名家法书画为蓝本，模仿学习。它是一个联合短语，分别代表两个层面的含义。

1. 摹

《辞海》：“依样写作书画。”这样摹写可以做到形似，是学习书法最基础也是十分重要的方法。摹帖，有仿影、双钩和单钩等几种方法。今传王羲之《乐毅论》（图1-72）就是按照原本摹制而成的。

仿影是用透明的纸蒙在碑帖上，利用映出纸上的点画阴影描写出来。康有为说：“学书必先模仿，不得人形质，无自得其性情也。故欲临帖必先使之模仿数百过，使转之笔尽有，然后可以临帖。”

双钩是用透明的纸蒙在字帖上，依透出来的点画轮廓用墨色线条钩成空心字。双钩之后就可以用毛笔填写空心字了，填写时要一笔写成，填不满或写出界都是不可取的。

单钩是把透明的纸蒙在字帖上，用铅笔把字的中锋行笔线路写出来，然后用毛笔沿着单钩的线条依照点画的形状仿写出来。

2. 临

《辞海》：“对着字画模仿学习。”这是学习书法最重要的方法，在取法帖字形的同时，还要取其神，通过这种训练，达到形神兼备的学习目的。传统的临习步骤是：对临，背临，意临。

二、临摹什么

在中国书法史上，古代书法家为我们留下的真迹浩如烟海，都学是不可能的，选择哪些优秀的碑帖来学习，就成了教育者和被教育者首先考虑的问题。具体的内容要在后面的几章里分别论述，总的原则是“取法乎上”。教师选择史上最优秀的碑帖系列供学生学习。我们的教育原则是因

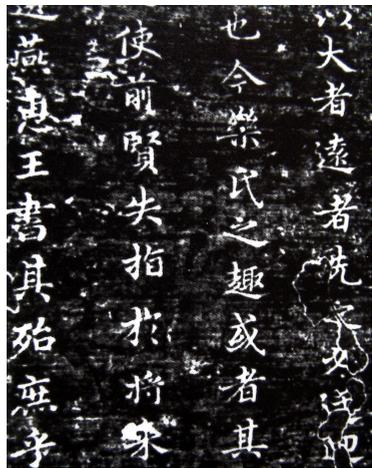


图1-72 王羲之《乐毅论》（局部）

材施教，因势利导。艺术创作最重要的是“个性”的体现，那么在临摹阶段是否要尊重学生的个性潜质呢？回答是肯定的。但在基础阶段则应该是教师为主导，他们尽可能地把相对最优秀的、最先进的、最系统的、最科学的（当然高水平的教师也有个人的局限）观念、知识、碑帖等呈现在学生眼前，这是至关重要的，这与“因材施教”不矛盾，基础课是因材施教的前提。若初级阶段过分地强调适合“个性”的自由选择，则是对古代经典认识不深刻、功力不足的表现。没有老师的引导，其选择就容易出现偏差。有了基础课的前提，就可以保证或不会出现上述偏差。

三、怎样临摹

临摹是一个永无止境的过程，阶段不同，目标不同，对象和方法也就不同。大体可分三个阶段：开始一点一画，一字一行，老老实实地依葫芦画瓢。然后旁搜远绍，兼收并蓄，逐渐向广度拓展、向深度钻研。最后“以今度之，想当然耳”。将时代精神注入到对传统的深刻理解和表现之中。沃兴华先生把这三个阶段比喻如同过去拜师学艺，方能修得正果。进门，登堂，入室。一步不能踏空。

（一）准确临摹

准确地临摹如同初学键盘一样，先从音符、音阶练起，培养手感，体验节奏，这一阶段既生硬又枯燥。当练熟后，可以按照既有的旋律弹奏某一名曲的时候，就算入门了。准确临摹的目的就是努力做到“先与古人合”。

1. 读帖

对范本作深入、精确的观察，从中体会到古帖中那些最真实、最细微、最精妙、最动人的潜质。读帖不是仅在准确临摹阶段进行的，而是贯穿临摹的全过程。

2. 摹写

分别使用仿影、双钩、单钩的方法进行摹写训练，其主要目的是检验与提高观察能力和再现能力。

3. 分解与整合

所谓分解，就是将一个笔画的全过程分解为若干个点（可以采取放大的方法），这样能更清楚地观察到笔画的细微处。由点与点所构成的段，经过放大观察，把弧线与不规则的线概括为由各段直线及相对惯性的流线，操作起来更加顺畅、得势。所谓整合，就是把分解了的或放大的笔画再度还原，合为一体的运笔过程。这种整合尽量接近范本的原本书写速度。

4. 坐标系

引入多维坐标系准确临摹汉字的结构。这个坐标系可以自己画

出来，也可以直接把具有参照功能的“回宫格”、“九宫格”、“米字格”引入到临摹训练中来。目的就是更好地定位，减少结构误差。我的教学实践证明，使用用黄金分割法创造的“回宫格”是最佳的选择。

在教师的指导下，学生经过深思熟虑选择一个风格系列的碑帖后，不能轻言放弃，咬定青山不放松，立根原在“古帖”中，锲而不舍，在一段时间里就可以找到不错的手感，形成“动力定型”，才能做到准确地临摹。刚刚进门者最容易犯的也是最忌讳的毛病是朝秦暮楚、见异思迁，今天学王羲之，明天学颜真卿，后天学赵孟頫，是不会有好的收成的，对建立良好的学习习惯只能起到破坏作用。

（二）分析临摹

经过准确临摹阶段的训练，技术不断熟练，对“形”的把握较为精准，具备对古帖笔法、字法、章法较强的再现能力。需要在认识水平、思维能力、观念形态方面纵横拓展，由感性认识上升到理性认识，这一阶段的临摹学习我们称之为分析临摹。

1. 背临

有了准确临摹的基础，接下来的一步就是背临。它既可以算是准确临摹的“收关之作”，又可以算分析临摹的“开篇之作”，起到承前启后的作用。它是基础临摹程序中最深入的一个层次，省略不得。因为难度较大，需要信心、耐心、恒心的支持，真正的“入帖”是靠背临来检验与实现的。

背临是将技法由客观上升为主观，进而转化为记忆的过程。一般采取临写单钩结构线背临笔法和完全背临两种方法进行。前者重在体会笔法运用，后者重在感受结构、章法等整体构成。

2. 控笔

灵活地控制毛笔。考察与分析用笔速度与发力方式、蘸墨量等，求得与笔画、结构形态准确的同时，运笔轨迹、手感相对暗合原帖作者，做到手、笔相合，意、势不违。

3. 材料

对所选范本的笔画质感进行分析，选择最适合、最接近原作特点的工具材料，如毛笔的笔性及纸质、墨性等。

如学习楷书，选择了以《石门铭》为代表的圆笔北碑系列，其点画类型：凝练、舒展，如屋漏痕，阔笔、紧结，有韧性。行笔速度与发力：缓中有疾，纸笔的摩擦幅度极大，发力要持重，出锋灵动，属内力。蘸墨量：略枯。笔性：老笔有韧性，无颖更佳。纸质选择：粗糙，有韧性。



图1-73《石鼓文》拓本(局部)

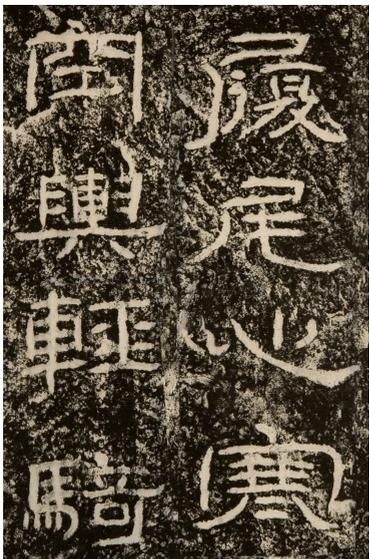


图1-74《石门颂》拓本(局部)



图1-75《石门铭》拓本(局部)

4. 走向纵横(广度与深度)

根据书法风格发展史上的源与流,找出同一种风格的核心(内涵)部分和展开(外延)部分,构建起一个系统化的技法原理演绎网络。

以宋米芾的行草书《贺铸帖》为核心,系统化地上溯唐虞世南、褚遂良,晋王羲之、王献之等人的法帖,直至汉魏时期的章草书;下逮南宋吴琚,元赵孟頫、鲜于枢,明董其昌,清王铎的法帖等,比较系统中的共性与个性特点。又如《石鼓文》(图1-73)、《石门颂》(图1-74)和《石门铭》(图1-75)的笔意相近,可以打破篆书、隶书、楷书间的壁垒,将它们融会贯通起来。这样的临摹不仅能开阔视野,而且能掌握分析与综合的方法,提高创作能力。

在走向广度的基础上,还必须从某一种类型中跳出来,去选择与之截然不同或相反的类型进行临摹。通过对比,深刻理解和准确把握所临法书的形式特点和风格面貌,知道什么是对立统一,怎样去融合等。

在唐朝的六位楷书大家中,风格反差最强烈的应该是欧阳询和颜真卿了。一个内擫,一个外拓;一个点画劲挺、结体瘦峭,一个点画浑厚、结体宽博;柳公权则融合两家特征,采取折中的表现手法,雄秀挺拔。

在明朝末年几位浪漫派书家中,风格反差最强烈莫过于张瑞图和傅山。也是一个内擫,一个外拓;一个书写节奏是翻折着横向逆下,一个是圆转着竖向顺下。黄道周将两种写法合二为一,横画多用内擫,竖画多用外拓,结构开张稳定,温穆畅达。

(三) 创意临摹

创意临摹是由再现向表现过渡的临摹方法,是临摹的高级阶段。它应该包括“写意”和“创意”两个层面的含义。

1. 写意

如果说分析临摹阶段是“带着枷锁的舞蹈”的话,那么写意临摹则是“有规则的游戏”。写意临摹虽说比较强调自我意识,但不是对原帖简单的简化或繁化或纠错,也不是以个人习惯对原帖加以改写,更不是游离于法书之外的望文生义,信笔涂鸦,想当然耳。这个“意”必须是从原帖中挖掘出来的,是对原帖某一特征的强化或转化,是从一本法书的多角度写意,将一本法书从七八个角度展开。如对笔意、笔势的夸张、强化,对运笔动作、发力幅度的夸张、强化,对线条粗细的强化、转化,对笔势、笔意的收放调整,对行笔速度、发力方式、工具材料等方面的调整,对结构中轴线取势方向的强化、转化,对主笔夸张移位后的结构体势重组、生发,对章法款式重组后的随机对应、调整、控制,对节奏在主辅、高低、长短、强弱、

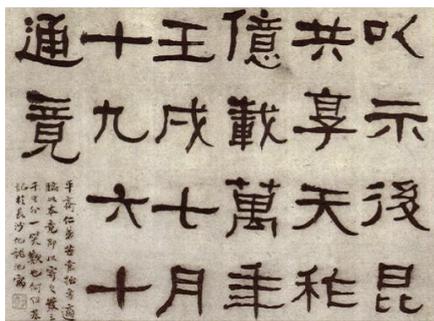


图1-76 何绍基临《张迁碑》

端”（图1-76）。

2. 创意

这个“意”是“帖意”和“己意”的结合体，更强调己意的抒发。虽然也不能离开原帖的滋养，但比起写意来却自由得多，书家可以以原帖为背景，调动想象和联想的心理机制，从中获取无穷的创意灵感，在熔铸百家的基础上，去创造属于自己的个性风格。到这一步，临摹和创作已不能截然分开了，由临摹激发创作，由创作引导临摹，从法帖中寻找出自己最需要的东西，并把它们融合在创作之中。我认为，创意临摹是一个用自我去寻找法帖，用法帖来表现自我的连续不断的相互作用的过程（图1-77）。

加油站：智永学书不下楼

智永是南朝陈末隋朝初人，是书圣王羲之的第七代孙。出家后就住在寺院后边的小阁楼上潜心学习书法。他每天从早到晚临摹“二王”真迹，不管春夏秋冬，寒来暑往，从不间断。一晃三十年过去了，智永从一个青年人变成了老年人，终于成了书圣后人中传承家范最有代表性的书家。

在这三十年中，智永的砚台磨穿了很多块，退下的笔头（据说唐代以前毛笔的笔头可以更换）足足装了有好几筐，埋在地里堆成了一个小坟包，被人们称为“退笔冢”。智永的名气越来越大，找他写字的人也越来越多，把他屋子的门槛都踩坏了。小和尚们只好用铁皮把门槛包起来，后来人们叫它“铁门限”。

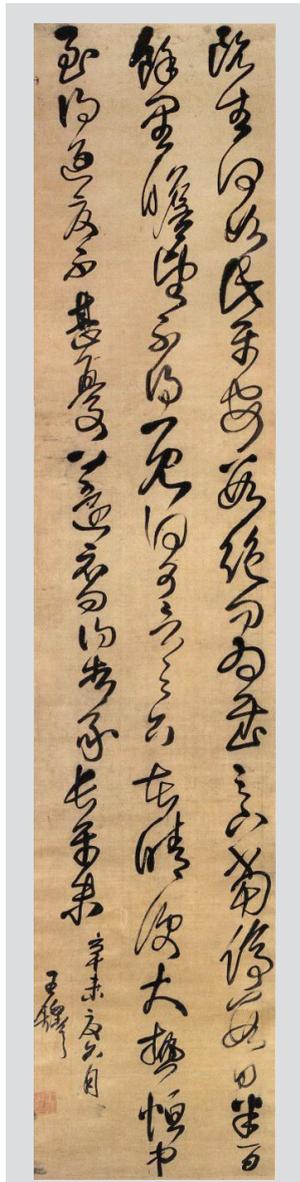


图1-77 王铎临阁帖

思考与练习

1. 书法学习离不开临摹，它是一种方法，也是一个过程，请说说你对“方法”、“过程”的理解。
2. 请按教学大纲所列法书要目，根据课程进度，选择一至两个碑帖进行准确临摹，日课一通或150字。

第二章 篆隶津梁

第一节 篆书通识	36	第四节 隶书通识	51
一、什么是篆书	36	一、什么是隶书	51
二、篆书的书法特征	36	二、隶书的书法特征	51
加油站：古文字与今文字 / 字体与书体	37	加油站：程邈下狱创隶书	53
思考与练习	37	思考与练习	53
第二节 大篆	37	第五节 汉代隶书墨迹	54
一、甲骨文	38	一、汉简	54
二、《散氏盘》	41	二、马王堆帛书	55
加油站：怎样写金文	42	加油站：汉印	57
思考与练习	42	思考与练习	57
第三节 秦篆	43	第六节 汉代隶书碑刻	58
一、《石鼓文》	45	一、《张迁碑》	58
二、《泰山刻石》	46	二、《石门颂》	61
加油站：历代篆书名家名迹	47	加油站：历代隶书名家名迹	64
思考与练习	50	思考与练习	66