

「 书法技法讲坛 」

SHUFAJIFAJIANGTAN

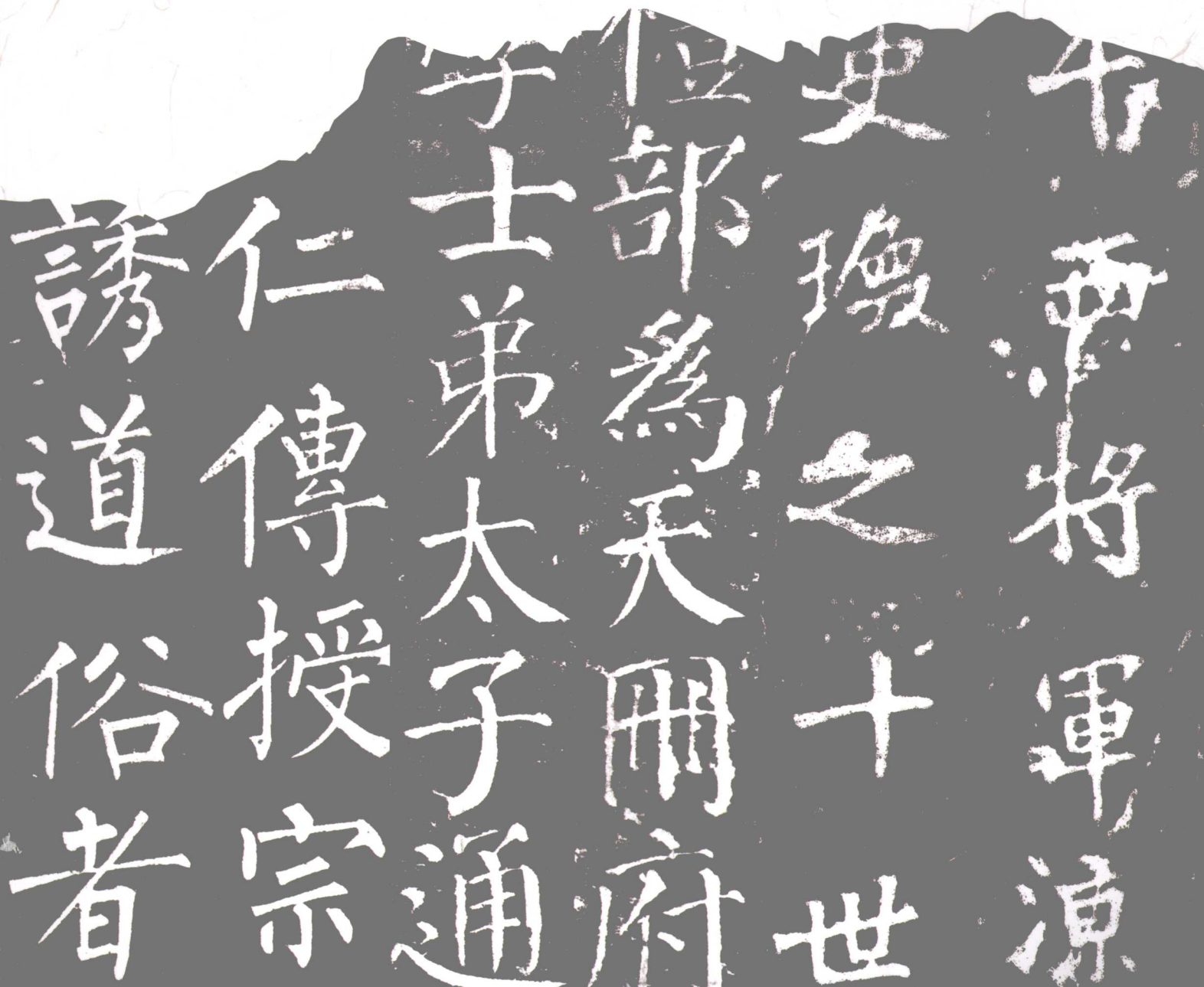
楷书技法 45 例

吴慧平◎主编

李正庚◎编著

APG
安徽出版集团

安徽美术出版社
ANHUI MEISHU CHUBANSHE



趙充國魏相丙吉
 于定國杜延年治
 民則黃霸王成器
 送鄭名信臣韓

代
 丘
 急
 日
 韓

「书法技法讲坛」
 SHUFAJIFAJIANGTAN

楷书技法45例

吴慧平◎主编

李正庚◎编著



安徽美术出版社
 ANHUI MEISHU CHUBANSHE

图书在版编目(CIP)数据

楷书技法 45 例 / 李正庚编著. —合肥:安徽美术出版社, 2008.8

(书法技法讲坛 / 吴慧平主编)

ISBN 978-7-5398-1930-3

I. 楷… II. 李… III. 楷书 - 书法 IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 083144 号

丛书策划:秦金根

责任编辑:秦金根

装帧设计: 

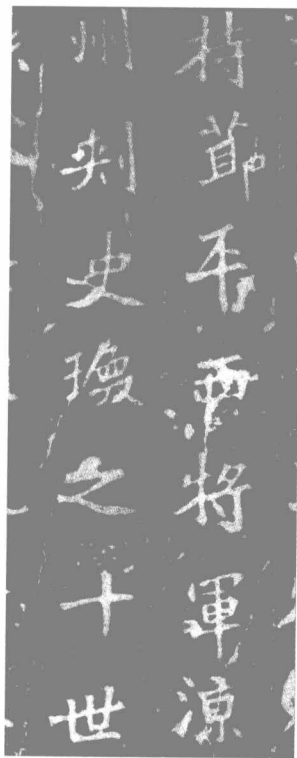
【书法技法讲坛】

楷书技法 45 例 吴慧平 / 主编 李正庚 / 编著

出 版: 安徽出版集团 安徽美术出版社
地 址: 合肥市政务区圣泉路 1118 号出版传媒广场 14F
邮 编: 230071
发 行: 全国新华书店
<http://www.ahmscbs.com>
印 刷: 合肥华云印务有限责任公司
开 本: 889 × 1194 1/16
印 张: 8.75
版 次: 2008 年 9 月第 1 版 2008 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5398-1930-3 定价: 26.50 元

编者的话



现在市场上的书法技法类图书可谓铺天盖地。大凡选择一帖,以笔法、结构等分类分析,或名 100 解,或名 30 天速成等等,不一而足,其内容或曲解古人而为伪技法,或重细枝末节而过于繁琐不可操作。所以,此类图书之作用可谓能领初学者入书法之门,而其使人误入技法之歧途则罪莫大焉。

本丛书《书法技法讲坛》力避上述技法类图书的弊端,以期还原古代书法技法的本真。本丛书以具有一定基础的书法爱好者、专业学生和教师为读者对象,取中端定位,在撰写和编辑过程中希望达到以下特点和优势。

一、宏观性、客观性、综合性、比较性。本丛书将写作的思路放在书法史的大环境中,每种书体选择书法史上不同时代不同书法家的有代表性的作品 10 种,以它们为范例展开比较、分析和综合。立足宏观技法,避免细枝末节,以期通过图片直接客观地反映书法技法的真实状态。

二、以点带面。每种书体在不同的时代和不同的书法家手上,技法会有不同的表达。比如平正,楷书中的《张猛龙碑》、《张黑女墓志》和欧阳询的《九成宫》、颜真卿的《颜勤礼碑》、赵孟頫的《三门记》皆符合此审美特征,然而其审美内涵却又有差别。再比如方笔,《张猛龙碑》和《龙门二十品》则又不同。本丛书旨在通过图例将技法在不同作品中的表现呈现出来,让读者以点及面,了解整个技法史的发展轨迹。

三、以图例说话。本丛书的客观性展示重要的一点就是以图例说话,而作者的简明扼要的解说旨在抛砖引玉,对特定技法更多的理解在于读者读懂图例。所以本丛书图例的编辑力求使读者可以直接进行比较和综合等思维活动。本丛书将图例以分类表格的形式呈现出来,让读者一目了然,省却读者需整理而费的时间。

本丛书先出 5 本,分别按篆、隶、楷、行、草 5 种书体分类。每种书体的技法数量不作硬性的统一规定,而是根据实际情况,行其所当行,止其所当止。所以每种书体成册的印张数也以行文来定,并不整齐划一。

本丛书历时两年打造,寄托了作者和编者的愿望,即以我们严肃细致的工作态度为读者朋友提供书法技法锤炼和提升的阶梯。

晝寢乍興朝飢正甚久

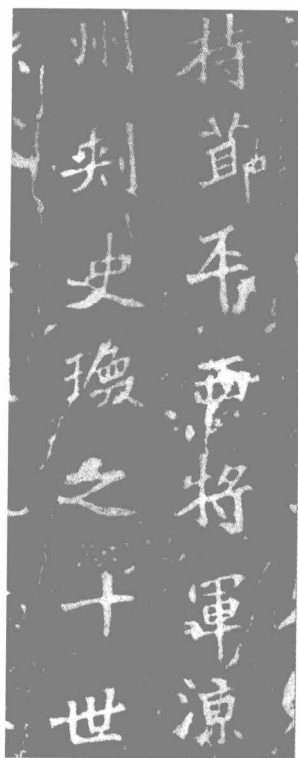
簡翰猥賜盤飧當一

秋之初乃莖花達味

其肥韌實謂弥羞

之餘銘飢載切謹

目 录



总说 楷书源流及技法概述	1
第1例 藏锋	22
第2例 露锋	24
第3例 中锋	26
第4例 侧锋	28
第5例 提按	30
第6例 点的不同表现形态	33
第7例 横	40
第8例 竖	45
第9例 斜画的收放	48
第10例 钩法	52
第11例 圆转	57
第12例 方折	59
第13例 线条的力度感	62
第14例 线条点画的风格——方和圆	67
第15例 笔势——内挾和外拓	71
第16例 线条的运动节奏	74
第17例 线条的组合之一——斜画紧结	77
第18例 线条的组合之二——平画宽结	79
第19例 线条的笔势——以横画为例	82
第20例 字势平正	85
第21例 空间布白匀称	87
第22例 字势飞动	89
第23例 点画线条的参差	91
第24例 结构内部的疏密	93

第 25 例	笔画收放	95
第 26 例	结体欹正	97
第 27 例	争让和穿插	99
第 28 例	点画呼应	101
第 29 例	结体空间关系之一:内紧外松	103
第 30 例	结体空间关系之二:外紧内松	105
第 31 例	依字取势	107
第 32 例	楷书的隶意	109
第 33 例	以行入楷	111
第 34 例	结构的主笔	112
第 35 例	“口”字造型	115
第 36 例	不同风格的造型	117
第 37 例	墨色	120
第 38 例	墨的运用之一:浓墨	121
第 39 例	墨色运用之二:枯墨	122
第 40 例	墨色运用之三:墨色变化	124
第 41 例	行气	126
第 42 例	篇章布局的行列等距	129
第 43 例	篇章布局的行列错落	130
第 44 例	章法的疏密对比	132
第 45 例	墨迹和石刻	133

海鹹河淡
火帝鳥官
乃服衣裳
唐书

总 说

楷书源流及技法概述

楷书是中国汉字字体中最实用的字体之一，最早提出楷书这一概念的是南朝时期书法家羊欣，他在《采古来能书人名》一篇中说：“（韦）诞字仲将，京兆人，善楷书，汉魏官馆宝器，皆是诞手写。”然而，对楷书的称谓与名实所指，自楷书概念提出后，就有不同的几种说法。

（一）将“楷书”称作“隶书”的。羊欣《采古来能书人名》说晋时的王洽、王珉“能隶、行”，王羲之“特善草、隶”，王献之“善隶、藁”等。这时所谓的隶即楷书。唐代也称隶为楷，《旧唐书·百官志》：“贞观元年，诏京官职事五品以上嗜书者二十四人，隶馆习书。”《唐六典》卷十：“五曰隶书，典籍、表、奏及公私文疏所用。”张怀瓘《六体书论》中说：“隶书者，字皆真正，曰真书。”唐房玄龄撰《晋书·王羲之传》：“（王羲之）善隶书，为古今之冠。”把楷书称作隶书，应该是唐人的习惯。

（二）将“楷书”称作“章程书”。南朝王僧虔说钟繇书法有三体：“一曰铭石书，最妙者也；二曰章程书，世传秘书，教小学者也；三曰行狎书，行书是也。三法皆世人所善。”张怀瓘《书断·八分序》中说：“时人用写篇章或写法令，亦谓之章程书，故梁鹄云：钟繇善章程书是也。”钟繇所处的汉魏时代，铭石书只能是当时的正体字即今天我们看到的魏晋时期的隶书，而“章程书”是用于“教小学”、文字训诂等日常实用领域的。根据文字学家唐兰先生观点，“章程

书”就是楷书。

(三)将楷书称为“正书”、“真书”。唐李嗣真《书后品》将楷书称为“正书”，说“张芝章草，钟繇正书”，“子敬草书逸气过父，……而正书、行书如田野学士越参朝列，非不稽古宪章，乃时有失体处”。这是把楷书称为正书。张怀瓘《书议》：“真书，逸少第一，元常第二，世将第三，子敬第四。”姜夔《续书品》：“古今真书之神妙，无出钟元常，其次王逸少。”这是把楷书称为“正书”和“真书”。

二

(一)南北朝碑刻楷书。

魏晋南北朝处于隶书向楷书发展演变的阶段，上承两汉，下启隋唐，在用笔和结体方面，逐步削弱隶书意味，渐渐形成楷书体式。

南朝碑刻，最著名者为“二爨”。《爨宝子碑》被喻为“南碑瑰宝”，方笔峥嵘，起笔和收笔处突起圭角，刀刻痕迹明显，但是笔势生动，结体古拙，天趣与野性十足。(图1)

《爨龙颜碑》其书以方笔为主，方圆并用，笔力雄厚健劲，颇多拙趣，其字隶意基本殆尽，已是端谨楷则，字体方正，朴质浑厚，端庄凝重，是南朝楷书的上品。(图2)



图1 《爨宝子碑》(局部)

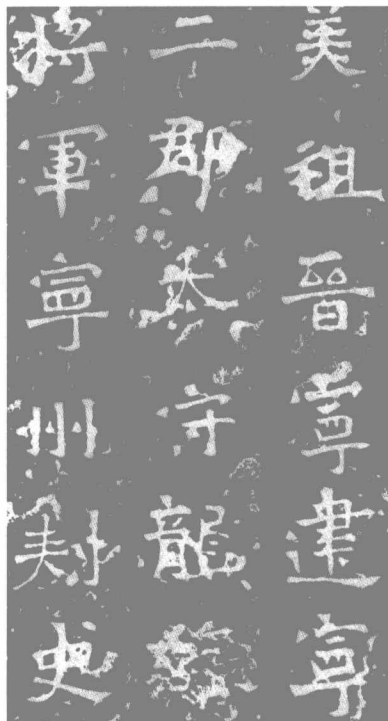


图2 《爨龙颜碑》(局部)

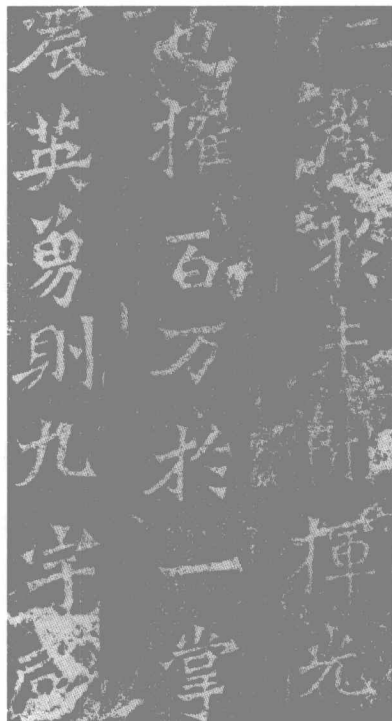


图3 《杨大眼造像》(局部)

南北朝楷书碑刻，尤以北朝北魏时期石刻为多，魏碑书法用笔方圆呈现多姿多彩的特色。用笔有方笔、有圆笔、有方圆兼用，而以方笔为多，结体虽然看似不经意，却有自然天成之妙，醇厚朴拙，洒脱有度。

方笔主要是以龙门造像为代表，龙门造像诸品，因势布局，刀笔相加。《郑长猷造像》、《广川王祖母造像》、《牛橛造像》、《杨大眼造像》(图3)、《孙秋生造像》(图4)、《始平公造像》(图5)、《魏灵藏造像》(图6)等各具气态，尤其以杨大眼、孙秋生、始平公、魏灵藏为最佳。它们是龙门造像中的精品，可以视为方笔之中最有代表性者，世称“龙门四品”。

北朝方笔楷书除了龙门二十品外，著名碑铭还有《张猛龙碑》、《贾思伯碑》、《吊比干文》、《高贞碑》等，又以《张猛龙碑》(图7)为显赫。《张猛龙碑》古人评价其书“正法虬已开欧虞之门户”，向被世人誉为“魏碑第一”，是魏碑后期佳作之一。碑文书法用笔以方为主，间以圆笔，结字长方，笔画虽属横平竖直，但不乏变化，线条挺拔刚劲，自然合度，妍丽多姿。

《泰山金刚经》(图8)为北碑圆笔典型代表，《泰山金刚经》每字大一尺甚至一尺五寸许，共八九百字，字体隶楷参半。如此巨制不涉险奇怪诞，似欲侧还归端庄，似雄浑又添浑凝，雍容大度，气度非凡。写经碑刻由墨趣转为金石气，加之字径偏大，成为临池者之异宝。



图4《孙秋生造像》(局部)



图5《始平公造像》(局部)



图6《魏灵藏造像》(局部)



图7 《张猛龙碑》(局部)



图8 《泰山金刚经》(局部)

《郑文公碑》(图9)用笔在方圆之间,但以圆为主。此碑用笔有篆籀意味,圆笔厚重,方笔峻利,既婉丽又劲健,点画线条遒劲雄肆,结体宽博开张,雍容大度,精气内含。此碑相传为郑道昭所书,有人称其为“北方书圣”,看来是当之无愧。

《张黑女墓志》(图10)为北碑流媚娴雅风格的典型代表。此墓志刻于北魏末年,当时墓志书法多趋精整规范,而它独以温润闲雅风貌见称于世。其书保留较多隶书笔意,貌为秀美,实极峻利;结体疏朗,寓变化于整齐之中,字多取横势,一任天然。

(二)隋代楷书。

隋朝统治时间虽然只有短短的37年,但是由于南北文化的交流,文风颇盛,所以书法艺术也得到了融合,北方楷书的粗犷豪放与南方的婉约温润开始互相渗透,形成了熔铸统一的趋势。隋人书法,上承北魏书体,下开唐朝新风,是南北朝到唐之间的津梁。隋碑楷法已经成熟,它熔二王笔法与六朝碑刻于一炉,著名碑刻《龙藏寺碑》(图11)就是这方面的代表作。《龙藏寺碑》用笔沉着有力,刚柔相济,结体严谨安雅,方整有致,已是成熟的楷书形象。《龙藏寺碑》是集北碑之众长,开初唐一代书风的“承前启后”



图9《郑文公碑》(局部)



图10《张黑女墓志》(局部)

的重要阶梯。

这一时代成就最高的书家则当推智永禅师。僧智永，本姓王，名法极，陈、隋间会稽人，是晋代书法大家王羲之的第七世孙。他流传于世的“识字课本”楷书《千字文》(图12)，其中真书真实地保存了王羲之的笔法，是魏晋南北朝端庄雅致楷书技法的直接继承。此笔法由其再传给虞世南，虞世南传给陆彦远，王羲之及南朝楷书技法，赖此传承到唐。

(三)唐代楷书。

唐代的楷书可以说是达到了鼎盛的时代，技法高度成熟，其字体严法备，气度雍容，是其他朝代无法比拟的。从技法上看，有唐一代是对前代楷书技法的总结和完美，又是对楷书技法做出了重大革新的一代。前人说“唐人尚法”，很大程度上是指唐人确立了中国楷书的法度。

欧阳询(公元557—641年)，字信本，潭州临湘(今湖南长沙)人。欧阳询的书法由于熔铸了汉隶和晋代楷书的特点，又参合了六朝碑书，可以说是广采各家之长。其书法风格特点是严谨工整，平正峭劲。字形虽稍长，但空间布白，整齐严谨，中宫紧密，主笔伸长，显得气势奔放，有疏有密，四面俱备，八面玲珑，气韵生动，恰到好处。点画配合，结构安排，则是平正中寓峭劲，字体大都向右扩展，但重心仍然十分稳固，无欹斜倾侧之感，而得“寓险于正”之趣。欧阳询善写“铭石书”，代表作有《皇甫诞碑》、《虞恭公碑》、《九成宫》(图13)、《化度寺》等，尤以《九成宫》为最，可谓欧体楷书的登峰造极之作，被称为楷书极则。

虞世南(公元558—638年)，字伯施，虞世南在智永的精心传授下，妙得其体，圆融遒丽，外柔内刚，继承了“二王”(王羲之、王献之)书法传统。他的书法用笔以圆为主，

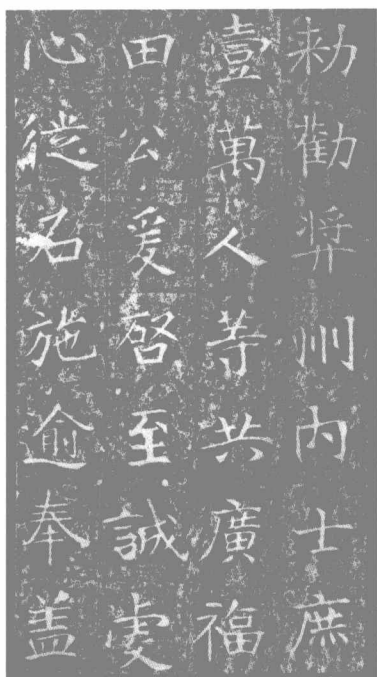


图 11 《龙藏寺碑》(局部)

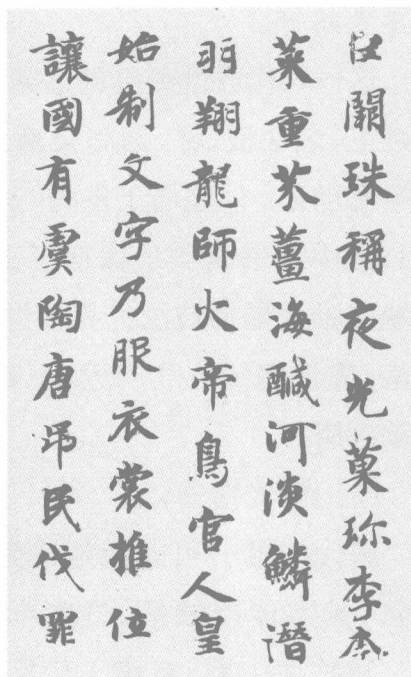


图 12 智永《千字文》(局部)



图 13 欧阳询《九成宫》(局部)

转折处不用方折,亦用圆转而成,结体宽博,从容不迫,其代表作《孔子庙堂碑》(图 14)深得唐太宗李世民的赞赏。

褚遂良(公元 596-659 年),字登善,钱塘(今浙江杭州)人。其楷书特点是:用笔逆锋取势,行笔一波三折,横画首尾始见明显提按,结体以外拓出之。褚遂良被称为“广大教化主”,自他以后,唐朝楷法开始自立门户,有自己的风格。其代表作有《伊阙佛龕碑》、《孟法



图 14 虞世南《孔子庙堂碑》(局部)

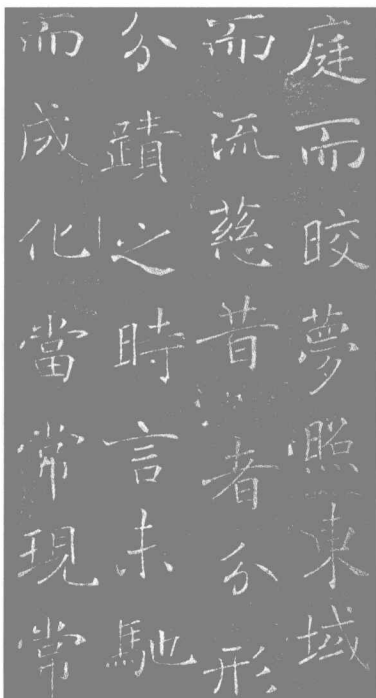


图 15 褚遂良《雁塔圣教序》(局部)

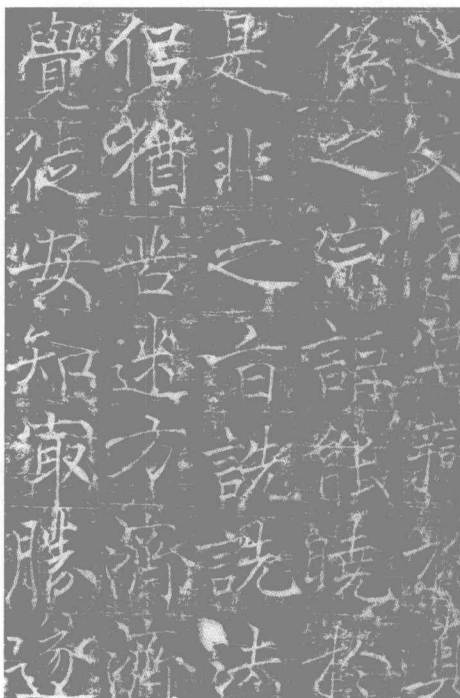


图 16 薛稷《信行禅师碑》(局部)

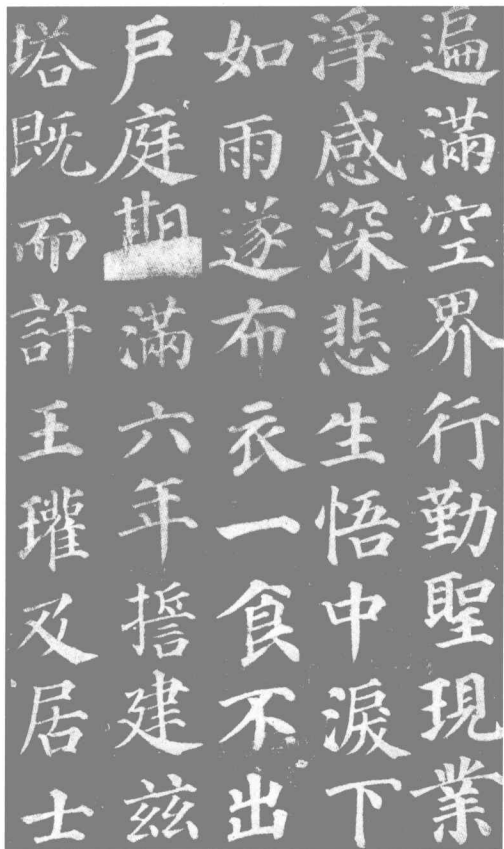


图 17 颜真卿《多宝塔碑》(局部)

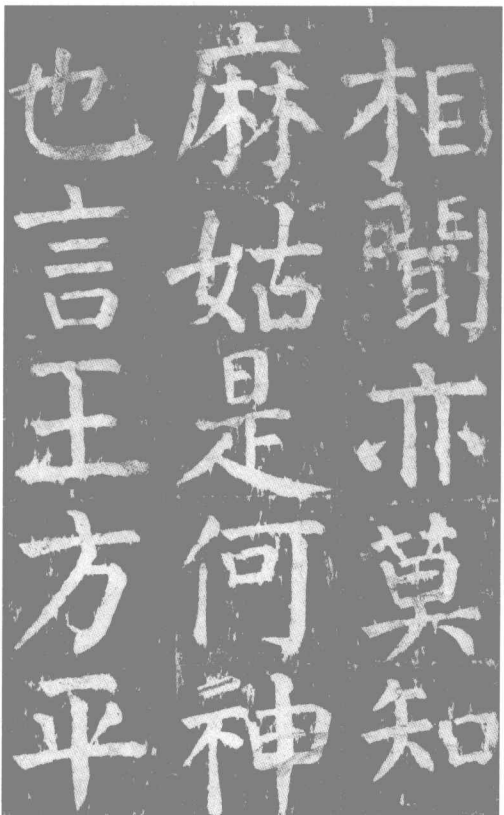


图 18 颜真卿《麻姑仙坛记》(局部)

师碑》、《房玄龄碑》和《雁塔圣教序》(图 15),其中以《雁塔圣教序》为最。

其时有薛稷,学褚遂良楷书,但他并没有进一步发展褚字晚期婀娜多姿的风格,而是在“疏瘦劲炼”上狠下工夫,因此能“结字疏通,又自别为一家”。作品有《信行禅师碑》(图 16)等。

颜真卿(公元 709—785 年),字清臣,琅琊临沂(今山东临沂)人。颜真卿初学褚遂良,后师从张旭得笔法,又汲取“初唐四家”特点,兼收篆隶和北魏笔意,完成了雄健、宽博的颜体楷书的创作,树立了唐代的楷书典范。他的楷书一反初唐内挑、方严、清瘦的风格,用笔纯以中锋,笔画饱满,转折处不用方折,而以篆籀圆转之笔出之,化瘦硬为丰腴雄浑,结体宽博而气势恢宏,骨力遒劲而气概凛然,创造出一种朴厚雄伟的书体,他的书体被称为“颜体”。颜字浑厚饱满,遒劲端朴,体现了盛唐的时代精神,对后世影响极大。唐代楷书的面目,褚遂良始肇其端,到颜真卿才真正完成,“颜体”开创了盛唐时代的新风貌。苏东坡说他“雄秀独出,一变古法”,并称赞说:“诗止于杜子美,书止于颜鲁公。”就颜体楷书的技法革新而言,此言不虚。颜真卿传世楷书极多,代表作有《多宝塔碑》(图 17)、《八关斋报德记》、《东方朔画赞碑》、《大唐中兴颂摩崖》、《麻姑仙坛记》(图 18)、墨迹《自书告身》(图 19)、《颜勤礼碑》(图 20)

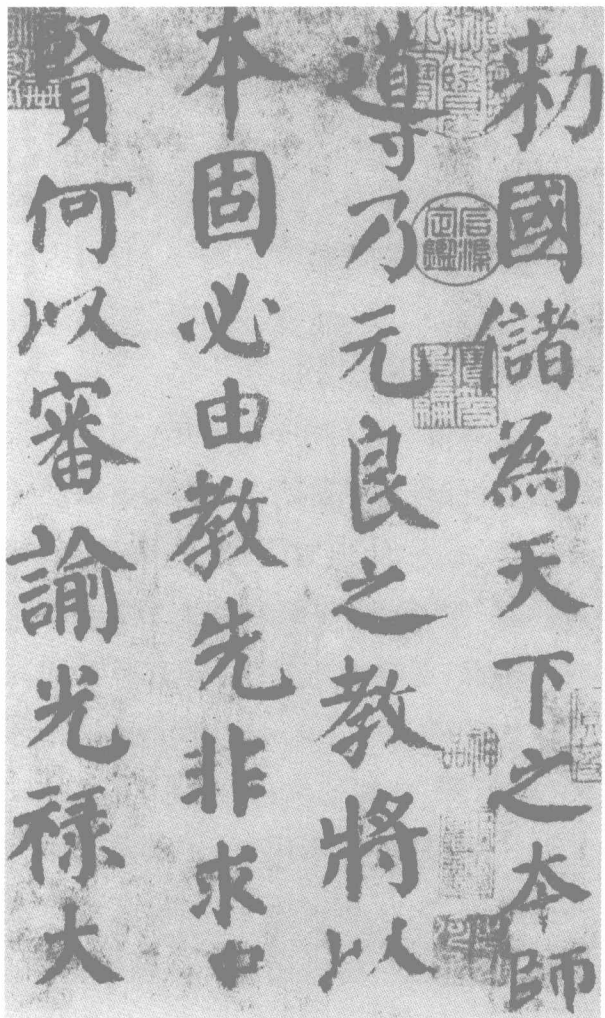


图 19 颜真卿《自书告身》(局部)

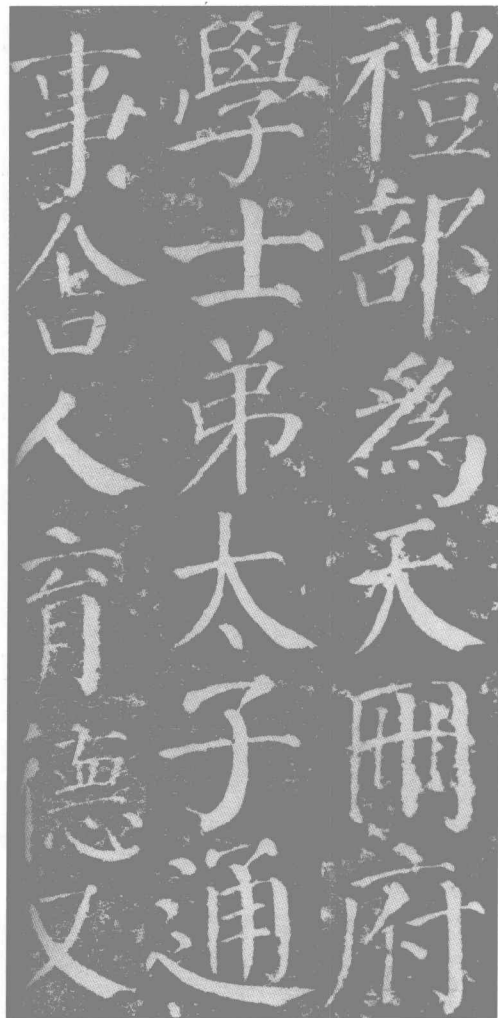


图 20 颜真卿《颜勤礼碑》(局部)

和《颜家庙碑》等。

柳公权(公元 778—865 年),字诚悬,京兆华原(今陕西耀县)人。柳公权书法以楷书最为著名,与颜真卿齐名,人称“颜柳”。他上追魏、晋,下及初唐诸家笔法,又受到颜真卿的影响,在晋人劲媚和颜书雍容雄浑之间,创造了自己的“柳体”,将唐代楷书的技法在“颜体”基础上又向前推进了一步。他的一点一画极尽调锋运笔之能事,笔锋凌厉,其道媚劲健的书风,可以与颜书的雄浑宽博相媲美,后世有“颜筋柳骨”的美誉。柳公权楷书是唐人楷书鼎盛的最后一道高峰,传世代表作有《金刚经刻石》、《神策军碑》(图 21)、《玄秘塔碑》(图 22)等。

五代楷书较突出者为杨凝式,传世楷书有墨迹楷书《韭花帖》(图 23),技法细腻,逆锋入纸,结字善移部位,展蹙生姿,章法错落有致,很有晋人潇洒意味。



图 21 柳公权《神策军碑》(局部)

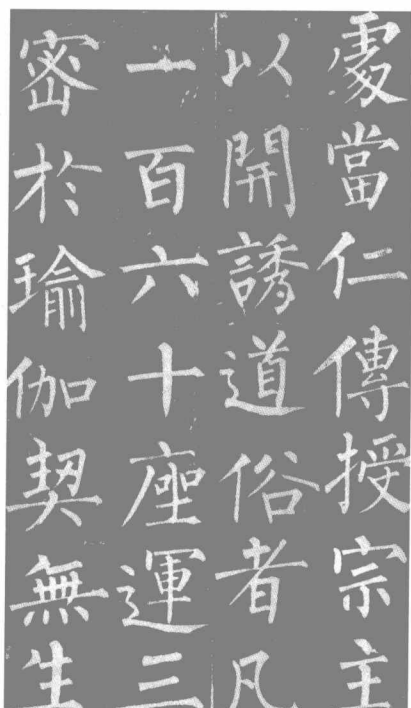


图 22 柳公权《玄秘塔碑》(局部)

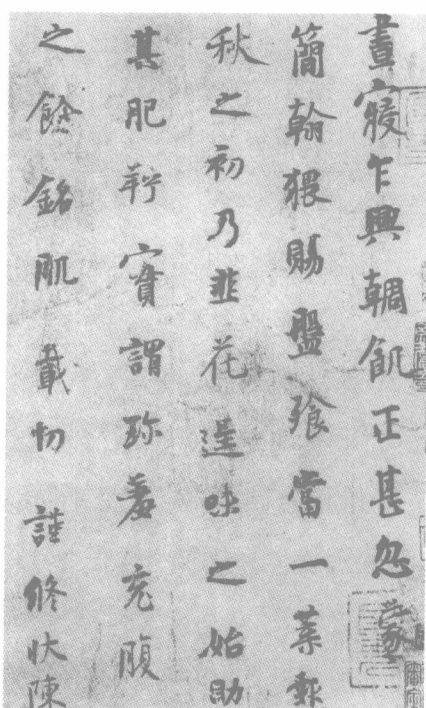


图 23 杨凝式《韭花帖》(局部)

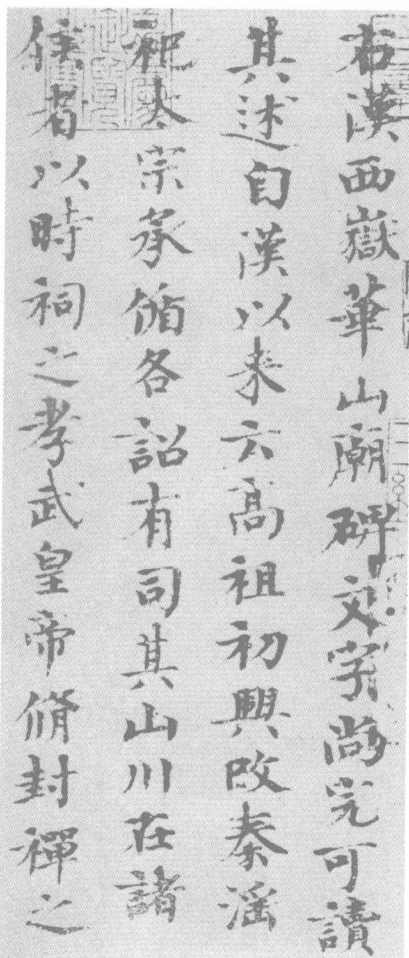


图 24 欧阳修《集古录》跋尾(局部)

(四)宋、元、明、清楷书。

宋代以后楷书书法艺术渐趋萎靡,宋代以行书笔意写楷书,已见楷法式微。元代尽管有赵孟頫等大家,但终究未能企及唐楷高度。明代楷书多是小楷,且盛行“馆阁体”楷书,更见楷法僵硬。清代嘉庆、道光以后,尚碑之风大兴,虽功在矫正元明以来萎靡之病,但并没有达到所期望的楷书要求。

欧阳修(公元 1007-1072 年),字永叔,号醉翁,晚年又号六一居士,庐陵(今江西吉安)人。欧阳修楷书笔势险劲,字体新丽,用尖笔干墨作方阔之字,神采秀发,膏润无穷。(图 24)

蔡襄(公元 1012-1067 年),字君谟,其先本光州人,居仙游(今属福建省),迁莆田。官至端明殿学士,知杭州,谥忠惠。楷书代表作品有《昼锦堂记》、《谢赐御书表》、《澄心堂纸》帖(图 25)、《万安桥记》、《茶录》等。蔡襄楷书学颜真卿,线条改造了颜真卿的雄强气势,增加了晋人的姿媚意味,温柔敦厚,气息华丽。

宋代楷书最有成就和最具个性者,当属宋徽宗赵佶(公元 1082-1135 年)的“瘦金体”楷书。赵佶书法,早年学薛稷、黄庭坚,参以褚遂良诸家,出以挺瘦秀润,融会贯通,变化二薛(薛稷、薛曜),形成自己的风格,号“瘦金体”(图 26)。其笔法特点用笔露锋直下,横画收笔带钩,竖画收笔带点,撇如匕首,捺如切刀,竖钩细长;有些连笔字像游丝行空,已近行书,线条瘦直挺拔,其用笔源于褚、薛,写得更瘦劲;结体笔势取黄庭坚大字楷书,舒展劲挺。

南宋楷书以张即之较为突出。张即之(公元 1186-1263 年),字温夫,号樗寮,历阳乌江(今安徽省和县)人。其书用笔以露锋为主,运笔较快,时见飞白,间有衰败之气,代表作品有《佛遗教经卷》(图 27)等。

元代时间虽然不长,但是也出了不少楷书书法家,他们力矫宋人楷书单薄浮华之失,而远求魏晋之意,开创了一种返归魏晋的书法风范,扭转了自南宋以来日渐萎靡的书风,其中的领军人物以赵孟頫为代表。

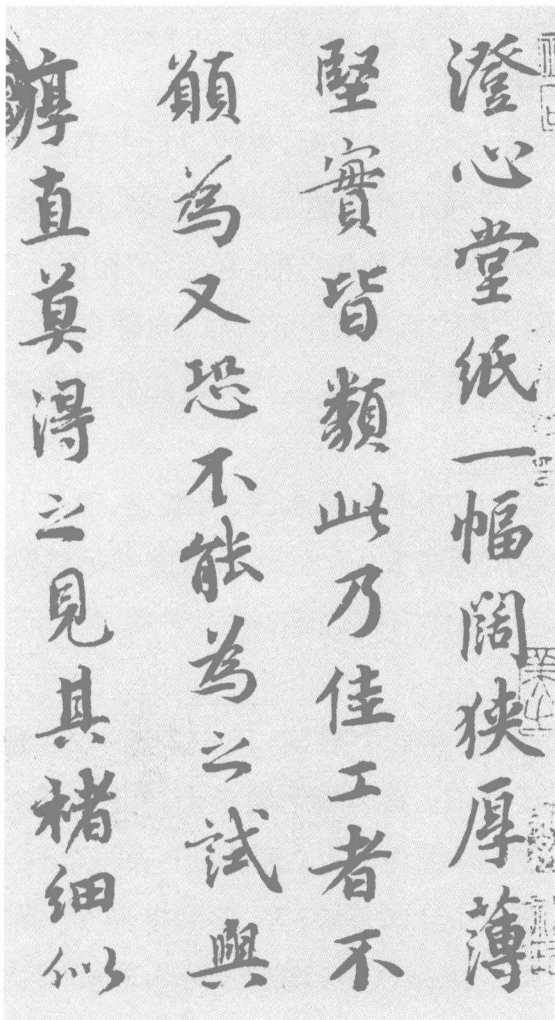


图 25 蔡襄《澄心堂纸》帖(局部)

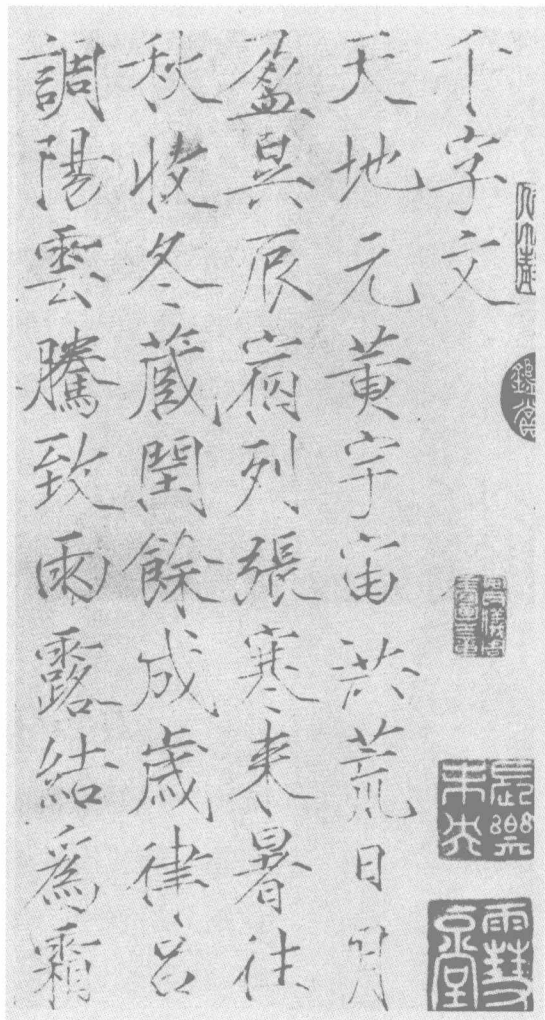


图 26 赵佶《千字文》(局部)