

中国书法名家讲坛

沈尹默

白蕉

潘伯鹰

沙孟海

胡问遂

黄宾虹

陆维钊

启功

徐邦达

卫俊秀

翁闿运

祝嘉

赵冷月

熊秉明

殷荪

黄绮

◎本社编

上海书画出版社

中国书法名家讲坛

◎ 本社编

● 上海书画出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国书法名家讲坛 / 上海书画出版社编. —上海:
上海书画出版社, 2010.8

ISBN 978-7-5479-0102-1

I. ①中… II. ①上… III. ①汉字-书法-研究-中国 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 142017 号

中国书法名家讲坛

本社 编

封面设计 潘志远
责任编辑 胡传海
技术编辑 吴蕃中
责任校对 柏 龙
审 读 朱莘莘

出版发行  上海书画出版社

地址 上海市延安西路 593 号 200050

网址 www.shshuhua.com

E-mail shcp@online.sh.cn

印刷 上海师范大学印刷厂

经销 各地新华书店

开本 889 × 1194 1/32

印张 8.25 字数 250 千字

版次 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

印数 1-5,000

书号 ISBN 978-7-5479-0102-1

定价: 28.00 元

若有印刷、装订质量问题, 请与承印厂联系

出版说明

在各行业出版物都风靡“大讲堂”之类书的时候，我们也着手编辑了这样一本《中国书法名家讲坛》。很多东西往往是这样，当它是独立的时候，其本身的意义并不十分彰显，但当一经排列或汇集之后，其所具有的独特性反而更加突出。本书涉及的面比较广泛，从初学入门，碑帖选择，字体分析，学习方法的比较以及临摹创作功夫等等，几乎包括了书法的各个方面，可以说，读了这些大师讲的内容，应该会对书法这门艺术有着自己更为深刻的认识。

这些作者的文章发表在上世纪的各个时期，有一定的时间跨度，但都是他们毕自己一生的实践体会而写成的。大多数文章浅显易懂，犹如对后学的讲解一般，比较适合于作讲稿处理，语言的表达都比较亲切，读来容易理解，应该说这本书在很大程度上契合了现当代想学习书法但又苦于缺乏名师指导的人的心理需求，也是书法学习极好的津梁。

本书分为三个部分，分别侧重书史、书写技法和学书经验。每部分由五到八篇文章组成，这些文章既有对书法史上诸问题的深入探讨，也有对书写技法的详细讲解，因作者都是20世纪的书法大家，

对书写实践及书法研究均有切身体会，故所论亦能深入。本书在编选时发现各篇文章篇幅长短不一，且各篇文章所论及的内容偶有重复，所以编选时对个别文章进行了删节。此外，书中还增加了各篇文章所提到的书法名作，图文并茂，以便于读者阅读和理解。

汇编本身也是体现了一种思想和策略，即既要问题相对集中，又要在一定程度上反映出知识面的宽泛性。所以，我们从众多出版物中遴选出这样一批文章，供广大读者参考。

上海书画出版社

目 录

出版说明.....	1
-----------	---

第一编 书史答疑

书史四问释疑	沙孟海	3
什么是碑帖	沙孟海	11
关于法书墨迹和碑帖	启 功	21
五体书新论	徐邦达	30
谈北魏书法	翁闾运	55

第二编 书法有法

学书答疑	启 功	66
篆、隶、楷、草书的学习方法	祝 嘉	75
书中五要：观、临、养、悟、创	黄 绮	91
从执笔到自成一家	潘伯鹰	112
执笔、行笔及永字八法	沈尹默	129
笔法·笔势·笔意	沈尹默	141
学书十讲（选七）	白 蕉	152
书法作品的署款与钤印	赵冷月	182

第三编 名家论书

入帖与出帖	胡问遂	189
论书四则	黄宾虹	200
二王法书管窥——关于学习王字的经验谈	沈尹默	209
谈书法	陆维钊	223
书法与人生的终极关怀	熊秉明	227
古典书学中的“品”	殷 荪	242
书法纵横谈	卫俊秀	250

【第一编】 书史答疑

- 沙孟海 书史四问释疑
沙孟海 什么是碑帖
启 功 关于法书墨迹和碑帖
徐邦达 五体书新论
翁闾运 谈北魏书法

书史四问释疑

沙孟海

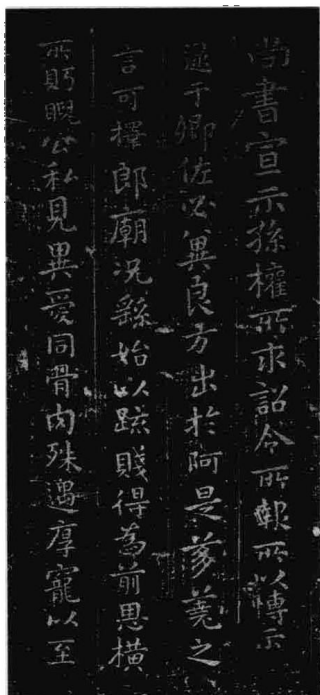
一、真书起源问题

从前挂画挂四幅，春夏秋冬。挂字也是挂四幅，真草隶篆。有人说，真草隶篆次序不对，不符合时代先后。我说符合的，它是由近及远，倒排上去的，篆书最早，排在最后。由篆变隶，由隶变草，真书最晚出。也有人说，真书一变为行书，再变为草书，那么草书产生在最后，如是倒排，应排在最先。这句话是有代表性的。我为什么说真草隶篆是符合时代次序呢？草书有章草与今草之分，广义的草书还可包括行书在内。章草，是由隶书直接蜕变出来的，当然早于真书。今草、行书，也有一部分由隶书蜕变出来。过去有人认为古代各种字体都是单线的蜕变，那是不对的。

关于古代各种字体的蜕变情况，极为错综复杂，说来话长，这里不谈。

今天作为正规字体的真书，应用面最广，通行年代也最长。关于真书的起源问题，是文字学界与书法界所共同关注的问题。

真书，也称正书、楷书、正楷、今隶，唐以前或称真书为楷书。东魏《龙觉寺碑》自题“韩毅隶书”，拓本失传，据赵明诚《金石录》说，



图一 《宣示表》



图二 《谷朗碑》

“盖今楷字也”。隋《舍利函铭》自题“赵超越隶书”，我们看到拓本，也是真书。王羲之是东晋书法大家，传世书迹不少，都是真书、行书、今草，偶有章草，并没有像汉碑的隶书。但《晋书·王羲之传》说他“善隶书，为古今之冠”。可见这个隶书也是指真书。

康有为《广艺舟双楫·本汉》曾谈真书起源问题：

真书之变，其在汉、魏间乎？汉以前无真书体，真书之传于今者，自吴碑之《葛府君》及元常《力命》、《戎路》、《宣示》（图一）、《荐季直表》诸帖始，至二王则变化殆尽。

康氏著书在光绪十五年（1889），那时提出两种文物来说明真书的起源，是有独到之见的。但这两种文物本身或多或少存在些问题，免不了被后人指责。第一，传世《葛祚碑额》“吴故衡阳郡太守葛府君之碑”十二字，已是成熟的真书了，何况碑身失传，没有立碑年代，假使是后世所立，照理也可题作“吴故”云云。所以缪荃孙《艺风堂金石文字目》把它列在南朝，不承认是三国原物，也有一定的理由。第二，钟繇各帖，经过几百年来多少次传摹与翻刻，究竟还保存几分真面目，也是一个问题。因此，康氏所举三国时代两种文物，作为真书起源的例证，都还不够有力。

由隶变真的过渡字体：石刻方面，有

一块吴国的《谷朗碑》(272年,图二)比较标准。隶体不扁而方,横书收笔已经不带波势了。朱墨真笔方面,或说西汉天汉三年(前98)木简是最早的例子。实质上它是汉隶尚未定型时期的民间简俗字,不能算由隶变真的过渡体。另有东汉永寿二年(156)二月和三月陶瓶各一件,隶书带行,除其中一个“年”字横书有波势,除字横书已不见波势,可说是早期的拙朴的真书了。魏咸熙二年(265,即晋武帝泰始元年)残木简,只有七个字,多是章草体势,其中一个“种”字已经是正规的真书,具有钟繇、王羲之笔意。晋元康六年(296)《诸物要集经卷》,结字长方,横书全无波势,与《谷朗碑》体势近同,真书成分更多些。以上几种书迹,都有绝对年代,值得我们重视。

此外,1974年江西省博物馆发掘南昌吴应墓,从大量出土遗物综合鉴定其时代“接近西晋”(《考古》1974年第六期)。此墓出土一块木方,共有墨书三百多字,已经是成熟的行楷。末行“右册七种”四字,纯属正楷,那个“种”字与曹魏咸熙二年木简上的“种”字极相似。两件时间相距约五十年。这块木方估计是真书形成以后的作品。

从上述已经发表的资料推断,说真书起源在三国时代,应该没有多大问题。至于成熟在什么时候,还待研究。相信今后考古发掘中一定还可以得到更多更好的资料。

二、执笔问题

执笔,历来谈书法的都认为是一件重要的而且很神秘的事。文籍记:“(钟繇)于韦诞坐中见蔡邕笔法,自拊膺尽青,固呕血。魏太祖(曹操)以五灵丹活之。苦求邕法,不与。及诞死,繇阴令人发其墓而得之。”又有记载“晋太康中,有人于许下破钟繇墓,遂得《笔势论》。翼(宋翼,钟繇弟子)乃读之,依此法学,名遂大振。”这种故事,代代相传,成为书法界的佳话。孙过庭著《书谱》,讲到执笔,就不相信当时所传卫夫人、王羲之等人有关《笔阵图》的说法。他说:

“代(唐人避李世民,用“代”字代替“世”字)有《笔阵图》七行,中

书执笔三手，图貌乖舛，点画湮讹。”今天我们看到的卫夫人《笔阵图》，凡五六百字，不止七行。说明传抄增多，已非孙过庭所见原本。

“执笔三手”的图样，也早已失却。由于汉、晋时代人民生活用具和我们今天有很大的差别，当时还是“席地而坐”，唐代才逐步使用高案，但坐的姿势还和我们今天大不相同，写字执笔的姿势，自然也不可能一样，即使“执笔三手”图样传摹下来，今天也已经用不着了。有人认为我们写字如能学得蔡邕、钟繇等人的执笔方法，就可成名立家，这是空想，没有历史眼光。

我在古代名家人物画中几处看到有人执笔写字，不论是站着或坐着，他执的笔管总是斜的，没有一个是垂直的。举几个例子：

唐 阎立本《北齐校书图》（宋人摹本）

唐 张萱《会文美人图》

宋 李公麟《莲社图》

宋 李公麟《西园雅集图》

宋 梁楷《黄庭换鹅图》

（题壁的、执笔未写的，不算。长沙出土《西晋青釉对书陶俑》书版是直立的，也不算。）

另外，启功先生提供我一项资料：日本中村不折旧藏吐鲁番发现的唐书残片，一人面对卷子，执笔欲书。王伯敏先生为我转托段文杰先生摹取安西榆林窟第廿五窟唐代壁书，一人在树下执笔写经。以上两件绘书，很明显执笔也都是斜的。从来未看到过唐以前有竖脊端坐拿着垂直的笔管写字的图像。今天日本朋友有人斜执笔，那便是唐朝人的遗俗，我们中国已经没有了。

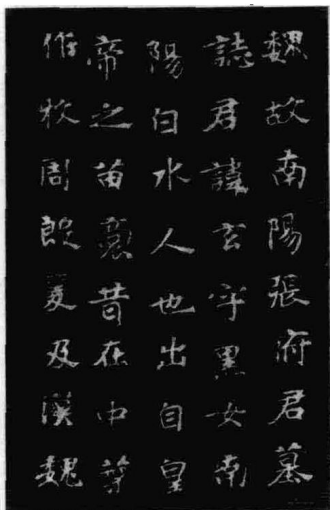
元代著名书法家赵孟頫曾说：“结字因时相传，用笔千古不易。”（见《兰亭十三跋》）后世奉为金科玉律。一般称“用笔”，包括执笔与运笔。赵孟頫的话，如指执笔，说明他没有历史知识。如指运笔，那么变化更多，他说“千古不易”，更不对头。

我的意见，今天我们执笔姿势是积累历代祖先的经验，特别是宋以后应用高案高椅，坐式不同，执笔姿势自然而然相应地改易，今天的姿势可说是适应今天生活用具的一种进步形式。我们学习书

法，必须明白这个道理，破除迷信，不需要也不可能回复到古代生活，追求古代的执笔方法，如果认为依照古代执笔姿势才会写出好字来，那是错误的。

三、碑版的写手刻手问题

古代名家墨迹流传较少，但碑版遗存较多。这是我们学习书法很好的范本，但有一点似乎历来论书法的人很少注意到，就是碑版的刻手问题。宋、清两代“金石学”盛行，好多无人过问的山刊野刻，都被金石家重视起来，著录成书，并且详加考证。清代刮起一阵“金石风”，乾隆、嘉庆以来访碑、考碑的人，一辈接着一辈，发现新刻更多。书法界很多人便厌弃法帖，崇尚北碑。康有为著《广艺舟双楫》，中有《尊碑》、《备魏》等篇，高谈阔论，给予海内外书法界影响极大。康氏盛称《石门铭》、《吊比干文》、《张猛龙碑》、《郑文公碑》、《瘞鹤铭》……世无异议，但同时也爱好新奇，盛称《爨宝子碑》、《爨龙颜碑》、《灵庙碑阴》、《枳阳府君碑》、《郑长猷造像》……甚至将《爨龙颜碑》列为神品第一，未免太过，贻误后学。原因就是并未注意到刻手问题，认为“凡碑皆好”。他在《学叙》篇指导后生学书应从临摹《龙门造像》入手。使用柔软的毛笔去摹习方峻的刀痕，这对初学恐怕是不适宜的。1930年西北科学考察团从新疆吐鲁番获得大量高昌国砖墓志，其中有《书承及妻张氏墓表》，作于章和十六年，相当于西魏大统十二年（546）。志文共八行，前五行记画承本人部分，用朱笔写好，并已刻好，后三行记其妻张氏部分，写好未刻。朱书各字，落笔收笔纯任自然，与我们今天运笔相同。前五行经过刀刻，不像毛笔所写。前后对照，证明有些北碑戈戟森然，实由刻手拙劣，绝不是毛笔书写的原来面目。刻字工师，左手拿小凿，右手用小锤击送，凿刃斜入斜削，自然多棱角，只有好手才能刻成圆势。我当年曾写给友人吴公阜一封信，指出：“……碑版文字，先书后刻，刻手佳恶，所关非细。综览墨本，有书刻俱佳者，如《张猛龙》、《根法师》、《张黑女墓志》（图三）、《刘懿》是。有书佳刻不佳者；如



图三 《张黑女墓志》

《嵩高灵庙》、《爨龙颜》、《李谋》、《李超》是。亦有书刻俱劣者，如《广武将军》、《枳阳府君》、《爨宝子》、《郑长猷》是。”康有为生在清王朝二百多年科举制度积弊最多的时代，就书法说，受“馆阁体”的束缚十分厉害，康氏大声疾呼，转变风尚，也有他的进步意义。但在今天，我们必须实事求是，要有正确的认识。

虽然如此，但从学习角度来看，写手刻不好的碑版，或多或少带有几分天趣，也不是没有学习参考价值的。近代有人参法《爨宝子碑》，也能

写出一种新风格来，便是一个例子。还有我们学习甲骨文、金文，甲骨文是刀刻的，金文绝大多数是范铸的，书法界一向用毛笔临摹它，不但临摹得像，而且也有新的风格出来。说明工具不同，也无碍于艺术创作的美好。古代书法家甚至有看到自然界现象而体会到书法的技巧的，下面再谈。

四、传统与创新问题

有人说，全部书法史都是“厚古薄今”，甚至“是古非今”，我认为并不如此。古代有古代的优点，后世有后世的优点。近代考据学家有“前修未密，后世转精”的话。书法，从某一角度看，也有后人胜过前人的事实。王羲之生在东晋时代，真、行、草书突过前人，号为“新体”。颜真卿崛起于中唐时代，承接北齐、隋代雄伟一派的书风，开辟新路。清代邓石如“以隶笔为篆”（康有为语），也是新创造，给予后人不少便捷。不过，王羲之、颜真卿、邓石如的成功，都是在接受传统，继承传统的基础上发展而来的，我们讲书法史，这点不要忘记。

学习书法，我赞成米芾的做法。《海岳名言》有一条说：

……壮岁未能立家，人谓吾书为“集古字”。盖取诸长处，总而成之。既老，始自成家。人见之，不知以何为祖也。

“集古字”是学书的好方法。熟习各家，吸收众长，久而久之，融会贯通，成为自己的面目，便有自己的风格，也便是创新。当米芾前段时间致力临摹某一家或某一种碑帖有一定功夫的时候，如果就此为止，满足于这一点成绩，不再学习另一家或别一体，当然也允许这样做，这样做也不失为一个书法家，但可以断言他的成就没有像他后来那样卓越。

再举一个例子：唐代怀素《论书帖》说：“藏真（怀素的字）自风发，近来已四岁，近蒙薄减，今所为其颠逸，全胜往年。所颠形诡异，不知从何而来，常不自知耳。”怀素草书，从张旭出来，他的“颠逸”，比较张旭有不少发展和创造的地方。还有近代书法家吴昌硕，写《石鼓文》（图四）最出名。他有一次自题《石鼓文》临本（图五）后面说：



图四 《石鼓文》



图五 吴昌硕《临〈石鼓文〉》

“予学篆好临《石鼓》，数十载从事于此，一日有一日之境界。”一日有一日之境界，说明天天临写，熟能生巧，每天有新的境界出来。社会上有人批评吴昌硕临《石鼓文》不像，我看到过他早年临本，临得极像，后来逐渐有所发展，逐渐变了样，最后面貌大大不同，自成一种独特的风格。怀素、吴昌硕两人时代相距一千多年，他们自述学书经验，完全一样。他们何尝为创新而创新，只是工夫到家，自然而然，神明变化，化出新的风格来。怀素自己也说：“不知从何而来，常不自知耳”。

前面曾说起古代书法家因看到自然界事物而体会到书法技巧的：例如唐朝人常说的“锥画沙”、“折钗股”、“屋漏痕”，以及“担夫争道”、“公孙大娘舞剑器”……自然界现象，本来与书法不相干。有心人默察体会，触及灵感，就会对书法有启发，产生一定的新意。这也可说是一种创新方法。不过，那只有具备一定文化素养并对传统艺术下过苦功的人方能体会得到。

以上说的都是各个人的风格。推而大之，唐朝人离不开唐朝的风格，宋朝人离不开宋朝的风格，这是时代风格。中国人离不开中国的风格，日本人离不开日本的风格，这是民族风格。今天，大家都注意创新风格问题。个人看法，新风格是在接受传统、继承传统的基础上，集体努力，自由发展，齐头并进，约定俗成，有意无意地创造出来，丢开传统，是不可能从空中掉下一个新风格来的。

（《书谱》1980年第4期，原题为《书法史上的若干问题》）

什么是碑帖

沙孟海

学习绘画，主要是师法造化，临摹画谱尤在其次。临摹是“流”，不是“源”。学习书法，情况却不同，除临摹古代名迹而外，一般来说，没有其他方法。所谓继承传统，就是要我们吸收古代名迹的长处，在摹习基础上孕育变化，开创新风格。离开古代名迹，便难以下笔。

古代没有照相传真方法，只有依靠石刻、拓墨流传。那就是碑帖。碑与帖是两种东西。今天社会上看到了黑纸白字都叫“帖”，一切习字范本都叫“字帖”。这样叫惯了，也可以。实际上，其中有些是碑，不完全是帖。

什么叫碑？

现在先谈碑。碑，最初在庙里是扎放牺牲的石头，在墓上是安卸棺材用的石头，都没有文字。后来才有刻字的。最后凡是刻字的石头都叫做碑。直到现在，说起“碑刻”，就包括庙碑、墓碑、墓志、造像、经幢……在内。广义地说，还可包括天然岩壁的摩崖题刻。古代石刻文字，今天能看到的 earliest 是河南安阳出土的商代石簋断耳，