

● 赵书群 编著

行墨实用指导

旅館寒夜獨不眠
思心何事
轉憶遠近鄉
人衣思
霜鬢
時年
度人
誌

書群同治己未年秋月於上海

同济大学出版社

行书实用指导

赵书群 编著



同济大学出版社

(沪)新登字204号

责任编辑 吴味隆

封面题签 洪丕谟

封面设计 王肖生

行书实用指导

赵书群 编著

同济大学出版社出版

(上海四平路 1239 号)

新华书店上海发行所发行

上海东方红印刷厂印刷

开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 3.5 字数: 105 千字

1993 年 5 月第 1 版 1993 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1—3500 定价: 4.30 元

ISBN 7-5608-1118-3/J·46

内 容 提 要

在书法艺术中，行书流畅飘逸，是深受人们喜爱的一种书体。唯行书不像篆、隶、楷、草诸书体有一定的书写规律可循，学习行书存在一定的难度。因此，本书就如何掌握行书的书写特点、结构处理和用笔方法作了系统介绍，并选用历代名家如王羲之、颜真卿、米芾、赵孟頫、赵构、黄庭坚、苏轼等的墨迹作范例，既可欣赏，亦可供临摹之用。

本书内容丰富、说理透彻。它注重论述分析与运笔实例结合，是一本实用性较强的书法教学用书。相信它将会是初学者的“良师”，书法爱好者的“益友”，既能给予实实在在的帮助，又可从中汲取丰富的营养和获得神妙的灵感。

永和九年歲在癸丑暮春之初會
於會稽山陰之蘭亭脩禊事
也羣賢畢至少長咸集此地
有崇山峻嶺茂林脩竹又有清流激湍映帶左右引以為流觴曲水
欣悅仰之閒以為陳迹猶不
能不之興懷況脩短隨化終
期於盡古人云死生亦大矣豈
不痛哉每覽昔人興感之由
若合一契未嘗不臨文嗟悼不
能喻之於懷固知一死生為虛
列坐其次雖無絲竹管絃之
盛一觴一詠亦足以暢叙幽情
是日也天朗氣清惠風和暢仰
觀宇宙之大俯察品類之盛
所以遊目騁懷足以極視聽之
娛信可樂也夫人之相與俯仰

目 录

序言	1
说明	3
一、行书概论	4
二、行书特点	5
(一) 简化笔画	16
(二) 发挥点在行书中的作用	20
(三) 以圆转用笔代替方折用笔	25
(四) 在书写过程发挥映带作用	28
(五) 适当改变书写笔顺	35
(六) 巧妙运用露锋书写效果	39
三、行书笔法	43
(一) 逆势起笔	43
(二) 覆笔	45
(三) 引带连笔	49
(四) 侧锋	53
四、行书结构	55
(一) 行书结构的形态处理	55
1. 重心平衡	55
2. 点画呼应	57

3.形态变化	59
(二) 行书结构处理的用笔方法	60
1.常用省笔法	60
2.字体局部草化	62
3.字体在整体中作局部简化	65
4.结字可采用伸缩变化	69
5.采用连笔减少笔画的重复	71
6.变化偏旁部首的写法	73

附录

行书传世墨迹选	78
现代书家作品选	93

序 言

书法是一门传统的古老艺术。它是中华民族的优秀文化遗产之一，其历史悠久，源远流长。

书法具有艺术性，也具有十分广泛的实用价值。在我国书坛上，在众多的书体中，行书是深受人们喜欢的一种书体。大凡研究书法者，没有不工行书的。因为行书能给书写者以充分发挥的余地，以显示其笔情墨趣，竭尽变化之能事。但是行书没有一定的书写规律，它不像篆、隶、楷、草诸书体都有一定的书写规范。这样，对学书者来讲就有了一定的难度，同样一个字因其变化大而写法又各不相同，故字的结构就难以处理。这就是行书不易写好的原因之一。

历来，行书以其具有广泛的适用性而优于其他书体。要想提高行书的书写水平，力求把字写好，值得一提的是，初学者不能盲目而又不加训练、随心所欲地乱写一通，其结果一定是事倍功半，难以获益。

黑格尔说过这样一句话，“随心所欲不是自由，而是奴隶”。孔子说过：“随心所欲不逾矩。”所以，学习书法首先我们要认真选好传世碑帖，在这基础上，要不断地临摹，善于从中揣摩，而且对帖中的字要仔细玩味，以达到熟能生巧。这样，充分掌握和了解行书的特点以后，只要是认真地而不是敷衍地学习，经过一段时间练习，就一定能收到事半功倍的效果。

其次，要开拓眼界，加强对历代名家传世墨迹的阅读和欣赏，参考的墨迹越多，胸中的积蓄也就随之增多，那末反映在你笔下的字也就丰富、越生动。积之既久，蕴之又深。俗话说冰冻三尺，非一日之寒，只要坚持练习，功深事成，字是可以写好的。

在学书过程中，学书者切不可急于求成，古人说：“工之时尽，擅可成名。”这是很有道理的。

目前社会上的“书法热”也波及到了学校。在学校中，对于理工科学生来讲，初学者居多，想学书法但又怕学不好。其实关键是有没有决心，贵在坚持，日练夜习，有了兴趣便可以产生动力，种种困难没有不能克服的。唐代书法家孙过庭就说过：“盖有学而不能，未有不学而能者也。”道理千真万确。事实也是这样，只有通过学习，持之以恒，方能取得成功。

赵书群

1992年4月于同济大学

说 明

一、本书所选用的范字，均照原样翻拍制版，字字不失原来风貌，可供爱好者临摹之用。

二、书中选用的汉字共有 629 个。所选用历代名家的字，为了便于读者学习和对照，每个字的下面均标明书家姓名和该字的出处。凡未注明该字的作者及出处的字，均为李天马先生所书。

三、书中所附的历代传世名家行书法帖，均精选局部放大，可供读者对照，例如



宋苏轼颍州祈雨诗



宋苏轼颍州祈雨诗



宋黄庭坚太白忆旧游诗



宋米芾蜀素帖

一、行书概论

中国书法艺术源远流长，它是中华民族的优秀文化遗产，行书是书法艺术宝库中的瑰宝之一。

汉文字起源有一个很长的孕育、发展时期。它草创于四千年前，可上溯到六千年左右。神农结绳，仓颉造字，载籍相传。《说文叙》说“古者庖羲之王天下也，仰则观象于天，俯则观法于地，视鸟兽之象与地之宜，近取诸身，远取诸物，于是始作八卦，以垂宪象。”从近年出土新石器时代的陶器的划纹，可以说是和汉字起源有关的具有文字性质的符号。

行书亦产生在汉朝。唐·张怀瓘说：“行书非真非草，在乎季孟之间，兼真者谓之真行，带草者谓之行草。”传说刘德升、钟繇都擅行书，至于王羲之的《兰亭序》，对后世的影响更大。

行书是楷书的一种辅助书体。唐·张怀瓘《书断》说：“行书即正书之小伪，务从简易，相间流行，故谓之行书。”宋·姜白石说：“尝考魏晋行书，自存一体，与草不同，大率变真以便于挥运而已，草书于章，行书于真。”所谓行书，一般说就是楷书的小变，即楷书八法流动变态的产物，是为了便于挥运的结果，从而行书就成了依附于楷书体系的一种书体。

行书的分类有按书体分和按时代分二类。

按书体分，如果行书写得规矩一点，相近于楷书就称之为“行楷”。例如唐·李邕的《麓山寺碑》、晋·王羲之的《兰亭序》。如果写得放纵一点，又比较接近草书，就叫做“行草”。例如晋·王献之的《中秋帖》晋·

王羲之的《丧乱三帖》。按时代分有二王行书。例如王羲之的《快雪时晴帖》、王献之的《鸭头丸帖》；唐人行书；如颜真卿的《祭侄文稿》、陆柬之的《文赋》；宋人行书，如苏东坡的《前赤壁赋》、米芾的《蜀素帖》；元、明、清行书，如赵孟頫的《烟江叠嶂诗》、董其昌的《琵琶行》和何绍基的《出师表》。

自晋代以来，大凡善书者，无一不工行书也。所以作为我国行书繁荣时期的晋代，善写行书的人也就特别多，以至在书法艺术上形成了一大体系。

二、行书特点

凡篆、隶、楷、草各种书体，都有一定的变化规则，唯有行书没有一套规定的写法，这是行书难写的原因之一。

行书的多样变化是为了表现需要。前人说：“点不变谓之布棋，笔划不变谓之排算。”行书的变化，历来为书家所重视。唐·怀素说：“贫道观云多奇峰，辄尝师之，夏云因风变化、乃无带势。”其意是行书就应该像白云那样，有捉摸不定的变化，以致姿态丛生，新意百出。如宋·薛绍彭《上清帖》中同样一个“十”，不同写法却多达十余处，可见变化无穷。例如



花 蒼 草
 苻 葉 蓐
 菱 呂

又如王羲之的《兰亭序》中有二十个“之”字，书写方法无一雷同。宋·米芾有诗云：“之字最多无一似。”由于中国文字是由若干线条组合而成，而线条组合的变化就会产生夸张的表现手法和浪漫主义的气息。

《兰亭序》中二十个“之”字的不同写法（按在文章中出现的先后排列）：

之 之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

之

常用字的简单变化举例:

生

劳

秋

宋薛绍彭上清帖

宋苏轼颍州祈雨诗

宋薛绍彭上清帖

生

劳

秋

宋薛绍彭上清帖

宋蔡襄诗札

唐释怀素小草千字文

行

宋苏轼颍州祈雨诗

山

明董其昌试墨帖

心

元赵孟頫烟江叠嶂诗

行

元赵孟頫书东坡诗帖

山

明王铎草书诗卷

心

宋米芾蜀素帖

仰

宋蔡襄诗札

有

宋蔡襄诗札

风

明王铎草书诗卷

仰

宋苏轼颍州祈雨诗

有

唐颜真卿祭侄稿

风

元赵孟頫书东坡诗帖

江 外 州

宋吴琚寿父帖

宋薛绍彭上清帖

宋吴琚寿父帖

江 外 州

宋米芾蜀素帖

唐颜真卿湖州帖

宋苏轼寒食诗

地 命 吾

宋蔡襄诗札

唐颜真卿祭侄稿

宋赵构洛神赋

地 命 吾

宋黄庭坚太白忆旧游诗

宋吴琚寿父帖

元赵孟頫书东坡诗帖