

五
体

篆
隶
草
行
真

临
帖

徐利明 著

江苏教育出版社

示
范

篆隶草行真

五 临 示
体 帖 范

徐利明 著



江苏教育出版社

篆隶草行真

五体临帖示范

徐利明 著

责任编辑 徐金平

出版发行：江苏教育出版社

（南京马家街31号，邮政编码：210009）

经 销：江苏省新华书店

印 刷：南京印刷制版厂

（地 址：南京市青岛路6号，邮政编码：210008）

开本 850×1168毫米 1/16 印张 15

1998年11月第1版 1998年11月第1次印刷

印数 1—3000册

ISBN 7—5343—3383—0

G·3087

定价：28.00元

江苏教育版图书若有印刷装订错误，可向承印厂调换



徐利明 1954年2月生于南京。学士·硕士。南京艺术学院副教授、江苏省书法家协会副主席、中国书法家协会会员、西泠印社社员、中国青年书法理论家协会副主席。从事书法篆刻的教学、创作、史论研究与教学法研究，并擅中国画，兼工旧体诗。

作品自1980年入选全国第一届书法篆刻展以来，参加各种全国性和国际性大展、名家展、精品展、代表书家展及各种国内外交流活动。1994年在北京、南京举办个人书画篆刻展。书法获全国第五届书法展“全国奖”，篆刻获全国篆刻评比一等奖。

论文近80篇，散见于大陆及港、台、日本学术刊物和全国性、国际性学术研讨会，并获全国隶书研讨会论文二等奖。著作有《中国书法风格史》、《中国书法全集·萧蜕庵吕凤子胡小石高二适卷》、《学书法》、《篆刻艺术》、《书法与现代思潮》(译著)等10部。

1997年评为中国文联“德艺双馨”优秀中青年文艺家，1998年评定为江苏省“333工程”跨世纪学术带头人培养对象。

目 录

论临帖

——兼论临帖与读帖、模拟性创作的关系·····

一

篆书临帖提示·····	五
篆书临帖示范·····	九
隶书临帖提示·····	四二
隶书临帖示范·····	四五
草书临帖提示·····	九四
草书临帖示范·····	九八
行书临帖提示·····	一三九
行书临帖示范·····	一四三
真书临帖提示·····	二〇五
真书临帖示范·····	二〇八
后记·····	二一六

论临帖

——兼论临帖与读帖、模拟性创作的关系

读帖、临帖与模拟性创作，是学习书法艺术的三种重要方法。三者各有功用和特点，相互间又有着必然的、密切的关联。其中，临帖是关键，学者在这方面下的功夫也最大。

临帖是与读帖交互作用的基础训练方式。读帖是对范本进行分析研究的过程，临帖则是将通过读帖所获得的认识付诸笔下，锤炼功底。因此，读帖培养洞察力、理解力，临帖则培养表现力。读帖应讲究对内理的认识，临帖则应讲究对内理的活用，而不能斤斤计较对碑帖书法形态表面上的机械摹仿，不能津津乐道于表面上「依样画葫芦」似的相像。虽然这是临帖，练基本功，但应注意在思想方法、理解能力上锻炼自己，这样可以培养自己的创造思维和变通能力，这对进一步锻炼和加强创作能力、发展艺术表现力，具有十分重要的意义。

在临帖实践中，学者往往勤于动笔而懒于思考，对着范本看一眼，写一笔，日复一日、月复一月地重复劳作，靠废纸数量的堆积练功夫，这

样做，只能收到事倍功半的效果。我通过自己多年的学书实践、教学实践的探索与检验，总结出一套实验性的临帖方法。这一套临帖方法包括感悟法、解析法，两者结合的通临法以及意临法。现逐一分述如下：

①感悟法。读帖的两种基本方法即感悟式读帖与解析式读帖。这里所谓感悟法，是与感悟式读帖相应的临帖方法。

所谓「感悟」，即重在感觉，重在对所学碑帖的感性认识。一般来说，它对具体点画、结体以及布局、用墨等不作细致的观察和分析，对该碑帖的形式表现特征和技法特点从大处着眼，旨在感受和领悟该碑帖的总体艺术情调、气息、态势，以及表现技法的总体特征等。临写时即将这种感悟付诸实践，加以体验。这种临帖法，是抓大体的，如能表现出读帖所感受到的那种「味道」，即是成功的。

还有一种更高层次的感悟法，即在具有较丰富的师古经验和较强的创作能力以后，除了运用上述抓总的

体、抓大势的感悟方法之外,还可为充实和加强自身书法风格的某些构建因素,而有明确取舍地进行感悟性读帖。或意在感悟其书之气息,或追求其用笔上的某种趣味,或对其结体态势及某种独特的构筑方法加以体验,或对其墨色变化的妙趣作一番揣摩等等,心领神会,便动笔追效一番,将自己的感悟通过实践加以体验,并将这种体验所得化合到此后的创作中去,以生发和充实自己的书法意趣。这种方法,更为进入开拓性创作层次的书法家所常用。

②解析法。这是与解析式读帖相应的、比较具体而实在的临帖方法。传统的习字方法,往往借助于「九宫格」或「米字格」,将所临碑帖上的字一个个纳入格内,习字纸上也画了同类格子,以便比较,准确临写。这种运用辅助格的方法对初学者的基础练习见效较快,因为它帮助习字者看清一个字的偏旁各部分在该格内所据的位置,从而确认它们之间的相互关系,如结体的重心位置、疏密聚散关系,以及点画的向心或离心走势等。「九宫格」的正中一格与「米字格」的正中焦点,正可测量一个字的重心所在。字的重心一般正适其中,也有些字的重心偏于上或下、或左、或右,通过辅助格都可以清晰地展示出来。

这两种辅助格不仅可用之于形体分析,对分析和衡量点画的起止形

态的倾侧角度、线条运动的走势特征及其幅度,进而确认和把握其用笔的提按顿挫、轻重缓急,均能起到很好的辅助作用。可见,「九宫格」和「米字格」的历史的产生,本有其合理性,故用以辅助初学者读帖和临帖是十分便利和有成效的。

有了一定的基础之后,学者更应该重视锻炼自己的目测能力。目测的方法虽不用辅助格,但亦基于辅助格的原理而来。它是对字的各部分形态的比较、位置测定以及点画态势、走向的分析,头脑中有个无形的辅助格在。通过这样的锻炼,在具备了较强的单字解析能力以后,将此基本原理扩展运用于对大小参差的行、草书甚或连绵的大草进行分组、分段的多字一体的解析,也就比较容易入手。

在作解析式临帖时,不必整篇、整段、整行地去临,在作点画或偏旁解析时,甚至不必临完整的字。以解析法临帖,具有「以点带面」的特征。

这一方法的关键,在于抓住「点」进行认真、细致而深入的解剖、分析,找出规律性,掌握其形式表现技法上的要点,扩而大之,指导对范帖上同类构成或点画形态的表现。比如在结体方面,有独体构成、上下或左右构成、上中下或左中右构成等,在这种种构成类型中,又各有多种不同表现,我们可从中加以分类研究,在每种类型中找出几个代表各种不同艺术表现的字例,加以重点的剖析与临写,力求

明其理，得其法，而扩展用之于全帖的临写。而这些典型字例，同时也具备了笔势与各种点画的用笔规律。

我们可以通过有目的、有选择的重点临习，对各个方面的问题逐一解决，各个击破，终而扩展到全局。即通过选临（点），获得透彻的体悟，再灵活运用其内理，变通其技法，通过通临（面），达到对全帖的把握。

在进行这种对“点”的剖析和临写时，如果临不得法，就可以反复临写，也可在先写的字迹上进行改写。由于这是对“点”进行剖析、追摹的过程，不要求习作具有整洁的总体效果。

运用这一临帖方法时，尤其应注意的是不要陷入对某种偶然出现的点画形态或构成作表面的机械、死板的摹仿，要学会寻找规律性，掌握其表象深处所包含的内理。这“内理”的核心，即是该范帖的形式表现技法所依据的笔势特征与贯气规律。我们通过解析性的临写，要达到知其然，并知其所以然，不但得其法，更知其法中之理，从而养成变通能力。

③ 通临法。这是形与神、技法与意趣全面把握的临帖法。这种临法的成功，必须建立在对范帖情境、气息的感悟和对其形式表现技法胸有成竹的基础之上。学者如有了前两种临帖实践，并达到一定程度后，对范帖进行这样的临写，就能很快地达到要求。而在通临中如又发现和遇到某

些未能把握的难点，还可再拣出重点的剖析与临写，为下一次的通临扫除障碍。

④ 意临法。此法尤其为进入开拓性创作层次的书法家所常用。以这一方法临帖，可有意识地参入临帖者的兴趣发挥，可表现出一定的偏向性。其主要特征是：不斤斤计较具体某个字的结体、点画的相像程度，而重在灵活运用其总体规律，即兴临写。

此时可对范本作一定程度的取舍，对自己特别感兴趣、有心得的成分进行强化、发挥，而对某些与自己兴致不尽合拍的成分作一定程度的减弱、舍弃或改造。所以，意临法具有一定的自主性。但必须指出的是，意临并非完全无视该范帖的书法体貌风格及其形式表现技法的特点。“意临”，是临帖的一种方法，其意仍在临有所取，只不过是—种较高层次的师古手段而已。如一味照自己的习惯写法将范帖文字抄写一番，而在书法上并无明显取法，就失去了“临”的意义。

严格地说，这种所谓的“意临”不是临帖，而是以此帖文字为素材，创作自己的书法作品。不少学者不肯下功夫，懒于思考，对着帖随便写，临不像则美其名曰“意临”，这样做是很不可取的。本书所集各体临古之作，有的酷似范本，有的稍作舍弃，有的在笔墨情趣上作了较大的发挥，但在体貌、气息或笔法上则程度不同地保持着范本的特色，严格地遵守着临帖的

基本原则。

学习书法如能踏踏实实依照上述四种临帖方法去做,并能根据实际情况进行合理、适时的调节、变通,将几种方法交替进行,就可达到既扎实地把握范本书法的形式表现技法及其趣味风格特色,又能将古法化为己有,变被动为主动,灵活运用,随机应变,尽快地适应模拟性创作、搞好模拟性创作,并为开拓自己的个性书路,打下坚实的基础。可以说,运用上述临帖法,能够收到事半功倍的高效。

所谓模拟性创作,其基本特点是以某一碑帖或某一书家的形式、风格为模拟对象进行创作。所以其创作的文字内容虽与作为模拟对象的碑帖不同,但其形式表现技巧及其实际创作效果则以尽力再现某一碑帖的趣味和形式美特征为旨归。创作者的艺术表现意识不是「为我」,而是「从他」,不是抒发自我情性、志趣,而是着意追摹某碑帖或某书法家风格的意趣和法度。这是低层次的书法创作,但它在书家的艺术成长过程中,是十分重要的环节。自古以来任何一位卓有成就的书法家,都经过了这一方式创作的长期锻炼过程,而后发展到开拓自己的个性风格。

模拟性创作是对此前临习的毫不含糊的检验,同时又是在临帖基础上的进一步灵活发挥。它尽管是模拟性的(这是被动的),但又必须在一

定程度上发挥自己的主观能动性,以新的文字内容,在特定的笔势、笔法、结体、章法甚至还有墨法的制约下,进行新的组合和发挥(这又是主动的)。它充分体现着学者对范本艺术情趣、形式法则和技巧的认识水平 and 实际掌握的程度。

临帖与读帖、模拟性创作的关系是相辅相成的。临帖前要读帖,以熟悉范本;临帖后要读帖,以检验所得。临帖到一定程度,应穿插锻炼模拟性创作。临「是为创」。模拟性创作正可检验学者对范本理解和掌握程度,并锻炼活用、变通的能力。

学者者在从临帖转向模拟性创作的过程中,往往会感到临帖能临得很好了,却难以将临帖所学用到创作中去。事实上,临帖能写得好,毕竟是依照范本仿写的,而模拟性创作虽然是模拟性的,但毕竟是创作。它对范本形式表现技法的运用,不是机械性的照搬,而是变通性的活用。如果在进行创作时感到临帖所学用不上,或用得不顺手,正说明书者并未真正理解和把握范本形式表现技法的原理与规律。也可能临帖颇为熟练,似乎理解了、掌握了,实际上并未学通。此时可以带着在创作中遇到的种种问题,有的放矢地再度临帖,有所悟、有所得后再进行模拟性创作。如此再三,就能将临帖与模拟性创作有机地结合起来,互促互进,临帖的能力与创作的水平都得到迅速提高。

篆书临帖提示

篆书可分为大篆、小篆、缪篆三大类，各类中又因时代、地域和作者个性的不同，产生出各种各样的风格 and 变体。

大篆包括至今所发现的商及西周甲骨文、金文，春秋战国时代的种种篆体墨迹、金文、刻石文字等。其中，甲骨文因其特定的工具、材料的作用，造成其独特的、迥异于手书墨迹和金文的形式美特征，当时的手书墨迹与金文在点画形态（所谓「蝌蚪文」和字之体形姿态上）大略相同，不同处主要表现在墨迹用笔的提按顿挫、锋芒笔触清晰可见，金文则因经过制范、浇铸、锈蚀以及拓工的捶拓等多种原因，导致其锋芒笔触的大为损失，与墨迹拉大了距离。但又正因为这种原因，造成金文凝重、含蓄、浑厚的书法美特征。

西周中期以后的金文，在结体和章法上都日益向齐整匀称的方向演化，由「散」变为「整」。特别是用笔上与手书体日益区别开来，形成粗细基本一致的均匀圆浑的用笔法。这是庄

重规整的实用要求所导致的相应的特定书法格局。秦小篆中如《峰山刻石》、《泰山刻石》之类极端规整的作品，则是这一发展趋势的必然结果。

自金文用笔形成独立的圆匀笔法以后，大篆的用笔便以两种类型并存：一是手书体的所谓「蝌蚪文」，用笔为侧锋类型；一是刻、铸铭文的圆匀用笔，为正锋类型。前者如春秋《侯马盟书》、战国《温县盟书》、《楚帛书》、《信阳楚简》等，后来的隶书即从这一类手书体的草写中萌生发展而成，并非由小篆中脱胎而出。后者如西周中期的《墙盘》、晚期的《毛公鼎》、《散氏盘》、春秋战国的《石鼓文》、《秦公簋》等。随着进一步的发展，圆匀笔法日见广泛地被运用，秦汉及其以后的篆书手书体用笔也与之趋于一致，失去了原有的「蝌蚪文」特点。

小篆指在秦始皇「书同文」政策下，经过整理、规定，偏旁构造在总体上实现了简化、统一的秦代篆书。这种篆体在书法上以极端规整匀称为其基本特征和正宗风格，但也有些因

用途和条件不同,而表现得比较轻松自由的,其草体则是十分率意的。前者如某些瓦当上的小篆铭文;后者如《秦始皇二十六年诏版》,乃小篆的草体,率朴天真,奇趣无穷。但细细品味,在这放纵恣肆中,其字的大小、奇正变化虽很悬殊,章法也疏密不均,但可感受到笔画勾活之美和其点画之间、偏旁之间的布白是依循着均匀的原则而变化的道理。

缪篆是在汉代十分盛行的一种篆体,延及魏晋南北朝。汉代篆书,除了具有装饰趣味的鸟虫书以外,大致可分为三种类型:①小篆型,②缪篆型,③篆、隶参半型。但无论哪种类型,都含有隶意,只是含量的大小程度不同而已,这是汉代篆书的一个显著特点。即如属于小篆类型的《袁安碑》中,也少量的隐含着一些合乎隶书意理的写法,这些成分打破了小篆的常规。

缪篆在汉代篆书中表现得最为活跃,运用最为广泛,形态、意趣变化也最为丰富多样。其不仅在汉代印章艺术中十分发达,还广见于各种小件铜器铭文、铜镜、砖、瓦、碑、额和竹帛手书墨迹中。这种篆体,对偏旁构造的减省约易处来自隶法,而对某些笔画在其原形基础上加以合理的延长和曲线,则是对鸟虫书线形原理的活用,我将这一特点概括为“紧则减省,疏当曲线”,可称之为缪篆字形结构处理的八字规则。但何种情况下作减

省或曲线处理,是根据其篆字原形构造的繁简及其在铭文中字与字之间的关系来灵活处置的,是根据每一字所占空间(正方形、扁方形或长方形)的大小来考虑的。

现依三大类,各择出部分具有代表性的临作,分别作临帖提示。

殷商《甲骨文》

甲骨文是契刻在龟甲兽骨上的字迹。因其材料坚硬,刻圆转的笔画和粗细形态变化显著的笔画不易,因此,殷商绝大部分甲骨文文字迹是单刀刻成的。这一类甲骨文书法的特点表现在笔画横线、直线、斜线皆挺直、刚劲,粗细变化不明显,而圆弧形笔画因单刀刻不易表现,往往采取刻数段短直线相接为一个圆弧形态。这一点,我们在临写时可适当注意存其意,不要拘于直折的表象,以至写得生硬、拘谨。

学甲骨文趣味的篆书,应认识到:我们是在以毛笔书写甲骨文,不是以刀去刻,因此,我们既要追求甲骨文那种因特定的材料和工具因素造成的挺拔、坚硬、爽利的线质意趣和具有浓厚象形意味的态势特征,又要不失毛笔书写的自然韵致,以免做作。这是至关重要的。树立了这样一种认识,在临写甲骨文时,就能做到在整体笔势的连贯中充分发挥毛笔的表现力。虽然线条粗细相仿,但要在劲挺中求灵活变化,笔触生动,线

条直中带曲，转、折相生，用墨随着笔势连贯也顺其自然地表现出干湿浓淡的变化，这样就可以避免将甲骨文写得线条板刻、体态生硬、墨色僵死。也只有这样，才能写出甲骨文的神采、妙趣和韵味。

商《作册殷》

商至西周早期金文的一个共同特点是大体保存着毛笔书写的笔画形态，但无法再现毛笔书写的笔触和墨韵，所以我将其称之为「打折扣的再现」。本器铭文书法中的「肥笔」现象即是手写体墨迹形态的典型表现。我们在临写时既要注意表现此铭书法凝重朴厚的意象，又要做到用笔自然、轻松，不要拘谨，更不要以故作颤抖求朴厚。「肥笔」处，用笔要大胆重按，近似捺脚处，要大胆用侧锋去表现，切忌涂描。

西周《毛公鼎》

此铭书法用笔沉厚、圆浑，正锋具涩劲，笔画纵横圆曲皆挺劲流畅而又沉稳；结体取纵势，长方形，大小相近，字势工稳，间有宽狭正奇变化。章法疏密适中。

西周《散氏盘》

此铭书法用笔圆浑，用正锋。笔画形态多带波动的曲势，少有平直的线条。结体多偏于扁方形，取横势开张、盘曲，姿态十分丰富。我们临写时

如在用墨上再加之以浓淡干湿变化，就能更增其趣。

西周《虢季子白盘》

此铭书法用笔明快流利，结体宽松，而章法上字距、行距皆非常疏阔，造成雅逸空灵的格调，可视为五代杨凝式《韭花帖》和明代董其昌书法布白手法的远祖。临写时于此尤应用心体会。

春秋《楚王冢王鼎》

此铭书法为草篆，书风放纵率真，多有别趣。其用笔瘦挺爽健，字势多横向开张，有些笔画拉得很长，结体之姿态丰富，动感强烈。写时需要注意，线条爽畅而不浮滑，运笔快而稳，笔画露锋处不尖浮，藏锋处逆锋成点不笨重。

春秋《侯马盟书》

此为春秋末的大篆手迹，草篆。体形多为长方形，字势流畅多姿，特别是其用笔与刻铸铭文中通行的大篆用笔形态迥异，表现为起笔处侧锋重按成一斜切面，运笔渐提而笔画渐细，还常尖锐出锋，其线条运动节奏明快，富于弹力。古人以形象思维，称此类用笔形态的大篆为「蝌斗」（即蝌蚪文）。其笔画运笔只是「按—提」的单节奏起伏，缺少连贯的节律，其用笔的连贯性表现在一气呵成的运笔动作所产生的气势呼应之中。这是我

们在谈帖、临帖时尤应用心品味的。

先秦《石鼓文》

此铭书法平整端庄而不拘滞，字形略长，体态变化微妙，左右结构稍有错位，即右侧偏旁常略偏高，宜细心体会。用笔圆劲，可以有一定的轻重粗细变化，不要拘谨。笔画起笔处藏锋，收笔处稍顿即可空提，不一定要笔笔回锋，顺其自然才能生动。

秦《泰山刻石》

此铭书法为小篆极规整之作，章法井井有条，字为长方形，通篇一律，间架搭配均匀，笔画粗细一致，但细心观察，可体会到其笔画在平直中有细微的动势变化，故其端正工稳并不死板，但学此书者多陷入僵死平板，得其形貌而失其神韵。我们在临写时不必拘泥，要在用笔、体态上都力求轻松活泼，间架搭配基本规整即可。运笔时，有笔触外露可顺其自然，笔势应在平稳中求灵畅，以得其神韵。

秦《诏版》

此铭书法表现为秦小篆的草书风格，字形大小变化显著，随势俯仰，意念别具，字与字间参差错落，行与行之间隔亦不分明。用笔以平直为主，间以婉曲，皆随意大胆，多天趣。书写时尤应注意运笔激荡，转折分明，表现出比较强烈的明快节奏。于字与字间、行与行间的布白妙趣也应

注意追求，它是与随意大胆的用笔和结字相映成趣的。

西汉《相思镜铭》

此铭篆字多处作简易变形，不合正规篆法，结体为长方形，偏旁多为横平竖直笔画的组合，间有圆曲形。笔画粗细基本一致，但我们在临写时不必受其约束，可轻松贯气地运笔。起笔、收笔处的回锋笔触和出锋形态一任自然，以造生动，使之具有镜铭原迹上本不具备的笔墨趣味。

汉《富贵昌砖》

此砖铭字形或长方形，或正方形，或扁方形，变化和谐，组成几个方块，犹如汉印。笔画皆横平竖直，偏旁繁处则减省笔画，疏处则增加盘绕，使字形填满。用笔有折无转，笔画摆布均匀。我们在临写中得其规整之意即可，不要拘泥于表象上的准确。用笔在横平竖直、粗细等匀之中，随笔势运动产生自然的灵活变化才好。

汉《祀三公山碑》

此碑书法雄浑朴茂，偏旁结构常篆、隶相杂，或篆形出以隶笔，或隶形杂以篆法屈曲，或在形体上篆、隶参半，临写时宜用心把握其规律。其字形宽博，于方正中兼圆曲。笔势动静互变，用笔方中带圆，壮实劲拙，独具力度与厚度，临写时下笔要重。

三才
生生
日日
月月
年年
年年
年年

山國

子

父

子

中

縣祭祀狩獵塗

牛骨刻為

王國之方
森致
咸商止
冊股
申反己
采育母段