

中國書法藝術精解叢書



中國世界語出版社

主編 董雁  
編著 李松

草書

法技

入門

草書筆法結構精解

草書技法入門

主編 董雁  
編著 李松

中國書法藝術精解叢書

——  
草書筆法結構精解

中國世界語出版社

### 图书在版编目(CIP)数据

中国书法艺术精解丛书 / 卢中南等编. - 北京: 中国世界语出版社, 1999. 1

ISBN 7-5052-0416-5

I. 中… II. 卢… III. 汉字-书法-丛书 IV. J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(1999)第01114号

### 中国书法艺术精解丛书

---

出版发行	中国世界语出版社	经 销	新华书店
社 址	北京百万庄路24号	印 刷	保定市大丰彩印厂
邮政编码	100037	开 本	787 × 1092.1/16
电 话	68326644-2554	版 次	1999年1月北京第1版
	68326040(发行部)	印 次	1999年1月第1次印刷
责任编辑	王君校	印 数	1-20000册
封面设计	曲春燕		
ISBN 7-5052-0416-5/J·58		定价: (全六册) 40.80元	(每册) 6.80元

---

## 前 言

《中國書法藝術精解叢書》是在原《書法技法叢書》的基礎上重新修訂整編而成。原《書法技法叢書》包括十個分冊，全面系統地對各種書體的概況進行了詳盡介紹，對各體書法的書寫臨習、入門技法進行了細致入微的闡釋。自一九九四年由國際文化出版公司編輯出版以來，即成為暢銷書，受到廣大書法愛好者的熱烈歡迎與好評，并被輯入《中國新聞出版年鑒》，專題介紹。

為了進一步滿足廣大書法愛好者的需求，更好地為廣大習字者服務，我們對原書進行了精心的縮編、整理、修訂工作，保留了原書中最高暢銷的《楷書》、《行書》、《草書》、《隸書》、《小篆》、《篆刻》六冊，由中國世界語出版社隆重再版發行。

新編再版的《中國書法藝術精解叢書》，對原書進行了認真的整理，修正了一些錯誤與不足，并保留了原書印張雖少，但容量大的特點。一般同類書皆是每頁二列，排十二至十五個範字，而本書每頁皆為四列，排十六至二十個範字。因此，在頁碼得到減少壓縮的情況下，却大大增加了範字的數量，減少了成本，降低了定價，却使內容更為詳實，更具有實用性。

《叢書》介紹的書體全面、豐富，可適合習字者的不同需求，且每一分冊的作者皆是當今書壇的名家。他們大多畢業于首都師範大學中國書法藝術專業，受教于著名書法家歐陽中石先生門下，他們不僅對書法藝術進行過系統地學習與研究，更多年從事專業創作與教學工作，具有豐富的教學經驗。他們將自身多年的研究、創作心得融鑄于筆端，對各種書體精辟詳盡的闡釋，足以給初學者以極大的幫助和指導，給企望深造提高者以有益的啟發。

歐陽中石先生特為《叢書》重新提寫了書名，并題詞祝賀《叢書》的修訂再版發行，我們謹在此致以誠摯的謝意，并誠請各界同道、書友，不吝賜教。

導以門徑

再窺堂奧

書為精解叢書

才石廷頌



非古體介

## 作者簡介

李松，字木公，一九五〇年生於天津，畢業於北京師範學院中國書法藝術專業。現為中國書法家協會會員，北京市書法家協會理事，朝陽區書協秘書長。

兼長諸體，尤於行草、北碑用功最勤。追求瀟灑、勁健的書風意趣，注重格調品味以及筆墨技巧的發揮。作品曾入選『第三、四、五屆全國書法展』、『首屆、二屆、三屆全國篆刻藝術展』，並在『第二屆全國青少年神龍書法大賽』中榮獲全能金獎，又多次在諸多重大書賽中獲獎。

作品被收入《首屆中日青年書展作品集》等多種書法專集，並出版有《草書技法》、《草書入門》等多種書法教材、字帖。

## 第一章 草書概論

草書的產生是在距今二千多年的漢代。漢代草書由隸書草化演變而來，稱爲「章草」。章草還保留隸書「磔」筆的特征，其字形較方正，字體大小變化不大，字字獨立，用筆不作連綿映帶，其風格大多爲古樸一類。

在歷史上擅章草的書家不乏其人，漢、晉之際較多。如漢史游、章帝、杜度、崔瑗、三國皇象、晉索靖、陸機和王羲之父子等。流傳下來的法帖也不少。如《急就章》、《月儀帖》、《出師頌》、《平復帖》、《豹奴帖》等等。

漢代又是今草的發生發展期，相傳其開山祖是「草聖」張芝。今草的由來其說不一：一曰是由章草省去「磔」筆直接演化而來；一曰是由楷書草化而來，有的認爲二者兼而有之。在書法史上，今草的發展有着十分輝煌的歷程。曾有過幾度興盛時期。晉代以王羲之父子爲代表，唐代以張旭、懷素爲草書巨擘，被后世稱爲「顛張醉素」，還有著名的書法理論家孫過庭也十分顯赫；明代宋克、祝允明、張瑞圖、徐渭、王鐸、傅山等均爲擅草大師，其中王鐸堪稱「神筆」。今所流傳法帖極爲豐富，較經典者和最有影響者有：王羲之《十七帖》、王獻之《中秋帖》、張旭《古詩四帖》、懷素《自叙帖》、孫過庭《書譜》、智永《千字文》、楊凝式《神仙起居帖》、黃山谷《廉頗藺相如傳》、趙孟頫《六體千字文》、祝枝山《前后赤壁賦》以及王寵、張瑞圖、徐渭、傅山、王鐸、黃道周、倪元璐、朱奎、何焯和近代于右任的草書作品。

學習草書從今草入手當是正途，同時對章草的研習也是重要的。因爲兩者是相通的，總的特點是「簡而便」。一個很復雜的楷字，草書寫來只寥寥幾筆，將許多繁復的筆畫簡省約略，一筆可代數筆。草書有以下幾個特點和規律：一是一些偏旁部首草化后形成固定的寫法，這些固定的部首寫法稱爲「草符」。有的一個草符只可代替一種部首，有的一個草符可以代替幾個或十幾個部首或小的結構，也就是草書的符號化特點。二是草不象楷，隸那樣筆筆獨立、字字獨立，而是可以數筆連寫，數字連寫。第三是草書的筆法不似楷、隸那樣藏收鋒清楚，頓駐筆明明，并有明顯規律可循，而是以綫條的面目出現，筆法藏駐弱化，綫條（筆畫）形態變幻莫測。四是草書章法格式、風格多變，更強調字與字之間、行與行之間的布白關係。不象楷、隸那樣一格一字均勻布局。突出聚散、開合、正欹、

爭讓、輕重、大小的變化，講究或平和，或簡淡，或雄肆，或野逸等風格的特性。

草書經過歷代書家的創造，為我們留下了豐富多樣的作品。有的簡淡文雅，疏朗平和。如王羲之《十七帖》、智永的《千字文》、懷素小草《千字文》和王寵的草書。有的勁健飄逸，風流倜儻，如孫過庭《書譜》、王獻之《中秋帖》等。有的淋漓奔放，雄肆猛朗。如張旭、懷素、黃山谷、祝允明、王鐸、傅山。還有的野逸奔突，狂放不羈。如徐渭、張瑞圖等。其風格流派不拘一格，應有盡有。

草書的學習很有難度，其難有四：首先是識草問題，草字不能識就無從去寫去創作，草字十分難識，難記是因其字形變異較大。一部分草字與楷書原形相去甚遠，已無從尋由。一部分草字由草符組合而成，有的也已脫去原形，故而難以識記。這里重要的是對草符的識記，因為漢字大多數是形聲復合字，如果能將草符記牢活用，則可以識別大多數草字。另外是對變異獨特的草字要一一單獨強記，尤其是常用字更當熟記。如果能做到這兩點，識草便可入門。其次是草書筆法變化迷離複雜，難以駕馭，如果沒有較好的控制毛筆把握線條能力的話，是難以得法的。習草要有較堅實的功底才好。第三是草書章法變化大，書寫之際容不得彷徨猶豫，謀篇布局并非易舉。布白謀篇需有較強能力。第四是最難達到的，即個性風格的確立問題。草書表現力極強，個性又是風格的主髓。然而個性的造就非一朝一夕，當需有較雄厚、較精純的技法保證，並且需要更高審美修養的支撐。

草書，看上去潦草，似乎是任意而為，似乎是縱筆快寫而成，其實不然。草書一方面有嚴格的草法則的規定，另一方面不只是快的問題。古人喻：楷如立，行如走，草如奔，這是指字的字勢而言，而不是速度問題。草書的確寫來比楷書快，這主要是草字簡約、草化的結果。多筆省為一筆，一筆可寫數字，當然快捷。如果一個草字與楷字筆畫相差不多時，草字寫來也未必快多少。草字連綿映帶，轉絞連屬，給人的感覺是快速的、暢順的，這是草書的特質所在，字體優勢所在，而并不是以快為主要標準的。快與慢只是相對、比較而言的。

草書的學習當以臨帖為主，初涉草書最好選取風格較平正一路的範本臨學，這樣選帖可有兩個好處。一是對草字的辨別識記有利，此一路草書結字大多規範清楚，故便于識記與摹擬。二是本着「先求平正」的要求，以立基為要，從而為將來「追險絕」打下基礎。這一路的法帖有很多，如：智永的《千字文》、懷素小草《千字文》、王羲之的《十七帖》、趙孟頫的《六體千字文》、孫過庭的《書譜》以及元明之季的《草訣百韻歌》等等。這些都是初學草書較好的範帖。其中智永的《千字文》尤其規整，對識字十分有益。孫過庭的《書譜》書文具佳，對練筆取法更有幫助。另外，于右任、胡公石二位先生畢生致力于標準草書的研究，成果令人矚目。著作頗多，尤以《標準草





## 第二章 草書的筆法

草書筆法最明顯的特征是簡約和連互，其中絞轉之筆唯草書所獨有。草書的點畫比之楷書已經發生了很大的變異。楷書用筆起收藏頓明顯，點畫造型相對固定，草則大多藏收弱化，點畫變化迷離，有的完全脫去楷法。歸納起來大體有六個方面：一、頓藏弱化；二、筆畫變異；三、筆法簡化；四、連綿映帶；五、環弧絞轉；六、筆順倒捕。

草書筆法雖然與楷書相去較遠，但它們之間有着難以割斷的血脈關係。「楷之不能精，草亦難可為」，故古人有「欲學草書，先通楷書」之教。凡于楷用功着力不足的人，其草書筆畫運作大多浮華流走，或骨軟筋疲。而在楷上浸淫有期者則筋骨充盈，筆健力透。但需要注意的是楷法又不可代替草法，草書自有草書的筆法法則，草書的筆法本身已自成體系，其中的絞、弧、曲、折等已為草的主要筆法。

學習行書的第一要義是「解散楷法」，解散楷法最重要的是破其筆法。至于草書就更是了。尤其對草書中特有的筆法，不可僅以楷法釋之，當以草解草才是。

草書用筆不論各種筆畫形態，當以中鋒為主，其次以側鋒輔之。所謂「筆筆中鋒」是強調它的重要性，并非絕對化。在書寫遲鋒之際，絲毫不爽的中鋒是不可能的，往往是中側兼互相輔相補的。

上點

唐

章

高

寶



中三點



上三點



下對點



上對點



井



瑩



不



芙



突



巢



香



堂



巒



榮



古



半



竄



第



索



貴



腰點



下點



右點



下三點



巨



今



分



羔



牙



含



衣



惑



色



氏



到



愚



辛



看



震



然



短橫



長點



交四點



上下點



工



及



登



言



玉



岐



冀



冬



本



慶



匪



令



壹



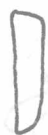
陵



織



涼



短豎



長豎



懸針



長橫



且



弟



弗



十



出



收



計



可



笛



將



神



弄



通



慎



帝



年



挑鈎



拋鈎



短撇



長撇



兄



乍



千



方



既



凡



美



君



厄



風



戎



辰



卷



非



識



光



彎鈎



平鈎



反鈎



弧鈎



細



宜



氏



禾



物



定



長



分



齋



開



良



索



慮



羅



裘



流



 <p>折撇</p>	 <p>多曲折</p>	 <p>曲折</p>	 <p>直折</p>
 <p>宁</p>	 <p>莫</p>	 <p>司</p>	 <p>六</p>
 <p>新</p>	 <p>侯</p>	 <p>水</p>	 <p>先</p>
 <p>声</p>	 <p>知</p>	 <p>求</p>	 <p>真</p>
 <p>惭</p>	 <p>龙</p>	 <p>亥</p>	 <p>成</p>