

历代
书法技艺

刘景隆
编著

刘景隆
编著

月望張言胡昇山人題於石海之東

仲氏往侯侯而西在侯劉氏也也敗羣山一平一日游是

历代书法技艺

刘景隆 编著

农村读物出版社

一九九三·北京

(京)新登字 169 号

历代书法技艺

刘景隆 编著

责任编辑 李瑾瑾

*

农村读物出版社 出版

衡水地区印刷厂 印刷

各地新华书店 经销

*

787×1092 毫米 1/32 11.75 印张 336 千字

1993 年 8 月第 1 版 1993 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—8000

ISBN 7—5048—1448—2/J·166 定价:10.80 元

本社图书如有缺页、倒页、脱页、负责调换。

本社地址:北京复兴路 81 号 邮政编码:100039

心昏拟效之方，手迷挥运之理，求其妍妙，不亦谬哉！

——[唐]孙过庭：《书谱》

垂象表式，有模有楷，形功难详，粗举大体

——[晋]成公绥：《隶书体》

序

我与景隆兄相识已有十几载,在我的印象中,他于学习极为勤奋。十几年来,他的生活可说波折不少,但他却能始终如一,勤学不辍。只有洒下汗水,才能换来收获。近几年来,他已在《美术》、《书法》等多种刊物上发表了许多理论文字。

去年夏天,他对我说要写一部书。当他讲述了此书的构想后,我极为赞赏,敦促他及早动笔。今年一月,书稿草创初就,取名《历代书法技艺》,索序于我。我通阅全书,认为不但在总的方面已实现了原来的构想,而且其中有些章节极为精彩。我为他而高兴!

此书把握住学习与讲授书法的最为重要的五个问题,即执笔、用笔、笔势、结字、临帖,分五章予以阐述。此书内容繁富,安排却十分齐整。每章分成三个部分。第一节为古代举例。这一部分搜罗广泛,解释简明,为了便于把握作者在分类上颇费思索。这对读者是很有益处的。第二节是作者本人见解。一方面对有争议的问题能择善而从,另一方面又能大胆谈出己见创见颇多。其中对每个问题的重要方面皆能涉及到。在同类书中是较为详尽的。最后附有历代论述,摘选的文字都是历代最具代表性的见解。这样。就将古与今冶于一炉,理论与实践融成一体,使读者对每一个问题皆能得到较为全面的理解,获得较大收益。纵观全书,内容充实,构想合理,图文并茂,解说详备,有极强的实用价值,对学习与实践书法有重要的参考作用。为此,我热诚向广大读者推荐此书。

当然，有许多问题历来即争论未已，见解不一，读者对这些问题有见仁见智之处是正常的。争论与探索可以继续下去，见解却会愈加深入。对于此书，读者会从中受到新的启发却是可以肯定的。

写作千古事，甘苦心自知。每一个愿把智慧奉献给社会的人都有一种以苦为乐的精神。据我所知，作者有一个丰富的写作计划。我企盼着他不断为书坛，为社会有更多新的奉献！

孟庆泰

1989年5月1日于追来室

目 录

序	孟庆泰
---------	-----

第一章 执 笔

第一节 执笔方式举例

一. 指实类	2
1. 掐管法	2
2. 单钩法(一)	2
3. 单钩法(二)	3
4. 三指搦管法	3
5. 双钩法	4
6. 拨镫法	5
7. 四指争力法	6
8. 五指执笔法	6
9. 捻管法	7
10. 掀管法	7
11. 撮管法	8
12. 握管法	8
13. 提斗法	9
14. 平覆法	9
二. 掌虚类	10
1. 龙睛法	10
2. 凤眼法	10
3. 虎口法	11
4. 鹅头法	11

三. 腕肘类	12
1. 枕腕法	12
2. 提腕法	12
3. 悬腕法	13
4. 回腕法	13

第二节 怎样执笔

一. 有法？无法？	14
二. 管欲直	16
三. 指欲活	17
四. 五指执笔法	18
五. 虎口与鹅头	19
六. 高低与松紧	22
七. 腕法与肘法	23
八. 身法	24
九. 小结	25

附：历代对执笔的论述	26
------------------	----

第二章 用 笔

第一节 用笔方法例谈

一. 笔锋类	35
1. 正锋	35
2. 偏锋	37
3. 中锋	37
4. 侧锋	39
5. 藏锋	43
6. 露锋	44
7. 缩锋	47
8. 逆锋	47
9. 筑锋	48
10. 裹锋	50

11. 取锋	52	12. 杀锋	52
--------------	----	--------------	----

二. 行止类

1. 起笔	54	12. 翻笔	73
2. 收笔	58	13. 断笔	73
3. 过笔	59	14. 回笔	76
4. 暗过	60	15. 围笔	78
5. 迟笔	61	16. 转笔	79
6. 疾笔	62	17. 折笔	80
7. 畅笔	64	18. 衄笔	83
8. 涩笔	66	19. 抢笔	84
9. 带笔	67	20. 打笔	85
10. 连笔	69	21. 战笔	86
11. 搭锋	71	22. 驻笔	86

三. 提按类

1. 提笔	87	5. 抽笔	93
2. 按笔	89	6. 提飞	95
3. 顿笔	90	7. 捺满	96
4. 蹲笔	90	8. 轻重	98

四. 用墨类

1. 浓笔	99	3. 润笔	103
2. 淡笔	102	4. 燥笔	104

第二节 怎样学习用笔

一. 用笔分析

二. 学习几种主要用笔方法

1. 轻与重	109	3. 行与住	111
2. 藏与露	110	4. 转与折	111

5. 提与按	111	6. 起与收	112
--------------	-----	--------------	-----

三. 掌握用笔的基本原则..... 112

1. 中锋为主	112	4. 无往不收	114
2. 逆入平出	113	5. 依势用笔	114
3. 疾徐有度	113	6. 笔墨交融	115

四. 对每个笔画进行笔法分析..... 115

附: 历代对用笔的论述 116

第三章 笔 势

第一节 古代笔势举例

一. 点类	134		
1. 怪石势	134	15. 冰法	139
2. 杏仁势	134	16. 曾头	139
3. 悬胆势	134	17. 其脚	140
4. 打点势	135	18. 散水点	140
5. 柳叶势	135	19. 直波势	140
6. 鼠矢点	136	20. 流水势	141
7. 向左点	136	21. 鸡头势	141
8. 向右点	137	22. 开三点	141
9. 直点	137	23. 攒三点	142
10. 两向点	137	24. 横三点	142
11. 半蚁势	138	25. 顺两对点	143
12. 四角势	138	26. 烈火势	143
13. 三角势	138	27. 悬珠点势	143
14. 带下点	139	28. 三往一复势	144

29. 联飞势	144	30. 背四点	145
---------------	-----	---------------	-----

二. 横类

1. 玉案势	145	7. 递相显异	147
2. 鳞勒	146	8. 右尖	148
3. 偃画势	146	9. 左尖	148
4. 金锥势	147	10. 犁梁势	148
5. 平挑	147	11. 曲尺势	149
6. 微挑	147	12. 折钉势	149

三. 竖类

1. 垂露	150	5. 铁柱势	151
2. 悬针	150	6. 象笏势	151
3. 竖偃法	151	7. 鸟雏势	152
4. 曲头势	151		

四. 撇类

1. 犀角势	152	7. 平撇	154
2. 新月势	153	8. 长曲撇	155
3. 钩镰势	153	9. 短回锋撇	155
4. 悬戈势	153	10. 长回锋撇	155
5. 短直撇	153	11. 曲头撇	156
6. 鸟啄	154	12. 蟹脚势	156

五. 捺类

1. 金刀势	156	6. 奋波势	158
2. 纵波	157	7. 侧捺	158
3. 横波	157	8. 激石波	159
4. 鸣鸭势	157	9. 兰叶波势	159
5. 石螳腹势	158	10. 反捺	159

11. 漫游鱼..... 160

六. 钩类..... 160

- | | | | |
|---------------|-----|--------------|-----|
| 1. 中钩势 | 160 | 11. 弯笋势..... | 164 |
| 2. 向左勾势 | 161 | 12. 背抛法..... | 164 |
| 3. 向右勾势 | 161 | 13. 外略法..... | 164 |
| 4. 绰勾势 | 161 | 14. 掬月勾..... | 165 |
| 5. 蛭尾势 | 162 | 15. 浮鹅..... | 165 |
| 6. 托钩 | 162 | 16. 屈脚法..... | 165 |
| 7. 直藏锋勾 | 162 | 17. 钩努势..... | 166 |
| 8. 戈法 | 162 | 18. 钩裹势..... | 166 |
| 9. 折芒势 | 163 | 19. 曲勾势..... | 167 |
| 10. 秃出法..... | 163 | 20. 反振钩..... | 167 |

七. 其他类..... 167

- | | | | |
|--------------|-----|---------------|-----|
| 1. 显异法 | 167 | 15. 双裹..... | 172 |
| 2. 石榑势 | 168 | 16. 阜耳法..... | 172 |
| 3. 群鹊势 | 168 | 17. 节耳法..... | 173 |
| 4. 舞鹤势 | 168 | 18. 走法..... | 173 |
| 5. 马槽势 | 169 | 19. 三牵绾法..... | 173 |
| 6. 缩出法 | 169 | 20. 蛇头势..... | 174 |
| 7. 横爻势 | 169 | 21. 飞带势..... | 174 |
| 8. 边衫法 | 170 | 22. 戏蝶势..... | 174 |
| 9. 立人法 | 170 | 23. 蟠龙势..... | 175 |
| 10. 叠人势..... | 170 | 24. 金剪刀..... | 175 |
| 11. 向势..... | 171 | 25. 向背势..... | 175 |
| 12. 背势..... | 171 | 26. 双竹势..... | 176 |
| 13. 柳箕势..... | 171 | 27. 衮笔势..... | 176 |
| 14. 驼头势..... | 172 | 28. 铁城势..... | 176 |

第二节 怎样书写笔画与偏旁

一. 永字八法详说	177
1. 侧法	178
2. 勒法	179
3. 努法	181
4. 趯法	182
5. 策法	183
6. 掠法	184
7. 啄法	185
8. 磔法	185
二. 笔画与偏旁的写法	187
1. 基本笔画的写法	188
2. 变化笔画的写法	189
3. 偏旁的写法	193
三. 病笔分析及纠正百例	205
附: 历代对笔势的论述	228

第四章 结 字

第一节 古代结字方法举例

一. (隋) 智果《心诚颂》	237
二. (唐) 欧阳询《三十六法》	238
三. (唐) 张怀瓘《结裹法》	243
四. (元) 陈绎曾《分布法》	243
五. (明) 李淳《大字结构八十四法》	244
六. (清) 佚名《大结构五十四法》	250
七. (清) 王澐 蒋衡《分部配合法》	252

第二节 怎样结字

一. 总的要求	264
二. 具体做法	270
1. 清楚组合比例	270
2. 掌握笔画变化	272
3. 注意偏旁变形	275
4. 做到搭配得宜	276
三. 小结	281
附: 历代对结字的论述	283

第五章 临 帖

第一节 历代楷书名作举例

一. 谷朗碑	290
二. 乐毅论	291
三. 洛神赋十三行	292
四. 爨宝子碑	292
五. 爨龙颜碑	293
六. 瘞鹤铭	294
七. 始平公造像	294
八. 孙秋生造像记	295
九. 郑文公碑	295
十. 张猛龙碑	296
十一. 张玄墓志	296
十二. 文殊般若经	297
十三. 魏灵藏造像	297
十四. 杨大眼造像记	298

十五. 萧憺碑·····	298
十六. 龙藏寺碑·····	298
十七. 夫子庙堂碑·····	299
十八. 九成宫醴泉铭·····	300
十九. 皇甫诞碑·····	301
二十. 雁塔圣教序·····	301
二十一. 灵飞经·····	302
二十二. 多宝塔碑·····	302
二十三. 东方朔画赞·····	303
二十四. 大唐中兴颂·····	304
二十五. 玄秘塔碑·····	304
二十六. 表忠观碑·····	305
二十七. 妙严寺碑·····	306
二十八. 流业篇·····	306
二十九. 刘昭注补续汉书八志序·····	307
三十. 孝弟祠记·····	307

第二节 怎样临贴

一. 临帖的意义·····	309
二. 初学临帖从什么字体入手·····	311
三. 选帖的标准·····	318
四. 临帖的方法·····	321
五. 形似与神似·····	328
六. 入帖与出帖·····	336
附: 历代对临帖的论述·····	337

附 录

一. 历代书论作者简介	347
二. 参阅、征引书典简介	350
后记	355

第一章 执 笔

凡学书字，先学执笔。

[东晋]卫铄 《笔阵图》

大凡学书，指欲实，掌欲虚，管欲直，心欲圆。

[元]陈绎曾 《翰林要诀》

第一节 执笔方式举例

书法以毛笔为主要工具，所以执笔为学书之首务。古代执笔方式有多种，但未能得到很好的总结。唐代孙过庭在《书谱》中曾说：“执笔三手”。可知当时主要的执笔法有三种，但无名目。后来韩方明在《授笔要说》中指出“把笔有五种”，其名为“执管、握管、撮管、握管、搦管”。至清代戈守智，在其《书法通解》中列有执笔方式十二种，有名称，有图样，可供参考。现广泛参阅各家，例举执笔方式 22 种。纵观这些执笔方式，可以别正误，分优劣，对学好执笔是很有益处的。下面根据其不同的特点，分三类予以说明。