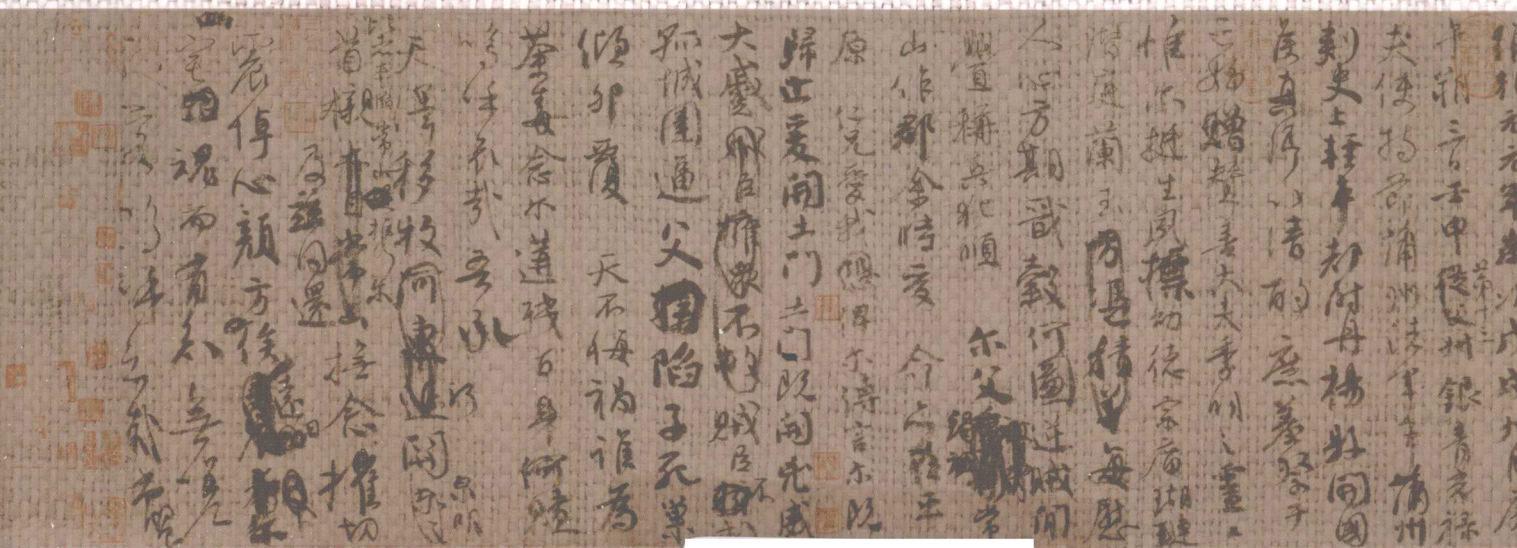


# 学书论法二十章

王志耘 著



天津出版传媒集团

天津人民美術出版社

# 学书论法二十章

王志耘  
著

天津出版传媒集团

天津人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

学书论法二十章 / 王志耘著. — 天津: 天津人民  
美术出版社, 2012.9  
ISBN 978-7-5305-4973-5

I. ①学… II. ①王… III. ①汉字—书法—研究  
IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第210444号

天津人民美术出版社出版发行

天津市和平区马场道150号

邮编: 300050 电话: (022)58352900

出版人: 李毅峰 网址: <http://www.tjrm.cn>

北京浙京印刷有限公司印刷

全国新华书店经销

2012年9月第1版

2012年9月第1次印刷

开本: 889毫米×1194毫米 1/16 印张: 7

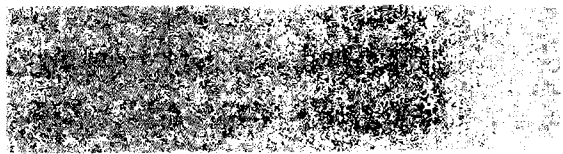
印数: 1—5000

版权所有, 侵权必究

定价: 20.00元

# 借古鉴今 继往开来

——《学书论法二十章》序言



学书法贵在得法。按法度练字，就等于与传统接续，拜在名师门下，再加上个人用功，坚持下去，终有收获。如果不讲法度，任笔为体，聚墨成形，不但书艺得不到提高，还可能走偏方向，一事无成。

和谐盛世，百业俱兴。今天的“书法热”在社会上方兴未艾，学习书法的人越来越多。我认为越是大家热情高涨，越是要重视提倡向传统学习，越是要抓好书法法则的普及。王志耘同志这本《学书论法二十章》就是一本这样的书。作者受家学渊源影响，自幼学书，在严师的指点下经过临帖的严格训练，又有用笔用墨和章法布局法则的学习，基本功功底扎实。后来虽然从事新闻工作，但从未放弃对书法的追求，在新闻和书艺上均取得令人瞩目的成绩。其书法作品曾参加过一些大展并获奖，出版有书法作品集《王志耘书作·中华美文妙诗》等，举行过个人书展，获得书界的好评。近几年他热心于书法普及，向少年儿童和老年书法爱好者传授书法知识。《学书论法二十章》这本书，就是他根据自己的讲稿整理编写而成。我仔细阅读了全书，感到作者没有停

留在一般的基础技法层面，而是对初学者常常感到困惑的问题，比如用笔与结体、取法高古与求新、字内功与字外功、小道观与大道观的关系等等，结合自身感受，进行了深入浅出的阐述，读来发人深思。不仅对初学者，就是对有一定学书经历的人也有启发。在当今有关书法技法的书为数众多的情形下，本书的编写别具一格，确为一大长处。

书法为什么要讲法？学书法为什么要临帖？有的人对此不大理解。甚至认为这是故弄玄虚吓唬人。本书对此有自己的独到见解。中国书法有其系统性、连续性。数千年来，经过无数书家和文化人的不断认知和总结，形成了体现书写规律的书法法则，留下堪称经典的书法作品，也称法帖。这些法则和法帖指导涵养了历代的书家和文化人，产生了不少书法大家和名家。而古往今来，还没有听说谁无师自通或依靠写自由体而登上书法大家的宝座的。正反两方面的事例都说明了学法、遵法的重要性。可以毫不夸张地说，前人留下的法则和法帖堪称“祖传秘籍”。我国传统文化向来重视师承关系。要讲师承，古代大家应该是顶级的祖师，他们留给后

人的经典就是不见面的老师，为什么身旁有这样的大师而不去学，偏偏却要像“盲人骑瞎马”一样乱摸索呢？至于拜今人为师那当然可行。但这个拜师也大有讲究。如果老师本身道行不深，那还不如老老实实向古人学起。我向来认为要想取得书法艺术中的精髓，必须多读书，读好书，多写字，写好字，要从总体到细微，一步一步地履行，一步一步地实践，争取和古人对上话，跟古人对上话了，你自己的东西也就出来了。

有人还把书法“遵法”、“守法”与书法创新对立起来，认为提倡遵法就是泥古不化。的确，笔墨当随时代。提倡书法与时俱进的观点本身没有错。但创新首先必须了解和继承传统。如果你连汉字书写法则都不了解，连前人的经验都弄不懂，所谓的“创新”，实质就是无视传统，就是糊涂乱抹。近些年，有的人随意解构汉字，消解书法法则，甚至用类似“杂耍”表演书法，很难得到群众的认可，喧嚣过一时就被人忘记。对此我们应该引以为鉴。中国书法是有根有脉的艺术，创新只有在继承传统中才能获得生命，离开传统而谈创新发展就会陷入盲目，就会走弯路，走偏路，迷失方向。

其实，古人历来强调“入帖”，也强调“出帖”。强调“学师者生，似师者死”。也就是在学习前人的基础上大胆创新。《学书论法二十章》一书的作者归纳了历代书法的总体特点后指出，如果古人都是陈陈相因，那就没有晋人尚韵、唐人尚法、宋人尚意、元明尚态、清人尚质的各种作风，也不会有静穆的秦篆、质朴的汉隶、端

庄的唐楷、以及灵动的行书、飞动的草书等书体的出现，更不会有“二王”、“楷书四大家”、“宋四家”等等书法高手不断涌现，也不会留下那么多的传世名作。我以为作者的见解是符合历史辩证法的。没有继承就不可能有创新，而没有创新也不能算是继承。中国书法之所以像奔腾不息的大河，不舍昼夜，充满活力，就因为一代又一代的书家在继承的基础上从来没有停下创新的步伐。否则，只能是一方死水微澜的池塘，日久必腐，哪还有今天我们能够看到的灿若星河的景象呢！

当今，我们正站在继往开来的十字路口。中国书法该向什么方向发展，怎么样发展，是书法界讨论热烈的话题，不少书法家也作了多方面的尝试。尽管大家的看法不完全相同，在有的问题上甚至分歧很大，但在继承传统问题上认识越来越趋于一致。因为中国书法的独特性、丰富性决定了传统是书法发展的唯一的源泉。而且这个源泉取之不尽，用之不竭。借古鉴今，书法事业才能正本清源，瞄准方向。借古开今，我国书法事业才能有后劲，有营养，有前途。一切有志于书法艺术的同道们都应当在学习前人、继承传统上下足功夫，慧眼识珠，提升书法理论水平，并在此基础上大胆创新，创造出与时代精神相称的、崭新的书法艺术，为推动社会主义文化大发展、大繁荣作出贡献。

李铎  
二〇一二年七月十日

李铎（中国书法家协会副主席，现中国书法家协会顾问）

# 目 录

## 书论二十章

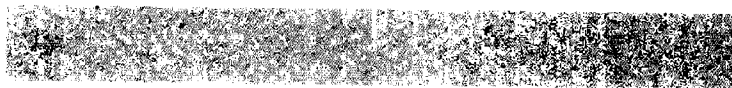
|                            |    |
|----------------------------|----|
| 变则通 通则达 .....              | 2  |
| 眼力与手感 .....                | 10 |
| 书法千古事 得失寸心知 .....          | 14 |
| 众字之纲 .....                 | 17 |
| 结出风采 .....                 | 21 |
| 谋势与贯气 .....                | 24 |
| 墨在其妙 .....                 | 27 |
| 文房四宝的前世今生 .....            | 30 |
| 精妙险绝欧阳公——欧体楷书临帖举要 .....    | 35 |
| 厚重宽博颜鲁公——颜体楷书临帖举要 .....    | 38 |
| 含筋抱骨柳诚悬——柳体楷书临帖举要 .....    | 41 |
| 流丽飞动赵松雪——赵体楷书临帖举要 .....    | 44 |
| 简牍遗墨看古法——书法名迹寻踪之一 .....    | 47 |
| 敦煌写经中的静净境——书法名迹寻踪之二 .....  | 51 |
| 出神入化《郑文公碑》——书法名迹寻踪之三 ..... | 55 |
| 南中奇石“二爨碑”——书法名迹寻踪之四 .....  | 58 |
| 米芾讥唐 .....                 | 61 |
| 文墨相兼 .....                 | 65 |
| 书法的生命 .....                | 67 |
| 古人的书法“小道观” .....           | 71 |

## 习作十九幅

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 书缘墨趣 .....                | 76 |
| 岑参《酒泉太守席上醉而作》 .....       | 77 |
| 林则徐 对联“海纳·壁立” .....       | 78 |
| 王羲之《兰亭集序》 .....           | 79 |
| 临赵孟頫《千字文》节选 .....         | 80 |
| 陶渊明《桃花源记》 .....           | 81 |
| 范仲淹《岳阳楼记》四条屏 .....        | 82 |
| 对联“世事·人情” .....           | 84 |
| 赵藩题成都武侯祠对联 .....          | 85 |
| 顾家衡题卧龙岗武侯祠对联 .....        | 86 |
| 大道至简 .....                | 87 |
| 杜牧《山行》 .....              | 88 |
| 王安石《梅花》 .....             | 89 |
| 苏轼《念奴娇·赤壁怀古》 .....        | 90 |
| 辛弃疾《破阵子·为陈同甫赋壮词以寄之》 ..... | 91 |
| 朱熹诗二首 .....               | 92 |
| 孙髯翁《昆明大观楼长联》 .....        | 93 |
| 王国维《人间词话·读书三境界》 .....     | 94 |
| 毛泽东《沁园春·雪》 .....          | 95 |
| 附记与活动照片 .....             | 97 |

# 书论二十章

## 变则通 通则达



楷书亦名真书、正书。楷即楷模的意思，也就是可以作为楷模的法书。唐代书法理论家张怀瓘在《书断》中就这样概括楷书：“楷书者法也，式也，模也。”<sup>(1)</sup>然而雷同是艺术的大敌。一种书体被作为固定的模式相传，岂不是陈陈相因，很容易走入千人一面的死胡同吗？有人确实以此为由批评楷书，特别指责唐楷，认为它矩矱森严，“灭绝”古法中的天然真趣。

其实，千年楷法代有高手。真正的大师们都是在继承前人的基础上自出机杼，不断创新，丰富着楷书发展的长卷。

楷书成型大约在汉末。三国大书法家钟繇被称为“楷书鼻祖”，历来有他创造楷书一说，也有秦人王次仲一说。还有说王的学生师宜官是真正创造楷书的人。这也从一个侧面说明创造楷书非一人所为。但不管怎么说，钟繇留下的书作《宣示表》、《力命表》、《荐季直表》、《戎格表》、《还示帖》等，说明他在隶书转化为楷书上，起到开创性的作用。他仍带隶意的楷书朴茂厚重，影响深远，后

人难以企及。唐张怀瓘评价钟太傅真书绝世，秦汉以来，一人而已。

晋人，尤其是“书圣”王羲之和其子王献之楷书的体势精妙，含文包质，堪称楷模。王羲之学书最先的老师就有钟繇、卫夫人等。但王羲之的高明之处就是不囿古法，一旦他登堂入室，就对古法改革创新，变“古质”为“今妍”。从王羲之早期的《十七帖》等作品来看，他受钟繇等前人影响较大，书体古朴，而后期的传世小楷《黄庭经》、《乐毅论》、《东方朔画像赞》等，有了根本性的转变。他把钟书八分笔意减去，再改钟书，易翻为曲，不折而用折，这种“损益”，成就“今妍”新貌，确立了楷书的基本法则。正如沈尹默先生所说：“王羲之不曾在前人脚下盘泥，依样画葫芦，而是要运用自己的心手，使古人为我服务，不泥于古，不背于今，他把平生从博览所得秦汉篆隶的各种不同笔法妙用，悉数融入于真行草体中去，形成了他那个时代的最佳体势，推陈出新，更为后代开辟了新天地。”

<sup>(2)</sup>王献之的楷书与其父相较，既有师承

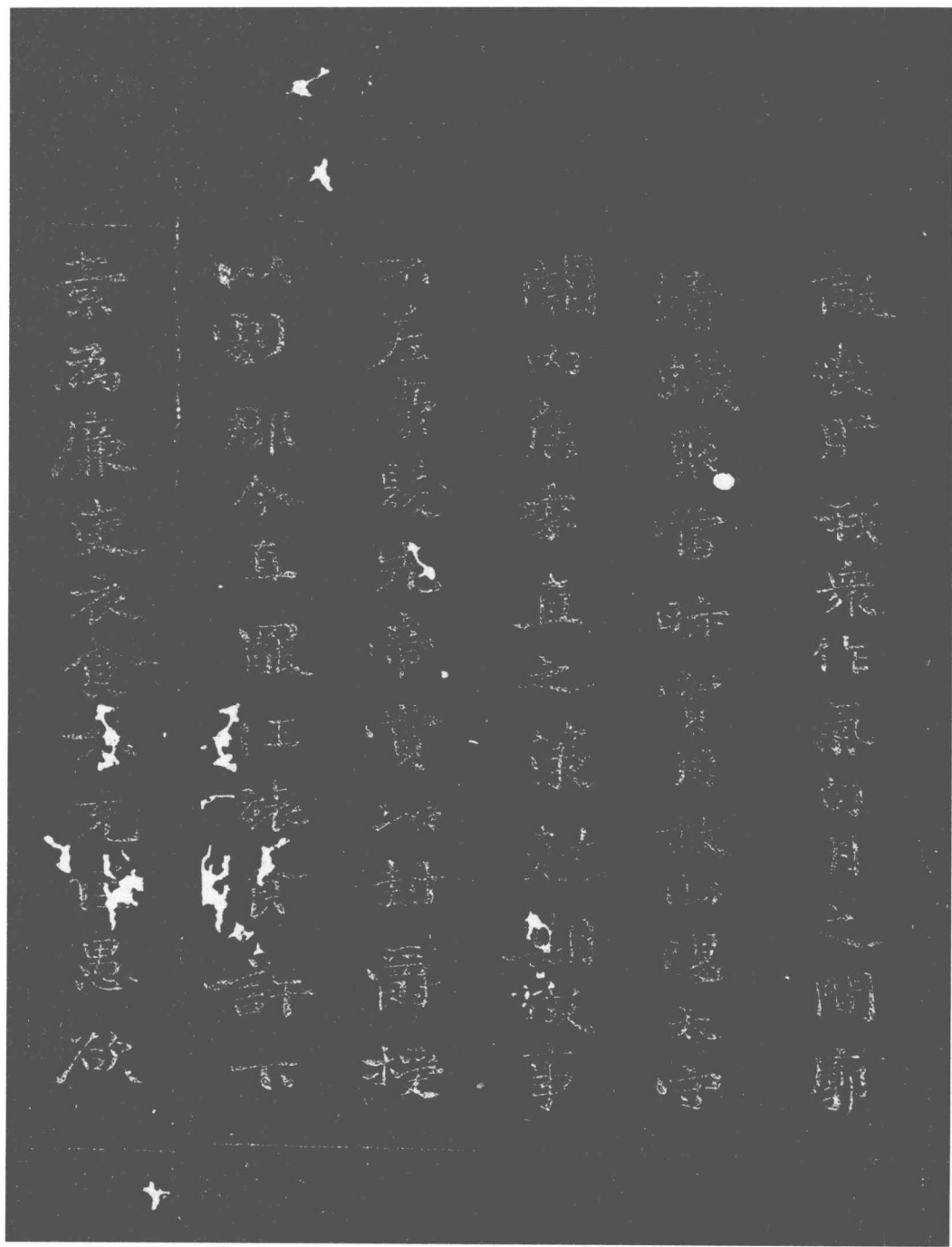


图1 钟繇《荐季直表》

关系，又有自我特点。他的《洛神赋》，又称“玉版十三行”，体势流美，用笔外拓，墨彩飞扬，堪称神品，成为历代书家研习的楷模。

被后人特别是清人推崇的魏楷，是

北方少数民族文化与中原汉文化互相交融的成果。从北魏太武帝拓跋焘统一北方到隋文帝统一中国，140多年，北朝留下的碑版、摩崖、造像、墓志、写经等，数量之多，质量之高，其他朝代难以与之比

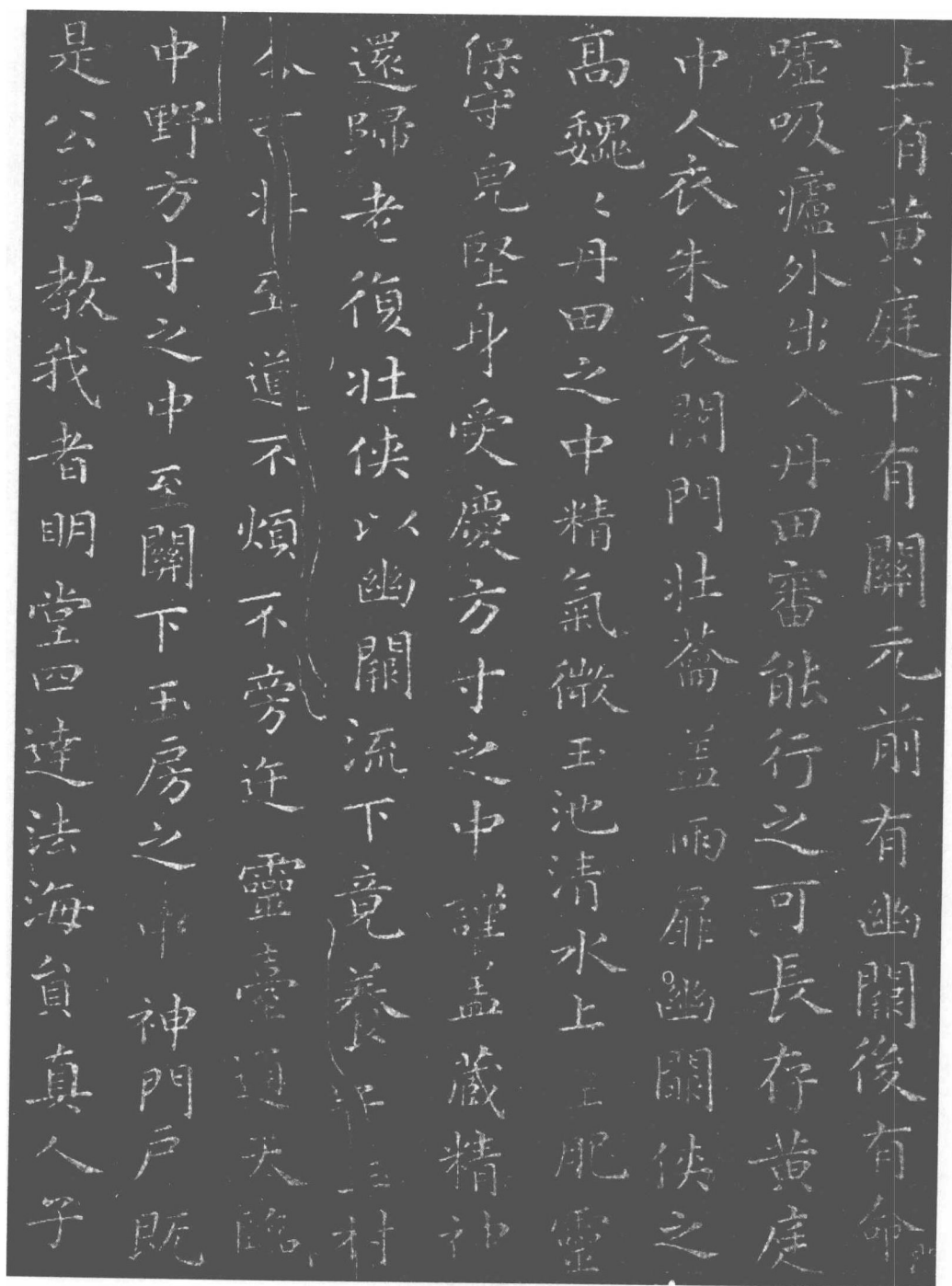


图2 王羲之《黄庭经》

肩，很值得研究。其中最具代表性的《郑文公碑》、《张猛龙碑》、《石门铭》、《龙门二十品》等，虽然风格各异，然而这些书法不论在体势还是神采上，都大大拓展了楷书的内涵，尤其是焕发出来的自然

雄强的精神，流风余韵惠及其后历代，特别是清一代。可以说明清书风由颜而兴，得益于北碑也。清代康有为在《广艺舟双楫·十六宗》中，把魏碑归纳为“十美”。甚至说谁没有见过《郑文公碑》，

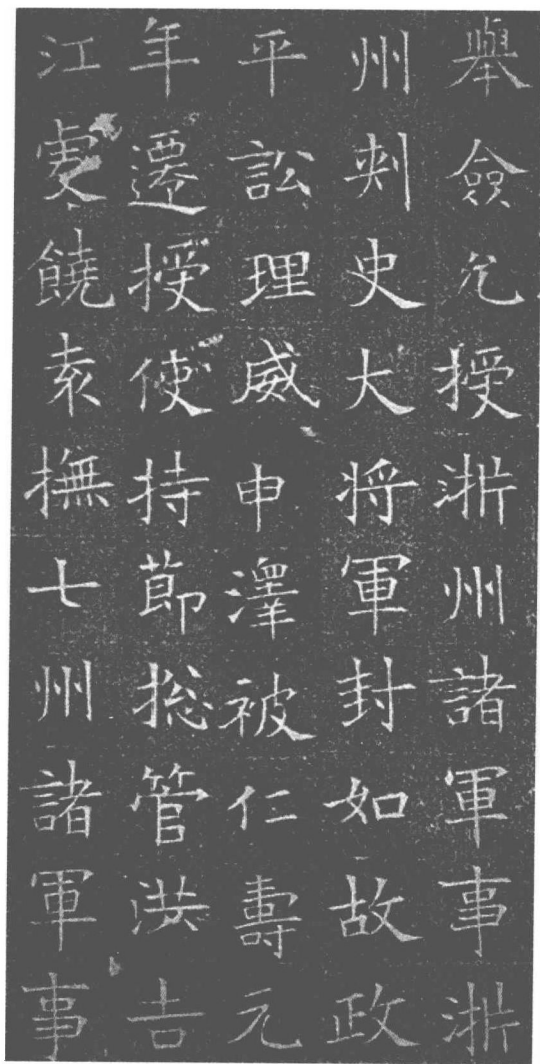


图3 《苏孝慈墓志》

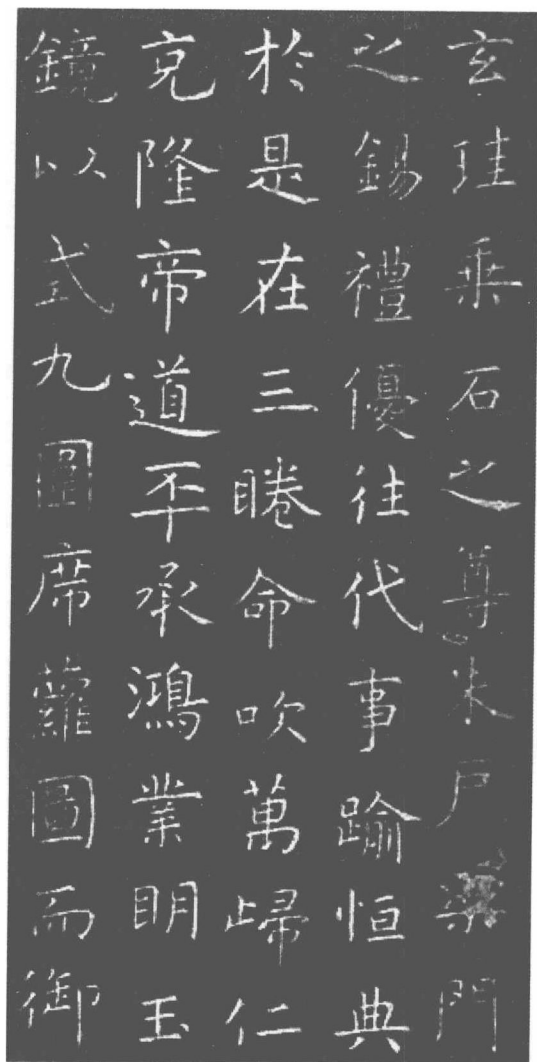


图4 虞世南《孔子庙堂碑》

就没有资格谈论书法。

如果说魏晋是对由隶变楷的基本定型，那么隋唐则可以说对楷书确立了终极法则。此后，虽有变化，但基本是在唐代楷法的框架内的创新。

隋朝虽然国运短暂，但在楷书发展史上的地位却举足轻重。这是因为经过“五胡十六国”乱世后建国的隋代，吸收了大量南朝士人，南北合流，合右军书法与六朝碑刻于一炉，大大推进了楷书发展的步伐。我们今天还能看到的《龙藏寺

碑》、《董美人墓志》、《苏孝慈墓志》等楷书碑版，上承汉魏六朝之余绪，下开唐人楷法之先河，在楷书发展长河中有着不可替代的作用。唐楷的开创性人物欧阳询、虞世南本来就是隋朝旧臣，在新朝他们又官居要津，为了建立与大唐煌煌伟业相匹配的书风，他们继续对隋朝南北合流的书体予以推进与改造，形成了朴茂为质，妍丽为体的新书体。特别是欧阳询的楷书，具有险峻、爽利、端庄、谨严的庙堂气象，后人称其为“书法极则”。



图5 杨凝式《韭花帖》

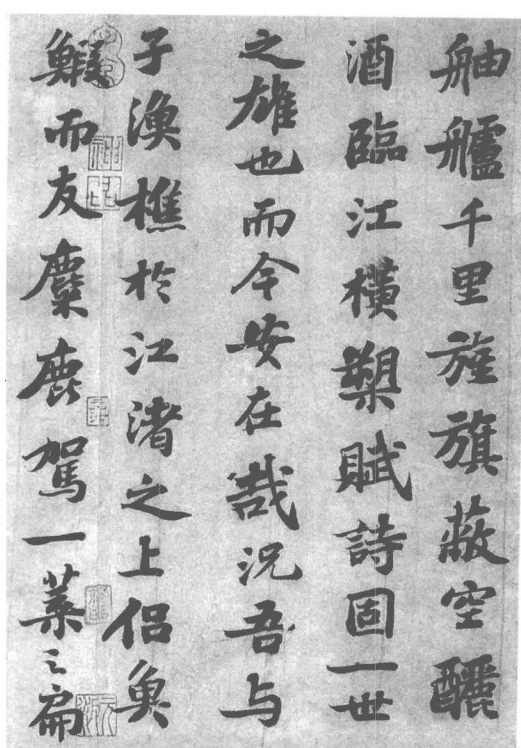


图6 苏轼《前赤壁赋》

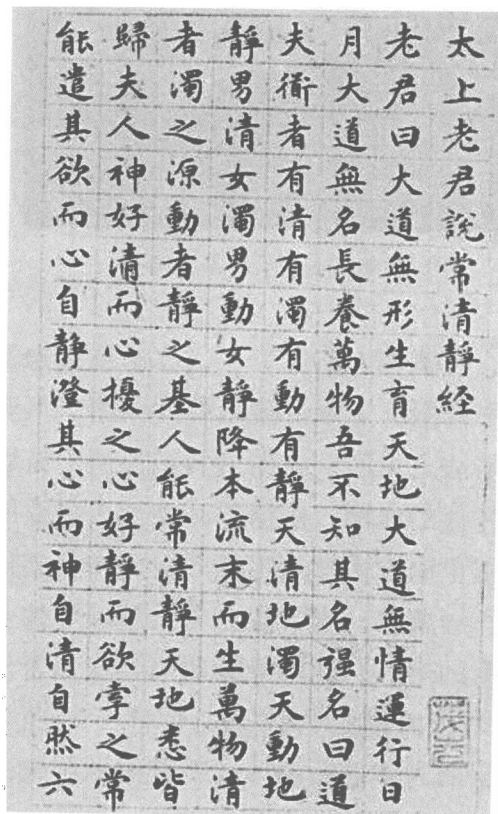


图7 文徵明  
《太上老君说常清静经》

推动唐楷达到高峰的还有褚遂良、薛稷、中唐的颜真卿和晚唐的柳公权。褚遂良、薛稷与欧阳询、虞世南同为“唐初四大书家”。他们都是欧、虞二位的晚辈，在学习欧、虞的过程中，他们又有创新，后人称褚遂良楷书“字里金生，行间玉润”<sup>(3)</sup>，称薛稷“尤尚绮丽，媚好肤肉”<sup>(4)</sup>。

颜真卿是唐楷发展史上举足轻重的标志性人物。他初学褚遂良，后师从张旭，同时取法欧、虞诸大家，在总结前人用笔特点上大胆取舍，形成一种以丰腴浑厚、雄健宽博为突出特点的“颜体”楷书。这种书体不以欹侧取势，不以雅逸取妍，仪态庄重，神采飞扬，庙堂气象浓厚，与中唐盛世景象相匹配，当时就很受赞赏，此后历代久传不衰。苏轼曾赞曰：“诗至于杜子美，文至于韩退之，画至于吴道子，书至于颜鲁公，而今古

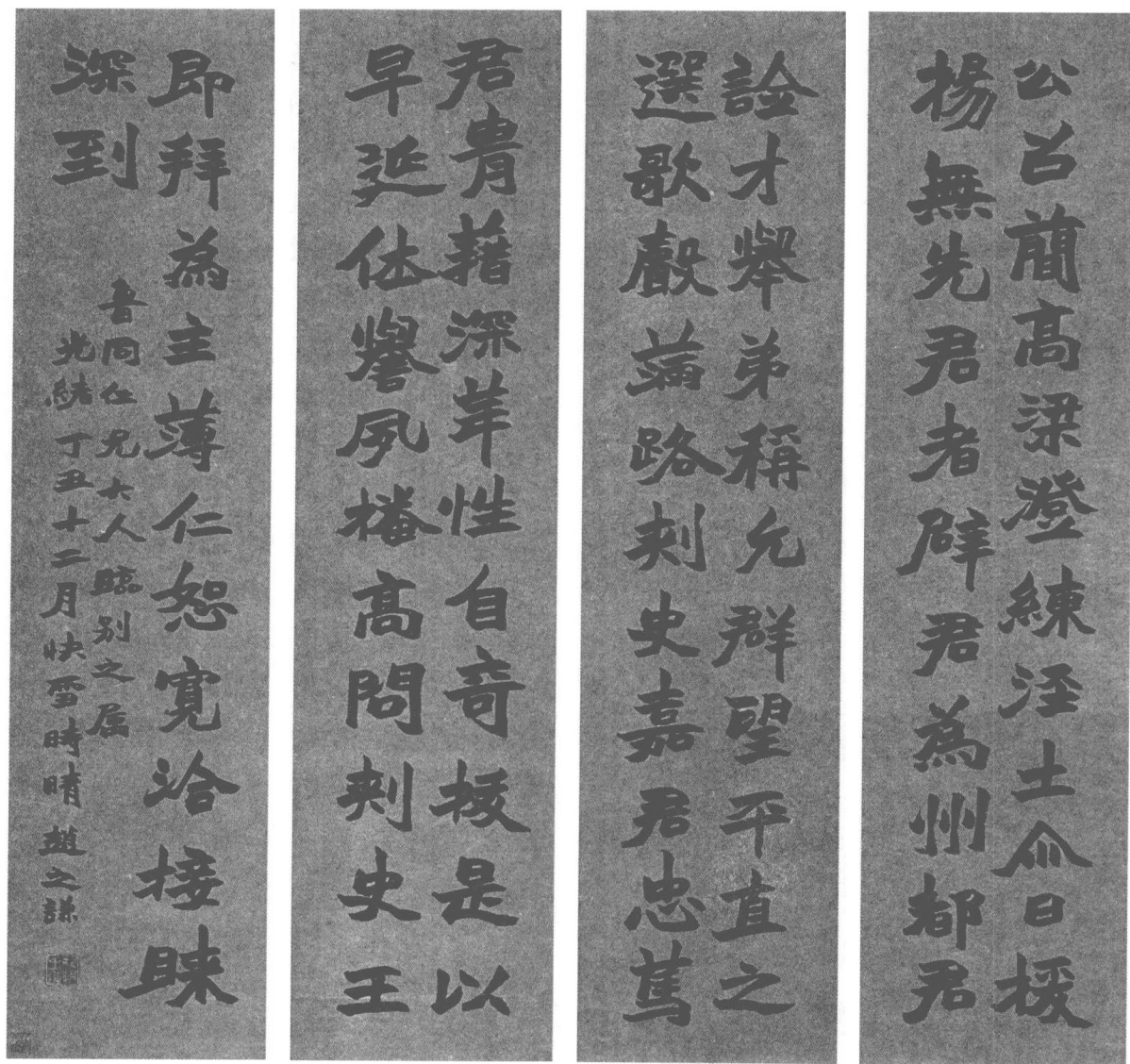


图8 赵之谦 楷书四条屏

之变，天下能不尽矣”<sup>〔5〕</sup>。

晚唐书法随着国运的衰落而走向尾声。而使唐楷再度闪光的是柳公权。与欧、颜、赵（孟頫）并称“楷书四大家”之一的柳公权，吸取“二王”的“今妍”，取法欧、虞的结体严谨和颜体的凝重之势，同时吸取魏碑方笔用笔的斩钉截铁、棱角分明的长处，在兼容并蓄中自成一家，形成骨力遒健、体势劲拔、爽利

秀挺的“柳体”，后世称之为“颜筋柳骨”。颜真卿和柳公权都是集大成的书法大家，有趣的是他们受后人、尤以宋人讥刺最甚，而历代学习楷书却大都以颜、柳为法。而起始于宋代的活字印刷，使颜、柳书体进入千家万户。在北宋大抵是用欧体笔法，南宋以后，就兼用颜体、柳体。纵观历史长河，汉魏楷书尚为过渡体，宋以后楷法则逐渐散漫流失，只有唐代，

楷书才能达到体严法备、气度雍容、文质相谐、笔意精到、章法和谐，而又多姿多彩的高度。千余年来，各代书家皆取法唐人，在浸润唐楷中自出机杼。即便宋人的尚意书风，也没有超出唐人楷书的法度。

这里不能不提及唐末至五代的一位

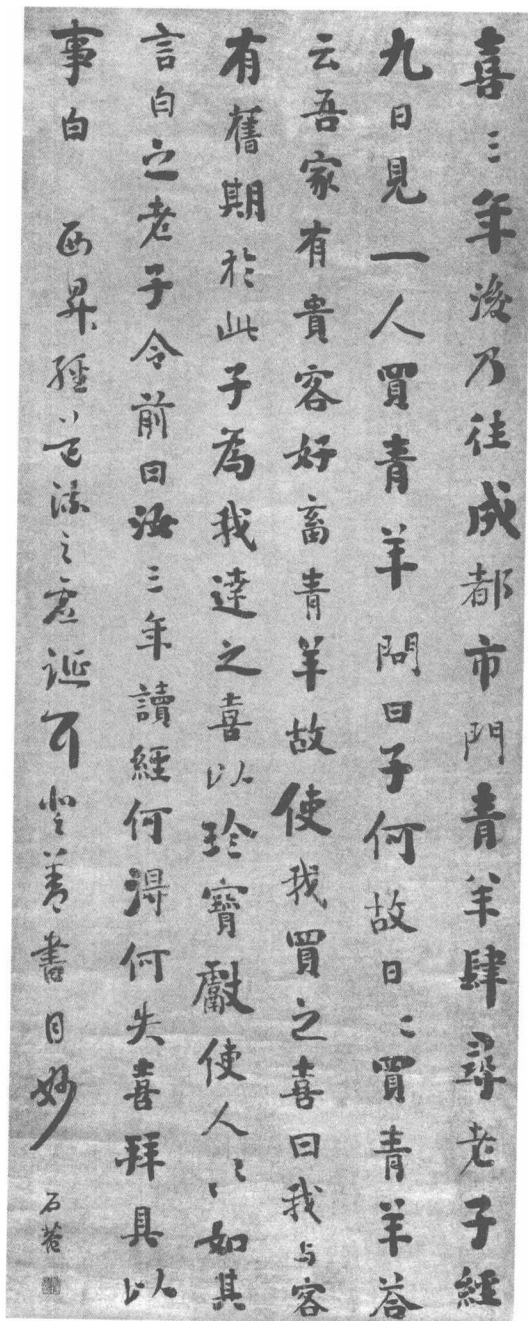


图9 刘墉 楷书立轴

“书法奇人”杨凝式。他留下的楷书作品只有一件，就是至今仍被追捧的《韭花帖》。其字势奇力强，超出常规的结体布局更是令人赞叹不已，对后世产生了难以估量的影响，特别是对宋人的尚意书风，有很大的启迪。黄庭坚到洛阳观赏到杨凝式留在寺院壁上的墨迹，把他的字与吴道子的画称为“洛中二绝”。还有诗赞曰：“俗书只识《兰亭》面，欲换凡骨无金丹。谁知洛阳杨风子，下笔便到乌丝栏。”<sup>(6)</sup>董其昌评价：“少师《韭花帖》，略带行体，萧散有致”<sup>(7)</sup>。

前面已经说过，宋人对唐楷过于推崇法则，乃至趋于僵化，批评甚多。米芾就公然称欧、颜、柳为“丑怪恶札之祖”。笔墨当随时代。宋人尚意，能够发挥个性，开一代写意书风，给楷书法则增添了活力。其代表人物有苏轼、黄庭坚、米芾、蔡襄等大家，他们以各自飞扬流动的书体使楷书面目一新。也有人认为宋人的尚意书风是唐人逼出来的。楷书到唐已法度完备，登峰造极，所以宋人只好另辟蹊径。不管怎么说，宋人对楷书的大胆变革还是走出了一条新路。

元代虽为蒙古族入主中原，但书法领域依然涌现了像赵孟頫、鲜于枢、倪瓒、柯九思等楷书大家。赵孟頫与欧阳询、颜真卿、柳公权合称“楷书四大家”，他结字的精到妍美，用笔的秀逸洒脱，都毫无争议地跻身大师之列。

明清以来，楷书为世人所重，涌现了一大批楷书高手，像活跃于江南的“吴门书派”。其中，文徵明的清劲高雅，张

弛有致，很受时人尊重。祝允明的楷书结体凝重，宽博茂密，在书坛很有影响。还有王宠，楷书含蓄温润，散淡自然，颇得晋人神韵。清人楷书有刘墉、何绍基、赵之谦、张裕钊等一批大家，同样在书坛占领重要一席。被时人称为“浓墨宰相”的刘墉是帖学代表，他的字绵里藏铁，古拙竣厚，筋摇脉聚。赵之谦作为碑学大师，雄踞书坛，流风不衰。而近代的于右任的书法纵逸雄伟，结体奇崛，百年碑学至此达到空前高度。

楷书变法有如当今杂技中的圆桌溜冰，回旋余地逼仄，技法要求高难度。然而对于以笔墨为生命的历代大家，却能创造出如此千姿百态，灿若星河的墨迹。谁能说楷书呆板单一呢！我想，如果把楷书比作站立，那么这种站立就如同威武端正的哨兵、亭亭玉立的少女、巍峨雄浑的城楼、高耸入云的宝塔一样，在站立的静态中展现其雄强灵动之美。

楷书是书法之基。凡学书者恐怕大都从楷书入手。不学楷书就写行书、草书，就像小孩子还不会站立就想走或跑一样，不可思议。有些人写的行、草书，虽然笔法圆熟，但字形不美，甚至难看，盖因没有从楷书入手，扎扎实实打好基本

功，用笔结字不到家。苏轼曾经说过：

“书法备于正书，溢而为行草，未能正书而能行草，犹未尝庄语而放言，无足道也”<sup>〔8〕</sup>。清代书家钱泳也曾经说过，不会写小楷就是不会写字。要想写好楷书确属不易。楷书要求架构平稳，结体周密、点画精到，用笔遒劲，不下一番苦功是无法达到的。而要在端庄平正的楷书中写出活泼灵动，在体严法备的楷法中独创一格，那就更非易事了。

注：

（1）张怀瓘《书断》，见湖南美术出版社《张怀瓘书论》，1997年4月版。

（2）沈尹默论书法，见中国书店出版社《王羲之笔势论十二章》，2006年7月版。

（3）《唐人书评》，见广西教育出版社《中国书法家全集·褚遂良》，2005年12月版。

（4）张怀瓘《书断》，见湖南美术出版社《张怀瓘书论》，1997年4月版。

（5）苏轼《东坡题跋》，见人民美术出版社《东坡题跋》，2008年1月版。

（6）黄庭坚《题杨凝式书》，见江西人民出版社《黄庭坚全集》，2008年9月版。

（7）董其昌评《韭花帖》，见江苏古籍出版社《中国书法简史》，2001年5月版。

（8）《楷书创作概述》，见《中国艺术报》2008年7月1日。

## 眼力与手感

学书之人，眼力非常重要。眼高手低，苦练可以弥补手低。眼低却绝对不可能手高。乃至出手即俗，难以救药。所以，自古书家都把开阔眼界、提高眼力放在书艺精进的重要位置。何谓眼高？愚以为起码要识得书作的高低好赖。常常有人问愚，为什么一些大师的作品，自己却看不出好在哪里，甚至不以为然。愚谓之曰，乃眼力不到。要多看多思多读，积以时日，功力自会提高。

相传被称为楷书鼻祖的钟繇，因向好友韦诞索取大书家蔡邕的笔法不得，竟至捶胸呕血。韦诞死后，他干脆把韦诞的坟墓掘开，取出蔡邕书法秘籍，方使楷书法达于大成。还有一则见于典籍的记载，记述唐代大书法家欧阳询一次外出，看到路旁荒草中一块石碑，细瞧乃西晋名家索靖所书。他看了许久才恋恋不舍地离开。可没走多远又折返碑前，干脆铺衣在地，一连坐观三天，领会索靖书法真谛。眼力高下决定笔力高低，笔力来自眼力。清代书家梁山舟提出学书“三要”：“天分第一，多看次之，多写又次之。”<sup>(1)</sup>他把看提到比写更重要的位置，这说明学习楷书当然大量临帖，但还要大量读帖。所谓“操千曲而后晓声，观千剑而后识器”

是也。

读帖读什么，怎么读，都大有讲究。历来学书都讲以帖为师，但帖不会发声，无法互动。故读帖完全靠自己揣摩。唐代孙过庭在《书谱》中强调：“察之者尚精，拟之者贵似。”<sup>(2)</sup>首先，要仔细观察法帖的用笔方法，先看点画的形态、走向、质感和轻重，然后再看每个点画起笔、运笔、收笔的过程。藏锋还是露锋，是圆笔还是方笔，是折笔还是转笔，是明折还是暗折，等等。然后，研究字的形体结构特征，如笔画的粗细、长短、大小、高低、斜正、开合、争让以及结体松紧、取势纵横，分清哪一画是这个字的主笔，点画之间是一个什么样的关系位置，是如何衔接、呼应的，从中找出规律性的东西。还要分析帖字的布局 and 神情、意态等。一遍读不懂，就反复读。在读帖时，还可以把点画比较着看。比如在一个字中，相同的点画是如何处理的，不同的点画在虚实、粗细上，到底有多大的差异，要进行比较、分析。字中的某一个点和某一画的粗细，常常有几倍甚至十几倍的差异，看得不细，就会将本来粗细反差很大的点画忽略，那么临写起来也必然点画不分，学得“像”这一关就过不去。启功先