

篆

隸

上
冊



书法自学丛帖—篆隶

(上册)

本社编

★

上海书画出版社出版发行

上海南京路237号
邮政编码200031

上海市印刷二厂印刷

各地新华书店经销

开本: 787×1092 1/12 印张: 31 1/3

1986年6月第1版 1990年4月第5次印刷

印数: 45,905—65,964

ISBN 7-80512-063-3/J·54 定价: 14.30元

前 言

书法是我国民族色彩特强、有实用价值的传统艺术之一。在精神文明日益提高的今天，爱好书法，学习书法的人越来越多。为了解决缺乏师资指导、选购范本的困难，我们编纂出版了这一套《书法自学丛帖》。

整套《丛帖》由「正书」、「行草」、「篆隶」三大部分组成，但彼此独立，自成体系，读者可按需选备。

这是第三部「篆书和隶书」。共三册。

为使自学者有所依循，帖前刊有徐无闻《篆隶书法简论》、崇善《篆书的用笔和结体》和张森《隶书的用笔和结体》三篇指导文章；每一时期或书体前，复有对此时期或书体所选范本和作者的简介；篆书均附释文。

书体和风规的沿革，皆有一定的因果，故在编纂中，历代重要事迹都遴选一二。由於篇幅的限制，不可能照顾周全，部分只能节选，但已可略窥原委。

目次 (上册)

篆隶书法简论	1	14
篆书的用笔和结字	14	17
隶书的用笔和结字	17	22
殷甲骨文	25	28
两周秦汉金文		
周墙盘	31	35
周毛公鼎	36	49
周散氏盘	50	57
周虢季子白盘	58	61
楚王曾志鼎	62	
秦公簋	63	60
秦诏版	67	70
汉金文	71	73
新莽嘉量	74	79
简牍书迹		
战国侯马盟书	83	
温县东周盟书	84	
战国青川简	85	

睡虎地秦简	86
汉帛书	90
汉简	92
汉武威铭旌	101
先秦石鼓文	105
秦泰山刻石	147
秦琅邪台刻石	179
秦峰山刻石	191
汉袁安碑	231
汉祀三公山碑	257
汉嵩山少室石阙铭	289
汉石门颂	305

305	289	257	231	191	179	147	105	92	90	86
366	301	286	254	227	188	175	143	100	91	89

篆隶书法简论

徐无闻

上海书画出版社精选历代法书英华，分「正书」、「行草」、「篆隶」三大部，编为《书法自学丛帖》，实为嘉惠艺林的盛事。「正书」部的卷首，许宝驯先生所撰的《临习须知》和《书法欣赏》，对临习整套丛帖，都有指导意义。我在这里，只把有关篆隶的特殊性的问题：汉字与书法、篆隶书法发展，篆隶笔法作简略的论述。

一

汉字是世界上最古老的文字之一，经过长期的演进，至今仍有强大的生命力。从殷代的甲骨文到现行的楷书，犹如祖孙父子几代人的照相。书法艺术是随着汉字的演进而发展的，因此，要学习书法艺术，就必须对汉字形体的演变有一个基本的了解。

安阳殷墟出土的甲骨文，其中最早的属武丁时期，距今三千三百多年。从这时的文字看，指事字、象形字、会意字、形声字、假借字都已具备，完全达到了系统的成熟阶段。一九七九年，陕西凤雏村出土的周初甲骨文，与殷墟同属一体系，且近于西周金文。殷和西周的甲骨文、金文的五六百年发展中，可以窥察到统一和简化的走向，但总的看来，不妨统称为殷周古文。

「籀文」之名起于汉人，因于《史籀篇》。从《说文》所收录的二百二十多个籀文看来，这种形体大半繁于小篆而接近西周金文。《史籀篇》这部学童识字课本，成于西周晚期或东周初期是可信的。《石鼓文》和《秦公钟》、《秦公簋》等春秋秦器，事实上也就是籀文。这是从殷周古文到小篆之间的过渡形体。

战国时代是我国社会发展中大变动时代，经济、政治的改革、发展，加速了文字的演变。这时期的汉字，大致可分为两种类型：一种是不很遵循西周文字传统而随意增省、奇诡难识的六国文字。许慎收进《说文》里的所谓「古文」，实即六国文字，一种是继承西周传统，在籀文的基础上，经过系统整理的秦国文字，即小篆。现在一般讲文字和书法的书上都说小篆是秦始皇统一天下后才应用的文字，并且还认为是李斯所创制。这种说法是不符合历史实际的（详见拙撰《小篆为战国文字说》载《西南师范学院学报》一九八四年第二期）。战国秦的《商鞅方升》、《秦杜虎符》、《诅楚文》、《高奴权》、《新郢虎符》等的文字，都与后世所谓小篆基本相同；还有大约二十件同时代的兵器铭文，也大体是小篆；这就是小篆为战国文字的铁证。

一九七五年湖北睡虎地秦简出土，一九八〇年四川青川战国木牒出土，我们已可确知隶书兴起于战国晚期。这两种简牍和马王堆汉墓帛书、银雀山竹简上的隶书，还带有浓厚篆意，形体的隶化还不完全，与后世习见的隶书有区别，可称之为古隶书。向来把东汉碑刻上的隶书看作成熟期的隶书，由于河北定县孙竹简的出土，这成熟期已可提早到西汉中期。现行的楷书出现于东汉后期，也有实物可证了。

在汉字演进的过程中，篆书变为隶书，是一个巨大的进步。这是从古代汉字到现代汉字的分水岭。隶书虽然大大破坏了汉字构形的有理性，但更加符号化、规范化，简捷方便，更有效地发挥了交际工具的功能。现在，与正书很接近的隶书，在某些地方还有作为交际工具的实用价值；小篆以前的各种形体，主要是学术的研究价值和艺术的欣赏价值了。

由于篆隶在日常生活中很少接触到，要学会读和写，自有一定的困难。用篆隶形体作为书法艺术来学习和创作，当然要求书写者能够正确地读和写。书法家写的篆隶形体，应该有可靠的根据。随便错写古文字的笔画，或者把「们」、「她」、「搞」这类后起字用偏旁拼凑法仿造成古文字形体，是不妥当的。文字不是任何人可以主观随意编造的。小学生乱写了现代汉字，理所当然地被认为是错误，书法家乱写了古代汉字，难道就可算是正确吗？学写篆隶，不仅要临习范本，还要经常查阅有关的工具书，如中国科学院考古所编《甲骨文编》、容庚编《金文编》、故宫博物院编《古玺文编》、顾藹吉编《隶辨》、翟云升编《隶篇》等。《说文解字》是必备的参考书。

二

从甲骨文到现代汉字各种形体的构成，是复杂的矛盾统一，它的发展符合辩证法的规律。这是世界上多种文字中，汉字能够被当作材料而成为书法艺术的最根本的原因。

殷墟甲骨文字的书法，已具有相当高的艺术水平。写刻甲骨文字的那些贞人，可说是奴隶社会中的高级知识分子，在甲骨文字上表现了他们卓越的艺术才能。从一些字数较多的甲骨看，不仅点画、结构、章法都具备了书法艺术的要素，而且还有一定的艺术风格。郭沫若《殷契粹编序》：「卜辞契于龟骨，其契之精而字之美，每令吾辈数千载后人神往。文字作风且因人因世而异，大抵武丁之世，字多雄浑；帝乙之世，文咸秀丽。细者于方寸之片，刻文数十；壮者其一字之大，径可运寸。而行之疏密，字之结构，迴环照应，井井有条。固亦间有草率急就者，多见于康辛、康丁之世，然虽潦倒而多姿，且亦自成其一格。」

「足知存世契文，实一代法书，而书之契之者乃殷世之钟王颜柳也。」这是很精当的评论。

殷和西周的金文书法，较甲骨文更丰富多采。在共同的风格中，又有多样的个性。从风格看，殷和西周金文，由雄浑壮实，趋向典雅工飭。昭王以前可算前段；穆王以后算后段。前段点画形态较多样，起笔收笔往往露锋，多有圆点和肥笔，字形长短、宽窄、大小，相当随意，章法上行距不整齐而互相争让者多。也有些行距字距大体整齐，如《孟鼎》者。后段点画较单纯，增强了线条化，起止藏锋已如后世小篆；字形大小大多渐趋一律，且为长方形；章法上以行距字距相对整齐为主。有的还有明显的长方界格。西周的《颂壶》、《墙盘》、《召鼎》、《散氏盘》、《毛公鼎》等，都是代表作品。

春秋战国时期的书法，可说是百花齐放，美不胜收。和文字同步，书法也可分为两大类型。秦以外诸国的书法风格，春秋前期尚有宗周遗意，愈到后来，变化越大。许多器物上的文字，虽无意于书法之工，却很能显示不同的艺术特色，侯马盟书的纵逸，三晋币文的简劲，齐鲁细文的浑朴，楚帛楚简的瑰奇，皆可存精寓赏，益人神智。

唐初发现于陕西凤翔的《石鼓文》，备受千余年来书家的推崇，的确当之无愧。《石鼓》笔势圆融浑厚，结体方正端庄，风格朴茂自然，含蓄蕴藉，故对后世书家多有启发。春秋秦器《秦公簋》、《秦公钟》等，与《石鼓》时代相近，然秀美有餘而雄厚不足。笔法已俨然小篆。

传为李斯所书的《泰山刻石》、《琅邪台刻石》，乃是小篆书法的典型。它的确符合形式美的法则，从笔法看，单纯齐一；从字形看，它的长方形符合黄金分割的比例；从结构看，很讲究对称均衡；整个章

法秩序井然，很有节奏韵律。从甲骨文以来的古代汉字书法，到此已可叹为观止了。

两汉篆书的实用性已基本消失，然去古未远，亦复灿然可观。总的看来，不似秦刻石那样整饬，而是趋向解放。西汉篆书传世殊少，《赵王上寿刻石》和瓦当文字可为代表。王莽时期各种器物上的篆书，无不精美绝伦，尤以瘦劲方折的《新嘉量铭》为最。东汉篆书佳品颇多。《袁安》、《袁敞》二碑，似为一人所书，宽博温雅，风力道上。加以刻工精湛，行笔的使转起收，历历可寻，如见墨迹。《祀三公山碑》篆隶交融，行次规整而用笔恣肆。《少室》、《开母》二阙，醇厚茂密，多饶古趣。各种碑额变化多端，往往以隶笔作篆，结体或宛转绸缪，很有新意，足启后人。

魏晋以后篆法渐坏。《三体石经》中的篆书，虽存规矩而颇伤靡弱。《吴天发神讖》，誉之者诩为「雄奇骏伟」，毁之者诋为「牛鬼蛇神」。虽然别具一格，但亦暗启流弊。南北朝至隋唐间阳文篆碑额和墓志盖，描填肥肿，丑怪不堪，真可称为谬篆。直到李阳冰出来，才见篆法的中兴。

李阳冰在唐代，是可与欧、虞、褚、颜、柳、李邕、张旭、怀素并列的杰出书家。他一扫几百年相沿的讹谬，直接继承秦篆，使篆法归于清真雅正。现存的李阳冰篆书中，《般若台题名》、《崔祐甫墓志盖》、《高力士碑额》等数种均是原刻。他用笔稳健自然，结构雍容茂美。与秦汉篆书比较，他的圆弧形笔画显著增多，字内上密下疏的布白改变为上下停匀。他的篆书大字雄壮有神。唐以后作篆书者，大都学李阳冰，影响很深远。五代至北宋初徐铉、梦英即阳冰一派。徐铉摹《峰

山碑》，笔法虽是而神情则非，失掉了秦篆的古趣，但其形体确有所本，并非臆造。由于法度谨严，可与阳冰篆书同为初学的范本。

宋、元、明没有出现杰出的篆书家，苏唐卿、文勋、党怀英、赵孟頫、李东阳等的篆书，便算是比较可观的了。清代篆书超轶唐宋，直追秦汉。康熙至乾嘉，作篆者仍多为阳冰一派，有王澐、孙星衍、洪亮吉、钱坫等人。其中以钱坫成就较高，晚年左手作篆，化繁为简，避正就奇，甚有雅逸之气。邓石如长期勤学苦练，成为清代第一大书家。他的篆书笔力雄健，朴厚宏博，深得阳刚之美，不愧为斯、冰以后一人。继起者有吴熙载、赵之谦、杨沂孙等人，受邓影响而各有发挥。近代吴昌硕学《石鼓》而终出新意，遂为一代名家。

隶书书法，我们今天能看到的古代隶书书法资料，远比前人丰富，这是很值得欣幸的事。战国末年至西汉前期的古隶书，刚从篆书蜕变出来，篆意浓厚固然是共同的特点，但已趋向多样化。《青川木牍》、《睡虎地简》、《马王堆老子甲本》等，多是圆笔，而《马王堆一号墓竹简》则多为方笔。《马王堆战国纵横家书》形体是长方，《马王堆老子乙本》形体扁方者颇多。字内的布白，有的较宽绰；有的则很紧密，乍看几乎是黑墨一团，但由于字距较宽，便收到特殊的效果。这笔新得的书法遗产，正有待于我们学习研究，从中汲取丰厚的滋养。

西汉的隶书石刻很少，现在能看到大量的竹木简，就不像前人那么感到遗憾了。居延、敦煌等地所出木简，大都是下级官吏的手迹，信手写来，多饶天然之趣。拙劣者固不足取，其佳者则远非谨守绳墨的士人之书所能及。这些简牍字中，往往有特长特重之笔，看起来醒目提神，可想像书写时的情绪。简牍隶书中，实已出现了草书和正书的

笔法。

体现隶书高度成就的是东汉碑刻。现存的佳品颇多，凤翥龙腾，各极其致。瘦劲纵逸如《石门颂》、《杨淮表纪》，雄厚方严如《衡方碑》、《鲁峻碑》，宽博古朴如《西狭颂》、《郃阁颂》，奇崛劲健如《张迁碑》，典雅疏秀如《礼器碑》，谨严平实如《熹平石经》，风姿特秀如《曹全碑》等。东汉隶书在笔法和结构上都有创新，为正书的产生和发展，准备了充足的条件。

魏晋的隶书，笔法和结构渐不如汉隶的丰富多采，趋向公式化，特别是一些两头重中间轻的笔画，使整个书势显得单薄。这以后的长时期中，都没有很好的隶书作品。

清代隶书的成就优于正书、行草，仅次于篆书。傅山颇有奇古之趣。王时敏、朱彝尊未脱尽元明人习气。郑簠似有得于《孔彪碑》，打破严整的结构，行笔自然。钱泳、翟云升等，过分平庸，不免俗气。伊秉绶早年隶书是平实一路，中年以后，似从《裴岑纪功碑》一类汉碑悟得行笔和布白之法，卓然自成一家。他善于以拙为巧，计白当黑，笔力强劲，点画硬挺少态，结体方整重大，章法超越寻常，形成一种清峻古雅的风格。邓石如能融会多种汉碑之长，写得古朴厚重，极有气魄。陈鸿寿的隶书多有奇趣，尚欠浑成。晚清的何绍基、赵之谦、杨岷等的隶书，也是风格独具，各有所长。清代的篆隶成就，说明篆隶艺术的天地是广阔的，秦汉人把篆隶都写绝的说法并不恰当，只要我们善于继承遗产，必定能够推陈出新。

三

怎样临写篆隶的问题，可分两层说：首先一层，篆隶临写的原理

和方法，总的说来和正书是一致的。许宝驯先生的《临习须知》，讲得很正确、很实际。请读者在临习这篆隶篇时，先看许先生的文章。我在这里只讲篆隶在笔法方面的一些问题。

一般的说法认为，篆书的笔法比正书简单，只要一味地中锋行笔，起笔收笔能够藏锋，有提无顿，不见圭角，每笔一样粗细便可。这说法是不很正确的，事实上，从我们现在能够看到的上古书法真迹，笔法是不断发展的、相当丰富的，并不如一般说法那么单纯。

笔法的构成，第一是人使用书写工具的手势和运行时的轻重疾徐；二是书写工具的性能。现在我们能看到的上古的文字和图画的实物，以距今六千年的西安半坡陶器为最早。半坡陶器上有几十个在成胚时刻划的独体符号，符号的线条已显示出因刻划时用力的轻重疾徐而产生的不同笔形。这些陶器多饰有浑朴的图象。我曾三次仔细观察过原物，那些黑褐线条构成的图象，只有柔软而富于弹性的毛笔才画得出来。这种工具的优越性，在于它能准确而明晰地表现人所认识的客观物象，同时显示出人体力量的运动。从半坡陶器上的「字」或画上，已经可以看出书法艺术在后来必然出现的朕兆。大汶口陶器上的几个字和江西清江吴城文字，都是和半坡一脉相承的。

甲骨文几乎全是刀刻的，在一定程度上也表现出笔法，起止转折，大多明晰可辨。迄今为止，在甲骨和石器上朱书或墨书的文字，约有二十余件。这是殷人真正的手迹，在探索书法艺术的发展上，有着极宝贵的价值。这些书写者只是在写字，并不认为自己在进行艺术创作。所以，这些手迹是天然的、朴素的表现。每一笔起笔和收笔多不藏锋，直起直落，行笔中间用力较重而显得壮实，转折处方圆不拘，顺手自

然。这便是中国书法最早的笔法形态。

殷末和周初手书的墨迹，还没有发现，但铜器铭文上的写法与前述基本一致。如殷末的《宰留簋》、《卣其卣》，周初的《利簋》，康王时的《孟鼎》等。这些字的笔法，已显得多样化。起和收笔有露锋，也有藏锋，有圆笔，也有方笔；向右或向下方行的笔画，往往在行笔中逐渐重按而成肥笔；短画多作两头尖的米形点，加在直画中间则作正圆点。这种多样的笔法，已是一种自觉的美化。这种笔法的能够表现，一是由于柔软的泥范刻来远比甲骨骨易而自由；二是字形较一般甲骨上的大得多。这种笔法之所以形成，固然是毛笔的作用，同时也有刀刻的作用。在泥范上刻字时，为了加粗和修饰点画，不得不复刀；因为复刀，也就出现了方笔和肥笔，这样就改变了前代那种起止露锋，中间粗的梭子形笔画，悟出了藏锋。我们的古人很聪明，把刀刻和笔写的两种工具所显露的效果结合起来，相互补充、丰富。

笔画粗细大体均匀的笔法，出现于西周中期。只是结构不像小篆那么严整。试看本编选印的《墙盘》，笔画已很匀整圆融。这种笔法是书写经验长期积累的结果，与字形结构相适应，行笔有一定的法则而又因乎自然。

但是，这种笔法并不是西周中期以后唯一的形态。事实上，秦汉以前的汉字，也和今天通行的汉字一样，有「正书」，也有「行书」、「草书」。像《墙盘》那样的笔法，只施之于当时的「正书」。春秋末的《侯马盟书》、《温县盟书》，便是当时实用的「行书」、「草书」。由于书写疾速，自然就不可能每笔都起止藏锋，粗细均匀，只好信手写去，于是就出现了多种不同形状的点画，后世「正书」和「草书」中的波磔和使转，

在这里都具体而微地表现了出来。战国时期的《楚帛书》、《信阳楚简》、《长沙仰天湖楚简》的笔法，虽与春秋的这两种盟书有差异，但基本是一个类型。

自周平王东迁以后，西周的文字与书法，皆为秦国所继承。赫赫有名的《石鼓文》和时代大致相近的《秦公钟》、《秦公簠》、《秦公罍》等，发展了西周中期以后的笔法，已接近于后世常见的小篆。向来说到小篆书家，都以二李——李斯、李阳冰为代表，正因为他们的笔法，确是西周以来正统篆法的典型。从现存传为李斯所书《琅琊台刻石》、《泰山刻石》，李阳冰所书《三坟记》、《怡亭铭》、《般若台题名》等，以及徐铉所摹《峯山碑》来看，共同的笔法是：

一、大多数的情形下，都是中锋行笔，起笔、收笔藏锋；

二、一个字和全幅字所有的笔画，粗细基本一致；

三、横画须平，竖画须直，一个字内，所有的横画与直画各自大体上等距平行；

四、圆弧形笔画左右的倾斜度要求对称；

五、所有笔画的转折处，不能停顿重按，要不见筋节，不露圭角；

六、所有笔画的交接处，不露起笔收笔痕迹。

因此，要掌握这种笔法，不仅难于隶、楷、行、草，而且在篆书中也是最严格的，必须长期锻炼才能运用自如。汉碑篆额或邓石如式的篆书笔法，学起来当然比较容易些，但学这种笔法，更能获得精湛的技巧和坚实的工力。邓石如早年便刻苦学习《峯山碑》和李阳冰各种篆书，中年以后才致力汉篆，解放笔法。这是一条成功的道路。

由于这种小篆笔法难度大，过去有些人没有耐心，学而未成遂

加以诋毁。世俗相传，清代孙星衍、洪亮吉、钱坫他们的篆书，是用剪掉或烧掉笔锋的笔写的；又有人说是用绢条卷成圆柱蘸墨写的。小学大师黄季刚虽不以书名，但于书法多有卓见。湖北省图书馆藏《名人楹帖大观》，书中有黄氏亲笔批语。他在张惠言篆书联旁批云：「用笔起止回旋皆成一点，而结字未悉工」。又在洪亮吉篆书联旁批：「起止有点，较之皋文尤易见。世不得其法，以为剪笔头书，非也！」我素来留心观察孙、洪、钱诸家篆书，对黄先生之说深以为然。那么，「世不得其法」的「法」，怎样才能得到呢？主要应有以下几点：

一、选好范本。初学者不可修谈高古，更不应追求怪奇，宜从李阳冰的《三坟记》和徐铉摹本《峯山碑》入手，照原大反复临写，两三遍临写之后，同以一遍摹写，直到八九分相似后，才改学他种篆书。

二、坚持悬肘。写一寸左右的篆书，不妨悬腕。一寸半以上，必须悬肘。篆书的行笔须悬肘，比正书还要紧。道理是挥运的幅度大，才能使转灵活，横平竖直，圆方自适。为了克服惰性，临习时不妨坐在桌子的右端，书写的纸放在桌子右边的边缘，这样，腕肘自然悬空，没有靠处。

三、持之以恒。初学时，悬肘临习二寸左右的篆书，手要颤抖，笔画不能平直均匀，不是弯曲倾斜，便是钉头锯齿，这完全是正常现象。这要克服畏难情绪，一般只消每天练一小时，连续半年，便可闯过这一关。初学行笔不能求快，笔要在纸上走得稳，留得住，切忌一拖而过。到了笔力强健时，行笔的速度也就自然加快了。在临习之后，如尚有余暇，还可在废纸上写横画、直画和圆圈的线条，练习体会用笔方法，颇有助益。

此外，还附带说一下笔和纸。一般的说法，写篆书要用羊毫，有的甚至说要用长锋羊毫，只能发开一半受墨。理由是羊毫柔软，易于使转而不露圭角，发开一半才易于着力。这种说法，似是而非。除了极软的纯鸡毫和极硬的纯紫毫外，不论是羊毫、兼毫、狼毫乃至猪鬃，只要是符合尖、齐、圆、健标准的笔，都可以写出圆融匀美的篆书。善用笔者可以化柔为刚，也可以摧刚为柔。唐宋以前不尚羊毫而有李斯、李阳冰，清代崇尚羊毫而有邓石如、吴昌硕，他们都是优入圣域的大家。可见问题不在于笔，而在于执笔者的技巧和工力。再说只能发开一半受墨，和前面烧笔头的说法一样，都是因为缺少临池经验而编出的笑话。篆书的笔画不可枯渴过多，必须把笔毛全部发开，含墨充足，才能写得血肉停匀，温润可观。烧笔头之所以错误，是不懂得篆书乍看是有提无顿，起止藏锋，但实际上仍然有提有顿，起止分明，只不过是潜气内转，含蓄不露而已。行笔过程中，转折处的速度总是相对放慢，没有笔锋的笔与有笔锋的笔写出的起止处效果很不相同，这就是明显的验证。至于用纸，初学者不宜用生纸和质地粗糙不平的纸练习，两者都使笔画不能明确肯定显得含糊不清，造成假象，易于遮丑。最好用熟纸或较平滑的机制纸练习，可使缺点明白暴露而利于进步。这样久练之后，一旦用优质宣纸正式书写，真如弃弩蹇而策良骏，倍见精神。

就掌握笔法而言，临习隶书比篆书容易，也不比楷书难。如果先有写篆书或楷书的基础，学隶书便会收事半功倍之效。战国末年至西汉前期的隶书，篆意还很浓厚；东汉末年至魏晋间的隶书，已是楷书的前奏；隶书的独特笔法表现得最充分的，即是世所习见的《华山碑》。