

書藝叢譚

怎样写篆书

辛一夫

怎样写篆书

辛一夫

天津社会科学院出版社

怎样写篆书

辛一夫 著

天津社会科学院出版社出版

(天津市南开区迎水道7号)

新华书店天津发行所发行 天津新华印刷一厂印刷

787×1092毫米 16开本 10.75印张 76千字

1991年5月第1版 1991年5月第1次印刷

印数1—15000

ISBN7-80563-041-0/J·001

定价:5.10元

前 言

中国汉字书法史上，篆书占有极为重要的一页。即使从大汶口陶器上的“意符文字”算起，篆书的始创，至今也已有六、七千年的历史。

篆书在秦始皇时代，仍然是做为应用文字，在社会上起着传递信息的工具作用。与此同时，古陶上的书刻文字，镌刻在龟甲和兽骨（包括少数人骨）上的甲骨文字，铸、刻在青铜器上的铭文，贝、幣和权、量等器物上的铭文，乃至齐、楚、燕、韩、赵、魏等六国的异形文字，仍然以其独特的审美价值，比肩而立、炳焕其彩。

隶书取代小篆成了汉代人的应用文字以后，楷书的兴起、草书和行书的派生，却都不能讹夺篆书在美术范畴内至高的美学标格。可以说，篆书的永恒生命力来源于汉字书法的根。因而，它必将伴随着从春秋战国独立出来的篆刻艺术而代代相传，永葆青春。

无疑的，不论你有志于研习隶、楷、草、行何种书体，只有篆书（特别是甲骨、金文）的基础牢固以后，才有可能在笔法、章法诸多临池技法上分清源流、深得窈奥。篆刻，是篆刻者运用铁笔（刀）在金、银、玉、石、铜、晶、牙、翠等等印章材料上“写”字。因此说，潜心研习篆书，对他们来说更为重要。

研习篆书而无师自通的难度是比较大的。当今，广大书法爱好者，处于不得其门而入的大有人在。有志于写好篆书的研习者，大都希望有一册从入门知识、临池技法讲到系统理论的深入浅出的书帮助他们自学。

为了使得广大青年书法、篆刻爱好者，特别是那些正在进行自学的研习者，在研究学习书法篆刻艺术时不稍偏离正轨，本书从篆书的形成和发展讲起，对篆书的执笔、结体方法，以及笔法要诀、墨法、章法、韵律和意象美等等临池技法，一一进行了示范和讲述。同时，也附讲了一些硬笔书法知识。只要大家能以认真地按顺序研究学习、不断实践，是完全可以无师自通的。

愿笔者献出的这本小书,能帮助大家在基础牢固后有所创新、开拓前进。

3.16.06

目 录

前 言

第一章 简论——篆书的形成和发展

..... (1)

1. 意符文字 (1)

2. 甲骨文字 (2)

3. 金文和石鼓文 (3)

4. 小篆 (4)

第二章 基础知识 (6)

1. 执笔 (6)

2. 运笔 (7)

3. 基本点画 (10)

4. 笔顺和结体 (21)

第三章 笔法要诀 (24)

1. 落 (24)

2. 提 (24)

3. 活 (24)

4. 搭 (25)

5. 转 (25)

6. 衄 (25)

7. 蹲 (27)

8. 驻 (27)

9. 抢 (27)

10. 急 (27)

11. 缓 (28)

12. 涩 (28)

13. 捷 (28)

14. 虚 (28)

15. 实 (28)

16. 峭 (29)

17. 纵 (29)

18. 劲 (29)

19. 铺 (30)

20. 拙 (30)

21. 逸 (30)

22. 趯 (31)

23. 捐 (31)

24. 筑锋 (31)

25. 跌宕 (31)

26. 沉静 (31)

第四章 墨法 (32)

1. 选墨、合墨 (32)

2. 墨阶的产生 (32)

3. 焦、渴和润泽 (32)

4. 墨韵 (32)

第五章 章法 (34)

1. 立轴、横披和长卷 (34)

2. 分间佈白 (34)

3. 构图和照应 (35)

4. 名款、钤印 (35)

第六章 书势 (36)

第七章 节奏、韵律和意象美 (37)

第八章 欣赏和评价 (40)

第九章 创作及其它 (41)

附 讲:

1. 自学的几种方法 (42)

2. 工具的选择 (47)

附 录:

1. 常用部首对照表 (51)

2. 常用字对照表	(63)
-----------------	------

附图:

1. 意符文字	(113)
2. 甲骨文字	(114)
3. 孟鼎铭文	(115)
4. 师酉簋铭文	(116)
5. 天亡簋铭文	(117)
6. 保卣铭文	(118)
7. 利簋铭文	(119)
8. 毛公鼎铭文	(120)
9. 善夫克鼎铭文	(121)
10. 卫鼎铭文	(122)
11. 颂鼎铭文	(123)
12. 散氏盘铭文	(124)
13. 虢季子白盘铭文	(125)
14. 石鼓文	(126)
15. 泰山刻石	(128)
16. 琅琊台刻石	(129)
17. 峰山碑	(130)
18. 少室神道阙铭	(132)
19. 韩仁铭碑额	(133)

20. 张迁碑额	(138)
21. 袁安碑	(142)
22. 天发神讖碑	(143)
23. 三坟记	(144)
24. 王烈妇碑	(145)
25. 胡澍篆书	(146)
26. 孙星衍篆书	(147)
27. 钱坫篆书	(148)
28. 邓石如篆书	(149)
29. 吴熙载篆书	(150)
30. 赵之谦篆书	(151)
31. 杨沂孙篆书	(152)
32. 吴大澂篆书	(153)
33. 莫友芝篆书	(154)
34. 罗振玉篆书	(155)
35. 章炳麟篆书	(156)
36. 吴昌硕篆书	(157)
37. 齐白石篆书	(158)
38. 王襄篆书	(159)
39. 辛一夫篆书	(160)

后记	(165)
----------	-------

第一章 简论——篆书的形成和发展

中国汉字源于象形，初创期的文字大多是一幅幅图画。因此说，以形象表意的汉字书法，具有着独特的艺术价值和审美意义。

远在六、七千年前，古人在单体象形文字的基础上，已经创用了合体的“意符文字”。本世纪五十年代在山东大汶河两岸和泰安大汶口发现的“意符文字”，说明与仰韶文化同样古老的大汶口文化已经相当成熟。这些写、刻在陶器——背壶和缸口上的文字，有的象一朵花，有的象是一件工具，有的是表示语义的意符。比如附图1所示的这个“热”字，便是为了表达某种现象的意符——灼热的太阳，正在喷火一般地炙烤着群山。不难看出，这种意符文字和殷商时期的甲骨文字一脉相承，是始创期的篆书。

现代人统称的篆书，严格说起来应该分成大篆(籀书)和小篆(秦篆)。意符文字和甲骨文字之后，金文(钟鼎文字)和石鼓文字属于大篆一类；而秦篆，以及此后在汉代创用的结体近万的篆书(缪篆)，也应属于小篆一类。

下面我们分别谈一谈各种篆书体段的特点：

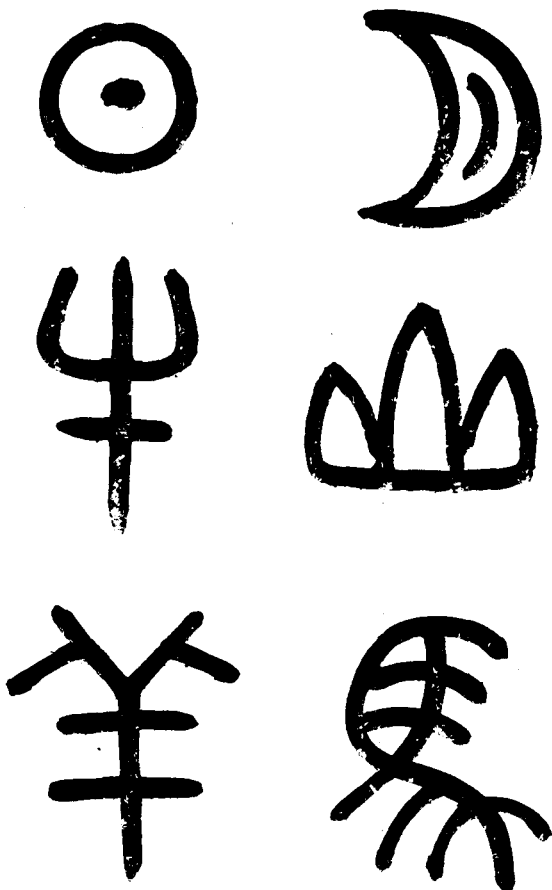
1. 意符文字

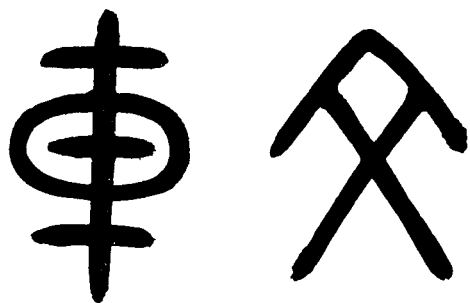
文字是表达、传递思想见解的符号。中国汉字从初创到拼音文字完全取代方块字通行于世之前，一直是象形文字的发展和延续。

象形文字的始创期，每个字都是一幅图画，都是一个用以形声、表意，乃至寄寓某种内涵和感情的符号。不如此，汉字书法也就不可能在艺术殿堂里取得一席令人高仰的地

位。

远古时，人类需要沟通思想、交流意见，相对时有赖于发声的语言，远隔或为了传留久远的纪事时，只得依靠文字。从“☉”——日、“☾”——月、“山”——山、“牛”——牛、“羊”——羊、“马”——马、“车”——车等等象形文字发展到形声、指事、会意、假借和转注的六书阶段，经过了漫长的岁月。





许慎在《说文解字》中说：“依类象形故谓之文，其后形声相益即谓之字。文者物象之本，字者言孳乳而寝多也。”我们看“文”字取象于线条的交错，至今发展到楷书的“文”字，依然保留着象形的特点。先有语言，后有文字，字是从为了表达语义的“文”发展、丰富起来的。随着以“文”表意的需要日益增加，只有单体的象形文字是远远不够用了，于是古人取其形，加上声，这就是许慎说的“……形声相益谓之字”。古代始创如此，后来随着文化的发展，形声字渐渐多起来了，逐步发展到组成字体的六种方法，即“六书”。

“意符文字”便是汉字从象形发展到六书之间的表意文字。

1959年在山东的大汶口和大汶河两岸的宁阳县堡头村，发现了一些古陶器上有刀刻或书写的文字符号（诸城和宁阳各发现一个字，莒县发现了四个字）。这六个字有的是象形字，是器物或植物的象形符号，而附图1这个“𠄎”字，以及插图A这个“𠄎”字，便是“意符文字”的一种——

象形的合体。无疑的，在大汶口文化期发现的这些意符文字，是象形文字向“六书”发展的初创期文字。在当时，古人为了某种特需的符号，比如从图腾信仰中产生的族徽便是其中的产物。他们把这些创制的符号



插图 A

刻在山洞口、刻在工具上、刻在刀柄上，最初亲属互相可以辨识，渐渐扩大了沟通思想的领域，后来经过史官的采集、统一、简化，便成了当时的通用文字。

大汶口“意符文字”的发现有着极为重要的意义，这使我们找到象形文字向前发展的轨迹。从书法角度看，甲骨文字较它晚了二、三千年，而其结体特点、用刀方法完全是一个体系。应该说，研究甲骨文字的结体、研究甲骨文字的笔画，乃至研究凿刻甲骨文字的刀法，应当从这里开始。

2. 甲骨文字

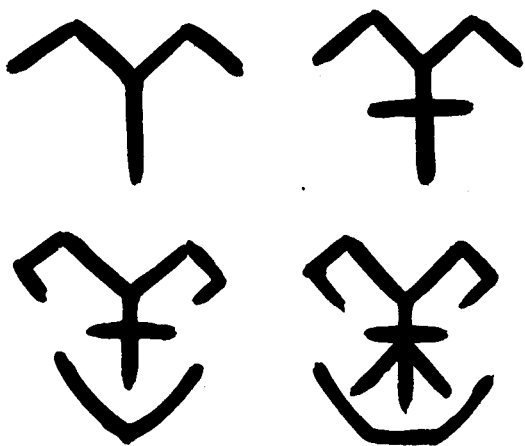
甲骨文字是商代中晚期的遗制，书法介于意符文字和大篆之间，其中大多为占卜吉凶的辞语。

第二十世商王盘庚迁都到河南安阳小屯村一事，当时称殷。周灭商以后，殷都成了废墟，后人简称为殷墟。从光绪二十五年（1899）开始，在这片商代的废都遗址上，陆续挖掘出大量的甲骨文字的龟甲和兽骨（也有少量人骨）。后经王懿荣、孟定生、罗振玉和王襄等学者的收购和考释，这些失落了三千二百多年的甲骨文字才得重现于人世。

甲骨文字的发现，为篆书的发展和延递找到脉络。对于史实的征考，对于典章文物的订正，都有着重要的意义。

甲骨文字的书法，上承“意符文字”，下接“金文”（钟鼎文字），乃至“小篆”。它的结体和笔法别具一格。其单字的造形和结构了无规范化的痕迹，大小长短不一，写得十分自由，如龙、凤、鱼、龟、羊、水等字变化很大，其中“羊”字——𦍋、𦍋、𦍋、𦍋……——多达40多种写法。

甲骨文字（附图2）的笔画方、圆、肥、瘦不一，纤细的用刀尖划来，有如草书中的紫带处，游丝回环、袅娜婉转；宽纵的字口底平、多



取方笔,大多用刀凿刻而成。在这样多种变化中,甲骨文字有的劲峭、有的精严、有的雄肆、有的伟岸……,风格迥异,极为丰富。

从章法看,整幅作品里,文字疏密错落不一,或取舒放、或求严整,大都洋洋洒洒,通篇浑成。有的行气虽也贯穿,但排比腾移自由,比之玺文款识(阴文为款、阳文为识),更加宏阔闪烁、古趣盎然。

自从 1899 年学者从药材商手中发现甲骨文字起,直到 1937 年的“七·七”日本侵华止,甲骨一直被人挖掘着。农民翻地所得的有字甲骨,当然不再以药材“龙骨”相视而低价出售。此后,由于国内外识者的搜求,连那些能以仿刻作伪的无字甲骨也已身价百倍。1945 年后继续有所发掘;1950 年,中国科学院考古研究所对殷墟的发掘收获也颇丰富。据估计,已经留传人间的甲骨约在十万片以上。除去伪刻膺品外,这一文字宝库,又为篆书研习者提供了多么丰富的学习资料。

甲骨文是金文的基础,研习金文必须从临写、乃至从摹刻甲骨文字开始。

3. 金文和石鼓文

一、金文

金器,古代泛指以青铜铸造的钟、鼎、彝、盘、壶、簠、簋、卣等器物。金器上多有铭文、商、周多铸,战国以后多刻。这些铸、刻在铜器上的铭文称为金文,或称钟鼎文字。

商代铜器的铭文比较简短,一般只有三、五个字,或只有一、两个字标出奴隶主或氏族的名称。西周中晚期以后的铭文渐长,如西周时的孟鼎(附图 3)和多达 497 个字的毛公鼎(附图 8),都是铸有长篇铭文的大器。商代到春秋的铭文,多记奴隶主贵族的训诰、祭祀、征伐、盟约、赏赐等等当时发生的重大事件。战国时刻在铜器上的铭文,大多记载的是物主、刻工及地名等。

从金文的书法风格来看,商代器物上的铭文与甲骨文字大多近似;西周前期铭文开张雄健,中晚期如“毛公鼎”的铭文已趋向规整,有了大篆走向规范化的特点。春秋战国时期列国文字不统一,出现了科斗、鸟篆等艺术化字体。这种文字混乱的局面,从先秦开始直到秦始皇完成统一大业后,才得结束,并演进到小篆的产生。

许慎在《说文序》中说:“周宣王太史籀著大篆十五篇,与古文或异。”这部用以“学僮十七始试,讽籀书九千字乃吏”的大篆范本教材失传了。清末学者王国维在他的《史籀篇疏证序》中,对史籀是否确有其人提出质疑,我们也认为籀书即大篆是否为其一人手创,确也无从微考,但从篆书发展的脉络上看,把金文和石鼓文归纳到大篆体段内还是允当的。

在丰富而众多的铜器铭文中,我们研习篆书的人,应该从临摹铭文较长的大器入手。比如说,我们在参阅当代金器铭文的同时,最宜选用孟鼎为范本,而后从结体、笔法、章法、气格和神韵上吃透毛公鼎,再去临写散氏盘(矢人盘)。

孟鼎和与它风格较近的、诸如“师酉簋”(附图 4)、“保卣”(附图 6)等铭文,使我们在研习甲骨文字之后,找到了结构、笔法和章法

上的递嬗有序的衔接点。此后,经过毛公鼎(附图 8)的严谨整饰、善夫克鼎(附图 9)的秀雅俊逸、以及散氏盘(附图 12)的跌宕飞动的陶铸自然能以渐渐形成你自己的独特的篆书风格了。

二、石鼓文

石鼓是先秦遗物。石鼓上刻的文字——石鼓文,是秦篆(即小篆)的前身。

唐初,石鼓在陕西凤翔出土后,五代战乱时又行散佚。原为十个的石鼓,宋初只剩了九个(每只石鼓的直径约为三尺)。皇祐四年(公元 1052 年)向传师找到遗失的一鼓以后补石纪文,至今可考。

大观年间(1107~1110)宋徽宗下诏以金填满石鼓上的文字笔画。可惜他的这一以示珍重之举,在金人俘掳徽、钦二帝,把石鼓运到燕京(即北京)剔金时,不知伤损了多少笔画。如今这十只石鼓收藏在北京故宫博物院。

石鼓文的书法,有着极高的审美价值。张怀瓘在《书断》中盛赞石鼓文的书法造诣,说它为“仓颉之嗣,小篆之祖”,并以“落落珠玉、飘飘缨组”等赞辞形容它的书法美。试想,珠圆玉润,有如联缀在一起的瓔珞呈现出飘舞飞动的姿緻美,又是何等美妙而又中肯的比喻。

历代书法家在研究篆书时,得力于石鼓文的人很多,比如吴昌硕的篆书便是把结体拉长的石鼓文字变体。

研习石鼓文时,以找到宋拓本(附图 14)为佳(存世宋拓的先锋、中权和后劲三本,均已散佚海外,但影印本尚可找到),晚近拓本和清代翻刻本均不足取。

4. 小篆

秦始皇嬴政统一天下以后,对大篆和以前在列国(齐、楚、燕、韩、赵、魏)通用的异形文字,进行了“书同文”的改革。以丞相李斯为

首的这次文字改革,诞生了秦篆,也就是后来通称的“小篆”。

小篆把字体统一和规整化了。相传为李斯书丹——以硃砂和胶写在石、砖或木板上——的泰山刻石(附图 15)、琅琊台刻石(附图 16)和峰山碑(附图 17、宋代翻刻),都是小篆的标准体貌。

小篆发展到汉代,齐整匀圆的特点向方折的意趣上转化。我们从汉代的“少室神道阙铭”(附图 18)和“开母庙石阙铭”中可以窥见一斑。汉代盛行隶书,东汉时多不讲究六书(象形、指事、形声、会意、转注、假借),碑额中如此;篆刻中的缪篆,其变化之丰富已经发展到一种独特的审美标格。这一点,体现了汉代人的创新精神和刻凿印信,风行一时的客观需要。

到了三国时,小篆又为之一变。曹魏存世的仅有三体石经一种。孙吴的天发神谶碑(附图 22),因为在晋、宋时碎成三段,俗称“三段碑”,其原石已在清代嘉庆时毁于大火。相传,这个碑是大书法家皇象书写的,它的形体亦篆亦隶,笔取方折,使转沉毅痛快,书势十分开张雄伟,的确是作者颇高创造的传世代表作。

孙吴时期的另一碑刻,是封禅国山碑。这个立于江苏宜兴界内的大碣——封禅刻石,高近九尺,围可一丈,顶做馒头圆,整体如圉状,是专横暴虐的吴末帝孙皓,假托天降符瑞在阳羨山的峰峦上封禅祭天,表颂公德的遗制。此刻,通体篆书,四面联珠,东面十四行、南面九行、西面十四行、北面六行,每行二十五个字,共得千字有奇。至今虽然已经风化剥落,苔花如锦,但在字痕斑驳之间,汉篆的朴衲神韵,以及伸盘腹行不拘体法的独特风范依稀可见。

南北朝时期的篆书不多见。唐代的李阳冰颇有复兴小篆的雄心。他曾自誇:“斯翁之后,直至小生”。意思是说,秦代的李斯之后,

他是唯一密传小篆技法的书法家。应该说,李阳冰虽然有些自诩,但他的篆书造诣还是起着承上启下的桥梁作用的。由他书丹的《三坟记》(附图 23),虽为宋人重刻,还可略见形影。

宋代开始盛行玉筋篆,善于篆书的书法家较多。其中的徐铉、徐锴、僧梦英、唐英、苏唐卿和陈孔硕等人的成就较为突出。徐铉有篆书温仁朗碑额。此外,僧梦英的篆书“说文字原”和“千字文”,唐英的“勃兴颂”(陕北庙堂碑),苏唐卿的“醉翁亭记”,陈孔硕的“处州孔子庙碑”,原石大都完好,可供研习者参阅临摹。

元代善于篆书的有吾邱衍、秦不华和周伯琦等。吾邱衍著有《学古编》和《三十五举》;著有《学古续编》的秦不华,另有《王烈妇碑》(附图 24)传世;周伯琦著有《六书正讹》和《说文字原》等,他的石刻《李公岩》也颇负盛名。

明代善于篆书的,以李东阳影响最大;其余如金诤、乔宇、陈道复和周天球等人,也都各具特色。由于明代中期的经济繁荣,风气开放,篆书大多不受“六法”绳墨(参阅附图 39),在盛行狂草的同时,赵宦光(字寒山)首创草篆,但是限于因袭保守势力的局囿,其成就不很显著。

清初的篆书笔画细而圆,玉筋篆仍很盛行,如康熙时的王澐,乾隆时的桂复、孙星衍

(附图 26)和钱坫(附图 27)等人的篆书属于这一体段。邓石如一洗前人玉筋篆死气沉沉的刻板面目。邓石如用笔灵活,结体舒放,同时创用了一些源于汉碑额的笔法。至此,篆书面貌为之一新。他的学生吴熙载师承发展,也善于篆刻,晚期形成了自己的面貌(附图 29)。失意文人莫友芝(字子偁,号邵亭、暝叟)虽学邓篆,但参以秦权及秦诏版笔意(附图 23),自成一格。此外,赵之谦(附图 30)的篆书、杨沂孙参以金文的篆书(附图 31)、吴大澂参以秦诏版笔意的篆书(附图 32),都颇有成就。

清末民初的丁佛言、罗振玉(附图 34)、章炳麟(附图 35)等人的篆书,吴昌硕拉长石鼓文结体的篆书,此后齐白石脱胎于缪篆,全取方折的篆书,以及王襄的篆书(附图 38),也都风格独具。

总之,几千年来,篆书一直处于不断丰富着自身的审美变化之中。意符文字,甲骨文字发展到大篆(钟鼎文字和石鼓文);秦篆(小篆)发展到宋代的玉筋篆;汉代的缪篆、明代的草篆;清代几家善于约取大、小篆之长而风格自标,使篆书这一体段面目常新。篆书的发展历史向我们昭示:只要基础坚实牢固,书法家都具有兼收并蓄的独创天地。也只有如此,篆书这一极富审美价值的体段,才能血液常新,永葆青春。

第二章 基础知识

1. 执笔

开始临摹研习篆书时,执笔方法正确与否,可以决定你在这—书体中的造诣,乃至成败。各种书体都有其自身的特殊需要,隶、楷、行、草的执笔方法,也有很严格的要求,但比之篆书,尚有稍可偏依的余地。因为,篆书包括汉篆中的缪篆,在行笔中必须保持中锋运移。而中锋行笔的先决条件是:1. 手指实;2. 手掌虚;3. 笔管正。不具备这三种基本条件,要想写出笔锋在画中行篆书笔画是根本不可能的。要想具备这三种决定性条件,执笔方法不得有任何偏差。

有关执笔的方法,古今典籍中,追求怪异、故弄玄虚的很多。比如什么“单包法”、“拨镫法”、“回腕法”、“鹅头法”、“凤眼法”等等,都是偏离科学规律的方法,一旦你闯入某种错误执笔的误区,临池日久,即使日后有所醒觉,再想改正便很难了,甚至影响终生。其它错误方法,在这里没有必要一一辩驳,仅就“单包法”一种来说,试想:用两个手指执笔,其指力、腕力、臂力乃至全身之力,又如何注于笔锋?

那么,什么是正确的执笔方法呢?

说来道理很简单。执笔主要靠五个手指的互相配合。它们的分工是这样的:

大指

大指的作用是从外向里用力顶住笔管。其上下位置要由所写篆书的大小、悬肘或悬腕,以及坐立姿势来决定。端坐书写时,大拇指按押住笔管的位置应在食指、中指之间;

(插图 B1)站立书写时,大指的关节位置应该稍向上移(插图 B2),这是由肘臂和手腕的弯曲角度来决定的。

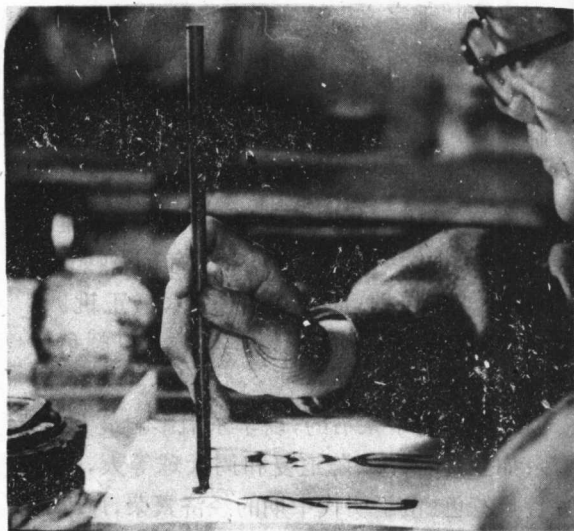


插图 B1

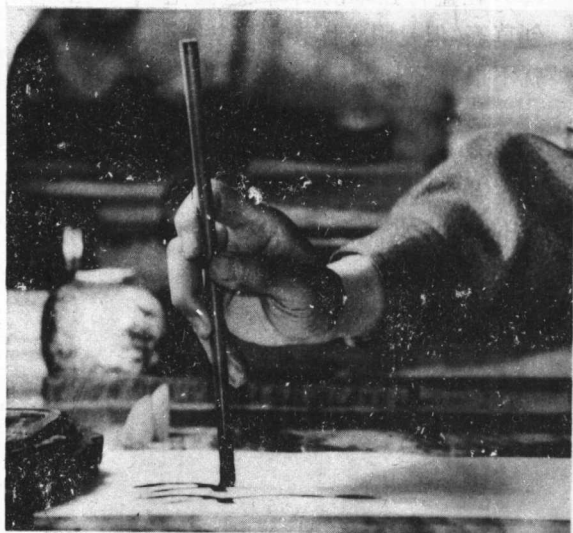


插图 B2

食指

食指压住笔管。食指在指甲左侧和第一关节同时用力向大指方向勾压,其力度应和大拇指的顶压力度成正比。

中指

中指向内压住笔管。中指配合食指、大指在笔管的内外两侧同时向内用力压紧:其力度,端坐书写时,应与大拇指的顶压力度和无名指的托顶力度相等;站立书写时,应与大拇指的顶压力度和二指的内勾力度相等。

无名指

无名指协助大指从内下方托住笔管。

小指

小指应在无名指后面用力。小指和无名指配合在一起,它们加在一起的托顶力度,应和大拇指的顶压力度相等。功力深厚时,在小指的帮助下,单独使用中指和无名指即可钳住笔管。

五指是在掌虚的情况下进行分工合作的。就是说,五个手指要从四面八方向着笔管的圆心一齐用力。这样将笔管牢固地捏紧,再加上腕力,笔在手中是非常坚牢稳固的。从外面看上去,手掌是虚的,手指是实的。但是,手指不得捏得过于僵硬死板。如果机械一般,全身用力把笔管紧紧钳死,内在力量便难以发挥了。同时也不利于把笔力贯注到笔锋上去。

至于五指的分布位置,执管高低,以及指与指的间距,这要由所书写篆书的大小和笔锋的软硬来决定。比如使用冬紫毫书写半寸以内的甲骨文字,手指离笔头太远行笔必然感到困难。再如使用兼毫书写三、四寸以上的金文、石鼓文字,手指离笔头太近,同样无法运笔。

总之,执笔时“指”一定要实、“掌”一定要虚,笔管才能直立。笔管不直立,得不到中锋挥运时发自毫附的力量,笔画中的筋骨血肉便无从表现了。形不准,神安在?不难看出,执笔正确与否是何等重要。执笔正确了,指

力、腕力、臂力,乃至全身的力量才能贯注于毫端。这里必须特别强调说明的是,掌虚、指实、笔管直、笔锋正,绝不是书写时臂、肘、腕和指的僵直、死板,而是在挥毫运笔的一瞬间,要有源于圆转自如、挥运灵活的提、按、顿、挫等等用笔的变化。这一点将在研究运笔方法时详细讲到。

此外,坐、立时的执笔方法应该有所变化。端坐书写中、小篆书时,执笔的方法大体不出前面谈到的方法。如果站立书写径尺以上的篆书时,执笔必须虚宽一些,手腕也应上提。使用较大的提斗抓笔时,不应受上述五指执笔要诀的限制;一般用虎口钳住笔管与笔杆交接处,五指抓住笔斗,才能运笔有力、挥运自如。

以上执笔要领,并非定法。只希望研习者依照以上执笔方法,在书写过程中不断积累经验,根据自己临池作书的切身体会,在符合虚而宽的要求下不断改进。实际上,一切高深复杂学问的最高原则都是简单的,而这个简单的原则,却是许多人辛勤耕耘,在实践中不断总结经验而得出来的。执笔方法也不例外。

以上谈的是使用毛笔的执笔方法。至于我们日常使用圆珠笔、钢笔或铅笔时,也可以参照自己运用毛笔时轻重急缓、力度大小的变化特点进行起草或创作,其艺术效果也会比较满意。

2. 运笔

掌握了正确的执笔姿势和方法,又必须悬起臂肘和手腕才能够挥运自由,使笔力贯注到笔端,达到笔画劲健、书势开张的要求。

在运笔的腕法中,通常有三种方法:

枕腕

手腕枕在竹制、木制或磁制的臂搁上书写,也可以把左手垫在右手腕下书写。

提腕

右肘放在桌面上,书写时虚提手腕。

以上两种方法,在初学时可以试用。书写较小的篆书时,可以按照自己的不同习惯灵活运用其中的某一种方法,或在特定行间使用不同的方法,可以达到书写运腕灵活、行笔不颤、不滞的目的。

悬肘、悬腕

肘和手腕虚悬在桌面上书写,称为悬肘、悬腕。这种方法,是每一个立志要在书法艺术上取得较大成就的基本功。经验告诉我们,临池作书时,只有手、腕、肘、臂离开桌面、虚悬在空中,才能收到笔力劲健、书势开张奔放、风神洒落超迈的艺术效果。

《伏生校书图》等历史资料告诉我们,唐代中叶以前,还没有象我们现在使用的这种高腿桌子。古人书写时,不论面对墙壁或席地而坐,都必须悬肘悬臂。所书写的简册或后来的手卷,都是从两端向内曲卷,其姿势是:左手执纸卷,右手悬空运笔。当然,今天我们完全没有必要照搬硬套,仍旧采用这种姿势,但是这种姿势能使书势游走开张,我们很有必要仔细体会个中道理,把它继承到手。

所写的篆书,要达到无一死笔、无一僵画,笔笔遒劲、字字圆活而又全篇飞动这一艺术要求,必须使每一点、画,血肉丰满、筋骨劲健。血肉指的是用墨或燥或润产生的艺术效果。筋在于腕力,只有悬腕才能使筋脉相连、笔画遒劲;骨在于指,手指捏管坚实有力,骨力才能产生。而这一切,又都依靠肘、臂悬空才能使发于腰和全身的内在力量贯注于笔端。

因此,要想写出气势磅礴、遒劲飞动、风神超迈的篆书,不能悬肘、悬腕是绝对办不到的。悬肘、悬腕并不难学会,也和练拳站桩、游泳打水一样,只是一种筋肉的锻炼。研习者只要有决心,坚持不懈地去锻炼,要不了多少时日,便可以完全掌握,随着时间的向前推移,开始练习时的酸疼颤抖现象,自然会逐渐消

失。

当你掌握了这种基本功以后,悬起肘、腕作书时,一定会感到行笔时手腕松活、运转自如,写出的篆书笔画沉着有力、坚实厚重。这是由于悬肘悬腕书写时避开了肘腕同桌面摩擦的阻滞,不受约束地运用内在力量,而能够收到笔力洞达、书势开张的效果。相传古人作书笔力能够“入木三分”。这种比喻虽过于夸张,然而当你功力达到时,自会有深切的体会。

实际上,每一种技艺,每一门学问,都有其不同的基本功,这就是所谓的基础。相对来说,基础是浅易的,而对初学者来讲,它又是艰深而复杂的,必须耐着性子细致地下一番功夫攻下这个难关。只有具备扎实的基本功,对前人的经验又能独探微奥、融会贯通,才有可能取得较为高深的造诣。

这里顺便介绍一种锻炼腕力的简便方法,即“书空”。所谓“书空”,就是以手指当笔,悬起肘腕凌空书写。这样“书空”时间久了,腕力自然日增,字体结构也就更加熟练了。假使边读帖、边“书空”,更会一举两得,收到事半功倍的效果。

以上,讲到了悬肘、悬腕的必要性。下面分别讲一讲“运笔的基本方法”、“笔力是怎样产生的”和“行笔速度”。

甲、运笔的基本方法

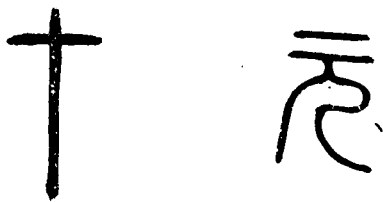
执笔得法以后,怎样挥运毛笔,使之万毫齐发行转自由,而又使中锋居中而不稍偏离呢?这种“用笔”和“行笔”的方法,概称为“运笔”。

各种篆书的点画起止运行,都有自身的特殊规律。在这方面,前代书法家已经积累下了不少的临池经验可供借鉴,但也有许多故弄玄虚的地方。当我们吸取古代书法理论精华时,必须进行一番细致的分析。

相传王羲之在他著作的《笔势论》中说,宋翼作书“每作一波,常三过折;每作一点,常

隐其锋而行之”。唐代书法理论家孙过庭也曾在《书谱》中说：“一画之间，变起伏于锋杪；一点之内，殊衄挫于毫芒。”这都是讲的起笔、行笔、收笔时，逆入平出、无垂不缩，无往不收；以及一点、一画之中提按往复的运笔过程。什么用手捏住笔管“转笔”啊，什么“神授”啊，都是些自欺欺人之谈。试想，用手指捏着笔管旋转着行笔，锋颖毫附已经作扭曲状，又怎么能使笔锋在笔画的正中间运行呢。有的书法作者受这种歪法的影响，终生转着笔杆在纸上画字，还自诩为返朴还真，结果断送了能以大成的艺术坦途。这一点，任何有志于在书法艺术上取得成就的研习者，应当一入手学习便有所警戒。一旦演成习惯性的毛病，再想改正便很难了。

以上讲的是篆书的基本运笔方法。当然，随着书体的发展和演进，篆书也会在姊妹书体的影响下，有机地吸收其他书体的运笔方法，从而丰富自身。比如篆书发展到汉代，汉碑额及缪篆里出现了方笔及方折，这就为篆书的运笔方法增加了新的需要。又如三国时刻于吴天玺元年(276)的《天发神谶碑》(附图



22)，其笔画已经显示出受到隶书的影响。“十”字，“彳”字的横画，也和此碑的大多数横画一样呈扁笔状。如果认为这一扁笔状的横画是斜拖笔管用扁笔抹出来的，那就大错特错了。它的运笔方法，依旧是依靠中锋运笔来完成的。以“十”字的横画为例：起笔裹锋逆入，写到入笔的尖尾处回锋上提，然后再横笔

重新裹锋，在完成这一横画主体时，笔锋必须保持其中间运行的位置；收笔时下注而后上挑出锋。这一运笔方法与“夏承碑”近似，也是俗称为扁笔魏碑笔画的先导。但是俗称归俗称，却不能俗解，谁用斜拖笔锋的方法有如毛刷抹出来的平板笔画时，谁便进入美术(大多用于广告或印刷)字体的体系；要想得到血肉丰满、风神超迈的艺术效果是根本不可能的。篆书的根基源于富有生命力的物象，把笔画写成扁平的木片、木条，其生命力何在？

看起来，汉字书法的运笔方法，万变不离其宗。几千年来，古人积累下来的运笔方法，虽无系统文字记载，但口传手授，师承有绪，在不同程度上，培育了历代书法家。因此说，它是极其珍贵的艺术遗产，是我们必须学到手的指导书法实践的理论精华。无疑的，那些舍弃或是根本没有基础的“创新”，是舍掉根源的历史虚无主义态度；这和“泥古不化”、不加甄别地抱住前人大腿死死不放的保守态度，同样是我们艺术道路上的致命障碍。

为了避免叙述上的重复，在“笔法要诀”一章中，我们将结合篆书的特定笔法要求，对各种体段的篆书运笔方法进行阐述，这里就不赘述了。

乙、笔力是怎样产生的

笔力的大小，绝不是单纯用力下压笔端所产生的。假如把它单纯理解为依靠一种强大的外力，在下压笔端时所产生的“压力”，那就大错特错了。我们讲的“笔力”，是发自腰、臂、肘而达于手腕、指尖，贯注于笔端的内在力量。只有这种有弹性的、寓刚于柔的韧力，才有可能产生多筋微肉、挺拔刚劲的笔画，才可以达到“力透纸背”的水平。

丙、行笔速度

行笔的速度，决定于书写者的临池功力。

初学者，对于结体特点、运笔方法尚未掌握，或不熟练，只能一点、一画认真写来，在“慢”字上用功夫。功力深厚时，相对来说，行

笔速度可以略快一些。但一幅“篆书”作品，绝不应该草率从事。

经验告诉我们，当你功力逐渐深厚，结体运笔、用墨、章法等等技法早已谙熟于心，书写时的速度，也应该随着感情的变化，“当迟则迟，当速则速”的进行发挥。只有不涉率意，迟速相间的认真写来，才不致失于滑手，产生病笔或病构。同样的，功力虽也深厚，但创作时又醉心于矜持求缓，其作品也会产生僵化、滞呆、板结等等毫无生气的弊病。

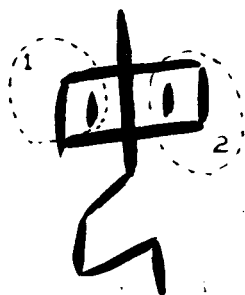
总之，行笔的速度，应该和你自身的功力基础相对应。基本功不够坚实时，千万不要一味追求快。功力不深，又一味追求行笔迅速，必然出现慌率潦草、索然无味的现象。一般说，只要你在书写时根据自身条件，既能掌握“迟速相间”的原则，又能力求笔笔见法度、字字有安排、篇章有立意，便能产生较为完美的作品。长此努力下去，要想达到“刚劲遒丽”“翰逸神飞”的艺术境界并不难企及。

3. 基本点画

篆书中的各种体段，各有其特点。甲骨文字由于大多为刀刻，笔画挺拔有力的居多，方折多于圆转；金文中，商代和西周前、中期，近于甲骨文，西周中、晚期以后，圆转多于方折；小篆继承石鼓文的余绪，几乎全系圆转；汉代的缪篆方折居首；三国时如“天发神讖碑”更加突出方折；此后，方圆兼用，到了明代不受“六书”局囿，清代诸家各有开拓。下面分别讲一讲甲骨文、金文、石鼓文、小篆和缪篆的基本点画：

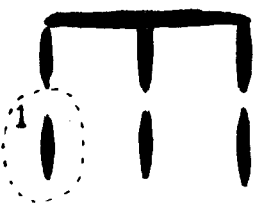
一、甲骨文

A. “直点”示范：“母、雨、祭、盛”



“母”

1. 下笔不裹锋，衄挫后收笔裹锋。
2. 应逆锋而入，两次衄挫，收笔时裹锋。



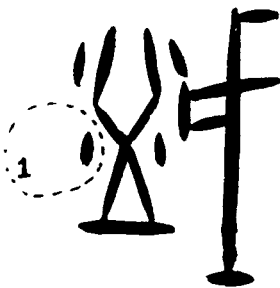
“雨”

1. 藏锋逆上，回锋下注，回锋逆上而后下注——衄挫，轻提笔锋收笔。



“祭”

1. 浅逆锋向上，裹锋下注，回锋逆上而后下注——衄挫，裹锋收笔。



“盛”

1. 裹锋后逆锋向上，回锋下注，衄挫后快行笔，裹锋收笔时稍快，否则易在此处僵死。

B. “斜点”示范：“易、贝、考、米”