

品

书

法

悟

人生

书法所蕴涵的诸多道理

就是**中国**式做人做事的道理

桂绍海◎编著



中国城市出版社

品 书 法 人 生 悟

书法所蕴涵的诸多道理
就是中国式做人做事的道理

桂绍海◎编著



中国城市出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

品书法,悟人生/桂绍海编著. —北京:中国城市出版社,2007.1

ISBN 978-7-5074-1817-0

I. 品... II. 桂... III. ①汉字—书法—通俗读物
②人生哲学—通俗读物 IV. ①J292.1—49②B821—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 000450 号

责任编辑	张惠平
封面设计	华审视觉设计
责任技术编辑	张建军
出版发行	中国城市出版社
地址	北京市丰台区太平桥西里 38 号(邮编 100073)
电话	(010)63454857
传真	(010)63421488
总编室信箱	citypress@sina.com
投稿信箱	city_editor@sina.com
发行部信箱	zgcsfx@sina.com
经销	新华书店
印刷	北京集惠印刷有限责任公司
字数	142 千字 印张 17.5
开本	787×1092(毫米) 1/16
版次	2007 年 1 月第 1 版
印次	2007 年 1 月第 1 次印刷
印数	0001—7000 册
定价	25.80 元

序言

中国人的心画

日前，一位“80年代”来我家玩，看到我家墙上挂满书法作品，很奇怪地问：“大哥还会写字呀！……现在没什么人写毛笔字了，我们老家只有老人会写毛笔字。……”

听了这话我倒吸一口凉气，在网络、电视等现代文化的冲击下，在他眼里（或者说在他们这代人眼里），书法已经成为一种稀罕的、老人家才会的民间技艺！我倒不是为书法的“群众基础”担忧（目前中国最少有几万人每天练习书法，喜欢的人更是不计其数，各种大赛层出不穷），我是为他不能体味书法在人生中的绝妙作用而惋惜。

如果问什么艺术最能体现中国人的精神？我会毫不犹豫地想到书法。在中国，书法形象是国人的一种喻体、寓体、载体，它暗示着、象征着、承载着博大精深的书法意象。从象形文字产生伊始，就有了书法，上起殷商甲骨，下至大唐端楷，随着中国几千年文化的发展演变，书法成为最具有中华人文内涵的艺术，是地地道道的中国人的艺术。

看似简单的线条，其中却蕴含着无限的世界，它与天地、与禽兽、与人物、与人心既相通又同一，最为清晰、具体地揭示

了神秘的人生。书法中不同的几种书体恰似代表概括了人的一生：篆书的曲折，隶书的朴素，草书的简约，楷书的端正，行书的随意。无不体现传递出中国人的特质。

书法的理论也尽含做人做事的道理：“刚柔并济”、“计白当黑”、“屈伸有致”、“龙翔凤翥”……无不体现印证了中国人的人生观、宇宙观。

书法所蕴含的诸多道理，就是“中国式”做人做事的道理。书法里强调“字如其人”、“人正则书正”，也就是说想写出好字要先会做人；人品端正，字的水平才会有提高。长期练习书法的人，在性情上会有以下明显特征：善于思考、细心、有耐力，在做人做事方面，大多温文儒雅，不急不躁，正直果敢，善于变化，不拘常式。

可以这么说，从事国学研究的人如果不研究书法，他对中国文化的研究易失之全面；普通人如果感觉不到书法内在的人文精神，那他离“中国式”做人做事的道理还存有距离。

编者

2006年11月于北京西郊

目 录

序言 中国人的心画

第一部分 楷书：刚正人生

【第一章】 惟平正能成就楷书人生

- 2| “点横竖撇捺”是为书做人的基准
- 6| 没有规矩，不成方圆
- 9| 端正是做人的基本功
- 12| 书品如人品，人正则书正
- 15| 功夫是练出来的
- 20| 分清大小，才能收缩自如
- 23| 楷书不是呆书
- 26| 用笔者天，流美者地

【第二章】 精、气、神为书法与人生之魂

- 34| 可以输“事”，但不能输“势”
- 38| 曲线比直线更有意味
- 41| 不可忽略的细节
- 45| 做人也要讲究“字外功”

目 录

【第三章】 没有个性，则为奴书

- 50| 似我者死，像我者亡
- 55| 顺应时代，把握时代精神
- 58| 找准自己的位置

第二部分 行书：随意人生

【第四章】 人情练达即文章

- 66| 做人要“随意”，而不能“随便”
- 71| 翰不虚动，下必有由
- 74| 心不厌精，手不忘熟
- 80| 笔笔精心，处处精丽
- 84| 温润秀劲，稳重老成
- 88| 潇洒飘逸，人生如歌
- 92| 风趣洒脱，才华横溢
- 96| 金声玉振，明堂之器
- 101| 外师造化，中得心源

目 录

【第五章】 自在洒脱见真情

- 107| 暗香浮动,梅妻鹤子
- 111| 同自然之妙有,非力运所能成
- 116| 众妙攸归,务存骨气
- 120| 成为最好的你自己
- 124| 一流的书法,二流的人生
- 129| 法度严谨,屈伸有致
- 131| 乱石铺街,难得糊涂
- 135| 施以爱心,不图回报

【第六章】 人生五乖五合

- 139| 什么是五乖五合
- 141| 意愿:神恬务闲与意违势屈
- 144| 感觉:偶然欲书与情息手阑
- 148| 条件:纸墨相发与纸墨不称
- 150| 时机:时和气润与风燥日炎

目 录

第三部分 篆书：曲折人生

【第七章】 篆尚婉而通

- 156 | 伸者自成，物极必反
- 163 | 内圣外王，刚柔并济
- 168 | 上紧下松，乘势待时
- 172 | 欲左先右，欲右先左

【第八章】 圆中见方，方中见圆

- 177 | 外圆内方，圆中见方
- 179 | 方圆糅合，浑然一体
- 184 | 泯规矩于方圆，穷变态于豪端
- 189 | 骨气丰匀，方圆妙绝

目 录

第四部分 隶书：朴素人生

【第九章】 隶欲精而密

- 196 | 古朴凝重,轻盈流畅
- 200 | 古拙雅淡,真率天成
- 203 | 蚕头雁尾,笔必三折

【第十章】 有庙堂之气象

- 207 | 朴拙博大,庄重典雅
- 211 | 用笔稚拙,神态飘逸
- 216 | 雄迈静穆,温柔敦厚
- 219 | 非常之人,超世之杰

目 录

第五部分 草书：简约人生

【第十一章】 简约并不简单

- 224| 近取诸身，远取诸物
- 229| 博大清新，纵逸豪放
- 232| 疏处能走马，密处不透风
- 238| “无我”——形象与意象的统一
- 242| 冷眼旁观，哭之笑之
- 247| 奇珍供世眼，圆月耀天心

【第十二章】 流而畅

- 253| 潇洒流落，翰逸神飞
- 257| 无间心手，忘怀楷则
- 261| 天真潇洒，超然世外
- 265| 退笔成冢，百炼成金



第一部分

楷书：

刚正人生

楷书是汉字书法艺术的主要书体之一，又称「今隶」、「真书」、「正书」、「正楷」等。因其形体方正、可作楷模，故名。楷书如「荆卿按剑，樊哙拥盾，金刚瞪目，力士挥拳。」来不得一丝的将就，正如那刚正的人生不能夹杂一点污点一样。

要写好楷书，最重要的不在字而在人，一个猥琐小人，任其穷毕生之力也难有所成就，楷书只为君子而生，只惟君子而成，此即所谓「书为心画」、「作字先做人」。

第一章

惟平正能成就楷书人生

“点横竖撇捺”是为书做人的基准

书理

楷书要有成就，其中一个很重要的因素就是要有一个规整的开始，一点一横，都需要认真的练习，犹如做人过程中的小恶小善一样不可忽视。写好楷书，首先要从基本笔画入手。字的笔画好坏，就像楼房的根基一样重要，没有好的笔画就像没有打下厚实的根基便要盖楼房一样冒险。你能想象一个不会走路的人要去学习跑步吗？同样的道理，楷书的学习也不能没有一个学习笔画的过程。怎样写好楷书的每一个笔画，使其劲拔雄健，气势豪迈，节奏明快，这是很不容易的事，是要终生不断地琢磨和细心揣摩、体味的。

中国书法的楷书体从后汉起，就以“永”字来概括汉字楷书的八种基本笔画，即“永字八法”。“永字八法”八种笔画的称谓与现代常说的基本笔画称谓不同，古代称“永字八法”为

“侧、勒、努、趯、策、掠、啄、磔，”现在则称之为“点、横、竖、钩、提、长撇、短撇、捺”，这八种基本笔画的写法已经形成基本的规律。

点、横、竖、撇、捺不但是为书为人的基准，还是辨别书和人的基准。由于书体的不同，风格迥异，所以笔法也就不尽相同，比如颜真卿的楷书就是“点如坠石，画如夏云，勾如曲金，戈如发弩，纵横有象，低节有态，笔力雄强，沉着端庄”；欧阳询的书法用笔却“峭刻劲绝，



图1 永字八法

法度森严，笔画瘦硬，结体平正而险绝，端庄严整而不呆板”；再比如柳公权的楷书出于颜体，但避开颜字的肥壮，而变为瘦硬森挺，多方笔而斩钉截铁，中宫收紧，四面开放，使人感到既紧峭又舒和。这些不同的风格也都与他们不同的人格有很大关系。

无论你多么有天资和刻苦，都得从这基本的点横竖撇捺开始练习，做人也是一样，否则，不可能达到理想的高度。

人理

有一次，唐太宗征得一卷古人墨宝，便请褚遂良看看是否出自王羲之的手笔。褚遂良看了一会儿，便说：“这是王羲之

的赝品。”

唐太宗听了颇为惊奇，忙问褚遂良是怎么看出来的。褚遂良便要唐太宗把这卷书法拿起来，透过阳光看。褚遂良则用手指着“小”字和“波”字，对唐太宗说：“这个‘小’字的点和‘波’字的捺中，有一层比外层更黑的墨痕。王羲之的书法笔走龙蛇，超妙入神，不应该有这样的败笔。”

造假者虽然水平高超，从大体上看似乎都是王羲之的字，然而，惟有那一点是学不来的。细微处见真知，说的就是这个道理。

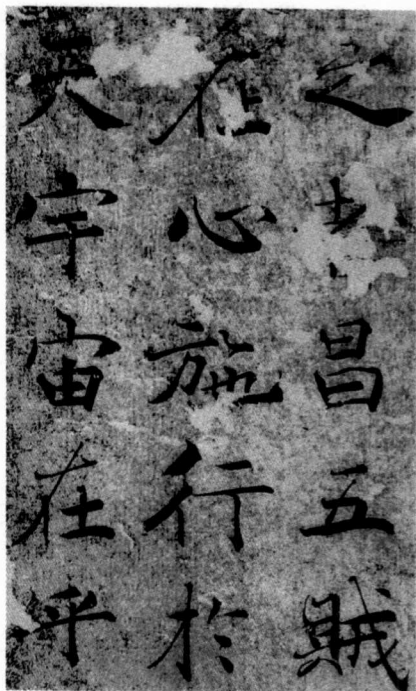


图2 褚遂良《大字阴符经》局部

无论处事做人，只有认真执著于那些细节，才能将自己的人生推向完美，否则，纵使侥幸取得一些成就，那些不好的细微处也会成为你人生中的败笔。犹如一个武者令人敬仰的不是他的武功，而是他的德行和平时做事的方式，也就是做人的那些点、横、竖、撇、捺。

在工作中，许多人经常会抱怨说：“我和他一样的努

力,怎么老板就只器重他呢?”其实很多时候都是因为你做人中那细微的“一点”所致。

这里再给大家讲一个故事:

有两个人同时进了一家公司,不久,其中一人升职为经理,另一人还在原来的位置上,而且公司里传说他也在即将的裁员之列。

此人百思不得其解,他自认为比另外一个聪明,也比另外一个能干,一向以公司的利益为重,从来没有请过假。于是他就去问董事长其中的原因。

董事长听后没说什么,只分给他们两个同样的任务——去市场上买一些鱼给大家改善伙食。

此人去了半天,回来说大街上没有鱼了,有一家太贵,问董事长买还是不买。董事长就问:“那隔壁市场的鱼怎样呢?”

这个人就又跑出去问,回来说:“隔壁市场上有,不过看上去不新鲜。”

董事长就问:“那还有别的能给职工改善伙食的吗?”

这个人就又准备出去,董事长说:“你先在这里休息休息。”

过了一会儿,那个升为经理的人回来说:“市场上的鱼卖光了,剩下的太贵,没必要买。隔壁市场上的鱼也都不新鲜了,不过今天的螃蟹比较便宜,也还新鲜,如果要的话,我可以打电话给卖主,他半小时之内就能将货物送来。”

感悟

点,就是在做一件事时所要达到的目标,只要立足这个目标或者说是本质,你就能把事情做得完美和成功。表象不是本质,但是却能反映本质。当你认为自己的表象已经够好的时候,请反思一下你的做事基点,看看基本功是不是已经到位?

没有规矩,不成方圆

书理

书法的用笔技法、间架结构、墨法章法、线条质量等,千变万化,每一种变化都能带你进入一个奇妙的世界。

有句古话说得好“没有规矩,不成方圆”。无论哪种技艺,要想成名成家,都要从基本的规矩练习开始。就像写楷书一样,最初的练习必须是从点横竖撇捺开始。没有熟练地学会走路,就不可能有健步如飞的那天。原则就是办事的方圆,成事的规矩,行事的底线。一旦突破了这个底线,纵使有多少技巧和方法,也将成为无源之水,无本之木。

做人也一样,只有老老实实、真正地坚持宽容、坦诚、尊重、信任、公正等这些基本原则,才能让自己获得更多的朋友,也才会有利于自己的发展。