

名家名碑书法解析丛书

赵体 楷书解析

李鑫华/著

中国书店

名家名碑书法解析丛书

赵体 楷书解析

李鑫华 / 著

中国书店

图书在版编目 (CIP) 数据

赵体楷书解析 / 李鑫华著. —北京: 中国书店出版社, 2006.1
(名家名碑书法解析丛书)

ISBN 7-80663-181-X

I. 赵... II. 李... III. 楷书—书法 IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 156356 号

赵体楷书解析

李鑫华 著

出版: 中国书店

(北京市宣武区琉璃厂东街 115 号)

邮编: 100050

电话: 010-63017857

发行: 全国新华书店经销

印刷: 北京李史山印刷厂印刷

排版: 阳光制作工作室

开本: 880 × 1230 mm 1/16 7 印张

版次: 2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

印数: 0 001~5 000

书号: ISBN7-80663-181-x/J.371

定价: 18.00 元

出版前言

书法是以汉字为载体的书写艺术。在世界上,也是中华民族独有的艺术形式。书法有“法”。如何学习和掌握书法的书写方法呢?首先要有一本好的适宜初学的字帖,其次要有一套科学规范的学习方法。书法分体,同一名家的帖也有不同的差异与风格,选好帖,临对帖对书法入门十分重要。学习书法首先要从一体或一家入手,临习名家名碑就要从一碑一帖临起,而对碑帖上字的笔势、用笔、结构特点要有十分的了解与分析,这些如果没有老师正确的讲解与引导,光凭自己的揣摩、领悟会十分的费时费力,有可能走不少的弯路。本套丛书的编写,目的就在于让许许多多想学书法,又苦于投师无门的书法爱好者,从一开始学习就能选对帖,并按照科学规范的书法训练方法,被引导入门。唐代书法理论家张怀瓘说过:“书:第一用笔,第二识势,第三裹束。三者兼备,然后为书。”裹束意为结字。他的意思是说,学习书法首先要学习笔法,掌握运笔的基本规律;笔法掌握之后要学习字的结构,也就是笔画的安排及笔画与笔画之间的呼应;掌握了笔法、结构之后还要学习积字成篇的书写章法。没有一套科学规范的学习方法做指导,肯定没有好的学习效果。本书在编写时把原碑例字按字的笔法、部首、结构特点,加上米字格与九宫格的临写示意,便于掌握字的点、横、竖、撇、捺等笔画和部首、结构各部分笔画的位置,用通晓明了的行文对字的一点一画加以分解讲析,使学习书法的人除了能达到写一手好字的目的外,还可以付诸书法实践,进入书法创作。为了使广大书法爱好者通过由浅入深、循序渐进地规范学习,做到笔法正确、结体匀称、字体美观,我们约请了有一定书法实践与书法成就的书法家编写了这套《名家名碑书法解析丛书》。

《赵体楷书解析》是以中国古代著名书法家赵孟頫的楷书代表作《妙严寺记》为基础，从书家的书法艺术特色、笔法、结字、章法等四个方面进行分析讲解。《妙严寺记》为赵孟頫晚年所书，其书法艺术已进入完全成熟时期，笔到法随，笔画呼应紧密；字体圆秀流动，洋溢着一种高贵、典雅的气息。书中有许多精彩之处，如其对碑中有代表性例字点的用笔方法、笔法特点进行解析部分，对赵体字点的写法分解得十分详尽、到位，尤其是右点的讲解中所列举的“民”、“建”二字的右点“采用隶书的笔法”，并在以后的行文中讲明此为书法中的增减写法的减笔，让读者在学习笔法时又学到书法常识；还有其对部首的特征的解析中，把同一偏旁不同写法对比列出，如绞丝旁就按楷写法及行书的连缀写法讲解，使学习者尽快掌握结字技巧与排布笔画的能力。结字特征的解析是用数学中的几何图形进行分类解析，十分独特。全书最后结合上述内容对书法创作的常用章法举例讲解，其宗旨是使初学赵体楷书的人从一开始就得到严格的用笔方法的训练，懂得结字规则，最后达到对书法创作章法的掌握。使学习者在书法练习中体会用笔原则，扎实地掌握用笔的基本功，直至进入书法创作阶段。

由于水平有限，时间仓促，本书在编辑中还有不少缺点，希望大家在使用过程中提出宝贵的意见。

中国书店出版社
2005年12月

目 录

第一章 赵孟頫及其《妙严寺记》简介	1
第一节 赵孟頫生平简介	2
第二节 赵孟頫在中国书学史上的地位及其对后世的影响	4
第三节 《妙严寺记》的创作年代及其艺术特色	6
第二章 临习《妙严寺记》要领提示	8
第一节 《妙严寺记》用笔特征解析	9
第二节 《妙严寺记》基础笔画解析	13
第三节 《妙严寺记》基本笔法解析	33
第四节 《妙严寺记》中常见偏旁解析	44
第五节 《妙严寺记》字形结构特征解析	76
第六节 《妙严寺记》的楷体风格浅析	91
第七节 赵体楷书的局限分析	95
第三章 楷书章法浅析及其作品示范	99

第一章

赵孟頫及其《妙严寺记》简介

赵孟頫生平简介



赵孟頫(1254~1322年)字子昂,号松雪道人,水晶宫道人等。浙江湖州人。系宋太祖子秦王赵德芳之后。赵孟頫自幼聪明过人,读书过目不忘,写文章则能“操笔立就”。十四岁时,凭借父亲的原因补了个官位,即通过了吏部诠法的考试,调为真洲司户参军。宋朝灭亡后,他便归居家中,更加勤奋地读书学习。

公元1287年,行台御史程钜夫奉诏到江南搜访前朝遗逸,找到了赵孟頫等二十四位饱学之士。元世祖忽必烈初见赵孟頫时,感觉赵孟頫“才气英迈,神采焕发,如神仙中人”,喜出望外,竟然让孟頫坐在右丞相叶李的上首位置,当时有人劝元世祖,说赵孟頫系宋宗室后人,不宜使之接近于左右跟前,世祖则不听劝阻,对赵孟頫宠爱有加。当时,元朝的尚书省刚刚组建,便命赵孟頫起草诏书,颁告天下,待孟頫起草好诏书,元世祖阅览之后,高兴地说:所写内容正是我心中所想要说的。

赵孟頫虽倍受元世祖的喜爱,当元世祖想让他多参与中书省政事时,他为了免遭他人的算计,坚决地谢绝了。尽管如此,他仍然得到皇帝的特许:出入宫门无禁(不受任何限制)。每次见到皇帝时,他总是“从容语及治道”,对皇帝治国多有裨益。他觉得久在君王之侧,必为人所忌,便极力请求放为补外官差。

到了元武宗至大三年(1310年),赵孟頫又被封为集贤侍讲学士、中奉大夫,以后又被封为翰林学士承旨、荣禄大夫。仁宗皇帝格外厚爱他,甚至以字呼而不称其名。仁宗与侍臣谈论文学人才时,把赵孟頫和李白、苏东坡相比。曾称誉孟頫操行纯正,博学多闻,书画绝伦,更兼旁通佛教、道家之旨,皆为众人所不及者”。后来,赵孟頫有时几个月都不进皇宫,仁宗帝从侍臣口中得知他年老怕寒冷后,便命令御府给孟頫送去貂鼠皮裘。元英宗至治元年(1321年),派使臣到赵孟頫家,请他书写了《孝经》,次年专门赏赐了赵孟頫。到元至治二年(1322年)六月,赵孟頫六十九岁辞世,之后被追封为“魏国公”,谥号“文敏”。

赵孟頫的书法,篆、籀、隶、真、行、草书,冠绝当世,名扬天下。当时,天竺国就有僧人,不远万里,来求购赵孟頫的书法作品,带回国中以为珍宝收藏。赵孟頫不仅是一位享誉中外的书法大家,而且也是一位画家,他绘画的山水、木石、花竹、人马,也很精致,在当时画坛,堪称佳绝。

赵孟頫作为一代大家，其文章、音乐方面也颇有才华，深得音律之妙，所作诗文则“清邃奇逸”，但其学问和才华，多为其书法成就所掩盖。（见图1）

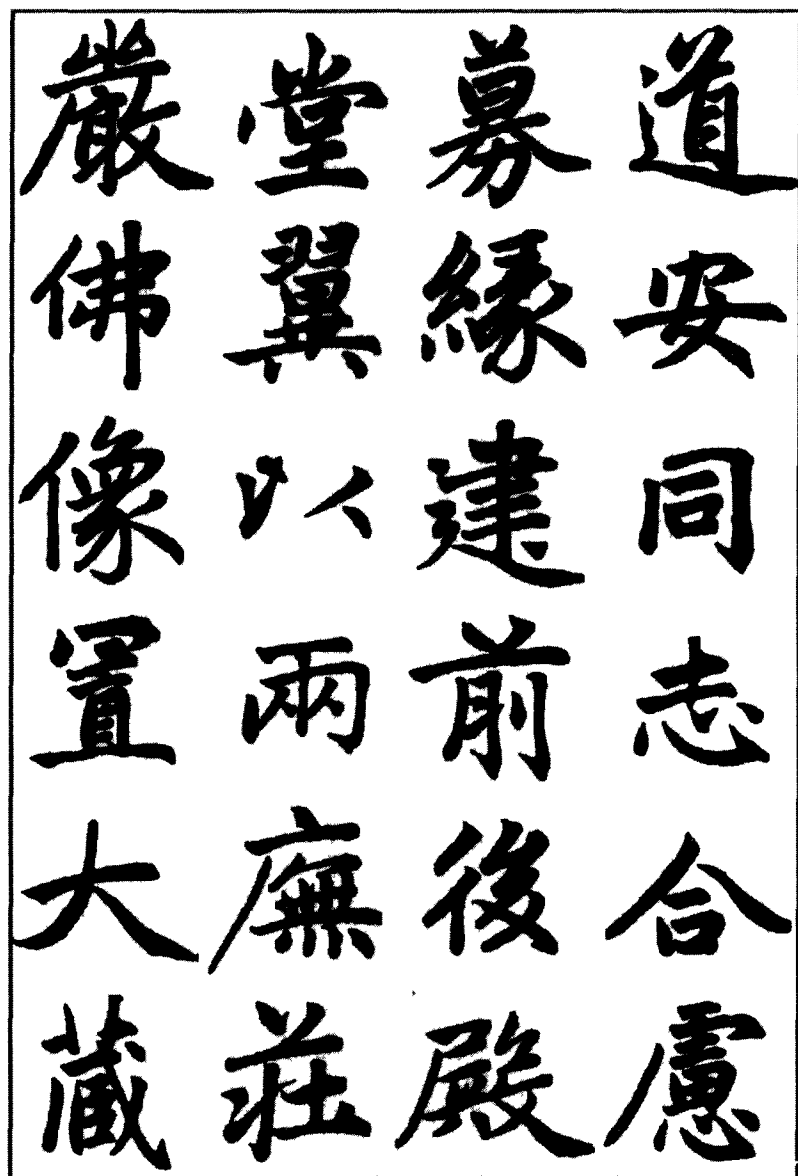


图1 《妙严寺记》（局部）

第二节

赵孟頫在中国书学史上的地位 及其对后世的影响

在中国书法史上，按历史时期划分，称得上最具影响的书法大家有三位：一位是东晋的王羲之，一位是唐朝的颜真卿，这第三位就是元代的赵孟頫。对此，明代何良俊在其《四友斋丛说》中说得较为明确：“自唐以前，集书法之大成者，王右军也；自唐以后，集书法之大成者，赵集贤也。盖其于篆、隶、真、行、草无不臻妙，如真书大者法智永，小楷法《黄庭经》，书碑记师李北海，笺启则师二王，皆咄咄逼真。而数者之中，惟笺启为尤妙。盖二王之迹见于诸帖者惟简札多，松雪朝夕临摹，盖于冥会神契，故不但书迹之用，虽行款亦皆酷似。乃知二王之后，便有松雪，其论盖不虚也。”

在中国书法史上，赵孟頫的楷体与欧阳询、颜真卿、柳公权三家的书体并称“颜、柳、欧、赵”，为楷体书法作出了巨大的贡献。赵体的形成，实际上也是一个继承和发展的过程。赵体书法可分为两个阶段：一是其四十八岁以前所书，二是四十八岁以后所书。

据载，赵孟頫年少即学书法，先跟着宋高宗学黄山谷、米芾之体，继而上溯晋、隋、魏者，同时唐代李北海、柳公权也在其研习之列。五十岁左右，才“趋向转益多师，博涉多优”，从而形成其“丰姿多态”的书法面貌。赵体的形成，除直接师法前述诸家以外，更重要的是师法前人所书各体法书。上自篆、籀、隶、草，下至行楷，无所不法。尤其是对章草草书，真可谓继汉魏之后，超越唐、宋书家，使之重新被人们所重视，对此，赵孟頫有不可磨灭之功勋。正因如此，才有明代宋克等人的重习章草，并将之推向了一个新阶段。

赵孟頫书体的形成，既影响到与其同时代的邓文原、俞和、鲜于枢、康里子山等人，也影响了后代的祝允明、文徵明、董其昌以及清代的刘墉和乾隆皇帝。在中国书法史上，赵孟頫书体可谓是上承晋唐，下启明清的桥梁。赵体的形成，正如其本人在《兰亭十三跋》中所说：“书法以用笔为上，而结字亦须用工，盖结字因时相传，用笔千古不易。”细考赵孟頫各种书体，其用笔之精，非他人所能比肩。无论是楷体，还是行书、草书、篆书、隶书凡能在书道上被称为大家者，无不先通用笔，同时又精研结字，否则，便无成功之可能，少成功之依据。

赵孟頫的楷书代表作有《妙严寺记》《胆巴碑》《玄妙观重修三门记》《仇锸墓碑铭稿》《故总管张公墓志铭》和《寿春堂记》等。小楷则有

《汲黯传》《道德经》《法华经》《心经》《黄庭经》《金刚经》等。
(见图2)

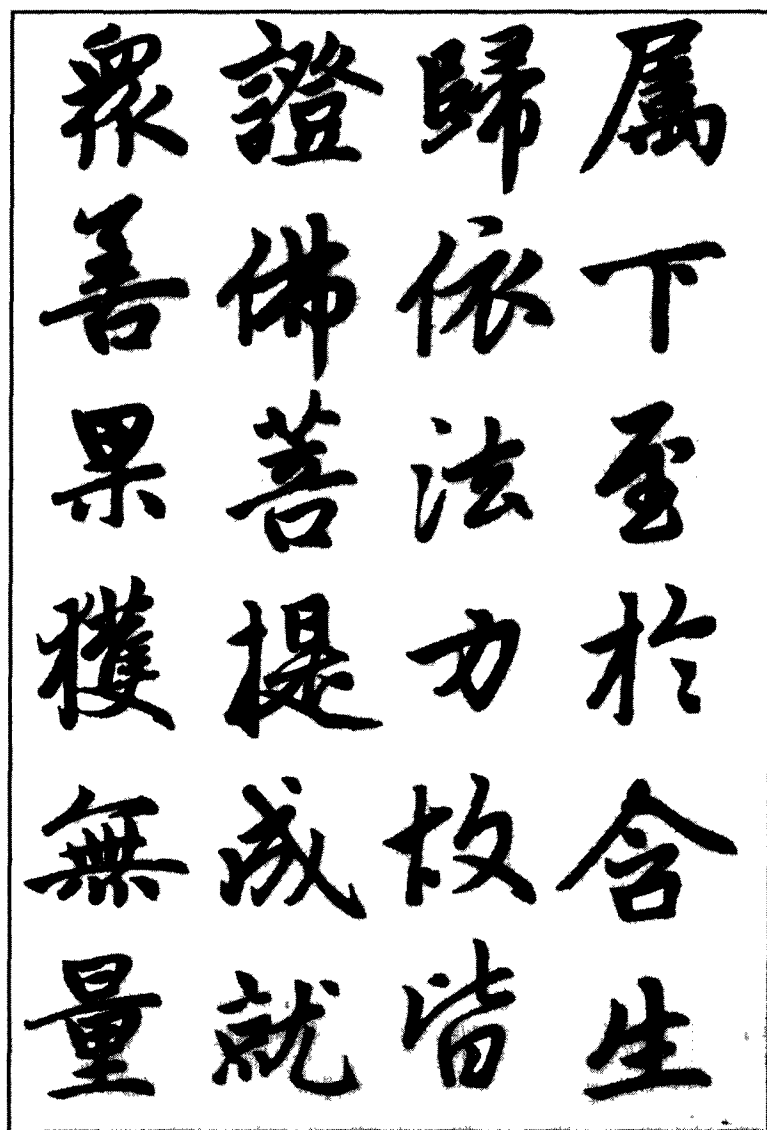


图2 《胆巴碑》(局部)

《妙严寺记》的创作年代及其艺术特色

《妙严寺记》书写年代不明，但根据其前边列具的官阶，此记应该是在赵孟頫书写《胆巴碑》之前所书。

《妙严寺记》的艺术特色主要表现在其用笔与结体方面，有许多与众不同之处。首先，就其用笔而言，颇具铺毫行笔的特点，多有北碑笔意。在铺毫行笔的过程中，其一方面恪守中锋、顺势的原则，一方面则揉行书的笔法于其中，或藏锋痕迹含蓄，或露锋意味明显。既不同于魏晋、南北朝的工整、严谨，也不同于唐楷的法度森严与精雕细琢。赵孟頫的这种用笔是在长期、严谨遵循古人正锋铺毫习惯用法基础上的一种演化。学习赵体楷体，还不能单从楷字到楷字的书写，而必须得在博览名体，尤其是在临习魏晋、隋唐诸家法书的基础上，将其一贯的用笔精髓全然探究过之后，再来“写”赵体。这里的“写”，必须是以精工细作为前提，否则，会失之于流滑，会毫无疑义地列入于俗书之列。无论是学赵体字，还是临习其他名家书体，赵孟頫关于“用笔千古不易”的说法，应当成为学习书法的座右铭，铭刻于心。

《妙严寺记》的结体也是独具特色。由于赵体字在书写时运笔速度较快，因而遵循了紧上紧左的构字原则，全字显示出前紧后松的特征，尤其是结构复杂、笔画繁多的字，更为明显。例如“嘉”、“煨”、“巖”、“際”等字。（见图3）



图 3

《妙严寺记》的行文气韵，流畅通达，绝少雕琢与修饰成分，这种艺术特征，表现在每个字中是其流畅的笔画相呼应。这种流畅的气韵，增强了字的整体感。除笔画间的呼应之外，还掺入了行草书的笔意，信笔写来，收放自如，这也是赵体字行文流畅的原因之一。如“寰”字，如按标准楷体字书写，

宝盖头下所覆盖字形应为“冡”形，但此处未以最规范的楷法来处理，而是采用了行书的省减写法，至末二笔时，根据全字平衡的需要，将末笔捺画伸放拖长。而有些字则尽可能收缩紧凑，如“日”、“世”、“仁”等字。（见图4）

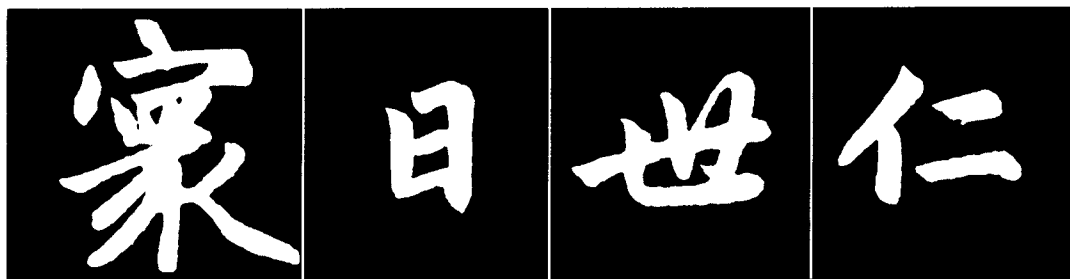


图 4

第二章

临习《妙严寺记》要领提示

《妙严寺记》用笔特征解析

本节将从四个方面对《妙严寺记》的用笔特征予以解析。赵体字基本上属于锋不正不行笔，这也是赵孟頫所强调的“用笔千古不易”的用笔原则。考证汉、魏、晋、南北朝至隋、唐以来的标准书体书写无一不是中锋铺毫行笔。也正是这一用笔原则，决定了历代流传的墨迹与碑刻，都一律的法度森严和耐人寻味。可以说凡在书史上留有声名的大家，他们的用笔都极其讲究。

一、起笔与收笔



赵体楷书有些字横画的起笔处，楷行间用。如“大”字的起笔，近似于工楷，其工整程度，不亚于唐楷；另有的字，其起笔处，用了类似于行书的顿笔手法，并不工整。仍以上述例字为例，其收笔处也有楷有行。如“前”、“寺”字大横的收笔，省去了提、切步骤，与行书写法略同。

二、行笔与转折



赵体楷书有些字的笔画粗重，行笔多以铺毫为主，如“十”、“而”等字；有些字的笔画细则以提锋行笔为主，如“以”字。



《妙严寺记》的行笔速度很快，这一特点使初学者极不容易学好。赵孟頫的书法，不拘于真、行、草、隶、篆等字体的局限，他对于前人的法书无所不摹，无所不学，因而也就无所不熟。兼之他本人不仅在书法，而且在绘画、诗、文、印等诸方面都颇有成就，且成绩斐然，所以他在写此记时，几乎将其所熟悉的前人，尤其是二王、李北海等人的楷书、行书写法都融为一体，变化自如地运之于笔端。有些字达到与行书写法无异的程度，如“赵、興、頰”等字。



赵体字的转折，也颇具行书味道。虽有许多方整的转折，如“申”、“尹”、“者”等字，其折肩都很工整，方折有力。





然而，赵体字的转折，更多的是圆折，或弯折。如“而”、“者”、“焉”字的横折画都为圆折。随处可见的则是直接折，即类同于行书的折法，如“理”、“骨”、“板”字。具体折画的分类，待笔画解析部分解决。



撇提画的转折也同样有楷有行。楷写类如“公”字；更多的则是类似于行书的转折，如“流”、“法”等字，这种近似行书的转折，绝非一般水平的任意转折，它们都蕴含了笔画的筋骨在其中，只不过由于书家技法娴熟，不是刻意为之。

三、藏锋与露锋



赵体楷书的突出特点，还在于其笔锋或藏或露，绝不死板。赵体字中凡口框的部分，通常第一笔竖画露锋起笔，次笔横起笔处则多呈藏锋之状。如“西”、“南”、“易”等字。