

琴棋書畫

蕭荒◎主編

【国学经典——琴棋书画鉴赏】

書

人民出版社

萧荒●主编

《国学经典——琴棋书画鉴赏》

异彩纷呈

——书艺卷上

内蒙古人民出版社

目 录

上 卷

第一章 笔墨纸砚	(1)
第一节 笔	(1)
第二节 墨	(5)
第三节 纸	(6)
第四节 砚	(8)
第二章 书法入门	(11)
第一节 起笔姿势	(11)
第二节 执笔方法	(12)
第三节 运笔用锋	(15)
第四节 间架结构	(21)
第五节 临 摹	(36)
第三章 书体技法	(43)
第一节 楷书技要	(43)
第二节 行书技要	(61)
第三节 草书技要	(70)
第四节 篆隶技要	(77)
第五节 章法布局	(81)

第四章 传世名帖	(91)
甲骨文(附释文)	(91)
毛公鼎	(92)
散氏盘	(93)
大盂鼎	(94)
虢季子白盘	(95)
石鼓文	(96)
李斯·泰山刻石	(97)
崔瑗·贤女帖	(98)
张芝·冠军帖	(99)
西狭颂	(100)
张迁碑	(101)
石门颂	(102)
曹全碑	(103)
礼器碑	(104)
天发神讖碑	(105)
钟繇·荐季直表	(106)
钟繇·宣示表	(107)
王羲之·快雪时晴帖	(108)
王羲之·临钟繇千字文(传)	(109)
王羲之·圣教序(唐怀仁集)	(110)
王羲之·兰亭序(冯承素摹本)	(111)
王献之·洛神赋十三行	(112)
王献之·群鹅帖	(113)
王珣·伯远帖	(114)
龙门二十品(始平公像)	(115)
郑道昭·郑文公碑	(116)
泰山经石峪金刚经	(117)

张黑女墓志	(118)
-------------	-------

下 卷

梁武帝·异趣帖	(119)
智永·真草千字文	(120)
欧阳询·九成宫醴泉铭	(121)
欧阳询·卜商帖	(122)
虞世南·孔子庙堂碑	(123)
褚遂良·雁塔圣教序	(124)
孙过庭·书谱卷上	(125)
李邕·云麾将军李思训碑	(126)
颜真卿·多宝塔碑	(127)
颜真卿·自书告身	(128)
颜真卿·祭侄文稿	(129)
张旭·古诗四帖	(130)
怀素·自叙帖	(131)
怀素·论书帖	(132)
柳公权·神策军碑	(133)
柳公权·玄秘塔碑	(134)
杨凝式·夏热帖	(135)
杨凝式·非花帖	(136)
宋太宗·敕蔡行	(137)
李建中·土母帖	(138)
叶清臣·近遣帖	(139)
韩琦·谢欧阳公帖	(140)
范仲淹·道服赞	(141)
富弼·与君谟帖	(142)
文彦博·得报帖	(143)
欧阳修·与端明帖	(144)

蔡襄·白书诗帖	(145)
蔡襄·与杜长官帖	(146)
蔡襄·笔精帖	(147)
苏洵·与提举书帖	(148)
曾肇·奉别帖	(149)
曾布·与质夫帖	(150)
苏轼·与若虚帖	(151)
苏轼·新岁展庆帖	(152)
苏轼·人来得书帖	(153)
苏轼·黄州寒食诗帖	(154)
苏轼·洞庭春色赋	(155)
苏轼·中山松醪赋	(156)
苏轼·赤壁赋	(157)
苏迈·题郑天觉画帖	(158)
黄庭坚·松风阁诗帖	(159)
黄庭坚·惟情帖	(160)
黄庭坚·书争座位帖	(161)
米芾·苕溪诗帖	(162)
米芾·蜀素帖	(163)
米芾·丞徒帖	(164)
米芾·德竹帖	(165)
米友仁·文字帖	(166)
周邦彦·特辱帖	(167)
蔡京·与节夫书帖	(168)
蔡卞·雪意帖	(169)
李纲·近被御笔帖	(170)
宋徽宗·千字文	(171)
宋徽宗·秣芳诗	(172)

宋高宗·养生论	(173)
吴琚·六绝句诗帖	(174)
赵令畤·与仲仪帖	(175)
范成大·垂诲帖	(176)
张即之·大方广佛华严经	(177)
朱熹·与彦修帖	(178)
王庭筠·法华台帖	(179)
赵孟頫·洛神赋	(180)
赵孟頫·无逸帖	(181)
赵孟頫·急就章	(182)
赵孟頫·归去来辞	(183)
鲜于枢·襄阳歌	(184)
邓文原·家书二帖	(185)
管道升·与中峰帖	(186)
康里巎·渔夫辞	(187)
康里巎·颜鲁公论书帖	(188)
袁桷·和一庵首座诗四种	(189)
饶介·送孟东野序	(190)
王蒙·与德常书帖	(191)
沈右·初度帖	(192)
张雨·为孔昭书四侍	(193)
倪瓒·与默庵诗帖	(194)
迺贤·南城咏古诗帖	(195)
陆继善·双钩《兰亭序帖》	(196)
俞和·急就章	(197)
张羽·怀友诗	(198)
桂彦良·答彦充书帖	(199)
解缙·自书诗帖	(200)

沈度·与镛翁书帖	(201)
沈藻·橘颂帖	(202)
于谦·题公中塔图赞	(203)
沈周·画跋	(204)
王守仁·与日仁书帖	(205)
祝允明·临董庭经卷	(206)
文征明·前出师表	(207)
文征明·与希右书帖	(208)
唐寅·落花诗帖	(209)
王宠·摹东方朔像赞册	(210)
王宠·书册	(211)
董其昌·曹娥碑	(212)
董其昌·洛神赋十三行补	(213)
董其昌·仿颜苏帖	(214)
董其昌·孝经	(215)
董其昌·临淳化帖	(216)
张瑞图·感辽事作诗卷	(217)
张瑞图·和陶渊明拟古诗册	(218)
黄道周·长安偶作九首诗册	(219)
黄道周·致郑牧仲札	(220)
王铎·草书临古帖	(221)
王铎·行书五律五首	(222)
傅山·心经册页	(223)
傅山·隶书千字文	(224)
郑簠·隶书轴	(225)
八大山人·李白草书歌行诗	(226)
金农·伯琦传记漆书六条屏	(227)
金农·相鹤经楷隶册	(228)

郑燮·书潍县城隍庙碑	(229)
郑燮·四书读书序	(230)
张照·词帖	(231)
刘墉·书东坡赋	(232)
刘墉·清爱堂石刻二	(233)
王文治·行书帖	(234)
翁方纲·兰亭序跋	(235)
邓石如·赠肯园四体书册	(236)
邓石如·赠肯园四体书册	(237)
伊秉绶·隶书联	(238)
包世臣·草书联	(239)
陈鸿寿·隶书联	(240)
姜宸英·颂诗帖	(241)
何绍基·楷书屏	(242)
何绍基·篆书屏	(243)
赵之谦·刘昭注补续汉书八志序	(244)



第一章 笔墨纸砚

笔、墨、纸、砚是书法的基本工具，自古以来，就有“文房四宝”之称。我们的祖先在创造灿烂的书法遗产的同时，也创造了这四种精良的文化工具。

第一节 笔

没有毛笔就没有中国的书法，所以笔居文房四宝之首是理所当然的。历代书法家熟悉毛笔，喜爱毛笔，尊毛笔为“管城子”或“管城侯”。历史上传下了不少书法家与笔工共同切磋，提高制笔技术的佳话。如传书法家韦诞曾著有《笔经》，书圣王羲之同笔工韦旭共同试制鼠须笔，释智永云游善琚，指导笔工，使湖笔誉满天下。

毛笔的历史，据现有的考古材料，可以追溯到约六千年前的新石器时代的仰韶文化。在仰韶文化遗址的彩陶上，我们看到了描绘人、鱼等生物的生动形象和纵横交织的几何花纹。这些图画的线条和笔触，流畅清晰，有提按顿挫的痕迹，显然是用毛笔所绘。奴隶社会商代后期的甲骨文，虽然是用刀具将文字镌刻上去的，但我们仍然有理由证明商代就有毛笔：第一，有些甲骨上写有未经镌刻的字样，这说明当时是先用笔写，后用刀刻的。第二，有些甲骨文



在镌刻以后，在刀痕中填上朱色或墨，这也说明了笔的存在。第三，甲骨文里已有了象形字（聿，笔的初文），像一只手抓一支笔，笔的下端（笔头）作毛状（聿）。第四，在与甲骨文同时代的商司母戊鼎铭文，笔道有瘦有肥，很明显是其原型先用毛笔书写时提按而成。这都证明了商代毛笔的存在。

1954年6月，在湖南长沙南门外左家公山的战国墓中发现了一件竹簏，内有一支毛笔放在竹管中。笔杆是用竹削成的圆柱形，长17.8厘米，直径0.5厘米。头部劈成数片，笔头插入其中，再用细丝线缠紧（这样可以调换笔头）。笔头是用兔箭（兔背上的毛）制成，露于竹杆外4.2厘米，笔杆连头总长是22厘米。

长沙笔之后的古代早期毛笔实物已被发现的还有：1975年湖北睡虎地秦墓所出秦笔，同年湖北江陵凤凰山汉墓所出汉笔，1931年甘肃居延所出汉笔。这些毛笔的制作方法基本同长沙战国笔，其中居延汉笔是木杆所制，武威两支汉笔上分别刻有“白马作”及“史虎作”字样。似是我们迄今所看到的最早的古代制笔工匠的姓名，他们的劳动在中国文化史上留下了应有的地位。

到了经济、文化高度发达，书法鼎盛的唐代，毛笔的制作已相当精致。我们所看到的唐象牙金银装竹管毛笔和藏在日本正仓院的唐天平笔，已经成为高超的工艺品（这种以制笔为工艺的风气一直延续到明清）。当时安徽的宣城，是全国制笔业的中心，所制之笔，称为宣笔，有笔工陈氏和诸葛氏，名满天下。白居易诗云：“江南石上有老兔，吃竹饮泉生紫毫，宣城之人采为笔，千万毛中拣一



毫”。又云：“尔知紫毫不易致，每岁宣城进笔时，紫毫之价如金贵”。（《紫毫笔》）可知其名贵。宣城作为制笔中心，一直延续到宋代，并影响到歙州、黔州等地。位于杭嘉湖平原的湖州是又一个崛起的制笔中心。元初有诗云：“浙间笔工麻粟多，精工唯推冯应科”。冯应科是元初时湖州著名笔工，他制的笔与赵孟頫的字、钱舜举的画，被誉为“湖州三绝”。

毛笔中最重要的部分自然是笔头，笔头的用料和式样，都直接关系到书写的效果。

《古今注》说：“古以枯木为骨，鹿毛为柱（按：即笔心主毫），羊毛为被（按：即副毫）秦蒙恬始以兔毫、竹管为笔”。可知在我国古代早就有羊毫笔。不过我们所看到的秦汉直至唐代的笔，都以兔毫为主。唐代的笔锋很短，称为“笄式笔”，我们见唐天平笔即可知。短而硬的笔，写来有干枯的毛病，而且兔毫价格高昂，原料难得，甚至有“笔锋杀尽中山兔”之说。所以又有长锋软毫问世，即以羊毫为料，清代以来，羊毫遂大行于世。

以毛笔的笔锋原料来看，大抵可分成三类：

1. 硬毫

用兔毫（其中用深紫色的兔毛制成称紫毫，最为名贵）、狼毫制成，还有用鼠须、鹿毫、豹毫所制。

2. 软毫

主要是羊毫。还有用鸡毫、胎毫的。

3. 兼毫

就是以硬毫为柱，软毫为被。如现有“七紫三羊”、“五紫五羊”、“三紫七羊”等及各号“白云”笔即是。这



种笔软硬兼济。

从笔头的长短来分，又可分为长锋（或称长颖，下同）、中锋、短锋。

从笔头的大小来分，也可分为大、中、小三种，除一般大、中、小楷外，再大者如联笔、屏笔、楂笔，最小者如圭笔。

选择毛笔应当注意：

一般来说，以字的大小来选择笔锋大小，这是容易做到的。从长短而论，以长为佳，一者贮墨较多，二者利于挥洒。所以，值得研究的是用料的软硬。

其实，只要用笔得法，用毫软硬无不可。一般认为，硬毫弹性足，写出的笔触比较刚劲挺拔，但失之于枯瘦；软毫柔性足，写出的笔触比较丰满浑厚，但失之于媚软。但也不一定，只要正确掌握提按起倒，持笔中锋运行，用羊毫笔运笔也可以写出既丰满又挺拔的线条，如清人邓石如，今人林散之。而从实用角度来讲，羊毫代价较低，可称价廉物美，这是硬毫所不及的。只是初学书法用软毫，由于悬肘提按功夫不到家，会出现笔锋“站”不起来的现象，使字如墨猪。所以，初学者不妨采用兼毫，如“白云”笔。兼毫有两者之长，便于掌握，写到有了一定的用笔功夫后，仍可使用长锋软毫。选笔时应以杆正不歪斜，笔尖不秃，呈圆锥状，笔毛整齐者为佳。

一支毛笔如保护得法，可用上好几年甚至更长，保护毛笔的注意事项是：第一，用笔时应将笔头完全泡开，不要只开锋尖一段。第二，应顺毫舔墨。第三，用毕后洗净，笔尖向下悬挂，使之自然干燥蓬开。如果蓬不开，说明仍

有残墨未洗净粘住了笔毛，需要再洗。如果普通毛笔原本不能倒挂，则可动手自行加工，在笔杆尾部扎上绳子即可。

第二节 墨

我国用人工创造的烟墨约始于汉代，最早见于记载的制墨家是三国魏的书法家韦诞（字仲将），世称“仲将之墨，一点如漆”。到了唐代，奚超和奚延珪父子总结前人经验，改进前人方法，创造了捣松和胶等技术，造出的墨“丰肌膩理”，“光泽如漆”。奚氏从南唐定居安徽，赐姓李氏，他们家族制造的墨称为“李墨”，有“黄金易得，李墨难求”之说。宋太宗刻《淳化阁法帖》时，折用澄心堂纸，李廷珪墨，称为无上珍品。李氏在歙州又授技术与耿氏、盛氏。到了宋代又有著名墨工张遇、潘衡、叶茂实等。1977年，武进县南宋墓出土了半锭叶茂实墨，挺坚如玉，光泽如漆，极为珍贵。

明代的制墨业多集中在皖南地区，形成了歙县以程君房、方于鲁为代表的一派和休宁县汪中山、邵格之为代表的另一派。其中程君房创造“漆烟”制墨法。方于鲁造了被誉为“前无古人”的“九玄三极墨”。汪中山则是“集锦墨”的创始人，使墨除了实用外，又成为有高度欣赏价值的工艺品。清代制墨有曹素功、汪近圣、汪节庵、胡开文四大家，他们至今影响不衰。

墨从品种来看，可分为两大类，即油烟和松烟。

油烟墨是用油烧烟（主要是桐油，并和以麻油、猪油等），再加入胶料、麝香、冰片等制成。油烟墨质地优良、



坚实细腻、特别是乌黑发光。如清《三希堂法帖》初拓赏赐用之拓本，乌墨光亮称为“乌金拓”，当即用上好油烟墨。但新制之墨胶质较重，存放一段时间，胶性略退后，使用效果更佳。

松烟墨则是用松树枝烧烟，再配以胶料、香料而成。其色黑但缺少光泽，胶质较轻。

品墨的标准是：

1. 质地坚细。坚就是紧实，细就是磨出的墨颗粒细洁。
2. 色泽黑亮，以黑得泛紫光为最上乘，其次为纯黑、青黑。
3. 胶质适中，胶质太重粘笔，太轻则不浓，以适中为宜。

以上三条，也是我们选墨时所应注意的。但作为初学者来说，从经济实用而言，不必选购太好的墨。练字用墨汁也可，但不可将瓶中未用部分屨水，否则其中的骨胶易变质而有臭味。一些高级书画墨汁，如“中华墨汁”、“一得阁墨汁”，均可选用，用墨汁书写后，因其中胶质较重，要特别注意将笔洗净。

磨墨时需注意将墨垂直，顺时针方向磨，不要换向，磨时需轻重适宜。用完墨后应擦干，放进盒子内或包上纸让其自然阴干，忌潮湿也忌曝晒。

第三节 纸

在纸发明之前，汉字被契刻于甲骨上，铭铸于青铜器上，书写于竹简、木牍、帛书上。过去，长期流传着东汉



蔡伦造纸的说法（见《后汉书·蔡伦传》）。1933年，新疆罗布淖尔发现了一张4×10厘米的变质白纸，其年代在西汉宣帝黄龙元年。但因是孤证，未曾引起对蔡伦造纸说的修正。1957年5月，西安灞桥又出土了米黄色的西汉纸碎片，其年代当不晚于汉武帝。1973至1974年，甘肃肩水金关出土了两张西汉麻纸，其中一张为白色，另一张暗黄色，现代的考古发现确证了我国在西汉时期就有一定水准的造纸术。

西汉虽然已经有了麻纸，但产量还不大，质量还有待提高，所以作为实用书写材料，尚不能代替简牍帛书。迄今也尚未看到西汉的字纸。根据文献记载，东汉蔡伦在元兴元年（105）造出一批佳纸献给朝廷后，“自是天下莫不从用焉”。这应是较大范围用纸书写的开始。20世纪以来，在内蒙古、新疆、甘肃等地，曾经先后发现了东汉字纸残片。

到了隋唐五代，中国的造纸术有了进一步的发展，并传播到日本、阿拉伯、印度。这一时期的造纸原料，除麻类外，扩大到楮皮、桑皮、藤皮、瑞香皮、木芙蓉皮以及竹类。产地和品种也日益增多。据《唐六典》卷二十李林甫注，全国各地进贡的纸有益州黄白麻纸，杭州、婺州、衢州、越州细黄状纸，均州大模纸，宣州、衢州案纸、次纸，蒲州细薄白纸。又《国史补》卷下载“纸则有越之剡藤、苕笈、蜀之麻面、屑末、滑石、金花、长麻、鱼子、韶之竹笈，薄之白蒲重抄，临川之滑薄”。大规模的生产使纸成本降低，用途增广。据《唐会要》卷三十五载，大中年（849），集贤书院在一年之内“计用小麻纸一万一千



七百七张”。同时由于加工技术的进步和社会需要，还出现了一些特殊品种纸。如唐代出现了用研光、拖浆、填粉、加蜡、拖胶矾等方法制成的“熟纸”。还有黄纸、加蜡黄纸（硬黄）、白蜡纸、粉蜡笺纸、洒金银纸、冷金纸等名贵品种，以及著名的桃红小幅诗笺——薛涛笺被文人骚客传诵一时。五代南唐后主李煜，令造“澄心堂纸”供宫中御用。宋诗人梅尧臣曾咏澄心堂纸“滑如春冰密如茧”，“一幅百金曾不疑”。可知其制作之妙，价值之高。

值得我们注意的是，驰名中外的宣纸，在唐代开始崭露头角。唐张彦远《历代名画记》卷二载：“好事家宜置宣纸百幅，用法蜡之，以备摹写。古时好榻画，十得七八，不失神采笔踪”。宣纸以产地安徽宣城得名，主要原料是青檀树皮。宋末元初，造纸工人曹大三迁到安徽泾县西乡小岭，利用当地盛产青檀、泉水洁净的自然条件，安居造纸，世代为业。虽然在晋唐时的主要书画用纸还是麻纸，如今见西晋陆机《平复帖》和唐杜牧《张好好诗》，但宣纸以优良品质和长久的寿命，终于奠定了它在中国文化史上的地位。在明清时，宣纸已作为宫廷及官府公文用纸和高级书画用纸，至今盛誉不衰。

总之，唐宋以来的各种纸张美不胜收，成为中国特有的别具一格的工艺品。

第四节 砚

唐代以前砚的概念与现在的有所不同，当时并不是直接用手将墨在砚上磨，而是另需一块研石，将墨在砚上研