

心样

主 编：剑 君

欣赏书法篆刻

上海師範大學
建校三十五周年誌慶
桃李滿園春正好
光風遍地路還長

蘇步青題賀
一九八九年十月十六日



青少年文化艺术修养全书(18)

怎样欣赏书法篆刻

剑 君 主 编

北京燕山出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年文化艺术修养全书/剑君编著. —北京: 北京燕山出版社, 2006. 1

ISBN 7 - 5402 - 0799 - X

I. 青… II. 剑… III. 社会科学 - 青少年读物

IV. C49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 002071 号

北京燕山出版社出版发行

北京市东城区灯市口大街 100 号 100006

新华书店经销

三河市东方印刷厂印刷

850 × 1168 毫米 32 开本 146 印张 2425 千字

2006 年 2 月第 1 版 2006 年 2 月第 1 次印刷

定价(全 30 册): 585.00 元

目 录

引 言	(1)
一、概 述	(4)
二、篆书介绍与欣赏	(8)
1. 甲骨文书法	(11)
2. 金文书法	(11)
3. 石鼓文书法	(15)
4. 秦篆书法	(18)
5. 汉及汉以后篆书	(21)
三、隶书介绍与欣赏	(21)
四、楷书介绍与欣赏	(29)
五、行书介绍与欣赏	(43)
六、草书介绍和欣赏	(54)
1. 章草	(57)
2. 今草	(62)
3. 狂草	(71)
七、篆刻介绍与欣赏	(77)
附录：书法篆刻著述介绍	(88)

引 言

作为一个中国人，作为在一个汉字文化圈内使用汉字作交流工具的人，都应对汉字书法有所了解，除了要力争写好汉字，达到基本清楚美观之外，还应会评价、会欣赏，从中看出许多门道。从隋唐两朝开始，中国实行了科举取士的制度，选举贤才的标准是四个字，身、言、书、判。所谓“身”是指人的外观，身体魁伟，眉目端正，举止文雅大方；“言”即言谈，指人在交际和处理事务时，言词准确，谈锋敏锐，风趣智慧，能显露才智；“书”即书法，俗语说“字如其人”，从书写中可以看出一个人的性格、修养、知识水平和处世态度、工作作风等；“判”即为人处世、经营管理诸方面的判断力和想象力，考试时或口答、或笔答、或双方论辩，从中可看出一个人的多方面能力和问题。以上四项标准都不是绝对的，在某一方面突出者，其他方面略差甚至有缺陷却可擢级提拔、破格录用，清朝乾隆时期的刘墉刘罗锅，就是因“身”不合格，其他诸项均十分出色而被破格擢拔一举而至卿相的。从隋唐至明清，这样的事例很多，因字、因文单项超群而委以重任的大有人在。本书着重分析“书”的讲究，为广大喜好书法和篆刻的朋友介绍一点有关欣赏的知识，增加大家业余生活的品味和提高大家传统文化方面的修养。

世界各国文字中，我国汉字以其初创时即含有的“图

画”、“象形”等基因，其书写工具——毛笔长于变化的书写性能而成为“书法”艺术。书法这一凝聚着中华民族对自然的把握、心灵的诠释等诸多品格的艺术，从其诞生、演衍、使用发展，就与本民族的文明同步发展，在人们日益扩展的人文空间中得以不断地延伸。

从史前的“书画同源”可以看到，先民们绘刻了大量岩画，成为人类现存最早的人文景观。先民制造了石器、陶具，遂将“图画文字”绘制其上，使“半坡”、“龙山”文化具有物质、神灵的双重闪光。夏商时期冶炼术的发明及推广，打制出了“人为文明”的金属工具，使人类脱离了工具的“原始状态”。

这一物质文明的进程，也为中国现存最早文字——“甲骨文”的产生，提供了物质条件。“文秉史重，史赖文存”的甲骨文，因用刀具镌刻于龟甲兽骨，打破了原本“图画文字”的平面表现，呈现出凹凸的立体态势。这为中国文字三千余年的流传使用，注下了书写、镌刻、铸造多手段表现、多层面的观赏、多质材制造的“胎印”痕迹。于是，汉文字书写——书法艺术具有了实用与艺术、图画（平面）与雕刻（立体），在多维空间展示性格的特点。中国文字具有了人文空间——空间、雕塑、建筑、环境等，相融而合的最高品格。

“青铜时期”，先民们创造了与重鼎巨彝并重的书体——“金文”，并把“金文”与图纹铸于鼎器之上，使之构成了世人景仰的“青铜文化”。秦、汉、魏、晋，人们把书法推向了与自然同构的更大空间，表现了那一时期人们的精神向上升腾的伟力。

秦统一六国，一匡天下。始皇帝登泰山而号天下，命丞相李斯以小篆刻制“泰山刻石”，于玉皇顶与天争高，与日争辉。于是历代吟咏，刻制不绝，构成绵亘数十里的“书法长廊”，展示了两千年来人文演进的历史，使一座海拔仅1454米高的平常山，成为天下景仰、联合国认定的“世界文化名山”。汉风高远、博大、雄阔，朝野好碑，两汉连绵400年，高碑巨碣，遍布天下，存世汉隶碑刻简牍数以万计，后人无以逾越，其伟岸风格与众多成就，创造了“汉文化”的黄金时期。魏晋士人、隐逸，笑傲山林，崇尚自然。“儒、道、佛”文化共融，寺院、石窟、神龛营造空间，此一阶段文字由隶入楷，史称“魏碑”，多见于写经、造像文字及墓志铭，造就了东方文化的璀璨明珠——敦煌、龙门、云冈石窟宝藏，与绘画、造像一起，为20世纪艺术走势提供了深厚的“东方文化”的底蕴。这一时期，人们对文字从自身、人为局限中做了一次相当长、相当大的解放。文字使用从人为器物向外做了尽可能大地延伸，使之融于更大的自然景观之中，施展为“天、地、人”同构——即无限大的人文空间。

唐代书法，崇尚法度，风格庞大，体盛唐伟岸气概，显华夏雄阔书风。此后千百余年，书法一面外延使用，大至名山巨刹、殿宇台榭、摩崖石刻、匾额楹联；一面内视回归，小至庭院居室、器皿用具、书斋客厅，皆有文字使用，形成最具特色的人文环境内涵。明、清及近、当代，华人渐及世界各地，汉文化——“书法”这一独有形式也得以从本土向外域做了极大的延伸。

总之，书法及篆刻都是文字造形艺术，前者流派众多，风

格各异，历史悠久，早熟而又时有创新；后者是“立体的”书法，方寸之间，万千气象，其中许多讲究难以一言蔽之，只能慢慢道来。

一、概述

所谓书法即书写汉字的法则，是我国特有的传统艺术之一。书法一词始用于汉代，流行于唐代，原指写字记事的技艺，书写工具为圆锥形的软笔。经几千年的发展，历代书法家的无数次实践，总结出一整套经验。东汉蔡邕说“唯笔软而奇怪生焉”，一语道出书法艺术的特点。书法主要讲究执笔、用笔、点画、结构、行气、章法、用墨等方法。书法由笔法、笔势、笔意三个要素组成，其创作过程是通过毛笔的运动，在作品中反映书者的技巧、学识、精神境界等，如三者具备，才能称为书法。

书法在特定范围中亦称书道。“书道”即书法的道理、原则、规律。古代教育家孔子说：“君子务本，本立而道生。”唐代书法家虞世南认为：“知书道之玄妙，必资神遇，不可以力求也。”清代书论家包世臣论曰：“书道妙在性情，能在形质。”书道是通过学习书法来表达个人的情感、性格、趣味、素养、气质、思想等。通过学习书法来提高个人修养，探索和理解人生的意义，获得精神上的享受和满足。书道可解释为道训技艺，也可解释为以道训理，其意同书法。日本书界把书法称为“书道”。

古往今来，人们学书、书写并创造不断丰富多彩的书法作

品，给后人留下了数不清的书法艺术作品和供后人学习和欣赏的佳作。这些佳作经人整理、印制便成为了“法书”，即所谓用毛笔写具有较高艺术水平的汉字书迹。《书法三昧》记载：“作字之要，虽一点一画之间，皆须三过其笔，方为法书。”法书既有继承和发扬传统的优良法度，又能表现独特创新的艺术效果，并可供他人观赏取法。

书法首先讲笔法，即所谓运笔的方法，根据人手运动的生理特点，配合毛笔相适应而形成的，并经几千年来书家们无数次实践总结出来的规律。笔法也称用笔，其中包括指法、腕法、身法，由于书写工具为尖锋毛笔，而书写时有抑扬顿挫，圆满欹侧等变化，因此，下笔时须掌握轻重、偏正、曲直、徐疾等方法，上述统称笔法。

在汉字书法的笔法中，所谓的“永字八法”是非常著名和典型的，它是以楷书用笔法则为代表，可以推及其他书体，触类旁通，提高书法技艺和欣赏水平。通常人们是以“永”字的8个笔画作概括，把点、横、竖、勾、剔、长撇、短撇、捺等8个笔画，分别起名为侧、勒、弩、趯、策、掠、啄、磔。隋末僧人著名书法家智永认为：点如侧，如鸟翻然则下；横为勒，如勒马之用缰；竖如弩，用力也；挑为趯，跳貌兴跃同；左上为策，如马之用鞭；左下为掠，如篦之掠发；右上为啄，如鸟之啄物；右下为磔，裂牲谓之磔，笔锋开张也。唐初欧阳询的八法是“丶”如高峰坠石；“ノ”似长空初月；“一”如千里阵云；“丨”如万岁枯藤；“㇀”如劲松倒折，落挂石崖；“㇚”如利剑截断犀象之角牛；“㇚”应一波常三过笔；“㇚”如万钧之弩发。对于“永字八法”历代书家虽解说不同

一，但基本要领是大致相同的。一般人学书法均从楷书入手，进而学隶、学行、学草，以增长自己的艺术技能和扩展自己艺术鉴赏力。

作为书法作品，除了笔法要讲究外，还应注重章法，即应讲究书法作品整体布置的法则，使字与字，行与行之间相互呼应、照顾，使作品的整体协调和美观。章法又称布白、大章法等，明代书法理论家张绅认为：“古人写字正如作文有字法、章法，有篇法，终篇结构首尾相应，故云：一点成一字之规，一字乃终篇之主。”明代董其昌认为“古人论书以章法为一大事，盖盖所谓行间茂密是也。”清代邓石如认为“字划疏处可以走马，密处不使透风，常计白当黑，奇趣乃出”。一幅成功的书法作品，每个字的间架处理和字与字的分布及行与行之间的关系，都应作精心安排，整幅作品须因字生势，灵活多变，字与行之间产生错落参差而又能前后呼应，左右协调，给人以美的和新的感觉。王羲之的《兰亭序》历来被称为天下第一章法。

人有人品，书有书品，这在我国古代早有定论，所谓“书品”即是我国古代对书法家、书法作品的等位评定。此词最早出现于南梁庾肩吾所撰《书品》一书中，该书将汉至南朝齐、梁间能真、草者共123人，分上、中、下三等，每等又分三品，共9品；唐代李嗣真《后书品》在九品的基础上再设“超然逸品”共十品；张怀瓘《书断》把古今书家分成神、妙、能、逸、佳五等，清代康有为又分成神、妙上、妙下、高上、高下、精上、精下、逸上、逸下、能上、能下、共11品，这种品评书家和书作的传统，目前有些地方还在继续

应用。

除了正面评品之外，古人论书法优劣时，还从反面总结了书法技法应注意的八种弊病，号称“书之八病”，书法中的弊病，通常称作“败笔”，包括：①牛头，作点时锋角显露；②鼠尾，作撇、竖时起笔迟笨，笔划突然变细，运笔无力，一拖而过；③蜂腰，作背抛时，上下脱节，中间圆转处笔划变细，抛出处又变粗；④鹤膝，转折处棱角显露，肥大突出；⑤竹节，在一笔中中间细，起收笔肥大；⑥棱角，起笔、收笔时棱角显露；⑦折木，没有起笔、收笔的点划；⑧柴担，指横划两头低下，中间隆起。当然，根据不同的书体和每个字在具体章法中的不同位置，字形必须有所变化，甚至舍巧取拙。在古今许多名帖当中均有同一字数种写法的艺术范例，以拙衬雅，以斜辅正均是古今书家常用的技巧。

书法作品所追求的高标准不只是具有熟练的技法，还应蕴含丰富的文化内涵，前者只达到了“书匠”的标准，后者才能算是入了书法之门，具有一定艺术修养，技法高超，能够达到随心所欲、炉火纯青、出神入化的境界。明代项穆《书法雅言》有：“澄心定志，博习专研，字之全形，宛尔在目，笔之妙用，悠焉忘思，自然腕能从心，潇洒神飞，徘徊翰逸，如庖丁之解牛，掌上之弄丸，执笔者自难揣摩，扶卷者岂能测量哉”；清代王澐认为，字和人一样，要具备筋、骨、血、肉、精神、气脉，只有丰富了自身，作品才能更有深度和魅力。在精通某一书体的同时，应须对书法的历史，书法理论，各种书体及主要流派有所了解，遍读名帖，兼收并蓄，久而久之自会提高书写和欣赏的品位。

在欣赏和玩味书法作品时，除了对书法的字形、气韵、形象、节奏、力度等艺术风格要有所了解外，还要善于对作品进行鉴别，包括辨别书法作品的真伪，如对作者、年代、时代特征、纸绢特点、题字、笔墨技法、印章及装饰特点等的鉴别，区别是真品还是赝品，同时，根据自己的文化素养对某件艺术品进行分析、理解、感受，从中得到某种启示，引起联想，以至受到美的熏陶，使情操得到陶冶，使审美的思想境界更广更高。总之，鉴与赏常常结合在一起，要提高鉴赏能力，就应持之以恒地对书法保持浓厚的兴趣，如饥似渴地汲取有关的知识。

二、篆书介绍与欣赏

篆书通常指秦篆，即小篆，因篆书是中国文字发展承上启下的关键，故后人谈到篆书，往往将秦以前的各类文字书体也纳入到其范畴之中，统而论之，因此，本书讲篆也涉及篆书以外的各种左体，包括甲骨文、钟鼎文（即金文）、石鼓文、秦篆等等。

甲骨文是商代盘庚迁都殷墟（今河南安阳小屯村附近）以后的占卜文辞，刻在龟甲和兽骨上，故称甲骨文，是目前发现最早的自成系统，较为成熟的文字之一。甲骨文最早发现于1898年，字的构成不仅有象形字、指事字、会意字，而且有了形声字和假借字，因此它是相当成熟的最早的汉字。卜辞内容涉及商王朝后期政治、军事、狩猎、农业、帝王世系、各国征伐以及教育、等级制等方面，填补了史书在这一时期的某些

空白，甚至纠正了史书上的某些讹错。经过清末以来许多学者的艰苦破译，至今已有千余字可被识认，并出版了甲骨文编、甲骨文字典、甲骨文书法等，使甲骨文这一古老的文字焕发了青春，汇入当代书法的艺术殿堂之中。

钟鼎文是商周青铜器上的铭文，又叫金文、吉金文、款识文、铭文等，不是现代意义上的书写文字。可以说，钟鼎文脱胎于甲骨文，是篆书的初期文字，从钟鼎文中可以看出甲骨文到金文，再到篆书的演变痕迹。甲骨文是用刀具刻的，笔道纤细；钟鼎文是模具浇铸的，字体及笔画呈浑圆形。一般来说，商代钟鼎文多简朴，字数不多；至西周，字数逐渐增多，铭文最长的《毛公鼎》，字数多至 497 字，简直是一篇记事散文。从这种字体，可以看出商周时期汉字仍未定型，仍不够规范，在许多字形中，仍有图画的痕迹，但在书法艺术的表现上则较之后来的抽象文字更有特点和古雅的韵味。

籀文是区别于小篆的先秦文字，即《汉书·艺文志》所载的《史籀篇》的文字，在出现小篆之后，为区别于小篆，泛称先秦文字为“大篆”或称“古文”。过去人们把石鼓文也称为籀文，以为是西周宣王时作。经近人考证，确认石鼓是先秦刻石，制作于秦襄公八年，即周平王元年，是秦襄公立西峙时的记功之作。石鼓文中的少数字还是籀文，多数字已接近小篆，因此，石鼓文最能体现当时文字发展的趋势。和甲骨文与金文相比，籀书更接近小篆，抽象的成份更多，在当时亦更为普及和便于书写，在东周战国之时，籀书常被用来作普及的文字甚至教材，作为籀书的代表作品石鼓文，在书法上有重要的价值，其笔划圆转自如，文字大小统一，已初步具备了篆书的

规模和风格，是前秦文字向秦篆过渡的关键。近代以来，凡学篆书者，均着力借鉴石鼓书法，即是着力从中吸取更多古朴典雅的养份。

历史发展到战国时期，各国文字很不统一，书写很不规范，不利于沟通与交流。秦始皇统一六国，实行了“书同文”的政策，命宰相李斯用秦国通用的字体普及全国，将殷周以来大量区域性的籀文异体字作了大规模的简化、统一的工作，简化后的字体称为小篆，又名秦篆。这是汉字发展史中第一次出现的全国规模的规范化的汉字，是汉字发展中的一个转折点。代表小篆的文物有秦始皇诏版、秦刻石、五权铭等。秦刻石是秦始皇东巡时刻石颂功而作，共有六处，为李斯所书，是标准的小篆的样板。

秦朝短祚，二世而亡，汉行隶书，亦行小篆，但由于战事频繁，地方势力割据，所以到西汉末，东汉初，文字又出现了一些混乱，篆书与古籀文字混同的现象比较严重。为此，著名学者许慎作《说文解字》一书，根据小篆立说，对字体结构作了一番规范化的整理和总结，对汉字起了定型化的作用，《说文解字》中的小篆字体，可称为篆书的规范，即可作为字典，又可作为字帖。

当小篆在官方流行的时候，地方官吏及民间写的是草篆，官方对此不禁，因而促进了字体由篆而隶的转变，这是社会发展趋势和文字发展的自身规律所至，从此，开始了隶书的时代，然而千百年来篆隶在许多方面都是密不可分的，相互依存和借鉴的，可见篆隶之间的渊源关系。

1. 甲骨文书法

甲骨文作为书法，在一定程度上是后人评价和概括的，著名史学家郭沫若就曾称甲骨文是中国最早的书法，而实际上，甲骨文的书写者，在数百年的创造和积累中，的确为了甲骨文的完善和美观作着不懈的努力和持久的探索，已经有了最初的书法意识和书法追求。

可以说，甲骨文作为书法，在结构和笔法上已有了独特的体系，其笔划粗细一致，结构有方有圆，大小略无一定，和后来的各种书体相比，有一定的随意性和不规则性，同一字体在篇章的不同地方有不同的表现形式；从整体上看，虽已有章法雏形，但幼稚古拙特点较为明显。遍览甲骨文书法，可以领略殷商文化的凝重和古朴，以及尚质求真之风。

今人学甲骨者不少，其优劣主要是看作品是否能传播商周遗风，从笔锋中看到刀刻的痕迹，在不规整的章法中体会作者的用心，在幼雅的文字表现中抒发作者的追古情怀。（见图1）

2. 金文书法

金文书法较甲骨成熟，其一表现在字形渐趋整齐雄伟，圆润而透露刚劲；其二表现在笔法和结构上已与小篆相近；其三是文中虽有象形部分，但已有工艺和装饰特色，美的成分加大，有更多书法、书道的色彩，风格也趋于多样。这与殷周之际和周朝文化的发展是紧密相连的。

金文铸于铜器，凸者为“阳文”称“识”，凹者为“阴文”称“款”，笔划粗细虽仍无变化，但字法和章法较之甲骨



图1 甲骨文

文已讲究多了。几十字乃至四、五百字的铭文，气势宏大，章法缜密，其中“书法家”的设计是耗费了苦心的。

今人学写和欣赏金文书法，用笔与甲骨和篆书相近，起笔

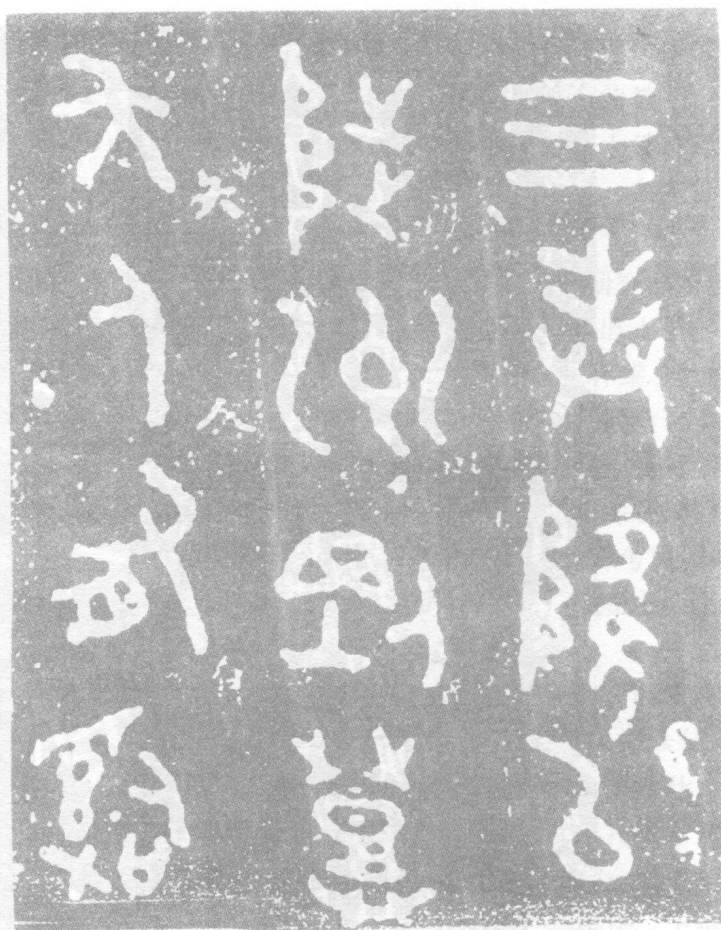


图2 金文《散氏盘》

收笔均须藏锋，转折圆润，不出硬折，字形大小相近，排列规范，以工整和气势取胜。（见图2、图3）