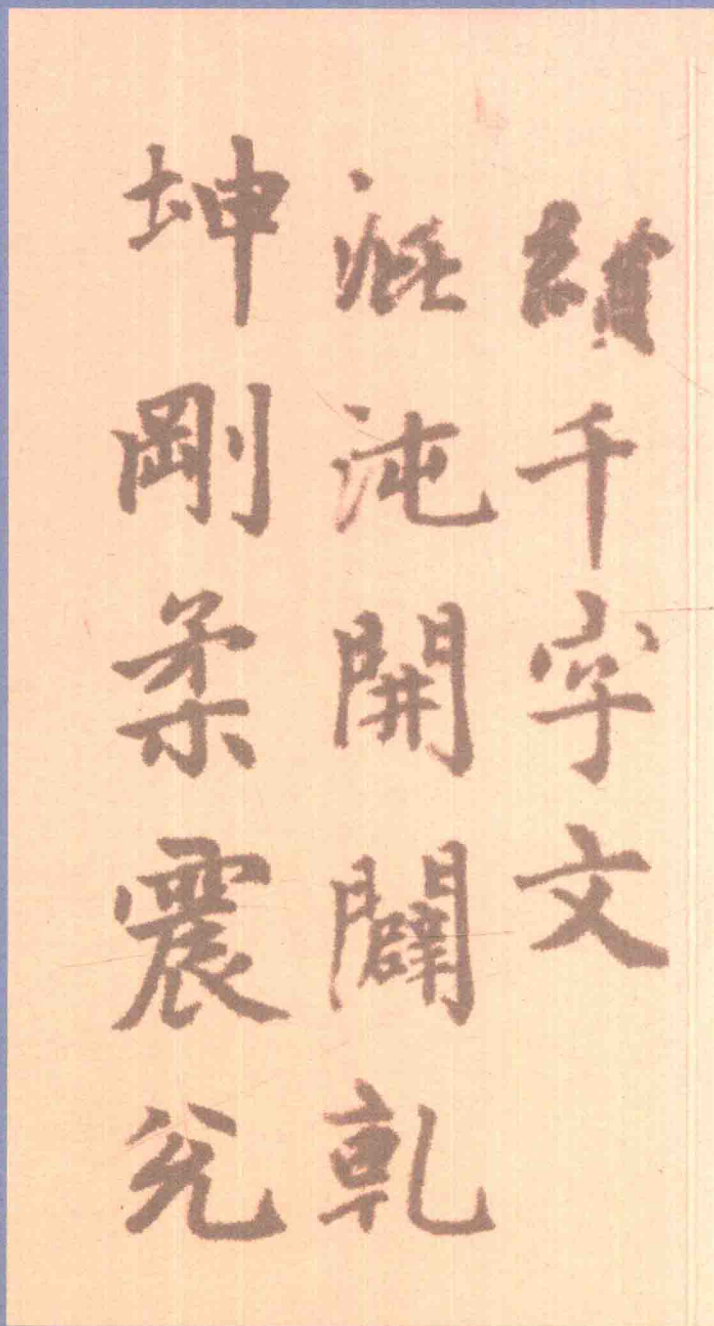


启功体意临 《赵孟頫书续千字文》

启功体书法风格入门字帖

QIGONGTI YILIN ZHAOMENGFU SHU XUQIANZI WEN



文阿禅 编著



嶺南美術出版社

启功体书法风格入门字帖



启功体意临 《赵孟頫书续千字文》

文阿禅 编著



中国地质大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

启功体意临《赵孟頫书续千字文》 / 文阿禅编著. — 广州:
岭南美术出版社, 2011. 8

(启功体书法风格入门字帖)

ISBN 978-7-5362-4667-6

I. ①启… II. ①文… III. ①行书—书法—作品集—
中国—现代 IV. ①J292.28

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第137562号

责任编辑: 刘向上 高爽秋

责任技编: 许伟群

启功体意临《赵孟頫书续千字文》

出版、总发行: 岭南美术出版社 (网址: www.lnaph.com)
(广州市文德北路170号3楼 邮编: 510045)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 广州岭美彩印有限公司

版 次: 2011年8月第1版

2011年8月第1次印刷

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 7.5

印 数: 1—3000册

ISBN 978-7-5362-4667-6

定 价: 30.00元

序 言

很少有人通过用某位书家的书法风格临摹古代优秀碑帖的方式，来透析古代优秀碑帖所蕴含的一些书写技法和布局方法等方面的信息，为后学者诠释在学习中有可能遇到的一些问题。这种方式虽然少有先例，但不失为一种有益的尝试。不过，这要求所选书家的书法作品必须在点画美、结构美和审美取向（风格）上得到大众的认同。也就是说，这位书家的书法风格，深受大众的喜爱。

诚然，启功先生就是这样一位被大众认同的书法家。这也是笔者能够以启功先生的书法风格意临古代碑帖的方式来达到引导初学者学好“启功体书法”的前提。

意临是我们临摹古代优秀碑帖的方法之一。它可以按照书写者自己的想法去临摹，可以在点画和结构上有所变化，有所取舍；也可以用一种或几种书写者自己熟练的技法去表现。这样做，可以解决以下问题：

(1) 直接学古人难度大。学书宜学古人，是普遍公认的学书之路。但是作为一个初学者，如果一开始就临摹古人碑帖，是比较难入门的。所以，如果用某种大众已经认同的书法风格临摹的方式，来引导初学者接触古代碑帖就会使他们觉得容易入门，尽管意临的作品会因不可避免地带有临摹者的某些个人习气而引发异议。

(2) 古代碑帖大多清晰度不够。因为年代久远的原因，古代碑帖大多模糊不清或破损，很难看清楚其用笔轨迹，以及点画之间、字与字之间的连贯态势，加上刻工的精粗问题，初学者不易把握书写的墨迹效果。而有一个比较好的临摹样本，就有可能解决这个问题。所以，这对于初学者来说，是很有益处的。

(3) 古代碑帖大多字数较少。由于古代碑帖大都字数不多，碑帖上没有的字，初学者就不易写好。所以，初学者很难在较短的时间内形成某种风格，从而增加了学习的难度，乃至增加了书法创作的难度。而如果通过某位书家的书法风格临摹古代优秀碑帖的方式去接触诸多的古代碑帖，就能够见到大量的相同风格的意临范字，从而大大减轻了初学者的学习和创作难度，并且可以边学习，边创作，增强其学习书法的积极性和创作的自信心。尤其是对学习启功书法的人来说，用这种方式来学习，既能够增强传统书法的修养，又能够了解启功书法的渊源，还能够尽快地把握“启功体书法”的整体风格，为进一步学习和创作“启功体书法”打下了坚实的基础。

(4) 可以举一反三，触类旁通，蜕变有由。寻求蜕变或突破以形成自己的书法风格，这是每个书法爱好者所追求的最终目标。而通过意临古代碑帖作品的方式来接触古代碑帖，如果在基本功得到加强以后，再从古代碑帖中去寻求蜕变的信息时，就不会像以前那样感到陌生了。因为，某些问题通过以前的意临作品，早已有所了解，并且已经有了思想准备。这样，我们如果要进一步地去进行古代碑帖的学习或从古代碑帖中寻求蜕变信息，就可以有的放矢地去进行。

上述这些问题，都是我多年来在教学中遇到的，也是我萌发编写本套丛书的缘由。我们通过本丛书来介绍意临古代碑帖的目的，主要是让初学者通过学习“启功体书法”，既可以逐步了解古代碑帖，增强传统书法的修养，又可以在接触古人法帖的同时，通过自己的理解，为将来能够更好地找到突破“启功体书法”藩篱的切入点打下基础。入帖出帖，自古以来，是有志于书法艺术创新者孜孜以求的境界。

遗憾的是，由于笔者对启功书法的研究还不够深入，本丛书辑录的用“启功体书法”风格意临古代碑帖的作品还很难达到启功书法的韵味和整体效果。所以，这些用“启功体书法”风格意临古代碑帖的作品和阐述文字只能看做是给初学启功书法的朋友一个肤浅的引导；而更进一步的锤炼，还有待于今后的不懈努力。笔者祈望得到专家的指导，也寄希望与广大学习启功书法的朋友一起不断提高。

是为序。

文阿禅

2008年10月于广州承启堂

目 录

序言	001
一、赵孟頫与楷书《续千字文》介绍	001
二、对照意临《赵孟頫书续千字文》全帖	003
三、从意临逐步走向自由创作	110
四、书法临帖的逆向思维与风格蜕变	113
后记	114

一、赵孟頫与楷书《续千字文》介绍

赵孟頫(1254—1322年)，元代书画家、文学家。字子昂，号松雪道人、水精宫道人，中年曾作孟俯，湖州(今浙江吴兴)人。宋太祖子秦王德芳的后裔。自幼聪明，读书过目成诵，为文操笔立就。宋灭亡后，归故乡闲居，后来奉元世祖征召，历仕五朝，官至翰林学士承旨，荣禄大夫，封魏国公，谥文敏。信佛，与夫人管道昇同为中峰明本和尚(1263—1323年)弟子。精通音乐，善鉴定古器物，其诗清邃奇逸，书画尤为擅名，篆籀分隶真草书俱佳，以真书、行书造诣最深、影响最广。

赵孟頫是元代初期很有影响的书法家。《元史》本传讲，“孟頫篆籀分隶真行草无不冠绝古今，遂以书名天下”，对其赞誉很高。据明人宋濂讲，赵氏书法早岁学“妙悟八法，留神古雅”的思陵(即宋高宗赵构)书，中年学“钟繇及羲献诸家”，晚年师法李北海。王世懋称：“文敏书多从‘二王’(羲之、献之)中来，其体势紧密，则得之右军；姿态朗逸，则得之大令；至书碑则酷仿李北海《岳麓》、《娑罗》体。”此外，他还临抚过元魏的定鼎碑及唐虞世南、褚遂良等；于篆书，他学石鼓文、诅楚文；隶书学梁鹄、钟繇；行草书学羲献，能在继承传统的基础上下苦工夫。诚如文嘉所说：“魏公于古人书法之佳者，无不仿学。”虞集称他：“楷法深得《洛神赋》，而揽其标。行书诣《圣教序》，而入其室。至于草书，饱《十七帖》而度其形。”他是集晋、唐书法之大成的很有成就的书法家。同时代的书家对他十分推崇，后世有人将其列入楷书四大家：“颜、柳、欧、赵。”明代书画家董其昌认为他的书法直接晋人。

赵孟頫能在书法上获得如此成就，是和他善于吸取别人的长处分不开的。尤为可贵的是，宋元时代的书法家多数只擅长行体、草体，而赵孟頫却能精通各体。后世学赵孟頫书法的极多，赵孟頫的字在朝鲜、日本非常风行。

赵孟頫在中国书法艺术史上有着不可忽视的重要作用和深远的影响力。他在书法上的贡献，不仅在于他的书法作品，还在于他的书论。他有不少关于书法的精到见解。他认为：“学书有二，一曰笔法，二曰字形。笔法弗精，虽善犹恶；字形弗妙，虽熟犹生。学书能解此，始可以语书也。”“学书在玩味古人法帖，悉知其用笔之意，乃为有益。”在临写古人法帖上，他指出了颇有意义的事实：“昔人得古刻数行，专心而学之，便可名世。况兰亭是右军得意书，学之不己，何患不过人耶。”这些都可以给我们重要的启示。

赵孟頫的文章冠绝时流，又旁通佛老之学。其绘画，山水取法董源、李成等人；人物、鞍马师法李公麟和唐人；工墨竹、花鸟，皆以笔墨圆润苍秀见长，以飞白法画石，以书法用笔写竹。力主变革南宋院体格调，自谓“作画贵有古意，若无古意，虽工无益”，遥追五代、北宋法度，论者谓：“有唐人之致去其纤，有北宋人之雄去其犷。”开创了元代新画风。交友甚广，与高克恭、钱选、王芝、李衍、郭祐之等相互切磋；直接受其指点的有陈琳、唐棣、朱德润、柯九思、黄公望、王蒙等。能诗能文，风格和婉。兼工篆刻，

以“圆朱文”著称。

赵孟頫经历了矛盾复杂而荣华尴尬的一生，他作为南宋遗逸而出仕元朝，对此，史上曾经留下诸多争议。“薄其人遂薄其书”，贬低赵孟頫的书风，根本原因是出自鄙薄赵孟頫的为人。尽管很多人因赵孟頫的仕元而对其画艺提出非难，但是将非艺术因素作为品评画家艺术水平高低的做法，是不公正的。鉴于赵孟頫在美术与文化史上的巨大成就，1987年，国际天文学会以赵孟頫的名字命名了水星环形山，以纪念他对人类文化史的贡献。一些散藏在日本、美国等地的赵孟頫书画墨迹，一直都被人们视作珍品得以妥善保存。

赵孟頫传世的书迹较多，有《洛神赋》、《道德经》、《胆巴碑》、《玄妙观重修三门记》、《临黄庭经》、独孤本《兰亭十一跋》、《四体千字文》等。传世画迹有大德七年（1303年）作《重江叠嶂》卷、元贞元年（1295年）作《鹊华秋色》卷，图录于《故宫名画三百种》；皇庆元年（1312年）作《秋郊饮马》卷，现藏故宫博物院。著有《松雪斋集》十卷（附外集一卷）。

赵孟頫所写碑版甚多，圆转遒丽，世称“赵体”。相传他能日作楷书万字，“下笔神速如风雨”。赵氏楷书中有不少上乘之作，如《玄妙观重修三门记》结体宽博深稳，运笔酣畅圆润，最适合当字帖。赵氏传世作品以行楷居多，大多用笔精到，结字严谨，如《赤壁赋》堪称经典之作。

赵孟頫书法的特点，概括有三：

第一，赵氏在继承传统书法的基础上，削繁就简，变古为今，其用笔不含混，不故弄玄虚，起笔、运笔、收笔的笔路十分清楚，使学者易懂易循。

第二，外貌圆润而筋骨内涵，其点画华滋遒劲，结体宽绰秀美，点画之间彼此呼应，十分紧密。外似柔润而内实坚强，形体端秀而骨架劲挺。学者不仅学其形，而重在学其神。

第三，笔圆架方，流动带行。点画需圆润华滋，但结构布白却十分注意方正严谨，横直相安、撇捺舒展、重点安稳。另外，他书写楷书时略掺用行书的笔法，使字字流美动人，也是赵体的特点之一。

本书收录的赵孟頫墨迹《赵孟頫书续千字文》，楷、行、草书间杂，浑然一体，全篇字与字、行与行之间，分布匀停，结体严谨，笔画精到，精工中透静穆之气，稳健中露灵动之神，前后风韵相谐，堪称赵氏楷书精品。

二、对照意临《赵孟頫书续千字文》全帖

笔者根据自己多年来学习启功书法的体会，结合《赵孟頫书续千字文》楷书帖的具体情况，对全帖进行了对照意临，以便初学者能够有所比照，发现问题。应当说，笔者的意临只是为初学者提供思路

题，肯定很多，这有待于笔者在今后的学习研究中逐步去探讨和解决。

在动手“意临”之前，我们要对原帖加以分析，充分把握好“启功体书法”与《赵孟頫书续千字文》的不同所在，并加以梳理，使我们在意临《赵孟頫书续千字文》全帖的时候容易形成统一的基调。在意临的过程中，我们既要把“启功体书法”吸收赵孟頫书法长处地方表现出来，又要把“启功体书法”与赵孟頫书法不同的地方加以体现。最重要是把握好“启功体书法”的整体特征和笔墨韵味，从而达到雅俗共赏的艺术效果。

当然，即使我们把握了这些不同的处理方法，要想有信手写来而又自然流畅的效果，是要花费不少时日的。非熟，不能生巧；非巧，不能免俗。雅俗共赏，非熟与巧不可得。

頌

凝

乾

千

沌

坤

字

闢

剛

文

闢

柔

乾

混

續

坤

沌

千

剛

開

字

柔

闕

文

震

角

雷

亢

亢

迅

夬

夬

電

夬

夬

激

雷

角

震

迅

亢

允

雹

奎

巽

激

婁

坎

風

苦

芬

凜

毒

臭

雪

荼

薰

稠

苳

藉

芥

苦

風

臭

毒

凜

薰

荼

雪

猶

莖

稠

麩

含

皙

交

栳

棗

配

薦

霽

奠

羞

荔

皙

含

蕤

乘

桃

麦

霁

薦

配

荔

羞

奠