

新编书法篆刻自学丛书

新编楷书入门五十讲

季琳 著

浙江古籍出版社

新编书法篆刻自学丛书

新编楷书入门五十讲

季琳 著

浙江古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

新编楷书入门五十讲/季琳编著. —杭州:浙江古籍出版社,2002.6

ISBN 7-80518-690-1

I. 新... II. 季... III. 楷书-书法-教材

IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 039697 号

新编楷书入门五十讲

- 出版发行 浙江古籍出版社
(杭州体育场路 347 号)
- 责任编辑 朱艳萍
- 特约编辑 吴燮轩
- 封面设计 刘 炜 郦文龙
- 编 著 季 琳
- 经 销 浙江省新华书店
- 印 刷 杭州大众美术印刷厂
- 印 次 2002 年 8 月第 1 版
2002 年 8 月第 1 次印刷
- 印 张 10
- 开 本 787×1092 1/16
- 印 数 00001—10100
- 书 号 ISBN 7-80518-690-1/J·64
- 定 价 18.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

目 录

第一讲	什么是楷书	1
第二讲	楷书的发展时期	5
第三讲	楷书的鼎盛时期	9
第四讲	楷书的衰退时期	13
第五讲	楷书的复兴时期	16
第六讲	执笔方法	19
第七讲	书写姿势	21
第八讲	楷书的笔画	24
第九讲	楷书的笔法	27
第十讲	基本点画(一)——点	29
第十一讲	基本点画(二)——横与竖	33
第十二讲	基本点画(三)——撇与捺	36
第十三讲	基本点画(四)——钩、折、挑	40
第十四讲	基本结构(一)——独体结构	43
第十五讲	基本结构(二)——左右结构	46
第十六讲	基本结构(三)——上下结构	48
第十七讲	基本结构(四)——左中右、上中下结构	50
第十八讲	基本结构(五)——包围结构	53
第十九讲	基本结构原则	55
第二十讲	历代书家赏析(一)——钟繇	58
第二十一讲	历代书家赏析(二)——王羲之	62
第二十二讲	历代书家赏析(三)——王献之	65
第二十三讲	历代书家赏析(四)——郑道昭	67
第二十四讲	历代书家赏析(五)——智永	69
第二十五讲	历代书家赏析(六)——欧阳询(一)	71
第二十六讲	历代书家赏析(七)——欧阳询(二)	73
第二十七讲	历代书家赏析(八)——虞世南	78
第二十八讲	历代书家赏析(九)——褚遂良	82
第二十九讲	历代书家赏析(十)——薛稷	87
第三十讲	历代书家赏析(十一)——李邕	89
第三十一讲	历代书家赏析(十二)——颜真卿(一)	92

第三十二讲	历代书家赏析(十三)——颜真卿(二)	97
第三十三讲	历代书家赏析(十四)——柳公权(一)	99
第三十四讲	历代书家赏析(十五)——柳公权(二)	102
第三十五讲	历代书家赏析(十六)——杨凝式	105
第三十六讲	历代书家赏析(十七)——蔡襄	107
第三十七讲	历代书家赏析(十八)——苏轼	110
第三十八讲	历代书家赏析(十九)——赵佶	114
第三十九讲	历代书家赏析(二十)——赵孟頫(一)	117
第四十讲	历代书家赏析(二十一)——赵孟頫(二)	120
第四十一讲	历代书家赏析(二十二)——祝允明	124
第四十二讲	历代书家赏析(二十三)——文徵明	128
第四十三讲	历代书家赏析(二十四)——王宠	131
第四十四讲	历代书家赏析(二十五)——何绍基	135
第四十五讲	楷书选帖与读帖	137
第四十六讲	临帖	141
第四十七讲	楷书的章法	143
第四十八讲	格式	146
第四十九讲	题款	150
第五十讲	用印	155

第一讲 什么是楷书

楷书是指一种形体方正、笔画工整的正体书法,也称“正书”或“真书”。根据辞书解释,楷字的涵义是“模也、式也、法也”;模为模范,式是式样,法即法则,这就表明了楷书是字体中按照法则书写的楷模。楷书自汉隶书减省波磔而成之后流传至今,一切正式庄重的场合都要用楷书。

楷,本义是楷树,俗称黄连木。相传楷树的枝干疏而不屈,因此比喻刚直,又引申为法式,典范之意。在唐代以前,楷书泛指为楷法,意思是规范的字体。

楷书最早见于魏时,而其创始人和年代,据晋卫恒的《四体书势》记载:“上谷王次仲善隶书,始为楷法。”北朝王习性的《文字志》中则说:“王次仲……建初(后汉章帝)中,以隶草作楷法,字方八分,立有楷模。”唐李阳冰又说:“王次仲制八分,钟繇谓之章程书(汉隶)。”以上诸说,虽不一致,但有着相同的一点,即楷书的形体主要是在隶书基础上演变而来的。

相传的王次仲创楷书,实际是变秦隶为汉隶,并非创始现在的楷书。从能见到的最早楷书来说,首推钟繇的《宣示表》、《力命表》、《贺捷表》、《荐季直表》等。孙过庭《书谱》中提到“钟繇隶奇,张芝草圣”,这个“隶”字,当是楷书。在魏晋的时候,人们将楷书叫作“今隶”、“隶楷”;之后至唐,才改称“真书”,“正书”。钟繇晚年颇受蔡邕的《笔论》、《九势》影响,受益非浅。钟繇传给卫铄(卫夫人),卫夫人又传给王羲之;王导师从卫瓘、钟繇,将《宣示表》藏在衣内带到东晋,大开书风,以至当时王、谢、郗、庾四大家族均师钟法。由此一脉相承,南北朝的代表,例如羊欣、谢灵运、郑道昭,以至隋唐的代表智永、虞世南、欧阳询、欧阳通、褚遂良、陆柬之、薛稷、李邕、徐浩、颜真卿、柳公权等,均成为楷书大家。

楷书的特点是点画分明,结体方正,好看易学,所以成为人们学习书法的入门书体。北宋书法家蔡襄说:“古之善书者,必先楷法,渐而至于行草,亦不离楷正。”文学家、诗人、书法家苏轼则说:“书法备于正书,溢而为行草。未能正书,而

能行草，犹未尝庄语，而辄放言，无是道也。”楷书的笔画不同于一般的线条，每一笔都包含“逆起——缓行——提收”的运笔过程。有了楷书的运笔基础，书写行书、草书、隶书、篆书，才能快而不乱，自然有法。

书法学习讲究一定的法度，要掌握书法的规律和法度，最好从楷书入手。楷书最循规蹈矩，法度齐备，可以培养学书人的细心、耐心和法度观念。孙过庭说：“至初学分布，但求平正；既知平正，务追险绝；既能险绝，复归平正。”强调学习书法，必须循序渐进，要经过“平正——险绝——平正”的学习过程，少年才容易“学成规矩”。康有为在《广艺舟双楫》中也说：“学书有序，必先能执笔，固也。至于作书，先从结构入，画平竖直，先求体方，次讲向背、往来、伸缩之势。字妥帖矣，次讲分行，布白之章。求之古碑，得各家结体章法，通其疏密，远近之故。求之书法，得各家秘藏验方，知提顿、方圆之用。”由此可见，强调了学书应从楷书入手，掌握横平竖直，提按顿挫等基础问题后再求“性情、形质”。

楷书在运笔、结构中篆书、隶书、行书、草书有着明显区别，掌握它内在的法度，无论对学习楷书或别的书体都是有益的。



欧阳询 《九成宫碑》 唐



《张猛龙碑》 南北朝

無有二計高尚自臥以見信今推款誠欲求見信實懷
不自信之心亦宜待之以信而當護其末自信也其所求者
不可不許之而反不必可與求之而不許勢必自絕許而不
與其曲在己里語曰何以罰與以奪何以怒許不與思省
示報權踪曲折得宜神聖之慮非今臣下所能有增
益昔與父老奉事先帝事有數者有似於此粗陳
二事以爲今者事勢尚當有所依違願君思省若以
在所慮可不須復貞節度唯君恕不可采故不自拜表

河北陳進壽女壽為
 巨祿太守便是璩寶
 相暉璩玉叅差俱以
 晉泰元年歲次辛亥
 十月丁酉朔一日丁
 酉祭於蒲坂城東原
 之上君臨終清悟神
 誚端明動言成軌泯

《张玄墓志》 南北朝

唐故通議大夫
 行薛王友柱國
 贈秘書

顏真卿 《顏家廟碑》 唐

第二讲 楷书的发展时期

汉字书法的书体嬗变并非简单地呈篆——隶——楷等单线演进的模式,而是呈复杂的复线多维演变。楷书的发展既显示出新生书体的强劲势头,又因不同地区的不平衡性有着局部的停滞甚至倒退。

一、晋代楷书

在楷书发展史上,以东晋王羲之为代表的书家群无疑是最令人瞩目的革新派。王羲之以他的天赋与修养为楷书新体作出划时代的贡献。今天我们所能见到的王羲之传世楷书作品,都是后人的摹本和临本,著名的如《乐毅论》、《黄庭经》、《东方朔画赞》等。王羲之楷书在用笔、结体的技巧都已达到相当高的境界,他的楷书简化了隶书的起笔与收笔,横画不再夸张,主笔多表现在竖画上,字形方整,仪态典雅,结构严谨且注重点画在笔势与笔意间的内在呼应。王献之是王羲之的幼子,聪颖而具胆识,承传家法而锐意创新,曾劝父亲改革书体。其小楷如《洛神赋》则更加疏简迅直,点画起收精神外露,在楷书发展史上占有重要地位。

二、南朝楷书

南朝宋、齐、梁、陈因受禁碑余波影响,石刻存世甚少,著名的有:刘宋大明二年(458)的《宋故龙骧将军护镇蛮校尉宁州刺史邛都县侯爨龙颜碑》,书风简古劲险,雄浑威重,尚含隶书意味。刘宋大明八年(464)的《刘怀民墓志》,书风稚拙萧散,收放自如。萧齐永明年(487)的《刘岱墓志》,书风庄重典雅,笔法精致。萧梁天监十三年(514)摩崖刻石《瘞鹤铭》,书风字势宽绰,丰力多筋,雄厚峻宕,质朴自然。天监十三年(514)的《王慕韶墓志》,笔法劲健,结体谨严。陈太建二年(570)的《卫和墓志》,书风醇厚宽和,古雅沉凝。梁、陈书迹世不多见,楷书尤少,存世的这些碑刻已是十分珍贵。

三、北朝楷书

北朝楷书,竞相吐艳,一时蔚为壮观,或奇古,或峻整,或雄浑,或超逸,或厚重,或典雅……足以俯仰前代,傲视后来。北朝楷书已经高度成熟,由书家与碑石刻手共同创造的整体时代风格是一种恣肆雄强的阳刚大气。其主要代表是北魏时期河南、山东、河北、陕西等地碑刻和西域写经文书墨迹。

在北魏楷书中,龙门造像居于重要位置,它与邙山墓志共同构成了以洛阳为中心的北魏楷书轴心系统。龙门造像系分布在河南洛阳城南伊河入口处两岸的西山(龙门山)和东山(香山)的石窟群。自北魏太和十八年(494)开凿,延续至北宋,历时四百余年。现存题记三千六百八十余种,规模之大,时间之长,数量之多,举世罕见。

《龙门二十品》以其风骨峻朗,方整雄强,斜画紧结,用笔刻露而著称。

《中岳嵩高灵庙碑》,刻于太安二年(456),石在河南登封中岳庙。质朴古拙,率意真放,迻迈而略带稚气。

《吊比干文》,全称《孝文皇帝吊比干墓文》,考为太和十八年(494)刻,现存河南汲县比干庙者为宋代摹刻。瘦峭隽整,似乎实险,虽体势纵长而隶意犹存。

北魏楷书除中州书风之外,山东境内诸刻是为大宗,云峰诸山刻石以其雄放宕逸的典型风格,成为楷书的重镇。康有为将魏碑分为三大类型:“魏碑大种有三,一曰龙门造像,一曰云峰石刻,一曰冈山、尖山、铁山摩崖,皆数十种同一体者。《龙门》为方笔之极轨,《云峰》为圆笔之极轨。二种争盟,可谓极盛。”(《广艺舟双楫·余论第十九》)。

云峰诸山石刻系主要代表作品有《郑羲上下碑》等。《郑羲上碑》全称《魏故中书令秘书监郑文公碑》,碑在天柱山。《郑羲下碑》,全称《魏故中书令秘书监使持节督兖州诸军事安东将军兖州刺使南阳文公郑君之碑》,碑在云峰山。两碑同刻于永平四年(511),又合称《郑文公上下碑》。书法骨力雄健,气象堂皇。用笔圆转婉通,结体舒放自然,熔篆隶于楷书之中,极具模范典型之品格。

山东境内北魏楷书刻石著名的尚有多种,如《张猛龙碑》等。

《张猛龙碑》,全称《鲁郡太守张府君清颂碑》,刻于正兴三年(522),石在曲阜孔庙。《张猛龙碑》为北魏楷书名品,结构精绝,整炼沉雄,用笔潇洒,方圆兼备。

北魏楷书名品尚有分布在陕西、河北等地的如《石门铭》、《崔敬邕墓志》等,皆为一方典型。

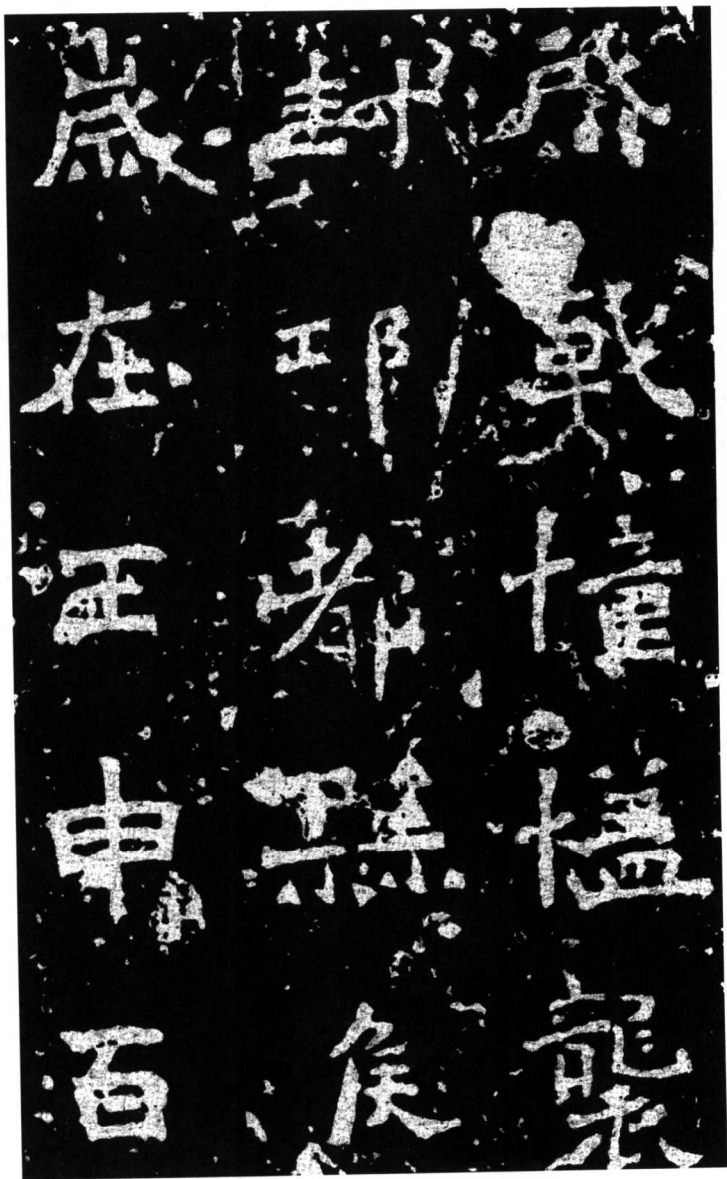
《石门铭》,刻于永平二年(509),摩崖刻石。书法萧散超逸,参差错落,用笔真率多篆意,结体开张而又收放自如。

《张玄墓志》又称《张黑女墓志》,此碑是北魏末年极具特色的楷书类型,气度雍容,姿态俊秀,字取横式而又随势变化,笔法纯熟,而又蕴含古意,字势内敛已开初唐先声。

北朝东魏、西魏、北齐、北周楷书刻石存世较少,《崔景播墓志》等数种更觉珍贵。

北朝书法除刻石之外,历年考古发现的写经、文书也十分可观。写经书法被称为“经生体”,这种技术特征很强的小楷自魏晋,经南北朝至唐宋一直流传有千年之久,自可为楷书的一支劲旅。

统观楷书的发展时期,一个明显的特征即书法的审美追求与风格有着极强的地域性,地域书风对书家群的影响,直接影响楷书在发展过程中风格与技法的演变规律。



《爨龙颜碑》 南北朝



《瘞鹤铭》 南北朝



《中岳嵩高灵庙碑》 南北朝



《好大王碑》 南北朝

第三讲 楷书的鼎盛时期

南北朝楷书的绚丽多姿与技法的逐渐完备为楷书走向辉煌奠定了基础,由隋至唐是楷书达到极盛的一个历史重点。其主要表现有三:一是楷书在技法上的高度成熟与创作走向规范化;二是典型书家的典型楷书风格作为一种模式的确立;三是以书法家个人的风格形式特征作为书体流派并以个人名命楷书风格类型的社会现象。

一、隋代楷书

隋代建国时间不长,书家实与南北朝难以分辨,在众多的存世碑刻中,若以楷书名作而论,则以《龙藏寺碑》、《董美人墓志》等为主要代表作品。

《龙藏寺碑》,开皇六年(586)刻,刻石在河北正定龙兴寺,被誉为“隋碑第一”。

《董美人墓志》,开皇十七年(597)刻,出土于西安,后毁于战火,现存拓本。用笔匀称精整,结构于平和中寓灵动,舒妙妍放,脱尽北朝旧风,展现隋代楷书新姿。

《苏慈墓志》,仁寿三年(603)刻。风格峻严方饬,庄重遒美,温和中时透刚劲,已开唐初楷书先河。

智永《真草千字文》有墨迹本及石刻本。智永为二王书法传人,《真草千字文》的楷书工稳中寓机警,端庄中透灵动。入笔锋颖轨迹利落,行笔圆润多姿,收笔严谨,意态自如。

隋代写经体楷书更趋整饬,如大业四年(608)的《大般涅槃经》等,精熟练达,冷峻工整,体现职业书手的娴熟技法与书风。

二、唐代楷书

唐代是楷书大家辈出的时代,具有楷模式的诸家楷书在书法史上占有重要地位。以欧、虞、褚、颜、柳等著名楷书大家为代表的唐代楷书既显示了唐代

书法艺术的盛况，也显示了中国书法艺术的辉煌。

欧阳询(557—641)，字信本。楷书严紧峻拔，森严险厉，用笔瘦硬刚健，结体取纵势，气息内敛，世称“欧体”。传世楷书代表作有《皇甫诞碑》、《化度寺邕禅师塔铭》、《九成宫醴泉铭》、《虞恭公温彦博碑》、《房彦谦碑》等。

虞世南(558—638)，字伯施。入唐官至秘书监。楷书姿荣秀出，刚柔并用，用笔温润遒丽，结体安详静穆。传世作品有《孔子庙堂碑》、《昭仁寺碑》、《破邪论序》等。

褚遂良(596—659)，字登善。楷书绰约疏瘦，婉媚劲逸，用笔清健遒美，结体舒展萧朗。代表作品有《伊阙佛龕碑》、《雁塔圣教序》、《房玄龄碑》、《孟法师碑》、《阴符经》、《倪宽赞》、《灵宝度人经》、《千字文》等。

薛稷(649—713)，字嗣通。楷书纤瘦疏通，清简济亮，用笔遒丽多姿，结构宽绰冲和。代表作品有《信行禅师碑》、《洛阳令郑敞碑》等。

薛曜(生卒年不详)。楷书瘦硬有神，用笔细劲，



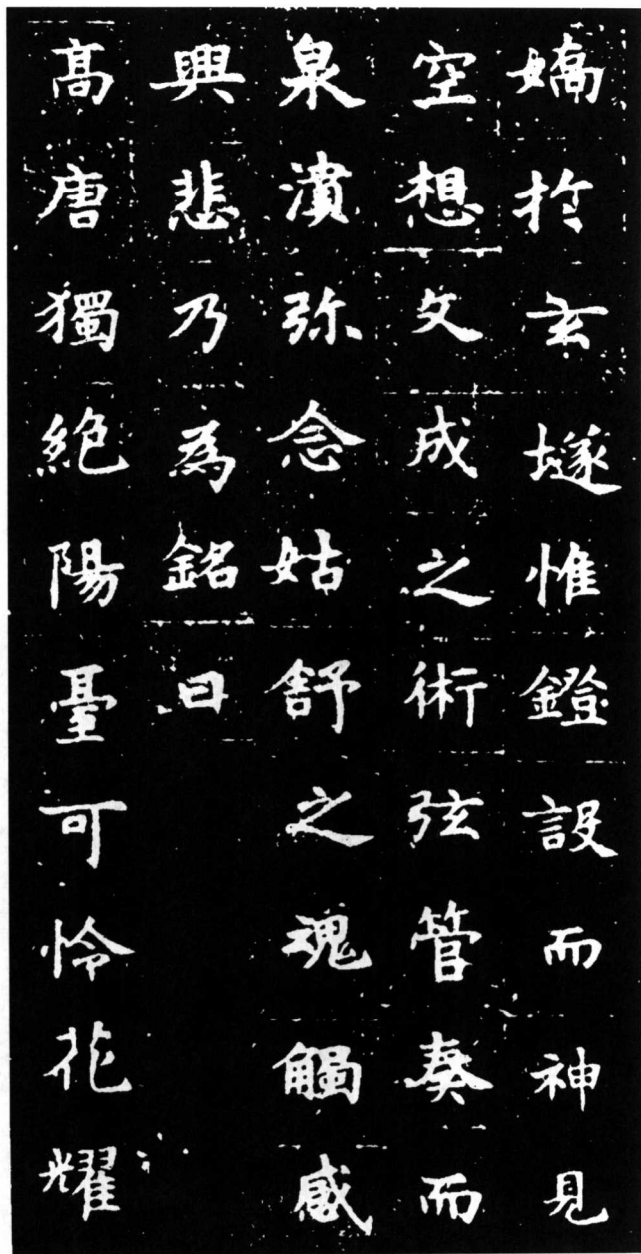
《龙藏寺碑》 隋

结构疏朗。代表作品有《万岁登封元年祀坛碑》、《夏日游石淙诗并序》、《秋日宴石淙序》等。

徐浩(703—782),字季海。楷书严谨整肃,用笔沉着,结体稳健。代表楷书作品有《不空和尚碑》、《大证禅师碑》等。

颜真卿(709—785),字清臣。楷书用笔凝重遒健,圆厚硕壮,结构外紧内宽,方严端嵬。代表楷书作品有《多宝塔碑》、《颜勤礼碑》、《颜氏家庙碑》、《元结碑》、《郭家庙碑》、《宋璟碑》、《李玄靖碑》、《八关斋会报德记》、《东方朔画赞》、《麻姑仙坛记》、《大唐中兴颂》等。

柳公权(778—865),字诚悬。楷书骨棱特出,劲拔威严,世称“柳体”。用笔劲媚而富弹性,结体极具法度。代表楷书作品有《大达法师玄秘塔碑》、《神策军记圣德碑》、《西平王李晟碑》、《冯宿碑》、《义阳郡王苻璘碑》等。



《董美人墓志》 隋



顏真卿 《多宝塔碑》 唐



柳公權 《玄秘塔碑》 唐