

历代碑帖临写系列

魏晋唐 小楷九种通临

刘小晴 书

上海书画出版社

历代碑帖临写系列

第一辑

乙瑛碑通临

张黑女墓志通临

褚遂良孟法师碑通临

欧阳询九成宫碑通临

颜真卿颜勤礼碑通临

柳公权玄秘塔碑通临

第二辑

汉曹全碑通临

北魏龙门四品通临

欧阳询皇甫君碑通临

柳公权神策军碑通临

魏晋唐小楷九种通临

褚遂良雁塔圣教序通临

颜真卿麻姑仙坛记通临

虞世南孔子庙堂碑通临

ISBN 7-80672-868-6



9 787806 728680 >

定价：12.00元

历 代 碑 帖 临 写 系 列

魏晋唐 小楷九种通临

刘小晴 书



上 海 书 画 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

魏晋唐小楷九种通临 / 刘小晴书. —上海: 上海书画出版社, 2004. 6

(历代碑帖临写系列)

ISBN 7-80672-868-6

I. 魏... II. 刘... III. 楷书—书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第039794号

☆ 历代碑帖临写系列

魏晋唐小楷九种通临

刘小晴 书

● 上海书画出版社 出版发行

地址: 上海市延安西路 593 号

邮编: 200050

网址: www.duoyunxuan-sh.com

E-mail: shcp-ph@online.sh.cn

印刷: 上海市美术印刷厂

经销: 各地新华书店

开本: 889 × 1194 1/16

印张: 4.25

印数: 0,001—5,000

版次: 2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80672-868-6/J·783

定价: 12.00 元

出版说明

《历代碑帖临写系列》第一辑出版后，受到了广大书法爱好者的欢迎。故我们遵循此系列的编辑立场，继续选择适合书法基础学习的碑版刻帖，约请当代实力派书家分别作通篇临写，推出《历代碑帖临写系列》第二辑八种。

面对这些学书者在入门阶段最熟识、选择率最高的碑帖，尤其是以“法度森严”、“端庄谨严”而传世的隋唐法帖，书家们看似简单的通篇实临并非人们想像的那般轻松，他们大都面临着三方面的挑战。一是对于漫漶剥蚀甚至风化损佚的镌刻书法的理解、把握和还原，以使笔下的墨迹与原碑帖的技法特点和整体气质相统一。二是处理神形兼备的关系，以使临摹作品在精微处尽可能体现各书体点画、结体等方面的“形似”，而在整体上又要力求表现气韵生动、通篇畅达的“神似”。第三就是协调个人书风与所临碑帖书风的关系。实临似乎是一个无奈地舍弃自我追求他法的过程，但有着几十年书法实践，业已形成自身书写习惯和艺术取向的书家们，绝不可能如初学者那般亦步亦趋地临写。如何将自己个性化的理解和实践融入所临碑帖的技法特征和艺术品位中，使两者相得益彰，这几乎是每个临书者都面临的困惑与挑战。基于此，书家们集数十年书法功力，在对原碑帖反复推敲、不断实践的基础上，准确把握好上述几方面的要求，为读者奉献出既有直观参考价值又具艺术欣赏价值的临书作品。

与第一辑丛帖一样，对于原碑帖中残损的行文，俞丰先生做了尽可能的考释与补充，并附上简体释文，旨在为读者提供更多的信息和参考。愿学书者能在通临字帖的启发和引领下，更有效、便捷地步入书法学习之门。

小楷临池心得

△临摹魏晋人小楷刻本，要善于恢复其笔意。古人书丹上石，一经刻工凿刀斜入，已非本来面目，再经风雨之侵蚀，人工之椎拓，字口亦愈来愈细，如辗转翻刻，则离魏晋人更远，使初学者无法问津。欲弥补此憾，一要多看历代名家墨迹；二要将刻本作真迹想，发笔时微露的锋芒，点画与点画交换过渡时的锋势往来，转折时的方笔棱角以及墨色的变化和点画两边不光而毛的质感等，都是刻石所无法表现的笔意，能恢复其原来的笔意，方为临摹中之高手。

△作工整一路小楷要锋势备全乃佳，字之精神全从锋芒棱角中透出，然锋芒不可虚尖怯露，棱角不可筋骨外露而坐犯浮薄之弊。

△余每喜于燕时暇日，明窗净几，案头置古帖数册，然后焚清香，瀹苦茗，将古帖随意翻阅，看到会心处，不觉心中欲书，手下技痒，即铺纸濡墨，于静坐中作小楷数行或数十行，足可涤烦襟，破寂寞，释躁心，忘宠辱，自觉有无穷之乐趣。

△作小楷时，当雪其躁气，释其竞心，爱憎不栖于情，喜忧不留于意，泊然无感，体气平和，心无尘翳，指有余闲，无一事横介于胸中，而后凝注精神于字里行间，字则佳矣，若迫于物事，率尔应酬，势不能入微妙之境。

△小楷世用极博，不仅可培养一个人缜密细致功夫，亦可陶冶灵性，怡养气质，故前人有“不精小楷不能称书家”之谓，非在于利禄也。唐之经生书、干禄字，宋之院体，明之台阁制诰体，清之馆阁体，均以工整见长，以法度相胜，千余年来在科举中殿试恭写，盛行不衰，意在示人以规矩也，岂能嗤之以鼻而睨视哉！其实馆阁蝇头细字亦极难写，古之士人以毕生精力赴之，所不足者只是风格雷同，殊少意趣耳。

△小楷用纸余喜半生半熟之仿古宣、洒细金宣、泥金笺、发笺或染色绢，绢宜背拓一层宣纸后方可书写，用生宣最好用质地细洁之旧纸。墨宜浓，字则有精神，最好用墨磨，墨以上乘油烟或旧墨为宜。

△书小楷不必悬腕，虚着其腕即可，指死腕活，当以运腕为主，写到圆熟之时，自然运笔灵动。

△小楷用笔宜清、宜腴。所谓“清”者，笔无游移，墨不旁沛，点画精劲，锋颖秀发是也；所谓“腴”者，笔致圆融，浑厚饱满，湿润雅逸，婉约丰美是也。故字愈小用笔愈要清晰，不得有丝毫渣滓、齷齪。然清者易薄易瘦，腴者易肥易肿，关键在于用笔之中锋耳。发笔时宜以藏锋为主，走笔时中锋提运，收笔时隐迹敛锷，出锋力送到，每折必洁净，作点尤精深，使其锋藏画内，则自然骨肉相称也。瘦而露骨，虽清而不腴也；肥而臃肿，虽腴而不清也，锋中则骨藏画内气自然清，笔正则墨浮两边质自然腴，得清腴之法则秀逸之气溢出于纸表也。

△作小楷用笔宜重，宜着实，方能于精到细腻处见沉着功夫。所谓“重”者，非粗厉强横之谓也，言用笔宜沉着而不浮，虚灵而不板，盖用笔如用刀，如刻入缣素一般，使其点画如刻，结构如铸，增之不得，减之不能，则自能力透纸背，精气结撰，墨光浮溢，神采焕发。

△写小楷作点或写露锋短画、短竖时最要留意，勿以细小而马虎，发笔尖，收笔一定要圆，使其点画劲气内敛，墨精暗坠，极其圆融饱满，则虽微如粟米，亦有珠圆玉润之妙。

△凡高古而富有篆意之小楷，画之中段较肥，丰实圆融，而其转折处亦不露圭角，初

学者可参阅《唐人摹王羲之东方画赞真迹》。凡以理法相胜之工楷，笔意周到，点画完成，笔笔到位，结字匀称熨帖，初学者可参阅《赵孟頫小楷汲黯传真迹》。凡以意趣相胜之小楷，笔短趣长，点画质朴，结字微扁，稍杂隶意，初学者可参阅《钟繇荐季直表》。

△小楷用笔不难在光洁，而难在沉涩，行笔时锋抵纸面，逆势涩进，使其点画两边不光而毛，则自然古质。

△小楷结字，当以“画平竖直”四字为律。凡一字中之主画主竖其势宜平宜直，其余次画相配亦要富有变化，于不平中求平，不直中求直，使其体势于平正中寓迷离之变化，则自有一种堂堂正正之气概。

△小楷结字宜疏朗、开阔，使其宽绰有馀乃佳。凡点画交际衔接之处，密处也，宜用尖接法，以虚为实，则密处皆疏；凡方框结构内之短画或潜虚半腹，或以点代画，则字内空素地开阔；或藏锋遏势，收敛其笔，以简代繁，意到即止，省减笔形；或笔意外拓，使其结构外紧内松，以上诸法初学者一一运用纯熟，自能得宽绰之妙。宽绰不是松散，又贵在形欲疏而神欲密，体欲奇而格欲正。

△小字结构切忌大小一律，状如布棋布算而坐犯齐平之弊，当以自然之体势，于大小长短，开合伸缩，俯仰向背，疏密肥瘦，奇正虚实之变化中各尽字之姿态，于参差错落中求齐平乃佳。

△楷法之妙，行行要有活字，字字须求生动，欲臻斯妙，其要有四：一曰气势，楷书形不贯而气贯，其势盘纤于虚，为无形之使转。故作楷时笔笔相生发，处处兜得转，虽若断而还连，势若卷出，如是则点画之间，顾盼呼应，笔意贯注，血脉流通，字则活矣。二曰韵律。楷书不难于沉静，而杂在于静穆中寓流动之态，所谓“作真如草”“楷法如快马斫阵”是也。故作楷时从容自如，如闲庭信步，使其用笔有抑扬顿挫之韵律，轻重徐疾之节奏，浓淡枯润之变化，参差错落之自然，如是则字活泼迎人，而富有生命感也。三曰笔力，小楷用笔宜虚实相间，骨肉相称，挺拔非僵直之谓也，当以曲势为主，使其每一点画有轻重、粗细、曲直之变化，或仰或覆，或向或背，清气虽本于笔性，实出于笔头，一缕锋尖能为我所用，则自能出神入化。故用笔愈沉劲则愈挺拔，愈轻灵则愈力足，力愈足而字法愈生动。四曰姿态。小楷妙在于平正中寓险绝之姿态，使其体势平而不板，奇而不怪，若云出岩间，似风行水面，随势流走，因机生发，所以能尽字之真态而得自然之妙有也。试观魏晋人书，或古雅质朴，异趣盎然；或纵横萧散，不主故常，何拘平正二字，妙在势若奇而反正也。余沉酣楷法数十年，终为法度规矩所缚而不能超逸生动，深知画道之妙，非知之难，实能之难耳！

△小楷结构之变亦只在纤芥毫厘之间，所谓“纤微向背，毫发死生”是也。试观王羲之之书，或妍求拙，百姿横生，使人愈看愈妙，愈妙而味愈浓，故“微妙”二字，大可深思。

△小楷亦有行气，若字字平正则无行气，贯气之法妙在体势之微微欹侧，或纵势向左欹侧，或横势向右倾斜，或作势在上而用意于下，或作势于右而用意于左，使其体势有奇正之变，有参差错落，有虚实疏密，如是则字虽不连属而中贯行气也。

△小楷以平正为善，此世俗之论也。平正之书最易板滞，板滞则了无意趣，故小楷之难不难于平正，而难于平正中寓险绝之姿态耳。险绝之法即在平正匀称之基础上对局部点画、偏旁部首运用挪移，转拨等手法改变其角度、位置等，或左伸右缩，或左缩右伸，或峻拔一角，或黄金分割，或转左侧右，或转上侧下，使其字之重心在将跌未跌之时产生优

美之姿态，如鸟将飞而未翔，似兽蹶足而欲扑，此法最为微妙，必须在笔势管束下进行组合，以保持体势之相对平衡，不合情理之大胆变形，极力夸张，必陷谲怪之泥潭而难于自拔也。

△学钟繇小楷须玩其点画异趣处，或如垂露，或似坠石，或如虫食木叶，或似水中蝌蚪，或笔短而意长，或体扁而笔圆，或如散隶，或作八分，古拙浑厚之中自有一股渊懿醇茂之气扑人眉宇，盖意以敛之而愈深，气以蓄之而愈厚，如钟鼎之有宝色，古玉之有包浆，使人玩味不尽也。故写钟字，点画务须要有质感，蕴藉含蓄，以质之趣近古，古之韵则中藏，中藏则耐人寻味，有不可磨灭光景也。

△余最喜子敬《洛神赋十三行帖》，临摹不下数十通，此帖字法清劲，笔意舒展，态致萧散，纵横奇宕，字画神逸，墨采飞动，无一点尘土气，无一分桎梏束缚，而其章法布局，横无列，纵无行，以通篇为一字，如绛云在天，因风变化，使人莫测其端倪，当为意法相胜，理趣相标之书，堪可称历代小楷第一。

△魏晋人小楷得力处全在一个“静”字，心闲意淡，雍容自得，若不经意而意在法中，似不用力而力贯字内，既无乖张矜持之态，又无粗厉强横之笔，态致萧散，笔意淡雅，平和简静，非年高手硬、炉火纯青者实难臻斯妙。

△写小楷笔宜健，气宜厚，格调要高，书意更淡。拙朴之书外枯中膏，质而实绮，自然高古；妍美之书，清而不薄，艳而有骨，自然清新。妍媚而无骨力则坠佻怛甜俗，虽秀而不实也；肥浓而不劲挺则坠臃肿浊滞，虽肥而实腐也。

△小楷求格调当以自然淡古为上，雄浑次之，秀媚又次之，而工巧规矩之书则其下矣。大抵欲造平淡醇古之境，当自绚丽中来，写到圆熟之极，若不加意，似不用力，刊尽雕华，超逸于法度之外，则渐入斯境。

△余极喜颜真卿《小字麻姑山仙坛记》，其书质朴雄浑，字间栉比，行间茂密，极富意趣，看似有憨厚拙陋之态，其实是大巧若拙之书，体势虽平而中寓变化，最为难学。

△余学画从不求新，但求美、求真、求好、求精致、求高雅，功夫到处，自觉有一片化机。以共性而论，艺术并无新旧之分，只有高低、好坏、雅俗之分；以个性而论，风格之形成非勉强可得，乃水到渠成之自然流露也。

△书法创作不能脱离中华民族传统之审美习俗，诡奇谲怪之书以夸张变形为尚而自诩为“丑到极处便是美到极处”，此实大谬也。大巧若拙而非真拙，是工之极、巧之极而不露人工雕琢之痕迹也。归朴返真非孩童之天真，乃真性情、真功夫之自然流露也。一切艺术皆人所为，不难于人工之努力而难于工巧中升华到第二自然之境界，或质朴，或平和，或醇古，或朴素，或放逸，或奇肆，出神入化，所谓“从心所欲不逾矩”，从而臻达规律与自由，理法与意趣，形式与内容之完美统一。

△学画之道，当以沉着为本，知其常而后通其变，故初学者万不可轻视楷法，以篆隶楷书为尚，亦君子图本之道也。近世人只求个性之自由抒发，而忽视共性之客观规律；只追求偶然效果，而忽略必然效果；只讲抒情写意，而不知笔墨技巧；只知自我表现，而忽视古人理法；只知刻意求新求变，而忽视传统之功力，以急功近利之心，行舍本图末之举，未有不蹶者也。

目 录

(魏) 钟繇 宣示表	1
(魏) 钟繇 荐季直表	5
(晋) 王羲之 乐毅论	9
(晋) 王羲之 孝女曹娥碑.....	15
(晋) 王羲之 黄庭经.....	19
(晋) 王献之 洛神赋十三行.....	27
传六朝人书 黄庭内景经	29
(唐) 虞世南 破邪论序.....	44
(唐) 颜真卿 小字麻姑山仙坛记.....	48

尚書宣示孫權所求詔今所報所以博示
逮于卿佐必冀良方出於阿是夢堯之
言可擇郎廟况繇始以疏賤得為前恩橫
所躬睨公私見異愛同骨肉殊遇厚寵以至
今日再世榮名同國休感敢不自量竊致愚

慮仍日達晨坐以待旦退思鄙淺聖意所
棄則又割意不敢獻聞深念天下今為已平
權之委質外震袖武度其拳々無有二計高
尚自疏況未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未自信也

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所示報
權踰曲折得宜神聖之慮非今臣下所能
有增益昔與父若奉事先帝事有數者

有似於此粗表二事以為今者事勢尚當有
所依違願君思省若以在所慮可不須復與
節度唯君恕不可采故不自拜表

元常此表自隸法蛻變而來極其高古憾不能
觀其真迹今臨此表徒貌似而已小晴



鍾繇薦季直表

臣繇言臣自遭遇先帝忝列腹心爰自建安之
初王師破賊關東時年荒穀貴郡縣殘毀
三軍餽饗朝不及夕先帝神略奇計委任得人
深山窮谷民獻米豆道路不絕遂使強敵喪

瞻我衆作氣旬月之間廓清蟻聚當時實用故
山陽太守關內侯李直之策尅期成事不差豪
髮先帝賞以封爵授以劇郡今直罷任旅食
訐下素為廉吏衣食不充臣愚欲望聖德錄
其舊勲矜其老困復俾一州俾圖報効

直力氣尚壯必能夙夜保養人民臣受國家
異恩不敢雷同見事不言干犯宸嚴臣繇皇

恐頓首謹言



黃初三年月日司徒東武亭侯臣鍾繇表

余最喜太傅薦季直表以其點畫之間多富異

趣而古質之意如三代鐘鼎彝器體質逾古
逾陳色相逾變逾奇幽深無際神妙莫測通
幅視之股淵懿醇茂之氣撲人眉宇非若後人妍
媚纖巧之態所能比擬也甲申元月旭日臨窓余適重
臨一過以溫舊課

小晴

