

王羲之兰亭集序

姚俊卿姚铁力评述



现代教育出版社

永和九年歲在癸丑暮春之初會
于會稽山陰之蘭亭脩禊事
也羣賢畢至少長咸集此地
有崇山峻嶺茂林脩竹又有清流激湍映帶左右引以為流觴曲水列坐其次雖無絲竹管絃之盛一觴一詠亦足以暢敘幽情是日也天朗氣清惠風和暢仰觀宇宙之大俯察品類之盛所以遊目騁懷足以極視聽之娛取諸之勝也所以興懷其致一也後之視今亦猶今之視昔悲夫故列叙時人錄其盛衰興廢之跡雖世殊事異所以興懷其致一也後之視今亦猶今之視昔悲夫故列叙時人錄其盛衰興廢之跡

王羲之蘭亭集序

主 编 宋一夫 迟乃义

姚俊卿 党义 铁力评述

江苏工业学院图书馆
藏 铸 章

现代教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

王羲之《兰亭集序》: 姚俊卿姚铁力评述 / 姚俊卿,
姚铁力著. — 北京: 现代教育出版社, 2006.1

中国书法名家讲析名帖教材

ISBN 7-80196-274-5

I. 王... II. 姚... III. 行书—书法—教材
IV. J292.113.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 159565 号

王羲之《兰亭集序》
——姚俊卿姚铁力评述



主 编: 宋一夫 迟乃义

责任编辑: 孟 君

装帧设计: 张 冰

出版发行: 现代教育出版社

地 址: 北京市朝阳区安华里 504 号 E 座

邮 编: 100011

电 话: (010) 64251036

印 刷: 北京交通印务实业公司

开 本: 889 × 1194 1/16

印 张: 3

版 次: 2007 年 1 月第 1 版

印 次: 2007 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80196-274-5

定 价: 18.00 元



姚俊卿 1934年生于辽宁省黑山县。1958年至1991年任长春电影制片厂高级字幕美术师，为《五朵金花》《沙家浜》等三百多部影片设计和书写过字幕，1991年调入长春大学任教授（已退休）。中国书法家协会首批会员、中国电影家协会会员，原中国民主促进会中央学习委员会委员，中国书画研究院教授、中国文联书画艺术交流中心理事、中国书画函授大学总校教授、中共中央国家工作委员会紫光阁书画院院士、新加坡共和国神州艺术院高级顾问、菲律宾中华逸吟禅墨诗书画国际展会顾问等。是中央电视台《夕阳红》老年书画课堂主讲，中国人民大学书法研究生导师。1989年，中国美术馆举办了“姚俊卿大型个人书法展”。1998年和1999年被中国文联评为“中国百杰书法家”之一。还多次应邀参加日本、韩国、新加坡、菲律宾等国举办的大型国际书法展。书法作品已被毛主席纪念堂、故宫博物院、军事博物馆、西泠印社、完白印社、蒲松龄故居及各地名胜古迹如黄鹤楼、泰山、黄山、华山、孔府等收藏。其作品有收录于毛泽东藏画集。



姚铁力 1964年生于吉林省长春市。吉林大学古籍研究所书法硕士，师从著名书法理论家和书法家丛文俊博士。现为中国书法家协会会员、中国书画艺术委员会委员、中国国际名人协会理事，北京联合大学副教授。

姚铁力七岁随父姚俊卿学习书法，十一岁时书法作品入选在日本举行的中日少年书法作品展。作品多次入选全国各类书法展，并在国家级刊物上发表。



目 录



行书概说 (叶培贵)	2
一、王羲之生平概述	10
二、《兰亭集序》的写作时间和写作内容	11
三、历代对王羲之《兰亭集序》的评价分析	11
四、《兰亭集序》书法艺术手法分析	12
(一) 王羲之行书的总体特征	
(二) 王羲之行书《兰亭集序》艺术手法分析	
姚俊卿作品鉴赏	34
姚铁力作品鉴赏	44



目 录



行书概说 (叶培贵)	2
一、王羲之生平概述	10
二、《兰亭集序》的写作时间和写作内容	11
三、历代对王羲之《兰亭集序》的评价分析	11
四、《兰亭集序》书法艺术手法分析	12
(一) 王羲之行书的总体特征	
(二) 王羲之行书《兰亭集序》艺术手法分析	
姚俊卿作品鉴赏	34
姚铁力作品鉴赏	44



叶培贵

行书是非常重要的—种字体。对它的研究，是书法学的基本组成部分。作为字体的一种，它与文字学有关；作为书法实践的体式之一，它构成了书法史的一部分；作为仍然活跃的一种字体，它是当代书法创作和审美理论建设不可忽视的一个方面。

因此，在书法的学习中，它占有重要的位置：既是实践的，又是理论的。在实践方面，行书书写是一项基本功，更是书法创作的一个大天地。在理论方面，对它本身及其历史、审美的研究固然已经可以成为专门的一科，它与书法学其他领域的关系也是重要的理论研究内容。

一、释名

在我国古代书法文献中，“行书”—词最早出现于西晋卫恒（？~291）的《四体书势》中。《四体书势》研究了四种字体——古文、篆、隶、草。在“隶”中，他提到行书，说：“魏初，有锺、胡二家为行书法，俱学之于刘德昇，而锺氏小异，然亦各有其巧，今盛行于世。”^①东晋王珣（351~388）《行书状》说：“资胡氏之壮杰，兼锺公之精密，总二妙之所长，尽要美乎文质。”^②南朝羊欣（370~442）著《采古来能书人名》，在“刘德昇”条下记：“善为行书。”在“锺繇胡昭”条下记：“二子俱学于德昇，而胡书肥，锺书瘦。锺有三体：……三曰行押书，相闻者也。”^③北朝王愔《古今文字字目》上卷列“行书”—条。^④但这几家都没有对“行书”

作出释义。

传唐代虞世南（558~638）所作《笔髓论》中有《释行》—节，专论行书，开篇即说：“行书之体，略同于真。”有释义的意思，可惜文章不真。^⑤真正对“行书”进行释义的是张怀瓘（生卒年不详，活动于开元年间），他的著作中有四处对行书作了释义性的说明。—处是《书断》，卷上“行书”条说：“案行书者，后汉颍川刘德昇造也。即正书之小讹，务从简易，相间流行，故谓之行书也。”“赞”中又描述其特点是“非草非真”。—处是《六体书论》：“行书者，刘德昇造也。不真不草，是曰行书。”又：“大率真书如立，行书如行，草书如走。”还有一处是《书议》，说：“夫行书，非草非真，离方遁圆，在乎季孟之间。兼真者谓之真行；带

① 上海书画出版社、华东师范大学古籍整理研究室选编校点《历代书法论文选》，上海书画出版社1979年第一版，第15页。

② （唐）张怀瓘《书断》引，见《历代书法论文选》，第164页。又（南宋）陈思《书苑菁华》卷3收入，见《中国书画全书》第二册，上海书画出版社1993年版，第444页。

③ 《历代书法论文选》，第46页。

④ 同上，第40页。

⑤ 余绍宋说：“其为托名伪作，盖无疑也。”见《书画书录解题》卷九“伪托”，浙江人民出版社1982年版。



草者谓之行草。”^⑥ 这是我们所见古代对“行书”的最正式的解释，同时也是最有影响的解释。后来的种种解释，都从这里引申出来。例如，唐代韦续（生卒年不详）《墨薮·五十六种书》“行书”条：“行书者，正之小讹也。”^⑦ 宋《宣和书谱》卷七《行书叙论》：“自隶法扫地而真几于拘，草几于放，介乎两间者，行书有焉。于是兼真则谓之真行，兼草则谓之行草。爰自西汉之末，有颍川刘德昇者，实为此体，而其法简易，相间流行，故谓之行书。”^⑧ 元代刘有定（生卒年不详，元泰定年间人）《衍极·注》卷2：“行书，正之小变也，后汉刘德昇所作，锺繇谓之行押。务从简易，相间流行。至王献之又旁出二体，非草非真，离方遁圆，处乎季、孟之间，兼真谓之真行，带草谓之草行。”^⑨ 明末清初宋曹（生卒年不详）《书法约言·论行书》说：“盖行书作于后汉刘德昇，魏锺繇亦善作行书。所谓行者，即真书之少纵略，后简易相间而行，如云行水流，秣纤间出，非真非草，离方遁圆，乃楷隶之捷也。”^⑩ 至清代其影响犹存，刘熙载（1813~1881）《艺概》说：“行书有真行，有草行，真行近真而纵于真，草行近草而敛于草。”^⑪

但张怀瓘的解释是否正确呢？回答是未必。

首先，他指称行书是刘德昇所造，是有疑问的。刘熙载说：“世言刘德昇造行书，而晋《卫恒传》但谓‘魏初，有锺、胡二家为行书法，俱学之于刘德昇’，初不谓行书自刘德昇造也。”^⑫ 这是很尖锐有力的质疑。从传世的古代书迹看，说行书出于刘德昇所造，显然是站不住脚的。汉代的一些作品已有行书的痕迹，如汉代后期的熹平陶瓮。

根据文字学家的研究，东汉后期一般人日常书写中有一种与规范隶书不同的简便写法，

它弱化隶书的波势、雁尾，减省起收笔的复杂动作，行笔时又参用章草的圆转，这就形成了隶书向楷书过渡的体势，所谓“新隶体”。^⑬ 这种新隶体再加流便，便形成早期的行书，严格说，这是隶书的行书。刘德昇时期的行书，应当就是这样的行书，但不会是他一个人所创造的。在三国两晋，这种行书接受了逐渐成熟的楷书与今草的影响，进而演变成介于楷书与今草之间的字体，也就是我们今天所说的行书。

其次，如果全面考察行书的产生，则行书产生的时间似乎还有进一步探讨的余地。行书基本成型的时间虽是汉末三国，但如果从书写的形式角度出发予以探讨，也许还会有进一步的发现。行书的一些因素的萌芽酝酿时间可以提前，甚至可以提早到隶变的发生。关于文字的形，从书法角度说有点划用笔、结体取势、章法布局三要素的说法。点划用笔不是静态的形，而包含了动态的书写过程。行书点划的基本外形与楷书相似，突出特点有二：一是横竖笔画的起收处都是斜切角；二是横划向右上倾斜。这两个特点都是右手执毛笔书写最容易获得的效果，最符合手的生理特点与毛笔的物理特点，因而反过来说，也就是书写时最为便利的形。如果从这个角度考察，则我们不难发现，至少在隶变时期，这类点划就已经出现了，现存的《侯马盟书》及战国简牍中都可以发现这样的形。

“横划向右上倾斜”的特点，还会影响到文字的结体取势，造成耸拔右肩的姿态——这是楷书、行书区别于篆书、隶书的结构特征。具备这种特征的字形，在隶变时期也已经出现了。

也许可以这样说：行书作为字体，其基本形态的确立，固然是在东汉后期至魏晋南北

⑥ 分别见《历代书法论文选》第163~164页、第213页、第149页。

⑦ 《书苑菁华》本，《中国书画全书》所收《墨薮》本作“正书小伪也”。

⑧ 《中国书画全书》第二册，第23页。

⑨ 《历代书法论文选》，第416页。

⑩ 同上，第570页。

⑪ 同上，第687页。

⑫ 同上，第687页。

⑬ 裘锡圭《文字学概要》，商务印书馆。



朝,但是,它的一些形式因子,却早在隶变时期就已经出现了。如果上述关于手的生理特点和毛笔的物理特点的分析成立的话,我们甚至可以推断,这些形式因子的出现,从有文字开始,只要是使用毛笔、右手书写,就可能被创造出来。事实上,在甲骨文时代发现的墨书中,就有这样的例子。

由此可以断定,行书的产生,实际上是一种历史的必然。之所以在隶变时期,这些形式因子没有迅速地汇合从而形成新字体,原因还有待于进一步探索,但有一点是可以肯定的,即在对篆书的形式特征相当熟悉那个时代,与篆书的形式有着本质差异的楷书、行书的形式因子,是难以被迅速聚合为一种全新的字体形态的。这是人类的认识规律。隶书在结构上一定程度回归篆书,采用横平竖直、左右对称结构原则,就是人类这种循序渐进式的认识规律发挥作用的结果。但在日常的应用中,行书、楷书的这种形式因子,是始终存在的。

第三,他认为行书是正书(真书,亦即楷书)的小讹,似乎行书是在楷书成熟以后才出现的,而实际情况则不然。行书与楷书基本同步发展,甚至还快于楷书。楷书的成熟从某些角度看,还有赖于行书的促动。

第四,行书和草书都是正体的快写,两者之间本有天然的关系,草书对行书的演变有一定影响。然则行书的来源,或许可以这样推断:其源是隶书甚至篆书的快写法,与楷书同步发展(甚至更快),又互为促动,同时受到草书的某些影响。

那么,关于“行书”的释名,似乎应当在张怀瓘的基础上有所调整。我们在这里尝试提出一种解释:行书是萌芽于隶变时期,成型于汉末三国,规范于东晋,介于楷书和草书之间的一种字体。在其成型和发展过程中与楷书和草书相互影响,偏于楷者称行楷(楷行),偏于草者称行草(草行)。这样的解释,既涉及形态,又揭示其生成,是一种兼顾了发生学意义和形态学意义的解释,或许有助于我们的理解。

二、学习行书的意义

学习行书的意义,可以从以下几个方面来看:

第一,了解历史、继承传统

行书虽然比较晚出,但产生不久就迅速成为书法领域最流行的字体之一,两晋的王、谢、庾、郗等几个大书法世家最擅长的领域都包括了行书在内,唐代张怀瓘认为羲、献分别为行楷和行草最重要的书家。唐代最重要的代表书家之一颜真卿在行书领域也有着崇高的地位。宋元明时期,行书更是占据了主导位置,在书法史上有影响的书家,几乎都是行书领域的专家:苏、黄、米、蔡、赵、文、董……清人有所谓“碑学”“帖学”之说,后者的构成,主要就是行书。书法史上所常提到的文人书法,最有代表性的作品,行书占了绝大多数。可以说,在清代以篆隶北碑为中介建立新的书法观念之前的书法传统,相当程度上是以行书为基础建立起来的。因此,要真正了解书法的历史,继承书法的优秀传统,离开对行书的学习是肯定不行的。

第二,旁通博取、兼容互济

从文字学的角度看,行书与楷书、隶书、篆书相比,形式系统的稳定性和严密性稍有不,因此有的学者认为它是一种辅助字体,属于楷书的快写体。这当然有其一定的理由。但是,书法学意义上的字体与文字学意义上的字体既有联系又有区别。从书法学角度看,行书非但不是辅助字体,相反,它的形式构成的丰富性、重要性非但不比其它字体逊色,甚至从某种意义上说,还要突出一些。如前所说,行书的许多形式因素来源于古文字向今文字转变的过程中,与古文字的联系并不比楷书和草书远;行书成熟以后,形式介于楷书与草书之间,楷、草二体的形意,均可较为便利地为行书所取用,反之行书的形意也同样可以较为便利地向楷、草二体输出。进一步说,它还可以构成楷、草二体之间的一个桥梁。如此不难看出,



学好行书,绝非一个孤立的学习对象的选择问题,而是全局性的。通过它,可以方便地沟通许多字体,收到举一反三的功效;同时,对于学习其它字体、丰富其它字体也有很大的好处。清代讲“碑学”“帖学”的人,固然有不甚擅长行书的,但是晚清有成就的大家却认识到行书的重要性,因而往往兼通互济,融会碑帖。可见,即使主攻的是篆隶北碑,如果不懂行书,也可能限制自己的发展。

第三,艺术实用、两全其美

以上两点所说,主要瞩目艺术方面。而就日常书写和传达信息的角度看,行书的书写比楷书方便快捷,辨认比草书清晰准确,因此现实的使用价值显然比楷书和草书高,即使不考虑书法的审美意义,单纯从文字的工具性出发,学习行书的意义就已经很突出了。这一点,无须笔者多饶舌,我们日常写信、写文章、写告示乃至商品包装用字,无论用毛笔还是钢笔,最常使用的字体,也是行书,很少有用楷书的,更不用说隶书和篆书了。

如果在这一层面上也考虑到艺术的需要,则还需要指出:不管学哪种字体,在创作时,经常要用行书署款。因为草书不易辨识,可能削弱款字作为标识的作用;篆隶楷书太严肃,可能削弱款字与正文之间的主次关系。这既可以看作实用的意义,也可以看作为艺术的目标服务。

三、行书的分类

我们面对的自然万象总是千变万化、无法穷尽的,一花一世界,如果没有一定的认识框架,我们就只会得到杂乱无章的印象。行书虽然是人类的创造物,而不是造化自然生成的,但同样具有这种特点。分类就是一种认识框

架,通过分类形成认识的条理,以便更好地掌握对象。顾颉刚先生说,人们“看见林林总总的东西,很想把繁复的现象化作简单,而得到它们的主要原理与其主要成分,于是要分类”。分类,一种用归纳法,“把逐件个别的事物即异求同”;一种用演绎法,“先定了一种公式而支配一切个别的事物”。^⑭

分类往往根据认识的目的来做出。目的不同,据以分类的角度便不同,结果自然也不一样。对行书进行分类,常见的角度和结果有三种:

第一种,按照与楷书草书的关系划分。如前所述,通常分为“行草”、“行楷”两类。但是,从清代以后,这种分类法有所丰富,原因是行书与篆隶北碑也发生了联系,因此出现了“魏行”这样的概念,指由北魏碑刻衍生出来的行书写法,以赵之谦的行书为代表。这种分类法的好处,是能迅速地把握其字体的形式特点,便于参照楷书、草书或者魏碑来学习。

第二种,按照时代风气来划分。比如说“晋尚韵,唐尚法,宋尚意,元明尚态”,^⑮固然说的是各时代的整体书风,但由于晋代、宋代、元代和明代人擅长行书的多,因此往往也就变成了人们分析这几代人行书时的一种重要的分类角度。这种方法的好处,是便于把握历史脉络和文化特色,以求得其核心精神。清代书学家周星莲(道光年间人)进一步发挥说:“晋人取韵,唐人取法,宋人取意,人皆知之。吾谓晋书如仙,唐书如圣,宋书如豪杰。学书者从此分门别户,落笔时方有宗旨。”^⑯

第三种,按照审美风格来划分,比如分为妍媚、雄强等。张怀瓘评王羲之、王献之父子说:“父之灵和,子之神骏。”^⑰清代书学家王澐(1668~1743)说:“世称颜书者,多以雄劲

⑭ 顾颉刚《汉代学术史略》,东方出版社1996年版,第1页。

⑮ 梁巘《评书帖》,见《历代书法论文选》,第575页。

⑯ 周星莲《临池管见》。

⑰ 张怀瓘《书议》。



题目。”^⑩盛时泰说：“(宋)四家之中，苏蕴藉，黄流丽，米峭拔，……而蔡公又独以浑厚居其上。”^⑪这些论述虽然不是针对行书总体进行风格划分的，但是有许多论断实际上一直在指导着人们认识历史、学习经典。

以上种种分类法，各有各的作用，也都可以帮助我们发现学习的方法。但是，我们这里还想提出一种方法。这个方法的出发点有两个：一是历史，二是临习。下面先介绍这个分类法的具体内容：

依据历史，我们首先可以把行书分为四个类别：

(1) 原生行书。

(2) 经典行书。主要指晋、唐时代的行书。

(3) 宋元明清文人行书。这是以文人精神为指导、以经典行书为基本典范进行艺术发挥的行书。

(4) 篆隶北碑影响下的行书。是清代篆隶北碑复兴以后出现的新发展。

原生行书是行书产生时期出现的作品，还没有经过像王羲之等人的改造。这部分作品有一个特点——还没有经过后世那种基于艺术目标的锤炼，所以属于一般意义上的文字书写，而不是书法意义上的艺术的书写。这一类作品，一则可藉以了解历史；一则也可以从中提取行书与篆隶之间可沟通的形式。经典行书是行书从文字书写向艺术发挥时期奠定的，凝聚了最重要的艺术技巧和艺术原则，是后来所有行书艺术创造的根源，也是行书学习不可或缺的范本。宋元明清是书法艺术文人化的时期，文人们充分吸收文化的养分，充分展示自己的个性精神，在行书领域进行艺术创造与发挥，形成了富有文化气息而又充满个性精神的多样风格。清代以来的行书，逐渐吸收篆隶北碑的成分，形成了新的面貌。对于学习者来说，这

后两类都是丰富自己、建立风格的借镜，以为专攻的对象，亦无不可。

如果不明白上述各类作品的历史地位及其相应的艺术学习的价值，那么学习时就可能不得其门而入。比如，才一入手就选取原生行书或明清时期风格强烈的个性化作品作为范本，而忽略了从经典中获取基本方法和原则，这就可能学成一身习气，堕入野道。

依据学习的需要，我们着眼于作品的形式特点，又可以分出这样一些类别：

(1) 小幅式或长卷原迹和复制墨迹。

(2) 碑刻和刻帖。

(3) 大幅纵式墨迹。

幅式的类型，似乎不过是材料问题而已。实则不然。大幅纵式作品的欣赏方式与小幅式和长卷的不同，需要相应的技巧表现来配合。因而即使同样学习二王，表现于大幅纵式与表现于小幅式和长卷，也会有非常大的差异。晚明王铎等人在学习魏晋方面不可谓不深入，但是最后的结果却和宋元明代其他书家很不相同，幅式的差异是很重要的一个原因。

墨迹与刻本的差异也很重要。墨迹的传真程度，刻本无法比拟，即使是最好的刻本也无法把墨色的浓淡表现出来；如果是碑刻，则差异会更大。原迹与复制本墨迹的差异也应当注意。

作品材料和制作方法的这些方面的不同，在学习时常常会被忽略。例如，由于刻本损坏了笔锋在纸上运动的一些痕迹，使得某些笔画看起来是秃的，于是就强调要藏锋，把笔画写死了，丧失了行书的生动活泼。又比如，由于不懂得大幅纵式的笔墨要求与小幅式不同，于是没有专门安排训练，导致写大幅式的时候捉襟见肘。如此等等的问题，如果在学习时都考虑到，那么就可以事半功倍，取得更快的进步。

^⑩ 王澐《虚舟题跋》。

^⑪ 盛时泰《苍润轩碑跋》，转引自季伏昆《中国书论辑要》，江苏美术出版社1988年版，第493页。



四、行书学习教程

怎样学习行书呢？

书法学习的一个基本要求是临摹。临摹什么？当然是历史上的法书——可以为法的作品。历史上的著名行书作品不可胜数，风格多种多样，这就有一个选择的问题。应当说，并不是所有的著名作品都可以直接成为临摹的范本的。范本都有自己的风格，在学习的不同阶段，应当选择不同的作品，以满足相应的学习目的。

初学阶段。讲究规范性和基础性。孙过庭说：“初学分布，但求平正。”这个阶段选择的范本应当是风格相对平和的，同时必须比较全面、规范地展示行书的基本技巧，以使学习者能够获得最准确的基本方法。历史上符合这种要求的，首先是二王一系的作品。我们推荐如下几种：王羲之行书尺牍如《得示帖》、《丧乱帖》、《孔侍中帖》等；王羲之《兰亭集序》（神龙本）；怀仁集王羲之《圣教序》；王献之《廿九日帖》、《地黄汤帖》等；米芾《蜀素帖》；赵孟頫尺牍等。

在基础学习阶段，技巧锤炼的主要内容可以概括如下：

（一）锋的出入、锋的中侧及所形成的形态

行书笔锋的出入方法、中侧变化以及所形成的形态非常丰富自然，对它们的把握，是能否进入行书书写的关键，特别是对于以楷书入门的学习者来说。楷书形式的严谨，表现为笔法周到，各种技巧充分调动；而行书则对周到的楷法进行适当的简化，以求表现行书的特点。因此，学习行书，笔法上要求“解散楷法”，解散不是不要，而是有所选择、有所弃取。在保证造型准确到位的前提下，行书对笔锋的自如应用、中锋侧锋的变化调整提出了更高的要求，学习时应该特别予以关注，并且逐渐形成在正常的书写节奏中自如把握的能力。

在这方面的训练，应当着重把握的有两点：首先，要求对基本技巧不仅熟练掌握，而且要知其然、知其所以然，以求从原理上掌握

其必然性；其次，对特殊技巧要进行重点锤炼，以备将来形成自己的书写特色。

（二）特殊笔顺、重要偏旁的连省方式

一般而言，行书笔顺特别是行楷，与楷书不会发生太大的变化。但行书的目的之一是快捷，因此笔画的连接方式也就是笔顺难免与楷书有一些不同，特别是行草，如果不能正确理解和把握，也就难以写出符合特点的行书。

出于同样的理由，行书对字形也会进行适当的简化处理，比较常见的手法是连和省。连，是指连笔书写；省，是局部省略。不知连、省，行书特点的表现，也都会大打折扣。

无论是笔顺改变还是连省，都不是随便的，而有内在的依据，所以必须从经典作品的学习中获取经验和方法。

（三）基本结构原则的把握和运用

行书结构与其他字体结构一样，建立在汉字字形的基础上，但是形成了自己的特点。由于特点不同，观察方法也要做适当的改变，所应当掌握的原则也会与其他字体有所不同。比如，讲篆隶，重要的是先把握横向、纵向笔画之间的分布，而行书则要先学会观察字形的欹与正、疏与密等对比关系。通过这种观察，总结出一些常用手法并且加以强化训练，以求不仅熟练掌握并且能够融会贯通、举一反三，是行书结构练习的要点。

此外，还要重视一个问题，每个行书字结构的变化可能性比楷书通常要多一些，应注意积累、探索每字结构的多种可能性，以求灵活处理，而不能僵化地理解。

深入阶段。基本技巧掌握了之后，应当强调风格的初步定型，尝试建立来源于历史而有一定独特性的书写模式。故孙过庭又说：“既知平正，务追险绝。”这时选择的范本应当是在审美性质的表现上相对稳定并具有独特性的作品，通过学习这些作品，使学习者迅速进入一个系统，并了解、学习强化艺术表现力的各种方法、途径。选择范本，既可以是第一阶段的，也可以选择其他历史经典，如：王献之的《鸭



头丸帖》；王珣的《伯远帖》；收录在《万岁通天帖》中的南朝王慈、王志的各件作品；颜真卿的《争座位稿》、《祭姪文稿》等；苏轼《黄州寒食诗帖》、《渡海帖》等；黄庭坚《松风阁诗帖》、《寒山子庞居士诗帖》等；米芾《苕溪诗帖》及尺牍等。

这个阶段最好集中解决一件或几件风格接近的作品或者某一家，借此建立一套相对完整的技巧，尽管可能保留较多模仿的痕迹，也是值得的。由此一点实现突破，可以使自己迅速跃上一个高台阶，一方面把基础训练所获得的技巧、原则更加充分地条理化，另一方面为将来进行整个体系的全面吸收和综合奠定基础。针对这个目标的锤炼重点，也可以概括如下：

（一）技巧系统化

尽所能穷究所学对象的特点，贯彻到任何一个字的书写中，并能初步扩展应用（运用到字帖所无之字的书写）。

（二）节奏定型

通过对象的学习，形成相对稳定的书写节奏。

（三）创作起步

初步学会运用所学对象进行创作。

扩展阶段。在完成上述两个阶段的学习后，扩展、丰富是必然的要求。通过扩展，可以反过来加深巩固前面的所有知识和能力，更重要的是由此才可以真正走向自我风格的建立，自我风格不是闭门造车，而必然是转益多师的结果。具体训练，可以包括以下几种方式：

（一）大小字之间交替练习

传统行草书产生时期的书写材料——竹简、木牍或是早期的纸张——都不阔大，因而字型都较小，笔法、字法和章法的变化均在一个比较微妙的幅度之内实现，若将其展大，必然在视觉上形成不同的感觉，同时笔法的运用也要发生许多差异。如果不加以练习，寻找其中的变化规律，则很难实现转换。明丰坊《童学书程》说：“右军：《罔极帖》《星凤楼》。大令：《中秋帖》《东问帖》俱《宝晋斋》。王慈：《尊体帖》《柏酒帖》《陈赐帖》俱《真赏斋》。王志：《一日帖》《真赏斋》。颜鲁公：《过隸帖》《卢八帖》

俱《绛州》。《裴将军诗》《细书阁》刻。柳公权：《辱问帖》《淳化阁》。行书大者，唐以前极少，右数家皆有规矩可法。”特意拈出古代大字行书的范本，但他的着眼点是大小字选择不同的范本。其实，在同一范本的练习中时时注意这种转换，有时更加有效——因为更能直观地体验大小字的不同。当然，同时从不同范本中寻求信息，也是一条重要的途径。比如，唐代李北海把王羲之风格的行书成功地运用到碑刻中，就是一个大小字转换的典型例证，因此把《集王圣教序》与李北海对比练习，就是一个很好的办法。再如，王铎出于米南宫、阁帖，而善于大字，那么把王铎与米芾进行对比练习，或者把王铎临阁帖的作品与阁帖本身进行比较练习，就都可以使我们获得很好的经验。

（二）不同幅式之间交叉练习

这里面当然有与前一点交叉的地方，但是这里着重强调的是尺牍、横卷与立轴的不同。尺牍和横卷都是传统小行草的常规幅式，而立轴则是明代以后非常流行的形式，两者之间有很大的区别，明丰坊《童学书程》讲：“书横卷小幅，宜守规矩，必法二王。书悬轴大幅，则尚雄逸，旭、素、彦修雄逸之尤者也。”提出了他的看法，虽然并不全面甚至有偏差，但是也许反映了当时人们对此问题的基本态度（所以晚明书家多有雄逸的特点）。那么，是不是写二王就不合适悬轴大幅呢？显然不是，王铎就是例子。因此，重要的仍然在于通过训练找到转换的方法。

（三）不同风格之间对比练习

风格是人们对作品形式因素和精神因素综合表现的概括，是人们把握作品主要特征的重要认识手段。作品与作品之间、艺术家与艺术家之间、时代与时代之间、地域与地域之间，都可以形成风格差异。比如，王羲之的《兰亭集序》温婉娴雅，而尺牍特别是像《丧乱帖》等作品则激越跌宕——这是同一作者的不同作品之间；而如果从整体上比较王羲之与颜真卿，则前者是中和婉约，后者是雄强发越——这是艺术家之间；至于时代、地域之间，则更加显



著，不必多所举例，可以推知。在书法学习过程中，从风格差异出发观察和分析学习对象，可以获得更加直观、更加明确的认识，并且通过比较可以使学习过程随时得到历史参照的相关检验，从而调整方向、步伐。更重要的是，如果有能力通过这样的交叉练习获得打通不同风格之间的形式、意味的途径，那么就可能逐渐迈进融会贯通的大道。

（四）多种字体之间融会练习

历史上在这种融会方面取得比较典型的成功的大家当数王献之和颜真卿。王献之劝父改体，就是融会藁草与行书，形成“流便于草，开张于行，草又处其中间”（张怀瓘《书议》）的新体，享有“笔法体势之中，最为风流者也”（《书议》）的美誉，与其父“秉真行之要”分庭抗礼，“执行草之权”（《书议》）。颜真卿家学渊源，累世擅长字学和篆书，母族又世传隶书之能，本人复从张旭得草书之秘，多方融会，突破二王藩篱，体兼篆籀之气，势融草书之精，而特立于行书领域，为行草书开一大格局，成为可与二王比肩的宗师。进入清代以后，随着篆隶北碑资源的再次光大，不同字体间的融会贯通，更成为书家创新的法门：赵之谦、康有为、何绍基等等，均是健将。

个体风格建构阶段。这其实是前几个阶段共同围绕的一个总目标，所有的学习最终都应当是这个阶段的准备。

但这个阶段的规律是难以概括的，因为它是如此强烈地依赖于学习者个体特点。当然，通过对古典大师的观察，我们还是可以提出一些建议的。

首先，必须与前三个阶段发生紧密的联系，一方面前面的基础必须牢固可靠，另一方面，必须时时回归前面的练习。

其次，必须极力扩展自己的视野，不仅是书法本身，更重要的是文化。王绛说：“然则学书者宜何如？曰：精求前圣制字之薪传，博采古贤用笔之心印，毋见小而欲速，勿泥古而不通；传之以《诗》、《书》，积之以岁月。若此者，纵未能乘楂而探河源，其与向绝潢断港而觅泛

海之径者，不可同年而语矣。”可为注脚。

最后，充分重视个性与共性的关系，不能以个性为借口，忽视经典规范。推陈出新，不是否定过去、藐视传统，而是过去传统的创造性转化。

艺术家的成长是极为复杂的过程，具体到不同的个体又是千差万别的，我们无法罗列出所有成功的方法。以上所介绍的，只是根据普通学习规律而设定的，对于初学者，也许能够起到一定的启发作用。明代书论家倪后瞻在《倪氏杂著笔法》中曾经对学习书法的过程有一个很具体的描述，虽不直接针对行书，但其三段功夫的观点与我们这里所说的后三个阶段是相似的，迺录于此，以资借鉴。

凡欲学书之人，功夫分作三段：初段要专一，次段要广大，三段要脱化。每段要三五年，火候方足。所谓初段，必须取古之大家一人，以为宗主门庭，一定脚根牢把，朝夕沉酣其中，务使笔笔肖似，使人望之即知是此种法嫡。纵有鉴我谤我，我只不为之动。此段功夫最难，常有一笔一画数十日不能合辙者，此处如触墙壁，全无入路。他人到此每每退步灰心，我到此心愈坚，志愈猛，功愈勤，无休无歇，一往直前，久之则自心手相应。初段之难如此。此后方许做中段工夫，取晋、魏、唐、宋、元、明数十种大家，逐家临摹数十日。当其临摹之时，则诸家形模时或引吾而去，此时步步回头，时时顾祖，将诸家之长点滴归源，庶几不为所诱。然此时终不能自作主张也。功夫到此，倏忽又五七年矣，此时是次段功夫。盖终段则无他法，只是守定一家，又时时出入各家，无古无今，无人无我，写个不休。写到极熟之处，忽然悟门大启，层层透入，洞见古人精微奥妙，我之笔底迸出天机来，变动挥洒，回头视初时宗主，不缚不脱之境，方可以自成一家矣。到此又是五七年或十余年，终段工夫止此矣。书虽小道，果能上与羲、献齐驱，为千古风雅不朽之士，亦非易易也。学书者不可不知。



一、王羲之生平概述



王羲之画像

在晋代书法史上，王羲之可称是一位流芳千古的书法大师，后人美其名为——书圣。

王羲之（303~361，一作321~379），字逸少，号澹斋，琅琊临沂（今属山东）人，出生于簪缨世家。祖父王正，官尚书郎；父亲王旷，官淮南太守；从父王敦，官太尉；从父王导，官司徒。王羲之少时口讷，不善言辞，七岁时开始学习书法，先拜师于卫夫人。五年后，一次无意中从父亲的枕头中得到古人的《笔论》，日后“书法因而大进”，很快以书法知名于世。

《晋书》卷八十称王羲之“尤善隶书，为古今之冠……”。二十岁时，王羲之被当朝太尉郗鉴择为佳婿。郗鉴慧眼识珍，独赏羲之“东床坦腹食”的放浪形骸、率真直爽之态。于是，王羲之与才女郗璿结百年之好，成为书坛佳话。

“齐家治国平天下”的儒家思想是历代知识分子所崇尚的信条。王羲之受征西将军庾亮之命为参军，累迁长史。后又迁宁远将军、江州刺史，以后至吏部尚书之职。羲之以才名世，为官清廉，济贫扶困。他志不在官，数次推辞不就。最后官至右将军、会稽内史之职。年五十三时，王羲之因耻于在骠骑将军下供职，称病辞官，隐居金庭。此后，脱去尘俗，徜徉山水，放浪形骸，以文会友，以书求乐，颐养天年。公元361年，这位晋代书坛的巨匠谢世了，卒年59岁。

王羲之身处书法世家，但他不拘一家，博采众美。王羲之的书法艺术是在全面继承传统书法艺术优秀成果的基础上，融入晋代社会尚韵之风和自身特有的气质，从而形成“贵越群品，古今莫二”的自家风貌。他一改汉魏以来的质朴书风，创造出了妍美流便、飘逸道丽、潇洒俊爽的艺术风格。

王羲之的书法真迹已不可见。目前我们所能见到的只有钩摹墨迹传世。其书有真、行、草三类。史书记载他还精通章草、隶书，但无任何史料传世。王羲之以“书圣”名世，后人却无真迹可赏，无疑是一大憾事。

但从后人对王羲之的评论中，我们也可领略其风采和气韵。唐太宗推崇羲之书法是“尽善尽美”，后人对此也有共识。换言之，王羲之在总结汉魏张芝、钟繇及其他诸家精华的基础上，创造出了异于前代的新的书体样式，并契于儒家所倡导的“文质彬彬”的“中和”之美。

总之，王羲之在中国书法史上所处的“无冕之王”的地位是不可撼动的。



二、《兰亭集序》的写作时间和写作内容

《兰亭集序》有“天下第一行书”的美誉。晋穆帝永和九年（公元351年）上巳日（三月三日），时任右将军、会稽内史的王羲之与众多贤朋好友宴集于会稽山阴之兰亭，饮酒赋诗，行修楔之礼。当时汇聚了四十二人，如谢安、谢万、孙绰，还有羲之之子凝之、徽之、献之等，可谓文人盛会喜空前。事后，王羲之把这些文人墨客的诗篇汇编成集。《兰亭集序》就是王羲之为这个诗集所写的序。

文章描绘了聚会时的欢乐雅兴，也反映出了王羲之对人生无常的消极情绪。但他有力地驳斥了庄子“一死生”、“齐彭殇”的虚妄论调，这在崇尚玄学、老庄思想的东晋时代还是难能可贵的。由于《兰亭集序》是酒后所为，因而对羲之艺术个性的张扬与发挥起到了催化的作用。日后羲之又写了十余遍也不及原作，因为艺术是不能复制的。相传《兰亭集序》作为王羲之的家书世代相传，最后传至七世孙智永禅师的弟子辩才手中。唐太宗时，由于他酷爱羲之书法，不惜重金广泛搜求。尤其太宗视羲之《兰亭集序》为至宝。派监察御史萧翼计赚而得。然而，太宗临终时，却令高宗将《兰亭集序》真迹殉葬昭陵，“天下第一行书”便踪迹永绝，令后人扼腕长叹！目前流传的皆为《兰亭集序》的临摹本。其中，最有名的摹本，是旧题冯承索所摹的“神龙本”，它是用双勾廓填法复制而成。此本勾摹细腻，笔画灵动多姿，起承映带清晰分明，足可乱真。

三、历代对王羲之《兰亭集序》的评价分析

神龙本《兰亭集序》为历代书家所崇。兹择要介绍如下：

宋黄庭坚《山谷题跋》：“《兰亭集序》草，王右军平生得意书也，反复观之，略无一字一笔不可人意。摹写或失之肥瘦，亦自成妍，要各存之以心，会其妙处耳。”清周星莲《临池管见》：“古人作书落笔一圆便圆到底，各成一种章法。《兰亭》用圆，《圣教》用方，二帖为百代书法楷模，所谓规矩方圆之至也。”清朱和羹《临池心解》：“正锋取劲，侧锋取妍，王羲之书《兰亭》取妍处侧笔。”从以上的诸家点评中不难看出，他们对神龙本《兰



《兰亭集序》皆给予赞美之辞，细细品味则为确论。黄庭坚认为该摹本不啻是从形态上与原本如出一手，同时也是原本神妙之再现，进而得出“反复观之，无一笔不可人意”的明确定论，也就是说他更看中该本在神似上的过人之处，即达到“存之以心”方可“会其妙处耳”。清周星莲的评论讲的是章法的特色，他指出古人在处理章法上是讲究统一的，“落笔一圆便圆到底”，整体上的一致性为魏晋乃至以前众多书家所尊奉的统一的审美规范（这里也包括先秦两汉的篆、隶、青铜、碑、碣文字）。清朱和羹的“正锋取劲，侧锋取妍”一言中的地指出自王羲之始，产生了古今不同的笔法。王羲之之前的书法用笔多以正锋为主（侧锋亦很普及，但未居于主导地位），这是由于在王羲之之前，各种书体都是以正锋为主，如篆、隶书体。正锋的使用，至东晋依然流行。与《兰亭集序》同期的诸多墓志仍有隶意，因为隶书是以逆入平出、藏头护尾为主，是多用正锋所致。其视觉特征含蓄、苍劲、凝重。由于王羲之运用了大量侧锋，致使锋芒毕露。从视觉效果上看，妩媚、灵动、清俊，因而称其妍美流便也就不足为怪了。

四、《兰亭集序》书法艺术手法分析

（一）王羲之行书的总体特征

行书是介于楷书和草书之间的一种书体。古人云：“楷如立，行如行，草如奔。”张怀瓘亦云：“行书非草非真，离方遁圆，在乎季孟之间，兼真者谓之真行，兼草者谓之行草。”行书脱胎于隶书，萌生于东汉而成形于魏晋，东晋时渐入佳境。东晋是文人流派书法盛行的时期，作为文人流派书法的杰出典范王羲之，在东晋书法史上写下了辉煌的一笔。综观王羲之的行书作品，已经完全汰除了隶书笔意，改变了汉魏以来质朴的艺术手法，代之以道美欹侧为主导的审美风格的兴起，这在东晋书法史上具有划时代的里程碑意义。

号称“天下第一行书”的王羲之的《兰亭集序》，为后人树立了典范，堪称最佳模式。历朝无数宗王者无不以之奉为至尊，将其作为临摹的范本。《兰亭集序》的艺术成就主要表现在用笔上将隶书、章草以及民间书法中的侧锋笔法加以提炼，即将传统的中锋和经过改造的侧锋完美地融为一体，使中锋与侧锋一道成为王羲之行书书法的重要组成部分。正由于王羲之这两种笔法交替转换与互用，因而造成其字势奇正相生。在其传世作品中，有时也出现各有侧重的情况，如有的以平正为主，《快雪时晴帖》、《平安帖》、《孔侍中帖》等就是；还有的以欹侧为主，如《丧乱帖》、《频有哀祸帖》等。可见笔法的特点也能造成字法、字势的变化。