

中国书画函授大学

书法教学释疑

欧阳中石 主编

潘晓晨 副主编

SHUFALIAOXIYESHUYI

中国大地出

中国书画函授大学

书法教学释疑

欧阳中石 主编
潘晓晨 副主编

中国大地出版社
1993年·北京

(京)新登字 197 号

1992.6.6
11

中国书画函授大学

书法教学释疑

欧阳中石 主编 潘晓晨 副主编

*

中国大地出版社出版、发行

(北京朝阳区日坛路 1 号)

河北省玉田印机彩印厂印刷

开本 787×1092 1/6 印张 12.5 字数 280000

1993 年 6 月第一版 1993 年 6 月第一次印刷

印数 0001—5000

ISBN7-80097-035-3/J·3

定价:6.6 元

前 言

几年来，在中国书画函授大学的教学中，同志们提出了许多有关书法的问题，其中绝大多数是我们的教材中没有涉及的，也有一些是教材中只简单提到而未作详细的说明。原来的想法是，历史上有许多概念是模糊的，费许多唇舌也不一定能说得清楚。尤其有的疑难问题，我们也说不明白。还有不少问题各有各的理解，一时莫衷一是。也有些问题，率直说我们不敢苟同。尽管我们在教材中对一些问题说得较粗浅，但能说得过去，以为可以回答学员提出的问题了，但事实并不像我们所想的那样简单。同志们在阅读中，互相切磋、探讨中，还是提出了许多问题。于是我们才想到就同志们所提的问题，尽可能地作适当的答复，故编出了这本小册子。

回答问题的都是中国书画函授大学的教师或社会上已有成就的书家，他们根据自己所掌握的资料和心得，写出了尽可能明白而解决问题的答案，当然也可能有一些答案不能解决问题，容或也有错误，希望同志们提出来，以便再进一步研究，作更深入的探讨，求得大家共同提高。

有一些问题，答者观点不一，我们也一并编入，以供同志们参阅分析研究。

编者限于水平，对答文稍微作了些文字修改，甚至是意义上的调整，亟恐不能达意，很是不安。尤其希望专家们提出批评和指教，以便对社会负责，匡谬正俗，不致贻误读者是幸。

编 者

一九九二年十月

目 录

1. 什么是书法?它与写字有何区别?	戴兰陔(1)
2. 有人说“书法的本质是在一定法度内,抒情写意”,对吗?	王玉池(2)
3. 何谓字体、书体?两者有何区别?	潘晓晨(4)
4. 何谓法书、法帖?两者有何区别?	潘晓晨(5)
5. 何谓“五指齐力”?	潘晓晨(6)
6. “执笔无定法”,对吗?	贾诚勇(7)
7. 执笔是否一定要正?有人说笔正太呆板,不灵活,有人说笔不正易写 偏,究竟如何掌握为好?	贾诚勇(8)
8. 何谓枕腕、提腕、悬腕?三者实用意义如何?	宫双华(9)
9. 何谓运腕、运指?书写时运腕为主好还是运指为主好?	刘普选(9)
10. 何谓转指?其实用意义如何?	刘普选(10)
11. 何谓笔位,如何掌握笔位?	宫双华(11)
12. 何谓运笔,运笔有何要求?	宫双华(12)
13. 用笔是否“千古不易”?	刘绍勇(13)
14. 书法是用笔重要还是结构重要?	刘绍勇(14)
15. 学书是临碑帖好还是临墨迹好?	宫双华(15)
16. 学书是临碑好还是临帖好?	郑晓华(16)
17. 学书不临古人碑帖,以今人为师行不行?	刘文华(17)
18. 何谓临摹?两者关系如何?	潘晓晨(18)
19. 在临摹中常遇帖中字有残缺,严重影响对字形的辨认和临摹,该如何 对待?	刘文华(19)
20. 何谓双钩?双钩写空心字是不是书法?	潘晓晨(20)
21. 何谓空仿?其实用意义如何?	潘晓晨(21)
22. 何谓空中摇笔?其实用意义如何?	刘绍勇(22)
23. 何谓战笔,运笔有何要求?	刘绍勇(23)
24. 何谓读帖?怎样读帖?	潘晓晨(24)
25. 何谓入帖、出帖?两者关系如何?	刘文华(25)
26. 何谓形似神似?两者关系如何?何以求得神似?	味 莼(26)
27. 何谓“书如其人”,此说对吗?	漆剑影(27)
28. 用笔是藏锋为主好还是露锋为主好?	刘绍勇(29)

29. 作书用硬毫好还是软毫好? 刘文华(30)
30. 王羲之《书论》说“每书欲十迟五急,十曲五直,十藏五出,十起五伏,方可谓书”,如何理解? 伍 铭(31)
31. 何谓笔力、骨力? 两者关系如何? 怎样理解“用笔之力,不在于力,用于力,笔死矣”? 怎样才能练出笔力? 李 松(32)
32. 李世民(唐太宗)总结学书体会说“求其骨力,而形势自生耳”,该作何理解? 伍 铭(33)
33. 蔡邕在《九势》中说“下笔用力,肌肤之丽”,该作何理解? 郑晓华(34)
34. 何谓“入木三分、力透纸背”? 味 莼(36)
35. 何谓“铁画银钩”? 怎样才能练得? 潘晓晨(37)
36. 何谓“屋漏痕”? 宫双华(39)
37. 何谓“锥画沙”、“印印泥”? 宫双华(40)
38. 何谓“折钗股”? 宫双华(40)
39. 何谓衄笔、挫笔、换笔? 是如何运笔的? 李 松(41)
40. 何谓方笔、圆笔? 其用笔有何不同? 李 松(42)
41. “圆笔用绞,方笔用翻,圆笔不绞则痿,方笔不翻则滞”,对吗? 贾诚隽(43)
42. 何谓“一波三折”? 其用笔有何特点? 味 莼(44)
43. “无垂不缩,无往不收”,该如何理解? 刘普选(45)
44. 何谓“八面出锋”? 潘晓晨(46)
45. 近代书论中对侧锋、偏锋说法不一,两者究竟有无区别,该如何看待?
..... 刘绍勇(47)
46. 书论中说“侧可取妍”,为什么? 刘绍勇(48)
47. 何谓“绞转”? 使用这种笔法能取得什么效果? 卜希旸(50)
48. 何谓“擒”、“纵”? 两者关系如何? 李 松(51)
49. 何谓内黠与外拓? 两者有何区别? 卜希旸(51)
50. 何谓疾涩? 怎样才能做到疾涩? 卜希旸(52)
51. 刘熙载讲“逆入、涩行、紧收是行笔要法”,此“要法”是各体通用还是
仅适用书写某一书体? 李 松(53)
52. 何谓“起笔欲斗峻”、“住笔欲峭拔”? 潘晓晨(54)
53. 何谓“行笔欲充实”? 它与“涩行”是何关系? 潘晓晨(55)
54. 何谓结字? 结字的基本法则是什么? 宫双华(56)
55. 何谓疏密? 两者关系如何? 李 松(57)
56. 何谓向背? 书写时应如何掌握? 李 松(58)
57. 何谓阴阳? 在书法艺术中其意义如何? 李 松(59)
58. 何谓主笔、余笔? 主笔是如何确定的? 李 松(60)
59. 何谓笔性墨情? 泽 澄(61)

60. 何谓“以润取妍,以燥取险”? 李 松(62)
61. 何谓“带燥方润,将浓遂枯”? 伍 铭(63)
62. 何谓浓淡? 书写时应如何掌握? 李 松(64)
63. “书之妙尤在用墨”,该如何理解? 用墨有何要求? 李 松(65)
64. 何谓筋书、墨猪? 有云“多骨者谓之筋书,多肉者谓之墨猪”,该作何解释? 李 松(65)
65. 何谓用墨“三生法”? 其实用意义如何? 潘晓晨(66)
66. 何谓高古、古朴? 高古、古朴是否都美? 李 松(67)
67. 何谓道劲、雄放? 两者有何区别? 李 松(68)
68. 何谓厚重、典雅? 两者有何区别? 李 松(69)
69. 何谓媚俗、甜熟? 味 莼(70)
70. 何谓“四宁四毋”? 如何理解“四宁”与“四毋”的关系? 味 莼(71)
71. “能用拙乃得巧,能用柔乃得刚”,作何解释? 刘文华(72)
72. 何谓书卷气、金石气? 怎样求得? 味 莼(73)
73. 书画同源,源在何处? 漆剑影(74)
74. 书与画的渊源关系如何? 李 松(76)
75. 何谓“八法”? 其实用意义如何? 刘文华(77)
76. 何谓“九势”? 其实用意义如何? 刘文华(78)
77. 何谓笔势? 如何才能得“势”? 卜希暘(79)
78. 书法讲究气势,何谓“气”? 何以得之? 味 莼(80)
79. “书法作品要从整体上看气势,不能从点画里分工拙”,此说对吗?
..... 伍 铭(81)
80. “侧(点)之一法,足统余法”,点为何如此重要? 刘文华(82)
81. 何谓“心正则笔正”,它有何意义和作用? 漆剑影(83)
82. 何谓“意在笔先”? “意后笔前者败”、“意前笔后者胜”,此说对吗?
..... 漆剑影(85)
83. 为什么说“晋人尚韵,唐人尚法”? 卜希暘(86)
84. 怎样理解“宋人尚意”? “尚意”与“尚韵”、“尚法”如何区别? 卜希暘(88)
85. 何谓笔意? 怎样追求高超的笔意? 卜希暘(90)
86. 何谓书法作品的“精、气、神”? 卜希暘(91)
87. 何谓神采、墨韵,何以得之? 卜希暘(92)
88. 楷书笔法的特点是什么? 贾诚勇(93)
89. 魏碑的特点是什么? 临魏碑有何要点? 刘文华(95)
90. 何谓“颜体”,其特点是什么? 刘文华(96)
91. 何谓“欧体”,其特点是什么? 刘文华(97)
92. 何谓“柳体”,其特点是什么? 刘文华(98)

93. 何谓“馆阁体”? 其实用价值与艺术性如何? 怎样才能避免此体?
形成后怎样才能改变? 刘文华(99)
94. 何谓“瘦金书”? 其用笔有何特点? 潘晓晨(100)
95. 临习楷书隶书速度应如何掌握,是慢点好还是快点好? 宫双华(101)
96. 怎样学习欧字的“活脱”? 欧阳中石(102)
97. 学楷书先学大楷好还是先学小楷好? 贾诚勇(105)
98. 写小楷是否也要悬腕? 戴兰陔(106)
99. 我临楷书时出现这样情况,开始一段进步很快,觉得自己所临与
帖较相似,后来就深入不进去,不见进步了,怎么办? 贾诚勇(107)
100. 书论中强调写大字楷书要学《瘗鹤铭》,为什么? 王新生(108)
101. 常说写字要有“力感”、“动感”、“节奏感”,作书尤其作楷书如何才能
能写出“动感”? 是体现在运笔上还是体现在结体上? 贾诚勇(109)
102. 我爱用羊毫,但“欧体”楷书的许多方笔写不好,是功力太浅还是
该改用硬毫? 宫双华(111)
103. “大字难于结密而无间,小字难于宽绰而有余”,作何解释? 刘文华(112)
104. 行书笔法的特点是什么? 刘绍勇(113)
105. “真行”与“行草”如何划分? 是否还有别的分类方法? 刘绍勇(115)
106. 行书也讲规范,是否有统一的标准行书? 如没有,是否有必要归纳
出标准行书? 刘绍勇(117)
107. 我喜爱米芾行书,学行书专临米芾行书行不行? 刘绍勇(119)
108. 何谓章草? 怎样学习章草? 张荣生(120)
109. 今草章草的笔法有何异同? 学今草为何还要涉猎章草? 张道容(121)
110. 如何理解“草不兼真,殆于专谨;真不通草,殊非翰札”? 张道容(122)
111. 何谓大草、狂草? 其用笔特点是什么? 张荣生(123)
112. 何谓连绵草、游丝草? 两者有何区别? 张荣生(123)
113. 何谓标准草书? 其实用意义如何? 刘文华(124)
114. 何谓笔断意连? 张道容(125)
115. 何谓“龙跳天门,虎卧凤阙”? 能否举例说明? 张荣生(126)
116. “匆匆不暇草书”,该如何理解? 潘晓晨(127)
117. “楷法欲如快马入阵,草书欲左规右矩”,该如何理解? 王新生(128)
118. 草书“贵偏而得中”,该如何理解? 刘文华(129)
119. “草书空白少而神远,空白多而意密”,如何理解? 刘文华(129)
120. “他书法多于意,草书意多于法”,作何解释?“法”与“意”的关系
如何? 刘文华(130)
121. 隶书笔法的特点是什么? 夏湘平(131)
122. 何谓八分书? 它与隶书有何区别? 潘晓晨(131)

123. 何谓“波”、“磔”?是怎样运笔的? 夏湘平(132)
124. “蚕头雁尾”与“蚕头燕尾”有何区别? 夏湘平(133)
125. 隶书用笔一般要求行笔道缓,有的说要少提按,多平动,不知平动是指向笔画两边平动,还是行笔时与行笔方向一致的前后平动?行笔道缓能否达到平动的同样效果? 夏湘平(134)
126. 学隶为什么要从汉隶学起? 夏湘平(134)
127. “学隶必先学篆”,这种说法对吗? 凌士欣(135)
128. 学书直接从学篆或隶书开始行不行? 刘文华(136)
129. 何谓大篆、小篆?两者有何区别? 凌士欣(137)
130. 何谓籀文?它与大篆有何区别? 王玉池(140)
131. 怎样明了和掌握篆书的笔法? 大 康(141)
132. 学篆临帖应以何为依据和范本?赵孟頫《六体千字文》中的大篆是
否都正确,能否作为范本临习? 张永明(144)
133. “篆尚婉而通,隶欲精而密”,该如何理解? 李 松(146)
134. 何谓缪篆? 凌士欣(147)
135. 何谓鸟虫书? 凌士欣(148)
136. 何谓爻书?其用笔特点是什么? 王玉池(149)
137. 何谓简书? 王玉池(150)
138. 何谓飞白书?作飞白书有何要求? 王玉池(151)
139. 何谓榜书?作榜书有何要求? 王玉池(152)
140. 扇面作书有何要求,要注意什么? 伍 铭(152)
141. 何谓“碑学”、“帖学”?两者有何区别? 陶永祥(153)
142. 篆刻与书法的关系如何? 凌士欣(155)
143. 何谓章法?包括哪些具体内容? 刘文华(156)
144. 章法布局的基本法式是什么? 李 松(158)
145. 何谓“计白以当黑”? 宫双华(159)
146. 《书谱》云“初学分布,但求平正;既知平正,务追险绝;既能险绝,
复归平正”,该如何理解? 宫双华(159)
147. 应该如何看待书法艺术创作? 欧阳中石(160)
148. 书法创作的主要环节是什么? 宫双华(164)
149. 创作与临摹、习作有何区别?创作需具备何条件? 宫双华(166)
150. 书法创作如何选定内容、字体和风格? 李 松(167)
151. 临帖与书法创作是何关系?进入创作后是否还要临帖? 张道藩(169)
152. 在怎样的状况下进行书法创作为好? 李 松(170)
153. 落款内容如何创新? 林 岫(171)

154. 变形是书法创新的一种手法吗? 衡量变形好坏的标准是什么?
..... 漆剑影(174)
155. 用古文字作书能依照偏旁组合造字吗? 潘晓晨(175)
156. 怎样理解书法的个性? 书法个性从何而来? 漆剑影(176)
157. 如何认识书法的时代精神? 漆剑影(177)
158. 如何理解“先生后熟,既熟而生”和“由生入熟易,由熟得生难”?
..... 潘晓晨(179)
159. 何谓“书品”? 王玉池(180)
160. 如何鉴别书法作品的优劣? 卜希阳(181)
161. 怎样理解和区分书法的雅与俗? 王新生(182)
162. 何谓款识,包括哪些内容? 杨秀付(184)
163. 书法作品用干支纪年好还是公历纪年好? 杨秀付(185)
164. “专精”与“博采”是何关系? 学书应先精后博还是先博后精? 漆剑影(186)
165. 何谓字内功、字外功? 为何要具备这两种功力? 两者关系如何?
..... 漆剑影(187)
166. 硬笔书法与毛笔书法是何关系? 两者能否互相借鉴 刘文华(188)
167. “书无百日功”,该如何理解? 潘晓晨(189)

1、什么是书法？它与写字有何区别？

• 戴兰陔 •

辞典解释：写字是用笔在纸上或其它东西上作字；书法是书写汉字的艺术，两者含义不同。写字世界上各种文字都适应；书法则是中国独有的一门艺术。写字和书法都依托于文字，但书法在表现汉字的形式和内容上，比写字要丰富得多。

从历史发展看，写字是书法的基础，书法是写字在内涵上的拓展，在艺术上的升华。我国文字产生发展有四千年历史。伴随着文字的产生，而出现书道、书艺、书事等，简称为“书”。汉代许慎《说文解字》说：“著于竹帛谓之书”。《释名·释书契》曰：“书，庶也，纪庶物也，亦言著也，著之简纸永不灭也”。总之，从先秦至东汉前期，“书”之义是记述，是写字，被视作一种技能。东汉末以后，人们在书写实践中逐渐认识了文字的形式美，懂得了书写的艺术价值和表现规律，众多书家技法日精，书体渐多，借助于汉字的形体，以表达书者感情、性格、趣味、素养、体质、气魄、风格、思想等精神因素，于是形成了书法这门艺术。

文字是用来代表语言传达思想的工具，它有广泛的实用价值；汉字形象丰富，变化多样，除实用价值外，还有高度的艺术价值。写字的目的在于准确地表达字义，发挥文字的实用性。因此，在表现汉字的形式上，只求按照汉字的基本结构，清楚正确地写出字形，美不美并不注重。许多人在实用中挥毫不辍，可以写一手娴熟的字；同时运用汉字的字义也可以写出文章、文学作品等，但不会写出书法作品。书法侧重于追求汉字的艺术性。“唯笔软则奇怪生焉”。从传统的书法而言，它是用毛笔着墨书写汉字，以表达作者精神美的艺术，是一门广博深邃的学问。为了通过汉字形式，充分表达其艺术性，作者往往在不违背汉字字体基本结构的前提下，带上个性色彩，从而形成了艺术风格各异的种种书体。书法艺术包括笔法、笔势（两者为技法）、笔意（神韵）三个要素。好的书法作品既是技法和神韵的完美统一，又是书法艺术美和文字内容美的互相衬映。清代刘熙载在《艺概》中说：“书，如也。如其学，如其才，如其志，总之曰如其人而已”。足见书法内涵之深邃。

如上所述，书法在含义及表现汉字形式、内容侧重点上，均不同于写字，比写字要求高得多。但不要因此而导出“书法可以不写汉字”的结论。我们认为：书法首先是写字，但它的要求更高，在写字的基础上还有更高的要求。

2、有人说“书法的本质是在一定法度内，抒情写意”，对吗？

• 王玉池 •

谈书法的本质，差不多是给书法下定义，而为书法艺术下定义是困难的，正像什么是艺术、什么是美学也都没有大家公认的定义一样。在目前情况下，我倒同意对此类问题不去追求定义的明确性，而要追求认识的深刻性和掌握有关材料的丰富性。这是比较实际而有益的。下面我就这个问题谈点个人看法，同时介绍一点有关情况，以便大家开拓思路。

“在一定法度内，抒情写意”，这种看法确实涉及到书法艺术本质的一些重要方面。讲法度——指字的艺术法度，不只是汉字的文字结构；讲抒情，可以同专为实用目的写字区别开来，这都是好的。但作为书法艺术的定义来说，这种看法又很不明确，很不全面。至少有这样三个缺点：一、它没有同其它文艺形式区别开来。如雕塑家罗丹说过：“艺术就是感情”，托尔斯泰也说过类似的话。另外，任何文学或艺术也都有自己的“法度”。所以这种说法没有说清书法作为艺术的独立特点。二、它没有说明“抒情写意”一词的性质和方向性。感情有美好的，也有丑恶的；有真实的，也有虚伪的。所以，世界公认艺术要以真、善、美为追求的目标。丑恶的、虚伪的感情只有在作为否定对象时才有美学意义。三、书法本质除包括情感以外，还包含许多情感以外的东西，如对客观世界的反映等，所以只以情意定书法本质是不够全面的。

在前些年关于书法艺术性质的讨论中，有人为了说明书法和其它艺术的区别，强调它是以文字（汉字）为载体的书写艺术；有人为了说明它和音乐、舞蹈等艺术的区别，强调它是以点画、线条为表现手段，是静止的视觉艺术；有人将它和雕刻等立体艺术比较，说它是平面的艺术；和能够具象的反映物质世界的绘画等比较，说它是抽象的或意象的；和戏剧等综合艺术比较，说它是单一的等。但这些又都不是绝对的。如书法虽然不像音乐、舞蹈那样必须在时间中展现，但书写是在时间内完成的，阅读也要按时间的顺序，所以有人说它是“凝固了的音乐”、“定型了的舞蹈”；书法虽然不像雕塑那样有立体感，但其线条有向上下左右伸展的笔势，且能造成向平面垂直深入的感觉，如“入木三分”就是很好的形容。这些虽然属于幻象式的，但对加强书法的艺术性却很重要。由于书法作品常常书写诗词或格言，所以也可以说它是同文学、哲理相结合的综合性艺术。

关于书法可以“抒情写意”，古人已有深刻的认识。如唐代韩愈说：“往时张旭善草

书，不治他技。喜怒窘穷，忧悲、愉佚、怨恨、思慕、酣醉、无聊、不平，有动于心，必于草书焉发之。”书法史上，古人此类的论述不胜枚举。

南朝王僧虔曾经说过：“书之妙道，神采为上，形质次之，兼之者方可绍于古人。”唐代张怀瓘甚至说：“深识书者，惟观神采，不见字形。”现代有人认为“神采”也就是书法艺术的本质。

“神采”说比“感情”说有一个好处，即方向性比较明确。“神采”给人的印象总是积极的、引人入胜的、感人肺腑的。但书法具有“神采”是艺术效果，如何造成这个效果还需要说明。

书法在中国成为艺术并有很强的感染力，是经过了长期的历史积累，包括了非常丰富的内涵，而又以很概括、很抽象的形式表现出来。经过一千余年甚至数千年来无数书法家的创造，它已具有相当完美的艺术形式（所谓“法度”）和极为丰富的内涵。这些内涵（或内容）中既表现了浓郁的个人情感，也有客观世界万物形象的曲折反映（如蔡邕“夫书肇于自然”之说）。故有人说：“书法的本质在于反映客观事物的美与主观精神的美。”书法作为艺术，它不只反映一时的感情冲动，也必然凝结感情以外的许多方面，如人的文化素养、人的精神气质、道德风范以及人对客观世界的长期感受所留下的种种痕迹。总之，书可以“如其人”，而人是“社会关系的总合”。它既有个人性又有时代性和某种集团性。书法作为一种艺术，其形式是独特的，其内涵是丰富的。可以丰富到反映一个人的全部生命和时代的主要特征，但这种反映是十分概括的、朦胧的，不像文学、戏剧那样清晰、明确。

关于书法艺术的本质特征，目前仍在讨论之中，上述仅反映了其中的部分情况。大家可以自己去探讨。



3、何谓字体、书体？两者有何区别？

· 潘晓晨 ·

有的同志来信反映，对字体、书体有无区别认识不清，尤其是看到有的著作将两者混为一谈，更为惘然，要求释疑。我的认识如下：

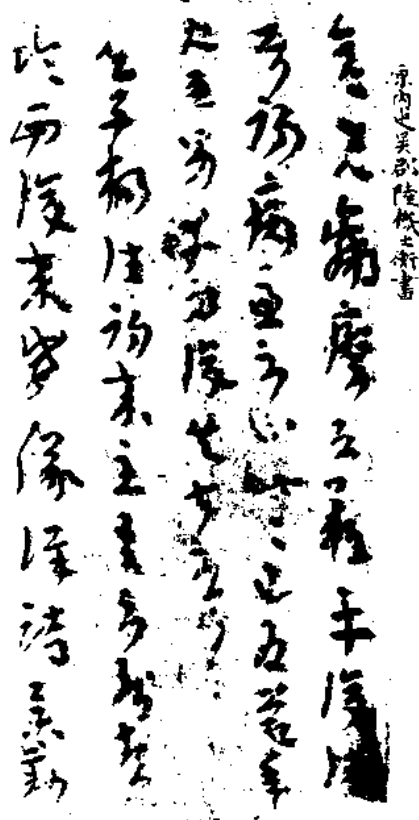
字体、书体是两个书法术语。古人对这两个术语原本不加区分的，后来有人分开来使用。至今，人们对两者的认识和使用仍不一致。有人分开使用，有人则不加区别。我认为，两者有不同的内涵，且使用范围不一，应该区别开来。所谓字体，指字的型制，是按字的形体构造和共同特点分类的。它随文字产生和发展，如甲骨文、金文、篆书、隶书、行书、草书、楷书等都称为字体。书体则是依书写的特点和风格而区分。同书一种字体，写法因人而异，凡具有某一共同特色或独具某一风格，且自成系统者，即称为一种书体。书体是在字体不断发展、渐趋稳定以后才产生的，它随书法艺术的发展而发展。严格地说，秦以前的古文字（包括甲骨文、金文、籀文和小篆），虽书写因人而异，但尚未形成书法意义上独立的“书体”。一种字体即一种书体。秦汉以后，书法艺术蓬勃发展，才从诸字体中创立了种种书体。字体包括书体，如隶书里有古隶、秦隶、汉隶，草书里有章草、今草。在我国第一个书法繁荣期晋代，开始出现独具书家个人风格的书体——王羲之体、王献之体。到唐代，楷书日臻完善，创立了各具特色的颜、柳、欧书体。宋徽宗赵佶意度天成，创造了别具一格的“瘦金书”。清代“扬州八怪”之一的郑燮又“怪”于前人，创立了真行俱带篆籀意的“六分半书”。总之，字体是从文学的角度所言，书体则是从书法艺术的角度而论，两者应区别使用，不要混淆为好。

4、何谓法书、法帖？两者有何区别？

·潘晓晨·

法书，是指历代杰出的书作墨迹可作为人们的法则和范本的，也有作为对别人书法作品的敬称。北齐颜之推《颜氏家训》云：“吾幼承门业，所见法书亦多，而翫习功夫颇至。”可见法书一词早于我国隋代以前就使用了。西晋陆机《平复帖》，现珍藏于北京故宫博物院，现代著名书家启功评曰：“若以今存古代名家法书论，这帖是年代最早的一件，以今存西晋名家法书论，这帖又是最真实可靠的一件。”

法帖，是把名家法书编成集册供效法者。北宋淳化三年，宋太宗赵光义出秘阁所藏历代法书，命侍书学士王著编次，摹刻于枣木板上，共编成十卷，每卷首刻“法帖第×”，称《淳化阁帖》。法帖之名由此而来。此后刻帖盛行，法帖颇多。其实简单地把石版、木板上摹刻的前人书迹都称为法帖，并不尽然。清代钱泳在《碑帖·论刻帖》中评曰：“楷者，法也，式也，后世以为法帖者也。近世刻帖者不明此意，但以古人墨迹，无论可法不可法，辄刻之帖中以为备，则非法帖矣。”这是很有见地的。



西晋陆机手书《平复帖》

5、何谓“五指齐力”？

· 潘晓晨 ·

“五指齐力”，是通常采用的“五指执笔法”的执笔要领，即执笔的五指要各司其职，一齐着力，送至毫端。清代包世臣《艺舟双楫》云：“万毫齐力，故能峻；五指齐力，故能涩。”“予尝自题《执笔图》曰：‘全身精力到毫端，定气先将两足安。悟入鹅群行水势，方知五指齐力难。’”

五个指头在书写时各起什么作用呢？前人归结为“**擗、押、钩、格、抵**”五个字。

擗（按）：大拇指指肚按住笔管的左内侧，略斜而仰，好似吹笛时用指**擗**住笛孔一般，向右外方向起推动作用。

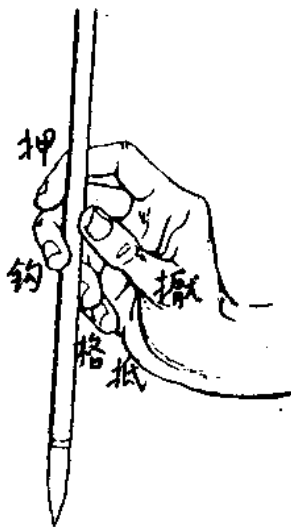
押（压）：食指的上节端由外方压住笔管的右前方，与拇指里外相对，夹住笔管，向里向下起推动作用。

钩：中指的上节端钩住笔管的外侧，以加强食指的力量。

格（顶）：无名指的甲肉之际由里向外顶住笔管，使中指钩向内的力量得到平衡。

抵：小指紧抵（托）无名指下边，起辅助作用。

“五指齐力”就是要发挥各指这种“**擗、押、钩、格、抵**”的作用，而不可偏废一指，或独弱一指，力量不均。清代包世臣在《艺舟双楫》中特别谈到无名指的妙用，强调作书时无名指要得力。他说：“大凡名指之力可与大指等者，则其书未有不工者也。”“盖作书必期名指得劲，然予炼名指劲数年，而其力乃过中指，又数年乃使中指与名指力均，以迄于今。”因此，学书者应注意加强指法练习，使执笔的五指既分工又合作，自然形成指实掌虚、腕竖、锋正，从而达到执笔稳而不死，活而不脱，五指齐力送至毫端。如此，方能写出筋骨雄强、血肉丰满的艺术之作。当然，要使笔法雄健，骨肉相济，还要借助腕、肘、臂的力量。但如果指力不齐、不强，则欲追求的艺术效果是难以实现的。



五指执笔法

6、“执笔无定法”，对吗？

· 贾诚隽 ·

“执笔无定法”，清代周星莲说此语出自欧阳修，康有为说出自苏轼。苏轼《论书》说“执笔无定法，要使虚而宽”。首出谁人之口，并非其要，要紧的是这句话道出了执笔的真谛。

执笔本不复杂深奥，与使用筷子道理相似。使用筷子是为了把饭菜夹到嘴里，执笔是为了有利于写字。一桌人围在一起吃饭，“执筷”的方法不尽相同，但都夹得利落，自古以来也未见论“执筷”的专著，而论“执笔”却连篇累牍。如论执笔的手指数目，则有“大指中指夹管”、“大、二、三指搦管，四、五指不用”、“以四指齐排管上”、“五指齐力”之说。论执笔深浅，则有“撮管于指尖”、“置笔当指节弯处”之论。论执笔虚实，则有“执之欲紧”、“死指活腕”、“指实掌虚”之言。论布指疏密，则有“布指欲其疏”、“食指中指名指层累而下，指背圆密”之争。论执笔高下，则有“真书去笔头一寸二分，行草去笔头二寸一分”、“真一、行二、草三”、“真书去毫端二寸，行三寸，草四寸”之辩。古人执笔如此各呈其姿，当代书家执笔亦各尽其态：有深有浅，有紧有松，有高有低，何尝一律？所以我认为执笔的确“无定法”。

执笔是为了写字。字写得好坏与执笔有一定的关系，但绝不是像元代郑杓所说“善执笔则八体具，不善执笔则八体废”。执笔对于字的优劣不起决定性作用，起决定作用的是天资的高低、人品的优劣，学问的深浅，见识的广狭，用功的勤怠。古今书家执笔方法不同，却都达到高深的造诣，不就是最好的证明吗！当然，说“执笔无定法”，并不是说想怎样执笔就怎样执笔。依我看，像运动员握标枪那样执笔恐怕会影响笔的使转；如果象拿火炬那样，再虎口向下“作书”也不利于挥洒。我以为这“无定法”之中还应“有法”。既然造物赋予我们的是五指，还是五指都用上为好。执笔总要顺应生理机能，要舒适、自然、灵活、宽松，不要拘牵、生硬、板滞、僵化。这大约就是所谓“要使虚而宽”吧！

拙书《初学书法浅谈》（已出版）脱稿后，请欧阳中石先生题写书名时，我曾就书中上述观点求教于先生。先生笑曰：“无定亦有定，有定亦无定。不离大谱为有定，同中存异为无定。”先生之言深入浅出，一语中的，录之以饗读者。