

書法技法·美學

編著者：劉樹奎

滿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叙幽情
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
娛信可樂也夫人之相與俯仰
一世或取諸懷抱悟言一室之內
或因寄所託放浪形骸之外雖
趣舍萬殊靜躁不同當其欣
於所遇暫得於己快然自足不
知老之將至及其所之既倦情



天马图书有限公司

J28
95-62

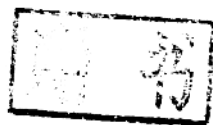
317731



作者简介

刘树奎，1954年生于内蒙通辽市，1978年考入内蒙民族师院政教，历史系，1982年本科毕业从教。1986年拜张海先生为导师，攻读书法研修生和创作研究生。1989年入北师大心理系学习硕士研究生主要课程，现已毕业，就职于中国轻工业管理干部学院、天津轻工业学院一分部专业书法讲师、书法家、辰星文化艺术中心客座教授。

在国际和国内毛笔和硬笔书法赛中20余次获奖，作品在纽约、日本、台中、高雄、香港和全国各地展出，在全国报刊上发表书论和作品10余篇。本人书历、作品、成果载入《当代书法家楹联墨迹选》；《中国现代书画篆刻家作品集》；《当代民间名人大辞典》；《国际华裔著名艺术家成果索引辞典》；《中国当代艺术界名人录》；《内蒙民族师院校友精英》等典集中。现为世界书画家协会书艺会员；中国硬笔书法协会会员。担任国际书画交流·创意书画会理事；青少年书法研究会理事；中国青少年书画评定委员会研究社理事；中国现代青年书画家协会理事；苏北青年书画学会常务理事；《现代书画家报》、《西部书苑报》记者；九州硬笔书法协会理论部委员等职。



前 言

《书法技法·美学》一书，由书法评委会批准、中国书法家协会常务理事、评审委员会副主任、河南书法家协会主席张海先生题写书名，在此由衷地感谢！

本书以辩证的历史唯物主义观点为主线，以书法艺术的独特性为基础，用艺术美学心理学、书法知识和技法贯穿于全书。近 300 幅图，16 万 5 千余字，图文并茂，通俗易懂。

用文字阐述每幅图字体的笔法、结构、章法如何起笔、运笔、收笔、组合、布局，才能进步快。以毛笔行楷体为主，惨透结合硬笔，阐述篆隶楷行草五体的笔法、结构、章法。按图示说明笔法、结构、章法怎样写为最佳，而且具有美的艺术价值，易于读者学习和创作。

此书从五体的演变、作用、现实的意义，对人身心健康和良好情操的培养，到毛笔、硬笔的笔法、结构、章法的学习方法及美的形式、本质特点、价值和审美，是一个完整的体系。突出基础性、易学性、实用性、艺术性和科学性。六年多教与学的实践证明，高小以上文化和有些书法知识的同志，用此书学习比按帖和纯理论书学习能提前进入书法艺术殿堂，也为有较好书法艺术的同志，尽快提高书艺提供了良师益友。

书中吸收了一些专家学者的优秀成果，因体例和条件所限，不能一一注明，列一参考书目以示谢意，并恳请读者和同仁们对书中存在的缺点和错误提出宝贵意见，给予批评指正，本人将不胜感激。

编著者

1993 年 4 月

DA 99/20

目 录

前言	
第一篇 概述	1
第一章 书法简述	1
第一节 中国特有的传统文化~书法	1
一 汉字的特点是产生书法的根源	1
二 中国书法在世界的影响和现实意义	2
第二章 书法史和文化史联系简介	2
第一节 书法史简介——篆、隶、楷、草、行五体的演变	3
一 篆书	4
二 隶书	5
三 楷书	6
四 草书	9
五 行书	10
第二节 书法在文化史上的相互联系	12
一 书法与书学	12
二 书法与文字学和金石学	12
三 书法与篆刻	13
四 书法与中国画	13
五 书法与其它学科	13
第三章 书法入门	14
第一节 书法工具——文房四宝	14
一 笔	14
二 墨	15
三 纸	16
四 砚	16
第二节 学习书法的途径和方法	17
一 理论实践、双管齐下	18
二 刻苦学习、严格正字	18
三 寻源借鉴、打牢基础	19
四 书之功夫、更在书外	19
五 选临出创、五忌五要	19
第四章 硬笔书法	24
第一节 硬笔书法的渊源和在我国的发展	24
一 硬笔书法的渊源	24

二 硬笔书法在我国的发展·····	24
第二节 硬笔书法与毛笔书法·····	26
一 硬笔书法与毛笔书法的联系·····	27
二 硬笔书法与毛笔书法的区别·····	27
三 硬笔收法与毛笔书法的相互渗透·····	28
第三节 硬笔书法的学习方法·····	29
一 硬笔书法之长和选帖·····	29
二 选临通临并举、心手并用·····	30
三 格式布局与书写工具、多样灵活、绚丽多彩·····	31
第二篇 书法技法·····	32
第一章 行楷书笔法·····	33
第一节 横、竖、撇、捺·····	33
一 横·····	33
二 竖·····	34
三 撇·····	34
四 捺·····	34
第二节 挑、钩、折、点·····	35
一 挑·····	35
二 钩·····	35
三 折·····	36
四 点·····	36
第二章 行楷书结构·····	37
第一节 映带和交递·····	37
一 点画映带·····	37
二 结构映带·····	38
第二节 笔顺与异形·····	39
一 笔顺先后·····	39
二 同字异形·····	39
三 偏旁部首异形·····	40
第三章 书法章法·····	42
第一节 书法章法常见的格式和表现形式·····	42
一 章法常见的格式·····	42
二 章法的表现形式·····	43
第二节 章法的气势韵律和谋篇布局·····	45
一 章法的款式·····	45
二 章法的气势韵律·····	46
三 章法的谋篇布局·····	48

第三篇 书法美学基本原理	49
第一章 书法美的表现形式	49
第一节 用笔点画的美	49
一 藏头与护笔(起笔和收笔的主要特点)	50
二 “行”与“留”(运笔的主要特点)	53
三 “曲”与“直”(整个线条平面的主要特点)	57
四 “立体圆”和“外曲圆”(整个线条立体的主要特点)	62
第二节 线条组合~结构和章法的美	63
一 “违”与“和”	63
二 “主”与“次”	69
三 “欹”与“正”	74
四 “疏虚”与“密实”	80
五 “气脉”与“连贯”	86
第二章 书法美的本质特性和审美范畴	92
第一节 书法美的本质特性	93
一 书法美的形象性和抽象性	93
二 书法美的全民性和时代性	94
三 书法美的独创性和规则性	95
第二节 书法美的审美范畴	96
一 端庄雄伟	96
二 飘逸秀丽	97
三 纵横奇崛	97
四 工整精细	98
结语	98
附录	101
图录	1-69

第一篇 概述

第一章 书法简述

中国书法是一门古老而奇特的艺术，也是世界艺术苑囿里的一朵独特的奇花。数千年来，无数知名与不知名的书法艺术家创造的艺术珍宝，是中华民族优秀传统文化中的重要组成部分，是中华民族精神的象征。学习书法和书法美学，对于认识、理解中华民族的文化；文字史；继承和发扬这一独有的优秀传统文化有着重大的意义。特别是在当前改革开放的时期，对于我们美育教育和精神文明建设，对于中小学生和大学生在实际工作和其它学科的学习中又有着现实的重大作用。宏扬中国书法艺术在世界范围内所产生的重大影响，更是我们这一代人应负起的历史重任。

第一节 中国特有的传统文化——书法

书法，是以汉字为基础和表现对象，以笔〔软笔、硬笔〕、墨〔墨水〕、纸为表现工具，具有时间性、平面性、立体感、空间感这四维特性的一种线条造型，其性质是一种抽象的线条造型艺术。它体现的是客体万物形象的对立统一这一基本规律，反映的是主体人的精神、气质、学识、文化修养，因此又是高扬主体精神的艺术。

书法是中国特有的传统文化，是由于中国方块型汉字造成的。作为炎黄子孙，每个人都要使用汉字，它即有很大的实用价值，又有很高的审美价值。一幅优秀书法作品，能够吸引成千上万的观赏者，会象欣赏优秀的绘画、音乐、戏剧、电影、电视剧一样，联想美好的生活，得到各种美的享受。

一、汉字的特点是产生书法的根源

书法是汉字书写的艺术，它与汉字特点有着密切联系。对于汉字的特点说法较多，一般是从汉字的构造来分析，又称“六书”。

象形，是对文字所要表达的客观实体加以摹拟将其外形特征浓缩为图案化和抽象的线条。象形性是汉字构造的基础和组成汉字的重要部分，其发展是越来越抽象化（见6页图5和6），如现代的三点水偏旁，就是由象形性逐渐演化而来的，辞海中有偏旁部首250个之多，这些就是组成现代抽象文字的零部件，追其根源，都是从“六书”中发展而来的，特别是象形的抽象化和形象化保持较多。

指事。当文字所要表达的不是某个客观实体，而是一种抽象的概念、象形

便无法造字，只能用更为抽象的符号来示意，这便是指事。分为两种情况，一种是（见6页图7）在 Δ 表示下，在 \square 表示上，一种是用象形加符号，（刃）是在象形 刀 （刀）字上加一点表示“刃”。在象形字木字下加一横表示“本”字，在上加一横表示“未”字这样两个概念。

会意。用两个或两个以上象形字组成，凑出一个新的意义，为会意。如6页图8

用两脚交叉表示“步”、两脚跨过水流表示“涉”、用手摘树上果子表示“采”。

假借，把现成字形当中语音相同或相通的拿来当作一个新字用，就是假借。如之字，原是一个会意字，是表示一只脚踏在地平线上，是“至”的意思，后来用于虚词就变成了“之”字。“酉”字原是酒罐子的象形 6 页图 9，是酒字的初文，加上三点水就为“酒”字了。

形声，形声由两部分组成，一部分表示意义称“形”，叫意符，一部分表示读音叫声符。造成这种形声字是由于中国汉字本身特点决定的，汉字要求表达意义和声音，但又摆脱不了因形见意这一矛盾，因此，形声是这一矛盾的产物。由于象形、会意、指事等方式造字数量即有限，又很困难，而利用语音的假借法造字又有很大局限性，因同音而不意的字是大量存在的，用不准确就出笑话，如“出去”用“除去”意义就大不同了。因此，便找到了用同一声符，又用意符在字形上帮助区别字的含意的形声造字方式。在先秦，同一字音，如“辟”、“避”、“僻”三者同一意义使用，这对准确使用汉字和理解真实意义很不利。而形声字的出现，避免了这些不利，使汉字即形体美，又丰富多彩，见 6 页图 10。

转注，对转注众说纷云，但大致可分为三种情况：

(一)以南唐徐锴为首的以字形的偏旁来说明转注字。徐锴说：“转注者，建类一首，同意相受，一首者谓此孝等诸字，皆取类于老，则皆从老。若松柏等皆木之别名，皆受意木，故皆从木，后皆象此”。“建类一首”，是指偏旁部首。“同意相受”是指部首相同、意义相近的一类字，6 页图 11，他主张从字形方面说明转注字，所以称“主形”派。

(二)以段玉裁为首从字义方面来解释转注字，6 页图 11 的四个字都是开始的意思，所以，他认为，凡是意义相训相近，都可以互相训释，这类字就属于转注，所以称“主义”派。

(三)以章炳麟为首的从字音方面解释。他说：“以文字代语言，各循其声，方言有殊，名义一也。其音或双声相转，可叠的相池，则更制一字，此所谓转注”。他认为转注字就是指意义相同、声音相同或相近因语言要求而制的字。

由于他主张从字音方面说明转注，因而称之为“主声”派。

总之，书法艺术是与中国汉字的结构特点相联系的，是产生书法艺术的根源之一。

二、中国书法在世界的影响和现实意义

我国书法在世界上影响很大，它曾随着汉字的使用移植到周围邻国，特别是对日本的影响较大。

据史书记载，公元 285 年，我国西晋太康年间，百济博士出使日本，带去用毛笔写的《论语》和《千字文》，这是汉字书法移植日本的开端。公元 170 年，日本进入奈良时代，中国不久进入盛唐开元年间，中日文化交流频繁，出现空前盛世。许多日本遣唐使、留学生、留学僧人来中国学习晋唐书法。公元 754 年，中国鉴真和尚东渡日本，带去王羲之的行书和王献之的草书真迹，使中国书圣王羲之的名声满日本，并影响着

日本当时的书风，在平安时代出现了号称“三笔”的日本著名三大书法家——最澄、空海、桔逸势。他们先后到中国深造学习书记，以王羲之、欧阳询的书迹为根基。其中最有成就者空海，曾是酷爱书法的日本嵯峨天皇的老师，善写真、草、隶、篆各书体，在中国把他誉为“五笔和尚”。据说，唐宪宗请他补写屏风上王羲之书法的“阙”字，在《玉烟堂贴》《戏鸿堂贴》中刊入，其补字能以假乱真，可见造谐之深。尔后，黄庭坚、米芾、赵孟頫、祝允明、文征明、董其昌、王铎等中国历代书法家的佳作先后传入日本，在日本书坛引起共鸣。1880年，我国书法家杨守敬东渡日本，带去汉魏六朝、隋唐的碑贴一万三千余册，使中国碑学也传到了日本，从此，崇尚北碑的风气在日本也昌盛起来。历史已充分证明，千百年来，中国书法象一座跨海桥梁，连接了东方两大民族，在中日文化交流史上作出了特殊贡献。

十年动乱后，书法这一古老的艺术在祖国大地上又重新振兴，陈云同志和教育部的一些领导同志多次谈到书法在学生学习中的作用，指示从小学开始学好毛笔字，发扬光大中国的书法艺术。全国许多中小学和大中专院校开设了书法课，是“美育”教育的重要部分。而且逐步走向普及化、完善化和科学化，曾被称之为“书法热”。当前，许多外国首相和文化团体访华，都对中国的书法艺术非常青睐。中国书法已在世界的许多国家引起了强烈反响，世界性的书法协会已出现，并为我国的文化发展和经济发展作出了贡献。我国许多著名书法家的作品，已被许多国家的友人、文化知名人士，甚至国家元首不惜重金收买欣赏，作为墨宝收藏。许多外国领导人访华，我国领导人把“文房四宝”和好的书法作品作为国礼赠送给他们。1977年4月3日，美国耶鲁大学举办首届国际书学史讨论会，二百多位世界各地的著名学者、收藏家，对中国的书法成就一致公论是世界文化之瑰宝。其中有一篇论文是《中国书法对现代画家的影响》被首推佳作，中国书法在当今世界的影响和作用，我们从中可以窥一斑。

现在，在改革开放的时代，我们学习书法更有着突出的重大意义。它对于世界上各国的文化交流和我国经济体制改革及对内搞活对外开放的国策能起着重大作用；对于我们不断进取奋发向上的同志，全国各地的学生，能写出一手既实用，又有美学价值的好字，是一种“美”的享受；增强审美能力和思想意识，提高美的识别能力，使自己在学习和生产劳动中，创造出质高、物美、价廉的产品，投入国际和国内市场而推动生产力的发展，又有着深远的现实意义；它可以使我们培养自己的道德情操，陶冶性情，提高文化修养，消化吸收其它科学知识，磨炼意志，形成良好的思想作风和人格及气质；同时又利于身心健康，培养下一代，请君实践，必会从中得到难以估价的益处。

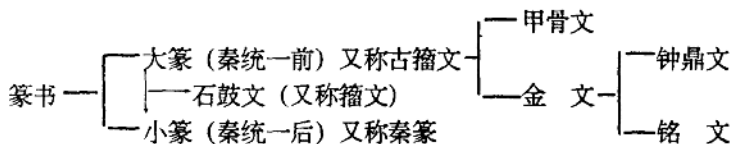
第二章 书法史和文化史联系简介

中国书法已有三千余年的历史，它与中国文化的发展史有着密切的联系，特别是与文字的发展和书体的演变之间的联系。

第一节 书法史简介——篆、隶、楷、草、行五体的演变

一、篆书、简单概括为：“商代初起，西周发展，成熟高峰于秦代，清代中兴形成第二高峰”。

篆书的含义，按许慎《说文解字》中说是“篆引书也”。就是说，“篆”就是拿笔写字，是个动词，而把所写成的字叫篆字。篆书，包括大篆和小篆两部分。大篆小篆不是指字形的大小，而是按时代和字的演化分的。秦统一文字之前的篆字称为大篆，秦统一之后的篆字称小篆。中间过渡又有不同的称呼和演进过程，基本概况是



大篆中的甲骨文，（也可以单独为一种文字发展阶段）是用刀或锐器在兽骨上刻字。（见7页图12）。其主要特点是用刀刻，其字笔画清瘦挺拔、结体错落多姿，章法参差疏朗，显出一种古朴烂熳的意趣。金文是社会进入到奴隶制的青铜器时代，奴隶主为显示权威和享乐，铸造礼器和乐器，礼器以鼎为最常见，乐器以钟最常见，并在其上铸有文字，所以称之为钟鼎文。因铜在古时称作金，因而统称为金文，文字内容主要是歌颂奴隶主，所以又称铭文。其特点是大部分用模子铸的，先在模子上刻字，细细加工，美化然后铸成，因此，与甲骨文相比，变行笔的方整为稍圆匀，结体紧密，平整、稳定、丰满粗壮、屈曲圆转，字形长方，全篇章法纵有行，横有距。（见7页图13），这些特点构成了书法艺术中用笔、结体、章法的初步格局。

石鼓文是由大篆向小篆过渡的一种书体，有些书论学者把石鼓文归于大篆。但实际上它是一种非常重要的过渡书体，称为籀文，而有的书论学者把大篆称为古籀文，以示区别。称此种文字为石鼓文是因为字是刻在鼓形的大石头上，现存于北京故宫博物馆内。据专家考证，石鼓文是春秋末期到战国初期秦未统一全国时的实物。这些石鼓是唐朝初，在陕西凤翔县发现的，共有十个。（见7页图14、8页图15），图14是石鼓文原文，图15是吴昌硕所临写的石鼓文。其特点是笔画朴茂更加圆劲挺拔，线条浑厚凝重，略带长方，结构较散，秀逸之气内含。它由古籀的大小不一，错落多姿变为平正，易识略带长方形。但又与后来的小篆结体停匀，有较长的垂脚不同。在石鼓文中，文字的图画因素基本消失，它使汉字朝抽象化，方块化迈出了可喜的一步。

小篆，小篆是在秦始皇统一全国后，为统一全国文字，要求“书同文”，而命丞相李斯等人对古籀文（大篆）进行改革，把古籀文字删改、简化，创写出一种“形体略长，大小一律，整齐停匀，既美观易识，又有规律可循的一种新篆字——秦篆，后人又称为小篆。其特点是：藏锋起笔、回锋收笔，笔画劲秀而圆健，结构谨严（见8页图16）。汉代以后字体不断演变，篆书虽然仍存在，但却降到了次要地位。所以，秦代是篆书成熟的高峰。清代，篆书又一次兴起，形成第二高峰。主要原因是从书法史上看，汉隶唐楷宋行，都以发展到高峰，元明人都没有突破。所以清朝人要从篆书上求得超越前人的成就。从当时的书风看，乾嘉以来，文字考据之学和碑学大兴，研究《说文解

字》及青铜器铭文成为时尚，学者也多喜欢篆书。所以，在清代出现了篆书的兴起，著名大家邓石如、杨沂孙、赵之谦、吴让之等人，其篆书格调高古，能于朴茂之中见秀逸之趣。见 8 页图 17 吴让之的篆书。而吴昌硕除在篆书上有较高造诣外，尤为突出的成就是石鼓文，以雄强朴茂之笔，为秦汉以下的篆书大放异彩，且对现代人影响较大，是近代杰出的金石书画家，8 页图 15 是吴昌硕写的石鼓文。

二、隶书，是继篆书以后的新兴书体。“隶书者，篆之捷也”。是说隶书解放了严谨的小篆体势，字势较分散，故又称“散隶”。用隶书法写成的行书，又称“松散状”或“不等量”行书。而通称为隶行书。

隶书上承篆书遗脉，下开楷书之源，是中国书法史上的大变革。无论从文字方面，还是从书法艺术方面考据，隶书的出现都是一个重要的转折，是“关节点”，在书法史上，起着举足轻重的作用。因为研究和学习隶书，上可追遂篆书之流变，下可获得楷书笔法结构的变迁。因此，学书法者必须重视研究隶书这一课题。从当前的情况看，从隶书上进行学习研究而取得成果的中青年占有较大的比例。有些书法教育家和学者，也在探求在中小学书法教学中，从隶书起步入手的问题。可见，隶书虽然不是当前日常使用为主的文字，但它作为书法艺术仍有着重要的价值，是书法爱好者要探求的重要领域。

隶书的发展演变，简单说是初起于秦，变化于西汉，成熟于东汉。

隶书在秦代已初见，但以篆书笔法为主，多带篆意。进入西汉后，从笔法到字的结构都不断地从篆字中蜕变出来。结体由纵势变为横势，用笔提按顿挫，线条的波磔变化已很明显，西汉留下的碑帖很少，只有一些简牍。而到东汉走向成熟和高峰，现留下的碑帖隶书，都是以东汉的为主。其主要代表碑帖可分为五大类。一类是整齐质朴，笔意遒炼，如 8 页 18 图《乙瑛碑》还有《史晨碑》《华山碑》等。许多书学者认为，初学隶书，以《乙瑛碑》《史晨碑》入手为好。二类是以圆笔为主，结构严谨，秀丽飘逸柔中有刚如 9 页图 19 的《曹全碑》，但需有一定的书法基础才能学好，否则，易流于纤弱。三类是以方笔为主，结构严密，笔画丰厚，刚力较外露如 9 页图 21 的《张迁碑》，还有《鲜于璜碑》《子游残石》等。要从方笔入手学习隶书的，初学以《张迁碑》为好，也有主张从《鲜于璜碑》入手的。四类是用笔方圆兼备，笔迹瘦劲且变化，结构紧密且舒展的如 9 页图 20 的《礼器碑》。许多学者认为，学隶书应以此碑为入门之首，是打好隶书基本功的第一本帖，但此碑难度较大。五是舒展峭拔，奇纵姿肆如 9 页图 22 的《石门颂》，但必须有一定的隶书基础后再学习为好。学隶书的同志，选那一本帖起步，不必硬性规定，要根据自己的爱好、志趣、审美而定。一旦选定帖本，就要坚持不懈地临写，方能少走弯路早见成效。无论是那一类的隶书，与篆书相比，都有如下的共同特点：

(一)象形性变为符号性。隶书变篆书的圆为方，结构较散，篆书笔意虽尚存，但已脱离了篆书的象形性而走向抽象的符号化，隶书已彻底符号化了。

(二)篆书字形横向收敛，纵向舒展。隶书纵向收敛，横向左右波拂分展。隶书变篆书纵势为横势。

(三)篆书以圆为主，隶书以方为主，提按分明，既使有圆转处，也含方意。方圆关系既辩证又安排的巧妙。

(四)篆书多取对称之体，有端庄之美。隶书多取欹侧之势，得变化之妙。如能把图录中的篆书和隶书细心比较，品味，就可看出其中的微妙，打个比方说，篆书好比照像时的标准像，隶书好比举止生动的生活照。

(五)篆连而隶断。在篆书中的一些连贯笔画，在隶书中确断为短画，篆书用笔几乎是笔笔中锋，隶书则是“逆入平出，迟送涩进”。不是非得笔笔中锋。

总之，隶书是书法史上发展变化的一个重要转折，在书法中占有重要地位，并在清代和现代不断地中兴。

三、楷书。含义有两层，一是指具有法度可作楷模的书法作品，既楷模之意。二是指与篆、隶、草、行并立的书体，又称正书，真书。狭意只指唐代楷书的高峰，包括魏碑体在内的楷模之书。

楷书的发展，简单说是隶书孕育了楷书，三国魏晋南北朝是隶书向楷书的过渡时期，特别是魏碑体有着重要的作用，隋朝在从魏碑体走向唐楷高峰中起着承前启后的作用。

三国时期魏国人钟繇（151～230），字元常，官至太傅，世称钟太傅，是开楷书之先，称为楷法之祖，有法帖《宣示表》传世见10页23图，而东晋人王羲之和其第七子王献之，在从隶书转向楷书的过程中成就最高，特别是王羲之被称为“书圣”。王羲之，字逸少，官至右将军，世称王右军。早年从师卫夫人，（卫铄）后从师学张芝、钟繇等名家，并遍览祖国各地的碑帖和书法美学的子妹艺术溶于一身，继往开来，把古朴的书体变成娇美流便的今体。于楷、行、草都有创造性的贡献。是中国书法史上的一位划时代人物，历来为书家典范。有楷书《黄庭经》见10页24图；行书《兰亭序》见3页1图；草书《十七帖》等大量的碑帖传世。而王献之自幼学父，并有创建，曾官至中书令，世称“王大令”。现代和历史上海家评论书体有内敛和外拓两大形体，王羲之是内敛，筋骨内藏。王献之是外拓，筋骨外显，体势开张，更利于行，草书的抒情达意见10页图25。各代直至现代的书法家都无不从二王书体中得到收益。我们说王羲之是“书圣”，不是说王羲之的书法造诣是登峰造极，不可超越，而是按历史唯物论的辩证观点，肯定他在隶书向楷书过渡时期，为楷书、行书、行草和草书各体的确立所立下的历史功绩。列宁曾说过，判断历史的功绩，应“根据他们比他们的前辈提供了新的东西”。《评经济浪漫主义》见列宁全集第二卷150页。王羲之正是为中国书法史提供了前人没有成型的楷、行、行草和草书诸体，如果没有这些，他的历史功绩就不复存在了。

在钟繇、王羲之的书体中，还保留有隶意，特别是钟繇，字的结构，笔法保留隶意明显。而王羲之在结构上已没有隶意的存在，但在各别用笔方法上仍有隶意。而后世的书家又多以王羲之的字为其源。因此，要学好王字，必须要有一点隶书基础，这也是前边讲的隶书重大作用之一。

南北朝时期，主要是碑刻和各种照像记，笔法中的隶意已极少见了。如《爨龙颜

碑》《龙门十二品》等照像记，而晚期较著名的《张猛龙碑》隶意几乎没有了。要学魏碑体的可学“二爨碑”“龙门十二品”，特别是《张猛龙碑》见10页26图。

魏碑字的主要特点是方笔如刀切斧劈。书史上有康有为对魏碑美之誉，当时是为扬碑学抑帖学，评述虽过激，但不必刻求，可取其合理因素。概括为三美：气势美、魄力雄强，气象浑穆，精神飞动，有古秀之姿，大丈夫之气。结构美，意态奇逸，兴趣酣足，结构天成，雄奇角出。笔法美，笔法跳越点画峻厚，有铁石之凝重，武士之刚健，骨法洞达血肉丰美；它为楷书高峰唐楷的形成奠定了良好基础。

到隋朝，楷书日见成熟、精致，隶意已消失。如王羲之七世孙智永的《真草千字文》、《董美人墓志》等，为唐楷之先启。

楷书的成熟和高峰是唐代，简单说是二个时期，唐代初期有四大名家，欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷，称之为唐初“四大家”。

欧阳询（555～641）字信本，官至太子率更令故称欧字为“率更体”。欧字笔力遒劲，结构险中求稳，法度森严。增一分太长，减一分太短，极尽精致之能事。欧字被国内外历代推崇。现在仍然是毛笔和硬笔楷书的主要范本，主要代表作有《九成宫醴泉铭》见11页27图。

虞世南（558～638）字伯施，官至秘书监，人称“虞监”封“永兴县子”，故又称“虞永兴”。其书法外柔内刚，戈画最妙，代表作见11页图28。

褚遂良（596～658）以擅书得到唐太宗的器重，官至谏议大夫、中书令、吏部尚书，封河南郡公，故称褚河南。此人“少则伏膺虞监，长则祖述右军。以后字日趋俊逸秀丽，甚得媚趣，得王羲之之神韵。所以人称其字“美人婵娟，似不任乎罗绮”，代表作见11页29图。

薛稷（649～713）官至礼部尚书，太子少保，故称“薛少保”。他学褚书而笔法更加直硬，所以，当时有买褚得薛，不失其节之称，代表作见11页图30。

上述四位是唐初“四大家”，相比较而言，前三位对世界、历史和今天，在楷书方面影响大些。

在这里，需要介绍一下《大唐皇帝等慈寺碑》见11页图31，《大唐皇帝等慈寺碑》据金石专家和书法家们考证，它是唐初欧、虞、褚、薛四大家的同时碑，只所以没有“四大家”碑帖那样的地位和价值，其原因一是在河南省新蔡阳县汜水乡出土时间较晚，而且被乡间修水利凿开做了建材，后被文管单位发现才救出，但已残破不堪；二是在碑末尾有“颜师古奉敕×”，下面的一字是书还是撰不清楚。学者们为此争论不下，有的认为是颜师古书有的认为是颜师古文，无法定论。但颜师古此人在历史上是著名的学者，唐代著名书法家颜真卿之祖。因其历史地位和当时的条件所限，所以没有唐初四大家那样影响大和被人重视。但此碑的特点，如著名书法家杨守敬所评论“结构全法魏人，而姿态横行劲利异常，无弱笔，直与欧、虞抗行”。此论甚切。其一，此碑含欧、褚匀净精劲之风采，法度严谨，秀丽多姿。其二，既得魏碑茂密雄健，又有王羲之的飘逸秀丽之精神。如图录中，“功”字力的折、钩；“四”字的横折是魏碑的方笔书写法。而“定”、“文”、“大”等字的捺，“遂”、“遄”、“遐”等字的走之捺的捺

脚处，下笔峻利沉稳而又回锋收笔，筋骨内藏，敛锋不发，深得王羲之晋代书风神韵。在字的结体上，多正方，扁方，因字而立又有长方，于精妙处见姿势，如“仪”、“定”、“遂”等字为正方，“二”、“古”、“四”等字为扁方，“声”、“质”、“贞”等字为长方等都是因字和美学之需而异变。其三，不但有正楷而且有行楷，如“位”、“定”等字。所以，学此帖，既可上溯得魏晋书法之妙韵，又可下寻得中晚期唐楷书之精华风貌，尚可促使书体由楷书向行楷书过渡，其书法价值是一些名帖难以具备的。因此，许多书学者和书法家提倡学此帖是有根据的，而近几年的实践也已证明，学好此帖对于再学魏晋唐代的楷书和向行书过渡，其收益是其它帖难以比拟的。

唐代中晚期，主要有两大家，既颜真卿和柳公权所写的“颜筋柳骨”的楷书体，其中，颜真卿的贡献最大。

颜真卿（709～785），字清臣，官至平原太守，吏部尚书，太子太师，曾为平原（今属山东）太守，世称“颜平原”。代宗时封为鲁国公，又称“颜鲁公”。他秉性正直，笃实纯厚，有正义感，从不阿于权贵，屈意媚上，以忠烈耿直名于世。安史之乱中为盟主抵抗叛军，被李希烈所害。颜真卿是颜体的开创者，书坛革新的领袖，中国书法史上继王羲之之后的又一位划时代的人物。从颜字的形成看，分三期。早期唐初四大家，尽管面目各异，但基本上是二王一系嫡传，颜真卿五十岁以前的作品，与唐初书风距离还不甚大。如他四十四岁所写的《多宝塔碑》12页32图，还有《东方画赞》和王羲之的《东方画赞》相比，就可看出他早期字仍源于王书。中期五十岁以后，开始创新的书体，他60岁所写的《颜勤礼碑》12页33图，已标志着他新书体的成熟和“颜体的诞生”。晚期60岁以后，特别是72岁的《颜家庙碑》和传世的墨迹《自书告身》12页34图，使颜字达到了美的极致，后人从肯定的角度称他“雄秀独出，一变古法”，我们在前边用辩证的观点，从历史唯物主义的角度已说过王羲之被称为“书圣”的问题，这里我们仍从这一角度肯定颜真卿在书法史上推陈出新，独树一帜，开创了书法史上的又一先河，对历史，世界特别是对今天的影响之大，全国各地的书法教材和书法教学，在楷书上多以颜体字为首选。这不是说颜体楷书最好，其它楷书比不了，而是说颜体楷书是继王羲之之后在书法史上的一次变革。我们可以从其特点上简单作以分析。

从颜体楷书的特点看。笔法上，和王羲之楷书，唐初诸家楷书相比，虽然中锋用笔方法基本不变，但颜字将横画竖落笔，竖画横落笔，参照篆书改为裹锋落笔，逆入回锋，强调藏头护尾，使点画格外浑厚有力饱满。捺脚顿挫踢出后开叉，行成藏头圆笔和出锋燕尾的明显特征，世称颜体“燕尾捺”一改唐初诸家的含蓄圆润，力度内藏为挺拔有力、筋肉丰满、刚劲外露，以筋胜世的颜体。结构上看与“王体”和唐初诸家楷书结构相比。“王体”和唐初诸家字的间架结构往往是左紧右舒，右肩抬起，以倾侧取势。而“颜体”参照篆书，字形端正，两肩齐平，以正面对入并向两侧略带弧形拱出，而使结构显得端庄雄伟。章法上看，初唐诸家和“王体”往往字距和行距较大，因而呈宽静肃穆的气息。而“颜体”字是外紧内松，显得充实茂密，生机勃勃。

从“颜体”的美学价值看，颜体字突破了“二王”至唐初“四大家”的秀雅飘逸为端庄雄伟，以“俗”代“雅”，化纤巧为浑厚丰满，极大地丰富了中国的书法艺术。

开创了我国书法史上新的一页，有些书论上给予颜真卿以“亚书圣”之称。

颜真卿之后的楷书大家是柳公权（778～865），字诚悬，官至太子少师，世称“柳少师”。以善工书而历任穆宗、敬宗、文宗侍书。立身刚正，“笔谏穆宗”成为千古美谈。其书法兼容欧、颜，笔力险劲似颜而结字紧凑似欧，自成一体，世称“柳骨”。既以骨力外露，线条瘦硬，结体严谨影响后世，时至今日，仍以“颜柳”并称。其“颜筋柳骨”之说正源于此。传世的著名碑帖有12页图35《玄秘塔碑》和《神策军碑》。

唐代以后直至清代，虽然也出现了许多著名的楷书家，但从成就和“源”上看，都没有超过唐代的楷书剿穴。从现代看，已故的原北大校长、著名书法家和理论家沈尹默先生，在楷书上的楷法得褚遂良之神韵，但又有自己的独特之貌，书风于秀雅飘逸之中见刚健遒劲。

四、草书。草书在书法史上没有形成一个独立的阶段，它始终是一种辅助书体，其发展简单分为三类。

(一)章草。章草是隶书的解散、省变、简捷、快速书写的草体。因此，章草保留着较多的隶书特点，如12页36图。笔法上，明显保留隶书波挑，字字独立分离，字形扁平有波笔。其书形态纵狂奔逸奇瑰多姿，能较好地表现情性和抒发胸意。但由于隶书的波挑，妨碍字与字间的相连。字与字个个独立是章草与其它草书相区别的最大特点，后被今草所克服。主要章草帖有皇象的《急就章》、索靖《月仪帖》、赵孟頫《六体千字文》等。

(二)今草，又称小草。相传为东汉张芝所创，而王羲之和王献之在今草的历史上成就最高，其师承也是从张芝那里得来的，有《十七帖》等帖。“二王”之后，有成就者是智永和孙过庭。12页图37智永的《真草千字文》帖，从中可看出小草的特点。它改掉了隶书的波挑，字与字连写或笔断而意连。行笔圆转流畅上下呼应，体势纵横、神彩飞动。有“龙跃天门、虎卧凤阙”之姿，因此，更能抒发激情。现代今草书家较著名的是于佑任和宁夏草书协会主席胡公石先生及著名书法家林散之先生。于佑任著有《标准草书帖》、胡公石著有《草书标准字汇》。

(三)狂草，又称大草。大草的奠基者是张旭，他突破了“二王”书体而创立了狂草，因此史尊张旭为“草圣”。继张旭之后的狂草大家有怀素、黄庭坚等。其中，成就最高者当推怀素，史称“颠张狂素”。所以，狂草起于张旭，高峰于怀素。当今的狂草大家是毛泽东，其狂草源于怀素，又融入了自己的磅礴气势和伟大的情怀。如诗词43页图84的《六盘山》等。

这样评价不是由于毛泽东是伟大的领袖，而是在书法史上的狂草书体在当今时代还没有超过毛泽东的。狂草主要特点是从王羲之、王献之特别是王献之的“一笔书”中发展起来的，它夸张了今草的体势，笔法的运行和章法整体都如野马奔放无羁。如张旭的《古诗四首》50页135图，黄庭坚的《诸上座帖》66页267图和69页288图，怀素的《苦笋帖》69页290图，《千字文》13页38图，最高代表作《自叙帖》52页149图和53页157图。怀素的狂草成就主要有以下三特点：

1、在唐代书坛革新的浪潮中，他继张旭之后又有所发展，创建和确立了整个草书特别是狂草的地位，创造了“狂草”，世称“以狂继颠”。如同颜真卿的楷书成就一样，而成为草书的革新领袖。相传他观察天空中云彩的飘动、翻滚，特别是雷雨前的云彩变化而悟“草法”，使其书法如暴风骤雨雷霆万钧，给人以昂扬激越的美感和奔马万里的胸意，体现了盛唐社会的时代风貌。

2、在狂草书体的结字和章法上强调疏密、斜正、大小、虚实、枯润的强烈对比，节奏感鲜明，痛快淋漓，充分地表现出了浪漫主义的色彩。

3、他“气成乎技”，狂草的浪漫主义风格是以扎实严谨的技法为基础的。其笔法精妙，在一泻千里和如暴风聚风的笔势中能保持中锋运笔，逆锋起笔，用锋尖在纸面上跳跃出瘦劲凝练而富有圆转弹性的线条，达到了“如锥画沙”、“折钗股”、“屋漏痕”和万岁枯藤的艺术效果。人称“藏真妙于瘦”，对后世历代学大草者影响很大，如黄庭坚、付青山、毛泽东等狂草书家。但学狂草，必须是有楷、隶、行书的基础，而学草书时，也要由易到难步步深入。学章草，可从皇象的《急就章》，赵孟頫的《六体千字文》入手。学今草，可学王羲之的《十七帖》，智永的《真草千字文》，孙过庭的《书谱》，然后再学狂草。学狂草如学怀素体，可先学《千字文》、《苦笋帖》，然后学难度较大的《自叙帖》。如果学黄庭坚，可先学其行书，后学其狂草。无论学那家那体的狂草，都不要在没有隶、楷、行的基础或没有学好今草时就直接学习狂草，那样势必走弯路。同时，狂草虽最宜“叙情达意”，但它不容易认识，较难学，在欣赏和以笔墨交往中都需要有较高水平的同道方能看懂，欣赏到它的真谛，以上看法供参考。

五、行书。行书原也是楷书的一种辅助书体，但随社会和书法史的发展，行书的地位、作用和实用价值越来越大，特别是在当前手写体中的实用价值和美学价值当首推行书。

行书，《书断》称“行书即正之小伪，务从简易，相间流行，故谓之行书”。这是说行书是楷书的一种小变化，比楷书简便，但又比草书易识。所以行书是介于楷书和草书之间的一种书体。而近似楷书的称为行楷，近似草书的称为行草，它们都有很大的实用价值和艺术美学价值，因此，行书比其它书体有它独特的优越性，灵活性和艺术性。

行书的独特性是它与楷书相比，比楷书灵活。楷书是静的书体，行书是动的书体，楷书静穆，行书奔放，讲究脉络，强调虚实，神韵气势。而与草书相比，行书易识，草书难识，行书笔断意连，笔断形连和笔连的变化丰富，体态多姿，变化万千，其意境和神韵之美令人惊叹。而草书是以笔连为主且有各种偏旁部首的借符，没有一定的书法知识水平和草书研究的基础，难以使人认识和欣赏到它的神韵和气势。综上所述可以看出，行书灵活性大。与楷书法，结构相近可写成行楷书，与草书法，结构相近可写成行草书，用隶书法，结构相近可写成隶行书。因此，在现代以手写为主的工作中，一般都以行书为主，既可实用交流思想文字，又有很高的美感，因此我们第二篇中主要讲行书笔法和结构。

行书，相传是后汉人刘德升所创，但因年代久远，以无书迹可查。而行书的确立

和使用，是晋代王羲之和王献之，特别是王羲之的历史功绩。所以行书是始于晋，二王的行、草为晋人之冠。正因为如此，一般学行、草书都以二王字体为宗，既谓之取法乎上，学书寻源。

在行书中，王羲之的《兰亭序》经历代书家考察论证而评为“天下第一行书”，属于行楷体，虽然真迹被唐太宗李世民作为殉葬品和自己合葬，但他为把《兰亭序》作为皇帝对下面大臣的最大奖赏，而令当时的欧阳询、褚遂良、冯承素等六人摹临而赐给下面的有功之人。其中，欧阳询和褚良是临写，冯承素是用双钩摹写，所以冯承素摹写的最接近真迹，又称“神龙本”，虽然其露锋笔法较多，程度不同的带有唐人书写的痕迹，但仍不失学习行书的首选本。因此，按飘逸秀丽审美学行书者，最好是选冯承素摹本《兰亭序》，继而学习王羲之的《怀仁集圣教序》这样就把“内藏筋骨”、飘逸秀丽、优雅恬静之美的“内敛”书风基本掌握了，然后学开拓的行书。因此上述两帖一般被称为晋尚韵的代表作，见3页第1图《兰亭序》节选。唐代颜真卿的《祭侄文稿》是行草体，它与《兰亭序》并称于世，倍受推崇，4页2图是《祭侄文稿节选》，被评为“天下第二行书”。在行书体中，是唐尚法的主要代表作。学颜真卿楷书或按雄伟端庄的审美学习行书的，可将此帖作为首选。行书的高峰是宋代，原因主要是宋代已发明了印刷术，用楷书写书已降为次要地位，造成了行书的大兴。取得成就者是被誉为宋代的“四大行书家”，既苏东坡、黄庭坚、米芾、蔡襄。他们的共同特点是“尚意”，较突出的代表是苏东坡、黄庭坚，而在苏黄中又以黄庭坚尚意最为突出。现代书论家的许多论文和教学实践又都说明，历来学苏东坡体取得成就者不多，而学黄庭坚体的取得成就者较多，其原因是黄字更适于抒情达意的开拓精神，具有较强烈的时代感，而且他不过分强调点画的法度，笔法变化又不十分复杂。其代表作有《松风阁》，4页图3的《寒食诗跋》。当然在宋代行书体中，取得最高成就者是米芾。米芾书法功力深厚，法度严谨，运笔迅疾，如风樯阵马。中锋、侧锋、转折顿挫、挥洒自如。笔画偃仰向背跌宕波折，变化极大。结字大小欹侧，全篇布局呼应有致，风采俱全，虽源于二王但却有发展。而黄庭坚尚意的根据主要是他在书法的品评上，不斤斤计较于点画是否完全合于法度，而注重点画表现出的情感。“只要点画有情，病处也是美的”，此观点虽过于偏激，但它却强调了书法尚意的重要作用。在对书法作品的创作上，他写了不少诗文，从选材到书写都寄托了自己的感情。把他的李白《忆旧游诗》、刘禹锡《竹枝词》与他自作的《松风阁》、《花气薰人帖》等相对照，就会看到其中表现出的种种不同情感。在他自己本身的书法特点上，取法于王羲之、颜真卿、怀素和《瘿鹤铭》碑刻。溶进自己的个性特点，以中锋行笔，线条凝练厚实，纵横奇崛。结字“中紧外松”呈放射状，气势开张，别开声面，深得后人和现代人审美的青睐，特别是在当前改革开放时代，更利于体现社会发展的风貌。如果想从纵横奇崛、豪放奇恣、无拘无束、对比手法明显去学行书者，可学黄庭坚的行书，如果既想从纵横奇崛入手，又想守法度，可学习米芾的行书。

个人认为，初学以内敛“守法度”为主，而后学外拓“抒情怀”为主而出帖，既把内藏筋骨飘逸秀丽的王体“内敛”书风与外露情意，中锋运笔、气势豪放的黄体“外