

中国书法艺术教与学指导读本
临沂历代碑帖丛书

汉石门颂

京城李鑫华



李鑫华 著



金盾出版社
JINZHONG PUBLISHING HOUSE

漢石門頌

京城李鑫華



李鑫華 著

金盾出版社

内 容 提 要

本书为著名书法家李鑫华编写的书法艺术教育读本。作者对《石门颂》具有深入的研究,运用其深厚的书法艺术功底和丰富的书法教学经验,对此碑帖的艺术地位、风格特点、基本笔画、部首字旁、间架结构、临习方法及步骤等,进行了详细的分类解析。书中独具特色的解读,不但给读者提供便于快捷入门且易于接受的指导,还有书法艺术审美及汉字文化的知识和学术内涵。特别是利用原帖的典型代表字例,逐一进行讲解,既有对字“形”的具体分析,也有对字“神”的深刻阐述,深入浅出,全面具体。同时书中还配有《石门颂》原帖和作者的临帖样本,力求给广大书法爱好者学书临帖提供具体、实用、全面的帮助。

图书在版编目(CIP)数据

汉石门颂/李鑫华著. —北京:金盾出版社,2009. 7

(临析历代碑帖丛书)

ISBN 978-7-5082-5486-9

I. 汉… II. 李… III. 隶书—碑帖—中国—东汉时代 IV. J292.22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 203743 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

北京2207工厂印刷

北京2207工厂装订

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/8 印张:17.5 字数:303千字

2009年7月第1版第1次印刷

印数:1~8000册 定价:29.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

李鑫华 简介

李鑫华，1956年生于北京。字师忱，斋号“天成”、“八宝九如”。现为国家教育部中央教育科学研究所副研究员，体卫艺中心学校美术与艺术教育研究室主任。教育部全国中小学文艺作品展演艺术作品最终评委。中国书法家协会会员，中国书协中直分会理论部主任，中国书法研究院副院长。

1981年全国首届大学生书法竞赛二等奖获得者。其书法作品多次参加国内外书法大展，均获特等奖、金奖；受到过中共北京市委、北京市人民政府的专门表彰；1996年赴日本国领奖、交流书法艺术并讲学汉字书法艺术。

1990年应北京市文物局之邀，为首都40余处全国重点文物保护单位题写保护标志；既有位于天安门广场的社稷坛、太庙、正阳门（箭楼）等，也有圆明园遗址、北京孔庙、牛街礼拜寺、红螺寺、定慧寺、京师大学堂建筑遗址、清华大学早期建筑、北京大学未名湖区等。

著述颇丰，出版了书法、篆刻艺术教育类的著作近50余册。曾为教育部教师继续教育工程撰写《中国书法与文化》一书；作为常务副主编，组织、编写了新中国第一部《学校艺术教育史》；主编并编写了教育部“体育与艺术2+1项目”《汉字书法艺术》教师用书和学生用书6册；主编并编写了河南省义务教育课程《书法艺术》课本及教师用书18册；编写学校书法艺术教育丛书《楷书基础》、《行书基础》、《篆隶草书与篆刻基础》等10册。撰著名家名碑解析系列《柳体楷书解析》



等6册；著有实用楷书系列《欧阳询·九成宫醴泉铭》等5册。

新闻媒体多有报道：计有中央电视台、北京电视台、北京广播电台、《人民日报》、《中国教育报》、《北京日报》、《北京青年报》、《北京晚报》及《中国书法》、《中国教师》、《教育研究》杂志等。



关于《石门颂》

汉《石门颂》全称《司隶校尉杨孟文颂》，又简称《杨孟文颂》，为著名的摩崖石刻。该刻石为隶书，于东汉恒帝建和二（公元148年）立。刻石共22行，每行30或31字不等。纵330厘米，横257厘米，摩崖刻，现藏陕西汉中博物馆。

《石门颂》是汉中太守王升为司隶校尉杨孟文数次上表，奏请朝廷为其修复褒斜栈道有功而撰写的一篇颂词。镌刻在褒斜道的南端，即今陕西汉中市褒城镇东北褒斜谷古石门隧道的西壁上。

《石门颂》还曾被称之为《杨厥碑》，据前人考证，其实是历史上偶尔被人误读碑文中“杨君厥字孟文”，以为杨君名厥，字孟文。原书应当是“杨君，厥（语助词或代词，相当于“其”字之作用）字”，即“其字”之意。其后，人们以讹传讹，便有略称之为“杨厥碑”者。对此，读者只要知道此碑曾有此称便可，至于其考证之原委，亦无探究之必要。

《石门颂》的艺术成就，历来评价很高。从其用笔而言，多用圆笔，保留着相当成份的篆书笔法，其起笔逆锋，收笔回锋，运笔过程中尽显道劲沉着，笔画古厚含蓄而富有弹性。从此刻石文字的结构特征而言，其放纵舒展，体势瘦劲开张，意态飘逸自然。从刻石的通篇布局效果来看，字随石势，参差错落，纵横开阖，洒脱自如，意趣盎然。在汉代碑刻中，此石刻为汉隶中奇纵恣肆一路之代表，向有“隶中草书”之称誉。特别是文中几处字的笔画伸长，如“命”、“升”、“诵”等字中垂笔尤其之长，超乎其它字之字径，在整个汉隶刻石中实属罕见。

《石门颂》对后世影响很大，清张祖翼跋此碑云：“然三百年来习汉碑者不知凡几。竟无人学《石门颂》者，盖其雄厚奔放之气，胆怯者不敢学，力弱者不能学也”。此评语颇为中肯，汉代书家之于摩崖刻字，能有如此飘逸之神韵者原本不多，依笔者之见，此刻石文字无较深厚之篆书水平者，恐难出此效果，而仅止能篆，又不能舒展而书者，也不会出此效果，故清人评此，谓有清三百年来无人学此刻石，正是“欠胆略”和“力弱者”之障碍所致。

近代杨守敬在其《平碑记》中对《石门颂》评价：“其行笔真如野鹤闲鸥，飘飘欲仙，六朝疏秀一派，皆从此出。”显见得《石门颂》之“闲”与“逸”之神韵，断非等闲之辈敢于问津者。

康有为还评价此刻石“《尹宙》风华艳逸，与《韩敕》、《杨孟文》、《曹全碑阴》同家，皆汉分中妙品。”（康有为：《广艺舟双楫·本汉第七》）。

《石门颂》刻石为公认的难于驾驭的汉代刻石之一。其实，其之所以难于驾驭，令许多书法爱好者望而却步的原因，有如下几点值得注意。

首先就是对于笔法的驾驭有难度。没有一定的书法功底者，想学习此刻石，还真不知该如何下手，对此，本书在第一章，用了相当的篇幅，重点讲析了碑刻中各种笔法，主要是教会读者知道如何去一笔一笔地读这块刻石。这是对构成全碑的基本元素的学习与把握，务必先行了解和入手。

令读者望而却步的另一点，就是如何临习碑文。而碑文中合体字占主要部分，因此，构成合体字的一个个字旁或部首的学习，就显得尤其重要了，故此，本书在第二章，将碑刻中使用频次较多的左右字旁，字头字底，详加讲析，这便是组成全碑的零件，对这些零件都能比较准确地到位地临写好了，那么，组

装成一个个字，就是水到渠成的事情了。

至于第三点，全字组合的问题，是一个更系统、更广泛的问题，本书限于篇幅，只能在讲析字旁与部首的过程中，原则性地提示一二。其实，读者若能根据本书的前两章，将这些讲析的内容基本掌握了，那么，对于整块刻石的临写，已经很具规模了。

我们研读每块碑刻，无非就是想以手头的毛笔和纸张，能够准确地将其书写再现出来，能临学得像一些，通过反复临习，从而把握该碑刻的书法风格。那么，我们通过本书的讲析，应该能将这些有着极强的可操作性的信息，传达给读者，让读者可以循着这种导引，学会读帖读碑，学会分析碑帖，学会从微观到宏观把握碑帖特征的思路，举一反三，依此类推，由近及远，由浅入深，循序渐进，步入汉字书法艺术的殿堂。

目 录

第一章 基本笔法讲析	(一)
第一节 单纯笔法讲析	(一)
一、点法	(一)
二、横法	(五)
三、竖法	(八)
四、撇法	(一二)
五、捺法	(一五)
六、钩法	(一七)
七、提法	(二〇)
第二节 复合笔法讲析	(二〇)
一、折法	(二〇)
二、弯法	(二五)
三、波挑法	(二七)
第二章 常用部首与部分变体字讲析	(二九)
第一节 左右字旁讲析	(二九)
一、左偏旁举隅	(二九)
二、右偏旁举隅	(三八)
第二节 字头与字底讲析	(四三)
一、字头举隅	(四三)
二、字底举隅	(四七)
第三节 包围式字框讲析	(五二)
一、两面包围式字框举隅	(五二)
二、三面包围式字框举隅	(五三)
第四节 部分变体字讲析	(五四)
第三章 临书碑帖提示	(五五)
第一节 临习碑帖步骤	(五五)
一、分类选临的必要性	(五五)
二、全碑通临的重要性	(五五)
第二节 临习碑帖的方式方法	(五六)
一、读碑读帖，看懂笔法	(五六)

二、读碑读帖，讲究（弄懂）字法	（五六）
三、略其同者，攻其异者	（五六）
第三节 读帖之后再动笔	（五七）
一、执笔要松	（五七）
二、运笔要顺	（五七）
汉石门颂（临帖）	（五九）
汉石门颂（原帖）	（一一七）

第一章 基本笔法讲析

《石门颂》之所以为后世所称道，不独因其间架结构的舒阔开张而著称，其纯熟的用笔，其与众不同的笔法之表现力，更是决定了整块石刻书法风格的与众不同。为何从其被人们发现以来数百年间，无太多的学习者，究其根本之原因，乃在于常人不通古往今来传统之用笔法，故而多数习汉碑者，只能望而却步。显然字法是不能独立存在的，必须与笔法相辅相成。

《石门颂》的基本笔法，其最大特征就是，较为熟练地运用篆书之运笔方式，以匀圆为基调，而且在行笔过程中，手中之笔，应当是轻松执之，可随意旋转，而绝不能捏死笔管，更不要将笔杆像焊粘在手指间，否则，很难写出此石刻的原书风与书貌。

本章拟从单纯笔法和复合笔法，分两部分来讲析。单纯笔法是基础，复合笔法是在单纯笔法的基础上再添加和变化出来的。

第一节 单纯笔法讲析

单纯笔法，主要指点、横、竖、撇、捺、钩、提几类笔画的基本表现手法。这里的称谓，为了便于读者理解，是根据其后的现在通行的楷书称法，逆推回去而称代的。

一、点 法

单纯笔画中最基础的，莫过于点了，所以，首先介绍的就是此碑刻中点的几种情况。在此，将其又按点的数量，依次分别按单点、双点、三点、四点等情况来讲析。

1. 单点法

此刻石中单点的情形，可划分为如下形状来看。

(1) 纵点法

纵点，是指其在字中之形状为纵向者，基本上是自上而下垂直写出的。例如在必、定、位、方、充等字中所用，这些点都先逆向叠笔藏锋，或垂直下行，如“必”、“赛”、“高”字；或略右倾，如“定”、“高”字；或略左倾，如“位”、“方”、“充”等字。例字：必、定、位。



(2) 斜点法

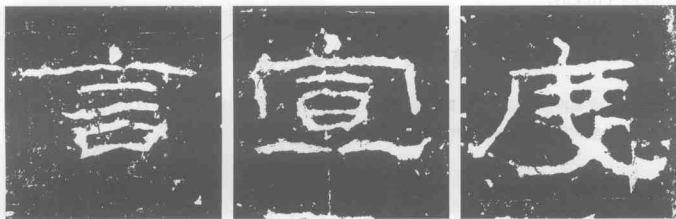
斜点，是指其在字中之形状为斜置者，藏锋起笔后，毫无悬念地朝右或左下行。例如在虞、厥、厥等

字中所用，这些点都与相邻之横画，牢牢地融合在一起，其效果就仿佛是点从横画中生长出来的一样，浑然一体。例字：厲、厥、厥。



(3) 弯点法

弯点，指点画本身发生了弯折的情形，这种点为后世唐楷的许多写法所效法。不过此刻石中的弯点，尚在初始阶段，只显现了藏锋起笔的特征，（而后世的唐楷中，如欧阳询，褚遂良、颜真卿及柳公权等人，则将其加以发挥，变得更加粗重饱满了）。例如在言、宣、守、度、官、原、字等字中，均属于使用了弯折之点。例字：言、宣、度。



(4) 横点法

横点，此处指在现行楷体字中均为顶点，通常都呈斜置形状，但当初在汉隶中，多为平置的点画，或者更准确地说，当初都为短横画，其书写特征与横法一致。此刻石中以龍、章、主、永、商及言字旁如謀、讞、記等字中，多有运用。例字：龍、章、謀。



(5) “寸”字点法

此刻石中有些带“寸”字的字，其中“寸”部中之点，无论点画长短，都呈斜置状态，有的像后世楷体中之“提”画，如“狩”、“鰻”、“尊”等字；有的则类同翘尾之横画，如“守”、“杓”、“府”、“特”等字。临写此刻石时，对此种点法，应当从形态上注意把握。例字：尊、守、府。



2. 双点法

此刻石中出现的双点点法的情形，大致可以分为两种：其一为顺向点，其二为对称点。

(1) 顺向双点法。

顺向点在此刻石中又分别为斜向顺和横向顺。

其一，斜向顺点法。以定、徙、貶、纵、楚字为代表，两个点画倾斜约45度，二者之间保持平行。此种点法，主要适用于“止”字底和“乏”字旁中。需要注意的是其用于“乏”旁，但不用于“之”字中。另见“对称点”中“之”字之点法。例字：定、徙、貶。



其二，横向顺点法。以寒、冬、终、於等字为代表。其形与两段短横写法一致，彼此间同样呈平行关系。其主要适用于伸展的撇捺画之下。注意，二点之间基本保持平行，但两个点画绝非形状完全雷同，而是形态各异，小有差别。例字：寒、冬、於。



(2) 对称点法

这里所言对称点，既是指绝对的对称点，也指相对对称点，当然，即使所说的绝对对称，也是相对的。只不过其从位置与形状上来说，对称的程度更强一些。

其一，绝对对称点法。

绝对似乎是有些过头，但此刻石中，如位、堂、光、平、高、梁、常、轻、隶、遂、醴、乐、原等字中，因其二点相对应，故以对称形式为佳，如“位”、“高”、“醴”等字中，较为接近绝对对称；其它字则因两点

由中竖画隔开，故其摆放从理论上说，也应当是绝对对称的，但仔细观察，则不尽然。这些对称之点，在此刻石中，或者说是在汉代碑石刻字中，已经不像在篆书时代的那种对称了。例字：位、平、樂。



其二、相对对称点法。

有些字中的点画之间的关系，原则上也应当是绝对对称的，但在实际字形中，其形状并不完全对称，但感觉上仍属于对称之范畴。例如在谷、之、益、興、余、光、道、其、鑿(凿)、節、與、縣等字中。在临书此刻石的这些字时，一定要本着对称的布置方法去书写对应的点画。例字：谷、余、興。



3. 三点法

此刻石中三点法主要体现在三点水和横三点布设两种情况。

其一，三点水法。

三点水的字在此刻石中有10个之多，共计出现于15处。此石刻中三点水的写法，与其它汉代碑刻中的写法大致相同。从左向右，像是众矢射的，也就是说三个点的延长线，能汇聚到一个焦点上，反过来说，从右向左，是一组放射线。三点之中，中点最长，末点中长，上点最短。三点之尖，大致收束在同一条垂线以左，如“渊”、“潭”、“漢”等字，个别中点略长。在此刻石中，总计有：潭、漢、流、渊、源、深、清、凉、海等字。例字：漢、清、渊。



其二、横三点法。

横三点的写法，出现于受、绥、焉、督等字中，其表现特征为同一方向的顺向点。其中“焉”字下

边作“马”形，字头部分亦变形为横三点或横四点，其字形之用，有误书之嫌。古人之书写刻石文字，将字下半之“与”部误书为“马”形，也是难免的。至于字头部分的“正”作为“𠂔”形，倒也有先例，在汉代的《郑固碑》中，已有此形。

此刻石中这种三顺向点的写法，其最大的优点，就是极大地压缩了字头的层次，便于字的下半部分从容地跟进，使全字达到缜密均匀的效果。横三点用之于“督”的异体字中，则属于正常现象。例字：受、绥、督。



4. 四点底法

此刻石中凡有四点的字，大致有爲、寫(写)、鲜、烝、無、庶、黠等字。其写法，各不相同。仅从出现过二次的“庶”字的四点写法观察，就可以区分为两种情况；其一，四点的点尖朝下；其二，四点尖朝上。其它如“爲”字，也分别在碑额与碑文中出现过二次，字中的写法大致以这两种表现为主。此外，“無”字四点底的写法与上述二者有别，其为中间二点尖朝上，且画体近于垂直，左边点斜点，尖朝右上，右边点则尖朝右下向点出，从而形成了一种以中间二点为轴，两边点对称取势的写法。这种表现手法，在汉碑中亦属常见之现象。例字：庶、爲、無。



二、横 法

此刻石中横画的写法，主要有两种表现形式，即直横法与波挑横法。

1. 直横法

直横法主要是指字中所用横画趋于平直，粗细亦无变化，是相对于波挑翘尾横法而言。直横在此刻石中分短直横、中直横与长直横三种情况。

(1) 短直横法

短直横，以所、達、隆、命、祖、詆、难、通、健、請、其等字为代表，这些字中都含有短直横。不过，仔细观察，可以发现这些短直横如果在字中相邻的横画多时，其笔画之形状，则绝不雷同，而是各有其形，这是书写者富于变化的表现力所致。因此，在临写时，不要将笔画写成千篇一律的呆板模样。短直横的书写要领，务求篆书写篆体笔画那样，力争趋于水平。在起笔与收笔处，要逆入与回锋，即使有些藏锋之痕迹，也切勿像后来楷体那样明显，更忌夸张。例字：所、達、詆。



(2) 中直横法

中直横，指本刻石中介于短直横与长直横之间的一类。以惟、截、是、文、上、平、奉、春等字中之横画为代表。其基本特征亦与篆书横画相近。其起笔多为圆起，方法依然是逆入平出，于收笔处或圆收，或尖收，但笔行至收笔处，多少要略施加一些辅助性动作，以保证收出圆或尖尾的效果。虽然称其为直画，多少带有些微的弯弧，有的中直画，或左低右略高，如“平”字，或呈两头沉坠的现象，如“文”，“上”，“是”等字。同样，相邻者都是横画时，其画形各异，绝不雷同，如“奉”、“春”等字。例字：平、文、奉。



长直横在汉代碑刻中不多见。此种笔法可以说纯用篆法。其所表现出的观感，似乎是以小笔写大字，将笔的锋毫全用上，而实际上则不然，只是书家最能高水平地控制笔锋与笔毫的高度，在行笔过程中，又始终能在一个高度运行，故而能出此篆书的效果。这种长直横，以其直与长，保证了该字的平衡与方正。此刻石中以充、午、靈、光、方、子、苗、具、嘉、世、截、下等字为代表，均使用了长直横。例字：方、嘉、苗。



2. 波挑横法

这里说的波挑横，应当说是汉代隶书的基本横法，其基本特征是横画在起笔藏锋之后，朝右行笔时，略朝右上上行，至末端收笔时，先行按压笔锋与笔毫，使之在画体上产生一种厚重的视觉效果，以此来保证整个笔画的平衡或方正。有些笔画，更是行至中点时，便压笔下行，以便在最后出波挑收笔。出波挑之目的与作用，乃在于调整全笔画的平衡，不让人产生斜翘的视觉感受，亦即给人以整字端正与平衡的观感。波挑横在汉代隶书中随处可见，此种笔法，亦是隶书区别于篆体，不同于楷体的独家笔法。在不同的汉碑中，波挑横的形状各有特色，但其运笔之法，如出一辙。在此，也将本石刻中的波挑横，分别为短、中与长三种情况来讲解。

(1) 短波挑横法

此刻石中的短波挑横，以惟、石、蛭、顺、所、行、精、断等字为代表。其中有微波挑者，如石、蛭、精、行等字，也有直接昂扬向上波挑而出者，如惟、顺、断等字。例字：石、行、断。



(2) 中长波挑横法

中长波挑横，是指介于短与长波挑横之间长度的波挑横。同样存在两种挑法，其中以位、未、升、极等字为代表，其波挑的痕迹不十分明显，有但不夸张。此外，在二、庶、焕等字中，则在出波挑时，形状较为夸张，波挑的动作明显。例字：位、庶、焕。



(3) 长波挑横法

长波挑横，是汉代隶书中使用得最为普遍的一种笔法。在此刻石中，使用得尤其之多。如在谷、有、高、子、舆、其、至、年、梁、上、下、平、前、舆、者、苦、卑、升、若、位、宣、舆（与）、言、章、益、安、樂、皇、绥等字中，均使用了此种笔法。但若稍加留意，就会发现在这些使用长波挑横的字中，波挑的情状又有所区别。详加分析，大致有如下三种情况。

其一，微波挑横法。微波挑长横画，通常都是横画首端有折叠笔锋的痕迹，横画至末端出钩之前，没有较大的压笔走势，而是很自然而然地朝斜上向略有扬起之意，但还不十分明显，显得很平静自然。用水波纹来形容，则像微风拂过水面，稍有轻微的涟漪，仅仅是区别于一潭死水的那种水波。此刻石中以谷、高、益、其、上、舆、言、樂、等字为代表。例字：谷、言、樂。



其二，波纹长横法。波纹长横之法，在汉代隶书中的使用极其普遍。或者说，这种笔法，是汉隶的标志性横法。这种波纹长横，就其整个笔画而言，也多呈波纹状，在收笔处的波纹，则仅属整画波纹的一段。此刻石的这一笔法，不像其它碑刻，在横末波挑时出现的雁尾，并不夸张，而颇显平静。其波纹之线条却十分流畅。用到这种笔法的字以子、至、年、午、下、前、者、升、盖、安、平、王等字为代表。例字：午、者、安。



其三，斜上向波挑横法。这种横法，是此刻石中较有特色的一种。其波挑之方向，较之其它波挑法向上的角度大些，或者说，其上翘画明显，更突出。以有、興、梁、平、苦、卑、若、宣、与、章、皇、五、卓、土、垂、西、世等字为代表。而在这些字中，其具体形状又各自相异。这种波挑，有的属于仿佛没有助跑的原地跳远，有些干拔而出的味道，如“苦”、“興”、“主”等字；有的则仿佛虽有助跑，但仅一两步助跑，亦即其波挑之前，突然下沉，然后再迅速挑起，如“卑”、“与”、“章”、“宣”等字。例字：卑、章、宣。



三、竖法

《石门颂》的竖法，主要分三种表现形式。即直竖法、斜竖法和曲竖法。

1. 直竖法

刻石中的直竖法又大致可分为以下几种情况。

(1) 圆首圆尾竖法。

圆首圆尾的竖画，很有些篆体竖画的遗韵，甚至可以说像篆体笔法的延用。在川、隆、命、輪、弗、故、健、用、平、仲、杓、精等字中，均有使用。这种笔法的临写，在笔画的首尾都要藏锋，其藏锋之法，有些像在泳池中比赛时游到一端的掉头动作，即欲下先上，直来直去，书写时笔锋的调度，要做到折返自如。例字：川、隆、輪。



(2) 尖首尖尾竖法

尖首尖尾竖与圆首圆尾竖同类，也属于篆体的笔法，只是首尾略呈尖锐状而已，用笔方法与其别无二致。例字：继、升、波。



(3) 圆头竖法

圆头竖，与前圆头圆尾竖大同小异，其笔法相同。例字：忠、先、知。



(4) 方头竖法

方头竖，显然也是藏锋起笔的结果，这种笔法，延续到后来的楷体。应当说从上、奏、中、山、奉等字中所使用的笔法来看，叠笔藏锋的过程中，笔锋可以将其收拾得更加整齐。也增加了“切”后叠笔的动作。临写此类笔画时，对于已经熟练掌握楷体，尤其是对于魏碑用笔较熟者，直接运用便可以出此效果。例字：上、奏、中。