



老年大学系列教材

丛书主编 王炎琪

中老年学国画速成

曾进 编著



中南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中老年学国画速成/曾进编著. —长沙:中南大学出版社,
2005. 8

ISBN 7-81105-086-2

I. 中... II. 曾... III. 中国画—技法(美术) IV. J212

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 066256 号

中老年学国画速成

曾进 编著

☐责任编辑 李 梓

☐责任印制 汤庶平

☐出版发行 中南大学出版社

社址:长沙市麓山南路

邮编:410083

发行科电话:0731-8876770

传真:0731-8710482

☐印 装 长沙市华中印刷厂

☐开 本 880 × 1230 1/16 ☐印张 8.75 ☐字数 219 千字 插页:4

☐版 次 2005 年 8 月第 1 版 ☐2005 年 8 月第 1 次印刷

☐书 号 ISBN 7-81105-086-2/J · 006

☐定 价 19.00 元

图书出现印装问题,请与出版社调换

出版说明

随着我国进入老龄社会的行列以及近年来我国干部人事和劳动制度的改革，中年人提前离（下）岗的人数迅猛增加，中老年队伍越来越壮大。中国人口老龄化的发展趋势，不仅为全国人民所关注，也为全世界所瞩目。

我国自古就有尊老敬老的传统，关怀老年人是全社会和每个公民的义务。老同志从工作岗位上退休后，最担心的就是孤寂和冷落，他们迫切需要一种精神寄托。特别是在新形势下，如何落实好“老有所学，老有所乐”，正确引导这个巨大的特殊群体切实注重身心健康，自觉抵制“伪科学，伪文化”的侵蚀，积极参与“抗疾病，增健康”的文体活动，不仅是各级党和政府十分关注的一个重要的社会问题，而且是摆在我们面前一个值得研究的新课题。

由中南大学出版社组织老年学研究领域的有关专家与学者陆续编撰出版的老年大学系列教材，就是即时奉送给中老年同志融入社会与群体后，怎样做到有所学，有所乐，锻炼身体，抵御疾病，丰富生活的精神食粮套餐。该丛书涉及中老年生活的方方面面，包括书法、绘画、唱歌等。它的出版既可作为各级各类老年大学的实用教材，又可作为中老年朋友“完善自我，实现自我”的通俗读物。

这套丛书由中南大学老年大学专职副校长王炎琪教授策划，分期出版，首期三册由湖南省老干部大学曾进编撰《中老年学国画速成》，蒋兴国编撰《中老年学书法速成》，郭爱民编撰《中老年学唱歌速成》，最后由王炎琪教授整理统稿。我们深信，以科学性、知识性、通俗性、趣味性、艺术性和实用性融于一体的老年大学系列教材出版与发行后，必将成为广大中老年朋友和老年大学学员驱散烦恼忧愁，改善心理状态，拥有幸福快乐，促进延年益寿，提高生活质量的良师益友。

前 言

随着我国人口老龄化进程的加快以及近年我国劳动人事制度的改革,中老年人提前离、下岗的人数迅猛增长,使中老年人队伍越来越壮大。人们离退休后,无论生理和心理上都有一个重新适应新生活的过程,迫切需要找到新的精神寄托。《中老年学国画速成》将为广大爱好书画艺术的中老年朋友提供迅捷入门的学习方法。

《中老年学国画速成》既是一本帮助国画爱好者步入艺术园地的启蒙教材,又是一本涉及国画的诸多技法和绘画法则的指导书。它可以适应初学或学过多年国画希望继续获得提高的中老年朋友在艺术实践当中的参考和借鉴。就国画的工具材料和表现手法来说,国画具有简单方便和广泛的群众基础,它和书法艺术一脉相承,使得入门极其便捷,容易上手,或像京剧艺术那样“玩票”。但同时国画又是一门莫测高深的艺术,它有许多表现手法和艺术语言来自心灵的感受,所以造就了古往今来许多杰出的大师,以至于外国人认为中国人读起国画来简直就是一门哲学。因此,学习国画尽管十分容易参与,但要深入其堂奥便会觉得博大精深,需要掌握许多笔墨技法,造型功力和创造意境的修养。古人说学画画要“行万里路,读万卷书”,指的是阅历、胸襟是获得成功的重要因素。本教材综合古代大师作画的程序和现代画家建立的科学教学体系,根据国画的特点从一笔一画的起手法开始,到相关物体的组合画法,再到完整画面的构成。通过循序渐进的讲授,希望广大中老年朋友在阅读与练习的同时,获得较正确和系统的方法。

本教程的编著者曾进同志,是湖南师范大学美术学院副教授、湖南书画研究院特聘画师、湖南省老干部大学中国画研究班教授,具有二十多年高校美术专业和老年大学国画教学经验,同时也是一位较有成就的中青年画家。相信该教材能给广大读者提供有益的帮助。

天生有缘 相见恨晚

——中老年朋友与绘画艺术的缘分

人们常说童年是人生最美好的时期，那个时代单纯、天真、无忧无虑、富于幻想。虽然幼稚，却满怀信心向往着一切美好的事物，脑子里充满各种各样美妙的图画，孩子们最大的乐趣就是把这些图画描绘出来，甚至整天都乐此不疲，每个孩子的图画又都有自己鲜明的个性，可见画画的确是人类共有的天性。有趣的是迄今发现的人类最古老的几处原始先民的壁画都是孩子们首先发现的，像西班牙的阿尔太米拉山洞壁画和法国的拉斯科洞壁画这两处遗迹，考古学家在那里转悠了四年，居然没有发现洞窟顶上的牛羊等图像，而几个孩子却一下就发现了，说明孩子的形象思维与原始先民的艺术创作思维是那样地吻合，这种吻合说明童年有着人类原始的天性。

随着社会的发展、科技的进步，人们的生存方式早已没有了单纯和以满足天性为乐趣的职业，代之而起的是数不清的谋生职业和手段。除了极少数人能以自己热爱的事业谋生，比如大艺术家或文学家、大科学家，绝大多数人都必须把毕生精力献给各种各样的生产和社会工作，为国家和人类创造财富。从人的天性角度来看，这是一种牺牲，一种奉献。因为人们所从事的工作，大都不是自己的最爱，加上紧张激烈的竞争压力，生活中多重角色的责任和使命，都使中青年人感到沉重和困苦，更无暇顾及轻松作画的乐趣，这样一种负重生活方式可以说只有到了退休时才能真正解脱。退休后，有了真正属于自己的时间，真正属于自己的生命，生活变得从容、温馨，而情感爱好便可插上飞翔的翅膀，重新寻觅孩提时那尘封已久的绘画天性，开始追求自己喜爱的最能体现个性的生活方式。学习画画真的好比打开了一扇窗子，让明亮的阳光洒进你的生活，使每一天都充满欣喜和进步所带来的欣慰。

除了满足天性的乐趣之外，学习国画还可以使中老年朋友产生成就感。这里所说的成就感不同于造就一番事业的成就，不是到了老年还去追求成名成家，而是一种活得真实的感觉。比如你曾经是一名普通的职员，几十年里上司要干什么就干什么，到退休时工作一移交，仿佛一辈子什么也没留下，空虚的感觉会油然而生。但是学起画来情况就不一样了。一年下来你把刚学画的第一张画和最近的作品一比较，那种进步的程度一定让你自己都感到吃惊，充实的感觉、成就的感觉真是妙不可言，于是越画越爱画，不自觉地就勤奋起来。这样每天都有新的收获，每天都有好的心情，当然这当中会有失败，但失败不就是换张纸的事吗？关键是一切都在自己的掌握中。

学习中国画还可以拓展我们的视野，开阔心胸，通过学画的过程，重新领略学习的乐趣。可以先有所侧重的学一科，而且先从一派入手。比如学画山水，可先从一位你比较喜欢的画家开始学，掌握这家山水的基本造型语言，然后兼学旁家。因为中国画是讲师门的，所谓“贵在真传”，当然是直接从师一位画家。但在目前的信息时代，真传的形式是多种多样的，不一定非像旧时那样拜师入门，替先生磨墨牵纸，历尽艰辛，才能学到点东西。现在这本教材可以说是以真传的形式教学，从一笔一画到相映成章，皆历历

在目。等学精了一门，你就能看出别的画好在哪里，又有哪些不足，慢慢地就能读懂大师的作品，眼界也就高起来。所谓“眼高手低”用在别的地方是形容一个人很肤浅，可是用在学艺上，这却是取得进步的前提和先决条件。只有眼界高了，画艺才会日渐长进。

同时，学画画还能使你接触到一个崭新的社交圈子，结交许多新的同道朋友，大家一同看画展、到大自然里去写生，交流学画心得，甚至一同举办一个画展。关键在于这些朋友聚在一起令你开心愉快，这些有兴趣的活动会排遣孤独、失落的情绪，忘却不愉快的经历，变得心胸开阔，最后你在这个圈子里会成为小有名气的活动家，这时会有人请你到另外一个圈子里的朋友中去交流或是作画。慢慢的你就成了书画家中的一员。许多人都说书画家长寿，恐怕最主要的就是画画给你带来一份好心境，每天都在从事自己最爱的事业，忙碌而充实。每天都和喜欢的人们打交道，每天都有新的收获，这可是任何财富都不能替代的。所以说画画跟我们是天生的缘分，只是相见恨晚，让我们好好把握人生的几十年，画几张好画留与世人笑谈。

衷心祝愿所有中老年朋友通过学习中国画，都能走上老有所学、老有所为、老有所乐的健康长寿之路。

目 录

上篇 写意山水画

山水画的发展沿革	3
第一章 树木	9
第一节 学画前的准备	9
一、毛笔、墨、宣纸	9
二、执笔要领	10
三、用笔四种	10
第二节 树干的画法	11
一、树干画法	11
二、全树画法	11
三、树分四枝	12
四、树干皴法	13
第三节 树根和树枝画法	13
一、树根的姿态变化	14
二、树枝出枝法	15
三、树枝的用笔	16
四、松、柳、柏树的枝、干画法	16
第四节 树叶的画法	18
一、夹叶法	18
二、点叶法	20
三、针叶法	21
第五节 丛树的画法	21
一、杂树丛	21
二、松树丛	23
三、柳树丛	23
第六节 远树的画法	24
一、远杂树丛	24
二、远松树丛	24
三、远竹丛	25
第二章 山石画法	26
第一节 画石起笔	26

一、画石用线法·····	26
二、画石用笔法·····	26
三、石的造型·····	27
第二节 石的体积表现法·····	29
一、石分三面法和石纹的表现·····	29
二、石的大小间隔法·····	30
三、石的用墨法·····	30
第三节 传统画石皴法·····	31
一、斧劈皴·····	31
二、披麻皴·····	31
三、折带皴·····	31
四、米点皴·····	33
五、云头皴·····	33
第四节 山势画法·····	34
一、画山起笔·····	35
二、画山主峰·····	35
三、山势气脉·····	35
四、湘西山势的特色·····	36
 第三章 溪流、瀑布与点景的画法·····	37
第一节 溪流画法·····	38
一、溪水与石的关系·····	38
二、溪中石的组合·····	38
三、溪边石壁·····	39
第二节 瀑布·····	39
一、画峡谷型瀑布·····	40
二、山涧狭窄型瀑布·····	40
第三节 点景人物、屋舍、动物·····	41
一、点景人物画法·····	41
二、点景屋舍·····	44
三、点景牲畜·····	46
 第四章 山水着色渲染法·····	48
第一节 色墨结合的契机·····	48
第二节 浅绛法·····	49
一、赭石打底·····	49
二、花青渲染·····	49
三、赭墨浑染和墨青浑染·····	49
第三节 青绿法·····	50
一、汁绿底色·····	50
二、石青、石绿敷色法·····	50

三、施金、着墨提神与罩染·····	50
第四节 秋景法·····	51
一、赭墨打底·····	51
二、秋山红树法·····	52
三、赭、墨提神与最后的调整·····	52
第五章 山水画欣赏·····	53

下篇 写意花鸟画

第六章 写意花鸟画的特点·····	59
第一节 写意花鸟画的发展·····	59
第二节 写意花鸟画的表现特征·····	61
第三节 学习花鸟画的基本方法·····	63
一、观察·····	63
二、写生·····	64
三、临摹·····	64
四、写生、临摹与创作三者的结合·····	65
第四节 用笔、用墨、用色·····	65
一、用笔方法·····	65
二、用墨·····	66
三、用色·····	67
第七章 梅兰竹菊的画法·····	68
第一节 梅花画法·····	69
一、梅干与出枝·····	69
二、圈梅法·····	70
三、点梅法·····	72
第二节 兰草花的画法·····	73
一、画叶·····	73
二、画花·····	74
三、点心画法·····	75
第三节 墨竹画法·····	75
一、画竿·····	75
二、画节·····	77
三、画枝·····	77
四、画叶·····	78
第四节 菊花画法·····	79
一、勾勒花朵·····	80
二、点花心·····	80
三、花托·····	80

四、画叶·····	81
五、画梗·····	82
 第八章 花卉·····	84
第一节 画花基本方法·····	84
一、花的基本结构·····	84
二、画花基本方法·····	86
第二节 叶的画法·····	89
一、叶的基本结构·····	89
二、勾勒叶法·····	89
三、色彩点叶法·····	90
四、丛叶的组合·····	92
第三节 梗的画法·····	92
第四节 折枝花画法·····	94
一、桃花·····	94
二、折枝牡丹·····	95
三、各色花卉的画法简介·····	96
 第九章 鸟的画法·····	106
第一节 禽鸟写生·····	106
第二节 写意禽鸟的画法·····	107
第三节 画鸟要略·····	111
 第十章 鱼虾及蔬果画法·····	113
第一节 鱼的画法·····	113
一、鱼的基本结构·····	113
二、鱼的基本画法·····	114
第二节 虾、蟹与草虫的画法·····	117
一、虾的画法·····	117
二、蟹的画法·····	118
三、草虫画法·····	118
第三节 蔬果画法·····	121
 第十一章 写意花鸟画的创作·····	123
一、创作的目的和要求·····	123
二、创作的基本过程·····	123
三、创作的步骤和方法·····	123

作品欣赏

上 篇

写意山水画

山水画的发展沿革

秦汉以前的绘画，主要是人物画，偶有山水树石的描写，也是作为人物的衬景，极其简单幼稚。到了魏晋南北朝，虽然人物画仍占有绝对优势，但随着社会思想的发展，知识分子对自然山川的美已有了充分的认识。尤其是东晋偏安南方，明媚如诗的江南风光造就了顾恺之、张僧繇这样的大画家。但是他们的山水画，只是从人物画的背景走向独立的过渡阶段，技法上仍然是幼稚的，画群峰之势，如螺钿纹样，或似栉齿排列，画石则只勾个框，再填色晕染以分阴阳，画树如手臂分指，依次排列，画水也没有波动盈泛的感觉。所以唐代张彦远在《历代名画记》中说：“魏晋以降，其画山水，则群峰之势，若钿饰犀栉，或水不容泛，或人大于山。率皆附以树石，映带其地，列植之状，则若伸臂布指。”

隋唐时期，山水画由魏晋六朝半独立状态发展成一门独立的画科，并形成与人物画分庭抗礼的局面。隋朝的展子虔是迄今为止惟一有山水画卷可考的我国第一位山水画家，他在隋代官至朝散大夫、帐内都督。他的山水画《游春图》继承了顾恺之的特点，笔调工整，法度严谨，创造了勾石填色的重彩青绿法，为唐代李思训、李昭道父子的青绿山水画派奠定了基础。由于唐代国家统一，经济繁荣，文化艺术创作也出现了空前兴旺的局面，这时期的主要山水画家还有吴道子、王维、张璪等。李思训是皇族宗室，受封为右武卫大将军，所以人称“大李将军”，他的画风细密精致，用色金碧辉煌，笔墨燥硬坚挺、遒劲有力，常用“铁线”勾勒山石，形成一种堂皇典丽的风格，后世的青绿山水无不受他的影响。

山水画到了五代宋初，出现了一次质的飞跃发展，完全摆脱了隋唐以来空勾无皴的简单方法，出现了讲究笔墨效果的皴、擦、点、染的技法，使山水画的表現手法日益成熟和完善。这时期名家辈出，犹如银河繁星，题材上也更广泛。北方的雄关大川、村房屋居、深山行旅，江南的丘陵渔渚、秋鸦寒林都极尽深厚华滋的特色。

其中代表性的画家有荆浩、关同、董源、巨然、李成、范宽、郭熙、米芾、米友仁等。荆浩在水墨山水画上有杰出的贡献，将用笔和用墨融合一体，形成水晕墨章法，同时倡导写实主义创作，著有《笔法记》等绘画著作。他的画主要表现北方的崇山峻岭、层峦叠嶂，采用全景式构图，体现出宏大的气势。由于画家生活地区和师承关系，山水画逐渐分为“北方派”和“南方派”两大体系，北方画家除荆浩外，则是被《图画见闻志》称为“三家山水”的关同、李成和范宽。其中范宽的艺术成就最高，他不仅继承了荆、关的雄杰，更形成了自己成熟老练的笔墨技法。他的《溪山行旅图》大气磅礴，沉雄高亢，山峰迎面壁立、壮气夺人，峰顶有密密的树丛，加强了厚重的感觉。一线飞瀑自岩隙直泻而下，在严肃的静穆中增加了动意。在用笔上是硬笔勾斫，与雨点皴相结合，用墨善用积墨法，画山石先用干笔浓墨，后用水墨“笼染”，非常厚重华滋。北宋中期的代表性山水大家是郭熙，他初学李成，精通造化、意境清新，善于表现季节、气候的特征。他主张对真山水

要“饱游饫看，罗列于胸中”，《林泉高致集》记录了他许多了不起的艺术思想。其高、深、平三远法在他的山水画中得到巧妙的运用，或清旷悠远，或幽深曲折，或巍巍雄壮，表现了山川奇丽幽幻般的意境。他的皴法被人们称为“鬼面石、乱云皴”。

在画南方题材上首推董源、巨然和米芾。董源生活在五代宋初时期，前人对他的山水画有极高的评价，《宣和画谱》说他能不摹前人、自出胸臆、独具一隅。他创立了表现南方山水的独特技法，其《潇湘图》风格平淡天真，山势平缓，顶多小石，土石相间，墨点成树，山间多云气，坡脚多碎石，沙岸重汀，一片明媚的江南景致，与北方山水画截然不同，在技法上师法造化，创造了独特的皴、点、染法，为表现南方山水丘陵地貌，运用高度概括的手法，创出“披麻皴”，内刚外柔，细密松浑再加“矾头”（山顶小石）和点簇、晕染相结合的方法，使整个山体点、线、树、石糅为一体，湿润融合。此外在设色上，董源还创作一种“浅绛设色”即淡赭设色法，对后世山水画坛的影响极其深远。

到南宋时期，虽是半壁河山，但在江南却又形成了一个政治文化中心，绘画又进入了一个新的发展时期。南宋仍设皇家画院，在山水画家中以李唐、刘松年、马远、夏圭为代表。他们在北宋的南、北两大画系之间，别开天地，趋向于清旷豪放的水墨苍劲一路，具有创新精神，在当时是令人耳目一新的，笔墨上他们将北派爽利硬峭的笔法和南派清润浑厚的墨法融为一体。在构图上改变了隋唐、五代、北宋的全景大开境式的特点，变成以局部特写为特色的一角或半边之景，景少意长，笔墨精练，开创了以少胜多、空灵深远的格局。形成了山水画发展过程中的第二次大的变革。

北宋时，画家皇帝宋徽宗在招募翰林图画师常用诗文命题，让考生作画，像“野水无人渡，孤舟尽日横”、“嫩绿枝头红一点，恼人春色不须多”、“乱山藏古寺”、“踏花归去马蹄香”等。其中“竹锁桥边卖酒家”一诗，许多应试者都着重描绘桥边的酒店，惟有一幅画只在桥头的竹林中露出一张酒帘，而没有画酒店，含蓄而有意味地表现出“锁”的意境，从而受到赵佶的赞赏而入选，这个画家就是李唐。

李唐的山水画可分为北宋末期和南宋前期两个时段风格，前期是继承荆浩、关仝和范宽一路“武”气的风格。如《万壑松风图》，该图峰峦郁盘、山石巉岩、磊落雄壮、气势夺人，近处古松满谷，松涛万顷，深谷中泉水喷激，迂回冲荡。李唐皴山石用一种短条笔道，源于范宽，但又与之不同，他的笔触是点斫、勾砍、括擦见长，山体浓黑，树木森然，一派奇峭风骨。南宋以后，李唐的风格完全脱离了范宽的骨体和严谨细密，而是开创了删繁就简、线面结合的水墨大斧劈皴法，风格清新豪迈，《采薇图》、《清溪渔隐》即为此爽利之风的代表。然而正是这位启迪了南宋新画风的大画家，却不为当时的社会所理解，以致李唐叹道“雪里烟村雨里滩，看之容易作之难。早知不入时人眼，多买胭脂画牡丹”。

在李唐晚期画风的影响下，南宋马远、夏圭进一步发展了这种清新、简约的格调。马远的鲜明特色即构图简练、局部刻画、笔墨苍劲、善用空白，画山常画一角，画水则写一涯，因此有“马一角”之称。马远既注意细节真实又追求诗意情趣，不流于呆板和匠气。他的皴法喜用大斧劈，下笔爽利果断，大片的空白，开辟了中国画计白当黑、虚实相生的先河，无画处皆成妙境，以较少的笔墨表达出更多的意境，同时使主题更加突出。

这里我们看到山水画从魏晋的稚拙，隋唐时的成形，五代时从题材到表现手法的发展壮大，再到宋代的精练简约，有了成熟的表现技法、稳定的表现形式，这就像一个完成了大学学业的青年，有了扎实的基本功和造型能力，接下来该进入深造阶段了。而元朝时期正是山水画进入第三巨大变革的阶段，并且是一场精神上的变革。

首先从表现形式上一改宋人院体画的精细完美，形成水墨山水画的高度发展，不以

似为工，而是要求诗、书、画、印的有机结合。注重笔墨的写意抒情，以书入画，追求笔情墨趣，使中国画的点、线、皴法本身成为一种独立的形式美。其次在画法上，宋人用绢，以湿笔晕染为主，元人则多用宣纸，重用干笔皴擦，发挥了宣纸的墨润效果，大大丰富了笔墨技巧。勾、皴、擦、点、染交替进行，一改五代宋先勾后皴的画法。而最重要的是，元代山水画的意境变了，不再是唐宋时的再现自然为最高境界，而是以抒情遣兴为宗旨，所谓“聊以写胸中逸气耳”，更多的是以自然为载体表现画家的心中之境，从而构成了山水画的“文人画”气质。引起这次大变革的主要有三个因素，一是赵孟頫反对宋代院体画，二是元代异族的残酷统治使知识分子没有出路，三是绘画材料的改变。

赵孟頫为宋宗室，入元后被忽必烈封为魏国公，官至翰林学士承旨。后来元四家都是他的追随者。赵孟頫的艺术主张有两点十分重要：一是以提倡复古为名，反对宋画的纤细浓丽，倡导古拙简率的情意，直追唐人的古朴率真，此复古主张深合士大夫文人的口味；二是强调书画同源，以书入画。赵孟頫的书法造诣极深，基于书与画在纸上的造型手段相同，如刚柔、曲直、流利、顿挫、轻重、迟速等节奏变化，将绘画上的笔墨技巧大大地推进了，写画如作书，成为后世文人画家追求的艺术妙境。追求笔法笔意，成为元人的一代风尚，从这当中演绎出黄公望、倪瓒这样的大画家。

黄公望字子久，号大痴，常熟人。他靠卖画为生，善书法，通音律，尤以山水著称于世，是元四家之冠，其以书入画，笔简而有神韵，气势雄秀，改变了董源画派而自成一派，有“峰峦浑厚，草木华滋”之评，《富春山居图》对明、清画坛影响极大。黄公望所创浅绛山水，用水墨作底，以赭石为主要颜色的淡彩画法，它具有古朴、明净、活泼的特色。此法起源于董源，黄公望、王蒙用得最为成功。同时黄公望也是一位写生大师，他的山水之变乃得法于师造化，每次外出，必带纸笔，凡遇好景，就追模记写，所以他的画千丘万壑，愈出愈奇，重峦叠峰，越深越妙，意境平淡天真，全入化境。

倪瓒号云林，江苏无锡人，精诗文书画，早年师法董源和荆浩，晚年一变古法，创立一种以简胜繁，以气韵夺人的文气风格，在远离北宋的繁体上，经赵孟頫、黄公望，到倪瓒更是简练之极，这种有意识的简化，是山水画发展的高级形态。而元朝的简练与唐朝的简练是不同的性质，前者为不成熟的简拙，后者为笔简而意远，笔墨已不是对物象的描摹手段，而是意境的载体，于简淡疏放的笔墨中，荒寒冷寂的意境跃然纸上，如他的作品《汀树遥岑图》基本上都是一坡数石，几株近树，一抹远山，大片的空白连一舟一人都没有，一派幽远孤寒的境界，倪瓒所擅用的折带皴，主要从太湖边的水层岩得来。说明他们仍是取法造化，结合董源、关仝之法而得到的。倪云林的杂树最有法度，画得非常精到，枝干、树叶都有顾盼和书卷之气。

元代的“四等人制”使江南知识分子蒙受极大的屈辱和压迫，“学而优则仕”的传统道路走不通，转而隐居山林，寄情书画，加上院体画的解体，山水画随社会条件的变异而下落到在野士大夫知识分子手中。文人画画在于寄托襟怀，抒发情感，宋人所强调的形似和写实就被放到次要的地位，而代之注重笔墨情趣和主观臆念的表露。正如倪云林所说：“仆之所谓画者，不过逸笔草草，不求形似，聊以自娱耳。”“余之竹聊以写胸中逸气耳，岂复较其似与非、叶之繁与疏、枝之斜与直哉！”笔墨成为主观情感的表现形式，构成了山水画追求以意造境的重要特征。

元代山水画注重笔墨的抒情写性和画面意境的表现，可以说造就了文人画的高峰时期，虽称不求形似，但并没有完全脱离形似，形与神是兼取的，画家不断从自然中学习、写生，画面充分发挥了书法的用笔特点，似疏而实、似慢而紧，劲秀灵动，于简洁里更显

浑厚。与此同时，在画上题字作诗，以诗文直接配合画面，相互补充和组合，成为元代文人画的另一特点，而唐宋人题款常藏于石隙树根处，或干脆不题。明清以来，题画诗成为画面的重要组成部分。

五代、两宋及元朝是我国山水画迅速发展繁荣昌盛时期，这四百六十多年时间的三次大变革，无论在表现形式上和笔墨技巧上，都达到了高度成熟的阶段。而进入明代以后，这种发展势头顿减。尤其是元代确立了文人画的主流风格之后，那种取材于生活，敢于创新和变革的精神不再多见了。画坛上弥漫着崇尚摹古，承袭古人笔墨技巧的风气。致使山水画处于发展缓慢却又承上启下的阶段。这一方面由于朱元璋对于文化思想的禁锢，另外统治者提倡复古，推崇文人画有关。明代社会稳定，生产得到发展，开始出现资本主义萌芽。城市工商业发展起来，江浙一带聚集了许多卖画为生的画家，风格多样，画派四起。

明代虽然各自标榜的流派较多，但大都脱离不了师摹古人的范畴，所以按其师承大致可分为宗法南宋院体和宗法董源、巨然及元四家两大类，前者以戴进为代表的浙派为主。浙派融合南方山水画水墨苍秀和北方山水画笔力刚劲的特点，继承了马远、夏圭一派的笔墨长处，风格雄伟壮拔、奔放有力。但浙派不为朝廷赏识，戴进曾因画一红衣垂钓者，被谗言者说成渔朝服而被赶出画院，戴进画派后来淹灭了。明末出了个蓝英，浙派复兴，但已是强弩之末了。明代画坛盛兴最长的是以沈周、文徵明、唐寅、仇英四大家为首的“吴门四家”的吴派。

沈周，字启南，号石田，江苏吴县人，出身世代儒生的地主之家，祖父、父亲、伯父都精通书画，自幼深受熏陶。成年后不应科试，专心从事书画研究，成为明代典型的文人画家。他功力深厚，画艺精超，又享高龄，门人弟子很多，在江南一带形成很大的画派体系，成为明代山水画坛的主流。沈周的山水远学董源、巨然，近学黄公望，因而兼有苍润、简劲的风格，笔墨老成笃厚，他博采各家所长，融会贯通，最后形成自己的雄浑简朴之风。沈周的画可分为前后两种面貌，前期偏于精工细密，多为小幅。四十岁后开始作大幅，用笔疏简粗放，雄浑大度。所以他同文徵明素有“粗沈细文”之称，但又由于沈周粗放的作品多，而细密风格的少见，文徵明细的作品多，而粗的作品少，所以历来人们又谓“粗沈细文”更加弥足为珍宝。

明末董其昌是个不得不提的人物。他字玄宰，号香光居士，上海松江人，是明末左右我国山水画坛的重要人物。他在理论上提出了一整套使文人画走向穷途末路的体系。首先是崇尚摹古，标榜“士气”，把讲究笔情墨趣提高到最高境界，反对深入生活和创造性，宣扬“气韵不可学，自有天授”的唯心观念。把绘画推为“无求于世、寄乐于画”的个人行为。这些理论深受统治阶级和士大夫文人的赏识，使中国画严重脱离生活，形式主义日趋严重。其二是将佛学南北宗的理念强行推广到画史的划分。他说：“禅家有南北二宗，唐时始分；画之南北宗，亦唐时分也。但其人非南北耳。北宗则李思训父子着色山水，传为宋之赵干、伯驹、伯肃，以至马、夏等；南宗则王摩诘始用渲染，一变勾研之法，其传为张璪、荆、关、郭忠恕、董、巨、米家父子以至元之四大家。”这一观点为很多后来的评论家所沿用。南北宗的说法事实上将较写实的画排斥在“文人画”之外，将较工细的作品归于匠气一类，从而达到抬高“士气”画的地位，有违绘画发展的史实，也有自相矛盾的地方。董其昌自己的山水画，主要得法于董源、米芾和黄公望。他遍临北宋及元诸家作品，传统功力很深，书法造诣颇高，但是画画缺少气势和创意，在他看来只有古画才是艺术之源。

清代山水画，空前大盛，人才济济，流派争出。尤其是清初一批具有革新精神的画家，在山水画领域里创出了一个令人耳目一新的面貌。无论是山水画理论还是创作都进入了高度发展的阶段，形成中国山水画的第四次高峰。

清代的山水画坛，名家很多，流派繁杂，但按其创作思路和艺术倾向，大致可分为保守派和创新派两大派。保守派承袭董其昌的复古思想，崇古保守，因袭摹仿，片面强调笔墨技巧，所写内容单调、空洞、脱离现实。此派以清初的王时敏、王鉴、王翬、王原祁为代表，称“四王”，他们中又分以王翬为代表的虞山派，王原祁的娄东派。四王中王翬的成就较大。还有与四王合称“清六家”的吴历和恽寿平，他们在笔墨技法上十分注重总结、钻研前人的成就，常画仿某名家笔意的作品。这部分画家的精神符合清王室的要求，当时也被尊为绘画的正脉，都有显赫的官职。

创新派则敢于突破古人樊篱，重视生活，勇于创新，此派以清初的“四僧”即朱耷、原济、髡残、弘仁和龚贤、梅清等人代表。他们都是明代遗民，守志不从清政权，常隐居山林，将对自然山川的真实感受和胸中抑郁不平之气，融发入画，故他们的山水画豪放恣肆。髡残的苍古奇放、弘仁的精练、龚贤的醇厚、梅清的秀逸，莫不独具风采，卓然古今。这批不拘一格的画家异军突起，冲破画坛四王的摹古风气，使清代山水呈现出新兴的局面。

原济，字石涛，号大涤子、清湘老人、苦瓜和尚等，广西全州人，本名原济，工诗文书画，尤擅山水，精通画理，著有《苦瓜和尚画语录》。石涛的山水画面向生活，脱去时习，大胆变革创新，笔墨所以新奇苍劲，纵横开合，常将各种笔势和多变的墨法交织在一起，描绘出大自然内在的律动，给人一种天马行空、指点江山的非凡气度，他那“法自我立”的口号，犹如晴空霹雳，震荡着当时死气沉沉的画坛。石涛首先冲破了董其昌学说所笼罩的以摹仿宋元面貌为荣，要求笔笔俱有出处的陈规，力图扭转明朝以来所形成的不师自然，只知临习的没落趋向，对于促进清代的山水画发展作出了巨大的贡献。连画坛元老的王原祁也不得不承认“大江以南当推石涛为第一，予与石谷皆有所未逮”。

髡残，字介丘，号石谿、白秃、残道者等，湖南武陵人，俗姓刘，二十岁时出家，早年游历各地，后长居南京牛首祖堂山幽棲寺，与陈正揆交往甚密，并称“二谿”。髡残山水，笔墨苍郁深厚，景物茂密繁复，意境幽深奇奥，自成一家。同石涛一样，髡残的山水渊源受“元四家”影响，尤以王蒙的启发最大。繁密的构图、苍浑凝重，似乱不乱的用笔和层层干笔积、擦都可见出联系，但又不是王蒙的全干画法，而是枯中见润，轻松而疏朗，将武陵山水的优美和牛首山的幽奇境界融入画中。髡残山水多浅绛，其染山石用赭石很重，沉厚清新，迥异时流。构图多为高远法，重峦叠岩中用屋宇、道路、泉流、云气开出气势与脉路，毫无迫塞之感。

弘仁，号渐江，人称梅花古衲，俗姓江，名舫，安徽歙县人，明亡后出家为僧，其山水画以善写黄山著称，笔墨精练雄健，意境冷隽壮阔，构图常常出奇制胜，画风迥异时流，为“黄山派”大家，“新安派”领袖，著有《画偈》一书。弘仁师法元倪瓒，以疏简胜，用笔深得倪瓒精髓。山石的疏简静僻，树木的清瘦冷逸，均同倪瓒相近，皴法也是折带皴。但弘仁以黄山为师，深入生活，表现出来的是黄山的石壁千丈，峰峦穷出的大壑，与倪瓒画太湖的遥水远岫迥异，充满高远和深远的雄伟气势。

龚贤，字半千、岂贤，又字野遗、柴丈人、半亩等，江苏昆山入。清初在古都南京聚集着许多画家，其中有八位著名的人称“金陵八家”，龚贤是首屈一指的。龚贤青年时曾参与抗清斗争，中年不事折腰攀附，隐居不仕，一生清苦贫寒，课徒为生，过着他诗中所说的“百苦不一乐，到老尚谋生”的生活，但在山水画上，他却是豪情满怀，充满自信，