

历代名家碑帖临习技法精解

中州古籍出版社



祝大明
小子书

临习技法精解

白龙 编著

予公未为人说人生
贵道意行一为心
安多志静其情何
之如予与浩一以志
耐心一二信如此
少一与就宽时汝
之且踏深意一裴
之狂深故贵子是
不引清且少能及而

历代名家碑帖临习技法精解

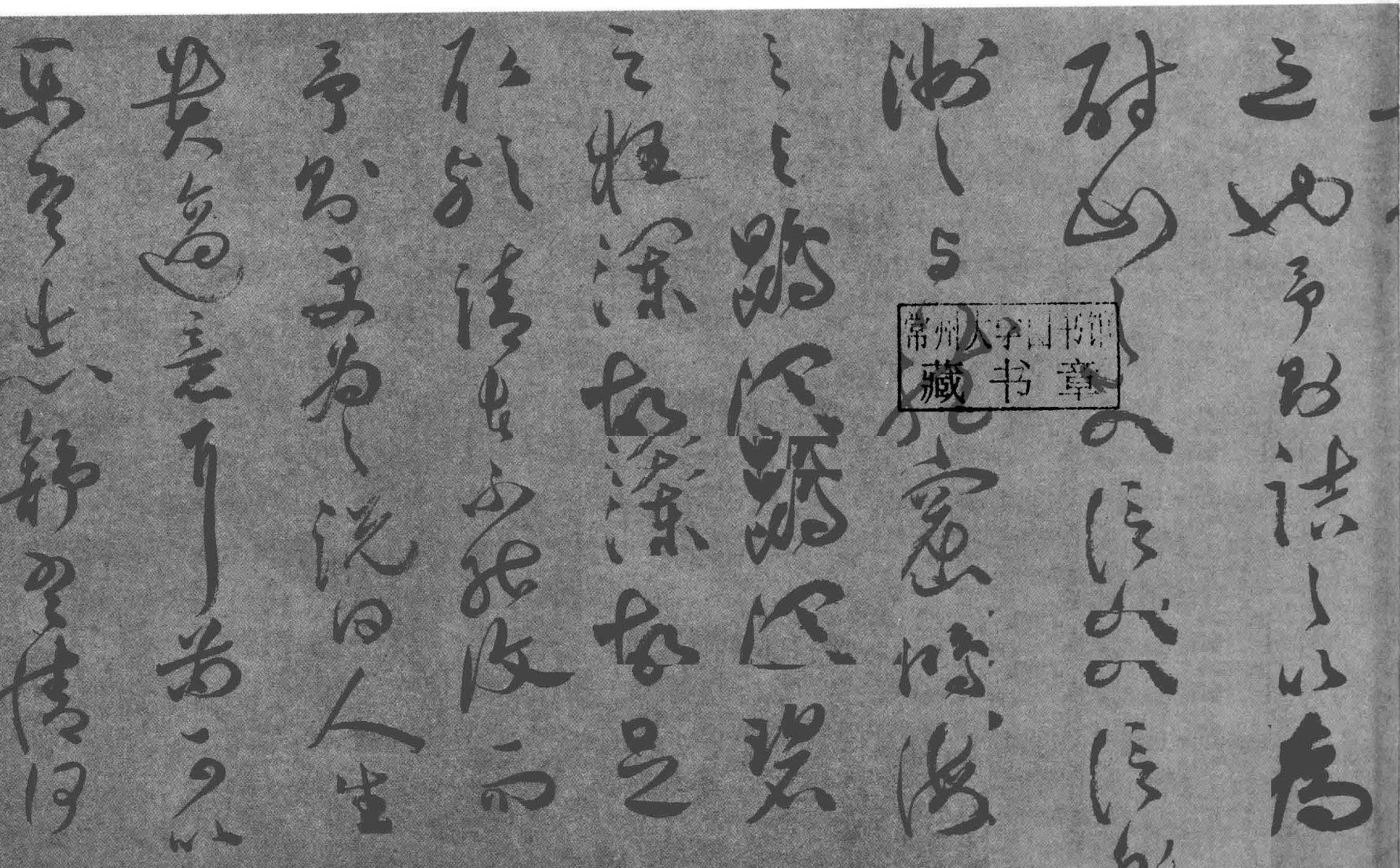
中州古籍出版社



祝大明
小子书

临习技法精解

白龙 编著



常州大学图书馆
藏书章

图书在版编目(CIP)数据

祝允明草书临习技法精解 / 白龙编著. — 郑州:
中州古籍出版社, 2016.5
(历代名家碑帖临习技法精解)
ISBN 978-7-5348-5810-9

I. ①祝… II. ①白… III. ①草书-书法
IV. ①J292.113.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第027509号

祝允明草书——临习技法精解

策 划 陈志坚

统 筹 张 佳

封面设计 刘月辉

责任编辑 张 佳

出版发行 中州古籍出版社

(地址: 郑州市经五路66号 邮政编码: 450002)

发行单位 新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 710毫米×1000毫米 1/8

印 张 13

版 次 2016年5月第1版

2016年5月第1次印刷

印 数 1-5000

标准书号 ISBN 978-7-5348-5810-9

定 价 31.00元

本书如有印装质量问题, 由承印厂负责调换。

出版说明

书法是中国特有的一种传统艺术。狭义而言，书法是指用毛笔书写汉字的方法和规律，包括执笔、运笔、点画、结构、布局（分布、行次、章法）等内容。广义来讲，书法是指语言符号的书写法则。换言之，书法是指按照文字特点及其涵义，以其书体笔法、结构和章法写字，使之成为富有美感的艺术作品。书法的内涵主要包括以下几个方面的内容：第一，书法是借文房四宝为工具抒发情感的一门艺术。工具的特殊性是书法艺术特殊性的一个重要方面。借助文房四宝为工具，充分体现工具的性能，是书法技法的重要组成部分。离开文房四宝，书法艺术便无从谈起。第二，书法艺术以汉字为载体。汉字的特殊性是书法特殊性的另一个重要方面。中国书法离不开汉字，汉字点画的形态、偏旁的搭配都是书写者较为关注的内容。与其他拼音文字不同，汉字是形、音、义的结合体，形式意味很强。古人所谓的“六书”，就是指象形、指事、会意、形声、转注、假借六种有关汉字造字和用字的方法，它对汉字形体结构的分析极具指导意义。第三，书法艺术的背景是中国传统文化。书法植根于中国传统文化土壤，传统文化是书法赖以生存、发展的背景。与其他文艺理论一样，书法理论既包括书法本身的技法理论，又包含其美学理论，而在这些理论中又无不闪耀着中国古代文人的智慧光芒。第四，书法艺术本体包括笔法、字法、构法、章法、墨法、笔势等内容。书法笔法是其技法的核心内容。笔法也称“用笔”，指运笔用锋的方法。字法，也称“结字”“结构”，指字内点画的搭配、穿插、呼应、避就等关系。章法，也称“布白”，指一幅字的整体布局，包括字间关系、行间关系的处理。墨法，是用墨之法，指墨的浓、淡、干、枯、湿的处理。

汉代扬雄说“书乃心画”。的确，每一幅书法精品都是作者技法的妙用、才华的挥洒、智慧的奔涌、雅怀的抒发，是作者心智运行的美妙展现。欣赏书法从中可以得到审美的享受、哲思的启迪、心灵的净化、境界的提升。练习书法则能丰富自己的头脑，增强自己表现美的能力，提升自身整体素质修养，在修身养性中陶冶情操，在不倦挥写中延年益寿，于心于身都有无尽的益处。

正是因为练习书法具有这么多的好处，所以许多人都想练习书法，但是由于书法艺术博大精深，市面上的许多字帖又仅是原帖照录，缺乏技法分析，许多学书法者难窥门径，研习多年仍在书法的大门外徘徊。因此，为了给广大书法爱好者提供一针见血、高屋建瓴、深入浅出、言简意赅的技法分析字帖，我们特意邀请了对书法理论颇有研究的著名书法家周世闻先生带领其他几位书法家编写了这套《历代名家碑帖临习技法精解》丛书，分别是《张旭草书——临习技法精解》《王羲之草书——临习技法精解》《孙过庭草书——临习技法精解》《怀素草书——临习技法精解》《邓石如篆书——临习技法精解》《褚遂良楷书——临习技法精解》《祝允明草书——临习技法精解》《欧阳询行书——临习技法精解》《米芾行书——临习技法精解》《赵孟頫行书——临习技法精解》《王铎草书——临习技法精解》《颜真卿行书——临习技法精解》《文徵明书法——临习技法精解》《王献之行草——临习技法精解》《颜真卿多宝塔碑——临习技法精解》《苏轼行书——临习技法精解》《柳公权楷书——临习技法精解》《王羲之楷书——临习技法精解》《赵佶瘦金书——临习技法精解》《赵孟頫楷书——临习技法精解》《智永真草千字文——临习技法精解》《董其昌书法——临习技法精解》《欧阳询楷书——临习技法精解》《颜真卿麻姑仙坛记、东方朔画赞——临习技法精解》《傅山草书——临习技法精解》《黄庭坚草书——临习技法精解》《黄庭坚行书——临习技法精解》《唐寅行书——临习技法精解》《王羲之行书——临习技法精解》《虞世南楷书——临习技法精解》。

针对这套丛书有几个问题要特别说明如下：

一、本套丛书所选的书法家都是在书法史上有定评的名家，其书法水平都很高妙，而且全都是在博采众长的基础上形成了自己独到的风格，对书法的发展贡献甚大。本丛书所选例字楷、行、草、篆四种字体都

有，以楷、行、草居多，同时每本书上所选的作品都来源于这个书法家的代表作或名作，在每本书的前言里都对其进行了详细的介绍，包括该作品的尺寸、流传脉络、现存于何处、对其评价、书法的特点等，以便广大读者对其有一个较为清楚的认识。

二、本套丛书目的是给初学书法者以技法指导，重点在于对所选每个字的用笔、结构、用墨等方面的技法进行分析，对于通篇章法安排的分析没有涉及，因此所选的名家名作有些是节选，未必是全文照登。

三、本套丛书的编排体例几乎全采取每页都将单个字置于方框内，然后从每六个字中选一个例字，每页选三个例字来进行分析的形式。例字的选取原则是该字很有特点，或笔法精巧，或结构巧妙，或气韵生动，总之有助于体现该书法家的艺术特点，便于广大读者尽快掌握。

四、本套丛书中凡是选取狂草作品的，其编排体例则不同。因为狂草作品字形变化很大，字与字之间牵丝萦带之笔甚多，很难像楷书、行书、篆书那样将每个字截然分开，因此每页不列方格，在选取例字时也不拘泥于每六个选一个进行分析，而是根据该页的具体情况选取一个或相连的多个字进行分析。

五、本套丛书所选的许多书法家都是诸体兼善，因篇幅有限，我们不可能将其各体都选到，一般选的是他成就最高的书体，比如文徵明的小楷、行书、草书都达到了很高的水平，但综合来看还是行书取得的成就最大，因此我们在这套书里选取的他的作品也是行书。

特此说明。

前言

祝允明（1460~1527）字希哲，因右手有6指，自号枝指生、枝山，又署枝山老樵、枝指山人等。汉族，长洲（今江苏苏州）人。他家学渊源，能诗文，工书法，特别是其狂草颇受世人赞誉，流传有“唐伯虎的画、祝枝山的字”之说，与唐寅、文徵明、徐祯卿并称为“吴中四才子”。祝允明出生在文化气氛很浓的苏州，他的书学生涯是在前辈的言传身教下开始的。其中对他影响最大的是外祖父徐有贞和岳父李应祯两人。两位至亲的书法造诣都很高，对他精心传授，祝允明自己又天资聪颖，悟性奇高，再加上勤学苦练，因此很快就使得自己的书法卓然不群，昂然挺立于明代的书坛。祝允明为人正直，喜欢打抱不平，身上具有许多侠义之风，同时性格又幽默诙谐，因此在民间流传了许多关于他仗义疏财的事迹，这对他名气的提升更是起到了很大的作用。在他成名后曾经回忆自己的艺术经历，他说道其外祖父徐有贞擅长行草书，而且主要师法唐朝的怀素和宋朝的米芾，用笔直率而华美，结构潇洒多姿，具备古雅之气，恰与自己的审美取向高度契合。在祝允明两岁时，徐有贞奉诏回苏州闲居，祝允明与他朝夕相处，徐有贞非常喜欢这个聪明伶俐，酷爱书法的外孙，因此将自己的书艺倾囊以授，直到祝允明13岁时徐有贞去世。这十几年让祝允明打下了很深的书法基础，徐有贞的书法风格对他影响是很深的。随后祝允明在成家后又向其岳父——同样也是著名书法家的李应祯求教，并向其他一切可以接触到的书法名家求教，学老师也学古人，师造化亦得心源，广求博闻加上勤学苦练终于使祝允明的书法达到了很高的境界，在当时就已经得享大名，而且对后世的书法发展也产生了较大的影响。特别是他的草书创作更是独出机杼，在唐代怀素、张旭的基础上把草书又推到了一个崭新的发展阶段，由此可见祝允明对书法的贡献是很大的。

本书所选例字就选自他的如下作品：

《前赤壁赋》，此卷书宋苏轼前《赤壁赋》，为明代中期狂草书法的经典之作。其笔势雄强，纵而不散，逸而能收；笔法刚健，蕴涵丰润，取法诸家。既有“二王”的遒爽，怀素、张旭的豪纵，又有“宋四家”的潇洒和劲峭，还有更多自己的面貌跃然纸上。此卷系用金粟山藏经纸书写，时值弘治十五年(1502)，作者年43。卷后有近人李瑞清题签，明黄省曾、文徵明、文嘉、文从简、文震亨，近人罗振玉等题跋。曾为明汪西山、虞卿收藏。

《滕王阁序并诗》，纸本，纵32.9厘米，横842.6厘米，藏于苏州博物馆，是其56岁时的杰作。高头长卷，洋洋洒洒近千字，“奔蛇走虺，骤雨旋风”，意到笔随，一气呵成，有风行水上之势，变幻无穷。祝允明的书法面目多变，每卷有每卷的情致风规，如这卷草书，用小笔硬毫，笔画瘦劲而婉约，纵横挥洒，满纸云烟，偏多怀素遗意。全卷前段尚有拘矜之态，愈后则愈解脱自在，最后渐入化境，超妙自得。全卷草书多用连笔连字，以至兴到之时，笔势自生，大小相参，上下左右，起止映带，都能达到神妙的意境。

《云江记》，纸本，草书，纵26.6厘米，横265.5厘米。此记是枝山35岁时作，末署“弘治八年秋日，长洲枝山祝允明书”，并钤“允明之印”和“希哲”二印。他的草书包括行草、小草和大草三类，此卷属巅逸狂放的大草一路，以硬毫小笔书就。起首标题字字连属，三字仅两笔书就，接着便洋洋洒洒，一泻而下。

我们今天来分析一下他的书法，特别是草书的技法。祝允明曾经说过他幼年时学习书法，前辈不让他学习近当代人的字，而是让他看晋唐人的法帖。众所周知，晋代书法的特点是“尚韵”，讲究的是气

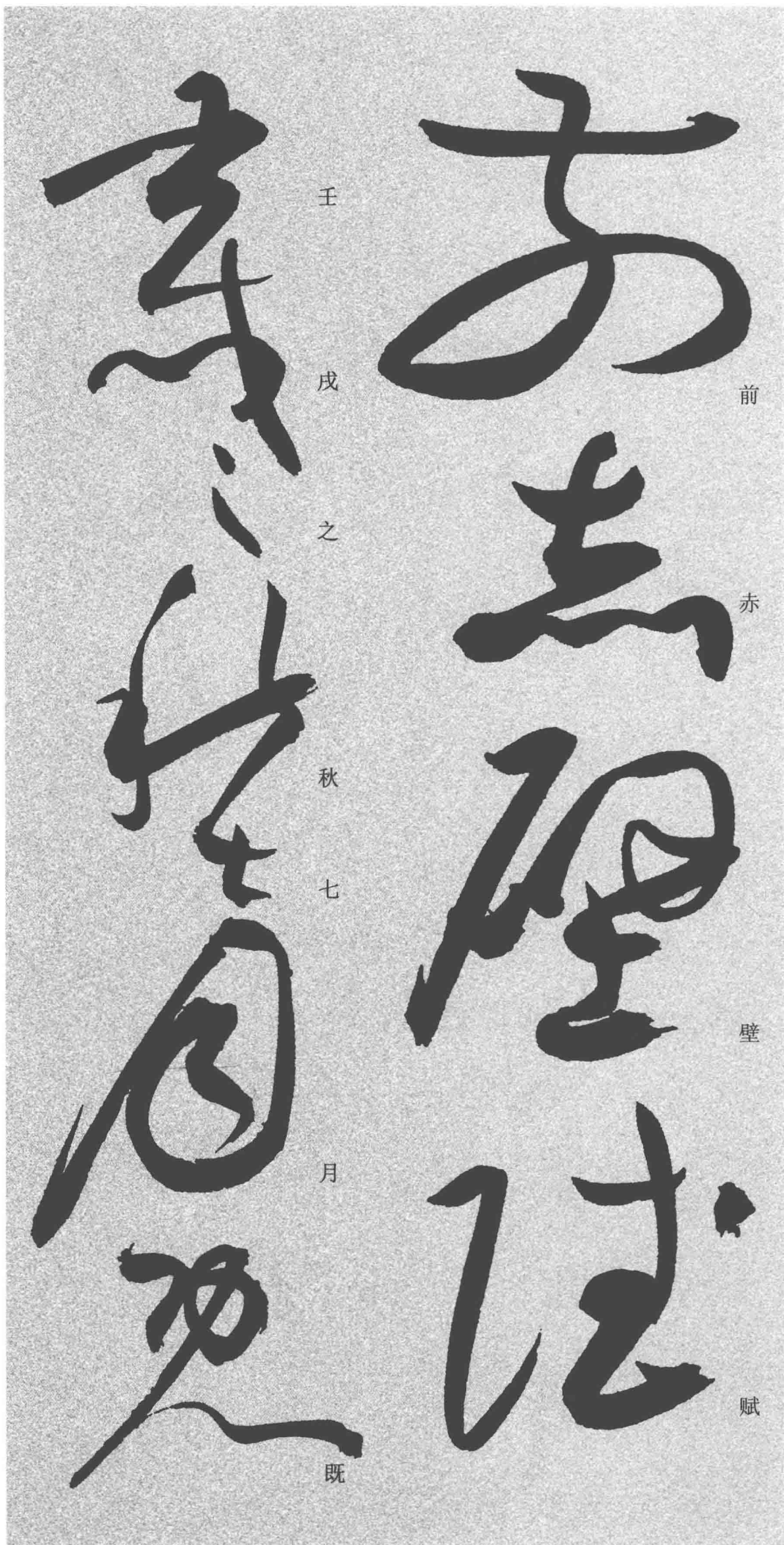
息高古，不随流俗，因此从根子上就使祝允明的书法摆脱了俗媚之弊，使他形成了“性功须并重，超然出神采”的书法观，以“神采”作为他书法的最终归宿。而要达到这个目标，他认为必须“性”“功”并重。“性”是指人的性情，即内在精神；“功”是指人的功夫，即临帖学习的功力。他认为只有功力而无精神境界，神采就没有，而有了高尚的精神境界，如果没有表达的功夫，那么神采就不能实在地显露。两者不可缺一，必须兼备。他以自己的实践与悟性辩证地揭示了书法艺术创作的规律。他首先提倡书法要“起雅去俗”，就是指以学识和修养来陶冶性情、净化心灵，从而达到较高的精神境界。有了以上两点，就可以在“入神”的状态下创作出具有神采的优秀作品了。他狂草成就最高，除了怀素、张旭，他取法更多的是黄庭坚。黄庭坚的草书讲究笔画舒展，字与字之间俯仰避让、伸缩穿插，祝允明在继承了黄庭坚的这些优点和特点后又将之进一步发扬光大，增加了笔法的丰富性，一笔之中中锋、侧锋灵活变化，提按和使转的笔法交互使用，字与字之间参差错落，安排巧妙，行与行之间如风吹杨柳，满纸纵横，形成一种汪洋恣肆的视觉效果。曾有人这样形容祝允明的草书：字字虎啸风生，行行龙腾云起，页页雨雪交加，全卷梨花飞舞，宛若一幅“春雪满空来，触处是花开”的画面，读来诱人沉醉，动人心魄。初看只觉点画狼藉、纵横散乱，仔细分析，则见点画如真，顺逆藏露，起止分明。运笔流畅飞动，转折极尽自然，如高山流水跌宕迂回，隐显之间有变化万端之绝妙。除用笔讲究外，他在墨色上也极尽变化之能事，用墨浓黑而不板滞，为求苍劲，不时加以渴笔，使得全篇墨色有如山水画一样，于浓淡、枯润当中营造动人的墨艺世界。

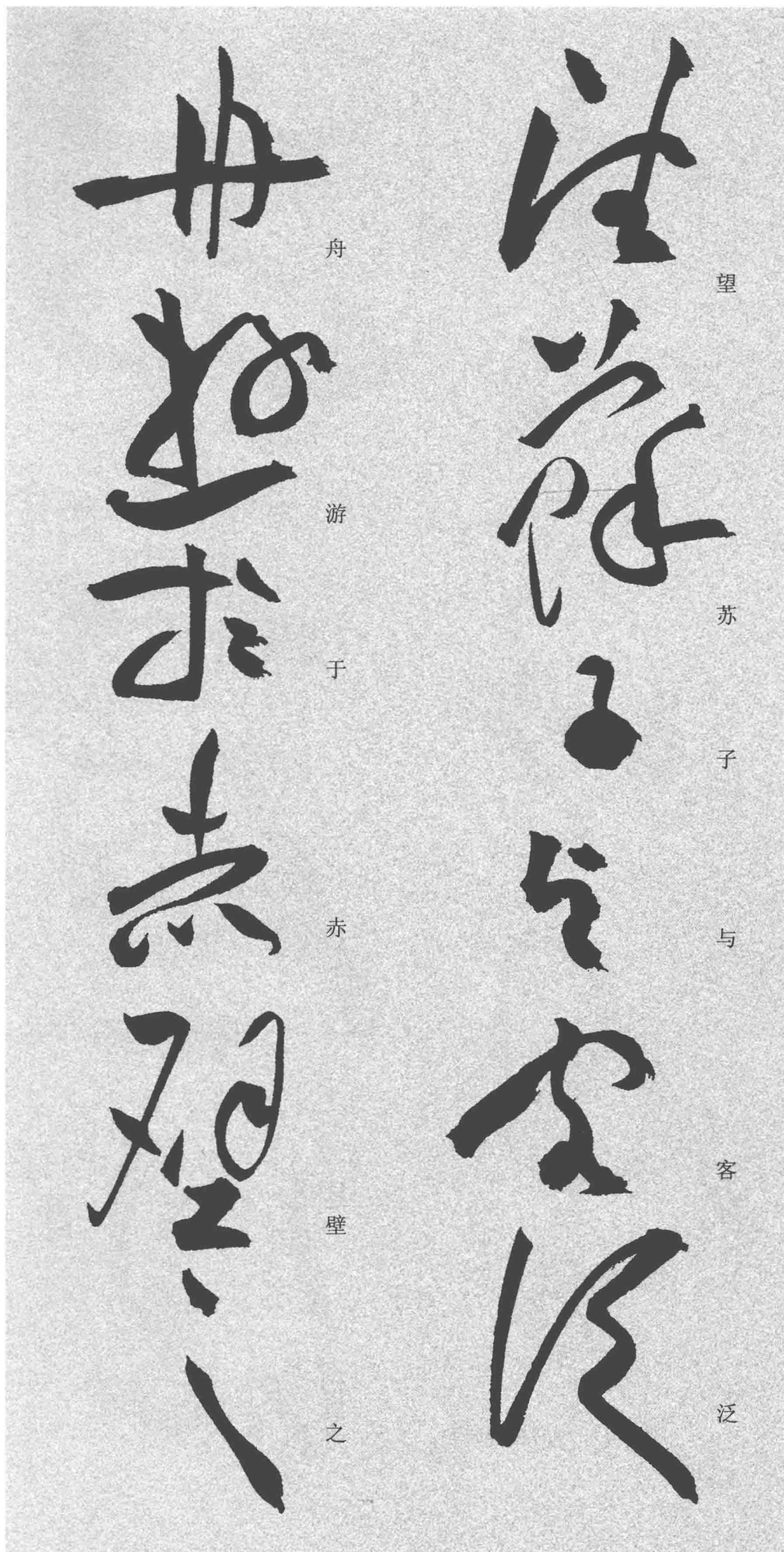
祝允明以他的天赋、勤奋与创造力在草书艺术中开辟了一条新路，拓宽了草书的艺术表现空间。后世学草书者在研习他的作品时，不仅要学其变化多端的艺术形态，更要学习其勇于创新、善于创新的奋进意识，这样才算是学到了其书法的神髓。

“壬、戌、之”：“壬戌”两字用墨重，两字间以实笔相连，在“戌”之首笔处却改实为虚，使两字抱团成一体。“之”则以两点代替，虚笔为之，使下部虚出，疏密感加强。

“秋、七”：“秋”左右打开，用笔虚实变化明显，且右部之撇捺两笔上放下收，与下部之“七”的横笔连为一体，整个“七”弱化，使上大下小、层次分明。

“月、既”：“月”字整体外放，首笔撇向左下径直放出，与上部“七”构成跌宕起伏之势。“既”字将上部之结构紧收，撇与“乚”一笔皆大开放出，整字间变化上收下放、层次分明。





“望”：结构开张，将多数笔画省略，将“亡、月”用草法“彡”代替，简捷而明快。用笔大胆开张，中锋与侧锋并行使用，下部“王”字则紧收其下，整体形成上开下合之势。



“赤”：起笔就用露锋，两横画长短粗细都有变化，竖画笔画开张，第二横用连带与下部相联系。下部所有笔画用点画代替，上放而下收。



“壁”：上下结构，上部分“肩”写得比较开张，笔画粗细变化明显，两点将“口”字代替。而“辛”字用草法使转完成，中锋与侧锋并用，下边的“土”字写得厚重而狭小，大开大合，张弛有度。



“清、风、徐”：三字用牵丝引带相联系，“清”字三点水放开，上下拉长，而“青”字将“月”用点代替后用连笔引向“风”字，“风”字外框开放而内部紧收，“徐”字外收而内放。以中锋为主，侧锋为辅，方圆相间，用笔自如，气势雄放。

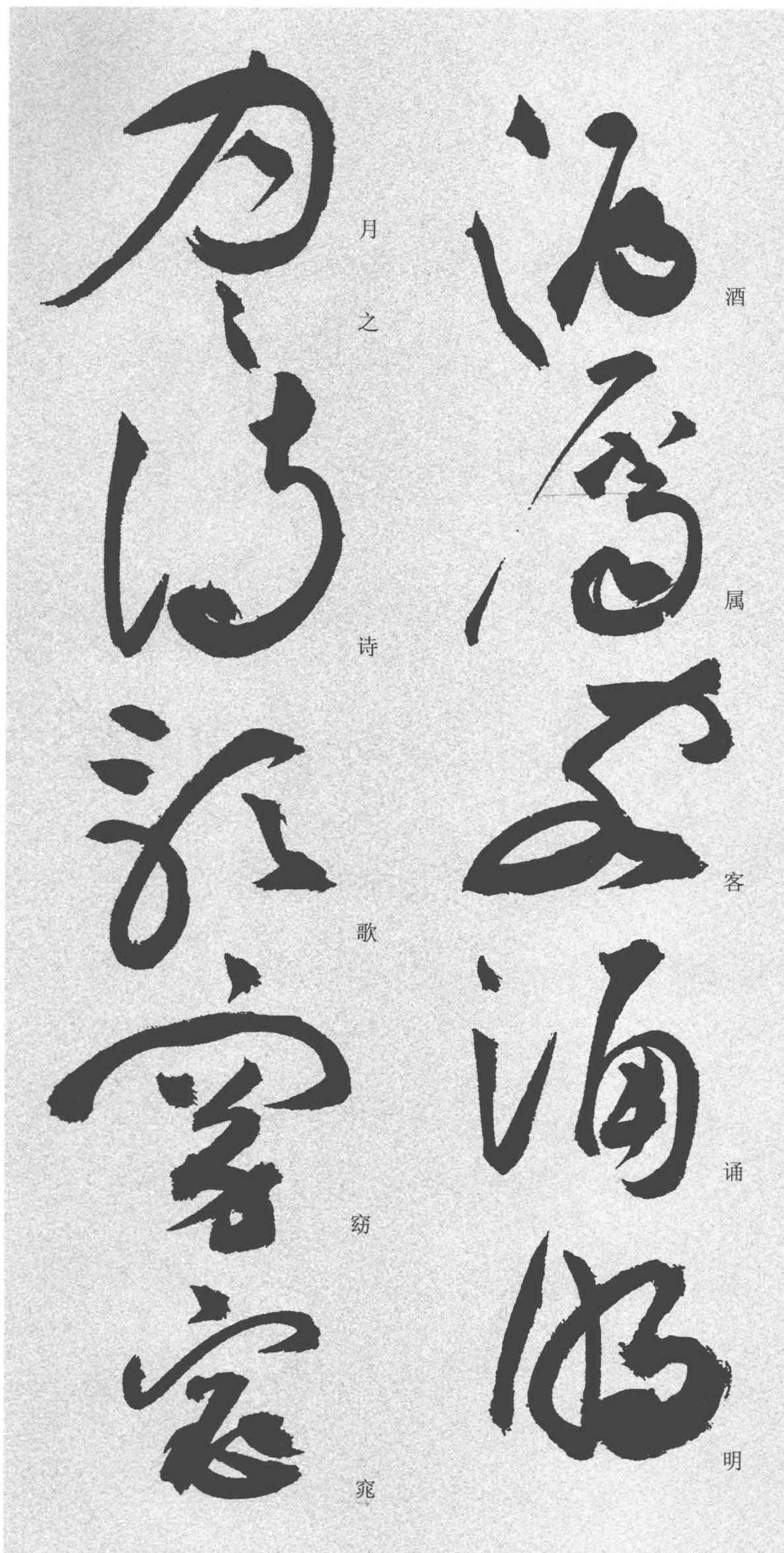


“来”：写得开张大气，以中锋用笔为主，大胆地简省点画，长线条的振荡穿插，气势雄放。时有用到侧锋，与露锋相互调节，使转过程中，线条变化多样，方圆混之，向背开合。



“波、不”：“波”字左右结构，左边三点水放得开，用中锋行笔，而右边“皮”字，用笔以中锋为主，省去了其长撇画，竖画则放开、拉长，下边“又”字紧凑，最后一笔出锋向下连带，虽笔断而意连，“不”字将大部分笔画用点代替，变化丰富。





“月”：独体字，第一笔竖撇写得比较夸张，线条细而长，以中锋书写，第二笔横竖钩以露锋出笔，中间转化成中锋与侧锋。中间两横以点画代替。整个字结体宽大、变化丰富。

“客”：上下结构，宝盖头与下边的“各”字位置错落，且宝盖头左边的竖画省去。“各”字用夸张的扭转之法完成，使转、方、圆笔并用，中锋与侧锋互变。

“窈”：上下结构，上面宝盖头写得宽大，行笔中间有粗细变化，有篆隶笔意，最后收笔露锋。下面部分变左右结构为上下结构，且结体紧缩其宝盖头之下，与上部形成对比。



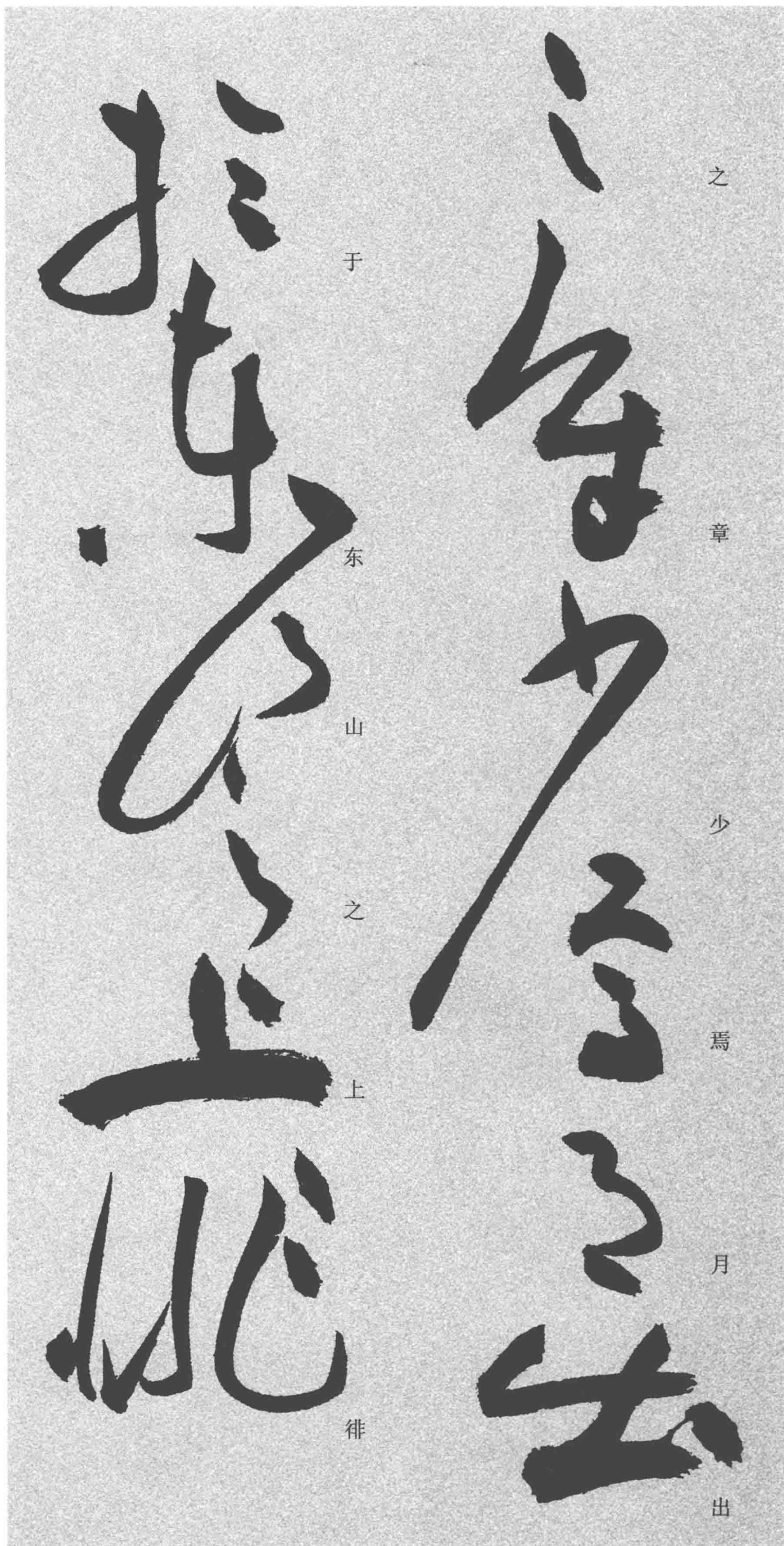
“东、山、之”：“东”与“山”的笔画开张，尤其是“东”向“山”连带的笔画大胆而气势雄强，由中锋转侧锋后经过使转完成“山”的“ㄣ”后笔断而意连向下面“之”字连带，“之”字写得比较紧凑，连贯而顺畅。

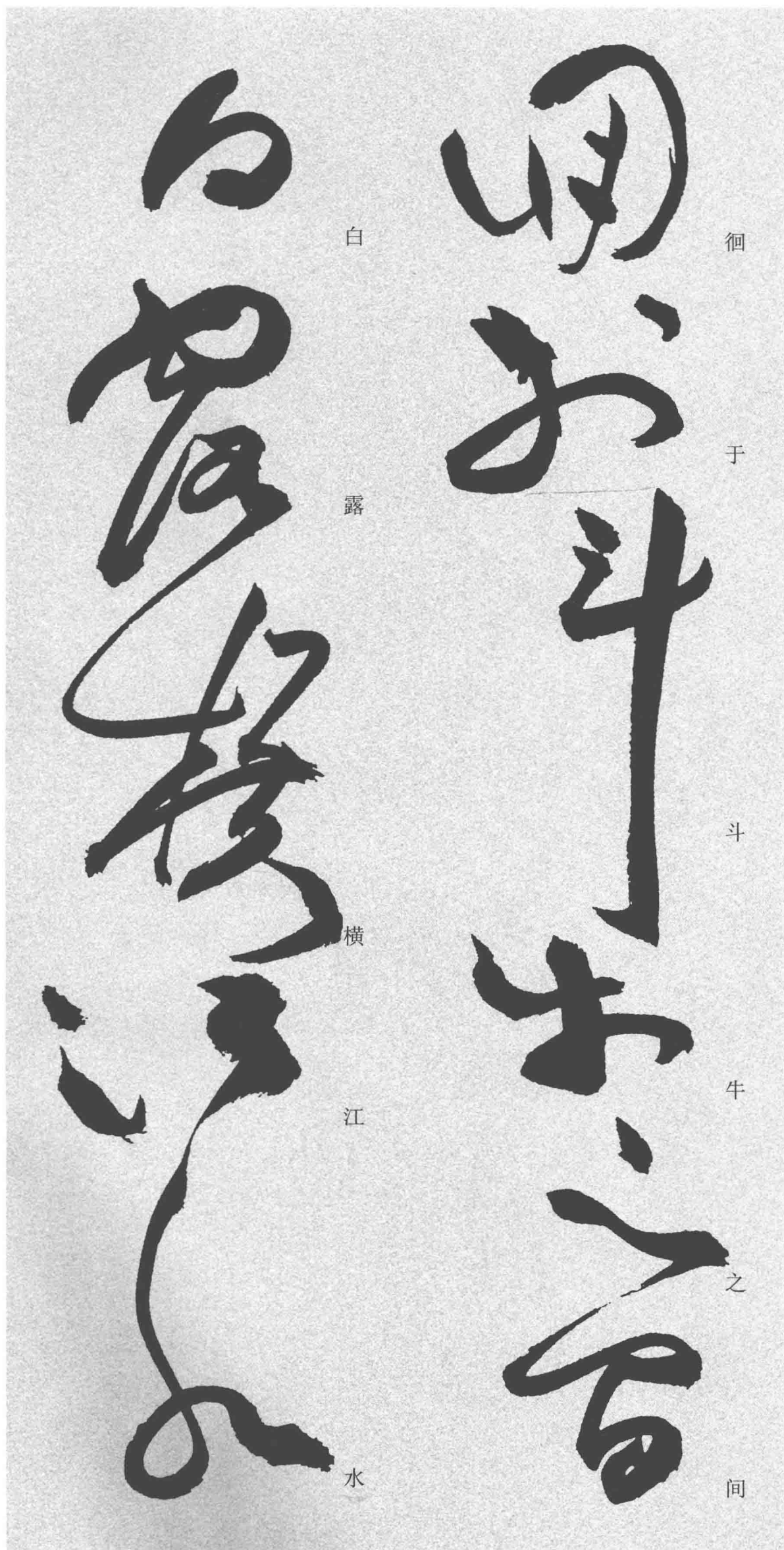




“少”：独体字一个，起笔用露锋，竖画写得比较小而短，而两点用横画代替，露锋入笔后转中锋，继而连带长撇顺势而出，由粗变细再变粗，夸张的长撇以中锋为之。



“徘”：左右结构，左旁双立人用“丿”画代替，露锋起笔，中锋行笔。右边“非”将三个短横变成“√”，而两个长竖画都没有向下出锋而是使转向上，而最后三个横画变成两点代替，右边以中锋为主。字整体结构宽松。






“露、横”：“露”是上下结构，“垂”字头以草法书就成“”，下面“路”字以草法书就成“”。中间以连带与“横”字行气贯通，上下二字左右错开，形成左右摆动之势。此二字用露锋比较多，行笔大胆。



“斗”：此为独体字，以露锋写两点，连带下来写横画，横画末笔向上走势且出锋。最后的竖画写得比较开张，中间粗细有变化。

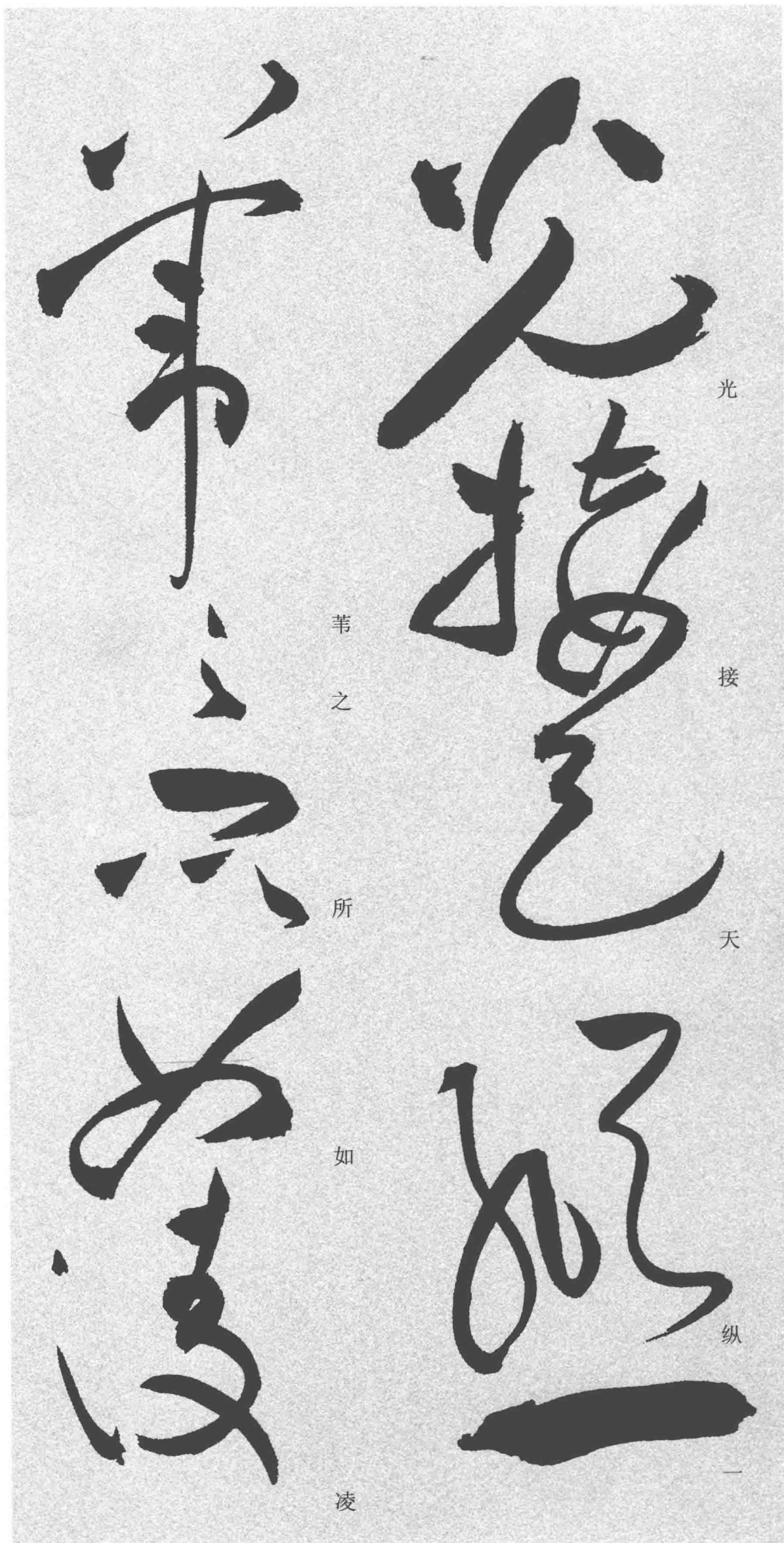


“江、水”：“江”字为左右结构，三点水以两点代替，左边的“工”字用笔厚重，且结构紧凑，其末笔向下带笔写“水”字，其“水”字的竖画写得比较长，而下面用草法书就成“”，中间大量留白。

“苇”：上下结构，草字头用两点一横书就，点画开张，中侧锋并用。下面的“韦”字，左右紧凑而上下开张，几个横画都短小而厚重，而竖画细而长。

“接、天”：这两个字用连带连在一起。“接”字为左右结构之字，左边提手旁写得开张，右边“妾”字上边写得紧凑，而下边“女”字开张，继而连带到下边“天”字。“天”字上紧而下松，最后一笔出锋。

“凌”：左右结构，左边两点水写得开张且以露锋为主，右边上部分用使转将横画缩短。全字上开而下合。





“浩”：左右结构，左边三点水以斜取势，以中锋用笔，且厚重而朴拙，右边的告字，竖画起笔露锋，下边“口”字用两点代替。



“茫”：上下结构，上面草字头用两点一横代替，结体开张。下面的三点水几笔完成，而“亡”字用草法写成“㇇”。此字总体以中锋用笔为主，笔法非常灵活多变。

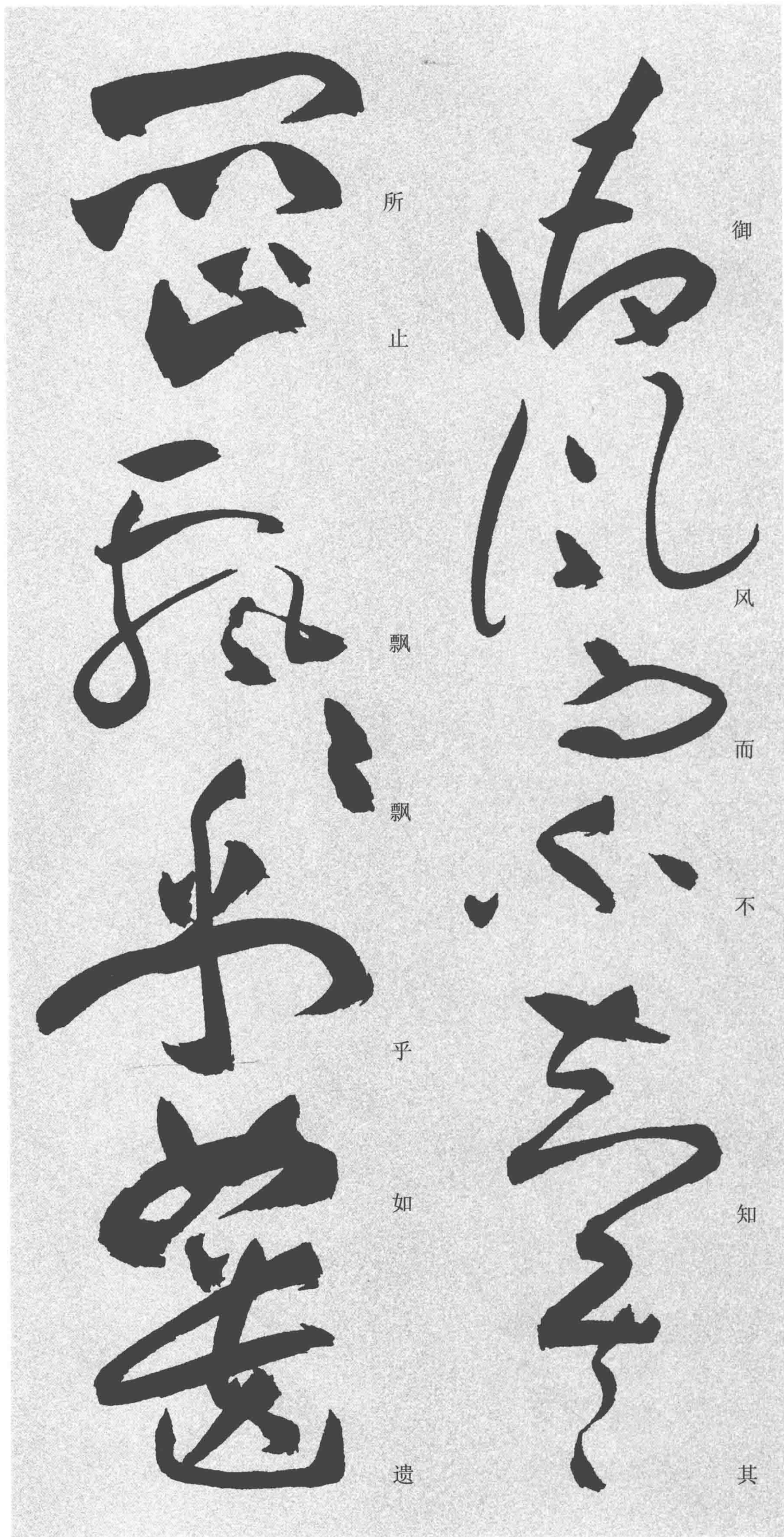


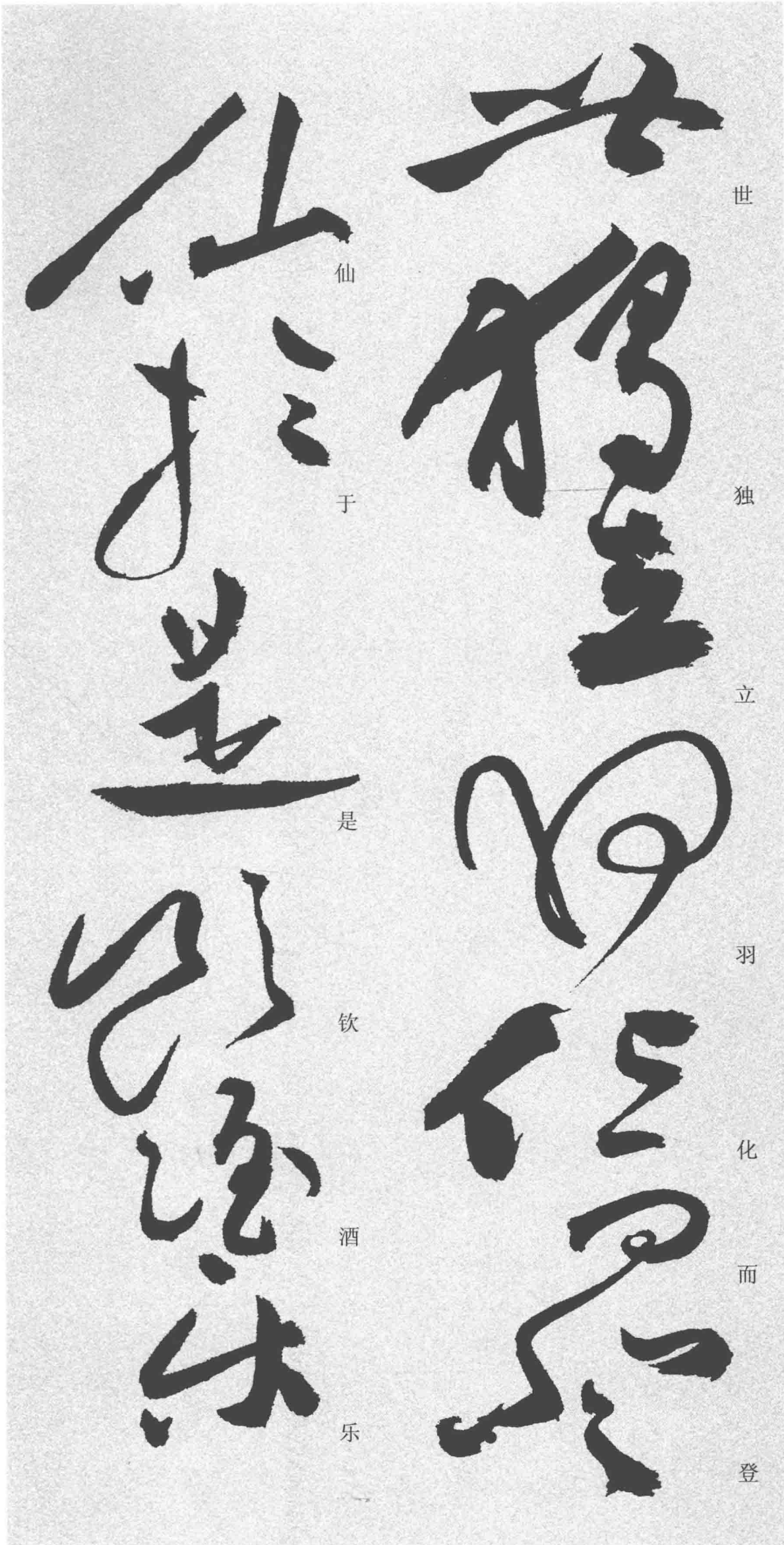
“虚”：此字以草法书就，省去了很多笔画，其上两笔写得比较开张，且笔画较小，距离较远。此字笔势多倾斜，但末笔厚重稳固。整字雄姿英发。

“御”：左中右结构之字，左边的双人旁以斜点代替，中间部分以草书“彳”书就，右边则将竖画变成点画。整个字两边收而中间放，对比鲜明，用笔中侧锋并用，方圆兼顾。

“飘”：左右结构之字，此字左边“票”字写得开张大气，而右边“風”字写得紧凑而厚重，左边的“票”字出笔用露锋，横竖画粗细变化丰富，中侧锋相互转化。

“知、其”：此二字用连带将其连成一体，“知”字起笔露锋，使转过程中，中侧锋相互变化。“其”字有收有放，笔画粗细变化丰富。二字行笔流畅自然。





“仙”：左右结构之字，左边的单人旁撇画写得开张，用笔以中锋为主，而竖画以点代替，右边“山”字，中间竖画写得长而两边短小。整个字多以篆隶笔意为之。



“独、立”：此二字用笔厚重，“独”字写得宽松而开张，“立”字写得紧凑而朴拙。“独”字将右旁“蜀”字以草法变成“蜀”。两个字以中锋用笔为主，偶尔用侧锋与露锋，用笔则方圆并用。



“化、而、登”：“化”字左边单人旁写得厚重而开张，而右旁写得紧凑，“而”字以草书“而”书就，后以侧锋连带到下面“登”，“登”字上部以点画代替，而“豆”字用草法“豆”书就，多用侧锋与露锋。