

审美与生活

ASTHETICS AND LIFE

中国书法简论

潘伯鹰

著



首都师范大学出版社

审美与生活

AESTHETICS AND LIFE

中国书法简论

潘伯鹰

著



首都师范大学出版社
CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

中国书法简论/潘伯鹰著. —北京:首都师范大学出版社, 2017. 12

(审美与生活)

ISBN 978-7-5656-3684-4

I. ①中… II. ①潘… III. ①汉字—书法—中国
IV. ①J292. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 302605 号

ZHONGGUO SHUFA JIANLUN

中国书法简论

潘伯鹰 著

责任编辑 王慕飞 钱 浩

责任校对 李佳艺

责任印制 李春雷

首都师范大学出版社出版发行

地 址 北京西三环北路 105 号

邮 编 100048

电 话 68418523(总编室) 68982468(发行部)

网 址 <http://cnupn.cnu.edu.cn>

印 刷 三河市博文印刷有限公司

经 销 全国新华书店

版 次 2017 年 12 月第 1 版

印 次 2017 年 12 月第 1 次印刷

开 本 880mm×1230mm 1/32

印 张 8.25

字 数 165 千

定 价 36.00 元

版权所有 违者必究

如有质量问题 请与出版社联系退换

总 序

邵大箴

从哲学和美学的角度，美在生活中无所不在。但是生活中的美，却并非都能为每个人所认知和欣赏。至于经过艺术家从生活中发现和提炼成艺术创作的艺术美，更是如此。一个人要有识别生活中美丑和欣赏艺术的能力，必须要有基本的文化修养。

一个人的文化艺术修养，主要从读书和实践中来。人类在历史进程中积累的包括欣赏美的经验和知识，是后人获得文化修养的重要渠道。这些宝贵的经验，通过文字和艺术经典作品代代相传，并不断得到丰富和充实。每个人的社会经历和或多或少、程度深浅不等的文字、艺术实践，又会与自己从书本中获得的知识相互补充和印证，加深对美的认识和理解。关于“社会经历”对人们辨别美丑和欣赏艺术能力的影响，大家容易认可，而对于每个普通人都可能从事所谓“或多或少、程度深浅不等的文字、艺术实践”这句话，则可能产生疑问，需要略加解释。

不是专门从事文艺创作的人，往往有一种误解，总以为自己与文学艺术创作、与美的创造无缘。其实，在每个

人的天性中，或多或少地都蕴藏着某种文艺创造，如写作的、音乐的、绘画的、舞蹈的、手工艺的等等方面的基因，但人们往往对此没有自我意识，自己的“天赋”或是未被他人发现，或是缺少适当的机缘，致使这方面的才能没有得到应有的发挥而被埋没。有一些理论家说“人人都是艺术家”或“人人都可以成为艺术家”，不是没有道理的。所以，我们不仅要承认爱美之心人皆有之，也要承认每个人都有创造艺术、创造美的某种潜能。

人要发掘自己身上蕴藏着的欣赏艺术和创造艺术的潜力，要靠前人创造的艺术成果的引导、感染和启发，所以读古代文艺经典十分重要。当有了一定的知识积累和文学艺术的“感觉”之后，不妨自己也大胆动手参与自己所喜爱的某种艺术实践。这里我们之所以强调要大胆、勇敢，不要胆怯和畏惧，不要害怕他人笑话，因为所有人从事艺术实践，总是由浅入深，由表及里，由低级到高级；艺术品的作者有业余和专业之分，作品水平有高低之别。但是，不论何种级别和层次的艺术实践，其目的都是为了享受艺术创造过程和结果的美感，即便是练习一张书法，唱一支心爱的歌曲……都是应该得到尊重的。当然，对广大群众来说，阅读有关文艺创造历史、理论和技巧的书籍和从事某种艺术实践，并非一定要掌握高难度的技艺或成为专业艺术家，主要目的是从中得到一种精神满足，享受生活情趣，丰富自己的修养。

人们在日常生活中对美的追求和对艺术的欣赏，不会因为物质条件匮乏而停止。但是，当人们的物质生活有了相当保障和改善之后，会对包括文艺欣赏和创造在内的精

神生活更加向往，有更大的需求。近十多年来，这种趋势在我们身边有十分明显的表现。人们越来越追求生活的精致化、诗意化，关注生活中的美，关注艺术欣赏；“生活美学”的话题成为一种时尚和潮流，并有许多人付诸实践。如果说快节奏的、忙碌的生活曾一度让人们误解为是生活的“充实”，而今告别了物质贫乏的人们更愿意放慢脚步、品味生活、享受艺术。

人类对美的认识和理解有一个漫长积累和提炼的过程，由于各民族所处地域自然环境和历史中形成的哲学、美学与生活习俗不同，人们对美的欣赏和传达美的艺术创造方式，在追求真善美大前提下，又有民族和地域特点的差异。正是这些对美的共同追求和各具民族特色的艺术创造，使人类文化显得无比丰富多彩。在当今开放的中国，人们“生活美学”追求的面很广，涉及对古今中外优秀艺术门类的爱好和兴趣。但中国传统文化的基因深深蕴藏于中华儿女的血脉之中，学习和领会优秀的中华文化艺术遗产，成为人们的首选。

我国文化艺术历史源远流长，在逾五千年的发展过程中从未中断过，随着时代的变革，不断吸收新的营养，显示出旺盛的生命力。中国传统文化追求天人合一，求中和，求心灵的安适，艺术创造具有浓厚的诗性特征，讲究境界、意韵、情致，是培养人们热爱生活、亲近自然和增进人们之间感情的最好方式，也非常适合现代人用来舒缓紧张情绪和减轻繁忙工作的压力。中国传统文化中一向不缺少生活美学，人们善于从一枝一叶、一茶一饭中发现生活之美，获得精神的自足。古代许多著名哲人、文学家、

艺术家都十分热爱生活，在日常生活中发掘美、寻找情趣。对他们来说，衣食住行皆成文章。而到了近代，一大批学兼中西的优秀学者，以新的眼光和广阔的视角，重新审视和整理中国传统文化和生活美学，留下了大量至今仍熠熠生辉的优秀作品。

从深层次来讲，诗词曲赋、书画、茶艺、园艺以及传统礼仪、工艺美术等传统文化塑造了中国人的心理结构，已凝练为中国人的情感基因，不管社会现代性的进程如何迅猛，这类情感的基因总会不失时机地显现出它的力量。现在很多人在学书法绘画，学昆曲，学古琴，写诗填词的人群也日渐增多，都充分说明这一点。

为适应社会正在兴起并将持久增长的传统艺术的审美需求，首都师范大学出版社推出这套“审美与生活”丛书。它涵盖了书法、诗词、园林、建筑、戏曲、绘画等门类。作者潘伯鹰、邓散木、顾随、胡云翼、齐如山诸先生，都是有深厚国学底子的专家学者，在各自领域浸淫多年。他们的著作思想深邃，文字优雅、温润，淡而有味。这些著作出版后历久不衰，读之弥新，影响了几代人。

相信首都师范大学出版社推出的这套书会继续编印下去，为阐扬传统文化，丰富人们的文化生活，发挥重要的作用。

是为序。

目 录

卷上

一 引 论	3
二 “书画同源”与笔法	7
三 正确的执笔	19
四 如何用笔	23
五 从结字和用笔入门	31
六 如何临习	39
七 途径示范	46
八 笔墨纸砚	64
九 参考书举例	75

卷下

一 欣 赏	87
二 隶书的重要作用	97
三 晋后书派鸟瞰	100
四 二 王	108
五 虞欧褚薛	117
六 李孙张素	128
七 颜 柳	136

八 杨凝式与李建中·····	144
九 苏黄米蔡·····	149
十 赵孟頫·····	160
十一 明清书势·····	166

附录 书论拾零

试论欧书·····	185
褚书何以能继右军·····	192
颜真卿书法简说·····	196
《云峰山诗》与《瘞鹤铭》·····	202
草书惹是非吗·····	204
成 家·····	207
执笔有法否·····	210
硬笔呢 软笔呢·····	213
论长锋羊毫·····	216
不必多藏好笔·····	218
墨 趣·····	220
砚·····	223
涨 墨·····	225
博与约·····	227
书家与善书者·····	230
兰亭趣味·····	233
吴昌硕的书法·····	236
说笔墨交融·····	239
说不似之似·····	242
再谈笔与书法的关系·····	245

卷 上

一 引 论

多年以前，有许多喜欢研求书法的朋友嘱咐我写一本如何学习书法的书。我也想动笔试写，不过，屡次提起笔来，又放下了。放下笔的理由，却不一定是由于自己的不努力，而是有其他种种原因。

第一，写字的事，是一件需要实践的事。字是由“写”而进步的；书是由“读”而进步的。所以“写字”和“读书”它本身两个字，便已将秘诀明告我们了，也不需要再“谈”了。字不是“谈”得进步的。与其看一本“书法入门”，不如拿起笔学一张古法帖。当然，不谈就写，往往写到弯路上去。但只要人有志用功，久久不懈，走几段弯路是不可避免，也无须避免的，因为弯路之中也给我们很多教训，甚至引我们另开奇境。第二，自古及今爱谈书法的多半都不是第一流书家。例如清朝的包世臣几乎是一位谈书法的专家。他著了一部《艺舟双楫》的大书。后来又出来一位康有为，说得更多。他们的书在近代一般人中发生了极大影响。但他们的理论和方法，也有不少人提出不同的看法。我们知道，越是关于教初学的书，越需要谨慎正确。所以我不敢写，为的是自己所知甚少，怕的是万一有错。第

三，中国谈书法的书，古往今来真也不少，有韵的，无韵的；分章节的，不分章节的；长的，短的；冒上王羲之、颜真卿的名字的，和负责用自己姓名的数也数不清。这许多书，从古到今流传不已，各立一说，各自都说真传，如若要想将正确的书法原理建立起来，必须先将历代相传的千奇百怪的说法加以排比考核和扬弃。这样，才可以将千古以来关于书法上神秘的、玄学的、依托的、“强不知以为知”的一切不可靠的言语摧陷廓清。但，谈何容易？这一大堆古代论书法的书籍，其中荒谬的固然不少，精华却也所在皆是。要考证，要选择，岂是短时期、少数人所能奏效？这一层先办不到，谈起书法来，总觉得碍手碍脚。所以还是不写的妥当。

但是有很多朋友仍责备我这种踟蹰不动的办法。他们以为谈是不妨的。当然，决不是说写字的事只要谈而不须写，写是一定要写，但如何写，必须先谈。因为这样，使得有志写的人，免得走许多弯路。与其从弯路中明白了，再回头走直路，不如一动就走直路。至于错误呢，无论什么专家，谈什么问题，不能说绝对一些小小错误都没有。有了，大家批评，错误就改正了。若是怕出错而不谈，那就根本又错了。

他们又根据写字需要实践的条件来鼓励我。他们说：“纵然你自己以为知道得很少，但你在这里面也磨了四五十年的光阴，好好歹歹谈些甜酸苦辣，也叫有志书法的青年同志们知道何处是直路。他们因此将你所已走过的弯路避开，一直向前跑去，岂不是一件大快事？”并且书法在中

国的艺术上，是最具有民族形式的一种。在现代发扬民族优良艺术传统和民族精神的时代，更有研究提倡的必要。更有一层重要之处，那就是说，我们中国现在还有不少人是用毛笔写字。单就这一点人民用毛笔的群众性说来，也应该切实研究。因此试写这一本小书。在写以前，先定了如下的几层意思：

为了使得一般文化水平的人都可以看懂，文字力求简明，因此将一切引经据典的反复考证的理论都避免了。这里所说的话，只是一些经过了辩驳引证的结论。当然这所谓的结论只是我个人所信为是正确的。至于何以得到这些结论，何以相信其正确，如若细说，就不知要占去多少篇幅，反而使读者觉得头绪纷繁。因此在这本小书里不细谈了。

为了使得学习书法的人直接能够实践，这里注重简单地说明正确的执笔方法。关于历来的许多执笔方法，古今典籍，力避多征引，也不多辩驳。希望读者照这方法，诚实力行，久久自明其妙。这里虽然也说一些何以要用这方法的道理，不过单靠文字仍是不能十分有用。读者必须照这方法，实行，实行，最后还是实行，才能逐渐认识清楚。更希望读者不要看它简单而加以轻视。往往一切最复杂的学问最高原则都是简单的。而这简单的原则，却是多少人辛苦积累得来的。书法虽不是什么了不起的学问，也不例外。

为了使得学习的人能够从实用方面，先立下根基，这里所谈范围力求其小。这里所注重的，大体上只限于楷书及行草书。读者须知书法范围异常广大，从行草楷书上溯

还有篆隶，这是关于中国书法发展的历史源流方面的问题，包含极多，当然要略为谈及，虽然不能太繁。即以行草楷三体而论，其中也千门万户。这本小书势不能一一列举。学习的人胸襟务须开阔，目光务须远大，万不要以此一知半解，就以为书法原来不过如此。希望学习的人由此“积跬步以行万里”。因为书法的体格尽管千差万别各个不同，但用笔的原则却是一致的。学习的人掌握了这方法，上下千古地自去求索论证，方是一个善于学习的。

前文所说的摧陷廓清的工作，虽然在这本书中尚不能动手，但却决不再添造模糊影响的材料。这里所谈的都是可以了解的。这些言语都是老老实实从自己的实验里，和师友的印证里抽出来的。浅显尽管浅显，却都是可以实行的。但是，艺术上的造诣，好像游山一样，只有游得愈远而愈高的人，才在心目中，自然深刻地领会到那些高远的境界究竟是些什么。这种领会是有程度的，逐渐增加的。程度不到，固然不能了解；即使到了，如若不善形容，也未能说出其中几分之几。涉于这一层的，言传较难。世间往往疏忽地名之曰“神秘”，实际上神秘并不存在。这本小书不计划谈到这样高远的境地，并且，也许著者的程度根本还不能到此境地，所以也不多谈了。

为了使读者在书法的方法上，即手写方面，得有认识，所以写第一部分卷上。为了使读者在书法的欣赏上，即目观方面，得有认识，所以写第二部分卷下。实际上这二者是互相关联的。

以上是这本小书的一个轮廓。

二 “书画同源”与笔法

书法，详细说来，就是写字的方法。凡事皆有方法，打球、游水、射击、骑马、跳舞、溜冰、着棋、豁拳，皆有方法。写字的方法正和这些方法相仿，是一种扼要制胜的技巧。掌握了这种技巧，做起来容易成功些。

当然，说书法是和打球、豁拳等等方法相仿，不是说完全相似。写字自有写字的种种特殊条件，和其他不同。不过有一点相同的，即是同为对这种事情扼要制胜的技巧。这一观念很重要，换言之，书法并非什么了不起的大学问。在以前，许多有学问的人把书法也说成了一种了不起的学问。因之说出许多奇怪玄妙的言语，传出许多怪诞的故事。由于这样，许多人想学习写字，却吓得不敢写了。

不过，我们也不要看轻了这种方法。因为它需要长久专精的学习才能做得好。古人有句话，“技进乎道”。“道”就是原则的意思。一种技巧练习得纯熟极了，自能出神入化。例如杂技团的演员，都各有其最纯熟的技巧。人们看到这种出神入化的技巧，因而联想到推论到更大方面的原则上去，或是这个演员由他所熟练的特殊技艺，而领会到更大方面的原则上去，这就可以叫作“技进乎道”。写字也

不例外。我们现在姑且不再谈远了，我们只从它本身先谈起来。

我们所谈的是中国书法。谈中国书法，首先就要谈到“书画同源”。

怎么见得书画同源呢？原来世界各民族的文字，不外两个系统：一个是从声的，一个是从形的。我们中国的文字是从形而成的，所以又叫“象形文字”。这种象形文字的“形”，实际上就是一种图画。我们的先民用简单的线条将所看见的东西描下来，成为一个个的小画。这些写实的画逐渐改变增加而成为其他更富有意义的画。这些写实的画，便是象形字，而其他的便是“会意”“指事”等的字。所以我们中国的字都是一个个独立的。因而变到后来，就被叫作方块字。这“方块”字和“画”的确是同源的，分不开的。直至今日，世界各民族的图画，虽然有少数例外，取了圆形或其他形式，但大体上仍都是“方块”的。即使我们中国的“手卷”也仍然是扩充的方块。

下表中的四排“日”“月”“山”“水”四字，是一幅不精密的字样。但即使是这样不精密的字样也能举以为例，来说明我们古代文字和现代文字的嬗变痕迹。在这种痕迹中，我们很容易地看出古代字形与现代字形的近似之处。而这些古代的字，就都是从图画里渐渐蜕化来的。这就是书画同源的一点简单的史实。这一史实对于我们书法学习的基本观念上异常重要。

这个要点，可以从两方面来说：我们中国的画和字既然同出一源，而这个同源的画和字又都是同以线条为表现