

吴兴林 著 上册

墨海引航



书论妙语解读

书法天机解悟

书法人生解密

中国美术学院出版社

墨海引航

● 书论妙语解读

● 书法天机解悟

● 书法人生解密

吴兴林 著

(上册)

中国美术学院出版社

封面题字：赵长青（中国书法家协会分党组书记、第一副主席兼秘书长）

责任编辑：毛 羽

整体设计：吴 似 曹新国

责任校对：钱锦生 刘金鑫

责任出版：姚银水

图书在版编目(CIP)数据

墨海引航 / 吴兴林著. — 杭州：中国美术学院出版社，
2010.5

ISBN 978-7-81083-968-6

I. ①墨… II. ①吴… III. ①汉字 — 书法 — 文集
IV. ①J292.1-53

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第098615号

墨海引航

吴兴林 著

出品人：傅新生

出版发行：中国美术学院出版社

地址：中国·杭州市南山路218号/邮政编码：310002

网址：www.caapress.com

经销：全国新华书店

印刷：浦江求真印务有限公司

版次：2010年8月第1版

印次：2010年8月第1次印刷

印张：56.375

开本：787mm × 1092mm 1/16

字数：660千字

图数：200幅

印数：0001—3000

ISBN 978-7-81083-968-6

定价：98.00元（上下册）



“书论妙语”是书法理论中的名段佳句，“书法天机”是书法艺术的最高境界，“书法人生”则是将书法从理性的思维落实到活泼泼的人生。如果说“书论妙语”的“博涉”重在解决理性上的“入门”，

“书法天机”的“反约”重在解决高层次的“升华”，那么，“书法人生”则是重在书法的“回归”，即是以人生的经历、学养、性情来体现书法，同时以书法来涵养气质，提升素养境界，体现崇高的生命价值和精神风骨。

吴兴林

2010年3月1日

目 录

自序	(1)
卷一 书论妙语解读	(7)
第一辑 书法认识篇	(9)
书法是心画	(11)
书法起源于自然	(12)
书法中须化入某种形态	(13)
书法的笔画是划分界限	(14)
书法是神情飞驰的体现	(14)
书法具备世间万物的情态	(15)
书法是人与自然的直接统一	(17)
书法是一种豁达大度	(18)
书法有无声之音	(19)
书法是最简练的艺术	(19)
书法横竖都成意象	(20)
书法是得意而忘像	(21)
书法是世间万物的造化	(22)
书法中的字要像活生生的人一样	(23)
书法洋溢时代气息	(23)
书法与人的本性自然规律相通	(24)
书法是表现着“自我”的高层次艺术	(24)
书法是展现人生追求的艺术	(25)
书法是对自然的一种创造	(26)
书法是一种造型艺术	(27)
书法是最能够表现个性的美术	(27)
书法可当图案画来看待	(28)
书法是特种艺术	(29)
书法是最高艺术	(30)

书法是纯美术·····	(31)
书法是表达民族美感的工具·····	(32)
书法是一种节奏艺术·····	(33)
书法是因情而生字·····	(34)
书法是要强调出那要紧的线·····	(35)
书法是一门姐妹艺术·····	(36)
书法可以表现性格和情趣·····	(37)
书法几同金石之声·····	(38)
书法之美是造型运动的美·····	(39)
书法是国宝家珍·····	(40)
 第二辑 功能发掘篇 ·····	 (41)
书法能够陶冶心灵·····	(43)
书法让人喜而不厌·····	(43)
书法自是人生一乐·····	(44)
书法远胜打麻将·····	(45)
书法可为妙文增辉·····	(46)
读书人以善书法为荣·····	(47)
书法有如美食良药·····	(48)
书法可以玩世而流名·····	(49)
书法可以自娱·····	(50)
作书能养气助气·····	(51)
书法是一种特健药·····	(52)
书法可用以自遣自娱·····	(52)
书法可表达民族美感·····	(53)
作书可以写景寄情绘音·····	(54)
书法可以终身向往·····	(55)
书法能令人“乐而不淫、哀而不伤”·····	(56)
 第三辑 正本清源篇 ·····	 (57)
秦书八体·····	(59)

章草产生于汉代·····	(60)
爻画是书法的雏形·····	(61)
书体有十种源流·····	(62)
草书楷书的不同在于笔势·····	(63)
今草起于晋代·····	(64)
用笔也有源流·····	(65)
行书的流变·····	(66)
名师高足代代相传·····	(67)
学书要通大篆·····	(68)
书法应追求遒媚·····	(69)
学书要各体兼备·····	(70)
唐代书法瘦变肥肥变瘦·····	(71)
碑与帖不能混淆·····	(72)
真草都用“盘纤”·····	(73)
书法艺术具有时代风格·····	(74)
书法分北派南派·····	(76)
甲骨文中 有笔法·····	(77)
文字造型源于物象·····	(78)
书法要从民间吸取新鲜血液·····	(79)
古老的书体仍有生命力·····	(80)
书法从象形发展到谐声·····	(81)
 第四辑 学书妙方篇·····	 (83)
学书须“画地画被”·····	(85)
学书要学“七日兴叹”·····	(86)
学书最怕心力懈怠·····	(87)
学书应该自卑·····	(88)
学书要终生攻之·····	(89)
学书要在工夫上见高低·····	(90)
学书非天成·····	(90)
学书应“笔秃千管”·····	(91)

学书以取神气为佳·····	(92)
学书要日日动笔·····	(93)
学书须得趣·····	(94)
学书得力于学力·····	(95)
学书要有工夫·····	(96)
学书莫要沾邪气·····	(97)
学书忌畏忌怠·····	(98)
学书要“智、学”并进·····	(99)
学书“须到愁惨处”·····	(100)
学书入神品位要高·····	(101)
学书要追摹不停·····	(102)
学书要有英雄胆略·····	(103)
学书不可伪装·····	(104)
学书全靠自己研求·····	(105)
学书要数过“困境”·····	(106)
学写字先学执笔·····	(107)
初学先写大字·····	(108)
始学“不可尽其形势”·····	(109)
攻书五部曲·····	(110)
初学要先立筋骨·····	(111)
学书八环节·····	(111)
学书要会观察大自然·····	(112)
学书要懂得一个“溢”字·····	(113)
学书贵在得“妙处”·····	(114)
学书要正草兼备·····	(115)
学书须看古人真迹·····	(116)
学书无非是掌握“两条”·····	(117)
学书有“三戒”·····	(118)
学书功夫分“三段”·····	(119)
学书不能“依傍时人”·····	(120)
学书当学用墨用笔之妙·····	(121)

学书要知“墨道之最”	(122)
学书要明“第一义”	(123)
学书要备“六要”	(124)
学书须“三明”	(125)
学书须“分门别户”	(126)
学书不能认定一人一帖	(127)
学书可从篆书入手	(128)
学书要“有笔而少墨”	(129)
学书不必受一家一派所限	(130)
学书要求“内劲外秀”	(131)
学书要“遍学百家”	(132)
学书最好能在墙壁上书写	(133)
临摹要熟视古人书	(134)
要分清“临摹之别”	(135)
学书要朝夕观看字帖	(135)
临书要努力“得精神”	(137)
临摹要“会群妙于一心”	(138)
学书须“背帖”	(139)
临帖要先了解作书人性情	(140)
临摹要“遍仿各家”	(141)
看帖临帖两者不可偏废	(142)
学书不可只求形似	(143)
临摹“五点论”	(144)
“对临不如背临”	(145)
临摹贵在“心摹手追”	(146)
临帖不是摹古	(147)
临摹最好“三套功夫”并用	(148)
 第五辑 技法把握篇	 (149)
一、执 笔	
执笔“须尽一身之力”	(151)

执笔在于“便稳”	(152)
执笔贵在“用意精至”	(153)
涩快轻重要配合运用	(154)
运笔“八字真言”	(155)
执笔歌	(156)
运笔须通身协调运动	(157)
执笔当用“五字法”	(158)
写小字最好也悬肘	(159)
执笔松紧要恰到好处	(160)
点画要有立体感	(161)
执笔应懂“拨镫法”	(162)
二、运 笔	
用笔要会凌空取势	(163)
用笔要笔笔“灿灿分明”	(164)
运笔要富于变化	(165)
运笔“三要”	(166)
作字须用数种意趣	(167)
作字要从容而慎重	(168)
运笔要力求“不疾不徐”	(169)
运笔要迟速得宜	(170)
运笔当如“画沙印泥”	(171)
点画之间变化多	(172)
用笔之力不在力	(173)
落笔时要凌空起步	(174)
运笔可在空中练	(174)
运笔不须笔笔中锋	(175)
运笔不能随意	(176)
运笔应懂“蹲锋入纸”	(177)
运笔以方圆为主	(178)
笔毫动作就像双脚行走	(179)
运笔要“逆入平出”	(180)

用笔须辨方圆轻重	(181)
用笔要富于变化	(182)
用笔的精粹	(183)
用笔当刚柔相济	(184)
三、结 体	
书法形势如军阵	(185)
作书不能“状如算子”	(186)
结体“八不宜”	(187)
疏密长短怎相宜	(188)
布白三部曲	(189)
结体技巧	(190)
结体“四难”	(191)
真书莫“以平正为善”	(192)
结体“因时相传”	(193)
上下左右巧布置	(194)
要从“黑白”两处求法度	(195)
“实处”之妙生于“虚处”	(196)
“中宫”统领“八宫”	(196)
下笔要会许多变化	(197)
“不稳”自有高境界	(198)
“胸有全纸,目无全字”	(199)
无字之处也有字	(200)
无墨处也能造妙境	(201)
怎么避免“状如算子”	(202)
字形要出人预料	(203)
第六辑 创作要领篇	(205)
一、怎样胸有全局	
作书前要“默坐静思”	(207)
作书时要“心正气和”	(208)
作书须知“乖合论”	(208)

作书当求与众不同	(210)
作书前要胸有全局	(211)
作书不可偏废“九生法”	(212)
作书大病是“轻佻”	(213)
作书须知“十戒”	(213)
作书要善用万物	(214)
作书前要“定志”“养气”	(215)
作书要做到“三要”	(216)
作书要自然进入佳境	(217)
作书要草意笔法兼收	(218)
作书应求草率	(219)
作书“不必十分到家”	(220)
作书要动静相治	(220)
作书应“心空笔脱”	(221)
作书须“迟速互救”	(223)
作书莫忘“法度”“气魄”	(223)
作草书要“气足”“形完”	(224)
作书要待有兴时	(225)
作书先使头脑中有一无形格式	(226)
作书不能随人意	(227)
作书要会“触电”	(227)
二、怎样寄寓性情	
作书要“先散怀抱”	(228)
作书要以“神采为上”	(229)
作书要明各体特点	(230)
作书应“筋多肉少”	(231)
作书要胸中有个天大字	(232)
作书要有神气骨肉血	(233)
作书要稳险老润	(234)
作书应“有筋骨血肉”	(235)
作书要中沉外丽	(236)

作书要“瘦而腴”、“肥而秀”	(236)
作书务求沉着痛快	(238)
作书须“刚柔相济”	(238)
作书应宁丑勿媚	(239)
作书要明了各种笔画的作用	(240)
作书应如“云水树石”	(241)
作书要“重筋节”	(242)
作书宁瘦勿肥	(243)
学书“当自形质始”	(243)
作书要有表现筋骨肉血的技法	(244)
作书“七要”	(245)

三、怎样出神取韵

作书以出神为上	(247)
作书要求“众妙攸归”	(248)
作书“以韵为主”	(249)
作书求风神“八须”	(250)
作书要兼有“沉着痛快”	(251)
作书要“悟入”	(251)
作书要有一派“天机”	(252)
作书不可有霸气	(253)
作书要有“高韵深情、坚质浩气”	(254)
作书要入“我神”	(255)
作书要会枯中取韵	(256)
作书有韵要去“五病”	(256)
作书成家“三要素”	(257)

四、怎样继承创新

作书要突出“我”字	(258)
作书“似”则俗	(259)
作书要会变体	(260)
作书要“自出新意”	(261)
作书要“总而成之”	(261)

作书不能泥古	(262)
作草书要不忘合于法度	(263)
作书要使胸中“纵横有像”	(264)
作书要撷取诸家法意	(265)
作书要能“入帖”“出帖”	(265)
作书要实出己意	(266)
作书要从平正中创出新意	(267)
作书须“处处有我”	(268)
作书要“积千家米煮成一锅饭”	(269)
作书要从“无我”到“有我”	(270)
作书不能“尽信法”	(271)
作书要创作新字形	(272)
作书要学碑帖中的模糊处	(273)
作书要先“读千碑”	(274)
作书创新不是乱涂	(275)
作书不能过早强调个人风格	(276)
 第七辑 书作鉴赏篇	 (277)
书法“多力丰筋”为好	(279)
欣赏书法要反复观看	(280)
书法优劣有品格品位	(281)
书法佳作并不美观	(281)
书作可分五个等级	(282)
鉴赏书法要会书法	(284)
笔意“四贵四不贵”	(285)
板桥为何爱学且园书法	(285)
书法佳作离不开“深沉”	(287)
欣赏书法看“十美”	(287)
欣赏书法是“静变动”	(288)
欣赏书法要有一定的修养	(289)
欣赏书法有六条标准	(290)

书法佳作是一股“生命之流”	(291)
书法欣赏有几项原则	(292)
欣赏书法名作要进行艺术再创造	(293)
品评书法要寻找各种感觉	(294)
好书法使人不觉其好	(295)
 第八辑 书品人品篇	 (297)
贤人的书作才能流传	(299)
品评书作要看人品	(300)
书作可辨人的邪正	(301)
学书要“胸中有道义”	(303)
人品关系到书品	(303)
人品高书品才能高	(304)
“人正则书正”	(305)
要依靠修养去领悟书法本质	(306)
学书要重品节	(307)
学书首先要立品	(308)
学书要“甘于淡泊”	(309)
书法要体现人格	(310)
学书不能追名	(311)
书法何以“柔媚”	(312)
 第九辑 书家修养篇	 (313)
学书要向万事万物学习	(315)
书法重在抒发内心情感	(316)
学书要技道俱进	(317)
学书要多读书	(318)
学书要知力并进	(319)
书法与人的学识气质直接相连	(320)
学书要搞通书法的意趣	(321)
学书要善于触类旁通	(322)

学书要先做学问	(323)
写字何以“剑拔弩张”	(324)
学书“功夫在书外”	(325)
 第十辑 宗师形象篇	 (327)
一、王羲之	
羲之可与钟、张比	(329)
羲之书作“允为上之上”	(330)
王羲之古今一人	(331)
羲之“作草如真、作真如草”	(332)
右军书：“力屈万夫、韵高千古”	(334)
右军手迹临摹多	(334)
二、王献之	
献之书法多媚趣	(335)
献之绝笔章草胜父亲	(336)
献之草书胜羲之	(336)
献之行草古今独绝	(337)
献之草书“入神品”	(338)
献之开“尚奇之门”	(340)
三、欧阳询	
欧体险劲超过王羲之	(341)
欧阳询“八体尽能”	(342)
欧体体方而笔圆	(343)
欧体清劲秀健	(343)
欧体世上最流行	(345)
学欧容易入门	(346)
四、虞世南	
虞书神态气韵如献之	(347)
虞书“得智永笔法”	(349)
虞书“过于纯熟”	(349)
虞书承前启后	(350)

虞书可与二王并肩 (351)

虞书内含筋骨 (352)

五、褚遂良

褚书美若婵娟 (352)

褚书采用多种笔法 (353)

褚书“瘦硬通神” (354)

褚遂良“将笔提空” (356)

褚书“如鹤游鸿戏” (356)

六、孙过庭

孙过庭博学多才 (357)

孙过庭得意之作不减二王 (358)

孙过庭《书谱》是“草书至宝” (360)

七、李 邕

李邕是“书中仙手” (361)

李书不像“乍富小民” (362)

李邕行书如大象 (362)

李书对后世影响很大 (365)

李邕点画如“抛砖落地” (366)

八、张 旭

张旭草书狂怪而入规矩 (367)

张旭狂字来自狂态 (368)

张旭楷书也擅长 (370)

张旭草书肥劲精绝 (371)

张旭颠又不颠 (372)

张旭不是“书工” (373)

九、颜真卿

颜真卿得张旭笔法真传 (374)

颜书“如忠臣烈士” (375)

颜书雄视千古 (377)

颜书“纵横有像” (378)

颜书法外求法 (379)