

书法自学丛书

主编 李岩选



怎样学习魏碑

尹秀波 编著

山东美术出版社

尹秀波 编著

怎样学习魏碑



山东美术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

怎样学习魏碑 / 尹秀波编著. — 济南: 山东美术出版社, 2002.1

(书法自学丛书)

ISBN 7-5330-1584-3

I. 怎... II. 尹... III. 魏碑—书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 080401 号

出版发行: 山 东 美 术 出 版 社

济南经九路胜利大街 39 号(邮编: 250001)

制版印刷: 山东新华印刷厂临沂厂印制

开 本: 787 × 1092 毫米 16 开 5.25 印张

版 次: 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1-5000

定 价: 13.00 元

13
26

《书法自学丛书》编委会

主 任：张业法

副主任：于太昌 娄以忠

顾亚龙

主 编：李岩选

编委会成员（以姓氏笔画为序）：

于太昌 尹秀波

王建平 车晓曦

孙茂贵 肖 灿

张业法 李岩选

娄以忠 顾亚龙

滕西奇

前 言

中国书法艺术博大精深，源远流长，它以其完整的体系、丰厚的内涵、独特的形式，自立于世界艺术之林。

随着改革开放以来的经济发展，社会繁荣，人们对文化艺术的追求越来越高。因此，学习书法、欣赏书法艺术的人也越来越多。为弘扬中华民族传统的书法艺术，大力普及书法教育，进一步提高全民族的文化素质，满足人们对书法艺术的需求，我们组织编写了这套《书法自学丛书》。山东省书法家协会对此十分重视，把丛书的编写出版当作一项建设工程来抓，成立了丛书编委会，由书协主席张业法同志任编委会主任，副主席顾亚龙和著名书法家于太昌、娄以忠先生任副主任。对编写体例、内容要求等进行了反复研讨和严格把关，以确保本书的编写水平和出版质量。

本书是一套指导书法爱好者自学入门的普及性读物。全书共分六册，包括怎样学习篆书、隶书、楷书、魏碑、行书、草书。尽管此类图书市面上已经很多，但本书在编辑思路、出版特色等方面将以崭新的面貌奉献给读者。本书成体系，分章节，采用讲评结合、图文并茂的形式，选用标准规范的图例，运用通俗易懂的语言，引经据典、深入浅出地讲解各种书体的名称、源流、特点、笔法、结体、章法等，同时介绍各种书体的代表书家及其传世佳作。通过由浅入深、从易到难的讲解示范、评点分析和临摹练习，使初学者逐步了解掌握书法的基础知识，初步掌握各种书体的基本技法，同时也不断提高对书法作品的鉴赏能力和审美意识，为步入书法艺术殿堂打下良好的基础。

本书以书法经典著作为依据，以古、现代名家碑帖为范例，融以作者本人学习书法的经验和体会，观点明确，表述清楚，文笔简洁生动，图示清晰规范。既有丰富的传统内涵，又有突出的创新意识；既保证了知识性、科学性，又实现了趣味性、实用性和可读性。可以说，本书是一套理论和实际相结合的教程式的辅导读物，必将成为广大书法爱好者的良师益友。

《书法自学丛书》编委会

2001年8月

目 录

前 言

第一章 魏碑的起源与形成	1
一、魏碑印象	1
二、魏碑起源	3
第二章 魏碑的风格特点	9
一、魏碑的基本风格	9
二、魏碑的主要特点	10
第三章 魏碑的形制分类及其代表作	12
一、碑刻	12
二、造像题记	16
三、墓志	18
四、摩崖	23
第四章 《张猛龙碑》与《郑文公碑》	28
一、《张猛龙碑》	28
二、《郑文公碑》	30
第五章 魏碑的用笔	32
一、关于执笔	32
二、关于运笔	33
三、关于用笔	33
第六章 《张猛龙碑》与《郑文公碑》 的基本笔画特征和笔法	38

一、点画·····	38
二、横画·····	39
三、竖画·····	41
四、撇画·····	43
五、捺画·····	45
六、折画·····	47
七、钩画·····	49

第七章 《张猛龙碑》与《郑文公碑》

的结字特点····· 52

一、《张猛龙碑》的结字特点·····	52
二、《郑文公碑》的结字特点·····	54

第八章 魏碑的章法····· 58

一、纵有行 横有列·····	58
二、纵有行 横无列·····	59

第九章 魏碑的欣赏····· 61

一、《龙门四品》·····	61
二、《元略墓志》·····	65
三、《元怀墓志》·····	67
四、《元桢墓志》·····	68
五、《崔敬邕墓志》·····	69
六、《刘玉墓志》·····	70
七、《张玄墓志》·····	71
八、《石门铭》·····	72
九、《泰山经石峪》·····	73

后 记····· 75

第一章 魏碑的起源与形成

一、魏碑印象

魏碑又称北碑，是南北朝时期北朝碑版尤其是北魏的文字刻石的通称。魏碑书体结构严整，笔力雄强，是一种尚未成熟定型的过渡性书体，也是北魏实用、流行的楷书，它上

承汉隶，下启唐楷，无论是用笔、结体，仍尚存隶意。但笔画已去掉波挑，比隶书更简洁；强调方折，比唐楷更厚重，用笔沉着刚健。早期的魏碑以方笔方体见长，具有雄强豪放、粗犷拙朴、浑厚泼辣的特点。其点画结体，注重笔势性情，在不失

重心的条件下，随意布置。如《嵩高灵庙碑》、龙门石刻等（图1-①②③）。

魏碑是继承了汉碑而又有创新突破的新书体，因而它具有鲜明的时代艺术特色。从其发展的过程看，早期的魏碑多为方笔、方体，中后期受南朝书风影响，笔画、结体也日趋显现圆秀之迹。就整体魏碑体系而言，方笔、圆笔、方圆笔兼而有之。可以说，北魏是魏碑书体形成发展的重要时期。由于北魏的统一、改革和民族文化的融合，碑碣、造像记和墓志



图1-① 嵩高灵庙碑



图1-② 始平公造像记

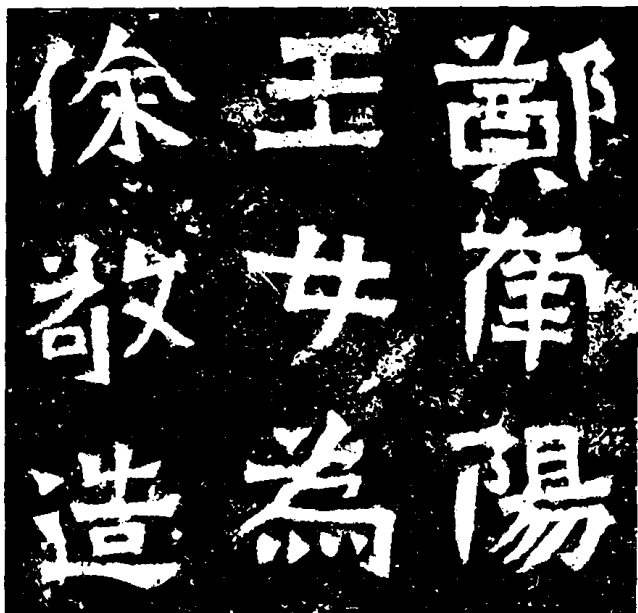


图1-③ 郑长猷造像记

铭碑版空前兴盛，因而为魏书的发展起到了积极决定性作用（图2-①②③）。

从北魏至东魏、西魏、北齐、北周所留下的大量碑刻看，由于北魏对东汉文化的认同，及沿用并继承了东汉习俗得以形成了碑碣云起的局面。因而，其品格丰富、精品众多。就史料看，书法史上颇有影响力的北碑，比较集中地出现在北魏迁都洛阳之后的三四十年间。所以，后人习惯地把以北魏为代表的北朝刻石碑版都称为北碑或魏碑（图3）。

魏碑在中国书法发展史上，有其特殊的



图2-② 孙秋生造像记



图2-③ 崔敬邕墓志



图2-① 穆玉容墓志

地位和背景。魏碑一改汉隶波折，向正书迈进了一大步。魏体的出锋露角，强悍峻拔的特点与魏晋的正统书风大相径庭，因此，当时南朝就看不起北碑书法。因北魏王朝为少数民族王朝，历史上也一向不被重视，直至清代，碑学中兴，才逐渐出现了魏碑书法复兴的局面。由于清代著名书学家、书法家的推崇，碑

学得以发扬光大,涌现了一批大家。自此之后,碑学在中国书法史上发挥着积极的作用,甚至成了书法发展的主流。清康有为在《广艺舟双楫》中称“北碑当魏世,隶楷错变,无体不有。综其大致,体庄茂而宕以逸气,力沉著而出以涩笔,要以茂密为宗。当汉末至此百年,今古相际,文质斑鳞,当为今隶之极盛矣。”

由此看来,魏碑书体确实值得学习,其蕴藏着深厚的书学内涵,为学书者提供了丰厚的营养。因此,研习魏书也是书家的必修课(图4-①②③④)。

二、魏碑起源

三国两晋南北朝(公元220—589)的300年间,是一个战争频繁、动荡不安的乱世,尤其是西晋之末的“五胡入侵”和“八王之乱”及其相互间的争斗,使中国出现了大分裂的局面。北方少数民族匈奴、鲜卑、羯、氐、羌等由于气候转寒等生存环境的骤然变化而纷纷南下,先后攻入西晋都城洛阳,入主中原,占据着黄河流域,并一再进入巴蜀等地,先后建立16处政权分制,是为16国。公元

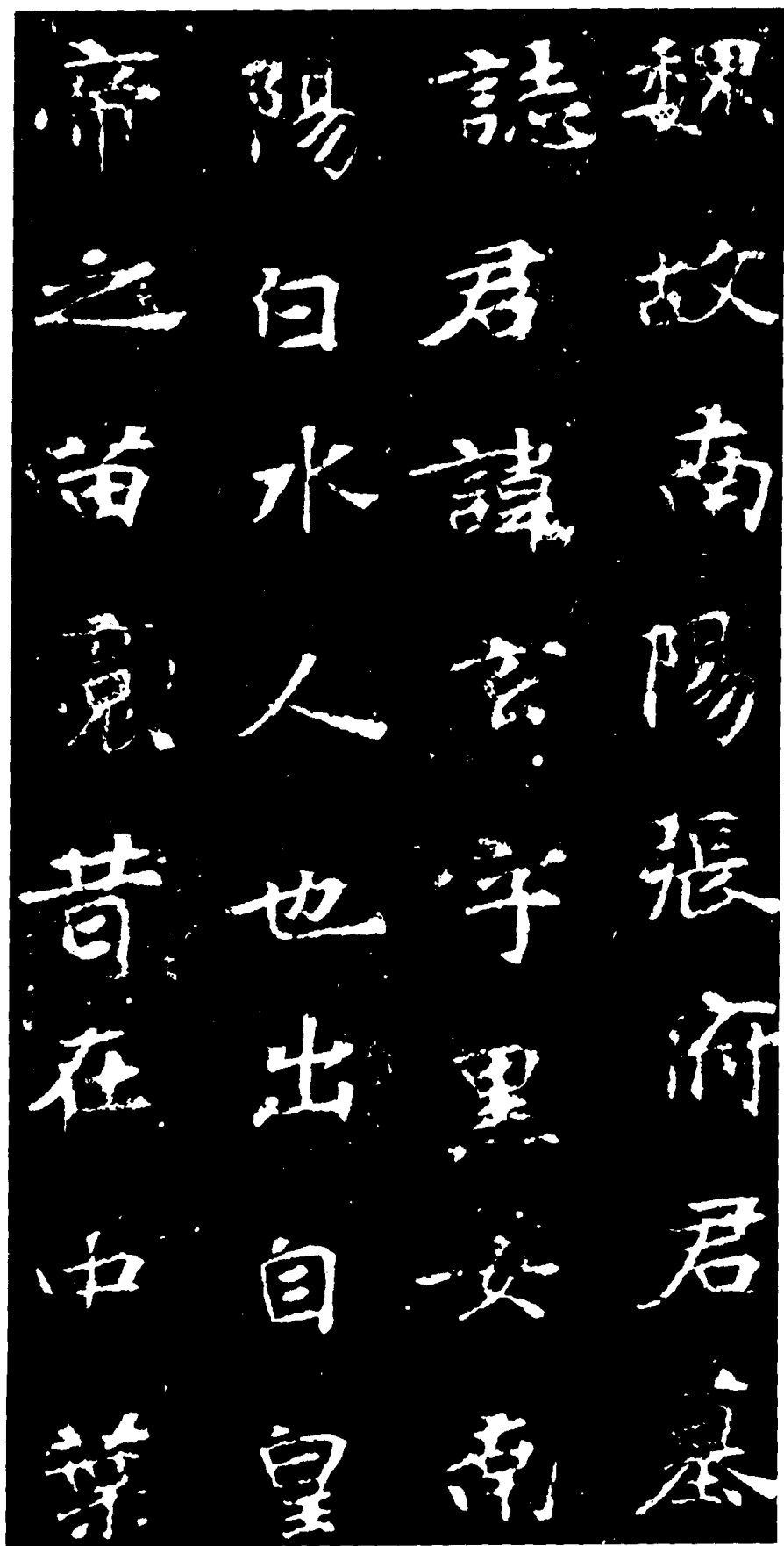


图3 张黑女墓志

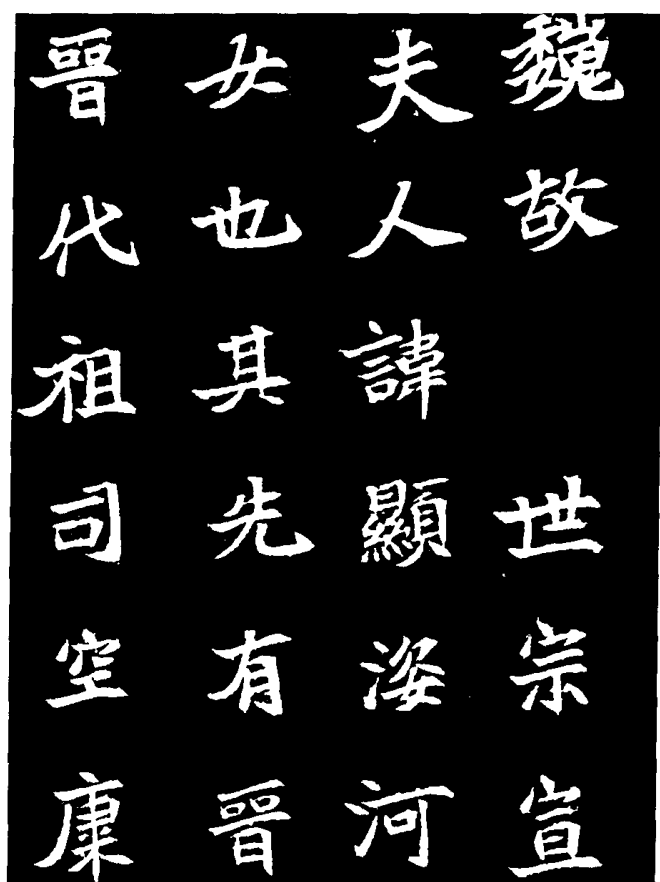


图4-① 司马显姿墓志

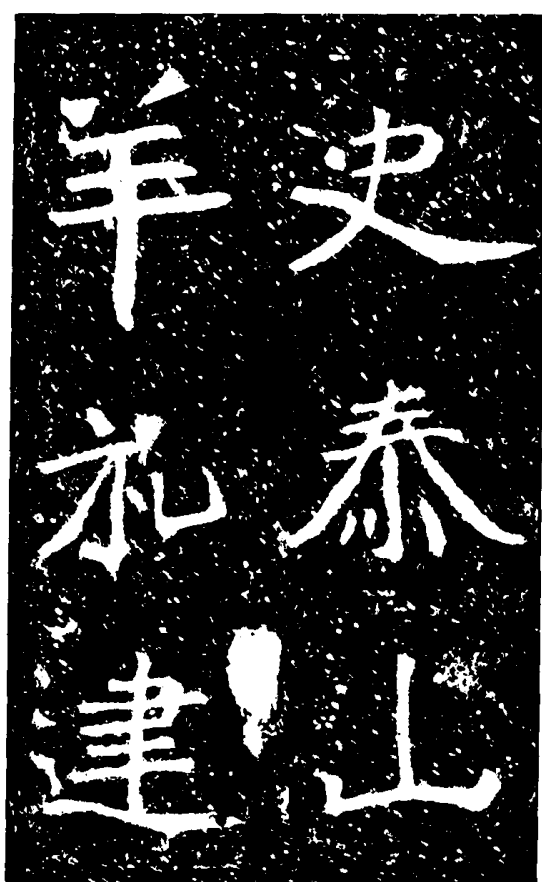


图4-② 石门铭

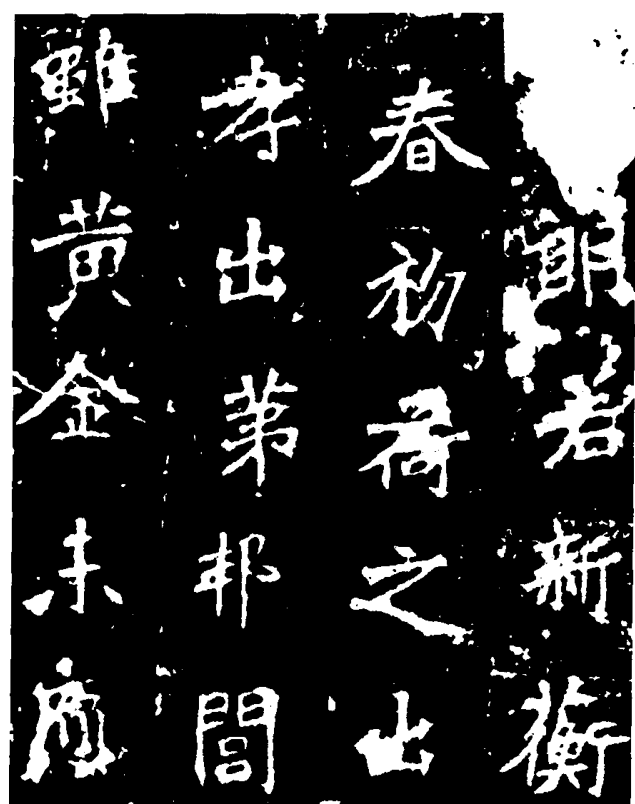


图4-③ 张猛龙碑

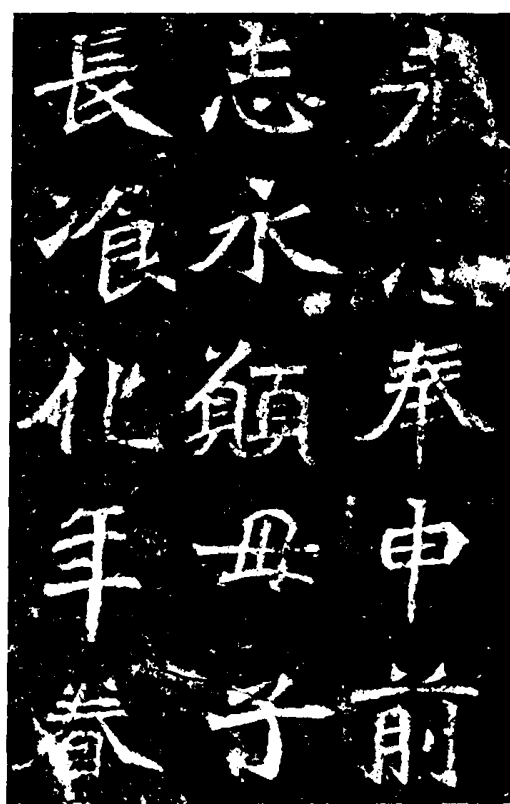


图4-④ 王元详造像记

317年，晋王朝则被迫迁都长江边的建康（今南京），建立了新王朝——东晋，遂成南北割据之势。及东晋亡，仍划江而治。继东晋之后兴起的宋、齐、梁、陈先后统治南方，是为南朝。北方则有鲜卑拓拔氏（后改姓元）贵族建立的北魏，继之为东魏、西魏，后为北齐、北周，占据着黄河流域，是为北朝。由于政治、民族、民俗、地域、历史诸原因，南北朝虽处于社会分裂动荡之中，但其在碑版书法及石窟造像等方面独特的艺术贡献，是任何一个历史时期所不可替代的。由于南朝禁碑，所以多以书简法帖传世，而北朝尊佛，则造像刻石到处可见，因此便有了南帖和北碑之分。帖学以南方山川秀丽风情为形质，书法自然，以妍媚俊逸所流行；碑学则以江北山河粗犷壮丽为形貌，骨力雄强，以浑厚遒劲而见长。

北朝碑版书法是隶楷错变的过程，处于楷书成长的发展、提高、定型时期，因此说是汉隶的余音，唐楷的前奏。其既有隶韵，又有楷骨，无体不备，各臻妙意，意态丰富多彩。由于书坛大变革的原因，魏碑更大程度地摆脱了隶书的传统方法，起、行、收、转、折节奏明显，结体上打乱了平直对称关系，出现了侧倚的结体形式。从作品绝对数量可以看出，北魏是魏书的天下。其早期作品笔风劲健、朴实，行笔大起大落，结体略显平

整。中期笔风大转，用笔长枪大戟，行笔速度快慢分明，结体脱尽隶意，以侧倚雄强为基调。后期侧倚的体势又向平整复归，以圆润内妍取代方折外露。尤其是北魏的汉化及佛教的兴盛，造像、题记、墓志、摩崖等书刻数量之多，书法特点之鲜明，是前所未有的（图5-①②）。



图5-① 牛概造像记

魏碑的大量石刻中有碑、墓志、造像题记、摩崖、塔铭等数以千万计，其产生都有着一定历史根源。据史料记载，自汉建安十年



图5-② 郑文公碑

(公元205年)，曹操下令禁止厚葬立碑，一直延续至西晋以来，碑刻很少。但西晋时人们却寻找到碑以外的石刻形式，那就是埋在墓中的墓志，这也随之被带到了南方，悄然沉睡于地下。而北方异族政权北魏也接续了汉人的石头情结，推广墓志并加以发扬光大。北魏太安二年（公元456年），中岳嵩山立下了一块碑刻《嵩高灵庙碑》，但没有受到建都平城（今山西大同）的北魏统治者的反对毁坏，这预示着近二百年的禁碑令有所松动。此碑也是现存最早的魏碑（图6）。

公元471年，魏孝文帝即位后，为了巩固北魏统治，先后进行了各种改革，尤其是公元494年自平城迁都至洛阳之后，进行了政治、经济、文化等一系列重大社会改革，核心是让鲜卑人汉化，其带头把鲜卑的拓拔姓改为汉姓元，废除了鲜卑政治。北魏政权在采纳汉人礼仪时，把立碑当作孝道加以继承下来。因而北魏统治区留下了大量碑志。这一

时期少数民族与汉族的逐步融合，表现出了特有的文化审美取向。其碑刻书法在传统基础上，就掺入了鲜卑人野逸的性情，表现出雄强粗犷的笔画线条和错落天然的结体，反映了被汉化的北魏鲜卑人泼辣粗放的个性，因



图6 中岳嵩高灵庙碑

而形成了雄强刚健、浑厚朴拙的魏碑。

可以说，魏碑是北魏时期流行的尚未成熟、有待完备的楷书，其主要形成期大约是在公元500年左右。而真正典型的北魏楷书，是在公元494年北魏迁都洛阳后。当时，沿丝绸

之路向内地传播的佛教在中原已非常兴盛，北魏统治者感到佛教有利于国家统治，于公元495—522年，便在洛阳的龙门开凿了规模宏大的石窟，刻下了大量造像题记，遍布满山，数以千计。同时，在邙山还较集中地埋下了大量墓志，现已发现二三百块。可以说这些造像题记、墓志赋予了魏碑书体以特有的笔法结构特点。其典型突出的结体笔型影响了这一时期的碑版书法，以至于形成了北魏的特有书风。

因此，洛阳是魏碑最为集中的书法宝库。最著名的有《龙门二十品》，其中又以《始平公》、《孙秋生》、《杨大眼》、《魏灵藏》龙门四品为最佳。龙门造像题记基本是雄强悍劲的方笔为主，棱角突出，应属魏碑的形成期。之后受南朝王派书风影响，开始掺用圆笔，即方圆结合。洛阳邙山宗室贵族的元氏墓志大

多数属这一类，如《元桢墓志》、《元倪墓志》、《元保洛墓志》等为最佳。其中《元桢墓志》是元魏迁都洛阳后最早的一方宗室墓志（图7）。

墓志，在南北朝碑版中最为发达，且北朝数量最多，又以北魏极盛。墓志本是汉族风

俗，何以北朝兴起？因为南朝沿袭禁碑令，禁立碑碣，而北朝却无此禁，所以他们继承了汉族的这一风俗并普遍推而广之。从某种意义上说，墓志的流行，也是魏碑书法发展成型的主要因素。由于埋于地下，受自然剥蚀及人



图7 元桢墓志

为损坏较少，清晰保留了本初面目。因此，北魏墓志书法是魏碑的主要组成部分。除部分元氏墓志外，著名的如《刘玉墓志》、《崔敬邕墓志》、《张黑女墓志》等，皆属方圆结合类，大多是魏碑成熟期的代表作品（图8）。

除碑、墓志、造像外，北碑还留下了一批珍贵的摩崖石刻。正始年间于陕西汉中褒斜古道崖壁凿刻的《石门铭》、山东掖县云峰

山的《郑文公碑》和摩崖石刻群以及泰山的《金刚经》等，这些刻石书法大多气象开阔，已见成熟的圆笔迹象，它们都是北魏为主体的北朝摩崖石刻的代表作（图9）。

总之，是北魏这一时期开创和流行了用于石刻、造像、墓志、摩崖刻石的新书体——魏碑，魏碑创造性地发展了中国书法艺术。

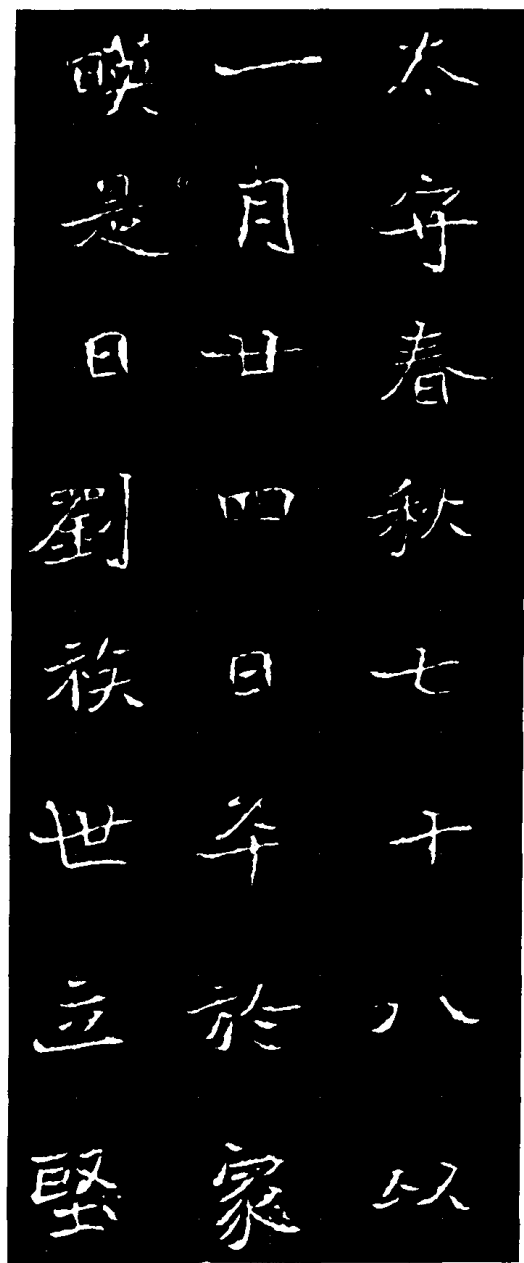


图8 刘玉墓志



图9 石门铭

第二章 魏碑的风格特点

魏碑是北朝墓志、造像、摩崖石刻等通用的正楷书体，因其刚从汉隶脱出，是楷书尚未定型的成长书体，故在中国书学史上地位尤殊。其主要特征是点画峻厚、笔墨浑穆，骨法洞达，意态奇逸。清代康有为曾誉魏碑“血肉丰美，结构天成。”

一、魏碑的基本风格

通过北魏的墓志、造像看，大多没有书刻者姓名，而从墓志的形制及书刻风貌上看，某一时期的作品大多有其一定的程式化，字态相近，刀法熟练，形成了独具特色的地域性强的新书体，如龙门石刻、元氏墓志等。但从总体看，魏碑却表现出了多样化的个性风格，书体的面貌多种多样。因为魏碑大多是民间书刻家所为，因此无拘无束，不循规蹈矩，偏重天然，索性自由发挥，故各显风姿，尽展其美（图10-①）。

同时，由于魏楷尚在不定型的发展之中，所以，魏体书就更加率真朴厚，意态丰富生动。由此，出土云南被后人称为二爨的东晋《爨宝子碑》（公元406年）和南朝宋的《爨龙颜碑》（公元458年）以及南朝梁的《瘞鹤铭》（公元514年）等因其风格特点的相近被列入魏碑体系（图10-②）。



图10-① 元彬墓志



图10-② 爨宝子碑

二、魏碑的主要特点

1. 用笔特点

尽管魏碑风格多样，但其书法风格的形成特点仍然在于用笔。在宏大的魏碑体系里，基本的笔法不出方笔、圆笔两种，在这两种笔法基础上，还有方圆兼备及掺杂隶、篆、行、草笔意的用笔。因此，概括起来，方笔、圆笔、方圆笔、复合笔这四类用笔就涵盖了魏碑的笔法特征。

康有为在《广艺舟双楫》中称：“龙门为方笔之极轨，云峰为圆笔之极轨……四山摩崖通隶楷，备方圆……”由此看来，《龙门四品》、《张猛龙碑》等皆属方笔类，《郑文公碑》、《石门铭》、《瘞鹤铭》等属圆笔类，铁山、冈山、葛山、尖山四山摩崖石刻、《刁遵墓志》及



图 11-① 铁山大集经碑

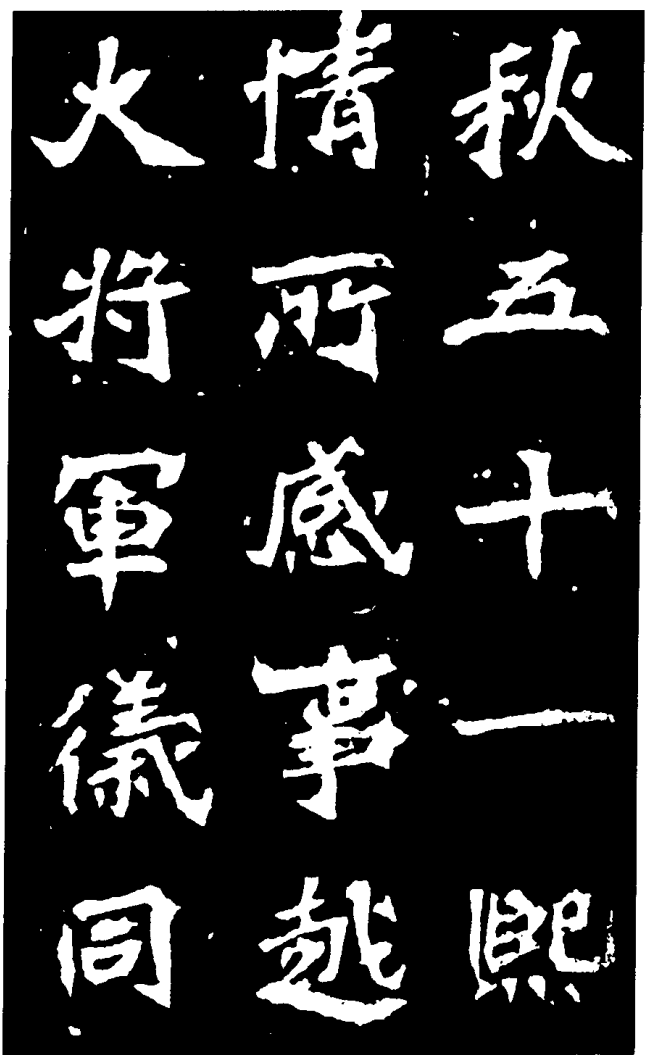


图 11-② 元遥墓志

元氏宗室诸墓志等属方圆兼用类(图11-①②)。

方笔多以硬毫侧锋，行笔果断，更显骨力沉雄；圆笔用笔以中锋、藏锋为主，行笔稳健。方圆笔是侧锋、中锋结合，笔锋有藏有露，笔力遒劲俊美；另外一类就是正书初期，南碑掺用古法、隶意的《二爨》等，笔法上方圆隶法等杂合类的魏碑，其凝重古拙之余，独有一种天真烂漫、刚劲疏朗的稚拙美(图11-③)。

2. 结构特征

魏碑书法的又一显著特征，是结字斜画紧结为主，平画宽结为辅，用笔大起大落，方起笔者多，转折处多用侧锋取势，钩趯推出，撇捺垂顿，形成劲健潇洒、雄厚泼辣的书风。