

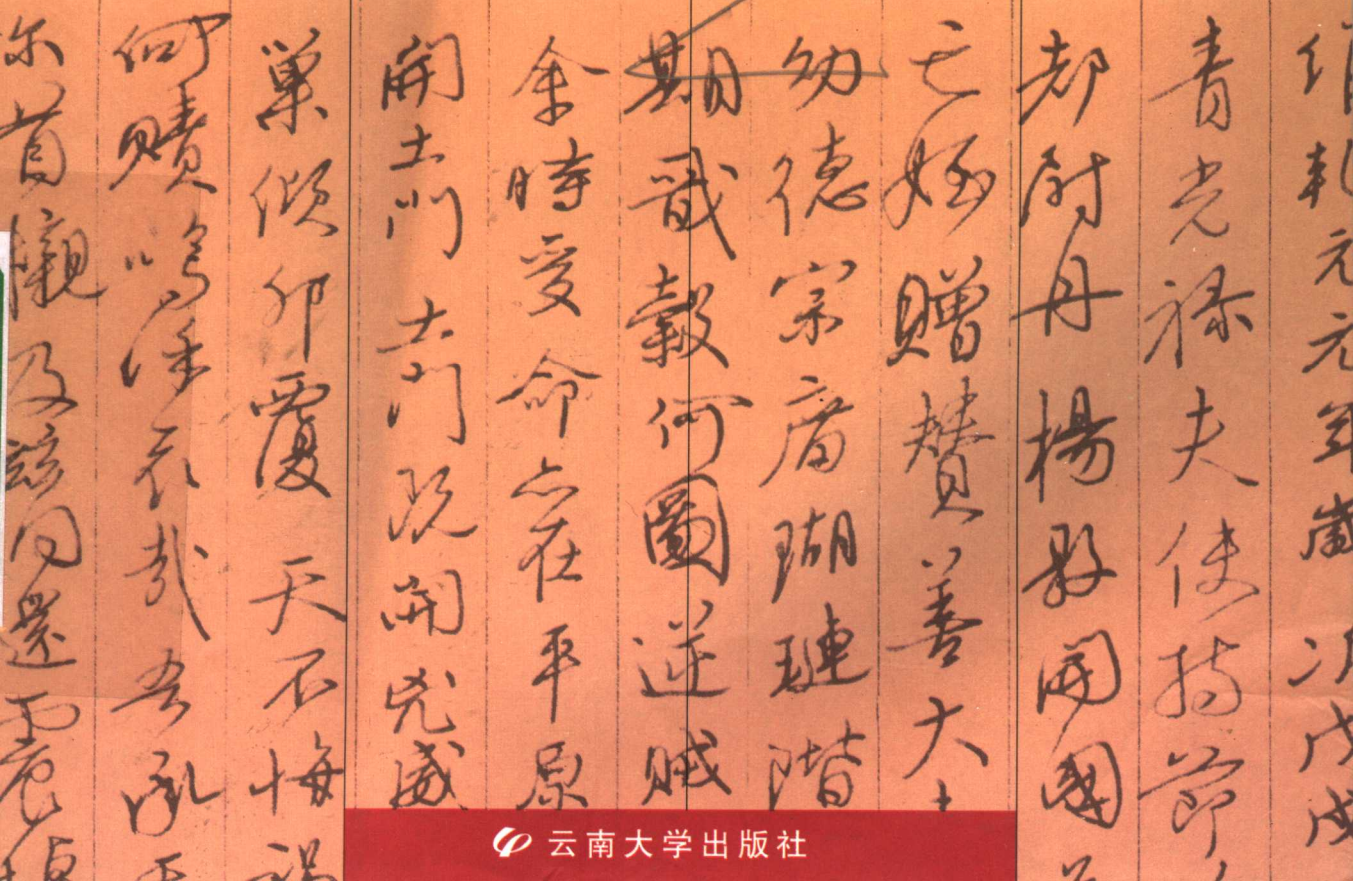
硬筆書法

教

程

陈鸿翎 石嵩麟 主编

(修订版)



J292.12/32

2006

硬 笔 书 法 教 程

修订版

陈鸿翎 石嵩麟 主编

副主编 李 宾 满江红 郭 素 杜 巍
何为鹏 赵卫华 张永金 梅 云

参 编 宁得晋 张励民 李雪岳 刘绍彬
郝旭霞 李光宙 张仕忠 李万春

云南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

硬笔书法教程/陈鸿翎, 石嵩麟主编. —昆明: 云南大学出版社, 2004 (2007 重印)
ISBN 978-7-81068-849-9

I. 硬... II. ①陈... ②石... III. 汉字—硬笔字—
书法—教材 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 083978 号

策 划: 邓立木

徐 曼

责任编辑: 龙宝珍

责任校对: 和 晶

封面设计: 陈鸿翎

硬笔书法教程

修订版

陈鸿翎

石嵩麟

主 编

出版发行	云南大学出版社
印 装	云南科技印刷厂
开 本	787×1092 1/16
印 张	9
字 数	222 千
版 次	2006 年 3 月第 2 版
印 次	2007 年 8 月第 11 次印刷
书 号	ISBN 978-7-81068-849-9
定 价	22.00 元

云南大学出版社地址: 云南大学英华园内

电话: 0871-5031071 传真: 0871-5162823

邮编: 650091

前言

书法，简言之，就是写字的方法，同时，书法也是一门艺术。作为写字的方法来说，是因为汉字是书面语言交际的工具，在书写时必须首先达到正确、清晰，也就是要严格按照规范化的字形写字，要写得笔画分明、布白匀称、大小合适、行款整洁，以保证写出来的汉字能够被读者准确、快捷地认识，达到信息顺畅传递的目的；而作为一门艺术来说，书法的笔法和字法、章法和书体，无不体现着一种内在的艺术魅力，古往今来的书法家们正是利用这种艺术魅力，把自己对美的理解通过书法作品表现出来，把自己的性情和人格与汉字熔铸在一起，历代写字人根据实用要求和审美情趣，对汉字进行了种种加工和修饰，不仅使它越来越方便实用，而且使它越来越丰富多姿，能给予人们美的享受，使得书法成为世界艺术宝库中一颗璀璨的明珠。因此我们认为书法是实用的交际工具与艺术的合璧，是融实用性、工具性、观赏性于一炉的一门书写艺术。

硬笔书法是书法中的一种，和传统的毛笔书法一样有着悠久的历史，原始社会中的陶器和甲骨文，有的就是直接用硬笔写的。而在欧美国家自有了文字后就一直沿用硬笔作为书写工具，世界上应用最广泛的书写工具也是硬笔，用硬笔可以写出各种字体，同样能表现出书写者的情趣，使人们获得美的享受。

由于汉字书法有这样的双重属性，所以我们的祖先自古就非常重视书法艺术教育，既把它当成一门实用技能训练科目，又把它作为提高青少年文化艺术修养乃至思想品德修养的重要环节，因此能写一手漂亮、规范的硬笔书法，是现代人特别是职业人士良好素质的标志，而对大学生来说，“字写得好不好”往往成为考察一个人的文化和人品的标准之一。

为了有助于广大学生迅速提高硬笔书写水平，我们编写了这本《硬笔书法教程》，希望有助于同学们在学习现代科学技术的同时，能写一手好字，把自己培养成为一代高素质人才。

本书由陈鸿翎、张励民、郭素、何为鹏、张仕忠、宁得晋、赵卫华、梅云、满江红、李雪岳共同编写，全书由陈鸿翎和石嵩麟进行定稿和编审。本书得以付梓首先要感谢云南大学出版社邓立木、徐曼等老师，他们为此付出了大量的精力。也要感谢各位编写人员，每个章节都是他们实践经验和理论探索的结晶。本书在编写的过程中一定还存在许多不足，希望专家读者指正，使之在今后的修订中得以完善。

石嵩麟

目 录

上编 中国书法常识

第一章 书法概述	(3)
第一节 书法的概念和构成	(3)
一、汉字的“形式构成”	(3)
二、书法的“精神构成”	(4)
第二节 书法的产生和发展	(4)
一、甲骨文	(5)
二、篆书	(5)
三、隶书	(6)
四、楷书	(7)
五、行书、草书	(8)
六、篆刻	(10)
第三节 名家名帖与时代书风	(10)
一、《兰亭序》和《祭侄季明文稿》	(10)
二、“宋人尚意”和苏、黄、米、蔡	(11)
三、赵孟頫、董其昌和文人书群	(12)
四、“尊碑”潮流与清代书家	(14)
第二章 硬笔书法	(16)
第一节 硬笔书法概述	(16)
第二节 学习硬笔书法的基本要求	(16)
一、吸收和借鉴传统书法艺术	(16)
二、临摹与研究创新相结合	(17)
三、扬长避短，发挥硬笔书写优势	(17)

下编 硬笔书法训练

第一章 基础技法	(21)
第一节 笔法	(21)
一、执笔	(21)
二、用笔	(22)
三、钢笔书法的运笔特点	(24)
第二节 字法	(24)
一、重心	(25)
二、态势	(25)
三、布白	(27)
四、呼应	(28)
第三节 章法	(29)
一、章法概述	(29)
二、章法的构成	(30)
第二章 常用书体的特点和书写要求	(33)
第一节 隶书	(33)
一、隶书的特点	(33)
二、钢笔隶书基本笔画的写法	(34)
第二节 楷书	(37)
一、硬笔楷书的特点	(37)
二、硬笔楷书基本笔画的写法	(38)
三、硬笔楷书偏旁部首的写法	(42)
四、硬笔楷书的结构	(46)
五、楷书参考碑帖	(52)
第三节 行书	(52)
一、行书的概念	(52)
二、行书的特点	(53)
三、行书的技法	(54)
四、行书参考碑帖	(73)
第三章 临摹	(76)
第一节 临摹的概念	(76)

第二节 临摹的方法	(76)
一、选帖	(76)
二、临帖	(76)
 第四章 创作	(83)
第一节 创作的概念	(83)
第二节 创作的样式	(83)
一、书法的幅式	(83)
二、书法创作的格式	(84)
第三节 创作的方法	(85)
一、集字创作	(85)
二、模拟创作	(85)
三、个性化创作	(86)
四、创作款式	(86)
 第五章 板书	(87)
第一节 板书的工具	(87)
一、粉笔	(87)
二、黑板	(87)
第二节 板书的特点	(87)
一、受力要求	(87)
二、视觉直观	(87)
三、便捷经济	(88)
第三节 板书的技法	(88)
一、书写姿势	(88)
二、执笔和运笔	(88)
三、楷书基本形态规律举要	(89)
第四节 版面安排	(90)
 附图一 历代书法名作选	(97)
 附图二 硬笔书法临习范例	(111)

上编 中国书法常识

第一章 书法概述

第一节 书法的概念和构成

书法是汉字的书写艺术，是以毛笔为基本书写工具，以汉字为书写对象，通过遵循一定的造型规律和书写要求，并注入作者情感意识而履行艺术追求的一种文化活动。

书法艺术是中华民族独有的一门具有悠久历史和世界意义的传统艺术。中国书法因其特殊的形式要求、表现方式、美学思想而体现其价值意义。按理说，每个国家的绝大部分民族都有自己的文字和书写技巧，但在世界艺林中，唯中国书法独树一帜，即便同是亚洲国家的日本和韩国，书法的形成也无不以中国书法为“蓝本”。其间的奥秘的确值得探究。

汉字的书写能成为一门艺术，最基本的原因取决于汉字本身及其书写的工具和应用方式，取决于作者情感意识的介入。首先，相对于世界其他文字，汉字有其自身的特殊性，表现在它的“形式意味”。这种形式意味为书写方法的探索准备了无限的空间；其次，相对于世界其他文字的书写工具，中国的毛笔同样具有不可忽视的特殊性，表现在它能对汉字的形式意味实现最大化的内涵演绎；其三，相对于世界其他文字的实用功能，中国书法的特殊性几乎是独一无二的，除表现在以语音为主的表意功能外，汉字能“接纳”、“包容”和“反映”作者的审美情趣、文化修养及人格精神，使之具有突出的审美功能。由此得知，“书法艺术”的界定取决于它是否已包含上述三个方面的两大内容，即：形式构成和精神构成。形式构成包括“形式意味”和“笔法体系”两个方面。冯班《钝吟书要》说：“书法无他秘，只有用笔与结字耳。”“用笔”与“结字”其实就是“形式构成”的两个方面。书法艺术别具一格的构成形式和内涵反映了其区别于其他艺术的独特本质。书法也因具备了一切艺术形式的必需条件而成为一门独特的书写艺术。

一、汉字的“形式构成”

以“象形”为基本造字方法的汉字，其字形的相对独立和外在形式感为书法的美感要求提供了可能性，以至人们可以在必要时忽视文字的读音表意功能而对其形式进行独立欣赏，这是其他文字很难做到的。“象形”的汉字构成一开始便能暗合“类物”的早期美学观点，尽管书法不能像绘画一样去“应物象形”，但在以抽象化为基础精神又不失具象渊源的字形字势中，人们仍能在音意之外“发现”“灿若天文之布曜，蔚若锦绣之有章”、“或若虬龙盘游，蜿蜒轩翥，鸾凤翱翔，矫翼欲去；或若鸷鸟将击，并体抑怒，良马腾骧，奔放向路”的自然物象和生物活动，由此获得自然美的感受。虽然这些“发现”无不与人的主观想像密切相关，但无论如何，汉字的形式美毕竟为人的联想和书法艺术的形成提供了重要的必备条件。

以“演绎”汉字形式美为主要目的的用笔之“法”，在其形成过程中，已因自身不断丰富的趣味性而确立了具有特殊意义的艺术地位，进而在书法的形式构成中发挥着“半壁江山”的作用。古人认定“法就是意”。在表意的“法”中，欣赏者仅凭一根线条便能在其

“流动感”、“韵律感”中发现“疾若惊蛇之失道，迟若渌水之徘徊”的“时间性”及其艺术意蕴，甚至通过点、画就能了知书写者的技巧、才能、习惯乃至书法实践的广度和深度。“法”所体现的抽象的直观反映能力，令抽象绘画艺术望尘莫及。“法”的形成标志着书法“艺术语言”的诞生，正是诸如“锥画沙”、“折钗股”、“屋漏痕”等代表骨力和一定审美指向的书法艺术语言的形成以及借以“诉说”语言的完整的笔法体系的形成，才使得书法的艺术化更具意义。

二、书法的“精神构成”

以人的精神映照为本质的艺术，无不以表现人的心灵为美学命题。为此，以特殊形式表现出来的“人格象征”和“情感内涵”，必然要成为书法的精神构成并为丰富和强化书法艺术的内涵和本质发挥重要作用。

尽管书法艺术的特点显而易见地表明“人格象征”和“情感内涵”不过是非实指的抽象化联想和比喻，但这些联想和比喻作为书法艺术的生命意义也是客观存在的，否则我们就无法对书法的“肇于自然”、“书如其人”和“达其情性，形其哀乐”等书法美学观点作出解释。

书法的特殊性在于它能赋抽象形质予“人格”内涵。其“人格”体现，反映于书法主、客体的“个体人格精神”和“人格象征意味”两个方面，二者相互独立又有内在联系。书家的品格、学识、修养、好恶，即个体人格精神和情感内涵，总会以“移情”的方式“寄意”于书法，而书法则通过独特的“象征性”表现形式来反映人的品貌和心灵。例如：从古代书法理论中可以看出，人们于书法作品内可以获得类似“骨气洞达”、“磊落俊逸”、“闲雅端庄”等人格感受，甚至能看出“如王、谢家子弟，纵复不端正，奕奕皆有一种风流气骨”的品貌、气质和神采。而这些人的生命形式的外化象征，无一不是书家“寄情”的结果。应该说，由于书法构建了“情性达于形质，形质本于情性”的创作机制，书法才具有了获得“艺术”名分的资格。

简要分析，书法艺术的构成的确仰仗于“形式”和“精神”两个支柱，但从宏观角度看，具有上千年历史的中国书法，其艺术和文化内涵远不止上述提要。先民对宇宙图式和物质世界的看法和认识、阴阳相生的古老哲学思想以及儒、释、道思想在书法中的不同形式反映，所有这些都有待一切致力于书法研究的人士去探赜钩深。

第二节 书法的产生和发展

“书法”较早出现在古籍中的时候，并非现在的意思。《左传》宣公二年：“孔子曰：‘董狐古之良史也，书法不隐。’”说的是“史笔”的意思，是文体和记文方法的概念。“书”亦多指书籍，不包含“写”的动词词性，因此和今天艺术概念的“书法”不是一回事。然而，对汉字“写法”的追溯，仍应该从汉字形成之时开始。一方面：“皇颡作文，因物构思，观彼鸟迹，遂成文字”。“字画之始，因于鸟迹”。即汉字形成于对自然的“因声会意，类物有方”；另一方面：“夫书肇于自然”，“或引笔奋力，若鸿鹄高飞，邈邈翩翩……有若自然”。“自秦坏古，文有八体”，而“鸟迹之变，乃惟佐隶”。从以上前人书论中，我们可以大体理出一条书法发展的线索：第一，文字源于鸟迹，而书法追求“鸿飞兽骇之姿，鸾舞蛇惊之态”，无不以鸟迹为宗。从本质上看，“字”、“法”同源，共以自然为

由；第二，秦始皇焚烧先典，“灭绝古文”，但仍然“文有八体”。从形式上看，书法因八体兼备而使“写”的“艺术”有了附“毛”之“皮”；第三，虽从史料中无法见到汉以前的书写作品，但书法艺术的形成也不仅仅取决于书写工具，所以，从内涵上看，书法产生的时间，应从“鸟迹之变”开始。

一、甲骨文

甲骨文是汉字的初始形态，因文字刻在甲骨上而得名。从形式意义上理解，甲骨文应属于硬笔书的范畴。其特点是以“刀”当“笔”，即用尖利的工具在兽骨、龟甲上刻写文字。甲骨文的字形形成以象形、指事为基础，多从鸟迹之变而来，但其形态和“写法”已经具备了统一、多样、匀称、穿插、避让等书法特色，从结字、笔法到章法，无不独具美感。又由于其文字是在坚硬的不规则的甲骨上刻写，受工具、材料的制约，刻写时自然产生了轻重、徐急、顺逆、方圆、粗细、长短的诸多对立，这就使这种文字的“书写”于不经意中具有了书法形态之美及其艺术意蕴。以至后来书法布局上的间距大于字距，字、行互应，强调错落、疏密、聚散变化和统一的艺术处理方式，无不肇端于“甲骨”。由于甲骨文已经具备了作为书法载体的条件和书法艺术的基本特征。因此，推想书法艺术起源于甲骨文，起源于硬笔书，也并非没有道理。

二、篆书

夏、商、周三代的文字，习惯上称之为“大篆”，因为周宣王的史官名“籀”者，据称曾对远古文字进行过整理，撰《大篆》十五篇，故大篆书又称为“籀文”。秦并天下后，鉴于七国文字之多出，不便于大一统国家的管理，遂在大篆基础上进行改革，推行“小篆”。“丞相李斯乃取其与秦文异者罢之，而作《仓颉篇》，中书府令赵高作《爰历篇》，太司令胡毋敬作《博学篇》，皆取籀之大篆为根据，或稍有省改，即世所谓‘小篆’是也。”（陈彬和《中国文字与书法》）大小篆并不难区分，秦以前古文字为大篆，秦至汉所用篆书为小篆。

（一）大篆

多为钟鼎彝器上的铭文，故又称为“钟鼎文”或“金文”。

根据铭文的艺术风格，一般将西周金文分做三个时期。前期以《天亡簋》（武王时代）、《大盂鼎》（康王时代）为代表；中期以《静簋》（穆王时代）、《墙盘》（恭王时代）为代表；后期则以《散氏盘》（厉王时代）、《毛公鼎》（宣王时代）、《虢季子白盘》为代表。一般认为，前期铭文字形中还掺杂有甲骨文形态，字形多变，故风格古朴，自然而且平易。如《天亡簋》铭文，除具有甲骨文的爽利外，又有金文的厚实古朴，在金文中可算是独树一帜。中期风格渐趋规整平稳，点画浑圆，结字端庄，表现出一种凝重和平的肃穆风范。《静簋》铭文，用笔（刀笔）浑厚含蓄，给人以沉静安康的感受。后期的《散氏盘》《虢季子白盘》《毛公鼎》都是名拓，至今书者多有临习。《散氏盘》之错落有致、潇散大方；《毛公鼎》之俊逸洒脱、典雅雍容以及《白盘》之疏朗活泼、柔美精细，都充分说明，金文作为一种书写（刻写）艺术，它的形式构成已经相当成熟。通观这些铭文的形态，虽迥异于后世之隶、楷、行、草诸体，但其构成原理已经开创了汉字书写艺术的避让、穿插，错落、疏密、均衡、匀称、多样、统一等结字方法的先河。

（二）小篆

小篆本为战国时秦国的文字。公元前 221 年，秦始皇统一六国后，“书同文”的文字

统一工作在秦國小篆的基础上展开。

作为进一步趋于成熟的文字，小篆被结合战国遗留书体进行了改革，字形趋于方正化（或长方）、整齐化和统一化，不再像六国大篆那样异体纷呈。小篆的改革，从文字学的角度看无疑是一种进步。作为书法，小篆在点画的规范统一、线条的浑圆劲健和结字的舒展大方等方面，为新的书法美学观注入了庄严而流畅的秩序内涵。

始皇帝有勒石记事之好，曾多次出巡各地，所到之处往往要刻石铭文，用以昭示大秦一统天下的赫赫功绩。这一时期的重要石刻有《峰山刻石》、《芝罘刻石》、《会稽刻石》、《泰山刻石》、《琅邪台刻石》等。这些石刻书法传为秦相李斯所篆，书风大都浑茂巍然，仿佛要显示出大秦帝国的威严，但也不乏放纵流畅之气。李斯书法，历代评价甚高，唐张怀瓘《书断》云：“画如铁石，字若飞动，作楷隶之祖，为不易之法。”并立其小篆为“神品”。康有为谓：“秦分，即小篆。以李斯为宗，今《琅邪》、《泰山》、《会稽》、《芝罘》诸山刻石是也。相斯之笔画如铁石，体若飞动，为书家宗法。”于此可知李斯及秦篆的历史地位。

小篆中也不乏敬侧跌宕、浪漫随意的书风。如秦诏版上的刻字，行文大小疏密不一，布局错落斜正无序，笔法变圆就方，显得自由随意。此外，一些偶然发现的竹、木、帛书，因其工具材料的不同，也在笔画上显出了独特的意蕴，但比较整个秦篆面貌，在趣味性和灵活性方面，小篆已不及大篆具有广阔的发挥空间了。

三、隶 书

继秦之后，汉成为又一个大一统的泱泱大国。在经历了长期的战争动荡之后，中国社会开始逐渐沉静下来，进入了一段相对安定的时期。一个代表伟大的民族传统的文化主流正在此时汇集、酝酿和形成。文化形态五彩缤纷、琳琅满目。在艺术上，“无论雕塑、壁画，还是画像石，都表现出了一种丰满、厚重、朴实而又蕴藉的雄沉气派来。”而汉隶作为书法艺术的主体，也最本质地表现出了同样的空前成熟的文化特征。

在秦代“书同文”运动中作为民间通用书体幸存下来的“隶书”，当秦篆通行天下的时候，以顽强的生命力悄然发展成熟。于西汉时期完成了由篆至隶的变革，最终取而代之成为了汉代的官体文字。隶书形态特征的确立和笔法体系的成熟，标志着汉字艺术又一次重大变革的成就。一方面，隶书将篆书的直笔圆转，变为方圆并用，并增加波磔点画的提按顿挫，大大丰富了书法艺术的点线形态，其逆入平出和蚕头燕尾的横画波磔，更使字形有了左右开张的动感和形势；另一方面，隶书将篆书的结字形态来了个彻底变形，即变长方为扁方，颇见意气。章法取直书横排格局，新意别出。由篆到隶的字体衍变，是汉字发展史上又一次最大规模的统一和简化运动，不仅是文字学意义上的进步，也为汉字艺术化的书写揭开了新的篇章。其时，纸张的发明、笔墨的改进、书法应用范围的扩大以及篆隶、行隶、行草书的相继出现和斗妍争奇，使完全意义上的书法艺术进入了一个极其辉煌的时期。

“后汉以来，碑碣云起”（《文心雕龙》）。王公大臣死后都要立碑、刻石，无形中给后人留下了一大批书法艺术的瑰宝。《礼器碑》劲健硬朗；《曹全碑》秀雅俊逸；《衡方碑》、《张迁碑》方正浑朴；《乙瑛碑》、《史晨碑》、《孔宙碑》端庄儒雅；可谓名碑林立，然风格“一碑一奇，莫有同者”。为丰富书法形态及促成楷书的形成和发展奠定了坚实的基础。隶书在古代称为“真书”，有“古楷”之谓。因其来自民间，落户官府，有着盛行的条件和推广空间。更由于隶书品貌典雅朴厚，书风俊逸雄强且仪态万千，因此成为了自汉

迄今广受书家青睐的重要书体之一。

此前的西汉时期，民间已存在和通行着异于碑刻的毛笔帛书和竹、木简书。近年大量出土的这一时期的“汉简”，代表了汉隶的早期雏形和典型的民间书法风貌。如甘肃武威汉简和居延汉简，笔画已与碑刻同有波磔，但结体和用笔较碑字要灵活生动得多，有如纵马任缰，无拘无束，固得天成妙趣。据说这不过出自一位普通军人之手。长沙马王堆三号墓出土的《老子》乙本帛书，结体严谨蕴藉，用笔老辣沉稳，取势如“帝子乘风”，布局似“烟花落纸”，飘飘零零，已经是具有较高书写水平的艺术佳作了。这些带有很大随意性的民间书法，恰好因其淳朴自然暗合了艺术法则而得以确立其书法的历史地位。

四、楷 书

（一）魏晋楷书

无论是从文字递变还是从书法发展的意义上说，处于大动荡、大变化时期的魏晋南北朝在中国历史上都发挥了承先启后的重大作用。如百花争妍，多姿多彩的碑刻书法和并驾齐驱的各类书体竞相发展，走向成熟，为迎接唐代书法鼎盛时期的到来开拓了大好局面。

由于战争、政权分离以及各民族大融合的原因，简易方便的隶草、章草、行草及楷书或应运而生，或迅猛发展。当钟繇、王羲之之类的伟大书家产生的时候，当南方以“二王”为代表的行、楷、草书成熟于世的时候，又由于禁碑而兴墓志的原因，北魏楷书以目不暇接的面目大规模发展起来。

魏碑楷书由于处于不成熟发展阶段，楷法尚未定型，因而“隶楷错变，无体不备”，“至杂不纯，如异军突起，各自为战，皆能致死立效，如战国诸子各自立说，皆能名家。后人览之，如入宝山，珊瑚琅玕烂然，满目迷而不知所择”（张宗祥《论书学源流》）。魏晋书法因“无体不备”而出现了百花齐放的大好局势；又由于“至杂不纯”，才使不成熟的淳朴天真形成了它难能可贵的书法美学价值。

魏晋南北朝的楷书，以“摩崖”、“造像”、“墓志铭”为主流。其风格大都雄强浑厚，“骨血峻宕，拙厚中皆有异态，构字亦紧密非常”，“无不佳者”。西晋南碑名重者有《天发神谶碑》和《谷朗碑》；东晋有《爨宝子碑》和南朝宋《爨龙颜碑》，世称二爨，立于云南曲靖。北朝碑刻书法，方劲古拙，早期名碑有《中岳嵩高灵庙碑》等。孝文帝迁都洛阳后，题记龙门佛刻的“龙门二十名品”（造像记）随即诞生。其书法风格雄强，结体紧密，笔若刀切而势多倾斜。以《始平公造像记》、《杨大眼造像记》、《孙秋生造像记》最为著名。此外，被论者喻为“周公制礼，事事皆美善”、“为真体变态之宗”的《张猛龙碑》、如“云鹤海鸥”的《郑文公碑》以及南朝梁摩崖刻《瘞鹤铭》、北齐泰山经石峪《金刚经》、北魏摩崖《石门铭》和云峰山诸刻，都是魏晋楷书中的极品。北朝墓志铭名碑繁不胜举，其书法精刀细刻，风格异彩纷呈。《元略墓志》、《元晖墓志》、《刁遵墓志》、《崔敬邕墓志》、《张黑女墓志》、《司马景和妻墓志》等，广为后世尊碑者垂爱。

魏晋时期，书家辈出。钟繇声誉卓著，与“草圣”张芝合称“钟张”，与书圣王羲之合称“钟王”。“其楷法去古未远”“高古淳朴，超妙入神，无晋唐插花美女之态”。可惜墨迹已绝，其《荐季直表》、《宣示表》、《力命表》等均是刻帖。王羲之《黄庭经》小楷，同为这一时期的稀世珍宝。

（二）唐 楷

汉字的书体流变，到唐代基本走完了它漫长而又“阡陌纵横”的道路。书法随着汉字

的定型而出现了书风的相对稳定。甲骨、金文、篆书、隶书诸体作为使用意义上的文字已经退出适用领域，但作为书法的艺术形态仍被保留了下来。这时，经汉代及魏晋隶变而来的楷书。在唐代很快走向规范，成为社会的通行用字。一直处于变革中的汉字字形，终于由此定型下来。楷书亦作为当时的书法艺术主体，在法度的意义上步入了成熟的巅峰。

“初唐四家”（欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷）是促成唐楷成熟的领军人物。后继擅书者，有李邕、颜真卿、柳公权等大家，其不同风格各领风骚，影响自唐而降，延续至今。

唐楷以法度胜，强调点画精到，结构谨严，行笔顿挫有方。《钝吟书要》说：“晋人用理，唐人用法。”而结字之法，有正有奇。唐人多用“正法”，有森森之气，堂堂之象，庄严肃穆，法度慑人。欧阳询就有排叠、避就、顶戴、穿插、向背、应接等“三十六法”，楷法之详，几乎是“无微不至”。由于唐楷理法完备，诸家名作一直被当做“法帖”用来效仿临习。颜真卿的“屋漏痕”“折钗股”笔法，更是为后人所推崇。

唐楷一般以颜、柳、欧、虞法书为代表。

颜真卿的《东方朔画赞碑》，笔力沉雄，气度恢弘；《颜勤礼碑》用笔劲健，点画粗细有致；大字《麻姑仙坛记》，行笔结体，朴茂宽厚，雄健饱满，是最具颜氏风格的代表作。颜体中，《勤礼碑》影响最为广大。

柳公权《玄秘塔碑》，瘦硬而极具法度，最宜初学。

欧阳询《九成宫醴泉铭》，出于北碑，以险奇著称。为唐楷不可多得者。

虞世南《孔子庙堂碑》，中庸和穆，蕴藉含蓄，得魏晋神韵，书理高妙。古往今来，好评不绝。

临唐楷以打基础，这已是约定俗成的学书习惯，但历代评唐，亦有微辞。米芾极力反对唐楷的工而不变，说：“欧、虞、褚、柳、颜，皆一笔书也。安排费工，岂能垂世。”“字之八面，唯尚真楷见之，大小各自有分。……欧虞笔始匀，古法亡矣。柳公权师欧，不及远甚，而为丑怪恶札之祖。自柳世始有俗书。”米氏批评未免偏激，确也言之有物，指出了唐楷“重法轻理”的不足。学书者不妨以为鉴戒。

五、行书、草书

（一）行书

唐张怀瓘云：“案行书者，后汉颍川刘德升所造也，即正书之小。务从简易，相间流行，故谓之行书。”又云：“不真不草，是曰行书。”可见，行书是介于楷书和草书之间的一种新书体，是隶书“简易”和快写的产物。从“刘德升即行书之祖”的说法看，汉隶时代行书就已经诞生，只不过当时的行书在点画形态上还带有明显的篆隶笔意，笔画之间也较少连带，“行如走”的意象还不够突出。从风格面貌和“体例”上说都还不成熟，但从大量出土简牍和实物看，其民间“行书”的艺术性已足以和其他书体相伯仲了（见附图汉代熹平陶瓶题字）。至于代表当时最高水平的刘氏（得升）行书，除了从《书断》中得知“亦甚妍美，风流婉约，独步当时，胡昭、钟繇师其法”外，对其风格面目，我们已是一无所知。“刘德升善为行书”，古有述记，但因其书法早已绝迹，以至到了魏晋，就“不详何许人”了。

行书的发展成熟期还在入晋之后。王愔云：“晋世以来，工书者多以行书著名。昔钟元常善行狎书是也，尔后王羲之、献之并造其极焉。”随着一大批以王羲之、王献之父子为代

表的文人士大夫书家群体的产生，行书的发展蔚为大观。这个时期出现的行书，表现出了在结体、用笔和布局章法上的高度灵活性，极大地丰富、完善着汉字艺术书写的形式美感。书家情感意识的强调和晋书“尚韵”的时代特征的体现，不仅意味着一个辉煌的书法艺术时代的到来，亦标志着具有伟大历史意义的“隶变”获得了成功。

虽然魏晋碑刻楷书已因其极高的艺术价值，在中国书法史上赢得了包括唐楷在内的“碑学”始祖地位，而王羲之父子所开创的“二王”书法体系，则把“帖学”的影响延续了千年之久，以至后来行书作品的艺术定位，始终习惯以二王美学特征为量尺和参照。王羲之因其非凡的书法成就而被奉为“书圣”，在书法史上享有至高无上的地位，其书作《兰亭序》亦被公认为“天下第一行书”。不仅二王“并造其极”，创作了《姨母帖》、《丧乱帖》、《二谢帖》、《孔侍中帖》、《快雪时晴帖》、《平安、何如、奉橘三帖》（羲）、《中秋帖》、《十二月帖》（献）等绝世法帖，其他如卫觐、钟繇、胡昭、韦诞、皇象、卫瓘、索靖、陆机等书家亦无不纵横天下，因此构建了东晋行书的巅峰格局。

在晋书的影响下，行书的发展得以一脉相承，名家辈出，精品夺目。所谓“宋人尚意”“元人尚态”等时代特征之指，无不以行书为据。颜真卿《祭侄稿》、《争座位帖》、《刘中使帖》；苏东坡《黄州寒食诗帖》；米芾《苕溪诗帖》；赵孟頫《与山巨源绝交书》《十札卷》、《与鲜于伯机尺牍册》等后来名帖，亦为奇珍异玉，不断丰富着中国书法的艺术宝库。

（二）草书

1. 章草

章草就是“隶草”，为“隶书之捷”。章草成熟于西汉时期。东汉辞赋家赵壹《非草书》载：“盖秦之末，刑峻网密，官书烦冗，战功并作，军书交驰，羽檄纷飞，故为隶草，趋急速耳。”萧衍《草书状》也说：“昔秦之时，诸侯争长，简檄相传，望峰走驿，以篆、隶之难不能救速，遂作赴急之书，盖今之草书是也。”两说均认为章草起源于秦。而《书断》另有说法：“王愔云：汉元帝时史游作《急就章》，解散隶体，兼书之，汉俗简惰，渐以行之是也。”又说：“案章草者，汉黄门令史游所作也。”秦、汉两说虽存异议，但判断章草起源于秦末汉初是不会有错的。对“章草”命名的解释，一说出于章帝诏杜度以草书上事，“盖因章奏，后世谓之章草”；一说因隶草草法完备，故名章草，取章程（法则）的意思，说法不一。

章草的通行时间和范围十分有限，但古往今来仍然不乏专擅章草的大家和精彩之作。原因是作为一种独具面目的书体，章草既有隶书的古朴之质，又有草书的流美之韵，为历代书家所钟爱。

史传章草名作有《急就章》、《月夜帖》、《出师颂》、《千字文》。书家有杜度、崔瑗、皇象、索靖、赵孟頫及现代王蘧常等。

2. 今草

今草是泛指章草以后的草书。《书断》云：“章草即隶书之捷，草亦章草之捷也。”又云：“草之书，字字区别，张芝变为今草，如流水速……神化自若，变态不穷。呼史游草为章，因张伯英草而谓也。”《书断》提供了关于今草的几个信息：①今草出于章草；②张芝是今草的创始人；③今草较章草更加飞动流畅；④章草的“章”（规矩）相对于张芝的草（恣肆）而名。周星莲《临池管见》说：“草书如飞。”这是草书区别于其他书体的典型的形态特征。

张芝世称“草圣”，传《淳化阁帖》载有其《八月帖》。唐代张旭、怀素及宋代黄庭坚均为后来草书大家。张旭的《古诗四首》；怀素的《自叙帖》和黄庭坚的《太白忆旧游诗》，体势流动，笔意奔放，对后世极有影响。羲献父子的草书与其行书一样，闲散放达，行笔在有意无意之间，连断得宜，行于当所行处，止于当所止处，成为后来《阁帖》“宝典”。

西晋陆机所书《平复帖》，非草非行，“以秃笔作稿草，笔精而法古雅”，被喻为“天下法帖之祖”。

六、篆刻

篆刻即指印章。从书法的意义上说，是指以刀当笔在金石上刻写篆文表现书法美的一种造型艺术。其艺术效果，需要通过印蜕的形式来再现。篆刻以其艺术内涵区别于一般实用印章。

印章始于殷商，盛于秦汉，元代始逐步形成一门文人艺术，以篆刻名。

印章在先秦时称“玺”，有官玺、私玺和吉语玺三大类，各有不同用途。吉语玺多采用铸凿工艺制作，印文为吉祥用语，大量翻铸用以佩戴。吉玺印面特点是喜用边栏和界格，书体用大篆，显得奇崛古拙。

秦、汉为篆刻发展的鼎盛时期。秦官印沿袭战国风格，以田字格或日字格（半通印）形式盛行。因秦统一六国以小篆为通用文字，故印文用“摹印篆”，令印风平正和穆，尤具安详之美。汉代制印，出现了绚丽多姿的局面，从数量到艺术性，从品种到风格特色，无不空前绝后。入印文字称为“缪篆”，较秦“摹印篆”更方正和更具隶意（偶有绸缪缭绕，极富装饰趣味的“鸟虫篆”入印）。形式有官印（如将军印、太守印、司马印等）、封泥印（官吏铃盖于公文封泥上的印痕）、私印、吉语印、肖形印（动物、人物、建筑、车马等图案）等。刻制材料多为金、银、铜、铁和玉石，以铸、凿、摩、琢等不同工艺制作。

基于宽厚、博大、沉雄的艺术风格和年代赋予的残缺美，汉印在元代文人书画家杰出代表赵孟頫及吾衍的提倡下获得了“艺术觉醒”。在“典型质朴之意”的审美发现中，汉印的“古法”（即篆法和章法）受到格外重视和倡导。印章从此成为一门有“法”可依的新型艺术样式。

明清以降，文人士大夫学篆治印成风。篆刻不仅成为普通人的凭信，还成为书画家、收藏家书画艺术和考据的重要组成部分，治印甚至被视为文人修养、品格象征的必需条件。文人要求集诗书画印四绝于一身，使其创作彼此渗透，相得益彰。明清之际，篆刻流派纷呈，各领风骚，进入自汉以后的又一个鼎盛时期，以致与秦汉并称为篆刻史上的双峰，由此产生了文彭、程邃、巴慰祖、邓石如、吴熙载、丁敬、蒋仁、徐三庚、赵之谦、黄士陵、吴昌硕、齐白石等篆刻大家。

第三节 名家名帖与时代书风

一、《兰亭序》和《祭侄季明文稿》

《兰亭序》是王羲之书法中最具影响力的行楷作品，被誉为“天下第一行书”。传说真迹已随葬于唐太宗昭陵之内。现有冯承素等人双钩填摹之“神龙本”和虞世南、褚遂良临本（合称兰亭序墨迹三种）及欧阳询“定武本”（刻本）行世。唐摹本中，以“神龙本”