

好爵
滿
情逸
義廉退
仁慈隱
物
功
慤
意
動
神
師
匪
虧
性
靜
堅
持
雅
操

楷书技法

怀远 编著

照永师真迹
元白功



湖南文艺出版社

啓功楷書技法

懷素自署



湖南文艺出版社

ISBN 978-7-5404-4022-1
湖南文艺出版社
长沙市

秋之初乃在
其肥而
之修
謝之
伏修
難修
帆
載切
參
卷
註
白
懷素自署
湖南文艺出版社出版
长沙市

湖南文艺出版社
长沙市
ISBN 978-7-5404-4022-1
湖南文艺出版社
长沙市

图书在版编目(CIP)数据

启功楷书技法/怀远编著.—长沙:湖南文艺出版社,
2007.10
ISBN 978-7-5404-4025-1

I.启... II.怀... III.楷书—书法 IV.J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第154291号

敬的大家。他的书法造诣深厚，是当代书坛的巨匠。本书是启功先生晚年潜心研究楷书法术的结晶，也是他多年教学经验的总结。本书以深入浅出、图文并茂的方式，系统地介绍了楷书的笔法、结体、章法等基本知识，并附有大量精美的书法作品，是广大书法爱好者学习楷书的良师益友。本书的出版，不仅丰富了楷书法术的理论知识，也为广大读者提供了宝贵的学习资源。希望此书能早日进入学生课堂，为弘扬中华传统文化、提高国民艺术修养做出积极贡献。

启功楷书技法

怀远 编著

责任编辑:欧阳强

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编:410014)

网址:www.hnwy.net

湖南省新华书店经销 长沙裕锦印务实业有限公司印刷

2007年11月第1版第1次印刷

开本:889×1194mm 1/16 印张:5.5

印数:1—6,000

ISBN 978-7-5404-4025-1

定价:12.50元

本社邮购电话:0731-5983015

若有印装质量问题,请直接与本社出版科联系调换

湖南文艺出版社



编辑感言：

启功先生是当代杰出的教育家、学者、书法大家。他治学严谨，为人谦和，艺德高尚，是一位成就斐然、享誉中外，受人尊敬的大家。他的书法精谨秀劲，直追晋唐，是我们学习的典范。

为便于学习和掌握启功书法的技法 and 艺术特色，特约请对启功书法研究经年的怀远先生编写《启功楷书技法》和《启功行书技法》以满足广大读者的需求。出版此书是为了普及推广启功书法艺术，弘扬启功书学精神，表达对启功先生的深深缅怀。启功先生的学识、人品、艺德垂范后世，将激励着我们不断探索、追求。高山仰止，虽不能至，心向往之。与读者共勉。

希望此书能早日进入学生课堂，启功先生的人文精神，将会闪烁出更加耀眼的光芒。

轻车驭风行 直奔景深处（代序）

认识怀远先生已经有一些时间了。

那时候，我还在一所师范学校任教，怀远（那时候好像不叫这名）先生展示的一个书法册页，让在场所有的人眼睛一亮：这不是欧阳询的《九成宫醴泉铭》吗？怀远连连解释，说这是临摹，是习作，献丑了。已经不记得怀远是怎么来的，又是怎么走的。这一走，可就走过了二十七个头。

不期而遇的相见，总有说不尽的沧桑。大家好不容易从依稀的旧事寻出当年的音容只影时，不免唏嘘，双手重握之间，两鬓都已飞霜了。我问这些年来先生都在做什么，欧阳询的书风可还在熏染那曾经的习书之人？先生没有说什么，静静的磨墨、濡笔，一盏清茶饮罢，书联一对：一曲梵乐缘心乐，千载书香伴茶香。

都说茶悟道了，还须再问其它？把玩这十四字的内涵、结体、风韵，整个活生生启功老先生的书法再现啊！

怀远先生说，过去的这些日子，前十二年在习练颜真卿、柳公权、“二王”、米芾。“颜筋柳骨嘛，习书，要承传统，守法度，必须在这里起步才行呢！米元章用笔的灵动，‘二王’结体的潇洒，都是不可或缺的呀！”怀远叙事，其言其笑，淡定如水，又如徐风拂过，满堂清爽。“后十五年基本上在练启功老的书体了！”

怀远的创作室“三妙轩”，有一幅大横轴，为启功老的自作诗八首，启老也曾书写过的。怀远书创悬示，竟与真迹无二。另有一幅作品，是怀远书《兰亭序》，那份大器的风雅，除了上承羲之遗风，更见启功书韵张力，其功夫之高远，已远非常人所能比肩了。据说，这些年，怀远书写兰亭，已数十巡；而临启老之书千字文，楷、行、草三体，各逾百遍。所以才有今天的“瘦润清肥，稔然指掌”。

目睹怀远数十载习书，并以启功先生书体为模范、苦练内功的，要算他的亲弟弟正福：“十五

年啊，已到了忘我的境地。启老所有书法作品印本，家里一样不缺，已然可开一启功书馆了！那年得到启老《诗文声律论稿》一书时，其欣喜之态，一如童年的顽憨。自此只言片语，均书于册页之上，积今已至身高了。”

看过怀远临习的启老《论书绝句》百首，其字势之挺拔，笔姿之爽朗，让人心旷神怡。温润雅致之风，流转自如之态，真可谓独得妙悟！其实，怀远更在乎品的修炼，崇尚的是启老的高德懿行。怀远曾著文说，“启功先生的品行和人格魅力代表了中国当代文人的品格特征：正直、宽容、谦恭、豁达，知恩图报、广积善行……”因此，在怀远心中，启功先生就是“当世的真菩萨，当代的大完人”；“启功的书法，正是他道德修为至清至淳的完美体现。他深味儒家之中和、道家之自然、释家之妙悟，以深厚扎实的根底及高超的表现技巧，使字里行间无不流露出高雅清逸的气息。”

确实，启功先生的书作，崇尚法度，结体精严，端庄中正，极具庙堂之气；启老用笔，爽利纯净，瘦劲和畅，纯乎自然，极富流美之态。可喜的是：所有这些特点，我们在把玩怀远的临习作品时，无一不找到启老精神的影响。

听说怀远先生正应出版社之约，编写《启功楷书技法》、《启功行书技法》，这可是一件大好事。以怀远对启功先生行书、楷书结字运笔的透彻领悟，对启老所总结论证的“结字黄金律”的深层把握，相信这两书一定会让众多的启功书体临习者轻车驭风行，直奔景深处。相信毕数十年之功而研习启老书艺的怀远先生一定会当此大任。

一清

丁亥初夏于京华国鼎堂



五月寒生竹间深
劳人于此整披襟
拈毫不费推敌力
自有心斋纸上吟
岁在壬申仲夏
启功偶笔

时年八十

启功绘画

目 录

轻车驭风行 直奔景深处(代序)	—清(1)
绪论 启功生平与艺术成就	(1)

第一章 启功楷书的风格特点

第一节 汉字: 中华民族的智慧创造	(3)
第二节 楷书的渊源	(4)
第三节 集合众美的启功楷书	(8)

第二章 启功楷书的结字技法

第一节 书法以结字为上——结字的黄金律	(10)
第二节 启功楷书结构安排	(12)

第三章 启功楷书的运笔方法

第一节 以适用为核心的执笔方法	(32)
第二节 以清爽为特色的点画安排	(33)
第三节 以瘦劲为风骨的用笔特色	(66)

第四章 启功楷书的章法布局

第一节 楷书章法概述	(70)
第二节 启功楷书作品赏析	(77)
第三节 临习作品分析	(80)

绪论 启功生平及艺术成就



启功先生
(1912-2005)

启功(1912-2005),字元白,满族。中国当代著名教育家、国学大师、书画家、文物鉴定家。生前长期担任北京师范大学教授、博士研究生导师,曾任中国人民政治协商会议全国委员会常务委员,中央文史研究馆馆长,国家文物鉴定委员会主任委员,中国书法家协会主席、名誉主席,西泠印社社长等。

启功先生属于清代皇族的支系,始祖弘昼是雍正皇帝胤禛的第五个儿子,与乾隆皇帝弘历为同父异母的兄弟。启功为雍正皇帝的第九代孙。但启功先生从不以皇室贵胄自居,在他所有的书画著作、文章和书信中,从未用过“爱新觉罗·启功”之名。启功先生经常诙谐地说:“本人姓启名功字元白,不喫祖宗饭,不当‘八旗子弟’,靠自己的本领谋生”。启功先生一岁丧父,家道中落,少年孤露,他是靠祖父的几位旧友接济,才念完中学的。曾先后追随戴姜福先生学习古典文学,随贾羲民先生、吴镜汀先生学习中国绘画。1933年,经傅增湘先生介绍,得以结识辅仁大学校长陈垣先生,他从此遇到了培养和影响他终生的恩师。陈垣先生的为人、治学和育人的方法,深深地感染和影响着他,尤其是陈垣先生对中国传统文化的一片丹诚之心,成为了启功学术和艺术生涯的楷模。启功先生正是在恩师功德的映照下,在逆境中奋进,孜孜以求,自强不息,成为当代屈指可数的集古典文学研究、古代书画碑帖鉴定和诗、书、画创作于一身的一代宗师。他以古典文学研究遗惠后学,以古代书画碑帖鉴定名垂当代,以非凡的书法艺术成就声播五洲。

启功先生是当代独树一帜的书法宗师。他的书法集百家之长，融汇贯通，独树一帜，自成一派，被誉为“启体”。书法界评论他的作品“不仅是书家之书，更是学者之书，诗人之书，它渊雅而具古韵，饶有书卷气息；它隽永而洒脱，使观赏者觉得回味无穷。因为这是从学问中来，从诗境中来的结果”。启功先生的书法，正如他的学问、人品一样，才气横溢，秀丽博雅，清逸洒脱，风神俊骨。他的许多作品被作为国礼赠送给外国元首及其他领导人，也有不少作品被普通群众珍藏。

启功先生对于书法理论有着精辟而独到的研究。他大量而深入的考辨碑版法帖，写下了大量专业论文，对书法史和碑帖史的研究作出了巨大贡献。他认为，书法是中华民族文化的精髓之一，既有文化交流的实用价值，又是一门独放异彩、具有欣赏价值的民族艺术和文字艺术。他所著述的《论书绝句一百首》，以百篇一诗一文的形式，系统总结了自己几十年研究书法的心得体会，在海内外书法界产生了广泛而深远影响。同时，启功先生对书法艺术创作本身也有一系列创见。他认为，“从书法艺术上讲，用笔与结字是辩证的关系，但从学习的深浅阶段讲，则应以结字为上”。他强调临碑与临帖只是辩证关系，而帖能更真实地保留原作点画使转的面貌，故应更多加临习；而临碑则应“透过刀锋看笔锋”，才能得其精髓。他经过多年的探索，发现字的重心聚集处并不是在传统的米字格的中心点，而是在距离中心不远的四角处，并推算出汉字结构之间的比例关系正符合“黄金分割率”的规律。这些理论和法则对我们学习书法具有重要的指导意义。

启功先生还是一名成就不凡的画家。他以画内之境求画外之情，画中有诗，独具风神，境界开阔，取法自然，耐人寻味。为了表彰启功先生在书画方面的卓越成就，2000年文化部为他颁发了“兰亭终身成就奖”。2002年又颁发了“造型表演艺术创作研究成就奖”。

追寻启功先生的人生经历，学习启功先生精美的书法艺术，可以深刻感受书法的形态美和先生人品美的高度统一，感受先生为人、治学、从艺的风范德泽。启功先生崇高的学术成果，如仰高山的艺术成就，高尚的思想境界以及自强不息的奋斗精神，永远是留给我们的宝贵财富。

第一章 启功楷书的风格特点

第一节 汉字：中华民族的智慧创造

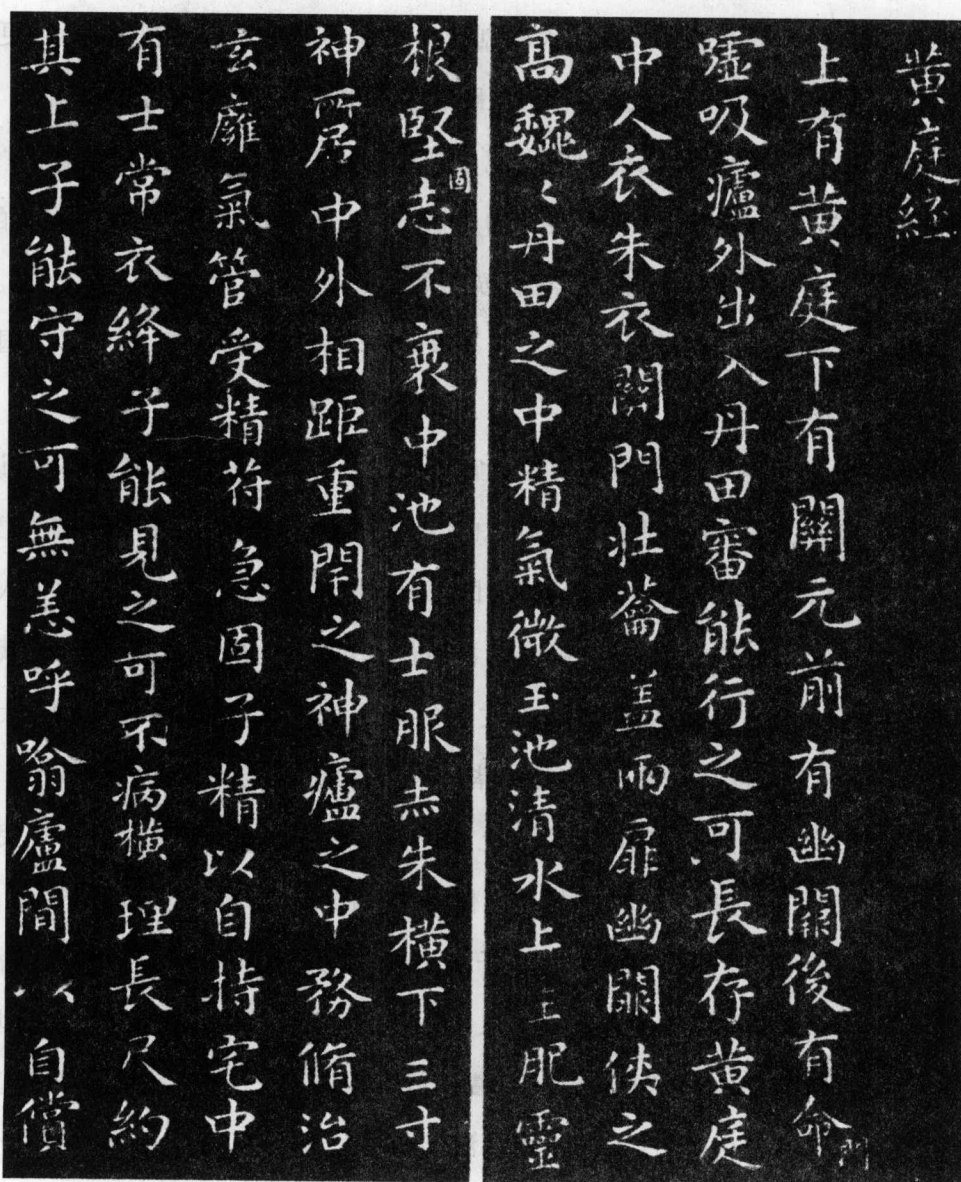
文字的产生是人类历史上最重大最伟大的创造。文字不仅是语言的视觉符号，更是人类思想财富的载体。语言借助文字的形式得以保存，跨越时间的阻隔，沟通古今的交流。

在现有史料记载中，是约在公元前十四世纪至前十一世纪有刻于龟甲兽骨上的“甲骨文”，铸于青铜器内的“金文”，这是中国已知的最早的成熟文字。以后历经籀文、六国异文的演变，在秦始皇平灭群雄、统一中国后，又在秦国固有石鼓文的基础上，统一为秦篆，也即小篆。此后，由六国篆书演变而成的隶书，也渐次风行开来。至东汉时期，终于由隶入楷，完成了中国文字书体的大演变而进入相对稳定的阶段。

关于汉字的创造，世间盛传是黄帝时代的史官仓颉所为。东汉文字学家许慎在《说文解字》中说，仓颉“见鸟兽蹄迹之迹，知分理之可相别异也，初造书契……仓颉之初作书盖依类象形，故谓之文，其后形声相益即谓之字”。仓颉造字后，即“天雨粟，鬼夜哭”，古人以这种天人感应的方式来形容文字惊天地泣鬼神的力量，带着强烈的神话传说色彩。在科学昌明的今天，我们早已意识到文字不可能由一个人之力来创造，而且在文字的不断演变中，也贯穿着一种强大的无法抗拒的推动力量。但是，无可疑义的是，汉字是中华民族独有的、无与伦比的智慧创造。汉字的书写不仅是语言交流的实用工具，而且成为世界上独一无二的文字艺术，凝聚着中华民族文化之精、气、神。遑论其间形体如何变化，书写材质如何更替，在经历数千年岁月的烟尘后，展示给我们的，依旧是那点画线条间勃郁的磅礴大气和千古不衰的翰墨精神。真可谓博大精深，其美无比。当我们踏进现代生活，在经历过有的人对汉字的妄自菲薄，甚至提出要“废除方块字”的妄语后，我们蓦然发现，汉字的“基因”早已注入华夏民族的血液中，千年流淌而亘古不息。随着中国经济的崛起和综合实力的增强，汉字的运用和汉字的书法，将进一步焕发出新的生命力，唱响在人类文明和中华民族复兴的历史进程中。

第二节 楷书的渊源

楷者，法式、模范也。楷书也称正书、真书，是汉字手写体中的正体字，它是由隶书演变而来的。据史书记载，汉字的楷书，是由东汉时期的王次仲所开创，张怀瓘在《书断》中说：“次仲始以古书方广，少波势。建初中（汉章帝的年号），以隶草书作楷法，字方八分，言有模楷”。但这一说法目前未有出土文物予以证实。从现有流传的书迹来看，我国现存的楷书，首推三国时期魏国钟



王羲之《黄庭经》

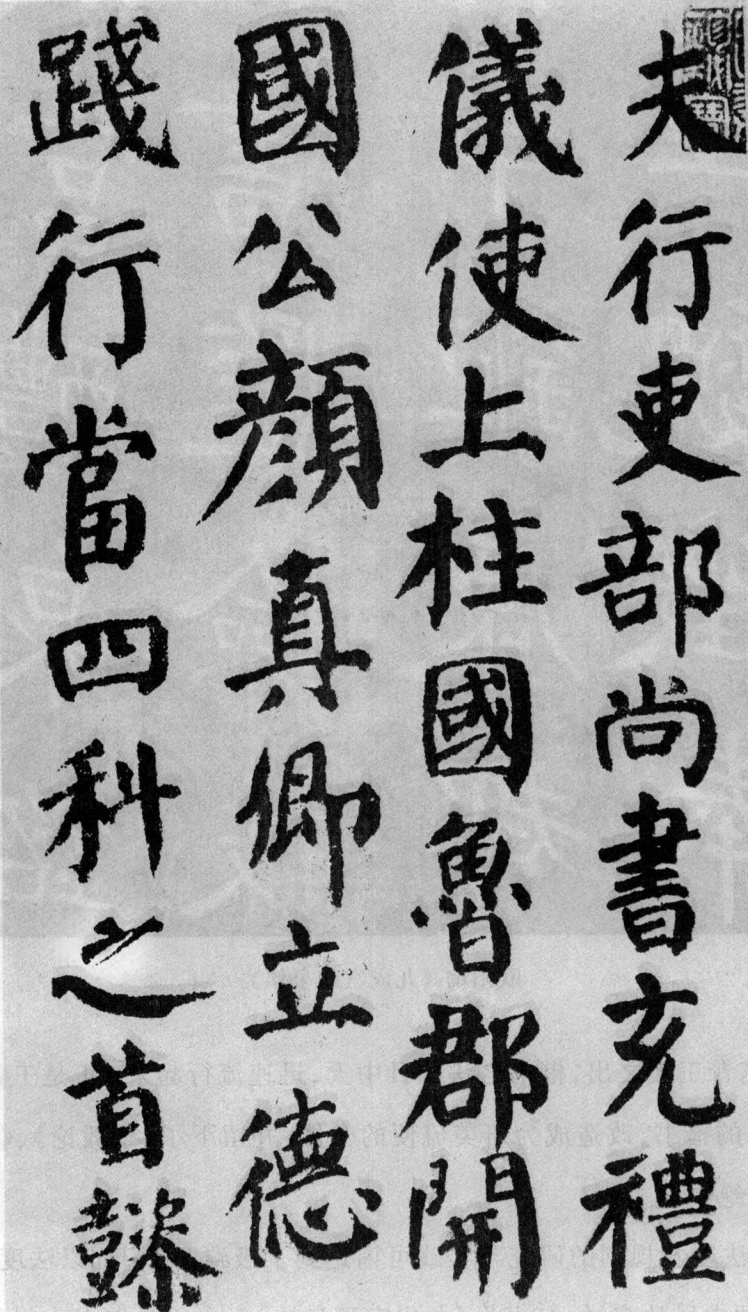


欧阳询《九成宫醴泉铭》

繇的《五表》。后至东晋王羲之出，楷书之法如日中天，迅速流行起来。正是王羲之这位伟大的书圣，将钟繇质朴古肥的楷书，改造成为妍美流便的今体，并留下了《乐毅论》、《黄庭经》等笔法精妙、潇洒生动的千古绝唱。

楷书至唐代，对法度及规则的研究与实践可谓达到了极致。欧阳询以法度严谨而著称，结字险劲，笔力挺俊，瘦硬中风致多样，其书作《九成宫醴泉铭》至今仍是楷书入门的最好范本之一。

热血书家颜真卿于精于结字之外，更在笔法和气势上，开创了博大、宽厚、雄浑的崭新气象，取得了巨大突破，成为王羲之之后开宗立派的书法巨擘。至柳公权，更是唐人尚法的典型代表，其书用笔变化极多，粗细匀称，方圆并施，法度森严却生动多姿。柳公权是唐代楷书之集大成者。可以肯定地说，楷书一路，至盛唐已发展到精醇美好的峰巅，达到了完美的艺术高度。我们应该为前人——我们的书法圣祖、先师们而感到骄傲，他们创造了那个时代的出色杰作，也为我们留下了一座座书法艺术丰碑。所以，今天我们大可不必轻言超越前人，只要我们能站在他们的



夫行吏部尚書充禮
儀使上柱國魯郡開
國公顏真卿立德
踐行當四科之首

颜真卿《自书告身帖》



柳公权《玄秘塔碑》

肩膀,实际上就已经是站在一个峰颠上了。可以欣慰的是,在当代,在经历了数百年碑学映照一统天下之后,一位当代的书家,以他对恢复传统的艰难坚持,崇尚法度,融汇百家,将汉字书写的美化推到了极致,形成了具有时代风貌的新楷书——这就是启功楷书。

第三节 集合众美的启功楷书

启功先生书法，以真、行、草书见长，形制皆备，风致多样。其书法继承二王传统，初学欧阳询、颜真卿、赵孟頫，后转师柳公权、米元章、董其昌诸名家墨迹，于智永书《千字文》用功最久。启功先生从书法学习的深浅程度上，强调学书“以结字为上”，用笔姿态副之。同时先生从数学、美学的原理上，论证了汉字结构的“黄金分割律”，并锲而不舍践行于创作中，融入时代的审美情趣，将汉字书写的美化推到了极致。

启功先生的楷书，结字精严，点画清朗，揖让有度，风神俊爽，既具庙堂气象，又富流美之态。加之先生书写作品的内容，大都为自作的诗词文赋和鉴定题跋，因而散发出浓浓的书卷气

從前人對於詩詞曲的聲調格式，常是憑硬記的，或把一些作品畫出平仄譜子來看，或找幾首標準的作品來熟讀。還有人統計若干種正規格式和變態格式的詩以至詞曲，輯成譜錄。詩的聲調譜式自王士禛《律詩定體》以後，有許多人補充和續作，前代日本人也曾有過一些著作，他們陸續研究，各有功績。詞、曲譜式也有很多專書，這裏都不及詳舉。

經過對各種文體聲調的探討，看到聲調抑

启功行楷文稿

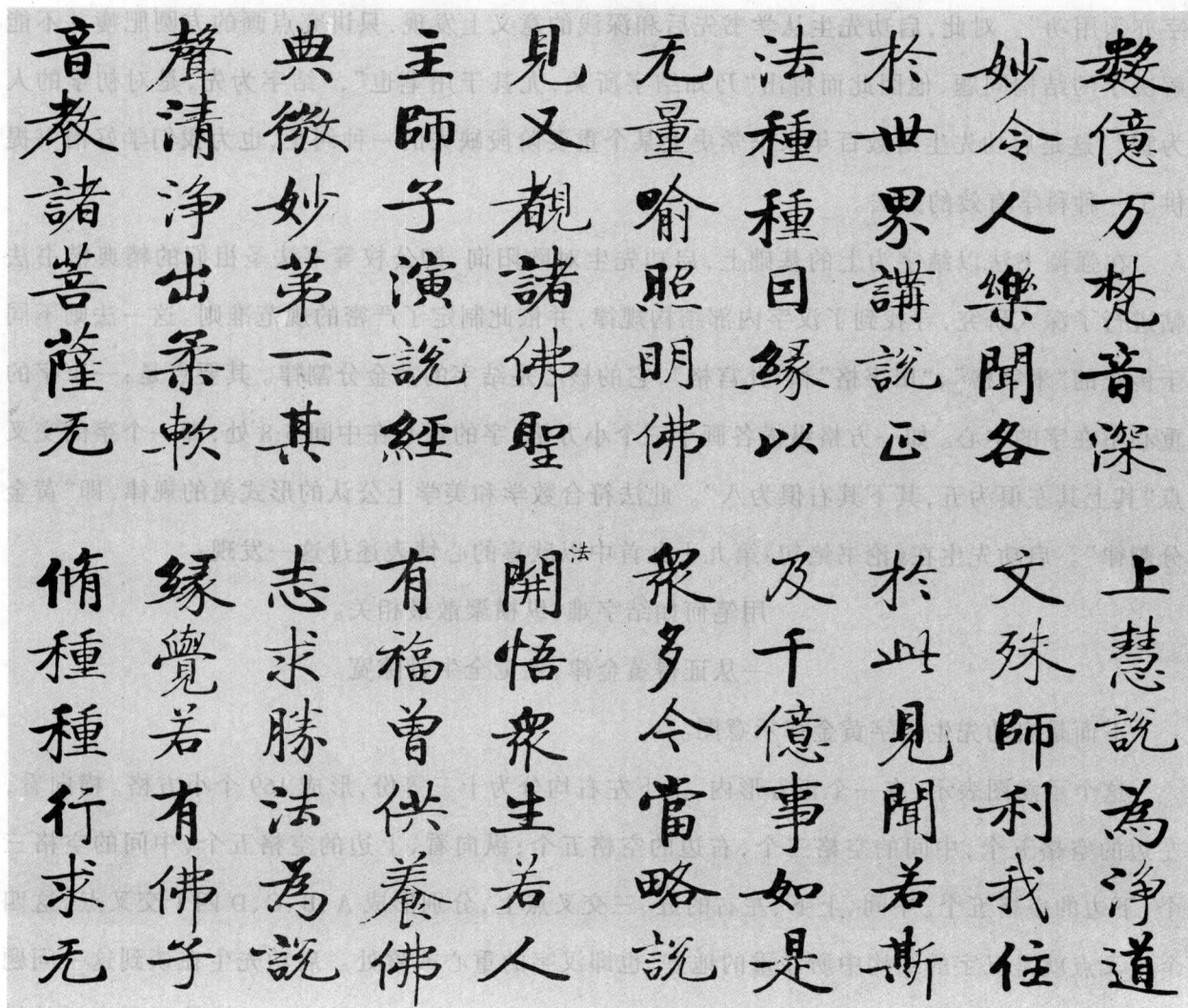
息,更显醇和、清逸和高雅,被世人被誉为“启体”。现传世的楷书作品主要有《启功楷书千字文》,书自作诗《痛心篇》及少量题写的匾额、联句以及其他作品等。

启功楷书的鲜明特点是:

一、字体端庄,结构严密,体势修长,字势挺拔,中宫收紧,四面放开,聚合有度,精巧架构。其字态结构完全符合黄金分割比例的要求。

二、用笔爽朗,瘦劲纯净,粗细变化,流转自如。粗则温润雅致,极具张力;细则力道内敛,风神俊健。在使转上不激不厉,张弛有度,尽显飘逸之姿。

三、笔法灵动,笔势利落。寓行书笔法于楷书书写之中,和谐地将端庄和灵动、紧密和舒展、俊秀和洒脱融为一体,达到了高层次的雅俗共赏的境界。



启功临唐人写经