

中国书法家协会书法培训中心编

怎样临习

十七帖

其书疏放妍妙气象超然乃
书中之龙历来被奉为草书
圭臬唐张彦远法书要录载
十七帖一丈二尺即贞观

研妙气象超然乃
书中之龙历来被奉为

王羲之草书
十七帖拓片

十七帖拓片

金钥匙书法名帖自学丛书

主 编 王景芬

副主编 吴昌明

92.2
5

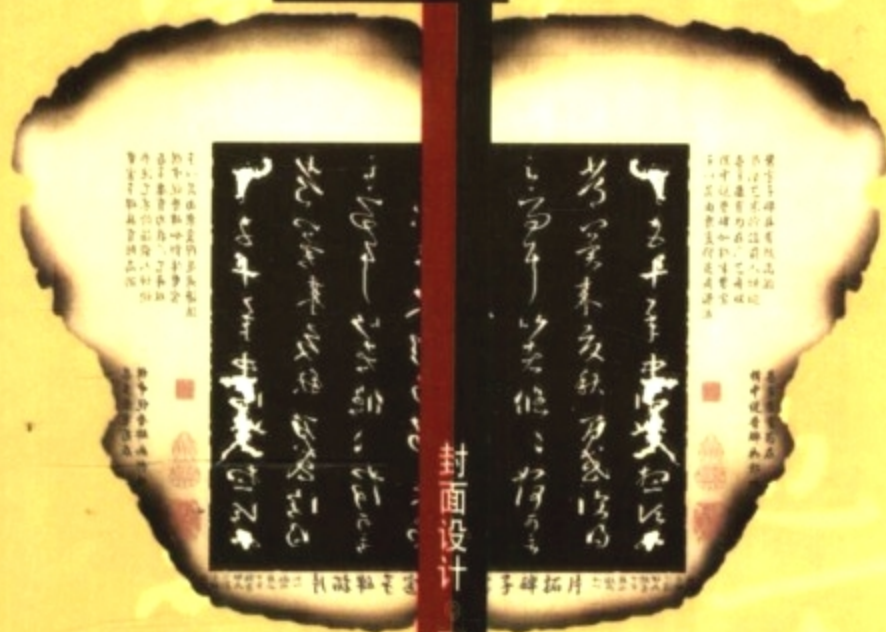
王继安 编
漓江出版社

策划编辑 吴昌明

韦丹意

组稿编辑 吴昌明

责任编辑 吴昌明



封面设计 石绍康

ISBN 7-5407-2396-3



9 787540 723965 >

ISBN 7-5407-2396-3/G · 810

定价: 10.00 元

怎样临习十七帖

怎样临习十七贴

王继安 编

*

漓江出版社出版

(广西桂林市南环路 159—1 号)

邮政编码:541002

广西新华书店发行

桂林地区税务票证印刷厂印刷

*

开本 787×1092 1/16 印张 3.25

1999 年 1 月第 1 版 1999 年 1 月第 1 次印刷

印 数:1—8000 册

ISBN 7—5407—2396—3/G·810

定价:10.00 元

如有印装质量问题 请与工厂调换

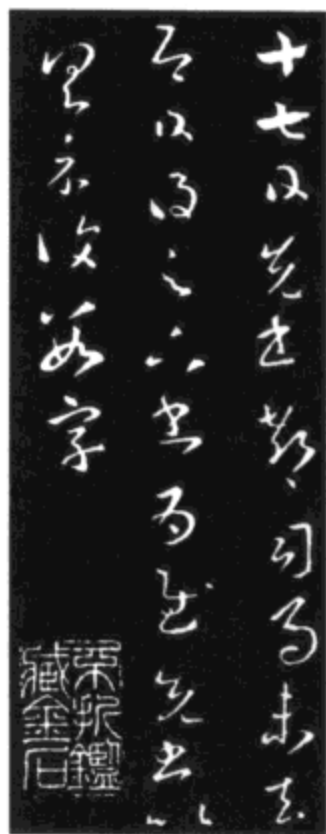
出版说明

为了方便书法爱好者特别是初学者尽快地掌握临习字帖、把握书法用笔的诀窍,我们特地请了全国各地一部分经验丰富的书法家和书法教育工作者,编写了这套“金钥匙书法名帖自学丛书。”该丛书强化了临习字帖的基础训练,对用笔规律作了科学性的揭示,为方便读者临习,编

者还对原帖的文字进行断句并附上释文。此外,还对作品的源流及其影响、作品的艺术风格、作品的欣赏、作品临摹注意事项作了深入浅出的阐述,该丛书适用于初涉书法和不同年龄层的广大书法爱好者。

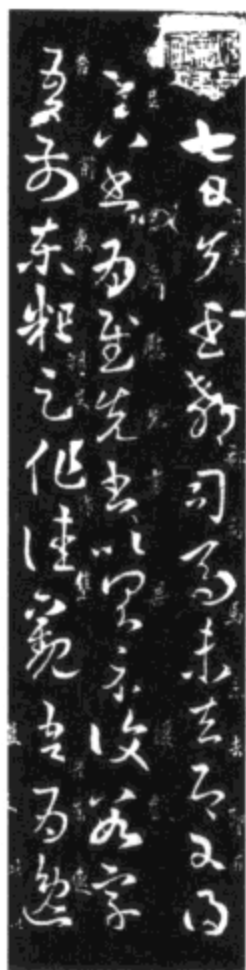
一、作品概况介绍

《十七帖》是晋王羲之所书的草书信札集，据唐张彦远《法书要录》记载：《十七帖》长一丈二尺，为唐太宗御府内本，共一百零七行、九百四十二字。因卷首有“十七日”字故号之。然现今流传刻本大都为一百三十四行，一千一百五十六字，可能是因为刻帖上石时有所增补。《十七帖》的墨迹虽早已失传，但刻本、临本流传甚多。最早上石的时间已不可知，从南唐李后主《澄心堂帖》即收有贺知章临本上石来看可知十七帖为中国最早的刻帖之一。传世的《十七帖》刻本很多，大体说来有这样几大系列：一是“馆本”系列，即帖尾有“勅”字及小楷“付直弘文馆臣解无畏勒充馆本，臣褚遂良校无失”等字，在末下署“僧权”两字，其中又分僧权缺左旁和勅字有渴笔数种。一为贺知章临本，见《淳化阁帖》、《太清楼续帖》诸刻帖中。一为缺十七行本，此原本为唐人硬黄双钩本，后为米芾所得，割其中十七行与人易画故少去十七行。一为河南本，此本为宋人临本，但摹刻具精，别有异趣。另还有像翁方纲等后人临本。现在市面流传出版物多以馆本为主。较为常见的有以下几种（见图）。



王稚登旧藏本

馆本，“僧权”二字不全，部分有缺行。有明代王稚登题记。疑为冯氏本的翻刻本。



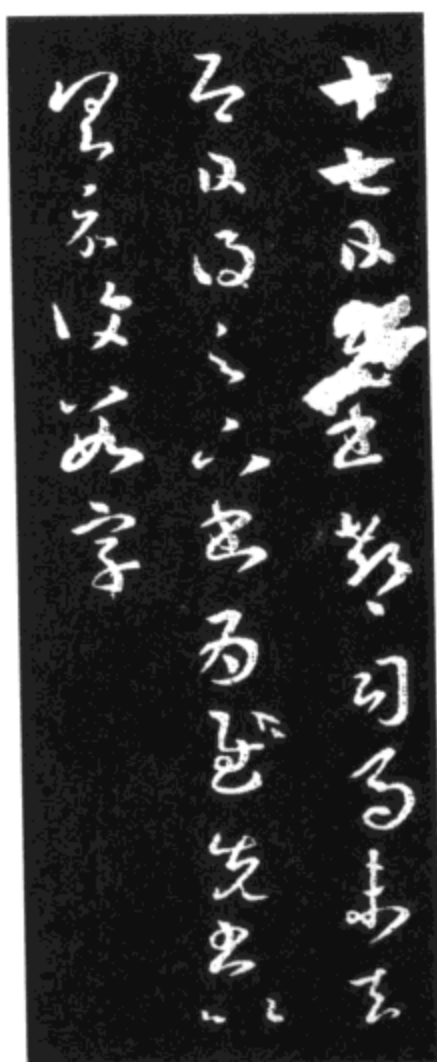
河南本

宋人临本，仅存十六帖，其笔法婉转流利，个别结构也有所改变。虽和原帖有距离，但此本也别有一番情趣。



南海孔氏岳雪楼藏本

馆本，僧权全本，此本为宋拓本。宋濂、王世贞等人先后递藏，后归南海孔广陶岳雪楼。此拓本笔锋清晰，字口完好。后世许多刻本从此出。



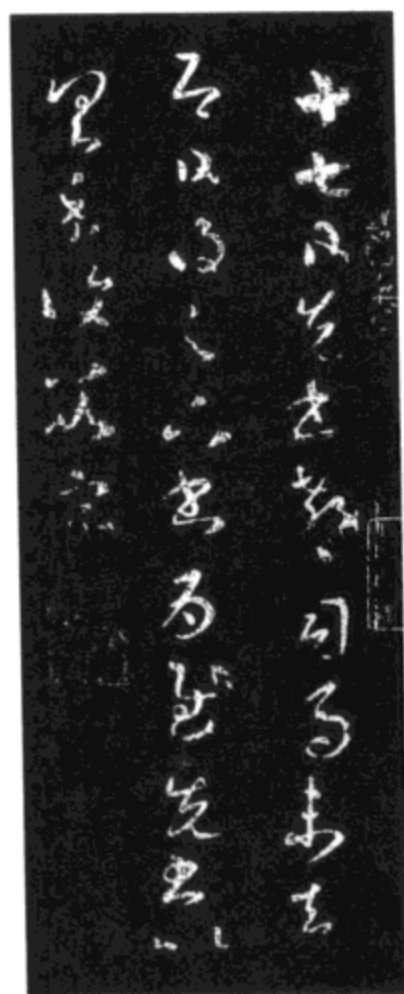
冯氏快雪堂藏本

此本为北宋拓，乾隆年间归汪中所有。此本为馆本，“僧权”二字不全，二十八帖的一百三十四行完全无缺。可惜帖中许多字损缺。



日本三井本

旧拓本，后有罗振玉题记。亦属于馆本系列，“僧权”二字全。从字口和折转处看，与孔氏岳雪楼藏本有相似之处，疑此本为孔氏岳雪楼翻刻。三井本在日本影响很大，已多次出版。



张伯英藏本

馆本，“僧权”二字不全，明时为吴宽所藏，有张正蒙题跋，现藏上海博物院。此拓笔锋圆润厚重，古朴苍茂，在诸拓本中别具一格。



缺十七行本

此为唐人硬黄纸双钩本，文征明曾以之上石。此刻一是缺行，另外有些字体较为含混、失真。

王羲之字逸少，琅琊临沂（今山东）人，出身于东晋名门，是淮南太守王旷之子，丞相王导之从侄。王羲之本人做过秘书郎，后升迁至右将军、会稽内史，故后人又称之为王右军。

王羲之在中国书法史上是影响最大的书法家，行、草、楷诸体皆佳，曾被尊为书圣，后世的书家倍加推崇。王羲之七岁即善书，亦曾学书于卫夫人，后又广见苦习博采众长，承汉魏草、行、楷初创之时，以自己特有的才分和经历，抓住了时代赋予他的机遇，把书法艺术推向了一个新的高峰。

王羲之对于草书的贡献主要是像《十七帖》这类小草的书体上。今草的定体虽说在汉末张芝等人对此种书体的发展起到过重要的作用，但由于时代的限制，张芝等人还不能完全脱离古风，只不过起到了承前启后的作用，而真正使今草得以发扬光大的则是王羲之。王羲之以一种冲淡平和的气息，提纯了今草的写法，以追求完美的精神写出了典雅飘逸、风流倜傥的妍美风貌。

《十七帖》正是王羲之小草书的代表

作，此帖虽说不是王羲之同时期所书写的信札，各帖之间的写作心态和笔墨运用及章法结构特点是有一些不同，但从大的范围来看，此二十余种信札都属王羲之晚年所书，而又由于书札体裁的特殊限制，所以整体上风格又是相同的，体现出了王羲之草书的一贯风貌。

《十七帖》属字字独立的小草书体，字与字之间大部分无牵丝相连，字内笔画虽按草书字法相连接，但多数却保持着故有笔画的用笔势态。所以说在习小草时《十七帖》是最佳的入手范本。它的横竖撇捺、钩挑牵丝都成为后世小草用笔的典范。王羲之的用笔多是藏头护尾、起伏有致，正像孙过庭所说的“变起伏于峰杪，殊衄挫于毫芒”。他的折顿钩挑干净利落，轻提重顿过渡自然。各种笔法交待得清清楚楚。在运笔书写的过程中能充分地利用毛笔的弹性，将行笔的情感韵律和笔法的要求融为一体，写出了既质朴又妍丽的线质，这方面也正是王羲之继承了古人的遗意，又充分地发挥了自己典雅飘逸的气息所至。

《十七帖》的结字看似平淡，实则变化多端。字形以正为主，但常是以斜取正，即使是正字也多以各种斜线穿插。在处理各种变化的结构时，王羲之巧妙地将平衡、对比、错位、挪让等手法自然地运用到字形的构造中，时时造险而又化险为夷，创造出姿态各异的优美字形。

《十七帖》的影响极为深远，在中国书法史上占有重要的地位。它奠定了小草字法的样式，后世小草字法的书写绝大多数都是在王羲之这一系列中进行的。后世的小草书家，虽说写法各有不同，但多少都受到过王羲之的影响，像王羲之的七世孙智永和尚，从他所书的《千字

文》中可以清楚地看到从笔法到结体都是继承了王羲之的草法。可谓“笔力纵横。绰有祖风”。只是在情趣和变化上远逊其祖。唐代孙过庭的《书谱》亦可称为小草书写的典范，但细看则会发现《书谱》中有很多草字写法和《十七帖》如出一辙，几可乱真。只是孙过庭在用笔和书写节奏上加入了自己的特点。正如米芾所说“凡唐草得二王法无出其右”。贺知章有临习的《十七帖》传世，他的《孝经》也可以看到《十七帖》对他的影响。怀素

以狂草名世，但观其小草《论书帖》则会发现和王羲之的联系。宋以后《十七帖》流传更为广泛，书家争相习之。像苏东坡、米芾、康里子山、赵孟頫、董其昌、王铎、朱耷、吴让之、刘墉等著名书家都有《十七帖》临本传世。

总之，《十七帖》是小草书的精典作品，又影响着众多的草书书家，所以无论从哪方面说《十七帖》都是最重要的入手范本，习草者不可不学。

二、训 练

学习《十七帖》一般地说应当先具有了一定的楷书和行书的基础之后，再采用科学的训练方法加以研习。下面分几个方面加以阐述：

（一）笔 法

《十七帖》的用笔是灵活多变的，起笔处有方有圆，有的重起有的轻起。行笔过程中虽以中锋为主，但在具体的运用中则竭尽变化之能事，折转钩挑、牵丝引带、姿态各异。运动中笔锋的起伏动作较大，所以《十七帖》的点画线条越发显得丰富多彩。《十七帖》使转顿挫的运用最

有特色，充分体现了王羲之书风不激不励的用笔特点。转处轻松而有弹性，既有连续的过程又有行走的势态，所以给人感到并不是一味的圆弧，而是圆中带直，直中蕴弧。这样的书写使他的转处不轻软弱飘，也不机械僵硬，真正做到了自然生动，情趣盎然。《十七帖》的折顿处完全根据字势的需要或重顿轻提，或变锋自然成折。但无论如何折顿均无生硬僵直的主角赘笔，这也足见王羲之对此种技法的把握能力和在书写过程中恰到好处的运用。

下面具体分析一下《十七帖》的笔法特点：

1. 点



长点

①露锋入纸。②均匀用力向下顿笔。③有弹性地回收。

带钩点



①露锋入纸。②边行边顿。③反弹出锋，出锋处不可虚飘。

短点



①用笔直落。②稍带转动。③果断出锋，不可拖泥带水，也不可出锋虚飘。

2. 横



方起

①直落中锋向下。②稍顿果断折锋向右，下部稍带方形。③自然收锋。

顺点



①用笔直落。②稍转带出承下。③承上轻按顺势轻松出锋，注意落锋后不可偏薄。

圆起



①直落向下略按。②转锋向右。③中锋行笔。④略驻接下笔。

顾盼点



①露锋入纸。②稍按后提锋向右轻松带出。③承右落笔，稍顿即空收。

重起



①露锋入纸。②略按弹起向右。③中锋行笔自然收锋。

 尖起 ①承上笔尖锋入纸。 ②边行边加力。 ③稍折接下笔。	 圆起 ①逆锋落笔。 ②稍转直下。 ③略停收笔。
 承上起 ①承上落锋。 ②顿挫转锋向右。 ③稍折接下笔。	 尖起 ①笔锋直落。 ②中锋直下。 ③稍转接下笔。
3. 竖  方起 ①直落向右下顿笔。 ②果断校笔向下。 ③中锋直行。 ④自然停顿收锋。	4. 撇捺  圆起圆收 ①逆锋落笔。 ②稍转校锋中锋向左下直行。 ③圆转收笔。
 ①直落向右略顿。 ②提笔向下直行。 ③自然带起接下笔。	 方起尖收 ①直落向右下略顿。 ②果断校锋向左下犀利撇出。 ③边行边提。 ④中锋提笔出锋。



连接撇

①接上画向回转锋。②中锋向下逐渐加力。③圆转回收。



轻折

①接上笔边行边折。②折处不做顿挫，变方向向下。③用笔力度不减。



捺脚

捺在小草中常写为长点。《十七帖》中极少数有捺法。

①露锋入纸。②向右下中锋重顿。③校锋向右提笔出锋。



圆转

①接上笔轻松行笔。②转处略微加力向下，不做明显的两笔动作。③中锋提行。



①露锋入纸。②向右下略按。③转锋向下中锋圆收。



小圈

①转处中锋提行。②按行笔轨迹轻松转动。③注意提转组合。

5. 折转



重折

①提锋向上。②向侧下重顿。③果断校锋变向。④中锋提出。

6. 牵连



牵连在草书中实则是提按、顿挫、使转的各种笔法的综合运用。例如“雄”



“下”字，圆起后接两个轻折，而后提锋带下，往下运用转法，右半部转折结合，提按共用。

“下问耳”三字牵连，“下”字末画用折提锋接“问”，“问”字外转后轻折接“耳”。连接线多用中锋提行。



“至吴”两字多变，带有尖落侧行的意思。“至”字从第二笔起连续采用尖落提起，接“吴”字处轻松转动，“吴”字的口部挫锋轻提接下。“吴”字下部多用重折法。

(二) 结 构

《十七帖》属小草系列，字形基本是独立的。但因草书的省略牵连、书写快捷和草书结构所要求的眼布匀称等特点，所以草书字形又有别于其他书种。从字形外貌上看草书字形有方有圆、有长有短，有各种三角形或梯形。有的上大下小，有的上小下大。而这种种字形的形状又都是不规则的，随着上下左右的各种关系以眼布匀称的原则艺术地组合成一个个图形，最后又由这些单字字形组合成章。因而从单字上讲《十七帖》的结构并没有统一的既成规律可言，许多结构样式都是随意的，不重复的，整个《十七帖》找不出两个完全一样的字。但如若从

大的方面看，诸如从对称、平衡、挪让、照应等宏观的角度去看，《十七帖》的特点又是鲜明的，有规律可循的。《十七帖》对比、挪让并不强烈，而是基本上保持着字体应有的字势，给人以恰到好处的感觉。《十七帖》缩放关系的字形虽处处可见，但也总是适可而止，并不像后世的王铎、傅山那样大起大落。所以说《十七帖》总的结构特点仍然是以典雅平正为主，并在此基础上运用各种微妙的艺术变化手法，使其草书充溢着灵动与生气，显得既端庄又变化无穷。

现将《十七帖》的结构特点分述如下：

1. 端庄平正



端庄平正是指字的外部轮廓较为稳定，内部分割均匀，字内中心线平正。



如“路”、“转”虽为两个部分，但外框组成方形，内部牵连轻重协调，两部分都为端正的字形。



“耶”、“想”虽多牵连，但连接后外廓稳定，内部分割均匀，重心线亦在字中，给人以平稳端庄之感。



2. 中轴



中轴形也是平正类的一种，只是以中画为重心线。左右的轻重以中轴线分开。



像“来”、“年”都是以中竖为中心线，而以其他笔画的势态和轻重构成整个字的平衡。

3. 对称



此种结构，虽说字内笔画的轻重或外框和平正有所不同，但依靠长短或用笔角度使结构仍处于平稳之中。



如“雖(虽)”字左重右轻，左短右长即是此理。

4. 错位



这种结构打破了原有的重心点，在变化中重新组织平衡。

如“缘”字左部侧向左，右部侧向右中加以缩放，由两部分的重心重新组合以求得平衡。



“验”字左短右长，右向左侧，左向右侧，形成倒插，组合后求得平稳。



“致”字重心线的两部分虽为顺势，但在高低错位中求得平衡。



“聿”字的下“耳”部移向右，和左部形成对比。在变化中求得平衡。

5. 缩放



缩放是结构的一种变化，是在不影响字形准确的原则下，求得结体生动活泼的一种手法。在结体时缩放不可过分，应把握一定的尺度。

“处”字中部缩，两头放，给人以中宫紧收的感觉。



“膏”、“惆”缩左而放右，字形给人以既协调又变化的感觉。



“迟”字缩右以放左，缩放恰到好处。



“当”字
放上部而缩
下部仍不失
其稳定。

6. 偏正



《十七帖》中偏正的结构不少，王羲之常常采用一偏一正的写法，以求其既平正又变化的效果，在偏正中掺以挪让和错位的构成，使得结构端庄生动。



“秋”、“犹”两字左斜右正，左高右低，组合后达到新的平衡。



“都”字左正右斜，右部挪让缩于下。结构非常奇特。

7. 组合



几个字连续书写，关系密切，相互照应。如“足下行”三字紧密结合组成一组，占住行间空间，内部分割既松动又均称，自然流畅，分布优美。



“临书但”三字“临”和“但”形成照应，“书”字端居于中。“临”字右高，“但”字左低，“临”字的“臣”部和“但”字的“旦”部，都为独立部分在平衡中又形成对比。三字连断有序，相互之间各有照应，各种穿插恰到好处。

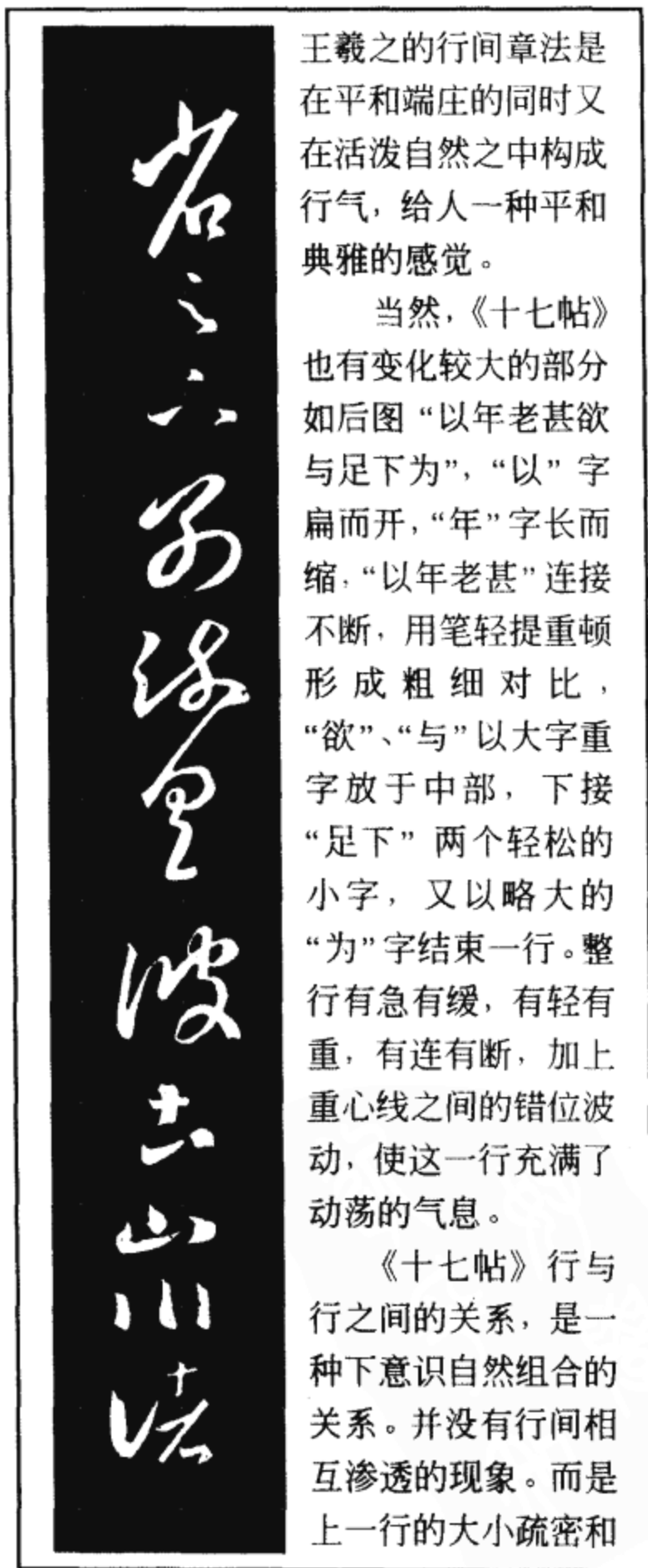
《十七帖》以笔断意连著称，各字之间虽无牵丝但各有关联。如“先后”

二字，“先”字左重右轻，重心线向左偏移，形成向左下的一种趋势。“后”字的重心向右下，同时写成向右下的倾斜。两组重心线重新组合又形成新的稳定。而“先”字中部收缩，左高右低，“后”字中部放开向右下滑动，组合成变化动荡的图形。这种两、三个甚至一行之间字字无牵连的组合在《十七帖》中处处可见。

(三) 章 法

《十七帖》是王羲之平时所写的信札，又属小草系列，所以《十七帖》的章法总体讲是有行无列的一种构成。这里所谓行是指字和字之间的纵向联系，所谓列是指字和字之间和横向排列。楷书、隶书、小篆等字体多是有行有列的，而行书和小草书则多是有行无列的，有的狂草书则是无行无列的。在学习像《十七帖》这样的小草书的章法时，必须注意这样几个方面：首先每行之内的字内布白的关系如何？行内重心线是如何动荡的？行气是怎么形成的又起到什么作用？其次，行与行之间的行间布白的关系如何？行与行之间有什么样的照应？行间是如何被分割又是如何构成的，有什么样的特点？

《十七帖》一行之内的字内布白基本上是匀称的，是以多变的线条组合而成的。如右图的“省”、“别”、“彼”，虽说字内的线条有轻有重，有直有曲，但给人视觉的黑白关系是匀称的，疏密分布也较为平均。下半部的“土山川”看上去和行书无异，少牵连多直行。黑白分割极为匀称。最后一“诸”字，左重右轻，左小右大以一种轻重对比，造成字内分割匀称。字字之间以大小轻重的自然组合使其充满着起伏和动荡，绝不是像布算子一样布满一行。从每字的重心线来看，本行是以正为主，只是个别部分有轻微的波动，如“省”、“足”、“疏”等。可以说



王羲之的行间章法是在平和端庄的同时又在活泼自然之中构成行气，给人一种平和典雅的感觉。

当然，《十七帖》也有变化较大的部分如后图“以年老甚欲与足下为”，“以”字扁而开，“年”字长而缩，“以年老甚”连接不断，用笔轻提重顿形成粗细对比，“欲”、“与”以大字重字放于中部，下接“足下”两个轻松的小字，又以略大的“为”字结束一行。整行有急有缓，有轻有重，有连有断，加上重心线之间的错位波动，使这一行充满了动荡的气息。

《十七帖》行与行之间的关系，是一种下意识自然组合的关系。并没有行间相互渗透的现象。而是上一行的大小疏密和