

书法章法荟要

刘长江◎编著

永和九年歲在癸丑暮春之初
 會稽山陰之蘭亭脩禊事
 也羣賢畢至少長咸集
 此地有崇山峻嶺茂林脩竹清流激湍映帶左右引以為流觴曲水列坐其次雖無絲竹管絃之盛一觴一詠亦足以暢敘幽情是日也天朗氣清惠風和暢仰觀宇宙之大俯察品類之盛所以遊目騁懷足以極視聽之娛取諸之懷也



书法章法荟要

刘长江 编著



Beijing United Publishing Co., Ltd.
北京联合出版公司



图书在版编目(CIP)数据

书法章法荟要 / 刘长江编著. — 北京: 北京联合出版公司, 2016.6

ISBN 978-7-5502-8013-7

I. ①书… II. ①刘… III. ①汉字—书法 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 143879 号

书法章法荟要

编 著: 刘长江

责任编辑: 宋延涛

封面设计: 韩立强

责任校对: 胡宝林

美术编辑: 汪 华

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京德富泰印务有限公司印刷 新华书店经销

字数 500 千字 720 毫米 × 1035 毫米 1/16 38 印张

2016 年 8 月第 1 版 2016 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-8013-7

定价: 78.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与公司图书销售中心联系调换。电话: 010-65487513

前言

书法从诞生到今天,已有三千多年的历史了,书法伴着汉字一同成为中华五千年文明的见证和载体。中国书法是以汉字为表现对象的,是一种纯线条的艺术,它除了作为语言载体的实用性外,还具有章法的造型性、抽象性和抒情性。因此,用毛笔来表现汉字的书写艺术,就被广泛地称为书法艺术。

中国书法包含丰富而复杂的章法,就拿我个人来说,练习书法不是我的事业,而是我体味和学习尊重生命的一个过程。我一头探进去,和迷失的人一起寻找通往书法的那一束艺术之光。生活在书法圈,一定要知道自己“比地高,比天矮”。书法,是一项极具修养性的有“养”运动,真正踏入书法殿堂,领悟书法高境的书法家,是能懂得书法之精气、书法之大义,更懂得为人处世的谦让哲学,难道不是这样吗?人是一种有欲望的高级生灵,如果对书法有了特殊的欲望,就会慢慢变成兴趣或者爱好。对于常人来说,一个人的兴趣和爱好是自然形成的,往往能真实地反映出他的性格特征,能够直接透露出他掩藏起来的“本心”。

每次看到身边的人如我当年一样困惑的时候,我总是希望可以停留一下,和他聊点什么。其实我到现在也没搞懂自己是不是可以用“书法人”来形容,我害怕我那些个人的经历会误导你,害怕它对于你来说连帮助都谈不上。我不可能手把手地去教你什么,因为你的人生和我的人生发展轨迹完全不同。我唯一能做的,大概就是听你说完关于书法的困扰之后,告诉你从一个旁观者的角度,我看到的关于书法的现象和对书法的理解。但最终的结果要由你来定,如果你乐意听,我还可以和你说说我练习书法的过去以及类似的经历。很多时候那些经历都只是教训,连经验都算不上。

每个人都有写好字的本能,偶尔练习累了,不妨把自己交出,借宇宙包容的力量安慰自己。如何获得书法的真谛?就是进入“书中”和“书外”,“书中生智,书外生慧!”怎么才能进入“书中”和“书外”?核心点就是要找到乐,以书法为乐,找到书法之乐者,一切都是享受;凡是不乐者,一切都是负担。孔子说:“学而时

习之，不亦乐乎！”唯一的秘密就是必须迷上书法。一个迷上书法的人，他练习书法不需要证明、不需要回报、也不需要解释，完全是一种发自内心的自内而外的流淌。只有进入感觉，你才能成长。

我，只是一个愿意聆听和陪伴你们走一段的书法练习者。你们受的伤没有动摇我对书法的信念，反而让我更靠近书法，看到它真正的方位。是书法让我成长，让我对自己和世界更宽容。在书法之路上流着泪跑来的人，在与我交流过后都由衷地欢笑，有人活得比以前更精彩，有人鼓起勇气重整半百的人生。我衷心对他们说：“我没有改变你们，只是让你们做回了自己。”我深深感谢你们对我的信任，以及为我带来的一切。

一位教授说我的书法作品有一种不可思议的魅力，说它甜美、忧郁和高贵。我认为自己没那么好！这可能是来自我思想的严肃、庄重、纯正和崇高。这也是在我的诗歌精选集出版后人生的一种沉淀，我想静下来好好练练书法了，教授的评价令我羞愧万分，内心苦涩而又不无欣慰，黯然而又稍觉轻松。

在智罡兄《书法章法荟要》即将出版之际，他请我为此书写一篇推荐序，作为智罡兄的挚友，我深表欣慰，这是一本讨论书法章法的书，书中涉及书法的学习、创作、技法、书体、鉴赏诸方面，其中对执笔、运笔、结字等均提出了新的见解。智罡兄在批判借鉴已有研究成果和诠释古代书论、图片资料乃至新出土文物的基础上，把古人关于书法章法的感性认识提升到理性认知的层面，同时把古人已有的理性思考进一步系统化和结构化，实在是对书法界不可或缺的贡献！

——诗人书法家 谢天

目 录

第一章 我叫书法，这是我的简历

书法的简介	2
书法的起源	5
各种书法体简介	6
秦代前的书法历史	15
东汉至南北朝的书法艺术	21
魏晋南北朝的书法艺术	25
隋唐五代的书法艺术	30
盛唐的书法艺术	32
宋至明中的书法艺术	36
明末至清的书法艺术	43

第二章 书法章法的秘密

书法之美在章法	48
章法的基本原则	53
章法三要素	56
书法种类及其章法技巧	60
章法的格式	66
章法的句式	68
章法的谋篇	71

章法的构图	74
-------------	----

第三章 楷书章法荟要

如何发笔、运笔和收笔	76
“永”字八法	84
楷书结构的原则与方法	90
楷书的笔意、韵律和章法	96
楷书章法	103

第四章 行书章法荟要

行书的来源及发展	220
怎样临习行书	224
王羲之的《圣教序》	230
明清个性书家的代表黄道周与王铎	239
行草章法（一）	245

第五章 隶书章法荟要

隶书简史	354
隶书的运笔和点画	364
隶书的结构特征	367
隶书的临摹	370
隶书的创作	373
隶书章法	377

第六章 草书章法荟要

草书的产生及启示	478
----------------	-----

近现代草书及发展趋势	482
草书的用笔	483
草书的章法	488
行草章法(二)	492

第七章 现代书法章法六讲

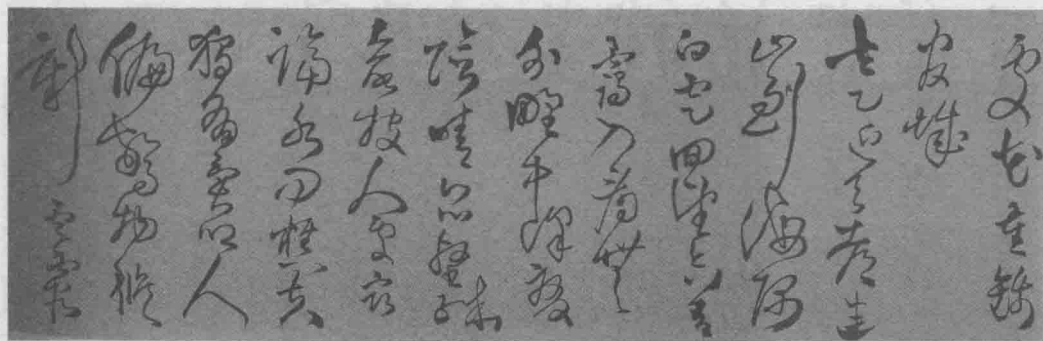
轴线与轴线图	550
前轴线时期	553
轴线连缀的发展	561
线条的重新组合	576
分组线构成的演变	581
对章法的一种理解	590

第八章 当代书法养生三昧

概述	596
书法养生方法	598

第一章

我叫书法，这是我的简历



书法的简介

书法是中国特有的一种传统艺术。中国汉字是劳动人民创造的，开始以图画记事，经过几千年的发展，演变成了当今的文字，又因祖先发明了用毛笔书写，便产生了书法，古往今来，均以毛笔书写汉字为主，至于其他书写形式，如硬笔、指书等，其书写规律与毛笔书写规律相比，并非迥然不同，而是基本相通。基于索本求源（指甲骨文之后），这里重点介绍毛笔书写汉字的规律。只要我们对书法有了“狭义”的理解，那么对领会“广义的书法”也会大有裨益。

从狭义讲，书法是指用毛笔书写汉字的方法和规律。包括执笔、运笔、点画、结构、布局（分布、行次、章法）等内容。例如，执笔指实掌虚，五指齐力；运笔中锋铺毫；点画意到笔随，润峭相同；结构以字立形，相安呼应；分布错综复杂，疏密得宜，虚实相生，全章贯气；款识字古款今，字大款小，宁高勿低等。

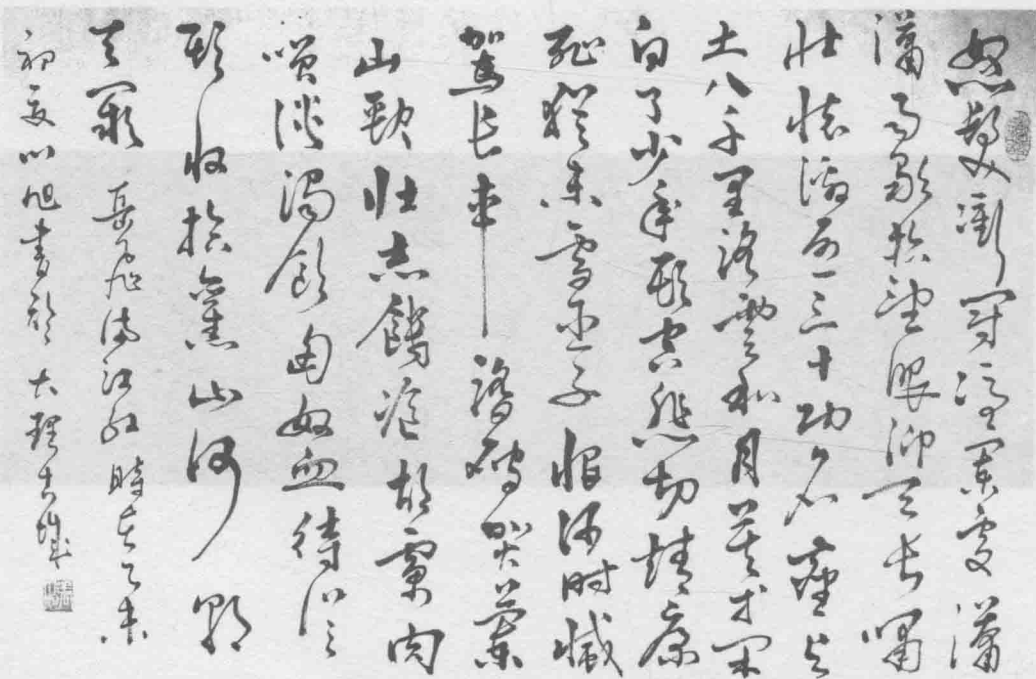


图1 《满江红》岳飞



图2 《兰亭序》王羲之

从广义讲，书法是指语言符号的书写法则。换言之，书法是指按照文字特点及其含义，以其书体笔法、结构和章法写字，使之成为富有美感的艺术作品，随着文化事业的发展，书法已不仅仅限于使用毛笔和书写汉字，其内涵已经大大增加。例如，从使用工具上讲，仅笔这一项就种类繁多，毛笔、硬笔、电脑仪器、喷枪烙具等。颜料也不单是使用黑墨块，墨汁、黏合剂、化学剂、喷漆釉彩等五彩缤纷，无奇不有。过去的文房四宝——笔、墨、纸、砚，其含义也大有扩展，品种繁盛，不胜枚举；从执笔方式上看，有的用手执笔，有的用脚执笔，就是用其他器官执笔的也不乏其人，甚至有的人写字根本就不用笔，如“指书”“挤漏书”等；从书写文种上说，并非汉字一种，有的少数民族文字也登上了书法艺坛，蒙文就是一例；从书体和章法上看，除了正宗的传统书派以外，在我国又出现了曲直（线）相同、动静结合的“意向”派，即所谓现代书法。它是在传统书法基础



图3 蒙文书法

上，加以创新，突出变字，融诗书画为一体，力求形式和内容统一，使作品成为“意美、音美、形美”的三美佳作。在日本不少书家摒弃文字的语言性，树立文字的“形象性”，出现了“墨象”派，以用笔的轻重和徐疾、笔锋的开合及落笔位置的变化等，写出各种形象的文字。这一书派，虽突出“意象”，其字赏之也新颖，但汉字并非都是“形象”字，因此步履艰难，发展受到限制。所有这些（当然不仅是这些），可以看出书法和其他事物一样，也是在不断地发展和变化着。



图4 现代书法

书法的起源

书法是汉字的书写艺术。它不仅是中华民族的文化瑰宝，而且在世界文化艺术宝库中独放异彩。汉字在漫长的演变发展的历史长河中，一方面起着思想交流、文化继承等重要的社会作用，另一方面它本身又形成了一种独特的造型艺术。近代经过考证，关于中国文字起源，一般认为在距今约 5000 至 6000 年左右中国黄河中游的“仰韶文化时期”，已经创造了文字。

世界上各民族的文字，概括起来有三大类型，即表形文字；表意文字；表音文字。汉字则是典型的在表形文字基础上发展起来的表意文字。象形的造字方法即是把实物画出来。不过画图更趋于简单化、抽象化，成为突出实物特点的一种符号，代表一定的意义，有一定的读音……我们的汉字，从图画、符号到创造、定型，由古文大篆到小篆，由篆而隶、楷、行、草，各种形体逐渐形成。在书写应用汉字的过程中，逐渐产生了世界各民族文字中独一的、可以独立门类的书法艺术。

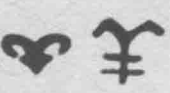
	魚	鳥	羊
甲骨文			
金文			
小篆			
隸書			
楷書			
草書			

图 5 字体的形成与发展

各种书法体简介

一、甲骨文

古汉字一种书体的名称，也是现存中国最古老的文字。刻在甲骨上，先用于卜辞（殷代人用龟甲、兽骨占卜，占卜后把占卜时期、占卜者的名字、所占卜的事情用刀刻在卜兆的旁边，有的还把过若干日后的吉凶应验也刻上去。学者称这种记录为卜辞），是对未来事情结果的占卜，盛于殷商。甲骨文发现于1889年，是殷商晚期王室占卜时的记录，发现于河南省安阳小屯村一带，距今已3000多年。



图6 甲骨文书法

甲骨文是中国书法史上的第一块瑰宝，其笔法已有粗细、轻重、疾徐的变化，下笔轻而疾，行笔粗而重，收笔快而捷，具有一定的节奏感。笔画转折处方圆皆有，方者动一，圆者柔润。其线条比陶文更为和谐流畅，为中国书法特有的线的艺术奠定了基调和韵律。甲骨文结体长方，奠定汉字的字形。甲骨文的结体随体异形，任其自然。其章法大小不一，方圆多异，长扁随形，错落多姿而又和谐统一。后人所谓参差错落、穿插避让、朝揖呼应、天覆地载等汉字书写原则，在甲骨文上已经大体具备。

二、金文

古汉字一种书体的名称。商、西周、春秋、战国时期铜器上铭文字体的总称。兴盛于周代。金文为中国书法史上的又一丰碑。依附于青铜器，铸鼎意在“使民知神奸”故是一种宗教祭祀的礼器。金文也被称为钟鼎文、器文、古金文。和青铜器一起铸成的铭文线条较之于甲骨文更为粗壮有力，文字的象形意味也更为浓重，最早的金文见于商代中期出土的青铜器上，资料虽不多，年代都比殷墟甲骨文早。周代是金文的黄金时代，出土铭文最多。这个时期主要作品有：《天亡簋》《大盂鼎》《墙盘》《散氏盘》《虢季子白盘》。尤以《司母戊鼎》《散氏盘》《毛公鼎》最为著名，艺术成就也最高。



图7 《天亡簋》

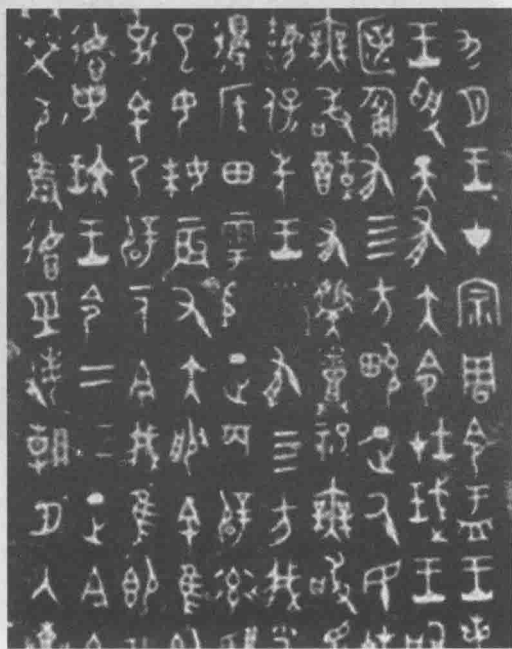


图8 《大盂鼎》



图9 《墙盘》



图 10 《散氏盘》