

大学生人文素质教材

中国书法艺术

齐作声



zhongguoshufayishu

顾问 / 聂成文
主编 / 祁毓麟
齐作声

辽宁美术出版社

大学生人文素质教材

中国书画艺术

中国书画艺术



- 顾问 / 聂成文
- 主编 / 祁毓麟
齐作声

题字·聂成文

中国书画艺术

总 策 划: 徐姝彦
顾 问: 聂成文
主 编: 祁毓麟 齐作声
执行副主编: 廖晓晴
副 主 编: 张世刚 史成俊 郝世檀
林晓鹏 杨永滨 周 波
梁志汉 张 峻 张 明
刘丽颖 庄前茅 李玉坤
编 委: 张 荭 王魁公 王中海
魏家春 张巨纲 高国欢
孙旭东 陈 浮

© 祁毓麟、齐作声等2003

图书在版编目(C I P)数据

中国书法艺术 / 祁毓麟等编. - 沈阳: 辽宁美术出版社,
2003.10

大学生人文素质教材
ISBN 7-5314-3113-0

I. 中… II. 祁… III. 汉字 - 书法 - 高等学校 - 教材
IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 067172 号

出 版 者: 辽宁美术出版社
(地址: 沈阳市和平区民族北街 29 号 邮编: 110001)
印 刷 者: 辽宁省印刷技术研究所
发 行 者: 辽宁美术出版社
开 本: 787mm × 1092mm 1/16
印 张: 8
字 数: 165 千字
印 数: 1-4000 册
出版时间: 2003 年 10 月第 1 版
印刷时间: 2003 年 10 月第 1 次印刷
责任编辑: 徐姝彦
封面设计: 金 明
版式设计: 徐姝彦 金 明
责任校对: 张 华 高国欢

定 价: 19.00 元

邮购电话: 024-23419474
E-mail: lm1945@yahoo.com.cn
http://www.lnpgc.com.cn

序言

书法是一门艺术，如今已没有疑义。从学习书法的角度来说，认识上的差距会直接影响到学习的成果。历代书家的艺术成就，莫不得力于他们对书法的深邃领悟。因此探讨书法是怎样的一门艺术形式，从宏观上勾勒出书法的大致轮廓，使我们在微观的学习中，不离开对书法的把握，是很有裨益的。

第一，书法是以具有一定内容的相应汉字作为创作载体或谓创作素材。书法伴随汉字的产生、发展而出现篆、隶、行、草、楷书字体，它的天生丽质具有艺术载体的功能，为书法创作提供了得天独厚的条件。人们创造了形式，反过来又要受到形式的制约。写每一种字体都要遵守它的法则。

第二，书法是以宣纸、毛笔和墨为主要工具的书写艺术。纸与墨的黑白、虚实对比，极简约而又意韵无穷，但墨不能自行于纸，是藉毛笔的运动而出现神奇的效果。这毛笔运动规律称之为笔法。因此，学习书法要重视和讲究笔法。笔法的神髓就在一个“写”字。写，是生动自然的运动，是心灵的音乐。写，是有规律又富于变化的运动。毛笔由人驾驭又不可任意而为，讲究法又不为法所囿。写，是实用文字的升华，那些描、画和做作的动作为笔法所不取，那些生硬、软靡、浮滑、僵化形态为笔意所不容。一般学习书法的人，要从实用文字升华到艺术的层次，必须经过脱胎换骨的过程。传世的书法名作，凝聚着数千年无数人们艺术实践的宝贵经验，因此学习书法的人要向传统学习，在研习历代书法名作中淘洗俗姿，使自己的审美和艺术表现力逐渐达到艺术的层次，而后进行书法创作。

第三，书法创作，在于赋予抽象文字以深邃的内蕴。概括地说：赋予书法以形质。书法的点画、结构，筋、骨、血、肉、气的物质属性，这是书法存在的物质基础。赋予书法以形、姿、仪、态，若往、若来、若飞、若动，是自然运动的缩影，也是中华民族生生不息精神的展现。“天地之道，恒久而不已也”，转化为人们的精神是“天行健，君子以自强不息”。赋予书法以大自然和人类的雄气、奇气、雅气、秀气等高格的气息，构成书法的格调。赋予书法以阳刚之美，阴柔之美，中和之美的艺术风格。赋予书法以时代精神。每个时代的书家都给书法形式注入新的审美信息，使书法艺术得以发展，这些审美信息的主流，构成时代精神的主体。赋予书法形式以自然有序而又变化的运动规律。自然规律就是艺术规律，书法用笔的刚柔相济，结构的奇正相生，章法的贯与变等，都是自然规律的运用。没有自然规律，便没有书法的形式。赋予书法以民族的文化素养，民族文化孕育了书法艺术，书法艺术又传播民族文化。书法依赖哲学、文字学、文学、心理学等而得以发展。其中哲学是民族文化的先导，“道”学说给书法以深远的影响，“道”的境界便是书法的境界。可以说离开了民族文化，书法形式就会干瘪。赋予书法以美的创造力，每个书家都在他的作品之中融进了对美的创造，从而丰富了书法美的形式和内涵。

以上这些，都是书家一切艺术素养的自然流露。哲学给它以睿智，文字学给它以“六书”，文学给它以书写内容，音乐给它以韵律，心理学给它以平衡，书论给它以条理，书迹给它以借鉴，山川给它以阅历……书法作者的理想、情操、意志、气度、才华、智慧等修养，都在影响他的审美和艺术表现力。“书者，如也，如其志，如其才，总之曰如其人而已。”书家之于创作，晓之以理，动之以情，把他的身心全部投入到书法中去，创作高格调的作品，升华了自己，启迪人们的心灵，无愧于他的时代，为民族的艺术做出应有的贡献。

祁毓麟

2003年7月

目录

基础篇	1
一、中国书法艺术的历程	1
二、汉字成为书法艺术的原因	10
三、书法艺术的学习方法	11
四、书法艺术的构成	13
五、文房四宝	19
毛笔篇	21
一、篆书	21
1. 篆书源流	21
2. 篆书笔法	22
3. 名作赏析	23
二、隶书	30
1. 隶书源流	30
2. 隶书笔法	30
3. 名作赏析	34
三、楷书	40
1. 楷书源流	40
2. 楷书笔法	41
3. 名作赏析	46
四、行书	56
1. 行书源流	56
2. 行书笔法	60
3. 名作赏析	63
五、草书	71
1. 草书源流	71
2. 草书笔法	71
3. 名作赏析	75
硬笔篇	89
一、硬笔书法简史	89
二、钢笔书法基础知识	90
三、钢笔楷书	91
四、钢笔行书	96
五、粉笔板书	98
六、名作赏析	99

一、中国书法艺术的历程

书法是以汉字为载体的，自汉字产生之时，书法艺术便已经孕育其中了，所以中国书法艺术大致同汉字的产生时代相仿佛，大约有三千年的历史。了解中国书法史是十分必要的。对于初学者来说，只有做到这一点才能理清中国书法史的脉络，了解中国书法的概貌；对于有一定基础的书家来说，也只有做到这一点，才能够正确把握中国书法发展大势，达到真正意义上的创新。

(一) 先秦书艺

1. 汉字产生与甲骨文

关于汉字的产生，古书上有多种说法，真正有年代可考、有真迹可寻的则是距今约三千余年前的商代“甲骨文”。这种用刀刻在龟甲或牛肩胛骨上的上古文字于1899年发现在商朝故都殷墟，即今河南省安阳市西北的小屯村。目前共发现甲骨十六万余片，有单字近五千多个，已考释出来的有两千字左右。从已破译出来的甲骨文看，构成汉字的六条基本原则，即象形、指事、会意、形声、转注和假借，均已具备，可以认定是较为成熟的汉字了，而且具有一定的艺术性。从结构上看，一字宛如一幅图画，颇具象形性；从笔法上看，因系刀刻，线条两端尖出，宛如麦芒，细劲铎锐，森然可畏；从章法上看，因龟甲、牛肩胛骨多呈三角形，故甲骨文大都作扇面放射状排列，随机设局，稚拙古朴，具有特殊的艺术魅力。



2. 金文

殷、商时代镌刻于青铜器上的铭文统称“金文”。金文起源于商殷而盛行于西周。字体属于大篆系统。如前所述，甲骨文发现仅百余年，而金文早在汉代便已出土面世了。迄今发现的青铜器共有五千余件，其中商殷仅一千余件，其余皆为周代所铸。青铜器上的铭文少则一二字，多则四五百字，不尽相同。

从字体上看，因金文与甲骨文流行年代接近，所以亦带有较强的象形性。一般来说，金文直画粗肥丰满，转折处曲屈圆转。结体随字形所之，参差错落。章法自然疏朗，一派天机。

当然，每一金文也有其各自的特点。例如：道光初年出土于陕西岐山礼村的《大盂鼎》，方正平稳，端庄肃穆，开后世方笔之先河。1977年出土于陕西扶风法门公社的《墙盘》，圆润遒丽，清逸秀逸，宛若端庄淑女梳妆于镜前。出土于陕西凤翔的《散氏盘》，浑厚苍茫，活脱灵动，充满富于幻想的周人精神流动轨迹，乃金文名器之冠。道光年间出土于陕西宝鸡的《虢

季子白盘》，疏朗空灵，文静典雅，自有一种小家碧玉的独特风貌。道光末年出土于陕西岐山的《毛公鼎》，庄重典雅，方能入矩，圆能合规，趋于整饬。洪荒时代那种稚拙迷离的气息已悄然隐去。

(二)秦汉书艺

1. 小篆

公元前221年，秦朝建立，开始实行统一文字政策。李斯作《仓颉篇》、赵高作《爰历篇》、胡毋敬作《博学篇》，以秦篆为标准，删去六国与其不合的异体字，这便是所谓“小篆”。小篆是相对大篆而言的。有了小篆，以往的篆书自然称为大篆。狭义的大篆，指周宣王太史籀所整理之文字；广义的大篆，则包括上述甲骨文、金文和春秋战国时期通行于各国的文字。与大篆相比，小篆更加理智和规范。从当时的历史条件来看，这反映出了篆书由朴到工的发展趋势；从今日来看，趋于工整划一的小篆较大篆缺少灵动自然之感，艺术含量降低。传世小篆的代表作主要有《泰山刻石》、《峰山刻石》和《琅琊台刻石》等，皆为秦朝丞相李斯所书。



2. 隶书

关于隶书的源流，传统说法大都认为隶书系秦始皇时人程邈所作，如张怀瓘在《书断》中说：“隶书者，秦下邳人程邈所造也。”然而近年来湖北云梦秦国竹简和四川青川战国木牍的出土，动摇了这一成说。从出土的竹简和木牍来看，在笔法上出现了方笔，在结体上由圆趋方。虽然仍保留许多篆意，但基本上已是隶书。可见隶书早在战国时期便已出现。所谓秦始皇时人程邈创新隶书，很有可能是他在隶书的发展初期，曾做过重要的整理工作。至东汉安帝和灵帝时期，隶书得到了充分的完善，呈现出“蚕头”、“雁尾”的典型汉隶风格。



在笔法上，逆入平出，方圆并用，起伏较大；在结体上，因字立形，疏密有致，千姿百态。

汉隶中的名碑大都产生于此时。例如，清丽典雅、遒美飘逸的《曹全碑》；方劲高古、沉雄朴茂的《张迁碑》；端庄娴静、温润秀逸的《史晨碑》；端严清峻、秀整超逸的《礼器碑》；舒展开张、纵横野逸的摩崖石刻《石门颂》等，都在中国书法史上占有重要的地位。

以上汉隶名碑，大都不留写者姓名。这一时期以书名流传后世者，当属蔡邕。蔡邕，东汉灵帝时曾为议郎，史载兼善篆、隶，而尤长八分。熹平四年（公元175年），蔡邕与堂溪典等人厘定《六经文字》，由他以“八分”书丹上石，使工镌刻，碑成立于太学门外。据说当时前来观览摹写者甚多，每日有车千辆，以至街道为之填塞。这说明在东汉初年，书法作为一种艺术形式，开始具有社会性，即不仅限于以往的个人审美意识活动，而且已经初步为世人所普遍认同。

3. 草书、楷书和行书

如前所述，隶书自战国时代产生之后，至汉初已进入发展阶段。在这个发展阶段中，它是朝着两个方向前进的：一条路线，应官方正式诏令、奏章、公文和碑文之需，朝着端正的方向发展，最终在东汉的桓灵时代形成了八分隶书。另外一条路线，应边疆军情紧急和百姓日常生活节奏趋简趋快之需，朝着潦草的方向发展，后来潦草得难以辨认，经史游、杜操等人的整理和规范，最终形成了章草。

草书是由汉末张芝变革章草而成的，对此史籍有明确的记载。据唐人张怀瓘《书断》说：“伯英学崔、杜之法，温故知新，因而变之以成今草，转精其妙。”从这里可以知道，张芝曾师事崔瑗、杜操，学习章草。章草成后，又不满足已有成就，乃将章草去其波磔，上下钩连，间有不连之处，而血脉不断，遂成今草。所书《知汝帖》，便是他草书的代表作，故后世尊其为“草圣”。

正书产生于汉末，由隶书之端正和章草的便捷发展而来。宋代《宣和书谱·正书叙论》说：“降及三国钟繇者，乃有《贺克捷表》，备尽法度，为正书之祖。”正书亦称楷书、真书。

行书的源流较其他书体更为清楚，据卫恒的《四体书势》说：“魏初，有钟、胡二家为行书法，俱学之于刘德升。”张怀瓘在《书断》中更为明确地说：“刘德升即行书之祖也。”由此可见，行书的草创者当是刘德升无疑，而刘德升系东汉末年桓灵间人、钟繇之师，可知行书和楷书几乎同时形成于这个时期。

张怀瓘在《六体书论》中曾说：“大率真书（楷书）如立，行书如行，草书如走。”也就是说，如果把楷书比做人在站立，那么行书就好比人在行走，草书就好比人在奔跑。这种比喻形象而准确地反映了楷书、行书和草书三者之间的关系。

（三）魏晋南北朝书艺

魏晋南北朝是中国书法走向成熟并且达到艺术巅峰的辉煌时代。这一时期书法艺术之所以取得很大成就，主要有以下三个方面的原因：

其一，全国分裂割据局面的出现，虽然在政治、经济上带来很大的负面影响，但在文化领域却往往意味着思想解放的到来。在艺术领域，画坛诞生了著名的“作画六法”理论，书坛则出现了所谓的“晋人尚韵”书风。其二，魏晋南北朝是中国书法艺术集大成的黄金时期。从中外学术史上看，每一项重要学术成就的取得，在其学科的发展过程中，往往既不在初始，也不在后期。魏晋南北朝时期，篆、隶、楷、行、草等各种书体均已出现，尤其是楷、行、草三体方兴未艾，适于抒情，颇富表现力。集众体之长而成一派，此正其时也。其三，书法理论对书法实践的指导作用。中国最早出现的书法理论文章，当属汉代蔡邕的《笔法》和赵壹的《非草书》，但到了魏晋南北朝时期，书法理论论著若雨后春笋，层出不穷。如卫恒的《四体书势》、卫夫人的《笔阵图》、王羲之的《书论》、索靖的《草书状》、成公绥的《隶书体》等等。大量书法理论论著的产生极大地促进和推动了书法实践的开展。

在中国书法史上，魏晋南北朝是一个特殊的历史阶段。在这个历史阶段中，产生了许多著名的书法家，主要有钟繇、王羲之、王献之和智永。

钟繇（公元151年—230年），字元常，颍川长社人。魏明帝时官至太傅，故世人又称“钟太傅”。如前所述，钟繇乃正书之祖，所作《贺克捷表》是迄今为止发现的古代第一篇楷书。



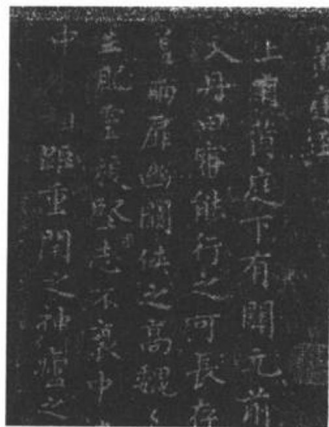
今观其作，最具隶味的波磔已基本消失，取而代之的是楷书回锋护尾之法。钟繇传世楷书还有《宣示表》、《荐季直表》、《力命表》、《墓甲丙舍帖》和《还示帖》等。

王羲之（303年—361年），字逸少，琅琊临沂（今山东临沂）人。出身东晋仕宦家庭。初为秘书郎，后官至右军将军、会稽内史，故世人又称其为“王右军”。羲之一生耿介，无意于荣华富贵，钟情于优游林泉，颇具晋人潇散旷达之风度。

据羲之自述，他“少学卫夫人”，后见到李斯、曹喜、钟繇、梁鹤书法和蔡邕《石经》、张昶《华岳碑》，眼界大开，乃“于众碑学习焉”。羲之诸体皆能，然据张怀瓘说：“得重名者，以真、行故也。”指出他在书法上的主要成就在真书、行书方面。

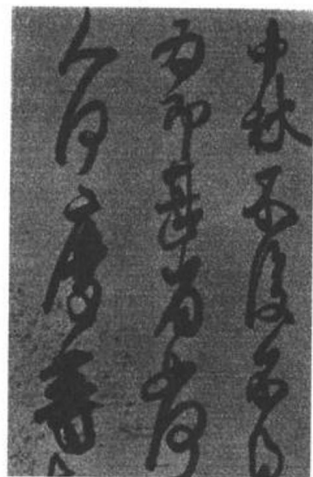
羲之真迹，至今已不可见，惟有一些刻本、摹本传世，如真书有《乐毅论》、《黄庭经》等，行书有《兰亭序》、《圣教序》等，行草书有《寒切帖》、《初月帖》、《平安帖》、《奉橘帖》、《快雪时晴帖》、《二谢帖》、《九月十七日帖》、《频有哀祸帖》、《行穰帖》、《游目帖》和《丧乱帖》等。

在王羲之的诸多作品中，以《兰亭序》最富盛名，有“天下第一行书”之美誉。今观其迹，该序清丽出尘、蕴藉风流，洵为中华书法艺术之瑰宝。



王献之（344年—386年），字子敬，王羲之第七子，官至中书令，亦以书法名世，故书法史上称其父子为“二王”。献之七八岁学书，即显示出良好的艺术天资。献之不仅善于继承前人的书法成就，而且更是一位颇具创新意识的书法家。早在十五六岁时，他便曾对父亲说：“故之章草，未能宏逸。今穷伪略之理，极草纵之致，不若藁行之间，于往法固殊，大人宜改体。”这就是说，献之认为以往的章草书体，拘谨而不能舒展，如今通过对俗体省略字和雅体章草的研究，不如此基础上，开创一种在行书、草书之间的行草书，建议父亲应改变书体。这就是王献之的所谓“破体”主张。

从献之的传世书迹看，大都为行草书。这种行草书在结体和笔法上皆与其前不同，后人将其父子书法的不同特点概括为大王“内挾”，而小王“外拓”。两者的区别是：在结体上，内挾聚敛而外



拓开张；在转折处，内挾多折而外拓多转；在意态上，内挾属骨胜之书，故严整质朴；而外拓属筋胜之书，故华滋道媚。时议以为：“献之骨力远不及父，而颇有媚趣。”颇有媚趣，不仅说明了外拓之书的特点，也正是小王发展大王之处。迄今传为王献之的书迹主要有：《鸭头丸帖》、《廿九日帖》、《地黄汤帖》、《东山帖》和《洛神赋十三行》等。

智永（生卒年不详），会稽人。山阴永欣寺僧人，称永禅师，名法极。俗姓王，王羲之七世孙。据元人郑有定注郑杓《衍极》说：“隋僧智永，羲之七世孙也，颇能传其学。”智永的传世书迹，以《真草千字文》最为著名。真书工稳秀颖、醇厚庄和；草书雍容宽和、圆秀腴劲，然失之于过分精熟，少英迈之气和纵横之势，诚如项穆所言：“专范右军，精熟无奇。”智



永《真草千字文》虽然继承多而创新少，但对于借以了解王羲之书法来说，则是难得之佳本。

东晋南北朝是帖学的发端和发展的重要阶段，上述书法家皆为帖学的宗师或巨匠。然而这一阶段还有另一种书法现象出现，即碑版书法。因碑版书法主要流行于北朝，故称北碑。但南方也有一些，尤其是西南少数民族地区，碑版书法亦不乏优异者。由于碑版书法大都为民间书手所为，当时并不在艺术范畴之内，只是自清朝碑学崛起后，才引起世人的重视，将其视为书法艺术的一大流派，著名的有《爨宝子碑》、《始平公造像记》、《瘞鹤铭》、《张猛龙碑》和《张黑女墓志》。

（四）隋唐五代书艺

公元589年，隋朝结束了自东晋以来273年的分裂局面，再次统一了中国。然而隋朝享国不长，20年后，又为唐朝所取代。唐朝开国皇帝唐太宗李世民十分喜爱书法艺术，曾为东晋大书法家王羲之亲撰传论，并有《温泉铭》笔迹传世。封建君主的喜好对推动唐朝书法艺术上的繁荣与发展起到了较大的促进作用。

由粗而工是中国书法发展史的规律之一。作为正书初级阶段的北碑，经过170年的演变发展，至唐已进入总结整理阶段，这就是唐人尚法的主要原因。

所谓“尚法”，简言之，即指专尚法度的一代书风。唐人书法，尤其是楷书，专尚法度，讲究规范，可以说反映了他们的普遍审美追求，当然在这一共性前提下，每个书家的作品也是有其个性的。

欧阳询（557年—641年），字信本，潭州临湘（今湖南长沙）人。唐贞观初年曾任太子率更令，故又称“欧阳率更”。他的传世书迹主要有：楷书《九成宫醴泉铭》、《皇甫诞碑》、《化度寺邕禅师塔铭》、《温彦博碑》等；行书《卜商帖》、《张翰帖》、《梦奠帖》等，其中尤以《九成宫醴泉铭》最为著名。今观其迹，险劲刻厉，秀骨清相，显然受到《张猛龙碑》、《张黑女墓志》和《董美人墓志》的影响。

虞世南（558年—638年），字伯施，越州余姚（今浙江余姚）人。唐初曾封爵永兴县子，故又称“虞永兴”。据史书记载，世南曾拜智永为师，成年学习过隋《龙藏寺碑》，甚至临写达到乱真的程度。传世书迹较少，有《孔子庙堂碑》和《汝南公主墓志》等，以《孔子庙堂碑》最为著名。今观其迹，用笔外柔内刚，若盛德君子，含蓄其外，而坚忍其中。

褚遂良（598年—658年），字登善，钱塘（今浙江杭州）人。褚遂良初学史陵，后又师事虞世南，成年之后主要攻习右军书法，同时又兼学北碑，包容汉隶，可谓博采众长之书家。传世书迹主要有《伊阙佛龕碑》、《孟法师碑》、《雁塔圣教序》等，以《雁塔圣教序》最为著名。今观其迹，笔画舒展清健，技法灵活多变。张怀瓘在《书断》中形容此碑：“美人婵娟，不胜罗绮”，近矣。

颜真卿（709年—784年），字清臣，琅琊临沂（今山东临沂）人。真卿曾向草书大家张旭请教过笔法，后撰《述张长史笔法十二意》，成为千古书论名篇。传世书迹较多，主要有《多宝塔碑》、《颜家庙碑》、《东方朔画赞碑》、《郭家庙碑》、《颜勤礼碑》、《麻姑仙坛记》、《大唐中兴颂》、《李元靖碑》、《告身帖》、《祭侄文稿》、《争座位帖》、《刘中使帖》等。其中以楷书《颜勤礼碑》、行书《祭侄文稿》最为著名。今观其迹，《颜勤礼碑》体格丰硕伟岸，神态雍容雄秀，胸怀宽广博大，气质高古苍劲。《祭侄文稿》系为悼念在安史之乱中为国捐躯的亡侄所作，

真卿书写此稿时，沉痛切骨，多年的书法功底，会集笔端，全以神行，不再顾忌笔墨法规，达到炉火纯青的艺术境界，在中国书法史上占有重要的地位，世人誉之为“天下第二行书”。

柳公权（778年—865年），字诚悬，京兆华原（今陕西耀县）人。官至太子少师。传世书迹主要有《玄秘塔碑》、《神策军碑》、《李晟碑》等，以《玄秘塔》最为著名。今观其迹，行笔刚健，切金断玉；中宫紧收，雄奇角出，颇具阳刚之美。



孙过庭，约生于唐太宗贞观二十二年（648年），卒于武则天长安三年（702年）以前。吴郡（今江苏苏州）人。据载，他曾师法钟繇、张芝，尤其是羲、献父子的书法。他一面临摹古人书迹，一面深入思考其中的规律，为此留下一部三千余字的书论名作《书谱》。《书谱》不但是部书论名作，而且也是一篇草书巨迹。今观其书，遒媚圆润，方圆兼备；大小相形，远近相随；平正相生，虚实相映。颇具形式美感，蕴藏着十分丰富的辩证法思想，与其书法理论表里如一，相映生辉。

张旭，生卒年不详，大约活动于唐玄宗开元、天宝年间，吴郡（今江苏苏州）人。传世书迹主要有《古诗四帖》、《肚痛帖》等，以草书《古诗四帖》更为著名。今观其迹，初看满纸烟云，龙飞凤舞。近观，下笔处明显是将篆书的逆锋隐端之法，融入到草法中来，其挥运之纯熟，任字形千变万化，线条圆转遒劲，笔锋不倒，虽至细微之处，亦毫发不爽，后世学张旭者，惟知狂怪，而此中三昧却不识也。

怀素（725年—785年），仅知其活动于唐玄宗到唐德宗时期，字藏真，俗姓钱。自称长沙人。自幼出家为僧，故又称沙门怀素。据载，怀素曾得到张旭弟子邬彤和颜真卿的指点，此后书艺大进。怀素尤长草书，流传至今的书迹主要有《食鱼帖》、《苦笋帖》、《小草千字文》和传为《自叙帖》等，《自叙帖》运笔如飞，线条遒劲，确如“飞鸟出林，惊蛇入草”。极具艺术个性。



杨凝式（873年—954年），字景度，陕西华阴人。生于唐末，而历仕五代，官至太子少师，故又称“杨少师”。据载，凝式平生喜欢在洁白的墙壁上作书，而极少写尺牍。流传至今的主要书迹有《韭花帖》、《卢鸿草堂十志图跋》、《夏热帖》和《神仙起居法》，其中以行楷书《韭花帖》影响最大。今观其迹，简静旷远，潇散飘逸。得王羲之《兰亭序》之神髓，为明人董其昌所宝爱。

（五）宋代书艺

清人刘熙载在《艺概·书概》中说：“学书者，始由不工求工，继由工求不工，不工者，工之极也。”个人学习书法的规律是这样，整个中国书法艺术的发展趋势也是这样。唐人尚法，已经完成了由不工到工的阶段，进入宋代，将由工到不工，这便是宋人尚意的主要原因。

除此之外，当时的社会思潮对书法艺术的影响也较大。经学发展到宋代，称为理学。理学家们认为：“理在先，气在后”，即意识第一，物质第二。在这一命题下，人们便可以任意

发挥，而不再顾及既有的原则和规矩，这便是宋人尚意的外部原因。“意”是相对于“形”而言的，属于形而上的范畴，它可以泛指意韵，也可以特指书卷气。

宋代著名书法家苏轼、黄庭坚、米芾和蔡襄都是尚意书风的代表人物。

苏轼（1037年—1101年），字子瞻，号东坡居士，眉州眉山（今四川眉山）人。北宋著名文学家、书法家和画家。对于学书，他曾说：“我书意造本无法，点画信于烦推求。”在这一信念的指导下，他不像他人那样穷年累月专攻一体，而是博览群帖，并充实以学问，努力营造出颇具书卷气的高雅意韵，而不计较点画之工拙。坡公的这一艺术理念与追求，对宋代尚意书风的形成起到了巨大的推动作用。苏轼传世的书法较多，如《前赤壁赋卷》、《李白仙诗卷》、《洞庭中山二醪赋》、《黄州寒食帖》等，其中以行书《黄州寒食帖》最为著名，今观其迹，该帖多用偃笔，故能血丰肉莹。虽然如此，又不觉痴肥，因其中有骨，且时出主笔长画，若春柳抽条，瘦硬骇人。坡公自谓如棉裹铁，确实如此。该帖被誉为“天下第三行书”。

黄庭坚（1045年—1105年），字鲁直，洪州分宁（今江西修水）人。庭坚早年曾从宋初书法家周越学书，染上多年难以除去的抖擞之气。后来得到苏轼的晨夕指导，书艺进步很快。晚年则喜《瘞鹤铭》，爱其恣肆奇纵的笔法。从最能代表他书风的大字行楷来看，确得《瘞鹤铭》之神髓。庭坚传世墨迹主要有《松风阁诗卷》、《范滂传》、《经伏波神祠诗》、《李白忆旧游诗卷》、《诸上座帖》、《廉颇蔺相如传》等，其中以《松风阁诗卷》最为著名。今观其迹，峭拔险侧，雄强峥嵘；中宫紧收，四面开张。笔画若丈八蛇矛，内含百折不挠的柔韧之力，极富个性。

米芾（1051年—1107年），字元章。祖籍太原，后迁居湖北襄阳，故人又称“米襄阳”。米芾早年学书，不主故常，曾遍学颜、柳、欧、褚和二王字等，因其摹形特肖，人称其“集古字”，后来醒悟，专学王献之和褚遂良，得其外拓之势和灵动之法，遂自成一派。米芾的传世书迹较多，主要有：《苕溪诗卷》、《蜀素帖》、《李太师帖》、《虹县诗帖》、《研山铭》、《淡墨秋山诗帖》等，其中以《蜀素帖》和《苕溪诗卷》最为著名。今观其迹，结体外拓，有献之遗意。笔法多用侧锋，而侧锋传达出来的艺术语言是剽急和痛快，米芾尝谓己书为“刷字”，盖指此也。宋高宗在《翰墨志》中说：“沉着痛快，如乘骏马，进退裕如，不烦鞭勒，无不当人意。”最能道出米字的丰神。



蔡襄（1012年—1067年），字君谟，兴化仙游（今福建仙游）人。蔡襄少时学书，于颜字曾下过苦功。蔡襄传世书迹较多，主要有《入春帖》、《山居帖》、《暑热帖》、《谢赐御表书》、《春初帖》等，其中以《谢赐御表书》最能代表他的书风。今观其迹，如时女步春，娴美雅致，然字少高趣，意颇矜持，略显个性不足。米芾评其“勒”字，勒者，精工也，可以说抓住了蔡字的本质。

（六）元代书艺

世上事物，大凡有一利必有一弊。宋代尚意书风发展至南宋便已露其弊，宋高宗赵构在《翰墨志》中说：“书学之弊，无如本朝，作字真记姓名尔。其点画位置，殆无一毫名世。”有鉴于此，以赵孟頫为代表的元代书家们树立起了“复古”主义的晴天大纛。



这里的“复古”并不是倒退。清人梁讷在《评书帖》中说：“晋书神韵潇洒，而流弊则轻散；唐贤矫之以法，整齐严谨，而流弊则拘苦；宋人思脱唐习，造意运笔，纵横有余，而韵不及晋，法不逮唐。元、明厌宋之放轶，尚慕晋轨。”可见元代复古，不过是托古改制。

元代的书坛盟主是赵孟頫，由于他的书法写得道丽姿媚，仪态万方，因而便有元人尚态之说。其实，复古也好，尚态也罢，说的都是一件事儿，惟一的区别是，复古是就元代书风的本质而言，尚态则是就元代书风的表象而言罢了。赵孟頫（1254年—1322年），字子昂，湖州（今浙江吴兴）人，故又称“赵吴兴”。孟頫不但是一位著名书法家，而且多才多艺。关于孟頫的师承问题，据明人宋濂说：“初临思陵（即宋高宗赵构），中学钟繇及羲、献诸家，晚乃学李北海”然而从他的传世墨迹看，还是受二王的影响最深。其传世书迹较多，主要有《洛神赋卷》、《玄妙观重修三门记》、《急就章》、《临兰亭序》、《胆巴碑》、《仇锸墓碑铭稿》、《汉汲黯传》等，其中《胆巴碑》是最能体现他书风的代表



作之一。今观其迹，雍容优雅，丰腴遒劲。有人讥其甜熟柔滑，并联系他仕元一事，指责他有媚骨，其实不然。赵字宽绰中寓紧结，丰腴中寓刚健。字里行间洋溢着一种流动美，这对于楷书来说是十分难能可贵的。

鲜于枢（1256年—1301年），字伯机，河北渔阳（今北京市）人。官任浙江行省都事，长期宦居杭州。在学书道路上，鲜于枢十分赞同赵孟頫倡导的复古主义精神。其传世书迹主要有：《草书千文》、《论张旭怀素高闲草书帖》、《杜甫茅屋为秋风所破歌卷》、《苏轼海棠诗卷》等，其中以《苏轼海棠诗卷》最为著名。今观其迹，挥运娴熟，不激不厉，于技法虽无懈可击，然个性不甚突出，这就是所以不敌赵孟頫之处。

（七）明代书艺

元朝国祚短促，明初基本继承了前代以赵孟頫为代表的宗法晋唐的帖学书风，并将其发展到了极致，从而形成了工整秀雅，妍美甜俗，但毫无个性的书风，后人讥称“台阁体”，其明代中晚期以后，相继出现许多书法名家，如文征明、王宠、董其昌等，至明末，历经千余年的帖学书风已极尽其变，而艺术的生命又在于创新，无奈之下，许多书家欲变而不知变，最后流于狂怪。

有明一代，在书法上取得成就较大的有祝允明、文征明、董其昌和王铎。

祝允明（1460年—1526年），字希哲，长洲（今江苏吴县）人，官至应天府通判。允明自幼学书，先后有两位老师。一位是他的岳父李应祜，一位是他的外祖父徐有贞。允明在二亲翁悉心点拨下，近取今人，远法晋唐，奠定了深厚的传统功力，并在此基础上推陈出新，自标一格，终擅书名。允明的传世书迹较多，主要有《前后赤壁赋卷》、《杜甫诗轴》、《出师表》、《牡丹赋》等，其中以草书《前后赤壁赋卷》最著名。今观其迹，狂而不怪，静而不板，汪洋恣肆，洒脱不拘，是明代最著名的草书大师。

文征明（1470年—1559年），初名璧，字征明，42岁后以字行。长洲（今江苏吴县）人。

官至翰林院待诏，故又称“文待诏”。征明曾对赵字亦下过苦功。由于工作的关系，他常常要用小楷书写朝廷诰敕，而这一书体又正适合他那谨严的性格，因而最终在小楷书上取得了巨大成绩。征明传世书迹主要有：《过庭复语十节卷》、《自书雪诗卷》、《顾春潜传轴》、《赤壁赋卷》、《千字文》等，其中《顾春潜传轴》是比较能够反映出他小楷风貌的书作之一。今观其迹，笔瘦神清，秀颖飘逸，洵为小楷书之上品。

董其昌（1555年—1636年），字玄宰，松江华亭（今上海松江）人。官至礼部尚书。其昌初学颜真卿《多宝塔》和虞世南的书法，继学钟繇和王羲之的小楷，以及《官奴帖》，最后从宋人真迹中悟出笔法。其昌传世书迹较多，主要有：《试墨帖》、《前后赤壁赋》、《琵琶行诗卷》、《东方朔答客难卷》、《杜甫醉歌行卷》等，其中《东方朔答客难卷》是比较能够反映董其昌书风的代表作之一。今观其迹，温润精工，晶莹剔透，堪称帖学之殿军。



王铎（1592年—1652年），字觉斯，河南孟津人。明末清初人。明亡后降清，在清朝官至太子太保。王铎始终是宗法二王的，平生最喜爱的有三本帖，他曾说：“《淳化》、《圣教》、《褚兰亭》，予寝处焉。”此外还很喜欢米芾的字，他说：“米芾书本羲、献，纵横飘忽，飞仙哉深得《兰亭》法，不规规摹拟，予为焚香寝卧其下。”可见王铎之所以喜爱米书，根本原因还是认为米书出于二王。王铎传世书迹很多，主要有：《杜甫诗卷》、《草书诗卷》、《赠子房小草书卷》、《赠张抱一行书诗卷》、《赠郑公度草书诗册》、《忆游中条语轴》等，其中《赠郑公度草书诗册》是比较能够反映他草书风格的代表作之一。今观其迹，字相连属，盘纤跌宕，粗头乱服，狂怪霸悍，与蕴藉风流的王羲之书风并不一致。王铎在书法理想与书法实践上之所以出现如此矛盾，这主要是因为明末帖学精华泄尽，而书法又须求变，无奈之下，而走出狂怪之路，与其同时代的徐谓和傅山之情形亦大致相类。

（八）清代书艺

对于帖学书风，明末某些有识书家虽然已感觉到不合时宜，然欲变而不知变，遂流于狂怪，因而清初帖学仍循着传统老路向前发展，最终堕落成较“台阁体”更为靡弱僵化的“馆阁体”。馆阁体讲究“乌方光”三字诀，艺术含量愈来愈低。

清代乾嘉年间，在思想文化领域十分盛行考据学。考据学反对臆断，举起了“唯古是尚”的大旗。此后，大量碑版、金文、甲骨相继出土，这就为朴学家们考经证史提供了第一手资料。

复古学风的盛行和钟鼎碑碣的出土，启发了当时一些颇具创新意识的书法家和书法理论家。他们发现：北朝碑版虽为民间出手所写，一般石匠所刻，但字迹质朴率真，刚健峻爽，颇具阳刚之美，这恰恰是一改时下甜俗靡弱传统书风的一剂良方，于是有了碑学的兴起。

在书法理论领域首先提出碑学问题的是乾嘉年间的学者阮元，他曾撰写两篇重要的书法论文《南北书派论》和《北碑南帖论》。继而包世臣著《艺舟双楫》一书抑帖而扬碑，最后清末康有为著《广艺舟双楫》，在包氏的基础上，又提供了碑学具有“五宜”、“十美”，极尽揄扬碑学之能事。上有碑学书法理论家之鼓吹，下有碑学书法实践家之追随。当时最为著名的

碑学书法家有傅山、邓石如、何绍基和吴昌硕等，他们或写北碑，或改篆隶。书风古拙朴茂，气象雄伟恢宏，一扫元明和清初以来的柔媚靡弱习气，最终确立了碑学在中国书法史上的地位。后人以此概括其书风为“清人尚质”。

傅山（1607年—1684年），字青主，阳曲（今属山西）人。早年学习晋唐楷书，继学赵孟頫、董其昌，后学颜真卿。在学赵字时，感慨颇深，认为赵孟頫的书法就像他降元的人格一样，充满着媚骨。从而提出了学习书法“宁拙毋巧，宁丑毋媚，宁支离毋轻滑，宁直率毋安排”的命题。傅山的“四宁四毋”说不仅是他学书的指导思想，而且对清代碑学的形成也起到过一定的促进作用。傅山的传世书迹很多，其中《草书千字文册》是比较能够反映他书风和水平的作品之一。今观其迹，盘纤郁屈，气贯流便，一片天机，毫无造作之痕，确实体现了清水出芙蓉，天然无雕饰的碑学书法理念。

邓石如（1743年—1805年），原名琰，字石如，54岁因避清仁宗（颙琰）讳，遂以字行。安徽怀宁人。石如年轻时曾有幸得到书法理论家梁巘的赏识，介绍他到江南著名大收藏家梅镠处，得观秦汉以来金石善本，苦攻五年，篆书遂成。又观三代钟鼎文和秦汉瓦当碑额，临习三年，又成隶书，终以书法名世。邓石如的传世书迹颇多，主要有：《白氏草堂记》、《四体书册》、《朱文公四斋铭篆书屏》、《赠傅山七言联》等，其中以篆书《白氏草堂记》最为著名。今观其迹，以隶笔为篆，古拙朴茂、浑劲郁勃，自出新裁，是清代碑学书家的篆隶大师。



何绍基（1799年—1873年），字子贞，道州（今湖南道县）人。少年时，从颜真卿书法入手。成年后以重金购得北魏墨拓孤本《张黑女墓志》，此后日夜攻习，从不离身。又爱欧阳通的《道因法师碑》，亦学有积年。晚年专攻汉隶，其中以《礼器碑》和《张迁碑》用功更深。绍基写字时使用回腕臂法，最为奇特。绍基传世书迹较多，主要有：《山谷题跋语四条屏》、《赠子振行书五言联》、《七言诗轴》、《篆书七言联》等，其中《赠子振行书五言联》是比较能够体现何绍基书风的代表作之一。今观其迹，结体开张闲逸，笔法节节加劲，若百炼钢化绕指柔，别有趣。

吴昌硕（1844年—1927年），初名俊、俊卿，字昌硕，中年以后以字行。在学书道路上，以碑为主，但也不鄙视帖学。于碑学尤好《石鼓文》，他曾说：“余学篆好临《石鼓》，数十载从事于此，一日有一日境界。”传世书迹甚多，如《临石鼓文轴》、《篆书五言联》、《竹人世讲联》、《赠裕成仁兄联》和《篆书题额》等。其中《临石鼓文轴》是比较能够反映他书风的代表作之一。今观其迹，灵活多变，自然天真，在许多方面可以说发展了原作。

二、汉字成为书法艺术的原因

书法是中国文化百花园中的一朵奇葩，它之所以会成为中国特有的传统文化之一，除了特殊的书写工具毛笔之外，最重要的因素则是书法的表现对象为汉字，汉字的特点是产生书

法艺术的根源。下面我们简要分析汉字的特点：

首先，汉字区别于世界上其他拼音文字的最大特点是能够“因形见义”。汉字是音、形、义的有机结合。比如面对一个川字，即使不是语言学家，一般人也可能从字形上观察到它所表示的意义，像“不息的河流”。州字，表示“水中的陆地”，也能因其形而见其义。而在拼音文字中，字形就是字母，而字母主要是表示读音的，丝毫不具备象形意义。

其次，汉字因形见义的特点，形成汉字展示形体美的基础。追溯古代流传的“仓颉造字”的传说，描绘这个长着四只眼睛的神奇人物，仰观天上星辰变化的势态，俯察地上鸟兽草木的形状，“博采众美，合而为字”。这虽然无法反映当时的全部状况，我们从中却可见中国文字的诞生就是从模拟自然之美而来的，这叫“依类象形”。这种象形文字，像图画一样再现自然，包含着美的因素。可以说，它就是书法艺术的胚芽。鲁迅先生曾经说过：中国的文字，具三美，意美以感心，一也；音美以感耳，二也；形美以感目，三也。这里所说的感目的“形美”，就是汉字的一个突出特点，这样也就产生了专以表现汉字形体美的艺术——书法。当然，随着文字的不断演变，特别是经过汉隶的变化之后，大多数汉字由繁复的象形文字，趋向于符号化、抽象化、简笔化，但它的象形性质依然存在。鲁迅在《门外文谈》中又说：将形象改得简单，远离了现实。篆字圆折，还有图画的余痕，从隶到现代的楷书，和形象就天差地远。不过那基础并未改变，天差地远之后，就成为不象形的象形字。“不象形的象形”，是业已抽象化了的汉字最基本的特点。例如篆书鸟字，以其优美的造型，将栖于枝头的小鸟的形态惟妙惟肖地展现出来。即使到了今天，楷书鸟字依然具有自然界赋予事物本身的特点而保有美感。这是中国书法艺术赖以继续生存的关键。第三，汉字是方块字，每一个字占有一个方形的空间，在这个有限的空间里，笔画与笔画之间却有着千差万别的排列与组合：由于汉字的笔画排列与组合不同，致使它们有简有繁，有长有扁，有正有斜，有分有连，有向有背，有聚有散……于是，一万个不同的汉字，就有一万种不同的排列组合方式，各具独特形貌，这便为书法提供了广阔的艺术表现空间。因此，我们说正是具备上述特点的汉字，又借助特殊的表现工具毛笔，才成就了别具一格的线条造型艺术——中国书法。

三、书法艺术的学习方法

大家知道，大凡研究学问和艺术都必须讲究学习方法。掌握了正确的学习方法，就会事半功倍；不讲究学习方法就会事倍功半。研究世间事物是这样，学习书法艺术也概莫能外。书法与绘画是一对近亲的姊妹艺术。学习绘画，既要临仿名家作品，又要师法自然，而书法较绘画远为抽象，因而临摹古代名迹，便成为学习书法艺术过程中的主要手段。

（一）选帖

既然临摹古代名迹是学习书法艺术的主要手段，那么就首先要选好临摹的范本，即选帖。选帖应注意以下三个方面：

1. 尽量选择最接近真迹的范本

碑帖多种多样，有墨迹，有碑刻；有初拓，有后拓；印刷质量也不一样，因而我们须有所选择。宋代著名书法家米芾在《海岳名言》中说：“石刻不可学，但自书使人刻之，已非已



书也。故必须得真迹观之，乃得趣。”此话很有道理，石刻即使再精，也只能表达原作的结体与点画的肥瘦，至于用笔的轻重缓急，用墨的浓淡枯润，皆无法得见，所以初学最好选择印刷精良的真迹影印本。

2. 要大胆选择自己喜好的范本

中国书法艺术有几千年的历史，先人们给我们留下了大量的碑帖名迹。它宛如百花园，梅兰竹菊，争奇斗艳，美不胜收。与此相似，古代名迹众多，风格各异，然风格并无高下之别，要在风格鲜明与否。若能选择自己喜好的碑帖作为范本，不但学习起来有兴趣，而且易于理解和掌握其书风，并在此基础上加以发展。

3. 不同的学习阶段应选择不同的范本

经过一段时间的学习，水平定会有所提高。水平提高后，对碑帖的理解力与鉴赏力也会相应地有所增长，这样就会出现再次选帖的问题。再次选帖时，至少有以下三种情况可供考虑。其一，选择与第一范本风格相近的碑帖，继续临摹深造。其二，随着书法水平和书法鉴赏力的提高，对原来未能理解的碑帖产生新的强烈爱好，可更换与前不同的新范本。其三，对第一范本的书法风格仍然喜好，但感觉其中似乎有所不足，则选择能够弥补这一不足碑帖作为辅助范本，与第一范本共同学习。总之在更换学习范本的过程中，应在把握主要发展方向的前提下，视情况而定。

(二) 临 摹

范本选定之后，便可以临摹了。临摹是学习书法艺术的主要手段，它包括摹帖与临帖两个不同层次。

1. 摹 帖

摹帖是练习书法的初级手段。所谓摹帖，即指把透明而又不渗墨的薄纸覆在范本上，一笔一画地沿着线条流动的轨迹摹写。

摹帖的方法又有以下三种：

双钩。即将点画的双边边线钩画，呈现出字的外形轮廓。如果再用墨将点画中间的空白处填实，即称双钩廓填。好的双钩本下真迹一等，目前行世的王羲之系列法帖，大都为唐人双钩廓填本。

单钩。即先在透明纸上钩出点画的中锋线，然后依照中锋线将点画的外形写满。这种方法与双钩在程序上恰好相反。

满摹。即在透明纸上用毛笔直接将范本字的外形摹写出来。

2. 临 帖

临帖是练习书法的高级手段。临帖又分对临与背临两种方法：

对临，指对照帖子上的字而写。摹写主要是为了使书法学习者熟悉点画的形态，临写在掌握点画形态的基础上，更要注重字的神态。为此，在临写之前，须仔细观察点画的下笔处、中段行笔处和收笔处，正确理解点画的来龙去脉，从而掌握范字之笔法。

背临，指不看范本，凭记忆背写帖中之字。对临精熟之后，方可进入背临阶段。背临对原作形态上的要求进一步放宽，而对原作神态上的要求更加严格，所谓“遗貌取神”是也。背临是书法练习者由临摹到自由书写的最后一个临界点。