

张重梅 著

香
法
子
要



北京燕山出版社

书 法 五 要

张重梅 著

北 京 燕 山 出 版 社

书 法 五 要

张 重 梅 著

北京燕山出版社出版

(北京市东城区府学胡同36号)

北京市同兴印刷厂排版

地质出版社印刷厂印刷

北京市新华书店首都发行所发行

开本850×1168毫米1/32·印张6.5 字数 152千字

1988年8月北京第一版1988年8月北京第一次印刷

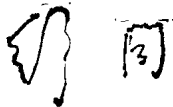
印数：1—17,000定价：2.80

ISBN 7—5402—0032—4/J·0014

序

张重梅同志河南省内黄县人。现在中国艺术研究院工作，系中国书法家协会会员，中国美术家协会会员。1928年生于书香世家，童年即受家庭熏陶，较早的接受中国传统文化。高师毕业后，又曾拜著名书画家陈半丁、孙荣彬等诸多名家为师，全面掌握了中国的诗（文）、书、画、篆刻艺术。其作品刚健、清新、秀逸，风格显明，造诣很高，是我国颇有建树的书画家之一。

重梅同志积数十年之经验，著此《书法五要》一书，全书共分五章，概括论述了书法艺术领域中的一些重要问题。其论点精当，方法具体实用，尤重视学书者道德情操的培养，强调书法作品之社会效益。此书问世，对中华民族书法艺术的继承发扬和普及提高，以及促进精神文明建设，国际文化交流，将起到极其有益的作用。



目 录

序	舒 同
---------	-----

第一章 书法简史

一、文字的源流	(1)
(一) 甲骨文	(2)
(二) 钟鼎文	(3)
二、秦统一文体及篆隶的革兴	(4)
秦书八体	(5)
三、汉隶盛行及其影响的书体	(6)
(一) 章草	(7)
(二) 今草	(8)
(三) 汉代书法理论著述	(8)
(四) 蔡邕与石经	(8)
(五) 石门石刻	(9)
(六) 帛书和简牍	(10)
四、魏蜀吴(三国)的书法	(11)
(一) 魏的书法	(11)
(二) 蜀的书法	(11)
(三) 吴的书法	(11)
五、晋代的书法	(12)
(一) 卫夫人一家	(12)

(二) 王羲之父子·····	(13)
六、南北朝的书法·····	(15)
(一) 南朝的书法·····	(15)
(二) 北朝的书法·····	(17)
七、隋代的书法·····	(18)
八、唐代的书法·····	(18)
(一) 唐太宗李世民与书法·····	(18)
(二) 唐代书法家·····	(20)
(三) 唐代的书法理论著述·····	(21)
九、宋代的书法·····	(22)
(一) 宋徽宗赵佶的瘦金体·····	(23)
(二) 宋代的书法理论著述·····	(24)
(三) 阁帖的兴起·····	(25)
十、金代的书法·····	(26)
十一、元代的书法·····	(27)
(一) 元代的书法·····	(27)
(二) 蒙古族书法家康里巎巎·····	(28)
(三) 元代的书法理论著述·····	(29)
十二、明代的书法·····	(29)
(一) 明代的书法·····	(29)
(二) 徐渭破行出新·····	(31)
(三) 明代的书法理论著述·····	(32)
十三、清代的书法·····	(33)
(一) 沈荃与馆阁体·····	(33)
(二) 山左宰相与皖南布衣·····	(34)
(三) 扬州八怪书有新意·····	(35)
(四) 清代的书法理论著述·····	(35)

第二章 碑帖评介

一、碑帖的区分	(38)
(一) 碑	(38)
(二) 帖	(39)
二、篆书碑帖	(40)
(一) 钟鼎文	(41)
(二) 大盂鼎	(41)
(三) 散氏盘	(42)
(四) 吴趸子剑铭	(43)
(五) 石鼓文	(43)
三、小篆碑帖	(44)
(一) 泰山刻石	(44)
(二) 峄山碑	(46)
(三) 琅玕台刻石	(47)
(四) 秦权、斤、量三诏版	(47)
秦代篆书的特点	(47)
三国魏蜀吴篆书	(47)
(五) 魏石经	(47)
(六) 吴天发神谶	(48)
唐代篆书	(48)
(七) 李阳冰的三坟记	(48)
(八) 元结的湄台铭	(49)
宋代篆书	(50)
(九) 徐铉与许真人井铭	(50)
元代篆书	(50)

(十) 泰不华的王烈妇碑.....	(50)
明代篆书.....	(51)
清代篆书.....	(51)
清末民初篆书.....	(52)
选篆体书.....	(52)
四、隶书碑帖.....	(53)
汉代隶书.....	(53)
(一) 祀三公山碑.....	(54)
(二) 少室神道石阙铭.....	(54)
(三) 开母庙石阙铭.....	(54)
(四) 石门颂.....	(54)
(五) 乙瑛碑.....	(55)
(六) 礼器碑.....	(56)
(七) 史晨碑.....	(56)
(八) 华山碑.....	(57)
(九) 郾阁颂.....	(57)
(十) 西狭颂.....	(58)
(十一) 曹全碑.....	(58)
(十二) 张迁碑.....	(59)
五、北朝碑刻——魏碑.....	(60)
(一) 中岳嵩高罗灵庙碑.....	(60)
(二) 泰山羊祉开复石门铭.....	(60)
(三) 鞠彦云墓志.....	(61)
(四) 张猛龙清颂碑.....	(61)
(五) 郑文公碑.....	(62)
(六) 龙门二十品.....	(62)
魏碑的选帖.....	(63)

六、楷书碑帖·····	(64)
(一) 钟繇的宣示表·····	(64)
(二) 王羲之的乐毅论·····	(65)
(三) 王献之的洛神赋·····	(66)
二爨一铭·····	(67)
唐代楷书·····	(68)
(一) 虞世南的夫子庙堂碑·····	(68)
(二) 欧阳询的九成宫醴泉铭·····	(69)
(三) 褚遂良的圣教序·····	(70)
(四) 李邕的岳麓寺碑·····	(71)
(五) 颜真卿的多宝塔碑·····	(72)
(六) 柳公权的玄秘塔碑·····	(74)
楷书的选择·····	(75)
七、行书碑帖·····	(75)
(一) 王羲之的兰亭序·····	(76)
(二) 王珣的伯远帖·····	(76)
(三) 李世民的晋祠铭·····	(76)
(四) 虞世南的汝南公主墓志·····	(76)
(五) 欧阳询的思莚帖·····	(76)
(六) 褚遂良的枯树赋·····	(77)
(七) 李邕的云麾将军碑·····	(77)
(八) 颜真卿的自书告身·····	(77)
(九) 柳公权的蒙诏帖·····	(77)
(十) 杜牧的张好好诗·····	(77)
宋代的行书·····	(78)
(一) 苏轼的书林和靖处士诗后·····	(78)
(二) 黄庭坚的松风阁诗·····	(79)

(三) 米芾的蜀素帖·····	(81)
(四) 蔡襄的自书诗卷·····	(82)
(五) 岳飞的奏章·····	(82)
元代行书·····	(83)
(一) 赵孟頫的归去来辞帖·····	(83)
(二) 康里巎巎的谪龙说·····	(84)
明代行书·····	(84)
(一) 祝允明的前后赤壁赋·····	(84)
(二) 文征明的滕王阁序·····	(84)
(三) 董其昌的行书·····	(84)
(四) 张瑞图的书法·····	(84)
清代行书·····	(85)
行书的选择·····	(85)
八、草书碑帖·····	(85)
(一) 张芝秋凉平善帖·····	(86)
(二) 史游急就章·····	(86)
(三) 索靖的出师颂·····	(86)
(四) 陆机的平复帖·····	(86)
(五) 王羲之的十七帖·····	(86)
(六) 智永的真草千字文·····	(86)
(七) 张旭的古诗四帖·····	(87)
(八) 怀素的苦笋帖·····	(88)
宋代草书·····	(90)
(九) 米芾的草书·····	(90)
(十) 岳飞的还我河山·····	(90)
元代草书·····	(91)
(十一) 康里巎巎《草书述笔法》·····	(91)

(十二) 鲜于枢草书《瀑布诗》	(91)
(十三) 赵孟頫书《五体千字文》	(91)
明代草书	(92)
(十四) 祝允明的杜甫秋兴八首	(92)
(十五) 韩道亨的草诀百韵歌	(92)
清代草书	(93)
(十六) 朱耷的七绝诗	(93)
草书帖的选择	(93)

第三章 基本技法

一、笔墨纸砚的选择和应用	(95)
(一) 笔	(95)
(二) 墨	(100)
(三) 纸	(103)
(四) 砚	(106)
二、学习书法的四个步骤	(108)
(一) 笔画(永字八法)	(108)
(二) 结体	(118)
(三) 章法	(124)
(四) 风格	(127)
三、初学书法必要摹帖	(129)
(一) 摹	(129)
(二) 临	(130)
四、勤读苦练	(133)
(一) 勤读	(133)
(二) 苦练	(134)

第四章 书法应用

- 一、书法艺术装点着祖国的壮丽山河……………(136)
- 二、牌坊、塔、碑的书法艺术……………(138)
- 三、题匾额的书法艺术……………(143)
 - (一) 题匾额艺术的由来……………(143)
 - (二) 题匾额艺术在建筑中的作用……………(145)
 - (三) 题匾艺术的异处同美……………(147)
 - (四) 题匾额的知识和方法……………(158)
- 四、对联的书法艺术……………(162)
 - (一) 对联的用场和分类……………(163)
 - (二) 对联的撰法……………(171)
 - (三) 对联的写法……………(175)
- 五、题书(籍)的书法艺术……………(181)
 - (一) 印刷的由来和手书体……………(181)
 - (二) 几种手书体在书籍装帧上的应用……………(182)
- 六、题画的书法艺术……………(185)
 - (一) 题中堂的书法艺术……………(186)
 - (二) 题序的书法艺术……………(187)
 - (三) 题跋的书法艺术……………(187)
 - (四) 题画册的书法艺术……………(188)
 - (五) 题扇面的书法艺术……………(189)
 - (六) 题其他生活用具的艺术……………(191)

第五章 人品与书品

- 一、人品与书品的关系……………(192)
- 二、中华民族传统的道德和品行……………(193)

三、时代的要求.....	(194)
四、平素的行为.....	(195)
五、社会效益.....	(197)

第 一 章

书 法 简 史

一、文字的源流

“书法”是我国汉文字独特的优秀传统艺术，其历史悠久，源远流长。历代名家辈出，各种书法流派林立。它不仅光耀于中国美术史册，且在世界艺苑中也占有很高的地位。中华民族有几千年的文明史，是与书法(画)艺术分不开的。谈书法要从文字谈起，溯源我国的文字始于何时？创于何人？很难说得确切。据古代一些记载，伏羲氏仰观天象，俯察地物，取物画形创出了“太极图”(俗称阴阳鱼)；用曲线分圆形为阴阳二仪(朴素的运用了辩证关系)；二仪演为四象(即：太阳、太阴、少阳、少阴)；四象演变为八卦。用长短单双的横平线画出：☰、☷、☲、☵、☴、☶、☱、☴为八卦，代表了天、地、风、雷、水、火、山、泽，这种标记象征着天地间种种事物的形和意(后来周文王在黄里又从八卦演变为六十四卦)。这比较早的有巢氏绘轮囷罗旋稍富意义，更为可靠些，这就是书画的开始。周代的《易·系辞》说：“上古结绳而治，后世圣人易之以书契。”这里提到“圣人”在结绳记事的基础上初创书契。到战国时《荀子》、《韩非子》等书，才记有仓颉造字的说法。汉代许慎的《说文》一书在序言里说得更具体，说仓颉是黄帝的史臣，他见到鸟爪兽蹄的印痕，来依形造字，楔(刻)画在器物上。当然是用自然

动物的甲骨龟板的平面镌刻上象形的文字。这种说法较为具体可信。在人类生活实践中，用语言传达情感、结绳、画卦、造字以记事，以传其长久。当时自然中的 ☉日、🌙月、🌄山、💧水等，这都是具有形象和意义的字——象形文字。它是社会生活的产物。史称“书画同源”。到唐代张怀瓘在《书断》中说，仓颉生有四目等，把造字圣人更神化了。总之，人类在劳动生活中创造文字是个事实。

黄河流域是中华民族文化摇篮。从出土文物可以证明，黄河上游陕西西安半坡村出土的新石器时代的陶片，已初步具创造文字的原始形态。考古家称它为“仰韶文化”；下游的山东泰安大汶口出土的一些古陶器（1959年），上刻有符号。考古家称它为“大汶口文化”。两者都很古老，因时代久远，距今在五千年以上，考古家们只有据形推测，同一图象，有的认为是生产工具，有认为象太阳、象火☉，有人称它是热字，𤇀这是“热”的繁体，有说是日月火，总之它代表着一个意思。我国第一部最古的字书，当推汉代许慎的《说文》。该书所载九千三百字中，除五十三字为象形、指事、会意外，余皆是形声字，汉字的创造，正是沿着这个道路发展下来的。

（一）甲骨文

黄河中游的河南安阳市西北郊小屯村的殷墟，它是商朝后期文化遗址。商代经八代十二王，共计二百七十三年，曾因黄河泛滥而多次迁都，这里是商朝第二十一个国君盘庚的都城。“甲骨文”的发现，最早在清光绪二十六年，山东福山县王懿荣在购买中药里，发现骨版上有文字迹，即追其货源出自安阳。遂对古代文字加以研究。后丹徒刘鹗（字铁云，即《老残游记》的作者）从王氏处得甲骨文若干，继续收集，共得五千余片。从中选千余片付印成书，名曰：《铁云藏龟》。于一九〇三年出版。

民国十七年，中央研究院派员到安阳小屯村对殷墟进行正式发掘，所得商代重要文物颇多，并记有《安阳发掘报告》一文，

“甲骨文”遂为定论。据考古家鉴定殷墟出土的青铜器、玉器、陶片和甲骨文十万多片。商殷时代的青铜铸造已相当不错，最早铸有器铭如“苟日新，日日新，又日新。”作为自励。商代崇尚鬼神，祭祀时在甲骨上刻文辞用来占卜，并用黑、红颜色作为吉凶的标志，当然

也有少数文字是记其他事情的。这些图、文都是用刀刻成的，文字虽然不够规范，也颇初具雏形，史家称为：“甲骨文”。从书法的角度看，字体用刀刻多直道，缺乏用笔的意趣，且字体又少，不适合书法家实用，所以很少有书法家写此体。但甲骨文具有它的历史价值和艺术价值，还是代表了我国古代的文明。



图一 甲骨文

（二）钟鼎文

钟鼎文，顾名思义是指钟和鼎等铸铜器文。古代的钟除是一种打击乐器外，有的是容器，（钟即盅）。鼎是一种铜铸的祭器，一般是三足两耳（明、清时代的香炉即以它为造型依据），主要用于盛牺牲的器物，是烹饪炊具，是时君主得了天下会合

部落订盟立约，也常在鼎上铸有会盟和统一天下为内容的文字，史家称“定鼎”。我国早在夏禹时就有铸鼎划州之举。据史载和出土文物，鼎上文字载有祀典、锡命、诏书、征战，盟约等。民间亦有吉祥、长寿的辞语。这些丰富的内容，都真实的反映了当时的社会现实。这些文字叫“铭文”。铸在器物的边沿、或内、或外，甚至铸造者的姓名、年月以及使用者都刻在上边。计有：《大孟鼎》、《毛公鼎》、《周公鼎》、《宗周钟》、《虢叔大林钟》等。这些钟鼎因所铸的时间不同，字体稍有差异，但它基本上是属于籀篆体。其特点古朴、拙雅、金石味浓，艺术性很高。此文体较甲骨文体在笔画结构上就丰富得多了。与此同时的还有周秦的《散氏盘》等青铜器上的文字。（均见第二章图二、三、四）这个时期的钟、鼎、铸文颇尚实用，学术思想较为发达。

二、秦统一文体及篆隶的革兴

秦始皇崛起兼并天下，以往六国各自为政，所产生的的异体文字，秦始皇采用行政命令统一了文体。这也是为施行其政令，和表达情感的需要，秦丞相李斯（河南上蔡人，今汝南），在籀文（大篆）的基础上变化为小篆。秦代战争频繁，政令公文增多，官吏们使用篆书感到不便，因此将篆书改变为隶书体。据记载，长安县吏程邈在狱中十年，改篆体的圆转为方折，简化笔画、结体，创出隶字三千，一举提升为御史。秦代文体的革兴者李斯、程邈，为篆隶二书体奠定了基础。

同时，据《史记·秦始皇本纪》载，秦始皇二十八年出巡东方，先后登上山东邹县的峄山，泰安的泰山，下山后又祭过小山梁父，沿渤海向东又登芝罘（音夫）山，最后到琅玕台下，一年里走了四个地方。凡所到处皆立石刻文，为秦歌功颂德。因当