

执笔

怎样执笔，才是正确的执法

用笔

“用笔”一词，包括起笔和落笔

临习

三套功夫是“临”“摹”“临”

墨宝

工欲善其事，必先利其器

墨趣

墨色之中大有奥妙

涨墨

不避涨墨

成家

独具的笔态与风格

隶书

隶书的时代

二王

王羲之与王献之

兰亭

出于醉笔，最富天真

欧书

飞白冠绝，绝于古人

颜柳

颜真卿与柳公权

善书

精通笔法

中国 书法常识

潘伯鹰——著



中国



書法常識

潘伯鷹——著

图书在版编目 (C I P) 数据

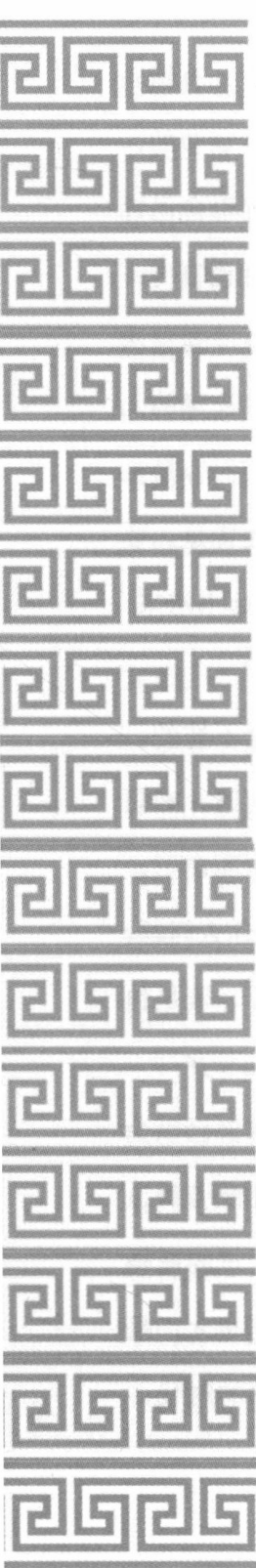
中国书法常识 / 潘伯鹰著. -- 北京: 中国友谊出版公司, 2019.1

ISBN 978-7-5057-4548-3

I. ①中… II. ①潘… III. ①汉字—书法—基本知识
IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 266284 号

书名	中国书法常识
作者	潘伯鹰
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	河北鹏润印刷有限公司
规格	710×1000 毫米 16 开 20 印张 253 千字
版次	2019 年 1 月第 1 版
印次	2019 年 1 月第 1 次印刷
书号	ISBN 978-7-5057-4548-3
定价	49.80 元
地址	北京市朝阳区西坝河南里 17 号楼
邮编	100028
电话	(010) 64668676



绪 论

多年以前，有许多喜欢研求书法的朋友嘱咐我写一本如何学习书法的书。我也想动笔试写，不过，屡次提起笔来，又放下了。放下笔的理由，却不一定是由于自己的不努力，而是有其他种种原因。

第一，写字的事，是一件需要实践的事。字是由“写”而进步的；书是由“读”而进步的。所以“写字”和“读书”它本身两个字，便已将秘诀明告我们了，也不需要再“谈”了。字不是“谈”得进步的。与其看一本“书法入门”，不如拿起笔学一张古法帖。当然，不谈就写，往往写到弯路上去。但只要人有志用功，久久不懈，走几段弯路是不可避免，也无须避免的，因为弯路之中也给我们很多教训，甚至引我们另开奇境。第二，自古及今爱谈书法的多半都不是第一流书家。例如清朝的包世臣几乎是一位谈书法的专家。他著了一部《艺舟双楫》的大书。后来又出来一位康有为，说得更多。他们的书在近代一般人中发生了极大影响。但他们的理论和方法，也有不少人提出不同的看法。我们知道，越是关于教初学的书，

越需要谨慎正确。所以我不敢写，为的是自己所知甚少，怕的是万一有错。

第三，中国谈书法的书，古往今来真也不少，有韵的，无韵的；分章节的，不分章节的；长的，短的；冒上王羲之、颜真卿的名字的，和负责用自己姓名的数也数不清。这许多书，从古到今流传不已，各立一说，各自都说真传，如若要想将正确的书法原理建立起来，必须先将历代相传的千奇百怪的说法加以排比考核和扬弃。这样，才可以将千古以来关于书法上神秘的、玄学的、依托的、“强不知以为知”的一切不可靠的言语摧陷廓清。但，谈何容易？这一大堆古代论书法的书籍，其中荒谬的固然不少，精华却也所在皆是。要考证，要选择，岂是短时期、少数人所能奏效？这一层先办不到，谈起书法来，总觉得碍手碍脚。所以还是不写的妥当。

但是有很多朋友仍责备我这种踟蹰不动的办法。他们以为谈是不妨的。当然，决不是说写字的事只要谈而不须写，写是一定要写，但如何写，必须先谈。因为这样，使得有志写的人，免得走许多弯路。与其从弯路中明白了，再回头走直路，不如一动就走直路。至于错误呢，无论什么专家，谈什么问题，不能说绝对一些小小错误都没有。有了，大家批评，错误就改正了。若是怕出错而不谈，那就根本又错了。

他们又根据写字需要实践的条件来鼓励我。他们说：“纵然你自己以为知道得很少，但你在这里面也磨了四五十年的光阴，好好歹歹谈些甜酸苦辣，也叫有志书法的青年同志们知道何处是直路。他们因此将你所已走过的弯路避开，一直向前跑去，岂不是一件大快事？”并且书法在中国的艺术上，是最具有民族形式的一种。在现代发扬民族优良艺术传统和民族精神的时代，

更有研究提倡的必要。更有一层重要之处，那就是说，我们中国现在还有不少人是用毛笔写字。单就这一点人民用毛笔的群众性说来，也应该切实研究。因此试写这一本小书。在写以前，先定了如下的几层意思：

为了使得一般文化水平的人都可以看懂，文字力求简明，因此将一切引经据典的反复考证的理论都避免了。这里所说的话，只是一些经过了辩驳引证的结论。当然这所谓的结论只是我个人所信为是正确的。至于何以得到这些结论，何以相信其正确，如若细说，就不知要占去多少篇幅，反而使读者觉得头绪纷繁。因此在这本小书里不细谈了。

为了使得学习书法的人直接能够实践，这里注重简单地说明正确的执笔方法。关于历来的许多执笔方法，古今典籍，力避多征引，也不多辩驳。希望读者照这方法，诚实力行，久久自明其妙。这里虽然也说一些何以要用这方法的道理，不过单靠文字仍是不能十分有用。读者必须照这方法，实行，实行，最后还是实行，才能逐渐认识清楚。更希望读者不要看它简单而加以轻视。往往一切最复杂的学问最高原则都是简单的。而这简单的原则，却是多少人辛苦积累得来的。书法虽不是什么了不起的学问，也不例外。

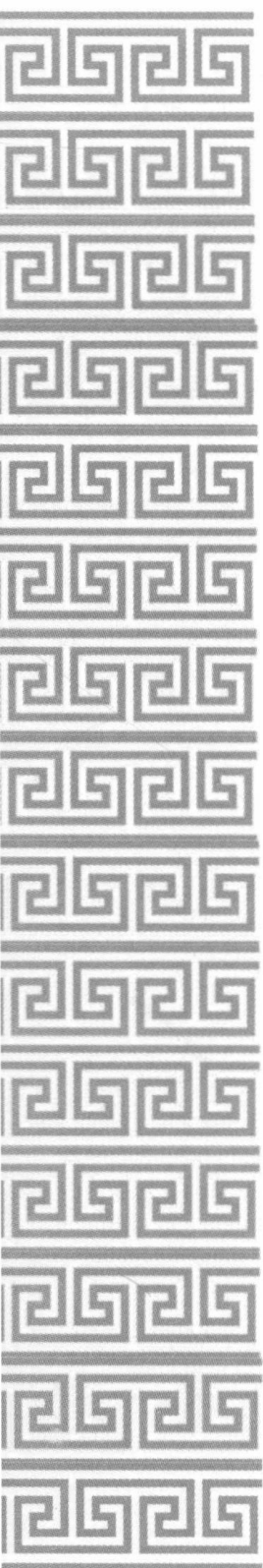
为了使得学习的人能够从实用方面，先立下根基，这里所谈范围力求其小。这里所注重的，大体上只限于楷书及行草书。读者须知书法范围异常广大，从行草楷书上溯还有篆隶，这是关于中国书法发展的历史源流方面的问题，包含极多，当然要略为谈及，虽然不能太繁。即以行草楷三体而论，其中也千门万户。这本小书势不能一一列举。学习的人胸襟务须开阔，目光务须远大，万不要以此一知半解，就以为书法原来不过如此。希望学习的人由此“积

跬步以行万里”。因为书法的体格尽管千差万别各个不同，但用笔的原则却是一致的。学习的人掌握了这方法，上下千古地自去求索论证，方是一个善于学习的。

前文所说的摧陷廓清的工作，虽然在这本书中尚不能动手，但却决不再添造模糊影响的材料。这里所谈的都是可以了解的。这些言语都是老老实实从自己的实验里，和师友的印证里抽出来的。浅显尽管浅显，却都是可以实行的。但是，艺术上的造诣，好像游山一样，只有游得愈远而愈高的人，才在心目中，自然深刻地领会到那些高远的境界究竟是些什么。这种领会是有程度的，逐渐增加的。程度不到，固然不能了解；即使到了，如若不善形容，也未能说出其中几分之几。涉于这一层的，言传较难。世间往往疏忽地名之曰“神秘”，实际上神秘并不存在。这本小书不计划谈到这样高远的境地，并且，也许著者的程度根本还不能到此境地，所以也不多谈了。

为了使读者在书法的方法上，即手写方面，得有认识，所以写第一部分卷上。为了使读者在书法的欣赏上，即目观方面，得有认识，所以写第二部分卷下。实际上这二者是互相关联的。

以上是这本小书的一个轮廓。



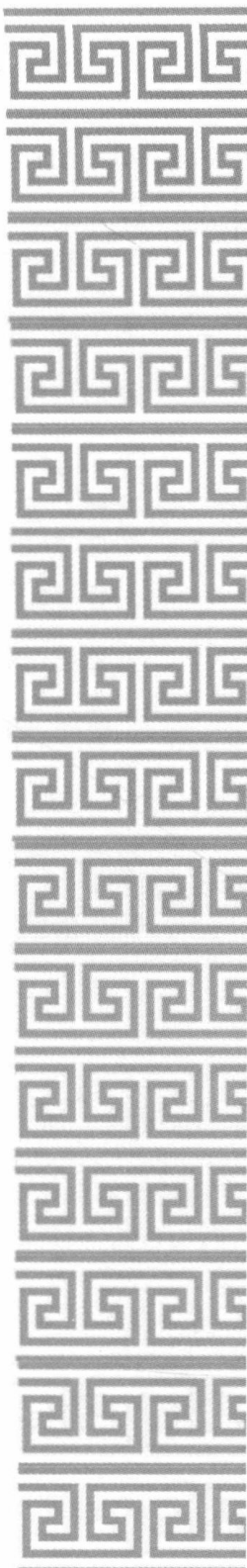
目 录

卷上

- 一 “书画同源”与笔法 / 003
- 二 正确的执笔 / 017
- 三 如何用笔 / 023
- 四 从结字和用笔入门 / 031
- 五 如何临习 / 041
- 六 途径示范 / 053
- 七 笔墨纸砚 / 079
- 八 参考书举例 / 091

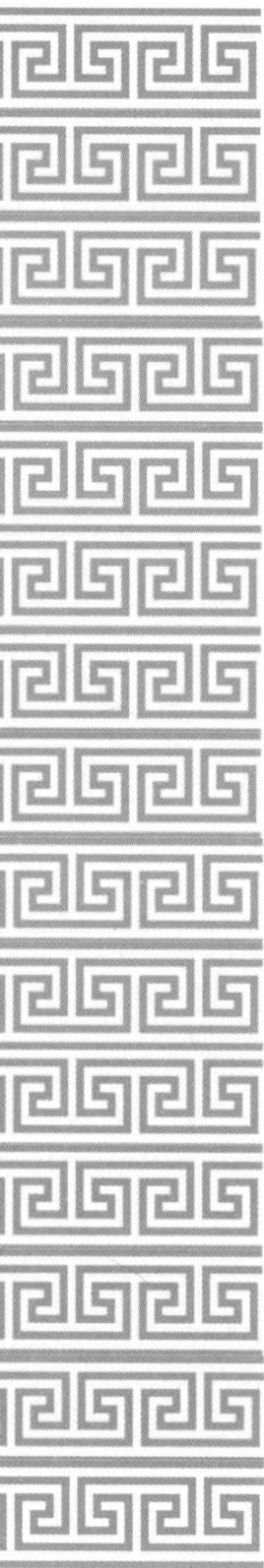
卷下

- 一 欣赏 / 099
- 二 隶书的重要作用 / 109
- 三 晋后书派鸟瞰 / 113

- 
- 四 二王 / 125
- 五 虞欧褚薛 / 135
- 六 李孙张素 / 147
- 七 颜柳 / 155
- 八 杨凝式与李建中 / 163
- 九 苏黄米蔡 / 169
- 十 赵孟頫 / 181
- 十一 明清书势 / 189

附录 书论拾零

- 一 执笔有法否 / 201
- 二 硬笔呢 软笔呢 / 205
- 三 论长锋羊毫 / 209
- 四 不必多藏好笔 / 213
- 五 再谈笔与书法的关系 / 217
- 六 墨趣 / 221
- 七 涨墨 / 225
- 八 说笔墨交融 / 229
- 九 砚 / 233



- 十 说不似之似 / 237
- 十一 博与约 / 241
- 十二 成家 / 245
- 十三 兰亭趣味 / 249
- 十四 试论欧书 / 253
- 十五 褚书何以能继右军 / 269
- 十六 颜真卿书法简说 / 273
- 十七 《云峰山诗》与《瘞鹤铭》 / 287
- 十八 草书惹是非吗 / 291
- 十九 吴昌硕的书法 / 295
- 二十 书家与善书者 / 305

卷 上

一 “书画同源”与笔法



书法，详细说来，就是写字的方法。凡事皆有方法，打球、游水、射击、骑马、跳舞、溜冰、着棋、划拳，皆有方法。写字的方法正和这些方法相仿，是一种扼要制胜的技巧。掌握了这种技巧，做起来容易成功些。

当然，说书法是和打球、划拳等等方法相仿，不是说完全相似。写字自有写字的种种特殊条件，和其他不同。不过有一点相同的，即是同为对这种事情扼要制胜的技巧。这一观念很重要，换言之，书法并非什么了不起的大学问。在以前，许多有学问的人把书法也说成一种了不起的学问。因之说出许多奇怪玄妙的言语，传出许多怪诞的故事。由于这样，许多人想学习写字，却吓得不敢写了。

不过，我们也不要看轻了这种方法。因为它需要长久专精的学习才能做得好。古人有句话，“技进乎道”。“道”就是原则的意思。一种技巧练习得纯熟极了，自能出神入化。例如杂技团的演员，都各有其最纯熟的技巧。人们看到这种出神入化的技巧，因而联想到推论到更大方面的原则上去，或是这个演员由他所熟练的特殊技艺，而领会到更大方面的原则上去，这就可以叫作“技进乎道”。写字也不例外。我们现在姑且不再谈远了，我们只从它本身先谈起来。

我们所谈的是中国书法。谈中国书法，首先就要谈到“书画同源”。

怎么见得书画同源呢？原来世界各民族的文字，不外两个系统：一个是从声的，一个是从形的。我们中国的文字是从形而成的，所以又叫“象形文字”。这种象形文字的“形”，实际上就是一种图画。我们的先民用简单的线条将

所看见的东西描下来，成为一个个的小画。这些写实的画逐渐改变增加而成为其他更富有意义的画。这些写实的画，便是象形字，而其他的便是“会意”“指事”等的字。所以我们中国的字都是一个个独立的。因而变到后来，就被叫作方块字。这“方块”字和“画”的确是同源的，分不开的。直至今日，世界各民族的图画，虽然有少数例外，取了圆形或其他形式，但大体上仍都是“方块”的。即使我们中国的“手卷”也仍然是扩充的方块。

右表中的四排“日”“月”“山”“水”四字，是一幅不精密的字样。但即使是这样不精密的字样也能举以为例，来说明我们古代文字和现代文字的嬗变痕迹。在这种痕迹中，我们很容易地看出古代字形与现代字形的近似之处。而这些古代的字，就都是从图画里渐渐蜕化来的。这就是书画同源的一点

简单的史实。这一史实对于我们书法学习的基本观念上异常重要。

这个要点，可以从两方面来说：我们中国的画和字既然同出一源，而这个同源的画和字又都是同以线条为表现方法的。中国的画，到了后代虽然演变出了许多方法，有渲染、没骨等等，但主要的，始终仍依靠原有的线条表现。中国的字是从这些图画的线条中演变、简化而成。因之，历代以来线条上的同源共命，是书画一体的唯一因素，这是一方面。由于书画全部以线条为同源，当然，其一部的“书”，也是以线条为同源。尽管古文、小篆、隶、



不同字体的喜字

章草、楷、行、大草等体格各自不同，而都依靠线条表现却无不同。因此才有笔法之可言，因此才可以说掌握了笔法，就可以应用到各种体格的字。这又是一方面。

这就是笔法通于书画的论据。这也就是笔法通于各种书体的论据。因此，除非我们不学习写中国字，若要学习，便必须从笔法入手。所谓笔法，当然是指的写中国字的笔法。这句话，初听似乎累赘，实则大有道理。因为写中国字用的是一种毛笔，这种笔法只有对于用毛笔写中国字才是最正确的方法。若是用这种方法，拿起钢笔来写外国字或写中国字，都是一样的不正确。这种毛笔，西洋人叫作刷子。他们作画也是用的毛笔，也叫刷子。不过他们的那种作画毛笔，远不如我们的精致，至少是他们的毛笔只能用于水彩画和油画，决不宜于中国的书画。所以我们中国书法的笔法，的确是一种专用的适宜的方法。而他们写横行洋字的钢笔，不但不适宜于写中国字，并且不适宜于画水彩和油画。由此，我们对于笔法的观念可以更加明确了。



右手执笔图

此外中国人用毛笔写字，是用右手执笔的。所谓笔法，只有对这种方式才完全正确。这一点是次要的重要。在中国，有些书画家偶然因为右臂残废了，勉强用左手写字作画，逐渐也能运用自然，

例如清朝的高凤翰便是其中的一位。但这是例外。这种方法应用到左手上来，虽然也有效，虽然有时反而会出一些“奇趣”，但严格讲来，是打了折扣的，不能说完全正确。还有一些好奇的人，用牙齿咬了笔写字，甚至用脚趾夹了笔写字。由于人体部位和视点的改变，所谓笔法，在这种场合之下，断然是不灵的。这些都是不正确的。

为什么我们喜爱用中国的毛笔写字呢？这是因为我们的毛笔富于弹性，伸缩的幅度极大，最便于适用在线条上的缘故。字的成形，依靠点画，即是依靠线条（点，差不多可以说是线的收缩，所以仍属于线条之内）。而线条的变化即是字形美的所从出。换言之，字的生命和精彩、字的艺术性就托赖在这上面。所以愈有弹性的笔，愈能适用于线条的变化。这种毛笔的性能，恰好能愉快地完成这种任务。唐朝吴道子画佛像，佛顶圆光一挥而就。僧怀素写草书自叙如惊蛇走虺。乃至某画家画一枝荷柄，一笔向下，一笔向上，顷刻相接犹如一笔。当然，由于他们的艺术修养纯熟方能到此地步。但若非手中有一枝好笔，刚柔适中，挥运如意，又哪能如此顺利呢？关于笔的一层，以后还要说。现在再谈笔法的综合与分析。

为什么我们要从笔法的综合上来讲呢？因为，前面我们已经说过，由于书画都同源於线条，所以才有用笔之可言。为的是要把线条弄好，就必须考究笔法。将所有的中国字仔细研究归纳，便发现这些字的组织，无论形式怎样千变万化，但其用以组织的成分，却不外乎几种长长短短的笔画。我们用了归纳的方法，将这些笔画综合了起来，千变万化便成为各种各样的字形。

这些归纳出来的笔画，可以用一个“永”字作代表。在永字里分析出这一个字包含了八种笔画。这就叫作“永字八法”。这种方法，传下来已经很久了。有的人说，这方法是后汉的崔瑗、张芝传下来的。后来又传给了魏钟繇和晋王羲之。又有人说这是一种秘传，直到隋朝的和尚智永，才传授给了虞世南。由虞世南才广泛地传出来。又有人说，唐朝的李阳冰曾经特别称赞这方法。他说，王羲之曾经用十五年的光阴，专求永字。为的是永字“备八法之势，能通一切字”。这些传说的可靠性如何，很难考证。但这“永字八法”，的确流传下来很长远了，并且它的方法，的确扼要地概括了一切字的笔法。我们分析中国字的成分，还须遵守它。在以前，对于一个善于书法的人，