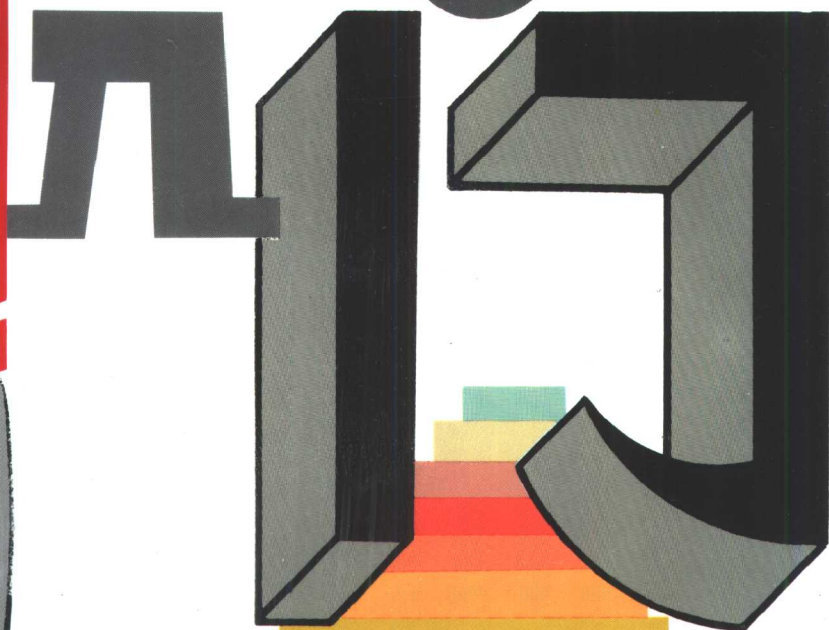


书法入门丛书

中国画报出版社

小奇 志强 等编

草书



草书 草书 草书 草书

中国画报出版社●

草书入门

书法入门丛书

小奇 志强 等编

图书在版编目(CIP)数据

草书入门/小奇编. -北京:中国画报出版社,1999.4
重印 ISBN 7-80024-186-6

I. 草… II. 小… III. 草书-书法 IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 06101 号

草书入门

小奇 志强 等编

中国画报出版社出版发行

(北京海淀区车公庄西路 33 号)

新华书店总店北京发行所经销

北京彩桥印刷厂印刷

*

787×1092 毫米 16 开 2.5 印张

1995 年 10 月第 1 版 1999 年 4 月北京第 3 次印刷

印数:15000—19000 册

ISBN 7-80024-186-6 定价:6.60 元
J·187

目 录

一、草书常识	(2)
二、如何学习草书	(3)
三、草书用笔特征及点画书写方法	(4)
四、草书偏旁部首与符号练习	(9)
五、草书结构	(18)
六、名帖选段	(29)

目 录

一、草书常识	(2)
二、如何学习草书	(3)
三、草书用笔特征及点画书写方法	(4)
四、草书偏旁部首与符号练习	(9)
五、草书结构	(18)
六、名帖选段	(29)

一、草书常识

草书创自汉代。许慎云：“汉兴有草书。”草书是将汉字草写规范化后形成的书体。可细分为章草，今草和狂草。

章草是隶书的草写体，它保留着隶书的波磔特点，字形较方正，字字独立，布局匀称。章草又有“隶草”、“急就”、“行草”等称谓。历史上擅章草者有：汉黄门令史游、杜度、章帝崔瑗、三国吴皇象、晋索靖、王羲之等，传世作品有：吴皇象的《急就章》、晋索靖的《月仪帖》，王羲之的《豹奴帖》、陆机的《平复帖》等。

今草又称独草，脱胚于章草，但已脱去隶意，是楷书的草写，相传为汉末张芝所创。其特点是：将横折、竖挑、撇捺变方折为圆转，去掉了波磔的隶书笔态，一笔到底，一气呵成，以绵连运转法完成字的组合，笔画的过渡，转换用细如游丝的萦带相连。今草从笔画到写法，较之其他书体，作了很大的改革，经唐孙过庭著书完成了其书写法则，使之规范化。更进一步推动了今草的发展。

隋唐是今草发展的辉煌时期，涌现出欧阳询、孙过庭、颜真卿、柳公权、怀仁等一大批今草书家。宋代“苏、黄、米、蔡”四家亦工草书。元代赵孟頫明代宋克、祝枝山、徐渭、张瑞图、王铎等均擅草书。近代于右任创立标准草书社，极力推广标准草书。

今草影响较大的法帖有，晋王羲之《十七帖》，唐孙过庭《书谱》，五代杨凝武《神仙起居帖》、宋黄庭坚《廉颇蔺相如传》、元赵孟頫《六体千字文》、明祝枝山《前后赤壁赋》等。

狂草也称大草，是草书发展的第三个阶段。它源出今草，以狂放、奔腾为其特点。狂草的产生将汉字书法艺术推向了一个更高的境界，是为人们所开启的又一个艺术殿堂。

狂草的书写注重每个人性情的渲泄，是最能通过文字来表达内心世界的工具。唐孙过庭在《书谱》中云：“草以点画为情性，使转为形质。”正是强调了性情、情感的作用。

狂草体势连绵不断，笔意潇洒豪放，字字相连，酣畅淋漓，极尽变化之妙。这些正是由于狂草点画的变异处理，才能产生出的效果。但也因此使人不易识认，实用性相对较弱，可以说纯粹是一种艺术品。

狂草发展的代表人物为张旭和怀素。张旭的草书，被认为求全于神而不求全于迹，所以称他为“颠张”。怀素称他的草书“得笔法三昧”，窦冀说他“忽然绝叫三五声，满壁纵横千万家。”诗人钱起在赠怀素的诗中亦言：“狂来轻世界，醉里得真知。”所以后世称怀素为“狂素”或“醉素”。从二人的别称中，我们也可感受到情在草书中的重要性，以及草书神品所要达到的艺术境界。

总之，草书是汉字书法艺术发展的较高的层次阶段，其间蕴藏着拂郁、瑰奇的感情。虽是寥寥数笔，却犹如狡兽暴骇、将奔未驰。因此，要想掌握它就必须了解化繁为简，避密就疏，点画无定形以及盘旋飞动，处处见精神这些草书的特征。同时还要有坚实的楷、行功底，否则是无法步入草书之门的。宋苏轼曾说：“自古未有不善正书而工于草者”的，希望学书者谨记。

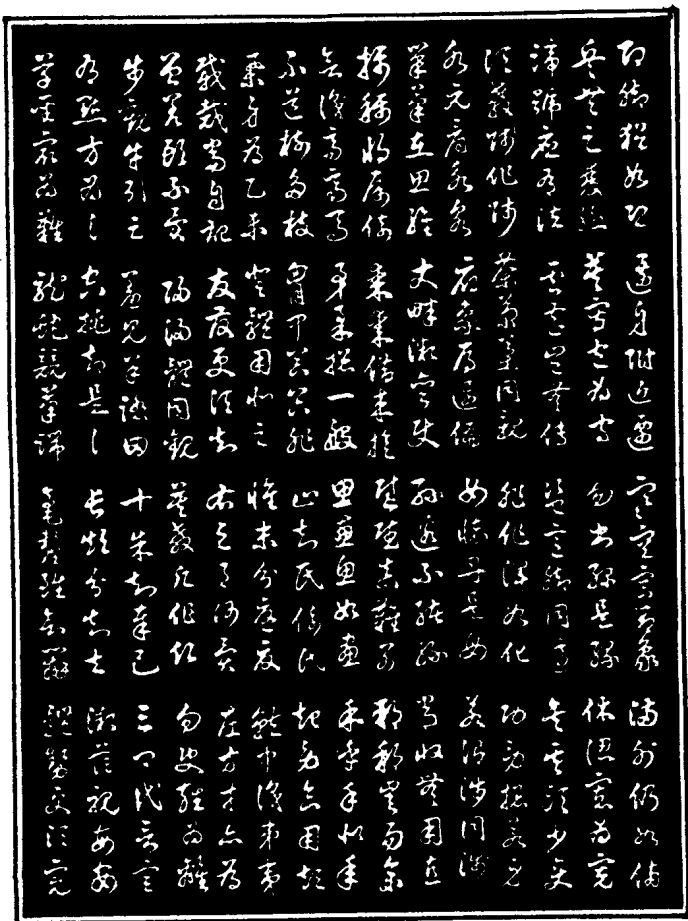
二、如何学习草书

草书学习与其它书体相比最难,是最不易掌握的。首先是草字比较难认,它与我们日常所接触到的汉字相差甚远,不认识也就无法正确的理解。因此要想学好草书,就先要对草书的标记符号理解吃透,方可入门。其次是临写,草书临写要求领会作者所书之神韵,如果只是依形组字,则很难得其要领,所以临写一定要专心,专注,用心体会。再次是草书用笔变化多端,何时绞转,何时运行,既有法可依,又常出其变,这就须要学者有较强的书写功底。如若功底较差,则萦带变化无力,游丝软弱,写出的字就会形如腐物一般,毫无生机。因此一定要加强基础训练。还有由于草书字字相连,绞转运行,所以它不像楷、隶那样可单字练写,而不考虑通篇的章法。学习草书必须结合章法而练。只有章法布局合理,艺术效果才会强。

以上几点掌握后,只能说是会写草字而已,要想再上阶梯达到顶峰,还须掌握最后一点,那就是前文提到的人个的情感表达问题。融入情感作品才会有生机,风格也才能体现。然而情感如何表达,还需要作者不断地加强自身的文化艺术修养,陶冶性灵,培养情操,才能通过笔墨传达给观者。所以说要想学好草书非一朝一夕所能达到,要持之以恒,循序渐进,全面发展。

为便于识认草体字,附录草法至宝 草诀歌(摘句)

学草最为难	龙蛇竞笔端	毫厘虽欲辨
体势更须完	有点方为水	空挑却是言
长短分知去	微茫视每安	步观牛引足
羞见羊蹄田	十朱知事已	三口代言直
曾差头不异	归漫体同观	莫教凡作愿
勿使雍为离	裁裁当自记	友发更须知
右邑月何异	左方才亦为	举身为乙未
登体用北之	惟未分忧夏	就中识弟夷
不道树多枝	胸中器谷非	止知民倚氏
起旁合用短	欲识高齐马	牙柔总一般
思惠鱼如画	禾乎手似年	据称将属倚
某枣借来旋	慰赋真难别	朔邦岂易参
巢笔在思维	文畔微弯使	孙边不绪丝
常收无用直	水元看永泉	府象尊还偏
女怀丹是母	若谓涉同浅	须教贱作师
茶菊荣同亲	非作浑如化	功劳总若身
蹄号应有法	云虚岂无传	盗意脚同适
矣其头少变	兵共足双联	莫写包为守
勿书绿是绿	休认事为宽	即脚犹如恐
还身附近迁	寒空客有象	满外仍如备



三、草书用笔特征及点画书写方法

草书贵在流畅，书写草书时必须省减笔画，字的偏旁，部首以简括的手法，及法则符号来表示。或萦带相连，或借笔妙用等。虽然草书笔法是以绞转、简括和互连为显著特征，看似随意，信笔拈来，其实不然，这些都是活动在一定的法度范围内的。书写草字最忌无视法度，随意改变而造字。

草书虽依靠绞转来完成书写过程，但仍离不开汉字的点画组成规律。下面以王羲之十七帖中字为例对常用基本点画的书写作一介绍。



上斜点



上斜点

露锋起笔，向右下按笔，转势稍提向左下出锋。注意范字“示、龙、之”，三个字上点的不同写法。

上对点

露锋起笔，稍顿转势向右上挑出，笔断意连接右点，稍按向左小撇出，范字“兼”。

下对点

亦称八字点，露锋起势下按，回锋提笔右上方挑出，空接左点笔势右按，转笔送力完成，范字“下”。

上下连点

露锋起笔，稍顿即转提笔牵线连带下点，顿笔左下出锋，范字“今、信”。

长点

露锋起笔，右下方运笔，稍按后微前行至末端，折笔左下送出，范字“外、示”。



上对点、下对点



上下连点



长点





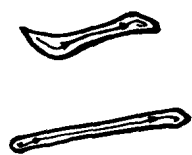
左挑点 右侧点



横三点



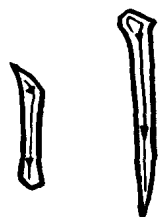
短横 长横



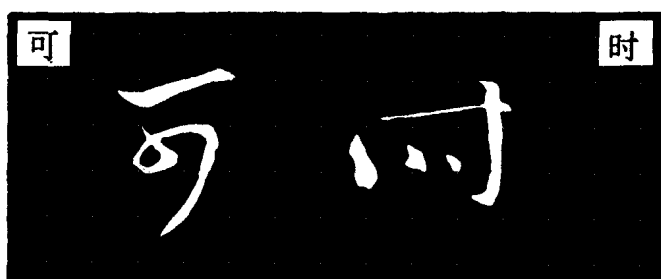
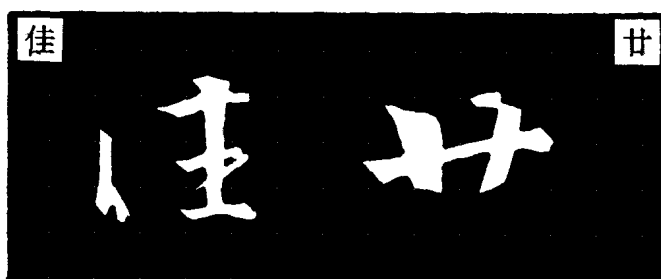
尖头横 圆头横



悬针竖 垂露竖



短竖 长竖



左挑点

露锋起笔即按，折笔后右上方挑出，范字“不”。

右侧点

接左侧点顺势露锋起笔，右下方行笔，稍顿转笔出锋，范字“药”。

横三点

露锋起笔，稍顿即出送势，二点接势即按，锋出连末点后顿笔，转锋左下撇出，范字“并，无”。

短横

露锋起笔，提按右行，回锋收笔，范字“佳”。

长横

露锋起笔，下按折笔提按右行，略带斜度，回锋收笔，范字“廿”。

尖头横

露锋起笔，稍下按即右行，回锋收笔，范字“可”。

圆头横

逆锋起笔，随即右行做提按动作，完成收笔回锋，范字“时”。

悬针竖

露锋起笔，横顿转势下行，至末端提笔出锋，范字“十”。

垂露竖

逆锋起笔，中锋下行运笔，收笔回锋，范字“耳”。

短竖

露锋起笔，稍按即提笔下行，末端驻笔，范字“所”。

长竖

逆锋起笔，顿笔转锋下行，末端轻提送力，范字“中”。



竖钩

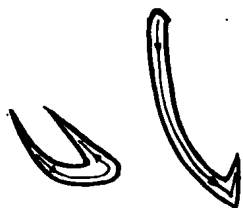
保

保 行

行

竖 钩

露锋起笔，稍顿下行，竖末端驻笔转势，左上方出钩，力送至笔端，范字“保，行”（此字竖钩为左下方出锋）。



卧钩斜钩

必

必 婚

婚

卧 钩

露锋起笔，右下稍按后横向右行，驻笔提锋左上出挑势，范字“必”。

斜 钩

顺笔逆势起，驻笔下行，末端稍顿转笔出钩，范字“婚”。



弯钩反钩

惆

惆 缘

缘

弯 钩

露锋起笔，顺势右下行后右转到末端驻笔出钩，范字“缘”。

反 钩

露锋起笔，稍顿转笔下行，末端折笔出钩，范字“惆”。



抛钩

鼠

鼠 驰

驰

抛 钩

露锋起笔，稍顿下行，运笔由轻渐重，转笔左上方出钩，范字“鼠、驰”（抛钩的变化写法）。



横钩

也

也 实

实

横 钩

露锋起笔，稍顿即提笔向右运行，（左低右高）弯处稍重，转笔出钩，范字“也，实”。



横折钩

杨

杨 同

同

横 折 钩

露锋起笔，右行折笔后提按下行，末端稍驻，转笔出钩，范字“同，扬”（此字为横折钩的变化写法）。



斜撇



为 斜撇

露锋起笔，稍顿左下向运行，逐渐提笔，力送笔端，范字“人，为”。



短撇平撇



平

短撇

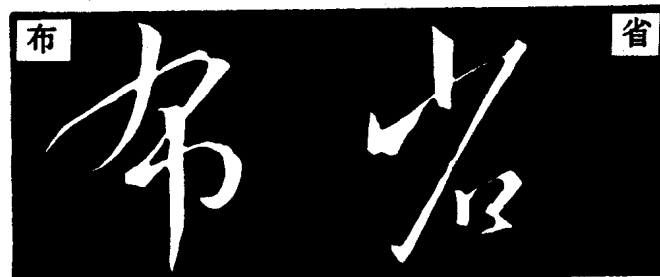
露锋起笔，稍顿右下行笔，逐渐提笔出锋，范字“我”。

平撇

露锋起笔，右向按笔，折笔出锋，范字“平”。



直撇 钩撇



省

直撇

露锋起笔，稍按下行，逐渐提笔弯钩左下出锋，范字“布”。

钩撇

左下顺势带锋逆入，折笔后左下运行，末端驻笔出钩，范字“省”。



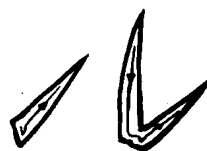
横折撇



又

横折撇

露锋起笔，右上行笔，顿笔转折左下行笔，逐渐提笔出锋，范字“彼，又”。



挑 折挑



此

挑

接上笔势逆入，转折后右上出锋，范字“粗”。

折挑

露锋起笔，顺势下行逐渐按笔，末端稍驻即折笔右上挑出，范字“此”。



挑异变



我

挑异变

顺锋起笔，稍按左下运行，折笔右上挑出，范字“救，我”。



平捺异变

远

远之

之

平捺异变

顺势露锋起笔，按笔后提锋右横向行笔，折笔左下出锋，范字“远、之”。



斜捺异变

便

便致

致

斜捺异变

露锋起笔，右向行笔并逐渐加重，驻笔后左向出锋（亦可不出锋），范字“便、致”。



横折连写

云

云吾

吾

横折连写

露锋起笔，稍按右上前行，折笔后左下行笔，弯处右转力送笔端，范字“云、吾”。



点横连写

六

六亦

亦

点横连写

露锋起笔，稍按转笔下行，弯处渐重并右横向行笔，折笔出锋，范字“六、亦”。



撇直连写

种

种唯

唯

撇直连写

露锋起笔，稍顿提笔右下运行，连带写出下笔，末端驻笔出锋，范字“种、唯”（连写的又一种写法）。

耶

耶谢

谢

多笔简写

范字“耶、谢”。

多笔简写

丨	佳 佳	位 位	依 依	伐 伐
人	企 企	命 命	命 命	金 金
ㄣ	言 言	言 言	衣 衣	夜 夜
ㄣ	别 别	列 列	刻 刻	列 列
ナ	有 有	存 存	有 有	存 存
子	缘 缘	组 组	绿 绿	结 结
丨	彼 彼	彼 彼	行 行	彼 彼

し

形 西

形 取

影 影

形 取

し

汶 汶

海 海

潘 潘

洪 洪

大

天 天

奏 奏

奉 奉

美 美

才

技 技

推 推

授 授

投 投

土

增 增

增 增

地 地

地 地

力

加 加

勅 勅

加 加

男 男

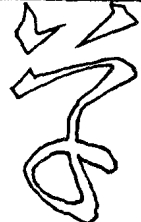
疾

疾 疾

疲 疲

疲 疲

疲 疲

	草 	落 	草 	草 
	官 	宿 	家 	宙 
	度 	磨 	廊 	府 
	戎 	戎 	成 	戎 
	耶 	陶 	部 	陪 
	寻(尋) 	对(對) 	谢 	寸 
	情 	惟 	悚 	惟 

口

口

唯

吹

吹

吟

吟

吹

吹

回

回

回

困

困

回

回

国

国

山

山

峨

仙

仙

幽

幽

岫

岫

巾

巾

希

帐

帐

帖

帖

帐

帐

近

近

近

连

连

速

速

逸

逸

尸

尸

居

履

履

居

居

履

履

弓

弓

张

张

张

躬

躬

张

张

讠

讠

诸

诸

训

训

清

清

谈

谈

子

子

孙

孙

孔

孔

孙

(孫)

孫

孔

孔

木

木

杖

杖

枝

枝

杜

杜

橫

橫

女

女

妹

妹

如

如

嫌

~

嫌

始

始

矢

矢

短

短

短

短

短

短

知

知

王

王

理

理

珠

珠

理

理

理

理

日

日

时

时

明

明

明

明

曠

曠