

成功从一点一滴开始 书法从一笔一画开始 想写一手漂亮的字就从这里开始吧

书法文化阶梯

元代悲情

（从）
（书）
欣赏篇

刘宏敏 王党丽◎编

写字教育不仅可以启发和引导学生的思维，陶冶学生的情操，也是培养学生良好心理素质的重要手段。还是培养学生人生观、世界观以及个性发展的一种新的教育方式。

远方出版社

中小學生
寫字教材

中小學生寫字教材●欣賞篇

元代悲情

劉宏敏 王黨麗●編

遠方出版社

图书在版编目(CIP)数据

元代悲情/刘宏敏,王党丽编.—2版.—呼和浩特:远方出版社,
2006.9

(中小学生写字教材·欣赏篇)

ISBN 978-7-80595-870-5

I.元... II.①刘... ②王... III.汉字—法书—鉴赏—中
国—元代 IV.J292.112.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 109817 号

中小学生写字教材 欣赏篇·元代悲情

编 者	刘宏敏 王党丽
责任编辑	胡丽娟
封面设计	朱志辉
版式设计	梅 莉
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
经 销	新华书店
印 刷	廊坊市华北石油华星印务有限公司
开 本	850×1168 1/32
总 字 数	2600 千
总 印 张	139
版 次	2008 年 3 月第 2 版
印 次	2008 年 4 月第 2 次印刷
印 数	3000
标准书号	ISBN 978-7-80595-870-5
总 定 价	556.00(共 26 册)

远方版图书,版权所有,侵权必究。
远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

再版说明

本套丛书自第一次正式出版以来,受到了广大师生的普遍欢迎。写一手好字是青少年成长过程中应该掌握的一种基本技能,本丛书针对书法教育重理论、实用性欠佳、不能承载书法艺术之重的市场空缺,急读者所急,应读者所需。同时,它对提升学生的书写能力,传承祖国优秀书法文化,培养高尚的审美情操起到了不可替代的作用。

应广大师生朋友的要求,紧跟教学的形势,使教与学起到举一反三的作用,我们对本套丛书进行了重新编辑,以便突出这套书的编写宗旨。我们将原来的一套 36 本精简为 26 本,删繁就简,提炼原书的精华,并把原书内容按认知层次归类为“入门篇”、“基础篇”、“提高篇”、“实践篇”、“欣赏篇”,功能明确,更具针对性,从而达到引领学生登堂入室的效果。

我们的宗旨,是通过修订给广大师生朋友们提供更好的

切实的帮助和指导。限于水平和时间,书中如有不足之处,希望广大师生在使用这套书的过程中,进一步提出宝贵意见,使这套书更臻完善。

编 者

前言

Preface

中国的书法艺术源远流长,在中国传统文化链上,它是璀璨夺目又至关重要的一环,也是世界文化宝库中最令人神往的瑰宝。19 世纪末至 20 世纪初活跃于中国传教、办学、办报领域的美国人福开森,甚至认定中国一切的艺术乃是中国书法艺术的延长。毕加索也曾说过:“倘若我是一个中国人,那么我将不是一个画家,而是一个书法家。我要用我的书法来写我的画。”这位现代世界艺术大师对中国书法艺术的憧憬与向往是坦诚的。

书法能够使人们在审美的基础上了解中国文化的发展,进而了解东方人的精神境界和视觉审美的艺术趣味。书法像其他艺术门类一样,体现了艺术的共性。作为艺术的一般形式,像音乐一样,具有生动的节奏和韵律;像舞蹈一样,千姿百态、飞舞跳跃;像建筑一样,具有丰富的形体和造型;像绘画一样,追求气韵生动,形神合一……

随着社会的发展,文化与经济交流更加广泛,东西方交融加剧,我们需要接受的信息更多,当今这个急功近利的社会已难以给我们提供更多的时间和机会,能够像古人一样从事专门的书法研究与创作。这就要求我们转变观念,站在历史的高度,重新认识书法,重新认识笔墨,重新认识实用与审美,重新认识传统与现代,为书法艺术的发扬光大奠定基础。

书法文化教育作为我国教育的重要组成部分,是对祖国优秀文化的继承和发扬。写字不仅可以启发和引导学生的思维,陶冶学生的情操,也是培养学生良好心理素质的重要手段,还是培养学生人生观、世界观,以及个性发展的一个新的教育方式。

本套丛书分为入门篇、基础篇、提高篇、实践篇和欣赏篇,理论与实践相结合,分门别类,深入浅出地介绍了汉字的起源和各种字体的演变,教你如何正确书写各种字体,如何临帖等等,也对中国书法作了历史的时代概述,并对各时代历史的亮点给予了重点探索……读者通过鉴赏,既可对线条所构建的黑白雅韵留下美好而完整的印象,又可感受到名家名作一瞬间带给你的那种怦然心动。本套丛书将是广大学生的良师益友。生活在21世纪的人们,也不妨给书法艺术留点空间,让我们一起来破译它的神秘,解读它的魅力,继承和发扬它,以此提高我们的文化修养,开拓我们的审美境界。

编 者



第一章 元代书法概述 1

- 第一节 复古求新的元初书法 2
- 第二节 元中后期书法的变奏 6

第二章 名家作品欣赏 13

- 第一节 赵孟頫 13
- 第二节 鲜于枢 34
- 第三节 邓文原 49
- 第四节 康里巎巎 69
- 第五节 揭傒斯 88
- 第六节 吴 镇 92
- 第七节 张 雨 94



第八节	杨维桢	107
第九节	倪瓒	116
第十节	班惟志	122
第十一节	陈基	126
第十二节	冯子振	130
第十三节	郭畀	140
第十四节	龚璘	147
第十五节	饶介	156
第十六节	王蒙	159
第十七节	吴叡	165
第十八节	俞和	168
第十九节	虞集	176
第二十节	吴说	182

第一章 元代书法概述

自铁木真统一了蒙古各部落以来,能征善战的蒙古族骑兵便扫遍亚欧大陆,先是灭西夏和金,再灭了南宋,用铁骑统一了整个中国。自从元朝建立之后,元朝的统治者们就深深地知道:能够在马上得到天下,却未必能够在马上统治天下。所以,元朝统治者非常注意文艺教化。于是重开科举制度,利用科举广泛选拔贤能和人才;重新复兴了儒学;在此同时又大兴宗教,许多种宗教信仰便在这个时代同时并存。所有这些,都对元朝时期的文学艺术产生了深远的影响。

战争结束了,老百姓慢慢安居乐业,天下也太平了。在这种情况下,元朝的统治者也慢慢地热爱上了舞文弄墨。专门的书画鉴藏机构——奎章阁被元仁宗图帖睦尔建立了,图帖睦尔还请侍臣为他的书画做鉴定,在后面所要提到的许多书法家,如柯九思、虞集等人就曾任奎章阁学士;而在另外一个方面,当时的汉族知识分子在被少数民族统治



的情况下,或多或少会感到压抑和不适,他们就倾心于自己的民族文化。

由于上述种种原因,书法艺术在元朝时期不但没有凋落,而且一直滚滚向前发展。

第一节 复古求新的元初书法

中国书法发展到南宋时期,由于延续北宋时期“尚意”书法风格的余响,即书法家热衷于表现自己的胸中意气而忽略技法;但是南宋时期的书法家既没有北宋书法家那样的才情,也没有北宋书法家深厚的技法功底,所以南宋时期的书法便慢慢地走上末路。

在这个关键时候,元朝的书坛巨匠赵孟頫高高举起“复古”的旗帜。赵孟頫主张书法学习要避开唐朝和宋朝,应该向更远的晋朝时期的书法大师们学习,赵孟頫并且身体力行地施行。经过不懈的努力,赵孟頫最终成为元朝时期一代书法大师。

赵孟頫(1254—1322年),字子昂,号松雪道人,为宋太祖十世孙。赵孟頫是个背景较复杂的人物。他一直做着异

族朝廷的官,但由于他是宋朝皇室的后代,所以虽然赵孟頫的地位很高,但在实际上并不受朝廷重视。于是赵孟頫心里一直很苦闷,只是一味地吟诗作画。

赵孟頫是中国文艺史上难得的全才,能与他相提并论大概只有宋朝的苏东坡和清朝的董其昌。除擅长书法外,赵孟頫还精通文学,通晓音律,擅长绘画,熟谙道释。最先将诗、书、画三绝合为一体的,便是赵孟頫。不仅如此,赵孟頫的家族当中也涌出了不少艺术名人:他的妻子管道升和儿子赵雍都精通书画,他的外甥王蒙是著名的“元四家”之一。

赵孟頫的书法成就,造诣最高的是楷书和行书。流传下来的楷书名作有《仇锸碑》《湖州妙严寺记》《胆巴碑》等;小楷有《汲黯传》等;行书作品也有不少,如《定武兰亭十三跋》《洛神赋卷》《赤壁二赋帖》等。赵孟頫的作品最主要的特点就是无论楷书还是行书,都非常工整,四平八稳。典雅与温和是赵孟頫书法的主要特色。赵孟頫虽然对晋朝书法大家的书法下过很深的工夫,但是晋朝书法大家在书法中精湛绝妙的用笔,却在赵孟頫的作品中鲜有体现;确切地说,赵孟頫已经将晋朝书法大家笔法的精微之处,大大地加以简化了。尽管如此,赵孟頫的作品中总是洋溢着一种典雅和高贵的气息。这完全是因为赵孟頫深厚的学问和修养



所致。

赵孟頫的书法成就和观念，深深地影响了后来人。不仅有同时代的许多知名书法家，如鲜于枢、邓文原等，都纷纷以他做为榜样；而且明朝时期的文徵明、祝允明等，清代的乾隆帝、刘墉等，也从中汲取了不少营养。综观整个元朝时期的书法，几乎都笼罩在赵孟頫的庇荫之中。在书法史上，赵孟頫是一个上承晋唐，下启明清的一个重要的桥梁式人物。赵孟頫是继颜真卿和王羲之之后，在中国书法史上第三个有着深远影响的大师。

元初还有一位著名的书法家是鲜于枢（1257—1302年），字伯机，号困学民、直奇老人、虎林隐吏、直案老人等。河北渔阳（今天津蓟县）人，居住在杭州。与赵孟頫有“南赵北鲜”之称。鲜于枢的书法成就，主要在于行草。他的草书学自怀素，并且能够自己创造出新意。

鲜于枢的执笔方法很有特点，使用其独特的回腕法；特别喜欢用狼毫，写字强调骨力。的确，鲜于枢的行草书真力饱满、骨力劲健，行笔自然潇洒。赵孟頫对他非常推崇，说：“当年，我同伯机兄一块学习草书，伯机兄超过我很多，怎么追赶也赶不上他。现在，伯机兄死了，人人都说我书法好。但是我知道，我只不过是在没有佛的地方称尊罢了。”

鲜于枢和赵孟頫的书法风格不同，如果说赵孟頫的字

骨少肉多的话,那么,鲜于枢的字骨多肉少。鲜于枢虽然学的是唐朝人怀素,但在他的字里面,较多的却是元朝人的东西:不管是笔法的丰富性,还是节奏的复杂性,都比怀素或多或少的有所简化。这一点应该是元朝书法共有的特征。

鲜于枢的代表作,有《进学解卷》《王安石杂诗卷》《苏轼海棠诗卷》《杜甫茅屋为秋风所破歌卷》等。

元朝初期,与鲜于枢、赵孟頫并称为“元初三大家”的便是邓文原。

邓文原(1258—1328年),字善之、匪石,绵州(今四川绵阳)人。《元史》上说邓文原是一个非常廉洁的官吏。邓文原的书法风格,尤其是行书,很像赵孟頫。章草却极具个人特色,和古人索靖、皇象的质朴相比,邓文原的章草更显得流利矫健。代表作有《临急就章卷》等。

元朝初期的揭傒斯、柯九思、虞集三人,都曾经在奎章阁任过职务,从事过书画的鉴定工作。他们不仅对书画有着极高的鉴赏能力,而且他们的书法也在当时称雄一时。柯九思的书法学自欧阳询,结构紧密而且姿态峭拔,有时还会有写经体和汉简体的笔触,显得非常具有古意。其代表作有《独孤僧本兰亭帖跋》等。



第二节 元中后期书法的变奏

元朝经过一段安稳时期，到元代中期以后，由于宫廷内对帝位的不断争斗，在江南地区又爆发了农民军起义，于是社会又开始动荡，慢慢不太平了。这些，对当时艺术家们的创作心态和书法面目的影响巨大。像倪瓒的尖峭冷逸，杨维桢的粗头乱服，都可以看作为对当时时局的曲折反映。

杨维桢(1296—1370年)，字廉夫，号铁崖、铁笛道人，会稽(今浙江绍兴)人。杨维桢生活在元朝末期大乱的时候，他的行为趋于放荡，经常游玩浪迹在山水之间。杨维桢、钱惟善和陆居仁，三人一齐被称为“元末三高士”。杨维桢的书法艺术造诣很高，他的书法来源于汉晋，学索靖的章草，并且很有领悟。杨维桢的主要成就在于将隶书、行书、章草的笔意熔于一炉，并且把它加以发挥。杨维桢写的字，粗略的看它是东倒西歪、杂乱无章的，而你仔细端详它却是骨力雄健、汪洋恣肆。我们如果把赵孟頫归为优美的代表，那么杨维桢就是壮美的典范。书法的抒情性在杨维桢的书法里得到充分的张扬，我们可以从杨维桢的作品《真镜庵募

缘疏卷》《游仙唱和诗册》中看出来。





倪瓚和吴镇两位大画家也可以说是这个系统的代表人物。

