

倪宽赞 孟法师碑

历代碑帖精粹 唐 褚遂良

主编 薛元明

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

历代碑帖精粹

唐

褚遂良

主编 薛元明

倪宽赞 孟法师碑

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

唐褚遂良倪宽赞、孟法师碑 / 薛元明主编. — 合肥:
安徽美术出版社, 2015.8
(历代碑帖精粹)
ISBN 978-7-5398-6187-6

I. ①唐… II. ①薛… III. ①楷书—碑帖—中国—唐
代 IV. ①J292.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第121514号

历 代 碑 帖 精 粹

唐 褚 遂 良 倪 宽 赞 孟 法 师 碑

LIDAI BEITIE JINGCUI

TANG CHU SUILIANG NI KUAN ZAN MENG FASHI BEI

主编·薛元明

出 版 人: 陈龙银

选题策划: 曹彦伟 谢育智

责任编辑: 朱阜燕 刘 园 毛春林 丁 馨

责任校对: 司开江 林晓晓

装帧设计: 金前文

责任印制: 徐海燕

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司

安徽美术出版社 (<http://www.ahmscbs.com>)

地 址: 合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版

传媒广场14F 邮编: 230071

营 销 部: 0551-63533604 (省内)

0551-63533607 (省外)

编辑出版热线: 0551-63533611 13965059340

印 制: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/16 印 张: 3

版 次: 2015年8月第1版

2015年8月第1次印刷

书 号: 978-7-5398-6187-6

定 价: 20.00元

如发现印装质量问题, 请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问: 安徽承义律师事务所 孙卫东律师

出版说明

◎ 薛元明

历代遗存的书法经典不可胜数。尤其是在纸张出现之前，文字铸刻在金石之上，以拓片流传，化身千百，存在诸多版本。遴选尤为关键。首先是书家的选择，应先找到适合自身的经典范本。概而言之，一要左顾右盼，碑帖就如同人体细胞，天生就有一种血缘关系，找准彼此的相关性；二要瞻前顾后，碑帖临摹细化到具体步骤，看起来随意杂取的碑帖，实有先后之分，如何切入和转换，让碑帖与个人的思维之间建立起良性互动。其次是出版选择，把最佳版本的碑帖呈献给书家，引导书家去认识和了解各种经典。

本社基于这两点，出版了经典碑帖系列。通过整理，成为一个有机整体，提示内在的关联性。与此同时，针对每一种碑帖，配备翔实的技法解析，就具体字例进行归类，给予学习者以丰富、可靠的启示。

篆书为五体之祖，从金文大篆《大孟鼎》《毛公鼎》《散氏盘》《墙盘》《虢季子白盘》到汉篆《袁安碑》《袁敞碑》，从唐篆李阳冰《三坟记》到清篆《吴让之书吴均帖》，篆书发展变化脉络基本齐备。金文具有奠基作用，在此基础上才演绎出汉篆、唐篆和清篆的不同风尚。金文是取法的重要点。在漫长的时间里，风格蔚然大观。西周前期，武王克殷至康王之世，天下一统，风格雄浑典丽，《大孟鼎》即为此期的典范杰作。昭穆之后，一变为严谨端正。笔画由粗细相参而趋于均匀划一，收笔与起笔亦由方圆不一而变成圆笔，书风严谨端正，《毛公鼎》即为此期之代表。对于汉隶需要领略正大气象，如《西狭颂》《史晨碑》，可以说，『朴』乃汉隶基调，与传统文化有莫大关联，老子讲『朴』，庄子也讲『朴』，书家常也说『见素抱朴』。

楷书可分为魏碑和唐楷。魏碑是从隶书向唐楷过渡的书体。因为不成熟，笔法古拙劲正，风格质朴方严，异态纷呈，百花齐放，康有为评价具有『十美』。这当中，北魏《石门铭》《瘞鹤铭》并称『南北二铭』，遥相呼应。《泰山经石峪金刚经》处于隶楷过渡时期，字径古今第一，气势古今第一，雄浑博大。魏碑从形式上来说，分为碑碣、摩崖、造像、墓志等石刻文字。《郑文公碑》属于摩崖经典，《姚伯多造像》《龙门二十品》是造像典范，《李璧墓志铭》《崔敬邕墓志铭》《张黑女墓志铭》是墓志精品。南朝《爨龙颜碑》《爨宝子碑》合称『二爨』，是屈指可数的南碑代表。《高昌墓表》更为特殊，可以看到墨迹如何写在石上。隋代是一个过渡期，从《董美人墓志铭》能够看出书法走向规范的痕迹。楷书在一般意义上来说，专指唐楷。唐楷一如唐代国势的兴盛局面，书体成熟，书家辈出，空前绝后。唐初虞世南《孔子庙堂碑》，欧阳询《虞恭公碑》《皇甫君碑》《化度寺碑》，以及其子欧阳通《道因法师碑》，褚遂良《伊阙佛龕碑》《孟法师碑》，中唐颜真卿《东方朔画赞碑》《颜氏家庙碑》等，均为后世所重。李邕的《麓

山寺碑》是一个『异数』，见证了唐代书法的多元化，『法』并不是绝对化的。《倪宽赞》为『伪托之作』，但『伪作』非劣作，亦可作为范本，作为学褚的参照。楷书之『楷』，为楷模之意，包含了人格内涵。丰坊《童学书程》中说：『学书须先楷法，作字必先大字。大字以颜为法，中楷以欧为法，中楷既熟，然后敛为小楷，以钟王为法。』

从晋韵到唐法，自宋意至元明尚态的转变，可以看出书法因时代变化而历尽变迁。刘熙载《艺概》云：『书者谓晋人尚意，唐人尚法，此以觚棱间架之有无别之耳。实则晋无觚棱间架，而有无觚棱之觚棱，无间架之间架，是亦未尝非法也；唐有觚棱间架，而诸名家各自成体，不相因袭，是亦未尝非意也。』从晋王羲之尺牍和集字《金刚经》，能够看到摹本和集字的对比，从而对王字有不同角度的领悟。皇象《急就章》是草书发展历程中的一个标志，唐张怀瓘称为『隶书之捷』。章草是隶书草化或兼隶草于一体，乃今草的前身。唐代不仅是楷书的巅峰，亦是草书的盛世，如张旭《古诗四帖》《心经》《千字文》，怀素《小草千字文》《大草千字文》，经典迭出。欧阳询《行书千字文》和颜真卿《祭侄文稿》展现了两种截然不同的笔墨意趣，一个冷静，一个热烈，一个险峻，一个豪放。总的来看，在『尚法』时代，书法法度严谨、气魄雄伟，包容了国力富强的气度和勇于开拓的精神，展现了力度之美。宋代『尚意』则注重个人意趣、情怀，强调抒情性。由唐至宋，碧海苍穹变为小桥流水。书法之美不仅在于丰碑巨制的外在形态，更在于内在神韵，与人的品格、性情有了直接关系，从苏轼《寒食帖》《赤壁赋》，黄庭坚《松风阁诗卷》《李白忆旧游诗卷》，米芾《苕溪诗卷》《蜀素帖》《吴江舟中诗卷》可一览无余。但到了南宋，徒守半壁江山，气格远逊，宋张即之《佛遗教经》取法老米，笔法变得单调。同是文人，魏晋书法强调人性回归自然，宋代书法注重个性张扬，传达情趣、学养、品性、胸襟、抱负等精神内涵。整个魏晋时代书法，流丽娟秀、清朗俊逸，风格差异较大的作品很难找到，宋代书法风格的多样化是一个不争的事实。元代书家不满宋人造意、运笔过于放纵的倾向，而追慕尚韵的晋人之书，两代书艺流风接力相承，表现出某种群体风格的主导倾向，可归结为『尚态』。『态』为心态、意念、情态，既是结构造型，也是风标韵致。元赵孟頫《三门记》《闲居赋》可谓融合了晋韵唐法，然世易时移，实乃自我风范。梁颙《评书帖》有言：『晋书神韵洒脱，而流弊则清散；唐贤矫之以法，整齐严谨，而流弊则拘苦，宋人思脱唐习，造诣运笔，纵横有余而韵不及晋，法不及唐；元明厌宋之放佚，而慕晋轨，然世代既降，风骨少弱。』

每一种碑帖都有一个灵魂。书家要通过持续的学识积累来提升解读经典的能力。经典适合反复阅读，不同的情境之下，会有不同的感悟、不同的发现。

前言

◎薛元明

书法强调『取法乎上』，故而历代书家追慕和取法的对象，自然是书法史中那些灿若星辰的经典。临摹经典之前要解读经典，解读经典之初先要整理经典，做到有点有面，在充分吸收其中菁华的基础上，创造经典。临摹的目的不仅仅是为了临摹，而是为过渡到个人书写做好铺垫。

通过对经典的整理，确立临摹的系统性。临摹切忌三天打鱼，两天晒网，或东一榔头，西一棒子，必须细致化到具体碑帖，才有可行性。碑帖选择是相互的，书家选碑帖，碑帖也选书家。很多人遇到某种碑帖，就像久违的老朋友，甚至感觉是为自己而生。所以，选碑帖犹如选朋友，一定要能够产生交流和共鸣。选碑帖亦如选衣服，一定要合身得体。同样的衣服，穿在不同的人身上，感觉不同，有的人凸显气质，有的让人觉得别扭。碑帖与书家之间也存在一种互动性和适应性，不必完全因为他人喜好来影响自己的判断。一种碑帖总是写不上手，有两种可能：一是不适合自己；一是难度太大，暂时不适合自己。反过来说，一本碑帖太容易上手也未必就好，很容易变俗。但凡取法经典，高山仰止，总要有一定的难度。对照经典，乃知个人落差，不断缩小差距，就意味着书家的进步。

在临摹系统性构建的过程中，对比无疑是获取第一手信息的主要方法之一。通过比较，掌握碑帖在书体、风格、形制、审美等诸多方面所存在的不同特点，加深印象。但另一方面，真草篆隶行虽是五种不同书体，字形变异只是一种外在区别，更主要是依据书体渐变的轨迹，寻找内在的、共通的审美价值。傅山说：『楷书不知篆隶之变，任写到妙境，终是俗格。』这就说明，学楷书、行书乃至草书，突破口其实在于篆隶，此即对于相

关性的关注。只有通过反复揣摩，才能不被表象所蒙蔽，在多本碑帖之间找到某种关联性，从而将看似不相关的碑帖结合起来，具备新的思路。在临摹过程中，打开一种碑帖奥秘的钥匙很可能是另一本碑帖。随意地临摹，只会事倍功半，甚至一事无成。从具体碑帖到整个书法史的梳理，都非常必要，从微观到宏观，由宏观至微观，如此反复，不断地比较和积累，『聚沙成塔，集腋成裘』。久之，就有了临摹的系统性。在这一系统当中，涵盖多层次的要求：书体的先后选择，不同书体之间的转换，同一书家不同时期作品的比较，碑帖之间的差异等。由此而言，书家必须处理好博取和专攻的关系，进而由临摹的系统性提升至风格构建的系统性。

当然，对于经典的解读不可能一蹴而就，需要逐步深入，循序渐进，心静方成。临帖之初需要读帖，读帖则先要选帖、藏帖。有些阅读是与临摹同步的，有些则是在临摹之外的时间完成，两者结合互补，往往会有一些新的发现。面对历代经典范本，后世书家可能会面临这样一个问题，很多探索方向已为前人所踏遍，后人能够演绎的空间愈来愈小。这是需要直面的现实困境。问题的解决还是要回到问题本身。要想突破，关键取决于书家的修养和功力积累，以及理解思路和理解角度的个性化，避免从俗和随大流。对于经典碑帖的理解往往与钻研的深度成正比，知之愈少，愈觉得简单，只能得到皮相，或者先入为主的成见，也可能导致程式化的判断。哈耶克说：『一种文明停滞不前，并不是因为进一步发展可能性被试尽，而是因为人们根据其现有的知识，成功地扼杀了促使新知识出现的机会。』有鉴于此，一是要回到经典本身，经典之所以为经典，就在于其独特性甚至唯一性。二是要具备个人化视角。在书法研习的领域，没有放之四海皆准的真理，只有切实真诚的个体悟。书法要的就是一些个人心得，重视的就是一些独到经验，因为书法是一种非常内化的文化形式，所以才会在一再强调碑帖选择要从个人的感受出发，回到内心，有真实的感受，所带给书家的启示必定是真实的，真实才能有效。在这当中，有一条很重要的律令：『熟悉的陌生化，陌生的熟悉化。』对于众所周知的

经典，要尝试以不同角度来理解，学会『不断地重新问题化』，能够独辟蹊径，对于不了解的经典要努力尽快熟悉，有了新的启发，往往能够豁然开朗，开拓出新的天地。

如前所述，临摹必须定位在经典范本上，对经典范本的定位，最终归结到点画和结体的具体分析上。既要注意通过微观分析掌握细节，细节乃风格之关键，失之毫厘、谬以千里，但细节不是琐碎，更不是习气；也要避免只谈技法导致的琐碎化。在对范本的细节有充分的了解之后，学会从少数单个字例回归整个经典范本本身，举一反三。单纯的字例通过对临可以把握，针对范本整体的审美体验则必须通过反复研读来完成。更重要的是，必须在大的历史时代背景下关注碑帖风格形成的影响因素，结合书家一生的行迹变化来理解范本。大至宏观，小至微观，缺一不可，避免只关注字例而忽视对书家的整体性研究，同时避免对书家的回顾变成日常资料的堆砌。

书法史本身就是一部不断比较的历史。历史总在最合适的时候成为澄清池，淘汰渣滓，留下真正的经典。虽说个人有个人心目中的经典，但凡临摹，总是立足于取法那些公认的经典，而不是刻意寻求一些冷门奇异者，嗜痂成癖。书法要走康庄大道，乃是所有历代经典串联起来的一条正脉。有两大特征：一是正统，有正大气象；二是传承有序，正本清源。书法史看似纷繁芜杂，实质有严格的序列性。历史本身是理性的，一定会有最后的选择。书法家通过个人的努力，创造出经典，最终被书法史接纳，成为其中的一环。

从整理经典到解读经典，从临摹经典到创造经典，归结为一句话：书家要有经典意识。永恒经典，经典永恒。



武求之如弗及始 以蒲轮迎枚生见 主父而叹息群士 慕向异人并出卜

武求之如弗及始
以蒲轮迎枚生见
主父而叹息群士
慕嚮異人並出卜



式拔于刍牧

擢于贾豎卫青奋

旧于奴仆日碑出

于降虏斯亦曩时

式	擢	舊	於
拔	於	於	降
於	賈	奴	霄
翳	豎	僕	斯
牧	衛	日	亦
私	青	碑	曩
羊	奮	出	時

版筑飯牛之明已 漢之得人于茲為 盛儒雅則公孫固 董仲舒兒寬篤行

董	盛	漢	版
仲	儒	之	築
舒	雅	得	飯
兒	則	人	牛
寬	公	於	之
篤	孫	茲	明
行	固	為	已

定	則	則	則
令	韓	汲	石
則	安	黯	建
趙	國	卜	石
禹	鄭	式	慶
張	當	推	質
湯	時	賢	直

則石建石庆质直
 則汲黯卜式推贤
 則韩安国郑当时
 定令则赵禹张汤

文章則司馬遷相 如滑稽則東方朔 枚舉應對則嚴助 朱買臣歷數則唐

朱	枚	如	文
買	皋	滑	章
臣	應	稽	則
歷	對	則	司
數	則	東	馬
則	嚴	方	遷
唐	助	朔	相

都洛下閤協律則
李延年運籌則桑

李延年運籌則桑

羊奉使則張騫

蘇武將率則衛青

霍去病受遺則霍 光金日磾其餘不 可勝紀是以興造 功業制度遺文后

功	可	光	霍
業	勝	金	玄
制	紀	日	病
度	是	磾	受
遺	以	其	遺
文	興	餘	則
後	造	不	霍

世	莫	及	孝	宣	承	统
纂	修	洪	业	亦	讲	论
六	艺	招	选	茂	异	而
萧	望	之	梁	丘	贺	夏