

论唐三大家书法

贈
重慶大學
圖書館

歐陽恒剛



歐陽恒忠
書法選集



欧阳恒忠书法选集

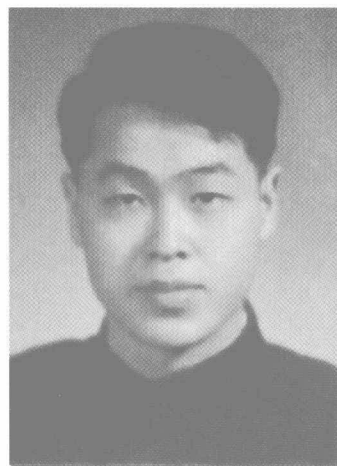
欧阳恒忠 著

主编：李炳麟

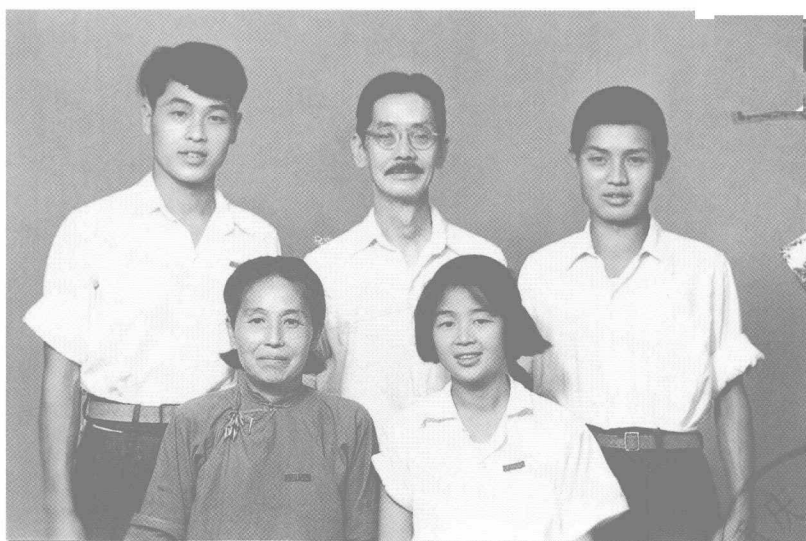
二〇〇七年五月



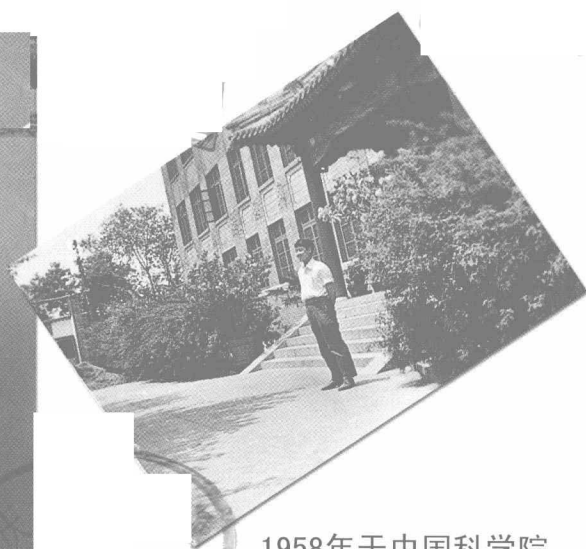
工作照



1953年大学毕业时照



父母和欧阳恒忠（后左一）及小弟小妹合照（于1953年）



1958年于中国科学院



照于80年代



80年代照于法卡山

煦日思暉和風布暖漸見燕雀輕盈寒冰
溶澌零漪一塘星才始氤氲大地便又漸
綠滿長汀春光早莫等布穀催喚好收成
辛勤耘耔處風櫛雨沐戴月披星要麥
黃稷熟牲畜歡騰喜醅佳釀初熟晚風裏
一洗勞塵先斟滿三杯福酒用謝黨恩情

慶祝黨六十六慶報錄廿三年前於北大昆時舊作用表兄女心腸 歐陽恒忠於南寧

作者简介

欧阳恒忠 (1929.11—1987.3)，广西桂林市人。

生前是中国书法协会全国会员、中华书法教育学会理事、中国书法家协会广西分会常务理事、广西书法家协会书法理论书法教育工作委员会主任、石涛艺术学会理事，南宁市书画夜校主讲教师，广西艺术学院民族艺术研究室讲师、副教授。

作者 1953 年毕业于广西大学物理系，由国家统一分配到中国科学院半导体研究所从事半导体物理研究，同时在科学院和北京大学联合举办的半导体物理进修班深造，三年晋升中级职称，这时在研究所里担任团支部书记和墙报编辑。1958 年被错划为右派，送北大荒劳动。1963 年因病被遣返广西农学院家中养病治疗，后在农学院农场劳动。1972 年 2 月摘掉右派帽子，1977 年打倒“四人帮”后在广西农学院教授普通物理学。1979 年平反：中国科学院科政字（80）号文件“决定撤销 1958 年 4 月 1 日定欧阳恒忠同志右派分子处理的决定，恢复原职、原工资级别、恢复团籍、按超龄办理退团手续”。因此前已在广西农学院任教，本人自愿留在广西农学院工作，不再回科学院。1983 年 6 月经本人申请，上级批准调广西艺术学院工作。1987 年 3 月因意外脑部受伤而逝世。

作者青年时代就喜欢中国文学，爱好书法艺术。在蒙难的岁月里，他无条件继续钻研原来的专业——半导体物理，但又不甘自暴自弃，于是下定决心，利用劳动余力锐精书法。他以古代书法家怀素在芭蕉叶上写字练腕力励志而自勉；以明代大书画家徐文长在身遭禁锢时还念念不忘书画之道言志而自勉；更记得自家祖先宋代大文豪欧阳修在失意时发奋读书的励志韧劲，潜心钻研书法理论、刻苦练习书法运笔，对秦、汉、魏、晋、六朝之丰碑巨碣，唐宋欧阳、颜、柳、苏、米之名作，心慕于追，劳动之余用树枝在沙地上写字练腕力，在废旧报纸上写字练书法，或数十通、数百通，不可胜纪，经过廿多年勤学苦练，终有所成，其研究成果，得到书法大师及同行赞誉，书法作品也颇受群众喜爱并被同行收藏。

发表的论文：

1. 《书林生异彩、墨海发奇光——评全国第一届书法展》发表在《书法与

篆刻》创刊号上

2. 《从书法的角度校碑》发表在香港《书谱》杂志总第 47 期
 3. 《几则常见的错误》发表在广东《岭南书艺》第四辑
 4. 《谈一心小楷和心录小楷》发表在 84 年《艺舟》创刊号
 5. 《论唐三大家书法（二）》发表在香港《书谱》的颜真卿专辑上，同时被中国书法函授大学作为教材
 6. 《书法概论》广西艺术学院书法课教材
 7. 《文字学浅说》广西艺术学院书法课教材
 8. 专著《刘熙载书概签注》与王大亨合作由广西师范大学出版社、漓江出版社出版
 9. 《欧颜柳楷书技巧对比》，1996 年由广西美术出版社出版
 10. 《当代中国书法艺术大成》邹德忠、徐和根主编，启功名誉主编，哈尔滨出版社出版
- （另外还有许多尚未发表的成果）

欧阳恒慧

目 录

论唐三大家书法

第一章 书法的继承与发展	1
1.1 书法的继承与发展	1
1.2 学习书法从哪种书体入门较好	1
1.3 什么叫楷书	3
1.4 先学楷书还是先学行草	4
1.5 先练大字还是先练小字	5
1.6 学楷书应从哪一朝代的楷法入门	6
1.7 唐代书法简介	6
1.8 选学碑帖的两个原则	7
第二章 楷书的基本知识	8
2.1 楷书的基本势态	8
2.2 楷书的几种执笔法	8
2.3 书体与笔性	11
2.4 楷书的墨法	11
2.5 要学好楷书为什么还必须兼通别体	11
2.6 学好楷书还要提高各方面的素养	12
第三章 笔触法	13
3.1 唐三大家书体的笔触法	13
3.1.1 篆法入楷	13
3.1.2 分法入楷	14
3.1.3 籀篆法入楷	14

第四章 欧阳体楷书的学习	15
4.1 欧阳询小传	15
4.2 欧阳询在书学史上的地位	16
4.3 欧阳询书体的用笔特点	18
4.4 欧阳询书体的结体法	18
4.5 欧阳询书法的结体特征	22
4.6 欧阳体的精义	23
4.7 欧阳询书体和历史上的继承关系	23
4.8 欧阳询书体对后世的影响	24
4.9 学习欧阳体应注意的地方	24
第五章 颜体楷书的学习	24
5.1 颜真卿小传	24
5.2 颜体在书学史上的地位	25
5.3 颜书本身的发展和历史的继承	26
5.4 颜真卿的书论	27
5.5 颜书用笔, 结体的特点	30
5.6 颜体的精义	30
5.7 颜书对后世的影响	31
5.8 学习颜体应注意的地方	32
第六章 柳体楷书的学习	32
6.1 晚唐的书风	32
6.2 柳公权小传	33
6.3 柳书所反映的时代风貌和用笔结体的特点	34
6.4 学习唐人书法应注意的地方	35
6.5 书法的几种常见病	37
第七章 楷书的基本笔画	40
7.1 唐三大家点法的对比练习(一)	41

7.2	唐三大家点法的对比练习(二)	46
7.3	唐三大家点法的对比练习(三)	49
7.4	横画的对比练习	52
7.5	竖画的对比练习	57
7.6	撇法的对比练习	59
7.7	捺法的对比练习	64
7.8	钩法的对比练习	66
7.9	戈法的对比练习	68

第八章 部首写法的练习72

8.1	宀首、穴首的对比练习	72
8.2	山首字的对比练习	74
8.3	雨首字的对比练习	77
8.4	乙类字的对比写法	77
8.5	水旁的对比练习	79
8.6	糸旁的对比练习	80
8.7	辶字底的对比练习	80
8.8	走部的对比练习	82
8.9	支部的对比练习	82
8.10	口部的对比练习	84
8.11	门部的对比练习	85
8.12	“艹”字头和“竹”字头的对比练习	86
8.13	奉字头的对比练习	87

第九章 楷书结构法89

学物理的书法理论家	97
物理学家变成书法家	99

书法作品选

车工帖	102
嵩嶽帖	103
正是帖(篆书)	104
八十帖	105
三中帖	106
学无止境	107
攻关	108
奋飞	109
无忝所生	110
日暮苍山远	111
竹轩临水	112
黑发不知勤学早	113
凤髻金泥	114
鲁迅诗	115
乙瑛帖(部分)	116
夜燎明珠	117
宋诗·游园不值	118
礼乐帖	119
张子西铭·乾坤帖	120
张子西铭·孤弱帖	121
张子西铭·其功帖	122
张子西铭·恶者帖	123
还我河山(用岳飞笔意)	124
团结奋进	125
苏轼词·赤壁怀古	126
苏轼词·中秋	127
金陵夜寂	128
马克思等论天才	129

业精于勤	130
有志者事竟成	131
精能之极	132
唐诗·早发白帝城	133
唐诗·望庐山瀑布	134
唐诗·送孟浩然之广陵	135
唐诗·渔歌子	136
古诗·幽兰在深谷	137
忽见帖	138
清·赵翼论诗	139
大雪压青松	140
草书横幅	141
谢灵运赞词	142
锲而不舍	143
万壑烟云	144
登高	145
意气风发	146
鲁郡太守	147
弈叶清高	148
殖姓之始	149
若乃远源	150
夜燎明珠	151
从善如归	152
陈进寿女碑	153
陈进寿女碑	154
陈进寿女碑	155
张府君墓志	156
尚书帖	157
春风丽日	158
乘四化春风	159

公量帖	160
吉金帖	161
自强帖	162
学后乃成	163
滴水穿石	164
观瞻气象	165
收拾河山	166
聪颖绝伦帖	167
梅花香	168
书山有路	169
五岳归来	170
英光帖	171
自有心胸甲天下	172
唐诗·别董大	173
达夷帖	174
唐诗·乌衣巷	175
东院帖	176
晒书池	177
筐筥帖	178
古诗·地暖无秋色	179
唐诗·送僧归日本	180
苏轼诗·赠刘景文	181
苏轼诗·春江晓景	182
桂林山水甲天下	183
有生之乐	184
论书法	185
玄奘法师	186
松竹帖	187
铁肩帖(李大钊对联)	188
风华正茂	189

东风浩荡	190
辛亥光辉	191
世上清品	192
书以功深	193
仆射帖	194
桂子杏花帖	195
圣教序语录	196
临圣教序(局部)	197
临圣教序(部分)	198
素师自叙(仿郑板桥书法)	199
素师自叙	200
淮水东头(仿郑板桥书法)	201
马克思语录	202
集腋成裘	203
能者为师	204
马克思等人论天才	205
人类与时俱进	206
诚虚荣心	207
发挥时空优势	208
工妙帖	209
平生不侈求	210
童蒙贵养正	211
居斗室	212
看小楼	213
唐诗两首:君自故乡来、巴山夜雨	214
唐诗·山行	215
古诗·幽兰在深谷	216
唐诗·送僧归日本	217
唐诗·塞下曲	218
唐诗·秋夜寄邱员外	219

唐诗·塞下曲	220
唐诗·终南望余雪	221
唐诗·桃花溪	222
唐诗·山行	223
古诗·先到艰难处	224
古诗·萧条行色	225
易水呜咽	226
松竹帖	227
古诗·千里江山指顾中	228
昙捷法师	229
右军之书	230
冷香帖	231
福音嘉讯	232
毛泽东词·长征	233
柳公权书玄秘塔碑题签	234
柳公权书玄秘塔碑题签	235
大好春光	236
革命伴侣	237
锦绣前程	238
人心妙不测	239
翹心净土(仿王羲之书)	240
南乡子词	241
毛泽东论鲁迅	242
团结文明	243
丽日红旗(自拟词)	244
毛泽东词·重上井冈山	245
孙中山说中国	246
百侣游踪	247
后记	248

第一章 书法的继承与发展

1.1 书法的继承与发展

历史上任何文学艺术、科学技术，它们的发展和成就，创造和发明，都是建立在前人成就的基础上的。无本之木，无源之水，不但现实中没有，就连这种想法也是违背客观世界的认识规律的，书法和其他文学艺术、科学技术一样，也是贵在发展，重在创新的，不创新就无所谓发展，不发展就没有生命。但是，旧和新，继承和发展，都是相比较而存在的，没有旧，也就无所谓新；没有继承，也就无所谓发展。假如今天有这么一位独创论者，蔑视并拒绝继承前人的任何成就和经验，宣言一切要由他自己从头来，他拒绝乘坐现代化的飞机和轮船，那他只好回到穴居野处、茹毛饮血的生活中，去研究、创造他的独轮车和独木舟，此人的独创精神虽然可嘉，但他遵循的方法却显然是行不通的，也是没有意义的。列宁说：“只有用人类的全部知识财富来丰富自己的头脑，才能成为共产主义者。”为了做到真正的创新，所以首先就有一个继承过去，至少是了解过去的任务。因为过去有过些什么，若你还不懂，自己闭目塞聪去苦苦创“新”的结果，难免不蹈前人成功或失败的旧辙，孔子曾批评过，这种治学方法，叫做“思而不学则殆”。我们尤其不能光以希有为奇，以为希有少见就是奇，就是创新，其实这不一定对，因为很多少见的东西，有时往往倒是被历史淘汰了的最旧的东西，例如独轮车和独木舟。所以，先学习而后创新，先继承而后发展，这也是我们学习书法所必须严格遵循的道路。

1.2 学习书法从哪种书体入门较好

汉字的书法，已有千年以上的历史，仅就书体而言就有甲骨、金文、籀、篆、隶、分、章、飞白、真、行、草等许多类。至于字体，随着时代的推移，世风的变化，书家各奋才智，言心达志，抒写性灵，则更是流派纷呈，千门万户，难可辨悉了。在如此纷繁浩瀚的遗产面前，我们应当从哪里入手，向谁学习呢？

学什么书体先？有人主张先学篆，有人主张先学分（隶），有人主张先学楷，有的人则想先学行草。众说纷纭，莫衷一是，主张先学篆分的人，所持的理由

是：1)在文字发展史上，篆分是楷行的先河，楷行对于篆分有自然的继承和发展的关系。先学篆分，顺手自然，容易入手。2)篆分结体对称，分布匀亭，先学篆分，可免卑弱凡猥之笔，侧媚轻琐之病，可以避免一开始就把字学坏。3)篆书用笔，锋行画中，如锥画沙，力透纸背，思致婉通。分书用笔，毫铺纸上，万毫齐力，墨处皆笔，骏发满足。或寓典雅于朴拙，或平正中见通达，故真行书品，向来以不失篆分遗意为上。这不是泥古，而是有深刻的技法上的原因的。所以欲求书工，必兼善篆分。篆分既是学书法的必修课，何不先学？

反对先学篆分的人，则认为：1)任何知识学问，最重要的一条，就是学以致用。篆分去今日书体太远，不切时用，而人的精力有限，故可不学或后学。2)古人写篆分用的工具，和现在的毛笔有的已不大相同了。用晚近的尖颖毛锥，摹拟古代的漆书籀篆，必须藏头护尾，笔行画中，初学的人，是很难掌握得好的，与其让初学者畏难而中辍，不如学楷容易入手。3)篆分使用的机会不如行、楷多，用得少自然难得熟练，也就难于进步。况且，即使学好了篆分，为了便捷适用，也还得写真行书，篆分用笔结体，和真行并不相同，与其后来还要学真行，还不如一开始就学真行。

上面这两种说法，都有一定的道理，但既是各执一偏，还犯了一个共同的毛病——“主观”，我们学习了辩证法，使我们有可能看得比前人更科学、更准确。辩证法告诉我们：人们的工作、学习，都应有一定的目的性，此外，还须有一定的条件。有时，甚至在目的相同的情况下，由于具体的条件不同，所用的方法和所遵循的路线也应不同。

所以，对于先学哪一书体这个问题，我们也应先讲目的和条件，因为目的和条件，是人各不同的，不可能有一个适合所有人的目的和条件，更不可能有一个普通的答案。上面的两种主张，所以不合适，就在于他们都固执己见，坚认自己的意见都适合于所有的人，都犯了“江湖膏药，包医百病”的毛病，所以说他们“主观”。

例如，你学习书法的目的，是为了工作上的需要，仅是想使自己的字写得好认，写得快，写得整齐干净呢？还是有志于书法艺术，想在书法上取得一定成就，对社会作出应有的贡献呢？还有，你现在的年龄如何？是还很年轻，或尚年富力强，抑或年事已长？再有，你目前的工作、学习情况、生活条件，是否挤得出必要的时间来练字，等等，都是人各不同的。因为学书法，“学成规矩”是

“老不如少”的，年事已大，去日苦多，有伟大的目的，肯作过人的努力，如唐朝高适的五十学诗，近人齐白石的四十攻画，也可以获得一定成就。但这毕竟是用来鼓舞有志者的孤证举例。因为对于任何人，成就永远是和劳动量成正比，要成就高大，就要付出大量劳动，所以在“学成规矩”和取得更大的成就方面，中老年人，就比不上青少年的敏捷灵活，来日尚多的条件优越了。若你有志于对书法艺术作出贡献，年纪既轻，又挤得出必要的练习时间，更有不畏困难和顽强的学习精神，那也未尝不可先学篆分，若你学习书法的目的，仅是为了工作上的需要，想使字写得快，写得干净、整齐、美观，那就不如一开始就学楷。

由于楷书使用的机会多，易于纯熟，结体用笔，比篆分变化更大，而于法更备。使楷法凝炼而婉通之，可合于篆；骏发而齐密之，可谙于分；流变而省约之，可通于行草。就是对于决心攀登钻坚，立志对书法作出贡献的人，也并没有什么妨碍，仍不失为一条通途。所以对于初学者，我们倾向于建议大家从楷入门。

1.3 什么叫楷书

“楷”字的本意是法式和可以作楷模的意思。因此，“楷书”这个词就有广狭两种意义，就广义说，凡可以为法式、作楷模的字古人都称为“楷”。例如：史称汉·北海敬王睦“善史书，世以为楷。”是称篆书为楷。晋·卫恒《四体书势》中说：“上谷王次仲善隶书，始为楷法”是以隶为楷。北魏·王愔《文字志》说：“王次仲始以古书方广少波势，建初(汉章帝刘烜年号，公元76—84年)中，以草隶作楷法，字方八分，言有楷模。”这里的楷法，是指的八分书。卫恒又说：伯英(后汉张芝的号)“下笔必为楷则”。则指的是草书。可见楷书一词原指有法度，可以作为楷模的书法而作专名，这是广义的楷书。

《晋书·李充传》说，充“善楷书，妙参钟(繇)索(靖)，世咸重之。”又说(充)“从兄式亦善楷隶”。这里一称楷书，一称楷隶，剖判精微，应是楷书名称的起源。所指则是魏·钟繇所写的《宣示表》之类的楷书先期书体了。

清人周星莲在《临池管见》中说：“楷书须八面俱到。古人称卫夫人、逸少父子、欧阳率更、虞永兴、智永禅师、颜鲁公此七家，谓之楷书，其余不过真书而已。楷书者，字体端庄，用笔合法之谓也……总之，以法为主，以气辅之。”进一步区分了“楷书”与“真书”的细微差别。