

隸書入門與創作

黃伯彰自署



隸書入門與創作

黃紹勳自署



中國對外經濟貿易出版社

图书在版编目(CIP)数据

隶书入门与创作/黄绍勋著. —北京:中国对外经济贸易出版社,1998.3
ISBN 7-80004-635-4

I. 隶… I. 黄… III. 隶书-书法 IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 08469 号

隶书入门与创作

黄绍勋 著

*

中国对外经济贸易出版社出版
(北京安定门外大街东后巷 28 号)

邮政编码:100710

新华书店北京发行所发行

北京博诚印刷厂印刷

787×1092 毫米 16 开本

7.25 印张 180 千字

1998 年 5 月第 1 版

1998 年 5 月第 1 次印刷

印数:3000 册

ISBN 7-80004-635-4

G·25

定价:18.00 元

序

书法,是我国灿烂文化遗产中最为宝贵的一部分,也是世界文化艺术遗产中最为奇特辉煌的一部分。自秦汉以后,历代杰出书法家,如璀璨群星,将我国书法艺术推向一个个高峰,也为我们留下了众多风格各异、流派纷呈的艺术珍品。它不仅为书法家所珍爱,亦为初学者所寻求,我想这主要是缘于它既可陶冶人的性情、又可增加人的知识吧!如果家中悬挂一幅好字,则顿觉蓬华增辉,让你在审美与实用两方面得到心理上的满足,由此亦可看到中国书法艺术与我们中国人的不解之缘。

人说书画同源,传统的学习方式方法亦雷同,但所得结果差异往往很大。学画学得太像,则被讥为抄袭或泥古,学书学得很像则必被称作专家,如若有点创新,便有了背叛之嫌。以纵观我国书法史,又可清清楚楚地看出这是一部不离根基的创新史。而大凡能在历史上独树一帜的书法家,又无不与时代同步,且个性突出。自此又可看出,研帖习碑,学习前人,一不可专事临摹、泥古不化,二不可急于求成,流于浅薄。只有经过反复实践,心领神会,逐步通达书理,才会境界自开、风貌自成。

学书之初,总望能得名家指点,能得名帖研习,时下名帖好买,然得名家指点,实在太难,不是名家不肯拨冗扶持新人,实在是学书者太多,时间又有限,哪里指点得过来。所以,习帖之余,能有本启蒙解惑之作在手,是为良策、捷径。因为这类著作多为作者反复实践心源之得,堪为过河之桥、入室之门,其作用虽不能夸大,亦不能轻视。

本书作者黄绍勋先生,系爱国归侨,1963年毕业于天津大学,此后一直在北京服装学院执教,然黄先生自幼酷爱书法,数十年来研习不断,特别是近20年来,潜心钻研隶书,颇有心得,创作之余,写下本卷。言为心声,我想此书的问世,定能为学书之路,添土铺石,因为此书是黄先生的心作,故本书的出版,对初学书法者,无论启蒙、无论解惑,均将有所助益。

王蕴强

1998年2月

目 录

序

一、隶书概述	(1)
(一) 隶书的源流	(1)
(二) 汉代名碑简介	(2)
二、书写工具的选用与保养	(7)
(一) 笔	(7)
(二) 墨	(8)
(三) 纸	(9)
(四) 砚	(10)
三、书法基本技法	(11)
(一) 执笔方法	(11)
(二) 腕法	(12)
(三) 身法	(13)
(四) 用笔	(14)
四、临摹碑帖	(19)
(一) 什么是碑和帖	(19)
(二) 如何临摹碑帖	(20)
(三) 临摹碑帖的要领	(21)
五、隶书书写入门	(25)
(一) 隶书的基本笔画及其写法	(25)
(二) 隶书的笔顺	(31)
(三) 隶书的字形结构	(33)
(四) 隶书偏旁部首一百例	(44)
六、隶书的章法	(71)
(一) 正文	(71)
(二) 题款	(71)
(三) 印章	(74)
七、黄绍勋隶书作品选	(76)
后记	(110)

一、隶书概述

(一)隶书的源流

隶书从产生到今天,经历了两千多年的时间。对古文字而言,它是一种草创的简化字。在秦朝,一般只在管理工役和囚徒的下级官吏的行文中使用。这些官吏属于“隶人”,所用的书体也就称为“隶书”。

另外,隶书又有“史书”、“左书”和“八分”的异名。所谓“史书”,是因为古代的史官是天子、诸侯的随身侍役,因而得名。汉代有“书佐”一职,是专职书写的低级书吏,佐与左相通,“左书”之名可能由此而来。由于汉隶的波折向左右分开,和“八”字的撇捺分开形式一样,故又将隶书称作“八分”。

相传隶书是由秦始皇时下杜(今陕西省长安县境内)人程邈所创。程邈本来是一个从事劳役或职位低微的吏役,由于得罪秦始皇被下狱10年。在狱中他将篆书的笔画和结体作了很大的改动和简化,并作隶书三千字上奏朝廷,秦始皇见了很高兴,于是不但将其免罪,而且提升为御史。

这个传说如同说仓颉造字一样武断。实际上汉字的任何一种书体,绝不是某个人所能创造出来的。由于社会的进步,实际的需要,文字总是删繁就简,便于书写。在实践过程中,经历了千百万人的书写,以及比较长时期的流传,才逐渐具备隶书的雏形。如果说程邈搜集、整理、推广散在民间的隶书,使之成为小篆的辅助书体,就较为恰当。

实际上早在秦朝以前已有隶书的萌芽,从现有的考古资料看,隶书的起源可以追溯到战国前期,1980年在四川省青川县城郊郝家坪发掘的战国墓群中,出土木牍两件,其中一件字迹清晰可辨,据考证为战国时秦武王二年的遗物,先于秦始皇统一中国63年,这是至今发现最早的隶书。秦始皇统一六国后,为了巩固统一的帝国,实行一系列新措施,其中有一项为“书同文”,即统一文字,由丞相李斯等人删省大篆,创作小篆,作为全国通行的官方文字。在政府公文、祭祀典铭等正式场合使用,不过,小篆虽在结构上简于大篆,但在运笔方法上还是圆转、书写很不方便,隶书作为一种应急的书体,仍在徒隶中广泛流行。由于秦朝是首次统一中国、地域广大、军政事务繁忙、公牍文书往来十分频繁,删繁就简就成为社会生活对文字提出的迫切要求,工于书写的下层徒隶便对隶书文字进行了整理,并加以推广。古代书史中有关狱人程邈创隶书的传说,即是从这样的背景下产生的。

到了汉王朝,尤其是东汉后,隶书作为一种特定历史阶段的产物,呈现出潇洒飘逸、既简洁又秀美的形态,因而使得上至皇宫内院、下至黎民百姓,无不沉醉于这种崭新书体的书写与美感的愉悦当中。在这种情况下,朝廷和官府不得不加以采纳,并广泛的应用和推广。这便使中国书法史上形成了一个辉煌的繁荣时代——汉隶时代。由于汉朝天下太平,经济繁荣,丧葬立碑,表功刻石之风大盛,所以各种风格的汉朝隶书借托碑石,千载流传,成为后人学习的楷模。

汉代之后,又历经唐、宋、元、明、清各朝,学习隶书者不乏其人,有建树的隶书大家比比皆是,其风格各异、蔚成一代文物之大观,实让后人仰慕。但书法学习,讲究追溯本源、根深才能叶茂,后代以隶书成名者,无不得力于汉碑。因此,许多书家认为,学习隶书,应从临习汉碑入手。但由于年代久远,汉碑大多字迹模糊或残缺不全,这对初学者来说,临摹难度很大。有时甚至把残点误认为字迹去摹仿,这就弄巧成拙,适得其反。而近、现代的书家中亦有善于隶书者,他们是经过多年,甚至几十年的努力学习,刻苦钻研,在继承古人的传统艺术的基础上,有所发展,有所创新。他们的作品中带着浓厚的时代气息,人们看了更感亲切、更觉易学。我们又何必舍近求远,非去临摹那些残缺不全的碑帖呢?因此,我们提倡学习近、现代优秀的、有代表性的法书、碑帖。这样的学习,未必不是一条捷径。

(二) 汉代名碑简介

汉代有名的碑刻不下百种。在此,仅简略介绍四种:

1. 乙瑛碑:其特点是,俊秀清丽、秀逸俊美。
2. 曹全碑:其特点是,用笔清秀、结构典雅。
3. 石门颂:其特点是,笔力遒劲、浑朴端庄。
4. 张迁碑:其特点是,运笔朴厚劲媚、结构险绝多变。

司徒臣雄司
空臣亮稽首
言魯射相瑛

乙瑛碑

君諱全字景完
敦煌效穀人也
其先蓋周之胄

曹全碑



石门颂

張是輔漢世載
其德矣既且於
君蓋其縉纁績

張遷碑

二、书写工具的选用与保养

汉字的书写工具,主要是笔、墨、纸、砚,即人们通常所说的“文房四宝。”它是书写汉字所必备的。书画家和书法爱好者尤其重视它的性能,并注意它的选择与保养。古人说得好:“工欲善其事,必先利其器”。每一个学习写字的人,都应当了解这几样工具的性能,学会选择、使用和保养等有关的基本知识和方法,以便在书写时,得心应手,达到比较好的书写效果。

(一) 笔

笔。这里指的是书写汉字的毛笔,它是我国特有的书写工具,柔软而富有弹性,结构十分简单。但它的特殊功能,使它成为传播汉字文化的重要媒介,而且使汉字书法在艺苑中独放异彩,显出优美动人的魅力。

中国的毛笔,有久远的历史,相传是秦代蒙恬所发明。毛笔的种类很多,按其性能来区分,则大致可分为柔毫、硬毫和兼毫三类。

柔毫。是选取弹性较弱,硬度较小而显得柔软的动物毛为原料制成的。如用羊毛制成的称羊毫笔,用鸡毛制成的称鸡毫笔。其中较为常见的是羊毫笔。它的特点是毫端柔软,吸墨量大,写出来的字丰满而富于变化,但由于弹性较弱,也较难驾驭,如掌握不好,容易导致乏骨多肉的肥软毛病。书写中楷以下的楷书和隶书,建议使用羊毫笔。

硬毫。是用一种弹性较强、硬度较大的动物毛制成,如山兔毛或黄鼠狼尾巴上的毛。其中最常见的是兔毛笔。因兔毛有紫、花白两色,如用紫色兔毛制成的毛笔称为“紫毫笔”,如用黄鼠狼尾巴上的毛制成的毛笔称为“狼毫笔”。硬毫笔的特点是锐利坚挺、富于弹性、容易上手,由于吸墨量小,笔画锋芒易于显露,干湿燥润变化分明,写出来的字显得精神外跃。但如果掌握不好,也容易出现瘠薄多搓的毛病。

兼毫。是用两种或两种以上弹性不同的动物毛,按一定比例配制而成的;它是一种介于柔毫和硬毫之间的中性笔。如以三成兔毛和七成羊毛配制而成的“三紫七羊”,其他如“九紫一羊”、“七紫三羊”、“五紫五羊”等。其特点是软硬适中,刚柔相济。各种兼毫,因材料配比不同,或偏硬或偏软,书者可根据自己的爱好、习惯,选用其中一种或数种。写中楷以上的字,一般宜用兼毫笔。近年来,江西省益华笔庄采用特制的尼龙丝和羊毛配制成的兼毫笔,弹性好、又耐用,是一种好笔。

根据毛笔大小的不同,其用途也不同,例如小楷狼毫、小楷羊毫,是用来写小

字的；中楷狼毫、中楷羊毫、中白云等是用来写中等大小字的；大楷羊毫，屏笔、提笔、楂笔等是用来写大字的。书者可根据自己书写字体的大小、选用大小适宜的毛笔。

根据毫锋的长短，毛笔又可分为长锋、中锋及短锋笔。

毛笔的种类这样多，我们怎样来选择使用呢？人们在长期的书写实践中已总结出鉴笔的经验和方法，那就是选择具备尖、齐、圆、健这四个优点的毛笔就好使用，这就是人们常说的笔的“四德”。所谓“尖”，即当毛笔的笔毫聚合时，笔锋尖锐、端如针状。“齐”，指修削整齐，笔毫发开后，将端部挤扁，则可见内外笔毫长短一律，排列平齐，无长短参差现象。“圆”，指丰满圆润，笔毫聚拢时，周身圆壮饱满，腰无凹凸，不扁不瘦。“健”，指笔毫劲健有力，或铺开，或收拢，都容易恢复原状，经久耐用而不变形。

按照尖、齐、圆、健的基本要求来选择毛笔固然重要，但更重要的还在于学会正确使用和妥善保管的方法。一般地说，要注意开笔、用笔和洗笔三个环节。

新笔初次使用时，先用清水浸开、洗净笔头上的胶质，让笔头自然发开。蘸墨时、让笔毛顺墨汁就势修整，以保持笔毫挺整、吸墨均匀，避免吸墨过多而易漫滴。笔毫在砚台上舔墨，使毛笔与砚面成15度或20度倾斜角，顺笔管方向自左向右轻轻平舔，不可使笔毫横向、斜向或反向、过分滚动挤压，这样容易使笔毫错乱、散落，影响书写效果和笔的使用寿命。毛笔使用后，宜用清水冲洗干净，以免笔毫干后被宿墨胶粘，致使笔毫硬化折伤，还要将笔毫理顺，然后插进笔筒或悬挂在笔架上。

(二) 墨

墨的种类较多，主要有松烟墨及油烟墨两种。松烟墨取料于松树烟，墨色黑而无光；油烟墨取料于桐油烟，菜油烟等，墨色黑而有光。

较好的墨，一般都有质细、胶轻、色黑、声脆、味香的特点。这些特点，人们都可以用眼看、耳听、鼻嗅加以鉴别，看看墨身质地是否细腻，墨色是否浓黑，墨在桌上轻轻扣放时，能否发出清脆的声音；嗅嗅是否有浓郁芬芳的气味。因此，在买墨时，只要稍加留意，试用上述方法，就可以知道它的优劣。

要使墨经久耐用，还必须学会正确使用和妥善保管，一般应注意以下几点：

1. 要用清水磨墨，切不可只图方便，就近用茶水、热水或污水。因为茶水容易损坏墨色，不易磨浓；热水容易使墨身发胀分解，既会直接影响墨的使用寿命，又会因砚中墨粒太多而妨碍毛笔舔墨写字；污水含有杂质，容易粘住笔毫，直接阻碍书写时笔毫的运行。

2. 要用左手磨墨，有的人习惯于右手磨墨，其实，这很不科学。因为磨墨虽不需要用很大力气，但也不是三五下就能磨成的，时间一长，手难免有酸麻的感

觉。这样,势必会影响写字的笔力和气势。因此,有志于学习书法的人,最好一开始就养成用左手磨墨的习惯。

3. 磨墨要有一定的规则,一般说来,用力不可过猛,要按一定的方向均匀地使力,在砚中间逐渐形成一个圆或椭圆形,然后再依照这形状由远到近、由外到内地反复推磨;磨墨时,墨身要保持垂直,不宜倾斜,以防止墨粒随时脱落。

4. 磨墨时,加水要适量,一般说来,砚上的清水不可加得太多,也不可太少。因为水加得太多,容易随墨的研磨而引起墨水四溅,污染桌面上的字帖和纸;水加得太少了,容易干磨而损伤砚池表面的光洁。因此,水要边磨边加,直到一次写字所需的墨水量为止。每次写字所需的墨水量以一次磨成为好。这样,可以使一幅作品的墨色浓淡一致。如果边写边磨,磨磨写写,则墨色往往浓淡不一,同时还会影响字与字之间笔意的连续性,而这两者都是有损于书法的艺术美。

5. 墨水浓淡要得当,墨水不可磨得太淡,也不可磨得太浓,太淡了,写出来的字既无神采,也容易使墨随笔画向四周沁开,产生涨墨的弊病;太浓了,书写时难以运笔,甚至产生笔滞的现象,直接影响字的气势。

6. 墨使用后,要放在干燥而不通风的地方。因为墨本身有三怕:一怕潮湿,二怕日晒,三怕风吹。墨一旦受潮、日晒和风吹,墨身就会变得松软或龟裂,一经研磨,大小不一的墨粒甚至墨块就要掉落下来,这样,既有损于墨的使用寿命,又有碍于书写运笔,因此,除使用后保管好之外,最好在没有使用之前,用纸将墨身紧紧裹住、仅留出待用的一小截。这样,一来可以防止风吹或受潮,二来又可以保持磨墨时手的干净。

为方便起见,现在人们写字,大多不用墨锭去研磨墨汁,而使用瓶装墨水,如用“一得阁”墨汁、“中华”墨汁等,均有很好的效果。使用墨汁时要注意摇匀,要随用随倒、用多少倒多少,由于浓汁较浓,可根据自己的习惯和纸张的性能,适当加入清水,调匀使用。但要注意,用剩的墨汁切勿倒回瓶中,以免影响墨汁的质量。

(三) 纸

纸是用植物类纤维经过制浆、漂白、成型、干燥等多道工序制成的书写材料。众所周知,纸是我国古代四大发明之一,相传是东汉时蔡伦在总结前人经验的基础上制成的。纸的发明,为文化的传播和汉字的书写的发展作出了贡献,对世界文化的发展交流也起了促进作用。

纸的种类很多,一般适宜于写毛笔字的是宣纸、毛边纸和元书纸。宣纸是书法绘画常用纸之一,因以出产于安徽宣城地区的质量最佳而得名。宣纸的特点是洁白细密,质地绵韧、吸水性强,容易着墨,书写时铺毫流畅,且耐搓折,防虫蛀,不易老化退色,便于收藏。宣纸被人们被誉为“纸中之王”、“纸寿千年”。它的种类繁多,按性能来区分,有生宣、熟宣及半熟宣。以厚薄分,有单宣、夹宣及三层

宣；以长短分则有三尺、四尺、五尺、六尺、八尺、丈二及丈六等，以颜色花纹取名的有虎皮、珊瑚、云母、玉版、蝉翼等。

初学书法或平时练习，对于用纸不必苛求，一般用元书纸、毛边纸或旧报纸作练习，也可达到书写练习的效果，但如要创作书法作品、必须选用质地较优的宣纸来书写。如安徽省泾县生产的宣纸，尤其以红星牌净皮或特净皮宣纸为佳。

(四) 砚

砚是书写绘画时注水研墨、铺毫捺墨的工具。一般是用不易磨损、便于蓄水的石质、陶质或金属材料制作而成的。

砚的种类众多，以制作材料而名的，有石砚、砖砚、陶砚、瓷砚、玉砚及铜、铁、银等各种金属砚，但一般以石质材料为砚者居多。最著名的是以广东肇庆端溪的端砚，安徽省歙县的歙砚，江西省龙尾山的龙尾砚等最为有名。

凡是好的砚，一般具有“发墨不损毫”的特点，要求其质地细腻、润泽、坚实、不流水、磨无声等特点。这些特点，人们可以通过眼看、口呵气，手摸加以鉴别和选择，也就是说，看看砚的质地是否细密、结实；用口呵气能否润泽、发湿；用手抚摸是否有细腻、幼嫩的感觉。

人们不论用哪一种砚，都需要注意以下几点：

1. 砚要放在桌面的右上角，以便于右手书写时捺墨，也便于纸的上下移动。
2. 研磨时，要注入适量的清水，千万不要干磨，如发现砚中有沙粒之类的杂质，要及时除去；用力不可过大，要细心轻研，这样可以保护砚面的光洁、细腻。
3. 砚要经常冲洗，用一次应洗一次，目的是为了保持砚内的干洁、不使它积起墨粒、影响下次使用。
4. 用完后，最好放入砚盒内，并盖好，以免灰尘落入或被硬物碰撞而损坏。

总之，精美的文房四宝，本身就是一种令人细观不厌的艺术品，它有助于更好地表现书法内在的艺术性，但对于初学写字的人来说，要从客观实际出发，不必过于讲究和追求。因为写好字的关键在人而不在物，历来不少著名的书法家，如虞世南、欧阳询、黄庭坚等都是不择纸笔的优劣而书的，他们的字同样具有很高的艺术价值，其根本原因在他们具有深厚的功底，可以不论书写工具的优劣都能创作出优秀的作品。对我们大多数人来说，要创作一幅好作品，具备一支合适的毛笔，一张好纸及一池好墨是必要的。至于砚台，视条件而定，可以用一个杯，一口碗代替亦可。

三、书法基本技法

书写隶书和书写真草、行、篆一样,都必须遵循一定的法则和掌握一定的技巧才可以写好。现将学习书法时必须掌握的执笔方法、腕法、身法以及运笔方法叙述于下:

(一) 执笔方法

执笔的方法很多,常因时代的不同、环境的差异和个人的习惯不同而异。在这里,只介绍常用的一种执笔的方法,即五指执笔法。现分几点来讲述执笔的方法。

第一,五指执笔的部位

1. 拇指在内,食指在外,捏紧笔杆。
2. 中指在食指的下方、位于笔杆外沿,勾住笔杆。
3. 无名指在中指的下方,位于笔杆内侧,向外抵住笔杆。
4. 小指紧靠无名指,起着辅助无名指的作用。
5. 食指、中指、无名指、小指紧密靠拢拇指横撑(微微向上)笔杆。五个手指的指节向外凸出,特别是拇指的指节不要凹进去、因为骨节自然地向外凸出,才会感到轻松,如果各个手指的关节平直,就很不自然了。

五指执笔法见图1。

执笔后,可以看出五指是分成两组的,食指、中指向内用力,拇指、无名指、小指向外用力,它们是对立的,但是又统一在五个手指都朝着笔杆用力这一点上,其结果是“五指齐力”。要做到“五指齐力”,还需注意在执笔书写时,既不要执得“松”,也不要执得“死”,只要执得“紧”就好了。执得“松”,五指势必使不上劲,五指使不上劲,那全身的力气就不能很好地通过臂、肘、腕、指而贯注到笔锋,这样写出来的字,就容易出现软弱,轻飘的毛病,看起来没有精神;与执笔“松”相反,如果五个手指特别用力地捏住笔杆,这样捏得太“死”了,只能使力气用在笔杆上,而不利把力气用到笔锋上,这里所说的执得“紧”,就是适当的用力执笔,以利于写出沉着、有力的笔画。

第二,腕平掌竖,笔杆正直

腕平,是指手腕与纸平行。掌竖,就是手掌斜立起来。腕平掌竖,才能把笔拿正,笔正,才能锋正;锋正,才能使点画的四面势全,这与执钢笔的方法不同,因为中国书法是借助于毛笔来表现的,它的点画无论粗、细、浓、淡、方、圆、曲、直,都

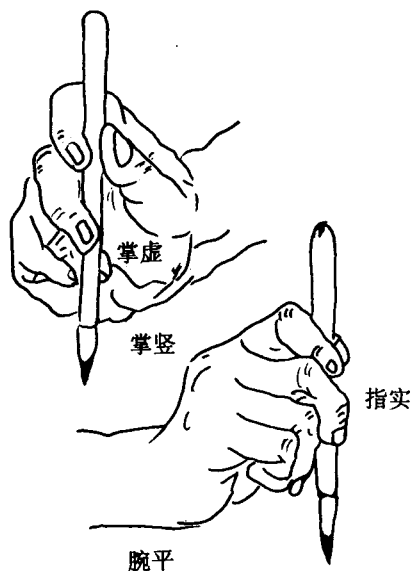


图1 五指执笔法

应有立体的质感。只有腕平掌竖，笔杆正直，运用中锋，按下去“万毫齐铺”，提起来笔锋收拢，才可能有此效果，若是笔杆侧卧，运笔横扫，则失于扁、枯。然而，写字时笔杆也不会始终保持绝对的正直，因为笔在纸上提、按、进退、回旋等交替着运行，笔杆在某一瞬间，也略有斜正的变动，这是正常现象，不能片面地理解这个问题。

第三，执笔的高低

执笔的高低，并没有一个绝对的分寸。只要能保证运腕灵活、得力、笔势稳健、畅达，就符合要求了。在这个前提下，一般地说，执笔的高低，应视其所写字的大小而定。写小字时，执笔略低。写稍大的字，因为运笔的幅度增大了，所以执笔当然要稍高。写特大的字，这时要悬腕，而且要站起来书写，执笔当然要再高一些，这样才能运笔自如。

总之，执笔的要领是：指实、掌虚、腕平、掌竖、五指齐力。能做到这几点，执笔的方法就算掌握了。

(二) 腕 法

要把字写好，除了学会执笔之外，重要的一环就是运腕，运用腕部力量去指挥笔管的运动，能最大限度地发挥毛笔的作用，表现出书法各种线条的艺术形态。运腕得法，书写的字形大小和笔画的轻重、徐疾，自然就能挥洒自如。下面根据隶书的特点，介绍几种运腕的方法。

1. 着腕