

北京市高等教育精品教材立项项目

书法专业系列教程

隶书教程

刘普选 著

华文出版社

书法专业系列教程编委会

主 编 欧阳中石 卜希旸

组编委员会

主 任 宫辉力 黄建平

编 委 欧阳中石 金开诚 王世徵 秦永龙
薛夫彬 卜希旸 郑晓华 甘中流

分册作者 卜希旸 《草书教程》
卢中南 《楷书教程》
刘普选 《隶书教程》
叶培贵 《行书教程》
何学森 《书法文化教程》
赵 宏 《篆刻教程》

目 录

理 论 篇

第一章 隶书概说	(1)
第一节 隶书名实辨析	(1)
第二节 隶书在书法史上的地位和意义	(5)
第三节 隶书的艺术特色	(6)
第四节 隶书的书体类别	(7)
第五节 学习旅程之我见	(10)
思考题	(12)
第二章 隶书的起源和发展	(13)
第一节 隶书的初创期	(13)
第二节 隶书的过渡期	(21)
第三节 隶书的成熟期	(26)
第四节 隶书的衰落期	(55)
第五节 隶书的复兴期	(77)
思考题	(101)
第三章 隶书名作赏析	(102)
第一节 简帛类隶书	(102)
第二节 刻石类隶书	(105)
第三节 明、清隶书	(124)
思考题	(130)
第四章 隶书书论辑要	(131)
第一节 汉唐隶书书论	(131)
第二节 宋元明隶书书论	(139)
第三节 清代隶书书论	(141)
思考题	(148)

实 践 篇

第五章 隶书的笔法、结构与章法	(149)
第一节 隶书的基本笔法	(149)
第二节 隶书的字形结构	(173)
第三节 隶书的章法	(180)
思考题	(182)
第六章 临摹碑帖	(183)
第一节 临摹的目的与要求	(183)
第二节 《曹全碑》分析	(185)
第三节 《张迁碑》分析	(197)
第四节 《石门颂》分析	(204)
思考题	(210)
第七章 书写作品	(211)
第一节 隶书书写的要求	(211)
第二节 隶书书写的品式	(216)
思考题	(229)
参考文献	(230)

理论篇

第一章 隶书概说

隶书是由篆书简化演变而来的一种字体。

历史上，我国汉字的型体随着社会的发展而不断地演变着，这种演变以书写性简化为基本动力，最终导致了文字型体的变革。自战国时期开始，篆书逐渐演变为隶书，并在汉代（前206—220年）得到快速发展，从而取代了篆书的正体地位，成为汉代通行的一种字体。

隶书的出现，适应了社会发展的需要，满足了简便快捷的实用要求，是汉字型体的一大进化，也是书法史上的一次重大突破。它表明：汉字已经从繁杂的古体中脱胎出来，开始了文字发展的新纪元，即今体阶段。

随着隶书的出现，汉字完成了从初期的象形向抽象符号的转化。这一转化主要体现在字型结构的简化和基本点画的确立等方面。字型结构的简化方便了书写和辨识，有着重要的社会意义；而基本点画的确立则是对文字法则的重要突破，生动多姿的点画极大地丰富了汉字的可塑性，为草书、行书、楷书的繁衍和不断完善奠定了坚实的基础，也为书法艺术的进步提供了重要条件。

第一节 隶书名实辨析

隶书的名称，自古以来众说纷纭，莫衷一是。东汉初年，班固^①第一个提出了

^① 班固（公元32—92年），东汉史学家、文学家。字孟坚，扶风安陵（今陕西咸阳）人，初继续完成其父班彪所著《史记后传》，被人告发私改国史，下狱。其弟班超上书力辩，得释。后召为兰台令史，转迁为郎，典校秘书。秦汉完成其父所著书，历20余年，修成《汉书》，文辞渊雅，叙事详备。善作赋，有《两都赋》等，又著有《白虎通义》，是记录章帝建初四年（公元79年）在白虎观辩论经学的结果。班固亦善书，唐代张怀瓘《书断》中称其“工篆，李斯、曹喜之法，悉能究之”。并列其大篆、小篆为能品。后人辑有《班兰台集》。《后汉书》卷四十有传。

“隶书”这一称谓。他在《汉书·艺文志》中记载：“是时（指秦始皇时）始造隶书矣，起于官狱多事，苟趋省易，施之于徒隶也。”这段话其语虽简，却明确地指出了隶书产生的时间、原因和使用对象。《汉书·艺文志》又载：“自尔秦书有八体：一曰大篆，二曰小篆，三曰刻符，四曰虫书，五曰摹印，六曰署书，七曰殳书，八曰隶书。”

后来，许慎^①沿用了“隶书”这个名称。《说文解字·序》记载：“秦烧灭经书，涤除旧典，大发隶卒，兴役戍，官狱职务繁，初有隶书，以取约易，而古文由此绝矣。”许慎在这里指出了从秦代开始，篆书逐渐演变简化为隶书，并最终取代了篆书字体。

班固、许慎的这两段文字在文字史和书法史上影响深远，当然受到历代文字学家和书家的非常关注。由于到目前为止还没有发现有关隶书名称的更早的文献记载，我们甚至可以说，“隶书”之所以叫做“隶书”是班固和许慎给取的名。这里，称为“隶”是由于初始时的作用和处境决定的。隶书最初的作用是为了省改和辅助篆书，处于隶属地位，而创造与使用这种字的人是“隶役”，遂以“隶”为名。

说到隶书的定名，有汉以来还流传着这样一个故事：“或曰下杜人程邈^②为衙吏，得罪始皇，幽系云阳十年，从狱中改大篆，少者增益，多者损减，方者使圆，圆者使方。奏之始皇，始皇善之，出为御史，使定书。或曰邈所定乃隶字也。”^③其实，程邈在字体、书体发展史中的作用，也并非始见于《四体书势》，早在许慎《说文解字·序》中也有类似的记载。南北朝之后，程邈作隶书之说几乎成了定论。羊欣^④在《采古来能书人名》中写道：“秦狱吏程邈，善大篆。得罪始皇，囚于云阳狱，增减大篆体，去其繁复，始皇善之，出为御史，书名曰隶书。”江式^⑤《论书表》也说：“隶书者，始皇时使下杜人程邈附于小篆所作也。世人以邈徒隶，即谓之隶书”。张怀瓘^⑥的《书

① 许慎（公元约58—约147年），东汉经学家、文字学家。字叔重，汝南召陵（今河南郾城）人。师事贾逵。曾任太尉南阁祭酒，洹长等职。博通经籍，有“五经无双许叔重”之评。著有《说文解字》十四卷并叙目为十五卷，集古文学训诂之大成，为后代研究文字及编辑字书的重要根据。

② 程邈，生卒年不详。字元，秦下杜（今陕西西安南）人。秦时政权集中，文书繁多，小篆书写不便，胥吏在抄写时应用一种简易的书写体。程邈把这种来自民间的书写体曾加以搜集整理。后人遂有程邈造隶书的传说。

③ 见西晋卫恒著《四体书势》。卫恒（公元？—291年）西晋书家。字巨山，河东安邑（今山西夏县北）人。书法宗张芝，善作章草、隶书等书体，著有《四体书势》。其父卫瓘，其弟卫宣、卫庭、卫子璠、卫玠也以书法著名。

④ 羊欣（公元370—442年），南朝宋书家。秦山南城（今山东泰安）人。字敬元。王献之外甥，从舅学书，善隶、行、草诸体。其书作为时所重，范晔、萧思话、王僧虔等皆学其书法。传世书迹有草书《笔精帖》，收入《淳化阁法帖》。著有《采古来能书人名》、《笔陈图》等。《宋书》卷六十二、《南史》卷三十六皆有传。

⑤ 江式（公元？—523年），北朝魏书家。陈留济阳（今河南开封东南）人。字法安。江式少专家学，善篆书及训诂，洛京宫殿诸门板题，皆江式所书。有《论书表》一篇，《魏书》卷九十一、《北史》卷三十四皆有传。

⑥ 张怀瓘（生卒年不详），唐海陵人。唐开元中官至翰林院供奉。尝录古今书体及能书人名，各述其源流，定其品第。著《书断》、《书议》、《六体书论》等，在中国书法理论史上有着重要的地位。

断》在肯定程邈造隶书的同时，还特地引东汉蔡邕^①《圣皇篇》“程邈册古立隶文”的说法。直至清代段玉裁^②等人仍认为隶书乃“秦始皇使下杜人程邈所作也”^③。

依照以往各种文献的说法，隶书之所以称为“隶”，一是因为该书体“起于官狱多事”，“施之于徒隶”；二是因为该书体的造作者程邈原为狱吏，又曾囚于狱，在狱中造出了该书体。简言之，所谓隶书者，“徒隶之书也”。如果从“隶”字的本义作解释则又是一种说法。《说文解字》中解释“隶”的意义是“附著”，《后汉书·冯异传》则训为“属”。现代汉语亦有“隶属”一词。《晋书·卫恒传》、《说文解字·序》及段注也都认为隶书是“佐助篆所不逮”的。简单的说，隶书是“小篆的附著字体”。看来，对于隶书之名的含义无论是“徒隶之书”说，还是“小篆的附著字体”说，都与隶书的本体特征关系不大。

我们知道，对于字体、书体的定名应以该字体的结构形态和书写特点为出发点。我国汉字中，基本字体的名称大多源自该字体基本的形体特征。如“篆书”，《说文解字》把“篆”训为“引书”；如“草书”，有简便草率之意；如“行书”，有介于真草之间，“真之捷而草之详”的意思。隶书则不同，不同在名不符体、名不符实。“徒隶”说也好，“辅佐”说也好，都与隶书之体、之实无关。横平竖直，一波三折，长撇大捺，左右开张的点画；因字立形，变化多方的结体；古朴烂漫，绚丽多姿的风貌；跌宕起伏，开今体字之先河；发展如潮，历两千年而不衰的一种崭新的字体，怎么就取了一个“隶”字？

回顾过去，我们会发现：一是隶书在其发展的不同阶段有着不同的名称。秦隶指始皇帝时的隶书，因其草就而成，又有“草隶”之称，它不是“正规隶书”的草写，而是隶书的初始状态，属“古隶”范畴。汉隶，即通行于两汉时期的隶书，广言之，包括两汉的刻石隶书及墨迹隶书。简言之，指东汉中期成熟的刻石隶书。唐隶、清隶则是指唐人、清人所书的隶书。古隶，指处于过渡状态的早期隶书，包括战国至汉代的木牍、竹简、帛及碑刻铭文。今隶，狭义指东汉时期的成熟隶书，以区别于古隶；广义指东汉及汉以后各代的隶书。对今隶还有另一种解释：魏晋以后，楷书虽也生成，但仍沿用隶书之名，正体字即“真书”，也曾称为“今隶”。二是由隶书的功用特点而带来的

① 蔡邕（公元132—192年），东汉文学家、书法家、书法理论家。字伯喈。陈留圉（今河南杞县南）人。汉灵帝时为议郎，因上书论朝政阙失获罪，流放朔方。遇赦后，畏宦官陷害，亡命江湖十余年。董卓专权，被任为侍御史，官左中郎将。董卓被诛后，蔡邕为王允所捕，死于狱中。蔡邕善文辞、通经史、解音律、明天文。工书法，尤以隶书著称，其隶书结构严整、点画俯仰，体法多变。南朝梁武帝《古今书人优劣评》：“蔡邕书骨气洞达，爽爽如有神力。”唐张怀瓘《书断》评其书作：“体法百度，穷灵尽妙，独步古今。”熹平四年（公元175年）灵帝诏蔡邕与堂谿典等写定“六经”文字，部分由蔡邕书丹于石，立太学门外，世称“熹平石经”。又曾于鸿都门见工匠用帚写字，得到启发，创“飞白”书。所著书论有《九势》、《笔论》、《隶书势》等，影响深远。有《蔡中郎集》，已佚，现有后人辑本。《后汉书》卷六十有传。

② 段玉裁（公元1735—1815年），清代文字训诂学家、经学家。字若膺，号茂堂，江苏金坛人。乾隆举人，官四川巫山县知县。师事戴震。著《说文解字注》，是研究文字训诂学的重要参考书。研究古音，作《六书音韵表》。又有《古文尚书撰异》、《诗经小学》、《周礼汉读考》、《仪礼汉读考》、《经韵楼集》等书。

③ 见段玉裁《说文解字注》。

称谓，却也直接反映了隶书的早期使用情况及作用，如“徒隶”、“佐书”等，即由“施之徒隶，佐篆之所不逮”的含义而来。

至于所谓的“八分”书之说，则从来梳理不清。《四体书势》最早著录：“今八分皆弘法也。”其后，八分之名屡见著述。“八分”的含义大概有以下几种：一指东汉有明显波势的成熟隶书。依许慎《说文解字》“八，别也，象分别相背之形”的解释。张怀瓘《书断》云：“盖其岁深，渐若八字分散。”宋代郭忠恕^①云：“书有八体，汉蔡邕以隶作八分体，盖八体之后又生此法，谓之八分。”清代翁方纲^②《两汉金石记》云：“汉人有波之隶，则有隶渐增笔势，其形象八字分布，故名。”清代刘熙载^③《艺概》谓：“未有正书以前，八分但名为隶，既有正书以后，隶不得不名八分，名八分者，以别于今隶也。”以上诸说，或云字形，或云笔势，或云时宜，均相对于东汉隶书而言。二指早期隶书。元代吾衍^④《学古编》称八分书是“汉隶之未有挑法者也。比秦隶则易识，比汉隶则微似篆，善用篆笔作汉隶字，即得之矣”。张怀瓘《书断》谓：“小篆古形尤存其半，八分已减小篆之半，隶又减八分之半，然可云子似父，不可云父似子，故知隶不能生八分矣。”三指早期楷书。卫恒《四体书势》载：“上谷王次仲始作楷法。”张怀瓘《书断》转述王愔^⑤语：“次仲始以古书方广，少波势，建中初以隶草作楷法，字方八分言有楷模。”萧子良^⑥云：“灵帝时王次仲饰隶为八分。”可见八分之说非常繁杂。这里我们不能妄断其一，只缕陈原委，以供参考。

隶书是汉字发展史上“隶变”过程中多种字体、书体的总称，它既是字体名、又是书体名，是文字学和书学共同研究的对象。汉文字书写体式的演变往往是先产生书体，然后稳定为字体，形成字体与书体的融合。在文字发展的过程中，字体相对稳定，书体比较活跃，而后者常常会表现出不同的艺术风格。这就是隶书书体在其发展演变的过程中有这么多名称的原因。

① 郭忠恕（公元？—977年），河南洛阳人。字恕先。后周广顺中，台为宗心丞兼国子书学博士。太宗即位，授国子监主簿，令刊定历代字书。郭氏富有文学，尤工篆籀。欧阳修《集古录》谓自唐李阳冰后，篆法隶有臻于斯者。又说：“世人但知其小篆，而不知其楷法尤精。”有《三体阳符经》石刻，著有《论八分书》、《论古文》、《论书体》等，所定《古今尚书》及《释文》并行于世。《宋史》卷四百四十三有传。

② 翁方纲（1733—1818年），直隶大兴（今北京大兴区）人。字正三，号覃谿，晚号苏斋。乾隆壬申进士，官至内阁学士。能诗文，精鉴赏及碑帖名迹考证。书学欧、虞，谨守法度，尤善隶书，与刘墉、梁同书、王文治齐名。著有《两汉金石记》、《汉石经残字考》、《粤东金石略》、《焦山鼎铭考》、《苏米斋兰亭考》、《复初斋文集》、《诗集》、《石洲诗话》等。《清史稿》卷四百八十五有传。

③ 刘熙载（1813—1881年），清代文学家、文艺理论家。字伯简，号融斋，晚号鬯崖子。江苏兴化人。道光进士，官至詹事府左春坊左中允并督学广东。后主讲上海龙门书院。能诗词，撰有《四音定切》、《说文双声》、《昨非集》、《游艺约言》和《艺概》等。其书学理论主要集中在《艺概》中的《书概》和《游艺约言》中。

④ 吾衍（1272—1311年），明代书家。字子行，号竹房。史传多作吾衍或吾邱衍。太末人。吾衍好古博学，凌物傲世，明陶宗仪《书史会要》称其精于篆，专法李阳冰，律以《石鼓》，独步当代。传世书论有《三十五举》、《字源七辨》、《论写篆》、《学古编》等。

⑤ 王愔（生卒年不详），南朝宋书家。传世书学论著有《文字志目》等。

⑥ 萧子良（公元460—494年），南朝齐书家。兰陵（今江苏常州西北）人。字云英。齐武帝次子，封竟陵王，官至太傅。善行书。著有《古今篆隶文体》。《南齐书》卷四十、《南史》卷四十四皆有传。

第二节 隶书在书法史上的地位和意义

我们知道，象形文字曾经是世界上许多古老民族共有的文字形式。象形文字在形成过程中更多的是对于具体对象的形体特征的一种简化，表现着书写者对具体对象的一种感觉和把握。随着社会的发展、信息的增加、思维的复杂和社会交往的需要，对文字表述的快捷和准确程度提出了更高的要求。象形文字终于遇到了必然要到来的危机。在这种文字发展转折的关口，汉民族和西方民族作出了不同的抉择。西方民族改弦易辙，选择了拼音文字的道路。汉民族则选择了另外一种道路，它没有抛弃原有的文字形态，而是把象形文字对于客观对象形态结构的描摹逐渐演变成为一种并不依赖于客观对象的点画的抽象结构。摆脱象形的束缚后，汉字获得了解放，指事、形声、会意等造字方法逐步拓展，终于开辟了汉字发展的广阔道路。从古老民族所共有的象形文字，到不同于西方文字的以点画为基本结构的方块形态汉字的出现，曾经是许多学者反复描述的历史过程，这个过程被称为“隶变”。

所谓“隶变”，是指与隶书的产生有着连续发展线索的字体演进变化过程，在这个过程中以书写性简化为基本动力，最终导致了古（篆书）今（隶书）文字形体的根本性变革。“隶变”不仅改造了整个文字体系，解放了书写，而且在书体变革中，把书法艺术带入到一个崭新的天地。

春秋战国时期诸侯割据，战事纷沓，但同时私学兴盛，文化下移，文字的使用向社会化发展，文字书写的“求速求易”成了社会发展的需求。可以说，隶变是建立在篆体俗写字形基础上的书写性简化，这种简化主要表现在如下几个方面。一是笔势的变化。笔势变化最为直观，如变曲线为直画，改垂引为斜出。尽管它们还很零散，还没有成为一种普遍的规则，但以其简便易写的优势，创造出了隶书字体的雏形，预示着未来的发展方向。二是出现了新的笔画。如篆体的横画一般不会超过字形的宽度，隶变突破了这个规则，创造了向左右两端大幅度延伸的长横画，为日后再改造而为“波势”奠定了基础。同时也出现了向左或向右斜出并略带夸张意味的拖曳长画，而最初则是由放纵肆意的书写造成的，后来却成为着意而为的隶书字体的主要笔画。三是新的笔顺。笔顺是书写性简化和隶变中最为活跃的因素，它必须通过分解、改造篆书的笔画来获得。新的笔顺不仅有助于“隶变”中笔势的发展，而且直接影响到字形结构。四是笔画连接方式的变化。笔画连接方式改变的结果，将会完整地揭示古今文字变革的性质和意义，以及新的文字形体符号化发展的特征。五是笔画的省略合并。这种省略合并是以书写的“求速求易”快速便捷为目的而展开的，在保证字形连续性发展的前提下有选择地进行。例如，凡上出的对称曲线多省并为一横，下出者多做斜向的变形改写。某些偏旁依其在构字中位置的不同，被改造的情况往往有别，或省并、或变形，最终产生大量的偏旁分化与合并现象。随着上述变化，字形的体态式样也出现了相应的改变，形成了

一种全新的、向左右自由展开的书写倾向。

“隶变”，对于中国书法艺术的发展具有重要的意义，它使汉字至此脱离了象形的轨道，确立了今文字体的基本形态，尤其是与篆书相比明显的“笔画化”了。这种从“笔画”到“形态”的突破，既完成了今文字的逐步定型，也完成了书法艺术的基本格局，奠定了书法作为一种艺术形式的基础。汉字的笔画在脱离了象形文字那种规定的装饰性以后，获得了自由表现的更加广阔的空间，可以从千变万化的客观世界吸取营养，以寻求更加丰富的变化。脱离开具体象形，是为了表现更丰富的形象和更多样的情感，这是“隶变”以后的中国书法特有的“点画”才具有的品格。

应当说，汉字的书写之所以成为一门独特的艺术形式，其艺术特质的构成是在“隶变”中确立的。隶书作为一种字体曾经通行于汉代。后来，虽然逐渐丧失了主流字体的地位而被楷书所取代，但它作为一种书体仍然在演变着、发展着。尽管这种发展跌宕起伏，有盛有衰，但基本上没有改变它在书法艺术中应有的地位。可以这样说，只要使用汉字，只要人们还有对“美”的追求，就会有书法艺术；只要书法艺术存在，隶书书体就会存在。过去如此，将来也如此。

第三节 隶书的艺术特色

隶书在长期的社会性的书写实践中不断进化，不断丰富着自身的艺术内涵。到东汉中期，隶书的审美功用已经超越了实用价值，越来越显示出端庄朴厚、雄浑壮美的风采，其艺术特色主要体现在笔法点画、字型结构和审美风格几个方面。

一、笔法点画

隶书的笔法比篆书更为丰富。从隶书基本点画的形态看，点、横、竖、撇、捺、折等笔画的形成，说明笔法已经有了规定性的要求，即在篆书用笔婉转的基础上，明显地增加了提按、藏露、转折，使得点画出现了丰富多彩的变化。其中折笔、波挑笔法的形成使其点画更为生动。

新的笔法成就了自然典雅、生动活泼的点画。汉代隶书用笔或疾或迟、或畅或涩，疾迟相顾，畅涩相间，自然会产生曲直相参、轻重相宜的各种点画。从不同风格的隶书来看，其点画无论是浑圆厚重，还是简捷畅爽，都同样地表现出了凝练遒劲的艺术特色。

隶书的点画构成了隶书内在的艺术素质，这一艺术素质的产生全赖于隶书笔法的产生和发展。隶书笔法的产生，对古体文字而言是一种质的突破，对于后来的各种书体而言，则是笔法的源头，由它所造就的点画为中国书法艺术所特有，更是中国书法艺术区别于其他艺术门类的“基本点”。

二、字型字势

如“鸾凤翱翔，矫翼欲去”，如“良马腾骧，奔放向路”，前人曾生动地描述了隶书的字形字势。结构横平竖直，排列均匀；字形整齐而不失灵动，端庄中更显博大；横向取势，意态宏深，长撇大捺，左右波发则充分展示着隶书的动态美感。这些，既体现了隶书的艺术特征，也反映出了中华传统审美意识对它所产生的影响。

隶书的形态美还体现在结构的欹正疏密和布局的灵动多变等方面。并且，所有这些变化又都建立在一定的法度基础之上，从而客观地再现了古人在艺术手法上的匠心独具和对形式美的强烈追求。它们或端庄匀整，或典雅秀逸，或宽博疏宕，或方正古拙，或恣肆奔放，或肃穆雄强，无不在最大的限度上展示着自身的形式美。

三、风格多样

我们很难用简短的语言来描述汉代隶书的艺术风格，我们更难用确切的数字来分理清楚汉代隶书的风格种类，我们只能说它风格多样。在蔚为大观的传世作品中，可谓各臻其妙，异彩纷呈。

刻石类作品各有姿致，靡有同者。字型工稳，意态端庄如《曹全碑》、《礼器碑》等；方正古拙，拙中见巧，意态浑厚，字势雄强如《张迁碑》、《鲜于璜碑》等；大度雍容，宽博疏宕，意态雄伟，字势开张如《西狭颂》、《封龙山颂》等；恣肆奔放，意趣横生，灵动多变，舒放飘逸如《石门颂》等。

墨迹类作品则更显得稚朴率真，新奇生动。与刻石类隶书相比，行笔更为劲利，体态更为生动，字形书体参杂；结体不拘一格，草情隶韵溢于字里行间。更为重要的是，这类隶书为我们展现了古人“写”的过程，使我们得见隶书“真面”，得解笔法之“谜”，避免了在学习中以笔追刻的盲目。

总之，隶书有着鲜明的艺术个性和各种艺术的素质。这些为后来文字的发展，为书法艺术的再创造提供了良好的条件。历史地看，隶书的确是中国书法艺术的一大渊薮。它之所以经久不衰，完全在于自身具备的艺术素质。

第四节 隶书的书体类别

现存有关隶书的资料极其丰富，若按书体风格的不同，可分为简帛类隶书、刻石类隶书和清代隶书。

一、简帛类隶书

简帛类隶书是现存最早的隶书墨迹。简是指一二公分宽的竹片或木片，牍则是指较宽的木板。书写在竹木上的文字称为简书，或叫做“牍”、“册”、“符”；书写在绵丝

织品上的称为帛书或缙书。

书有文字的古代简牍，历史上也常有发现。据史书记载，汉以后屡有简牍出土，如齐建元元年（公元479年）襄阳古墓出土了战国竹简；北周末年居延出土了竹简；宋崇宁初天都发现了汉木简；宋政和中关右发现了汉木简等，但都没有保存下来。近百年来又有大量出土，并得以科学保管。其中，应当特别提到的是1990年甘肃省文物考古研究所在敦煌附近发掘了“汉悬泉置遗址”。除出土大量简牍书外，还发现了24块与简牍共存的麻纸，其中四块写有墨书，均为西汉宣帝至新莽时期（前736—前23年）的纸书。这是至今所发现的最早的纸书，其文化意义重大。

简帛是我国在纸张未发明和未被广泛应用之前通用的主要书写载体。在古代，竹木是最容易获得的书写材料，应用也最广最多，形成了丰富的简牍书体系。其文字内容几乎囊括了社会文化的各个方面，既有上层文化人所书，也有下层各行各业者所写，其整体书风呈现出生意盎然、丰富多样的气象。纸帛书与简牍书相比就少多了。史料表明，纸帛书几乎全是重要的文化典籍，其书风体现了文人士大夫儒雅的文化气息。写有文字的简牍、纸帛记录了从战国至魏晋时期的政治、军事、经济、文化、医学、宗教、哲学、科技等方面的情况，具有珍贵的第一手历史资料价值。在文化方面，它是研究我国文字演变发展的极好的实物资料。它填补了战国至秦汉书法真迹的空白，澄清了“秦隶”字体的迷雾，解决了西汉隶书字体的悬案，揭示了隶书字体起源和发展的真实情况，展现了草、行、楷诸字体的初萌状态，因此，在书法史上更具有特殊的价值。

简帛书真实地所映了古代文字的“书写”状态，有着朴实无华、生动活泼的气息。与当时规整严谨的刻石书法风格形成了强烈对比。简帛书文字虽小，但缩龙成寸，犹尺水之含众象；简帛书是墨迹，书写时用笔的起止转折表现无遗，可以弥补刻石隶书的不足；简帛书多为不经意之作，特具天真素朴之美。习汉碑兼习简帛书，可互为补益，我们可以从碑中悟出吉金乐石之气，从简中得笔情墨韵之趣。

需要指出的是，学习此类隶书，应注意以下几个方面的问题：

第一，隶书字体前后400多年通行于世，形成了众多的种类与风格。由于汉碑隶书多为东汉中期晚期遗物，所以很难体现隶书字体的全貌，更不能真实地反映出它的演变过程。而简帛书从战国至东汉多有使用，真实地记录了隶书字体从萌芽到成熟的发展过程。因此，借鉴此类隶书，有助于了解隶书的繁衍与演变，从根本上把握这一书体的艺术规律。

第二，简帛书真实地反映了古人书写的笔法，毛笔书写的状态一览无余。这与借鉴刻石隶书形成对比，也给人们提供了取法碑刻的参考，对纠正不正确的写碑用笔方法和科学认识、借鉴碑刻艺术，有着重要的参考价值。

第三，简帛书多以实用为目的，多为率意之作，不拘一格。其笔法、结构、章法尚未达到成熟，有着过渡的特征。因此，初学者不宜临习，以免误入歧途。但其率真之趣、潇洒之态则对把握隶书字体自然稚朴和灵动多变的艺术风格有着极大的借鉴作用。学习隶书到了一定的程度，必须研究简帛书等汉代墨迹类隶书。

二、刻石类隶书

刻石类隶书历来是人们研究汉代隶书的主要对象。现按西汉刻石隶书、东汉刻石隶书和汉后清前刻石隶书分别简述如下：

1. 西汉刻石隶书

秦汉之际隶书很快就在全国范围内成为通行的主要字体。但是，从现存的西汉时期的刻石隶书看，要比同时期的简帛隶书晚些，呈现出一种滞后的文化现象。在文字内容、书体演变、书法艺术等方面均显得较为贫乏，似乎不足以反映西汉文化的时代特点。另一方面，西汉刻石大多无“碑”的形制，刻工刀法多用单刀冲刻，呈现出质朴、简直、苍劲的本色，很少有人工所为的色彩。

存世的西汉刻石仅十几种，且文字简短。隶书刻石就更少，仅存《五凤刻石》（公元前56年）、《莱子侯刻石》（公元16年）等数种。

2. 东汉刻石隶书

东汉刻石隶书分碑刻和崖刻两类。这是隶书发展的全盛时期。这时的隶书完全摆脱了篆书遗意，形成了崭新的字体风貌，为后世文字及书法的发展开辟出了一条生机勃勃的道路。

从大量的东汉刻石隶书中，我们看到不同的刻石有不同的个性、风韵，可谓千碑千面，无一雷同。字体法规的严密性与艺术风格的多样性，都达到了前所未有的高度。因此，后世学者无不以此为宗，以此为法。学隶取法于此，成了一条公认的登堂大道。

3. 汉后清前刻石隶书

汉代以后，隶书呈现平缓的下落之势。它在实用中的位置也由主导地位变为从属。一方面是由于楷书的普遍使用使隶书的书写掺入不少楷意；另一方面隶书的书写也出现了程式化的趋势。同汉隶相比，失去了古拙灵动的趣味，显得刻板机械，似无神韵意趣可言。

当然，汉以后也有一些高水平的刻石隶书，如三国时期的《受禅表》、《上尊号》，东晋时期的《好大王碑》，唐代的《纪泰山铭》等。宋、元、明三代，隶书仍然是书法追求的字体之一，其间也有一些善隶书家，然观其作品，多取法浅近，与汉代已相去甚远。

三、清代隶书

这是一大批清代隶书书家留下的大量隶书墨迹。明末清初，随着金石学的兴起，隶书又重新被文人墨客所瞩目。它的再次崛起已不再是以实用为目的，而是以其特有的艺术风采和历史价值被人们所尊崇。

清代隶书承汉代遗绪，更开新绩，其风貌多不受汉隶束缚而自成体系。这一特点并非否定汉隶，而是在继承基础上的发展。清隶借鉴汉隶体貌，遵循其结构规律，又不拘绳墨，充分发挥了软笔的特征，将碑刻之严整与书写之潇洒结合起来，形成了新一代书风，对后世隶书的创作产生了重要影响。清隶与汉隶相比，虽然也存在着古韵不足的趋势，但不可否认，清代对隶书艺术的贡献是巨大的。

第五节 学习轨程之我见

隶书的书写，自然有其规律可循。对隶书的学习，当然也要有一定的方法步骤。而科学地把握方法，正确地安排步骤，正是我们加快学习速度、提高学习效率的关键。

一、选帖

学习隶书，首先要选择好临摹取法的范本。现在出版发行的各类碑帖很多，选择什么样的范本，是学习中首先遇到的问题。一般说来，选择范本应从以下几个方面考虑。

第一，以汉隶为本。隶书字体的各种规则法度是以汉代隶书为基本准则的。作为一种通行字体，隶书在两汉时期的实践应用中经过不断提炼，发展成了具有独特体势和风貌的成熟字体。具有不同书写特点的各种汉碑，呈现出了千姿百态的艺术风格，反映了不同的书写要求。它不仅是早期隶书的总结，也是以后隶书发展的基础。因此，选帖应以汉隶为本，从汉碑入手。如果把汉以后隶书名作，或近现代隶书名作当作取法的范本，虽无不可，但总不如作辅助学习的参考更为适宜。

第二，以学会基本技法为目的。如想通过对范本的临习，了解和掌握隶书的书写技法、法规，宜选取字型规整、笔法完善、法度严谨的字帖，以便打好基础。

第三，古代碑帖因年代久远而出现残损，对文字形体有一定影响，选择临习范本，以字口清晰的碑版为好。对那些文字残损过甚的字帖，临习中切不可刻意追求破损的残痕，防止因法规不清，技巧不熟而误入迷径。

二、临帖

临帖是学习书法的必要过程，是贯穿于学书者毕生的艺术追求之中的主要的借鉴取法的手段，是一辈子的事。临帖的方法，一般分对临、背临和意临三个环节。

第一，对临，是对范本进行模仿训练的一种方法，基本要求是将范本的笔迹写得准确，尽可能地模仿得像，通过临习掌握其基本技法。对临有助于加深对某种字体、书体的认识理解，有助于在认真观察的基础上提高书写者的判断能力，以便从前人法书中摸索书写的规律法则，最终转化为自身的书写能力。对临要反复进行，不可采用流水账似的机械方法，防止轻率的临习。要经过反复对照练习，直至能够熟练地再现古人的风貌为止。

第二，背临，是建立在对临基础上的一种检验自己对临成果的方法，也是为从事创作做准备的必要过程。实践中，有人临习的能力并不差，也下过大气力，但在创作中总不能很好地运用和体现出所学的技法。这一问题的出现，多是因为在技法训练中缺少背临这一基本环节，反映出了学习的不扎实。因此，临习并非机械地照着写，还须经过背临的过程来验证自己的真实书写能力。

第三，意临，是取传统技法之“意”的一种训练方法，通过此阶段的训练达到掌握某种字体、书体的书写规律。意临是一种灵活的训练方法，书写时注重对古代书法神采风韵的体现。意临中某些字型或笔法可以有些出入，只要符合一定的规律法则即可。意临可以表现出书写者自身对前人法书的认识理解，可以变化、发挥，但必须慎重。如果把意临当作对范本的“改造”，从根本上远离了范本的要求，就领会错了。

三、方法步骤

面对众多的汉代隶书墨迹和刻石隶书，如果不考虑方法，不安排步骤，盲目地学这学那，或单纯地尽录其目，其效果一定不会理想。只有选好碑帖，突出重点，刻苦以求，才能取得较好的成绩。如果不定重点，连一家都不能深入，只是浮光掠影，到头来可能一无所获。当然，突出重点也并不等于单纯地取法一碑一帖，而应当一碑上手，再换一碑，再上手再换碑，碑碑有收获，帖帖有所得。这样，经历既深，积累必富，而基础自厚自固，在博大的基础上再求精深。在学习问题上，一般的通病是“学过”，而不是“学会”，可能“学过”的不少，而“会”了的不多。我们的要求是“拿下”一碑，再换一碑，如果一碑也不能“拿下”就换碑，其结果可能始终与“会”无缘。

应当指出，隶书的学习，只学习重点碑帖还不够，必须安排一个序列，形成一个学习系统。

全面系统地了解汉隶，需要对其风格体系作进一步的了解，以便从宏观上安排学习的步骤。《曹全碑》、《小子残碑》、《礼器碑》、《乙瑛碑》、《张景碑》、《史晨碑》、《华山碑》等，虽然各自的风格体貌不同，但从法度规则方面去观察，它们却都体现了东汉时期隶书的完善。无论字型、体势都呈现了严谨、细腻、成熟的特点。以它们作为学习隶书的开始，对于初步了解和掌握隶书的一般法则和规律，进而掌握隶书的书写特点有着重要的作用。《张迁碑》、《鲜于璜碑》、《石门颂》、《封龙山颂》、《西狭颂》等，除具有严谨的法度之外，在意态上呈现了或古拙稚朴，或雄浑凝重，或恣肆奔波的艺术特点。通过对它们的学习，有利于克服笔力软弱，意趣不足，气势不够等缺点。简牍、纸帛书等汉代的隶书墨迹用笔率意，活脱潇洒，通过对它们的学习，可以克服因长期写碑而导致的用笔板滞或着意刻画的毛病。

总之，学习隶书如以一碑一帖为法，很难学有所成，而要想真正把握隶书的艺术特色，在隶书方面有所成就，则必须对它进行系统的研习。

四、注重理论学习

书法艺术在长期的发展中形成了一套比较完整的理论。各种论述汇集了古人学书作书的丰富经验，记录了书法艺术发展的历史，也为后世人们的学习和研究提供了重要的理论依据。学习书法应包括对书学理论的学习与研究，因为传统的书法史、论，原本就是书法份内的事。

从理论的高度去把握方向，总结得失，可以更全面地理解书法，较快地懂得书法的性质、本质及艺术原理。如是，才有希望学到正确的书写方法，不断提高艺术的修养和

鉴赏能力，从而减少盲目性，增强自觉性，较快地提高学习效率。

古今书学理论可以大概分为史、论、技、评及书法美学等类。其中，技法类的论著数量极其可观，对笔法、墨法、结构、点画等都有详尽的论述。借鉴这些经验，对于审视、检验自己的学习效果，十分有益。书史类的论述也很丰富，它论述了从上古时期的文字始创，到文字在各个发展阶段的基本特点，包容了历朝历代的书家书迹。了解一些书法史，有助于认识书法发展的客观规律，建立科学的艺术观，从而较好地把握自身的发展方向。书法美学是一门新兴的学科，它包括古代的有关论述和大量的新内容，新观念。学习书法美学对于把握书法艺术的本质特征，提高鉴赏能力无疑是一种有益的补偿。

注重理论方面的学习不仅是书写实践的需要，也是人们在艺术上向更高境界发展的一种要求。学习书法，只懂得一些书写技巧，能写出几张漂亮的字是远远不够的，还应不断地向艺术的深度和广度探索。

五、增加学识修养

书法是一门学问。从学问的角度说，它的本质应当是用中国特有的工具书写出规范的汉字；字与字组成闪闪发光的文辞；点画焕采，布白成章，整体如一，熔古铸今的其道其理的研究以及如何治学的规律等，都是这门学问所涵盖的内容。增加学书者的学识修养历来被人们认为是提高艺术层次的重要环节。古代所谓“书为心画”，“人品书品”的论述就是强调道德与学识对书法的影响。

书法是一门艺术。艺术是美的展现，美的展现是情感的产物，得到的也是情感的接受。书法一贯讲究书其情，达其性，正如古人所讲的“情动形言，取会风骚之意；阳舒阴惨，本乎天地之心”。“有功无性，神采不生；有性无功，神采不实。”

书法与很多学科有着直接或间接的“关系”。我们知道，音乐有助于对书写节奏的体验；建筑有助于对字型结构的把握；舞蹈有助于对字势、气韵的领悟；文学有助于书写内容的丰富和思想感情的抒发；历史有助于对书法规律及艺术发展的认识；哲学有助于对艺术原理的分析理解和科学地调整学习方法，等等。诸门学科都会对书法产生促进作用，也同样会在作品中自觉或不自觉地反映出来。因此，应当把书法之外的各种知识作为学习书法的补充才好。

总之，对于书法艺术的学习，要想使追求一层层深入，使水平一步步提高，就应当对其进行全面、客观、历史的考察。学习隶书，如果能多了解一些秦汉时期的历史文化、风土人情，对隶书的学习也一定会大有裨益。

思考题

1. 何谓隶书，隶书名称的由来。
2. 什么是“隶变”，“隶变”在中国书法史上的意义。
3. 简述隶书的艺术特色。
4. 学习隶书到了一定程度，为什么必须要学习汉代的墨迹类隶书？
5. 你认为应当怎样学习隶书？