

《书与画》丛书

行草书
基础技法通讲

《书与画》编辑部选编

行草书基础技法通讲

《书与画》丛书序

世界上没有哪一个民族的绘画与他们的文字书写形式有着那么密切的联系；也没有哪一个民族文字的书写能不依赖于任何工艺制作而形成独立的艺术——书法，并以它的内在精神和具体技法作用于绘画；进而，虚实关系作为书法与绘画构成中主要的共同因素，通过刻刀和印材浓缩为中国艺术的又一特殊门类——篆刻，并以它的不可替代的功能参与书法与绘画的创作，显而易见，印章早已越出印信和凭证的作用，而成为书画作品中不可或缺的一部分。更有甚者，实现这三种各自独立的艺术门类的才能往往兼备于同一个高层次的艺术家身上，使他既成为一名成功的画家，又是成功的书法家或篆刻家。人类艺术史上这种绝无仅有的文化现象是建筑在以下二个基点之上的：

1、中国书画对中国文学，特别是它的韵文体裁——诗(包括词曲)的依赖和融通。

2、评判人物伦理道德规范与精神状态的标准和鉴赏书画作品优劣的标准高度一致，所强调的都是气息、气质、气度等玄虚的、可以意会而难以言传的概念。

这二个方面是这些艺术门类，几乎也是所有中国艺术如音乐、舞蹈、戏剧等所共有的特性。前者以其特有的韵律、

节奏以及通过它们所传达的情感和构成的意境创造着中国书画(包括篆刻)深层的内涵,后者以它独到的风采、神韵、格局规范着中国书画的品位。

逮至东晋,中国书法已获得空前成熟的高度发展,六种书体都已确立,往后的漫长岁月主要是风格与流派的变易,书法之所以历久不衰,除了人们对抽象意义上的形式美的鉴赏和象征性感悟的需要外,还不得不归结于文字内容在状物、叙事、体情、达意等实际功用中的文学性美感,不可想象一段拙劣的文字能形成优秀的书法作品。

由于“成教化、助人论”的社会思想的作用,中国绘画中最先发展起来的是人物画。到了东晋,山水画已从人物画的附属配景中分离出来,日渐发展成独立的画科并占据了绘画的主导地位。至宋元而抵于鼎盛。这是人对自然美不断加强的觉醒、依恋和寄托的结果。花鸟画发展虽早,成熟却在五代,至明清而大盛。中国绘画的这个发展过程,表明绘画的作用由社会功能向个人情感寄托的转移,而个人情感的寄托又由宏观的山水景象向日常细微接触物(周围的花鸟和世俗人物)的转移,这是人的自我意识的加强,也是审美意识的深化。

出于相同的原因,中国绘画中先人物,后山水,再花鸟的发展顺序,也正是中国诗歌大致的发展顺序。当然,诗歌作为文学(人学)的一部分,总是以写人为主的,这个顺序只是指各时期的相对侧重而言,先秦的《诗经》,南朝开始的山水诗和宋起日兴的咏物诗,也正是以人物——山水——花鸟为序列的,这种暗合决非偶然,因为中国画内涵的核心就是诗,人的自我意识的加强和审美意识的深化,也正是认识

不断“诗化”的过程。苏轼评价王维的“诗中有画、画中有诗”，正是中国画家对自己最普遍的自觉要求。

篆刻分篆法、章法、刀法三方面，简言之，篆法指文字结构，章法指笔画布置，刀法指制作技巧。章法是篆刻艺术的关键，它上可增删篆法的疏密，下可规范刀法的趣味，印材方寸之间笔画的安排莫不与绘画的构图、诗文的繁简规律相吻合。其印文除姓名、斋名、郡望等内容外，多为书画家喜爱或用以明志的警句格言，更浓缩着文学的深意。虽然篆刻（古玺）起源极早，但至南宋以后才与书画相关，自元代文人画家参与治印至明清而得以流派纷呈，蔚为大观，也正是因为它蕴含着与文学、与书画共通的精神、法则和趣味所致。

由此可见，文学正是将中国书法、绘画、篆刻组合成独具民族特色的艺术统一体的纽带。一位卓有成就的画家除了同时是书法家或篆刻家外，又往往是杰出的诗人，享有“三绝”或“四全”的殊荣。

而文学是历史的、社会的、思想的产物，既然不同的历史时期，不同的社会生活和社会思潮都会充分地反映在文学作品中，当然也不可避免地会在中国书画或篆刻作品中反映出来。事实也正是这样，中国书画篆刻历代各不相同的风貌，除了其本身处于不同的发展阶段所具的必然属性外，不能不说是各种时代精神和社会思潮相作用的结果。

不同的时代，不同的思潮，不同的流派，不同的理论共同构筑起数千年中国书画篆刻绚丽多彩而又宏富庞杂的精神世界。对其中某一时代，某位作者，某件作品的鉴赏评判，可以由不同的视角、不同的出发点而提出不同的标准，但于纯精神方面的，与“气”有关的（如气息、气质、气度等）这些既

玄虚又极其重要的评判标准却是共同的,不变的,甚至是至为严厉的。气息有文雅粗俗之分,气质有高贵卑贱之分,气度有宏大猥琐之分。文雅的、高贵的、宏大的品质是一切中国书画篆刻共同的理想境界,而粗俗的、卑贱的、猥琐的状态则是谁也避之不及的。这与历来对人物的评判是何其相似,何其一致。在评判作品的同时,其实也是对人的评判。这并不止于所谓“书如其人”、“画如其人”。同样,我们在《离骚》中看到屈大夫;在《史记》中看到太史公,在唐诗中看到李白、杜甫……岂不是“文如其人”、“诗如其人”么?一切优秀的中国学问都映照着一代优秀的中国文人,这正是中国文化重人伦,主融通,统一地认识世界,和谐地把握世界的高明处。于是,“技进乎道”,一切文化艺术,一切为人处世的最高原则都必须合乎疏而不漏的“道”。“道”是什么?老子说:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”道由自然产生,存在于自然之中,亦即自然。构成“道”的因子是“气”,所谓“天地有正气,杂然赋流形”。于此,不难理解作品的气息、气质、气度在中国文化艺术中具有那么不容置疑的特殊地位。故而不能进乎道的技,只能是“雕虫小技”,于文明无补,为世人所不屑。

显然,老子所言的“自然”,是指“大自然”,亦即“自然界”,而在艺术审美中所言的“自然”与否,则指作品中是否存在做作的、虚假的、扭曲的、畸变的形迹。这既是精神的(如构思等),也是技术的。

书法研究用笔、结体、行气、章法;绘画研究笔法、墨法、点法、章法、色彩、造型;篆刻研究篆法、章法、刀法,都莫不讲究自然。但这些都是方法、技巧和操作上的“自然”,目的

在于通过它表达出合乎自然的思想和情愫,那就需要多种学养的补充,除了文学外,还必须对历代书画篆刻发展演变状况及其基本理论有所了解,鉴古知今,充实心胸,开拓眼界。在掌握具体技法的艰苦、琐碎而漫长的过程中,时刻将自己的精神境界与大自然、与前人的智慧和经验联系在一起,是理解传统精神的有效途径。

正是基于这样的认识,《书与画》杂志十年来在大量介绍各种书画篆刻技法的同时,对历代书画篆刻优秀作品的鉴赏、历史发展概况、各种流派的来龙去脉和历代重要的理论也作了深入浅出的介绍,形成一组组脉络分明的系列。现在我们把散见于各期的同类文章汇编成这一套丛书,重新修订了文字,配置了插图,希望对读者全面地、系统地学习、理解和掌握我国书画篆刻的优秀传统有所帮助。

虽然这套丛书的每一本都是独立的,自成篇章的,但它们既重技法,亦重“精神”的出发点都是一致的。不揣浅陋,谨为此序之所言,即为各篇什中未能专述的这个“精神”,未知当否,敢望读者教我。

周阳高 1992.11.16.

目 录

概况综述

行书概说 闵祥德 10

草书艺术简说 刘 一 闻 14

技法述要

浅谈行书基础技法 张晓明 20

行书的用笔特征 祝成武 32

行草书的取法与择帖 胡传海 41

草书形近字浅谈 沈道荣 51

临习讲评

谈谈《十七帖》的临习 张伟生 58

《兰亭序》临习试析 赵一新 64

清代三书家临《书谱》赏析 平 冷 69

似与非似之间

——试析高二适临张旭《古诗四帖》 平 冷 74

意态萧散、风度凝远的《韭花帖》

——兼评明清两件临作 张伟生 78

如何临写黄庭坚的书法 曾 明 84

临黄山谷《花气诗》述要 柳曾符 88

临米碎语 沈培方 93

名篇欣赏

绝技与心灵的结晶

——王羲之《快雪时晴帖》欣赏 王壮弘 100

王羲之的书法艺术及其《兰亭序》	沈定庵	104
谈谈孙过庭《书谱》的草书艺术	一瓢	108
颜真卿的《裴将军诗》	王南溟	115
怀素和他的《苦笋帖》	沈培方	117
虚灵高古 温文尔雅		
——浅析怀素今草的艺术特色	夫凡	121
杨凝式和他的《卢鸿草堂十志图跋》	王南溟	126
杨凝式墨迹四帧赏析	李裕康	129
短长肥瘦各有度		
——谈谈《黄州寒食诗帖》的艺术特色	孙敏	134
“尚意”的黄庭坚草书	张伟生	137
《诸上座帖》的艺术特色	方尧明	141
从《苕溪》、《蜀素》谈米芾用笔特征	吴柏森	148
米芾《苕溪》、《蜀素》帖结体之管见	唐建军	153
和风偃草 披美缤纷		
——黄道周行书《榕树问业》欣赏	孙敏	159
书论集萃		
历代行草书书论评注选	一瓢	166
附录		
历代行草书名作概览表	熊凤鸣	188

概况综述

行书概说

闵祥德

书法是汉字的书写艺术，有着三千多年的辉煌历史。从书体的演变而言，它不时地顺应时代的变更，由甲骨文、大篆、小篆演变为隶书、八分、楷书、行书、草书等。诚然，大凡每种书体的出现，既代表了那个时代的书风，同时也代表了那个时代的审美情趣，反映了那个时代的文化面貌。

行书，相传为后汉恒灵时的颍川人刘德昇所创，又有锺繇行押书之说。尽管至今我们尚未见到这两位书家的行书墨迹，其确切程度也难持定论，但论及行书之源多由此起。卫恒《四体书势》云：“魏初有锺(繇)胡(昭)两家，为行书法，其学于刘德昇，而锺氏小异，然亦各有其巧，今大行于世”。从秦汉人墨迹(如秦代竹简、西汉竹简、帛书等)看，行书之萌芽，则远在古隶时期。若从魏晋一些资料及墨迹看，行书的成熟、完善，亦可推至魏晋之间。北朝书论家王愔云：“晋世以来，工书者多以行书著名。昔锺元常善行押书，尔后王羲之、献之并造其极焉”，由此可见行书之源头。

行书，在众多的书体中是极惹人喜爱的一种书体。它不仅形式美观，富于变化，具有流走活泼、生动自然的风姿意韵，同时在书写中亦不受界格的制约，可以自由伸缩。也正因为行书比其他书体书写起来更便利、易于辨认，具有较大的实用性与美的风采，故自晋代以来，凡善书者无不研习此体。当然，行书和其他书体一样，均具有它一定的法度和体

系。简言之：兼真者谓之“真行”，兼草者谓之“行草”，行书乃介乎正楷与草书之间。

唐代张怀瓘《书断》云：“行书即正书之小伪，务从简易，相间流行，故谓之行书。”具体而言，行书是楷书的小变，它是在楷书的基础上简化，并通过笔画的变异，改变楷书的笔法和结构，行笔比楷书率意，由独立变为牵连；结体比楷书流动，由规整变为活泼。实际上行书就是运用草法，部分地简省楷书的笔画，以草书用笔的流动和放纵性，冲破楷书用笔的稳定与严谨性，形成楷、草融汇一炉的书体。

由于行书不及楷书那样工整，又不似草书那样奔放，因此行书的体势与楷、草书就不尽相同了。但必须清楚地知道，它是利用和依存楷、草两者的不同优势，借助于楷、草两种不同用笔方法而得以发挥。如行书笔画的勾、挑、点画之间牵连的游丝，即是利用草书的笔法。若笔画中的勾、挑、点画之间无游丝牵连，即属楷书的笔法。

行书正因为有在笔法、笔形上兼具楷、草的特征，没有固定的程式，因此，字势便显得活泼、天真、率意、流畅。行书运笔与打太极拳较为相似，不像草书那样有大海奔腾的气势，也不像音乐旋律中有大幅度的颤音。行书用笔如流水行云，稳畅沉着，既不过分放纵，又不流于呆滞，既要有韵律感，又不可一泄直下。即所谓“十迟五急、十曲五直、十藏五出、十起五伏”之意。可以说，行书用笔之关键，在于把握好运笔的速度与节奏，掌握好行笔之顿挫、提按等技巧。迟则痴重而乏神，速则窘步而失势，直来直往者则力浮，无徘徊俯仰者则无韵致。唐虞世南云：“行书之体，略同于真。至于顿挫盘礴，若猛兽之搏噬；进退钩距，若秋鹰之迅击。故覆腕抢毫，

乃按锋而直引，其腕则内旋外拓，而环转纾结也。……亦如长空游丝，容曳而往来，又如虫网络壁，劲而复虚”，即是此理。

行书用笔皆重逆锋、藏锋，锋不外露，以使“藏筋抱骨”，从而达到浑强雄劲的艺术效果。当然，行书不能光追求浑强雄劲，它还需要有更深邃的意境和韵致。就是说，在表现浑强雄劲中还要不失洒脱流畅之韵味。至于说用笔或正或侧、或藏或露、或顺或逆、或收或放、或缩或垂，皆贵在用锋。用锋主要以中锋为主。当然，在书写中也不是完全、绝对地全部使用中锋，偶以偏锋与侧锋取势，这也是可以的，但必须要避免横卧其锋，否则一片模糊，损伤了艺术效果。中锋用笔不仅可以突出点画的力感，同时也可以使顿挫、转换不失其重心。如果说表现点画的圆满周到、富有强烈的韵律感，中锋自能为之；如果说体现浑强雄劲，或洒脱流畅之韵味，偏锋与侧锋是无法办到的。当然，任何一切事物都不是绝对的，书者也不可忽视偏锋与侧锋在书艺中的作用。

“书法以用笔为上”，因此，初学者必须懂得如何才能学会行书用笔。有效的方法是，先从严谨入手，直至娴熟，再开始放纵。初学时多取楷书笔意，这样容易把点画写得沉著，也自然能避免流滑不稳之弊。

行书结构自有它的特色。它不仅不受点画长短、大小的约束，同时也不受某些“法则”的限制。它往往是随体势而定，纵横错落，灵活多变，伸缩范围很广阔。对初学者来说，行书的结体仍需遵循孙过庭《书谱》所言：“初学分布，但求平正”，只有先入平正作基础，尔后从平正中求变，这样，自会操纵如意，不致手忙脚乱而误入歧途。行书结构从根本

上来说,是要处理好“平衡对称”、“多样统一”与“对比照应”等关系,做到上下相承接,左右有呼应,疏处不使空荡,密处不使闷气,映带自如,脉络清晰,给人以井然有序的美感。

行书的布局,与其他书体“布阵”相似,它主要是对字与字、行与行进行合理的组合,使之成为美妙完整的篇章。当然,行书布局主要是掌握字内部与外部的联系,处理好字与字、行与行之间的疏密、斜正、伸缩、向背、虚实、聚散等关系,达到彼此照应、互为协调。古人云:“一行之间,自相顾盼,如树木枝叶扶疏,而彼此相让,如流水之沦漪杂见,而先后相承也”,这正是对行书布局法的概括。

行书,在历代碑帖中尚属较多的一种,并且风格各异。然而,书者选临何种为宜,是要慎重考虑的。我认为,若书者喜爱婉润清新、遒媚劲健的风格,则可选临王羲之的行书墨迹;若书者喜好气度开张、奇伟豪迈的风格,可选临颜真卿的行书墨迹;若书者喜欢飘逸超迈、沉著痛快的风格,可选临米芾的行书墨迹;若书者对清隽飘逸、流转圆润的风格甚感兴趣,可选临赵孟頫的行书墨迹,如此等等。当然,选临任何一种风格或流派的行书碑帖,书者都须专心致志,不要“朝颜暮赵”,否则将会一无所成。

此外,临帖主要是捕捉它的精髓,唐太宗《论书》云:“今吾临古人书,殊不学其形势,惟在求其骨力,而形势自生,吾之所为,皆先作意,是果能成也。”此语对临帖初学者来说,是大有启示的。

(原载《书与画》总第25期)

草书艺术简说

刘一闻

中国的书法渊远流长，传统书法中的草书，更是书法艺术的奇葩。后世学人，群而效尤者甚众，其影响，播及古今。

草书之始，原为简便书写，创以连绵快捷法出之。《宣和书谱》曾列有“藁草”、“藁书”之说。至东汉，许慎《说文解字·叙》有“汉兴有草书”之谓。汉初通行的是“草隶”（即草率的隶书），后逐渐衍化为“章草”。传说至汉代末期，敦煌渊泉人张芝立志变法，解脱“章草”中带有隶书的波磔笔法并改变了字与字不相关联的写法，以连贯偏旁字行的体式——“今草”享世。“今草”的出现，为以后独立于书坛的“草书”，带来了广阔的前景。至唐代中期，一代旗手张旭更是变本加厉地身体力行，将“今草”推向了高峰——“狂草”。

本文试以历代草书的沿革为线索兼及各家各派的发展概况，从传统书法的角度，将草书艺术作一概述。

引曲 草 隶

中国的文字最初起源于实用。远自象形甲骨，推之籀文篆隶，莫不如是，随着生产力的不断发展，文化艺术便应运而生。诚然，“草隶”之初的“赴急行草”，严格地说来，亦并不作为一种艺术的书体而出现的，从大量的史料来看，日益进步的社会生活，才是“草隶”出现和得以发展的唯一依据。“赴急行草”之说，则再度说明了“草隶”的根本含义。因此，“草隶”的出现，事实上只是作为“草书”这一特定的规范

意义上的前奏而已。

一、章 草

“章草”，是我国的早期草书，由草写的隶书演进而来。历来，有关章草的说法众多，兹列述如下：《书苑菁华》引唐代蔡希综说“章草兴于汉章帝”，认为章草是汉章帝时用于章奏的书体；《书断·卷上》则引唐韦续之说“因章帝所好名焉”，亦认为章草与章帝有关；《书断》复引王愔语，谓“汉元帝时史游作《急就章》，解散隶体粗书云，汉俗简堕，渐以行之。”认为章草因史游《急就章》而得名；另有一说，则为后世学者从字义上考释，以为“章草”之章，本身与此一体式的端庄严正有关。

尽管众说纷纭，但是有一点可作定论的，便是“章草”至章帝时代，已经成为一种成熟的书体了。作为一种独立的书体，“章草”在艺术上的风格显而易见。由于“章草”源自先于一般汉碑（如《曹全碑》、《乙瑛碑》等）的古隶，因而虽有隶书特征的波挑波磔和蚕头燕尾之类，却更不拘常式，更具天趣的姿态。“章草”的独个取势和迥异于他种书体的绵连取势，则愈加增添它的古朴放纵的用笔和力感。再者，由于“章草”是简化了的隶书或篆书的笔体，从这一点上说，为汉字的由繁易简，提供了理论上和实践上的重要依据。

二、今 草

“今草”，亦称“小草”，汉未有之。“今草”的出现，从体式上说来，是“章草”的进步。尤以“今草”的文字间的联缀顾续，为书写带来简括婉约和清和逸宕之趣。至魏晋之际，业臻完好。此间的代表作品，首推西晋陆机的《平复帖》，此作笔法圆润潇洒，气象朴拙，且时有“章草”笔意，为得“今