

草書入門



李书香 编

北京工艺美术出版社

基王

内 容 简 介

这是一本实用性很强的草书学习用书。

它最大的优点是：用实例对草书基本笔画、偏旁的写法，对笔画近似的偏旁部首和字作了辨疑与释例，读后可掌握草书书写的一般规律，解决草书难以辨识的困难。

书中还对中国书法及草书的历史、艺术特色、临习书帖、题款与印章、文房四宝及其使用与保养作了介绍。

责任编辑：杨少勤
封面题字：启 功
封面设计：仇德虎

草书入门

李书香 编

北京工艺美术出版社出版

(北京崇文门外东兴隆街六十一号)

新华书店首都发行所发行

中国农业科学院情报所印刷厂印刷

开本七八七×一〇九二毫米 十六开 印张五·八八

字数七〇〇〇〇

一九八八年三月北京第一版 一九八八年三月北京第一次印刷

印数——六〇〇〇〇

ISBN 7-80526-005-2/J·06

定价：11.40元

前言

书法是我国特有的一种传统艺术，它既有语言交流的实用价值，又能适应艺术欣赏的要求，给人们的生活增添美的享受。由于书写工具的改进，现在人们多用钢笔、圆珠笔书写，但它们仍不能适应许多需要用毛笔写字的场合与要求，所以中国书法在现代社会中，还有其特有的实用价值。因此，我们应努力继承和发扬祖国这一宝贵文化艺术遗产。

中国书法艺术历史悠久，书论甚多。古人论画，谓之无定法，而有定理，书法艺术也是如此。特别是汉章以来，书家辈出，各有法程书论。中国书法字形各异，风格不同；尤其草书，千姿百态，变化莫测，形体复杂，令人难解，给日渐增多的学书者带来困难。但草书笔画简练，书写方便，实用性强，具有极高的审美价值，颇受广大人民喜爱。为助广大初学者学习，本人根据历代八十多位书法家草书精华，参照历代对草书的有关论述，如《草诀百韵歌》、《草诀偏旁辨疑》、《正草字典》、《草韵汇编》、《草字汇》、《千字文辨疑》、《草书习字帖》、《书法大字典》、《标准草书》、《书法精论》……并汇集当代书画家对草书的新观点及自己研习草书的体会，辑成此书，以供参考。

本书除阐述一般性书法理论外，还着重讲述了一些草书知识、草书的基本草法和偏旁部首的草法、辨疑、注解、释例，还有辨疑字等，试图对学草者有所帮助。

由于本人书学浅薄，错误与疏漏之处在所难免，尚祈专家学者不吝赐教。

例 言

一、第一章、第二章内容为书法理论和草书的基本知识。

二、《第三章草书基本笔画的草法》主要讲点、横、竖、撇、捺、挑、钩、折等基本笔画的草法、曲笔草法，草字例剖析及补笔，草书的「法」与「势」。

三、第四章第一节《偏旁部首草法与释例》按笔画由简到繁，偏旁部首依真、草字体排列，并顺序加有例、注、备考。常用偏旁部首草体列在上面，少见的注在「备考」中。有代表性的偏旁部首草体在「备考」中有「代之」二字。第二节《常见借用偏旁部首草法与释例》、第三节《常见偏旁部首草法辨疑与释例》按草、真、例、注、备考排列。第三节所举，系常被人们误认为同草，而实际是法同势不同之例。故依草书法帖写法，特列几种常见偏旁以对照辨疑，供读者参考。

四、由于书体的演变，异字同草甚多，为了辨疑，依据历代主要草帖字迹编成《辨疑字》一节，内举按二、三、四、五、六、十三字顺序列出；二字、三字、四字辨疑中，每组字下，皆注有字例对照，后用「备考」说明其特点。因依草体形似取字，故有的字重复出现。易辨者及五字、六字、十三字辨疑未加「备考」。

五、本书所引各家书论，一般不注明出处；各书家不注生卒年代；各朝代不注起止年代。

前言.....

二

第一章 略谈书法

- 第一节 书法的社会意义.....一
- 第二节 汉字的字体演变和书法的艺术特色.....一

第二章 关于草书的基本知识

- 第一节 草书的来历及其在书法艺术中的地位.....二
- 第二节 关于草书的写法.....三
- 执笔法.....三
- 用笔原则.....三
- 谈用锋、笔力.....四
- 谈连贯.....五
- 谈生涩.....五
- 草书的体态.....五
- 草书的书写速度.....六
- 草书的用墨.....六
- 草书的章法.....六
- 第三节 草书的临习及其它.....七
- 书帖的临摹与练习.....七
- 题款与印章.....八

第三章 草书基本笔画的草法

- 第一节 草书的草法示意.....一〇
- 基本笔画草法示意.....一〇
- 曲线笔画草法示意.....一五
- 草书字例剖析略述.....一九
- 草书的补笔.....二〇
- 第二节 谈草书的「法」与「势」.....二〇

第四章 草书偏旁部首的草法、

辨疑字与异字同草

- 第一节 偏旁部首草法与示例.....二二
- 第二节 常见借用偏旁部首草法与释例.....五〇
- 第三节 常见偏旁部首草法辨疑与释例.....六一
- 第四节 辨疑字.....六三
- 二字辨疑.....六三
- 三字辨疑.....七三
- 四字辨疑.....八二
- 五字辨疑.....八五
- 六字辨疑.....八六
- 十三字辨疑.....八七
- 第五节 异字同草.....八八

第一章 略谈书法

第一节 书法的社会意义

书法和语言有着共同的社会功能，语言通过语音组合成词语表达思想，书法则通过艺术的文字组合抒发作者自己的思想感情。

书法有它的实用价值，但不同于仿宋体字光为实用而创造。书法还有它的欣赏价值。世界上没有任何一种文字在艺术欣赏上具有如此悠久的历史，如此多样的艺术形式，如此丰厚的遗产。无论世界哪个国家的文字写得多么优美，在审美要求上也不能与汉字相比。欧洲曾出现了不少在羊皮上抄书的匠人，但却没有一个成为书法家，而中国却是人才辈出，书家林立，如钟繇、王羲之、王献之、虞世南、欧阳询、颜真卿、柳公权、苏东坡、黄庭坚、米芾、怀素、赵孟頫等。经过千百年的锤炼和发展，中国书法日臻精绝。同时中国书法又与绘画结下了不解之缘，画家多兼为继承了书法精华的书法家，在画面上写几笔优美的毛笔字，会给画面增添异彩。继承和发扬祖国历史悠久的文化遗产，提倡书法，满足广大人民群众日益增长的艺术需求，可谓书法艺术历史性的使命。

第二节 汉字的字体演变和书法的艺术特色

汉字与书体产生时期近同。「上古有结绳而治」的传说，为记事的简单符号。由简体符号变为原始图画，由原始图画产生了「象形文字」，后又演进为较完备的文字，即所谓的「甲骨文」、「钟鼎文」，

「大篆」。

「甲骨文」因刻在龟甲和兽骨上而得名。「钟鼎文」是冶铸在青铜器上的铭文，又称「金文」。甲骨文和金文实属一个体系，甲骨文细劲挺直，金文环转浑厚，亦证明书写工具之改进。「大篆」是周宣王时太史籀所创，故又称「籀文」，它比金文渐趋整齐。

「小篆」由秦相李斯将大篆简省而成，又称「秦篆」。字体整齐美观，由不规则变为长方形，图画成分减少，是文字发展的一大进步。

「隶书」是先由秦末程邈省改小篆而成「古隶」，后又经发展而成的。隶篆之别，省繁就简，用笔变长方形为方形，变弧为直，变连为段，变多点为一画，变多画为多点，笔画有粗有细，部首可混同，是书法艺术的一大发展。

「章草」由篆、隶简省，又有二体笔意而成，是汉隶的草写。章草各字间独立，不连写，广泛流行于东汉，因是当时章奏多用的字体而得名。它对以后的「今草」、「大草」、「真书」影响很大，所以说它对中国书法的发展起到承前启后的推动作用。

「今草」加重章草环圆钩连而成，传说为东汉张芝所创。六朝时，因有章草在前，故时称它为「今草」。字体不含隶意，字间牵连，偏旁假借。

「狂草」又称大草，笔势连绵回绕，字形变化繁多，飞腾奔放，富有艺术魅力。

「楷书与行书」是吸取隶书之结构，采用草书之笔法而产生的。楷书亦称「真书」(又称正书)，盛行于魏晋、六朝，创始于汉末。六朝南北分治，书风亦各有异趣，北朝魏国独有风格，称之为「北魏」、「魏碑」。唐朝书法家集前朝之大成，即成为现习之楷书碑帖。楷书简化演进为「行书」。它是以草法化楷为行书。以草书行笔灵活多变，突破楷书严谨性，是草楷化一为新体。它始于汉末，流行至今。行书又分「行楷」和「行草」。楷法多于草法而接近楷书的称「行楷」，草法多于楷法而接近草书的称「行草」。

“统观文字与书体的演变趋势，无非是时代的前进，政局的变迁，书写工具的改进与应用上的要求便易，自然地起了由繁而简的变化；为追求文字的艺术化，即涌现层出不穷的体貌。各种字形均为不同用处和需要，各体都是正、草并行。规正字体用于郑重肃场合，草写的字形为日常所需。可以想见，篆书时代有草篆，隶书时代有草隶，楷书时代有行楷和草楷。概括而言，从创于三代的甲骨文到篆文成熟之秦，始出隶体，西汉虽书篆，而隶书更为盛行，东汉创制了分、草、行、真，西东汉五百年间，各体皆备。魏、晋六朝以来，真、行书体具备，可谓盛矣，唐虽极盛，已乏新意，而宋、元、明、清均承袭前朝，没有立新，只好复古。

各种艺术皆有其自身的个性。书法是一种特殊的具有强烈形式感的艺术。从文字结构讲，中国的方块字，无非由点、横、竖、折、钩、撇、捺几种基础笔画所组成。尽管中国书法原始于象形文字，但经几次文字变革和规范化，离形象相去渐远，所以书法谈不上是造型艺术；而它的形式感完全来源于字的体态，线条粗细、点画线条的强弱，运笔的轻重疾徐、墨色的浓淡干湿，章法疏密起伏而有节奏的变化，最后构成了具有韵味的神采焕发的艺术品。

书法的美感也来源于书家的性格、学识、爱好。其书法或雄浑、或古朴、或秀丽……同一书家因情绪不同，书写内容的变化，其作品也会呈现出不同的面貌。传岳飞出师表纵横跌宕，确如论兵，决不是表达缠绵悱恻的感情。宋徽宗的「瘦金书」充满宫室的气息，而且气象狭窄局促，字行间显露着一个末代皇帝的手迹，气质颓废。这即是古人所谓的「书如其人」。书法艺术能够体现书家气质和性格的某一侧面。一般来说，性格豪放的书家用笔雄健、泼辣；为人宽厚的书家，下笔不致刻削。这也不是绝对化的现象。有人说赵孟頫是贰臣，所以他的字无骨气，可能是一个带有偏见的评价，但可以说明书法因人而异。

第二章 关于草书的基本知识

第一节 草书的来历及其在书法艺术中的地位

草书本意是草率、草稿和不成熟的意思。作为字体来讲，从广义说，自有文字以来，无论字体如何演变，每一种字体总是从草开始，凡是写得潦草的字都可算作草书；历史上讲的稿草就是这个意思，但并不是指艺术草书的字体。从狭义上讲，草书是出现于隶书之后的一种书体，它比隶书笔画简洁，字形连缀，笔顺改变，挪移位置，同字异写。这种草书是书法艺术中的一种书体。经过历代各书家总结、概括、提高、改进、美化和完善，去芜存菁，使草书达到某种完美的艺术；以表达作者的思想感情，使草书从实用演变到艺术的境界。

草书从汉到唐经历了九百年之久，名称繁多，总起来说可分为章草、今草和狂草。这些草书是逐渐演变的，名称不同，形体亦异。章草以隶书为架势，结构简朴，笔断意连，字字独立，布局整齐，笔法古雅；今草是在章草的基础上发展起来的，以楷法使转，改章草横式为纵式，重形连，省波磔，横竖委婉，变幻连绵，字间意义呼应，体态流畅；狂草源于今草，相传渊源于东汉张芝，开派于唐朝张旭，得名于怀素。它可随意挥洒，大小无则，奔放飞扬，结构简省，连缀不断，贯串一气。

书法最宜于书写诗词歌赋，特别是草书。它是一门概括深奥的艺术，在内容和形式上与诗歌、音乐、舞蹈等表现艺术有着相似的特点。可以说它是诗中之诗，画中之画，音乐中之音乐，更是艺术

中之艺术。书法篆、隶、楷、行、草五体，草书是最能体现书法艺术特点的书体。

篆书笔画萦纤，线条圆转。结体「内裹」，抱成一团，笔画粗细一样，笔锋不伸展，如同音阶中的单调，音乐中的单音；讲究空架对称，很象工艺美术。隶书比篆书笔画简省，圆转变为方折，转笔有了棱角，钩连变为分散，「内裹」变为「外铺」，增加了波磔，书写时自由「放纵」。但隶书比楷、行书呆板，因而渐被楷、行书所代替。楷书比行书规范化，但行书具有楷书的工整朴雅、清秀，亦有草书的旋转飞动的特点。

篆、隶、真、行书是「静以治动」，而草书「动以治静」，「意多于法」，生动奔放，容易抒发作者的思想感情。草书笔画无一不可移入它书，而它书之笔意草书却是无所不悟。草书用墨讲究，浓淡干湿变化较大，使人有节奏、韵律之感，这是其它书体不可比拟的。

第二节 关于草书的写法

执笔法

历代书家论执笔有清规戒律，有的属书家故弄玄虚，执笔讲得神乎其神：书写时要平，要求指实、掌虚、笔直，使腕部的肌肉极不舒服，倘若如此执笔，是不能写出好字的。又说执笔要紧，传说晋朝王献之写字时，其父王羲之在背后猛抽献之笔，竟拔不动，倘若如此牢固地执笔，运笔肯定不会灵活，哪能写出好字呢？如此种种，不知害了多少学书人。

有人问齐白石执笔法，他说笔掉不下来就行。虽讲得简单，但有极深的道理。我和一些当代书家谈论过执笔。经验丰富的书法家认为：书法不应该用死框框要求书者执笔的方法，只要自己认为便利、合适、舒服，便可按自己的要求去执笔，看书写的效果；即不要过分追求书者的执笔方法。有些教书法的先生要求学书者「头

正、身直、臂开、足安」，执笔要按照「按、压、钩、顶、抵」〔五字诀〕去做。这多属好意，有利于良好习惯的养成，但不要一味去强调执笔方法而忽略了书写的效果，使学书者无所措手足，本末倒置此法不可取。

用笔原则

有个唐怀素跟邬彤学书法的故事说，有一次颜真卿问怀素：邬彤写字有何秘诀？怀素说：「邬彤字象折钗股。」颜说：「折钗股哪及屋漏痕好。」怀素听后，佩服得五体投地。

中国书法用笔好的如折钗股，如锥画沙，如印泥，如壁坼，如屋漏痕，意思是讲用笔力量的均衡，笔笔有法，字字有矩。无论点画其粗细若何，不要草率带过，要力透纸背，避免出现溜滑无法现象。所有这些原则都应包含用笔的蕴藉、生涩、自然、有弹性等内容。

作用于笔上的力概括起来即是提、按、拖三方面，历代一些名书家用笔之妙，就在于能辩证地解决好按这三个方向行笔时矛盾着的力的关系（详见后述）。否则就会出现用笔的弊病。提而不按者，出现溜滑笔迹，使人望而生厌；压而不提，其字潦无生气，一派冗懒气象。用笔即要按得下去，又要提得起来，如同练气功下蹲的动作，势往下气往上，决不能如蹲坑一般有往无回，只有如此，才有生气。拖是与提、按成不同角度的合力，只有辩证地解决提与按的矛盾，那么笔的运行才会形成所谓「屋漏痕」之类的效果。所谓屋漏痕，即在秋雨连绵的日子里，屋顶破裂，漏下的雨水在粗糙的墙面上慢慢下渗，由点成线运行缓慢而轨迹清晰，迤迤邐邐，或蜿蜒蜿蜒，不似在光滑的玻璃板上直流而下。书家从中悟到用笔应当遵循一定轨迹，不是一带而过，即做到「虽细如发丝全身力到」。为此，用笔不宜过速，古人称「捷行无善迹」即是讲的这个意思。有人写字务求神速，无实事求是之意，有哗众取宠之心；率则率矣，张之素壁，满幅败笔，违背了用笔的原则。历代书家各具用笔特点，但把他们

概括起来，用笔之妙无不都能辩证地解决提、按、拖三方面力的关系。

历代书论惯用「永字八法」讲述书法的用笔，即侧、勒、弩、趯、策、掠、啄、磔。勒和弩为八法之主，所以我想选择勒、弩为例讲一下用笔力量的矛盾关系。

勒谓之横，弩称之竖。张旭讲：「勒不贵卧」。古云：不懂「勒」法，则可失书法之「大半」。书写横画时，笔尖向上，笔身下按，乘其这种「立劲儿」向右涩进，而非滑拖，住笔仍保持立笔之意。横画不得使用卧笔法，即笔尖平伸向左落笔，然后平拖右行。笔尖向上又下按，又要右行，这是横与竖两力的互相矛盾。笔毫右行的同时，还有一无形的「左力」反对右行，因此横画必须克服两种力的反抗方能完成；竖画为直画，直画不能写直，直而「无力」成败笔。书写直画时要克服左方一个无形力，它好象弓臂和弓弦的关系，两力对抗的结果，使直画不直，形成弯曲的体态，即象唐太宗所讲：「贵战而雄」。横、竖虽不同，但都使这支笔在驾驭着这些力的复杂关系运行。会用笔的书家就是善于驾驭、利用这些力，使得笔画线条除了形象美，还表现有力的运行美。

中国书法最忌用笔出现「系马桩」，即用笔两头重，中间轻，下笔方始已全身力尽，笔飘行过中间一段后，死命一顿，现出两头粗中间细的败笔。

谈用锋、笔力

学书法，大致说来，就是学用笔、结构和风格三方面。

张怀瓘讲：「夫书：第一用笔，第二识势，第三裹束。」刘熙载亦云：「书重用笔。」皆讲用笔第一重要，是学书法的关键。

有人认为书法难学，深感玄妙，其实道理一清，玄妙即破。简单地讲，就是用中国毛笔书写出汉字的技术；进一步讲，将墨含于笔毫之内，书者驾驭这支毛笔，挥洒于纸，使其呈现遒健、神采焕发的汉字的技术。

董其昌讲：「书道只在巧、妙二字」，书法艺术，来源于用笔。毛笔别称「毛锥子」，众知锥子体圆有尖，尖称「锋」，「锋」对书法关系极大，确是第一重要。学书法就是学用笔——笔法，即学用笔的变化规律。再说具体点，学书法，是学用「锋」的技巧。有人讲书法是一部「芒角」得失史。若书写不用「锋」，书法就谈不上「芒角」，亦谈不上书法史是「芒角」的得失史，其字也只是符号，而不成为艺术。正如刘熙载所谓：「笔心，帅也」，即指笔锋极其重要。

的确，书法书体的演变证实，用「锋」的改变，才推动了书法艺术的发展。在书法演进上，隶书就是以「侧锋」用笔革新了篆书「中锋」用笔的命，使得书体有了巨大的变化和进步，给书法的发展开拓了远景。后来隶书（汉隶、八分）在笔法上又作了改革，笔法又有了新的发展和丰富。在此基础上，古代书家总结概括出「永字八法」，畅通了书体导向真书的道路。没有用「锋」上的变化，何谈书法艺术上的发展。正如孙过庭所讲：「穷变态于毫端」。历代各书家书体不同，风格各异，关键正在于用「锋」的不同。细观名家字迹即是如此。我不想引戒前人精言要义，仅用这样的假设来说明用「锋」的重要，就会明白。取各家同一笔画，截去两端，留取中间，让你辨认何家之书，我断言你难以辨认清楚。众知「锋芒」恰在起住笔之处，没有两端，怎能识别何家之迹？故学书学用「锋」是学书法的关键。风格不同，即用「锋」各异。不知「锋」的重要，学书即是「池水尽墨」也难见成效。

有些教书的先生只讲「中锋」一法，误人不浅。北宋大书法家米芾讲：「别人善书的只得一笔」，而「我独得四面」，意思是讲：别人只用一种笔法，我四面各有笔法。清周亮工编刊的《尺牍新钞》讲：八面锋尚且不够使，如何只说中锋？

高超的书家不仅一字之内笔笔各异，一笔之内，也处处不同，笔是永远处于边行边变的。这个「变」字，即是用「锋」的变化。孙过庭讲：「一画之间，变起伏于峰杪；一点之内，殊衄挫于豪芒」，即

是指这个意思。从六朝到唐前期的好笔法，就是「侧锋」法，到了东晋已达到了成熟的阶段，所以才出了书法家代表人物王右军（王羲之）。

笔力：

有人常用「力透纸背」、「入木三分」等来形容笔力。但笔力不仅是物理学上的力，书写时使尽全身的力量，也未必写出有力的字，不然，那握力冠军、摔跤胜手不用书写练功，即可成为书法圣杰了。

所谓笔力遒劲，来自书家对用笔辩证、深刻的理解。用笔一味强悍并不真懂得了笔力。古人云：「或重如山崩，或轻如蝉翼」，更需有力量。「虽细如发丝，全身力到」，这即是说：只要是笔迹所至，都应该笔力充足；也象宫室栋梁椽柱，各占其位，亦各承其力。书法的这种力应是蕴含的、内在的，而非用外在的那种力能成的。

笔力讲的是运笔，特别是草书具有形象美，又有力行美。无论指运、腕运、肘运、臂运、身运都应运转灵活，心手交畅，字字圆活，刚中有柔，柔中有刚，具有外如珠润而内蕴金刚的效果。但草书的运笔要忌生硬的棱痕这一因重滞锋芒而显露的弊病。

为达到笔力充足，可作这样的假想：每写一画，皆认为好象截取它中间的一段，那这一画，力必充足。笔迹虽止，余力未尽，即能成为蔡邕所讲的笔力自然的「力在字中了」。

谈连贯

无论书写一字，或一行，或一幅，皆要「神完气足」，气势连贯，感染读者，若字断断续续去写，字往往会出现气势不贯的现象。

所谓连贯，即指点画、字间、行间或整幅的「气势连接而不松懈」。南齐人谢赫《国画六论》中的「气韵生动」，即指画面的韵律、气势统一和谐的节奏，而作为书法艺术，也应以其的气势和韵味去打动读者。为达到字的气势连贯，书写时就应当注意点画的搭连和生让，搭连是指点画间起住笔的相互照应，生让是指点画间的敛放。只有如此，字方能出自天成一体，生气勃勃，气韵连贯。反之则破

碎支离，如僵死一般。

谈生涩

人常说熟中生巧，但对书法艺术来讲，熟练决不是唯一的审美标准，熟也可产生滑的副作用。清郑板桥讲：「四十年来画竹枝，日间挥写夜间思，冗繁削尽留清瘦，画到生时是熟时。」足见他能悟到熟后所生的道理。

生涩在艺术上可以指清新感觉，书家经过不断探索使作品日有所新，就不会因循苟且，恪守陈法；就不会以不变应万变，使艺术走上教条和程式化的歧途。

我们常常讲笔有涩味，毛而不光，这样的书法作品耐人寻味。有的书家习字已久，自觉流滑，改用左手或用上行笔，则古拙朴质，生趣盎然，这都是在熟后所得到的裨益。

草书的体态

草书之美是草书艺术的一大特点。它的美感来源于自身的姿态，取决于它内在的精神。孙过庭讲：「真以点画为形质，使转为情性，草以点画为情性，使转为形质。」笔画连绵，在一转折之间，字的体态就会发生变化，正象《草诀歌》所说的「毫厘虽欲辨，体态更须完」。所以「使转」成为草书的「形质」，「长短分知去，微茫是每安」中的「知」和「去」只是长短分辨，而「每」与「安」草写则相差无几。草书独立点画虽然较少，但却偏偏成为它的「情性」。「情性」好象舞蹈家的旋转舞姿，舞蹈家同俱，而手眼灵活乃为妙舞者所独有。舞蹈家的优劣，全看他手眼的表情，而不去看他的动作快慢，这和草书中的「形质」和「情性」是一样的。

特别狂草尤善于奇变，在倾斜、险绝中求稳妥，从而以「夷险一节」作为体态的依据。它的体态千姿百态，有方有圆，有长有扁……使体态多姿，变化莫测。有人比喻：楷书是立，行书是走，草书是跑。

如刘熙载讲：「直者不动而曲者动，盖犹草书之用笔也」，人的

感觉总是「倾斜者险，弯曲者动」，因此草书其用笔取势与运笔不能平正无奇，要有倾斜度。只有如此，草书方能达到险劲飞动体态的艺术效果。

草书的书写速度

人们往往认为草书的书写速度很快。据说齐白石写字，用笔速度很缓慢，初看是不灵活，写完挂在墙上，用笔的浑厚华滋就体现出来了。孙过庭讲：「作草如真」，汉张伯英曰：「忽忽无暇作草」，都说明作草不能求快，有时比写楷书还慢。但人常说的：「捷行无善迹」也并不是意味着写草书要慢，这里的快与慢是相对的。当代书法家用笔有快有慢，都能各臻佳境，这就是相对而言的快慢之别。但他们却都没有违背用笔的原则，都能解决提、按、拖各力的辩证关系。即使是同一书家，用笔速度亦应求变化。以字的神态确定书写的快慢，姜白石讲：「迟以取妍，速以取劲」。若专速勿迟，则无神气；若专迟勿速，又多失势。

书写速度不当，快到无暇顾及用笔的速度，即会出现败笔，同理：慢到神凝气滞，虽貌似稳健，同样会出现败笔。过迟则失神，过速则失势。书写时，需迟则迟，当速则速，务要以「势」生「法」，以不同笔画定疾迟。

草书的用墨

草书最讲究用墨。在一张宣纸上写几个黑字，黑白对比相映生辉。墨可称书法艺术的中心。

用墨之妙，可使草书生神出韵，表现出书法艺术的节奏感。所以历代书家如明代董其昌已注重书法用墨的研究；日本书道界也都追求书法艺术用墨的变化。姜白石讲：「凡作楷墨欲干，然不可太燥；行、草则燥润相杂，润以取妍，燥以取险，墨浓笔滞，燥则笔枯，也不可不知也。」他讲出了书法艺术用墨燥、湿、枯、润间的辩证关系。书法艺术讲究用墨技巧，即是讲书写用墨的「量」和用墨的变化。篆、隶、楷用墨宜浓，能神采焕发，增强立体感，而草

书宜用淡墨，且淡得有变化。书写用墨锭研磨最好，它细腻而匀，色泽黑亮。研墨也讲究技巧，先用水少许，重按轻磨，逐渐加水，要掌握浓、淡的适度，太浓滞笔，太淡乏神，要以人的功力而定。草书宜用淡墨，不是墨研一半即用，而是将研好的浓墨加水调稀。若用墨汁，也要研磨，特别是考究的书品，更应如此。但务用好墨汁。墨当日用当日磨，墨以写字的数量定，勿用隔日墨。

目前，不少书家书写草书时，都注重浓、淡、干、湿的用墨技巧，使得草书气韵鲜妍，别开生面，给草书增加了清雅秀美，显示出高度的用墨艺术。用墨方法要得当，先将笔毫用清水洗净，含一定水量，然后用笔锋蘸上浓墨连续书写，字即有浓、淡层次分明的立体感。

草书的章法

章法就是构图，在书法艺术上占有极重要的地位。章法的成败，往往是一篇书法的关键。画论中的「经营位置」、「分朱布白」也说明了章法在书法作品中的重要地位。

每个字尽管写得都十分优美，但章法上不讲究，或失之呆板，或失之气韵散漫，行气不贯，或失之密密麻麻，略无空隙……都会导致通篇失败。反之，章法很好，全篇成功，个别的字略有微疵，也无伤通篇。章法的构思过程，先可面对素纸，对来龙去脉心中有数，构大体之图后放笔直下，不要犹豫不决。在书写过程中，随兴之所致，随机应变，当密则密，当疏则疏，使涣散处充溢之，使轻薄处厚重之，大小相间，浓淡相生。正如孙过庭所说的「然后凛之以风神，温之以妍润，鼓之以枯劲，和之以闲雅」。这样写下来，字就有自然天趣，不但不会刻削为形，而且会时出新意。张骥说：「篇以章法为先，运实为虚，实处俱灵；以虚为实，断处仍续。观古人书，字外有笔、有势、有力，此章法之妙」。最为知言，一幅成功的书法，令人看去，字要有法，行要有意，幅要有韵。

章法的成败，因有很多偶然性的因素，成熟的书家也不能保证

都成功，也得「碰运气」。高手高碰，低手低碰，只有多写几张才会有所得。在章法上，孙过庭讲的「至如初学分布，但求平正；既知平正，务追险绝；既能险绝，复归平正」是否定之定否的辩证法，意思讲：书家在章法上决不能陈陈相因，也同样要不断变法，不断创新。这种练习既久，经验丰富，成功就大一点。有人讲，我越想写好越写不好，这恐怕是精神过分紧张，致使作茧自缚，很象运动员竞技状态不好，打乒乓球每每失误，打篮球累投不中一样。书法的章法与其它事物一样，在矛盾中求存在，在变法中求创新。草书最讲究章法，内容也最丰富。现略述草书章法的大致：

疏密——即章法的「分布法」。疏则舒畅，密则严谨，要疏密相间，左右顾望，灵活不乱，严谨而不死板。

向背——即讲笔画间的搭配关系。既有阴又有阳，向易千篇一律，背易紧缩不展，要向背得宜。

黑白——黑即点画处，白即虚白空间处。作书应求点画穿插，亦应视虚白如点画，黑白相称，字自然栩栩如生。整幅黑白要协调，有虚方能衬实，虚则舒畅易空，实则沉凝易蹇促，要虚实兼顾，象「雨夹雪」的布局。

运笔疾徐——即运笔快慢。疾则险绝易失势，徐则舒畅易涩燥，要疾徐便通。

参差——即字间要有参差，不求划一。字的长短配合，错落有致，点画映带而生，气脉贯通；行间有宽有窄略带曲折，要宽窄相间，曲折互用，相映成趣。呆板、整齐自然凝结为草书之病，但参差要寓于规矩之中。

起伏——即讲章法的节奏。作书应防止平铺直叙，千篇一律，要做到起伏相互照应。

浓淡——即讲用墨量的多少。浓则凝重易肥胖，淡则雅秀易轻薄，要力求浓淡互衬。

生让——即讲一字内点画的连贯关系。一字点画有生有让，如

能连贯，熟玩诸字，自能了悟。

章法甚为重要，切勿轻视。概括起来说，章法应有逆有顺，有向有背，有起有伏，有轻有重，有聚有散，有刚有柔，有燥有湿，有疾有徐，有疏有密，有肥有瘦，有浓有淡，有大有小，有方有圆，有长有短，有巧有拙，有敛有放，有钝有锐，有俯有仰，有曲有伸，有脱脚与承接，有开拢与正奇，点画有穿插变幻。

书者应成为章法矛盾的创造者，又应成为解决矛盾的「硬汉」，使得矛盾双方相互依存、彼此呼应，达到参差而均衡，变化而统一，对比而和谐的目的，给人以鲜明的节奏感和动人的韵律感。

第三节 草书的临习及其它

书帖的临摹与练习

无论学书者选择何种碑帖，都应熟视范本其性情气势，然后讲究用笔，不要心浮气躁，要认真地、一笔一笔地临摹，最后力求书法的风神、意态。

有的人习书缺乏耐心，刚开始临摹就以为自己无所长进，从此停笔。也有的人三天打鱼，两天晒网，初学时兴致勃勃，不久兴味淡减。这样练习，既是练成「池水尽墨」，也是收益甚微。要坚持下去，书艺即会跃起。一本碑帖临至数十以至数百遍，我可以断定你在书法上会有成绩。这里没有诀窍，也没有速成法，只要勤学苦练，深入研究，那么就能笔随人意，「达其情性，形其哀乐」。

有的人虽下功夫，也未必能成功，这恐怕是方法不得力所致。实践固然重要，但实践经验如不提高到理论上认识，再放到实践去检验理论是否正确，循序渐进以至无穷，这样的实践也是无用的。我和一些当代书画家谈过书法练习，他们以多年研习书法所得的丰富经验告诫我重视入帖和出帖。他们认为：面对选定的碑帖应先观其整幅，再看各字结构，细观起住笔的微妙。这样看它几遍、几十

遍，直至「精思熟定」，然后下笔，即入帖。在练习过程中，习书者应边练边改，最后把写的字悬挂在远方，细看字的毛病，然后修正，这样往复练习，定能成功。各种法帖皆有失真之处。练习时要注意「去芜存精」。这样练习，成功就快。然后自出新意，这即是出帖。

学书人多有两种毛病，一是好古，一是趣新。好古的就泥古不化，趣新的就自出新裁，创作怪体，二者各趋其端。他们不了解书学的发展规律，不甘心于临摹，便想自成一派，这是目前在书法界中兴起的一种流派。

学书法与其它艺术和科学一样，应老老实实地勤学苦练，来不得半点虚假。相传有则这样的故事：献之书一「大」字，自以为不恶，其父羲之看后在「大」字下加一点就成「太」字，献之拿去让母亲评议。他母亲讲，只有这一点为贵书。这传说故事告诉我们一个道理：有功与无功的书法，其给人的感染实在是不一样的。

我国在书画史上有「书画同源」之说，所以书法也应作为中国画家的基本功。国画讲究「骨法用笔」（画论六法之一），国画理论有「画通书法，画隐书显」一语，说明画中的书味要比画意还浓厚才好。国画中的破、泼墨法应用于书法，也给书法增强了艺术性。所以，画家也应有书法的基本功，而书法家也应参酌画理，使得书画艺术更加兴旺。

题款与印章

章法的成败，题款与印章是不可忽视的一部分。它对章法起到分朱布白的作用，能增强作品的艺术性和章法的美感。

题款的内容包括题目、作者、书者的姓名、年龄（老人在六十岁以上，小孩在十二岁以下者）、书写时间、书写地点及受书者名称加称呼受书者不写姓，而姓名为两字的例外），还有加跋加记的。

受书者称「上款」，书者为「下款」。上下两款称「双款」。只写书者为「单款」，又称「穷款」。上款多书写在正文右上侧，也有书写在下款右上侧的，但要高出下款。下款多书写在正文的左侧，也有书

写在正文末行空白处的。款的位置及字的多少、行数，要根据整幅分布情况安排得适当好看，虚实相宜，浑然一体。一般款字少且小于正文，多用行书，所以题款也是一种「经营」艺术。

题跋要先审阅作品的书意，再加以阐发，或志钦佩，或补叙一些内容，或加题咏等。按其所留面积决定字数，或横或竖。一般题款先在右上侧，其次亦可题在左下，再题时，要两侧交错，使其有映照、参差与均衡的作用，避免偏向一侧。

书写完毕，盖上一枚朱红色的印章，真是「锦上添花」，令人望而生喜，更加有趣。印章有名章、闲章，名章盖在书者姓名之下。根据字与款的分布情况，只盖一个名章或再加盖一个字号章均可。

闲章也要根据分布情况，可盖在正文的右上侧或下端。盖在右上侧的称「引首章」，盖在下端的称「押角章」。一般说，引首章盖在正文首字或第一、二字中间的右侧，押角章通常盖在作品右下方或右下角某字的空白处。但一幅书法作品，引首章与押角章仅用其一，勿要同俱。闲章要盖在显著虚处，起到补空作用。印语有诗言志、警句、成语、年代等。印章形状有方、长、圆与椭圆等。印章印文分阳文与阴文。印章的大小、形状与印文，均应与正文协调。

题款与印章搭配得当，即会起到装饰、衬托与调整章法重心的作用，又能增强整个章法的布局美。

文房四宝简介

笔、墨、纸、砚是书法书字工具，过去统称「文房四宝」。文房是指书房，写字的地方。「湖笔」、「徽墨」、「宣纸」、「端砚」以产地得名，因质、物优秀而誉为「文房四宝」。书写工具的选择、使用和保护，是书者常遇到的问题，因此，简介文房四宝知识，很有必要。据历史文物考证，毛笔大约在三千年前就有人使用。制笔工艺经过历代的改进，才逐渐有了现在品种多样，精美优良，适宜书画的毛笔。

「湖笔」产于浙江湖州（今吴兴），因制作精良而著称。以笔毫用

料分为鸡毫、羊毫、狼毫(黄鼠狼毛)、紫毫(兔毛)和兼毫。鸡毫最软,羊毫较软,优点是吸墨较多,圆转如意,易显腴和多姿。缺点是笔毫无力,字体臃肿。狼毫较硬,紫毫最硬,二者均属硬毫。优点是锋利劲峭。缺点是易致瘠薄多角。兼毫半软半硬,刚柔折中。

兼毫是由两种以上的毛按比例配制而成,由羊毛、狼毛制成称「白云」,其中分「大白云」、「中白云」、「小白云」。由兔毛、羊毛制作的紫羊毫,以配料比例分「五紫五羊」、「七紫三羊」、「三紫七羊」等。白云和紫羊毫弹性相近,但白云笔使用耐久。紫羊毫宜书写小字,白云宜书写大字。以锋长短分为「长锋」、「中锋」、「短锋」。长锋宜书写行、草,短锋宜书写楷、隶、篆书;以写字的大小分为元、二、三号,以书体名称分为「大楷」、「中楷」、「小楷」,最小的有「小精工」、「红豆」等。

笔杆有竹、象牙、犀角、玉石、紫檀木、花梨木等十数种,均作修饰,与书写无关。

尖、齐、圆、健为毛笔质量「四要」(四德)。要求毛笔浑圆饱满,弹性适度,收拢成锋,挥洒自如。「尖」指笔锋尖锐,用后易复原;「齐」指笔锋润开,压平毫毛要平齐;「圆」指笔毫绑扎后丰满,笔肚不空,运笔时不散;「健」指运笔环转任意「盘旋」时,笔毫铺开得快,收敛迅速而有弹性。

新笔使用前,将笔毫浸泡在水中,湿润后用布楷干,然后再使用。书写完毕,将笔洗净,用布拭干后放入笔筒,或笔锋向下悬挂起来,凉干待用,万不可插入笔帽中,以防笔毫损坏。

毛笔的软硬不决定书写的笔力,笔力取决于书者的功力。初学者可根据自己的爱好和习惯选择。

墨发明的时代与毛笔差不多。历代都出过制墨能手,以唐朝李庭圭、宋朝潘谷制墨最佳,李墨产地安徽歙县,故有徽墨之称,此名传至后世,直至今日。

墨有油烟、炭烟之分,都以加入制合剂成墨锭。油烟主要是用

桐油、猪油、麻油、花生油等,在密室燃烧取油;炭烟是将木炭捣细过滤加入制合剂。油烟墨黑而有光亮,是高级墨,价格较贵。炭烟墨光亮较小而价廉。炭烟墨中还有一种松烟墨,乌黑而有光亮。磨墨也要讲究技巧:初磨水要少,边磨边加水,墨汁要浓淡适度,磨好后试一下,不化不滞又有光亮为宜。磨墨不要操之过急,要重按轻转方能使墨汁均匀细腻。墨量以字数而定,即用日即磨为好。

用毕后,及时洗刷砚中积墨。墨锭要晾干,勿晒干,以防断裂。墨质量的好坏会影响书写效果,故应善于对墨质量进行鉴别。墨锭细腻滋润,光泽呈紫色,而且较重,有香味的为好墨;墨锭粗糙,光泽呈青色,而且较轻,无香味的为次墨。

纸以宣纸最好,因原产于安徽宣城而得名。宣纸是高级书写纸,主要制作原料檀皮具有纤维细长有力,洁白匀薄,坚韧抗虫蛀的特点。它分为「生宣」、「熟宣」(纸面加一层矾水)。生宣宜受墨而易渗化,熟宣受墨较难而不易渗化。以厚度分「单宣」、「双宣」(两层)、「三层宣」、「玉版宣」(厚的)。半生半熟的称「书画宣」、「蝉翼宣」。抹有腊的称「腊宣」。有黄斑点的称「虎皮笺」、「洒金笺」。以长短分为「四尺宣」、「六尺宣」。以色泽分为「虎皮宣」、「泥金宣」。

另外,还有白报纸、道林纸、书写纸等均可书写,但不易吸水。宣纸品种较多,浙江的皮纸、北方的千安纸亦属宣纸;各有所长,都为书家乐用。

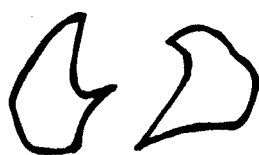
「砚」又叫砚台、砚池,最大的称砚海。广东肇庆端溪出产古今著称的「端砚」。安徽的歙砚、甘肃的洮砚、江西的石砚等也较有名。好砚石质湿润细腻,坚而不燥,既不「拒墨」,亦不「涩墨」;又能「发墨」,也不粘墨。这种砚磨出的墨润而不燥,写出字来有灿然动目的感觉。砚石细光,磨墨不易叫「拒墨」。砚石粗而易磨,墨液较粗叫「涩墨」。发墨指「下墨」或「受墨」,不粘墨指砚中墨易于清洗。书写完毕,立即清洗砚中墨,再蓄水「养砚」,以保持砚的湿润。

第三章 草书基本笔画的草法

第一节 草书的草法示意

基本笔画草法示意

点的草法

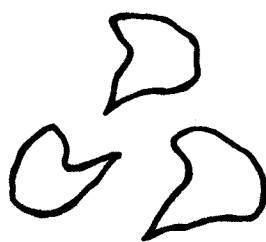


草书点贵敝侧，忌平板，落笔不藏锋，运笔须急，收笔不回锋，其法示图于左：

用于垂点如「卜」、「丨」、「丨」等旁的左侧处。

用于不承上而连下处，如「卜」、「丨」右侧。

用于相向点，如「曾」、「堂」上和相背点，如其脚处。

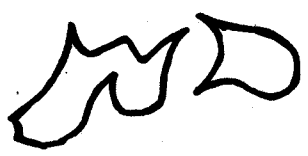


用于既承上又连下的两画之间处。

用于字左、中处，如「冷」、「丨」等旁。

用于字中、下处，如「冬」、「直」等字。

用于三点连用处，如「必」等字。

		
用于字下的“乚”，如「然」等字。	用于拗两点处，如「率」等字。	用于开三点处，如「恭」等字。
		横画草法 
用于向上引起它画处。	用于引连下画处。	横画作草独用较少，有「有直无横」之说。横多与它画相连，而变短或点，或呈蟹鳌式，其法如下： 用于与它画不连处。