

书法技法讲座

8

北魏

龙门造像记

楷书

〔日本〕二玄社·井垣北城编·林怀秋译



湖南美术出版社

龙门造像记

楷书成熟于唐代。如果把以九成宫为代表的这一时代的各种名品当作楷书的结果的话，那么可以称之为其母体的，就是《龙门造像记》等北魏的楷书了。在它那雄劲朴素的姿态中，它那对造型的理智性的追求，以及作为楷书所要求的间架结构的精神，以鲜活的气息，发挥得淋漓尽致。本书在为数众多的龙门造像记中，选出孙秋生造像记、北海王元详造像记等足以为代表的八品所构成，从大的方面分为所谓的方笔系与圆笔系两种书风，分别就其结构、用笔，系统地进行分类详说，以解释说明北魏书法的魅力。

书法技法讲座 凡例

一、《书法技法讲座》是从历代书法名家中选出各种书体、各种风格的字，将凡是认为其基本用笔、结构法适宜于学习、模仿的真迹挑选出来，作为范本。

二、在每卷中只限定了一种真迹，在字数较多的真迹中，为了避免学习之繁，将其技巧简约，把被视为书法典型的完好字或者部分，系统地精选出来排列，其他的则略去。

三、为了让人容易学习和理解其技法，把著名书范本真迹放大到合适的大小，并另把原尺寸的真迹也刊载上，以作对照之用。

四、技巧的解说是以入门阶段的自学者为对象的。

五、《书法技法讲座》的各册只是各种书体、书法风格的入门用书，因此，没有特意规定学的顺序。

关于本书的编辑

一、本卷作为《书法技法讲座》的一册，遵从这套丛书的凡例。

二、此册所展示的笔迹，从遗存于龙门石窟中的北魏的造像记中，以所谓的龙门二十品为对象，再从具有代表性的八种中选出二百八十二个字，按本书的构成加以排列。

三、展示的八种造像记，是被称为「特限四品」的、最好地发挥了其特色的孙秋生、魏灵藏、杨大眼、始平公的造像记，以及与这四品略微不同书风的马振拜、北海王元详、高太妃、比丘法生的造像记。

四、字帖的构成，考虑到了使读者在学会楷书技法的同时，能够把握龙门书风的特色。

五、排列顺序是以孙秋生为代表进行说明，然后按魏灵藏、杨大眼、始平公、马振拜、北海王元详、高太妃、比丘法生造像记的顺序排列。

六、各品的文字，都是把原来的拓本白黑翻转，扩大为习字纸六个字那么大显示的。

七、考虑到初学者学习的方便，对各品的文字用红线实施了九等分的分割。

八、关于用笔，由于使用了电动新摄影法的分解照片，使之能够具体地把握锋尖的作用。

九、关于龙门二十品的全文，请参照《中国书法选二十、二十一龙门二十品》、《中国书法入门二十、二十一龙门二十品》。

写给学习龙门造像记的人们——个人意见备忘录

井垣北城

一、龙门造像记的特征

谈到龙门造像记，准确地说，是指范围限于北魏、隋、唐、五代、宋的各个时代，总计为三千六百八十件的众多的造像记，在这儿，只涉及属于其初期的《龙门二十品》。

在龙门山凿洞，在其内壁上刻上佛像，在佛像的旁边刻上铭文，在这件工程浩繁的工作进行的过程中，不知不觉地就变得程式化、形式化，最终激情渐渐地淡薄下去。最初形成的《龙门十二品》应该尊崇的理由，就在于此，以《龙门二十品》代表龙门造像记，与从具有同一价值的数品中选出二十品来，是属于不同类型的两件事。我祈望着把龙门造像记中最有价值、最应该尊崇的二十品限定为对象范围，对此应予珍惜。

在《龙门十二品》中，既有出于同一位书家之手的，也有出自于不同书家之手的，所以要想把《张猛龙碑》一碑的特征弄清楚，并不那么容易。

但是，二十品都存于古阳洞内，其纪年也不过是前后二十五年之间，其各自的共同的特征，贯串于二十品的根底里，把握这些特征是可能的，并不那么困难。

当我们思考这二十品所代表的龙门造像记的特征，到底存在于什么样的地方的时候时，作为对照的，有必要把同时代的写经碑、摩崖刻、墓志铭之类放在心上。还需要把范围扩大，把隋、唐的诸碑也作为其对照例子，置于一比较才行。

把这些例子与龙门造像记相比较，就有几个特征鲜明地浮现出来。

特征之一：全力以赴

大凡作为经典受到尊敬，是因为在其表现方法上，尽管呈现种种形式，但全都是全力投入来完成的。

即使是与北魏的楷书相比，龙门造像记也是特别显著而切实的，它毫无轻浮之处。它的一

点一画，每一个字全都认真真，而且是竭尽全力的，乖巧和轻薄等，根本就分毫无无。

在《比丘法生造像记》中也是罕见的，有个「今」（第七十五页）字，写得就像向能乐中战斗场面的人物黑头上泼水似的，一种洋溢着幽默的字，就像让童子刨根似的，应该把它看作由于全力投入，它自行洋溢出来的风趣，如果哪怕是运用一点儿心浮气躁和打什么主意，毕竟成就不了那样的充实吧。

读《一弗造像记》的铭文中，有这样的记载：「太和二十年，步攀郎张元祖不幸丧亡。妻子一弗为此造像一尊奉祀。愿亡夫径直生于佛国。这至诚的愿望，凄惻地击打人心。」

龙门造像记的书写者与镌刻者都是这样把至诚的愿望当成自己的愿望，从事工作的吧。这种虔诚，比前面所列举的对照例子的哪一个，都好像把全力地投入，做得更加深入，更加切实，更加纯一似的。

顺便说一下，在《龙门二十品》中，曾有个加上《优填王造像记》的时期，那是唐朝时代刻的，把马振拜造像记调换下去了。今天这个造像记，看上去非常单薄，是个形式上，情面上的东西，到如今已经变得一点儿也没有了全力以赴、感动、心热的影子，成了肤浅的没有价值的东西了。

特征之二：点画(A)

与《龔龙颜碑》、《瘞鹤铭》、《石门铭》、《郑羲下碑》以及《从鍾繇到王羲之、王献之、智永、虞世南、颜真卿血脉相承的楷书群相对照，必然感觉到龙门造像记的点画方面「质」的明了性。

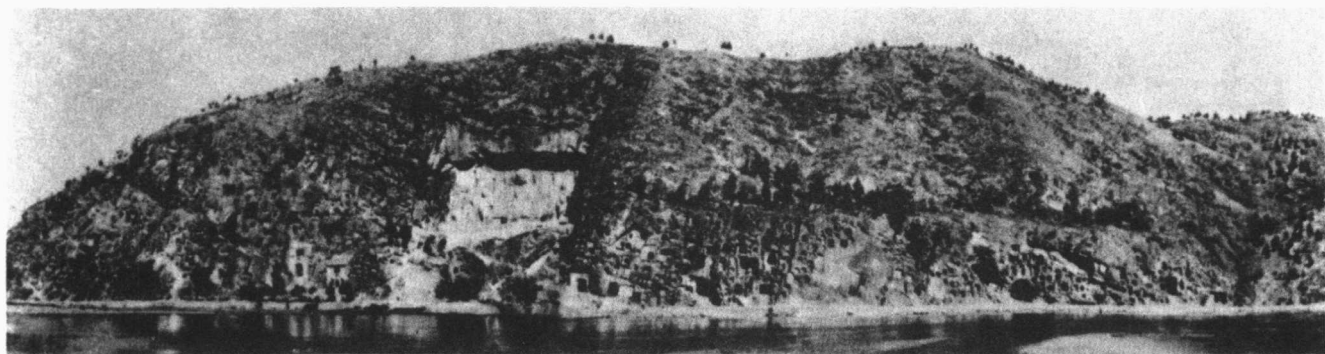
希望对前面一群的圆势，龙门造像记的方势，首先予以缜密地玩味、判断。

特征之三：点画(B)

龙门造像记，每打一个点，每写一画都是「嗯」「嗯」地用着劲写出来的。好像对一点、一画都看得非常重要。

对文字构成单位的一点、一画必须重视这件事，尽管是人人皆知，但是一旦到了实行阶段，就不是那么容易了。

点之大而且重，犹如巨岩怪石。画之粗而且刚，恰似老松之干。



上·龙门山全景

下·一弗造像记

特征之四：结构（A）

是把这样的点和画组合起来制作一个字的，所以必然地不能成为特异的结构。与王羲之系统的贵族趣味的「保持点画与结构之间的恰好的调和」，在档次上是不同的。

虽然这样说，也并非是非流于奇怪，以放纵为乐。在龙门造像记中，作为趣味不同的东西，显眼者有《郑猷造像记》、《比丘尼慈香慧政造像记》等，即使同在龙门造像记中，也都具有各自的特异面貌，他们全都体势可嘉。

龙门造像记，每个字的底边都留得宽宽的，这是采取了重安定的结构法。这使我常常联想起相扑来，想起那力士蹲踞的姿势，以及横纲那踩着四股，向上推的姿势。

特征之五：结构（B）

作为结构自身的特征，不能看漏了写经。如果参照《大般涅槃经》正始二年（五〇五）、《欢喜经》齐永明元年（四八三）等的话，就会明白地看出龙门造像记来自于写经体的结构法。

龙门造像记，原封不动地使用大致于同时代写经的结构法之事，在彼此同为佛教上的眷属来看，是至为顺当的。

特征之六：方笔、凿

龙门造像记，毫不客气地使用方笔，沉着而痛快之极。这是在刻的阶段中，来自凿的技法上的必然性，即使是有点儿强调，产生了这样的结果，也不是故意夸张的。

特征之七：补笔

这多半是由书法能人，直接往石头上的写字，刻者把它刻上去的吧。或者揣测为从一开始直接地写在石头上的文字，如果产生了必要，就仿佛理所当然似的，进行补笔等等之后刻上去的吧。

特征之八：误脱（A）

在看着《比丘法生造像记》的整本时，发现第三行的行角上的「三」字平平的就像刻得按压进去似的。

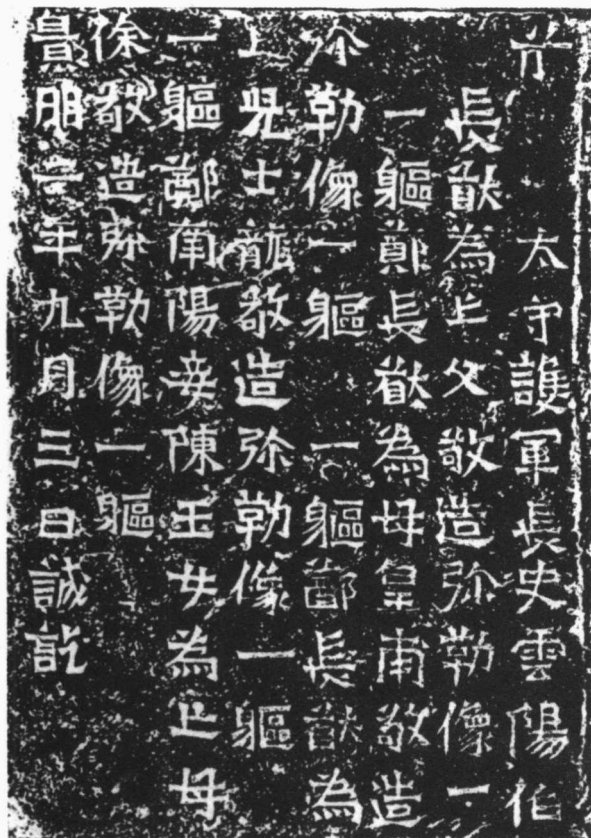
这多半是在书写时把「三」字漏掉了，于是立即在上面的「帝、专、心、于」四个字的地方，重新写了「帝、专、心、于、三」五个文字吧。



龔龍顏碑

乞原赦又曾身任國王敬代為事信用邪言誅
 裁賢明輕侮二儀不敬三寶 厚妖孽獵捕
 悔者心法治國不耶枉人民是名循第三

說私歡普賢經



鄭長猷造像記

还有,第九行「一切」之所以拥挤,这也是把「一」或「切」给漏掉了,因此把写一个字的地方塞进了两个,重新写过的吧。

这是不拘于为孝文皇帝以及北海王母子写造像记,惜劳于重写全文才这样大度的。

特征之九:误脱(B)

在看着《郑长猷造像记》的整本时,发现在最初的「前」字,把点画的四个点给刻漏了之外,接着的两个文字没刻,在第二行的头上觉得应该有个「郑」字的,这个也就照旧空着。

还有在第三行的行头上从文脉上来看,应该有个「躯」字的,这个也没刻,让它空白着。像这种情况,着实多。

洞壁的高度十一米,在其上部天井附近刻有「广川王祖母太妃侯造像记」与这个「郑长猷造像记」。从以肉眼有远距离的条件来看「广川王祖母太妃侯造像记」字粒大,「郑长猷造像记」字粗,制作时多半是有这种顾虑的。

特征之十:异体文字

本书第十页「文」、第十二页「德」、第十八页「等」、第二十页「伐」、「岁」、「永」、「念」、第二十二页「庆」以下异体文字多。既有当时普通使用的异体文字,也有在龙门造像记中特别出现的异体文字。

异体文字与在特征之四:结构(A)中指出的内容有关连,但异体文字本身,在书法技法上也不必过于深究。因此本书中在逐字说明处没有注明是异体文字。

但是,在这方面抱有兴趣且又热心的人,去检索该时代的碑、墓志铭、造像记等上出现的异体文字,进而还考察它们与前后时代出现的异体文字的关系,以及异体文字的变迁等等,也并非是无益的吧。

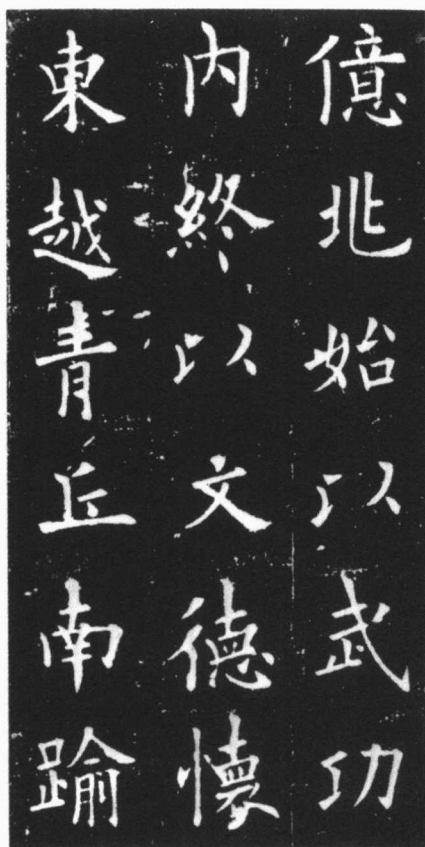
二、与张猛龙碑的比较

与《张猛龙碑》(五二二)和这一时期的几块墓志铭一比较,感到龙门造像记的任何一块的点画、结构、章法全都「粗」。我以为这与各自的目的、条件相应,与各自的石质和其加工程度等相关连,这才感到龙门造像记「粗」,《张猛龙碑》、墓志铭「精」。

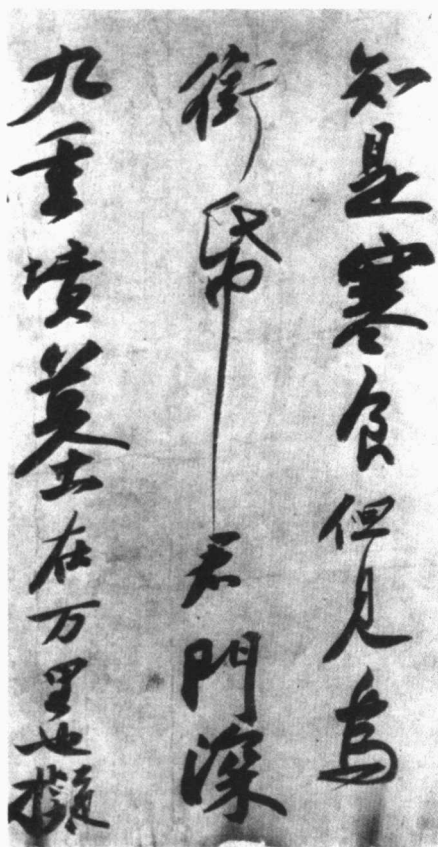
这不必说,谈的是体质上的特征,而不是想以精粗作为品评的标准。



张猛龙碑



九成宫醴泉铭



苏东坡·寒食帖

那么，把《张猛龙碑》，特别是把它的碑额与龙门造像记对比着一玩味，就感到《张猛龙碑》一方面使用了精心打磨的石材，另一方面还运用理智，使变化、强调、统一取得了出色的成就。这多半就是使人感到它「精」的原因之一吧。

与此相对，在龙门造像记中，这种理智不出现于表面上，而是有一种混沌的充实，彻底坚强。这也是使人感到它「精」的另一原因吧。

这难道不是在龙门造像记中，不是缺乏理智，而是它所希求的是拒绝把理智出现于表面上，让浑沌的内部充实吗？

三、与九成宫醴泉铭相比较

和《张猛龙碑》一样，与用方势更加极尽精致的《九成宫醴泉铭》（六三二）相比，龙门造像记的特征，多半进一步明确地浮现出来了。

《九成宫醴泉铭》，已经把缠绵于龙门造像记上的写经体的风味给洗掉了。追求楷书体本身的基底，使它达到了整正的极限。

再则《九成宫醴泉铭》在点画方面，不但轻重、迟速等技法向多样化、精致化进步，在结构方面，疏密、照应也都整正之极，还有点画与结构的调和没有一点过火或不足，浑然周到。

在这些地方，可以看出继承了王羲之，更使之发展了的样子。

《九成宫醴泉铭》，恰似整肃威仪临朝的群臣一样，充满着威严肃庄肃静。反之，正因为如此，龙门造像记有着生命的气息，洋溢着热气，千里迈进的激情，砍掉点画的一部分就会鲜血迸流。它与前者终于拉开了距离。

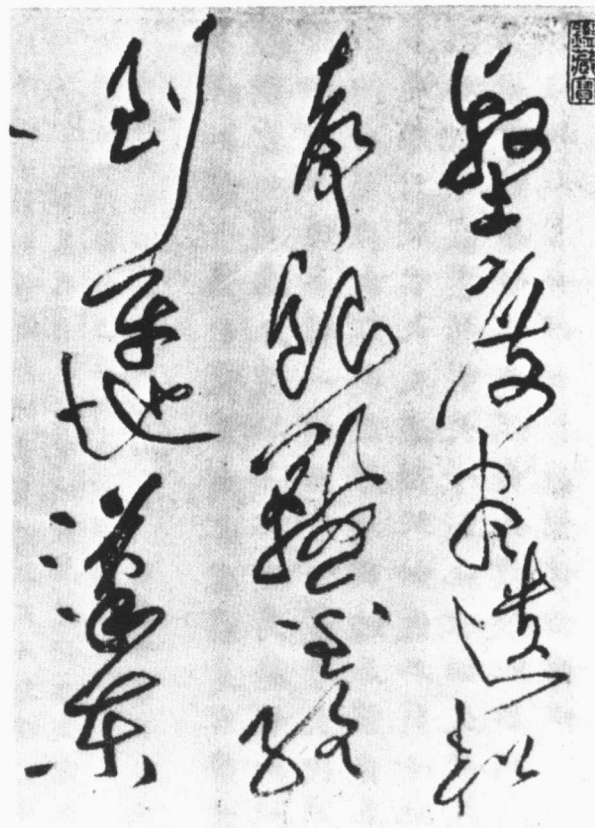
四、与九成宫醴泉铭相比较（续）

《九成宫醴泉铭》是冷严的。它是终年被冰雪封锁着的，耸立于碧空的高峰。它拒绝一切，被沉默弄得鸦雀无声。

龙门造像记是热烈的。它总是百花盛开的高原。它包容来者，使之自由而讴歌生命。

五、龙门造像记的价值

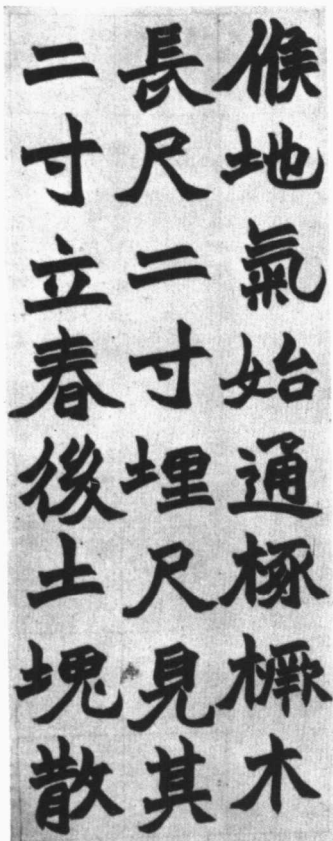
意大利的文艺复兴，是何时又是怎样传播到中国的，我不得而知。它又是怎样展开的，这也知道。



黄山谷·李白诗卷



邓完白沧海日联



赵之谦·汜胜之书

宋代的米元章、苏东坡、黄山谷这些人，可以想到是受了「禅」的影响。至于像阮元的北碑南帖论，邓完白、包世臣、吴让之、赵之谦这些杰出人物的内奥，要说是他们受了意大利文艺复兴的影响，那多半是一场幻觉。

请把它们看作是与近代的条件相适应的东西，请把它们上溯到很远的时代完成的龙门造像记，看作是跟北碑相互辉煌过。请把它同温克尔曼之于希腊合在一起考虑。

把拥有龙门造像记，应尊为无尚的幸福。

包世臣所说的「气满」、「逆入平出」、「分书之骏发满足」以将毫平铺纸上也」等语，依旧是理解龙门造像记的关键。

包世臣的书法中包含着龙门造像记,留存着他参与北碑以前所学的古典的色素,还有未能彻底地成为纯粹的北碑之处。这种情况也可以理解为取得了另外一种效果的样子。

是一贯地把《始平公造像记》的技法当作正确的依据，使之直到升华为那样有特征的工作。

作为参与龙门造像记的先达们留存下来的遗迹，我尊敬包世臣、赵之谦，蒙受了他们的恩惠，应该永远坚持我的目标，在龙门造像记方面，必须继续执拗地咀嚼。

然后自己也祈盼着用龙门造像记作材料，制作出与包世臣、赵之谦不同的美餐。

临书，是以把学习作书的方法，修练研磨技法为第一义的。

当你作书之际，像那样什么附加进展都没有，只把龙门造像记按照亲眼所看到的样子原封不动地表现出来，那将脱不出集字的境地。

龙门造像记的学习，以朝夕临之，以摄取其精气为至极。

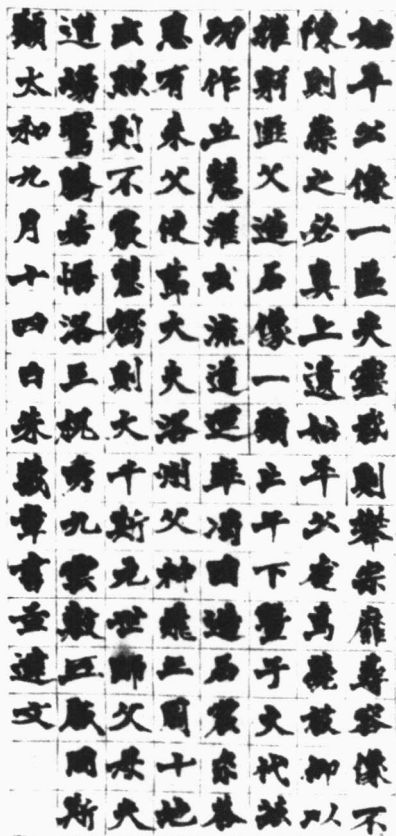
须以学其神，不求形似为至到。然又神惟存于形似之中。

拓本，将纸置于后面，从上自然然而拓之而成，如施之以工艺，当然会使之表情硬化。

弥补毛笔活动，积累感受修炼至至关重要。

运笔必须腕如体大，笔压强，具有充分的速度。

强劲地入笔，将笔锋吃进纸去，然后每当推进时，一面加笔压，一口气写完。



编者临始平公造像记二种

收笔方面，往往如急流激岩壁，自然地产生波磔之事，也常常有之。

谈到入笔使之沉潜，边增加笔压，一气奏笔，也许有一种压到毛笔的轴边上的倾向，但与纸相接着的锋的部分，必须以三分之一为限度才行。

也就是说，笔锋必须进入像立起的指甲尖的状态才行，脚跟不能跟上来。

至于说到把整个笔锋全都压到纸上，为什么不行，这是因为会把毛笔所具有的弹力的特质，都给抹杀掉。在这儿只能胡乱地写出又粗大又笨重又平板的文字。

如同以上，这是在酷使、虐待毛笔，于还没写惯之前，就已经「退笔如山」了。

把笔，用一般的双钩法就可以了。

用指尖执笔，点画就清澈。深深地让指根接触轴，点画就变得笨重了。

用笔使用羊毫的长锋或中锋便可以了。

这些笔，虽然难驾驭，但正因为如此才富于变化，所以能够培养点画的多样性的感觉。还对笔力的培养上也有益。

兼毫笔、山马笔之类，时而用之亦可。

这是因为这些笔，使用起来容易，线质也与羊毫笔不同。

兼毫笔、山马笔，因笔的处置本性单纯，对羊毫笔的多样性「向它提出要求」地使用。

平常光只使用兼毫笔、山马笔，点画就有陷于平板之忧。

长锋点画写得细。中锋点画写得稍粗。短锋点画写得较粗。长锋的接触面宽，中锋次之，短

锋的接触面窄。

一憋足劲儿写，往往容易向指尖入力，直到手肘、腕、肘、肩都入力。我还没有把多余的力入过劲儿，未能实践米元章的极意「把笔轻贵成自然」。

想用毛笔表现将文字刻于石上的刀势，是毛笔性能的范围扩张。进而与书法的新范围扩大相连。

前些日子陪着北村九皋先生，有机会参观某书法展览会。他说：「这儿（指左撇），还是看准了笔的去向之后，再往下一画移动的好」。如果加注的话，他说的是，直到点画的最后的最后，眼睛都不要离开锋尖。

太和九年十一月使持節司空公長樂
王兵機陵亮夫人尉遲為亡息牛柳請工
鑄石造此弥勒像一區額牛柳捨於公段
之鄉騰遊无礙之境若存託生生於天上
諸佛之所若生世界妙樂自在之處若有
苦累即令解脫三塗惡道永絕因趣一切
衆生咸蒙斯福

牛柳造像記

夫靈誕誕必表光大之迹玄功成數之標素世之作
林改昭大千懷縱嘆之悲慧日清輝吟生衡道藝之應六
應真悼三乘之願憑遠空以刊像憂墜下代留容康作
魏靈藏鑄就靈藏河東懷生銘二人等求靈光康照之資開兜
釋迦像額就莊興通方朝贊額藏等三機於孤峰秀九謀於華
降法銘範芳寶而繁瑣擁獨茂合門築龍指派并禁令終之後
聖神聰六通智周三達曠世而生元身眷屬於百報則
鵬鵬龍花悟無生則真昇道樹五道群生咸同斯慶
陸渾縣功曹魏靈藏

魏靈藏薛法紹造像記

景明三年八月十八日曆
川王祖母太妃侯為亡夫
侍中使持節征北大將軍
廣川王賀蘭汗造弥勒像
願令永終苦因速成正覺

賀蘭汗造像記

回过头来看自己，我也是往往与此相反，夹杂着浮薄的点画。

龙门造像记的沉着充实，可以从眼睛不开开锋尖的深切程度，来找到线索。

每逢夏季去山庄避暑时，如果亲近翰墨的境界来访我……

而这时携带的拓本，只定为一本……

我将带上什么去呢？

有一年是石鼓文。有一年是天发神讖碑。有一年是张迁碑。有一年是三亭序或圣教序。有

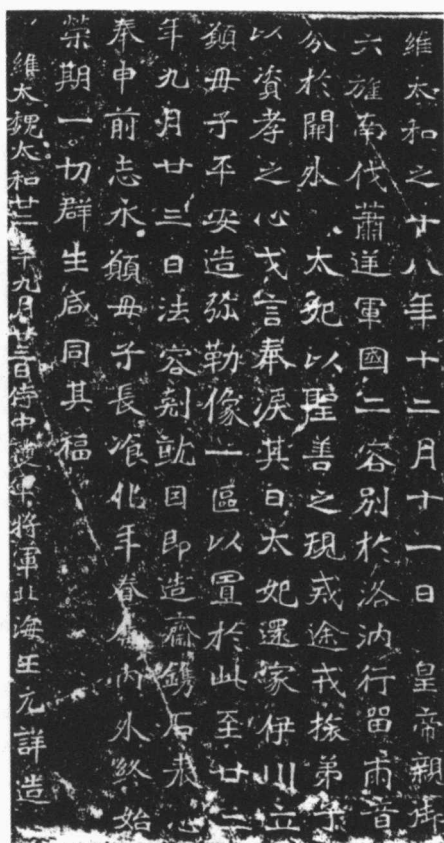
一年是温泉铭或晋祠铭。有一年是十七帖。还有一年是……

龙门造像记是不待说的。

我怀着某种感动，吟诵斋藤茂吉的诗：『能有热饭吃，引以为乐趣，人生虽苦短，还得活下去』。



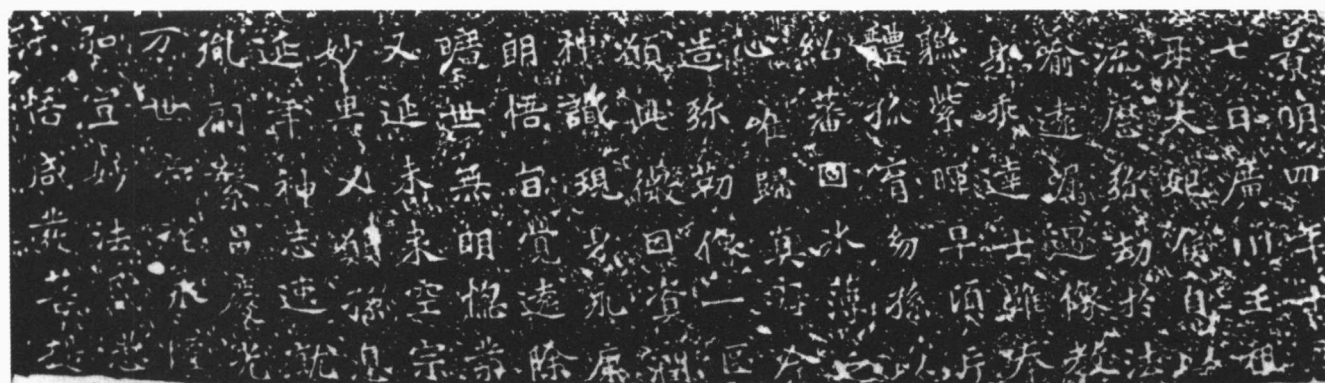
高太妃造像记



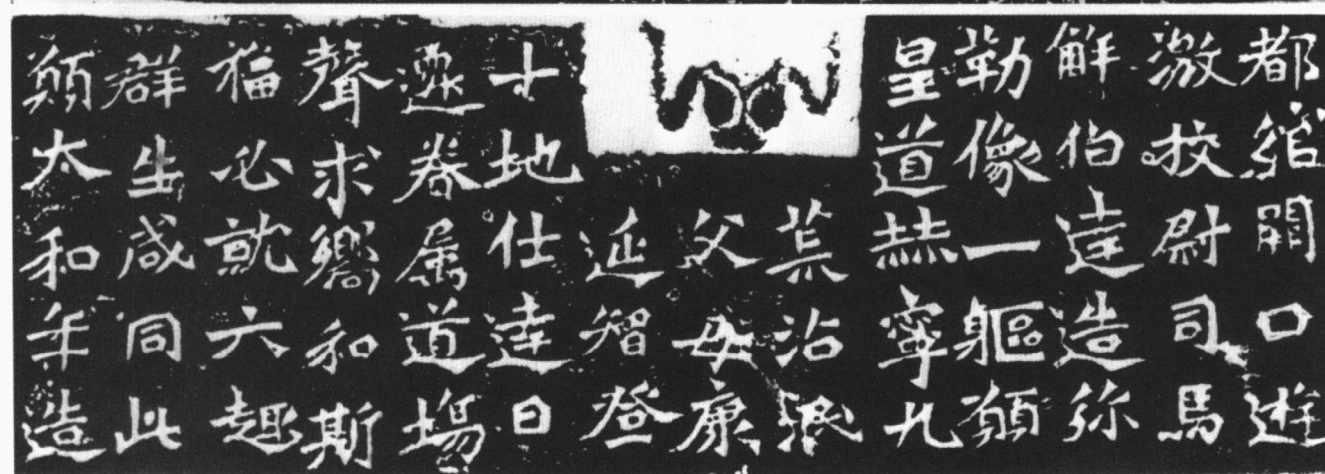
北海王元详造像记



杨大眼造像记



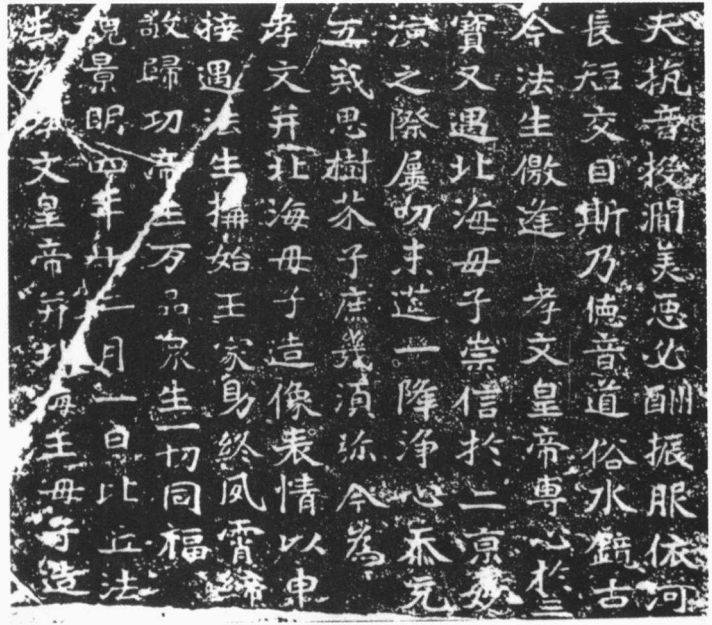
上·侯太妃造像记



下·司马解伯达造像记



比丘尼慈香慧政造像记



比丘法生造像记



比丘惠感造像记



比丘道匠造像记

三

王

五

上

世

父

三五世王上父

【三】五

这是把收笔向右斜下方拉脱的例子。长横画也好短横画也好，几乎都是直线的，而且是水平地拉。越是成为直线式的，越是严谨、紧张而清洁。

【世】王

【世】的横画，这是把收笔向右斜下方拉脱的例子。【王】的第一、第三横画，这是把收笔向右斜上方拉脱的例子。第二画是向右斜下方拉脱的。

【上】文

这是把收笔向右斜上方拉脱的例子。【文】的短横画，写得小且从纵向入笔之后，要粗粗地，慢慢地向右上方向拉脱。轻率地一挑不好。

横画的运笔

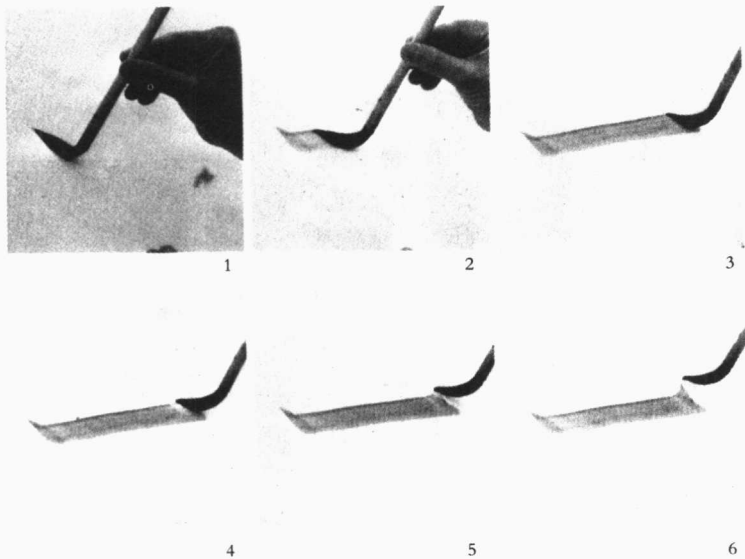
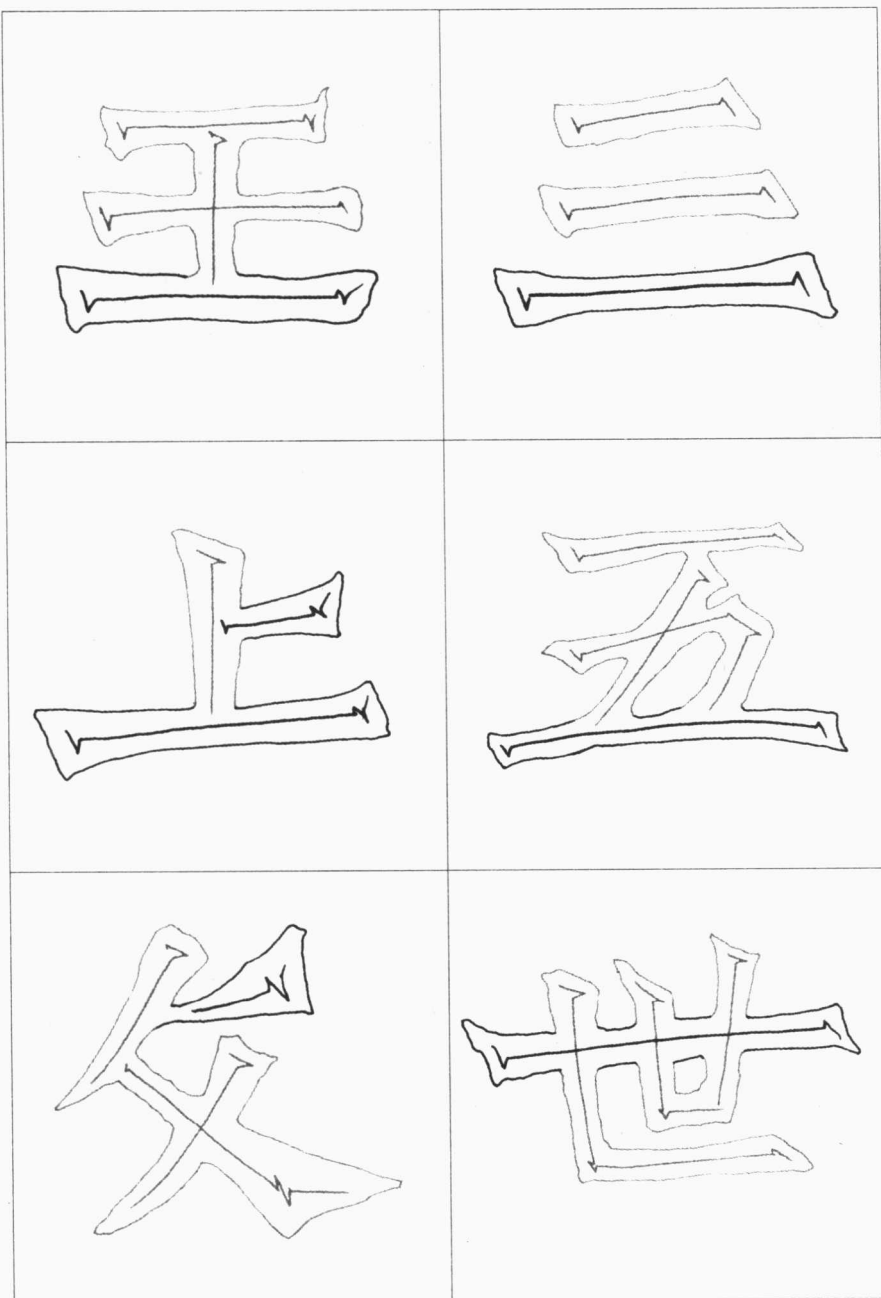
- (1) 立着入笔。
- (2) 以加笔压的程度，一气呵成地来奏笔。
- (3) 停下来时，以笔势的反动，写出瘤子来。

A 图是向右斜下方拉脱。

B 图是向右斜上方拉脱。

A

B



十

歸

年

午

暉

神



「十」年

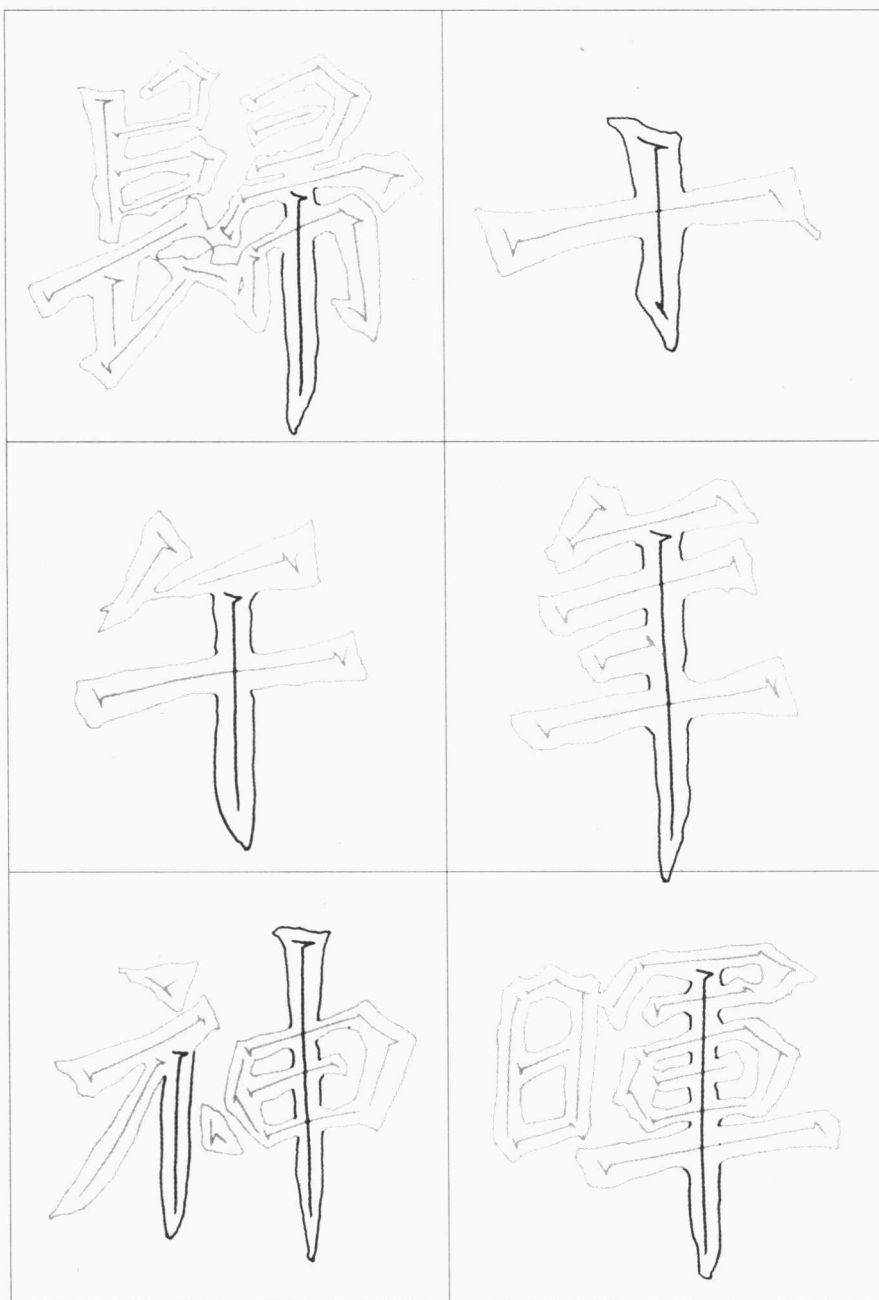
「十」的横画长，纵画短。「年」纵画长。两个字的横画都是直线式的，微微向右上方抬。这是因为纵画是贯通的。

「晖」归

「晖」的左小，右大。车的横画微微向右上方抬。「归」的左，下部的云写得极其向右上方抬。

「午」神

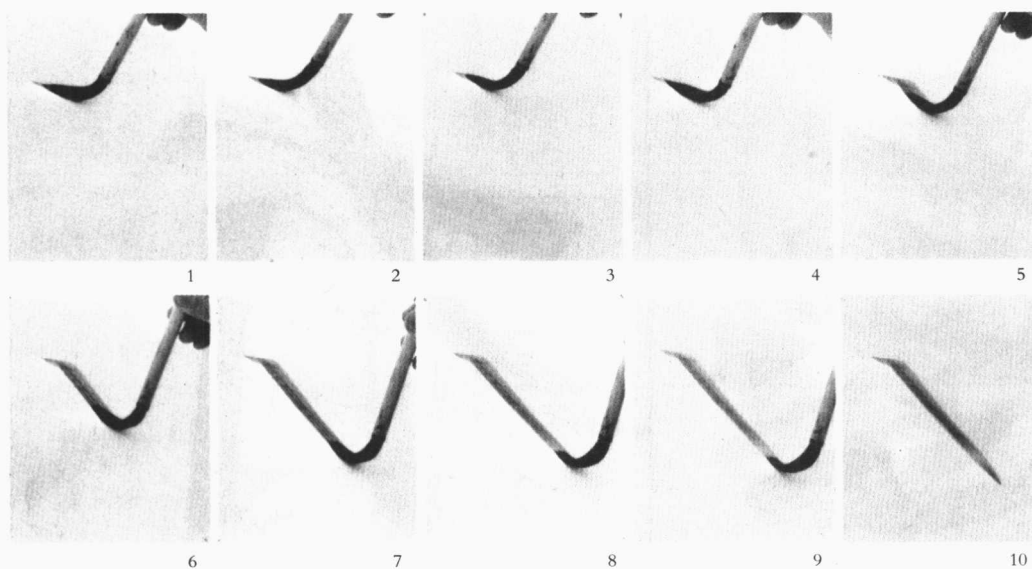
「午」的纵画，从中部往下变得稍粗。把纵画的入笔小小地打进一下就是这个样子。这是毛笔的性质。「神」把纵画的入笔大大地打一下之后，慢慢地写细。



纵画的运笔

- (1) 横着入笔。
- (6) 加点儿笔压，一气拉下。
- (8) 不弯曲地垂直拉下。
- (9) 停一下，轻轻地抽脱。

笔管必须垂直地立着才行。



大

秋

人

和

有

德