

书画常识

知多少

章用秀 著

SHUHUACHANGSHI ZHIDUOSHAO

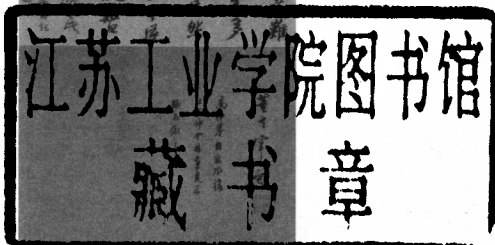
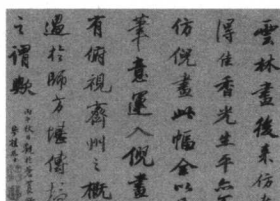


天津人民美术出版社（全国优秀出版社）

书画常识知多少

SHUHUACHANGSHIZHIDUOSHAO

章用秀 著



天津人民美术出版社
(全国优秀出版社)

图书在版编目(CIP)数据

书画常识知多少/章用秀著. —天津: 天津人民美术出版社, 2005. 6

ISBN 7-5305-2909-9

I. 书... II. 章... III. ①汉字—书法—基本知识
②中国画—基本知识 IV. J212

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第037346号

天津 人民美术出版社 出版发行

天津市和平区马场道150号

邮编: 300050 电话: (022) 23283867

出版人: 刘子瑞 网址: <http://www.tjrm.cn>

天津市圣视野彩色印刷有限公司印刷 全国新华书店经销

2005年6月第1版

2006年6月第2次印刷

开本: 787 × 1092毫米 1/32 印张: 5 印数: 3001-6000

版权所有 侵权必究

定价: 20.00元

序 言

由于个人所好和工作方面的关系，这些年来，笔者有幸接触不少书画界朋友及书画爱好者和书画收藏者，也时常应邀参观各类书画展览，聆听权威人士高论，观赏名人名家大作，从中得益匪浅。然而就是在这中间，笔者也看到一些画画写字的人却对书画的基本常识知之甚少，作品中出现了不该出现的错误。有的虽具备一定书画功底，但其作品却不符合中国传统艺术的创作规范，降低了作品的格调和品位。某些评论者、收藏者在欣赏和品评作品时，也是因为缺乏与书画相关的知识而出现了失误乃至“走眼”。

比如，按照书法的创作原则，真正的书法作品应当是有生命力的线条（点画）、虚实相生的结合（结体）、气韵生动的整体（章法）的综合体现。有些书法作品却只取其形不求其神，也有的独出心裁，随心所欲，失掉了书法艺术规律中最起码的要求。中国画讲究笔墨，有的绘画作品则无笔墨而言，胡涂乱抹，不伦不类。再说说扇面书画。有人不懂得扇面如何书写，未按“一行多字，一行少字”的程式，写出的扇面上疏下挤，看起来很不舒服。画扇面未能掌握扇面特点，将地平线画成弧形，建筑物竖立的方向也不一致，与扇面的外形不相契合，犯了扇画之大忌。

又如书画题款。题款本与书画相辅相生，可传神又可言情。但有的题款，内容、形式均显低俗，题款如看图识字，死咬住画面只是做一幅画的说明书，画的是鸟上面题的是某某鸟，画的是花上面题的是某某花，既无寓意又无哲理。有的题款内容鄙俗乃至胡诌乱转文，毫无书卷气可言。也有文字重复的，如已书“岁在甲申”，又书“画于二零零五年”。款识的“识”也有读错的。“识”在这里本应读作zhì，有人却读作shí，这就如同学文史的将《论语》的“论”读成lùn而未能读成lún，将《诗经》“君子好逑”的“好”读成了hào而未能读成hǎo一样，暴露了知识的欠缺。

再如篆刻和钤印。有人只爱好书画却不懂得也不研究篆刻，书画钤印不是匠气十足，就是拙劣不堪。有的不会钤盖印章，名号印过大，显得傻乎乎的，或印文重复，或钤的位置不对，将印章钤在特意留下的虚处而影响了作品的整体效果。更有甚者，本来自己是治印外行，从未在秦玺汉印上下过功夫，却将印拓堂而皇之地发表在报刊上，贻笑方家。

另外还发现，有的先生不谙书画装潢和品式，不但将书画装裱错了，连悬挂都违背了一般常规。或将对联按上了轴头，或将屏条也全都安上

了轴头。尤为不该的是，悬挂对联时将上下联的位置颠倒了，挂中堂时将画带耷拉在画幅的前面，这都是露怯的表现。

鉴于上述情况，笔者很想写一本书，结合自己的亲身经历，将个人从书本上和实践中悟出的点滴体会与大家作一交流，把自己在这方面的认识和心得坦露给爱好书画的朋友。我认为，凡是高水平的书画作品，都应该是集作者多方面艺术修养、融诸多文化精粹而构成的完美的艺术整体。不管是学习书画还是欣赏书画艺术，都需要夯实基本功，同时还得掌握书画自身和与书画相关的各种知识，否则就无法理解中国书画艺术的真谛，从事艺术创作则会使自己的作品大为减色，搞书画鉴赏往往陷入浅薄和迷茫。这是很多书画界朋友的经验所证明的，也是我在前辈书画家教导下得出的结论。

本书分为七个专题，共收入 53 篇文章，从“起步与门道”、“功力与技法”、“题款与称谓”、“用印与钤印”、“材料与工具”、“装裱与品式”、“收藏与鉴定”诸方面阐释有关书画方面的各类知识，以期回答当今书画爱好者在学习和收藏过程中容易被忽视但又必须要了解的问题。

成书之际，我深深怀念我的老前辈张伯驹、姜毅然、龚望、溥佐、梁崎、李鹤年、寇梦碧、刘维良、冯星伯、齐治源等各位先生。他们都已作古，但他们在世时对我潜移默化的影响却永远印在我心中，没有他们的教诲，我就没有能力写出这本书。

我也由衷地感谢我艺术上的恩师张牧石、黄耘石诸先生，他们已年逾古稀，直到现在仍时时给我以指点，本书的许多内容都取之于先生的经验，没有先生数十年的帮助和启迪，我至今仍是书画艺术的门外汉。

我还特别感谢天津人民美术出版社的赵春堂先生，这位资深老编辑对本书的编辑出版给予莫大支持和鼎力协助，没有赵先生的付出，这本书将无法问世。

中国书画作为具有鲜明民族风格、深刻文化内涵、独特艺术语言的东方艺术瑰宝，向以体系全、含义深、容量大而著称。本书所言也仅仅是这一博大精深艺术体系中的九牛一毛，而且既为常识难免失之于浮浅，既写了个人又难免失之于偏颇，不当之处，尚希读者见谅。

章用秀于定轩北窗

目 录

起步与门道	1
学书须从临摹始.....	1
书法不同于写字.....	4
碑、帖和碑帖拓本.....	7
书法乃心中之画.....	10
学印当以汉印为本.....	12
临清晰画稿 观名家作画.....	15
把握国画颜料及制色之法.....	19
扇面书写法.....	22
扇面画 画扇面.....	24
对联书写和创作.....	27
功力与技法	31
写意画的意境和笔墨.....	31
文人画更强调人格化和个性化.....	32
工笔重彩重线、色、装饰.....	35
山水：在传统与创新上找切入点.....	37
“没骨”有骨.....	40
白描是独立画体.....	43
指画得从毛笔基础入手.....	45
“四君子”画要有君子风.....	48
古朴清雅博古画.....	51
书外求书 画外求画.....	53
题款与称谓	56
单款·双款·穷款·长题.....	56
款识、题跋和题签.....	59
索题及咏书咏画诗.....	62
称谓不可乱来.....	64
书画家的名、字、号.....	67
书斋画室之命名.....	70

用印与铃印	74
铃印用印要适当得体.....	74
别号印、斋馆印、鉴藏印.....	77
闲章不闲.....	79
铃盖印章宜得法.....	81
怎样选择印泥.....	82
材料与用具	86
新笔古笔各有标准.....	86
善书善画善择笔.....	88
藏古纸 用古纸.....	91
掌握纸绢性能.....	93
蓄墨·购墨·护墨.....	96
使用能分出“五色”的墨.....	99
习书作画砚为伴.....	101
品砚、用砚、涤砚.....	104
水盂和笔筒.....	107
文房器玩：实用兼收藏.....	110
装裱与品式	114
要懂得装裱及相关知识.....	114
好字画非良工不裱.....	117
品式不可随意改变.....	119
悬挂不可露怯.....	128
折扇收存和修整.....	130
收藏与鉴定	133
注重书画品相.....	133
对作伪伎俩心中有数.....	134
书画鉴定基本法则.....	139
判断真伪有“望气”一说.....	142
寻找保真渠道.....	147
书画保存有良方.....	149
从“假画”中觅宝.....	151

起步与门道

学书须从临摹始

临摹乃习字之法。在古代，“临”和“摹”是有区别的。“临”是置范本在旁，观其大小、浓淡、形势而学之。“摹”是以薄纸覆范本之上，随其曲折婉转用笔而描写之。古人认为，临书易得笔意，摹书易得间架位置，学书过程中二者需兼而用之。今天人们所讲的“临摹”一般都是指“临帖”，即对照范本习字。无论是过去还是现在，临摹都是学习书法的必经之路。

初临碑帖当选择何体何书，以何为范本，书家说法不一。我幼时临帖，先生主张学欧，重点是临欧阳询的《九成宫醴泉铭》。理由是：“欧阳询是初唐人，其书沿出于隶书，脱胎于魏碑，结构谨严，有规律可循，故临帖者入手临《九成宫》或《皇甫君》为宜。”吴玉如先生则认为，除临欧字，尤须临隋碑《龙藏寺》，因《龙藏寺》的字更接近隶、魏。也有人认为学书从秦汉六朝入手，取经最高。还有主张先临中唐颜真卿或晚唐柳公权者。另有主张临元代赵孟頫的，然不少人认为初临赵书，易使书法流于甜俗而缺乏古朴气和金石味，因之而不敢苟同。

临帖在起步阶段最好使用带有九宫格的元书纸或毛边纸。古时书家认为凡字均有八面，而八面点画又皆拱向中心，即“中宫”，故而形成八面拱心之“九宫”。

董美人墓志

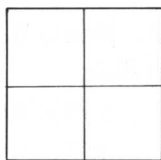


刘熙载《艺概》卷五《书概》云：

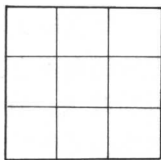
“欲明书势，须识九宫”。九宫格

是供习书法用的界格纸。在方格中画“井”字形，等分成九格，掌握点画部位，或以之缩小放大。另有“田字格”、“米字格”等，与“九宫格”作用相同。无论学何体书法、临何种碑帖，每个字都得占一方格，有九宫格作为规矩准绳，哪一笔画起于何处，哪一笔画止于何处，于格内之上下四旁、距离远近便有“绳尺”可循，未经落笔心中已

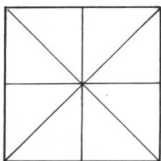
田字格



九宫格



米字格





东汉 《曹全碑》

先有字形。用九宫格习书临帖就如同修建房屋先立木架、测量道路先竖标竿，对结构安排大有裨益，果能依此练字可以收到事半功倍的效果。

学书先习寸楷，亦为多数书家所提倡。字体过大，笔法上难以找出规范，唯有寸楷大小适中。临习寸楷便于将字帖上的字的用笔结构细细摹仿，摹仿久了，书法的根基自然就坚固了。过去有人曾这样讲：“无论学何种法帖，不能离于寸楷，寸楷有进步，大小字则皆随之进步矣，倘或根基未固，即弃去寸楷，忽写篆隶，忽写行草，朝秦暮楚，不循一途，久之既无骨力，又无理法，浑洒半生，亦不能入法家之室。”

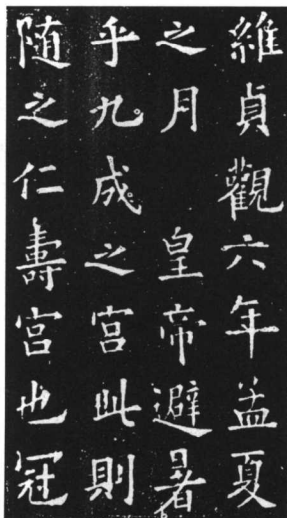
这种说法仍可为今人参考。

临帖时还有一点也应特别引起注意，即所谓“意在笔先”。“意在笔先”是说当你在临帖即将下笔之前必须将这个字的用笔结构仔细揣摩，然后再临写此字。如果展开一帖不假思索，只是将帖上的字从头到尾照写一遍，这就不是临帖了，这叫“抄帖”。如此行事，即使每日照写不误，亦如同隔靴搔痒，收效甚微。

在刚刚临帖的一段时间，可以先选出其中二三十个字，每天照帖临写，写完后按帖上的字反复对比，看哪一画用笔不合，哪一字结体不合，等到明天再写时，竭力改进。如果明天写出的仍有不合之处，仍须反复思索，等到后天再加改进。直到这二三十字完全合乎帖意了，再续临另外二三十字。按此方法，最后将此帖从头到尾分临一遍，则全幅帖意必然达到成竹在胸。在临写过程中，可研读《书法正传》、《书法指南》，二书对运笔结体言之甚详。

临摹碑帖是否要对所临拓本、印本有所选择？用翻刻本行不行？这个问题书法家李鹤年

九成宫醴泉铭



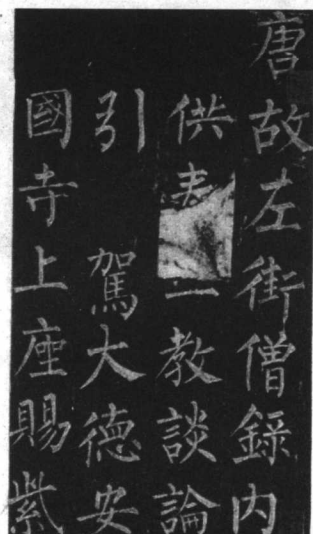
先生回答：“临帖最好用原拓本，当然这是很难做到的，因为大多数人不具备这个条件，好的印本是可以用来临摹的，但一定要选精的。”李先生说：“碑帖拓本存在真伪优劣，印刷品也有失真的情况。尤其是翻刻本、伪刻本，那上面的字没有风神，有点傻乎乎的。我们管那上面的字叫做‘痴冻蝇’。即像是冬天的苍蝇吃得肥肥的，跳不动了，飞不起来了。这样的字怎么能去学呢？我就见到一个《九成宫醴泉铭》翻刻本，字画就有些肥，留作收藏当然不值得，作为习字的范本也够不上。况且现在印刷条件这么好，好的印本百分之百地传神。既然能买到好的印本，何必去用那些失真的翻刻本或已被证明是靠不住的伪本、劣本呢？”

临摹是学习书法的基本条件，是创新书法的首要前提。必须沉住气，耐下性子，真正下一番苦功夫，既不能浅尝辄止，也不能一暴十寒。特将王献之临池的故事附记于此，供书画爱好者借鉴。

王献之的父亲王羲之，是晋代大书法家，献之从小耳濡目染，也喜欢写字，自以为写得很好，给父亲看。他父亲见他漏了笔画，在上面加了一点。献之把这字给母亲看，母亲说写得好的只有这一点，献之很是泄气。后来他到街上玩，见煎饼师傅把煎好的饼随手向背后一甩，正好整齐地叠在筐内，很是奇怪，问师傅是怎么学会的。煎饼师傅说：“从小这么做的嘛，有什么难？”献之大悟，回到家里装满一缸水，说要把这些都用来写字，直到把水写干为止。后来他写的字，老父亲竟然以为是自己的了。今人学书就得有王献之这种精神，方能在书法上有所长进。



宋拓
唐柳公权
《玄秘塔碑》



书法不同于写字

文学、绘画、音乐、戏剧、舞蹈，乃人类借以抒情言志的艺术形式，世界上任何一个民族概不能免乎于此。然而，中国人则更有所好，竟然将“字”视为艺术。于是，从帝王宫殿到文人斋室，从长街通衢到古寺道观，无处没有书法之灵光。

书法既是艺术，其衡量标准自然不同于一般地写字。通常地说，写字只要做到清楚、平稳、大方、匀称就可以了，而书法却要上升到体现作者思想情操和笔墨技巧的艺术境界上去加以分析和衡量，并且有着严格的品藻鉴评要求。



北魏郑文公下碑摩崖 清末拓本

学习书法首先要了解各种书体、渊源和风格流派。我国的书法大体分为篆、隶、真（楷）、行、草（章草和今草）五种书体，得先分辨其字属于哪种书体。至于渊源和流派，则是通过欣赏者对书法知识的认识和理解加以分辨，看其在继承哪一传统面貌的基础上有哪些超脱和独创。鲁迅的行书融合篆隶，厚实朴茂，隽秀多姿；郭沫若的行草纵横捭阖，有

酣畅奔放之致；沈尹默的行草得二王风骨，书风清圆秀润兼具飘逸之致。他们均有所法，各有所循，又均能博取众长，各具新意。

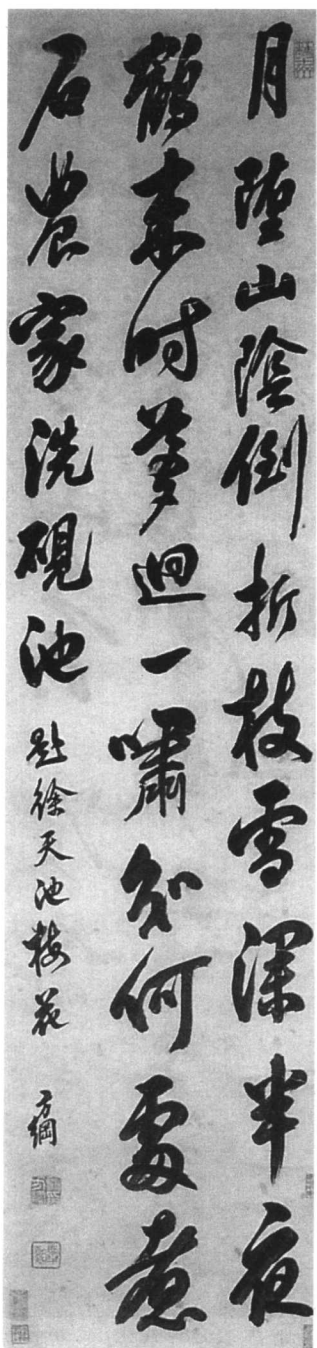
其次要懂得用笔、用墨及间架结构。用笔是书法之本。是藏锋还是露锋，藏锋是否含蕴气韵，露锋是否闪耀神采；是中锋还是侧锋，中锋是否点画飞动，侧锋是否险劲凌厉；是方笔还是圆笔；是内压还是外拓。其用笔，是湿墨还是枯墨，是淡墨还是浓墨，或焦润相杂。其结字，是端庄严谨，疏密停匀，还是散朗开阔，拙中取巧，是丰肥，还是瘦劲，是方正，还是欹斜。都要看其是否得体有致。

最后得懂得如何经营章法、分行布白及落款、钤印是否恰到好处。当代书法家潘伯鹰在《中国的书法》一书讲道，写每个字都要用心，但用心的范围不是仅仅局限于每个字，而应将所有的字贯串来看。他说：“一个字譬如一个兵。一个兵固然要威猛矫健。一篇字则譬如一大队兵。一大队兵则必须阵容严整，旗帜飞扬。这就是进一步的欣赏了。这在评书的人讲来，叫作‘血脉’。”好的章法总是前后呼应、气势连贯、虚实相生、内容与形式协调、全篇浑然一体的。所谓“行乎其所不得不行，止乎其所不得不止”，并无一定的规矩，而规矩则未尝不在其中。这些功夫，全由积学而致。

以上仅是评价书法的一般标准。其实。对一件书法作品的评定往往是“仁者见仁，智者见智”，不是一些固定的框子能“套”出来的。书法一道，受鉴评者修养、学问、师承、爱好、本人实践及来自客观方面的影响，鉴评起来不那么容易。根据书法艺术自身的规律与特性，前人提出了“气”、“韵”、



董其昌 (1555-1636) 草书



“文”、“质”四大标准。“气”，指气势、气概、气脉、气局。“韵”，指风度、风神、风韵、风趣。“文”，指姿态妍媚，笔法结构精熟。“质”，指格局端谨淳朴，笔法质直多骨。

俞建华先生在《游云惊龙——书法艺术鉴赏》一书中以“气”、“韵”、“文”、“质”为标准，对近现代一些书法名家加以品藻，可供参鉴。例如，对于右任，其书以洒脱的木简法来写北碑，别具神韵。晚年热心于“标准草书”的研究，归依二王。若以代表于氏一生水平的，当不以晚年之所书为准，因虽求平淡，略嫌草率，不似其中期写碑书风既有“气”、“韵”，又具“文”、“质”。对马一浮。马系中国现代国学大师，精通佛理，书法是其余事，所书清劲绝俗。虽然他一生精于人天之学，于书法中却体现出执著认真的态度，以“气”、“韵”、“文”、“质”论之，较偏重于“韵”、“质”。对叶恭绰。叶虽是政界人物，但学问书翰很有声望。平生得力于赵孟頫，但不为其柔润的书风所囿，偏出之以雄强纵横之笔，旁人不察误以为他从北魏取法，当然，他也是主张取法汉魏的，所以他的书法“气”、“质”特盛。

认识书法、懂得书法是学习书法的一个重要方面。学书应在刻苦临池的同时，不断提高对古今书法的评鉴能力，以期手高眼高，手眼并进。眼力不高，取法必低，以致把弊病当成优点。这样，纵然日书千纸，也只能空耗时日，书法水平断然难以提升。因此，建议学习书法的朋友多读名人碑帖。懂得如何欣赏，千万别当“写字匠”。

翁方纲(1733—1818) 行书

碑、帖和碑帖拓本

学习书法就得要临帖，要临帖就得明确碑、帖、拓片、拓本的概念，选择合适的碑帖。

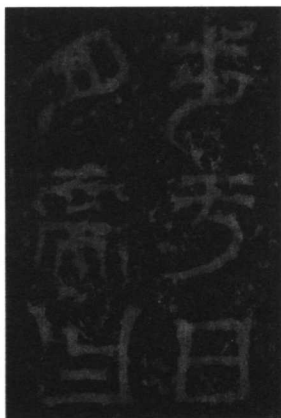
何谓碑帖？碑帖有何区别？碑原本是坟墓竖立的一种标志，它的起源与古代的葬事有关。古人埋葬死者时，把石板直立于墓穴的四角，在上面系上绳索，将棺材慢慢放进墓穴。西汉以前，人们将墓穴旁的石板，包括公卿大夫门前系马的石头、宗庙祠堂前用于拴住牺牲的石柱，统称为碑。后来，人们又在死者墓前的石板上刻上文字，记述墓主人的姓名、官位等，并且不再撤除。再推而广之，这种石板不光用于死者，也用于为生人歌功颂德，或纪念其他事情。这就是以后“碑”的全部意义。南北朝至唐宋时期盛行的墓志，也和碑的性质一样，记载着死者的事迹，只是将石头埋在坟里而不竖立在外面。

由于碑上的文字以石为依托，就是遇到兵燹战祸，亦不致湮没，于是大量的文字、文献通过石碑得以保存下来。那些秦汉刻石、六朝墓志、隋唐碑刻，便成了考订史实、研究书法、了解古代风情、文字源流的宝贵资料，受到书法家、文学家、文字学家、金石家、史学家的普遍重视。尤其是碑上镌刻的文字，更是书家摹写的范本，堪称书法艺术的最大宝库，所以有行家说：“书法除墨迹外，碑刻为大宗。”

再说帖。帖的最初意义是帛书上的标题。古人在文书的封面加个标题，称为署；在简牍上加盖版，以作封面，称为检。帖字从巾旁，是给帛书加标题，是署的一种。齐梁到初唐，帖又从题署的意义演变为古人墨迹的计数单位，如“晋右将军会稽内史赠金紫光禄大夫琅琊王羲之字逸少书一卷四帖”，云云。到了唐开元十年（722年），何延之撰《兰亭记》，叙述李世民遣监察御史萧翼到会稽向辩才和尚赚取兰亭序墨迹一事，这个帖字才开始以名词出现，意谓供人临写的古代名人书法。唐末乾符中，张彦远作《右军书记》，在《十七帖》部分有小序云：“十七帖者，以卷首有十七日字故号之。二王书后人亦有取帖内一句稍异者，标为帖名，大约多取卷首三两字及

史晨碑及碑阴





宋拓吴《天发神谶碑》(局部)

帖首两字也。”从张彦远的记录中可以看出，帖已经是指名人真迹。这种称法大约是在开元天宝以后兴起的。

碑是石刻，拓打其文字，以供临写；帖是绢素或纸本的墨迹，响搨其文字，以供临写。碑本是黑纸白字，帖

本是白纸黑字。唐代已有碑帖之分。响搨是一种勾摹填搨的技术，操作起来既费功，又容易失真。于是，有人仿照刻碑的办法，把原迹勾刻在石上，再用拓碑的形式将文字拓下来，这种拓本也是黑纸白字的了。南唐后主李煜曾汇编古代名家书迹，刻之于石，称《澄心堂帖》(已佚)，这是丛帖的创始。宋太宗赵炅派人访购流失民间的历代法书命王著等刻于枣木板(也有称刻于石上)，即所谓《淳化阁帖》。以后，明陈眉公刻《晚香堂帖》，董其昌刻《戏鸿堂帖》，清《三希堂法帖》，都是著名的丛帖。随着时间的推移，“帖”的意义扩大了，宋代已有人把碑也称为帖。现在，许多把墨拓的、石刻的、裱成本的书法，统统称为帖。一般习字的人当然可以采取这种说法，但从收藏的角度，严格地讲，应当将碑与帖明显地区别开来。

北魏龙门造像二十品拓片



碑和帖还有更深层的意思。那是在清朝中叶，包世臣提倡书家多临碑，少临帖。他以“碑”字代表北派书法，以“帖”字代表南派书法，认为“北碑字有定法，而出之自在，故多变态；唐人书无定势，而出之矜持，故形板刻”（《艺舟双楫·论书》），使碑学渐成一科，与帖学对峙。他的观点后来又为康有为所推崇和发展。康著有《广艺舟双楫》，对北碑南帖之说作了系统的阐述，明确指出矫正千年“帖学”末流所造成的弊病，并力行“碑学”，为书坛的繁荣指出一条“返朴归真”、以复古来创新的途径。这样一来，碑帖二字，又产生了新的意义。我们说某人是临碑的，就是说他写的是篆隶真楷；如果说某人是临帖的，这是说他写的是行草书。

拓，是双音字，即tà和tuò，用于拓片时，通常读作tà。过去，拓片也被写作“搨片”。一般是指金石器物或其它质地的器物用墨（或别的颜色）拓印在纸上，揭取后不经装裱的片子。装裱过的，称为拓本，未加装裱的，人们习惯也称为拓本。拓本和拓片有旧拓和新拓之分。旧拓有唐拓、宋拓、明拓、清拓。旧的拓本和拓片，年代越久远，拓印越精美而不失真。故临习书法大都选择那些拓印早字迹较为完美的拓本。原拓无法寻觅，可选择拓印早且精的印本，但决不可选用那些低劣失真、模糊不清的印本。这些都是临池之常识，作为书画爱好者亦当略知一二。

吾黨吾軍必同一致
對敵悉將反動政府戰敗而
推翻則今日我等舉中國之大事始為最後
成功乃可持久非在夢中也

孫文
三十八

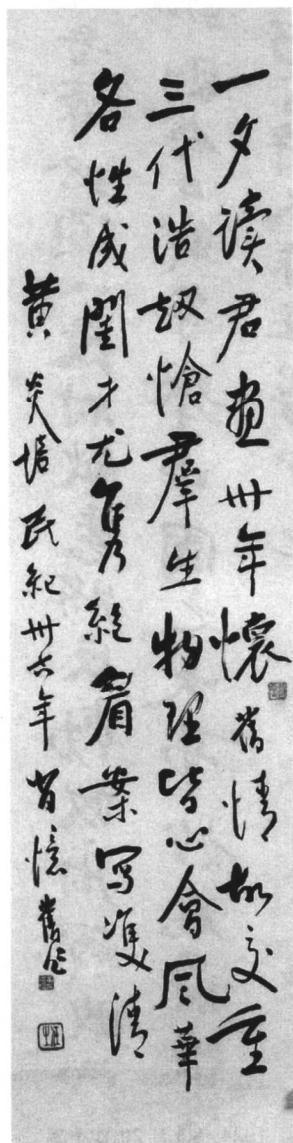
孙中山书 1924年8月29日手写

书法乃心中之画

“学书得静中至乐”，“书法可以陶性调性”，“挥洒笔墨，发抒性灵”，古今文人学者常用这类言词来阐释书法对养生怡情的积极作用。

早在宋代，欧阳修就提出一个观点：“学书不能不劳，独不害情性耳！要得静中之乐者，惟此耳。”确有其科学道理。写字需要手、眼、心、气相结合，腕、臂、肩乃至全身相协调，运笔过程中的疾徐、轻重、顿挫、提捺、连断、转折、停留，都富于节奏感，同时还讲究力度，并激发出审美的快乐情绪。这种活动，可以调神调身，使呼吸由浅呼吸变为深呼吸、由胸式呼吸改为腹式呼吸，扩大了肺活量，促进了血液循环，对人的身体健康大有好处。当代美学家宗白华先生说：“晋人风神潇洒，不滞于物。这优美的自由心灵找到一种最适宜于表现他们自己的艺术，这就是书法中的行草。行草纯系一片神机，无法而有法，全在下笔的点画自如，一点一指皆有情趣，从头至后，一气呵成，如天马行空，游和自乐。”现今还有这样一种说法：“练楷书能除躁，写隶书能令人恬静，攻行书、草书能使人产生激情。”书法挥毫，既宣泄了情感，又得到审美快感，使身心受益。曾有人统计包括齐白石、苏局仙等16位著名书画大师之寿，为76~105岁，平均享寿85.7岁。

中国书法乃心中之画。书法艺术从本质上说，是人对生命力的一种体验与展望，是人主流精神的流露和表现，当人们用审美的目光接受大自然启迪，融于心而化为情，借助书法艺术再现时，已将自己的情感和个性汇于其中。林语堂说过：“在书法上，或许只有在书法上，我们才能够看到中国人艺术心灵的极致。”蔡邕“骨气洞达”，钟繇“鹄游鸿戏”，王羲之“龙跳虎卧”，王献之“散朗多姿”，智永“骨气深稳”，欧阳询“戈戟森严”，褚遂良“清远萧



黄炎培 行书屏条 1947年作