

草书导学

闵祥德 著

CAOSHU DAOXUE



安徽美术出版社

草书导学

闵祥德 著

安徽美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

草书导学 / 闵祥德著. —合肥: 安徽美术出版社,
2004.11

ISBN 7-5398-1314-8

I. 草... II. 闵... III. 草书—书法
IV. J292.113.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 108463 号

草书导学

闵祥德 著

安徽美术出版社出版

(合肥市金寨路 381 号 邮编: 230063)

安徽美术出版社网址: <http://www.ahmscbs.com>

全国新华书店经销

合肥远东印刷厂印刷

安徽鼎鑫制版有限公司制版

开本: 787×1092 1/16 印张: 7.25

2005 年 2 月第 1 版

2005 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 7-5398-1314-8 定价: 16.00 元

若发现印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

前言

中国书法，在几千年生生不息的发展和变化过程中，以它特有的表现形式谱写了不朽的篇章，并日益成为具有世界意义的东方艺术门类之一。

草书，是书法艺术中具有最典型的表意特征，也是最富有艺术精神的书体。无论在中国，还是在周边的日本、韩国，甚至在一些西方国家，许多人都对草书艺术具有浓郁的兴趣。尤其草书恣肆的用笔，动感的线条，恢宏的气势，放纵的气度，无不给人以愉悦之感和节律之美。从某种意义上说，草书抒发情感、表现个性的特征是什么书体都不能比拟的。因此，书写者在草书创作中无不倾注了情感，同时也使欣赏者产生情感上的共鸣。

草书，就是书写文字之草写，以达其便利与快捷之功能。草书自古有之，其形制之确立，汉代当为最先，后广泛推广与应用，直至今日仍书者甚众。然而学习草书，当重功用，又须习之得法，运之有度，深知其理，感悟于心。

《草书导学》意在导引学习草书之方法，其内容多从基础入手，既陈述了草书基本概况与发展历史，又介绍了草书的基础技法，同时附录草书书写的范字，以供读者学习参考。虽内容较为浅显，但却很实用，这也是作者的本意。另外，本书内容多为我多年研习草书的体会与实践经验，所以出版本书的另一用意是想通过本书与读者进行交流，以提高自己的研究水平和书写水平。当然，由于自己的水平所限，加之时间的仓促，错讹之处在所难免。为此，衷心地希望专家、学者，以及国内外同仁不吝赐教！

闵祥德

2004年10月25日于南京

目 录

第一章 草书源流概说	1
第一节 章草	1
第二节 今草	4
第三节 狂草	8
第二章 草书基本技法	12
第一节 笔法	12
第二节 墨法	14
第三节 结构	15
第四节 章法	17
第三章 草书的基本写法	20
第一节 草书点画的写法	20
第二节 草书偏旁部首的写法	21
第三节 草写相近字的写法	22
第四章 草书的临摹与创作	31
第一节 怎样临摹	31
第二节 怎样创作	32
附录一：草书偏旁部首的写法	33
附录二：草书相近字的写法	45
附录三：草书范字《千字文》	50

第一章 草书源流概说

在众多书体中,草书是最为快捷的一种书写形式,也是更具韵律、更加生气勃勃、更具生动内涵之美的艺术形式。

作为书体,就是一种书写形式,或楷、或行、或篆、或隶、或草等等。而每种书体,在中国文化轨迹中都有它的发展和成熟的历史,都有它的历史背景,草书也不例外。当然,中国文字的发展和书体的演变,不同于其他国家的文字,我们不仅注重于实用,而且更得于文字的“形象”深化于艺术中去,使它交融于“意境”和“情境”之中,更优美、更生动、更具艺术生命力。这就是中国文字所独具的特色。

草书,是篆、隶之后诞生的一种书体,早于楷书。但它源于何时,是谁所创,至今尚未有确切的答案。从史料记载中看,一、梁武帝(萧衍)《草书状》云:“昔秦之时,诸侯争长,简檄相传,望烽走驿;以篆隶之难不能掾速(掾,音‘鸠’。掾速,意为有助于快速。),遂作赴急之书。盖今草书是也。”二、西晋卫恒《四体书势》云:“汉兴有草书,不知作者姓名。至章帝时,齐相杜度,号称善作。”三、唐张怀瓘《书断》(章草)云:“案章草者,汉黄门令史游所作也。”四、北朝王愔云:“汉元帝时史游作《急就章》,解散隶体,兼书之,汉俗简惰,渐以行之是也。此乃存字之梗概,损隶之规矩,纵任奔逸,赴连急就,因草创之意,谓之草书。”又“后汉北海敬王刘穆善草书,光武器之,明帝为太子,尤见亲幸,甚爱其法。乃穆临病,明帝令为草书尺牍十余首,此其创开草书之先也。至建初中,杜度善草,见称于章草,上贵其迹,诏使草书上事。魏文帝亦令刘广通草书上事。盖因章奏,所世谓之章草”。“章草即隶书之捷,草亦章草之捷也。案杜度在史游一

百余年,即解散隶体,明是史游创焉。史游即章草之祖也。”

以上说法,总体上对草书的写法认识是一致的,就是隶书的草写法。草书,实际上古来有之,也就是简捷快速的写法,有别于正体的写法,到了汉代,才有了它特定书体的一种名称。当从古迹分析,西汉时期已萌芽而生,至东汉章帝时期较为流行这种写法,所以,“章草”之称,便流传下来,成为正宗的称呼。当然,作为草书的诞生,不仅有了它快捷便利之优势,同时又为书法艺术增添了影响艺术之光。概括而言,它的表达形式更富有生动的美感,更具有它丰富的艺术形象和艺术内涵。

草书产生后,自西汉以来广为流播,其用日增,其法日进,书家辈出。另外,章草的发展与成熟也为今草的产生奠定了基础。

第一节 章草

章草,又称“隶草”或“古草”。起源于秦末汉初,相传齐相杜度工此体,因章帝好之,命其以此体写奏章,故称“章草”。

章草,就是解散隶体粗书之,体势较为方正,字字独立,不相连绵。笔法乃沿袭隶书,特别是“捺”画的末尾,纯属隶法,这就是带波磔的草书。可以说此种书体,波磔分明,古朴如隶,草字笔画萦带处,往往细如游丝,比隶书更生动、更简捷。章草虽在两汉间已定型成熟,但其发展并不为盛,研习者也不广泛。究其原因,主要是草书后来有了新的发展和突破,其今草的书写形式更为简便、快捷。因为章草是草书一源头,所以研习草书者,不可

不知章草,更不可忽视章草的研习,由章草而奠定习草之基础,是必不可少的途径和方法,只有明悟章草之法,才能有助于把今草写得完美而不失法度。

章草,自汉以后研习者不乏其人,其著名者当推汉之史游、汉章帝、杜度、张芝,三国吴之皇象,两晋之索靖、陆机、王羲之,元之赵孟頫、邓文原、杨维桢,明之宋克等人。

史游,生卒年不详,西汉元帝时人,为黄门令。相传以隶书草写而著《急就章》,得名于天下。唐张怀瓘《书断》曰:“章草者,汉黄门令史游所作也。”

汉章帝(56—88),姓刘名炟,明帝之子,公元75—88年在位。谥章,庙号肃宗,年号有建初、元和、章和。善书,尤喜杜度草书,贵其迹,诏使草书上奏。唐韦续《墨薮·五十六种书》曰:“章草书,汉齐相杜伯度援稿所作,因章帝所好,名焉。”《淳化阁法帖》卷一有章帝章草一帖,9行,84字。后人评之为章帝集章草而成。

杜度,生卒年不详,后汉京兆杜陵(今西安)人,字伯度。或谓原名操,因避魏武曹操讳,改为度。御史大夫杜延年曾孙,章帝时为齐相。以善章草著名于世。为张芝所师,和崔瑗齐名,有“崔杜”之称。三国时魏人韦诞评其书云:“杜氏杰有骨力而字画微瘦,若霜林无叶,瀑水迸飞。”唐张怀瓘《书断》卷中列其章草为神品。评曰:“史游始草书,传不纪其能,又绝其迹。创其神妙,其惟杜公。”

张芝,生年不详,约卒于东汉献帝初平三年(约192年),敦煌酒泉(今甘肃天水)人,字伯英。善章草书,尤精草书。世有“草圣”之誉。唐张怀瓘《书断》卷中列张芝章草(图1-1-1)、草书为神品。曰:“尤善章草书,出诸杜度、崔瑗云。龙骧豹变,青出于蓝。又创为今草,天纵颖异,率意超旷,无惜是非。若清

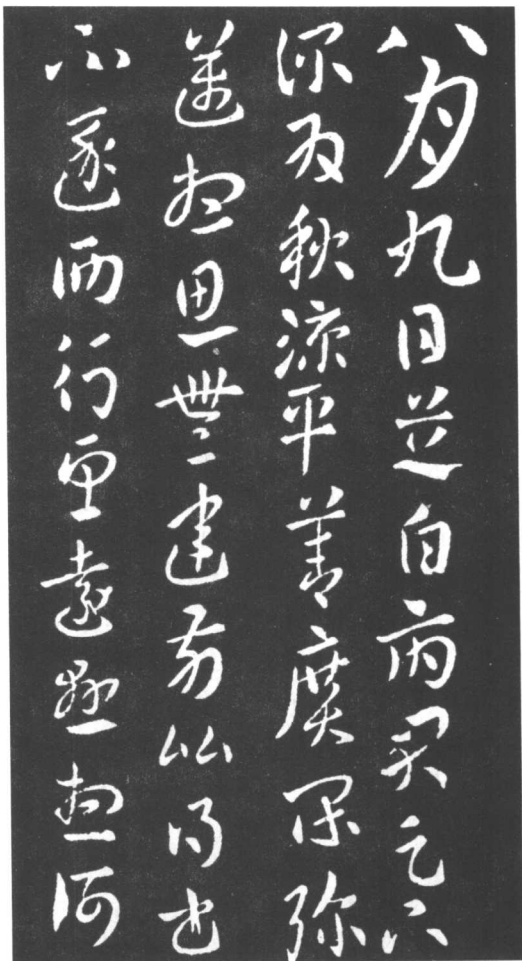


图1-1-1 东汉 张芝 八月九日帖(局部)

润长源,流而无限,萦回崖谷,任于造化。”其书唐时已罕见,章草有《消息帖》。《淳化阁帖》卷二有章草6行,80字。

皇象,生卒年不详。三国吴广陵江都(今江苏扬州)人,字休明,官至侍中,青州刺史。工书,尤精章草、八分。其章草师法杜度,时人以其书与严武之棋、曹不兴之画等并称“八绝”。《宣和书谱》卷十三谓其书“文而不华,质而不野”。清包世臣《艺舟双楫》曰:“草书唯皇象,索靖笔鼓荡而势峻密,殆右军所不及。”传世书迹有《天发神谶碑》、《急就章》等。

索靖(239—303)字幼安,敦煌(今甘肃省)人,西晋书法家,张芝姊孙,官至征南司马。工书,尤擅章草,师法张芝,并学韦诞。时人云:“精熟至极,索不及张,妙有余姿,张不及索。”唐李嗣真《书后品》评曰:“索有《月仪》三章,观其趣况,大为遒竦,无愧珪璋特达。犹夫聂政,相如千载凛凛,为不亡矣。”传世章草书有《七月帖》、《月仪帖》、《出师颂》(图1-1-2)、《急就章》等。

陆机(261—301)字士衡,晋吴郡(今江苏苏州)人。陆机少时有异才,文章冠世,与弟陆云、时称“二俊”。陆机善章草书。《宣和书谱》卷十四曰:“陆机虽能章草,以才长见掩耳。”是见其文才超群。其章草《平复帖》(图1-1-3)写得古趣横生、挺健典雅,一直被后世视为章草之珍品。

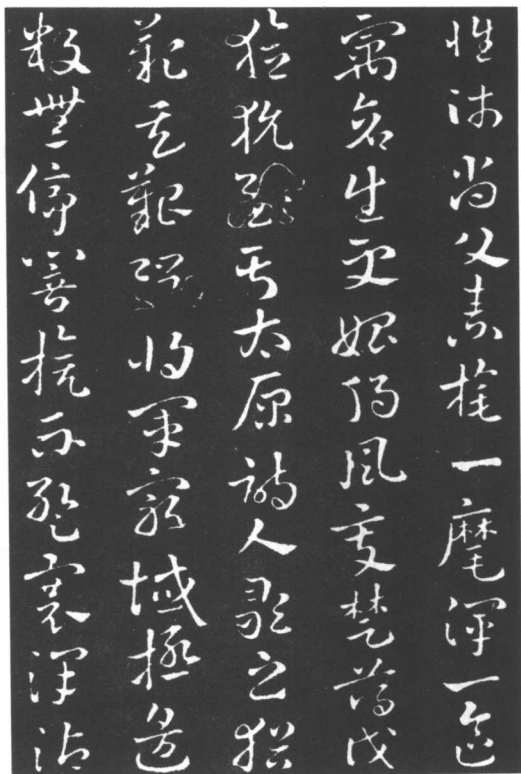


图1-1-2 西晋 索靖 出师颂(局部)

王羲之(321—379)或(303—369),字逸少,琅琊临沂(今山东)人。东晋书法家,出身氏族高门,官至右军将军,会稽内史,人称“王右军”。后定居会稽山阴(今浙江绍兴)。王羲之工书,早年从卫夫人学书,后改变初学,师法张芝、钟繇,博采众长,精研体势,一变汉、魏以来质朴之书风成为妍美流便新风,被誉为“书圣”。其书各体俱精,尤擅正、行、草,其章草也较为精妙,为历代学书者之宗,其章草作品有《豹奴帖》,写得风骨精熟,一派精美之景象。

赵孟頫(1251—1322),元代书画家,字子昂,号松雪道人,湖州(今浙江)人,官刑部主事,后累官至翰林学士自承,封魏国公,谥文敏,世称“赵文敏”。赵孟頫通晓音律,精于

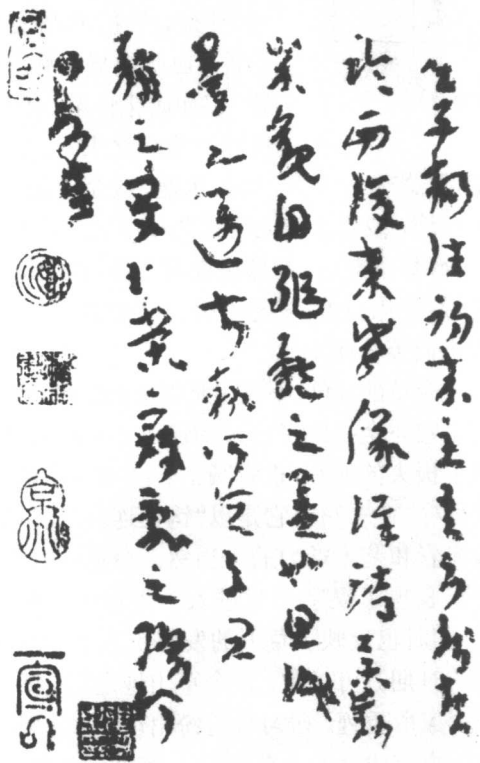


图1-1-3 西晋 陆机 平复帖

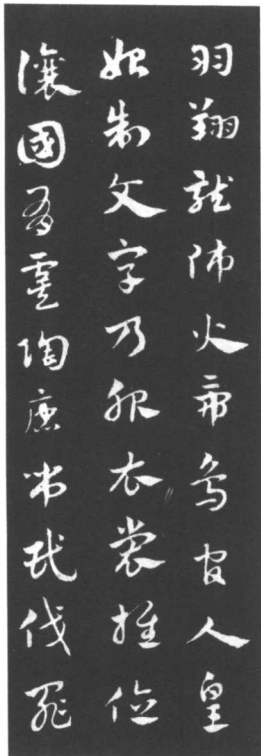


图 1-1-4 元 赵孟頫
六体千字文(局部)

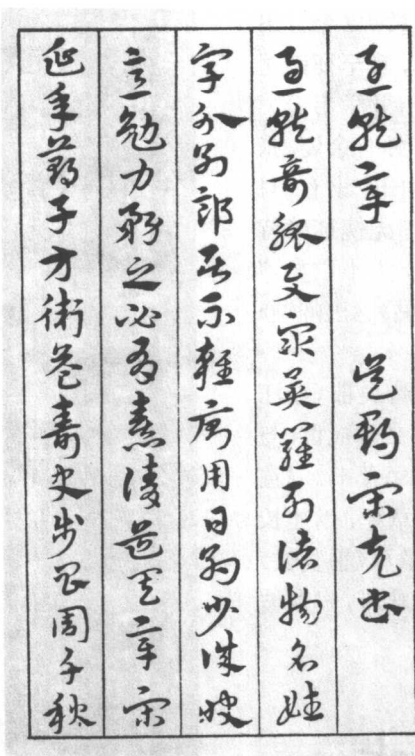


图 1-1-5 明 宋克 急就章(局部)

鉴定,诗文亦佳,尤精书画。书法方面,极为全面,尤精正、行和小楷,其章草、今草也较精妙。书学钟繇、王羲之,后参法李北海。其章草有《急就篇》、《六体千字文》(图 1-1-4)等。由于功底坚实、学力丰厚,因而其章草书写得娴熟自然,风骨英迈,不愧为一代名家。

宋克(1327—1387),明代书法家,字仲温,号南宫生,长洲(今江苏苏州)人,官至凤翔同知,以善书而名天下。其书得钟繇、王羲之法则,尤工章草。明吴宽《匏翁家藏集》曰:“宋克书出魏、晋,深得钟、王之法,故笔精墨妙,而风度翩翩可爱。或者反以纤巧病之,可为知书者乎?”又曰:“仲温书索靖《草书势》,盖得其妙,而无愧于靖者也。”其书迹有《急就章》(图 1-1-5)、《孙过庭书谱》等。

第二节 今草

今草,草书的别称,与“隶草”、“古草”相对,以示区别。相传为汉末张芝所创。唐张怀瓘《书断》卷上曰:“然伯英学崔、杜之法,温故知新,因而变之以成今草,转精其妙。字之体势,一笔而成,偶有断,而血脉不断,及其连者,气候通其隔行。”

今草,源于章草,然完全摆脱了古隶之遗意,弃去波磔,笔法更为流畅、便捷、快速。体势变为形连,血脉通畅,顾盼生姿。正如唐张怀瓘《书断》所曰:“章草之书,字字区

别,张芝变为今草,如流水速,拔茅连茹,上下牵连,或借上字之下而为下字之上,奇形离合,数意兼包,若悬猿饮涧之象,钩锁连环之状,神化自若,变态不穷。呼史游草为章,因张伯英草而谓也。”

今草的开创,不仅仅是以新的面目出现,而是它完全摆脱了古隶的遗迹,并为书写带来了极大的便利,也省减了一些书写中的繁琐程序,在书写中它是以“钩锁连环”展现它的光彩和艺术魅力的。当然,今草的开创,不仅表现了汉字书写进入了更加成熟的阶段,同时也反映了草书的发展步入了更加辉煌的时期。可以说,自今草出现之后,就备受书家所重视,研习者纷纷出现,并涌现出一些卓有成就的今草名家。诸如汉之张芝,

晋之王羲之、王献之，陈隋间之智永，唐之孙过庭，元之赵孟頫，明之文徵明、董其昌，清之王铎等。

张芝，是今草的开创者，东晋书家王羲之、王献之父子草书受其影响很大，世有“草圣”之誉。其书迹传世甚少，今草《冠军帖》（图 1-2-1）为其代表作，写得淋漓尽致，精彩动人。

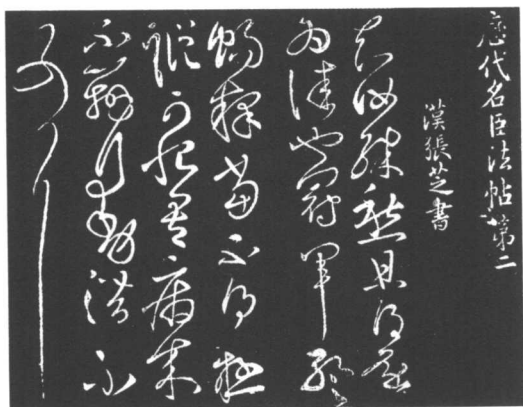


图 1-2-1 东汉 张芝 冠军帖

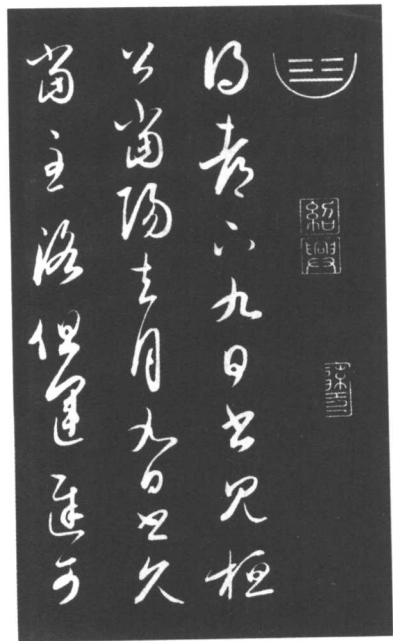


图 1-2-2 东晋 王羲之 都下帖(局部)

王羲之是中国书坛最具影响的人物。其今草多得张芝之法，以妍美流便著称，有“书圣”之称。其书最为世人所推崇。其今草有《十七帖》、《丧乱帖》、《游目帖》、《吾唯帖》、《都下帖》（图 1-2-2）等。梁武帝《古今书人优劣评》曰：“王羲之书，字势雄逸，如龙跳天门，虎卧凤阙，故历代宝之。”南朝梁庾肩吾《书品》列羲之

书品上之上，与张芝、钟繇并列。并云：“功夫不及张，天然过之；天然不及钟，功夫过之。”此评较为客观。

王献之（344—386），字子敬，王羲之第七子，官至中书令，人称“王大令”。工书，兼擅诸体，尤精行草书，与羲之并称“二王”。刘宋羊欣《采古来能书人名》谓献之书“骨势不及父，而媚趣过之。”唐张怀瓘评曰：“逸少兼真行之要，子敬执行草二权。父之灵活，子之神俊，皆古今之独绝也。”献之今草，写得灵动而流美，秀挺而豪迈，很受世人推重，其《鸭头丸帖》（图 1-2-3）最为著名，并有许多今草之

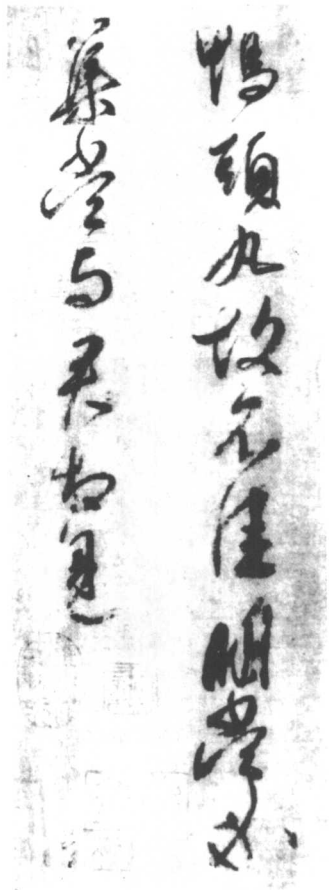


图 1-2-3 东晋 王献之 鸭头丸帖

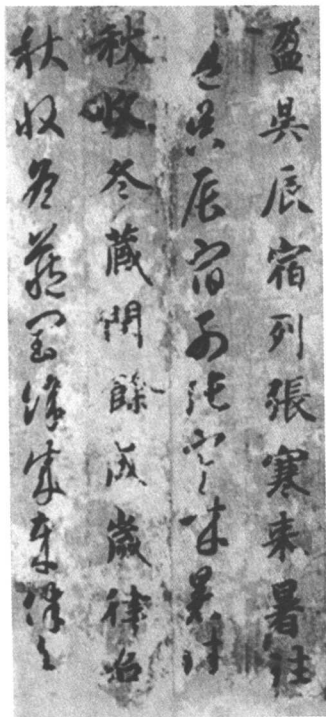


图 1-2-4 陈、隋 智永 真草千字文(局部)

作流行于世。

智永(生卒年不详),陈、隋间书法家。居山阴永欣寺(今浙江绍兴),名法极,人称“永禅师”。俗姓王,王羲之七世孙。书法继承祖法,精勤书艺。宋苏轼《东坡题跋》曰:“永禅师书,骨气深稳,体兼众妙,精能之至,反造疏淡。”又曰:“永禅师欲存王氏典刑,以为百家法祖,故举用旧法,非不能出新意求变态也。然其意已逸于绳墨之外矣!”智永草书,以《真草千字文》(图 1-2-4)最为著名,其草法以二王为宗,写得秀而不甜、雅而不俗。然无奇逸唐李嗣真评曰:“精熟过人,惜无奇态。”

孙过庭(648—703),唐代著名书法家、书学理论家,字虔礼,吴郡人,一说陈留人,或以为富阳人,官率府录事参军。工书,正、行、草兼擅,尤精草书。其《书谱》(图 1-2-5)最为著名,它不仅是中国书学史上一部划时代的书法论著,同时又是草书极为精妙之作。所书笔精墨妙,姿态横生,全章神采飞扬,如蛟龙戏水,老笔纷披,风采动人。清刘熙载《艺概》评曰:“孙过庭草书,在唐为善宗晋法,其所书《书谱》用笔破而愈完,纷而愈治,飘逸愈沈著,婀娜愈刚健。孙过庭《书谱》谓古质而今妍,而自家书却是妍之分数居多,试以旭、素之质比之自见。”可以说,孙过庭《书谱》是为今草之典范,习草者之楷模。孙过庭草书



图 1-2-5 唐 孙过庭 书谱(局部)

《千字文》、《景福殿赋》等,也是很精妙的草书之作。

赵孟頫,元代著名书画家。功力深厚,法则二王,写得纯熟而精妙,飘逸而劲秀,优美而俊健,所作今草书传世甚多,后之学习者追随者甚多(图 1-2-6)。

文徵明(1470—1559),明代著名书法家,初名璧,字徵明,后以字行,改字徵仲,号衡山居士,长洲(今江苏苏州)人,嘉庆二年授

翰林待诏,四年后辞官南归,筑玉磬山房,潜心诗画。工诗文,书法力追右军,规模宋元。草书师法怀素,隶法钟繇,篆学李阳冰,行书仿苏、黄、米及《集王字圣教序》。博采众长,遂自成家。文徵明草书(图 1-2-7),较之赵孟頫草书,有所不同。赵写得秀丽飘逸,文则写得苍劲挺健。在技法上赵、文两人则相一致的,都是追随二王,并十分注重传统技法。

董其昌(1555—1636),明末书画家,字玄宰,号思白、思翁,香光居士等,华亭(今上海松江)人,明万历十七年进士,官至礼部尚书,谥文敏,擅书画,与邢侗、张瑞图、米万钟并称为“晚明四家”。书学颜、虞,上追钟、王,并参李邕、徐浩、杨凝式等人笔法。中年后又学米芾、赵孟頫,后脱化而出,独辟蹊径,卓然成家。香光草书(图 1-2-8),写得流畅秀

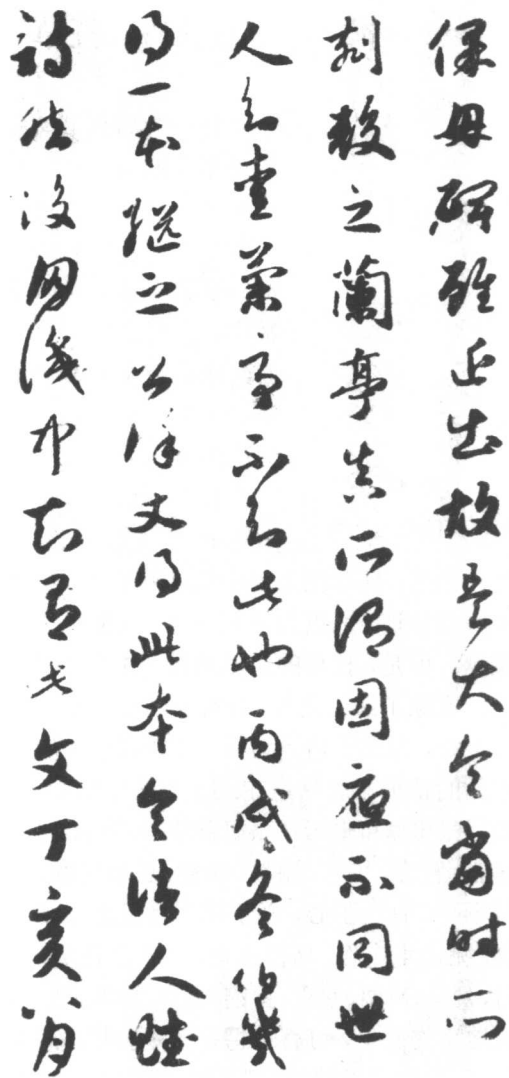


图 1-2-6 元 赵孟頫 题王献之的保母帖(局部)

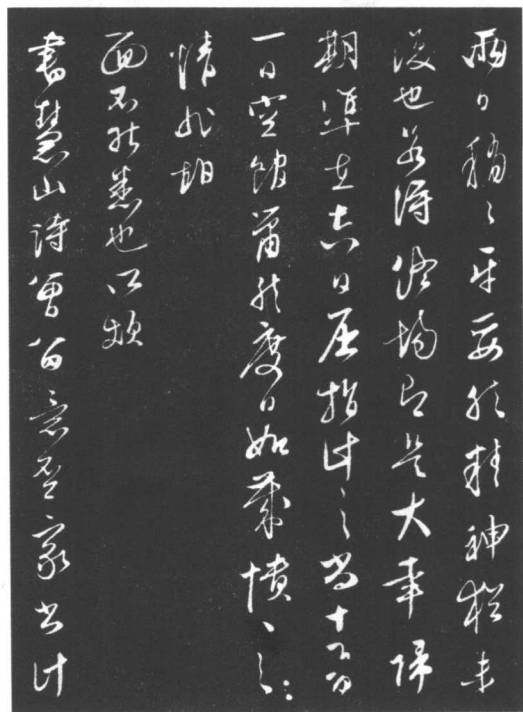


图 1-2-7 明 文徵明 草书(局部)

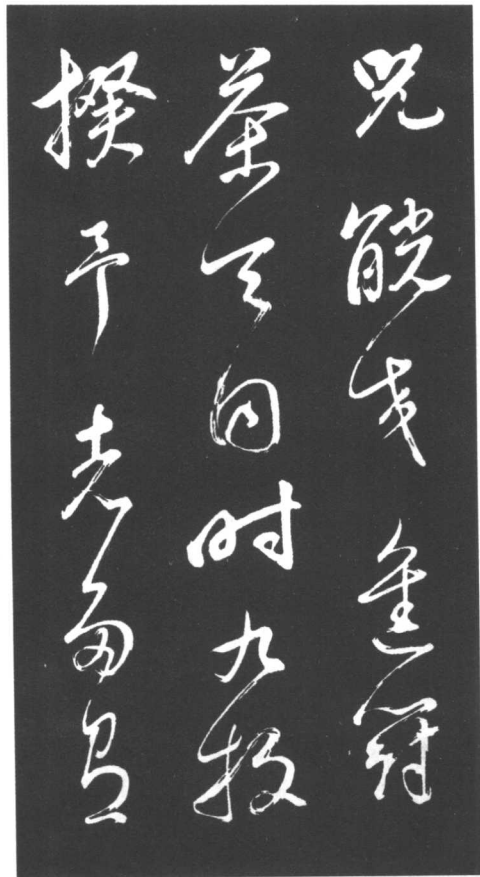


图 1-2-8 明 董其昌 草书(局部)

逸,从容自如,分行布白较疏朗开阔,格调平和,具有浓郁的书卷之气。这在历代草书中也是独辟新风,为后人留下了深刻的印象。董氏草书墨迹,传世很多,有的写得十分精彩,墨色的变化十分精妙,对后世影响很大。

王铎(1592—1652),明清间书法家,字觉斯,号嵩樵,河南孟津人,明天启二年进士,授翰林编修,迁礼部尚书。顺治三年仕清,官至礼部尚书。博学好古,工诗文书画。书法诸体皆备,师钟、王、颜、米。行草书尤精(图1-2-9),独标气骨,名垂书史。与董其昌并称。其草书尤为出众,写得淋漓酣畅、激越感人。近人马宗霍评曰:“明人草书,无不纵笔以取

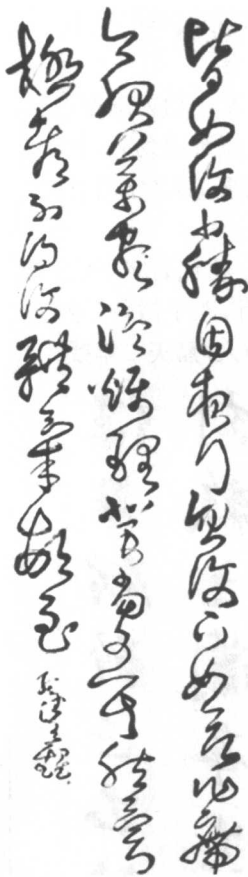


图 1-2-9 清 王铎 临古法帖

势者,觉斯则纵而能敛,故不极势而势若不尽,非力有余者,未易语此。”王铎草书,世人评价很高,今人也极力推重,其墨迹流传甚多,影响也很大,是一位很出色的草书大家。

第三节 狂草

狂草为唐代书家张旭最早实践。在草书中,狂草是一种最为恣肆放纵的草书,笔画省简连绵,豪宕奔放。常一笔数字,隔行之间气势不断,既具有十分洒脱浪漫的色彩,而又具有神化般的神采。

狂草,是继今草之后草书又一次突破和发

展。当然,狂草在书写中流动性更大,更注重气贯神连,也更为讲究变化,气势也更为激越。但是,狂草的艺术精神,并不仅限于此。它除了法度之外,书家于创作时必须有心,有动于心,有动于情。这样,才能真正表现其作品的精神。唐韩愈在《送高闲上人序》中描写张旭作草书云:“张旭善草书,不治他技。喜怒、窘穷,忧悲、愉佚、怨恨、思慕酣醉,无聊不平,有动于心,必于草书焉发之。观于物,见山水崖谷,鸟兽虫鱼,草木之花实,日月、列星、风雨、水火、雷霆、霹雳、歌舞、战斗,天地事物之变,可喜可愕,一寓于书。故旭之书,变动犹鬼神,不可端倪,以此终其身而

名后世。”由此可知“外师造化”或“师自然”正是书法艺术的内秘和真谛,书者不可不知。

狂草,是草书中的极至,其艺术手法也放宕,不拘界格,任意发挥,满布情致。它不仅有别于其他草书,更有别于其他书体。当然,这种书体其艺术的含金量最高,但却又难以辨识、不易理解,在书写中也是大有难度,并很难广于天下。因此,狂草尽管惹人喜爱,也非常有艺术性,但古来研习今草者仍为居多,而研习狂草者却很少。狂草,自张旭开创之后,继之者唐代怀素最为出色,后来也相继出现了一些书写狂草的书家,诸如宋代的黄庭坚,明代的祝允明、徐渭,以及现代的毛泽东、林散之等。

张旭(658—747),唐代书法家,字伯高,吴郡(今江苏苏州)人,历常熟尉,至右率府金吾长史,人称“张长史”。能诗,长于七绝。

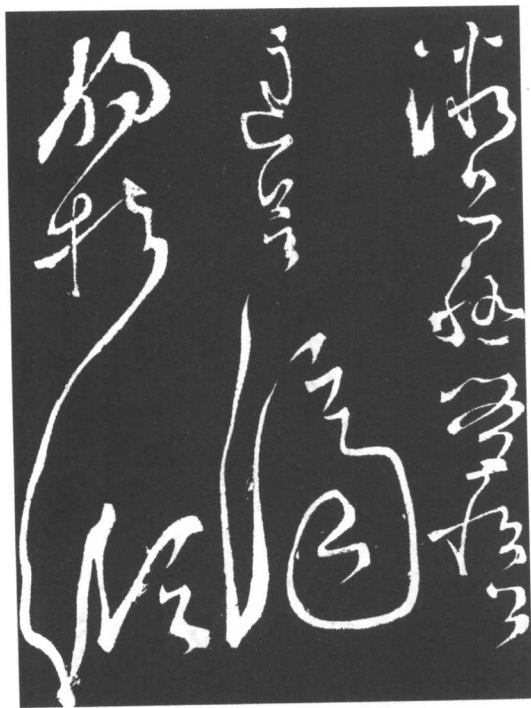


图 1-3-1 唐 张旭 千字文(局部)

工书,精通楷法,尤以狂草书最为著名,相传旭每嗜酒大醉,呼叫狂走,下笔愈奇。或以头濡墨而书,既醒自视,以为神,不可复得也,世称“张颠”。张旭之狂草(图 1-3-1),精神饱满,豪纵奔放,满纸云烟,似激越奔腾的乐章,无不令人陶醉于它的情境之中,张旭很注重生活的周围环境,也很关注书外的种种情境或美的动态、美的事物,从中得到启示。也正因为张旭感悟性很高,又非常注重“师造化”之理,故尔,他的作品无不带有情境色彩和意境之美。

怀素(725—785),唐代书法家,俗姓钱,字藏真,长沙(今湖南)人。精擅草书,并继承

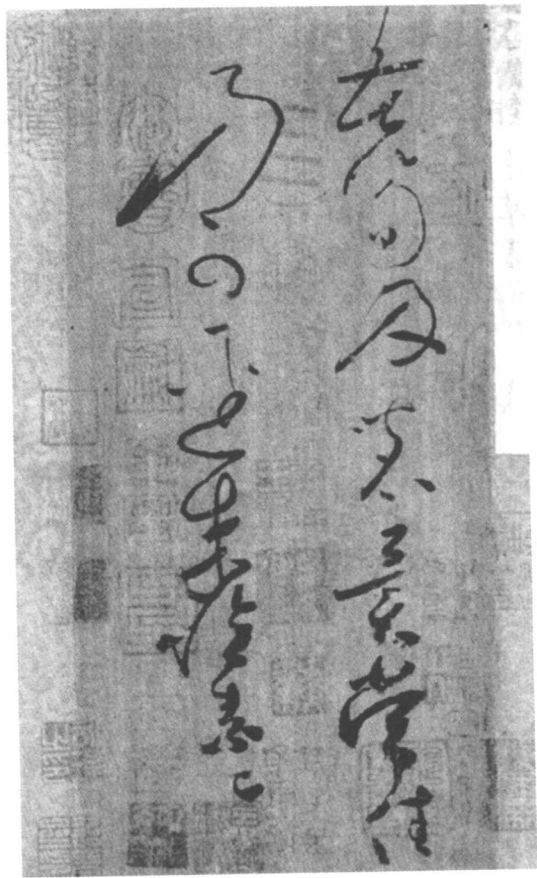


图 1-3-2 唐 怀素 苦笋帖

和发展了张旭之草书，世谓“以狂继颠”。并有“颠张醉素”之誉。素之狂草，飞动流荡，气势磅礴，大有一泻千里之势，对后世影响很大。宋朱长文《续书断》评曰：“如壮士拔剑，神采动人。”明王世贞《弇州山人稿》评曰：“字字欲仙，笔笔欲飞。”素学书极为精勤，相传秃笔成家。并广植芭蕉，以蕉叶代纸习书。素之草书，瘦劲凝练，雄强豪迈，圆转活脱，飞动流荡，具有一种强悍的力量、骤雨旋风的气势、强烈而鲜明的节奏韵律，给人以昂扬激越的美感（图 1-3-2）。当然，素之草书，技法娴熟，功力雄厚。从笔墨技巧而言，其书如干裂秋风，笔力虽雄，但清韵尚嫌欠不足，失其微妙变化。这不能不说是一种缺憾。

黄庭坚（1045—1105），宋代书法家，字鲁直，号山谷，又号涪翁，北宋洪州分宁（今江西修水县）人。宋英宗治平年间进士，历任校

书郎、吏部员外郎、鄂州知府等职。后屡遭贬谪，终于宣州。工文章，又长于诗，奇崛放纵，卓然名家，为“江西诗派”开创者，与苏轼并称，谓之“苏黄”。尤工书法，为“宋四家”之一。其草书在“宋四家”之中，最为优秀，元赵孟頫曰：“黄太史书，得张长史园劲飞动之意，望之如高人胜士，令人敬叹。”（图 1-3-3）山谷的草书，尤其是《诸上座帖》，而深得于怀素狂草精髓，写得风神潇洒，精妙绝伦。然又用墨活脱，体势奇诡，形神飞动，充分展示了自我之情致。

祝允明（1460—1529），明代书法家，字希哲，号枝山，长洲（今江苏苏州）人，官广东兴宁知县，迁应天府（今江苏南京）通判，与唐寅、文徵明、徐祯卿并称“吴中四才子”。工书法，小楷师钟王，狂草法怀素、黄庭坚。明文徵明《珊瑚网》曰：“吾乡前辈书家乐武功伯徐公，次为太仆少卿李公，李楷法师欧、颜，而徐公草书出于颠、素。枝山先生，武功外孙，太仆之壻也。早岁楷法精谨，实师妇翁，而草法奔放，出于外大父，盖兼二父之美，而自成一家人者也。”枝山草书（图 1-3-4），在明代是很突出的，也非常有自己的个性与特色。

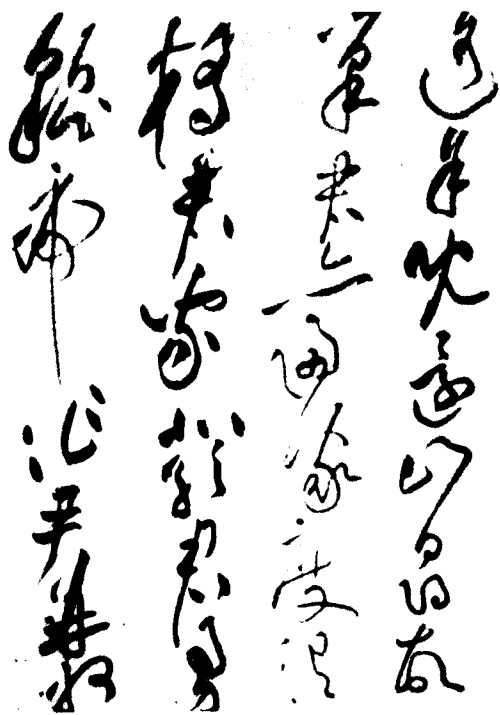


图 1-3-3 北宋 黄庭坚 李白忆旧游诗卷(局部)

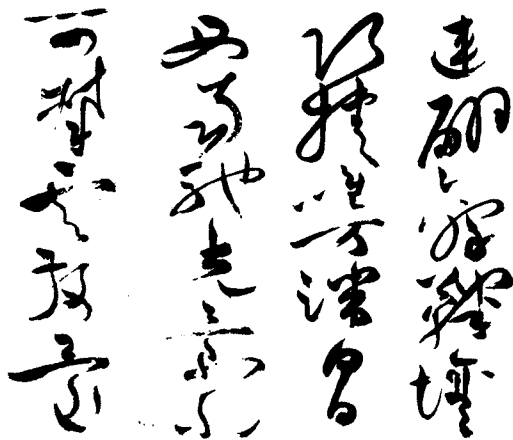


图 1-3-4 明 祝允明 曹植名都篇(局部)

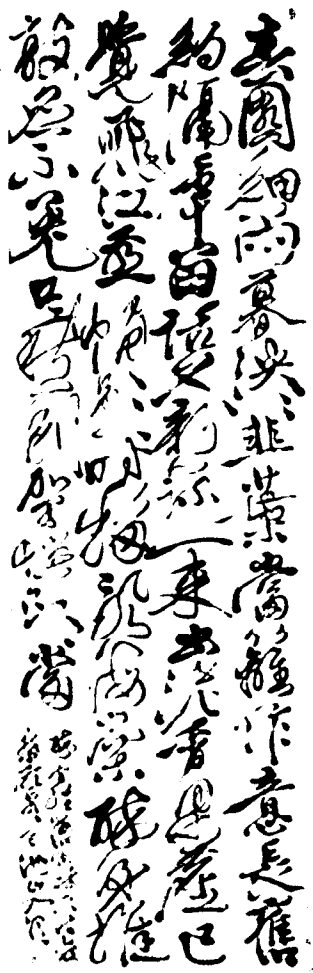


图 1-3-5 明 徐渭 七言律诗

其狂草书不仅不拘于古之气息,同时也写出了新的景象,使点线艺术表现更为突出。尤其是枝山的狂草之作《前赤壁赋》,写得风骨烂漫,天真纵逸,一派生机勃勃的景象,令人感悟到一种雄壮奔放的韵律之美。

徐渭(1521—1593),明代书法家,字文清,更字文长,号天池、青藤老人等,山阴(今浙江绍兴)人。诗文戏曲书画皆工,尤擅草书。明袁宏道《中郎集》曰:

“文长喜作书,笔意奔放如其诗,苍劲中姿媚跃出,在王雅宜、文徵仲之上,不论书法而论书神,诚八法之散圣,字林之侠客也。”文长的草书(图 1-3-5),写得满纸风云,放纵跳荡。虽自由放任,但却收纵有度,虽疏动散漫,但却丝丝入扣。从草书而言,古来书家多以情致而融入创作之中,文长也不例外。因此,他的草书作品也极富情致而在抒发自己的心境,写出了自我个性和特色。

毛泽东(1893—1976),字润之,湖南湘

潭人。中华人民共和国的缔造者,中国人民的领袖。卓越的革命家、思想家、理论家。平生于政务、军旅之暇博览群书,善诗、词、文章。精书法,尤善狂草,为 20 世纪杰出的草书大家。其草书得怀素之精髓,写得大气磅礴,气度宏伟,体现了一代伟人的气度和胸怀。

林散之(1897—1987),当代著名书法家,原名以霖,号散之,笔名散耳、左耳、聋叟、江上老人、半残老人等。祖籍安徽和县,生于江苏江浦。工书擅画,草书最负盛名,有“当代草圣”之誉。其草书主要是墨韵具足,气韵盎然,一派幽深意远、韵致清灵之气。古来狂草多以势强力足、大气磅礴为长,而散之草书另开新面,写得淋漓酣畅,灵动自如。其草法以墨法居上,用之活脱。笔用长锋羊毫挥运,时出新奇,墨用画法入书,意蕴深远,尤为精妙。

第二章 草书基本技法

草书，与其他书体一样，有其特有的技法和脉系。草书技法，由于古来书派不同、书家之手法不同，其技法也就难以归统于一体。但是，草书技法，有其共性和基本原则，尤其是字的草法是相同的，不能有丝毫的马虎，更不能去任意地改变。否则，就会出现错误，闹出笑话。草法历史上有很多总结与字法，如传晋王操有《秘阁草韵》，宋有《草诀百韵歌》，金有张天锡《集南望辑草韵汇编》，石梁《集草字汇》，汪由敦《草诀偏旁辨疑》，近有于右任《标准草书》，今有《草字汇编》，等等。这些都是研习草法的必备工具书和参考资料。

草书技法，除了要通识草法之外，再就要进一步研习其书写的技法，即笔法、墨法、结构和章法等。这须有正确的研习方法，并以科学的态度来对待。既要有序地去研习，又要刻苦地钻研。

第一节 笔法

笔法，是指写字的运笔方法。在书法技法中，笔法是为最重要的技法，也是写好字的关键。

草书笔法，不同于其他书体的笔法，它比较省便、快捷，具有灵动和多变的特点。晋王羲之《题卫夫人笔阵图后》云：“若欲学草书，又有别法。须缓前急后，字体形势，状如龙蛇，勾连不断，仍须棱侧起伏，用笔亦不得使齐平大小一等。每作一字须有点处，且作余字总竟，然后安点，其点须空中遥掷笔作之。其草书，亦复须篆势、八分，古隶相杂，亦不得

急，令墨不入纸。若急作，意思浅薄，而笔即直过。”唐孙过庭《书谱》云：“真以点画为形质，使转为性情；草以使转为形质，点画为性情。是真能传草法者，世人知真书之妙在使转，而不知草书之妙在点画，此草法之所为不传也。大令草常一笔环转，如火筋划灰，不见起止，然精心探玩，其环转处悉具起伏顿挫，皆成点画之势。”作草主要是把握运笔的缓急之法，其灵动和快捷并非是草率，也并非是潦草行事，或直来直往，更不是绕线圈。其运笔乃讲究起伏顿挫的技巧，乃讲究起止转折的法度。尤其是环转的速度、行笔的起伏，更要体现其节奏，才会有灵动之感、韵律之美，写出的点画才会有性情，有精神。

当然，学习草书笔法，要具有一定的基础，不能一蹴而就。通常而言，学书由楷书过渡到行书，再由行书过渡到草书。只有基础扎实，书写草书才能易于入手。若严格要求，它除了要掌握楷、行书的运笔技法之外，最好还要了解和掌握篆、隶、章草的笔法，这样就更会收到事半功倍的效果。可以说，大凡草书大家，在研习笔法上都精益求精，也都对笔法有全面地了解，甚至有较深的造诣。只有这样，才能运之有法，才能把草书写得更精更美。

为便于研习草书的运笔方法，下面就具体的草书笔法作粗略地介绍。

一、起收

起，指起笔，也称落笔。它是书写每一点画的开始。收，指收笔，也称收锋。它是完成每一点画的最后动作。

起收，其运笔方法，通常不仅讲究其落笔