

黄庭坚书太白忆旧游诗卷

主编◎孔宝刚 庆旭

编著◎吴旭春

古吴轩出版社

中国教育学会『十二五』科研规划立项课题

经典碑帖导学教程◆草

中国教育学会「十五」科研规划立项课题

经典碑帖导学教程
草

黄庭坚书太白忆旧游诗卷

主编◎孔宝刚 庆旭
编著◎吴旭春

古吴轩出版社

图书在版编目(CIP)数据

经典碑帖导学教程·草·黄庭坚书太白忆旧游诗卷/

孔宝刚, 庆旭主编; 吴旭春编著. —苏州: 古吴轩出版社,
2007.11

ISBN 978-7-80733-193-3

I. 经… II. ①孔… ②庆… ③吴… III. 草书—书法—教材 IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 165226 号

策 划: 庆 旭

周 晨

责任编辑: 吴 林

装帧设计: 周 晨

责任校对: 潘家荣

权俊良

责任印刷: 蒋家宏

责任照排: 杨月华

书 名: 经典碑帖导学教程·草·黄庭坚书太白忆旧游诗卷

主 编: 孔宝刚 庆 旭

编 著: 吴旭春

出版发行: 古吴轩出版社

地址: 苏州市十梓街 458 号 邮编: 215006

Http://www.szrbs.net/gwx E-mail: gwxchs@126.com

电话: 0512-65233679 传真: 0512-65220750

经 销: 全国新华书店

印 刷: 苏州市文艺印刷厂

开 本: 889×1194 1/16

印 张: 30

版 次: 2007 年 11 月第 1 版

印 次: 2007 年 11 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80733-193-3

定 价: 100.00 元(全五册)

如有印装质量问题, 请与出版社联系。

中国教育学会“十一五”科研规划立项课题

书法教育教学的模式研究课题组

总顾问 连秀云

顾 问 江 吟 王伟林

学术委员会主任 王继安

学术委员会委员(按姓氏笔画排名)

马一超 刘 春 刘 学 刘 淮 朱瑞雪 朱建华

庆 旭 陈海良 吴旭春 张志英 杜军勇 邵 勇

金 丹 单志泉 周时君 赵 锟 徐世平 顾 琴

桑永生 曹万峰 薛龙春

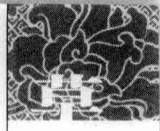
编辑委员会(按姓氏笔画排名)

丁 勇 尤天虹 左 侗 李枝枢 吴耀华 张祥华

周 彬 欧阳志刚 徐 卫 蒋文亮 潘建中

课题组组长 孔宝刚

课题执行组长 庆 旭



前言

王继安

教材的编写确是难事,不然各种教材就不会不断地审定,不断地修改,以求达到最佳的教学效果。书法教材的编写也是如此。不过由于书法学习的特殊性,编写过程中又有其特别的难处,其难大体有三:

其一,编写的目的性。即准备培养什么样的人才,是实用型的写手,还是书法艺术家。以往的书写教材大都是以培养写手为主要目的的,历史上留下了众多的这类教材,也积累了不少理论和经验,而过去的艺术学习大都是在实用的夹缝中生存。在计算机高度发展的今天,实用性的教育已经渐渐地退居于次要位置,而艺术教育的比重将会不断地扩大,这也是历史的必然。从现在社会上存在的大量书法教材中,已可明显地看出这种发展趋势。

其二,编写体例的科学性。受教学目的的影响,每本教材的体系都是在目的的直接支配下生成的。优秀书法教材的编写应符合艺术的接受规律,而不是实用性的简单训练。艺术训练的方式也应符合艺术的接受规律。教学内容的安排,教学流程的设计,更应符合艺术的接受心理学和教育学的有关原则。

其三,编写的贴切性。所谓编写的贴切性,即是编写者应是品尝过“梨子滋味”的创作能手。他们知道艺术学习和艺术创作的甘苦;知道书写中哪些是实用的因素,哪些是艺术的因素,如何联系,如何剥离;也能够在教学中一针见血地以最简洁的方式方法讲出学习书法艺术最便捷的路途。

基于以上三点,学习者在选择教材时就不至于迷失方向了。

我想,这套教材丛书充分印证了以上三个特点。首先,丛书的编者都是书法专业毕业的本科生或研究生,受过系统而严谨的艺术专业训练,有一定的书写和创作经验。在他们的学习过程中,自己走过了学习艺术的道路。其次,他们大都出自师范院校,对艺术教育心理学和心理学有一定的了解和认识,且毕业后大部分从事着基础的书法教学,多年来,在实践中积累了不少的基础教学经验。

我认为,这套教材将会在书法专业教育不断兴盛的今天起到良好的社会效果。当然,任何教材的问世都要接受社会使用者的检验,使之不断地完善,这是教材编写的普遍规律。我们相信,这套教材将会像其他优秀的教材一样,逐步为广大的艺术学习者所认可,所接受。

2005年4月于金陵随园

(作者系南京师范大学美术学院书法系主任、教授)

序

梅墨生

中国书法的学习与成就,法门万千,而道理为一。即从临摹与研习历代碑帖经典入门,体会法理,进而登堂入室,一窥书法艺术“由技进道”的万千气象。不难看出,升阶登梯的凭依,就是诸家法帖,那些已经经过千百年审美的眼光过滤了的名迹。

然而,近年来的书法热潮,多多少少有些淡化法度或颠覆经典的意味,不仅民间书家如此,一些学院书法教学也推波助澜,搞起书法新潮来。实际上,书法艺术的根就在于点画间架以至谋篇布局上,任何游离,都是舍本逐末的。当然,利用书写元素的艺术探索,是另一码事。

千层之台,起于垒土。基础永远是关键。许多看似炫目的书法巨制,一旦触及其基础部分,竟然是动摇而不坚实的。于是,我们开始怀疑时尚的欺妄。若干年前,笔者曾对已故书法大家启功先生的书法略行评点,认为它有“现代馆阁体”之嫌。一时间有种误会,以为在下是反对规整谨严的馆阁体的书法的。事实上,这种看法并不准确也不全面。笔者的习书即从师于馆阁余绪的民间书家,我对书法的楷范规矩十分在意。只不过,我推重书者的灵性与才学要主导于那些已经被无数次重复书写的点画而已。楷法、行法、隶法、草法,永远是不过时的,它们是书法之为书法的安身立命处。

庆旭先生多年来从事学院书法教育,以科班之学,为基础研究之学,心得殊多,经验甚丰,成果可观,令人刮目。他组织编辑出版的《书法技法导学教程》便影响日著,成为许多学院(校)书法教学的理想教材。近来,庆旭君又有此编将以付梓,其功德将彰显于未来,似为不待言喻之事。

是编之尽精微、重实用,从基础编排求精求妙,是一套不可多得的好教材。读者不可以其浅近而忽之,因为其中凝聚着作者们的智慧与经验,还有一种特殊的使命感。

2006年2月于北京

(作者系中国画研究院理论部副主任)



目 录

黄庭坚及《太白忆旧游诗卷》	1
笔画篇	3
偏旁篇	20
结构篇	58
原帖选录	73
临摹示范	87
创作示范	88
后记	89



黄庭坚及《太白忆旧游诗卷》

黄庭坚(1045—1105),字鲁直,号山谷道人、涪翁等,后世称之黄山谷。洪州分宁(今江西修水)人。宋治平四年(1067)举进士,历神宗、哲宗、徽宗三朝,官至吏部员外郎。曾游学于苏轼门下,为“苏门四学士”之一。黄氏才华横溢,在文学、艺术上有辉煌的成就,尤长于诗,为“江西诗派”始祖,与苏轼齐名,世称“苏黄”。其书法极具个性面貌,与苏轼、米芾、蔡襄被后人合称为“宋四家”。

黄庭坚书法楷、行、草俱佳。楷书得力于《瘞鹤铭》,行书如长枪大戟,草书更奇伟纵逸,为世所重。山谷书法在宋代即享有很高声誉,宋徽宗赵佶赞其书:“黄书如抱道足学之士,坐高车驷马之上,横钳高下,无不如意。”宋高宗赵构也学黄字,“高宗初作黄字,天下翕然学黄字”。黄书在当时就已风靡一时,被奉为“目下无双”的神品。至后世,也一直备受推崇,影响深远。元代赵孟頫评其书:“黄太史书,得张长史圆劲飞动之意,望之如高人雅士,令人敬叹。”明代王世贞评其书谓:“山谷大书酷仿《鹤铭》,狂草极拟怀素,生平见山谷书,以侧险为势,以横逸为功,老骨颠态,种种搓出。”清代康有为评其书:“宋人书以山谷为最,变化无端,深得《兰亭》三昧。”

诸体中黄庭坚对草书最为用心,成就也最高,是继张芝、张旭、怀素后影响最大的草书家。他晚年曾自述其学草经历:“余学草书三十余年,初以周越为师,故二十年抖擞俗气不脱。晚得苏才翁、子美书观之,乃得古人笔意。其后又得张长史、僧怀素、高闲墨迹,乃窥笔法之妙。”黄庭坚学草,除了师古人、师传统外,还很重视“师造化”和“师心源”。他曾于“棘道舟中,观长年荡桨,群丁拨棹,乃觉少进,意之所到,辄能用笔”。

黄庭坚的草书继承了“颠张醉素”的狂草传统,晚年草书得“藏真三昧”,受怀素的影响最大。从其成熟的草书面貌中,很容易看出其与怀素的传承关系,如线条的瘦劲舒展、结体的错落有致、随势造形,都是通过对怀素草书的领悟与临习而形成的。然而黄庭坚对怀素的理解与取法又有着很强的个性及独创性。山谷的草书在怀素的浪漫狂怪之外,更多地注重用笔的法度与意趣。其草书虽然在字形和气势上欹侧摇摆,动荡奔放,但在点画形态的把握上,则相当严谨得法,并融入其行楷的笔意,不过于放纵,不失法度。黄庭坚论书最重书法之韵,在他的作品实践中,韵的体现便是对用笔法度的重视与讲究,正如其论书云“字中有笔,如禅家句中有眼”,将笔法的地位提到相当高的程度。在这个基础上,再结合宋人写意的书风,使他的大草一别张旭、怀素暴风骤雨的韵律,而以沉着蕴藉的风度书写,擒纵自如,体现了更多的闲雅之趣、生动之韵。进而突破了以往狂草面目,在旭、素之外自成风格。

黄庭坚的草书虽从唐草承袭而来,但却个性突出,自成面貌,可以说,黄庭坚在草书创作上,既是继承的高手,也是创新的高手。其草书在当时就受到很高的评价,对后世更是产生了深远的影响。他对自己的草书也是相当自负,曾自谓“数百年来,惟张长史、永州狂僧怀素及余三人悟此法耳”。而用此句评价其在草书史上的地位,却毫不为过。黄庭坚的大草作品主要有:《廉颇蔺相如列传》《太白忆旧游诗卷》《诸上座帖》《刘禹锡竹枝词》《杜甫寄贺兰钁诗》等。

《太白忆旧游诗卷》是黄庭坚大草的代表作之一,体现了其成熟草书的典型风格。

《太白忆旧游诗卷》纸本现存五十二行,三百四十余字,后有张铎、沈周、祝允明跋。后流入日本,归藤井有邻收藏。为山谷晚年力作。所书内容为李白《忆游寄谯郡元参军诗》,起自“迢迢访仙城”。李白是唐代浪漫主义诗人,世称诗仙、酒仙,山谷仰其人品、性格与诗,故常书李白诗以自娱。此卷通篇气势一泻千里,如长卷山水,妙趣横生。单字结构奇险,欹侧取势;线条苍涩遒劲,以内部的波动代替了怀素草书平滑的线条,在圆融之外,更增一分摇曳,如轻波拂柳,婀娜多姿;章法虚实相生,虚处笔画简短,储蓄蕴藉,实处夸张奔放,豪迈纵逸,节奏变化强烈。此卷书法与李白浪漫抒情的诗文取得了高度的统一与和谐。沈周在诗卷的题跋中云:“山谷书法,晚年大得藏真(怀素)三昧,此笔力恍惚,出神入鬼,谓之‘草圣’宜焉!”祝允明评论此帖云:“此卷驰骤藏真,殆有夺胎之妙。”

《太白忆旧游诗卷》的特色:

《太白忆旧游诗卷》是黄庭坚晚年大草的代表作,展示了他成熟草书的典型面貌和风格特点。

首先从笔法上看,黄庭坚极大地拓展了草书的笔法。狂草本以中锋使转为基调,但山谷却力求“与蝌蚪篆隶同意”,在笔法中掺以篆隶笔意,使转中强调提按、向背、起倒等动作,丰富线条的外部形态。在长笔画的书写中也一改怀素平滑的线条,而在线条行进中加之以波曲、动荡用笔,在运笔中增添一种运动感和流畅感,从而丰富线条的节奏和内涵。同时用笔速度也变怀素的急速为迟涩,在原本爽快的草书线条中增加逆势和涩感。以上诸多笔法的拓展使此帖的线质呈现出更丰富的内涵和韵律。

其次从结构上看,中宫紧结是其结构的主要特点。山谷草书多采用中宫紧结、四周开展的“辐射状的结构”,这种结字方法和其大字行书是一脉相承的。结字向中宫紧缩收敛,而让四面的长笔向周围展送,犹如长枪大戟,使结构产生了强烈的疏密对比,在这种对比下,通篇看去飞舞飘扬,视觉效果格外醒目。

欹侧取势是其结构的另一个重要特点。苏轼曾云其“以平等观作欹侧字”,山谷草书单字结构奇险,横画倾侧横大,竖画虬曲不正,单字的各结构部分常以相乖或相应的斜势出现,呈挪移或顾盼之姿,或右斜左正,或左斜右正,或左高右低,或右高左低,一反前人平正的结构,在结构上极尽变化之能事,造出一番超凡的险峻姿态和以动取胜的韵致,使他的字显得风神潇洒,瑰玮跌宕。

再从章法上看,此帖对行气及布白的处理方式十分独特。此帖行气紧密连贯,气势磅礴,然而细看便会发现,与前人大草不同,他的线条极少一气贯底的,字和字的连笔并不多,甚至一字之中也多处断开,其行气的连贯主要是依靠字距的紧密和不同字形间点画的穿插避让来实现的。他一方面夸张地伸展长画,另一方面将短笔收敛压缩成点,通过夸张的长线和点来打破字形的界限,使字与字间的点线相互穿插避让,从而形成一个个连续的块面。并且经常采用倾侧的字势,通过相邻字势的顾盼和相互呼应来势接,使得行气顺畅。并通过字势的欹侧造成了中轴线和行外廓线的大幅度变化,避免了行间空白的单调松散。这种对行气布白的处理方式是山谷对古法最大的改变,也是最成功之处。

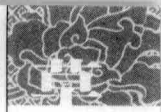
临写《太白忆旧游诗卷》应注意以下几个问题:

1. 把握特征,勤于思考,注重记忆。学习过程中不能一味漫无目的地机械临写,而应将临帖与读帖相结合,在临写的同时注重思考透悟范本中笔法、结体、章法、风格等艺术特点,由点及面,不断深入理解,同时要对照范本反思自己的书写状况,做到及时调整。在思考的基础上还要加强记忆。一方面记忆草书的字法,另一方面记忆范本的各种表现技法及风格内涵,通过记忆来积淀所学、消化所学,从而使自己书写时做到心中有数,下笔有法。

2. 注意把握断与连的关系。草书“以使转为形质”,即以盘曲环绕的线条为主。但在临习中,如果一味地盘曲环绕、连绵不断,就会使作品杂乱、沉闷。所以在临写中要适当安排断点,穿插一些互不牵连的点画。在连绵中穿插断点,将点画与使转相配合,会使草书结构显得井然有序,又能形成明快、通透的布白,使作品明亮、畅快。

3. 注意控制速度和节奏,做到沉着痛快。草书与其他书体相比,书写速度较快,即书写要痛快,这样才能使行气顺畅、充满气势。但是如果一味地快速,就会使线条油滑、浅薄,所以在痛快中要做到沉着。即书写中要能快中有慢,急中有缓,控制好快与慢的节奏,运动中增强逆势和生涩感,写出线条苍茫、雄健的质感。

4. 要博览群帖。在专一学习范本的同时,要博临群帖,包括黄庭坚的其他草书帖及张旭、怀素的草书帖等等。通过与范本之间的比较可以使对范本笔法和特征的理解加深一个层次,同时也能对草书有更全面的认识。



笔画篇

笔画是汉字书写的最小单位。学好书法,首先要掌握基本笔画的写法。在所有书体中,草书的笔画最具灵活性、多变性。而且草书用笔多连绵不断,甚至成一笔书。鉴于草书用笔灵活、多变、连绵等特点,所以在具体训练时,不能套用正体在用笔、结构、章法、用墨、行气节奏等格式去理解草书的技法构成,只有这样才能避免肢解技法、只为法而法的“技法至上”的思想。而且应尽可能把一个笔画放在整个字形中去分析练习,力求做到掌握“定理”,避免死守“定法”。

一 横画

黄庭坚草书《太白忆旧游诗卷》中的横画形态多样,起笔可藏可露,并无定规,只是藏锋不必如楷书转笔回锋,只需意念上略作停顿,锋含住即可,此帖中横画常逆锋入纸,或轻或重,收笔有两种形式:一是不重顿回收,而是以衄笔空收为主;二是当与下笔相连时,常出锋带出下笔,有牵丝(牵丝不虚浮)。

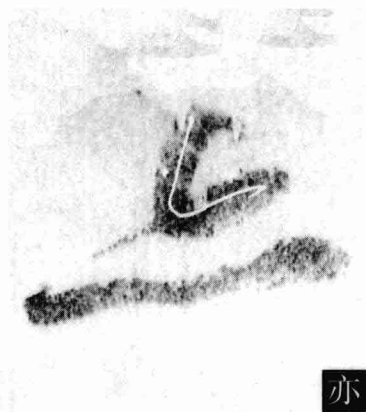
1. 横画分类

① 独式横



写法:此式横易孤立生硬,故回笔或俯或仰,应注意姿态的变化。

② 连式横



写法:无论是上连式,还是下连式,与其他笔画连接处都需提笔转锋,以免生硬或偏锋。

③ 叠式横

写法：数横相叠，不仅要笔势连贯，还要注意各横长短轻重的变化。



2. 练习题

两个“一”字差别较大，第一个行笔过程笔锋控制较紧，力度均匀；第二个则在中途多荡漾，震颤。

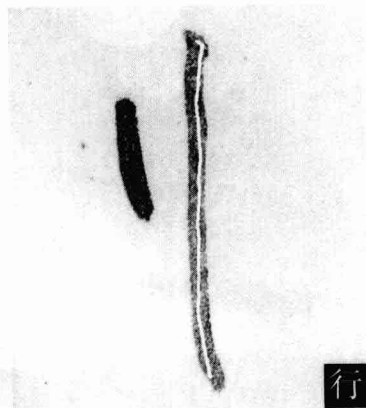


二 竖画

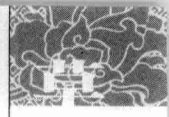
竖画用笔应沉着痛快，不可拖泥带水，中途笔不可过分扭曲。

1. 竖画分类

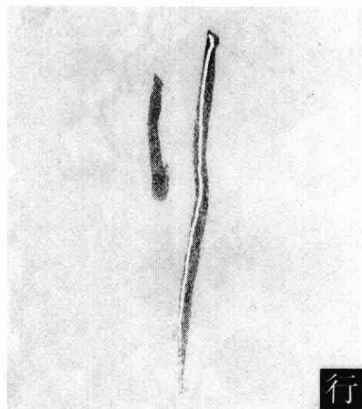
① 垂露竖



写法：草书中一般垂露竖较少，尤其是在书写速度较快疾的作品中，即使出现垂露也要与楷书的垂露竖有所区别，收笔处并不作重顿，只需力送至笔锋即可，停留只是意念上的。



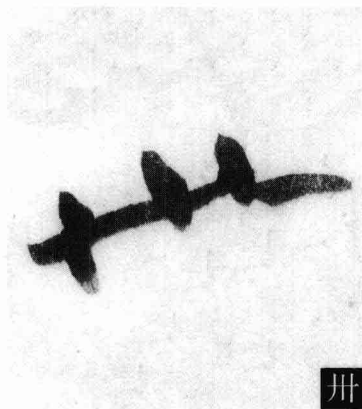
② 悬针竖



写法：行笔宜斩钉截铁，收笔宜干净利落，但也需要有空收动作，不可露太长虚尖，一般而言，中途笔画宜饱满。

2. 练习题

“卅”字突出横势，三竖以竖点为之，如高峰坠石。“上”字形体较小，短竖右斜，牵丝连带一气呵成。



三 撇画

《太白忆旧游诗卷》中的撇画变化极多，起笔可以顿势，可以切笔，还可以连接上面的以露锋样式入笔；收笔含锋较多，也有出锋收笔的，显得犀利果断。

1. 撇画分类

① 短撇



写法：收笔露锋者，则应空收虚回，但不必作停顿。短撇起笔不宜尖起。

② 长撇



写法:长撇中部一般不弯曲,挺劲舒展,收笔处一般有空收虚回之意,以便顺接下笔。黄庭坚大草的撇画中部常作震颤,这是他的特点,但临习时不可故意夸大其形象特征。

③ 连接撇



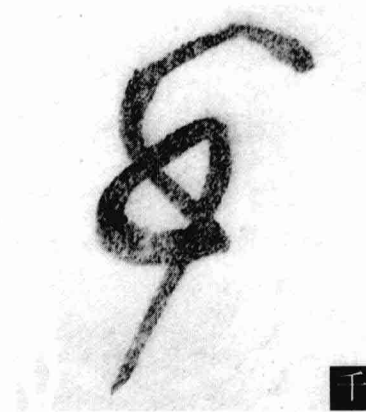
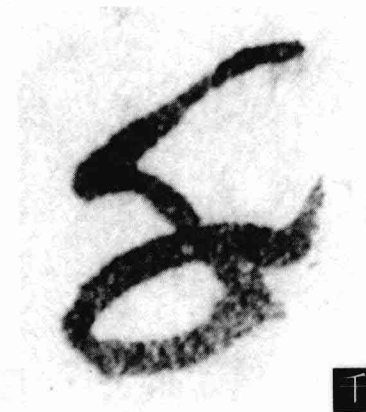
写法:这种撇接下来的一笔一般是捺,二笔之间用牵丝相连,牵丝不宜太粗,以免喧宾夺主。笔锋不可散乱不聚,宜圆转,从撇到捺的过渡要分明。撇捺可断开,但需意连,不可生硬。

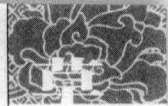
2. 练习题

“少”字撇画伸长,为主笔。“舟”字呈收势,笔短意长,最后一画收笔,戛然而止。



两个“千”字的撇画皆写长,第二个更为突出,缠绕启下。





四 捺画

草书(章草除外)中的捺,一般都写成反捺,正捺很少见。《太白忆旧游诗卷》中的捺画多以反捺形态出现。

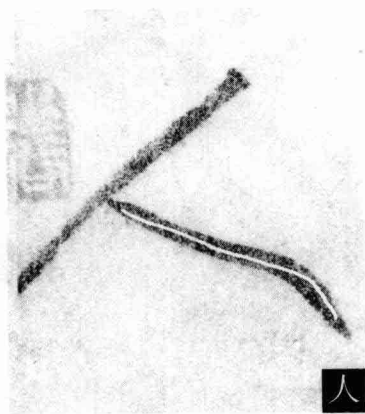
1. 捺画分类

① 正捺



写法:顺势轻落笔,右下弧行,力度渐重,稍顿即提收。具楷意,较稳重。

② 反捺



写法:收笔露锋者,用笔宜果断,凌空入纸,手腕按下,急速提起,笔画呈中间粗、两头尖。收笔含锋者则要空收虚回,尾部不宜顿成圆点。

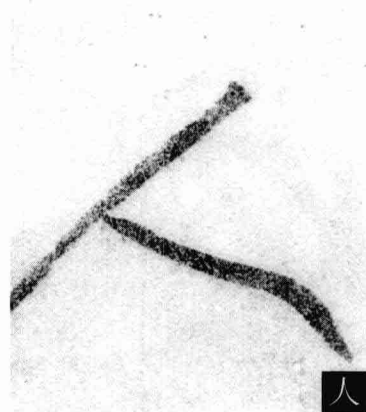
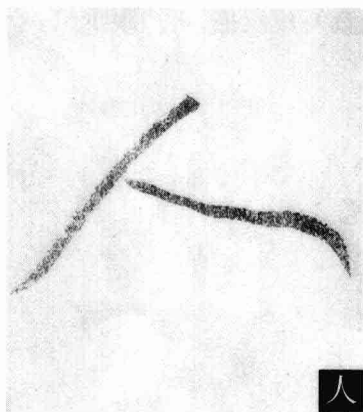
③ 点捺



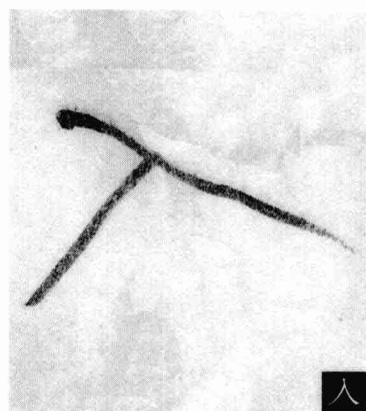
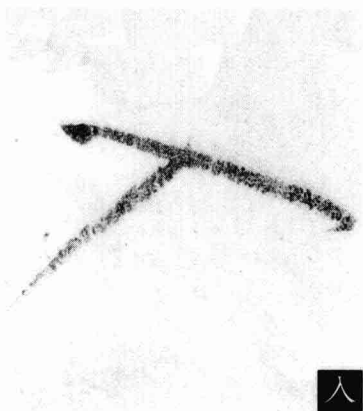
写法:同反捺,形缩小至点状。

2. 练习题

两个“人”字大致相似，撇捺皆作舒展状，角度较宽。



两个“人”字用笔前紧后松，撇画起笔相似，行笔、收笔有别：第一个线条圆劲，回锋收笔呈反捺状；第二个中锋震荡，呈波动，出锋收笔。

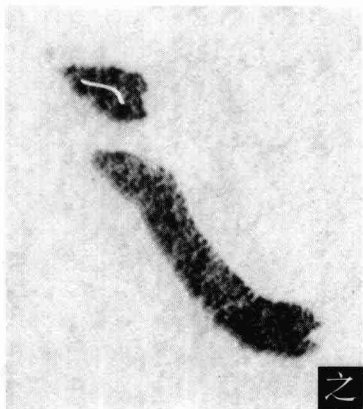


五 点画

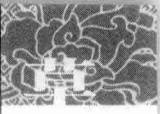
点在草书中能起到活泼字形、调节气氛与节奏的作用。

1. 点画分类

① 独点



写法：一点独用，既要注意点的分量不能轻，所谓顿如山安，又注意要活泼、跳动。此帖中独式点很多，要注意形态有别、内气贯连。

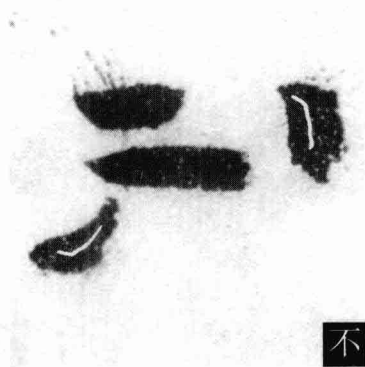


②二点连用

写法：此式点要注意呼应与连贯。如两点一左一右，一般右点重一些，上下则下点宜重些。当然也非绝对如此，偶有反常也无妨。

2.练习题

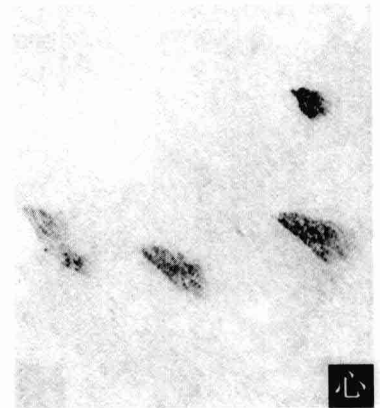
“心”、“不”、“北”、“六”、“首”、“玉”、“之”等字，随字赋形，皆取收势，点画或方或圆，或正或斜，各其形态。“州”字收紧，体势倾斜。



不



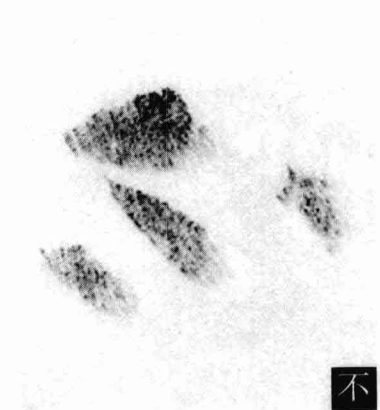
心



心



不



不



不



不

