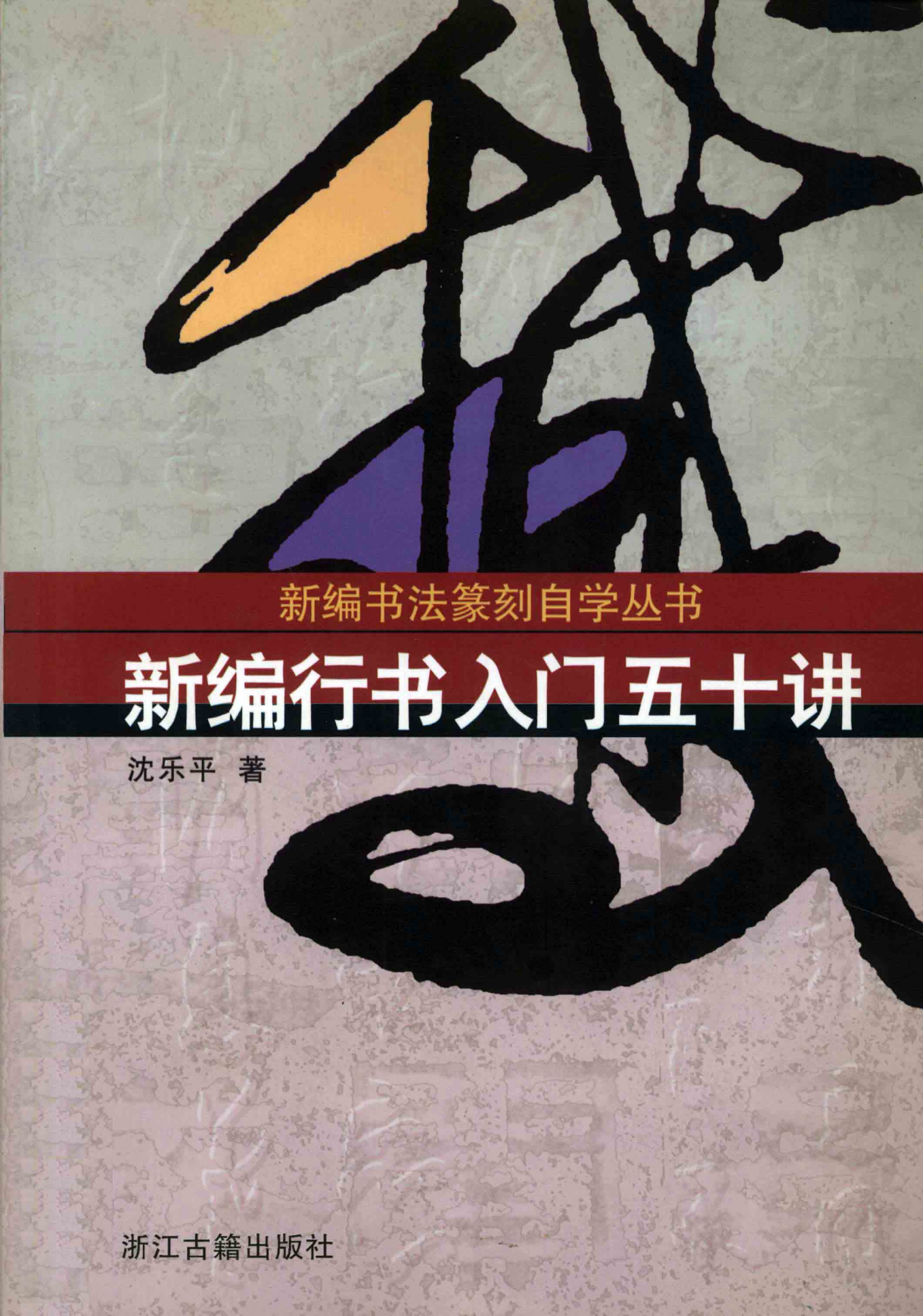




新编书法篆刻自学丛书

新编行书入门五十讲

沈乐平 著

浙江古籍出版社



中国美术学院美术考级教材

新编行书入门五十讲

张其成 著

浙江美术学院出版社

新编书法篆刻自学丛书

新编行书入门五十讲

沈乐平 著

浙江古籍出版社

图书在版编目(C I P)数据

新编行书入门五十讲/沈乐平编著. —杭州:浙江古籍出版社, 2003.7

ISBN 7-80518-692-8

I. 新. . . II. 沈. . . III. 行书-书法-教材

IV. J292.113.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 039700 号

新编行书入门五十讲

出版发行 浙江古籍出版社
(杭州体育场路 347 号)
责任编辑 朱艳萍
封面设计 刘 炜 郦文龙
编 著 沈乐平
经 销 浙江省新华书店
印 刷 杭州之江印刷厂
印 次 2003 年 7 月第 1 版
2003 年 7 月第 1 次印刷
印 张 10
字 数 180 千字
开 本 787×1092 1/16
印 数 00001-10100
书 号 ISBN 7-80518-692-8/J·66
定 价 18.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

目 录

第一讲	行书的名称与定义	1
第二讲	行书的发展与演变	3
第三讲	行书线条论	5
第四讲	行书空间论	7
第五讲	行书的基本笔画	9
第六讲	行书的偏旁部首	13
第七讲	古典名作解析——王羲之尺牍	18
第八讲	古典名作解析——王羲之《兰亭序》、《圣教序》	21
第九讲	古典名作解析——王献之尺牍	23
第十讲	古典名作解析——王珣《伯远帖》、王慈《郭桂阳帖》、 王志《一日无申帖》	26
第十一讲	古典名作解析——欧阳询《卜商帖》、《张翰帖》、《梦奠帖》	29
第十二讲	古典名作解析——虞世南《汝南公主墓志铭稿》、 褚遂良《枯树赋》	32
第十三讲	古典名作解析——李世民《晋祠铭》、《温泉铭》	34
第十四讲	古典名作解析——陆柬之《文赋》、杜牧《张好好诗》	36
第十五讲	古典名作解析——李邕《李思训碑》、《岳麓寺碑》、 《叶有道碑》	38
第十六讲	古典名作解析——颜真卿《祭侄稿》、《刘中使帖》、 《争座位帖》	40
第十七讲	古典名作解析——柳公权《蒙诏帖》、《兰亭诗》	43
第十八讲	古典名作解析——杨凝式《韭花帖》、《夏热帖》、 《卢鸿草堂十志图跋》	45
第十九讲	古典名作解析——蔡襄尺牍	47
第二十讲	古典名作解析——苏轼《黄州寒食诗帖》、《李太白仙诗卷》	49
第二十一讲	古典名作解析——苏轼尺牍	51
第二十二讲	古典名作解析——米芾《蜀素帖》、《苕溪诗》、《虹县诗》	54
第二十三讲	古典名作解析——米芾尺牍	57
第二十四讲	古典名作解析——黄庭坚《华严疏》、《松风阁诗》、 《跋苏轼寒食诗帖》	60

第二十五讲	古典名作解析——李建中《土母帖》、吴琚《碎锦帖》、薛绍彭《上清帖》	63
第二十六讲	古典名作解析——赵孟頫《临兰亭序》、《洛神赋》、《烟江叠嶂诗卷》	66
第二十七讲	古典名作解析——赵孟頫书札跋记	69
第二十八讲	古典名作解析——鲜于枢《海棠诗卷》、《自书诗赞》	72
第二十九讲	古典名作解析——李侗《文赋跋》、张雨《题画诗》	74
第三十讲	古典名作解析——康里巎巎《渔父词》、杨维桢《晚节堂诗》	76
第三十一讲	古典名作解析——祝允明《在山记册》、《连昌宫辞》、《牡丹赋》	78
第三十二讲	古典名作解析——文徵明《赤壁赋》、《滕王阁序》、《七律诗卷》	80
第三十三讲	古典名作解析——王宠《宿白雀寺》、陈淳《行草诗卷》	82
第三十四讲	古典名作解析——董其昌《跋米芾蜀素帖》、《丙辰论画册》、《琵琶行》	84
第三十五讲	古典名作解析——唐寅《落花诗册》、徐渭《东邻诗卷》	87
第三十六讲	古典名作解析——张瑞图《前赤壁赋卷》、《王建宫词屏》、《溪上水生诗轴》	89
第三十七讲	古典名作解析——黄道周《洗心诗卷》、《自书诗帖》	92
第三十八讲	古典名作解析——倪元璐《五律诗轴》、《倪黄书翰合册》	95
第三十九讲	古典名作解析——王铎《唐诗卷》、《琅华馆学古帖》、《杜甫诗卷》	97
第四十讲	古典名作解析——傅山《丹枫阁记》、《风花雾柳诗屏》	99
第四十一讲	古典名作解析——刘墉《诗册》、王文治《右军帖跋》、何绍基《行书轴》	101
第四十二讲	画家的行书	104
第四十三讲	近现代行书名家	109
第四十四讲	实临、背临、意临	112
第四十五讲	创作——笔法与墨法	115
第四十六讲	创作——关于结构造型	118
第四十七讲	创作——章法的形式构成	121
第四十八讲	创作——作品款式、落款、钤印及其他	124
第四十九讲	古代书论选读(一)	130
第五十讲	古代书论选读(二)	137

第一讲 行书的名称与定义

行书是一种介于楷书、草书之间的书体。它不像草书那样潦草,也没有正楷那样端正,但它却融合了楷书、草书的许多特点,所以我们也将其偏于草的称“行草”,偏于楷的称“行楷”。

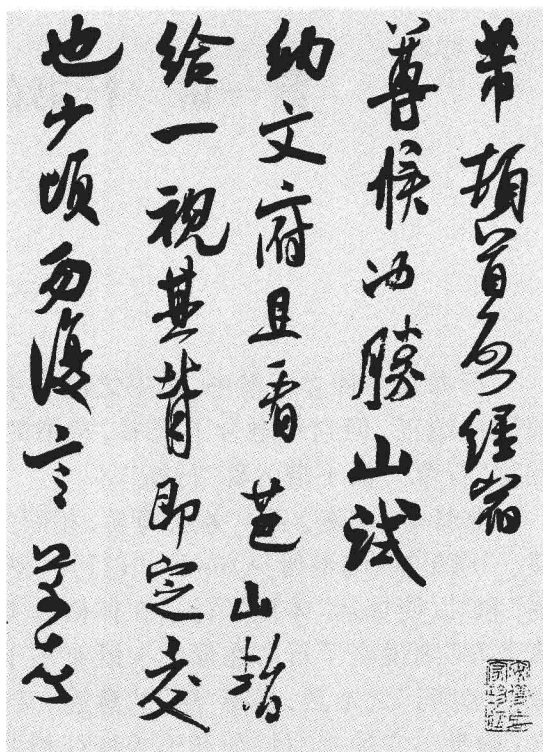
张怀瓘《书断》云:“务从简易,相间流行,故谓之行书。”“夫行书,非真非草。”周星莲《临池管见》亦云:“(行)大率变真以便挥运而已。”这里的“务从简易”和“以便挥运”体现了行书在体格和书写速度上要比楷书简化、快捷;而“非真非草”则说明了行书在形体上既有别于楷书之端庄,又有别于草书之恣肆奔放。考“行”之本意,是指“路”的意思,又衍生为行走、流动之意;行书以“行”为名,确是与它的书写特征和形貌特征相关的——其用笔和结体,都是体现出一种“行”的意思。

关于“行书”的称谓,最早见于晋代。《晋书·卫恒传》载:“魏初有钟、胡二家,为行书法,俱学之于刘德升。而钟氏小异,然各有其巧,今大行于世。”后来南朝有《古今文字志目》一书,分三卷,其中所列三十六种书,就有“行书”。南朝羊欣《采古来能书人名》篇中也说道:“刘德升善为行书。”唐代张彦远《法书要录》百体书中亦列“行狎书”一体。王僧虔《论书》一篇中也提到了行书、行狎书等概念。张怀瓘《书断》三卷,则对行书的定义较为详细:“案行书者,后汉颍川刘德升所造也,即正书之小讹,务从简易,相间流行,故谓之行书。王愔云:晋世以来,工书者多以行书著名。昔钟元常善行狎书是也,尔后王羲之、献之并造其极焉……”

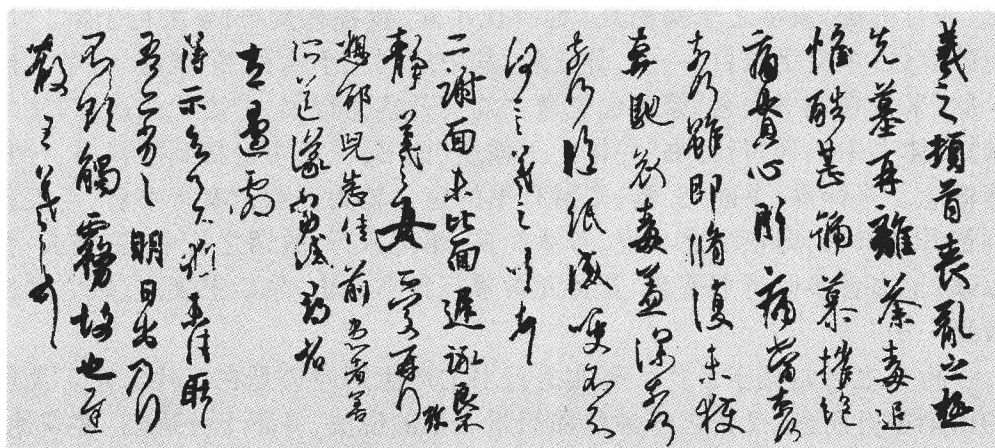
行书之名始见于晋代,事实上行书的产生则应该是在汉代末期。而所谓的由刘德升所创、又传之于钟繇和胡昭二家的说法,并不十分确切。客观地说,一种书体的产生和发展并不是由一个人或几个人就能完成的,应该讲,这三者是行书初创阶段的代表性人物。但是行书在汉魏之际尚未盛行,如卫恒的《四

体书势》也仅将其附于隶体之中；直到晋代，行书才成为主流，“工书者多以行书著名”，而二王父子又将行书推到了一种前所未有的高度，由此也形成了书法史的主流体系——以二王为正统的书法体系，虽然其中也包含了真、草二体，但最有代表性的还是他们的行书。

要之，行书是一种变化度大、包容性广的书体。它的体势有极大的变通性，就结构而言，既可工整规矩，亦能放逸跌宕；就用笔而言，可以灵活地参照和借鉴真、草，甚至是篆、隶的笔法，法无定法，姿态迥异，表现力极为丰富。同时，它可辨易识，书写便捷，具有广泛的实用性，因其在辨识性上要优于草书和篆书，而在便捷性上又要比楷书和隶书来得更为实用方便，所以从“二王”时期到现今一直很流行。另外，从文化的角度来审视，行书又是比较符合文人士大夫中庸的、不激不厉的、借助笔墨发抒胸臆的一种良好载体。故而，在某种角度上，行书也可以说是贯穿于书法史的一条主线。



北宋 米芾《彦和帖》



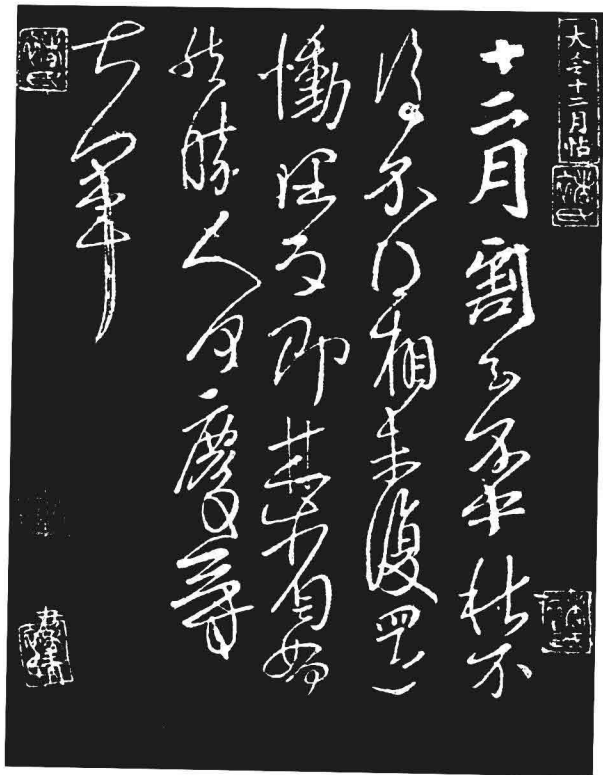
晋 王羲之《丧乱·二谢·得示帖》

第二讲 行书的发展与演变

如前所述,行书是在汉代末期产生的。但是行书的发展却非常快,到东晋二王父子,达到了最高峰。

晋代是我国书法史上的一个重要时期,后人常常把晋书、唐诗、宋词、元曲相提并论,可见晋代书法的高度。东晋时期的行书,以潇洒流美、气韵生动为特色,王羲之、王献之是其代表。王羲之的行书用笔圆转灵活,行笔均匀平和、富有变化,提按动作极为细腻精到,故其作品醇厚、典雅,具有很高的艺术水准。王献之则用笔外拓,棱角分明,以骨力胜,在南朝时,其地位甚至要超过王羲之。

到了唐代,由于统治阶层的大力推崇,形成了一股学习和研究王羲之书风的热潮,其中以虞世南、欧阳询、褚遂良、陆柬之、柳公权为代表,继续完善和发展着王羲之书风;同时,颜真卿、李邕等人则是在此基础上,创新求变,追求雄浑壮美的风格,另开一境,成就颇高。



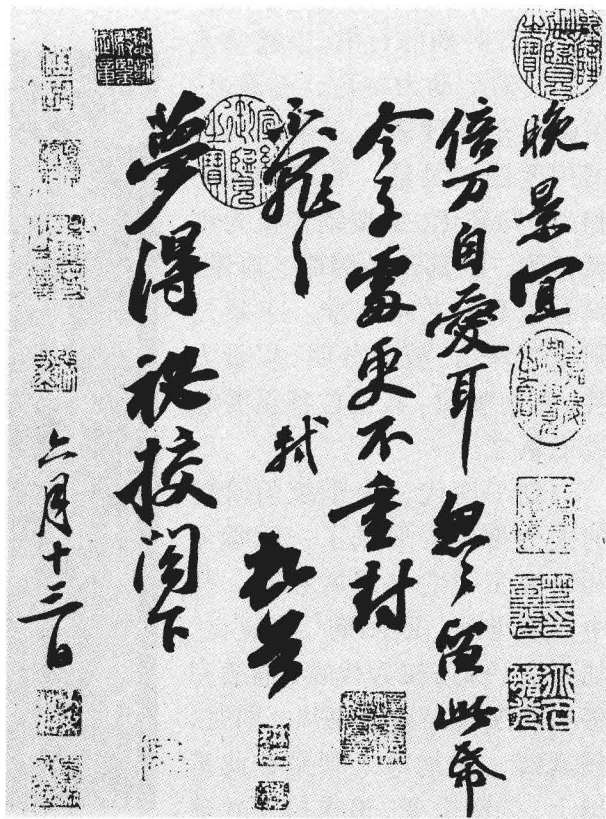
晋 王献之《十二月帖》

受二王、欧、颜诸家影响的杨凝式，则是五代时期的代表人物，也是在唐、宋两大高峰之间的一个承上启下的关键性的个体。

所谓“宋人尚意”，宋代的书法确实是更多地将重点由法度转到了对意韵的追求上来——如“我书意造本无法”、“无意于佳乃佳”等等创新性的口号和观念便是一种鲜明的体现。行书在宋代的发展，主要还是集中于众所周知的“宋四家”上：苏东坡、黄庭坚、米芾、蔡襄，以及薛绍彭、吴琚等一批名家。宋人的书法走的是一条入古出新的道路：一方面，他们非常注重古典，对传统的研究相当深刻，若米芾自谓之“集古字”；另一方面，又不仅仅是沉醉于古帖之中，更多的是在传统基础上的蜕变，最后终成自家风格，形成了高度个性化的艺术语言。

元代的行书，走的是一条复古主义的道路。以赵孟頫为领袖，高举“复古”的旗帜，以晋唐法书为准则，一纠南宋靡弱的书风。赵认为王字“总百家之功，极众体之妙”，故于此用心最多，功力深厚，其行楷书笔道温润、结体秀美，影响颇为深广。元代的著名书家主要还有：鲜于枢、康里子山、杨维桢、李侗、张雨等等。

明清书坛，董其昌、祝允明、文徵明、王宠、徐渭、张瑞图、黄道周、倪元璐、王铎、傅山……大家林立，面目众多。明清之际的行书主要是两大格局：一是以董其昌、文徵明等人为代表，广涉晋唐法书，讲究古雅、自然、韵味的气息，作品格调高古；一是以徐渭、王铎等人为代表，他们学古但不泥古，充分抒发个性，作品气势宏大、具有阳刚之美，凸现出一种表现主义的特征。另外，如傅山在“四宁四毋”理论指导下的创作；王文治和刘墉增加墨色变化，被称为“淡墨探花”和“浓墨宰相”；何绍基以回腕悬臂执笔法作字；赵之谦以碑写行；吴昌硕用石鼓文的线条融入行草书等等，不一而足，真可谓是百花齐放了。



北宋 苏轼《渡海帖》

第三讲 行书线条论

线条的表现力是决定作品的第一要素——因为书法艺术作为一门独特的视觉艺术,它既不是靠色彩也不是依赖造型,而是完全通过线条笔画这个基本载体来表达;也就是说,线条作为书法艺术表现的媒介,具有决定性的作用。我们知道,无论是古典书法,还是现代派书法,都是将线条放在一个首要的位置,为什么是这样呢?原因在于:我们平常所说的笔法、字法、章法三大要素中,笔法,即是与“线条”相对应,而字法(结构)和章法,归根到底,也正是一种线条与线条的组构关系——线条之间的组合成为“字法结构”,而组合之“再组合”即是“章法”了。基于此,我们认为,作品“风格”是由两方面的内容所决定的:一、线条的形态及其属性;二、线条之间的组合关系。而后者也正是基于前者的存在而存在的。

行书的线条具有极大的包容性和强烈的表现力,中侧、藏露、提按、方圆、转折、疾涩……无不可为,极尽变化之能事。我们按照线条本身的风格类型来举几个例子:

淡雅型——董其昌《丙辰论画册》

狂逸型——徐渭《行草诗轴》

古拙型——八大山人《题画诗》

平和型——王羲之《姨母帖》

爽利型——米芾《张都大帖》

丰腴型——苏轼《获见帖》

清劲型——欧阳询《张翰帖》

洒脱型——李侗《二陆文赋跋》

.....

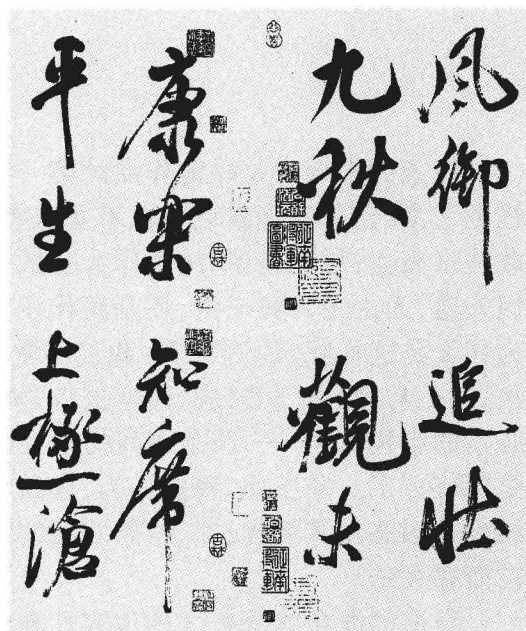
线条在迥异的风格类型间是最关键的决定因素,线条本身的“个性”在很

大程度上提示出“风格”的类型和取向。因此,在行书的审美特征里,线条成为最重要的一环——包括线条的视觉形态、视觉效果、视觉感受,以及线条本身的质感、节奏、韵律,等等。

所以我们在学习和研究行书的过程中,必须不断提高对线条形态的观察能力(属何种线条类型)和反映能力(用何种笔法来表现这种线条),准确把握不同类型的线条并提高对其间差异的分析力和判断力,通过对比和参照,进一步认识其特点并切入其风格的本质内容。



晋 王珣《伯远帖》



北宋 米芾《多景楼诗帖》

第四讲 行书空间论

字型结构和章法构成的核心内容其实正是一种“空间”关系：在白色的空间中用黑色的线条来进行分割和组构。线条与线条之间的位置关系、方向关系、距离关系等等，事实上就是结构的本质，平行的、渐变的、交叉的、相向的、相背的或是重叠的……这一切都是决定结构的因素。同样性质的一组线条（外观形态完全一样），不同的组合方式即可造就完全相异的结构，从而导致不同的“风格”产生——这其实就是所谓的“布白”，其实质就是空间的分割和安排。同理，章法的问题也是一样。

虽然，行书在一定程度上比其他书体，如楷书、隶书、篆书等在结构和章法上更为复杂多变，但是其“空间原理”却同样是两层关系：①线条与线条之间的空间组合构成“字型”（即“结体”）；②字型与字型之间的再组合构成“章法”。

让我们从历代行书作品中选取几种代表性的范例：

一、规范型

字型结构稳定有序，整齐规范，字型的外轮廓变化幅度较小，章法平和安逸，字间距和行间距都基本统一，故而风格静穆、安和、内敛。如赵孟頫《洛神赋》、文徵明《诗札》……

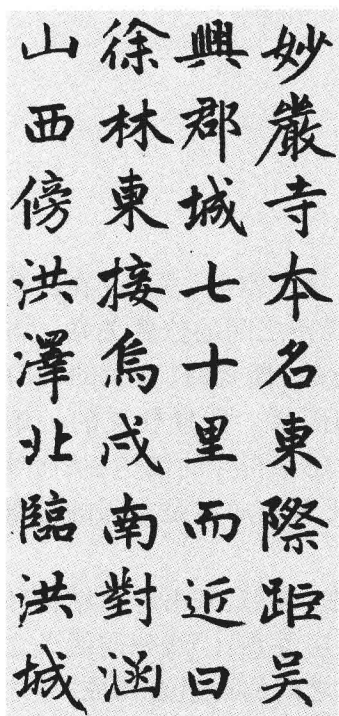
二、自然型

结构轻松、随意、自然，变化较丰富但不事夸张，字型结构及章法随势而变，从而体现出一种轻松、和谐的节奏感和韵律美的特征。如王羲之《兰亭序》、董其昌《前后赤壁赋卷》……

三、强烈型

此类行书讲究空间的大开大合、强调疏密对比，凸现出一种视觉效果上的冲击感，其空间特征正如“疏处可走马，密处不透风”者。如米芾《多景楼诗》、王铎《自作诗轴》……

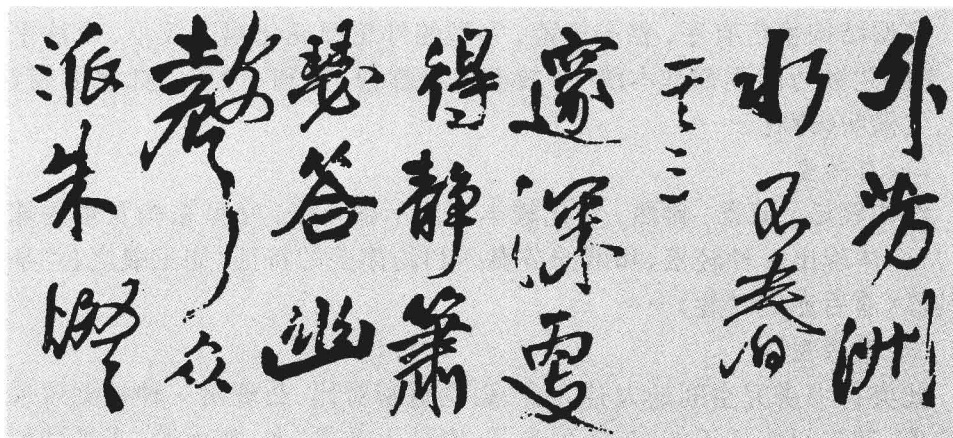
总之,我们首先必须要正确分析并把握所学习对象的“空间构成”的类型,属何种方式?何种效果?其次应该了解到行书的结构和章法再怎么变也必须要遵循一个总则,即,变化而不做作,自然而不平庸。这就是说,要掌握一个“度”的问题(意即变化幅度的上限与下限、强化与弱化之间的一个合理范围),任何属于“变化”的范畴都有一个临界点,过犹不及。



元 赵孟頫 《妙严寺记》



晋 王羲之《快雪时晴帖》



明 王铎《自书诗卷》

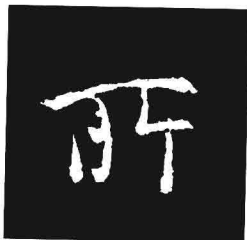
第五讲 行书的基本笔画

行书是五体中介于楷书与草书之间，比较灵活生动的一种书体。因此其笔画相对于楷书笔画，则显得变化丰富；相对于草书笔画，则显得典雅宁静。因此，我们在书写行书时，应特别注意动与静的结合，强调其丰富的提按变化。

行书笔画中粗与细、弧与直、长与短、柔与硬等等的对比变化十分丰富，因此，要写好行书，必须先掌握好手腕的灵活运用。只有熟练地掌握了手腕的翻转、提按等技巧动作，我们书写的行书才会轻盈灵动，而又不失典雅稳重。

一、横

长横



长横多为略向右上倾斜，多露锋起笔，中段略细且富有弹性，收笔略往下垂或回锋。

短横



短横用笔简洁明了，粗细变化不大，笔画姿态生动，形状各异。

二、竖

短竖



短竖形状十分生动，可露锋起笔，笔画粗细变化幅度较大，且弧度明显，故多呈一竖点状。

长竖



长竖须用中锋书写，线条挺拔有力又不失柔韧，末尾可逐渐收起，呈悬针状，也可处理成竖钩状。

三、撇

出锋撇



出锋撇多重按起笔，中段用笔凝练，纯用中锋，末尾逐渐提起，整体形成一段富有姿态的弧线。

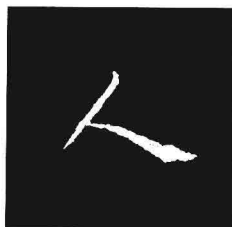
回锋撇



回锋撇用笔较快，圆劲柔韧，在末尾处可回锋收笔，以连带其他笔画。

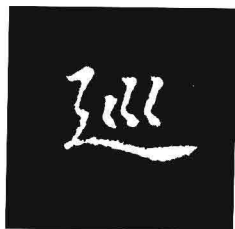
四、捺

斜捺



斜捺露锋起笔，笔画挺拔略往上提，提按节奏比较鲜明。

平捺



平捺一波三折的特征十分明显,斜度不太强烈。

五、点

斜点



斜点露锋下笔,逐渐重按,最后往左轻轻挑出,形态饱满厚重。

挑点



挑点从上而下起笔,按下后迅速转变方向向右上挑出。

撇点



撇点向右下方露锋起笔,随即向左下方撇出,一般运笔速度较快。

竖点



竖点形状、用笔都类似短竖,只是笔画略为短小,且稍带斜势。