

尹 兴 编著

行书二王尺牍解析

培贵题



◎ 《学书引鉴》解析丛帖

叶培贵 主编


中国社会科学出版社

叶培贵主编

《学书引鉴》解析丛帖

# 行书二王尺牘解析

尹 兴 编著

 中国社会出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

行书二王尺牍解析/尹兴编著. —北京: 中国社会出版社, 2009. 11  
(《学书引鉴》解析丛帖/叶培贵主编)

ISBN 978-7-5087-2889-6

I. 行… II. 尹… III. 行书—法帖—中国—东晋时代 IV. J292.23

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 196204 号

---

**丛 书 名:**《学书引鉴》解析丛帖

**主 编:**叶培贵

**书 名:**行书二王尺牍解析

**编 著:**尹 兴

**责任编辑:**刘稚雯 张淑宁 晓 晶

---

**出版发行:** 中国社会出版社 邮政编码:100032

**通联方法:** 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话:(010)66080300 (010)66083600

(010)66085300 (010)66063678

邮购部:(010)66060275 电传:(010)66051713

**网 址:** www.shcbs.com.cn

**经 销:** 各地新华书店

---

**印刷装订:** 北京凯达印务有限公司

**开 本:** 170mm×240mm 1/16

**印 张:** 4

**字 数:** 30 千字

**版 次:** 2009 年 12 月第 1 版

**印 次:** 2010 年 1 月第 2 次印刷

**定 价:** 12.00 元

## 《学书引鉴》解析丛帖总序

叶培贵

10年前曾在恩师欧阳教授中石先生指导下撰写《学书引论》，由高等教育出版社出版。雅承中国社会出版社缪爱，更名《学书引鉴》再版，且命以主编一套解析丛帖，梯航初学。书之一道，既实际又玄妙。笔者有幸拜入明师门下，请益20年，仍觉迷惘，已既昏昏，敢求使人昭昭?!然职在庠序，芹献所学，义不容辞，乃请多位青年学兄各任一册。各位学兄少壮有为，或为中国书协会员，或为书法专业之博士硕士，术业有专攻，既融旧学，亦多新见，所作解析实已远超笔者，忝任主编，不过总领事务而已。

各册编排，原则上仍依“笔法”、“字法”、“章法”三要素为纲，而以“偏旁部首”贯串笔法字法，以“拓展应用”及“硬笔临摹”引导“学”“用”关系。盖积画成字，多赖偏旁部首为系联，且汉字之偏旁部首实已自成一分类框架，由此入手，或可得提纲挈领之妙用，收举一反三之功效。又，各册用笔图示，不求一律，然若干图示实则将笔锋“行进”与“提按”连缀一体，易致误会。各册“拓展训练”采用偏旁组合或直接手书，亦未必皆能尽合规范。以上种种，务请读者诸君使用时留心，并请不吝赐正。

# 目 录

第一章	《王羲之行书尺牍》介绍及行书的学习建议 .....	1
第二章	不同形态的基本笔画在原帖中的运用 .....	8
第三章	典型部首在原帖中的应用 .....	20
第四章	以二王尺牍为基础的拓展训练 .....	28
第五章	硬笔临习浅说及示例 .....	38
附录一	王羲之尺牍原帖 .....	40
附录二	集王圣教序原帖 .....	52

# 第一章 《王羲之行书尺牍》介绍及行书的学习建议

王羲之（公元303~361年或321~379年），字逸少，幼讷于言，长则善辩。曾为庾亮参军，官至右军将军、会稽内史，后称病去职，优游山水而终。父王旷、从伯王导、叔父王廙皆有书名，又学书于卫夫人，博综众长，遂将钟繇古质朴素的书风改变为风流妍妙的今体，成为书法史的一个转折。他的行书、今草书，标志着这两种字体的成熟，并以其完美的技法和婉媚的风范，成为行书、草书的最为重要的典范之一，影响了此后整个中国书法的进程，被后人誉为“书圣”。王羲之的书法被唐太宗李世民誉为“尽善尽美”，是中国书法的最高典范。其行书代表作《兰亭序》享有“天下第一行书”的美誉。

## 一、《王羲之行书尺牍》介绍

尺牍书迹是王羲之传世行草书的重要作品，因其笔法灵动、结构丰富和情感自然，成为书法学习者最好的行书启蒙字帖之一。尺牍就是信札。纸出现以前，写信用木牍，纸出现以后，仍采用木牍的尺寸格局，故以尺牍代指信札。一般来讲，尺牍由于是应用性的，书写时往注意不在字，反而常常收到风行雨散、润色开花的意外之趣，给人一种亲和力，“书圣”王羲之的尺牍更是如此。本书的主要研究对象是流传可靠的王氏行书墨迹摹本。包括《平安帖》、《何如帖》、《奉橘帖》、《丧乱帖》、《二谢帖》、《得示帖》、《频有哀祸帖》、《孔侍中帖》、《忧悬帖》、《快雪时晴帖》和《姨母帖》等11通。

《平安帖》、《何如帖》和《奉橘帖》为唐人摹本，合裱一纸，简称“平安三帖”，现藏我国台北故宫博物院。《平安帖》右下角残留“僧权”二字的左半部分，《何如帖》的右下有“察”、“怀充”字样，分别是梁朝内府鉴赏家徐僧权、唐怀充的押书，说明二帖曾入梁朝内府。由印鉴可知其在明代曾由大收藏家项元汴、张则之收藏，至清代乾隆时进入内府，并由《石渠宝笈》收录。

三帖的风格比较相近，为王羲之中期的作品。《平安帖》笔势、体势相对跌宕，字形大小变化较大，而《何如帖》、《奉橘帖》则极为相似，平和安详，不激不厉，字距、行距较大，爽朗有致。与《姨母帖》相比，这三帖一个最大的共同点在于善用笔尖，似乎更适合表现新体行书的妍美特征。中国书法演变过程的一个重要内容是毛笔表现能力的不断增强和笔法的不断丰富。王羲之的今体使毛笔的表现力得到前所未有的突破，锋尖在提与按的转带中得到前所未有的强调。如《平安帖》中“来”字第三横的上翻，增加了横与竖之间的连带关系，下两点之间的牵带，及末笔出尖引势于“十”字，都是极其巧妙的。“余”字右部笔势的牵连，更使人感觉活灵活现。另如“想”、“明日”、“当”、“复”、“悉”等，牵带效果极佳。设想如不用锋尖过渡，这些特殊的点画形态是很难展现的。《何如帖》中“羲”、“白”、“不”、“尊”、“何”、“寻”等，《奉橘帖》中“三”、“百”、“枚”、“末”等，虽各自有别，但无论是露锋尖出还是藏锋逆入，动作都很完整。这其中，起笔尖入迅即又按下顿折的动作不少，如《平安帖》中的“十”字，《奉橘帖》中的“枚”、“百”等。这种起笔动作的增多，无疑增加了笔画的耐看性。然而，三帖在章法又体现了各自的风格，《奉橘帖》笔画较细，非常清秀，上下字也不相连，字距、行距都很大，显得疏朗宽敞；《平安帖》的笔画比较粗，线条圆润丰腴又不失遒劲，字与字之间联系更紧密，连笔增多，布局上更加茂密；而《何如帖》在布局疏密程度上介于这两者之间，笔画劲挺，字形修长，风格俏丽清逸。

《丧乱帖》、《二谢帖》和《得示帖》为唐摹纸本，合裱一纸，称为《丧乱三帖》，现藏日本皇室。在《丧乱帖》的右下角有“僧权”的左半部分字样，《二谢帖》的次行下方有一“珍”字，这是南朝梁武帝的内府鉴赏官员徐僧权、姚怀珍的题检押书。《丧乱三帖》右端纸边处有三方朱文印的局部，其排列方式和所存印文与同藏于日本的《孔侍中帖》右端的三方印相同，可推定印文为“延历敕定”，说明曾为日本天皇内府所藏。“延历”是日本桓武天皇的年号，在公元782~806年间，对应唐朝为建中、兴元、贞元年间，可见此帖应该是唐朝贞元或贞元以前流入日本的。至清光绪十八年（1892年），杨守敬摹入他的《邻苏园帖》，始再为国人所知重，墨迹印刷品在国内流传则在1934年以后。

《丧乱帖》纵28.7厘米，8行，62字，抒发对北方祖坟被破坏的愤怒和悲痛之情，是王羲之行书尺牍中字数较多的作品。此帖的最大特征是今草笔法意态的

大量使用。前三行行笔较为平和，后五行则逐渐草化，速度逐渐加快，到第五行和第七行形成了高峰。行书中糅杂草法，有效地强化了作品的节奏感，并且使行书单字具有草意而造型飞动活泼，进而形成很多笔势连贯的字组。单字草化比较典型的有“复”、“奔”、“哀”、“盖”、“深”、“感”、“何”等字。如“奔”字，上松下紧，最后一笔左拉使此字略微右倾，具有了飞动之势。如“感”字，左撇直而下拉，右边部分极力往右往上靠，使得中宫疏朗，戈钩起笔位高且笔势极斜，使右部分形成极度左倾的险绝之势，但左撇直且有力下方与戈钩平齐，这样形成犄角之势，使整个字重心平稳。在这个字中，既有左倾险绝之势，却又重心平稳。此外例证尚多，不遑备举。笔势连贯的字组有“苦甚”、“痛贯”、“痛当奈何”、“奈何”、“奔驰”、“深奈何”、“何言”等等。如“痛贯”二字，“痛”字字势略微左倾，“贯”字上部极为平正，若盖去下部分，我们会发现此组字稳稳当当了无动感，下部分“贝”字，处理得极为高明，横折钩右斜，使整组字又有了左倾之势，而左下点极力的左拉，又中和了这种动势，最后一点可谓神来之笔，突破常规奋力左拉，又加强了整组字的动感，且与下面“心”字左点呼应，增加了上下的连贯。这些化用草意、字势连贯且内涵丰富的字组，不仅极大地丰富了《丧乱帖》的笔法，也丰富了章法。第一行比较平稳，第二行所有的字都有向左侧倾斜之势，第三行又趋于平稳，第四五行整体有左倾之势，第六行“奔”字略微右倾，中和了左倾之势，维系了作品整体平衡，第三行下方的“摧”字也有这种微调作用。整幅作品中大部分字略向左侧倾斜，但在整体上我们却感觉不到向左倾倒之势。

《二谢帖》是王羲之尺牍中跌宕起伏、粗细变化较大的作品。从字形大小上看，最大的“女”、“爰”字，最小的“不”、“善”字，大者至少是小者的三倍。从笔画粗细上看，粗者如第五行的“右”字，细者如“象”、“所”字，变化极为悬殊。此帖还有一个突出的特征是单个笔画的内部变化极为细腻丰富。如开篇“二”字，第二横中间由重到轻笔尖稍微提起的动作很明显；第二行“爰”、“再”字，三横都有提笔的动作，富有变化；再如“想邵”二字，笔画细处如针，挺拔俏丽，难得处在于细笔画中仍富变化，纤细的连笔中尤能表现笔势的转换和起伏的变化。类似变化在此帖中处处皆是，成为它的一个独特面貌，善假于此，可作训练笔尖敏感度和细腻性的最佳范本。

《得示帖》笔力雄强，通篇中最大者“雾”字，是一般字的两倍以上，可视



做本篇的“题眼”。如此大的一个字，却不觉其唐突，而与作品的其他部分相融无间、极为和谐，这是因为自小到大与自大到小的过程中都有合理的过渡。试看“雾”上的“不欲触”字已是由小到大，至“雾”字达到顶峰乃有顺理成章之势；再由“雾”到“迟”，中间是字笔力不减而字形变小的“故”、“也”，变化也极为自然。试想“雾”字后若紧跟“迟”字，必显突兀。此帖单字和字组的处理，也很值得推敲。单字如“示”字，上下拉开，形成上松下紧的对比，左点奇大且靠近竖钩，右点轻巧且远离竖钩，这样在“示”字下部又形成了左实右虚的对比。“故”字左边平稳，右边开张且重心右倾，使整个字即刻有了飞动之感。字组如“知足下”，“知”和“足”都有明显的重心左倾之势，“下”字竖的右倾和点的平正，有效地中和了这组字的左倾之势，使这组字寓飞动于平稳之中。再如“未佳”之“未”字两横左右紧收，下方两点极力拉开，形成上窄下宽之势，“佳”字靠右且紧凑，仍然使得“未”字两点开张在整组字中十分突出，上下字重心一左一右，错落跌宕。在临习中，既要抓住“主要矛盾”，又要使它统一协调起来。

《孔侍中帖》，亦称《九月十七日帖》，墨迹白麻纸本，晋王羲之书，唐人摹本，此帖与《频有哀祸帖》、《忧悬帖》合裱于一卷，纸缝间皆盖有“延历敕定”朱文玉玺三枚，原藏日本东大寺，后散落民间，为前田家所藏。《快雪时晴帖》，王羲之书，唐摹纸本，现藏我国台北故宫博物院。纵 23 厘米，横 14.8 厘米，4 行，28 字，字字珠玑，被誉为“二十八骊珠”。

## 二、行书的学习建议

行书与楷书的属性的差异性，决定行书学习过程和思路与楷书过程和思路的差别。因此，在行书的学习中首先要做到“解放思想”。基于这些认识，作者对行书的初学者提出如下建议<sup>①</sup>。

行书的初学者最重要的是要讲究规范性和基础性。孙过庭说：“初学分布，但求平正。”这个阶段选择的范本应当是风格相对平和的，同时必须比较全面、规范地展示行书的基本技巧，以使学习者能够获得最准确的基本方法。历史上符合这种要求的，首先是二王一系的作品。我们推荐如下几种：王羲之行书尺牍如

<sup>①</sup> 参考叶培贵《行书教材》第一章，华文出版社，2006年版。

《得示帖》、《丧乱帖》、《孔侍中帖》等，王羲之《兰亭序》（神龙本），怀仁集王羲之《圣教序》，王献之《廿九日帖》、《地黄汤帖》等，米芾《蜀素帖》，赵孟頫尺牍等。

在学习的初级阶段，技巧锤炼的主要内容可以概括如下：

### （一）笔锋的出入、锋的中侧及所形成的形态

行书笔锋的出入方法、中侧变化以及所形成的形态非常丰富自然，对它们的把握，是能否进入行书书写的关键，特别是对于以楷书入门的学习者来说。楷书形式的严谨，表现为笔法周到，各种技巧充分调动；而行书则对周到的楷法进行了一些简化，以求表现行书的特点。因此，学习行书，笔法上要求“解散楷法”，解散不是不要，而是有所选择、有所弃取。但另一方面，行书也形成了一些与楷书不同的新技巧，总体上形式有时反而显得更加丰富复杂了。

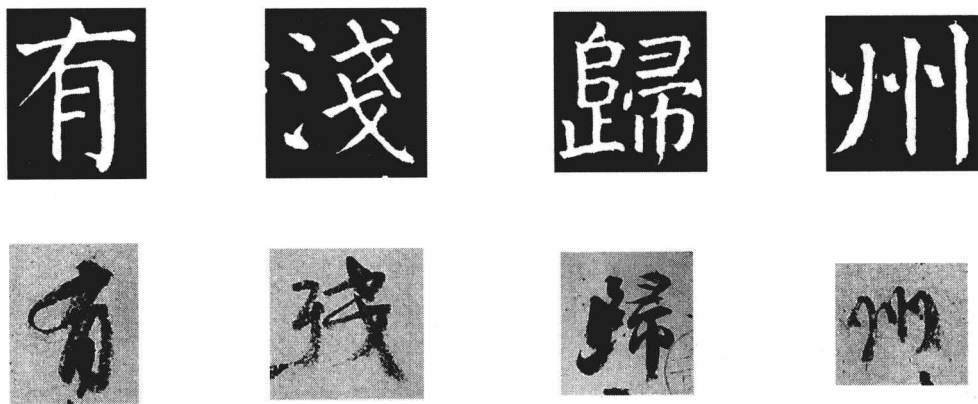


图 1-1 楷书行书笔锋使用对比图

### （二）特殊笔顺、重要偏旁的连省方式

一般而言，行书笔顺特别是行楷，与楷书相比不会发生太大的变化。但行书的生成目的之一是快捷，因此笔画的连接方式也就是笔顺难免与楷书有一些不同，特别是行草，如果不能正确理解和把握，也就难以写出符合特点的行书。



图 1-2 楷书行书笔顺比较图

上列例字：楷书“庭”中的“壬”的笔顺是“ノ→一→丨→一”，而行书的则两横连写后最后写“丨”；楷书“姪”的“至”的笔顺是“一→ノ→、→一→丨→一”，而行书则把“、”放到最后再写，其他笔画连绵完成；楷书“清”的“丰”的笔顺是“一→一→丨→一”，行书则是“一→丨→一→一”，后两横连写；楷书“承”的笔顺是先中间后两边，而行书则是从左到右。

出于同样的理由，行书对字形也会进行适当的简化处理，比较常见的手法是连和省。连，是指连笔书写；省，是局部省略。不知连、省，行书特点的表现，也都会大打折扣。



图 1-3 连省形态的行书与楷书比较图

### (三) 基本结构原则的把握和运用

行书结构与其他字体结构一样，建立在汉字字形的基础上，但是形成了自己

的特点。由于特点不同，观察方法也要作适当的改变，所应当掌握的原则也会与其他字体有所不同。比如，讲篆隶，重要的是先把握横向、纵向笔画之间的分布，而行书则要先学会观察字形的欹与正、疏与密等对比关系。



图 1-4 楷书行书结构比较图







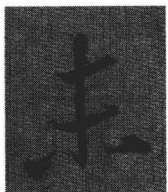



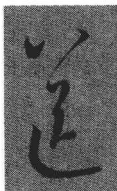



上列例字：“真”，楷书除一横较长之外，其他部分匀称，行书则是个欹侧形态，长横与两点向左移动很大，顶部很紧，中部很空，姿态非常跌宕；“卿”，楷书三个部分横向错落排开，端正稳定，行书则进一步加大错落关系，“卩”被移到了全字的右下方，整个字形变成了纵长形，而且字势极险；“期”，楷书也是微有错落的横向排布，而行书则首先拉开两部分的距离，形成中部很大的空白，而且除了“月”的“丿”是垂直的之外，其他纵向笔画一律向左倾侧，字势同样非常险峻，但因为宽和而毫不失衡；“节”，楷书虽有大幅度的疏密关系，但主要是因字形本身特点来发挥，行书把除了最后一竖以外的其他部分整合为一个具有横势的倾斜的整体，最后一竖从中伸下，既有托举作用，也形成横向和纵向的对比关系。

此外，还要重视一个问题，每个行书字结构的变化可能性比楷书通常要多一些，应注意积累、探索每字结构的多种可能性，以求灵活处理，而不能僵化地理解。














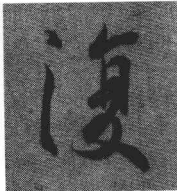




图 1-5 行书结构形态的多样性示例图




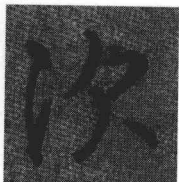




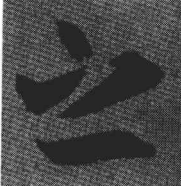

## 第二章 不同形态的基本笔画 在原帖中的运用







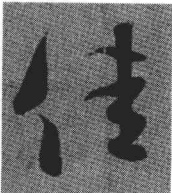
<p>点 第一类形态</p>   <p>完成这个笔画有两个步骤。 第一，笔锋入纸，然后向下或右下压笔形成点的基本形态；</p>	 <p>慕《丧乱》</p>	 <p>茶《丧乱》</p>	 <p>墓《丧乱》</p>	<p>由“慕”字到“来”字的点画都有完整的两个步骤，其中前十二个字是意连，后六个字是实连。最后“心”、“羲”、“增”三个字的点画只有</p>
	 <p>来《丧乱》</p>	 <p>未《奉橘》</p>	 <p>益《丧乱》</p>	
	 <p>志《平安》</p>	 <p>前《二谢》</p>	 <p>送《二谢》</p>	
	 <p>羲《姨母》</p>	 <p>羲《姨母》</p>	 <p>示《得示》</p>	

续表



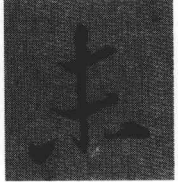
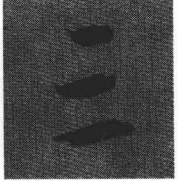


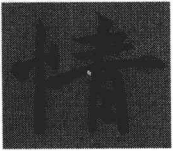






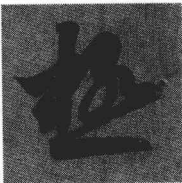




第二，向右或右上提笔，与右边的点画相呼应或连接。				第一个步骤，没有和后面的笔画形成实连或意连，但这三个点画在形态上与下一笔画有呼应。	
	增《平安》	善《快雪》	尊《何如》		
					
	首《丧乱》	胜《频有》	来《平安》		
					
	心《丧乱》	善《孔侍》	增《频有》		
第二类形态					由“之”到“审”六个字的点画都有完整的两个步骤，与下一笔画形成意连关系；“肝”、“迟”、
		之《何如》	之《何如》	复《何如》	
					
	复《何如》	谢《二谢》	审《何如》		

续表

 <p>这个点画与第一个动作一样，提笔和出锋的方向不同，它是向下或左下提笔。</p>	 <p>肝《丧乱》</p>	 <p>迟《二谢》</p>	 <p>次《快雪》</p>	<p>“次”三个字与下一笔形成实连关系；由“得”至“痛”六个字的点画只有第一个步骤。</p>
	 <p>得《得示》</p>	 <p>痛《丧乱》</p>	 <p>离《丧乱》</p>	
	 <p>之《姨母》</p>	 <p>之《丧乱》</p>	 <p>痛《姨母》</p>	


<p>横 第一类形态</p> 	 <p>载《平安》</p>	 <p>来《平安》</p>	 <p>存《平安》</p>	<p>由“载”字到“三”字为第一种写法，由“尊”字到“摧”字为第二种写法。</p>
	 <p>未《二谢》</p>	 <p>静《二谢》</p>	 <p>佳《二谢》</p>	

续表

 <p>这类横画有两种写法。第一种，“奔”字的第一个短横，笔锋入纸，在行进中塑造横画的形态，这种写法一般为短横。</p>	 <p>二《二谢》</p>	 <p>未《奉橘》</p>	 <p>三《奉橘》</p>	
	 <p>尊《何如》</p>	 <p>毒《丧乱》</p>	 <p>情《姨母》</p>	
	 <p>痛《丧乱》</p>	 <p>面《二谢》</p>	 <p>示《得示》</p>	
	 <p>顿《丧乱》</p>	 <p>极《丧乱》</p>	 <p>想《平安》</p>	
<p>第二种，“百”字的第一横，起笔直接切笔。</p>	 <p>安《平安》</p>	 <p>平《平安》</p>	 <p>首《丧乱》</p>	



续表

	 <p>十《平安》</p>	 <p>离《丧乱》</p>	 <p>乱《丧乱》</p>	
	 <p>王《姨母》</p>	 <p>丧《丧乱》</p>	 <p>摧《姨母》</p>	
<p>第二类形态</p> 	 <p>载《平安》</p>	 <p>来《平安》</p>	 <p>体《何如》</p>	<p>在这一类字中有些原本不是横画，但在书写中表现出横画形态，在这里统一纳入到横画中考查。如“来”、“悉”等字。</p>
 <p>寻《何如》</p>	 <p>霜《奉橘》</p>	 <p>羲《何如》</p>		
 <p>悉《平安》</p>	 <p>悉《二谢》</p>	 <p>前《二谢》</p>		