

历代书法名家技法鉴赏丛书

◎ 中国少年儿童出版社 ◎

行书技法鉴赏

上

李起敏◎编著

曲抱点

独立点

蚕毛点

上方点

上圆点

散水点

内收竖点

外展竖点

历代书法名家技法鉴赏丛书

行书技法鉴赏

上

李起敏◎编著

中国少年儿童出版社

序
言

书艺，作为艺术在人类文化史上是专属于东方文明的奇葩。它古老，古老得犹如远古的图腾；它新奇，至今依然在每个书家的笔下日新月异。它写实，具像得如化石上的古生物；它抽象，抽象得如符号中的符号。

1983年在厦门召开的一次学术会议上，伍蠡甫先生嘱咐我研究一下《六艺之一录》。回京后几经周折，我终于在社科院图书馆借阅了这部400余卷专论礼、乐、射、御、书、数六艺之一——书法的论著。当时，国内对海外传来的现代派艺术依然“打入另册”，尤其对抽象艺术更是视为异类。殊不知，抽象艺术的老祖宗恰恰正是在大汉民族自己家里，光耀古今的六艺之一——书艺。

此后，我开始讲授书法美学，同时进行了书法和另一抽象艺术——音乐的比较研究。书法作为抽象艺术虽然是普通技艺，却是何等的伟大，其内蕴又是何等的深宏，那简直是美的渊薮。

普通人要写好书法，因为它会带给每个人终生伴随的一种审美的愉悦，一种陶冶情操的修养，一种创造美的实践价值。挥毫泼墨之时，那种只可体验和意会而难以言传的心境，物我两忘、心与物冥的畅怀，简直就是创造了一个世界，做了一次造物主的感觉。这种体验，在写大篆，尤其作草书之时，会变得最为强烈。

假如把书法比作绘画，那么可以这样说：大篆是写意画，小篆是工笔画，狂草是泼墨，隶书是庙堂建筑，楷书则是民居。

如果说大篆以最精练的线条图画物像的话，那么，草书则以最具韵味的抽象形式，表现了最生动的意象和境界。中国的抽象

艺术正因为如此,才具有诱人的魅力。现代派艺术家如能从中体会到个中三昧,定会有惊人的收获。古往今来作草书的人,总把大千世界的一切物象融会笔下:花草虫鱼,崩崖绝谷,闪电惊雷,五岳山川一齐尽收眼底。龙跳天门,虎卧凤阙,惊蛇入草,狮蹲狼奔。或长枪大戟,俨然一片古战场;或白云出岫,山泉淙淙流出一片和平淡远,一切都可以寄托、象征在草书里。它是随心所欲的自由王国,传神写意,取其物象,不拘形迹。可以说,草书创作本身就是至美的法则,而它所具备的难以企及的抽象美之所在,就在于有画亦有诗的韵味和境界。

书法,是一门绝妙的艺术。它高深玄妙,令帝王将相瞠目;它平易近人,又使平民百姓贩夫走卒会心。不同的书体,产生于不同的时代,而其艺术魅力却不受时代的局限。

篆书游龙戏凤,如画;隶书长袖临风,如舞;楷书老骥伏枥,如塑;行书且吟且咏,如歌;草书天马行空,如乐。

学书者,无论老幼,都无须孜孜以求于点画的形似,而要掌握其规律,一起步就应着力于点画的神态动势,使运笔为传神服务,方能使点画有所归宿,赋有灵魂,把字写活,否则就会把字写死。唐楷的法度虽好,唐诗的格律虽严,但千余年来,后人千军万马却总不能诗超李杜(李白、杜甫),书盖颜柳(颜真卿、柳公权)吧。现今,诗早已突破古人大踏步前进了,书则进步不大,应该是我有我法的时代了。有的现代书家大胆地做了探索,但路子尚有待研究。书与画早已分道扬镳,把书弄成画面总不是正途,因为那不是书,而是画了。正像诗中有画,不是说以诗配画,而是指诗中如画之意境一样。书画同源也不是从原始回归到象形文字,更不是向图解文字发展。

这套《历代书法名家技法鉴赏丛书》,原是应和平出版社之约,为成人学书法而编撰,后又改为由中国少年儿童出版社出此书,这样就不得不对原稿作某些调整。但愿本丛书能够老幼咸宜,无论对初涉书坛者,还是当代书家,也无分老幼尊卑,均可开卷有益。本来希望能在长达几千年的书海中理萃掇英,以求对书艺的发展变迁描绘出一个可见的缩影,同时也让学书法的读者有所择从。成年人不妨试试从一个新的角度、路径和方法去学习书法:可以按书法的历史发展顺序,先从大篆写起,继而隶书和小篆一起写,再写楷书、行书,最后写草书,用一年的时间篆、隶、楷、行、草5种书法都熟悉了,你就会自然钟情于某种书,然后再集中精力去攻之,两年过去,定会形成自己的书写风格了。而青少年或可

从书史的中段切入：由隶书开始，上溯可由隶书至小篆，至石鼓文至金文；下行可由隶书至楷书至行书至草书。希望大家把学习书法作为一种审美活动，像参与一场演出、一次远足、一次音乐会、一种文学修养，不必欲求惊世之作，但求有赏心畅怀抒情之效。以书法为业者毕竟是少数，但学习和喜爱书法者理应是全民。

学书途径，我欣赏后一种从隶书切入的方法。因为隶书与楷书相近，点画比楷书单纯，而法度又不像楷书那样森严。它承上启下，同各种书体有比楷书更为密切的联系。西晋文学家成公绥曾盛赞各种书体中惟隶书繁简中庸，规矩有则，用之适宜：“或轻拂徐振，缓按急挑，挽横引纵，左牵右绕，长波郁拂，微势缥缈。……缤纷络绎，纷华灿烂，细缊卓犖，一何壮观！”“或若虬龙盘游，蜿蜒轩翥，鸾凤翱翔，矫翼欲去；或若鸷鸟将去，并体抑怒，良马腾骧，奔放向路。仰而望之，郁若霄雾朝升，游烟连云；俯而察之，漂若清风丽水，漪澜成文。”

当然，在成公绥生活的时代，楷书与隶书尚未真正分流，但除狂草外，各种书体已基本齐备了。隶书作为各种书体的纽带必定是不差的。本书这样推崇隶书，并不是作者对隶书情有独钟，而是希望以它作为一个较理想的切入点而已，并不限制大家作别种选择。

本丛书共分为五卷，每卷前有对某种书体的技法讲解，后有历代名碑名帖分析鉴赏，形成一个完整的组合，以便于读者学习鉴赏实用。对于每种书体，每位书家，丛书创作尽量点出其师承渊源，以洞察其风格形成的历程，继承与创新的奥秘，力图为读者提供一份借鉴。

书法，毕竟是文化巨川中的一个分支，艺术大洋中的一片静海。它所表现的不仅仅是个人的情思，更是中国文化的心灵境界。我们透过数千年形成的繁复的笔法、家数、渊源、流派和风格等内容，可以洞见我们中华民族文化的诗心，感受到中国美学和艺术的真正性灵和生命的慧境。中国画重视用笔，重视线条美，书法当然尤甚。明代文学家解缙在《春雨杂述》中说：“若夫用笔，毫厘锋颖之间，顿挫之，郁屈之，周而折之，抑而扬之，藏而出之，垂而缩之，往而复之，逆而顺之，下而上之，裘而掩之，盘旋之，踊跃之，沥之使之入，韧之使之凝，染之如穿，按之如扫，注之趯之，擢之指之，挥之掉

序 言

之，提之拂之，空中坠之，架虚抢之，穷深掣之，收而纵之，蜚而伸之，淋之浸淫之使之茂，卷之蹙之，雕而琢之使之密，覆之削之使之莹，鼓之舞之使之奇。喜而舒之，如见佳丽，如远行客过故乡，发其怡；怒而夺激之，如抚剑戟，操戈矛，介万骑而驰之也，发其壮。哀而思之，低回戚促，登高吊古，慨然叹息之声；乐而融之，而梦华胥之游，听钧天之乐，与其簞瓢陋巷之乐之意也。”

熟练地驾御笔墨，理解前人用笔的精妙，继承传统的精髓，工夫到了，自然就能体会其天巧奇妙之处。学者之所以注重用笔，就是首先要解决好书写中字的骨架结构形体问题；然后才能写出神采韵致。一旦豁然贯通，就能进入像钢琴家弹钢琴一样的境界，心手合一，情融笔墨，物我无间，达到浑然天成，也就是学书的化境了。而这学书的化境和极致，乃是为了表达感情个性，抒发喜怒哀乐，而非其他。如上，愿与青少年朋友共勉。

李起敏

1995年夏秋之交于蓟门烟树

2000年夏修订

行书简述

王羲之介绍	1
王羲之行书笔法分析	2
王羲之行书结体笔意	21
王羲之行书师承渊源	33
王羲之行书《圣教序》鉴赏	34
王献之介绍	46
王献之行书结体笔意	47
王献之行书师承渊源	57
王珣介绍	58
王珣行书结体笔意	59
王珣行书师承渊源	63
王珣行书《伯远帖》鉴赏	64
米芾介绍	66
米芾行书结体笔意	68
米芾行书师承渊源	77
米芾行书《梅花赋》帖鉴赏	80

王羲之介绍

王羲之(321—379)少从卫夫人(铄)学楷书,并学钟繇、张芝,逐渐形成笔画清圆、结构端正的正楷字体。同时又别创一种自然清新、笔势流动、变幻多姿的行书,被称为“千古妙迹”,他奠定了我国正书、行书的基础,直至现代,依然是书法规范。

王羲之行书气宇融和,风度优雅,协调而舒徐,有行云流水之美。唐太宗盛赞右军(王羲之别称)书法之美道:“尽善尽美,其惟王逸少(逸少是王羲之的字)乎!观其点曳之工,裁成之妙,烟霏露结,状若断而还连;凤翥龙蟠,势如斜而反直。玩之不觉为倦,览之莫识其端。心慕手追,此人而已!”王羲之书法醉人者在于爽爽然有一种风气。“右军如龙,北海如象”在体势上都表现了生气和动态美。王羲之后来渡江北游名山“遂于众碑学习焉”。可见一个创造型的艺术家,必然阅历涉猎需极其广阔,方能进入高妙的境界。

唐代张怀瓘《书议》称,书法“千百年间得其妙者,不越此十数人,惟逸少笔迹道润,独擅一家之美,天质自然,丰神盖代。而兴酣兰亭,墨泱池水,逸少一出“虎变而百兽踰,风加而众草靡”。犹登泰山之崇高,知群阜之迤邐。诚一字而万殊,岂含规而孕矩,之所以圣称百代,通今变古,肯綮游刃,神明合理。

王羲之行书笔法分析

◎点
运笔轨迹图

点若龙睛，是各种笔盖的浓缩、替身又是吊桥与纽带。行楷和行草的点有近楷与近草的不同。

上圆点



轻入笔右顿下转 左上回收



寒情脩

永之字

室寶寒

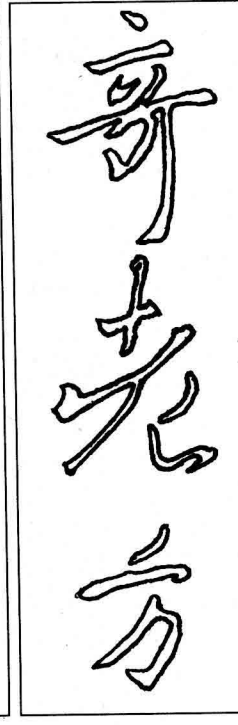
茂锋起笔 转笔下行

上方点



二连点



曲抱点 	侧法的异势变形			点画各自独立为寔楷之特点	独立点 
内接点 	与其他笔画相边，笔法不拘			挑画之异势变形	蚕尾点 

鼠矢点



形峭小

俯之奇

清流

三点呈左弯弧式

内收竖点



外展竖点



一点独立二三点左展右上挑

湍

流

激

况

流

注

互不相连

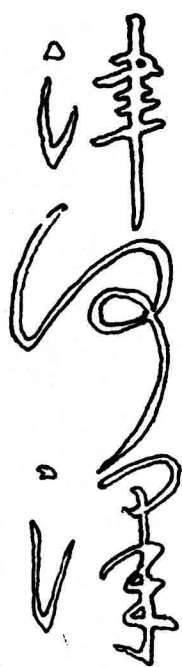
散水点



流水点



二三点并连若轻捷竖挑



双点,左呼右应顾盼生姿

上相向点



下相向点



双点,有敛有纵,或成横折笔



以点代撇



横四点一



四点连一横或成横折笔势

為無然

為然為

前三点连成横与第四点呼应或后三点连成一横

横四点二



以点代捺



殊外之

陸大猷



以点代二横



書靜時

老事与

以点代横



以点代背抛钩



見疏

所上仁

以点代竖



圆起圆收横



◎横

运笔轨迹图

- ①露锋落笔，向右运行鳞勒若涩
- ②仰策、顿教条、折锋、回锋或出锋

露起圆收横



圆起露收横



上挑横



畢至懷

何言於

下折横



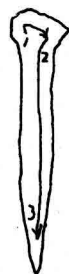
◎竖

运笔轨迹图

①裹锋向上、转锋

②提笔下行出锋

挺如针



半并奉

悬针竖



玉箸竖

丨

上

時

靜

引

暢

陳

垂露竖

丨

仰挑竖

丨

仰

直

情

十

川

述

铁柱竖

丨