

行草篇

步入書法之門

上海书画出版社

行草篇

步入書法之門

上海书画出版社

行草篇

ISBN 7-80635-988-5



9 787806 359884 >

定价：6元

步入书法之门

Bu ru shu fa zhi men

行草篇

上海书画出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

步入书法之门.行草篇 / 上海书画出版社编. — 上海:
上海书画出版社, 2001.5
ISBN 7-80635-988-5

I.步... II.上... III.行草书—书法—基本知识
IV.J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001)第 25411 号

步入书法之门
行 草 篇

刘一闻等 编



上海书画出版社出版发行

上海钦州南路 81 号
邮政编码: 200235

杭州临安美术彩印厂印刷 各地新华书店经销

开本: 787×1092 1/32 印张: 7.75

2001 年 5 月第 1 版 2001 年 5 月第 1 次印刷

印数: 0,001—7,800

ISBN 7-80635-988-5/J·1599

定价: 6 元

目 录

概况综述

行书概说 闵祥德 10

草书艺术简说 刘一闻 14

技法述要

浅谈行书基础技法 张晓明 20

行书的用笔特征 祝成武 32

行草书的取法与择帖 胡传海 41

草书形近字浅谈 沈道荣 51

临习讲评

谈谈《十七帖》的临习 张伟生 58

《兰亭序》临习试析 赵一新 64

清代三书家临《书谱》赏析 平 泠 69

似与非似之间

——试析高二适临张旭《古诗四帖》 平 泠 74

意态萧散、风度凝远的《韭花帖》

——兼评明清两件临作 张伟生 78

如何临写黄庭坚的书法 曾 明 84

临黄山谷《花气诗》述要 柳曾符 88

临米碎语 沈培方 93

名篇欣赏

绝技与心灵的结晶

——王羲之《快雪时晴帖》欣赏 王壮弘 100

王羲之的书法艺术及其《兰亭序》	沈定庵	104
谈谈孙过庭《书谱》的草书艺术	一瓢	108
颜真卿的《裴将军诗》	王南溟	115
怀素和他的《苦笋帖》	沈培方	117
虚灵高古 温文尔雅		
——浅析怀素今草的艺术特色	夫凡	121
杨凝式和他的《卢鸿草堂十志图跋》	王南溟	126
杨凝式墨迹四帧赏析	李裕康	129
短长肥瘦各有度		
——谈谈《黄州寒食诗帖》的艺术特色	孙敏	134
“尚意”的黄庭坚草书	张伟生	137
《诸上座帖》的艺术特色	方尧明	141
从《苕溪》、《蜀素》谈米芾用笔特征	吴柏森	148
米芾《苕溪》、《蜀素》帖结体之管见	唐建军	153
和风偃草 披美缤纷		
——黄道周行书《榕木问业》欣赏	孙敏	159
书论集萃		
历代行草书书论评注选	一瓢	166
附录		
历代行草书名作概览表	熊凤鸣	188

概况综述

行书概说

闵祥德

书法是汉字的书写艺术，有着三千多年的辉煌历史。从书体的演变而言，它不时地顺应时代的变更，由甲骨文、大篆、小篆演变为隶书、八分、楷书、行书、草书等。诚然，大凡每种书体的出现，既代表了那个时代的书风，同时也代表了那个时代的审美情趣，反映了那个时代的文化面貌。

行书，相传为后汉恒灵时的颍川人刘德昇所创，又有锺繇行押书之说。尽管至今我们尚未见到这两位书家的行书墨迹，其确切程度也难持定论，但论及行书之源多由此起。卫恒《四体书势》云：“魏初有锺(繇)胡(昭)两家，为行书法，具学于刘德昇，而锺氏小异，然亦各有其巧，今大行于世”。从秦汉人墨迹(如秦代竹简、西汉竹简、帛书等)看，行书之萌芽，则远在古隶时期。若从魏晋一些资料及墨迹看，行书的成熟、完善，亦可推至魏晋之间。北朝书论家王愔云：“晋世以来，工书者多以行书著名。昔锺元常善行押书，尔后王羲之、献之并造其极焉”，由此可见行书之源头。

行书，在众多的书体中是极惹人喜爱的一种书体。它不仅形式美观，富于变化，具有流走活泼、生动自然的风姿意韵，同时在书写中亦不受界格的制约，可以自由伸缩。也正因为行书比其他书体书写起来更便利、易于辨认，具有较大的实用性与美的风采，故自晋代以来，凡善书者无不研习此体。当然，行书和其他书体一样，均具有它一定的法度和体

系。简言之：兼真者谓之“真行”，兼草者谓之“行草”，行书乃介乎正楷与草书之间。

唐代张怀瓘《书断》云：“行书即正书之小伪，务从简易，相间流行，故谓之行书。”具体而言，行书是楷书的小变，它是在楷书的基础上简化，并通过笔画的变异，改变楷书的笔法和结构，行笔比楷书率意，由独立变为牵连；结体比楷书流动，由规整变为活泼。实际上行书就是运用草法，部分地简省楷书的笔画，以草书用笔的流动和放纵性，冲破楷书用笔的稳定与严谨性，形成楷、草融汇一炉的书体。

由于行书不及楷书那样工整，又不似草书那样奔放，因此行书的体势与楷、草书就不尽相同了。但必须清楚地知道，它是利用和依存楷、草两者的不同优势，借助于楷、草两种不同用笔方法而得以发挥。如行书笔画的勾、挑、点画之间牵连的游丝，即是利用草书的笔法。若笔画中的勾、挑、点画之间无游丝牵连，即属楷书的笔法。

行书正因为有在笔法、笔形上兼具楷、草的特征，没有固定的程式，因此，字势便显得活泼、天真、率意、流畅。行书运笔与打太极拳较为相似，不像草书那样有大海奔腾的气势，也不像音乐旋律中有大幅度的颤音。行书用笔如流水行云，稳畅沉着，既不过分放纵，又不流于呆滞，既要有韵律感，又不可一泄直下。即所谓“十迟五急、十曲五直、十藏五出、十起五伏”之意。可以说，行书用笔之关键，在于把握好运笔的速度与节奏，掌握好行笔之顿挫、提按等技巧。迟则痴重而乏神，速则窘步而失势，直来直往者则力浮，无徘徊俯仰者则无韵致。唐虞世南云：“行书之体，略同于真。至于顿挫盘礴，若猛兽之搏噬；进退钩距，若秋鹰之迅击。故覆腕抢毫，

乃按锋而直引，其腕则内旋外拓，而环转纾结也。……亦如长空游丝，容曳而往来，又如虫网络壁，劲而复虚”，即是此理。

行书用笔皆重逆锋、藏锋，锋不外露，以使“藏筋抱骨”，从而达到浑强雄劲的艺术效果。当然，行书不能光追求浑强雄劲，它还需要有更深邃的意境和韵致。就是说，在表现浑强雄劲中还要不失洒脱流畅之韵味。至于说用笔或正或侧、或藏或露、或顺或逆、或收或放、或缩或垂，皆贵在用锋。用锋主要以中锋为主。当然，在书写中也不是完全、绝对地全部使用中锋，偶以偏锋与侧锋取势，这也是可以的，但必须要避免横卧其锋，否则一片模糊，损伤了艺术效果。中锋用笔不仅可以突出点画的力感，同时也可以使顿挫、转换不失其重心。如果说表现点画的圆满周到、富有强烈的韵律感，中锋自能为之；如果说体现浑强雄劲，或洒脱流畅之韵味，偏锋与侧锋是无法办到的。当然，任何一切事物都不是绝对的，书者也不可忽视偏锋与侧锋在书艺中的作用。

“书法以用笔为上”，因此，初学者必须懂得如何才能学会行书用笔。有效的方法是，先从严谨入手，直至娴熟，再开始放纵。初学时多取楷法笔意，这样容易把点画写得沉著，也自然能避免流滑不稳之弊。

行书结构自有它的特色。它不仅不受点画长短、大小的约束，同时也不受某些“法则”的限制。它往往是随体势而定，纵横错落，灵活多变，伸缩范围很广阔。对初学者来说，行书的结体仍需遵循孙过庭《书谱》所言：“初学分布，但求平正”，只有先入平正作基础，尔后从平正中求变，这样，自会操纵如意，不致手忙脚乱而误入歧途。行书结构从根本

上来说，是要处理好“平衡对称”、“多样统一”与“对比照应”等关系，做到上下相承接，左右有呼应，疏处不使空荡，密处不使闷气，映带自如，脉络清晰，给人以井然有序的美感。

行书的布局，与其他书体“布阵”相似，它主要是对字与字、行与行进行合理的组合，使之成为美妙完整的篇章。当然，行书布局主要是掌握字内部与外部的联系，处理好字与字、行与行之间的疏密、斜正、伸缩、向背、虚实、聚散等关系，达到彼此照应、互为协调。古人云：“一行之间，自相顾盼，如树木枝叶扶疏，而彼此相让，如流水之沦漪杂见，而先后相承也”，这正是对行书布局法的概括。

行书，在历代碑帖中尚属较多的一种，并且风格各异。然而，书者选临何种为宜，是要慎重考虑的。我认为，若书者喜爱婉润清新、遒媚劲健的风格，则可选临王羲之的行书墨迹；若书者喜好气度开张、奇伟豪迈的风格，可选临颜真卿的行书墨迹；若书者喜欢飘逸超迈、沉著痛快的风格，可选临米芾的行书墨迹；若书者对清隽飘逸、流转圆润的风格甚感兴趣，可选临赵孟頫的行书墨迹，如此等等。当然，选临任何一种风格或流派的行书碑帖，书者都须专心致志，不要“朝颜暮赵”，否则将会一无所成。

此外，临帖主要是捕捉它的精髓，唐太宗《论书》云：“今吾临古人书，殊不学其形势，惟在求其骨力，而形势自生，吾之所为，皆先作意，是以果能成也。”此语对临帖初学者来说，是大有启示的。

(原载《书与画》总第25期)

草书艺术简说

刘一闻

中国的书法渊远流长，传统书法中的草书，更是书法艺术的奇葩。后世学人，群而效尤者甚众，其影响，播及古今。

草书之始，原为简便书写，创以连绵快捷法出之。《宣和书谱》曾列有“藁草”、“藁书”之说。至东汉，许慎《说文解字·叙》有“汉兴有草书”之谓。汉初通行的是“草隶”（即草率的隶书），后逐渐衍化为“章草”。传说至汉代末期，敦煌渊泉人张芝立志变法，解脱“章草”中带有隶书的波磔笔法并改变了字与字不相关联的写法，以连贯偏旁字行的体式——“今草”享世。“今草”的出现，为以后独立于书坛的“草书”，带来了广阔的前景。至唐代中期，一代旗手张旭更是变本加厉地身体力行，将“今草”推向了高峰——“狂草”。

本文试以历代草书的沿革为线索兼及各家各派的发展概况，从传统书法的角度，将草书艺术作一概述。

引曲 草 隶

中国的文字最初起源于实用。远自象形甲骨，推之籀文篆隶，莫不如是，随着生产力的不断发展，文化艺术便应运而生。诚然，“草隶”之初的“赴急行草”，严格地说来，亦并不作为一种艺术的书体而出现的，从大量的史料来看，日益进步的社会生活，才是“草隶”出现和得以发展的唯一依据。“赴急行草”之说，则再度说明了“草隶”的根本含义。因此，“草隶”的出现，事实上只是作为“草书”这一特定的规范

意义上的前奏而已。

一、章 草

“章草”，是我国的早期草书，由草写的隶书演进而来。历来，有关章草的说法众多，兹列述如下：《书苑菁华》引唐代蔡希综说“章草兴于汉章帝”，认为章草是汉章帝时用于章奏的书体；《书断·卷上》则引唐韦续之说“因章帝所好名焉”，亦认为章草与章帝有关；《书断》复引王愔语，谓“汉元帝时史游作《急就章》，解散隶体粗书云，汉俗简坠，渐以行之。”认为章草因史游《急就章》而得名；另有一说，则为后世学者从字义上考释，以为“章草”之章，本身与此一体式的端庄严正有关。

尽管众述纷纭，但是有一点可作定论的，便是“章草”至章帝时代，已经成为一种成熟的书体了。作为一种独立的书体，“章草”在艺术上的风格显而易见。由于“章草”源自先于一般汉碑（如《曹全碑》、《乙瑛碑等）的古隶，因而虽有隶书特征的波挑波磔和蚕头燕尾之类，却更不拘常式，更具天趣的姿态。“章草”的独个取势和迥异于他种书体的绵连取势，则愈加增添它的古朴放纵的用笔和力感。再者，由于“章草”是简化了的隶书或篆书的笔体，从这一点上说，为汉字的由繁易简，提供了理论上和实践上的重要依据。

二、今 草

“今草”，亦称“小草”，汉末有之。“今草”的出现，从体式上说来，是“章草”的进步。尤以“今草”的文字间的联缀顾续，为书写带来简括婉约和清和逸宕之趣。至魏晋之际，业臻完好。此间的代表作品，首推西晋陆机的《平复帖》，此作笔法圆润潇洒，气象朴拙，且时有“章草”笔意，为得“今

草”之神韵者，在书法史上有着十分重要的地位。与《平复帖》比肩而立的，有东晋王羲之的《寒切帖》、《十七帖》、《远宦帖》、《三月十三日帖》和《上虞帖》等，所作纵守适度，开张有致，欹斜相生，为后人多所宗法。唐太宗李世民曾盛赞右军曰：“观其点曳之工，载成之妙，烟霏露结，状若断而还连，凤翥龙蟠，势如斜而反正。玩之不觉为倦，览之莫识其端，心摹手追，此人而已。其余区区之类，何足论哉！”毫无疑问，右军以其法书足称晋代书范的领袖人物，其非同一般的影响力贯彻古今书坛。

值得一提的是，作为王羲之第七子的王献之，在继承张芝和王羲之书风的基础上，力主改革前规，图谋“破体”。唐代张怀瓘《书断》载：“献之尝对父云，古之章草未能宏远，顿异真体，合穷伪略之理，极草踪之致，不若藁行之间，于往法固殊，大人宜改体……。”李嗣真《书后品》称“子敬(王献之字)草书，逸气过父。”乃见献之不事陈法，开创新风的进取态度。献之作书，气势开拔，悍峻爽迈，对后世影响很大。其传世作品有《鸭头丸帖》、《中秋帖》、《送梨帖》和《十二月帖》等。书法史上，王献之与其父并称为“二王”，与陆机并称为“陆、王”而外，尚有由陈入隋的智永上人，他是王羲之的七世孙。北宋苏轼评其书为：“骨气深稳，体兼众妙，精神之至。”米芾《海岳名言》称其书：“秀润圆劲，八面俱备。”清代何绍基称其《真草千字文》“笔笔从空中来，从空中往，虽屋漏痕，犹不足以喻之。”至此，诸学士如此褒誉，智永书法之妙，则可见一斑了。

唐代书法理论家孙过庭和他的《书谱》，历来受到书坛的瞩目。《书谱》非但精于述论，其书法造诣亦高。北宋