

名家文化小丛书

书法心理

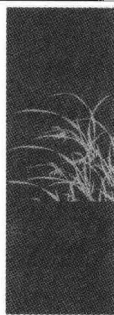


李辉 主编
虞愚 著

大象出版社

名家文化小丛书

书
法
心
理



李
辉
主
编

虞
愚
著

大
象
出
版
社

图书在版编目(CIP)数据

书法心理/虞愚著. —郑州:大象出版社, 2009. 10

(名家文化小丛书/李辉主编)

ISBN 978 - 7 - 5347 - 5698 - 6

I. 书… II. 虞… III. 汉字—书法—基本知识—中国
IV. J292. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 127321 号

责任编辑 成 艳

责任校对 孙 波

装帧设计 无风夜

出版发行 大象出版社 (郑州市经七路 25 号 邮政编码 450002)

网 址 www.daxiang.cn

制 版 力源文化

印 刷 河南新华印刷集团有限公司

版 次 2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

开 本 787 × 1092 1/32

印 张 3.5

字 数 64 千字

定 价 10.50 元

若发现印、装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

印厂地址 郑州市经五路 12 号

邮政编码 450002 电话 (0371)65957860 - 351

总 序

李 辉

二十多年来，文化热潮此起彼伏，历久不衰。热潮之中，相关话题以及论述方式，范围日渐宽泛，颇有朝着两极方向拼命拉开距离之势。或趋向宏大、笼统，以玄妙、空泛、繁复方式进行阐述；或趋向琐碎、细微，以新奇、通俗甚至低俗吸引眼球。各类文化图书，应运而生，成了出版界的宠儿，其中利弊优劣，很难界定，好在真正热爱文化、有文化情结的读者，越来越聪明，越来越有选择权，由此，文化也就有可能真的热闹起来了。

2009年春天，大象出版社社长耿相新先生向我提议，是否可以策划一套小丛书，侧重于普及，以小、以精取胜，尽可能让读者在不太长的时间里，从文化名家的娓娓叙述

中，获取某一具体主题的知识。

很好的建议，我当即付诸落实，这就是“名家文化小丛书”的由来。

所谓“名家”，即各领域、各学科的成就卓著者。他们各有所专，各有所长，厚积薄发中时有精粹之作。启动之初，作者人选侧重于人文学科，以后将向其他学科延伸。

所谓“文化”，即广涉文化不同主题，尽量突出具体、明确和小角度切入的特点，使每种书的话题不至于空泛、玄妙。所选作者的叙述文字，也大多具有叙述明畅、生动、有趣的特点，以适应读者轻松阅读的需要。

所谓“小丛书”，即在每种书的话题“小”之外，字数以三万至五万字为宜，属于真正的“小书”。这一规模的图书，既便于阅读，也便于携带。舍此，恐怕也就失去“名家文化小丛书”所追求的普及目标。

小，却不应漫不经心；普及，也不应迎合浅薄。

辛弃疾有词云：一丘一壑也风流。于是，且借此套小丛书，一一呈现各位名家的文化风流。

写于 2009 年 6 月 8 日，北京，雷电大雨中。

目 录

书法心理

自序	3
绪言	5
第一章 书法生理的基础	9
第一节 神经系统的联络	9
第二节 书写时各种动作	13
第二章 书体的分析	23
第一节 古文	25
第二节 大篆	27
第三节 小篆	30

第四节 隶书	31
第五节 八分书	31
第六节 真书	32
第七节 草书	33
第八节 行书	34
第九节 杂体书	35
第三章 执笔的方法	37
第四章 用笔的方法	42
第一节 李斯用笔法	42
第二节 卫夫人笔阵图	43
第三节 王右军笔势论	44
第四节 欧阳询八法	47
第五节 李世民笔法诀	47
第六节 智永永字八法	48
第七节 张怀瓘用笔十法	49
第八节 蔡邕的九势为八	50
第五章 学习书法的几个基本问题	59
第一节 姿势的正确	63
第二节 临碑帖的方法	64
第三节 时间的长短	65
第四节 纸墨笔砚的选择	69
第五节 书法的测量问题	71

第六节 学习书写的次第	78
附录	
碑帖举要	84
本文重要参考资料	89

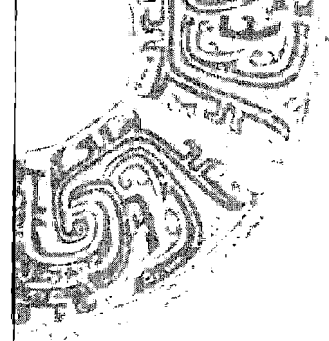
汉字的书法艺术

第一章 书法的生理基础	97
第二章 书法的基本动作	99
第三章 书法的美学问题	102



书法心理^{*}

^{*}本文写于1936年，商务印书馆于1937年出版。



自序

书法一道，中国素极注意，洎乎西学闯入，学者从事自然科学及社会科学之研究。凡有书写率以钢笔、铅笔替代，熏习既久，毛笔几将尽行废置，其不至行行如紫春蚓，字字若绹秋蛇者盖亦鲜矣。近年以来，识者有悟其非而思有以改正之矣。顾观杂志报章所发表，率多依傍西哲，非言书法男女间若何差异，即言书法量表当若何规定，究当如何执笔，如何能写好字，多略而不论，即稍有论及，亦类隔靴搔痒，已失中国书法本来面目。而一班通儒硕师间有片言只语能发千古之秘，又惜其理论过于抽象，非初学所能领略。求其能荟萃中西，折中一是，前此未数数见焉。予究心书法有年，弱冠以前，遍临晋唐法帖；弱冠以后，追溯周秦汉魏诸碑，

于此道之甘苦略知一二，久思网罗诸说，折中众长，编《书法心理》一书以飨国人之有志于斯者。撰草既竟，同好者以印行为请，聊贡一得之愚，焉敢借以自炫。窃念书法为中国特有之美术，国人应有相当之学习，凡有论列，云胡可秘，几经删削，草成此本。本书之目的，在糅中西之理论，以明书法心理之体系，唯说明兼采新旧，取其实际，以便学者。而全书重心，端在执笔及用笔二事，故书中之见解颇异他书。盖著者自信学者苟能明了若何执笔及若何用笔，则所理想书法教学之目标，若正确，若整齐，若敏捷，若美观，均不难达到，若舍此不求，无有是处也。书法原有美术及应用两途，前者为专家所有事，后者为国民所有事，欲求速成应用，未便过讲高深，可从本书第五章第六节A项普通书写次第学习。至于对书法有特殊之兴趣以专家自期者，除应知书写时各种动作、书体种类、执笔及用笔方法外，则B项特殊书写次第亦可供参考。中间凡有说明未详之处，尚祈博雅君子有以进而教之。

中华民国24年6月30日山阴虞愚德元识于厦门大学

绪 言

科学与美术有不同的点，科学是用概念的，所以凡属科学的东西，最容易说明，也最有方法说明。美术是用直观的，所以在人生种种现象与活动之中，更没有神秘如艺术之不可解者。譬如这里有一个“人”，在科学上讲起来，这是具有形、体、重、运动、知觉及有理性的动物，这是生物之一，都从概念上去进行；若从美术眼光看起来，这个人的姿态与风度觉得美观就是了。是不是具有理性的动物都可不管，其余的是不是生物之一以及和植物构造的同异，更可不管了。我们进一步讨论，科学与美术不但是用概念和用直观的区别，同时科学本身是注重在“知”方面，美术是注重在“能”方面。这话怎样解释呢？例如我们以“加”的法则教

导一班学生，明日令他们算一算加数的算术，他们只要遵循所授的法则尽量地去运用，他们对于教师所出加法的算题，多少有方法可以解决；同样，假使我们教导一班学生，我们以颜真卿的书法教导他们，明日令他们照颜真卿的字体书写，我想他们就是非常地留心教师教导的方法，用十二分的努力去书写，恐怕也不能办到了。“知”的方面有一定的法，则学习以后比较容易得来，“能”的方面虽有点方法可以遵循，可是没有这种才能，就是专恃方法一生一世也有学不到的。这是无可如何的事，也是我们引为憾事的。所以属美术方面的东西，大半都是靠天分，讲求美术的人，应当具有高尚的胸襟、超越的见解、真挚的同情心，明眼见到，妙手擒来，有求之多时而不得，也有一旦不期而自至，能手一点不觉得困难，不能的人苦心焦思，也没有用处，试观中外的诗文书画篆刻，哪一件不是靠着天分而成名的？

照上面看来，书法是属美术而非科学，那么我们讨论书法心理，岂不是欲以科学方法来言美术吗？我们要知道笔意是书法的内容，笔法、结构、笔力等是书法的形式。笔意是否绝俗，这关系书写的经验智力修养，至于形式的美丑那是属于技术的问题。严格说起来，这两方面，虽是同样没有方法可以依赖，但是后者毕竟有些基本方法可以遵循，书法心理就讲究这些方法。

技术要达巧妙的境地，不能专靠规矩，非自己努力锻炼不可。学作文的人不是读几篇文章作法。书法也是如此，单知道一点书法心理的知识，也不一定就能写好字。反过来说，不知道书法心理的人，若是专心临摹也竟有成功的一天。总而言之，一切技术都是专靠外来的知识而缺少练习，绝对不能到巧妙的境地，专心临摹，无间寒暑，这话虽是简单，实在有至理在焉。要想书法成家，不能不从这方面下切实工夫！

照上面所说一定有人要怀疑书法心理没有什么价值，古来的人完全没有受过什么书法心理，只专心临摹，结果也能成家。这种见解，从表面观之，好像言之成理，持之有故，但是进一步推究，仍未免为似是而非之谈。须知法则是能指示必由的途径，使人得到正当的观念。法则只是对于那班把它认为万能徒然死守不肯再下切实工夫者没有用。跟着专家去学习，比较自己瞎撞，一定来得正确，专心临摹，凭着练习成功，其方法必定暗合书法心理的法则，法则没用而有用，就在这一点。书法心理的真价值，也在这一点。

中国素来是注重书法的国家。中国古代常听到一句口号，就是“读书写字”。由此可知中国素来注重书法的学科，差不多把书法与读书列为同样重要，而现在西洋书法教学运动的呼声，也一天高于一天，不过就我个人平常所感觉到

的，认为中国一般书法的教学，不细心研究中国书法的内容，方法上多半趋于陈腐，诚然不能满人意，而一般从事学科心理的人，对于西洋的材料尽量地介绍，实在太近于西洋化，以致各校的书法教员，莫知所从，这是一种极不好的现象。我想西方没有毛笔书，也没有以书法悬在壁间以为美观，以铁笔钢笔的书写，无论如何不能和毛笔书写一致。根据这一点，我想中国书法必定要站在中国人的立场，用过去先哲最有效经验，用心理的方法，作推陈出新的改革；同时将西洋的理论有共同的地方选择采用，方为有效。抱了这个态度，所以大胆来讨论在学科心理中极重要的书法问题。

第一章 书法生理的基础

写字并不是一种简单的动作，乃是感觉与动作两方面的活动。换句话说，也就是使一种动作适应于一种特别刺激的意思。可见向来书法教学已牵涉生理问题。本章约分神经系统的联络、书写时各种动作两点讨论之。

第一节 神经系统的联络

我们游览一个地方，脑中觉得有一种印象，假使我们对这个地方特别喜欢，我们就流连忘返，或是想再来游几次，那么觉得印象更深，并且历久而不忘；反之，假使我们遇到一个平庸的地方，不能引起我们特别的兴味，印象不久也就淡薄了。此种印象的保留深刻不深刻，究竟有没有内在的作