

习书有

法

崔園弼 著

娛信可樂也夫人之相與俯仰
一世或取諸懷抱悟言一室之內
或因寄所託放浪形骸之外雖
翫禽萬殊靜躁不同當其欣
於所遇暫得於己快然自足不
知老之將至及其所之既倦情
隨事遷感慨係之矣而所
欣俛仰之間以為陳迹猶不
能不以之興懷況脩短隨化終
期於盡古人云死生亦大矣豈
不痛哉每攬昔人興感之由
若合一契未嘗不臨文嗟悼不
能喻之於懷固知一死生為虛
誕齊彭殤為妄作後之視今
亦猶今之視昔悲夫故列
敘時人錄其所述雖世殊事

J292.1
C973

崔树强 著

习书有

法

娛信可樂也夫人之相與俯仰
一世或取諸懷抱悟言一室之內
或因寄所託放浪形骸之外雖
趣舍萬殊靜躁不同當其欣
於所遇暫得於己快然自足不
知老之將至及其所之既倦情
隨事遷感慨係之矣向之所欣
欣俛仰之間以為陳迹猶不
能不以之興懷況脩短隨化終
期於盡古人之死生之大矣豈
不痛哉每覽昔人興感之由
若合一契未嘗不臨文嗟悼不
能喻之於懷固知一死生為虛
誕齊彭殤為妄作後之視今
亦猶今之視昔悲夫故列

图书在版编目(CIP)数据

习书有法/崔树强著. —北京:中华书局,2014.4
ISBN 978-7-101-10058-7

I. 习… II. 崔… III. 汉字-书法 IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 057525 号

书 名 习书有法

著 者 崔树强

责任编辑 陈 虎

出版发行 中华书局

(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)

<http://www.zhbc.com.cn>

E-mail:zhbc@zhbc.com.cn

印 刷 北京天来印务有限公司

版 次 2014 年 4 月北京第 1 版

2014 年 4 月北京第 1 次印刷

规 格 开本/700×1000 毫米 1/16

印张 16 $\frac{3}{4}$ 插页 2 字数 200 千字

印 数 1-8000 册

国际书号 ISBN 978-7-101-10058-7

定 价 34.00 元



崔树强

江苏镇江人，北京大学哲学博士，西南大学特聘教授。主要研究书法创作与理论、中国美学史、中国艺术批评等。在《人民日报》、《光明日报》、《中国书法》、《美术观察》等刊物发表论文近百篇。独立主持国家社科基金、教育部人文社科项目、重庆市教改项目等。《中国书法》杂志曾作“中青年学术精英提名”专题介绍，《气的思想与中国书法》获重庆市人文社科三等奖。

永和九年歲在癸丑暮春之初會
 於會稽山陰之蘭亭脩禊事
 也羣賢畢至少長咸集此地
 有峻領茂林脩竹又有清流激
 湍映帶左右引以為流觴曲水
 列坐其次雖無絲竹管弦之
 盛一觴一詠一足以暢叙幽情
 是日也天朗氣清惠風和暢仰
 觀宇宙之大俯察品類之盛



内容提要

本书分“本质原理”、“笔法墨法”、“结体章法”、“学习步骤”、“审美鉴赏”、“字体书体”、“创作观念”、“书家修养”等几个部分，从执笔、运笔、选帖、临帖……到各种书体的特点、写法、书作款式等方面，在对历代作品进行深入、细致分析的基础之上，重构古人的书写方法（笔法），在笔法与结构、章法之间建立一种必然联系；同时对古代重要的书法理论与批评术语一一进行阐释。书中还附有从甲骨文到清末名家的各种碑帖精品二百余幅。文字深入浅出，图文并茂，一读便能融会贯通。因此该书将是有益于学习中国书法的爱好者们攀登艺术高峰的绝好阶梯。

前言

一个人研究一种学问，原因不外乎两种：一种是那种学问对人们直接有用，像水稻栽培或企业管理，前者可以增加水稻的产量，后者可以增加公司的利润；另一种是那种学问虽然没有直接的实用性，但是它有趣，能激起人的好奇心，使人开心快乐，精神上感到愉悦、充实和满足，人们研究它，就好像是一个孩子钻进了天然岩洞，发现无限丰富的形状、色彩，感到开心极了，乐而忘返。

但是，钻进岩洞也有迷路的时候。所以，不仅要有好奇心，还要能在迷径中找到出路。事情本身有趣固然很好，但还要能明白“趣”背后的“理”。朱自清先生写过一本书，叫《经典常谈》，面世后数十年，一版再版，泽被了好几代人。他的好友叶圣陶评价道：

假如把准备接触这些文化遗产的人比作参观岩洞的游客，他就是给他们当个好向导，先在洞外讲说一番，让他们心中有个数，不至于进了洞去感到迷糊。他可真是个好向导，自己在里边摸熟了，知道岩洞的成因和演变，因而能够按实际讲说，决不说这儿是双龙戏珠，那儿是八仙过海，是某高士某仙人塑造的。求真而并非猎奇的游客，自然欢迎这样的好向导。

这样一种态度，是我非常向往的治学境界，也是本书写作的基本指针。所以，本书在写作中，要采集很多现成的结论，更要通过自己的体验和感受，力图去伪存真，化繁为简。

书法的事情，是容易被人弄得很玄乎的。原因就在于，它的很多内容需要体验。没有体验，说起来往往是隔靴搔痒，或听起来如堕五里雾中。但是，一味地拒绝“玄”的意味，又往往会把书法变成兴味全无的技术操练，那种最精深的微妙体验，很容易就被忽略掉了。徐复观先生曾经说过：“至今有许多人只要听到一个‘玄’字，便深恶痛绝。

我在此处愿意告诉这种人,克就人生上的所谓‘玄’,乃指的是某种心灵状态、精神状态。中国艺术中的绘画,系在这种心灵状态中所产生、所成就的。”

在我的理解,不仅绘画如此,中国书法也是如此。王羲之说:“把笔抵锋,肇乎本性。”中国人把写字和画画融为一道,因为笔触具有一种直通性,它直指书画家内心最深处的真性。如果一旦失去倾注于笔端的那种深沉鲜活的情绪律动,而流于矫揉造作的模仿,那么,所有的努力,都不过是在死人脸上擦粉。我觉得,在中国艺术观念中,美与丑常常没有死和活来得重要。这并不是说中国人不重视美,而是说中国人更倾心于活趣、活力、活态的呈现。不管书法和绘画,活是唯一的通途,所谓“唯在活而已”(郑板桥语)。

书法的练习,就是通过笔墨的技巧,达到精神活力的呈现。以我目前的了解,中国书法在技巧上颇具有精约凝敛的性格,但是在这种精约凝敛的笔墨挥洒中,却实现了精神活动范围的无限延展。此中的快意,熟拈笔墨者自能常常体味。据说,苏轼在连书数纸之后,曾掷笔长叹曰:“好!好!”这种体验,对于很多习书者,是并不陌生的。

应该说,书法算不上是一门很年轻的学问,但是,关于它很多方面的讨论,并没有能够深入透彻地展开,有些糊涂账一拖再拖。据我所知,现在的书法书籍,要么是对名碑名帖、例字范字的归类勾摹,琳琅满目于书店之中,很多习书者固然也能从此起步,但有时对行笔微妙的道理和审美鉴赏的真谛解说得不够透彻,使人们轻视它们的学理性;要么呢,就是很多书法文献资料的堆砌罗列,考据文献颇为详实,但书写本身的乐趣却踪迹全无,容易让人堕入文献深渊而无所适从。

书法能在今天的艺术学科门类中拥有一席之地,固然与它的艺术品质有关。它以最简约的形式,完成了人的情感宣泄和精神创造,为中国人的精神寻找到一种最赋民族特色的形式,千百年来深为国人所熟悉。我有时甚至觉得,过一世生活,就好比写一篇书法。生活的本质,在我看来,很大程度上就是心灵的选择。笔墨的痕迹,就像人生的路途。

拿起毛笔,下笔的每一个瞬间,实际上都是一种选择,是浓还是淡,是紧还是松,是刚还是柔,是密还是疏,是按还是提,是逆还是顺,是快还是慢,是方还是圆,是长还是短,是远还是近,是大还是小,是瘦还是肥,是繁还是简,是露还是藏,是收还是放,是急还是缓,是纵还是擒,是实还是虚,是文还是野,是拙还是巧,是拒绝还是迎接,是逆涩还是悠闲,是执着还是超然,是循规蹈矩还是天马行空……有的人,人生像楷书;有的人,人生是草书;也有的人,人生经历了从楷书到草书的变化。书如人然,其理不谬也。

中国和西方,原属于不同的文明,其思想也有根本的差异。书法,作为在中国文明

土壤中成长起来的艺术奇葩,或许更多地还是应该放置到中国文化之中来认识和解读。比如,对中国古代书论的研读(诸如“气”、“韵”问题)和技法的解析(例如“始艮终乾,始巽终坤”),离开中国文化背景,几乎是无法说清楚的。又如,书法家总是试图从生命和精神生生不息的运动中寻找美的理想,这也基于中国文化观念一个深刻的书法美学思想。

正因为如此,本书紧扣书法学习中最为基本的问题,从中国传统书法的吉光片羽中提炼出了八个问题,我个人以为,都是习书者必然要触及到的最重要、最基本的问题。第一部分“本质原理”,开宗明义,解析书理;第二部分“笔法墨法”,以技法为本,剖析笔墨之中的微意;第三部分“结体章法”,阐述结构法则和布白之道;第四部分“学习步骤”,从临摹到读帖,表明屡试不爽的前人经验;第五部分“审美鉴赏”,以提升眼力,带动手的跟进,从而明白诸多书“趣”;第六部分“字体书体”,辨析字体书体之别,各种字体衍变源流;第七部分“创作观念”,明晰书法创作的要义,演绎书法与人心的契合之道;第八部分“书家修养”,强调艺术最终落实在人,艺术与人格的紧密关系,提高书家修养的途径等。

本书不是对书法史的陈述,也不是对技法的图解,更不是对文献的考证,而是紧紧抓住书法学习者普遍遇到的最基本问题,进行层层剥笋的解说和推演,意在打通书法学习过程中的一些关窍,进而试图进一步打通书法与人生之间的通道。如果能有更多的朋友,因为此书而到书法艺术的海洋之中,舀一瓢而饮,在书法中找到中国人特有的精神空间和人生智慧,那么对于我将是莫大的激励。我只是希望传达自己一些真实的体会,这部书稿也只是一个尝试而已,希望能得到读者和方家的教正。

编辑说明

- 一、均衡与对称……………67
- 二、临是仿构之形……………72
- 三、布白:齐整之白与散乱之白……………79
- 四、章法:内气与外气……………84

学习步骤

- 一、临摹与得法……………93
- 二、读帖与悟道……………101
- 三、对摹书写的“组合拳”……………109
- 四、读帖、入帖与出帖……………115

目 录

前 言

本质原理

- 一、书写用品——文房四宝·····3
- 二、实用与艺术的分野·····7
- 三、外师造化：书法与自然·····12
- 四、中得心源：书为心画·····17
- 五、书法：立象以尽意·····22

笔法墨法

- 一、择笔：笔毫的性能·····29
- 二、执笔：把笔无定法·····36
- 三、笔力：力在字中·····42
- 四、笔势：狡兔暴骇，将奔未驰·····50
- 五、提按：心灵的节奏·····54
- 六、墨法：墨分五色·····59

结体章法

- 一、均衡与对称·····67
- 二、临危据槁之形·····72
- 三、布白：匡廓之白与散乱之白·····79
- 四、章法：内气与外气·····84

学习步骤

- 一、勤奋与得法·····93
- 二、双钩与临摹·····101
- 三、行草书中的“组合拳”·····109
- 四、读帖、入帖与出帖·····115

录 目

审美鉴赏

- 一、书法美的根源和特征·····125
- 二、力与生命之美·····130
- 三、谁能识得模糊趣·····136
- 四、书存金石气·····145
- 五、阳刚美与阴柔美·····151

字体书体

- 一、字体和书体·····159
- 二、大篆与小篆·····165
- 三、汉碑与汉简·····171
- 四、魏碑与唐碑·····177
- 五、草书和行书·····186

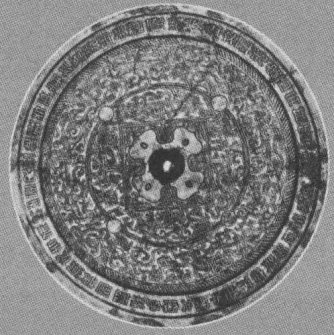
创作观念

- 一、线质与情感·····195
- 二、书者散也·····201
- 三、意在笔先与无意于佳·····207
- 四、五乖五合·····213
- 五、自成一家始逼真·····220

书家修养

- 一、书法与人格·····227
- 二、书如其人·····233
- 三、书卷气·····240
- 四、字外功夫·····247

后记·····257



本质原理

楷书					
一	二	三	四	五	六
七	八	九	十	十一	十二
十三	十四	十五	十六	十七	十八
十九	二十	二十一	二十二	二十三	二十四
二十五	二十六	二十七	二十八	二十九	三十

数字阿拉伯数字的合字

汉字阿拉伯数字的合字 (左图取自《中国古文字学》, 第 37 页)



文房用品

名家书画

一、书法与人格.....227

二、书如其人.....233

三、书卷气.....240

四、字外功夫.....247

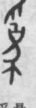
解疑.....252

一、书写用品——文房四宝

在很多人看来,练习书法只不过是写字而已。但是,当我们认真寻思“写”和“字”的内涵时,就会发现,书法的奥妙恰恰就在这里。

历史记载告诉我们,在大约距今 170 万年至 50 万年前,旧石器时代的元谋人、蓝田人、北京人已经在中国这片土地上生活了。但是,我们引以为自豪的历史悠久的华夏文明,也不过五千年左右。原因很简单,作为华夏文明最重要的标志之一,汉字只有几千年的历史。尽管在完整记录语言的汉字体系产生之前,应该已经经历了相当长的原始汉字阶段,但是,由于目前缺乏原始汉字的资料,所以我们还无法作出确切的说明。

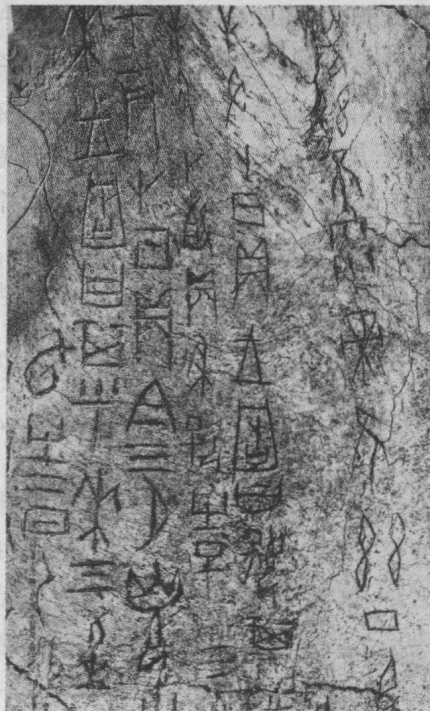
和世界上任何一种文字一样,汉字也是对应着语言而产生的,是语言的替代品。在现代技术产生之前,语言无法克服时间和空间的障碍而传之久远。尤其随着人的活动范围越来越扩大,再加上语言的地域性(方言)等诸多局限性,自然就需要创造出一系列的语言符号,来代替面对面的语言交流,从而完成人与人之间信息和思想的传递。这时,汉字就产生了。

	秉	隻	得	𠂔	為	采
甲骨文						
	珠 572	佚 427	菁 5.1	后 1.21.10	前 5.30.4	前 7.40.1
铜器铭文						
	秉觚	矢伯白	克鼎	猷钟	吕鼎	遣白

手和其他物组成的合意字

	兵	戒	丞	受	弄	具
甲骨文						
	后下 29.6	粹 1162	后下 30.12	后上 17.5		甲 3365
铜器铭文						
	郟觶尹征	戒鬲	小臣遘殷	孟鼎	智君子罐	商虢父殷

双手同其他物组成的合意字



汉字的象形性与甲骨文(左图引自高明《中国古文字学通论》,第 37 页)

这些最开始的符号,就是“文”。“文”(纹)的本义就是“错画”,即交错之画,就像传说中仓颉“见鸟兽蹄迹之迹,知分理之可相别异”那样,所以,“文”是早期的象形汉字。如果说“文”是妈妈的话,“字”就是孩子。“字者,乳也”,就像妈妈生了很多孩子一样,“文”衍生出很多“字”,即所谓“孳乳而浸多也”^①。这就是“语”、“文”和“字”的关系。

一个小孩子,从生下来牙牙学语,到开始读书识字,大概需要几年到十几年的时间去熟悉祖先所创造的语言符号。而人类从婴儿、幼儿到童年时期,则经历了几万年甚至几十万年时间。但一旦拥有了文字,我们就能和历史对话、和世界交流了。

不过,所有这些,都还与书法无关。

因为这是任何一个民族的任何一种文字所拥有的共同特征,即文字是语言的符号。只不过,汉字更加象形,并且是一直在使用着的世界上最古老的文字。正因为中国汉字的起始是象形的,所以人们在探究中国人写的字为何能成为艺术品时,很自然就想到了汉字的象形性^②。他们认为,中国人之所以拥有世界上独一无二的书法艺术,就是因为汉字是象形文字。也因为把书法的基础归于汉字的形象性,所以书法界一直有一种看法,即把汉字的起源,等同于书法的起源。比如,现在很多书法史的著作,要么从甲骨文开始,要么从半坡符号开始,就是基于这一观点。

但是,问题马上就出现了。第一,世界上并非只有汉字是象形文字。像美索不达米亚地区的楔形文字以及古埃及的文字,这些都是象形文字。它们不但没有发展成为一门艺术,而且早就消亡了。第二、汉字在漫长的历史发展过程中,并没有一直停留在象形层面上,而是逐渐远离了早期的象形意味。今天,我们所使用的汉字,90%以上都不再象形。第三、汉字中造字和用字的六个条例,即“六书”^③,象形只居其一。而且,究竟是象形在先,还是指事在先,还存有争议。所以,这一看法便受到了质疑。白砥说:“文字起始于象形,这是历史的事实,已无需佐证。但认为书法也起始于象形,却是不能令人信服的。”^④

我认为,书法的要义,并不在“字”,而在“写”。换句话说,学习书法,并不在意写什么字,而是关心怎么写字。林语堂说:“欣赏中国书法,是全然不顾其字面含义的,人们仅仅欣赏它的线条和构造。于是,在研习和欣赏这种线条的魅力和构造的优美之时,中国人就

① 许慎:《说文解字·叙》云:“仓颉之初作书,盖依类象形,故谓之文。后形声相益,即谓之字。字者,言孳乳而浸多也。”

② 宗白华在《中国书法里的美学思想》一文中就说:“中国人写的字,能够成为艺术品,有两个主要因素:一是由于中国字的起始是象形的,二是中国人用的笔。”见《宗白华全集》(3),安徽教育出版社1994年版,第402页。

③ 现在通行的“六书”,采用的是班固的顺序和许慎的名称。郭沫若就认为,指事在先,象形在后。

④ 白砥:《书法空间论》,荣宝斋出版社2005年版,第3页。

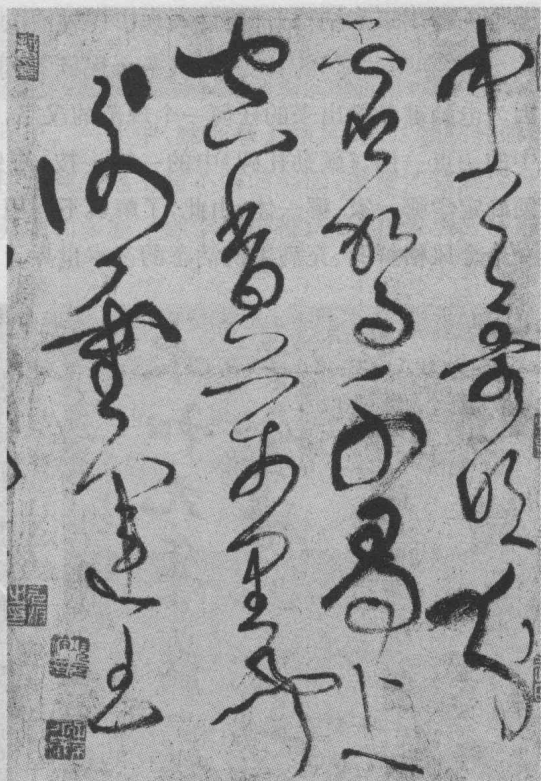
获得了一种完全的自由,全神贯注于具体的形式,内容则撇开不管。”^①有很多临摹某碑某帖多年的人,对于碑帖的内容却一无所知,就是最好的说明。

所以,从“字”到“写”的转变,实际上就是从汉字到书法的转变。

从“字”的角度来看,它是一种语言的符号,我们关注的是它的音、形、意,并用它传情达意。从“写”的角度来看,我们更在意用什么样的笔法,以什么样的节奏,通过什么样的结构造型,来把人心底里的那种并不是语言、概念所能表达、说明和穷尽的一种情感、观念、意志甚至是无意识的心灵隐微表达出来。“写”者,泻也,整个过程就像水的流淌一样自然。它的发端是在书写者的深心之中,流泻出来,则成为在洁白的纸上游走的带着体温的徒手线。这时候,线条就不再是语言符号的一个部件,而是一个完足的世界。因为它本身就有意义,它本身就有生命。

可以说,书法家实际上是借着汉字的形体结构和点画线条,在一个个有秩序、有笔序的汉字的书写中,通过线条的跌宕起伏和抑扬顿挫,通过有秩序的结构和自由流畅的线条,把源自人生命之中的那种力量、气势表达出来。实际上,在这个过程中,汉字的点画线条被注入了人的生命和感觉。我们反复练字,实际上也就是练习一种能够把自我生命融入点画的能力。

当一个汉字符号被书写者注入了力量、气势、感觉和生命,这时候,它就不再仅是一个作为语言符号的文字了。一个汉字符号,只要它的书写是正确的,能准确传达信息,至于是印刷体还是手写体,都无可厚非。但是,对于书法的认识却不限于此。古人常说,书法“宛若银钩,飘若惊鸾”,“矫若游龙,疾若惊蛇”,就是赞叹汉字书写中所蕴含的那种生命活力。汉字的使用,只关心规范与否、正确与否;而书法不同,它必须是活的,而不能是死的。



用线条把人胸中那种最深、最真的心灵隐微表达出来(张旭草书《古诗四帖》)

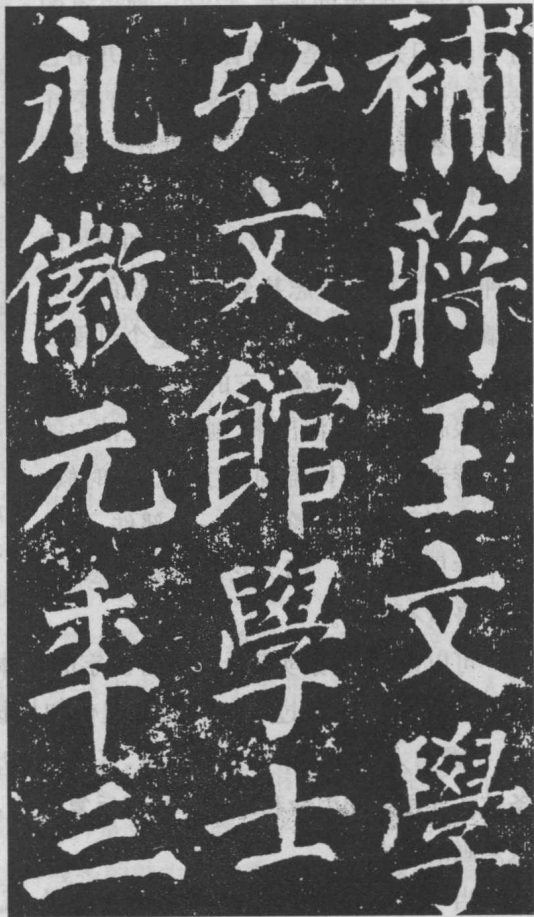
^① 林语堂:《中国人·中国书法》(全译本),学林出版社 1994 年版,第 286 页。

无论何种用笔和结构，都要能表现出一种活泼泼的生命的感觉。

从“字”到“写”的转变，是从一个民族共同体的语言符号，转变为个性化的艺术符号。因为电脑键盘敲出来的任何一个规范的汉字，都是属于整个中华民族所共有；而《兰亭序》中的一点一拂、《颜勤礼碑》中的一提一按，却只属于王羲之和颜真卿。要学书法，首先必须确定学哪一家、哪一体，由此，了解其不同用笔和结构的特点等等。唯此，才能真正走进一个个风格鲜明、充满生机活态的艺术世界。



王羲之《兰亭序》



颜真卿《颜勤礼碑》

书法关注的是“写”，而不是“字”。中国人把“字”向“写”轻轻一转，就转出一个两千多年绵延不绝的书法世界。也正是在“写”这一点上，我们能捕捉到书法最本质的特征。

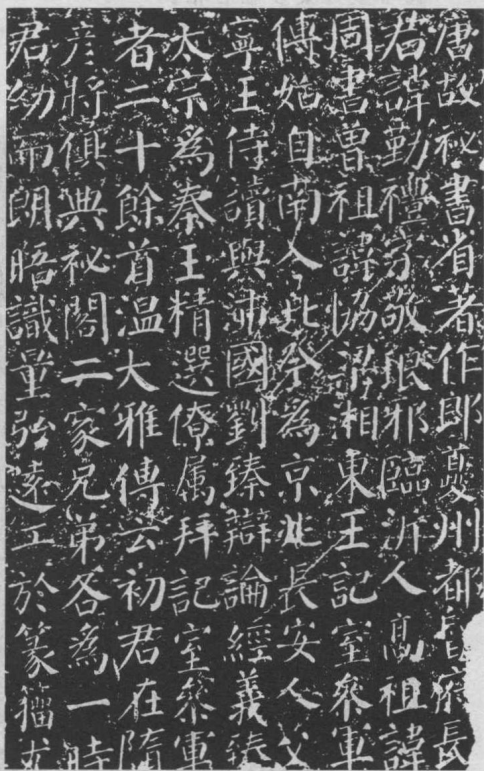
二、实用与艺术的分野

刚上初中的李心琦，学习书法已经有一年了。一年中，她临摹了颜真卿的《颜勤礼碑》和褚遂良的《大字阴符经》。由此，她有机会接触到毛笔书写不同的笔法，慢慢体会到颜体的沉厚、开张和大气，也能领会褚体的轻盈、灵动和多姿。她学习得很认真，在笔法方面的悟性也使我暗暗吃惊。

有一天，心琦的爸爸拿来她的一幅临作，是刚临摹的田英章的楷书，并咨询我学习田英章如何云云。我看孩子写得如此认真，不敢敷衍，遂郑重地给他说了一通道理。我说，田英章的字，从实用的角度来看，很端正，很美观，很大方。如果一般人只想把字写得端正实用而已，练习田英章是可以的。田英章的楷书，是从唐楷中的欧字而来。当代擅长欧阳询楷书的，还有很多，比如卢中南等。

应该说，楷书能写到田英章这种程度，是很见功夫的。但是，他有一个致命的弱点，就是把字写得刻板了、匠气了，简单一句话，就是把字写死了。死和活，是中国艺术中的一个大问题。中国艺术家对于死与活的问题，远比对于美与丑的问题要重视得多。我说，蜡像固然很像，但是个死物。如果从艺术的角度来看，那就是南辕北辙了。我建议心琦若要想往更高的地方追求，一定要取法乎上，取法古代的经典。倘若田英章把唐楷写死了，那么，我们为何不回到活的唐楷来学呢？我坦诚相告，以我个人对心琦的了解，她的悟性很高，笔性也好，如果长期学习田英章，那就太可惜了。

说到这里，我忽然想起启功先生大约二十年前给徐利明回的一封信，此信当时刊登在《人民日报》上^①。在南京艺术学院教授书法的徐利明，当时临摹了一些启功先生的书法，寄给启功求教。启功回道：



唐颜真卿《颜勤礼碑》(拓片,局部)

① 此信刊载于1995年2月16日《人民日报》。徐利明，现为南京艺术学院教授，博士生导师。