

任平◎著

中国书法

Chinese Calligraphy



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

任平◎著

中国书法

Chinese Calligraphy



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国书法 / 任平著. —北京: 北京师范大学出版社,
2012.3

ISBN 978-7-303-13942-2

I. 中… II. ①任… III. ①汉字—书法—高等学校
—教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 264263 号

营销中心电话 010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子邮箱 beishida168@126.com

ZHONG GUO SHU FA

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京联兴盛业印刷股份有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 184 mm × 260 mm

印张: 21.75

字数: 368 千字

版次: 2012 年 3 月第 1 版

印次: 2012 年 3 月第 1 次印刷

定价: 39.00 元

策划编辑: 马佩林	责任编辑: 马佩林 于 乐
美术编辑: 毛 佳	装帧设计: 毛 佳
责任校对: 李 茵	责任印制: 李 啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

目 录

引 言 /1

第一章 书法文化 /11

第一节 书法与汉字	13
第二节 书法与文学	14
第三节 书法与其他艺术	18
第四节 书法与人生	21
第五节 书法艺术的本体	23

第二章 书法史话 /27

第一节 从装饰到写意	29
第二节 魏晋传统的源与流	35
第三节 唐代书法气象	39
第四节 宋代的尚意书风	49
第五节 明代书坛的多样性	54
第六节 清代碑学略说	62

第三章 书法技法 /69

第一节 作为范本的碑帖	71
第二节 临摹的方法	75
一、摹帖	76
二、临帖	77
三、读帖	79
四、临摹的意义	79
第三节 笔 法	80
一、执笔	81
二、姿势	83
三、运笔	85

第四节	结体和布局	86
第五节	楷书的练习	88
	一、楷书的基本笔画	89
	二、楷书的偏旁部首	94
	三、楷书的结构	98
第六节	行书技法简述	117
	一、行书用笔的基本特点	117
	二、行书笔画的变化	122
	三、行书的结体	142
	四、行书的章法	161
第七节	篆书、隶书、草书技法简述	166
	一、篆书	166
	二、隶书	168
	三、草书	171
第八节	创作	173
	一、创作的前提	174
	二、创作的阶段	175
	三、创作的构思过程	177
	四、创作过程应注意的几个因素	188
	五、创作观念	191

第四章 书法理论 /195

第一节	传统书学源流述要	197
	一、汉代书学——传统书学的滥觞期	197
	二、魏晋南北朝书学——书法理论的兴盛期	199
	三、隋唐五代书学——古典书学的第一座高峰	202
	四、宋代书学——古典书学的第二座高峰	207
	五、元代书学——技法式微下的复古倾向	211
	六、明代书学——传统技法的理论推进和人文精神的 大力张扬	212
	七、清代书学——古典书学的第三座高峰	214
	八、近现代书学——承古典书学之余绪	222
第二节	新中国成立以来书学研究述评	228
	一、书法史	228
	二、书法理论	233
	三、书法批评	239
	四、书法教育	241

第三节	当代书法美学	244
一、	书法美的本质	245
二、	书法的审美意味	250
三、	书法的艺术特性	258
四、	书法的形式美规律	266

附录一 篆刻艺术 /285

第一节	印章的起源	287
第二节	印章的发展	288
一、	春秋、战国印章	288
二、	秦代印章	288
三、	汉三国晋南北朝印章	288
四、	唐宋官印	289
五、	明清流派印章	289
第三节	印章内容、材料及印谱	290
一、	印章的内容	290
二、	印材	290
三、	印泥	291
四、	印谱	291
第四节	篆刻技法	291
一、	学习范本与工具书	291
二、	学习工具与材料	292
三、	学习方法	292
四、	刀法	293
五、	创作方法	295
六、	边款与拓印	296

附录二 书法史简表 /299

附录三 古代书法理论分类简编 /317

后 记 /339

引 言

书法的定义

关于书法的定义，各种论著、教科书、工具书说法不一，有些较权威的艺术史论著作及辞典甚至没有提到书法。可见，对书法这一神秘而古老的东方艺术，人们的认识与研究还是很不够的。

书法之所以难以用既定的概念解释清楚，当然是由于它的特殊性。与文学、戏剧、绘画、雕塑、音乐、舞蹈、建筑等其他文艺样式相比较，书法有一个明显的与众不同之处，即它是中国特有的。如果将中国传到日本、韩国等地的书法也包括在内，更确切地说，是汉字文化圈中所特有的。

这样，我们至少为书法的定义找到了两个基点：汉字与汉文化。

书法始终是与汉字联系在一起的，而且可以预见，今后书法无论怎样发展，也离不开汉字或具有汉字造型含义的空间形式。书法当然是一种造型艺术，但是它从来不以自然界的具体事物为造型基础，而

是以汉民族的伟大创造——汉字作为造型基础。汉字是目前世界上唯一的一种自源文字，即从它起源至今，始终循着自身与汉语的紧密关系发展下来，而未受其他文字体系的影响。至于书法的将来会是怎样，是许多人感兴趣并在研究探索的问题。我们认为，既然书法的存在离不开汉字形体的空间构架和汉字书写的顺序，那么无论今后有何变革，只要还想保持书法这一艺术品种的独立性，就必须保留汉字书写在书法中的地位，至少不能摒弃汉字书写的基本因素。

艺术的类别、形式众多，有绘画、音乐、舞蹈、戏剧、雕刻、建筑、文学等，各个民族几乎都在这些艺术门类中创造了自己丰硕的成果。但是，有一种艺术却是中国人所特别喜好，特别擅长，甚至可以说是特具“专利”的，那就是书法。在祖国大地上，在5000年的历史长河中，从陶器、甲骨，到竹简、木牍；从普通百姓居

室门上的春联，到帝王宫殿的题匾；从商贾云集的市巷，到荒刹古寺、名山大川，到处都能看见书法的痕迹，都能感受到这一独特艺术散发的魅力与灵光。

从艺术分类学的立场来看，书法很难与其他某一艺术门类相提并论。固然，中国历来有“书画同源”之说。但绘画基本上是以再现客观物质世界的形状、色彩作为表情手段的，而书法借以表情的，只是构成汉字的线条，而且这种线条又必须在一定的时间流程中完成。因此，即使拿书法跟纯抽象的绘画相比，它也有审美本质上的不同。这种审美本质上的区别，对书法来说，即我们不但欣赏它的线条与线条组合之美，还欣赏这些线条在“一气呵成”的过程中自然流露出的节奏、韵律之美。当然，还有华夏文化特殊气质之美。有人说书法是“凝固的音乐”，这不无道理，但要将它说成和音乐一样是一种“时间的艺术”，又是不恰当的，因为书法毕竟是一种视觉的艺术，而不是听觉的艺术；是一种造型的艺术，尽管它造的是汉字的形。

造汉字之形，运用的又是艺术手法，这就不同于一般的写汉字。无论是“写”的过程，还是“写”的结果，都是一种艺术的状态，亦即具有审美的特点与价值，用最简单明了的话说：书法就是艺术地写汉字。一般人们会较多地注意汉字书法的“形态”带来的美感，而忽略“书写”本身的愉悦和重要意义。

书法将始终与汉字联系在一起，无论是过去、现在和将来，只要视书法为一门独立的艺术，就不能忽略汉字在书法中的

基本地位。今后汉字无论怎样发展，书法也离不开汉字或具有汉字造型含义的空间形式。

作为人类创造的艺术品种之一，书法是唯一在一种民族文化中相对封闭地独立孕育发展而成的艺术。这根本的原因当然还是在汉字，由于书法是写汉字而使得书写其他文字的民族文化难以介入，而其他民族要了解书法、学习书法也必须掌握汉字。汉字的基本功能是记录汉语，迄今为止，几乎所有的书法作品也都是有一定语义的汉字组合构成的。诚然，作为一种视觉艺术，书法只要具有跟汉字有关的空间美与富有意味的线条，就有了基本的欣赏价值。然而事实上，人们对已完成的书法作品的审美要求都是综合的、立体的，即不满足于表层的视觉感受，还会对包括文辞内容在内的深层文化信息作全面的体验。因此，一幅书法作品文辞内容跟书写风格的协调性，不但是欣赏者的价值判断标准，更是创作者必须充分重视的。真正的书法创作，必然受到丰富而悠久的汉字文化的潜在调控；汉字文化中特有的哲理思想，汉民族的文化心理，审美习惯无不参与书法的构成与发展。日本、韩国等地的书法有一定的民族特色，但这些地区都在汉字文化的辐射圈内，其书法艺术是在吸收中国传统文化的长期过程中伴生和发展的。

如果汉字的书写工具一直是同西方人那样用的是硬笔，或者像甲骨文那样使用刀刻，那也绝对形成不了我们今天所看到的如此丰富多彩的书法艺术。对于汉字的美化，或许会在装饰性和色彩及浓淡上寻

找出路。然而今天看到的书法，是与绘画、雕刻等迥然不同的一种具有独立风格的艺术。创作主体所要表达的情感心态与审美积淀之内容，全凭一根根的墨线在纸上运行。其轻重疾徐，抑扬顿挫，可以千变万化。而这种具有丰富表现力的线条，唯有中国的毛笔才能够胜任，唯有跟毛笔有关的笔法技巧才能呈现。这种独特的工具和独特的表现技巧，是其他造型艺术所不具备的。书法对于线条的要求是最高的，线条的力度、节奏感、立体感与线条组合的和谐是书法作为艺术的个性化语汇。也正因为如此，“毛笔书写”是一种要求很高，难度很大，需要长期训练的技术。书法艺术的发展与创作上的成功，通常就体现于线条的丰富性与完美性。

凡不以具体客观的对象作为造型依据的艺术，往往便于个体精神的表现。许多西方抽象派艺术如此，书法亦是如此。诚然，书法要以汉字作为造型依据，但汉字这个“客体”从根本上说是一套符号，是汉语的书面“代码”。而语言本身就具有抽象性。汉字作为能记录汉语的符号系统，已摆脱了象形性，而成为各种抽象的造型单位。从汉字的符号化、抽象性这两点出发，书法艺术的创作主体能自由地通过书写表现个人精神；而就汉字为表意文字及汉字组合能提示一定的“意象”这点来看，主体精神的表现又受到一定程度的规范。所谓民族性、地域文化等即为对“纯主体精神”的某种制约。

人们一般无法将书法的形式与内容作明确的区分。书法的“内容”可以是文字的意义和文字组合的意义，也可以是“有

意味的形式”。就书法艺术的本质来说，文辞的内容与书法线条形态、布局创意没有必然的联系。人们固然可以单单欣赏书法的形式美（这种美有相对独立性，也就是具备了观念、情感、神采、意境等内容方面的因素），也可以在欣赏形式美的同时欣赏文辞之美。但对字形空间的各种比例关系、线条的节奏与运动进行体验与赏析，不能不说是一种“纯书法”的审美。也就是说，撇开文辞内容，书法作品在视觉上的审美有其独立性，我们所感知的是一种“包含了内容”的形式。现代有不少书法家更是有意地摒弃文辞，只写一个汉字甚至切割某一个汉字，目的是为了更自由地弘扬主体（此处指某一创作个体）精神。但是有一点可以确信，只要还是在搞“书法”而不是其他什么艺术，就不能彻底摒弃汉字。而某一汉字、某一段文辞原本包含的文化信息就不可能不影响到主体精神，哪怕这种影响非常弱，是潜在的，也对书写者的形式选择具有某种导向。绝对的“主体弘扬”是不存在的。

我们还应该看到：书法是一种与实用联系十分紧密的艺术。可以说，各种艺术都同人们的生活、劳动实践有一定的渊源关系，比如音乐起源于劳动号子，而雕塑现在还常常作为建筑物的一个部分。但像书法那样，能跟人们的日常书写关系如此紧密的艺术，却是独一无二的。事实上，一般人对“书法”二字是从两个层面上去理解的。第一个层面，是将书法说成是“书写的方法、法则”，其指向为实用。凡在实际书写中能达到清楚、美观、快捷者即属好的方法。第二个层面，将书法理解

为一艺术门类，它不但具有艺术的共性，即将一定的思想情感、审美意识诉诸于一定的形式，而且具有自己的个性，即有自己独特的表达语汇、技法规定，其指向为审美。但是两个层面之间的界限往往是不能断然划分的。从书法本身的发展来看，历史上并没有众所公认它是一门艺术，传至今日被视为艺术珍品的，在当时大都是从实用目的出发而写成的文字作品。不管是过去还是今天，有功力有素养之人的日常书写之作，也常常被人们视为书法艺术，用以欣赏。因此，实用性与审美性在许多作品中是同时具备的，只是各自比重有所不同。而审美性达到怎样的比重才算书法艺术，各人看法不同，各个时代由于

观念倾向的不同也会产生差别。但不管怎么说，具有独特个性的“书法艺术”确实存在，将它放在世界艺术之林中，又确实是一朵奇异之花。正因为书法的审美性与实用性关系密切，对于我们来说，即使将来不从事专业书法工作，也可以通过学习书法，将汉字书写得清楚、正确、美观，提高运用汉字这一交流工具的准确性和效率。当然，对于审美水平和艺术涵养的提高，也是不言而喻的。

有了上面的这些认识，我们可以大概地为书法下这样的定义：书法是一种以汉字为造型基础的，在汉字文化中孕育和发展起来的，充分发挥毛笔书写的线条表现力的，与实用关系密切的艺术。

书法学科的基本内容

书法既有如此悠久的历史，又有如此独特的个性，似乎早就应建立起关于书法的学科。然而在中国传统学术体系中，它的位置一直是不明确的，在近现代艺术学方面的论著中，也没有专设过书法这一门类，更不用说对它作过学科性的全面论述了。

这种状况的存在并不奇怪。在中国古代，对书法的认识总是同文字研究、金石碑版研究、人物品评、哲理阐发等糅合在一起。固然有许多书学论著，但大多同诗论、画论等其他艺术论著一样，多以感悟式的语言说道论理，缺乏必要的分类研究

和逻辑推理研究。一直到近现代，许多人认为书法同写字没有什么区别，若将历代佳作视为艺术，只要将其放进美术之中即可。他们既没有看到书法作为艺术的客观存在，也没有将书法与绘画的根本区别搞清楚。至于西方的论者，由于对书法这一神秘而古老的东方艺术知之甚少，或由于文化背景的关系尚未真正理解，当然也就无法在艺术学科分类中将书法妥善处置了。

近年来随着国内对书法的研究逐步深入，呼吁建立“书法学”已成为理论界的一个热点。一门学科的建立，除了其本身应受到社会的普遍价值认同之外，关于它

的研究至少应该有纵向和横向两方面之积累，突然举起一面学科大旗是不足以令人信服的。首先，能否建立起书法学？是否有必要建立书法学？我们已经论述了书法的艺术个性，假如说在以毛笔为日常主要书写工具的时代，写字和书法还不那么容易分（写字是一种社会交流现象，而书法是一种艺术创作活动），那么今天在日常书写中硬笔取代了毛笔，甚至已开始用电脑打字，用毛笔进行的书法创作活动就明显地独立成为一种纯艺术活动了。而且这种艺术活动就其创作过程、艺术语汇、形式特征而言，都与其他艺术不同。它以其鲜明的民族特色和东方文化色彩受到世界瞩目，获得普遍喜爱。既然如此，对于书法的美学探讨、技法分析和前景展望等多方面的研究，必然对这门艺术的发展具有积极意义。书法学科的建立也不是毫无根基的，中国古代丰富的书学，虽未形成系统化，但已涉及了批评标准、批评方法、技法解析、流派分析、风格分类以及教育思想与艺术辩证法等一系列与学科体系有关的问题。当今的书法研究更是百花齐放，群星璀璨。特别是改革开放以来，外界的各种文化思想、艺术思潮和当代学术研究方法被新一代的理论工作者所吸收，在史论研究中吹起了一股新风。坚守传统实证，化古出新的学术成果胜过了前人；运用西方哲学美学理论，不断推出新论的著述更是令人目不暇接；创作技法上的探讨也时时传来耳目一新的消息。因此，无论是理论与实践的积累，历史和现时的研究，都为书法学科的建立提供了条件。“书法学”不但应该建立，而且能够建立。

但是正如一些学者所说“目前要建立完整的‘学’还有很大难度”，除了“基础理论十分薄弱”，“创作与研究的艺术意识也严重不全”，恐怕更主要的，是“还没有在学科构建领域中成就伟业的研究素质与客观研究条件”。

一门学科的建立总不能靠少数人在短时间内搞成，它必须因循学术发展的规律和积累众多学者的研究成果，况且学科本身又是在不断发展的。虽然我们还没有建立起成为完整体系的“书法学”，但至少应该知道“书法学”包括了哪些基本内容，已有的成果是哪些，哪些方面还有待我们进一步探索与研究。

首先，书法学应该建立自己的概念体系。我们通过分析比较，明确了“书法”是一种艺术，而且对这一艺术的特点有了基本认识。那么，围绕书法艺术，就必然产生有关于这门艺术的发展史和风格类型，以及技法、教育法等问题的探讨。

书法艺术发展史，前人已有不少著述，这些著述大致反映了两个研究层面：一种是以书家为中心，钩稽文献，考辨史实，将书家的生平、事迹、交游、创作成果一一考证清楚，使我们得到一份实实在在的书法发展大事年表，从而对中国书法艺术发展的全貌有一个完整的了解；另一种是以作品为中心，尤以作品所反映的艺术风格变化、艺术思想更替为脉络来描述书法作为“艺术”的历史，这样的研究当然少不了要联系时代背景和其他文化艺术门类带给书法的影响，也少不了要探究书家本人的思想与审美观。无疑，后一种研究更与“书法艺术发展史”之主旨相符，

但前一种研究其实亦是必不可少的。如果说后者更多一点思辨性，则前者更多一点科学研究所需要的实证，而思辨过程每一步逻辑推理的可靠性，又必须有实证材料的支撑。前一种研究应该是越深入细致越好，目前书法界在这方面的研究工作不是已经够了，而是差得很远。不少大书法家的生卒年代至今尚未确定，更不用说一些重要作品的年代、真伪、流布等需进一步考订；就作品内容、历代书论著作而言，若仔细考证、阐释，将会有大量新的有用史实被发掘出来，而近几十年中所出土的文物和所发现的文献资料，更等待我们去认真研究。我们认为，有必要建立“书法文献学”这样一门既能为“书法艺术发展史”提供可靠史料的又能丰富传统文献研究的分支学科。“书法文献学”既涉及作品、书论考证、注释、解析，以及与书法有关的辨伪、辑佚，目录解题的编制，又涉及书家生平考证，书家艺术思想的背景源流，书法大事年表的编撰等，其研究范围甚广，有着深远的学术前景。

中国书法理论是中国传统文艺思想理论中的重要组成部分，同时它还包含了当代学术界对书法的研究成果，书法这一艺术形式，成为华夏审美精神的一种外化，成为中国人文精神的一种既完整而又真实的体现。书法理论要探讨书法形式构成的特点、书法美的本质特征、审美范畴与书法审美心理过程的特点等。由于书法具有鲜明的民族性，书法理论的研究不得不联系中国哲学、文学、史学乃至科技、经济等学科，书法作为人类文化产物之一，其理论研究又不得不充分运用西方艺术、美

学理论、文化人类学理论、艺术考古分析方法等来丰富自己，完善自己。书法与其他艺术门类的比较研究也是十分必要的，这能使我们更好地从艺术分类学的角度认识书法艺术的特质与地位。

中外书法艺术比较既是中国书法艺术在海外流布、影响的研究，又是中、外（主要指日本、韩国）书法艺术思想的一种比较研究，这类研究需要有一些实实在在的海外文献资料，又要有文化学、历史学、艺术学的大视野，这样的研究对我们了解书法的文化辐射力，了解中外文化艺术交流史有着重大作用。

技法研究始终是书法学科中的一个大学问。当书法作为一独立的艺术门类在当今被大力推进发展时，我们对书法的技法构成体系有了一种系统的、学院式的要求，这就有别于古人的信笔作书，将书法创作与文字书写混同，也不再将技法理解成简单的练习方法步骤。今天的书法创作，越来越多的人已脱离了“写字”的概念与状态，而是与绘画、雕塑、音乐、舞蹈作品的创作那样，具有构思酝酿、确立主题、选择表现形式、反复研究加工等过程。自然，作为艺术创作，书法技法研究将进入一细致深入的境界。

每一学科的继承与发展，离不开教育这一环节。书法教育当然是一种艺术教育，其作用可使我们书写更趋美观，使我们获得美的教育和精神的升华，这自然不言而喻；而教育过程、教学内容、教学方法，又有许多可探究之处，这当然关系到教育心理学、书法教育的体制与教材的编写、师资的培养等。

书法是一门古老的艺术，而书法学是一门新兴的学科，其内涵与分支学科将会在其发展过程中越来越丰富。书法能在新

时代驾着学科之舟破浪远航，是这一古老艺术的幸运，也是我们每一位热爱中华文化的人所企盼的。

学习书法的方法与要求

本书是我们为一般大学生和书法爱好者写的一本教材，目的在于全面而概括地介绍中国书法的理论、技法及发展历史，使读者掌握作为中国传统文化组成部分的中国书法的基本知识。并通过技法训练，来提高汉字书写的质量与效率，达到一定的书法水平。在教学要求上，我们既不同于艺术院校的书法专业，也不同于中小学的“写字”课及一般的短训班。我们既强调在学科意义上对书法作系统的学习，同时也重视以技法原理、艺术风格流派来对书法实践进行指导。

中国书法是优秀的文化遗产，中国的大学生应该视学好书法为己任。通过学习书法，将汉字写得正确、清楚、美观，使书写水平跟自己的较高知识水准相符，这应是每个大学生对自己的一个起码要求。若能在此基础上有所提高，具备一定的创作能力，则会更受社会的欢迎，这是书法艺术的发展所急需的。书法与其它学科关系甚多，其本身的理论积累也相当丰富。因此，无论是将书法本身作为对象来进行研究，或是以书法为切入点、参照系来研究其他相关学科，都是十分有意义的，都会大大丰富我们的学识，开阔我们

的视野，拓展我们的研究领域。这也可以说明，我们在学习书法的过程中，如果仅作书写技巧方面的训练，而不将其作为一门学科来学习和探究，就未免太不全面，太简单化了。

自然，书法作为一种艺术，有艺术欣赏的价值，又有艺术学习的方法。欧阳修云：“学书为乐。”学习的方法正确了，学习的效果也就好，也就越能体会到学习的乐趣。

学习书法所要掌握的功夫，套用一句以前的说法，即又要有“书内功”，又要有“书外功”。

书内功，通常是指对书法技法的掌握。书法的艺术语汇比较简单，只有线条及线条的有序分布，但要使简单的艺术语汇蕴含丰富的内容，对线条的质量和表现技法要求也就格外高。俗话说，冰冻三尺非一日之寒。要熟练掌握书法技法，绝不是一蹴而就的事，必须有长期刻苦实践的思想准备，细水长流的学习计划，当然更要掌握循序渐进的科学方法。

在学习书法的初级阶段，临摹优秀碑帖，是唯一的办法。在选择了好范本之后，就要认真地临摹，切不可敷衍了

事。只有这样才能将范本中的笔法、结体、章法学到手。如果一次写得很多，写了几次就不写了，那是无济于事的。重要的是长期坚持，方法正确，循序渐进。如果每天都按正确的方法认真临摹，时间短一点也没有关系。一般说来，开始阶段每天学习一至二小时，坚持一两年，就会使自己的书写水平大大改观。而且时间长了，使临池成为一种习惯，一种需要，就会觉得其乐无穷。既是艺术享受，又是身心锻炼。技法的掌握和书法审美能力的提高，是靠不断的实践，一点一滴积累的，是不断地“温故知新”的过程。“一曝十寒”式的学习，不但学不好，甚至会对练字产生厌烦。每天的练习只要自感有所得，有所乐，不疲劳，就是掌握好了“度”。当然，一开始就要有正确的书写姿势，执笔运笔方法，应该不断地向内行与书本请教。

书法的实践性、技巧性很强，它对线条的要求特别高，因此对于笔法的掌握历来被放在最重要的位置。学书者的基本功，主要也就在于掌握毛笔的熟练程度，如果没有锲而不舍的刻苦学习，是难以达到“心手相应”的地步的。但苦练不是蛮练，急于求成更是学习书法的大忌。根据前人的经验，学书一般先学静态的字体，再学动态字体。静态的字体指篆、隶中的正书和楷书，但由于楷书用笔方法丰富，结体多变而严谨，一般先习楷书为宜。等到楷法熟练，再写行草等动态性字体，就能免于油滑飘浮。又根据古人的经验，先写大字，掌握运笔要领，再练小字，使小字也能用笔精到，结体自然得理，这也是

应遵循的学习步骤。所谓“大字缩小易，小字放大难”，指的就是如果先学小字，成习惯后放大了则会产生局促之感。初学者选定一种帖之后，应专心致志临写，不应随意换临他帖。古代名家，各有自己的用笔结字特点，如果短时期内不断更换范本，就不能深入一家的笔法结字体系。所以，一定要先限定一家，学好一家，以一家为“资本”，然后才能博采多家之长。这就是先专后博，先入后出的关系。关于具体的学习步骤和方法，本书有关章节将展开较详细的介绍、分析。

有一种学习方法看起来是不动笔的，但对于掌握技法很重要，我们也将其归入“书内功”，那就是读帖。读帖主要是指揣摩碑帖的笔法布局，也包括对作品风格韵味的认识体验。我们在临摹时总得将一部分注意力集中在自己写的笔画上，而读帖时则将全部注意力集中在范本上，这样可能对范本有更全面的认识。读帖和临帖应当互相结合。

说到书外功，其含义其实是很广泛的。跟书写实践关系最密切的当然是技法理论，因此，学书法的人应该对书法史、书法美学有一个基本的了解。如果要作一些专门性的书史、书论研究，就应该在原始材料上下工夫，比如校点注解古代书学原著，校释碑帖，研读中外艺术理论经典等。如果是作一般的了解，可以阅读一些现代学者写的书法史、书法理论的专著与论文，翻阅书法方面的报刊，听取有关专家的讲解。书法知识比较丰富，就必然给创作实践带来益处。我们了解了中国书法史的发展过程、流派风貌，就懂得比较和

鉴别，才能做到批判地继承传统，对前人的创作经验融会贯通，推陈出新。中国古代的书学著作虽然多是感悟式或品评式的论述，不像现代西方文艺论著那样系统严密，但这里面有许多真知灼见，既对我们今天的书法实践有指导作用，更是我们了解中国美学思想体系和有关历史文化知识的途径。

由于中国书法的艺术特征和在文化史上的特殊地位，使得学者必须广泛地吸收各种艺术营养，扩展知识领域，尤其是加强文、史、哲方面的素养。书法作为一种以汉字为造型基础的抽象艺术，其创作水平的高低除了要求技巧娴熟，基本功扎实之外，更重要的是取决于悟性和修养的高低。所谓悟性其实是指艺术的敏感性，捕捉和提炼美的能力。古代书家有见自然万物而能发艺术灵感的事，张旭见公孙大娘舞剑器，就是从别的艺术门类得到书艺的启示。艺术有许多共通的地方，当然各门艺术也各有特点，许多成功的书法家都不只是埋头写字，他们往往兼擅绘画、音乐、文学创作。由于他们的艺术思维状态比较活跃，思路开阔，胸襟博大，所以书法与其他创作能相得益彰，在节奏、布局、意境、格调方面，都比单纯的书法家

要高出一筹。中国书法跟语言文字、历史考古、哲学宗教乃至物质文化的发展都有关系。历来大书家都是某一领域有造诣的学者，至少传统文化知识是十分广博的。如果经常创作书法作品的人自己不能写诗词，甚至连写错了字自己都不知道，那将会贻笑大方的。博览群书，眼界大了，知识底蕴厚了，言谈举止儒雅了，就会将书法放在整个文化传统与人类精神活动中去认识，去运作。这样，书法作品就会除却浅薄之气，而有了深广的传统文化与人的精神气质作为背景的韵味。书如其人，书法能反映人的个性气质乃至道德情操，已为历代论书者所公认。如《宣和书谱》称杜牧书法“气格雄健，与其文章相表里”；而黄庭坚又说：“学书须要胸中有道义，又广之以圣哲之学，书乃可贵，若其灵府无程，政使笔墨不减元常、逸少，只是俗人耳。”可见，除了读书求知，还应提高各方面的道德情操修养，从而使自己的书法作品流露出较好的气质。虽说不能以书家忠逆与地位来论作品的艺术价值，但品行素养影响到创作时的心态从而使整体风貌产生一定的倾向性还是存在的，柳公权的名言“心正则笔正”，对我们每个学习书法的人来说，都是值得记取的。

第一章 书法文化