

名碑名帖笔法析解丛书

汉张迁碑笔法析解

翰逸神飞
下必有由

感受名家笔底韵律
领悟泼墨挥毫奥秘



王毅 著

北方联合出版传媒（集团）股份有限公司
辽宁美术出版社

名碑名帖笔法析解丛书

汉张迁碑笔法析解

王 毅 著

北方联合出版传媒（集团）股份有限公司
辽宁美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

汉张迁碑笔法析解/王毅著. —沈阳: 北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司 辽宁美术出版社, 2010.8
(名碑名帖笔法析解丛书)
ISBN 978-7-5314-4596-8

I. ①汉… II. ①王… III. ①隶书—书法 IV. ①J292.113.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 084067 号

出 版 者: 北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司
辽宁美术出版社
地 址: 沈阳市和平区民族北街 29 号 邮政编码: 110001
发 行 者: 北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司
辽宁美术出版社
印 刷 者: 北镇市印刷厂
开 本: 889mm × 1194mm 1/16
印 张: 7
字 数: 80 千字
出版时间: 2010 年 8 月第 1 版
印刷时间: 2011 年 4 月第 2 次印刷
责任编辑: 申虹霓 宋柳楠 肇 齐 郭 丹
封面设计: 洪小冬 宋柳楠
版式设计: 宋柳楠 童迎强 肇 齐 郭 丹
责任校对: 张亚迪 徐丽娟 黄 鲲
ISBN 978-7-5314-4596-8

定 价: 20.00 元

邮购电话: 024-83833008
E-mail: lnmscbs@163.com
<http://www.lnpgc.com.cn>
图书如有印装质量问题请与出版部联系调换
出版部电话: 024-23835227

目 录

一、隶书的来源及形成/1

二、汉隶在中国书法史中的地位/1

三、汉《张迁碑》及其笔法风格/2

四、如何学习《张迁碑》/3

五、笔法析解/5

(一) 横/5

大横

1. 等重横
2. 重入轻出横
3. 轻入重出横
4. 腰粗横
5. 腰细横
6. 凸横
7. 凹横
8. 平直横
9. 波横
10. 收笔上翘横
11. 方起方收横
12. 圆裹横

小横

1. 平横

2. 凸横

3. 凹横

4. 腰粗横

5. 腰细横

6. 重入轻出横

(二) 竖/15

1. 直竖

2. 重入轻出竖

3. 轻入重出竖

4. 腰粗竖

5. 腰细竖

6. 粗短竖

7. 细竖

8. 斜竖

9. 弧竖

10. 尖尾竖

11. 弯尾竖

(三) 撇/21

1. 直撇

2. 弧撇

3. 竖撇

4. 放锋撇

5. 腰粗撇

6. 腰细撇

7. 回锋短撇

8. 出锋短撇

9. 折头撇

10. 弯折撇

11. 上弧撇

12. 短粗撇

(四) 捺/27

1. 直捺

2. 弧捺

3. 平捺

4. 短捺

5. 反捺

6. 方头捺

7. 尖头捺

8. 腰细捺

9. 粗短捺

(五) 点/31

1. 顶点

2. 侧点

3. 横点

4. 竖点

5. 撇点

6. 挑点

7. 左点

8. 三角点

9. 方点

10. 圆裹点

11. 折锋点

(六) 钩/37

1. 回锋竖钩

2. 出锋竖钩

3. 弧弯钩

4. 戈钩

5. 心钩

6. 竖折钩

7. 右向钩

8. 圆折钩

9. 耳钩

10. 横钩

(七) 挑/42

1. 斜上挑

2. 平挑

(八) 折/43

1. 横折

2. 竖折

3. 右角折

4. 斜角折

5. 圆折

附：汉《张迁碑》/47

隶书是我国书法艺术宝库中一颗璀璨绚丽的明珠。它源远流长，贯穿古今，直到现在，仍是书法创作及应用书写的一个重要书体。《张迁碑》是我国东汉隶书全盛时期的一个重要作品。

一、隶书的来源及形成

隶书是我国汉代的主要书体，是由篆书简化、演变而成的。

隶书究竟源于何时？以前都认为是始于秦始皇时代。由于当时狱官事务繁多，小篆书写较难，于是变圆转对称的笔画为方折之笔，从而产生隶书。

但从近年来不断出土的简牍来看，上述论断还有待考证。1980年，在四川省青川县发掘的战国墓中，有两件木牍，字迹清晰可辨，书体属于初起的隶书。经考证为秦武王时期所写，较秦始皇统一六国要早六十余年。据此，我们可以这样认为：隶书源于先秦战国。

西汉初期的书法在秦隶的基础上又有了进一步的发展，书体介于篆隶之间，实际上是从秦隶到典型汉隶的一种过渡性书体，也可说是典型汉隶的雏形。到西汉中晚期，书体基本完成了隶变的任务，发展成为比较成熟的汉隶。

隶书进入东汉，发展为全盛时期。从当时的碑刻看，这时的书体点画波尾鲜明，篆意已经脱尽，结体多为扁平方正，日趋严整精工。这种纯粹的汉隶，已成为隶书的楷模。

二、汉隶在中国书法史中的地位

汉代隶书上承大小篆，下启楷书，旁出章草，在中国书法史上具有极为重要的地位。隶书取代篆书而成为独立的书体应该说是一次划时代的变革。

汉隶不仅结构新颖，点画线条与小篆相比又有方圆、肥瘦、缓急之别，加以书写便捷，在实用与美观各方面都远胜于篆书。特别是从字体的改变到字形结构和笔法上的变化，对后来书法艺术的形成和发展，都起了极为重要的作用。

隶书是现今通行楷书的真母体。由于其点画波磔变化接近楷书点画的撇捺，于是便发展演变为魏晋、南北朝以至唐代等各种风格的楷书。如魏钟繇所作的楷书，就脱胎于汉隶。王羲之也曾说：“夫书先须引八分、章草入隶字(楷书)中发人意气，若直取俗字，则不能生发。”(见《广艺舟双辑·本汉》)特别是在南北朝的碑版中，这种源流关系就更为显著。

今天的草书也是由汉隶派生的。在由篆变隶的过程中，先秦以及秦代的古隶，后来逐渐发展成为带有浓厚隶书笔意的“章草”，而现今的草书就长由“章草”演变而来的。

总之，隶书打破传统，改革了篆书，它犹如一条红线，贯穿从战国一直到今天的书法活动，它既容易识别又具有很强的艺术性，是中国书法历史长河中具有旺盛生命力的书体。

三、汉《张迁碑》及其笔法风格

《张迁碑》全称《汉故谷城长荡阴令张君表颂》，此碑刻于东汉灵帝中平三年(186)二月。原立于山东东平州学明伦堂前，明朝时掘地得之，现存山东泰安岱庙。其额书《汉故谷城长荡阴令张君表颂》十二字书体在篆隶之间，线形屈曲，与缪篆相类，结字方正饱满有汉印风韵。

此碑高317厘米，宽107厘米。碑阳、碑阴均刻文，碑阳十五行，每行四十二字，碑阴三列，上列、中列各十九行，下列三行。

《张迁碑》书法方整古拙，体态多变，拙中寓巧，神态自然，在汉碑中属古朴方正类。此碑之所以为世人所钟爱，不仅在于其方整内敛、朴厚凝重的整体气质，更在于其饶有个性、变化丰富的用笔方法上。现就《张迁碑》笔法特点归纳以下几个方面：

1. 朴茂敦厚，丰腴健硕。

《张迁碑》给人的第一印象就是厚重、丰满。但与《西狭颂》《乙瑛碑》的圆融还有不同，其主要体现在用笔的切锋、铺毫、提按变化上。一般的隶书往往是横细竖粗，撇轻捺重，而《张迁碑》中的横竖撇捺均没有分明的粗细要求，变化的规律性不强，近乎是随手而就。尤其一些主笔、大横，切锋宽厚，中锋铺毫重按而行，然粗而不笨，厚而不肥，行笔涩进，取尽逆势。如狮蹲虎踞，气势万钧。清方朔评此碑云“雄厚朴茂”。

2. 笔法斩截，气势雄强。

《张迁碑》用笔以方为主，笔方意圆。横竖起止、过接多用方折，偶以绞转，入笔方劲，过笔道缓，收笔雄峻，似折枪断戟，刚劲沉稳，骨气凝重。撇捺收势圆劲丰健，筋力十足，笔势雄强，尽显笔法斩截之美。清杨守敬《平碑记》云此碑：“其用笔已开魏晋风气。此源始于《西狭颂》，流为黄初三碑(《上尊号》《受禅表》《孔羡碑》)之折刀头，再变为北魏真书《史平公》等碑。”可见《张迁碑》笔法对后世之影响。另外，南朝《爨宝子》的笔法也为其嫡传。

3. 拙中寓巧，极尽变化。

《张迁碑》用笔沉厚、古拙，但这种沉厚、古拙的气象与《郃阁颂》以及后来东晋的《好大王碑》之类又有不同，此二碑笔画线条圆融粗实，浑穆内劲，用笔少提按、方向等变化。而《张迁碑》中无论哪一笔画，线形变化都极为丰富。如大横中的收笔上翘横极具舞动之意。不同笔画中的藏锋、露锋用笔，体现收放变化的不同。腰细横、腰细竖、腰细撇等，细腰纤纤，欲断还连，厚重之中还显灵动……《张迁碑》中八个基本笔画，却有近百种变化写法，也使得这风格方正古拙的汉碑具有鲜活的生命力。

四、如何学习《张迁碑》

在深入学习《张迁碑》之前，务必先了解其产生的时代背景，及《张迁碑》所属的书史地位。

《张迁碑》立于186年，时值东汉隶书鼎盛时期的尾声，因此其书风秉承了前期碑刻的营养和精华，同时又以其独到的用笔和结字，以及富于个性的章法布局独树一帜，使《张迁碑》成为东汉隶书中古拙凝重一派的代表。这一风格对后期隶书碑刻《上尊号》《受禅表》《孔羡碑》及北魏时期的《龙门二十品》《张猛龙》、南朝的《爨宝子》等碑均有重要影响。清代的碑学大家伊秉绶、何绍基，更是从《张迁碑》中汲取精髓，不仅学其笔法、结构、章法，而且还深刻感悟《张迁碑》古拙凝重的艺术气质，为他们书写风格的形成奠定了深厚的基础。由此，我们足见《张迁碑》在书史中的重要地位及超强的艺术影响力。

其次，是要善于读碑和临碑。精于读碑有时胜于反复摹写，这样，更易于达到事半功倍的效果。《张迁碑》的总体风格古拙凝重，其用笔多方、笔势斩截，结字内敛、巧中有拙，因字立形、敢于取险，并多变化。章法参差错落，一任自然，若繁星在天，一派天机。所以我们在读碑时要有目的地对碑中的用笔、结字、章法认真揣摩，细细品味其神采，力争化碑中之形为胸中之意。同时，还要勤于临碑。临碑的要求是：通过对临和背临的方法，不仅达到形似而且要达到神似。即在用笔、结体、风格、气势等方面都要求与原碑相似，同时还要学其胆识，敢于打破规律，表现个性，敢于遗貌取神，把每一笔、每一字、每一幅都写得铮铮作响，如深穆凝重的青铜器一般。

再次，就是要讲求笔法，注重用笔的变化。书法，主要就是笔法。笔法，简言之，就是笔毛在点画中运行的方法。运笔包括起伏、中侧、方圆、藏露、轻重、疾涩等变化。故康有为曾说：“书法之妙，全在运笔。”而《张迁碑》的妙处更在于运笔的变化多端，本书详列了《张迁碑》八个基本笔画近百种造型变化，也未必详尽。所以我们要真正写好《张迁碑》务必讲求运笔方法，使笔画线条富于变化。

比如中锋行笔问题。这是书家们历来奉行的笔法准则，只有笔锋中正，写出的点画才能圆满劲健。因此写《张迁碑》要以中锋为主，但也要结合使用侧锋。因为中锋、侧锋是相互依赖而又并存的两种基本笔法。无“侧”也就无所谓“中”。结合使用侧锋可以使笔法更富于变化。

又如用笔的方圆轻重变化。方笔方整庄重，刚健雄浑，倘纯用方笔，则又显得呆板拘谨，缺乏神采；圆笔圆转遒劲、活泼秀丽，但如果单用，则易流于轻浮、单薄。《张迁碑》用笔就是以方为主，但经过长年风化，这些刀痕变得模糊，使人感觉方而不利，火气全无。因此，我们在临写《张迁碑》时不要囿于一法，要坚持方圆并施的用笔方法。

此外，我们在临写时还要注意其藏锋、露锋、轻提重按、疾行涩进等用笔的变化，既要忠于原碑，又不拘于一法，要敢于突破、敢于创新。

最后，要求我们在学习的过程中，兼收并蓄、博采众长。《张迁碑》处于东汉隶书鼎盛时期的尾声。因此，前期很多刻石对其都有或多或少的影响。我们就应当找出对《张迁碑》有较大影响的前期的碑刻作品适当加以研习。如《衡方碑》《西狭颂》等。另外，各时期的隶书刻石都有一些与《张迁碑》风格极为近似的作品，如汉恒帝时期的《鲜于璜碑》、东晋《好大王碑》及南朝的《爨宝子碑》等碑都可作为我们研习的对象，这对于我们更好地理解、掌握《张迁碑》用笔、结字和章法有着重要作用。再有就是要学习与《张迁碑》风格不同的汉碑，以增强自己的书法艺术修养。《张迁碑》用笔多方，是古茂质朴的典型。那么像圆笔为主的《乙瑛碑》《曹全碑》，点画细劲的《礼器碑》《史晨前后碑》，用笔纵逸飞动的《石门颂》，以及汉晋简牍、章草等都可作为观摩、临习的对象，这样就可以使我们掌握更多的运笔方法和各种书写风格的特点，为变化创造条件。

以上为我十余年来学习《张迁碑》的一点认识和体会，希望能对广大学书者有所帮助，真能如愿，我将不胜欣慰。

王 毅

五、笔法析解

（一）横

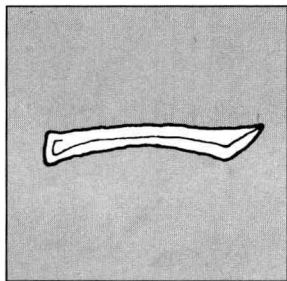
横画在汉字中使用最多，而且很多笔画也都是由“横法”衍生出来的。在隶书中横画的作用好比房子的大梁，所以学习隶书的基本笔画要从横画开始。

《张迁碑》中的横画分“大横”与“小横”两类。

大横：大横用蚕头雁尾的形象来表现。这是汉代隶书横画的一个重要特色。大横的造型及用笔方法最能体现隶书的风格特色。

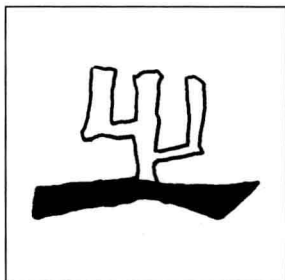
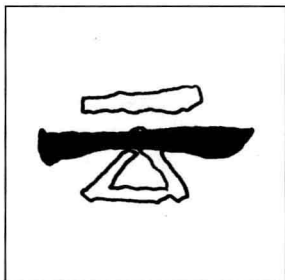
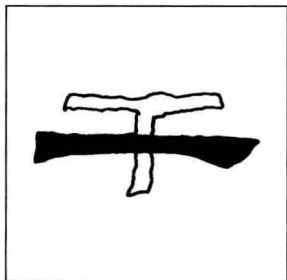
《张迁碑》中的大横起笔厚重，头部以方为主，或方中带圆，行笔挺劲，收笔铺毫，平势出锋。现将其大横变化详列如下。

1. 等重横

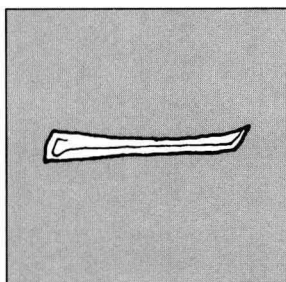


此横为《张迁碑》大横的基本形，也是汉隶大横的最基本造型。其特点是上平下曲，起笔、收笔分量均衡。给人以平衡、稳健之美。

笔法：①起笔向左，藏锋逆入。②折锋下切，切锋宽厚。③折锋向右，铺毫阔笔而行。④中部略提，线条稍弧。⑤收笔处铺毫顿笔，转锋向右上渐提出锋。

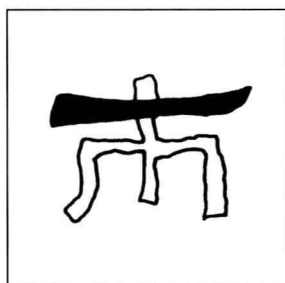
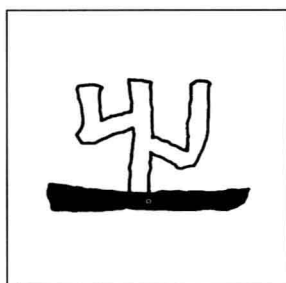


2. 重入轻出横

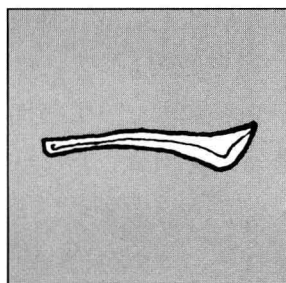


此横起笔重、收笔轻，但轻而不弱，于凝重之中透露出一股险绝之势，为《张迁碑》横法所特有。

笔法：起笔逆锋同写等重横，向右行笔渐行渐提，至收笔处稍驻笔，转笔向右上出锋。

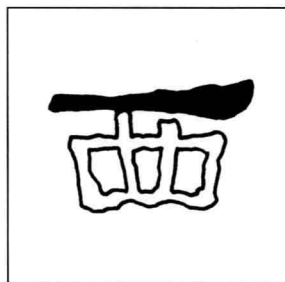
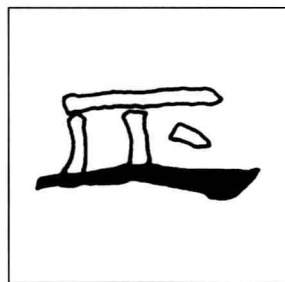
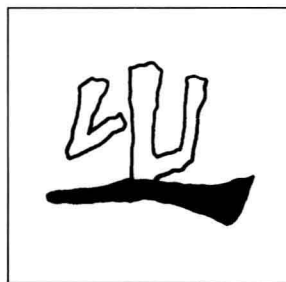


3. 轻入重出横

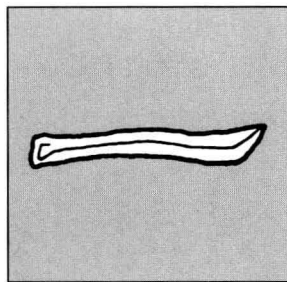


此横起笔轻、收笔重，与重入轻出横正好相反，它起笔简约，更体现了收笔斩截的粗犷之美。

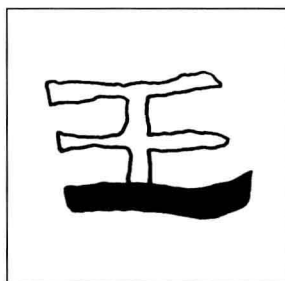
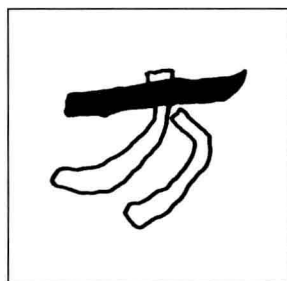
笔法：起笔藏锋，提笔圆转或方折，右行渐铺毫，收笔重顿，转笔向右上渐提出锋。



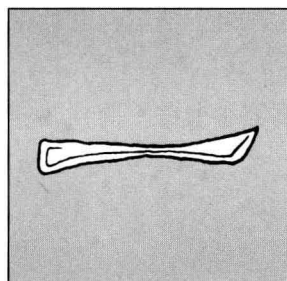
4. 腰粗横



此横腰部粗重，行笔过程无须上提，给人敦厚朴实、笔势雄强之感。
笔法：起笔藏锋，右行铺毫按笔，收笔向右上轻提出锋。

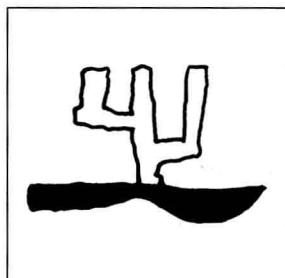


5. 腰细横

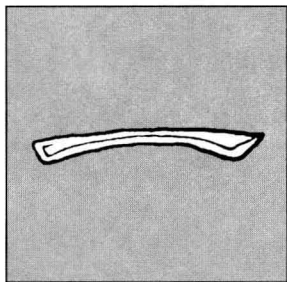


此横腰部轻细，欲断还连，浑厚中兼具空灵。

笔法：起笔方折，右行笔锋渐提，至中部提得最起，然后笔毫再由轻到重，渐铺毫至尾部，顿挫后出锋收笔。

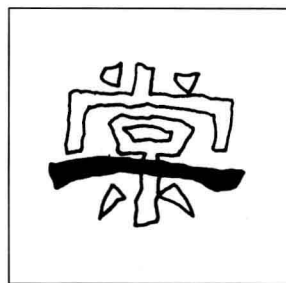
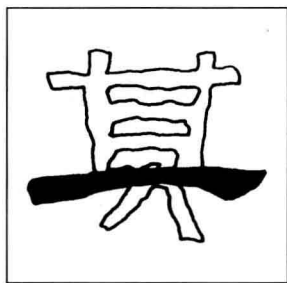


6. 凸横

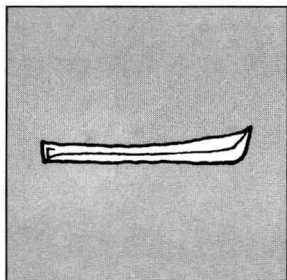


此横中部稍高，两头略低，犹如一座虹桥横跨，稳实挺劲。

笔法：逆锋起笔，右行向上取弧势，收笔重顿出锋。注意向上弧弯适中，不宜过大，否则线条不挺。

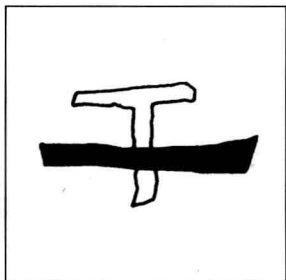
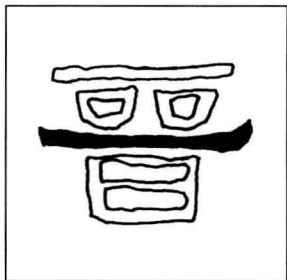


7. 凹横

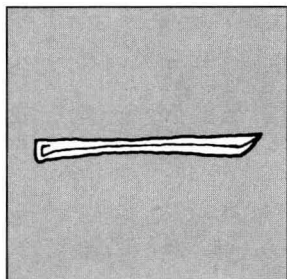


此横与凸横态势恰好相反，两头略高，中间凹陷，对上部笔画有托抱之势。

笔法：起笔同写一般大横，行笔略向下作弧，收笔多上翘。同样要注意向下弧弯适度，不可过分夸张。

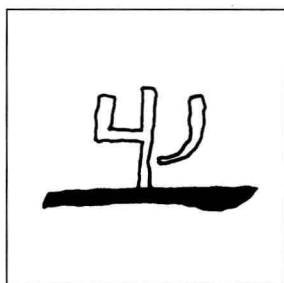
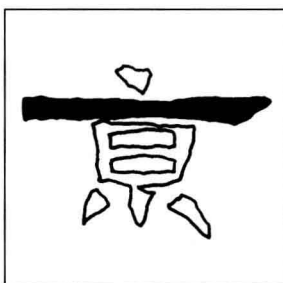


8. 平直横

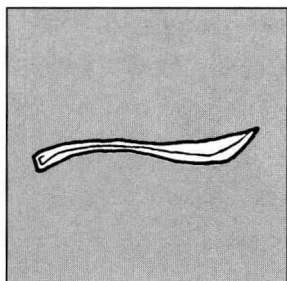


这种横行笔平直，几乎呈一直线，无波浪起伏，其造型似英雄横刀立马，线条平实质朴，体现出《张迁碑》刚猛挺劲之势。

笔法：起笔方折，行笔平直涩进，无明显提按顿挫，收笔顺势出锋。要避免生拉直拖，笔画扁薄。

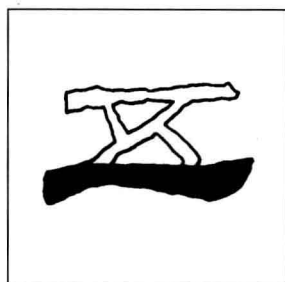
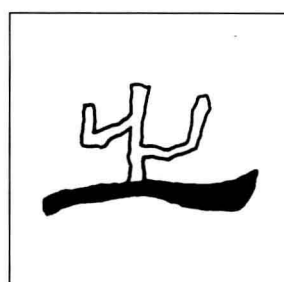
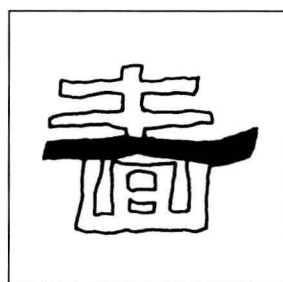


9. 波横

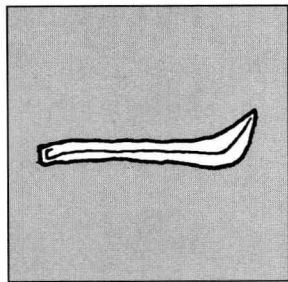


与平直横相比，波横的特点是悠扬跌宕、一波三折，波磔变化是隶书大横特征之一，在波横中尤为突出。

笔法：起笔逆锋多向左下，行笔呈明显波势，需尽腕力，寓提按于其中，收笔多向右上挑笔出锋。

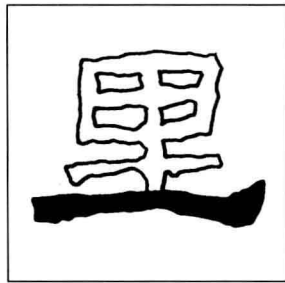
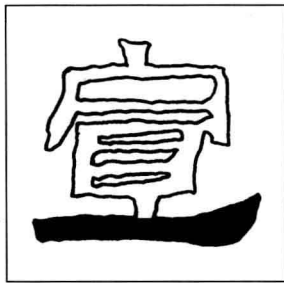
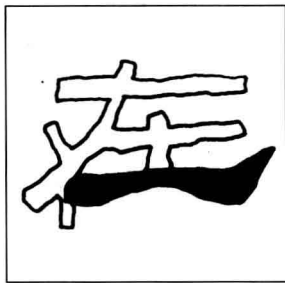


10. 收笔上翘横

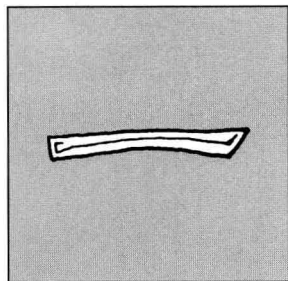


此横收笔上翘，极具舞动之意，此种用笔为《张迁碑》所独有，于沉穆中透露灵动飞扬之势。

笔法：起笔藏锋，中锋右行气贯中实，道缓涩进，转锋向右上渐提收笔。

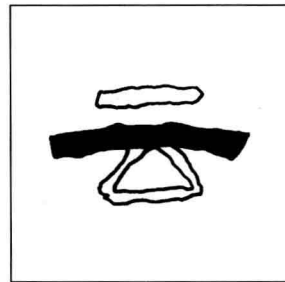
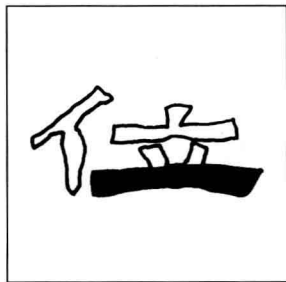
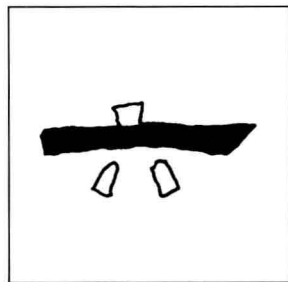


11. 方起方收横

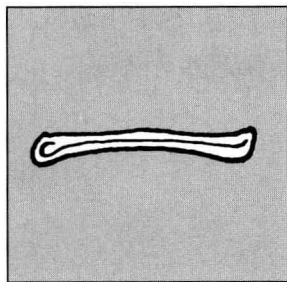


此横的起笔、收笔均为方折，最能体现《张迁碑》用笔的斩截之美。

笔法：起笔方折，中锋右行，或提、或按、或直、或曲，收笔折锋向右上缓缓提起。



12. 圆裹横



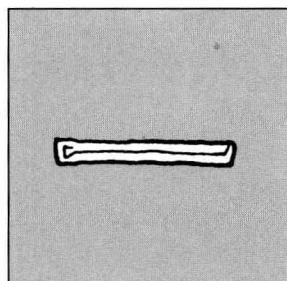
此种横画线条圆劲含蓄，与方起方收横恰成鲜明对比。《张迁碑》中横画用笔均以方折为主，这种圆起圆收的横画出现极少，但这种横气韵内含、笔意高古，偶然一用更显变化。

笔法：逆锋起笔，提笔圆转，裹锋涩行，气韵贯通，收笔转锋右上，裹锋收笔，不外露锋芒。



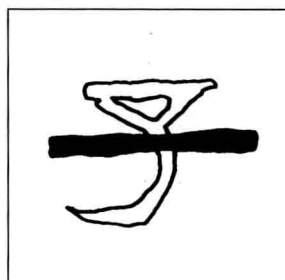
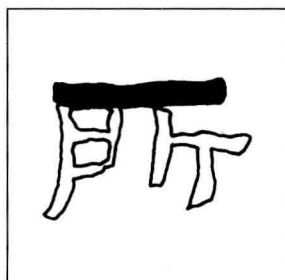
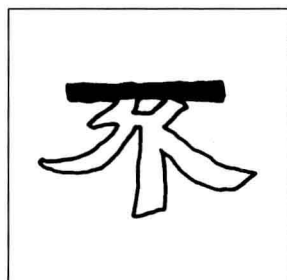
小横：小横无蚕头雁尾，较为平坦，无波磔变化。但小横的用量很大，在《张迁碑》中，小横造型亦有很多变化，但均为方笔。现分列如下：

1. 平横

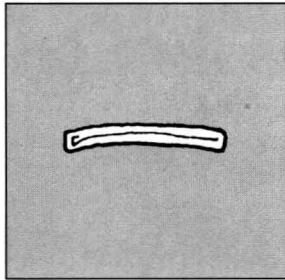


此为《张迁碑》小横的基本造型，无明显的轻重、俯仰变化。

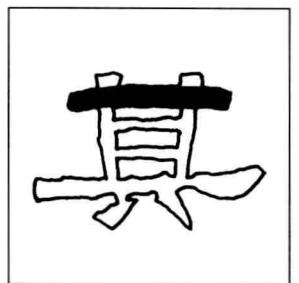
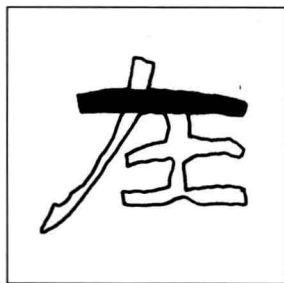
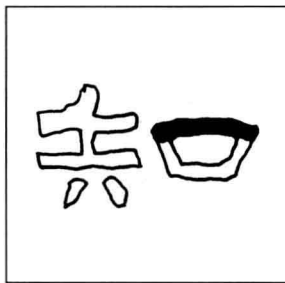
笔法：①逆锋向左起笔。②折锋下切。③折锋向右铺毫，涩进徐行。④至收笔处挫锋向上收笔。



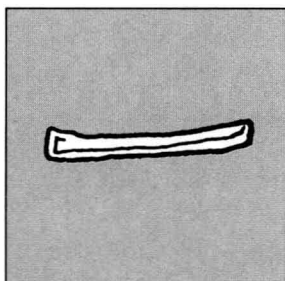
2. 凸横



《张迁碑》中，此种横画多出现在字的顶部，或作为口框的上边框。
笔法：起笔收笔同写平横，行笔时向上略作弧，注意弧弯适度。



3. 凹横



此横弧弯变化恰好与凸横相反，多用于字的上部和中间。
笔法：起笔、收笔同写平横，行笔时略向下作弧，并注意弧弯适度。

