

石門頌寫法與注譯

石

門

頌

寫

法

滕西奇編著

與

注

譯

石 门 颂 写 法 与 注 译

石门颂写法与注译

滕西奇 编著

山东美术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

石门颂写法与注译/滕西奇编著. --济南: 山东
美术出版社, 2011.6
ISBN 978-7-5330-3472-6

I. ①石... II. ①滕... III. ①隶书-书法 IV.
①J292.113.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第115330号

主管部门: 山东出版集团

出版发行: 山东美术出版社

济南市胜利大街39号 (邮编: 250001)

<http://www.sdmspub.com>

E-mail: sdmscbs@163.com

电话: (0531) 82098268 传真: (0531) 82066185

山东美术出版社发行部

济南市胜利大街39号 (邮编: 250001)

电话: (0531) 86193019 86193028

制版印刷: 山东新华印刷厂

开 本: 787×1092毫米 16开 12印张

版 次: 2011年6月第1版 2011年6月第1次印刷

定 价: 29.50元

序 言

隶书在中国书法艺术史上具有重要地位，它的出现不仅揭开了汉字发展的新篇章，而且使中国书法艺术进入了一个崭新的阶段。它上通篆书，下启楷、行、草诸体，以独特的艺术魅力历经两千多年而不衰，至今仍是书法家和书法爱好者创作和学习的主要书体之一。

滕西奇先生积学有成，研习隶书多年，在隶书的书写和研究方面均值得称述。他将世人推重的汉代名碑从写作技法、注释和翻译、修补残缺和模糊字三个方面挹澜探源，涉笔成文，每碑结为一集，作为一套汉碑自学丛书，陆续付梓。第一部分写作技法方面，包括对每一碑的总体论述和写法介绍等等。既有常见公允的说法，又有他自己多年教学的真切体会和独到见解。在书中，他强调了如何才是正确对待传统的问题，阐述了如何正确处理汉碑和已出土的简帛隶书两者之间相辅相成的关系。理论知识切中要领，具体方法切实可行。第二部分是对碑文的注释和翻译，这对学习隶书至关重要。汉碑碑文大多艰涩难读，异体字甚多，加以年代久远，剥蚀严重，给认读和临写带来诸多困难。在这套丛书中，西奇将文词难点加以注释，并译成现代语体文，对残缺的字句依据资料加以补订，又将汉代某些文字与现代不同的写法进行考证，给予注明等等，这可免于误认误写和书而不知所云之苦。每集的第三部分把残缺和模糊字用黑白两种线条加以修补，既保留了原拓原貌，又尽量复原出原作轮廓，解决了临写时迷茫甚至无从下笔之困惑。总之，这套丛书富集着书法与文史知识，其开拓性、实用性和学术性是显而易见的。

目前学习书法者日多，隶书又是学习书法不可少的一课，所以，我认为西奇这套汉碑自学丛书既是帮助读者自学的好书，也是对书法教学大有帮助的参考。

魏启后

目 录

第一章《石门颂》概述	1
第二章《石门颂》的用笔	2
一、起笔和收笔	2
二、提笔和按笔	4
三、圆笔和方笔	5
四、中锋和侧锋	6
五、疾笔和涩笔	8
第三章《石门颂》的笔画写法与常见笔病 ·	10
一、点画的写法	10
二、平画的写法	12
三、竖画的写法	13
四、波画的写法	14
五、捺画的写法	16
六、钩画的写法	17
七、撇画的写法	19
八、折画的写法	20
九、提画的写法	22
十、隶书常见笔病	23
第四章《石门颂》的偏旁写法	24
一、乙字旁	24
二、单人旁	24

三、人字头	25
五、右耳旁	26
四、左耳旁	26
六、立刀旁	27
七、力字旁	27
八、厂字旁	27
九、冂字旁	28
十、匚字旁	28
十一、乚字旁	29
十三、提手旁	29
十四、草字头	30
十五、口字旁	30
十六、囗字旁	30
十七、山字旁	31
十八、巾字旁	31
十九、双人旁	31
二十、广字旁	32
二十一、三点水	33
二十二、竖心旁	33
二十三、宝盖头	33
二十四、走之旁	34
二十五、弓字旁	34
二十六、子字旁	35
二十七、女字旁	35
二十八、尸字旁	35
二十九、反犬旁	36
三十、木字旁	36
三十一、止字旁	36
三十二、欠字旁	37
三十三、戈字旁	37
三十四、日字旁	37

三十五、牛字旁	37
三十六、反文旁	37
三十七、斤字旁	38
三十八、月字旁	38
三十九、火字旁	38
四十、下四点	39
四十一、心字底	39
四十二、尢字旁	40
四十三、歹字旁	40
四十四、牙字旁	40
四十五、示字旁	40
四十六、玉字旁	41
四十七、立字旁	41
四十八、禾字旁	41
四十九、绞丝旁	41
五十、穴字旁	41
五十一、矢字旁	42
五十二、皿字旁	42
五十三、石字旁	42
五十四、龙字旁	42
五十五、母字旁	43
五十六、虫字旁	43
五十七、耳字旁	43
五十八、竹字旁	43
五十九、虎字旁	44
六十、𠂔字旁	44
六十一、酉字旁	44
六十二、贝字旁	44
六十三、言字旁	44
六十四、足字旁	45
六十五、走字旁	45

六十六、车字旁	45
六十七、臣字旁	46
六十八、辛字旁	46
六十九、角字旁	46
七十、隶字旁	46
七十一、雨字旁	46
七十二、隹字旁	46
七十三、食字旁	46
七十四、金字旁	47
七十五、页字旁	47
七十六、马字旁	47
七十七、鹿字旁	47
七十八、鱼字旁	47
第五章《石门颂》的结体	48
一、主笔突出，次笔避让，主次分明，搭配灵巧	48
二、左右开张，横向取势，宽博奔放，气势恢宏	51
三、自然豪放，真率自如，灵活多变，有“隶中 草书”之誉	54
四、字形多变，参差错落，险象环生，跌宕生姿	55
五、特长垂笔，不拘绳墨，力贯上下，气足神完	57
第六章《石门颂》的章法	58
一、正文	58
二、款文	61
三、钤印	63
第七章 学隶三步曲	65
一、第一步，夯实基础	65
二、第二步，拓宽加深	66
三、第三步，创新求变的桥梁	67
第八章《石门颂》的注释与翻译	94

一、《石门颂》碑文及注释	94
二、《石门颂》碑文翻译	98
附图 修补本《石门颂》	100
后 记	181

第一章《石门颂》概述

从公元前206年到公元220年四百年间的汉代，是一个政治统一、经济繁荣、文化发达的历史时期，在书法发展史上是一个光前裕后的黄金时代。

隶书萌芽于战国，成熟于两汉。由于历史的原因，鲜有西汉碑刻隶书传世，从已发现的资料看，简牍隶书在西汉中期以后渐趋成熟。东汉兴碑，蔚为大观的碑刻隶书标志着隶书艺术进入了一个空前的鼎盛期。

《石门颂》是东汉碑刻隶书的精品，全称《故司隶校尉犍为杨君颂》。刻石高327厘米，宽254厘米。22行，每行30或31字不等。汉中太守王升撰文，记载杨孟文开凿石门通道的功绩。东汉桓帝建和二年（公元148年）刻于陕西褒城褒斜道石谷，现存陕西省汉中市博物馆。

《石门颂》与《西狭颂》、《郙阁颂》合称“汉三颂”，其艺术成就，历来得到很高的评价。

清方朔《枕经堂金石书画题跋》评道：“字大如《孔庙》、《泰山》、《都尉》、《孔宙》碑铭，而纵横劲拔过之。”

清张祖翼在题跋中说：“三百年来习汉碑者不知凡几，竟无人学《石门颂》者，盖其雄厚奔放之气，胆怯者不敢学，力弱者不能也。”

清王昶在《金石萃编》中说：“是刻书体劲挺有姿致，与开通褒斜道摩崖隶字疏密不齐者，各具深趣，推为东汉人杰作。”

杨守敬《平碑记》中写道：“其行笔真如野鹤闲鸥，飘飘欲仙，六朝疏秀一派皆从此出。”

康有为的《广艺舟双辑》说：“至于隶法，体气益多，骏爽则有《景君》、《封龙山》、《冯诤》；疏宕则有《西狭颂》、《孔宙》、《张寿》；高浑则有《杨孟文》……”“《杨孟文碑》劲拔有姿，与《开通褒斜道》（俗称大开通）疏密不齐，皆具深趣……《杨孟文》……隶中之草也。”

我临习《石门颂》之后，对我的隶书习作起了很大的补苴罅漏的作用，我认为“《石门颂》是圆笔放纵的典范，‘序曰’以下更精彩，每天朝它鞠三个躬都不为过。”

总之，《石门颂》是东汉隶书的极品，是摩崖石刻的代表作。它古厚淳朴，宽博雄强，气格宏大，圆劲挺秀，率真自然，是“隶中草书”，是圆笔放纵的典范。

在用笔上，逆锋入笔，回锋收笔，行笔稳健，笔画圆匀遒劲，具有篆书笔意。波画、捺画放纵舒展，但其波脚、捺脚不像《乙瑛碑》、《礼器碑》、《史晨碑》那样因重按而粗重，而是采取了收缩式，整个笔画圆劲匀适，雄浑奔放。有的竖画，如“命”字、“诵”字，写成长而圆的垂笔，极像西汉简书。其短小的笔画大都信手写来，灵动多姿。所以，《石门颂》在用笔上，介于“简”与“碑”、“篆”与“分”之间的特征是非常明显的。

《石门颂》结体宽博开张，横向张力十足。因字立形，因石立字，大小疏密一任自然。外在的恢弘气势与内在的丰富多变紧密结合，疏朗大气，飞动灵活，佳构迭出，烂漫多姿。

《石门颂》的章法，疏密大小，整齐错落，措置自然，和谐完美。整体疏朗，稳中寓活，书法文字之美同自然环境之美融为一体，充满疏旷、野逸、灵秀的山林气象。

综上所述，《石门颂》是学习隶书的最理想的范本之一，学习隶书不临习《石门颂》，应引为憾事。

第二章《石门颂》的用笔

用笔，是指按照一定的技法写出各种笔画的基本原则，这是书法最基本的技法，如：起笔须“逆入平出”，行笔须“疾笔涩进”，收笔须“无垂不缩，无往不收”等等，都属于用笔的范畴。汉字系象形文字，由各种笔画组成，提笔书写汉字，笔管或提或按、或直或斜、或前或后、或左或右进行运转，于是写出形态各异的笔画。所以，用笔还是笔锋在书写汉字时的运转过程，也是使用笔锋进行笔画造型的方法。用笔和执笔是笔法的最主要的内容。

关于用笔，元代赵子昂在《兰亭跋》中说：“盖结字因时相传，用笔千古不易。”清代刘熙载在《艺概·书概》中说：“书重用笔，用之存乎其人，故善书者用笔，不善书者为笔所用。”如果用毛笔能够运行自如地写出千变万化的笔画，便是掌握了用笔的基本方法。在行笔过程中，使笔锋始终保持良好的状态，保持最佳笔势，写出理想的笔画，是写好字的最基本条件，道理是永恒的，原则是不变的，这就是赵子昂所说的“用笔千古不易”的含义，也是“书重用笔”的原因所在。

书法包括篆、隶、楷、行、草诸体，不论哪种书体，其书写过程都包括下笔、行笔和收笔三个步骤。这三个步骤又包括起笔和收笔、提笔和按笔、方笔和圆笔、中锋和侧锋、疾笔和涩笔等方面的内容。下面我们逐一加以介绍。

一、起笔和收笔

1. 起笔和收笔的含义

起笔和收笔是指笔画的起止。起笔也称落笔，收笔也称结笔。

行书和草书笔画连绵，而隶书笔画不连绵，点画、平画、波画、捺画、撇画、竖画、钩画、折画、提画等基本笔画都独立成形，每一笔画的起止都交代得清楚明了。

起笔和收笔是重要的用笔方法，它能够决定笔画的形态，也是区分不同书体的重要方法。如藏锋还是露锋，方笔还是圆笔，悬针还是垂露等等，无一不是由起笔和收笔所决定的。对于这个问题，一位书友谈过很深刻的一句话：“两端是法，中间是质。”所谓“两端是法”是说：这个书体那个书体，写得像不像，质量如何，关键看笔画两端。“法”，是法度，是起笔与收笔的法度，所谓“起止取势，令不失节”就是这个意思。清代王澐说“每碑各出一奇，莫有同者”，这个“莫有同者”，在笔画的两端表现得非常充分。《石门颂》和《曹全碑》以圆笔著称，《张迁碑》和《鲜于璜碑》以方笔著称，这些笔画形态的不同，决定因素是起笔和收笔的方法不相同。魏碑和唐楷的不同，楷书中欧、柳、颜、赵诸体的不同，同样是这个道理。“中间是质”是说笔画质量的高低主要看笔画的中段，这是另外的话题，这里不论及。

2. 隶书起笔的基本方法

隶书起笔的基本方法是藏锋逆入。

写横画时，欲右先左。起笔处不在笔画的顶端，而是在顶端稍微靠右的地方，先由右向左逆行，逆行中将笔毫铺开；当笔锋行至顶端时，折锋（虎口右翻）向右行笔，行进中

将入笔处的笔锋覆盖住，这叫做藏锋，即让笔锋藏在笔画之中而不外露，整个过程叫藏锋逆入。对隶书而言，横画顶端可方可圆，可介于方圆之间，但不能出现楷书和行书似的斜角。

写竖画时，欲下先上。起笔处也不在笔画的顶端，而是在顶端的稍微靠下一点的部位，由下向上入笔，至顶端换向下行，行进中将入笔处的笔锋覆盖住。同样，竖画的顶端可方可圆，可介于方圆之间，不能出现斜角、虚尖、顿头等笔病。

《石门颂》的横画和竖画的顶端，绝大多数非常圆合，起笔之法类若篆书。

写其他笔画起笔方法也大致如此，主要的不同在于落笔的方向上。

唐代徐浩在《论书》中说：“用笔之势，特须藏锋，锋若不藏，字则有病，病且未去，能何有焉？”藏锋逆入有两大作用：一是便于将笔毫铺开，使每根笔毫皆尽其力，写出来的笔画浑厚饱满，沉劲有力。二是将起笔处的笔锋藏起来，使笔画锋芒不外露，骨力内含。

3. 隶书收笔的基本方法

隶书收笔的基本方法是有往必收。

写横画时，笔锋向右行至末端，提笔向左回锋收笔。

写竖画时，笔锋向下行至末端，提笔向上回锋收笔。

写其他笔画的方法也基本如此。

回锋收笔也叫护尾，分为实收和空收两种。实收，也叫实回，就是笔锋行至尽处不离开纸面折回原路收笔。空收，也叫空回，就是笔锋行至尽处，使笔锋离开纸面，只做出回锋收笔的动作（在空中左行）。空收虽然笔锋离开了纸面，但是由于收笔动作是回原路，所以笔画末端同样可以避免虚尖等笔病的出现。如果运用得好，在书写高手笔下，笔画末端还会出现斩截之效，骏爽有力，别开生面。

初学隶书，用笔不熟练，宜用实回（实收）；用笔熟练了，可以空回（空收），或者实回和空回相交替，使笔画丰富多姿，避免单调。

以上藏锋逆入和回锋收笔就是书法上经常提到的藏头护尾，做得好会使笔画两端丰满圆润，含蓄有力，不露痕迹。特别要注意的是：隶书的横画（平画）末端可方可圆，可介于方圆之间，除了不能出现斜角、虚尖之外，也绝对不能出现楷书似的因重按而形成的顿头（大疙瘩）。写惯了楷书，初写隶书时极易出现这个笔病，应多留意。

隶书是为了适应书写快捷的需要，将篆书缓慢的行笔变为短速的奋笔，因此，隶书的落笔和收笔要果断爽利，简练自然，不要拖泥带水，力避一切不必要的附加动作。图1-1系《石门颂》中的“故”字，该字中的平画和竖画，藏头护尾，笔画两端饱满圆实。图1-2的“司”字中，平画、竖画、钩画，皆藏头护尾，笔画两端圆劲，质量甚高。



图1-1



图1-2

二、提笔和按笔

1. 提笔和按笔的含义

提笔和按笔就是我们常说的提按，按笔也称顿笔。

隶书是从篆书演变而来的，早期的隶书秉承篆书的用笔，笔画均匀，提按不明显。如《五凤刻石》、《莱子侯刻石》，笔画粗细变化不大，无明显的提按。

东汉兴碑，据不完全统计，有明确纪年的东汉碑刻达一百六十余种，这时石刻隶书进入成熟期。由于出土资料不断丰富，当今学者认为：到西汉中期简牍隶书先于碑刻隶书进入成熟期，其标志是隶书特有的横向取势和蚕头燕尾的波势笔画已成定势，如《居延汉简》、《武威汉简》、《甘谷汉简》等。成熟期的隶书笔画粗细与篆书和早期的隶书相比有了很大区别，提按特别分明，这是隶书用笔上的一大变化和发展。像《张迁碑》、《礼器碑》、《乙瑛碑》，蚕头燕尾波势强劲，笔画粗重雄强，运用提按十分娴熟。

2. 提笔和按笔的方法

提笔和按笔各有两种方法。

先说提笔的两种方法：一是写完上一笔再写下一笔时，把笔管提起来，笔锋离开纸面；二是毛笔在运行中的提笔，笔锋不离开纸面，提笔处的笔画变细变轻。



图2-1

按笔也有两种方法：一是主要在下笔时的按笔（写隶书的波脚和捺脚也需按笔）；二是毛笔运行过程中的按笔，这个过程往往有多次按笔。如图2-1“功”字，共有五笔，每一笔的提按都交代得清楚了。尤其是“功”字的撇画，末端四分之一处，因为行笔中重按，笔画粗重，特别有气势。

清代刘熙载在《艺概·书概》中说：“凡书要笔笔按，笔笔提。辨按尤当于起笔处，辨提尤当于止笔处。”此话说起来容易，做起来却不是那么容易。我们在写每一个字的时候，在完成一幅书法作品的时候，不知道要有多少提按，究竟哪里该提，哪里该按，轻重的分寸如何掌握，不是一句话或几句话能说清楚了。书法涉及多种书体，单就隶书而言，“每碑各出一奇，莫有同者”，要想掌握得好，绝不是“按尤当于起笔处，提尤当于止笔处”能够解决得了的，必须多读帖，多临帖，仔细体味，摸清规律，方能运用自如。

3. 提笔和按笔的作用

如上所述，在运笔过程中，包含无数提按，提笔使线条变细，笔画轻灵；按笔使笔画厚重，力透纸背。提笔和按笔使隶书的笔画有了粗细轻重的变化，与笔画均匀的篆书相比较，用笔更为丰富，克服了篆书线条缺乏粗细变化的单调，提高了线条的



图2-2

表现力，增强了书法的审美内容。如图2-2“诵”字，其最后重重的垂笔，大气磅礴，有强烈的震撼力。

三、圆笔和方笔

圆笔和方笔是用笔的重要内容。清代朱履贞在《书学捷要》中说：“不方则不遒，不圆则不媚也。”《石门颂》在用圆笔上大放光彩，方笔偶有出现。

1. 圆笔和方笔的含义

篆书用圆笔（也有像《天发神讖碑》这样的例外），隶书发展了篆书的用笔，增加了方笔。这里要说的圆笔和方笔都是指笔画的外部形态。

书法的圆笔有两个含义，一是指用笔方法，二是指笔画的形态。就笔画的形态而言，又有两个含义：一是立体圆，即笔画的立体感。当中锋行笔时，主毫走笔画的中路，笔画中路注墨多，有厚度；副毫在笔画两侧运行，笔画两侧注墨就少，显得薄。因此，笔画的中路和两侧注墨多少有所不同，就有了厚薄之分，于是出现了立体感。当然这种立体感只有在书法上训练有素的人方能体会到。我们可以通过对建筑材料中圆形钢筋的联想，增强对立体圆的认识。二是指笔画外形圆，即笔画两端和笔画的转折处不带棱不带角，呈现圆匀的曲线或弧形状态，如图3-1“极”字就非常典型。本书所提到的圆笔，一是指用笔方法，二是指笔画形态圆合。圆笔骨力内含，浑圆流畅，字体圆转遒丽，柔润丰美。

所谓方笔，也有两种含义：一是指用笔方法，二是指笔画的起止处和转折处有棱有角，方方棱棱的，如图3-2“答”字的平画，起笔齐截，系方笔所为。用方笔写出来的笔画，骨力外拓，刚健飒爽，具有斩钢截铁、刚劲硬朗的艺术效果。

2. 圆笔和方笔的书写要领

圆笔和方笔的书写方法各有两种：提笔为圆，顿笔为方；绞笔为圆，翻笔为方。即提笔和绞笔写出圆笔，顿笔和翻笔写出方笔。

提笔为圆：毛笔的笔头是个圆锥体，当毛笔提起来的时候，笔锋便收拢，其顶端是圆合的状态。行笔书写各种笔画的时候，只要不去用力顿笔，让毛笔保持圆合的状态，笔画两端和转折处基本上是圆合的。如图3-3“豫”字，笔笔圆合，是个典型的圆笔字。

顿笔为方：将毛笔笔头捻开之后，其顶端为扁平形状，类似排笔。根据毛笔的这一特性，书写时用力顿笔，使笔毫铺开，笔头便呈现类似排笔的扁平形状。上下顿笔，笔头呈现左右扁平形状；左右顿笔，笔头呈现上下扁平形状。据此，用力顿笔令笔毫铺开，毛笔笔端呈现扁平状态，就能写出方笔来。如图3-4“都”字的末笔竖画，轻顿之后迅速向上回收，



图3-1



图3-2



图3-3

笔画末端呈现方形。

绞笔为圆：行笔时用手指和手腕的力量，转动笔管，使铺开的笔锋不断收拢相拧（笔毫如绞），边行边转，边绞边行，就能写出圆笔来。像波画的波脚，捺画的捺脚，撇画和折画的转折处，由于笔管在行进中且行且转，笔毫在转中相绞收拢，其轨迹就是弧形，即圆笔。图3-5“若”字的波画的波脚，圆匀饱满，就是绞笔写出来的。图3-6“贬”字的捺脚也是绞笔写出来的，舒展圆美，柔和秀丽。

翻笔为方：翻笔为方和顿笔为方在原理上是一致的，都是令笔毫铺开，笔头齐截，写出



图3-4



图3-5



图3-6

方笔来。如书写横画（平画）时，起笔处在顶端靠右处，逆锋顿笔而行，至顶端笔毫铺开直立（犹如排笔），这时猛然向右翻折行笔，顶端便出现方笔。逆势越大，出现方笔的概率越高，方笔越典型。当行笔至尽处时，迅速向左翻笔回收，笔画的末端也会出现方笔。

写其他笔画道理也如此，只是方向不同而已。

赵宦光在《寒山帚谈》中说：“笔法尚圆，过圆则弱而无骨；体裁尚方，过方则刚而不韵。”所以，宋代姜夔在《续书谱·方圆》中写道：“方者参之以圆，圆者参之以方，斯为妙矣。”在实际运用中，圆笔和方笔多是交替使用的，行笔时没必要刻意去追求哪一笔写得圆，圆到什么程度；哪一笔写得方，方到什么程度。书写熟练了，就能运用自如，就会像“风行水上，自然成文”一样，随心所欲，自然而然，刻意追求倒是“一方死法”。

3. 圆笔与方笔是相对的

上面我们分别介绍了圆笔和方笔的有关知识，需要强调的是：圆笔与方笔是相对而言，不是绝对的。圆笔，只能是大体圆合；方笔，只能大体呈现方形。特别是方笔，用圆锥形的毛笔写出完全方方棱棱的笔画是很难做到的，也没有必要。通常情况是圆中有方，方中有圆，妙在方圆兼用，主次有别。《张迁碑》以方笔著称，但并不全是方笔，只能说方笔占主导地位。《石门颂》以圆笔著称，除了占主导地位的圆笔外，还偶有方笔，更有相当数量的介于方圆之间的笔画。在世人推重的诸多汉碑中，正因为具有大量的不方不圆、亦方亦圆的笔画，才使得这些作品具有变化无穷、意象万端的艺术魅力。

四、中锋和侧锋

中锋和侧锋是用笔上特别重要的内容，在这个问题上人们也存在着一些片面的模糊的认识，认真加以研究是十分必要的。

1. 中锋

中锋，也称正锋，指毛笔在行进过程中笔管直立，笔锋（主毫）在笔画中路运行，副毫在笔画两侧运行，写出来的笔画丰满圆实，无上重下轻、上轻下重、左重右轻、左轻右重等不足，这样的运笔就叫中锋，或中锋用笔。中锋用笔，笔画中路主毫注墨最多，笔画两侧副毫注墨相对减少，写出来的笔画浑圆饱满，富有立体感。因而，中锋用笔是书法最基本的笔法，“锥画沙”、“屋漏痕”是其形象的比喻。图4-1系《石门颂》中的“哉”字，笔笔中锋，线条圆劲厚实，全字好像是用圆柱体搭建起来似的。

中锋用笔是东汉著名的书法家蔡邕在《九势》中首先提出来的，他说：“藏头，圆笔属纸，令笔心常在点画中行。”后来这句话被奉为用笔的圭臬。在此后的一千多年里，许多人对这句话的理解有很大的片面性，以至强调到不适当的程度，造成许多混乱和误导。他们把“令笔心常在点画中行”解释成“使笔锋自始至终在笔画正中运行”，进而强调必须“笔笔中锋”。仔细分析蔡邕的“令笔心常在点画中行”的“常”字，是“常常”、“经常”的意思，既然是“常常”、“经常”，就不是“自始至终”、“时时刻刻”。试想：毛笔在运行过程中，尤其是转折处，笔锋能丝毫无差地走笔画中路吗？总会有偏上偏下或偏左偏右的时候。倘若笔锋“自始至终”都丝毫无差地走笔画中路，那就不是执笔写字，而是刨床在做机械运动了。此外，笔锋如何运行，因书体不同，流派不同，会有所差异，需要根据不同情况加以对待。如果写铁线篆，强调“笔笔中锋”无疑是正确的，如果写行书和草书情况就会大有不同，行书和草书除了“正锋取动”，还要以“侧锋取妍”，完全使用中锋行笔，反倒会伤神采。隶书是由篆书嬗变而来的，它丰富和发展了篆书的用笔，除了增加方笔之外，还增加了侧锋用笔。

2. 侧锋

所谓侧锋，就是毛笔在运行过程中，笔管倾斜，笔锋偏离笔画的中路，偏侧到笔画的一侧运行，写横画笔锋偏侧到笔画的上缘，写竖画笔锋偏侧到笔画的左缘等等。如图4-2“上顺升极”的“上”字，其波画是笔锋略向笔画上缘偏侧写出来的，笔画一边光滑，一边毛糙，锋棱略显，有刀劈斧凿的艺术效果，如同历尽千年的金石器物，经过风化剥蚀而具有“残破美”，增加了书法艺术的审美内容，书法上的所谓金石气，指的主要就是这个方面。朱和羹说“正锋取动，侧锋取妍”，乃是至理名言。

综上所述，篆书中锋用笔，隶书以中锋为主，兼用侧锋，排斥侧锋，视侧锋为用笔之弊不能成立，把侧锋看做禁区是一种偏见。

中锋用笔和侧锋用笔在实际运用中，不能截然分开，多数情况是交替使用，在以“中锋为主，侧锋为次”的前提下，能够千变万化方为上策。



图4-1



图4-2

3. 关于偏锋

有人将运笔时笔锋完全偏侧到一边的用笔叫做偏锋，把介于中锋和偏锋之间的用笔叫做侧锋。也有人主张，只要笔锋离开中路，不管偏离到什么程度，一律称为侧锋。运笔是个很复杂的过程，笔锋偏离到什么程度是侧锋，偏离到什么程度是偏锋，难以做出量化的界定，自古以来，众说纷纭，莫衷一是。为此，在这个问题上不必过多地去纠缠，划分上宜粗不宜细。

五、疾笔和涩笔

疾笔和涩笔是谈运笔速度问题。清代蒋和在《书法正宗》中说：“宜疾则疾，不疾则失势；宜涩则涩，不涩则病生。疾徐在心，形体在手，得心应手，妙出笔端。”

1. 疾笔和涩笔的含义

疾笔是指笔势轻捷和爽利，达到奋笔疾进的艺术效果。什么是笔势呢？笔势是指笔毫在纸上往来运转的态势。隶书是由篆书缓慢的行笔变为短速的奋笔，以疾取劲，行笔力戒迟缓拖沓。但是，“疾”，决不单指行笔速度，一味简单地图快，势必造成笔画荒率，轻浮失态。

涩笔是指笔势的持重和稳健，行笔以逆势而进，笔锋好像在克服着一种阻力向前运行。正如刘熙载所说：“笔方欲行，如有物以拒之，竭力而与之争，斯不涩而自涩矣。”涩进能够使笔锋入纸沉劲，达到稳健沉实的效果。如同不能把“疾”理解为一味图快一样，也不能把“涩”理解为一味求慢，行笔过于迟缓，必然造成笔画的呆滞。

2. “疾”与“涩”是对立的统一

明代大书法家祝允明（枝山）说：“用笔不可太迟，迟则缓慢无神气；不可太疾，疾则恐窘步而失势。”“疾”与“涩”有机配合起来，手下的笔画才能既爽峻又厚重，达到苍劲舒展的理想效果。

汉代是隶书的鼎盛期，西汉的简书和东汉的碑刻，率真爽利，古朴典雅，成为令后人推崇的典范，也在于那些技艺高超却没能留下名字的书手们把“疾”与“涩”有机地融合在一起，达到几近完美的程度。《石门颂》是汉碑中的精品，在疾笔与涩笔的结合上更值得借鉴。图5-1“言”字的波画，图5-2“字”字的钩画，舒展流畅，系疾笔所为。图5-3“前”字的波画，图5-4“履”字的撇画，沉实凝重，我们透过刀锋和剥蚀仍然可以看到涩笔涩进的痕迹。



图5-1

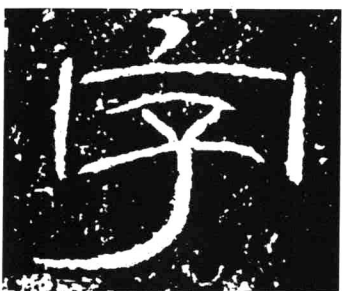


图5-2



图5-3



图5-4