

生活艺术空间丛书
SHENG HUO YI SHU KONG JIAN CONG SHU

方全林 主编

书
法
卷

笔有千钧任翕张

张伟生

雄雞散步芳

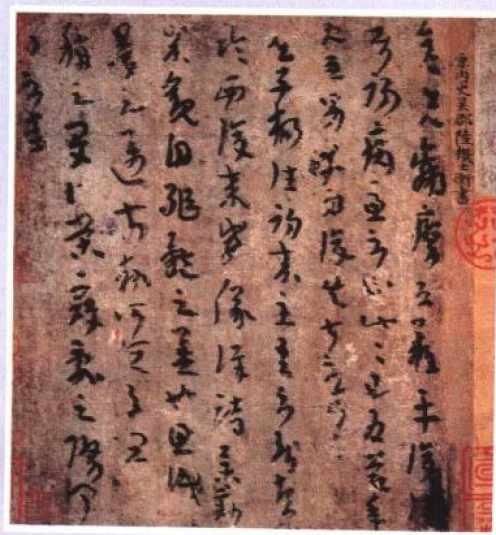
題王襄四圍

旗翻馬背高

人憐性

上海科学技术出版社

方全林 主编



笔有千钧任翥张

张伟生 编著

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

笔有千钧任翕张 / 张伟生编著, — 上海: 上海科学技术出版社, 2002.2

(生活艺术空间丛书·书法卷 / 方全林主编)

ISBN 7-5323-6425-9

I. 笔... II. 张... III. 书法—中国—基本知识
IV. J292

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 097432 号

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号 邮政编码 200020)

新华书店上海发行所经销

上海中华印刷有限公司印刷

开本 889 × 1194 1/24 印张 9 $\frac{2}{3}$

2002 年 2 月第一版 2002 年 2 月第一次印刷

印数 1—4 000

定价 59.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向本社出版科联系调换

总 序



艺术,是人类文明最本质的体现。它是时代精神的载体,推动着历史的进程。在人类文明漫长而又曲折的发展过程中,艺术以它独特的视角,向旧的思维观念发起挑战,不断激发人类的创造力,孕育着新的人类文明果实。

艺术,陶冶和凝铸着人类的灵魂。它给人们以美好的希望和慰藉,丰富和充实着人们的生活,净化和提升着人生的境界。同时,艺术又是人们愉悦欢快的源泉,为人们提供理解、领悟和发现过程中的美感,促使人们用新的方式对待自己的生活,拓宽想象空间和精神世界。

马克思在《1844年经济学哲学手稿》中提出了人能够“按照美的规律来建造”的著名论断,他告诉我们:人类与其他一切动物的生命形式的最根本差别,就在于人类不仅创造了物质文明体系,同时还创造了人类独有的艺术生活的方式。艺术生活是给人的生命历程以无限生机的组成部分,尽管从社会职业来说,并非每个人都能成为艺术家,但事实上艺术的人生体验具有极为宽泛的意义,每个人的人生经历都会有不同程度、不同形式的艺术体验。如果人们不仅对艺术发生兴趣,而且还能积极地参与艺术,那么,从这个意义来说,也许人人都可以成为艺术家。而我们的社会,也将会变得更加美好。这也正是精神文明建设所期望达到的前景。

精神文明建设是一项庞大而又复杂的系统工程。精神文明建设,固然要有一定的客观环境条件作为依托,但是客观环境条件必须通过人的主观能动作用才能创造出新的文明。要实现现代化,首先是人的现代化。而人的现代化,就是具有开放意识和宽松的心态,具有开阔的襟怀和独立的精神,能自觉地接受艺术的滋养,去守护自己的理想。

艺术对于人生,对于人的精神境界和生存方式,具有不

可估量的巨大作用和深远影响。

艺术实际上是一种生活的完美状态,打破艺术与生活的界限,让生活艺术化,艺术生活化,让艺术与生活同步,将会使人们在生活中获取高尚的美感自由和精神享受。拥有艺术,并且“重要的在于参与”和“让过程更为丰富”,正在成为人们的新的生存方式。通过绘画、书法、音乐、舞蹈、戏剧、摄影、影视等所有艺术形式,渗透到当今人们生活的每一个空间,将在最大程度上满足人们崭新的生存需要。

正是基于以上的认识,我们组织编写了这套“生活艺术空间丛书”。让读者通过这套丛书,去进行一次艺术世界的巡礼,去开掘和探究艺术的深层底蕴和神奇奥秘,体味和感悟人与艺术互为依存的关系,共同营建人类永恒的精神家园。

这是我们的希望。

方全林

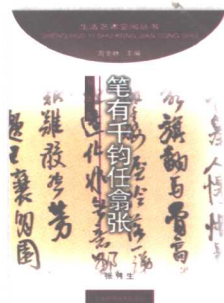
2001年9月



丛书策划 龚云表 杨炳根
责任编辑 杨炳根
版面设计 杨关麟
封面设计 杨关麟

生活艺术空间丛书

SHENG HUO YI SHU KONG JIAN CONG SHU



目 录

○ 绪言 书法之所以是一门艺术	1
-----------------------	---

○ 历史篇	5
-------------	---

- 稚朴古雅的先秦书法 8
- “书同文字”的秦代书法 13
- 苍劲简质的汉代书法 16
- 真逸尚韵的魏晋书法 21
- 雄强浑厚的南北朝书法 24
- 法度谨严的隋唐书法 27
- 寄情言志的宋代书法 32
- 回归晋唐的元代书法 37
- 风神萧散的明代书法 42
- 碑帖交织的清代书法 47
- 风格多元的近现代书法 52

○ 人物篇	57
-------------	----

- [三国]钟繇 59
- [晋]王羲之 60
- [晋]王献之 63
- [隋]智永 64
- [唐]欧阳询 65
- [唐]虞世南 66
- [唐]褚遂良 68
- [唐]薛稷 69
- [唐]欧阳通 70
- [唐]李邕 70
- [唐]张旭 71
- [唐]颜真卿 72



● [唐]怀素	73
● [唐]柳公权	75
● [五代]杨凝式	76
● [宋]蔡襄	77
● [宋]苏轼	78
● [宋]黄庭坚	80
● [宋]米芾	81
● [宋]赵佶	82
● [元]赵孟頫	84
● [元]鲜于枢	85
● [元]杨维桢	86
● [明]祝允明	87
● [明]文征明	88
● [明]董其昌	89
● [明]张瑞图	91
● [明]黄道周	91
● [明]倪元璐	92
● [明]王铎	94
● [清]傅山	94
● [清]金农	96
● [清]郑燮	97
● [清]邓石如	98
● [清]伊秉绶	99
● [清]何绍基	100
● [清]赵之谦	100
● [清]吴昌硕	102



皇清乾隆下臣廣知陞六神 零閣美蓋萬民表慶 老幼人王叔筆諸臣同

● [清]沈曾植	103
● [清]康有为	104
● [近代]于右任	105
● [近代]沈尹默	106
● [近代]林散之	107
● [近代]沙孟海	108

○ 赏析篇

● 古老稚朴、劲利峭拔——《甲骨文大字刻辞》	111
● 庄重雄浑、雍容大度——《大盂鼎铭文》	112
● 方整茂密、凝重遒婉——《石鼓文》	113
● 匀圆遒劲、舒展刚健——《峰山刻石》	113
● 古厚沉凝、圆穆飘逸——《老子帛书乙本》	114
● 方折稳健、奔放洒脱——《居延汉简》	115
● 豪迈潇洒、高超奇逸——《石门颂》	115
● 峻逸疏秀、挺健凝练——《礼器碑》	116
● 秀逸流美、绵中藏针——《曹全碑》	116
● 威武骄横、严整凌厉——《张迁碑》	118
● 汇聚诸体、兼具众妙——《三体石经》	119
● 高古纯朴、超妙入神——钟繇《宣示表》	120
● 简远温雅、沉着痛快——皇象《急就章》	121
● 简洁无华、古朴苍劲——索靖《月仪帖》	121
● 雅逸洒脱、超玄入妙——陆机《平复帖》	122
● 风骨爽利、姿态妍美——王羲之《兰亭序》	124
● 奇侧俊美、气韵生动——王献之《鸭头丸帖》	125
● 端凝朴拙、奇巧生姿——《爨宝子碑》	126
● 方峻凝重、刚毅矫健——《始平公造像记》	127
● 宽博舒展、圆厚遒婉——郑道昭《郑文公碑》	128
● 舒朗醇厚、刚柔相济——《刁遵墓志》	130
● 险峻奇峭、变化多姿——《张猛龙碑》	131
● 质朴峻秀、中和清远——《张玄墓志》	131

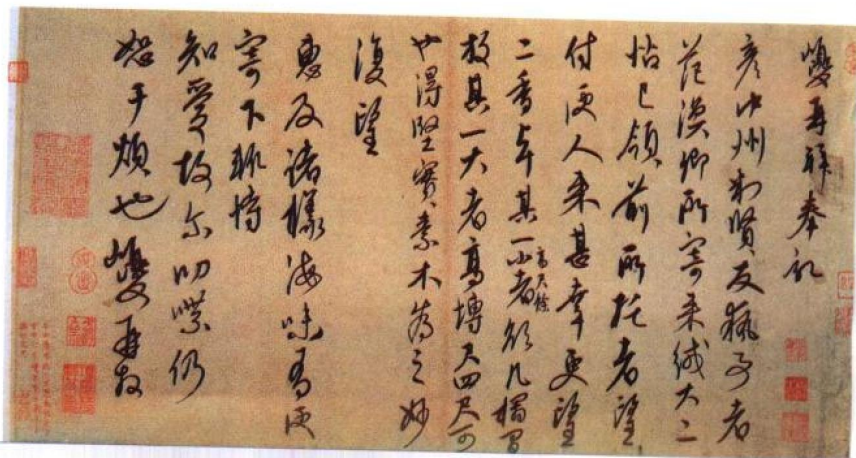
- 圆劲秀拔、蕴藉浑穆——智永《真草千字文》…… 132
- 方而不利、圆而不媚——《龙藏寺碑》…… 134
- 圆融道逸、内涵筋骨——虞世南《孔子庙堂碑》… 135
- 瘦硬清寒、神气充腴——欧阳询《九成宫醴泉铭》· 136
- 婉媚道逸、清丽刚健——褚遂良《雁塔圣教序》… 136
- 洒脱俊逸、情趣盎然——孙过庭《书谱》…… 138
- 凌厉劲拔、气宇轩昂——李邕《岳麓寺碑》…… 138
- 恣情肆意、豪迈奔放——张旭《古诗四帖》…… 139
- 笔势雄奇、气态激越——颜真卿《祭侄文稿》…… 140
- 恣肆纵横、秩理天然——怀素《自叙帖》…… 141
- 法度森严、神气清健——柳公权《玄秘塔碑》…… 142
- 空灵疏秀、平淡清悠——杨凝式《韭花帖》…… 142
- 端庄沉稳、工整平夷——蔡襄《谢赐御书诗》…… 143
- 丰润雄健、格调高雅——苏轼《黄州寒食诗帖》… 144
- 字势奇险、笔意潇洒——黄庭坚《诸上座帖》…… 145
- 跌宕峻险、率意天真——米芾《蜀素帖》…… 146
- 道劲飘逸、酣畅淋漓——赵佶《千字文》…… 147
- 妍媚舒展、温润闲雅——赵孟頫《汲黯传》…… 148
- 圆活爽利、气势飞扬——鲜于枢《苏轼海棠诗卷》· 149
- 潇散简远、清韵贯注——祝允明《出师表》…… 151
- 道劲流丽、蕴藉质朴——文征明《西苑诗卷》…… 151
- 清润虚灵、恬淡潇散——董其昌《白羽扇赋》…… 152
- 恣肆奇崛、疏狂孤傲——徐渭《青天歌》…… 153
- 谨严丰腴、爽利道劲——张瑞图《李白诗轴》…… 154
- 意气密丽、拙朴险峭——黄道周《山中杂咏》…… 154
- 刚毅凝重、奇郁苍浑——倪元璐《五律诗轴》…… 155

唐之西郭云山静似
古之小亭余家
山之中夏夏之
叠嶂有龙溪通门
幽松影参差金殿上
千峰初之旋汲山中
枝意若若若之随立清
易国风云氏传游踪太
公书及圃社初耕种
篇行高步山遥梅松竹
苍烟叶绿息於此有
百里美流泉漱漱濯
隔竹篱六小山高稚
茅簷竹寺飯飲然一
亭寬已過大小作
展所遊法帖墨蹟
作教之典刻刻今
草玉露一两再主
一杯出步注色
溪邊問采麻說杭
晴校而採為新
此為試讀，需要...

- 飘逸清隽、典雅萧散——陈洪绶《诗轴》····· 156
- 浑雄恣肆、奇崛多姿——王铎《草书诗卷》····· 156
- 雄浑畅达、不事雕琢——傅山《草书诗轴》····· 157
- 圆润简约、气态高异——朱耷《行书轴》····· 158
- 沉稳迟涩、清刚古拙——金农《隶书册》····· 158
- 似斜反正、错落有致——郑燮《岫嵎碑》····· 159
- 平和静穆、格调高古——邓石如《篆书轴》····· 159
- 圆润道婉、劲势内敛——何绍基《行书诗册》····· 160
- 强悍雄浑、方整峻峭——赵之谦《梅花盒诗轴》····· 160
- 苍古老辣、神密味厚——吴昌硕《临石鼓文轴》····· 161
- 奇崛生涩、险峻拙朴——沈曾植《书册》····· 162
- 挥洒不羁、飞逸奇浑——康有为《行书诗轴》····· 162
- 以简驭繁、以平求奇——于右任《草书千字文册》····· 163
- 腴润流畅、妩媚典雅——沈尹默《七言律诗轴》····· 164
- 隽逸潇洒、才情横溢——白蕉《题兰杂稿卷》····· 165
- 沉静枯涩、神采飞扬——林散之《草书书筏册》····· 166
- 雄浑刚健、精气弥漫——沙孟海《陆放翁诗轴》····· 167

○ 鉴藏篇 ····· 169

- 书法的主要形制及其审美特征 ····· 172
- 书法艺术欣赏的准则 ····· 182
- 书法艺术品鉴定的参照系数 ····· 187



○ 练习篇	195
● 执笔之法	197
● 中锋用笔	200
● 结字法则	201
● 谋篇布局	204
● 题款钤印	207
● 临摹碑帖	208
● 学识修养	211
● 文房用具	214
◎ 后记	221



绪 言

书法之所以是一门艺术

世界上没有哪一个民族的文字书写能像中国的汉字那样，可以成为与绘画、音乐、舞蹈、雕塑、文学等并列且自成体系的艺术。究其原因，主要基于以下三个方面。

其一，由象形逐步衍化为抽象符号的汉字是构筑中国书法艺术的基本元素。汉字的初造大抵和绘画等造型艺术一样，都是“近取诸身，远取诸物”，从对自然之物的具体形象的描摹、凝炼、简化地写开始。有趣的是，自然界的万事万物，其本身就具有均衡、对称、稳定、协调的规则，其变化也充满了节奏和韵律。我们的先民在创造用图画、符号去记录语言时，本能地获得了这种源自于自然美的造型艺术。鲁迅在《门外文谈》中说：“中国文字的基础是‘象形’”，“写字就是画画”。尽管随着历史的发展，汉字也由繁复走向简约，由具象变为抽象，但是，建构汉字的点、线、形仍然依附于客观的自然规律，轻重、疾徐、起伏、疏密、揖让、向背、斜正等的变化充溢于字里行间。汉字，以其特殊的形质，成为书法艺术表现的主体。

其二，人们赋予汉字书写以特殊的物质条件和表现空间。如果说汉字的本体仅仅只是一种原始的美，那末书法则是在原始美的基础上进行的二度创造，使其在书写过程中具有一种艺术美。我们看到，书写工具——毛笔的介入，是这种二度创造中具有决定意义的革命。中国自古就有“仓颉造字”、“蒙恬造笔”的传说，我们的先民发明了用动物毛来制笔，它形似圆锥体，有笔锋和副毫之分，能聚能散，富有弹性，



用它可以写出刚柔、粗细、动静、顿拙、枯湿等不同形态的线条和点画，“惟笔软则奇怪生焉”。毛笔的特殊功能，使得书写者在使用中，能尽情任意地挥洒。为了使书写的汉字更具有直观的艺术美，书法家们在长期的实践中，总结出了必须遵循的书写法则和规律。如为了显示点画线条的力度和气势，用笔则要强调中锋，要“提按顿拙”、“逆入平出”、“藏头护尾”，要“横鳞竖勒”、“一波三折”、“万毫齐力”等等。为了结字的美感，要注意把握重心、平衡、匀整，要“分若抵背，合如对目”、“以侧映斜，以斜附曲”、“疏当补续，繁则减除”等等。为了章法排列的美，要讲究呼应、映带、意联，要“计白当黑”、“回互留放”、“笔断意连”等等。与此同时，书法的创作，还要辅以特殊的宣纸、墨及印章等。所有这些，都为汉字书写提供了更加广阔的表现空间，是实现由原始美升华为艺术美必不可少的条件。

其三，中国的书法艺术涵容着深邃的文化意义，她同民族的思维方式、审美趋向、风俗时尚、道德规范以及政治制度、文学历史、哲学理念等是紧密联系在一起。艺术，说到底是一种民族的文化精神。中国的书法艺术也不例外，她并不仅仅演绎成汉字加书写技法这样简单的公式，几千年来，她根植于民族文化的土壤，是一种人文精神的体现。为什么一个历史时期书法艺术创作的特征总是同这个时期的时代精神和社会思潮协调发展的？为什么书法在教育、取仕、文化交往乃至社会生活等方面具有如此广泛的表现空间？为什么“字如其人”，从一个人的字中可以看出其学养、性格、情操、思维等各方面的综合素质？为什么书法艺术的灵魂在



于“精、气、神、韵”，而“精、气、神、韵”又具有高低雅俗之分？如此等等的问题，都把一个客观的、毋庸置疑的结论揭示在我们面前，这就是：中国的书法艺术拥有极其深厚的文化内涵，尽管她表现得是那么抽象，那么简单，那么平淡如水。

艺术的规律总是互通的，艺术的美感也是互融的。当书法家把自己的情感倾泻于任意挥洒的毛笔之时，人们通过这变幻莫测的墨线似乎能感受到很多很多：

她具有图象的意念，横，如“千里阵云，隐隐然其实有形”；点，“如高峰坠石，磕磕然实如崩也”；撇，如“陆断犀象”；钩，如“百钧弩发”；竖，如“万岁枯藤”……“似虬龙之蜿蜒，调其妙也；若鸾凤之徘徊，言其勇也。”

她犹如无声的音乐，尽管人们的听觉感受不到音响，但目睹线条的提顿起伏以及字构和章法的起承转合，仍能感受音乐的旋律和节奏，时而高扬，时而低回；时而舒缓自由，时而紧锣密鼓；时而如洞箫横吹，时而如钟鼓齐鸣。

她好似素妆淡抹的舞蹈。通过点线变化的运动感，人们仿佛感觉到书法在书写中的提、按、导、送、转、接，就好似在平面上表现有时空感和流动美的抒情舞，有的如公孙大娘舞剑器，刚柔相济，宛转自若，藏头护尾，不可端倪；有的如黄发垂髻，颐情嬉戏，天真烂漫，风骨不俗。

她富有诗词的意境，有的俊逸，有的清新，有的豪放，有的婉约，有的俏俏，有的含蓄，有的浑穆，有的简静，有的恬淡，有的扎实，有的凌厉，有的稚拙……

总之，中国的书法艺术是那么的普通，却又是那么的神奇，她那深邃的思想文化和艺术价值，足以堪称是中华民族悠久而灿烂文化的结晶和瑰宝，是东方艺术精神的浓缩与象征。



相遇不尔則未和
後會之期也區區
晚景宜
倍萬自愛耳
今子當更不重
夢得祇校閱
我
六月十