

中 国 书 法 博 导 丛 书

# 笔法与章法

邱振中 著

上海书画出版社

中 国 书 法 博 导 丛 书

# 笔法与章法

邱 振 中 著



上海书画出版社

---

**图书在版编目(CIP)数据**

笔法与章法 / 邱振中著. — 上海: 上海书画出版社,  
2003. 12

(中国书法博导丛书)

ISBN 7-80672-680-2

I. 笔... II. 邱... III. 汉字—书法 IV. J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第108504号

---

责任编辑	胡传海
审 读	沈培方
封面设计	范乐春
技术编辑	朱伟南

中国书法博导丛书

**笔 法 与 章 法**

邱振中著

 **上海书画出版社** 出版发行

地址: 上海市延安西路593号

邮编: 200050

网址: [www.duoyunxuan.com](http://www.duoyunxuan.com)

E-mail: [shcph@online.sh.cn](mailto:shcph@online.sh.cn)

---

上海中华印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本: 889 × 1194 1/24

印张: 5.166 印数: 1-3,000 字数: 70千字

2003年12月第1版 2003年12月第1次印刷

---

ISBN 7-80672-680-2/J·604

定价: 20元



邱振中，中央美术学院教授。中国书法家协会学术委员会委员、潘天寿研究会副会长、西泠印社社员。1947年生于南昌。1981年浙江美术学院（中国美术学院）书法研究生毕业，文学硕士。1993年任江西师范大学教授，1994年任中国美术学院教授，1995-1997年任日本文部省外籍教师、奈良教育大学客员教授。著有《书法的形态与阐释》《当代的西绪福斯——邱振中的书法、绘画与诗歌》《书法技法的分析与训练》等，于北京、日内瓦、奈良、洛杉矶等地多次举办个人作品展览。

# 目 录

## 1 关于笔法演变的若干问题

### 49 章法的构成

# 关于笔法 演变的若干问题

笔法是构成书法形式的重要因素之一。

有关艺术形式的一切都是历史的产物。

笔法在长期的发展中演化为今天的形态。不过历来对笔法的研究大多不谈历史，而且往往以个人有限的书写经验为转移，因此我们始终缺乏对笔法的真正了解。尽管笔法神授的传说早已无人相信，它依然漂浮在不曾消散的神秘主义氛围中。<sup>①</sup>

## 一 对笔法的重新认识

翻检历代对笔法的论述，使人感到头绪纷杂，缺乏系统，有时过于简略，歧义叠出，有时比况奇巧，言不及义。<sup>②</sup>不过，在这些著述中，也散落着前人不少精辟的见解，为我们研究笔法流变提供了有益的启示。

历代所有关于笔法的论述，大体上可以归纳为以下内容

- 1 对笔的控制方法——执与运（腕运、指运等等）；
- 2 笔锋的运动形式（包括空间形式与时间形式）；
- 3 笔法的形态表现——点画书写法；
- 4 各种审美理想对笔法的要求；
- 5 各种笔法所产生的线条的审美价值。

1、3是操作层面上的要求，4、5则离构成层面有一段距离，只有2是统领整个笔法的关键，它在一个较深的层次上反映了笔法的构成本质。

在这里，我们主要讨论书法史上笔锋运动形式的演变。

什么叫笔锋运动形式？为什么要把它分为空间形式和时间形式两部分？

笔锋运动形式指笔毫锥体在书写时所进行的各种运动，如旋转、平动<sup>③</sup>、上下移动（提按）等等。一切运动都是在空间和时间范畴内进行的，因此上述运动在时间范畴内的变化（疾、迟、留、驻等）亦属于笔锋运动形式研究的对象。

关于笔法的论述有相当一部分谈到速度问题，但是速度更多地取决于一定时代、一定作者的审美理想。<sup>④</sup>我们准备在其他地方对此进行详细的讨论，这里只是偶尔涉及有关时间概念的速度问题。因此，我们有必要把笔锋运动形式分为空间形式与

时间形式两个部分。

这样,我们的讨论便限定在一个很小的范围内——笔锋运动的空间形式。看来它在笔法理论所包括的全部内容中只占很少一部分,然而却是理解整个笔法问题的关键。

探讨笔锋运动的空间形式,可以从下列有关论述中找到线索:

使,谓纵横牵掣之类是也;转,谓钩环盘纤之类是也。<sup>⑤</sup>

《翰林密论》云:凡攻书之门,有十二种隐笔法,即是迟笔、疾笔、逆笔、顺笔、涩笔、倒笔、转笔、涡笔、提笔、啄笔、翻笔、趯笔。<sup>⑥</sup>

元李雪庵运笔之法八,曰:落、起、走、住、叠、围、回、藏。<sup>⑦</sup>

书法之妙,全在运笔,该举其要,尽于方圆。……行笔之法,十迟五急,十藏五出,十起五伏,此已曲尽其妙。<sup>⑧</sup>

删繁去复,笔锋运动的空间形式包括如下内容:方圆、中侧、转折、提按及平动。<sup>⑨</sup>

上述内容还可加以归并。

方笔实际上为两次折笔的组合,圆笔不过是在点画端部施行环转而已。中锋是毫端处于点画中央的一种运行方式,与点画走向同向落笔时,毫端自然处于点画中部,此即为中锋;如



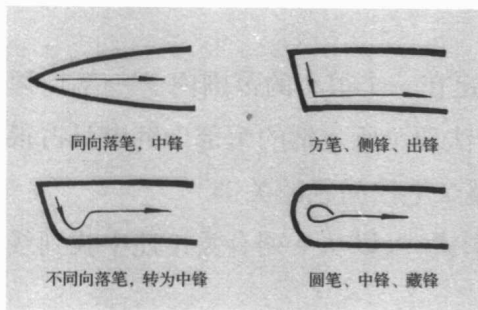


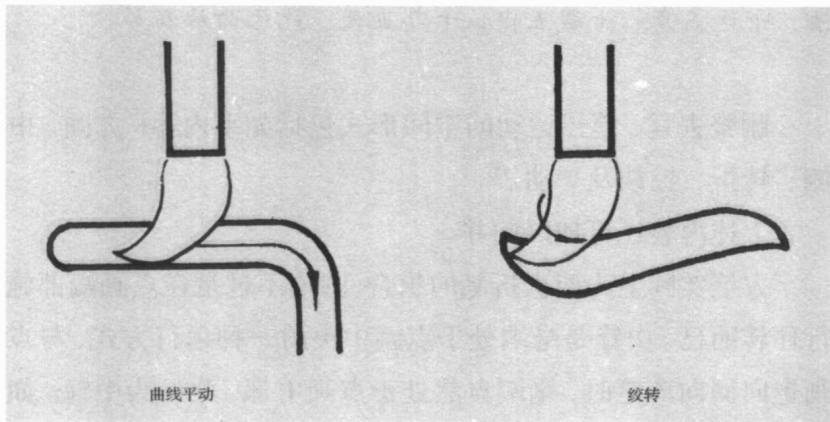
图1

落笔方向与点画走向不相重合(成一角度),则落笔后稍加转动,亦可使毫端移至点画中部,转为中锋运行;如落笔方向与点画走向不相重合而

直接运行,毫端便始终处于点画的一侧,即为侧锋。藏锋即圆笔;出锋分中、侧两种,运动形式与中锋、侧锋同。根据以上分析,可见方笔、圆笔、中锋、侧锋、藏锋、出锋等等,都不过是转笔与折笔不同方式的组合。(图1)

折笔还不是独立的运动。折笔使运动轨迹出现折点,使触纸的笔毫锥面由一侧换至另一侧。如笔毫侧面变换时不伴有提

图2 转笔的区别



按，这种折笔仍为平动；如伴有提按，则为平动与提按的复合运动。

通常所说的转笔，实际上分为两种：一种是笔锋随着笔画的屈曲而进行的平动（曲线平动），如书写铁线篆时笔锋的运行；一种是笔毫锥面在纸面上的旋转运动，这种转笔可称作绞转。<sup>10</sup>前一种转笔运行时笔毫着纸的侧面固定不变，后一种转笔运行时笔毫着纸侧面不停地变换，这是两者本质的区别。后文所提到的绞转、使转，都是特指后一种转笔。（图2）

综上所述，所有笔法都能分解为这样三种基本的运动：绞转、提按、平动。<sup>11</sup>换句话说，任何复杂的笔法，都可以由这三种基本的运动组合而成。

平动是运用各种书写工具、书写任何文字都离不开的基本运动方式；而绞转、提按却是给书法线条带来无穷变化的两种独立的运动，它们对于笔法发展史具有特殊的意义。如果从笔锋运动形式的角度出发，对笔法下一定义，必须同时注意到这两种运动方式。

沈尹默《书法论》云：“落就是将笔锋按到纸上去，起就是将笔锋提开来，正是腕的惟一工作。”<sup>12</sup>

把提按当作惟一的运笔方式，作为某一流派的主张，未尝不可，但是把它作为历代笔法的归纳和总结，恐怕书法史上许多现象都无法得到解释。在后面的章节中，我们将对这一命题进行具体的论述。

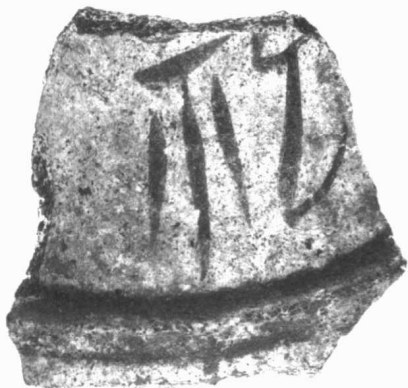


图3 商代陶片

仰韶文化与龙山文化时期陶器上书写、刻画的符号，无疑是汉字的滥觞，但它们只是一些朴素的、粗糙的线的组合，还谈不到笔法。<sup>⑬</sup>

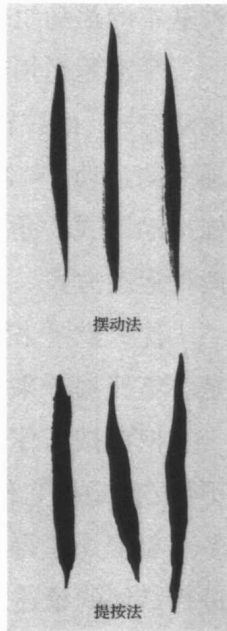
商代甲骨与陶片上保留有书写的字迹（图3），点画肯定，点画轮廓的变化很有规律。它们可能不是用垂直提按的方法，而是用摆动的方法写出来的：手持毛笔，以笔杆的某一点为轴心，手腕一摆动，便可以画出这种线条。用提按法要达到这种力度和变化的均匀性，十分困难，对先民们来说，几乎没有可能。

也许这无法从考古学上找到证据，但

以上是我们关于笔法的基本观点。在既有的理论中，我们找不到足够的基础，为了通向所关切的问题，不得不修建了这段引桥。

## 二 楷书形成前笔法的变迁

图4 提按法与摆动法的不同效果



是我们做了一次有意味的实验。我们教两组五岁的小孩分别用摆动法和提按法画出上述线条(图4)。前者练习一小时,线条基本符合要求;后者练习三天,每天一小时,仍然远远达不到前者的水平。实验的结果当然不足以作为我们的全部论据,但它至少揭示了笔法自然选择的某些规律。

这种“摆动”,当然包含笔毫的上下运动,但它同后来所运用的“提按”却有根本的区别。它包含有转动的因素,同后来使转笔法的形成具有极为密切的关系。

从战国中期的侯马盟书(公元前386年,图5)中可以看出这种笔法的发展:线条更为丰满、挺拔,粗细变化更为明显——这是摆动的笔法被夸张的结果。我们还可以为这一笔法的强化和普遍运用提出一点有意义的证据:盟书中几乎所有笔画都带有程度不等的弧度。这是由于腕关节和笔杆轴点有一定距离,而且高度又不一致,摆动时容易出现的现象。甲骨文中弯折的笔画都分为两笔,但这里却连起来书写;同时,这些弧形线条往往包含几度由粗至细、由细至



图5 侯马盟书

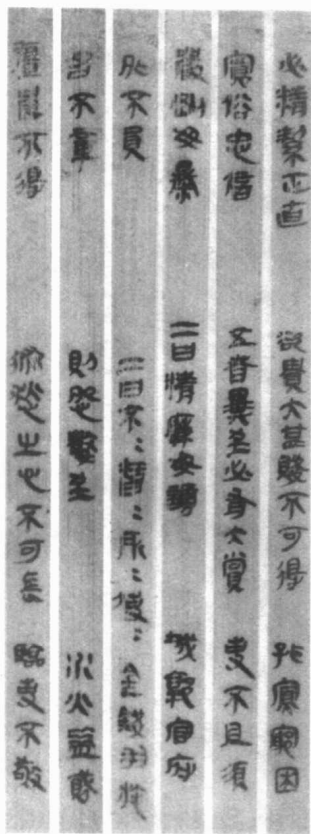


图6 秦律简



图7 马王堆汉墓简

粗的变化，如“官”、“郭”、“亟”、“其”、“守”等字——不能设想这是书写时费力地反复提按所得来，它只能是沿弧形轨迹摆动的结果。这便是绞转的雏形。

仰天湖楚简、信阳楚简都具有同样的特点。

青铜器上的铭文，因为经过铸造，笔意丧失较多，但是不

少点画仍然与简书、盟书十分相似。部分平直、方整的字迹，在墨迹中难以找到印证，只能认为它们出自庄重、严肃的场合所使用的一种特殊笔法（以平动为主）。后代铭刻书体与日常应用书体的分离，正导源于此。青铜器铭文中这一类字体，直接导致了秦代篆书的书写风格。

泰山刻石、峄山刻石等长期被当作秦代的代表书体，但是它们无法令人满意地解释战国书体到汉代隶书笔法的变化。秦简的出土打开了我们的眼界（图6）。它与战国简书相比，结构简化了，可以明显地看出向汉代隶书演化的痕迹，但是大部分点画都保持了盟书与战国简书的笔法。

可以作这样的推测，秦代统一文字，统一的仅仅是字体结构，泰山刻石、峄山刻石等可能有作为标准字体的意义，但不是当时的代表性书体。“书同文”可能与我们今天删除异体、公布简化字的意义相似，对于笔法的演变，并无重要意义。秦篆在汉代迅速中落，“等线体”在此后很长一段时期内几无嗣响，便为明证。<sup>13</sup>

用笔习惯是可能改变的，这种改变同字体的改变确实存在某种联系，但不是指这种人为规定的字体的改变，而是指那种由社会境遇的改变引起的，隐藏在形式内部的缓慢而不可抗拒的变化。

这种变化逼近了。

秦律简预示着汉代隶书的诞生。



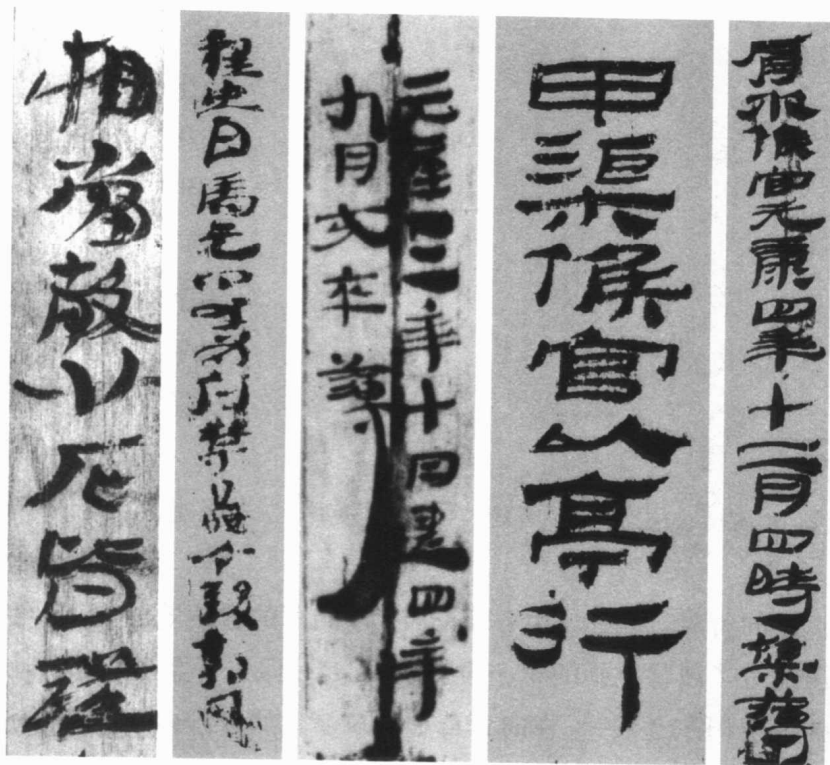
马王堆一号汉墓竹简(图7)大部分线条的笔法与侯马盟书极为相似,只有少数笔画被夸张。这些夸张的笔画经过发展,成为隶书的主要特征。

太初三年简(前102年,图8),撇捺已经具有明显的挑脚,横画亦出现显著的波折。这些笔画形态富有变化,说明运笔已渐趋复杂。

太初以后,波拂明显的简书不胜枚举,如天凤元年简、元康四年简(图9)、五凤元年简等等。

从这些竹木简中,可以看出隶书趋于成熟的过程,也可以看出运笔轨迹从简单弧形变为波浪形的过程。

为什么点画形状会出现这种变化呢?诚然其中包含有审美的因素,但绝不是主要的原因(参见第六节)。波状笔画的出现,是“摆动”笔法发展的必然结果。毛笔沿弧形轨迹摆动,即带有旋转成分;当手腕朝某一方向旋转后,总有回复原位趋势,如果接着朝另一个方向回转,正符合手腕的生理构造,同时也只有这样,才便于接续下一点画的书写,于是运笔轨迹便由简单弧线逐渐变为两段方向相反而互相吻接的圆弧。<sup>⑤</sup>转笔的发展促成了隶书典型笔画的出现。



1. 图9 元康四年简
2. 图10 甲渠侯官简
3. 图11 元康三年简
4. 图12 居延汉简
5. 图13 居延汉简

5 | 4 | 3 | 2 | 1

波状点画是隶书最重要的特征。

从《居延汉简》(甲编)所收二千五百余枚木简来看,点画轨迹大致可分为三类:第一类为波状曲线(~)(图9),第二类为简单弧线,第三类为平直线。

第三类点画数量很少,仔细观察它们的运笔轨迹,大部分



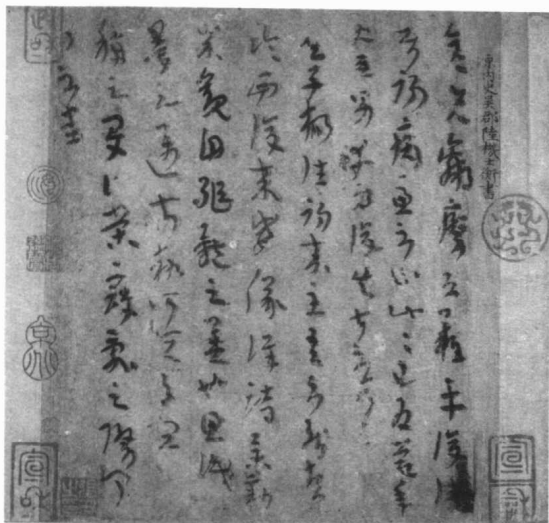


图14 陆机 平复帖

点画中仍然隐约见出微妙的波状变化。如图10中“甲”、“渠”、“侯”、“官”、“亭”等字的横画，看似平直，实际上都隐含波折。

第二类点画又包括两种情况：其一，为波状

点画的省略，如图11中各字的捺脚，圆浑的起端笔触中，已经压缩进了波状点画的第一段弧线；其二，保留了盟书弧形摆动的笔法（图12）——在向章草和今草演化的过程中，这一部分简书促使转笔发展到一个崭新的阶段。

居延简（图13）、武威医简等留下了向章草演化的痕迹。其他木简中已变为弯折的笔画（如图10、图11中各字的方框），此处仍然保持弧形，因此转笔的运用比前一类简书更为频繁。

《平复帖》（图14）是章草的代表作，它与居延简（图13）保持亲密的血缘关系，只是《平复帖》中大大增强了点画的连续性，如“口”形，汉简中用三笔，《平复帖》用两笔。帖中还有不少字，把许多点画连为一笔，显示了用笔技巧的长足进步。