

中国书法经典名家讲座丛书

隶书10讲

方传鑫

上海书画出版社

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

𠄎

中国书法名家讲座

隶书 10 讲

方传鑫 著

上海书画出版社

图书在版编目(CIP)数据

隶书10讲 / 方传鑫著. - 上海: 上海书画出版社,
2003.11

(中国书法名家讲座)

ISBN 7-80672-700-0

I. 隶... II. 方... III. 隶书-书法

IV. J292.113.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第103562号

责任编辑: 胡传海

封面设计: 范乐春

技术编辑: 朱伟南

中国书法名家讲座 隶书10讲 方传鑫著

◎ 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

E-mail: shcph@online.sh.cn

浙江临安康达印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本: 889 × 1191 1/32

印张: 2.5 印数: 1-5,000 字数: 60千字

2003年12月第1版 2003年12月第1次印刷

ISBN 7-80672-700-0/J · 624

定价: 12元



方传鑫1948年生于上海。祖籍浙江鄞县。中国书法家协会书法培训中心教授、香港美术学院荣誉教授、菲律宾中华书法学会学术顾问、上海市书法家协会常务理事。书法作品参加全国第一、二、三、四、五、六、七届书法篆刻展览，并在日本、韩国、新加坡、菲律宾、美国、德国、加拿大等国及台湾、香港、澳门等地区参加展览数十次。出版有《方传鑫书历代百花诗帖》、《3500常用字检索字帖》(隶书)等多种字帖。《中国书法》、《书法》、《书法报》等报刊曾专题介绍，作品被数十家博物馆、美术馆收藏。1997年被收入美国纽约传记中心《世界名人录》。获首届上海文学艺术奖——书法奖。首届中国书法兰亭奖编辑出版奖。

目 录

- 第1讲 破圆为方 —— 隶书发展简史····· 1
- 第2讲 隶之先河 —— 简牍帛书····· 11
- 第3讲 各出一奇 —— 汉碑风貌····· 19
- 第4讲 以古为新 —— 清代隶书····· 31
- 第5讲 含文苞质 —— 汉隶的用笔和点画特点····· 39
- 第6讲 平中寓奇 —— 汉隶的结体特征····· 45
- 第7讲 拟之贵似 —— 隶书的临摹····· 51
- 第8讲 多练勤思 —— 隶书的创作····· 59
- 第9讲 一己之得 —— 临摹和创作体会····· 67
- 第10讲 知道识味 —— 欣赏和品评····· 71

第1讲 破圆为方

—— 隶书发展简史

隶书，在我国文字和书法的发展史中，占据了极为重要的地位。从文字发展史来看，早期的甲骨文、古文、大小篆基本上符合指事、象形、形声、会意、转注、假借六义。隶书的出现破坏了最初造字时所遵循的六义，变成了不象形的象形字，发展成如今的方块楷书字形。从书法发展史来看，篆书(图1)的用笔比较单纯，粗细均一，迂回盘屈。隶书的用笔复杂多变，轻重错落，粗细有别；转折顿挫，变圆为方，为以后草、行、楷各种字体的笔

●图1 《信阳楚简》





●图2 《云梦睡虎地秦简》

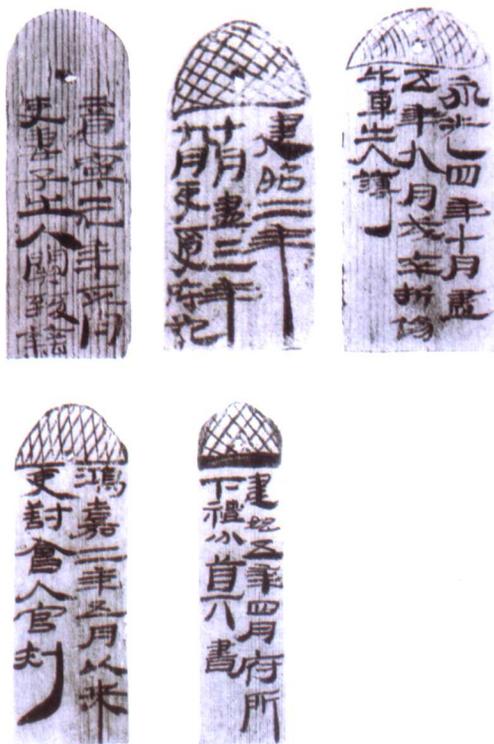
法变化开了先河。

隶书的起源，从目前掌握的实物资料，可以追溯到战国后期。1980年四川省青川县发现秦武王二年（公元前309年）时的隶书木牍二件，1975年湖北省发现秦昭襄王五十一年（公元前256年）时“五十一年曲阳土五邦”九字隶书。这两处隶书字体的发现，填补了书法史上的空白，解决了历代关于隶书起源问题的争论。

秦朝的隶书实物，主要流传下来的有：湖北省云梦县城西睡虎地十一号秦墓出土的一千一百余枚竹简（图2）。这批竹简大体可分为《编年纪》、《秦律十八种》、《秦律杂抄》、《效律》、《法律问答》、《封诊式》、《为吏之道》、《语书》、《日书甲》、《日书乙》等十篇，最迟的年限在《编年纪》中记载为秦始皇三十年（公元前217年）。这批竹简与青川木牍相距近百年。这些字体的特点与大小篆相比较，已显然是种新的字体，但是大篆的字形在其间还时有发现。用笔上已摆脱了篆书的圆浑、均匀的格局，下笔蚕头之势时有流露，主笔处收笔上提，具有波势的端倪，使转处变圆、弧形为

方折。这部分隶书与汉朝成熟期波磔分明的隶书相比较,则显得幼稚、古拙,在书法史上被称之为“古隶”。

两汉是隶书的成熟期。关于隶书成熟期年限的划分,在学术界的认识是逐步提前的。大致前后有三种认识:一,清末以前,由于流传于世的是大量东汉中期、后期的隶书碑石约三百



●图3《居延汉简》

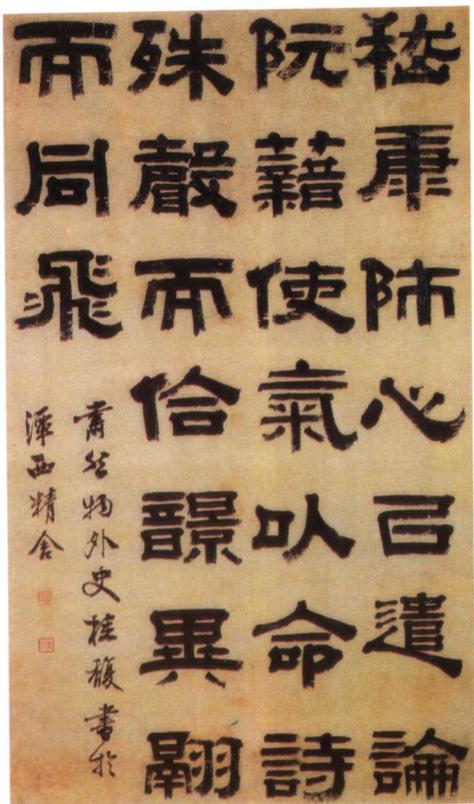
余块,及少量几块西汉时期的刻石,这些东汉中期碑石的隶书特征是蚕头燕尾,波磔分明,形态多变,字形规范化。因此产生这样的看法对当时来讲是很自然的。二,1899年至1972年期间,从地下出土了几万枚西汉中期(公元前102年)至东汉的竹木简牍,其中以居延出土的汉简(图3)数量为最多,这批新的史料,打开了人们的眼界,发现作为隶书成熟期的特征,应在西汉的中后期即已形成。这一看法目前已被大多数人所接受。三,自1972年至1981年期间,相继在山东临沂、湖北江陵、湖北云梦、青海大通、四川青川等地出土了大量前所未见的西汉

前期（公元前164年）及往前至秦代、战国后期的隶书墨迹实物，依据这一大批最新的史料，可证实隶书的成熟期还可提前至西汉前期。依据是：（一）从社会使用的角度来衡量，西汉前期所使用的主要字体隶书与其后中、后期及东汉的字体是一脉相承，属于同一种字形，篆书仅限用于“符玺、幡信、题署”等。（二）西汉前期隶书字体中，尚还留有六、小篆的遗迹，这与西汉中、后期尚有章草、行体的新字体，东汉后期已有楷书的雏形一样，在成熟型的字体中，并不排斥其他字体的保留和产生的可能性。正是这种稳定中包含着不稳定，不稳定逐步趋向稳定的过程，促使字体的缓慢衍变。（三）这些西汉前期的隶书字形，作为成熟期的隶书特征已形成蚕头燕尾，双捺现象减少，波磔分明并作为主笔而予以突出，作为波磔的笔画比较统一，风格多变，姿态各异。（四）战国时代是我国社会发展的大变动时代，政治、经济的激烈变动推动了文字的变化。史料证明，小篆、隶书产生于战国后期，秦始皇兴起征同文字，在以小篆作为统一六国的文字同时，也对民间流传的隶字进行了书同文。这无疑对隶书字形上的成熟起了促进作用。由于秦王朝短命，又由于隶书比小篆简便、易写，随着秦王朝的覆灭，小篆脱离了实际使用的范围，而被隶书所替代。（五）西汉前期，纸张尚未产生，作为书写的材料大量使用的是竹、木简牍。马王堆出土西汉前期帛书上几十万字隶书。用帛作为书写材料，比起竹木材料来，无疑是极为昂贵的。这一方面表现出帛书主人的地位显要，书写内容的重要；另一方面也反映出对书写者的要求之高以及对书体的严格选择。从这里也可透露出消息，在帛书上所写的隶书在当时应当是比较认真而规范的。



●图4《上等号碑》

已往由于简牍帛书尚未出土，长期以来，人们研究和摹习隶书只能从碑刻中去取材，其中尤以东汉后期庙堂巨制《乙瑛碑》、《礼器碑》、《史晨碑》，以及作为楷模的《华山碑》、《张迁碑》、《石门颂》、《郾阁颂》、《西狭颂》、《曹全碑》等为主要对象。西、东汉竹木简牍、帛书上的隶书出土，使我们扩大了视野。碑石上的隶书经过刀刻而成，对于我们研究汉人的用笔带来了一定的困难，更由于刻工有优劣之分，更增加了迷惑。竹木简牍、帛书上的隶书墨迹，用笔清晰可见，可弥补碑石的不足。但是竹木简牍、帛书的隶书由于材料限制，绝大多数字形



●图7 桂馥《张廷珪语摘》

颂》等外，绝大多数碑石无书写者姓名。因流传蔡邕、钟繇都善隶书，造成了后世考证上的混乱。三，隶书馆阁体实从唐朝开始。唐时称颂的隶书四大家是韩择木、蔡有邻、李潮、史惟则（图6）。流传的有韩择木《叶慧明碑》，蔡有邻《尉迟回庙碑》，史惟则《大智禅师碑》，欧阳询《房彦谦碑》，徐浩《嵩阳观纪圣德感应碑》，唐玄宗李隆基《纪泰山铭》，张庭珪

《修孔庙碑》等等。纵观唐朝隶书，以楷书入隶，失去浑厚、古朴的韵味，波磔之法千人一面，如出一人之手。故后代习隶之辈，极少从唐隶问津。欧、徐及唐朝诸大书家，历代称赞，但所作隶书也不见高明。故隶书发展至唐朝，不论从隶书的理论、考证研究上，还是从隶书书体的艺术创作中，都降落到低谷，造成后世对隶书的混乱认识也是从唐朝开始。

宋、元、明是隶书的保留期。宋朝部分士大夫对三代钟鼎、汉唐碑石收集考证有了兴趣，继欧阳修《集石录》后，赵明诚

锋的效果。同时，汉时隶书的草体——章草，在魏、晋时更趋简约，变成现今的草体。

唐朝是隶书的混乱时期。翻开中国书法史，我们知道中国的书法艺术至少经历过两个鼎盛时期。一个是汉朝，即隶书发展的鼎盛时期；一个是唐朝，即楷书的发展鼎盛时期。这致使以后的书家，凡是要研究隶、楷都离不开汉、唐。隶书在唐朝主要向两个极端发展，一方



●图6 史惟则《大智禅师碑》

面隶书经过魏、晋、南北朝转化后，特别是东晋王羲之以隶法着手，开创了新体成为书圣。唐朝欧、褚、颜诸人直接从隶法着手，开创了自己的艺术风貌，其集隶书大成者为褚遂良，得隶法出新意者为颜真卿。另一方面对隶书的混乱认识也恰恰在这段时期里。主要表现在：一，把唐朝楷书称为隶书，把汉朝隶书称为八分，而对于八分之名解释众多，至今众说纷纭，难于统一，成为书法历史上的悬案。二，对于东汉后期碑石的书写者，妄加臆断，把《华山碑》、《夏承碑》、《郾阁颂》诸碑石归于蔡邕名下，把《乙瑛碑》、《孔彪碑》等碑立于钟繇名下。事实上，东汉后期的碑石，除蔡邕等人书《石经》，仇绋书《郾阁



●图5 《中岳嵩高灵庙碑》

太小，书写者的水平也十分悬殊，故也有许多不足之处。当我们理解了整个东、西汉是隶书的成熟期，把碑石上的隶书和竹木简牍、帛书上的隶书结合起来研究、学习时，一定会获得新的、前人所未有过的体验。

魏、晋、南北朝是隶书的转变期。隶书这种字体在西、东汉近四百年中，达到了它的艺术高峰。在高峰中隐现出新字体的萌芽。章草、行、楷书字体在

西汉后期、东汉的竹木简牍中已时有显见。用笔上东汉后期《景君碑》、《张迁碑》中，已有开启后世的楷法。而真正转变成为另一种新字体的还是在魏晋、南北朝。魏初，尽管还有《上尊号碑》（图4）、《受禅表》、《王基碑》、《好大王碑》等隶书碑石，但似乎是东汉《华山碑》、《史晨碑》、《西狭颂》诸碑石风格的延续。由隶书向楷书转变中的主要碑石有《爨宝子碑》、《爨龙颜碑》、《中岳嵩高灵庙碑》（图5）可作为代表。在敦煌发现的魏人写经中也可看到隶书向楷书转变的字体。其笔法上的显著变化是增加了挑法，减少了捺笔，用顿法或戈法代替了捺法，横平的写法由横画左低右高来替代，转折处、收笔增加了提按出

《金石录》、洪适《隶释》、娄机《汉隶字源》相继问世，这些著作对汉朝隶书的碑石作了系统的考证、整理、释文，无疑是宋人对隶书的最大功绩，至今也是研究隶书的极宝贵资料。在隶书创作的领域里，宋时蔡襄、米芾、苏轼都能隶书，但是都继承唐朝作隶之法，无甚新意；元朝赵孟頫，明朝沈度、文徵明、文彭、王铎诸辈也有隶书作品传世，但书风每况愈



●图8 陈鸿寿《五言联》

下，仅余隶书的外壳，而乏质朴醇厚之致。自宋至明，隶书作为一种书体得到了保留，作为一种艺术却并无光彩可言。

清朝是隶书的复兴时期。自汉末以来，隶书经过一千多年的沉睡，直至清朝才得以苏醒，发出异样的艺术光彩。其原因是草、行、楷各体，经历了东晋王羲之至明末诸贤的发掘，已各自达到了艺术的顶峰；同时地下出土的大量的三代钟鼎，西汉的碑石、陶器、瓦当、钱币、兵器上的文字引起了复古的兴趣。有识之士已不满足于从“二王”入手，而直接从羲之师所

师，以探索艺术上新的境界。篆、隶书体在清朝得以迅速复兴，与上述原因是分不开的。对于隶书的研究，抛弃了摹拟唐隶的积习，而直接从汉隶着手，又吸收晋唐以来各种其他书体的成熟笔法，使隶书的面目为之一新，既取法于汉，又有别于汉。清朝书写工具的改革也使隶书获得了新生。清朝以前凡作书都是用硬毫，自清以来，羊毫（软毫）笔的使用，起到了与硬毫不同的效果。羊毫比之于狼、豹、鼠鬚等硬毫蓄墨量多，似更能发挥浑厚、古拙、含蓄的书写作用。清朝复兴隶书并对后世影响极大，代表人物有郑簠、朱彝尊、金农、桂馥（图7）、邓石如、伊秉绶、陈鸿寿（图8）、何绍基、赵之谦、吴昌硕等人。

近代隶书大家有王福庵、黄葆戉、马公愚、胡小石、邓散木、钱瘦铁、来楚生诸家。以往的隶书大家，由于汉简资料的缺少，都以汉碑为宗，掺入其他书体的笔法。能把汉简与汉碑融合起来，并形成自己独特风格者，当推钱瘦铁与来楚生先生最为突出。

第2讲 隶之先河

—— 简牍帛书

隶书在文字和书法的发展史里具有里程碑作用。近年来,在四川、甘肃、湖南、湖北、河北、山东、江苏、安徽、河南、青海等地出土大量竹木简牍、帛书上的隶书,为我们研究隶书的起源、成熟及其发展提供了大量宝贵的资料,对于隶书与篆、草、行、楷的相互关系也提供了可靠的实物资料。现分别介绍如下:

四川青川木牍(图9),楠木质,长四六厘米,宽二点五厘米,厚〇点四厘米,正文行直书一百二十一字,为墨书秦隶。书于公元前309年,内容为秦武王时期田亩制度的政策法令。1980年在四川青川县郝家坪战国墓出土,现

●图9 《青川木牍》





●图10 《云梦睡虎地秦简》

存四川青川县文化馆。这是目前能见到的最早的隶书实物，是由篆向隶演变过渡性的字体，少数字保留了篆书的体形，大多数字则呈现一种新的、与隶书相近的体形，缺少波磔之势，称为“古隶”。

甘肃天水放马滩秦简，竹质，四百六十余枚，分甲、乙两种《日书》和《墓主记》，书于公元前239年以前，墨书秦隶，1986年出土，现存天水市北道区文化馆。其中乙本《日书》和《墓主记》书体保留秦篆笔意，书体却有别于篆书

的新字形，具有波势和挑势，与睡虎地秦简有相似之处。

湖北云梦睡虎地秦简(图10)，竹质，一千一百余枚，分《编年记》、《语书》、《秦律十八种》、《秦律杂抄》、《效律》、《法律问答》、《封诊式》、《为吏之道》、《日书甲》、《日书乙》等十篇，书于战国末期至公元前217年，墨书秦隶，1975年出土，现存湖北省博物馆。少量字保留秦篆的体形，绝大多数字都是隶书的字形，在用笔上已不同于篆书盘屈均匀的笔法，体势富于变化，有明显的波势和挑势。