

沈周

方勇一编绘

人家画谱

人民美術出版社

2012.06
201814

沈周 余英画谱

方
勇一
编
绘

人
民
美
術
出
版
社
北
京

图书在版编目（CIP）数据

人美画谱. 沈周 / 方勇编绘. -- 北京 : 人民美术出版社, 2018.1
ISBN 978-7-102-07870-0

I. ①人… II. ①方… III. ①国画技法 IV. ①J212

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第270972号

人美画谱 沈周
RÉNMĚIHUÀPǔ SHĚNZHŌU

编辑出版 人民美术出版社
(北京北总布胡同32号 邮编: 100735)
<http://www.renmei.com.cn>
发行部: (010) 67517601 (010) 67517602
邮购部: (010) 67517797
编辑部: (010) 67517665

选题策划 石建国 张雪梅
责任编辑 石建国 秦晓磊
装帧设计 徐 洁
责任校对 冉 博 徐 见
责任印制 刘 毅
制 版 朝花制版中心
印 刷 北京雅昌艺术印刷有限公司
经 销 全国新华书店

版 次: 2018年1月 第1版 第1次印刷
开 本: 787mm×1092mm 1/8
印 张: 8
印 数: 0001—5000册
ISBN 978-7-102-07870-0
定 价: 49.00元
如有印装质量问题影响阅读, 请与我社联系调换。

版权所有 翻印必究

目录

宽博沉厚真儒士

——沈周山水画浅析 一

沈周作品临摹示范

临摹范本 四

临摹范本 一七

临摹范本 二八

沈周佳作赏析

湖山佳趣图 局部之一 三八

湖山佳趣图 局部之二 四〇

湖山佳趣图 局部之三 四二

苍崖高话图 四四

策杖图 四五

吴中山水 之一 四六

吴中山水 之二 四七

吴中山水 之三 四八

吴中山水 之六 四九

吴中山水 之十一 五〇

吴中山水 之十二 五一

飞来峰图 五二

飞来峰图 局部 五三

吴门十二景之三 五四

吴门十二景之五 五五

吴门十二景之六 五六

吴门十二景之七 五七

吴门十二景之八 五八

吴门十二景之九 五九

吴门十二景之十 六〇

溪山秋色图 六一

宽博深厚真儒士

——沈周山水画浅析

沈周，字启南，号石田、白石翁、玉田生、有竹居主人等，长洲（今江苏苏州）人。生于明宣德二年（一四二七），卒于明正德四年（一五〇九），享年八十三岁。《明史》载：『伯父贞吉，父恒吉，并抗隐。构有竹居，兄弟读书其中。工诗善画，臧获亦解文墨。邑人陈孟贤者，陈五经继之子也。周少从之游，得其指授。年十一，游南都，作百韵诗，上巡抚侍郎崔恭。面試《凤凰台赋》，援笔立就，恭大嗟异。书无所不览。文摹左氏，诗拟白居易、苏轼、陆游，字仿黄庭坚，并为世所爱重。尤工于画，评者谓为明世第一。』沈周家世殷实百年，自小便有良好的文人修养，当时长洲郡守打算向朝廷推荐其为贤良，沈周占得《周易·遁卦》之九五，于是决定隐遁终老。他吟诗作画，优游林泉，『所居有水竹亭馆之胜，图书鼎彝充牣错列，四方名士过从无虚日，风流文彩，映照一时』。沈周在父亲去世后仍以奉养老母为由绝弃仕途，奉养老母至九十九岁，沈周也以得享八十三岁寿终。

沈周一生醉心书画，尤以山水成就最高。早年画承家学，后转益于杜琼、刘珏。他的绘画风格可分为三个阶段：早期转益多师，着意各家长处；中年得益于黄公望、王蒙；晚年独喜吴镇笔意，以至神貌兼得。其弟子文徵明曾于老师画后题记：『石田先生风神玄朗，兴趣甚高，自其少时作画已脱去家习。上师古人，有所摹临则乱真迹。然所为率盈尺小景，至四十外，始拓为大幅，粗株大叶，草草而成，虽天真烂发，而规度点染，不复向时精工矣。』

沈周多写江南山水，一改浙派山水笔墨积习，创造性地将传统披麻笔法疏散重整，增加用笔的提按顿挫，形成其独有的『钉头皴』笔法。苏州一带多丘陵，山势平中见奇，石土不分，林木茂盛，水系发达。自古画家对此地独有的风貌就有实践，如董源的披麻皴、米芾的米点皴、夏圭的拖泥带水皴等。沈周承袭前人的同时，结合自身用笔特点，将山石地貌、林木掩映，充分表达于纸上。所谓『钉头皴』是指用笔以切笔入锋，行笔长短宽窄多变，正侧互生，错位叠加，收笔或提或顿，沉稳而果决，以达到用笔连贯、浑融一体的效果。这笔法既减少了斧劈皴的率意，又增加了披麻皴的跌宕起伏，凸显了山林浑厚的同时，也彰显了古代文人『威而不猛』的品德要求，是人品与画作的高度融合。

苏州古属吴地，后人以地域划分，将明代这一地区出现的画家群体及笔墨风尚统称为吴门画派。这是中国绘画史上第一个真正意义上的也是谱系最为庞大繁杂、影响深远的地方性绘画流派，成为后人理解明清文人画正脉不可忽视的关组所在。吴门画派之所以能在江南地区兴起，与明代中期江南经济的繁荣有着密不可分的关系。《四友斋丛说》载：『至正德间，诸公竞营产牟利。一时如宋大参、苏御史恩、蒋主事凯、陶员外骥、吴主事哲，皆积至十余万。』吴中仕宦集团也随之迅速崛起并壮大，对吴门画派的宣扬起到了极大的助推作用。文徵明曾在《记震泽钟灵寿庵西徐公》中提到：『吾吴为东南望郡，而山川之秀，亦为东南之望，其浑沦磅礴之声，钟而为人，形而为文章、为事业，而发之为物产，盖举天下莫之于京。故天下之言人伦、物产、文章、政业者，必首吾吴，而言山川之秀，亦必以吴为胜。』出自于苏州的文人仕宦对吴中文人文化的倡导可见一斑。吴门画派在山水画上成就斐然，对长期笼罩在画坛的崇尚南宋及浙派画风的潮流起到了巨大的**扭转作用**，继承并发展了元代赵孟頫、黄公望、倪瓒、吴镇、王蒙等文人画的**笔墨精神**。

并在人物画、花鸟画及书法方面均有建树。

吴门画派的山水画代表画家有沈周、文徵明、唐寅、仇英，除仇英外，其他三人对自北宋以来诗、书、画一体的文化思想进行了继承和发扬，使文人画更臻尽善尽美，对明代后期直至清初画坛起到了直接而深远的影响。吴门画派自形成后，其派系繁衍世代相传，绵延百年而不绝，仅文徵明一人的学生和子孙在吴门画派的传绪就达三十多人。在吴门画家陈淳、徐渭二人青出于蓝，陆治、钱穀、陆师道、周天球等人的艺术成就在画坛的深远影响也不容小觑，如青藤、白阳的写意花鸟画，周之冕钩花点叶花鸟画，陆治工整妍丽的花鸟画等。此外，谢时臣的山水、尤求的人物、周天球的兰石均别开生面，各领风骚。其对明末清初重要画派的影响也很大，董其昌的松江派，以及后来派生的苏松派、云间派等画派，都与吴门画派有一脉相承的关系。

沈周是吴门画派的开派宗师，在继承和发展文人画诗、书、画一体的传统中堪为师表。例如他四十岁时所画《庐山高》，是祝贺老师陈宽七十大寿时所作。画风全学王蒙，以解索皴笔法贯通全篇，丘壑无穷，树林掩映，飞瀑流泻，宛见庐山的高耸深溟，就画面而言，已是师古活用的宏篇巨制，而沈周又在画面右上角处题写了自作古诗《庐山高》：『庐山高，高乎哉！郁然二百五十里之盘踞，岌乎二千三百丈之巖嵒。谓即敷浅原，培嵒何敢争其雄？西来天堑濯其足，云霞旦夕吞吐乎其胸。回崖沓嶂鬼手擘，涧道千丈开鸿蒙。瀑流淙淙泻不极，雷霆殷地闻者耳欲聋。时有落叶于其间，直下彭蠡流霜红。金膏水碧不可觅，石林幽黑号绿熊。其阳诸峰五老人，或疑纬星之精坠自空。陈夫子，今仲弓，世家庐之下，有元舅祖迁江东。尚知庐灵有默契，不远千里钟于公。公亦西望怀故都，便欲往依五老巢云松。昔闻紫阳祀六老，不妨添公相与成七翁。我常游公门，仰公弥高庐。不崇丘园肥遁七十，著作白发如秋蓬。文能合坟诗合雅，自得乐地于其中。荣名利禄云过眼，上不作书自荐，下不公相通。公

乎！浩荡在物表，黄鹄高举凌天风。』此诗充分展现了沈周的文化素养，更表现出沈周作为吴门画派开启者，绘画、诗文、书法三者相得益彰，进而通过作品更加立体展现出作者品行修养的极高准则。

董其昌在《画禅室随笔·卷二》中提到：『文人之画，自王右丞始，其后董源、僧巨然、李成、范宽为嫡子，李龙眠、王晋卿、米南宫及虎儿，皆从董巨得来，直至元四大家黄子久、王叔明、倪元镇、吴仲圭，皆得真传。吾朝文、沈，则又遥接衣钵。』其实沈周的早期绘画除了家学影响外，受杜琼和刘珏影响也较大，这就证明，吴门画派并非一日而就，而是有着很深的渊源。现今流传的沈周早期作品并不多见，风貌也较为多变，但从仅存的早期作品中能发现明显的杜、刘两家的痕迹。作于成化二年（一四六六），现藏于故宫博物院的《山水图》就是他这一时期的作品之一。沈周早期山水画中虽然对前贤和古法努力研习，但是也能明晰地发现其企图于融贯古人中开辟出新的山水意象。其中晚期的作品则是这一趋向的总结和呈现。作于弘治五年（一四九二）的《夜坐图》和作于弘治十四年（一五〇一）的《文阁独眺图》即是其成熟画风的体现。值得一提的是沈周在对自身画风探索的过程中也并未间断对古人的探索。其五十岁以后的很多作品融入了元代画家吴镇的风格，这一风貌可以视作建立起其自身风神的重要组成部分之一，例如《溪桥访友图》《苍崖高话图》《吴门十二景》等。这些作品用笔宽博凝重，笔简意繁是其相较于早年细笔严谨画风的重大转变。

以沈周为代表的吴门画派，是继元四家之后又一座山水画的高峰。其通过对绘画史的重新梳理，最终建立起了异于前贤的画风，在中国山水画史上承前启后。

沈周作品临摹示范



临摹范本



灞桥风雪

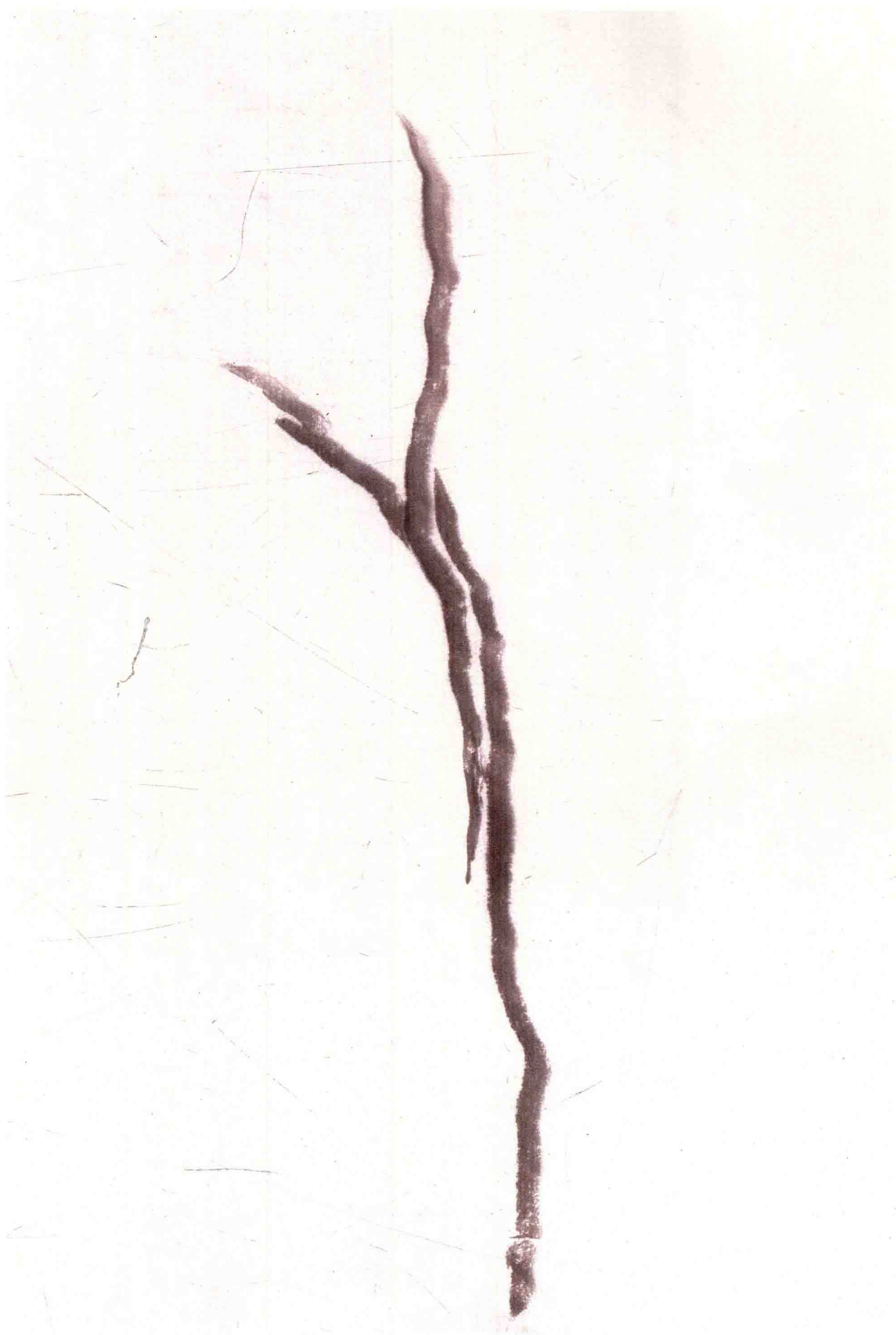
纸本设色

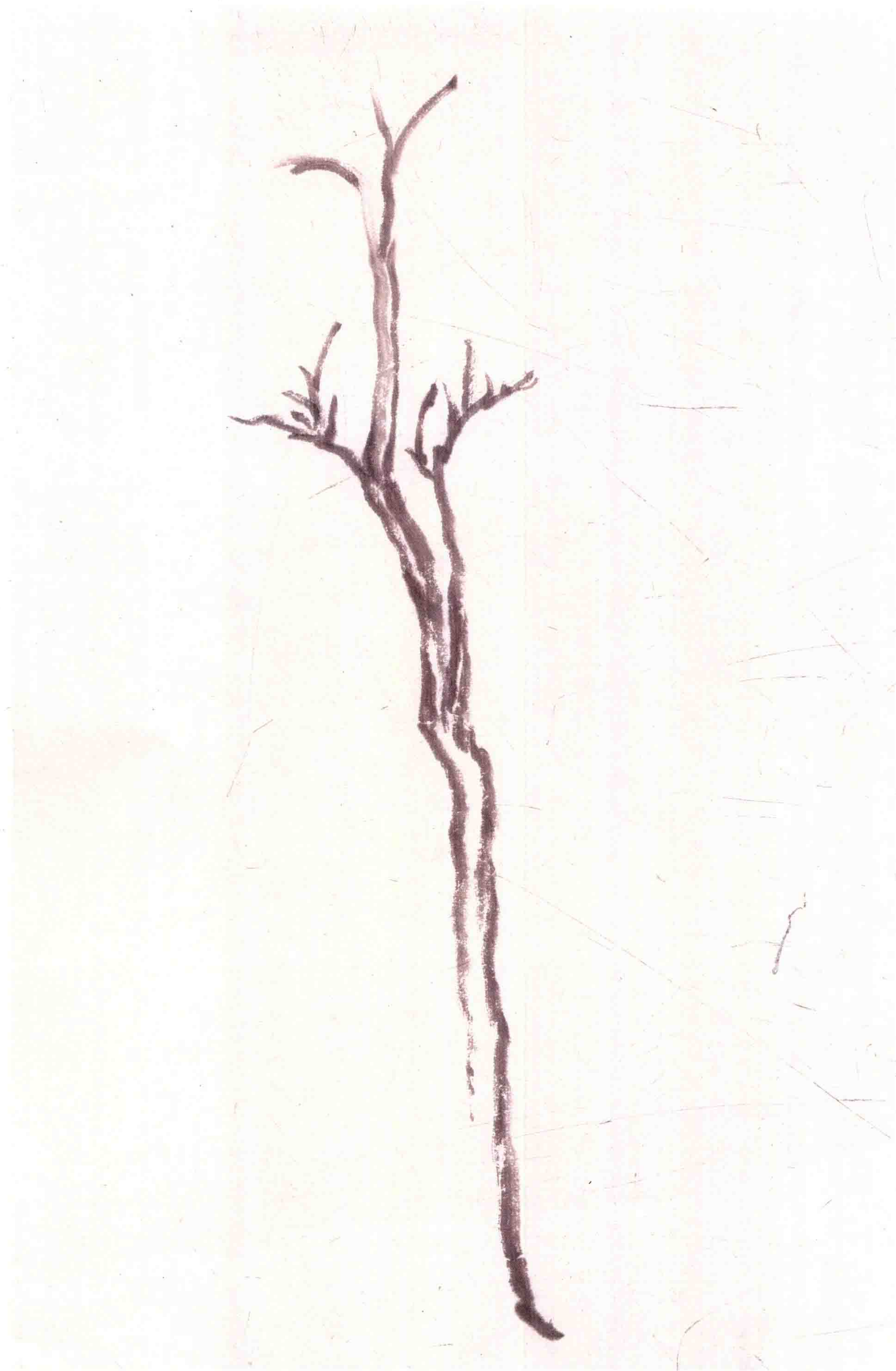
灞桥是经典美学意象，「灞桥风雪」「灞桥折柳」「灞桥伤别」等皆为历代文人吟咏不绝。沈周此幅《灞桥风雪》，描绘的并非现实景致，而是以江南太湖幽远意象参合南宋山水样式而来，借「冬山如睡」、寒林萧疏、骑驴醉归的意象，写自我胸襟。全幅笔力雄强，章法精简，是沈周晚年精品，亦是笔墨入门的正途。

一、观察画面，前景寒林由两组树构成，一主一宾。先画主组，定出大势。长笔湿墨切入，依形转笔，用笔沉着痛快，起收笔顺逆相应。



二、由笔生树形，遵循「不齐」的原则，起收笔左右不可齐头，长短笔相参差。



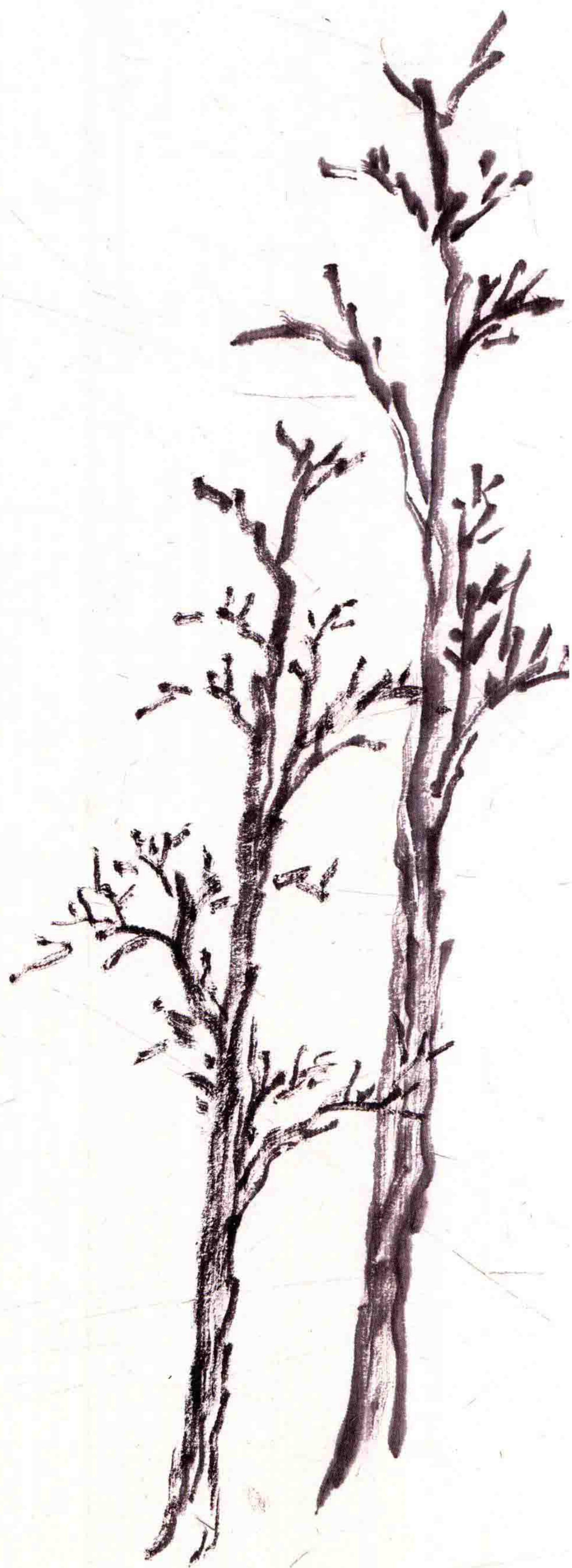


三、依势生发写出主干大枝，树分四歧，枝干穿插与用笔要相合。笔由正转侧，墨由润渐干，自然转化。



四、由一株生两株、三株，注意主次、大小、高低、聚散的关系。

五、右侧两株辅助主组树形，位置在前，墨色虽重，但不夺主势。



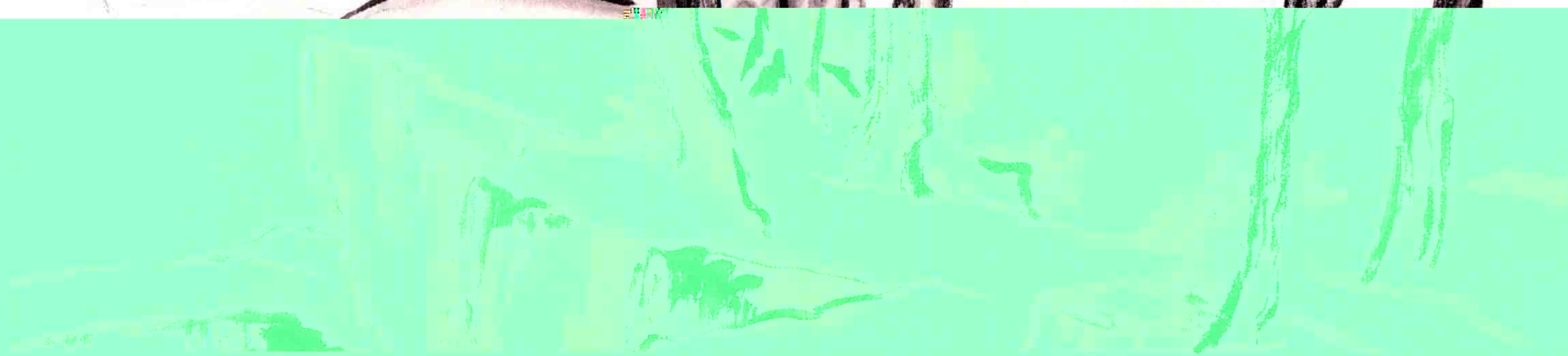
六、写寒林要气韵俱盛，笔墨积微，用笔筋骨相转，骨气自高。



七、丰富树形，以重墨添细枝，由外而内，上下错位复加，勾皴相生相融。再依树根自右下向左上勾勒缓坡平台，以简略数笔，呈现上下前后的空间，此谓收根，根基稳而全幅章法扎实。



八、以淡墨湿染树干。不可全部平涂，要有错位，注意染和皴的复加、避让的特点。





九、勾皴中景坡渚，用笔简略概括，坡与树横纵相交，形成章法布局。注意前后景勾勒笔的撞让与浓淡变化。