

中国书法技法指南系列

行书技法指南

司惠国 王玉孝◎主编



蓝天出版社

行书技法指南

司惠国 王玉孝 主编

特邀主编

韩亨林 郭永利 张爱军

特邀编委

丁 谦 张宝彤 苗 宏 孙敦秀

阎锐敏 慈 静 惠俊岐 赵宝森

刘志安 马 明 刘贵良 高庆新

张朝祥 王世平 满福居 王小燕



蓝天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

行书技法指南 / 司惠国 王玉孝主编. —北京: 蓝天出版社, 2009.11

ISBN 978-7-5094-0247-4

I. ①行… II. ①司… ②王… III. ①行书—书法—指南 IV. ①J292.113.5-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第202942号

出版发行: 蓝天出版社

地 址: 北京市复兴路 14 号

邮 编: 100843

电 话: 66983835 (编辑部) 66983715 (发行部)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京奥隆印刷厂

印 数: 1-5000 册

开 本: 16 开 (889×1194 毫米)

字 数: 165 千字

印 张: 11.5

版 次: 2010 年 1 月第 1 版

印 次: 2010 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 19.80 元

编者的话

汉字书法是我国具有民族特点的传统艺术，它不仅有着悠久的历史，成为世界上最古老的文字之一，而且在其漫长的发展演变过程中，由萌芽初创到成熟完美，由图画象形符号到表意文字；书写的主要工具，由硬到软；汉字的书写体式亦由象形到篆、隶，再到楷、行、草诸体；不仅经过了汉字的发展演变过程，而且也在形体及书写体式上渐次递变，日趋完善、成熟。作为人们交流信息、记录语言的工具，成为人们日常生活、工作学习的重要手段。在汉字书写的实用过程中，通过对其笔画用笔、结体造型和章法布局的不断美化完善，不仅构成了汉字群体的形式美，而且书者又把丰富的情感融注于点画线条的流变之中，从而形成了自己的一套艺术规律，起于点画用笔，系于单字结体，成于整体布局，美于风神气韵。求工于一笔之内，寄情于点画之间，展美于流变之中。在我国甚至世界的艺术殿堂之中独树一帜，别具一格。成为一种既具有实用价值，又具有审美情趣的独特的造型艺术。

该书内容全面系统，结构完整条理，语言通俗易懂，实用借鉴性强。既曰“指南”，理当论述明确，指导性强，不仅对书写工具及我国书法的渊源、发展、衍变和基础知识、基本技法等作了全面系统的介绍，而且也对部分书法艺术作品的品评鉴赏作了全面详细的分析与探讨。是目前所见到的有关介绍我国书法知识、探讨书法技法诸书籍中较为全面完善的一本。

由于作者对传统书道的谙熟，故能以纵深的历史眼光来扫视当今我国书法的现状和展示其未来，将书法艺术植根于传统的沃土之中，孕育出独具特色的书艺奇葩。使读者感到，它既有墨翰的韵味与法度，又有指南的特点与技巧，为入门者创造了一个任尔驰骋的新天地。

《中国书法技法指南》系列丛书，虽然已经明白无误地揭示了我国书法的产生、发展和基本技法，告诉你入门之路，指明了你迈步的方向。但是，方法不等于成功，理论也不能替代实践，因为书法本身是一门实践性很强的艺术，能否到达成功的彼岸，还要看你在笔下付出多少辛勤的汗水。

但我们相信，在书法界同仁们的共同努力之下，书法艺术一定会日臻成熟完美，一定会有心人的笔下出现更加绝妙的作品。

编者

目 录

一、行书概论	1
(一) 行书的形成与发展	1
(二) 行书的特点及其代表作	3
(三) 历代行书代表作	6
两晋南北朝行书	6
唐朝至五代行书	10
宋代时期的行书	15
元代时期的行书	19
明代时期的行书	20
清代时期的行书	23
二、行书技法	28
(一) 基本姿势	28
(二) 执笔方法	28
(三) 行书的笔法	29
(四) 行书的墨法	37
(五) 笔法运用	40
(六) 笔画写法	44
(七) 偏旁部首	59
(八) 结构特点	68
(九) 形态结构	94
三、临帖技法	98
(一) 概述	98
(二) 选帖	98
(三) 临帖	99
四、行书章法	102
(一) 谋篇	102
(二) 幅式	104
(三) 正文	152
(四) 题款	157

(五) 铃印	159
(六) 笔画及其结体对章法的影响	162
五、书法艺术的欣赏	172
(一) 书法艺术的欣赏和品评	172
(二) 书法艺术的欣赏过程	173
(三) 书法艺术欣赏的再创作	174

一、行书概论

(一) 行书的形成与发展

行书又叫行押书，系介于真、草书之间的一种书体。唐张怀瓘在《书断》中说：“行书即正书之小伪，务从简易，相间流行，故谓之行书。”宋曹在《书法约言》中说：“所谓行者，即真书之少纵略。后简易相间而行，如云行水流，秣纤间出，非真非草，离方遁圆，乃楷隶之捷也。”由此可以看出行书是由楷书快写演变而来的。因其既部分的节省了楷书的笔画，且笔画之间又出现了许多连笔牵丝，书写起来既方便又快捷，易为一般人所认识和接受，具有实用意义，故很快得以广泛流行，是日常生活书写中最常用最流行的书体。行书笔画、结构有一定的伸缩性，形态又多变化，运笔流畅，章法灵活，可塑性大，利于发挥艺术效果，其艺术价值和实用价值均超过其他书体。因而行书能经久不衰，盛行于世，并不断发展提高，日臻完美，使行书作品千姿百态、异彩纷呈。

东汉时期随着经济文化的发展，汉字实用范围不断扩大，一种简约的楷书快写体式即已开始在民间流行起来。这种书体用于行文起稿，简便迅速。当时通行的章草虽较隶书简便。但仍保留隶书的波势，今草又有识别上的困难，因此笔画更为简约，书写更为便捷的行书逐渐流行起来。据传行书为东汉人刘德升所创。实际上任何一种书体的出现，都与当时的社会政治、经济、文化有着密切的关系，同时还有一个长期孕育、发展的过程。行书先在民间流行，渐渐约定俗成，为人们所承认和接受，经东汉刘德升整理、提高，才形成正式的行书体。从安徽亳州发现的曹操墓碑上的“当奈何”三字以及熹平元年瓮上的一篇行书看，汉代就已经出现了非常婉丽而娴熟的行书字体。

晋代才是行书的繁盛时期。王羲之父子集古之大成，精研行书，不仅使行书发展到成熟完美的高度，而且“遂大行于世”，得到了广泛的使用。这一时期出现了诸如王羲之、钟繇、王献之、张芝等行书巨匠。尤以被誉为“书圣”的王羲之，开行书先河，被评为“超钟迈张”，其得意之作《兰亭序》更是尽善尽美，被誉为“天下第一行书”。虽历经千余年沧桑，至今仍为书界所推崇，作为书法艺术殿堂的精品，可见其对后世影响之深。在继承二王遗风的历史长河中，又孕育了众多精于行书的大家。(图 1—1)

西晋以后，历代都有杰出的行书大家出现。唐代虽然是楷书的鼎盛时期，行书也承晋风而得到发展，亦出现了众多大家，欧阳询、颜真卿、褚遂良、柳公权等不仅精于楷书，而且行书也造诣颇深，为后世所推崇。颜真卿是我国书法史上继二王之后行书发展的又一高峰，其《祭侄文稿》，虽在激愤之情驱使下，突破常规，草草挥就，看似无法，而一切又在法度之中，



图1-1 王羲之《兰亭序》局部

线条遒劲舒和，恰如“乾裂和风，润含春雨”，随笔势起伏，融情于笔端，造成了静与动的强烈对比，被称为“天下第二行书”。其他如李邕的《云麾碑》、欧阳询的《千字文》等，都堪称行书的上乘之作。

宋代的苏、黄、米、蔡四大家，都是行书大家。苏东坡的《黄州寒食诗》、《赤壁赋》、黄庭坚的《松风阁诗》、米芾的《蜀素帖》、蔡襄的《自书诗卷》，都各具特色，是划时代的作品。

元代的赵孟頫，运笔如飞，清新秀丽，其《洛神赋》行书长卷，具有很高的艺术价值。鲜于枢的《襄阳歌》也是这个时期的代表作。

明清时代的行书大家亦为数不少，如明代祝允明的《前赤壁赋》，文徵明的《滕王阁序》，董其昌的《琵琶行》及明末清初王铎的《拟山园帖》等，都堪称传世佳作。但是由于《馆阁体》盛极一时，行书的面貌显得千篇一律，最有创造精神的当推“扬州八怪”之一的郑板桥。

至于近现代更是名家辈出，如于右任、郭沫若、沈尹默、林散之、沙孟海等，都在书坛上享有盛名，其行书也各具特色，为世人所喜爱。

行书自汉末产生至今，上下两千多年，一直长盛不衰，其根本原因就在于行书书写方便，流利活泼，辨识容易，使用范围广阔，是实用性和艺术性统一最完美的一种书体。

（二）行书的特点及其代表作

行书的特点，是与楷书相比较而存在的，行书不像楷书那样工整规范，主要有以下四个特点：

其一、行笔加快，用笔灵活，节奏感强。行书有别于楷书的一个特点，就是行笔加快，用笔灵活，笔画简化。也就是说，行书是运用一定的章法，部分地简略楷书的笔画，改变楷书的笔形，简化楷书结构而形成的。行书用笔比楷书率意，结体比楷书流动。也就是说行书是草写、简化了楷书的笔画与结构，以草书用笔的放纵性，冲破楷书用笔的严谨性，才形成了楷法、草法有机融为一体的新体式。行书中，笔画增加的钩挑，点画之间游丝牵连，是草书笔法；不增加钩挑，没有游丝牵连的笔画，仍是楷书的笔法。行书因行笔加快，在笔画与笔画相连接处，带出小的附钩，不仅增加了笔画的脉通，而且使笔画流畅活泼，潇洒自如。从实用上讲行书多数是用在起稿、写信上的，一边构思一边写，想好了就很快地书写下来，如果用楷书就跟不上思路。古代流传下来的书信文稿，不少是以行书写成的。行书以附钩映带左右，有时也用游丝牵连，上下之间还可笔断意连，这种书写的随意性，使得行书书写速度加快，起伏变化多，节奏感强烈，这是行书有别于楷书的一大特点。（图1-2）



图1-2 不同书体的行书代表作

其二、楷草相间，结体自如，富于变化。行书是介于楷书和草书之间的一种书体，与楷书相比，有明显的流动性，与草书相比，则又不像草书那样狂放不羁，令人难以辨认。其字形或大或小，或正或欹，线条或起或伏，或实或虚，变化无穷，没有一个固定的程式。与楷书相比，有相对的自由性。楷法多于草法者叫“行楷”，草法多于楷法者叫“行草”。(图1-3)总起来看，行书对楷书和草书的吸收演化，大体上有以下三种情况：



图1-3 书体比较

从体势上看，以楷书为主，基本是楷体，只是楷书的斜侧变化略多，笔画之间多了一附钩和牵丝。

(欧阳询《九成宫》例字)



(王羲之《兰亭序》例字)



从结构上看，楷草相间的字，大部分是楷书，夹以简化了的行书。

（欧阳询《九成宫》例字）

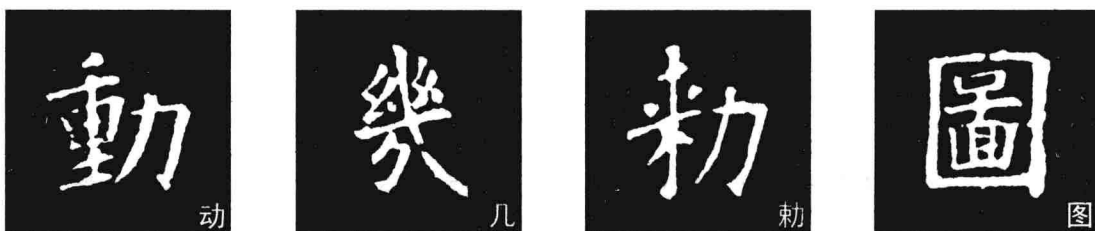


（王羲之《兰亭序》例字）



从布局上看，部分结构平正的楷书和部分纵横变化的草书，两者交叉在一起，有紧有松，参差错落。

（欧阳询《九成宫》例字）



（怀素《千字文》例字）



其三、笔画自然随意，附钩增多，互为映带，这是行书突出的特点之一。因为行书速度加快，笔画活泼流动，笔画与笔画间连带密切，其组字亦灵活随意，笔画之间或附钩映带或游丝牵连，如行云流水，气贯始终，这同楷书点画平整匀称有很大的不同。

(欧阳询《九成宫》例字)



(王羲之《兰亭序》例字)



其四、布局自然随意。由于行书笔画活泼流动，连带密切，其组字亦灵活随意，故其布局多呈纵势。纵成行，横无列，字字引带，有疏有密，如行云流水，气韵贯通。

行书不仅以其变化灵活的笔画、结体和布局，使人耳目一新，而且以其行气贯通，以静趋动，给人以流动之感。具有很高的艺术价值，深受人们的喜爱。

历代行书大家众多，书作绚丽多彩，琳琅满目，这里仅介绍历代部分代表性书家。

(三) 历代行书代表作

两晋南北朝行书

魏晋时期的书法家人数倍增，书家的地位明显提高。行书的盛行逐渐演变为达官显要和士大夫的高雅技艺。行书受到钟繇等人书写提倡，开始形成风气，获得与篆、隶、楷并列的地位，特别是到了东晋时期，经过王羲之的创新，成为士大夫中最为流行的一种书体。行书发展为成熟独立的书体，王羲之、王献之父子为此做出了杰出的贡献。

王羲之 (322-379)

字逸少，琅琊临沂（今山东临沂）人。王导从子，王旷子。官至右军将军、会稽内史，世称“王右军”。王羲之书初学卫夫人，后于其父王旷枕中见前代笔法，遂博采张芝、钟繇、蔡邕、梁鹄诸家，一变汉魏质朴书风，创妍美流便、俊逸神妙之体。

梁袁昂云：“王右军书如谢家子弟，纵复不端正者，爽爽有一种风气。”张怀瓘《书断》云：“右军开凿通律，神模天巧，故能增损古法，裁成今体，进退宪章，耀文含质，推方履度，动必中庸，英气绝伦，妙节孤峙。”王羲之书法具有深远的影响，后人尊他为“书圣”。与钟繇并称“钟王”，与其子王献之并称“二王”。王羲之墨迹流传至今均为摹本，以唐代所摹本最精。较为常见的有《兰亭序》（图1-4）、《快雪时晴帖》、《奉橘帖》、《丧乱帖》、《上虞帖》等。

《兰亭序》

原作用蚕茧纸和鼠须笔书写完成。草稿为行书，既成后字迹数度誊清均不及草稿，全序二十八行三百二十四字，真迹据传与唐太宗同葬昭陵。

东晋永和九年(353)三月三日，王羲之与谢安、孙绰等名士四十一人，在山阴(今浙江绍兴市)兰亭修祓禊之礼，作诗行乐，其时诗集序文《兰亭序》为王羲之所作。

宋米芾评此帖：“锋势郁勃挥霍，浓淡如云烟，变怪多态。”元郭天锡跋此帖云：“书法秀逸，墨彩艳发，奇丽超绝，动心骇目，毫芒转折，纤微备尽。”明方孝孺云：“学书家视兰亭，犹学道者之语孟。羲、献余书非不佳，惟此得自然而兼具众美，譬之德盛仁熟，而动容周旋中礼者，非勉强求工者所及也。”

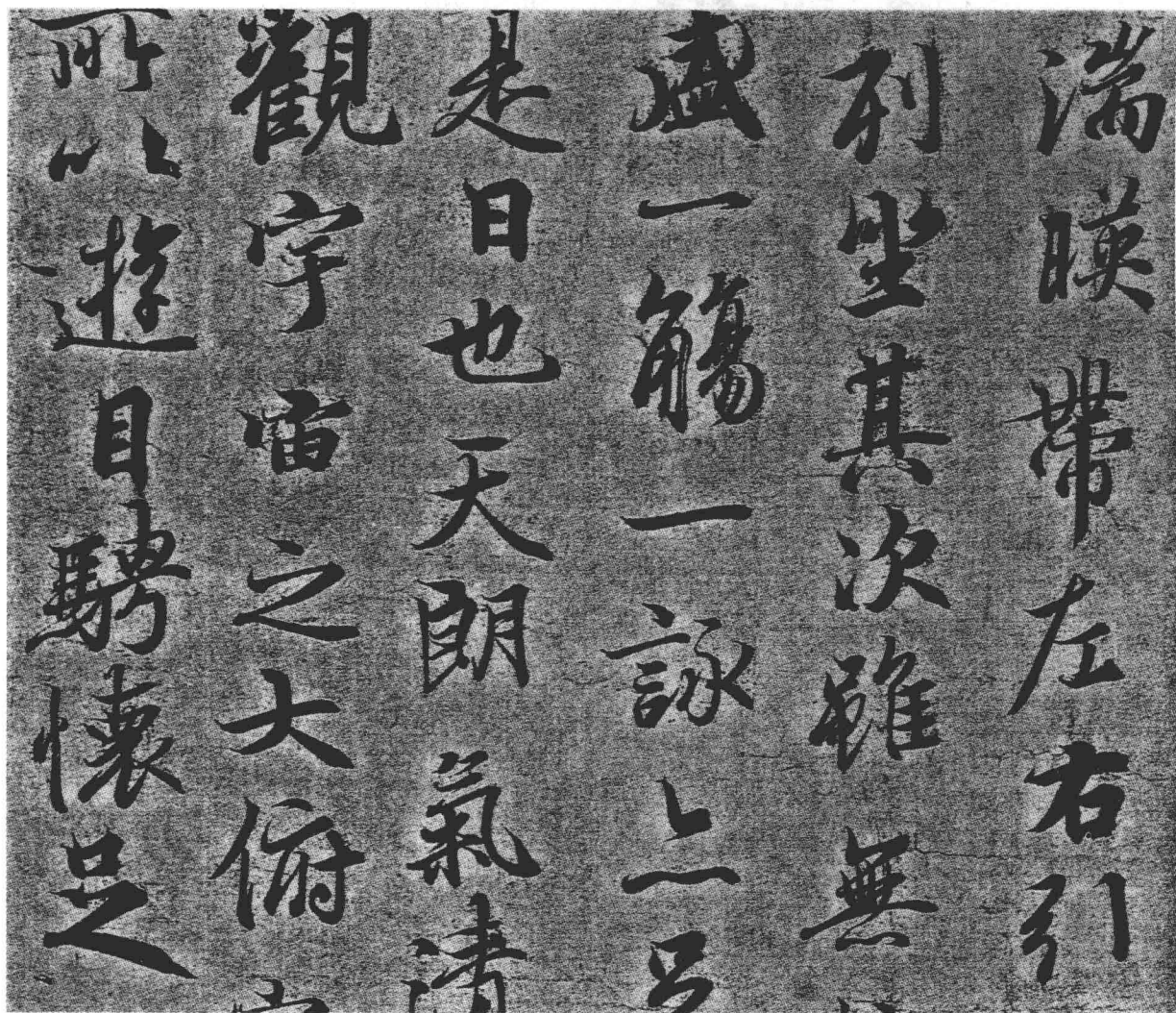


图1-4 王羲之《兰亭序》局部

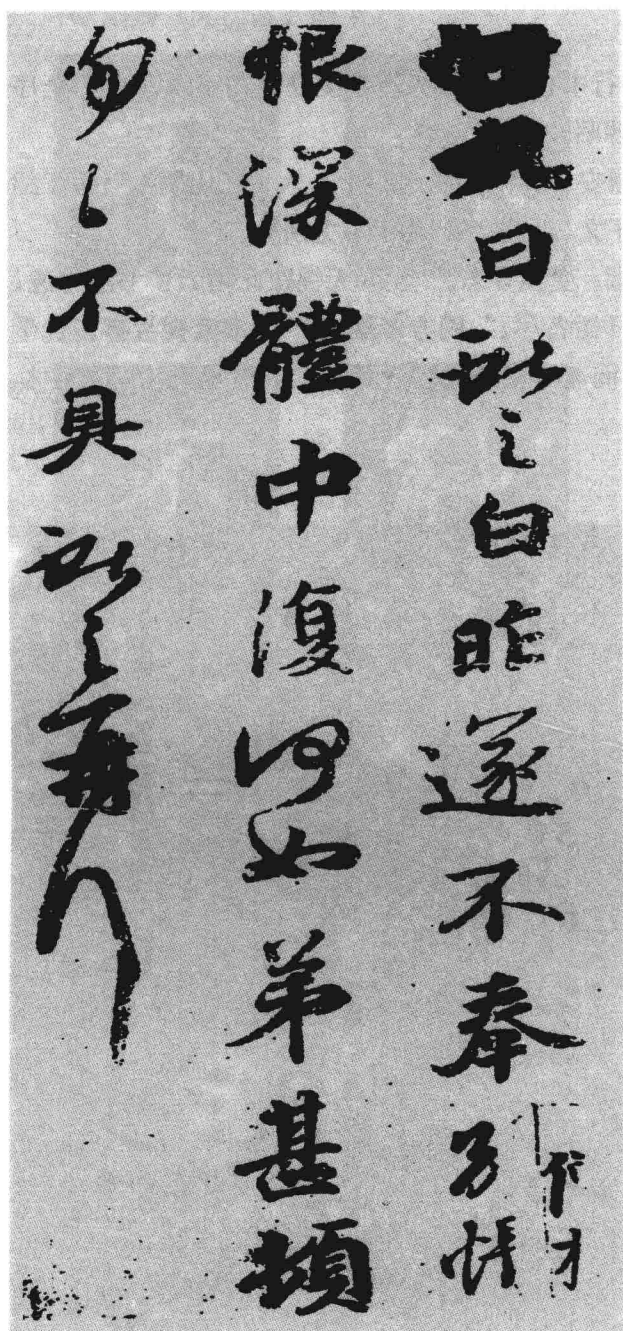


图1-5 王献之《廿九日帖》

王献之 (344-386)

字子敬，小字官奴，琅琊临沂（今山东临沂）人。王羲之第七子。起家州主簿，迁吴兴太守，谢安甚钦爱之，请为长史。官至中书令，时称“王大令”。献之幼学父书，后学张芝，用功精深，又勇于创新。其书法豪迈俊美，进一步转变了汉魏古朴的书风，称为“破体”，对后世书法影响颇大。传世墨迹有《鸭头丸帖》、《送梨帖》、《洛神赋十三行》、《地黄汤帖》、《中秋帖》等。

行书代表作首推《兰亭序》，历来被视为神品。其艺术特点，一是笔法集众家之长，起转提按如行云流水；相互映带，以意为之；遒美劲健，取法自然；富于变化。二是结体平稳中寓险峻，字形大小参差，错落有致，变化丰富，婀娜多姿。通篇二十余个“之”字，无一形同者。三是章法，虽取纵势，却富韵律。由于字字映带，疏密有致，通篇血脉相连，风神洒落，婉润清新。《兰亭序》帖的风貌意蕴与其所描写的人、景、情达到了贴切入微、完美和谐的统一。构成了使人们感到愉悦，犹如“清风出袖，明月入怀”的审美情趣。超越时空限制，沁入人类共同的审美意识当中。无怪唐太宗亲自写《王羲之传论》“详察古今，研精篆隶，尽善尽美，其唯王逸少乎！观其点曳之工，裁成之妙，烟霏露结，状若断而还连；风翥龙蟠，势如斜而反直。玩之不觉为倦，览之莫识其端。心摹手追，此人而已，其余区区之类，何足论哉”！可惜的是这样一件世宝，却成了唐太宗的陪葬品，成为千古憾事。现传世《兰亭序》帖，均为摹本，其中以虞世南、欧阳询、褚遂良、冯承素等临摹本为佳。特别是“神龙本”，系唐太宗命弘文馆拓书人冯承素用双钩摹拓制成，精细生动，神完意足，基本上保持了原书的面目，是毛笔行书临习的最佳范本。

《廿九日帖》

纸本墨迹，长二十六点三七厘米，宽十一厘米。此为《万岁通天帖》第六帖。

此帖用笔秀媚飘洒，风流俊美，笔意连贯而舒展，章法生动，感之意犹未尽，回味无穷。与《姨母帖》相比，确有今古之别，并且王献之此帖与其传世的其他帖不同，有些字结体微扁。“日”、“白”、“中”等字结字上下略等，转折处多呈方笔，很接近北碑写法；有些字如“深”、“体”、“勿”等又同一般流行的晋及南朝字风格一致。（图1-5）

从此帖可以看出，南北书风不是截然无缘，与王献之的时代还是结合在一起的。此帖对研究当时书体风格的演变过程，有重要的参考价值。

王珣（350-401）

字元琳，小名法护，琅琊临沂（今山东临沂）人。官至尚书令，祖王导、父王洽、弟王珣，均擅书。

《宣和书谱》云：“珣三世以能书称，家范世学，珣之草圣，亦有传焉。”又云：“珣词翰为时宗师，然当时以弟珣书名尤著，故有僧弥（王珣）难为兄之语。”董其昌《画禅室随笔》卷一《题王珣真迹》说：王珣书“潇洒古淡，东晋风流，宛然在眼”。传世书迹有行书《伯远帖》真迹及《淳化》、《大观》等丛帖所刊之的草书《三月帖》等。

《伯远帖》

墨迹纸本，长二十五点一厘米，宽十七点二厘米。乾隆以此帖与王羲之《快雪时晴帖》、王献之《中秋帖》合称“三希”，刻入《三希堂法帖》。此帖是王珣所书一通信札，亦是“三希”中之唯一手迹，它为研究晋代书法及该时期笔墨纸张提供了可靠资料。

此帖书法用笔峭劲秀丽，自然流畅，结体与王羲之的早期书法《姨母帖》特点相近。该作在笔画之间收放自然，较多地保存了楷书用笔的严谨性，而体态取势平扁，又略含隶书韵味，儒雅风流，天趣盎然。王肯堂亦跋此帖：“笔法道逸，古色照人。”（图1-6）

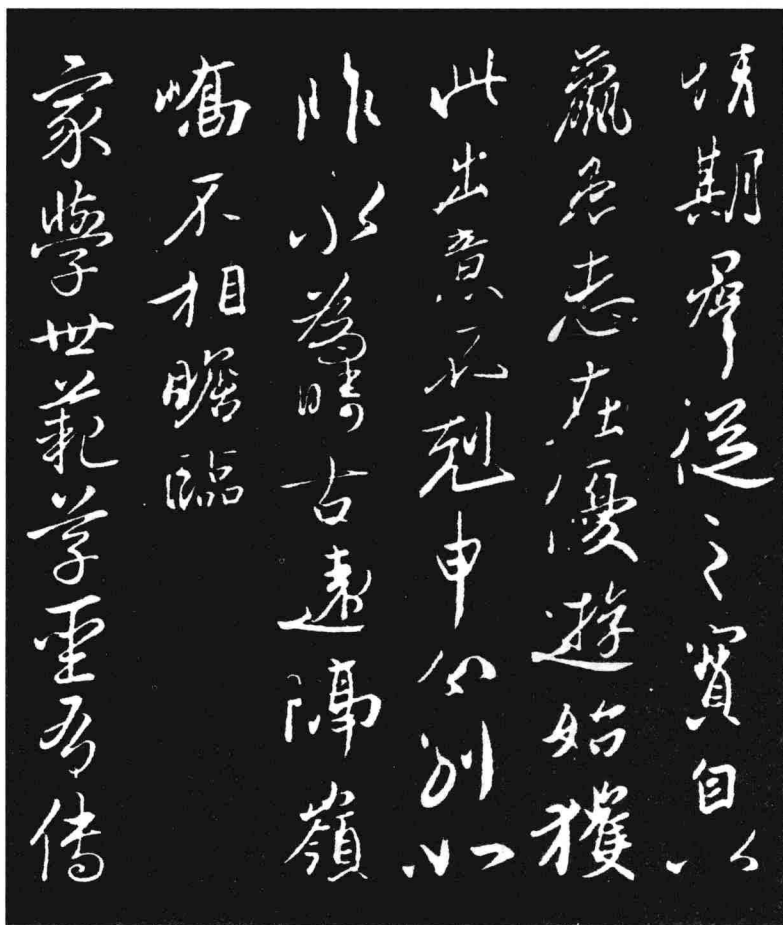


图1-6 王珣《伯远帖》

唐朝至五行书

唐朝是书艺尚法的鼎盛时期，虽然主要成就在楷书方面，但行书大家也层出不穷，代表人物有李邕、颜真卿、柳公权等。

唐人行书与其楷书相似，其雄放气势和苍茫丰腴的用笔，展现出大唐时期的恢宏气象，在审美艺术上开拓出了一种崇高之美，并成为书法典范。

欧阳询（556-641）

唐书法家。字信本，潭州临湘（今湖南长沙）人。官至太子率更令、弘文馆学士，封渤海县男。工书，初学二王，八体尽能，篆体尤精，飞白冠绝，竣于古人。真行之书自成一统。草书跌宕流通，出入于二王。其书体瘦硬，法度谨严，笔力险劲，俊逸精密，俗称“欧体”，对后世影响很大。

与虞世南、褚遂良、薛稷并称“唐初四大书家”。卒年八十五岁。

欧阳询的代表作品有楷书《九成宫醴泉铭》《皇甫诞碑》、《化度寺碑》、《温颜博碑》，行书作品《张翰帖》、《卜商帖》以及《千字文》等。

欧阳询的代表作品有楷书《九成宫醴泉铭》《皇甫诞碑》、《化度寺碑》、《温颜博碑》，行书作品《张翰帖》、《卜商帖》以及《千字文》等。



图1-7 欧阳询《梦奠帖》

《梦奠帖》

全称《仲尼梦奠帖》，墨迹本，无款，纸本，纵二十五点五厘米，横三十一厘米，九行七十八字。

此帖用墨淡而不浓，并且是秃笔疾书，转折自如，无一笔不妥，无一笔凝滞；上下脉络清晰，结构稳重沉实，运笔从容，气韵流畅；体方而笔圆，妩媚而刚劲。确系欧阳询“纷披老笔”，体现出欧书“劲险刻厉”、“矛戟森列”的特点，老年时期越加突出。并体现了虞世南所说的“询书不择纸笔，皆得如意”的高超书艺。后人对此帖评价极高。元代郭天锡跋此帖说：“此本劲险刻厉，森森若武库之戈戟；向背转折，浑得二王风气。”（图1-7）

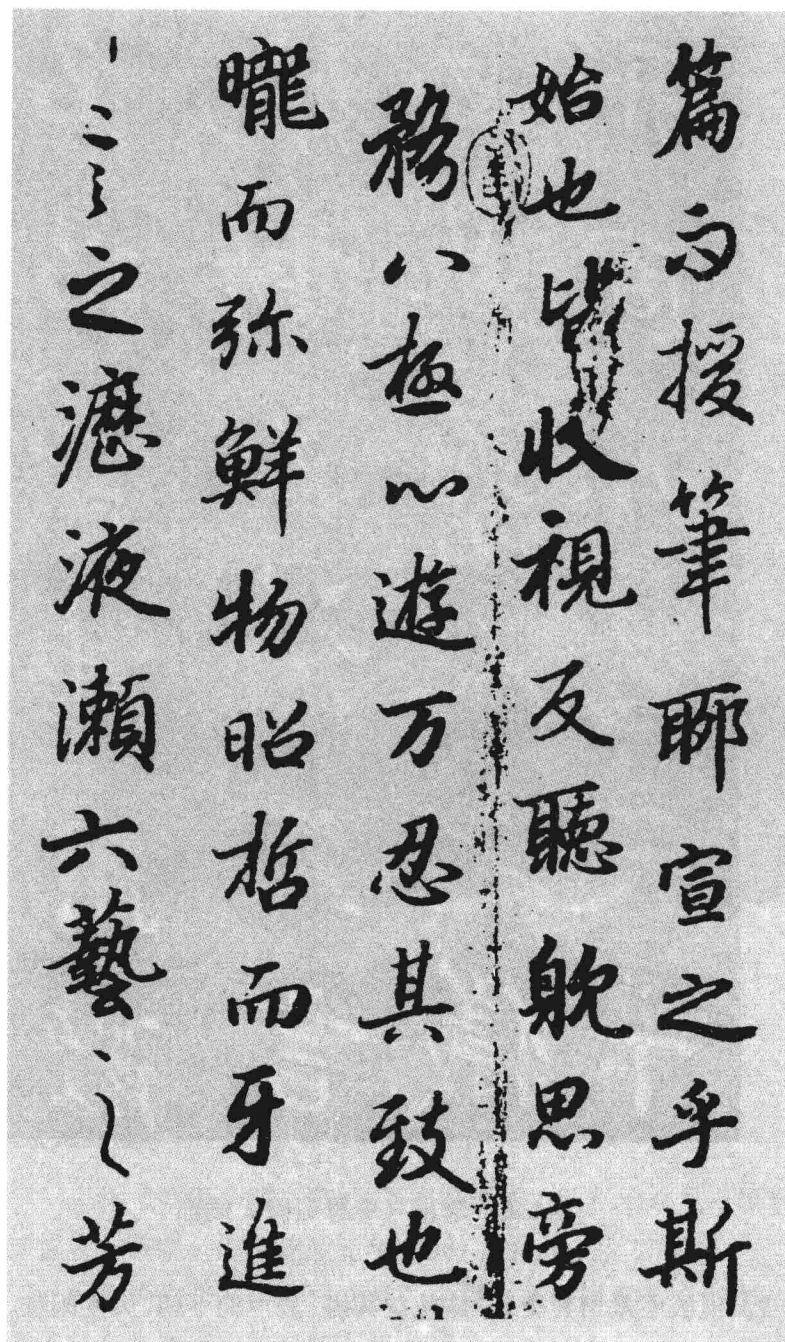


图1-8 陆柬之《文赋》

陆柬之 (585-638)

唐代吴(今江苏省苏州市)人。官至太子司仪郎。其书法上接魏晋,近宗舅父虞世南,与欧、褚齐名。隶、行入妙,草入能。其隶、行书于今殆绝遗迹,其草书意古笔老,洒脱飘逸。

尝书《头陀寺碑》、《急就章》、陆机《文赋》、《龙华寺碑》、《武丘东山碑》,最闻于时。《旧唐书·陆元方传》、《书断》、《书后品》、《墨池编》、《宣和书谱》、《书法雅言》、《艺概》均有载。

《文赋》

墨迹纸本卷。纵三百六十七厘米,横三百七十厘米。

卷前引首有明代李东阳篆题“二陆文翰”及沈度隶书“陆机文陆柬之书”,帖后无余纸,名款已佚,有赵孟頫、李侗、危素、宋濂、孙承泽等跋记。帖中“渊”、“世”等字均作缺笔,盖避唐代帝王名讳之故。

此作书法婉润清丽,甚似《兰亭序》笔法。其风骨内含,神采外映,字字圆秀,绰约呈姿。赵孟頫有跋语说:“初唐善书者称欧、虞、褚、薛,以书法论之岂在四子之下耶!然世罕有其迹,故知之者稀耳。”(图1-8)

李邕 (678-747)

唐代书法家。字泰和,扬州江都(今属江苏省)人。李善之子。初为谏官,历任郡守,官至汲郡、北海太守,人称“李北海”。工文,擅书,尤擅以行楷写碑,取法二王而有所创新,笔力沉雄,自成面目,对后世影响较大,有“书中仙手”之称。他对学书反对一味摹仿,曾说:“学我者死,似我者俗。”存世碑刻有《麓山寺碑》、《李思训碑》等。