

中国
普通
高校
书法
选修
课程
系列
教材

楷书技法教程

KaiShu JiFa
JiaoCheng

何学森 著

《楷书书法教程》结构合理，内容充实。条分缕析地论述了楷书的起源流变、流派风格以及书写技巧，对传统楷书的分析颇见功力和特色。对楷书经典旁征博引式的解读，充分展示了中国传统楷书的文化美、艺术美。对楷书技法作出了浓缩而清晰的概括，用比较的方法说明楷书的结构与结体特点、楷书笔画的特点和写法，既有较强的理论性，又有切实可行的操作性。本教程既可以选作大学书法选修课教材，也可以用作书法专业课程教材。

中国普通高校书法选修课程系列教材

楷书技法教程

何学森 著

上海人民美術出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

楷书技法教程 / 何学森著. — 上海: 上海人民美术出版社, 2010.8

(中国普通高校书法选修课程系列教材)

ISBN 978-7-5322-6634-0

I. ①楷... II. ①何... III. ①楷书-书法-高等学校-教材 IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第236418号

中国普通高校书法选修课程系列教材

楷书技法教程

主 编: 潘善助

著 者: 何学森

责任编辑: 黄 淳

封面设计: 萧 萧

技术编辑: 陆尧春

出版发行: 上海人民美术出版社

(上海长乐路672弄33号)

网 址: www.shrmms.com

印 刷: 上海市印刷十厂有限公司

开 本: 889×1194 1/16 9印张

版 次: 2010年8月第1版

印 次: 2010年8月第1次

印 数: 0001-3300

书 号: ISBN 978-7-5322-6634-0

定 价: 29.00元

总序

在普通高校，公共书法教育体现在两个方面，其一是课堂教学，其二是课外活动。前者是“面”，是普及，后者是“点”，是提高。对于课堂教学而言，教育部曾在2006年下发了一个文件，要求全国大学逐步开设各类艺术课程，包括书法限制性选修课和书法任意性选修课。

《书法鉴赏》作为限制性选修课由于文件的推动已得到重视，有相当一部分省市的出版社组织书法教师出版了一定数量的教材，收到了良好的效果。书法任意性选修课程在文件出台前即有不少的教材出版，但据我的观察和分析，已出版的教材大多是一本式的，内容包罗万象，举凡正、草、隶、篆、行五体技法、书法史、书法理论、书法美学以及硬笔书法统统被纳入其中。这种体例的好处是比较全面，我在大学学习期间和大学毕业后从事书法教学工作都曾受益于这类教材。然而，随着形势的发展，通过二十多年大学书法教学的实践，我以为这样的体例可以作一些变化。变化的内容包括将五种字体进行归类，分成篆隶、楷书和行草，以便技法的解释更为深入，硬笔字的教学独立展开；同时，因为有专门的《书法鉴赏》课程的存在，原本在一本式教材中出现的书法理论、书法美学等内容也只要点到为止，不必作太多的陈述。于是，就有了我们目前这套《中国普通高校书法选修课程系列教材》。系列教材含《篆隶技法教程》、《楷书技法教程》、《行草技法教程》和《硬笔书法教程》四种。除了《硬笔书法教程》以外，其他三本教材均围绕技法通论、经典解读和创作点津三大块面。其中，技法通论以较多的篇幅，较为详细、较为理性地分析了书法技法的原理；经典解读部分每种教材都选取了30种历代法帖作为教学范本，通过对每种法帖的剖析，让我们了解它们各自的个性特征和之所以如此的文化历史原因，为更好地深入技法、掌握技法作铺垫；创作点津是介绍书法创作的一般常识，目的在于使大学生在书法临摹的基础上尝试书法创作。

本系列教材的所有作者均来自大学书法教学第一线，他们对于如何认识书法，如何教大学生学习书法都有相当丰富的经验和成果。如首都师范大学的何学森先生曾著有《书法学概要》、《书法文化教程》等著作，浙江师范大学的翁志飞先生曾获中国书法兰亭奖理论奖，上海师范大学的徐俊先生曾著有《小楷和钢笔字教材》；我本人则工作于华东政法大学，也曾有幸获得中国书法兰亭奖教育奖。

我要感谢责任编辑黄淳先生，是他动议编写系列教材的。我要感谢薛建华先生，他曾组织作者召开编写大纲讨论会。我要感谢所有参加本系列教材编写的作者，是他们的全力配合才使系列教材如愿出版。我还要感谢长期以来从事书法研究和书法教育工作的书法理论家、书法教育家和书法工作者，因为，在教材中，我们部分地吸收了他们的研究成果。

愿系列教材能为高校公共书法教学和社会书法普及带来便利，愿使用教材的师生和社会书法工作者能对教材提出宝贵的修改意见，愿古老的书法艺术在21世纪的今天绽放出璀璨的光芒。

潘善助

2010年8月于上海唐宋书屋

目 录

上篇 技法通论

- 第一章 导论 / 7
- 第二章 楷书简史 / 11
- 第三章 临习楷书的基本准备 / 37
- 第四章 楷书笔画的特点与写法 / 51
- 第五章 楷书的结构与结体特点 / 68

中篇 经典解读

- 第一章 魏晋至北魏经典楷书作品欣赏 / 93
- 第二章 隋唐、元代经典楷书作品欣赏 / 108

下篇 创作点津

- 第一章 书法作品的品式 / 126
- 第二章 楷书作品的幅面安排 / 130
- 第三章 集字式创作 / 133
- 第四章 临写式创作 / 136
- 第五章 自由式创作 / 140



上篇 技法通论

导论 / 7 楷书简史 / 11 临习楷书的基本准备 / 37

楷书笔画的特点与写法 / 51

楷书的结构与结体特点 / 68

第一章 导论

“楷书”这个概念的含义是：工整、端正，具有法式、典范意义的字体。因而，在不同的历史阶段，这个概念所指的字体曾经是篆书、隶书，以及当今通行的楷书。然而，经过时间的积淀，“楷书”被用以特指狭义的楷书（现在意义的楷书）。原因在于，在隶变之后，较为普遍使用的各种字体之中，楷书最具典范意义。

“楷书”也称“真书”，以其“字皆真正”。这里的“真正”也就是“端正”的意思。唐以后书论如“真亏点画，犹可记文”中的“真”即指“楷书”。

汉字形体演变大致可分为六个阶段：商代甲骨文、周代金文、春秋战国金石竹帛文、秦代小篆、汉代隶书、魏晋至今的楷书。战国文字及秦代小篆向汉代隶书的演变，是汉字形体的飞跃性的质变，被称作“隶变”。隶变成为一个分水岭，它将汉字形体的六个阶段划分为两个时代：古文字时代，今文字时代。



殷 甲骨文 周 毛公鼎 周 虢季子白盘 周 石鼓文 清 杨沂孙 秦 简书



汉 子游残石 北魏 解伯达造像 北魏 刁遵墓志

由古文字向今文字演变，越来越由线条化向定型的笔画化发展，字形轮廓越来越规整，对物象的直接表现程度越来越弱。

今文字时代的常用字体主要是隶书、楷书、行书。之所以说楷书具有典范意义，是由于它在结构、笔势方面的代表性、丰富性、规范性。

不同字体的面貌差别主要表现在字形轮廓、结构、笔势等方面。

小篆、隶书、楷书等的字形轮廓较为规整，大体上分别呈现为纵长、扁阔、正方。单纯从实用的角度考虑，字形轮廓变化对字的判读并没有影响，因此同一种字体的轮廓可以有相当大的调整、变化空间。文字学主要从两个角度研究汉字的形体：一个方面是结构或组织，另一方面就是“笔势”。“汉字字体的变化，是结构和笔势两方面互相推移的结果”（蒋善国《文字形体学》，文字改革出版社1959年第一版，第

以“書”为例可以看出，篆书、隶书、楷书的字形外廓基本上明显区别为纵长、横扁、方正。



5页)。所谓结构就是组成方式，是构字部件的组合；“笔势”即笔画姿态。结构相同的某一个字的金文、隶书、楷书、行书等不同字体形态的差异就表现为“笔势”的不同。

与字形轮廓一样，笔势对文字判读也没有多大影响，只要字形结构一定。但是，出于自然协调以及艺术美的追求，字势由相应的笔势加以完成或配合。比如，隶书体势横扁，其竖画短，撇、捺走向的笔画也是匍匐的；楷书体势卓立，其竖、撇、捺画都较为挺劲撑拄；此外，起笔、收笔的典型特征也与字体体势相应。文字学上以“笔势”作为区分字体的依据，是出于一种审美的需要；书法学以笔势作为体现风格的手段，是艺术表现的必然选择。两者的主体内容是一致的，但是，文字学只需概括比较粗略的基本原则，书法艺术则在符合原则的框架内尽可能千变万化，层面更为细腻。



汉 西狭颂

汉 桐柏庙碑

“木”字的隶书，撇捺横张，字廓较扁；“木”字的楷书，撇捺斜撑，字形卓立。



唐 欧阳询

唐 褚遂良

唐 颜真卿

笔势的差异不会导致对字的识读产生歧见，所以，在日常生活书写中，笔势处理是比较随意的。可以说，文字学讨论的“笔势”只是线条与笔画的一般表征，书法学的笔势是在此基础上的艺术处理。

可以说，笔势方面的规范已经带有很强的艺术性追求，而从基本实用的角度来说，只有字体的结构差异才会导致实质的改变，造成判别识读的差异。由于注意到了这一点，王力先生将此两者归结成字式与字体的分别：“字式是文字的结构方式，字体是文字的笔画姿态。”（王力：《汉

语讲话》第五章《文字》，《王力文集》（第三卷），山东教育出版社1985年第一版，第650页。）这里的“字式”和“字体”是两种意义层次上的概念。实际上，在确保字式的原则下，书法学也努力通过一些细部处理，使单字以特别的、富有艺术感的体势呈现出来。处理的一般手段是：改变字形轮廓；变化字的各组成部分之间的相对位置、相对大小、疏密关系；调整笔画的轻重、长短、倾斜角度等。



唐 欧阳询 皇甫诞碑 唐 颜真卿 勤礼碑 唐 柳公权 玄秘塔碑

“何”字的欧体、颜体、柳体中，竖勾位置的里外变化对于整个字廓影响很大，由此导致书风差异。



清 吴隐 现代 沈尹默

书法作品中，“鹅”字的两个构件“我”、“鸟”有时由左右结构变为上下结构，造成结体变化。异写、异构字具有一种“陌生感”，书法作品加以适当的运用，对于丰富作品的内涵具有一定意义。

在书法学习中，必须要有以楷书筑基的看法。这种看法的合理性在于：在今文字阶段的字体中，楷书的结构具有很强的代表性，笔势具有丰富性，结构和笔势都具有严格的规范性；在严格规范的约束之下，楷书艺术依然能够极尽变化，得心应手，游刃有余，欧体、颜体、柳体等不同风格异彩纷呈，显示出书法家对于汉字的高超驾驭能力，别出心裁的艺术匠心。在法则的极端束缚之下依然无比自由，自如舒脱，这是艺术的最重要的魅力。中国艺术的最高追求在于：从心所欲，不逾规矩。书法的原则如此，诗词格律的立意也在于此。推而广之，安身立命的“天人之际”也是如此。这似乎是矛盾两极的和谐协调。在书法艺术之中，楷书无疑最显著地表现了这一点。学习楷书能够培养创作主体的法则观念、突破意识。

书法创作必须对汉字结构进行艺术性的变化，这如同花样滑冰、艺术体操等运动中的协调身体，任何一个部位的细微变化都会自然而然地带动其他部位的相应变化，异彩纷呈，仪态万方。其前提是，整个身体是一个协调的有机整体。书法创作的基本道理与此类似，其前提是对汉字基本结构的把握、熟悉。当我们对每个字的结构烂熟于心的时候，可以得心应手地进行变化，随心所欲而准绳在心。从结构关系来说，楷书与隶书、行书（行楷）是基本相同、可以融通的，也就是说它们属于相同的字式。因而，宋代早期以前，很多著述将楷书与隶书、章草、行书等一起归属在广泛意义的“隶书”大类中。现在，由于自身的特征与历史的选择，楷书成为最为普遍使用的字体，熟悉了楷书的结构也就掌握了与它同类字式的其他字体的结构。

楷书的笔势比隶书更为丰富。与小篆相比，隶书的笔画形态更为多样，而且有了折笔，但是，隶书的基本点画形态只有有限的几个，与隶

书相比，楷书省改了波磔，增加了钩趯，而以“永字八法”为代表的楷书笔势更加系统全面，这也为行书、草书的放逸提供了基础。楷书横画、竖画、撇画的起笔以及横画的收笔多作顿笔，撇画收笔处逐渐提笔出锋；捺画收笔时先逐渐铺毫重顿，再渐渐提笔出锋；楷书笔画转折之处往往为顿笔；楷书的钩为一种特殊的转折，于蹲驻之后挑笔出锋，成为“勾挑”。

在书法创作中，对毛笔的把握能力是决定性要素之一。而如果书写者能够利用毛笔精确书写出符合楷书规范的笔画，那么至少证明了他具备了足够的书法创作所需要的对毛笔的掌控能力。习惯使用硬笔的人，初执毛笔时会有一种本能的念头，企图找到某种掌控方法能使毛笔变得与硬笔的性能接近。这种错误想法反而会使自己的手腕、精神思想都非常紧张僵滞，不利于把握毛笔。艰苦摸索之后，应该形成这样的正确认识：最轻松的毛笔把握方法不是“遏制”，而是“顺应”，充分利用毛笔的“柔和”、“弹跳”，将其“发挥”出来。简单说，对毛笔要“因柔而用”。

楷书在结构、笔势方面具有严格的规范性，这种规范性使楷书的艺术风格具有凝重、端肃、典雅的特点。这种特点导致楷书在廊庙盛典、高文大册中具有不可替代的作用。《北齐书·赵彦深传》：“（彦深之子赵仲将）学涉群书，善草隶。虽与弟书，书字楷正，云：草不可不解，若施之于人，即似相轻易。若与当家中卑幼，又恐其疑所在宜尔。是以必须隶笔。”这里的所谓“隶笔”也就是“隶书”，是“正书”的古称，不同于汉魏时代通用的隶书。有看法认为正书由隶书发展演变而来，故唐以前仍有把正书沿称“隶书”或者“今隶”。楷书艺术元素的丰富性为艺术风格提供了空间层次，也为恰到好处地将丰富的元素整合为一个规范结合体带来相当的难度。

楷书形态特征的丰富性，导致了它对于其他字体特征的极强兼容性。楷书本来是对行书规范的结果，它的规范过程以及结果本身又反过来对行书作为字体的成熟以及作为书体的呈现起了很大作用。楷书的规范性基础为以此为基础的进一步展开奠定了坚实基础，因此说楷书蕴含着极大的可塑性。

以上“楷书五性”（代表性、规范性、丰富性、兼容性、可塑性），决定了楷书基础对于其他字体的学习具有很强的奠基作用。

练习题

1. “隶变”对书法发展有什么影响？
2. 笔势对书法作品的总体风格起什么作用？
3. 楷书结体的主要特点是什么？

第二章 楷书简史

形潜莫睹，象显可征，书法力求以有限的有形表现无形的无限。楷书特别追求一种精密感，中国文化为其提供了雄厚基础。精密、细腻的结构感，早在周易卦象上已经有所体现。虽然较早的爻画、卦象与今天所见的有差异，但基本精神是相同的。

汉字的应用性书写，从一开始就同时存在着几种不同的追求方向：一种是极力端正严谨的、楷正的；一种是较为随便苟且的、潦草的。前者是为了定型，为了显示郑重，可能会影响到书写速度；后者是为了快速，但是可能因此影响识别。在实际的书写应用中，不能听任这两种倾向的极端发展，这就是折中性的第三种方向。

楷书作为比较端正工整的字体，其思路原则由来已久，只不过从结构特征来说，它只能属于今文字阶段。但并不能因此断言它完全脱胎于隶书、行书，或是由它孳生了隶书、行书。

在漫长的发展历程中，楷书单字的字形轮廓、笔势、笔画与空间构成，以及通篇的格局布白，总体趋向于严谨整饬。

妙道凝玄，若隐若显。书法之佳妙不仅在于显豁无遗的用笔、结字，它的玄妙更在于其中寓含的天道、人道，以及天道、人道的自然和谐。

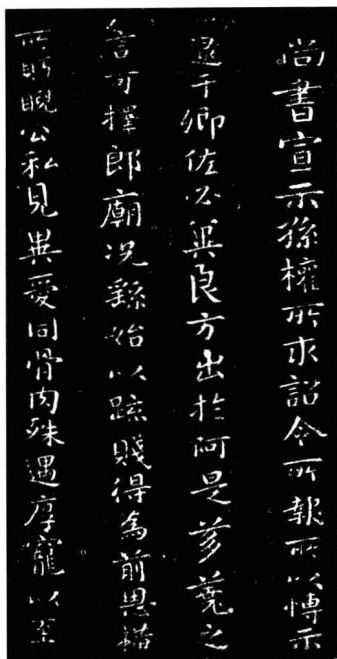
一、汉魏楷书

传统的说法以王次仲为“楷书之祖”，一般认为他是东汉上谷（今河北怀来东南）人。东汉曹操宗族墓（安徽亳县）公元164年—170年的374块字砖中，楷书、行书占222块。三国吴名将朱然（182—249年）之墓（在安徽马鞍山）出土木片名刺，内容为：“丹阳朱然再拜，问起居……”其书法既有隶书的笔势特征，也有在起笔、收笔、转折之处的顿挫所表现出的楷书笔势。隶与楷的两种初步特征在汉代的某些文字书写资料上是并存的，只不过在后来的发展阶段隶书更早定型。强化了某些新生的笔势倾向，同时也就淘汰了其他一些新的笔势倾向。相对于楷书来说比较简单的笔势系统更容易较快地组合成为一种字型体系。定型之后的隶书对于楷书的定型当然具有很强的促进作用，楷书的成熟显然不是从隶书才开始起步的。

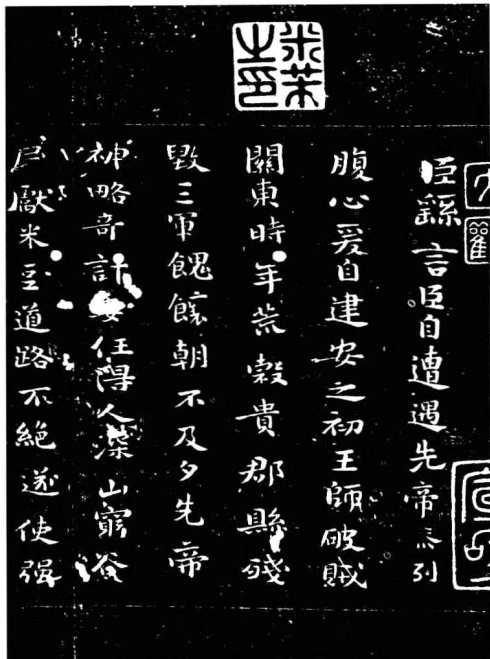
三国吴的《葛祚碑》、《谷朗碑》（272年）、《孟斌买地券》（274年）被视为较早的楷书遗迹。后两件其实只是隶书意味弱化，而《葛祚碑》的楷书意味则比较明显，所以有的学者说它是书法史上第一块楷书石碑。



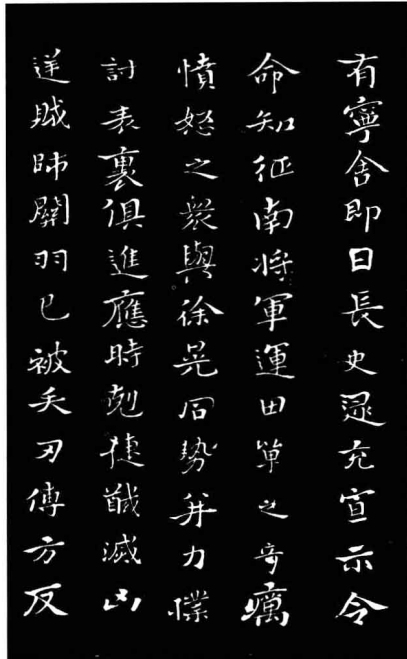
汉 谷朗碑



左图：魏 钟繇 宣示表



中图：魏 钟繇 荐季直表



右图：魏 钟繇 贺捷表

三国魏的钟繇是当时最擅楷书的知名书家。羊欣《采古来能书人名》则记述说：钟繇擅长三体，其中一种“章程书”，“传秘书教小学者也”，也就是用于章奏的楷书，显然属于小楷。梁武帝认为取法钟繇书法的优点在于“字细画短”、“势巧形密”。传为钟繇所书的《荐季直表》、《贺捷表》（《戎路（辂）表》）、《力命表》、《宣示表》等的传世摹刻确乎是楷书。

钟繇书法深受后人崇敬。晋代王导在狼狈南渡之际，尚不忘将钟繇小楷《尚书表》、《宣示表》真迹藏在衣带。过江后，送给了王羲之。后来，著名书家王濛（字仲祖）之子王修（字敬仁）向羲之请益书法，羲之不仅为他以小楷书写了《东方朔画赞》，还将自己珍藏的《尚书表》、《宣示表》借给他观摩。王修（334—357年）少有美誉，官至著作郎，其书法与名士殷浩互为伯仲，擅长楷、行。南朝王僧虔评论说：“王修书法精妙，精神咄咄逼人，常常能引起王献之的关注。”升平元年，王修24岁就不幸去世。王修母亲见儿子平生喜爱《尚书》、《宣示》，就将它们纳入棺材陪葬了。从此，《宣示》真迹永绝人间。传世者唯有王羲之临本，北宋《淳化阁帖》收刻，南宋贾似道门客廖莹中摹、王用和所镌的单刻帖最佳。

《贺捷表》，《宣和书谱》誉之为“正书之祖”。末题“建安二十四年（219年）闰月九日南蕃东武亭侯臣繇上”。宋代董道认为它“画疏体枝，锋露筋绝，不复结字”，据此判断绝非钟繇手笔。

《荐季直表》，末署“黄初二年（公元221年）八月司徒东武亭侯臣钟繇表”。今存墨迹照片一帧。赞赏者评论说：曹魏时楷书去古未

远，尚有隶体气息，不同于后世楷书之妍媚纤巧，无晋唐插花美女之态；《荐季直表》高古淳朴，超妙入神，点画之间，多有异趣，可谓“幽深无际，古雅有余”。《荐季直表》中的“民”字缺而不全，有人认为这是避讳唐太宗姓名，据此怀疑它是唐人所书。反驳者则说，钟繇原迹中“民”字本来点画全备，只是后来唐人为了避讳而加以剜挖剔拨。清代孙承泽认为《荐季直表》毫无疑问是宋元人伪作，其依据是：该帖虽有隶体面貌，实际上与钟繇的《力命》、《墓田》那种端劲典刑相去甚远，掩盖不住的娟秀妍美，流露了后世流俗楷书的浮滑。

钟繇小楷作品中的很多字，不仅用笔不像成熟楷书那么严谨规整，而且字势常常倾斜欹侧。在楷书后来发展到馆阁体那样森严刻板之后，钟繇这种不衫不履、自然生动的楷书令人备觉天机溢出、趣味横生。据说，钟繇的外甥宋翼的书法比较刻板，“平直相似，状如算子”，钟繇大为不满，宋翼三年不敢面见钟繇，致力于改弦更张。这个故事说明，钟繇书法的面目除了与楷书不够成熟的时代背景有关，主要还是缘于其主观追求。

三国和西晋时期的写经、残纸、简牍上也有一些字迹属于早期楷书。西晋也有一些楷书意味的作品，如《诸佛要集经》、《〈三国志〉残卷》、泰始五年《诣郃善王检》，虽体势尚未完备，但颇具意识。

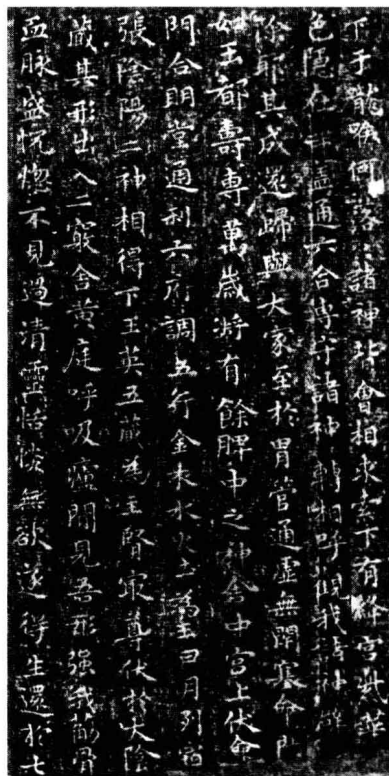
二、东晋南朝楷书

东晋王羲之也擅长楷书，他临写钟繇《宣示表》被梁武帝评为“势巧形密，胜于自运”。小楷《黄庭经》、《乐毅论》、《东方朔画赞》等传为其作品，而传世刻本可能经过了后人改造。

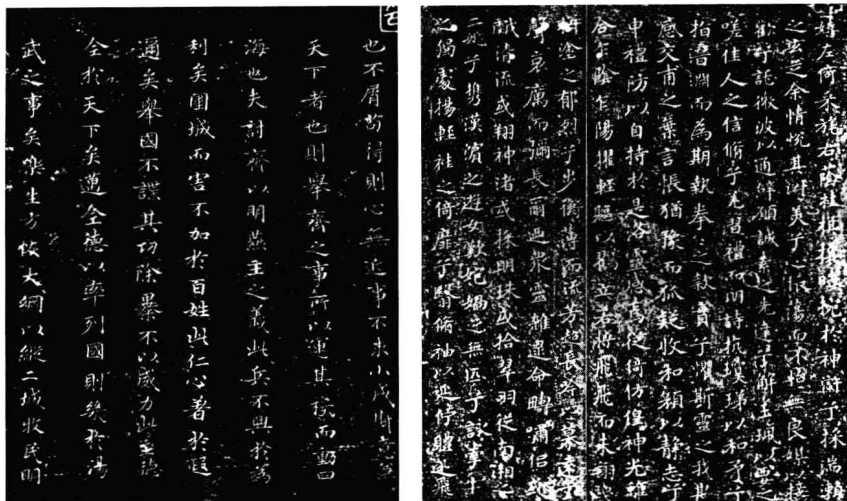
《黄庭经》，今存唐人临本以及多种刻本，据说刻本多是依据欧阳询、褚遂良摹本。宋代欧阳修认为其体致颇类颜真卿，甚可爱，但不是羲之笔法。清代张照说：东晋南朝的书法佳作，流传到后世，只要书写者不可考，就都被后人归到王羲之名下，实际上没有实际依据，《黄庭》、《曹娥》就属于这种情况。

《乐毅论》，被推为羲之正书第一，有多种刻本传世。宋代陆游说它“纵横驰骋，不似小字”，这正是后世书家难以企及的；明汪珂玉则说它“风神奕奕，其整密处，足以针砭大令（王献之）之放”。两人着眼点有所不同。

王羲之楷书与钟繇有了显著的区别。《黄庭经》比钟繇《宣示表》更显得主笔明确；钟繇《贺捷表》中有行书意味的翻飞笔势，王羲之《黄庭经》则完全泯为敛势。钟繇楷书的纵向笔画短促，字势横扁；而羲之引长纵画，使其挺直，字势纵立。这样看来，王羲之在钟繇努力建立楷法的基础上更进了一步。楷法的进一步建立，导致楷书、行书更显



东晋 王羲之 黄庭经



左图：东晋 王羲之 乐毅论
右图：东晋 王羲之 洛神赋

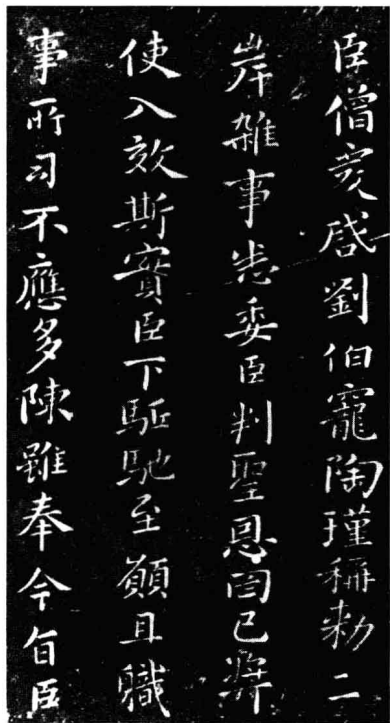
著的独立，也就是楷、行字体特征的成熟。

王献之的小楷，今存十三行《洛神赋》石刻。据说原作早已散佚，宋高宗曾极力搜访，仅获九行176字，米友仁定为真迹；后来宋末贾似道又另外觅得四行74字，合并后摹勒刻石，此所谓“玉版十三行”。董道认为：（1）南朝马澄曾说王羲之有《洛神赋》存世，那么王献之《洛神赋》当是习其家学；（2）北宋周越说王献之喜欢书写《洛神赋》，世上应有多本流传，然而似乎没有见到其他本子出现；（3）玉版十三行字法端劲，是书家所难。偏旁自见，不相映带；分有主客，趣向整严，非善书者不能。

以上魏晋小楷属于帖札性质，不仅是文人手笔，而且出自书法名家妙腕，气象自是不凡。虽然其中程度不等地夹杂有隶书味道，叮畦不整，天真烂漫，但总的来说，成熟得异常突兀，忽如一夜春风催开梨花，王羲之的楷书尤其如此。

东晋南朝还有一些行楷面目的作品，楷书意味非常浓厚。如：《淳化阁帖》卷二收王廙（276—322年）的《祥除》、《昨表》二帖为行楷面目。王羲之《十七帖》第26通《来禽帖》二十字为行楷。《淳化阁帖》卷三收王僧虔行楷《刘伯宠帖》、《谢宪帖》。《淳化阁帖》卷四所收南朝梁书家萧子云《舜问帖》、《国氏帖》、《列子帖》，三种面目相同，都是字势略有欹侧的楷书，捺画收笔还有一些隶书波磔的意味。

东晋南朝也有一些楷书性质的碑刻，主要代表有：东晋的《鬻宝子碑》（405年）、《司马芳残碑》；南朝宋的《鬻龙颜碑》（458年）、《刘怀民墓志》（464年）；南朝齐的《刘岱墓志》、《吕超静墓》；南朝梁的《瘞鹤铭》（514年）、《萧憺碑》（519年）、《王慕韶墓志》；南朝陈的《涌金井栏题字》。碑版书体相对滞后。早在魏晋时



东晋 王僧虔 刘伯宠帖

期，楷书已在日常实用中走向成熟，但经过两百多年到了南朝，才正式被碑刻所使用，成为成熟的碑版专用书体。而且，现在一般认为晋宋士人不屑于书写墓志，故当时碑铭楷书的成熟程度远远不及上面罗列的那些小楷遗迹。不过，后人除了可以由此审察碑版楷书的筭路蓝缕，也可以从中揣摩不衫不履的烂漫天真，借以破解某些楷书板刻呆滞的倾向。

整个魏晋南北朝都是一个提高楷法技巧的过渡阶段，楷书成熟要到隋唐之际才能完成，“二爨”正是过渡阶段的遗迹。《爨宝子碑》是带有明显隶意的楷书，部分横画仍保留着隶书的波挑，但结体却方整而近于楷书。形似朴拙，却常现飞动之势。《爨龙颜碑》的楷书特征较《爨宝子碑》更加明显。结体以方整为主，转折处已使用圆转笔法，而非“小爨”之矩形折角。尽管隶意未尽脱却，楷则未尽成熟，但基本摆脱了《爨宝子碑》那种似隶似楷的状态。

《刘怀民墓志》风格雄强凝重，结构宽疏；用笔以方为主，方中有圆；行笔自然，不尚雕琢。反映了隶书初过渡到楷书时的不成熟状态。总体书风近似《中岳嵩高灵庙碑》、《爨龙颜碑》，隽逸跌宕、意趣天成。

《瘞鹤铭》结体萧散跌宕，撇、捺飘展，笔法自如活脱，不无行楷的意味。其风格气息与东晋南朝的文化氛围和书法境界比较合拍。

《梁始兴忠武王萧憺碑》极有姿致，无北朝人杂用分隶习气。康有为说：《萧憺碑》为峻美严整之宗，开启欧体楷书的门径；其结体茂密，出自钟繇；行笔英锐，如强弓劲弩、长枪大戟，逼似欧阳询《皇甫诞碑》。



东晋 爨宝子碑



南朝宋 爨龙颜碑



梁 瘞鹤铭



三、北朝楷书

北魏于公元386年建国，公元439年统一北中国；公元471年孝文帝即位，积极汉化，公元493年迁都洛阳；公元535年分裂为东、西魏，后继为北齐、北周；公元577年北方再由北周统一，公元581年隋朝建立，南北统一。

1. 北朝楷书梗概

从书法风格来说，南朝温雅妍美，北朝雄健质朴，这是不争的事实。北朝书法可以划分为三个阶段：第一阶段（386—470年）大约85年，第二阶段（471—534年）大约63年，第三阶段（535—581年）大约45年。

第一阶段的书法承接十六国的赵、燕，延续卢谌（284—350年）、崔悦两家书法，系统上属钟繇、卫瓘的再传，但北魏初期政权忙于战争和掠夺，文化建设尚处于次要位置，鲜卑固有的民族文化中也没有树碑立传意识。因此，太和之前书法总体上比较萧条，造像罕有题记，见于记载者仅十几品，这个阶段的碑碣、墓志数量也很少。不仅作品极少，且刻写都很苟且，隶意较浓，只有《王神虎造像记》（440年）、《中岳嵩高灵庙碑》（456年）、《鱼玄明墓志》（467年）等少数作品受到关注。

魏初国家所立之丰碑巨碣应多出自崔、卢二氏名家手笔，太和以前的造像记书法也很有可能受到崔卢之风的辐射。崔浩继承了崔氏家族书法传统，但《嵩高灵庙碑》（456年）不可能是崔浩书写，崔浩早在太平真君十一年（450年）就已被杀，该碑也未必出自寇谦之手笔，然而，《灵庙碑》终归与寇谦之密切相关，而寇谦之与崔浩有着各方面的相互影响，因此，书风极有可能辗转受到崔浩影响。崔卢两家“世不替业”，一般擅长隶书或草隶。世不替业的书风是守旧的，其楷书应带有较重的隶意。《灵庙碑》结体多变，忽长忽扁，保留了较多隶书遗意，又有向后世楷书发展的趋势。该碑书法深受康有为激赏，而杨守敬则认为其书法简陋草率，不足为贵。我觉得，《灵庙碑》的确可以作为第一期北朝书法的典型代表，但从师法的角度来说，不宜作不切实际的表扬。

第二阶段为北朝书法鼎盛期，从孝文帝登基开始算起。虽然孝文迁都之前的楷书名品为数不多，只有《晖福寺碑》（488年）、《孝文帝吊比干文》（492年）等，但是，这样一位倾心仰慕汉文化的皇帝即位，就意味着北朝书法的繁荣期已经悄然开始。

公元493年，孝文帝将国都从大同迁到了洛阳。大同、洛阳两地南北正对，地理经度逼近。大同是接近内蒙的山西北部边城，洛阳是河南北部边陲城市，大同、洛阳之间的直线距离相当于山西南北长度。虽然这个距离大约只有550公里，但是，山西大部分为山区和丘陵，地形复杂，山峦叠嶂，丘陵起伏，沟壑纵横，交通极为不便。孝文帝声称要南



北魏 中岳嵩高灵庙碑



北魏 孝文帝吊比干文