

中国书法技法指南系列

隶书技法指南

司惠国 王玉孝◎主编



蓝天出版社

隶书技法指南

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

隶书技法指南 / 司惠国 王玉孝主编. — 北京: 蓝天出版社, 2009.11
ISBN 978-7-5094-0249-8

I. ①隶… II. ①司… ②王… III. ①隶书—书法 IV. ①J292.113.2-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第202943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: 151千字

印 张: 10.5

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、隶书概论	1
(一) 隶书的形成与发展	1
(二) 隶书的特点及其代表作	5
(三) 历代隶书代表作	7
从战国到唐代时期的隶书	7
唐代以后时期的隶书	22
二、隶书技法	39
(一) 基本姿势	39
(二) 执笔方法	39
(三) 隶书的笔法	40
(四) 隶书的墨法	50
(五) 隶书书写技法	54
(六) 偏旁部首	81
(七) 隶书的结体	101
(1) 隶书的结体特点	101
(2) 隶书结体的一般规律	105
三、临帖技法	112
(一) 概述	112
(二) 选帖	112
(三) 临帖	113
四、隶书章法	116
(一) 谋篇	116
(二) 幅式	117
(三) 正文	147

(四) 题款	147
(五) 钤印	150
(六) 笔画及其结体对章法的影响	153
五、书法艺术的欣赏	155
(一) 书法艺术的欣赏和品评	155
(二) 书法艺术的欣赏过程	156
(三) 书法艺术欣赏的再创作	157



一、隶书概论

（一）隶书的形成与发展

隶书是我国书法艺术宝库中一颗璀璨的明珠，它是在社会经济急速发展变化的情况下，为适应急速书写及交流信息的需要而由篆书演变而来的。隶书的出现，是我国古今文字的分水岭，隶书的产生，开创了今文的先河，是我国文字和书法史上的一次重大变革，有着极为重要的承上启下的作用。

隶书是今文字之祖，其实用性和艺术性历经两千多年而不衰，至今仍在书坛上占有重要的地位，仍然是书法界孜孜追求和研究使用的主要书体。

隶书是由篆书演变而成的一种书体。秦代小篆虽然较大篆规范统一，而且较大篆趋于定型、简化，但因其结构仍较复杂，而且笔画曲弧较多，写起来较为费事，不适于方便和快捷的需要。所以在篆书官用的情况下，在一般书写中却流行着一种更为简单的“以赴急速”的书写字体，它将篆书圆匀的线条改为方折，变弧线为直线，简化了篆书，后称之为隶。

隶书萌芽于古，形成于战国、秦，兴盛于汉。关于隶书的形成及名字的由来，历来有多种说法。一是因此书体最早在徒隶中使用，故名。班固在《汉书·艺文志》中说：“是时始造隶书矣，起于官狱多事，苟趋省易，施之于徒隶也。”认为隶书是秦始皇官狱多的产物，是徒隶的字体。后许慎亦说：“是时秦烧灭经书，涤除旧典，大发隶卒，兴役戍，官狱职务繁，初有隶书，以趣约易。”晋卫恒《四体书势》里亦说：“秦既用篆，奏事繁多，篆字难成，即令隶人佐书，曰隶字。”亦有的认为隶书是小篆的辅助字体。而更多的说法则认为隶书为程邈所创。唐张怀瓘在《书断》里说：“隶书者，秦下杜人程邈所作也。”相传程邈，始为县吏，因罪系狱，被囚到云阳的监狱里。他感到当时官狱公牍繁多，篆书结构复杂，书写不便，便动脑筋在原来大小篆的基础上，参照民间流行的简便书体，把篆书的笔画和结体作了简化，删繁就简，变圆为方，加工整理出一批日常应用的标准隶书。秦始皇看了很欣赏，不但赦免了他的罪，而且起用为御史，并把他所造隶书发交狱官应用。

据《水经·谷水注》所记，隶书早在秦始皇前四百年齐太公六世孙胡公棺上就已经发现了。虽然此说在时期上亦有可疑之处，但至少可以说明隶书早已出现，是古代广大人民在日常应用中日积月累创造出来的，程邈只是作了一番加工整理工作，从而形成了一种新的书体，世称秦隶，并为当时的徒隶所使用。因当时官狱的文书、抄写等下级人员是被人看不起的隶役，这种文字既是犯罪的徒隶程邈所作，又专供隶役应用，所以把它称为隶书。

因为它佐篆书之下，故又叫“佐书”、“秦隶”。秦隶是秦篆以后产生的一种新书体。隶书的产生，是我国文字史上的又一次重大变革，使我国的文字由古文迈入了今文字阶段，使文

字的形态结构及书写风格出现了新面貌，对我国书法的发展起到了极大的推动作用。

隶书又名“八分”或分书。“八分”有四种说法：一说“八分”是介乎篆隶之间的一种字体，即指没有挑法的隶书；一说“八分”是去隶八分取二分，去篆二分取八分；一说“八分”是指字的体势左右相背，好像八字分开；一说“八分”是指字的大小标准而言。尽管众说纷纭，但实际上“八分”就是隶书，一种书体多种称呼而已。因为晋、唐时期，楷书也叫隶书，为了使两者有所区别，不致混淆，就把隶书叫做“八分”。

隶书肇于秦而成于汉。秦时的隶书，刚从篆书脱胎出来，其体势和笔意仍有大量篆意。这从秦代遗留下来的权（秤锤）、量（斗斛）（图1-1）所刻当时统一权、量的诏书（即《诏版》（图1-2））即可见一斑。这种字体全用折笔，不用转笔，一改小篆字体修长、大小整齐划一的规整形式，变为大小长方不拘，人们称之为“古隶”。西汉初期及中叶，仍沿用这种书体，如西汉时期遗留下来的阳鼎、阳嘉钟等铜器上的文字和汉宣帝五凤二年的石刻（图1-5），南越王“黄肠木”刻字等，均属秦隶范围。

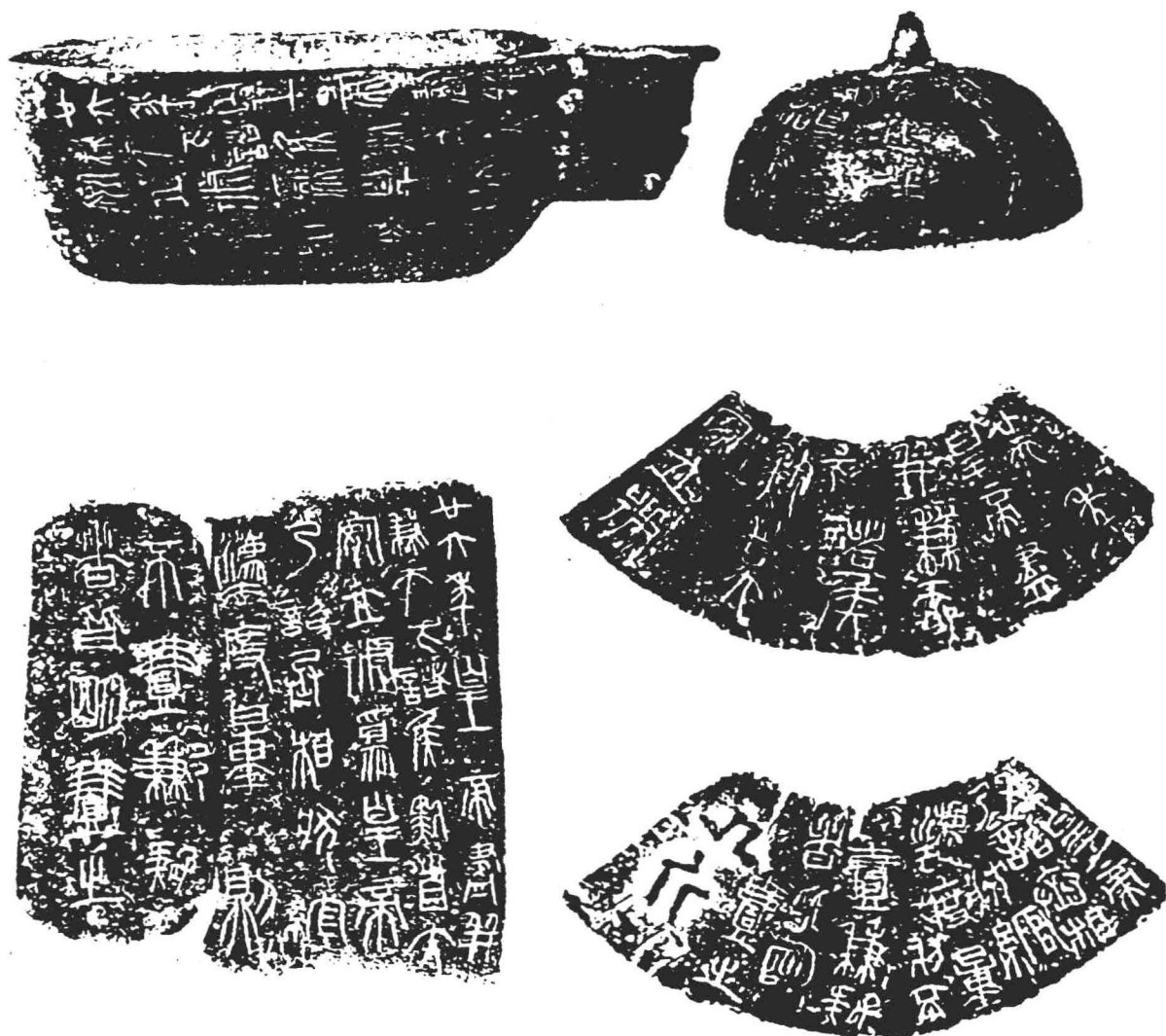


图1-1 秦权量



图1-2 秦诏版

汉代隶书应该从战国简帛书与秦代隶书说起，战国简帛已经把金文写成横势，体形扁平，用笔比较轻松畅快。（图1-3）在形体上为汉隶打下了字形基础。随着考古发掘出的简册和帛书，人们才得以看到早期的隶书。这其中有秦代古隶，如长沙马王堆汉墓的帛书《老子》乙本，（图1-4），和湖北睡虎地出土的1000多枚秦简（图1-3），经整理有《秦律》、《南郡守腾文书》等内容，从字形与结构看应为隶书范畴，是一种由篆向隶过渡的未成熟的“古隶”，一方面保留着篆书的体势；另一方面在字形、笔画以及书写方法上又产生了新的形态。自《秦律》发现后，一些古文字学家认为隶书并非只是流行民间的俗书，而是与小篆并行的文字，为当时下层官员和民间用的统一文字。

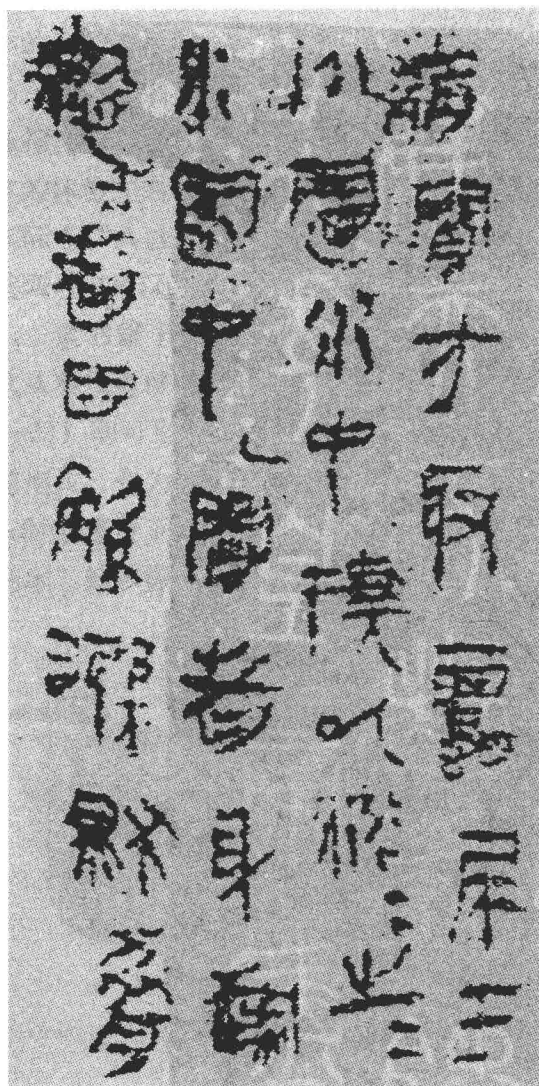


图1-3 马王堆帛书《五十二病方》

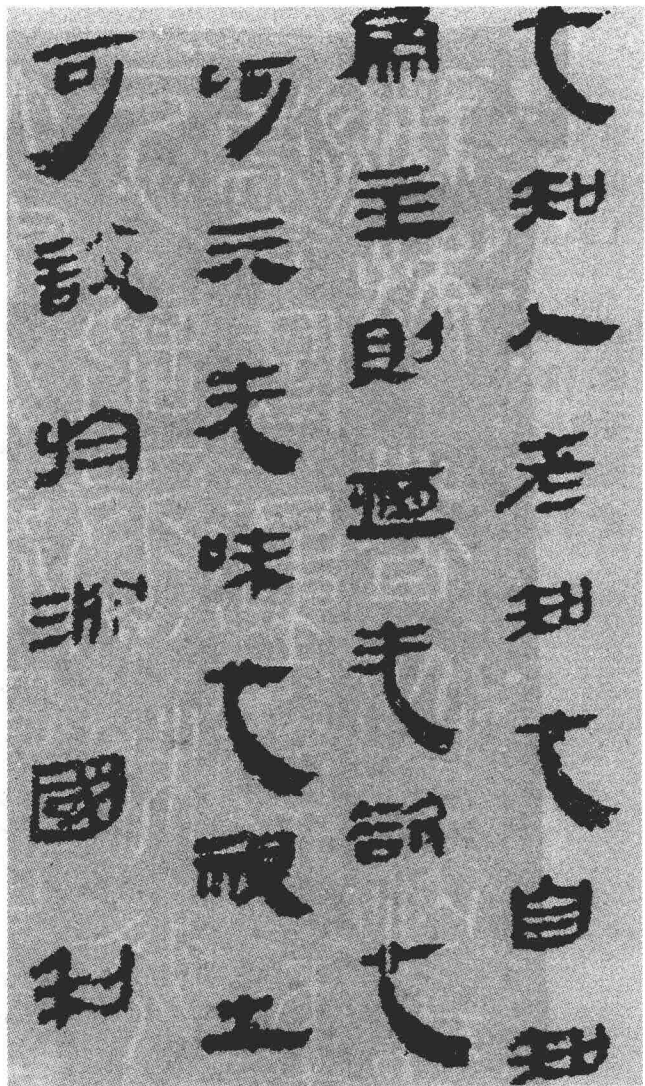


图1-4 马王堆帛书《老子乙本》

大量的简帛书的发掘出土，为我们研究书法史提供了极为便利的条件，我们把有纪年的简帛进行分类排队，看看文字的发展轨迹。秦代简帛的确定，就可论证早期古隶从篆书中如何脱胎，看得出笔画的演变过程。

到了新莽天凤二年（公元前15年），字体逐渐有点画波尾，隶书已渐渐演变到成熟阶段，与秦隶无点画波尾已大不相同。至东汉中期点画波尾更趋明显，成为尽善尽美的汉隶。汉代隶书以顺帝为分水岭，以前秦隶、汉隶并行，顺帝以后，秦隶已绝迹。到了桓帝灵帝时，书法日趋精巧，汉隶进入全盛时期。我们现在通常所说的隶书，就是指这个时期的汉隶。到了东汉末期，隶书字体更趋方整，更加平板刻画，齐整有余，灵活不足，从而失去了汉隶古拙灵便的神韵。

魏晋以后，由于楷书的发展，隶书的实用性逐渐为楷书所代替。虽然隶书仍然被较多的运用，特别是石刻等大量沿袭，但始终没有超过汉代的水平。

至唐宋元代，隶书虽仍作为一种书体与其他诸体同时流行，并且隶书大家出现亦较多，但大多承袭汉隶，追求汉代书风，讲究古拙规整，注重形式。虽然唐代韩择木、元代赵孟頫等大书法家，亦求突破汉法，掺入楷法，使隶书出现一丝新意，但终因隶书承汉之风盛行，点画结构几乎千篇一律，已无法再现汉代隶书高古灵动的神采，故无佳作传世。

隶书到了清代，由于金石考据之风日炽，加之出土的金石碑铭渐多，书法界形成了承古而革新的热潮，书家在摹汉碑承古法的基础上，大胆创新，使隶书的面目为之一新。金农、邓石如、伊秉绶、何绍基、赵之谦等人的隶书，古拙而富新意，具有鲜明的特点，成为自汉代以来，隶书发展的又一高峰，树立了新的里程碑。

清代隶书的复兴，对近代、现代隶书的发展产生了深远的影响。现代隶书书家亦在承汉学清的基础上，探索更加绚丽多姿的新面目，将使隶书又开辟新的天地。隶书这一古老的艺术，必将以崭新的面貌展现在人们的面前。

（二）隶书的特点及其代表作

中国书法经过了象形到意象的演变过程。东汉是隶书由象形过渡到意象的重要时期，它上继周秦，下开晋唐，对我国书法的发展起了继往开来的重要作用。汉代由于封建统治者的大力提倡，及随着经济文化发展的需要日益普及，大大推进了隶书的发展。其笔法日臻成熟，书家如云，流派纷呈，风格各异，隶书书法大放异彩。特别是到了东汉，由于书写工具进一步改善和蔡伦造纸术的发明，为书法的普及和发展提供了更加良好的条件，因而使书法艺术能得以长足的发展。加之树碑之风盛行，碑碣云起，更把隶书推向了形体娴熟、流派纷呈的繁荣时期。



图1-5 汉《五凤二年刻石》

刻石文字在现存汉代书法中为较早的一种，著名的有《群臣上寿石》、《霍去病墓石刻字》、《五凤刻石》、《莱子侯刻石》等。刻石文字数量不多，碑形较小，书写草率。如《鲁孝王刻石》（图1-5）亦称《五凤刻石》，从字形看，已经为较为成熟的隶书，就两个“年”字的书写，与篆书不同，就用笔的长拖，在端庄、规矩的篆法中也没有见到，为《石门颂》“命”字的夸张笔画开了先河。

隶书的定型和成熟，使我国的象形文字摆脱了象形痕迹，而进入了由点画组成的方块字，使之更抽象符号化，把象形文字所需的曲弧线条变成了统一规整而较直的点画波磔，字形

由长方形而变为取横势的扁方形，笔势也由篆书的向内收敛而变为向外开张。

近代大量出土的竹木简，更为我们提供了隶书发展演变的佐证。郝家坪战国墓出土的木牍，使我们知道在秦以前就已使用隶书，秦代程邈只是加以搜集、整理、简化和统一罢了。隶书的出现，使汉字由象形而发展为意符文字，奠定了汉字的笔画和结体基础。由于其笔法简便，结体新颖优美，因而为人们所接受、使用，并得到了飞速的发展，日臻完美，成为人们所喜爱的书写体式。至今仍为人们所喜爱和沿用，仍具有实用价值和强大的艺术生命力。在汉字书写发展史上留下了光辉灿烂的一页，是中华民族智慧的结晶。

汉代是书学发展史上的黄金时代，隶书成为官用及通行书体，得到了迅速的发展，同时逐渐趋于完美，具有很高的审美价值，并为我们留下了众多的瑰宝。尤以汉碑为代表，其中《礼器碑》（图1-7）、《曹全碑》、《史晨碑》、《张迁碑》、《石门颂》（图1-6）等最为著名，为汉隶之精品。



图1-6 《石门颂》

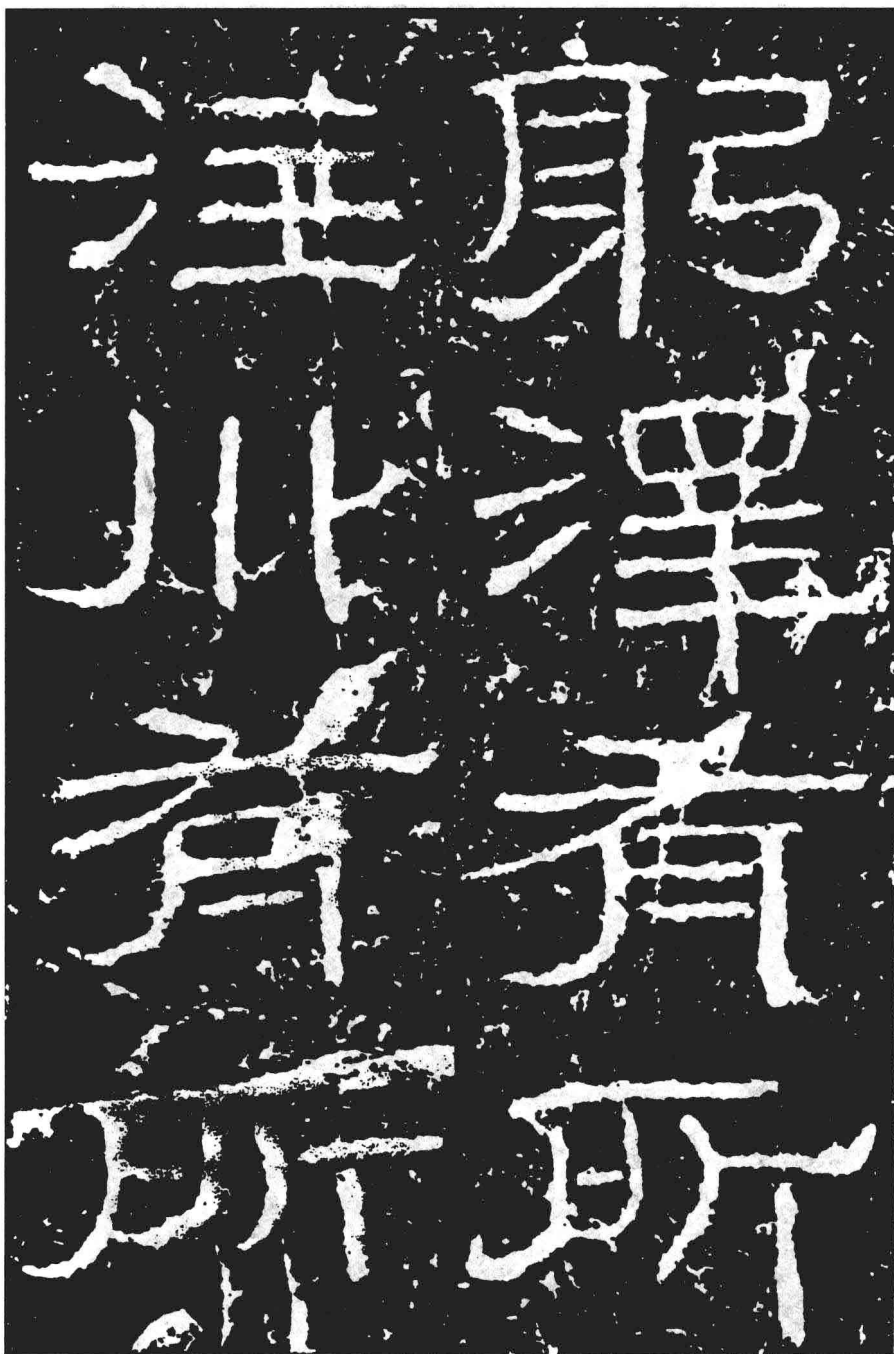


图1-7 《礼器碑》

（三）历代隶书代表作

从战国到唐代时期的隶书

汉武帝时期，汉字完成了隶变的过程，定型后的隶书出现了蚕头燕尾，方折波磔的笔画，体势由纵势长方变为正方及扁方。时至东汉，隶书已成为法度森严的官定书体，这就是通常所指的汉隶，又称“八分”。



《石门颂》（佚名）

全称《司隶校尉杨孟文颂》，亦称《杨孟文颂》，东汉隶书摩崖石刻。建和二年（148）刻于褒斜道（今属陕西）石门崖壁上。额字为《故司隶校尉犍为杨君颂》。（图1-8）

此作隶法瘦劲恣肆，洒落自然；雄健舒和，开张峻爽，富于变化，趣味盎然。

笔起处含蓄蕴藉，游走间运势道缓，优游自在，收尾处与起笔时相辉映，圆劲流畅，庄重敦厚，素有“隶中草书”之称。

图1-8 《石门颂》局部

《乙瑛碑》（佚名）

全称《汉鲁相乙瑛奏置孔庙百石卒史碑》。亦称《孔和碑》。东汉永兴元年（153）刻。碑在山东曲阜孔庙。（图 1-9）

此碑为东汉极成熟的隶书代表作品之一。笔画肥瘦匀适，规矩而极有法度，意态爽秀，结体端庄、俊俏，如冠裳佩玉，令人起敬。

世人多爱此碑，然此碑亦有不足之处：过于袅娜纤巧，伤于靡丽甜美，所以欲临习者，应取其精髓而去其俗陋，方能得其真谛。



图1-9 《乙瑛碑》局部

《礼器碑》(佚名)

全称《鲁相韩敕造孔庙礼器碑》。东汉隶书碑刻。《天下碑录》称其为《鲁相韩敕复颜氏繇发碑》。(图1-10)

无额,有碑阴侧题名。东汉恒帝永寿二年(156)立于鲁县(今山东曲阜)孔庙。字共十六行,满行三十六字。

《分隶偶存》云:“字超处极丰,而笔画颇细,与《乙瑛碑》迥殊。”此碑四面环刻,全碑书法细劲雄健,端庄典雅,兼厚重流丽之美。其中,碑阴侧书法尤为恣肆奇崛。此碑总体表现出瘦劲有力、富于变化的特点。



图1-10 《礼器碑》局部

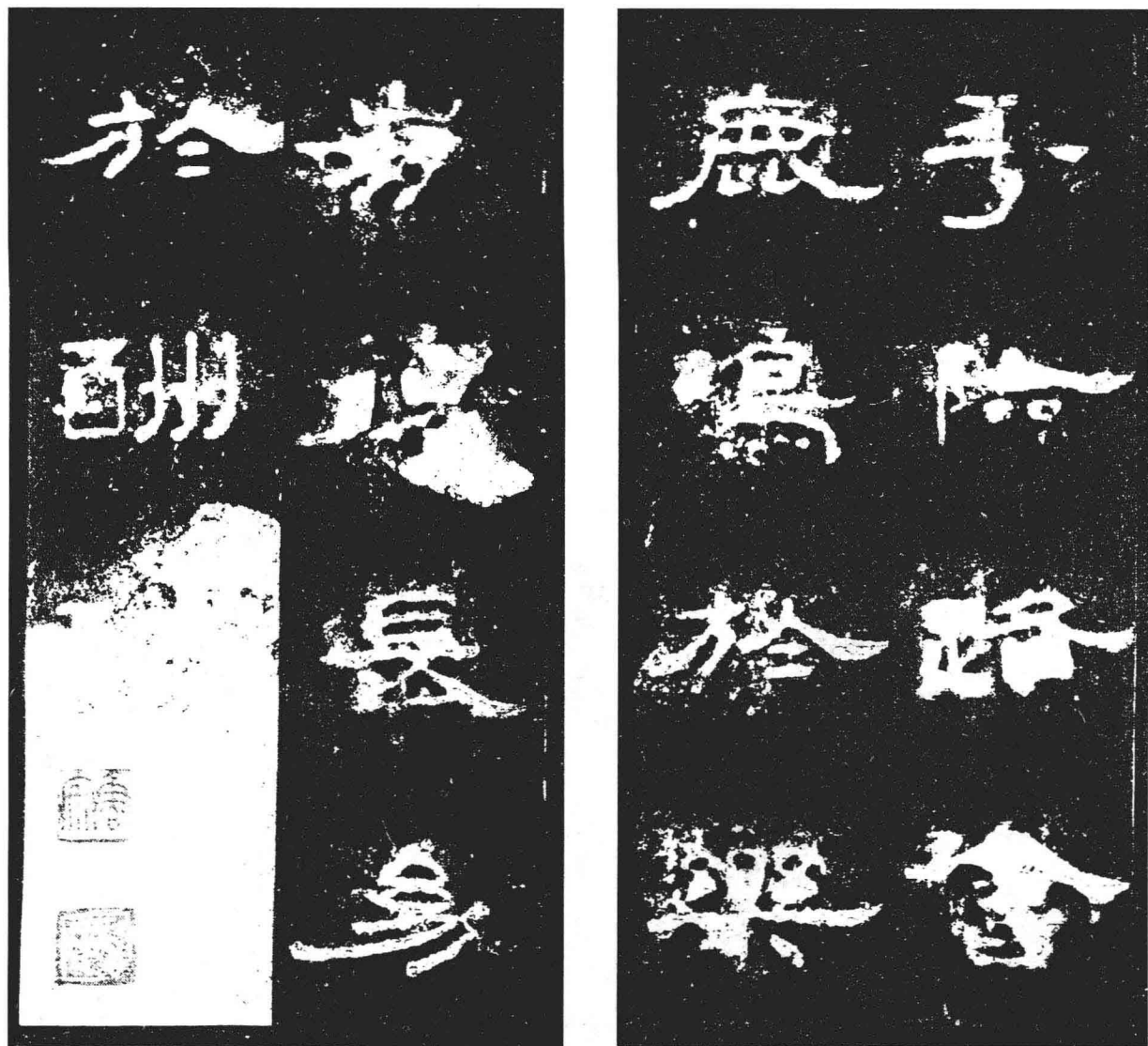


图1-11 《孔宙碑》局部

《孔宙碑》

《孔宙碑》，东汉隶书，全称《汉泰山都尉孔宙碑》。汉桓帝延熹七年（164）七月立。在山东曲阜孔庙同文门东。共十五行，每行二十八字。（图1-11）

碑主孔宙，字季将，孔融之父，孔彪之兄，孔子第十九代孙。曾任郎中、都昌长、元城令、泰山都尉。卒年六十一岁，死后门生故吏刻碑颂其功德。

《孔宙碑》书法典雅秀美，潇洒飞动，介于《曹全碑》与《石门颂》之间。

清杨守敬说：“波磔并出，八分正宗，无一字不飞动，仍无一字不规矩，视《杨孟文颂》之开阖动宕，不拘于格者又不同矣。然皆各极其妙，未易轩轻也。”

清朱彝尊说：“《孔宙碑》属流丽一派，书法纵逸飞动，神趣高妙。”

《鲜于璜碑》

《鲜于璜碑》，东汉隶书，全称《汉雁门太守鲜于璜碑》。汉桓帝延熹八年（165）刻。一九七三年五月天津武清县高村乡兰城村出土，现存天津历史博物馆。因出土晚，保存完整，未见著录。

碑阳共十六行，每行三十五字。碑阴共十二行，每行二十五字，两面共八百二十七字。

书法宽厚丰满，用笔方折强健，结体严整而有变化，与《张迁碑》相近，而失之奇古。（图1-12）

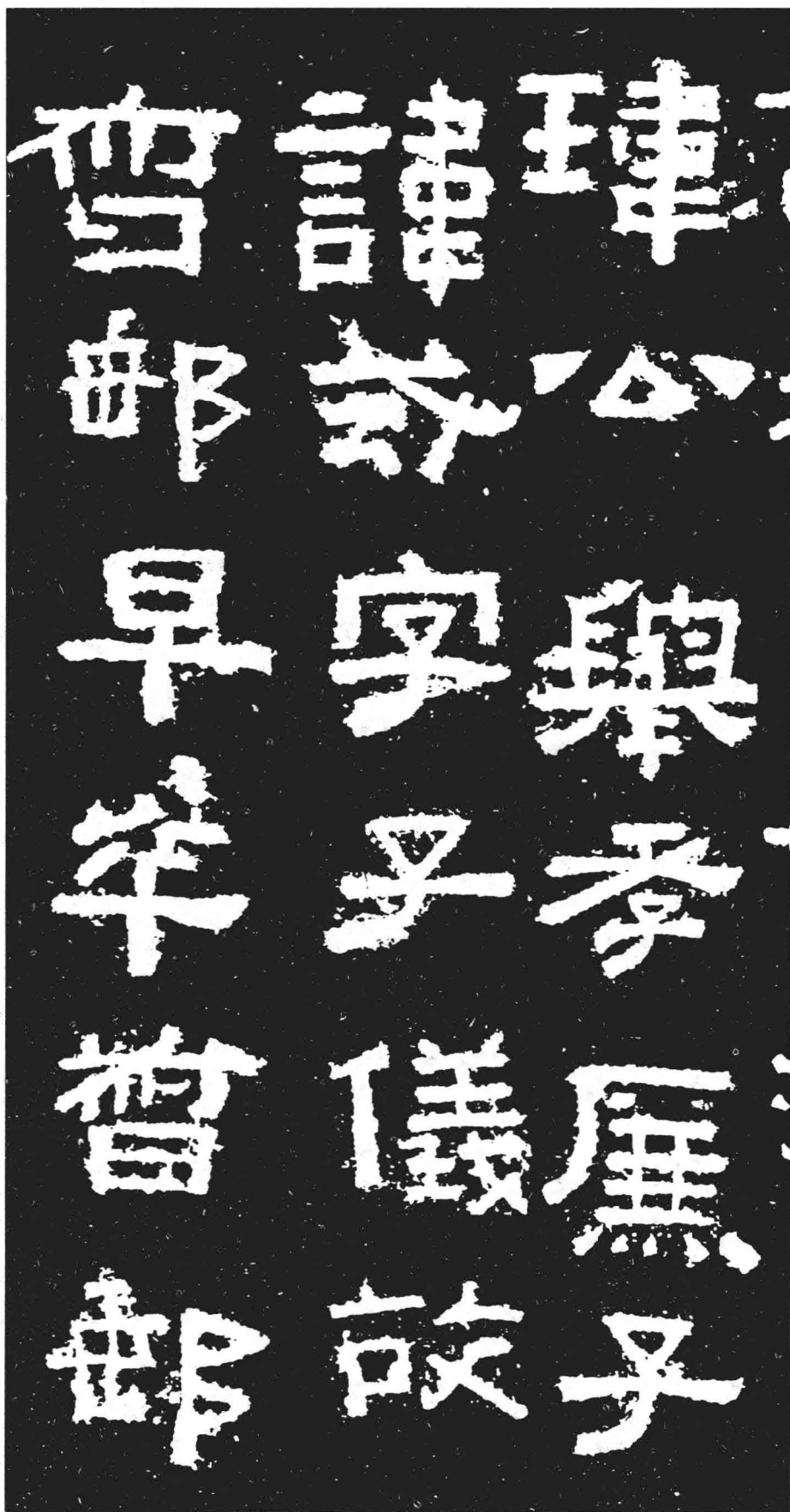


图1-12

《鲜于璜碑》局部