

书法技法指导学教程

怀仁《集王羲之圣教序》

◎主编 庆旭

庆旭 编著

经典碑帖 深度解析 渐学渐进

其

其

其

书法技法导学教程·行

怀仁《集王羲之圣教序》

庆旭 编著

古吴轩出版社

图书在版编目(CIP)数据

行·怀仁《集王羲之圣教序》/庆旭编著. —苏州:古
吴轩出版社, 2005.8

书法技法导学教程

ISBN 7-80574-976-0

I. 行… II. 庆… III. 行书—书法—教材

IV. J292.113.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第100194号

策划设计:周晨

责任编辑:陆月星

见习编辑:王达

责任校对:倪浩文

责任印制:何洁

书 名:行·怀仁《集王羲之圣教序》

作 者:庆旭

出版发行:古吴轩出版社

地址:苏州市十梓街458号 邮编:215006

Http:www.szrbs.net/gwx

E-mail:gwxchs@126.com

电话:0512-65232286 传真:0512-65220750

印 刷:苏州恒久印务有限公司

开 本:889×1194 1/16

印 张:50

印 数:0001-3000册

版 次:2005年8月第1版 第1次印刷

书 号:ISBN 7-80574-976-0/J·641

定 价:144.00元(全八册) 本 册:18.00元

如有印装质量问题,请与出版社联系。

主 编：庆 旭

编 委：王春霞 潘建中

程雄德 周 岳

沈南强 王红梅



■ 前 言 ■

王继安

教材的编写确是难事,不然各种教材就不会不断地审定,不断地修改,以求达到最佳的教学效果。书法教材的编写也是如此。不过由于书法学习的特殊性,编写过程中又有其特别的难处,其难大体有三:

其一,编写的目的性。即准备培养什么样的人才,是实用型的写手,还是书法艺术家。以往的书写教材大都是以培养写手为主要目的的。历史上留下了众多的这类教材,也积累了不少理论和经验,而过去的艺术学习大都是在实用的夹缝中生存。在计算机高度发展的今天,实用性的教育已经渐渐地退居于次要位置,而艺术教育的比重将会不断地扩大,这也是历史的必然。从现在社会上存在的大量书法教材中,已可明显地看出这种发展趋势。

其二,编写体例的科学性。受教学目的的影响,每本教材的体系都是在目的的直接支配下生成的。优秀书法教材的编写应符合艺术的接收规律,而不是实用性的简单训练。艺术训练的方式也应符合艺术的接收规律。教学内容的安排,教学流程的设计,更符合艺术的接收心理学和教育学的有关原则。

其三,编写的贴切性。所谓编写的贴切性,即是编写者应是品尝过“梨子滋味”的创作能手。他们知道艺术学习和艺术创作的甘苦;知道书写中哪些是实用的因素,哪些是艺术的因素,如何联系,如何剥离;也能够教学中一针见血的以最简洁的方式方法讲出学习书法艺术最便捷的路途。

基于以上三点,学习者在选择教材时就不至于迷失方向了。

我想,这套教材丛书充分印证了以上三个特点。首先,丛书的编者都是书法专业毕业的本科生或研究生,受过系统而严谨的艺术专业训练,有一定的书写和创作经验。在他们的学习过程中,自己走过了学习艺术的道路。其次,他们大都出自师范院校,对艺术教育心理学有一定的了解和认识,且毕业后大部分从事着基础的书法教学。多年来,在实践中积累了丰富的基础教学经验。

我认为,这套教材将会在书法专业教育不断兴盛的今天起到良好的社会效果。当然,任何教材的问世都要接受社会使用者的检验,使之不断地完善,这是教材编写的普遍规律。我们相信,这套教材将会像其他优秀的教材一样,逐步为广大的艺术学习者所认可,所接受。

2005年4月 于金陵随园

(作者系南京师范大学美术学院书法系主任、教授)

目 录

王羲之及《圣教序》	001
笔画篇	003
偏旁篇	028
结构篇	083
《圣教序》原帖选粹与临摹	087
创作	088
王羲之其他行书名作	089

■ 王羲之及《圣教序》■

王羲之(307-365),字逸少,琅琊(今山东临沂)人,官至右军将军、会稽内史,世称“王右军”。他是中国书法发展史上—位划时代的人物,其功莫大,被后人尊为“书圣”。

王氏家族是两晋时期很有声望的名门贵族。据《新唐书》卷七十二《宰相世系表》称,王氏出自姬姓,西汉时王吉—支迁徙临沂,自两晋至李唐,绵延数百年,无论是清谈名士,抑或朝廷权要,还是艺林高手,琅琊王氏人物辈出,且皆出王吉—支。

王羲之乃王吉十世孙,祖王正,尚书郎;父王旷,西晋末为丹阳太守,东晋时任淮南太守;伯父王导乃晋室丞相。有这样的社会条件和魏晋时期独特的推崇书艺的时代环境,王羲之日后书法过人,冥冥之中似可预见。

据王羲之本人《题卫夫人〈笔阵图〉后》所云:“羲之少学卫夫人,将谓大能。及渡江北游名山,比见李斯、曹喜等书;又之许下,见钟繇、梁鹄书;又之洛下,见蔡邕石经三体书;又于从兄处见张昶《华岳碑》,始知学卫夫人书,徒费年月耳。羲之遂改本师,仍于众碑学习焉,遂成书耳。”从这段文字里我们可以得知王羲之的书法师承的前后转变,即“专学”和“博学”。少时学卫夫人,而卫夫人亦家学自有,能传钟繇之法,其书“如插花舞女,低昂美容”。王羲之早期书法很自然地笼罩蒙师秀丽飘逸的风格就在所难免,“羲之俗书趁姿媚”(韩愈)。

中岁以后,王羲之广游山川,博览名作,眼界顿开,于是开始不满老师的秀媚书风,遂改学篆隶,经千锤百炼,终于形成朴茂书风。王羲之的高妙在“遂改本师,仍于众碑学习焉”。但学习方法上的思考和探索更是高妙中的高妙。“剖析张公之草,而浓纤折衷,乃愧其精熟;损益鍾君之隶,虽运用增华,而古雅不逮,至研精体势,则无所不工”(张怀瓘《书断》),这就是王羲之学习钟繇、张芝的方法。因为这种敢于创新的艺术观念的支撑,使其在晚年阶段最终完成从略带隶意的质朴书风到妍美流变的新体转变,奠定了他在中国书法艺术史上的地位。

现代书法教育实践证明,没有书法理论的进入,是不全面的书法教育,也是不科学的书法教育。因为不管是前期引导,还是后期总结,二者与书法教育过程的实效性都有极其重要的相关连接。

汉魏时期书法艺术刚刚自觉,却已经形成了多种性格鲜明的理论体系,王羲之书法理论是其中重要的一支。突出表现在,其一,对书法艺术中辩证法的表达。王羲之书法非常善于把各种对立的矛盾和谐统一于—幅作品中,变化莫测的《兰亭序》及大量精妙绝伦的尺牍作品足可证明。不论从点画的形态塑造,笔势的呼应连带,力度的刚柔相济,还是空间关系的虚实创设,行气处理的连断疾涩等等,无一不具“神来之笔”的美感。其二,对书法创作的“心意说”的高扬。王羲之提倡“意在笔先”的创作原则,亦是当今众多艺术门类进行创作的一个非常重要的法则。在书法里即“预想字形大小、偃仰、平直、振动,令筋脉相连”。很能给初学创作的人以启发。

作为“天师道”世家之子的王羲之不能不受“道家”的“无为”、“自然”等哲学思想的浸染,特别是定居会稽山阴之后,永和七年(351),有一个较大的变化。以永和十一年(355)为界,前四年过着官宦的生活,后五年是州民的生活,至升平五年(361)。

政治角色的改变,带来的是心态的改变,因为再也不必为各种政治纠葛而耗费神思,从而真正成为“自己理想生活的享受者。”《兰亭序》就诞生在此时(永和九年),心态的改变带来艺术观的改变,所以从王羲之的名帖中我们时常可见“物我两忘”、“天人合一”、“纯真自然”的境界。



正是因为王羲之书法无人企及的高妙境界，所以尽管时光荏苒，千年之后的今天依然放射出夺目的光彩，洒落在虔诚的后学者的心间。

王羲之在楷书、行书、草书等方面均有创造性贡献，行书方面多为“书札”，著名的有《快雪时晴帖》、《丧乱帖》、《孔侍中帖》、《平安三帖》、《行穰帖》、《初月帖》、《得示帖》、《二谢帖》等。最能代表王羲之行书风格的当推有“天下第一行书”美誉的《兰亭序》，但《兰亭序》因其技法过于精熟、复杂、完美，所以并不适宜初学，在由楷入行的过程中取法《圣教序》是不错的选择。

《圣教序》的全称是《大唐三藏圣教序》，它是唐太宗李世民为表彰玄奘法师远涉西域，求取大乘佛法，翻译“三藏”（经、律、论）要籍而作的序言。它由高宗李治撰记，弘福寺沙门怀仁集王羲之书，前后经历二十四年才最终完成，字数一千九百零三个，三十行。据章士钊《柳文指要》所说，怀仁集《圣教序》碑来源于近百种王帖，足见辛苦。

因唐太宗本人尤喜王羲之书法，认为王氏书法达到“尽善尽美”的地步，所以怀仁尽量选集王字中最为精华的字例。如果把《圣教序》中许多字与唐摹王羲之墨迹相比较，形神兼备，可见怀仁对原作的忠实，另一方面也体现了怀仁本身书法技艺的高超。

《圣教序》基本上保持了王羲之书法的风格。王羲之书法点画骨力劲健，断金切玉，干净明丽；用笔跌宕起伏，藏露有别，中侧并用；结构上欹正多变，随类赋形，各尽其态；章法上平淡自然，浑然天成，气韵生动；行气上流畅贯达，错落有致，曲折互用；意境平和简静，道丽天成。

《圣教序》因为是集字，其本身固有的局限性在表达王羲之书法特色的时候，虽然尽量精微，但一些细节处难免力不从心，不过从整体上面来说，《圣教序》还不失为一件优秀作品。

由于《圣教序》是集字，保留了王羲之的大量书迹，且尽量不重复，所以，就字求字，从学习行书的字形方面来看，它是我们学习的极好范本，而且风格并未偏离王氏风范。在临习的时候要深入思考，细致刻画，最终达到“心中有字”。正因为是集字作品，所以在通篇布局的处理上缺乏浑然一体的艺术感受，即“势”与“意”。所谓“势”与“意”，是指一幅作品中字与字，行与行之间的疏密有致、大小适宜、节奏和谐、上下承载、递相映带、浑然一体的艺术效果。为了纠正这个不足，我们也可以阶段性地临习王羲之整幅尺牍作品，以求完整。《圣教序》是镌刻碑版，虽制作精良，但毕竟无法和王羲之墨迹等量齐观，因为王字用笔精妙绝伦，运笔的细微之处非镌刻所能描绘，这就给后人的学习带来了困难。所以在临习的时候，可对照王羲之墨迹或学王有成就的一些大家作品，如孙过庭《书谱》、杨凝式《韭花帖》、李建中《土母帖》、薛绍彭《通泉帖》等。

笔画篇

笔画是构成书法的物质基础,因此熟练掌握基本笔画的写法是学好书法的第一步。在书法的静态态势如篆、隶、楷中,笔法形式的变化相对简单。

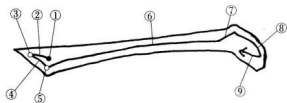
动态的行书,其点画是在楷书点画的基础上加以变化衍生而出。主要表现在两个方面:一是加强动势,点画的起始及收尾因为贯气的需要而顺带出相应的牵丝连带。二是减省点画,行书不像楷书严守“无往皆收,无垂不缩”的法则。因此行书的用笔既有楷书的沉静,又兼草书的流动,具有灵活多变的特点。但万变不离其宗,丰富的外形下面还是有规律可循的,只要抓住共性所在,科学训练,相信大家会很快入门的。

一 横画

1. 基本形(长横)



2. 运笔过程



- ① 定位
- ② 逆锋左上轻起笔
- ③ 笔锋略提
- ④ 右下迅速斜切
- ⑤ 腕部微按调锋右行
- ⑥ 逆势右行
- ⑦ 收笔处右上轻提(意念上有意即可)
- ⑧ 右下轻顿
- ⑨ 回锋疾收

3. 形变

① 短横



写法:逆势斜落笔,顺势右行,轻收。

② 左尖横



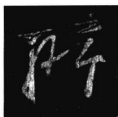
写法:尖锋入纸,顺势斜落笔,紧接右行,轻提,轻顿,疾收。

③ 启上横



写法：同长横，只是收尾时，稍作停顿后，笔锋上挑，有接写下笔的态势，与下笔或断或连，气息畅达。

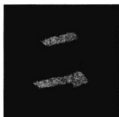
④ 启下横



写法：同长横，只是收尾时，稍作停顿后，出锋右下，有接写下笔的趨勢。

4. 练习题

第一个“一”字用笔如楷法，较厚重。第二个“一”字主要是首尾上的连带。“二”字势收，两横较短，第二个短横有启下之势。

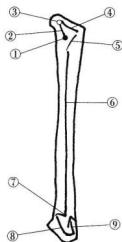


二 竖画

1. 基本形(垂露竖)



2. 运笔过程



- ① 定位
- ② 逆锋左上轻起笔
- ③ 笔锋略提
- ④ 右下迅速斜切
- ⑤ 腕部微按调锋左下
- ⑥ 逆势下行
- ⑦ 收笔处左上轻提
- ⑧ 右下轻顿
- ⑨ 回锋向上藏收

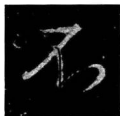
3.形变

① 悬针竖



写法：起笔行笔同垂露，准备收笔时，逐步顿挫，边行边提，出锋时迅速提笔空收。

② 启右竖



写法：同垂露，收笔处右下轻顿，转锋右上，迅速挑出，有接写下笔的态势，与下笔或断或连，气息畅达。

③ 启左竖



写法：同垂露，收笔处稍停，转锋左上，迅速挑出，有接写下笔的态势。

④ 露锋短竖



写法：尖锋入纸，顺势落笔向下力行，收笔时笔锋左上略提，轻顿，折锋向上藏锋收笔。

⑤ 藏锋短竖



写法：同垂露，只是形短。

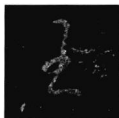
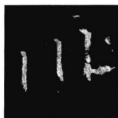
⑥ 点竖



写法：同露锋短竖，只是形体更小。

4. 练习题

“十”字笔画丰满，横画上鼓，笔意含蓄。“川”字三竖挺拔，阶梯状分布。“王”字形窄，尖锋切入。

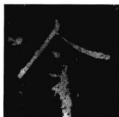


前两个“上”字的差异主要表现在线条的曲直上。“耳”字气势开阔，形长，用笔大胆，收放自如。

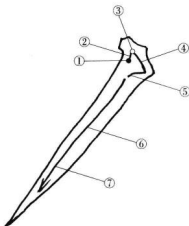


三 撇画

1. 基本形(直撇)



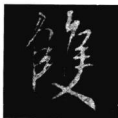
2. 运笔过程



- ① 定位
- ② 逆锋左上轻起笔
- ③ 笔锋略提
- ④ 右下迅速斜切
- ⑤ 腕部微按调锋左下
- ⑥ 逆势左下力行
- ⑦ 收笔处渐提迅速出锋空收

3. 形变

① 短撇



写法：同直撇，形短。

② 平撇



写法：同直撇，势平。

③ 弧撇



写法：同直撇，中间行笔稍作弧势，出锋力送末端，笔势舒展。

④ 竖撇



写法：同弧撇，竖势较足。

⑤ 回锋撇



写法：同弧撇，收笔时笔锋左下轻蹲，稍驻后左上方回收。

⑥ 挑钩撇



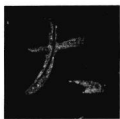
写法：同回锋撇，收笔时稍停，左上方出一个小钩。

⑦ 兰叶撇



写法：同弧撇，中间粗，两端稍细。

⑧ 曲头撇



写法：同弧撇，起笔时，右下顿势较足，
再接写撇画。

4. 练习题

第一个“千”字竖偏右。
第二个“千”字形端正。“左”
字横画收笔上挑，首两画笔画
细挺，“工”线条厚重。



两个“在”字略同。第二
个“在”形同楷书，注意“土”
字线条方切的意味较浓。
“卉”字三个竖向笔画注意长
短、形态的变化。

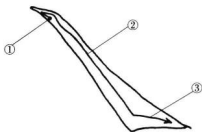


四 捺画

1. 基本形（弧捺）



2. 运笔过程



- ① 定位，轻入纸
- ② 右下行笔，边行边按
- ③ 出锋收笔，要爽利

3. 形变

① 平捺



写法：同弧捺，势平。

② 回锋弧捺



写法：同弧捺，收笔时回锋。

③ 回锋平捺



写法：同平捺，收笔时回锋。

④ 反捺



写法：态势往右上鼓，边行边按，收笔时从笔画下边缘出锋。

⑤ 启下反捺



写法：同反捺，收笔时可转可折，带出锋芒，呼应下笔。

⑥ 点捺



写法：出锋收笔时，笔势下垂；回锋收笔时，笔势收缩。

4. 练习题

“人”、“夫”二字线条较细，用笔如楷。“天”字线形饱满，三个字的撇捺都是出锋收笔。



两个“文”字用出锋平捺，注意撇捺之间的连带。“天”字两横收笔较方，捺用回锋弧捺。



“文”字点横相连，撇捺相连，捺用回锋弧捺。“大”、“本”二字用启下反捺。



前“奉”字形较大，启下反捺。后“奉”字似楷书。“大”字用点捺，用笔沉稳，斜势，斜中求正，富有动感。



五 点捺

1. 基本形(侧点)



2. 运笔过程



- ① 定位
- ② 尖锋入纸, 顺势落笔
- ③ 借势迅速右下按笔, 笔毫铺开
- ④ 回锋收笔

3. 形变

① 长点



写法：同侧点，只是形长。

② 垂点



写法：尖锋入纸后向左下铺毫，收笔时向左轻提，轻顿，然后向上回收。

③ 启下点



写法：起笔行笔同侧点，收笔前稍顿即转，提笔出锋，意连下笔。

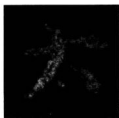
④ 启上点



写法：尖锋入纸后，向左下铺毫，稍顿即转，提笔右上出锋，呼应下笔。

4. 练习题

两个“太”字首先注意字形变化。在线形上，除点画略同外，其余大异。“至”字要注意上面部位的线条走向，字势开阔，线条收放自如。



“土”字注意线条的曲直变化，以及点画之间的连带。“立”字形体狭长点画走势流畅有动感。



“年”字笔画断多连少。“交”、“失”二字注意掠画的变化，取势欹侧。

