

qingshaonian
xingqu techang
peixun congshu

青少年
兴趣特长
培训丛书



毛笔书法

下

MAOBISHUFA

浙江少年儿童出版社

書

目勝之矣
不次丁之義
之有子

記
家
素

記
觀
古



青少年
兴趣特长
培训丛书

毛笔书法



主编：杭州青少年活动中心
编著：季琳

下

浙江少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

毛笔书法. 下/杭州青少年活动中心主编; 季琳编
著. — 杭州: 浙江少年儿童出版社, 2002. 3
(青少年兴趣特长培训丛书)
ISBN 7-5342-2537-X

I. 毛… II. ①杭…②季… III. 毛笔字-书法-青
少年读物 IV. J292.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 013065 号

责任编辑: 高 蕾

美术编辑: 陈 敏

封面设计: 刘 炜

责任出版: 林百乐

毛笔书法 (下)

浙江少年儿童出版社出版发行 富阳美术印刷有限公司印刷

全国各地新华书店经销

2002 年 3 月第 1 版 2002 年 3 月第 1 次印刷

开本 787×1092 1/16 印张 8 印数 1—7350

ISBN 7—5342 2537—X /G · 1394 定价: 10.35 元

写在前面的话

深化教育改革,全面推进素质教育任务的提出,标志着我国教育改革与发展进入了一个新的阶段。在新的形势下,青少年校外教育肩负着比以往更为重要的任务,同时也面临着前所未有的挑战和发展机遇。更好地发挥少年儿童校外教育在实施素质教育中的作用,是少年儿童教育面临的研究课题。

多年来,杭州青少年活动中心作为全国校有影响的校外教育机构,始终坚持教育为本、学生为本的原则,大胆实践,在工作中求改革,求创新,求发展,取得了令人瞩目的成绩。自1999年第三次校外教育专业委员会会员代表大会确定了“参谋、倡导、示范”的工作方针以来,他们充分发挥自身特长,在校外教育理论研究上有了长足的进步。《青少年兴趣特长培训丛书》就是他们几十年校外教育教学经验和科研成果的结晶,它凝聚了该中心教职工的智慧。这套丛书以提高青少年艺术、科学素养为目的,以兴趣启蒙为起点,在兴趣特长培训内容、结构、实施和评价等诸方面进行了研究,体现根据青少年兴趣特长进行培训的趣味性、情景性、活动性和个性化特点。

丛书涉及文学、艺术、科技、体育等专业的教育教学,是该中心一线教师直接参与研究、自己动手编撰的。他们以教育者的眼光审视自己从事多年的具体工作,将多年的工作实践进行理论归纳,从教育学的角度深入研究,用现代教育理念去衡量每一项具体工作的实施。所以从一定角度说,他们已经迈出了向学者型、研究性校外教育者发展的第一步。这套教材所选定的内容正是现在广大青少年关注的热点,具有一定的普及性。教材的编写方式更是注重了实用性和可操作性。因此,它是老师,也是朋友,更值得我们向全国的青少年朋友推荐。我们相信,在全社会的关心支持和共同努力下,在已经有一个良好开端的新世纪,以杭州青少年活动中心教职工为代表的广大校外教育工作者,今后的脚步一定会更加稳健,更加有力。

少年儿童校外教育专业委员会秘书处

芝麻开门

(代序)

金娟娟

我们一直崇尚着这样的教育：在必须接受越来越多的人类文明成果的同时，还有一片自主的空间，像原野上的草木汲取雨露那样地学习艺术、学习科学——姿态是自然的，神情是专注的，心情是怡畅的。

中国的校外教育，因其背负的历史使命和所处的特殊地位，始终是这片原野丰草的滋生地，一拨又一拨的孩子走进来，选择自己的喜爱，其乐陶陶。

这本来是一种以儿童为本的教育，说大了就是以人为本的教育，无论在哪个历史时期，它都不容忽视地存在着。而现在呢，素质教育风起云涌，大旗林立，我们被全民皆要艺术、全民皆要科学的趋势鼓舞着，看着一潮又一潮的孩子拥向青少年宫，时不我待地去接受艺术与科学的洗礼，接受兴趣与特长的启蒙，看着为人父母者顶暑冒寒为孩子去排队报名，你不会不为之油然而生几许感慨，同时也倍长了许多压力。我们意识到，如果不把我们这么多年的创造和积累整理出来，我们将无法满足社会的需求。因为教育不仅仅是自由的，还必然带有社会赋子的责任，教育应覆盖于广大的求学者。

于是，我们在新世纪的开年，组织了杭州青少年活动中心的一批富有教学经验的教师编写了这套《青少年兴趣特长培训丛书》。这是校外教育工作者的智慧结晶，是校外教育的成果展现，但对于我们而言，这并不重要，重要的是一剂良药可以被现代工艺大规模生产，从而使更多的人受益，这不可不谓功德。

每个孩子都会幻想得到一把打开知识大门的金钥匙，每个老师都希望拥有真实意义的教育良方。站在世纪的门槛上，我们借这套丛书的出版一起呼喊：芝麻，开门吧！

第一章	行书的特点及书写要领·····	1
第二章	书家介绍·····	4
第三章	行书笔法及结构解析·····	9
第四章	原帖选登·····	57
第五章	集字创作欣赏·····	70
第六章	篆书的书写要领·····	87
第七章	原碑选登·····	106
第八章	集字联句欣赏·····	116
后记	·····	122



第一章 行书的特点及书写要领

行书，也称“押书”或“稿书”，是五大书体较后兴起的一种书体。然而创书以来，历代写行书的人最多，而精于行书的大家也最多。特别是确立了钟繇、王羲之的重要地位之后，行书显示出了更加旺盛的生命力，流派纷呈，各显风姿。富有才华的书家们，把篆书的笔意、隶书的情趣、草书的气势，巧妙地融合进来，使行书的艺术性更趋隽秀完美。同所有事物的发展规律一样，书法也经历了从简陋到繁复，再到精巧的演变过程。从一定意义上说，东汉以来书法史的发展，是以行书普及发展为主流的。

从行书的实用价值来说，它也高于楷书和草书。因为楷书过于严谨工整，笔笔分开，在书写速度上不能争取时间，加之往昔楷书多用在碑刻榜书，或缮写公函文卷上，所以有其局限性；对于草书，书写者固然可以抒发才情，达到淋漓尽致境界，但毕竟是难学、难写和难认的，限制了更多的人与它接近。而行书，则是介于楷书与草书之间的书体。行书，又有行楷和行草之分。行楷结字近于楷，比楷书简捷流畅，宜作伸缩，成书方便；行草结体近于草，比草规则收敛，点画连绵又可独立，不像草书难以辨认。历史表明，行书延续一千多年，至今盛行不衰，既富于实用价值，又具有观赏特点。

由于行书深得历代书家和人民群众的普遍喜爱，因此出现了许多以行书闻名的大书家。除王羲之父子妙变其体，开创行楷世代宗法之外，到唐代则有虞世南、欧阳询、褚遂良、李邕、颜真卿、柳公权，五代时有杨凝式，宋代时有苏轼、黄庭坚、米芾、蔡襄，元明有赵孟頫、鲜于枢、文徵明、董其昌，清代有王铎、郑燮、刘墉、邓石如、何绍基等人，他们均能自成一家，为我们留下了珍贵丰厚的法帖。其中供作者借鉴最广者，当推王羲之的《兰亭序》《圣教序》，王献之的《中秋帖》，李邕的《云麾将军》《麓山寺》，颜真卿的《争座位》《祭侄稿》，杨凝式的《韭花帖》，苏轼的《寒食诗》《赤壁赋》，黄庭坚的《松风阁》，米芾的《蜀素帖》《苕溪诗》，赵孟頫的《洛神赋》及董其昌、何绍基的字帖等。

行书最突出的特点是，既具有楷书点画和体势的形态，又含有草书省略与使转的笔调；点画可多可少，结构随意而为。因此，在运笔过程中，既要体现灵动性，又须把握分寸感。

(1) 要有楷书基础。行书和楷书的关系非常密切，楷书的点画形态最为规则，用笔方法比较齐备，因此楷书是练好行书的基础。依靠楷书的间架、落笔、行笔和收笔的功底，有助于掌握行书的运笔和结体的规律。所以，学习书法的一般次序是，先学楷书，后学行草；先学中、大字，后学写小字；先学专一书体，后取众家之长。

(2) 掌握书写速度。楷书都是独立的点画，一笔是一笔，每笔均有起和收，书写速度比较慢，且均衡匀称，节奏变化少。但行书的运笔速度要适当加快，基本上边构思边挥洒，锋毫提按频率增多，线条粗细也很明显，像似“闲庭信步”，又如“行云流水”，所以起伏感、节奏感相应加强。这是行书的又一特点，也显示了书写者的基本功。

(3) 熟练偏旁部首。不论行书结体如何变化多姿，然而它的偏旁、部首、字底、外框的写法，还是有一定规律的，熟悉了它的规律，也就相应学会了书写规矩。例如“三点水”、“四点底”、“言字旁”、“立人旁”、“宝盖头”、“皿字底”等等，既有习惯的几种写法，也有相对固定的程式。对此，经过较长时间的学习，熟练地掌握并运用它们，是很有裨益的。

(4) 巧施同字变换。在一幅书法作品中，对重复使用的字，宜于改变形态，使其新奇生动，一字中的点画，也忌讳数道平行，应避免雷同。王羲之在《兰亭序》中，令二十个“之”字都各有面目，成为古今美谈。同样，对一种偏旁多次出现，也须要更换写法。

(5) 力求欹正多姿。以欹侧间隔平正，是行书章法设置的一个重要手段。行书就要突破楷书结构横平竖直、四平八稳的格局，要有静有动，如立似行；而在高矮、方圆、大小的混合字体行列中，左右欹侧，歪歪斜斜，曲中求直，力求达到“既知平正，务追险绝；既能险绝，复归平正”的奇妙境地，使人观赏之后，有种复式曲波感和优化组织感，当为成功的佳作。

书法小常识

书写格式

书法在长期实践中逐渐形成了多种传统的书写格式，积累了许多艺术上的书写分布方法。通常有条幅、中堂、对联、屏风、横披、长卷、题画、扇面等。对于格式的选择，应由书写目的和用途而定。为了交流展览、大厅悬挂，当以条幅、中堂、对联、屏风比较适宜，雍容大度，豪迈气派；若是赠送亲友或家庭摆设，则以横披、扇面、小中堂较为方便，小巧玲珑，恬淡闲雅。

条幅，也称立轴，是一种长条形的单幅。单幅内容大都选取一首律诗，把四尺或五尺宣纸直式对开书写，以中等大小的字体为宜。

中堂，也叫全轴。通常使用三、四、五尺整张宣纸书写，书写长诗或短文的内容，或者只写几个大字，表示祥瑞的意思。

屏风，是摆设在大厅中央的装饰物，由多幅隔扇联结而成，适宜书写专门撰文，或每一隔扇上配一首诗，使用条幅的纸料应符合规格。

对联，又称楹联。以整张纸对开使用，右为上联，左为下联，内容文辞工整对仗，左右字数均衡，书体端庄朴实。

横披，也称横幅。将条幅纸料横式书写，内容可长可短，字数可多可少。此外，横幅中还有另一种形式，称匾额，主要用来写斋馆名号或为古迹胜地题名等。

长卷，也叫手卷。是横幅长度的数倍，按内容需要而延伸，既可用纸料，也可用绢帛。

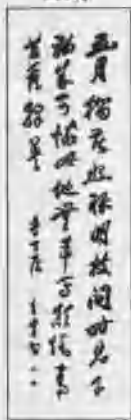
扇面，有团扇和折扇之分。由于扇面为不等边形，书写时应根据扇状设计创作，精心布局。



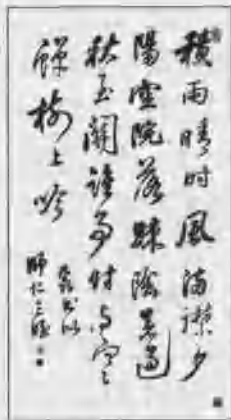
团扇



折扇



条幅



中堂

第二章 书家介绍

1. 王羲之的书法艺术简介

王羲之(303-361),字逸少,杰出的大书法家、书法革新家。琅琊临沂(今属山东)人,后徙居会稽山阴(今浙江绍兴)。王羲之出身于豪门大族和书香之家,祖辈以来皆参与朝廷大计,也都雅好翰墨。王羲之官至右军将军、会稽内史,世称“王右军”。

王羲之从小就跟叔父王廙(yì)学习书法,后来师从卫铄夫人。对此《笔势传》中有段描述:羲之学书三年,日进十二功,卫夫人见到太常王策说“此小儿必见用笔诀,近顷观其书,便智若老成”;因之流涕表示“此子必蔽吾书名”。在《题卫夫人<笔阵图>后》中,王羲之自述说:“予少学卫夫人书,将谓大能,及渡江北游名山,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;又于从兄洽处,见张昶《华岳碑》,始知学卫夫人书,徒费年月耳。”因此,改变初学,博采前代名家众长,精研笔法体势;草书多取法张芝,真书得力于钟繇,增损古法,裁成新意,一变汉魏朴质书风,始创遒媚流便的今体。换句话说,就是承继张草,改进了钟楷,开拓了行书的崭新面貌,这三条是王羲之在书法领域中最突出的贡献。

王羲之的书品,以《兰亭序》为佳,称天下行书第一。因此后人有《兰亭记》《兰亭考》《兰亭续考》等作问世。《兰亭序》的原本,被李世民得到后,认为堪称王书之冠,便命人临摹了一些副本,真迹为其陪葬昭陵。临摹的副本,在赵模、韩道政、诸葛贞、冯承素四人中,以冯承素的钩摹最接近原作。全篇凡二十八行三百二十四字,写来从容不迫,气韵生动,雄秀兼蓄,文情并茂;达到了心手合一的高度境界。除摹本外,唐初的虞、欧、褚、薛、陆等书法大家,也都有临本传世。南唐张洎对此评论道:“善法书者,各得右军之一体,若虞世南得其美韵,而失去俊迈;欧阳询得其力,而失其温秀;褚遂良得其意,而失于变化;薛稷得其清,而失于窘拘。”此后,如宋代的恭绍彭、元代赵孟頫,也有临本相传。临与摹的明显差异,自然是程度不等地渗透着个人的笔法特色,不过均能呈现出潇洒活泼、跃然欲动的灵秀风采。总而言之,临摹的副本,尽管不属真迹,但因出自名家高手,依然具有很高的艺术价值。

王羲之当时传世的著名书迹有：《兰亭序》《丧乱帖》《孔侍中帖》《奉橘帖》《十七帖》《姨母帖》《王略帖》《快雪时晴帖》《乐毅帖》《孝女曹娥帖》《官奴帖》《行穰帖》《寒切帖》《黄庭经》《游目帖》《远宦帖》《初月帖》《平安帖》《二谢帖》《得示帖》《东方朔画赞》《告誓文》等。多属后人摹本，散见于《淳化阁帖》及宋、明、清诸集帖中。

2. 颜真卿的书法艺术简介

颜真卿（709—785），字清臣，著名大书法家。祖籍琅琊临沂人，迁居京兆万年（今陕西省西安）。唐开元年间进士，任殿中侍史，出平原太守，人称“颜平原”。安史之乱期间，联络从兄，以平原为首起兵讨贼，饶阳、济南等十七郡自归，推真卿为盟主，起到了遏制叛乱的作用。后入京，历官吏部尚书、太子太师，封鲁郡开国公，世人又称“颜鲁公”。唐德宗李适时，李希烈叛乱，宰相卢杞故使颜真卿前往劝谕，为李所留，颜真卿忠直不屈，后被缢杀。颜氏祖父辈皆善文辞，家学渊博，工于尺牍，世代书香。颜真卿少年勤奋，热爱书法，初学褚遂良，之后两度请教张旭，深悟笔法。他参用隶书笔意写楷书，笔力饱满、朴厚端庄、雄伟肃穆、气势开张，又借篆籀笔势写行书，遒劲郁勃、凝练冲和、阔展畅达、明快洒脱。他的书法对我国书法艺术的发展有着重大影响，被称作“颜体”。

古今的书家和书论对颜真卿的行书皆给以格外的重视，赋予了很高的评价。米芾在说到《争座位帖》时认为“有篆籀气，为颜书第一”。陈深在评其《祭侄稿》时称：“鲁公唐朝第一等人，字画雄秀，奄有魏晋，而自成一有。祭侄季明文稿，纵笔豪放，一泻千里。时出遒劲，杂以流丽。或若篆籀，或若镌刻。其妙解处殆出天造，岂非当公注思为文，而于字画无意于工，而反极其工耶。”因此，被誉为天下第二行书。而颜真卿在行书中体会提炼出“拆钗股”和“屋漏痕”的笔法，也是对书法理论的一个贡献。

对于颜真卿秉性刚直、正气凛然的人品，历代书家也是十分敬仰的。唐《书评》论其书风：“如荆卿按剑，樊哙拥盾，金刚瞋目，力士挥拳。”欧阳修《六一题跋》说：“颜公书端严尊重，人初见而畏之，然愈久而愈可爱也。其见宝于世者不必多，然虽多而不厌也。”苏轼《东坡题跋》谓颜真卿书：“雄秀独出，一变古法，如杜子变诗，格力天纵，奄有汉、魏、晋、唐以来风流；后之作者，殆难复措手。”朱长文《续书断》列其书入神品，选道：“点如坠石，画如夏云，钩如屈金，戈如发弩，纵横有象，低昂有态，自羲、献以来，未有如公者也。”

颜真卿所传碑帖书迹较多，有楷书《颜勤神碑》《多宝塔碑》《东方朔画赞》《麻姑仙坛记》《中兴颂》《告身帖》等；有行书《争座位帖》《祭侄文稿》《蔡明远帖》《刘太冲帖》《中夏帖》《湖州帖》等；还有破体《裴将军诗》等，并有所撰写的《述张长史笔法十二意》书论一篇。

3. 苏轼的书法艺术简介

苏轼(1037-1101),字子瞻,号东坡居士,北宋政治家,杰出的文学家,著名大书法家,书法理论家。眉州眉山(今属四川)人。他曾与父苏洵、弟苏辙进京赴试,同登进士科,并以诗文著世,当时号称“三苏”;而他的成就最大,在中国历史上占有重要一页。

北宋是行书大盛的时代,虽在继承方面不及唐继承晋,但却有发扬与创新。纵观两宋,当以苏轼、黄庭坚、米芾、蔡襄四大家为代表,而前三家最突出,使宋代的书法面目焕然一新,对后世书艺的发展有着重大影响。

苏轼的书法,早年学二王父子,中年致力于颜体,并吸收徐浩、杨凝式之所长,大胆参合己意,发扬了革新精神。他还上溯魏晋人浑厚朴拙的书风,受王僧虔的影响较大。接近晚年探讨了李邕的书艺。对此,黄庭坚评价说:“东坡道人少日学《兰亭》,故其书姿媚似徐季海,至酒酣放浪,竟忘工拙,字特瘦劲似柳诚悬。中岁喜学颜鲁公、杨风子书,其合处不减李北海。至于笔圆而韵胜,挟以文章妙天下,忠义贯日月之气,本朝善书,自当推为第一。”从中可看出苏轼的学书过程。

后人所说“唐人重法,宋人尚意”,在苏轼身上是最具典型性的。他在总结创作经验时说:“吾书虽不甚佳,然向出新意,不践古人,是一快也。”他在《和子由论书》中说:“吾虽不善书,晓书莫如我;苟能通其意,常谓不学可。”作为文学艺术大师,苏轼认为,在诗文、书画、音乐等艺术领域,皆须表现志趣,寄托情思、崇尚意境。他所说的“不善书”是谦虚,“莫若我”是心里话,而“通其意”方为主旨。书法如果不能通其意,又何以得其神!这虽说一般人难以做到,但确是一个创见。“不学可”更是追求心领神会的高境界了。

尚“意”必然轻“法”,苏轼说:“我书意造本无法,点画信手烦推求。”也就是既得食古能化,又可书出己意。其实,苏轼在晋唐法度方面下过很深的功夫,已经达到无意求而自工、无法之中有常法的地步。知法、驭法、变法,是苏轼掌握书法要领的突出特点。其作品的另一特色是解缙的八字所评:“丰腴悦怿,绵里藏针。”后人评论说“藏锋于画,藏巧于拙”,也是恰如其分的,体现了内刚外柔的风韵。至于他自己说的:“端庄杂流丽,刚健含婀娜。”更是表达了健与美双胜的艺术特征,也是书家们所共同追求的目标。

他的传世书迹有《前赤壁赋》《归去来辞》《墨妙亭记》《水乐洞诗》《黄州寒食诗帖》以及《千字文》等,书论有《论书》《评书》《论唐六家书》等。

4. 北宋米芾的书法艺术简介

米芾(1051-1107),初名黻(fú),字元章,号鹿门居士、襄阳漫士、海岳外史,北宋著名大书画家、鉴藏家。祖籍太原,迁居襄阳,人称“米襄阳”,后定

居润州(今江苏镇江)。宣和年间,被徽宗赵佶召为书画学博士,世称“米南宫”,能诗善文,擅长书画,精于鉴别,酷好收藏名迹。米芾篆、隶、楷、行、草各体皆能,尤善行草,博取前人所长,更得力于王献之,用笔淋漓畅达,俊迈豪放;结体隽雅奇变,气韵清沛,晚年书艺达到炉火纯青的程度。与苏轼、黄庭坚及蔡襄合称宋“四大家”。所著《书史》《画史》《海岳名言》等,皆为平日评论之语,汇集成册,对于古人多有讥贬,虽然未尽切当,但有独到之处;尤其运笔布置之法,确能脱落蹊径,例如“无往不收,无垂不缩”等警句,实为历代书家所遵循。其传世书迹有《苕溪诗》《蜀素帖》等。

宋高宗赵构《翰墨志》中,有一段评说:“米芾得能书之名,似无负于海内。芾于真、楷、篆、隶不甚工,惟于行、草诚入能品。以芾收六朝翰墨,副在笔端,故沉着痛快,如乘骏马,进退裕如,不烦鞭勒,无不当人意。然喜效其法者,不过得外貌,高视阔步,气韵轩昂,殊不究其中本六朝妙处酝酿,风骨自然超逸也。昔人谓支遁道人爱马不韵,支曰:‘贫道特爱其神骏耳!’余于米字亦然。”苏轼称米书超逸入神,说“海岳平生篆隶真行草书,风樯阵马,沉著痛快,当与钟、王并行,非但不愧而已。”黄庭坚说:“元章书如快剑斫阵,强弩射千里,所当穿彻。书家笔势,亦穷于此。”《宋史》本传称:“芾妙于翰墨,沉著飞翥,得王献之笔意,尤工临移,至乱真不可辨,精于鉴裁,遇古器物旧画,则极为力求取,必得乃已。”《宣和书谱》称:“米芾书学羲之、篆宗史籀,隶法师宜官。晚年出入规矩,自谓善书者只有一笔,我独有四面。寸纸数字,人争售之,以为珍玩;请求碑榜,户外之屦常满。家藏古帖甚富,名其所藏为‘宝晋斋帖’。”



书法小常识

布局

在格式确定之后，布局就是中心环节。在章法布局中，无论采用何种格式，书写何种字体，每幅作品都由主题、落款和用印三个环节组成。全篇内由几个或几十个甚至更多的字体组成，主题要占几行；每行约写多少字，写到哪里截止，留多大位置落款、题名、盖印，这在动笔之前，都要有所设计，基本做到心中有数。在具体书写当中，还须注意掌握一些要领。

布白守黑。首先，整张纸的周围要留有一定的空白，若是直幅，天头地脚略宽，左右边条稍窄；如果是横披，天地稍窄，两头略宽。其次，正文与落款要各占合适的比例，书写的正文与留白处要表现出统一的整体，避免散乱，目的是使整幅作品雅致自然，落落大方。

行列匀称。直行为行距，横列属于字距，以章法布局的要求，各种字体都有自己的行列格调。篆书字体是长方形，隶书为扁方形，魏碑和楷书均属方形，书写时都要竖成行，横成列，排列整齐；但篆、魏、楷三体的字距适宜紧些，行距相对宽些，才能洒脱美观；而隶书则要字距宽，行距紧。书写行书要竖能成行，横不求列，上下错综，行如流水。

连贯行气。在一幅作品中，能够神韵导注、气势贯穿，就会产生强烈的艺术魅力。在一行中，字与字间像有一根垂直的线在贯穿着，前后呼应，上下顾盼，勾连丝牵，贯通一气；既有形接体连，也有笔断意连。在整篇的行与行间，左右参差，彼此敛放，折搭取势，顺势揖让，产生疏密得体、虚实结合、各放异彩、全盘活跃的效果。



王羲之尺牍



苏轼尺牍

第三章 行书笔法及结构解析

对于行书笔法及结体的论述，自古以来还无专著，仅在某些书论中附作篇章，并非完整系统。按照苏轼的说法，楷书如站立，行书如行走，草书如奔跑，这是颇有道理的。临习行书，须要着重领会运行简便、结体舒展、笔调隽雅、态势流畅、神采潇洒、气韵豪放等方面的特点。在这里，我们就行书笔法及结体的规律，略谈十点想法。

(1)圆笔中锋。就是在运笔中藏锋护尾，筋骨内涵，气不外露，使笔画产生一种圆润感和立体感，令人有种爽心悦目、洒脱灵动的明快意韵。

(2)方圆辉映。即在笔画上亦方亦圆，方圆交替；结体上笔方体圆，笔圆形方，方取刚健，圆取妍美；刚柔相济，蓄展兼优，那就颇能耐人寻味。

(3)纵放得势。一幅作品中，如有几处长体字纵伸豪放，就会产生一种运动感和流线感，显得首尾相应，气势磅礴，观之精神焕发，甚为振奋。

(4)横宕取妍。同样，再用扁形书体横势其间，分展开阔，挥洒自如，使之纵横有象，伸缩争奇，当能产生起伏感和层次感，使之倍加活跃。

(5)大小间布。行书非同楷书，不能字字相等，“状如算子”。要按结体形状忽大忽小，或收或放，亦疏亦密，使姿态有种动势感和节奏感。

(6)四面辐射。是指结字态势中宫收紧，横竖撇捺多方开张，如同众人撑篙，或似镜湖荡桨，看上去有雄健豪达、爽逸舒放的宏大气魄。

(7)主次和谐。在全篇的字体中，既能突出主笔地位，避免喧宾夺主，又能兼顾次锋，留有一席之地；必定达到各有所在、彼此和谐的效果，致使无形之中增强了协调感、整体感，可获得胸怀开朗、视野宽阔的气势。

(8)虚实结合。是指笔画之中要有虚有实，实则浑厚凝重，虚者秀丽飘逸。若使结体上下左右笔画先后次第互相变化转换，尔我参差，就能产生轻重感、沉浮感，令人醒目神往。

(9)浓淡交替。主要是指运用墨色。墨有浓艳丰腴、淡逸清虚之别。以润取媚，以燥取险；太浓笔滞，过淡乏神。一笔数字，湿枯自见；蘸墨不停，气势易失。浓淡湿涩巧施变幻，才可笔墨交辉，定为作品增添艺术光彩。

(10)笔断意连。几乎各种书体都适用，但它是行书的重要标志。笔法上，此

按彼提，时断时续；点画呼应，笔断意连。结体上，疏朗之上，气脉连通；断笔之处，形离神会。统览全篇，寓意于虚，神不外散；纵横贯通，浑然一体。这就是行书的奇妙之道。





点



行书的点画变化丰富，主要表现在点画的方向性、顺逆、呼应、轻重等。书写时侧锋入纸顿笔后向出锋的方向提笔或回锋。

王羲之

颜真卿

苏东坡

米芾

永

言

来

禱

清

元

况

凌

外

尔

舟

立

次

大

秋

不