

永和九年歲在癸丑
暮春之初會稽山陰之蘭
亭脩禊事也羣賢畢至少
有嶠領茂林脩

在癸丑暮春之初
之蘭亭脩事
少長咸集此地
脩竹又有清流激

中國書法 技法寶典

北岳文艺出版社

二编：曹萌

中国 书法技法 字典

北岳文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国书法技法宝典/曹萌主编.

—太原:北岳文艺出版社,2000.8

ISBN 7-5378-2068-6

I. 中… II. 曹… III. 汉字-书法-中国

IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 44733 号

责任编辑:胡一

中国书法技法宝典

曹萌主编

*

北岳文艺出版社出版发行

(太原市解放路 46 号楼)

山东省新华书店经销

*

山东鄄城新华印务有限公司印刷

开本:880×1230 1/16 印张:179.5

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月山东第 1 次印刷

ISBN 7-5378-2068-6/J·73 全五卷:1580 元

(如有印装质量问题可向承印厂调换)

前 言

从中国有汉字到中国人以“书”的方式来写汉字,再到书法之出现和讲求,这段历史大概有几千年。就是在这漫漫的推移里,中国的书和法渐渐密接,继而构成了一个独特的美仑美奂的艺术上的大千世界:她蕴意丰富、瑰丽异常,让人目不暇给而予人怡悦无穷。千百年来,人们徜徉其中,留恋而忘返,击节而慨叹,甚至毕生而探求。但是,这世界太广大,太深邃,又太丰富,往往是“欲穷其源”,却源未穷而人已老,或人已老而途未半。代复一代,朝复一朝,“年年月月花相似,岁岁年年人不同”中国的书法就这样以她的历史,以她的丰满、以她的神韵,面对着中国人,面对着全世界而“引无数英雄竞折腰。”

在中国,以书法而名世者代不乏人,以碑铭而永垂者,车载斗量,以帛素而遣世者汗牛充栋,故而讨论和研究中国书法的著述也可谓连篇累牍。在中国的文学史上有说不尽的《金瓶梅》;有说不尽的《红楼梦》,在中国的考古史上有说不尽的秦砖汉瓦;同样,在中国的文化艺术史上,也有说不尽的中国书法。

中国的书法就其类而言有史、有书、有体、有法。细而言之则书可详列为:商周之书、秦汉之书、三国之书、两晋之书、南北朝之书、隋唐之书、五代之书、宋元之书、明清之书,法则有腕法、指法、虎口法、鹅头法、五指法,以及欧阳询运行八诀、李阳冰运行二十四法、笔势之论等等;从书体言则“二王”、“颜柳”、“苏黄”、“米蔡”种种不一。要对中国的书法有一个统观,有一个了然,有一个洞彻的解释,就个人而言,就一个小群体而言,真可谓蚍蜉撼树,于是我们呈现给读者的这本 300 余万言的《中国书法技巧宝典》也就只能是,套精益求精,择而再择的“压缩本”了,能睹一书而知全貌,窥一斑而知全貌,我们希望这本书能使每个书法爱好者和书法研究者,在其荡舟于中国书法艺术已潮海时起到导游和解说的作用。

中国人在上古时代并无今之所谓的“书”更遑论其法了。但到了孔子作《春秋》时代就有了“笔则笔,削则削”的情况;至汉代,则其时的木简和笔(称居延笔)就已相当进步,从西陲木简中汉人书迹看,其笔法有细如丝发而末端忽粗如小指者,也旁证了这进步的情况,从书之实际看,商周鼎彝铭刻,不著书人名姓;秦之刻文多出李斯之手,多布于机器量器上;汉碑等偶一见之,虽其时蔡邕为大家但真迹难寻。周大篆、秦小篆、隶书“汉隶更多的是一种字的形体而非艺术意义的“书”。中国书法艺术的自觉与兴盛当是魏晋六朝时的事,彼时钟繇为魏初大家,飞白书、魏碑、真书晋今草呈一时之盛。同时又有韦诞以著墨著名,而作为其时书法之中坚的“二王”,更使书法艺术达到高峰。所谓“钟善草书、张称草圣、右军行法、小会破体,皆一时之妙”。唐代是中国封建社会和封建文化的鼎盛期,书法艺术也于斯为著,欧阳询、虞也南、褚河南、颜真卿、柳公权“从握灵蛇之珠,家家抱荆山之璧”共同蔚成了这个时代书法艺术的大观。而后来的张旭又以其

狂草为此一时代的书法锦上添花。书法至宋,有四大家出,而后便是这个艺术长廊的平行推进了。可以说,中国书法艺术伴随着中国人完成了过去的历史,也伴随着中国人走进了一个新时代。

放眼今天,中国书法万紫千红,争奇斗艳。她随着中国人民的改革开放而老树新芽,以显出勃勃生机,今天,举国人民爱书法,学书法蔚然成风。从小学、中学到大学,书法课方兴未艾,艺术的时代需要艺术的支持和丰富,中国书法的“第二春”正向我们走来,不惟如此,今天,中国的书法还走出了国门,面向了世界。她不仅受到邻近汉文化影响的国家人民的热爱;又远渡重洋,受到一些欧美国家人民的欢迎。各国各族人民对于中国书法的欣赏,了解、借鉴和审判已然构成了世界文化艺术生活的组成之一。

值此全国人民和部分世界人民爱好中国书法文化遗产、汲取古代文化精华,用古老艺术来装扮今天美好生活之际,我们编辑了这本《中国书法技巧宝典》。

本书以书法历史为经而以书体为纬,在描述和说明中国书法的发生、发展、演变之过程的同时,对于各种书体和书法技巧作了一定的分析和归纳,客观地说,此书兼有书史和技法并论的特点。这无论对于学习书法和研讨书法和读者均有适宜。

作为一个理想的追求,我们除了从中国书之风大体式即篆书、隶书、楷书、草书、行书的源流发展为主描述说明外,还力图比较全面地论述不同书体的风格特点以及著附于此一体式中的不同时代之书家及其代表性作品。同时也侧重于具体技巧和书写诉讼法上的论析与指导;全书采用文图相配的形式力图给人以直观而具体的接受印象。

在此基础上,为配合读者的书法实践,满足不同层次读者的需求,本书还有详细的章法阐述与示例,以及名碑、名帖、名家作品鉴赏和书法作品布局及运笔技巧解说等内容,在这个目的上说《中国书法技巧宝典》又是一本集理论研究与实践指导为一体,集教材与名碑帖为一身、熔创作与鉴赏于一炉的著作。

按上所阐述的内容,我们编辑了这本书。它同时也是编委会的理想。尽管我们的愿望是为读者提供出一本由浅入深,综理论启发与实践指导为一体的教材和读本,但限于水平和精力,能否达到这一理想,还是难说如愿的。因此我们诚恳地希望得到各界读者的批评和指正。

一本编著的出版,其实是众多人劳动的结晶,而绝非主编和编委会之力所能及,在这里我们要向凡与此书有贡献的所有专家,学者以及无私奉献作品的作者致以崇高的敬意,限于前言的篇幅,此不一一列名称谢。同时,我们也对帮助此书会梓的北岳文艺出版社的领导和责编以及与此书有助编辑方面的同志和朋友致奉我们的谢忱。

本书编委会
二〇〇〇年九月

目 录

(楷 书 卷)

第一章	楷书的历史渊源	(1)
第一节	源流与发展	(2)
一、	汉魏晋楷书的萌芽与形成	(2)
二、	南北朝碑志书法的成因	(6)
三、	隋唐楷书的成熟	(14)
四、	宋元楷书的基本特征	(22)
五、	明清楷书的文化特质	(25)
六、	现代楷书的基本状况及其发展趋势	(31)
第二节	书艺特点及类别	(33)
第三节	楷书名家及其作品概览	(35)
一、	楷书名家	(35)
(一)	钟繇	(36)
(二)	王羲之	(36)
(三)	王献之	(36)
(四)	虞世南	(36)
(五)	欧阳询	(37)
(六)	褚遂良	(37)
(七)	薛稷	(37)
(八)	颜真卿	(37)
(九)	柳公权	(37)
(十)	赵孟頫	(38)
二、	楷书名作	(38)
(一)	《宣示表》	(41)
(二)	《乐毅论》	(42)
(三)	《洛神赋》	(43)
(四)	《张玄墓志》	(44)
(五)	《张猛龙碑》	(45)
(六)	《郑文公碑》	(46)

(七)	《石门铭》.....	(47)
(八)	《九成宫醴泉铭碑》.....	(48)
(九)	《皇甫诞碑》.....	(49)
(十)	《孔子庙堂碑》.....	(50)
(十一)	《雁塔圣教序》.....	(51)
(十二)	《多宝塔碑》.....	(52)
(十三)	《麻姑仙坛记》.....	(53)
(十四)	《颜勤礼碑》.....	(54)
(十五)	《神策军碑》.....	(55)
(十六)	《玄秘塔碑》.....	(56)
(十七)	《灵飞经》.....	(57)
(十八)	《赵孟頫书道德经》.....	(58)
第二章	楷书笔法技巧分析	(59)
第一节	笔画形态分析	(60)
第二节	偏旁部首分析	(67)
第三章	楷书结构技巧分析	(75)
第一节	独体结构	(76)
第二节	上下结构	(83)
第三节	左右结构	(89)
第四节	包围结构	(96)
第四章	楷书大字谱	(103)
第一节	基本笔画	(104)
第二节	偏旁部首	(123)
第三节	结构特点	(129)
第五章	楷书创作章法布局	(149)
第一节	布局要领	(150)
第二节	书写格式	(151)
第三节	落款与印章	(153)
第六章	楷书作品欣赏与创作	(155)

第一节	欣赏	(156)
一、	欣赏的作用与特点	(156)
二、	欣赏的标准	(160)
第二节	创作	(168)
一、	临帖与创作	(168)
二、	楷书的结体联想	(170)
三、	楷书的平面造型	(176)
四、	楷书的气势与人性	(179)
五、	平中求奇	(183)
六、	小楷的书写	(186)
七、	创作精神与艺术修养	(189)
附:	名碑名帖鉴赏	(193)
	《龙藏寺碑》	(195)
	《美人董氏墓志》	(217)
虞世南	《孔子庙堂碑》	(231)
欧阳询	《九成宫醴泉铭》	(293)
	《虞恭公温彦碑》	(347)
	《皇甫诞碑》	(427)
褚遂良	《雁塔圣教序》	(473)
	《孟法师碑》	(519)
王知敬	《李靖碑》	(541)
颜真卿	《多宝塔碑》	(563)
柳公权	《玄秘塔碑》	(607)
	《神策军碑》	(617)

第一章

楷书的历史渊源



第一节 源流与发展

一、汉魏晋楷书的萌芽与形成

汉字定型化之后，方块字就成了其基本形态。隶书的产生、发展、完善的过程就已经孕育了楷书（当时叫真书）的形成。

中国的文字有数千年的历史，中国书法从汉字出现之日起就开始了自身的不断发展和完善的里程。甲骨文、金文、小篆、隶书等等，在汉代之前就已经渐次出现。汉代末期到魏晋这一阶段，是中国书法发展的一个重要时期，此一时期完成了汉字书体演变的任务，进入另一个阶段。篆、隶、行、草咸备，并出现了楷书。大体来说，文字是沿着一条从繁到简的路线发展的，后代依然保持前代的字体。

早在秦代，中国正规的字体是“小篆”。由于书写相当麻烦，一般人不愿受此约束；特别在战争年代，这种书体实在是不能满足快速便捷的需要。于是，写得简单一些的隶书就出现了，所谓“苟取简易，施之于徒隶”，在汉代成为一种最主要的书体。东汉魏晋之时，又现了隶书的简单写法，即结构整齐，点划要有波磔。当时为了区别于旧隶书，就将这种书体称为“八分”。

楷书在东汉末已见雏形，它的起源与隶书（图1）有直接的关系。东汉许慎《说文解字》云：“八，别也，像分别相背之形”。因此所谓“八分”字就是整齐化的隶书，其左右相



图1 汉 武威汉简

背，像“八”字。后来人们所谓的：“楷法”，实际上就是这种整齐化的隶书，便于作为人们的楷模法式，与今天所说的“楷法”完全是两回事。如刘宋时的王愔说：“字方八分，言有楷模”。甚至于在南北朝时这种隶书就被人们称为“楷书”。刘宋羊欣《采古来能书人名》中说韦诞“善楷书”可以证明。因此，王愔《文字志古书三十六种目》和南齐萧子良《古今篆隶文体》都只有楷书而不再列八分，但隶书这种旧名称并没有被淘汰。楷书的形成与八分书有直接的关系。

值得注意的是，有些史料记载是错误的，宋《宣和书谱》就认为：“汉建初有王次仲者，始以隶字作楷法。所谓楷法者，今之正书是也。”这有两种错误。其一，此处所谓的楷法不是指楷书而是指隶书，楷在此是规范的意思。晋卫恒《四体书势》云：“隶书者，篆之捷也，上谷王次仲作楷法。”即王次仲所创隶书可称为是规范之作。其二，从楷书的形成过程可以看出，楷书的形成经历了一个较长的发展演变过程，它甚至集中了不同阶层人的智慧。因而，社会发展与需要是某种书体产生的根本原因，个人有可能将其加以整理，将其典范化，但其产生决不可能只是少数人的闭门造车。楷书如此，隶书、篆书等莫不如此。

魏晋是书体上的一个大转变时期，它在中国书法的承前启后中起着重要的作用。一方面，此时的隶书与汉代相比已处于没落阶段，所谓“纯古之气已灭，姿制之妙无多。”这是一个信号，标志着书法由隶书往楷书转变的开始。这时的新隶书，就是介于隶书和楷书之间的书体。这种字体有隶书的笔意，也有楷书的结构，它在广大的民间广为流行，碑版墓志、写经当中时常可以见到这种书体，如东晋《王阅之墓志》(图2)。楷书与这种新隶书有直接的关系。黄伯思也说：“汉时隶书至魏大变，盖真行二体大



图2 东晋《王阅之墓志》(局部)

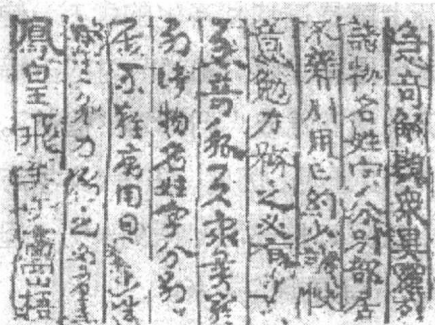


图3 晋《急奇觚》残纸

成之时，汉祚固已移矣，然而魏初诸碑，犹用八分书也，至吴衡阳郡太守《葛府君碑》，始用真书入石，自是而后，真行之用日广，隶书皆不如之，八分虽并行，而所施亦限，篆则更微，良以真之点画，又视分之波磔为疾，行之流注，亦视草之使转为易。”

楼兰文书残纸中，有一件晋人书《急奇觚》(图3)，是用章草和新隶体写成，用笔熟练，虽然带有隶书笔意，但楷书的成分已经占据重要比例。从最近大量的考古发现可以看出，在广大的民间广泛传播、流行的写经，如魏甘露元年写《譬喻经》墨迹，60年代新疆出土的晋人写本《三国志》残卷(图4)等，已经流露出楷书的迹象。如，“撇”已取代了隶书的左弯笔画，楷书的斜钩也取代了隶书的“磔”，60年代南京发现的《王兴之夫妇墓志》、《谢鲲墓志》、《王丹虎墓志》(图

图4 新疆出土 晋人写本
《三国志·陆绩传》残卷

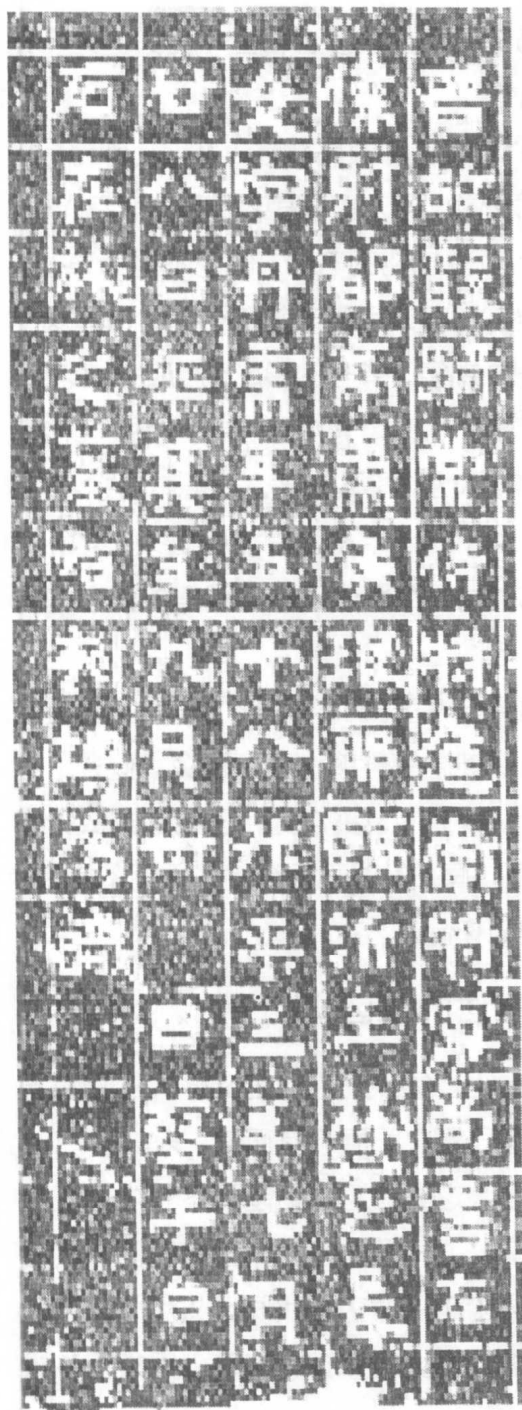


图5 东晋《王丹虎墓志》

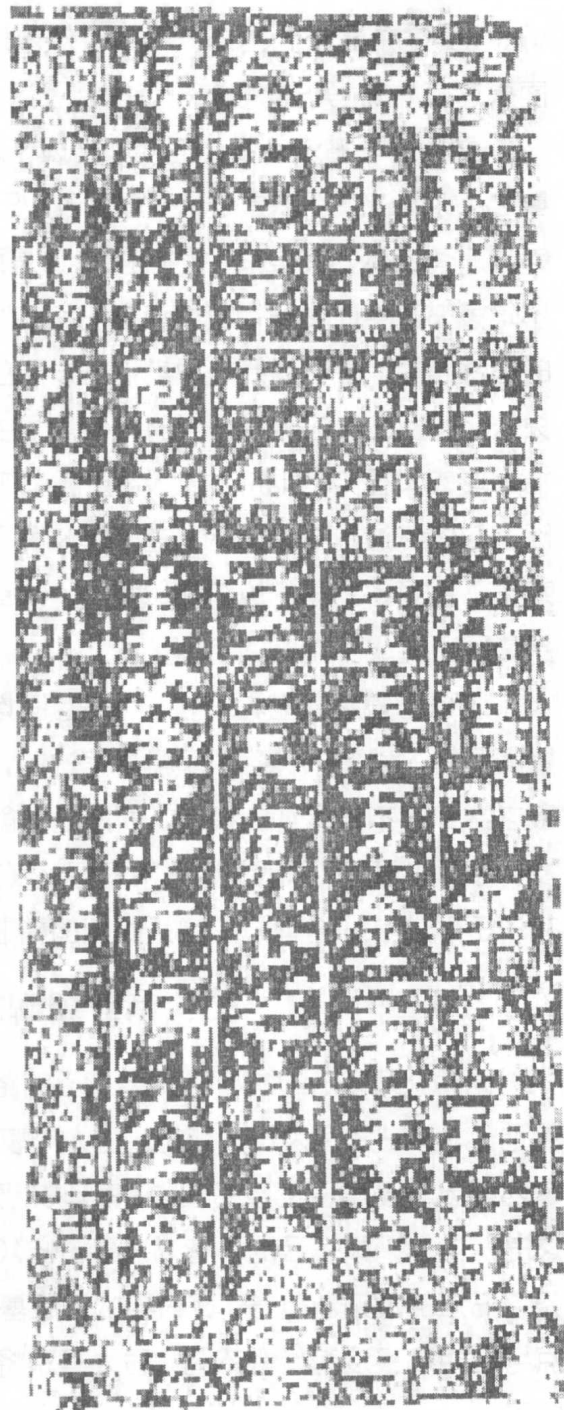


图6 东晋《夏金虎墓志》

5)、《夏金虎墓志》(图6)等,磔作为隶书的典型代表,也已基本消失。近年来南京这方面的考古发掘进一步说明了这一事实。

就在这个书法的变革时期,出现了两个承前启后的关键性人物——钟繇、王羲之。钟繇的《荐季直表》、《宣示表》已脱隶意,只是捺笔稍重,字体扁方而已。钟繇书有三体,其中有“行押书”,这是两方互问信札的书体,已经不是章草,也不是隶书。当时奏章、教学童之书,即章程书,字体也已渐趋楷化,省去了隶书的蚕头燕尾。省繁趋简是早期书法发展的一个规律,楷书形成也与此规律不无关系。钟繇三体的出现是当时社会需要的产物,他在楷书方面的成就奠定了他在楷书形成过程中的地位。宋人《宣和书谱》中称他“备尽法度,为正书之祖。”实际上他只不过是当时的楷书规范化而已。他从东汉以来民间流行的隶书中,把方正平直简省易写的成分加以集中,以真书的横、捺取代了藏锋翻笔的隶书的蚕头燕尾,促成了楷书的定型化。

东晋王羲之真书、草书、行书方面均有突破性成就。就楷书而言,王羲之的蒙师卫夫人就是从钟繇那里学习笔法的,他受钟繇的影响也在所难免。但是,王羲之学钟书不是单纯的模仿,而是加以创新,钟书的波挑之处,王羲之却敛锋不发。相传他写的《乐毅论》、《黄庭经》、《东方朔画赞》对后世产生了深远的影响。其子王献之书《洛神赋》也是此期的楷书典范作品。

二、南北朝碑志书法的成因

南朝,其书法的发展仍延续二王的路子。王氏家族在当时的文化界占有重要的地位,其书法也为世人所重。世人热衷于在尺素之间展示其风流,宋、齐、梁、陈四朝无不浸淫于王氏书法中,宫廷收藏与士人之间讨论的话题无不集中于王羲之书法中。梁萧子云的小楷书《列子帖》(图7)、《舜间帖》(图8)都带有明显的王羲之书法的痕迹。但是,此时期的碑版墓志仍为下层官吏和民间匠人所为。这一点与北朝几乎没有什么不同。后人喜欢将南北风格分开来谈,这有点只求异不求同了。

此时期最重要的现象是魏碑体的形成。有人习惯于将魏碑视为楷书,而有人喜欢将魏碑视为标准楷书的前奏。这种书体对书法发展产生了深远的影响。

北魏孝文帝实行改革的当年,就率领王公贵族、文武大臣及将士约20万人自平城(即今山西大同)迁都洛阳。之后又规定,鲜卑人死后要葬在洛阳邙山,不

得迁葬北土。太和二年，拓跋氏改姓元氏，邙山便成为埋葬北魏王公大臣的墓地。虽然帝陵多遭盗掘，但迄今仍出土了大量的北魏墓志，包括亲王后妃外戚墓志都有大量出土。不论从形制上还是从碑刻的书法刻凿上，北魏墓志都有其比较明显的特点，被人们称为魏碑体。

北魏皇亲国戚及大臣的数量不在少数，他们死后均有墓志。从墓志的形制看，对于这些墓志的制作，有一定程式化的约定，且刀法熟练，形成了独具特色的地方体。由此我们可以认为，邙洛北魏墓志的制作者，是一个相互影响的群体。这些墓志的书写者当毫无例外为下层书吏或平民，这些人有可能将书碑刻石当作自己的职业。由于地位低微，虽创造出杰作佳构，终不免失名于后。魏碑体是洛阳民间书法的集大成者，具有浓厚的地域性和民间性。其最主要的特点就是民间性，它与文人士大夫阶层迥然不同，然而就是这样的风格为民间大众所喜闻乐见。康有为《广艺舟双楫》

云：“魏碑无不佳者，虽穷乡儿女造像，而骨血峻宕，拙厚中皆有异态，亦紧密非常。”康有为对出自平民之手的魏碑进行了高度评价，然而这些穷乡儿女造像也出自这些穷乡儿女之手，从碑志造像者的身份而言应是当地的工匠。我们可以从造像题记中发现一些线索，造像记发愿文中多有割舍家财筵巧匠等一类的语言。从书法风格而言，同时期的造像记与墓志铭，有同样的风格，则其作者应出于同样的作者群体。那么这样有着同样风格的作者群是如何形成的呢？首先，应与孝文

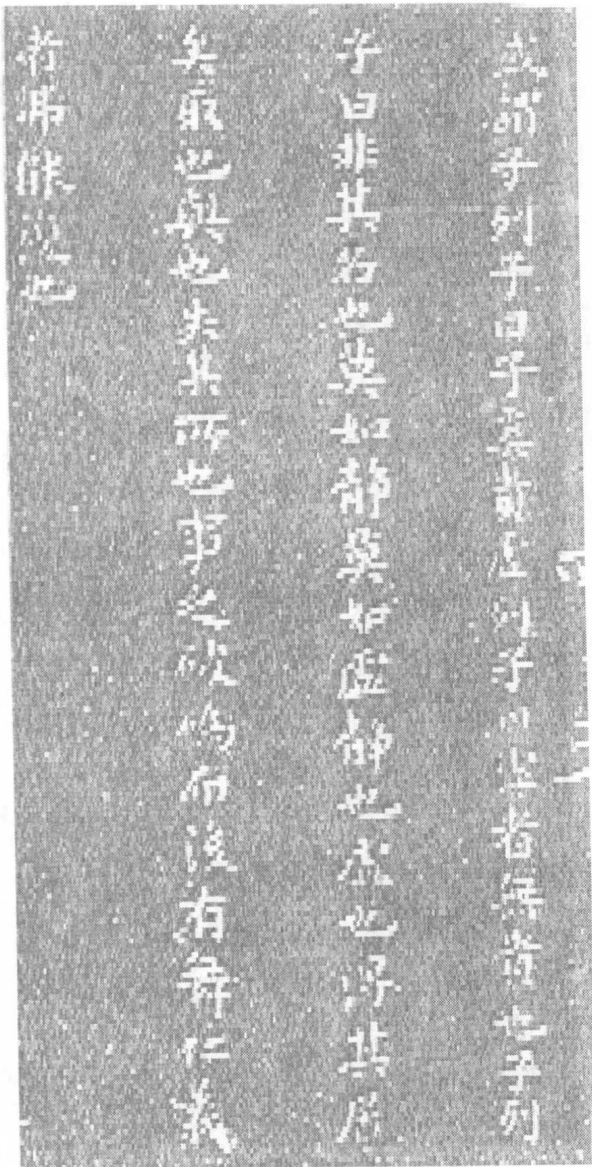


图7 梁 萧子云《列子帖》(肃府本《淳化阁帖》)

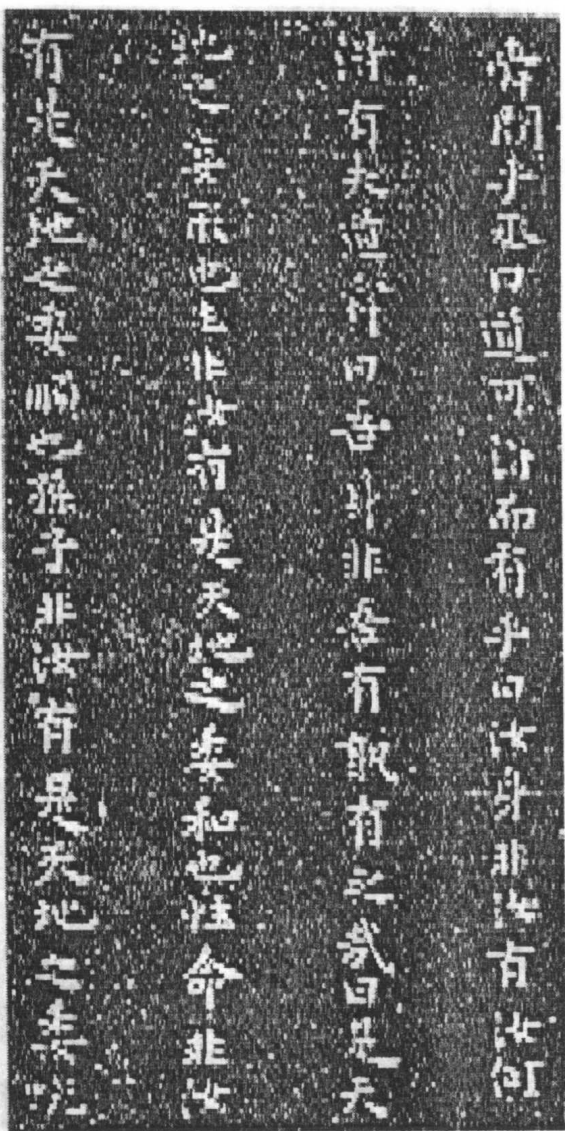


图8 梁 萧子云《舜间帖》
(肃府本《淳化阁帖》)

灵庙碑》，陶弘景书《瘞鹤铭》(图9)皆失之于传闻或臆想，并无确据。我们所看到的大多碑版遗迹几乎都是出自当时的匠人之手，包括许多被视为楷模之作，亦皆是出之于名不见经传的平民之手。有明确记载的，如《比丘慧成为父始平公造像记》，出自朱义章之手，《新城县功曹孙秋生造像记》(北魏太和七年)(图

帝汉化政策有关。但汉化政策只不过为北魏书法的发展提供了一个较好的外部环境，他重用南朝降臣效法被视为是代表华夏正统的南朝典章制度。至于书法如何能形成自己独特的风格，那还得到书法的创作者中寻求。其次，有着相同的文化环境。在这样的环境中，匠人相互影响，形成近乎一致的审美观，似乎还没有哪个朝代的民间能形成如此一致的书法审美观，形成如此强大的书法阵容。可以说是文化环境造就了北魏书法，文化环境促成了北魏民间书法的兴盛。

在此我们还应该注意那些不知名的民间书家及造像书法。上文已经有所论述，士人热衷于以尺牍的形式展示自己的风采，他们很少在碑石之中留下自己的墨迹，这与当时的文人风尚有关。有些著名的碑志被附之于名人之下，完全是一种推测。如，皇象书《天发神谶碑》，寇谦之书《嵩高

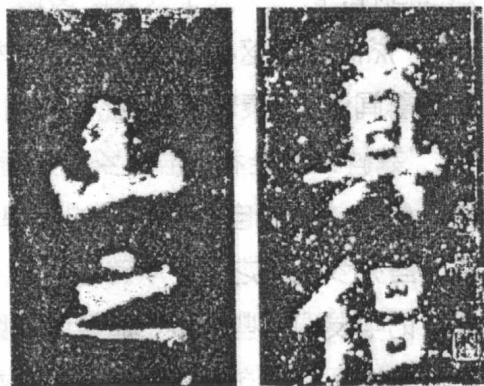


图9 (传) 梁 陶弘景
《瘞鹤铭》(选字)



图10 北魏《新城县功曹孙秋生造像记》(局部)

10), 出自萧显庆之手,《比丘尼统慈庆墓庆》出自李宁民之手,《强弩将军太尉府典签公孙思明造像记》出自张润之手,《前将军廷尉卿元湛妻薛慧命墓志》,出自僧泽之手,《石门铭》(北魏永平二年)出自王远之手。这些人都是于史无证的平凡人物,其中就有不少工匠出身的人。北魏孝文帝迁都洛阳之后,在洛阳龙门大建石窟,动用民工达八万人,造佛像数千尊,造像记有数千块。不仅王公贵族如此,平民百姓也争相效法,造像书法成为魏晋南北朝书法的一个重要组成部分。就整个北朝而言,平民是最主要的造像主,则造像之人亦自然应当是没有官职的在家信徒、平民工匠。其中工匠是造像体书法的最主要的作者。