

中国书法全集

【草书卷】

北京广播学院出版社



中国书法全集

草书卷

南兆旭 主编

北京广播学院出版社

草书卷
南兆旭 主编
北京广播学院出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

中国书法全集. 草书卷/南兆旭主编. ——北京: 北京广播学院出版社, 2004. 1

ISBN 7-81085-073-3

I. 中... II. 南... III. ①汉字—毛笔字—书法 ②草书—书法

IV. J292. 11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 095117 号



目 录

第一章 草书概述

【第一节】	草书的实用价值与艺术价值	· 2 ·
(一)	实用价值	· 2 ·
(二)	艺术价值	· 3 ·
【第二节】	汉代草书	· 6 ·
【第三节】	章草及其流变	· 11 ·
【第四节】	今草及其流变	· 15 ·
【第五节】	狂草及其流变	· 24 ·
【第六节】	关于标准草书	· 29 ·

第二章 草书书法的基本特征

【第一节】	章草书法的特征	· 32 ·
【第二节】	今草书法的特征	· 34 ·
(一)	今草的点画特征	· 34 ·
(二)	今草的结构特征	· 36 ·

【第三节】	狂草书法的特征	· 39 ·
(一)	连绵缠绕, 笔法诡譎	· 39 ·
(二)	快速流走, 气势奔放	· 40 ·
(三)	长短欹正, 体势多变	· 40 ·
(四)	浓淡枯润, 墨彩纷呈	· 41 ·

第三章 草书技法简述

【第一节】	草书技法原则	· 44 ·
【第二节】	笔 法	· 50 ·
(一)	草书的执笔	· 50 ·
(二)	草书的起笔、收笔、中途笔	· 51 ·
(三)	孙过庭《书谱》点画分析	· 59 ·
【第三节】	墨 法	· 65 ·
【第四节】	章 法	· 71 ·
(一)	草字字法	· 72 ·
(二)	单字结构	· 75 ·
(三)	整篇章法	· 77 ·

第四章 学习草书的方法与途径

【第一节】	草书字法的掌握	· 92 ·
【第二节】	草书的执笔方法	· 99 ·
【第三节】	中锋用笔及其训练方法	· 105 ·

【第四节】 草书书写中应注意的一些问题

· 108 ·

第五章 草书临习的特点与过程

【第一节】	草书范本的选择	· 112 ·
(一)	章草类	· 112 ·
(二)	今草类	· 113 ·
(三)	狂草类	· 114 ·
【第二节】	草书临习的特点	· 116 ·
【第三节】	草书的临习过程	· 118 ·
(一)	读 帖	· 118 ·
(二)	对 临	· 124 ·
(三)	背 临	· 126 ·
(四)	意 临	· 128 ·

第六章 草书点画、偏旁写法及辨异

【第一节】	标准草书的点画写法及其它	· 132 ·
(一)	草书的基本点画的写法	· 132 ·
(二)	标准草书的使转方法	· 135 ·
(三)	草书的基本笔法	· 143 ·
【第二节】	偏旁代表符号举例	· 175 ·
【第三节】	草字辨异	· 201 ·

(一) 辨 似	· 201 ·
(二) 混 写	· 270 ·
(三) 附 录	· 280 ·

第七章 草书创作

【第一节】 从临习到创作	· 288 ·
(一) 意临的改造	· 290 ·
(二) 意临的创作	· 294 ·
【第二节】 影响草书创作的因素	· 296 ·
(一) 文字内容的选择	· 296 ·
(二) 创作情绪和创作途径	· 298 ·
【第三节】 草书创作的形式要求	· 304 ·
(一) 长 卷	· 307 ·
(二) 册 页	· 309 ·
(三) 中 堂	· 310 ·
(四) 条 幅	· 311 ·
(五) 对 联	· 314 ·
(六) 匾额、横披	· 315 ·
(七) 扇 面	· 316 ·
(八) 题 款	· 318 ·
(九) 钤 印	· 319 ·
(十) 装 裱	· 320 ·

第 八 章 草书欣赏

【第一节】	欣赏和创作的关系	· 322 ·
(一)	时间上的韵律美	· 323 ·
(二)	空间上的形式美	· 324 ·
【第二节】	欣赏的具体过程	· 338 ·

第 九 章 自身修养与欣赏水平的提高

【第一节】	欣赏差异现象的产生	· 342 ·
【第二节】	学习与理解草书创作	· 346 ·
【第三节】	提高艺术修养与培养欣赏能力	· 347 ·
【第四节】	自身修养和书法艺术	· 351 ·

第 十 章 名帖欣赏

晋 王羲之	快雪时晴帖	· 358 ·
	行穰帖	· 369 ·
	游目帖	· 377 ·
	瞻近帖	· 383 ·
	袁生帖	· 392 ·
	秋月帖	· 397 ·
	都下帖	· 399 ·

中

国

法

法

全

集

草
书
卷

	二谢帖	· 403 ·
晋 王献之	中秋帖	· 410 ·
	送梨帖	· 414 ·
	新埭帖	· 420 ·
	保母帖	· 421 ·
晋 王 珣	伯远帖	· 439 ·
唐 释怀素	论书帖	· 447 ·
宋 蔡 襄	与杜长官帖	· 454 ·
	笔精帖	· 457 ·
宋 黄庭坚	洛阳雨霁诗	· 462 ·
元 赵孟 頫	临右军帖	· 472 ·
明 文征明	与希古书帖	· 499 ·

第一章

草书概述

《张黑女尺牍》又名《张猛龙尺牍》

【第一节】

草书的实用价值与艺术价值

草书从产生到现在，已经流行将近两千年了。由于草书与其他各种字体相比具有其特殊的表现功能，这就决定了它的特殊的价值和地位。

实用价值

草书原本就是应人们社会生活的实用需要而产生的。

在人们只能凭借手写来应用文字的时代，草书便于赴急趋速的特点，无疑是提高功效的法宝。因此旧时代的文化人不管对草书喜欢与否，都得熟悉它，并在一定的场合使用它。在现存传世或后代出土的文字资料中到处可见草书，就说明了这一点。另外，从汉字本身的演变和发展上看，草书对促进行书和楷书的形成与发展也曾起过积极的作用。所以草书在历史上的实用价值和地位是显而易见的。

在汉字的信息处理已开始实现了现代化的今天，人们已能运用电脑来免除需要



东汉《永元兵器册》简，
可以初见今草的端倪。

草书概述

中国
书法
全集

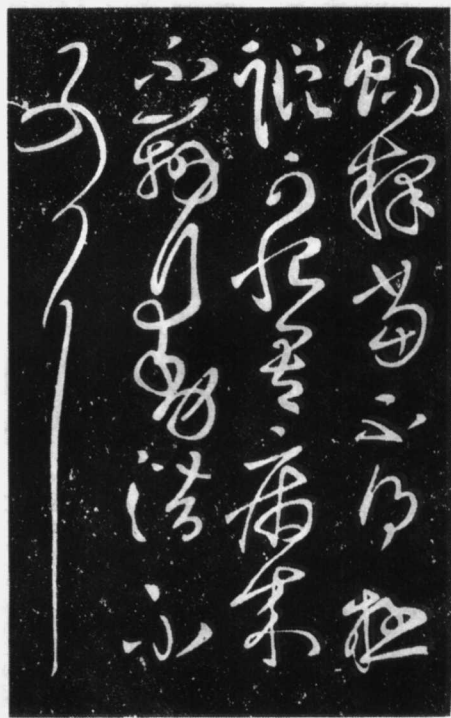
草书卷

3

大量快写汉字的劳苦。在广泛的社会用字中，需要使用草书的场合和机会已经不多，草书能赴急趋速的优越性在现代社会中已逐渐失去了它的光彩。这是社会进步的表现，像汽车代替马车一样是历史发展的必然。但这并不意味着现在学习和研究草书已经完全没有必要和意义了。相反，在大力提倡宏扬中国传统文化的今天，掌握草书，在一定的范围内却有了新的需要和特殊的意义。著名语言学家吕叔湘先生1979年在《草字编·序》中说：“草书的研究，在今天确实有它的重要性。一、过去探讨较少，与其在汉字形体发展史上的地位不相称。二、许多古代和近代的文书、手稿是用草书写的，有待于辨认整理。三、在书法艺术上，草书也有它的特殊地位。”草书无论是作为汉字发展上的一种字体还是作为文化的载体，都有其研究的价值和需要。如果研究汉字和汉字发展史的人不懂草书，从事古籍整理工作的人不认识草字，那岂不是笑话！只是这里所说的研究草书的实用意义，已经属于另外一种实用范畴罢了。

艺术价值

草书由于潦草并且变化多，在当今社会已不为一般人所认识，所以它已不能像行、楷书那样作为交际工具而广泛使用。但

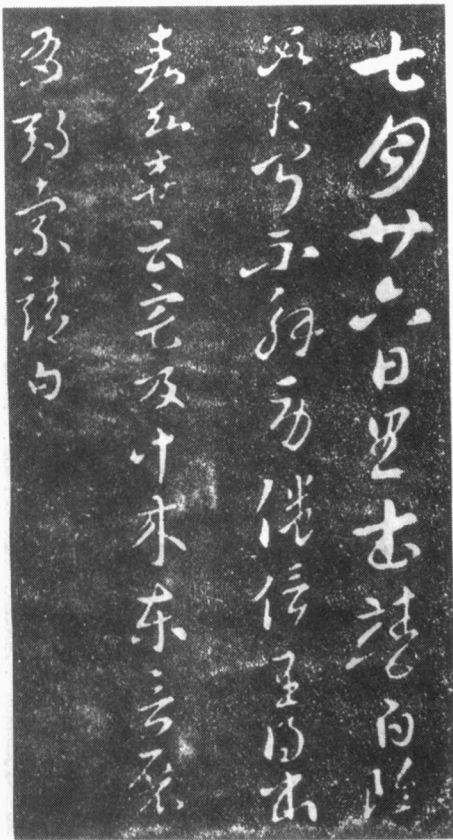


冠军帖·张芝

草书概述

是草书作为书法艺术的一种表现形式，却具有其他字体所不及的特殊价值。

中国的传统书法，是以书写汉字为表现形式的、既形象又抽象的特殊艺术，书家是通过结体取势、行笔用墨以及章法布局的种种巧妙变化，来表现不同艺术情趣和创造不同艺术意境的。简单地说，就是通过书法“三要素”（结体、用笔和章法）的综合变通处理来实现由汉字的一般书写到书法艺术的升华。由于不同的字体各自具有不同的特定构形和体态，它们在书法“三要素”上所能提供给书家进行艺术加工的余地是有大小差异的。也就是说，不同的字体能赋予书法的艺术容量和表现功能是不相同的。书家在书写一定的字体进行艺术创作时，不可能不受字体的制约而随心所欲。比如小篆是由等粗细的“玉箸”线条屈曲裹束构成的字体，书家在用这种字体进行书法创作时，虽说在结体和用笔上可以有一定程度的变通自由，但这种自由是极为有限的，书家不能不顾小篆的特点而将行、楷书的结体和用笔大量参用于其中，至于隶书和楷书，已由多种不同形态的点画取代了篆书单一的线条，结构也与篆书大不一样。凭借这两种字体来进行书法创作，于其结体和用笔的艺术加工余地虽然远远大过了篆书，但是比起行、草书来，其局限依然不小。惟有草书，特别是今草与狂草，无论是结体取势、点画用笔，还是章法布局，除了能兼容或借鉴其他各种书体的所有变化之外，它本身还具有许



七月廿六日帖·索靖

草书概述

中

国

书

法

全

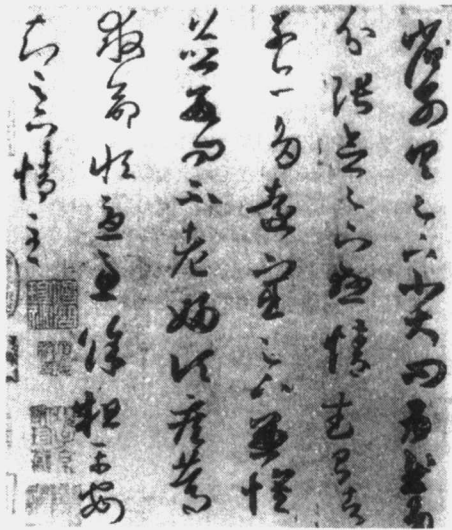
集

草
书
卷

5

多独特的变化特点和表现功能。因此，相对来说，草书这种字体对书家的束缚最小，能为书家提供更为广阔的艺术加工的天地。书家可以放开手脚，跃马扬鞭而纵意驰骋，在笔走龙蛇中极尽变化之能事，充分展示自己的艺术技巧、个性和情性。

另外，草书在所有今文字书法中是最富有动感的书体。因而草书书法几乎能反映出人世间所有动态美的艺术意象。比如王羲之《将示帖》像是春风杨柳，婀娜多姿；黄庭坚《诸上座帖》有如沙场争战，万马奔腾；怀素《自述帖》好似风起云涌，波涛翻滚；王献之《十二月帖》活像悬猿饮涧，勾锁连环……真可谓形取自然之有象，意写物态而无穷。从这些草书作品中人们可以感受到大自然和人世间的勃勃生机和运动旋律，从而受到震撼心灵的艺术感染。因此，从表现动态美的角度看，除了行书有所近似而外，其他书体都远远不及草书。



远宦帖·王羲之

【第二节】

汉代草书



武威医药木牍·汉

草书的草，是草率、草创、草稿的意思。广义地说，所谓草书，就是为了图快而写得潦草的字，无论是什么时代和什么书体。狭义地讲，则是指汉代以后兴起的一种与篆、隶、真、行都不同而独具体势的字体。我们所讲的是狭义的草书，它有章草、今草和狂草之别。

汉代是一个强盛的封建帝国，也是中国书体发展变化最激烈的时代。可以说汉朝426年间，完成了除篆书以外所有的书体，在草书方面，章草、今草都得以定体，而且同时出现了一大批有成就的草书作家。

汉代早期的草书以章草为主，主要的书迹存在于大量的竹木简中。从出土的大批竹木简中可以看出草书发展和成熟的轨迹。《天水秦简》中只有字形的欹侧，个别笔法的简省牵连，而通篇仍是秦隶的风貌，这种风貌到了汉代很快地出现了两极分化的情况。一部分更加整齐扁平而成为隶书简，最后发展为汉代的隶书；一部分则更加放纵、欹侧，发展为汉代的草书。在草书这条线上逐步加大了省减牵连的比

草书概述

中国
书法
全集

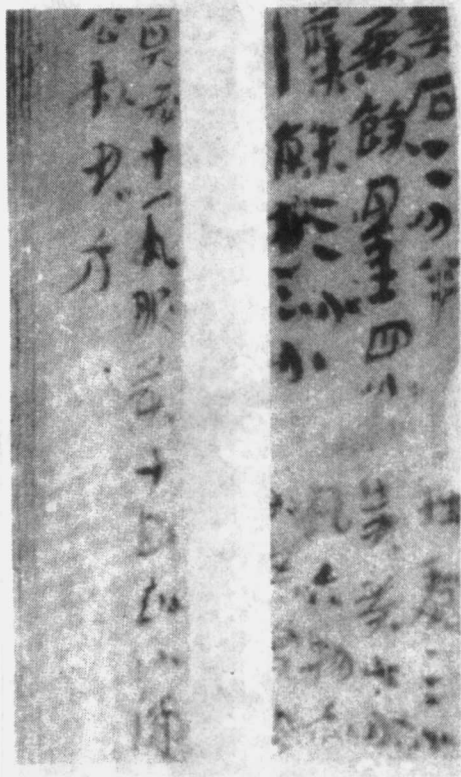
草书卷

7

重，使省减牵连渐渐形成了固定的规律。在此规律上出现了一些比较固定的字形，这种字形的大量出现，终于使草书由量变产生了质的飞跃，出现了统一使用的汉代草书，也就是被后人称之为章草的草书。在西汉时，已有一些官方使用草书的记载，草书不仅用于起稿了，有时也用于记录。甚至奏章也用草书书写。汉元帝时的史游，传说他作《急就章》而首创章草（见张怀瓘《书断》）。现代学术界经各方面论证，断为伪作，而且认为一种书体不可能为某人所创，这是对的。因为大量民间书写的竹木简中章草已经成熟。只是这类草书简在西汉还不是太多，比较有代表性的书迹有《江陵凤凰山木牍》、《神爵四年简》等等。

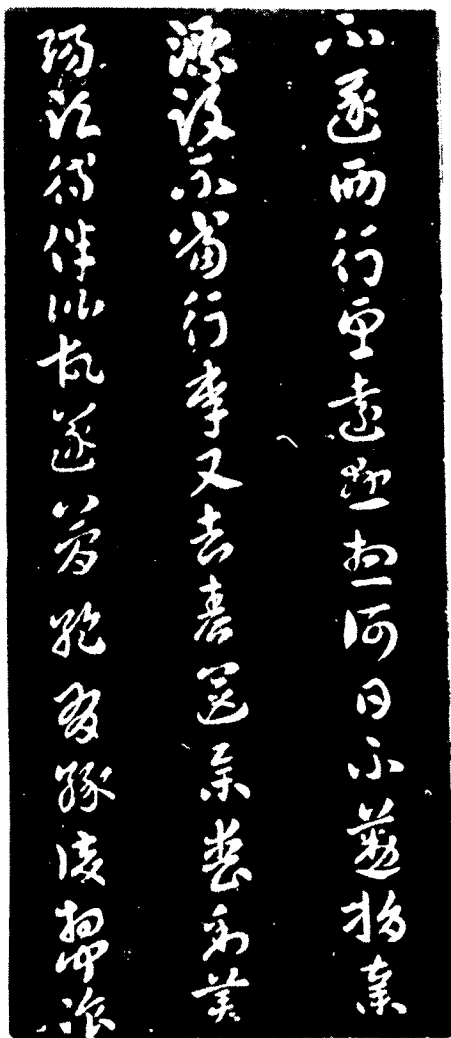
草书进入东汉，在竹木简的线条中已相当成熟了，而且呈现出多种不同的风貌。草书竹木简的数目也大为增加，其书写的风格多种多样，有的严正，有的放纵，有的典雅。像《汉武威医药木牍》中的草书，用笔已出现了很多个性特色。遒劲的长笔，坚劲的短折，线条柔中有刚，点画使转交待分明。木牍草书的气势雄浑，散状布白已形成“眼布匀称”的很高要求，在某些地方暗合甲骨、金文的风范。

另外有特色的还有和帝永元五年到七年的《广地南部兵器簿》的70余简，此简放纵自如，天真烂漫，参差疏密，缩放自如，圆转连缀，与后世字字独立的章草不大相同，显出一派狂放的迹象。而且简中已出现十多处的两字相连的现象，个别地



流沙坠简·殄灭简·东汉

草书概述



八月帖·张芝

方已有三字相连的意味，唐韦续、蔡希综所谓“章帝喜爱章草”，以及张怀瓘《书断》所谓“章帝令杜度草书上事”等事是完全可能的。章草此时已为朝野通用的一种书体了。

再一个是著名的《流沙坠简·殄灭简》，清罗振玉曾评此简说：“此简章草精绝，虽寥寥不及二十字，然使过江十纸犹在人间不足贵也。”可见此简在罗氏心中的价值。的确，简中流露出极深的艺术造诣，用笔精当，圆转典雅而不拘泥，其结体宽绰，虽为一行，但字体长扁大小缩放自如，构成和谐的整体，可谓简中草书精品。

特别值得一提的是，东汉末年，出现了文人创作以及草书学习的师承记载，比如“张伯英学崔杜之法，温故知新”（《书断》），“于是后学之徒，竟慕二贤”（《非草书》），以及学习草书的广大“沉迷者”和追随、欣赏者，已把这种书体作为艺术去欣赏、去追求了。像《非草书》所说的“朝廷不以此科吏”的草书，却成了有“超俗绝世之才”的崔、杜、张芝等“博学余暇”的“游手之物”，后来的学子们却又以之“专用为务”了。这些正是草书艺术魅力的作用。这种情况也大大加速了草书艺术的发展。

汉末最大的草书家首推张芝。其他名家还有杜度、崔瑗、崔实、张超等人。

张芝字伯英，敦煌人，以“临池学书，池水尽墨”而著称，并被后人尊为“草圣”。

张芝生活的时代，章草已经成熟、普及和发展了100多年。