

董友知 著

書法理論
與書法百家

沙孟海題



团结出版社

书法理论 与书法百家

董友知 著

团结出版社

一九八八年十二月·北京

封面题字 沙孟海

责任编辑 王敬之

云 帆

装帧设计 董文远

书法理论与书法百家

董友知 著



团结出版社出版发行

(北京东皇城根南街84号)

中共浙江省委党校印刷厂印刷

(杭州市文一路84号)

浙江省新华书店经销



开本850×1168 1/32 印张14.5 插图100 字数: 368,000

1988年12月第一版 1988年12月第一次印刷

印数: 1—12,000

ISBN 7-80061-113-2/G·32 定价: 4.90元

序 言

书法艺术的普及从而形成不衰的热潮，于当代的中国，确是超过历史上任何一个朝代。这门古老的艺术所以能引起不同文化素养男女老幼的喜爱，一方面固然体现着中华民族文化修养的提高，书法艺术内在的美被今天的人们作了新的发掘和认识；另一方面，乃是因为它的自娱性和表现能力能丰富人们的精神世界，有助于人们的身心健康。因此，书法艺术在世界艺术之林中所焕发的光彩，是与日俱增的。

在这不衰的热潮中，当代书艺与古人相比，当作何评价呢？以我之见，大体说来是“今不如古”！

也许有人会说，时代不同了，不能以老的标准来作比较。确实，古人论书重在对“简静和平”境界的追求，而我们所处的是一个重功利、讲效率的时代，书家受此时代感染，是不可能重复古人的生活、同怀古人的情感的。纵然是一味学古，亦难达到古人的境界，更何况古人是朝夕不离毛锥，磨穿铁砚、池水尽墨，“志于道，游于艺”，无论是神韵风度，还是点画结体，无不既精妙而又自然地表现出来。更不要说千多年来能流传至今的石刻墨迹，大多是经历了历史的洗礼！我们难道能忽视这一点吗？

如果说因时代不同，可以定出不同于古代的标准来论书，老实说，我们这个时代的书风还未形成。一代书风的形成不是一朝一夕之事，我们的共和国诞生仅四十来年，如果参照汉、唐、宋等书学昌明的时代，一代书风的形成到成熟大抵要花近一个世纪的时间，因此，还待不止一代人的努力。现在被推为书坛巨擘的沙孟海、王蘧常、林散之与已故的沈尹默、张宗祥等先生，他们的造诣实得力于上半个世纪的修炼，当代书坛只是借了他们不少

的光，才有今日之规模。因此，从冷静处想，在广阔的书法热潮中，能搏击云水而跃过龙门的年轻一代尚在努力奋进之中。

那末，当代书家所负的历史任务是什么呢？我想，王蒙同志针对文化事业的发展而提出的“存旧立新”四个字，同样适用于当代的书法家们。所谓“存旧”，就是要更深入地学习传统，力求对传统赋予新的内涵。只有这样，才能更好地“立新”；才能避免浅尝辄止学古人、生吞活剥学外人的弊病；才能促使一代书风的形成；才能无愧于书法发展史的演进；才得以自傲地说“今胜于昔”。当然，对于大多数书家来说，能做好“承上启下”的工作，就是对当代书坛的最大贡献了。

董友知先生幼耽翰墨，几十年来虽忙于政事，但对古人的名作留意颇勤。自离休后，他更有了继续深研书学的条件，于书法教学之余，系统撰写了这本很有特色的著作。其中书学概论部分是他创作实践的升华，为了适应不同层次的读者需要，他在这部分的撰写中，从美学、哲学的高度，对书道的进化与发展提出了自己独特的观点；同时，也从最实际处出发，用自己的深切体会，引导初学者稳步迈上创作的道路。至于古典书论选译与古代百余位书家的藻鉴，更是此书着力之处。因此，可以这么说，这本书虽以“存旧”为主旨，却有“立新”之启发；我相信，它无论是作为初学的入门向导与有志于书艺深造者的朋友，都是胜任的。

俞建华

一九八八年十二月七日于杭州明鉴楼

内 容 提 要

本书将书学、书艺和书家融汇为一体，纵横交织、全面系统地讲述了我国书法的基础知识。是一部在体裁格局上颇有特色的书法书籍。全书由三部分组成：第一部分理论概述，除对文字起源和演变、书法素质与特征作了通俗精练地论说外，着重从传统方法讲解了点画结构的基本常识，提出练习书法的进取门径；并从美学角度阐明了运笔的各种技巧，指出掌握书写的基本要领；还从哲学观点论述了书法理论与书艺实践的关系，揭示出内涵的一系列辩证方法，使人阅后有种鲜明的趣味感和充实感。第二部分是古典书论选译，以简洁干练的笔调及娴熟新颖的词汇，释译了历代最为精粹的书论二十八篇，将生辟晦涩的辞义用浅显易懂的语言表达出来，突破了古文深奥的禁区，以便读者古今对照直接领略原著的旨趣风采。第三部分是书法百家简介，系从秦汉至清代二千年来，最著名的书法家（包括艺术、理论、革新、教育及鉴赏五方面）一百十八人的经历事迹与书艺特色的简要介绍。行家们阅后感到“大学教授看了不以为浅薄，一般书法爱好者阅读不觉得艰深”。既可作大专院校及书法学习班的教材，也为书法爱好者提供了自学读物。是一部深广兼顾，雅俗共赏的力作。

作者简介

董友知同志，生于一九二六年，山东烟台市招远县南截村人。一九四三年参加农村抗日战争活动，担任民兵指导员与群众教师。一九四七年春脱产入伍，在解放战争中荣立二等功。渡江南下之后，在浙江省财政经济委员会、计划经济委员会和科学技术委员会，连续工作三十余年；三度主编内部经济技术刊物，撰写过若干篇计划经济文章及书册等。

作者自幼读书十年，先学现代课本，后攻古典书籍；尤其爱好书法，初工颜柳楷书，继以行草见长。离休六年来，专研书法理论，从事书法教学。为中国书法家协会浙江分会成员。在杭州的多处大专院校担任书法课程及讲座工作。

作者曾与书画家俞建华同志合著过一部老年大学二年制教材《书法》，颇得各地离退休老同志们欢迎。本书是作者的第二部书法理论著作，他以当代书法理论家应有的立场、观点和思维方法，尽数年心力完成了这部深广兼顾、见解独特的力作。藉此奉献给书法界同仁与广大书法爱好者。

目 录

第一部分 书法理论概述

第一章 书法和文字的源流

- 第一节 书法的涵义与特征····· 1
- 第二节 文字的起源和演变····· 5
- 第三节 书法发展简史····· 15

第二章 书法美学的体现

- 第一节 书法学的历史基础····· 25
- 第二节 书法学的实际体现····· 29
- 第三节 书法艺术创作与欣赏····· 34

第三章 书法的哲学观点

- 第一节 书法哲学的重要地位····· 42
- 第二节 书法中一系列辩证关系····· 50

第四章 书法心理与修养

- 第一节 学习书法的心理定势····· 58
- 第二节 从事书法的素质修养····· 62

第五章 执笔和运笔方法

- 第一节 执笔方法····· 80
- 第二节 使腕悬肘与书写姿势····· 82
- 第三节 运笔方法····· 84

第四节	用笔技巧三十八法	86
-----	----------	----

第六章 书体的结构规律

第一节	楷书法度	100
第二节	行书要领	105
第三节	草书规范	110
第四节	篆隶写法	119

第七章 章法布局

第一节	格式	124
第二节	布局	126
第三节	题款	128
第四节	用印	131

第八章 书写工具

第一节	笔	134
第二节	纸	136
第三节	墨	138
第四节	砚	139

第二部分 古典书论选译

东汉	蔡邕	《笔论》	143
		《九势》	144
西晋	卫恒	《四体书势》	146
东晋	卫铄	《笔阵图》	157
	王羲之	《题卫夫人〈笔阵图〉后》	160
		《书论》	162
唐代	欧阳询	《八诀》	165

		《用笔论》	166
		《结字三十六法》	169
	李世民	《论书》	170
	孙过庭	《书谱》	180
	张怀瓘	《书议》	197
	颜真卿	《述张长史笔法十二意》	205
	韩方明	《授笔要说》	210
北宋	欧阳修	《试笔》	214
	苏轼	《论书》	217
		《书评》六则	220
	黄庭坚	《论书》	223
	米芾	《海岳名言》	229
南宋	姜夔	《续书谱》	236
元代	刘有定	《衍极》注·书法传流	250
明代	解缙	《春雨杂述》四则	252
	董其昌	《画禅室随笔》	255
清代	宋曹	《书法约言》四则	264
	王澐	《论书剩语》	269
	钱泳	《书学》四则	278
	包世臣	《艺舟双楫》五则	284
	刘熙载	《书概》六则	297

第三部分 书法百家简介

秦代	〇〇一	李斯	309
	〇〇二	程邈	310
西汉	〇〇三	萧何	311
	〇〇四	史游	313
东汉	〇〇五	曹喜	313

	〇〇六	杜操	314
	〇〇七	王次仲	314
	〇〇八	崔瑗	315
	〇〇九	张芝	317
	〇一〇	蔡邕	319
	〇一一	师宜官	320
	〇一二	刘德升	321
	〇一三	梁鹄	322
三国魏	〇一四	钟繇	322
	〇一五	邯郸淳	324
	〇一六	韦诞	324
	〇一七	阮籍	325
三国吴	〇一八	皇象	326
西晋	〇一九	卫瓘	326
	〇二〇	杜预	327
	〇二一	索靖	327
	〇二二	卫恒	328
	〇二三	陆机	330
东晋	〇二四	郗鉴	331
	〇二五	卫铄	332
	〇二六	王导	333
	〇二七	王羲之	333
	〇二八	庾翼	337
	〇二九	谢安	338
	〇三〇	王洽	339
	〇三一	王献之	339
	〇三二	王珣	341
南朝宋	〇三三	孔琳之	342
	〇三四	羊欣	343

	○三五	薄绍之·····	343
	○三六	谢灵运·····	344
	○三七	萧思话·····	344
南朝齐	○三八	王僧虔·····	345
南朝梁	○三九	陶弘景·····	346
	○四〇	袁 昂·····	347
	○四一	萧子云·····	348
	○四二	庾肩吾·····	349
	○四三	阮 研·····	349
南朝陈	○四四	智 永·····	350
北朝魏	○四五	崔 浩·····	351
	○四六	郑道昭·····	352
隋 代	○四七	丁道护·····	352
	○四八	智 果·····	353
唐 代	○四九	欧阳询·····	354
	○五〇	虞世南·····	357
	○五一	褚遂良·····	359
	○五二	陆柬之·····	361
	○五三	薛 稷·····	362
	○五四	孙过庭·····	363
	○五五	李 邕·····	365
	○五六	李 白·····	366
	○五七	徐 浩·····	368
	○五八	张 旭·····	368
	○五九	颜真卿·····	371
	○六〇	张怀瓘·····	373
	○六一	李阳冰·····	374
	○六二	怀 素·····	375
	○六三	柳公权·····	377

五代	○六四	杨凝式	379
	○六五	徐铉	380
北宋	○六六	李建中	381
	○六七	欧阳修	382
	○六八	苏舜钦	383
	○六九	蔡襄	385
	○七〇	王安石	385
	○七一	苏轼	386
	○七二	黄庭坚	389
	○七三	米芾	390
	○七四	黄伯思	392
	○七五	赵佶	393
	○七六	薛绍彭	394
南宋	○七七	岳飞	394
	○七八	姜夔	395
	○七九	朱熹	396
	○八〇	张即之	397
元代	○八一	赵孟頫	398
	○八二	鲜于枢	400
	○八三	康里巎	401
	○八四	杨维桢	402
	○八五	柯九思	403
明代	○八六	陶宗仪	404
	○八七	宋克	405
	○八八	宋璡	406
	○八九	陈璧	407
	○九〇	沈度	408
	○九一	解缙	409
	○九二	沈周	410

清 代

○九三	李东阳	411
○九四	祝允明	412
○九五	文徵明	413
○九六	唐寅	415
○九七	王宠	416
○九八	徐渭	417
○九九	邢侗	419
一〇〇	董其昌	420
一〇一	黄道周	421
一〇二	王铎	422
一〇三	傅山	423
一〇四	八大山人	424
一〇五	王澐	425
一〇六	金农	426
一〇七	郑燮	427
一〇八	刘墉	428
一〇九	梁同书	429
一一〇	王文治	430
一一一	翁方纲	431
一一二	钱沅	431
一一三	邓石如	432
一一四	伊秉绶	434
一一五	陈鸿寿	435
一一六	包世臣	436
一一七	何绍基	437
一一八	刘熙载	438

第一章 书法和文字的源流

第一节 书法的涵义与特征

书法，是中国汉字书写的一种独特艺术，是历代传继下来的一门古老而精湛的学问，是祖国宝贵文化遗产中的一颗灿烂的明珠，是中华民族精神与文明气质的一个象征。它不但能够给人们以美的艺术享受，而且还有明显的实用价值。过去不仅为社会上层所倡举重视，并且向来得到广大人民的珍赏和喜爱。作为一门艺术，无论是悠久的历史性，还是普及的广泛性，都远远超过任何其他艺术。它的矫健步伐，始终伴随着文化的历史车轮不断地前进。在世界的交往中，书法艺术被传播到邻邦和大洋彼岸，加以汲取应用，体现出本民族的风格，获得国际人士的赞赏与钦佩，为中华民族增添了荣誉和光彩。

汉字是世界上最古老的文字之一，从西安半坡陶器片上的刻划符号来说，已达六千年的历史；如从商代殷墟出土的甲骨文来说，也有三千多年的岁月。其他古老文字，还有三种：一是波斯苏美尔人创造的“钉头”文字，也称楔形文字，约产生于五千五百年前，到公元四世纪已被逐渐演化成拼音文字。二是古埃及的“圣书”文字，也叫象形文字，存在于四千年前，到五世纪就趋于灭亡了。还有中美洲玛雅人的古文字，从公元初期使用到十六世纪，在西班牙人入侵后，遭到毁灭性的焚烧，也都失传了。

唯独中国的汉字生命力最强。自远古到现今，经过数次的进化与变革，已经达到了臻于完善的阶段。这就是从甲骨文、钟鼎文、史籀文、石鼓文等，逐步演变成小篆、隶书、草书、楷书、

行书，经历了几千年而形成五体并存局面，为社会生产、人民生活、文化发展、国事往来及载纪史实等，作出了伟大的贡献。时至当代，尽管对汉字又进行了部分地简化改革，但是它依然为社会、政治、经济和文化建设等方面服务，仍在继续发挥着历史的作用。这是世界上任何一种古老文字所无法比拟的。

中国书法，与汉字的形成是密切关联着的。事实上，从文字萌生时开始，就存在着如何把字写得清晰、规则和美观的问题，也就是相应地产生了朴素的书法意识。汉字在各个时期不同的结构形态，不仅记载了文字进化和变革的历史过程，也是书法不断推陈出新的里程丰碑。“书体”始终伴随着“字体”的演进而变化，并未因文字改革而影响书法继续存在的意义；恰恰是随着社会文化生活发展的需要，使书法艺术的各个方面越来越芬芳荟萃、丰富多采了。

我国书法在世界艺术之林，之所以称为一门独特的艺术，是因为它具有以下六个因素和特征。

（一）奇异的结构形式。有人说，凡是有文字的民族就会产生书法艺术。这从逻辑上讲，似乎有些道理。但是，这里有个基本条件的问题，就是文字形式和结构要素必须适应书法艺术的发展。世界上大多数国家使用音符文字，几十个字母符号，重复拼配应用，自然比较简化，由此而形成的书法，无疑是单调的。中国汉字，属于表意的独体文字，基本上是按照“象形、指事、会意、形声、假借、转注”的结构原理创造出来的。一字表达一意或数意，单字多达四、五万个，一般常用的字也超过六、七千；点画的组成相差悬殊，少则一笔，多者几十笔；前人曾说“字如人面”，每个字各有模样，可谓千姿万态。这就天然具备着极大的可为性与可塑性，非常利于书法艺术的创作，也是汉字在世界文字的共性中所形成的特性决定的。

（二）历史的陶冶精炼。汉字在数千年悠久岁月里，经过数次的进化与变革，提供了多种多样的书体结构，发展成各宗各派

的艺术风格。历史遗留下来的标有文字的甲骨、钟鼎、石鼓、瓦当、陶器、古玺、兵器、钱币、诏版、绢帛、竹简、木牍、崖刻、碑碣，以及历代书法家的墨迹等等实物，都可作为书法艺术的杰作珍品。这些异常丰厚的历史遗产，汇成了烟云浩瀚和群星繁茂的文化宝库，在经久地闪烁着灿烂的光辉，具有深奥的探索性和强烈的感召力，吸引人们不断地去攀登书法艺术新的高峰。

（三）妙合的书画映辉。中国书法和中国绘画，有着天然的亲密关系，是彼此相得益彰的。这里且不说“书画同源”，也不讲“书为心画”，而指的是：（1）书画用笔约定同法，人们知道，国画与欧美油画在用笔大不相同，但与书法的用笔技巧颇为相似，不论是画松竹梅兰，还是山水人物，都以线条为主要表现形式，并在画面设置和分间布白上，互有借鉴。（2）书画相映欣然成趣，一幅秀美雅致的国画作成之后，必为书法题辞落款留有位置，在恰如其分地写上几笔之后，顿然会给画面增添奇光异彩，共臻佳妙。历史上许多著名画家，往往又是优秀的书家，不仅“同源”且已同路了。至于观赏爱好者，自然会把书法与绘画并览无余的。

（四）特殊的工具效果。书法艺术的兴盛与发展，一方面因为方块字涵有奇异的造型，另一方面由于古代就发明了适合书写这种文字的工具，即富有弹性的柔毫毛笔，运用中能够产生出那方圆藏露、逆顺向背的韵味，轻重肥瘦、浓淡湿涩的情趣，抑扬顿挫、疏密聚散的笔调，断连承接、刚柔雄秀的气势；再配合上专门制作的细腻渗润的宣纸，及乌郁光泽的徽墨，书写起来更是变幻莫测，妙笔生辉。历代书法家正是熟练地掌握了这支毛笔，才运用自如地把独特文字写出千变万化的姿态来。倘若像欧美国家那样，从古到今使用翎管、铅条和钢笔，恐怕无论如何也难写出这样的艺术效果来。

（五）凝聚的综合因素。各种体裁的书法，皆有用笔、结体和章法三方面的格局，三者结合得越适当、越协调，其艺术性也