

王羲之

序



梁小钧 编著
广西美术出版社

广西美术出版社

Qingshaonian Shufa
Biaozhun Rumen Congshu
Wang Xizhi Lantingxu

王羲之·

兰亭序

编著 梁小钧

青少年书法标准入门丛书

图书在版编目(CIP)数据

王羲之·兰亭序 / 梁小钧编著. — 南宁: 广西美术出版社, 2009.5

(青少年书法标准入门丛书)

ISBN 978-7-80746-450-1

I. 王… II. 梁… III. 行书—书法—青少年读物 IV. J292.113.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第069638号

Qingshaonian Shufa Biaozhun Rumen Congshu

青少年书法标准入门丛书

Wang Xizhi Lantingxu

王羲之·兰亭序

编 著: 梁小钧

编 委: 丁万里 孙日新 张 青
陶淑慧 梁小钧 湛伟新

图书策划: 杨 诚

责任编辑: 潘海清

封面设计: 杨 诚

版式设计: 水边沙

责任校对: 吴素茜 罗 茵 陈宇虹

审 读: 林柳源

出 版 人: 蓝小星

终 审: 黄宗湖

出版发行: 广西美术出版社

地 址: 广西南宁市望园路9号

网 址: www.gxfinearts.com

印 刷: 广西新华印刷厂

版 次: 2009年6月第1版

印 次: 2009年6月第1次印刷

开 本: 889 mm × 1194 mm 1/16

印 张: 6

书 号: ISBN 978-7-80746-450-1/J · 1055

定 价: 15.00元

本书如出现印刷装订质量问题, 请直接向承印厂调换。

版权所有 翻印必究

01 第一章 概述

- 01 第一节 王羲之生平及《兰亭序》简介
- 03 第二节 书写工具及执笔方法
- 06 第三节 基本用笔知识
- 08 第四节 行书笔画间的连带关系
- 10 书法小知识

11 第二章 基本点画的学习

- 12 第一节 点
- 18 第二节 横
- 22 第三节 竖
- 26 第四节 撇
- 30 第五节 捺
- 32 第六节 钩
- 36 书法小知识

37 第三章 偏旁部首的学习

- 54 书法小知识

55 第四章 结构的学习

- 56 第一节 独体字
- 58 第二节 合体字
- 66 第三节 同字练习
- 78 书法小知识

79 第五章 章法知识及集字练习

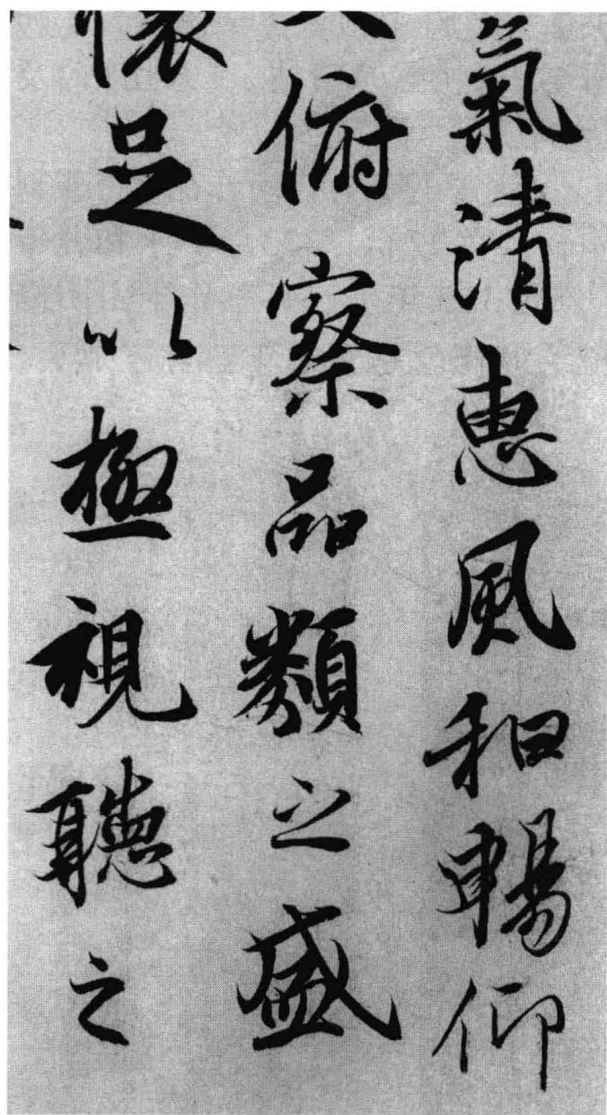
- 79 第一节 章法知识
- 85 第二节 集字练习

90 附图 王羲之《兰亭序》

第一章 概述

第一节 王羲之生平及《兰亭序》简介

王羲之(303—361年),字逸少,琅邪临沂(今山东)人。东晋时杰出的书法家、书法革新家。王羲之出身豪门大族和书香之家,父辈王导、王敦、王廙和父亲王旷不仅参与朝廷政事还都雅好翰墨,均是书法家。幼年师从卫恒的侄女卫夫人,得钟(繇)之法。幼年时代的王羲之在书法的环境中耳濡目染,备受熏陶,并且好学出色,得到师长的器重,卫夫人曾说:“此子必蔽我书名矣。”在仕途上,初召为侍郎、吏部尚书,不受,27岁光景任庾亮参军,累迁长史、宁远将军、江州刺史,后迁居山阴(今浙江绍兴),官至右军将军,会稽内史,故称王右军。王羲之为人耿直,忠心于国家,一心想为东晋建树一番事业,可是遭小人所扼而辞官,转为与诸名高士游山踏水,研习碑刻书迹,自适而终。



王羲之书法“博精群法，特善草隶”，“古今莫二”，古今对王字的评论数不胜数，唐太宗《王羲之传论》赞其书艺为“详察古今，研精素篆，尽善尽美，其惟王逸少乎！观其点曳之工，裁成之妙，烟霏露结，状若断而还连；凤翥龙翔，势如斜而反直”。王羲之流传作品大约有四百余帖，大多为摹本，如《淳化阁帖》，其中尤为著名的有《十七帖》、《孔侍中帖》、《奉橘帖》、《姨母帖》、《快雪时晴帖》、《寒切帖》及《兰亭序》等。

《兰亭序》为行书作品，唐摹刻本，全文22行，323字，永和九年（公元353年）三月三作于山阴修禊。修禊就是在每年三月三那天，

根据风俗人们到河边游玩来消除一年中的不祥。那天文人墨客汇集一堂，一面喝酒，一面作诗，作完了诗，大家把诗集起来，合成一本《兰亭集》，公推王羲之作一篇序文，当时王羲之已醉，他趁着酒意，拿起鼠须笔，在蚕茧纸上，挥起笔来。这篇序文，就是后来名震千古的《兰亭序》。此帖笔法丰富，结体大小错落有致，提按顿挫，转折收放恰到好处，布局变化多端，同样的字，奇姿异态，自然生动，后来王羲之再作多遍均不及首次。《兰亭序》著名的有冯承素摹本、褚遂良摹本、虞世南摹本等，其中冯承素摹本为最接近原作，世称“神龙本”。

第二节 书写工具及执笔方法

古人云：工欲善其事，必先利其器。

意思是说：要想把事情做好，做到事半功倍，就必须准备好相对好的工具。那对于书法来说，便是对笔墨纸砚的准备与挑选。这里试着就笔墨纸砚的特点与要求作一个详细的介绍，希望能对初学者在选择笔墨纸砚的时候有个参考。

一、笔

笔种类繁多，大概可以分为刚、柔、中性三种（图1），其中，用狼毫、兔毫、熊毫、鼠毫、猪鬃制作的毛笔属于刚性，用它写出来的字笔画刚劲。羊毫与兔毫或狼毫混合制成的笔为中性，又称兼毫。而用纯羊毫、鸡毫所制的笔属于柔性，比较难控制。在选择毛笔的时候我们可以注意以下四点：

1. 健。健主要是要求整个笔毫要健挺，需具有相当的弹力，因为只有笔毫有弹力，才能有利于在书写的过程当中调整笔锋。

2. 齐。齐主要是要求整个笔毫在摊开后比较整齐。

3. 满。满主要是要求笔肚饱满，笔肚饱满则蓄墨多，不至于写一字蘸一笔，不利于书写的连贯。

4. 尖。尖则要求笔毫在蘸水后能凝聚到一起，并且笔头很尖细，笔头尖细有利于书写字的细致部分。

二、墨

墨以徽州制造的最好，所以称之为徽墨



图1 笔



图2 徽墨



图3 毛边纸

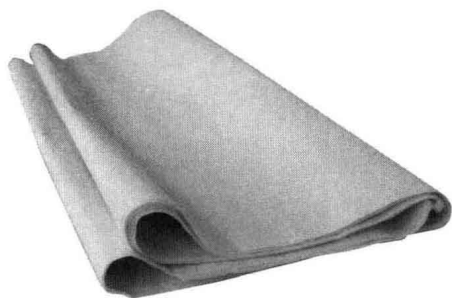


图4 宣纸



图5 石砚

(图2)。墨的原料有松烟和油烟两种,松烟墨色偏蓝,适于写字,油烟墨色偏黑,适于画画。在选择墨块时我们可以注意以下两点:

1.以物击墨,声音清亮者为好,声音重滞者为次。

2.用砚磨墨时,声音细腻者为好,声音粗糙者为次。磨墨时应用清水,水不宜太多,重按轻推,不可太快。初学者一般用市面销售的北京牌、一得阁牌等墨汁就可以了。

三、纸

把纸简单地分为两大类,那就是吸水的和不吸水的,也就是我们在书写的时候墨碰到纸面会渗开来和不大会渗开来的。初学者最好选用不大会渗水的纸张,其中最经济实惠的便是毛边纸(图3),因为毛边纸能很直接地看到自己学习的结果,能让初学者对自己的能力与对错有个直接的认识。在经过一段时间的书写后,我们可以选用一些稍微有点渗水的宣纸(图4)来进行练习,提高自己对墨的控制能力。然后慢慢地提高选择宣纸的渗水度,由易到难。因为选择纸张的最终目的是训练学习对墨的控制能力。

四、砚

砚也分很多类别,有玉砚、陶砚、石砚(图5)、瓦砚等。在石砚中最好的是端砚,但价格太高,且不容易得到。初学者选用一般的砚台就可以,但仍然需要注意,太细很难磨,太粗则容易损坏毛笔。另外,砚台用过就要洗干净,积墨太多容易使墨发臭。在用墨汁时使用小瓷碟也很方便。

五、执笔方法

介绍了纸墨笔砚的选择,我们再来熟悉一下执笔的方法。首先,执笔要正,即保持笔杆

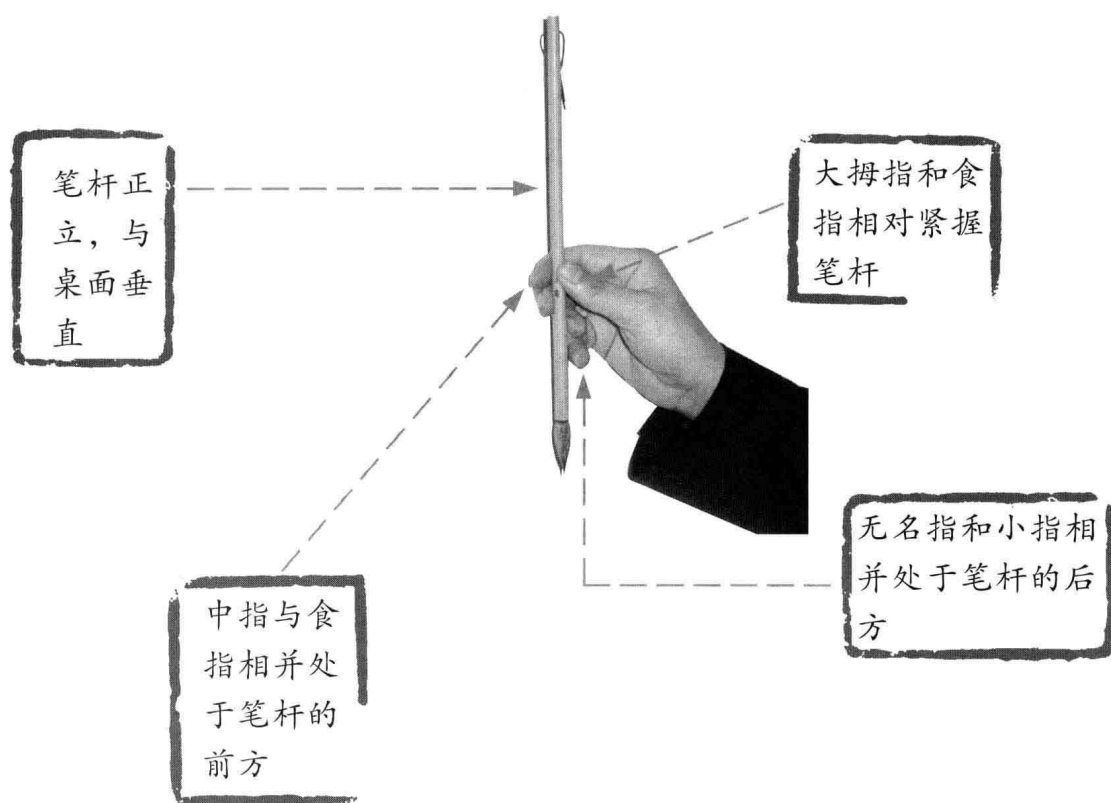


图6 执笔方法

与桌面垂直，古人说笔正则心正，心正则字正，也就是这个道理。其次，在执笔的过程当中，五指的各司其职是很重要的，我们可以通过图6来详细了解一下在书写的过程当中，五个手指具体的职责。

学会执笔后，在写字时还要注意把手掌竖起来，这样才能灵活运用手腕，而且手腕和桌面尽量保持平行，这样才能使笔杆正直。初学者执笔一般执得低些，当书写熟练后，悬腕写大字时，可适当地执高些，至于高低的尺寸是多少，可以不用硬性规定。执笔写字时，过紧过松都不行，执笔的松紧主要的目的是使书者在写字时，点画要有力，因此，执笔运笔的好坏，不是一下子能表现出来的，需要初学者多多练习才行。（图7）

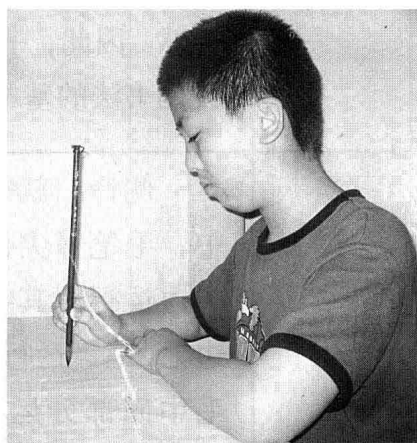
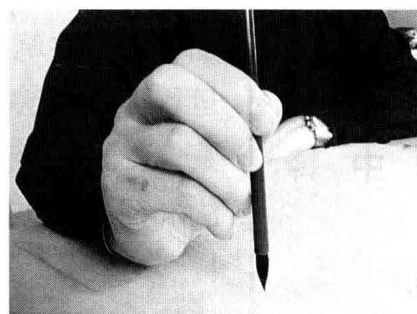
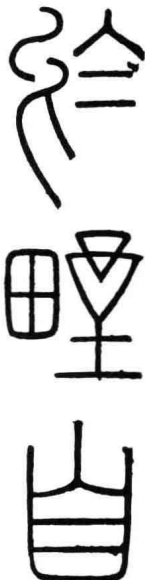


图7 执笔方法

第三节 基本用笔知识

笔法是书法的基本技法。书法中任何点画,都包括起笔、收笔与中间运行三部分,也可以说是三个运笔阶段。一般起笔要果断,有笔势;收笔要内含,有

余味。古人所谓“藏头护尾,力在其中”,就是这个意思,而中间折笔要有力量,避免软弱。笔法分为中锋与侧锋两大类。从笔画形态看,有“方笔”与“圆笔”之分。

名称	说 明	图 例	特 点
中 锋	所谓中锋,就是在行笔过程中,如蔡邕在《九势》所说“令笔心常在点画中行”,即毛笔锋尖在笔画中心部位上运行。从书法的各种书体如篆、隶、楷、行、草的表现技法来看,确以运用中锋为主,特别是篆书,全用中锋,如玉箸篆(于、野、自),其线条两边齐平,点画圆浑饱满、含蓄自然。因此,中锋运笔,可以说是书法的基本笔法。		从笔法性质来说,中锋、侧锋都不可偏废,中锋含蓄,侧锋外露,特别是行草书,常中锋、侧锋并用,才能跌宕多姿,相映成趣。
侧 锋	侧锋,就是在运笔过程中,毛笔锋尖偏向于笔画的一边运行,其线条一边齐一边毛,笔锋运行的一边实,笔毛中间部分运行的一边虚,如《书谱》(诱、道)。		

名称	说 明	图 例	特 点
方 笔	起笔与收笔处呈方形，用笔干净利落，斩钉截铁，如《始平公造像》（宗）。	宗	楷书的点画形态并非一味的方与圆，还有一种是介于方圆之间的点画形态，方圆结合，显得刚柔相济，圆浑劲利。
圆 笔	起笔与收笔处呈圆形，用笔藏头护尾，无往不收，如颜真卿的《自书告身帖》（开）。	開	
提 按	提笔使线条变细，且显得流畅；按笔使点画变粗，显得凝重。提笔要瘦硬挺健而不飘滑，按笔要凝练浑厚而不僵滞。如褚遂良的《雁塔圣教序》（劫）偏于提，如颜真卿的《东方朔画赞》（先）偏于按，又如《大字阴符经》（道）提按变化比较大。	劫 先 道	提 笔 与 按 笔 是 笔 锋 的 纵 向 运 动。
疾 涩	“疾笔”与“涩笔”是指行笔的快慢、急缓，是产生书写节奏变化与形成书风的主要因素，如《兰亭序》（亦、大、矣、岂）。	二 大 矣 豈	“疾笔”显得流畅遒劲，而“涩笔”显得凝重浑厚。

第四节 行书笔画间的连带关系

笔画	例字	特点
点——点	字 之	点画常和其他笔画连带，虽然露锋起、收笔较多，但牵丝不明显，由此使字在轻盈中见含蓄，在规整中见灵动。
点——横	言	
点——撇	为 以 人	
点——钩	惠	
横——横	信	横画与其他笔画的相联，即使没有牵线，上下笔画也有相互呼应之势。
横——竖	相	
横——撇	夫	
钩——点	樂	钩画联点，点画有一个入纸的痕迹，然后挫锋挑出。

笔画	例字	特点
撇——撇	係 不 笑 取 感 之 不 仰 興	与撇画相联的笔画要有一个与撇画相反的势，最明显的是“取”字的撇和点，撇向上，点向下。
撇——竖		
撇——提		
撇——点		
撇——横		
撇——捺		
竖——点	不 仰 興	竖画和其他笔画的相联，有时有明显的牵丝，在写牵丝时，也要注意笔画的使转，该换锋处换锋，如“与”字，该顿挫处顿挫，如“仰”字。
竖——横		
竖——竖		

书法小知识

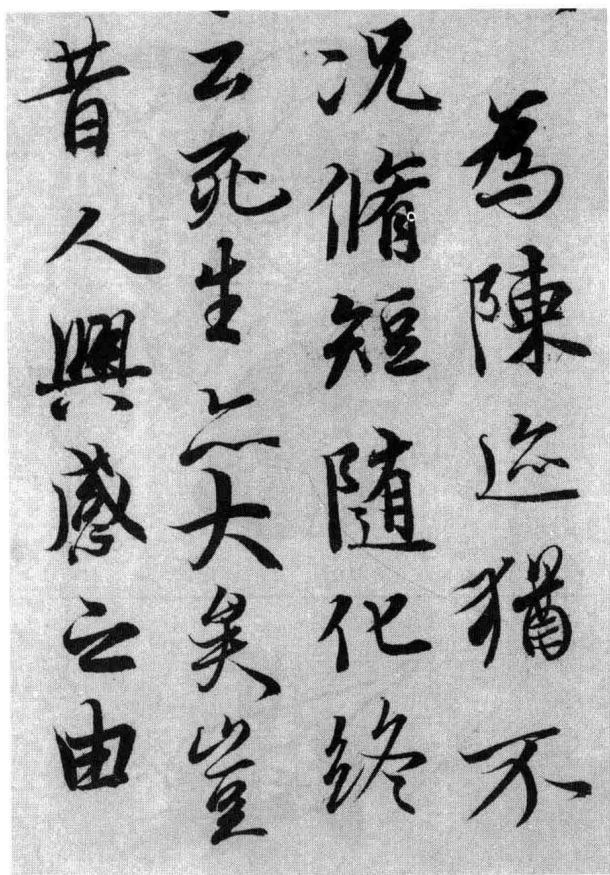


王羲之书换白鹅

传 说王羲之有一个特殊的癖好，就是非常喜欢鹅。他认为养鹅不仅可以陶冶情操，还能从鹅的某些体态姿势上领悟到书法执笔、运笔的道理，所以，他对鹅很有兴趣，甚至把它们买回来玩赏。山阴有一个道士，他很想要王羲之给他写一卷《道德经》，可是他知道王羲之是不肯轻易替人抄写经书的。后来，他打听到王羲之喜欢白鹅，就特地养了一批品种好的鹅。王羲之听说道士家有好鹅，就特地前去观看，船刚到村口，就见岸边有一群白鹅在水面上悠游，憨态可掬，好不喜欢，久久舍不得离开。于是，王羲之就派人去找道士，要求把这群鹅卖给他。那道士笑着说：“既然王公这样喜爱，我把这群鹅全部送您好了，但我有一个请求，就是请您替我写一卷经。”果然，王羲之欣然答应了给道士抄写经卷，换回了这群白鹅。

第二章 基本点画的学习

学习行书，需要有楷书作为基础，因为把楷书写好了，行书的快带笔画才能交代清楚。行书的点画很复杂，没有楷书的“永字八法”说法，但为了能让大家把握从楷书到行书的变化规律，我们依然把它分出若干点画，目的是能详细给大家介绍行书点画的变化规律。

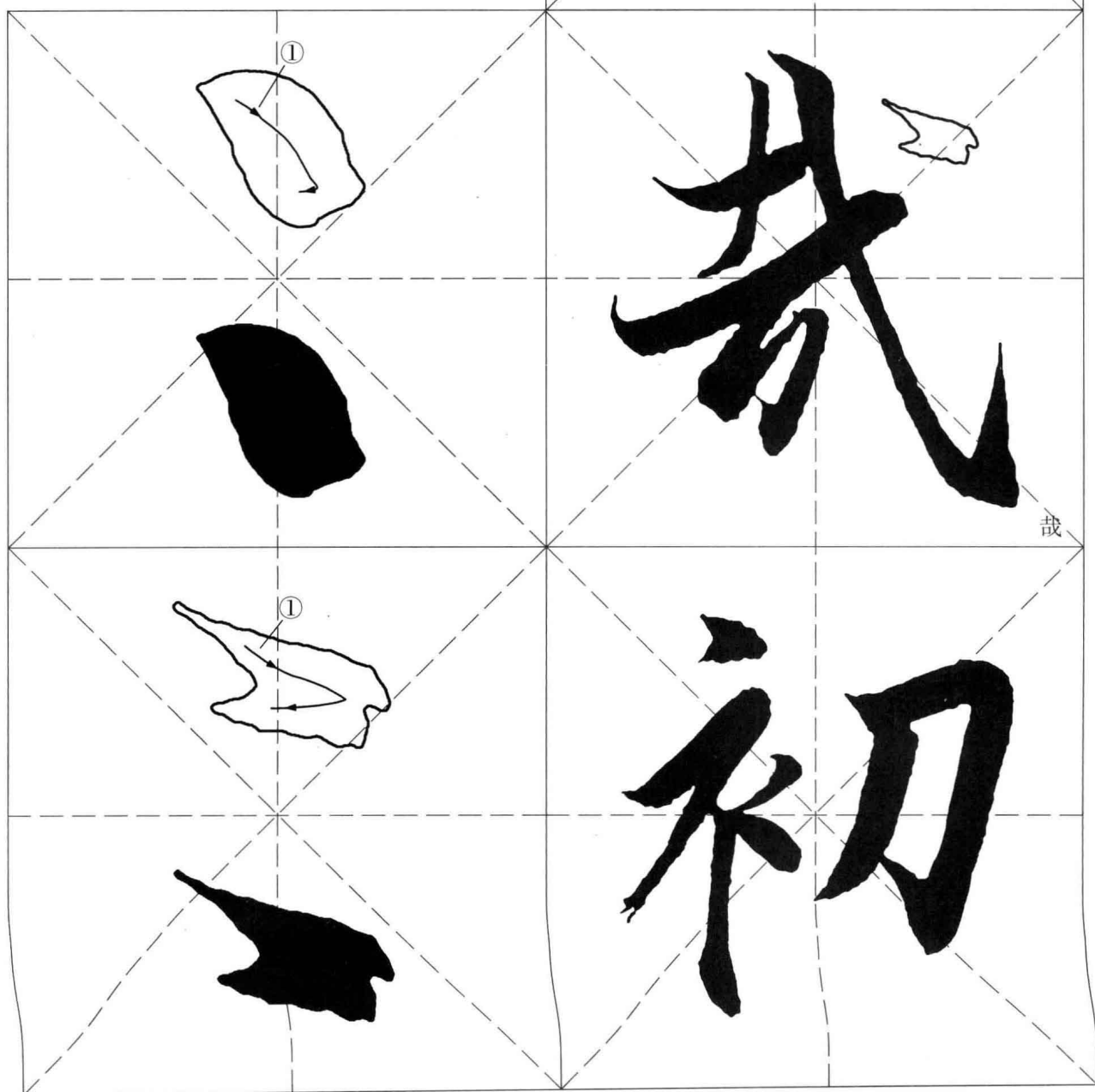


斜点：

①看清原点画的姿态，如形态、方向、粗细等。

②果断入纸。

③认真把握收笔的笔锋，看是属于内敛还是外露。



寄

诞

诞

后

视

视

后

岁

盛

岁