

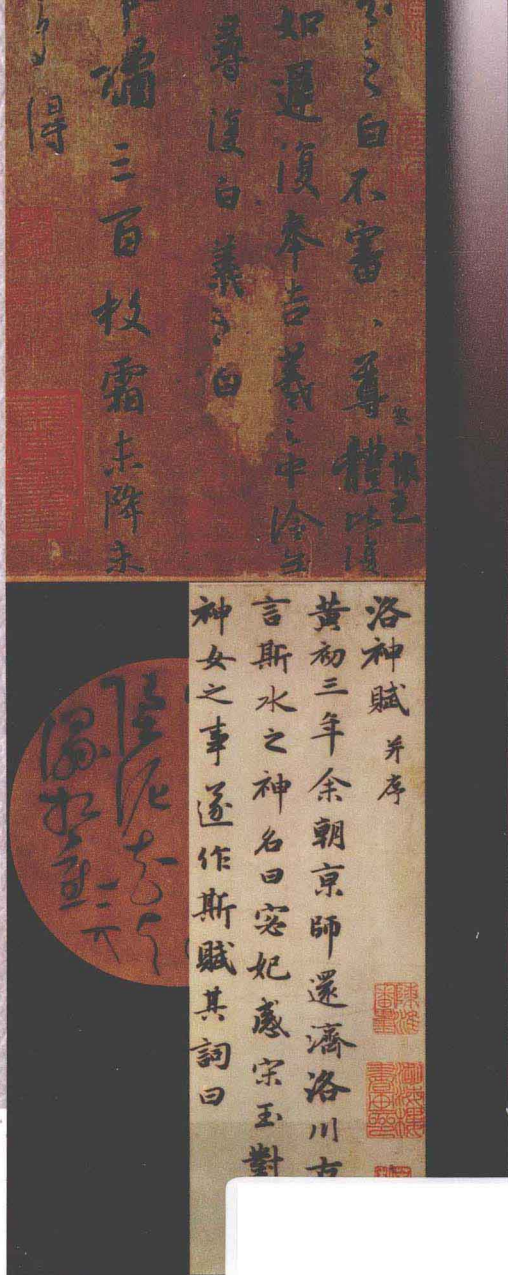
新华人文修养丛书

任德山◎著

中国书法简明读本

丛书主编 要力石

新华出版社



新华人文修养丛书

任德山◎著

中国书法简明读本

之白不審、尊體比復
如遲復奉言義之中冷生
尋復白義之白
端三百枚霜未降未
得

洛神賦 并序
黃初三年余朝京師還濟洛川古
言斯水之神名曰宓妃處宗玉對
神女之事遂作斯賦其詞曰
洛神賦

丛书主编 要力石



新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国书法简明读本 / 任德山著. —北京: 新华出版社, 2013. 1

ISBN 978 - 7 - 5166 - 0260 - 7

I. ①中… II. ①任… III. ①汉字 - 书法 - 中国 IV. ①J292. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 306233 号

中国书法简明读本

作 者: 任德山

出 版 人: 张百新

丛书主编: 要力石

责任编辑: 王晓娜 梁秋克

责任印制: 廖成华

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路 8 号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhuaapub.com> <http://press.xinhuanet.com>

经 销: 新华书店

购书热线: 010 - 63077122

中国新闻书店购书热线: 010 - 63072012

照 排: 北京厚积广告有限责任公司

印 刷: 北京新魏印刷厂

成品尺寸: 170mm × 240mm

印 张: 14

字 数: 186 千字

版 次: 2013 年 9 月第一版

印 次: 2013 年 9 月第一次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5166 - 0260 - 7

定 价: 36.00 元

图书如有印装问题请与出版社联系调换: 010 - 63077101

前言

书法是一门艺术，是世人公认的中国文化中的最高艺术。现代书法家沈尹默先生曾说：“它（书法）无色而有图画的灿烂，无声而有音乐的旋律，引人欣赏，心畅神怡。”

只有懂得中国书法，才能懂得中国的艺术和文化，所以美籍华裔学者蒋彝先生说：“我们认为书法本身居于所有各种艺术之首位，如果没有欣赏书法的知识，就不可能真正理解中国的美学。”

书法，即用毛笔书写汉字的艺术，是中国传统艺术之一。何谓书者？原指作字记事的技艺，东汉许慎《说文解字》：“著于竹帛谓之书。”《释名·释书契》云：“书，庶也，纪庶物也；亦言著也，著之简纸永不灭也。”何谓法者？法包括三要素：（1）笔法，须正确执笔，掌握科学指法、腕法、身法、用笔法、墨法等；（2）笔势，指妥当组织点画结构、分行布白、承接关系等；（3）笔意，要在书写中表现出自然的情趣、人文的修养和高尚的人品。笔法、笔势属于书法技法范畴，笔意是书法的艺术精神。书法依附于文字而存在。后来书体渐多，技法日精，文字书写的点画结构，气韵风神，都要表达作者的性格、思想感情、趣味、素养等精神因素，于是成为一门独立的艺术。书法者即借助于汉字之形体，以抒发情怀、陶冶性灵为目的，具有强烈的民族性和高级的艺术品位。

书法，是中华民族特有的传统文化。它以汉字作为表现对象，以笔为创作工具，是一门独特的线条造型艺术。中国书法，能在简练的线条造型中，表达人类丰富复杂的思想感情，具有极高的审美价值。观赏一幅中国书法作品，如同观赏优秀的绘画作品或雕塑、音乐、戏剧、舞蹈等作品一样，

能使人联想起美好的生活，获得多种美的享受。

欧阳修引用苏子美的话说：“窗明几净，笔砚纸墨，皆极精良，亦自是人生一乐。”是的，书法能给我们带来莫大的精神享受，还能开启我们的智慧，升华我们的情操。一支毛笔，界破了虚空，在纸上书写出千变万化的线条，可以呈现出万象之美。唐太宗曾经讲自己欣赏王羲之书法的体会：“玩之不觉为倦，览之莫识其端。”意思是，欣赏王羲之书法，百看不厌，不知疲倦。好的书法作品就是能够具有永久的观赏价值。

书法不是停止在技巧层面的艺术，它直接和人的精神境界相通。书法是表现人的精神与万物哲理的艺术，它还可以表现社会与大自然蕴含的美的规律。正如西方人以音乐为重要艺术修养一样，中国人是以书法为重要艺术修养的。宗白华先生也说：“中国乐教衰落，建筑单调，书法成了表现各时代精神的中心艺术。”书法表现美，蕴含一切美学特征，正所谓“备万物之情状”，它在中国人的生活中无处不在。书法与居住文化、景观文化、教育文化、宗教文化、政治文化、钱币文化、民间礼仪习俗及绘画艺术、建筑艺术、舞蹈艺术、工艺美术等都密切相关。可以说，我们的美好生活是离不开书法艺术的，学习书法是很多热爱中国文化艺术的人的需要。

我们编写此书就是为那些希望学会欣赏书法、并能写出一手好字的读者提供一点帮助。本书全面系统地讲述了中国书法艺术的基本特征、汉字起源和书法源流之后，作者以金文、石刻、墨迹等历代书法杰作为根据，细说中国书法的源流演变，详细介绍了历代书法大家的出身背景、文化底蕴、艺术特色和书法技巧。讲述均放在作家作品所处的大的时代背景之中，让人们能够从时代精神、社会政治、经济文化、人物性格与心理诸层面去深入理解历代书法经典作品的精髓。此外，作者还注意打通专业界限，做到在综合提炼迄今为止书法艺术的公认成果基础之上，让希望了解和学习书法的人能够看懂本书，尽量做到贯通古今，细述常识，深入浅出。

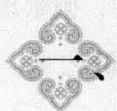
目 录

一、美妙的汉字	1
1 富有美感的汉字	2
2 汉字书写成为艺术	6
二、“篆书”是精心构撰的美	17
1 书法的童年——甲骨文	18
2 钟鼎礼器铸“金文”	20
3 秦始皇、李斯和小篆	28
4 怎样写篆书	32
三、隶书与大汉风范	37
1 宏放博大的汉文化	38
2 笔法跃动的汉隶墨迹	40
3 汉隶中的摩崖书迹	41
4 各臻其妙的碑刻汉隶	44
5 书法艺术的成熟及汉代书法名家	51
6 怎样写隶书	53
四、焕发自由与创造精神的魏晋书法	57
1 晋人之美和晋书尚韵	58
2 “书圣”王羲之	63
3 王献之、王珣和“三希堂”	71

4 奇古常新的“二爨一铭”	73
5 原生态艺术——魏碑	76
6 怎样写行书	84
五、融合南北的隋代书法	89
1 《龙藏寺碑》和《董美人墓志》	90
2 智永法师与《真草千字文》	92
六、法度完备的唐代书法	95
1 初唐奠定“楷法”格局的名家	97
2 帝王好书法 名臣都善书	103
3 雄视百代的颜真卿书法艺术	110
4 书法与书论双不朽的《书谱》	114
5 张旭和纵横跌宕的《古诗四帖》	115
6 奔放激昂的“草圣”怀素	117
7 唐晚期及五代书法——颜势中见高峰	120
8 怎样写草书	125
七、文采风流的宋代书法	127
1 李建中、欧阳修和宋初书坛	129
2 “尚意”抒情的“宋四家”	131
3 北宋晚期的名家	140
4 延续北宋，兼法晋唐的南宋书法	142
八、复古为新与另辟蹊径的元代书法	149
1 回归传统的元初期书法	151
2 另辟蹊径归奇险的元中后期书法	156

九、“台阁体”与个性化交辉的明代书法	159
1 皇权笼罩下的明前期书法	162
2 走向世俗与个性化的明中期书法	165
3 纵意求奇的明晚期书法	172
十、源流并重、碑帖同兴的清代书法	179
1 朝代转换之际的清初各派名家	181
2 清中期的帖学名家	186
3 尊碑以求新求变的清中后期书法	187
十一、集大成、开新局的近代书法	199
1 开书法新风的沈曾植	200
2 大书画家吴昌硕	201
3 杰出的书法家和书论家康有为	202
4 艺术大师齐白石	202
5 书法教育家李瑞清	203
6 博古通今梁启超	204
7 国学大师章炳麟	205
8 书法大家于右任	206
9 绚烂至极归于平淡——弘一法师李叔同	207
10 精工朗润沈尹默	208
十二、附录	209
1 笔法浅说	210
2 书法的章法	212

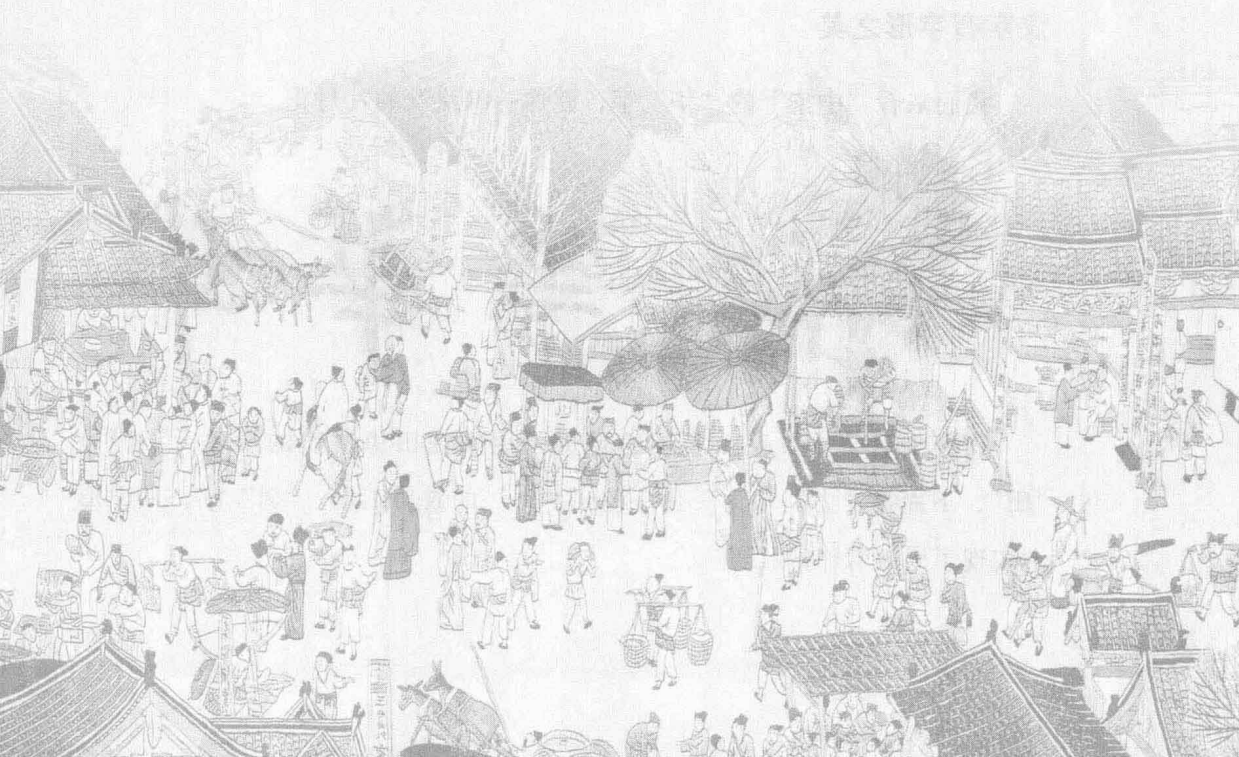
文字之美



一、美妙的汉字

1 富有美感的汉字

2 汉字书写成为艺术



1 富有美感的汉字

我们伟大的古代先民为了生产和生活，仰观天文，俯察地理，记事、交流，创造了文字，同时也创造了书法——汉字书写的艺术，这是中国特有的一门具有永久生命力的艺术。

宇宙间的大自然与人类及万物之形状，都有美妙的线文，其运动亦有美妙的轨迹。我们的先民“博采众美，合而为字”。这种文字既有具象的自然之美，又有抽象的形式之美，正如一切伟大的艺术，都会一方面创造形象，给人以美感，另一方面升华为抽象的形式美，使人发生更多更久的联想。汉字就有这样的功能，它不仅创造了唐诗、宋词的韵律美和意境美，而且诗篇本身就有文字之美，历代经典文学的瑰丽篇章，其行文之洗练，含义之丰厚为任何欧洲文字所不及，书面之美更是风华独具。

汉字的书写是富有趣味和美感的。

汉字有字形之美

我们来看“中华”的“华”字，就像一株盛开的牡丹花。



𠂔 華 华

我们来看“男”字，表现的是男子用耒在田里耕作的形象，上面是“田”，下面是“力”，“力”是一种叫“耒”的农耕工具。“男”字，从字形上表现了男人劳作的壮美。



男

再来看“女”字。

女子的美在于温婉善良，我们看这个“女”字的篆书就表现了女子的温柔之美，汉字中有这个“女”字偏旁的字都和女子有关，也大多都有这种美妙的形态。



女

汉字有字容之美

动物的容貌也被汉字表现得极为生动。

鹿是四肢细长、尾巴较短的动物，雄鹿头上生有枝角。甲骨文、金文中的“鹿”字，生动描绘了一只头朝左、尾朝右的雄鹿的侧面形象：有一对枝杈状的角、大眼睛、长颈细腿、短尾，显得身躯轻灵、体态优美。



鹿

“羊”，是一个正面的羊头，弯曲而美丽的羊角，挺秀的面容，真像一幅抽象的画作。羊是农耕时代人们特别喜爱的动物，在我们汉字中带有羊字的字都是很好的字眼儿。在古代，吉祥的“祥”就用羊字。



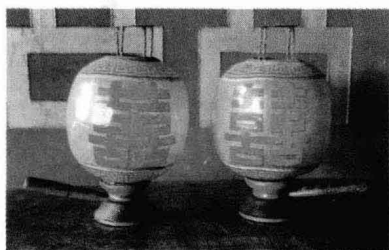
羊 羊

不仅是篆书这样美，楷书同样有字容之美。比如“喜”字，中国人的喜庆事情如结婚办喜事，都要张贴“喜”字，一看这个字，所有人都会有喜气洋洋的感觉。



喜

喜



可以对比一下拼音文字，在欧美地区，商店、公司、大厦上面的拼音文字表示的名称本身没有什么表情。而中国就不一样了，中国商业字号的牌匾都是十分讲究书法的，牌匾要表现出这个店家的形象，表现出其企业文化。

博采众美，合而为字

我们的先民以朴实的思想，取象于客观事物，画成其形，形成文字，创造出了最初的象形字。凡是天地之间大自然的万物都被汉字传达出了美妙的体貌和精神，这就是前人说的“博采众美，合而为字”。

“火”，这个字就生动表现出了人类生存需要的火焰。



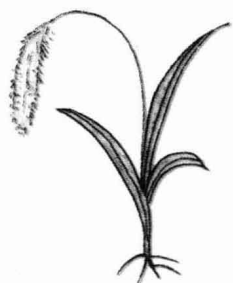
火 火

“舞”，表现的是我们的先民用跳舞表达语言和歌唱都不能表达的强烈情感。她舒展四肢，拿起舞具，跳了起来。



舞 舞

“禾”，有根、有茎、有叶子，尤其是有那成熟饱满低垂的谷穗。



禾 禾

“竹”，就像一丛亭亭玉立的翠竹，有枝干，还有“个”字形的一组竹叶。

竹 竹 竹 竹

总之，用汉字表现人，真是风情万种，用汉字表现天地自然，真是气象万千，用汉字表现动物，鸢飞鱼跃，驰骋于天地之间，用汉字表现植物，多姿多彩，万紫千红。

2 汉字书写成为艺术

汉字本身起源于象形，天生就有艺术美的元素。书法要用汉字的字体来表现自然之美，如日月山川，风光雨露；表达情感之美，如喜恋歌哭。书法在结构中含艺术，在意境中蕴哲理，可以表现中华文化的深厚内涵。由于中国独特的文化传统，人们视书法为珍贵的艺术品，而且在一切艺术之上。正如著名学者钱穆所说：“中国文字亦可说是由中国人独特创造，而又别具风格的一种代表中国性的艺术品。我们只有用看艺术作品的眼光来看中国文字，才能了解其趣味。”

有人说，象形字不过是一种记事的图解，成熟的汉字只是语言符号。但是，书法艺术是要求把字写得赏心悦目，有怡情的效果。它无色却有图画之灿烂，无声却有音乐的旋律。它是一种深具人文内涵的伟大艺术。美籍华裔学者蒋彝先生曾指出：“我们认为书法本身居于所有各种艺术之首位，如果没有欣赏书法的知识，就不可能真正理解中国的美学。”其实也可以说，不懂得中国书法，就不能全面了解中国的文化和艺术。

中国书法是艺术，而艺术是有标准的，是可以作为人类共同的优秀文化来欣赏的。明白了书法艺术的标准，才能懂得怎样欣赏中国书法，知道一般的“写字”和书法艺术的区别。

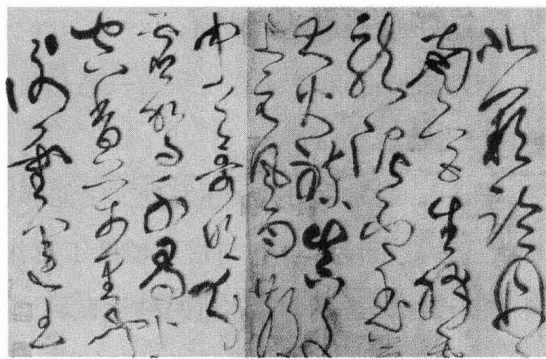
书法的点画线条是要有生命力的

历代书法家都将好的书法比作大自然当中特别有生命力的事物，比如：

飞腾的苍龙，舞蹈的凤凰，疾飞的鸟，挺拔的青松……赞美那些书法的线条运动生机勃勃。梁武帝说王羲之书法“字势雄逸，如龙跳天门，虎卧凤阙”，也是在赞美它充满健康、优美的生命感。好的书法，线条都是活着的，有神、有气、有骨、有肉、有血，有立体感、力量感和速度感。可以说，只要线条是血脉充盈的，结构是饱满的，无论何种书体，都会富于生命光彩。



人类生命活力的美的体现之一就是舞蹈，全世界各民族都有舞蹈——人类感情迸发时最直接的运动。语言不通，但是歌舞却能相通。全世界能把舞蹈精神化为文字书写的，只有中国的汉字。中国书法最富有舞蹈精神，所以常被人们形容为“龙飞凤舞”。唐代大书家张旭见公孙大娘剑器舞



而悟笔法，最优美的舞蹈都有和谐的韵律，这种韵律都可以和中国书法艺术相通。比如张旭《古诗四帖》中的一段：“北阙临丹水，南宫生绛云；龙泥印玉简，大火炼真文；上元风雨散，中天哥吹分；虚驾千寻上，空香万里闻。”从中可以想见公孙大娘舞蹈的神韵。

书法抽象了自然万象之美

大自然到处都是美的踪迹，书法家就是要用心去寻找美的踪迹，用字写下来。写下自然之美，也流布了自己的精神之美，自然的精神，主观的心灵，融为一体，流布为一篇美的行迹——书法，这是典型的中国式的天人

合一的哲学体现。

宗白华说：“王羲之的字，没有汉隶那么整齐，那么有装饰性，而是一种自然可爱的美。”楷书也要写得潇洒纵横，不一定拘谨地守着方正平直的规矩。

汉代书法家蔡邕说：“夫书肇于自然。”他又说：“纵横有可象者，方得谓之书矣。”（《笔论》）按照他的说法，书法要表现天地之间一切有象可观的事物的美。自然万类，人生百态，所有正在飞、正在动、正在成长着的事物之美，都可以寓之于书法中去。而汉字的起源就是描摹可象的事物，最早出现的就是象形字。这是汉字的基础，也是书法的基础。

中国书法自古以来就把自然美的价值蕴含其中，对大自然的美作了热情的赞颂，并把大自然的美作为创作的根据、评价的标准，以至于自然美成为中国书法重要的美学基础。

书法的美感起始于每个字的一笔一画，这些都是基本线条，这些线条构成书法要有几个特征：

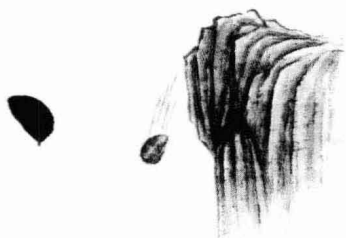
第一，它是手写的。手写的文字能够表达出书写者的思想感情，而且随着人的变化而变化。它与借用辅助工具作出的几何线不同，几何线是自然科学图形线，是客观物体量的科学表示，没有感情色彩和艺术特征。

第二，书法线条的书写工具和使用的原料是中国特有的毛笔和水墨。中国毛笔尖、齐、圆、健的四个特点，使得它在艺术家手中能够表现出千姿百态的线条形式。水墨的应用就使得书法线条千变万化、无比丰富。

第三，书法线条有力度，有速度，表现了丰富的力量感和运动感。

第四，书法线条有厚度，有立体感，表现了美妙的空间感。写在纸、绢等各种平面介质上的字，要能显现出一定的厚度，呈现立体感，好像它占有了空间，甚至联系着时间。千百年来书法家们都在讲“中锋”用笔，都是在强调线条的立体感、空间感。

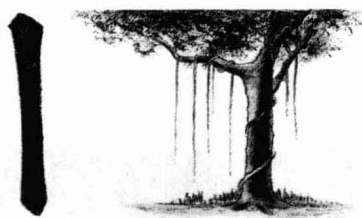
传为“书圣”王羲之的老师卫夫人所作的《笔阵图》将书法笔画比拟为人的行为和自然的情景，便于我们理解书法的美。



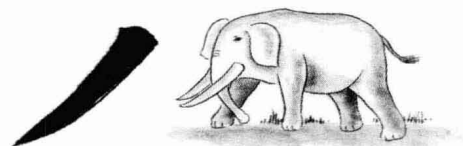
用“高峰坠石”来形容“点”



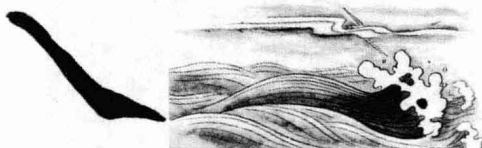
用“千里阵云”来形容“横”



用“万岁枯藤”来形容“竖”



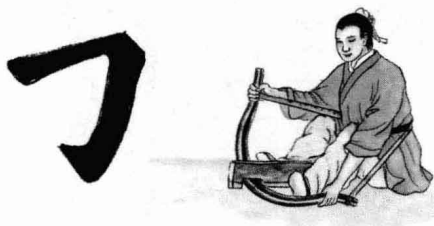
用“陆断犀象”来形容“撇”



用“崩浪雷奔”来形容“捺”



用“百钧弩发”来形容“戈”



用“劲弩筋节”来形容“折”

有了上面讲的这些基本特征还不够，还要有艺术化的组合和整体的意境——也就是美的造型和章法，才可以称为好的书法。