

# 学习书法

王树华

所谓书法，就是书写汉字的规范与法度。作为书法的载体——汉字，是华夏文明的原始基因，是中国文化的根。她起源于物象，“近取诸身，远取诸物”，日月山水、花鸟鱼虫，象形会意而形成。似乎只要掌握一些汉字的结构，懂点执笔运笔的方法，写的字就成为书法了。其实不然，书法不仅讲究笔法、字法和章法，更必须有气质、韵致和特色。真正意义上的书法，是几千年来，人们在书写过程中，逐步将审美意识融入汉字之中，让每个字都集中体现出艺术的美学特征：横平竖直，点画呼应，上下包容，左右礼让，中正平和。并自觉地将感情色彩、时代风尚、精神气象和人格魅力纳入其中，达到一种圆融境界。

## 学书须有师

如何学习书法，历代众说纷纭、莫衷一是，传世书论既有《笔法》、《笔势》、《笔意》，又有《书谱》、《书诀》、《书断》，还有《雅言》、《艺概》、《语石》……林林总总、洋洋大观，仁者见仁、智者见智，这里面确有真知灼见，但也有故弄玄虚，并且有误导性。如此浩繁的书法理论，一般人一生是读不完的，更不用说去甄别对错了。如果找一位专门研究这方面学问的名师予以点拨，我们便可以去其糟粕，取其精华，掌握真理。在正确理论指导下学习，必然获得事半功倍的效果。此其一。

其二，仔细研究历代书法名家的成长历程，凡有成就、历史留名者，无一不是通过家传或师承取得成功的。尤其是与书写有关的工具、材料、书体多种多样，更让人无从下手。像书写的载体有甲骨、铜器、碑石、木牍、竹简、缣帛、纸等；用具有刀凿、毛笔、木笔、毛笔等；书体有篆、隶、楷、行、草等。载体、用具、书体相互关联，彼此牵制，其中的细节问题更是纷繁复杂。谁先谁后？如何替代？怎样演变？有些古人没弄明白，今人也说不清楚，想研究透、运用好实非易事。如果没有专家指导，是根本不可能的。为此笔者遍访名家，请教了许多专家教授才搞清楚。原来汉字传统书写顺序从上到下，是因为竹木的纹理走向是竖着的，顺着纹理运笔书写顺手方便；原来汉字从右向左写，是因为过去用左手执笔、右手写字，防止写好的笔画被手遮住，更

有利于找出各种笔画之间的组合关系；原来书写形成的游丝、牵丝、走势技巧，是因为有了扎实的基本功，熟能生巧，自然形成的，并非刻意为之。

其三，当下书法的生态环境发生了重大变化，书法的实用性开始被艺术性所取代，初学者应从何处入手，学界、书界乃至全社会，观点不同，意见不一。有人认为，应遵循以往那种从严谨的唐楷入手进行书法启蒙的学习方式，现在多数人持这一观点并一直实践着。也有人认为，应遵循字体演变的历史顺序，从篆书、隶书入手学习。还有人提出，应当遵循审美构成的艺术规律，建立一套由技法、空间、形态、对比、组合等概念组成的“书法基础训练体系”。到底孰是孰非，初学者难以辨别，唯一的方法是在专业老师指导下，去学去练去体悟，才能找到适合自己的学习方式。笔者倒觉得，我们应当遵循传统，从晋唐楷书经典法帖入手。这是被实践证明行之有效的，其它方式尚没有进入大规模实践，也没有得到普遍认可。

学习书法有名师传承指导很重要，选对老师更重要。最好选一位从事教学工作的专业教师跟随学习，因为教师具有崇高的职业道德和高尚的师德修养，他们不藏私，能为学者答疑解惑。否则，观念错误只能是以讹传讹，方法错误只能是重复错误，路子错误只能是南辕北辙。

## 学书当溯源

当今社会，科技日益发达，思想日趋多元，文化日臻繁荣。这无疑是社会进步、民族强盛的标志，但也同时给我们带来了难以适应、难以把握、难以定位的困惑和问题。就拿书法来说吧，一是碑帖众多，让人目不暇接；二是审美趋向迥异，让人无所适从；三是门派林立，让人眼花缭乱。因此，学好书法，必须明辨是非，增强定力，与时俱进，追古腾今。

首先，必须弄明白书法的来龙去脉。中国书法，从仓颉造字以来，由书而至书法，历史悠久，丰富多彩，上下达几千年。这期间，无论是商、周的甲骨、金文(大篆)，还是秦、汉的小篆、隶书，基本上是从象形进化到抽象笔画结构的过程，隶书出现时，字形的演化已经进入完成时期。生活应用上的需要，毛笔等书写

工具的技术随之不断改良，纸张也得以发明和使用，书写的方便性快速提升。既然是快速，笔画就不可能像篆书那样垂直和水平，笔画的转折也不会那么圆润、均一、讲究，快速书写的线条不仅改变了篆、隶的线条，同时也改变了书写的技术和字形结构，一系列复杂的笔法才慢慢被发现，于是具有高明书写技术的“草行楷”便应运而生。魏晋时期，广大士人不再倾心仕途，而是“越名教而任自然”，才出现了以王羲之为代表的“魏晋书风”。王羲之是公认的最伟大的书法家，他的书法影响了后代至今，我们现在字形、风格就是王羲之那个时候形成的。唐代有唐代的使命，唐人在楷书和草书方面不让古人，直达峰巅。出现了以颜真卿、柳公权与张旭、怀素为代表的法度严谨的大书家，成为后人追摹的偶像。宋人承续了唐代文化余韵，在意态上自由发挥。以苏轼、黄庭坚为代表，不刻意讲究法度，而是以深厚的学养与才气入书，形成了我们常说的尚意书风。元明清也出现了许多书法家，像赵孟頫、鲜于枢、文征明、祝允明、董其昌等，他们更多的是学习、继承、综合前人法度，功力深厚，技术娴熟，点画到位，流利美观。若把中国书法史比作一条历史长河，王羲之、颜真卿这些经典书家及其作品相当于这条河流的源头，后世无论哪个朝代都无法绕开这些经典，只是在传承的过程中加入自己的书写风格，形成了所处时代的审美风尚，即所谓“流”。学习“流”永远难以超越“流”，而欲取法乎上，还必须回到“源”中去寻找智慧。

其次，必须搞清楚如何欣赏书法。国人的审美观历来受以孔子的“中庸之道”和庄子的“自然观”两大思想体系为轴心的传统哲学思想影响，要求各种对立的因素和谐地统一起来，不偏不倚，形成一个和谐整体。这种朴素的唯物辩证思想，对中国美学产生了深远影响。作为中国传统文化精粹的书法，也不例外。她的笔意和风格，她的临摹和创新，无不充满着辩证法。书法之美，各个朝代着意不一，也就是大家常说的晋人用理、唐人用法、宋人用意、明人用势。但无论哪朝哪代，都要求字体结构之美必须符合对立统一的法则，既求平正、匀称、协调、和谐，也求欹正相错、疏密得宜、浓淡相间、枯涩得当。懂得了这个道理，我们再去欣赏和判定书法作品的好坏，

其实已经很简单。在浅层次上，重点是看笔法、字法、章法。观赏者可先从整幅字的章法是否妥帖贯通去看，是否让人第一时间感到顺眼舒服，接着观察每个字的结构是否有姿态，点画是否精到，然后再看整幅字的精神气韵和谐与否。在深层次上鉴赏，主要透过作品的风格来考察书者的禀赋、功力、气质和人品，分出高低和品级。有的作品一眼看去，浓艳华丽，冲击力很强，但细看则索然无味，不耐看。有的则乍看平淡无奇，质朴无华，但慢慢欣赏则愈看愈有味道。

再是，必须掌握书写的技术与技巧。即执笔、运笔、姿势、方式，点画、线条、眼力、手力等，这些都要具有扎实的“基本功”和高超熟练的技巧。正所谓：学画十年可以看看，学书十年不敢见见。可见书法之深奥，并非一日之功。就拿用笔来说吧，用笔以中锋沉着为根本，一笔一字运笔都有起止，有缓急，有映带，有回环，有转折，有虚实，有偏正，有藏锋露锋。中锋取其圆，也可偶尔偏锋取其势。沉着取其稳，稳则不轻浮；圆润不露锋，露则不持重。用笔不能肥，肥则形丑；但也不可太瘦，瘦则形枯。因此，不论何种书体，那些连起码的写字法则都做不到、连起码的基本功都不具备的作品，根本谈不上书法。

## 学书贵有“字外功”

书法作为一门艺术，除了与其它艺术门类有着必不可少的技术技巧外，还是一种以心导手的心理活动过程的记录与呈现，不仅传达着书者的才情气质、人品修为，也承载着文化传统和时代的精神气象。因此，要想成为书法艺术的圣手，就必须具有高尚的人品修为、深厚的国学修养和渊博的人文知识，即所谓的“字外功”。

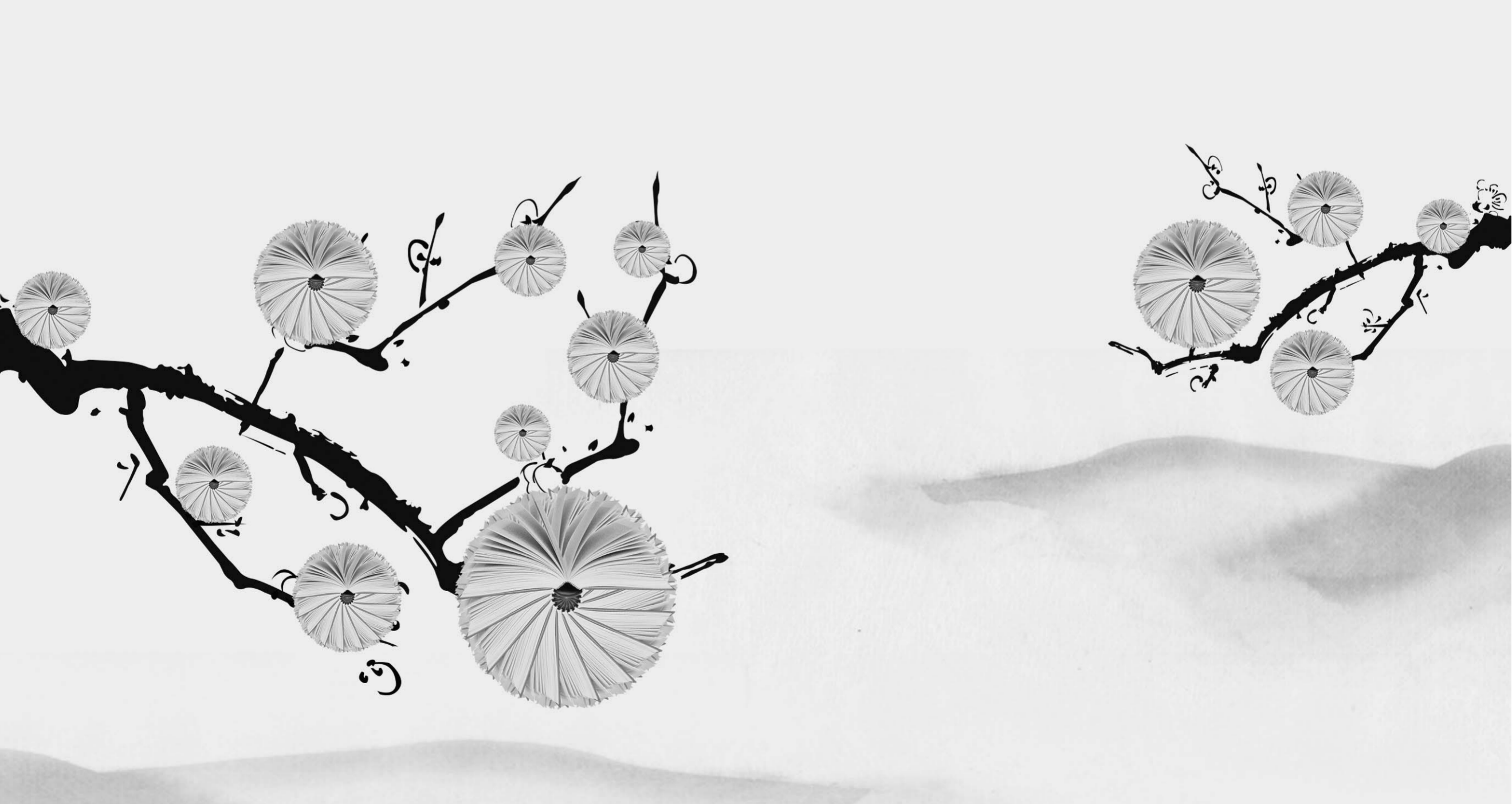
自古书以人贵。这里所说的贵，主要指书者的人品修为、道德人格。纵观中国历史，凡书法传世者，均以人品、道德传世，而书艺、才情次之。品高者，其作品自有一种清雅刚正之气，阿谀逢迎者，难免侧媚之态，俗不可耐。远者，如“宋四家”，苏黄米蔡，苏轼居其首，重要的是其为官之道、为人之道多受民众追捧，因喜欢他的“人”而更喜欢他的“书”。而蔡京官至宰相，就书而言，“京(蔡京)胜于襄(蔡襄)”，但仍被从“宋四家”中剔

除，原因是其名列“六贼”之首，为世人所不齿。近者，如毛泽东，其书虽“草”，其人却“楷”，一代伟人，万民敬仰，“民本”思想使然。代书孙中山先生遗嘱的卖国贼汪精卫，却鲜有以其书法为“墨宝”者。总之，一句话：欲学书，先做人。今日中国正在实现中华民族伟大复兴，我们生逢这样一个伟大的时代，就应当有仁义、有涵养、有操守、有容量、有坦荡、有担当，修身、齐家、治国、平天下，真正做一个大写的书者。

历来讲究以学养书。中国书法的生成和发展，自始至终生长于文人之中，依靠国学或者说传统学问来浸润和滋养，才拥有了那份具有高尚趣味的文人气。历史上被称为书法家的人，实际上都不是以书法为职业或以书法为追求，却均为一代大家。王羲之《兰亭序》，书于意气满怀、兴味酣畅之时，为一即兴手稿；颜真卿《祭侄文稿》，书于满腔悲愤、声泪俱下之时，为一篇悼文；苏轼《黄州寒食诗帖》，书于人生失意凄苦、生死难测之时，为一自书诗文。却被称为天下三大行书，成了书法史上的盖世华章，令人难以望其项背，原因何在？答案很清楚：深厚学养，高尚人格，以精神相应者也。现实生活中，有些人既不通文字，也没有文化，“胸无点墨”，却天天写书法，寿庆和挽联一个表情，实在让人看不过眼，只能算用毛笔写字罢了。而许多教授、学者并没有练过多少书法，随意书之，却天生温文、隽永秀美，带有“书卷气”。岂不知，没有深厚学养，无论如何勤苦用功，也无法获得书法那“文人之性质”、“文人之趣味”、“文人之精神”的高贵品质。因此，必须倾毕生心力沉潜为学，韬光养晦，方能在书法道路上走得更远。

应当有正确的学书追求。学习书法好处很多，目标不同。过去被视为精英文化，用以自娱，现在已成为书法艺术，面向大众。概括来讲，学习书法一可以修心养性，二可以健身强体，三可以增加学养，四可以砥砺品格，五可以传播艺术，六可以传道授业，七可以博取功名……有什么样的追求，就有什么样的学习方法。对此，我们应当有君子追求，大气量、大志向、大格局，努力学习，扎实用功，刻苦磨练，重温书法的本意，成为一个引书法艺术为知己的学书之人。

人立品为说·景芝酒业杯  
“讲文明 树新风”公益广告大赛



倡导全民阅读，营造书香社会

山东省报业协会 大众日报



景芝酒业