

維吉尼亞大學中國書法專題講座

主題【王羲之書法的審美書學要素與分析】

第二講【質量感的審美書學要素與分析】

【序言：書學從審美出發】

美學“aesthetics”一詞源自希臘“aisthetikos”，指「感官上的感受、認知」意思，因此歐洲稱研究美學本質及意義的為「感覺學」。中國書法藝術歷經千年創作，有些書法家作品實至名歸，有些常被誇飾吹捧，這是「書法藝術與美學」的定義及審美的「理性或感性」的書評問題。近年來我從哲學的美學角度切入探討，最終體悟「沒有目標導向的書法藝術，不容易學習及理解其美學定義，也不會產生具體審美概念與理性、感性分析的共鳴和交集。」這是第一講「基本概念」建立大家學習中國書法的脈絡、內涵、觀念與目標的目的。

所以，上一講我們從審美角度探討【字體、書體、書法家之體流變】，知道唐末科舉正書成為官方推動的書法主流，加上「張旭形成的王羲之書學系統技法在唐末傳承失續」，王羲之書學如孫過庭《書譜》云：『去之滋永，斯道愈微。方復聞疑稱疑，得末行末；古今阻絕，無所質問；設有所會，緘秘已深；遂令學者茫然，莫知領要，徒見成功之美，不悟所致之由。或乃就分布於累年，向規矩而猶遠，圖真不悟，習草將迷。』因此宋代乃有黃庭堅「蓋自二王后能臻書法之極者，惟張長史(旭)與魯公(顏真卿)二人。」以及蘇軾感言『自顏(真卿)、柳(公權)氏沒，筆法衰絕。加以唐末喪亂，人物凋落磨滅，五代文采風流，掃地盡矣。』強調「我書意造本無法，點畫信手煩推求」、「自出新意，不踐古人」，興起當時文人思脫唐人尚法的宋代「尚意」書風。

此後雖然書家多數仍以王羲之書法為典範目標，仍然追求「以筆法為核心的用筆技法」，談論書法要素依然不離『筋、節、骨、肉、皮、血』，仍然講究『形、勢、神、氣、韻、意』審美，用語有：『筋骨強健、遒勁壯麗、魄力雄強、筆力驚絕、骨法洞達、血肉豐

美、骨肉亭勻、瘦硬通神、秀麗圓暢、方拙樸茂、飛白勢奇』、『平正典雅、結構天成、規整端莊、端莊凝整、法度森嚴、寬博蒼渾』、『氣象渾穆、氣象雍容、廟堂衣冠、端人雅士、天真逸趣、天然清真、野逸閒散、飄逸自然、豪放剛健、清秀峻厚、微妙華艷、今妍媚趣、古質樸拙、靈潤瀟灑、字勢雄逸、精神飛動、力屈萬夫、風神瀟灑、龍跳天門、虎臥鳳闕、韻高千古、風流韻藉、意態奇逸、得意忘象、興趣酣足。』也有針對書體用筆的如『結構圓備、工整亭勻(篆法)、飄颻灑落(章草)、鬱拔縱橫(古隸)、凶險可畏(八分)、窈窕出入(飛白)、方正循紀、修短合度(楷書)、綿延迤邐、生機意趣(草書)』等，但書學若無具體目標(王羲之)，缺乏具體書論技法可資依循，技法將是孫過庭所言「得末行末」而已，審美也會落入知其然但不知其所以然，受個人學悟主觀及時代主流美學價值觀主導，這不也是千餘年來自宋之後學書者的問題根源與疑惑所在。

【思考一】書法藝術的品評應該用理性或是感性，或「理性(先)+感性(後)」？

一、清代張裕釗創作

張裕釗創作的「一樽濁酒有妙理，半牕梅影助清歡」對聯，熊秉明認為『此聯任溼墨狼藉泛瀾，近似繪畫潑墨創作效果，在傳統書法上難見更極端之例。』但中國書法鑑賞大辭典賞析認為：『此聯追求用墨滲化效果。作品點線的粘連和墨團現象，增強厚重感，可貴的是渾黑墨團，可見骨法用筆，不覺它是墨豬。』這兩種全然不同的審美結果，如果從墨法角度看書法的審美，傳統墨法講求有意識的理性技法操控，避免「漲墨、暈墨、溼墨」的失控，導致墨汁泛漫無法施展技法表現造形和線條美，而感性的審美偏向視覺心理效應，「追求用墨滲化效果，墨團增強厚重感，可見骨法用筆，不覺它是墨豬」，忽視以技法創造字象造形美和線條美，這是二者最大的差異。

同時期的清代書法家朱和羹《臨池心解》認為：「墨不旁出為書家上乘……有餘墨旁出，字之累也。」明代楊慎《墨池瑣錄》云「有功無性，神彩不生；有性無功，神彩不實。」書技(筋、節、骨、

肉、皮、血)是書法的根本，書藝(造形美、線條美)是書技美感的延伸。「無技有藝」，只有個性沒有技法，神采不實，無法評論，而「無技無藝」，更不用評。審美如果缺乏理性(技法)的品評，只用視覺感性，將成為自由心證。雖然張懷瓘在《文字論》中說『深識書者，惟觀神采，不見字形。』但神與形與工夫互為因果，基本上有功夫才能得形，而神是形的體現，功夫(法)愈精熟，愈能以形展現神。所以先理性求功夫，再以感性審美(神采)，正是《玉堂禁經》開宗明義講述學書步驟的道理：「夫人工書，須從師授。必先識勢，乃可加功；功勢既明，則務遲澀；遲澀分矣，無繫拘拘；拘拘既亡，求諸變態；變態之旨，在於奮斫；奮斫之理，資於異狀；異狀之變，無溺荒僻；荒僻去矣，務於神采；神采之至，幾於



玄微，則宕逸無方矣。」

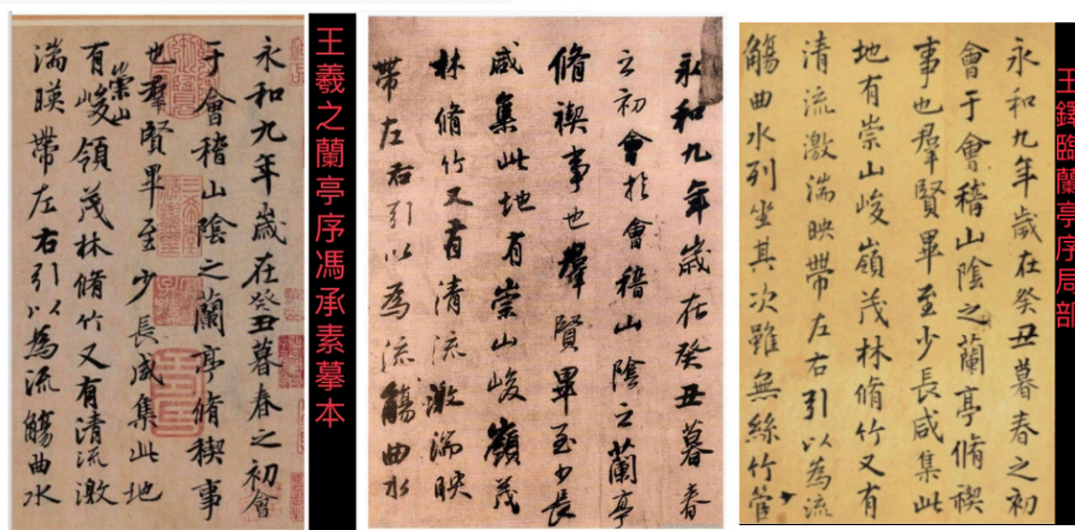
二、王鐸臨《蘭亭序》

唐宋以後書家皆自二王發源，王鐸(1593–1652)常與學王頗負盛名的董其昌(1555–1636)交往密切，在信中經常提起他傾心於《蘭亭序》的「仙氣」，因此從未停止過對王羲之的學習，《蘭亭序、聖教序、淳化閣帖》更是寢處相與。

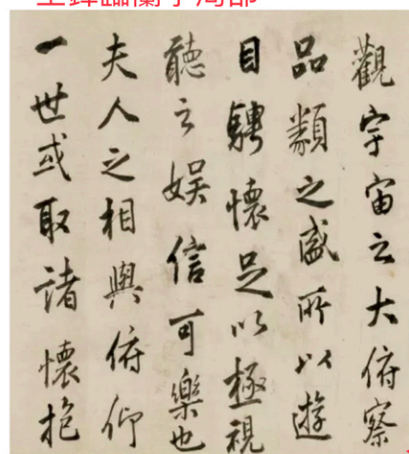
王鐸的書法，近代書評認為：『窮盡一生崇古、臨古而又變古、不泥古的代表性書家。流傳於世的作品，有近二分之一屬於臨古，但

又是創作的作品，大有「托古改制」的氣魄！』

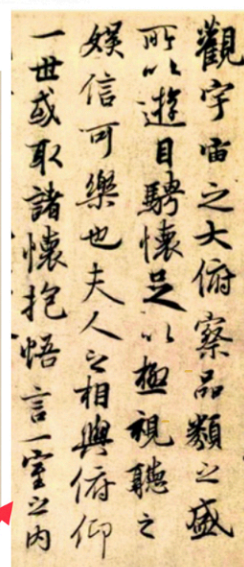
比較王羲之《蘭亭序》的字象造形和線條，無論王鐸的臨帖體悟是變古還是不泥古，但究其所臨《蘭亭序》的「形質」和他強調的仙氣「筆意」均異於王羲之，從書法核心的「用筆」角度看，體系同類的作品，技法若不同，結果亦將不同。同理，書法比賽如以不同體系觀點去評賞另一體系作品的優劣，將有屬性不同，視覺感受不同，鑒柄不合的評審差異。所以古人評書，是以書體分類，不是五體一起評，是先理性後感性的。



王鐸臨蘭亭局部



蘭亭序局部



【思考二】書法審美的要項為何？

1980 年香港《書譜》雜誌刊載熊秉明教授《中國書法理論體系》，從書法批評史及審美脈絡切入，分析中國書法概分『純造形派(代表人物是後世引為書學典範的王羲之，有唯美主義的純技巧

或絕技用筆傾向，重視氣韻、用筆、墨色、結構、造形變化之美)、喻物派(用自然之美論書法)、緣情派(書法表現內心感情)、倫理派(儒家至善思想的美學)、天然派(道家自然思想的美學)、佛教與書法(佛家禪意思想的美學)」六大系統』，並說「偉大藝術家的共通特質就是擁有非凡的技法，也是成功的關鍵。」

1965 年姜一涵作《石濤畫語錄研究》，他分析書畫同源，特別是線條本身在書畫雖然是一種抽象的存在，但此種抽象並非無象，而是從物象中抽出它的屬性和特徵，來完成一種共象，是藝術最高的手法。**線條的本質美包括：**【**第一、象徵美：**點畫由線條組成，點是生命的躍動，「富於韻律與節奏；線是生命的遊行，貴於流暢與活潑。點像打擊樂音，線似弦樂器音；直線如男性剛健雄偉，曲線如女性婀娜柔和；長筆舒暢，短筆急促；接筆含蓄，折筆質實；闊筆平坦，亂筆繁瑣。**第二、結構美：**黃賓虹說畫家有大家有名家，大家落筆寥寥無幾，無一筆弱筆。名家數百筆，不能得其一筆……，而大家絕無庸史之筆亂雜其中。可見精美的點畫線條，是字像結構能夠產生美感最優秀的因子，其中**頭尾姿態構建的線條美，更是重中之重。****第三、律動美：**線的律動美，即動靜之美，如山崩海嘯，風飄雨驟，平湖秋月，孤松盤石。**動靜變化諧和，即韻律美。**舞蹈般的線條，流露的是因熱情奔放而產生的心靈律動的動勢與體的表現。**第四、單純美：**宇宙間最美的形式之一是單純。老子有「少則得，多則惑，是以聖人抱一為天下式。」石濤說「我有是一畫，能貫山川之形神。」**藝術家描述自然萬象最簡易的符號是「點畫線條」，「以簡馭繁、以一寓萬」的藝術目的，也是草書能吸引人的原因。****第五、變化美：**單純和規律的線，能引起美感，乃由於它能節省心力，易於推測進行方向，而得到未然先知的快感。但若一成不變，則流於單調，故「規律中無變化，太整齊則呆板單調；變化中有規律，太突然則流於雜亂。」】

2006 年大陸書法理論教育家陳振濂教授為《書法學》著作《書法美學·書法美學與批評十六講》，他從線條的獨立美學價值角度分析：『遵循刀、筆、墨的三位一體的格局，我對書法線條美的把握重點，在於以下幾個方面：「一、線條的立體感。二、線條的力量感。三、線條的節奏感。」認為在中國書法藝術領域中，線條的美的最高境界是線條的抒情內涵，而線條美的形式特徵即在於此三感。』〔陳振濂教授創作《觀樂樓》如上圖〕

2015 年台灣書法教育家杜忠誥教授發行《線條在說話》審美與創作教學影片。杜教授認為『書法因漢字的造形與線條的特質，有書寫順序和運動方向、具強烈時空動感的生命力表現、有制約的抽象符號結構但又蘊含可以變化的創作空間，終至發展出一門獨特的視覺藝術。』影片中他將書藝賞析分『變化與統一、肥與瘦、虛與實、剛與柔、雄與秀、靜與動、古典與浪漫、墨趣與畫意、矜持(法度)與帥真、刀痕與筆趣、風格與特色』等十二要項，並以個人經驗進行實技創作教學。

綜合上述審美看法，書法審美的要項應該包含三層關係：【一、書法的主體是「字象(字體+書體)」；二、書法家之體是「技法加工的字象(造形美+線條美)」；書法作品的主體是『書法家之體排列組合的整體美(書技+書藝)』。因此書法的審美要項與元素，整體來說應該包括【以“書技”為本的『線條美：用筆(節骨肉皮血)+筆勢(筋)』】及【以“書藝”為本的『造形美：裹束(聯勢)+結字(間架結構)』】(註)，相對審美的感受則是【書技所表現的『質量感、力量感、節奏感』】和【書藝所表現的『韻律感、立體感』】。

準此，我們將分別從這五種審美角度，以純造形派的王羲之書法造形美、線條美為目標，追溯其書法要素與書學要點，重點的技法部分在課堂上進行示範練習。這一堂課將從筆鋒本質形成的『質量感』講起。

#、註：第一講「書法品評分類」：【需要近觀的是精湛的書技『書法三要素』：用筆(節骨肉皮血)的線條美 + 筆勢(點畫使轉/筋)的形勢美 + 裹束(聯勢結字)的造形美】；【需要遠觀的是心手合一的書藝『裹束結字間架結構原則+造形視覺法則』，與書家抒發情性思想的「書道」表現。】

【質量感的書學要素與審美分析】

壹、【基本概念】

「質量感」做為書法審美第一要項的原因有二：『第一、漢字書法線條的視覺質量感始自「筆(鋒)、墨(水)」質量表現的結果。例如「線條的質量感初始來自運用筆鋒的尖鋒(圓點、骨線)、側鋒(三角

點、肉線)」及「墨〔分濃墨、淡墨、溼(暈漲)墨、潤墨、乾墨、沙筆、燥鋒、枯筆〕」。第二、書法家運用技法加工後的線條美，可以表現出優異用筆(筆法)的「筋節骨肉皮血」質量感，尤其在運筆階段「頭、尾」形勢質量感的變化，更是審美的重中之重。』

一、質量感的意義

書法審美的質量感源自『筆(尖鋒骨線、側鋒肉線一二三分筆)、墨(濃淡濕潤乾枯)』本質，以及書寫技法(筆法)的綜合表現，而且「質感與量感」，相互關連，互為因果。

- (一)、**質感**：勁健、雄強、沉穩、堅實、細壯、華滋、圓潤、光滑、流滑、古勁、枯澀、飛白、毛糙、薄飄、輕細、虛弱、鬆軟。
- (二)、**量感**：粗細、長短、輕重、厚實、均勻、飽滿、痴肥、多肉、細瘦、虛潤、寬鬆、輕薄、濃淡、枯乾。

二、質量感的核心—>筆法

(一)、王羲之系統筆法

書法的核心加工工夫是「筆法」，優異的筆法就是創造書法線條『筋節骨肉皮血』視覺『質量感』的關鍵根源。因此，上一講我們在確認書學典範後，溯源找到《玉堂禁經》整合記載了王羲之書學

側：不得平其筆
倒筆手腕在右

啄：須臥筆疾毫
倒筆兩次
手腕先右後左

勒：不得臥其筆
直筆手腕在中

策：須背筆向上
倒筆手腕在右

掠：須筆鋒左出而利，
先倒筆後直筆。
手腕先左後中

磔：須趯筆戰行右出
倒筆三次
手腕先右後左再右

趯：不得直其筆
倒筆手腕在左

弩：須踐其鋒
直筆手腕圓轉

《玉堂禁經》
大凡筆法，點畫
八體備於永字。
側不得平其筆。
勒不得臥其筆。
弩不得直其筆
(直則無力)。
趯須踐其鋒(得
勢而出)。
策須背筆(仰而
策之)。
掠須筆鋒(左出
而利)。
啄須臥筆疾毫。
磔須趯筆(戰行
右出)。

註：《玉堂禁經》的永字八法，是張旭用筆法先期訓練“搖腕用鋒”的字例筆法，與現代書法「提按」教學書寫方式不同。

要項，包含張旭對外廣傳的『永字八法(如下圖表一)』及師門內私傳『搖腕起倒九用筆法(如下圖表二)』，可以全方位運用於表現不同書體點畫線條美的筆法(參見橫豎撇捺運筆系統表/如下圖表三，及這一講最後附件：補充資料【永字八法+九用的字例練習】)。但這個書法典範的筆法在唐末失傳，而方便書寫正書點畫起收藏鋒的「提按」用筆，搭配官方科舉書法審美標準，成為書法主流，影響迄今。(書法演變差異，請參見上一講的參考資料附件「書法三要素」內容)

區分	起 筆		行 筆		止 筆		轉 折
尖鋒	藏鋒	馭鋒 尖鋒直撞 (暗築)	骨線	趯鋒 緊御澀進 (如錐畫石) (豎管直鋒 跳躍澀行)	圓尾	頓筆 摧鋒駢衄 (豎管扭動筆 鋒後搶出)	趯鋒 駐筆下衄 
	換向	衄鋒 住鋒暗授 (原地扭動筆鋒換向)					調鋒
側鋒	露鋒	蹲鋒 緩毫蹲節 輕重有準 (壓彎筆心下蹲 取一二三分筆)	肉線	挫筆 挨鋒捷進 (側管橫毫 振筆拖行)	斷尾	挫筆 挨鋒捷進到尾 駐筆快速搶出	
					尖尾	揭筆 側鋒平發 (側一下筆鋒平發揭出)	
					收鋒	按鋒 囊鋒虛潤 (章草礫法鋪鋒收筆)	
					註		

玉堂禁經
九用筆法

運筆階段	起 筆		行 筆		止 筆		
	筆 線 形 態	藏鋒(圓頭) 馭鋒 衄鋒 蹲鋒	露鋒(尖、方頭) 細尖鋒(一面鋒) 粗尖鋒(二面換)	骨線 肉線 趯鋒 挫筆	圓尾 斷尾 尖尾	頓筆 挫筆 (按鋒)+揭筆	
橫豎撇捺運筆與九用筆法	尖 鋒	橫豎 撇捺	尖鋒直撞 住鋒暗授 (衄鋒一圈、二圈藏頭)	純骨線	三面換圓尾 一面鋒斷尾搶出 二面換尖出		
	側 鋒	橫 直下	一面鋒(6-6、3-3) 二面換(9-6、9-3) 三面換(7-6-3、6-8-3、8-6-3) 四面換(7-9-7-3)	尖鋒骨線 側鋒1.2.3分肉線 尖鋒+側鋒	三面換圓尾 6或3-9-7 6或3-9-4 6或3-9-1	一面鋒斷尾搶出 二面換斷尾收(6或3-9) *特殊收尾	
		豎	一面鋒(8-8)；二面換(9-8) 三面換(6-9-8、7-9-8、8-9-8) *特殊：8-9-7(替代一豎)	尖鋒骨線 側鋒肉線 或併用振筆	一面鋒(8-8)斷尾搶出或帶筆尖尾 二面換斷尾收(8-9)(左、中、左搶出) 二面換揭筆尖收(8-9)(左、中、右下揭出) 三面換圓尾(8-2-8)(左、右、左、中揭出)		
		撇	一面鋒(7-7) 二面換(左起筆：5-7.中、左) (右起筆：9-7.右、左) 三面換(豎起筆8-9-7；橫起筆6-9-7； 倒筆向上後橫起筆2-9-7)	側鋒1.2.3分肉線	一面鋒斷尾搶出；挫筆側鋒撇尾 二面換揭筆尖尾(3-7) 三面換頓筆圓尾(3-7-3) 撇+帶筆的鈎；撇+趯鋒的趯		
		捺	二面換(橫起：6-9.右、左) (豎起：9-6.左、右) 一面鋒(9-9) 三面換(橫起：6-9-6)(豎起：9-6-9)	側鋒1.2.3分肉線	一面鋒斷尾收；二面換挫筆收 二面換：平捺、斜捺(左、右)揭筆尖尾 三面換頓筆圓尾；按鋒+揭筆尖尾		

#、註：《玉堂禁經》張旭九用筆法

『大凡筆法，點畫八體，備於永字。……又有用筆腕下起伏之法，用則有勢，字無常形。一曰頓筆，摧鋒驟衄是也，則努法下腳用之。二曰挫筆，挨鋒捷進是也，下三點皆用之。三曰馭鋒，直撞是也；有點連物則名暗策，「目」、「其」是也。四曰蹲鋒，緩毫蹲節，輕重有準是也，「一」、「乙」等用之。五曰【足存】鋒，駐筆下衄是也；夫有趯者，必先【足存】之，「刀」、「乚橫勾」是也。六曰衄鋒，住鋒暗授是也；烈火用之。七曰趯鋒，緊御澀進，如錐畫石是也。八曰按鋒，囊鋒虛闊，章草磔法用之。九曰揭筆，側鋒平發，「人」、「天」腳是也，如鳥爪形。』

(二)、觀察系統性筆法設計的要點

只要是用筆的方法都叫「筆法」嗎？不是，筆法是有經過特殊設計，具備一定的「用鋒目的、效果、方法」和特定的專用術語，才稱得上「xx 筆法」。因此晚清書法家徐謙在《筆法探微》說：「作書不求筆法而事臨摹，則無書。」又說「自唐以後已罕創作，今人或有思創作者，又患不知筆法，信手塗鴉，徒成惡道。」是故古人汲汲於追求良師授予筆法，如顏真卿(709:785)在《述張長史十二意筆法記》中說：「……眾有師張公求筆法，或有得者，皆曰神妙。予罷秩醴泉，特詣東洛，訪金吾長史張公旭，請師筆法。」

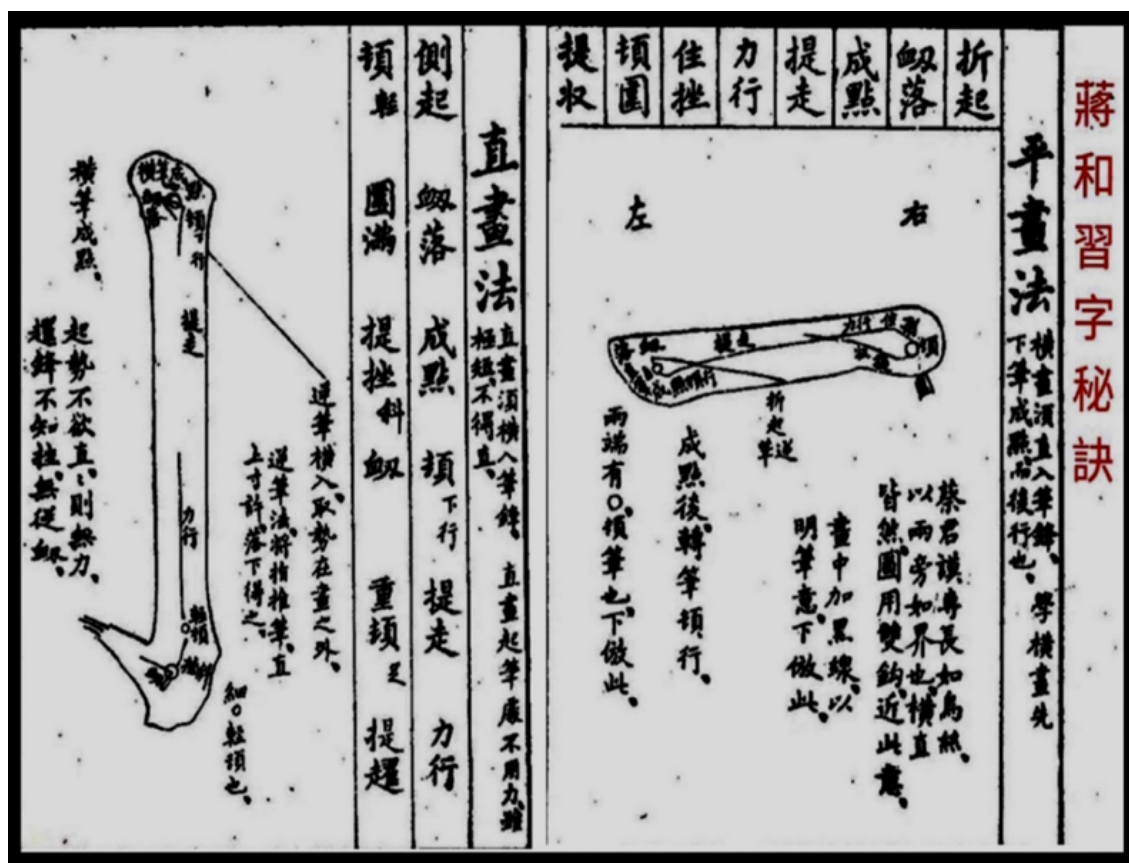
觀察有系統性的筆法設計要點有三：『一、是否依據“筆鋒圓錐形結構尖鋒、側鋒特質”及“行筆規則”，設計所要達成線條質量效果，與用鋒目的。二、是否依據運筆各階段需要，分別設計達成「點畫線條頭、尾、行筆」形勢與調鋒目的。三、是否依據上述用鋒目的效果，設計結合人手執筆與指腕肘臂生理效能的筆法動作。』

【書學題一】

試用上述設計筆法的觀察要點，比較唐代張懷瓘《玉堂禁經》起倒用筆的【九用筆法：馭鋒、衄鋒、趯鋒、頓筆、跋鋒、蹲鋒、挫筆、揭筆、按鋒】，和清代蔣和《習字祕訣》提按用筆的【十二種筆法：提、轉、折、頓(按)、挫、蹲、駐、搶、尖、搭、側、衄】，有何功能差異？〔以蔣和平(橫)畫法、直(豎)畫法用筆分析〕

(一)、清蔣和《習字秘訣》

【以提按用筆書寫的平(橫)畫法：『起筆直下(折起衄落成點)後轉筆向右頓行，鋪鋒推到尾，然後住挫、頓圍、提收。』直(豎)畫法：『起筆橫入筆鋒(側起衄落成點)後，頓下提筆直下靠左行到底，輕頓、圍滿、提挫(斜)、衄、重頓、提擢。』】



分析上述提按運筆，為確保中鋒行筆，不分橫豎撇捺畫，提按用筆均以直管姿態行筆，所以線條本質是一面鋒，以『「上(提) 下(按)」、順推、逆行』方式運筆，以上腕(肘臂)控制方向，下腕(手腕)上下提按力度控制粗細大小質量，圓轉改變方向容易，方折需先提至正鋒後再按行。

由於提按用筆需刻意觀照，頭尾形勢姿態固化，適用於正(楷)書，不符「行、草書」運筆需要，旦行筆無特殊筆法只有推筆「力行」，因此線條「平直」，線質穩定清爽光滑，線條粗細質量均勻，缺乏「筋節骨肉皮血」質量變化。

〔比較下圖趙孟頫、智永、王羲之、顏真卿「興、中、東」字。〕



(二)、張懷瓘《玉堂禁經》

張懷瓘《玉堂禁經》的起倒用語源自王羲之《書論》中的『起伏(註1)』，『起』就是“直毫豎管”成“正鋒”狀態，『伏(倒)』就是“橫毫側管”向“左或右”搖腕倒筆的動作。所以『九用筆法』的搖腕起倒用筆，是使用下腕(手腕)關節：『一、手腕置中，“筆管自然垂直在正鋒位置”；二、倒腕向右，筆桿自然「倒」下“朝九宮格 6(橫)或 9(捺)號位方向”；三、倒腕向左，筆桿自然「倒」下“朝九宮格 7(撇)或 8(豎)號位方向”。』如此，連續動作的「起—倒—起」就是「搖腕起倒」，呈現線條筋節在搖腕起倒時的自然變化，是“用則有勢，字無常形”，晉唐書評線條美「自然功夫」的重要技法。

搖腕起倒用筆書寫橫畫和豎畫，自古還有二個非常重要的書法術語：『一、右橫左豎：橫畫運筆起倒搖腕為“左—右—左”、豎畫為“右—左—右”。二、橫畫直下、直畫橫下：書寫橫畫、豎畫的入筆用鋒方向。』這也是「九用筆法」搖腕起倒用筆用在運筆上的重要實踐：【橫畫起筆先搖腕向左倒(直)下壓彎筆尖和側鋒以“蹲鋒”取分

數，再用“衄鋒”將筆管倒向右換面，然後開始橫畫行筆(註 2)】；

【**豎畫**起筆先搖腕向右倒(橫)下壓彎筆尖和側鋒以“蹲鋒”取分數，再用“衄鋒”將筆管倒向左換面，然後開始豎畫行筆】；【**最後的止筆動作無論橫、豎畫**，都有『圓尾(頓筆)、斷尾(挫筆)、尖尾(揭筆)』等三種筆法形態可用。】

【註：“右橫左豎”的術語，對提按用筆不具特別意義，因為起倒有搖腕所以寫橫先向右、寫豎先向左，而提按不需要，無法理解如何使用這個術語，所以蔣和的平畫法、直畫法起頭只有“橫畫直下、直畫橫下”的形態，而且最後寫成橫豎線條形勢的線條美結果也不同，這是觀察「起倒和提按」用筆手法不同的重點(註：檢視撇畫和捺畫手法相同)。

★★★★ 【提按 v.s 起倒筆法比較】

【蔣和《習字祕訣》vs 張懷瓘《玉堂禁經》】

一、提按用筆以『逆起(折起或側起衄落成點)、回收(住挫頓圍提收)筆法』藏頭收(圓)尾；起倒用筆直接以『衄鋒(住鋒左右或上下暗授換向)、馭鋒(尖鋒直撞成圓點)』筆法藏鋒，用『頓筆(摧鋒駮衄)』筆法收筆調鋒收圓尾。

二、提按用筆以『按提筆法』露鋒起筆寫骨線、肉線，及行筆；起倒用筆寫骨線以『馭鋒』起筆並用『趯鋒(緊御澀進、如錐畫石)』行筆，寫肉線用『蹲鋒(緩毫蹲節取 一、二、三分筆)，並以『挫筆(挨鋒捷進)』行筆。

三、提按用筆以『按提筆法』收鋒和寫尖尾；起倒用筆以『按鋒(章草磔法囊鋒虛闊)』收筆調鋒，並用『揭筆(側鋒平發)』調鋒後揭出寫尖尾。

四、提按用筆以『駐提挫頓筆法』寫轉折；起倒用筆在轉折處以『趯鋒(駐筆下衄)』調鋒換向，再運筆寫轉折筆畫。

五、提按用筆看似簡單，但依蔣和《習字祕訣》的頭尾用筆，細節繁瑣，行草無法使用，尤其提按多以指運為主，懸肘寫大字，容易產生“直筆急牽裏”現象，相對的起倒搖腕筆法簡單明確，各運筆階段(起行止)筆法，均可適用於各種書體運筆。

六、蔣和《習字祕訣》中部分筆法術語與《玉堂禁經》用字相同，但意義完全不同，例如《習字祕訣》『挫(頓後以筆略提，使筆鋒轉動，離於頓處，凡轉角及趯用之)、頓(力注毫端，透入紙背，

筆重按下)、駐 (不可頓，不可蹲，而行筆又疾，不得住，不得遲澀，…力到紙即行筆為駐)、蹲 (用筆如頓，特不重按)、衄 (筆既下行又往上也，與回鋒用轉不同，衄鋒用逆)』。這種用詞相同但意義不同的結果，容易造成技法概念的混淆。

#、註 1：王羲之《書論》特別指出『每書欲十遲五急，十曲五直，十藏五出，十起五伏，方可謂書，若直筆急牽裹，此暫視無書，久味無力。』這裡的「起伏」用筆，就是《玉堂禁經》記載“又有用筆腕下起伏之法”的九用搖腕起倒調鋒筆法，具有以下幾項特點：『一、九用是系統性筆法，在運筆各階段(起行止)均有適用筆法，簡單易學。二、適用於五體書(篆、隸、真、行、草)用筆。三、搖腕起倒可以調鋒換面，形成自然筆意變化趣味，線條的「筋節骨肉皮血」質量感也因此變化豐富。』

#、註 2：《玉堂禁經》二種起倒行筆筆法

『一、無論橫、豎畫，用尖鋒寫骨線，以趯鋒緊執筆，手腕微向左拉緊大姆指連結手腕的肌腱，就可以行筆不飄，達到「緊御澀進」目的。二、若用側鋒寫肉線，以挫筆的橫毫側管〔橫畫手腕倒向右；豎畫手腕倒向左〕，用三角點側鋒順向拖行，自然省力，又有聚鋒作用。

【思考題】

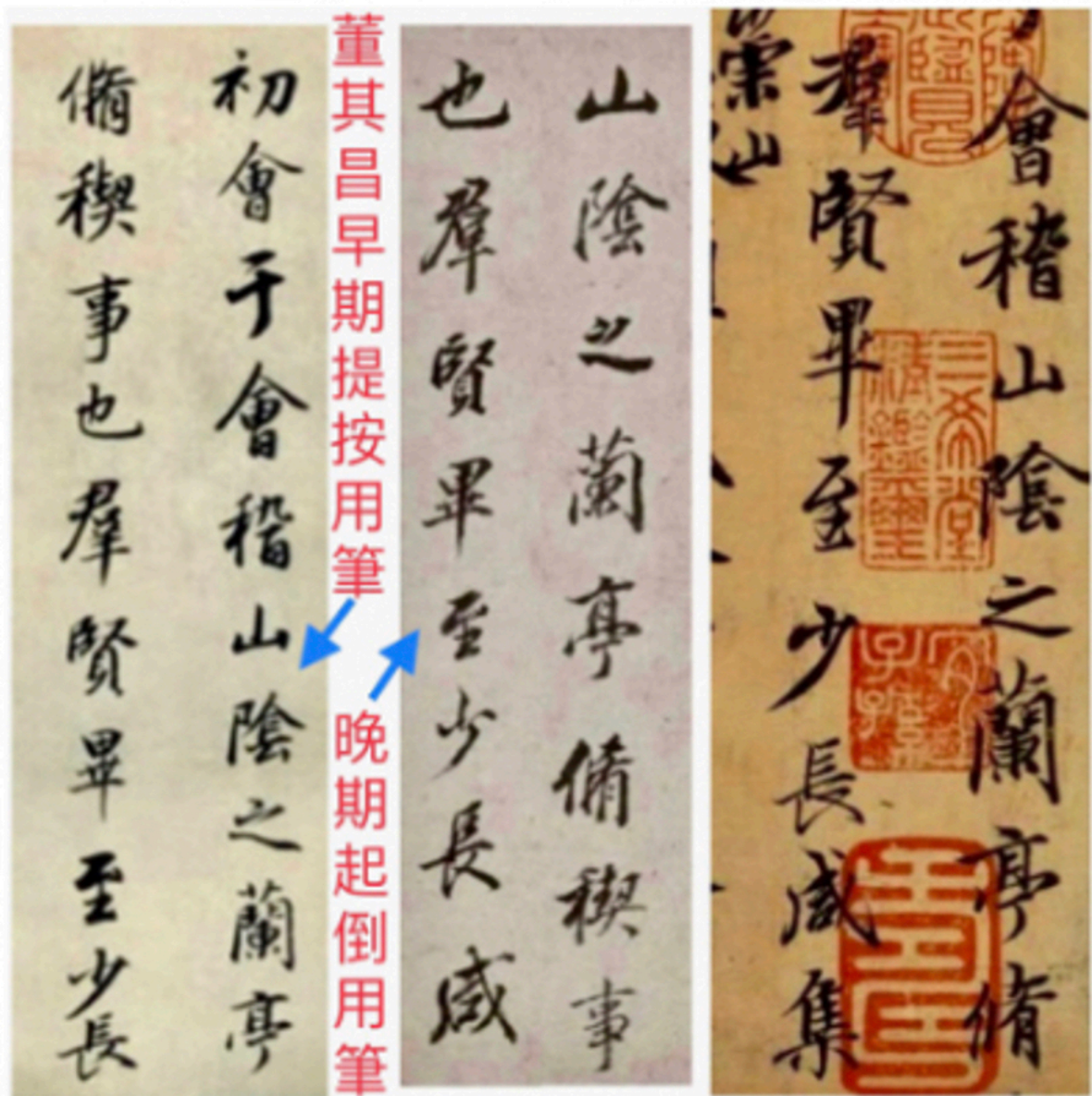
【現在可以想一下，書法史上記載了許多筆法，你知道如何從下列術語中找出並組成最佳的“系統性筆法”嗎？】

『正鋒、中鋒、偏鋒、全鋒、半鋒、實鋒、虛鋒、露鋒、扁鋒、出鋒、縮鋒、裹鋒、斂鋒、篲鋒、聚鋒、搭鋒、隱鋒、撲鋒、築鋒、衄鋒、馭鋒、蹲鋒、趯鋒、挫筆、頓筆、揭筆、按鋒、跋鋒、打筆、引筆、興筆、發筆、接筆、疾筆、逆筆、順筆、帶筆、厥筆、渦筆、結筆、罨筆、趲筆、滾筆、憩筆、戰筆、遲筆、擺筆、轉筆、反筆、攪筆、殺筆、方筆、圓筆、護尾、波動、盈中、往復、側、勒、努、趯、策、掠、啄、磔、落、起、走、住、疊、圍、回、藏、扑、提、斷、停、翻、換、拗、倒、疊、頓、折、掣、迅、澀、折、迅、搶、絞、抽、拔、顫、蹙、息、押、結、憩。』

【書學題二】

明代董其昌在《畫禪室隨筆·論用筆》自述『予學書三十年。悟得書法而不能實證者，在「自起、自倒、自收、自束」處耳。過此關，即右軍父子亦無奈何也。』

試問，董其昌晚期已體悟起倒用筆，比對晚期所臨《蘭亭序》的「筋、節、骨、肉、皮、血」等書法要素的形質仍然不像，問題出在那裡？明代已有《玉堂禁經》書論刻本，董其昌知道搖腕起倒的九用筆法嗎？〔稍後研討分析〕



貳、質量感書學要素

史籍記載有關線條質量感的論述，例如：【東漢蔡邕《九勢》「轉筆，左旋右顧，無使筋節孤露。」衛夫人《筆陣圖》「善筆力者多骨、不善筆力者多肉。」虞世南《筆髓論》「橫毫側管則鈍慢而肉多，豎管直鋒則乾枯而露骨。……終其悟也，粗而能銳，細而能壯。」明·李日華《竹懶書論》：「物之有筋，所以束骨而運關節，肉不得此則癢，骨不得此則悍。凡所為柔調血脈令牽掣生態者，胥（皆之意）筋之用耳。今人有終老學書而不得一筋者。」清·笪重光《書筏》「筋之融結在紐轉，脈絡之不斷在絲牽…」】

如上，形成書法質量感的主體不外『筆鋒(尖鋒、側鋒)本質、墨法、用筆(執筆+腕法+筆法)技法』，內涵包括『筋(筆勢)、節(調鋒)、骨(尖鋒線)、肉(側鋒線)、皮(輪廓線)、血(墨法)』等。以下分別概述之。

一、【筋】

(一)、狹義的筋

「筋」是書寫點畫時筆心在中線的筆鋒運動軌跡，因此「筋線」就是中鋒行筆的「書法中線」。例如下列王羲之《蘭亭序》字跡的筆筆中鋒筋線。



(二)、廣義的筋

元代陳繹曾《翰林要訣·筋法》說：『斷處藏之，連處度之。藏者首尾蹲搶是也；度者空中打勢，飛度筆意也。解藏、度二字則無死筆，活處在筋也。』這個解讀是廣義的筋，包含『大圈筆勢(筋/藏)+小圈調鋒(節/度)』，也可以解讀為『筋脈：裹束結字時，筆勢

上承下接的筋線脈絡相連。』

觀察《蘭亭序》“歲、山、峻”字跡(有虛筆飛渡和實筆相連的筋脈)，明顯可見王羲之在運筆各階段(起、行、止)，都有精微(搖腕起倒)調鋒換向動作，以利前後點畫出鋒入鋒自然挪移方向、距離，及頭、尾承接用筆的筋脈相連。再比較趙孟頫用提按臨的蘭亭字跡，單字之間的點畫承續筋線，有些並不明顯，尤其字與字之間的筋脈形勢，看不到上下字的連接關係，例如“是日、宇宙、所以、騁懷”等字。



(三)、得筋之法的用筆(起倒和提按)差異

明代豐坊《書訣》「書有筋骨血肉，筋生於腕，腕能懸則筋脈相連

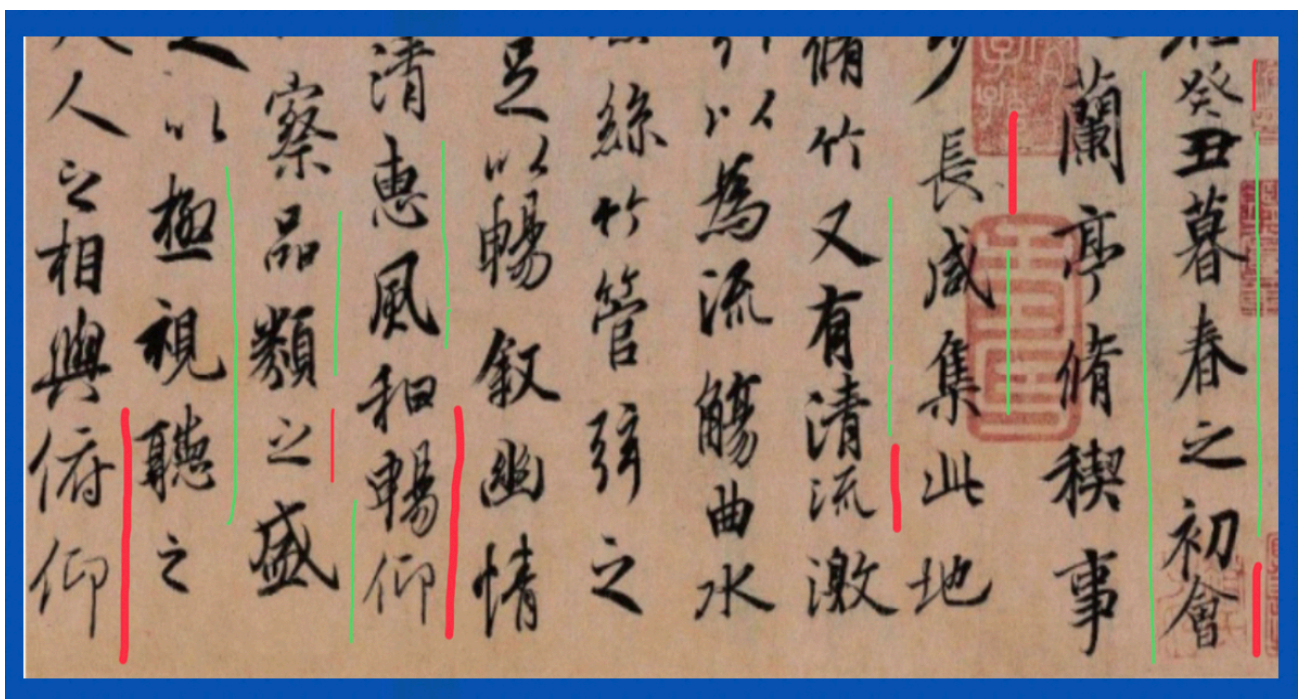
而有勢。」腕法分「提腕、枕腕、懸腕」，通常“提按”用筆者為保持筆管垂直中鋒行筆，多強調懸腕(手腕和肘關節都離開桌面)以應用筆形勢所需，但得筋之法最佳的是典範書法的《玉堂禁經》九用“起倒”搖腕(下腕的腕關節左中右運動)」筆法，並可依書寫需要適用不同腕法。

1、「起倒」用筆

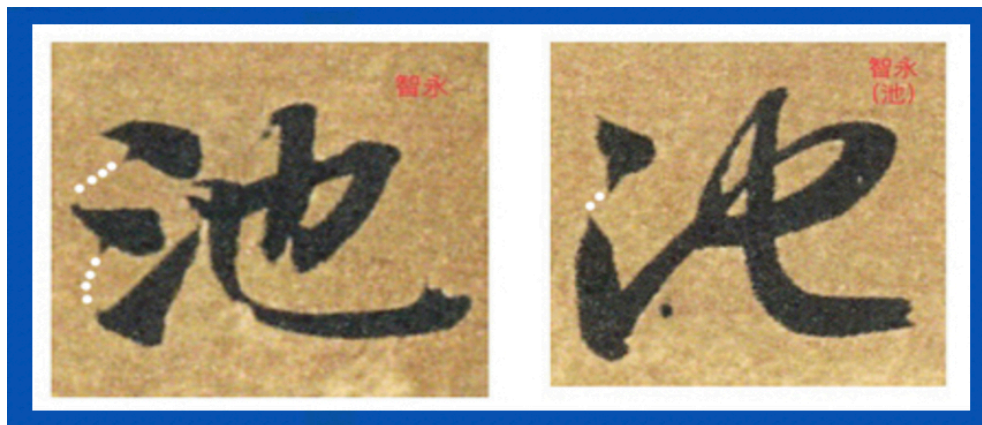
《玉堂禁經》九用筆法是搖腕起倒調鋒的筆法，在運筆(起、行、止)時搖腕起倒動作有利自然挪移(方向、距離)，並可藉「尖鋒、側鋒」變換，形成點畫線條不同質量變化，與前後點畫的頭、尾(相承、相接)用筆，中鋒筋線明顯，筋脈相連有勢。

例如：《玉堂禁經》九用筆法的『挫筆：橫毫側管，手腕向左或向右倒下寫側鋒肉線』；『趯鋒：豎管直鋒，手腕回正置中寫尖鋒骨線，也是正鋒起筆狀態。』行筆中如交互運用這二種筆法，可以形成自然的「筆鋒下壓(按)和上升(提)」現象，也就是書法術語說的

「起倒：手腕一左一右來回運筆」(註)，故書法有『線條是手腕運動的記錄』之說。如下圖《蘭亭序》中骨線與肉線對比字跡。



再如智永《真草千字文》「池」字真書用「散水勢」三點實筆分開，用虛筆飛度意連：『第一點用側勢向九號位倒下，頓筆收尾後搖腕向第二點方向揭出；第二點入筆面向上倒下平放，挫筆收尾回正後往下揭出，接續第三點用策勢，下筆先用蹲鋒(尖鋒抵住紙取分數)，然後衄鋒二面換倒向三號位拖出去。』草書「隔水勢」一點分開，下面兩點牽絲相連：『第一點為側勢，向九號位倒下後頓筆收尾向下搶出，第二、三點連寫為豎鉤，豎畫以頓筆收尾，隨後向三號位以實筆揭出。』這二字的筆勢筋線明顯，筋脈相連有勢。



2、「提按」用筆

「隔水勢」下面兩點實筆筋脈相連，「按—提—按—提」的連動移位不難，但「散水勢」三點實筆分開，每個點都必需「筆筆斷而後起」，在前一點結束時「提」筆，並在空中停留選定下一點適當位置後，再入筆「按」下，這種三點實筆分開由主動意識控制的用筆，必需眼力相當精準，才能運筆到位，例如趙孟頫下圖兩個「池」字的第一、二點筋脈並未相連。



也有現代書法家沈尹默《書法論》說：「字是用筆蘸上一色墨，由指執筆，“由腕運筆，起倒使轉不定”而寫成，不是平拖塗抹就的。」但仔細觀察沈尹默(及多數現代書法家如啟功)運筆仍然是「提按(上、中、下)」用筆而非起倒，同時所謂“由腕運筆”，是以上腕(肘臂)轉動方向、控制距離行筆，並非如王羲之系統書法家(如智永、張旭、顏真卿)用【下腕起倒(左、中、右) + 上腕(控制方向、距離)】書寫。



【思考題】

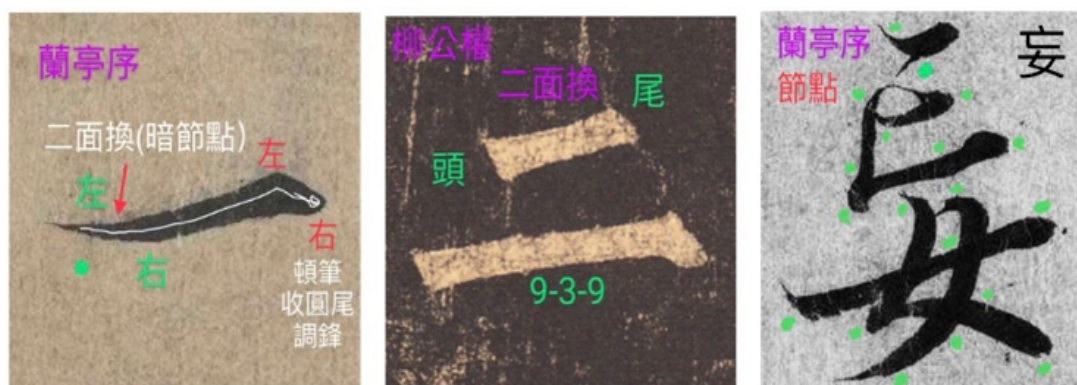
如果黃庭堅「盪漿筆法」的「提按」用筆改成《玉堂禁經》的「起倒」用筆，比較下圖字跡線條質量感有何差異？



二、【節】

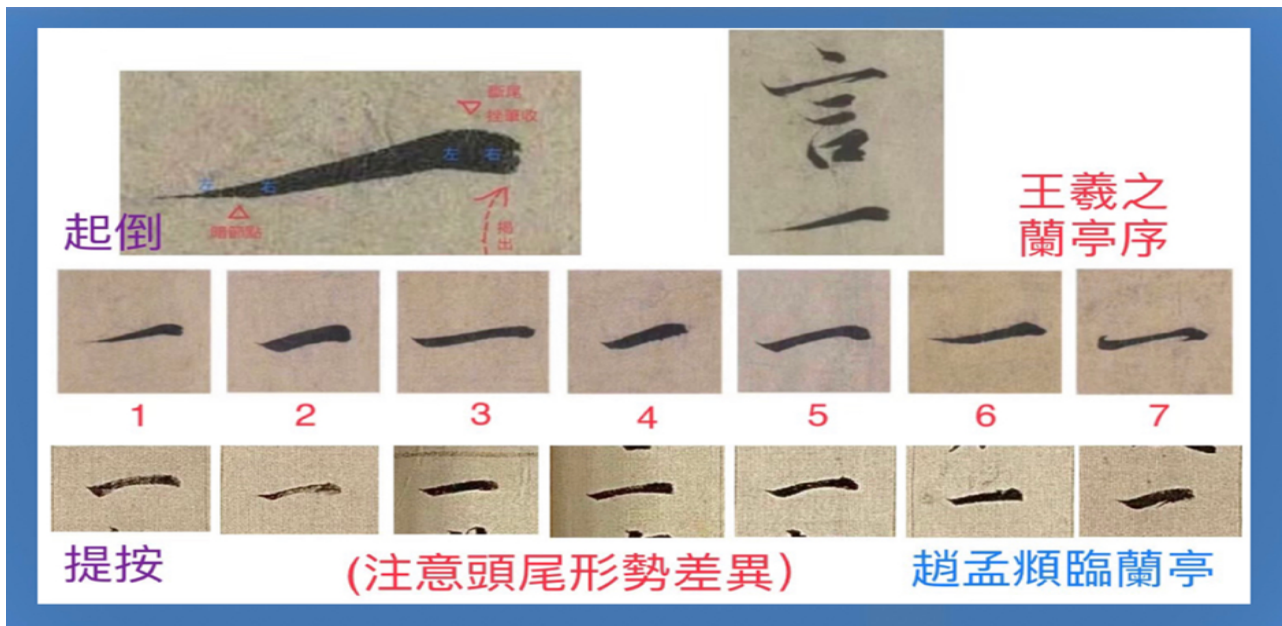
學書者都知道，筆鋒縱在硬毫筆心之外有副毫披固，但筆鋒性軟不注意常會形成「絞鋒、散鋒、破鋒」，影響裹束結字點畫線質，所以歷代書家無不尋求名師傳授『筆法：美化點畫線條所要形勢的用筆方法。』《玉堂禁經》九用筆法就是「以小圈用筆(節)美化大圈筆勢(筋)達到用筆目的的筆法」，而運用筆法『搖腕扭動筆心調鋒換向』留下的墨跡，就是書法術語所稱的「節」或「節點」。所以線條中「節」的質感變化來自用筆的筆法。

「節」有明顯折線角節的是「明節點」(如下圖二字)，也有不明顯的弧線角節「暗節點」(如下圖一字)。狹義的「節」是指運筆階段依筆法形成的節點；廣義的「節」則是指凡在筋上只要『搖腕扭動筆心調鋒換向』產生的節點均屬之(如下圖妄字)。故書論講「筋節相輔相成」，有筋就有節。



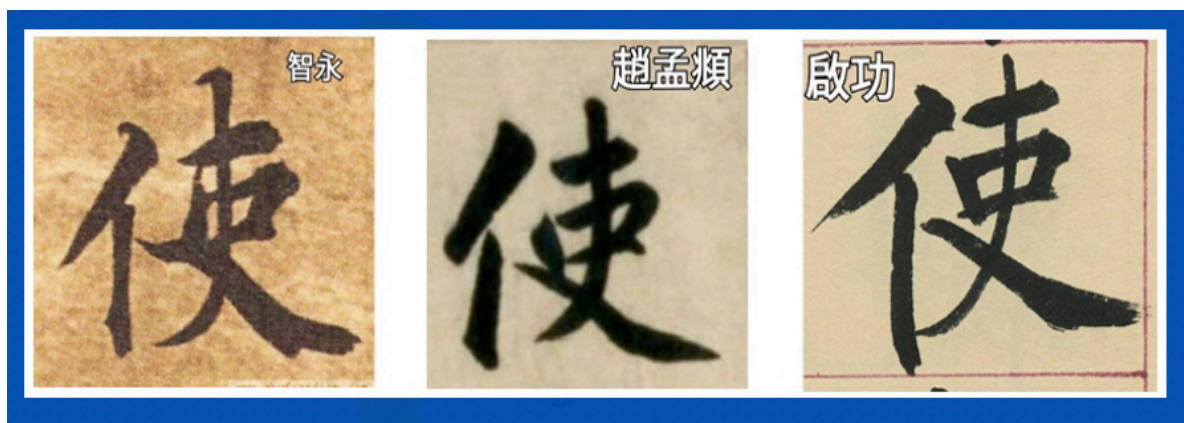
(一)、起倒和提按的節點用筆分析

書法用『圓椎形心副式毛筆』，筆心與筆管中軸一致，觸紙書寫時依「筆心為帥」原理，只要搖腕來回以不同角度壓彎或豎直筆鋒，自然會產生尖鋒、側鋒的調鋒換向。』這就是《玉堂禁經》九用筆法以「搖腕起倒」產生「自然用筆」的關鍵設計，和「提按」以豎筆直推，用「按、提」調鋒，如疾速重壓下容易發生「偏鋒、鋪鋒、散鋒、破鋒」行筆線條，學者常需因此重新搽墨整理筆鋒再接續書寫，常見氣韻中斷，線條平實缺少「節點」變化問題。例如趙孟頫臨《蘭亭序》的「一」字，頭尾用筆形勢雷同。



清代包世臣《藝舟雙輯·歷下筆譚》說『用筆之法，見于畫之兩端。而古人雄厚恣肆令人斷不可企及者，則在畫之中截。』以

「使」字的捺畫節點線質為例，元代趙孟頫和現代書法家啟功的「提按」用筆頭尾及轉折節點線質，不如智永《真草千字文》一波四折，搖腕二次來回（左/右/左/右），起筆止筆用明節點，行筆用暗節點，運筆分段明顯，節點線質變化優美。



(二)、節點例字

漢字組合多「直線+直線」、「直線+弧線」、「弧線+弧線」的複合筆勢，如殊、侯、家字；在線條接合處用【趯鋒(打圈)】如風字右上

角；趯鋒(尖接)如國字右上角；衄鋒(換面)如之字右上方；啄法(翻筆)如重字日部】轉折，會產生不同的「明、暗」節點變化。」

此外，『露鋒起筆用【蹲鋒+衄鋒】二面換、三面換如夫、天、之字，藏鋒用【馭鋒+衄鋒】如方字長橫；行筆交互使用【趯鋒(骨線)、挫筆(肉線)】，如重、府、所字的長橫；止筆用【頓筆(圓尾)】如日字、「挫筆(斷尾)」如夫字、「按鋒(收鋒)+揭筆(尖尾)」如八字】，也有不同點畫形勢的筋線及節點表現。





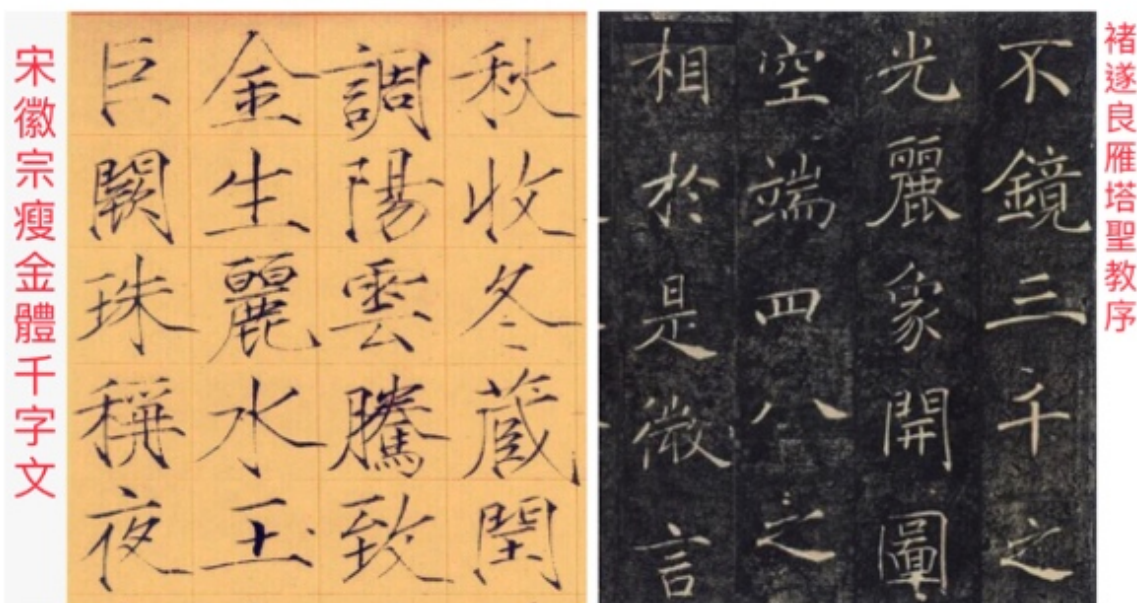
三、【骨】

書法使用的心副式圓錐形筆鋒中心「筆心」，稱為「尖鋒」。豎直筆管用筆心端點的「尖鋒」寫出來的尖鋒線，書法術語稱為「骨線」。

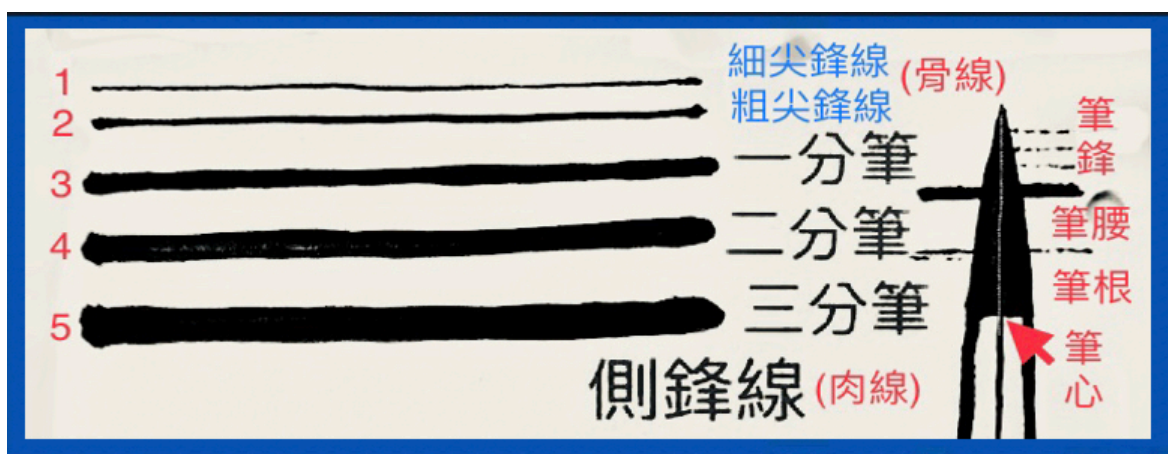
虞世南在《筆髓論.指意》：『豎管直鋒則乾枯而露骨。...及其悟也，心動而手均...“粗而能銳，細而能壯”。』虞世南說的“粗細銳壯”指的都是豎管直鋒，用尖鋒垂直下紙寫的「尖鋒線」。例如行草書中的牽絲映帶，就是「細尖鋒線」，而《玉堂禁經》講「尖鋒」行筆的「**七日趯鋒，緊御澀進，如錐畫石是也。**」主要是指粗尖鋒骨線，《蘭亭序》中勁健的「長、仰、今」字，就是粗細尖鋒線合體的字。

書法家偏重骨線的如褚遂良《雁塔聖教序》，書評為「或師逸少之法，而瘦硬有餘。」這種偏骨線的寫法，由於用筆豎管直鋒近五號位，利於八面出鋒，亦可減少小圈調鋒需要，增快書寫速度，但容易寫得好像硬筆書的線條，乾枯無肉，這是選帖習字時要小心的。另外，比較特殊的例子是宋徽宗趙佶(1082–1135)的「瘦金書」。他吸收褚遂良、柳公權的風格，使用特殊長鋒筆書寫自創一家，筆道峭硬遒勁，線條細長纖瘦得等於一條筋線，又稱「瘦筋書」。從視

覺藝術的角度上看，由於瘦金體在收筆和折筆處使用特殊的節點技法，因而形成狹長的「面」感，與瘦硬有筋力的「線」感，產生強烈的線面對比視覺平衡，故整體作品有「鐵畫銀鉤」魅力，但特殊特殊書風，不宜偏習。



【書學練習】 骨線與肉線



四、【肉】

(一)、基本概念

心副式圓錐形筆心(尖鋒)旁邊的副毫稱為「側鋒」(註 1)，壓彎筆心和副毫可以書寫粗細不等的側鋒線，這就是是書法術語通稱的「肉：側鋒肉線」。

另外，筆頭設計分「筆根、筆腰、筆鋒」三個部位。依據王羲之《書論》『仍須用筆著墨，不過三分，不得深浸，毛弱無力。』筆頭前三分之一的「筆鋒」，就在“著墨不過三分”處。因此雖然蓄墨在「筆腰」，但不得深浸，否則將“毛弱無力”。依此我們可以推論，筆鋒(筆腰前三分之一)就是毛筆用鋒的極限，將筆鋒分成三等分運用，就是粗細不等的「一、二、三分筆」側鋒肉線(註 2)。

#、註 1：東漢·許慎《說文解字》註：「側，旁也。不正曰仄，不中曰側。」仄(ㄗㄜˋ)意指不正、傾斜，所以筆鋒傾斜不正稱為「偏鋒」，而中間筆心(尖鋒)旁邊的筆鋒稱為「側鋒」。

#、註 2：側鋒肉線用鋒位置【一分筆：輕按筆心彎至筆鋒前三分之一處。二分筆：加壓使筆心彎至筆鋒的三分之二處。三分筆：重按使筆心彎至筆鋒上緣與筆腰銜接處。】

(二)、書論要點

書法史上論述側鋒肉線的書論繁多，但重要者不外：【一、晉·衛夫人《筆陣圖》『善筆力者多骨，不善筆力者多肉，多骨微肉者謂之

筋書，多肉微骨者謂之墨豬。」清代朱履貞《書學捷要》說：「夫書肥，其實沉厚非肥也，故肥而無骨者，為墨豬，為肉鴉。」二、梁武帝《答陶隱居論書》『純骨無媚，純肉無力。...肥瘦相和，骨力相稱。』三、唐太宗《指意》『虞安吉云：太緩者滯而無筋，太急者病而無骨，橫毫側管則鈍慢而肉多，豎管直鋒則乾枯而露骨。及其悟也，心動而手均，...粗而能銳，細而能壯...思與神會，同乎自然，不知所以然而然矣。』（註）】

(三)、書學重點

1、『純肉線扁平、墨色均勻，線條無力。』『不善筆力者多肉(註：筆力是指筆法)，多肉微骨(註：微骨是指尖鋒骨線已經散開不明顯)謂之墨豬。』綜整問題原因：

(1)、書寫變化豐富，具質量美的側鋒肉線關鍵在用筆(筆法)，必須學會《玉堂禁經》記載王羲之書學九用筆法的『蹲鋒：緩毫蹲節取一、二、三分筆肉線(起筆使用)』，及『挫筆：挨鋒捷進拖行。(行筆使用)』。

(2)、用筆未掌握「側鋒肉線」特徵【類似電熨斗形三角點，尖角是筆尖、平尾是側鋒筆腹】，書寫時尖鋒隨著側鋒平鋪散開，因此線條扁平、墨色均勻，而非中鋒行筆的圓渾豐潤。〔註：這也是提按用筆推寫一根粗大的三分側鋒肉線，容易形成鋪鋒、散鋒、破鋒，以及推筆如何形成“畫有中線”，需要解決的問題。〕

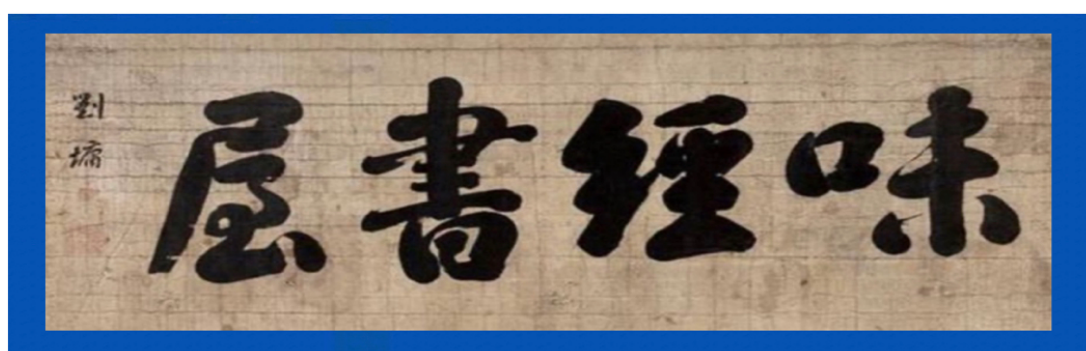
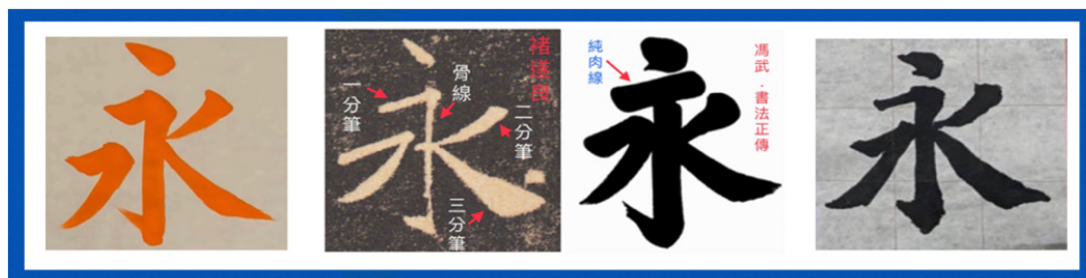
2、虞安吉云：『橫毫側管則鈍慢而肉多』，“橫毫側管”就是九用『挫筆』的搖腕倒筆拖行的執筆狀態，而“鈍慢肉多”其實是指用筆者須深體“挨鋒捷進”精意，了悟拖行三分筆自然筆壓大，鈍慢且肉多，但指掌握要領雖“粗而能銳”，拖行一、二分筆，倒筆的筆壓遞減，自然拖行速捷而肉少，正如虞安吉言「心動手均，思與神會，同乎自然，不知所以然而然矣。」

【註：不解虞安吉精意者，會認為王羲之的好友反對「橫毫側管及豎管直鋒」用筆，因為會「鈍慢肉多、乾枯露枯」不可取，殊不知這是指用“挫筆”拖行要速捷不能鈍慢，以及豎管直鋒用“趯鋒”推行須如錐畫石澀行不能乾枯露骨之意。】

3、具美感的側鋒肉線，骨肉相濟，骨力相稱，肥而有骨，肉線中可見尖鋒軌跡，像古人評述“畫有中線”。

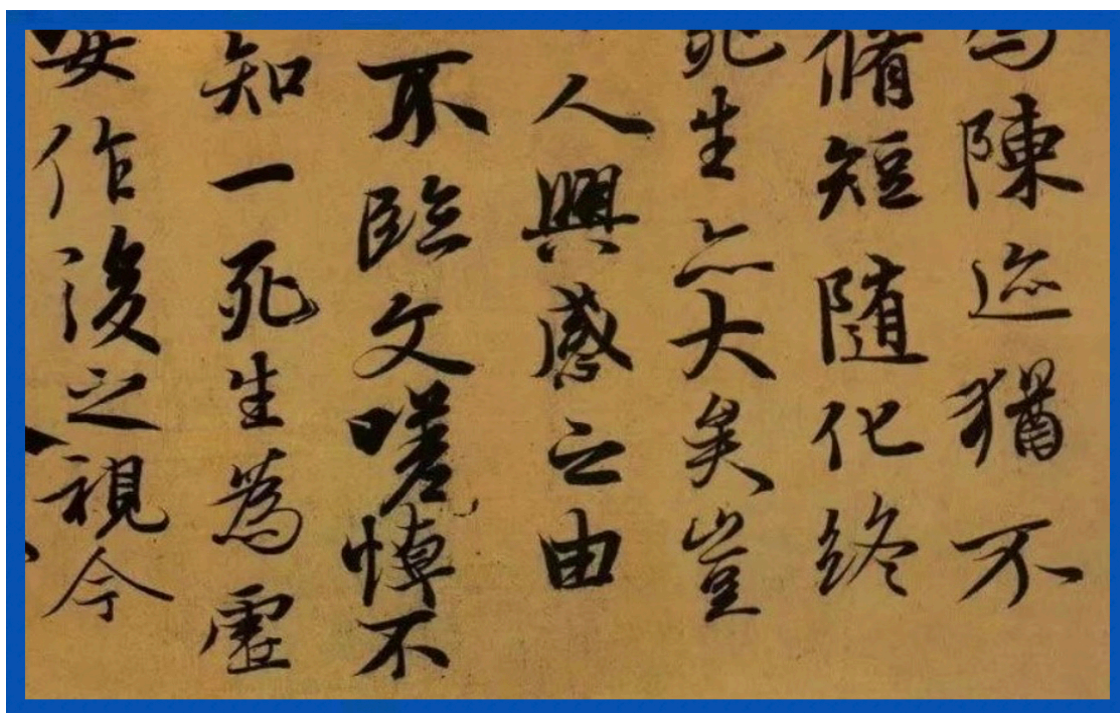
【書學題】

一、例如下圖有四個永字，何者多肉微骨似墨豬？何者用提按鋪鋒寫肉線？何者以起倒筆法書寫側鋒一、二、三分筆？



二、清代劉壙“味經書屋”橫額(如下圖)，用筆厚重，用墨濃黑，**多**肉微骨，請問如何研判「畫有中線」？

三、試分析《蘭亭序》中每個字的側鋒肉線一、二、三分筆。



五、【皮】

(一)、基本概念

書法術語的『皮』是指點畫線條依筆墨技法形成的邊緣皮相。不同書體的線條皮相特徵各異，但都與「筆法、速度、力度」有關。一般言，篆書線條「光滑勻稱」，隸書蠶頭雁尾「圓渾有毛邊」，真(楷)書點畫「溫潤厚實」，行書流暢線條「圓潤光滑」多筋線，草書使轉速捷線條多『毛邊枯澀』。例如下圖各體書局部。

書法術語的『皮』是指點畫線條依筆墨技法形成的邊緣皮相。不同書體的線條皮相特徵各異，但都與「筆法、速度、力度」有關。例如下圖各體書局部，篆書是古文字，因此早期筆法簡單，線條多圓筆聚鋒，「光滑勻稱」，畫有中線如「綿裡針」；隸書發展至八分已是今文字，開始使用側鋒肉線，蠶頭雁尾用側法「圓渾有毛邊」；真(楷)、行、草書開始講究技法，線條皮相表現因「筆法、速度、

