

●本书是一部包括书法历史、书法理论、书法技巧的综合性书法基础读物。
●本书以“纵的探索书法源流、横的概括书法要素”为编著要旨。●本书博览历代名家书法论述，采撷各种书法研究的观点和成果，通过自己思考和研

乔俊武 编著

陕西人民教育出版社

书法基础知识

究撰写而成。●本书论述特点：构思新颖，结构完整、层次鲜明、文字流畅。
●本书是一部书法学习、入门的好书，是书法爱好者、书法教师、学生以及知识青年攻研书法的好读物。●对书法实践者，书法研究者等皆有参考价值。

书 法 基 础 知 识

乔俊武 编著

陕 西 人 民 教 育 出 版 社

书法基础知识

乔俊武 编著

陕西人民出版社出版

(西安市长安路南段376号)

陕西省新华书店经销 安康印刷厂印刷

787×1092毫米 1/32开本 5.875印张 10插页 120千字

1989年6月第1版 1989年6月第1次印刷

印数: 1—26,000

ISBN 7—5419—0830—4/G·746

定价: 2.50元

目 录

序

第一章 书体的演变..... (1)

第一节 从甲骨文到小篆——汉字的产生到形体
的大统一..... (1)

第二节 从篆书到隶书——汉字由形象化向笔画
化过渡的大变革..... (3)

第三节 从隶书到草书、楷书和行书——书体变
化的突飞猛进..... (4)

第四节 书法史上的几次兴盛..... (6)

第五节 结语..... (14)

第二章 简说文房四宝..... (16)

第一节 笔..... (16)

第二节 墨..... (22)

第三节 纸..... (25)

第四节 砚..... (28)

第五节 结语..... (31)

本章附图..... (32)

第三章 书法的灵魂——笔法..... (33)

第一节 书法用笔为先..... (33)

第二节 写字的姿势——身法..... (34)

第三节	执笔的方法——指法·····	(36)
第四节	用笔的技巧——锋法·····	(42)
第五节	结语·····	(52)
本章附图	·····	(53)
第四章	汉字字体的基本单位——笔画 ·····	(55)
第一节	笔画的作用·····	(55)
第二节	笔画的类型·····	(56)
第三节	笔画的写法·····	(69)
第四节	笔画的顺序·····	(79)
第五节	结语·····	(81)
本章附图	·····	(82)
第五章	书法中的造型——结体 ·····	(84)
第一节	结体·····	(84)
第二节	笔画的结体·····	(85)
第三节	独体字的结体·····	(86)
第四节	合体字的结体·····	(100)
第五节	结体的一般要则·····	(105)
第六节	结语·····	(108)
本章附图	·····	(109)
第六章	书法的群体布局——章法 ·····	(113)
第一节	写字要讲究章法·····	(113)
第二节	布局的基本格式·····	(115)
第三节	布局的全面要求·····	(117)
第四节	结语·····	(119)
第七章	书法的血和肉——墨法 ·····	(121)
第一节	墨法在书法中的位置·····	(121)

第二节	墨的运用	(122)
第三节	用墨的要求	(125)
第四节	结语	(126)
本章附图		(127)
第八章 书法的艺术境界——神韵		(128)
第一节	书法贵在有“神”	(128)
第二节	骨力	(133)
第三节	气势	(135)
第四节	风采	(137)
第五节	韵味	(138)
第六节	贯神的三种形态	(141)
第七节	结语	(144)
第九章 学习书法的必由之路		(145)
第一节	有志者事竟成	(145)
第二节	终身勤奋，刻苦无已	(146)
第三节	选准入口	(151)
第四节	临摹名帖	(152)
第五节	要敢于超越前人	(157)
第六节	结语	(160)
第十章 书法学习的生理、心理因素		(162)
第一节	兴趣是书法入门的向导	(162)
第二节	情绪对书法学习的影响	(164)
第三节	性格在书法艺术中的体现	(164)
第四节	书法有益于健康	(168)
第五节	书法学习起步的最佳年龄	(170)
第六节	学习书法须多种因素综合修养	(172)

附录.....(173)

一、书法部分名词索引.....(173)

二、古代名家书法选.....(177)

●第一章

书体的演变

第一节 从甲骨文到小篆

——汉字的产生到形体的大统一

中国文字产生于何时？历来众说纷纭。有说三千多年前，有说五千多年前。根据陕西临潼姜寨遗址的发掘来看，说明至少在五、六千年以前的我国原始社会后期汉文字已经广为流通；从所出土的一部分陶器上的120多个刻划符号分类观察，文字多达39种类型，要比同期的西安半坡文字多出十几种，其中有些是别处从未见过的。有关专家研究认为，这是我国文字发展的渊源之一。

所谓“书画同源”，就是说，我国最早的文字就是图画。劳动人民在长期的生产实践中，把实物的形象刻画在墙壁或器皿上，作为表达思想、记录语言的工具。随着生产力的发展以及技术的不断提高，生活内容的日益丰富，要记的事太多了，每件事都要画出来。也不可能，这就不得不把图画简化为象形文字。

我们目前可识的汉字中，最古的算是甲骨文了。它是商代及其以前刻在龟甲、兽骨上的文字，所以叫甲骨文。这种

文字1899年在河南安阳附近发现,1928年以后多次发掘出。从当前考释了的一千多字来看,多数是占卜的记录,也有少数记事。从文字结构来看,非常象形,字形相当完备,不仅已由独体趋向合体,而且已有大批形声字。往往一个字有几种不同写法。刻写方笔居多,圆笔较少,线条纤细。但多数字的笔划和部位尚未定型。

到周代,通行金文。金文是刻铸在铜制器物上的文字。或叫“钟鼎文”(古代钟、鼎均为铜制,钟鼎亦随之作为古代铜器的总称)或叫“铜器铭文”。金文的特点是笔画宽而粗,大小均匀,结构方正,是由甲骨文发展而来的,故留甲骨文的痕迹较深。

春秋战国,殷周古文(即甲骨文和金文)又发展为工整匀称的大篆。也叫籀文。史传周宣王时太史籀所造。尔后通行于六国,今存的石鼓文即这种字体的代表。当时,东方齐鲁地方文化较为发达,更通行一种比较省便的字体,称为古文或蝌蚪文(因头粗尾细,形似蝌蚪,故名)。这时列国纷争,字体亦极不统一,但多大同小异,笔画繁重。因此,习惯上将秦以前的甲骨文、金文、籀文、古文等文字与秦时的文字加以区别,都称之为大篆。

两千多年前,秦统一六国。由于政治、经济、文化上的需要,实行“书同文”的政策。李斯以秦国通行的文字为主,依据籀文和古文,笔画力求简省划一,对籀文和古文有“省”(省去繁复的形体)有“改”(改去古怪的形态),废弃六国异体文字,淘汰各种杂字异字,实现书同文,创制了一种新的全国性规范化文字——秦篆(或叫小篆)。当时,李斯的《苍颉篇》,赵高的《爰历篇》,胡毋敬的《博

学篇》等均是以小篆体文字写的童学课本。学校里不仅教语法，而且要教字体。从存世的小篆体书迹有《琅玕台刻石》和《泰山刻石》等，可窥其风貌。

自甲骨文至小篆期间，文字与图画相近；象形字描绘实物，例如“日”、“月”等；指事字描绘虚象，例如“上”、“下”等；会意字（例如止戈为“武”、人言为“信”等）、形声字（例如取譬相成的“江”、“河”等）为象形字和指事字的配合体；还有假借（依声记事）和转注（例如：左弯为考”、右弯为“老”）。这六种汉字的原始构成分类总称为“六书”。“书者如也”，“同源”说即本此。

汉文字演变为小篆，完成了具有进步意义的中国文字体形的第一次突变，标志着中国历史上汉文字发展的大统一。小篆也是文字发展的一个重要阶段，它上承甲骨、金文，下启隶书、楷书，笔画匀圆，字形整齐，造型较前简便，线条优美，为汉字结构更加划一定型打下了牢固的基础。篆书给人以古朴的形象化的美感享受。

第二节 从篆书到隶书

——汉字由形象化向笔画化过渡的大变革

西汉在我国历史上持续了四百二十多年，是一个非常重要的历史时期；随着经济与政治的发展，文字及书体也发生了剧烈的变化。虽然小篆的出现，对我国的文化无疑是有力的促进，但其毕竟还是属于古籍系统，字体圆形，书写不便。到这时，一种小篆的快写体——隶书，便应运而生。由于这种书体最初为徒隶（办普通文书的小官吏）所用，故曰

“隶书”。实际上，最早的隶书就是写得潦草一点的小篆。亦可称之为“秦隶”，以与后来的“汉隶”相区别。因其书写方便，在汉代，这种新的、更简单的、易写和应用更广泛的字体就盛行起来并发展而成为汉隶。

如同传说中的远古皇帝苍颉造字一样，也有说狱吏程邈得罪拘禁狱中，为了摆脱小篆的拘束，他日夜思索，造出了一种笔画较篆更为简捷的文字，这就是隶书。在促进隶书的发展方面，也许程邈对其搜集整理起过一定的作用，但文字的产生和普及是社会群体智慧的集结，“专利权”并不能属于某一个人。

隶书是将篆体笔画由曲变直，圆转笔画变为方折，字形由圆而方，用笔脱胎于篆书而结体又近于真书，结构改形象化为笔画化，比篆更加简化，写起来更为方便，是当时最流行的字体。与此时同，王次仲（秦隐士）“割程隶字八分取二分，割李篆字二分取八分”（蔡琰说）创制八分书（也称分书）。八分书篆体多于隶体，也就是有挑法、有波磔的隶书，属一种较拘谨的字体。后来，又出现了隶草，它是隶书的快写变体，使书写更为简易。世存汉隶碑刻现今国内尚可见到。

汉字由篆体变为隶体，是一次形体与结构的重大变革，它打破了“六书”的传统，为继之而起的楷书书体的发展铺平了道路。隶书给人以舒服、清秀、自然的感觉。

第三节 从隶书到草书、楷书和行书

——书体变化的突飞猛进

如前所述，汉代在文字和书体发展上是一个非常重要的

时期，这不仅因为隶书当时已发展成为高峰，而且因为后期出现草书、楷书（真书）和行书三体争雄的形势，而且一并流传至今。

草书。始于汉初，盛行于晋。汉元帝时，史游作章草；东汉末，张芝始创今草。章草一般指晋以前的草书，写时字字独立。今草，一般指晋以后的草书，写时前后各字相连。唐代以后，出现了体势与今草更为放纵的草书，称之狂草。草书的一般特点是笔画简而相连，曲折多，不易认，亦不易写。但如掌握纯熟，与其它书体相较，更能体现人的感情。

楷书。始于汉末，盛行于魏晋以后，通行至今。汉代是否已出现楷行书，未见史书记载。有人认为，“楷书始于隋唐”。据1979年4月陕西宝鸡市郊福临堡车站西部台地汉墓中出土的汉代楷行体朱书瓶，可初步肯定，东汉时，楷行书体皆已出现，并在社会上流行。后魏钟繇更完善了初步的楷书而独辟新境，故有“秦汉以来仅一人”的说法，不过，这只是楷书的初期阶段真书罢了（或叫碑书）。真书的特点是以隶笔作楷法，为总结篆隶而开唐正楷之先的一种书体，仍有篆隶笔意。楷书，是一种端端正正的字体，亦称“正书”，正楷，最规范的是唐楷。直到现在仍是正式通用的字体，它是在纠正了草书的漫无标准和汉隶波磔的基础上形成的。特点是笔画清楚，彻底笔画化，结构方正，笔画平直，可作楷模，故名为楷书。这种书体，严肃大方，稳健庄重。

行书。始于汉末，相传为刘德昇所创。这种介乎草书与楷书之间的书体一直流传至今。行书是楷书的流动与快写，点画（实）之间，强调牵丝连系（虚）。凡字字能识近乎楷书而较楷书放纵些的行书谓之真行；而字字相连近乎草书但

较草书收敛些的行书谓之草行。行书的一般特点是沉着痛快，生动活泼，姿态灵活，日常书写最为便利。它不象楷书那样拘板，也不象草书那样潦华，近楷近草，非楷非草，不拘不放，笔画连绵，字字独立。古人曾说“写行草要用楷书法，写楷书要有行草意”，正是它们之间相互关系的绝好写照。由于行书有这样象楷书而不呆，似草书而不浮的长处，写起来自然轻快，所以至今为人们所喜用。

从汉字书体演变的几个阶段可以看出，汉字形体，是伴随着社会的发展而发展而变化的，它经历了由初级向高级、由繁复向简化、由原始象形化向规范标准化演变的漫长过程。人们通常说的四体字，古时指古文、篆文、隶和草四种字体；而现在指的是篆、隶、正、草四种主要书体。这既是通行的几种主要书体，也客观地反映了我国汉字书体演变的内缘关系。

第四节 书法史上的几次兴盛

现在，我们开始从书法的角度再来了解一下历史上所出现过的几次兴盛时期。首先须弄清几个有关概念。

什么叫字体？什么叫书体？书体与字体、书法与文字是什么关系？搞清这些问题就不会对书法的一些概念引起混淆。

字体就是文字发展的形体，它是人们交流思想语言的符号；而书体则是文字的书写体，随着文化艺术的发展，书体不仅有应用价值，而且有欣赏价值。汉晋以后，更成为一门重要的艺术。前者是死的文字符号，后者是活的艺术。二者

之间虽有区别，但又互为依存。文字形体是书写形体的基础和依据。没有字体就无从谈起书体；反之，书体又是字体不断发展的动力。文字向书法（即书体写法）的发展大致在春秋末期，那时文字的艺术化和装饰化已经比较明显了。可以说这是字体与书体、文字与书法的区别及其它们之间的基本关系。

而要谈清文字与书法的关系，又须分为三个时期略加交代。远在汉以前，竹简的书写者，当然不会注意到书写的艺术性（尽管当时已讲究基本的造型美），多为有什么事，就随手写在竹简上；金石文的书写者也可能注意到书写的艺术性了，但并不想以此留芳；即便象李斯那样工于书写的人，也没有在碑上题名，当时书体与文字还是比较统一的，这可作为第一个时期。至汉代，文化的发展，一方面促使字体由篆通过隶向楷体发生剧变；另一方面书法艺术开始萌芽和发展。纸的发明和使用，使善长书写的人蜂涌而起，当时的杜操、崔瑗、崔实以章草称著，张芝以今草见长，蔡邕以八分飞白占魁，刘德昇以行书称绝，而王次仲又有始创八分与作楷法之说，于是书家的书写之法，乃渐带有艺术性了。这时，书体与文字虽然仍有混通，但二者之间已分道扬镳，看得出书家在书写上开始表现出的独特风格。是为第二个时期。魏晋以后，楷体既已完成，于是以楷为正体，行与草就成为楷体的别体了。这时的书法，既具有文字符号的特点，又具有形象性的美的造型；加之毛笔性能的发挥，更使汉字书法结体有了丰富的变化；再由于作者思想感情的变化，对通篇内容的处理，构成优美的布局和生动的气韵，就使书法带上了强烈的艺术色彩。从这时起，也只有从这时起，书法与文字才彻底

地成为两个迥然不同的东西。这可称为二者关系的第三个时期，一直延续至今。可见，由文字发展到书法，历经了一个多么漫长的曲折过程。

明确这一点，有助于我们理解本节所要简述的“中国书法发展史上的几次兴盛”，并不是单纯地说明呆板而机械的文字演化；而是为了探索在中国这块古老的土地上，书法作为一门素为人们珍重的艺术它所经历过的轮廓概貌以及活动脉络。

第一次兴盛：晋——书法成为最重要的艺术。

回顾书法演延历史，就可以知道，从甲骨文、金文发展而来的篆书、隶书、章草、今草、楷书、行书各体，虽然造型各异，但它们都是由点画、线条构成，具有充分的可变性和表现力。各种书体的形态，都具有疏密、虚实、收展、敲正等对立统一关系，造成整篇结构互相依存、彼此呼应、相辅相成的局势。呈现出章法、布局的美，给人以应有的艺术感受。

我们现在还可见到殷代甲骨与陶片上的书迹，殷周青铜器铭文、碑碣，战国、秦汉的竹简、木简上的那些笔迹，都是距今两三千年以上的文字，毕竟还算不上成熟的艺术。据史载，晋代以前张芝、钟繇等人早已驰名于世，但他们的真迹亦早已失传。现存最早的书法墨迹，要算是晋人的作品了。

但如果严格提到书法艺术的兴起，倒应该追溯到汉代，尤其是东汉。当时，不少文士以“工书”著名，有些竟以写字为专业。后经汉灵帝提倡，书法便在艺术上处于更加显著的地位。直到蔡邕写石经，两汉书法艺术便达到了前所未

有的境界。公元176年，即汉灵帝熹平四年，蔡以八分体写《尚书》、《周易》、《春秋公羊传》、《礼记》、《论语》等五部经书，使刻工刻成石碑46块，立于太学讲堂前，即为著名的熹平石经。从艺术上看，它可以说是两汉书法艺术的总结。但这还只是我国书法艺术的兴起，并非书法史上的高峰。

到了晋代，书法才成了重要的艺术，出现了我国书法史上前所未有的兴盛时期。其代表人物要算王羲之父子了。以后南北朝至隋，虽作品也不少，但名家不多。当时晋武帝立书博士，设弟子员，教习书法，以钟（繇）胡（昭）为标准。因钟、胡得行书于刘德昇，而钟尤以真书独擅盛名。是时，行真书体最合实用，故书博士规定以钟、胡为法，迎合书体进步趋势，在书法史上应占有重要地位。

东晋，王羲之集书法之大成。不仅吸收魏诸家精华，重要的是脱出钟书（稍留隶书遗迹的真书）境界而自辟新境，体形完全自立，世称“右军（王羲之曾作右将军——笔者注）书成而汉魏西晋之风尽，右军固新奇可喜，而古法之废，实自右军始”。羲之之子献之，书法成就不在其父下，后世并称“二王”。梁武帝曾评羲之书“如龙跳天门、虎卧凤阁，故历代宝之，永以为训”。从此，二王书体便为南方书体正宗。

虽然王氏父子风流妍妙的新书体横扫南方，但北方却尚袭魏、晋（西晋）故体，拘谨守旧，又流变而成拙陋。因此，南北方书法不同。窦蒙《述书赋》列晋、宋、齐、梁、陈书家多至一百四十五人，北齐仅有一人；北方较之南方书风大为逊色。

公元554年，西魏攻江陵，梁朝战败，梁文士庾信、王褒尽管当了俘虏，而在艺术上却大受北方士大夫的推崇。北方书家原推赵文渊为能；自王褒入长安，贵人们纷纷摹习王书而成为风气，连后来建立唐朝的李渊，也是其中的一个。

其实，王褒在南方不算是水平最高的书家。梁武帝评王褒书时说：“凄断风流，而势不称貌，意深工浅，犹未当妙。”但王一入关中，赵文渊即被遗弃，其后连赵亦改习王书，以迎合时尚。足见南方轻便的书体代替北方拙钝的书体是必然趋势。后经唐太宗大力提倡，二王书法遂为全国正宗。

第二次兴盛：唐——名家辈出，竞雄书坛。

到了唐代，中国书法艺术又兴起了新的高峰。其间，名家辈出，各自施展着自己的才华。当初，唐太宗就深爱书法，对于王羲之的墨迹，他“心摹手追”，亲撰《晋书·王羲之传论》，评其书法为“尽善尽美”，古今第一；他多方搜求王羲之的墨迹，据说曾派萧翼到释氏辨才处骗取《兰亭序》。在世时观赏，还觉得不够，令作为他死后的殉葬品，随棺入墓。唐初，朝廷对于书法的研究也是非常重视的，曾设弘文馆，培养书法人才；二十四史中“梁书”、“陈书”的作者姚思廉就在这个弘文馆任教论书，充当学士。在唐太宗的影响下，从宫廷到社会，摹仿王书蔚然成风，北方旧传的书体自然灭迹。

太宗不仅自己学习王的书法，还让欧、赵（模）、褚等人临摹王的手迹，想方设法鼓励在书法方面有所创新的人。有的书家政治上难于委以重任，就从其它方面给以较高的荣誉和应有的头衔，给以优厚待遇。大书法家欧阳询，官阶不