

書法學習與欣賞

頁前

四川

四川省社会科学院出版社

锦绣中华

空向村山峽縱鴻涕淚心國草後楊家萬宋
 歸黃一萬穿酒春滿出觀自尋華育君花舍
 月昏去空巫青詩滿傑師順自錦紙開往北
 夜畫去空巫青詩滿傑師順自錦紙開往北
 覓圖連前便下襄陽向洛陽
 千載琵琶作胡
 識春風面環
 獨留青
 尚
 從
 何
 初
 英
 老
 音
 堂
 對
 傳
 今
 日

忠
信
子
明
与
慎
賞

辛丑

吳



四川省社会科学院出版社

一九八六·十二·成都

责任编辑：吴康零 张复祥

封面题字：陆 石

封面设计：张复祥

书法学习与欣赏

四川人民广播电台、成都市书学学会 编

四川省社会科学院出版社出版

四川省新华书店发行 峨眉电影制片厂印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：7.25 字数：145千
1986年12月第一版成都第一次印刷 印数：1—13500册

书号：8316·15

定价：0.95元

目 录

序 言.....	王学仲 (1)
中国书法为何能成为独特之艺术	魏学锋 (6)
漫谈书法的功能.....	方滨生 (9)
书写工具的选择和使用.....	蒋 松 浩 工 (13)
前人学书的基本经验.....	蔡 忠 浩 工 (18)
排除学书的心理障碍.....	谢季筠 沈学方 (24)
碑帖的选择.....	谢季筠 (29)
学习书法应从仿书开始.....	傅晏风 (32)
中线临摹法.....	肖嘉辉 (35)
临帖与读帖.....	毛 峰 (37)
关于书法的用笔.....	何应辉 (40)
书法用笔体会.....	谢季筠 (48)
八种基本笔画.....	尹文昭 (56)
书法结构的五要素.....	尹文昭 (60)
关于书法的结构.....	何应辉 (64)
漫谈书法的布白.....	方滨生 (74)
书法艺术审美基础.....	邓 文 (79)
浅谈中国书体的演变.....	蔡 忠 (83)
怎样学习楷书.....	陈 茵 (88)

怎样学习小楷·····	黄宗壤	(93)
楷书的欣赏·····	侯开嘉	(97)
怎样写行书·····	何 靖	(102)
行书欣赏·····	何 靖	(106)
怎样写草书·····	何 靖	(109)
草书欣赏·····	何 靖	(114)
怎样写隶书·····	杨代欣	(120)
隶书欣赏·····	杨代欣	(125)
怎样写篆书·····	黄 波	(129)
篆书欣赏·····	黄 波	(133)
怎样写北碑·····	吕蔺强	(140)
北碑欣赏·····	吕蔺强	(143)
怎样写汉简·····	毛 峰	(149)
汉简欣赏·····	毛 峰	(152)
浅谈书法作品的书写形式和款式 ·····	蒋 松 浩 工	(156)
书法的虚实在创造意境美中的作用 ·····	曹秉铨	(160)
给书法爱好者介绍几种书法理论 书刊·····	魏学锋	(164)
勇于独创的王献之·····	侯开嘉	(169)
颜真卿在书法上的贡献·····	陈 茵	(173)
谈谈宋四家在书法上的贡献·····	雒启坤	(177)
赵孟頫书法浅谈·····	刘 石	(183)

谈谈郑板桥书法艺术中的“怪”

.....	刘云泉	(188)
简论毛泽东的书法艺术.....	侯开嘉	(193)
简论郭沫若的书法艺术.....	侯开嘉	(196)
谢无量书法艺术浅说.....	蒲宏湘	(199)
书法美的创造与欣赏.....	陈滞冬	(203)
书法审美观的变迁.....	陈滞冬	(207)
中国书法与日本书道.....	陈滞冬	(213)
当代日本书道概观.....	魏学锋 沈学方	(219)
后记.....	沈学方	(226)

序 言

· 王学仲 ·

我看到国内的一个非常令人高兴的现象，这就是业余书法爱好者逐渐多起来了，全国形成了一股学习书法的热潮。我作为一个书法教育工作者，认为这种有益于人民的精神情操，有益于人民文化生活的热潮是值得提倡和支持的。人民在物质生活得到基本满足以后，就需要更加丰富多彩品种多样的精神食粮，不但需要电影、电视、音乐这样有声有形象的动的艺术，来给人以美的享受和教育，而且也需要类似日本的茶道、花道这种静的艺术，以使一天紧张劳动后的人们在精神上松弛下来，节奏变慢一些。这种文娱方式的优点是，可以使人的精神境界高尚，祛除轻率和浮躁的习性，培养优雅而恬静的性格，使人的举止安详，自然而然地对社会起到潜移默化的作用。书法艺术正具有这样一种功效，非其他艺术可以取代，这就是为什么有那么多的青少年、中老年喜欢她，选她作为一门爱好的原因了。

现在全国兴起了不少业余书法教育点，满足了一部分人的学书要求。作为一门普及性的艺术来说，应该让更多的人学到一些基本原理和知

识，这就需要我们借助于现代化的传播工具，特别是出版一些这方面的读物，以满足那些渴求书法知识的人们的需求。四川人民广播电台为此而举办的较为系统的书法知识讲座，受到了广大听众的欢迎。他们根据书法爱好者的广泛要求，针对学书者遇到的问题和书学本身的规律，组织了近五十个讲题。在《谈谈书法家的修养》和《漫谈书法的功能》两篇文章中，把书品与人品联系起来，强调“一个书法家，首先要有高尚的道德品质，其次要有丰富渊博的知识修养”。这就为学书者提出了一个正确的奋斗目标，并为之树立正确的审美观点，端正学书的目的。在技法方面，讲稿中有独闯新路的《中线临摹法》，有论述较为详尽、具体、充满辩证法的《关于书法的用笔》、《关于书法的结构》，以及《书法结构的诸要素》等篇。这部分的内容是讲授的重点。学习书法的人当然是为了写好字而学习，但常常昧于运腕和用笔之理，而不得要领。文章用新的观点方法，解释了锋的正侧，笔的方圆，腕的轻重，指的分工，以便读者掌握要领，不尚玄虚之说。在字的结构讲授上，以楷书为重点，兼及篆隶草行各体，以欧颜柳赵各大家为范例，辩证地解释了笔势、结构与造型，以及部分配合之方法，黑白虚实之原理等。帮助初学者对结构的理解。此外，还有专讲章法、书写形式和款式的

《漫谈书法的布白》、《浅谈书法作品的形式和款式》，内容比较新颖。

一个人书法艺术水平的提高，并不是孤立的，常常涉及到字外的功夫，这是为一般学书者最易忽视的。一个人对书法艺术的鉴赏和识别能力也无不与书法理论、美术知识以及美学知识等有密切关系。讲座在《楷书的欣赏》、《中国书法中的美学》等篇章中，正是从多方面来阐述的，来引导学书者的。文章把欣赏的要素概括为“讲墨趣、讲用笔、讲造型、讲布白”四点，以此为凭据传达书法家的思想感情，使观者能从书法家的笔迹中，不只看到他们娴熟的技巧，而且从中品味到书法家的全面修养，书法家的思想感情和性格。观字如睹其人，一幅字悬挂在壁间，通过作者书写的内容，神奇变化的用笔，便可以座揖清风，如对高人名士一般，其艺术的感染力并不亚于其他艺术。经常观赏书法，勤于临池的人，可使自己的精神生活高尚而充实，更加懂得社会主义重视文化生活的意义，对摆脱社会上各种庸俗的情调和各种不健康思想的侵蚀，端正社会风气，都是十分有益的。人类社会需要美育，以对不良的社会风气加以治理和改造，书法普及教育的功能，即可起到很好的助力。

蜀中自古是我国人文发展的胜地，古人的翰墨碑刻比比皆是，书法的流风余韵，至今习染相

传，成为人民的传统爱好。风光名胜多有名贤题词、书法点缀，到四川漫游过的人，无不留下深刻的印象。宋代书法四大家之首的苏东坡，不仅以诗词文赋雄冠一代，而且书法也超绝一世，被尊为“苏体”，是宋代“尚意”书家之首领。近代的郭沫若和张大千，是文坛和画坛的两位大家。郭沫若以文人书法家名世，他的书从颜出，但由于学植深邃、学识渊博而自成汪洋磅礴之大家。张大千是在画余写字，其书法从李自清、曾熙上溯《石门铭》而自成一家之书。他二人成为四川近代的两位书坛巨匠，使四川近代书坛为之增色。近年来，由于书法的蓬勃兴起，四川的中青年书法家新秀，脱颖而出，为光大古老的书法艺术，作出了可喜的成绩。也正是在我国文学艺术面临着全面的振兴之时和赶上了政通人和的盛世，四川省的书法发展，才得到了如此兴旺的局面，实在使人兴奋不已！

书法事业的发展，使书法爱好者寻求书法知识的呼声增高，他们希望有专门的书法报刊、读物和书法教育，以满足学习上的需求。四川人民广播电台不仅组织播出了书法知识讲座，而且还根据群众的要求，将讲稿重新充实，加工整理，汇集为一本《书法学习与欣赏》，集中收入了有关学书的文章近四十余篇，举凡学书中的重要课题，大体上都已涉及。目前我国出版、重刊的书法方面

的书籍已经不少，但象这种作为学书门径，又深入浅出、通俗易懂、论述较为全面的书学普及读物，还不多见。这本小册子问世后，我相信，对繁荣书法创作、发展书法教育，普及书法知识，推进精神文明的建设，引导书法爱好者正确理解学习书法艺术，引导他们进入书法艺术世界，必将起到良好的指导作用。书法艺术的广泛普及也必然带来书法艺术的新的



中国书法为何能 成为独特之艺术

· 魏 学 锋 ·

书面语言是人类重要的交际工具和方式，为什么中国汉字能成为艺术品呢？而且中国这门传统的艺术已经延续了两千多年，越来越被世界上更多人所理解、接受和喜爱，从而成了东方艺林中的一朵奇葩，这是什么原因呢？

首先是我们的祖先运用了自己民族特殊的书写工具——毛笔。古人认为毛笔具有四大优点。第一是尖，指笔端尖细，这样就能表现粗细不同的笔画，即所谓锋芒的露和藏。第二是齐，也就是用手将笔毫散开，笔锋的毫是整齐的，在书写时毫端就能铺于纸上，负荷雷霆万钧之力。第三是圆，指笔锋的形体是呈圆锥形的，这就便于书写者使转收纵，从而使书法的内在精神和外化形态充分表现出书家的情感。第四是健，指笔锋富有弹性，便于抽提起落。正因为毛笔有刚柔相济的特性，所以写出来的线条是活泼的；或粗或细，或轻或重，或枯或润，或藏或露，或疾或涩，或刚或柔等等。汉代书法家蔡邕认识到“唯

笔软则奇怪生焉”。当代著名美学家宗白华先生也认为“中国字若写得好，用笔得法，就成功了一个有生命有空间立体味的艺术品”。的确，毛笔所表现出来的笔意、笔趣、笔情都是欧洲人所用的鹅管笔以及钢笔、铅笔、油画笔所不能达到的。所以，毛笔这种独特的书写工具包括了表现艺术境界的最大可能性。

其次，汉字的造型是形成书法美的基础。中国文字在起始的时候大都是象形的，以后的形体仍然潜存着形象化的意境。文字学家们把它称为“不象形的象形字”。因为它不象西洋文字那样，是由多寡不同的字母拼写而成，而是每一个字都占据着一定的空间，在字的笔画里、结构里、章法里，都显示着形象里面的筋、骨、血、肉，以至于感情的关连，从而使每一个字不但是一个“空间单位”，而且是一个“生命的单位”。这样讲似乎把汉字的形象性说得太玄了。但我们想一想，如果把唐人的一首咏物诗用优美的书法表现出来，不但能使我们领略到诗情，而且也仿佛目睹到了画境，其美的享受不亚于一幅诗意图。

前面，我们谈了毛笔的运用是中国书法成为独特艺术的物质前提。那么，是不是说，所有书写汉字的人拿起毛笔来都能创造出书法艺术呢？回答是否定的。毛笔在一般人手里，不过是写字

的工具，而只有在善书者手中，才能成为艺术表现的手段。因为方块汉字是书法的原始材料，它必须经过艺术家的艺术加工，才能由实用的领域进入到艺术的王国。书法家们最大限度地挖掘了汉字造型的美的因素，从而造出千姿百态的书法美来。



漫谈书法的功能

· 方 滨 生 ·

书法是我国的民族传统艺术，是中华文化中的绚丽瑰宝，人们常把它视为我们这个文明古国、礼义之邦的象征。书法既具有艺术价值，又具有实用价值，还能陶冶人的性情，健身养性。所以，千百年来它一直受到人们的广泛喜爱。说到书法的功能，大体可以归纳为四点：

第一，书法艺术具有强烈的美，是它的美吸引了千百万人。书法是依附于汉字的，汉字以象形为基础，结构十分复杂，变化很大，本身就含有画意，具有一种造型美。再加上毛笔这个奇特的书写工具和墨色浓淡的变化，使得汉字结构形体的变化更加千姿百态。在整幅书法作品中随着书写内容的变化和书家思想感情的起伏，进行谋篇布局，通过线条的组织搭配，构图 的巧妙安排，就形成了优美的布局和生动的气韵。这样就产生了强烈的点画美、结构美、章法美。虽然书家并没有去塑造人物或实物的造形，但我们透过书家所创作的作品 的笔墨点画，却看到了“长者

如秀整之士，短者如精悍之徒，劲者如武夫之勇猛，媚者如美女之娇娆，欹斜如醉仙，端楷如贤士”。正是这样，一幅优美的书法作品能使你如饮甘醇，不觉自醉；能使你奔驰到广阔的天地中，得到美的享受，也得到振奋和快乐。难怪有人说中国书法奇妙极了，无声而有音乐的节奏，无色而具图画的灿烂，引人入胜。但是，一般的印刷体作品，即使书写的是同样的内容，也很难给人以这样的感受。这是因为书法作品已经同一般的汉字书写不同了，它在外形上经过了书家的艺术加工，带上了书家的思想感情和笔意、笔趣等强烈的艺术色彩。

第二，书法可以陶冶人的性情，起到教育作用。书写者在写字时都注入了思想感情，通过形式和内容的结合，渗情入法，法溶于情。这样，书法的作用就超出了文字本身的功能，同时还可以从健康的字意内容中受到教益，受到熏陶。唐代大书法家颜真卿一生刚直不阿，敢于蔑视权势，同分裂叛乱的安禄山等作坚决的斗争，最后以身殉国。当你看到他的作品《祭侄稿》、《争座位帖》等时，能不为他那忠贞气节、刚直精神所感动，从中受到教育吗？字如其人，文如其人，历来都是评书兼评人。书以人重，书为心画，这就使书法家和学书者都要重视自己品德的修养。从书法本身来讲，要求在写字时意念专

一，心平气静，这样能够磨练自己的性格，养成谨慎沉着、专心致志的好习惯，去掉马虎草率、粗心急躁的毛病。书法线条的纷繁，笔势的变化多端，又能启迪人们内心的意趣，丰富人的心理本质。

第三，书法艺术是由实用性文字演进发展而来的，因此，它具有实用性。文字是用来交流思想和记事的工具，人们在工作、学习和日常生活中经常要写字。在平时写字时，虽不尽用书法标准去要求，但至少也要把字写得合乎规格，比较端正、干净、容易认。如果写出的字生造杜撰、滥简化、或乱涂乱画，东倒西歪，不清楚，使人无法辨认，文字本身的功能就得不到实现，不仅没有实用价值，更不具有艺术价值。如果我们在平时按照艺术原则进行书写，书法的实用性和艺术性就能够紧密地结合起来。例如传世的名家书信手迹最初只是为实用而书写，但由于这些手迹艺术性很高，后人就把这些书信作为艺术品来欣赏和学习。同时书法在艺术欣赏的范围内应用得十分广泛，可以书写匾牌、楹联、条幅、碑铭等。风景名胜之地，有出色的书法作品，更是锦上添花，使河山增色。

第四，书法还是一种健身活动，能够增进健康，起到健身作用。在书法学习和创作中，需要有一个清幽安静的环境，同时还要求心平气静，情致