

21 世纪大学生必修课程

培养大学生基本技能

提高大学生综合素质

大学书法

万应均 著

湖南人民出版社

大学书法

万应均 著

湖南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学书法/万应均著. —长沙:湖南人民出版社,
2005.7

ISBN 7-5438-3638-6

I. 大... II. 万... III. 汉字—书法—高等学校—
教材 IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 040858 号

责任编辑:廖 铁
 虢 剑
装帧设计:万应均

大 学 书 法

万应均 著

*

湖南人民出版社出版、发行

(长沙市营盘东路3号 邮编:410005)

湖南省新华书店经销 长沙健峰彩印实业有限公司印刷

2005年7月第1版第2次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:17

字数:389,000 印数:6,001—11,000

ISBN7-5438-3638-6
J·77 定价:28.50元



万应均，男，1956年生，湖南宁乡人，湖南省第一师范学校艺术系教授，艺术教育研究室主任，中国书法家协会会员，全国师范书法教育研究会理事，湖南省书法教育研究会副秘书长。主要从事大学书法教育和书法教育研究。其书法作品在全国和国际书法大赛中获奖30余次，被日本、新加坡、台湾等地收藏、刻碑、展览。个人简历和书法作品收录在《中国书法家选集》、《中国当代书法家名典》、《当代书法家大辞典》等20多部大型书法经典中。出版《书法教程》、《书写教程》、《书法实用教程》、《书法速成》、《粉笔书法艺术》、《中级书法教程》和《汉字书写与书法艺术》等专著10余部。在省级和国家级刊物上发表论文20余篇。创造发明“回宫米字习字格”获国家专利。主持和参与省级课题研究多个。

序

书法是我国优秀的传统文化，从古到今，被世人称为中华之瑰宝。每一个使用汉字的人，都可以通过学习书法，把汉字写得清楚、正确、美观，提高运用汉字这一交际工具的准确性和效率；每一幅优美的书法作品，能够使观赏者像欣赏优美的绘画、雕塑、音乐、舞蹈、戏剧、诗歌一样，联想起美好的生活，得到各种美的享受。这就是中国书法千百年来之所以能将得以传诵和光大的原由和价值。

唐制，京都“凡学六，皆隶于国子监”。此六所高等学府中便有一所“书学”，收学生30人，学写三体石经、《说文》、《字林》。即使在其他学府习儒经的生员，也须“学书，日纸一幅”（《新唐书·选举志上》）。又据史载，贞观元年，贵胄学校弘文馆收“见任京官文武职事五品已上，有性爱学书而及有书性者”24人，以宫内所出珍贵书法为范本，以大师虞世南、欧阳询为教授，学习楷书。（《唐六典》卷八）可见，书法跻身高等学府，盖有历史传统。在外语和计算机知识普遍推行的今天，加强大学书法教育，对贯彻教育方针、实施素质教育、弘扬传统文化乃至提升中华民族的整体素质都具有深远的历史意义和重要的现实意义。

《大学书法》的问世是一件好事情，值得庆贺！该书以理论与技法并举，融字帖与教材于一身，汇书写与书法于一册，以毛笔字的艺术表现来统辖钢笔字和粉笔字，以审美来带动实用，既重传统，又具创新，较好地体现了思想性和科学性的统一，具有一定的实用价值和学术价值。是本好书，值得一读。当然，由于诸多原因，该书也还存在许多不足。比如，作为书法，为何体现其内在规律性；作为教材，为何体现其系统性，等等，我以为都是值得深入研讨切磋的。不过，古往今来，著书立说多为遗憾之事，该书也不例外。愿《大学书法》在教学实践中日臻完善。希望如此，但愿如此。

是以为序



2004年3月8日

前言

历代书论之作汗牛充栋，但终以札记漫笔居多，成体系者罕见。当代各类书法教程比比皆是，但多重理论知识，轻技法实践，二者兼顾者较少。本书以理论与技法并举，容字帖与教材于一身，汇书写与书法于一册，旨在继承传统，弘扬国粹，与时俱进，服务社会。

这部教材适应文、理、工科大学，艺术院校，特别是师范院校教学之用，也可作为中小学教师和其他书法爱好者的教学参考与自学用书。编著时，考虑到读者对象的不同，力求内容朴实、通俗、实用，戒理论的玄虚和文字的冗长。

根据上述宗旨，作者在拟订全书框架时，确定以毛笔楷书为主。因为书法之源是毛笔字，而毛笔书法的全部内容又是钢笔字和粉笔字的参照系。能写好毛笔字的人，要写好钢笔字和粉笔字则是轻而易举的事。楷书用笔有八法，灵活而有变化，表现力极丰富，实用价值大，艺术性强。千百年来，毛笔楷书成为人们学习书法艺术的入门基础。因此，毛笔楷书所有范字均选用名帖——唐楷欧（《九成宫》）、颜（《勤礼碑》）、柳（《玄秘塔》）的原字样，由浅入深，从简到繁，循序渐进。这样三体并列能兼顾教者和学者，适应不同爱好者的学习兴趣和要求，不至于在一个教学班级乃至一个学校因教材的限制而硬性规定教学某一风格的字体。用比较的方法进行教学和自学，便于读者接受和掌握自己想学或所学的某一字体。

为了突出实用性和艺术性，对毛笔行书（《兰亭序》）和毛笔隶书（《曹全碑》）也安排了一定的篇幅。因为行书易认，书写速度快，美丽而实用，是楷书的流动写法。隶书虽没有行书的实用价值大，但字体飘逸漂亮，也是人们常习的一种书体。而篆书和草书基本只能作为书法艺术而论，难写难认，实用价值不大，故未列入此书范畴。

钢笔字是人们生活和工作中必不可少的交际工具之一，实用价值大，又具欣赏性。因钢笔行书比钢笔楷书更胜一筹，故本书将二者都进行阐述的基础上，更突出了钢笔行书。

粉笔字主要是进行教学的手段之一，教师上课的板书必须规范、工整、醒目、漂亮。因此，对粉笔书法的阐述突出了楷书。

为了使初学者尽快临摹好书中范字，各种毛笔字和钢笔字的编排均采用了作者创造的“应回宫米字格”。书中所有范字和作品均由专家、教授严格审定认可，具有一定的示范性和实用性。

为保持书法体系的完整，对书写工具、书法创作、书法欣赏、现代书法、实用书写、书法简史和篆刻等均作了系统而简要的阐述和介绍。考虑到大学生，特别是高师生今后工作的需要，最后安排了书法教学内容。为了使读者轻松学书法，本书对重要理论进行阐述后，总结式地一一编成了琅琅上口的歌诀。内容如此之多，教者和读者可根据不同

专业的要求，有选择、有详略地安排教学内容。

作者通过多年的书法教学实践和探索研究，使本书基本达到了思想性、可读性、实用性、艺术性的统一。

本书编辑出版，得到了颜家龙、杨向阳、徐德泉、何满宗、王友智、陈曦明等专家教授的指点和帮助。他们不吝赐教，提出了宝贵的意见，并给予了高度的评价和肯定。同时还得到了教育部、湖南省教育厅有关领导、湖南人民出版社的领导和编辑同志的关心和支持，更值得欣慰的是，湖南省委副书记文选德同志非常关心和支持书法教育事业，在百忙中审阅了全部书稿，并为此书作序，在此一一深表感谢。

限于作者的学识水平，缺点错误在所难免，祈盼方家、读者指正。

作 者

2004年3月

目 录

绪 论	1
第一章 毛笔书法的工具与材料	4
第一节 毛笔	4
第二节 墨	5
第三节 纸	5
第四节 砚	6
第五节 其他辅助工具	6
第二章 写毛笔字的基本常识	8
第一节 写毛笔字的姿势	8
第二节 执笔方法	9
第三节 运笔方法	10
第四节 墨法	13
第三章 临摹技法	15
第一节 选帖	15
第二节 读帖	15
第三节 临摹	16
第四节 临摹四忌	17
第五节 临摹五步曲	18
第四章 毛笔楷书	20
第一节 楷书概述	20
第二节 欧、颜、柳三大书家简介	25
第三节 “永”字八法	28
第四节 毛笔楷书基本笔画	29
第五节 楷书常见败笔及其纠正方法	72
第六节 毛笔楷书偏旁部首	73
第七节 毛笔楷书间架结构	102
第五章 毛笔行书	127
第一节 行书概述	127
第二节 王羲之《兰亭序》点画用笔	130
第三节 王羲之《兰亭序》结构特点	148

第六章 毛笔隶书	151
第一节 隶书概述.....	151
第二节 《曹全碑》点画用笔.....	153
第三节 《曹全碑》结构特点.....	160
第七章 书法创作	162
第一节 款式章法.....	162
第二节 书法创作.....	164
第三节 书法作品赏析.....	166
第四节 现代书法艺术简述.....	172
第五节 实用书写.....	175
第八章 书法欣赏	179
第一节 书法欣赏的作用.....	179
第二节 书法欣赏的一般规律.....	179
第三节 书法欣赏的方法.....	181
第九章 书法发展简史	184
第一节 先秦书法.....	184
第二节 秦汉、三国书法.....	185
第三节 魏晋南北朝、隋书法.....	188
第四节 唐代书法.....	190
第五节 宋代书法.....	192
第六节 元、明书法.....	194
第七节 清代书法.....	196
第八节 近代书法.....	199
第九节 现代书法.....	200
第十章 硬笔书法	203
第一节 基本常识.....	203
第二节 钢笔楷书.....	205
第三节 钢笔行书.....	212
第四节 钢笔书法作品赏析.....	231
第五节 钢笔签名艺术.....	234
第十一章 粉笔书法	236
第一节 书写姿势.....	236
第二节 板书原则.....	237
第三节 粉笔楷书笔法要领.....	238

第四节 粉笔书法作品赏析·····	246
第十二章 篆 刻·····	251
第一节 篆刻工具·····	251
第二节 执刀与刀法·····	251
第三节 篆刻临摹·····	252
第四节 篆刻边款·····	253
第五节 篆刻艺术创作·····	254
第六节 优秀篆刻作品赏析·····	255
 第十三章 书法教学·····	256
第一节 教学目标·····	256
第二节 教学原则·····	256
第三节 教学常规·····	257
 主要参考文献·····	260

绪 论

书法是我国的传统文化，在世界上享有很高的声誉。无论过去、现在还是将来，任何高科技操作手段都无法取而代之。

什么是书法？古往今来，说法很多，在此不作详细论述。一般说来，书法是以汉字为表现对象，以毛笔为书写工具的线条造型艺术。随着时代的不同、书写工具的演变和现实的需要，在毛笔书法的基础上又出现了硬笔书法和粉笔书法。

一、大学书法课的性质

大学书法是一门知识性、技能性和补课性的专业课。

1. 知识性 大学书法教学应使学生了解和掌握不同的书写工具、书写姿势、书写技巧、书法创作、书法欣赏和书法简史等多方面的知识。但所学知识不及书法专业那么深广，也不像中小学那样进行单一的纯写字性质的重复训练。掌握一定的书法基础知识，不仅是文科大学生建立中国文化知识结构体系的重要一环，而且对学习各种专业的大学生来说，亦有助于增强爱国情操，提高审美情趣，加速精神文明建设。

2. 技能性 大学书法教学应使学生提高运用各种书写工具的书写技能，在日常生活和工作中能正确、流畅、美观地书写汉字。作为大学生特别是高师生，日后办展览、搞活动、布置会场等离不开毛笔字，起草文稿、批改作业、作笔记、备课、写信等离不开钢笔字，课堂教学、办黑板报等离不开粉笔字。总之，汉字是人们交往中必不可少最常用的基本工具之一。因此，写好汉字是所有大学生特别是高师生应具备的基本技能。至于个别有书法专长的学生，可在书法艺术方面重点培养。

3. 补课性 如果说，从小学一年级开始学生便要接受正规的书写训练，那么，到了大学，其书写水平应当不成问题了。其实不然，目前大部分中小学对书法教育漠然处之，致使大学生的书写水平低下。曾经有人作过调查：大学生书写水平有严重的“小学化”趋势。也就是说，不少大学生的书写水平仍停留在小学生的书写水平上。所以，大学生特别是高师生必须补课——补上小学书法课。这并非指教学内容和教学方法要套用小学书法课，而是强调大学书法教学要从头开始，从零起步。这样才能扭转局面，使我国传统文化得以弘扬，世代相传。

二、学习书法的意义

1. 学习书法利于加强德育 中国书法自晋、唐传入日本后，又逐渐传入东南亚诸国以及世界其他国家，一直被这些国家的人民所珍爱。帝国主义入侵我国时，把我们祖先的遗墨当作珍宝加以掠夺。时至今日，许多国家的人们不惜重金购买我国的书法珍品。这足以说明我国书法艺术的价值。对此，我们由衷地感到祖国的伟大、民族的自豪！在书法教育中，首先应指导学生力争把字写得正确、平稳、漂亮，进而引导学生从“字品”

中学会做人。古今许多书家的优秀事迹和品德是我们进行书法教育时渗透德育教育的好素材。如,王羲之书扇助老嫗,颜真卿维护大唐统一的忠烈刚直,柳公权“用笔在心,心正则笔正,笔正乃可法矣”的著名论断等等。他们高尚的人品都为精湛的书法增光添彩。我们还可以通过欣赏和书写健康的文字进行思想教育和情操陶冶。中国书法艺术浓缩了中华民族的历史文化,记载了我国历代文明的伟大发明和业绩。因此,学习书法对于继承传统,弘扬国粹,加强思想品德教育犹如春雨润苗。

2. 学习书法利于长才益智 通过学习书法简史,能够使我们了解祖国几千年的优秀文化史;通过书写诗词、歌曲、散文,能使我们体味文字的意义和作家的情感,与之产生共鸣。用物理的力学原理可使我们懂得结字须重心平稳,按数学的比例关系可将字写得比例协调、和谐匀称。可见,学习书法能增长我们不少才干。美国有位科学家曾作过多次人类智商测试,结果总是中国人智商最高,其主要原因就是中国汉字的独特作用。学习书法,在传递信息的活动中主要发挥左脑的功能,在练笔和创作时,则侧重右脑功能的发挥,所以学习书法具有左右脑协同参与的机制,对开发大脑整体思维大有裨益。学习书法还能培养我们观察、分析问题的能力,并使我们思路开阔,产生灵感。

3. 学习书法利于健体养心 学习书法的过程是直接的劳动教育和体育锻炼的过程。悬手作书,腰酸背痛,没有意志和毅力的人是很难坚持下来的。书法家们的书艺还未到炉火纯青的地步,其意志和毅力往往早已磨砺出来。练笔与创作时,必须精力集中,神情专注,举止舒展,灵活自若,运用手、脑、肘、臂来调动全身的气和力,通过笔端巧妙地输送到字的各个点画,即所谓“以通身之气之功之力而用之”,这样就会自然地融通全身的气血,使体内的各个部分得到柔和而不是生硬的调整,使大脑神经细胞和手臂乃至腰部的肌肉得到活动和锻炼,久而久之,不但不辛苦疲倦,反而成了一种健身运动。医学专家研究认为,在使人长寿的20种职业中,书法名列榜首。学习书法还可以净化心灵。在书写或创作之前,要树立信心;开始时,要排除杂念,平心静气,有个轻松的心态;动笔时,凝神专一,物我皆忘。这样有助于行笔运气,达到心手双畅的佳境。同时,要认真细致,不可马虎。学习书法是一项手脑并用的细致劳动,没有一丝不苟的精神和锲而不舍的毅力,要想达到最佳境地是不可能的。

4. 学习书法利于实施美育 鲁迅先生说:“我国文字具有三美:义美以感心,音美以感耳,形美以感目。”书法艺术的种种点画各有各的特点,相辅相成,相得益彰。或横如千里阵云,或竖如万岁枯藤,或点如高峰坠石,或撇如建兰之叶。在书法诸多书体中,楷书大方端正,结体有一种精整之美;草书龙飞凤舞,结体有一种飞动之美;隶书扁平方折,结体有一种飘逸之美;篆书修长婉转,结体有一种雍容之美。书法的章法是书法艺术的灵魂,其正文、落款、印章这三要素既有一定模式又无定式,从整体看能给人一种布白美、气韵美、和谐美。还有书法作品的意境美,书写前的静心美,书写用具的摆设美,书写姿势的端庄平稳美,挥毫的节奏韵律美,书家的人品书品美等。一幅优秀的书法作品能够吸引成千上万的观赏者,使观赏者像欣赏优秀的绘画、雕塑、音乐、舞蹈、戏剧、诗歌等一样,从中获得审美的愉快并借此进入更宽广的审美天地。

三、怎样学好书法

书法的实践性很强，既需要理论的指导，但又不能停留在理论认识上。总结前人的经验教训，可以归纳出以下行之有效的学习方法。

1. 严格正字 所谓正字，就是使汉字形体标准化、使用规范化，把汉字写得规范、正确、清楚。这是书法最起码的要求。书法的实用性要求人们在汉字的书写上不能有主观随意性，必须严格遵守社会的约定俗成，否则就达不到思想交流的准确、明晰。

2. 循序渐进 学习书法，应该从楷书入手。楷书是社会上通行的主要书体，实用价值大。楷书笔画工整，结构匀称，章法整齐，适宜初学。前人把楷书、行书、草书比作“立”，“走”、“跑”，只有立得稳，才能走得开，跑得快。楷书是书法的基础，只有学好楷书方能学习其他字体。学习书法，应先练大字，后练小字；先学用笔，练好点画的基本功。从运笔的过程分析，任何一笔都有起笔、行笔和收笔3个阶段，而各个阶段又有不同的方法和不同的变化。如果一开始就写太小的字，才起即收，笔法中的各种细微之处不能充分表现、发挥，容易一笔带过，基本的工夫就练不出来，如果将这种练字的笔画放大，会产生局促之感。所以，许多书法家都提倡先练两寸见方的大字。因为这样的大字笔画可曲尽运笔变化，练好之后，往大写或往小写，无一不适。

3. 讲究方法 前人学习书法都把“勤学苦练”作为最佳途径。如此，使初学者一接触书法就有极大的压力，致使不少人徘徊在书法大门之外。如果更新一下观念，解放一点思想，就能创造一些使初学者快速上路的科学方法，以提高大家的学习兴趣，使之尽快步入书法艺术的殿堂。如本书中“临摹五步曲”、“回宫米字格练字法”、“间架结构精要”和“技法规律口诀化”等学习方法，都能帮助初学者有足够的信心尽快学好书法。

4. “少食常餐” 学习书法不提倡过分“苦练”，但不练或少练也是不行的。练字要经常，最好是定时定量，时不过长，量不过分。有条件者每天练10-20分钟即可，每次练3-5个“生字”即行，视年龄大小和工余时间而定。特别是小孩练字，不要让他们一次练苦而产生厌倦。关键是要坚持不懈，讲质量求效果，坚持一两年乃至三五年定能写出一手好字，并在书法艺术上有所成就。

【思考与练习】

1. 学习书法有什么意义？
2. 学习书法的顺序是怎样的？
3. 怎样学好书法？请写出一份切实可行的练字计划。

第一章 毛笔书法的工具与材料

书法能成为一种高雅的艺术,是与其书写工具和材料的特殊表现能力分不开的。“工欲善其事,必先利其器。”笔、墨、纸、砚是书法艺术的主要工具,俗称“文房四宝”。了解如何选择、使用和保管“文房四宝”,是学习书法首先要解决的一个重要问题。

第一节 毛 笔

没有毛笔,就没有中国书法。毛笔最重要的部分是笔头。笔头的用料和式样,都直接关系到书写的效果。毛笔一般都是用兽毛制成。它的分类,主要依据毛笔的材料、毛型大小、笔锋长短来划分。

根据毛笔的材料和性能可分为:硬毫笔、软毫笔、兼毫笔三大类。

硬毫笔,刚性、弹性较强,由各种带硬性的纯毫制成。由黄鼠狼尾巴上的毛制成的笔,称“狼毫”;由野兔毛制成的笔,称“紫毫”;由鼠须制成的笔,称“鼠须”;由猪鬃制成的笔,称“宋笔”。硬毫笔的特点是渗墨流畅,笔锋劲强,有锋芒。适宜于写小楷字和行草书。

软毫笔,柔软,但弹性较差,由各种带软性的纯毫制成。最常见的是羊毫,由羊毛制成。也有用鸡毛和胎发等制成的软毫笔。其特点是容易摄墨,比较适宜于写楷、篆、隶书。宋以后,书家多用软毫,清代更盛。

兼毫笔,有硬性兼毫、软性兼毫和中性兼毫。一般中性兼毫较多。中性兼毫刚柔相济,它是用两种以上的动物毛掺合制成。通常多为狼毫与羊毫、紫毫与羊毫的兼毫。一般来说,根据搭配的比例不同,有所谓:“七紫三羊”、“五紫五羊”、“三紫七羊”等。中性兼毫的特点是刚柔适中,贮墨适度,宜于初学者使用,它主要适于书写中小楷。

根据笔型的大小可分为:大楷笔、中楷笔、小楷笔三种。其他特殊的有写特大字的楂笔,写对联的联笔和写特小字的圭笔等。选笔大小的基本原则是:宁可大笔写小字,不可小笔写大字。因为小笔写大字,必然会压得很重,使用笔根书写。这样一则导致笔毫失去弹性,二则损坏宣纸柔软的质地。而用大笔写小字,含墨量多,容易使笔画饱满圆润,而且大多用笔尖,利于锻炼腕力。

根据笔锋的长短可分为:长锋笔、短锋笔、中锋笔三类。长锋笔贮墨多,提按幅度大,书写时容易获得贯通的效果,多用来作草书。但初学者往往难以控制。短锋笔锋刚挺,弹性较大,但贮墨较少,多用来作楷隶。中锋笔介于长短锋之间,性能适中,较适宜于初学者使用。

一支好的毛笔,应具有“尖、齐、圆、健”四德。“尖”是指笔头尖锐而具锋芒。“齐”是指笔头铺开,顶部平齐如刷,无参差不齐之状。“圆”是指笔头圆浑饱满,以利贮墨。“健”是指笔毫劲挺有弹性,笔毫铺开、弯曲、转折后,容易收拢,且能恢复原状。

除此之外，还应注意笔杆要圆而直，笔杆与笔头粘接要牢固。

选好笔后，如何使用和保护毛笔，往往被书法初学者所忽视。其实，科学地使用和保护毛笔，不仅能延长毛笔的寿命，而且便于驾驭毛笔。新的毛笔使用前，要把笔头浸在清水或温水里，让笔锋里的胶质完全融化，然后用吸水性能较好的纸将水分吸干。舔墨时，要顺着笔锋在砚池里轻轻地揩拭。毛笔使用后，应顺手把墨漂洗干净，然后将毛笔理顺，插入笔套之中，或悬挂在笔架之上。如经常要用的话，则不必每次洗笔，否则容易脱毛，并且也容易使笔头与笔杆松离。

毛笔性能歌

笔性有三种，软硬与兼毫。羊毫性柔软，狼毫笔毛硬。
二者参和配，软硬性适中。好笔有四德，尖齐圆与健。
笔锋收聚尖，捏扁顶端齐。锥形饱又圆，弹性好为健。

第二节 墨

书画用墨，由于制作原料的不同，分为松烟墨和油烟墨两种。松烟墨取料于松树烟，墨色黑而少光泽；油烟墨取料于桐油烟或菜油烟，墨色光泽好，但不及松烟墨那么浓黑。

质量优良的墨，质细、胶轻、色润、声清。

所谓质细，是指制墨的烟尘颗粒细，无杂质，结构紧密。所谓胶轻，是指在墨中掺入的胶质少，磨成的浓墨不泥，不滞笔。所谓色润，是指墨色黑，有精神，不发灰。所谓声清，是指研磨或敲击时声音清细，而不粗浊。

磨墨时要用新鲜清水。磨墨前，将砚台洗干净，不积陈墨；磨墨时，重按轻旋，逐渐加水。

初学书法者，不必选用太好的墨，练字用墨汁亦可。但不可将瓶中未用部分掺水。否则因骨胶变质而有臭味。一些高级书画墨汁，如“中华墨汁”、“一得阁墨汁”、“曹素功墨汁”等均可选用。使用瓶装墨汁，先要轻轻摇动一下再倒出来使用，用多少倒多少。如浓可加一点清水；如淡可用墨磨研一下。多余的墨汁，切不可再倒回瓶内，防止污染瓶内的墨汁。

用墨歌

墨有两种类，松烟和油烟。初学用墨汁，创作用佳墨。
墨好味清香，差墨味不纯。用墨有讲究，浓淡要适中。

第三节 纸

纸是我国四大发明之一。传统的书画用纸非常讲究，主要有宣纸、皮纸、高丽纸、

丁贡纸、毛边纸、元书纸等等。宣纸是书法的最佳用纸，因产于安徽宣城而得名。它具有纤维长、拉力强、耐挫折、抗老化、不变色、浸润效果好等特点，被誉为“纸中之王”。

宣纸因其生产工艺不同，可分为生宣纸、熟宣纸和半生半熟宣纸。生宣吸水性强，便于与笔墨相发，最适于书法，其中尤其是行草书。生宣又有夹宣、净皮、单宣等。生宣经过上明矾、骨胶、涂色、洒金、涂腊等处理，便成为熟宣，如“蝉翼笺”、“云母笺”、“洒金笺”等便是。熟宣吸水弱，一般多为工笔画所用，也宜写蝇头小楷。半生半熟宣的性能介于两者之间，适合于国画上的兼工带写的小写意，也可用于用笔速度较慢、结体较工的书体。“玉版笺”、“书画笺”以及朝鲜的“高丽纸”都为半生半熟宣。

宣纸能表达书法的妙味，艺术效果极好，但价格较为昂贵，所以基本用于创作。练字则用毛边纸、元书纸等比较经济实惠。它们都具有吸水性较强，表面糙而不滑之特点，且价格低廉，是较好的练习用纸。

用纸歌

宣纸有生熟，书画最适宜。生宣作书佳，吸水易渗化。
熟宣作工笔，有胶难吸水。宣纸好又贵，初学用毛边。

第四节 砚

砚是书写时注水磨墨、铺毫舔墨的工具，俗称“砚台”、“砚池”或“墨海”。

根据制砚的原材料来分类，有石砚、陶砚、瓦砚、砖砚、玉砚、橡皮砚等，其中以石砚最为实用。石砚中最著名的有“端砚”和“歙砚”两种。

砚的形状主要有方形、圆形和长方形等几种。购买时要选用石质细腻、贮墨不干涸、能发墨的砚台为好。

磨墨时，要将砚台置于桌子右上角，要大圈地磨，不能将墨锭对角研磨，以免砚台正面凹凸不平。研磨完毕后，应将墨锭放置起来，不要留在砚台上。

使用砚台前，应先用清水洗去浮尘；砚台使用后，要洗去余墨和墨渣。砚台用毕要加盖，如能放在砚盒里则更好。

现在，因为有了现成的墨汁，所以，砚台的实用价值已大为减弱。人们写字时既可沿用砚台盛墨，也可以用边口较为光滑的底部较宽平的盛器如碗、碟、盆等代替。

第五节 其他辅助工具

除了笔、墨、纸、砚外，还有其他一些辅助工具，如：毛毡、镇尺、水盂、笔搁、笔套、笔筒、笔架、笔洗、笔帘、帖架等等，学书者可根据需要和条件购置，下面对部分辅助工具进行简要介绍。

毛毡，铺在案上，使纸不与桌面相粘，也可弥补桌面粗糙不平而影响书写之虞。

镇尺，亦称镇纸、压条、压尺等。其作用是在书写时压在宣纸上以防宣纸不平整和

移动而影响作书。镇尺由木质、竹质、玻璃、石质、不锈钢、铜质等材质加工、刻绘而成，要求平直光滑而有重量。

水盂，装清水的用具，在书写时，可用来开笔、洗笔及表现墨的变化。

笔搁，用铜铸、木雕、陶土烧制而成，写字需停笔时用来搁笔，大都做成若干山峰状，可用来同时搁数支笔。

【思考与练习】

1. 毛笔的主要种类有哪些，其性能怎样？
2. 品评毛笔的优劣标准是什么？
3. 宣纸的种类有哪些，其性能怎样？