书法基础教程

SHUFA JICHU JIAOCHENG

张学鹏 著

北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

书法基础教程

张学鹏　著

北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

内 容 简 介

本书共分十二章，涵盖了规范书写知识、硬笔书写、书法简史、毛笔书法技法、古代书论等内容，引导读者从实用走向艺术的殿堂，内容完备，文字简洁，图文并茂。通过对这本书的学习，读者可以初步掌握从书写到书法的知识体系。

本书的特色在于知识体系完备，技法实用，是作者多年教学经验的总结，可操作性强。

本书适于做高等学校师范专业的教材，也可以用做文秘、新闻等非师范专业类教材，还可以用于师资培训，以及供不同基础的书法爱好者自学使用。

图书在版编目(CIP)数据

书法基础教程/张学鹏著. —北京：北京大学出版社，2010.7

ISBN 978-7-301-17283-4

Ⅰ.书… Ⅱ.张… Ⅲ.①汉字—书法—教材 Ⅳ.①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2010）第 101630 号

书　　名：书法基础教程
著作责任者：张学鹏　著
责 任 编 辑：栾　鸥
标 准 书 号：ISBN 978-7-301-17283-4/J・0313
出 版 者：北京大学出版社
地　　址：北京市海淀区成府路 205 号　100871
网　　址：http://www.pup.cn
电　　话：邮购部 62752015　发行部 62750672　编辑部 62756923　出版部 62754962
电 子 信 箱：zyjy@pup.cn
印 刷 者：北京大学印刷厂
发 行 者：北京大学出版社
经 销 者：新华书店
787 毫米×1092 毫米　16 开本　11.75 印张　286 千字
2010 年 7 月第 1 版　2010 年 7 月第 1 次印刷
定　　价：27.00 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究
举报电话：010-62752024；电子信箱：fd@pup.pku.edu.cn

目　录

第一章　规范书写知识 1

第一节　笔顺 1

一、笔顺规则 2

二、附容易错的笔顺 3

第二节　字形规范知识 4

一、独体字在构字时的变化 4

二、部件容易混淆的字 6

三、纠正不规范字 8

第二章　硬笔书法常识 15

第一节　书写工具 15

一、笔 15

二、墨水 15

三、纸张 15

四、印章与印泥 15

第二节　书写姿势 16

一、正确的坐姿 16

二、正确的执笔姿势 16

第三节　运笔方法 17

一、顿笔 17

二、提笔 17

三、回笔 17

四、运指与运腕 17

第四节　学习方法 17

一、临摹常识 17

二、练字应该注意的问题 18

第五节　章法常识 18

第三章　硬笔楷书 22

第一节　笔画 22

一、笔法训练 23

二、基本笔画书写技法 25

三、复合笔画书写技法 28

第二节　楷书独体字的结构 32
一、楷书结构二要素论 32
二、楷书结构原则 33
第三节　偏旁部首 39
一、字头类 40
二、字底类 43
三、左偏旁类 45
四、右偏旁类 51
五、字框类 53
第四节　合体字 55
一、合体字结构原则 55
二、不同类型的合体字结构规律 57
第五节　硬笔楷书作品 60

第四章　硬笔行书 63

第一节　硬笔行书笔画 63
一、基本笔画 63
二、组合笔画 64
第二节　书写原则 65
一、笔法 65
二、结构 68
三、注意规范 69
第三节　偏旁部首 69
一、字头类 69
二、字底类 72
三、左旁类 74
四、右旁类 79
五、字框类 81
第四节　行书合体字 82
一、左右结构 82
二、上下结构 83
三、半包围结构 84
四、左中右结构 85
五、上中下结构 85
六、全包围结构 85
第五节　硬笔行书作品 85

第五章　粉笔字书写 88

第一节　粉笔字书写常识 88
一、粉笔的选择 88

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

二、执笔方法 88
三、运笔方法 89
四、章法布局 89
五、几点经验 89
第二节 板书设计 90
一、把握教材，提炼要点 90
二、分清主次，位置得当 90
三、条理清晰，合理布局 90
四、形式活泼，色彩合理 91
五、适时呈现，服务教学 91
六、师生互动，教学相长 91

第六章 毛笔书法常识 93

一、书写工具 93
二、书写姿势 93
三、毛笔书法四要素 95
四、临摹常识 96

第七章 书法简史 98

第一节 先秦书法 98
第二节 秦汉书法 99
第三节 魏晋南北朝 102
第四节 隋唐五代书法 106
第五节 宋元明清书法 111

第八章 毛笔楷书 118

第一节 楷书概说 118
第二节 楷书名作简介 118
第三节 楷书技法 129
一、笔法 130
二、字法 137
三、章法 140

第九章 毛笔行书 144

第一节 行书概说 144
第二节 行书名作简介 144
第三节 行书技法 151
一、笔法 151
二、字法 152
三、章法 153

第十章　毛笔隶书 155
第一节　隶书概说 155
第二节　隶书名作简介 155
第三节　隶 书 技 法 158
一、笔法 158
二、字法 166
三、章法 168
第十一章　毛笔篆书 171
第一节　篆书概说 171
第二节　篆书技法 172
一、笔法 172
二、字法 172
三、临写小篆需要注意的问题 173
四、篆书章法 173
第十二章　古代书论选读 177
第一节　古代书论概述 177
一、汉代书论 177
二、魏晋南北朝书论 177
三、隋唐五代书论 178
四、宋元明清书论 178
第二节　古代书论选读 179
后记 182

第一章　规范书写知识

陈振濂教授说过："中国书法史中实用观念的统治地位，既长且深，为任何其他艺术门类所难比肩。"（陈振濂．书法美学[M]．西安：陕西人民美术出版社，1996：98.）因此，我们必须重视规范书写，以便很好地完成实用的任务。

第一节　笔　　顺

笔顺指汉字笔画的书写顺序。"笔顺安排得合理，有助于正确地书写汉字（防止漏写笔画），有助于匀称地书写汉字（把字写得紧凑、美观），有助于快速地书写汉字（上一笔接写下一笔时，走笔的过程最短，转换最顺手）。笔顺规则订得明确，还有益于汉字的编码和查检，有助于汉字的电子计算机处理。"（高家莺，范可育，费锦昌．现代汉字学[M]．北京：高等教育出版社，1993：43.）对于书写来讲，笔顺关系到书写的效率和美观。比如"义"字，如果先写撇，再写捺，最后写点，笔尖运行的路程明显长于按照先写点，再写撇，最后写捺的笔顺书写的路程。（义字的笔顺如图 1-1 所示。）因此，按照正确笔顺书写更加经济。

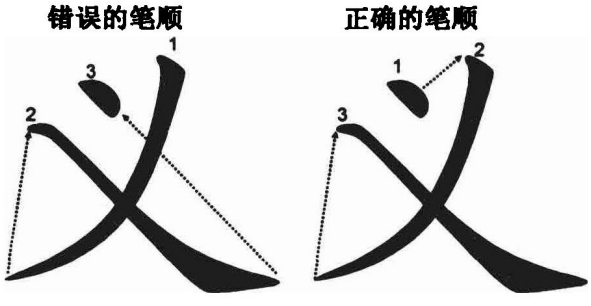

图 1-1　义字的笔顺

独体字是这样，合体字也是这样。比如"转"字，如果书写左边的车字旁时按照横→撇折→提→竖的笔顺书写，书写的路程长，而且左右两部分的联系也不够紧密。而如果按照正确的笔顺书写，即横→撇折→竖→提的顺序书写，走的路程近，而且左半部分和右半部分的联系非常紧密。转字的笔顺如图 1-2 所示。因此，我们一定要认识到笔顺的意义，主动按照正确的笔顺书写。

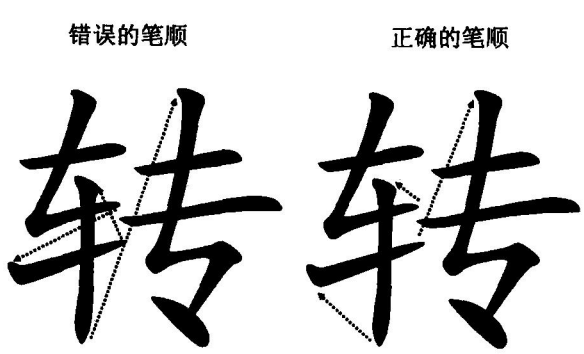

图 1-2　转字的笔顺

一、笔顺规则

汉字书写笔顺概括起来有八大原则，下面具体介绍一下。

1．先横后竖：先横后竖是一个普遍适用的笔顺原则，不管在什么样的结构中，凡遇到横竖相交的情况（注意：不包括横竖相接这种情况，相接时有时是先竖后横，如“日”字），都是先写横，后写竖。如“未”、“丰”等字。

2．先撇后捺：先撇后捺也是一个普遍适用的笔顺原则，不管在什么样的结构中，不论是撇捺相交还是相接，都是先写撇，后写捺。如“全”、“木”等字。

3．先上后下：从上到下是指书写上下结构或上中下结构的字时，笔顺应该是自上而下。如“豆”、“音”等字。

4．先左后右：从左到右是指书写左右结构或左中右结构的字时，笔顺应该是自左而右。如“林”、“做”等字。

5．先中间后两边：汉字中，特别是独体字中，有一些左右对称的字，它们的书写顺序一般是先中间后两边。如“承”、“求”等字。

6．先里头后封口：这种情况只适用于全包围结构的字。书写时，先写上外框，再写内部，最后封口。如“困”、“回”等字。

7．先外后内：这种情况只适用于上包下的半包围结构的字。书写时，先写包围部分，再写被包围部分。如“同”、“司”等字。

需要说明的是，在具体书写某个字时，往往不仅仅使用一种笔顺规则，而常常是多种笔顺原则的综合运用，如写“木”字，就用了“先横后竖”、“先撇后捺”两个原则，这一点在书写过程中应该有所体会。同时，由于汉字结构的复杂多变，有些字的笔顺也有特殊性，甚至与我们上述列出的一般原则相矛盾，这就要求我们平常对这类字多加观察，逐步掌握、记牢。为帮助大家直观地掌握，我们把笔顺容易出错的字附在后边。

二、附容易错的笔顺

第二节　字形规范知识

一、独体字在构字时的变化

一些独体字作合体字的部件后，会发生一些变化，主要包括笔画形态的变化和笔顺的变化。

（一）笔画形态的变化

变化的目的是取消原来的单字的独立性，以便使它和其他部件组合成一个整体。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

单字作部件后笔画形态的变化规律主要包括以下几种。

1．横变提。单字中的下横在合体字的左侧时变为提。

土—地　工—攻　子—孔　马—驮　王—现　车—转　止—歧　牛—物
正—政　业—邺　生—甥　丘—邱　且—助　立—站　圭—封　耳—取
至—到　血—衅　豆—豌　里—野　佥—剑　鱼—鲤　堇—勤　虚—觑
黑—默

2．竖变撇。一些单字中的竖在合体字中变形为撇。

丰—邦　半—叛　羊—翔　辛—辣

3．撇变竖。一些单字的撇在合体字中变为竖。

用—勇恿通

4．捺变点。有捺的单字作左偏旁时捺缩短为点。

人—内　又—对　大—因　木—树　夫—规　公—颂　分—颁　仓—创
文—刘　火—炼　矢—矩　禾—和　令—领　皮—颇　耒—耕　会—刽
夹—颊　合—鸽　朵—剁　交—郊　齐—剂　关—郑　米—粉　求—救
谷—欲　采—彩　录—剥　果—颗　阑—澜　客—额　奄—鹤　叟—飕
乘—剩　兼—歉

5．竖折变竖提。

山—屹　缶—缺　齿—龄

6．竖弯钩变竖提。

七—切　匕—比　己—改　元—顽　屯—顿　光—辉　此—雌　毛—撬　克—兢

7．弯钩变撇。

手—拜　掰　湃

8．横折钩变横钩。

尚—党　高—膏　雨—雪

9．横折弯钩变横折提。

九—鸠　几—微颓

10．横折弯钩变横折斜钩。

几—凤　凡—巩　丸—执

11．笔画缩短。“女”、“舟”两字作左偏旁时横的右边不再出头，“身”作左偏旁时撇的右边不再出头。“牛”、“羊”两字作字头时竖缩短。

女—好　舟—舷　身—射　牛—告　羊—美

12．省略钩。下边几个字作字头时省略钩。其中“繁”字变形最大，横折钩不但省略钩，而且不再出头。

小—尘　羽—翠　甫—傅　束—枣　可—哥　求—裘　敝—鳖　每—繁

13．两个或多个笔画变形。

西—要　示—礼　衣—补　网—罗

14．笔画变形而且减少。

艮—即既爵　　良—朗郎廊

15．特殊变形。

（1）两种写法。有的字作部件时有两种写法。如“月”（是“肉”字的变形）作字底时和作字头时有两种写法。“心”字作字底时也有两种写法。

肉—胃臂炙祭察　心—思想恭慕隧

（2）结构变化。“辱”字本来是上下结构，在“褥”字中撇变长，导致结构变为半包围结构。“取”字本来是左右结构，在“最”字中第一横变长，也变为半包围结构。

辱—褥　取—最

（二）笔顺的变化

有些字由单字变为偏旁时笔顺发生变化，为的是加强左右两部分的联系，使书写连贯流畅。如“车”字的笔顺是横→撇折→横→竖，作偏旁后改为横→撇折→竖→提。

车—辆　牛—特　耳—取

二、部件容易混淆的字

1．全会合令—公分兮—汆籴

“人”字是撇捺相连，撇出头。“八”字是撇捺分开。“入”字是撇捺相连，捺出头。在常用字中，含人字头的字很多，含八字头的只有“公”、“分”、“兮”三个字以及由它们派生出来的合体字，而带入字头的一个也没有。通用字中也只有“汆”（读音为 cuān，一个含义是烹调方法，另一个是汆子，烧水的工具）和“籴”（读音为 dí，买进粮食，和粜是反义词）两个字。

2．比仑北它—匕龙叱匙—七皂虎柴

“匕”字由撇和竖弯钩组成，撇不出头。“匕”字的含义主要有饭勺、匕首两个义项，也有文字学家解释为人。如“比”就是两个人并列站着，“老”是头发长、拄拐杖的人形。匕也是撇和竖弯钩，但是撇出头。“七”字是一横加一个竖弯钩。三个部件不能混淆。

3．去袁幸周—吉志声壳

其中“周”字最容易出错。甲骨文中，“周”字像密致周匝之形，小篆变为从用从口，里边不是“吉”部。

4．畀鼻痹擗算—卉算弄异弃弊

“丌”字的读音为 jī 和 qí，撇和竖不出头。“廾”字念 gǒng，撇和竖都出头。

5．旭拋馗—尴尬尬

“尢”念 wāng，由横、撇和竖弯钩三个笔画组成，和前三个字所含的“九”字不同。

6．展辰畏丧—衣哀表衷裹衮袁囊

左边的字所含的部件左下没有撇，右边的字所含的部件左下有撇。

7．柿铈闹—肺沛芾

“市”由点、横和“巾”部组成。“市”的读音为 fú和 pó，写法比“市”字少一点。

8．冒帽冕瑁—早显星最曼

“冒”字的字头是“帽”的本字，两横与左右两竖分开，不相连，和“曰”、“日”两字都不同。

9．离篱漓禽擒—禹属嘱禺偶寓

左边这组字所含的部件是撇提、点两笔，右边的字所含的部件是竖、提、点三笔。

10．矜妗黔念岑钤—冷泠铃玲岭玲

这两组字可根据读音区分。“钤”字念 qián，钤印就是往书法绘画作品上盖章。

11．氏纸昏抵—底低抵诋邸

不带点的念 shì，带点的念 dǐ。

12．妹昧寐魅—抹沫茉秣

“未”字上横短，“末”字上横长。这两组字也能根据读音进行区分。

13．笨苯体—本皋嗥翱

夲念 tāo，是一个“大”、一个“十”，上下结构，和独体字“本”字不同。

14．戍—戊—戉—戎

可以通过口诀记忆：横戍点戍戊中空，提钩戉，横撇戎。

15．水汞泉泵浆—录隶泰黍暴

“水”字是 4 画，“泰”字的字底是 5 画，不要混淆。

16．兴学觉誉—光尚当肖—尘尖省雀

第一组字的字头是点、点、撇，第二组字的字头是竖、点、撇，第三组字的字头是竖、点、点。

17．束刺赖嫩漱嗽—刺策棘

第二组字包含的部件是“朿”，念 cì，和“束”字不同。需要说明的是“刺”有两个读音，一个是阳平，意思是割开、划破，比如手刺口子了。第二个读音是去声，指性格或行为不合常情事理。

18．囟—囱—卤

“囟”字念 xìn，囟门指婴儿头顶前部正中顶骨未合缝的地方，和“囱”、“卤”字写法都不同。含有“囟”部的字有“傻”、“瑙”、“媲”、“蓖”、“篦”等字。

19．亦弈奕迹—变恋弯蛮峦

这两组字来源不同，读音不同，写法也不同。

20．荒慌谎—梳疏蔬流硫毓

这两组字所含的部件相似，但是不同。

21．臣卧宦藏—颐姬熙宦

右边的字所含部件念 yí，比“臣”多一竖。“宦”字指官吏、做官、宦官，“宧”指屋子里的东北角。

22．菜踩彩睬—番悉释釉

“釆”念 biàn，指鸟兽的足迹，比“采”少一笔。

23．陷谄焰阎馅—滔稻蹈韬

“臽”读 xiàn，像人陷入坑穴之形。“舀”指用瓢、勺等取东西。

24．商—商

“商”读 dì，含有这个部件的字读音相近，如“滴”、“嫡”、“嘀”、“镝”。“摘”、“谪”二字例外。含有“商”字的合体字只有“墒”、“熵”两个字。

25．豚家蒙豪逐—啄琢涿冢诼—缘椽篆掾—遂隧邃燧

“豕”是象形字，就是猪。“豕”字念 chù，像猪绊两足。“彖”字念 tuàn，意思是论断、判断。

26．暖嫒援缓—暖嫒嗳瑗

“暖”指温暖，右边是爰。“暖”字右边是“爰”，暧昧指不明朗，不光明正大。“嫒”字有两个读音，一是 yuàn，指美女；二是 yuán，婵嫒指婵娟。“嫒”字念ài，令嫒是对对方女儿的尊称。

27．记纪起杞岂配妃—包祀汜巷港熙撰—卷范犯仓

“己”第三笔不出头。“已”字没有构字能力。“巳”字由横折、横、竖弯钩三笔组成。

28．预豫抒舒野—茅矜橘柔揉糅鞣

左边五个字所含部件是“予”，没有撇，右边的字所含部件是“矛”，有撇。

29．代式试轼武斌贰腻鸢—伐战筏找戏—钱浅线践笺盏贱—侥浇绕饶娆桡骁

“弋”字念 yì，含义有三个：一是用带有绳子的箭射鸟，二是用来射鸟的带有绳子的箭，三是姓氏。“戈”字是古代的装有长柄有横刃的兵器。“戋”字念 jiān，表示少、细微。“尧”字的上半部分不单独成字，是由草书演变而来。

部件容易混淆的字不只上面这些，因篇幅所限，不再一一列举。

三、纠正不规范字

（一）错字

错字指字本身出现错误。错字可以细分为笔画形态错误、增减笔画、笔画关系错误和结构错误四种。

1．笔画形态错误。笔画形态错误主要指它的方向、转折、连断等方面与正确写法有区别。

（1）竖写成撇。如“刊”字第三笔是竖，写成撇即为不规范字。再比如“讯”字的第五笔、“报”字的第五笔、“临”字第二笔等，都是竖而不是撇。

正确写法	刊	讯	报	临
错误写法	刊	讯	报	临

（2）多写钩。如“四”字的第四笔、“西”字的第五笔是竖弯，没有钩。“朵”字的第二笔、“没”字的第五笔是横折弯，不是横折弯钩。

正确写法	四	西	朵	没
错误写法	四	西	朵	没

（3）少写钩。“七”字的规范写法第二笔是竖弯钩，写成竖弯就不对。“刨”字第五笔、“创”字的第四笔是竖弯钩，不是竖提。

正确写法	七	老	刨	创
错误写法	七	老	刨	创

（4）一笔断成两笔。“区”字的笔顺是横—撇—点—竖折，而不是横—竖—撇—点—横。“专”字的竖折撇、“片”字的横折、“卸”字左边的竖都是一笔，不能断成两笔。

正确写法	区	专	片	卸
错误写法	区	专	片	卸

（5）两笔连成一笔。“求”字第三、第四笔是点和提，不能连成一笔。“美”字“羊”部的竖和“大”部的撇是两笔，不能合并成一笔。

正确写法	求	康	美	嗤
错误写法	求	康	美	嗤

（6）朝向有误。“虐”、“疟”二字的右下部件开口应该朝右，不能朝左。

正确写法	虐	疟
错误写法	虐	疟

2．增减笔画。

（1）多写笔画

① 多写横。“考”字下边是横和竖折折钩，不是“与”。“鬲”字的点、撇下边是一横，和“凿”字下边的部件不同。“噗”右下不是“美”，比“美”少一横一竖。“聘”字右下不是“亏”。

正确写法	考	鬲	噗	聘
错误写法	考	鬲	噗	聘

② 多写点。“曳”字右上角不能写点，“步”字右上没有点，“染”字右上是“九”不是“丸”，“驮”字右边是“大”而不是“犬”。

正确写法	曳	步	染	驮
错误写法	曳	步	染	驮

③ 多写撇。“武”字的“戈”部的撇在字形演变过程中移到了左上，所以右边就不能写撇了。“贰”字右边没有撇，“挖”字右下比“九”少一撇，“黎”字右上不是“勿”。

正确写法	武	贰	挖	黎
错误写法	武	贰	挖	黎

④ 多写竖。“猴”字右边是“侯”，不要写成“候”。写“侵”、“傍”等字不要受“修”等字的影响，在单人旁右边加一个短竖。“临”字右下不要多写竖。“叔”字左上不要写成“止”。

正确写法	猴	侵	临	叔
错误写法	猴	侵	临	叔

⑤ 多写两笔及两笔以上。“豹”字左偏旁是豸（念 zhì，指没有脚的虫子），弯钩右边没有笔画。“釜”字中间没有“人”部。“肇”字左上是“户”部，不是“启”。“腐”字是广字头，不能写成病字头。

正确写法	豹	釜	肇	腐
错误写法	豹	釜	肇	腐

（2）少写笔画。

① 少写横。“具”字里边是三横，不能写成两横。“蒙”、“粤”、“壑”等字中间容易丢一横。

正确写法	具	蒙	粤	壑
错误写法	具	蒙	粤	壑

② 少写竖。如“胸”字所含部件和“渴”字的不同，不要少写一小竖。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com