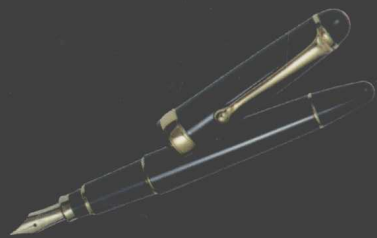


文艺经典荟萃



YINGBISHUFAZHINAN

硬笔书法指南

的	一	在	是	不	了
人	这	中	大	为	上
我	以	要	他	时	来
生	到	作	地	于	出
对	成	会	可	主	发
同	工	也	能	下	后
产	种	面	而	放	得
行	学	法	所	得	部
三	之	进	看	等	



主编 李乡状

WENYI
JINGDIAN
HUICUI

吉林音像出版社
吉林文史出版社

文艺经典荟萃

硬笔书法指南

吉林音像出版社

吉林文史出版社

目 录

第一章 硬笔书法简史	(9)
第一节 硬笔书法的起源	(9)
一、楷书、隶书和行书的血脉关系	(10)
二、硬笔书法的碑学和帖学渊源	(11)
三、汉字与汉字书法的历史交错	(14)
第二节 艺术再现	(21)
一、灵动和谐	(21)
二、刚健挺劲	(27)
三、秀雅精巧	(33)
第二章 书写工具与表现力	(41)
一、钢笔	(41)
二、圆珠笔	(49)
三、铅笔	(50)
四、蘸水笔	(51)
五、弯头笔	(51)

六、粉笔·····	(52)
七、墨水·····	(54)
八、纸张·····	(54)
第三章 书写方法 ·····	(56)
第一节 执笔与姿势 ·····	(56)
一、正确执法·····	(56)
二、执笔中的四种毛病·····	(57)
三、粉笔执法·····	(58)
第二节 运笔方法与原则 ·····	(58)
一、运笔方法·····	(58)
二、运笔原则·····	(59)
第三节 学习方法 ·····	(60)
一、必须照字帖学·····	(60)
二、要掌握基本理论·····	(60)
三、认真读帖,细心比较·····	(61)
四、掌握科学方法·····	(61)
五、养成良好的学习习惯·····	(61)
第四节 笔顺规则 ·····	(61)
一、先上后下·····	(62)
二、先左后右·····	(62)
三、先外后内·····	(62)

四、先进后关·····	(62)
五、先中间后两边·····	(62)
六、先横后竖·····	(63)
七、先撇后捺·····	(63)
第五节 初学者应注意的几个问题·····	(69)
一、让学生学会欣赏·····	(69)
二、让学生学会临帖·····	(69)
三、让学生学习创作·····	(71)
第四章 钢笔字的特点及学习方法·····	(72)
第一节 钢笔字的特点·····	(72)
第二节 学习钢笔字的方法·····	(73)
一、激发动机,培养意志·····	(73)
二、循序渐进,规矩练字·····	(74)
三、临摹结合,掌握规律·····	(76)
第五章 如何练习各类钢笔书法·····	(78)
第一节 楷书·····	(78)
一、讲究用笔·····	(78)
二、笔画分明·····	(79)
三、结构方整·····	(79)
四、楷书笔画书写要领·····	(80)

五、楷书笔画的特点与写法	(82)
第二节 行书	(87)
一、行书的特征	(88)
二、行书的偏旁写法	(89)
第三节 行楷	(92)
一、基本点画训练	(92)
二、快慢交替分解法	(100)
三、行楷贯气与收放	(113)
第六章 草书入门	(120)
第一节 如何识别草书的符号	(121)
一、左偏旁的草书符号	(121)
二、右偏旁的草书符号	(126)
第二节 笔画明显减省	(129)
一、省去字中某一笔	(129)
二、省去字中某部分	(130)
三、把笔画缩写成点	(131)
四、整体减省	(133)
第三节 行草写法与应用	(134)
第七章 硬笔书法的章法与创作	(136)
第一节 章法	(136)

一、章法布局	(137)
二、落款用印及装饰	(138)
三、书写格式及示范	(152)
第二节 创作	(154)
一、思想重视	(154)
二、方法得当	(156)
三、拜师交友	(157)
四、坚持不懈	(158)
第八章 古代书法家趣事	(159)
一、潜心苦学墨当饭	(159)
二、东床快婿	(160)
三、王羲之与天鹅饺子	(162)
四、羲之换鹅	(164)
五、王羲之天台山拜师	(166)
六、“臣书第一，陛下亦第一”	(168)
七、醉瞠白眼看青天	(169)
八、柳公权发奋练字	(170)
九、郑板桥学书法	(172)
第九章 如何欣赏硬笔书法	(174)
第一节 硬笔书法作品的内容美	(175)
一、是否具有强烈的时代感	(175)

二、是否具有健康向上的情趣	(176)
三、是否具有浓烈的感情	(176)
第二节 硬笔书法作品的形式美	(176)
一、是否具有深厚的功底	(177)
二、是否具有憾人的力度	(177)
三、是否具有磅礴的气势	(178)
四、是否具有无穷的韵味	(178)
第十章 名作欣赏	(179)
一、郃一平行草《温庭筠诗》鉴赏	(179)
二、刘金彪行草鉴赏	(181)
三、张波章草作品鉴赏	(183)
四、咎玉峰楷书《笔髓论》鉴赏	(185)
五、陆维中楷书苏轼《念奴娇·赤壁怀古》鉴赏	(188)
六、邹慕白行书欧阳修《浪淘沙》词鉴赏	(190)

第一章 硬笔书法简史

第一节 硬笔书法的起源

硬笔书法，简单的讲，就是用硬笔进行书写并且讲究写字的方法。它与传统的毛笔书法是相对而言的，只不过书写的工具不同而已。它是以汉字为表现对象，以硬笔为表现工具的一种线条造型艺术；不仅有实用价值，而且有很高的审美价值；它能陶冶情操，寄托思想情感；优秀的硬笔书法作品同优秀的毛笔书法作品、绘画、音乐、雕塑、舞蹈、戏剧、诗歌等其他艺术一样给人以美的享受。需要指出的是，作为艺术门类的硬笔书法必须与低层次的硬笔书写区分开来。低层次的书写即写字，能较好地掌握汉字基本笔画和框架结构，把字写得匀称秀美。高层次的硬笔书法艺术是在把字写好的基础上，同时讲究美的视觉效果，并能融入书写者的思想感情，体现主体的文化内涵，给欣赏者带来审美情趣的一门艺术。

一、楷书、隶书和行书的血脉关系

楷书是由隶书演化而来的，与隶书有着不可割舍的联系，甚至在隶书形成一种新书体后相当长的时间里或多或少地带有隶书的一些意味。但今天典型的楷书已与隶书有着明显的区别了。

首先，楷书的基本点画比隶书多而复杂。楷书在八个基本笔画的基础上又形成各种组合笔画。而隶书笔画相对要少一些，变化没有那么复杂。

其次，在取势上，楷书与隶书有着明显的区别。楷书讲究纵向取势，要立正；隶书讲究横向取势，要舒展。

最后，楷书结体重严谨，各个笔画都是大家族的一员，有明显的抱合之势；隶书讲究舒朗，趋于平和之势。

总之，楷书的结体较之隶书法度更为严密，整体性更强。因而，我们在进行硬笔楷书学习时，要有一个全局的观念，要通盘安排。不管笔画有多复杂，要从全局需要出发，笔画该伸就伸，该缩就缩，局部服从整体，不可让个体争出风头而丧失整体的协调性。李淳说：“四方八面俱供中心，勾撇点画皆归间架；有相迎相送照应之情，无或反或背乖异之失”，就是讲的这个道理。

行书的结体近于楷书但又不完全受行书的束缚，近于草书而又没有草书的简省和放纵。当今书坛泰斗启功先生在谈到行书时曾打了个比方：写字就如同我们乘公共汽车，楷书要求每一站都下，而行书却省略某些站而已。但事实上行书的结体远不是这么简单，有如下特点：

(1) 在楷书行笔的基础上，加快一点步伐。加强笔画之间的牵连照应关系，从而使字的神情变得活泼一些。被称为天下第一行书的王羲之《兰亭序》中“天朗气清”、“畅叙幽情”等就是典型的行楷书。如果楷书掌握得比较好，则写起行书来就比较容易了。

(2) 不在像楷书那般方正端庄，而有欹斜之势，形成了自己新的体势。楷书除了极少数以斜取正的字以外，体势都要求方正端庄，横画的斜度也不可过大。行书在一定程度上打破了这些戒律。横画可以大幅度上斜，以抬高右上角；笔画的走向也可以偏离原来楷书的轨迹，而使整个字从个体到全部都变得自由活泼起来。行书的这些特点在王羲之《兰亭序》、《圣教序》得到淋漓尽致的体现。

(3) 简省笔画和体势多样。行书在书写的过程中可以省略楷书的一些笔画，以便便捷，看起来也活泼一些。而体势上，行书的体势与楷书相比而言更是千姿百态。

总之，硬笔行书的结体较之楷书要灵活多变得多，但我们在书写过程中可千万切记不是简单的潦草，而是每一点画都是要到位的，也是有着自己的法度和规则的。

二、硬笔书法的碑学和帖学渊源

硬笔书法的书体渊源来源于毛笔书法，其大体也可分为碑学和帖学，我们知道了毛笔书法碑学和帖学的美学范畴即可约略知道硬笔书法的美学渊源了。下面我们就来探讨一下。

碑是刻石的总称，即在石上刊刻的书法作品，如墓志、石碣、石阙、造像等，尤以汉碑、唐碑和魏晋南北朝墓志造像为

典型。帖的本义为尺牍，自魏晋以来尺牍书法衍生为帖学，魏晋、隋唐、宋、元、明为衍化的重要朝代，其中晋人帖学为后人难以企及的高度。

碑学崇尚“壮美”，属于“崇高”这一美学范畴，其思想渊源是儒家的仁美、大美、充实之美。此美学范畴包括两个方面，一是追求雄健，二是追求丑陋。强调结字“以茂密为宗”，主张笔画气势舒长。正如帖学注重萧散淡雅的书卷气，碑学则大力提倡“书存金石气”，从邓石如、伊秉绶到吴昌硕、康有为，碑学大师们更侧重于作品的扩张感和凝重之气，“力沉着而出以涩气”，体现了作品外在的力感，造成强烈的视觉冲击力和撼人的艺术感染力。碑学对书法的一大贡献是将傅山所提出的“宁拙勿巧，宁丑勿媚”的书法美学观应用到书法创作上。一时间，大量民间书法登上了书法殿堂，其充满探索精神和表现形式的丰富性为书法艺术的发展开辟了一条新路，为书法创作提供了取之不尽的源泉。

帖学的形成发展是魏晋玄学盛行下的产物，而其根本是老庄之道。魏晋名士向往一种无限自由的境界，崇尚心灵与自然的对话，通过虚静和无为的人生态度体悟万事万物之本，以达到心灵的绝对自由，获得超越肉体的精神解放。因而我们看到了帖学在以王羲之为代表魏晋南朝所表现出来的人格美：空灵、跌宕、萧散、遒媚、洒脱。与其说晋人书法高不可及，不如说是晋人的精神境界后人无法企及。后人对晋人书法的顶礼膜拜，归根到底是对道家美学思想的重要组成部分。帖学正是在这种思想影响下进行创作的。孙过庭强调作品以“志气平和，不激不励”为上，欧阳询《八诀》中也说“气宇融和，精

神洒脱。”这种柔美的风格发展到极至的是元代大书家赵子昂，而明代董其昌书法却以淡雅冲和树立了帖学的典范。帖学书法在一千多年的发展过程中，文人阶层一直是这一艺术的主要创作者，因而帖学具有高度的人文主义色彩。技巧的因素居于次要地位，作品折射出来的人格品位成为衡量书法艺术品位的重要条件。

碑学和帖学作为两大书派其关系是对立统一的，碑帖可以互补而不应排斥对方。发展帖学不能忽视碑学的价值存在；提倡碑学也不能以牺牲帖学为代价。碑帖在美学上的地位是平等的，不存在谁高谁低。碑学在发展中应逐步吸收帖学的人文气质，以书卷气来充实其内涵；帖学也宜兼融碑学，熟中求生，巧中见拙。

明代书法艺术基本上是继宋、元帖学书法而后加以发展。而今人论及清代书法时，每以“帖学”、“碑学”划分为前后两期，大致以嘉庆道光之际为分期点。也就是以十九世纪二十年代以前为帖学时期，之后为碑学时期。这种划分是否合理当另当别论。不过，宋元之后，以二王书学为中心的所谓碑帖学时代，至今已转入低潮，而学习汉魏以前的篆隶书法的作者，则逐渐增长，当是无可否认的事实。这时也是名家辈出、各领风骚。而这时的书法理论比前代更有成就，《书筏》、《艺舟双楫》、《书概》、《广艺舟双楫》等理论著作相继产生。

明清的书法作品如同绘画一样传世、遗留的较多。当前见之于市面上出现的也较多。中国的书法和绘画作品，至迟从魏晋以来，一直被历代宫廷和民间作为艺术品珍藏起来，成为人们的精神食粮，但在流传中竟出现了作品的真赝问题，困惑着

收藏家、鉴赏家。而在历史上也曾经有过贗品的官案。明清时，由于部分沿海城市的工商业先后发展起来，书画的需求便日渐增多，明间制造贗品便应运而声。什么“苏州片”、“河南造”、“湖南造”、“后门造”，铺天盖地，无孔不入。这也是困扰收藏家、鉴赏家难题所在。明清的作品虽然流传很多，但里面鱼目混珠、滥竽充数者也大有其作。因此，对于当下艺术市场中的收藏家、收藏界来说，购买、收藏这部分作品时应保持谨慎的态度。

三、汉字与汉字书法的历史交错

中国五千年璀璨的文明及无与伦比的丰富文字记载都已为世人所认可，在这一博大精深的历史长河中，中国的书画艺术以其独特的艺术形式和艺术语言再现了这一历时性的嬗变过程。而具有姊妹性质的书画艺术在历史的嬗变中又以其互补性和独立性释读了中国的传统文化内涵。由于书、画创作所采用的工具与材料具有一致性。《历代名画记》中谈论古文字、图画的起源时说：“是时也，书、画同体而未分，象制肇创而犹略，无以传其意，故有书；无以见其形，故有画”。书画虽然具有同源的可比性，但以后的发展状况是以互补的独立性发展变化的。中国书法艺术的形成、发展与汉文字的产生与演进存在着密不可分的连带关系。那么究竟什么是“书法”呢？我们可以从它的性质、美学特征、源泉、独特的表现手法方面去理解。书法是以汉字为基础、用毛笔书写的、具有四维特征的抽象符号艺术，它体现了万事万物的“对立统一”这个基本规律又反映了人作为主体的精神、气质、学识和修养。

中国文字起源甚早，把文字的书写性发展到一种审美阶段——融入了创作者的观念、思维、精神，并能激发审美对象的审美情感（也就是一种真正意义上的书法的形成）。有记载可考者，当在汉末魏晋之间（大约公元2世纪后半期至4世纪），然而，这并不是忽视、淡化甚至否定先前书法艺术形式存在的艺术价值和历史地位。中国文字的滥觞、初具艺术性早期作品的产生，无不具有自身的特殊性和时代性。就书法看，尽管早期文字——甲骨文（见图），还有象形字，同一字的繁简不同，笔画多少不一的情况。但已具有了对称、均衡的规律，以及用笔（刀）、结字、章法的一些规律性因素。而且，在线条的组织，笔画的起止变化方面已带有墨书的意味、笔致的意义。因此可以说，先前书法艺术的产生、存在，不仅属于书法史的范畴，而且也是后代艺术形式发展、嬗变中可以借鉴与思考的重要范例。

中国的历史文明是一个历时性、线性的过程，中国的书法艺术在这样大的时代背景下展示着自身的发展面貌。在书法的萌芽时期（殷商至汉末三国），文字经历由甲骨文、古文（金文）、大篆（籀文）、小篆、隶（八分）、草书、行书、真书等阶段，依次演进。在书法的明朗时期（晋南北朝至隋唐），书法艺术进入了新的境界。由篆隶趋从于简易的草行和真



书，它们成为该时期的主流风格。大书法家王羲之的出现使书法艺术大放异彩，他的艺术成就传至唐朝备受推崇。同时，唐代一群书法家蜂拥而起，如：虞世南、欧阳询、褚遂良、颜真卿、柳公权等大名家。在书法造诣上各有千秋、风格多样。

唐代的书法理论在三国、两晋、南北朝基础上更加精密、完善。如：孙过庭的《书谱》、张怀的《书断》、《书仪》及张彦远的《法书要录》都被后人奉为准则，对后世书论的创作产生了深远影响。五代、宋、辽、金、元的书法是对晋、唐时期书法的追述与继承，这一时期由于战乱和政局不稳，呈现出复杂局面。书法家转向以书法抒发个人的情感意趣的轨道。出现了北宋的“宋四家”，如元代的赵孟頫等名家。书法理论也获得了发展，出现了如：《墨池篇》、《书史》、《宣和书谱》、《翰墨志》、《广川书跋》、《法书考》、《翰林要诀》等理论著作。给当时及后世书法家的艺术创作提供了参考的文样和理论上的指导。

1. 汉字的历史

中国文字——汉字的产生，有据可查的，是在约公元前14世纪的殷商后期，这时形成了初步的定型文字，即甲骨文。甲骨文既是象形字又是表音字，至今汉字中仍有一些和图画一样的象形文字，十分生动。

到了西周后期，汉字发展演变为大篆。大篆的发展结果产生了两个特点：一是线条化，早期粗细不匀的线条变得均匀柔和了，它们随实物画出的线条十分简练生动；二是规范化，字形结构趋向整齐，逐渐离开了图画的原形，奠定了方块字的基础。