



如何寫書法

觀念心法與技術工具

學習書法，正確觀念是入門的第一堂課。想寫得一手好字，就必須熟知技術工具。

從書法開始，深入和書法相關的文學、歷史、文化等等知識，

對生活內涵的影響，就更深遠了。書法之用，大矣哉。

侯吉諒◎著



● 本書精采論點

- ◆ 你選錯書法老師了嗎？
- ◆ 你為什麼不懂書法？
- ◆ 寫多久可以「出師」？
- ◆ 為什麼工具這麼重要？
- ◆ 學書法需要天份？

ISBN 978-986-120-725-4



木馬文化

定價420元 建議陳列書區：藝術、休閒、教育

「此書分析清晰，點破了有心學習卻不能學好的原因。深入了解後可有系統、有方向地體會學習書法的樂趣。」——書畫家 陶晴山

「本書從作者的習書經驗，以客觀的立場，闡述書法學習的真諦和有效的進步方法，內容非常清晰易懂，在當今書法從式微轉漸振興的時候，確是好書。」

——中華民國書學會 會長 張炳煌

● 書法的功用：

- 定靜生慧，這是書法在現代人的生活中最重要、也是最基本的功能之一。
- 學習和書法相關的文學、歷史、文化等等知識，對生活內涵的影響會更深遠。
- 寫字和打字最大的差別，是寫字有一種「連心」的作用。
- 書法可以產生高度的專心，專心可以產生強大的力量。
- 讓孩子培養耐心、建立美感的最佳方式。
- 書法和佛法一樣，唯有自己動手、自己修行，才能達到智慧的彼岸。

書
——如何寫書法

觀念心法與技術工具

侯吉諒◎著

茶酒屠流亦平生

如何寫書法

觀念心法與技術工具

作者 侯吉諒

總編輯 汪若蘭

主編 李欣蓉

校對 黃亭珊、闕寧

社長 郭重興

發行人兼出版總監 曾大福

出版 木馬文化事業股份有限公司

發行 遠足文化事業股份有限公司

地址 231 台北縣新店市中正路506號4樓

電話 02-22181417

傳真 02-22188057

Email ervice@sinobooks.com.tw

郵撥帳號 19588272 木馬文化事業股份有限公司

客服專線 0800221029

法律顧問 華陽國際專利商標事務所 蘇文生律師

印刷 成陽印刷股份有限公司

初版 2011年04月

如何寫書法

《觀念心法》

鳴鳩乳燕寂無聲
日射西窗發眼明
午醉醒來無一事
只將春睡賞春晴

東坡春日詩
丙子冬捌年貳月侯吉詩書



一開卷語

書法入門指南，
並不能教會你寫書法，
只能告訴你，
什麼是學習書法的正確方法和觀念。
知道方法，
和學會寫字是兩件事。
不要以為你知道方法，
你就會寫字。

目錄

序 學習書法的正確方法

壹 學習書法的基本觀念

014 牽一髮而動全身

016 養成認真的習慣

018 初學書法學什麼？

020 你選錯書法老師了嗎？

022 自己練字，行嗎？

024 實證的學問

028 寫給希望小朋友學書法的家長

034 寫字的重要

038

你為什麼不懂書法？

其一，書法的確不容易懂

其二，很多人認為自己沒有藝術的慧根

其三，很多人不懂裝懂

其四，從臨摹開始

臨摹

048

臨摹的極限

050

寫字的二種方法

052

教學書法的師徒關係

056

美學賞析的誤導

058

熟悉是唯一的

062

不要做單筆畫練習

064

貳 書法的工具與材料

068 工具、技巧、樂趣

076 說筆

080 買筆

082 紙張

086 墨與墨汁

088 墨條

092 硯台

096 試墨

098 紙張與字體風格

參 寫字的基本技法

肆 寫字的進階概念

104

書法入門秘訣

- 一、不是從小就練字才好
 - 二、學書法不需要特別天份
 - 三、學會寫書法要多久時間？
 - 四、寫多久可以「出師」？
 - 五、正確的觀念
 - 六、排除錯誤的觀念
- 寫書法從什麼字體開始
- 書法線條的力道
- 眼力與手力
- 臨摹與創作
- 書法與天才
- 書法秘要

133

128

122

120

116

114

伍 常見的錯誤觀念與技法

136

書法老師教錯啦！

148

書法老師又錯了！

陸 我這樣教、學書法

158

我是這樣練書法的

162

我這樣教書法

170

爲什麼要一直學

憑高眺遠見長空萬里無邊
鵬飛素光射金殿冷浸一天秋碧
瓊樓朱杵鸞未去人在清涼國
窗望中煙柳歷歷我醉拍手狂
歌數月對影成三客起舞徘徊
今夕不知何夕便欲寄新聲
騎鵬翼水島茫茫一顰一笑

序——學習書法的正確方法

侯吉諒

我一直想出版《如何寫書法》這樣一本書，把學習書法應該有的基本觀念和方法，一次說完。

書法曾經很重要，是傳統讀書人最基本的技術之一，讀書要從識字寫字開始，而書法就是識字寫字的技術。

在科舉時代，書法寫得好不好，甚至會影響考試成績，影響一生的成就。

一九二〇年代以後，書法漸漸沒落，因為方便使用的硬筆傳入，慢慢取代了毛筆。到了一九九〇年以後的電腦時代，人們更是漸漸不再手寫，寫字被打字取代，書法更寂寞了。

然而就是因為這樣，所以寫書法這件事更顯得重要。

關於寫字的重要，是我在本書中首先要提到的觀念。

寫書法不容易，光是和寫書法有關的工具材料就不容易認識，更何況和寫毛筆字有關的技術、觀念，有許多以訛傳訛的錯誤，不但浪費了許多人寫字的時間、熱情，而且造成更多以訛傳訛的誤解。

「學習」，無非就習得正確的知識，以及不斷的排疑解惑。

關於書法的許多錯誤的觀念如果不說清楚，對學習必然造成很大的阻礙和困擾，所以，除了講解、示範正確的方法，《如何寫書法》很重要的目的，就是幫助大家排除錯誤的觀念。

《如何寫書法》不一定能帶領想要學習書法的人進入書法的堂奧，但至少讓你不會因為錯誤的觀念而被耽誤終生。

然而，很重要的是，書法入門指南，並不能教會你寫書法，只能告訴你，什麼是學習書法的正確方法和觀念。

知道方法，和學會寫字是兩件事。不要以為你知道方法，你就會寫字。

要學會書法，必須找一位老師，追隨學習；自學書法很難成功，甚至可以說不可能成功。

要學會書法，還是得跟隨老師，而你選的老師適不適當，也可以用本書的觀念去檢驗，如果老師不好，我的建議是，趕快換老師。

石鼓文

一 壹 學習書法的基本觀念

寫字不是只有寫字而已，
寫字反映的，
是所有和寫字這件事有關的元素的總和。