

書法十の講

王凤鸣 主編

黄河出版社

大
法
師
逢
時
感
召
空
門
正

书 法 十 四 讲

主 编 王凤鸣

黄 河 出 版 社

1990 · 济南

书法十四讲

王凤鸣 主编

黄河出版社出版

(济南大纬二路 325 号)

*

山东肥城印刷厂印刷



开本 850×1168 毫米 1/32 印张 5.375 字数 133 千字

1990 年 11 月第 1 版 1991 年 5 月济南第 2 次印刷

印数 6001—14000 册

*

山东省新华书店发行

ISBN 7—80558—023—5

J·01 定价：2.90 元

导 言

什么是书法？《辞海》说：书法是“中国传统艺术之一。指毛笔书写的方法。主要讲执笔、用笔、点画、结构、分布（行次、章法）等方法。”《现代汉语辞典》说：书法是“文字的书写艺术。特指用毛笔写汉字的艺术。”这两部书都强调书法是用毛笔写汉字的艺术。我们说这些定义基本上是对的，但现在看来，似乎不太严密。因为硬笔书法，特别是硬笔中的钢笔书法已经引起了人们的重视，近几年来学习硬笔书法的人逐日增多，而上述两书的定义中却均未包括进去。我们认为不妨这样说：书法是以汉字为书写对象的一种线条造型艺术。主要指毛笔书法也包括硬笔书法。

我们认为讲书法，应以毛笔书法为主。因为毛笔书法，的确是我国的“传统艺术之一”。由于它经历过几千年的历史考验，早已成为一种影响极大，造诣甚高的成熟的艺术。优秀书家和优秀作品数不胜数，书论著述也比较丰富。而硬笔书法（主要指钢笔书法）虽然近年来已逐渐引起人们的重视，各地纷纷成立协会、办讲座以及搞硬笔书展。但是，作为书法艺术，硬笔书法与毛笔书法还是有所不同的。以当今而论，毛笔书法由于它本身的特点，将逐渐步入纯艺术的大门，其实用的使命已逐渐为硬笔字所代替。硬笔书法虽然跻身于艺术之林，但由于它本身条件的缘故，使它的形体不能写大，点画的变化也受到限制，因而难能与毛笔书法争衡。然而就其实用价值来说，硬笔字却远远在毛笔字之上。所以从实用的角度说，研究如何把钢笔字写得正确、规范、美观，更有利于实用，是主要任务。由于它的历史较短，再加受它本身特

点的限制，所以关于硬笔书法的理论著述还很少，这有待于热心钢笔书法的专家、学者、书家加以丰富。

文字是交流思想、表达情感的工具，是信息的载体。只有把字写得正确、规范，才能使它起到应有的作用。学习书法就是要在把字写得正确、规范的基础上通过对用笔、结字、分布等笔墨技巧的研究和反复练习，使所写的字，**不仅**更有利于应用而且成为一种给人以美感的艺术品。这一点是毛笔书法和硬笔书法所共有的任务。

学习书法的意义是重大而广泛的。首先是有利于提高学书者的识字能力。在学习书法的过程中，势必要遇到许多繁体字、异体字、草体字和自己过去未遇到过的生字。这无形中就促使学书者多识许多字。其次，学习书法有利于提高学书者的艺术审美能力。书法是一种艺术，在反复的观察和练习中通过比较和思考会使学书者对艺术的审美能力逐步得到提高。再次，学习书法有利于学书者道德修养的提高。学习书法，自然要学习书写一些具有深刻意义的名言、警句、诗词等。例如“铁肩担道义，妙手著文章”、“素襟不可易，灵府长独闲”、“梅须逊雪三分白，雪却输梅一段香”、“奋斗不息”、“松风莲质”等等。这些含义深刻的语句对人们是有一定教育意义的。再次，学习书法还有利于扩大学书者的知识领域。在学习书法的过程中，所学的并非单纯的“字”，而往往是包含着深刻哲理和丰富知识的文字，这在反复的书写中，会使学书者的知识领域不断扩大。对于从事公安工作的同志来说，学习书法，会有益于在破案中辨识笔迹、判断人的年龄、性别、性格、文化程度等等，因而有着特殊的意义；对从事工商、医药卫生等工作的同志来说，学习书法与他们的专业有一定的联系，也会有助于他们做好工作。此外，大家都知道，学习书法还有陶冶性情，增进身心健康的作用。总之，学习书法，除了可以提高书写能力之外，还有助于工作，有益于健康，好处是极多的。

无论学习毛笔书法，还是钢笔书法，作为一个具有一定文化水平的人，都是大有用处的，也是大有好处的。写好字的人到处受欢迎，到处有“用武”之地。正因如此，所以近年来许多学校开设了书法课，社会上也形成了书法热。书法新秀不断涌现。

学习书法，主要是一种实践活动，就是说要想学好书法，就要下功夫认真练习，要临习古人的碑帖，锲而不舍，持之以恒，坚持下去就会有好的效果。上书法课，学习书法常识，研究书法理论，当然是必要的，可以从中受到启发，得到指导，在学习书法的道路上可以少走弯路，可以尽快地取得较好的学习效果。但是能否学好的关键，并不在于掌握书法知识和理论的多少，而在于学书者是否具有刻苦练习、锲而不舍的坚强意志。学习书法既不是神秘莫测、高不可攀的事，也不是一蹴而就毫不费力就可以取得成功的事。浅尝辄止、忽冷忽热不行，不肯下真功夫，只想找一个“窍门”或“捷径”以求达到目的也不行。

思考与练习

1. 什么是书法？
2. 谈谈学习书法的意义。
3. 怎样才可以学好书法？能否学好的关键是什么？

说 明

本书是以我们近几年所用讲稿为基础，经过增、删，加工整理而成。参加本书编写工作的有崔奎生、黄克礼和张树楠。

全书除“导言”外，共十四讲，皆为书法基本常识。内容以讲毛笔书法为主，兼及硬笔（主要是钢笔）书法。在书体方面，以讲楷书为主，兼及其它书体。

本书采用一“讲”一个专题的形式，主要是考虑到教学的方便。各“讲”内容既可各自独立，又可上下连接，有一定的灵活性，也不妨害系统性。授课教师可根据需要调换次序，也可以从中选择专题讲授。

本书作为开设书法课的大专、中专的书法教材较为适宜，也可作为初学书法者的学习材料和一般书法爱好者的参考材料。

本书在编写过程中，阅读了部分专家、学者的书法著述和部分书法杂志，并吸收了专家、学者的研究成果，在此谨致谢意。但由于编者书法理论水平不高，再加成书仓促，因而书中缺点乃至错误在所难免。衷心希望专家、学者、同行及书法爱好者提出宝贵意见，以利今后修订、提高。

编 者

1990年6月

目 录

说 明.....	1
导 言.....	1
第一讲 文房四宝	1
(一) 笔.....	1
(二) 墨.....	3
(三) 纸.....	5
(四) 砚.....	6
第二讲 临帖	10
(一) 临帖与临帖的重要	10
(二) 选帖	11
(三) 临帖的步骤	11
(四) 临帖的“三能”“四忌”	13
第三讲 汉字的构造(六书)	17
(一) 象形	18
(二) 指事	18
(三) 会意	18
(四) 形声	19

(五) 转注	20
(六) 假借	20
第四讲 执笔与运腕	22
(一) 执笔	22
(二) 运腕	25
第五讲 用笔	27
(一) 用笔的原则和要领	27
(二) 侧锋与偏锋 (附筑锋)	29
(三) 方笔与园笔	32
第六讲 汉字的点画及“永字八法”(附楷书八病)	35
第七讲 汉字的结构形式与楷书的笔顺	48
第八讲 结字	53
(一) 结字的原则	53
(二) 结字的规律	55
(三) 结字的方法	60
第九讲 章法(附常见的几种书作形式)	65
第十讲 汉字的演变及篆、隶、楷、行、草几种基本书体的 主要特点(附“八分”)	71
第十一讲 书法的继承与创新	86
第十二讲 书法艺术的欣赏和品评	91
第十三讲 我国楷、行名家及其书风简介	110

第十四讲 硬笔书法	126
(一) 为什么要学习硬笔书法.....	126
(二) 学习硬笔书法的方法.....	127
(三) 硬笔书法与软笔书法的异同.....	128
(四) 钢笔书法的执笔与写字的姿势.....	128
(五) 钢笔楷书.....	129
(六) 钢笔行书.....	134
(七) 钢笔书法的章法.....	141
(八) 钢笔书法的欣赏.....	145

附：

(一) 有关书论家简介.....	145
(二) 《辞海》书法词目选录	146
(三) 书体范例.....	149
(四) 历代楷书名作欣赏 (部分)	159

● 第一讲

文 房 四 宝

笔、墨、纸、砚，被称为“文房四宝”，是学习书法，创作书法作品必备的用具。

古语说“工欲善其事，必先利其器”，搞书法也不例外。文房四宝中除砚以外，其质量之优劣以及是否适于应用，皆会直接影响书写的效果。虽然也有“善书者不择笔”的说法，其实，这不过说明有的“善书者”对书写工具的好坏不太讲究罢了，而并非说明文房四宝的优劣与书写效果毫无关系。我们不妨想一想，同一个“善书者”假如请他使一支得心应手的好笔和使一支极不随心的秃笔，各书一幅作品，其效果能够一样吗？同是一个人用一张优质宣纸和用一张普通纸写出的字其效果恐怕也不会相同。唐代大书家张旭认为“纸笔精佳”才能把字写好。

再者，文房四宝不仅是搞书法的必备用具，而且也是一种颇为典雅的装饰品，在条件具备的情况下，适当讲求一下其质量与形式也是必要的。

笔、墨、纸、砚在我国有着悠久的历史。

（一）笔

毛笔，是用兽毛或禽毛加工后制成笔头、配上笔杆而组成的书画工具。

毛笔还有许多别名。如“毛锥子”、“龙须友”、“尖头奴”、“管城子”、“毛颖君”、“中书君”等等。我国的毛笔起源很早。春

秋战国时期各国都已制作和使用。不过当时名称不一，吴国叫“不律”，楚国叫“聿”，燕国叫“弗”，秦国叫“笔”。秦统一全国后，“笔”就成了定名，沿用至今。《史记》记载：“始皇令恬与太子扶苏筑长城，恬取中山兔毛造笔，令判案也。”有人认为这是中国制造毛笔的开始，并把蒙恬尊为造笔之祖。这都不确切。春秋战国以及秦汉时期的笔头多用兔毛制作，这是事实。晋代有用鼠须制作的笔，相传王羲之写《兰亭》就是用的鼠须笔。宋代有了羊毫笔，清代以后，制笔的原料更为广泛。

我国毛笔，最有代表性的是浙江的湖笔。浙江吴兴县的善琚镇旧属湖州府，此地以制笔而闻名，称湖笔。湖笔有一千多年的历史，大约到了元代，制笔工艺已相当高超，相传当时有位笔工叫冯应科，手艺极高，他制的笔，与赵孟頫的字、钱舜钦的画，被誉为“湖州三绝”（三人都是湖州人）。

制笔方法，一般有两种。一种是杂毫无心、裹麻纸；一种是分毫、有心、不裹纸。笔头多用兽毛、禽毛制成。如兔毫、狼毫、羊毫、猪鬃、鸡毫以及熊毫、獾毫、鹿毫、豹毫、鼠毫、鼠须等均可制笔。笔杆多用竹或木，现在还可用牛角、塑料等原料来制作。工艺越来越精巧。

从性能来分，毛笔有硬毫、软毫和兼毫三类。

硬毫。主要是用狼毫（黄鼠狼毛）、紫毫（兔毛）、猪鬃、熊毫、獾毫等制成。这类笔，弹性较强，锐利劲健。

软毫。也叫柔毫，主要是以羊毫制作。

兼毫。是介乎硬毫与软毫之间的中性笔。常见的是由兔毫、羊毫所合成的。如七紫三羊，五紫五羊，七紫三狼，五紫五狼等。狼毫性硬，兔毫性软，故狼毫比数越大，弹性越强，反之则软。

从笔毫的长短来分，毛笔有长锋、短锋和中锋三类。

长锋。锋颖长，锋腹柔，贮墨多。适于写行书和草书，便于一气而下，可以减少蘸墨的次数。

短锋。锋颖短，锋腹硬，贮墨少。适于写楷书，小字笔也多用短锋。

中锋。长短等方面都适中，适于写楷书或行楷。

从所写字的大小来分，毛笔有小楷、中楷、大楷。再大的有屏笔、联笔、提笔、斗笔。最大的还有搯笔（笔杆短，笔头粗大的笔）等。各种笔，其型号的大小并无统一规格，所以常常出现同是“一号”，笔头长短大小也不相同的现象。

据统计，我国毛笔大约有三百余种。真是种类齐全，花样繁多。因用料、制造方法及笔的大小、性能各有不同等原因，笔杆上所刻名目也数不胜数。

挑选毛笔，除考虑它的产地、名号、型号、价格之外，还应注意以下四个方面：

尖。笔锋尖锐，犹如毛锥，不秃；

齐。即主锋捏扁后，顶端整齐而无参差现象；

园。即笔头周围园聚饱满。无凹凸现象。

健。即笔毛劲健有力，弹性好，伸屈自如，经久耐用。

此外，还应从外形上要求笔杆直，笔头与笔杆结合牢固等等。

新笔使用时，用前要先放入温水或冷水中泡开，洗净胶质，挤去水分，在砚石或墨盒上理顺笔毫，然后再开始使用。用后，要及时用清水洗净，理顺笔毫，插入笔筒或插入合适的笔帽中。千万不能把笔毫折弯或碰伤。

毛笔以新为好，不宜久藏，一是易为虫蛀，同时其弹性也易减退。

（二）墨

墨，是用桐油、菜油或松木烧的烟，再调入胶和香料、药材制成的。

墨的历史，也很悠久。但最早的墨，并不是定型的块状墨，而是把黑色颜料放进砚中用砚石研成细粉再加水调制而成。与今天

的墨汁相类似。殷商时代，已有石墨。西周已有正式的墨出现。一九五四年湖南长沙杨家湾战国墓葬中出土了用墨书写的竹简。至汉代制墨技术已大有改进，开始有了定型的块状墨。相传三国时出现了制墨名家，韦诞（字仲将）被后人推为制墨鼻祖。魏、晋、唐、宋又进一步发展。唐代有墨官专管制墨，易水人奚璠、奚鼎兄弟即很出名，他们制的墨，相传“以鹿角胶熬为膏而和之”。明代之后，用油烟制墨的技术得到推广。

我国论墨的著作也很多。我国的墨，以徽墨为最有名。安徽的歙县旧属徽州府，这里自五代以后，便以产墨闻名，世称徽墨。

墨的品种很多。主要有油烟墨、松烟墨和选烟墨三种。

油烟墨。是用桐油、菜油、麻油或猪油烧烟，加入皮胶、麝香、冰片和香料制成的。这种墨质地坚实，细腻、耐磨，乌黑、发光，胶比较重，不易胀裂。

松烟墨。是用松木、松枝烧的烟，加入皮胶、药材和香料制成的。这种墨色黑而少光泽，质松胶轻，入水易化。

选烟墨。是用工业炭墨加入皮胶和香料制成的。这是一种普通墨，仅适于写一般毛笔字，而不适用于作书画作品。

辨别墨的好坏，首先看它的颜色，以黝黑而发紫光者为好。宋代晁以道在其《墨经》中说：“凡黑色紫光为上，黑色次之，青光又次之，白光为下。”其次，看其质地是否细润。质地细润的墨，其横断面犹如镜面，无杂质，无砂眼，研时声音清细。再次，好墨所含的胶轻，墨身浸在水中四边平正，不变形，不胀裂。研出墨汁虽浓不泥，写字不涩笔。

搞书法作品，当用好一些的墨。用好墨研汁当然最好，如嫌麻烦，用现成的优质墨汁也可以。如北京的“一得阁”、“中华”，上海的“曹素功”，天津的“书画墨汁”都可以。用好墨搞书画作品，一是效果好，二是便于装裱，不跑墨，三是便于长期保存，不失色，四是有香味，不难闻。

初学书法，以及随便写些毛笔字，自然不必太讲究，只要墨不臭不泥，能达到一定黑度就可以。

假如用墨研汁，研时不宜心急，要用多少研多少，浓淡要适宜。墨块用后要放在不着水的地方，也不要曝晒。干后要包起来存放。如用现成的墨汁，最好在写字时准备一个墨盒，用多少便倒入墨盒多少，墨汁中不宜羼水，一加水便容易变质发臭。

（三）纸

纸，是我国四大发明之一。我国是纸的故乡。

汉代以前无纸，文字是刻在或写在甲骨、竹简、木牍、缣帛上的。到了西汉，生产力发展了，技术进步了，才发明了纸。造纸方法不断改进。公元八世纪我国的造纸术开始传往西方。

适宜于写毛笔字的纸，主要有宣纸、皮纸、毛边纸、元书纸等。这些都是软性纸。

搞书画作品，当然以宣纸为最好。

宣纸原产于唐代宣州泾县（今属安徽），在宣城集散，故名宣纸。宣纸主要以檀木皮及稻草为原料。宣纸洁白、细致、柔软、吸水性强，书写效果好，不易蛀蚀。好的宣纸能保持墨的光泽，墨迹干后，将纸浸入水中墨色不变。经久不酥，便于长期保存。它是我国主要的书画用纸。

宣纸有“纸寿千年，墨韵万变”之誉。其主要特性有三：一是有极强的吸附性能，墨施于纸能形成焦、浓、淡、枯、湿五种不同的墨色，为其它纸张所难及；二是着墨后，不皱不拱，百折不损；三是不老化，不变色，寿命长，越旧书写效果越好。被人们誉为“文房之首”。郭沫若同志曾给安徽宣纸厂题词：“宣纸是中国劳动人民所发明的艺术创造，中国的书法和绘画离了它，便无以表达艺术的妙味。”

近年来由于造纸技术的提高，我国有许多地方能生产宣纸。如四川、江西、江苏、山东、河北等省。只是其宣纸的质量尚不及

安徽的宣纸。

宣纸有生宣、熟宣、半熟宣之分。生宣质地软，吸水性强；熟宣质地较硬，吸水性差；半熟宣其吸水性及硬度适中。

“露皇宣”是一种特大巨型宣纸，俗称“丈六宣纸”，被人们誉为“宣纸之王”。过去只是一种宫廷用纸，只有安徽能够生产。

宣纸的确好，但其价格仍较昂贵，所以除了搞书画作品，一般练习书法，则不必用宣纸。

皮纸。以麻作主要原料，纤维长，拉力好。与宣纸相比质地松而粗，也不如宣纸白，吸水性略同于半熟宣，然韧性比宣纸好。

毛边纸。以竹枝、竹叶为原料。纤维松软，拉力差，色黄，质地比皮纸稍紧。

元书纸。以稻草为主要原料，纤维粗松，色黄，拉力差。

皮纸、毛边纸、元书纸，都是普通纸，这类纸质地粗，有利于锻炼笔力，其价格也较低，我们练习书法，用这种纸就可以。其中，毛边纸宜于写小字；元书纸宜于写大字。此外，不太滑的废旧报纸练习写大字也很好。这更符合节约的要求。

（四）砚

砚，是研墨、盛墨的主要工具。砚的名称极多，又叫砚台、砚石、砚田、砚池、砚山、墨池、墨海等等。

砚的历史悠久，品种繁多。究竟始制于何时，尚无定论。古代有陶砚、瓦砚、砖砚、瓷砚、玉砚等。但自石砚出现之后，石砚便成为使用最广、性能最为理想的砚。石砚中最名贵的品种是端砚歙砚洮砚和鲁砚。被称为四大名砚。

端砚。产于广东肇庆的端溪。石质坚硬细腻，略呈紫色。发墨而不损笔毫，滋润而墨不易干。端石常有各种天然花纹，有时还有天然凝入的异色石块，称为“眼”。均有很高的观赏价值。

歙砚。产于安徽歙县的歙溪。石质较端砚稍嫩，呈青灰色，不及端砚发墨。

洮砚。产于洮河（黄河上游支）。砚石碧绿，莹洁如云，条纹似云彩，贮墨不变质，可十余日不干涸。因石出于河底故极难得。

鲁砚。山东古称鲁，故山东所产之砚称“鲁砚”。鲁砚主要有红丝砚、金星石砚、燕子石砚、淄石砚、鼃砚、徐公石砚、温石砚、田横石砚、紫金石砚、尼山石砚、薛南山砚、浮莱山砚、龟石砚等十余种。其中红丝砚、金星石砚、燕子石砚、淄石砚、薛南山砚、徐公石砚、鼃砚最有特色。

红丝砚。产于临朐，亦称青州砚（临朐古为青州所辖）。砚石有红石黄丝、黄石红丝之分。丝纹紫回石上，巧妙地形成各种图形，多姿多彩。西晋张华《博物志》说：“天下砚品四十有余，以青州红丝石为第一。”唐代书家柳公权《论砚》亦称“蓄砚以青州第一”。红丝砚被称为鲁砚之首。

金星石砚。产于费县南与临沂交界之箕山洞，临沂为故琅邪郡，为王羲之故乡，故又名“羲之砚”。砚石是矽化泥质灰岩含硫化铁结晶，形成“金星”，因而得名。

燕子石砚。产于莱芜、莒县等地。燕子石，又名蝙蝠石，即三叶虫化石。石面有如小燕子等各种图形。清盛百二《淄砚录》说：“此石莱芜往往有之，其背有如蝙蝠者，如蜂、蝶、蜻蜓者，文皆凸出，制砚名鸿福砚，为读《易》研朱妙品。”

淄石砚。产于淄川罗村一带。宋唐彦猷《砚录》说：“淄石可与端、歙相上下，色紺青者歙砚之右。”淄砚品种极多，有韞玉、金星、青金、墨玉等名称，属鲁砚之上品。

薛南山砚。产于临沂城西四十里薛南山（今属苍山县）。临沂县志记载：“薛南山产石，皆天成砚材，若马蹄，若龟壳、四周若竹节状，小者尤佳。”石色多沉绿色，有纹彩如微尘，若隐若现，柔和沉静。

徐公石砚。产于沂南县南徐公店村附近。临沂县志说：“徐公店，县城西北七十五里，产石可为砚，其形方圆不等，边生细碎