

QUANGUO MEISHU KAOJI ZHUANYONG JIAOCAI

全国美术考级专用教材

书法考级

Shufa Kaoji

1—3 级

考级要点

- 熟悉并初步掌握一般的书写技法
- 具有一定的临摹碑帖能力
- 能布局合理创作少字作品

考纲权威阐释

考案专业评析



上海书画出版社

遠上寒
白雲生
停車坐

野寺分晴樹
山真
過晚夏
故國三千
宮二十年

我家洗硯池邊
樹朵花開淡墨
痕不要人誇好
顏色只留青氣
滿乾坤

• 中国艺术科技研究所美术考级中心指定教材 •



中国画考级 1-3级
中国画考级 4-6级
中国画考级 7-8级
中国画考级 9-10级



书法考级 1-3级
书法考级 4-6级
书法考级 7-8级
书法考级 9-10级



篆刻考级 1-10级



素描考级 1-3级
素描考级 4-6级
素描考级 7-8级
素描考级 9-10级



色彩考级 1-3级
色彩考级 4-6级
色彩考级 7-8级
色彩考级 9-10级



速写考级 1-3级
速写考级 4-6级
速写考级 7-8级
速写考级 9-10级



漫画考级 1-3级
漫画考级 4-6级
漫画考级 7-8级
漫画考级 9-10级

- 普及艺术教育
- 提高国民素质
- 传承历史文明
- 弘扬民族文化

ISBN 978-7-5479-0386-5



9 787547 903865 >

定价: 25.00元

QUANGUO

ZHUANYONG JIAOCAI

术考级专用教材

书法考级

Shufa Kaoji

1—3 级

本社 编

王宜明 林静潇 撰文



上海书画出版社

图书在版编目(CIP)数据

书法考级:1~3级/上海书画出版社编. —上海:上海书画出版社, 2012.6

全国美术考级专用教材

ISBN 978-7-5479-0385-8

I. ①书… II. ①上… III. ①汉字—书法—水平考试—教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第099625号

全国美术考级专用教材

书法考级1—3级

本社 编

责任编辑	张恒烟
审 读	朱莘莘
封面设计	王 峥
图版摄影	李顺发
责任校对	柏 龙
技术编辑	朱伟南 钱勤毅

出版发行  上海书画出版社

地址 上海市延安西路593号 200050

网址 www.shshuhua.com

E-mail shcp@online.sh.cn

印刷 上海文艺大一印刷有限公司

经销 各地新华书店

开本 889×1194 1/16

印张 4

版次 2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷

印数 1-4,300

书号 ISBN 978-7-5479-0385-8

定价 25.00元

若有印刷、装订质量问题,请与承印厂联系

编委会

主任

王立翔 白国庆

副主任

张伟生 陈斌斌 李平

编委（按姓氏笔画排序）

王琳	王少伟	王立翔	方向乐	白国庆	兰静
朱莘莘	江宇华	李平	严先机	沈丽珠	张卫国
张伟生	张芳天	张恒烟	陆炫	陈俊	陈伟平
陈斌斌	邵仄炯	季怀	金国明	郑继红	凌云之君
梁晓军	魏炬明				

本册撰文

王宜明 林静潇

本册责任编辑

张恒烟

本册审读

朱莘莘

出版前言

党的十七届六中全会提出了建设文化强国的宏伟战略目标，这对推进我国社会主义现代化建设可持续科学发展，对全面提高全民文化素质，具有极其重大的历史和现实意义。

群众性美术活动的普及和发展，是社会主义文化建设不可或缺的组成部分。近年来，在党和国家政府部门的关心和努力下，运用艺术等级考试的方式来支持、指导和规范艺术教育，取得了显著成果，尤其是文化部关于《社会艺术水平考级管理办法》的颁布和执行，使社会美术教育和学习有了更为明确的方向和衡定的准则。

为了进一步推动美术等级考试工作的开展，文化部下属中国艺术科技研究所美术考级中心和上海书画出版社合作，组织有关专家学者，在广泛调查研究、分析和总结历年考级经验的基础上，共同编写出版这套简明扼要、深入浅出、图文并茂、针对性强的美术考级教材。

本套教材具有以下三个特点：

一、立足考纲要求，强调分级的指导性。本套教材依循各个系列逐级递进的考级要求，把十个等级分为四个层次（1—3级、4—6级、7—8级、9—10级），并据此将各系列分编为四本分册（篆刻除外）。在每本分册中，都对考纲作了比较详尽、透彻的阐释，以指导应考者准确地理解和把握考纲的要旨，循序渐进地制定自己的考级方略。

二、立足艺术特性，突出专业的辅导性。本套教材根据各个艺术专业（中国画、书法、硬笔书法、篆刻、素描、速写、水粉、油画、水彩、漫画）的特性，注重考级实战，从系统学习的原则出发，提出了有关的学习途径、方法、要领，概要地阐述了相关常识，便于应考者有针对性地进行学习训练。

三、立足实例评析，提供考级的参照性。本套教材调阅了全国各地历年不

同系列、不同级别、有代表性的考卷，逐件进行了分析点评，评鹭得失，界定等级准则，可供应考者在对照比较中，衡定自己报考的定位，以及进一步学习和进修的方向。

本套教材分为八大系列，二十九本书，分别为：

中国画系列，四本；书法系列，四本；硬笔书法系列，四本；素描系列，四本；速写系列，四本；色彩（水粉、水彩、油画）系列，四本；漫画系列，四本；篆刻，一本。

本套美术考级教材的面世，凝聚了编著者大量的心血，在此一并表示感谢。对尚存在的不足之处，请有关专家学者和广大读者批评指正。

上海书画出版社

全国美术考级大纲·书法

级别	画纸规格	考 试 大 纲	时间
1级	66×33 或 66×45	①“永字八法”中的点画要求能准确地予以表达。 ②能较好地运用书法中的一般书写技能,如提笔、顿笔、按笔、挫笔等。 ③能平衡点画之间的关系,字形结构较为平正。 ④字与字之间的安排合理,初步具备协调作品整体布局的意识。 (临摹作品必须在十字以上,创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句。)	90 分钟
2级	66×33 或 66×45	①点画分明,能较熟练地运用书法中一般的书写技能。 ②结构平正,能初步协调点画之间粗细、轻重等关系。 ③字距与行距之间的安排合理,有明显的协调作品整体布局的意识。 (临摹作品必须在十字以上,创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句。)	90 分钟
3级	66×33 或 66×45	①用笔手法较为多样,且能根据点画的不同表现特征加以运用。 ②点画之间粗细、长短、轻重的关系处理较为明确,结构安排合理。 ③初步协调作品内文与落款的位置关系,整体布局较为统一和完整。 ④临摹作品要求能根据字帖所示的特点,加以充分的表现。 (临摹作品必须在十字以上,创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句。)	120 分钟
4级	66×33 或 66×45	①用笔的手法较为多样,且能根据点画的特点来调整书写时间和速度的关系(轻重缓急)。 ②点画之间的呼应关系处理较为明确,已初步掌握笔势的运用手法。 ③字距与行距之间的空间关系处理得体,且布局上落款字的大小和位置与正文相协调,整体布局相对完整、统一。 (临摹作品必须在十五字以上,创作作品不得少于十字。内容自选,必须成句。)	120 分钟
5级	66×33 或 66×45	①点画分明,笔法合度,能较合理地控制书写时的速度关系(轻重缓急)。 ②点画之间轻重长短、伸缩避让的关系处理明确,笔势的引带较为生动,结构安排合理。 ③字距与行距之间的空间关系处理较为得体,作品正文与落款的大小、比例较协调,整体布局完整。 (临摹作品必须在十五字以上,创作作品不得少于十字。内容自选,必须成句。)	120 分钟
6级	66×33 或 66×45	①用笔精到,具有较强的控制书写速度(轻重缓急)的能力。 ②点画之间轻重长短、伸缩避让的关系处理较为明确且多样。 ③结构安排合理,且能通过笔势的引带来丰富造型的变化。 ④字与字之间的关系处理较合理,能充分运用落款字的大小比例(包括印章的大小比例)来协调作品的布局,作品整体的布局完整。 ⑤行书作品可适当放宽标准,以是否掌握其一般规律为准则。 (临摹作品必须在十五字以上,创作作品不得少于十字。内容自选,必须成句。)	120 分钟
7级	66×33 或 66×45 或 四尺整张	①笔画丰润劲爽,粗细、长短等变化自然,具有较强的点画造型方面的能力。 ②用笔精到,能在合理控制书写速度的同时将节奏的表现性(动感)加以强调。 ③点画之间伸缩避让的关系处理较明确生动。字形结构的疏密关系处理较为得体,且能通过笔势的引带来丰富造型的变化。 ④字距行距错落有致,疏密关系处理和谐、自然。 ⑤能充分运用落款字的大小比例(包括印章大小比例)来协调作品的布局,作品整体布局完整。(注:命题作品,楷书一件和任选书体一件。)	120 分钟
8级	66×33 或 66×45 或 四尺整张	本级具体内容可参照前一级的标准,在此基础上适当提高标准的层次,即要求作品在整体上必须具有较强的表现个性色彩,局部处理上能合理地渗入个人的理解成分(如线条枯、湿、浓、淡的质感处理,字形结构以虚当实、化实为虚的造型组合等),表现书写者较高的书写水平及较强的结构造型能力。(注:命题作品,楷书一件和任选书体一件。)	120 分钟
9级	66×33 或 66×45 或 四尺整张	命题: ①对不同变化的线条具有较高的悟性,且表现手段多样、灵活,有较浓烈的个性化色彩。 ②结构安排合理,且充满生机和活力。 ③作品布局从正文、落款到盖印和谐、完整,具有较强的艺术感染力。 ④篆、隶、楷、行、草五种字体中任选三种,其中一件必须是楷书,并掌握三种书体的一般规律,尤其注意篆书和草书的书写规范。 (注:命题作品,可带篆书、草书字典进入考场。)	180 分钟
10级	66×33 或 66×45 或 四尺整张	命题:①具体要求可按照第9级的参考标准。 ②在前一基础上,适当提高标准层次,要求线条具有笔力之美、结构具有构筑之美、章法具有和谐之美。 ③篆、隶、楷、行、草五种字体中任选三种,其中一件必须是楷书。 (注:通过点画的伸缩避让来丰富变化。具体内容,如用笔、结构等,可参照前几级的考级标准,另外篆书和草书作品如出现错字,将影响考级的水平。)	180 分钟

全国美术考级考试须知

考试科目、级别

素描、色彩（水彩、水粉、油画）、速写、漫画、书法、硬笔书法、篆刻、国画（山水、花鸟、人物），级别均为1—10级。（以卡通为表现形式创作的儿童画可参加漫画1—6级考试。）

报考对象

凡爱好书法、美术，并且具有一定基础者（年龄、地区、职业、文化程度不限），均可报名参加考试。

考试时间、地点

具体考试时间和地点以所在地考区办公室发出的有关通知为准。

评审发证

由中国艺术科技研究所美术考级中心等级考核评审委员会专家按考生考试的实际水平评定级别，并颁发证书。

报考须知

1、考生应根据本人实际水平，对照考试大纲及参考考级教材选择报考级别，切忌盲目报考。

2、在考试时间不冲突的前提下，允许考生选报两个或两个以上的科目。

3、报名时需提供准确完整的考生信息，认真填写等级考试报名表。

4、非中国籍或非汉族考生请在报名时或者在准考证上写明国籍或民族（未提供者将默认为中国籍和汉族）。

5、已获得文化部中国艺术科技研究所考级中心颁发的社会艺术水平考级证书的考生，在申报或者考试时，须提交原级别证书复印件。

6、提供近期免冠2寸照片2—3张（照片背面用铅笔写上姓名、报考科目和级别或者准考证号码）。

7、考生拿到准考证后请仔细核对，如有问题及时与所在考区办公室联系。

8、考生必须按准考证所示时间、地点参加考试，自觉遵守考试纪律。无准考证或准考证与本人身份不符者均不准进入考场。

9、考场内禁止吸烟，考试时间不得使用手机或其他电子设施，不得交头接耳或高声喧哗，不得随意走动，不得相互修改画稿或抄袭他人试卷，未经监考人员允许不得擅自离开教室。家长请勿进入考场。

10、已报名考试而未按规定时间参加考试者，作弃权处理，不办理退费和补考手续。

11、考卷用纸及画具均须自备（有些考区的一些考试科目的考卷用纸由考场统一发放，请以当地考区为准）。素描、色彩、速写考生应自带画板或画夹。国画、书法考生要带好毡垫或旧报纸。

12、各专业级别作品用纸，请参照“考试大纲”规定规格要求。

13、书法、硬笔书法和国画所有级别的作品都必须有落款。

14、考级机构对考级作品有展览、研究、摄影、录像、出版、宣传及处理权，考级作品一律不退。

15、具体专业考试要求请参照考试大纲，如有问题请与所在地考区办公室及下属工作站、报名点联系，了解考试相关事宜。

— 目 录

第一章 考纲阐述.....	1
第一节 毛笔书法1级考纲阐述.....	1
第二节 毛笔书法2级考纲阐述.....	3
第三节 毛笔书法3级考纲阐述.....	4
第二章 练习与应试指导.....	5
第一节 书写工具介绍.....	5
第二节 执笔方法和基本用笔方法.....	7
第三节 “永字八法”和楷书的基本点画.....	11
第四节 楷书的结构.....	18
第五节 楷书的章法.....	21
第六节 书法临摹常识.....	23
第七节 经典碑帖介绍.....	25
第八节 考级范作参考.....	29
第三章 历年试卷评析.....	35
第一节 毛笔书法1级试卷评析.....	35
第二节 毛笔书法2级试卷评析.....	39
第三节 毛笔书法3级试卷评析.....	49

第一章 考纲阐述

第一节 毛笔书法1级考纲阐述

级别	画纸规格	考 试 大 纲	时间
1级	66×33 或 66×45	①“永字八法”中的点画要求能准确地予以表达。 ②能较好地运用书法中的一般书写技能，如提笔、顿笔、按笔、挫笔等。 ③能平衡点画之间的关系，字形结构较为平正。 ④字与字之间的安排合理，初步具备协调作品整体布局的意识。 (临摹作品必须在十字以上，创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句。)	90分钟

1. “永字八法”中的点画要求能准确地予以表达

永字八法，指的是书法楷书的笔法法则，其起源历史上说法众多，它比较全面地总结了楷书基本点画的特点。其阐述大抵如是：点为侧、横为勒、竖为努、钩为趯、挑为策、长撇为掠、短撇为啄、捺为磔。

“点为侧”，永字第一点又叫“侧”，古人云：“点者，字之眉目。”人的眉目之间是传达感情的重要地方，说明点在一个字中有着变化精神的作用。“点为侧”又说明写点首先要侧锋峻落，笔取侧势，落笔要有力度，然后铺毫行笔，让毛笔在纸上铺开，使点中间部分饱满，势足收锋，收笔的时候要慢慢提笔调锋，然后再出锋，出锋要送到。

横画又叫“勒”，缰绳勒住快速奔跑的马，显得逆势强而力度足，用这来比喻写横画笔端逆势很强。横画落笔首先要调锋，即从右向左逆势起笔，然后铺毫行笔，这个行笔过程就像马在奔走时要勒住缰绳让马慢下来，行笔到最后再轻轻提笔调锋，收笔。

竖就是直笔，称“努”，书写时笔锋犹如拉弓射箭，张弓承受千斤力，以此比喻竖要挺拔坚劲，不能太直而显得僵硬。写竖画也要像横画一样要调锋入笔，从下到上作逆势，铺毫往下行笔最后收笔。

钩在“永字八法”中叫“趯”，就是用脚踢的意思。钩要写得饱满，最后出锋处要锐而不散。钩不会单独存在，在“永字八法”中，钩是依附在竖画中，竖写完在收笔处，先提笔，再按下去，接着就出锋将钩写完。

“仰横为策”是指向右斜上的小横，也就是挑。“策”指赶马的马鞭，马鞭挥舞。挑的写法呈仰视，也是调锋用逆锋起笔，铺毫向右上方慢慢挑出，笔毫逐渐收拢，最后出锋，用笔不能太重。

“长撇为掠”、“短撇为啄”，“掠”指梳头发，一梳到底才能将头发梳顺。长撇要一口气将笔锋送到底，中间的提按是不能断的。

“短撇为啄”，古人比喻为犹鸟啄物。写撇也是一样，力要送到笔端，撇才有力度有精神。

捺在“永字八法”中称“磔”，《笔法诀》中说道：“（磔）贵三折而遣毫。”也就是说，写捺画有三折，第一折为头部到颈部，要逆锋起笔；第二折为颈部到捺脚，最后一折就是捺脚按笔到出锋提笔。写捺时起笔逆锋要“束得紧”，颈部要“提得起”，中段要“按得下”，出锋要“收得起”。

2. 能较好地运用书法中的一般书写技能，如提笔、顿笔、按笔、挫笔等

书法中书写技能多种多样，掌握各种技能，才能写出千姿百态、各具特色的点画。初学者首先要了解正确的起、收笔方法，然后再掌握提笔、按笔、顿笔、挫笔等几种笔法。

楷书中的起笔方法一般为“逆锋起笔”。“逆锋起笔”首先要做到起笔时回锋，取一个和前进方向相反的落笔动作，所谓“欲左先右，欲右先左，欲下先上，欲上先下”，这样起笔，点画就会丰满有力。

收笔方法则是“回锋收笔”，在点画结束时要提笔回锋，收笔。古人归纳为“无垂不缩，无往不收”。“回锋收笔”是为了将笔锋藏起，把点画交代清楚，使得点画干净饱满。此外，特别要注意前一点画的收笔和下一点画的起笔一定要有呼应，做到笔势不断。

提笔，毛笔书写的过程中，要使笔尖经常保持在点画的中间，这样写出来的点画才具有立体感，提笔主要是为了使点画有粗细变化，也是为调整笔锋。

按笔，简单地讲就是把毛笔按下去，让笔毫铺开，按笔使得点画会相对的比较粗。提笔和按笔是不能分开的，这两种技能是相辅相成的，没有按笔就没有提笔，两者是贯穿整个书法学习过程的书写技能，是书法的主要表现手段之一。

顿笔，是按笔中的一种，而且是重按，即是笔尖触纸后用力下按，并稍作停留，顿笔的点画往往显得比较粗壮，一般在点画的起笔或收笔处运用较多。

挫笔，就是在顿笔之后，稍提，再按下去，是一个调整笔锋的动作，在写钩、提、转折时运用较多。

每一个点画的完成都离不开提按顿挫的运笔方法。只有熟练地掌握这些基本技巧，才能写出变化丰富的美观而规范的点画。

3. 能平衡点画之间的关系，字形结构较为平正

书法中，点画之间都是互相呼应而相互依靠的。点画之间的关系构成字的结构变化。比如“永”字，中间一竖是整个字的主笔，起到支柱作用，上部分的一点不能偏，而左边的撇与右边的捺长短要适中，两者最终要达到平衡状态。点画之间的关系会影响到字形结构，要培养结字能力首先要学会如何处理点画之间的关系，多临习古人的优秀作品。

4. 字与字之间的安排合理，初步具备协调作品整体布局的意识（临摹作品必须在十字以上，创作作品不得少于八字，内容自选，必须成句）

字与字之间的关系构成整个作品的章法，各字之间的大小、位置的变化对整个章法都有很大的影响。1级考察对象为正书，且以楷书为主。写楷书的时候要折好格子，这样每一个字的大小与位置都有基本的格局。每一幅作品的完整性是由正文、落款组成，落款的字比正文的字稍小。

第二节 毛笔书法2级考纲阐述

级别	画纸规格	考 试 大 纲	时 间
2级	66×33 或 66×45	①点画分明，能较熟练地运用书法中一般的书写技能。 ②结构平正，能初步协调点画之间粗细、轻重等关系。 ③字与字之间的安排合理，有明显的协调作品整体布局的意识。 (临摹作品必须在十字以上，创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句。)	90分钟

1. 点画分明，能较熟练地运用书法中一般的书写技能
- 2级的要求是点画分明。具体来说就是“永字八法”（点、横、竖、钩、挑（提）、长撇、短撇、捺）中的各个点画都能书写到位、准确，不能含糊不清。在掌握书写技能中，2级提出了更高的要求，要较熟练地运用提笔、按笔、顿笔、挫笔等方法。熟练程度是书法表现美的重要条件之一，所以平时要多加练习。
2. 结构平正，能初步协调点画之间粗细、轻重等关系
- 字的结构非常重要，尤其是楷书以平正为首，平正显示这个字的宏大气势，结构的平正与点画的质量是分不开的。2级对于点画之间的协调关系要求更进了一步，点画之间是否协调、轻重粗细变化是否平衡直接影响这个字的结构。点画之间的关系要在平时临摹碑帖时候仔细观察，每一个点画的粗细轻重变化要以美为主，要能用到创作中。
3. 字与字之间的安排合理，有明显的协调作品整体布局的意识（临摹作品必须十字以上，创作作品不得少于八字。内容自选，必须成句）
- 2级对于作品整体的布局的协调性提出更高的要求，字与字之间要有明显的协调性，也就是说作品要给人有美的感觉，章法要疏密得当，和谐统一。楷书的章法还是以整齐为主，其中要有变化，字与字之间要合理安排，大小位置统一，使得作品整体在整齐中不失变化。落款的字也要与正文协调，大小适当。

第三节 毛笔书法3级考纲阐述

级别	画纸规格	考 试 大 纲	时 间
3级	66×33 或 66×45	①用笔手法较为多样,且能根据点画的不同表现特征加以运用。 ②点画之间粗细、长短、轻重的关系处理较为明确,结构安排合理。 ③初步协调作品内文与落款的位置关系,整体布局较为统一和完整。 ④临摹作品要求能根据字帖所示的特点,加以充分的表现。(临摹作品必须在十字以上,创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句。)	120分钟

1. 用笔手法较为多样,且能根据点画的不同表现特征加以运用

3级要求用笔的手法多样,所以在平时临摹字帖的时候更要多加观察,注意字帖中的字有哪些是以前没有学到的用笔方法,观察每一个字的点画的变化和同样的点画的不同写法,以及它们是如何搭配的,并多加练习。掌握了这个方法,才能学到多种用笔手法,才能将点画的丰富性及其特征表现出来。

2. 点画之间粗细、长短、轻重的关系处理较为明确,结构安排合理

点画的粗细、长短、轻重关系的处理是对作者书写的综合能力的考验。点画之间的关系处理明确,首先要对整个字的结构熟悉,还要多临摹字帖,增加对书法点画和用笔的熟悉程度,这样才能在已掌握的笔法的基础上,更好地变化点画的粗细、长短、轻重等,使整幅作品的结构安排合理,变化丰富。

3. 初步协调作品内文与落款的位置关系,整体布局较为统一和完整

在作品的整体布局上,3级已经提出落款与正文的位置关系要达到初步协调。一般落款位置会处在作品的左下方,在正文写完后的下一行,以右边的字的中间线为落款文字的开始,落款不长于作品正文的最后一个字,并且落款文字稍小于正文,整体布局要有统一性和完整性。

4. 临摹作品要求能根据字帖所示的特点,加以充分的表现(临摹作品必须十字以上,创作作品不得少于八字。内容自选,必须成句)

临摹古人的字帖,就是要学习其点画是如何表现,结体是如何构置的。3级对临摹作品的要求是所临摹的作品要能有字帖的特点,并且要充分表现,这个要求说明作者不仅仅要仔细观察临摹字帖,更要思考其特点,自己要能总结概括,才能充分表现。

第二章 练习与应试指导

第一节 书写工具介绍

毛笔书法工具,主要有笔、墨、纸、砚,也就是人们常说的“文房四宝”。了解各种书写工具的性能和特点,懂得如何选择、使用和保养,是学好毛笔书法的重要条件。

一、笔

1. 毛笔的分类

我国的毛笔,大约有五六千年的历史。在长期的应用过程中,毛笔的品种越来越多,制作也越来越精细。毛笔的种类很多,按笔锋的软硬性能分,有硬毫、软毫、兼毫三种。硬毫笔,用刚性的兽毛制作。软毫笔,用弹性较弱的动物毛制作。软毫笔特点是柔软圆润,容易濡墨。兼毫笔,用软毫和硬毫按比例配制而成。兼毫笔的特点是刚柔兼济,软硬适中。

按笔毫(位于锥形笔头中心的一簇毛称主毫,周围的一层毛叫副毫)的长度分,毛笔又有长锋、中锋、短锋三种。长锋笔的笔锋长,蓄墨多;短锋笔的笔锋较短、较钝,蓄墨较少;中锋笔介于二者之间。

2. 怎样选用毛笔

毛笔质量如何,决定于笔头部分。质量好的笔头,锋颖尖锐、修剪整齐,丰硬圆润,刚健有力,即“尖、齐、圆、健”。

“尖”,指笔锋尖锐如锥,蘸墨书写时,无论轻提重按,还是圆转方折,笔锋都能收聚不散。

“齐”,指把锋润开捏扁平展时,笔毛整齐,有利于书写时做到“万毫齐力”。

“圆”,指笔头腹部圆浑饱满,呈圆锥形,这样的毛笔吸墨量大,运笔时不散锋、书写的点画力感强。

“健”,指笔锋富有弹性,劲健有力,笔毛铺开弯曲后收拢,能挺直而不变形。质量好的毛笔,还具备笔头端正,笔毛匀纯,笔颖不老(泛黄色)不嫩(泛绿色)等特点。笔杆也是毛笔的重要部分,要求圆而直,长短粗细适中。

初学书法,对毛笔的质量不必苛求,基本符合书写要求就行。

二、墨

我国用墨的历史也很悠久,制墨的工艺向来著称于世。墨的品种很多,但主要分两大类:一类是油烟墨,一类是松烟墨。

油烟墨主要用桐油、猪油等动植物烧烟,再加入胶、麝香、冰片等加工制成的。油烟墨属上等墨,质地坚结细腻、耐磨,颜色乌黑发亮,只是胶质较重。

松烟墨是用松枝烧烟,加胶及药材、香料配制加工而成的。其特点是颜色乌黑,少光泽,胶质较轻,入水易化。

初学者在练习时可以墨汁替代,取其方便故耳。同学们平时练字,用普通墨汁就可以了。如果要在宣纸上进行书法创作,那么最好选用价格稍贵的书画墨汁,如“一得阁”、“玄宗”、“红星”、“曹素功”等品质软好的墨汁。

三、纸

纸是我国古代四大发明之一。纸的发明,对人类的文​​化作出了巨大贡献,也对书法的发展起着重要的作用。

纸的种类很多,一般分文化用纸和书画用纸。在书画用纸中,以宣纸为最佳。

宣纸的种类很多。按吸水性分,有生宣、熟宣、半生半熟宣。生宣吸水性强,易受墨渗化,宜于行、草书等快速流动的字。熟宣是生宣经过工艺处理而成,吸水性能弱,常用于写正楷、隶书。半生半熟宣,性能介于生宣与熟宣之间,适宜写行书、楷书,也可作草书。

除宣纸外,书法用纸还有皮纸、毛边纸、元书纸、竹帛纸、七都纸、连史纸等。

四、砚

砚,又称砚瓦、砚池。它和墨的历史同样悠久。

砚的种类,根据制砚的材料区分,有石砚、玉砚、陶砚、砖砚、金属砚、橡皮砚等。最实用而又适于磨墨的是石砚。端砚(产于广东高要县南烂柯山西麓端溪)、歙砚(产于安徽歙县龙尾山)、洮砚(产于甘肃临洮县洮河)、红丝砚(产于山东益都县)等,都是有名的石砚。

启用新砚时,要擦洗掉砚上的蜡质或油质。每次用毕应洗净余墨或墨渣,且要盖好。洗砚宜用冷水,不要沾染油污或曝晒。平时可在砚中储放清水,以保持砚心湿润。

五、其他用具

1. 笔架

笔架是挂笔、放笔的用具,分立式和卧式两种。立式笔架又有圆形、菱形、方形、长方形之分。立式圆形笔架的立柱上装有转盘,转盘周围有许多笔钩,可以旋转;立式长方形笔架又叫“笔屏”,这类笔架一般用木料制成,框上雕刻各种图案,既可挂笔,又能起到装饰书房的作用。卧式笔架又叫笔床,形状像并排的“山”字,通常摆在桌上供放笔用,这类笔架一般由金属、玉石、陶瓷、塑料等制成。

2. 笔筒

笔筒是插笔的用具,其形状有圆形、方形、棱形等。制作材料有竹子、木料、陶器、金属、玉石、玻璃和塑料等。

3. 笔洗

笔洗是洗笔的用具,其形状多为长方形、方形和圆形。制作材料有陶瓷、玻璃、塑料等,日常用碗、大些的瓶子也可以代作笔洗。

4. 镇纸

镇纸又叫纸镇,是镇压纸张、书籍的用具。书写时,用它压纸,可以使纸保持平整,不致移动。其形状大多为尺形,也有方形、卵形、菱形、球形。材料有青铜、玉石、陶瓷、木料加铅等。

5. 毡垫

毡垫是书写时垫纸的用具,我们写毛笔字时,墨水常渗透纸背,易沾污桌面,如用纸垫在下面,部分墨水被纸吸收,写出的字就会受到影响。而毡垫不吸水,用它垫在纸下,墨水全部留在纸上,写出的字就能保持墨润,有精神。选择毡垫宜选纯毛制品,毛要短,面要平,一平方米大小就可以了。

6. 笔帘

保护毛笔之用。多以打磨光整之后的竹条连缀而成,外出携带,尤为方便。

第二节 执笔方法和基本用笔方法

一、执笔方法

执笔方法不拘一种，业内广泛认可的为“执笔五字法”，由沈尹默先生总结提倡，其要领是“指实掌虚”、“腕平肘悬”。初练书法一定要切记手指的任务就是牢执毛笔（并非死力捉笔，以自然舒适、灵活驾驭为度），写字时不可乱动；另外，肘部宜悬空，利于纵横挥洒，写小楷时可使肘置桌案，这两条只要稍加练习就能做到。

执笔五字法是用“擗、压、勾、格、抵”五个字来说明每一个手指的执笔姿势和作用的。

“擗”，是说明拇指的作用。即“大指骨上节下端用力欲直，如提千钧”。执笔时，拇指要斜而仰地紧贴笔管，像吹箫按住箫孔那样，力由内向外。

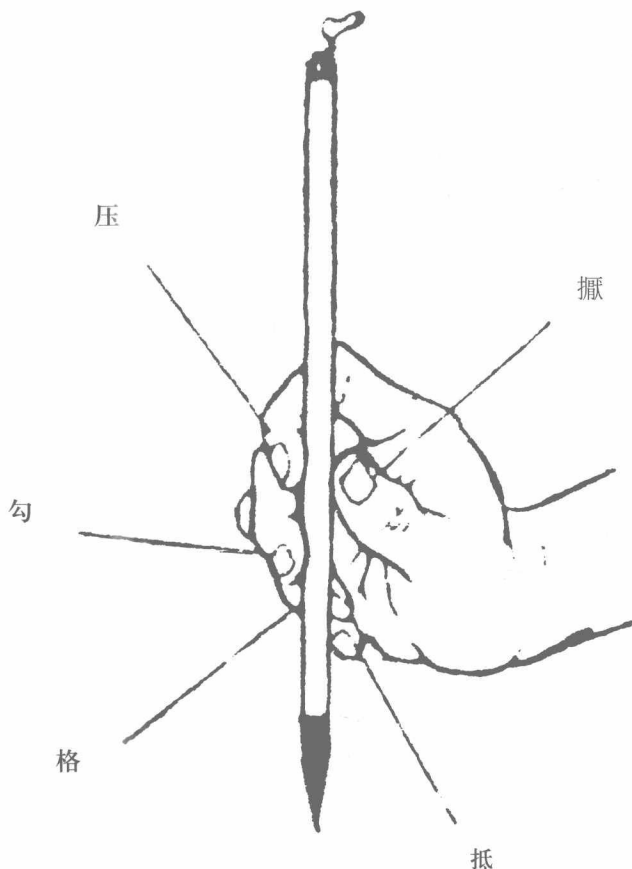
“压”，是说明食指的作用。“压”字也有约束之意。用食指第一节斜而俯地出力，贴住笔管外方（笔管在食指第一道横纹处，或略前面一些），力由外向内，和拇指内外相当，配合起来，把笔管约束住。

“勾”，是说明中指的作用。即“中指着指尖，勾笔令向下”。拇指、食指已经捉住了笔管，再用中指的第一节，弯曲如钩地勾着笔管的外方，以加强食指的力量，它起着“中流砥柱”的作用。

“格”，是说明无名指（第四指）的作用。即“无名指着指爪肉际，揭笔令向上”。就是用无名指背甲肉相连处从内向外顶住笔管。

“抵”，是说明小指的作用。小指要紧贴无名指，助一把劲，顶住中指向内的压力，但小指不要碰着笔管和掌心。

五个指头就是这样，把笔管紧紧控制在手里，既感到牢固有力，又感到自然轻松。力量从四面八方向着圆心，笔就自然坚实稳定，挥运自如。其中，执笔主要靠大拇指、食指和中指力量。无名指和小指起辅助作用；大拇指与食指掌控用力按捺，使之能上、下、左、右运转；中指和无名指掌控着力量运转的导送。



五指执笔法