

文化素质教育教材

翰墨之道

沈利



沈利 编著

成都时代出版社

翰墨之道

沈 利 编著

成都时代出版社

图书在版编目(CIP)数据

翰墨之道/沈利编著. —成都: 成都时代出版社,
2006

ISBN 7-80705-263-5

I. 翰... II. 沈... III. 汉字—书法—鉴赏—中国
IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 050605 号

责任编辑:蒋雪梅

封面设计:赵 军

版式设计:赵 军

翰墨之道

沈 利 编著

成都时代出版社出版发行

(成都市庆云南街 19 号 邮编:610017)

新华书店经销 成都市金牛区白马印刷厂印刷

185mm×225mm 16 开 12 印张 180 千字

2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

印数:1-1000 册

ISBN 7-80705-263-5/J·8 定价:39.00 元

电话:(028)86619530(综合类)86613762(棋牌类)86615250(发行部)

■版权所有·翻印必究■

■本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

编 委

张邦富	孔 勤	张 岷
李 俐	沈 裊	卢 煜
冯卫东	杨兴无	肖 宇
杨 乐	李天行	安 毅

内容简介

《翰墨之道》是作者多年来书法艺术教学研究探索的结晶。本书作为西南财经大学文化素质学习指定教材，全书共十余万字，插图百余幅。该书语言优美，内容丰富，图文并茂。集书法史、文学、哲学、美学、书法创作、书法鉴赏、书法教学等为一体，可读性强，实用操作性强。初学书法者读了能快速入门；书法教育者读了会有所启迪；书学同道者读了将有所顿悟；政府官员、企业成功者读了可提升艺术修养和欣赏水平。该书言简意赅，受众面广，一书在手，必将开卷有益。

翰墨之道

康振黄题

四川省原副省长 康振黄 题字

翰墨之道

曾来德



著名书法家 曾来德 题字

翰墨之道

刘云泉



著名书法家 刘云泉 题字

翰墨之道

丙戌秋月 季筠题



著名书法家 谢季筠 题字

与书法结缘

——代前言

一位西方的美学家曾说道,世界上最美的线条艺术,一是女性的曲线美,再就是中国的书法线条美。汉字的基本笔画合理而有机地组合,它的粗细、俯仰、呼应、避让、顾盼、疏密,以及长短、横斜、曲直、枯湿、浓淡……都是美学中基本法则的具体体现。

几千年来,中国的书法艺术,以其独有的魅力,不知使多少帝王将相、学者文人为之振奋,为之陶醉,为之终身不离不弃……它看似无色,却有朝霞之绚丽;听似无声,却有天籁之唱吟。

俗话说,字是一个人的面子。“行家一出手,就知道你有没有”。字如其人。有观察力的人,了解一个陌生人,什么都不看,只需看看这个人的字如何就可以了。所以,不少女孩子把字写得好作为择偶的标准。历朝历代把写字的好坏作为选取官吏的标准之一。据说古代的考官在审阅试卷时,身边放一大竹筐,面对堆积如山的试卷,处理起来很简单,首先就看字的好坏。字写得好的,就挑起来搁在一边,然后再细看内容;字写得不好的,一把就揉掉,丢进竹筐,任你文章写得再好也是白搭。故此,中国的读书人、艺术家、从政者都把写好字作为自己的基本修养。

沈鹏先生说:“书法文化既广泛地包括了历史、文学、艺术等各门学科,又对历史、文学、艺术等各门学科产生重大影响。既是展示性强、受众面广的大众文化,又是富含意蕴美、哲理性和变革精神的精美文化,在中国历史上占有重要地位,是先进文化的组成部分。”随着全球化进程的推进,东西方文化的碰撞,中国书法艺术必然会引起全世界更多人的热爱,迎来书法史上前所未有的盛况。

由此观之,我们应与书法结缘,尽可能多地加强书法艺术的修养。

随园曰:“作史三长:才、学、识缺一不可,余谓诗亦如之,而识最为先。非识,则才与学俱无用矣。”此虽诗论,然却与书理相通。无才者,其书必无灵性,无学者无底蕴,无识者其气局也狭促。

我与沈利君交往久矣,窃以为沈君三长俱足。早在十多年前,他就考

翰墨之道

翰墨之道

(前言作者系中国发展战略
研究会市场战略工作委员会
副会长)

上了徐无闻先生的书法研究生。多年前就摘取过“书法新科状元”的桂冠。1995年,他在瑞士成功地举办了个人书展,曾有人以数万元购买他的两幅书作。沈君不仅发表过较多的书法作品,而且还被收入《全国首届作家、诗人、书法家、画家联展作品集》、《二十世纪中国著名书画家》、《中国著名书画家精品集》等。去年,沈利书作又分别荣获第三届中国当代文人书画艺术展、第二届“盛世中华杯”中国书法作品金奖。我看过他的许多幅作品,其书大气磅礴、沉雄跌宕、碑帖相柔、拙卷开合、古藤老树,让人荡气回肠。我喜其书,更爱其人。他虽是成都市市管干部,却无官气、僚气,平易近人,坦诚豪爽,为政清廉,两袖清风。他曾在西藏任过县委书记,勤政务实。三十多年来,他先后在重庆、北京、西藏、成都等地的农村、企业、科研院所、中央机关、地方政府工作过,无论公务繁忙还是政务缠身,他都乐此不疲地专研书法艺术。其间,还发表过许多诗歌、散文、报告文学等。曾参与国务院研究课题《长江三峡工程决策论证与评估》的编辑工作,领衔编辑出版了170万字的《中国兵工年鉴》,在地方党刊从事副总编辑工作长达五年,参与编辑了近2000万字的刊物。沈君可谓是走南闯北、阅历丰富。经历就是财富,这一点令众多同行所钦羡。

近日,沈君以其新作《翰墨之道》示我,顿感其勤奋可嘉,惊叹其才华超人。可以断言,这本书的出版,对书学界和广大书法爱好者来说,都是一件好事。该书从书法的历史沿革到评介欣赏等,多层次多视角加以介绍,图文并茂,让读者获益匪浅。

近几年来,国内的书法学习势头日益高涨,各地书法活动也接连不断,但多数停留在专业圈内。书法艺术是大众的艺术,它只有植根于广大的民众之中,让更多人与书法结缘,书法这朵艺苑奇葩才会更鲜艳,更迷人。

沈利君《翰墨之道》一书的出版,正好给广大学习书法、爱好书法的人送来了及时雨。认真研读此书,一定会让你觉得身心愉悦,大受裨益;让你流连在妙不可言的书法殿堂,乐不思归。与书法结缘,定会让你终身快乐,让你的人生变得更精彩!

陈一源

2006年4月于精微堂

与书法结缘——代前言

第一章 书法概论

- 一、书法概述 /002
- 二、中国书法的演变与走向 /004
- 三、如何理解书法艺术 /006

第二章 书法的工具

- 一、笔 /010
- 二、墨 /012
- 三、砚 /013
- 四、纸 /015
- 五、其他工具 /017

第三章 写字与书法

- 一、写字与书法的区别和联系 /020
- 二、字体的发展历程 /022
- 三、书法的法和意 /027
- 四、中国古代书法家的领军人物 /028

第四章 字体与书体

- 一、楷书 /042
- 二、行书 /049
- 三、篆书 /052
- 四、隶书与简帛书 /054
- 五、草书 /057

第五章 书法艺术的审美情趣

- 一、书法艺术的审美品格 /062
- 二、书法艺术的评价标准 /064
- 三、书法的用笔 /065
- 四、书法的创新 /066
- 五、性格与书法创作 /070
- 六、书法风格和人格 /071

第六章 书法作品点评

- 一、点评楷书作品 /076

二、点评行书作品	/089
三、点评草书作品	/102

第七章 书法与书法家

一、书外功夫	/122
二、书法家的分类	/124
三、如何欣赏书法	/125

第八章 现代、当代著名书法家介绍

第九章 书法的临摹

一、临摹结合	/151
二、先入后出	/152
三、读帖善悟	/153

第十章 书法的章法

一、正文	/156
二、题款	/157
三、印章	/159

第十一章 学习书法的三个阶段

一、专	/162
二、博	/163
三、深	/164

第十二章 书法艺术与素质教育

一、书法艺术与人格塑造	/168
二、书法艺术与智力开发	/170
三、书法艺术与身心健康	/171
四、书法艺术与创新精神	/172

第十三章 书法艺术创作的思考

一、书法是高水准的艺术	/176
二、关于书法创作的方法	/177
三、提高书法创作的“软实力”	/180

后记	/181
----------	------

参考文献	/182
------------	------



第一章

书法概论

第一章 书法概论

一、书法概述

鲜活的历史,一幕幕从我们眼前翻过。绝妙的书法,一幅幅令人荡气回肠……

一切艺术的创造,首先是形式的创造。同样,书法艺术的创作,首先是书写艺术的创作。一幅书法作品,它既是技能的表现,也是情感的抒发;既是法则的遵循,更是美感的体现。

书法,是以汉字为载体的书写艺术。

书法又叫“书道”、“墨道”。初唐虞世南在《笔髓论》中曾经指出:“故知书道玄妙,必资神遇,不可力求也。”明朝董其昌在《画禅室随笔》第一卷《禅书法》中也曾有言:“总之,欲造极处,使精神不可磨没。所谓神品,以吾神所著故也。何独书道,凡事皆尔。”清代包世臣在《艺舟双楫》中则说:“书道妙在性情,能在形质。”因为书法要用笔墨,要讲究笔墨之法,所以人们往往又把书法称为“墨道”。唐朝张怀瓘在《玉堂禁经·用笔法》中称:“墨道最不可遽明,又先达八法之外,更相五势以备制度。”唐朝韩方在《授笔要说》中则曰:“至张旭始弘八法,次演五势,更备九用,则万字无不谈于此。墨到道之妙,无不有完也。”

艺术,是通过塑造形象来反映社会生活的一种社会意识形态。

书法是视觉艺术、形象艺术。书法艺术从产生起已经历了五千多年的历史。

书法以篆、隶、真、行、草等字体发展成了一个丰赡的审美体系;从工具到笔法形成了一套完善的书写机制;从服务于三皇礼教到抒发个人才情而达到了一个人文合一的审美高度。

书法艺术从整齐的点画开始,逐渐创造出了变化多端的笔锋,直到最后成了人各一体的艺术形式,具备了既可表情,又可达意的审美功能。

鲁迅先生说:“书法,它不是诗却有诗歌的韵味,它不是画却有画的美感,它不是舞却有舞的节奏,它不是歌却有歌的旋律。”

书法艺术说到底是人的艺术,是人的思想、情感、喜怒哀乐的再表达,是书法家将生活和生命的点点滴滴凝聚于笔端的万千世界和鬼使神差般的情感狂泻。所以,古往今来的无数书法家无不对世界充满了深深的爱恋和尊重。

在中国的传统艺术中,最能表现出民族特色的,莫过于书法了。这在世界的艺术之林中,不仅少见,而且从不衰竭,直通未来。宗白华先生曾说:“中国的书法是节奏化了的自然表达着深层次的对生命形象的构思,成为反映生命的艺术。”以汉字为基础发展起来的书法艺术,不但延续了数千年,形成了优秀的传统,并且一直保持着旺盛的生命力,从艺术的演变轨迹和审美的角度看,书法的意象特点是带有超前性的。

中国历代的书法理论,也和书法的实践一样,已如高山流水,虽包容了民族文化的精神,但未经现代语释,致使不少有志于此者难以步其堂奥,多是停留在它的表面,用毛笔在宣纸上写字而已,道不出所以然来。

在中国传统艺术中,惟独文字艺术使用一个“法”字,叫做“书法”,是有其深刻道理的。

众所周知,艺无止境,学海无涯。一个立志献身于书法的人,不仅要挥毫一生,而且要领悟一生。宋朝陆放翁说过:“古人学问无遗力,少壮功夫老始成。”一个大学生应如此,一个立志想当书法家的大学生更应如此。

中国书法在浩瀚的艺术天地里,可以说是最简约、最含蓄,然而也是最复杂的一门艺术。

说到书法就要说到字体和书体。书体是汉字的艺术结构,字体是指汉字的基本结构。一般讲有篆、隶、草、真四种字体。

篆——有古文、大篆(籀)、小篆之类。

隶——有秦隶、汉隶之别。

草——有章草、今草、狂草之分。

真——有帖真、碑真之异。

中国的文字发展有着悠久的历史,从传说中的仓颉造字至今,经历

了甲、金、篆、隶、草、楷、行等多种字体。

汉字是象形字,但它的发展方向却是符号化的,遵循着由繁趋简的发展规律,而隶变是象形化和符号化的分水岭。在隶书产生以后的汉字演变过程中,先后出现了草、行、楷等字体,到现在,它们仍是我们常见和常用的。隶变之前是汉字演变的古文字阶段,以象形化为基本特征,包括甲骨文、金文等多种形态。通常我们把秦始皇以前的篆书称为大篆,大篆的象形化特征最为明显,存在着一字多形的特征。小篆是对大篆的简省,象形化特征越来越弱化,线条化、符号化的特征在加强。大篆以甲骨文、金文等为代表,小篆则以秦始皇的书同文为代表。不管是大篆还是小篆,它们都已经退出了实用性的历史舞台。虽然它们现在有时仅被用在碑版的题额等场合,但它们的艺术性并不会随着时间的推移而退化,这就是为什么到现在还有很多人喜欢和实践篆书书法艺术的缘故。

二、中国书法的演变与走向

书法的载体是文字,学书法,就得涉及到我国从古以来的文字演变。

我们所说的书法,是中国书法,即汉字书法。汉字是当今世界上使用面最广,历史最悠久的文字。我国是世界上人口最多的国家,使用汉字的汉族和部分少数民族,占全国人口 90% 以上,约占世界人口的 1/5。世界上除了汉字外,还有两种古老文字。一种是美索不达米亚地区(今叙利亚

东部和伊拉克地区)

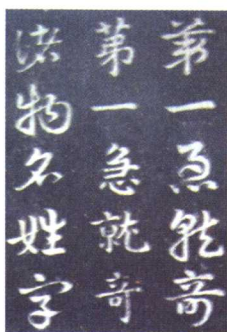
的楔形文字,另一种是古埃及的象形文字。楔形文字出现于公元前 3500 年前后,但到公元前 4 世纪就消亡了,大约有 3000 年历史。而古埃及的象形文字出现于公元前 2100 年前后,但到



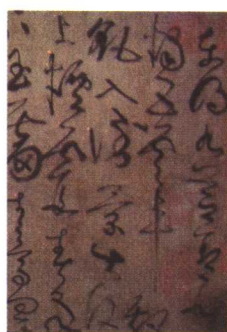
石鼓文



琅琊台刻石



急就章



张旭古诗四帖

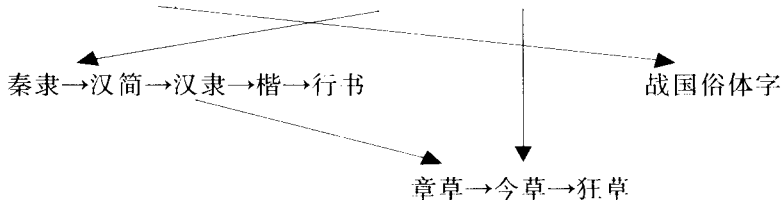
公元前 5 世纪就不再使用了,存在的时间有 1600 年。

现在我们能见到的最古老的汉字是殷商时代刻在龟甲、兽骨上的文字,统称甲骨文。甲骨文是盘庚迁殷到纣王灭亡 270 年间的文化遗物,出土的几十万片甲骨看,共有 4500 多字,距今已有 3200 多年的历史。如果说文字起源就更早,距今约有 6000 年历史。如传说中的伏羲、神农造字。

关于汉字的创制,东汉许慎《说文解字·序》云:“仓颉之初作书,盖依类象形,故谓之‘文’;其后形声相益,即谓之‘字’。文者,物象之本;字者,言孳乳而浸多也;著于竹帛谓之‘书’,书者,如也。”由此看来,“文”是按照象形原理创制出来的文字,“字”是按照形声原理创制出来的文字。

中国书法艺术的发展演变,应该说具有多元性和层级性。从走向上看:

甲骨文→金文→大篆→小篆→隶→楷书→行书



书法的历史,悠久灿烂。

书法的今天,生机无限。

书法的未来,前景璀璨。

书法的创作,豪气冲天。

高尔基曾经说过,人无论在什么地方,总是希望把美带到他人的生活中去。书法家也不例外,哪怕他写一封信札、一幅小品,题写一个标题甚至是签批几个字,都十分注重自己的形象和美誉。书法家的创作总是为了展示美,从而使自己和别人产生美感,获得美的享受。

那么按美学的研究范围,美分为:

美的存在——现实美

美的认识——美感

美的创造——艺术美

我们学习书法,就是要提高大家对欣赏书法艺术的水平和创作出较高水平的书法作品,有造化的同学将来还可以成为一个书法家。

唐朝诗人白居易的创作经验是“感于事,动于情”。如:“花若能言还

多事,石不开口更可人。”

书法创作,必须遵循书法创作中的艺术美的规律。美的规律就是典型的规律。美的法则就是典型的法则。

按照美的规律创造,也就是典型的创造,更是艺术美的创造。就典型而言,它是个别和一般、现象和本质的统一。这个典型一定是鲜明的、生动的、具体的、有个性的。个性就是风格,我们所说的“风格即人”。

中国书法是最简约、最含蓄然而也是最复杂的一门艺术。

简约——是指书法结构由墨色的点、线组合而成。是点画与结构形态造成的艺术境界。“艺术就是简约之美”。

含蓄——是指书法只能通过视觉会意,由笔法、技法、墨法表现出汉字书写的独特韵味。它不像色彩画那样,通过丰富多彩的色彩来表现,张扬其自身的个性和特性。

复杂——书法艺术的视觉冲击力和凝聚力能给人一种无穷的意境和遐想,其中效果是通过墨趣、情趣、意趣、识趣来体现书法家的内心世界和传情达意的主观愿望。

复杂,在于书法具有千姿百态的形式和自我造势的效果,具有气存天宇的内涵。

清代书法家何绍基关于书法艺术的论述有:“或取其神,或取其韵,或取其势,或取其度,或取其用笔,或取其行气,或取其结构分布。”这一书法思想,道出了书法创作和欣赏的多样性和复杂性。

我国汉语言文字的发明和创造,主要采取象形、会意、形声、指事、转注、假借等六种方式。

书画同源,过去写字就是画画,它主要是通过象形来表达思想感情的。如:日(☉)、月(☾)、水(氵)、山(山)。

三、如何理解书法艺术?

在传统的中国社会,书法作为一种代表中国人特殊的审美认识方式和文化形态,可以说在诸种文化艺术形态中处于核心地位。著名雕塑家熊秉明先生甚至认为书法是中国文化的核心之核心。

著名书法家方滨生说：“书法是一门高智慧、高文化、高艺术、高功能、高层次、高品位、高特色的一门艺术。”

高智慧——英语、法语、德语、俄语基本上都是一例的流线型的横行连转的线形文字。中国书法，可横行、可竖排，我们祖先的智慧高出一筹。

高文化——人们说，国画是无声的诗，而书法是无声的画，或者说是无声的文学。书法要求体现出高尚的书卷气，即指传统文化的高雅气。

全国人口 13 亿多，而书法家（中国书协会员）不到 1 万名，占 13 万分之一。我国目前大学在校学生有 2300 多万（大专、本科、研究生），平均 2300 人中占一位书法家。而我国博士生有 12 万多人，约占全国人口万分之一。从这个角度看，国家级的书法家比博士还少得多。

因此，作为一个大学生，一个受过国民系统教育的知识分子，写出来的字，一定要受看、耐看、可看。不能像缺乏文化的工匠们写的字一样，匠气十足，庸俗低劣，甚至连浅表层次或中层水平的书法作品也欣赏不了。

高艺术——在各种艺术中，如音乐、戏剧、舞蹈、摄影等，对传统文化的要求就不是十分严格的。解放前，甚至有不识字的都成了名演员。还有的就是音乐、戏剧、舞蹈等艺术，人们一看就容易懂。而书法只有点画的体现，对艺术美的表现是无声的、间接的和抽象的。所以，书法美，书法艺术的风韵就显得高深而玄妙了。可以这样说，对于书法，需要具有较高的传统文化素养才能理解它。

高功能——书法具有体育性、德育性（养生性）、文学性及其广泛的社会应用功能（公关性），以及艺术性功能在内的五大功能。所以书法艺术是多功能的艺术，在全世界都是特殊而出奇的。

高层次——书法艺术的历史地位高，学术价值高。一般讲，分析一幅书法，乃至分析研究一个书法家一生的艺术走向，可以从人文学、心理学去了解他的艺术品位和层次。所以，书法艺术对丰富人们的精神文化生活，陶冶人的心灵，净化人的理性，推动文明进步，构建和谐社会，继承优秀的传统文化，都起着十分奇特的重要作用。

高特色——汉字在世界文字中是一大特色。而它又升华为书法，这是第二重特色。书法纳入艺术，又突出于其他艺术，是令人感奋，催人奋进的。

2006 年 3 月 10 日，新加坡共和国新闻通讯与艺术部部长在第七届国际书法交流新加坡大展开幕式致辞中说：“一直以来，中华书法都在悠