



普通高等教育“十二五”规划教材
高等院校公共精品规划教材

大學書法

曾傳國題



UNIVERSITY
OF CALLIGRAPHY

曾成实 编著

其次雅
其次雅

日騎懷
雷之大



蘭亭雅集圖



中南大學出版社
www.csupress.com.cn



普通高等教育“十二五”规划教材
高等院校公共精品规划教材

大學書法



UNIVERSITY
OF CALLIGRAPHY

曾成实

◎ 编著

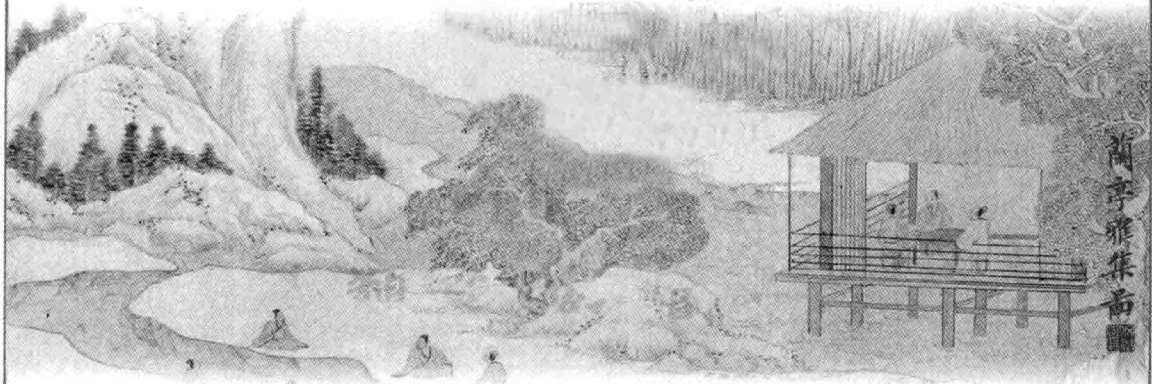
其次稿

曾傳國題



留之大

勢懷



蘭亭雅集高圖



中南大學出版社
www.csupress.com.cn

图书在版编目(CIP)数据

大学书法/曾成实编著. —长沙:中南大学出版社,2014.8
ISBN 978-7-5487-1112-4

I. 大... II. 曾... III. 汉字-书法-高等学校-教材
IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 162631 号



曾成实 编著

-
- 责任编辑 唐天赋
 责任印制 易建国
 出版发行 中南大学出版社
社址:长沙市麓山南路 邮编:410083
发行科电话:0731-88876770 传真:0731-88710482
 印 装 长沙超峰印刷有限公司

-
- 开 本 787×1092 1/16 印张 14.75 字数 254 千字
 版 次 2014年8月第1版 2014年8月第1次印刷
 书 号 ISBN 978-7-5487-1112-4
 定 价 34.80 元
-

图书出现印装问题,请与经销商调换

前言

五千年来，中国书法薪火相传。“篆隶草真，与时演变；羲献颜柳，历代所宗。凛百家之风神，银钩铁画；含无穷之意蕴，养志怡情。”（《杏堂书法求教展·序》）古今书论之作，蔚为大观，浩如烟海，令学者兴叹，初学之士难得门径而入。有感于此，遂成斯编，冀能施教于学生，藉以求教于方家。

本书追本溯源，又从21世纪高等院校基础性课程出发，在总结多年的教学和创作基础上，并重艺术和实践，旨在加强对大学生三笔字（毛笔、钢笔、粉笔）的基础训练，使大学生的书写水平达到匀称美观和正确熟练的程度，提高大学生对书法的理解能力和欣赏能力。

为此，本书在以下几个方面做了努力：

全面性。本书体系完备，涵盖了书法史、书法理论、书法技法、书法欣赏等多个方面，并着重指导三笔字的学习实践。

规范性。本书力求结构规范，论述准确，言简意赅，图文并茂，吸收了当代书法研究的最新成果。同时注重教学实践中的积累和反馈，使各部分有机融合。

实用性。本书立足于教与学的两个基本点，更侧重于基础性的知识和技法的阐述，多采用图表式的编写方式，直观示范，实用性强，能使学生书写水平迅速提高，符合现代的教学模式。

本书在编撰过程中，得到了邵阳学院各级领导的关心和支持，得到了编辑唐天赋先生的悉心指导，我的家人为本书的出版倾注了大量的心血，此外笔者也借鉴了时贤的一些研究心得，在此一并致谢！

盛世崇文，书法的弘扬——任重而道远！

曾成实

甲午盛夏于宝庆双清书屋

◎ 第一章	绪论	(1)
第一节	书法是艺术中的艺术	(1)
第二节	学习书法的意义	(5)
第三节	怎样学好书法	(7)
◎ 第二章	书史概述	(12)
第一节	商周秦汉书法	(13)
第二节	魏晋至隋唐书法	(18)
第三节	五代至宋元书法	(28)
第四节	明清至近代书法	(31)
◎ 第三章	文房四宝与书法常识	(40)
第一节	文房四宝	(40)
第二节	书法常识	(43)
◎ 第四章	毛笔楷书	(51)
第一节	楷书概述	(51)
第二节	颜真卿书法	(51)
第三节	永字八法	(54)
第四节	楷书的书写法则	(54)
◎ 第五章	毛笔行书	(87)
第一节	行书概述	(87)
第二节	行书的点画特点	(88)
第三节	行书的结构特点	(98)
◎ 第六章	篆书 隶书 草书 篆刻	(110)
第一节	篆书	(110)
第二节	隶书	(113)
第三节	草书	(116)

第四节	篆刻	(120)
第五节	名家作品示范	(123)
◎ 第七章	硬笔楷书	(138)
第一节	硬书基本常识	(138)
第二节	钢笔楷书笔画	(140)
第三节	钢笔楷书偏旁部首	(141)
第四节	名家作品示范	(147)
◎ 第八章	钢笔行书	(154)
第一节	钢笔行书的特点	(154)
第二节	钢笔行书的基本笔画	(158)
第三节	钢笔行书的偏旁部首	(161)
第四节	签名的艺术	(167)
◎ 第九章	粉笔书法	(171)
第一节	粉笔字的书写要领	(171)
第二节	粉笔行书的结体变化	(174)
第三节	名家作品示范	(176)
◎ 第十章	书法创作	(186)
第一节	章法	(187)
第二节	幅面格式	(191)
第三节	书法欣赏	(193)
◎ 附 录	(205)
附录一	翰墨选粹	(205)
附录二	硬笔选粹	(216)
附录三	名联选粹(繁体)	(225)
附录四	常用汉字规范笔顺	(226)
◎ 参考文献	(227)

第 一 章

绪 论

取一锭香墨，细细地研磨，要写的字此刻开始在心中酝酿。在蘸墨的同时，书写者已经在心中将这方宣纸从容规划，棱角分明的方块字在黑与白、虚与实的对立中纵横驰骋，一个生机勃勃的世界便跃然纸上，而书写者的意念和情绪也在有无相生间自由地宣泄，这就是中国书法。

——《汉字五千年》

高古的篆书，给人以肃穆之美；端庄的隶书，给人以典雅之美；豪放的草书，给人以飞动之美；遒丽的行书，给人以蕴藉之美；方整的楷书，给人以精谨之美(图1-1)。再加上恢弘的“长卷”、飘逸的“条幅”、宽博的“中堂”、工巧的“团扇”、雄秀的“楹联”，多姿多彩的书法艺术展现出无穷的魅力……



图1-1 名家《五体千字文》

第一节 书法是艺术中的艺术

书法随着时代的变迁，依着人情的推移，生生不息，绳绳弗替。不同的时代注入了不同的审美观念，使它的字体形态和书写风格不断创新、不断发展。在古代，书法既是蒙学之始，也是干禄之技，更是技道之修。书法的名称也随着实际

内容的变化而经历了“书→书艺→书道→书法”的变更。书是技法层次，书艺是艺术层次，书道是哲学层次，书法则是三者的综合。

从广义上讲，书法是写字的方法。从狭义上说，书法是以汉字为表现对象，以毛笔为工具，以点画线条为媒介，遵循系列书写法则，表现书写者审美趣味和思想感情的线条造型艺术。

书法之所以能成为艺术，是与书写的对象(汉字)和书写的工具(笔、墨、纸、砚等)密不可分的。汉字和书写的工具有着极强的丰富性和灵动性，这是世界上其他文字所望尘莫及的。所以，书法成了世界上唯一由文字符号的书写升华而形成的一门艺术。同时，书法艺术又与绘画、雕刻、音乐、舞蹈、建筑、文学、戏剧等姊妹艺术相互影响(图1-2)。黑格尔说：“中国书法最鲜明地体现了中国的文化精神。”可以说在西方，一切的艺术都趋向于音乐；而在中国，一切的艺术都趋向于书法。



图1-2 蜚声湖湘的曾八支祠(全国重点文物保护单位)石刻艺术

一、书法与绘画——书画同源

首先，书画同器。书法和绘画都使用笔、墨、纸、砚，它们在创作工具和表现方法上相同。画家常常以书法练习作为基本功，从而增添绘画的技巧与灵感，使作品线条更富变化。美学家宗白华说：“引书法入画乃成中国画第一特点。中国画以书法为骨干，以诗境为灵魂，诗、书、画同属于一境层。”

其次，书画同法(图1-3)。早在战国时的帛画，就以线描作为绘画的基本手段来塑造形象，并且沿袭至今，成为中国绘画的一大特色。在元代，文人画趋于高峰，得益于艺术家的书法经验和书法知识，画家们孜孜追求于“有笔有墨”，山水画的演变方向甚至发生了改变，画家爱自己的笔墨胜过大自然，后代盛赞的“宋人丘壑”和“元人笔墨”正是指此。因此，书法的书写技法对绘画影响至深，出现了“画通于书”的热潮。赵孟頫有“石如飞白木如籀，写竹还应八法通。若也有人能会此，须知书画本来同”的诗句；柯九思有“写竹：干用篆法，枝用草书法，写叶用八分法……”的高论。大画家往往集诗、书、画于一身，文人的气息重了，书法的韵味浓了，笔墨的情趣也多了。



图1-3 米芾《珊瑚帖》

再次，书画同品。书和画都是视觉艺术、空间艺术，都需要用笔墨构成来表现功力、性情和神韵，因此格调和品第是相通的。中国书法的“神、妙、能”等鉴赏品第都被借用到中国画的品鉴之中。

最后，书画同象。最早的写字就是画画。书法讲究“依类象形”，中国画的造型也讲究“应物象形”，两者同源异流，前者抽象，后者具象，但都是要模拟物象，师法自然。

以上数点概括成一句话，就是书画同源。

二、书法与音乐——书乐同归

在众多的艺术中，音乐最善于抒情和表现，它通过时间和音响借助旋律来实现。而书法那流动的线条也充满了音乐般的时间性和旋律感，富有抒情的功能，从而表现出流美之心的波澜，突出它的形式美和抽象美。

音乐讲究和谐统一，讲究节奏和旋律。它有八个音阶，音符之间有轻有重、有强有弱、有长有短、有高有低，从而组成优美的乐曲。书法也讲究“违而不犯，和而不同”（《书谱》），要求作品的点画、形态、结构既要有差异、多样，同时又必须是一个和谐完美的整体。书法有八个基本的笔画，要求书写时点画有轻有重、力度有强有弱、线条有长有短、结体有高有低，再加上用笔的抑扬顿挫、用墨的淋漓生动，因此作品如同音乐般荡人心怀，弹出无声纸上音。

唐代理论家张怀瓘把书法称为“无声之音”。宋代姜夔说：“余尝历观古之名书，无不点画振动，如见其挥运之时。”徐悲鸿也撰文道：“中国书法有如音乐之美。点画使转，几同金石铿锵。”指出了书法如音乐一样具有节奏之美、抒情之美。所以说书法的精神里面流动着音乐的精神，从而抒情达意，书乐同归。

三、书法与舞蹈——书舞同势

宗白华在《美学散步》中强调：“中国的绘画、戏剧和中国的另一特殊艺术——书法，具有共同的特点，这就是它们的里面都贯穿着舞蹈的精神，由舞蹈动作显示虚灵的空间。”又进一步阐述“中国的书法本是一种类似音乐或舞蹈的节奏艺术”。“草圣”张旭通过观赏公孙大娘淋漓顿挫的剑器舞后，豪荡感激，笔走龙蛇，书法突飞猛进，从而创立了“狂草”的独特面目。高僧怀素的草书也暗通于舞蹈，后人品评他的字“圆而能转，字字合节，同《桑林》之舞也”。大师的草书已由技进乎道矣！

书法从舞蹈中获得灵感，书法作品中总是贯穿着活泼的舞蹈精神。可以说书法是一种特殊的舞蹈，是墨之舞、线之舞，是书写者人人追求的“笔歌墨舞”。中国的书法，正是借助笔墨的飞舞来书写胸中的逸情。而舞蹈亦从书法中汲取营养，梅兰芳、尚小云、程砚秋、荀慧生、林怀民（图1-4）这些艺术名家都将书法的节奏韵律成功地融合到自己的表演当中，从而另开新境。由于书法和舞蹈共同构成了最动的势和最美的态，所以说“书舞同势”。

振叶寻根，观澜索源。书法艺术的构成契合了宇宙的构成：纸为白，字为黑，

一阴一阳；纸白为无，字黑为有，有无相成；纸白为虚，字黑为实，虚实相生。宇宙以气之流动而成，书法以线之流动而成；宇宙是一幅大书法，书法是一个小宇宙。



图 1-4 台湾云门舞集《行草》剧照

一支毛笔，界破了虚空，在纸上龙蛇飞动，呈现出万象之美。它书写的是汉字，却是人格灵魂的外化；它表现的是笔墨，却蕴涵对生命精神的渗透；它不是哲学，却饱含宇宙情调的阐释；它不是美学，却富有审美气韵的追求；它不是诗歌，却充盈诗歌的意境；它不是音乐，却融合音乐的和谐；它不是舞蹈，却充满舞蹈的韵律；它不是图画，却呈现图画的灿烂。它用的笔毫最柔软，却最能表现力量；它用的墨色最单一，却最能表现变化；它用的线条最简练，却最能表现复杂。所以，书法达到了理想中抽象美的境界，成为中国艺术中最高级的表现形式，被赞为“艺术中的艺术”、“中国文化核心的核心”！

第二节 学习书法的意义

汉字是人们记事和沟通的重要工具，而书法是发挥汉字实用价值和艺术意趣最有效、最理想的形式。现今我们在许多方面都远远地超越了古人，但在精神与文化上却是更多地仰望古人(图 1-5)。因此，无论过去、现在还是将来，学习书法都有着深远的历史意义和重要的现实意义。



图 1-5 曾国藩日记

一、学习书法有利于团结爱国

中国书法富有增强民族认同感的魅力，正发展成为世界性的艺术。书法展现在人们面前的首先是书者的人文修养、道德追求和精神气度，其次才表现出技巧。书法特别强调书品与人品的统一，“苟非其人，虽工不贵”（苏轼）；“高韵深情，坚质浩气，缺一不可为书”（刘熙载）。书艺一道，尤重人品。书法与中国的文化相表里，是整个民族精神的外化。在几千年的书法发展史上，修身立品、完善人格，始终是书法的主旋律，书法也成了中国传统文化中最具经典标志的民族符号。

二、学习书法有利于工作生活

通常写字是把字写清楚，让人认识就行了。更进一层的是把字写美，让人喜悦。除了内容之外，字迹的本身能够像一幅好的艺术品令人怡神，让人欣赏，甚至珍藏。习字可以增长才艺，书法可以变化气质、陶冶性灵。一笔好字能给人留下良好的印象，增强自信，融洽关系，为升学求职加分。

三、学习书法可以益智长才

学习书法时，在传递信息的过程中主要发挥左脑的功能，而在练笔和创作时，则侧重右脑功能的发挥。书法的学习过程是左右脑协同参与的过程，对开发大脑的整体思维大有裨益。同时，学习书法能培养人的观察能力、思维能力和创造能力。另外学习书法需要临习碑帖、博涉文史百科，自然能涵泳人的学养和气质。

四、学习书法有利于怡情健体

“烟霞供养”、“纸上太极”，书画可以陶冶性情，可以健身养生，是众人的共识。梁启超曾说：“书法是最优美最便利的娱乐工具。”研究表明，在使人类长寿的20种职业中，书法专业名列榜首。书法的创作讲究“澄神静虑”、“心正气和”，才能“翰逸神飞”。古人有“书者寿”的说法，他们把书斋筑成心灵优游之所，让艺术给生命以滋养，所以自古至今的书法家大多高寿，人书俱老。如唐代36位著名诗人的平均寿命为59岁，而同时代著名的书法家则为79岁；刘墉等“清四家”的平均寿命高达87岁；二十世纪“中国十大书法家”的平均寿命也有84岁。历代的学者都发出了“学书为乐”的感慨。

第三节 怎样学好书法

书法艺术的特点是成熟周期长，时间性强，见效性慢。古人云：“一艺之成，须心手两竭。”书法学习是一个复杂而长期的过程，所以必须要有一个正确的学习方法，应从四个方面努力：

一、敬字乐书

学习书法的态度是要“敬字”和“乐书”。敬字，即对文字、书法及书法家敬重。这样才能有仰慕和追随之心，产生学习的动力。乐书，就是要真心喜爱书法，乐在其中，如孔子所言：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”，就是这个道理。能敬字乐书，自然有了虚心以求、持之以恒的态度。

二、临摹入手

学习绘画的途径是写生，学习书法的不二法门是临摹。学习书法最忌自以为是、不事临摹，如同无源之水、无本之木。书法史上的碑帖经过千百年的甄选，足以供人师法，切记碑帖是学书者最好的老师。选择碑帖时不妨请教专业人士，要遵循“取法乎上”和“性之所近”的原则。

临摹的方法包括读、摹、临三种。

读：指读帖。练字之前先认真观察和分析字帖。先识字、断句、明义，乃至成诵，加深对字帖内容的了解；再从用笔、结字、章法三方面层层深入，反复揣摩，把其主要风格了然于心，临写时才能做到成竹在胸、事半功倍。

摹：影摹。选择透明的纸覆盖在范本上，按字的大小粗细依样进行书写，摹帖容易学到范字的点画和间架结构(图1-6)。

临：分对临、背临和意临三种。

对临：是学习碑帖最常用的方式，把字帖放在自己的面前或左侧，从逐笔逐字入手进行模仿(图1-7)。这种方法容易学到字帖中每字每行乃至通篇用笔的精妙和连贯，加深对字帖中范字的印象。待有一定基础，可逐行逐页临写，切忌看一笔写一笔。

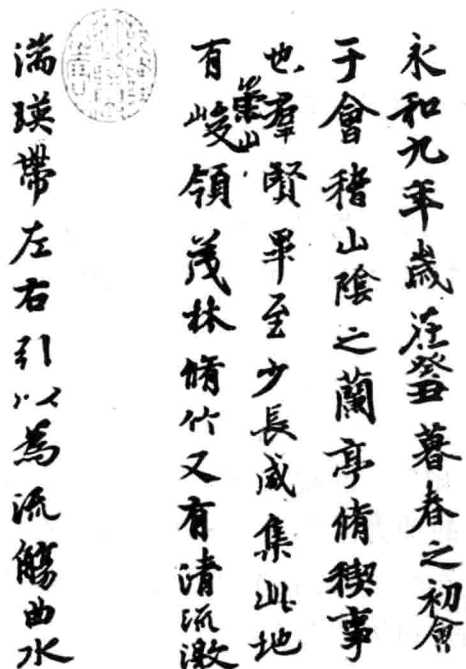


图 1-6 元·陆继善摹《兰亭序》(局部)

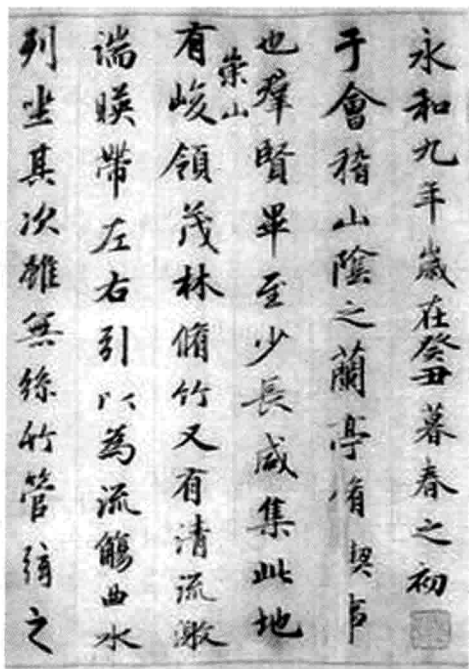


图 1-7 赵孟頫临《兰亭序》(局部)

背临：即脱开字帖，以回忆的方法默写出字帖上的范字，力求风格特点与字帖相同(图 1-8)。这种方法很难，需要有极大的耐心与毅力，但它能帮助初学者牢记范字的写法，为创作奠定基础。

意临：用遗貌取神的方法临出自己的面貌来，使临作与原作在似与不似之间或神似而形不似。是一种创作性的临写(图 1-9)。

临摹碑帖(图 1-10、图 1-11)就是一种与古人的对话，看起来是在重复古人，其实是在塑造自己。临摹要“入帖”承先，中间再“换帖”求深，最后是“出帖”创新，贵在“守而能脱，法而能化”。正如苏轼称赞吴道子的那样：“出新意于法度之中，寄妙理于豪放之外。”

三、循序渐进

一分耕耘，一分收获。学习书法，不会一蹴而就，必须循序渐进。根据前贤的经验：首先，在字体的选择上是先正楷后行草，在字形上是先大字后小字；其次，在分解教学中是先点画、次结体、后章法，取法上须专精一家，再博取众长。在学习过程中是先临摹后创作，先继承后创新；创作又从集字创作、移植创作到综合创作。转益多师、触类旁通，心不厌精、手不忘熟，最后水到渠成。

永和九年歲在癸丑暮春之初
會于會稽山陰之蘭亭脩禊
事也羣賢畢至少長咸集此
地有崇山峻嶺茂林脩竹又有
清流激湍映帶左右引以為流
觴曲水列坐其次雖無絲竹管
絃之盛一觴一詠亦足以暢叙

图 1-8 王铎背临《圣教序》(局部)

永和九年歲在癸丑暮春
之初會于會稽山陰之景
亭修禊事也羣賢畢至
少長咸集此地有崇山峻

图 1-9 文征明意临《兰亭序》(局部)



图 1-10 西安碑林《孝经》石碑

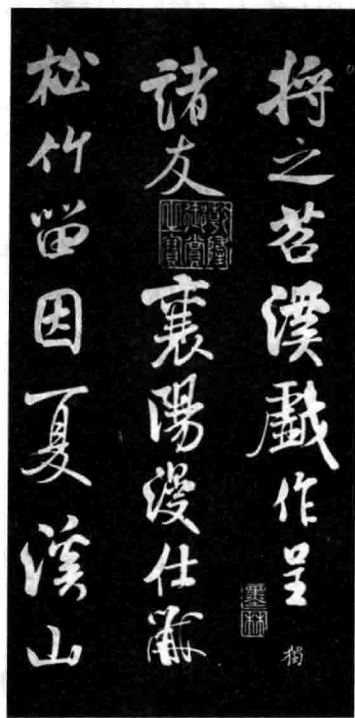


图 1-11 刻帖

四、字外求功

学习书法有三个阶段：第一阶段是临摹碑帖，练习笔法，纯属技能型训练。第二阶段要求有艺术性，追求美的和谐。第三阶段更要求有深厚的学养，努力于意境的培养和创造。书法的学习过程是一个“技→艺→道”的过程(图1-12)。它分为字内功和字外学两部分，列表如下：

书法艺术的范围

字内功	字外学
笔法(运笔的要领、笔法名称、墨法，其中笔法是核心)	德(人品或书品，做人要先器识而后文艺)
结构	才(才气、气质，包括领悟力、接受力、勇毅性、开拓性等)
章法	学(主要指艺、文、史、哲方面的知识)
基本知识(碑帖知识、书体及流派)	识(书法史，书法理论与批评，师法自然等)

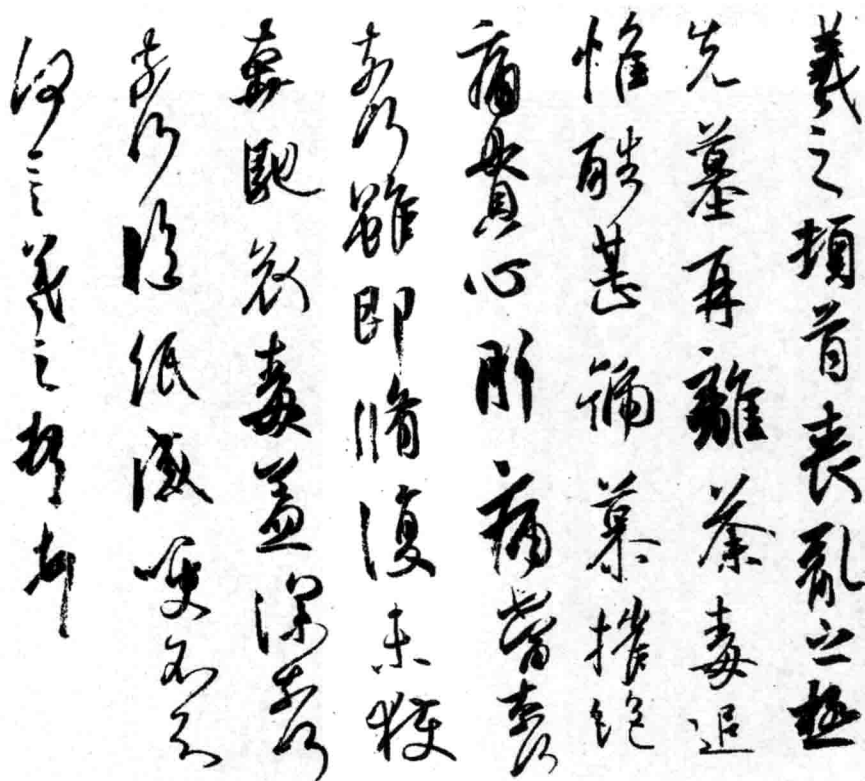


图1-12 王羲之《丧乱帖》

书法名家徐无闻先生诗云：“退笔如山未足珍，读书万卷始通神。坡公此语真三昧，不创新时自创新。”可堪玩味。

思考与练习

1. 什么是书法？为什么说书法是“艺术中的艺术”？
2. 谈谈当下大学生学习书法的意义。
3. 请你规划一下自己学习书法的计划。
4. 你如何理解书法的创新？