

SHIYONG
SHUFA JIAOCHENG
孙国庆 编著

实用
书法
教程



 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

实用书法教程

孙国庆 编 著

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

实用书法教程 / 孙国庆编著. —北京: 北京理工大学出版社, 2011. 6
ISBN 978 - 7 - 5640 - 4622 - 4

I. ①实… II. ①孙… III. ①汉字—书法—教材 IV. ①J292. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 106073 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(总编室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 天津紫阳印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 9.25

字 数 / 168 千字

版 次 / 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

印 数 / 1 ~ 4000 册

定 价 / 19.80 元



责任校对 / 陈玉梅

责任印制 / 王美丽

图书出现印装质量问题, 本社负责调换

作者简介

孙国庆，二级美术师（副高）职称，现为中国书法家协会会员、中国摄影家协会会员、安徽省书法协会理事、安徽省美术家协会会员、芜湖市书法家协会副主席，并兼任芜湖职业技术学院、芜湖信息技术职业学院、芜湖老年大学、芜湖市文化馆、弋江区青少年活动中心等单位书法教师及艺术指导。

书法作品参展“第二届中国书坛新人作品展览”“全国第六届书法篆刻展览”“全国第七届中青年书法篆刻家作品展”“国际中国书画博览会”“‘沃土新花’采风展”；获“1998年兰亭奖·牡丹杯”优秀奖、安徽省“中国书画名家作品邀请展”——“希望工程爱心”金奖并多次代表安徽书坛赴日本高知参加两地联展。摄影作品《胜利时刻》《独放》《畅饮》等在全国第十九届摄影艺术展览、上海第四届国际影展交流展、马尼拉国际摄影沙龙展展出。中国画获“全国‘烛光杯’书画摄影大赛”一等奖。2008年7月出版专著《书法欣赏与学习教程》（安徽大学出版社），所指导学员作品也多获佳绩。

序

两年前，孙国庆先生的第一本书法专著《书法欣赏与学习教程》由安徽大学出版社出版问世，作为挚友，我有幸张罗着在新华书店图书城举办了首发式，引起轰动。该书的销售也一再告罄增印。转眼间，孙先生的第二本书法专著《实用书法教程》又即将出版，其盛情邀我作序，实在是勉为其难。好在我已不止一遍地拜读了书稿，就此谈点体会。体会一，学识广博。该书由概论、书写用具的演变、学习书法的基本技法和实用书法举例四大章节组成。开篇起首便切中肯綮，紧扣书名，从书法的实用性谈起，继而又脉络清晰地阐述了书体源流。在书写用具的演变一章里，更是深入浅出，引经据典，又配以插图，可读性很强，毫无枯燥之感。第三章学习书法的技法是本书重点章节，作为有着数十年书法教学实践的作者写起来更是得心应手，富有独到之处，启发性和可操作性都极强。总之，书稿读后，给我最深、最直接的体会是作者的学识广博，无论是在书法理论、教学实践还是在学术建树等诸方面，作者的造诣之深、知识涉及面之广，无不令人钦佩。体会二，实用性强。既然名为《实用书法教程》，“实用性”当然是本书重要特征。更难能可贵的是，本书还专门有一节讲解书法在财经文书中的具体运用，这些内容是其他同类书法教程书籍中很少涉及的。还值得一提的是，在有关民俗文书的章节里，本书例举的譬如徽州古文书如房地产契、古代刻本等实物图片都是作者本人多年的真实收藏积累，所以更具有可读性和实证性；同时，也为我们从历史的角度来欣赏与理解书法艺术在实用性方面的演变打开一扇窗口，很有意义。体会三，具有开创性。此书并不囿于教程范畴。在书中，作者悄无声息地传递着自己的学术观点，很具有开创性。“实用书法”概念的提法，在学术界尚无严格的理论界定，但在书中作者却观点明确，说理清晰，即在纯书法美学与日常生活的抄抄写写之间，作者力图找到一条中间路线，他的努力是希望我们的平凡生活因注入传统书法而变得厚重、优美、文雅而富有底蕴。

我还想说一件趣事，今年年初，当我接到书稿，看着厚厚几大本的全部手写稿，我用打量外星人的眼光盯着他，思忖着：“这年头，不去东拼西凑，实实在在地用心去‘写’书的已不多见了！”许久，我们彼此对视着，会心地大笑起来。确实如此，此书稿的电脑输入及编排整理就历时3月之久，更由于是手写书稿给打字、校对带来了不便，可谓工程浩大啊。

最后，孙国庆先生一再委托我在序言里，对鼓励其编写这第二本专著的娄家

云先生、对担任书中部分插图绘制的姚和平先生，同时也对为此书的校对及编辑整理的大美文化艺术公司艺术总监杨岸森先生表示感谢。并对侯匋弢、孙晓雨的封面及版页设计表示谢意。

大美文化艺术传媒有限公司总经理 尚亭勇

2010年7月

目 录

第一章 概论	1
第一节 汉字的实用性	2
第二节 书体源流简述	3
一、汉字的起源及甲骨文	4
二、青铜之花——金文	11
三、书不同文的《侯马盟书》	13
四、小篆是古代的简化字	15
五、隶行中华	16
六、行书和其代表王羲之	19
七、楷则止于唐代	27
八、近现代的汉字改革	41
第二章 书写用具的演变	47
第一节 笔的历史	47
第二节 书写材料古今	51
第三节 辅助用具	54
一、墨	54
二、砚	56
三、印章	58
四、其他	62
第三章 学习书法的基本技法	68
第一节 毛笔书法的临摹与学习	68
一、字体、字帖的选择	68
二、姿势、执笔、运笔、笔顺	69
第二节 硬笔书法的临摹与学习	81
一、硬笔书法的特点与种类	81
二、如何选择硬笔书法字帖	82
三、硬笔书法的姿势与执笔	82
四、基本笔画与结构练习	83
五、硬笔书法作品选	90

第四章 实用书法举例	102
第一节 实用书法的范围	102
第二节 特殊格式的民俗文书	107
第三节 财经文书	110
第四节 款识	118
第五节 汉字中的设计元素和美术字选编	124
后记	138



第一章 概 论

汉字是世界上最古老的文字之一，也是世界上使用人数最多、使用最广泛的文字。源自中东的苏美尔文、古埃及两河流域的美索不达米亚平原的古人所使用的文字都没有延续至今，变成了“死”文字，只有汉字“活”了下来，她的适应性与生命力伴随着中华文明走过辉煌的昨天来到我们的面前。在社会进步、科技发达、信息化便捷的今天，必将赋予汉字以新的活力，从而迈向更加灿烂美好的明天。

汉字的产生与发展，是中国历史进程的一面镜子，同时对整个欧亚大陆东部区域的国家，即多数与中国相连的诸国，也产生了巨大的影响（图1-1）。并由此形成世界上五大文化圈之一的汉字文化圈（其他分别为拉丁字母文化圈、斯拉夫字母文化圈、阿拉伯字母文化圈、印度字母文化圈）。

祝中国人民和全世界
所有华人 新年快乐！

聯合國秘書長
潘基文

2009年1月

图1-1

（联合国韩国籍秘书长潘基文在中国农历年到来之际用汉字书写贺词：“祝中国人民和全世界所有华人新年快乐！”现在朝鲜已完全停用汉字，但仍有汉字教学，韩国仍将1800个常用汉字与朝鲜文并用。）

我们学习、应用汉字，除了增强民族的自豪感之外，更应该爱护汉字、了解汉字的历史，为促进汉字的规范化等各方面作出自己的贡献。秦朝统一文字对中国的影响是巨大的，其后的历史表明，由于文字的统一，即使国家分裂，南北差

异扩大，汉字文化对最终形成大一统的中华版图的促进作用是显而易见的。英国汉字家李约瑟说：“中国文字在中国的文化发展被地理上重重障碍所分割的情况下，成为中国文化统一的一个多么有力的因素！”通过比照欧洲的表音文字很容易得出结论。反之，如果欧洲使用的不是表音文字而使用其他表意的文字系统，那么欧洲发展至现在，也未必会形成这么多国家。

在网络化普及的今天，应利用网络使汉字更好地服务于社会，为人民群众造福，进一步丰富其精神生活，使民众领略汉字博大精深的内涵。对于如夹杂外文、自创自造等使汉字蒙垢的现象，是我们每个炎黄子孙，包括热爱汉字的国际朋友所必须严肃面对的。综上所述，作为现代社会的一员，我们所要做的首先就是能正确认读、书写汉字，在充分认识汉字至大、至纯、至美的同时，展现自我的品位与修养，使汉字在笔端由实用向审美的层面升华。

第一节 汉字的实用性

实用是指实际使用，书法就是指书写法度的艺术。汉字从产生的时候开始，就伴随着实用性（图1-2）。上古时期的结绳记事就是以实用为目的的，后来用于占卜的甲骨文字，也是为了古人内心的需要而产生的，巫师在刻制时并不过多地考虑美观，以后的文字发展历史大多如此。譬如，教室的过道里悬挂着一幅名人墨宝，人们欣赏这样的作品，从中领悟到书法艺术的美，感受到了艺术的熏陶，而这件艺术品就有某种实用功能。所以，审美与实用一般来说有其密不可分的特点。从这个广义层面上来讲，汉字的实用性是与生俱来的，并不能将审美与实用二者割裂开来单独宣示某一方面的功能。但是汉字所包含的内容实在是太宽泛，她有着巨大的容量，使我们完全有可能对其中的某一具体功能充分地审视、研究并用来学习，所以我们姑且人为地将汉字的实用性从其母体上剥离，从狭义的角度来进行分析探讨。在这里，我们把审美功能居次要地位，以汉字的标准、规范化为前提的，其印制或书写或刻就内容和人们实际生活紧密相连的，有具体实际功能的文字痕迹（包括纸质、金属质地、瓷质、石质等），称为实用书法。实用书法先强调实用，然后才讲美观，其强调的是易学、易认。德国哲学家康德（1724—1804）说：“美只有在社会中才能引起兴趣。”实用书法有着很强的社会性。有些实用书法也对其字形、笔画进行装饰（图1-3），如当今的美术字，但她强调美观调节功能，是用工艺的手法。她和文人士大夫写汉字时强调的“趣”不一样。当然，当文人士大夫对同样的“趣”约定俗成，普遍认可，成了单一的社会审美趋向时，这个“趣”便被固定下来，于是就变成了法度，这也就形成了实用书法的载体。有许多汉字字形都是通过这种形式确定下来的。这种被社会审美观念所接受的充满想象力、创造力的书写方法是汉字在字体形成过程

中的重要一环，“任何事物，我们在那里看得见依照我们的理解应当如此的生活，那就是美的”[尼·车尔尼雪夫斯基（1829—1889）]。

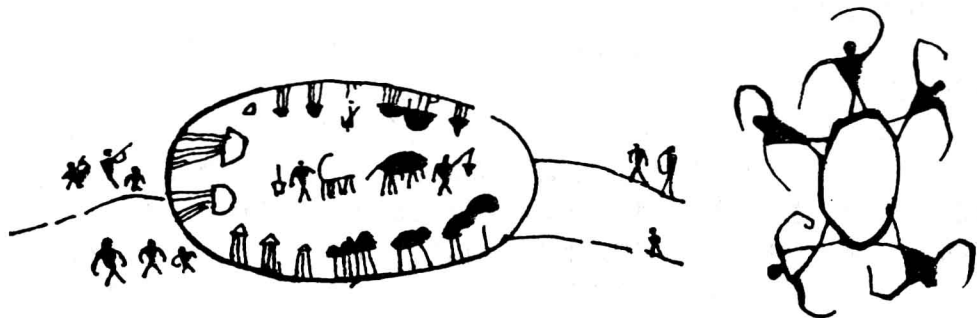


图 1-2

（看到右图想到一则故事，清代曾国藩部将鲍超在与太平军作战时被包围，他在告急的文书上画了3个圈，内书鲍字，外画几只狗，代表外号“四眼狗”的太平天国名将陈玉成。曾国藩因读懂了画意而派兵解围。这些古老岩画一定含有丰富而特定的信息，与图结缘是文字发展的最初阶段。）

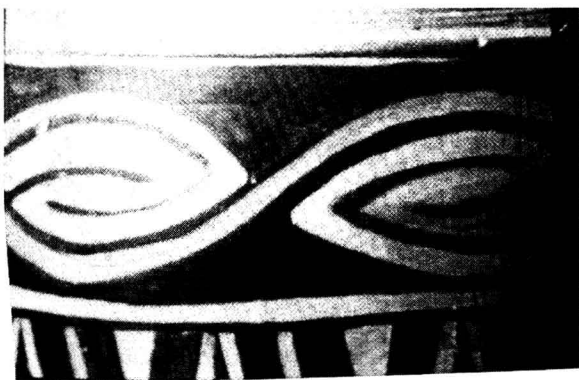


图 1-3

（这是早期人类使用的陶器纹饰，有人认为这是八卦阴阳鱼的雏形。）

第二节 书体源流简述

本节主要讲述在社会的发展进程中，汉字是如何演变成今天所见到的这种形式的，而并非普遍意义上的一部普通书法史章节。一般来讲，汉字到了唐代各体皆备，且有了较为严格意义上的书写标准。本节插图中介绍了宋元明清时期的一些代表书家的作品，也基本反映了唐以后汉字在走向规范、实用方面的基本面貌。

一、汉字的起源及甲骨文

1. 汉字的起源

由于年代过于久远，我们今日未找出汉字是在何时、何地以及怎样出现的。但古代的传说或许能引领我们打开探究汉字起源的神秘之门。

相传远古时期，有龙马从黄河里出现，背负着“河图”，有神龟从洛河出现，背负“洛书”（图1-4），伏羲氏便据此创立了“八卦”（图1-5），用以指代世间万物，这种抽象的意味是汉字最早的起源。另一种传说是黄帝（图1-6）的史官仓颉（图1-7）长着四只眼睛，有着超人的观察力，他在观看鸟兽的足迹后，受到启发，从而发明了汉字（图1-8），此后鬼兽哀鸣，天地为之震惊，于是天空降粟、祥兆频发。时至今日，伏羲氏、黄帝、仓颉仍然享受着人们的祭拜和尊崇。



图1-4
(河图洛书)



图1-5
(河南淮阳人祖庙内的伏羲木版画造像)



图1-6
(黄帝像)



图1-7
(仓颉像)

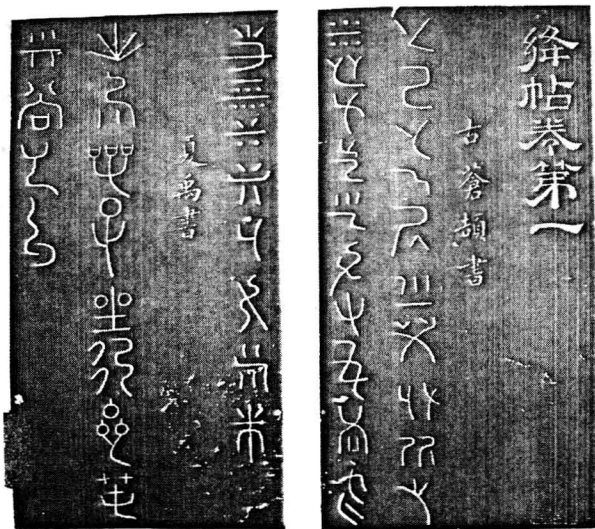


图 1-8

(《淳化阁帖》绉帖卷所收录传说中的仓颉书迹)

近年来的考古发掘，以及对散在全国各地摹崖石刻（图 1-9 ~ 图 1-18）进行的深入的研究表明，汉字应该是上古人类在长期的生产、生活实践当中，逐步产生、发展，并最后形成的，是祖先们集体智慧的结晶，在漫长的历史进程中可能某个人在其中起到关键的归纳、整理的作用。但整个汉字的发明不可能是某一个体的人独立发明的，这也符合马克思主义的辩证唯物史观。我们可以从江苏连云港、广西左江、内蒙古阴山、云南沧源等地的摹崖石刻，大体理清文字由象形到相对抽象，最终成为汉字雏形的大致情况（表 1-1）。20 世纪 80 年代，河南省文物研究所在贾湖遗址发现了中国最早的文字雏形（图 1-19、图 1-20），甚至比山东大汶口尊形器上的文字都早 1 000 ~ 2 000 年。1954—1959 年，考古人员分别在西安半坡仰韶文化遗址和山东大汶口文化遗址及临潼姜寨、青海乐都柳湾等地出土了数量颇多的新石器时代刻划符号的陶器碎片，其中有些刻划的符号被认定是汉字的初始阶段，是汉字的发端（图 1-21）。郭沫若（图 1-22）在《古代文字之辩证的发展》中说：“可以肯定地说就是中国文字的起源，或者中国原始文字的孑遗”，“彩陶和黑陶上的刻划应该就是汉字的原始阶段”（图 1-23）。经¹⁴C 测定，这些陶片产生于公元前 4800—4300 年，也就是说如果从这里算起，汉字的起源时间至少距今有 8 000 年以上了。可见，这些刻划符号由简单到复杂，从无规律到有规律，逐步发展完善，最终成为殷商甲骨文的先驱。当然，这些原始刻划的图形演变成后来的甲骨文的过程，还需要通过考古发掘并通过实物进一步寻找其中间环节。



图 1-9
(江苏连云港将军岩的植物人面纹)



图 1-10
(内蒙古阴山岩画中人面与太阳组合的复合形象)



图 1-11
(云南沧源岩画中的太阳神)

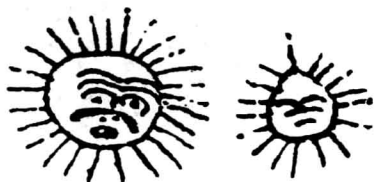


图 1-12
(内蒙古岩画中的“太阳神”图式)



图 1-13
(新疆阿尔泰岩画, 原始岩画中通常展现出对称人形的正面造型和被夸大了特角的动物侧身造型, 反映出原始思维神秘渗透的意念。)



图 1-14
(广西左江岩画中的对称剪影形人物造型)



图 1-15
(内蒙古阴山岩画·猎羊图)



图 1-16
(内蒙古阴山岩画·射猎)

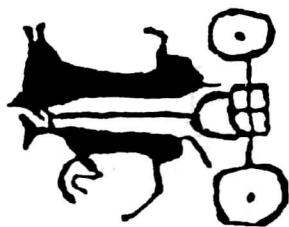


图 1-17

(内蒙古阴山岩画·车马图)



图 1-18

(内蒙古阴山岩画·狩猎图)

表 1-1 汉字雏形

上	二 亠 二 二 上
下	一 一 一 一 下
牛	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
羊	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
马	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
犬	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
鱼	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
象	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
豕	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
武	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
信	信
伐	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
牢	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇
明	𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇

(虽然汉字开始对应着大部分为具体的动物,但也有些字已开始有了指事和会意的基本造字方法,如上、下、武、信、伐、牢、明等。美国密西根大学一位语言学家对人类的文字进行了系统研究后认为:我、二、你、舌、头、名、眼、心、牙、不、指、虱、泪、水、死 15 个字已经使用了 1.2 万年。)



图 1-19

(河南贾湖遗址图)

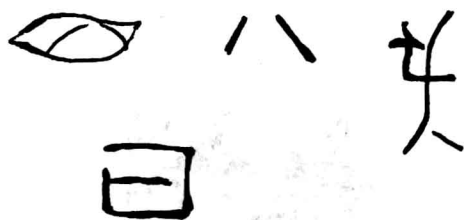


图 1-20

(贾湖遗址出土的部分契刻原始文字)



图 1-21

(经过整理分类的半坡遗址出土的陶片符号，苏美尔文出现在公元前3500年前，玛雅文字出现于1500年前，和汉字、古埃及文字一样，它们的最初形式都来自于图画和刻痕。)



图 1-22

(郭沫若像)



图 1-23

(大汶口陶器及文字，目前学术界已认定山东大汶口的这些陶樽上所刻就的符号是中国最早的文字，其创造者是胶东半岛的大昊部落，以火祭祀太阳的符号对应着相应的汉字。考古学家在安徽、浙江等地发现了类似的文字，这是大昊部落向南迁徙的路线图。)

2. 甲骨文

殷墟，河南安阳西北的小屯村，最古老的甲骨文在此出土，所以甲骨文又被称为“殷墟文字”。甲骨文文字的内容多数是统治者的占卜之辞。当时的奴隶社会，生产力不发达，人们认识自然、了解自然的能力有限，对部落将要发生的重大事件，如生死病丧、征伐、朝代更替、狩猎等，在无法预知其未来的情况下，往往事先进行占卜，向神灵或祖先问事情的吉凶，以求保佑平安。巫师根据占卜的事件内容，根据火烤兽骨上的裂纹的情况，将占卜的结果写在龟骨和兽骨上，然后刻出来（有的直接刻在兽骨上），这些文字就是甲骨文。甲骨文从整体风格来说，结体、点画峭劲，但具体到每一片，又有或雄强，或恣肆，或粗放等不同的特点，颇具神趣，从简明中流露出殷人清澈天真的心境。甲骨文的发现据说十分偶然。清光绪二十五年（1899年），时任国子监祭酒的王懿荣生病，在中医的药方中有一味称为“龙骨”的药无意中引起了他的注意，作为一个知识分子，他知道龙是一种传说中的瑞兽，在日常生活中是不存在的，而作为中药的“龙骨”究竟是什么东西呢？这种动物骨头有些还刻有文字，于是便将药店内剩余的“龙骨”悉数买下，与他的好友刘鹗一起对此进行研究，并断定这是尚未被世人认知的一种远古时代的文字（图1-24）。

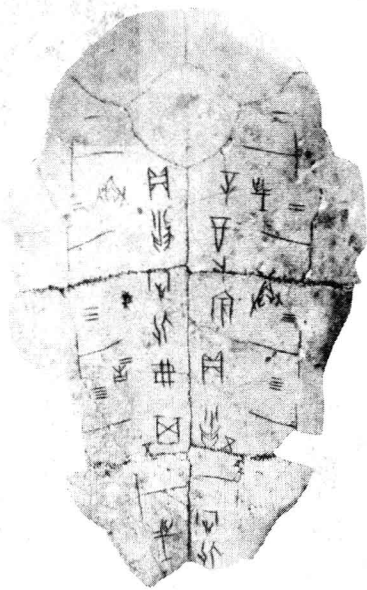


图 1-24

（一般中药铺在出售这些作为药材的“龙骨”时，都应将其粉碎再分剂量包装，本图所示如此大小的甲骨是不可能让患者见到的，以国子监祭酒（教育主管）王懿荣这样的社会地位和经济能力，不大可能去亲自抓药自煎自服或去翻弄药渣的，如果不是这样，甲骨文又是怎样被发现的呢？作为治疗疾病的药物“龙骨”，中国人又究竟用了多少年？）

这则看似十分传奇的发现甲骨文字的过程经1931年《河北日报》的报道后