

书法常识

陈
枏
初



书 法 常 识

陈 枿 初

书法常识
查松道题

湖南人民出版社

目 录

一、为什么要学一点书法·····	(1)
二、汉字书体的发展·····	(5)
三、书写工具·····	(12)
四、执笔和悬腕·····	(16)
五、用笔的几种方法·····	(20)
六、怎样书写基本笔画·····	(25)
七、间架结构的安排搭配·····	(38)
八、怎样布局谋篇·····	(48)
九、临摹字帖·····	(51)
十、谈谈写钢笔字·····	(55)
附录:	
一、写字歌·····	彭飞 (57)
二、历代书法名家简介·····	(66)
三、楷书字帖选辑·····	(73)

一、为什么要学一点书法

书法是我国的传统艺术，在世界上享有很高的声誉。

我们日常通用的方块汉字，具有独特的造型规律；**柔软的圆锥形的毛笔**，是一种特殊的书写工具。中国书法就是运用**毛笔**这一特殊的书写工具，依照方块汉字独有的造型特点，根据丰富多彩的艺术构思创造出来的艺术作品。复杂的用笔技巧，巧妙的结构方法，生动的布局形式，紧密结合，熟练运用，使汉字的书写艺术达到很高的境界。前人把书法创作比喻为安营布阵，稳思细审；腕前笔下，神出鬼没；开合向背，变化无穷。优秀的书法作品称之为“法书”，形神俱备，气势飞动，“往往显示出惊人的奇迹，无色而具画图的灿烂，无声而有音乐的和谐，引人欣赏，心畅神怡。”书法艺术是祖国光辉灿烂的文化艺术宝库中的一件珍品，一朵奇葩(pā)。

书法有着重要的实用价值。它随着文字的产生而出现而发展，是以社会的实际需要为前提为基础的。一篇歪歪扭扭、乱七八糟的文字，势必给学习或工作带来不良影响，有时在关键词上的一笔之差，就可能造成严重的错误和损失；按照书法的基本要求，把字写得笔画齐全、结构匀称，才能充分发挥文字交流思想、传播知识的工具作用。有的同志认为，只要会写钢笔字就行，学书法、练毛笔是多此一举。这种看法有片面性。

当然，钢笔作为一种新兴的书写工具，有它的许多优点，应该提倡使用。但是，要把钢笔字写好，决不是野马乱跑、胡来一气可以奏效的，同样需要讲究点画结构、分行布白等书法基本规则。就是在钢笔越来越广泛使用的今天，毛笔字在社会上仍有重要的用场。如写横幅标语，写对联，写大字报，办展览会，出壁报等，都宜于用毛笔字。写得好的毛笔字粗壮有力，淋漓酣畅，往往是钢笔字或其他美术字所难以取代的。在新的长征中，我们应当继承祖国书法艺术的优良传统，充分利用书法这一工具，更好地宣传马列主义、毛泽东思想，传播科学文化知识，为实现四个现代化贡献力量。

为了继承和发扬我国书法艺术的优良传统，不少出版社在“古为今用”、“推陈出新”的方针指引下，陆续出版了一批古代书法名家的碑帖；不少单位开展了书法研究，举办了书法展览！不少学校注意了青少年学生的书法训练。所有这些都起到了良好的作用。只要我们这样坚持下去，研究书法，学习书法的热潮就会很快到来，我国古老的书法艺术就会焕发出更美好的青春。

怎样学习书法呢？

鲁迅先生说：“我们要拿来。……没有拿来的，文艺不能自成为新文艺。”（《拿来主义》）学习书法，要批判地吸收前人的书法经验，借鉴前人留下来的优秀碑帖。一段时间以来，我国古代宝贵的书法遗产没有得到应有的重视；有的青少年习字不讲笔法，不循章法，不看字帖；不是先学好正楷，打下基础，稳步前进，而是好高骛远，搞花架子，潦草了事。这种割断历史，

不学习前人书法经验，不对古代书法艺术作必要借鉴的方法，必将导致书法学习和训练的少慢差费，事倍功半。毛主席教导我们：“有这个借鉴和没有这个借鉴是不同的，这里有文野之分，粗细之分，高低之分，快慢之分。”这也是学习书法当中一个十分重要的问题。

学习书法，应该从楷书入手。

楷书是当前社会上通行的主要字体，实用价值最大。楷书笔画工整，结构匀称，章法整齐，适宜初学。前人把楷书、行书、草书比作“立”、“走”、“奔”。只有立得稳，才能走得开，跑得快。楷书是书法的基础，所以本书以介绍楷书的写法为主。

学习书法，主要还在于勤学苦练。“学海无边勤是岸，书山有路苦作径。”书法上要有进益，非下苦功夫不可。没有吃苦的决心，图轻松，寻捷径，三天打鱼，两天晒网，必将一事无成。鲁迅先生无意作书家，但是，他平时十分喜欢欣赏书法作品，收藏许多书家的碑刻墨迹，更重要的是他一生都使用毛笔（鲁迅先生也非常赞成用钢笔），写下了约一千万字的文章，二十五年的日记，五千余封书信。他留下的珍贵手稿，字体矫健秀丽，“融冶篆隶于一炉，听任心腕之交应，朴质而不拘挛(luǎn)，洒脱而有法度。”（郭沫若语）书法家沈尹默先生，从十余岁起，就致力研究书法，在以后七十多年的生涯中，仍坚持不断，遍临历代碑帖，精研历代书论。这种刻苦的精神使他在书法艺术上有了新的造诣。书法家费新我先生五十七岁时右腕脱臼(jiù)无法挽救，但他以顽强的毅力增强体质，并开始用左手练字。经过艰苦的努力，他的书法竟达到了右手作书时所没有达到的意

境。我国古代许多有名的书法家，也都是因为勤学苦练，才取得了出色的成就。毛主席教导我们：“‘世上无难事，只怕有心人。’入门既不难，深造也是办得到的，只要有心，只要善于学习罢了。”（《中国革命战争的战略问题》）学习书法也是如此。

二、汉字书体的发展

汉字书体，是指汉字书写的样式(形状)和风格。在漫长的中国历史进程中，汉字书体总是不断变化和发展的。

汉字的书体，一般说来，可以分为篆书、隶书、草书、楷书和行书五种。

篆 书

甲骨文、大篆、小篆都可以归属篆书一类。篆书书体的一般特点是：起笔、收笔比较浑圆，转角地方呈弧形，字体修长。

甲骨文是殷代刻在龟甲、兽骨上占卜、记事的文字，是已经发现的最早的汉字字体，至今已有三千多年的历史。

甲骨文的字体跟图画很接近，但它不是图画。甲骨文的书法，虽与篆书属于同一类

型，但在结构、笔法上则是另外一个体系。它的笔法，方圆兼



甲骨文

有，万笔居多，其中的圆笔，回环婉转，有如草书的“游丝体”，几乎不象是刻成的。它的结构布局没有定规，长短不一，大小参差，与大小篆的整齐一致显然不同。一幅之中，或疏疏落落，极为错综；或密密层层，十分严整。整个的甲骨文书法，风格多变。

大篆，又称籀(zhòu)文，由甲骨文演变而来。它与甲骨文相比，笔划简单一些，结构方正一些。殷周两代刻在青铜器上的钟鼎文(金文)和秦代刻在石鼓上面的石鼓文，也属大篆体系。



钟鼎文



石鼓文

小篆，公元前二二一年秦始皇统一中国后，采纳丞相李斯的建议，废除六国异体字，实行“书同文”，并令李斯以秦篆为基础，略加变异，作为全国统一使用的文字，称为小篆。

小篆上承甲骨文和大篆，下启隶书和楷书，是汉字字体发展的重要阶段。

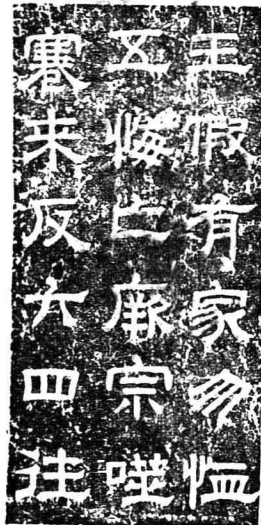
隶 书

小篆较之大篆，笔画简化，形态固定，但是秦朝政事繁杂，用小篆书写公文仍是一件麻烦事儿，于是又产生了一种趋于简易的“俗体字”——隶书。

隶书是在篆书的基础上演化



小篆



隶书

而来的，是小篆的速写字体，对小篆的笔画作了很大的变更。字形方扁，体势开张，笔画方折，“蚕头”“燕尾”——横画起处呈下垂的顿势，有如蚕头；横挑或捺脚收处向右上伸展，有如燕尾。篆书向隶书的演变，是汉字字体关键性的变化。隶书之后，汉字字体基本上稳定下来了。

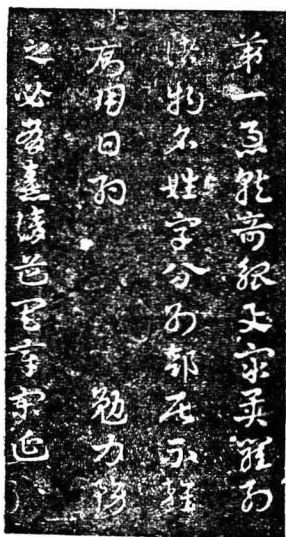
隶书创始于秦代，最初只是在办理公文的下级官吏（称为“徒隶”）中使用，到了汉代，渐趋成

熟，并在社会上风行，到东汉桓帝（公元147年——167年）、灵帝（公元168年——189年）时，达到了全盛时期。汉隶运笔结体，变化无穷，风格多样，各尽其妙。晋唐以后直至现代，虽楷书盛行，而隶书不废，表现了极强的生命力。汉隶是汉代书法特有的成就，在书法史上占有极为重要的地位。

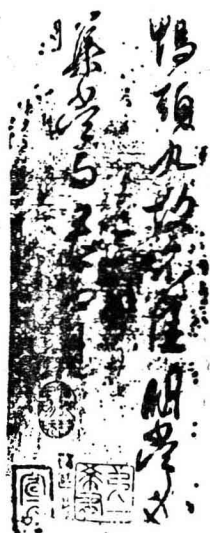
草 书

草书包括章草和今草两种。

章草是隶书的简易快速写法，起于汉代。它有严格的书写规则，特许可以作为向皇帝上书言事的奏章。章草的笔画中已



章 草



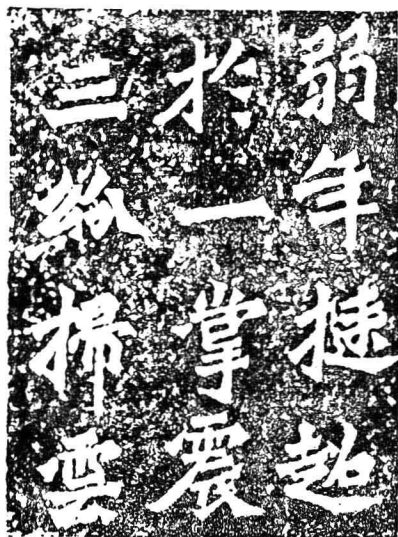
今 草

有萦带的笔法，萦带处旋转自如，这是对隶书的突破，又开今草的先河。章草的书写比隶书简捷，但它的体势仍多存隶法，笔画平正，字字区别，不连接，捺脚多有“燕尾”。

今草是楷书的速写字体，点画连写，字与字互相联缀，体势连绵，更有一种“一笔书”，一笔直下，数字连贯，气势奔放，喷薄纸上，后来发展成为“狂草”。

楷 书

楷书，又称真书，始于汉末魏初，东晋时盛行，流传至今。



魏 碑



唐 碑

楷书由隶书和章草演变而来，笔画平稳，结构匀称，字形方正，章法整齐。它基本上保持了隶书的方块形（隶书字体扁

方，楷书长方)，直线笔画，偏旁系统。楷书在社会上通行以后，成了汉字的标准字体。

楷书书法有南北两大流派和唐碑魏碑两大体系的不同。南北朝时的南派书法家，用笔雄健，风格疏放，为唐代书法家推崇追慕，蔚为大观。唐碑在书坛上享有很高的声誉。长期以来，唐人的楷书被视为正规风范，凡初学者必须从此入手。魏碑是北派书法家心血的结晶，用笔古朴，结体谨严，更多地具有汉隶笔法。学习书法的人，可以从中探讨隋唐以前楷书的笔法和结体，对于打好书法艺术的根基，是不可少的。唐碑和魏碑各有所长，对后世书法都产生了深刻的影响。

行 书

行书是介于楷书和草书之间的一种书体，始于东汉末年。它利用草书用笔放纵的特点，冲破了楷书用笔的严谨，从而创造了楷法草法融为一体的新形式。写行书比楷书简便，又

期於盡古人死生之大矣
不痛哉每覽昔人興感之由
若合一契未嘗不臨文嗟悼不

行 书

较草书好认，更加切合实用。行书没有一定的书写规则，写得规矩一些，接近楷书的，叫“行楷”，写得放纵一些，接近草书的，叫“行草”。

晋代是行书的繁荣时期，自晋代以来，凡是书家都攻行书。唐人张怀瓘(guān)鉴赏历代书法，把王羲之、钟繇(yóu)、王献之，张芝四人的行书列入神品。王羲之书《兰亭序》被推为“天下第一行书”。

综上所述，可以看出，为了适应实用的要求，汉字的书体由繁复变得越来越简单了，但从书法技巧来说，变化越来越多了，水平越来越高了。还应指出，书法艺术随着文字的形成而孕育产生，是劳动人民智慧的结晶。任何一种书体的出现，它的若干特点必然早已在群众中形成，甚至已经广泛流行。专门家（包括书法家）只能在这个基础上收集整理，加工提高，而不能闭门造车，随心所欲。跟其他任何真正的艺术一样，劳动人民的社会实践也是书法艺术的唯一源泉，而顺应历史潮流的专门家的创造性的劳动，也极大地推动和促进了书法艺术的发展。

三、书写工具

“工欲善其事，必先利其器”。纸笔墨砚四种文具如何选择、使用和保管，是学习书法首先碰到的一个问题。

纸

纸是我国古代四大发明之一。

宣纸是中国书法的最好用纸。它是安徽宣城的名产，原料好，质量高，具有匀薄、洁白、坚韧、吸墨力强等特点，最适宜于表现中国的书法艺术。宣纸有生宣、熟宣两种。生宣吸水性强，容易渗化；熟宣是用明矾等原料将生宣涂抹加工制成的，质地较硬，不易吸水。写字最好用生宣。

宣纸价格昂贵，用它练字不合算。练字，用比较粗糙、吸水性强的纸较好。例如元书纸、毛边纸、旧报纸等，吸水性强，容易吸墨。因为纸面粗糙，还有助于锻炼笔力。反之，质地较硬，表面光滑的那些纸张不适于练字。

用纸与用笔要配合起来。在软性纸上写字要用硬毫（狼毫）或软硬适中的兼毫；在硬性纸上写字要用柔毫（羊毫）。这样刚柔相济，效果才较好。

笔

毛笔有悠久的历史。西安半坡先民遗址中出土的新石器时代的彩陶器物上、河南安阳殷墟出土的甲骨卜辞上留下的毛笔痕迹依稀可辨，由此可知，在很早以前，我国劳动人民就制造和使用了毛笔。

毛笔是书写的基本工具。普通用的毛笔，可以分为刚劲、柔软、软硬适中的三种。狼毫（用黄鼠狼毛制成）、紫毫（用野兔毛制成）较硬，羊毫（用山羊毛制成）较软，兼毫刚柔相济，它用羊毛和狼毛或羊毛和兔毛配制而成。毛笔有大小之分。大笔的笔毫长，笔头粗，蘸墨多；小笔的笔毫短，笔头小，蓄墨少。一支好的毛笔，具有圆、齐、尖、健四个特点，前人谓之“四德”。笔锥圆，行笔时四面铺开，墨水渗透均匀，不容易出现偏头散锋；毫端齐，说明原料纯净，制作精良，使用寿命长；笔锋尖，便于写出细微优美的点画；健，就是笔头弹性足，弹力大，写出的点画矫健有力。

初学书法，使用羊毫较好。羊毫柔软，开始不容易掌握，一旦驾轻就熟，再用硬毫就不难。选用毛笔的大小要与写字的大小相适应，用大笔写小字，很难表现细小纤巧的笔画的特点；用小笔写大字，一定会强压笔头，损掉笔毛，写出的笔画瘦削偏枯，费力不讨好。一般情况是，大楷毛笔用来写大字，中楷毛笔用来写中字，小楷毛笔用来写小字。新笔的笔头上有胶，不要用嘴去咬，只需用温开水浸泡，溶化胶质，笔毛便自然散开。毛笔用过后用清水洗净，如有油污，可用肥皂去污，然后

套上笔帽，保护好锋尖。

墨

墨由于制作原料的不同，分为松烟、油烟两种。松烟墨取料于松树烟，墨色黑而少光泽；油烟墨取料于桐油烟或菜油烟，墨色光泽好，但不太浓黑。写字，用油烟墨较好。

质量优良的墨质细、胶轻、色润、声清。从声音上鉴别，把墨拿在手上敲打几下，声音清脆入耳是好墨。从颜色上分辨，一般地说，有紫光的最好，黑色的次之，青色的又次之，白光而有胶质的最下。从质地上看，墨身（观察横断面）空孔少而小，甚至肉眼看不见为最好，也就是“质细、胶轻”。

磨墨要用新鲜清水。磨墨前，将砚台冲洗干净，不积陈墨；磨墨时，重按轻旋，逐渐加水；墨不要磨得太淡，也不要太浓。太淡，光泽微弱，写出的笔划浸润模糊；太浓，容易粘住笔尖，挥洒不开；浓淡适宜，便于书写。

平时练习写字可用墨汁或墨盒。墨汁如有沉淀，使用前用手摇匀。墨汁加水，时间久了就会起化学变化，发出臭味。墨汁过浓时，可以倒出来加水，用多少倒多少，避免浪费；墨汁过淡时，打开瓶盖，让其蒸发，直到适用时为止。

砚

砚的品种很多，形状不一。质地细腻的石砚最好，下墨而不挫墨，不粘墨，磨出的墨汁细洁匀净。砚用过之后用冷水洗净，放些清水保持湿润，不要用开水烫刷，不要放在太阳底下