

学前教育

学前教育专业新课标“十二五”规划教材

书法

(第三版)

李德彪 罗志斌 主编



湖南大学出版社

学前教育专业新课标“十二五”规划教材

书 法

(第三版)

主 编 李德彪 罗志斌

副主编 唐 朝 黄 斌

编 委 (以姓氏笔画为序)

朱恩华 李德彪 罗志斌

唐 朝 黄 斌

湖南大学出版社

学前教育专业新课标“十二五”
规划教材编委会

主 任 李学全

委 员(以姓氏笔画为序)

王栋材	王国昌	王建平	向章宇
刘吉祥	李 洋	李果新	何云峰
何曙光	宋祖荣	杨 旭	邱源海
林志杰	周建军	胡达仁	胡奇志
骆绍华	赵春龙	席金强	郭正良
曹才力	彭 程	彭 越	游 涛
曾冠群	雷春国	颜 旭	戴南海

目 次

第一章 绪 论

- 第一节 中国书法概述 (2)
- 第二节 中国书法五体 (3)
- 第三节 文房四宝 (9)
- 第四节 学习书法的基本方法 (12)

第二章 欧体楷书技法

- 第一节 欧体楷书的基本特点 (18)
- 第二节 欧体楷书的基本笔画 (19)
- 第三节 笔画的变化与延伸 (24)
- 第四节 偏旁部首写法 (30)
- 第五节 欧体楷书的间架结构 (45)

第三章 钢笔楷书

- 第一节 钢笔楷书概述 (58)
- 第二节 钢笔楷书的基本笔画 (62)
- 第三节 钢笔楷书的偏旁部首 (69)
- 第四节 钢笔楷书的结构 (84)

第四章 毛笔行书

- 第一节 毛笔行书简介 (95)
- 第二节 毛笔行书的基本笔画 (96)
- 第三节 毛笔行书的偏旁部首 (100)
- 第四节 毛笔行书的结构 (109)

第五章 钢笔行书

- 第一节 钢笔行书的特点 (114)
- 第二节 钢笔行书的基本笔画 (115)
- 第三节 钢笔行书的偏旁部首 (120)
- 第四节 钢笔行书的结构 (137)

第六章 粉笔字写法

- 第一节 粉笔字书写工具 (144)
- 第二节 粉笔字书写姿势 (144)

第三节	粉笔字笔法	(145)
第四节	粉笔字楷书笔画写法	(146)
第五节	粉笔字楷书偏旁部首练习	(149)
第六节	粉笔临摹碑帖	(151)
第七节	板书设计简说	(154)
第八节	黑板报的式样和字体	(156)
第七章 书法创作与欣赏		
第一节	书法创作	(164)
第二节	书法作品欣赏	(165)
后 记		(169)

第一章 绪论

【本章导读】 书法是人们交流的工具，它承载着中华文明的历史。本章从中国书法的起源到书法艺术的形成作了较为详细的阐述，重点介绍了毛笔书法五体、文房四宝，书写的基本技法如书写者的身法、指法、笔法、笔顺以及临摹的要求。本章图文并茂，并力求通过学书故事、课后练习等形式帮助学生提高学习兴趣和学习效率。





皇帝练字

唐太宗李世民是我国封建社会的一位帝王。他常常在处理政事的空闲时间里，潜心练习书法。当时，被誉为初唐四大书法家之一的虞世南就在官中任职。由于他精通古今，文章书法下笔如有神，因而唐太宗一向很尊敬他，也经常学习虞世南的书法。

在练习书法的过程中，唐太宗深深感到，虞世南字体中“戈”字最难写，不易写出其中的神采。有一次，他练习“戡”字，因怕写不好有失体面，免得各位大臣看他的笑话，于是便故意将“戈”字空着不写，而私下请虞世南代为填补。

唐太宗为了显示自己在书法方面有所进步，便拿着几幅作品请柬议大夫魏征观看，并征求魏征的意见：“你看朕的字是否像虞世南学士的字？”魏征恭恭敬敬地仔细看了一遍，始终含笑不语。这时，唐太宗有些焦急地问他：“是像还是不像，你怎么不说话？”魏征连忙说道：“臣不敢妄加评论陛下的书法。”唐太宗说道：“你直言无妨，朕恕你无罪。”魏征这时才奏道：“据臣看，其中只有‘戡’字右半边的‘戈’旁和虞学士写的一般无二，其余的均相去甚远。”唐太宗听了这番话后，感叹不已，深深佩服魏征的眼力，从而也领悟到学习书法来不得半点虚假，要想学有所成，必须痛下苦功。

第一节 中国书法概述

书法是人们交流的工具，也是中华文明的载体，在现代依然以不朽的艺术形式流光溢彩。

中国文字起源甚早，把文字的书写发展到一种审美阶段——融入创作者的观念、思维、精神，并激发审美对象的审美情感，便是书法的形成。

书法的明朗时期（即魏晋南北朝至隋唐），书法艺术进入了新的境界。由篆隶趋向于简易的草书、行书和真书，这类体裁成为该时期的主流风格。大书法家王羲之的出现使书法艺术大放异彩。他的艺术成就备受唐朝及其后人推崇。同时，唐代书法家蜂拥而起，如虞世南、欧阳询、褚遂良、颜真卿、柳公权等大家，在书法造诣上各有千秋，风格多样。历经宋、元、明、清，中国书法已成为一个民族符号，体现了中国文化的博大精深和民族文化的永恒魅力。

书法，是在洁白的纸上，靠毛笔运动的灵活多变和水墨变化的丰富性留下斑斑迹相，形成有意味的黑白构成的。所以，书法是构成艺术。书家的笔是他手指的延伸，笔的疾厉、徐缓、飞动、顿挫，都受主观因素驱使，成为书家情感、情绪的宣泄载体。所以，书法也是一种表现艺术。书法能够通过作品把书家个人的生活感受、学识、修养、

个性等折射出来,通常有“字如其人”“书为心画”的说法。书法还可以用于题词、书写牌匾,因此,也是一种实用艺术。总之,书法比较集中地体现了中国艺术的基本特征。正像在西方美术中建筑和雕塑统领着其他门类造型艺术一样,书法和绘画则统领着中国美术的其他门类,而列为中国美术之首。在每个时代,社会环境不同,人们的审美欣赏角度不同。随着文化的发展融入,书法有着自身的特点,并不断得到完善。纵观历代书法,“晋人尚韵,唐人尚法,宋人尚意,元、明尚态”为其精辟总结。

晋人尚韵——晋代书法流美妍媚,风流潇洒,反映了士大夫阶层的清闲雅逸,流露出一种娴静的美。

唐人尚法——唐代书法法度严谨、气魄雄伟,表现出封建鼎盛时期国力富强的气派和勇于开拓的精神,具有力度美。

宋人尚意——宋代书法纵横跌宕、沉着痛快的书风,正是在“国家多难而文运不衰”的局面下,文人墨客不满现实的个性书法,以书达意,表达一种心境。

元、明以来,中国封建社会停滞不前,江河日下,反映在书法上则是崇尚摹古,平庸无奇。

追寻三千年书法发展的足迹,我们可以清晰地看到,她与中国社会的发展同步,强烈反映每个时代的精神风貌。书法是中华民族永远值得自豪的艺术瑰宝。她具有无与伦比的艺术魅力、深厚的群众基础和高尚艺术的特征。书法艺术在群众中逐步普及,愈加受到大家的青睐。

第二节 中国书法五体

我国书法历经上千年的演变,大体可分为篆书、隶书、真书、行书和草书五种。

一、篆书

(1) 大篆——甲骨文、金文和石鼓文,统称为大篆。

甲骨文:考古学家论证,在殷周时期,统治者们迷信鬼神,每有祭祀、战争、狩猎、出行、疾病以及生育等等,事无巨细,都要占卜以问吉凶,并把占卜的内容和结果刻在龟甲和兽骨上。后来随着商王朝的灭亡和商都变成废墟而长期埋于地下。这些在龟甲、兽骨上刻画的文字,便称为甲骨文。甲骨文象形绘意的图画性比较强,质朴古雅,结体活泼自由,不像后世字体那样法度严谨。但它注意笔画的均匀平衡,大方自然,已具备中国书法艺术的基本要素,如用笔、结构、章法等。

金文:铸刻在钟鼎铜器上的铭文,又称“钟鼎文”。始于商代,盛行于两周。金文的字形变化多样,有的繁缛,有的简洁,字体风格众多。有的圆转流畅,有的凌厉劲峭。宗白华先



甲骨文

生说：“我们要窥见中国书法里的章法、布白之美，探寻它的秘密，首先要从铜器铭文入手。”历代推崇的著名作品有毛公鼎、散氏盘、大孟鼎等。

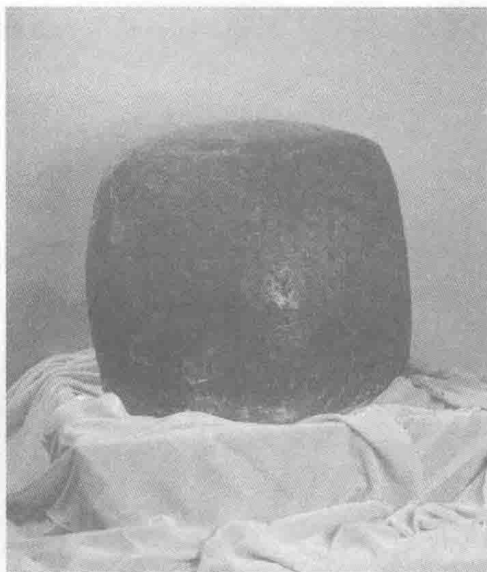


散氏盘



钟鼎文大孟鼎

石鼓文：我国最早的石刻文字，世称“石刻之祖”。刻于十座花岗岩石上，因石墩形似鼓，故称为“石鼓文”。石鼓文与金文有较大差别，具有明显的动感。其势风骨嶙峋，又楚楚风致，圆融浑劲，结体促长伸短，匀称适中，古茂雄秀，冠绝古今。石鼓文是集大篆之成，开小篆之先河，在书法史上起着承前启后的作用。



石 鼓



石鼓文局部

(2) 小篆——又称秦篆。

小篆是在秦始皇统一中国后（公元前 221 年），推行“书同文，车同轨”，统一度量衡的政策下，由宰相李斯负责创制的统一文字书写形式。一直流行到西汉末年，才逐渐被隶书所取代。篆书排列整齐，字形修长，行笔圆转，线条匀称。



秦李斯泰山刻石局部



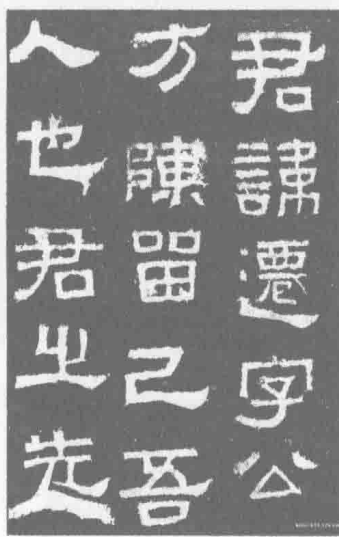
清邓石如篆书

二、隶书

隶书相传为秦末程邈在狱中所整理。结体扁平、工整、精巧。到东汉时，撇、捺等点画美化为向上挑起，轻重顿挫富有变化，具有书法艺术之美，风格也趋多样化，极具艺术欣赏价值。隶书名碑有曹全碑、张迁碑、乙瑛碑、礼器碑、华山碑等。



曹全碑局部



张迁碑局部



乙瑛碑局部



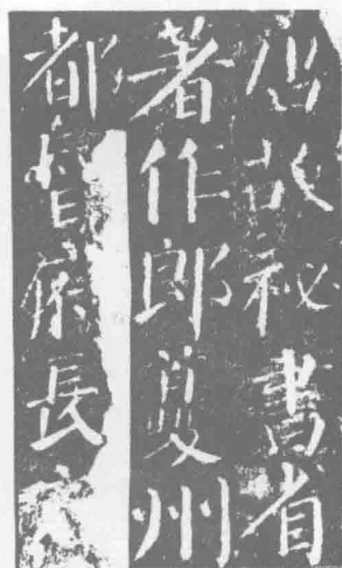
唐史惟则大智禅师碑局部

三、真书

真书也叫楷书、正书等。始于汉末，从隶书逐渐演变而来，通行至今，长盛不衰。字形由扁改方，笔画中简省了汉隶的波势，横平竖直。《辞海》解释，说它“形体方正，笔画平直，可作楷模，故名楷书”。楷书盛行于六朝，至唐代出现了繁荣局面。唐初的虞世南、欧阳询、褚遂良，中唐的颜真卿，晚唐的柳公权，其楷书作品均为后世所推崇，奉为习字的模范。



唐欧阳询九成宫局部



唐颜真卿勤礼碑局部



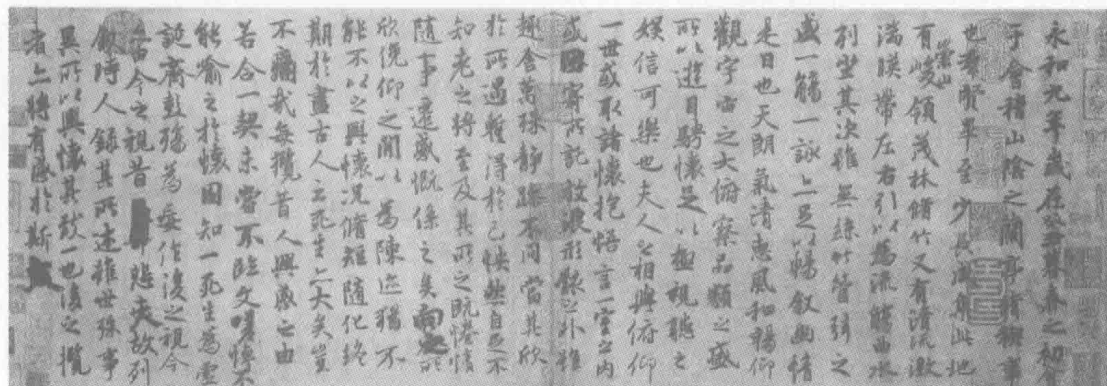
唐柳公权玄秘塔碑局部



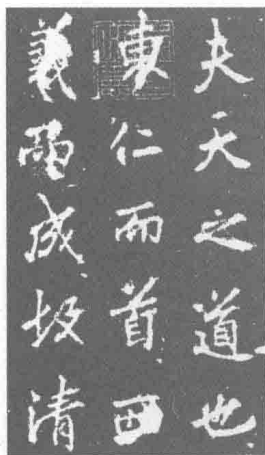
唐虞世南孔子庙堂碑局部

四、行书

行书是在楷书的基础上发展起来，介于楷书、草书之间的一种字体，是为了弥补楷书的书写速度太慢和草书的难于辨认之不足而产生的，因此它不像草书那样潦草，也不像楷书那样端正。实质上它是楷书的草化或草书的楷化。楷法较多的叫“行楷”，草法较多的叫“行草”。



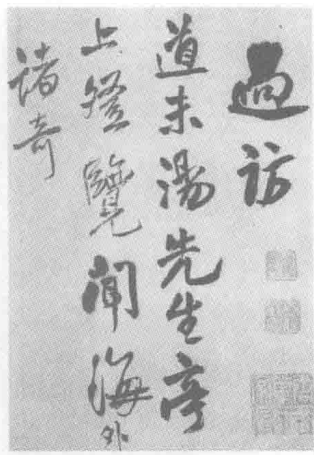
晋 王羲之《兰亭序》



唐李邕麓山寺碑局部



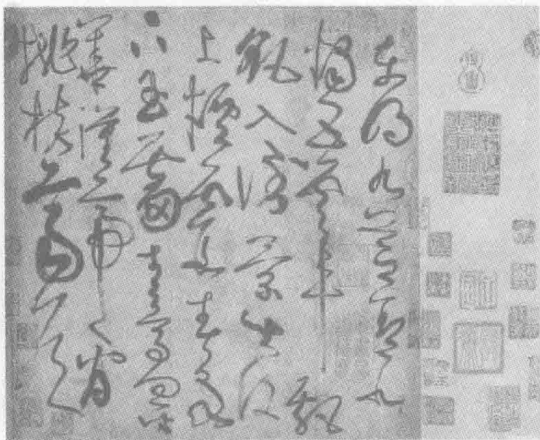
宋米芾《苕溪帖》局部



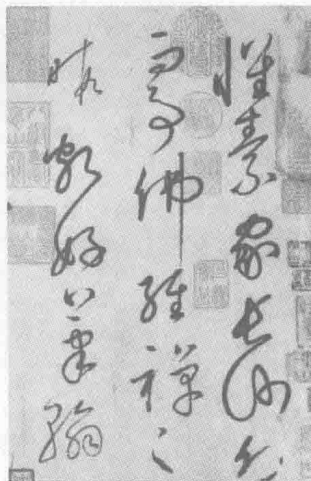
明王铎《赠汤若望诗翰》局部

五、草书

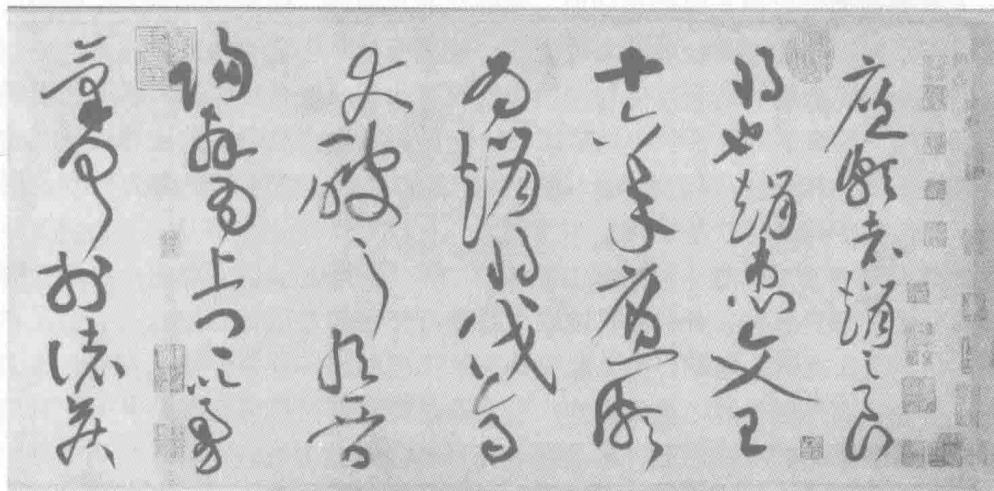
草书，是为了书写便捷而产生的一种书体。草书始于汉初，其特点是：存字之梗概，损隶之规矩，纵任奔逸，赴速急就。因有草创之意，谓之草书。从草书的发展史来看，它可分为早期草书、章草和今草三大阶段。章草是草书和汉隶相融的雅化草体，波挑鲜明，笔画勾连呈“波”形，字字独立，字形扁方，笔带横势。章草在汉魏之际最为盛行。汉末，章草进一步“草化”，脱去隶书笔画行迹，上下字之间笔势牵连相通，偏旁部首也做了简化和互借，称为“今草”。到了唐代，今草写得更加放纵，笔势连绵缠绕，字形奇变百出，称为“狂草”，亦名“大草”。到了今天，草书的审美价值远远超出了其实用价值，常给人强烈的视觉冲击而获得人们的青睐。



唐张旭《古诗四帖》局部



唐怀素《自叙帖》局部



北宋黄庭坚草书《廉颇蔺相如列传》局部

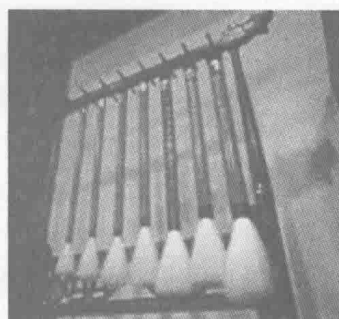
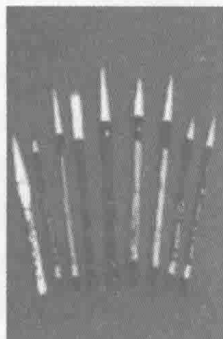
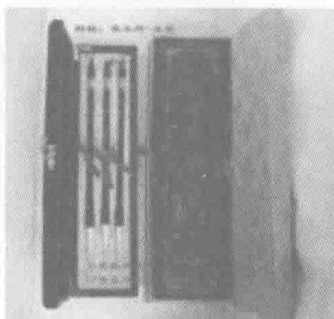
第三节 文房四宝

文房四宝指中国独有的文书工具，即笔、墨、纸、砚。自宋朝以来文房四宝则特指湖笔（浙江省湖州）、徽墨（安徽省徽州）、宣纸（安徽省泾县，泾县古属宁国府，产纸以府治宣城为名）、端砚（广东省肇庆，古称端州）。

一、笔

1. 毛笔的历史

毛笔作为中华民族特有的书写工具，为书法创作的繁荣立下了不可磨灭的功勋。最早的毛笔，大约可追溯到两千多年之前。元代以后，以湖州为中心的制笔业日益兴隆，从此我国的毛笔进入了第二个重要发展时期——湖笔时期。被称为“毛颖之技甲天下”的湖笔，发源于浙江省湖州市善琚镇。古时，善琚隶属湖州府，故这里出产的毛笔称为湖笔，善琚也被誉为“笔都”。



浙江湖笔

2. 毛笔的分类

按制作原料的性能不同，可分为硬毫笔、软毫笔与兼毫笔三种。

硬毫笔——硬毫笔的笔毛弹性较大，常见的有兔毫、狼毫、鹿毫、鼠须、猪鬃等。

软毫笔——软毫笔的弹性较小，较柔软。一般用羊毫、鸡毫、胎毫等软毫制成。

兼毫笔——“兼毫”，顾名思义，是兼而有之的意思。亦即以硬毫为核心、周边裹以软毫，笔性介于硬毫与软毫之间。

3. 毛笔的选用方法

好的毛笔，都具有尖、齐、圆、健四个特点，使用起来运转自如。

尖：指笔毫聚拢时，末端要尖。笔尖则写字锋棱易出，较易传神。

齐：指笔尖润开压平后，毫尖平齐。毫若齐，则压平时长短相等，中无空隙。

圆：指笔毫圆满如枣核之形，就是毫毛充足的意思。

健：即笔腰有弹力，将笔毫重压后提起，随即恢复原状。

二、墨

墨是中国古代书写和绘画使用的工具。墨的主要原料是炭黑、松烟、胶等，分松烟和油烟两大类。

(1) 墨的质量。

墨的好坏，主要看其是否具备“质细，胶轻，色黑，音清”的特点。

质细——无杂质，无气泡，细腻耐磨。

胶轻——墨中的胶较轻，磨出来不泥，不涩笔。

色黑——就是指墨色沉着，有神采，以泛紫光为最好。

音清——就是指磨墨时发出的声音轻细。

(2) 墨的保存和使用。

墨的保存方式有墨锭和墨汁两种形式。

墨锭——将墨团分成小块放入铜模或木头模中，压成墨锭。需要研磨方能使用，研磨方法很有讲究，所谓“握笔为壮夫，磨墨如病夫”。墨锭形状有长方形、圆形、椭圆形、半月形、圆柱形、鸟兽形等；图案有弥勒佛、十二生肖、松、凤、鹤、鱼、鸟、花等。

墨汁——墨汁是墨的液体，用作书法练习与创作均可，不需要使用墨砚磨墨便可书写。还可适当用水加以调配。

三、纸

宣纸的原产地是安徽省的泾县（泾县原属宁国府，产纸以府治宣城为名，故称“宣纸”），是用于书写和绘画的纸。由于宣纸有易于保存、经久不脆、不会褪色等特点，故有“纸寿千年”之誉。

宣纸有如下几个特点：

柔韧性——将生宣揉成一团后再经过熨烫，依旧可恢复平展如初的原貌。

湿染性——到商店里购买宣纸，判断生宣与熟宣的最简单方法就是用水来检验。当水滴在宣纸上，落在纸面上的水滴逐渐向四周扩散的就是生宣，而水滴落在纸面上没有立即扩散或不再扩散开的就是熟宣。

吸墨性——生宣除具备湿染性特性之外，还具备较强的吸墨性能。

艰涩性——宣纸可给运笔带来阻力，也就是艰涩性。

轻灵性——悬空着的宣纸被风吹动，轻而薄的宣纸就会飘拂起来，这是轻灵性。

持久性——宣纸一方面是稳定不易变化，另一方面是纯净不易招惹虫蛀，“纸寿千年”即指此种特性。

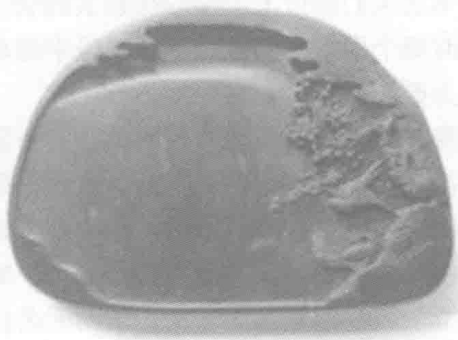
胶着性——在宣纸上写上字，待墨迹干后，把宣纸泡在清水里，即使泡上半天，着墨的生宣纸也很难发生跑墨现象，即墨汁不会因为水的浸泡而发生墨汁化开的问题。生宣纸正是具备了这种胶着性，才使得其书画装裱后更显出艺术美感。

四、砚

砚是书家案头之宝，贮墨工具，俗称“砚池”“砚田”。我国有四大传统名砚，即端砚、歙砚、洮砚、澄泥砚。端砚产于广东端州（今肇庆市）东郊端溪；歙砚产于安徽徽州；洮砚产于甘肃临洮，石材取于临洮大河深水之底，取之极难；澄泥砚产于山西绛州，不是石砚，而是用绢袋沉到汾河里，一年后取出，袋里装满细泥沙，用来制砚。一般来说，凡石质细密，能保持湿润，磨墨无声，发墨光润的，都是较好的砚台。



澄泥砚



端砚

除了以上介绍的文房四宝，还会用到一些书法练习与创作的辅助工具，如：

垫毡——写字时垫在宣纸下面，以防渗化。

镇纸——创作、临帖时，用来压住宣纸，以防移动。也称作镇尺。

水盂——用来盛水、开笔洗笔、调整墨色之用。

印泥——书法作品钤印，系专门研制而成。

印章——书法创作完成后，署名钤印。多用篆刻，现已成为一门独立的艺术。

第四节 学习书法的基本方法

一、身法

所谓身法，也就是说书写姿势，一般有坐姿和立姿两种。

坐姿要领：头正、身直、臂开、足安。适合写二寸以内的字。

(1) 头正：书写者坐稳后，头稍前倾，两眼视线正好落在纸上。

(2) 身直：挺直腰背，两臂自然分开，以利于提笔。

(3) 臂开：右手握笔，左手按纸，两肘切勿靠近两肋处，以免拘谨，影响书写。

(4) 足安：腿膝自然弯曲，与肩同宽，安稳着地。

立姿要领：头俯、身躬、臂悬、足开。适合写三寸以外的字。

(1) 头俯：将纸平放在桌面上，视线向前倾，头部自然低俯。

(2) 身躬：上身稍微向前弯曲。

(3) 臂悬：左手按纸，右手臂肋基本上与桌面垂直，右手悬肘执笔。

(4) 足开：为使立姿站稳，足须开，或一前一后，或左右随意。自然舒适就行。

二、指法

书法家们经过上千年的探索实践证明，五指执笔法是一种合理且科学的执笔方法。执笔时每个手指自然舒展下垂，呈半握拳状，可达到指实、掌虚、腕平的书写目的。其要点为擗、押、钩、格、抵。

擗——实为节按，是用大拇指第一节内面紧贴笔的内侧，力量由内向外。

押——即压，是用食指第一节紧贴笔的外侧，与大拇指相对用力，夹住了笔。

钩——用中指第一节钩住笔的外方，加强食指的力量。

格——实为顶，是用无名指的指甲的根部抵住笔的内方。

抵——小指紧靠无名指，辅助无名指向外用力。

三、笔法

笔法也称用笔或运笔，是指任何点画用笔的法则，这是书法家运用书写工具的技巧，是表现中国书法形体美的关键。赵孟頫说：“书法以用笔为上。”因为书法点画的形体，都是直接由用笔而产生的，学会了用笔，也就掌握了书法的关键。书法的运笔，包括起行收、藏露、正偏、方圆、转折、提按、轻重、疾涩等内容。

1. 起笔、行笔和收笔

笔法是指书写时笔锋运动的全过程，要求逆入、涩行、紧收。

逆入——逆锋起笔，欲右先左，欲下先上，横画竖下，竖画横下，即使露锋起笔，