

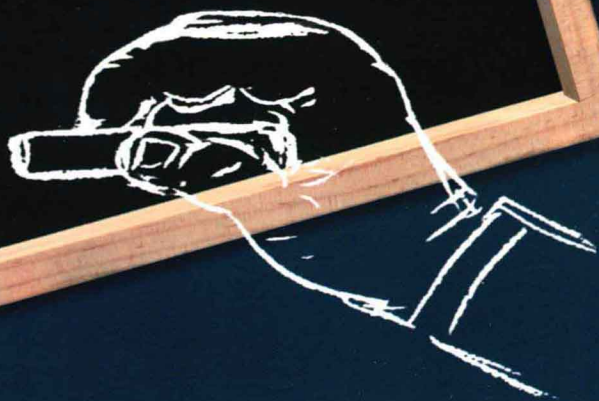
普通高等教育“十二五”规划教材

DAXUE SHUFA
XUNLIAN JIAOCHENG
YINGBI FENBI SHUFA

大学书法训练教程

硬笔粉笔书法

唐世德 韩云洁 编著



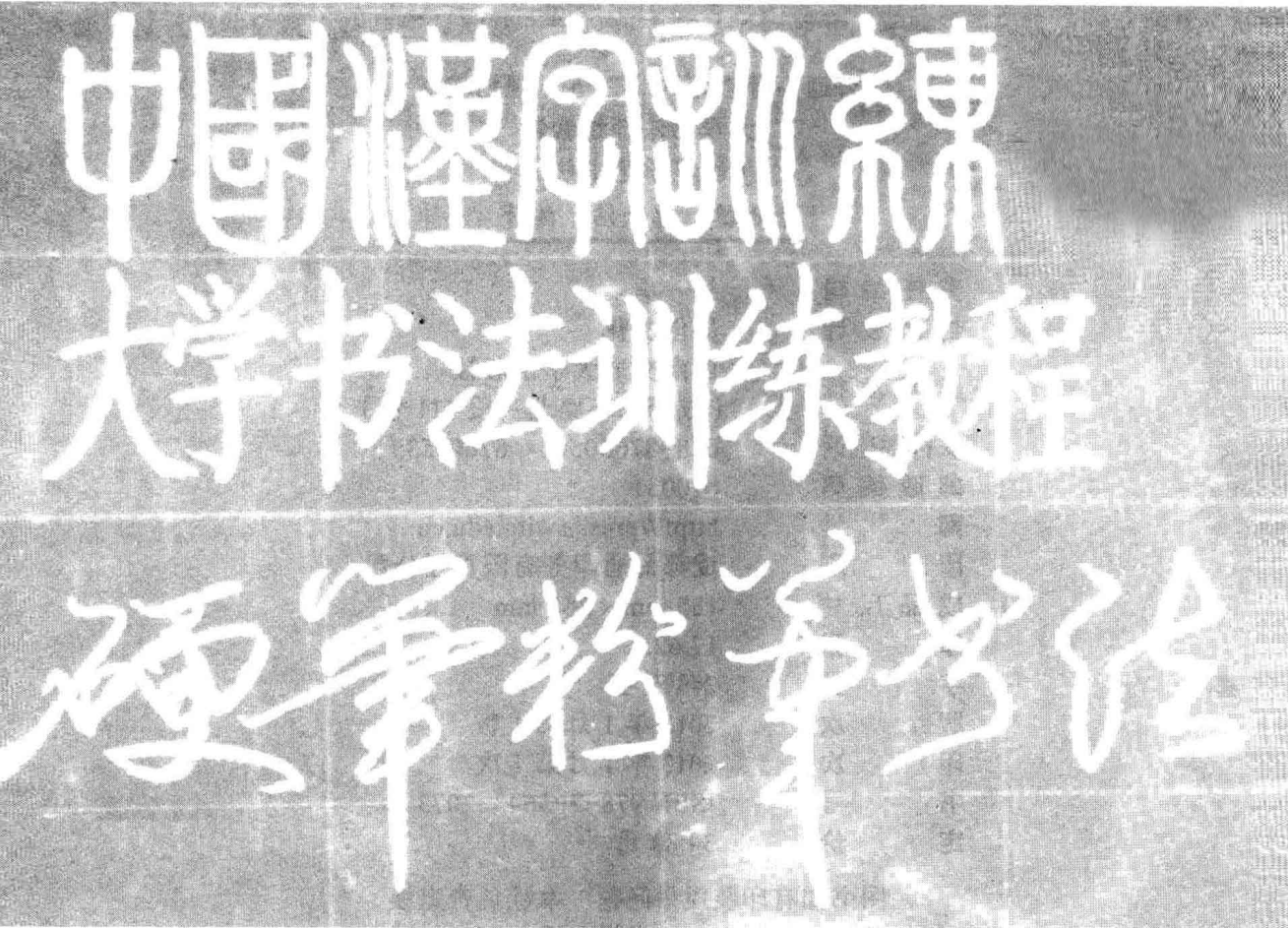
西南交通大学出版社
[Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

普通高等教育“十二五”规划教材

大学书法训练教程

（硬笔粉笔书法）

唐世德 韩云洁 编著



西南交通大学出版社

· 成 都 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

大学书法训练教程. 硬笔粉笔书法 / 唐世德, 韩云洁编著. —成都: 西南交通大学出版社, 2013.1

普通高等教育“十二五”规划教材

ISBN 978-7-5643-2073-7

I. ①大… II. ①唐… ②韩… III. ①粉笔—汉字—书法—高等学校—教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 289811 号

普通高等教育“十二五”规划教材

大学书法训练教程

(硬笔粉笔书法)

唐世德 韩云洁 编著

责任编辑	杨 勇
封面设计	墨创文化
出版发行	西南交通大学出版社 (成都二环路北一段 111 号)
发行部电话	028-87600564 87600533
邮 政 编 码	610031
网 址	http://press.swjtu.edu.cn
印 刷	成都蜀通印务有限责任公司
成 品 尺 寸	185 mm × 260 mm
印 张	17.625
字 数	243 千字
版 次	2013 年 1 月第 1 版
印 次	2013 年 1 月第 1 次
书 号	ISBN 978-7-5643-2073-7
定 价	34.80 元

图书如有印装质量问题 本社负责退换
版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

编写说明

根据教育委员会对大、中专院校和全国中小学校开设书法课程的安排和要求，为适应大、中专院校和全国中小学校开设书法课程教学的需要，提高广大青少年学生及书法爱好者的汉字书写水平，继承和弘扬中华民族博大精深的书法艺术，编者参照 1982 年 3 月上海书画出版社出版的《常用字字帖》（毛笔书法）汉字的排列方式和六种书体楷书、隶书、行书、草书、篆书、繁体字的排列方式，用粉笔书写了这本粉笔书法字帖。此书适用于硬笔的书写基本笔画和间架结构及线条艺术造型，也可以辅助毛笔书法书写的基本间架结构和线条艺术造型。本书是一部大、中专院校和中小学校开设书法课程粉笔、硬笔教学的系统教材，又是一部书法爱好者学习汉字书法的工具书。

本书的内容：一、理论知识部分，包括中国书法简史，每一种书体的概论、工具、学习方法；二、书法欣赏方法与作品欣赏；三、书法学习字例部分，包括基本笔画、偏旁部首、粉笔硬笔书法字帖。

本书得到相关书法专家们的认证和领导们的支持，在此，谨向各位表示感谢，也感谢读者的厚爱。本书因时间仓促，分上、下册出版，下册正在编写中，谨表歉意。



序

世德兄自幼好书，虽未经高人正规指点，然却素以研习历代书家法帖为奇乐。秦碑周鼓、唐帛汉简，乃至欧、颜、柳、赵诸家以降，莫不心摹手追。潜神于“挥毫散林鹊，研墨惊池鱼”之黑白趣境，凡五十余载。殚精竭虑、心骛八极，遂得书法贵“法”之悟。古来诗文即有“文以载道”说法，而毅强所尚之法，大旨正在“法以载道”也。其道亦即书法各种深蕴之理念，兼及修养气质、美感等种种无形的环中之“象”。

书法，乃书者精神气格的物化，是万物抽象化的艺术再现。观世德之作品，其态犹可度可窥也：凝然笔空握，情系寥天独飞鹤；取势气更高，忆得春潮千里涛。或正或草，亦庄亦狂。象形类物、须臾变态，由于其志在新奇，由此并无定则，诸般皆凭信自然、自我。料想品鉴其书者，初临易得形，久视必携神。

盖缘博采墨华而独铸己风，涵浸先贤遗韵，更溢自家神采。譬如正书：虞世南的外柔内刚，笔致圆融迢丽；褚遂良的丰艳流畅、斑斓多姿，无一一一烁射其中。然则更有予以变化及赋新意处。所以字字赏来苍劲出类、优雅飘逸。凝眸单字偏旁组构，分若钗背相抵，合若秀目对视；以侧映斜，以斜附曲：求精一字，功归自得盈虚。其草书亦正可谓点、画皆有“假借”：晋士王羲之的韵媚婉转，唐人张旭的狂放博变，莫不依稀可辨。但赫然其中者，终推毅强之气血劲挺、循环超息、调格逸易、风趋电疾。纵目通篇：妙在相承起复，错落有致。柔似溪水曲流，吴带弄风；刚若剑拔弩张、汉楚争强。

此外，世德书法计白当黑，书印合璧，章法布局亦功夫倍透。融书法和篆刻艺术于一炉的朱美布白的独特印章造型，对其书法作品更起着配合节奏、调整重心的作用，两者相辅相成，相得益彰。

世德书帖正则笔达俊逸，炉火纯青；草则苍老劲辣之中，带有不经意的痛快，正可谓帧帧皆诚悬极矜练之作。其平常心、自然志，历历透显纸背。想必临帖者，通过“读”“写”的反复实践，总结心得，依序渐进，始作“书奴”，次谋“书主”。苦尽自有甘涌若泉，终会臻至技艺娴熟之心手双畅境界。

若非练家，愿作鉴者，浏览赏玩料亦陶然其中。若此，不亦乐哉？

再者，世德兄凭深厚之功底为我校书法课之老师二十余载，其学生亦承兄之风格，我等谓之“唐体”是赞。

吾以为此番评价可描世德之范，斯借以为世德主编教材序。

凌道明

2012年9月19日

目 录

第一篇 理论部分

第一章 书法艺术教育概述·····	1
第一节 书法艺术教育的内涵·····	1
第二节 书法艺术教育的历史·····	4
第三节 书法艺术在现代教育中作用的挖掘·····	8
第二章 硬笔书法概述·····	13
第一节 钢笔书法·····	13
第二节 粉笔书法·····	18

第二篇 书法欣赏方法与作品欣赏

第三章 书法欣赏概述·····	21
第一节 书法的艺术魅力·····	21
第二节 书法的审美标准·····	22
第三节 书法欣赏的一般规律·····	24
第四节 书法欣赏的传统方法·····	25
第四章 作品欣赏·····	27

第三篇 书法学习字例部分

第五章 粉笔硬笔书法字例·····	57
楷书偏旁部首·····	57
隶书偏旁部首·····	60
行书偏旁部首·····	63
草书偏旁部首·····	65
篆书偏旁部首·····	68
粉笔书法常用字字帖·····	70

第一篇 理论部分

第一章 书法艺术教育概述

第一节 书法艺术教育的内涵

书法艺术作为东方传统文化之一，是中国历史文化的结晶，是世界文化艺术的瑰宝，它有着深厚的文化内涵。从古至今，一直以来，从最初的文字形成到书法艺术日臻完善，在源远流长的历史长河中，孕育了中华民族以爱国主义为核心的自强不息的伟大民族精神。书法艺术教育是书法发展的基础，也是美育的一个重要组成部分，而大学生书法教育是中国书法教育的关键，是造就人、培养人的一个重要内容。青年大学生通过书法教育，可以培养自己正确的审美情趣，树立高尚的道德情操，激发自己热爱祖国文化，热爱学习，热爱生活。书法艺术教育是我国大学生素质教育的一个重要组成部分。

笔者早在儿时就喜欢上了书法，先是受自己的兄长影响临习毛笔书法，后又从事三笔字书法艺术创作，把当时盛传华夏的硬笔书法家庞中华的钢笔字帖也购买了好几本。转眼二十几年了，笔者从事书法创作与教学工作二十多年，在长期的艺术教学与书画创作实践中不断探索新的思路。现在的书法艺术事业繁荣可谓翻天覆地，各种展赛层出不穷，各种书法培训铺天盖地，到处掀起群众书法热的高潮，特别是青少年书法教育工作，已成为家长、学校及社会关注的热点话题。

笔者从长期的书法教学与创作实践中总结出很多的经验，现就书法艺术教育方面谈一点想法，以与家长、学生及社会同仁切磋。

一、书法教育是综合素质教育的重要组成部分

在多年的书法教育实践中始终认为：书法教育应该从青少年抓起，我们国家的现状不为乐观。以前我们上学时，每天中午都描红和写大字。而现在呢？当前的中小学普遍不重视书

法教育，中小学学生从学习开始就进入了少纸或无纸的电脑网络时代。当学生敲击键盘的速度越来越快时，学生写的字却也越写越差了，越写越难看。据笔者任教的书法班学生书写情况来看，刚开始学书法时，学生的书写能力相当差。基本的坐姿和执笔大多数学生不正确，若看学生书写的过程，笔画、笔顺的错误就更多了，哪里谈得上简单结构的正确呢？在汉字进入电脑之前，写字曾一直被普遍看成读书人的“门面”，可用“字如其人”的标准对人的学识修养高低进行判断，全社会都重视，但电脑和汉字输入技术却使写字的“必要性”越来越小，同时也为写字不好或“见不得人”提供极大的方便。还有，现在的家长或老师认为写字写得好不好已无所谓了。因为现在的学校教学水平主要体现在升学上，学生写字好坏对升学基本没什么影响，占用课时专门练习写字实在不值得，学生要学书法可到高中、大学去学习，现在学习不必要了。

教育部有关负责人说：“规范、端正、整洁地书写汉字，是学生终身学习能力的基础；养成良好的写字习惯，具有熟练的写字技能，具有初步的书法欣赏能力，是现代中国公民应有的基本素养。”无论是从实际的角度，还是从培养青少年儿童综合素质去考虑，写好书法都大有益处。书法教育的关键时期是青少年儿童时期，是在校的中小学时期；书法教育是少儿综合素质教育的重要方面。青少年儿童学书法、写字不一定要成为书法家，但至少应该把字写得清清楚楚、端端正正。所以，建议中小学应切实按照教学大纲的要求，抓好青少年儿童书法教育，绝不能把“写字”这门课完全荒废了！

二、要激发孩子练字动机，培养耐性意志

孩子们现在练字并不是十分积极的，往往在写字太难看或做作业涂写严重之后老师找家长谈话，家长意识到孩子不写好字是一件头痛的事，就四处打听找老师指导，这是被动的做法。动机是激起人去行动或推动人的行为活动的内在原因。青少年儿童练习写字是提高书写水平，掌握科学文化知识的需要，成年人练字是传递信息，提高工作效率的需要；从艺术角度讲，练字是人对美的追求的需要。广大青少年儿童练字的需要不是自生的，而是靠实践的体悟，靠教育者的引导逐步形成的，并由此产生情感，形成浓厚的兴趣。这样做会激发青少年儿童练字的动机。否则，无意练字，勉强对付，会造成笔力浮滑，结构松散，进步不快；这样反过来又影响写字的兴趣，不能提高练字的水平了。

在广大青少年儿童认识到写字的重要性、产生练字的欲望之后，“意志”对练字的学生来说尤为重要。可在教学中自编适合青少年儿童学书法的教材，根据练字的要求，拟定计划，选择练习手段，循序渐进地进行练习。这种自觉确定了目的，支配和调节青少年儿童学书法的行动，去克服困难，以达到预期目的，这就是培养耐性意志的过程。练就一手好字不是一件容易的事，俗话说“字无百日功”，练字要经历一个反复训练、逐步提高和形成书写技巧的过程。整个过程会枯燥无味，练习时间难以保证，效果不明显。这时，如不具备良好的练字意志品质，就会出现弃笔停练、半途而废的现象。因此，在平时教学中必须加强少儿练字意志的质的锻炼，用“专心、用心、信心、耐心”克服学习过程中遇到的困难。要求质不求量，天天写、天天练。正如作者对学生说的，“如果每天能坚持写好四五个字，要不了两年就可把两千多个最常用字练好的”。

三、书法艺术教育强调“用笔”和“结构”

汉字的美观就正楷、隶书而言，离不开字的用笔与字的结构。而在社会上、在学校的青少年儿童书法教育中往往没有正确引导，只强调把笔画写好看，认为：“书法以用笔为上，而结字亦须用工。”把用笔的“笔法”奉为必学。就现在的不少青少年儿童书法教材里所讲书法，十之八九都是讲用笔的问题；指导学生写字，也把时间消磨在“永”字八法上或几十种笔画的变化上了：横有多少种，竖、撇、捺有多少种，折、钩有多少种。就书法艺术教学，也是反复强调“起、运、收”或“行、驻、顿、挫、提、按”了。这样子教书法对吗？孩子们真能学到书法的技巧吗？

再漂亮的笔画也只合理地安排在字的“结构”上，如果“结构”写得东倒西歪，不管是哪位高手，也难再组合出漂亮的字来。笔者认为，少儿学书法或学硬笔书法，既要学好“用笔”，又要重视“结构”，切不可误导学生。社会上的青少年儿童书法培训教育五花八门，教学水平也是参差不齐，不少老师本身不是搞书法教学的，退休或业余教起书法来，不一定能接受这一观点，把所有的时间花在了学生学笔画上了，几乎是轻描淡写地教了一点结构关系。学生一旦回到平时的作业书写中，用笔的技巧没有了用武之地，而书写字的结构特点老师几乎没有教过，学生写的作业自然是信笔为主，作业做得不堪面目。为什么一些老师在教学上少讲结构多练用笔？是因为“用笔有得论，结构空无凭”。古今名家讲用笔长篇大论；但讲到结构，常常只以“上紧下松”、“左短右长”、“横细竖粗”、“左细右粗”等表面特征讲之。比如：围绕一些字讲“左细右粗”。结果呢，学生写出来了，注意了“左细右粗”，但几十个学生笔下的同一个字，还真“千姿百态”，为什么？因为“左细右粗”人人看得到也做得到，但究竟细多少、粗多少，在“数值”把握上都“差之毫厘，失之千里”了。难怪老师会绕开结构不讲，一心花在了用笔上。

四、书法艺术教育工作要常抓不懈

就笔者这些年来培训的情况来看，每年至少有几百名青少年儿童参与到书法的学习中来。不少家长让孩子从小能练得一手漂亮的字，提高自身修养。有的家长还亲自监督或配合老师指导孩子练字，这无疑是一种可喜的现象。

过去凡受过教育的文化人，一般都能写一手好字。今天学校的学生要学的内容太多了，我们不可能要求所有学生再像过去那样，都用很多时间练写字，但在中小学阶段，抽出不多的时间练练毛笔字、钢笔字，对学生的德育、求智、健体、赏美等，都是大有好处的。写字教育不是为了培养书法家，而是为了进行书法文化熏陶，增进学生对中华传统文化的认识理解，培养他们的兴趣爱好，为学生全面素质和发展奠定更好的基础。如其中有极少人成为书法家也是很好的。有很多家长、老师、学校越来越重视书法教育，不少中小学开设书法课，学校的青少年儿童书法教育取得了显著的成绩，这是非常必要和有意义的。少数学生的写字，达到相当的水平。但还有不少地方和学校，因为应试教育的影响，基本上把书法教育放弃了，书法教育不被重视，数量质量严重不足。对书法教学缺乏科学研究，质量和效益不理想，这

些不能不让人忧虑。书法教育工作是一项常抓不懈的工作，应把青少年儿童书法教育列入正常教学的议事日程。

承载着中国传统文化的书法艺术，她的延续往往是通过一代代人的传授与学习才得以实现的，所以，发展书法基础教育事业任重而道远。当前我国中小学在书法教育中普遍存在着认识不足、监管不力、师资缺乏等现象，主要原因是教育体制的影响，学校领导追求升学率，老师跟着升学指挥棒转，把书法教育放在可有可无的位置上，致使书法教育在中小学的教育中步履维艰，效果不理想。中小学书法教育是学校推行素质教育的重要组成部分。要使书法教育真正走进中小学，需要从上到下各部门在思想上提高认识，在组织制度上抓好落实，在师资和教学资源配置上满足书法教育的需要。只有全社会特别是政府教育行政部门对书法教育给予足够的重视，书法艺术教育才能收到应有的效果。只有政府教育行政部门真正重视书法教育，把书法教育真正摆在中小学课程当中，把书法考试分数计入升学总分数中，才能使书法教育全面走进中小学。只有书法教育全面走进中小学，我国的优秀书法艺术传统才能得到传承和发展。

第二节 书法艺术教育的历史

世界上各民族的文字，概括起来有三大类型，即表形文字、表意文字、表音文字。汉字则是典型的在表形文字基础上发展起来的表意文字。象形的造字方法即是把实物画出来。不过画图更趋于简单化、抽象化，成为突出实物特点的一种符号，代表一定的意义，有一定的读音。我们的汉字，从图画、符号到创造、定型，由古文大篆到小篆，由篆而隶、楷、行、草，各种形体逐渐形成。在书写应用汉字的过程中，逐渐产生了世界各民族文字中独一的、可以独立门类的书法艺术。中国的书法艺术始于汉字的产生阶段，“声不能传于异地，留于异时，于是乎文字生。文字者，所以为意与声之迹”。因此，产生了文字。书法艺术的第一批作品不是文字，而是一些刻画符号——象形文字或图画文字。汉字的刻画符号，首先出现在陶器上。最初的刻画符号只表示一个大概的混沌的概念，没有确切的含义。文字作为书法艺术始于黄河中游的“仰韶文化时期”，书法艺术也从甲骨文开始。历经 2 000 多年的沿袭和发展，不同时期的书法艺术都表现着不同特定时期的社会经济发展和人们的价值取向。

一、史前时期

距今 8 000 多年前，黄河流域出现了磁山、裴李岗文化，在裴李岗出土的手制陶瓷上，有较多的符号。这种符号，是先民们的交际功能、记事功能与图案装饰功能的混沌结合。这些虽不是真正的汉字，但却是汉字的雏形。紧接着距今约 6 000 年前的仰韶文化的半坡遗址，出土了有一些类似文字的简单刻画的彩陶。这些符号已区别于花纹图案，把古文字的发展又向前推进了一步。这可以说是中国文字的起源，也是最原始的书法艺术。

原始文字的起源，是一种模仿的本能，用于形象某个具体事物。它尽管简单而又混沌，但它已经具备了一定的审美情趣。这种简单的文字因此可以称之为史前的书法。

二、殷商至隋唐时期

在书法的萌芽时期（殷商至汉末三国），文字经历由甲骨文、古文（金文）、大篆（籀文）、小篆、隶书（八分）、草书、行书、楷书等阶段，依次演进。在书法的明朗时期（晋南北朝至隋唐），书法艺术进入了新的境界。由篆隶趋从于简易的草行和楷书，它们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，他的艺术成就传至唐朝备受推崇。同时，唐代一群书法家蜂拥而起，如欧阳询、颜真卿、柳公权等大家。在书法造诣上各有千秋、风格多样。唐代的书法理论在三国、两晋、南北朝基础上更加精密、完善。如孙过庭的《书谱》，张怀瓘的《书断》、《书议》及张彦远的《法书要录》都被后人奉为准则，对后世书论的创作产生了深远影响。五代、宋、辽、金、元的书法是对晋、唐时期书法的追述与继承，这一时期由于战乱和政局不稳，呈现出复杂局面。书法家转向以书法抒发个人的情感意趣的轨道。出现了北宋的“宋四家”，元代的赵孟頫等名家。书法理论也获得了发展，出现了如《墨池篇》、《书史》、《宣和书谱》、《翰墨志》、《广川书跋》、《法书考》、《翰林要诀》等理论著作。给当时及后世书法家的艺术创作提供了参考的文样和理论的指导。

（一）甲骨文

古汉字一种书体的名称，也是现存中国最古的文字。刻在甲骨上，先用于卜辞（殷代人用龟甲、兽骨占卜。占卜后把占卜时期、占卜者的名字、所占卜的事情用刀刻在卜兆的旁边，有的还把过若干日后的吉凶应验也刻上去。学者称这种记录为卜辞），是对未来事情结果的占卜，盛于殷商。甲骨文发现于1889年，是殷商晚期王室占卜时的记录，发现于河南省安阳小屯村一带，距今已3000多年。

甲骨文是中国书法史上的第一块瑰宝，其笔法已有粗细、轻重、疾徐的变化，下笔轻而疾，行笔粗而重，收笔快而捷，具有一定的节奏感。笔画转折处方圆皆有，方者动峭，圆者柔润。其线条比陶文更为和谐流畅，为中国书法特有的线的艺术奠定了基调和韵律。甲骨文结体长方，奠定汉字的字形。甲骨文的结体随体异形，任其自然。其章法大小不一，方圆多异，长扁随形，错落多姿而又和谐统一。后人所谓参差错落、穿插避让、朝揖呼应、天覆地载等汉字书写原则，在甲骨文上已经大体具备。

（二）金文

古汉字一种书体的名称。商、西周、春秋、战国时期铜器上铭文字体的总称。兴盛于周代。金文为中国书法史上的又一丰碑。依附于青铜器，铸鼎意在“使民知神奸”，故是一种宗教祭祀的礼器。金文也被称为钟鼎文、器文、古金文，和青铜器一起铸成的铭文线条，较之于甲骨文更为粗壮有力，文字的象形意味也更为浓重。最早的金文见于商代中期出土的青铜

器上。资料虽不多，年代都比殷墟甲骨文早。周代是金文的黄金时代，出土铭文最多。此时期主要作品有：《利簋》、《天亡簋》、《大盂鼎》、《墙盘》、《散氏盘》、《虢季子白盘》。尤以《后（司）母戊鼎》、《散氏盘》、《毛公鼎》最为著名，艺术成就也最高。

（三）石刻文

产生于周代，兴盛于秦代。其中《石鼓文》为代表，即在10块花岗岩质的鼓形石上，各刻四言诗一首，内容歌咏秦国君狩猎情况，故又称“猎碣”。传说中的最早的石刻是夏朝时的《嵎碑》，刻诗文体格调与《诗经》大小雅相近。字体近于《说文解字》所载籀文，历来对其书法评价甚高。其他主要作品还有：《绎山石刻》、《泰山石刻》、《琅琊石刻》、《会稽石刻》等。

（四）小篆

春秋战国时期，各国文字差异很大，是发展经济文化的一大障碍。秦始皇统一国家后，丞相李斯主持统一全国文字，这在中国文化史上是一伟大功绩。秦统一后的文字称为秦篆，又叫小篆，是在金文和石鼓文的基础上删繁就简而来。著名书法家李斯主持整理出了小篆。《绎山石刻》、《泰山石刻》、《琅琊石刻》、《会稽石刻》即为李斯所书。历代都有极高的评价。

三、宋元时期

（一）宋朝书法

宋朝书法尚意，意之内涵，包含有四点：一重哲理性，二重书卷气，三重风格化，四重意境表现，同时介导书法创作中个性化和独创性。这些在书法上有所体现，如果说隋唐五代的尚法，是求“工”的体现，那么到了宋代，书法开始以一种尚意抒情的新面目出现在世人面前。这就是，书家除了具有“天然”、“工夫”两个层次外，还需具有“学识”即“书卷气”。北宋四家一改唐楷面貌，直接晋帖行书遗风。

无论是天资既高的蔡襄和自出新意的苏东坡，还是高视古人的黄庭坚和萧散奇险的米芾，都力图在表现自己的书法风貌的同时，凸现出一种标新立异的姿态，使学问之气郁郁芊芊发于笔墨之间，并给人以一种新的审美意境。这在南宋的吴说、赵佶、陆游、范成大、朱熹、文天祥等书家中，进一步得到延伸。然南宋书家的学问和笔墨功底已不能和北宋四家相比了。

（二）元朝书法

元初经济文化发展不大，书法总的情况是崇尚复古，宗法晋、唐而少创新。虽然在政治上，元朝是异族统治，然而在文化上却被汉文化所同化。与宋不拘常法的意境追求不同，元朝之意表现为刻意求工的开式美的追求。所以，苏轼标榜的是“我书意造本无法”，赵孟頫鼓吹的是“用笔千古不易”。前者追求率意之意，后才强调有意之意。

元朝书坛的核心人物是赵孟頫，他所创立的楷书“赵体”与唐楷之欧体、颜体、柳体并称“四体”，成为后代规摹的主要书体。由于赵孟頫的书法思想绝对不逾越二王一步，所以，他的书法对王派书法的精妙之处颇有独到的领悟。表现为“温润闲雅”、“秀研飘逸”的风格面貌，这也和他信佛教，审美观趋向飘逸的超然之态，希望获得一种精神解脱有一定联系。在元朝书坛也享有盛名的还有鲜于枢、邓文原。虽然成就不及赵孟頫，然在书法风格上也有自己独到之处。他们主张书画同法，注重结字的体态。

纵观元代书法，元代书法的特征是“尚古尊帖”。其成就大者还在行草书方面。至于篆隶，虽有几位名家，但并不怎么出色。这种以行、草书为主流的书法，发展到了清代才得到改变。有元一代书风，仍沿宋习盛于帖学，宗唐宗晋，虽各有其妙，亦不能以一家之法立于书坛，较之文学、绘画等艺术门类，尚显冷落无成得多。

四、明清时期

明代书法艺术基本上是继宋、元帖学书法而后加以发展。而今人论及清代书法时，每以“帖学”、“碑学”划分为前后两期，大致以嘉庆道光之际为分期点。也就是以19世纪20年代以前为帖学时期，之后为碑学时期。这种划分是否合理另当别论。不过，宋元之后，以二王书学为中心的所谓碑帖学时代，至今已转入最低潮，而学习汉魏以前的篆隶书法的作者，则逐渐增长，当是无可否认的事实。这时也是名家辈出、各领风骚。而这时的书法理论比前代更有成就，《书筏》、《艺舟双楫》、《书概》、《广艺舟双楫》等理论著作相继产生。

第一阶段——明初：

明初书法“一字万同”，“台阁体”盛行。沈度、沈粲兄弟推波助澜将工稳的小楷推向极致。“凡金版玉册，用之朝廷，藏秘府，颁属国，必命之书”，二沈书法被推为科举楷则。明初书法家有擅行草书的刘基、工小楷的宋濂、精篆隶的宋璠和名满天下的章草名家宋克等。

第二阶段——明中：

明中期吴中四家崛起，书法开始朝尚态方向发展。祝允明、文徵明、唐寅、王宠四子依赵孟頫而上通晋唐，取法弥高，笔调亦绝代，这和当时思想观念的开拓解放有关，书法开始迈入倡导个性化的新境界。

第三阶段——明末：

晚明书坛兴起一股批判思潮，书法上追求大尺幅、震荡的视觉效果，侧锋取势，横涂竖抹，满纸烟云，使书法原先的秩序开始瓦解。这些代表书家有张瑞图、黄道周、王铎、倪元璐等。而帖学殿军董其昌仍坚持传统立场。

明末与清，美学主潮以抒情扬理为旗帜，追求个性与发扬理性互相结合，正统的古典美学与求异的新型美学并盛。清代书法的总体倾向是尚质，同时分为帖学与碑学两大发展时期。

五、现当代时期

自晚清以来，书法教育出现了一些变化：馆阁体弊端广泛渗透；书写工具改变——硬笔

广泛运用；否定汉字为造型元素的所谓的“现代书法”昙花一现式的出现；在 20 世纪晚期电脑打字成为时尚。这些都在一定程度上冲击着传统的书法教育，由此形成对于汉字书写的审美经验以端正、工稳为宗而压抑更具有艺术性的书法，这正是实用书法偏重他觉、排斥自觉、背离艺术规律的表现。此乃当代书法教育由实用向艺术转化的最主要障碍。过分强调字法而忽视笔法，进而导致了工具选择、笔法教学的错误教育观念：笔笔中锋论将丰富的使转翻折等笔法简化为中锋提按和缠绕；软毫或长锋体现功力的观念把书法中的功力等同于物理的功夫；大笔写小字和小笔写大字的实践用的是逆笔性状态而并非笔的最佳状态。事实上，从历代墨迹法帖来观察，侧锋才是笔法的常态；笔锋的长短大小以适合为宜并无优劣区分；书法的功夫在于对工具的熟练操作上；书法学习的功夫应当是在正确的观念指导下单位时间内有用功的累积。

由于时代的变迁和书法生存环境的变化，对前人的书法教育观，我们应当合理地取其适合当代书法教学环境的一面，而不能泥古不化。否则，那些我们引以为至宝的观念将成为当代书法教育的桎梏。就目前当代书法教育来看，其关键在于如何合理给书法艺术定位。从当代艺术教育的两种模式来分析，在于技道之间，可以而且应当成为书法艺术的定位。以书法为例，我们常常看到许多优秀的书法家津津乐道“中锋用笔”、“藏锋”等千年传承的书法技法，那么我们有没有去进一步探讨为何这些技法能成为流传千古为书法家所推崇的技法形式呢，在这些技法后是否存在更深刻的意味呢？以刚才提到的笔法为例，也许有人会这样回答：“藏锋是为了调笔锋中锋用笔。”那么，为什么要中锋用笔呢？不藏锋就无法调成中锋了么？显然，从技法到技法的止于技法层面的简单解释常常令解释者捉襟见肘。由此，我们不得不在更高的道理上去探求，从人类审美理念的形成和演化流变来思考这些艺术形式美，因为这些美的东西本来就是人类审美理念的凝结物。这正是根源于艺术介于技道之间的特点。

第三节 书法艺术在现代教育中作用的挖掘

众所周知，书法是我国独特的传统艺术，千百年来，一直为人们欣赏和喜爱。人们为什么会喜欢她呢？正是因为她能示人以美，触发人们对美的感受和联想，它是审美与实用的结合体。大学生多少对美应该在自己的心中有所定义吧。因为它是一种美德我们去研究她、创造她。汉代的杨雄曾说过“字为心画”，即书法是表现一个人的内心世界的。美的书法能通过形象而又抽象的线条使欣赏者获得美的享受，并能够陶冶人的人格和性情。练习书法实际上是习字者用眼睛感受美，用练习探求美，用心领悟美，用手创造美的过程。鲁迅先生说：“我国的书法艺术是东方的明珠瑰宝，它不是诗却有诗的韵味，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。”还说：“我国文字有三美，意美以感心，音美以感耳，形美以感目。”所以说，学习书法是美育的有效手段。俗话说“爱美之心，人皆有之”。面容美丑是先天的，但字写得美却可以靠后天努力而获得，字是人的另一个仪表。而且，随着社会发展，人民生活水平的提高，人们更加追求高质量的生活，许多人喜欢在家中挂一幅

书画作品以增加点书香，这不仅是装饰，也体现个人的品味，同时更是一种美的享受。对于孩子们来说，把他们带到书法美的意境中去，让他们耳濡目染，深受熏陶，则必定会有全新的发现，久而久之，也就会有闪光的自我。这些在电脑中又如何能显现呢？

目前，中国的当代青年多为独生子女，他们中的一部分生活自理能力差，性格比较孤僻。练习书法则是调节心理素质、规范行为的好办法，可以使学生进入相对静止状态。现在的学生不是不聪明，而是太马虎，不认真，不专心。而练字必须全身心的投入，必须心静气和，端正姿势，持之以恒，久而久之就可养成严谨认真的好习惯。同时，大学阶段，是最缺少韧劲与耐力的，也恰好可通过一笔一画的书写练习来获得，纠正草草了事、粗枝大叶、马虎的毛病，从而养成锲而不舍、精力专注、耐心细致、不怕困难的好习惯。事实证明，接受书法教育的学生能获得一种极强的协调和自控能力，为学习其他学科，培养其他技能打下一个良好基础。

可以看作是广义上的视觉文化的书法，既有视觉文化的一面，同时是文字的传达，对书法艺术的探索给我们一个新的思路。挖掘其深厚的教育价值，也许能给教育事业带来新的春风。因此，积极开展书法教育，必然能够促进学生的全面发展。

一、加强书法艺术教育是继承优秀文化艺术传统的需要

书法是中国上下五千年来的优秀文化传统，是东方特有的艺术形式，其中凝聚着中国传统文化的精髓，其形式感染力是独具一格的。它与中国文化相表里，与中华民族精神成一体，有着深厚的文化内涵，是世界艺术之林的奇葩，西方人把中国书法誉之为“美妙无比的绘画”、“无声的音乐”、“纸上的舞蹈”。几千年来，我国的这一“国粹”一直长盛不衰，并为人们所喜爱。我们作为一个中国人，特别是当代学生，有责任有义务去继承这一传统，练好中国书法。在指导时如能从趣味性、知识性的角度给予指导，能使当代大学生增长很多知识，达到知识与技能共同提高的功效。另外，有重点地选择一些历代名家作品给大学生以直接赏析指导，可让学生们从中感受到古代文化的艺术魅力，从而激起学生们继承发扬民族传统的决心与信心，激发爱国热情。不管是文字交流也好，书法艺术创造也好，写好汉字不只是书法家的事，而是每一个中国人的事，是每一个中国人都应该具备的最起码的基本素质。这一基本素质形成和发展的关键时期是在小学和初中。对于学生来讲，应该明白这样一个问题：字是一个人的第二面容，我们的第一面容是父母给的，是遗传基因所起的作用，我们没有办法改变；第二面容却是后天形成的，是靠我们自己创造的，是完全可以改变的。我们还应该明白写字与书法之间的区别：写字主要要求笔顺正确、书写端正、字形美观、行款整齐，并且具备一定的速度，主要体现的是汉字的实用性；书法是一种艺术创作活动和审美活动，追求点画的走势变化、笔力的轻重运作、结构的美观和章法的巧妙，同时还追求通篇的气势、韵味和意境，主要体现的是汉字的艺术性。

今天，要继承发扬这门古老的民族艺术和其中蕴涵的优秀文化艺术传统，让这份宝贵的民族遗产在现代化的中国发扬光大，使这一“国粹”放射出新的光彩，就必须有计划地、科学地开展书法艺术教学，搞好中小学生的书法教育，按照汉语言文字的实用规律和书法艺术规律，抓好继承学习，使我国的书法艺术后继有人。

二、加强书法教育是促进学生身心健康的需要

学生在学习生活中会遇到许多的困难和挫折，如果许多挫折感交织在一起，就会形成心理压力。过度的压力会破坏人的心理平衡，损害身心健康。书法是调节心理平衡的有效方法。爱好书法的人，在欣赏和书写的过程中，往往通过自己对书法的理解，来消除他的心理矛盾，舒缓他的心理冲突，达到其心理平衡的目的。对学生开展书法艺术的教育，通过书写者和欣赏者对书法的模拟，然后进入到书法的境界中，从而得到性格和价值观的改变，意志品质的磨炼，观察能力的提高，最后完善其性格特征。

素质教育要求学生注重提高全面素质，通过美育提高艺术修养是学生应具备的素质之一。现代教育学认为：美育是现代教育的重要组成部分，对学生进行美育教育，能加深他们对社会生活和人类心理的认识，使他们的知识得到丰富，促进学生的智力发展。书法教育是美育的一个重要组成部分，书法艺术具有丰富的审美内涵，能净化人的心灵，陶冶人的情趣，提高学生的审美能力。

学生在练字时要端正地坐下来，伏案执笔，去除杂念，一心一意地静心写字，这样不但能消除精神紧张，而且可以治疗神经衰弱，并且能消除疲劳，减轻压力，安定身心，从而促进学生的心理卫生。学生经常练字，时时接近中国文学的诗词格言，优秀的文化可以对学生起到潜移默化的作用，既能陶冶性情，又可增加文艺修养。学生利用课余时间练字，既不影响学习，又可减少不正当的娱乐，降低不健康因素的影响，从而培养学生高尚的情操。在书法教学中，可以培养学生的审美能力，增强学生的文明气质，使学生受到美的熏陶感染。让学生在书法艺术活动中真正感到愉快，产生乐趣，让他们自我表现，使其创造力、自发性得到充分的发挥。实践证明，通过写好字可以使学生的身心内化成为严谨认真的学习态度、持之以恒的毅力、尊重他人的品格和做事专一的精神，使学生把写字和做人紧密地结合起来，从而认认真真写字，端端正正做人，达到“字如其人”的境界。

三、加强书法教育是重视学生右脑开发的需要

现代人类社会竞争，是创造力的竞争。因此，智力开发学将成为人类社会的竞技学，智力开发学可以帮助我们人的大脑中潜在的巨大潜力开发出来。在培养创造性思维越来越引起全球教育界广泛关注的时代，开发右脑是一个热门话题。现代教育的核心是培养创造意识和创造能力。科学家认为，直觉、想象是创造的前提。在人的左右脑的分工中，直觉和想象都是右脑的功能。在中小学生右脑日趋完善的过程中，通过艺术体验，恰如其分地开发右脑是很有益处的。在学生中开展书法教育，可以培养学生的观察力、想象力、创造力，使左右脑达到平衡。

目前学校的教育内容 90%是在开发左脑，数字运用、记忆、文字组合、逻辑处理等都是左脑的功能，开发和运用左脑不可忽视，但右脑闲置甚至枯萎则会严重影响人的智力、潜力的发挥，制约人的能力，限制人的创造性。在部分学校和部分家长中，存在着对开发右脑至关重要的艺术教育不够重视的问题，把它当成可有可无的事，而一味地死读书，读死书，使学生在应试教育的压力下没有时间、没有精力认真接受艺术教育，这样久而久之，学生的分数上去了，创造力却被扼杀了，最后成为一个平庸的人。即使是有所造就，也是机械的知识

应用，缺乏创造的活力。因此，通过强化艺术教育，让学生左右脑均衡发展，有利于提高全民族的创造性思维的能力。我们应该明确，书法等艺术教育的主要目的不完全是培养特长生、艺术家，而是为了陶冶学生的情操，开发所有学生的右脑，提高全体学生的思维品质。实践证明，书法等艺术教育能够促进学生右脑的发育，使直觉和第六感官敏锐起来，使学生在其他学科的学习上收到事半功倍的效果。我们不能一味让学生苦读、死读，这样会导致学生中的厌学情绪越来越普遍，越来越严重，会严重损害学生的身心健康，使他们小小年纪就觉得“活着没意思”，甚至发生非常事件。这种例子实在不少，我们应记取这些教训，重视开展书法等艺术教育，促进学生的右脑开发，提高学生的创造力，使学生的素质日臻丰富和完善。

当然，书法艺术教育不能只强调学生的继承学习，而且要有所需的师资基础，教与学要有机结合起来，这样才能达到应有的目的。目前，许多学校缺乏书法艺术教育师资，即或是有了书法教育课程设置，但在教学中未能达到一定深度，这就要求师资素质的提高。现在书法艺术教育在社会上蓬勃展开，但存在良莠不分现象，我们认为应该侧重在学校中学习，要把书法艺术教育提升到与其他教育科目同等重要的位置来看待，减少学生在学习上的失误，使书法教育系统、正确地开展。因而，师资就显得日益重要起来。笔者认为，随着对素质教育的看重，这个问题会得到解决或改善的。

四、书法教学促进学生认识能力的发展

传授知识，开发智力，无疑是中小学素质教育的基本内容。学生智力的开发首先在于培养和提高认识能力。所谓认识能力，就是学生认识客观世界的能力，它包括观察力、注意力、记忆力、思维力、想象力、创造力等，而这些能力都可以在书法教学中得以培养和提高。例如，在书法教学中，教师首先要求学生写字时姿态端正，心气和平，摒除杂念，集中注意力；继而观察字形字貌，揣摩用笔，分析结构，所谓“察之者贵精，拟之者贵似”，做到胸中有数，意在笔先，学生的观察力自然得以培养。学生由临摹——对临——背临，必然要调动记忆力，记点画用笔，记字形结构，虽然主要是形象记忆，但也不乏理解记忆。学生的书写水平是在训练和记忆的往复中，得以巩固和提高的。在书写实践中，思维是伴随始终的，学生凭借着动作思维，解决运笔的技能技巧问题；凭借头脑中储备的书法表象，思考着如何进行点画造型，谋篇布局，可以培养学生的形象思维、抽象思维能力。至于学习和欣赏书法艺术，更是离不开想象力，如“重若崩云，或轻如蝉翼；导之则泉注，顿之则山安”，便是借助想象来打比方的。书法教学成果，最终要体现在学生的创造力上，教师总是教育学生不能墨守成规，要古为今用，法为我用，自成一家，注意学生书法个性的发展，鼓励大胆创新，创造出符合时代精神的书法艺术品。由此看来，学生认识能力的培养，尽在其中。

五、书法教学对学生审美能力的培养

学生审美能力的培养是素质教育的一个重要方面。书法是一种诉诸人的视觉感官的造型艺术，具有视觉形象美。书法教学首先要引导学生感受和欣赏书法的视觉形象美。书法与音乐、舞