

中华优秀传统文化丛书

书法

关锡汉 编著

是文字，更是艺术，是笔尖的舞蹈，是书写文明的诗，是人类美的栖居……

宣纸一幅，纸面平整，色泽自然，质地细腻，是书法创作的首选材料。书法创作时，应根据作品的需要，选择合适的纸张。宣纸的吸水性较强，能较好地表现墨色的浓淡干湿。此外，宣纸的韧性较好，不易变形，能较好地保持作品的形状。在书法创作中，除了纸张的选择外，笔墨的选择也非常重要。毛笔的选择应根据个人的书写习惯和作品的需要。墨的选择应以浓淡适中、色泽纯正为佳。在书法创作中，还应注重运笔的技巧和力度的控制，以达到作品的艺术效果。

中华优秀传统文化丛书

书 法

关锡汉 ◎ 编著



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目 (CIP) 数据

书法 / 关锡汉编著. —— 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2013.1

(中华优秀传统文化丛书)

ISBN 978-7-5534-1363-1

I. ①书… II. ①关… III. ①汉字—书法史—中国 IV. ①J292-09

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第316309号

书法

编 著 关锡汉
策 划 刘 野
责任编辑 赵黎黎
封面设计 隋 超
开 本 680mm×940mm 1/16
字 数 42千
印 张 8
版 次 2013年 1月 第1版
印 次 2013年 1月 第2次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
发 行 吉林出版集团有限责任公司
地 址 长春市人民大街4646号
邮编: 130021
电 话 总编办: 0431-85618719
发行科: 0431-85618720
邮 箱 SXWH00110@163.com
印 刷 北京海德伟业印务有限公司

书 号 ISBN 978-7-5534-1363-1

定 价 23.80元

版权所有 翻印必究

目录



书法	8
甲骨文	10
金文	12
小篆	14
隶书	16
八分	18
楷书	20
草书	22
行书	24
三代书法	26
秦代书法	28
两汉书法	30
三国书法	32
六朝书法	34
唐代书法	36

宋元书法	38
明清书法	40
执笔四法	42
腕法	44
运笔	46
三折法	48
八诀	50
张怀瓘用笔十法	52
永字八法	54
笔法名称之一	56
笔法名称之二	58
欧阳询三十六条结构法	60
笔	62
墨	64
纸	66

砚	68
正姿	70
临摹	72
钟繇	74
王羲之	76
张旭	78
颜真卿	80
柳公权	82
怀素	84
欧阳修	86
蔡襄	88
苏轼	90
黄庭坚	92
米芾	94
宋徽宗	96

赵孟頫	98
文征明	100
董其昌	102
傅山	104
郑板桥	106
兰亭序	108
洛神赋十三行	110
多宝塔碑	112
自叙帖	114
颜勤礼碑	116
黄州寒食帖	118
惟清道人帖	120
松风阁	122
淳化阁帖	124
前后赤壁赋	126

中华优秀传统艺术丛书

书 法

关锡汉 ◎ 编著



吉林出版集团有限责任公司

前 言

中国艺术，自古有之，它是中国文化成就的一部分，是更为精致的文化，是中华民族内蕴与气质的集中体现。它几千年来绵延不断，且多姿多彩，始终以各种审美形态占据着一个个时代的艺术巅峰。作为琳琅满目、门类繁多的珍品遗存，它至今仍以其独特的魅力和辉煌享誉世界。

在几千年的历史过程中，中华民族逐渐形成了独具特征的审美追求和艺术价值观。不论哪种艺术形式，最终所要表达的主要是一种审美的体验，一种高尚情操的宣泄。美是艺术的目的和推动力，而这种美最终要完成的是对人心灵的一种慰藉。艺者以心灵映射万象，也以万象言志。艺术孕育于社会，虽不能超越大自然，但会使大自然更美。

中国拥有悠久的历史、辽阔的地域、繁杂的社会形态，这些让中华艺术呈现多样化、多层次的历史发展轨迹，形象地记录了中华祖先高超的智慧和创造。它作为富有礼仪文化之邦的内涵，融合了中华多民族的艺术创造，同时也不断吸收外部世界的宝贵营养，并激发了自身机体的无限活力。

史前的彩陶，三代的青铜器皿，秦代的兵马俑，汉代的画像石砖，南北朝的石窟艺术，唐的佛塑与书法，宋元的山水画，元明清的建筑、说唱和戏曲，以及历代婀娜多姿的民间乐舞、工艺，无不巧夺天工，美不胜收，尽是中华民族文化之精华。

艺术是一种生命的律动，展示着生命之美。经济的全球化，对

文化艺术产生了深刻的影响，又使优秀的文化艺术面临着巨大的危机。作为文化的继承者和传播者，最不能面对的就是这些灿烂文化艺术的消亡。世界是多样的，我们有足够的理由让这种律动继续下去，一个智慧而富有远见的民族对保护自己优秀遗产从来都是不遗余力的，这些优秀遗产关系着一个民族的兴衰和存续。作为炎黄子孙，应该对民族的优秀文化艺术存着一种尊重敬畏之心。

基于加强中华优秀传统文化保护与推广的目的，我们选取了书法、国画、年画、唐卡、雕塑、篆刻、民歌、民乐、民舞、戏曲、曲艺、剪纸、编织、刺绣、陶瓷、花灯、风筝、对联、园林、建筑共二十个优秀传统艺术形式，一一介绍，力求表现其艺术的精髓，展现其经过成百上千年选择与沉淀下来的丰富的内容与形式。我们愿意将这些优秀文化艺术的特质呈现给广大读者，更希望通过它让世界对中国有一个深层次的了解和认识，推动我们传统文化艺术走向另一个顶峰。

编者

2013年1月20日

目录



书法	8
甲骨文	10
金文	12
小篆	14
隶书	16
八分	18
楷书	20
草书	22
行书	24
三代书法	26
秦代书法	28
两汉书法	30
三国书法	32
六朝书法	34
唐代书法	36

宋元书法	38
明清书法	40
执笔四法	42
腕法	44
运笔	46
三折法	48
八诀	50
张怀瓘用笔十法	52
永字八法	54
笔法名称之一	56
笔法名称之二	58
欧阳询三十六条结构法	60
笔	62
墨	64
纸	66

砚	68
正姿	70
临摹	72
钟繇	74
王羲之	76
张旭	78
颜真卿	80
柳公权	82
怀素	84
欧阳修	86
蔡襄	88
苏轼	90
黄庭坚	92
米芾	94
宋徽宗	96

赵孟頫	98
文征明	100
董其昌	102
傅山	104
郑板桥	106
兰亭序	108
洛神赋十三行	110
多宝塔碑	112
自叙帖	114
颜勤礼碑	116
黄州寒食帖	118
惟清道人帖	120
松风阁	122
淳化阁帖	124
前后赤壁赋	126

书 法

书法是一种文字美的艺术表现形式。中国书法是中国汉字特有的一种传统艺术。书法是指语言符号的书写法则，是指按照文字特点及其含义，以其书体笔法、结构和章法写字，使之成为富有美感的艺术作品。书体、字体和书法字体，是指传统书写字体、字形的不同形式和区别。书法体在传统上有5种，即行书体、草书体、隶书体、篆书体和楷书体。中国书法历史悠久，追溯书法发展的轨迹，中国书法已经沉淀了3000年，有着深厚的文化积淀。书法一直散发着艺术的魅力。书法艺术流衍数千年，海



书法展览

纳百川，蔚为大观，如同熊熊烈火蓬勃发展，像展翅高飞的雄鹰翱翔天际。书法和其他事物一样，也在不断地发展和变化着。我们在学习书法时，要临摹字帖，依据不断修正的临写，形成书写习惯和书写风格，重新选择书写内容，书写出新作品。



狭义书法

狭义书法是指用毛笔书写汉字的方法和规律，包括执笔、运笔、点画、结构、布局等内容。例如，执笔指实掌虚，五指齐力；运笔中锋铺毫；分布错综复杂，疏密得宜。

广义书法

广义书法是指语言符号的书写法则，是以文字符号的特点及其含义来表达，使书法成为富有美感艺术作品。随着文化事业的发展，书法并不限于使用毛笔书写汉字。

书法起源

近代经过考证，关于中国文字的起源，一般认为是在距今5000年左右的中国黄河中游的“仰韶文化时期”，那时已经创造了文字。

甲 骨 文

甲骨文是中国现在发现最早的古代文字，而且它的体系也较为完整。甲骨文主要指殷墟甲骨文，也被称为“殷契”、“殷墟文字”，是殷商时代刻在龟甲、兽骨上的文字。19世纪末，在商代的都城遗址上（现在为河南安阳小屯），甲骨文被人们发现。甲骨文继承了陶文的造字方法，是中国商代后期，商王室用来进行占卜或记事的文字。因为被刻在龟甲和兽骨上，所以称作甲骨文。甲骨文里占卜的“卜”字，就像兆的样子，人们会根据卜兆的各种形状来判断吉凶。甲骨文有大量指示字、象形字、会意字，也有很多形声字。甲骨文因镌刻于龟甲与兽骨上而得名，为殷商流传之书迹。内容为记载盘庚迁殷至纣王270年间的卜辞，为最早的甲骨文书迹。甲骨文在结体上虽然大小不一，变化错综复杂，但是明显对称，文字布局也较稳定。所以有人认为，中国的书法，严格地讲是由甲骨文开始，因为甲骨文已具备了书法的三个要素，即用笔、结字、章法。



甲骨文的发现

甲骨文在1889年，发现于河南省安阳小屯村一带，距今已3000多年，是殷商晚期王室占卜时的记录。清朝光绪年间，王懿荣细心研究龙骨上的文字，判断其是殷商时期的文字。