

使通多可而少
吾昔讀書得并
師也親居賤職
自得而無悶以
不出入山林而不
嫩筋鬻肉緩頰
其過又讀莊老

法 識 冊 書 知 手

◎ 國際文化出版公司

豈草也阮嗣宗口不論人過吾每師之而未能及至性過人
後人情暗於機宜多步石之慎而有好畫之累久典古
不置一不堪也抱琴行吟弋釣草野



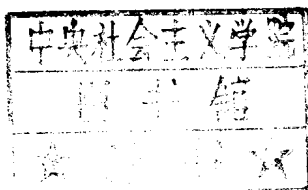
071434



200310001

书法知识手册

杨崇福 编著



◎ 国际文化出版公司

书法知识手册

杨崇福 编著

*

国际文化出版公司

新华书店北京发行所发行

中国科学院印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 16 1/2印张 376千字

1988年8月第一版 1988年8月第一次印刷

ISBN 7-80049-104-8/G·42

定价: 5.40 元

書
海
知
識
步
冊

于安瀾題



書法知識手冊

中石齋



目 录

第一章 汉字	(1)
一、汉字的起源	(1)
二、汉字的构造	(2)
1. 象形	(2)
2. 指事	(2)
3. 会意	(3)
4. 形声	(3)
5. 假借	(4)
6. 转注	(4)
三、汉字的特点	(4)
第二章 书法基本技法	(6)
一、姿态	(6)
1. 坐势	(6)
2. 站势	(6)
二、执笔	(7)
三、运腕	(9)
1. 着腕	(9)
2. 枕腕	(10)
3. 提腕	(10)
4. 悬腕	(10)

四、用笔·····	(10)
1. 起收·····	(11)
2. 提顿·····	(11)
3. 藏露·····	(11)
4. 正偏·····	(12)
5. 直侧·····	(12)
6. 方圆·····	(12)
古人用笔《十二字诀》摘录·····	(13)
 第三章 基本点画形态·····	(15)
一、永字八法·····	(15)
1. 点法·····	(15)
2. 横法·····	(17)
3. 竖法·····	(18)
4. 撇法·····	(20)
5. 捺法·····	(20)
6. 挑法·····	(23)
7. 钩法·····	(23)
8. 折法·····	(27)
二、病笔举例·····	(27)
三、笔画顺序·····	(28)
 第四章 字体结构·····	(30)
一、单体字·····	(30)
二、合体字·····	(30)
1. 整齐平正·····	(31)
2. 上下平稳·····	(33)
3. 左右均称·····	(35)

4. 轻重平衡	(38)
5. 分布均匀	(40)
6. 对比调和	(42)
7. 连续各异	(45)
8. 反复变化	(47)
9. 内外相称	(50)
10. 形象自然	(52)
11. 气势连贯	(55)
三、欧阳询结构三十六法	(58)
四、张怀瓘用笔十法	(61)
五、李淳进大字结构八十四法	(61)
六、隋释智果心成颂	(66)
第五章 章法布局	(68)
一、无纵行横列	(69)
二、有纵行无横列	(69)
三、纵有行横有列	(70)
四、印章与题款	(70)
第六章 碑帖临摹	(72)
一、摹帖	(72)
1. 描红	(72)
2. 仿影	(73)
3. 双钩廓填	(73)
4. 格摹	(73)
二、临帖	(74)
1. 分临法	(74)
2. 选临法	(74)

三、背帖·····	(74)
第七章 书写工具(文房四宝)·····	(76)
一、纸·····	(76)
二、笔·····	(78)
三、墨·····	(80)
四、砚·····	(82)
第八章 各种书体的学习·····	(84)
一、篆书·····	(84)
1. 用笔的特征·····	(84)
2. 结构的特征·····	(87)
二、隶书·····	(88)
1. 用笔的特征·····	(89)
2. 结构的特征·····	(92)
3. 章法布向·····	(95)
4. 隶法口诀·····	(96)
三、楷书·····	(97)
1. 欧阳询的楷书·····	(97)
(1) 点画的特征·····	(97)
(2) 结构的特征·····	(99)
2. 颜真卿的楷书·····	(100)
(1) 点画的特征·····	(100)
(2) 结构的特征·····	(102)
3. 柳公权的楷书·····	(103)
(1) 点画的特征·····	(103)
(2) 结构的特征·····	(105)
4. 赵孟頫的楷书·····	(106)

(1)点画的特征·····	(106)
(2)结构的特征·····	(108)
四、行书·····	(109)
1.用笔的特征·····	(109)
2.结构的特征·····	(115)
五、草书·····	(115)
1. 草书和楷书的关系·····	(116)
2. 用笔的特征·····	(117)
(1)变直为曲 方圓并用·····	(117)
(2)删繁就简 省笔存意·····	(118)
(3)牵丝映带 参差飞动·····	(119)
(4)枯湿浓淡 相渗为妙·····	(120)
3.结构的特征·····	(120)
第九章 钢笔字的学习 ·····	(122)
一、身子要正 拿笔要稳·····	(122)
二、点画清楚 结构匀称·····	(122)
第十章 中国书法简史 ·····	(125)
一、商周书法·····	(125)
二、秦朝书法·····	(134)
三、两汉书法·····	(137)
四、魏晋南北朝隋书法·····	(152)
五、唐书法·····	(206)
六、五代、宋书法·····	(268)
七、元书法·····	(329)
八、明书法·····	(352)
九、清书法·····	(389)

第十一章 重要碑帖目录..... (459)

附 历代著名法帖图..... (459)

- 1.《大盂鼎》铭文 (460)
- 2.《散氏盘》铭文 (461)
- 3.《毛公鼎》铭文 (462)
- 4.《楚公钟》铭文 (463)
- 5.秦《峄山碑》..... (464)
- 6.吴皇象急就章..... (465)
- 7.汉《郁阁颂》..... (466)
- 8.汉《西狭颂》..... (467)
- 9.汉《礼器碑》..... (468)
- 10.汉《张猛龙碑》..... (469)
- 11.汉《华山碑》..... (469)
- 12.汉《乙瑛碑》..... (470)
- 13.汉《史晨碑》..... (471)
- 14.汉《三体石经》..... (472)
- 15.汉魏钟繇《宣示表》..... (473)
- 16.吴《天发神谶碑》..... (474)
- 17.晋索靖章草《出师颂》..... (475)
- 18.晋王羲之《乐毅论》..... (476)
- 19.晋王献之《鸭头丸》..... (477)
- 20.宋宝子碑..... (478)
- 21.北魏《郑文公碑》..... (479)
- 22.北魏始平公造像记..... (480)
- 23.《瘞鹤铭》..... (481)
- 24.隋《龙藏寺碑》..... (482)
- 25.唐虞世南《孔子庙堂碑》..... (482)

26. 唐欧阳询《九成宫醴泉铭》·····	(483)
27. 唐褚遂良《雁塔圣教序》·····	(484)
28. 唐怀仁集王羲之书《圣教序》·····	(485)
29. 唐陆柬之《陆机文赋》·····	(486)
30. 唐孙过庭《书谱》·····	(487)
31. 唐张旭草书《肚痛帖》·····	(488)
32. 唐怀素草书《自叙帖》·····	(489)
33. 唐颜真卿《东方朔画赞》·····	(490)
34. 唐颜真卿《祭侄文稿》·····	(491)
35. 唐柳公权《玄秘塔》·····	(492)
36. 唐李邕《李思训碑》·····	(493)
37. 五代杨凝式《韭花帖》·····	(494)
38. 宋苏轼《寒食诗》·····	(495)
39. 宋黄庭坚《松风阁》·····	(496)
40. 宋米芾行书·····	(497)
41. 宋蔡襄行书·····	(498)
42. 元赵孟頫正书·····	(499)
43. 元康里巎巎《草书渔父辞册》·····	(500)
44. 明宋克《杜甫北游诗》·····	(501)
45. 明祝允明草书《杜甫诗卷》·····	(502)
46. 明文征明行草书·····	(503)
47. 明董其昌草书·····	(504)
48. 朱奎行草册页·····	(505)
49. 清王铎自书诗翰·····	(506)
50. 清邓石如篆书·····	(507)
51. 清郑板桥书法·····	(508)
52. 清伊秉绶隶书·····	(509)
53. 清杨沂孙篆书·····	(510)

54. 清何绍基行书墨迹·····	(511)
55. 清赵之谦正书·····	(512)
56. 清张裕钊书法·····	(513)
57. 清杨守敬书法·····	(514)
58. 吴昌硕节临散氏盘·····	(515)
59. 沈曾植《石湖绝句》·····	(516)

第一章 汉 字

一、汉字的起源

中国的汉字是世界上历史最悠久的文字之一，属于表意文字。而语言是随着人类社会的产生而产生的，从有人类就有了语言。但作为记录语言的符号的文字却是产生在原始社会解体、阶级社会正在出现的时候。

根据近年来我国考古工作者的发现，跟汉字起源有关的最古的资料主要有两种：一种是原始社会晚期的西安半坡仰韶、青海乐都柳湾马家窑、杭州良渚和龙山等文化陶器的记号，一种是原始社会晚期的大汶口文化象形符号。这些陶器上的刻画符号，虽然不是任意的刻画，但也决不就是文字，只是一种具有一定意义的记号，可能是郭沫若指出的一种“花押或族徽之类”的东西。从出土的历史文物来看，汉字已有四千多年的历史了，这是无可否认的事实。

汉字起源的传说有：一种是结绳的说法。《周易·系辞》：“上古结绳而治，后世圣人易之以书契”。汉代郑玄注：“结绳为约，事大，大结其绳，事小，小结其绳”。持主张文字起源于结绳的人是把帮助记忆的工具同交流思想的交际工具混同起来了，是没有什么道理的。另一种是八卦的说法。《周易·系辞》“伏仰观象于天，俯视法于地，观鸟兽之文与地之宜，近取诸身，远取诸物，于是始画八卦，以通神明之德，可类万物之情。”到了宋代以后，就有人把八卦附

会成文字，而不懂得八卦是从事占卜活动的符号，它同记录汉语的符号体系汉字完全是两码事。再一种就是仓颉造字的说法，其影响最深远。《韩非子·五蠹》说：“仓颉之作书也，自环者谓之私，背私谓之公。”《吕氏春秋·君守》说：“奚仲作车，仓颉作书。”秦汉以后，把仓颉造字极力神化，描绘成与众不同的天生圣人，简直是惊天地，泣鬼神的行动。战国时代的荀子早就提出了不同意见，《荀子·解蔽》说：“好书者众矣，而仓颉独传者，壹也。为稼者众矣，而后稷独传者，壹也。”只承认仓颉有整理文字的功劳，并非是唯一的造字者。现在看来，有无仓颉其人，尚属疑问。这种说法也不足信。文字是以象形为基础，由图画符号逐渐发展演变而来的，它是人民群众长期社会生产实践的产物，决不是一个人一手所创造的，更不会有天生就能创造字的圣人。

二、汉字的构造

汉字的构造规律，古代有所谓“六书”的理论。东汉许慎在《说文解字》序文中说：“周礼八岁入学，保氏教国子先以六书。”这一理论是在甲骨文字形成的基础上并广泛应用以后才总结出来的，对研究汉字书法和篆刻有一定的意义。

1. 象形

许慎说：“象形者，画成其物，随体诘屈，日月是也。”就是把事物的形状、特征，用线条描画出来，作为符号。用这种造字法造出的字，叫做象形字。例如：

 (日)

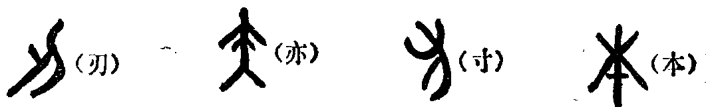
 (月)

 (山)

 (水)

2. 指事

许慎说：“指事者，视而可识，察而可见，上下是也。”它是在象形的基础上加简单的指示性符号创造新字的方法。例如：



这类指事字都是表示事物的具体部位的。

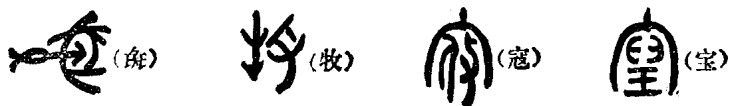
还有一类指事字是用纯然的符号组合起来表示比较抽象的意义。例如：



用横线或弧线表示位置的界限，短横置于线上表示“上”，短横置于线下表示“下”。

3. 会意

许慎说：“会意者，比类合谊，以见指撝，武信是也。”是把几个物形符号或意义有关的几个字拼合起来另造新字的方法。例如：



人言为“信”，小土为“尘”，大力为“夯”，不正为“歪”，不好“孬”，山石为“岩”，入米“粢”，出米为“粿”等。会意字一般都是合体字。象形、指事是一个个独体图形，古人叫它是“文”；会意是把现成的“文”拼构成合体的图形，才叫做“字”。

4. 形声

许慎说：“形声者，以事为名，取譬相成，江河是也。”形声是一种半意半音的造字法。表示意义的部分叫“形符”，表示声音的部分叫“声符”。如“枝”字，“木”是形符，表示字意所

属的类别；“支”是声符，表示字的读音。形声字都是合体字，殷周的甲骨文和金文就已经有了百分之二十的形声字，说明当时已由纯粹表意文字向标音文字过渡，表现了旺盛的生命力。

5. 假借

许慎说：“假借者，本无其字，依声托事，令长是也。”它是“以不造字为造字”的方法，这就出现了“一形多义”的复杂现象。例如：

女，本为女，后借为人称代词“汝”；

我，本为戈，后借为人称代词“我”；

云，本为云彩、云气的云，借作“言”、“曰”表示说。今简化字恢复古体，一“云”兼二义；

止，本为脚趾，后借为停止的“止”。

6. 转注

许慎说：“转注者，建类一首，同意相受，考老是也。”转注没有另造出新字，和汉字的形体结构无关。

这六条造字规律，对于研究汉字书法，特别是研究篆书、篆刻十分必要。历代大书法家几乎无一不是文字学家，秦代的李斯，东汉的蔡邕，唐代的颜真卿都精通六书，清代金石文字学中兴，许多有成就的书法篆刻家都在六书上下过一番苦功夫。因此，学习书法必须要有一点六书的理论基础。

三、汉字的特点

汉字是独立创造、独立发展起来的，没有受什么外来的影响，这是一个非常显著的特点。如果跟兄弟民族的文字相比较，也是十分清楚的。它与拼音文字不同，是不实行连写