

读图时代
符号中国

中国书法

于乐 编著



当代中国出版社
COP
1998

读图时代·符号中国

中国书法

于乐 编著



《草书扇面》董其昌(明)



当代中国出版社
Contemporary China Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

中国书法 / 于乐编著. —北京: 当代中国出版社,
2008. 8

(符号中国系列)

ISBN 978-7-80170-733-8

I. 中… II. 于… III. 汉字—书法—基本知识
IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 111890 号

出版人 周五一
责任编辑 沐融融
责任校对 郭 雪
整体设计 
出版发行 当代中国出版社
地 址 北京市地安门西大街旌勇里 8 号
网 址 <http://www.ddzg.net> 邮箱: ddzgcbs@sina.com
邮政编码 100009
编 辑 部 (010)66572152 66572264 66572154 66572155
市 场 部 (010)66572281 或 66572155/56/57/58/59 转
印 刷 北京画中国画印刷有限公司
开 本 720x1020 毫米 1/16
印 张 10 印张 插图 264 幅 65 千字
版 次 2008 年 8 月第 1 版
印 次 2008 年 8 月第 1 次印刷
定 价 36.00 元

版权所有, 翻版必究; 如有印装质量问题, 请拨打 (010)66572159 转出版部

很久以前，在古老的东方大地上，中华民族的先人们创造了属于自己的文字——汉字。

从汉字诞生之日起，勤劳、智慧的中国人就不断把对大自然和生活的感受注入其中，不断创造着汉字的美，享受着汉字的美。人们把这种经过美化了的汉字称为书法，书法也就成为一门表现汉字美的艺术。书法带给我们的不仅是舒畅和恬静、浪漫和奔放，更是心灵的自由、美的享受。

书法伴随着汉字的发展和使用走过了漫漫的 3000 余年，并成为中华文明独特的文化遗产。直到今日，书法更是以丰富的内涵和深远的影响成为中国文化标志性符号之一。它的美，独一无二；它的美，新颖别致；它的美，五彩斑斓。书法属于中国，更属于世界，属于全人类共有的文明。

今天的书法艺术在中华大地上依然生机勃勃，受到广大人民群众的喜爱。人们对那悠久、灿烂的书法史中记载的名家名作充满向往和好奇：洒脱雅逸的《兰亭序》、雄浑磅礴的《颜礼碑》、豪迈奔腾的《自叙帖》……琳琅满目的书法瑰宝会让人目不暇接、心动不已。这些作品究竟为什么能够带给人们种种不同的奇妙感觉，让人为之陶醉？那些名垂青史、令人敬仰的书法圣贤：王羲之、颜真卿、怀素……他们是如何学习书法，又是如何创造出众多不朽作品的呢？

让我们一起走入中国书法，领略它独特的艺术魅力吧！

永和九年歲在癸丑

會稽山陰之蘭

亭也羣賢畢至

王長

有茂林

竹

主

端瑛

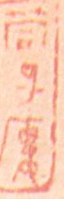
器

石

一

名

元

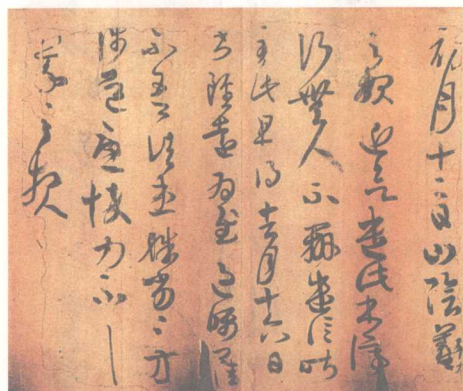


山青水秀



觀宇宙之大俯察品類之盛
所以遊目騁懷足以極視聽之
娛信可樂也夫人之相與俯仰
一世或取諸懷抱悟言一室之內
或因寄所託放浪形骸之外雖
趣舍萬殊靜躁不同當其欣

《兰亭序》王羲之（晋）



《初月帖》王羲之（晋）

目录



第一章 书法缘起

汉字的诞生

2

让汉字更美的艺术

8

千年书法一脉传

18



第二章 字体流变

质朴天真的甲骨文

38

古雅稳重的金文

44

整齐划一的小篆

48

蚕头燕尾的隶书

52

法度严谨的楷书

57

生动活泼的行书

63

奔放烂漫的草书

68

37



第三章 书法之美

王羲之与《兰亭序》

76

『颜筋柳骨』

87

狂放的怀素

95

启功的价值

102



第四章 书法学习

执笔与运笔

108

碑帖的选择

116

笔墨纸砚小常识

131

书法作品幅式

138

107

75

第一章 书法缘起

书法是一门表现汉字字形美的艺术，与汉字有着密不可分的关系，并伴随着汉字的发展而发展，书法让汉字变得美轮美奂，令人陶醉。汉字与书法是怎样诞生的？它们之间的关系又是什么？让我们回到那久远、古老的过去，一同去探寻曾经在中华大地上发生过的有关汉字诞生的故事吧。



甲骨文（商）



汉字的诞生

法的关系如何？
汉字是怎样诞生的？
它与书

文字是记录语言的符号。中国的文字称为汉字，它是世界历史上最古老的文字之一，也是目前世界上应用人数最多的文字。在很久以前，世界上有许多民族都曾创造了文字，但这些文字到后世都已失传。唯有中国的汉字一脉相承，蔓延数千年而长盛不衰，它象征并记录着古老、绵长的中华文明，从来未曾中断。

关于汉字的起源，曾因仓颉造字的传说而披上了一层神秘的面纱。中华人民共和国成立后，随着考古的大量发现，这层面纱被逐渐揭开，露出庐山真面目。

大约距今五六千年前，正处于中国的陕西半坡仰韶文化和山东大汶口文化时期，从这些遗址挖掘出大量陶器，陶器上有数量不等的刻画符号。这些刻画符号整齐规划，并有一定规律性，具备简单文字的特征，被许多专家、学

者认为是汉字的起源。

在原始社会，生产力低下，人们既要与大自然作斗争，又要制造工具，进行生产劳动。在这个过程中，人与人之



仓颉庙碑

东汉延熹五年(162)刻，原立于陕西省白水县仓颉庙，1975年入藏西安碑林。此碑竖形、尖首，如古代的玉圭，因年久，字迹剥损严重，碑上存有隶书“仓颉天生德”等字，向人们展示了汉隶“蚕头燕尾”的古朴风格。

间的交流是不可或缺的。为了交流思想、传递信息，人类逐渐创造了语言。但语言只适合人与人之间的直接交流，它转瞬即逝，有着时间、地点上的局限。为了更好地记录和传递信息，人们采用结绳记事和契刻记事。然而，无论是结绳还是契刻，都只能表示和记录数字或方位的一些简单的概念，虽可以帮助人们记忆某些事情，但却不能进行思想交流，不具备记录语言的属性。它们不能演变成文字，更不是文字的产生，仅可以把它看成是文字产生前的一个孕育阶段。

仓颉造字

相传，仓颉是黄帝的史官，姓侯刚，号史皇氏，传说他有四眼，曾把流传于先民中的文字加以收集、整理，在汉字创造、整理过程中起了重要作用，被后人尊为“造字圣人”。东汉许慎在《说文解字·序》中记载：“仓颉之初作书，盖依类象形，故谓之文，其后形声相益，即谓之字。”

由于结绳记事和契刻记事的不足，生存繁衍于中华大地的先民们为了满足生产、生活的需要，不得不采用一些



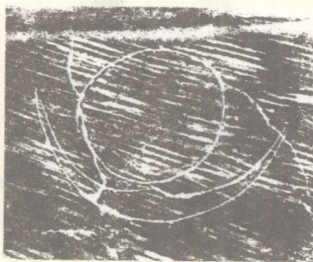
半坡类型仰韶文化彩陶
弦纹壶（新石器时代）



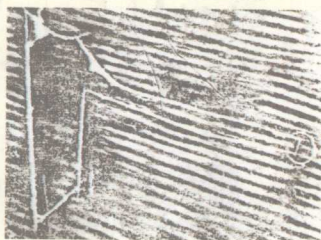
大汶口文化彩陶钵形鼎
（新石器时代）



仰韶文化陶刻符号
（新石器时代）



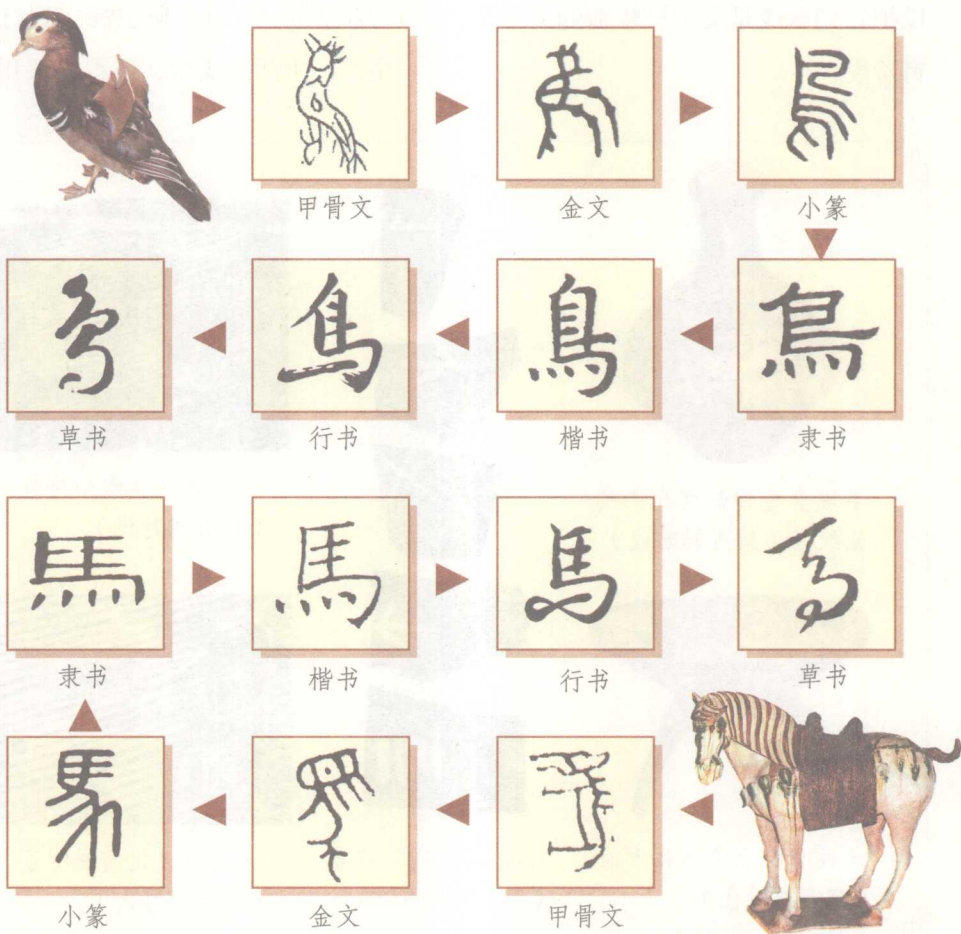
大汶口文化陶刻符号
（新石器时代）

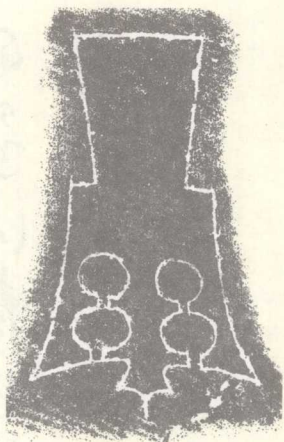


大汶口文化陶刻符号
（新石器时代）

其他的方法来帮助记忆、表达思想。逐渐地，人们发现绘画是很好的方法，也正是绘画最终导致了文字的产生。我国古文字学家唐兰先生曾说：“文字的产生，本是很自然的，几万年前旧石器时代的人类，已经有很好的绘画，这些画大抵是动物和人像，这是文字的前驱。”此时的图画虽然发挥了文字的作用，可以记录信息、传递思想，但毕竟还不是文字。只有“有了较普通、较

广泛的语言”之后，图画才有可能转变成文字。譬如，有人画了一只鸟，大家见了才会叫它为“鸟”；画了一匹马，大家见了才会叫它为“马”。时间长了，类似于上面说的“鸟”和“马”这样的图画，人们约定俗成，就介于图画和文字之间，久而用之。在长期的使用过程中，人们画得也就不那么逼真了，减少了象形性。这样的图画逐渐转向文字，最终成为具有象形特征的





大汶口文化陶刻符号（新石器时代）

能够记录语言的“象形文字”。正如唐兰先生在《中国文字学》中说：“文字本于图画，最初的文字是可以读出来的图画，但图画却不一定都能读。后来，文字跟图画渐渐分歧，差别逐渐显著，文字不再是图画的，而是书写的。而书写的技术不需要逼真的描绘，只要把特点写出来，大致不错，使人能认识就够了。”这就是原始的文字，正如陕西半坡仰韶文化遗址和山东大汶口文化遗址的一些陶器上的那些刻画符号。

这些刻画符号具有象形和指示的特征，带有表意性，用来表示一定的事物和概念。如有的大汶口陶刻符号，上半部画的是太阳，下半部画的是山峰，组合起来表示一个抽象的概念。但此时的

文字还处在一个滥觞期，零散而稀少。

随着字符数量的不断增加，它们在使用过程中，其组织构造被逐渐抽象化、符号化、系统化、规范化，发展到殷商时期的甲骨文时，已形成了一个数量众多、构形稳定的文字系统，为后世汉字的发展奠定了基础。

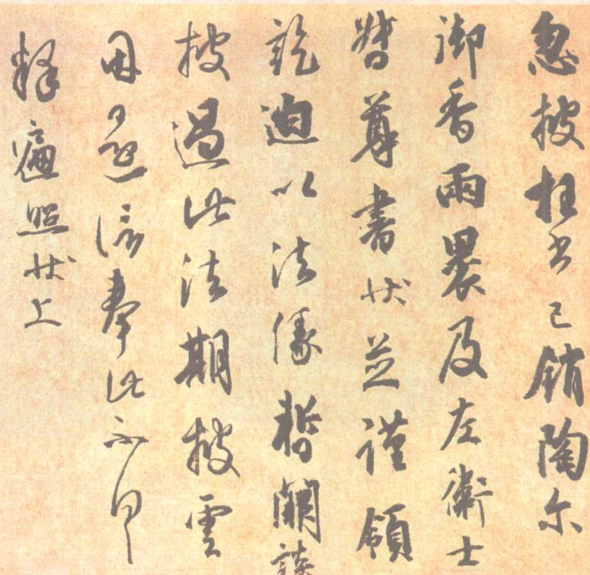
另一方面，随着书写便捷的需要，以及毛笔的广泛应用，汉字也在不断演变，先后出现了西周的金文，秦代的小篆，汉代的隶书，以及魏晋南北朝时期的楷书、行书和草书。此时，汉字的字体已发展成熟。直到今日，仍以楷书作为官方正式字体，辅之以行书、草书，便于人们日常书写使用。

汉字在中华大地上繁荣发展，同时

《风信帖》[局部]

空海(日本平安时代)

空海、嵯峨天皇和橘逸势这三位日本书法家，被誉为日本的“平安三笔”。空海奉晋、唐书风为典范，继承了二王(王羲之、王献之)风骨，并采用颜真卿笔法，形成了自己独特的书法，被奉为日本“入木道”的开山祖。代表作有《风信帖》、《灌顶记》、《聋瞽指归》等。



也影响着周边邻国的文字。

日本创制文字的时间比较晚，长期以来，一直以中国汉字作为自己语言的载体，并称汉字为“真名”。5世纪初，日本出现被称为“假名”的借用汉字的标音文字；到了8世纪，以汉字标

记日本语音的用法已较为普遍，为纯粹日语标音文字的出现打下了基础。日本文字的最终创制是由吉备真备和弘法大师(空海)来实现的。他们曾长期留居中国唐朝，对汉字有很深的研究。吉备真备根据标音汉字楷体偏旁创造了日文“片假名”，弘法大师则采用汉字草体创造日文“平假名”。虽然自10世纪起，假名文字已盛行于日本，但汉字依旧被人们使用，时至今日，日本文字中仍保留着1000多个中国汉字。

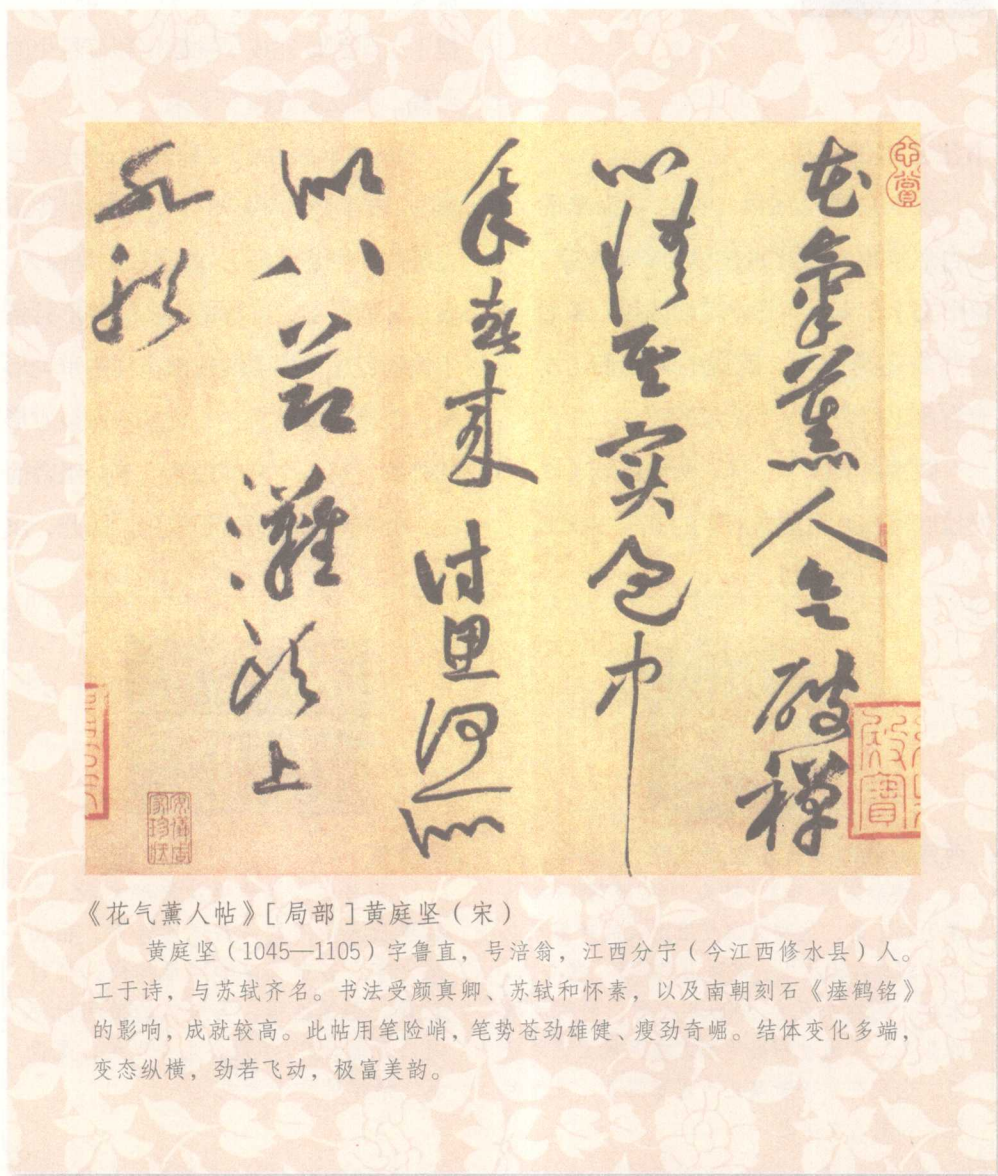
朝鲜文字称谚文。中古时期(5—15世纪)，朝鲜同日本一样没有自己的文字，都使用中国汉字。直到李朝

日本书道

日本书道，古称“入木道”、“笔道”，直到江户时代才出现“书道”这个名称。日本书道始于奈良时代，在平安时代进入繁盛时期，一直延续至今。日本书道像茶道、花道等一样，是一种修身的方式。

(1392—1910) 初期，世宗设立谚文局，命郑麟趾、成三问等人制定谚文。他们通过研究中国音韵，再结合朝鲜语音，最终创造出 11 个母音字母和 17 个子音字母，于 1443 年开始公布使用。从此，朝鲜有了自己的文字。

汉字是科学的、先进的，它不仅属于中华文明，同时也对整个世界文明的发展起到更积极的作用。现在，越来越多的国外人士开始学习汉语，练习书法，正说明了汉字的国际影响力。



《花气薰人帖》[局部] 黄庭坚 (宋)

黄庭坚 (1045—1105) 字鲁直，号涪翁，江西分宁 (今江西修水县) 人。工于诗，与苏轼齐名。书法受颜真卿、苏轼和怀素，以及南朝刻石《瘞鹤铭》的影响，成就较高。此帖用笔险峭，笔势苍劲雄健、瘦劲奇崛。结体变化多端，变态纵横，劲若飞动，极富美韵。



美的要素又是什么呢？
如何让汉字变得更美？
汉字

书法艺术的诞生

汉字最早从图画中来，它描摹的是自然物象，因此也被称为象形文字。象形文字含有大自然中美的因素，虽然这些美还是简单、朦胧的。人们还没有有意识地追求汉字字形的美观。

同古老的汉字一样，两河流域（幼发拉底河和底格里斯河）的苏美尔楔形

文字和埃及“圣书体”文字，也属于象形的范畴，但这些文字已在一两千年就被废弃了。汉字却在保存图形结构的前提下，顺利地完成了抽象化和符号化的历程，得以发展演变下来。

1990年徐仲舒主编的《汉语大字典》，收字数为54678个。1994年冷玉龙等的《中华字海》，收字数更是惊人，多达85000字。这数量众多的字形具备丰富的变化，能够展现出多样的审美形象。汉字定型以来，一直基本保持方形的轮廓，每一个字都由若干笔画组合而成，分布均衡而又富于变化。因此，汉



两河流域的苏美尔楔形文字

楔形文字，也称“钉头文字”或“箭头字”，源于拉丁语，这种文字是用削尖的芦苇秆或木棒刻写在泥板上，笔画上宽下窄，像钉头、木楔。约在公元前3000年左右，两河流域的苏美尔人通过图画的形式在泥板上记录账目，这些符号逐渐演化为表意符号，成为世界上古老的文字之一。



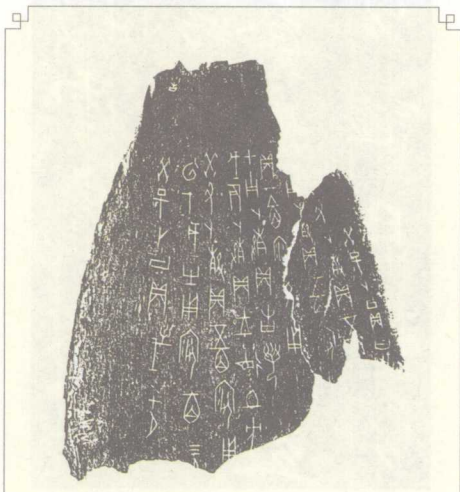
圣书体

圣书体，俗称埃及象形文字，是古埃及人使用的一种文字体系，由图形文字、音节文字和字母构成，书写正规，图画性强。圣书体的使用时间是公元前3000年到公元4世纪，是世界上最早的文字形式之一。

字字形本身就已天然蕴涵着形式美。汉字的这些字形特色，为书法提供了广阔的艺术创造天地。

相比之下，世界上的其他许多文字，像英文、法文等，它们都只是记录语音的文字，数量很少。就英文来说，只有26个字母。而且这些文字大多构形简单，无法表现出多样、多变的艺术形象。所以，它们不具备升华为一门艺术的条件。

当汉字发展到殷商时代的甲骨文时，已形成了一个数量众多、构形稳定



甲骨文（商）

甲骨文，又称契文、龟甲文或龟甲兽骨文，多刻写在龟甲或兽骨上，是我国商代后期（前14—前11世纪）王室用于占卜、记事的文字。甲骨文是我国已发现的古代文字中最古老的一种成熟文字，被认为是汉字的书体之一。

的文字系统。书法艺术就是在这样一个基础上逐渐产生的。

生命是爱美的。中国人对美的追求可谓是无处不在。

当一个个汉字字形被创造出来，人们总是希望把它的形态塑造得更为完美。于是，人们对汉字字形美的探求也就开始了。首先，要把汉字写得规范、标准、清楚、整齐，使之能够有效地作为交际工具来使用。在此基础上，再追求更深层次的审美，书写出更加美观的点画形态，安排好每一个点画的位置，塑造出一个个匀称、舒展、富有姿态的形体，同时，把这些字纳入到合理的章法之中，呈现出层次和韵律，表现出风格和神采。汉字的美不断被中国人发掘出来，汉字书法艺术也被中国人所创造。

随着毛笔、墨汁、宣纸的产生，书写工具得到进一步完善，书法艺术获得了巨大的发展空间。毛笔对书写汉字的艺术化起着至关重要的作用。写字必须用笔，然而中国的毛笔却与众不同。毛笔是由兽毛捆绑于各种材质的笔管制成的，笔头呈笋状。笔毫中间一簇长而尖的部分名为锋，周围包裹着的略短一些的部分为副毫。整个笔头柔软富有弹性，也正是“惟笔软而奇怪生焉”。毛笔蘸上墨汁，写出的点画或粗或细、或