

艺术学核心课系列教材

现代硬笔 书法教程

胡锡恒 著



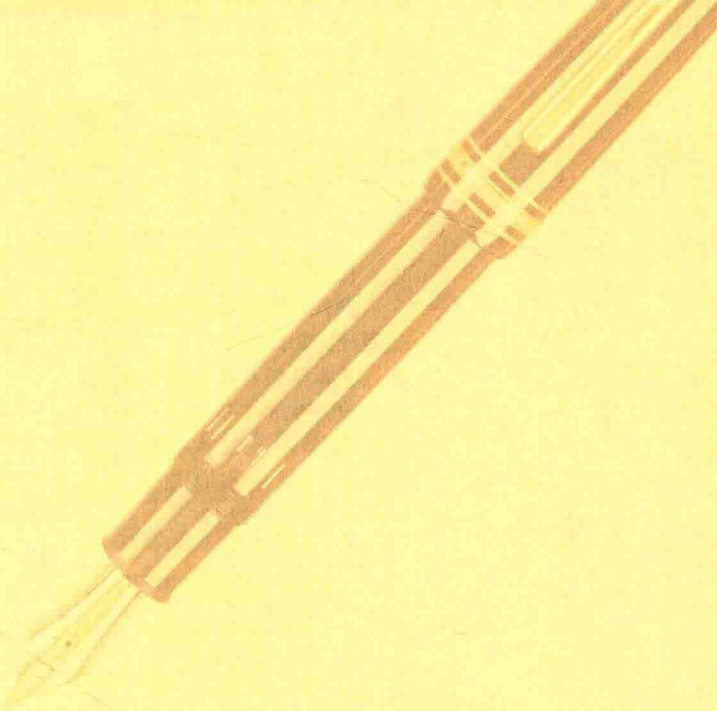
MODERN
CALLIGRAPHY



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

艺术学核心课系列教材

现代硬笔 书法教程



胡锡恒 著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代硬笔书法教程 / 胡锡恒著. —北京: 北京师范大学出版社, 2017.10

艺术学校核心课系列教材

ISBN 978-7-303-22229-2

I. ①现… II. ①胡… III. ①汉字—硬笔书法—高等学校—教材 IV. ①J292.12

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第071855号

营 销 中 心 电 话 010-58805072 58807651
北师大出版社高等教育与学术著作分社 <http://xueda.bnup.com>

XIANDAI YINGBI SHUFA JIAOCHENG

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com

北京市海淀区新街口外大街19号

邮政编码: 100875

印 刷: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张: 11.75

插 页: 8

字 数: 255千字

版 次: 2017年10月第1版

印 次: 2017年10月第1次印刷

定 价: 39.80元

策划编辑: 周 粟

责任编辑: 周 粟

美术编辑: 王齐云

装帧设计: 锋尚设计

责任校对: 陈 民

责任印制: 马 洁

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58805079

解書東台辭

余家貧耕植不足以自給幼
 穉盈室課無儲粟片生而一資
 未見其術親故多勸余為長吏
 脫然有懷求之靡途會有四方之
 事蹟候以惠愛為德家故以余
 貧苦遂見用於小邑於時風波未

向榮泉涓之而始
 得時感吾生之行
 形宇內復幾時曷之
 胡帝乎遠之歟何之富
 鄉不可期懷良辰以
 而始好登東臺以舒
 而賦詩聊束化以錫
 命復莫疑

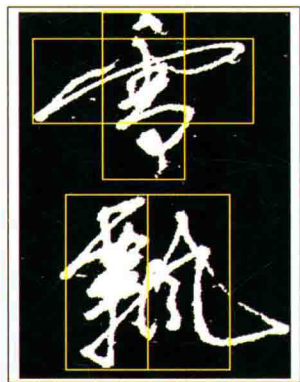
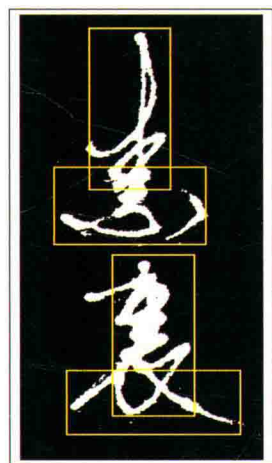
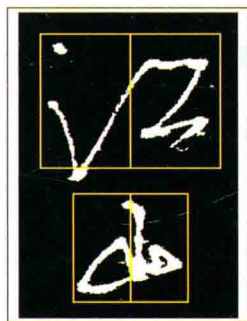
錫世破筆書陶淵之

二〇西斗七其時第存意

余家貧耕植不足以自給幼
 穉盈室課無儲粟片生而一資
 未見其術親故多勸余為長吏
 脫然有懷求之靡途會有四方之
 事蹟候以惠愛為德家故以余
 貧苦遂見用於小邑於時風波未
 靜心潭遠投躬澤去依百里公田
 之別足以為酒故懷求之及少日眷
 然有歸興之情何則質性自然
 非矯為可得微涼藉如車以支
 病曾從人事嘗口腹自役於途
 復然復慨然思平生之志滿望
 一卷當敘策嘗述尋程火燒表
 於武昌情在駿奔自見去職
 仲秋至冬在官八十餘日因事頓
 心命歸四歸去未今夕乙巳載
 十一月也

歸去來今因園將甚規不歸觀
 自以心為形役受間懷中獨悲悟
 以往之不諫知來者之可追實迷途
 幸未遠覺今是而昨非奇運以程
 臨風歎；而吹衣問征夫以前路
 恨晨光之晝微乃聽銜字載
 欣載年僅僕歡迎稚子候門之
 徑荒荒枯葛猶存攜子入室有
 酒盪樽引壺觴以自酌既庭
 柯以怡顏倚南窗以看傲蒼冬
 膝之易安園日涉以成趣門雖設
 而常關策杖去以流憩時矯首
 中庭觀雲立心以出岫鳥倦飛而
 知還景翳之以將入法孤松而
 盤桓銘去小石請高士以抱柱世
 際旅中相違復駕言舍高求悅
 提威之傳疏樂琴書以消憂
 羨人吾念以春反將有事於西時
 或命巾車或掉孤舟既訪蹤以
 尋壑小舟過西徑丘亦破以
 向榮泉涓之而始流夏芻物之
 得時感吾生之行休已矣乎萬
 形宇內復幾時曷之莫心信去留
 胡帝乎遠之歟何之富莫非吾觀市
 鄉不可期懷良辰以孤往或植杖
 而始好登東臺以舒嘯臨情流
 而賦詩聊束化以錫蓋樂夫天
 命復莫疑

錫世破筆書陶淵之
 二〇西斗七其時第存意



浪

千古风流人物

故壘西邊人道是三國

驚心

浪

用那赤壁

亂草堂

拍案

捲起千堆雪 浪拍崖石亂

驚濤拍岸捲千堆 初

飛 雄姿英發羽扇

談笑間檣櫓

煙滅

故壘神遊

多情應笑我

人如

夢

一尊

墨時江月

蘇軾念奴嬌赤壁懷古

楊廷樞



笔州乃南寧之古稱 始建晉興郡
 於大興元年(38年) 唐貞觀六年(632年)
 因西南有水色溪取名笔州 至泰昌元年
 (54年) 改稱南寧 自此南寧得名 明清
 有南寧府 民國廢府 以為笔寧縣 1949
 年南寧撤興州 建十二自治村 合為南寧
 市 是廣西省首府 州外廣西撤省 劃改
 為壯族自治區

南寧為中國西南大市 北部灣經濟
 區之核心 現擁六區六縣 人口七百萬眾
 壯漢苗瑶等十二民族 布錯而居 南寧
 得天獨厚 四季常春 水暢且金城百
 湖連珠 高樓雲集 南村呼應 八方正可謂
 戴中國旅城之美譽 鼎聯合國 宜居之盛
 名 為古春秋



2006年南寧是位為中國—东盟合
 作三樞紐 城市 擴大對外交流 逐步形成
 西南商貿物流 信息 金融 中心 东盟十
 國 和 日 韓 等 國 之 友 好 市 數 立 外 交 和 商
 務 機 構 南 寧 日 益 發 展 為 區 域 性 國 際 大
 都 市

吾得生於南寧 兒時嬉戲 小枕深院
 水塔亭亭 水鏡濛濛 及高中畢業 背井離
 鄉 求學 任職 於 廣 闊 天 地 之 間 終 未 能 獻 力
 於 出 生 養 育 之 地 深 為 所 憾 今 得 南 寧
 市 政 協 邀 聘 為 海 外 親 朋 聯 誼 會 獻 策 以 效 微
 薄 亦 不 心 苟 意 豈 敢 作 此 文 以 舒 襟 懷

水墨笔州潤春色 古往今來壯子心



楊世傑文 亦碩筆 書於笔州書室 二〇一〇年
 正月十五



大江東去浪淘盡千古風流人物故壘
中邊人遺志三國周郎赤壁亂石穿空
驚濤拍岸捲起千堆雪江山如畫一時

多可也此詞為蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古詞採了雄姿英
發如霜如雪其笑談渴飲檣櫓一壘

成故國神遊多情應笑我早生華髮
人如夢一尊還酹月
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古

宋蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古

蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古

蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古

蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古
蘇軾念奴嬌赤壁懷古蘇軾念奴嬌赤壁懷古





Legend of the Red Cliff

(Nian Nu Jiao)

by Lu Shi (1037-1101) in 1082

The great river rushes toward the east.
Washing away all the figures in thousand
years history.

To the west of the ancient rampart
stands the Red Cliff

Telling the legendary story of young Zhou
in the war of the three kingdoms.

Sharp rocks point to the sky.

Great waves tear the shore apart.

Rolling up thousand piles of snow.

As is in a picture.

The river and mountains

attracted countless gallants and heroes.

I imagine Marshal Zhou in his days.

You, handsome and powerful.

Just married his bride Little Qiao.

And in his casual dress with a feather fan,

Talking and laughing while

Thousands of enemies' warships were destroyed
in flame and vanished as smoke and ash.

Visiting the old land with my soul

I would laugh at myself, too emotional.

Adding early grey to my hair.

Oh, is life like a dream?

Let us just drink with the
never changing river and the moon.



Translated and written by Lu Xueqiang

in Sydney, 2016. 2. 20.



北國風光十里
 水光萬里亭
 報望長城白
 外惟系莽之
 大河天下秋
 隔之小舞浪
 如原馳蠟炭
 欲與天公試
 高須晴日看
 紅裝素裹
 分外妖嬈
 江山如此多嬌
 引兵百萬英雄
 欲折腰惜秦
 望漢武略瑜
 文采唐宗宗
 祖捕猛風
 騷一代大
 成吉思汗只
 識彎弓射大
 雕俱往矣
 數風流人物
 還看今朝

毛澤東詞
 冬景
 楊慎賦筆書
 於北京書畫院
 癸卯年冬月

時維九月序序之秋
 涼水盡而寒潭清
 光散而春山空
 蹤跡駢發之路
 訪風索於
 系阿羅市之長洲
 得天人之舊俗
 層出
 擊舉乎上
 去重霄
 飛鸞
 流舟下
 臨去地
 能汀
 色
 借第為崇之
 崇迴柱
 殿蘭宮
 即周張之體
 勢拔後關
 俯睥蒼
 山原瞻
 甚區視
 川澤
 行亭駭
 陶陶樓
 地壇鳴
 鼎食之
 家柯
 盤津津
 者在
 景龍
 三和雲
 箱西齊
 彩
 微
 區明
 洽霞
 學孤
 登齊飛
 似水
 共長
 天之
 德身
 唱晚
 鄉學
 氣彩
 轟之
 漢雁
 陣驚
 寒
 琴
 斷
 衝
 陽之浦

滕王高閣臨江渚
 佩玉鳴璫羅綺燁
 暮艤輕飛南海雲
 珠席暮卷西山雨
 閑雲潭影日悠悠
 物換星移幾度秋
 閣中帝子今何在
 檻外長江空自流

王勃滕王閣序跋
 楊慎賦筆書於
 北京書畫院
 癸卯年冬月

书法笔+传统墨汁+白光纸
 《沁园春·雪》，40厘米×120厘米
 《滕王阁序》，30厘米×150厘米

日依山盡
河入海流
第千里日
一層樓

日依山盡
河入海流
第千里日
一層樓

日依山盡
河入海流
第千里日
一層樓

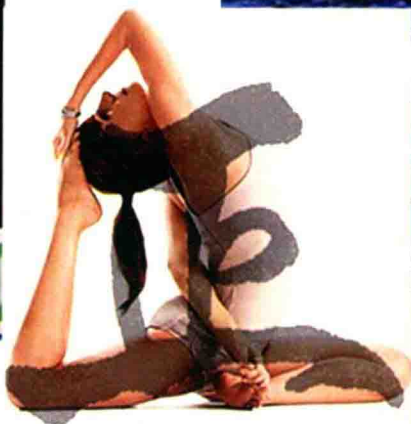
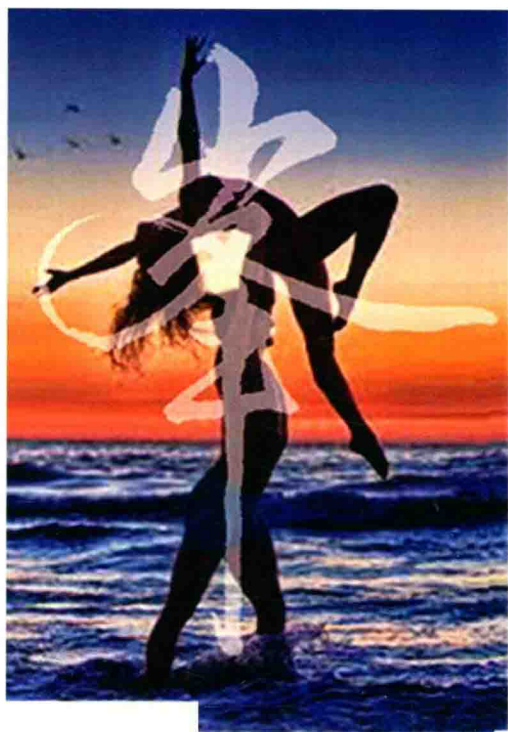
日依山盡
河入海流
第千里日
一層樓

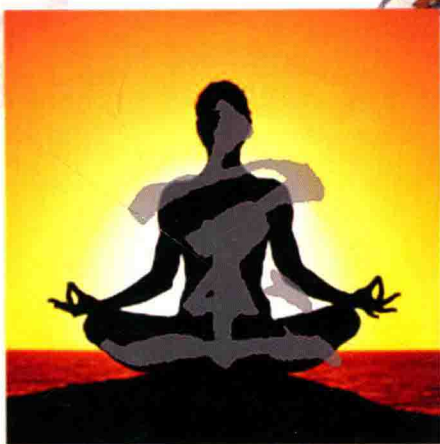
王漢波書
庚子年
秋

海通海通



这就是中华民族的文字，它不仅有音有义，也赋之以“形”。从而，它们拥有一种独特的文字美。这是一种自然美，映衬着大自然的千姿百态。





汉字美是一种朴素的自然美，在自然界处处可见。例如庄重、平衡、匹配、流动等。注重这些基本的自然美，对写好中国字会大有帮助。

We don't know much about each other twenty years ago. We were guided by our intuition; you swept me off my feet. It was snowing when we got married at the Ahwahnee. Years passed, kids came, good times, hard times, but never bad times. Our love and respect has endured and grown. We've been through so much together and we are right back where we started 20 years ago - older, wiser - with wrinkles on our face and hearts. We now know many of life's joys, sufferings, secrets and wonders and we're still here together. My feet have never returned to the ground.

— Steve Jobs.

Thursday 15 June 1944

Dear Kitty,

I wonder if its because I haven't been able to be outdoor for so long that I've grown so crazy about everything to do with nature. I can well remember that there was a time when a deep blue sky, the song of the birds, moonlight and flowers could never kept me spellbound. That's changed since I was here.

... For example, when it was so warm, I stayed awake on purpose until half past eleven one evening in order to have a good look at the moon for once by myself. But as the moon gave far too much light, I didn't dare open a window. Another time some months ago, I happend to be upstairs one evening when the window was open. I didn't go downstairs

永字变身：

通过调整字的架构
来改善书写效果。

永不没字！

永不没字！



点侧斜



短横缩短
并抬高



左边横撇提升



右边撇捺提升



修整笔画连接后完成