

粉笔书法

与

板书

陈道义
编著

A hand is shown writing the title '粉笔书法与板书' (Chalk Calligraphy and Blackboard Writing) on a dark, textured surface that resembles a chalkboard. The hand is holding a piece of white chalk and is in the process of writing the last character '之'. The background of the cover is a light yellow with vertical lines.

粉笔书法与板书

华东理工大学出版社

64

粉 笔 书 法 与 板 书

陈道义 编著

华东理工大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

粉笔书法与板书/陈道义编著. —上海:华东理工大学出版社, 2000. 12

ISBN 7-5628-1129-6

I. 粉... II. 陈... III. ①粉笔-书法-师范学校-教材②板书-师范学校-教材
IV. G424.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 00139 号

粉笔书法与板书

陈道义 编著

出版	华东理工大学出版社	开本	787 × 1092 1/16
社址	上海市梅陇路 130 号	印张	8.25
邮编	200237 电话 (021)64250306	字数	196 千字
网址	www.hdlgpress.com.cn	版次	2000 年 12 月第 1 版
经销	新华书店上海发行所	印次	2001 年 2 月第 1 次
印刷	上海展望印刷厂印刷	印数	1-6100 册
ISBN 7-5628-1129-6/Z·178		定价:12.00 元	

导 论

近十几年来,随着书法热的兴起,越来越多的中外人士开始关注中国书法。这不仅体现在毛笔书法的艺术性上,也体现在钢笔、圆珠笔等硬笔书法的实用性上,可以说传统思想中的高雅书法正向大众化迈进。从此,书法的概念产生了狭义和广义之分。狭义的书法是专指书法艺术,而广义的书法则包括通常所说的“写字”和书法艺术。其实,写字与书法艺术既有联系又有区别。其联系就是二者都讲究点画、运笔和结字等,其区别在于写字主要为实用服务,只要能写得正确、规范、工整、流利、易识便可。而书法艺术则主要为审美需要,虽然它是由实用书写发展而来,而且至今尚未完全脱离实用性,但是仅仅写得正确、规范、工整、流利是不够的,更要讲究美的因素,如点画线条的情性趣味、结字的虚实变化、章法的气韵生动等,可以在平正中求不正,以达到“大正”。正如唐代书法理论家孙过庭在《书谱》中所言“初学分布,但求平正;既知平正,务追险绝;既知险绝,复归平正。”这体现了追求书法艺术美的规律。当然,写字时以书法艺术的高标准来要求,对写好字也会有很大的促进作用,而且艺术与美总是相互联系的,了解一些艺术美的规律,对写字者自身素质的提高也有很大帮助,这也是当前提倡素质教育的具体实施。必须指出,写字有了一定的基础后,如不学习书法艺术的有关知识,写到特别工稳处便是僵化的开始,这样形成习惯反而难以把字写得灵动潇洒。同样,一味追求强烈艺术效果的字,在实用范畴也是不太受欢迎的。因此,字要写到工稳又不失灵动,潇洒又不狂怪,才能雅俗共赏。这也正是本书的编著宗旨。

我们知道,粉笔书法与板书是联系紧密的两个概念。所谓板书,简言之,就是用粉笔在黑板上书写,但作为教师职业的用语,“板书”往往有其特定的含义,它不仅是指粉笔书法,而且还包括整个黑板面的设计,亦即书写内容的条理性,符合教学需要的纲领性等。因此,粉笔书法是板书的基础,要设计好板书,先要练好粉笔书法。因粉笔书法是硬性书写工具,所以粉笔书法同钢笔书法、圆珠笔书法一样也属于硬笔书法范畴。硬笔书法可以说既古老又年轻,它的家族成员越来越多,如现在有多种签字笔写的书法,还有用水彩笔在磁性白板上写通知公告等。粉笔书法是这一家族中的老成员了。辛亥革命前后,新学兴起,粉笔就跻身课堂,发挥了重要的作用,可以说它是“粉身碎骨浑不怕”,默默无闻地为教育事业作贡献。然而就目前的应用范围来说,粉笔书法没有钢笔、签字笔、圆珠笔书法那样广泛,因为它只用于课堂教学、板报宣传等。就历史性而言,它更没有毛笔书法那样悠久而有丰厚的积淀,因为粉笔书法不便保存、生命短暂,甚至是稍纵即逝。因此,现在研究毛笔书法、钢笔书法的书很多,有古代的,有现代的;有字帖,亦有教材。但研究粉笔书法与板书的极少见,尤其是这方面的教材,至今没有科学性较强的出版物面世(恕笔者孤陋寡闻)。可能有人认为如果毛笔书法、钢笔书法练好了,了解一些板书设计的方法和规律,那么粉笔书法的问题便迎刃而解。我很赞同这一观点。因为书写的工具虽然不同,但写字的规律有很多共性,尤其是结字几乎同理。本教材也要借鉴古代的名碑法帖作为临摹的范本。由于学习书法的目的各有不

同,各种书法都学,时间上不允许,作为师范生或教师,径自学习粉笔书法与板书,可以学以致用,如有兴趣、有时间再学其他书法也为时不晚。况且,粉笔书法也有一些自身的特点,需要在实践中去领会掌握。有的人善于驾驭毛笔、钢笔,但骤拿粉笔面对黑板就难以随心所欲。

粉笔书法与板书虽然没有毛笔书法那样悠久的历史,也没有钢笔等硬笔书法那样应用广泛,但它的重要性不容忽视。其一,是在课堂教学中能起到画龙点睛的作用;其二,板书对中小学生的写字水平有直接的影响。中小學生是祖国的未来,而写字也是对他们进行素质教育的重要方面。郭沫若先生在1962年为《人民教育》题辞中指出:“提倡中小学生写好字,不一定要人人都成为书法家,总要把字写得合乎规格,比较端正、干净、容易认。这样养成习惯有好处,能够使人细心,容易集中意志,善于体贴人。”目前,各中小学虽然大多开设了写字课,但很少有懂得书法的专职老师,有的学校让语文老师代教,有的只不过让学生自己照着范本练,在这种情况下,教师的板书就尤为重要了。

常言说:“工欲善其事,必先利其器”。要学好粉笔书法与板书,必须了解书写工具的特点和性能。粉笔是以石膏为主要原料制成的一种圆锥形硬笔,是一种消耗性的书写工具,因板书需要清晰、流利,所以粉笔以细腻不含砂粒者为上,质地过松或受过潮湿的粉笔写起来易折断,并且字迹粗笨;质地过硬或含砂粒的粉笔,写起来字迹不易清晰,甚至黑板上会留下一道道抹不去的痕迹,影响再次书写。当然,板书还与黑板质量的优劣有关,有些木制的黑板,或由水泥砌成再涂上油漆的黑板,因其表面过于光滑,或不够平整,都会影响板书水平的发挥。相反,现在有一种用毛玻璃制成的黑板,质地板面略粗糙易接受粉笔,白色的字很容易显现出细节。了解了粉笔、黑板的特点与性能,板书前可以先画线条试一试,这对控制板书的速度和力度均有很大的帮助,可谓知己知彼。

众所周知,凡学习一门知识或技法技巧都要讲究方法,学习粉笔书法与板书当然也不例外。在几年的高校公共书法教学实践中,我们总结了一种常用而有效的学习方法,那就是:“多看、多写、多悟”。

所谓“多看”,就是留心观察优秀的粉笔书法与板书或其他优秀书法作品,如毛笔书法或钢笔书法作品等(正如前文所述,这些都有相通之处),并尽量默记于心,以便为我所用,如蜜蜂采花酿蜜之理。这样下笔时就不会不知所措。

所谓“多写”,就是根据自己的写字基础和自己的气质习性(在第三章第二节中详述),在书法老师的正确指导下,选一本适合自己练习的好范本(字帖),温习得烂熟于心,以致逐步摆脱原来的“我体”。由于每个教室里一般只有一块黑板供教学使用,不便于许多人在课余时间练习板书,因此,应自备一块小黑板,坚持挤时间多练习。若能写好四五百个有代表性的字,其他字一定能写好。“多写”与“持之以恒”相呼应,做任何事,如果一日曝十日寒,那只能半途而废。据笔者经验,写字最差的人,只要按正确方法坚持练字二年,定有改观。这里所讲的“多写”,主要强调练字的频率,即练习的次数要多,而每一次不一定要写得很多,最好每天练习几个字,日积月累起来就可以了。有的同学为了把某个字写好,就一次连续练写几十遍,结果事与愿违,因为写多了或许带有急躁心理,不去思考校改,反而形成定势,这样会出现越写越差的现象。

所谓“多悟”,简而言之,就是在“多看”、“多写”的基础上,加深体会和理解,在书写比较中求进步。如果只抬头多看、埋头多写,而不思考感悟,有时练字会变得枯燥无味,还有可能

会失去原来的兴趣和动力。因此,“学而不思则罔”就是这个道理。

总之,学习的方法有共性,也有个性,有时也因人而异,只要我们大胆探索,不断总结,就能找到适合自己学习粉笔书法与板书的有效方法。

思考与练习

1. 说一说写字与书法艺术的联系与区别。
2. 为什么说粉笔书法与板书的重要性不容忽视?
3. 你能列举出一两种学习粉笔书法与板书的方法吗?

第一章 粉笔楷书的基本技法

第一节 执笔、运笔、板书的姿势

我们从小学(或者幼儿园)开始学写字,就涉及到执笔问题。但那时先是执铅笔,然后执钢笔、圆珠笔等,有时还要执毛笔,这些执笔法可能都有老师或家长示范。唯粉笔执法很少有人问津。因为少儿学习期间还用不着粉笔书法,即使有少数同学为出板报而执粉笔,恐怕也是“无师自通”,没有人去考察其正确与否,现在我们学习粉笔书法与板书,不能回避执粉笔问题,因为执笔的方法是否妥当,对书写的水平有直接的影响。

粉笔不同于毛笔和其他硬笔,自身是笔杆又是笔头,而且板书是立式书写,手腕、手臂均要悬起,因此执粉笔的方法也不同于其他笔类的执法。通常采用“三指法”,即拇指、食指、中指三者齐力握笔,其中拇指、中指对应相抵,食指在前控制行笔方向,其余二指(无名指和小指)自然弯曲相依即可。在前的食指距离粉笔头约 1.5 厘米,这样书写起来既着力又灵活,如果离粉笔头太近,执笔的手指某部位会靠在黑板上来回摩擦,影响书写的流利;如果离笔头太远,无力控制行笔,写出的笔画会太轻而不清晰,影响观者的视觉效果。执粉笔时还要指实掌虚。“指实”即手指执笔要紧而有力量,写出的字才能刚劲有力;“掌虚”就是手心不能握拳,而要留有一定的空间,使运笔灵活,这样写出的字则流利而不呆板(见图 1-1)。

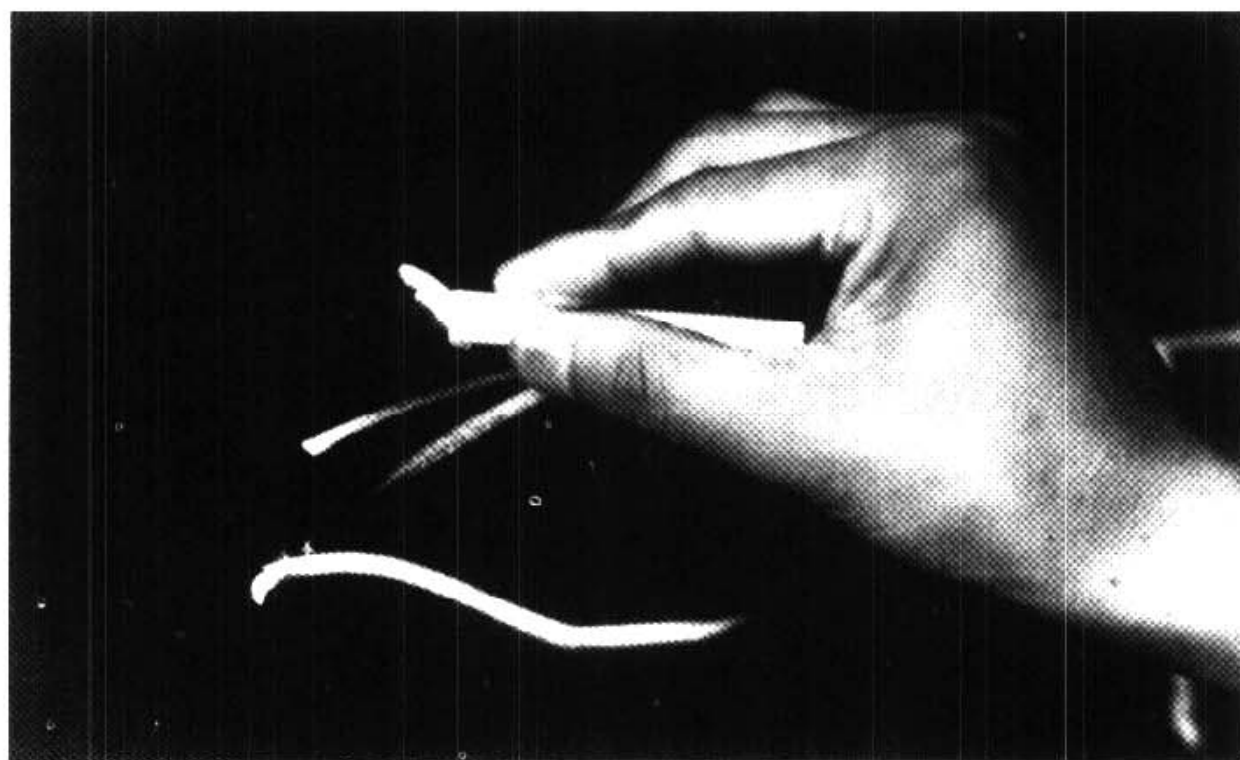
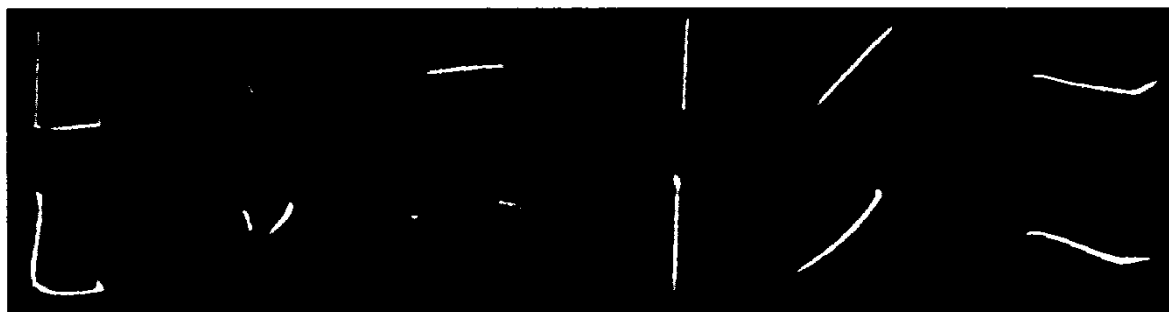


图 1-1

所谓运笔,就是在写字时,粉笔在黑板上行走的运动过程。这一过程留下的痕迹,就是点画,由点画再搭成字。因此,讲究运笔,点画就有生气,再加上结体合理,字就美观。否则,只是直统统地一画而过,点画则了无生气而且笨拙。即使结字好,也难免板滞。请比较下列点画的优劣。



讲究运笔,就是在不同点画的书写过程中,行笔讲究提按、顿挫、转折、快慢等。“提”就是将粉笔从板面提起,使笔迹从粗到细(如果提笔最后离开板面,笔迹就由细到无);“按”就是将粉笔在板面上重按,使笔画变粗,运笔的提按往往是在同一笔画中完成,如斜撇的写法就是先按后提,以达到右上粗、左下细的笔画效果。所谓“顿”,就是在“按”的基础上停顿一下,使点画的某一处圆浑而有力量。“顿”经常在点画的起笔、收笔或勾挑捺角处体现出来。“挫”是指转换笔尖方向的一种急促而有力的行笔方式,常和“顿”一起连用,称为“顿挫”,比如在钩画的出钩处就要用“挫”。以竖钩为例,钩画就是先顿后挫,粉笔尖扭转方向而形成的一种运笔线路。这样能收到蓄势跃出的效果(犹如踢足球,出脚时脚先向后收(蓄势)再踢出,使之强有力),如果没有“挫”笔扭转作准备,而径直出钩,其钩画则如断柴折芦,了无“精神”。所谓“转折”,也是改变粉笔尖书写方向的一种运动形式,但它不像“挫”那样急促而含“扭”的运笔动作,而是圆转地改变运笔方向(“一”)和方折地改变运笔方向(“丿”)。由于粉笔写到一定程度会磨损成扁平,于是出现线条粗细不均,我们通过转折运笔也正好能弥补这一缺陷。

运笔中的“快慢”,指的是点画行笔速度。“快”便于连带而易写出气势,“慢”便于沉着而不易轻滑。有时某一笔画的运笔过程就有快慢之分。如‘悬针竖’的写法,先慢后快,将粉笔渐渐提起,以行笔惯性出锋,使笔画锋芒毕露,如针之悬。

运笔在某一笔画中有三个步骤,即“起、行、收”(被称为运笔的“三部曲”)。上文说的运笔的各种方法(提按、顿挫、转折、快慢等)就应用在不同笔画的“起、行、收”中,如楷书的长横写法,可以概括为“起笔顿顿、收笔顿顿、中行速而劲”。相对而言,楷书运笔较慢且迟重,而行书多连带,运笔较快而轻盈。

理解了粉笔书法的执笔、运笔方法和书写要领之后,我们便可着手在黑板上练习书写,书写时除了精神集中之外,还应该有良好的板书姿势,姿势正确能充分利用人体各部分的有利因素,还有益于身心健康。因为板书通常是站着写,且板面与人体平行(写毛笔书法和其他硬笔书法时,纸面与人体几乎垂直),所以要讲究站得稳,两脚平放地面且分开与肩同宽,执粉笔的手臂自然弯曲(有时写到高处时,也可伸直),另一手臂自然下垂(不要作舞蹈姿态),头要正,头正则视线平,板书也容易平正(图 1-2)。一般地,板书者都是正面对黑板,背向学生,但有特殊需要也可侧向黑板,侧向学生。另外,根据板书者身高的不同,板书时亦可适当踮脚或下蹲,以适应板面高低的需要。总之,正确的板书姿势要与实践相结合。



图 1-2

第二节 粉笔楷书的笔画形态与写法

笔画是构成汉字的基本部件,它与结体共同有机地组合成美观的书法。因此,了解并熟练书写各种形态的笔画是写好粉笔书法的重要一环。上一节介绍的运笔方法以及书写某一笔画的“起、行、收”三步骤,是从笔画运行来分析的,是“动”的方面;而笔画形态是从笔画的形象来分析的,属“静”的方面。当然,每种不同笔画的“静”的形态是通过粉笔运行的“动”的过程来完成的。虽然“静”的笔画形态是丰富多样的,但“动”的运笔却“万变不离其宗”。

按照《现代汉语字典》,楷书的基本笔画有八种:即点、横、竖、撇、捺、挑、折、钩。但每种笔画又有多种形态差异,如“钩”,就可以分为“横钩、竖钩、卧钩、斜钩、弯钩、竖弯钩、横折弯钩”等。而且每一位书写者,因其师承不同,手性不同等因素的影响,对同一形态的笔画又会写出不同的面貌来,再加上结构、用笔手法的变化,从而出现多种不同风貌的板书。

下面介绍各种楷书笔画的基本写法。

一、点

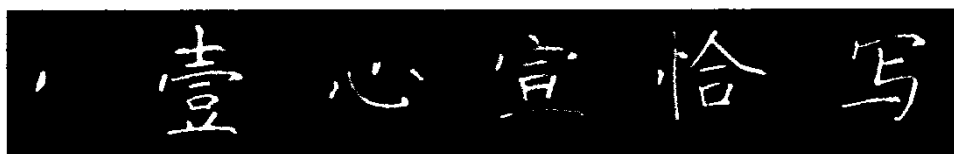
点是笔画中最小的形态,但它在整个汉字中频繁出现、举足轻重。点可分为基本点和组合点两大类。

1. 基本点

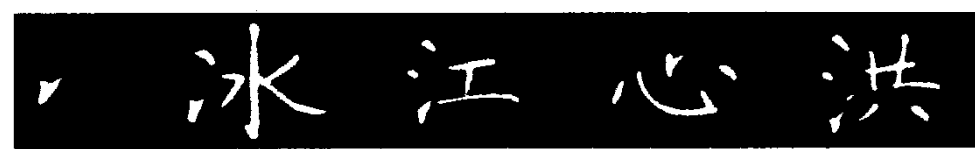
(1) **侧点**:写法是左向斜侧落笔(与水平方向约成 45° 角)先轻后重向下滑行,迅速停顿回锋收笔。如:



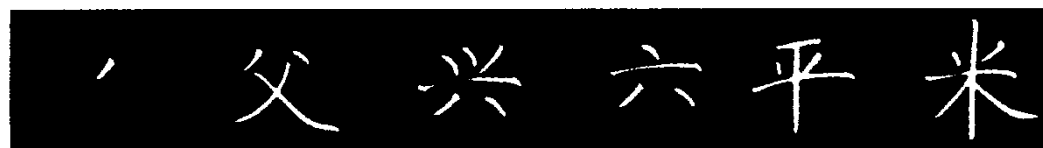
(2) **垂点**:如露珠垂而欲滴,故称。又因这种点一般出现在字的最左边,所以又称“左点”。写法是右向斜侧落笔(与水平方向约成 75° 角)先轻后重向下滑行,迅速停顿往上收起。如:



(3) **挑点**:形如短小的挑画,故称。写法是纵向落笔而顿,再提笔向右上出锋挑起,动作要快而有力,如:



(4) **撇点**:形如短小的撇画,故称。写法是左向斜侧落笔而顿,再提笔向左下出锋挑起,如:



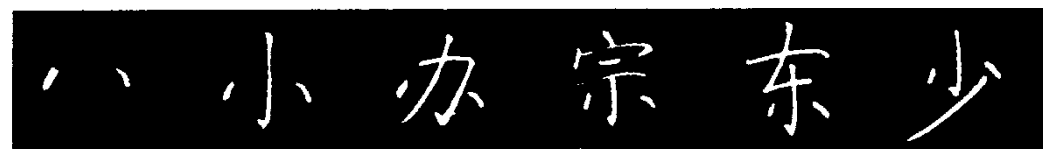
(5) **长点**:拉长侧点便是长点。写法与侧点写法相同,只是行笔的过程稍长,如:



2. 组合点

组合点是由基本点组合而成,书写时均要注意互相呼应。

(1) **左右点**:由垂点(左点)与侧点组合而成,往往分布于某一笔画的左右两边,书写时要笔断意连,如:



(2) **相向点**:亦称“羊头点”,这是侧点与撇点的组合。书写时撇点长,且两点不要相交,如:



(3) 相背点:这是撇点与侧点的组合。书写时两点的距离不宜太近或太远,如:



(4) 上下点:是上、下两个侧点组合而成。书写时两点要略有变化才显得生动。如:



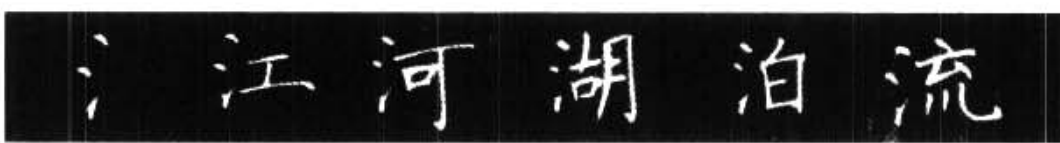
(5) 并二点:由侧点和挑点或由撇点和挑点组合而成。书写时要根据不同要求进行变化,如:



(6) 合三点:由左、中两个侧点与右边一撇点组合而成。书写时注意中侧点位置略高,使三点上方呈弧线形,撇点要衬在侧点下面。如:



(7) 水旁点:这是由两个侧点和一个挑点组合而成。书写时,中间的侧点向外略突出,形成“(”形状,如:



(8) 火底点:由一个垂点和三个侧点组成,也可由三个垂点和一个侧点组成。书写时中间两点要直一些且略小,左点要斜一些且略大,四点要撒开以托住整个字的上部为好,如:



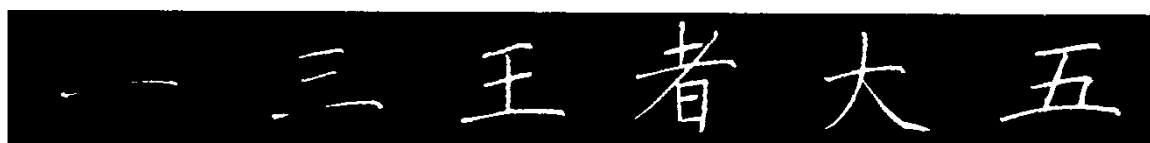
(9) 两对点:由左上侧点、左下挑点、右上撇点和右下侧点合而成,也可以说是两个不同的并二点分布在某笔画的两旁,如:



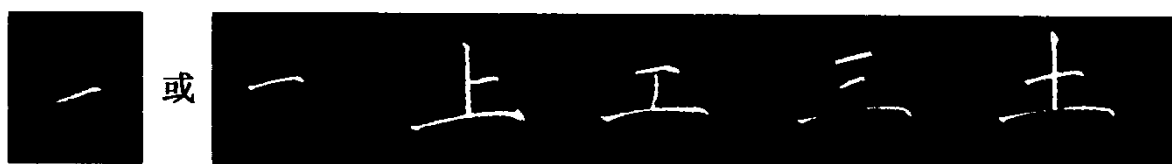
二、横

横画书写最能体现“起、行、收”运笔的三步曲,起笔左向斜侧(与水平夹角约 45°)顿下,行笔略快,收笔往右下顿,形成中间细、两头略粗的细腰横。横画的形态有三种:即长横(在字中往往起到平衡作用)、短横(运笔可以先轻后重)、斜横(写法同长横,只是斜度大些)。无论长横还是短横,都不要写得太平,一般向右上斜约 10° 角,这样符合观者视线的错觉。如:

长横



短横



斜横



三、竖

竖画有悬针竖和垂露竖两种形态。悬针竖的写法是左向斜侧下顿笔,行笔逐渐上提脱离板面以惯性出锋,形成针尖状,通常于某字或某部分居中插下。垂露竖的写法,起笔同悬针竖,行笔均匀用力,收笔时右下略顿。竖画要写得不偏不倚。如:

悬针竖:

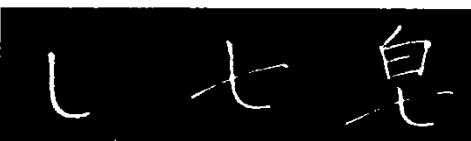


垂露竖:



竖画还有两种附属形态,即:竖弯,竖提。如:

竖弯:



竖提：



四、撇

撇画的写法是斜向侧下顿笔，行笔逐渐上提，快速而带弧势，收笔顺势出锋。撇的形态主要有四种：斜撇、竖撇、平撇、短撇。撇的写法都一样，只是长短、斜度各有不同，如：

斜撇：



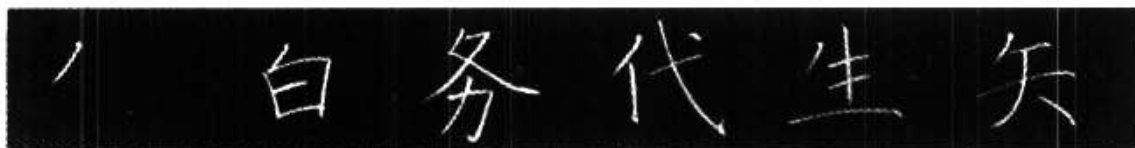
竖撇：



平撇：



短撇：



五、捺

捺画在一个字中往往充当主笔，是比较难写的笔画之一。其形态主要有：斜捺、平捺、反捺。斜捺的写法是起笔轻，行笔时逐渐下按，快要出锋时略顿，再扬起笔依运笔惯性飘出，写捺时要留意线条的波折。平捺写法同斜捺，只是与水平方向夹角较小，故称。反捺写法如长点，经常被用在捺画并列或重复的地方（有时是手写体的习惯，因为以长点代捺写起来方便），如：

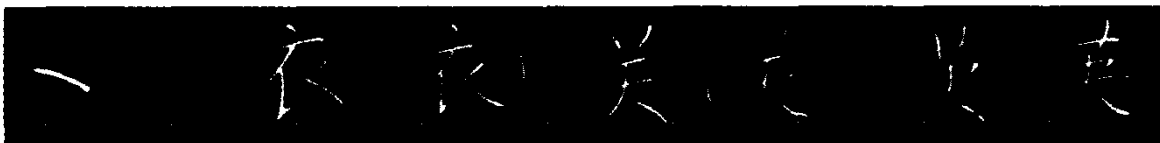
斜捺：



平捺：



反捺：



六、挑

挑画写法是纵向落笔略顿而挫，行笔快提，依运笔惯性斜向右上挑出。挑画有平挑和斜挑两种，斜度略有不同，如：

平挑：



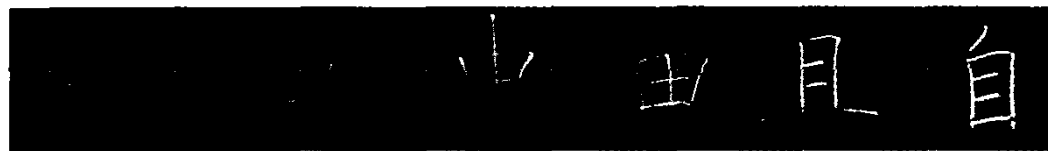
斜挑：



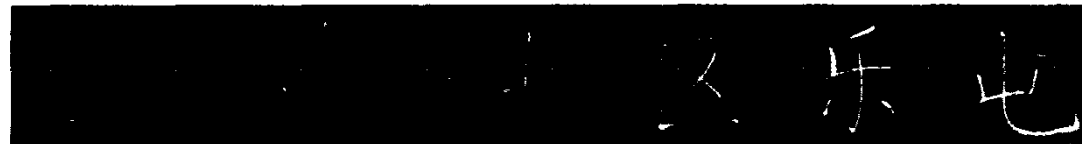
七、折

折画在汉字中出现较多，而且形态各异。书写时关键在折处顿笔，并注意构成折画线条的夹角和相互关系。

横折：构成折画线条的夹角一般小于 90° 或等于 90° ，如：



竖折：构成折画线条的夹角一般略大于 90° 或等于 90° ，如：



撇折：先写一短撇，再顿笔右向上挑，夹角约 45° ，如：



横撇(折):先写一横,于折处顿笔,再写一撇,夹角约 45° 至 60° ,如:



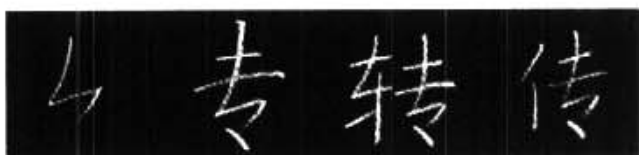
撇点(折):先写一撇,于折处轻顿笔,再写一长点(或视为反捺),夹角约 60° 至 90° ,另注意两笔画向内略弯曲,如:



横折弯:先写一短横,于折处顿笔,再写一竖弯(注意竖弯处一定不能写成折),如:



竖折撇:先写竖画,略向右倾斜,第二笔呈水平或向上略斜,第三笔画写得短而有力,如:



八、钩

钩画常常依附在其他笔画上,与其共同构成笔画形态,运笔出钩前一定要顿挫蓄势,这样钩锋才显得稳健有力。钩的主要形态有:

横钩:先写横,于横的结尾处向右下顿,再挫锋钩出,与横画夹角约成 45° ,钩锋不要细长,如:



竖钩:先写竖,于竖画的结尾处向左下顿,再挫锋钩出,与竖画夹角约成 45° ,钩锋不要细长,如:



斜钩:先顿笔写斜画略带弧度,于斜画结尾处顿笔,再挫锋向上钩出,钩锋不要过长,如:



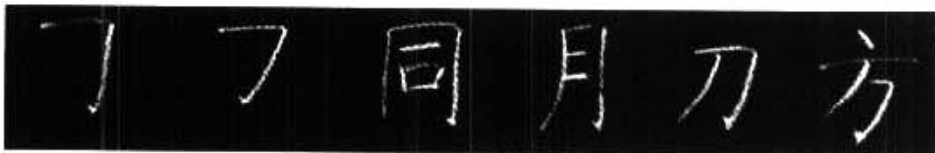
弯钩:写弯钩时要留意向右“弯”的弧度,并注意收笔处与起笔处几乎在同一条垂线上。钩法同其他,如:



卧钩:可以理解为将斜钩“卧倒”,但起笔轻,弧度更大,出钩要向左上,以求与其他笔画呼应,如:



横折钩:根据横折画的夹角,横折钩又有两种形态,写法参照横折画与钩的写法,如:



竖弯钩:先写竖画,再右转弯(如画圆),收笔时正向上轻快钩出(可略向内钩,但决不能向外钩出),如:



横折弯钩:先写横画,于横画的结尾处折向内弯,曲如画圆,收笔时向上轻快挑出。注意斜弯有几种形态,如:



横撇弯钩:横要短,撇和弯钩连接的地方不要顿笔,注意弯钩的长短和弧度,有折有弯,形成对比,如:



横折折钩:横不要长,转折的地方要轻顿,折钩要向左收,成倾斜状,如:



竖折折钩:转折处要轻顿,最后的折钩要倾斜,如:



以上是笔画的基本形态和写法。汉字的笔画组合较多,未必能尽举其美,但掌握了以上笔画的写法,其他便能迎刃而解。另外,因这些笔画是手写,不是印刷,形态可能会因人而异,甚至同一人写同一笔画也会有差异的。怎样使总体搭配好,本书将在第四章中详述。

第三节 粉笔楷书的常用偏旁写法

偏旁是构成汉字的主要部件,是介于点画与结体之间的一种形态。练好偏旁写法,在某种程度上对学习粉笔书法与板书起着桥梁和纽带作用。习字时可将相同偏旁的字聚在一起写,举一反三以达到事半功倍的效果。

关于偏旁,旧时称汉字中合体字的左边为“偏”,右边为“旁”。后来,合体字的上下部分亦有衍称偏旁的,且有形旁、声旁之分,这是从构字的发展规律来分析命名的。若从书法的角度来分,合体字的左右部件都可称为“旁”,如“左耳旁”、“右耳旁”等;而合体字的上下偏旁又可分别被称之为“头”和“底”,如“宝盖头”、“心字底”等。偏旁涉及到上、下两部分,且笔画相差无几,则可以称“头”,也可以称“旁”,如“疒”可以称“病字头”,也可以称“病字旁”(但“广字头”、“厂字头”,一般不称“旁”。有时仅是约定俗成而已)。

下面我们将形态、写法有共性或有可比性的偏旁分组讲析,这样大家练字时可以触类旁通,也便于记忆。另外,对于一些缺少共性,又较难写的偏旁单独列出范例。

一、木字旁、提手旁、禾苗旁

这三个偏旁中的竖画(或竖钩)都从横画的中间偏右穿过,木字旁与禾苗旁的撇画、点画要与中间的竖相接。提手旁的提画穿过竖钩的下中部。

例字:

