



田英章

TIANYINGZHANG

最新书法专业教程



JIAZHUAN

TIANYINGZHANG ZUIXIN SHUFA ZHUANYE JIAOCHENG



欧体毛笔楷书字帖

OUTI MAOBI KAISHU ZITIE

田英章 编著
TIANYINGZHANG BIANZHU

上海交通大学出版社





责任编辑：刘邦权
封面设计：万卷工作室

www.jiaodapress.com.cn
bookinfo@sjtu.edu.cn

田英章 最新书法专业教程

TIANYINGZHANG

ZUIXIN SHUFA ZHUANYE JIAOCHENG

作者简介

田英章 字存青、存卿，1950年生于天津。
书法研究生，国家人事部干部。
先后毕业于首都师范大学，日本东京学艺大学。

历任：

《国务院任命书》高级书写员
中国现代硬笔书法研究会会长
中国硬笔书法协会首任会长
欧阳询书法艺术研究会会长
王羲之碑林筹建委员会秘书长
国家人事部人才所中国书画人才中心主任
书画人才资格审定委员会主任
日本国艺书道院教授
日本中国书法学院教授

ISBN 7-313-03691-4



9 787313 036919

01 >



ISBN 7-313-03691-4/J·113

定价：28.00元(含光盘)

万卷字帖书系

田英章最新书法专业教程

——欧体毛笔楷书

田英章 编著

上海交通大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

田英章最新书法专业教程：——欧体毛笔楷书/田英章编著.
—上海：上海交通大学出版社，2006
(万卷字帖书系)
ISBN 7-313-03691-4

I.田... II.田... III.毛笔字-楷书-法帖
IV.J292.33

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 029414 号

田英章最新书法专业教程

——欧体毛笔楷书

田英章 编著

上海交通大学出版社出版发行

上海市番禺路 877 号 邮政编码 200030

电话：64071208 出版人：张天蔚

郫县蜀望印装厂·印刷 全国新华书店经销

开本：850mm×1168mm 1/16 印张：10 字数：320 千字

2004 年 4 月第 1 版 2006 年 12 月第 3 次印刷

ISBN 7-313-03691-4/J·113 定价：28.00 元(配光盘)

版权所有 侵权必究

欧阳询楷书浅说

田英章

一、楷书的形成与发展

历史上楷书也称为“真书”、“正书”，甚至也有将“隶书”称为楷书的，在名称上不尽一致。楷书作为一种书体，在历史上肯定是慢慢形成的，而且公认是从隶书演变而来的，时间应该是在东汉时期。

传统的说法是由东汉时期的王次仲首创楷书，《宣和书谱》中说：“上谷王次仲始以隶字作楷法，所谓‘楷书’即今之正书也”。王次仲，东汉时期书法家，今河北怀来人，首将隶法作楷法，字方八分，称为“八分书”。

严格讲，王次仲当时的楷书有很多隶书的成分，是介于隶书和楷书之间的体势。从体势上讲，和我们今天的楷书并不完全一样。我们今天所用的楷书叫“今楷”，确切地说，今楷是到了唐代才正式形成的，因此也叫“唐楷”。

至于说王次仲创造了楷书，这一说法可能有失于公允，我们很难想像，仅凭一个人的力量怎么可以完成一种书体的创造，并被后人所公认，为历史所流传呢？这应该说是不可能的事。但有一点是可以肯定的，在由隶书向楷书演变的过程中，王次仲肯定是做了突出的贡献的，他应是一位杰出的代表。可以说，东汉末年楷书的基本特征已经形成。

东汉以后，到了魏、晋时期，出现了一批杰出的书法大家，如钟繇、王羲之、王献之等，他们将楷书推到了一个高峰，以至于到了隋唐时期楷书基本上没有质的变化，仅有的变化也就是法度的严谨和风格特点的不同而已。

二、隋唐时期的楷书

从总体上看，隋唐以前的楷书在形体面貌上比较放纵，飘逸撒放的成分多一些，端庄工整、严谨规矩的成分少一些。到了隋唐时期，楷书在法度上严格了起来，在结体、用笔、章法诸方面更加规范，这就是我们常说的“唐人尚法”。

隋代在历史上时间虽然很短，从建朝到消亡仅仅 37 年。最

后一个皇帝隋炀帝杨广是个地地道道的昏君，历史上记载他弑父夺权，人品极差。但这个皇帝在文才方面却很好，就其文学水平，在中国历史上也是一个少有的皇帝。

隋朝虽然很短，但是科举制度是从隋朝正式开始的（至清代消亡）。科举制中一个重要的内容就是“以书取仕”，字写不好便不可以为官。既然有“以书取仕”，就有“以书求仕”的，所以，学习书法成了当官的必修之课，成了当时政府教育机构必备的课程，因此书法也就朝着统一规范、统一标准的方面发展。讲求共性，讲求法度，讲求规矩，成了当时的最高准则。

到了唐代，唐太宗李世民酷爱王羲之的书法，并极力推广，带头学习临摹。于是朝野内外，举国上下，纷纷效仿，这便使得书法艺术达到了历史上前所未有的高峰。

因有政府的提倡和推行，在唐代初期便出现了四大书家：欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷。唐代中晚期又出现了颜真卿、柳公权、钟绍京等一大批书家，在他们的努力下，楷书的法度达到了极至，达到了前所未有、后人也从未曾越过的高峰，建立了唐朝尚法的典型，开启了中国书法楷书全面发展、全面推进的鼎盛时代。在这个时期，欧阳询当称得上是一位杰出的代表，他的楷书被后人称为“欧体”。

三、欧阳询简介

欧阳询，字信本，乳名“善奴”，生于公元557年，卒于公元641年，在世84周岁，潭州临湘（今湖南长沙）人。欧阳询的祖籍在山东，其祖先做官南下，最后落于长沙。欧阳询的祖父欧阳颢、父亲欧阳纥，曾先后做过广州刺史，都是陈岭南手握军政大权的高官。欧阳询14岁时，即公元570年，陈宣帝陈须疑欧阳纥谋反，故将其全家满门抄斩。幸有欧阳纥的至交好友江总冒死将欧阳询私藏起来，才幸免于难，后又将其收养，并授以书计。因江总也是书家，欧阳询在少年时期在读书写字方面受到江总不少的教育和影响。

欧阳询聪颖过人，学习极为用功，年轻的时候在社会上就有了一定的影响。成年后结识了一个朋友叫李渊。李渊后来成为了唐朝开朝皇帝，也就是唐高祖。李渊很看重欧阳询的才学，当皇帝后便给欧阳询在朝中安排了官职。李渊去世后，由李渊的儿子李世民继位。李世民在政见上和欧阳询并不一致，但看

在父亲李渊的面子上，也念其在书法文才上的成就，给欧阳询先后封了几个不小的官职，如银青光禄大夫，太子率更令，弘文馆学士等。虽然这些官职都不算太低，但都属于研究、教育之类的文官，没有太多的实权。

欧阳询少年时期生活坎坷磨难，成年后在仕途上也并不十分得志，因此他把全部的精力与聪明才智用在了学问和书法艺术上。欧阳询应李渊的邀请主持编写了唐代大型文献巨著《艺文类聚》共 100 卷，这部巨著在中国文学史上有其重要的地位与影响。他的书法在当时被朝野所看重，《新唐书》评欧阳询书法是“尺牍所传，人以为法。高丽尝遣使求之。”他一生写了不少的作品，流传至今的几块碑刻都很有分量，特别是他写的定武兰亭碑，被公认为是碑刻之冠。

四、欧阳询楷书的特点

历史上对欧阳询的楷书艺术成就赞誉甚多，在此不一一列举，只简单地将欧楷的特点归纳如下：

1. 险峻刻厉、刚劲挺拔；
2. 清雅秀丽、瘦健俊美；
3. 规矩端正、一丝不苟；
4. 大小有法、错落有致。

在学习之前先了解欧楷的特点，对我们的学习大有裨益。练字就是练心，在心里练明白了，字也就写好了。

五、学习书法为什么要先学楷书

学习书法为什么一入手要先学楷书？看来这个问题是个老生常谈的问题，其实不然，有许多人，特别是经常写字的人，对这个问题也存在着许多误解和偏见。

有的人以文字形成的脉络为根据，说中国文字是由古文字到甲骨文，由甲骨文到大篆，由大篆到小篆，由小篆到隶书，由隶书到魏碑，再到楷书，是以这个顺序形成和发展起来的，所以练字也应按照这个顺序去练。

这个说法值得商榷。主要是时间问题，人的一生仅有几十年，如果我想专攻楷书，照此顺序我们就要先练古文，再练甲骨、大篆、小篆、隶书、魏碑，再到楷书，人生这几十年的时间太少了，是不可能的，是空洞不切合实际的教条主义。

曾有不少朋友问我，如只学行书、草书或是隶书，不学楷书行不行？我的回答是：完全可以，但是这里有个层次、标准的要求问题，许多人写字也是写了一辈子，但是就是达不到一个高层次，写到一定的程度便不再长进了，其原因是什么呢？往往就是楷书的基础薄弱所造成的，当达到一定的高度时便没有了再行上进的“能量”。

我们举目看一看像王羲之、王献之、欧阳询、虞世南、褚遂良、颜真卿、柳公权、苏东坡、黄庭坚、米芾、赵孟頫、郑板桥等这些一流的书法大家，都有着雄厚的楷书基础，其楷法都达到了炉火纯青的地步，也只有这样才能形成自己特有的书体风格。

所以我们说，虽然练字可以不写楷书，但是没有楷书基础的字，水平自然也就高不了。

中国文字的发展有一个特点：笔画越来越简单，书写技法越来越复杂，其法则与规定难度越来越大。对于那些复杂的书写技法来说，楷书的出现应该是达到了顶峰。具体地说，楷书囊括了书法中所有的笔法，如指法、腕法、掌法、身法、拨灯法、藏锋、露锋、中锋、偏锋、缩锋、裹锋、连笔、顿笔、抽笔、断笔、跪笔、弹笔、悬针、垂露、暗过、淹留、欲竖先横、欲横先竖、欲左先右、欲右先左、无垂不缩、无往不收、阴阳顿挫、俯仰翻合等笔法和技法，这些笔法和技法在楷书中均要得到应用，是必须要掌握的基本知识和要领。

因此先学楷书实际上就是先从规矩入手，先认识和了解什么是共性、什么是必要的法度，什么是公认的法则。用现在的话说，要懂得什么是大家都要遵守的“游戏规则”，只有懂得了这些，我们才有资格去谈什么叫“写字”，什么叫“书法”。实际上许多人不写楷书，甚至也不主张写楷书，其唯一的一个原因就是——“楷法无欺”。

六、为什么要学习欧阳询楷书

学习书法先从楷书入手这无疑是正确的，但是，是不是非要先学欧体，这要根据自己的现实情况和客观条件而定，这里有几个情况需要大家了解和参考。

1. 欧阳询在历史上被列为唐初四大家之首，公认为“翰墨之冠”。《续书断》中云：他是“杰出当世，显名唐初，尺牍所传，人以为法。”自唐以后，历代书法家对欧阳询的赞颂之词举不胜举，当然这些赞颂不单指欧阳询的楷书，对欧阳

询其他的书体也给予了很高的评价。

2. 自唐以后，历代学欧者代不乏人，而且是人才济济，人才辈出，因为学欧而成名者举目皆是，历代很多书法大家都有着学习欧体的经历。

实践证明，学习欧体是通往成功、实现理想的一条可行的道路。

3. 自唐以后，楷书分为四大书体：欧、颜、柳、赵，学其他的楷书可以不可以呢？我的回答是当然可以。不仅可以，要想成为一名真正的书家，必须要学，要学透学精。并且不仅仅是这几种书体，只要是历史上流传下来的都应该学。我本人虽然主要是学欧体的，但在青、少年时期也曾学过颜体、柳体和赵体。

以我本人的学习经验来看，这里有几个问题可供大家参考。

首先来说一下颜体。颜真卿的楷书就其功力、水平、对后世的影响和贡献并不亚于欧阳询的楷书，自唐代以后，学颜者也是代不乏人，因为学颜而成名者大有人在。但我始终认为如果是少儿，特别是几岁的孩子一入手就学颜应该说不太合适，特别是那些女孩子。因颜体的特点是直朴苍老，古拙大度，就其苍老古拙这一点来说，对于年纪太小的孩子恐很难理解，很难领会。倒不如等年纪稍大一点，有一定的基础了再学也不迟。

再说柳体，柳公权也绝对称得上是一位了不起的大家，他的楷书骨力遒健，结构严谨，用笔方圆兼备，自成一家，对后世影响很大。但有一个客观现象是，历代书家学柳的人不多，学有所成的更是少之又少。不是说柳体不好，是说柳体为什么没有继承人呢？什么原因我说不清，但这是个客观事实，希望学柳的朋友能知道这一点。

最后再来说说赵楷，赵孟頫的书法直追王羲之，不仅在行、草、篆、隶方面，即使在楷书方面也称得上是古今一流高手。他的字潇洒飘逸，清秀典雅，雍容华贵，遒健挺拔，对后世也有着重大的影响。可是，是不是便于初学，尚须考虑。我认为赵楷至少不应是首选的书体，因为赵楷放纵无拘，奔放潇洒，个性偏多，共性偏少，初学者很难从中找出入手的规律和规范，极宜养成油滑浮躁、无拘无束、肆意涂抹的不良书风。

因此对初学者而言，还是先入规范，先求共性，先对自己有个约束为好，待有了一定的共性知识，知道了是非标准，明确了行进的方向，再去追求高层次的艺术个性，方是一个有志于书道研习者正确的途径。

欧、颜、柳、赵四大楷书，各有各的风格，各有各的特点。但学不好，也容易

发生问题，比如：欧体写不好就容易写得特别僵硬；颜体写不好就容易写得特别呆傻；柳体写不好就容易写得特别柔弱；赵体写不好就容易写得特别油滑。

从当前时代的审美观来看，“欧里赵面”，也就是以欧体为骨，以赵体为肉，当是最为理想的书体风格。

七、关于欧楷的选笔

许多朋友曾问我，写欧体应该用什么样的笔？是用羊毫的，还是用狼毫的？还有的朋友问我，当时欧阳询用的是什么笔？

原则上讲，用什么笔是个习惯问题，无论什么毛的笔，只要用习惯了也就好使了。

但如具体地说，羊毫太软，狼毫太硬，我使用的笔一般都是兼毫，即羊毫、狼毫合制的笔。我个人感觉这种笔相对要好使一些，注意的是笔锋不要太长，笔毛不要太少。

至于欧阳询当时用的什么笔已无据可考，但从历史有关资料来看，推断为是紫毫笔，也就是兔毫笔。因据有关资料记载，羊毫笔在北宋年间才开始使用，狼毫笔虽然年代较早，但因价格低廉，毫锋过硬，当时的达官贵人大多不用，而用紫毫者多。另外，从欧阳询的行笔起驻、弯角提按上看，也基本可以推断用的是紫毫笔。

对于写字来说，笔固然是重要的，但和手比起来毕竟是次要的，大家应该相信，同样一枝笔，拿在不同人的手里会写出不同的字。在要解决笔的问题的时候，我们更要努力解决手的问题。手的问题实际还是“心”的问题，心里不明白，手是永远写不出好字来的。

（以上根据田英章先生授课录音选摘整理）

功苦同铸 艺德双修

一夫

近些年来，在书法界坚持正统、学风严肃并占有绝对多数的书家，不断地对“狂怪书风”等不良现象，展开了一些批评，有时措辞还颇为激烈。

然而，我倒觉得大可不必，“见怪不怪，其怪自败”，缺乏功底、创意不深的东西，单靠宣传机器的鼓吹，职务的便利，只能是蒙人一时，绝不会蒙人一世，历史终究是不会买账的。换言之，果真是那样，责怪与批评也不会解决什么问题。随着市场经济大潮的到来，鱼龙混杂、泥沙俱下，一些投机取巧者，恨不一夜成名，一夜暴富。追名逐利，不择一切手段，这也是反常中的正常现象，因此我们大可不必感到奇怪。其实，仅就书法而言，历朝历代都有这种蒙事者，都有当时的“现代”、“创新”、“革命”者，只是因其属于胡闹类型、垃圾系列，故没有流传下来，当然也不可能流传下来。随着书法教育的深入进行，随着经济文化特别是人们思想修养的提高，我们有理由相信，这种现象不会维持多久，终将会“书归正传”的。往最坏处估计，即使有那么一两代人书风不正，又何损于灿烂辉煌的书法历史？！故而无须效“杞人”而“忧天”。

其实，就目前书界的现状而言，也并不悲观。在书法艺术复兴的二十几年中，在全国各地确实涌现了一大批优秀的中青年书法家。他们书艺高超、书德高尚，在坚持正统、强调基本功的前提下，不断地在共性中寻求个性，不被尘俗所染，不为名利所动，承上启下，继往开来。在“狂怪书风”潮流的冲击下岿然不动，堪谓“素秋肃煞，劲草标于疾风”。

在这众多的优秀书法家中，田英章便是突出的代表人物之一。

田英章出身于书法世家，受父、伯耳提面命之教诲，自3岁始便随其兄田蕴章苦习书法。楷法至工欧阳，兼学历代宗欧名家文徵明、成亲王、林则徐、黄自元、王维贤、陈景三的法书。田英章虽不聪敏，但却自知用功，五十多个严寒酷暑，一万八千多个日日夜夜，临池无间，日课不辍。他的欧楷技法不仅达到纯熟，而且大可乱真。他的楷书虽然具有明显的欧体风格，但对其火气过盛、笔画过细、隶法偏多、违背今人欣赏意识等方面作了大胆的舍弃和补充，并将颜（真

卿)的方正、赵(孟頫)的潇洒溶于一体,渐而形成了自家风格。从而,以他与其兄田蕴章为代表的“田氏楷书”受到了当代书界内外无可争议的承认和拥戴。

30岁以后的田英章,侧重了对行书的研究,凭借着坚实的楷书功底,拓宽了临习行书的范围,主要对二王、米芾、赵子昂和近代潘龄皋、魏恩赐、廖学晋等名家做了细微的临摹和研究。使其诸法兼备,有机融合。70年代末,在全军第一届书法比赛中,名列前茅,之后被特调进京,始任由国务院总理签发的《中华人民共和国国务院任命书》专职书写员一职,十亿人中此职仅他一人担任。1981年便加入了当时书风严肃、刚刚成立不久的中国书法家协会。此后10年间,在一系列的国内国外书法活动中,他成绩卓著,收获甚丰。特别是1990年获得了世界30多个国家参加的日本国际印刷字体竞赛世界最高奖,1991年获得15个国家参加的国际书法展“世界文化艺术金奖”。并以一个中国书家的荣誉,应日方的邀请,创造书写了楷、行两套字模,字模中含汉字、日本假名、英文、标点符号共计5万余字,现已在世界汉字圈中获得了广泛的好评和使用。近十年来,他出版了书法专著、字帖、教材、光盘、录像带共达百余部。其艺术成就为书坛长者所刮目,使同龄学者所望尘。

当笔者一次与田英章谈到书法学习和“以德养书”的问题时,田英章感慨地说:“先父田荫亭在世时曾不止一次地告诫我们,在写字这个问题上,允许写不好,不允许不好好写。”

田英章还说:“如果一个人想努力把字写好而写不好,这是个功夫问题;如功夫欠佳本来就写不好,却又不好好去写,这肯定是在道德品质上发生了问题。这样的人在社会交往上也多不是贤良之辈,‘字考心画’、‘书如其人’,这绝非是句空话。”

田英章不仅治学严谨,为人谦恭,而且还在书法教学、培养人才方面做出了卓越的贡献,近十年来他培养出了一大批颇有成就的中坚骨干力量,在历次国内外书赛中屡屡获奖,有的还走上了专职书法的道路。田英章的艺术成就和严肃的治学精神,为当今书界树起了坚持正统、以德养书、蔑视投机、靠功力取胜的一面鲜明的旗帜。

在此文章的最后,我还是想重复田英章先生常说的四个字——“楷法无欺”。

第一部分

基本笔法的掌握与应用

笔法是书法的最基本要素，也是与间架结构密不可分的重要组成部分。笔法的核心是用笔（即如何执笔和运笔），用笔不正确，或是不熟练，必然会直接影响到字的效果。有人终身写字而始终是个外行，在书法艺术上从未登其堂奥，绝大部分原因就在于此。

用笔，细细分来有上百种之多，如大致分来则是：驻、行、提、按、侧、转等法。

欧楷在书法史上有“翰墨之冠”、“万世法程”之誉。其用笔原则是：笔方势圆，铁画银钩；起笔驻笔虽有藏锋但均以方笔、露锋居多，而露锋并不尖锐，方笔也全非钝角；转弯处道劲圆润、挺秀双融，忌使转僵硬，钩挑呆板。欧楷笔势特点是：刚劲峭拔，瘦硬刻厉，笔法精妙，俊整精严。精微处，针锋不入；广博中，江海兼收。

我们在研习中注意笔面不可粗笨，笔力不可柔弱，紧张挺拔，规范俊美。还要多临多看，多和教学光盘相对照（有时候是“百练不如一看”）。注意的是千万不可自编自造，自作“创新”，自鸣“个性”。

小横的笔法与应用 小横也叫短横,在书写中因起笔多为轻入,形成一个尖状,故也称尖横。小横难度不大,主要应把握它的位置与其他笔画之间的关系。

注意:小横起笔要轻,收笔要有一个顿笔,但不得用力。

中横的笔法与应用 中横用处极广,在一个字中,它往往起到支架和衔接的作用,因此,一般要写得粗壮结实、坚定有力。另外要注意扛肩(即笔画后半部上斜)的角度。



长横的笔法与应用 长横是其他笔画的练习基础,练习笔画,应从长横练起。在任何一个字中,只要有了长横,它往往是起着关键作用的。在书写中一定要扛肩,且笔画不可太粗,起笔收笔要注意棱角。



悬针竖的笔法与应用 悬针竖都应垂直的,不能向左右倾斜,它多用于字的中间一竖。悬针竖虽然出锋,但不可一笔甩出,应有控制地出锋。悬针竖尽量少用。



垂露竖的笔法与应用 垂露竖不一定是垂直的,往往在左侧时向左斜,在右侧时向右斜,只有在中间时才垂直。在任何地方垂露竖都可以代替悬针竖,而不能相反。

小撇的笔法与应用 小撇是字的精神,但因用途极广,所以它也有长短粗细之分。另外,在撇笔的走向上,因其太短,变化往往不被注意,但这细微之处也正是字的精神所在。