

权威编审 名家书写 导读注释 学练结合

硬笔书法教程

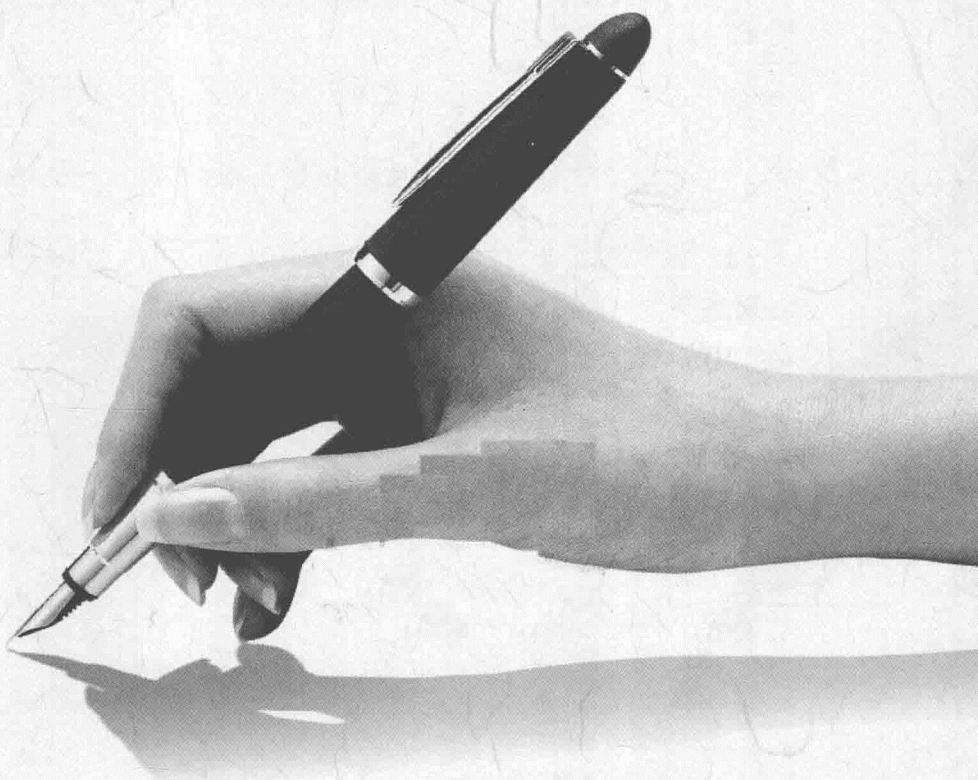
明立军 /主审 赵继东 耿志东 /主编



YINGBI SHUFA
JIAOCHENG

硬笔书法教程

明立军 /主审 赵继东 耿志东 /主编



④ 辽宁人民出版社

©赵继东 耿志东 2015

图书在版编目(CIP)数据

硬笔书法教程 / 赵继东, 耿志东主编. —沈阳: 辽宁人民出版社, 2015.7

ISBN 978-7-205-08319-9

I. ①硬… II. ①赵… ②耿… III. ①汉字—硬笔书法—
高等职业教育—教材 IV. ①J292.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第176440号

出版发行: 辽宁人民出版社

地址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003

<http://www.lnpublish.com.cn>

印刷: 辽宁星海彩色印刷有限公司

幅面尺寸: 185mm × 260mm

印 张: 11.25

字 数: 170千字

出版时间: 2015年7月第1版

印刷时间: 2015年7月第1次印刷

责任编辑: 陈 昊

封面设计: 白 冰

版式设计: 琥珀视觉

责任校对: 吴艳杰等

书 号: ISBN 978-7-205-08319-9

定 价: 35.00元

《硬笔书法教程》编纂委员会

主 任：明立军

副主任：刘玉娟 葛 岳 邢志丽

委 员：赵继东 耿志东 鲁晓静 张 慧 任丽丽

郭文竹 于艳娜 白 兰 王 蕊 葛晓霞

杨 帆

序

汉字是世界上最古老的文字之一，它传承了中华民族几千年的灿烂文化，并在现代社会中起着不可替代的重要作用。

汉字书法是中国人民智慧的结晶，是中国特有的汉字书写艺术，是中华民族传统文化艺术宝库中一朵绚丽的奇葩。汉字是中华文化的载体，书法则是汉字的表现形式。作为特殊的文化形式，寄托着中华民族的艺术灵魂，对华人乃至全世界文化交流与经济繁荣、对构建和谐世界和实现人类文明永续发展具有无可替代的历史地位和作用。

随着电脑、手机、网络的普及，传统的书写方式逐渐被现代科技手段所代替，人们书写汉字的机会越来越少，汉字书写水平急剧下降。为了传承中华民族传统文化的书法艺术，提高学生规范书写汉字和对书法艺术的欣赏能力，作者采撷了名家巨匠的部分作品编成《硬笔书法教程》一书，从书法的基础知识、硬笔楷书写法、书法的书体等内容入手，采用边学边练的教学形式，训练学生写一手好字，以期对中华璀璨的书法艺术有基本的了解和欣赏传承。

明立军

乙未年夏

序

汉字是世界上最古老的文字之一，它传承了中华民族几千年的灿烂文化，并在现代社会中起着不可替代的重要作用。

汉字书法是中国人民智慧的结晶，是中国特有的汉字书写艺术，是中华民族传统文化艺术宝库中一朵绚丽的奇葩。汉字是中华文化的载体，书法则是汉字的表现形式。作为特殊的文化形式，寄托着中华民族的艺术灵魂，对华人乃至全球华人地交流与经济繁荣、构建和谐世界和实现人类文明永续发展具有无可替代的历史地位和作用。

随着电脑、手机、网络的普及，传统的书写方式逐渐被现代科技手段所代替，人们书写汉字的机会越来越少，汉字书写水平急剧下降。为了传承中华民族传统文化的书法艺术，提高学生规范书写汉字和欣赏书法的欣赏能力，作者采集了名家正匠的部分作品编成“硬笔书法教程”一书，从书法的范畴知识、硬笔楷书写法、隶书、篆书等内容入手，采用边学边练的教学形式，训练学生写一手好字，以期对中华璀璨的书法艺术有基本的了解和欣赏传承。

明之军
乙未年夏

◎序	明立军	01
◎第一章 书法的基础知识		01
第一节 文字之谜		01
第二节 汉字的起源		08
第三节 书法的起源与发展		15
◎第二章 书法的书写工具和书写姿势与 执笔方法		31
第一节 笔		31
第二节 书写姿势与执笔方法		39
◎第三章 硬笔楷书笔画特点与写法		44
第一节 硬笔楷书概论		44
第二节 硬笔楷书基本笔画的写法		51
◎第四章 硬笔楷书的偏旁部首和间架结构		79
第一节 硬笔楷书的偏旁部首		79
第二节 独体字		106
第三节 合体字		112

◎第五章 书法的书体	121
第一节 书体简介	121
第二节 行书简介	137
◎第六章 文字书写的整体章法布局及印章	142
◎附录	164

第一章 书法的基础知识

文字是人类用来记录语言的符号，是文明社会产生的标志。文字在发展早期都是图画形式的表意文字（象形文字），发展到后期，除汉字外，都成为记录语音的表音文字。

第一节 文字之谜

一、从原始图形符号向文字创造的演变

符号体系的形成和建立与人类文明密切相关。那么什么是符号呢？符号是人类有目的地记录自然界中事物、现象的表达手段，符号具有可识别性和稳定性两个主要特点。



◎贺兰山岩画



◎兽骨符号

◎竹简符号

1. 原始的岩画

以表现自然界的现象和事物为主要题材的原始岩画，大致有两类：一类是表现动物形象的，另一类是表现人物形象的。

1) 动物形象的原始岩画

据考证，原始人把动物的形象绘制在岩壁上是为了帮助人们成功狩猎，他们认为在岩壁上画出动物的图像能够在实际狩猎之前先捕获动物的灵魂，因而他们绘制了大量的动物形象。



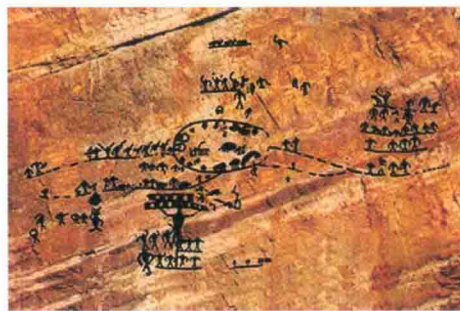
◎西班牙阿尔塔米拉岩画



◎法国拉斯科岩画

2) 人物形象的原始岩画

人物形象的原始岩画记录了原始人生产和生活的场景，其中主要有狩猎的场景、放牧的场景、庆祝胜利的场景和表达喜悦心情的集体跳舞场景等。



◎云南民族原始村落岩画



◎云南沧源县岩画

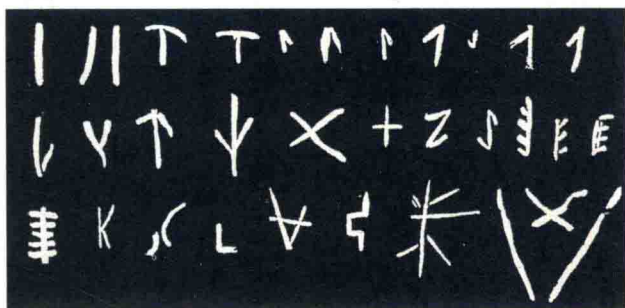
2. 原始陶器上的图形符号

早期的图形符号是一些单体图形符号，在原始陶器上就出现了很多抽象简练的单体图形符号。这些抽象图形符号不仅具有装饰功能，有些还蕴涵着特殊的含义。总之，原始人通过图形符号记录了当时人们的意识、生产活动

和生活情况等。



◎彩陶上的符号



◎中国仰韶文化时期的抽象图形符号

3. 原始的部落图腾

原始社会时期，人类社会的基本组织结构是氏族部落，这些氏族部落中的人们大多相信自己的氏族与某种事物之间存在着一种特殊的亲密关系，他们通常把这种事物作为氏族部落的徽章、保护神和吉祥物等，后来这种标志性的图形符号被称为图腾。



◎羊图腾



◎龙图腾

二、文字体系的形成

象形文字是由图画文字演化而来的，是世界文字体系的基础。与图画文字相比，象形文字的图画性减弱，象征性和抽象性增强，经过不断的演变和发展，最终成为目前世界范围内所普遍使用的文字和字母两大体系。

1. 文字的传承

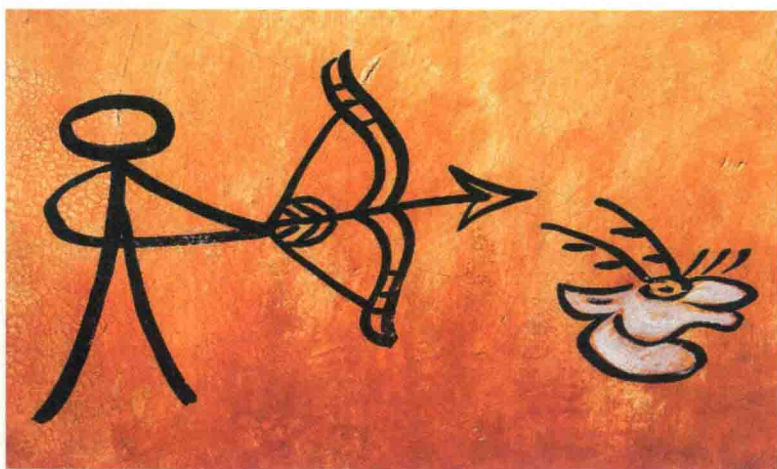
人类曾发明了多种象形文字，但经发展和演变，最终呈现出四种结局：一种是文字基本没有发生变化，被流传了下来，目前只有少数人能够认读；另一种结局是文字经过整理简化，至今仍然被广泛使用；第三种结局是文字经过演变，发生了根本性的变化；还有一些象形文字没有被传承下来，成为无人能够认读的“死文字”。



◎ 聚集



◎ 爱



◎ 狩猎



◎古埃及象形文字



◎玛雅象形文字

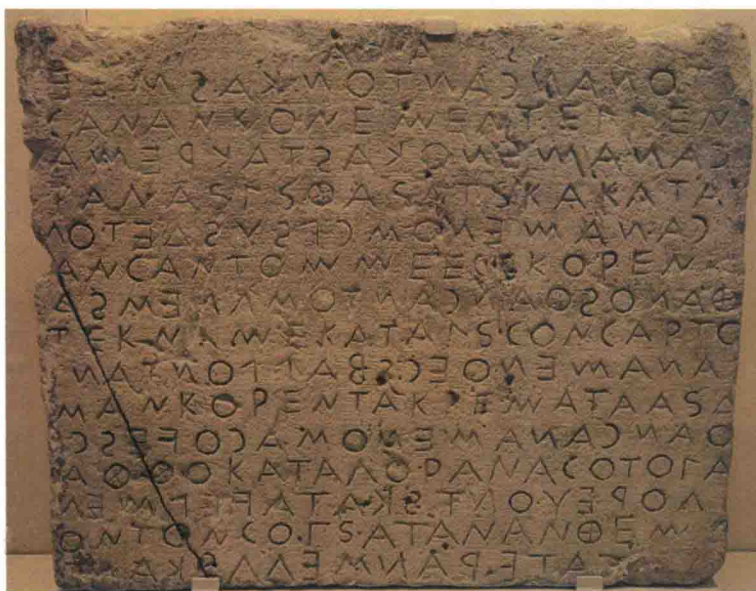
2. 字母文字的流变

在世界范围内使用的所有字母文字体系实际上都是在象形文字的基础上发展演变而成，其主要基础就是古埃及象形文字。

古埃及象形文字被塞姆人继承，由塞姆人的分支腓尼基人改良，并创造了历史上第一批字母文字，即著名的腓尼基字母。腓尼基字母传到爱琴海岸，演变成了希腊字母；在西亚演化为构成亚洲字母文字基础的阿拉米字母，是形成阿拉伯文、犹太文等文字的基础。

𐤀	𐤁	𐤂	𐤃	𐤄	𐤅	𐤆	𐤇	𐤈	𐤉
aleph	beth	gimel	daleth	he	waw	zayin	heth	teth	
𐤊	𐤋	𐤌	𐤍	𐤎	𐤏	𐤐	𐤑	𐤒	𐤓
yod	kaph	lamed	mem	nun	samekh				
𐤔	𐤕	𐤖	𐤗	𐤘	𐤙	𐤚	𐤛	𐤜	𐤝
ayin	pe	sade	qoph	resh	shin	taw			
𐤞	𐤟	𐤠	𐤡	𐤢	𐤣	𐤤	𐤥	𐤦	𐤧
	p	s	q	r	sh/s	t			

◎腓尼基字母



◎古希腊字母

क	ka [kə]	ख	kha [kʰə]	ग	ga [gə]	घ	gha [gʱə]	ङ	ṅa [ŋə]
च	ca [tʃə]	छ	cha [tʃʰə]	ज	ja [dʒə]	झ	jha [dʒʱə]	ञ	ña [jɳə]
ट	ṭa [t̪ə]	ठ	ṭha [t̪ʰə]	ड	ḍa [d̪ə]	ढ	ḍha [d̪ʱə]	ण	ṇa [ɳə]
त	ta [tə]	थ	tha [tʰə]	द	da [də]	ध	dha [dʱə]	न	na [nə]
प	pa [pə]	फ	pha [pʰə]	ब	ba [bə]	भ	bha [bʱə]	म	ma [mə]
य	ya [jə]	र	ra [rə]	ल	la [lə]	व	va [uə]		
श	śa [ʃə]	ष	ṣa [ʃə]	स	sa [sə]				
ह	ha [hə]								

Additional consonants (only used in loanwords)

क्व	qa	ख्ख	kha	ग्ग	ga	ज्ज	za	ड्ढ	ra	ढ्ढ	ṭha	फ्फ	fa
-----	----	-----	-----	-----	----	-----	----	-----	----	-----	-----	-----	----

Common conjunct consonants

क्ष	kṣa	ज्ञ	jña	त्क	tka	त्र	tra	द्व	dva	श्र	śra	द्य	dya
द्द	dda	त्त	tta	ड्ड	ḍḍha	द्भ	dbha	द्म	dma	ह्म	hma	ह्य	hya

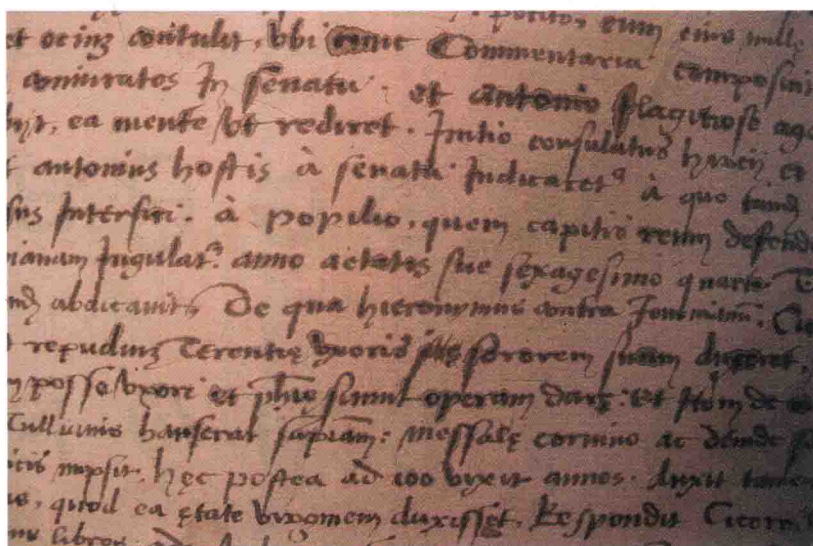
Special ra forms

रु	ru	रू	rū	र्प	rpa	प्र	pra	ट्र	ṭra
----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

◎阿拉米字母

印刷体	手写体	名称	印刷体	手写体	名称
大写小写	大写小写		大写小写	大写小写	
А а	Аа	а	П п	Пп	пэ
Б б	Бб	бэ	Р р	Рр	эр
В в	Вв	вэ	С с	Сс	сэ
Г г	Гг	гэ	Т т	Тт	тэ
Д д	Дд	дэ	У у	Уу	у
Е е	Ее	йэ	Ф ф	Фф	эф
Ё ё	Ёё	ёо	Х х	Хх	ха
Ж ж	Жж	жа	Ц ц	Цц	цэ
З з	Зз	зэ	Ч ч	Чч	че
И и	Ии	и	Ш ш	Шш	ша
Й й	Йй	и краткое	Щ щ	Щщ	ша твёрдый
К к	Кк	ка	Ъ ъ	Ъ	знак
Л л	Лл	эль	Ы ы	Ы	м
М м	Мм	эм	Ь ь	Ь	наклонный знак
Н н	Нн	эн	Э э	Ээ	э
О о	Оо	о	Ю ю	Юю	йу
			Я я	Яя	яа

◎俄文字母



◎拉丁字母

第二节 汉字的起源

世界各国所使用的文字多种多样，但其性质大致可分为两大类：一类是表音文字，一类是表意文字。汉字是一种最古老而又最具有个性的文字符号。对于它的性质，至今说法不一。明确汉字的性质及其形成原因，才能更好揭示“六书”的真谛。

古人把汉字的造字方法归纳为六种，总称“六书”，即所谓“象形、指事、会意、形声、转注、假借”。“六书”是古人根据汉字结构归纳出来的汉字构造结论，而决不是古人依照这六种方法来创造文字的。

一、象形文字

象形文字是指纯粹利用图形来作文字使用，而这些文字又与所代表的东西在形状上很相像。一般而言，象形文字是最早产生的文字。用文字的线条或笔画，把要表达物体的外形特征，具体地勾画出来。

《说文叙》曰：“象形者，画成其物，随体诘屈，日月是也。”可见象形字是描写物体的形状，线条（笔画）随着物体的轮廓而弯曲；它是由图画蜕变出来表示具体事物的“文”。有的跟物体委曲毕肖，有的只是对物体略加描绘，取其特点，还有的在物体的旁边或上下，把它连属的东西也画出来，或示其地位，或指其功用，或明其性质，使本体更为明显。



◎太阳



◎甲骨文



◎金文



◎小篆



◎隶书



◎月亮



◎甲骨文



◎金文



◎小篆



◎隶书

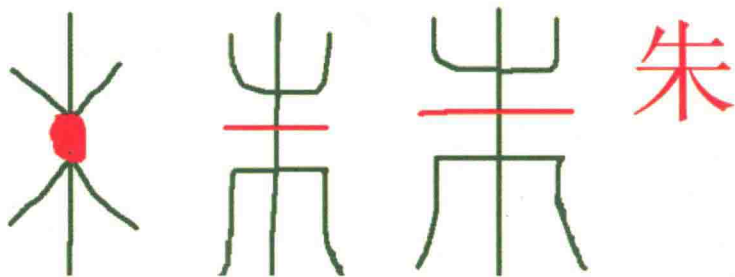
							
人	女	子	口	鼻	目	手	足
							
马	虎	犬	象	鹿	羊	虫	龟
							
日	月	雨	电	山	水	禾	木
							
壶	鬲	弓	矢	丝	册	卜	刀

◎象形文字与汉字对照表

二、指事文字

指事文字是一种抽象的造字方法，也就是当没有或不方便用具体形象画出来时，就用一种抽象的符号来表示。

《说文叙》曰：“指事者，视而可识，察而见意，「上下」是也。”王筠《说文释例》曰：“视而可识，指字形言；察而见意，指字义言。”又曰：“六书之中，指事最少，而又最难辨。”许慎是说，见到这个字就能认识，但须仔细观察体会才能了解它所表示的意思。在许氏的解说中，“见意”二字是关键。



◎“朱”字的演变

朱，指事字。其古文字是在“木”字当中作一点或一横。朱的本义是指松柏之类的树木，这些树木老时红心。那一点指示红心，引申泛指红色。成语：近朱者赤，近墨者黑。诗句：朱门酒肉臭，路有冻死骨。朱作偏旁的字：