

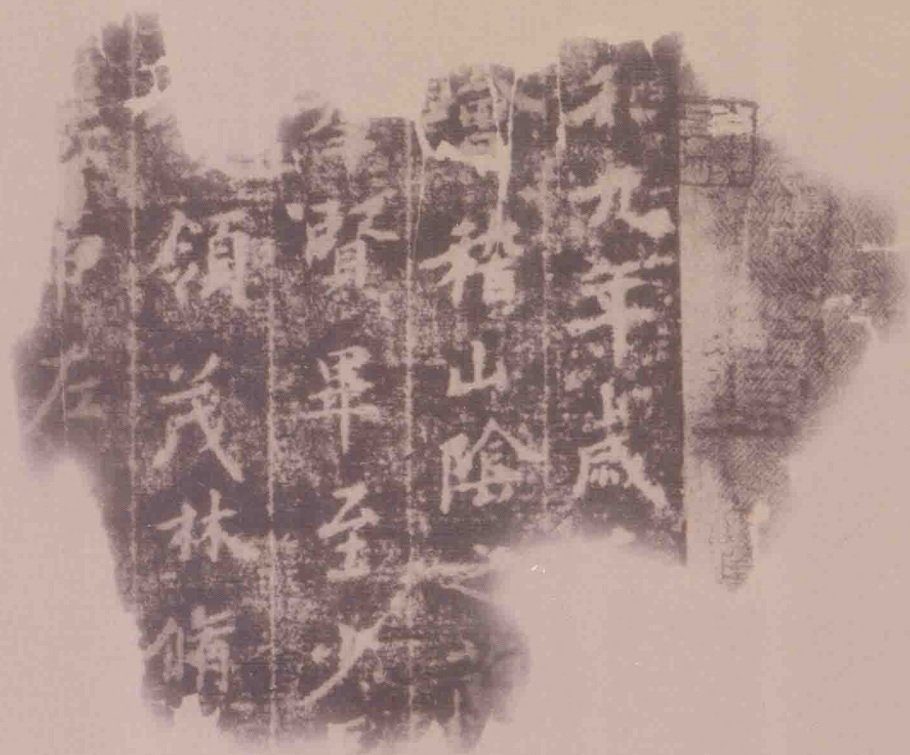


教师职业技能系列教材

书法教程

熊绍庚 著

第四版



华东师范大学出版社

教师职业技能系列教材

书法教程

熊绍庚 著

(第四版)



华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

书法教程/熊绍庚著. —4 版. —上海:华东师范大学出版社, 2014. 11

ISBN 978 - 7 - 5675 - 2739 - 3

I. ①书… II. ①熊… III. ①汉字—书法—高等师范—院校—教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 259909 号

书法教程(第四版)

著 者 熊绍庚
组稿编辑 夏 玮
项目编辑 蒋 将
审读编辑 敬鸿章
责任校对 时东明
特约封面设计 熊绍庚

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcb.tmall.com>

印 刷 者 苏州美柯乐制版印务有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 19.25
字 数 375 千字
版 次 2016 年 9 月第 4 版
印 次 2016 年 9 月第 1 次
书 号 ISBN 978 - 7 - 5675 - 2739 - 3/J · 231
定 价 39.00 元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

出版说明

1986年,我社受国家教委有关部门的委托,与全国各省、市、自治区教委合作,共同组织编写了全国高等师范专科学校教材20余种;同时与华东六省教委密切协作,编写了能反映华东地区师专教学和科研水平的、适应经济建设较为发达地区的师专教学需要的教材40余种。从此,师专拥有了比较符合自己培养规格、规律和教学要求而自成系统的教材。实践证明,师专教材建设对于提高师专教学水平、保证师专教学质量起到了重要作用。

自出版第一本师专教材以来,我社多年来分阶段地对师专教材的使用情况进行了跟踪分析,并多次开展了较为系统的全面调查,发现不少地区已将对中学教师的培养提高到了本科水平,在专业设置、课程计划、教学要求等方面都有了变化。为此,1999年,我们对部分教材作了进一步的修订,使其能够适应21世纪的高等师范教学需要,同时也可用于中学教师的职后培训。为了适应当时师范学院的教学大纲,方便学生和教师的使用,2007年我们对教材又作了一次修订,即第三版,并组织编写了新的教材,采用新的开本和版式。

书法是中华优秀传统文化的重要组成部分,书法教育是高等师范院校学生从师任教素质教育的基本内容。特别是面对在网络时代背景下成长起来的“90后”大学生们,加强书法教育,探索行之有效的书法教学法刻不容缓。因此,我们诚邀熊教授又对本教材作了一次修订。这次修订,结合现时代的教学实际需求,调整、充实教材内容,匹配更为丰富的范本、范例、范图,注重图文并茂、通俗易懂,注重对学生的书写能力、审美能力和文化品质的培养,使之进一步完善。

华东师范大学出版社
2014年10月

序

书法艺术是我国古老的艺术瑰宝,它从一个侧面反映了中华民族几千年的文明史。今天,书艺普及比以往任何时候都广泛,中小学已开始恢复书法课,不少大专院校也增设了书法科目。这本《书法教程》就是为了适应师范院校书法教学的需要而编写的。我赞许作者为普及书法教育所作的贡献,因而欣然为此书作序,借此机会跟青年朋友们谈谈我个人学习书法的体会。

练习书法,我觉得至少包括如下几个方面:首先学技巧,再是练毅力,还包括作者的艺术修养。从技巧上说,有书法技巧,也有书体技巧。书法技巧,如执笔要指实掌虚,运笔要“腕运”自如,用笔要中锋铺毫,点画要圆满周到,结构要横直相安、意思呼应,分布要错综变化、疏密得宜、全章贯气等;书体技巧,有楷、行、隶、篆、草及行楷、行草的书法艺术等。无论哪个方面,都必须认真学习,逐步摸索,掌握规律,切不可偏废。同时,又要抓住重点。书法技巧应以掌握执笔、运腕、用笔、结构四个基本法则为重点;书体技巧应以楷书和行楷技巧为重点,反复练习。从毅力上说,我认为它比学技巧更为重要。因为练习书法常常被人看成轻而易举的事,没有磨练毅力的精神准备;学习一段,成效不大,往往“见异思迁”,半途而废;也有一些人凭好奇学书法,“一曝十寒”,高兴时写得很多,兴趣减退时就扔在一边,等等。凡此种种,都说明练习书法不仅是个技巧问题,至关重要的是毅力问题,也就是能不能自觉磨练、持之以恒的问题。“墨海无涯苦作舟”。我们这些在墨海里畅游了大半个世纪的人,可以说每一步都是在艰苦环境里磨练过来的。我幼年时,由于家境贫寒,连支毛笔都买不起,就用黄麻丝扎成笔尖,套在竹管里当毛笔用。没有墨水,就用黄果、红朱水和废染料代替,先写黄色,后写红色,最后写黑色,硬是把一张马粪纸写得面目全非。在师范读书期间,我练字更加勤奋。即使后来参加革命,天天行军打仗,几乎没有专门写字时间,但我也没有轻易放弃短暂的学习机会,在膝盖上、地上用手划字。长征路上,我坚持在马背上写字,每到一地,写标语、口号也成了我学习书法的机会。今天我年逾八旬,已是“风烛残年”,心有余而力不足了,但我每天还是坚持写字,满足国内单位及个人的要求。这对我的身体很有好处。经常写字,气血畅通,精力旺盛,疾病也少。我想,这与毅力锻炼是有密切关系的。

最后谈谈书法学习的起步问题,我认为总的可以概括为十二个字:“先摹后临,楷书起步,循序渐进。”就是选好字帖,亦步亦趋地把帖字摹下来,并在反复练习中掌握帖字的间架结构之后,再行临帖。可以对帖临字,也可以背帖临字。初学一定要从楷书入手,打好基础;作为师范院校的学生,入门更要注意规范,切忌“走捷径”,搞“飞越式”。有些人楷书没有学好,就学篆、学草,企图侥幸取胜,那是办不到的。这方面,有必要学一学古人严谨的治学态度,学好第一步,学精每一步。

舒 同

1987年12月10日于北京

目 录

序	舒 同	1	
第一章 绪论		1	
第一节 书法的概念		1	
第二节 学习书法的意义		3	
第三节 怎样学好书法		4	
第二章 工具、材料		6	
第一节 笔		6	
第二节 砚		8	
第三节 纸		9	
第四节 墨		10	
第三章 临习基础		12	目
第一节 执笔		12	
第二节 写字姿势		14	录
第三节 运腕		16	●
第四节 用笔		17	●
第四章 临习方法		21	●
第一节 选帖		21	●
第二节 读帖		22	●
第三节 临帖		23	●
第四节 临习注意事项		27	●
第五章 楷书		29	
第一节 楷书的笔画和笔顺		29	
第二节 楷书的常用偏旁		36	
第三节 楷书的结构规律		39	
第四节 楷书范本简介		48	
附：颜真卿《多宝塔碑》选字帖		51	

第六章 行书	62
第一节 行书的特点	62
第二节 行书的写法	64
第三节 行书范本简介	71
附:赵孟頫行书选字帖	73
第七章 草书	84
第一节 草书的特点	84
第二节 草书的写法	87
第三节 草书范本简介	92
附:草诀百韵歌	94
第八章 隶书	104
第一节 隶书的特点	104
第二节 隶书的写法	106
第三节 隶书范本简介	111
附:《乙瑛碑》选字帖	113
第九章 篆书	124
第一节 小篆的特点	124
第二节 小篆的写法	126
第三节 篆书范本简介	131
附:杨沂孙《说文解字》部首	133
第十章 硬笔书法	140
第一节 钢笔字技法	140
第二节 粉笔字技法	152
附:3500 常用字钢笔行书字帖	156
第十一章 书法创作	182
第一节 墨法	182
第二节 章法	183
第三节 格式	188
第四节 书法创作的有关问题	189
附:书法创作范图	191
第十二章 书法欣赏	205
第一节 书法欣赏的一般规律	205

第二节 书法欣赏的基本内容	206
附:王羲之《兰亭序》赏析	210
第十三章 书法教学	214
第一节 书法课堂教学	214
第二节 书法作业批改	217
第三节 书法课外活动	217
第十四章 书法简史	219
第一节 先秦书法	219
第二节 秦汉书法	221
第三节 魏晋南北朝书法	223
第四节 隋唐五代书法	225
第五节 宋元书法	228
第六节 明清书法	230
附:历代碑帖经典范图	234
修订者跋	295

第一章 绪 论

第一节 书法的概念

书法是中华民族的文化瑰宝,也是世界艺术之林中独放异彩的奇葩,在国内外都享有很高的赞誉。由于它还是一门具有实用性的艺术,因而在我国广为普及并为广大群众喜闻乐见。

中国书法,博大精深,关于书法的定义,历来有多种提法,至今尚无定论。通常认为:广义的书法,顾名思义,就是写字的方法;狭义的书法,据《现代汉语词典》解释,特指用毛笔写汉字的艺术。这条简短的定义,却包含丰富的内容。要进一步理解书法的概念,首先必须把握其中的三个关键词:汉字、毛笔、艺术。

毋庸置疑,书法写的是汉字,汉字是书法的表现对象和造型基础,也是书法的生命之源。换言之,没有汉字就没有书法。这是因为我国文字的产生是“依类附形”,“随体诘屈”,“博采众美,合而为字”。后来经过长期演变,虽然它远离物象,趋于抽象化,但仍具有“因形见义”的表意性质。汉字属于表意文字,具有形、音、义三要素。鲁迅先生说,中国的文字“具三美:意美以感心,一也;音美以感耳,二也;形美以感目,三也”(《汉文学史纲要》)。这里所说的“感目”的“形美”,就是汉字的一个突出特点。其抽象、丰富的点画线条,汇成书法独特的艺术语言;千姿百态的形体结构为书法奠定了造型基础和审美空间;篆、隶、草、楷、行各种字体又为书法的表现形式开辟了广阔的天地。正是由于汉字本身蕴藏着这些丰富的艺术表现的因素,汉字书写才有可能成为一种独特的艺术。

中国特有的书写工具——毛笔,是汉字书写能成为艺术的又一重要原因。由于毛笔毫体圆锋尖,刚柔相济,富有弹性;在善书者手中,可以随心所欲,八面出锋,写出来的点画,或粗或细,或枯或润,有点有线,有藏有露,方圆兼备,变化无穷;加上墨、纸相辅相成,互相作用,柔软的毛笔在书写过程中所产生的轻重徐疾、抑扬顿挫、干湿浓淡等变化,还能表现出书者的心态和情趣。故西汉著名书法家蔡邕在《九势》中说:“惟笔软则奇怪生焉。”我们也可以换句话说,没有毛笔就没有书法。究其本原,汉字与毛笔的特殊性,是产生书法艺术的重要原因。

书法是写字的艺术。它以汉字为载体,以抒发情感、陶冶性灵为目的,要求熟练地执使毛笔,讲究笔法、墨法、字法和章法等规则和技巧,并在书写中表现出书者的人品、感情、素养和情趣等精神因素,具有强烈的艺术感染力。显然书法不同于写字:写字是工具应用,书法是艺术表现;写字可以一成不变地重复,艺术则要求不断地探索与创新。正是由于书法和写

字的目的要求、书写方法和表现形式等差异,所以一般认为书法是写字的艺术;写字不一定是书法。

然而书法又必定是写字。自书法有史以来,书法实际上能不“写”字吗?关于这个问题,我们赞同著名书法教育家陆维钊先生在《书法述要》中的观点。他认为书法以实用为起点,随着要求美化。从最粗胚的文字,到高级的书法艺术可分为三级:第一级的文字,只要人们看懂意思,所以只要求明确,在明确之后,接着便要求美化,这是人类的普遍心理;第二级便要求明确加上整齐、匀称、统一,明确加上书面清洁、格式妥帖,以达到更好的宣传交际效果;第三级是第二级的再加工,艺术因素更丰富,它给人以比第二级更多的复杂的感觉的美。可见书法与写字之间并不存在不可逾越的鸿沟,我们也不可能把写字与书法截然分开,至少在实际操作层面上说是如此。何况从学习的角度上来说,书法与写字的基础训练完全重合,其书写法则都是一样的,都离不开书法的笔法、字法、章法三大要素;无论小学的“写字课”,还是大学的“书法课”,还不都是同样从如何执笔、怎样临摹、间架结构等书法基本知识讲起;未来的书法家也许就出自今天的中小学写字课堂。

再说,书法是从实用发展而来的。我们从历代无数的书法作品中可以看出,无论是早期的甲骨文、金文、简牍、帛书,还是后期的碑碣、信札、楹联、文稿,几乎都与文字实用书写分不开。中国书法中最伟大的作品,都是日常应用书写的产物。如王羲之的《丧乱帖》、颜真卿的《祭侄文稿》,前者是一封信,后者是一篇文章的草稿。纵观书法发展史,篆、隶、草、楷、行各种书体也都是为了实用书写的简便、快速、美观,而由繁趋简相继产生的。可以说无论哪种书体的创造,最初都离不开实用的目的。人们在实用书写过程中,自然而然地认识和掌握了书写的技巧和规律,提高了书写水平,求其更加美观,以至形成书法艺术。尽管后来书法逐渐脱离实用,向纯艺术方向发展,但汉字作为书面汉语的信息载体,其书写目的主要还是记录和传达语言,扩大语言的交际功能。然而,“爱美之心,人皆有之”,譬如人的穿着,除了遮体御寒之外,还要求装饰人体,给人以美感。写字也是这样,为了使汉字起到社会交际的作用,就要写得正确、清楚、工整,使人易于辨认;字既是写给人家看的,人们就进而要求把字写得美观些;字写得美观,就具有供人欣赏的艺术性。所以我们说书法具有实用和艺术两重性。也就是说,中国书法寓艺术于实用之中,既有实用功能,又有欣赏价值,两者互为依托,相辅相成。实用性是艺术性的基础,艺术性是实用性的发展;实用进化为美,实用统一于美;两者之间,艺术性占主导地位;这是书法艺术发展的一个必然结果。可见,汉字与书写、实用与艺术的有机结合是书法的基本属性,正是这种属性规定了书法艺术的性能、法则和发展方向。

随着社会的不断进步和科学技术的高速发展,现代书写工具和书写形式也发生了变化。如今电脑普及,网络通行,日常应用书写多由电脑、手机取代。钢笔、圆珠笔等硬笔,由于使用简单方便,也广泛应用于日常的实用书写。写得美观的硬笔字,同样具有艺术性,享有“硬笔书法”之称。不过,有些实用性书写,如写招牌、对联、标语、广告等大字,是硬笔不可代替的;至于毛笔书法的艺术性,更是硬笔书法、电脑打字无法媲美的;再说硬笔书法技法还要以毛笔书法为基础;所以本教材重点还是讲毛笔书法。

综上所述,本书中的“书法”概念,应从它的广义和狭义两方面去理解。因为本教程从师范院校书法教学的实际出发,既讲毛笔书法,又讲硬笔书法;既从教师职业书写技能训练的

要求讲实用书写,也从书法艺术的角度,谈书法创作、书法欣赏、书法简史等问题。

第二节 学习书法的意义

由于书法不仅起着交流思想、传播文化的巨大作用,还能给人以美的艺术享受,因此历来受到人们的普遍喜爱和重视。可以说,凡有文化的人都离不开写字,同时也就有学习书法的要求。我国书法教育也有着悠久历史和优良传统。早在周代,就把书法列为“六艺”(礼、乐、射、御、书、数)之一;汉代以书取士;晋代设书学博士;唐代开设书法学校,开展书法教育;宋、元、明、清,我国书法教育渐趋深入自觉;后世一直把书法作为一门重要课程,儿童一入学,便要求练写字,识字与写字几乎同时进行。因为识字、写字是学生接受文化教育的开端,是终身学习的基础。社会发展到今天,随着电脑、手机的普及,人们的交流、学习方式发生了变化,汉字书写的实用性功能弱化,人们的汉字书写能力也跟着退化。看来,要提高全民的汉字书写能力,加强学生的书法教育势在必行。其实早在2011年,教育部《关于中小学开展书法教育的意见》就强调:书法是中华民族的文化瑰宝,是人类文明的宝贵财富,是基础教育的重要内容;通过书法教育对中小學生进行书写基本技能的培养和书法艺术欣赏能力的培养,是传承中华民族优秀文化,培养爱国情怀的重要途径;是提高学生汉字书写能力,培养审美情趣,陶冶情操,提高文化修养,促进全面发展的重要举措。2013年2月教育部又出台《中小学书法教育指导纲要》,明确规定书法教育将纳入中小学教学体系。2014年5月30日,习近平总书记在北京海淀区民族小学观看学生书法时也指出:“书法是中华文化瑰宝,包括着很多精气神的东西,一定要传承和发扬好。”(见2014年7月31日《中国书法报》)纵观书法发展史,书法教育几乎伴随着书法发展的全过程。书法之所以生生不息、传承至今,书法教育功均天地。今天,我们一定要继承这一优良传统,让古老的书法艺术薪火相传,发扬光大。

当然,我们今天学习书法的目的,并非人人都要成为书法家,但总要把字写得正确、清楚、端正、美观,以满足日常工作、学习和生活中的实用书写的需要。因为字是写给人家看的,假如写的字让别人辨认不出来,就起不到交流的作用,于人于己都不方便。著名学者周谷城先生曾经在一次座谈会上说,平时有很多青年给他写信,由于写的字实在认不得,只好不回信。《人民日报》也曾登载读者来信,反映有些参加工作的青年,由于书写基础太差,影响办事效率,甚至出差错。不少求职应聘的大学毕业生,也往往因为字写得难看,被用人单位“以貌取人”而拒之门外。由此看来,学习书法对每一个使用汉字的人来说都很有必要;对于将要从事任教的师范院校的学生而言,就更有必要。

提到人们的字写得不好,社会上便习惯于责怪担负普及教育任务的中小学校不重视书法教育。其实,写字也是一项重要的语文基本训练,中小学阶段,特别是小学、初中阶段,语文教学大纲对各年级的写字教学都有明确的要求。即使没有专门开设书法课,语文教学也总是要进行写字训练的。只是有些教师在进行训练时,要求不严格或方法不正确;对学生习字,既不进行具体指导,又不加以管束,放任自流;批改写字作业,好歹都写个“阅”字。产生这种现象,固然与这些教师的工作态度有关,但更主要的是他们自己也不太懂得书法,对字

的好坏说不出个所以然,甚至有些教师自己也写不好字。这且不说直接影响教学效果,对学生写字也会产生副作用。因为学生天天照着黑板抄笔记,就等于天天在临“帖”。学生的字写得好坏,跟黑板上的“范本”很有关系。如果每一位教师都能写出一手好字,这种潜移默化的作用,就好像无形中在给学生上书法课。否则,学生写字,一开始就受到不良影响,以后便难以改正。古人云“字为人之衣冠”;人们常说“教师为人师表”,而“字”则是教师的“外衣”;作为一个站在讲台上的教师,谁不想穿上一套整洁漂亮的外衣呢!

再说,书法教育也是学校素质教育的一项重要内容。有的人性情急躁,缺乏耐性,粗枝大叶,独断专行。著名书法家郭沫若认为,练习写字既练字又练人,可以陶情养性,逐渐消除这些毛病。有关专家也认为,经常写字可以锻炼身体,调节精神,保持血脉通畅,精力旺盛,有益于健康长寿。不少疗养院曾试用写字、打太极拳、钓鱼这三种方法来治疗神经衰弱病患者,试用结果表明,写字的效果最好。因为写字时必须绝虑凝神,心平气静;“下笔点画波撇屈曲,皆须尽一身之力而送之”(卫夫人《笔阵图》)。这样,就会很自然地排除心中的忧虑和烦恼,给人带来精神的愉悦;并通融全身的血气,使体内各部分机能得到调整,从而有助于身心健康。学习书法可以感受汉字和书法的魅力,陶冶性情,提高审美能力和文化品位,其本身就是一种艺术享受。正是由于学习书法有这些好处,因此古今很多人都把练习书法作为个人生活的一种需要,就像每天洗脸、刷牙一样成了习惯。历代长寿的书法家不乏其人,书写生活化是重要原因之一。北宋书法家欧阳修在《试笔》中说“学书为乐”,我们终日和笔墨打交道,这是学习书法得天独厚的条件。为了追求生活情趣和身心健康,我们何乐而不为!

总之,学习书法是我们每个人学习、工作和生活的需要,更是教师职业的需要。原国家教委教师司早在1992年就下达了《高等师范院校学生的教师职业技能训练基本要求(试行稿)》文件,对书写“三笔字”和书面表达技能训练提出了明确的训练目的、训练内容以及训练建议和考核要求;并强调高等师范学校学生的职业定向是教师,在校学习期间,必须积极、自觉、主动地进行教师职业技能的训练,掌握教师职业基本技能。

因此,师范院校的书法教学,旨在培养学生掌握书法的基本理论和基本技法,具有合格教师职业书写技能和书法教学的能力。所以我们首先要扎扎实实练好书法基本功,熟练掌握粉笔字、钢笔字、毛笔字的楷书和行书的书写技能;在这个基础上,再逐步提高书法艺术的创作能力。也就是说,从实际应用书写出发,逐级攀登书法艺术的高峰。

第三节 怎样学好书法

要想学好书法,首先要做到持之以恒。因为书法学习是一项长期的功力训练,许多书法家为了学好书法,付出了毕生的精力;而书法练习对一些初学者来说,却是一件枯燥乏味的事。有些人写不好字,并非自己天赋不高或书法技巧太难掌握,而是因为他们平时练字或敷衍了事,或一曝十寒,或半途而废。否则,对于一个已有十几年写字经历的大学生来说,写字达到实用的要求是不成问题的。

虽说书法不是一朝一夕可以学好的,但功夫却在于一朝一夕;每天练字的时间不必太长,关键在于持之以恒。要做到这一点,就需要有毅力,而毅力和学习目的是分不开的。一

个人只有当他知道了为什么而学习的时候,才能克服困难,坚持不懈地从事这种学习活动;只有当他感到有了某种学习需要时,才会相应地产生某种学习兴趣。前面我们已经谈了学习书法的重要意义。只要我们明白了为什么要学习书法的道理,就会积极、自觉、主动地控制学习,坚持练字,并在学习书法的过程中,进一步培养学习书法的兴趣,也许就这样从此与书法结下不解之缘。

其次,要活学善练。固然,勤学苦练是学习书法的法宝,不下一番功夫,是学不好书法的。相传钟繇学书,入山十年,山石尽墨;智永练字,退笔成冢……古人这种刻苦学习的精神永远值得我们学习。不过,当今大学生的专业学习任务繁重,学习时间紧张,不可能像古人那样,花费很多的时间来学习书法。再说,书法学习也不光是腕下功夫,还关系到一个人的气质、性情、文化道德修养和生活积累等诸方面因素。所以我们今天学习书法应该活学善练,力求取得事半功倍的效果。

所谓“活学”,就是要注重字外功夫,正如陆游说学诗“功夫在诗外”一样,学书功夫,也在书外。黄庭坚在《论书》中说“学书须要胸中有道义,又广之以圣哲之学,书乃可贵”;柳公权笔谏“心正则笔正”;以及张旭见公主与担夫争道,公孙大娘舞剑器而得草法;怀素于夏云奇峰中悟出了笔意等许多事例,都生动地说明了这一点。

因此,我们也要努力培养自己高尚的道德品质和崇高的精神世界,提高其他各方面的修养;充分发挥自己的知识优势,探求科学的学习方法;并在实践中培养对书法的观察能力、感知能力及表现能力。同时还要充分利用现代信息技术和网络平台获取丰富的书法学习资源以及进行书法学习交流活动。

善练的关键是要明确练习目的,掌握正确的练习方法。每次练习之后,要了解练习结果,善于总结经验,及时找出差距,同时还要善于向老师、同学和社会上的名家学习。

第三,要学以致用。学习的目的在于应用,学习书法则应该和日常应用书写有机结合起来。特别是由于我们今天开始学习书法时,可能有些人以前没有受过严格的书法训练,往往已经形成了不正确的书写习惯。如果不能把这种不正确的书写习惯改正过来,新的书写方式是不可能建立的。再说,我们现在每天临习的时间毕竟有限,新的书写法则抵挡不住旧的书写习惯势力的排斥。只有把所学的书法知识和技能有意识地运用于日常书写的一切场合,才能从根本上杜绝旧的书写习惯的重复机会,以便尽快地掌握新的书写技能。叶圣陶说:“咱们天天为了实际需要而写字,其实是天天在练字。”(《语文学习》)如果我们学用结合,学以致用,就能真正做到像叶老所说的那样,天天在练字。

总而言之,只要目的明确,持之以恒,活学善练,又能寓练于用,在师范学习阶段就一定能学好书法。

思考与练习

1. 何谓书法?产生书法艺术的主要原因是什么?
2. 为什么说书法是写字的艺术?
3. 如何理解书法的实用性和艺术性?
4. 谈谈师范学生学习书法的重要意义。
5. 怎样才能学好书法?

第二章 工具、材料

我国传统的书写工具、材料,主要是笔、砚、纸、墨,即俗称的“文房四宝”(图 2-1)。书法艺术的产生和发展与它密切相关。为了帮助大家学好书法,这一章,先介绍这些书写工具、材料的性能、选用和保养等有关常识。



图 2-1 工具、材料

第一节 笔

笔的种类很多,我们这里所介绍的只是毛笔。毛笔是我国独特的传统书法的重要工具;可以说,汉字书法艺术是毛笔的产物,在“文房四宝”中,毛笔堪称“宝中之宝”。

中国毛笔,历史悠久。以往传说毛笔是由秦代蒙恬创造的;而考古发掘的资料表明,远在仰韶文化遗址的彩陶上,就有一些花纹图案是用毛笔描绘的。商代的甲骨文虽然是用刀镌刻的,但在尚未镌刻的甲骨文字样中,也可以看出毛笔书写的痕迹。春秋战国时期,各国都普遍使用毛笔,只是名称各异:楚国叫“聿”,吴国叫“不律”,燕国叫“弗”。到了秦代,“笔”始定名,一直沿用至今。既然秦以前早有毛笔存在,毛笔就不可能是蒙恬发明的。显然“秦将蒙恬发明笔”之说并不可靠,他也许只是毛笔制作的革新者。1954年在长沙左家公山古墓中出土了一支战国笔。从这支考古发掘中发现的最早的毛笔来看,古今毛笔的构造差不多,均由笔杆、笔头、笔套所构成,只是历代制笔材料不甚相同。《古今注》说,“古以枯木为骨,鹿毛为柱(指笔心主毫部分),羊毛为被(指包围笔心的副毫部分)。秦蒙恬始以兔毫、竹管为笔”;晋代制笔亦有用鼠须的;唐、宋时代,安徽宣州(今宣城市)出产的宣笔享有盛名;大约到了元代,浙江湖州的湖笔取代了宣笔的地位而驰名全国,久盛不衰,至今仍不失为笔中佳品;明清时代,普遍采用羊毫制笔,许多造笔名家集中于北京,他们所制造的各式毛笔,别具风格,颇有影响,故有“北京笔派”之称。随着制笔技术的不断改进,如今毛笔的品种逐渐增多,制作也越来越精良,这是我们今天学习书法的优越条件之一。

毛笔的种类繁多,现以毛笔的性能、大小、锋的长短分别说明。

用不同种类的动物毛做成的笔具有不同的性能。按其性能分类,有软毫、硬毫和兼毫三种。

软毫笔,用弹性较弱的动物毛制成。主要有用羊毛制成的羊毫笔,也有用鸡毫制成的鸡毫笔。这种笔弹性较弱,含墨量大,写出的笔画浑厚圆润。用软毫笔练字,易于锻炼腕力,但初用软毫笔常嫌它软弱无力,写的字无筋无骨,形同“墨猪”。

硬毫笔,用弹性较强的动物毛制作而成。主要有用黄鼠狼毛制的狼毫笔和用兔毛制的紫毫笔。这种笔弹性较强,写出的字点画挺拔劲峭;但不善用时,点画会显得瘠薄多角,字体有骨无肉,生硬平板。

兼毫笔,用硬毫和软毫混合制成。主要有用兔毛与羊毛合制成的紫羊毫笔,用羊毛与黄鼠狼毛合制成的羊狼毫笔(亦称“白云”)和用兔毛与黄鼠狼毛合制成的紫狼毫笔等。因软、硬毫配制的比例不等,有七紫三羊毫、五紫五羊毫、七紫三狼毫、五紫五狼毫等名称。这种笔刚柔相济,弹性适中,初学者易于掌握。

按笔头的大小分类,有写小字的小楷笔,写中字的中楷笔,写大字的大楷笔,写特大字的联笔、屏笔、攄笔等。

按笔锋的长短分类,有长锋、中锋和短锋三种。长锋笔富有弹性,提按幅度大,所书点画节奏感强;短锋提按幅度小,所书点画显得浑厚粗壮;中锋笔介于两者之间,便于初学者使用。

那么如何选用毛笔呢?挑选毛笔,首先要注意毛笔的质量。“用笔贵用锋”,毛笔的书写效果,关键在于笔锋。根据前人的经验,好笔的笔锋具有“尖、齐、圆、健”四个特点。所谓“尖”,是指笔锋尖锐,颖状如针;“齐”,是指笔锋润开压扁后,笔端毫毛平正,整齐如凿;“圆”,是指笔头圆壮饱满,如出土之笋;“健”,是指笔锋柔中含刚,弹性良好,笔锋在纸上运转时,能展能收,劲健有力。

二是要注意毛笔的大小。选用毛笔必须与所书字的大小、点画的粗细相适应。一般原则是:写大字用大笔,写小字用小笔;可用大点的笔写小字,不可用小笔写大字。大笔写小

字,笔酣墨饱,圆转如意;小笔写大字,抛骨露筋,笔毫易损。

三是要注意毛笔的性能。笔毫的性能不同,所书字的风格也不一样。写苍劲刚健的字,宜用硬毫笔;写丰润圆厚的字,宜用软毫笔;写柔婉遒劲的字,宜用兼毫笔。一般来说,硬毫笔容易使用;软毫笔难于把握,特别是不便用浓墨。要想学好书法,应该做到对各种性能的毛笔都能熟练使用。学生练字,最好用中锋羊毫笔。潘天寿先生也认为:“从羊毫入手为最宜。”因为羊毫性软,容易练出笔力,用惯了羊毫笔,再用其他性能的毛笔就不会有困难。

选好了毛笔,还应该注意平时的使用和保养。新笔使用前,应将笔毫浸入清水中,待胶质溶化,笔毫全部化开,然后用纸将笔毫中的水吸干,再蘸墨使用。每次蘸墨,都应顺着笔毫捺墨,顺便整好笔锋。毛笔用后,要及时洗净笔头上的墨渍,插入笔筒或者悬于笔架上,这样免得余墨干后胶粘笔毫,不利下次再用。

第二节 砚

砚,又叫砚台、砚池等,它是磨墨和捺笔的器具,一般是用石块或其他耐磨材料制作而成的。

砚的产生年代,目前尚难确定。从考古发掘的资料推断,新石器时期应有研墨工具。早期的砚和现在的砚比较,其材料、形制和磨墨的方法均有所不同。汉以前的砚,主要用铜、铁、陶、石等材料制作;砚形如盘并且有足;磨墨不是直接用手拿墨在砚上磨,而是另用一块研石,将墨压在砚上磨研。到了唐代,制砚技术的提高,促使制砚在选材和式样等方面有了很大改进,石砚的制造为之大盛,相继出现了端砚、歙砚等名砚。宋代尤重石砚,同时发展瓷砚和澄泥砚。明清时,制砚材料、式样、雕刻工艺更加讲究,砚台渐渐趋于工艺化,除了实用之外,还具有供人收藏赏玩的价值。

砚的制作材料丰富,品种繁多,有石砚、玉砚、陶砚、瓷砚、瓦砚及铜砚、铁砚等。一般最常用的是石砚,以端砚、歙砚、洮砚、鲁砚最名贵,被称为“中国四大名砚”。

端砚,产于广东省肇庆市的端溪。肇庆古称端州,“端砚”因此而得名。它具有石质坚实、细腻滋润、发墨而不伤毫等特点。

歙砚,产于江西婺源龙尾山,这里古属歙州,故称“歙砚”。歙砚石质坚密细腻、石色青莹、纹理自然、磨墨无声,以龙尾石、罗纹石、金星石、眉子石为上品。

洮砚,因产于甘肃省卓尼县一带的洮河而得名。洮河石质细密晶莹、石纹如丝、清丽动人。洮石深埋河底,取材不易,极为珍贵。

鲁砚,产于山东潍坊、淄博、益都、临沂等地。山东古时称鲁,故得“鲁砚”之名。它的特点是:纹理多样、色彩丰富、石质嫩润、坚而不顽、细而不滑,易发墨,不损毫。

至于其他各地所产的石砚及各种原料所制的如澄泥砚、水晶砚等这里就不详述了。

选砚应从实用出发,以质地细腻、易于发墨为佳。学生练字,用砚不必太讲究,只要选一种石质细、发墨快、砚心深、储墨多的普通砚就可以了。如用墨汁练字,也可用塑料墨盒,或以碗、碟代用。

砚台也要注意使用和保养。写字时,砚台宜平稳地放在桌面的右前方,这样既便于磨墨、蘸墨,又可避免墨滴污损纸张。磨墨时用力要均匀,不要使用含有尖硬杂质的劣墨,以免