

提高人文素质系列教材

主 编 蒋兴国
副主编 师君侯

大学书法教程

DAXUE SHUFA
JIAO CHENG

中南工业大学出版社

大学书法教程

主 编 蒋兴国

副主编 师君侯

中南工业大学出版社

大学书法教程

主编 蒋兴国 副主编 师君侯

责任编辑:周丽

*

中南工业大学出版社出版发行
湖南大学印刷厂印装
新华书店总店北京发行所经销

*

开本:787×1092 1/32 印张:10.75 字数:238千字

1996年12月第1版 1997年3月第1次印刷

印数:0001—6000

*

ISBN 7-81020-921-3/G·079

定价:12.00元

本书如有印装质量问题,请直接与印刷厂联系调换

厂址:湖南长沙 邮编:410082

编者致意

大学生学习书法和提高文化艺术素养是当今的热门话题，它既是丰富大学校园文化，全面提高大学生人文素质，加强精神文明建设的积极有效途径，又是多方位提高大学生的综合能力，适应社会对人才高层次需求的有力措施。为此，我们编写《大学书法教程》一书，又正值党的十四届六中全会召开，毋庸置疑，该书的问世，将产生显著的社会效益，并将拥有更多更广泛的读者，这正是我们编书的初衷和意义所在。

本书由长沙电力学院（原长沙水利电力师范学院）蒋兴国任主编，湖南财经学院师君侯任副主编，湖南省部分高等学校的专职和兼职书法教师参编。全书共 12 章，各部分的执笔人是：第一章（绪论）：湖南财经学院师君侯；第二章（中国书法简史）：长沙电力学院印华江；第三章（文房四宝）：中南工业大学唐贤清；第四章（学书基础训练概述）：湖南教育学院刘伯严；第五章（楷书）：株洲工学院艾泽银；第六章（行书）：长沙电力学院王元建、蒋兴国；第七章（隶书）：蒋兴国；第八章（篆书）：蒋兴国；第九章（草书）：蒋兴国；第十章（硬笔书法）：长沙交通学院刘绍勤，蒋兴国补写第四节；第十一章（书法美学概论）：长沙电力学院宾寒云；第十二章（书法制作与书法欣赏）：唐贤清；历代书法简明图录由蒋兴国选编。

该书由蒋兴国、师君侯统稿并定稿。

本书的编写人员有早至 50 年代的大学生，迟至 90 年代的大学生，虽不全是书法科班出身，但由于都曾是非专业书法爱好者和书法艺术的执著追求者，因此，作者孜孜以求的目标、境界以及曾经遇到的有关问题，与今天的业余书法爱好者更为接近，他们学起来将会更感亲切，更有特殊的借鉴意义。因此我们自信，本教程作为非书法专业的大学生以及有一定基础的学者学习中国书法的教材或参考书将会是合适的。

我们在编写本书的过程中参考了许多专家、同仁的著述，如欧阳中石等编著的《中国书画函授大学教材》，邱振中、吴鸿清主编的《书法艺术》，金开诚、王小川主编的《中国书法文化大观》等，还有《大学书法》、《书法教程》、《简明书法教程》、《楷书技法》、《楷书浅鉴》、《行书基础知识》、《隶书基础知识》、《书法名作欣赏》、《基础书法学》、《中国硬笔书法概论》、《书法美学史》等，在此说明，除向原著作者致谢之外，还为读者提供查阅之便，遗漏之处，敬请见谅。

由于编写时间仓促，也由于我们水平有限、资料不足，故书中不能令人满意甚至错漏之处在所难免，敬希广大读者批评指正。

编者

1996.11

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 中国书法概述	(1)
第二节 学习书法的意义和方法	(6)
第三节 提高书法水平的途径	(9)
第二章 中国书法简史	(15)
第一节 孕育时期	(15)
第二节 成熟时期	(19)
第三节 鼎盛时期	(22)
第四节 承袭时期	(27)
第三章 文房四宝	(31)
第一节 笔	(31)
第二节 墨	(37)
第三节 纸	(41)
第四节 砚	(45)
第四章 学书基础训练概述	(50)
第一节 作书姿势和毛笔的执笔方法	(50)
第二节 笔法和笔力	(56)

第三节	临帖简介	(62)
第五章	楷 书	(68)
第一节	楷书概述	(68)
第二节	楷书的用笔	(70)
第三节	楷书的结构和章法	(77)
第四节	楷书四大书法介绍	(87)
第五节	魏碑	(93)
第六节	小楷	(95)
第六章	行 书	(99)
第一节	行书概述	(99)
第二节	行书沿革和历代行书名家	(100)
第三节	行书的基本技法	(112)
第四节	行书的学习方法	(126)
第七章	隶 书	(128)
第一节	隶书概述	(128)
第二节	历代隶书名作和名家	(129)
第三节	隶书的基本技法	(144)
第四节	隶书的品评标准和学习方法	(154)
第八章	篆 书	(161)
第一节	篆书概说和识篆知识简介	(161)
第二节	篆书沿革和历代篆书名家	(164)
第三节	怎样学写小篆	(173)

第四节	怎样学写大篆·····	(184)
第五节	怎样学写甲骨文·····	(188)
第九章	草书·····	(194)
第一节	草书概述·····	(194)
第二节	草书的演变及历代草书名家·····	(196)
第三节	草书的基本技法·····	(198)
第四节	草书的品评标准和学习方法·····	(223)
第十章	硬笔书法·····	(230)
第一节	硬笔书法概念·····	(230)
第二节	钢笔楷书基础·····	(236)
第三节	钢笔行书简述·····	(247)
第四节	硬笔书法的创作·····	(251)
第十一章	书法美学概论·····	(257)
第一节	书法的形式美·····	(258)
第二节	书法的意境美·····	(265)
第三节	书法美的本质特性和审美范畴·····	(271)
第十二章	书法创作和书法欣赏·····	(276)
第一节	书法创作·····	(276)
第二节	书法欣赏·····	(304)
附录	历代书法简明图录·····	(310)

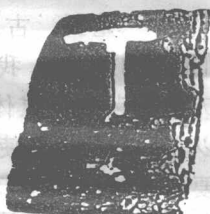
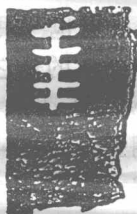
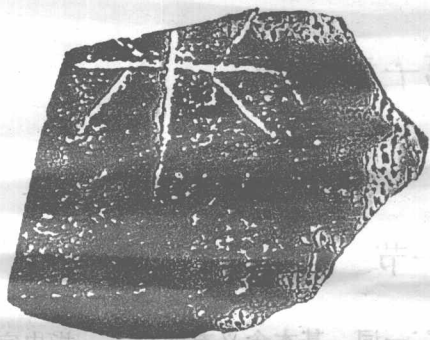
第一章 绪 论

第一节 中国书法概述

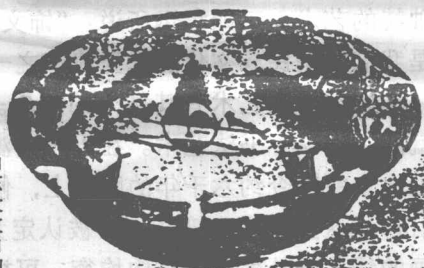
在古代，“书法”一词，基本含义有两个：一指史官修史，如《左传·宣公二年》载：“董狐，古之良史也，书法不隐。”当然，这个含义与我们要讲的无关；我们所取的是它的第二个含义，即汉字的书写方法和艺术。具体说，所谓“书法”，是以汉字为表现对象，以笔、墨为主要使用工具的一种线条造型方法和艺术。书法既要研究汉字的书写方法，有其实用价值；又是一种艺术，有其审美价值。书法这门艺术，是一门古老而独特的艺术。正如鲁迅所说：“饰文字为观美，华夏所独。”它是我们中华民族文化的优秀遗产之一。

中国书法艺术有其悠久的历史。可以这样说，有了文字，就随之出现了书法艺术。在山东大汶口和西安半坡仰韶文化遗址出土的距今约六千年的陶器上，便发现刻有图形和符号（图1.1）。这些图形和符号，已被认定为“最简单的文字”。它刻画的线条质朴生动，结构均衡，可视为书法艺术的源头。到了殷商时代，出现了最古老的有系统的文字——甲骨文（图1.2）。甲骨文虽大部分为契刻（也有少量是墨书和朱书的），但其中已体现出结体严谨、笔画犀利遒劲的书风。这说明，三

西安半坡出土刻画符号

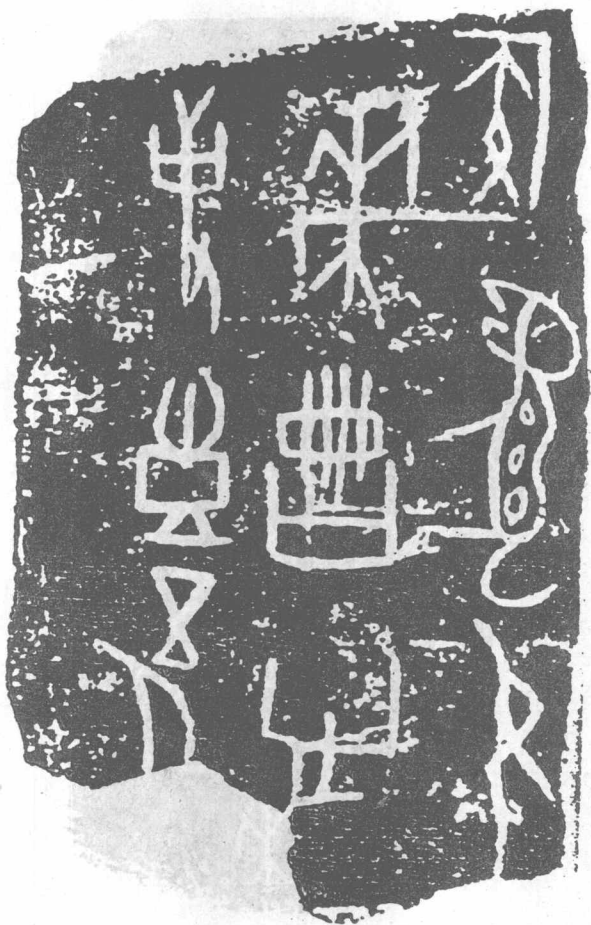


山东大汶口陶器文字



西安半坡出土陶盆

图 1.1 图形和符号



(a)
无羊(a) 1图



(b)

图 1.2 甲骨文

千多年前殷商时代的先民们，已经有意识地将汉字书写得美观，并将其上升为一种艺术。

从殷商的甲骨文开始，相继出现了周代的金文（钟鼎文），春秋战国到秦代的篆书，汉代的隶书、章草，魏晋以后日益发展成成熟的楷书、今草、行书，各种书体千姿百态，异彩纷呈，为书法创作开辟了无限广阔的天地。在数千年的历史长河中，我国古代已涌现出许多卓有成就的书法家，如王羲之、颜真卿、怀素、黄庭坚、米芾、赵孟頫、董其昌、何绍基等，他们在中国书法史上占有重要的地位，在书法创作和理论方面，为后世留下了千古不朽的遗产。

中国书法在它自身的发展过程中，不但与文字、图画同源，而且与诗文、绘画、篆刻等姐妹艺术保持着密切的联系，并不断地从她们身上汲取营养，又不断地对她们施以影响，因而在书法艺术中包含着其它各门艺术的一些最基本的规律，我们懂得了书法艺术，还能借助于它进一步了解中华民族广泛的文化和艺术。

书法虽然是中华民族所独有的一门艺术，但它已超越了国界，在世界范围内产生了深远的影响，如日本、朝鲜等周边国家，就很重视书法艺术和书法教学，日本有的大学还设立了书法艺术系。在我们同港澳同胞和海外侨胞的交往中，书法艺术常常起到重要的纽带和桥梁作用。由此看来，作为炎黄子孙，作为新时代的大学生，继承和发扬我国的书法艺术传统实为责无旁贷。目前，我国已进入一个新的历史时期，时代要求我们在建设强大的物质文明的同时，建设高度的精神文明，我们应该不懈地加强基本功的训练，掌握好书法基本知识和基本技能，努力把字写好，并通过书法学习，增强爱国情操，提高审

美情趣，为加速精神文明建设作出贡献。

第二节 学习书法的意义和方法

大学生为什么要学习书法，其意义何在？关于这个问题，前面已经提到，在此，还有进一步探讨和说明的必要。为了探明这个问题，首先应该明确高等院校为什么要开设书法课。

一、大学开设书法课的意义

高校开设的书法课，可以说，它是一门既古老而又时兴的课程。高等学府设立书法课程，早有历史记载。唐朝国子监（朝廷设于京城的教育机构和最高学府）所辖的“六学”中，其中便有“书学”一门，设书学博士二人，学生三十人。贞观元年，在弘文馆（相当于贵族子弟学校）内，收学生二十四人，以当时的书法大家欧阳询、虞世南为教授，教导学生专习楷法。同时，唐朝还把书法作为科举取士的一项标准。书法教学历来受到高等学府的重视。新中国建立以来，高校的书法教学虽一度被忽视，但是，随着形势的发展，尤其是改革开放以来，在全国范围内已出现学习书法的热潮。高等院校适应形势的需要，也陆续开设了书法课。

当然，我们学习书法决不是单纯为了适应形势，赶时髦，而是有它更重要的意义。概括地说，即是提高书法水平和审美情趣。

提高书法水平，包括两个方面：提高书写水平和书法理论水平。汉字是社会交际中最常用的必不可少的基本工具之一，我们必须正确、美观地书写汉字。一是清楚正确，要严格正

字，写出来的字不致使人看不清或产生误解，这是最起码的要求；二是美观，在书写清楚正确的前提下，还应该加强训练，不断提高书写技艺，使写出的字洒脱秀美，富有特色。如果能达到这一要求，将来无论是从事文字工作还是在其它行业工作，对提高工作的质量和效率无疑都是很有帮助的。同时，大学书法教学又不同于中小学的习字教学，它应该有更高的要求。除了练好字以外，学生还应该了解中国书法的历史和性质，了解主要流派的特点和美学原理等有关知识和理论，以增进学识修养。

学习书法提高审美情趣，有其更深一层的意义。学生掌握了一定的书法理论知识，将有助于提高书法的鉴赏水平和审美能力。书法作为一门艺术，本身就具有很高的审美价值，简练的线条造型可以表达丰富的思想情趣。一幅优秀作品，能唤起人们对美好生活的联想，得到美的享受。通过书法教学，学生不断受到美的启示和熏陶，对于陶冶性情，形成高雅气质，增强爱国激情，必将起到积极的作用，从而也就加速了精神文明建设。

二、学习书法的方法

大学书法课是一门知识性和工具性相结合的基础课。课程的这一性质，决定了学习书法的方法。它要求我们切实做到三个“结合”：理论和实践相结合；继承和创新相结合；重点和多样性相结合。

理论和实践相结合。这是一条普遍的基本的原则，而在学习书法过程中，尤其显得重要，既要学习书法理论又要坚持动手写，两者缺一不可。如果只学理论而不动手，不严格进行实

践训练，将会变成“空头书法家”，显然，这不符合本课程培养目标的要求；如果只讲练，而忽视理论的学习，则降低了本课程的知识层次。再者，不在理论指导下进行训练，往往陷入盲目性，书写水平也难以提高，容易成为人们所说的“字匠”。

继承和创新相结合。在学习书法方面，前人为我们留下了很多珍贵的遗产和宝贵的经验，我们必须很好地继承。学习前人的经验，可以避免走许多弯路。这里必须强调的是，决不能好高骛远，抱虚无主义的态度，而要老老实实，脚踏实地一步一个脚印地学，只有这样才能把优秀传统继承下来。当然，要批判地继承，要在继承中求发展。所谓发展，就是创新。在对待继承和创新的问题上，既要有老实谦逊的态度，又要有敢于超过前人的胆识，在书法创作上，充分显露出自己鲜明的个性和风格。只有达到这一境界，才能称得上真正把握了书法这门艺术。

重点和多样性相结合。这部教材内容繁富，在书法知识、理论和技法诸方面都作了较为全面的介绍。对于这些基本的、基础的内容，学生都应该了解和掌握，但在学习和训练过程中要有重点，要注意多样性。如学写篆、隶、楷、草、行各种字体，从应用的广泛性来看，当数楷、行、隶，尤其是楷书，它包含各种用笔之法，一般主张学书当从楷书入手，因此，我们可将楷、行、隶列为训练重点，而楷书则是重点的重点。教材把楷书放在其它各种字体之前，是有道理的。但是，又不能单纯只学一种；其它字体也都应该练习，要懂得它们的基本特点和写法。只有在突出重点的同时，注重训练的多样性，才能达到培养目标的要求。同时，各种字体在发展演变过程中，有内在的联系。如学隶书，要把隶书真正写好，就必须懂得篆法，

这样写出来的字才醇厚古朴，有书卷气。当然，关于重点的确立，还可以根据自己的特长和爱好而定，如果你爱好草书，就不妨把草书作为训练重点，但要注意兼学其它，不能偏废。在多样性方面，还包括既要学好毛笔书法，还要学好硬笔书法，既会写毛笔字，又会写钢笔字。

第三节 提高书法水平的途径

要提高书法水平，首先，要树立信心，相信自己完全能够把字写好，此外还必须选择正确的途径，采用正确的方法。在这方面前人总结出了不少成功的经验，归结起来有如下三个方面，可以作为我们的借鉴。

一、苦练加巧练

书法作为一种艺术，不同于绘画，绘画所表现的是自然界实物的造型，书法所表现的则是抽象线条的造型。书法表现的对象并不复杂，只是几根简单的线条。但是，在书写过程中不能像绘画那样可以打草稿，可以涂抹和修改，还可以着上颜色，书法只是用单色（黑色）涂写在白纸上，下笔之前，必须胸有成竹，一笔下去，无可更改。这就要求学书者有特别扎实的基本功，而要具备这一基本功，则非锲而不舍地刻苦训练不可。苏轼说：“笔成冢，墨成池，不及羲之即献之；笔秃千管，墨磨万锭，不作张芝作索靖。”所讲的就是这个道理。古人刻苦学习书法的故事很多。如东汉的张芝，他家的衣帛，必先书而后练（把生丝煮熟），他临池学书，池水尽墨；三国时魏国的钟繇，入山练字十年，木石皆黑；南朝智永登楼练字，三十