

汉字书法基础

西藏类乌齐县文教科
四川江津地区赴藏教师队
合编

藏文
汉字
书法
基础

毛主席语录

教育必须为无产阶级政治服务，必须同生产劳动相结合。

——一九五八年的一次讲话

百花齐放，推陈出新

——为庆祝第一届全国戏剧观摩演出大会的题词

我们必须继承一切优秀的文学艺术遗产，批判地吸收其中一切有益的东西，作为我们从此时此地的人民生活中的文学艺术原料创造作品时候的借鉴。有这个借鉴和没有这个借鉴是不同的，这里有文野之分，粗细之分，高低之分，快慢之分。

——《在延安文艺座谈会上的讲话》（一九四二

年五月）《毛泽东选集》第三卷第862页

对于中国和外国过去时代所遗留下来的丰富的文学艺术遗产和优良的文学艺术传统，我们是要继承的，但是目的仍然是为了人民大众。对于过去时代的文艺形式，我们也并不拒绝利用，但这些旧形式到了我们手里，给了改造，加进了新内容，也就变成革命的为人民服务的東西了。

——《在延安文艺座谈会上的讲话》（一九四二年五月）《毛泽东选集》第三卷第1084页

写字也起波，写完一个字再写一个字，不能一笔写几百个字。这是事物矛盾运动的曲折性。

——《在省市自治区党委书记会议上的讲话》（一九五七年一月）《毛泽东选集》第五卷第361页

要提倡为革命学习文化，学习技术，精通业务，又紅又专。

——华主席《在第二次全国农业学大寨会议上的讲话》

坚持为无产阶级政治服务、为工农兵服务的方向，努力创作具有革命政治内容和尽可能完美的艺术形式的，丰富多采的文学艺术作品，大力开展以馬列主义、毛泽东思想为指导的创造性的学术研究，兴起社会主义文化建设的高潮。

——华主席《在中国共产党第十一次全国代表大会上的政治报告》

目次

重视学生的书写训练	(1)
第一讲 汉字与书法(简论)	(2)
第二讲 怎样写楷书	(20)
第一节 书写工具	(20)
第二节 怎样下笔写字	(29)
第三节 基本点画的写法	(41)
第四节 怎样掌握笔顺	(49)
第五节 结构的一般规律	(51)
第三讲 怎样写小楷	(63)
第四讲 怎样写行书	(65)
附：汉字快写法	(74)
第五讲 怎样写隶书	(82)
第六讲 怎样写新魏书	(91)
第一节 书写工具	(91)
第二节 执笔方法	(92)
第三节 运笔与点画	(93)
第七讲 钢笔、铁笔字的写法	(99)
第一节 写钢笔字	(99)
第二节 铁笔字的刻印	(101)

第八讲 仿宋字、美术字简介	(112)
第一节 仿宋字	(112)
第二节 美术字	(113)
第九讲 篆书 章刻	(117)
第一节 篆书基本特点与用笔	(117)
第二节 篆字辑录	(118)
第三节 章 刻	(121)
第十讲 略谈布局	(125)
附： 挖补法、裱糊法	(127)
第十一讲 如何临帖	(129)
附： 临摹范帖举例	(134)
〔附录一〕 书家小传	(136)
〔附录二〕 书法理论书目举例	(140)
〔附录三〕 发展笔形一览表	(141)
〔附录四〕 部首、部件称谓表(试用)	(144)
〔附录五〕 楷书基本笔法示意图	(147)
〔附录六〕 隶书基本笔法示意图	(149)
〔附录七〕 新魏体基本笔法示意图	(150)
〔附录八〕 仿宋体基本笔法示意图	(152)
〔附录九〕 写字歌	(153)
〔附录十〕 名家字帖选印	(158)
编 后	(164)

重视学生的书写训练

·原载一九七二年十月二十九日《人民日报》·

重视书写训练，培养学生良好的书写习惯，是中、小学语文基本训练的一项重要内容。

许多教师在批改学生作业时，常常因为字迹潦草、错别字多而发愁。

写字潦草会使语言文字的作用受到影响，有时一字之差，意义全非，会造成意想不到的严重损失。

许多学生写字潦草的原因在哪里？

从学生方面看，思想上不重视，不肯在这方面下功夫。有些学生以为字迹潦草，丢笔少划，不是什么重要问题，自己认识就行了。

学生写字潦草也和语文教学中缺少严格要求有关。一般说来，语文教师对于书写训练还比较重视，但不少人对低年级学生要求较严，对高年级学生要求较松。还有些人对于学生的作业，只注意思想内容，认为字迹潦草无关大局。其他各科教师往往只注意学生完成作业，以为字迹潦草、有些错别字算不了什么。有些教师（也有语文教师）在板书和批改作业时，自己的字迹也很潦草，这就助长了学生“字风”不正现象的发展。

如何改变这种现象？

我认为首先必须对学生加强思想教育。写字虽然涉及笔顺规矩等某些知识问题，但主要是一个端正学习态度、培养良好习惯的问题。建议各校在倡导和培养学学生艰苦踏实的学风时，将写字问题列为具体内容之一。

第一讲 汉字与书法

(简 论)

历史悠久的汉字书法*是我国人民喜闻乐见的民族艺术。在毛主席“百花齐放，推陈出新”方针的指引下，这种古老的民族艺术得以新生，蓬勃发展，而且大踏步地回到了广大工农兵群众手里，成为“真正人民大众的东西”。(毛主席：《在延安文艺座谈会上的讲话》)对此，王、张、江、

* 书法：它是我国特有的传统艺术之一。所谓书法就是讲汉字的书写法则，主要包括执笔、用笔、点画、结构、布局等方面的内容。

(紧接上页)

第二，中、小学各年级都应在语文课的基本训练中，重视书写训练，订出计划，严格执行，使学生打好基础。小学语文教学应把培养学生懂得笔顺规则，树立正确的书写习惯，作为一项重要内容。中学也应该重视学生的书写训练。

第三，毛主席教导我们：“教改的问题，主要是教员问题。”各科教师，首先是语文教师，必须以身作则，言传身教，严格要求自己，在板书、批改作业方面起示范作用。

第四，学校是培养新一代的机构，是造成良好的书写风气的主要阵地。学校中的一切书面材料都应力求字迹工整。学生置身其间，耳濡目染，经常受到熏陶，这对形成良好习惯，是大有益处的。

(本文作者：山东省枣庄市永安公社教师 许言平)

姚“四人帮”却十分仇视，他们恣意践踏、百般虐杀社会主义文艺，对书法艺术也不放过，在他们独霸文坛期间，蛮横禁止篆文印章之类即一罪证。英明领袖华主席一举粉碎“四人帮”，书法艺术得解放。书法艺坛一派兴旺景象。书法这枝艺术之花，在明媚的大好春光里，竞相怒放，艳丽多姿！

为了繁荣社会主义书法艺术创作，更好地为三大革命运动服务，在不少中、小学校里，重视学生的书写训练，在不影响主科的前提下，适当开设些写字课，学生的书写（如毛笔字）水平不断提高，这是很可喜的现象。

(一)

伟大领袖毛主席早在一九三九年就曾经指出：“在中华民族的开化史上，有素称发达的农业和手工业，有许多伟大的思想家、科学家、发明家、政治家、军事家、文学家和艺术家，有丰富的文化典籍。在很早的时候，中国就有了指南针的发明。还在一千八百年前，已经发明了造纸法。在一千三百年前，已经发明了刻版印刷。在八百年前，更发明了活字印刷。火药的应用，也在欧洲人之前。所以，中国是世界文明发达最早的国家之一，中国已有了将近四千年的有文字可考的历史。”（《中国革命和中国共产党》）

历史是人民创造的。作为记录语言的符号的文字也不例外。他们不仅是文字的创造者，也是文字的改革者。是他们创造了人类文明，促进了文明的发达。

汉字是汉民族通用的文字。它是我国各族人民共同创造的多种多样的民族文字之一，也是世界上历史最悠久的文字之一。至今已有一千多年的历史。如果从具有文字性质的、新石器时代陶器上的划纹符号算起，那就更长了，有六千多

年的历史。汉字的产生和发展，对保存和传播祖国的文化遗产起了很大的作用。今天我们在看书学习，进行三大革命运动以及其他各个方面，同样离不开汉字。因此，我们必须认真地学习、正确地使用汉字，使汉字能更好地为我们的社会主义革命和建设服务。

那末，文字是怎样产生的、形成并逐渐发展的呢？鲁迅先生曾作过这样科学的而又生动的说明：我们劳动人民的祖先，在长期的生产斗争实践中，为了记事，于是“有的在刀柄上刻一点图，有的在门户上画一点画，心心相印，口口相传，文字就多起来，史官一采集，便可以敷衍记事了。中国文字的由来，恐怕也逃不出这些例子的。”（《且介亭杂文·门外文谈》）这里所说的画一些画，应该说就是“象形文字”了。那末，又是怎样从“象形”文字（这几乎是世界共同的雏型文字）而发展成为如今天这样的方块汉字的呢？在文字数量上又是怎样逐渐多起来的呢？

总结一下汉字发展的历史，就不难看出：前者是字形演变的结果；后者则是造字法丰富发达的结果。——这就是汉字发展的两条途径。

现在先谈一谈造字法的问题：

随着社会的发展，时代的前进，文字也随之演进，不断增加，不断丰富。原始的那种“近取诸身，远取诸物”的象形构字法显然已有很大局限，于是就有了“会意”（又叫“象意”）、“指事”等造字法的采用。归结起来，有：

- (1) 象形（象形文字）；
- (2) 指事（间接符号）；
- (3) 会意（联合字）；
- (4) 转注（互解符号）；
- (5) 假借（语音借用字）；
- (6) 形声（限定语音字）。参见鲁迅《汉文学史纲要·自文字至文章》。

这就是造成汉字的六种方法（即所谓“六书”）。这样一来就为汉字的逐渐多起来创造了十分有利的主观条件（社会的发展是其客观条件），文字也就由少而多，不断丰富了。对于这种情况，有人曾作过这样大致的统计：在汉朝以前，不过三千三百个字；自杨雄作训纂之后，增多到五千余字；到公元一〇〇年，许慎写的中国第一部字典《说文解字》，全书就有九千三百五十三字。此后历代更有增加，直到清代的《康熙字典》，就收有四万九千字（俗字尚不在内）。到今天，由于科学用语、外来语和口语的发展，其文字又增添不少，汉字总数已在六万左右了，这是多么惊人的数据啊！

下面谈一谈字形演变（亦即书体源流）的问题：

追溯汉字演变的历史，我们就会发现：最早的汉字还是一种图画文字。和世界很多国家的雏形期文字有着惊人的相似之处。

在图画文字之前，也就是远古时代，人们为着记事的需要，便采用了结绳的方法，就是说，把绳子打成各种大小不同、式样不同的结子，帮助人们记事。在《礼记》一书里就作过这样的叙述：“古者无文字，其有约誓之事，事大其绳，事小小其绳，各执以相考，亦足以为治也。”这段话，告诉了古人结绳记事的方法、目的。但是结绳记事，局限性毕竟是很大的。为了更精密些、准确些，人们又用了“结珠”的方法；还有用刻木、刻骨、刻石的方法（就是在木块、兽骨、石块上刻划大小、深浅不同的符号）来记事。

上述那些方法，都是古人用来帮助记忆，表示某种思想意识的。他们所结的绳，所刻划的符号，固然不算文字，但对人类创造文字起了启发的作用；它已经强烈地反映出人类在生产实践中要求有文字以记事传情的愿望。正是从这个意

义上，所以人们仍称这种结绳为“结绳文字”。结绳文字的产生，就从认识论上反映了文字产生的意义及其必然性；预示着更高明的文字必然出现。

接着出现的就是象形文字了。这种文字在写法上跟画画差不多，所以鲁迅先生说那时“写字就是画画”。这是一种图画式的原始形态的文字，所以人们又称做“文字画”。

上述的那种图画文字，多半是从象形开始的。这是因为古代劳动人民主要是与自然界打交道的缘故。他们通过对自然界各种事物（以及身边常使用的器物）的观察，便将其形状或特征用图象表述出来，这种图象就叫象形文字。如“河流”，也就是“川”，在远古的象形文字里，便是这样描绘的：

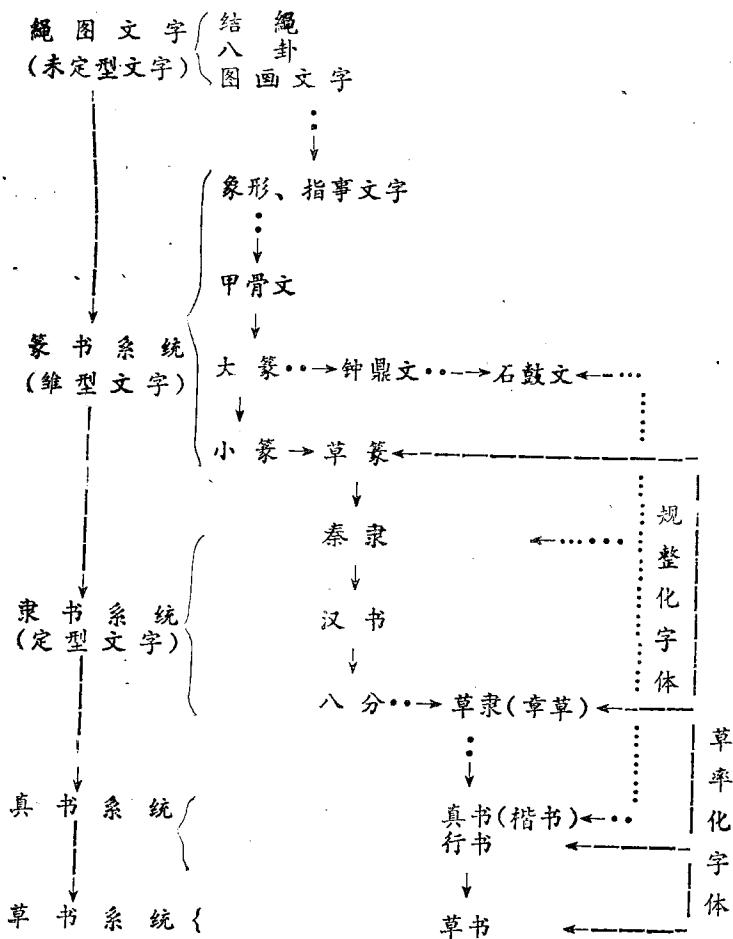
≡ → ≈ → ≡ → 川 → ≡ → 川 → 川。

再看对“云”的描绘吧：☁（云）完全摹写云块卷舒的情状！再看稻子（禾）的象形字吧：秝→秝→禾。稻秆直立，稻叶摇曳，长长的穗子已经因颗粒的饱满而低着头了。这些文字的形象是多么的鲜明和生动啊。

当然，事情总是复杂的，如果碰上无形可象的情况又怎么办呢？于是又有了指事文字的出现。如表示说话，就画成囗（曰）。再如至→至（至），表示箭射中目标（即到达）。等等。由此可见，劳动人民的智慧确是无穷无尽的！

继后，随着社会的发展，又先后出现了篆书、隶书、楷书和行书等形态的汉字定型书体。为了叙述的方便，现将汉字书体演变发展情况列表如下：

汉字书体源流演变表



根据上列图表，从篆书系统的甲骨文起，试作如下说明——

甲骨文：殷商时代，刻在龟甲和兽骨上的文字。内容多数是迷信的卜辞，因此，又叫卜文或贞卜文字。笔法上方笔居多，圆笔较少，线条较为纤细。

大篆：（也称籀Zhou咒文）包括（1）钟鼎文——是指商周两代铸造在青铜器上的文字。因青铜器是金属，所以又叫它“金文”；又因这种文字具有铭刻的意思，所以又叫它“铭文”。由于这些青铜器又多为钟鼎，所以又常称钟鼎文。钟鼎文是一种刚刚脱胎于甲骨文不久的篆书的初期文字。这种文字，一个字常常有多少种写法，字形大小不等，线条粗细也不匀。（2）石鼓文——是刻在十个鼓状的石墩上，内容是记载田猎等事的韵文，故人们称之为石鼓文。大约是公元前八世纪秦国的文字。

文字从甲骨文到大篆，走着由简入繁的道路。主要表现在大篆（特别是钟鼎文）的异形字的出现和迭床架屋的写法上。

小篆：即公元前二二一年秦始皇统一中国后，进行“书同文”*改革，废除六国异体，加以整理、简化而成的一种统一文字，叫做秦篆。为了有别于秦以前出现的大篆，所以又称小篆。这种与大篆比较大为简化的文字，又使字的线条更匀称，形体更整齐划一了。既便于书写，又便于认识，并定下了汉字方块化的雏型，结束了秦代以前数千年的古文形体。

* 书同文，就是统一文字，规定笔划较简的小篆为标准文字，并把直线笔划的隶书作为日用文字加以推广。这是龙祖统一中国后，进行政治、经济、文化改革的大事业中的一个组成部份。

从大篆(石鼓文)到小篆,文字走着由繁到简的路子。主要表现在笔画的简化上。

隶书: 由草篆(篆书的草率化字体)演变而成的字体,始于秦代,成熟并盛行于汉代。“隶者,施于徒隶之谓”。(班固《后汉书》)这里的“徒”就是卒徒,“隶”就是奴隶。“徒隶”就是指当时的一般民众。由于是这些“徒隶”创制和首先使用这种书体,所以叫隶书。始于秦代的隶书叫秦隶,又称古隶(王莽改制时期又称“佐书”);行于汉代的则叫“汉隶”。隶书变篆书的曲线为直线,变圆笔为折笔;结构改繁为简,删除了繁复的笔画,大大的方便了书写。由此,汉字产生了笔画。它不仅定型了汉字的方块形式,笔画粗肥,点画波尾,而且彻底消灭了象形在汉字形体中的残痕。隶书的出现,实在是汉字历史上的一次大的转折,是一次文字上的革命。至于“八分”,实属隶书之一种,它与隶书的区别,在于其波势没有隶书那么明显。

由小篆而为隶书,文字在由繁趋简的路子上大大地前进了一步。这不仅表现在笔画的简化上,而且还表现在结构上。

楷书: (也叫“真书”、“今隶”、“正书”)由草隶(即章草)演变而成。始于汉末魏初,至隋唐时代成熟。一直使用到今天,已有近两千年的历史了。楷书字体是直接由隶书演变而来的。隶书的某些特点为楷书所继承,如楷书的“一波三折”的捺笔就直接保留了隶书笔意。所以我们说,楷书实际上是对隶书的一个改造,也是汉字笔画的进一步发展。

汉字发展到楷书,不仅继续走着由繁趋简的路子,

而且更向整齐规矩、通行适用方面发展了。

行书：是楷书通行后，流动于草书和楷书之间的一种字体。它是楷书的草化，草书的楷化，是介乎楷草之间的一种快写法。其特点是：近楷近草，不拘不放，笔画连绵，字字独立。

行书中带有楷书或接近楷书的称“行楷”；带有草书或接近草书的则叫“行草”。

草书：是隶书通行以后，出现的一种为求快而连笔写成的字体。一般指章草和今草二种：章草是隶书的急就快速写法（一说因东汉章帝好草书而得“章草”之名；一说因章帝时杜度善草书而得名。）；今草是楷书的急就快速写法。今草中点画飞动，数字一笔相连的又称为“狂草”（或“一笔书”）。草书打破了汉字的结构和笔画，主要是由简笔和连笔写成的，点画相连，结构省简。

行书和草书的产生，是对隶书、楷书等规整化字体的进一步解放，是从草率化的方向使汉字趋于简化。行书和草书还为我们今天推行的简化字提供了不少条件，给我们以一定的启发和借鉴。从某种意义讲，不少行、草字正是今天的整规简化字的草率化字体。

以上所介绍的字体（亦称“书体”），人们习惯上把篆、隶、楷、草称为正体，其他的称为杂体。

下面是汉字演变的字例，以资比较：

篆体

隶体

楷体

行体

以上所介绍的汉字产生、发展的情况，为我们说明了以下两点：

(1)，汉字的产生和发展，是社会发展的必然结果。是人民群众在长期的社会实践活动中创造和发展的。雄辩地证明了：由于“生产往前发展，出现了阶级，出现了文字”（见《马克思主义与语言学问题》）这一唯物主义反映论的观点的无比正确性。(2)，同时，从汉字发展的避繁就简的过程中，使我们清楚地看到：汉字改革不仅是应该的、可能的，而且也是汉字发展的必然趋势。

汉字，从它产生的那一天起，就不断地在斗争中发展，即在变革前进与复古倒退的斗争中发展。在汉字发展的漫长历史中，充满着这样的斗争。

首先，在文字是谁创造的问题上。本来文字的产生、定型和发展都是劳动人民长期从事社会实践的结果。如前面所讲到的象形文字、结绳文字的产生就是一例。这不仅在中国，而且在世界范围内都曾出现过这样的文字：如古代的波斯、秘鲁、墨西哥等的民族都曾有过结绳文字的使用。而且“古代埃及的图画文字被认为是神圣的”。（《世界史》上册）这些都决不是偶然的巧合，而是社会、生产力发展的必然产物。再如汉字隶书的产生，也原本是劳动人民在社会生活中创造出来的：“秦既用篆，秦事繁多，篆字难成，即令隶人佐书，曰隶书”。（西晋书法家卫恒：《四体书势》）可是，历代反动统治阶级总是顽固地站在历史唯心主义立场上，蛮横地否认这些事实，而凭空杜撰了“仓颉造字”的反动说教，把仓颉描绘成“四目灵光”、“生而能书”的造字神人。这完全是掩盖之道的“上智下愚”的反动英雄史观的大暴露。鲁迅先生相对地指出：“但在社会里，仓颉也不止一个”