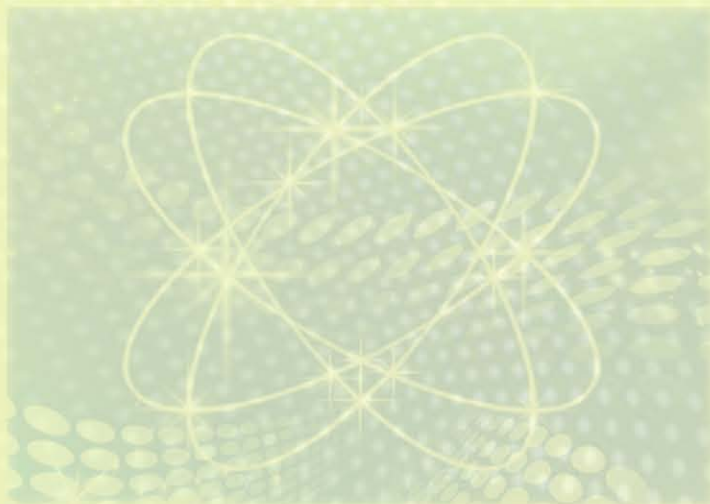


三笔字书写教程

主编 傅义贇



江西高校出版社

教师教育专业课程标准教材

三笔字书写教程

主 编 傅义赣

副主编 胡克龙 谢春生

邹 华 左济良

江西高校出版社

图书在版编目(CIP)数据

三笔字书写教程/傅义赣主编. —南昌: 江西高校出版社, 2012. 7

ISBN 978 - 7 - 5493 - 1346 - 4

I. ①三... II. ①傅... III. ①楷书 - 书法 - 教材
IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012) 第 180211 号

出版发行	江西高校出版社
社 址	江西省南昌市洪都北大道 96 号
邮 政 编 码	330046
总编室电话	(0791) 88504319
销 售 电 话	(0791) 88500223
网 址	www.juacp.com
印 刷	南昌市光华印刷有限责任公司
照 排	江西太元科技有限公司照排部
经 销	各地新华书店
开 本	787mm × 1092mm 1/16
印 张	13.25
字 数	306 千字
版 次	2012 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
印 数	1 ~ 11000 册
书 号	ISBN 978 - 7 - 5493 - 1346 - 4
定 价	23.50 元

赣版权登字 - 07 - 2012 - 804

版权所有 侵权必究

前 言

为适应教师教育课程改革的需要,根据审定通过的教师教育《三笔字书写课程标准》,我们编写了《三笔字书写教程》,并配套编写了《楷书字帖》。

写好三笔字是从事教师教育工作者应该具备的基本功之一。教师职业的特殊性,决定了教师不仅是文化知识的传授者,也是传统文化的继承者、传播者与实践者。汉字是记载五千年中华文明历史的重要工具,因其独一无二的音形义属性,在记录历史的过程中,无数的先辈通过实践不断改变它的形体结构与笔画形态,或古拙或端庄或潇洒飘逸,使其成为只有汉字才有的书写艺术——书法,成为世界艺术长廊中一颗灿烂辉煌的艺术瑰宝。书法就在我们身边,熏陶就在眼前,韵染无处不在。它就在那些随处可见的石碑、石刻、牌匾、装饰或书本、明信片、手机短信之中,“眼看得很近,手却离得很远”,这是当下较为普遍存在的一种“有欣赏之趣,无动手之意”的现实表现。要改变这种状态,实现培养提高中华民族汉字书写水平的目标,还得从学生的教育抓起。

2011年教育部教基二[2011]4号文件明确提出《关于中小学开展书法教育的意见》,其目的是“贯彻《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010年-2020年)》精神,全面实施素质教育,继承与弘扬中华民族优秀文化”。全面贯彻落实教育部的意见,关键在教师。教师教育类院校一直以来重视学生的汉字书写能力锻炼,要教好学生写字,教师必须能身体力行,以身示范。因此,教师具备较高水平的三笔字书写能力,对于培养提高学生汉字的书写水平将起到至关重要的示范、指导和引领作用。本教程旨在为从事培养中小学教学工作者的教师教育类院校教师教学与学生学习提供一个基础性的教材,同时也可以作为书法爱好者自学的实用性较强的教科书。

本套教材的编写,注重理论阐述与训练实践。遵循以下原则:一是强调规范。以传统楷书字帖作为教学规范的基础,重点在基本笔画、间架结构、运笔方法及能力转化上,对学生的书写训练提出严格的要求,并注意每一个环节的循序渐进。二是注重比较。包括不同范本字帖(颜、欧、柳、张玄墓志)的比较,不同书体风格的比较,碑帖汉字与规范汉字的比较等。三是适当拓展。要求进校前几乎没有正规写过字的学生在短期内达到较高的水平,是不切实际的。因此,教材的拓展以养成学生良好的书写习惯、找到适合自己的三笔字书写训练方法为前提,进而为达到更高的书写水平指明努力方向。

《三笔字书写教程》由九江职业大学傅义赣担任主编,由江西教育学院赣南分院胡克龙、宜春学院高安校区谢春生、上饶师院小教分院邹华、井冈山学院小教分院左济良担任副主编。萍乡高等专科学校邱仁根、景德镇高等专科学校汪开潮、南昌师范专科学校吴志群、南昌师范专科学校莲塘校区谭兆云、赣南教育学院陈传夫、万年师范徐海泉、上饶师院小教分院陈耀、宜春职业技术学院黄景平、九江职业大学慕静等参加了本教程的编写。

《楷书字帖》由傅义赣、胡克龙担任主编,邹华、谢春生、徐海泉担任副主编。

本教程的编写得到了各教师教育类院校的倾力支持,并参考了不同类型书法教材的编写经验,在此一并表示感谢。因编写时间仓促,不妥之处,敬请同行斧正,以便今后不断修正和完善。

编 者

2012 年 4 月 18 日

目 录

绪 论	1
第一节 课程的性质	1
第二节 课程的意义	2
第三节 课程的内容	3
第四节 书写训练要求与方法	4
第一章 书写工具与材料	7
第一节 毛笔字书写工具与材料	7
第二节 钢笔字书写工具与材料	13
第三节 粉笔字书写工具与材料	15
第二章 书写的基本方法	17
第一节 姿势与执笔	17
第二节 运笔方法	22
第三节 临摹的基本方法	29
第三章 三笔字楷体基本笔画书写训练	33
第一节 点画的类别、特点及写法	33
第二节 横画的类别、特点及写法	35
第三节 竖画的类别、特点及写法	37
第四节 撇画的类别、特点及写法	38
第五节 捺画的类别、特点及写法	39
第六节 钩画的类别、特点及写法	40
第七节 折画的类别、特点及写法	43
第八节 提画的类别、特点及写法	44
第四章 楷体字结构及书写训练	47
第一节 笔画组合书写顺序及训练	47
第二节 偏旁部首及书写训练	50
第三节 结构基本原则及书写训练	51
第四节 结构形式及书写训练	54

第五节	楷体传统碑帖介绍	58
第六节	规范汉字楷书及书写训练	64
第五章	行楷书书写训练	68
第一节	行楷书笔画特点及书写训练	68
第二节	行楷书偏旁结构及书写训练	73
第三节	行书及名家碑帖介绍	78
第四节	规范汉字行楷书及书写训练	83
第六章	书法发展简史	87
第一节	先秦书法	87
第二节	秦汉书法	89
第三节	三国魏晋南北朝书法	90
第四节	隋唐五代书法	95
第五节	宋代书法	101
第六节	元代书法	103
第七节	明代书法	105
第八节	清代书法	111
第九节	近现代书法	117
第七章	书法欣赏	120
第一节	书法欣赏的一般规律	120
第二节	书法欣赏的基本内容	122
第三节	书法欣赏的基本方法	128
第八章	书写实践与应用	134
第一节	毛笔(楷书、行书)的章法布局与创作实践	134
第二节	钢笔(楷书、行书)的章法布局与创作实践	145
第三节	粉笔(楷书、行书)的章法与课堂教学板书设计	148
第四节	写字教学的意义与原则	149
第五节	小报设计与班级黑板报设计与应用	151
附录一	3500个汉字笔画及繁简字形对照表	156
附录二	3500个汉字行楷书字表(方正行楷)	177
附录三	教师教育类院校学生三笔字定级考核内容与标准(供参考)	193

绪 论

【课时安排建议】五年一贯制与高中起点三年制均为 1 课时。

【教学目标】让学生了解专科层次师范类专业学生掌握三笔字教程的课程性质、意义和内容,并掌握书写训练的基本要求和方法。

【教学重点】课程的性质与书写训练方法。

第一节 课程的性质

教师教育类院校三笔字书写课程,是一门以提高学生的书写能力和提升综合素质为基础,知识结构体系相对独立,融实用性与艺术性为一体,个体书写实践和技能培养相结合的专业技能训练课程。

本课程力图通过技能训练使学生在三笔字(毛笔、粉笔、钢笔)书写方面达到一定水平,即书写姿势正确,运笔方法正确,楷字书写工整,行楷字书写规范,兼备一定的书写速度。简言之,就是要具有正确、工整、流利、美观的三笔字书写能力。同时,本课程要求指导学生具有汉语言文字规范意识,较为完整的掌握汉字书写基础知识和传统书法历史与理论知识,基本懂得对于传统书法艺术的审美与鉴赏,从而指导学生自己的书写与今后将要从事的教育教学工作实践,以提高综合素质,以适应中小学教育教学工作的实际需要。

三笔字因其书写工具的差异,而带来书写技能的训练方式不同。但是,基于汉字形体结构、章法布局及其笔画、笔法、笔顺书写的一致性,而有其相同的训练特征,即是从入帖到出帖再到创作,直至形成自己独立的书写风格,这是一个基本的训练提高过程,不能缺少其中任何一个环节。

本课程的独立性在于:书法是艺术类的范畴但又不同于绘画、雕塑、音乐等其他艺术门类,其艺术特点表现在通过笔画线条表现书法家的灵性,体现其艺术价值。对于一幅书法作品的欣赏是一个反向揣摩的心理历程,书法家由动到静,而欣赏者则需要由静止的笔画线条去体会书法家的心路历程,更高水平的欣赏还需要借助于历代书法理论的指导。同时,还必须弄清楚的是,书法作为一种艺术是有别于单纯写字的,但是书法又是以基础性的写字水平提升为前提条件,只有达到一定的书写水平以后才能达到被称为“书法”的高度。因此,本课程一是强调学生书写水平的提升,即是在掌握以汉字为书写对象,以笔(教学意义的毛笔、钢笔、粉笔)为书写工具,以纸(现代制造的毛边纸、宣纸、钢笔字纸等)和黑板为书写材料的汉字书写方式的基础上,朝着书法艺术创作的方向打基础;二是帮助学生了解与书法有关的名家、名帖与书论,以增强对书法艺术的审美与鉴赏能力。

三笔字书写水平的高低,取决于书写者的技能训练是否得法、字外之功涉猎多少、意志力与借鉴及创造力的强弱。因此,学好三笔字要在训练技法、字外之功和持之以恒的坚

持上下工夫。“求上等技法”、“读字外之书”、“用超强之力”必能成就上好的文字书写水平,从而实现从汉字书写到书法艺术的华丽转换。

第二节 课程的意义

本课程的开设对于教师教育类院校的人才培养具有重要意义。我们需要具有较高书写水平和书法创作能力的教师,也需要这样的教师培养出能够继承与创新书法创作和书论人才。

教师职业素养的形成更多的是在职前阶段,靠读书期间打下的基础、养成的习惯和积累的经验阅历。把字写好需要一个长期的坚持训练过程,非一朝一夕之功,古人讲“字无百日功”说的就是这个道理。所以,培养锻炼学生能够做到“掌握基本技能、增强训练动力、坚持练笔不辍”是本课程教学需要实现的目标之一。

写好三笔字是提高学生综合素养的重要途径,这是本课程需要实现的第二个目标。汉字是表意文字,表意的突出表现是通过一定的形状了解它的意义,这是世界上现存的使用文字中除汉字以外其他任何形式的文字所不具备的功能。东汉的许慎在《说文解字》一书中,将汉字的形体概括界定为“六书”,即是“象形、指事、会意、形声以及转注和假借”。但从汉字造字的结构变化看,“象形、指事、会意、形声”是造字之法,而“转注和假借”是用字之法。要把汉字写好,必须懂得它的意义。懂得字的意义有利于通过线条来表现它的意义,这是一个充满继承传统、开拓创新与体现价值的过程,其中包含了技法、功力与审美等综合素养。因此,简单地认为写字只是为工作或生活准备一个基本的工具,那就很难把写字作为综合素养加以看重,从而失去把字写好的本来意义。

第三个目标是教师职业需要必备的基本功。“字是门面、书是屋”,“以字观人”,“字如其人”是自古至今比较认同的观点。一个人汉字写得好与坏会得到截然不同的评价,从中可以看出你的学识修养高低、文化底蕴厚薄与做事的严谨与执著,进而影响你的事业进步、前途发展。而作为教师,更要有高于一般人的写字水平,不仅自己要把字写好,还要教育指导学生把字写好,这样才能不愧于教师这个职业,否则将有“误人子弟”之嫌。教师的板书、作业评语及其教案的编写都离不开汉字的书写,尤其是板书和评语是直接给学生看的,工整、规范、漂亮的书写将会给学生带来示范、感染和美的享受,也将对每一个体学生发现自己的书写天赋带来直接影响,进而产生把字写好的内在动力。可以毫不夸张地说,书写水平较高的教师一定会给学生留下终生难忘的印象。

总之,本课程开设与讲授仅仅作为工具性和实用性是浅显的,教师教育类院校的教师尤其是从事书写教学的教师,要跳出写字看汉字,应该更多地从汉字与文化、与历史、与哲学、与美学、与社会学以及与其他艺术门类的比较研究中,定位汉字书写乃至书法艺术的作用与影响,从中寻找民族文化传统形成、发展与繁荣的本源。没有汉字的发展,不仅看不到举世无双的书法艺术,更不会让我们自豪而欣慰地感受到几千年不断代文化脉搏的律动。我们的教师要通过汉字的书写教学,通过书写训练教育让学生对汉字文化得到潜移默化的熏陶和感染,增强学生的民族自豪感、爱国主义意识和艺术情操,培养学生坚强的品德意志和正确的审美观,从而提高人才培养质量,完成教师职业所赋予的历史使命。

第三节 课程的内容

本课程基于专科层次教师教育的人才培养,坚持“强调规范、培养技能、碑帖为本、注重比较和适当拓展”五个原则,为实现课程的基本目标而开设适合学生特点的课程内容。这些内容包括楷体字书写训练、行楷字书写训练、书法历史知识、书写实践与应用四个方面,分八个章节阐述。

从课程内容的编排看,以楷书和行楷作为训练的基本字体,是遵循一般写字教学的观点。需要说明的是,本教程选取的楷书字体是传统楷体“颜欧柳和张黑女碑”,也有现代的“规范楷体字”,出发点是在学习继承传统的基础上,培养学生的自学能力、鉴别能力和创造能力,没有继承就不可能有创新。正如鲁迅先生所说“新的艺术,没有一种是无根蒂突然发生的,总承着先前的遗产。”如果单纯以现代的“规范楷体字”作为范本,就很难让学生亲身感受传统楷书的风格与魅力,从书法后继人才培养的角度看,就缺少了认识并继承传统书法这个环节,所以不仅要从教学的理念上跳出只是书写规范字的束缚,而且应该在更高层次认识汉字书写与书法艺术。行楷字的范本选取也是同样的原则,在此不再分述。

一、楷体字书写训练

楷体字书写训练包括书写工具材料、书写基本方法、楷体字基本笔画书写训练、楷体字结构书写训练、传统楷书碑帖介绍及临习方法、规范楷体字书写训练等内容。

这些内容从第一章到第五章,基本思路是按照毛笔、钢笔、粉笔(三笔)同步的原则进行编排,避免了三笔字书写分别编排带来的内容重复,缩短了篇幅内容,也便于学生比较三笔字书写过程中的技法差异,加快了学生对三笔字书写技能掌握的时间进程,从而提高学习效益。在楷书基本笔画和间架结构范本的选择上,选取柳公权《玄秘塔》的“柳体”作为范字进行分析讲解,主要是从“柳体”的严谨与容易看出字的来源的角度加以考虑,并非其他。为了给教师授课及学生学习带来更多的方便,不拘泥于一种楷书范字带来的局限性,所以,本教程还安排了“颜欧柳和张黑女碑”四体的选帖介绍与临习方法的介绍。也就是说,教师在选取讲解楷书范字时可以根据教师需要,任选一种传统楷书范字加以分析讲解,给教师教学提供空间。同时,为了体现书写教学最终落脚写好规范字的要求,本教程安排了规范字书写训练的内容。以上内容的安排,注重了传统楷书与现代规范楷体字的联系、比较与区别,既有继承性原则,又有系统性、灵活性和实用性原则,体现了书法教学的根本性要求。

二、行楷字书写训练

行楷字的书写是在具备楷书书写的基础上,进行的训练延伸与拓展。行楷字选取王羲之《圣教序》作为范本字帖,也是按照毛笔、粉笔和钢笔(三笔)同步的原则进行编排。同时,书中也安排了规范行楷字的范本参照内容,提供教师讲授和学生练习。行楷字是实用性最大的一种字体,因其美观、迅捷和易学而受到练习者欢迎。本教程对行楷字的概念进行了界定,旨在提高学生的使用能力,也帮助学生提升把字写好的兴趣,增强学习效

果。

三、书法历史知识

学习书法,离不开传统。中国的书法艺术源远流长,不同的时代呈现了不同的字体,这些字体又产生了不同的风格和流派,构成了我国书法艺术绚丽多姿的繁荣局面。这些字体为我们当今研究和学习书法艺术提供了大量的历史资料,其中包括甲骨文、青铜器铭文、碑帖墓志、摩崖石刻、墨迹手稿以及大量的书法理论著作等,内容琳琅满目、浩瀚深奥。基于学生需要掌握的内容,本教程以“精要、易懂和实用”为原则,概括并较为系统地介绍了其中的主要内容,以便帮助学生了解传统书法知识与历史,也为学生发展才能和个性彰显提供学习和借鉴的范本。

四、书写实践与应用

书写实践与应用所讲授的内容是本教程教学的最终目的。学以致用,学生通过一定的书写技能训练,达到了一定的书写水平,最为关键的是要把学到的知识技能用于实践,使之成为教师的一项基本技能。内容的编排分为“毛笔(楷书、行书)的章法布局与创作实践、钢笔(楷书、行书)的章法布局与创作实践、粉笔(楷书、行书)的章法与课堂教学板书设计、写字教学的意义与原则”四个方面,是学生书写能力锻炼的拓展应用。其中还包括了三笔字的书法创作、课堂板书设计、班级教室黑板报设计及学生手抄报(科技、文艺、语数外等具有学科特点的自制报纸)等内容的实践,为学生较好的对接中小学课程教学需要,做了丰富的基础性材料收集,以便更好的用于指导教学实践。

第四节 书写训练要求与方法

一、书写的训练要求

抓好书写训练的各个环节是课程讲授的最基本要求。从书写训练的要求看,主要包括以下几个方面:

一是楷行书基本笔画的过关书写要求;二是汉字结构及笔顺书写规范要求;三是临摹范本字帖的书写技能要求;四是书写格式、笔法、章法以及书写速度要求;五是对基础性书法理论和书法简史的熟悉了解要求。这五个方面缺一不可。同时,在强调书写技能训练的过程中,要不断激发学生的学习兴趣,积极引导,增强学习的主动性、自觉性,并能够清楚地认识到,把字写好不仅是个人生活或工作的需要,更是继承和发扬中国传统文化、弘扬书法艺术的需要。尤其要认识到,作为教师职业所担负的育人之责。练就一手正确规范、工整流利、美观实用的三笔字,成为学生榜样,只有这样,才能真正称得上是一名合格的教师。

二、书写的训练方法

做事最要紧的是要讲究方法,尽管每个人对事物的认识各有不同,但是可以寻找相同的实现目标任务、解决问题的方法。“授人以鱼不如授人以渔”讲的就是方法问题。方法得当可以事半功倍,效果明显;方法不当,事倍功半,效率低下。现在,由于普遍存在的大学新生对于书写知识及技能掌握的水平偏低,有的甚至从来没有使用过毛笔写字,要在短

短的读书期间把字写好,确实不是一件容易的事。因为这期间,他们需要克服“立新破旧”两大难题:一是按照汉字书写规范要求重新建立自己的书写认知体系;二是逐步的改变以前不正确、不规范、随心所欲的不良书写习惯。因此,让学生掌握实用的训练方法十分重要:

(一) 由楷书入门,取法乎上

楷书又名“真书”、“正书”,是由隶书演变而成的一种书体。楷书形体方正、笔画分明、结构严谨、体态端庄,融入了书写所应具备的各种用笔方法,是学习汉字书写的最佳范本。但楷书中又有不同名家、不同的风格和不同的流派。在碑与帖之中均有不同水平的范本,要选取上等的字帖作为范本,这就是要“取法乎上”。不能选取非名家字帖,更不能把现在市场上出版的已经是变化之后的字帖当做范本(尽管在你自己看来比较好),只有这样才能把你的书写之路引进“正门”,而不是“歪门邪道”。一般把“颜欧柳赵”的楷书或魏晋南北朝时期的碑刻《张猛龙碑》、《张黑女墓志》等) 楷字作为范本,比较合适。

(二) 从大楷入手,涨墨铺毫

从字的大小来看,一般来说毛笔楷书应先学大楷再学小楷。书写大楷字要求毛笔须涨墨铺毫,中锋、侧锋并用,体现毛笔的张力和笔画大小变化之间的关系,能够掌握每一个笔画书写过程中的运笔步骤,起、行、收笔的每一个步骤都能够做到有交代、不落空、不失范。写大楷字还能锻炼腕力和臂力,笔画大的好处是,如有哪个笔画不到位,写得不好看,在比较之中练习者自己就可以一下子看出来,从而有利于纠正错误。

(三) 靠临摹起步,力求神似

无论是写大楷还是小楷,最基本的书写练习都要从笔画临摹书写开始。先学笔画,再学笔顺、偏旁及结构,这个顺序只是认知的过程体现,而在对照一个字进行练习时,往往是几个方面的内容一起完成的。所以也不能一味地强调先后的顺序关系,通过临摹理解掌握了所写范字的神采,才是最好的效果。临摹什么样的范字就要像那个范字,力求神似,而不是“照葫芦画瓢”没有韵味,这是比较高的要求标准。所谓“神似”,是指“外貌神情相似”,即要从单一的笔画开始,到笔画组合成字的书写练习中,都要贯穿一个基本的理念:“范字”体现的是静止状态,但是在形成范字之时应该是一个运动且有力度的状态,这种状态就是范字表现出来的特点与特色。我们需要学习的就是这种特点和特色,它包括了笔画的粗细大小、开张起合、圆方中侧、枯湿顿放、留空布白及其组合排列等方面的内容。要学会读帖,在读帖的过程中感受范本字帖的魅力所在,在读帖过程中学会比较和鉴别。只要下大力气解决了“神似”的问题,书写就一定可以看到明显的进步。

(四) 楷行书兼练,持之以恒

写好楷体字是写好行书字的基础。我们讲先学楷书后学行书,不是说只有把楷体字写好了才能练习行书,而是说在你比较熟练地掌握了楷体字的基本笔法和结构规则之后,就可以练习行书。在此基础上,将楷书和行书交替兼顾练习,可以帮助你提高互相借鉴、互相促进,从而加快提升书写水平的步伐。每一个要把字写好的人,都要有一个准备付出较长时间的心理准备。因为它不可能一蹴而就、立竿见影,而需要一个勤学苦练的过程。练习书写要有决心、恒心和毅力,许多书法家练习写字的故事都告诉我们,勤能补拙,只有坚持不懈、持之以恒才能实现把字写好的愿望。付出与收获是正比关系,想急功近利寻找

捷径,是永远不会有出路的。

【思考与探究】

1. 书写训练课的性质是什么? 谈谈自己对写好汉字的想法,并与老师沟通交流。
2. 掌握汉字书写有哪些基本要求?
3. 汉字书写训练对教师教育专业学生的素质培养有何实际意义?

第一章 书写工具与材料

【课时安排建议】五年一贯制与高中起点三年制均为1课时。

【本章教学目标】了解三笔字的书写工具与材料的性能,学会选择、使用与保养这些书写工具,为提高书写水平打下基础。

第一节 毛笔字书写工具与材料

【教学内容】笔、墨、纸、砚。

【教学重点】毛笔的选择、使用与保养。

【教学要求】了解笔、墨、纸、砚的选择与保养,熟悉毛笔字书写工具的性能。

毛笔书法是中华民族艺苑中的一朵奇葩,它创造了中国绵延几千年的文明史。至今,这朵奇葩仍散发着特有的幽香,以其特有的笔墨情调和实用欣赏价值在我国乃至世界艺坛上独领风骚。

练习汉字书写,要选择好书写工具——笔、墨、纸、砚,也就是人们常说的“文房四宝”。我国汉字书法之所以成为东方独特的书法艺术,是与我们使用的这套独特的书写工具分不开的。“惟笔软,则奇怪生焉”,以柔软的笔毫,写出苍劲遒丽的书法作品,使外国朋友深感奇特奥妙,不可思议。历代书法家和书法爱好者把它们当做艺术品一样珍爱、收藏。因此,了解和掌握笔、墨、纸、砚的性能,更好地熟悉、选择、使用和保养这些工具,对于写好毛笔字有着直接的关系。古人有句话说得好:“工欲善其事,必先利其器”。

一、毛笔

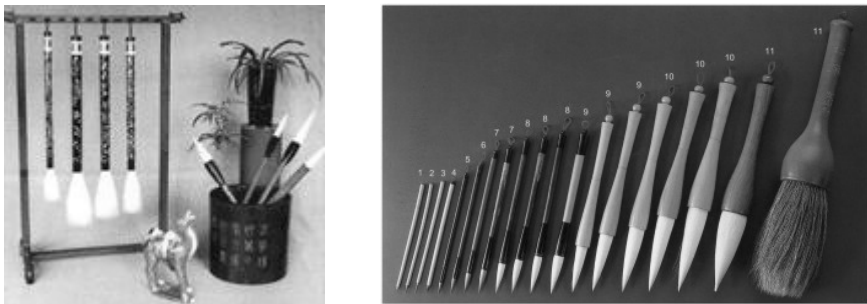


图 1-1 毛笔

毛笔,顾名思义是用各种动物的毫毛制成的笔,它是我国传统书法的重要工具。也可以说,书法艺术是毛笔的“产物”。在“文房四宝”中,毛笔堪称“宝中之宝”。

(一) 毛笔的起源与发展

毛笔的起源历史悠久,相传笔是由秦代的蒙恬发明的。但从目前考古发掘的资料推

断,可能早在新石器时代仰韶文化时期已有类似笔的书写工具,而发展到殷商时代以至战国时期,各国都普遍使用了毛笔,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。另外,笔还有许多别称,如“管城子”、“中书君”、“毛颖君”、“龙须友”、“尖头奴”等。

随着社会的不断进步和书法艺术的逐步成熟,制笔技术也逐渐精良,先后出现了一些制笔中心和许多能工巧匠。魏晋时期有制笔名家韦昶,唐、宋时期,安徽宣州(今宣城)出产的宣笔享有盛名。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。

(二) 毛笔的种类

1. 按毛笔的原料和性能分类

以笔毫的原料和性能来分,毛笔有软毫、硬毫和兼毫三种。

(1) 软毫是选取弹性柔弱、硬度较小,而显得柔软的动物毛制成,如羊毫、鸡毫等。这种笔弹性较弱,但蓄墨量大。用软毫写字,易于锻炼腕力。其点画丰腴,风韵内蕴,然线条也易软弱,不善掌握者写出的点线无筋无骨,被讥为“墨猪”。

(2) 硬毫是用一种弹性较强、硬度较大的动物毛制作而成,如野兔毛、黄鼠狼毛、野马毛等。这种笔弹性较强。用硬毫写字,对笔力软弱者有辅助之功,其点画易挺拔,精神外拓;但不善用者,点画会显得瘠薄多角,字体无骨无肉,生硬平板。

(3) 兼毫是用两种或两种以上弹性不同的动物毛,按一定比例配制而成的。如“大、中、小白云”,“七紫三羊”,“五紫五羊”等都属于“兼毫”。它是一种介于软毫和硬毫之间的中性笔。其特点是弹性适中,刚柔相济。初学书法者适合选用这类笔。

2. 按笔锋的长短分类

以笔锋长短而分,有长锋、中锋和短锋三种。

(1) 长锋笔所书点画富有弹性,提按幅度大,节奏感强,然不善驾驭者易产生信笔之病,笔画拖沓。

(2) 短锋笔所书点画易浑厚粗壮,然提按的幅度小,少灵动之气。

(3) 中锋笔介于以上两者之间,实用性强,便于初学者使用。

3. 按笔头的大小分类

以笔头的大小来分,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、楂笔等;写特小字的圭笔。另外,每种笔中又可分为一、二、三等若干种型号,可根据写字大小选用。

(三) 毛笔的选择

明朝屠隆说“制笔之法,以尖、齐、圆、健为四德”。“尖、齐、圆、健”四字既概括了好毛笔的特性,也是选择毛笔的标准。

(1) 尖:笔锋蘸墨聚拢后,笔颖尖锐,不秃不开叉,书写时笔画可粗可细,锋尖可藏可露,劲健自如。

(2) 齐:笔锋铺开时,锋毛平齐,分布均匀,无短毫、断毫,书写时可万毫齐力、四面停均。

(3) 圆:笔腹处丰满圆润,通体呈圆锥状,表面光滑,无凹凸不平现象;笔毫平直而不

弯曲。书写时便于使转自如,一呼百应。

(4) 键: 笔毫要有良好的弹性,铺开后容易收拢,按下后易于复原。书写时提按顿挫,得心应手,流畅自然。

另外,笔杆要直且圆,才便于执笔和书写。

(四) 毛笔的使用和保养

毛笔是书法爱好者手中最珍贵的“武器”,平时要注意正确使用和保养。

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。切忌不洗净胶质直接使用,更忌为节省时间用热水浸泡。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,以防胶粘笔毫或笔毛弯曲,不利于下次使用。

二、墨汁



一得阁墨汁



中华墨汁



曹素功墨汁

图 1-2 墨汁

(一) 墨的起源与发展

墨是用来书写或绘画的黑色颜料。其主要成分是碳,碳的化学性质稳定,这也是中国书法作品可以长期保存的原因之一。墨与笔差不多同时产生,新石器时代彩陶上的黑色纹样以及殷商时甲骨文中就有墨的写画,当然,它不同于后世的“墨”,可能是一种天然的碳素颜色。正式的墨出现于西周时期。据《述古书法纂》记载,距今 3000 多年前的西周“邢夷始制墨,字从墨土,煤烟所成,土之类也。”先是用漆和木炭或石墨,后来人们发现可用松烟代替石墨。自汉魏后,制墨名家辈出,制墨技术日臻发达,质量大为提高,墨如黑漆,其色黝亮,其香不衰,书写效果极佳。

(二) 墨的种类

1. 根据制墨原料分

墨的种类很多,根据不同的制墨原料,大概可分为油烟墨、松烟墨、油松烟墨、选烟墨四种。

(1) 油烟墨,是用桐油、菜油烧烟加胶等原料制成的。其特点是:质地细腻,坚实耐磨,乌黑发亮。但新制的墨胶质较重,易于滞笔。

(2) 松烟墨,是用松枝烧烟加胶等原料制成的。其特点是墨色黑、质细、色润、胶轻,遇水易化,但缺乏光泽。

(3) 油松烟墨,是用油烟和松烟混合而成的。其特点是胶不重,墨色乌黑,且有光泽。

(4) 选烟墨,是用工业积灰加胶和香料制成的,是一种普通的墨,适宜于练字或一般写字用。

2. 其他分类方式

墨还可以产地命名,如“徽墨”等。旧时还有以制墨名匠命名的。

(三) 墨的选用

墨的优劣直接影响字的神采,所以,历代书法家都很讲究选墨用墨。好墨的标准是:质细、胶轻、色黑、声清、味香。即墨以细腻为上,粗糙为下;胶轻为上,胶重为下;以乌黑泛紫光为上,青光次之,白光为下;击墨声以清脆为上,滞浊为下;墨味以香味浓郁为上,无香味或有臭味为下。

初学书法或平常练习写字,用墨不必过于考究,只要选取烟细、胶轻、色黑的墨锭或普通瓶装墨汁就可以了。正式的书法作品,用墨要尽量好一些,如“中华墨汁”、“一得阁墨汁”等都是上好的书画墨汁。

如果使用墨锭,则在研墨方面注意研墨的力量、墨身和磨行的方向、注水量三项。即研墨力应下按而均匀;墨正慢行,磨行成圆形,不要频繁更换磨转方向;注水宜少、随研随添,以浓度适宜为止。墨锭研完后,应擦干保存,防晒防湿。

不管是用墨锭或瓶装墨汁,均不可偏浓偏淡。太浓则易滞笔,笔毫不能挥洒自如;过淡则容易漫漫,字无神采。正如古人所说“墨淡则伤神采,绝浓必滞锋毫”。

三、宣纸



图 1-3 宣纸

(一) 纸的起源与发展

纸是用植物类纤维质经过制浆、漂白、成型、烘干等多道工序制作而成的书写材料。纸发明以前,如殷商时代,是用甲骨契刻文字。周秦时代发展到用简牍代替甲骨,即用竹片或木片书写。但这些都比较笨重却不易书写,因而不能满足日趋频繁的社会交际的需求。随着社会的发展,西汉时期,我国劳动人民发明了造纸术。这一大发明,不仅推动了我国文化事业的发展,而且对世界文明也做出了巨大贡献。初期的纸质量较差,后来蔡伦改进和提高制纸技术,造出了比较轻便和实用的纸,即“蔡侯纸”,为造纸术开辟了广阔的前景。至明代宣德年间,开始制造宣纸。至此,书画家们才有了专供创作用的纸张。

(二) 纸的种类及选用

纸的种类和名称很多,以它的性能而言,则有硬性纸和软性纸两大类。硬性纸,如硬黄纸、道林纸、油光纸等,其特点是纸质坚韧、透明度强、吸水性弱;软性纸,如宣纸、元书纸、毛边纸等,其特点是纸质柔软、透明度弱、吸水性强。

(三) 宣纸的种类

宣纸是我国特有的书画用纸,因产于安徽宣城而得名。宣纸以青檀树皮为主要原料,