

成功从一点一滴开始 书法从一笔一画开始 想写一手漂亮的字就从这里开始吧

书法文化阶梯

学写隶书

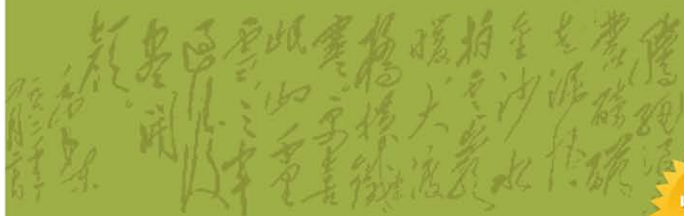


从书

提高篇

刘宏敏 王党丽◎编

规范、端正、整洁地书写汉字，是学生终身学习能力的基础。养成良好的写字习惯，具备熟练的写字技能，具有初步的书法欣赏能力，是现代中国公民应有的基本素养。



中小學生
寫字教材

远方出版社

中小学生写字教材●提高篇

学写隶书

刘宏敏 王党丽●编

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

学写隶书/刘宏敏,王党丽编.—2版.—呼和浩特:远方出版社,
2006.9

(中小學生写字教材·提高篇)

ISBN 978-7-80595-870-5

I.学... II.①刘... ②王... III.隶书—书法 IV.J292.113.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 109781 号

中小學生写字教材 提高篇·学写隶书

编 者	刘宏敏 王党丽
责任编辑	胡丽娟
封面设计	朱志辉
版式设计	梅 莉
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
经 销	新华书店
印 刷	廊坊市华北石油华星印务有限公司
开 本	850×1168 1/32
总 字 数	2600 千
总 印 张	139
版 次	2008 年 3 月第 2 版
印 次	2008 年 4 月第 2 次印刷
印 数	3000
标准书号	ISBN 978-7-80595-870-5
总 定 价	556.00(共 26 册)

远方版图书,版权所有,侵权必究。
远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

再版说明

本套丛书自第一次正式出版以来,受到了广大师生的普遍欢迎。写一手好字是青少年成长过程中应该掌握的一种基本技能,本丛书针对书法教育重理论、实用性欠佳、不能承载书法艺术之重的市场空缺,急读者所急,应读者所需。同时,它对提升学生的书写能力,传承祖国优秀书法文化,培养高尚的审美情操起到了不可替代的作用。

应广大师生朋友的要求,紧跟教学的形势,使教与学起到举一反三的作用,我们对本套丛书进行了重新编辑,以便突出这套书的编写宗旨。我们将原来的一套 36 本精简为 26 本,删繁就简,提炼原书的精华,并把原书内容按认知层次归类为“入门篇”、“基础篇”、“提高篇”、“实践篇”、“欣赏篇”,功能明确,更具针对性,从而达到引领学生登堂入室的效果。

我们的宗旨,是通过修订给广大师生朋友们提供更好的

切实的帮助和指导。限于水平和时间,书中如有不足之处,希望广大师生在使用这套书的过程中,进一步提出宝贵意见,使这套书更臻完善。

编 者

前言

Preface

中国的书法艺术源远流长,在中国传统文化链上,它是璀璨夺目又至关重要的一环,也是世界文化宝库中最令人神往的瑰宝。19 世纪末至 20 世纪初活跃于中国传教、办学、办报领域的美国人福开森,甚至认定中国一切的艺术乃是中国书法艺术的延长。毕加索也曾说过:“倘若我是一个中国人,那么我将不是一个画家,而是一个书法家。我要用我的书法来写我的画。”这位现代世界艺术大师对中国书法艺术的憧憬与向往是坦诚的。

书法能够使人们在审美的基础上了解中国文化的发展,进而了解东方人的精神境界和视觉审美的艺术趣味。书法像其他艺术门类一样,体现了艺术的共性。作为艺术的一般形式,像音乐一样,具有生动的节奏和韵律;像舞蹈一样,千姿百态、飞舞跳跃;像建筑一样,具有丰富的形体和造型;像绘画一样,追求气韵生动,形神合一……

随着社会的发展,文化与经济交流更加广泛,东西方交融加剧,我们需要接受的信息更多,当今这个急功近利的社会已难以给我们提供更多的时间和机会,能够像古人一样从事专门的书法研究与创作。这就要求我们转变观念,站在历史的高度,重新认识书法,重新认识笔墨,重新认识实用与审美,重新认识传统与现代,为书法艺术的发扬光大奠定基础。

书法文化教育作为我国教育的重要组成部分,是对祖国优秀文化的继承和发扬。写字不仅可以启发和引导学生的思维,陶冶学生的情操,也是培养学生良好心理素质的重要手段,还是培养学生人生观、世界观,以及个性发展的一个新的教育方式。

本套丛书分为入门篇、基础篇、提高篇、实践篇和欣赏篇,理论与实践相结合,分门别类,深入浅出地介绍了汉字的起源和各种字体的演变,教你如何正确书写各种字体,如何临帖等等,也对中国书法作了历史的时代概述,并对各时代历史的亮点给予了重点探索……读者通过鉴赏,既可对线条所构建的黑白雅韵留下美好而完整的印象,又可感受到名家名作一瞬间带给你的那种怦然心动。本套丛书将是广大学生的良师益友。生活在21世纪的人们,也不妨给书法艺术留点空间,让我们一起来破译它的神秘,解读它的魅力,继承和发扬它,以此提高我们的文化修养,开拓我们的审美境界。

编 者



第一章 隶书概述

1

- 第一节 隶书的起源 2
- 第二节 隶书的辉煌时期——汉代 5
- 第三节 隶书的式微时期——魏晋
至元明时期 13
- 第四节 隶书的复兴时期——清代 17

第二章 隶书的笔法

21

- 第一节 隶书基本点画的运笔 21
- 第二节 隶书基本点画的变化 37



第三章 隶书的结构 80

第一节 隶书的部首和偏旁 81

第二节 隶书的结构变化 95

第四章 隶书临摹与集字欣赏 120

第一节 名家临作赏析 120

第二节 隶书集字欣赏 127

第一章 隶书概述

从文字学角度来讲,隶书经历了由“书体—字体—书体”的发展过程。战国时期,隶书书体开始萌芽发展;秦至西汉时期,隶书书体逐渐演变为隶书字体并替代了篆书,成为社会主流文化的传播媒介和载体;东汉时期,隶书字体和书体相互融合,但隶书字体仍是这时期主流文化和艺术的重要象征,在此阶段完成了隶书的审美艺术的转换;魏晋以后,隶书作为字体使用的频率逐渐变小,渐渐地丧失了其主流文化的地位,被与此同时出现的楷书所替代,但作为书体仍在发展演变,虽然这种发展演变比较曲折,但仍没有改变它在书法艺术中的重要地位。

隶书书体的起源及发展,主要经历了四个时期:隶书的形成时期;隶书的辉煌时期;隶书的式微时期;隶书的复兴时期。



第一节 隶书的起源

隶书的形成,主要经历了两个阶段:一个阶段是草篆阶段;另一阶段是隶化阶段。

草篆是隶体的母体,虽然其字体结构仍是大篆,但字势已慢慢由扁阔而趋向横势,笔画已露出波动的运动感,已有明显的笔画之间的映带势态,初步构成了笔画化的趋向。例如:1965年在山西省侯马市原晋国都城新田遗址出土的《侯马盟书》,朱墨书玉、石片、片形大小各异,字数少则10余字,多则200余字,可读识的有近700片。据学者考证这是公元前497年至公元前489年时期的盟书,主盟人则是春秋晚期晋国六卿之一的赵鞅(赵简子)。盟书手迹,点画流动,落笔重,收笔轻,侧锋入笔时略带扁方形,其状如魏晋行书的入笔运锋法,收笔出锋尖锐,略似钉头鼠尾,圆转处运笔饱满。

1979年,在河南温县出土了一本晋国遗书——《温县盟书》,此书为玉石片,时代与《侯马盟书》相近,写得比《侯马盟书》还要草率,有很多明显的连笔,应该是在急速之态

中完成的,体势也较宽博。

1934年在长沙楚墓中发掘了一本帛画书——《战国长沙子弹库楚帛书》(《楚缙书》)。该书书画并存,中央部分大约750字,四周绘有很多动植物图像,有配写图像说明文字约250余字,全书共计1000多字。郭沫若对此评价说:“体式简略,形态扁平,接近于后代的隶书。”

另外还有《长沙仰天湖楚简》(1953年出土)、《河南信阳长台关简》(1957年出土)、《湖北江陵望山简》(1965年出土)、《曾侯墓竹简》(1978年出土)等,均为战国时期的书迹。虽然楚简的运笔速度没有《侯马盟书》快捷,但也明显有着笔势展开过程的速度感。所以,中国台湾学者张光宾认为:“楚简书‘开秦隶的先声’,《侯马盟书》‘在汉初隶草中微示端倪’。”

上述草篆书体基本上出现在晋、楚两国。而隶化书体,至今所发现的都是秦简,从战国晚期到秦代初期,就已构成了较为完整的隶化书体系列。

1980年初在四川省青川县郊郝家坪的秦墓中出土的《青川木牍》木牍,共有两件。一件已残损无法识读,一件较完整,正面3行墨书共达100余字,背面还有4行字迹共20余字,经专家研究属秦武王二年(公元前309年)之物。这件牍书字迹有明显的隶化结构和笔画。



1986年在甘肃一墓中出土的《天水秦简》，共460枚竹简，字迹清楚，包括《墓主记》《日书》等。据《墓主记》的内容推测，这批秦简写在秦始皇八年（公元前239年）之前，墓主为名丹，书体也已隶化，比《青川木牍》要粗重草率些。

另外，《云梦睡虎地秦简》的发掘是震惊海内外的又一重大发现。它于1975年底在湖北云梦城西睡虎地出土，其中包含了1100余枚竹简，刚出土时还以为是西汉之书，研究后才知是秦书。包括《编年记》、《秦律杂抄》、《秦律18种》（原释为《治狱程式》）、《效律》、《法律问答》、《封诊式》、《为吏之道》、《语书》（原释《南郡守滕文书》）、《日书甲》、《日书乙》等10种。

以上各种秦简，按时间顺序分别为青川木牍——天水秦简——黑夫家书——云梦秦简，前后持续近百年，空间存在非常广泛，北至甘肃、西到四川、南至湖北，隶化方式基本相同，即隶化字体的内部结构方式基本相同。大篆的内部结构方式，被简化了。如果说，草篆阶段仅是在书体的外部向隶体的横势扁阔进行隶变的话，那么隶化阶段就是在书体的内部向隶体的构成进行了隶变。这种由外而内的隶变进程，无不在运笔的笔势机制中产生。秦简虽然已隶化了，但还带有相当部分的篆字结构，这说明文字的结构方式也是一种思维方式的存在物，由草篆演变为隶化

书体，也是一种思维方式的演变过程，不可能是旦夕之间判若两样。

第二节 隶书的辉煌时期——汉代

两汉既是中国文化史上一个极其重要的时期，也是书法史上一个极其重要的时期。两汉书体形成了篆、隶、楷、行、草并存而互为影响的复杂格局。其中篆书的生存空间逐渐变小，因受到隶书笔法的影响，一般它仅用于碑额、印铭、砖瓦和少量刻石帛书上，这时隶书和草书已成为通行书体，极为兴盛。隶书是两汉时期的主流文化，以简帛墨迹和刻石碑铭为两大存在方式，并发展为高度艺术化和风格化的书体，在隶书和草书的互相激荡下，行、楷书体也孕育而生。

两汉隶书的发展及兴盛，主要包含墨迹和铭刻两大类。

一、两汉墨迹

汉人墨迹和甲骨文几乎是同时发现的，是近百年的事，



也是 20 世纪最重大的考古新发现之一。其文化冲击波由史学、文字学、文化古籍而辐射到文学、书法等领域。就发现的空间地域来说,集中有江淮流域和西北地区。物质材料不仅有大量的简书,还有帛书和少量的纸书。书迹在东西两汉均有所发现。

1.《长沙马王堆汉帛书》。1973 年在长沙马王堆三号汉墓出土的《长沙马王堆汉帛书》,据考证是汉文帝前元十二年(公元前 168 年)钦侯墓葬,属西汉早期之物,共有《老子》甲本、《老子》乙本,《春秋事语》《战国纵横家书》《天文气象杂占》等。这些帛书内容都是重要的文化典籍,所以用贵重的帛作为书写材料,很可能是墓主及其近臣幕僚的手迹。

2.《汉悬泉置遗址纸帛书》。它于 1990 年至 1991 年间被发现,遗址在敦煌附近,除出土了大量的简牍书之外,还发现了两件西汉宣帝年间的帛书和 4 件宣帝至新莽时期的纸书。

汉悬泉置遗址共发现 24 件与简牍放在一起的麻纸,其中 4 件麻纸上有墨书,是至今发现的最早的纸书。西汉麻纸早在 20 世纪 30 年代就已发现,但无一有书迹,所以有人认为麻纸不是用来书写的“纸”。这 4 件纸书,其中 3 件属西汉时期所作,少则几字,多则 10 余字,书体为隶草。另外 1 件属新莽时期所作,残存 30 字左右,疑是书信,书体介于

隶、楷之间,可作为书体楷化的物证。

3. 西北汉简。西北地区的甘肃、内蒙古、青海、新疆等出土的汉简,大多为木简,早在 20 世纪初就已发现,后陆续大量被发现,那是成为汉简出土量最多的地区。

《居延汉简》,内蒙古额济纳河旁的居延城建于汉武帝时期,是敦煌、武威之间的军事重镇,1930 年中国西北科学考察团在此发现 10000 余件木简,1972 年和 1974 年又发现 20000 余件,是西北地区发现汉简最多的地点。大多是西汉简书,也有东汉简书。简牍内容有报告、公文、书信、历书、急就篇、律令、药方等。书体有隶书和草书。隶书体貌斑杂,有的粗俗草率,有的笔精体密,其精美者与东汉隶碑一脉相通。

4. 江淮汉简。近 30 年来,湖南、湖北、河南、河北、山东、安徽等地先后出土了许多汉简,不仅突破了汉简出土的地域性限制,而且形成了明显与西北汉简不同的江淮汉简体系,其影响之大,震动了文史界,开辟了汉文化研究的新领域。

二、两汉铭刻

历来人们把两汉铭刻作为研究汉隶的主要对象,同时



它也是书艺风格流派发展演变的源头，标志着书法艺术发展的第一个高峰。现今尚有 200 余种，有的原石已不存，仅留拓本。其中有两个现象值得注意，一是西汉刻石极少；二是大多集中在山东、山西、陕西、河北、河南等中原地区，尤以山东境内最多，达 100 多种。现按“西汉刻石”“东汉崖刻”“东汉碑刻”分别述之。

1. 西汉刻石。《鲁孝王刻石》是西汉隶简书未发现之前最著名的西汉隶刻，金代明昌二年（1191 年）修理孔庙时在鲁灵光殿址西南钓鱼池石块中发现，属汉宣帝五凤二年所刻。书体近似先秦隶书，波挑含蓄，古拙朴厚，两个“年”字带纵长的竖画，与居延汉简中的一些字体相似，此刻石与西汉《鲁灵光殿址刻石》《祝其卿坟坛刻石》《上谷府卿坟坛刻石》等均在山东曲阜。

西汉刻石文辞简短，大多无“碑”的形制，其功用中的礼仪文化色彩远不能与东汉碑刻相比。刻工时用单刀冲刻法，呈现出一种拙朴苍劲的本色，很少带有精美的人文色彩。在布局上，时用竖线界格，人为地把扩充了的书刻空间缩小了，似受简牍书写习惯所拘，这也与东汉碑刻不同，东汉碑刻几乎很少用界格。这是研究两汉隶书审美视觉变化的重要依据之一。《莱子侯刻石》《麋孝禹刻石》就是界格西汉刻石隶书。