

田雨新

青春格言二十首

田雨新硬筆書法字帖

中国华侨出版公司

青春格言二百一十四首

——田雨新硬笔书法字帖

田雨新 著

中国华侨出版公司

青春格言二百一十四首

——田雨新硬笔书法字帖

田雨新 著

出版者 中国华侨出版公司

北京市朝阳区西坝河

东里77号楼底商5号

(邮政编码: 100028)

经销者 新华书店北京发行所

印刷者 水电印刷厂

开 本 787×1092毫米 32开本

字 数 2印张

版 次 1991年8月第1版

印 数 1991年8月第1次印刷

印 数 1—9500册

ISBN7-80074-452-3/J·54

定 价: 1.70元

硬笔书法漫谈——代序

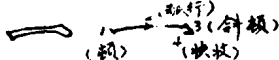
硬笔书法是近代新兴的书法艺术。随着书写工具的现代化，硬笔书法越来越为人们所重视，其应用也越来越广泛。近代硬笔书法植根于传统的毛笔书法，但有自己独立的特点。其主要特点是：笔画为较细的单线，或挺拔，或柔美，笔道没有明显的粗细之分，没有明显的顿笔效果，不能象毛笔那样写特大的字。硬笔书写一般为坐姿。在书写时，身体要正，略前倾，左手按纸，右手执笔，两脚在桌下自然放平，全身要放松，不要紧张僵直。头要正，身体不要偏斜，执笔时，笔与桌面成 45° ，执腕（毛笔则以肘为支点）运笔时，主要靠拇指、食指和中指的力量。

要写一篇漂亮的硬笔字，主要应注意以下三点：第一是基本笔画的正确；第二是结构的稳健；第三是全篇章法布局合宜。下面分别谈一谈：

第一 基本笔画正确

汉字为象形字，它由点、横、竖、撇、捺、挑、钩等构成。每个字有篆、隶、正、行、草不同书体，同一书体又有不同流派，如正书中有钟、王、欧、虞、褚、颜、柳、赵等不同体式。体式虽复杂，但用笔方法大同小异，我们只要掌握其规律，特别是首先掌握好正书的基本笔画规律，就一定能通过长期勤奋练习，把硬笔字写好。

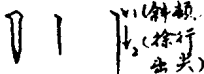
中国汉字正书基本笔画

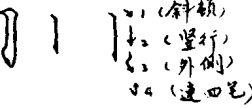
一、横 — 

1. 长横 — (四横) 主 三 于 上 下

2. 短横 — (四·) 五 并 天 开 干

二、竖

1. 悬针竖  中 申 甲 串

2. 垂露竖  到 前 仇 付

三、撇  (斜顿, 徐行, 力到笔端)

1. 长撇 / 人 力 全 俞 合

2. 平撇 一 白 舌 乏 天 氏

3 直撇 月 周 用 丹 川

四点

1. 侧点 丶 ㇀ ㇁ 1. 顺锋斜下 2. 顿笔 3. 原路回笔 湖 江 洋 河
2. 直点 丨 ㇀ ㇁ 1. 斜顿 2. 直下 3. 斜顿 宜 宜 交 密
3. 挑点 丶 ㇀ ㇁ 1. 斜顿 2. 原路回笔 3. 斜挑 冷 泳 治 沐

- #### 五捺
1. 直捺 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 逆锋 2. 拐一小弯 3. 直走 4. 顿笔出尖

1. 直捺 ㇏ 大 文 文 木

2. 平捺 ㇏ ㇏ ㇏ 一波三折 通过 造 道

3. 反捺 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 顿短平走 2. 斜下 3. 耳折斜下 4. 原路回笔 不 食 逢

六折

1. 左折 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 斜直下笔 2. 顿笔 3. 斜顿笔 画 凶 幽

2. 右折 ㇏ ㇏ ㇏ 田 日 曰 且

3. 斜折 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 先斜顿后与右下走笔 2. 顿笔 3. 反捺顿笔回笔 如 好 妈 婆

4. 双折 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 斜上 2. 顿笔 3. 拐一小弯 4. 捺出小撇 建 延 庭 挺

5. 竖折 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 顿直下顿笔 2. 斜顿 3. 斜下 (略带弧) 与 马 写 鸟

七钩

1. 左钩 ㇏ ㇏ ㇏ 1. 侧顿 2. 直下 3. 侧笔 4. 略回笔 5. 挑尖

1. 左钩 ㇏ 小 手 尔 禾

2. 右钩 ㇏ 畏 水 休 很

3. 横钩 ㇏ 虎 虚 虑 虐

4. 曲钩 ㄣ ㄥ ㄨ 思想慧悲恩
 5. 斜钩 ㄣ ㄥ 战我裁裁成
 6. 竖钩 ㄣ ㄥ ㄨ ㄥ 见也巴礼礼

第二，结构要稳妥

正书结构的特点及规律各体均属大同小异，其区别在于笔画之形态及书写的笔法。我仅就自己的体会讲十条。

(一) 平正安稳：

唐代著名书家孙过庭说：“初学分布，但求平正”

1. 中间正，则字正。如：定帝常宗
2. 竖为主，则让竖。如：平年毕辈
3. 横为主，则让横。如：喜寺兴稟
4. 重心正，斜字正。如：勿母戈乃

(二) 疏密匀称：

清代书画家邓石如说：“字画疏处可以走马，密处使不透风，常计白以当黑，奇趣乃出。”

1. 内外相称，如：固国出函而尚巨匿刀
 句原摩色色凡气

左右相称。如：辅顾仰御

(三) 比例适当

1. 左右略窄，中间略宽。如：抑微
 2. 长方字，内部笔划高矮比例要合宜。如同团圉
 3. 短方字，要上开下合。如：田曰白口
 4. 浑圆字，不要写长或写扁。如：香赤亦
- 四重笔各异：

在同一字中出现的相同笔画，要避雷同。

1. 连点：清滔
2. 连横：言稟
3. 连竖：问闻
4. 连挑：篆蔡
5. 连撇：復夏
6. 连捺：逢食
7. 连钩：前俞

(五) 重心平稳

1. 有大横者，一般上部笔画要居中。如：三卫五丘
2. 有长竖者，一般竖要居中。如：申半甲
3. 左边笔画多，右边要甩出横腕。如：也色
4. 合体字主笔要稳健。如：静武提
5. 横竖交错时，上下必有重心穿过。如：

鬼常宗常

常 宗

重心 重心

6. 撇捺交插时，其交点必有重心穿过。

如：女交绞校



(六) 点画呼应

要写好楷书，还要注重“草情隶意”。就是说楷书既要吸取草书流畅飞动的长处，也要借鉴隶书端庄稳重的长处。因此，要把楷书写活，就要注意点画间的呼应。如：



(七) 偏旁容让

偏旁、部首各部分要注意相互容让。

1. 木、耳、田、牛、月、方、土、女等作偏旁时，要写得窄长些，让出主位，使右旁能够较充分展开。如：婉榆略特胜地族胞

2. 上面有“帽子”覆盖的，上部要写得宽阔。如：宫堂雪雷虎虜荣冠

3. 下面有“底座”的，下面主笔要长一些，看上去就端庄。如：盘空姿来坚建运

4. 左旁短小，应升高。如：颂明峰魂

5. 右旁形扁，应放低。如：和红杜松

八、向背分明

对点画有向背的字，要向背分明，做到“向背分明”，即“向不犯碍，背不脱离”如相向：好沟切划犯渴；相背：北八兆施我犯

九、变换参错

在同一字中笔画有较多重复者，要注意五原则，即“一收一放”、“一长一短”、“一大一小”、“一斜一正”、“一轻一重”。如：爻林朋弱秦哥比圭

十、顺其自然

字形长的，不要硬写扁；字形扁的，不要硬写长；字形小的不要硬写大；字形歪的不要硬写正。如：鼻身了皿西曰口小日勿夕母

三、章法布局的合宜

所谓章法布局是指字与字之间的关系，是全篇整体性的营造。如果我们仅仅注意每个字的优美，而不考虑它们在全篇中如何贯穿与联系，不讲章法布局的整体效果，就没有起伏动静的情态，也就谈不上节奏、精神

风度和美的理想，必然使作品大为减色。

章法布局的方法不是千篇一律的，大体上有三种：一是行距宽于字距者，就是字与字之间距离较小，而左右之间行与行的距离较大，这在行草和小楷作品中应用更为普遍，如黄庭坚的“花气熏人诗”。二是字距与行距均等者，这在魏碑和唐楷作品中多见，如欧阳询的“皇甫诞碑”。三是行距窄于字距者，这种布排形式多见于隶书。四是有行无距或有距无行，行距不分者，这种形式多见殷器铭刻和以后时期的狂草作品中，如怀素的《自叙帖》。

如何布局呢？一般来说从以下几方面考虑：一是量纸定字，就是将要写的纸幅尺寸大小、开式、形状以及字的多少，分几行布列，款式如何落法，预先计划好。二是四边留白，上留天，下留地，左右皆让出空白，使四傍气息贯通。三是行气贯通，一行之首以及行与行间的安排要疏密得休，虚实结合。字与字上下相承，左右

顾盼，相互奔逐，彼此照应，搭配得当，不刻板，不涣散，有一气呵成之势。四是首字领篇。开头第一字起到领起全篇的作用。古人云：“凡作字者，首写一字，其气势能管束到底，则此一字便是通篇之领袖矣。”五是款式和印章。“款”是指正文以外说明性的文字。有“单款”和“双款”之分。“单款”是署上书写者姓名，或再上正文出处、书写时间、地点和缘由等；“双款”是将书赠对象与书写者分落在上下各方，前者为上款，后者为下款，也有上下款连起来落在篇末的，又有将正文出处和书写者姓名分作上下款排布的。落款应根据正文内容需要和总体布局格式以及字的空间来组织文字，斟酌字体，确定款字大小、位置的安排，使文字中正文和款字两者之间主次分明，虚实相间，疏密得休。

以上所谈，仅为个人粗浅体会，供硬笔书法爱好者参考。

三人行，必有我师焉，
择其善者而从之，其不善者
而改之。

孔丘：《论语·述而》

道义相砥，过失相规，
畏友也；缓急可共，死生可
托，密友也；甘言如饴，游
戏征逐，昵友也；利则相攘
患则相倾，贼友也。

苏洵：《鸡鸣偶记》

和好人交朋友，受到朋
友的邦助，自己就随着好了
所谓“与善人居，如入兰
之室，久而不闻其香”；与坏
人交朋友，受到了朋友的侵蚀
自己就随着坏了，所谓“与
不善人居，如入鲍鱼之肆，
久而不闻其臭”所以我们要

知道“择交”；要交“益友”，
不交“损友”。

谢觉哉：《交朋友道理》

从外貌看来，人最高贵，
狗最低贱。但圣人一致认为：
重义的狗胜于不义的人。

萨迪《蔷薇园》

在你有权利名望的时候，
卑鄙的人是不敢抬起嫉妒的
眼睛看你一眼的；然而，到
了你一落千文的时候，显示
最大的毒辣的就是他们。

克雷洛夫：《克雷洛夫寓言》

敌人是不足惧的，最可
怕的是自己营垒里的蛀虫，
许多事都败在他们手里。

鲁迅：《鲁迅书简》

一般就在部分之中；谁
不属于自己的祖国那么他也
就不属于人类。

别林斯基《威光裴牧师传》

善不由外来兮，名不可
以虚作。

屈原：《抽思》

不爱人夸颜色好，只留
清气满乾坤。

王冕：《墨梅》

虚荣的人注视着自己的
名字；光荣的人注视着祖国
的事业！

王杰：《王杰日记》

虚荣心很难说是一种恶
行，然而一切恶行都围绕虚
荣心而生，都只不过是满足虚
荣心的手段。柏格森：《笑》

独学而无友，则孤陋而寡闻。

孔丘，《礼记·学记》

莫逆于心，遂相与交。

庄周，《庄子·大宗师》

海内存知己，天涯若比邻。

王勃《杜少府之任蜀州》

舒心的酒，千杯不醉；知心的话，万言不赘。

郭小川：《祝酒歌》

友情在我过去的生活里就象一盏明灯，照彻了我的灵魂，使我的生存有了一点光彩。

巴金引自《战地》译刊

在智慧提供给整个人生的一切幸福之中，以获得友谊为最重要。

伊壁鸠鲁

人生贵相知，何必金与钱。

李白《赠友人三首·其二》

过而不改，是谓过矣！

孔子：《论语·卫灵公》

一时的失误不会毁掉一个性格坚强的人。

车尔尼雪夫斯基《生活与美学》

伟大的阶级，正如伟大的民族一样，无论从哪方面学习都不如从自己所犯错误的后果中学习来得快。

恩格斯：《英国工人阶级状况》

我能想象得到的人的最高尚行为，除了传播真理外，就是公开放弃错误。

利斯特 引自《科学研究的艺术》

在科学的发展上，对严重谬误论见的揭露，其价值不亚于创造性的发现。

贝弗里奇 引自《科学艺术的研究》