

通用書法教程

河南人民出版社

王刘纯 佟培基 杨守权 著



中国美术学院美术考级教材

中国美术学院美术考级教材

通用书法教程



通用書法教程

河南人民出版社

王刘纯 佟培基 杨守权 著

内 容 提 要

这是作者为大学文科系师生撰写的一部书法教材，分上、下两编。上编书史，对书法起源、演变、发展及各历史时期书法特点作了较为精当的论述；下编技法，对如何执笔、运笔结体、临帖等，均结合欧、颜、柳体例字阐明其书写的一般规律和特点，对章法款式及硬笔字的书写作了专章讲解。技法编有文有图，文图对照，极便于初学者习练。

通用书法教程

王刘纯 佟培基 杨守权 著

责任编辑 宋瑞祥

河南人民出版社出版

河南郑州商城印刷厂印刷

河南省新华书店发行

850×1168毫米 32开本 11.5印张 256 千字

1988年8月第1版 1988年8月第1次印刷

印数 1—10,000册

ISBN 7-215-00155-5/G·8

定价：3.30元

序 言

书法是我国的传统艺术之一，是中华民族宝贵的文化遗产。它以独特的艺术风貌自立于人类社会的文化艺术之林。

书法艺术，常通过笔的特殊性能和墨的趣味构成汉字群体的优美造型。因此，它十分注重用墨、结构、章法、气韵等表现手法，极其讲究笔法、笔势、笔意三大要素。由于书法多是用毛笔书写汉字，而汉字又是人们日常交往的重要工具，所以，学习书法，不仅是鉴赏、继承传统艺术的需要，而且在实际工作和现实生活中也具有重要的实用价值。这本《通用书法教程》，就是根据书法的实用性和艺术性两个基本要求进行编写的。

近几年来，我们尝试在大学文科开设书法课。尤其是师范院校的学生，学好书法更是必须具备的一项基本功。根据这种情况，我们主要强调基础练习，然后循序提高，在提高中注意培养学生的鉴赏、审美能力。当今书法课的开设由于对象不同，要求自然不同。不过，从执笔、运笔、点画、结构到临帖、书写等基本功入手，乃是一条大体相同的路子。这同时要求初学者具备一些书史的知识，对汉字的流变，对传统的法书、书家有一个大体的了解。因此，我们这一教程上编是“书史”部分，从汉字的产生、发展、演变和它同书法艺术的关系，总结前人书法创作的艺术规律，以及著名书法家的作品、成就、特点、经验等，还兼及一些书体知识；下编才讲具体的“技法”，包括书法的基本知识，基

本技能及练习方法，并且选取有代表性的欧、颜、柳三家书体，作为示范。此外，还根据实际需要，讲解一些硬笔字、粉笔字等书写技法。

本书是我们在边教学、边总结经验的基础上草创的教材，其中也有自己学书的心得。由于闻少见寡，水平有限，难免有这样或那样的缺陷，一些个人之见，窃恐失于偏颇，恳望方家不吝赐教。

在编写过程中，我们参考了一些书学论著及近年的研究成果，限于篇幅，兹不一一注明出处，谨此致谢。

作 者

一九八七、五、于河南大学

目 录

上编 书 史

第一章 远古书史概论·····	(1)
第一节 原始社会文字起源的传说·····	(1)
第二节 考古发掘出的意符文字·····	(3)
第二章 三代书法·····	(5)
第一节 夏代·····	(5)
第二节 甲骨文·····	(6)
第三节 殷周金文·····	(8)
第四节 石鼓文·····	(10)
第三章 秦代书法·····	(12)
第一节 文字统一与秦代刻石·····	(12)
第二节 秦书八体与隶书·····	(14)
第四章 汉代书法·····	(16)
第一节 概况·····	(16)
第二节 竹木简书与帛书·····	(17)
第三节 汉隶与汉碑·····	(19)
第四节 八分与章草·····	(26)
第五节 两汉书法家·····	(27)
第五章 魏晋南北朝书法·····	(29)

第一节	概况	(29)
第二节	三国碑刻及书家	(30)
第二节	王羲之	(33)
第四节	两晋书家	(37)
第五节	王献之与南朝书法	(38)
第六节	北碑	(42)
第七节	书学论著	(44)
第六章	隋唐书法	(47)
第一节	概况	(47)
第二节	隋碑与隋代书家	(49)
第三节	虞、欧、褚、薛	(50)
第四节	陆柬之、李邕	(56)
第五节	张旭、怀素	(57)
第六节	颜真卿、柳公权	(60)
第七节	唐代书坛及其影响	(64)
第八节	《书谱》	(68)
第九节	杨凝式	(71)
第七章	宋、辽、金书法	(74)
第一节	“淳化阁帖”与宋代书风	(74)
第二节	苏、黄、米、蔡	(76)
第三节	书学、金石学论著	(81)
第四节	辽、金书坛	(83)
第八章	元代书法	(85)
第一节	概况	(85)
第二节	赵孟頫、鲜于枢	(86)
第三节	康里巎巎及其它书家	(88)

第九章 明代书法	(91)
第一节 概况	(91)
第二节 “三宋”和“二沈”	(92)
第三节 中兴“三大家”	(94)
第四节 明末“四大家”	(96)
第五节 书学论著	(98)
第十章 清代书法	(101)
第一节 概况	(101)
第二节 清初书风与“馆阁体”	(103)
第三节 傅山和王铎	(104)
第四节 帖学书派	(107)
第五节 隶分书家	(109)
第六节 邓石如	(111)
第七节 《南北书派论》和《艺舟双楫》	(113)
第八节 碑学书派	(115)
第九节 晚清书坛	(118)

下 编 技 法

第一章 “文房四宝”及其它器具	(125)
第一节 笔	(125)
第二节 墨	(131)
第三节 纸	(134)
第四节 砚	(137)
第五节 其它器具	(140)
第二章 执笔和运笔	(143)
第一节 指、腕、肘、肩与执笔	(143)

第二节	身法	(146)
第三节	手法	(147)
第四节	笔法	(155)
第三章	楷书笔画	(166)
第一节	基本笔画	(167)
第二节	变化笔画	(182)
第四章	偏旁 部首	(203)
第一节	字头	(204)
第二节	左偏旁	(219)
第三节	右偏旁	(242)
第四节	字底	(252)
第五节	字框	(258)
第六节	笔画搭配	(260)
第五章	结体	(266)
第一节	独体字	(267)
第二节	合体字	(272)
第六章	临帖	(286)
第一节	临写的方法	(287)
第二节	注意事项	(293)
第七章	硬笔字	(295)
第一节	工具	(296)
第二节	执笔、运笔	(297)
第三节	基本笔画	(304)
第四节	钢笔字的快写	(310)
第五节	篇章布局	(313)
第六节	粉笔字	(330)

第八章 章法和款式·····	(332)
第一节 章法·····	(332)
第二节 款式·····	(343)
第九章 书法鉴赏·····	(349)
第一节 鉴赏概说·····	(349)
第二节 鉴赏中的几个问题·····	(351)

上编 书史

第一章 远古书史概论

第一节 原始社会文字起源的传说

远古时期，原始人群过着野居渔猎，茹毛饮血的生活。后来由于火和石器的发明使用，人类逐渐进化，产生了语言。但是，我国的文字源于何时很难确考，有史记载的，仅是一些神话传说。

《易·系辞下》载：“结绳而治”。这是上古先民们一种帮助记事的极简单的办法。《周易集解》说：“古本无文字，其有约誓之事，事大大其绳，事小小其绳，结之多少，随物众寡，各执以相考，亦足以相治也。”以结绳为标识帮助记事算不上创造文字。《易经》又说：“后世圣人易之以书契。”但是，后来以书契代替结绳的圣人是谁呢？汉代大儒孔安国在《尚书序》中说：“古者伏羲氏之王天下也，始画八卦，造书契，以代结绳之政，由是文籍生焉。”这是把伏羲氏画八卦作为文字的本源。但是，八卦所象征的自然现象和社会事物是极抽象的，距离有音、有形、有义的文字很远。汉人许慎在《说文解字序》中说：“黄帝之史仓颉，见鸟兽蹏迒之迹，知分理之可相别异也，初造书契。”战国诸子多主仓颉造字之论。《荀子·解蔽篇》说：“好书者众矣，而仓颉独传者，一也。”《韩非子·五蠹篇》说：

“仓颉之作书也，自环者谓之厶，背厶者谓之公。”《吕氏春秋·君守篇》也说过仓颉作书。《淮南子·本经训》中亦认为“古者仓颉作书而天雨粟，鬼夜哭”。可见书契文字的创造和出现是惊天地、动鬼神的事情。仓颉是黄帝的左史，后人称为“史皇”。另有一种说法，黄帝的右史沮诵与仓颉共造文字，此论见晋代卫恒的《四体书势》和宋代罗泌的《路史》。

仓颉和沮诵所造文字究竟什么样子，因年代久远已无迹可寻。南朝梁人任昉在《述异记》中说，仓颉藏书台有碑文28字。宋代《淳化阁帖》卷五据任昉之说载古篆4行，多不可识。鲁迅对“仓颉造字说”作过分析，他在《门外文谈》中说：“但在社会里，仓颉也不止一个，有的在刀柄上刻一点图，有的在门户上画一些画，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，恐怕也逃不出这个例子。”这就是说，文字是劳动人民在生产生活中集体创造的，经过史官的收集加工整理而形成的简单的图绘符号。

另外还有很多关于文字产生的神话。如宋代张君房《云笈七签》说，黄帝到翠汾之泉，有黄龙负图而至，图分五色，白图兰叶朱文，黄帝命侍臣写出，以示天下，称为“河图书”。《竹书纪年》记载：“黄帝五十年秋七月，龙图出河，龟书出洛，赤文篆字，以授轩辕。”轩辕就是黄帝，传说他生于轩辕之丘。又有人说黄帝南巡，登阳虚山，临元扈洛纳，有灵龟负书，丹甲青文，黄帝依照写下来，成为文字。又说黄帝游洛水，见有大鱼，杀五牲祭之，天降七日七夜大雨，鱼流出图书。这些神话说明在黄帝时，我国已有文字出现。黄帝是原始社会后期部落联盟的首领，《史记》列为五帝之首，时代大约在4000多年以前。

今天，我们探讨汉字的起源，当然不能只依据这些传说，而

应该以科学考古发现之实物，来领略远古先民们那神奇的创造力。

第二节 考古发掘出的意符文字

旧石器时代，大约距今2万年到50万年间，人类只知道火的使用和骨器的制作。后来，我们祖先会制造各种石器，如磨光的石斧，尖锐的石梭等，并开始制作陶器，进入了新石器时代。1921年，瑞典人安特生在河南浍池县仰韶村发现史前人类遗址，出土有红色黑花陶片，继而又在辽宁锦西及甘肃、青海等地发现许多类似的彩陶，上面画着人、鸟、动物或器物的形状，这些就是较早的图象符号。1954年，西安又发现了“半坡遗址”，出土了不少彩陶，器口外缘多刻画着符号。1959年7月，我国著名历史学家、考古学家郭沫若在“半坡遗址”题辞说：“仰韶、龙山疑已进入有文字的时期。今来半坡观先民遗址，……陶器破片上见有刻纹，其为文字，殆无可疑。”古文字学专家于省吾认为这些符号就是“简单的文字”。（见1973年《文物》第二期《关于古文字研究的若干问题》）他推断说：“不难设想，当时的简单文字不会也不可能只限于陶器上，陶器之外，自然要有更多的简单文字。”考古工作者认为半坡属仰韶文化，距今约有六千多年之久。

1959年，山东大汶河两岸也发现一些古代陶器，上面的刻划有的象花朵，有的象工具，其中有一些被文字学家们考订为文字。

从半坡遗址到大汶口两地出土的实物看，这些象形意义明显的图画文字和表示抽象含义的符号，是汉字起源的两大途径，即

后来古文字学中六书所说的象形和会意。从以后出现的甲骨文和金文可以看出，这种刻划符号是殷周文字的远祖。最初的文字与图画一样，重在象形、表意。由于生产力的发展和社会的进化，刻划逐渐脱离了原始的意符，通过意象而自然形成字型，产生了文字。

文字的发明创造是人类从野蛮到文明的重要标志之一，而我国在与文字产生的同时，就揭开了书法艺术史的帷幕，如半坡遗址陶器上的刻划，单刀的刻痕十分清晰，具有淳朴、粗犷、刚劲的线条美。符号的轮廓准确，结体合理，线条力度适中，刀法流畅娴熟，这些都具有书法的基本要素，表现出先民们的技巧和丰富的创造力。在当时毛笔还没有出现以前，从使用工具刻划图象文字的技巧方法上看，就已经存在刻法。可以说，书法的起源与汉字的创始同时。

第二章 三代书法

第一节 夏 代

从半坡村、大汶口文化遗址的发现，可知汉字起源于五六千年之前，原始人已经表现出高度的艺术创造才能。由此直至公元前221年秦朝统一文字，其间经历了夏、商、西周、春秋和战国时代。在这几千年间，随着社会的发展，汉字也由草创渐趋定型，在长期使用过程中日臻成熟。书法也从简到繁，由粗到精，由疏散到严整。三代书法奠定了汉字书法艺术的基础。然而，这个过程是相当漫长的，大约经历了三四千年。

传说夏禹治水时，刻有记功碑铭，在南岳衡山，称《岫嵎碑》，又叫《神禹碑》，字体为蝌蚪篆，原石不知所在。唐代韩愈于永贞元年（805年）秋天曾沿湘江往登南岳，寻访此碑不获，写有：“岫嵎山尖神禹碑，字青石赤形摹奇”、“千搜万索何处有？森森绿树猿猱悲”的诗句。（见《韩昌黎诗系年集释》）刘禹锡也有诗说：“尝闻祝融峰，上有神禹铭。古石琅玕姿，秘文螭虎形。”（《全唐诗》卷三五四）依诗来看，二人均未见到真碑。宋代朱熹、张栻也曾找过此碑，但皆无所获。南宋嘉定年间何致子据传拓本摹刻于岳麓书院，共77字，但后人多疑为伪作。清代金石学家王昶说：“岫嵎碑非篆非蝌，世多疑其伪”。（《金石萃