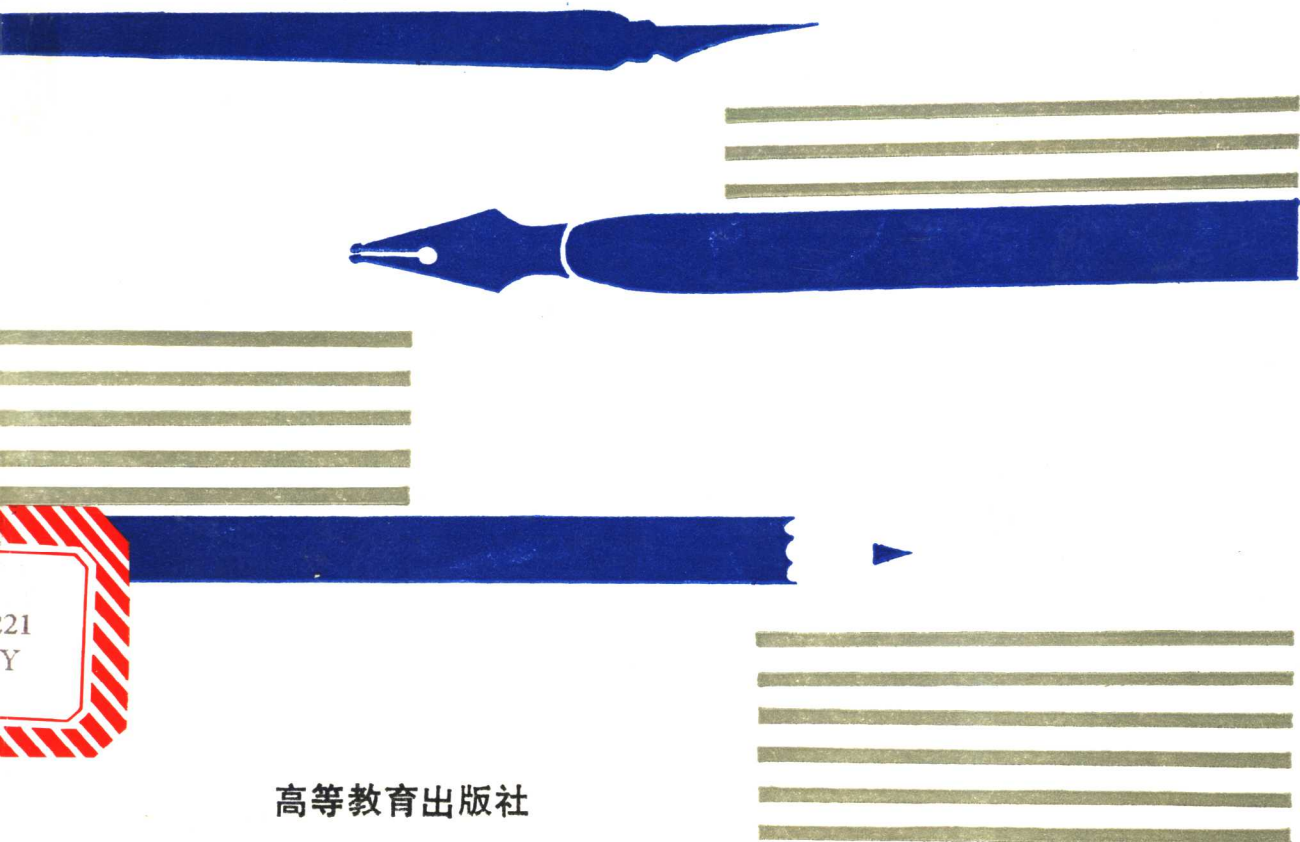


师范硬笔书法教程

曹长远 等编



21
Y

高等教育出版社

师范硬笔书法教程

曹长远 等编

高等教育出版社

(京)112号

内 容 提 要

本书是供高、中等师范院校使用的“硬笔书法”教材。书中简要介绍了硬笔书法的基础理论知识;详细阐述了楷书、行书的特点和练习要领,并对不同偏旁、不同结构的常用字的楷、行写法作了示范和分析;介绍了硬笔书法整体布局和格式的要求;还设专章讲述了粉笔书法的特殊要领。书中强调硬笔书法的实用性,强调以国家颁布的简化汉字为依据,摒除繁体字和不规范汉字。本书有讲解、有练习、有字范,也适合各界学习硬笔书法者使用。

师范硬笔书法教程

曹长远 等编

*

高等教育出版社出版

新华书店总店科技发行所发行

北京印刷一厂印装

*

开本 787×1092 1/16 印张 11.25 字数 280 000

1994年6月第1版 1995年4月第2次印刷

印数 50 871—53 878

ISBN7-04-004588-5/G·356

定价:5.80元

编写说明

本书是供高、中等师范院校教学使用的硬笔书法教材,由全国十余所师范院校的同志集体编写而成。

近几年来,遵照国家教委关于提高学生的汉字书写水平、加强对学生“三字”书写基本功训练的通知精神,许多师范院校纷纷开设了书法课,硬笔书法的教学和研究出现了前所未有的好形势。为了适应这一新的形势,推动书法教育的发展,进一步提高教学水平,我们编写了这本《师范硬笔书法教程》。

本书的指导思想是:一方面,积极吸收近几年硬笔书法教学和研究的新成果,并进行适当的归纳整理,以构造出比较合理的讲练知识体系;另一方面,努力贯彻改革的精神,坚持从师范院校的教学实际出发,力争写出师范特色,以便于教师更好地使用,也便于学生更好地接受。

需要说明的是,对本书中的内容,各校在使用时可根据本单位的教学时数、师资力量和学生的接受能力等作相应的取舍。受条件限制的学校,应把主要精力放在基础部分的讲练上,其他侧重于艺术提高的内容可以少讲,甚至不讲。

参加本书编写工作的有:曹长远、沈鸿根、徐家康、杨英旭、许少鹤、曹殿卿、吴云斌、卢攀登。曹长远承担了全书的统稿任务。

本书在编写过程中,得到了林似春、赵彦良、华继善、陆维中、陈国祥、孟天宇、崔学路、樊中岳、郭钢、王燕、王正良、张国才、张宝彤、田原、侯明皓、马明等硬笔书法家的热情支持和帮助,著名书法家、中国硬笔书法家协会主席姜东舒先生,欣然命笔为本书作序。在此我们一并致以热忱的感谢!

由于编者的水平所限,本书从内容到文字等都难免存在一些缺点和不足,恳请读者提出批评、意见,以便再版时修正、补充。

《师范硬笔书法教程》编写组

1992年12月20日

序

中国硬笔书法家协会主席 姜东舒

曹长远同志把他们编著的《师范硬笔书法教程》稿拿给我看，嘱我写一点序言之类的东西以弁其首，我欣然答应了。

对于师范书法教育，我一向都是非常支持的。我常说，一个书写水平低下的教师，实在不能算是一个称职的教师，此话不是随口乱道的，其道理自不待言。从培养目标说，师范院校是教师的直接来源，这样，书法教育就显得尤为重要。近些年来，许多学校相继开设了书法课，并把“三字”（即粉笔字、钢笔字、毛笔字）列为“教师基本功训练”的主要项目，广大师范生学习书法的热情也日益高涨，这是十分可喜的。

要求书法教学达到优良的效果，则首先要有切合实用的教材。在这方面，许多学者已经做了大量的工作，写出了一些较好的本子。但据我所知，这主要是集中在毛笔书法之列，而优秀的硬笔书法教材尚属鲜见。硬笔书法与毛笔书法虽是比较亲近的学科，但细究之，二者又有着一些各自不同的特点，不能一而论之。所以，要使硬笔书法教学深入进行下去，有必要总结经验，汇集资料，编写一种较为系统全面的硬笔书法教材。为此，曹长远等同志在多年教学实践的基础上，付出了许多时间和精力，编成这样一本师范性与实用性兼备的教材，其功实不可泯。

《师范硬笔书法教程》的特色，可以归纳成以下数端：

1. 力求规范。全书围绕汉字书写的规范化这个中心展开，注意阐发规范书写的目的和意义，强调以国家颁布的简化汉字为依据，摒除繁体字和各种不规范汉字。这对培养师范生的良好书写习惯，以利将来的教学工作，无疑是十分重要的。

2. 首重实用。书法虽属艺术范畴，其基础却是建筑在文字的实用性上面的。相比较说，“实用”更是硬笔书法的第一要务。因此，作者提出了结构第一，用笔第二；横写第一，竖写第二；规范第一，风格第二；实用第一，艺术第二的观点，这就使本书与一般讲求“艺术效果”的书法教材有了明显的不同。

3. 讲练结合。本书内容大致可分为理论的“讲”和实践的“练”两部分。“讲”则注意挖掘硬笔书法自身的规律，言简意赅，通俗易懂；“练”则从常用汉字入手，循序渐进，目标明确；同时，在内容编排上，又考虑到不同课时的学校和不同起点的学生的需要，因而使本书具有较为广泛的适用性。

综上所述，作者是把硬笔书法跟写字的社会效果紧密联系在一起。其主旨不在于培养书法家，而在于推广书法教学，提高师范生的书写水平，使之更好地为教学服务。

当然，本书既属开拓之作，尽管作者尽了很大的努力，恐也不免有某些粗疏之弊，但我们不应对它求全责备。我深信，他们今后一定能再接再厉，对本书内容不断充实，不断完善，使之成为一本较具权威性的硬笔书法教材。

1992年11月16日

目 录

编写说明	(1)	第四节 楷书的结构	(41)
序	姜东舒(1)	第五节 楷书常用偏旁部首的写法	(59)
第一章 绪论	(1)	第四章 行书	(82)
第一节 汉字、写字和书法	(1)	第一节 行书的特点	(82)
第二节 硬笔书法和毛笔书法	(2)	第二节 行书的笔画	(85)
第三节 师范硬笔书法课的性质和要求	(4)	第三节 行书的结构	(92)
第四节 学习硬笔书法的方法	(5)	第四节 行书常用偏旁部首的写法	(95)
第二章 预备知识	(7)	第五章 硬笔书法的格式和要求	(115)
第一节 硬笔书法的标准	(7)	第一节 硬笔书法的格式	(115)
第二节 硬笔书法的字体	(10)	第二节 横写格式的要求	(116)
第三节 硬笔书法的工具	(11)	第三节 横写格式的贯气	(117)
第四节 写字姿势和执笔方法	(14)	第四节 关于横写格式的常识	(118)
第五节 字帖的选择	(17)	第六章 粉笔书法	(120)
第六节 字帖的临摹	(17)	第一节 写字姿势和执笔方法	(120)
第七节 硬笔书法的运笔	(20)	第二节 运笔方法	(121)
第八节 笔顺规则和笔势往来	(23)	第三节 版面安排	(121)
第三章 楷书	(27)	附录一 最常用 1000 汉字楷书、行书字范	(123)
第一节 楷书的特点	(27)	附录二 硬笔书法作品欣赏	(144)
第二节 几种常见的楷书书写毛病	(29)		
第三节 楷书的笔画	(31)		

第一章 绪 论

第一节 汉字、写字和书法

所谓书法,通俗地讲,就是书写汉字的方法,“书”是指书写,“法”是指书写的法度和规律性等。书法必须是写汉字,而不是写其他的任何种文字。汉字书写所以能成为一门独立的书法艺术,这和汉字自身固有的艺术特质是分不开的。因此,要讲清楚书法,就必须先从汉字讲起。

在远古时代,人类是没有语言和文字的。后来,由于在共同劳动的过程中,交流思想、记录故事等需要,这才逐步地从简单的“鸣”发展到了语言,更进一步又产生了文字。从出土的实物可以看出,世界上各种文字的开始,都可以溯源于图画,即都起步于“象形文字”。但在其后漫长的演变过程中,这些文字却逐渐地走上了两条不同的发展道路:一是以语言的发音为基础,造出代表语音的符号——字母,再用这些字母拼写文字的表音道路,如英文用26个字母拼写语词就是一例;一是把客观事物用简单的线条画下来,作为表示那个事物的符号而成文字的衍形道路,汉字就是这类文字中的一种。

表音文字用字母拼写语词,笔画、结构简单,形态变化不大,或许这是它没有形成独立书法艺术的主要原因。而中国汉字就不同了,它以“表形”为特质,尽管最初它只是一种简单的图画,但随着实践的深入,文字也随之丰富起来,“象形”不足而“指事”,“指事”不足而“会意”,“会意”不足而“形声”、而“转注”、而“假借”,千姿百态的形意文字构造其本身就有着分布结合、对称均衡等美的要求,这些美的要求奠定了书法艺术的基础。

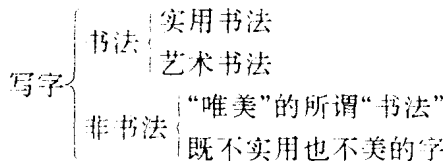
有了文字,就有了一个书写文字的问题,随之也就有了一个写得美或丑的问题。同一个汉字在不同的人笔下写出来,有的给人以美感和快乐,而有的却让人觉得很糟糕,这是人们普遍能体会到的简单道理。人们书写的良莠之间存在着这样大的差距,说明汉字本身有很大的可塑性和可为性,这种可塑性和可为性为汉字书写向艺术的发展提供了可能。

最初人们写字完全是出于实用的需要,或抄写一篇文章,或书写一个标志等等。文字是符号,是工具,表达思想内容才是目的。正是为了使表达更准确、迅速,人们才开始注意书写的技巧和方法。这种最初的“注意”也许是不自觉的,但其中却明显包含了书法的因素:实用和美观。我们知道,书法的性质有两重性,即实用性和艺术性。从实用的角度说,字必须写得规范、整洁、迅捷,在此基础上进而要求美观,美观就进入艺术的范畴了。所以我们说,有了汉字,也就有了书法,书法与汉字几乎是同步产生的。

书法和汉字又是互相影响、同步发展的。一方面,随着社会的进步,人们在长期的书法实践中,为了更加实用、方便、美观,不断创造出新的笔画写法,这就促使汉字的字体由繁到简不断发展,由殷商甲骨文到秦小篆,从汉隶到其后的草、行、楷各体,如此辗转演变,字体不断简化,形成了汉字发展的规律;另一方面,不断产生的丰富而优美的汉字字体,又为书法艺术的发展开辟了广阔的天地。经过多少代人的不懈探索,以汉字为载体,人们创造出了风格多样、流派纷呈的书法艺术瑰宝。这是我们每一个炎黄子孙的骄傲。

由上可见,书法和汉字是密不可分。书法是书写汉字的艺术,它是中国特有的传统文化。任何离开汉字来谈书法的观点都是错误的。

那么,书法和写字的关系又怎样呢?显然,我们不能把二者简单地同一起来。书法能够被作为一门独立的艺术来考察,这说明,它已经超出了一般写字的意义。书法都是写字,但写字并非都是书法。具体地说,二者之间的关系可以用下表来概括:



1. 实用书法。可称之为“俗书法”。要求实用第一,艺术第二。即以日常实用为根本任务,其中虽也有整洁、悦目等浅层次的艺术要求,但主要讲究规范、准确、切合实用。它是艺术书法的基础。

2. 艺术书法。可称之为“雅书法”。要求艺术第一,实用第二。以实用性为基础,追求鲜明的个性和典型的艺术风格,其主旨在于创造供人欣赏的书法艺术作品。它是实用书法的进一步提高和升华。

3. “唯美”的所谓“书法”。是非书法。写这种字的人,只求写得漂亮,不讲规范,不顾社会效果,违反汉字“六书”规律,随意改变汉字结构,甚至杜撰不被社会承认和接受的字形,追求“狂”、“怪”的所谓“艺术风格”。这种现象往往挂着书法艺术的幌子,具有很坏的影响,必须予以批评。

4. 既不实用也不美的字。是非书法。写这种字的人,大多由于缺乏书写基本功训练,养成了不良的书写习惯,或写错字、别字、不规范简化字,或倒错笔顺,或自创“行草”书,不了解汉字的基本字形,分不清汉字笔画之间起码的承启关系,信手写来,任笔为体,潦潦草草,难以卒读。自己不能做到多快好省,别人看起来也费时费劲,直接影响工作效率,还容易误事。这种现象在当今大、中、小学生中甚至工作人员中相当普遍。

从上表看,书法的范围可谓既窄又宽。“窄”是说它把一切不合实用的书写都严格地排除在书法之外;“宽”指它不仅包括个性风格鲜明、艺术水平较高的“雅”,还包括缺乏个性风格、艺术水平较低的“俗”。我们认为,对书法的外延作这样的界定是比较恰当的。它充分体现了书法性质的两重性,即书法是实用性和艺术性的有机统一。

第二节 硬笔书法和毛笔书法

说起书法,人们自然地会想起毛笔来。在过去的几千年里,毛笔一直是中国人的唯一书写工具,我们的祖先发明了毛笔这样东西,并运用它创造出了书法这门独特的艺术。所以,长期以来,书法就是专指毛笔书法而言的。相比较说,硬笔书法的兴起只是近几十年的事情。但是,在短短的时间内,硬笔书法却迅速地发展、繁荣起来,并形成了与毛笔书法并驾齐驱的格局。随着书写工具的改进,以及现代社会人们生活节奏的加快,钢笔、圆珠笔、铅笔、粉笔等硬笔得以普遍使用,毛笔正逐步失去其主要的地位,甚至在日常的实用书法中很少用到了,成了纯粹艺术的工具。硬笔的运用所以普遍,是因为它在使用上较毛笔有很多优点:一是书写便利,节省时间;二是书写技巧和书写方法容易掌握;三是携带方便,易于保管。一句话,硬笔满足了人们在现代社会生活中随时随地都要写字而且要写许多字的需要,用毛笔写显然不如用硬笔来得方便。这样,硬笔书法

就以其快捷便利而一领风骚。

硬笔书法和毛笔书法作为书法的两个组成部分,既有密切的联系,又有着各自的特点。首先,作为书法,它们都是书写汉字的艺术。千百年来,经过多少代人的书法实践,人们已经总结出了一套比较完整的汉字结构、章法等法度和规律。这些美的规律,虽然主要是在毛笔书法的实践中总结出来的,但作为书写汉字的规律,对硬笔书法也同样适用。因此我们说,毛笔书法和硬笔书法有着共同的规律。学好了毛笔书法有利于学好硬笔书法,同样,学好了硬笔书法对学好毛笔书法也大有帮助,故两者不可偏废,不妨兼而学之。

其次,硬笔书法和毛笔书法又各有特点,这主要表现在书写工具的性能不同,以及由此而产生的一系列差异上。毛笔的最大特点就在于一个“软”字,其笔锋是用动物的毛发制成的,能聚能散,具有较大的弹性,用它写出的笔画有粗有细,字也可以写得有大有小。硬笔则与之不同,它的笔锋是用金属或其他硬质材料制成的,突出体现一个“硬”字。笔锋尖锐坚硬,较少弹性,因而只能写出笔画细、字形小的字,不像毛笔书法那样富有变化。由于书写的工具不同,表现的方法不同,因而毛笔书法有毛笔书法的韵味,硬笔书法有硬笔书法的风致。具体讲,二者的差别是:

1. 表现在执笔上。毛笔通常为五指执笔法,笔杆是竖着拿的,书写时讲究掌竖、腕平、肘起,方法比较复杂;硬笔为三指执笔法,笔杆是斜拿的,书写时臂和肘都靠在桌面上,方法简便,比较容易掌握。

2. 表现在用笔上。毛笔书法十分强调用笔,有“书法以用笔为上”的说法,要求笔笔中锋、藏头护尾、方圆兼备、虚实相生等等。毛笔书法大都写在化水性强的宣纸上,易于讲究用笔,显示出起承转合、抑扬顿挫的笔情墨韵,其线条有粗有细、有润有涩、刚柔相济、耐人寻味。要想把一管毛笔运用得随心所欲,出手就写成圆满周到的点画线条,恐怕不是短时间能够奏效的,这是毛笔用笔的困难之处。与之相比,硬笔的用笔方法就简单多了,甚至可以说,它对用笔几乎没有什么特别的要求。由于硬笔的笔锋弹性较小,而且主要是在光滑不化水的机制纸上书写,所以,用它写出的笔画天然就挺拔劲健,只要写得干脆,方向正确,长短合度,自然就是好的。既不需要逆锋起笔,也不需要回锋收笔,这就使硬笔书法容易掌握,切合实用。相反,如果一味摹仿毛笔的用笔,追求“提按使转”、“一波三折”的效果,反而违反了硬笔书法节奏明快、轻捷流便的特点,既不实用,也不美观。

3. 表现在结构上。一般说来,毛笔书法和硬笔书法在结构规律上是共通的,如都讲究重心稳定、均衡和谐等。但由于硬笔书法偏重于实用,而且线条细、形态小。就特别注重间架结构,强调结构的第一性,要求整齐匀称、清楚明了,不能像毛笔书法那样追求“疏可走马、密不透风”的意境。书圣王羲之的一段话可以较好地反映出毛笔书法对结体的态度,他说:“若平直相似,状若算子,上下方整,前后平齐,便不是书,但得其点画耳。”意思是说,如果把字写得四平八稳,整整齐齐,好像算盘珠子那样,就不能算是书法啦!很显然,这段话对硬笔书法是不适用的,相反,为了实用的目的,硬笔书法正是要求这种“状若算子”,整齐干净的效果。因为如果硬笔字写得大小悬殊、疏疏密密,那么既影响认读,又显杂乱不美观,也就失去了实用的价值。

4. 表现在格式上。传统毛笔书法的格式是自上而下的竖写,而硬笔书法是自左而右的横写。一般说,毛笔书法不空格不标点,硬笔书法则恰恰相反。横写格式是与现代印刷的格式相适应的,可以说,这种格式现在已经成了人们最习惯、最易接受,同时也是应用最广的书写格式。虽然毛笔书法也有横写,硬笔书法也有竖写,但应该各有侧重,各得其所。从这个观点出发我们认为,

无论是为了实用还是为了艺术,硬笔书法都没有必要在竖写上下大功夫,而要在自己的本色格式上探索总结自己的书写规律。

5.表现在用途上。从适用范围看,硬笔书法的应用比毛笔书法要广得多。毛笔主要用来写大字,如书写标志、匾牌、大幅的艺术作品等;硬笔则主要用来写小字,如笔记文稿、书信文件、教案板书、作业试卷、计划总结、病历药方、工程设计……。在没有硬笔的时代,无论大字小字,都是要用毛笔写的,但书写速度慢,费时费劲。比如抄写一篇文章,篇幅短小还好,倘若洋洋万言,恐怕就不只抄写者满头冒烟,时间也不允许。所以,自硬笔传入我国以来,便逐步取代了毛笔写小字的地位。这里尤其需要一提的是粉笔书法。粉笔书法作为硬笔书法中比较特殊的一种,它在现代学校的课堂教学中起着重要的作用,其作用是毛笔以及其他任何书写工具都不能代替的。粉笔书法的这种独特作用,又为硬笔书法的实用性增添了重要的内容。

综上所述,硬笔书法和毛笔书法是各有特点,不能替代的。从实用的角度说,在现代生活中,硬笔书法较毛笔书法的应用范围更大更广;从艺术的角度讲,虽然目前硬笔书法还处在普及阶段,其整体的艺术水平不高,较毛笔书法还有一定的差距,但它的希望正在于它年轻。毛笔书法已经有两千多年的历史了,而硬笔书法从产生至今才不过几十年。艺术是在实用的基础上提高的,随着工具的完善、实践的深入,相信硬笔书法一定能够创造出不逊于毛笔书法的艺术风格和水平。

硬笔书法是一门年轻的、不断发展的艺术。在艺术的百花园里,它是一枝初绽的鲜花,需要众人的培养和扶持;它有着广泛的群众基础,蓬蓬勃勃富有生命力。现在,越来越多的人,尤其是广大师范生正积极地加入到硬笔书法队伍中来,硬笔书法必将在社会主义的物质文明和精神文明建设中发挥更大的作用。

第三节 师范硬笔书法课的性质和要求

师范硬笔书法课是一门工具性的基础课。

所谓工具性,是指师范硬笔书法课的教学,应着眼于提高学生的硬笔(主要是钢笔和粉笔)书法水平,以使他们能够规范、清楚、美观地书写汉字。“三字”是教师的重要基本功,其中又以钢笔字和粉笔字占主要地位。一个教师,要备课,阅卷,批改作业,这都要用到钢笔字。而粉笔书法在现代学校的课堂教学中起着不可替代的作用,教师板书能力的高下,直接影响着教学效果;不仅如此,课堂板书还关系着学生的书法水平。实际情况告诉我们,多数学生的书法水平乃至书写的态度、风格和习惯,都是从教师那里摹仿得来的,教师的书法水平高,其学生的书法水平就普遍较高;相反,书法水平则普遍较低。姜东舒先生说:“一个书写水平低下的教师,实在不能算是一个称职的教师。”此话语重心长,发人深思。因此,本着教育的百年大计,必须加强师范生的书法基本功训练,这对他们将来的教学工作,无疑是很有意义的。

师范硬笔书法课主要不是为了培养专门的书法家,而是为教学工作服务的。

所以,以讲带练、精讲多练、讲练结合,应该是本课程的主要教学方法。无论理论的讲还是实践的练都要紧紧围绕着“实用”这个中心,换句话说,就是不必过分强调“艺术性”,而大谈“个性”、“风格”、“艺术性”之类的东西。

总之,把握硬笔书法的工具性,不要把它开成一门“艺术书法”课,而要开成一门“实用书法”课,这就是师范硬笔书法课的最基本要求。

第四节 学习硬笔书法的方法

怎样学习硬笔书法呢？

首先，作为一名师范生，要充分认识学习硬笔书法的社会意义，不能凭个人爱好而取舍。明确学习目的，提高学习的积极性，这是学好硬笔书法的前提条件。

其次，要树立学好硬笔书法的信心。书法并不神秘，它跟人们的工作、学习和生活联系得非常密切。事实告诉我们，每个使用汉字的人，都可以通过学习书法，把汉字写得规范、整齐、清楚、美观，从而提高运用汉字这一交际工具的准确性和效率。一开始写不好，千万不要灰心。只要肯下功夫，并讲究学习方法，经过一段时间的练习，人人都能够逐步提高。

具体说，方法有以下四点：

1. 讲究法度，改正错误的书写习惯

讲究法度，就是讲究写字的方法和规律。长期以来，由于忽视了对中小學生、师范生的书法基本功训练，致使目前许多在校学生以至教师都有错误的书写习惯，如写字姿势不端正，执笔姿势不正确，倒错笔顺，写错字、白字、不规范简化字，自创“行草书”等，任笔乱写，潦潦草草，既不易认，也不美观。有这些毛病的人，他自己甚至并不知道，但如果要求按正确的方法去写，他就会觉得别扭，觉得很顺手，因为这些毛病久而久之已成了习惯。所以，学习硬笔书法的第一关，就是要努力改正错误的书写习惯，按照书法的法度，逐步培养起新的好习惯来。这一步很困难也很关键。有些学生不肯约束自己，一味按着老习惯写，这很不好。可以说，这是许多人练了很长时间，花了很大力气却没有多大进步的主要原因。

2. 临摹字帖，是最有效的学习方法

临摹字帖，就是比着字帖上的范字写。因为初学书法，对汉字的基本笔形、字形和结构方法了解不多，“心中无数”，写起字来手无所措，笔无所向，所以需要依字帖为规范，照着帖上的字去临摹。学书必须临摹字帖，临摹与不临摹大不一样，临摹得法与不得法又大不一样，坚持临摹并且方法得当，能收到事半功倍的效果。临摹的过程就是取法于人的过程，临摹的目的就是要在反复观察、分析、练习、比较、总结的过程中，不断熟练自己的书写技巧，掌握汉字的结体规律，逐步纠正错误的结体和布局，从而提高书法水平。

在中国书法史上，那些有成就的书法家，都是从临摹入手的。书圣王羲之，就曾跟卫夫人学字临帖，颜真卿也曾从张旭临帖；当代书法家舒同、启功、沙孟海诸先生，都坚持临帖直到晚年；大家比较熟悉的黄若舟、沈鸿根、庞中华、林似春、顾仲安等人，他们开始的时候也都是临摹字帖，直到今天，还坚持不懈，功夫不负有心人，终于使他们成为当今的硬笔书法家。由此可见，临摹字帖是最重要的学书方法。

3. 培养兴趣，“热爱是最好的老师”

学习硬笔书法要有兴趣，如果没有兴趣，不是开不了头，便是半途而废。爱因斯坦说过：“热爱是最好的老师。”如果你喜欢写字，拿着笔就觉得愉快，就容易入迷，也就容易把字练好。相反，如果你觉得写字是一件令人苦恼的事，拿起笔来就皱眉头，自然会马虎从事，一个人做他不喜欢的事，怎么能做好呢？任何兴趣都不是从来就有的，所以一开始没有兴趣不要紧，可以慢慢地培养起来。兴趣的建立是与书写水平的提高过程同步的，随着自己书写水平的逐步提高，兴趣就会逐步地建立起来。

4. 勤于动手, 熟练自能生巧

硬笔书法是一门工具性的学问, 只有不断运用, 才能真正学到手。如果只是背几条结体的方法或规律, 不肯亲自动手去练, 是不可能学好的。有些学生做事情没有恒心, 今天想起来了, 可以一连写上几个小时, 明天有别的事情, 就一个字也不写了, 这也是不行的。古人说: “锲而舍之, 朽木不折, 锲而不舍, 金石可镂。” 我们的有些同学不正是缺少这种 “锲而不舍” 的精神吗? 既然下决心要把字练好, 就要坚持下去, 不仅每天坚持练字, 而且在每天记笔记、做作业时, 都要注意和练字相结合。这样, 我们天天都在练字, 时时坚持不断, 硬笔书法这块 “金石” 是一定 “可镂” 的。

第二章 预备知识

第一节 硬笔书法的标准

要学好硬笔书法,首先必须明确硬笔书法的标准,就是说,弄清人们对日常实用的硬笔书法的好坏标准是什么。

实用硬笔书法的标准可概括成以下五点:

1. 书写要规范;
2. 书写要清楚;
3. 书写要匀称;
4. 书写要整洁;
5. 书写要熟练。

写字的好坏标准究竟是什么,大约不同的人有不同的看法。但是,毕竟标准是与实用目的紧密相联的,因此,在总的标准上人们可以趋向一致。郭沫若说:“总要把字写得合乎规格,比较端正、干净、容易认”。叶圣陶说:“练习写字,一要写得正确,二要写得清楚,除了正确和清楚,还要讲究格式,讲究美观。最后还得练习写得快,在写得好的基础上练习写得快,因为写得快也是工作、学习和生活的需要。”在此基础上,叶圣陶又进一步对写字提出了六条具体要求:“(1)笔笔交待清楚,横是横,撇是撇,一点不含糊。(2)横平竖直,不要歪斜,这就端正了。(3)就一个字而言,各笔的距离务须匀称,不太宽也不太挤,这须相度各个字的形状,偏旁占一半还是三分之一,头和底各占几分之几,中心又是哪一笔,相度清楚,然后照此落笔。距离匀称,不宽不挤,看在眼里就舒服。(4)就一行的字而言,须求其上下连贯,无形中好像有一条直线穿着似的。还须认定各个字的中线,把中线放在一条直线上。中线或是一竖,如‘中’字‘草’字;或是虚处,如‘非’字‘井’字,很容易辨明。(5)就若干行的字而言,须求两行之间有一条空隙,次行的字的笔画触着前行的字的笔画固然不好看。(6)写一长篇的字须要前后如一,如果开头端端正正,到后来潦潦草草,这就通篇不一致,说不上匀整了。”这些说法,都是老书法家、老教育家积几十年经验的肺腑之言,它代表了社会上大多数人的要求和看法。我们认为,这就是学习硬笔书法的基本要求,也就是评价硬笔书法的标准。前面所说的五点标准就是由此得来的。

具体说,硬笔书法的标准是:

1. 书写要规范

所谓规范书写,就是说要按照标准的笔形、笔顺、字形和结构去书写汉字,以使现行汉字的书写更加标准统一。现行汉字的正字,是以《简化字总表》(1964年公布)和《印刷通用汉字字形表》(1965年公布)为标准的。因此,在书写汉字时,就要严格按照这一标准,坚决杜绝不规范汉字。目前社会上常见的不规范汉字主要有六类:

①繁体字。指已经有简化字代替的字。如(亞)洲、(電)视、电(視)、公(園)、中(國)等。其中括号内的都是繁体字,正确的写法依次是:亚、电、视、园、国。

②不规范简化字。指没有经过国家认可,不允许使用的简体字。如(岁)厅、(忌)见、电(影)、(子)(边)等。以上括号内的都是不规范简化字,正确的写法分别是:餐、意、影、街、道。

应该注意的是,1977年12月20日公布的《第二次汉字简化方案(草案)》,已于1986年6月24日被国务院宣布废除。凡是“二简”中的字,现在都算做不规范简化字。下面括号内的字都是已被废止的“二简”中的字,再这样写就是错误的。

原(阮) 墙(垯) 宣(宀) 展(尸)
迎(迓) 富(寔) 副(付) 输(软)
雪(冫) 留(亩) 面(百) 信(仪)
算(祿) 阎(闫) 璃(叻) 董(苳)

③已被废除的异体字。异体字指与正字音同义同而只形体不同的字。有些异体字已被国家明文宣布废除,继续使用这些禁用的字,是十分错误的。如参(叢)、饭(館)、(並)且、(佈)告等。括号内的字都是已被废除的异体字,正确的写法依次是:考、馆、并、布。下面括号内的字都是已被废除的异体字:

采(採) 备(脩) 奔(犇) 霸(霸)
趁(趁) 冰(氷) 床(牀) 草(艸)

④错字。指笔画写得不对或偏旁组合错误的字。如增减笔画的(染)料、训(练),偏旁组合错误的(学)习、(临)沂,半繁半简的展(覽)、(諷)刺,等。其正确的写法分别是:染、练、学、临、览、讽。

⑤别字。按语义的要求应该写甲字,却用了与之音同义不同的乙字,这就是别字。如(午)会、(兰)球、(另)售、(平)果等。正确的写法依次是:舞、篮、零、苹。

如果说错字是一种绝对的错,那么,别字就是一种相对的错。因而,错、别字也可以统称为错字。

⑥旧体字。即按旧印刷体字形写的字。如出(版)、(刊)物、(角)度、(花)朵,等。按照国家公布的《印刷通用汉字字形表》的规定,括号内的字应分别写成:版、刊、角、花。

总而言之,所谓规范,就是要求在书写时,笔下不要出现上述常见的六类不规范字。只有书写规范,才能使思想的传递更准确迅速,这是由硬笔书法的工具性决定的。

2. 书写要清楚

这是从易认的方面来要求的。

写字同讲话一样,讲话一定要人听懂,写字也一定要人看懂才行,如果别人不认识,就失去了写字的意义,而思想和信息也就难以通过书写来交流。因此,每个人都要努力做到书写清楚。

但是在日常的工作、学习和生活中,我们却常常见到一些人书写的笔记、信函、作业、试卷等,他们好像下决心要写得不让人认似的,点不是点,横不是横,“龙飞凤舞”,潦潦草草,要叫人一个字一个字地去“猜谜”,有时甚至连他自己也认不出来了。鲁迅先生曾严肃地批评说:“写字,必须使人一看就认识。年轻人现在太忙了,……他自己赶快胡乱写完了事,别人看了三遍五遍看不明白,这费了许多功夫,他不管。反正费的功夫不是他的。这存心是不好的。”由此可见,清楚地书写汉字,对保证硬笔书法的交际功能十分重要,必须引起大家的重视。比如:

	不清楚	清楚
①	天上的云	天上的云
②	生活知音	生活知音

在例①中，“天”的上面一横写成了一撇，成了“夭”；“上”的竖和底横连写，写成了“匕”；“的”写成了一条螺旋线，不能显示“的”字的基本笔画，是不行的；“云”好象是“三”和一个顿点。

在例②中，“生”的一撇不明显，难认；“活”的三点水与舌字旁离得太远；“知”字被拆成了“矢”和“口”两部分；而“口”和“音”组成了“暗”字。

认真对照一下，你写的字中有类似的现象吗？

3. 书写要匀称

这是从美观的角度来要求的。

我们知道，汉字是由各种笔画组成的，字的笔画有多有少，有的字只有一两个笔画，如“乙”、“九”，而有的字却有十几个甚至二十多个笔画，如“赢”、“霭”。汉字又是方块字，在同一篇文章中，不管一个字的笔画是多少，都要组合在大小一致的一个个方块内，因此，笔画少的字结构就要疏一些，笔画多的字结构就要密一些，而不能把笔画少的字写得很密很小，把笔画多的字写得很疏很大，以至写到别的方块里去。这样，尽管疏密有别，但是当这些同样大小的方块字排成一行，写成一篇时，阅读者就会通过视觉感受，体会到一种匀称均衡的美。另外，在每个汉字内部，平行的笔画之间，也必须间距匀称，如“量”的九横要等距，“山”的三竖要等距，“影”的三撇要等距，等等。只有这样，字才显得匀称、美观、悦目。

从下面的例子，我们可以体会到匀称和不匀称给人的完全不同的感受。

不匀称	匀称
山川河流	山川河流
黄绿青蓝	黄绿青蓝
胜负输赢	胜负输赢

4. 书写要整洁

这是从易认和美观两个方面来要求的。

对于由一个个汉字组成的成行成篇的文字书写来说，必须要整齐、干净。首先，在一篇字中，字的大小必须一致，不能忽大忽小；从左向右书写的字行必须平直，不能忽上忽下，歪歪斜斜。其次，书写的字体必须统一，不能在一个字中，一部分是楷书，一部分是行书，或者在一篇字中，这几个是楷书，那几个又是行书，显得很不协调。而且，在书写过程中应当专心，不要东涂西改，弄得

满纸墨迹片片;如果是文稿的修改,也应按照规定的符号涂改。

有些人写字没有耐心,养成了坏习惯,拿起笔来就乱写,既不成行,也不分段,东涂一团,西添一片,一塌糊涂,难以卒读。认且认不出来,美更是无从说起。这样的稿子送到编辑手中,编辑就叫苦连天;这样的试卷放在教师面前,教师则正误难辨;这样的板书对学生而言,只是浪费时间。所以,无论是于人于己,都应该力求书写整齐、干净。

5. 书写要熟练

这是从速度方面来要求的。

如果说前面四条着重于对书写的规范和美观的要求,那么,这里的“熟练”就是指在达到了上述要求的前提下,进一步把字写得流利、迅速,以提高书写的效率。因为写得快,也是人们工作、学习和生活的需要。但“熟练”不只是快,而是在“好”的基础上的快。那种自创的所谓“行草书”,虽然快是快了,但既不规范,又不易认,也不美观,因而不是熟练,而是不负责任。

熟练,还不仅仅是一个技术问题,也是一个知识问题。要做到书写熟练,首先要有足够的汉语言文字知识,掌握足够的汉字和词语,这样才不会提笔忘字、提笔忘词;其次才是书写的速度问题,书写速度的提高在于持之以恒的练习,在于高标准严要求的练习。

在学习硬笔书法之初,我们要宁求其好,不求其快。一味求快,不仅快不起来,反而影响了基础训练。书写速度的提高是自然而然的。相信随着学习的深入,我们的书写都会逐渐地随好而快,又快又好起来。

综上所述,对硬笔书法的要求,我们可以进一步概括为八个字,即:规范、易认、美观、快捷。这些要求是为了实用的目的而提出来的,它不是艺术书法的要求,因而对所有会写汉字的人来说,决不是过高的要求,是完全可以做到的。

第二节 硬笔书法的字体

言“体”则有“字体”和“书体”之分。所谓字体是指一种文字在其不同发展阶段上表现出来的不同形体,是从文字学的角度考察的,如汉字有篆、隶、草、行、楷五种字体;书体则指不同的书法家在对各种字体的书法实践中形成的典型艺术风格,这是从书法艺术的角度考察的,如楷书又有“欧体”、“颜体”、“柳体”、“赵体”等。“字体”和“书体”二者虽有重合的部分,却实为不同的概念。

如前所说,为了实用的目的,硬笔书法不要求典型的艺术风格。因此,这里只讲字体,不讲书体。

从字体的演变过程看,汉字大致上遵循着由繁到简、由不规范到规范的规律,经历了甲骨文→大篆→小篆→隶书→草书、行书、楷书等几个阶段。不同的字体是汉字发展特定阶段上的产物,从而也成为一定历史时期的法定标准字体,如秦以小篆为标准字体,汉以隶书为标准字体等等。现代通行汉字的标准字体有两种,一是楷书,一是行书。

楷书也叫“真书”、“正书”,因其形体方正、笔画平直,可作后人楷模,故名。楷书是为了减少汉隶的波磔和纠正草书的漫无标准而形成的字体,它书写起来比隶书简单快捷,又比草书规范易认。所以,自汉末产生以来迄今 1000 多年间,都一直被作为标准字体而广泛应用着,实用价值很大。

行书是介于楷书和草书之间的一种字体。由于它既保留了楷书结构规范的优点,又采用了草书的某些简便笔法,所以,写起来比楷书便利顺手,又较草书易于辨认。它切合实际应用,是很

理想的手写字体，其实用价值不在楷书之下。

至于篆书、隶书和草书，在现代社会中，它们不是通行的标准字体，而是以艺术字体的形式存在着的，因此，要严格限制在专供欣赏的书画艺术中使用。

所以，本书所讲硬笔书法的字体，只限于现行的楷书和行书两种标准字体。这里不讲篆、隶、草，并不是说要把它们排除在硬笔书法之外，但既然硬笔书法旨在实用，则这些字体就不宜多加提倡。毕竟，用硬笔书写篆隶草的机会不多，实用价值不大。这一点是必须说明的。

篆	隶	草	行	楷
碑	硬	硬	硬	硬
簫	筆	草	笔	笔
書	書	书	书	书
法	法	法	法	法

第三节 硬笔书法的工具

古人说：“工欲善其事，必先利其器。”人们要想做好一件工作，首先必须备好工具。要学好硬笔书法，一方面必须掌握熟练的书写技巧，另一方面，优良的工具也是十分重要的。硬笔书法工具中最主要的是笔，其次是纸和墨水。如何选择、使用和保养这些工具，是学书者必须掌握的基础知识。

一、笔

我们知道，硬笔书法是以钢笔传入我国为开端的。由于钢笔、圆珠笔等具有携带方便、书写流利、简便实用的特点，而被人们所普遍喜爱和使用，并逐步形成了一种新的书法门类。但近些年，用来充当“硬笔”的工具却越来越花样翻新，有些人不肯在书写技法上下功夫，一味在工具上作“探索”，出现了塑料管、火柴梗、小竹片等所谓的“硬笔”，一些书法报刊或展览过分宣扬这类的硬笔作品，无疑会助长这种不良风气。这种“硬笔书法”，无论从实用性和艺术性讲，都不能与毛笔书法、钢笔书法等相提并论。如果听任其继续下去，必将导致硬笔书法走入歧途。

所以，我们认为，硬笔书法应以运用日常的书写工具为主，对师范生而言，则又以钢笔、粉笔为主。因此，本书把硬笔的范围限定为：钢笔、圆珠笔、铅笔、铁笔和粉笔。除了把粉笔放在后面专辟一章论述外，在这里对其他四种硬笔的常识做些简单介绍：

1. 钢笔

钢笔是人们使用最为普遍的一种硬笔。