

孙敏 著

书法 基础



上海书画出版社

書法基礎

張偉生題



上海書畫出版社

图书在版编目(CIP)数据

书法基础/孙敏著. —上海: 上海书画出版社, 2013.8

ISBN 978-7-5479-0637-8

I. ①书… II. ①孙… III. ①汉字—书法

IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第171753号

书法基础

孙敏 著

责任编辑 张伟生

审 读 吴云峰

责任校对 周倩芸

封面设计 王 峥

技术编辑 朱伟南

出版发行  上海书画出版社

地址 上海市延安西路593号 200050

网址 www.shshuhua.com

E-mail shcpsh@online.sh.cn

印刷 上海文艺大一印刷有限公司

经销 各地新华书店

开本 889×1194 1/32

印张 4.5

版次 2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

印数 5,300

书号 ISBN 978-7-5479-0637-8

定价 26.00元

若有印刷、装订质量问题, 请与承印厂联系

目录

绪论.....	九
第一章 中国书法的演变及发展概况.....	一三
第一节 书法艺术的初创时期.....	一三
第二节 书法艺术的发展时期.....	一五
第三节 书法艺术的成熟时期.....	一七
第四节 书法艺术的多元化时期.....	二〇
第二章 “隶变”——书法发展史的里程碑.....	三一
第一节 隶书的起源及发展.....	三一
第二节 隶书的辉煌时期：汉代隶书.....	三五
第三节 古朴书风的复苏：清代隶书.....	四一
第三章 书法艺术基本常识.....	四三
第一节 必备工具.....	四三
第二节 字体常识.....	四八
第三节 书写形制.....	五五
第四章 笔法.....	五九
第一节 写字的姿势.....	五九
第二节 执笔的方法.....	六一

第三节 用笔.....	六四
第四节 各种笔画的写法.....	六八
(隶书的基本笔画)	六八
(楷书的基本笔画)	七一
第五节 永字八法简介.....	七七
第六节 运笔过程中的节奏感.....	七八
第五章 字法.....	八一
第一节 结构要点.....	八一
第二节 独体字的结构特点与写法.....	八二
第三节 合体字的结构特点与写法.....	八四
(隶书的基本结构)	八四
(楷书的基本结构)	八六
第六章 墨法.....	八九
第一节 墨法在书法创作中的重要性.....	八九
第二节 墨分五色.....	九一
第三节 灵活运用, 自然得体.....	九四
第七章 章法.....	九九
第一节 分行布白的经营.....	九九
第二节 通篇章法的安排.....	一〇二
第三节 落款钤印的布置.....	一〇三
第四节 书法的神采布局.....	一〇七

第八章 书法艺术入门的方法与步骤.....	一〇九
第一节 书法临摹.....	一〇九
第二节 择帖.....	一一〇
第三节 临帖的方法.....	一二〇
第九章 正确处理好几个对立统一的关系.....	一二三
第一节 入帖与出帖.....	一二三
第二节 形似与神似.....	一二六
第三节 传统与创新.....	一二七
第十章 创作启示.....	一三一
第一节 “四法”的综合运用.....	一三一
第二节 在技法的基础上明书理、通书韵.....	一三三
第三节 无我之境：创作范例.....	一三五
第四节 要遵循书法艺术的规律性.....	一四〇

序

岁末年初，窗外飘雪，拿到了孙敏新著《书法基础》的样稿，读罢着实心头一暖。此书在其2001年启蒙理论著作《怎样写毛笔字》的内容基础上改写而成，不仅充实了许多理论论述，最重要的是融入了孙敏近十余年来书法创作实践新的体会和感悟，用质朴的语言，形象的比喻，传授了如何在纷繁复杂的笔墨技巧中把握关键，驾驭笔法、字法、墨法、章法，在书艺法度中实现熟书技、明书理、通书韵。本书的出版无疑丰富完善了基础书法的理论体系，树立了规范教习的途径。

虽然名为《书法基础》，但内容融合了书艺通法和孙敏个性。书法艺术历来提倡的，正是重在实践并在继承传统的基础上与个性完美结合的创新。孙敏书艺成就的取得，与其丰富的人生阅历和执着的艺术追求密不可分。我与孙敏相识甚早，与大多数同龄人一样，孙敏的书法生涯也是伴随坎坷的生活经历而展开的。年轻时，他最喜好的是音乐和歌唱，并且在这方面打下了坚实的基础。不料命运的波浪却把他推向了航海，从集美航海学院毕业后，便开始了劈波斩浪的海员生涯。在辗转不定而又枯燥单调的生活中，他将自己的才华和精力转移到书法艺术上，凭借天赋的聪颖与过人的勤奋，今天的孙敏不仅在工作事业上成就斐然，在书法创作上也取得了有目共睹的成绩。

最难能可贵的是，孙敏在进行书法艺术实践的同时，始终致力书法理论的研究，把个人的实践经验和感悟上升为理论，从《怎样写毛笔字》这样的启蒙著作和《简论中国书法中的音乐思想》这样的悟道文章入手，一发不可收，几乎每年都能收到他的理论著作。其著作坚持简洁、明快、平淡、易懂的创作道路，强调流畅的文风，尚古而不泥古，学西而不迷西，取精弃粕，坚持自己的艺术风格，深受书法爱好者的欢迎和好评。以《怎样写毛笔字》为例，该书自2001年面世后，迄今已再版十次，印刷三万余册，相信这也是孙敏此次回溯本源，推陈出新，撰写此书，与大众分享书艺道路上新收获的源动力。

作为孙敏老友，我本人见证了孙敏在书法艺术道路上的二次重要蜕变。一是2002年，这一年起，早于1993年就荣获上海首届谢稚柳书法艺术奖提名的孙敏毅然从国内外各类书法大展上抽身，闭门潜心创作，书艺精进，真正做到了以性情驾驭法则，借笔墨抒发胸臆，其书艺风格兼采众长而独具面目；二是2009年，如果说在此之前，观感孙敏书法作品，笔法流畅而雄强，章法宽博而缜密，充溢着勃勃生机，给人以酣畅淋漓、气势流动的深切感受。那么经历了2008年底突如其来的病魔侵袭的他，再度提笔创作的作品，更多了一份深蕴的内敛，犹如注入了自己对生命的感悟，令人惊喜。气息的雅逸，韵致的醇厚，使其书法艺术水准超越了笔墨技巧的创作精神，在品味和格局上达到了前所未有的高度，引人入胜，耐人寻味。这些重要有益的变化，都是在《怎样写毛笔字》一书面世后发生的，其后的心得感悟都在《书法基础》中得以融会体现，所以此次出版更具意义。

“能究其本根而枝叶自举”，在对传统书艺的学习和研究中，孙敏一直有着属于他自己的语言。第二届中国书法兰亭奖理论奖，《书法》杂志2006“年度十大人物”，这些殊荣是对其倾心书艺，“蚤作而夜思，勤力而劳心”的最佳褒奖。而于2006年个人出资设立的“孙敏书法艺术奖”，每年奖励培养沪上青少年从事书法创作实践，更是传为佳话。这些作为和他心远尘嚣，倾力创作，撰写此书的初衷一样，意在继承传统，弘扬书艺，可谓功在当下，惠泽久远。作为孙敏好友，我亦备受鼓舞，为之欢欣，是为序。

A stylized, cursive handwritten signature in black ink, likely belonging to Zhuo Rui, the author of the preface.

二〇一三年元月于北京

书
法
基
础

目录

绪论.....	九
第一章 中国书法的演变及发展概况.....	一三
第一节 书法艺术的初创时期.....	一三
第二节 书法艺术的发展时期.....	一五
第三节 书法艺术的成熟时期.....	一七
第四节 书法艺术的多元化时期.....	二〇
第二章 “隶变”——书法发展史的里程碑.....	三一
第一节 隶书的起源及发展.....	三一
第二节 隶书的辉煌时期：汉代隶书.....	三五
第三节 古朴书风的复苏：清代隶书.....	四一
第三章 书法艺术基本常识.....	四三
第一节 必备工具.....	四三
第二节 字体常识.....	四八
第三节 书写形制.....	五五
第四章 笔法.....	五九
第一节 写字的姿势.....	五九
第二节 执笔的方法.....	六一

第三节 用笔.....	六四
第四节 各种笔画的写法.....	六八
(隶书的基本笔画)	六八
(楷书的基本笔画)	七一
第五节 永字八法简介.....	七七
第六节 运笔过程中的节奏感.....	七八
第五章 字法.....	八一
第一节 结构要点.....	八一
第二节 独体字的结构特点与写法.....	八二
第三节 合体字的结构特点与写法.....	八四
(隶书的基本结构)	八四
(楷书的基本结构)	八六
第六章 墨法.....	八九
第一节 墨法在书法创作中的重要性.....	八九
第二节 墨分五色.....	九一
第三节 灵活运用, 自然得体.....	九四
第七章 章法.....	九九
第一节 分行布白的经营.....	九九
第二节 通篇章法的安排.....	一〇二
第三节 落款钤印的布置.....	一〇三
第四节 书法的神采布局.....	一〇七

第八章 书法艺术入门的方法与步骤.....	一〇九
第一节 书法临摹.....	一〇九
第二节 择帖.....	一一〇
第三节 临帖的方法.....	一二〇
第九章 正确处理好几个对立统一的关系.....	一二三
第一节 入帖与出帖.....	一二三
第二节 形似与神似.....	一二六
第三节 传统与创新.....	一二七
第十章 创作启示.....	一三一
第一节 “四法”的综合运用.....	一三一
第二节 在技法的基础上明书理、通书韵.....	一三三
第三节 无我之境：创作范例.....	一三五
第四节 要遵循书法艺术的规律性.....	一四〇

绪 论

汉字书写与我国特有的以书写汉字为内容的书法艺术是有本质区别的。汉字书写是用笔写字，不管是软笔，还是硬笔，达到语言书面交流的目的即可，属应用范畴。而书法是用毛笔书写以汉字为内容的具有表情性的线条艺术，属艺术范畴。那么写毛笔字与书法创作能否划等号呢？显然是不行的。

写毛笔字应该有两层意思：一是用毛笔写汉字达到语言书面交流的目的，即毛笔字的实用价值；二是用毛笔按一定的法则书写以汉字为内容的书法作品，这是毛笔字的艺术价值。要进行书法创作，必须先经过学毛笔字的过程，只有掌握了写毛笔字的基本功，才能为书法艺术的创作奠定基础，不然则成无本之木、无源之水。因此说，写毛笔字是书法创作的初级阶段。

在古代中国，语言的书面交流主要是通过书写毛笔字来达到的，书写毛笔字具有广泛的实用价值和社会价值。清末、民国初年，随着硬笔(钢笔、圆珠笔)的大量传入，毛笔字的书写受到了巨大的冲击，硬笔简单、便捷的书写越来越受到社会广泛的欢迎，而作为极具观赏价值的毛笔书法，其实用范围日益受到挤压。特别是随着科技水平的提高，21世纪进入了信息时代，电脑进入了千家万户，日常交流均可用电脑、手机等媒介来完成，毛笔字的书写，更面临着严峻的挑战。

那么，对于毛笔书法究竟该怎样来认识？

其一，书法艺术是中华民族五千年文化宝库中的一枝奇葩，是我国独特的一种艺术形式。它以毛笔书写汉字为表现手段，其书写效果充满着艺术性。因此，书法艺术不仅深受我国人民的喜爱，而且远播重洋、盛誉海外，引起了世界各国艺术家的重视。1998年底，笔者随中国书法家代表团访问法国，在参观毕加索纪念馆时，欣赏了几幅毕加索晚年的作品，它们明显地吸收了中国书法的艺术营养，可以说这是书法对世界艺术的一大贡献，这也印证了“有地方色彩的，倒容易成为世界的”⁽¹⁾这一论断。所以说，学习毛笔书法是为了继承传统，弘扬国粹的需要。

其二，学习毛笔书法，是提升自己文化综合素养的需要。中国书法凝聚了五千年传统文化的精华，通过学习书法可触类旁通地学习和了解文学、哲学、音乐、戏曲、舞蹈、文字学、历史、地理等学科，从这些学科中汲取营养来丰富书法创作的内涵，提高自身文化修养。

其三，学习毛笔书法，可以陶冶情操、怡情养性、丰富生活。学习书法要求静心屏气、心无旁骛，在书写时注意力高度集中，整个身心协调动作，犹如练功；另一方面，学写毛笔字，可以增加和丰富自己的文化生活内容，使生活更为丰富多彩。

其四，尽管硬笔书写简便、快捷，电脑打印清晰、漂亮，但毛笔字还是有其艺术与实用相结合的一面，如宣传活动中大幅标语、班级课堂中墙报宣传栏、逢年过节的对联等等，用毛笔书写更为实用、美观。

(1) 《鲁迅全集》第12卷《致陈烟桥》。北京：人民文学出版社，1982年版，第391页。

综上所述，学习毛笔书法，在当今时代仍有一定的现实意义，即使高度发达的现代化社会，写毛笔字仍具有广泛的社会和艺术价值。而广大书法爱好者循着书法发展的轨迹，一步一步、脚踏实地打好书法基础，方能登堂入室，步入书法艺术的殿堂，这也是本书的基本出发点。何谓书法基础？通俗地讲，一切正书均可作为书法的基础，正书包括篆、隶、楷三种字体。但篆书相对而言应用面较窄，识读比较困难，其实用性也较差，因而本书主要以隶书和楷书作为书法学习的基础书体。