

大学书法概论

何山石 编著



高等院校公共课系列规划教材



武汉大学出版社

大学书法概论

何山石
编著



高等院校公共课系列规划教材



WUHAN UNIVERSITY PRESS
武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学书法概识/何山石编著. —武汉:武汉大学出版社,2014. 8

高等院校公共课系列规划教材

ISBN 978-7-307-13496-6

I. 大… II. 何… III. 汉字—书法—高等学校—教材 IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 120617 号

责任编辑:程牧原

责任校对:汪欣怡

版式设计:马 佳

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件:cbs22@whu.edu.cn 网址:www.wdp.whu.edu.cn)

印刷:武汉中科兴业印务有限公司

开本:787×1092 1/16 印张:9.5 字数:106千字 插页:1

版次:2014年8月第1版 2014年8月第1次印刷

ISBN 978-7-307-13496-6 定价:25.00元

版权所有,不得翻印;凡购买我社的图书,如有质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。

目 录

Contents

导 言	1
第一章 文房四宝——书写工具	7
第一节 毛笔	7
第二节 纸	11
第三节 墨和砚	12
第二章 碑与帖	15
第一节 碑	15
第二节 帖	18
第三章 书法练习的基本方法	21
第一节 执笔	21
第二节 运笔	23
第三节 影摹、对临、背临	26
第四节 读帖	31
第四章 书法略史	32
第一节 甲骨文	33
第二节 金文	36
第三节 篆书	41
第四节 隶书	45
第五节 楷书	48
第六节 行书	58
第七节 草书	66

第五章 《勤礼碑》临习	70
第一节 永字八法与启功楷书结字律	70
第二节 《勤礼碑》精讲一：颜真卿简传	73
第三节 《勤礼碑》精讲二：《勤礼碑》细读	78
第四节 《勤礼碑》精讲三：基本笔画	81
第五节 《勤礼碑》精讲四：笔画的变化	84
第六节 《勤礼碑》精讲五：间架结构	96
附录 《勤礼碑》原帖节选	99
后 记	146



导 言

书法似乎是一抹越来越淡的文化痕迹，正与华夏民族的文化生命相剥离。有这样一幕曾经生动温馨的图景：在墨香弥漫中，三尺童子，临池习书，一旁站立的不苟言笑的老先生，虽然严厉苛刻，但对调皮小子的横平竖直的些许领会，总有一丝不易觉察的喜悦袭上眉梢，但这幅图景，早已碎裂在历史的尘埃中。20 世纪六七十年代成长起来的几代人，在启蒙阶段就被掐断了书法的濡养，很多人甚至根本就没有摸过毛笔。读书与写字，对古人而言，是一件再平常不过的事，完全没有讨论的必要，读书必写字，写字必读书，自然而然。但对现代人而言，作为读书天经地义的另一部分——写字被完全割除了，在当今社会，似乎不需要写字。

在时代风气整体忽弃书法的氛围里，大学书法教育几乎处于完全缺席的状态。甚至有人认为，在汉语言文字学这样的专业里，开设书法课是没有必要的，这个时代，机器完全可以取代人工，还需要书法做何用？一个与汉字血脉相连的专业，一个需要“从最富意味的形式”去了解其全部本质的领域，将必要的汉字书写训练取消掉，都被认为是正常的，这无疑让人啼笑皆非。不禁想起钱钟书先生对黑格尔妄评汉语言文字无“文蕴双关”特征的嘲讽：“其不知汉语，不必责也；无知而掉以轻心，发为高论，又老师巨子之常态惯技，无足怪也；然而遂使东西海之名理同者如南北海之马牛风，则不得不为承学之士惜之。”正是因为有这样一批“巨子”的无知高论，使得大学生连最起码的汉字书写能力也丧失了。不会写字已成为几代大学生的文化缺憾标签，这多少有些让人触目惊心。

一、当代大学生的书写现状

有这样一则笑谈颇启人思：从今尔后，写作者不能自称“笔者”了，因为写作者都不用“笔”写字！然则何称？如用键盘，自称为“键人”；如用触摸屏，自称为“触生”；若用手打字，则可称为“打手”；用鼠标，那可谦卑地称为“鼠辈”。

放眼望去，高校校园，“键人”、“触生”盈庭，“打手”、“鼠辈”比比皆是，而“笔者”却背影远逝。

虽是戏言，却形神俱肖地描绘出在技术理性支配当代中国社会一切领域的时代背景下，工具性变革已经完全放逐了我们学生的“写”字能力。当代大学生的书写能力日益弱化，不仅毛笔字不会写，钢笔等硬笔写字的能力也很差。古时的学生，先生讲完后所作的课堂笔记或自己平时读书所作的读书笔记之类，书法极美；完成的作业或参加考试所交的试卷，可以成为字帖；唐代甚至以书法之好坏作为官员选录之标准。这样的时代，学生的书写能力是极强的。当代大学生，不会写毛笔字，硬笔字写得歪歪扭扭，全无骨气与章法，如乱扔地上之井绳，而且短短一段文字，错字、别字不少。这还不算最坏的情况，最坏者是有些大学生写字，连书写笔顺都不清楚，乱写一通，而且写完之后，通篇无法认读，不知所写为何物。碰上这样的作业或试卷答案，对老师的猜字能力是一大考验。写字的最基本的要求，便是能认读，有利于交际，准确传达信息，连这一最基本的要求都无法达到，便不可原谅。

更令人忧虑的是，在技术理性的支配下，对母语文字——汉字的敬畏感、尊重感消失，不尊重汉字已经成为普遍现象。举一个小例子，有些大学生，在设计自己的QQ签名时，会出现这样的情形：“一對昨天，忏悔”、“惡女花魁”、“軸貫洞△”、“傻笨羊-Robin”、“神经の熙熙”、“阿嘆楸·祝”。各种各样的字符，掺入汉字字符中，随意对汉字进行繁简组合，产生出让无法认读的字符。有些人竟然无知地认为，这也是一种多元化。如果任何一种行为都引申为多元化，那任何一种行为都会合理合法。

综观现阶段的教育，国人对汉字尊严感的破坏是从感性与理性两个层面进行的。

对汉字尊严感的感性破坏，最主要的表现是书法教育的严重滞后。书法教育是教给学习主体基本的书写规范与书写技能，其重点在于培养学习主体对汉字的笔画、笔顺，汉字的结构等感性的可视外形的把握。也可以简单地分为，书写规范是为了汉字的正确书写，书写技能是为了将字写得相对好看。书法教育在中小学教育中所占比重极小，很多地方干脆取消了书法教育。而在大学，能真正将书法教育纳入教学体系的院校，也屈指可数。

书法教育的滞后，造成书法艺术的传承后继乏人，使国人无法感受到汉字书写艺术即书法艺术的魅力和深厚文化内涵。书法艺术是一个更高形态地呈现汉字感性外观即美感的艺术门类，它需要书法教育的先行培养，方可造成名家辈出的繁盛局面。当今时代，启功先生这样的名家逝去以后，还有多少人可以挑起中国书法艺术的大梁？而启功先生这样的名家的作品，流播海外，让异域文明了解渊深源长的中国书法艺术，不仅是中国“文化外交”的重要表达形式，更是中国文化软实力强大的重要表征。泱泱中国，如果不再以书法雄傲世界，何谈塑造“文化大国”的形象？

如果说对汉字尊严感的感性破坏集中在汉字的“形”这一层面，对汉字尊严感的理性破坏则集中于“义”这一层面。

我们有着源远流长的识字断义的教育传统，即小学传统。《大戴礼记·保傅篇》言：“古者八岁而就外舍，学小艺焉，履小节焉。”小艺即《周礼·保氏》所说“六艺”：“保氏掌谏王恶而养国子之道，乃教六艺：一曰五礼，二曰六乐，三曰五射，四曰五驭，五曰六书，六曰九数。”其重要内容便是认字课程——六书，即教童蒙识字的六种方法。传统教育中，识字断义是知识分子终其一生的必修课程，因为经、史、子、集中的所谓微言大义，都只能在对汉字的释读、阐释、解诂中方能见出。所以，传统教育往往以识字的多寡作为重要考核标准，胡适三岁能识三千汉字，即被视为聪明过人，而胡适也确实成为一代大家。而在中华人民共和国成立后至今的基础教育体系建构中，课程设置这一子系统追求知识结构的完整与多元，多种新型课程被设置，毫无疑问，这是获得完备知识的明智之举，但它们完全排挤了“识字”教育的空间，便对母语教育形成了较大的又非常隐蔽的伤害。加上应试教育的强大压力，年轻一代几乎在幼儿园阶段便不重视“识字”教育，而将大量时间用于培训应试能力。这与英美等国家强化识字教育形成鲜明的对比，这些国家为了强化后代对本国文字的认同感与尊重感，在青少年的学习过程中特别注重识字教育，英美国家每年在青少年中举办的记单词比赛，成为青少年成长过程中最重要的赛事。

传统小学的识字断义教育，是以对汉字的理性分析为旨归的，训诂、释义都是对汉字的理性分析，这种分析一方面扩大识字数量，另一方面帮助学生正确理解汉字的字义以正确地使用汉字，学习主体就是在这个漫长而细腻的过程中充分获取内含于汉字的文化信息，进而达到准确用字、对汉字的尊重感强化、对民族文化的认同度加深等多重积极效果。

反观当代的大学生，文字表达能力萎缩，表述模式单一枯燥，表达时错字连篇，语病百出，这种“公共表达”能力的弱化，正是源于他们对汉字这一“公共符码”缺乏真正的理解与把握。

诸种乱象，都在提醒我们应该重塑国人对汉字的尊重感，没有了“笔尖上的汉字”，我们拿什么来描绘“中国梦”呢！

在论及语文教育教学、增强对母语的热爱度与感受力，以至于强化对传统文化的认同感、提高国家文化的软实力等命题时，我们总会有意无意忽略作为公众符码的汉字对这些命题的基础性作用。从文字至语言至文化，在这一生态链条中，处于底端的是文字，没有文字的支撑，其他的一切都可能走向虚妄。

中国要塑造“文化大国”的公众形象，绝不能忽视文字对文化的根本性作用，我们的文化依凭汉字而记录、沿承、聚积，我们的文化还得依凭汉字而光大、阐扬，要想实现“文化大国”的“中国梦”，我们必须重塑对汉字的敬畏感、尊重感，做到让中国人虔诚地使用汉字，还汉字以尊严。

二、大学书法教育必具的内涵

大学生书写能力弱化，对汉字缺乏尊重感，无法感受汉字外形的美感，等等，

都需要由书法教育的强化来纠补。

当下,伴随诸多有识之士的呼吁,社会已经在慢慢形成一种重视书法、弘扬书法的氛围,但是,大学的书法教育还是严重滞后于现实需要。一方面,大学教育在制度安排上还是没有给书法教育以足够的空间;另一方面,由于书法教育长期被忽视,造成书法人才的断档,书法教育所需的师资也极其缺乏。这种僵局的缓解需要一个很长的时段。

在当前的条件下,除了继续强化高校书法教育的意识外,利用现有的条件力所能及地改变大学生的书写现状也是当务之急。

利用汉语言文字学的传统,尽可能让学生去深入地了解汉字、认识汉字,包括掌握汉字的笔顺、结构等,理解汉字的含义,正确地使用汉字表情达意。书法的最底层目标,就是能正确地书写汉字,方便人的认读,以达到有效传播信息的目的。

大学书法教育在于力所能及地普及书法史的知识,让学生尽可能全面阅览中国书法发展的全过程。书法发展史,也是一部活生生的文化史,书法发展的整体过程是融透了华夏文化的真义的。书法史的普及,既可以让学生在历代名家名作前获得美的感受,进而从内心认同书法,有欲望去了解、学习书法,又可以让学生在对书法史的解读中,深层地触摸我们的文化传统。

书法是一种关乎技巧的艺术,与绘画一样,必须掌握基本的技巧,才能谈得上升华、求新、求变。本人认为,大多数高校书法教材,对书法基本技法的介绍流于粗浅、表面,往往是楷、行、草、隶、篆,无所不包,企图在一本书内介绍完所有书体的书写技法,全然不切实际。就是一种书体的写法,如楷书,从基本点画至字的结构、章法,以至某一字帖的整体临习,其中涉及的问题便极其多,要介绍清楚已属不易。在一本教材内面面俱到,其结果只能是面面不到。所以,本书在编撰时,放弃了这种写法,只就颜体楷书书中的《勤礼碑》的书写技法进行详细介绍,并以临习《勤礼碑》原帖为重点。颜体楷书虽然有“一帖一面”的说法,但其基本写法并无多大变化,掌握一种便可触类旁通。因此,大学书法教育,特别是通识性的书法教育,对某一书体的具体技法的讲授是最重要的,因为只有通过这种较为深入的训练,学生才能真正接近书法的本来面目,对书法的理解才会较为深刻,楷、行、草、隶、篆等无所不包,只能造成“乱花渐欲迷人眼”的接受效果,让学生走近不了书法。

当然,书法审美也是大学书法教育必有的内容。鲁迅先生在《汉文学史纲要》中说,汉字“具三美:意美以感心,一也;音美以感耳,二也;形美以感目,三也”。正确写字,便于认读,是书法练习的基本出发点;书法基本技法的习得,是为了将字写漂亮,是书法练习的提升;因书法的练习,陶冶内心,培养情操,增强审美经验,是书法练习的重要目标。例如通过临习《勤礼碑》,对颜体字整体的雄强、稳健风格有较深的感受,陶铸内心的正直、坦荡,并且能将 these 特征随时融入自己以后

的书法创作中，去感染更多的人。

书法练习与文化认同是合二为一的。对民族文化的认同感，是书法练习的旨归。例如学习颜体书法，不仅要掌握颜体字的基本写法，尽可能通过练习提高书写技能，更要对颜真卿的人格、气节、诗文甚至家族世系等有深透的了解，并将这些了解重新归置于民族传统文化中加以观照，对我们的传统才会有更深刻的体认。

三、学习书法的方法

其实，书法教材的撰写，就是教人以学习书法的方法，此处之所以单提学习书法的方法，目的是宣教材正文中的未尽之意，聊为补充之用。

书法练习，贵在能够坚持不断，写好字非一日即毕其功。勤于练习，书法方可有成，这几乎是历代书家习书的普遍心得。如孙过庭《书谱》说：“心不厌精，手不厌熟。”苏轼《题二王书》曰：“笔成冢，墨成池，不及羲之即献之。笔秃千管，墨磨万锭，不作张芝作索靖。”米芾言：“智永砚成臼，乃能到右军。若穿透，始到钟、索也。可不勉之！”均言勤于练习之重要。大学生练习书法，当于此中真意有深刻体会。一般情况下，书法练习刚起步时，总觉得写不好，写不像，甚至越练越差，便生放弃心。其实，这正是书法进步的重要表现，习书者已经开始知道与字作“斗争”了，正是在这种相违相仇、难解难分的较量中，习书者才有可能慢慢摸清每一个字的写法，取得进步。练习时间长了，也易生倦怠，或者因懒惰心理作祟，根本不加练习，这些都是习书之人需诫惕的。

学习书法，需师法多方，化为笔端力量。王羲之《题卫夫人笔阵图后(传)》有很好的经验描述：

夫纸者阵也，笔者刀鞘也，墨者鍪甲也，水砚者城池也，心意者将军也，本领者副将也，结构者谋略也，扬笔者吉凶也，出入者号令也，屈折者杀戮也。夫欲书者，先干研墨，凝神静思，预想字形大小、偃仰、平直、振动，令筋脉相连，意在笔前，然后作字。若平直相似，状如算子，上下方整，前后平直，便不是书，但得其点画耳。昔宋翼常作此书，翼是钟繇弟子，繇乃叱之。翼三年不敢见繇，即潜心改迹。每作一波，常三过折笔；每作一点，常隐锋而为之；每作一横画，如列阵之排云；每作一戈，如百钧之弩发；每作一点，如高峰坠石；屈折如钢钩；每作一牵，如万岁枯藤；每作一放纵，如足行之趣骤。翼先来书恶，晋太康中有人于许下破钟繇墓，遂得《笔势论》，翼读之，依此法学书，名遂大振。欲真书及行书，皆依此法。

若欲学草书，又有别法。须缓前急后，字体形势，状如龙蛇，相钩连不断，仍须棱侧起伏，用笔亦不得使齐平大小一等。每作一字须有点处，且作餘字总竟，然后安点，其点须空中遥掷笔作之。其草书，亦复须篆势、八分、古隶相杂，亦不得

急，令墨不入纸。若急作，意思浅薄，而笔即直过。惟有章草及章程、行狎等，不用此势，但用击石波而已。其击石波者，缺波也。又八分更有一波谓之隼尾波，即钟公《太山铭》及《魏文帝受禅碑》中已有此体。

夫书先须引八分、章草入隶字中，发人意气，若直取俗字，则不能先发。予少学卫夫人书，将谓大能；及渡江北游名山，见李斯、曹喜等书，又之许下，见钟繇、梁鹄书，又之洛下，见蔡邕《石经》三体书，又于从兄洽处，见张昶《华岳碑》，始知学卫夫人书，徒费年月耳。遂改本师，仍于众碑学习焉。时年五十有三，恐风烛奄及，聊遗于子孙耳。可藏之石室，勿传非其人也。

王羲之所言，广师造化，其所言书法之启示，来源多方，可资借鉴。

学习书法，方法与经验甚多，书难尽言。因本教材正文中，对习书方法多随文阐述，觉得以上意蕴未完全宣示，故此处不烦赘言，稍加述及。



第一章 文房四宝——书写工具

徐铉在中国最早的文房四宝专著，即宋人苏易简的《文房四谱》“序”中说：“图书在焉，笔砚纸墨，余无长物，以为此四者，为学所资，不可斯须而阙者也。”古之学者，文献图籍，外加笔、墨、纸、砚“四宝”，读书人生的外在条件便具备了。历代的书法练习者，一般情况下，虽然对笔、墨、纸、砚四物特别挑剔者甚少，但对“四宝”的性能等都会有基本的了解。“工欲善其事，必先利其器。”了解基本的“四宝”知识，例如如何判断毛笔的好坏，对学习书法的人来讲，是完全有必要的。特别是当代的大学生，都不是捏着毛笔长大的，有的人甚至从来没有接触过毛笔，对“四宝”作基本的了解因而更有必要。

第一节 毛 笔

一、毛笔的起源与发展

人所共知，中国人使用毛笔，有非常久远的历史。先人因何原因而智慧地选择毛笔作为书写工具，已不得而知，但有一点非常清楚，笔与墨的组合，延续了华夏民族的文化命脉。

现有出土文献证明，中国可能在新石器时代便已用毛笔作为书写工具。在湖南长沙左家公山和河南信阳长台关两处战国楚墓里，分别有竹管毛笔实物出土，是目前发现的最早的毛笔。

苏易简《文房四谱》卷一笔谱上“叙事”载：

郭璞云：“蜀人谓笔为不律。虽曰蒙恬制笔，而周公作《尔雅》授成王，而已云简谓之札，不律谓之笔，或谓之点。”又《尚书·中候》云：“玄龟负图出，周公援笔以时文写之。”《曲礼》云：“史载笔。”《诗》云：“静女其娉，贻我彤管。”又夫子绝笔于获麟。《庄子》云：“舐笔和墨。”是知古笔其来久矣。又虑古之

笔，不论以竹以毛以木，但能染墨成字，即呼之为笔也。昔蒙恬之作秦笔也，柘木为管，以鹿毛为柱，羊毛为被，所以苍毫，非谓兔毫竹管也。见崔豹《古今注》。秦之时，并吞六国，灭前代之美，故蒙恬独称于时。（又《史记》云：始皇令恬与太子扶苏筑长城，恬令取中山兔毛造笔，令判案也。）

《文房四谱》对先秦时记载毛笔使用的文献进行了爬梳，以说明使用毛笔历史之久远。特别是蒙恬制笔之说，现在更是广为人知。

毛笔在汉代的制作工艺，有了很大的发展。特别是造纸术的发明，对制笔工艺的改良有了更大的促进。汉代的笔头制作，不仅用兔毛、羊毛，还混合狸毛、狼毛等毛料，制成兼毫笔。据王羲之《笔经》载：其制笔之法，有的以免毫为笔柱，羊毛为笔衣，或用人发梢数十茎，杂青羊毛并兔毫，裁令齐平，以麻纸裹柱根。此外，汉笔制作，追求外饰的精美，对笔管的质地有时非常讲究，甚至以金银为饰。清代唐秉钧在《文房肆考图说》卷三《笔说》中说：“汉制笔，雕以黄金，饰以和璧，缀以隋珠，文以翡翠。管非文犀，必以象牙，极为华丽矣。”

秦汉之际，有“簪笔”之俗。即将毛笔簪戴在头上，作为装饰，因此笔杆较长。汉代甚至有“簪白笔”制度，即官员为奏事之便，常将毛笔夹在耳朵上，以随时取用。

魏晋时期，笔杆变短，制笔名家韦诞的制笔方法，可总此时期制笔之特色。贾思勰在《齐民要术》中详载韦诞的制笔方法：“先次以铁梳兔毫及羊青毛，去其秽毛，皆用梳掌痛拍整齐，毫锋端本各作扁极，令均调平，将衣羊青毛，缩羊青毛去兔毫头下二分许，然后合扁卷令极圆，讫痛颡之，以所整羊毛中为笔柱，复用毫青衣羊毛使中心齐，亦使平均，育颡管中宁随毛长者使深，宁小不大，笔之大要也。”

隋唐的毛笔，笔头短而硬，以免毫为主，兼毫笔经久耐用，以安徽宣城的毛笔独领风骚。

宋代的毛笔，革新唐时的短锋笔，易之以长锋，吸墨量大，易于使转，不易偏枯，极易促成散逸洒脱的书体风貌。

元时，浙江湖州的湖笔，成为笔中翘楚。湖笔以山羊毛、野兔毛和黄鼠狼尾毛为主要选料，经过浸、拨、并、配等七十多道复杂工序制成，笔锋坚韧，浑圆饱满，修削整齐。

明清时期，制笔工艺极为成熟，不但制出的毛笔耐用，而且更加注重毛笔的装饰，特别是皇室的“御用笔”和官府用笔，更是如此，笔头选毫极精，有羊毫、紫毫（兔毫）、狼毫、猪鬃等不同性质的毛料，并将各种不同性能的毫互相搭配，制成刚柔适中的笔，笔毫圆健，刚劲有力，经久耐用。而且根据现实需要，还创制出楂笔、斗笔、提笔等写特大字的毛笔。

关于笔，总有与之相关的逸闻趣事以励人心志。如《文房四谱》载如下三则：

晋王珣，字元林，梦人以大笔如椽与之。人说云：“君当有大手笔。”后孝武哀策谥文，皆珣所草。

柳公权为司封员外，穆宗问曰：“笔何者书善？”对曰：“用笔在心正，心正则书正。”上改容，知其笔谏。

僧智永学书，旧笔头盈数石，自后瘞之，目为退笔冢。

之中意蕴，明白易晓，无须赘释。

二、毛笔的主要种类

毛笔一般分为硬毫笔、软毫笔与兼毫笔三种。

硬毫笔的笔毛弹性较大，毛较硬挺，常见的有兔毫、狼毫、鹿毫、鼠须、石獾毫、山马毫、猪鬃等，其中主要有兔毫笔、狼毫笔、鼠须笔等。

兔毫笔的使用历史极为悠久，长沙左家公山战国楚墓出土的毛笔就是用兔毫制成的。兔毫又可分为紫毫和花白两种。紫毫是取兔子背脊（又称箭毫）和尾巴上的毫毛制成，质软而毫健。花白比较坚挺，性能不如紫毫柔软。

关于狼毫笔，一定要知道“狼毫”不是狼的“毫”，而是黄鼠狼的毛。用黄鼠狼身上和尾巴上的毛制成的笔，比兔毫笔稍软，比羊毫笔硬，质较脆，不耐摩擦。狼毫笔一般比较贵，初学者并不一定要使用狼毫笔。

鼠须笔是用老鼠的胡须制成，其性坚挺，相传东晋王羲之就是用鼠须笔写《兰亭序》的。《文房四谱》即载：“《世说》：‘王羲之得用笔法于白云先生，先生遗之鼠须笔。’又云：‘钟繇、张芝，皆用鼠须笔。’”

软毫笔一般用羊毫、鸡毫等软毫制成，弹性较小，质柔软，适于初习书法者练习楷书之用，以锻炼对毛笔的控制力度。最常见者为羊毫笔，用山羊毫制成，毫较细、较长，摄墨性能好，笔毫易展开。

兼毫笔。所谓“兼毫”，是数种毫兼而有之的意思。一般是以硬毫为核心，周边裹以软毫。兼毫笔软硬适中，广为使用。将紫毫与羊毫按不同比例制成的兼毫笔最为常见，有“三紫七羊”、“七紫三羊”、“五紫五羊”等比例。也有用羊毫与狼毫合二为一制成的兼毫笔，以尺寸的大小分“小白云”、“中白云”、“大白云”。

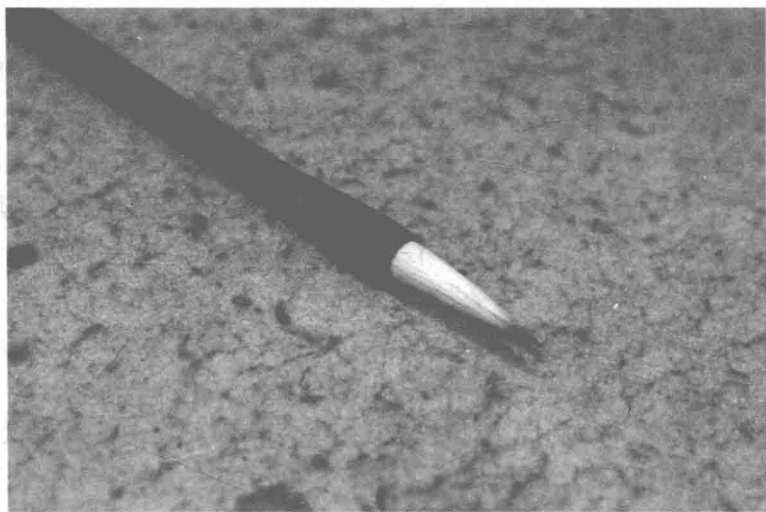
硬毫、软毫、兼毫三种毛笔，也宜各有所用，写行书、草书，一般用硬毫笔，便于运转，笔头易复位；写楷书、隶书、篆书用软毫笔，摄墨饱满，点画表现到位，初学者宜用软毫笔。当然，古语早言“善书者不择笔”，大书法家欧阳询亦认为“不择纸笔，皆得如志”，真正掌握了书写之道，有长期的练习和扎实的基本功，对笔的依赖度就大大降低了。

三、笔之“四德”

练习书法，选择好的毛笔是非常重要的。毛笔选择，有规可循。

首先，对毛笔的大、中、小号有基本的判断，字的大小不同，宜使用不同型号的毛笔。

最重要的是，买毛笔时，千万不可任由笔店老板随便拿一支毛笔，然后胡说这支毛笔多好多好，一般情况下这都是虚语蒙人，欺骗外行。真正懂毛笔的老板，会在笔洗中备上清水，让买笔者发开毛笔，然后在纸上用清水写字，以试笔的好坏。一支毛笔，没有发开之前，笔头被胶水紧裹，根本看不出是好是坏。



胶裹未发开的毛笔

有所谓的毛笔“四德”说，即“尖、齐、圆、健”是判断毛笔好坏的四种品德。启功先生说：

所谓“尖”，即当毛笔的笔毫聚合时，锋颖尖锐，端如针状；“齐”，指修削整齐，笔毫发开后，将端部挤扁，则可见内外笔毫长短一律，排列平齐，无长短参差现象；“圆”，指丰满圆润，笔毫聚拢时，周身圆壮饱满，腰处无凹凸，不扁不瘦；“健”，指笔毫劲健有力，或铺开，或收拢，都容易恢复原状，经久耐用而不变形。^①

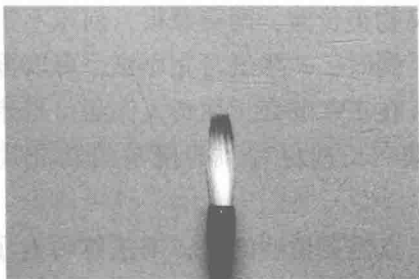
因此，选毛笔时，最好能将笔发开。发笔时切忌用开水烫，因为经开水烫洗，

^① 启功：《书法概论》，北京师范大学出版社 1986 年版，第 29 页。

笔毫会弯曲变形。应用温水浸泡，自然发开。然后再按“四德”来品量，自然能挑选到好的毛笔。



尖



齐



圆



健

毛笔四德

最后值得一提的是，毛笔使用完毕后，一定要用清水将墨汁洗干净，然后将笔中的水抹净，将笔毫捋直抹尖，将笔悬挂起来，笔尖自然垂下，让其阴干。特别是不要再使用笔套。若写过字后未洗笔，再使用时，则必须像发新笔一样用温水慢慢发开，然后再使用。

第二节 纸

关于习书用纸的问题，启功先生的见解一样极为精辟。启功先生多次提到，练习书法，对用纸不必过于讲究，如《启功给你讲书法》中便说：

练字根本不存在一定要用什么样的纸的问题。我们现在拿报纸、包装纸，或者硬纸壳都可以练字。有人还在练字也买成刀的宣纸来练，我说你好阔呀，练字还使那好讲究的宣纸，那是不是太高级了。有人说练字一定要用元书纸，这也有点教条，什么纸不能练呀！报纸已经看过了，如果没有存留的必要，那你就拿来写，一个已经过时的刊物，你拿来作练习不也一样吗？我的意思就是

说，纸不一定要什么样的纸，才算是练书法的纸。^①

当然，练习时，特别是初学书法时，用毛边纸、元书纸练习，既能达到练习的效果，又物美价廉，两美兼得，何乐不为。用废报纸、旧杂志练字，都不会有太大的问题。同时，一张纸写完小字，可以再写大字，先浓墨，再淡墨，反复练习，多次使用。在正式场合，如赠人作品，当然是使用宣纸，书写效果好，美观庄重，又便于装裱、长期保存，即便是启功先生，如果赠人作品，也不可能随使用报纸写就。

有一点需要说明的是，书法练习有了一定的时间后，适当地练习用宣纸写字，熟悉宣纸的性能，为以后正式创作书法作品作准备，也是必要的。毕竟，宣纸有其特殊之处，特别是在渗透性方面，与毛边纸等纸张不完全是一回事。

下面对宣纸作一些简要介绍。

宣纸因产于安徽宣城而得名，现在生产宣纸的地方还有四川、浙江，如四川的夹江宣、浙江的富阳宣、温州的皮宣等。宣纸质地细密，绵韧而不易损坏，久藏不腐，百折不损，防虫防蛀，故有“纸寿千年”的美称。

宣纸是用檀树皮沤制的皮料和稻草沤制的草料，根据不同的比例配置而成的。皮料占40%的宣纸叫绵连，皮料占60%的叫净皮，特净的皮料占到80%。皮料越多，纸质越佳，越能留得住墨，越适宜于写字。

另一种宣纸称为熟宣，是在生宣上刷过一层矾水或胶，所以吸墨性和渗透性比较差，水墨在其上难以形成洇化效果，适于写小楷或画工笔画。

判断是生宣还是熟宣，在买纸的时候，滴上一点清水，如果不吸水，说明是熟宣，如果水被吸，并略有洇化，就是生宣。

宣纸的规格以尺寸的大小可分为三尺宣、四尺宣、五尺宣、六尺宣、八尺宣、一丈二尺宣，甚至可以更长，如温州皮宣可达几十米长。根据纸的组合张数，可分为单宣、双夹宣、三夹宣等。按加工工艺又可分为生宣、熟宣、半生半熟宣。熟宣又有虎皮宣、冷金笺、云母笺、玉版宣等。

第三节 墨 和 砚

墨的使用和笔的使用应该是紧密相连的，出土文物可以说明这一点。1980年，陕西临潼姜寨村出土了黑红色的氧化铁矿石，这就是原始的墨块，而临潼姜寨村是仰韶文化的重要发掘之地，而且，甲骨文字也有用墨书写的，说明墨之使用极早。

磨墨，其实是习书之人必备的功夫。林散之曾撰楹联：“读书真事业，磨墨静

^① 启功：《启功给你讲书法》，中华书局2005年版，第42页。