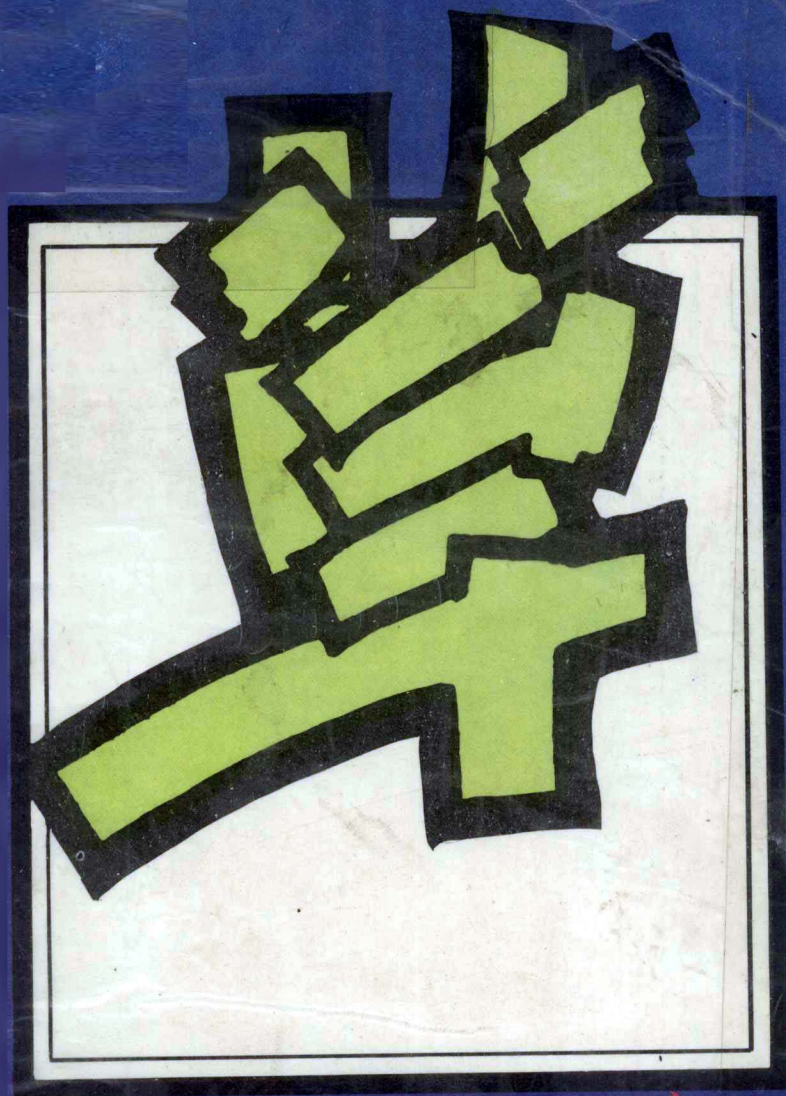


钢笔字与毛笔字对照



主 编
净 天

学苑出版社

学习书法入门

钢笔字与毛笔字对照练习法

草 书

净 天 主编
本书编委会 编著

学 苑 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

钢笔字与毛笔字对照练习法:草书/净天主编.-北京:
学苑出版社,1996.8
(学习书法入门)
ISBN 7-5077-0603-6

I. 钢… II. 净… III. ① 钢笔字:汉字-书法
② 汉字-毛笔字-书法 ③ 草书-书法 IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (96) 第 13048 号

学苑出版社出版 发行

社址:北京万寿路西街 11 号 邮政编码:100036

天津高教出版社印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/16 8 印张

1996 年 8 月北京第 1 版 1996 年 8 月北京第 1 次印刷

印数:00001-10000 册

定价:11.40 元 全套定价:45.60 元

目 录

顺应个人特点练习	
——写在《学习书法入门》丛书之前	(1)
草书概述	(4)
章草、今草、狂草的区别	(6)
草书的用笔	(14)
钢笔草书的代表符号	(59)
毛笔草书的代表符号	(79)
草书的间架结构	(97)
草书的疑似字表	(105)
草书作品	(116)

顺应个人特点练习

——写在《学习书法入门》丛书之前

同样上过钢笔书法和毛笔书法教学课的人，有的成绩显著，有的却成效不大，这是为什么呢？这是因为除了基本功、知识面、艺术修养等方面的因素外，还有一个十分重要的原因，就是每个人的气质不同。

一个人的气质是可以靠后天培养的。我们应该努力发现、利用并且创造一个有利于提高自己气质的学习环境。正如《朱光潜美学集》中所说：“天生的是资禀，造作的是修养。资禀是潜能，是种子；修养使潜能实现，使种子发芽成树，开花结果。资禀不是我们自己力量所能控制的，修养却全靠自身的努力。”

心理学把人的气质分为四种类型，不同气质类型的人在学习书法中表现的能力不同。具体为：

1. 兴奋型。

这种气质类型的人表现出兴奋性高，但稳定性差；精力旺盛，不知疲倦；态度直率，难于抑制自己的冲动。

这种气质类型的人一旦在短期的书法学习中未见成效，就会对自己的能力失去信心，情绪低落，而不能坚持练习。

2. 活泼型。

这种气质类型的人热情、机敏、柔顺、聪慧，具有灵活性，较易适应变化了的生活条件。但是他们对单调的行为很易产生厌倦心态。

这种气质类型的人在学习书法时表现为注意力分散,厌烦反复练习一种书体,愿意去尝试新的书体,往往是超越教师的教学计划而自行其事了,难以掌握扎实的基本功。

3. 安静型。

这种气质类型的人反应迟缓,安静、均衡;能较好地克制冲动和不良情绪,能保持从容不迫和认真的态度。不足之处是固定性有余、灵活性不足。

这种气质类型的人学习书法时能较长时间地集中注意力,练习基本功;能认真地按教师布置的某一单调的笔画练习不折不扣地完成。

4. 抑郁型。

这种气质类型的人表现为反应迟缓、性格孤僻、优柔寡断,但比较踏实,能坚定地克服所遇到的困难。

在学习书法时,这种气质类型的人虽然很难入门,但是能踏实去做。在教学中经常发现:一些学生怎么临也不像帖,运笔也不正确,但是还在按照错误的运笔顽强地练着。他们大多属于抑郁型的人。

气质是影响人们智力活动的因素,但并不决定人的智力发展水平和成就。作为练习书法的本人来说,应该认识和把握自己的气质,自觉地扬长避短,通过学习逐渐地向完善的方向发展。这是“后天”自我修养的重要内容。那么,怎样克服弱点取得较好的成绩呢?

首先,在学习书法的入门阶段,要因人而异地选择字帖和所学的书体。一般情况下要选择与自己气质类型接近并喜欢的书体和字帖。这样就会对练习充满兴趣,容易收到成效。有些书法教师在教学中要求学生“不可随意改

帖”，使有些人明知选定的字帖“不喜欢”或“不符合自己的气质类型”，却硬着头皮学习。久而久之，气质特长被压抑、摧残，学习的热情也被泯灭。

其次，在学习过程中，以各种气质类型为基础的个性特征在作品中充分地体现了出来。学习书法的人在自我评价作业时要学会分析自己的个性，以便克服不足，扬长避短。

具体地说，**兴奋型**的人可塑性较强，掌握要领较快，但是临帖的准确性较差。因此，在学习时应注意加强细节的练习。**活泼型**的人可塑性强，掌握要领快，临帖的准确性高，但不巩固。在学习时应加以强化，防止游离正确的笔法。**安静型**的人可塑性一般，掌握要领比较慢，但是一旦掌握就比较巩固。所以在学习一开始就要从严要求，不可放任自流。**抑郁型**的人由于可塑性较差，掌握要领迟缓、不巩固。在学习时应多采用正误对比的方式，引导自己建立起正确的运笔概念，千万不可操之过急，要特别重视基本笔画的练习。

我们编撰这套“学习书法入门”丛书，就是力图从钢笔字与毛笔字的对照练习中，和读者共同尝试正确处理气质类型与学习书法的关系，探索把练习因素与心理因素统一起来，有效地提高整体书写水平的途径。

本套丛书从实用的角度出发，采用以标准简体字为主、繁体字为辅的方式，力求读者朋友们在学习后可直接应用到工作、学习中。本套丛书讲述了隶书、草书、楷书、行书的技法，其间也介绍了行楷、行草、狂草等书体，语言通俗、图版详细。本书的编写宗旨是给书法爱好者以健康、正确的引导。

草书概述

无论是钢笔草书还是毛笔草书,对于书法初学者来说都是比较难于辨认的一种书体。那么,怎样认识草书?又怎样书写好草书?草书在书法中的独具艺术特色是什么?这些问题是初学书法的朋友经常问及的,也正是本书所要讲述的内容。

草,顾名思义是草创、草率、草稿的意思,也是初步的、非正式、不成熟的意思。

从广义上讲,自从有文字以来,无论字体如何演变,每种字体都是从“草”开始的。因此,凡写得草的字都可以算作“草书”。它不受时代、字体限制。

从狭义上讲,草书作为一种书体出现在隶书以后,是人们为了书写简便流畅,在实践中不断使用、总结、提炼、改进、发展、美化,最后完善的。它的特点是:比篆隶难辨,字形连缀;笔画减省,甚至改变笔顺,挪移位置;同一个字有多种写法。草书作为书法中的一种独立书体,不再有草稿、草率、草创之原义,而是一种完善的书法艺术形式。

本书所讲述的草书就是书法艺术中的草书,而不是草稿,更不是人们一般认为的连笔字和行书的快写法。作为书法艺术的草书就要符合书法艺术的基本要求,即字的结构、造型要优美;笔顺要流畅;章法布局要符合变化统一、对比协调、参差均衡的原则。草书不仅要简化和美化还要求规范化,每个草字都要按照约定俗成的结构去书写,不可任意连笔、生造、简化,即应该符合艺术规律。

历史上草书的名称很多,如移草、散草、小草、游丝草、飞白草、龙草、蛇草或一笔草、行草、半草、全草等,总起来可以分为章草、今草和狂草(又称大草)。草书的演化是渐变的,但彼此的形体却有着明显的区别。

章草 今草 狂草的区别

章草

章草是从汉隶演化而来。我们从汉简中不难看出，章草多以隶书的间架结构和简捷草率的笔法进行创造。它的笔画虽有些连缀萦带、字体结构简化，但每个字又不相连属，收笔时还带有类似雁尾似的上挑笔，这些都保留了汉隶的某些架势和法式。因此，章草是由汉隶的草写法经过艺术的创造和再加工，逐步形成的一种具有独特风格和艺术价值的书体。

“章草”名称的由来众说不一，一般认为章草中“章”的含义是指有条理、有章法之意。随着文化的繁荣，以提高书写速度为目的，便于书写的“隶草”应运而生。这种“隶草”就是“章草”。和今草相比，章草较为严谨、厚重；今草则随意、豪放。

章草的特点是行笔波磔显著，犹带隶意；横笔上挑，方折如篆体圆转；捺笔如雁尾，每字独立而不连写。章草注意用点，笔断意不断，字字独立、不相连属，结体简朴，布局整齐，笔法古雅。（如图）

五龍二年... 乞物... 宗克...
 五龍奇錄... 宗吳羅... 法物名姓
 字... 郎... 示... 程... 房... 用... 日... 為... 少... 味... 晚
 立... 勉... 力... 躬... 之... 必... 為... 意... 凌... 也... 至... 二... 年... 宗
 也... 事... 勤... 子... 方... 術... 卷... 壽... 史... 步... 公... 周... 子... 秋
 轉... 轉... 心... 爰... 采... 世... 高... 存... 乞... 第... 二... 第... 第... 第...
 秦... 眇... 房... 部... 新... 親... 寫... 謹... 謹... 載... 後... 初... 立...

天富安李尹桑
 蕭起祖在宗談
 樊堂尺崖孝襄
 姚以物燕楚毅
 薛孫客聶怡和
 邗男希區况衣
 祝慈燕密量妨
 龐奕齋

臨幸草急就篇

释文：

曹富貴李尹桑蕭彭祖

屈宗談樊愛君崔孝襄姚得
 賜燕楚嚴薛勝客聶將求邗
 男第過說長祝恭敬审无妨
 龐賞齋

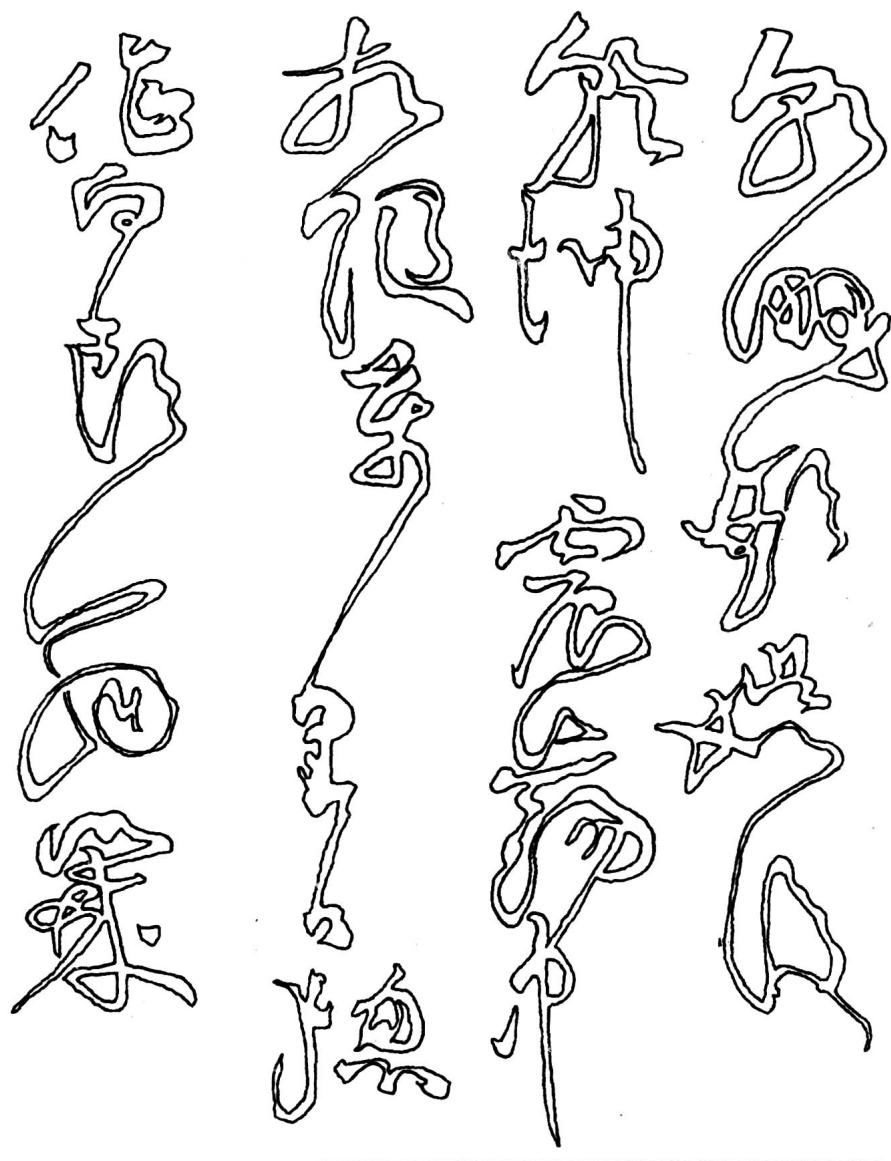
今草

今草是在章草的基础上结合楷法发展而来的一种书体。它去掉了章草带有隶意的挑势、捺笔，使笔画之间的萦带加强了。唐代张怀瓘云：“字之体势，一笔而成，偶有不连，而血脉不断。”便概括了今草的架势。今草的出现是书法形式和用笔的重大变革。

据历史记载，今草应出现在东晋时代。张怀瓘在《书断》中记载王献之对王羲之“变古制今”改体的故事：王献之在十五、六岁时，劝其父王羲之改创新体。他说章草字体较拘谨，不容大纵逸，与今楷笔势不同。应探究讹变省略的道理，极尽草书疾速萦带的风致，不如在草书与行书之间再加开创。

今草之名也不是一下子就通行的。文献最早记载的是刘宋时期宋明帝刘彧所说，“羲献之书，谓之今草”。

今草的特点是：用楷书的笔法使其使转，一改章草的横势为纵势；尽省波磔，重形连，连点为画；笔势流畅，上下字之间注意呼应；符号的使用加多；横竖委婉，端中见崎，变幻连绵，疏密流利，体态顺畅。（如图）



释文：
朝野欢娱后，
乾坤震荡中，
相随万里日，
总作白头翁。岁

晚仍分袂，江邊
 更轉蓬。雲居
 俱異域，飲啄
 几回同。

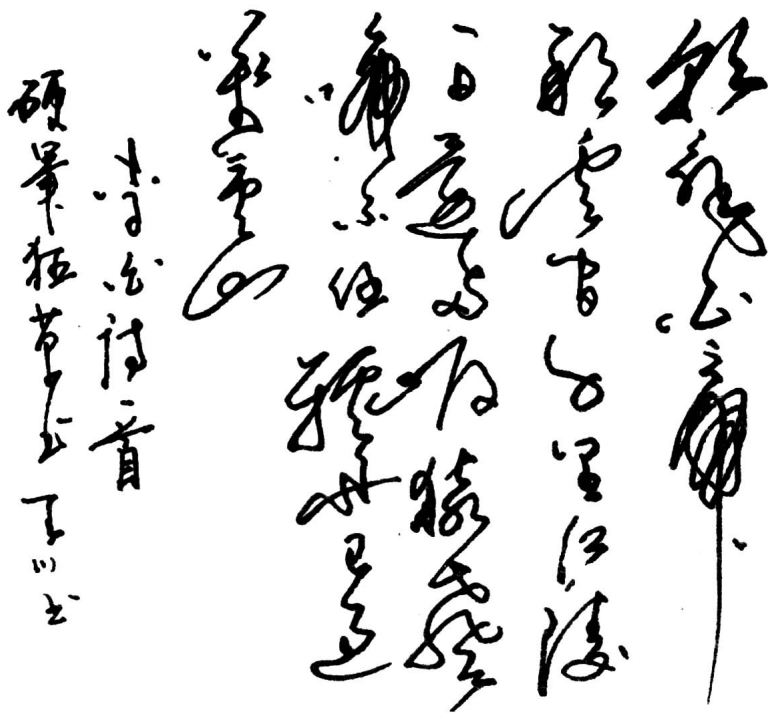
晚仍分袂，江邊
 更轉蓬。雲居
 俱異域，飲啄
 几回同。
 黃庭堅草書

狂草

狂草是草书中最放纵的一种书体。它源于今草,也可以说它是今草中一个以书写狂放为特点的艺术流派。据记载,狂草始创于唐代的张旭,而著名于唐代和尚怀素。狂草字形变化繁多,笔势勾连回绕,大小参差。

狂草的特点是:纵横驰骋,挥洒自如,大小无则,奔腾飞扬。其笔势疾速,回绕奔放;结构简省,诡奇多变;上下字讲究贯穿一气,连绵不断,以诡异鸣高,以博变为能,古人又称它“一笔书”。

狂草最富于浪漫色彩,具有很强的象征性,可以表达纵横的才思和奔放的思想情怀。草书之艺莫妙于此(如图)。



释文：

翻手作云覆手雨，
纷纷轻薄何须数，
君不见管鲍贫时交，
此道今人弃如土。

翻手作云覆手雨，
纷纷轻薄何须数。
君不见管鲍贫时交，
此道今人弃如土。

天骏书

这三种草书的类型,实际上也是草书发展的三个阶段。由西汉末、东汉初到东晋中叶的三百六、七十年间是章草的鼎盛时期。是由许多书法家经过长期探索逐步创造而成的。出土的两汉木简上记录着他们的艰苦劳动和创造。从东晋中叶(大约公元四世纪的六十年代)开始,经过王洽、王羲之、王献之的改创,今草自成一体。由于今草盛行,章草逐渐衰落,写章草者也如写篆隶者一样,人数越来越少。所以在日常使用的文字中,今草占居首位,成了主流,章草成了支流。

在今草盛行了400年之后,到公元八世纪的五十年代前后,张旭以今草为基础,特别夸张了草书的逸势崎状和连绵回绕,自创出新的风格。怀素继承和发展了张旭的草法,创为狂草。由于狂草过分追求变化和笔道勾连,除了供欣赏外,实用颇受限制。所以,今草仍为主流。明初的宋克把章草、今草、狂草三者熔为一炉,自立新貌,仅是草书发展中的余波而已。明代擅写草书的人很多,不减唐宋。到了清代虽受“馆阁体”的影响,加之碑学之风兴起,写草书者寥寥无几,但民间书写草书仍很盛行。

前面我们讲过,草书包括章草、今草和狂草。章草源于隶书,是隶书的快写法,故又称“隶草”。相传,后汉张芝(伯英)不仅擅长章草,还去掉章草中带隶意的竖挑、横捺,使点画间以牵丝萦带,类似便捷易识的今草。因此,时人推重之,称他为“草圣”。狂草源出今草,也可以认为是今草中以狂放为特点的一个流派。其体连绵缭绕,势畸形诡,极尽书法艺术变化之妙。唐代张旭、怀素擅其美,有“颠张醉素”之称。

晋唐是草书的繁荣时期。其间名家辈出,各擅其长。代表性的书家和碑帖有王羲之的《十七帖》;智永的《真草千字文》;孙过庭的《书谱》;张旭的《古诗四帖》;怀素的《自叙帖》、《小草千字文》、《苦笋帖》;杨凝式的《夏热帖》、《步虚词帖》等。