

江苏电视台 中央电教台教育节目部

中国书法电视讲座

吴炳伟 陆启明 主编

江苏古籍出版社

ZHONG
GUO
SHU
FA
DIAN
SHI
JIANG
ZUO



吴炳伟 陆启明 主编

江苏古籍出版社

中国书法电视讲座

江苏电视台、中央电视台教育节目用书

吴炳伟、陆启明主编

出版：江苏古籍出版社

发行：江苏省新华书店

印刷：扬州印刷厂

开本787×1092毫米 1/32 印张9.375字数208,000

1987年2月第1版 1987年2月第1次印刷

印数1—110,000册

ISBN 7-80519-010-0/G·1

统一书号：7354·006 定价：1.80元

责任编辑 张惠荣

前 言

为继承发扬祖国传统书法艺术，促进社会主义精神文明建设，根据广大书法爱好者迫切要求，江苏电视台和无锡业余书法艺术专科学校已于1986年5月联合主办《中国书法电视讲座》。由刘海粟、林散之任名誉顾问；徐静渔任名誉主任；徐慧征、吴炳伟任主任；由费新我、黄若舟、田原、周志高、侯镜昶、高石农、朱毅、陈陵驼任顾问。

《中国书法电视讲座》在江苏电视台《电教之窗》专栏节目中播出后，深受书法爱好者的欢迎，收到预期的效果。现应各地的要求，中央电视台将于1987年内向全国播放。

本书是为配合《中国书法电视讲座》节目的播出而编撰的。按全面、系统、普及、实用为原则，与《中国书法电视讲座》节目同步进行，互为补充，相辅相成。使之既有面授教育的亲切感，又有函授教育的资料性，适宜于普及需要，有利于业余自学，并为广大书法爱好者今后进一步学习和钻研书法打下基础，创造条件。

本书由无锡业余书法艺术专科学校常务副校长吴炳伟、江苏电视台电教组组长陆启明主编。特邀专家教授、无锡书法艺专教师亲自撰稿和讲授；由江苏电视台副台长徐慧征审稿，由无锡书法艺专教师张铁民、徐仲楠负责校审；由无锡书法艺专校长徐静渔最后审定；著名书法大师林散之为本书题签，在此一并表示感谢。

本书在编撰过程中，虽然对原讲稿作了修改和补充，但限

于时间紧迫，水平有限，教材中不可避免地会有不妥之处，
敬请专家教授和广大读者批评指正，不吝赐教。

编 者

1986年12月

目 录

前	言		(1)
第 一	讲	书法概述	 (1)
第 二	讲	汉字源流	 (10)
第 三	讲	书体演变	 (19)
第 四	讲	文房四宝	 (35)
第 五	讲	身法指法	 (42)
第 六	讲	运腕运肘	 (47)
第 七	讲	用笔方法	 (51)
第 八	讲	永字八法	 (63)
第 九	讲	结构方法	 (73)
第 十	讲	临摹方法	 (81)
第 十一	讲	碑帖简介	 (91)
第 十二	讲	颜书简介	 (103)
第 十三	讲	颜书指导	 (117)
第 十四	讲	欧书简介	 (123)
第 十五	讲	欧书指导	 (132)
第 十六	讲	行书简介	 (144)
第 十七	讲	行草指导	 (152)
第 十八	讲	隶书简介	 (162)
第 十九	讲	篆书简介	 (175)
第 二十	讲	篆刻简介	 (185)
第二十一	讲	书画简介	 (193)

第二十二讲	实用书法	(206)
第二十三讲	谋篇布局	(230)
第二十四讲	书法理论	(246)
第二十五讲	书法欣赏(一)	(255)
	书法欣赏(二)	(266)
附录一	自学复习题	(273)
附录二	历代碑帖选	(277)
甲骨文		(277)
《散氏盘》		(278)
《泰山刻石》		(278)
长沙马王堆竹简		(279)
居延竹简		(280)
《礼器碑》		(281)
索靖《出师颂》		(281)
王羲之《乐毅论》		(282)
王羲之《兰亭序》		(283)
王羲之《丧乱帖》		(284)
王献之《洛神赋》		(284)
王献之《鸭头丸帖》		(285)
《爨龙颜碑》		(285)
《张黑女墓志铭》		(286)
《张猛龙碑》		(287)
《始平公造像记》		(287)
《郑文公碑》		(288)
智永《真草千字文》		(288)
欧阳询《化度寺碑》		(289)
虞世南《孔子庙堂碑》		(289)

褚遂良《雁塔圣教序》	(290)
颜真卿《麻姑仙坛记》	(290)
颜真卿《争座位帖》	(291)
颜真卿《自书告身帖》	(291)
柳公权《玄秘塔碑》	(292)
蔡襄《书札》	(292)
赵佶《草书纨扇》	(292)

第一讲 书法概述

田 原

一、为什么要写字

我们的祖先当时要表达自己的思想。但思想是摸不到、看不见的，只有通过讲话来表达。要使人知道自己的想法只有通过讲话。可当面讲，是听得到的，假使在很远的地方就听不到了，那时又没有录音机。我们的祖先记一件事情是很困难的。如：明天要去打鱼啦、打猎啦，要使后人知道，真是困难，于是就发明了结绳记事。用绳子打个疙瘩来记事，这个方法是靠不住的。绳子上打一个结还可以，十件事情打十个结就糊涂了，十个结到底做些什么事呢？一个是打鱼、一个是打猎、一个打柴、一个采果子，那怎么行？因此，结绳记事是靠不住。那怎么办？就画画。要捕鱼就画捕鱼，要打猎就画打猎，这是象形文字的开始。讲话就可以用文字留下来了，也就是把“声音延长”，声音是不能延长的，但是有了文字以后，声音就可以延长了。写信也是声音的延长。比如：你在无锡我在南京，要喊谁，拼命喊也听不到，但只要写封信就可以了，就是把声音延长了。

幸亏我们祖先发明了文字，把古代的声音延长了下来。甲骨文在殷商出土，也叫“卜辞”，也叫“殷商贞卜文字”。为什么叫“卜辞”呢？古代的人相信天上是由神主宰的，神

在主宰着我们的行动。所以每做一件事，就刻在乌龟壳上或野兽的骨头上（“卜辞”基本上是刻在乌龟壳上的），去问上天。就是现在说的“请示”：要做一件什么事，行不行，请神指示。怎么知道神会来指示我们呢？就把乌龟壳放在火里烧。因为火是往上升的，当时想法随着烟，上升到天上的神那里去了，就象我们现在打长途电话一样。怎么知道神来指示我们呢？就是火烧了以后，乌龟壳上产生裂纹，这个裂纹朝向那一边，或者是朝东，就到东方去打猎，或者去做事，则大吉大利。“卜”字的一竖，是中心线，那一小横，如指南针一样，朝东或朝西，意思就是指示方向。所以，直到现在，首长对下面的讲话统称“指示”。“贞”字也是这个意思，贞字上面也是个卜字，下面是一个贝壳，这个贝壳也是个指示，因为还没有铜钱的时候是用贝壳作为钱币的、作为交换时起到钱币作用。贝壳有正面有反面。卜时把贝壳抛下，用正面或背面，以卜好坏吉凶。后来，我们有了铜钱就拿钱来卜卦，叫“金钱课”，因为钱币也有向背。如果没有这甲骨文，那么我们祖先的声音就不能延长到今天，就不能保存下来。

后来就是钟鼎文，是铸在钟和鼎上的。钟鼎文也是歌功颂德的，据说皇帝有九个鼎。还有个叫做铸刑鼎，是把刑法铸在鼎上，因为当时还没有发明纸，还没有铅字。现在有纸了，可以把法律印在纸上作为布告。钟鼎文是相当复杂的，因为当时七国还没有统一，用字是相当混乱的，你写你的，我写我的，有的一个字竟写成三百多种。

以后就是碑刻。《石鼓文》是刻在如鼓一样的石头上的，因此叫石鼓文。

以上都称为“大篆”。到了秦始皇的时候，碑刻是主要

的。秦朝统一了度、量、衡，同时也统一了文字。如马字只能写一种象马的字，这种字体后来人称为小篆。如：《峄山碑》、《泰山刻石》、《琅琊刻石》等。字写得纤细整齐，据说是李斯写的。碑也就是树碑立传，是歌功颂德的，皇帝打到那里，就立了个碑，也就是封疆立土的纪功碑。再往后，就是帖。“帖”就是人家写的文章，或者是信札等，字写得特别好，就刻在横条式的石头或木板上。如无锡蠡园长廊里的碑帖就是这样。如《十七帖》、《淳化阁帖》和《争座位帖》等，草书《十七帖》就是十七日写的信，以横的形式写的长条子叫“帖”。幸亏有了甲骨、钟鼎、碑、帖等（当然后来又发明了纸和印刷术），把我们祖先的声音都传了下来，否则我们就无法知道古人的思想。因此，为什么要写字呢？写字就是要把思想上的东西表达出来，使对方知道。写字并不是仅仅为了要参加书法展览，或者成为书法家，这个关系要弄清楚。有些同志学习目的不明确，以为写字嘛就是要参加展览会，或书法家协会，自认一参加就变成了书法家。其实，这不过是推动书法创作开展的形式，而不是目的。目的是表达你的思想。字写得好，就是你一辈子的幸福。人家拿你的便条、一封信收藏起来，那多高兴。《十七帖》就是这样。有人认为写了字把它裱好挂起来，或者参加展览会这就叫书法，而认为写稿、写信、写日记、写便条都不是书法，叫作“应用文字”。实际上写出来的字是不是书法，是看你的字写得是否有书法规律，而不是装裱。王羲之的《兰亭序》，就是为兰亭的盛会作序写的稿子，但因为写得太好了，连皇帝死后也作为喜爱之物一起殉葬了。《十七帖》不过是信札，也是因为写得好，就镌刻传下来了。张旭的《肚痛帖》是张便条，但写得好，现在保存下

来，成了书法珍宝，由故宫博物院收藏。其实，现代文学家中也不乏有写得一手好字的人，如鲁迅、茅盾、沈从文等。《参考消息》、《文艺报》都是集鲁迅日记中的字。有人说日记是“应用文字”，为什么要集呢？因为写得好，确实是书法。

二、如何来写字

写字就是讲话，讲话一定要别人懂，讲话讲得别人不懂，就没有收到效果。如果对北方人讲广东话，讲各种南方方言，就听不懂，就失去了讲话的意义了。写字也是一样，写得人家看不懂，也就失去了写字的意义，有时还会出问题。有则笑话：一人出远门，和老婆分别。到了半路上下雨了，他就写封信给他老婆叫她寄钱来买伞，结果“伞”字，写个“命”字。把“天下雨，人家有伞，我没有伞”，写成“人家有命，我没有命，希望你快寄钱来，让我卖命吧”。所以写字一定要叫人家懂，最易懂的就是写正楷。楷书是最基本的。因为楷书是今体字，今体字就是现在大众通用的字。古代文字是不很容易看得懂的。所以一定要写好今体字。正楷字写好了，可再写隶书，因为隶书接近今体字。和今体字相仿的，还有魏碑。行书更要写好。为什么更要写好行书呢？因为我们平时写字，基本上是写行书，不会老是写正楷。因为行书写得快。正楷是打个基础，上个规矩。我们写稿子、作记录都用行书，不会用正楷的。写封信如用正楷写，那么思路全部给打断了。还有，千万千万要少写草书。为什么草书要少写呢？如果你是要参加展览会的，或者是某种需要，或者是练笔，或者是画画，要练一点线条，那是可

以的，不是不能写，要少写。因为草书有时候等于是一个符号，写出来不太容易懂。著名书法家费新我有一次去上海参观历代书法展览。有一个小青年指着一篇草书问费老：“这是什么字？”费老说：“我也不识。”草书写得连书法家都不识。难怪费老说：“草书，你稍微弓一弓，就是另外一个字了。”如：女，稍微弓一点就是“如”字。特别是张旭的草书，那叫狂草，这种字极不易识。如：“乚”就能代表“言”、“讠”、“讠”、“讠”、“讠”等许多笔划，无法单独辨认，只能顺着认。五十年代有人写信给我，他的签名就是狂草，怎么也不认识。这种“英文签名式”，使我根本无法知道对方是谁，弄得无法复信。因此，一般最好不写狂草。鲁迅曾经对那些写得难以辨认的草书式稿件的青年痛心地说：“这是谋财害命”。所以写信、写稿不要用狂草。我在一所大学里上课时说：“你们都是大学生了，如果用狂草给乡下的父母写信，农村的爸爸、妈妈打开信一看，都不认识，岂不糟糕，给全村的人看也不认识，这可不得了，上了大学，学问深了，写回来的信大家都不识。你们想，农村哪里去找王羲之呢？所以用草书写稿子害编辑，害排字工人。因此，非特殊情况，千万别写狂草”。那么古代文字要不要写呢？甲骨、钟鼎文要不要写？立志要做书法家的，不仅仅要会写，而且要识，要精通。特殊需要的时候，如刻印章，即非得要学大篆、小篆不可，平时是不大用得着的。因为这是古代当时通用的文字。如果是为名胜园林等处题写匾额楹联等供游人玩赏，还是用得着的。但是广告、招牌、报刊标题、电影片头等，最好不写甲骨、钟鼎文。所以，我们要写好今体字。还有，希望要写好简化字。现在各种各样的古体、异体、繁体、随意简化的字，搞得乱七八糟，真

是难啊！有的人说，繁体字好看，简化字不好看，如：工厂的“厂”字，也不肯写简化字，说是歪的，一定要把里面的“敝”写出来。古人写门户的“户”，不就是这样写吗？一直这样写了几百年了，也没有说歪的。“一”不也是简化字吗？但是王羲之不是写得很好看吗！有人写“变戏法”，非要写成繁体，很不易写，也难认。我们中国的字是从无到有、从简到繁，最繁到七国的时候，就繁不胜繁，一个字可以写成几百种，如“宝”字三百三十多种，“尊”字三百一十多种，“万”字二百八十多种，“马”字一百多种等。

到了秦始皇的时候，统一了六国，也统一了文字，由大篆变成了小篆。小篆，用现在的话来说，就是秦代的简化字，隶书是汉代的简化字，楷书是晋时的简化字。简化字是历史发展的必然趋势，如不是这样，我们的孩子，光识汉字就要浪费不少光阴。因而汉字在运用中为了便捷，促使汉字的演变，也即是三个便于：便于掌握，便于书写，便于应用。推动汉字不断简化了的力量是什么？就是“便捷”。

总而言之，“便捷”促使汉字的变化而成为如今书写的字形。

三、书法和文学的关系

如果你要写好字成为书法家，一定要学好文学。前面所述，写字为什么，写字就是为表达自己的思想。语言讲出来要好听，写文章也是这样，要好，要有文采。如果没有文采，尽管你字写得好，那你表达的是什么呢？总要写出个内容来吧？不能总抄唐诗吧？不能总是“月落乌啼霜满天”，大礼堂也写“月落乌啼霜满天”，饭厅也是“月落乌啼霜满

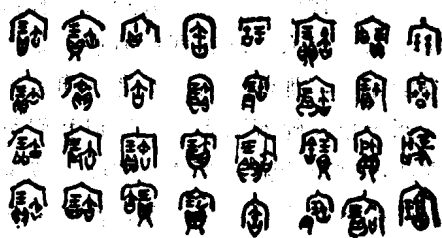
天”，结婚也写“月落乌啼霜满天”，叫人家夫妻俩对愁眠？给老大爷，给老太太、小伙子、大姑娘，都写“月落乌啼霜满天”，是不是太没有意思了？难道不能把内容用书法这种形式，写出自己感情来，去感染人家吗？王羲之的《兰亭序》不仅仅因为字写得好，而且内容也好极了。所以，我们历代的书法家大都是文学家，都是诗人。苏东坡又是文学家，又是画家，又是书法家。黄庭坚又是画家，又是诗人，又是书法家。就连七品芝麻官郑板桥，也是文学家，书法家，画家。就是当代的潘天寿、齐白石、林散之都是画家、金石家、文学家、诗人。现在我们有些人认为只要把字写好，就是书法家了，那怎么行呢？老抄唐诗不惭愧吗？有了文学，书法调子也会随着高起来。所以我们写东西，一定要有文采。因此，题写条幅、匾额、楹联，或送友人时，最好要有点针对性，这样才对人有启发、留念等意义。如某单位有一处明代建筑作为“老干部活动室”，要题写匾额。建议他们原拟的“老同志之家”、“老干部之家”是否可以结合古建筑的特色和人物对象，题为“爱晚轩”。因为类似这些的“工人之家”、“战士之家”、“少年之家”、“农民之家”、“儿童之家”、“妇女之家”、“顾客之家”、“旅客之家”等等，太多了，一般化，没有特点。

所以，一定要学好文学，写字一定要有针对性。看什么人，看什么场合，就写什么内容，最好能起到教育作用。其次给人一些启发、留恋、怀念。我给别人写字就想做到有点针对性，没有针对性，勉强写了，自己也不舒服，因为仅是应付。在写字之前如果问问写这是干什么用的？挂在哪里？是给老年、中年人的？还是给青年人的？是医生、教师、还是艺人、学者？我曾引用白居易《琵琶行》中的“未成曲调先

有情”为一位作曲家题字。某版画家在开展览时，我就结合他版画的内容，写下“投身四化，入木三分”。在黄山观瀑楼，撰联为：“听泉且卧石，观瀑可登楼”。为连云港花果山撰联是：“花果山满山花果，连云港长港连云”等。

综上所述，在学好书法的同时，也希望大家多读一点书，加强文学修养，做到形式与内容均佳。

宝 三十四种



万 二百八十二种



图 1

尊 三百十三种

廣德堂
廣德堂
廣德堂
廣德堂
廣德堂
廣德堂
廣德堂
廣德堂

馬一四種

[illegible]

图 2