



世纪高等师范专业系列规划教材

21SHIJI GAODENGSHIFANZHUANYE XILIEGUIHUAJIAOCAI

主 审 钟明善

主 编 吴天祥

写字与书法

钟明善题



中山松醪赋

始予宵济于衡漳军

涉而夜号燧松明以记

浅散星宿书亭年

鬱风中香霏若诉予

以不遭宣千岁之妙质而



21世纪高等师范专业系列规划教材

主 审 钟明善

副主审 屈应超 曹伯庸 蔡光澜

写字与书法

钟明善题



主 编 吴天祥

副主编 倪文东 焦长令 胡文华



西北大学出版社
NORTHWEST UNIVERSITY PRESS

编 委 会

主 审 钟明善 副主审 屈应超 曹伯庸 蔡光澜

主 编 吴天祥 副主编 倪文东 焦长令 胡文华

编 委 (以姓氏笔画为序)

王治刚	王建全	王 邈	王和平	冯 巍
刘小民	刘中兴	刘建中	刘定建	朱正平
吴天祥	李 星	张 宜	张成川	胡文华
南 峰	倪文东	徐小玲	徐胜根	董 中
黄智勇	焦长令	廖勤俭		

序

在世界各民族中,把应用文字的书写作为独立观赏艺术的,只有我们中华民族。今天这一独特的艺术早已冲破汉字文化圈而走向世界。这一艺术,以应用汉字作为它惟一的载体;这一艺术,有着实用与观赏两重属性;这一艺术与中国画、音乐、舞蹈、雕刻、文学等姊妹艺术并列,独立存在,自成体系,成了中华民族值得骄傲的有最广泛群众基础的艺术类。中国书法艺术是全中华民族的艺术,在寰宇之内,这一特殊的艺术连接着我们炎黄子孙的心,也寄予着每一个炎黄子孙的情。

书法是什么艺术?是这多年来学术界、书法界一直在研究的问题。弄清这个问题,对书法学习、书法创作、书法史论研究、书法发展、书法教育都是至关重要的。如果对此认识模糊不清,似是而非,许多现实问题就会众说纷纭,莫衷一是。那么,到底如何理解书法和它的本体呢?我以为应这样去理解。

中国书法是用中国特制的毛锥形毛笔书写汉字的艺术。这里有三层意思:

1. 是用毛锥形的毛笔。这种柔毫所产生的点线变化蕴含丰富,变幻莫测,具有无穷的表现力,是中国书法艺术产生、发展、成熟的基础。舍此,不能谈书法艺术传统,不能谈书法艺术。虽然近代硬笔字也讲究书法艺术,但其表现力永远无法与毛笔相比。正像炮兵用炮,骑兵骑马,空军驾机一样,炮、马、机决定了兵种的本质特征,毛笔也决定了中国书法的特性,笔法成了中国书法最基本的技巧,最深奥的灵根。“本乎天地之心”,“取会风骚之意”,最终落在了能“穷变态”的“毫端”。

2. 是书写汉字。在世界各民族中把实用文字的书写化为独立观赏艺术的只有汉字。在步入独立观赏艺术之林后,汉字书法仍保留着它实用性的一面。

它既有实用价值,又有观赏功能。离开对汉字的书写,点线变化也可以成为一种艺术,现在欧洲、亚洲、美洲都有人搞这种“书法”,但这和中华文化思想凝聚、浓缩的汉字书法不可同日而语。中国的汉字在萌芽期(陶文、符号)既有象形性,也有神秘性。在幼年期(殷商甲骨文)象形因素逐渐扩大,神秘色彩仍然存在。这种文字现象一直延续到西周和春秋战国时期的金文、石鼓文。这时作为书法艺术,它已渐渐进入少年期了。特别是长篇铭文的出现,结字、笔法、章法三个要素都有了。到了篆书逐渐失去其统治地位的战国末年、秦汉之际,隶、楷、行、草四种书体像孪生兄弟姊妹一样产生了。特别是隶变之后,汉字成了“不象形的象形字”,纯以点画符号去组成字形,但仍然表达着原始的字义。这时的点画与原始造字之义已毫无关系了。这时,汉字书法也由少年期进入青年期、成熟期。魏晋书法就是明证。

3. 书法是一种艺术。也就在魏晋之际,汉字书法完全走入了神秘的意象艺术领域,其笔法笔势、结字字势、章法行气,无一不体现着一种内在的意。正如清人刘熙载在《艺概》中所总结的:“圣人作易,立象以尽意。意,先天,书之本也。象,后天,书之用也。”运用点、线搭配和变化的象,寄托书家无尽之意,这就是中国汉字书法的本质特征。离开汉字,就像人失去了躯壳;离开了意,书法也就像人失去了灵魂。作为意象艺术的书法在学习时有两个层次:第一层次是“求工于一笔之内”,建立学书的基础;第二层次是“寄情点画之间”,追求书法的抒情性,运用书法作品表情达意,甚至表现书家本身的潜意识。这两个层次,第一层是基础,第二层是提高、升华。两层之间没有不可逾越的鸿沟。停留在第一层,不求进取是没有出息的;没有第一层就想跃入第二层更是不现实的空想。进入第二层之后,还应不断地向第一层次回归,力求以更坚实的步伐,向书艺的峰巅攀登。

中国传统书法艺术有着极深厚的中华文化思想基础,而中华传统文化思想的出发点、基础是中华民族传统的宇宙观、世界观、方法论——思维方式;中国书法艺术以其独具的美的素质成了中华民族文化宝库中的一颗灿烂的明珠,也是世界文化宝库中的奇葩;中国书法是中华民族文化思想最凝炼的物化形态,是中华民族精神的体现。那么,中国书法教育的目的、任务最核心的就是在继承传统发展书法艺术的同时弘扬中华民族文化思想与人文精神,丰富社会主义精神文

明。这是中国书法教育的灵魂所在。

在这一前提下,从中国书法艺术丰富的文化内涵出发,书法教育的基本内容应该包括以下几个方面:

1. 中华民族传统文化思想教育。书法教育首先是中华优秀传统文化思想的教育,这是贯穿方法教育始末的纲、灵魂。如果忽视了这一核心命题,书法教育就会乱了章法,或则成为纯技巧的传授,或则成为赶时髦的游戏,或则成为书法教师个人好恶与精神情绪的宣泄,更有甚者糊里糊涂在外域书风中寻找自己书法作品的出路,丢了自己的祖先去拜别人家的佛堂。

2. 中国书法史教育。中国书法至今已经有了六千多年的历史。六千年来,中国书法与汉字形体发展、演变,形影相随走过了萌芽、成长、成熟、繁衍发展的漫长历史过程。灿若群星的历代书家用毛锥形、有弹性、可变化点线的毛笔创造了无数书法艺术瑰宝,留下了弥足珍贵的艺术实践经验。一部中国书法史就是书法继承与革新的历史。引导学生研究历代书风、书家、书法作品、书学理论,继承中国书法艺术的优秀传统,这是书法教育理论与实践相结合的第一步。只有对中国书法的传统理论与艺术规律、艺术技巧有了理性与感性相结合、理论与实践相结合的深刻理解、认识与体会才能说真正步入了书法艺术之宫。

3. 中国书法传统艺术规律的传付。中国书法艺术在数千年的历史发展中早已形成了自己一整套艺术规律。这些规律,一方面体现在书法的三个基本要素之中,一方面体现在书法研究与书法鉴赏的表述之中。这些艺术规律体现了中国人独具的经过几千年筛选、凝炼的书法美学观。对这些艺术规律的研究、总结、把握,造就了千年书史上无数书法艺术家,造就了中国书法艺术浩若烟海的瑰宝奇珍,也必将使中国书法沿着自己民族艺术发展的道路创造出新时代的辉煌。

4. 在书法实践中对学书者艺术悟性的启发与引导。书法学习与创作是书法教育的主要内容。在书法教育的全过程中都必须特别注意学书者“悟性”的启发与引导。古代书论中对笔法、笔势、结字、字势、章法、气韵的表述大都使用意象,实际上就是启迪唤醒学书者的悟性,让学书者不拘于具体技法,在研究技法中,更注重意象神韵的把握。

5. 对外域书法的研究。在中国书法从汉字文化圈走向世界的今天,研究外域书法不但可能而且十分必要。研究西方人的书法意识和日本、韩国的各个书法流派,使我们在更高层次上去看待自己的传统与现实。用“它山之石”去映照反思中国书法,扬长避短,这样,我们的道路就会越走越宽,就会给人类精神文明的宝库中不断创造更多闪耀着中华民族永恒的精神光彩的瑰宝。

中外书法,同源异流。源于中国的书法艺术,在东传一千多年来,经过异国历代书家的审美观念注入,即使在汉字文化圈内也产生了许多民族性的差异。异化使书法产生了各自民族的风格面目。

6. 对相关学科的研究。中国书法是有很深中华文化内涵的一门国学基础学科,他根植于中华大文化背景之下,与许多国学基础学科相辅相成、相得益彰。如果没有其他学科做基础,书法就会成为十分苍白的纯写字的游戏了。研究与之相关的学科,使书法具有丰富的中华文化内涵,这时所产生的作品,自然就有了我们通常所称的“书卷气”。

中国书法教育源远流长,目前建立新的中国书法教育体系势在必行。三十年代已有许多老一辈书法艺术教育教育家致力于中国书法教育的研究与探讨。近二十年来有更多的艺术教育、书法家为此做了大量有益的实践、研究,积累了不少经验与成果,为研究建立中国书法教育体系创造了极好的基础。

吴天祥先生主持编写的《写字与书法》,是对书法艺术发展乃至书法教育的有益思考与总结,在此,我首先向他取得成果表示祝贺,另外我还要感谢他对于书法艺术的发展所付诸的努力与探索。

感念之言,难以为序,勉为之序。

钟明善

2004年7月13日

编写说明

《写字与书法》是面向 21 世纪高等师范专业教育,以及非师范类院校素质教育的新教材;是陕西省教育厅委托西北大学出版社组织编写的规划课程系列教材之一。

根据教育部师范司有关面向 21 世纪高等师范教材改革的基本精神和要求,规范师范院校的书法教学,有利于实现培养高素质的中、小学师资这一特定目标。因此,贯彻教育部关于师范院校教学方案和加强写字教学的《指导纲要》精神,落实课程目标要求,是编写本教材的出发点。

本教材树立足书法教育实践,把实用书写同书法艺术紧密结合起来,采用全新的、切合教学实际的结构程序和训练体系,集书法传统与新的教育理念于一体,体现新的课改精神和书法教学的实际需求。它不仅适合课堂教学,适合书法爱好者自修,同时也适合中小学教师教学参考。

《写字与书法》教材的编写,是在陕西省教育厅高教处的直接关怀下进行的。教材的立项,是根据富有书法基础教育经验的吴天祥副教授的报告。在项目确定后,由吴天祥副教授与中国书法家协会副主席、著名书法理论家钟明善教授共同磋商,拟定了教材体例及编写细目,组织北京师范大学、西安交通大学、陕西师范大学、陕西教育学院、西安文理学院、渭南师范学院、陕西理工学院、榆林学院、第四军医大学等十几所院校的专业教师共同编写。

编写过程中,为了能够充分反映近年来书法教育的经验和成果,使教材体例更科学,知识更系统,内容更充实,更能切合教学实际,西北大学出版社专门组织了专题研讨会,广泛听取了专家、学者的意见。参编者据以对所承担的内容进行了反复修改、数易其稿。陕西省教育厅巡视员、书法家屈应超研究员,书法家陕西师范大学曹伯庸教授,《书法教育报》副主编蔡光澜教授分别审阅了初稿,对教材体例和内容给予了充分肯定,同时也提出了宝贵的意见。吴天祥副教授除

编写主要章节外,并吸收多位专家意见,对全书做了增删校补、完成统稿;书法教育家钟明善教授在百忙中秉烛批阅,最终审定。

教材根据师范院校课程设置的特点和书法教学规律,分为上、下两编。上编以楷书教学为主,侧重书法基本技能训练,力求使学生能掌握基本的用笔、结字和布白规则;下编以行书教学为主,侧重书法基础理论和创作实践,力求能掌握较熟练的笔法技巧和常用的章法形式。书法教育的实践性强,教学时段不宜过短。故教材的设计教时为两学年,必修课不少于72学时。课程目标是:掌握楷书基本技法,能较熟练地写出具有某种书体风格的楷书;学会欣赏,熟悉行书、隶书的基本特点,能摹写出常见章法形式的书法习作。

同时,为能深入理解书法的文化内涵,扩大知识视野,教材还编写有选修课,共设四个单元(三、六、八、十二单元);增设有附录,提供了必要的资料和图例,以备师生教学中参考。同时,为使教材能发挥行之有效的作用,帮助师生深入理解必修课的重点难点,还特意制作了具有针对性的教学光盘,以期取得形象、直观的教学效果。

教材继承了丰富的书法传统理论,也吸收了公认的书法教育新观念,尤其注重理论与实践相结合,普及与提高相结合。教材结构从写字到书法,竭力做到由浅入深,由表及里,循序渐进,贴近师生,贴近教学实际;教材语言力求准确、简明、生动;范字图例尽量规范、经典、具有代表性,旨在为师生提供合理、方便实用、文图并茂的教科书。

书法系统教育仍是一个新的课题,新的发现和新的教育理念会不断出现。由于作者水平和资料、时间所限,因此,期待教材在使用中能得到专家、学者的指正和师生们的反馈意见,以便修订再版时能更加完善,更能贴近书法教学的实际。

编者

二〇〇四年元月

目

录

楷书的基本功训练 第一单元

上 编

书法基本功训练

第一单元 书写基础知识

1. 汉字的书写准备 /4
2. 写字姿势与执笔方法 /9
3. 汉字的笔画与笔顺 /13
4. 楷书及风格分类 /16

第二单元 楷书的笔法与笔画

5. 藏锋与露锋 /25
6. 中锋与侧锋 /28
7. 铺毫与聚毫 /32
8. 折锋与转锋 /36
9. 顿笔与挫笔 /39
10. 主笔与辅笔 /43
11. 重笔与变化 /46
12. 点的组合 /49
13. 常用字头的写法 /52
14. 常用字底的写法 /56
15. 常用左旁的写法 /60
16. 常用右旁的写法 /64

第三单元 应用书写

17. 钢笔正楷字的快写 /70

18. 书写的分布规则	/73
19. 粉笔字的写法与应用	/77
20. 板书的特点与技巧	/80

第四单元 楷书的结构布势

21. 平正与险侧	/85
22. 疏密与大小	/88
23. 俯仰与向背	/91
24. 长短与偏斜	/94
25. 欹侧与敛放	/97
26. 呼应与迎让	/100
27. 避就与错落	/103
28. 堆积与重并	/106

第五单元 楷书的结构规律

29. 独体字	/111
30. 合体字(一)天覆型	/115
31. 合体字(二)地载型	/118
32. 合体字(三)让右型	/121
33. 合体字(四)让左型	/124
34. 合体字(五)均占型	/127
35. 合体字(六)两包围	/129
36. 合体字(七)三包围与全包围	/132

第六单元 书法常识

37. 汉字书体的演变	/137
38. 碑帖临习常识	/148
39. 永字八法与学书步骤	/155
40. 书法欣赏常识	/162

下 编

欣赏与创作实践

第七单元 行书欣赏与临习

- 41. 行书的流变与特点 /172
- 42. 赵孟頫与《洛神赋》 /177
- 43. 附钩与牵丝 /183
- 44. 笔顺与连带 /185
- 45. 点代与增减 /187
- 46. 常用部首临习(一) /190
- 47. 常用部首临习(二) /193
- 48. 王羲之与《兰亭序》 /196
- 49. 《兰亭序》笔法欣赏与临习 /200
- 50. 《兰亭序》结字欣赏与临习 /203
- 51. 《兰亭序》的章法欣赏 /208
- 52. 王羲之其他行书欣赏 /211
- 53. 颜真卿与《祭侄文稿》 /214
- 54. 其他名家行书欣赏 /218

第八单元 九年义务教育《写字》课教学

- 55. 书法兴趣的培养 /226
- 56. 教学计划与教案编写 /229
- 57. 《写字》课的课堂教学 /231
- 58. 《写字》课教学的评价 /235

第九单元 隶、篆、草书的欣赏与临习

- 59. 隶书的流变与特点 /239
- 60. 隶书的基本写法 /243
- 61. 隶书的结体布势 /248
- 62. 篆书的流变与特点 /252

63. 小篆的基本写法	/258
64. 小篆的结体特征	/263
65. 草书的流变及分类	/268
66. 草书欣赏与临习常识	/278

第十单元 章法布白与创作

67. 章法的基本原理	/285
68. 章法的形式风格	/295
69. 章法的款识常识	/303
70. 章法欣赏与创作	/309

第十一单元 篆刻治印常识

71. 篆刻艺术的发展与欣赏	/326
72. 治印的工具与材料	/330
73. 治印的程序与构图	/333
74. 治印的常用刀法	/337

第十二单元 中国书法简史

75. 先秦时期——书法萌芽期	/342
76. 秦汉时期——书法自觉期	/347
77. 魏晋南北朝——书法成熟期	/350
78. 隋唐五代——书法高峰期	/355
79. 宋元时期——书法自省期	/360
80. 明清及现代——书法复兴期	/364

附录:

附录1:《汉字笔画名称表》	/371
附录2:《汉字部首名称表》	/372
附录3:义务教育《写字》课教案举例(一)	/373
附录4:义务教育《写字》课教案举例(二)	/375
附录5:法书碑帖欣赏	/378
配套光盘简介	/389

上 编

书法基本功训练

第一单元

书写基础知识

《写字与书法》是师范生基础教育课程之一。提高实际书写能力,加深对书法艺术的理解和传承,是我们开设此课的目的。

国家教育部在《加强写字教学的若干意见》中分析到:“中国书法将汉字的表意功能和造型艺术融为一体,有着悠久的历史 and 广泛的群众基础,汉字书写的美学价值得到了超越国界和超越汉字使用范围的承认。因此,写字教学可以陶冶学生情感,培养审美能力和增强对祖国语言文字的热爱和文化理解,既有利于写字技能的提高,也有利于增进学识修养。”师范生是未来的人民教师,将肩负传播科学与文明的重任,写好字不仅关系着对祖国优秀文化的继承,还将直接关系到对学生审美情趣的培养、品德修养的陶冶,因此,写好“三笔字”就必然成为师范生一项重要的基本功。教育部对中、小学写字教学有具体明确的要求,对师范生也提出了更高的标准,要求“能够流利地写出规范、工整的毛笔字、钢笔字、粉笔字,并且有一定的速度”。同时指出,各级师范学校“要认真抓好写字知识的教授和写字训练,并使教师具有指导学生写好字的本领”。也就是说,师范生仅仅着眼“写好”是远远不够的,还要懂得一些相关知识和书法理论,“具有指导学生写好字的本领”。在学习和感受书法美的同时,增强民族自豪感,树立提高国民素质、弘扬中华文化的责任感,更好地为祖国文化教育事业服务。

学习书法有两个层次:一曰写字,“求工于一笔之内”,建立书学的基础;二曰书法,“寄情于点画之间”,追求书法的抒情性和表现力。随着学习的深入,这种认识会逐步得到提高。而欲写好“三笔字”,又须从书法入门,因为“取法乎上,仅得乎中”,古代经典书法中的艺术法则,成为千百年来人们对书写评价的取向标准,其中蕴含的文化因素,又是我们取之不尽的宝藏。因此,从传统楷书入手,了解和熟悉相关知识,懂得学习的方法步骤,是写好字的第一步。

本单元介绍书写汉字的基础知识,将会像一把入门的钥匙,帮助我们开启通向书法殿堂的大门。

1 汉字的书写准备

【目的要求】 认识汉字的功用和特点,培养热爱祖国文字和书法的感情,备置书写的材料和工具。

【重点难点】 汉字的意象特征和选备工具的方法。

【教学建议】 通过挂图或教学光盘,介绍汉字和书写材料等,激发学习热情和积极性。

中华民族有着悠久的文明史。汉字作为我们记录语言的符号,如果从仰韶文化的刻符算起,已经有近六千年的历史。即使从造型完备、数量众多的甲骨文字算起,距今也有三千多年。汉字是世界上最古老的文字之一,它是我们民族记录科学、文化、历史的载体,在繁衍、继承和发展过程中,演绎出凝聚着中华文化思想内涵、带有独特艺术魅力的书法,更吸引了全世界的目光,成为我们民族文化的骄傲。

汉字属表意体系,经过漫长的历史进化,繁衍出五万多个形态各异的造型。这种高度概括的意象符号,充分表现了中华民族的智慧。东汉许慎在《说文解字》中把汉字结构概括为“六书”,即指事、象形、会意、形声、转注和假借,揭示了汉字构造的规律;现代学者又据以概括出汉字构造的十种思维模式^①。从《说文》收录的九千多个到今天的五万多个单字^②,客观地说明了汉字是随着人的认识发展而不断得到丰富和完善的。汉字以其繁多的数量、简明的音节和独特的“方块形”特征,融音形义于一体,为我们准确、详尽地表达思想提供了丰富的资源。

汉字的意象特征是拼音文字无法企及的。康有为在《广艺舟双楫》中说:“中国自有文字以来,皆以形为主”,外文“合音为字……不如中国文字之美矣”。

^① 见许嘉璐主编的高等师范文科教材《古代汉语》(上册)。

^② 《康熙字典》收单字 4.7 万多个;《中华大字典》收单字 5.4 万多个;《汉语大字典》收单字 5.6 万左右。