

中国女书书法教程

欧阳红艳 欧阳慧

何洲 肖湘源 谢诗雨 编

初学

本作品中文简体版权由湖南人民出版社所有。
未经许可，不得翻印。

图书在版编目（CIP）数据

中国女书书法教程 / 欧阳红艳等编. —长沙：湖南人民出版社，2017.12
ISBN 978-7-5561-0954-8

I. ①中… II. ①欧… III. ①女书—书法—教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第161515号

ZHONGGUO NUSHU SHUFA JIAOCHENG

中国女书书法教程

编 者 欧阳红艳 欧阳慧 何 洲 肖湘源 谢诗雨
责任编辑 廖 忠
装帧设计 蒋寅春

出版发行 湖南人民出版社 [<http://www.hnppp.com>]
地 址 长沙市营盘东路3号
邮 编 410005

印 刷 长沙超峰印刷有限公司
版 次 2017年12月第1版
2017年12月第1次印刷
开 本 889 mm × 1194 mm 1/16
印 张 8.25
字 数 160千字
书 号 ISBN 978-7-5561-0954-8
定 价 38.00元

营销电话：0731-82683348 （如发现印装质量问题请与出版社调换）

传承女书文化
弘扬中华文明

丁酉夏
唐之享

湖南省第十届人大常委会副主任、湖南省人民政府原副省长唐之享先生题词

编者简介



欧阳红艳：1970年生，现就职于永州市文学艺术界联合会，知名女书文化传承人，湖南省工艺艺术设计大师。从小随父母生活在女书文化发源地——湖南省江永县，是目前为数极少的集说唱、书法、绘画、翻译、创作于一身的女书传人。

因其传承“女书”文化的积极贡献，获“中国知识产权文化大使”提名，被《潇湘晨报》评为湖南2006年度十大智者之一，2010年获全国妇联“妇女非物质文化遗产优秀传承奖”。

编著出版有《中国神秘女书》《女书传奇》，合著《女书习俗》，发起主编女书界第一本期刊《女人·女书》。其作品中国国家博物馆、中国民族图书馆等均有收藏。

欧阳慧：大学文化，民盟成员，湖南省音乐特级教师。历任永州市第三中学、第四中学副校长。湖南省高级职称评委库委员、湖南省基础教育资源建设专家库首批成员、湖南省中小学教材遴选评委，政协永州市第三届、四届委员、湖南省妇女联合会第十二次代表大会代表。





何 洲 祖籍湖南永州，毕业于湖南科技大学法学院，研究生学历，法学硕士。现任教于湖南都市职业学院，兼任湖南省永明女书文化传承保护中心理事、永州市女书说唱艺术协会副主席、《女人·女书》期刊编委。多次参与湖南省社会科学基金项目、湖南省教育科学规划课题等多项课题研究，在核心期刊公开发表论文多篇。

肖湘源 湖南省工艺美术协会会员、永州市女书说唱艺术协会理事。9岁开始学习“女书”说唱和书法、女红，多次受邀参加北京、武汉等地举办的“女书书法展”“女书文化讲坛”等文化交流活动，为“女书”的宣传、抢救做出了积极贡献。



谢诗雨 1989年出生于湖南永州。毕业于湖南师范大学美术学院，研究生学历，美术学硕士。现就职于湖南科技职业学院艺术设计学院，兼任《女人·女书》美术编辑。



指导老师简介

宫哲兵：男，1949年10月出生。武汉大学哲学学院教授、博士生导师，武汉大学中国女书研究中心主任、武汉大学图书馆宫哲兵捐赠女书特藏室名誉主任。1982年，宫哲兵为探寻瑶族发祥地千家峒遗址，来到湖南南部的江永县，发现了女书文字。随后发表了第一篇女书研究论文，对女书作为一种文字进行了论证，提出女书的文字属性是单音节表音文字等重要学术结论。

30多年来，宫哲兵从未停止过对女书的研究、宣传与保护。他最早到美国、加拿大、法国等欧美国家的大学里讲演女书，使女书引起国际学术界与文学艺术界的重视；曾担任好莱坞大片《雪花秘扇》的学术顾问，拍片过程中教李冰冰、全智贤书写女书，并在影片中出演“教授”一角；策划了3届中国女书艺术展，推动了女书书法在全国的传播。宫哲兵女书方面的主要代表作有：《女性文字与女性社会》《女书——世界唯一的女性文字》《女书通》《〈雪花秘扇〉幕后故事》等。

李庆福：男，瑶族，中南民族大学少数民族语言文学硕士生导师。湖北省重点人文社科基地——中南民族大学中南少数民族审美文化研究中心副主任、中南民族大学女书文化研究中心主任、广西瑶学学会副会长。主要从事南方民族文化特别是女书文化研究。主持或参与完成了“女书与古越文化”“女书习俗研究”“瑶族古文字研究”等省部级重点科研项目。出版《女书习俗》《女书文化研究》《永州女书》《瑶族审美文化》等著作。《女书文化研究20年》《难解的女书之谜》《女书文化的探索和破解》等论文受到专家好评，部分论文或论文内容被《新华文摘》转载和收入《人大复印报刊资料》。



序

宫哲兵

女书是湖南省江永县流传的一种性别文字，仅在女性中使用。它的传统功能主要是通信、唱歌、敬神等，目前通信的功能基本丧失，唱歌与敬神的功能还在，并增加了一项艺术功能。女书的艺术功能有书法、工艺、篆刻、服饰女红等，其中书法艺术得到广泛的传播，目前全国绝大多数省份都有女书书法爱好者。

女书书法的首倡者是郑州市的王澄溪老师。2003年，在江永召开的女书国际研讨会上，我与王澄溪老师认识了。她是一位中学美术老师，教学生书法。自从看到女书字体后爱不释手，强烈的艺术感受让她情不自禁地书写起来，并创造了自己的书法体系。她送给我一幅用女书写的书法作品，那真的是美极了。我马上想到女书的前景，女书本来就是一种与艺术结合的文字，我们完全可以在研究女书的同时，开发它的艺术价值。其实，把女书用一种书法形式表现，已经有人做了，比如江永县的周硕沂、太原市的潘慎等。我作为武汉大学中国女书研究中心的主任，可以率先在全国推广女书书法与艺术。

2005年，我向国家文化部副部长周和平提出女书要申遗，又提出武汉大学与国家文化部共同举办一次中国首届女书艺术展，他非常支持，并请文化部非遗文化保护中心（当时称中国民族民间文化保护中心）副主任、中国艺术研究院副院长刘茜与我面商并前往。这一年的春天，中国首届女书艺术展成功举办，地点在武汉大学大学生活动中心。展览吸引了全国许多女书书法爱好者前来参加。

过了两年，我策划武汉大学与武汉东湖风景区管委会共同举办了第二届中国女书艺术展，同时举办东湖梅园女书笔会，欧阳红艳就是这次笔会上的特邀嘉宾之一。她以自己美丽独特的女书书法作品，引起了无数参观游览者的艺术共鸣。也许是受到红艳的感染，我与马海扬先生（中国书画家协会副会长）合作，现场也写了几幅作品。其中一幅由我写女书“道”，他写汉字“道”，形成对比。另外一幅作品，是三人合作，一人画梅，

马海扬用汉字题词，我用女书题词。

两次女书展之间，我曾有幸与国家政协主席俞正声（时任中共湖北省委书记）共进晚餐。席间我向俞主席汇报了女书艺术展的事情，他大感兴趣，详细询问了女书，提出武汉大学要对女书的研究与保护做出贡献。

我们一共举办了3次中国女书艺术展，强有力地推动了女书书法艺术的发展。随后在河南、湖南、四川、山西、北京等地都有类似的展览。女书艺术也扩展到电影、音乐等领域，2011年美国好莱坞拍摄女书大片《雪花秘扇》，2014年由著名音乐家谭盾创作的交响乐《女书》在国内外进行了公演。

女书书法艺术家不断涌现，老有周硕沂、王澄溪、石浅、潘慎、何静华、周惠娟、胡美月等，中青年有欧阳红艳、陈立新、陈永明、陈莉萍、李雪梅、王成、刘庆华、亓京胜等。

武汉东湖笔会之后，我与红艳一直有联系，她在永州开展了一系列的女书文化活动，取得了很大的成绩。这次以她为主编写的《中国女书书法教程》一书，很有艺术价值与实用价值，可以作为工具书看待，我建议女书书法爱好者人手一册。

2015年8月5日于威海

一、女书基础知识·····	001
(一) 女书简介·····	002
(二) 女书的文章体裁·····	003
二、女书的书法特点·····	004
(一) 女书书法的执笔法·····	005
(二) 女书的字型结构和基本笔画写法·····	005
(三) 女书书法的体式、章法·····	005
三、女书偏旁部首·····	009
四、硬笔传统女书歌谣·····	021
五、软笔传统女书歌谣·····	030
六、软笔古诗五十首·····	057
七、女书原本·····	108
附录一：欧阳红艳女书书法作品·····	113
附录二：欧阳慧女书书法作品·····	115
附录三：何洲女书书法作品·····	116
附录四：肖湘源女书书法作品·····	117
附录五：谢诗雨女书书法作品·····	118
后记·····	119

女书基础知识



女 书 书 法 教 程

一、女书基础知识

(一) 女书简介

“女书”又称为“女字”，当地人叫做“长脚蚊（长脚文）字”，是世界上唯一的女性文字、中国国家级非物质文化遗产之一，也是人类历史上一个独特而神奇的文化现象，被国内外学者叹为“一个惊人的发现”“中国文字史上的奇迹”。它起源和主要流行的地域在中国湘南边陲的永州市江永县潇水河一带，所以又叫做“江永女书”。20世纪80年代初期女书被发现以来，国内外的专家、学者从不同的专业、学术视角观察女书，写出大量专著论及女书文化的各个层面，女书因而由江永走向世界。

女书在相对封闭的社会环境中产生并在江永县上江圩镇、潇浦镇一带得以流传，是瑶汉文化融合与古朴独特的地方习俗共同影响社会文化生活的结果。

女书主要流行在江永县东北部的潇水两岸，以上江圩镇的15个行政村为中心，遍及潇浦镇、允山镇、铜山岭农场、黄甲岭乡等地。随着女子出嫁，还传播到东至江华瑶族自治县，南到江永县桃川镇，西到江永县千家峒瑶族乡，北到道县田广洞、雷福洞等村。道县下蒋乡、新车镇、清塘镇的一些村寨，也有女书的踪迹。

女书产生于何时？又是怎样产生的呢？虽然有各种传说，也有专家学者的推论，但至今仍难有定论。女书在史志上的记载，有清末花山庙诗“巾扇年年逢五月，歌喉宛转出山林”；较详细的有民国二十年（1931）7月济南印刷公司刊印的《湖南各县调查笔记》中的“花山祭”注：“（永明县）花山，在层山岭之麓。石玲珑若花然。相传唐时，谭姓姊妹，学佛修真，入山采药，相与坐化于此，土人于山巅立（庙）祀之……每岁五月，各乡妇女焚香膜拜，持歌扇同声高唱，以追悼之。其歌扇所书蝇头细字，似蒙古文。全县男子识此种字者，余未之见。”但由于史志记载简略，加之女书原件也因人死书焚而留下的作品较少，所以，对女书产生的认定，还需要专家学者们继续进行发掘研究。

女书的产生反映了女性的丰富想象力和巨大的创造力，它是女性集体智慧的结晶。关于女书的起源，目前存在多种说法，有说它与甲骨文同时产生，也有说它产生于秦

汉时代，还有说它产生于明末清初。女书到底产生于何时现在还是一个谜。江永曾盛行女性独享的斗牛节、赶鸟节和坐歌堂、结拜姊妹等习俗，这些民间女性节日大大早于标志女权运动取得胜利的“三八妇女节”。便于女性聚集、交往的节日和习俗与女书的起源传承是否存在因果关系？是女节女俗促成了女书的产生还是女书促成了女节女俗的形成？这些都是需要解答的谜底。目前，女书神秘的面纱才揭开一角，女书丰富的文化内涵尚需进一步探究发掘。

“文化大革命”之前，女人去世后，女书多作为殉葬品焚化或掩埋，只有很少的作为纪念品珍藏保留。“文化大革命”期间，大量女书作品遭受严重破坏。“文化大革命”之后，由于女性的文化水平提高了，女性之间不需要使用女书也可进行交流，因而很少有妇女学习女书了，女书开始濒临灭亡。

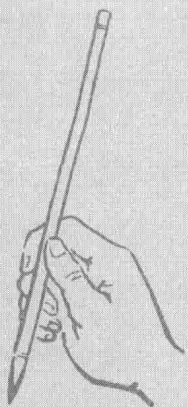
（二）女书的文章体裁

女书作品按照文章内容可以分成以下类型：

1. 婚庆作品，例如《贺三朝书》《伴嫁歌》等；
2. 祭祀作品，包括追悼刚刚去世的亲人和祈祷神灵，例如《祭祀歌》；
3. 书信作品，涉及姊妹交往、感谢、慰问、责骂等信件，例如《结交老同书》等；
4. 传记作品，例如自传诉苦歌《杨细细自传》等；
5. 教育娱乐作品，例如《四字女经》《训女词》等育儿、伦理作品，还有儿歌、民歌、谜语等；
6. 传说叙事作品，例如《太平军过永明》等历史故事，《孟姜女》《罗氏女》《祝英台》等传说、故事。

二二

女书的书法特点



女 书 书 法 教 程

二、女书的书法特点

(一) 女书书法的执笔法

女书书法分硬笔书法和软笔（毛笔）书法两种。传统的女书是硬笔书写。女书被发现后，随着时代发展，女书的软笔（毛笔）书法逐步流行，我们这本字帖主要介绍女书软笔（毛笔）书法。

(二) 女书的字型结构和基本笔画写法

女书的外观形体，从整体上看，是一种由右向左略有倾斜的长菱形体势，右上角一般是全字的最高点，左下角是全字最低的位置。它的行款方向是由上至下，由右向左，也有前一行从上到下、下一行接着从下到上书写的，没有标点，没有标题，排列整齐。字的笔画线条纤细一致，笔势犀利，既有小篆体匀称的特点，又有甲骨文劲挺的姿态。汉字呈方形，上下左右的结构，组合对称，字体显得厚实稳重；女书呈长菱形，组合形式是左右错开排列，左在下，右在上，上下保持在斜菱形范围内，字体修长、秀丽、清癯。

楷体汉字的笔画是点、横、竖、撇、捺、提、钩、折等。女书的笔画是左斜（/）、右斜（\）、左弧（（）、右弧（））、竖（|）、圆点（o），其中左斜很像撇，右斜很像捺，但是撇和捺都有锋，斜无锋。

(三) 女书书法的体式、章法

女书书法的体式有传统体式和艺术体式两类，传统体式纤细秀美，艺术体式为女书书法家王澄溪用中国传统书法技巧塑造出柳叶撇、梅豆撇、兰叶撇、辣椒撇、花环、墨珠等笔法，并着意于女书形体的艺术造型，基本体式如下：

1. 楷体式（见《芙蓉楼送辛渐》）；
2. 回头式（见《竹枝词》）；
3. 直头式（见《夏日》）；

4. 刀笔式（见《竹石》）；
5. 扁方式（见《夜雨寄北》）；
6. 重头式（见《对酒》）；
7. 斜头式（见《乡村四月》）。

女书书法落款的内容：

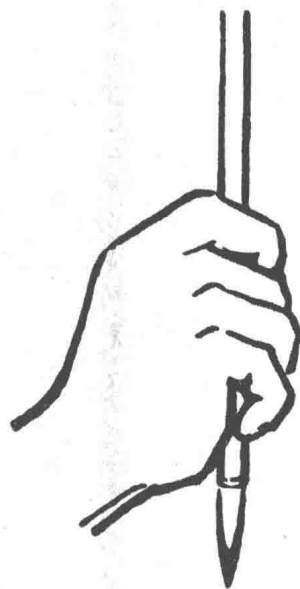
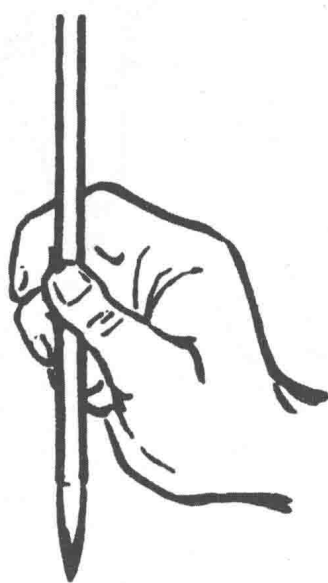
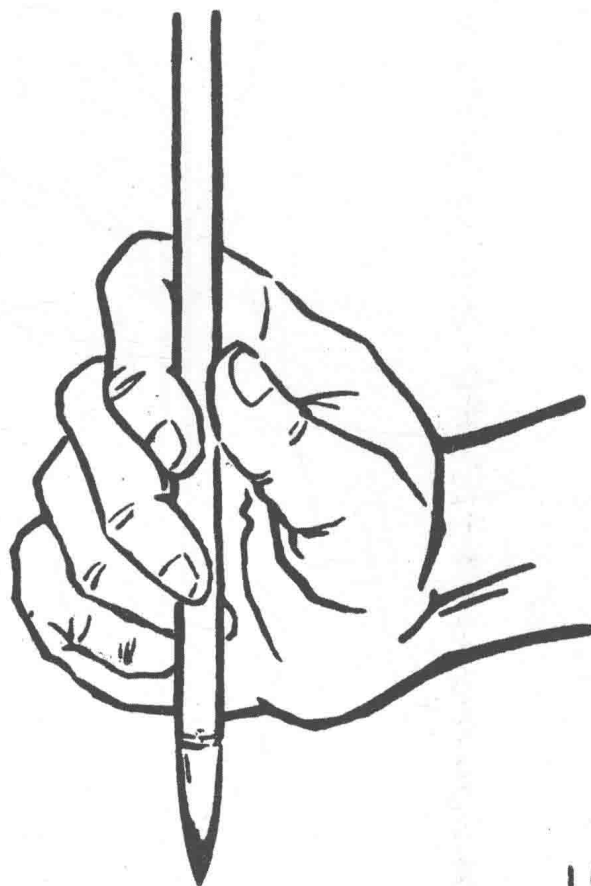
1. 注明正文的出处，即诗文的作者和诗文的名称；
2. 受书者的名字 + 称呼 + 谦辞；
3. 书写时间。可用公历或农历，但不能混用；
4. 书写者姓名、字号等；
5. 书写者对正文发表的感慨或议论等。

女书书法作品的钤印：

印章的使用要根据印章的种类和作品的布局及具体情况来恰当使用，起到调节疏密和平衡的作用。

1. 名章：一是单独使用；一是套印使用。
2. 引首章：盖在右上角正文起首的文字。
3. 腰章：盖在作品半腰补空的适当位置。
4. 压角章：盖在作品右下角的空白位置。

五指执笔法



书写执笔图