

策划编辑：闻 竹
责任编辑：那兰兰
装帧设计：孙雪丽

硬笔书法

YINGBI SHUFA

ISBN 978-7-5767-0025-1



定价：35.00元

创新型中等职业教育课程改革示范教材

硬笔书法

主编 张兴山 刘亚东 王绍泉

哈尔滨工业大学出版社



创新型中等职业教育课程改革示范教材
“互联网+教育”新形态一体化教材

硬笔书法

YINGBI SHUFA

主编 张兴山 刘亚东 王绍泉



哈尔滨工业大学出版社
HARBIN INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

创新型中等职业教育课程改革示范教材

“互联网+教育”新形态一体化教材

硬 笔

书法

YINGBI SHUFA

主编 张兴山 刘亚东 王绍泉



哈尔滨工业大学出版社
HARBIN INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

内 容 简 介

本书主要内容包括中国书法概论、中职生学习书法的意义和方法、钢笔书法、钢笔楷书、钢笔行书和书法相关知识及作品欣赏等。本书在编写时结合中等职业院校学生的实际情况,以实用为前提,由浅入深,图文并茂,使知识性、艺术性、实用性与趣味性融于一体。

本书可作为中等职业学校公共课教材,也可供广大书法爱好者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

硬笔书法 /张兴山,刘亚东,王绍泉主编. —哈尔滨:
哈尔滨工业大学出版社, 2022. 6
ISBN 978-7-5767-0025-1

I. ①硬… II. ①张… ②刘… ③王… III. ①汉字—
硬笔书法—中等专业学校—教材 IV. ①J292. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 105865 号

策划编辑 闻 竹

责任编辑 那兰兰

装帧设计 孙雪丽

出版发行 哈尔滨工业大学出版社

社 址 哈尔滨市南岗区复华四道街 10 号 邮编 150006

传 真 0451-86414749

网 址 <http://hitpress.hit.edu.cn>

印 刷 廊坊市鸿煊印刷有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16 印张 9.5 字数 181 千字

版 次 2022 年 6 月第 1 版 2022 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5767-0025-1

定 价 35.00 元

(如因印装质量问题影响阅读,我社负责调换)



前言



中等职业教育担负着培养德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才的任務，是国民教育体系的重要组成部分。新时代对中职生的素质提出了新要求，即成为德才兼备的技术技能人才。

我国历史悠久，文化源远流长，祖先给我们留下了丰富的物质和非物质文化遗产。而书法是体现中华民族文化特色的一种艺术形式，它如同一颗耀眼的明珠。书法是中国古典艺术的一朵奇葩，几千年来长盛不衰，各朝各代名家涌现，精品层出不穷。书法一直为人民群众所喜爱，具有广泛的群众基础和深厚的历史底蕴。因此，让中职生喜欢书法，欣赏书法，是中等职业教育公共课一项非常重要的任务。

开展钢笔字训练，提高中职生的书写能力是中等职业教育的重要任务之一。开展钢笔字训练不仅仅是为了让中职生能写好汉字，而是想通过书法教育更多地展示深厚的中国传统文化。

本书主要内容包括中国书法概论、中职生学习书法的意义和方法、硬笔书法、钢笔楷书、钢笔行书和书法相关知识及作品欣赏。本书在编写时结合中等职业院校学生的实际情况，以实用为前提，由浅入深，图文并茂，使知识性、艺术性、实用性与趣味性融于一体。

由于时间仓促，编者水平有限，疏漏与不足之处在所难免，敬请读者提出宝贵意见。

编者

2022年1月



目 录



第一章 中国书法概论	1
第一节 中国书法的艺术特征	2
第二节 中国书法的发展历程	5
 第二章 中职生学习书法的方法和意义	13
第一节 中职生学习书法的方法	14
第二节 中职生学习书法的意义	16
 第三章 硬笔书法	21
第一节 硬笔与钢笔书法	22
第二节 用具的准备	24
第三节 姿势与笔法	26
 第四章 钢笔楷书	33
第一节 钢笔楷书的特点及书写要领	34
第二节 钢笔楷书基本笔画与写法	36
第三节 钢笔楷书偏旁部首的写法	52
第四节 钢笔楷书的结构	71
第五节 钢笔楷书的章法	112
 第五章 钢笔行书	119
第一节 钢笔行书与楷书的关系	120
第二节 钢笔行书的书写技法	122



第六章 书法相关知识及作品欣赏 129

第一节 书法相关知识 130

第二节 书法作品欣赏 133

参考文献 145



第一章

中国书法概论





第一节 中国书法的艺术特征

书法是中国古典艺术的一朵奇葩,在世界各国文字书写中,只有汉字书写最终发展成为一种独特的艺术形式,并且源远流长,它不仅没有随着现代科学技术的进步,特别是计算机的普及、手写量的减少而魅力消减,相反它仍然保持着强劲的发展势头,成为当代中国参与者最多、受众最广泛的艺术形式之一。

作为中国人,学习并掌握一门古老而生机勃勃的艺术,不仅能够提高和丰富自己的艺术审美修养,更意味着增加了一种学习和了解本国文化的途径。

中国的书法艺术,表面看来非常普通,例如毛笔书法,不过是拿毛笔蘸墨汁在宣纸(有时也用其他的书写载体)上书写汉字而已,似乎人人都会,没有任何神秘和独特之处,但事实恰恰相反,看起来形式如此简单的艺术,其实一点也不比形式复杂的艺术容易掌握。

一、以简驭繁



图 1-1 甲骨文

书法艺术的形式,最为简单不过——只有汉字、黑白的组合,至多加上纸色和装裱形式的变化以及红色印章的搭配。但是,这最简单的形式中,却包含着无限变化、无限丰富的形态。

首先,字体的复杂性。汉字的历史形态本身是丰富多样的。从最初的甲骨文(图 1-1)到商周的金文(图 1-2),再到秦汉的篆书、隶书、草书,汉代以后的行书、楷书,还有处于这些形态之间的各种过渡样式,各种历史形态和过渡样式之间,更是既有区

别又有联系。书法以汉字为艺术创作的材料,先天就具备了优越的基础,具备表现形态的丰富性。这一点,由汉字衍生的日文、韩文和线性的西方文字是望尘莫及的。



图 1-2 商周的金文

其次,结构的可塑性。汉字作为记录工具,每个字都有其构形上的基本要求,以保证字义识读的准确性。但是,这个要求并不是僵化的。只要保持其点画和结构的相互位置关系基本稳定,其正斜、长短、方圆等,在处理时都有很大的灵活性。因此,具体到每一个书写者的笔下,汉字的形体总是千变万化而非千人一面的,即使是清代馆阁体也不例外。

再次,点画的多样性。每种形态汉字的字体都有相应的点画形态上的基本规范,但这同结构一样,并不是僵化的。在书写过程中,其具体形态具有极大的可塑性。而汉字书法的书写工具——毛笔,在塑造点画形态上具有优越的性能。两相结合,使汉字书法艺术的基本形式元素——点画的形象,具有了无限的丰富性。

最后,篇章的综合性。由单字、单词组织起来的汉字篇章,同其他文字的篇章一样,总是在符合语法的前提下,具有无限组合的可能。而汉字的结构与点画是多变的、复杂的,组合成篇以后,彼此所形成的各种关系,较之一般文字的篇章关系更加复杂。

二、以静寓动

中国书法是一种诉诸视觉的艺术形式,书法作品最终体现为凝定在纸上的形态,无论是悬挂墙上还是置诸案头,都是一种静态的欣赏。

好的书法作品总是给欣赏者以动感。任何艺术品都是创作过程的物化,仔细寻绎,都有可能从其最终形式中找到运动过程的痕迹。然而,汉字书写过程的运动性质却是独特的:它具有明确的指向性、不可重复性和不可逆性。点画书写的起、行、收等环节和字形书写的笔顺、章法安排的前后顺序,都有基本的规范,其运动方向是任何一个接受过汉字书写基础训



练的书写者都了然的。其运动过程往往还不许重复、不可逆转,因此指向性相当明确。这一特点与音乐、舞蹈十分接近。

三、纵横有象

汉字是一种抽象的符号,其结构、点画在产生之初,就已经不是写实的了。经过书写的逐渐改造,发展出各种文字形态,特别是隶书、草书、楷书之后,篆书中残存的一点“物象”更是全无踪影了。楷书的横、竖、撇、捺,尽管各有各的形象,然而哪一笔也不是自然物象的传摹;至于每个单字,与物象本身的外形特点更可能是矛盾的,如“日”字已变成方形,与太阳这个物象的圆形特征完全不同了。

但是,汉字起始时字形是以象形为基础建立起来的,并且在先民的观念中,汉字是圣人“仰观奎星圜曲之势,俯察龟文鸟迹之象,博采众美,合而为字”,汉字图示如图 1-3 所示。这种观念影响深远,造成了人们对书法艺术极重要的一种诉求:形象。人们希望在抽象的点画、结构乃至章法中,表现出或欣赏到自然的大美。



图 1-3 汉字图示

在古文字阶段,尤其是小篆以前,汉字随体诘屈,自然物象的形式以一种相对直观的方式存留于汉字的表象。这种特点,易于使人们在阅读时产生对自然万象美的联想,从而有可能越过文字字义而直接进入对形式美的欣赏、玩味,并反过来生发出在书写中表现自然美的要求。



第二节 中国书法的发展历程

中国书法艺术源远流长,从文字产生的那一刻起,我们的祖先在书写、刻契或铸造它们时,就倾注了自己的智慧,进行了艺术创造。我国有很多知名的书法家,留下了大量珍贵的书法作品。它们真实地记录了我们的前辈在书法艺术园地留下的足迹,不仅展示给我们美的魅力,而且也从侧面透露了各个历史时期的社会文化,书法家们的心路历程。

人的生活离不开历史,人类的发展不可能割断历史,人类的精神生活更需要历史。书法作为中国人的一种重要的精神活动方式,是深深植根于历史中的。要欣赏、学习书法艺术,必须了解它的历史。只有了解了历史,我们才能全面把握一位书法家、一件作品的深刻意义。

中国书法历史的开篇,目前由于考古材料的限制,只能从现存最早的成体系文字——甲骨文算起。由于文字的应用性,书法艺术与文化有着密切的联系,它总是随着文化的变迁而发展。同时,它本身也在逐渐形成自己的特定规律。综合两方面的因素,我们可以把书法艺术的发展划分为以下几个阶段。

一、第一阶段,殷商到秦(古文字时代)

殷商文字的应用范围较为狭小,主要是殷商王室占卜的记录,刻在甲骨上。由于工具相对简单,线条以直为主、锐利挺拔,字形结构保留着极强的象形特征,可以窥见造字之初先民“近取诸身,远取诸物”的思维特点。虽然比较原始,但是艺术的意味已经非常浓厚,突出表现在两个方面:一是对物象的撷取简明扼要,显示出书刻者观察事物、捕捉形式能力的高超;二是对形式美规律(诸如对称、均匀)的应用相当自如,说明书刻者艺术思维的奇妙。殷商时代并无所谓“书法艺术”的观念,但是创作者对“美”的领悟、创造,却已经为“书法艺术”奠定了最坚实的基础。

西周文字现存的主要是浇铸在青铜器上的王侯祭祀的铭文。其书写方法与甲骨刻契有



很大不同,因而形式处理也出现了一些新的特点。其中最突出的是线条形象趋于饱满、婉转、丰富,在粗细、曲直等方面的对比上有了明显的强化,有的可以看出毛笔书写的痕迹,有的甚至还形成了独特的类似后来隶书波磔的轮廓和块面式的形状。伴随线条的变化,字形结构中的象形因素逐渐淡化,而对形式规律的运用却越来越熟练和多样,从而使金文的结构形体比甲骨文更加稳定和谐、端正工整,体现出端庄肃穆的庙堂气息,令人联想到西周时期秩序井然的礼乐文化。可见,无论从形式美的角度来看,还是从其精神气息的角度来看,西周金文的艺术特质无疑是大大加强了。

进入春秋战国直至秦代,随着政治分裂局面的形成,文字的应用范围逐渐扩大,文字面貌出现了两个大的变化。一是文字的地域化变异,形成了多种书风,有的地区(如以楚国为核心的东南部)的文字甚至出现了美术化、装饰化的风格,但只有秦国比较完整地保留了西周的文字面貌,并进一步整合提炼,发展为点画均匀、结构严密的小篆书。一是用毛笔书写的文字材料越来越多,毛笔的性能得到发挥,逐渐使篆书的“线条”发展为外形轮廓更加复杂的“笔画”,篆书盘曲蜿蜒、取象自然的结构也逐渐被解散为用笔画组织排布的新结构。由此最终孕育出新的字体,其中隶书成熟最早,因此史称“隶变”。在隶变过程中,草书、楷书、行书的一些形式因素也已经出现了。秦统一六国以后,小篆成为官方应用字体,隶书也得到推广,从此中国文字逐渐进入一个新的阶段。

隶变是中国文字的一个巨大变化,对书法艺术的发展具有重大的意义。这一过程中所形成的新字体、新点画比篆书更丰富,并且都建立在“书写”的基础上,使“以简驭繁”“以静寓动”“书为心画”等艺术特征获得了全面实现的契机,也使“纵横有象”摆脱了对物象的依赖而进入自然的精神意蕴。

二、第二阶段,两汉(隶书时代)

汉承秦制,首先通用的是小篆,但隶书的使用已逐渐普及,并大约在西汉宣帝前后趋于成熟。章草也逐渐成熟并得到普及和应用。这一时期产生了一批杰出的艺术家,为世人留下了许多杰出的作品。东汉后期又孕育出楷书、行书和今草。此外,篆书仍然活力旺盛并开创了独特的风格。

汉代成就最为突出的是隶书(图 1-4)。点、横、竖、撇、捺以及钩等汉字基本点画趋于完备,形成了方圆、曲直、粗细等多样的矛盾关系,层次丰富。特别是撇、捺,左波右磔,有如鸟类的双翼,翩翩飞动,具有很强的艺术表现力。字形基本摆脱了象形的局限,体势多横扁,与篆书的纵势不同。结构虽然主要采用横平竖直、左右对称、均匀等分等原则,但因波磔的存在而形成明显的展蹙、疏密对比,具有较强的韵律感。无论点画还是结构,都有了更多的艺

术发挥,因而不同作品之间,往往有很大的风格差异。汉隶传世作品有简牍、碑刻等。简牍作品生动活泼、自由真率,富于生活气息。石刻则是书法史上的第一个高峰,有的立在庙堂、渊雅端重,有的依山摩崖、神远意畅,有的铭刻经典、严谨工整,更多的则记墓颂德、各逞风姿,可谓一碑一奇、百花争艳,充分显示了隶书的艺术魅力。

汉代开始,贵族和知识阶层对书法的兴趣越来越浓厚,更多地认识到了它作为艺术(而不仅是记录工具)的魅力。到东汉后期,在草圣张芝的影响下,生活于西北地区的一批艺术家放弃传统重事功而轻文艺的价值取向,而把精力更多地、自觉地投入到与现实政治功业关系并不密切的草书上,从而掀起了一股书法的热潮。一些学者如蔡邕、崔瑗等还从理论的角度对书法艺术的价值地位、审美本质、形式美构成和艺术创造规律进行了初步的探讨,从而使书法以一种独立的艺术形态进入人们的精神生活。



图 1-4 隶书

三、第三阶段,汉末经魏晋南北朝至唐代(楷、行、今草的时代和经典书法艺术精神的确立时代)

曹操在建安十年发布了一道禁碑令,使隶书失去了最为有利的用武之地,更使汉代后期开始形成的楷书、行书、今草在三国尤其是魏国地区迅速兴起、发展,并在随后的东晋南朝快速发展、成熟。而北朝地区则继承了汉代重视碑刻的传统,将新兴的楷书广泛应用到墓碑、墓志、造像记和摩崖上,创造了繁多的形式和风格,特别对于楷书大字的形成有重要的意义。唐代综合这两方面的精华,最终使楷书作为字体在形式上得到完善。唐代颜真卿楷书如图 1-5 所示。



图 1-5 唐代颜真卿楷书

东晋时期流行的是玄学,对人物的品藻注重才调性情,上层贵族或放浪形骸,或寄兴思辩,或悠游山水,或栖心文艺,在动荡的现实中寻求精神的适意,书法也成为因寄所托的一种艺术方式,王、谢、庾、郗、卫、陆等许多大家族以书擅名、英才辈出,创造了中国书法艺术的一个高峰,以二王风格为代表的小楷、行书、今草,成为后世无可代替的典范。后人从中发现的不只是字体形式的完善,更读出了那个时代哲学的精神和艺术家的情感心态,并由其境界的高贵脱俗、意蕴的有余不尽而总结出一个“韵”字来概括其艺术精神,成为书法艺术中优美的典型。这种艺术精神上契中国古典哲学尤其是老庄艺术美学,下合中国封建社会知识阶层主导的一种精神诉求,因而具有普遍的影响力。

唐代具有极强的文化包容性,对书法艺术的价值非常重视,甚至定位为“不朽之盛事”,盛唐时代还普遍洋溢着一种奋发昂扬的社会心理,这使书法在继承东晋的基础上又有了新的面貌。各体书法都得到了社会的重视,形成了百花齐放的繁华景象,并且都形成了自己的时代风格。其中特别值得重视的是以张旭为代表的狂草和以颜真卿为代表的楷书、行书。张旭“情动形言,取会风骚之意;阳舒阴惨,本乎天地之心”,以汪洋恣肆的笔墨抒写时代的强音;颜真卿用楷、行将篆意风韵和草情融为一体,以至大至刚、朴拙厚重的形象树立时代的风范,都可谓开天辟地,成为书法艺术中壮美的典型。颜真卿由于艺术形象与政治道德人格的刚烈忠勇非常相似,宋代以后被树立为唐代的冠冕,与王羲之双峰并峙,成为中国古典书法艺术的典范。

伴随着艺术实践的开拓创造,书法艺术理论的建设也取得了丰硕的成果,举凡书法的社会功能、本质原理、形式规律、创造原则、批评鉴赏乃至历史演进等,都出现了经典的著作,其

中的代表性观点,或发挥中国古典思想、学术的精蕴,或揭示书法艺术的特殊规律,具有卓越的原创性,同这时期的代表性书风一样,成为后世的典范和理论源泉。

四、第四阶段,宋、元及明代前中期(书法艺术的文人化时代)

从唐代后期开始,人们对书法艺术的价值地位进行了重新估价,提出“六博之上、文章之下”的观点,使书法艺术逐渐成为知识阶层(文人)的一种“雅玩”,成为表现文人的价值观、人生观、学问修养及性情趣味的一种艺术形式。

宋代以欧阳修、苏轼为代表,倡导“学书消日”的态度和“意造无法”的创作观念,注重张扬书法家主体精神世界的特殊性。苏轼、黄庭坚、米芾等书法家,无不是个性强烈、风标独树。苏轼的书法形式并不完美,字形有时过扁、用笔有时过肥,而黄庭坚却认为,这好比西施捧心,正是其妩媚之处。黄庭坚从柳公权的《瘞鹤铭》(图 1-6)中悟出结构的内紧外放,形成独特的欹侧而辐射的结构,又从舟人荡桨悟出笔法的擒纵起倒,故用笔纵放如长枪大戟,但他的矛盾对比有时过于强烈,并不协调,但他也并不避忌。米芾学古功力无人能及,但当其放笔自运时,却如“风樯阵马”,自由奔放、意足自足、不问工拙。这种书风,使书法家的精神得以自在地遨游、心灵得以适意地逍遥、情感得以真实地展示,“书相”“人心”,浑融无间。

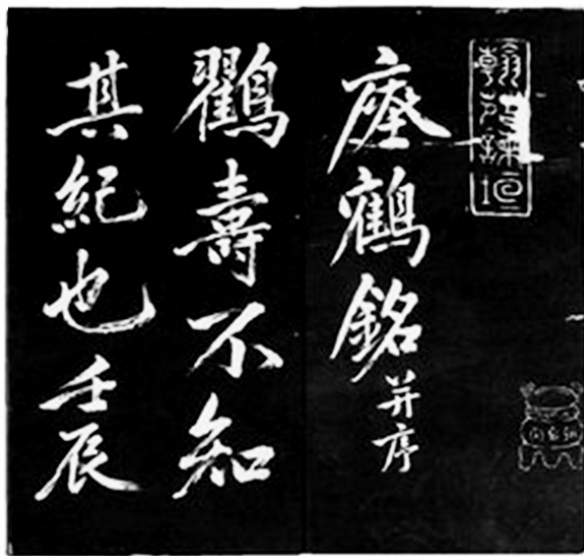


图 1-6 瘞鹤铭

元代和明代前中期绝大部分书法家对书法的基本态度和观念与宋代一脉相承,但是具体艺术实践有所不同。他们注重从古典中提取艺术语言以保证艺术形式的基本规范,代表



书法家如赵孟頫、文徵明等人,都对古代各种字体、各种书格进行过极为全面深入的学习,因而笔下熔铸很广、涉猎领域全面,最终提炼出自己的笔墨语言。虽然从创造性角度来说或许难以与二王、颜真卿、苏轼等相提并论,但是其优雅精致的文人氣息和含蕴广博的历史韵味,仍然是极有魅力的。还有一些书法家如杨维桢、张雨、倪瓒及明代中期的部分吴门书法家等,与主流书风有一定距离,对形式法度敢于大胆突破,形成或奇崛,或荒率,或简峭的风格,有的甚至有些怪异,一般与他们倾向于隐逸疏离的政治取向和强调孤峭独立的道德人格有关,反映出他们特立独行、天矫别出的气质,颇能打动人心,审美上的价值也不容忽视。

五、第五阶段,晚明至清代(古代书法艺术的总结和转型的时代)

明代建筑趋于高大,人们对大幅作品的需求大大增加,而强大的思想钳制反过来导致了思想上的个性解放思潮。这种变化到明代中后期在书法领域发生了深刻的影响,祝允明、陈淳已有变革的迹象,而有“字林侠客、八法散圣”之称的徐渭则是真正创开风气的人物。晚明的张瑞书法(图1-7)、倪元璐书法(图1-8)、黄道周书法(图1-9)都以崭新的艺术观念,在大幅作品上持续探索新风格,使传统行草出现了巨大的新变,笔法豪放奇肆、结构欹侧纵横、章法起伏跌宕、墨法淋漓酣畅,形式感强,富于视觉冲击力,走出了温文尔雅的文人氣息。董其昌等人的书风,在保持文人秀雅审美本色的基础上,利用禅学思维倡导“生”“淡”以图变化,也创造了许多新的手法,其中特别是疏朗的字行和淡远的墨色,都极有新意。

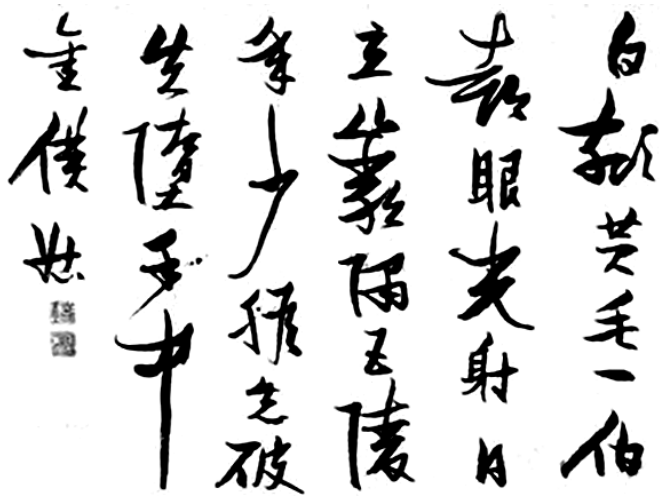


图 1-7 张瑞书法

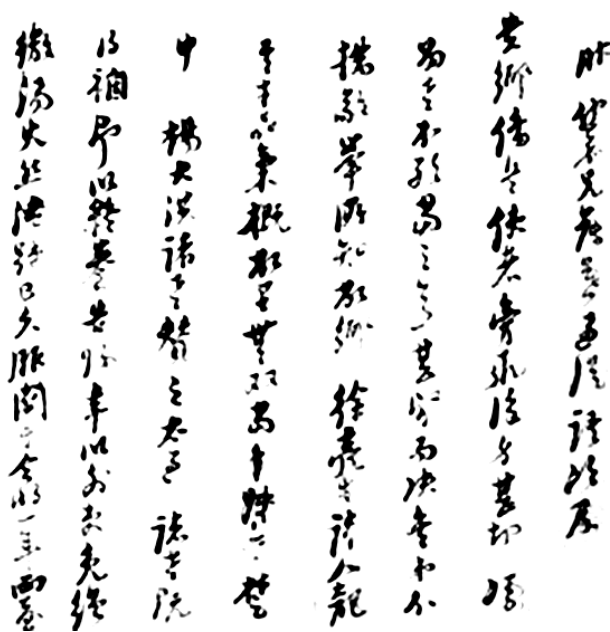


图 1-8 倪元璐书法

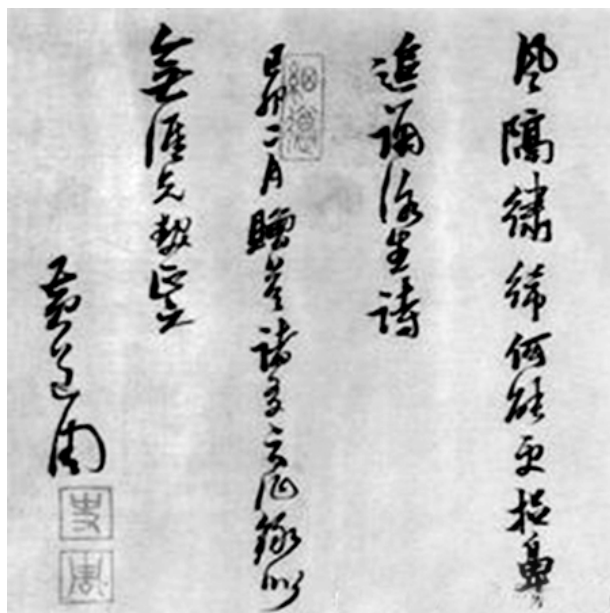


图 1-9 黄道周书法

清初,皇室先后倡导董其昌和赵孟頫书法,故在朝的文人学士多继承传统文人书风,并越来越趋于凝整工稳,渐具馆阁气息;另有不少降臣和遗民书法家继承了晚明狂放书风,但



除王铎、傅山、朱耷等人外,多数在创造力上有所不足,未能有更大的进展。一些书法家对篆、隶书的关注也在加强。

乾嘉以降,主流文化圈内的书法家,虽不足与前贤抗衡,但也出现了几位较有成就者。此时书法艺术值得注意的有两种新动向:一是在东南部商业发达地区,市民阶层与艺术家之间的交流更加频繁,把书法引向了更具市民文化气息的道路,出现了以扬州八怪等为主导、融入画法与篆隶意味的书风;二是更多学者和书法家如邓石如、伊秉绶等人在文字学和考古学发展的基础上,深入学习先秦、秦汉作品甚至是北朝作品,从而使审美逐步转向拙、大、重、厚,建立起与以“书卷气”为核心的审美传统不同的、以“金石气”为核心的审美观念与技巧。后一种书风的壮大,使沉寂已久的先秦、秦汉及北朝传统书法得到振兴,并与晋、唐、宋、元、明行草和小楷构成书坛的两大主流,从而使古典书法得到全面的总结和梳理。

晚清以来,除了两大传统继续发展以外,又出现了一个新的趋势,这就是综合汇通。一些有识之士如何绍基、赵之谦、杨守敬等人,认识到碑、帖之间,“合则两美,离则两伤”,应当取长补短、相辅相成,自觉地致力于把碑、意、帖、神融会贯通,从而开创了一条全新的发展道路。

需要指出的是,晚明和清代书法的许多探索都与艺术家走出书斋、面向社会的生存状态有一定的关系。换句话说,文人化书法审美诉求的生存土壤已经被社会化的生活境遇所改变,因而其审美理念、技巧探求已经打上了深深的社会烙印,初步具有了审美大众化的特点,开始了书法艺术向现代形态的转型。



第二章

中职生学习书法的方法和意义





第一节 中职生学习书法的方法

一、学习书法的要领

1. 学会观察

学习书法要学会观察,即要学会用眼去看,只有眼界高了,看得才能更远。其实美就在你的身边,关键是你看到了没有。如牛顿看到苹果从树上掉下来,就发现了万有引力定律;瓦特看到水壶的蒸汽把盖子顶起来,就发明了蒸汽机。当我们观察到天,就会被蓝天、白云所吸引,就会想到“蓝蓝的天上白云飘”;观察到地,就会被麦田、微风所吸引,会想到“绿油油的麦苗在微风吹动下,翻起层层波浪”;观察到小溪,就会被鱼儿、水声所吸引,会想到清澈的小溪,弹奏出优美的“琴声”,在这优美的“琴声”中,鱼儿欢快地在中水中穿梭。

在学习书法时,我们面对的是字帖、作品,所以不难发现,今天临帖观察到了一种美,明天临帖又发现了另一种美,只要认真观察,每次都会有新的发现。有了观察就有了发现,更会有了进步。只有不停地观察,不停地发现,才能不停地进步。同时,我们的观察是有层次的、是立体的,站的高度不同、位置不同,学识不同,修养不同等,通过观察感受到的美感也不同。正是这些不同,观察到的美也是不同的,有的人观察到的是外在的美,有的人观察到的是内在的美。不管怎样,只有不断观察、不断发现、不断探索,美才会不断地被感受到;只有这样不断地吸引、不断地刺激,才能满足人们的好奇心,才会有不断地追求、不断地进步。

2. 学会欣赏

学习书法要学会欣赏。欣赏什么?欣赏自然,欣赏艺术。自然是什么?是自然天成的美,是艺术。艺术是什么?真正的艺术又是自然的。欣赏那山、那水、那花、那鸟;欣赏书法、绘画、诗歌、舞蹈。把自然和人文结合在一起。在名山大川中我们看到亭台、楼阁、园林是那么和谐地交融在一起,是自然和人文完美地结合。从自然中来,到自然中去。自古以来那些文人墨客游山玩水,感受着大自然、欣赏着大自然,既陶冶了心灵,又创造出新的艺术。如宋代的大文豪苏东坡先生,在欣赏庐山时,被美丽风景所陶醉,灵感突发,写下不朽的名篇:“横看成岭侧成峰,远近高低各不同。不识庐山真面目,只缘身在此山中。”

二、正确的学书法之路

1. 临帖

临帖是学习书法的根本方法。古往今来,没有一个书法家是不经临习而成功的,没有一个人字写得好的人没临过帖。只有临帖,取法唐楷、晋行、汉隶、秦篆等传统的内容,才会有所获。

2. 专一

学书首先应师承一家,建立根据地,然后再发展。这就涉及选帖的问题,选帖的标准:①好帖;②喜欢。选帖后专心致志,认真临习,坚持不懈,直至形同神似。这个时期检验你学习得怎样,首先看临得像不像,再看笔法笔意。

3. 博采众长

当对一本帖或一家书体临习达到形同神似之后,就要广涉其他好帖,取其营养加以吸收消化,融会贯通。

4. 字外功夫

练字的同时要经常读书,掌握多方面的知识,加强自身修养。总之,加强字外功夫的训练。

在此基础上,逐步形成自己的风格,便自成一家。

三、科学的学书法方法

明确了正确的学书法之路后,我们还要掌握科学的学习方法,有了科学的学习方法,才可达较好的学习效果。

1. 临帖和摹帖

临帖和摹帖既是正确学书法之路的开端,又是正确学书法方法的根本点,必须坚信不疑。

临帖和摹帖各有优点,效果各异。姜夔《续书谱》中说:“临书易失古人位置,而多得古人



笔意,摹书易得古人位置,而多失古人笔意,临书易进,摹书易忘。”其中的“笔意”即指笔法、笔势及线条意趣。“临”的方法就是看着字帖,照着写。只要仔细地临,便容易掌握笔法笔意,从而把范本的精髓学到手。“摹”的方法,就是用薄纸蒙在帖上,直接地描画。所以字形基本上不会走样,多摹几遍,有利于把握结构。但摹书看不清笔法,“易失笔意”,虽然间架不错,但没有笔法,字就僵化。所以,初学者可以临摹并用,相互补充。

2. 每天定量

事实证明,任何事情都有一个由量变到质变的过程,练字也一样,写得太少,练习量跟不上,就谈不上进步;当然盲目机械地多写,效果也不好。一定的量才能达到一定的效果,较佳的量才能达到较佳的效果。

3. 循序渐进

学习书法,在勤学苦练的基础上,还应该懂得它是一个循序渐进的过程。

第一,先正楷,后行草。苏轼说:“真生行,行生草。真如立,行如行,草如走。”

就是说楷、行、草书三者如同人的立、走、跑,如果人连站都不能站,怎么能走和跑呢?如果没有楷书基础,直接写行书、草书,就会疏于法度,流于轻滑飘浮。行书、草书是楷书的流、便、疏、散,学好楷书之后,加强用笔的流动呼应,行草就容易上手。等到楷法熟练,再写行草时,便可悟到两者相通之处,可相辅相成,互相促进,相得益彰。

第二,先点画,后结构,再章法。书法是线条的艺术,也就是以基本点画为基础的艺术。基本点画不好,整字或整篇的艺术性就无从谈起。由于钢笔尖性硬,在线条变化上相对简单,故钢笔书法学习在结构上花的时间多,而在用笔、点画上相对较少。但这并不是说点画、用笔不重要,相反,它是钢笔书法的基本功,只有在点画书写的基本功扎实之后,才可能去把握结构。在结构上有了一定的基础后,整幅字的章法就容易把握了。



第二节 中职生学习书法的意义

人们说书法是“无声的音乐”“纸面上的舞蹈”,是“人类情感的心电图”。书法艺术以其抽象、灵动、丰富的线条给人以复杂多样的审美感受。著名抽象派绘画大师毕加索曾说:“倘若我是一个中国人,那么,我将不是一个画家,而是一个书法家,我要用我的书法来写我的画。”在2009年,中国书法列入了联合国《人类非物质文化遗产代表作名录》,从而书法成为

传承与保护的對象。

书法艺术,“书虽小技,其精者也通于道焉”。这个“道”,大的方面是指宇宙的生成变化规律,小的方面则是指人的素养、品行。我国古代教育将书法列为六经之一,是学生必读课程,旨在培养和提高人的基本素质。

一、书法艺术与人格塑造

“书以人传”,书法家作品的风格,是书法家个人情性、品格的自然流露。宋代黄庭坚说:“学书须胸中有道义,又广之以圣哲之学,书乃可贵。”在被称为“天下第二行书”的颜真卿《祭侄文稿》的书作中,记述的是颜真卿为就义于安史之乱的侄子颜季明所挥泪写下的流芳千古的祭文。我们可以从那跌宕跳跃的线条和文字内容中,感受颜真卿在听到侄子被叛军杀害时悲愤难抑的心情。同样,皇帝问当朝书法名家柳公权如何学习书法,柳公权回答:“心正则笔正。”他留下了“笔谏”的千古美名。通过学习书法,不断研习古代碑帖,心仪古人风范,必然对个人的人格塑造起到潜移默化的教育作用。

二、书法艺术与能力的培养

书法学习有利于学生多种能力的培养,首先通过对书法碑帖的临习锻炼学生细微的观察力。古人说:“察之者尚精,拟之者贵似。”学生通过观察每个字的点画结构、用笔方法和特征,从而心摹手追,训练既久,学生观察事物的能力就会得到帮助和提高。

其次是对学生想象力的培养。古人云:“夫书肇于自然。”书法中关于笔画形态的描述,很多是来自于我们的生活和自然现象,如我们描述线条的质量好时,常以“屋漏痕(下雨时农家房檐滴的雨线)”作喻。唐代草书大家张旭从《公孙大娘舞剑》中悟得笔法之理,也是关于书法艺术与想象力培养的例证。

再次是对学生辩证思维能力的培养。在临摹古代书法时,有很多辩证统一的思想贯穿其中,如字形的向背、行笔中的提按、墨色的浓淡、行笔速度的疾涩、起笔时的顺锋与逆锋、笔画形态的方圆等,都构成了书法学习中矛盾又统一的现象。从某种意义上来说,书法艺术乃至艺术创作的规律,就是运用辩证法,在矛盾中求得统一的过程。

最后,学习书法,对一个人的专注力、耐力的培养也有着其他学科所不可替代的作用。

三、书法艺术与当代文化

文化是民族的根,对于中华文化,汉字是它的根。没有文字,哪来的诗歌、历史和哲学?



中国书法向来不缺少审美依据,博大精深的书法史论,有延续两千年的完整、缜密的评判标准。

书法传扬需要“润物细无声”,重视书法,是一项“随风潜入夜”、漫长细致的一代接一代的薪火传递工程。中华文明源远流长,在浩如烟海的典籍中,有些堪称思想深刻、意义丰富、文辞隽永,业已成为中华传统思想与文化的经典,对中国人的国民性格、思维方式、道德规范、审美情趣等,产生了恒久而深刻的影响。

书法进校园让人欣喜,但如何让学生更有兴趣地“写字”,让国人把写字的兴趣和生活、文化结合在一起,与我们传承文化的历史使命联系在一起,这依然是我们面临的一个现实课题。

四、书法艺术与多学科联系

中国的书法艺术博大精深,深研书法,对于其他学科的学习,也有不可替代的作用。

(1) 文学。

“天下第一行书”——王羲之的《兰亭序》,不仅是一件千古流芳的书法名作,同时也是一篇文辞优美的游记散文。毛泽东豪迈奔放的诗作与其大开大合、气吐山河的书法作品风格高度统一,互为表里。事实表明,书法作品不能仅仅停留在形式美的层面上,它需要用文学内容去充实,我们看到一幅书法作品,如果文辞拙劣,意趣低下,又有错别字夹杂其中,那我们对该幅作品的艺术高度也会大打折扣。

(2) 历史与考古学。

书法是我国悠久的文化遗产,从有文字开始就产生了书法,我们总是从文字的延绵发展中考察历史前进的脉络。学习书法,可以增加人们对中国悠久历史和灿烂文化的了解。如教师给学生展示秦始皇时期的字体——小篆的书写时,便给学生讲了秦始皇焚书坑儒和丞相李斯统一文字的过程。这样,学生在理解这种书体时也就有了更加感性的认识。所谓“我们通过对点画的摹写,仿佛触到了历史的体温”。

而对于考古,则必须依靠扎实过硬的文字学功底来辨认古代器物。系统地学习书法,可以了解文字的衍变和发展、古体文字的辨认书写等。

(3) 绘画与设计。

书法是以汉字为表现对象的艺术,汉字丰富的线条和复杂的结构为其他姊妹艺术提供了造型元素。我们说“书画同源”(这里的画特指中国画),一方面指的是书法与中国画的用笔工具相同,都是使用毛笔;二是指二者的用笔方法相同,甚而审美标准相同。中国的艺术是注重感性的个人主观感情的表达,与西方那种精密客观、写实的刻画方法迥异。我们常常

看到一些中国画,使劲地用毛笔画“素描”,这就失去了中国画中笔墨的意趣。

而书法与设计艺术亦有很大关联。人民币上面的“中国人民银行”六个字即是书法体。一些书刊、报纸的题字,如《现代汉语词典》中的“现代汉语词典”六个字系郭沫若所题。当然,这些设计只是对书法的简单借用。2008年北京奥运会会徽“中国印——舞动的北京”(图2-1)所使用的设计元素就是一个篆字书写的“京”字,经过适当的夸张和变形后成为我们今天所看到的会徽——一个奔跑的人,较好地传达出北京以开放、热情、包容的姿态迎接四海宾客的意味,同时也体现出越是民族的,就越是世界的设计理念。



图 2-1 中国印——舞动的北京



第三章

硬 笔 书 法





中国的毛笔书法历史悠远,贯通古今,它强大的生命力和艺术感染力使之成为世界文化宝库中一门独特的东方艺术。近代以来,硬笔书法的出现,为书坛注入了一股清新的气息,产生了不可低估的影响力。

目前,硬笔书法作为书法艺术中的一个分支,与毛笔书法相辅相成,共同构筑了书法艺术之美。下面让我们一起来了解与学习硬笔书法。



第一节 硬笔与钢笔书法

硬笔是譬如钢笔、圆珠笔和签字笔等笔尖为硬质材料的书写工具。

一、硬笔

硬笔中的钢笔是西方国家发明的一种书写工具,19 世纪初传入我国。相对传统毛笔来说,钢笔携带更方便,所以很快成为大众普遍使用的书写工具。圆珠笔和签字笔是在钢笔的基础上更加优化的书写工具,它们弥补了钢笔书写笔尖旋转受限制和吸墨水等方面的不足,使用更加便利,已成为人们必备的书写工具。

钢笔与圆珠笔都属于硬笔,同毛笔相比,它们的笔尖硬,弹性小,书写的笔画粗细相差不大,加之握执方法不同,握执部位偏下,书写阻力变小,所以书写流畅快捷是它们共同的特点。

钢笔与圆珠笔相比,钢笔笔尖稍有弹性,再加上吸进的墨水,所以比较容易写出轻重感和从毛笔书法继承过来的起笔、收笔的节奏。圆珠笔笔尖圆滑,可以 360° 旋转,比钢笔灵活得多,尤其书写行书或行草,若有一定基本功,使转行笔,牵丝萦带非常便捷。也正是这一突出的优点,使圆珠笔不易把握书写的快慢,不易写出书法的顿和挫、提和按、行和驻的韵味。因此,本书重点讲解硬笔中的钢笔书法。

二、钢笔书法

钢笔书法是指用钢笔书写汉字的艺术。它脱胎于毛笔书法,所以它的基本理论、学习方法、点画安排、形势布置(结体)及审美要求等,与毛笔书法并无本质上的区别,但又有着有别于毛笔书法的独特气质。

钢笔书法的特点如下。

1. 实用性强

20 世纪 80 年代以来,钢笔书法得到了前所未有的发展,群众性的学书热潮席卷全国。究其原因,主要在于它缔结了实用性与艺术性。人人需要写字,而钢笔使用起来较毛笔大为方便,而且较毛笔字更易于为人们学习和掌握。我国著名书法家沈鹏先生说:“钢笔书法最大的特点在于它的群众性和实用性。”钢笔随处可带,随处可用,即便是到了计算机普及的今天,钢笔书法的应用价值仍然无可替代。

2. 独特的艺术性

钢笔书法和毛笔书法殊途同归,也经历了从实用性的“写字”到艺术性的“书法”这一过程。钢笔书法从传统的毛笔书法中吸取了有益的成分,在用笔、结构、章法上兼收毛笔之长,又充分发挥了钢笔的书写特点:或凌厉挺拔,刚健瘦硬,或纵横挥洒,飘逸秀美,或凝重浑朴,韵味隽永。书体也由楷、行、草书拓展为篆、隶、魏碑诸体,形态各异,风格迥然。即便是原来对钢笔书法持异议的人,面对钢笔书法的争奇斗艳和勃勃生机也慨然叹服。

3. 较强的时代性

钢笔书法同任何一门艺术一样,其生存、发展与社会环境、社会生活密切相关。改革开放以来,钢笔书法的异军突起,正顺应了时代发展的趋势和人民群众的心理要求。钢笔书法的兴起,极大地提高了人们的工作效率,繁荣了祖国的传统文化艺术。它紧扣时代的脉搏,与现代人的审美趣味和时间效率观念相吻合,这便是钢笔书法得以迅猛发展的重要原因。

三、学习硬笔书法的方法

1. 规范入门

汉字书写规范是指汉字书写要正确,它包括汉字笔画、笔顺和结构,也包含行款格式和整篇的章法布局。

要做到规范化最重要的是不写错别字,同时,要用规范的执笔姿势,规范的笔画、笔顺和结构写出正确的汉字。

2. 循序渐进

学习硬笔书法的一般顺序是先基本笔画,后结体成行,再连绵成篇;先正楷,后行草;先



继承,后创新。

正楷是汉字手写的标准字体,学习硬笔书法宜先从楷书入门。楷书有了一定的基础后再连笔和省笔练习行草。学生练习正楷一般采用分项专练的方法。

分项专练是系统地学习书法的方法,包括:一练汉字笔画,先基本笔画,后复杂笔画;二练笔顺,笔顺规范熟练,书写速度就快;三练偏旁和部首,它们往往是独体字的变形,练习它们为汉字结体打好基础;四练结体,掌握汉字的结构规律;五练行篇布局,硬笔书法以实用为主,横向左起的新格式是练习硬笔书法的主要内容。

3. 临摹思考

硬笔书法相对毛笔书法来说,比较容易入门,也容易见效果。如果训练方法得当,经过科学的组合训练过程,即可达到短时高效、事半功倍的效果。

开始练习的过程是一个抛弃故我的过程。要全心全意地取字帖之精华,学习标准的笔画结构。在认真的摹写(描红)和临写过程中,要用感知和记忆中的范字“标准像”来冲淡、替代自己原有的不好的书写模式。练习者应先学习标准的书写技法,再逐渐形成有个性的较好的书写风格。

临摹时要仔细,要思考。临摹得像,才有学习效果,不能“照猫画虎”。“察之者尚精,拟之者贵似”。摹写描红要不出边,完全合二为一;对临要位置居中,大小相似,笔画结构相同。临摹时不要只动手不动脑,要找出范字与自己书写的不同点,思考范字为什么写得好,进而找出范字的共同规律,举一反三,触类旁通。

不要急于求成,更不要心不在焉,这两种心态都不利于练字。放松心情,清除杂念,凝思笔端,可以听着轻柔的音乐,在享受中体会笔画、结构的美妙。这样,每练一遍都会有进步和提高。

总之,规范入门、循序渐进、临摹思考再加上兴趣和良好习惯,才能练出一手漂亮的字。字如门面,规范漂亮的一手好字不仅有利于书面交际沟通,而且是一个人内在文化素养的展示。



第二节 用具的准备

练习硬笔书法既奠定了深入学习书法的基本功,又提高了实用书写的能力。练习前需准备以下基本的用具。

一、钢笔

练字最好的硬笔是钢笔(图 3-1)。在书写中,钢笔的笔尖,按下去粗,提起来细,使书写具有一定的艺术性。每一支钢笔的书写效果和手感都有差异,选择一支好用的钢笔,让它成为你的好助手。钢笔的选择要以笔尖好用为准,不要被漂亮的笔杆所迷惑。好用的笔尖应有以下特点。

- (1) 笔尖圆滑,每一个角度都不拉纸(可写“8”加以检验)。
- (2) 出水适中或稍微偏多,写出的线条墨色饱满。
- (3) 笔尖的弹性好,按下去粗,提起来细,收拢迅速,变化敏锐。
- (4) 笔尖不要太细,笔尖粗一些可使线条鲜明、厚重,有效果。

拥有一支好的钢笔后要爱护它,保养它,用完马上套上笔帽,以免墨水干了堵塞笔尖或钢笔滚落到地上戳坏笔尖。钢笔要经常清洗,保持出墨畅通。



图 3-1 钢笔

二、墨水

墨水(图 3-2)的常用颜色有红、黑和蓝黑三种。红墨水一般用来批改作业,使用范围较小。蓝黑墨水颜色深沉庄重,不易褪色,书写流畅,是人们学习和工作中使用较为普遍的一种墨水。黑墨水以碳素墨水最为理想,黑墨水有浓度,有光泽,写在纸上黑白分明,十分醒目,用来写钢笔字或书法作品,效果最好。

墨水要使用同一牌号、同一颜色的,不能混用,否则,会引起化学反应,产生沉淀,不利于书写。每次书写完之后,应及时套上笔帽,否则,笔尖上的墨水会被晾干,再次书写时下水就不畅。如果要换一种墨水使用,应先将笔洗净晾干再灌注新的墨水。



图 3-2 墨水

三、纸

练习钢笔字之初,要使用带格纸。纸上的格可约束我们把字写得比较规矩。比如田字格本中的中线就很有用:字的中心要写在竖中线上,竖写不直也可以依靠它来纠正。写书法作品一般用复印纸,可以用红笔打格,也可用计算机设计格式。漂亮的纸,规整的格,对一幅书法作品有很好的美化作用。



第三节 姿势与笔法

在现实生活中,我们时常发现一些人肯于吃苦,坚持练习硬笔书法,但却进步不大,收获甚微,其原因是没有掌握科学的方法,白白浪费了许多时间和精力,因此,凡有志学好硬笔书法的人,要懂得一些学习硬笔书法的方法,要从基本的姿势与笔法开始正确地练习。

一、姿势

正确的写字姿势,不仅能保证书写自如,充分发挥书写技能,提高书写水平,而且还能促

进青少年身体的正常发育,预防近视、脊椎弯曲等疾病的发生,有益健康。这也是写字最基本的要求。正确的坐姿是书写的前提,应做到头正、肩平、背直、胸挺、臀稳、脚实,再加上三个“一”。正确的书写姿势如图 3-3 所示。

(1)头正:指写字时头部端正,稍向前倾。

(2)肩平:松肩平放,左手按住桌面上正放的纸,右手执笔垂肘。

(3)背直:后背成前倾斜直线。

(4)胸挺:前胸配合后背成前倾斜直线,不要含胸拱背。

(5)臀稳:臀部坐在椅子三分之二处,两脚平行着地,与两肩等宽。

(6)脚实:两脚踏实平放,使双腿与臀部共同支撑上身使其平稳。两腿不可交叉、重叠、内蜷或一屈一伸而致两脚不实。

(7)三个“一”:①眼睛距离桌面上的纸一尺(1尺 $\approx$ 33.33厘米);②前胸部距离书桌边沿大约一横拳头;③笔与书写者的鼻梁大致保持一条直线。

练习硬笔书法,做到以上几点,书写者能呼吸顺畅,力点均布,重心稳置,书写自如。



图 3-3 正确的书写姿势

二、笔法

1. 执笔

古人云:“凡学书者,先学执笔。”可见执笔方法对于练习写字是非常重要的。执笔方法



关系到笔的控制能力,运笔的灵活性,书写的速度,直接影响书写的效果。有些学书法者虽有写钢笔字的基础,但执笔方法还不正确,必须认真纠正。

硬笔一般比较短小灵便,且书写速度较毛笔快,因而执笔方法相对简单。拇指、食指、中指、无名指和小指的各自功能的协调发挥,简单称之为捏、挡、垫,执笔如图 3-4 所示。

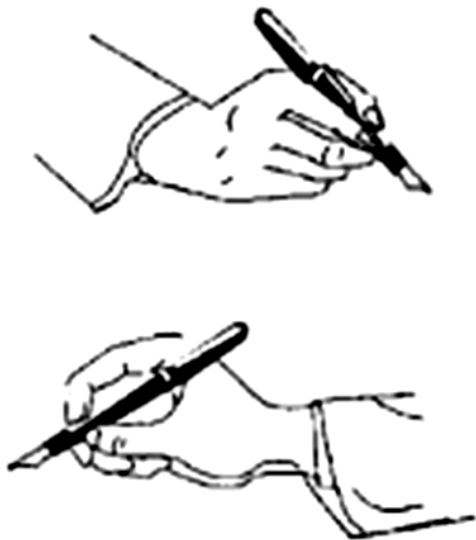


图 3-4 执笔

(1)捏。用拇指和食指的指尖向内弯曲与中指的上节端夹住笔杆,形成合力,为运笔主要力量。

(2)挡。中指第一关节侧上方挡住笔杆,笔杆上部斜倚于“虎口”,将笔牢牢控制在三个手指之间。

(3)垫。无名指和小指自然弯曲,依次垫在中指下面,既增加中指力量,起到移动支点的作用,又加强了五指用笔的稳定性。书写时无名指和小指不可向掌心勾入,也不要向外独立翘起。

笔杆与纸面的夹角约呈 50° (一般视书写者手的大小而自动掌握夹角度数),夹角大于或等于 90° 时书写速度偏慢,夹角小于 30° 也不利于书写,总之,在 $35^{\circ} \sim 75^{\circ}$ 之间。

2. 运笔

钢笔书法的运笔靠指和腕的协调运动来体现各种线条的变化,同样也包括起笔、行笔和收笔。虽然不像毛笔书法那样强调逆锋取势、中锋行笔和回锋收笔,但为了使钢笔笔尖也能

写出像毛笔那样变中求美的点面,对钢笔书法的运笔也有一定的要求。

(1)起笔。起笔又称下笔、落笔、入笔,指书写第一笔点画的开始。其方法为:横画竖起笔,竖画横起笔,斜画斜起笔,即欲横先竖、欲竖先横、欲斜先斜(指撇画)。在表现形式上又分藏锋起笔和露锋起笔(根据不同的风格确定)。所谓藏锋,就是在起笔时用毛笔逆锋取势的方法,如欲右先左、欲下先上。与毛笔书写时的藏锋不同,钢笔书写时的藏锋多用“空逆”,即“有其势,无其迹”。而露锋就是斜落笔,笔锋入纸时其锋外露。露锋是钢笔书法的主要入笔方式。

(2)行笔。行笔又称走笔,即起笔之后到收笔之前笔尖在纸上的运行过程。其方法是落笔后沿笔画的运行方向,通过指和腕的协调作用,笔尖有轻有重、有疾有缓地在纸上行走,如能使笔尖的正面始终在点画之中则为最佳行笔。

(3)收笔。收笔又叫止笔、终笔,即一笔点画运行的结束,同时也孕育着下一点画起笔的开始。收笔的笔锋也有藏露之分,其基本方法也遵循毛笔的“无垂不缩”的原则,也就是每一笔画至终结之时,笔尖停顿作收;露锋则要求笔锋轻轻逐渐提起,出锋作收(如撇、捺画)。

3. 用笔

狭义上的用笔即运笔,专指用笔方面的三步骤,即上面所述的起笔、行笔和收笔;而广义上的用笔,除上述内容(笔法)外,还包括书写姿势、执笔方法、运腕(指、肘、肩)方法以及使用笔锋的原则等。

硬笔书法用笔还要体会轻重。适度的轻笔会形成活泼的笔画造型;用笔重能表现笔画的力度。而轻重又是相对的,一般来说,起笔、收笔、折笔和钩处蓄势部位用笔较重;行笔、出锋的收笔则用笔较轻。行书中汉字的笔画用笔较重而笔画间的连带牵丝用笔较轻,即实重虚轻。

硬笔书法用笔还有个快慢问题。一般轻笔稍快,重笔稍慢。轻重快慢是执笔提和按造成的,它们又是造成硬笔书法节奏美的必要条件,因此必须细细体味,在练习中揣摩感悟,进一步去掌握。

三、临摹字帖

练习硬笔书法,最初要进行临摹字帖。临和摹是两种不同的习字方法,按从易到难的顺序,应该是先读帖,再摹帖,最后才临帖。



1. 读帖

读帖是临摹的第一步,即临摹前须对所临之帖的笔画、结构等特点和整体风貌有所熟悉,经过认真阅读与细心揣摩,掌握临摹要点,这一步的目的就是学会观察。

2. 摹帖

摹帖,即用透明性强的薄纸覆盖在字帖上,笔随影画,写得多了,便可得帖字之位置,也就是得其结构,为今后临帖、把握字形不至于“走调”打下坚实基础。

3. 临帖

临帖主要分为对临和背临。

(1)对临。在进行读帖和摹帖之后,就要进入实质性的对临,即把字帖放在自己的左前方,对照字帖,一笔一画认真临习。写完后再看看哪笔像帖,哪笔不像帖。这一过程又可称为“分析临摹”。切忌看一笔写一笔,甚至没看准就写,这样往往会事倍功半。对临又有形似神似之分。所谓形似,即所临字的点画、结构像字帖;而神似,不仅体现在形态上,更体现在神态上。练习至此,当可称为小有所成。

(2)背临。背临也称默临,就是合上字帖,凭记忆来写字帖上的字。这是通过多次对临,对字帖上的字基本掌握了以后,才能采取的临帖方式,或可形象地称之为“印象临摹”。初次背临,与对临比较会有较大退步,要多次重复书写、对照、评鉴之后,在总结的基础上提高,不可只有几个字像帖,就认为自己已经“入帖”,更想“出帖”创作。

4. 临摹需要注意的几个问题

(1)初用钢笔临摹,要注意选择适合自己的法帖。

(2)摹帖、临帖都要一举写完,即使有的笔画写不到位,也不可重笔,切忌反复描画。

(3)法帖选定后,临摹必须专一,不到一定程度,不可随意改学他帖。不可朝三暮四,不要急于求成,要注重功力,锲而不舍。

学习书法,由浅入深、由易到难,先专后博、循序渐进。只有通过不懈的练习,逐步达到熟而致巧,融会贯通,然后才可自出新意,别具形体,创造出自己的独特风格。



拓展知识

钢 笔

● 钢笔的产生与发展

钢笔曾是人们普遍使用的书写工具,它发明于19世纪初。1809年,英国颁发了第一批关于贮水笔的专利证书,这标志着钢笔的正式诞生。

在早期的贮水笔中,墨水不能自由流动。写字的人压一下活塞,墨水才开始流动,写一阵之后又得压一下,否则墨水就流不出来了。这样写起字来很不方便。

到了1884年,美国一家保险公司一个名叫沃特曼的雇员,发明了一种用毛细管供给墨水的方法,比较好地解决了上述问题。这种笔的笔端可以卸下来,墨水用一个小的滴管注入。

最早的能够自己吸墨水的笔出现于20世纪初期,它采取了一个活塞来吸取墨水。当笔中采用了皮胆后,就要用一个铁片插入一个缝中去挤压皮胆来吸墨水。到1952年,又出现了用一根管子伸进墨水中吸水的施诺克尔笔。直到1956年,才发明了现在常用的毛细管笔。

● 钢笔的种类和型号

根据钢笔笔尖的成分不同,可分为金笔、铱金笔两种。

(1)金笔:笔尖采用黄金合金,笔尖较软,弹性好,手感舒适。但金笔的价格较贵,且笔尖软,不好掌握,初学者不宜使用。

(2)铱金笔:笔尖不含黄金,部分笔尖镀金,笔尖较硬,但物美价廉,是初学写字比较合适的工具。

● 钢笔的保养

写字时,应在纸下垫一些稿纸,以增强笔尖的弹性,减少摩擦。笔尖不要在金属等硬质材料上书写,以防损坏。日常使用中避免不同品牌、不同颜色的墨水混用,以免产生沉淀堵塞钢笔。钢笔每个月左右应清洗一次,保持墨水下水流畅,如使用碳素墨水更应多清洗。钢笔如长期不用,应洗净保存。

● 钢笔的清洗

清洗钢笔有以下两种方法。

(1)一般清洗的时候可反复吸水、排水直至排出的水干净,擦干即可。

(2)如果间隔较长时间清洗或者打算将钢笔洗净封存,则需将钢笔的各部分拆开分别清洗。初步拆开后分为五个部分:笔尖、转换器(上墨器/墨囊)、握笔、笔帽、笔杆,后两者



一般是不必清洗的。而笔尖的金属部分和笔舌(上墨结构)还应进一步拆开,笔尖金属片用水冲洗干净,而整个上墨结构可用旧牙刷小心刷洗,然后放入温水中浸泡一个晚上。所有零件清洗后擦干,等完全干燥后即可装好封存。

不同的钢笔结构不同,并非所有钢笔都可拆开,对于难以拆分的钢笔,只能采用第一种方法清洗,切勿强行拆卸损坏钢笔。

(特别注意:千万不可用过热的水清洗钢笔,否则会对钢笔造成损害。)



第四章

钢笔楷书





楷书,又叫真书、正书,也叫楷体、真体、正体。所谓楷,有字中楷模之意;所谓正,意为各种字体中的正宗。楷书是汉字书写的楷模。

练习钢笔楷书,要掌握楷书的特点,遵循楷书结构端庄工整、对称均衡的原则,注重楷书“落笔轻、着纸重、取势远、出锋疾”的运笔规则,每一笔画都既严谨又富动态之美。



第一节 钢笔楷书的特点及书写要领

一、钢笔楷书的特点

楷书是汉字的主要书体。钢笔楷书具有以下几个特点。

1. 讲究用笔

钢笔楷书的笔画有提顿、藏露、方圆、快慢等用笔方法。不同的用笔方法产生不同形态、质感的线条,不同的线条需要不同的用笔方法去体现。钢笔楷书字形较小,线条粗细变化不大,如果书写时用笔稍不注意,笔画就达不到要求,笔画就会出现软弱无力、僵硬死板等问题。因此,学习者必须经过严格训练才能掌握用笔方法。

2. 笔画分明

钢笔楷书的每一个笔画的起笔和收笔都要交代清楚,工整规范,干净利落,不能潦草、粘连。但是笔画与笔画之间又要有内在的呼应关系,使笔画达到既起收有序、笔笔分明、坚实有力,又停而不断、直而不僵、弯而不弱、流畅自然。

3. 结构方整

钢笔楷书在结构上强调笔画和部首均衡分布、重心平稳、比例适当、字形端正、合乎规范。字与字排列在一起时要大小匀称、行款整齐。虽然也有形态上的参差变化,但从总体上看仍是整齐工整的。

正是由于以上原因,历代许多书法家都主张把楷书作为学习书法的第一步。实践证明,只有经过系统的楷书练习,才能了解汉字笔画、结构的特点和要求,才能掌握汉字的组合规律,为学写行、楷书奠定基础,从而练就一手合乎法度、流畅自然的行书和草书。

练习楷书,应从笔画和结构两方面下功夫。练习笔画,主要解决用笔方法问题,目的是生产合格的“零件”;练习结构,主要是解决笔画和部首之间的组合方式问题,目的是学会结构方法,掌握结构规律,从而将字写得端正、整齐、美观。

二、钢笔楷书的书写要领

汉字的特点是由笔画组成的,笔画是构成汉字的最小结构单位。钢笔楷书的笔画是以单线条为其表现形式。由于汉字结构的千变万化,不同的笔画表现的线条形态不同,同一种笔画在不同字的结构中又表现为不同形态的线条。概括起来,主要有以下特点。

(1)直与弧。一般横、竖为直;撇、捺、钩为弧。书写时,做到直如线,弧如弓,直而不僵、弧而不弱。

(2)弯与折。一般带有弯的笔画,如竖弯、竖弯钩的弯处为弯;折画的折处为折。书写时,弯处要圆转,用提笔;折处要折中带圆,用顿笔。做到弯而不软,折而无死角。

(3)长与短。这是笔画之间相比较而言的,是由字的结构需要决定的。如长横相对短横为长,短横相对长横为短;长竖相对短竖为长,短竖相对长竖为短;长撇与短撇也是同理;等等。

(4)粗与细。这也是笔画之间相比较而言的,是因笔尖用力大小不同而形成的。如横、竖下笔和收笔较重,线条粗;行笔较轻,线条较细,带有尖状的笔画,如撇、钩、捺、提画的下笔和行笔较重,线条较粗;收笔时(捺画的下笔处)用提笔,线条细、出尖。

(5)斜与正。这是指汉字笔画形态的可变性。同一种笔画在不同结构类型的字中形态会发生一些变化,以求得结构的平稳。比如撇画,在“人”字中写成斜撇,而在“月”字中就要写成竖撇;横画在“上”字中要平,而在“七”字中就要写成左低右高的斜横。这样“七”字的笔画才均匀,重心才平稳。

上述笔画的这些特点,反映了钢笔楷书线条的丰富性、可变性,从不同的角度体现了汉字笔画线条的动态美和力度美,为钢笔书法的艺术创作奠定了基础。

学习楷书,首先要从练习笔画开始,笔画的书写直接影响到字的结构效果。笔画好比零件,结构好比装配,笔画写得笔笔过硬,装配成字,就容易做到个个合格。钢笔楷书的笔画书写要求,主要可概括为三个字,即“写、挺、准”。

写,就是书写每一个笔画都要有下笔(或重或轻)、行笔(轻一些,线条或直或弧或弯)、收笔(或顿笔或轻提出尖)三个步骤,不能平拖或平划。在汉字的基本笔画中,横画比较能代表各种笔画的运笔过程。其道理在于:千万条笔画,生于一点,以点成画,积画成字。比如一点延伸到右方就是横,横垂直向下就是竖,横向左下就是撇,向右下就是捺,等等。只要掌握了



写横的基本要领,即重下笔—轻行笔—重收笔,其他笔画也离不开这条运笔路线,只是用力部位和形态不同而已。

书写笔画时,是写,还是平拖平划,笔画表现出的效果是不同的。

挺,就是要将笔画写得挺拔、刚劲、有力。体现笔画“挺”有两个主要因素:一是带有横或竖的笔画要平、要直,笔画不能上下或左右颤抖,做到直如线。二是带有“弧”或“弯”的笔画不能出现折弯,应圆转自如,做到弯如弓。

准,就是每写一个笔画之前要看准下笔的位置,这主要指在临摹字帖过程中,一要看准字帖上字的笔画在格子中间的位置;二要看准笔画的形态,同一种笔画在不同字的结构当中或在同一个字的不同部位有长、短、横势、竖势、斜势等不同的表现形态,应看准、写准;三要看准笔画的粗细,是重下笔还是轻下笔,收笔是顿笔还是出尖,要看准、写准。做到位置准确、长短适宜、粗细恰当。



第二节 钢笔楷书基本笔画与写法

初学书法,一定要在“法”上下功夫。楷书的每一个笔画都有标准形态和规矩写法,写好楷书的基本笔画是写好楷书的第一步。钢笔楷书的基本笔画由点、横、竖、撇、捺、提、折、钩八个笔画构成。

毛笔楷书的运笔线路很讲究、很复杂,每个动作都有特别的名称,如提笔、顿笔、折笔、转笔等。硬笔楷书在借鉴毛笔楷书时不必刻意模仿,应当扬长避短,化繁为简。毛笔笔画线路与钢笔笔画线路见表 4-1。

表 4-1 毛笔笔画线路与钢笔笔画线路

毛笔笔画线路	钢笔笔画线路

毛笔笔画线路	钢笔笔画线路



自古以来,初学书法的人,往往从“永”字练习,因为“永”字把汉字最基本的笔画都包括在内了。“永”字图解如图 4-1 所示。

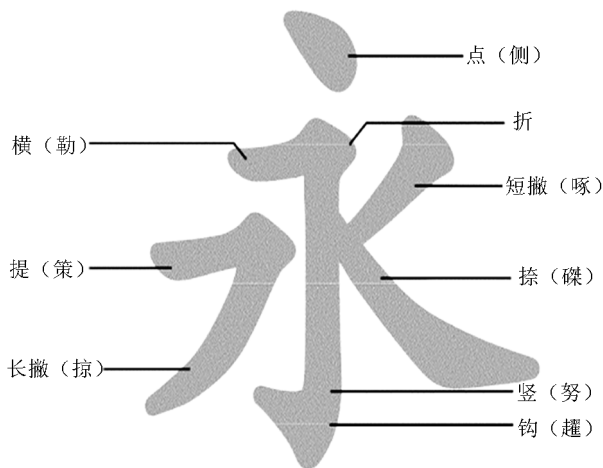


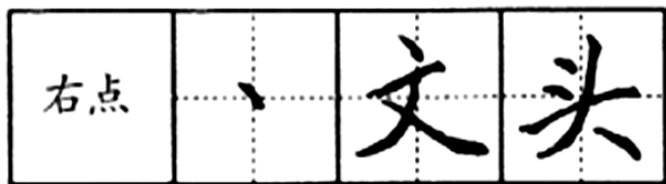
图 4-1 “永”字图解

一、点画

“点”是汉字基本笔画的基础,点画书写的好坏,直接影响字的表现效果。根据点的形态不同,又可分为右点、竖点、左点、长点、两点水、相向点、相背点、三点水、顺三点、隔三点、四点底等。

1. 右点

右点也称侧点,它有头有尾,有背有腹,要写出头尖尾丰的特点,其具体写法为:取右侧势,下笔较轻;笔画由轻变重,向右下方顿压;然后轻提下行,回锋收笔。



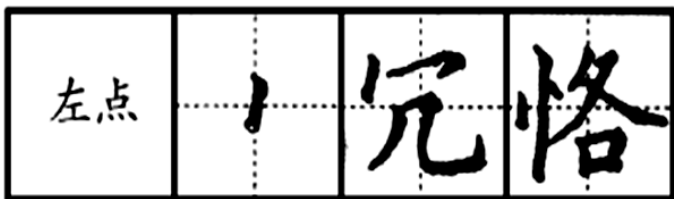
2. 竖点

一点直下似竖画的写法,由于短而成点,故称竖点。其具体写法为:侧锋“切笔”入纸,宜轻;急转中锋直下(似写竖);然后速止笔。



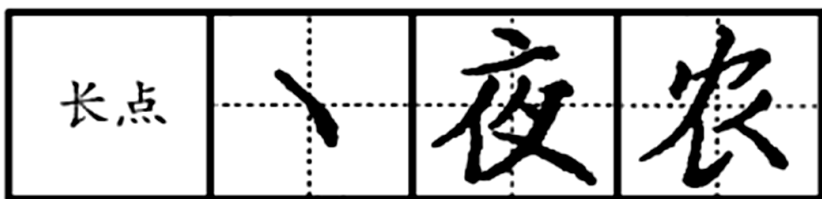
3. 左点

左点的具体写法为:取左侧势,下笔较轻;笔画由轻变重,向左下方顿压;然后轻提下行,右上回锋收笔。



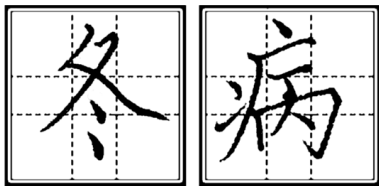
4. 长点

长点又称斜点,形如反捺,只是比反捺短且收笔有异,其书写方法为:右向取势,顺锋斜下笔;由轻渐重,右下行笔;然后至一定长度(按字灵活掌握)顿笔回锋收笔。



5. 两点水

两点水用作左偏旁时,上为捺点,下为提点。用作下偏旁时,俩点都做捺点,可稍长。





6. 相向点

相向点用作字头，左为捺点，右为撇点。下边沿不必整齐，撇点起笔要高于捺点末端，可插于捺点下。



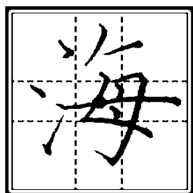
7. 相背点

相背点用作字底，左为撇点，右为捺点，上平齐。



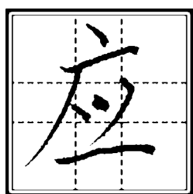
8. 三点水

三点水用作左偏旁，在两点水之间再加一个捺点，上点偏右，下两点主体在一条直线上，第三点为提点，末梢在上点下。



9. 顺三点

顺三点用作字头，在相向点中间插入一个捺点，第三点起笔高，末梢插于第一点下，总体呈右上倾之势。



10. 隔三点

隔三点较少见,如“小”字右边增加一捺点。



11. 四点底

四点底左边点为撇点,右边三点为捺点,中间两点要稍小,两边两点应稍长,上端要聚中。



点画在汉字笔画组合中虽然分量小,但应用广泛,且具有“画龙点睛”之妙,其书写难度在于它的变化组合,书写时既要各尽其态,又要相互照应,以求气势相连。

二、横画

(一)横画的分类及其书写方法

横画变化不多,只有短横和长横两种。传统说法“横平竖直”之横平,不是水平、平直,而要斜中求平稳,且不同字中的横画斜度不同;横画欲右先左,横画竖下笔是其下笔要领。

1. 短横

取仰视斜落笔,笔画根据所在部位不同,有重按下笔轻提收笔和轻下笔重收笔之分。

2. 长横

取横势向右行笔,使笔画由重到轻,至中间时再由轻到重,收笔时向右下顿压,回锋收笔。

短横宜直,长横宜曲不可直(中间上凸并略细);两个横画以上,须相互平行,且相互间距



离基本相等。

短 横	一	场	杜
	一	互	珠
长 横	一	武	七
	一	方	旦

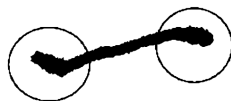
(二)横画分解



上倾之势



起笔收笔



柔性处理

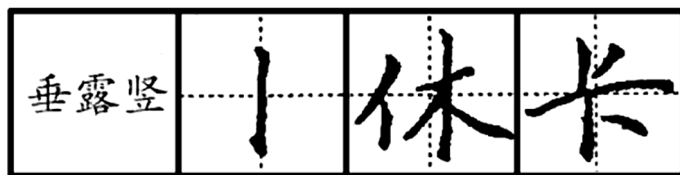
三、竖画

(一)竖画的分类及其书写方法

竖画要直,与横画一样,为一字之骨干,相当于人之纵轴或躯体。常用的竖画有垂露竖、悬针竖和短竖三种。

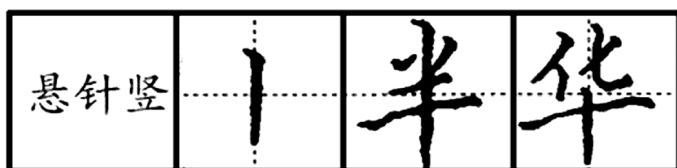
1. 垂露竖

垂露竖,顾名思义竖画之末端如清晨草禾之露珠欲滴,书写方法为:斜落笔,少顿。取竖势向下行笔,中间少细,笔末稍顿,回锋收笔。



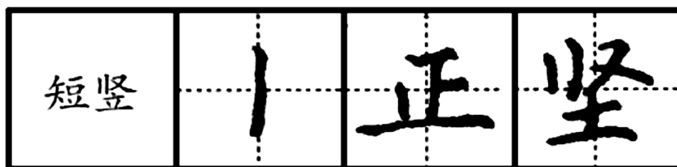
2. 悬针竖

悬针竖，顾名思义犹如针之倒悬，其运笔方法上部与垂露竖相同，当笔下行至三分之二处时，要边行笔边提笔出锋，渐行渐提，最后快速出锋。此笔画应正直劲健，不可歪斜，不可轻率迅速收笔，也不可太长，多见于末笔竖。



3. 短竖

短竖书写方法如垂露竖，短促有力为其要则。收笔时也不必像垂露那样明显。



(二) 竖画分解



直竖



起笔、收笔



完善



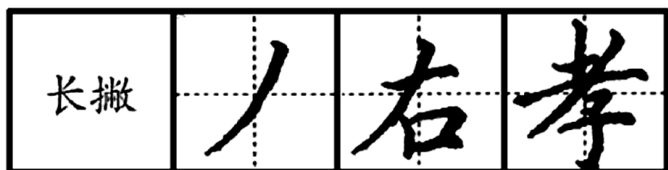
四、撇画

(一)撇画的分类及其书写方法

撇画是向左下斜伸的笔画，多与捺画搭配形成字之两翼，支撑着字的平衡。由于撇画在字中的位置不同，书写方法也有变化，主要有长撇、短撇、竖撇、大弯撇、平撇五种。

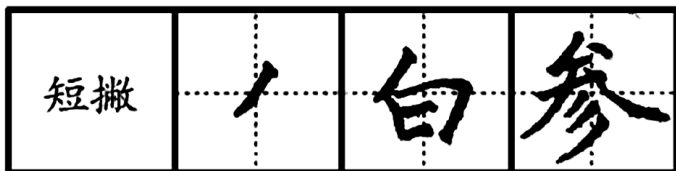
1. 长撇

长撇的书写方法：侧势斜落笔，顿笔左下转锋（靠指的转动）；左下斜伸舒展而出，边行笔边提笔出锋收笔；笔势略向上微曲，注意力送笔端，势尽收笔，切不可偏锋快速送笔而显轻率。



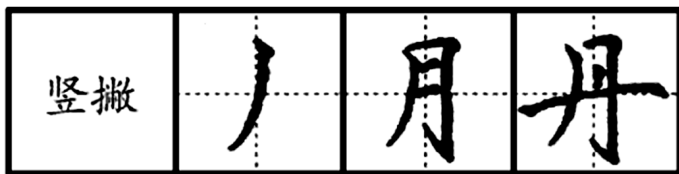
2. 短撇

短撇与长撇只是长短不同，书写方法相似。但要写得短促、果断而不草率。



3. 竖撇

竖撇的起笔、行笔、收笔皆如同长撇。先竖后撇，只是竖与撇之间自然衔接，不要留痕迹。



4. 大弯撇

大弯撇的书写方法仍同长撇，但必须写成竖撇的形式，只是竖与撇的过渡阶段更长，弧度更大一些。

硬笔书法练习

练习一 硬笔楷书练习

一	一																		
二	二																		
三	三																		
四	四																		
五	五																		
六	六																		
七	七																		
八	八																		
九	九																		
十	十																		
永	永																		
立	立																		
心	心																		
少	少																		

兵小兴王血五言不下十年住的千采人八

大	大																		
月	月																		
灭	灭																		
尺	尺																		
之	之																		
过	过																		
不	不																		
火	火																		
西	西																		
石	石																		
山	山																		
世	世																		
红	红																		
妙	妙																		
买	买																		
写	写																		
可	可																		

水	水																		
我	我																		
武	武																		
也	也																		
先	先																		
总	总																		
必	必																		
长	长																		
良	良																		
扫	扫																		
地	地																		
口	口																		
吕	吕																		
古	古																		
后	后																		
吴	吴																		
可	可																		

知	知																		
叶	叶																		
吸	吸																		
听	听																		
日	日																		
晚	晚																		
时	时																		
早	早																		
田	田																		
电	电																		
男	男																		
宁	宁																		
宋	宋																		
官	官																		
家	家																		
罕	罕																		
军	军																		

个	个																		
今	今																		
金	金																		
奉	奉																		
春	春																		
拳	拳																		
市	市																		
京	京																		
艺	艺																		
花	花																		
英	英																		
茶	茶																		
黄	黄																		
雨	雨																		
雪	雪																		
竹	竹																		
等	等																		