



中等职业学校通识课精品教材

# 书法教程

主编 梁京虎

附微课



教育科学出版社

Educational Science Publishing House



中等职业学校通识课精品教材

# 书法教程

主 编 梁京虎

参 编 鲍明坤

教育科学出版社  
· 北 京 ·

出版人 郑豪杰  
责任编辑 张 静  
责任校对 贾静芳  
责任印制 叶小峰

### 图书在版编目 (CIP) 数据

书法教程/梁京虎主编. —北京: 教育科学出版社, 2022.6 (2023.7 重印)  
ISBN 978-7-5191-3140-1

I. ①书… II. ①梁… III. ①汉字—书法—教材  
IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 095287 号

### 书法教程

SHUFA JIAOCHENG

---

出版发行	教育科学出版社		
社 址	北京·朝阳区安慧北里安园甲 9 号	邮 编	100101
总编室电话	010-64981290	编辑部电话	010-64989394
出版部电话	010-64989487	市场部电话	010-64989009
传 真	010-64891796	网 址	<a href="http://www.esph.com.cn">http://www.esph.com.cn</a>
经 销	各地新华书店		
印 刷	北京盛通印刷股份有限公司		
开 本	787 毫米×1092 毫米 1/16	版 次	2022 年 6 月第 1 版
印 张	12.5	印 次	2023 年 7 月第 2 次印刷
字 数	280 千	定 价	39.80 元

---

图书出现印装质量问题, 本社负责调换。



# 前言

中华优秀传统文化是中华文明的智慧结晶和精华，是中华民族的根和魂，是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的根基。习近平总书记在党的二十大报告中鲜明提出，推进文化自信自强，铸就社会主义文化新辉煌，强调传承中华优秀传统文化，不断提升国家文化软实力和中华文化影响力。

书法是中华民族的传统艺术，它历史悠久，以不同的风貌反映了各个历史时期的文化精神。它作为中国古典艺术百花园中的一朵奇葩，享誉海内外。书法由最初的实用技艺发展为一门艺术，不仅具有深厚的群众基础和鲜明的艺术特征，还具有实用与艺术的双重社会价值。在步入信息化社会的今天，计算机的普及使人们很容易“提笔忘字”。此时，学校更应加强对汉字书写及书法艺术的教育，强调传承和弘扬中华优秀传统文化。

本书根据中等职业学校的教学特点和中职学生的文化素质水平及知识结构编写而成，希望通过介绍书法的相关知识，对学生进行思想教育、美育教育和工匠精神教育，让学生领略书法艺术的丰厚底蕴，学会毛笔书法和硬笔书法的基本写法，培养学生的民族自豪感。

本书共分为八篇，内容包括书法概论，毛笔书法的基础知识，毛笔楷书，毛笔行书、草书及隶书，硬笔书法的基础知识，钢笔楷书，钢笔行书，书法作品欣赏。本书以实用为前提，由浅入深，图文并茂，融知识性、艺术性、实用性与趣味性于一体。



本书体例及主要栏目设计简述如下。

- ★ 开篇寄语：概述每一篇的主要内容，激发学生的学习兴趣。
- ★ 育人目标：引导学生学习方向，提升学生艺术审美素养。
- ★ 应知导航：概括每一课需要掌握的知识。
- ★ 知识探究：具体阐述有关书法知识的学习要点。
- ★ 知识拓展：补充和深化相关内容，让学生获得更多的相关知识。
- ★ 学以致用：提供有关思考与练习，引导学生通过实践熟练运用所学的知识。
- ★ 思政元素：树立正确的价值观，增强家国情怀。
- ★ 思政园地：弘扬优秀品质，提升学生的民族自信和文化自信。

本书还附有字帖二维码，扫描二维码可下载字帖电子版，供学生自主打印，以对照本书进行相应的书法练习。

本书既可作为中等职业学校书法课程的教材，也可作为广大青少年及书法爱好者自学和研究书法的参考读本。

本书在编写过程中参考和借鉴了大量有关著作，在此向相关作者表示诚挚的谢意！

由于编者水平有限，书中难免有不足之处，敬请各位专家同人批评指正，以便后续修订完善。

编者



字帖



# 目录

## 第一篇——书法概论

- 第一课 书法简述 ..... 2
- 第二课 学习书法的意义和方法 ..... 10

## 第二篇——毛笔书法的基础知识

- 第一课 毛笔书法的书写工具 ..... 18
- 第二课 毛笔书法的书写姿势 ..... 27
- 第三课 毛笔书法的执笔法 ..... 29

## 第三篇——毛笔楷书

- 第一课 毛笔楷书的用笔 ..... 38
- 第二课 毛笔楷书的结体取势 ..... 50
- 第三课 颜体用笔 ..... 54
- 第四课 柳体用笔 ..... 67

## 第四篇——毛笔行书、草书及隶书

- 第一课 毛笔行书 ..... 82
- 第二课 毛笔草书 ..... 88
- 第三课 毛笔隶书 ..... 94



## 第五篇——硬笔书法的基础知识

- 第一课 硬笔书法的书写工具 ..... 110
- 第二课 硬笔书法的学习方法 ..... 112
- 第三课 硬笔书法的书写技巧 ..... 116

## 第六篇——钢笔楷书

- 第一课 钢笔楷书的基本笔画及其书写要领 ..... 122
- 第二课 钢笔楷书的偏旁部首及其书写要领 ..... 126
- 第三课 钢笔楷书的结构与章法 ..... 138

## 第七篇——钢笔行书

- 第一课 钢笔行书的基本笔画及其书写要领 ..... 150
- 第二课 钢笔行书的偏旁部首及其书写要领 ..... 156
- 第三课 钢笔行书结构的应变法则 ..... 169

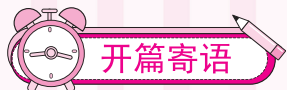
## 第八篇——书法作品欣赏

- 第一课 毛笔书法作品欣赏 ..... 178
- 第二课 硬笔书法作品欣赏 ..... 187

## 参考文献

# 第一篇

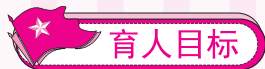
## ——书法概论



### 开篇寄语

中国书法是一门古老的艺术，从甲骨文、金文演变成大篆、小篆、隶书，到定型于汉、魏、晋的楷书、行书、草书诸体，一直散发着艺术的魅力。

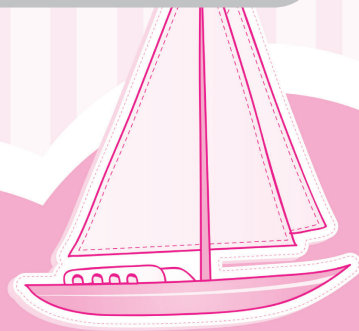
中国书法历史悠久，以不同的风貌反映出各个历史时代的文化精神，艺术青春常在。浏览历代书法，“晋人尚韵，唐人尚法，宋人尚意，元、明尚态”。追寻书法发展的轨迹，可以清晰地看到书法与中国社会的发展同步。书法艺术是独一无二的文化瑰宝，是中华文化的灿烂之花。



### 育人目标

1. 了解书法基本理论、基本知识和基本技能，培养书法创作和研究的基本能力和书法欣赏及评价的能力，从而提升个人的品格修养。

2. 通过汉字识字和书写训练，了解中华优秀传统文化，增进文化认同，坚定文化自信。





# 第一课 书法简述

## 至理名言

志当存高远。

—— 诸葛亮

百川东到海，何时复西归？少壮不努力，老大徒伤悲！

—— 《长歌行》

书法是以汉字为书写对象，以线条为造型手段的艺术。简单地说，书法就是汉字的书写方法和书写规范。书法不仅要求把字写对，不能写错字、别字，而且要求把字写得美观、漂亮，能够给人以美的享受，这样的书法才能称为艺术。

## 应知导航

了解我国书法历史上出现的五种书体。

## 知识探究

### 一、书法的形成与发展

中国书法的形成与发展，是与中国文字的起源和演变联系在一起的。有了文字就有文字的书写，也便有了书法史的开端。汉字的最初形态是图画文字，即刻画符号。汉字从图画、刻画符号到基本定型，由已知最早的成熟文字——甲骨文，经大篆到小篆，再由篆而隶，发展为楷书、行书、草书，书体的演变与文字同步并进，作为文字书写的书法艺术也便在这个过程中萌发了。

#### 1. 先秦及秦代书法

甲骨文、大篆、小篆是汉字中最古老的字体，通常称为“古文字”。

甲骨文是目前所见到的最早的成熟文字，因其是刻写在龟甲、兽骨上的文字，故名“甲骨文”（见图 1-1）。甲骨文最初于河南安阳小屯村殷商遗址出土，它蕴含书法艺术的基本要素：笔法、结体、章法。

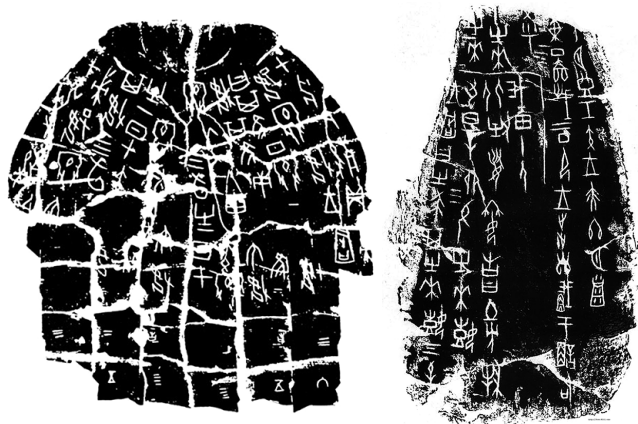


图 1-1 殷商甲骨文拓片

金文是大篆的一种，以西周青铜器铭文为代表。西周金文多铸刻，且大多为礼器，制作考究，保留了较多的书写笔意。石鼓文是战国时期秦国的文字，刻在十个鼓状的石鼓上，每一石鼓刻有一首四言古诗（见图 1-2）。石鼓文是最早的石刻文字之一，自唐代初年在陕西凤翔被发现后，历来备受推崇。



图 1-2 战国石鼓文（局部）

秦始皇统一中国后，实行“车同轨，书同文”。丞相李斯以秦国文字为基础，“罢其不与秦文合者”，统一文字，进行简化，形成秦小篆。秦小篆的特点是线条圆润均匀，结构匀称。

## 2. 汉代书法

隶书萌芽于战国时期，兴盛于汉代。西汉时，隶书已演变成熟，古隶向今隶演变。隶书到了东汉时已发展为高度完美成熟的一种书体，东汉树碑之风盛行，传世的著名隶书碑刻皆为东汉时所刻。东汉隶书气象恢宏，法度严谨，风格多样。

汉代隶书除碑刻外，书于竹木简牍上的汉简隶书亦蔚为大观，典型的有山东临沂银雀山汉墓竹简、湖南马王堆简书及甘肃的居延汉简等。

行书、楷书在汉代也已萌芽。史传颍川刘德升创造了行书字体。西汉的帛书和竹简有许多字形趋方正，笔画有楷书笔意。此后，书中楷体的成分增多，为楷体的独立成形打下了基础。

## 3. 魏晋南北朝书法

魏晋南北朝是中国书法最为辉煌灿烂的时期，中国书法进入全面自觉发展时期。篆、隶、楷、行、草五体渐趋完善，书法艺术达到了空前的高度，出现了钟繇以及王羲之、王献之（代表作《中秋帖》见图 1-3）父子（世人称“二王”）等对后世书法影响极大的杰出书法家。

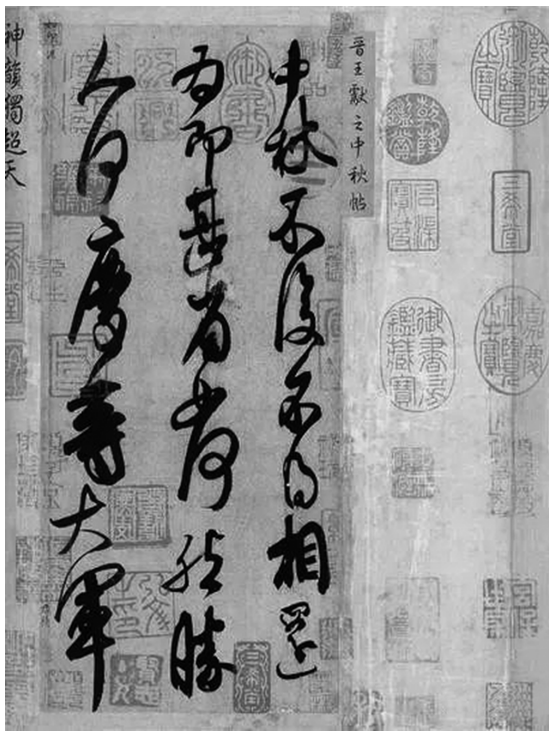


图 1-3 王献之代表作《中秋帖》



南朝书法继承东晋风气，受“二王”书风影响颇大。北朝书法以雄浑恣肆、古拙朴茂为主，形制有墓志、碑刻、摩崖、造像题记等，尤以北魏楷书最为著名，世称“魏碑”“北魏体”。

#### 4. 隋唐五代书法

隋唐是楷书的中兴时代。隋代虽历时短暂，但在书法上融合南北，为唐代书法的全面繁荣奠定了基础。初唐时，以虞世南、欧阳询、褚遂良、薛稷为代表的“初唐四家”继承“二王”传统，各有专擅。中晚唐时期的楷书家颜真卿、柳公权对书法进行了创新，使唐代楷书艺术达到一个新的巅峰。

行书方面，初唐的李世民、陆柬之皆有较高造诣。中唐的李邕是唐代倾注全力于行书的大家。

草书方面，初唐孙过庭师从“二王”，尤精草书，所撰《书谱》精辟独到，书文并茂，是后世学习今草的绝佳范本。唐代草书以中唐狂草最能标榜气势，张旭、怀素为其代表人物，世称“颠张醉素”，号“草圣”。

篆书方面，以李阳冰的成就最高，其得秦李斯笔法而能开合变化。李阳冰曾言：“斯翁之后，直至小生，曹喜、蔡邕不足言也。”其代表作有《三坟记》《城隍庙碑》等。

唐末五代时期的杨凝式，书风奔放奇逸，破唐人窠臼，开宋人尚意书风的先河。

#### 5. 宋元书法

“晋人尚韵，唐人尚法，宋人尚意。”宋人书法楷书上不及唐人，然以行草胜，借书法表现哲理、学识、情性和意趣。苏轼、黄庭坚、米芾、蔡襄为后世推崇，被称为“宋四家”。

元代是复古晋法且以复古为革新的时代，以赵孟頫、鲜于枢、康里、杨维桢等为主要代表。

#### 6. 明清书法

明代书法，承宋元之势，帖学盛行。明初书法成就首推“三宋”“二沈”。“三宋”指宋克、宋璠、宋广，均以草书见长。“二沈”指沈度、沈粲兄弟，松江华亭（今上海金山）人。明代中期书法以“吴门书派”为代表。祝允明、文徵明、王宠的书法成就最为杰出。明代中期以后称雄书坛的“四大家”之一董其昌集帖学之大成，成就最著。明末清初书坛代表书法家有徐渭、张瑞图、黄道周、倪元璐、王铎、傅山等。

清代前期，康熙好董（董其昌），乾隆喜赵（赵孟頫），于是董其昌、赵孟頫的书风天下风靡。清代中期以后，帖学衰落，碑学大兴。清代碑派书法，金

农、伊秉绶、邓石如鼎足而三，冠冕群流。

## 7. 近现代硬笔书法

西方钢笔在 20 世纪初传入我国，使沿用了两千多年的中国毛笔逐渐退居“二线”，引发了中国书法史上的革命，产生了现代硬笔书法。硬笔书法的书写工具包括钢笔、圆珠笔、蘸水笔、铅笔、塑头笔、竹笔、木笔、铁笔等，其以墨水为主要载体，来表现汉字书写技巧，具有携带方便、书写快捷、使用广泛等特点。当代著名的硬笔书法家有梁鼎光、庞中华、吴玉生、顾仲安、黄继成、钱沛云、沈鸿根、张秀、田英章、卢中南等。

## 二、五种常见书体

中国书法，历史悠久。轩辕时期始作“六文”，秦时兴用“八体”，唐代盛行楷、行、草，每一种书体都在运用的过程中随着时代的发展而发展。自魏晋以来，经过多年的应用和变化，形成了篆、隶、楷、行、草五大类书体。



五种常见书体

### 思政元素

古老中华在文明进化之初期，由结绳记事的蒙昧时期到仓颉造字，体现了书法艺术惊人的智慧与灵根。唐代张怀瓘的《书断》记载，仓颉“博采众美，合而为字”。仓颉独具慧眼，撷取自然之美，造出文字，叫作“依类象形”。东汉许慎的《说文解字》把古人的造字方法归纳为六种，称为“六书”，即指事、象形、形声、会意、转注、假借。象形文字像图画一样再现自然，记载自然，传递自然信息。这种象形之美，就是中华书法艺术美的萌芽和灵根，是先人书法美的伟大创造。

### 1. 篆书

狭义的篆书主要指大篆（见图 1-4）和小篆（见图 1-5）。篆书变体极为繁杂。大篆由甲骨文演变而来，是西周时期普遍采用的字体，相传为夏朝伯益所创，风格浑厚朴茂，结体绚烂多姿。大篆有两种：一种叫钟鼎文，另一种叫籀文。小篆是指秦始皇统一六国后命李斯等人实行“书同文”，以大篆籀文为基础，统一六国文字而出现的一种简化的规范文字。小篆笔法圆融平正，结体典雅和平，而且有规可循，是识篆与了解文字本义的重要门径。小篆发展到清代，线条变粗，而且有笔画粗细、顿挫、迟速、轻重、方圆的变化。小篆的另一个分支是汉篆，用笔上掺以方折的隶意，而入印的篆书更为方折，又称缪



篆，即摹印篆。



图 1-4 大篆



图 1-5 小篆



### 友情提示

钟鼎文是铸造在青铜器上的铭文，源于商而盛于周。这些铭文的内容大都是皇家的一些大事记。这些文字无论从史料价值还是从艺术价值来看，都非常珍贵。古代称铜为金，所以钟鼎文又叫金文。

## 2. 隶书

隶书（见图 1-6）亦称汉隶，是由篆书演变而来的，字体略微宽扁，横画长而竖画短，呈长方形，讲究“蚕头雁尾”“一波三折”。隶书始于秦，盛于汉。



### 友情提示

公元前 221 年，秦始皇接受丞相李斯“书同文”的建议，命令全国禁用各诸侯国留下的古文字，一律以秦篆为统一书体。为了推广统一的文字，李斯亲作《仓颉篇》七章，每四字为句，作为学习课



图 1-6 隶书

本，供人临摹。不久，李斯又采用秦代一个叫程邈的小官吏创造的一种书体，打破了篆书屈曲回环的形体结构，形成新的书体——隶书。从此，隶书便作为官方正式书体，直到魏晋楷书流行才逐渐被取代。

### 3. 楷书

楷书（见图 1-7）又叫真书、正书，是由隶书演变而来的，兴于汉，盛于唐。到唐代时，楷书不论是笔法还是结构都达到丰富、完美的程度。楷书直到今天依然被人们所重视。



相传东汉时，上谷人王次仲始作楷书，但从简帛、刻石等看，当时楷书并未成熟。真正的楷书奠基人当推三国时期的钟繇，其所作楷书被称为“备尽法度，为正书之祖”。



图 1-7 楷书

### 4. 行书

行书（见图 1-8）始于汉末，盛于晋，它是介于楷书和草书之间的书体。行书写得比较规矩且近于楷书的叫行楷，写得比较流动且近于草书的叫行草。行书既易辨认，书写时又方便快捷，颇受人们喜爱。

### 5. 草书

草书（见图 1-9）是由隶书演变而来的，分为章草、今草、狂草。章草始于秦汉年间，其特点是笔画有波磔，但无牵连；今草书体连绵且笔意奔放；狂草又称为大草，书写速度比今草更快，一气呵成，气势磅礴。唐代张旭、怀素皆以狂草名世。



图 1-8 行书

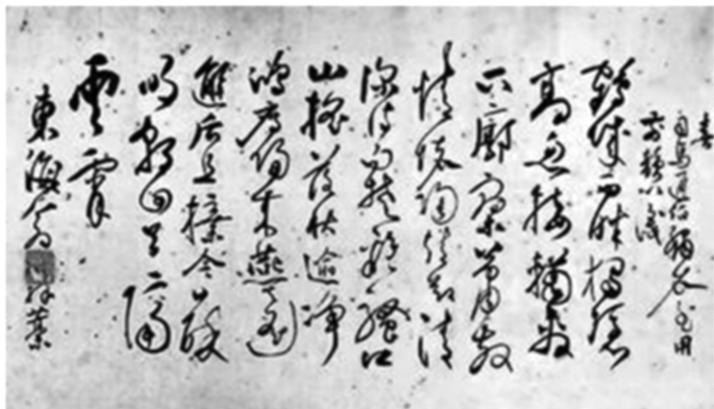


图 1-9 草书



## 友情提示

张旭的草书虽受益于张芝、“二王”，但又有创新，史称“草圣”。他自己以继承“二王”传统为豪，字字有法，又效法张芝草书之艺，创造出潇洒磊落、变幻莫测的狂草来，其状惊世骇俗。

张旭是一位纯粹的艺术家用，他把满腔情感倾注在点画之间，旁若无人，如醉如痴，如癫如狂。韩愈在《送高闲上人序》中赞之：“喜怒窘困、忧悲、愉佚、怨恨、思慕、酣醉、无聊、不平，有动于心，必于草书焉发之。观于物，见山水崖谷，鸟兽虫鱼，草木之花实，日月列星，风雨水火，雷霆霹雳，歌舞战斗，天地事物之变，可喜可愕，一寓于书。故旭之书，变动犹鬼神，不可端倪，以此终其身而名后世。”



## 知识拓展

五种常见书体对照表如表 1-1 和表 1-2 所示。

表 1-1 五种常见书体对照表（代表作、书法家、参考年代）

书体	代表作	书法家	参考年代
篆书	《泰山刻石》	李斯	秦
隶书	《褒斜道石刻》	佚名	汉魏
楷书	《宣示表》	钟繇	三国
行书	《兰亭集序》	王羲之	东晋
草书	《草书状》	索靖	西晋



表 1-2 五种常见书体对照表（笔法）

书体	点画	结构	取势	运笔	起笔	收笔	折笔
篆书	没变化	正	右上	没变化	藏锋	回锋	不停
隶书	有变化	正	右上	有变化	藏锋	回锋	停顿
楷书	有变化	正	右上	有变化	藏锋	回锋	停顿
行书	有变化	变	变化	有变化	变化	变化	不停
草书	有变化	变	变化	有变化	变化	变化	不停

## 第二课

## 学习书法的意义和方法

### 至理名言

岁寒，然后知松柏之后凋也。 ——《论语·子罕》

别裁伪体亲风雅，转益多师是汝师。 ——杜甫

中国书法历史悠久、博大精深，它兼具哲学的微言大义、史学的深邃精密、诗歌的一片天籁、绘画的气韵生动，历来为人们所喜爱。

### 应知导航

- (1) 了解学习书法的意义。
- (2) 掌握学习书法的方法。

### 知识探究

#### 一、学习书法的意义

通过学习书法可以认识、了解中华民族灿烂而悠久的历史，学习和弘扬传



统文化，对弘扬民族精神、增强民族自信十分重要。

学习书法可以练就一手规范、正确、美观的汉字。字是“门面”，它对塑造个人的形象起着重要作用。人们常说，字如其人。在某种程度上，字又是人们学识、能力、修养的一种标志。不少人因字而得福，故曰：“学好书法，终身受益，利在眼前，功在千秋。”



怀素是中国历史上杰出的书法家，他的草书称为“狂草”，用笔圆劲有力，使转如环，奔放流畅，一气呵成，和张旭齐名，有“颠张狂素”“颠张醉素”之称，具有古典的浪漫主义艺术特色，对后世影响极为深远。他也能作诗，与李白、杜甫、苏涣等诗人都有交往。他好饮酒，每当饮酒兴起，不分墙壁、衣物、器皿，任意挥写，时人谓之“醉僧”。他的草书有《自叙帖》《苦笋帖》《食鱼帖》《圣母帖》《论书帖》《大草千字文》《小草千字文》《四十二章经》《藏真帖》《七帖》《北亭草笔》等。其中《食鱼帖》极为瘦削，骨力强健，严谨沉着。而书《自叙帖》与书《食鱼帖》时心情不同，风韵荡漾，二者各尽其妙。米芾在《海岳书评》中说：“怀素如壮士拔剑，神采动人，而回旋进退，莫不中节。”唐代诗人多有赞颂，如李白有《草书歌行》，窦冀有《怀素上人草书歌》。

怀素自幼聪明好学，10岁时忽生出家之意，父母想阻止也阻止不了。他在《自叙帖》里开门见山地说：“怀素家长沙，幼而事佛，经禅之暇，颇好笔翰。”

怀素勤学苦练的精神是十分惊人的。因为买不起纸张，他就找来一块木板和圆盘，涂上白漆书写。后来，怀素觉得漆板光滑，不易着墨，就又在寺院附近的一块荒地种植了一万多株芭蕉树。芭蕉长大后，他摘下芭叶，铺在桌上，临帖挥毫。怀素没日没夜地练字，老芭蕉叶剥光了，小叶又舍不得摘，于是他干脆带了笔墨站在芭蕉树前，就着鲜叶书写。就算太阳照得他如煎似熬，刺骨的北风冻得他手肤迸裂，他也不管不顾，继续坚持不懈地练字。他写完一处，再写另一处，从未间断。

学习书法，可以克服浮躁心理，陶冶情操，培养沉着、稳重、认真的办事能力，还可以强身健体、延年益寿。

学习书法，需要作风严谨，专心致志，持之以恒，手脑并用，凝神静思。

通过学习书法练就的好字、好品德将影响自己及身边人。

### 思政元素

书法作为一种艺术，具有特殊的美学价值与欣赏价值，是一种具有特殊的艺术表现和艺术特征的艺术品种，是我们祖先根据中华民族特有的方块字形、结构规律，历经几千年的使用、完善、美化，进而形成的独特的书写规范、审美意识和审美标准。这门艺术已经融入中华民族文化，成为中华民族文化艺术不可分割的重要组成部分，尤其在当今文化大繁荣、大发展的伟大时代，书法艺术的传承和发展是必不可少的。

## 二、学习书法的方法

学习书法要掌握基本技法，如书写姿势、笔法、点画、结构、章法等，这些都很重要。

学习书法时，基本笔画要笔笔到位，进而以偏旁部首为基准，学习结字，而后学习章法。

学习书法，自古以来最为有效的方法是临摹碑帖。学习书法，先学楷书，学习楷书一般先学习颜体，而后遍临多家。临摹练习要选名帖，帖中选好字，认真临摹。练习时要做到“一步到位，一次成功”，即先专一帖，从中选好字，对每个好字先套写50遍、临写20遍，以达到像的效果。这样的书法练习可使初学者所书写的汉字一下子达到高标准状态，并建立高度自信。这种方法在长期的教学实践中被证实是非常有效的。

书法是一门综合艺术。学习者既要能写出漂亮的字，也要学养有素。学养指学问和修养，它包括知识、文学、艺术的修养，以及品德、气质、情操等。一个人的知识层面越宽广、越深厚，他的艺术品位也会越高。

### 友情提示

王羲之五六岁的时候拜卫夫人为师学习书法。他的书法进步很快，7岁时，王羲之便凭写字在当地小有名气，受到前辈们的喜爱和夸奖。

王羲之12岁的时候就读了大人才能读懂的《笔论》。他按照《笔论》所讲的方法，天天起早摸黑地写呀、练呀，甚至到了忘我的地步。过了一段时间，他写的字与以前写的相比，果然有些变化。卫夫人看后吃了一惊，对人说：“这孩子一定是看到书法秘诀了，我发现他近来的字已达到成年人的水平，照这样发展下去，这孩子将来在书法方面的成就一定会超过我的。”



王羲之并没有因被老师称赞而沾沾自喜，他临帖更用心、更刻苦，甚至到了废寝忘食的地步。

有一次吃午饭，书童送来了他最喜爱的蒜泥和馍馍，几次催他快吃，但他连头也不抬，像没听见一样，专心致志地看帖、写字。书童没有办法，只好去请王羲之的母亲来劝他吃饭。母亲来到书房，看见王羲之正拿着一块蘸了墨汁的馍馍往嘴里送，弄得满嘴乌黑。原来王羲之在吃馍馍的时候，眼睛仍然看着字，脑子里也在想这个字怎么写才好，结果错把墨汁当蒜泥吃了。母亲看到这情景，忍不住放声笑了起来。王羲之还不知道是怎么回事，听到母亲的笑声后还说：“今天的蒜泥可真香啊！”

王羲之数十年如一日地坚持练字，临帖不辍，练就了扎实的功夫，这为他以后的发展奠定了基础，铺平了道路。

### 知识拓展

甲骨文主要指殷墟甲骨文，是中国商代后期（公元前14世纪至公元前11世纪）王室用于占卜记事而刻（或写）在龟甲和兽骨上的文字。甲骨文是中国已发现的古代文字中时代最早、体系较为完整的文字，是19世纪末20世纪初中国考古的三大发现之一（另两大发现是敦煌石窟和周口店猿人遗迹）。发现甲骨文的过程是十分偶然而又富有戏剧色彩的。

清末光绪二十五年（1899年）秋，在北京任国子监祭酒（相当于中央教育机构的最高长官）的王懿荣（1845—1900）得了疟疾，派人到宣武门外菜市口的达仁堂中药店买回一剂中药，王懿荣无意中看到其中一味叫龙骨的药品上面刻画着一些符号。龙骨是古代脊椎动物的骨骼，这种几十万年前的骨头上怎会有刻画的符号呢？这不禁引起他的好奇。他对这批兽骨进行仔细的研究与分析后认为，它们并非什么“龙”骨，而是几千年前的龟甲和兽骨。他从兽骨上的刻画痕迹逐渐辨识出“雨”“日”“月”“山”“水”等字，后又找出商代几位帝王的名字。由此他肯定这是刻画在兽骨上的古代文字。这些刻有古代文字的兽骨在社会各界引起了轰动，文人学士和古董商人竞相搜求。

商周帝王由于迷信，凡事都要用龟甲（以龟腹甲为常见）或兽骨（以牛肩胛骨为常见）进行占卜，然后把占卜的有关事情（如占卜时间、占卜者、占问内容、占卜结果、验证情况等）刻在甲骨上，并作为档案材料由王室史官保存。截至2012年，已发现大约15万片甲骨、4500多个单字。



除占卜刻辞外，甲骨文献还有少数记事刻辞。甲骨文献的内容涉及当时的天文、历法、气象、地理、方国、世系、家族、人物、官职、征伐、刑狱、农业、畜牧、畋猎、交通、宗教、祭祀、疾病、生育、灾祸等，是研究中国古代特别是商代社会历史、文化、语言文字的极其珍贵的第一手资料。



### 学以致用

1. 简述学习书法的意义。
2. 学习书法的方法有哪些？

### 思政园地

张良勋，字伯耀，号若水，1941年生于安徽宿州，1961年毕业于安徽省艺术学院美术系，1965年从事新闻工作。早年版画《收麦时节》《公社姐妹》同时参加国庆十五周年全国美展，并赴欧、亚、非多地展出，获得好评。1981年，中国书法家协会成立，他成为首批会员。同年，安徽省书法家协会成立，他为创始人之一，被选为常务理事；1988年，当选为省书法家协会副主席；2001年，继赖少其、李百忍之后，当选为第三届安徽省书法家协会主席。其作品曾参加第一、第二届全国书法展，全国中青年书法展，赴日巡展及多种全国性的大型书展，并被多家中外博物馆和文化机构收藏，刻入多处名胜碑林。自20世纪70年代以来，他曾多次担任全国书法展赛评委，曾任第八、第十届全国文学艺术工作者代表大会代表，中国书法家第四、第五届理事，现为安徽省书法家协会名誉主席、安徽省文史馆馆员、安徽江淮诗书画研究院院长。

作为省书法家协会前主席，多年来，张良勋一直积极投身各类社会活动，积极参与公益事业，以行动弘扬书法艺术，让书法艺术更多地走近寻常百姓的生活。

庚子年初，新冠肺炎疫情突如其来，牵动着全国人民的心，也牵动着安徽书法工作者、爱好者的的心。疫情防控期，他们挥毫泼墨，创作了一批战“疫”书法作品，寄翰墨书香以鼓舞士气、温暖人心。张良勋虽然已经80岁高龄，但仍然积极行动，以笔为戎，挥毫泼墨，用优秀的书法作品来宣传、引导、记录时代，以饱满的创作热情展现一名书法家的社会责任和艺术水平，传递抗击疫情的信心和决心。



书法名家写春联，翰墨飘香春意浓。多年来，每逢春节，张良勋都积极投身于各类“名家写春联”活动，到社区，到街头巷尾，到乡下农村，为百姓献上喜闻乐见的优秀书法作品，借此表达新年祝福。他说：“贴近生活、贴近群众，不仅弘扬了中华优秀传统文化，也给我们书法工作者服务社会、奉献人民提供了良好的平台。”

几年前，张良勋接到书写“合肥城市精神”表述语活动的邀约，虽然身体不适，但毅然推迟了吊水时间，准时参加活动，创作了一幅用笔苍劲、法度严谨、风格老辣的合肥城市精神表述语隶书作品，为合肥城市精神鼓劲。

张良勋积极弘扬书法艺术，推动安徽省书法事业的发展。几年前，张良勋书法巡回展在江苏多个城市举行，引发当地社会广泛的关注，展览现场人头攒动。观展人均表示，张良勋先生的作品书体各异，具有很强的艺术观赏性，特别是18米行书长卷《琵琶行》，堪称鸿篇巨制、撼人心魄，充分彰显了其笔墨功力和清雅的人文气息。

张良勋不仅在书法艺术上取得了极高的造诣，还长期致力于弘扬中华传统书法艺术和推动安徽省书法事业的发展。1981年，在张良勋等人的积极推动下，安徽省书法家协会成立。从此，张良勋一直积极推动安徽省书法事业的发展，特别是在担任第三届安徽省书法家协会主席期间，他带领省内书法家积极参加全国书展，并在省内举行书展，促进安徽省书法家之间的交流。此外，省书协还多次举办书法理论研讨会，以提升安徽省书法水平。

在张良勋的推动下，安徽省群众的书法教育也如火如荼地开展起来。省书协不定期举办书法学习班，免费教授书法，一批书法爱好者走上了专业道路。在此期间，热爱书法艺术的人越来越多，安徽省书法爱好者的队伍越来越壮大。

讨论：

1. 从张良勋推动书法发展的示例中，你学到了什么？
2. 从文中哪些地方可以看出张良勋对传承民族书法文化的社会责任感？请结合具体事例体会和分析。