

# 浅析学书法应从楷书入手

◎陈玲

摘要：楷书是汉字的主要书体，是由隶书逐渐演变而来，更趋简化，形体方正，笔画平直，练习书法从楷书入手可以起到事半功倍的效果。

关键词：楷书 颜真卿 法度 临帖

实现中华民族的伟大复兴，要依赖祖国传统文化的复兴。而作为中华文化赖以生存的汉字，必然是每一个中国人的必修课，国家在越来越重要的层面上关注汉字书写，弘扬书法文化，笔墨精神将更进一步融入大众生活。然而关于学习书法应该先从何种字体入手众说纷纭，有的学者认为应该从篆书入手，因为小篆是最早统一的文字，也有的学者认为应从隶书入手，隶书删繁就简，同时又保留了原有文字的特点，当然更有学者认为学习书法应该从楷书入手，因为楷书最为规范、端正。

要唱戏先要练好基本功，而书法里的基本功就是楷书。为什么写好书法要先写好楷书呢？人都是先学会走路然后才能跑，写字同理。要先学会一笔一画，才能形成自己的风格。楷书的笔画最为端正，写行书著称的王羲之，狂草出名的张旭，都是因为楷书的水平达到了炉火纯青的地步，才形成了自己的风格。先写楷书实际上就是从规矩入手。在故宫大殿上有一个名为“正大光明”的牌匾，牌匾上的字体就是楷体，不只在故宫，我们现在看到的很多牌匾，几乎都是楷书，而这些牌匾上的楷体全都来自一个人的笔体，这个人就是颜真卿。



图 1

《多宝塔碑》是颜真卿的楷书代表作，将其中一个字和其他几种书体比较，总体上看，篆书是长方形，隶书是扁的长方形，而楷书则是正方形。我们常说中国汉字就是方块字，方方正正就很容易理解为比例对称，但实际上，楷体并不是对称的，同一个“森”字在篆书时期文字的确是左右

工整对称的，演变到楷书时，汉字就不再对称了。虽然楷书以平正为根本，但过于整齐一致就会显得呆板，所以楷书的横画像叠时才会有短有长。但是在变化里，仍然保持整体的平衡，气势连贯。可以说楷书的整体特点就是方正均衡。

字源演变：

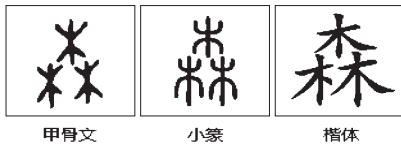


图 2

点是楷书笔画最基本的要素，就像《多宝塔碑》（见图 3）上的这个“一”字，它从点开始起笔，落笔又回到点上，以此类推，在这些碑文笔画的起止转折和停顿的地方，标明点的形状，不难发现，楷书的每一笔都是由点组成的。汉字的笔画变化多样，但万变不离其宗，这些变化说到底无非就是点运动的轨迹，所以说小小的一个点就是楷书运笔的基本规律。楷书可以说是各种书体的基础，练好楷书了，可以更好地打好学习书法的基础。而且楷书也能使习字者逐渐地掌握到运笔的方法与整体字形的结构。



图 3

取法乎上，选择好的字帖临摹尤为重要，楷书四大家欧阳询楷书法度严谨，笔力险峻；颜真卿楷书端庄雄伟，气势开张；柳公权楷书清健道劲，结体严谨，笔法精

妙，笔力挺拔；赵孟頫楷书圆润清秀，端正严谨；学习者如结合碑刻拓片、墨迹作品、书法文献等有效地进行笔法、结字、章法等严格训练，循序渐进，则更容易提高和进步，同时提高审美能力，造就深厚的文化底蕴。

参考文献：

- [1] 刘小晴. 谈谈学习楷书的体会 [J]. 老年教育：书画艺术，2019（005）：12-13.
- [2] 毕莹林. 学书楷为先 [J]. 艺术品鉴，2015（007）：150.

作者单位：湖南吉利汽车职业技术学院