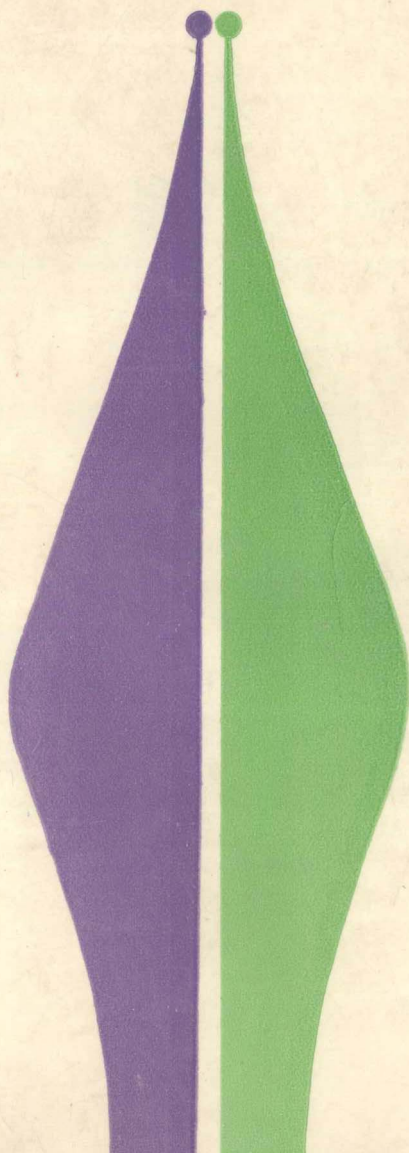


鋼筆楷書基礎教程

尹俊龙 主编

薦机



浙江大學出版社

钢笔楷书基础教程

浙江大学出版社

主	编	尹俊龙
编	写	傅建琳
		范林庆
		顾仲安
选	文	周文炎

钢笔楷书基础教程

协和函授学院

主编 尹俊龙

※

浙江大学出版社出版

浙江省杭州富阳印刷厂印刷

全国新华书店经销

※

开本787×1092 1/32 印张5 字数115千字

1988年12月第1版 1988年12月第1次印刷

印数：0,0001—50,000

ISBN7—308—00174—1

G·011 定价1.80

目 录

第一章 绪论	(1)
第二章 写字常识	(4)
§ 1. 写字姿势	(4)
§ 2. 执笔方法	(5)
§ 3. 运笔方法	(6)
第三章 钢笔楷书基本点画	(8)
§ 1. 点类	(8)
§ 2. 横类	(11)
§ 3. 竖类	(13)
§ 4. 撇类	(14)
§ 5. 捺类	(16)
§ 6. 挑类	(18)
§ 7. 钩类	(19)
§ 8. 折类	(22)
第四章 钢笔楷书偏旁部首	(25)
§ 1. 字头类	(25)
§ 2. 字底类	(31)

§ 3. 字框类	(37)
§ 4. 右偏旁类	(39)
§ 5. 左偏旁类	(42)
第五章 钢笔楷书基本结字法	(50)
§ 1. 楷书的结字原则	(50)
§ 2. 楷书的结构分析	(54)
第六章 钢笔楷书的章法	(62)
§ 1. 构思谋篇	(62)
§ 2. 首字领篇	(63)
§ 3. 行气贯通	(63)
§ 4. 分行布白	(64)
§ 5. 字款协调	(64)
第七章 临摹	(66)
§ 1. 什么叫临摹	(66)
§ 2. 临摹的方法及要点	(67)
第八章 楷书名帖欣赏	(69)
第九章 钢笔楷书单字范例	(82)
第十章 钢笔楷书范文字帖	(106)

第一章 绪 论

楷书，也叫“正书”、“真书”、“正楷”。它纠正了草书的漫无正准，减省了隶书的波磔无度，具有形体方正，笔画平直的特点，被认为是书体的楷模，故名楷书。楷书始于汉末，行于魏晋南北朝，盛于唐朝，沿用至今，已成为当今的规范字体。

楷书取古隶的方正，集八分的遒美，得章草的简捷；它点、横、撇、捺、竖、钩、折、挑八法俱全，点画清晰分明，法度严谨规范，形态方正平稳而又不失其险劲，清晰谨严而又有变化；其用笔平直工整，方圆有致。唐·孙过庭《书谱》云：“真以点画为形质，使转为情性”，是对楷书用笔的精辟概括。

宋代大书法家苏东坡在《书论》中说：“书法备于正书，溢而为行草。未能正书，而能行草，犹未尝庄语，而辄放言，无是道也。”楷书的规律初学者容易掌握，印刷体大多是从楷书演化而来，因此习字之初当从学好楷书起步。著名作家姚雪垠在

《书法门外谈》中说：“为着充分利用文字的社会功能，我一贯强调写楷书，如欲求快，可于楷书的基础上写成行楷或行书。”并希望“教语文课的老师必须会写一手看得过去的楷书字，为学生作榜样。”这决非是书法门外汉所谈。

钢笔书法与毛笔书法都是以汉字为其表现对象，它们既有共性又各具个性。就表现力来说，毛笔笔头软、弹性幅度大，笔锋能聚能散，毫柔锋健，锋毫随运笔的提、按、顿、挫可写出粗细、浓淡、枯润变化相当大的笔画和字体。所谓“笔软，奇怪生焉！”道出了毛笔丰富的表现力。钢笔（及所有硬笔）笔头尖硬，弹性幅度小，笔锋聚散力弱，运笔时虽然也有提、按、顿、挫的轻重变化，但笔迹粗细、浓淡、枯润的变化不大，表现力远不及毛笔。毛笔书法可以表现出如诗似画的意境，而钢笔书法却有它匀整、划一、清秀、劲健的风格。

从结体上看，汉字的结体千百年来形成了较为固定的结构规律。钢笔书法与毛笔书法在这一点上是基本一致的。由于毛笔的粗细变化大，用毛笔书写的有些字看上去结体是匀整相称的，但是用细硬而粗细变化不大的钢笔去临写，就容易出现失势，造成松散不稳、布白不匀的情况。因此，用钢笔临写借鉴毛笔书法时，应重新考虑行笔气势和笔画间的结构，使之匀称、紧凑。

再从章法上来看，毛笔书法多追求“疏可奔马，密不容针”、“龙飞凤舞”等笔情墨趣。钢笔书法则更侧重于追求整齐、均匀、清爽、悦目，通篇“状如算子”的风格。

“笔不论钢与毛，腕不在低与高；行画如乱水通人过，结体如悬崖置屋牢。”启功先生对毛笔书法与钢笔书法异同的概括是精辟的。

书法是祖国优秀文化遗产中不可或缺的组成部分，是中华民族文化的象征之一。钢笔书法的兴起与发展，必将使汉字书法在人类文字史上发出更加璀璨的光辉。

“今天应该是提倡青少年写好钢笔字的时候了”。（姚雪垠《中国钢笔书法》创刊号）

日常写字 第二章

横变字形 (1)



(1) 图

要其首、半、中、尾

。横变字形 (1) 图例如下

(1) 图例如下：横变字形 (1) 图例如下

未变其 (1) 图例如下 (2) 图例如下

。其首、中、尾

图，主要求变 (1)

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾

。其首、中、尾



(2) 图

第二章 写字常识

§ 1. 写字姿势

初学写字，首先要注意正确的书写姿势。

正确的写字姿势如图(1)和图(2)所示，其要求有如下几点：

(1) 身体要正，两肩要平。

(2) 要身直、胸舒。一般说，胸部与桌沿距离约二寸左右。

(3) 头要端正，自然前倾，眼睛与笔头距离应保持一尺左右，成自然倾视。

(4) 上臂宜自然撑



图(1)



图(2)

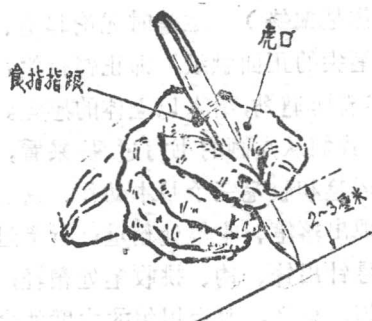
开，左右前臂相会成直角，左手按纸、移纸，右手执笔。

(5)两脚踏稳，不要交叉、蜷腿。

正确的写字姿势，既有利于把字写好，也有利于身体的健康和发育。

§ 2. 执笔方法

与毛笔的五指执笔法不同，钢笔是五指执笔法，如图(3)所示。



图(3)

执笔时应注意：(1)无名指和小指应自然弯曲依次叠靠在中指下面，小指第一关节着纸起垫托作用，无名指不可着纸，无名指和小指不可向外翘起，也不可勾进掌心使中指着纸。

(2)三指握笔要实，掌心要圆虚，做到“指实掌虚”。

(3)小指着纸起垫托作用。初学者可使腕关节稍稍着纸以稳定手势，但掌肚却不可过多着纸，以免影响书写的灵便。

(4)书写时，笔杆自然斜靠在食指指跟关节处，一般是笔杆与纸面成 50° 角左右为宜。

(5)笔头露出指头部分的长短要适宜，一般在2~3厘米左右较为合适。

§3. 运笔方法

运笔和执笔的方法统称为笔法。它们关系到线条的形态、力度和速度，是控制线条质感的手段，也是书写技巧中最基本、最重要的内容。具体地说运笔要求有以下三个方面：

(1) 点画要呈现立体感。钢笔的笔尖有正面（可以认为是正锋）、侧面（可以看作是偏锋）。运笔时无论起笔、行笔、结笔还是转折处都使笔尖的正面触纸，即正锋行笔，则点画必定是圆润而厚实、丰满而道劲，给人以立体的感觉。

(2) 点画要有轻重感。我们从点画的书写过程来看，任何一个点画，都有落笔、运笔和收笔三个基本动作。这三个动作用力是不同的。应表现出落笔、收笔处稍重；行笔过程稍轻；转折停顿处略重；悬针出锋、钩、挑收笔处稍轻；

“点”宜重、“画”稍轻等等。总之，改变用笔的力度就会产生不同的效果，写出来的点画不仅粗细不同、首尾明确、点画分明，还会给人以飘逸秀美、沉着浑厚的感觉，同时还有起伏的变化，又富有弹性之美。强调钢笔字点画运笔的轻重感时，应该注重含蓄，还要注意轻笔忌浮弱，重笔忌呆滞。

(3) 点画要有快慢感。我们知道，字的结构，如果平正、匀称、连贯、参差皆备，而没有飞动之势，则必缺乏生气，要有生气必须用生动的点画来表现。表现点画的动感就楷书而言，往往就是点画的运笔要有快慢、徐疾的变化。一般是落笔收笔较慢，中间行笔稍快；转折处不可快，直行的笔画不应慢；用笔重则慢，用笔轻可稍快；作点时宜慢，出

第三章 钢笔楷书基本点画

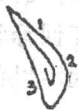
汉字的基本点画，就是构成汉字的基本书写线条，它是汉字的最小组成部分。要学好钢笔楷书，必须从基本点画开始。下面我们将楷书的基本点画按点、横、竖、撇、捺、挑、钩、折八类逐类分析其具体的写法。

§ 1. 点 类

点是一个字的眉目，最能表现用笔精神，并关系到字的神态。“永字八法”中称点为“侧”，是说点的笔锋顾右，审其势险而侧之，形成侧势，犹如高山坠石，姿态生动峻落。因此点的基本要求是：有头有尾，有腹有背，并要背圆腹平，头微尖，尾丰满，做到浑厚有力，圆满精到，向背分明，顾盼生姿。

具体写法如下：

取侧势，向右下方落笔，力度由轻渐重，至点



的背部用力顿一下（示意图中打“。”处，下同），然后回锋收笔，使其腹平。要求运笔干脆利落，用力轻重有致，不拖泥带水，含糊不清。

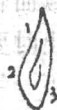
点在汉字中随处可见，在具体应用中，应随字异形，不可千“点”一律。点的变化，形状有别，运笔大同小异，列举如下供参考。

名称	侧点	垂点	横点	直点	长点	挑点	撇点
示例							
字例	义头	忆冗	上快	穴文	不爻	示泰	六曾

书写要点简述如下：



1.侧点：因其势顾右，俗称右点。具体写法前面已作叙述。一般侧点方向与左下一笔相呼应，如“永”字；如用在末笔的侧点，则要向内呼应收势，如“头”字的最末一点。



2.垂点：因侧势取左，并多用在左边，又称左点。具体写法是向左下方侧势下笔，用力渐重，至点的背部（在点的左边）顿而往右上收锋。收锋时要注意与下一笔的呼应。如“冗”字首笔的一点。



3.横点：其形状象侧点，向右横平取势。起笔时轻轻往右落笔，力度渐重，至点的背部（在点的上边）顿而往左回锋收笔。注意背部往上稍稍隆起，以免平而呆板。如“上”字的一点。



4.直点：稍重往右下落笔，随即顿而转笔往下行笔，至末端轻快往上回锋收笔。直点多用在字的上部起笔处，注意不可写得过长、过直。如“文”字首笔的一点。



5.长点：起笔取侧势，向右下方向轻轻落笔，力度由轻渐重，用笔宜劲涩，至点的尾部顿而向左上回锋收笔。整个长点应稍有背弓腹收之态。如“不”字的末点。



6.挑点：向右下侧势落笔，宜重，顿笔后转锋向右上快而有力挑出。挑点虽形似后面要介绍的挑画，但作为点则须写得短促有力。如“江”字的第三笔。

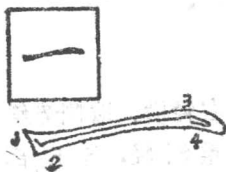


7.撇点：起笔向右下取侧势，如作侧点，然后顿而转笔用力向左下撇出。注意撇出时要短促着力，收笔时要照应到下一笔的起笔。如“曾”字的第二笔和第七笔。

§2. 横 类

横画在汉字中多为主笔，起着横梁作用。在楷书中横画写得好与坏，关系到字的骨力。在“永字八法”中称横画为“勒”，是说“勒者，趯(tì)笔而行，承其虚画，取其劲涩”。因此横画一定要表现出坚挺劲涩，舒展匀称，轻重起伏，生动得势。还要注意横画在楷书中不能绝对写平了，一般是自然上斜些。古人云：“凡平画忌如算子，终篇展玩，不见横画，始是书法”。（元·陈绎曾《翰林要诀·平法》）因此钢笔楷书横画的基本要求应该是：头斜方、尾略圆，中间由细渐粗，后半部向上稍弓，犹如覆舟，整个横画要有起伏变化，既富有弹性又显示出力度，并不失其生动之态。

具体写法试述如下：



落笔取侧势，以斜方起笔，稍顿而向右行笔，用力渐重，至尾部稍驻而顿笔略往右下，然后向左回锋收笔。注意侧势斜方起笔要显而不露，中间行笔力度由轻渐重，收笔处要顿挫有致，不可围转成圆尾，也不可拖出尾巴。

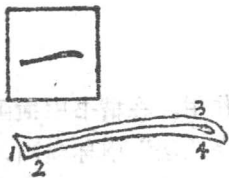
横画在具体应用中有覆横（长横）、平横、斜横、左横、右横和仰横之分，列图示例如下：

名称	覆横	平横	斜横	左横	右横	仰横
示例						
字例	长右	四平	代戈	材种	时林	元上

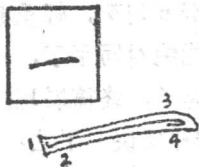
书写要点分述如下供参考。

1.覆横：具体写法前面已经详述。

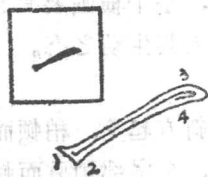
书写时要注意表现其“覆舟”之态，又因其多为字的主笔，要写得长而舒展，挺劲自然，不可软弱无力。如“方”字的中间一横。



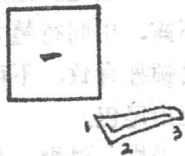
2.平横：取侧势斜方起笔，疾涩右行，然后驻笔稍顿而回锋收笔。注意平横仍有自然上斜之势，所谓平横，只是强调平直而不呈覆势，同时比覆横短促些。如“大”字的横画。



3.斜横：起笔仍为侧势斜方起笔，右行时拇指着力按笔往右上行笔，成上翘之姿态，然后驻而顿笔后回锋收笔。如“戈”字的横画。



4.左横：即左重右轻横。取侧势斜方顿而起笔，用力由重渐轻，至尾部轻轻回锋收笔。左重横多用在字的左旁，不宜长。如“朴”字的第一笔。



5.右横：即左轻右重横。用斜方起笔，落笔稍轻，右行时力度渐重，至尾部着力顿笔后回锋收笔。右横多用在字的右旁，如果一个字左右都有短横时，左横左重，右横右重，如“林”字的两横。

