

新编 少年美术技法丛书 G A N G B I S H U F A

书法入门 钢笔书法

吴建民 著

北國風光千里冰封萬里
雪飄望長城內外唯餘莽莽
大河上下頓失滔滔
山舞銀蛇原馳蠟象
欲與天公試比高
須晴日看紅裝素裹
分外妖嬈
江山如此多嬌
引無數英雄競折腰
惜秦皇漢武略輸文采
唐宗宋祖稍遜風騷
一代天驕
數風流人物還看今朝

鑿井而
知帝力
始品物
分馬如
響

傑地靈
映於杭州
邊

浙江人民美術出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

书法入门. 钢笔书法 / 吴建民著. —杭州: 浙江人民美术出版社, 2004.1

(新编少年美术技法丛书)

ISBN 7-5340-1772-6

I. 书... II. 吴... III. 汉字—钢笔字—书法—少年读物 IV. J292.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 119214 号

著 者: 吴建民
封面设计: 曹晓阳
责任印制: 陈柏荣
责任编辑: 吴 敏

新编少年美术技法丛书
书法入门——钢笔书法

浙江人民美术出版社出版·发行
(杭州市体育场路347号)

<http://mss.zjcb.com>

全国各地新华书店经销

浙江兴发印刷厂印刷

2004年1月第1版·第1次印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 5

印数: 0,001-6,000

ISBN 7-5340-1772-6/J·1548

定价: 12.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读,
请与出版社发行部联系调换。

目 录

第一单元	书法基础知识	1
	一 中国书法概述.....	1
	二 硬笔书法述要.....	6
	三 钢笔执笔法.....	7
	四 临摹要领.....	9
	五 古代法帖简介.....	12
第二单元	楷书教程	18
	一 楷书笔法.....	18
	二 偏旁部首.....	27
	三 楷书结构法.....	31
	四 楷书章法.....	40
第三单元	行书教程	44
	一 行书笔法.....	44
	二 行书结构法.....	56
	三 行书章法.....	66
第四单元	书法作品欣赏	69

第一单元 书法基础知识

一 中国书法概述

书法是中华民族特有的一门传统艺术。它是中国人在天才地发现了自己的文字之中蕴含着丰富的艺术基因——“运动”着的笔画线条和“象形”的形体结构之后，凭借笔墨纸张等工具媒介，充分发挥自己的创造精神，在线条运动中注入了节奏旋律与筋、骨、血、肉等生命特征，使汉字的书写神奇般地从实用的“工具”，骤然上升为一种抽象线条的造型艺术。中国书法的丰富和生动，是其他民族所望尘莫及的。中国的汉字，拥有点、横、竖、撇、捺、钩、挑、转折等基本笔画。这些基本笔画在富于艺术思维能力的中国人手中已衍生出无以计数的“生命形态”，其丰富性是纯粹符号化的拼音文字所不能企及的。在具有艺术特质的中国人手中，一个字，就是一个有关线条的艺术造型，散发着的是撼人心魄的、令人赏心悦目的艺术魅力。它极具“东方情调”，是素雅、宁静的东方精神的载体，集中而鲜明地体现着中华民族独特的审美理想、思维方式、艺术观和艺术手法，是中华民族高度精神文明的象征。

中国书法艺术有着3000余年的悠久历史。从公元前16世纪商代创造出甲骨文（一种镌刻在龟甲和兽骨上的文字）开始，历经西周、春秋、战国、秦、西汉至西汉末，古代中国人民先后创立了篆、隶、草、正、行五大书体，奠定了书法艺术繁荣和发展的坚实基础。之后，三国、两晋、南北朝、隋、唐、宋、元、明、清的历代书家辛勤创作，开宗列派，使中国书法艺术呈现出书体众多、流派纷呈、境界各异的繁荣局面。

篆书

大篆



用 大 散 南 至 潔 田 柳

小篆



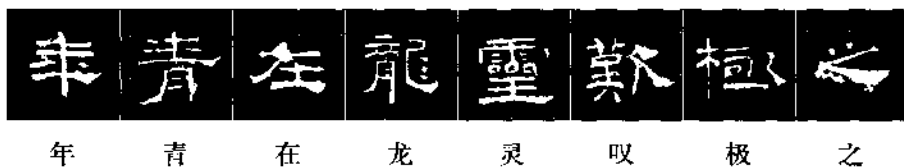
篆书是我国书法历史上最古老的字体。大家知道，中国汉民族文字是一种象形文字，而篆书即是象形字的典型。

篆书是秦代及先秦古文字的通称。它有大篆、小篆之分。所谓大篆，是秦以前古文字的合称，包括甲骨文、金文、古文和籀文等等。东周时代诸侯争霸，一个国家有一个国家的文字（大篆），“文字异形”妨碍了社会的交流和沟通。秦始皇统一六国后，下令废除六国异文，令丞相李斯等省改籀文为秦书（即小篆），作为统一的标准字体在全国颁行。

小篆在笔法上有圆、匀、通三个特点。圆是笔画圆转，多呈圆弧线，其起笔、运笔和收笔都是圆润浑厚的。匀是线条粗细很均匀，一笔到底，无论是直线还是弧线都不扭曲或停顿。通是圆畅流通，骨气通达。

篆书在结构上的鲜明特点是“对称”。古人写篆字时，恪守大自然的对称法则，左旁右部严格对称。其次是体势纵长，头脚舒展。篆书除少数数字呈扁形外，绝大多数字形修长，而且造型时上下伸展，尤其是下部开阔疏朗，有较长垂脚。故篆书整体形象多如铁塔铜钟，平稳而庄严。

隶书



隶书又名“佐隶”、“分书”等，始于秦代而盛于汉代，相传是秦代徒隶程邈在狱中所创，因是罪隶所创，故人称“隶书”。冯班《钝吟书要》说：“秦之隶书，乃篆之捷也。”说隶书是篆书的简化性书写。隶书一体，以东汉时的隶书最为精妙，为后代书家所不及。著名隶书碑刻有《礼器碑》、《乙瑛碑》、《曹全碑》等。

隶书的形成，在中国书法史上有着划时代的意义。隶书对篆书笔法进行了大胆省改和简化。它将篆书的圆曲化为平直，继而在线条起止处加强笔意，具有“蚕头燕尾”的鲜明特征。它把篆书运笔的圆变为提按顿挫，从而大大降低了笔画书写的难度。在结构方面，它变篆体的纵长为扁方，取势向左右两边分展，并且抛弃篆字“对称”之成规，上下左右仅略作呼应而已。

因此，人们说隶书是对篆书古法的一次解放。隶书平稳端庄而又活泼灵动，至今仍为人民群众所喜爱。

草书

章草



世 辟 万 第 君 秦 亲 郡

今草



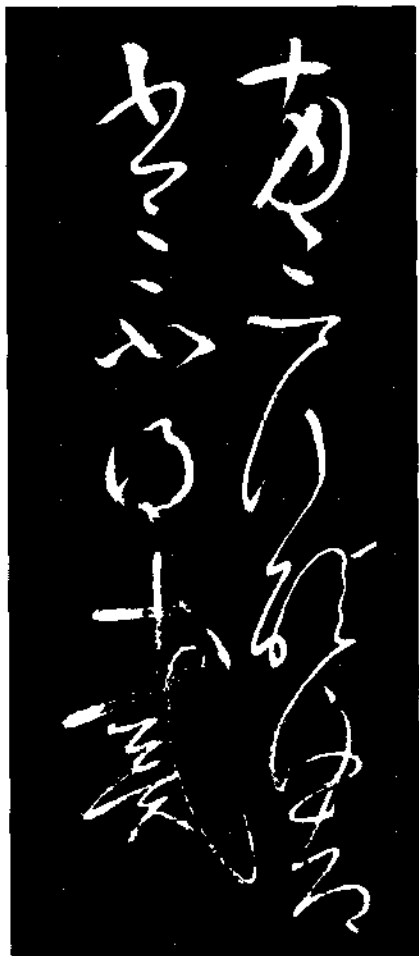
事 敬 当 则 忠 薄 命 资

草书是中国书法艺术中最富有艺术气息和审美价值的书体。东汉末年，在隶书成熟的同时，另一种对隶书的“草写”性的书体——草书也很快地发展并成熟起来。

草书重势，书写时往往“拔茅连茹”，风驰电掣。草书运笔轻灵，造型简练，速度极快。书法家饱蘸浓墨，在纸上纵横挥洒，其势跌宕，其意奔放，最能抒发作者的意志和情怀。因此，草书被视为艺术欣赏型的作品。

草书发展可分为章草、今草（小草）和狂草三个阶段。早期草书，即章草，笔法中尚有隶书遗意，结构上虽是连写，但还是字字独立。到了东汉时的今草，笔法勾环盘纤，一气相承，结构更趋简练。有时是因势利导，使转成字，有时是局部被省略简化，只是“意思意思”。至于到了狂草，则“只重笔势不重形”，字势雄强奔放，行笔如电击雷奔，拔茅连茹，翻覆回旋，一字乃至数字为一笔，号称“一笔书”。

书 两
书 三
不 行
得 醒
戴 后
却



狂草

这里顺便说明一点，草书并非马马虎虎、信手涂抹的“潦草字”。草字要遵守非常严谨的草法，倘若线条的使转稍有不慎，就会“差之毫厘，失之千里”，以致写错字，将那个字误写成这个字。学草书，必须对书法有较深的了解与领悟，且手下的行笔基本功已到某种程度时，书写才有方寸，才能奏效。

正书



正书，现代人称之为“楷书”，古人还有正楷、真书等称谓。它是我国书法篆、隶、草、正、行五大书体中最规范、最讲法度的书体。唐代张怀瓘说：“楷者，法也，模也，式也。”也就是说，楷书重法度，点画平直，结构应规入矩。“法”之严谨已达到某种程式化，便于被后人当作楷模，所以叫“楷书”。

楷书出现在汉代，孕育于汉隶之中，在西汉竹木简隶书中，就可以窥见楷书的端倪。楷书成熟于魏晋时期。三国的钟繇创作《宣示表》等一批小楷，其书已脱尽隶书蚕头燕尾的笔意，创出了钩、挑等楷书典型笔法，用笔平直质朴，形体方整而有意态，已是成熟的楷书了。

楷书的高峰期在唐代，“初唐四大家”欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷和其后的颜真卿、柳公权，众多楷书大家先后崛起，给楷书艺术带来了一个黄金时代。唐楷法度森然，一画之中讲究起笔、行笔与收笔，其结构依靠笔画间的呼应和几个部位的精心组合配置来造型，因而千姿百态，美轮美奂。

钢笔小楷独具韵味。一帧优秀的钢笔小楷，其艺术美感不亚于毛笔小楷，而其书写速度则远远快于毛笔。故钢笔小楷有广泛的群众基础，在现代社会交往中发挥着很大的作用。

行书





控 其 濟 形 也 虛 故 乘

行书是五大书体中最为简易方便、活泼优雅的书体,它所具备的特点决定了它具有很高的实用价值和欣赏价值。故行书一产生,就备受人们喜爱,创作之风日炽。至今,五大书体中,行书家族最为繁盛。

行书产生于东汉末年,它是介于正书与草书之间的一种书体。张怀瓘说:“夫行书,非草非真,离方遁圆,在乎季孟(兄弟)之间,兼真者谓之真行(现称“行楷”),带草者谓之行草”。用现在的话来说,行书是在对正书与草书两种书体的辩证扬弃(取舍)中形成的。在笔法上,行书克服了楷书“藏头护尾”、笔笔中锋、循规蹈矩,因而耗时费力的不足,而引进草书牵引连写之法,故显得有骨有肉,遒劲婉丽。在结构上,行书则克服了草书凭曲折回环的线条、旋转飞动的笔势来造成奔放不羁的形迹,因而难写又难认的缺陷,而是稍改真书结构,以少量减笔使字趋向简约,故其字形便具有了既简便又易识的优势。

正因为行书具有简便、易识、优美三大特点,才博得了人们的厚爱。古今书坛行书家最多。王羲之被人尊为书坛圣人,他写的《兰亭序》风流蕴藉,优雅潇洒。其后王献之、王珣、褚遂良,李邕、颜真卿、杨凝式、苏东坡、米芾、赵孟頫、董其昌、郑板桥……各家行书争奇斗丽,给中国书苑造就了满园春色!

钢笔行书也可以写得十分精彩。它继承了毛笔行书简洁优美的传统,又比毛笔行书来得干净利落,学起来也简单得多。“趋变适时,行书为要。”如今社会,科学技术在迅猛发展,生活节奏又是如此的快,所以,学好钢笔行书就显得尤为必要了。

二 硬笔书法述要

硬笔书法是指运用钢笔、粉笔、圆珠笔等硬质书写工具进行书法创作的一门新兴艺术。由于钢笔等硬笔工具书写流利且容易驾驭，因此硬笔书法拥有最为广大的爱好者。

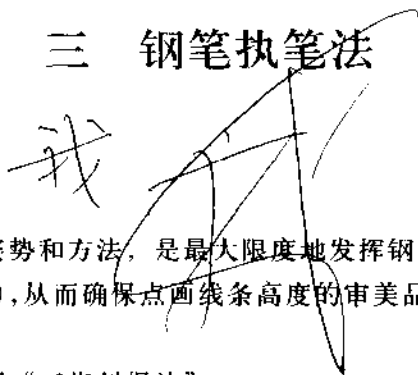
硬笔书法植根于渊源深厚的传统书法土壤之中。毛笔书法有着深厚的文化背景和完备的法度内涵，硬笔书法借鉴毛笔书法，可使笔法更加细腻，结构更加古雅。对于学硬笔书法的人来说，吸收、借鉴传统书法是一件非常必要的事，它可以丰富书法的表现力，增强书法的气度神韵。

任何艺术，都是用特定的方法与手段来表达某种思想和情感，给人以强烈的艺术感染力，让人们获得某种审美愉悦的。硬笔书法也是如此。优秀的硬笔书法作品特点鲜明，风格各异，有的粗犷奔放，有的清新婉丽，有的端庄静穆，有的飘逸潇洒，其节奏明快、变化莫测的线条，其生动美妙、出人意表的结构，可以引发人们对美好事物的遐想，可以振奋人的精神意志，使欣赏者得到莫大的愉快和满足。

在硬笔书法中钢笔书法是杰出代表，有着最高的使用价值。学好硬笔书法，特别是练就一手工整秀丽的钢笔字，已被视为生活在当今社会中的现代人所必须掌握的一种技艺。所以练好硬笔书法，对于工作、学习、生活、社交乃至增强自身的素质修养，树立自身的形象，都具有积极的意义。

钢笔书法与毛笔书法相对应，自然也包括了篆书、隶书与草书，但在实用的基础上作艺术的追求，毫无疑问楷书和行书的天地更大，而且，当你取得了这两者的根底后，再去学习篆、隶、草书，就能收到事半功倍的效果。当然篆书和草书的结构特殊，有志于学习的还得下一定的功夫去玩味去掌握才行。说到底，我们在生活中的书写，还是以楷书与行书为主。

三 钢笔执笔法



正确、科学的执笔姿势和方法，是最大限度地发挥钢笔的性能和妙用人手力量（在钢笔书法主要是指力），从而确保点画线条高度的审美品质，使笔法得以完美表现的一大前提。

钢笔执笔，通常采用“三指斜握法”。

这种执笔法的执笔姿势与要领，有以下几点：

1. 执姿 拇指指尖在钢笔左侧朝内抑住笔管。注意，不是用拇指压在笔管上端，这样容易使手腕扭曲，妨碍运笔；食指指尖从笔管的上端压住钢笔。注意，不是贴在右侧挡笔，这容易使笔头朝左，而导致运笔偏枯；中指指甲相连处从右下向左上推挡笔杆。于是拇、食、中三指配合默契，将钢笔稳稳地执在手上(如图1)。笔杆须倾斜

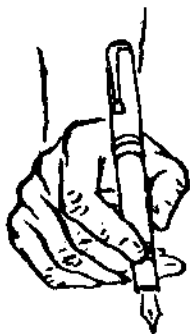


图1

斜角
中

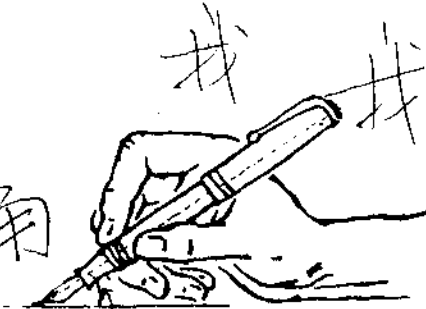


图2

着搁在食指指节与手掌相接处，约与纸面成 40° — 45° 斜角(如图2)。当然，运笔活动中会略有起伏，此时，无名指、小指应自然蜷曲在中指下，以增加笔尖的高度，增强行笔的弹跳功能。

2. 要领 三指斜执，力在指尖；指实掌虚，回旋起伏。

“三指斜执”是钢笔执笔法区别于毛笔执笔法的本质特点。毛笔执笔用的是“五指正执法”，而钢笔执笔用的是“三指斜执法”，参加执笔、协助笔尖运动的实际上是拇、食、中三指。而且，笔杆是向后倾斜安置的。如果不“斜”，而像毛笔一样垂直，

不但笔画写不出粗细变化，而且金属笔尖还会划破纸张。

“力在指尖”，是钢笔执笔法诸要领中最重要的一条。执笔须用指尖（浅执笔），而不能用指肚（深执笔）。深执笔容易使力滞留在手指和笔杆上，使笔不灵活。只有浅执笔，力在指端，才能增强“三指”的灵敏度，将人的力通过臂、腕、指传导到笔尖上。

“指实掌虚”是说五个手指紧挨着不留空隙，不能像有的人将食指上提而倒钩着，还有的人将小指翘出外面，结果，手力分散，行笔无力。“指实”是使下笔能控制轻重提按的前提，而“掌虚”则是使运笔灵便的重要保证，它的意思是说执笔时须尽量让掌心空虚，主要是指中、食、拇三指要自然向外弯曲，无名指、小指不能掐住手掌。

“回旋起伏”是说完成执笔后，要使钢笔的运动上下左右、内外前后留有充分的余地。同时，指与腕在运笔活动中可以随时发起提按起倒、来回往返等动作。总之，只有这样，钢笔在你手中才能挥运自如、随心所欲而不受任何方位、角度的限制。

3. 执笔高度与斜度 一般来说，执笔时“三指”以距笔尖一寸左右为宜（如图3），过高、过低都有弊端。低了，活动范围狭小，容易禁锢笔势，且会脏手；高了，执笔不稳，行笔不容易控制，线条也就缺乏稳定感。但高度问题，具体情况可分别对待。如写小楷，可偏低一些，写行草书则可以高些；字大可以执高一点，字小则可低一些。执笔斜度，即笔杆与纸面形成的斜度，以 40° — 45° 为宜，但可以依据不同情况作灵活处理。如想把字写大，笔画需粗些时，执笔可以斜些（如图4），反之则可以陡些（如图3，但斜度不能太大）。还有，行笔过程中由于笔尖处于不同方位，执笔角度会自然有所调整变化。

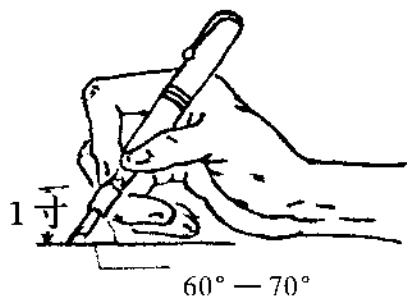


图3

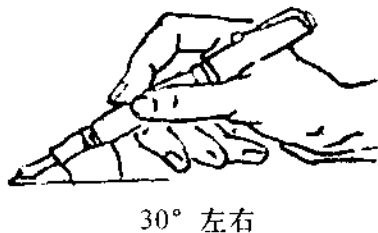


图4

四 临摹要领

临摹，是学书取法得以迅速“入门”并继而追求深造的必由之路。初学硬笔书法，如能静下心来，深入细致地临摹名家法帖，对于自身领悟笔法、结构及章法的要义，有效地增强欣赏能力，迅速提高书艺创作水平，都具有最为明显的功效。

本书在后面介绍的六种古代法帖，都是非常适合用钢笔临写的。只要我们潜心临摹，而且临写方法正确，那么，经过一段较长时间的苦练，学书就能很快找到门径，进而修之，便有希望登堂入室了。

那么，什么叫临摹？怎样的临摹方法是正确的？又该如何避免临写“走弯路”呢？这里简要作一下解答。

临摹是摹仿法帖的统称。临与摹实际上是两种不同的学书方法。“临”是指将字帖放在前面，面对面地边看范字边写；“摹”是指用透明纸覆盖在字帖上面，一笔一画描着写。学习古人，多以临为主，以摹辅之。

临摹贵在得趣，神游于法帖所展示的艺术天地之中，深入感受其艺术内涵与特色。临书贵在酷似，所临之书须能准确再现原帖风貌，达到形神逼真。在这总的要求下，具体应该做到“三个结合”。

1. 读与临的结合 临摹之前先读帖，对范本细心揣摩，深入理解线条风格及变化，理解结构中点画、偏旁、局部的大小、斜正、疏密、伸缩、动静等结构关系，理解章法布置中字与字、行与行、此处与彼处的艺术化处理。特别是要着重对线条进行分析解剖，详察线条在整个结构中的方向、长短、曲直、位置和节奏变化。读帖必须把上述内容分辨清楚，达到对线条所用笔法与所含情趣的透彻理解，才算真正的“深入”。不善读帖者，缺乏对范本的感受和理解，依样而画不出葫芦，画虎不成反类犬，这是会让人啼笑皆非的。

读帖是临摹的必要准备，是有效临摹的一个环节。落笔之前，先要获得范字的局部形象和整体形象，这叫“心摹”。然后正式临写，把脑中、眼前的范字准确地临下来，这叫“手追”。“心摹”与“手追”的结合，读帖与临帖的结合，是有效临摹的基本保证。

2. 临与摹的结合 临与摹两种方法，各有得失，所得到的效果也不同。因为用“临”的方法，对范字笔画线条中落笔和收笔的正侧藏露、运笔的节奏起伏及笔势的

来龙去脉，都能清清楚楚地分辨出来。所以只要仔细地临，就容易掌握笔法笔意，从而把范本的“精髓”学到手。而摹因为是用薄纸覆在帖上，直接地描画，所以字形基本不会走样，多摹几遍就能够有利于把握结构。但摹写看不清笔画，虽然间架可以，却没有笔法，字容易僵化。

临与摹各有优缺点，临与摹相结合才能扬长避短，相得益彰。学楷书，一般多用“临”，但是，如果碰到那些结构难度大的字，如“及”、“行”等，光靠临可能一时不能见效，这时假如老老实实在地“摹”几遍，就能体会出古人妙思所在，就容易写好。

3. 宏观把握与微观精作的结合 所谓宏观把握，即要求“再现”范本的格调、神韵等，也即达到“神似”。所谓微观精作，就是要求具体而准确地临出范本帖字的笔法、笔势、结体等特点，也就是人们常说的“形似”。

“神”与“形”是辩证统一的。“形似”要求一丝不苟地临写，尽可能地对点画进行精雕细琢，将笔势往来交代得一清二楚，把结构临摹得真赝无爽。“形似”是“神似”的基础，没有对笔法的“穷形尽相”，要表现书法的神韵风采简直是一种天真的想像。因此，只有“形似”才能达到真正的“神似”。在对笔法结构进行微观精作的同时，我们又不能把眼光停滞在某一局部而忽视了对整体的把握。对于线条，要从“组合集成”这个角度去发现其粗细的对比、强弱的反差、节奏的缓急；对于结构，要从结构关系上去考虑安排各部的比例、空间的疏密和体势的动静等等。一旦对笔法和结构获得了一定功力之后，更要从整体章法中去追求字势的流贯、行气的绵延和通篇的变化与和谐。总之，从细处入手，从大处着眼，自“形似”上升到“神形具出”，将宏观把握与微观精作有机结合起来，就是临摹的要诀。

下面就临摹中的“常见病”作一些分析。我们在临摹过程中，应注意以下几个问题：

1. 临摹不能自作主张 有的人临摹只是“形式形式”，表面看似在临帖，但实际上看帖如走马观花，看一眼可以临几个字。我们说，临帖是一种对比，帖上之字与自己所临之字是对比的双方。对照字帖，通过对点画线条、结体造型和整体感觉的比较，便能发现许多问题。自作主张的临写，便会失去对比、矫正作用，是临书的大敌。

2. 临摹不能见异思迁 有的人临帖用心不专，一本字帖没好好地临上几天又改换其他字帖，等过些时日，发现收效不大又换成别的字帖。字帖像走马灯似的调来换去，结果整天忙忙碌碌，写出来的字却非驴非马。临摹不但要刻苦，而且要专一。选中一本合适的字帖，就得专心致志地临摹下去，直到消化吸收。当练到较全面地掌握了一种字体的书法技巧时，再临其他帖，也就事半功倍了。如果一开始就朝秦暮楚，见异思迁，那么，就会有“迷路”的可能。

3. 临摹不能一曝十寒 临摹是一种技法训练，它通过较长时间规范化的人手肌肉运动，来培养良好的书写习惯。所以，临摹贵在持之以恒。有的人开始劲头十足，但临写一段时间后，自己看看没什么长进，因而情绪低落，于是临帖也变得时断时

续。我以为，书法中出现“自己看看没多大进步”或“越写越不像样”的现象，并不意味着真的停滞或退步了，反而是一种进步。未学书法之前，书法鉴赏力差，现在经过练习，审美眼光迅速提高，对书写的自我要求也提高了，所以才会有自己对自己的不满。临摹阶段“眼高手低”现象的出现，正是新的进步的开端，如果这时不泄气，而是强化“手法”训练，那么临摹就很快会有突破性的进展。

下图为钢笔临写王献之《洛神赋》局部。



五 古代法帖简介

〔晋〕王献之《洛神赋十三行》（小楷）

《洛神赋》，又称《玉版十三行》，东晋大书法家王献之书。献之为“书圣”王羲之第七子，字子敬，曾为中书令，故人称“大令”。《洛神赋》为墨迹，宋时刻于石。石刻中以“碧玉版”最精。献之此书用笔精雕细琢，结构萧旷神怡，有晋人超然物外之风骨。钢笔临写重在撷取其笔法之精华、结体之神韵。



〔唐〕 钟绍京《灵飞经》（小楷）

《灵飞经》相传为唐代楷书大家钟绍京所书。墨迹本共九页。唐开元二十六年（公元738年）二月书。《灵飞经》是唐人写经中最上乘之精品。其笔法清劲，结构精妙，秀中含古，于平易之中极富意趣。此书为古今小楷经典之作，流传广而久，学者云从。此帖是练钢笔正楷最理想的范本，学小楷由此着手，易入门径而绝少弊端。

汙之塵濁杜淫欲之失正日存六精凝思玉
真香煙散室孤身幽房積毫累著和魂保中
仿佛五神遊生三宮豁空競於常輩守寂默
以感通者六甲之神不踰年而降已也子能
精修此道必破券登仙矣信而奉者為靈人
不信者將身沒九泉矣