

● 邓藉田 编著

# 实用钢笔书法教程



# 实用钢笔书法教程

邓藉回



中国工人出版社

- § 书名 实用钢笔书法教程
- § 著者 邓藉田
- § 出版发行 中国工人出版社  
(北京安外六铺炕)
- § 经销 新华书店北京发行所
- § 印刷 北京印刷二厂
- § 开本 787×1092 毫米 1/32
- § 印张 7
- § 字数 102 千
- § 版次 1990 年 8 月第 1 版  
1990 年 8 月北京第 1 次印刷
- § 印数 1-26010 册
- § 书号 ISBN7-5008-0620-5/G·88
- § 定价 2.50 元

## 编写说明

一、本书是编者近几年来，从事职业高中的书法教学，为本校所编写的《钢笔书法教学讲义》，并经过了5年来的教学实践，在此基础上，加工修改整理而成的。

二、本书编写，以学校课堂教学原则为依据，根据课堂教学形式的特点，青少年的年龄特征、心理特征及认识规律，按照书法知识的系统性，即由易到难、由浅入深、循序渐进的原则编写的。故本书适用于中等学校教学用；可做小学教学参考，并可用以指导高年级学生临写；也适合社会上各界青年朋友自学用。

教学安排简介如下，以供参考：楷书两年，其后行书一年；每学期安排16周，每周1课时，每周按两条单字练习，每两周设计一幅钢笔字作品。

三、汉字多数是合体字，掌握好偏旁部首的结构安排规律，对于写好钢笔字是很重要的。同时，根据青少年认识事物容易顾此失彼、观察不全面的年龄特征，本书按照基本笔画、偏旁部首分别选出例字，写出写法要点，在结构安排及用笔方法上给以提示，以便教师教学参考及青少年朋友们自学。

四、为了适应一些中专或职业高中涉外专业的需要，本书在例字中选用些繁体字，在每章后面的诗词范例练习中，

都用简化的规范字和繁体字对照书写，以便提高同学们辨认繁体的能力。

五、本书以实用书法教学为主，仅供广大青少年朋友初学钢笔书法时用，以帮助广大青少年朋友提高书写技能为目的。至于钢笔书法艺术，则是需要在此基础上，进一步练习和提高，而非本书所涉及的范围。

六、本书在整理编写成书前，作为教学讲义使用，5年来的教学实践中，我们北京新源里三中的校、处领导，都很重视，从精神上的鼓励，物质上的支持，到时间上的安排，都给了我很大帮助；北京市朝阳区职业教育研究中心的崔大祥主任、成立老师及新中街中学的马大为等老师，曾多次听课，给以指教，特别是成立老师，对讲义的系统性，甚至版面安排，都提出过具体的宝贵意见，这对后来整理修改成书，起了重大作用；在本书的编写过程中，崇文区职业教育教研室的田琦老师，我校的范荣华、段世沛、王浩生等老师，都给以很大帮助和支持。在本书出版之际，特向他们深表谢意。

本书中有些看法，仅一管之见，仍有待进一步探索。由于编写时间匆促，兼之本人造诣浅薄，故缺点、错误，知所难免，切望广大读者，特别是从事书法教学的同行们，不吝赐教，予以指正，我将不胜感谢。

# 目 录

第一章 钢笔书法基本知识概述 .....	1
第一节 为什么要学习钢笔书法 .....	1
第二节 怎样学习钢笔书法 .....	5
第三节 钢笔书法的书写姿式与执笔方法 .....	10
第四节 汉字书写的笔顺规则 .....	21
第五节 汉字结构特点简析 .....	26
第二章 钢笔楷书的基本写法 .....	49
第一节 钢笔楷书基本笔画的写法 .....	49
第二节 钢笔楷书偏旁部首的写法 .....	60
附： 钢笔楷书练习 .....	117
第三章 钢笔行书的基本写法 .....	129
第一节 钢笔行书的基本特点 .....	131
第二节 钢笔行书基本笔画的写法 .....	135
第三节 钢笔行书偏旁部首的写法 .....	150
附： 钢笔行书练习 .....	189
第四章 钢笔书法的章法布局简述 .....	201
第一节 钢笔书法的章法布局 .....	204
第二节 钢笔行书的章法布局 .....	209
附： 章法布局练习与欣赏 .....	212

## 第一章 钢笔书法基本知识概述

### 第一节 为什么要学习钢笔书法

一谈到书法，大家往往很自然地想到毛笔书法，因为它做为我国人民传递语言的工具，已经有两千多年的历史了。从实用到艺术欣赏，流传甚广，早已成为我国特有的民族文化艺术之花，深受我国人民以至世界人民的喜爱。

在毛笔书法基础上，近代又发展起钢笔书法。钢笔书法是以钢笔为书写工具书写的汉字书法艺术。以钢笔为代表，再加上铅笔、圆珠笔、尼龙心笔等，统称硬笔，这是与毛笔相对而言的。这些书写工具近百年来先后传入我国，它们一传入我国，就以其独特的优势，即携带方便，书写运用自如，容易掌握等，深受广大群众喜爱，从而使我国汉字的书写工具，在日常实用方面，逐渐起了根本变化，以硬笔取代了毛笔，广泛地应用于工作、学习以及社会生活中。因此，写好钢笔字，是每个人，特别是青少年应具备的基本技能。近十多年来，钢笔书法又在实用的基础上，作为钢笔书法艺术，供人们欣赏。因此，当我们掌握了基本技能以后，可以培养兴趣，继续刻苦练习，向着书法艺术领域攀登。

在实用的基础上求美观。

用钢笔写字，对于今天的青少年来说，并不陌生。大家每天学习、工作以及日常交往，都离不开写字，而且多数人经常使用的是钢笔，因此，一谈到学习写钢笔字，许多青少年朋友可能会说：“我从小学开始，每天都要写字，写了几年、十几年了，早就会了，还学什么写字呀？”要回答这个问题，先要观察一下人们对写字的要求与反映是什么？现在社会上各行各业对写字的要求有两种：

一种是由于近几十年来，学校教育以传授知识为主，对写字的要求不太严格，就连小学基础教育对学生写字的要求也不太注意，只求会写，写得整齐就可以了，而没有按照书法的要求，严格训练基本功。因此，社会上对写字的要求，也以书写准确、清楚，使人能认识，达到传递语言的目的就可以了。然而，这是最起码的要求，也就是上面所说的“早就会写了”的标准。由于没有养成良好的写字姿势、执笔方法，不懂得基本用笔知识，有的人甚至连基本笔顺都不对；许多人写不了行书字，总是提笔一握，写得很慢，稍写快一点，就形成象鸡啄食似的，落笔没有准儿，字写得歪歪扭扭的；



有些人为了书写迅速，自己随意编造了些连笔字，写出来也很别扭，使人看了很费劲儿，得连猜带蒙，甚至还要上下句连顺几次，才能勉强估计出大概意思。这样，既影响书写速度，也不美观，在一定程度上，还要影响工作或学习。

另一种，则是在书写准确、清楚无误、能使人认得清的基础上，讲究书写流畅自然、潇洒自如，美观大方。随着社会物质文明建设和精神文明建设的迅速发展，人们物质生活水平和精神生活水平的不断提高，人们对书写的要求也在不断提高，人们都希望写一手漂亮字，除达到传递语言的目的外，还能使人看了赏心悦目，给人以欣赏。随着改革开放的迅速发展，与港澳台同胞、海外侨胞及国际友人的交往越来越频繁，签订合同、协议、书信往来也越来越多。在这样的形势下，字写得好与不好，就不单纯是个人的“门脸儿”了，从某种意义上讲，也是代表国家的“门脸儿”，这是在国际友人面前，展示中华民族悠久的历史文化遗产。

继承祖国悠久的历史文化遗产。

“书法”是我国汉字独有的书写艺术，是我国民族文化的传统艺术，从而成为我国历史

上经久不衰的艺术瑰宝。无数有志之士，费尽终生精力，伏案专攻，潜心探索，一代一代地苦心追求，积累、总结书法的精华，才形成今天的书法艺术。它不仅是我国人民的宝贵遗产，深受人们的喜爱，而且在日本、朝鲜以及东南亚各国人民中，也深受喜爱和欢迎。许多人将中国名家书法作品，作为高雅的艺术品珍藏，爱不释手。就连使用拉丁文字的西方国家人民，也把中国的书法作品视为高雅的东方艺术品珍藏，或悬挂大雅之堂，以供观赏。

特别值得提出的是日本人民对中国书法艺术的重视，实在值得我们深思。他们不仅凭借着我国汉字中楷书和草书的偏旁，创造了日本文字片假名和平假名字母，还对我国的书法艺术，从古典书法理论、用笔技法到名家书法的艺术特点，进行了广泛深入地研究和攻练。他们对我国的书法艺术普及之广，研究之精，造诣之高，实在令人感慨。据说日本的中小學生都把中国书法作为必修课，还要经过严格的考试，而他们临写的范本，就是我国唐代的名家碑帖，如欧阳询的《九成宫醴泉铭》就是主要范本之一。这些不能不引起我们的重视。

我国是汉字书法艺术的发源地，我国的书

法艺术能为世界人民所喜爱，我们深感自豪和骄傲。但同时也应该意识到，做为炎黄子孙更应义不容辞地有责任和义务，努力学习和研究我国的书法艺术，以继承和弘扬我们祖国优秀的文化遗产，使它不断地发扬光大，为祖国和世界人民做出更大的贡献。为此，首先必须普及书法，人人关心书法艺术的发展与提高，只有普及面广，使全国大多数人，特别是青少年学生的书写技能技巧水平，都提高一大步，在这样的基础上，才有可能涌现出大量的有志人才，去深入地研究和探索书法艺术。所以，应该唤起全国的青少年朋友们，发奋立志，为了继承和振兴我国的书法艺术事业，努力学习书法，特别是首先要学好钢笔书法。

## 第二节 怎样学习钢笔书法

学习钢笔书法与学习其它知识和技能一样，首先要有坚强的毅力，即要有学则成的信心，持之以恒的决心，坚韧不拔的毅力，付出辛勤的劳动，花费一定的时间，经过反复地刻苦练习，才能比较熟练地掌握。

其次，学习书法是一种综合能力的培养，概括起来，大约包括提高书法理论知识，掌握

书写技能技巧，培养审美能力和美感。这三者之间有着不可分割的内在联系，书法理论知识是提高书写技能和审美能力的基础，书写技能的提高又有助于对书法理论知识的理解和审美能力的培养，而审美能力和美感的提高又会帮助理解书法理论知识和提高书写技能。因此，单纯练习书写技能是盲目而浮浅的，书写技能的提高也必然是很慢的，甚至是有限的。书法爱好者要在提高书写技能的同时，学习一些书法理论并培养自己的审美能力。

从人的认识与实践的规律上看，学习书法必须遵循观察（认识）——临写（实践）——比较（再认识）——再临写（再实践）过程，如此往复循环、以至无穷这样的规律。

观察 观察是人类对事物认识和实践的开始，也是人类对任何事物研究与探索的向导。学习书法也是如此，必须首先学会观察，通过认真观察分析字的笔形特点、结构特点、用笔特点以及体式的特有风格等，有目的地去临写摹仿，才能收到较好的效果。否则不了解范字有哪些特点，只是照葫芦画瓢，盲目被动地临写，往往花费很长的时间，还达不到理想的效果。另外，通过观察，例如多看范字字帖、较

高水平的书法展览及名人墨迹等，在经常的观察认识中，就会潜移默化，逐渐提高审美能力，增强美感，提高对书法艺术的欣赏水平。同时，人们的认识并不总是停留在一个水平上的，而是逐步深入逐渐提高的，这样，就能逐步发现字的笔形特征、结构组合规律及体式特点。

**临写** 临写是学习书法的实践过程，也是决定性环节。学习书法必须从临摹开始，多动手实践，别无捷径可走。即使有些人喜欢参观各种书画艺术展览，平时也喜欢观察、分析、评论他人的字迹，欣赏能力较强，但若不动手练习，还是不会写出优美的字来的。这就是人们常说的“眼高手低”。造诣水平较高的人，他们经过了长期的认真观察，刻苦练习，手眼配合得很默契。而初学者往往是眼睛看了以后，心里明白怎样写好看，也想像出自己写出来的字样，但手一写出字来，不用说与原范字很不相象，甚至和自己想象中的字样也相差甚远。这就是“眼高手低”，手眼配合不一致所致。从手眼配合不一致到手眼配合默契运用自如，需要一个相当长时间的反复临写练习的过程。所以说书法学习不单纯是书法知识的传授与领会，更重要的是反复认真地临写实践，其目的就是

要锻炼手的技能技巧，培养手眼配合一致的协调技艺。

比较 这实际上是再观察（或再认识）的过程。人类认识客观事物，往往是一次认识得不够深入，顾此失彼，抓不住事物的本质与全貌，而总是要通过观察认识与实践的多次反复，才能逐步抓住事物的本质与全貌。学习书法同样离不开人类这一认识规律。当我们第一次接触一种碑式的字帖时，尽管有意识地认真观察认识字的特征，细心地临摹，但写出来的字与原范字相比，还会是相差很远的。形成这样的结果有两个原因，一是人的认识规律说明了初次认识只是感性认识，是不深入不全面的；二是即使已经认识到了的，由于“眼高手低”，手的书写技能还没有达到眼睛所观察认识到的水平。解决这一矛盾，只有通过比较，将原范字与自己临写的字反复对照观察，一笔一笔找出不同之处。这就是再观察再认识的过程。这次认识与第一次认识是不同的，它将进一步深入地抓住范字的某些特征。只有这样一遍一遍地反复比较，反复找差距，才能将认识逐步引向深入。所以说比较是人类认识事的重要手段。没有比较就没有鉴别，道理就在于此。

再临写 这是再实践的过程。当我们通过比较加深认识，找出差距后，必须通过再临写，才能向成功更进一步。认识到此并没有结束，临写实践也没有终止，仍然要反复比较、认识，再拿出找出的差距去指导临写。这样，每次往复都会发现新的不足，而每次往复又会使眼睛的认识与手的技能更接近一步。学习书法就是这样一种一遍比一遍接近正确的重复劳动，只要长期坚持下去，养成习惯，形成兴趣，终能达到成功的彼岸。

学习书法，还要在系统学习某一书体的基础上，注意广泛学习其它书体知识，即所谓博学拾零，把这两者结合起来，更有利于审美能力和书写技艺的提高。系统专攻某一书体，这是任何学习书法的人的必经之路。我想特别提一提博学拾零，这对于书法爱好者来说更具有现实意义。所谓博学拾零，就是平日多留心观察，如参观展览，日常多留心观察书名、报头、专栏名称及文章题目的题字，遇有自己认为优美流畅的字，随即临摹数遍甚至数十遍，直至相象为止。再有就是留心大街两旁的字匾。我经常用假日上大街走走，沿街欣赏商店字匾，遇到自己认为好的字，就停下来仔细欣赏，分

析其笔形、笔顺、结构特征以及神韵等，记忆下来，回家后凭记忆临写，有机会再去看，反复多看几次，多临写几遍，做到基本掌握。这样，在自己平时写字时就可以应用进去。这样，一个字、两个字地学，长年累月，积少成多，也可以学到不少书写知识和技艺。

古往今来，学习书法的方法很多，但不论多么好的方法，归根结底还是要练，要花费一定的时间，付出艰苦的劳动去刻苦地练习，此外，再没有什么捷径可走。任何想找“窍门儿”，“寻捷径”的人最终必然落个一事无成。我这里只是想告诉青少年朋友们，如何自觉地认识和探索书法艺术的规律，避免盲目地练习，少走些弯路，要说“窍门儿”，这也算是个“窍门儿”吧。

### 第三节 钢笔书法的书写姿势与执笔方法

书写的姿势和执笔的方法，是学习写字的一个重要环节。许多家长和老师常常忽略这一点，不能随时提醒和纠正学生错误的书写姿势和执笔方法，以致使学生形成不良习惯，难以矫正，有的甚至造成终生写字歪斜。



书写姿式和执笔方法对写字为什么会有那么大的影响呢？为了说明这个问题，我们首先来分析一下不正确的书写姿式和执笔方法。

### 一、不正确的写字姿式和执笔方法

#### 1. 不正确的书写姿式

目前中小学生学习写字，不正确的姿式大致有以下3种。

#### (1) 侧斜式（图1所示）



图1 不正确的侧斜式书写姿式

这是大多数学生所犯的毛病。纸没有对正人的身体，而是放在右侧，与右臂相对，与身体大约成45度角左右。由于纸放的位置偏斜，