

硬筆書法

鋼

筆

楷

書

●
盧中南
編寫

學苑出版社

312681

硬 笔 书 法

——钢笔楷书

卢中南 编写



样本书



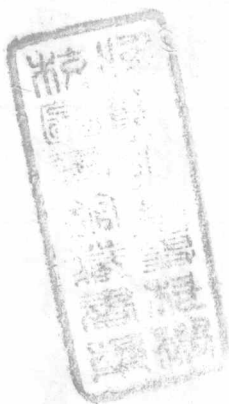
淮阴师院图书馆1253942



学 苑 出 版 社

312681

91344-411



001.112-112.112
112.112-112.112

《硬 笔 书 法——钢笔楷书》

卢中南 编写

学苑出版社出版

(北京西四颁赏胡同四号)

新华书店首都发行所发行

北京人民警察学院印刷厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张: 3.25

印数: 0001~20100册

1990年10月第1版

1990年10月第1次印刷

ISBN7-5077-0210-3/G · 111 定价: 3.60元

III.

练写钢笔楷书的一点体会

从我们开始认字到学习写字，似乎就与楷书结下了不解之缘。要想练好钢笔字（毛笔字也如此），如果肯在楷书上多下些功夫，恐怕终生受益匪浅。“楷书是写字入门的基础”——这是众所周知的“老生常谈”，然而真心练起来则需要有很大的决心和持之以恒的毅力了。因为写楷书，既吃功夫又不易见效果，想“速成”或浅尝辄止，大概很难“立竿见影”。不过，一旦有所突破，练起其它字体或书体来，则可以事半功倍，驾轻就熟。

这本字帖的编写，就是基于这样一个目的：力求书写规范、笔画清楚、结构端正，有利于学习。一般练习写字，先练笔画、再练部首、后练结构。因此，首先选写了这样的练习字例。除此之外，也选写了一些常见的、容易写错或用错的字、词，以供参考；最后还选写了简化字总表中的第一表和第二表（第三表是应用第二表所列简化字和简化偏旁得出来的简化字，多有重复，故未选写）。全部字例是用绘图笔尖饱蘸墨水后书写的。

本书第一页是钢笔楷书的基本笔画及点画形态变化练习。

写钢笔字，尤其是楷书，没有必要象写毛笔字那样讲究用笔的逆锋、藏锋（实际钢笔尖只有面，没有锋）。书写时，只要把笔画的每一起笔、顿笔的提、按感觉写出就可以了。如果书写者有较强的控制笔尖各个面的能力，可以利用不同的角度写出略有粗细变化的笔画来。通常情况下，写横竖长笔画时起笔、收笔要用力按，中间行笔要轻提、稳走。短笔画下笔可以略轻，收笔可略重按。尾部呈尖状的笔画（如撇、捺、挑）下笔重，收笔轻。

书写横画时，不要过分强调提和按，以免出现带折角的笔画。如“一”。我们通常说的写字应“横平竖直”，即“横要平稳，竖要垂直”，而不是把横画写成水平直线（那是印刷字、美术字的写法）。所谓平稳，就是中间略有弧度，右部略向上斜，然后再按笔这样既平稳又有些变化，稍显活泼自然。

竖画一定要垂直书写，因为这样可以保证字的重心平稳，也就是“一笔定乾坤”。无论是悬针竖（提笔送出）还是垂露竖（按笔上收），都应稳稳地书写，一挥而就写不好竖画。悬针竖的尖不宜太长，否则显得纤细无力，支撑不住整个字形。

撇画也应稳稳书写，向左下方撇时应由重而轻地送到底，避免犯那种一下笔就想撇出的毛病。

捺画是楷书笔画中较难表现的笔画，因为钢笔尖无法象毛笔毫锋那样按出较大面积的捺脚。所以，用钢笔书写时应注意先轻轻下笔，然后逐渐加力，最重时就是捺脚所在，也就要开始提笔，慢慢向右方送出，写出捺尖。注意的是捺笔应沿水平方向送出，而不应过高出现折画或过低出现直画，影响字形的美观。

点画是楷书中变化最丰富的笔画之一。书写各种形态的点画时，应注意观察不同点画的方向和两点之间的变化、呼应关系。尤其是水旁点（三点水）的第一点和第二点，书写时尽量不写在同一条垂直线上；火底点（四点水）的第一点和其它三个点的方向应有所不同，最后一点应大于左边三个点等等。

勾画：在需要作勾的地方一定要用力按住笔，略停顿后再提笔送出，而不是猛地挑出。竖勾、横勾、右向勾的角度一般接近 45° 或 135° 左右比较合适。斜勾、竖弯勾的角度多为垂直

或稍向外一点。卧勾（右弯勾）的角度则一定向里收。

挑画形态虽然很少，但也要避免猛挑，出现太长的细尖。

折画中的横折、竖折、撇折、斜折，都应一笔写成，转折处用力停顿以后即连续书写，断开不合适。

第二页至第三页是偏旁部首练习。

汉字是由笔画组成的。从形体结构上说，汉字分为独体字和合体字。组成独体字的是笔画，组成合体字的是偏旁。换言之，偏旁是组成合体字的部件。按照字形结构分析字义，取其相同部分作为查字的依据，分部排列，其相同部分就是部首。部首就是一部之首。

因为有的偏旁具有很强的部首功能，而有些偏旁则没有部首功能，所以有可作部首的偏旁和不作部首的偏旁之分。不作部首的偏旁要比可作部首的偏旁多得多。本字贴所写的部首表，根据《现代汉语词典》而成，多为可作部首的偏旁。

关于部首的书写，有几点需要说明：

一、凡作左偏旁而以竖画为主笔的部首，如十、亅、卩、冫、彳、巾、彳、衤、韦、木、车、牛、耂、禾、米、艹、耳、采、革等，为书写美观，一般约定俗成地写成垂露竖。或者简单地说，一个写中间有两竖，左竖画成垂露，右竖画可写成悬针。

二、由于各部首在字中所占比例位置不同，故有些部首的写法也有不同的变化。例如月部作为上下结构字形的下部时，月字的竖撇要写成竖，不能再写成竖撇了。

第四页至第五页是独体字练习。

独体字是由笔画组成的囫圇一个字，不能拆开。多为象形字和指事字它笔画较少，结构大多简单，但不大好安排。所以，掌握独体字的笔画搭配关系，在于恰当、匀称地安排。如果能够找准字的中心，就可以达到左右对称，重心稳定。

在独体字中，常常有起着支撑、平衡作用的笔画，这叫做主笔。找准、写稳主笔，就比较容易掌握字的重心了。凡是写在字的顶部、中部或底部的横画，写在字中心的竖画或竖勾以及斜勾、撇捺、弯勾，都可以看作是主笔。以横画为主笔的字，横画尽量左右拉开，使其重心往下，增加稳重感。以竖画或竖勾为主笔的字，竖画或竖勾居中心线书写，保证左右对称及平衡。以撇、捺画为主笔的字，应该使撇与捺的交点位于字的中心线上。原则上讲撇捺的斜度基本相等，类似等腰三角形，这是针对保持稳定而言。但是在实践中，为了使字更具姿态，常常有意识地把撇写直写短，把捺伸长，强调一伸一缩的对比，增加字的动势。应该指出的是，要适可而止，否则一味拖长，字就散垮、拖沓了。以折画为主笔的字，注意区分横折竖勾与横折弯勾的不同，横折弯勾应尽量往左（靠近中心线）挑出勾，使结构趋于紧凑。以勾画为主的字，斜勾尽量写长一些，显出挺拔又有精神，但不要过直或过弯，略常弧度而有弹性为适宜。竖弯勾也可适当伸长，加强稳定感。

第六页至第十六页是合体字练习

合体字是由两个或多个独体字组成的。多为会意字和形声字。按结构形式分，大致可分为左右、上下、左中右、上中下、半包围、全包围、多部位结构。

左右结构形式的字，左右部分搭配比例各占二分之一。由于偏旁有宽有窄，会出现左右宽窄，高低不同的变化。一般由“亅、冫、彳、衤、十、彳、木、王、リ、卩、衤、耂、耂”等左偏旁组成的字，多半是左窄右宽。由“リ、卩、斤、欠、力、寸”等右偏旁组成的字，则左宽右窄。由“卩、卩、力”等右偏旁组成的字，可以适当低于左半部，以平衡左右的份量。同样，为了达到均称的目的，有些右半部笔画少的字，也可以高于左半部。

上下结构形式的字，其比例也是大约各占二分之一。一般原则是上部尽量写紧凑，下部尽量放松，以显舒展。象由“宀、宀、大、一、一”等偏旁作上部的字，多呈上大小之势，争取盖住下部。而由“心、女、木、大、皿、土、系”等偏旁作下部的字，也应尽量伸展下部，以托住上部，呈下大上小之态。

左中右结构形式的字，字容易写宽，因此每部分应尽量写窄，争取各占三分之一比例。考虑到每部分的笔画多少、方向不同，书写时应留有余地，互相容让，互相穿插、补空，以笔画不粘连、不交叉为原则。

上中下结构形式的字，字容易写长，各部分应力求缩短竖画，延伸横画。同写独体字一样，也应找准、写长每个字中的主笔。同写上下结构的字一样，也必须遵循“上紧下松”的原则。

半包围结构形式和全包围结构形式同属包围结构形式。

半包围结构形式还可以分为两面包围（也就是左上包围，如厂、广、户、尸、疒等偏旁，左下包围，如尢、毛、元、风、走、辶、廴等偏旁；右上包围，如弋、戈、气等偏旁）、三面包围（也就是右包左，如勹偏旁；上包下，如冂、门、凡等偏旁；左包右，如匚偏旁；下包上，如凵偏旁）。因为书写时大都先写外框或偏旁，所以外框或内旁的高低宽窄限定了字形的大小，框里的结字大小要按外框的大小作安排。总的说，半包围结构的字需要注意的是，所包围的字不应超过外框。

全包围结构形式的字只有口部。口的大小就是字形的大小。为了照顾视觉均称，书写时口字应稍小于其它结构形式的字。不能充格满写。一般不把这种形式的字写成正方形（实际也不可能），多是长方形、梯形或斗形。

多部位结构形式的字比较特殊，因为它无法归纳到上述的各类结构形式中去。概括说，也基本上属于“左紧右松、上紧下松”处理方法。

第十七页是结构布势。

上面谈的是书写搭配比例关系。这里研究的是书写笔画安排及形态，虽然都是讲结构，但侧重不一样。

汉字的结构复杂，形状也不都是正方形的，也有不少专家把汉字形体分为各种几何形状来研究其书写要领。总的来看，楷书中笔画少的字比笔画多的字难写，因为笔画少，不易安排好空间位置。另外，撇、捺、点、挑等笔画多的字要比横、竖画多的字难写，原因也是难于安排得当。根据这两个难点，我考虑了别的同志的经验，认为只要在以下几点上加以注意，问题也不是很难解决。

第一要坚持做到字字笔画平行等距。就是说，凡是方向基本一致的笔画，不仅要保持平行，每一笔画与每一笔画之间的距离也要保持尽量相等。这条原则基本适用于各种笔画，只要两三条线条并排书写，不论横画、竖画、撇画还是点画，只要“照此办理”，几乎都可以看得过眼去。我们可以作个试验，在一张白纸上任意画一组纵横交错而毫无秩序的线条后再按平行等距原则画一组经纬分明整齐有序的线条，你就会发现这里面与写好字有没有关系了。

第二是要认真对比区别对待。根据字形特征，笔画少而字形小的字，笔画应紧凑，适当收敛；笔画少而字形大的字，笔画应拉开，疏朗排列，尽量写饱满。笔画多的字容易写撑格，所以每一笔画都应缩短，间隔也变密，避免把字形写大。字形长的字，横画适当写短，竖画略长；字形宽的字，横画拉长，竖画变短。两个或三个相同的字形累叠或并列，更要体现“左紧右松，上小下大”的写书原则。字形偏斜的字，下斜上不斜，只要找准中心线，无笔画处

也可以当作有笔画来安排。

第三是要互相照顾。不少撇捺画较多的偏旁在组合时，大部分要出现互相干扰。考虑到这一情况，书写时尽量互相留有余地，见缝插针又不粘连，使笔画安排干净利落，不出现大块的黑或白。如果字的两部分象两个人背对背那样互不相连，也要考虑中间的空白不应留得太多，以免有割断之感。

第十八页至第卅三页是容易写错用错的字和词。

选写字例参照黑龙江人民出版社《编辑手册》并有新增减。有些生僻字加上了汉语拼音。

第卅四页至四十一页为简化字总表中的第一表、第二表。

第四十二页至四十五页为横写、竖写的几种形式。竖写形式中借鉴毛笔书法特点，采用了繁体字和个别异体字。

对于如何用钢笔写好楷书，我心里还是没多少谱儿。谈的这点体会，多半也是抄人家的，剩下的那一点点就是自己每天练习的“渣子”了。因为刚才写的东西现在又想去改它或重写，总是看着不满意。

不妥之处，还望各界人士商讨为盼。

卢中南

	钢	笔	楷	书	基	本	点	画	
点	丶	横	一	竖	丨	撇	ノ	捺	㇏
勾	亅	折	㇇	挑	ノ				
		点	画	形	态	变	化		
长横	一	斜捺	㇏	竖勾	丨	斜折	㇆	竖弯勾	㇄
短横	一	平捺	㇏	左弯勾 (竖弯勾)	㇚	横折 竖勾	㇇	弧弯勾	㇚
垂露竖	丨	反捺	㇏	右弯勾 (卧勾)	㇚	横折 斜勾	㇇	圆勾 (耳勾)	㇚
悬针竖	丨	斜点	丶	横勾	㇇	横折 弯勾	㇇	其它	㇚
短直撇	ノ	斜长点	丶	斜勾	㇚	横折撇	㇇		
平撇	一	左右点	丶	右向勾 (竖提)	㇚	横折 折弯勾	㇇		
斜撇	ノ	相向点	丶	挑	ノ	竖折 折勾	㇆		
长撇	ノ	相背点	丶	横折	㇇	横折 右弯勾	㇆		
竖撇	㇚	水旁点 (三点水)	丶	竖折	㇇	横折 斜弯勾	㇆		
弯头撇	㇚	火底点	丶	撇折	㇇	竖弯折	㇆		

				部	首				
根	据	现	代	汉	语	词	典	188	部
丶	一	丨	ノ	乙	(一)	丁	乚	)	乚
ㄣ	冂	亅	二	十	厂	匸	卜	(卜)	リ
冂	八	(冂)	人	(人)	イ	ㄣ	ㄣ	儿	几
(几)	ム	又	(又)	又	尸	(巳)	尸	尸	山
刀	力	ㄣ	卜	(小)	山	ㄣ	广	冂	之
工	土	士	廿	大	廿	九	寸	戈	才
小	(小)	口	冂	巾	山	イ	夕	夕	夕
才	彡	ヨ	(丑)	丑	尸	己	(巳)	弓	夕
女	么	子	彡	马	彡	彡	斗	文	方
火	心	户	禾	王	韦	木	犬	歹	车
戈	比	瓦	止	支	日	日	(日)	贝	见
父	牛	(牛)	土	手	毛	气	文	片	斤

爪	(𠂇)	月	(月)	欠	风	爻	𠂇	(𠂇)	𠂇
毋	(毋)	水	(水)	穴	立	疒	𠂇	示	石
龙	业	目	田	四	皿	𠂇	矢	禾	白
瓜	鸟	用	矛	艮	(艮)	足	(正)	皮	衣
羊	(羊)	(羊)	米	来	老	耳	臣	西	(西)
页	虎	虫	缶	舌	竹	(竹)	臼	自	血
舟	羽	系	辛	言	麦	走	赤	豆	酉
辰	豕	卤	里	足	(足)	豸	谷	采	身
角	青	其	雨	(雨)	齿	龟	隹	鱼	音
革	骨	鬼	鬥	髟	麻	鹿	黑	鼠	鼻

			独	体	字				
	以	横	画	为	主	笔	的	字	
一	二	七	十	丁	三	土	工	士	卫
上	万	亡	寸	才	云	与	马	子	亏
专	壬	不	廿	卅	开	井	互	丹	丑
六	兴	击	共	典	央	矢	生	生	止
五	巫	且	甘	世	可	言	页	亥	右
而	两	雨	面	丽	甫	冉	东	母	毋
女	丞	头							
	以	竖	画	为	主	笔	的	字	
干	千	于	川	山	午	牛	平	丰	中
手	车	韦	书	羊	斗	年	予	乎	升
串	甲	由	申	出	下	巾	乐	曲	丫
小	乍	虫	弗	事	牙	单			

	以	撇	捺	画	为	主	笔	的	字
义	之	人	入	又	久	及	大	丈	天
夫	失	木	禾	夭	爻	反	友	欠	史
米	夹	火	水	皮	发	衣	农	谷	良
丧	辰	更	求	豕	夷	尹	尸	爪	尺
	以	折	画	为	主	笔	的	字	
刀	力	乃	刁	习	夕	么	公	弓	勿
月	刂	尔	司	争	角	为	口		
	以	勾	画	为	主	笔	的	字	
乙	乚	儿	几	九	了	戈	弋	己	已
巳	也	乜	飞	屯	电	曳	心	必	以
尤	龙	见	无	元	巴	戌	戍	戌	戒
成	我	或	尧	鬼	凡	风	乞	气	

			合	体	字				
			左	右	结	构			
冰	冷	凌	凑	减	论	设	诡	谣	谬
划	剃	剥	割	剿	仇	仿	伊	佩	傅
印	却	即	卯	卸	阿	陈	陕	隐	隆
邦	邪	那	都	鄙	动	劲	励	勋	勤
汝	沁	泡	派	流	快	恨	怜	惨	愕
壮	妆	状	将	场	地	埃	坡	境	墙
封	耐	射	尉	托	拔	捉	抵	授	摄
哎	哼	鸣	嘹	嘴	帅	帆	帐	帷	帽
屿	峡	峙	崛	崎	行	彼	得	徐	德
杉	形	彤	彩	影	犯	狐	狡	猛	猿
饭	饮	饯	馆	馒	弘	张	弛	弦	弹
奶	好	妙	姥	姬	幻	幼	孰	孙	孩

约	级	线	经	缠	弛	驳	骁	骄	骋
料	斜	斛	斟	斡	放	旅	旋	族	旗
灯	炕	炼	焕	烤	礼	祥	禄	福	祺
环	玲	球	珠	琛	韧	拔	韃	韩	韬
杨	松	枕	梅	榴	献	猷	残	殃	殉
轨	转	软	軼	辘	瓯	瓠	瓶	瓿	甄
敲	昭	明	晗	昨	眨	贩	贼	赋	赚
牝	牡	物	特	犊	改	孜	政	教	教
版	牍	牒	牌	所	断	斯	新	颀	乳
肤	服	胎	腹	膜	欢	欧	欲	款	欺
飒	飘	殴	段	毅	殷	站	竣	竭	端
补	袄	袂	裕	褥	砚	砖	砥	磅	碱
眨	盼	眠	眩	睁	畋	畎	畔	畦	畴
钏	钙	铁	银	锡	知	矩	矫	短	矮

私	科	秋	秘	秒	的	皈	皎	皑	皖
鳩	鴉	鸵	鵲	鶴	矜	疑	疏	皱	颇
羚	羝	羧	群	羯	籽	粉	粒	糖	粮
耕	耘	耗	耙	耦	耶	取	耽	联	聘
卧	顶	顺	顽	颓	颖	虹	蚌	蝇	蝶
缸	缺	乱	舐	辞	舔	舩	舵	舰	艘
既	辟	辣	麸	赦	赅	赭	赫	豉	豌
酒	配	酝	酥	醉	豫	野	豺	豹	貌
跃	践	跑	路	蹊	豁	谿	貉	釉	释
躬	躯	躲	躺	触	解	觥	靖	靛	静
期	龄	雄	雅	睢	雉	雕	鲑	鲜	罇
韵	歆	韶	勒	靶	鞅	鞍	鞋	骷	骼
骸	骼	髅	飧	飧	魂	魄	魏	默	黔
黜	黠	黥	黝	黧	黻	劓	斲	斲	斲

			上	下	结	构			
玄	京	享	充	彦	写	军	冢	冤	冗
毕	华	阜	直	卑	前	酋	首	真	兼
合	会	令	余	舍	兄	光	尧	秃	凭
允	弁	台	县	矣	圣	变	受	爰	叟
卷	券	分	争	詹	芬	务	劣	劳	势
它	安	字	完	定	寺	至	坚	坠	奎
吉	声	志	节	芳	忪	茂	花	葡	藏
夸	夸	尖	奉	美	异	弃	弄	弈	弊
号	寻	寿	辱	尊	当	肖	尚	省	雀
号	吴	员	吊	吾	市	市	布	帛	帮
岂	岳	岩	炭	崔	岁	名	多	罗	梦
冬	条	备	各	灵	录	彗	巷	弩	弯
委	姿	娄	要	婆	孕	孝	孚	孥	孥

驾	骛	骛	杰	点	烈	热	焦	然	煞
齐	吝	斋	紊	斐	灸	炙	烫	焚	熨
忍	恣	念	忽	怎	望	皇	琴	琶	瑟
杂	采	李	枣	采	戾	哭	臭	毙	轰
夏	必	皆	瓮	瓷	步	肯	歪	整	背
旻	昏	易	晏	冒	贤	贪	货	费	赁
觅	览	爷	爸	斧	告	牟	拳	挛	擎
掣	掌	擘	妥	臼	奚	育	背	胥	脊
每	贯	毒	永	泰	泵	泉	究	容	窄
帘	空	产	妾	亲	豎	翌	崇	祭	票
禁	碧	磐	磬	砭	袞	聿	龚	龕	蚩
看	盾	着	眉	眷	男	界	禺	累	畏
罚	罢	罪	蜀	羈	孟	盆	盈	盎	盛
秉	香	黍	百	皂	皋	皙	秦	鸢	鸢