

钢笔字帖最新技法 80小时速成示范

全国硬笔书法大赛特别奖得主

王树锋 书写



延边人民出版社

A

钢笔字帖最新技法

——80 小时速成示范

王树峰 编写

Ⓐ

延边人民出版社

【吉】新登字 08 号

责任编辑: 桂镇教

封面设计: 张沐沉

钢笔字贴最新技法

(上·下)

王树锋 张文海 书写

延边人民出版社

吉林市印刷厂印刷 新华书店首都发行所发行

787×1092 毫米 32 开本 13 印张 60 千字

1998 年 3 月第 1 版 1998 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 7-80599-846-9/J·92

印数: 1-10000 册 定价: 13.60 元(册: 6.80 元)

赠 语

象对待生命一样重视练字
如追求金钱一样苦心练字
似思念情人一样记着研字
世界上只有这写好字才不会
使你落魄 不会让你被弃
不会叫你失恋
想得好 赞颂和重视吗
请虚心来一练字！

前言

每个人都要练好钢笔字。字是一个人的门面，是文化水平和知识修养的标志，是个人才华最直接的展现。每个朋友都应把练字纳入生活日程。

目前，许多人的字还不过关，写的甚至连自己都瞧不过去。这些同志应该有一种迫切的危机感，马上煞下心来，刻苦练字。功夫不负有心人，一手好字会使您腾达的，也许她会满足您的一切，包括虚荣心！

我国是汉语言的国度，汉字将随着

这个民族存在和发展，她永远都不会
在世界上消失，更不会在中国消失。

钢笔书法也是一门艺术，是崭新而
极富魅力的艺术。尽管现在尚不完美，但
方兴未艾，而且正逐步繁荣和兴旺。钢
笔书法，是从传统的毛笔书法演化发
展而来，但由于工具的性能各异，书写
特点也各不相同。钢笔字有其独特的风
格特色和特有的书写技巧和规律，她
不能过于依附毛笔书法，应独立发展，
学会自己走路。

人们应积极练字，并踊跃加入
书协毛笔书法艺术探讨和研究行列，百
舛齐放，百家争鸣，各抒己见，各创新意
推动民族的书写水平提高和祖国硬笔
书法艺术的迅猛发展和不断繁荣！

紧急行动起来吧，提高您的
文字书写水平，装饰您美丽的人生画
面，丰富您宝贵的人生内涵。

作者一九九五年六月于黑龙江兴凯湖畔

目 录

赠语

前言

书法家对练字者疑难解答	(1)
1 硬笔字与软笔字有什么不同	(1)
2 习书先练毛笔字还是先练钢笔字	(2)
3 练字必先习楷吗	(2)
4 怎样选字帖	(3)
5 练字定成于临摹字帖吗	(3)
6 练字与情绪有关吗	(4)
7 我练字总是坚持不住怎么办	(5)
8 每天应安排几小时练字	(7)
9 都说我的字“佻傚”，应怎样改正	(7)
10 字写得垮应如何改正	(8)
11 练字的纸和笔应怎样选择	(9)
12 练字有诀窍吗	(9)
13 很多书法家提出“主笔”，究竟什么是主笔？ 都哪些是主笔	(10)

第一章 汉字审美标准	(11)
------------------	------

-
- 一 按美感布局分为整体美和局部美 (11)
 - 二 按美感渗透层次,分为形美和意美 (13)
 - 三 按字体的舒展程度,分为豪放美和矜特美 (16)
 - 四 按笔画间架搭配方式,分为对称美、平行美和垂直美 (18)

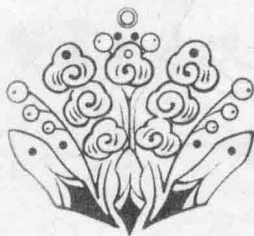
第二章 笔顺 (23)

第三章 钢笔字速成绝招 (28)

- 一 抓住主笔和主字 (28)
- 二 速成绝招的具体技法 (31)
 - (一)楷书速成技法 (31)
 - (二)行草速成技法 (66)
 - (三)草字速成技法 (95)
- 三 主笔字汇总帖 (106)

第四章 钢笔字的结构章法 (149)

一	汉字的结构	(150)
	(一)钢笔楷书结构规律	(152)
	(二)草书的结构规律	(156)
二	钢笔字的章法	(160)
 第五章 钢笔书法的日常应用		(176)
一	姓名的签写设计技巧	(177)
二	信封的书写	(181)
三	贺卡、明信片的书写	(185)
 第六章 钢笔书法作品欣赏		(190)



書法家對待字者 疑難解答

1. 硬筆字與軟筆字有什麼不同

硬筆的筆尖由硬質材料，如金屬和非金屬礦物質制成，以鋼筆、圓珠筆、鉛筆為典型代表，其應用範圍也最廣泛。以這類筆書寫的硬筆字，其形体小巧玲瓏，線條細瘦均勻，結構因筆畫密集而顯的緊湊端正。因其占用紙面小，篇幅容量大，書寫便利，所以現代社會生活中普遍採用。

軟筆字是用毛筆（俗稱“水筆”）等軟體材料制成的筆書寫而成的字，其形体相對較大，線條粗實飽滿，結構有抒張之感。軟筆字雖在日常生活中很少採用，但作為中華書法

艺术的瑰宝，仍广为伟颂，为当代人民所钟爱。

2. 习书先练毛笔字还是先练钢笔字

这不矛盾。你对哪种兴趣浓厚就先练哪种，如此长进才快。两种笔法大同小异，造字结构趋同。只要练成其一，另种当不难成功。当然，若同时训练更好。

3. 练字必先习楷吗

未必。若你是成年人，或为性情豪放之人，或是一向偏爱行草、狂草字之人，自然不应拘于此道。先草后楷成速更快，同时训练亦是捷径。当然，专攻书法艺术者另当别论。对中小學生来说，还是先习楷书后练草为上，以助于性情修养，便于从基础学起，循序渐进。

4. 怎样选字帖

最重要的是先了解自己。你的性情、品格、气质、兴趣、爱好以及审美意识，决定了你的发展走向。狂放的性格，大度的气质，雷厉风行的品行，决定了你干净利落的审美观念，你自然会选字体豪放、形态飘逸洒脱的字帖；反之，你喜静厌动，偏爱矜持，性格内向，举止沉稳，心思细密，你便去寻线条柔韧、字体端庄、形态不紊不乱的字帖，如庞中华先生的帖子。总之，你必须选你自己最喜爱的字形字帖，才能真正调动练字的乐趣，才能形成动力，才能走向成功。

5. 练字定成于临摹字帖吗

这只是过去说法。古人云：“学书之法，不外临摹。临书

得其笔意。摹书得具间架。然临摹既久，莫如多看多悟多商量多变通”。可见，学书习字，不可一味临摹，更不可盲目临摹。应多看多琢磨帖中各字的道儿，如字之笔顺、笔法、笔力、起止的笔势等。余习书数载，尚未临摹一本帖，而在品读思悟上，却狠下无限苦功！多看多悟方出技巧，可收事半功倍之效；否则，笨拙之形之体将随时让你烦忧！故云：聪明人练字费脑，愚蠢者练字累手！

6. 练字与情绪有关吗

有，而且很大。不仅练字，就是日常写字亦然。情绪好时写字顺畅流利，字形字体都恰到好处，可以发挥出最佳水平；反之，心情烦躁、郁闷，愁肠百结，则心难专一，写字无

精神，日常的书写水平再好，也终难发挥出来。所以，练字者一定要自始至终保持良好的心态和情绪。练字时情绪越稳定越好，越高涨越好！千万别胡思乱想分散精力！

7. 我练字总坚持不住怎么办

这很普遍，也很致命。书法家仅此敬告诸君注意：

(1) 要有紧迫感和危机感。自觉意识到你的字太差，同事朋友的书写水平都比你高，给人印象好，都评价其为“才子”。而自己，眼看就面临被冷落、淘汰，或择业困难！你应该时刻告诫自己：“抓紧练好，超过他们！即或不能超过，也不可落于他们之后！”这样你才能信心充足，坚持苦练。

(2) 不能急于求成。急于求成常不成，急易生燥，燥

则生烦，烦即厌，厌便弃。练字要求心静神净，不能自寻烦恼。保持好心情，才能有浓厚兴趣，才能稳定情绪，才能不为烦乱劳苦所左右，从而坚持永久。

(3) 不可盲目临摹。多读帖，细看字，从中品味出技巧和方法，举一反三。最令你意外的，是你还有创新！如“鼠”字，和其动物形貌联想，便可字中生画（见下示），其趣盎然，不愁没兴味和劲头，想扔掉字都不能！



试想“鼠”中各画分别在画面的哪个部上。

(4)全面放松，放下思想包袱。练写时切忌紧张和担心练不好的思想。本着“玩一玩”的轻松心理，养成习惯，则稍有空闲，便自觉不自觉地动手动笔练字。如此便不会中断了。

8. 每天应安排几小时练字

没定数。时间多就多练，少就少练，实在挤不出时间就先停练。每次时间不能过长，兀自一人时不能超过2小时。如有人指导和集体练时，也不宜过3小时。但头脑中必须时刻有字，闲手比划着练，随时随处可练。注意：练太累了又无明显成绩时别硬练。应停笔去看——读帖，或干其它事。练字不怕累，就怕烦！

9. 都说我的字“佻倭”，应怎样改正