

296.B  
0063

术字从书美术字  
从书美术字从书美

# 仿宋体

童漫之编著

M H O Z  
N M H H S H U  
M H S H U Z

# 目 录

一、仿宋体的特点及其应用	1
二、仿宋体的基本规律	9
(一)大小均匀 笔画统一	9
(二)上紧下松 左右匀称	13
(三)疏密有致 间隙适中	14
(四)穿插避让 参差变换	15
三、仿宋体的笔画规律	17
四、仿宋体参考字	
一画	21
二画	21
三画	21
四画	23
五画	27

六画	33
七画	43
八画	55
九画	70
十画	86
十一画	99
十二画	111
十三画	120
十四画	127
十五画	131
十六画	134
十七画	135
十八画	137
十九画	137
二十画以上	138

五、英文及阿拉伯字参考	139
-------------	-----

## 一、仿宋体的特点及其应用

仿宋体是我们日常生活中应用极为广泛的一种字体,因其字体秀丽整齐,清晰美观,刚劲有力,容易辨认,所以为人们所喜爱。我们常见的各种展览会的前言、后语、说明文字及墙报、黑板报、书刊的注释,产品说明书也大都用仿宋体。特别是工程制图上仿宋体更是一种不可少的字体,国家规定的工程字体就是长仿宋体。工程字是工程图中的重要组成部分,字体的好坏直接关系到图画的美观、整洁,对看图和施工都产生直接影响。它要求字体端正,笔画清楚,排列整齐,间隔均匀;同时又要书写快速。

仿宋体的书写比宋体和黑体都方便快捷,因为只要计算好字格就可以用钢笔或毛笔(需用较硬的狼毫笔)直接书写。另一方面,仿宋体注重结构造型,与楷书比较接近,多练习仿宋体有利于准确地掌握汉字的基本结构,在此基础上再学习其它美术字体就更为方便快捷。因而,有的同志主张学习美术字先从学习仿宋体开始,这也是很有道理的。

仿宋体是由宋体发展演变而来,我国宋代经济有了一定的发展,我们的祖先首先发明了印刷术。为适应雕版印刷的需要,刻工们要求有一种比楷书更为整齐规范的字体,他们经过不断探索,创造了一种横平竖直,较为规范的雕版字体(图1)它很接近楷体,横竖笔画也没有太大的差别。到了明代,这种雕版字体发展得更为规范,成为横轻竖重,略带棱角的字体,后人称之为老宋体(图2明万历二十四年刻本),二十世纪初,钱塘丁辅之,丁善之等

(图2) 明万历  
二十四年刊本

(图1) 宋代刻本

南京國子監新鐫史  
太史公學涉六家途

為崔中  
聞見劾千齡

為京兆  
黃金抽神奇

謝端午  
驅造物者矣

為浚井陰廩之謀欲以殺  
年五十猶嬰兒慕可謂至  
耕者讓畔陶於河濱河濱  
澤雷澤之魚者分均及立  
服北發渠搜南撫交趾莫  
曰孝弟之至通於神明

人集宋代刻本字体，仿刻了一种印刷活字字体，这种字体横竖粗细相等，笔画秀丽，字形呈长方，清秀美观。后来，人们又在这种字体笔画结构的基

秀一朝風燭萬古埃  
血食長綿紙錢學妓  
歲升香鬼不數手餒  
陰憐荒城之狐兔歸  
魂巾客祇有青蠅嘉  
蓮露歌終雲憎黯淡  
更生當日長雷漢武  
都是柳塵世無乃苦  
又奚必還盧充之鬼  
情宿草也哉今以某  
競煩新舊搜羅夏父  
誣烟影煌煌時爰擬  
之恩周空乏於荒郊  
水攜來爲解相加之

(图 3)

1930年左右  
的木刻本

础上，演变发展，而成为现在流行的仿宋体。

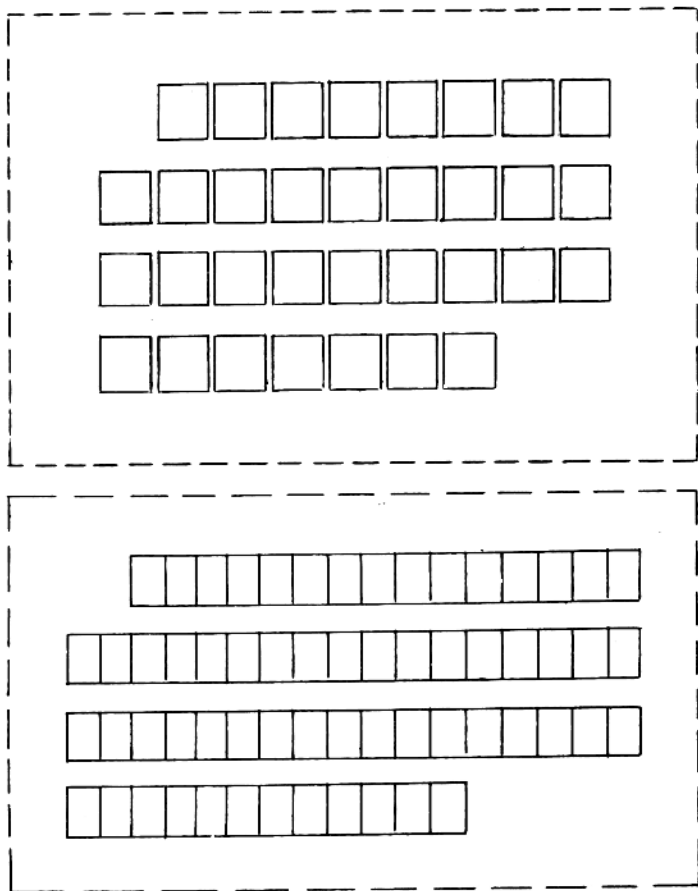
仿宋体字身呈长方形，长仿宋体一般以 3:2 为好，其笔画粗细均匀（因视觉和人们的习惯原因，实际竖画应略粗于横画），字体清秀，刚劲挺拔，起笔落笔都有顿笔，横画略向右上方倾斜约 5°—8°，点、撇、捺、挑以及钩的尖锋加长，有一段顺口溜对此作了形象的概括：“起笔顿顿，落笔顿顿，粗细一致，间隔均匀，上顶天，下立地，左右碰壁，横斜竖直，笔画挺拔。”

命 凌 前 岸 周 重 封 原 泉 容 骸  
德 政 版 图 南 喷 帜 掂 够 孩 病  
值 冠 距 副 辑 瓶 贴 舰 建 兑 靖  
晨 特 氢 战 辞 篮 辰 息 娘 张 院  
辟 超 酥 翅 躬 饲 凰 猪 录 斯 虎  
静 毅 鲜 霜 魄 肃 届 解 观 卷 蛙

前值掂喷容房篮院  
封靖憨蛙耘虎图琉  
够耿凰祖周壶观帜  
葩美斌熙泉斯战瓶  
肃毅版骄辞鸭辑副  
皑着裕建韩病南原



仿宋体比黑体、宋体秀丽,但不及宋体、黑体显目,因而作为大幅标语横幅以及报纸的大标题出现较少。仿宋体一般是一行或数行的排列,这个排列也就是根据需要将各个单字组合,如果我们将每个单字写好了,而这个组合不好,使这些字杂乱无



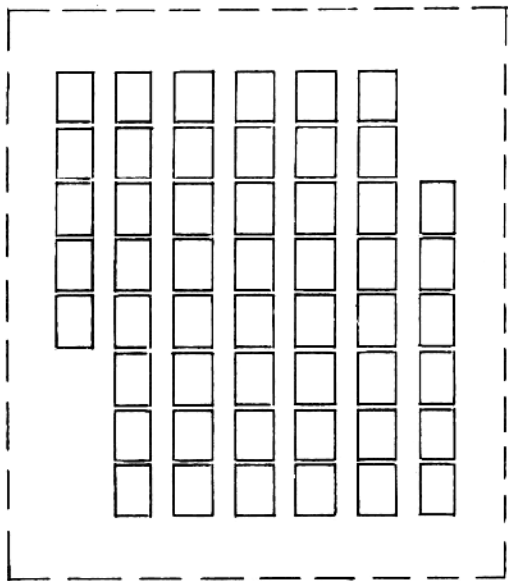
(图4) 横排版式

章,没有统一的整体,这样还是达不到美的效果,不能给人们美的感觉。所以编排设计在美术字的绘写中是一个很重要的因素。排列整齐合理,间隔匀称,再加上规范化的字体,才能达到完美的艺术效果。

如何排列?首先要有一个构思,一幅字不论横排或竖排,四周都应留出适当的空白,就是不要排得太满,也不要太松,一般来说上下空白都不要小于一个字的高度,左右空白需要大于一个字的宽度,行距必须大于字距,笔

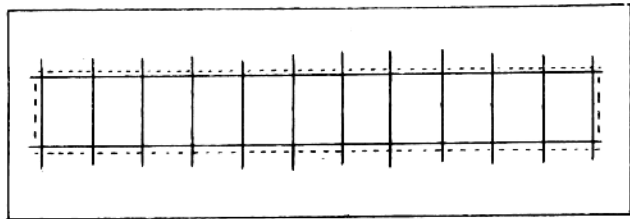
者认为行距是字高的 $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$

为好,字距则在字宽的 $\frac{1}{5}$ 或者再窄一点为宜,太宽则显得松松垮垮不够紧凑。若是竖排因字身呈长方形,故字距宜更小一些,行距则宜加宽一些。同时,在计算字数时应注意格式排列,开头可空二个字,标点占一格,但必须注意不要把标点排在一行的首格。首先,在计算字格时就应该考虑到,可用增加每行字数或者减少每行字数的办法。但有时解决了这一行,另一行又出现了标点恰在首格



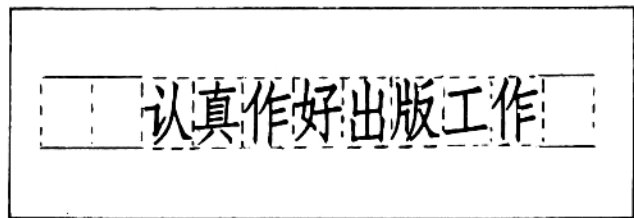
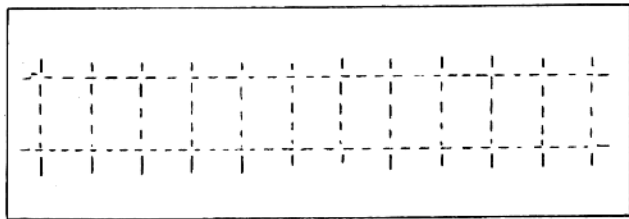
(图5) 竖排版式

的情况,这就需从上一行中想办法,在印刷上常用缩减或增加字距,或者让标点只占半格来解决,我们也可以参照。



(图6) 打好字格

(图7) 刻去中间部分



(图8)

在写仿宋体时,遇到字数比较多,而且规格又相同时,就不必每条都打字格,可把计算好的字格用铅笔或钢笔画在一张硬纸上,但线条要超出字格,然后用刻刀刻去略大于字格部分,这样套在要写的纸上,写的时候一行一行逐步移动(图6—8)。这样既节约了时间,简便快速,写出来的字又整齐干净,十分方便。

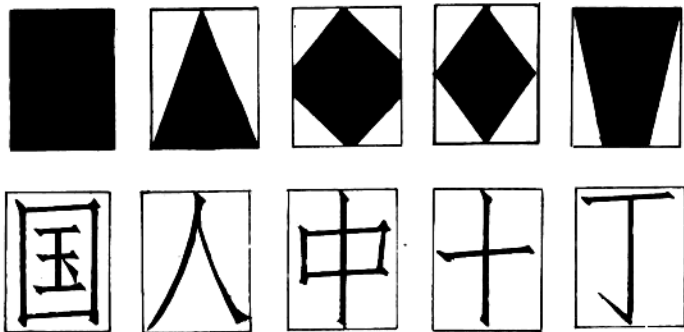
## 二、仿宋体的基本规律

汉字是由横、竖、撇、捺、挑、点、钩等七种基本笔画组成。上万个形体各异的汉字，就是由于每个字有着不同的结构，而这种结构规律是经历数千年的演变发展而约定俗成的。就以两横一竖为例，它可以组成“工、土、士、干”等字，这些字笔画相同，但结构就不同了，由于结构不同所以才成为不同的字。

掌握仿宋体的基本笔画规律固然重要，更重要的是要掌握汉字的结构规律。汉字的结构不仅对仿宋体，对任何一种字体都是应该遵循的。笔者认为学习仿宋体应该注重下面几条原则和规律，这些原则也基本适用于其它美术字体。

### （一）大小均匀、笔画统一

仿宋体和其它美术字一样，要整齐美观。如果在一条字中大小不统一，高纸参差不齐，这条字肯定不能给人美的感觉。有的人说我的一条字都是按同样大小的格子写的，而且每个字都写满格子，应该是一样大，为什么反而觉得大小不一，高低不平呢？要弄清这个问题我们必需先弄清影响字的视觉大小的三个因素：其一，外形的影响；其二，线条方向的影响；其三，笔画繁简的影响。首先我们来探讨字的外形对视觉的影响，图中我们在同样大小的几个方格中画上不同的几何形，虽然方格一样大，但实际上几何形的面积就不一样大。汉字是方块字这是就广义而言，具体到每个字，大多数笔画多的字呈方形，一些笔画少的字，如“人、丁、八、入”外形呈三角形，而“中、十”外形

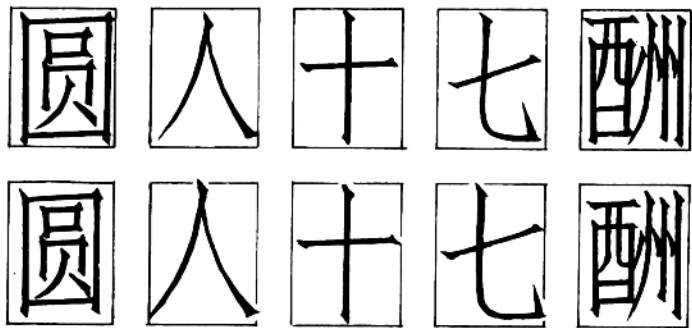


(图9)

的时候对一些笔画多外形呈方形的字，笔画就应该向内收而略小一点，相反那些笔画少，外形呈三角形、菱形、梯形的字四周比较虚，就应该写满一点，才不会显得小。图10中上一排几字都写满了格，结果感觉大小不匀；下排中

则呈菱形，“国、圆、圈”外形呈方形。在几何中我们知道在同样大小的方格中，这些几何形体的面积是不相等的。所以在写

该收的笔画收了，该伸展的笔画伸展了，实际并不一样大，感觉上却比较匀称了。还应该注意那些与字格方向平



(图10)



(图11)



(图12)



(图13)

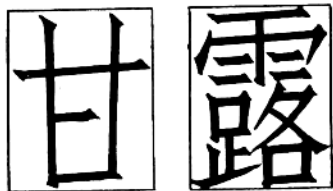


(图14)

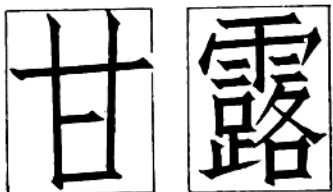
行靠近字格的长横竖笔画就不能顶格,而应向内收一些,如图11就是没有按这些原则写,所以感觉有的笔画太下,有的笔画太上,而有的笔画太靠左,有的笔画太靠右;图12则按这条原则作了调整,感觉就比较舒服了。

由于视觉误差的关系,往往横画多的字显得长,竖画多

的字则显得扁。如图13“三、王”两字就显得长,“而川、册”两个字又显得较扁,下一组(图14)中,将“三、王”二字横画上下收了一些;“川、册”二字的竖画向中间收了一些,所以下排的字比上排合理,感觉舒服。



(图15)



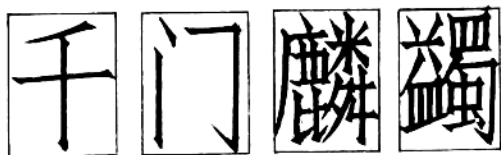
(图16)

笔画的繁简也对视觉产生影响。汉字一个字少则一二画，多则二三十画，如“甘露”二字，第一组(图15)就显得“甘”字太小而“露”字又太大，极不匀称，而第二组(图16)将“甘”字写大了一些，“露”字则作了一些收缩这样两个字大小就比较匀称了。所以一般来说笔画少的字宜写大一点，笔画繁的字就应该写小一点才能协调匀称。

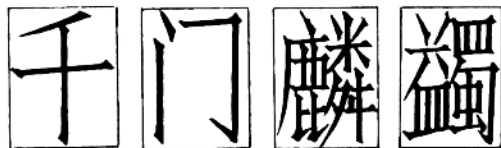
笔画统一是指笔画粗细和造型的统一，但在一条字中横竖笔画并不应完全一样粗，因视觉关系往往竖笔画要略粗于横笔画，同

时笔画多的字，笔画应细于笔画少的字，在感觉上才会显得笔画粗细统一。图17中几个字笔画完全一样粗倒显得笔画多的字笔画粗了，图18则将笔画少的字笔画略加粗，笔画多的字笔画略写细一点，达到了视觉的粗细基本相等的效果。

笔画统一，另一方面的含义是指笔画的造型统一，



(图17)



(图18)

# 湖南省

笔画统一

# 湖南省

笔画混杂

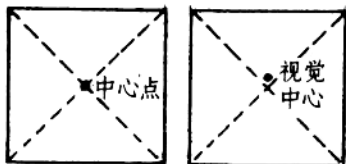
(图19)

各种字体有其自身的笔画造型规律,不要混淆,如前三字是用的仿宋体笔画,比较统一,下一组既有仿宋体笔画又夹杂着宋体和黑体的笔画,粗细也不统

一。

## (二)上紧下松、左右匀称

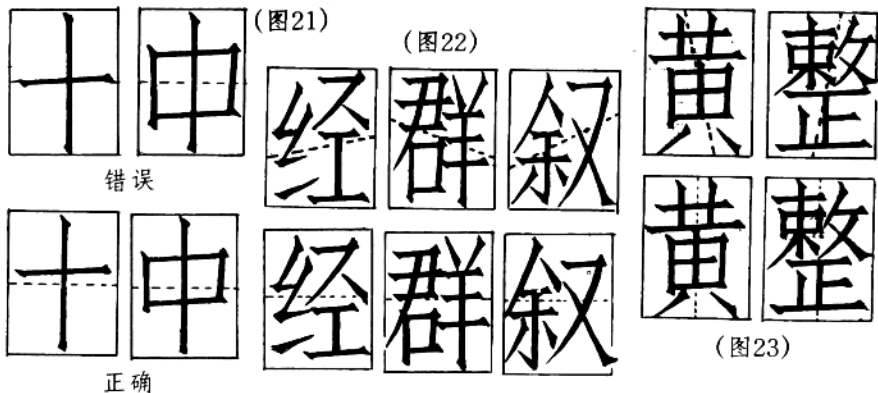
为什么要上紧下松?这是因为人们的视觉习惯和心理作用所致。人们祖祖辈辈生活在有地心吸力的地球上,因而产生了上紧下松这样一个视觉习惯和心理作用,看物体往往有一个视觉偏差,本来正方形的中心点应在两条对角线的交点上,但视觉中心却在此中心点之上(图20)。如图21前组“十、中”二字把字的中心点放在几何中心点上,结果这两个字显得向下坠;



(图20)

后两个字把字的中心点提高到视觉中心上,这样在感觉上才显得舒展平稳。所以绘写美术时要注意上紧下松的原则,使下面部分





适当伸展松散一些，以承托上面部分，这样写出来的字才能达到视觉平衡和安定舒展。

左右匀称。据统计汉字有 70% 的字为左右结构，就整体来说每个字只有一个重心，但分开来说各个部分有各个部分的重心，就是每一个笔画也都有它的重心，左右结构的字每部分的重心应在同一与底边平行线上，这个字才会显得平稳，如图 22“经、群、叙”三字就是左右部分的重心没有在同水平线上，当然就不及第二组安定平稳。上下结构的字上下部分或上中下部分的重心应在垂直平分线上，才会安定、平稳不至东歪西倒，图 23“黄、整”二字，前排则歪歪斜斜就是这个原因。

### (三)疏密有致、间隙适中

在一个字中组成该字的各个部分或者每个笔画都占据着一定的空间，