

李洪旺 李达旭 温汉华 编著

钢笔楷书要领

GANG BI KAI SHU YAO LING

广西美术出版社

虎字头

虎 虚 虎 虑 虐 虜 彪

先写短竖、短横，后写横钩、竖斜撇，再写下斜横和圆折。由六画组成。

- ①首笔短竖位居中垂线，短横从短竖中间起笔，斜势较大。
- ②竖弯起笔应对正首笔短竖。
- ③短横与横钩的横基本平行，斜横斜势最大。

禾字旁

禾 称 和 程 私 积 秧

- ①先写平撇，后写横和竖，再写撇和点。
- ②撇要短而平，横向左尽伸其势，向右上方倾斜，竖对准平撇的中点，穿于横画末端。
- ③其他写法与禾字旁相同。

左中右结构

这类字由左、中、右三个部分横向排列而成。书写时，要使左右向中间靠拢，不能写得松松散散。左中右的结构形式主要有以下几种结合方式：

- (1) 左中右三分。横向排列的三部分各自所占的位置大体相等。

例子：

测 衡 嫩 撇 揪 激 傲

钢笔楷书要领

GANG BI KAI SHU YAO LING

李洪旺 李达旭 温汉华 编著

广西美术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

钢笔楷书要领/李洪旺, 李达旭、温汉华编著. —南宁: 广西美术出版社, 2001.12

I. 钢... II. ①李... ②李... ③温... III. 钢笔字-楷书-书法 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 083506 号

(版权所有,翻印必究)

钢笔楷书要领

编著 李洪旺 李达旭 温汉华

出版发行 广西美术出版社

(530022 南宁市望园路 9 号)

市场部电话: (0771)5701356

传真: (0771)5701355

印 刷 广西教育考试印刷厂

2002 年 2 月第一版第一次印刷

开 本 880mm×1240mm 1/32

印 张 4

印 数 1-4000

书 号 ISBN 7-80674-128-3/J·109

定 价 6.80 元

(本书如出现印刷装订质量问题,请直接向出版社调换)

前 言

我们编写的这套《钢笔楷书要领》、《钢笔行书要领》是教学或自学的理想用书，算是为广大书法爱好者做了一件好事。之所以说这套书是教学的理想教材，是因为书中做到了理论与实际相结合，详细地介绍了书写技法、结体要求及作品章法，通俗易懂。说它是自学的理想范本，是因为书中选用了大量书写规范、结构严谨的范字，便于临摹，易见成效。本书的写作班子由著名书法家和在大专院校长期专门从事书法教学工作的教师组成，他们有坚实的传统书法功底和书法理论基础，有丰富的书法教学经验。由这些堪称书法教学专家编写的书法教材自然是具有针对性和适用性。他们最了解书法爱好者学习书法的“困惑”是什么，因而也知道用什么方法为他们“解惑”。有了好书，不等于就能写得好字，关键是认真去学，用心去练，功到自然成。

江 涛

2001年8月9日

目 录

概 述	1
第一章 钢笔和字帖的选择	3
一、钢笔的种类及选用	3
二、钢笔字帖的选取	4
三、钢笔与毛笔的特征	4
第二章 执笔与运笔方法	6
一、写字的正确姿势	6
二、执笔的方法与要求	6
三、运笔的方法	7
第三章 楷书基本点画的写法	9
一、点与横	9
二、竖与撇	13
三、捺与挑	17
四、钩与折	19
第四章 楷书偏旁部首的写法	28
一、字头的写法	28
二、字底的写法	34
三、字框的写法	40
四、左偏旁的写法	41
五、右偏旁的写法	56
六、左右和左中右结构	60

第五章 楷书的结构法则	64
一、重心平稳	64
二、疏密匀称	67
三、点画呼应	69
四、参差错落	70
第六章 范字的临习	74
一、临习的要求	74
二、范字选录	74
第七章 楷书四大家简介	89
一、唐欧阳询及其《九成宫醴泉铭》	89
二、唐颜真卿及其《颜氏家庙碑》	92
三、唐柳公权及其《玄秘塔碑》	95
四、元赵孟頫及其《妙严寺记》	96
第八章 作品的章法	98
一、作品形式与内容	98
二、作品的布局	99
三、落款举例	101
四、作品形式六种	103
第九章 作品的鉴赏	106
一、鉴赏的原则	106
二、作品的借鉴与欣赏	107

概 述

相传，一名叫做沃特曼的美国人于1809年发明了钢笔，此后大约在20世纪20年代传入中国。与传统的书写工具相比，钢笔具有许多优点：一是携带方便；二是耐用不易损坏；三是书写快捷流利，提高了工作效率。因此，钢笔的使用很快得到推广与普及。

钢笔又称作自来水笔，最初的钢笔是由鹅毛管做成的，在使用过程中逐步完善而演变成今天的钢笔。钢笔问世的历史并不久远，与我国的毛笔相比，算是年轻的了。由于钢笔本身具有上述优点，所以发展非常迅速。在我国大凡会写字的人都用过钢笔，今天，钢笔已成为人们不可缺少的书写工具。

从1928年上海创办我国第一家钢笔生产工厂以来，钢笔的品种不断增多，质量不断提高，一些品牌质量达到世界先进水平，从而推动了钢笔书法的发展。

在我国，50年代使用钢笔不是很普遍，一般是在干部和知识分子中使用得较多。

60年代后，使用钢笔基本普及，一些书法爱好者开始对钢笔字进行研究，钢笔书写艺术得到了书法界的认同和推崇，钢笔字帖陆续出版。但钢笔字并没有引起人们更为广泛的兴趣，钢笔书法的提法也不多见，人们对这门艺术仍然感到陌生。

70年代，钢笔的使用得到了普及，为钢笔书法的发展奠定了社会基础。钢笔字帖、钢笔书法研究专著增多。70年代末，钢笔书法出现了一个前所未有的生机。尤其是青年学生，学习钢笔书法的热情空前高涨。

80年代,钢笔书法艺术出现了一个历史上少有的辉煌时期。70年代末80年代初,人们摆脱了长期遭受的思想禁锢,长期压抑的精神枷锁也被打破,文化艺术迎来了春天,使钢笔书法在发展的进程中出现了一个质的飞跃。钢笔书法艺术繁荣发展的标志表现在三个方面:一是艺术的学术思想浓厚,不同艺术风格、流派和钢笔书法式样得到发展和表现;二是学习钢笔书法的人数剧增,特别是在青少年学生中尤为突出,形成了一些研究钢笔书法的群体;三是钢笔书法艺术有了质的发展和提高。

钢笔书法经历了一个由普及、发展、提高的过程之后,形成了一群以中青年为主体的钢笔书法家。我们应该看到,钢笔书法艺术虽然得到了长足的发展,但与传统书法艺术相比,却是不完善的,是十分幼稚的。因此,这门新兴的艺术需要更多的人去学习、认识和爱护,才能使其健康发展。我们生长在书法的国度,学习书法、认识书法本来就应该是我们责无旁贷的职责和任务。

第一章 钢笔和字帖的选择

一、钢笔的种类及选用

钢笔因其主要用料是金属而得名。因其可储藏墨水，故又称自来水笔。从1928年我国首先生产金星、华孚、博士、关勒铭等牌号的钢笔以来，至今钢笔种类已达60多种。其中，景泰蓝是我国最为名贵的金笔，每支售价达六七百元。

钢笔的种类由制作时所用原材料为黄金、白银、电解钢作笔尖，分为金笔、铱金、普通钢笔三种。笔尖含金量高的称14K、12K，14K属高档金笔，12K为中档金笔。高档金笔有景泰蓝金笔、幸福300型金笔、上海英雄100型金笔、英雄200型金笔。中档金笔有永生101型金笔。金笔的特点是耐磨、耐腐蚀、不易变形、弹性好、着纸滑适。铱金笔质量次于金笔。

市场上销售的钢笔以中档见多，因中档钢笔价格适宜，颇受人们欢迎。我国名牌钢笔有：上海新华金笔厂永生612型、712型高级铱金笔；上海英雄金笔厂的英雄616型铱金笔；合肥铃兰715型铱金笔；天津长虹210型铱金笔。

钢笔性能的好与坏对于书写者来说，是至关重要的，因此，选用钢笔时，必须首先了解钢笔的性能。用钢笔书写应以手感适中、笔尖顺畅为佳。钢笔有三德：啮合严密；流畅轻捷；坚实耐磨。

挑选钢笔应从以下几个方面去选取：一、外型美观，手感舒适；二、粗细得宜，书写流畅；三、笔尖出水均匀，不粗糙，不割纸。

二、钢笔字帖的选取

学习书法要首先考虑从什么书体的字帖开始入手的问题,学习钢笔书法也是如此。初学者因对不同书体的字帖了解不多,一时难以选定,又因为各人的喜好不一,在选取字帖时也很难作出统一的要求。从历代书家学习书法的经验和实践看,比较一致的看法是学书先从楷书入手。亦有主张先从隶书开始学习的,但持此主张的书家为数不多。楷书结体工整,规范严正,法度完备,先学楷书,深明书理,可避免学书时粗俗狂怪和缭乱的现象。学楷书可先从欧、颜、柳、赵四大家选取,也可从历代的名家小楷名帖中选学。钢笔的书写虽然其特点不同,但选学毛笔法帖同样会收到较好的效果,因为不论是钢笔还是毛笔,书写的笔画要求和字的结构要求是完全一样的。学习钢笔楷书也可以从现有的钢笔字帖中去选取。目前,钢笔书法字帖很多,但却难以找到一本理想的权威的钢笔书法字帖。从已面市的钢笔书法字帖选学,要注意选用书写规范、结体严谨、法度备至、形态端庄的钢笔字帖。那种个性太强、风格怪异或书写粗俗的字帖不宜作为范本。一般认为,如田英章、王正良、顾仲安、沈鸿根、任平、李强等书写的字帖可作为临习字帖。

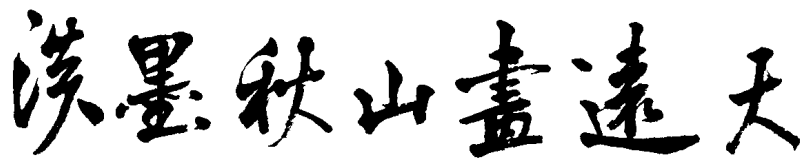
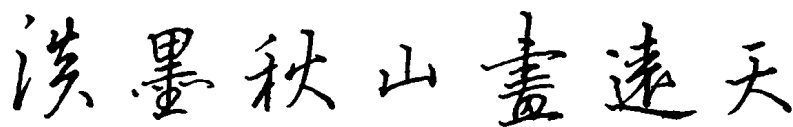
三、钢笔与毛笔的特征

钢笔和毛笔由于用料上的不同及制作上的差别而决定了具备各自的特征。

钢笔书法受到发展历史短暂、没有建立完整的理论体系、表现力较低等因素的影响,还不能像传统书法那样享有崇高的地位。

其次是钢笔字的线条变化没有毛笔那样丰富。毛笔用墨的多样化使得毛笔字呈现出斑斓的墨彩,枯润相间而极富表现力。相对于

毛笔，钢笔字用墨单一，难于表现出用墨的浓淡、枯润，亦难于表现用笔时的逆起、顿挫、徐涩、疾扬。另外，钢笔字线条粗细变化不太大，会使其视觉效果大为降低。书法艺术具有的观赏价值，要求书法作品具备艺术内涵和艺术魅力。钢笔书法所缺少的正是作品中蕴涵的艺术内涵和艺术魅力，因而，钢笔书法远没有毛笔书法那样高的欣赏价值。通过下列钢笔字和毛笔字的比较，我们不难看出二者之间存在的差别，从中，我们也可以分析出钢笔字与毛笔字各自的特征来。



第二章 执笔与运笔方法

一、写字的正确姿势

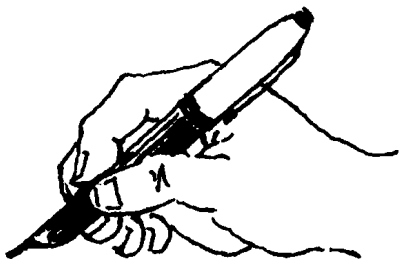
练习写字应有个正确的姿势。写字的姿势叫身法,即是对写字者的身体姿势的要求。不论是青少年学生还是成年人,在写字时一定要养成有正确写字姿势的习惯,改正不良的写字方法。在日常生活中,写字的机会很多,写字的时间也很长,写字姿势不正确,容易造成视力下降,严重时还会造成驼背脖子歪等后果。虽然不能说视力下降等是书写姿势不正确所造成,但是,造成这些后果与书写姿势的不正确有着十分密切的关系。由此可见,正确的书写姿势不但关系到能否把字写好,而且关系到人们的身体健康。养成良好书写姿势的习惯,必须是从一开始书写时就培养的。现在,人们往往忽视了书写姿势的正确要求,以至于出现了不少学书者写字时坐得不正、头过低、纸放不正等不良现象。

正确的姿势应是:头端正,胸稍挺,两腿与双肩同宽并自然摆开,即头正、胸挺、身直、足安。

坐姿见图二。

二、执笔的方法与要求

用钢笔写字应讲究执笔方法,即指法。钢笔的执笔方法不同于毛笔,钢笔的执笔用拇指、食指、中指着笔(如图一所示)。钢笔的执笔要求是拇指指头捏住笔杆左外侧,食指指头压住笔杆右上侧,中指左侧托住笔杆下侧。笔杆处于拇指、食指、中指三指之间,无



名指、小指自然拼拢，笔杆倾斜成 45° 并斜靠于虎口。执笔时，指力要均匀，舒适自然。执笔时不可执得太紧或太松，将笔执得轻松停稳便可。松了无力，过紧了转动不自如，用指不灵活，影响了书写。一些青年学生平时书写疏于对自己的严格要求，执笔过紧用力过大，写字时间稍长就手指麻木发痛。还有一些学书者执笔几近垂直，用笔不自然，甚至有些是“抓”笔写字。执笔方法的正确与否对字的好坏起到一定作用，那种执笔正确与否无关紧要的想法是不对的。执笔贵在用力，即大拇指、食指、中指三指齐力。用钢笔写字是枕腕，书写时手腕转动的幅度小，所以，钢笔执笔主要是用好指力。

三、运笔的方法

用笔写字，不管是用什么笔，无论是书写哪一个笔画，都必须有三个步骤，缺一不可。这三个步骤就是：起笔、行笔、收笔。

起笔，又称之为发笔、落笔、下笔。起笔的方法有两种：一种是逆锋起笔，另一种叫顺锋起笔。钢笔字由于笔尖细，写出的笔画小，所以用钢笔写字时起笔基本用顺锋而极少用逆锋，偶尔运用逆锋起笔也只是一种逆势或称之为“虚逆”。起笔是书写的第一个动作，所需要的时间只是短暂的瞬间，但却是一个很重要的过程。起

笔完毕等于给字确定了位置。

行笔，又称之为运笔或送笔。行笔是书写时在起笔之后的第二个动作，处于中间的过渡阶段。行笔在起笔之后，在收笔之先，从时间上来看，行笔时所占用的时间长，变化也大。行笔过程中有用力大小的变化，有行笔方向的改变。例如，书写一个竖弯钩(乚)的笔画，其间就有力的变化和行笔方向的改变。

收笔，是书写笔画的最后一个动作。收笔也有两种不同的方法。一种是出锋收笔，例如挑画与捺画“㇀”“㇏”；另一种是回锋收笔，例如右点和垂露“丶”“、”“丨”。

必须强调的是，书写点画时的起笔、行笔、收笔的三个过程是一个连贯的完整过程，要一气呵成，不可将它们断然分开。做好每一个动作，写好每一个笔画，才能组合成一个个好看的字。

第三章 楷书基本点画的写法

中国的汉字由基本点画组合而成。如果将每个汉字看作是一座建筑，那么基本点画就是构成这些建筑的原材料。一个好的建筑师，有了好的原材料，才能建造出一座座美妙的建筑物来，反之，如果基本的原材料不好，就无法建起漂亮的高楼大厦，就算是建出来也不美观牢固。因此，要把字写好，首先必须写好基本点画，好的笔画才组成好的字，好的字才能创作出好作品。这就是我们要学习和掌握基本点画写法的根本原因。

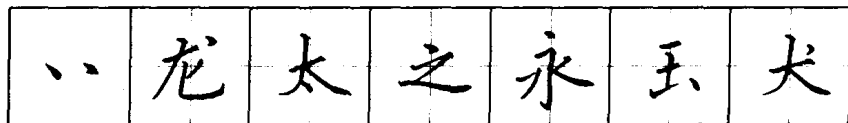
学好楷书基本点画的书写方法是学好楷书的重要环节。学习楷书基本点画的书写方法要特别注意点画的形态和点画的书写技法。我们按习惯分类顺序，将依次介绍楷书的点、横、竖、撇、捺、钩、挑、折的具体写法。

一、点与横

1. 点法

点在楷书中有几种不同的写法。写点时要特别注意两个方面，一是写得有神。有人把点比作人的眼睛，因此，点要写得神满气足，炯炯有神。一个字中的点写得好，可起到画龙点睛的作用，使字的韵味倍增；二是写得险峻。晋代大书家王羲之说，点如危峰之坠石，意思是说应该把点写得凌厉险峻。点画多斜侧，能给人以动感。点的点睛之笔也说明了其在结字中的重要作用。因此，我们必须认真地把各种不同的点写好。

(1) 侧点



侧点，因其向右取侧势，所以又称之为右点。

写法及要求：

①向右下方落笔，渐行渐按，力度由轻变重，最后用力重按，随即提笔向左侧回锋收笔。

②侧点的形态为背曲腹平，斜度以 45° 左右为佳。

③写侧点要做到提按分明，干净利落。切忌拖泥带水、弯曲凹腹或提按不分现象。

(2) 长点



长点是侧点的延长，在一些著述中长点称为反捺。

写法及要求：

①轻起笔取侧势，向右下方倾斜 45° 落笔。

②渐行渐按，笔画由细到粗，力度由轻到重，速度由快到慢。

③行笔至笔画末端用力按笔回收。

④长点的形态是上尖下圆，收腹弓背。

⑤长点忌太直或太弯，更不能上翘。太直则僵硬，太弯则乏力。

(3) 垂点



因其形同垂露而得名。垂点多位于字的左部，因此又叫做左点。

写法及要求：

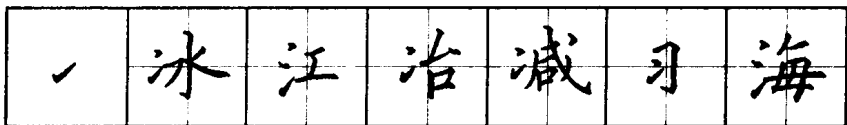
①轻轻起笔，向左下方向渐行渐按，笔画由细到粗，力度由轻渐重。

②最后向上回锋收笔。

③垂点上尖下圆，形同蒜米。

④垂点不宜过长和弯曲，起笔用力宜轻不宜重，忌拖笔。

(4) 挑点



近似短挑，但比短挑更短。

写法及要求：

①从上向右下落笔，稍按写成侧点，然后驻笔蓄势，用力向右上方向迅速挑出，笔锋要尖利。

②出锋要果断迅速、有力，切忌犹豫不决，以致笔画弯曲无力。

③下笔后不能拖笔，以免笔画形如打钩“√”。

(5) 撇点



近似短撇，但比短撇更短。