

GANGBI
SHUFA
JIANGZUO

庞中华



中央电视台
电视教育节目用书

钢笔书法讲座

四川少年儿童出版社

庞中华

钢笔书法讲座

四川少年儿童出版社
一九八七年·成都

责任编辑：王培贵

封面设计：戴 卫

钢笔书法讲座 庞中华

四川少年儿童出版社出版（成都盐道街三号）

四川省新华书店发行 内江新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米1/32 印张2.5插页2字数36千

1987年2月第一版 1987年2月第一次印刷

印数：1—50,000册

ISBN 7—5365—0000—9/J·1

书号：R8247·334 定价：0.70 元



庞中华在中央电视台主讲《钢笔书法讲座》

徐雄雄 摄



日本驻华使馆文化参赞水野丰赠庞中华一套
日本学校钢笔书法课本 斐力摄

前 言

一九八四年春天，我应北京中央电视台的邀请，主讲《钢笔书法讲座》。通过电视的荧光屏，让钢笔书法进入了千百万人民的生活之中。

我们的祖国是一个书法的国度。艺术追随时代，书法追随时代。在当今的书写工具中，钢笔已占据了主导地位。亿万人民在自己的工作、学习和生活里，无不使用钢笔写字，因此，正确使用钢笔书写祖国的文字，普及钢笔书法教育，发展钢笔书法艺术，已成为我们时代崭新的课题，要求我们作出回答。

中央电视台播放的《钢笔书法讲座》，向广大电视观众介绍了钢笔书法的基本知识和技法。按照循序渐进的过程，首先介绍国内外钢笔书法概况，然后分别介绍了正楷、魏碑、隶书、行书的练习方法，回答了电视

观众的一些问题。《讲座》播放以后，在观众中引起了强烈反响，纷纷来信要求索取有关资料，希望把《讲座》的内容予以出版发行。在此之前，四川少年儿童出版社为配合中央电视台的《讲座》，曾出版过我写的《青少年钢笔字帖》、《和小学生谈写字》两本钢笔字帖。《讲座》播放后，出版社的同志又热情约我将《讲座》的内容予以整理成书，作为前两本字帖的姊妹篇，以奉献给热心的读者朋友。前两本系手写体的字帖，这一本着重文字叙述，热心的读者如能配合着阅读与练习，或许对您会有更多助益。

中央电视台播放的《讲座》为十讲，其中二、三两讲是介绍基本笔画，这次整理成书时，将这两讲合而为一。这样，此书共为九讲，但整个内容不但没减少，还作了一些补充。

日本现代钢笔书法学会会长柴田木石先生、日本钢笔习字研究会会长三上秋果先生、日本著名钢笔书法家和钢笔书法教育家小川江南先等朋友热心为我赠送佳作，亦在此深表谢意。

庞中华 1985年7月

目 次

前 言	1
第一讲：概说	1
第一节：国内外钢笔书法介绍	1
第二节：钢笔种类及使用方法	3
第二讲：基本笔画的练习	7
第三讲：间架结构的方法	19
第四讲：怎样练好钢笔楷书	30
第五讲：怎样练习魏碑	39
第六讲：怎样写隶书	44
第七讲：怎样练习钢笔行书	49
第八讲：回答观众的问题	55
第九讲：钢笔书法的应用	62
附：楷书字帖 魏碑字帖 隶书字帖 行书字帖 日本友人书赠庞中华	

第一讲：概 说

第一节：国内外钢笔书法介绍

亲爱的朋友，你们好！

在你们每天的工作、学习和生活中，经常需要提笔写字，譬如写日记、笔记、书信、便条；广大的青少年朋友做功课、答卷、作文等等。字写得好，让人看了清楚、明白、赏心悦目，能给人一种美的享受；相反的，如果字写得歪歪倒倒，潦乱草率，别人看了不认识，不舒畅，甚至还会耽误事情。因此，把字写好，和我们每个人都切身相关，也可说是我们应当具备的文化修养。

写字，首先离不开书写工具。在众多的书写工具中，使用最广泛的就是钢笔，这是由于钢笔无论携带和运用都极为便捷的缘故。特别是近年来，亿万人民为四化而掀起学习文化科学的热潮，进一步带来了钢笔书法的繁荣兴盛。全国一些省、市、城镇、大专院校，纷纷举办各种群众性的钢笔书法展览和比赛，成立了钢笔书法组织，在杭州还出版了

我国的第一份钢笔书法期刊——《中国钢笔书法》杂志。钢笔书法活动正在深入普及地展开，其前景无比广阔。

在国外，钢笔书法活动十分活跃，欧美各国是钢笔的故乡，那里建立了不少硬笔书法的组织和团体，经常举办各种钢笔书法展览；日本早在20多年以前就成立了“日本现代钢笔书法学会”、“日本硬笔指导者联盟”、“日本钢笔习字研究会”以及“北海道硬笔书法大学”等许多专门从事钢笔书法艺术活动的机构。日本最大的书法教育团体——日本习学教育联盟，拥有15万钢笔书法会员。以日本现代钢笔书法学会会长柴田木石先生为首的日本硬笔书法代表团和以日本钢笔习字研究会会长三上秋果先生以及小川江南先生率领的日本钢笔书法代表团，曾多次来我国进行友好访问，并在北京、石家庄、苏州、杭州等地举办过钢笔书法展览，和中国硬笔书法界的朋友进行过亲切会谈，为两国硬笔书法友好交流作出了新的贡献。值得重视的是，日本及海外对硬笔书法的研究与提倡，也表现在对书写工具的研制上，其花色品种繁多，越来越趋向于简洁化、生活化。不但生产普通的自来水钢笔，而且还有写大字、写招牌广告的巨型硬笔。这些笔使用

带油性的墨水，具有各种色彩，可以在塑料、皮革、玻璃、陶器等各种用品上书写。这样，就把硬笔书法艺术带进生活的每一个领域，使之和我们每个人关系更加密切。任何艺术，只有深入于人民大众之中，才具有无限的生命力和光明的前途。

在港澳、东南亚和巴基斯坦，人们对钢笔书法倾注热情。港澳同胞及新加坡、马来西亚，都专门举办过钢笔书法的展览；巴基斯坦人对钢笔书法简直入了迷，那里有许多报刊，全是用钢笔书写后影印制版，书写者被誉称为“卡提布”，是一种极为光荣的职业，也就是“钢笔书法家”。

马克思在一百多年前就曾经指出，随着人类社会的进步，人类的文学必然要克服民族的、地域的狭隘性，越来越具有世界性。文学如此，其他各种艺术也同样如此。钢笔书法必将成为世界性的艺术而发扬光大。

第二节：钢笔种类及使用方法

钢笔，还有个别名叫作“硬笔”。据说是十九世纪，一个名叫沃特曼的美国人发明的，因为使用方便，所以成为世界通用的书写工具。“硬笔”这一家，兄弟姐妹很多，除钢笔而外，尚有铅笔、蜡

笔、粉笔、圆珠笔以及其它用骨、木、竹、塑料、金属等制成的书写工具，都属于硬笔家族的成员。其中三千多年前，我们祖先在甲骨上刻字用的刀子和锥子；六千年前的原始人在西安半坡彩陶上刻画象形符号的石片和陶刀，则为硬笔世家的老前辈了。钢笔自然是晚辈后生，由于模样儿美观大方，干活流利潇洒，富有现代化精神，深为人们厚爱，遂成为硬笔家族的优秀代表。

现代硬笔有许多共同特点：第一是笔尖坚硬，因而写出的字都具有刚劲、明朗的线条；第二是执笔方法相同：都是用拇指、食指和中指捏紧笔杆下端，写字时笔杆是倾斜的，除了粉笔是悬空书写外，其余几种笔在书写时手腕可以接触纸面。

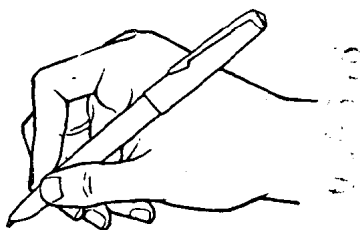
但是，使用这几种硬笔在书写时也有一些小小的差别，比如：钢笔在书写时，笔尖有一定方向性，一般不能随便转动；圆珠笔、铅笔和粉笔等，却没有固定的方向性，可以随意转动。另外，圆珠笔的尖端，有一颗圆滑的钢珠，写起来十分流畅；铅笔则有软硬铅芯各种不同型号。尽管它们有这些差别，但书写的技巧基本上相同，我们在练习的时候，使用普通钢笔就可以了。关于纸：练习钢笔字的时候，可以采用普通的白纸、作业纸及其它各种

书写纸，旧书报纸也是很好的练习用纸。

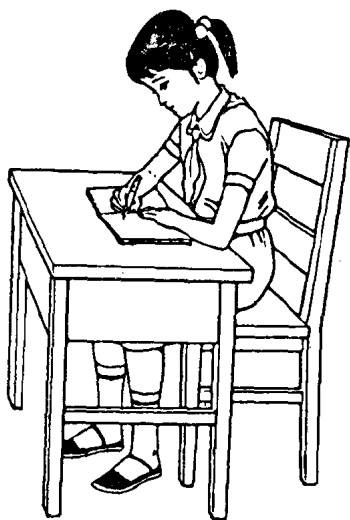
在练习写字的时候，必须强调正确的姿势。现在在相当多数的中小學生，执笔和写字的姿势不正确，歪脖曲背，眼睛贴近纸面，书写起来十分吃力，并且会影响身体的健康。据北京的眼科专家们统计，首都青少年视力明显下降，患近视眼的人数逐年上升，其中小学生占十分之一，初中生占五分之一，高中生占三分之一，大学生达二分之一以上。这个数据十分惊人，基本上反映了全国的一般状况。青少年产生近视的原因，跟写字姿势不当也有很大关系。要培养正确的写字姿势，必须从上小学的时候开始注意。

正确的握笔姿势是：

拇指、食指的指肚和中指的
的内侧面捏住笔杆下端，
四指和五指紧靠在中指后
面；笔尖距离捏笔的手指
约一寸左右；笔杆倾斜地靠在虎口内。



正确的写字姿势是：身要坐直，头要端正，两腿自然与肩宽。要作到三个“一”，即眼睛距离纸面一尺；笔尖距离捏笔的手指一寸；胸部距离书桌的边沿一横拳。



正确的姿势，对于写好字是极为重要的，所以一定要在平时养成好的习惯，随时纠正不正确的姿势。

请你准备好钢笔和白纸，在下面若干讲里，我将分别向大家介绍钢笔字的基本笔画、间架结构，以及正楷、隶书、魏碑、行书的练习方法，并将回答朋友们提出的问题。再见！

第二讲：基本笔画的练习

亲爱的朋友，你们好！

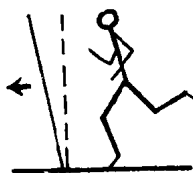
在第一讲里，我简单介绍了“硬笔”家族，包括钢笔、铅笔、粉笔、圆珠笔等写字工具的特点和使用的方法。今天我们就来学习怎样写钢笔字。

学习写字，同学习其他知识、技能一样，首先必须注重基本功的练习。有不少青少年朋友由于不懂方法，忽视了基本功的训练，写字是信手乱画，好似“天书”一样，叫人家认不出来。

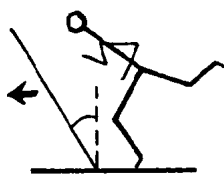
其实，钢笔字是容易学会的，首先要打好基础，要从练习正楷字开始。正楷字的主要基本笔画有八种，我一一介绍如下：

(1)点：包括斜点和斜长点。斜点的写法是：下笔由轻到重，从左上方向右下方一按，提起，如“之”字的第一画。它的节奏近似于音乐里面的二拍子，只是弱拍在前，即：弱—强，在书写时可以用嘴轻轻念着。

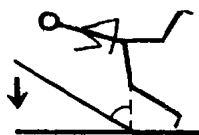
斜点大致呈 45° 角。为什么取 45° 为宜呢？因为 45° 处于一种最佳倾斜状态，美学常识告诉我们：呈 45° 的线条能给人以勇猛前进的动态感，因而感到悦目。古人说：“点若危峰坠石”，也正是指这种倾斜的动态。



1. 角度小于 45° 的，表示前进。



2. 45° 的角度表示更勇猛地前进。



3. 角度大于 45° 的，表示下倾，而不是前进。

在书写时，
要避免以下几种
错误笔画：

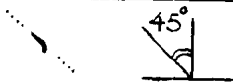
- 一是木棍。
- 二是折角。
- 三是弯弓。
- 四是钓钩。
- 五是逗点。

产生以上败笔的原因，是由于书写时未能准确、仔细地观察与模仿。要注意对照正确的笔画，进行自我检查，先找出自

己书写的笔画是属于哪一种情况，然后加以改正。

斜长点是斜点的延长，写法同斜点基本上相似，只是比斜点略长。如“不”字的第四画。

(2)横：包括长横及短横。在美学中，横线

斜点	
写法	、 之 斗
角度	
败笔	\ 木棍 \ 折角 丿 弯弓 丿 钓钩 丶 逗点
斜长点	
写法	 卜 不