

49天

钢笔正楷

简易速成法

刘大卫 编著



人民交通出版社

1292.12
123

49天钢笔正楷简易速成法

刘大卫 编著

人民交通出版社

(京) 新登字 091 号

《49 天钢笔正楷简易速成法》

49TIAN GANG BI ZHENG KAI JIAN YI SU CHENG FA

刘大卫 编著

正文设计: 乔文平

人民交通出版社出版发行

(100013 北京和平里东街 10 号)

各地新华书店经销

北京顺义振华印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 2 字数: 50 千

1993 年 6 月 第 1 版

1993 年 6 月 第 1 版 第 1 次印刷

印数: 0001—20000 册 定价: 2.50 元

ISBN 7-114-01538-0

G · 00032

第一讲 为什么要学习钢笔正楷

为什么要学写正楷字？在进入本课程学习之前，我们应该明确一下这个问题。

有的同志认为钢笔字以实用为主，所以要写就写行书，而不必学正楷，因为行书写起来快且实用。这些同志的看法具有一定的代表性，也有一定的道理。但是，写行书要有一定的基础，没有这个基础，行书是写不好的。试想，一个人连字都写不正，如何写得快呢？即使他能写得很快，那么写出来的字也不美。

在本课程中，我们要求大家了解一些简单的书法术语，掌握点画写法和结构的一般规律。

正楷要写到什么程度才算得上好呢，这个问题不是一两句话能回答的，因为艺术无止境。在本课程中，我们只要求学员能按正确的方法把所选的字例写像。

如何来运用这本书？首先要仔细阅读文字说明，然后对照字帖摹（即我们平常说的“描”）一个，临写两个；再摹一个；临写两个；摹写一个，临写三个。以这样摹临结合的方法来学习。

每天练多少字？每天练的字不宜太多，以练一页为宜，但这一页一定要认真领会，切

实掌握。

好了,我们的学习就开始吧! 希望你在学完本书后有所收获!

一、钢笔书法常用术语

在学习钢笔书法时,我们经常要遇到一些名词术语,掌握了这些名词术语的具体涵义,对于我们进一步学好钢笔书法将起到提示的作用,因此,我们一开始就专门介绍一下这些名词术语,希望读者能深刻领会。

一、起笔 行笔 收笔 起笔是指一个笔画的开始部分,也叫做落笔。行笔是指一个笔画的中间运行部分。收笔是指一个笔画的结束部分。在正楷中,每一笔画都应有起笔、行笔、收笔三个过程,缺一不可。

二、提笔 按笔 提笔就是将笔提起来,但不离开纸面,在纸上留下比较细的痕迹的过程。按笔就是将笔按下去在纸上留下比较粗的痕迹的过程。提笔时书写速度稍快,按笔时书写速度较慢。提和按交替出现,否则,写出的字就会一样粗细,呆板平淡,缺乏艺术感。

二、楷书的特点

楷书是一种端正、规矩、工稳的字体,所以楷书又被称为“正楷”。古人把楷书比作站

立。

楷书主要特点是：书写时点画精到，一笔不苟，点画形态分明；结构横平竖直，四平八稳，大多数的字形是正方形（故汉字又称方块字）；排列起来井然有序，整齐清楚，一目了然。由于楷书的工整大方，且十分规矩，所以楷书成为我们学习书法的基础。学习楷书的目的是为了学好行书，而学习行书又要有楷书的基础，两者相辅相成，不可偏废。

三、常见错误分析

在学习钢笔书法中，常常容易犯一些毛病，这几种毛病初学者大都避免不了，可谓通病，这里把它们列举出来，以引起大家的重视。

（一）、用笔不精到

这类错误的表现形式有二种：一是写正楷时，起、行、收三个用笔过程不完整；二是写楷书时缺少提按，写出的字太平板，没有起伏感，更无艺术性可言。

（二）、笔画太做作

有的初学者为了表现点画力度，不正确地故意顿挫得十分厉害，这样写出的点画就十分做作。

(三) 字形不方正

除少数字外,汉字大部分是方块字,因此,在书写时我们要尽量写得方正,不宜把字写得过长或过扁。

第二讲 准备知识

一、钢笔和墨水的选用

钢笔的挑选 主要看笔尖是否圆滑、流畅。这可通过试笔检验,即将新笔蘸些墨水在纸上写些横和竖的阿拉伯8字,如笔不拉纸。出水又均匀,那么笔尖就是圆滑、流畅的,用这种笔尖写字,可得心应手。

钢笔有金笔和铱金笔两种,可根据情况任意选用,一般有一支铱金笔就可以了。

钢笔的使用 写钢笔字要用三指执笔法,即用大、中、食三指执笔前端,后端靠上虎口,整支笔倾斜书写。笔尖与纸面成 45° 左右的角,不宜太斜或太直。笔尖必须正面书写,不可侧写,更不可反写。因为笔尖是由弹性的金属镶焊铱金做成的,中间有一道出水槽,尖端略向上翘起,正面书写接触面好,稍用力墨水就可由出水槽流注笔端,顺利到达纸上,这样就能保证出水流畅,书写圆滑。

钢笔的保养 钢笔书前,先可在纸下垫一本练习簿,以增加笔尖弹性,减少硬的摩擦。每隔一月,可用杯装清水洗钢笔一次,以免通道堵塞,方法是反复地吸水放水,直到

洗清为止。笔舌如被尘垢封盖，可先用小毛刷刷一下。钢笔在书写中要尽量避免与油腻的纸或粗糙的台板相接触。

二、墨 水

墨水要使用同一牌号同一颜色的。墨水混用会引起化学反应，产生沉淀，不利书写。

墨水用过后，应立即盖上瓶盖。否则会使水分蒸发，并使灰尘落进瓶里。

钢笔用毕后，立即套上笔套，这样既可保护笔尖，又可避免水份蒸发。

顺便说一下，学写钢笔字，最好使用黑色的碳素墨水，醒目，有光泽，字学写得如何，可一目了然，这对提高写字水平很有好处。

三、写字姿式

写字的正确姿式是“头正、身直、臂开、足安”八个字。

“头正”，就是头要端正，稍微向前，勿使歪斜，这样，视线正，下笔就容易看得准，不要把头低伏在桌子上，也不要向左右偏侧，这样不但容易损伤视力，而且不易把字写端正。

“身直”就是身子要坐得端正，两肩齐平，腰部挺起，保持正直姿式，胸部不要紧靠桌边。以免妨碍呼吸。

“臂开”就是右手执笔，左手按纸，两臂自然撑开，成均衡对称之势。这样写起字来就能自如，横画易平，竖画易直，撇捺也容易放得开。

“足安”就是要两脚自然放平，踏稳，这样坐在位子上，身体稳定，不致摇晃。不要交叉或踮起脚尖。

以上八个字是一般写字所应有的姿式，这样，正确的姿式对写好字很有帮助。

第三讲 摹帖与临帖的方法

学习书法的初级阶段，不外乎摹、临两个过程，假如方法不当，就难以取得预期的效果，这一讲专门讲解怎样摹临字帖。

一、摹 帖

摹帖，就是用透明不渗水的纸，蒙在字帖上，然后按照纸上显出的字迹来写，也就是描帖。摹写出来的字，就整体来说，与帖上的字样（点画安排位置，字的结构形态）相仿，所以古人说“摹写易得位置”。但是，摹帖时最容易局限于结构上的像，而忽略了点画的写法。摹帖时最忌不动脑筋，一遍遍地“描”下去，一旦离开字帖，就会不知所措，无所适从。

初学写字，从摹帖入手是行之有效的方法，而且在摹描有了一定基础后，对临帖也有用。例如临帖时，有些结构巧妙的字，反复临写后还是不像，那就不妨摹一下后再临写。采用摹临结合的方法，往往能取得较好的效果。

开始摹帖时，可偏重于结构安排，一旦结构特点熟悉了，就该努力掌握用笔方法

(轻、重、徐、疾等)。有了这些基础,再临写时,就不觉得太困难了。

二、临 帖

在正式开始临帖以前,先要做些准备工作,即先将字帖仔细地观察分析。我们称之为“读帖”。唐代著名书法家孙过庭在《书谱》中说:“察之者尚精”,就是这个意思。

各种字帖上的字体是不一样的,这就要求我们善于找出其特点。这主要包括:

1. **分析点画的特点** 本书中专门列出了正楷的点画这部分内容,目的就是为了让初学者尽早入门。对这些点画,千万不能忽视,需要仔细揣摩。特别要注意起笔、行笔、收笔、转折这几个步骤。因为这些部分最能反映点画特征。

2. **分析结构单位的特点** 例如笔画部位之间的大小、长短、高低、争让、伸缩的关系等等。这也是掌握结构特点的方法之一。

在读帖方面有了基础以后,就可进入临帖阶段。《书谱》中说:“拟之者贵似。”初学者应先达到形似,即写出的字像帖上的字,然后再达到神似的阶段,临帖应注意下列几点:

1. **临写时要尽量把帖上的字写像写准** 初学者中有不少只是按自己的习惯“抄”帖,这样“抄”是没有效果的。必须根据字帖上的字来改进自己原有的写法,真正以字帖为师,去己之弊,取帖之长。

2. **应加强基本功的练习** 初学一定要把点画练得熟,为自己日后的学习铺平道路。

3. **临帖时要一气呵成** 初学临帖的毛病是看一笔写一笔,这样效果不好。因为汉字的结构是由基本笔画组成的,许多笔画一字之内要结构得当,互相关联,特别是作为一种艺术,点画间要有生动的气韵,清晰的起承转合。依靠点画之间的密切联系,组成优美的结构。如果看一笔写一笔,容易把点画的位置安排不当,使整个字出现结构不匀称等毛病。当然,照这个要求临帖,起初会感到很不适应,但通过练习就会习惯。

4. **初临字帖要力争“各个击破”** 临帖不要顺文直抄,如某个字没临好,就要“打铁趁热”地分析、对照,连临几个(难者多临,易者少临),把每个要临的字写得好些了,再继续写下去。初学时每天可练三、五个字。尽量要写得好些,不要贪多求全,这就叫做“与其伤其十指,不如断其一指”。

5. **掌握临帖、背帖、应用三个关节** 有了临帖的基础,然后可以默写字帖上的字。这有助于加深理解,也可检验学习的效果。如果不像,那就需要再临习,只有这样反复实践,才能提高。经过一段时间的背临,就要强调运用,组成一段文字。

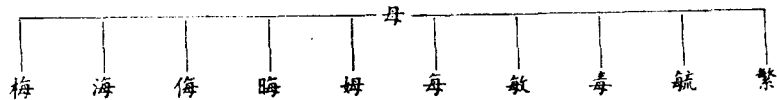
6. **初学要专一** 初学时不要东找一本帖,西找一本帖,这样容易形成不伦不类的“大杂烩”。

希望大家知难而进,任何人学写字都有一个从不像到像的过程,只要持之以恒,一定能把字练好。

第四讲 49 天钢笔正楷速成法原理

中国汉字数以万计,但它们大致分成两大类。一类是直接由基本点画组成的字称为独体字,另一类是由偏旁部首加上某些独体字组成的复合结构的字。由此可见,基本点画、偏旁部首、独体字是组成如此众多汉字的基本元素,因此,学好这些元素,对于我们进一步写好钢笔字非常重要。

举个例子



上面这许多字,都有一个共同的字根——母,把“母”字同不同的偏旁部首或独体字加以组合,就产生了一系列的字,因此,这是速成法的一大诀窍。我经多年的悉心研究发现,只要掌握150个左右的基本点画、偏旁部首、独体字(统称为“字根”的)基本元素,就可写好3000以上的汉字,钢笔字的短期速成是完全可行的。

大家在学习中,要学会把一个字分解成基本元素(字根),并能同其他字分解后的基

本元素组成其他字。如,我们在第17天里学了“室”字,在第15天里学过“故”字,再加上第1天里字的横画,我们就应把这两字重新拆合成“害”和“致”字。这就是49天速成法的另一诀窍。

当然,学好一门知识,并不能光凭小聪明,而应花大功夫去钻研,刻苦地练习,这样才能写好钢笔字。

1. 点画讲解：横的名称及写法

长横：应同水平方向有一 $5^{\circ}\sim 10^{\circ}$ 的夹角，故它不是水平的，中间略凸起，形如一翻转的船，故称“覆画”。写时二头重中间轻；起收笔处要停顿，长横要写得长大，因它在一个字中代表字的宽度。如“一”字。

短横：应写得短小，中间凹下，形如人向上仰起，故又称“仰画”。短横的写法大致同长横。当一个字中出现几个横画时，要把这些横画写得各不相同，有仰有覆，如“二”，就要写成上仰下覆，而“三”则应写成上平、中仰、下覆，第一笔中间没有弧度，故称“平画”。

一			一			一		
二			二			二		
三			三			三		

2. 点画讲解: 竖的名称及写法

悬针竖:应写成笔直的,形如一根悬挂着的针,故名。写法是落笔后略顿,直下渐渐提笔,最后用力抽出,露出锋芒,如“十”,中间的一竖便是。

垂露竖:因其收笔处如同一垂直欲滴的露珠而名。垂露竖不是笔直的,中间略凸。写法是落笔后略顿,直下渐渐提笔,然后再渐渐按笔,收笔处略顿收笔,如“干”字中的一笔便是。

值得注意的是一个字中的最后一笔是竖的用悬针(但“干”字为了避免同“干”字混淆,用垂露),其余的均用垂露。一个字中有两个垂露竖,宜写成相背,“卉”字下面的二个竖画。

十			十			十			
干			干			干			
卉			卉			卉			