

小学师生实用丛书

作者：文 溪

小学生怎样练好钢笔字

楊再春題



北京体育学院出版社

HAOXUE
SHI SHENG



小学生怎样练好钢笔字

北京体育学院出版社

责任编辑 胡琪 李家琦
装帧设计 远方 左安利

小学生怎样练好钢笔字

文溪 著

北京体育学院出版社出版

(北京西郊圆明园东路)

印刷:煤炭部地质局制图印刷厂

新华书店北京发行所发行

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 5.375 插页

1987年12月 第1版 1987年12月 第1次印刷

字数: 121 千字 印数: 120000 册

书号: ISBN 7-81003-0-302/G22

7451·48 定价: 1.45 元

(凡购买北京体育学院出版社出版的图书
因装订质量不合格,本社发行部负责调换)

内容提要

本书是中小學生練好鋼筆字的啟蒙書，注重探尋硬筆書法的源流，反復強調繼承與創新的關係，從創新的角度講硬筆，從歷史的角度談軟筆，在藝術上，實事求是地把軟筆硬筆融為一體。這就使孩子們讀後能夠找到一條切实可行的練好鋼筆字的道路，獲得一些既高妙又實用的知識。

序

六十年代，我与文溪同窗就读於北京二中，“文化革命”中猝然分手。后来听说他颇为坎坷。二十年后重逢，他已然在一位当代哲学家亲自指导下，取得了硕士学位并兼职执教于全国首屈一指的大学。现在请我来做篇序文，对书发议论之前，不免有这一番度尽劫波之后的感慨。

文溪以文学为本，现在研究的是佛学，讲授的是哲学，对汉字及中国书法的研究却没放松过。这原因，我完全了解。一方面，文溪以为汉字对中国人来说，是一切知识的载体，是文化交流的工具，“工欲善其事，

必先利其器。”另一方面，更重要的是：在文溪看来，与汉字息息相关的中国书法，是艺术，是精美深邃的艺术。用日本朋友的话说：“是太阳底下最为灿烂的艺术”。用他自己的话来说：“如果对汉文字学和中国书法这样灿烂的明珠不热爱，不理解，不认识，视而不见甚至完全无知，这样的人很难称得上是一名全面发展的中国文科大学生。”正是为了让大学生们过好汉字关，书法关，他把眼光放远，移到下一世纪祖国的栋梁——当代小学生身上。于是，百忙之中，潜心写成这本小学生的书法启蒙书。

纵观中国文化史，大凡在文、史、哲学方面做出成就有过贡献的人，几乎都能写一手好字，其中颇不乏大名鼎鼎的汉文字学权威或书法艺术大师。诚然，这与中国传统教育制度和文化习俗密切相关。除此之外，还有个重要原因，那就是，对中国人来说，写出的字可以说是一种文化

素养，美学修养，精神气质乃至哲学观念的综合体现。既然汉字的书写包括如此丰实的内涵，那么，写字就绝不仅仅是个单纯技巧问题。除掉纸、笔配合和指、腕功夫以外，首先是个认识和理解问题。古代大诗人有“汝果欲学诗、功夫在诗外”的名句，这里我们不妨说“汝果欲学字，功夫在字外”，想写好一手漂亮的字，必须格外注重字外功夫。文溪这本书恰恰从介绍汉字和书法知识入手，上溯千年，遍涉诸家，从哲学、历史、美学等不同角度把一页页光彩美丽的中国书法画卷，展示在孩子面前，让他们从小受到熏陶，从小打牢基础。这，正是本书一大难能可贵之处。

近百年来，随着西方文化的输入，汉字书写工具渐渐起了根本变化。在实用领域中，硬笔凌替了毛笔，创新挤跑了守旧。时至今日，铅笔、粉笔、圆珠笔、钢笔、尼龙笔乃至木楂笔、纸卷笔……琳琅满目的新工具形成了庞大的硬笔家族。书写工

具的变革，导至中国传统的书法艺术迈入了新的发展阶段。在某些青年人眼里，硬笔书法是一支凭空突起的“异军”，他们甚至隔断历史，否认软硬笔书法的血缘关系。同这样一种时髦然而实在浅薄的观点相反，文溪这本启蒙书，注重探寻硬笔书法的源流，反复强调继承与创新的关系，从创新的角度讲硬笔，从历史的角度谈软笔，在艺术上，实事求是地把软笔硬笔融为一体。这就使孩子们读后能够找到一条切实可行的练好钢笔字的道路，获得一些既高妙又实用的知识。这正是此书又一个不入流俗的可贵特点。

在今天方兴未艾的硬笔书法热潮中，一些文化商人只图营利，草率成书，打着普及的招牌去骗取孩子手中的钱。对此，文溪极其愤怒。他对其中一本劣质小册子做了直率批评。“治学不做媚时语，独寻真知启后人”，尽管言词犀利，锋芒逼人，并不合乎中国文人传统的“温柔敦厚”之旨，甚

或要得罪人，但我想，众多的有识之士是能够充分理解他的一片苦心的。

书法，无论中外，源于硬笔。在中国，历经三千年的软笔历程之后，又重新兴起了硬笔热潮。这样一个由硬笔到软笔又由软笔向硬笔转化的历史过程，蕴藏着多少丰富有趣的知识等待我们去接触、去认识、去研讨、去开拓呀！做为老同学、老朋友，我衷心期待文溪编写的这本书，能把更多的小读者带入神奇美妙的书法艺术的殿堂。

谷 岳

一九八七年九月

（按：谷岳同志是中国现代硬笔书法研究会理事）

前 言

练好钢笔字，是高年级小学生及老师和家长的共同要求。不少同学直到上了中学、大学还写不好钢笔字，写一篇文章，满纸上像蜘蛛在爬，自己看了脸都发烧，心中真后悔，为什么上小学时没有好好练练钢笔字呢？为了不干这样的后悔事，那么，就要记取前车之鉴，从四五年级开始，就要练好钢笔字。甚至上了中学、大学的一些同学也应该读读这本书，从头做起。我在大学里教书，不少同学常常问我怎样练好钢笔字，我就回答说等这本书写好了一定赠给他们，帮他们补上这一课。这不是和他们开玩笑，在练好钢笔字这件事上，你们这些小学生和他们是站在同一起跑线上的。甚至你们还有更优越的地方，就是说你们仅仅是不会写，但还没有染上胡写的毛病，不必费力去纠正。只要发挥这个优势，下点苦功夫，你们的字一定能写得很漂亮。

前面提到“胡写的毛病”，应该引起你们的警惕。造成“胡写”的原因，一是练习方法不正确，例如放纸的角度或拿笔的方式有偏差，字也就不易写端正。二是临摹字样不规范，例如目前流传的钢笔字帖很多，其中有不少写得很精采，但也有一些是鱼目混珠。大家常以为成书的一定不错，其实印成书的不一定都好。如果你们随便找来一本并不合适的钢笔字帖就去照着写，下的功夫越大，走的弯路越远，事倍功半，甚

至养成难改的毛病，岂不是吃了大亏么？

为了帮助同学们达到练好钢笔字的目的，我试着写了这本书。我认为要以提高欣赏水平开路、带动实际书写能力。我的钢笔书法理论叫做“与传统书法相结合，发挥钢笔书写特点，创造钢笔书法新貌。”我想，即便是小学生，也要懂一点基本的理论，否则晕晕乎乎地去照猫画虎是不容易出好字的。书中对楷、行、隶、草四种字体的钢笔书写要点分别做了通俗的论述，还相应编排了一系列实用的练习方法，特别是对不正确的写法，针对实例做了讲评。我期望这将有助于同学们随练习随提高，“知其然”更“知其所以然”。

对于同学们最关心的钢笔书法范例，我精选了数种列在书后。其实，如果你们的欣赏水平不断提高，将来会从自己的比较中发现更多的佳作，这里所提供的，仅仅是一个参考。

目 录

序 前言

价值篇

为什么要练好钢笔字

- (一) 钢笔字的实用价值..... (1)
- (二) 钢笔字的美感价值..... (4)

书体篇

先要懂一点书体知识

- 1 陶刻文..... (7)
- 2 甲骨文..... (9)
- 3 钟鼎文..... (10)
- 4 大 篆..... (11)
- 5 小 篆..... (12)
- 6 汉 隶..... (13)
- 7 草 隶..... (14)
- 8 魏 碑..... (15)
- 9 正 楷..... (16)
- 10 瘦金书..... (17)
- 11 仿宋体..... (18)

12	行 书	(19)
13	草 书	(20)
14	现代派	(22)

欣赏篇

还要学会欣赏书法作品

1	对陶刻文的欣赏	(26)
2	对甲骨文的欣赏	(26)
3	对钟鼎文的欣赏	(29)
4	对大 篆的欣赏	(29)
5	对小 篆的欣赏	(32)
6	对汉 隶的欣赏	(33)
7	对草 隶的欣赏	(37)
8	对魏 碑的欣赏	(37)
9	对正 楷的欣赏	(39)
10	对瘦金书的欣赏	(47)
11	对仿宋体的欣赏	(47)
12	对行 书的欣赏	(51)
13	对草 书的欣赏	(55)
14	对当代钢笔书法 作品的欣赏	(56)

习字篇

实践要有理论做指导

- (一) 练字必须有正确的姿势 (63)
- (二) 练字必须有正确的执笔和运笔方法 (66)

(三)	钢笔字的笔法	(68)
(四)	字的间架结构要反复揣摩	(68)
	1 实用型间架结构	(70)
	(1) 黄自元九十二法	(71)
	(2) 疑难要点问答	(96)
	(3) 劣迹批评例谈	(101)
	2 艺术型间架结构	(104)
(五)	笔顺不可忽视	(107)
(六)	几种主要书体的练习要点	(110)
	1 楷书 ①方正 ②布白	
	③轻重 ④独立	
	2 行书 ①连带 ②省略	
	③照应 ④流畅	
	3 隶书 ①平稳 ②均衡	
	③波磔 ④横贯	
	4 草书 ①规范 ②变化	
	③连贯 ④通观	

应用篇

应用之中还有学问

(一) 用于日常生活

——楷行为主，清晰美观 (119)

1、书信

2、发报单、汇款单

3、日记

4、总结汇报

5、假条、留言、证明

6、借条、收条、通知

7、请柬

8、赠言

(二) 用于记笔记

——行草为主，快速准确…………… (126)

1、词语连写

2、专用名词简称

3、特殊代用符号

(三) 用于硬笔书法

——各体皆宜，章法风格…………… (127)

1、现代构图

2、传统章法

①竖幅类

②横幅类

③对称类

④辐射类

范例篇

草 行 楷 隶…………… (135)

参考书目

价值篇

为什么要练好钢笔字

同学们也许会说，练就练吧，还问“为什么”干吗？其实不然。你们如果明确了“为什么”，就会练得更有兴致，更肯下功夫。“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”，（这是孔夫子的话，意思是：“对于任何学问和事业，懂得它的人不如喜爱它的人，喜爱它的人又不如以它为乐的人。”）我们只有感到练好钢笔字是一件有乐趣的事，才会乐此不疲地去用功。

（一）钢笔字的实用价值

同学们知道钢笔字最大的特点是实用。实用是一种字体最基本的价值，在实际生活中应用越广泛的字体，其实用价值就越高。目前恐怕没有能超过钢笔字实用价值的。无论在中国还是在世界上，到处都可以看到人们在用钢笔写字，而且都希望把字写好。这几乎是一种社会文明的标志。实际上，把字写好确实也能使工作效率提高，减少差错，提高成就。

比如说参加考试，这是学生必然遇到的。如果字写得好，又快又清楚，就能有效地利用有限的考试时间，准确地表达

自己的见解；还能使阅卷的老师批改时既看得明白，又省时省力，卷面成绩当然要高一些。如果卷子上满纸涂鸦，老师横竖看不明白写的是什麼，越看越头痛，卷面成绩怎能不受影响呢？古时候考举人中进士，对卷面字迹要求得更严，一个错字也不能有，个个都要写成蝇头小楷，像珠子一样排齐。万一错了，也要用一种叫“雌黄”的矿物将字涂去，重新工工整整地补写上。明代有一位大书法家董其昌，他的字对后世影响深远。可他却曾因写字吃过大亏。他十七岁参加郡试，本应第一名，就因书法差被降为第二。现在考试虽然不会要求得这样严，但把字写得端正整齐还是十分必要的。否则即使你学习不错，却因为字写的不好丢了分，失去升学深造的机会，岂不令人惋惜吗？

除了升学之外，现在许多单位在招工用人时也很注重应聘者的字写的如何，谁不希望自己手下有几个能书善写的得力助手呢？许多青年人就因为这一技之长而得到一份称心的工作，为生活开辟了一条道路。所以，练好字是走上人生舞台时不可忽视的一项重要本领。“少壮不努力，老大徒伤悲”，还是要从小就练起。

说到社会，中国人对字的重视比其他民族更为突出，几乎可以用到“崇拜”二字。这是因为中国是一个文明古国，汉字已有几千年的演变历史，曾发挥了十分重要的作用。也因为“字”在中国几乎就象征着文化和文明。更因为汉字不同于拼音文字，它具有千姿百态的特征。

中国人是习惯于将字与人联系起来看的，“字如其人”，就是说认为字能反映一个人的性格、爱好、修养、以及思想情绪、精神气质等等。这种看法如果不是生搬硬套地去理解，还是有