

陈贤德 著

陈贤德先生的书写

山东教育出版社

谈钢笔字的书写

陈贤德 著

山东教育出版社

一九八六年·济南

谈钢笔字的书写

陈贤德 著

*

山东教育出版社出版

(济南经九路胜利大街)

山东省新华书店发行 山东人民印刷厂印刷

*

787×1092毫米32开本 4.25印张 2插页 39千字

1986年4月第1版 1986年4月第1次印刷

印数 1—71,600

书号 7275·551 定价 0.95 元

鍤而舍之朽木不折
鍤而不舍金石可镂

题贤德同志新著《谈钢笔字的

书》
一九八五年夏
蘭喬任政于上海



目 录

开头的話.....	(1)
执笔问题.....	(4)
点画要求.....	(7)
偏旁写法.....	(19)
结构分析.....	(50)
笔顺规律.....	(62)
布局要点.....	(67)
练习方法.....	(73)
示范字例.....	(77)

开 头 的 话

大凡有文化的人，都希望自己能写一手好字，这是很自然的。我们民族的文字——汉字，已有六千年的历史，在人类文明史上闪烁出灿烂的光华。汉字，不仅具有实用性，而且具有艺术性，这是世界上任何一种文字不能比拟的。所以人们常常把写字，作为学识修养、精神情操的一个重要组成部分。

如果认为把字写好，仅仅是为了使字形“美”一点，其意义未免太狭窄了。郭沫若先生曾经就写好字的问题，讲过一段精辟的话：“培养中小学生写好字，不一定要人人都成为书家，总要把字写得合乎规格，比较端正，干净，容易认。这样养成习惯有好处，能够使人细心，容易集中意志，善于体贴人。草草了事，粗枝大叶，独行专断，是容易误事的。练习写字可以逐渐免除这些毛病。”郭老的话既提出了写好字的一般要求，也指出了写好字与做好其它事的关系，是值得我们细心领会和认真实践的。事实证明，认真写好字，确实是养成一种对人民负责、对社会负责、办事

细致的习惯的有效途径之一。

我们从识字开始，就学习写字，那么为什么同样的字，有的人写得很好，有的人却写得很差呢？原因就在于是否掌握了写好字的规律。正如已故著名书法家沈尹默先生说的那样：“不懂得应用写字规律的人，就无法写好字，即便有些心得，写字时偶然与法度暗合……。”这里所说的“法度”就是汉字的书写规律。不管是毛笔字，还是钢笔字，只要写的是汉字，则它们所需要遵循的规律大致是一样的。由于钢笔使用和携带方便，已取代毛笔成为现代主要的书写工具。练字从毛笔字入手，固然好，但在社会节奏之快的今天，除对书法有兴趣的人之外，绝大多数人都不可能先练毛笔字，再写钢笔字，而希望直接从钢笔字入手，把字写好。由于一些青年同志常同我讨论如何写好钢笔字的问题，这就促使我把多年来潜心研习书法的心得体会小结一下，写成了这本书。在书中，我尽可能通过简略的提示和图解，揭示钢笔字在点画、结构和布局方面的一些规律，使大家对如何写好钢笔字，有一个较全面、较系统的了解。另外，在书的最后部分，我用钢笔抄录了一些古诗词和现代散文，供大家学习时参考。这里需要特别说明一点，书中所介绍的只是一般书写方法，并非唯一的和绝对的方法。

编写本书虽然花费了很大的气力，几易其稿，但还可能有谬误之处，期待有机会看到这本书的老师和同志们批评指正。在编写中，得到了上海书法家协会著名书法家任政先生和上海英雄金笔厂的热情支持和帮助，著名女书法家周慧珺老师还为本书题写了书名，在此表示衷心的感谢。

执 笔 问 题

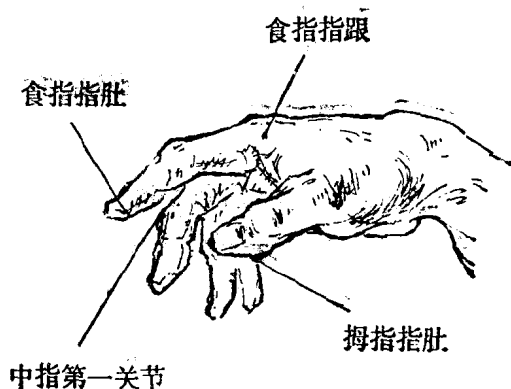
这是一个需要首先解决的问题。因为它往往是影响一些人写不好字的重要原因，所以有必要先谈一谈。

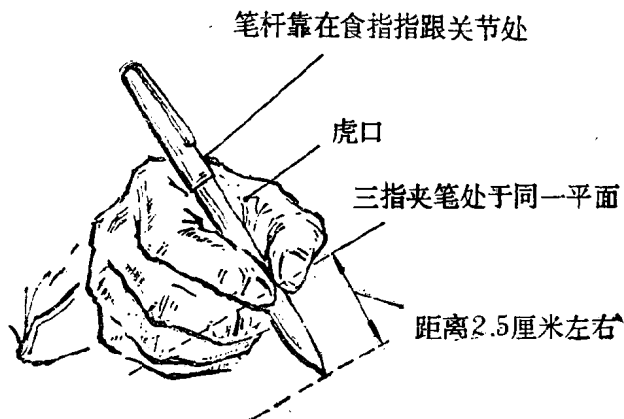
钢笔尖硬而细，毛笔毫软而粗，钢笔始终倾斜着书写，而毛笔基本上为垂直书写，它们性能不同，执持的方法当然也有所区别。但异中有同，那就是同样要达到“指实掌虚”的要求。具体来讲，执钢笔主要运用三指：用大拇指指肚、食指指肚和中指第一关节夹着笔杆。值得注意的是，三股力基本上是在与笔杆垂直的同一个平面上，这与毛笔的“五指执笔法”的各指各有高低，是明显不同的。由于处于同一平面，三股相向的力，就处于平衡状态，不用费什么大劲，笔杆就被牢牢夹在中间，这就是所谓“指实”。做到了“指实”，那么掌心必然会形成一个圆形的空腔，这就是所谓“掌虚”。掌虚可使手部肌肉自然放松，手指得以自由灵活地运动。有位书法家把执笔比作“手捏活鸟”，要做到“捏紧防死，放松防飞”，应

紧中有松，松中有力，这是很有道理的。

钢笔在书写时，笔杆与纸面一般成 $45^{\circ}\sim 50^{\circ}$ 左右的夹角。这个合理书写角度的形成，要有二个限制条件，一是三指夹笔不宜过高或过低，一般离笔尖2.5厘米左右；二是笔杆上部应靠在食指指跟与手掌结合的关节稍下处，而不可将笔杆靠在虎口中，否则笔杆与纸面的倾斜角太小，不利于笔杆运动。按以上方法把笔杆执住，再加上书写时，掌肚与小拇指外侧面轻抵纸面，这样就能做到书写轻捷灵活，不会感到吃力了。（如图）

执笔法（无论是钢笔还是毛笔）是根据人的生理器官结构和使用工具的便捷而提出来的一般方法，它





是科学的，合理的。有的同志可能要提出，现在我的执笔法有点不对，是否要改过来呢？这要区别对待。如过分别扭，写字时自己也感到不灵活，写不多久，就手指发酸，觉得挺吃力，那么就得上决心改过来。如果并不十分别扭，能够适应练写，而且多年来已养成习惯，那么不改过来，也是可以的，“邯郸学步”大可不必。

还有一点需要提出来的，就是写字时，姿势要端正，视线要拉开（眼睛与纸保持一尺左右的距离）。有的人写字，头不正，腰不挺，还习惯于把纸歪放，这样歪歪扭扭，怎能顾全行文，书写工整呢？再说，长期这样写字，对身体健康也是有害的。希望有这样写字习惯的同志切实改正。

点画要求

字是由点画组成的，点画犹如建筑中的砖瓦，音乐中的音素，虽然简单，却是基础。钢笔字的点画比毛笔字要简单得多，它只是粗细基本一致的一条线，为了使一条简单的线条，显示出“健和美”，在写法上要学会掌握好以下三点。

1. 轻重感

点画的写成，有落笔、运笔和收笔三个基本动作，而这三个动作的轻重是不一样的。按得轻，写出来的笔画使人感到飘逸秀发；按得重，又使人觉得沉著浑厚。二者结合得好，笔画就有起有伏，有头有尾，富有弹性。写字最忌平拖直过，轻重如一，就象一根铁丝弯来折去，无头无尾，既呆板又失神。

那么，什么时候应该轻。什么时候应该重呢？一般来说，落笔收笔应稍重，运笔过程应稍轻；有转折、停顿处稍重，过渡与牵丝（牵丝不是点画，而是两个独立点画承接过程中，形成的细小笔道）则稍轻，“点”稍重，“画”稍轻。

2. 快慢感

点画的起、行、收中，由于轻重不一，长短各异，所以在书写中，其一笔的始终过程必然会有快慢徐疾之分，它如音乐中的节奏变化，是形成感情色彩的关键。有快慢感的字，必然抑扬顿挫，动律优美，气韵感人。掌握好快慢感，还有一个好处，就是使书写者平心和气，容易集中意志，贯注感情。

在一个字中，直行的笔画可写得快一点，转折之处则要写得慢一点；落笔重处慢一点，运笔轻处快一点。快慢交替，必然起顿分明。这同骑车一样，直来直去快一点，起步、转弯和刹车需慢一点。还有，笔画多的字，由于要控制好间距，自然需要写得慢一点。

3. 来龙去脉

在钢笔字中，落笔、收笔的方向往往与笔画本身的走向不一致。一般来说，落笔的方向与笔画本身的走向成 120° 夹角，如横画落笔 ，行笔 ，

合起来即为 ；竖画落笔 ，行笔

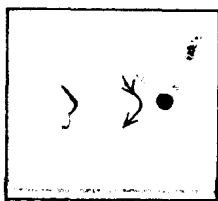
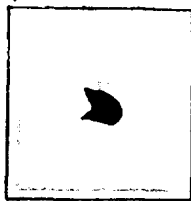
，合起来即为 。这样写法与毛笔字中“逆势起笔，回锋收笔”“横画直落，直笔横落”

的书写法则是一致的，能使笔画达到含蓄、饱满，把“力”留在纸上。如果不明白这些来龙去脉，而是直来直去，必然使笔画单薄、苍白。具体要求在下面基本点画的写法中介绍。

写字同做其它事一样，需要的是意志集中，认真细心，大凡对待一件事，漫不经心，马马虎虎，不去灌注自己的情感，大概都是不易办好的。古人说过，一点之失，若美人之病一目；一画之失，如壮士之折一股。认真写好每一点，每一画，是养成一种良好书写习惯的有效途径，天长日久，学习者自然有所体会。再者，就技法上来说，三者相辅相成，它同毛笔字中的“中锋运笔”一样攸关重要，不做到这一点，就不能写好字。大家在练习中，要严格按照以上三条去做，时时提醒自己，一笔不苟，切莫急于求成，掉以轻心。

下面就基本点画的写法，分别加以说明。为便于对汉字点画基本形态的了解，特将毛笔字点画并排列出，以供对照参考。

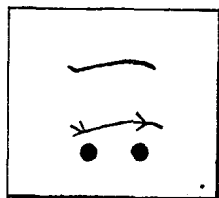
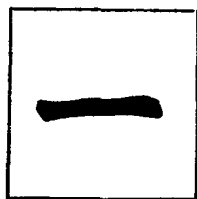
图中—→表示运笔方向；·表示按得重一点。



点

1. 取侧势，向右下方落笔，力度由轻渐重。
2. 至点的腹背部用力顿一下，随即轻快收笔。
3. 如点须带尾或连接下笔，尾部要短而虚。

古人称点为“侧”，说明它的姿态不宜直或平，而应取“侧势”。点是字的眉目，写的时候要干脆利落，如高山险石，不能拖泥带水，含糊不清，一点了事。

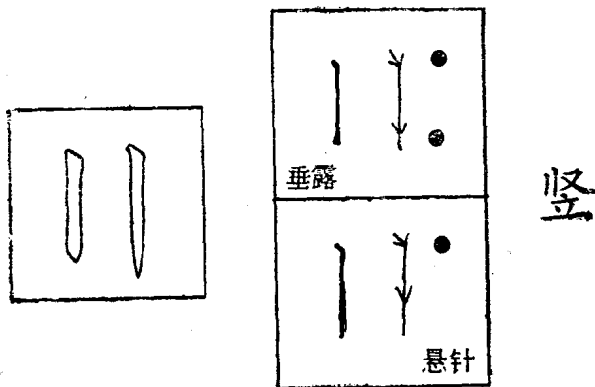


横

1. 往右下方落笔，稍顿后再向右行。
2. 中部用笔稍轻，略呈隆起状。
3. 收笔要顿驻，不可草率。
4. 起收笔只能稍露头势，不可太显。

横笔总的姿态是平中略斜，由于起收笔方向的变化，所以即使呈左低右高的隆起状，感觉上还是平稳

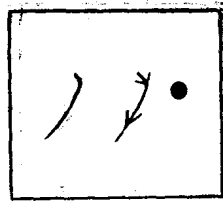
的。横和竖同称为字的体骨，欲竖正匀净，有起有止，所贵的是长短合宜，结束坚实。



1. 向右下方落笔，稍顿后略向左调整下行。
2. 悬针竖时，笔力要送到底，不能至中段就飘然而下，写成又细又长的一条尾巴。
3. 垂露竖时，收笔要稍顿。
4. 起笔（包括垂露竖的收笔）稍顿处，只是略呈头势，不宜太显。

竖同横一样，是字之体骨，整个字的平衡和挺拔有力，往往取决于此笔。所以一定要写得正、直、有力，不能歪向一边。另外，要区别垂露竖和悬针竖在

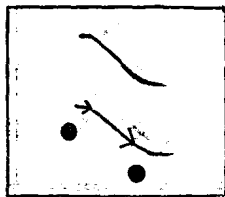
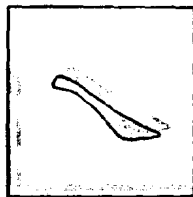
字中的不同运用。



撇

1. 向右下方落笔，稍顿后即调整方向，朝左下方轻快撇出。
2. 出锋要舒展、果断，不能轻飘。
3. 上中部可稍直一点，中下部弯曲度可大一点。
4. 在结字时要注意两点，一是控制好撇的长短，二是掌握好撇的斜度。

撇、捺为字的手足，既变化多端，又伸展有度。在书写时，要把握住擒纵的限度。结字中，撇捺常常并用。要注意匀称、平齐、舒展。写得好的撇捺，就会象古人说的，有鱼翼、鸟翅翩翩自得之状。



捺