

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

● 陈毅明 编写 ● 北京少年儿童出版社

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

怎样写好钢笔字

陈毅明 编写

北京少年儿童出版社

内 容 提 要

本书对于如何写好钢笔字，作了通俗而扼要的讲解，介绍了一些经验和体会，并且提供了四种钢笔字体作为示范，其内容采用精选的中外名人名言。这四种示范字体可作为字帖来临习。

本书可帮助青少年和其他想把钢笔字写好的人较快地提高钢笔字的书写水平；同时，使练习钢笔字的人在书写名人名言的过程中，受到高尚品德的思想熏陶，得到有益的启示。

怎样写好钢笔字

ZenYang Xiehao Gangbizi

陈毅明 编写



北京少年儿童出版社出版

(北京北三环中路六号)

新华书店北京发行所发行

赵全营燕峰胶印厂印刷

787 × 1092毫米 32开本 4印张

1987年9月第1版 1987年9月第1次印刷

印数 1—116,000

ISBN 7-5301-0024-6 / G · 11

书号: 7325.138 定价: 0.90 元

前 言

书法是我国的传统艺术。可是在十年动乱期间，书法艺术曾一度被打入冷宫，字写得好不好，没有人去关心。其严重后果是一代人的毛笔字和钢笔字的书写水平明显下降。有些大学毕业生，虽然他们已学完了高等学校的课程，可是他们写出来的字却停留在中学生、甚至小学生的水平。

党的十一届三中全会以来，我国的经济、科学、文化等各项事业，都获得了迅速的发展。书法艺术也正在得到提倡，爱好者的队伍正在日益扩大，全国各地都经常举办书法展览、书画展览和书法比赛，研究书法的报刊和书籍也纷纷出版问世。在对外关系方面，我国同邻国日本以及新加坡开始有了书法方面的交流。中日两国书法家互相访问，交流书法艺术，并在对方国家举办书法展览。我国的书法艺术正经历着一个新的繁荣发展时期。

在书法艺术得到重视和发展的同时，关于如何写好钢笔字，关心和研究的人也逐渐多起来了，这是一个十分可喜的现象。近几年来出版了一些钢笔字帖，但品种不多，与毛笔字帖相比，数量是太少了。在这样的新形势下，我总结了自己数十年来写钢笔字的经验与体会，供有志于写好钢笔字的青少年参考。由于书法这门艺术示范是最重要的，因此以较

多篇幅来介绍四种钢笔字体。考虑到钢笔字的实用性是它的一大特色，因此四种示范字体都采用简体字，力求规范化。

自古以来，许多书法家在从事书法艺术的生涯中都讲求品德。笔者在四种字体的示范中，精心选录了中外名人的一些名言。这些名言有很高的思想性，是经验的提炼，智慧的结晶，可使青少年们在练习钢笔字的过程中，受到高尚品德的思想熏陶，得到珍贵的教益。笔者衷心地希望青少年们在练习钢笔字的同时，在人生道路上树立正确的目标，珍惜自己的青春，刻苦学习，以便能在我国的社会主义现代化建设中作出自己应有的贡献。

目 录

前 言	()
一 写好钢笔字的意义	(1)
二 钢笔字和毛笔字的关系	(3)
三 钢笔、墨水和纸的选择	(5)
四 写钢笔字的姿势和执笔方法	(7)
五 钢笔字的笔顺	(9)
(一) 从上到下	(9)
(二) 从左到右	(9)
(三) 先横后竖	(10)
(四) 先横后撇	(10)
(五) 先撇后捺	(10)
(六) 先中间后左右	(10)
(七) 先外后内	(10)
(八) 先进后关	(11)
六 钢笔字的结构	(16)
(一) 端正平稳	(16)
(二) 掌握重心	(17)
(三) 疏密匀称	(17)
(四) 比例适当	(17)

(五) 偏旁迎让	(18)
(六) 参差变化	(18)
七 怎样进行练习	(20)
(一) 树立决心	(20)
(二) 讲究方法	(20)
(三) 细心观察	(21)
(四) 认真临摹	(21)
(五) 勤练多写	(22)
八 几种钢笔字体的示范	(24)
(一) 楷书钢笔字	(24)
(二) 魏碑体钢笔字	(51)
(三) 行书钢笔字	(78)
(四) 美术体钢笔字	(100)

一 写好钢笔字的意义

从我国社会主义现代化建设的总目标来看，现在提倡写好钢笔字是很有必要的。随着经济的发展，人民的文化水平也将有相应的提高，在社会主义艺术的百花园里，书法这朵花，必将开放得更加鲜艳。这是一个不可逆转的趋势。

在当代社会里，钢笔字的应用十分广泛。写文章、写信、记笔记、填写表格等，一般都离不开钢笔字。三十年代的老作家，不乏用毛笔来写稿的，可是当代的中青年作家恐怕都已经用钢笔来写他们的作品了。如今小学生最初写字用的工具，一般都是铅笔、圆珠笔、钢笔等硬笔。钢笔字在工作、学习和生活中的应用，已远远超过毛笔字。

钢笔字的应用既然如此广泛，所以写好钢笔字就具有重要的意义。如果你写一篇文章或者写一封信，字写得很清楚、很漂亮，别人读起来就会感到轻松愉快，不会因字写得不清楚而发生误解，也不会因捉摸一个认不清的字而白白浪费很多时间。一份字体端正、清秀的原稿，定为各方面的读者所欢迎，因为它有助于提高阅读速度，归根结底，有助于提高工作效率。展望未来，在复印机和传真技术日益得到广泛使用的情况下，钢笔字写得如何，更是直接影响着阅读效果。

一个人的字写得好不好，往往在一定程度上反映了这个

人的文化修养水平。当然，我们并不主张把这个问题说得太绝对化，事实上也有字写得不太好而文化修养很高的人，但社会上存在着这样的看法，却是不可否认的事实。现在我们提倡建设物质文明和精神文明，写好钢笔字应该是精神文明的具体内容之一。

对于写字的人来说，还有一个群众观点的问题。你既要写字，那么就应该考虑到，你写出来的字别人是否看得懂，是否会发生误解。如果你能想到这一点，那么你就会有把字写清楚、写好的愿望。

我在这里简略谈谈写好钢笔字的意义，为的是使我们的年青一代能重视这方面的学习，尤其是在学生时代就应当打好基础。等到走上工作岗位后再来练字，那就已经有点晚了。到那时候再练字，也不是绝对不可以，如果练的话，也会有进步、有收获的。但那时候繁忙的工作，也许使你没有多少时间来练字。如果进入中年后再来练字，总不如学生时代练字进步快、效果好。

现代化的生活离不开写钢笔字。一个人在学生时代就在写好钢笔字方面打下了良好的基础，那将是一辈子受用不尽的。

二 钢笔字和毛笔字的关系

如果有人问：要写好钢笔字，有没有必要去练毛笔字？
我的答复将是肯定的。

写钢笔字跟写毛笔字有不同之处，也有共同的地方。

钢笔和毛笔的性能不同。钢笔和圆珠笔、铅笔都是硬笔尖，写出来的笔画基本上是一样粗细。毛笔是软笔尖，写出来的字笔画有粗有细，变化较大，在表现力方面，远远超过钢笔字。写钢笔字和毛笔字的时候，握笔的方法不一样，用力的部位也不同。因此，写钢笔字的技巧跟写毛笔字的技巧就有所不同。毛笔字写得好的人，如果不经常用钢笔写字，也不练写钢笔字，一旦拿起钢笔来写字，未必能得心应手。反之，钢笔字写得好的人，更不可能不经练习就把毛笔字写好。

然而，写钢笔字和写毛笔字也有相通的共同之处。笔顺是相同的，结构基本上也是一致的。毛笔字笔画的布局，很值得写钢笔字时借鉴。钢笔字是由于书写工具的不同而从毛笔字变化来的，因此，要想写好钢笔字，应当同时练习毛笔字。练习毛笔字也就是为写好钢笔字打基础。

有人认为要写好钢笔字不必去练毛笔字，理由是写毛笔字的难度比写钢笔字的难度大，要经过多年的练习才能入门。

这种把毛笔字和钢笔字割裂开来的观点，笔者是不敢苟同的。你既要练字，那么既练钢笔字又练毛笔字，有何不可？把钢笔字和毛笔字都练好，岂非更好？至于对毛笔字采取“知难而退”的态度，对于一个有志于把字练好的青少年来说，那就更不值得提倡了。

毛笔书法在我国有悠久的历史，有很多名家字帖可作范本。这是提高书法水平的有利条件，应当加以充分的利用。一般说来，既然对如何写好钢笔字有兴趣，那么对于如何写好毛笔字自然也会感到兴趣，同时练钢笔字和毛笔字，可起相辅相成的作用，真是何乐而不为呢？

三 钢笔、墨水和纸的选择

我国有句名言：“工欲善其事必先利其器。”要想写好钢笔字，对书写工具还是应当有所选择的。

本书中所说的钢笔，是与毛笔相对而言的，实际上指的是自来水笔，这是我国制笔行业所用的正式名称。

我国生产的自来水笔分为三类：金笔、高级铱金笔和普通铱金笔。金笔的笔尖含有黄金和白银，笔尖上有一颗较耐磨的铱粒，书写流利。高级铱金笔的笔尖是用不锈钢制成的，笔尖也点有一颗较耐磨的铱粒，书写和金笔一样流利，只是弹性稍差一些，但价格较便宜。普通铱金笔的笔尖上只有一颗一般的铱粒，书写不如金笔和高级铱金笔流利，它的价格低于高级铱金笔，但使用寿命要短得多。

进入八十年代以来，我国自来水笔的生产发展很快，一些高级金笔的质量，如英雄200型，已可以同美国派克金笔相媲美，高级铱金笔和普通铱金笔的品种也越来越多。为了练好钢笔字，最好选择一支高级铱金笔，经济条件好一些的人，当然还可以买金笔，总之，应当选购一支质量较高的自来水笔来练字。在选择自来水笔的时候，还应当注意的是，钢笔尖一般略有粗细之分，喜欢字体清秀的，可用细笔尖来写；喜欢字体浑厚的，可用粗笔尖来写。如果想在钢笔书法方面作进一步的钻研，恐怕至少得配备三支笔尖分别为粗、中、细的自来水笔。

有了书写流利的自来水笔，还应当选择较好的墨水。在一般情况下，选购优质墨水即可。有时，不同的自来水笔适宜用不同的墨水。用哪种墨水最为理想，这要经过实际试用后才能得出结论。至于所用墨水的颜色，各人爱好不同，用途也不同，可以各取所需。我个人倾向于选择黑色墨水。

练习钢笔字的纸张，可选用道林纸或质量较好的有光纸和白报纸。主要以不洇为基本要求。市场上出售的稿纸、信纸、练习簿、笔记本，一般都是可以用的。如果用优质胶版纸来写钢笔字，效果当然要更好一些。

这里还应当指出，所用纸张是否合适，对于书写的效果影响也不小。你究竟用什么纸来练钢笔字比较适宜，还得经过具体试写后才能得出结论。

四 写钢笔字的姿势和执笔方法

写钢笔字要注意保持正确的姿势，这有助于写好钢笔字，同时，对于保持良好的体型和视力也有很大关系。

坐椅的高度和桌子的高度要比例适当。如果椅子太低，写字不方便，不容易把字写好，同时由于眼睛与纸张的距离太近，时间长了，就会影响眼睛的视力。如果椅子太高，写字时过于弯背，时间长了，容易形成驼背。因此桌椅的高度是否合适是不能不加以注意的。

有了高度合适的桌椅，就可以把身子坐得端正，腰部挺起，保持正直的姿势。胸部不要和桌边靠得太紧，以免影响呼吸；也不要把椅子后面的两腿跷起来，以免坐得不稳。身子坐正直了，不但有利于写好钢笔字，而且可以使自己具有良好的体型。

身子坐正以后，头部也要端正，稍微向前，不要歪斜。不要把头低伏在桌面，更不要歪着脑袋写字。写字时两臂自然撑开，靠在桌上，两足踏稳，保持舒适的状态，这样可以集中精力来把字写好。保持正确的姿势，容易把字写端正，有利于保持良好的视力。

桌上写字的纸也要基本上放端正。如果纸放得歪斜，身子和脑袋必然也要跟着歪。如果歪着身子、偏着脑袋，在一张斜放着的纸上写字，那么写出来的字恐怕就难以端正了。

写钢笔字的握笔方法与握毛笔不同，用拇指、食指和中指握笔，靠手指和手腕的活动来写字，用力适中，不必过分用力。写钢笔字的握笔方法并不困难，要注意的是握笔不要过高，也不要过低。对于成年人来说，食指尖和笔尖的距离保持三厘米左右为合适。少年儿童可随着不同年龄而相应地低一些。握笔过高，写字时笔画控制不好，而且难于写较小的字；握笔过低，则活动范围太小，写字不灵活，也难于把字写好。

在写字的过程中，还要注意及时移动纸张，这样可以始终保持正确的姿势，便于写出端正的字来。如果不注意适时移动纸张，就会影响正确姿势的保持，因而不容易把字写好。

对于初学写钢笔字的少年儿童来说，用正确的姿势和握笔方法来写字尤为重要，并且应当养成习惯。如果开始学写钢笔字时姿势不正确，握笔方法也不对头，而且养成了习惯，再改就要多走弯路，徒然浪费精力和时间。

五 钢笔字的笔顺

所谓笔顺，就是写字时笔画的顺序。不论写毛笔字还是写钢笔字，笔顺是必须掌握的。写一个字，笔画按照一定的顺序来写，有助于把字写好，写行书时有许多连笔，笔顺如果正确的话，不但能提高书写速度，而且易于把字写得流畅而优美。如果笔顺不当，那么写起字来就会感到很别扭。因此写字要按笔顺的规律来写，不但是必要的，而且也是理所当然的事。

笔顺的规律主要有下列八条：

（一）从上到下

写一个字，一些笔画都是从上写到下。例如写“二”字，应当先写上面一横，然后再写下面一横。写“妾”字，应当先写“𡇗”，然后再写“女”。

（二）从左到右

写“儿”字的时候，应先写一撇，然后写向右的弯钩。写“时”字的时候，应先写“日”，后写“寸”。写“湖”字的时候，先写“氵”，然后写“古”，最后写“月”。

（三）先横后竖

写“十”字的时候，应先写一横，然后再写一竖。写“干”字的时候，应先写“二”，然后加上一竖。写“木”字的时候，先写一横，然后写一竖，最后加上一撇和一捺。

（四）先横后撇

写“大”字的时候，先写一横，然后再写一撇和一捺。写“在”字的时候，先写一横，然后写一撇，此后写其他部分。

（五）先撇后捺

写“人”字的时候，应先写一撇，然后再写一捺。写“文”字的时候，先写一点和一横，然后写一撇，最后写一捺。

（六）先中间后左右

有些左右笔画对称的字，应先写中间的笔画，然后写两边的笔画。例如“小”字，应先写“丨”，然后写左边的一点，最后写右边的一点。写“山”字要先写中间的一竖，然后写两边。

（七）先外后内

以“冂”和“门”为外框的字，一律先写外框，然后写内部。例如“同”、“冈”、“阅”等字。