

●练字基础知识 ●行书速成绝招 ●示范字帖 ●艺术作品欣赏

实用钢笔书法 60天速成技巧

全国硬笔书法大赛特别奖得主

王树锋 编写

忍	字	心	悬	两	把	刀	家
事	己	事	天	下	事	多	有
不	公	然	為	求	生	存	和
发	达	万	事	忍	为	先	忍
一	时	風	平	浪	静	退	一
步	海						斤
斤	计						忍
者	自						是
谋	略						人
己	乃	德	也	爱	冲	动	
常	損	身	心	而	丧	志	

哈尔滨工程大学出版社

责任编辑：郭镇明

封面设计：丑石

书画清高，富丽为尤，五品之，筆墨外
有-种光明正大之概！品节既优，不惟人、重
其筆墨，而更敬仰其人。

学书之法，不外临摹。临书得其筆意，摹书
得其间架，然临摹既久，美如多病多增多商量多变通
为人要安，富情为重义为首礼为先，豁达大度
然若时见利忘义、恩将仇报及时、需、得寸进尺
之小人，思让反无着，常被视骂欺，故当思时
而富眼时也必狠！人在思无可思时必须一

622-481102

得得得得

ISBN 7-81007-289-7/J·5

定价：4.80

实用钢笔 书法 60 天速成技巧

王树锋 编写

哈尔滨工程大学出版社

(黑)新登字第 9 号

实用钢笔书法 60 天速成技巧

王树锋编写

*

哈尔滨工程大学出版社出版

新华书店北京发行所发行

黑龙江省地矿局印刷厂印刷

开本 787×1092mm 1/32 印张 4.25 字数 60 千字

1994 年 5 月第 1 版 1995 年 5 月第 2 次印刷

印数:15001—20000

ISBN7-81007-289-7

J·5 定价:4.80 元

出版说明

近年硬笔书法发展蓬勃,但在书法艺术的对岸,却有很多望字兴叹者。他们渴望练好字,更期盼有人亲自指导,走条捷径。这本书就是应习字者的这份心愿出版的。它是青年硬笔书法家、大学生钢笔书法速成班的十届连任主讲,曾在全国硬笔书法赛中获大奖的王树锋,根据自己习字经验的总结和书法教学辅导的体会和认识写出的。在出版社收到的几本钢笔书法稿中,编辑慧眼先视中此册,一致欣然通过。它的明显特点体现在“新、奇、特”三字上。

作者精明地寻找到钢笔字里决定美丑的关键笔画和偏旁及其分布的规律,即“主笔”分布规律,并把带主笔的字一一总结归纳,集中攻主笔训练,余笔一带而过,轻重分明。这在以前的研究中是未见的,堪称最新成果,完善了硬笔书法艺术的研究课题;抓住主笔的分布,又总结了这些主笔的几种典型写法和变化技巧,举一反三,省时省力,掌握最基本体,变化万种形,实用性和艺术性融一体,指导性特强,尤其是作者总结的结构章法要领和审美标准,前所未有的,一些书写诀更是精奇;一册在手,既洞察了基础知识,又有名家的习字指导和教诲,还有临摹示范贴和作品欣赏,可满足读者多种需要,增加无限乐趣,文字不多却容量大,给人沉甸甸的实惠感;作者不惜血本保质量保艺术性,全部照相制板,增强耐读性。处处体现一个“特”,真是字如其人,竟玩绝活!

由于本书内容系大学生钢笔书法速成班的讲义材料,又

是作者自身研究实践的经验总结和概括,所以实用性特强。它既可作为高等院校的书法教材,又可作青少年朋友练字的辅导和参考工具,也能为书法艺术研究者提供借鉴,并有较高的收藏价值。如果有可能,王老师将赴各读者群集中地区亲自辅导讲解,有意者可直接与作者联络。

面对昂贵的费用,作者将版面全力压缩。内容简删许多,对此我们深表遗憾!我们衷心祝愿王老师能早日实现与各地书爱者见面的夙愿,全面推动我国青少年钢笔书写水平的提高,促进中华硬笔书法艺术之发展!

丑 石

1993年5月于哈尔滨

提高鋼筆字書寫水平

促進中國硬筆書法藝術

發展希望青少年朋友都練

出一手好字！

一九三二年五月石鵞書

第一章 基础知识

家同侑钢笔字，乃实际文化经济生活中，用钢笔书写记录各项活动内容所写的字体。任何书法家，首先都从家同侑字入手，都应研究家同侑字的书写技巧，从中吸收精华，并求得发展，使之成为一门高雅的文化艺术。所以，家同侑钢笔字，既是反映生活和传达感情思想的工具，又是一门文化艺术，是中国硬笔书法艺术不可分割的重要组成部分。练钢笔字不能抓过字帖盲目地急躁地去临摹，而应首先掌握相关的基础知识，以便于指导你更好地练字。

一、练字的基本要求

练字离不开笔砚等书写工具，“人好不如家

什么”。笔需好笔，但不是价格昂贵的，只要笔尖出水均匀流畅润滑，笔杆粗细与握笔的手掌大小相适宜即可。如果笔尖刮纸，将之在水泥板、细磨石等上面磨，转动着磨一下即可；若不下水或断续下水，则将下体全瓣使体缝放松；若吐墨过重，则用钳子捏一下体全瓣，使体缝加紧一点即可。纸用普通白纸即可，不要过脆、过薄，也不能润（yin）水，不要带方格状的纸本，如田字格、小楷、方格本等。若你的纸全是带格的，则宜翻过来用背面书写，以免受格子的局限而写的拘谨、拘束。去年年练字重在修字之形，习字之神或意，而次在结构，追和中。小学生练字是一个根本差别。

练字时间的安排和掌握至关重要。很多人

愁没有时间练字。其实，那不过是搪塞的借口。若你真正认识到自己目前书写水平的危机，发愤要把字练成，处心为人称赞，则自然练字是最主要的工作，其它任何事都要给它“让路”了。当然，有些同志的学习和工作压力太大，时间赶不开点，更谈不上有大块时间。不要紧，只要你心中有练字的信念，时刻头脑中都装着准备练的字，则你一定能够找到时间。一有空，马上坐下来集中全部精力练几笔，走路或会客聊天，手也可在胸前后腰盖上一比划，在户外游，自然心随风行摆动，草摇木摆，及其山形水意都可联想及字，则又能生趣，心想事成，写出之字亦千生百媚，情韵丰富深厚。如果练的头昏脑胀，千万停笔歇息，以免厌烦不再愿练。待心

情好转，头脑冷静后再接着研习。如果你能
挤出散碎的空闲时间，按着本书的技法坚持
训练，两月保证速成！

二. 练字与人格

谁都想活个洒脱自由，大方豪爽，善解人
意，每个人也都想写一手豪放飘逸的集字字体。
那么，你就首先学会作人。与人为善，不计较，
宽谅别人，多批评自己，反省自己，则会
活的洒脱自由，大方豪爽，做事利索，大刀
阔斧，雷厉风行，不拖泥带水，则活个果敢
壮烈。如果能做到这点，则写出的字定是豪
放壮丽，集字洒脱，字体棱角分明，锋芒毕露
或藏锋恰到好处，柔里含刚，刚中隐柔。

否则，你写出的便会拘谨拘束，拙劣呆板，
处之流露保守内向，孤寒怪癖。

练字首重人品。心正则字正。品行不端，
字难发展；品行既优，不仅人重其笔墨，而
更敬仰其人。立品之人，笔墨外自有一种光明正
大之慨。我们曾见过世上多少玩墨之士，因品行
不端，要么自吹自擂，沽名钓誉，要么只顾私
利或扬名，要么常处看别人之短，蔑他人之长，
而使自己的好楷楷瘦，终生无所造就！这提醒
初学者练字之士，以志为重，以完善和改正自
我为本，多发现并勇于承认自己的弱点和缺
点，并发誓向别人的长处学习，下决心改善自
己的字。广采百家之长，补一人之短，则自己无
短而全为长，最终“自成一家始逼真”！

心无愧疚，活的轻松愉快，心无担心和犹豫，则字必豪放。所以，写字时千万别总担心写不好，下笔犹犹豫豫。让你用力外伸展，则出笔力度迅捷雄猛，如鸣弦之箭一般，让你收笔时收笔，则嘎然而止，不拖泥带水。写错了或没写好，则重写一个，无需担心和犹豫。练字要令身心放松！放松！！再放松!!!

写字必须有良好的心态和高涨的情绪。即使书法家，如果他心态较差，或情绪非常低落，也决写不出好字来，他日常的书写水平终究难尽善尽美地得以发挥。所以，练字者切不可为世俗间的繁琐小事斤斤计较，要宽宏大度，古人云“量小非君子，无度不成夫！”一定要保持良好的心态和平观情绪。否则，暂别练，静待时机。

三、手写汉字的审美标准

在日常书写中，对方块字怎样写，写什么样子才算美？这就是所谓的“审美标准”。手写汉字的好坏优劣，并无固定的标准来衡量，不同的审美情趣和审美意识观念，会确定不同的审美标准。笔者根据多年的钢笔字研习，摸索出一些最易学的且有助于练字者掌握和实际应用的几条标准。

(一) 按照美感的布局范围，分为整体美和局部美

整体美，即每个字及名字的每一画一厚都写的特讲究和规范，而且章法亦白亭妙，通篇令人叫绝，无可挑剔。整体美时初习书法者很难做到，即使再知名的书法家

恐也唯能做到。这启示我们，任何书法家都有败笔，任何帖字都非完全规范，我们学写时，应选择其最美的字或最有特点的字，或某字中处理最精妙的一画一旁去练，切不可盲目和泛泛地写，好坏都兼收并蓄了。成年人学字时，就是避免自己的小毛病和习惯，取人之长补己之短，因此，千万别把不好的字学来。

局部美，即一篇文字中有若干字特别漂亮，或一字中某一画（偏旁）处理精妙，以致令人称叹，回味无穷。就是说，只追几个字或只追几笔写法，便给人以极深印象，无暇多顾了，你也能获得较高评价。这启示我们，练字要专攻几个

美感最强烈的几个笔画、偏旁或有代表性的典型字，我们称之为“主笔”和“主字”。这样，局部美便得以突出和展现，一篇文章，有部分美感特突出的，则通篇美感也就形成了。所以我们要善于抓主笔和主字，以个别带动一般，以局部带动整体。

整体美要求整个字的名画各旁都要写规范，不能有明显的败笔；局部美要求练字抓主要矛盾，兼顾次要矛盾。我们的指导思想就是后一种。

(二)、按美感的传达层次，分为形美和意美

形美，即字作外部的表现形态比较入目悦神，偏旁结构处理恰当，无峰峦阻塞之

嫌。对一般练字者，求的主要就是这点，即让自己的字形瘦看些。它要求该层的笔画必须展出力度和情趣，或含蓄或刚劲，都达到“柔”，起笔收笔都恰到好处，笔法灵活，笔意流畅，画与画之间、偏旁部首之间，字与字之间联结紧密而不挤拥，灵活而不松散，看上去舒坦、自然、大方。

意美也称“神美”。它是书法艺术的高深层次和境界。它不仅要求字体要有独创的风格特点，而且要求把方块汉字中蕴含的意趣给挖掘和表现出来。它通常采用各种夸张等艺术手法，将常规的笔画、偏旁作特定的技术处理。所以，其难度相当大。见下页例字所示。