

》跟李放鸣学写钢笔字



钢笔书法

36技

楷书



李放鸣 書



随书赠送1VCD



黑龙江美术出版社

责任编辑：谢叔鲜
封面设计：钟波
策划：秦川



作者简介

李放鸣，毕业于四川师范大学，现为现代汉字硬笔书法协会副秘书长；中国当代硬笔书法家协会理事；四川省硬笔书法学会副会长。从1993年出版其个人专著以来，先后有多家出版社出版了由其书写的300余种字帖并畅销全国。被邀参加《中国钢笔书法——学生普及教程》的编写。其书写的字帖因选材独特、版式新颖、书写规范，被许多书法学校作为指定教材。先后获全国首届硬笔书法系列评比书法家组“十佳字帖”奖；二00五年度“中国十大书画艺术名人”奖。

ISBN 7-5318-1547-8



9 787531 815471 >



随书赠送1VCD

ISBN 7-5318-1547-8/J·1548

定价：30.00元（全三册）

钢笔书法三十六技

楷 书

李放鸣 编

黑龙江美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

钢笔书法三十六技. 楷书/李放鸣编写. —哈尔滨:
黑龙江美术出版社, 2006. 4
(跟李放鸣学写钢笔字)
ISBN 7-5318-1547-8

I. 钢... II. 李... III. 钢笔字—行书—书法—教材 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 002073 号

钢笔书法三十六技 楷书

作 者 / 李放鸣

出版发行 / 黑龙江美术出版社

地 址 / 哈尔滨市道里区安定街 225 号

邮政编码 / 150016

经 销 / 全国新华书店

责任编辑 / 谢叔鲜

装帧设计 / 秦川

发行电话 / (0451)84270514

网 址 / www.hljms.com

印 刷 / 四川省南方印务有限公司

开 本 / 787 × 1092 1/16

印 张 / 9

版 次 / 2006 年 4 月第 1 版

印 次 / 2006 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 7-5318-1547-8/J · 1548

定 价 / 30.00 元/套(全套三册)

本书如出现印装质量问题,请与印刷厂联系调换。

致 读 者

许多青少年朋友在练习钢笔书法时,往往急于求成,幻想一夜之间就可以把字练好,成为书法高手或成为书法名家。于是,四处求教,寻找写字“捷径”,但都因学不得法,使得高兴而去,败兴而归。

试想,如果真有什么便捷之路,一夜之间不知要冒出多少个书法家来。纵观中国书法史,凡名家都是“得法”加勤奋而成功的。为什么有的人写了一辈子字成不了书法家,而有的却少年得志,字出惊人?根据我的习书体会,学习书法就要“得法”,也就是要掌握基本的书写技法,“得法”方能“开窍”,“开窍”就拿到了入门的钥匙,苦练即可修成“正果”。这里我给大家两把“开窍”的钥匙——《钢笔书法三十六技》和《钢笔书法七十二变》。

《钢笔书法三十六技》由姊妹篇《楷书三十六技》和《行书三十六技》组成。该书从最基础的坐姿、执笔讲起,以基本笔画、偏旁部首、结构布势、章法布局、提款钤印为序,循序渐进、由浅入深地介绍了钢笔字书写的常用技法,即使从未接触过钢笔书法的青少年朋友,按照书中所讲的技法——即“诀窍”进行练习,我相信其书法水平一定会有一个很大的飞跃。

《钢笔书法七十二变》是《钢笔书法三十六技》的拓展和深化,它是在了解常用书写技法的基础上重点讲解钢笔字在书写中常见的各种变化,旨在通过对汉字书写变化的了解,加深对汉字书写规律的认识,从一般的写字逐步向书法艺术创作过渡。

书法是中华民族传统文化艺术中的一颗璀璨明珠,纵横历史三千余年,历代书家人才辈出,就其技法可谓博大精深,就其变化可谓多姿多彩,我在这两本书中介绍的技法和变化不过是沧海一粟,挂一漏万,谨此抛砖引玉,但求能助初学硬笔书法爱好者一臂之力。

作 者 李放鸣



第一技

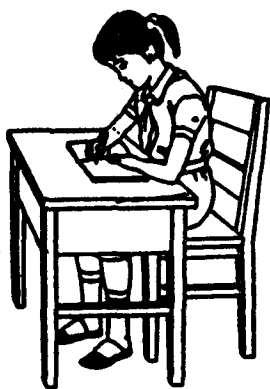


身正掌虚

身正掌虚主要是讲写字的姿势和执笔要领。正确的书写姿势不仅能保证书写自如，提高书写水平，同时也有利于身体健康，预防近视、斜视和脊椎弯曲。正确的执笔姿势则能保证书写效果，提高书写速度。

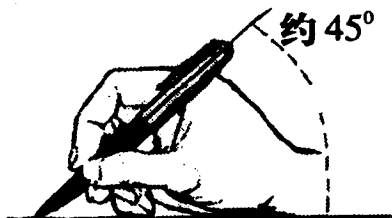
写钢笔字一般是坐姿。要求头正、身直、胸舒、臂开、足安。头正，是指头部要摆正，稍向前倾，两眼俯视，离纸约一尺左右。身直，是指上身挺直，正坐安稳，不要趴在桌子上。胸舒，是指胸部要紧贴桌沿，离桌沿约10公分（一拳）之远，保证呼吸自然。臂开，是指两臂自然张开，双肩放平，右手执笔，左手平放在纸上。足安，是指腿脚自然分开约与肩同宽，平踩地面。

钢笔的执笔一般是用三指执笔。拇指、食指、中指夹住笔杆，距离笔尖三厘米（约一寸）。笔杆上部靠在食指第三个关节处，也就是虎口的上端，笔杆与纸平面约成 45° 左右夹角。无名指与小指相靠，托住中指，小指与手掌右侧贴着桌面或纸面，掌心因五指自然弯曲而成空心。



坐姿口诀：

胸离桌沿一拳远，
眼离桌面一尺长。
头正身直两肩平，
两足平分两臂张。



执笔口诀：

拇指食指捏住笔，
中指下抵笔杆上。
另两指弯掌宜空，
指离笔尖一寸长。



第二技



用笔运气

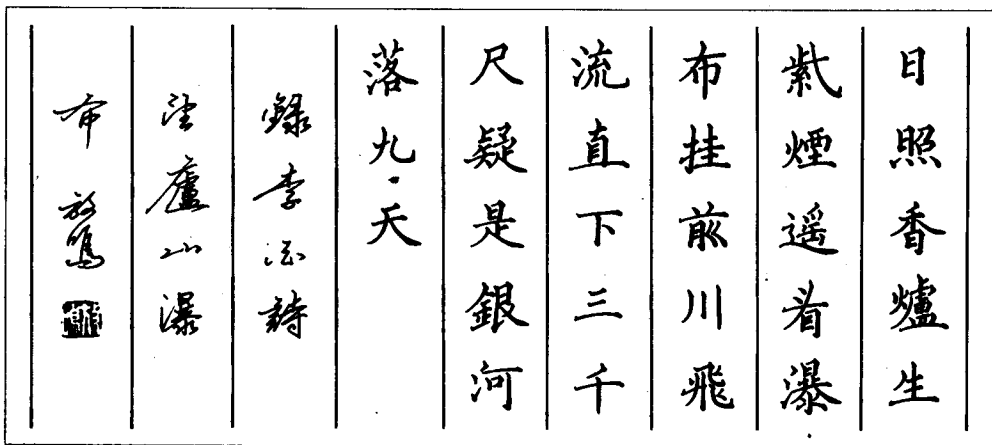
历代书家无不讲究用笔，元代书法家赵孟頫认为“用笔千古不易，结字因时成形”，宋代书法家黄庭坚讲：“凡学书，欲先学用笔。”清代书法家刘熙载认为：“书重用笔，用之存乎其人，故善书者用笔，不善书者为笔所用。”康有为也说，“书法之妙，全在运笔。”随着书写工具的发展，硬笔在用笔方面较之毛笔简便多了，但其中仍然有许多用笔的“诀窍”。掌握了这些“诀窍”，我们就可以写出丰富多彩的线条来。

首先要了解运笔的力度和速度对线条的影响。钢笔楷书字小画短、活动范围不大，用笔的力度和速度易于控制。

力度反应的是轻重关系。对钢笔而言，轻则出水量小，重则出水量大；反应在运笔过程中，轻则画细，重则画粗；反映在字形上，画细则显轻灵，画粗则显凝重。掌握好用笔的力度，可避免枯燥无味的火柴棍式笔画。

速度反应的是快慢关系。钢笔的出水量除轻与重可控制外，还可通过行笔的快与慢来控制。慢则出水量大，笔画粗，快则出水量小，笔画细，粗则浓，细则淡。如果运用得当，就可以象毛笔那样，表现出千姿百态的美感。

轻、重、快、慢是通过用笔过程中的提与按具体实现的。提是重笔之后的长画中段当细之处，笔画回锋、出锋之末，上笔下笔呼应之间将笔尖往上轻轻提起，使纸上呈现稍细的线条。按是重笔、顿笔、转笔和钩挑之间的重顿或挫笔，使纸上呈现粗线条，与细线相映成趣，以增加用笔的艺术效果。练习下例作品，注意通过笔画的变化掌握用笔的方法，写出优美的笔锋。



运气主要是讲笔的提按顿挫，疾徐纵敛与呼吸吐纳的结合。周星莲《临池管见》提到：“作书能养气，亦能助气。”我们常讲这个字要“一气呵成”，这幅字要气韵贯通，就是讲在书写过程中要以意行气，以气运身，刚柔吐纳，收纵留放，一气贯穿，虚实相宜，笔笔恰合。初学写钢笔字不必掌握太多的运气之法，但也要控制好呼吸。一般来讲，写字时应闭住呼吸，利用字与字之间的间隙呼吸。有时，可能连续写几个字呼吸一次，全靠运气锻炼。



第三技



来龙去脉

汉字是由各种不同笔画连贯穿插组成的。我们在书写时需要把运笔过程的来龙去脉交待清楚，这就必须掌握写字的笔顺。一个字先写那一笔，后写那一笔，按笔画顺序来写，对于培养良好的书写习惯和认真书写作风以及今后学习行书、草书等书体都很有帮助。掌握不好，不但看起来别扭，而且严重影响字体结构和画间气韵相通。

笔顺

先横后竖	一	二	三	丰	丰	丰	丰	丰
先撇后捺	ノ	人	亻	亻	众	众	众	众
从上到下	丶	冫	冫	冫	立	产	音	音
先左后右	丿	丿	丿	州	州	州	州	州
先外后内	丨	冂	冂	同	同	同	同	同
先中间后两边	丨	彳	彳	永	永	永	永	永
先外再里后封口	丨	冂	冂	团	团	团	团	团

笔顺的“诀窍”是：

写字应当讲笔顺，掌握要领笔有神。先横后竖上到下，先撇后捺左右分。从外到内记得住，进了屋子再关门。



第四技



画龙点睛

古人讲，“点者，字之眉目也。”点虽小巧，一般不做主笔，但点为画之始，许多笔画的起笔都以点法起笔，所谓“积点成画，积画成字”就是这个道理。而且点在字中起着“画龙点睛”、活泼神态的作用。王羲之在《笔阵图》中讲“倘或一点所失，若美人之病一目，”故写好点画能起到点石成金，飞墨传神的艺术奇效。写点的技巧在“凌空取势”，即笔在入纸前，先上提后落笔。点画的形态之多，居诸笔画之首。

技法图解

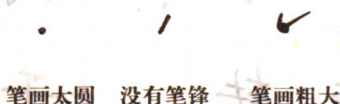


右点

左点

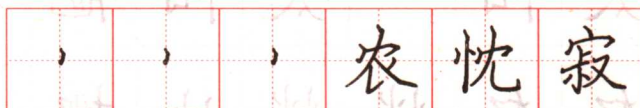
挑点

错例



笔画太圆 没有笔锋 笔画粗大

范字举例



第五技



有起有结

笔画的书写过程分为起笔、行笔、收笔，一般起笔较短，收笔其次，行笔较长。就用笔的力度而言，大多数笔画起笔和收笔时要用力顿按，行笔时用力较轻较快，笔略上提，这样就形成了“重（按）——轻（提）——重（按）”的运笔过程。在汉字八种基本笔画中，横画最能代表这种起结变化的运笔技巧。楷书横画几乎都是左低右高地书写，这是因为在人的视觉中，一条水平线段会使人觉得左高右低。为了纠正、平衡这种错觉，楷书横画，则略带角度，呈左低右高之势（长横约5°，短横略10°），在收笔时则顿笔下压，以保持稳定。人们常说：“横平竖直”，其中的横平，不是水平，而是靠起结的变化而求平稳，不然写成一根呆滞的小棍，字就没有灵气了。

技法图解



长横

短横

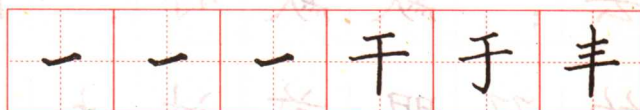
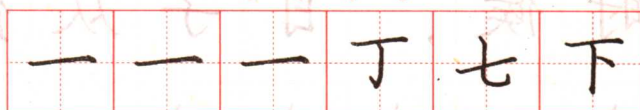
尖横

错例



没有笔锋 起落过分 过于水平

范字举例



左尖横

右尖横





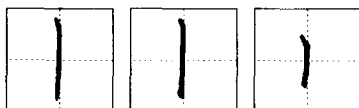
第六技



悬针垂露

“悬针垂露”是写竖画的基本技法。如果说横在汉字结构中如“房梁”的话，竖则犹如“房柱”，主要起支撑作用，正如人的站立一样，“竖歪则字歪。”写竖时应做到挺拔坚劲，正直不斜。竖画起笔多用切入笔后向下行，有时也采取直入笔，由轻渐重行笔。收笔则常用两种方式，一种是“悬针”，即直接顺着垂直方向轻轻提起，拖出呈针尖状的竖画。另一种是“垂露”，即收笔时还要略作停顿，使末端出现较圆的边缘，像是垂挂未掉的露水珠。

技法图解



悬针竖

垂露竖

短竖

错例

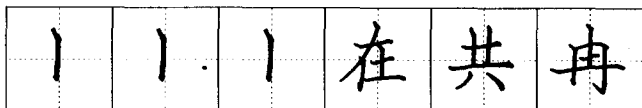
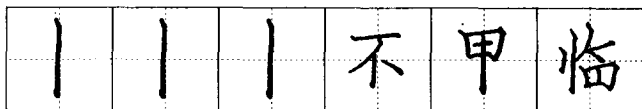
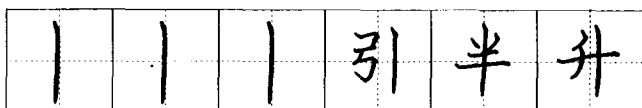


钩头鼠尾

收笔过分

行笔不正

范字举例



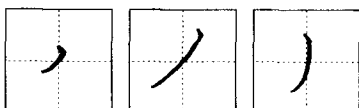
第七技



飞燕掠檐

撇画古称为“掠”，形容其笔势如飞燕掠檐而下，这种比喻是比较形象的。撇画属左斜笔画，起笔则应向右上斜切入，顿笔之后，再向左下方行笔，用力由重渐轻，末端提收时稳中求快，干净利落，如利刃短剑，抽刀断水，力至画端，飘逸如兰，切不可钉头鼠尾。

技法图解



短撇

直撇

竖撇

错例

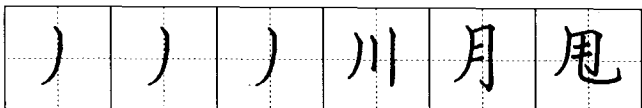
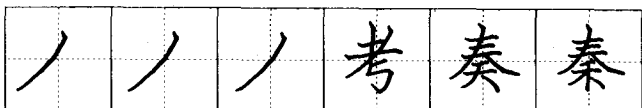
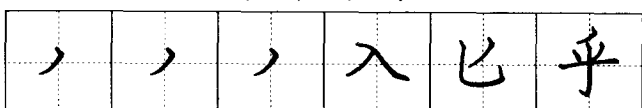


没有笔锋

出锋太细

硬折

范字举例





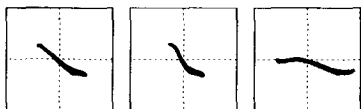
第八技



一波三折

“一波三折”是对捺画形态的表述，意思讲，捺画在形态上应波浪起伏，势态自然。要达到这种效果，对书写的要求则比较高。首先来看斜捺的用笔：起笔直入，轻轻斜着沿45°右下方行笔，逐渐加重，到捺脚处为最重，用力顿笔后向右轻提送出，整体为右斜势，捺头小，捺身长，捺脚短。然后来看平捺的写法：起笔轻落直入，平行写出一小颈，再右下行笔，边行边按笔画逐渐加粗，至捺脚处顿笔出锋，呈“一波三折”之势。

技法图解



直捺

斜捺

平捺

错例

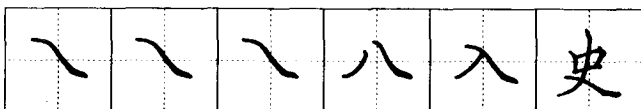


没有笔锋

过多弯曲

捺锋太长

范字举隅



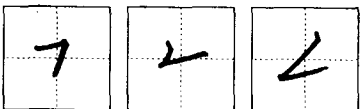
第九技



方直应变

折画是两种笔画的连写，关键是折角的处理。首先来看横折：起笔如横画，转折时变换行笔方向折向下写竖画，转折处应顿笔处理成方折，不能直折，也不能画弧成圆。其次来看竖折：起笔如竖画，转折处略顿转向右行，收笔如横的收笔，这里的转折应直折，略在90°—80°之间，不必造方角。再来看撇折：起笔作顿，行笔如写撇画，由重渐轻，至转折处折笔右行，略成45°夹角。

技法图解



横折

竖折

撇折

错例

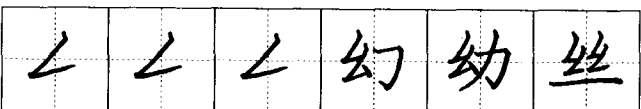
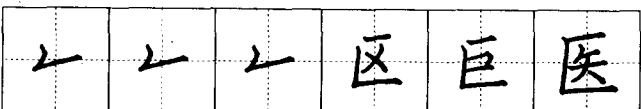
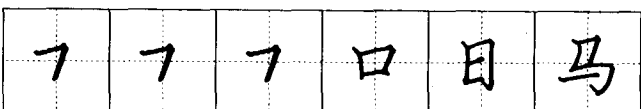


转折太圆

直折过方

折角耸肩

范字举隅



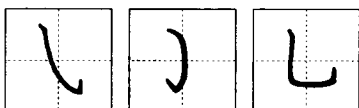


第十技



蓄势出锋

钩画在字中运用较多，笔形变化丰富多彩，而且常作主笔，对整个字的形态起很关键的作用。钩在行笔过程中有直行，但多是带有弧形运笔，应弯曲而有弹性。钩的技法关键是收笔出钩，一定要顿笔蓄势，看准方向快速出钩，而且钩锋不宜过长，出钩的方向应与下一笔有呼应关系。



斜钩

弯钩

竖弯钩

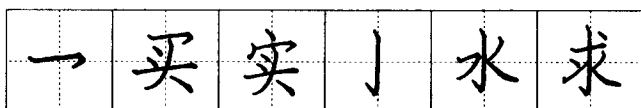
错例



僵硬

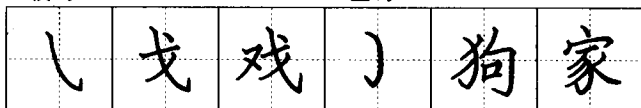
太曲

转折太直



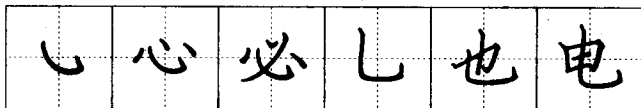
横钩

竖钩



斜钩

弯钩



卧钩

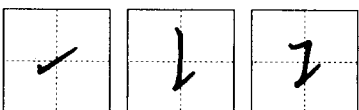
竖弯钩

第十一技



扬鞭策马

挑在古法中称为“策”，其意指笔势如“扬鞭策马，柔中有刚，斜而上仰，劲以借势。”用钢笔写挑画，比较简单，入笔重，由左下向右上行笔要快，看准方向，干脆出锋，不要拖泥带水。挑锋指向不是千篇一律的，与下一笔有一种连带关系，字的内部才气韵相通。



挑提

竖提

横折提

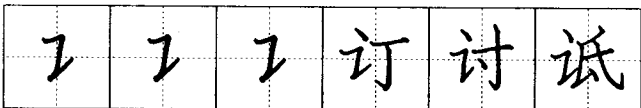
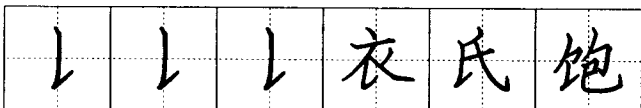
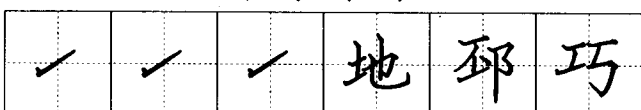
错例



没有笔锋

起笔过分

转折太多



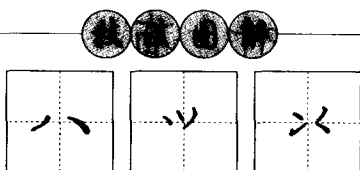


第十二技



呼应成趣

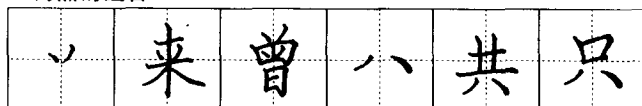
在一个字的内部，笔画与笔画之间不能是孤立的，应存在一种呼应关系。特别是楷书，虽然笔画不能相连，但要相互顾盼才能气息相同。我们以点为例，来看一看它们组合在一个字中是怎样呼应成趣的。注意两点的组合、三点的组合和四点的组合。



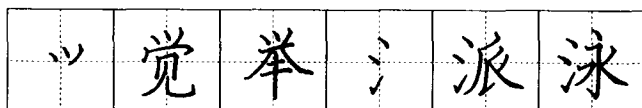
错例



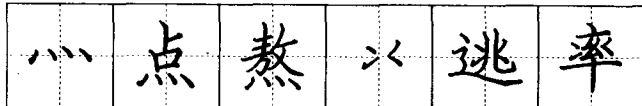
两点的组合



三点的组合



四点的组合

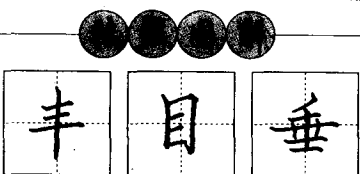


第十三技

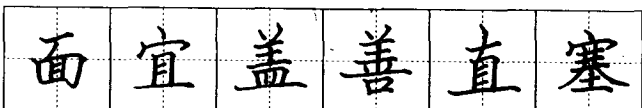
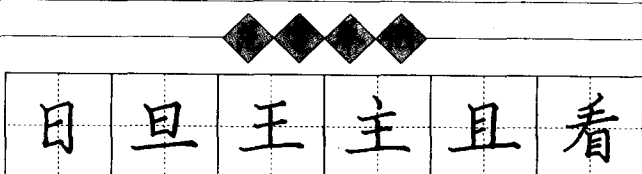


间距均匀

一个字中有多个相同笔画组合在一起时，应注意它们之间要有长短主次之分，方向布白要相对均匀，不能忽疏忽密，过疏则字显得松散，过密则字显得迫塞，疏密不匀则字显得散乱。



错例





第十四技



一个字中有多个相同笔画组合在一起时，应注意有长短变化。不能上下一般长，左右一般高。以竖画为例，多竖的组合一定要有变化，一般是左短右长才符合左紧右松、左缩右伸的结字规律。

长短相间



作 非 圳

错例

作 非 圳

错因：竖画一样，字则显呆板。



川 州 什 仆 训 朴

而 休 件 阵 佛 伴

井 升 并 算 辣 弊

第十五技



一个字中有多个撇画组合在一起，不能平行书写，左右撇之间要有长短正斜变化，上下撇之间要有起笔间的错位，如连三撇，下撇应顶住上一撇中上部，切忌排牙。

切忌排牙



反 炉 形

错例

反 炉 形

错因：笔画平行，长短一样，字则无生气。



及 友 仇 爪 勿 厉

役 诊 参 板 狐 刻

该 须 彩 叛 痰 影



第十六技



燕不双飞

一个字中若有两个捺画组合在一起，一定要谋求变化，将一个捺画变为长点（也叫反捺），不能出现两个捺脚，古人有“燕不双飞”之说，就是讲一个字中不能出现两个象燕子尾巴一样的笔画。



迷 食 秦

错例

迷 食 秦

错因：两个捺画重复，字显画蛇添足。



从 纵 炎 达 返 驳

林 双 轰 奏 茶 迷

泰 透 淡 痰 聚 餐

第十七技



对钩求变

一个字中如果遇到左右两钩相对或上下两钩相对，一定要谋求变化。不能互不相让，以钩对钩。迎让的原则一般是左钩收缩或省略钩画以让右钩舒展（如“兢”）上钩收缩或省略钩画以让下钩舒展（如“也”）。



比 哥 也

错例

比 哥 也

错因：该省的钩没有省，对钩没有伸缩变化。



毙 兢 鸟 犯 甩 包

它 创 池 究 虎 凯

挠 皆 冠 麟 舱 歌

第十八技



撇捺两分

撇画和捺画经常组合在一起呈双飞之势，它们有时在字头，有时在字中，有时在字底，有时在右部，给字以舒展，秀美的装饰。写好这两个笔画的组合，会给字以无限的活力。撇画上重下轻，捺画上轻下重，这是对立中产生和谐的规律在汉字中的运用。组合时，撇捺两分，撇脚和捺脚基本平齐。若有中竖或钩画沉底时，撇捺不能下沉，要写得高于沉底的竖或钩的底部（如永）。

技 法 图 解

会 李 永

错例

会 李 永

高低不一 撇捺太平 撇捺太低

范 字 举 例

今 令 贪 公 分 大

水 个 介 术 米 朱

苍 吞 杏 来 泰 寨

第十九技



化捺为点

并不是所有的撇捺组合在一起时，都要呈双飞之势，一但有撇和捺组合的笔画在作字的左偏旁时，捺画必须变为点画，这样才不会影响右部结构的布局。

技 法 图 解

朴 灯 粉

错例

朴 灯 粉

错因：左旁的捺没有变化为点，右部很难安排。

范 字 举 例

郑 枝 析 松 和 移

双 料 糠 黎 豢 聂

桥 买 卖 毅 燃 瓢



第二十技



变横为提

底部为横画收尾的字，一但处于左偏旁的位置，则应变横画为提画，这样才有利于偏旁与部首之间的迎让或萦带。如：立、革、子、耳、舟、工、土、王、虫、足、马、鱼、车等字作左偏旁时，均应变横（或捺）为提。

技法图解

孩 竝 靛

错例

孩 竝 靛

错因：左部末笔收笔用横画，字的内部则缺乏萦带。

范字举隅

攻 巧 坏 填 环 现

蛛 蝶 跋 跨 驳 驰

好 奶 轨 轵 鲈 鲜

第二十一技



折角对点

点下有折角的左偏旁，许多同学不知怎样处理，照常规把点放在横画中间以求安稳，恰好出错。左右结构的字应是综合平衡，点应右靠一点，横折的折角对准点的下部，这样就安稳了（如礼、说、衫等字）。

技法图解

礼 说 衫

错例

礼 说 衫

错因：点放在短横中间，看似安稳，其实呆板。

范字举隅

记 诀 讽 讨 读 识

过 邈 逸 祀 神 禅

衫 裼 褂 旅 施 旋