

● 王延林 选编

上海钢笔书法名家精品选

枯藤老樹昏鴉，
小橋流水人家。

水涵字，古山，秋風夜。

無陽樓

范冲

廢歷の年，
筆跡之，
主調字，
已後，
點起，
明年，
此，
中，
和，
字，
法

其點乃重，
時，
無陽樓，
增，
筆，
舊，
物，
刻，
唐，
賢，
人，
好，
字，
步

其，
上，
層，
予，
佐，
文，
以，
社，
之，
予，
親，
書，
已，
後，
踏，
狀，
其，
以，
是，
漸，
衍

學林出版社

漁汀連呼酒上琴臺去秋與雲平

書，
鍵，
宋，
吳，
文，
吳，
八，
歲，
廿，
五，
日，
修，
原，
幕，
譜，
心，
遊，
雲，
展，
詞，
唐，
甲，
子，
日，
湖，
仙，
書

孫子曰：凡用氣之法，計月以六。

皮因次之，全字為三，此字。

為上，破筆次之，全字為三，此字。

上海钢笔书法名家精品选

王延林 选编

学林出版社

沪)新登字 113 号

责任编辑: 于克清

封面设计: 曾晓培

上海钢笔书法名家精品选 王延林 选编

学林出版社 出版 上海文庙路 120 号

64444 上海发行所发行 上海市印刷六厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5.5

1992 年 10 月第 1 版 1992 年 10 月第 1 次印刷 印数 1—20,000 册

ISBN 7-80510-746-7/J·58 定价 3.15 元

目 录

顾仲安的钢笔书法	萧振华	1
顾仲安书法精品选		
范仲淹《岳阳楼记》		3
诸葛亮《前出师表》		5
刘禹锡《陋室铭》		9
谢灵运《登石门最高顶》		10
黄裳清《尧天乐》		11
白居易《买花》		12
吴文英《八声甘州·陪庚幕诸公游灵岩》		13
吴锡麒《春从天上来》		14
陶渊明《归园田居》		15
李贺《李邕墓碣引》		16
吴文英《木兰花慢》		17
勤奋+方法+机遇=成功	陆维中	18
陆维中书法精品选		
节临王羲之《黄庭经》		20
节临王羲之《乐毅论》		24
临王献之《洛神赋》		28
节临赵孟頫《道德经》		30
节临王宠《游包山》		33
学写钢笔字的经验体会	林似春	35
林似春书法精品选		
孙子《谋攻》		37
方苞《左忠毅公逸事》		40
杜甫《茅屋为秋风所破歌》		43
韩愈《原毁》		45
顾炎武《复庵记》		49
挥翰畅谈学书道——访卢前先生	文 耳	52

卢前书法精品选

临王羲之《兰亭集序》	54
临王羲之《尺牍》	56
临王献之《尺牍》	59
临米芾《苕溪帖》	61
临米芾《拟古帖》	63
刘禹锡《竹枝词》	64
马致远《天净沙·秋思》	65
李白《黄鹤楼送孟浩然之广陵》	66
赵翼《论诗》	67
陈充章《题兰诗》	68

实用、艺术、普及、提高——访黄若舟教授 文 耳 69

黄若舟草书技法与书法精品选

草书基本部分写法	71
草书通用部分写法	73
草书字例(行草对照)	75
黄庭坚《清平乐》	80
李颀《送魏万之京》	81
李白《夜泊牛渚怀古》	81
孟浩然《过故人庄》	81
李白《早发白帝城》	82
孟浩然《春晓》	82
王之涣《登鹳雀楼》	82
朱熹《春日》	82
崔颢《黄鹤楼》	83
杜甫《蜀相》	83
白居易《草》	83
白居易《草》	84
贺知章《咏柳》	84
贺知章《回乡偶书》	84
王昌龄《出塞》	84

顾仲安的钢笔书法

萧振华

1982年6月的一天，《中国青年报》刊登的一条钢笔竞赛启事，吸引了上海东海机械厂的一个青年工人。他回家便伏案一口气书写了好几张，不过是想寄出去试试。万没想到，在这全国性的有十万多份稿件的大赛中，他的名字竟名列榜首，荣获一等奖。从此，钢笔书法上出现了一颗新星——顾仲安。

顾仲安1956年出生在上海一个工人家庭。六岁时，他在祖父的督促下开始硬笔的启蒙学步。父亲虽不懂行，但管教颇严，每日要儿子写两百个大楷字，一百个小楷字，完不成或完成得不好就挨罚。慢慢地，小顾的自觉性增强了，进而入迷了。一次，妈妈叫他去南货店买粉丝，半路上见到一张海报上面有一个“蛋”字写得煞是好看，他痴痴地用手指临摹着。回家后，妈妈看到他买的東西吃了惊，原来，他买回来的竟是十几只皮蛋。一次在福州路古籍书店，他看到清代钱梅溪的《缩临唐碑》，售价八元，他一掏衣袋只有两元。他请书店同志给他保留，然后飞跑回家，拉来父亲才把那套书购到手。十年寒窗，他的毛笔字受到了大人物的称赞。

兴趣只是探索的开始。进中学后，一次小顾和几个同学谈各自的爱好，同学中有的喜欢物理，想以后专攻力学；有的想在外语方面深造；有的则希望打下扎实的数学基础，将来做一个像陈景润那样的数学家。小顾自然喜欢书法，有志于将来对中国的文字作一步探索。他的爱好引起了大家的议论：“汉字有什么好研究，你的选择面太狭窄了。”现在谁外出办事，会带了毛笔去呀？”小顾说：“毛笔不带，钢笔总要带吧，钢笔字写得好不也是书法吗？”当时，顾仲安暗暗地下了决心，一定要刻苦探索，用自己的行动和事实来作回答。

这以后，顾仲安潜心研究钢笔书法，从点横竖撇捺等基本笔画开始，进行系统练习，探索。汉字造型有一种奇特的魅力，毛笔书法千百年来盛而不衰。要说其行笔，横不一定水平，竖未见得垂直，撇捺点折更无法以角度、速率来衡量。然而，正是这妙不可言的神奇笔法，映带穿插，顾盼传情，才塑成了完美的艺术造型。而钢笔字，又如何兼得这样的风韵情趣呢？且钢笔书法不像毛笔书法，找不到老师，没有请教的地方。小顾深深地投入了钢笔书法的天地里，他广泛地涉猎，细致地揣摩，集毛笔字之神韵为钢笔字所用，集各家之特长为自己所用。在学校里，他清晨四点即起，练字到七点。进厂后，每天除本职工作外，还要参加电大学习，他挤出时间，每晚写字都到十一二点。

顾仲安酷爱读书。他把广泛吸收、提高文学修养看成是提高书艺的“源头活水”。他喜欢这样一个譬喻，学问和书法是水和船，水涨了，船才会高。只有具备了一定的知识修养，写出来的书法作品才会有格调高，有韵味。为此，他参加了电视大学中文专业的学习，系统地

学习了大学课程，并以优异成绩通过考试。他还向画家吴野洲学了两年国画，使用笔更纯熟，渐渐地，他在钢笔书法上钻出“门道”来了。在字体的间架上，他领悟着欧阳询的三十六法，李淳的八十四法，黄自元的九十二法，总结归纳了钢笔字结构五十法；在用笔上，他将传统书法中关于游疾变化、提按顿挫、落笔收锋等技法存于胸中，忌令笔行，力求写出点颤筋韧骨、铁勾刚画来。

顾仲安的钢笔书法源于良好的毛笔书法基础，但他用钢笔作书时，对毛笔书法手法的依赖性却很少。他运笔便捷利落而又沉实，线条的轻重，粗细的变化，仅仅依赖硬笔笔尖微弱的弹性，随之书写者用力的大小去实现。其落笔、收笔、转折、撇捺、勾挑处既讲究法度，又不刻意做作，显得十分自然。尤其是他的楷书，字的结体宽博、稳重，落落大方，若有北碑兼唐楷的风神。他的字就适合初学者临摹研习，也经得起行家的揣摩品鉴。

十年艰辛非寻常，顾仲安终于成功了。继1982年后，又在1984年、1985年全国钢笔书法大赛中夺魁，成为我国钢笔书法新潮中出类拔萃的“三连冠”。1988年，他又在首届中国钢笔书法精英擂台赛中荣获金奖。此后，他息事赛坛，埋头著述，先后应国内十余家出版社之邀，编写出版了《小学生书法系列训练丛书》、《钢笔字入门》、《顾仲安钢笔字帖》、《常用汉字六体钢笔字帖》、《规范钢笔正楷字帖》等二十六种字帖和理论著作，另著有《钢笔书法书写技法》等十本书籍也将付印。他的钢笔书法字帖，无论在出版种数还是发行数量上，在同类书中都是名列前茅的。

顾仲安现任中国硬笔书法家协会副主席、中国硬笔书法家协会资格审查委员会副主任。为宣传普及钢笔书法，他作为《中国钢笔书法》杂志的特邀编辑和撰稿人，先后撰写发表了许多指导性、研究性文章。他的文章说理透彻，文辞流畅，深入浅出，为广大读者所喜爱称道。他还热心钢笔书法教育事业，曾在上海许多高等院校和中专技校开设钢笔书法课程，为“中国钢笔书法刊授中心”精心编写了四册教材，还担任了中国书法家协会教育委员会和上海电视大学联合举办的硬笔书法函授班主讲教师。近几年来，他还曾先后被聘任为全国首届钢笔书法展览评委，上海“永生杯”钢笔书法大赛评委会副主任，“文明杯”钢笔、圆珠笔大赛评委，第四届中国钢笔书法大赛评委。

岳陽樓記

范仲淹

慶曆四年春滕子京謫守巴陵郡越明年政通人和百廢
 具興乃重修岳陽樓增置舊制刻唐賢今人詩賦於
 其上屬予作文以記之予觀夫巴陵勝狀在洞庭之湖銜
 遠山吞長江浩浩湯湯橫無際涯朝暉夕陰氣象萬古
 此則岳陽樓之大觀也前人之述備矣然則北通巫峽
 南極瀟湘遷客騷人多會於此覽物之情得無異乎若
 夫慶曆而霖霖連月不霽陰風怒號濁浪掀空日星隱

曙山岳潛吼高旅心行播傾檝撐以爲暮冥冥席哺接
啼登斯樓也則有去國懷鄉憂遠累譏注目蕭然
感極而思考至是若知景明波闊不擊之下天光一碧
萬頃沙鷗翔集錦鱗游泳岸芷汀蘭都都多生
而或長煙一空皓月千里浮光耀金靜影沉璧洵歎互
答此樂何極也新樓也則存以曠神怡寤寐皆忘把
酒臨風空喜洋洋者矣嗟夫予嘗求古仁人之心或異
二者之爲何哉不以物喜不以己悲居廟堂之高則憂

其民處江湖之遠也憂其君甚進上憂退亦甚然則
 何時與樂耶其必曰先天下之憂而憂後天下之樂而樂此
 喧微斯人各誰與歸

壬申年顏仲安書



黃文師表

諱為堯

臣亮言先帝創業未半而中道崩殂今天下三分益州疲
 敝此誠危急存亡之秋也然侍從之臣公懈於內忠志之士
 忘身於外者蓋遺先帝之殊遇欲報之於陛下也誠宜
 開張聖聽以光先帝遺德恢宏志士之氣不使先帝
 之靈

公清引喻，義以塞忠諫之路也。官中府中俱為一體，涉
 罰法者不宜異同。若有位為犯科，反為忠善者，宜付
 法也。侍中侍詔，取彼之費，祿董允亦此皆良實志慮
 忠誠，是以先帝簡拔以達。陛下愚以為官中之事，予等
 大小生以咨之。然後施行，必能裨補一私，漏有所廢。且
 將軍由竊付以淑均，晚暢軍事，試用於昔日先帝祿
 之日，能甚以眾議舉竊以為督，愚以為營中之事，予等

大小悉以治之必能值行陣和穆優劣溥所也親賢重
 蓋小人此先漢所以興隆也親小人遠賢臣此后漢所以傾
 頽也先帝有時每與臣論此事未嘗不歎息痛恨未嘗
 也侍中尚書長史參軍此堂亮死節之臣也願陛下親
 之信之則漢室之隆可計也而侍中重本布衣躬耕於
 南陽苟全性命於亂世不求可達於諸侯先帝不以臣
 卑鄙猥自枉屈三顧臣於草廬之中諮臣以當世之事
 由是感激遂許先帝以驅馳後值傾軛遂任事敗軍

上際奉命於危難之間爾來二十有一年是免事知重權
 性故能崩塞臣以天子也受命以平風夜忧嘆恐託付不
 效以傷先帝之明故日月澹澹深入不毛之苗方已定兵
 甲已乙常與沙之軍如定中原唐竭營缺據除為凶
 與復漢室也而為考法臣之所以報先帝而忠陛下之
 職也至於酬初換道界忠言外彼之禱允之任也
 願陛下託臣以討賊興復之責不效則治臣之罪以先
 帝之是若其興治之言也彼之禱允之誓以報

空榜階下仁宜自謀以次能軍道察約人言深遠見事
遠近而不豫受恩感淚今尚遠難於表涕泣不知

所云

壬申冬月日梁溪仲安書



陋室銘

劉禹錫

山不在高有仙則名水不在深有龍則靈斯是陋室惟
吾德馨苔痕上階綠草色入簾青隨風笑有鴻儒往來
無白丁可以調素琴閱金經置綠竹之亂可無案牘之勞
無有陽法為唐西蜀西書亭孔子云何陋之有 仲安



雲	終	心	噉	忘	基	館	晨
梯	處	契	夜	新	階	對	策
東 手 謝 靈 運 登 石 門 最 高 頂 詩 庚 子 年 仲 夏 書 於 海 上	順	九	猿	術	連	嶺	尋
	故	秋	啼	去	巖	臨	絕
	安	干	沉	子	覺	回	壁
	排	目	冥	惑	路	溪	夕
	惜	玩	豈	故	塞	長	息
	無	三	別	蹊	密	林	在
	同	春	理	活	竹	羅	山
	懷	萋	守	活	使	戶	栖
	客	居	道	夕	徑	庭	疏
	共	常	自	流	迷	積	峯
	登	以	不	駛	來	石	抗
	青	待	携	噉	人	擁	高

鐘	笑	層	略	蒼	黏	寺	脫
容	傅	樓	浩	寒	絮	藏	裘
易	粉	玉	然	隔	惹	紅	聊
打	殘	聳	凝	煙	問	荒	買
清 黃 雙 清 齊 天 樂 詞 庚 子 年 麗 月 書 於 滬 仲 安	妝	除	望	賸	鶴	汀	西
	夕	是	眼	有	驚	凍	湖
	陽	雲	幽	釣	尋	碧	醉
	催	林	景	魚	梅	一	村
	卸	能	難	者	蹇	二	醪
	可	畫	寫	清	驢	閒	乍
	惜	青	禿	游	誰	鷗	添
	南	山	樹	更	跨	瀟	新
	屏	睡	瓊	誰	點	灑	價
	晚	也	裝	領	綴	蘆	遠

人	嘆	有	來	幄	花	時	帝
賦	此	一	色	幕	數	相	城
唐白居易買花詩 庚午年花月書於海上 西王齋仲安	嘆	田	如	庇	灼	隨	春
	無	舍	故	旁	灼	買	欲
	人	翁	家	織	百	花	暮
	諭	偶	家	筵	朵	去	喧
	一	來	習	籬	紅	貴	喧
	叢	買	為	護	菱	賤	車
	深	花	俗	水	菱	無	馬
	色	處	人	灑	五	常	度
	花	低	人	復	束	價	共
	十	頭	迷	泥	素	酬	道
	戶	獨	不	封	上	值	牡
	中	長	悟	移	張	看	丹