

钢笔楷书标准教材

(楷书部分)

司马彦 司马东编写

半	吴	陀	向	况
落	花	风	多	客
天	草	凰	莫	霜
外	埋	台	是	过
二	幽	上	长	关
水	径	风	安	城
中	晋	凰	行	曙
分	代	游	乐	色
白	衣	风	处	催
鹭	冠	去	空	寒
洲	成	台	令	近
总	古	空	岁	御
为	丘	泣	月	苑
浮	三	自	易	声
云	山	流	蹉	声

昨	是	汉	一	昔
微	波	树	不	已
江	芳	复	乘	
初	上	草	返	黄
度	使	萋	白	鹤
河	人	萋	云	去
鸿	愁	鹦	千	此
雁		鹉	载	地
不	朝	洲	空	空
堪	闻	日	悠	徐
愁	游	暮	悠	黄
里	子	乡	晴	鹤
听	唱	关	川	楼
山	歌	离	何	历
		处	历	鹤

南开大学出版社

半 责 任 编 辑: 张 世 甲 况

落 封 面 设 计: 李 巧 晚 是

青 花 风 多 客

天 草 凰 莫 中

外 埋 台 是 过

二 幽 上 长 关

水 径 凤 安 城

中 晋 凰 行 曙

分 代 游 乐 色

白 衣 凤 处 催

鹭 冠 去 空 寒

洲 成 台 令 近

总 古 空 岁 御

为 丘 近 月 苑

浮 自 易 砧

云 讲 蹉 声

昨 是 汉 一 昔

夜 烟 阳 去 人

微 波 树 不 已

霜 江 芳 复 乘

初 上 草 返 黄

度 使 萋 白 鹤

河 人 萋 云 去

鸿 愁 鹦 千 此

雁 鹄 载 地

不 朝 洲 空 空

堪 闻 日 悠 徐

愁 游 暮 悠 黄

里 子 乡 晴 鹤

听 唱 关 川 楼

云 离 何 历 黄

鹤

ISBN 7-310-00784-0



9 787310 007844

ISBN 7-310-00784-0/G·120

定价 6.80 元 (全二册: 13.60 元)

钢笔楷书标准教材

(楷书部分)上篇

司马彦 司马东 编写

南开大学出版社

[津]新登字 011 号

钢笔楷书标准教材
(楷书部分)上篇

司马彦 司马东 编写

南开大学出版社出版

(天津八里台南开大学校内)

邮编 300071 电话 3508542

新华书店天津发行所发行

瑞昌市彩印厂印刷

1995年8月第1版 1995年8月第1次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:10

字数:108千 印数:1—20000

ISBN 7-310-00784-0/G·120

定价:6.80元(全二册:13.60元)

目 录

第一章 钢笔书法概述	(1)
第一节 钢笔书法的形势和意义	(1)
第二节 钢笔书法工具材料选择	(2)
第三节 钢笔书法的学习方法	(2)
第二章 钢笔楷书技法	(4)
第一节 基本笔画	(4)
第二节 382 个部首及变化规范笔法	(12)
第三节 钢笔楷书结构与布势要领	(24)
第四节 常用典型汉字书写示范	(31)
第三章 钢笔楷书作品临摹与欣赏	(39)

第一章 钢笔书法概述

钢笔书法是二十世纪八十年代兴起的一门艺术。当今使用最广泛的书写工具是钢笔和圆珠笔，而钢笔更具有代表性。在我们的日常生活中，无论是工作、学习，还是思想交流、信息传递，都离不开写字，随着社会物质文明和精神文明程度的提高，越来越多的人希望把字写好，不仅要书写得迅速、正确，而且要使字形美观漂亮，个性鲜明，有欣赏价值给人以艺术的享受，所以研究怎样写好钢笔字是一件很有实际意义的事情。

第一节 钢笔书法的形势和意义

八十年代我国的政治、文化的宽松气候已为钢笔书法的产生和确立准备了充分的条件，千百万青少年、中学生自觉投入学习钢笔字和研究钢笔书法的热潮，他们把学好字、用好字看作是中国人最基本的文化素养，积极参加各种讲座、函授、刊授、咨询、展览、比赛等业余书法活动，形成了比任何文化艺术门类都更为广泛的群众基础。

很多中小学以至大学都开设了钢笔书法课程并组织了相应的活动，从正统教育的角度保证了钢笔书法地位的确立。

几乎所有的综合出版社和对口出版社都出版发行了相当数量的钢笔字教材和字帖，新人新作不断涌现，同时也为群众性的学习研究创造了方便的条件。

在全国范围内组织了几百次各种规模的钢笔书法赛或展览，大大提高了广大青少年学习和创作的积极性。

中央电视台和一些地方电视台组织了现身说法、可见易学的钢笔字讲座，用直观教学的办法进一步激发和引导青少年学习的兴趣。

很多书法界的老前辈，中青年书法家也参与了钢笔书法活动，为提高和丰富钢笔书法的艺术性注入了健康的血液。

从一九九四年起，全国高考设立了卷面书写分，使钢笔书法间接的列入了升学高考的范畴。

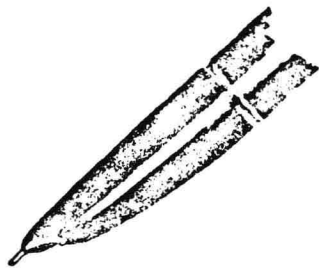
以上等等，说明了钢笔书法已经得到中央和各级领导的支持、鼓励，受到了广大群众的欢迎，已经由破土而出的幼苗，逐步成长为生机盎然的新葩，它将进一步深入人心，成为中华民族特有的借以传情达意的多功能艺术表现形式。

1985年8月14日《北京晚报》上的一则消息说，仅首都邮局每天就有将近二十万封平信无法投递、其主要原因是信封的书写不合格。仅此一例，可见写好钢笔字的重要意义。许多师范学校已把“三笔字”（钢笔字、粉笔字、毛笔字）列为课程，一般人若能写得一手漂亮的钢笔字，往往会得到领导的赏识，周围人们的赞誉，从而给自己的工作带来诸多方便，就是待业青年若有一手好字，有时会使寻找工作更加顺利。现代青年朋友们给心上人写情书时，柔情密意的爱语配上清秀潇洒的钢笔字，会使你的情感更迷人，更深沉。常言说得好，字是人的门面，练得一手好字，能使人终身受用无穷。

钢笔书法工具材料选择

一、钢笔：

钢笔分自来水钢笔和蘸水钢笔两大类，自来水钢笔主要类型有包尖型和露尖型：(图)。各种笔尖制作材料不同又分为金笔和铱金笔，金笔价格较高、一般人练习钢笔字用依金即可。在购买钢笔时，主要是



(包尖型)



(露尖型)

看笔尖，笔尖选择不划纸，出水流畅，笔尖作转向运动时不断墨，有一定弹性的普通钢笔为宜，至于笔杆笔套是次要的。

二、墨水：

练习钢笔字，最理想的墨水是碳素墨水，目前上海碳素墨水和英雄碳素墨水为最佳，吸完墨水后要立即将瓶盖旋紧，避免墨水氧化而产生沉淀，墨水牌号切莫混合使用。要特别注意的是，使用上了碳素墨水的钢笔必须随时套上笔套，养成习惯，笔尖只要外露几分钟都可能使墨水凝结而下水不畅，尤其是使用时间较长的钢笔，一般一段时间以后，最好将自己的钢笔清洗一下，清洗一般用混热的水，多吸进挤出几次。

三、书写纸张

练习钢笔字，一般用普通白纸即可。原则是不粗糙，不化墨，有一定韧性为宜。摹帖用 28 克、35 克的书写纸。如果参加比赛、展览，用复印纸，铜版纸布纹纸能获得极佳的效果。

第三节、钢笔书法的学习方法

写字，是一个学习过程，必须要保证有一定的时间和切实可行的学习方法，老祖宗留传下来的宝贵经验，有些至今还在沿用。最主要的途经就是“摹写”和“临写”。初学者可先摹后临，有一定基础者可以直接临写。

一、字帖的选择

字帖最初是学者的无声之师，初学者应当特别注意字帖的选择，因为选帖的好坏将对初学者的练习及以后的发展有很大影响。我们认为练习钢笔字还是选钢笔字帖为宜，特别对于初学者，使用毛笔字帖进行钢笔字的学习才是事半功半的。

选择钢笔字帖主要有两项原则：(1)要选自己喜欢的范本，自己喜欢，才会有热情去练习它，这将给初学者带来顺利的进步；(2)要选择行家公认的优秀范本。目前社会上确有一些质量低劣的字帖流行，这是商品社会内的必然现象，如果初学者随便乱选，则将误入歧途，不仅浪费了时间和精力，还可能沾染一些不良的习气。因此，选择字帖一定要慎重可向行家请教。

二、字体的选择

对于初学者来说，是先练楷书，还是先练行书，还是先练隶书，对于这一问题，我的认为，对于小学生来说，应该先练楷书，中学低年级可练行楷，中学高年级或大学生，或有一定楷书基础的青少年可练行书，对于字体杂乱者，应全部丢掉自己的字体，先练楷书，后练行书，有了楷书基础，其它字体也就容易了，切莫先练草书和篆书。

三、练习的方法

选贴的问题解决以后，面临的问题就是摹写和临写。

摹，就是描，即可以在印好的红模字上描，也可用透明度好的薄纸蒙在帖上描，也有人用丰滑的胶片，塑料薄膜代替纸来摹，这样作，即不会使墨渍透过纸污染字帖，也可以涤洗反复使用。摹写的过程主要是让初学者通过比较准确地描划，熟悉字的结构形态和笔画变化，从而进一步向临写过渡。摹写是速成的好办法。

临，可以说是每个学写字的人都必须过的关，有些功成名就的老书法家，虽然造诣卓深，但每日仍临池不辍，没有天生不临帖就会写好字的人。临习是练字和从事书法创造的不二法门，谁也不可能另辟蹊径。

练字首先应该练好基本笔画，因为这些都是字的手脚，把手和脚练好了，才能写好字。在写好笔画的基础上，要学写偏旁部首和整个字的形体和姿势，不管是摹写还是临写，都要不断地把字帖上的范字和自己写的字进行比较、对照，找出相同和不同之处，这三个阶段是互相依存，互相促进的，当找到不足之处时，笔画不好就练笔画，比例搭配不好就改正。不要“只管拉车不问路”，一天埋头写上几百字，如果不注意对照，找差距，写再多也无济于事，与其这样练，不如认真临写、仔细对照后再练，即使就写几个字，只要真正找出差距，能达到与范字相似的程度，就是进步。

当然，要想把字写好，还必须注意点画的线条感要有劲，挺拔，形态要饱满，丰润，有些地方还应写出精神来。这是后一步的要求，不仅是书写技巧的提高，还是境界的完善。

临习一般可以分为三个步骤，第一是“格临”，就是用米格套在范字上，对着米字格临写，等到逐渐熟练，可去掉米字格，在方框里临写，这是第二步，也叫“框临”。一旦这一关突破，可以进入第三步“背临”。也就是先熟悉范字，再默写，一气呵成。“背临”是比较难的，同时也是最锻炼人的，背临与范写相似，还可以用所学的技巧去练写其它字，如能达到字形端正，符合原范帖的意境，那就更好，坚持下去，可以进行书法创作了。

第二章 钢笔楷书技法

楷书又名“正书”、“真书”。创始于汉末魏初，至晋渐趋成熟，盛行于唐，相传为东汉王次仲所创，是从隶书及章草演变而来的。“楷”是指这种书体可作法式，模范，即标准字体，楷书的出现，奠定了方块字的标准字体。

楷书形体方正，减省了隶书中的蚕头燕尾，代之以平直的横和捺。用笔平稳，点画清晰，偏旁部首已趋向标准化，搭配匀称，结体规正，章法整齐而笔法多变，既易书写，又极庄重。楷书虽较平稳工整，但却并非极滞一律，其用笔方法，点画形态以及间架结构也是变化多端的。

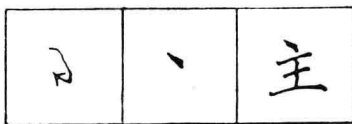
初学书法多由楷书入手，先以此掌握规矩，打牢根基。蔡襄说：“古之善书者，必先楷正，渐而致于行草，亦不离乎楷正”。楷书笔画的关键要抓住怎样起笔，怎样行笔，怎样收笔，掌握其中轻重，快慢，提按的规律。做到行笔稳健，锋行画中，提按均匀，不骤轻，不偏颇歪曲，转折处控制得法，写出的笔画自然圆润周到，粗细相宜。

第一节 基本笔画

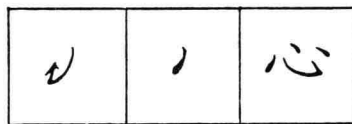
基本笔画是构成的基本要素，所以，学习钢笔楷书必须从掌握笔画的写法入手，楷书的笔画种类较多，主要的有点、横、竖、撇、捺、折、钩、提八种。

一、点画的写法

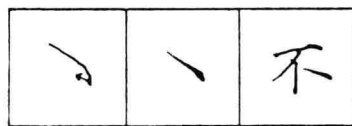
点是汉字中最小的笔画，也是书写中变化最多的笔画，如稍有不慎就容易写糟，而且，熟练地掌握了点的写法，还有助于其它的笔画的练习。



右点 先向右下方落笔，由轻到重，停笔略向下顿，再向左上方提笔回收。



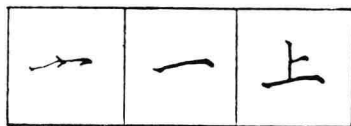
左点 先向左下方由轻到重，停笔向下顿后向右上提收笔。



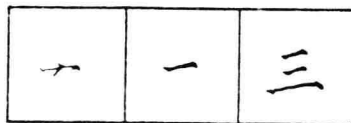
长点 和右点的写法基本相同只是将右点写长一些。

二、横画的写法

横在汉字中出现得最多，横主要有长横和短横。



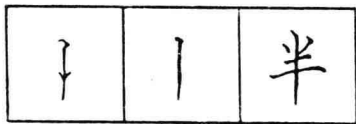
长横 由轻到重右下落笔，向右行笔，力量不减，至中间处，力量渐轻，将至收笔处逐渐加力，向右下略顿笔回带收笔。



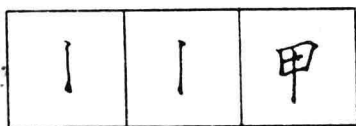
短横 轻入笔，向右行笔逐渐加力，至收笔处稍顿后回带。

三、竖画的写法

竖画要求写得垂直，挺拔而有力，写不直，很容易使字发生偏斜，所以关键在于直，主要有悬针竖和垂露竖。



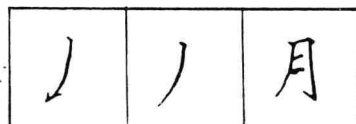
悬针竖，起笔稍顿，均匀用力向下行笔，至即将收笔处，笔尖与纸的接触而逐渐减少，直至笔尖离开纸面，使尾端呈针状。



垂露竖 与悬针竖的起笔，行笔完全一样，只是在即将收笔时力量不减，收笔时向上回带，使尾端呈水滴状。

四、撇画的写法

撇主要有竖撇、斜撇、横撇三种，要求写得干净利落，飘逸洒脱。



竖撇，落笔如竖画写法，行笔到后半部后再向左下方撇出。



斜撇，落笔稍顿，由重入轻向左下行笔，然后出锋。



横撇，又称短撇，起笔向右下略顿，然后左方轻快撇出。

五、捺画的写法

捺画要比其它笔画更为有力和伸展豪放，尤其在收笔处要有蓄力而发的气势，捺画主要有斜捺，平捺。



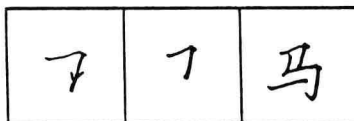
斜捺，轻入笔，略右行后即转向右下行笔，力量逐渐加大，至将要收笔处力量加至最大，然后向右出锋。



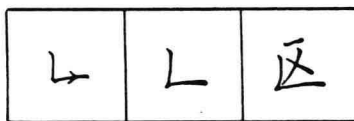
平捺，落笔稍重，向右行笔稍轻，后逐渐加重行笔，至将要收笔处停顿。再出锋。

六、折画的写法

折画主要有横折，竖折和撇折三种。折画是由两笔组合而成的，转折处必须交待分明



横折，把横画收笔时的回带改为向下行笔，并按垂露竖的收笔方法收笔即可。



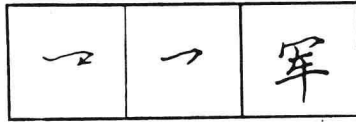
竖折，先写竖，在将要折向横笔时，笔尖略向左转，然后即向右行笔，收笔。



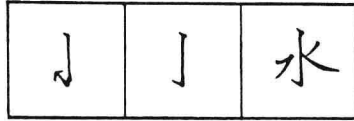
撇折，先写撇，到转角处稍顿，再折笔向右下写长点。

七、钩画的写法

钩画主要有横钩、竖钩，斜钩和竖弯钩



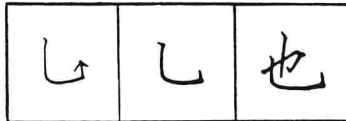
横钩，起笔和横的写法一样，从左至右行笔到位后向右下顿笔，再向左下钩出



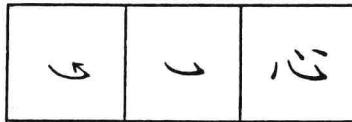
竖钩，起笔和竖画相同，向下行笔到位后顿笔，然后逆势向左上方钩出。



斜钩，落笔后右下方行笔略带弧形，由轻入重到位后顿笔，然后逆势向上钩出。



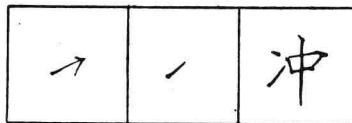
竖弯钩，起笔和竖画相同，再转向右行，到位后稍顿再向上钩出。



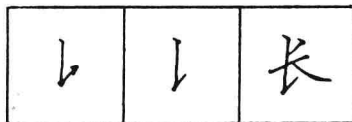
卧钩，与斜钩运笔相似，转变角度不同。

八、提画的写法

提画是笔画中最容易掌握的，主要是斜提竖提两种。



斜提，右下顿笔略顿笔下后即向右挑出，提的角度在有些字中较平，而在有些字中较斜。



竖提，落笔稍重，竖画后略顿笔然后逆势向右上方由重入轻斜提出锋。

第一节：基本笔画

名称	类别	笔画	字例
点	右点	丶	主
	左点	丿	心
	长点	丶	不
	左右点	八	小
	相向点	㇇	羊
	相背点	八	共
	水旁点	丶	江
	火底点	灬	点
横	长横	一	五
	短横	一	三
	斜横	一	七

名称	类别	笔画	字例
竖	悬针竖		中
	垂露竖		甲
撇	竖撇	丿	月
	斜撇	丿	义
	平撇	一	手
	短撇	丿	身
捺	平捺	㇇	这
	斜捺	㇇	八
	反捺	㇇	女
挑	平挑	一	地
	斜挑	㇇	次

名称	类别	笔画	字例
折	横折	フ	马
	竖折	└	山
	斜折	ㄥ	女
	撇折	㇇	台
钩	竖钩	┆	水
	右向钩	┆	长
	横钩	フ	写
	弯钩	㇇	心
	斜钩	㇇	戈
	竖弯钩	㇇	也
	弧弯钩	㇇	手

刂	刌	刚	别	剋
彳	彻	往	很	得
讠	订	讣	说	语
卩	叩	印	节	卸
丁	汀	灯	钉	顶
丂	兮	巧	号	朽
九	仇	杂	旭	究
又	双	劝	叹	叔
力	夯	加	肋	勒
阝	防	阵	陆	隐
阝	邓	邦	郃	邹
廴	廷	延	庭	建
艹	艺	芝	苏	花
扌	托	执	打	把

囗	因	团	固	国
犛	犯	狱	狼	狙
饣	飢	饰	蚀	饭
广	庆	应	度	唐
忄	怀	情	怪	忖
亡	忙	芒	忘	氓
门	们	扪	问	闲
于	宇	芋	迂	圩
土	庄	坟	杜	赤
寸	守	夺	紂	寿
巾	布	帅	吊	希
口	扣	吸	吞	品
山	仙	屹	崇	岸
千	阡	纤	歼	迁