

硬笔字 写法指导



钱沛云 著

SHANGHAI
JIAOYU
CHUBANSHE

上海教育出版社

YINGBIZI XIEFA ZHIDAO
YINGBIZI XIEFA ZHIDAO
YINGBIZI XIEFA ZHIDAO

12

硬笔字

写法指导

硬笔字
写法指导

- 钱沛云 著
- 上海教育出版社

硬笔字写法指导

钱沛云 编著

上海教育出版社出版发行

(上海永福路 123 号)

(邮政编码: 200031)

各地新华书店经销 上海市印刷十二厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5

1995 年 12 月第 1 版 1998 年 6 月第 4 次印刷

印数: 11641—14660 本

ISBN 7-5320-4161-1/G·4086 定价: 9.00 元

如遇印刷、装订问题, 请拨打电话 64688991

或到番禺路 870 号本厂调换

我
自
合
惟
恨
覺
人
快
筆
毅



作者简介

钱沛云,特级教师、著名硬笔书法教育家。

他长期致力于书法普及教学,总结出一套卓有成效的教学方法,曾在上海教育电视台开设以《教你写一手好字》为题的系列讲座,反响热烈,获得了广泛好评。

著作甚丰,已出版的书法理论专著与书帖达70种。他的硬笔楷书、行书端秀挺拔,深受广大群众喜爱。

写在前面

书写工具有“软笔”和“硬笔”分界。所谓“软笔”，指笔头是用柔软的兽毛或禽毛制成的书写工具，如毛笔之类；“硬笔”，则指笔尖坚硬的书写工具，如钢笔、圆珠笔、铅笔等。本书名曰《硬笔字写法指导》，也就是谈使用钢笔、铅笔、圆珠笔(包括粉笔)书写汉字的要求与技法的。

随着社会的发展，硬笔成了现代人主要的书写工具，人们醉心于它在快捷实用中所产生的艺术魅力，力求借以表达自己追求真善美的心灵和愿望。常言道：字是人的另一张面孔。确实如此，能写一手漂亮的硬笔字，在一定程度上反映了一个成功人士的文明素质。

和用软笔书写相比，用硬笔书写无疑是要简捷明快得多了。然而，它决不是一种随意的线条摆布，它也讲究书写的节奏变化，尤其注重于笔画巧妙组合而产生的优美结体，以及突现它个性的爽利运行。因此，要想写出一手清新、秀劲的硬笔字，也是要经过一个学习与钻研的过程，方能如愿的。

本书结合实例，对硬笔字的写法试作浅显通俗的讲解，力求为读者点明一条学写硬笔字的正确之道。全书分为三个部分。第一部分讲述了硬笔字的书写要求与练习方法，目的是揭示硬笔字书写的内涵与特性，以便读者通过练习能

驾驭一些基本的书写规律。在第二部分中,选择了100例较为难写的常用字,对它们书写全过程作具体的指导,侧重于组合方法,并点明写好这些字的“关键”之处,旨在引导读者牵住“牛鼻子”,举一反三,以掌握汉字各种结构的写法。希望读者在明了的基础上作延伸练习,以逐步达到运用自如的目的。第三部分,则是为读者提供借鉴、临摹的范例,有“古诗28首”(楷书、行书对照)和“进取篇”(楷书)两部分内容。

我自幼受语文老师影响,酷嗜硬笔,30余年未曾懈怠,提炼心得写成此书,仅仅是个探索。“学习从来无捷径,循序渐进登高峰”,愿与读者携手共勉。

钱沛云

一九九四年春于上海

目 录

写在前面	1
书写要求与练习方法	1
一 不该是木棍与弯曲的铁丝	
——要注重书写节奏	1
二 让笔尖下的字“活”起来	
——笔画的五种组合法	4
三 充分展示硬笔尖的个性	
——力度与流畅的完美结合	9
四 在学习规矩中循序渐进	
——硬笔书写四步练习法	12
写法指导100例	25
一画 乙	25
二画 人十乃刀七九	26
三画 工及广飞马夕女大小义山与门	
口也弓之	32
四画 心月水中勿为不少文毛方巨五	
片长见仓瓦反车牙公木	49
五画 母半世司可龙号古瓜鸟	72
六画 安成衣年争羊齐延兆收耳在页聿	82
七画 形君辰近辛足	96

八画	国屈参函齿学的炎者京	102
九画	美前思春	112
十画	难兼离家乘	116
十一画	商祭黄第	121
临习范例		125
	古诗28首(楷书、行书对照)	
	进取篇(楷书)	

书写要求与练习方法

一 不该是木棍与弯曲的铁丝

——要注重书写节奏

一般地说,用同一种声调唱歌、朗诵的话,会让人觉得单调乏味,而抑扬顿挫,注意了起伏变化,效果会好得多。踢足球也是这样,没有机会时后场倒几脚,一有机会即快速配合,向门前冲刺,这样“慢、快”结合,便能产生足球的魅力。这种反复出现的、有规律的轻重缓急现象,便称为“节奏”。节奏是构成各类艺术的基本要素之一,硬笔字书写也要注重书写的节奏。

初学硬笔字,由于不懂书写的节奏,常会出现以下“木棍式”的笔迹:



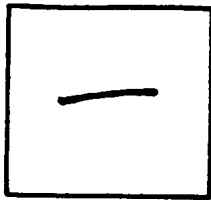
这种写法,笔尖平拖,用同一种速度行进,写出来的字自然看上去呆板,毫无活力。

注重书写节奏,就要明确书写每一个笔画都要有一种起伏变化,用笔要或轻或重,或快或慢,即适度地运用“按”

与“提”。下面以“横”为例作一说明。

写“横”时两头都要稍“按”一下，这个“按”就是用笔尖以极快的动作稍稍地向纸面撇一下，也叫“伏”，在整个笔画书写上这是一个“慢”动作；中间提笔滑行是“快”动作，也叫“起”。

两头稍慢，中间略快，这便是横画的书写节奏。

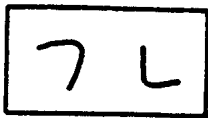


为了更好地掌握书写节奏，平时不妨经常伸出手指，对空划动，体会“按”与“提”的细微区别。在书法上这叫“外书空”。

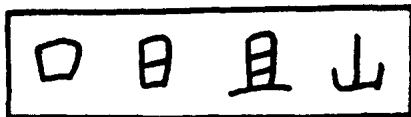
“外书空”练到一定阶段，可在纸上把笔画写得大些，经常在练习前专注凝视几分钟，仿佛在用心中的笔进行描摹，这是“内书空”练习法。外、内书空的交替练习，能促使快速地领悟到书写节奏感。

书写的节奏能带来书写的力度，这在折画中表现得最为明显。

如果我们仍用写“木棍”的方式来写横折、竖折的话，那就会写成一根根弯曲的“铁丝”。

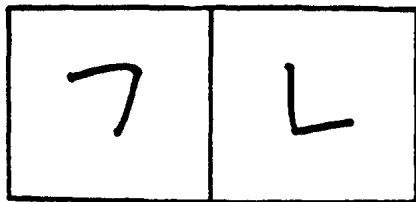


如用这样的“铁丝”来组成字，一个个也就好像患上软骨病似的。



上述字例的软骨病，症结就在于横折或竖折的折处用的是一个圆弧状，如同一根弯曲的铁丝那样，无法达到刚健、挺拔的效果。

横折和竖折都是由横画与竖画两笔组合成的，两笔的交接处如同一根折断的铁丝，书写到交接处得稍“按”，才能显示出力度来，犹如人体的肩关节，坚挺、强硬。



汉字里有许多字都是需要这样的“关节”来加以支撑的。



二 让笔尖下的字“活”起来

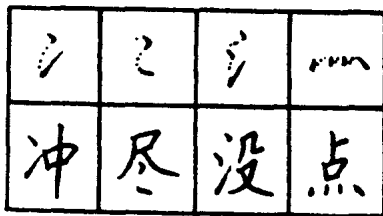
——笔画的五种组合法

初写硬笔字，很容易像小孩搭积木那样把笔画去拼拼凑凑。这种生硬的“组装”式，是无论如何也显示不出字的美感来的。要让笔尖下的字“活”起来，必须采用“原装”法，以使笔画的组合产生一种灵动之美。下面是五种“原装”组合方法：

1. 藕断丝连式

这是笔画之间最常见的一种联络方法。

(1) 点与点之间的联络。用于两点、三点、四点之间。



写这种点，特别要注意上点与下点、左点与右点之间的一种内在的互相衔接的动势感，古人称之为“笔断意连”。

(2) 横与横之间的联络。

这种联系，书写难度较高，须在第一笔末端稍停驻后，带出一股气流，并使之与第二笔开头相连接，仿佛有一缕牵丝把上笔的末尾与下笔的开头牵连住一样。



要带出这种气流，笔尖要紧贴纸面游动，以使两笔之间不断“气”。

(3) 钩与撇的联络。

出钩锋尖与撇的起笔联络，往往是自下而上的，联络活动要快。



(4) 钩与点的联络。

要求与“钩与撇的联络”相同。



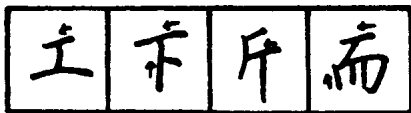
2. 单腿腾跃式

这是指横笔与竖画交叉时的一种特定的笔画组合法。如写“十”的中竖时，要迅速地要把笔尖逆上带出一个小弧度，然后再按笔下行。这很像一个跳高运动员跨竿时的起跳动作，所以用“单腿腾跃”喻之。



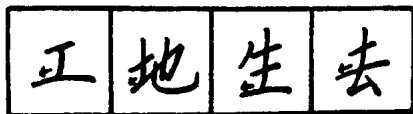
3. 返回逆入式(实式、虚式返回)

这是用于横、竖相接的笔画组合方式。如写“工”字，写了第一个横笔后，笔尖沿原路返回写竖，此为“实式”返回；

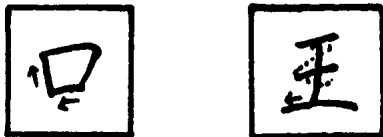


而竖与底横的衔接，则在写完竖后笔尖贴着纸面向左方

逆入,然后再向右,这个先逆入再向右的过程,我们则称为“虚式”返回。



“返回逆入”的写法应用普遍,它是通过笔尖特定走向把笔画与笔画组合得天衣无缝、自然和谐。



4. 回环呼应式

把撇、捺两笔紧密结合的最好方法便是“回环呼应”。写法是：撇出后，笔尖向左上方用大回环顺势写捺，如写“八”：



撇、捺组合方式应用普遍：



还有一种是在同一边的撇与捺、撇与点、撇与横、撇与竖的组合,它们之间应该用小回环方式：



这种较隐蔽的回环方法,尽管幅度小,但它却是使字体活泼多姿的有效方法:



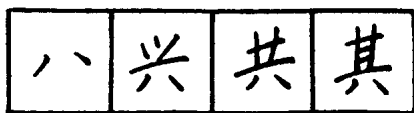
以上四字,“观、从、知”分别出现两个回环,“役”则出现四个回环,笔画呼应,曲折环绕,均灵活自然。

5. 顾盼生姿式

这种方式多用于点与点的组合,使看似不相关的两点,取得一种内在的强烈照应。

大致可分三种:

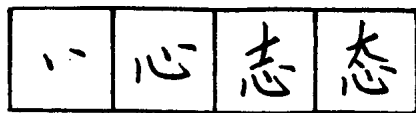
(1) 其脚点: 与“回环呼应”中“八”的写法相似。所不同的是回环幅度小,运笔动作快捷。另外,右面是一个侧点,两点上方聚拢。



(2) 曾头点: 出现在字头,两点下方向内聚拢。



(3) 心字点: “心”的中间一点与右上方一点顾盼生姿。



要写好硬笔字,使笔尖下的字“活”起来,就要熟练地运用

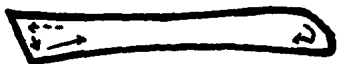
以上五种笔画组合的方式,这样才能使端庄规范的硬笔楷书充满动感,给人以美感。最后让我们从下列两个字例,来进一步体会硬笔字笔画的五种组合方式及其所达到的效果:



三 充分展示硬笔尖的个性

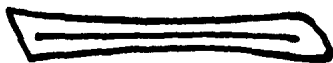
——力度与流畅的完美结合

用毛笔书写，运笔过程较为复杂，如书写一个横画，过程为：(笔锋)逆起——→(按下笔肚)直落——→稍停驻——→(提锋、转手腕)向右缓慢运行——→(笔锋)提起——→(用手腕带动笔锋向左内侧)回收。



整个过程为五步，其中第三步运行，则要求笔锋作幅度很小的上下摆动，向右缓缓推送。

和毛笔相比，硬笔书写实用性强，运笔简单明了。这主要缘于它的硬笔尖。如把毛笔书成的笔画比作水泥柱的话，那么硬笔书成的笔画则如其中一根钢筋：



用硬笔书写横画，只要在头、尾处稍按即可，而运行则要快捷，慢了反而有一种拖沓、迟钝之感。打个比方来说，硬笔书写如同自行车快速行驶在马路上，留在地上的车辙是挺劲的平直线条。所以，爽利明快的行笔才能充分展示出硬笔尖的特性，也唯有这样行笔才能突现硬笔字体的刚健、挺拔，达到力度与流畅的完美结合。

硬笔书写要注重力度与流畅的完美结合，这可从以下三方面着手：

1. 呼应、运行皆要快。

硬笔书写既要讲实用，就得体现出书写速度，但这并非乱