



陈望德 著

写好钢笔字

山东教育出版社

怎样写好钢笔字

陈贤德 著

山东教育出版社

一九八九年·济南

怎样写好钢笔字

陈贤德 著

*

山东教育出版社出版
(济南经九路胜利大街)

山东省新华书店发行 山东高唐印刷厂印刷

*

787 × 1092毫米32开本 4.75印张 2插页 44千字

1987年5月第1版 1988年3月第2版

1991年7月第4次印刷

印数 185,351—203,350

ISBN 7—5328—0071—7/G·54

定价 1.80元

缺而舍之朽木不折
缺而不舍金石可镂



题 贤德同志新著《谈调笔字的

书字》
一九八五年夏 兰斋任政于上海



目 录

开头的话	1
执笔问题	5
点画要求	9
偏旁写法	26
结构分析	56
笔顺规律	72
布局要点	77
练习方法	83
示范字例	89
后 记	148

开头的話

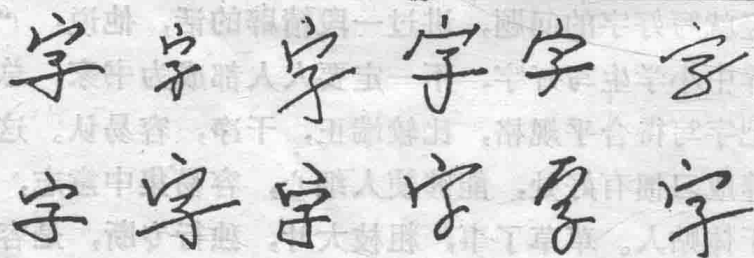
中国人应当把中国字写好

大凡有文化的人，都希望自己能写一手好字，这是很自然的。我们民族的文字——汉字，已有六千年的历史，是世界上最古老的文字，在人类文明史上闪烁着特有的灿烂光华，作为中国人，我们引以自豪。汉字，不仅具有实用性，而且具有艺术性，这是世界上任何一种文字都不能比拟的。所以人们常常把写字，和学识修养、精神情操以及美育联系在一起，加以重视，认真学习。

如果认为把字写好，仅仅是为了使字形“美”一点，拿得出手，其意义未免太狭窄了。郭沫若先生曾经就写好字的问题，讲过一段精辟的话，他说：“培养中小学生写好字，不一定要人人都成为书家，总要把字写得合乎规格，比较端正，干净，容易认。这样养成习惯有好处，能够使人细心，容易集中意志，善于体贴人。草草了事，粗枝大叶，独行专断，是容易误事的。练习写字可以逐渐免除这些毛病。”郭老的

话既提出了写好字的一般要求，也指出了写好字与做好其它事的关系，是值得我们细心领会和认真实践的。事实也证明，认真写好字，确实是养成一种对人民负责、对社会负责、办事细致的好习惯的有效途经之一。

我们从识字开始，可以说已经在学习写字，那么为什么同样的字，有的人写得很好，有的人却写得很差呢？原因就在于是否掌握了写好字的规律。正如已故著名书法家沈尹默先生说的那样：“不懂得应用写字规律的人，就无法写好字，即便有些心得，写字时偶然与法度暗合……。”这里所说的“法度”，就是汉字的书写规律。你们看，没有经过比较严格写字训练的人，同样一个“字”，各人写来却形貌各异，横七竖八，毛病很多。而经过训练，尽管有的秀丽，有的端庄，有的飘逸，有的古拙，却都有异曲同工之妙，不是都很美吗。



字 字 字 字 字 字
字 字 字 字 字 字

字 字 字 字 字

所以说，会写字是一回事，写得好字又是另外一回事。不管是毛笔字，还是钢笔字（当然包括圆珠笔字、铅笔字、粉笔字等一些硬笔字），只要写的是汉字，则它们所需要遵循的规律大致是一样的。由于钢笔使用和携带方便，已取代毛笔成为现代主要的书写工具。练习写字从毛笔字入手，固然好，但是在这社会节奏之快的今天，除对书法有兴趣的同志之外，绝大多数人都不可能先练毛笔字，再写钢笔字，而希望直接从钢笔字入手，把字写好。由于一些青年同志常同我讨论如何写好钢笔字的问题，这就促使我把多年来潜心研习书法，特别是如何写好钢笔字的心得体会小结一下，写成了这本书。在书中，我尽可能通过简略的图解和提示，揭示钢笔字在点画、结构和布局方面的一些规律，使大家对如何写好钢笔字，有一个较全面、较系统、较直观的认识和了解。另外，为了有利于大家边看边练，在书的最后部分，我用钢笔抄录了一些常用字、古诗词和散文，供大家学习时临写参考。这里需要特别说明一点，书中所介绍的只是一般书写

方法，并非唯一的和绝对的方法。

我是一名工程技术人员，书法是我的业余爱好。编写这本书虽然花费了很大的气力，几易其稿，但还可能有些谬误之处，期待有机会看到这本书的老师和同志们批评指正。在编写中，得到了上海书法家协会著名书法家任政先生和上海英雄金笔厂的热情支持和帮助，著名女书法家周慧珺老师为初版本题写了书名，这次修订改易书名，又承蒙上海中国画院副院长、著名书画家韩天衡老师赐题书名，在此表示最衷心的感谢。

执笔问题

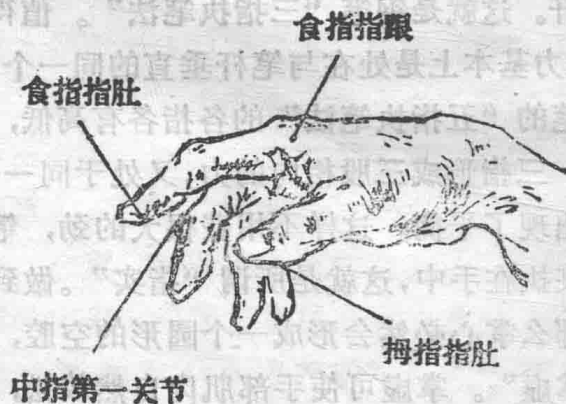
这是一个需要首先解决的问题。因为它往往是影响一些人写不好字的重要原因，所以有必要先谈一谈。

钢笔尖硬而细，毛笔毫软而粗，这是笔的区别；钢笔始终倾斜着书写，而毛笔基本上为垂直书写，这是书写方式的不同。由于这些区别，钢笔和毛笔的执持方法当然也有所区别。但异中有同，那就是同样要达到“指实掌虚”的要求。具体来讲，执钢笔主要运用三指：即用大拇指指肚、食指指肚和中指第一关节夹着笔杆。这就是钢笔“三指执笔法”。值得注意的是，三股力基本上是与笔杆垂直的同一个平面上，这与毛笔的“五指执笔法”的各指各有高低，是明显不同的。三指形成三股相向的力，又处于同一平面上，三力就出现了平衡。这样不用费很大的劲，笔杆就被牢牢地夹执在手中，这就是所谓“指实”。做到了“指实”，那么掌心必然会形成一个圆形的空腔，这就是所谓“掌虚”。掌虚可使手部肌肉自然放松，手指得以自由灵活地运动。有位书法家把执笔比作“手捏活

鸟”，要做到“捏紧防死，放松防飞”，应紧中有松，松中有力，这是很有道理的。有的同志捏笔捏得很紧，认为这样写出来的字才有力，这是不对的，更不能用这种方法去教学生或小孩子。

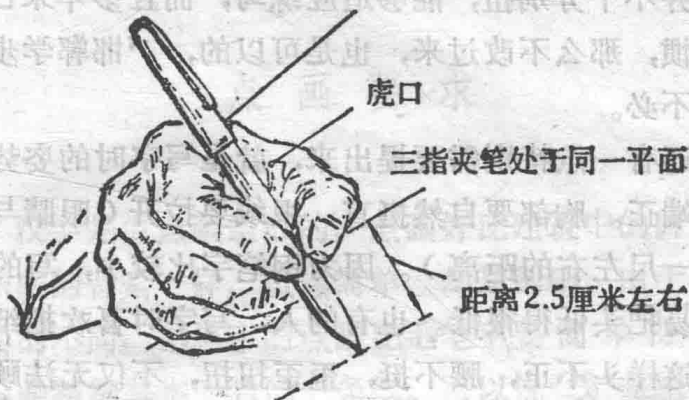
钢笔在书写时，笔杆与纸面一般成 $45^{\circ}\sim 50^{\circ}$ 左右的夹角。这个合理书写角度的形成，要有二个限制条件，一是三指夹笔不宜过高或过低，一般离笔尖2.5厘米左右；二是笔杆上部应靠在食指指跟与手掌结合的关节稍下处，而不可将笔杆靠在虎口中，否则笔杆与纸面的夹角太小，不利于笔杆运动。按以上方法把笔杆执住，再加上书写时，掌肚与小拇指外侧面轻抵纸面，这样就能做到书写轻捷灵活，不会感到吃力了。

（如图）



笔 青少年朋友吴芾

笔杆靠在食指指跟关节处



顺便提一下，握铅笔与握钢笔方法一样，只是在用力上要稍为控制得好一点，不然石墨的铅笔芯易折断。握圆珠笔与握钢笔也差不多，不过由于圆珠笔靠笔尖钢珠滚动书写的，所以笔杆宜与纸面垂直一点，使滚珠转动灵活，能正常出油，太斜了钢珠与纸面接触不好，就会出油不畅，还会拉破纸张。随着科技文化的发展，各种新品种的书写笔不断问世，我们在使用前，应先了解其笔尖的结构，才能正确把握其执笔法。

执笔法（无论是钢笔还是毛笔）是根据人的生理器官结构和使用工具的便捷而提出来的一般方法，它是科学的，合理的。有的同志可能要提出，现在我的执笔法有点不对，是否要改过来呢？这要区别对待，如过分别扭，写字时自己也感到不灵活，写不多久，

就手指发酸，觉得挺吃力，那么就下决心改过来。如果并不十分别扭，能够适应练写，而且多年来已养成习惯，那么不改过来，也是可以的，“邯郸学步”大可不必。

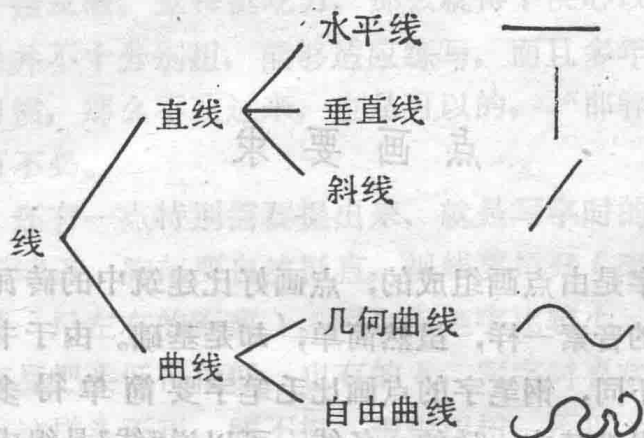
还有一点特别需要提出来，就是写字时的姿势一定要端正。胸部要自然挺直，视线要拉开（眼睛与纸保持一尺左右的距离）。因为钢笔字比较小，写的时候容易把头低得很低。也有的人，写字时喜欢把纸歪放，这样头不正，腰不挺，歪歪扭扭，不仅无法顾及行文整齐，严重的还会造成眼睛近视，背脊变形，对身体十分有害。有这样书写习惯的同志必须切实改正。我特别希望学校的老师重视这个问题，从小学一年级就抓起，切不要放任自流，使广大青少年从小就能养成良好的书写习惯，有利于学习，有利于健康。

点画要求

汉字是由点画组成的，点画好比建筑中的砖瓦，音乐中的音素一样，虽然简单，却是基础。由于书写工具的不同，钢笔字的点画比毛笔字要简单得多，它只是粗细基本一致的一条线。可以说“线”是组成钢笔字点画的最基本要素（包括圆珠笔、铅笔等硬笔写出来的点画）。为了使大家在今后的钢笔字练习和书写中，更正确地把握着这条线的性能特点，把它写美，所以在介绍点画写法前，有必要对这条线的特征，进行一下剖析。

线，在几何意义上说，有二个基本特性，一是长度，一是位置。

从基本形式上看，线可以分为两大类，即直线和曲线。直线中又可分为垂直线、水平线和斜线；曲线则可分为有规则的几何曲线和无规则的自由曲线。



由于大自然万事万物不同形象、不同姿态的存在，和人们凭借生活经验的丰富联想，一些最简单的抽象线条，往往会给人们带来一些具象的感受。如建筑、悬崖、机器，基本上由直线构成，直线就有了稳重、挺拔、坚硬的性格；而流水波动、烟岚飘浮，绸带飞舞，又使人感到曲线有柔软、温和及变化的感情色彩。

我们平时有这样的感觉，有的字很硬，有的字很软。这种所谓“硬”、“软”，就是线条的性格在起作用。汉字的线条本来是曲直结合，刚柔相济的，如果把曲线都写成直线，自然字就“硬”，反之，字就“软”；应“折转”的写成“曲转”，字自然就变“软”了。

线条不仅有性格，而且还有各种表现功能。如垂直线端正，严肃向上；水平线稳定，平衡；斜线则倾

倒、不安定；曲线流动，奔放；折线虽屈不挠等等。汉字就是由各种长短不一、形态各异的线条，组成点画。通过这些点画平行、放射、聚散、交叉等变化，产生了一种超乎文字本身含义的形式美感，这就是我们要讨论的钢笔字为什么会写得好看，怎样才能写得好看的基础。我们对汉字线条（即点画）的构成认识，可以帮助我们自觉地克服书写中的各种毛病。譬如，直线应该写得挺，不要任意弯曲；垂直线可端正字形，写歪了，字就倒了；有斜线就有不安定因素，应通过其它点画加以调正，使之平衡。直线多的字，适当以曲线变化之；曲线多的字，则需用直线加以扶持。如果我们明白了这些道理，就可以透过表象，加深对汉字形式美的理解，指导我们把字写好。

曲直得宜

来 昌 武 常

直线多显得硬

来 昌 武 常

曲线多显得软

来 昌 武 常

当然，作为书写体的钢笔字，它的线条不是用直尺或圆规画出来的，在实际书写中，一划往往是直中有曲，曲中有直，相辅相成，变化无穷的。这些变化特征，我们将在以后的章节中加以介绍。

怎样才能充分表达线条的感情色彩呢？怎样使每个字都达到“健和美”呢？首先，我们在写法上（毛笔字称作“用笔”）要掌握好以下三点。

1. 轻重感

点画的写成，有落笔、运笔和收笔三个基本动作，而这三个动作所施加力的轻重是不一样的。按得轻，写出来的笔画纤细，使人感到飘逸秀发；按得重，笔道粗，又使人觉得雄健沉著。二者结合得好，笔画就有起有伏，有头有尾，富有弹性。写字最忌平拖直过，轻重如一，就象一根铁丝弯来折去，无头无尾，既呆板又失神。

那么，在书写中什么时候应该轻？什么时候应该重呢？一般来说，落笔收笔应稍重，运笔过程应稍轻；有转折、停顿处稍重，过渡与牵丝（牵丝不是点画，而是两个独立点画承接过程中，形成的细小笔道）则稍轻；“点”稍重，“画”稍轻。

2. 快慢感

点画的起、行、收中，由于轻重不一，长短各异，