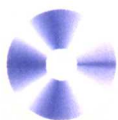


90天钢笔强化训练

TIANGANGBIXINGKAI

90天钢笔行楷速成教材



随书赠送1VCD

李放鸣 



黑龙江美术出版社

90天钢笔行楷速成教材

李放鸣 书

黑龙江美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

90 天钢笔行楷速成教材/李放鸣书. —哈尔滨: 黑龙江美术出版社, 2005. 11

(90 天钢笔强化训练: 1)

ISBN 7 - 5318 - 1480 - 3

I. 9... II. 李... III. ①钢笔字—楷书—书法—教材②钢笔字—行书—书法—教材 IV. J292. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 126899 号

策 划: 秦 川

责任编辑: 黄国楹

封面设计: 钟 波

90 天钢笔强化训练 钢笔行楷速成教材

作 者 李放鸣

出版发行 黑龙江美术出版社

社 址 哈尔滨市道里区安定街 225 号

邮 编 150016

网 址 [www. hljms. com](http://www.hljms.com)

经 销 全国新华书店

印 刷 四川省南方印务有限公司

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 18

版 次 2006 年 1 月第 1 版

印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷

印 数 1 - 5000 册

书 号 ISBN 7 - 5318 - 1480 - 3/J · 1481

定 价 45.00 元(全三册)

本书如出现印装质量问题,请与印刷厂联系调换。

厂址: 四川省彭山县彭祖大道南段开发区

电话: (0833) 7640793

右点 		、	、	、	、			
书写指导：凌空取势，入笔迅速，由轻至重，顿笔即收，收笔时向左下方出钩启带下笔，呈下俯之势。		产	产	产	产			
左点 		、	、	、	、			
书写指导：凌空取势，入笔轻，向左下落笔即顿，回锋向右上带出钩，呈启右之势。		完	完	完	完			
仰点 		✓	✓	✓	✓			
书写指导：凌空取势，落笔向右下顿笔后再向右上挑出，呈上仰之势，形状较短，有力。挑点一般与右点组合。		状	状	状	状			
名人名言	人	生	的	伟	大	目	标	不
	于	知	而	在	于	行。		——赫胥黎



撇点		、	、	、	、					
、		兑	兑	兑	兑					
书写指导：落笔重顿，随后向左下急速撇出，力达笔尖，长短适度。一般侧点在右，撇点在左。		烂	烂	烂	烂					
		常	常	常	常					
长点		、	、	、	、					
、		补	补	补	补					
书写指导：落笔取斜势，由左向右下，笔力由轻到重，顿笔即收。通常用作反捺。		炎	炎	炎	炎					
		餐	餐	餐	餐					
上下点		、	、	、	、					
、		冬	冬	冬	冬					
书写指导：由两个右点组成，一上一下，笔势相连，居于同一垂线上，一般居字的左上部或下部。		尽	尽	尽	尽					
		寒	寒	寒	寒					
名人 名言		读	书	对	于	思	想	好	比	送
		劲	对	于	身	体	一	样。	——约瑟夫·阿迪生	

相向点		丶	丶	丶	丶				
丶		羊	羊	羊	羊				
书写指导：由右点和撇点组成，呈上开下合之势，多用于字的顶部或中部，两点相互照应。有时右点也可写为仰点。		并	并	并	并				
		饼	饼	饼	饼				
相背点		八	八	八	八				
八		其	其	其	其				
书写指导：由撇点和右点组成，呈上合下开之势，左低右高、左右对称，居字的顶部或底部，书写时注意两点的角度。		真	真	真	真				
		翼	翼	翼	翼				
两点水		冫	冫	冫	冫				
冫		冷	冷	冷	冷				
书写指导：先写右点，接笔写仰点（挑点），两点承上启下，形断意连，仰点出锋启右。注意两点间距。		冰	冰	冰	冰				
		凝	凝	凝	凝				
	愈	困	难	则	愈	应	奋	发	愈
	危	险	则	愈	应	勇	敢		
——P·享利									

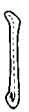


横三点		丶	丶	丶	丶					
觉		觉	觉	觉						
举		举	举	举						
彩	彩	彩	彩	彩						
书写指导：由两个右点和一个撇点组成，呈上开下合之势，三点方向不一，形态各异，一般多用于字的顶部。										
竖三点		丶	丶	丶	丶					
河		河	河	河						
法		法	法	法						
涛	涛	涛	涛	涛						
书写指导：三点成弧形排列，上为两右点，末为挑点，三点形断意连。										
四点底		灠	灠	灠	灠					
点		点	点	点						
热		热	热	热						
煮	煮	煮	煮	煮						
书写指导：首点肩带三点，首点向左，其余三点向右。四点似连非连，相互呼应。忌形散笔散。										
名人 名言		我	们	的	力	量	就	在	于	我
		们	的	目	标	一	致。			

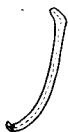
罗斯福

——罗斯福

聚四点		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		桃	桃	桃	桃				
书写指导：由右点、仰点、撇点、右点组成，呈辐射状聚向中心，一般左两点和右两点可连笔写。		桃	桃	桃	桃				
		泰	泰	泰	泰				
长横		一	一	一	一				
一		上	上	上	上				
书写指导：起笔稍顿，运笔略向右上方至适当位置时，稍顿笔即回锋收笔，笔锋启左，使之舒展，很有气势，一般居字的顶部或底部。		土	土	土	土				
		王	王	王	王				
短横		一	一	一	一				
一		天	天	天	天				
书写指导：写法同长横，但其形比长横短，上倾角度比长横大，一般居字的顶部，若多个短横在一起时，要注意短横之间的变化。		左	左	左	左				
		武	武	武	武				
 名人 名言	最	高	尚	的	行	为	是	总	把
	别	人	放	在	第	一	位。	——威廉·布莱克	

悬针竖								
书写指导：起笔轻按，匀速用力，向下运笔至下端提笔出锋，呈悬针状。切忌弯曲，飘浮，不端正。								
垂露竖：								
书写指导：起笔行笔与悬针竖相同，收笔时注意顿笔回锋，使笔端呈露珠状。								
短竖								
书写指导：起笔略轻，稳稳下行，收笔不作悬针或垂露处理。								
名人名言	不	问	一	个	为	什	么	什
	东	西	也	学	不	到。		——富勒



短撇 		ノ	ノ	ノ	ノ			
书写指导：起笔重顿，转笔向左下快速撇出，撇的角度要因字取势。短勿长，如“鸟啄食”。		乔	乔	乔	乔			
直撇 		ノ	ノ	ノ	ノ			
书写指导：起笔重顿，由重渐轻向左下弯曲，运笔至末端再向上回锋带钩，运笔斜度和弯曲度要因字取势。		余	余	余	余			
竖撇 		ノ	ノ	ノ	ノ			
书写指导：起笔略顿，由重渐轻向左下运笔至末端回锋启上，力达笔端，运笔自然、不生硬。		夫	夫	夫	夫			
名人名言	身体	健康	常	年	轻	不	欠	——马波利劳夫特
名人名言	人	债	常	富	裕			



斜捺		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		文	文	文	文				
书写指导：由左上方轻落笔后向右下行笔，逐渐用力至捺脚处向右平行出锋，有起伏，有粗细变化。		反	反	反	反				
		浪	浪	浪	浪				

平捺		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		之	之	之	之				
书写指导：起笔轻落，平行写出一小颈，再向右靠下行笔，边行边按、至捺脚处按笔后向右平出，笔势稍平，笔画一波三折，变化有致。		违	违	违	违				
		建	建	建	建				

横钩		乛	乛	乛	乛				
乛		买	买	买	买				
书写指导：落笔先写横至右端，稍顿后向左下出短钩，出钩迅速，干脆有力，锋指下笔起笔处。		军	军	军	军				
		霞	霞	霞	霞				

名人名言	开	启	学	问	金	库	的	钥	匙
	在	各	自	手	中。				
								——斯宾诺莎	

竖钩		丨	丨	丨	丨				
丨		求	求	求	求				
书写指导：落笔轻顿，向下直行写竖，使竖画挺拔有力，竖末略顿后左上出钩，注意重心。		付	付	付	付				
		钉	钉	钉	钉				

弯钩		㇏	㇏	㇏	㇏				
㇏		狗	狗	狗	狗				
书写指导：起笔轻落，向下弓背弧行笔，力渐重，至下端顿笔后向左上出钩，锋势与下笔相呼应，重心安稳。		象	象	象	象				
		貌	貌	貌	貌				

竖弯钩		乚	乚	乚	乚				
乚		尤	尤	尤	尤				
书写指导：落笔下行，圆转到钩处，稍顿向上出钩。形体舒展。		笔	笔	笔	笔				
		烧	烧	烧	烧				

	不	是	不	能	见	义	怕	的	是
	见	义	不	能	勇	为。			
							——谢觉哉		

卧钩		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		心	心	心	心				
书写指导：轻入笔后向右弧形行笔，力量由轻渐重，至右端驻笔积力向左上钩出，出钩与下笔呼应或连带。		想	想	想	想				
		慰	慰	慰	慰				

戈钩		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		戈	戈	戈	戈				
书写指导：起笔稍顿后向右下呈弧形运笔，笔末折笔向上出钩，使出钩伸展。		武	武	武	武				
		裁	裁	裁	裁				

横折钩		丁	丁	丁	丁				
丁		为	为	为	为				
书写指导：先落笔写横，至右端稍顿后转笔向下写竖，竖末用力左上出钩，一般竖画稍内斜。		肉	肉	肉	肉				
		淘	淘	淘	淘				

 名人名言 	自	己	活	着	就	是	为	了	使
	别	人	过	得	更	美	好		
									——雷锋



横折 弯钩	乙	乙	乙	乙	乙				
乙		亿	亿	亿	亿				
书写指导：落笔取斜势，先写短横，末端折笔下弧行运笔至右端后出钩，使弧笔弯曲自然，出钩有力，整笔形体开阔。		仇	仇	仇	仇				
		虎	虎	虎	虎				
竖横 折钩	乚	乚	乚	乚	乚				
乚		与	与	与	与				
书写指导：先略向左斜写短竖，竖末折向右行笔写横，再转笔向下斜行，最后向左上出钩。		鸟	鸟	鸟	鸟				
		佛	佛	佛	佛				
横撇 弯钩	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		邓	邓	邓	邓				
书写指导：横略上行，折笔写短撇，撇端再折笔向右下写弧，弧末用力向左或左下出钩，整笔画须一气呵成。		阿	阿	阿	阿				
		郑	郑	郑	郑				
名人 名言	读	书	可	以	怡	情	养	性	使
	人	渊	博	增	长	才	干	——培根	



横折		フ	フ	フ	フ				
フ		马	马	马	马				
书写指导：起笔略向右上倾斜写横画，稍顿即轻笔向左下运笔与斜竖，使折角圆润自然。		唱	唱	唱	唱				
		肥	肥	肥	肥				
竖折		一	一	一	一				
一		击	击	击	击				
书写指导：起笔写短竖，转折处略顿后向右上写横，行至末端收笔，转折处劲健挺拔。		汹	汹	汹	汹				
		荒	荒	荒	荒				
撇折		ㄥ	ㄥ	ㄥ	ㄥ				
ㄥ		会	会	会	会				
书写指导：先落笔写短撇，后折笔向右上斜行，注意两笔画间的夹角。夹角过小，显得紧张，夹角过大，显得懒散，要适度。		私	私	私	私				
		织	织	织	织				
	劳	动	教	养	了	身	体	学	习
	教	养	了	心	灵				
								——史密斯	



提 ✓		✓	✓	✓	✓				
书写指导：起笔稍顿，迅速向右上出锋并与下笔相呼应，力量由重渐轻，提的长短因字而异。		地	地	地	地				
竖提 ⌋		⌋	⌋	⌋	⌋				
书写指导：先落笔写竖，至末端略顿笔向右上提出，干脆有力，提锋启带下笔。		民	民	民	民				
横折提 ㄣ		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
书写指导：短横略上斜，自然顿笔向下运笔写竖，至底端后向右上提，快速出锋。注意提锋启右，夹角要紧。		纸	纸	纸	纸				
书写指导：短横略上斜，自然顿笔向下运笔写竖，至底端后向右上提，快速出锋。注意提锋启右，夹角要紧。		袋	袋	袋	袋				
名人名言	无	德	不	一	定	缺	德	不	缺
	德	不	一	定	有	德。			

——王润生



竖弯		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		西	西	西	西				
书写指导：起笔写竖，下端自然向右圆转，略呈弧形，收笔时回锋或提笔启下。注意行楷和行书中，竖弯常以短竖替代。如西、酿		酒	酒	酒	酒				
		酿	酿	酿	酿				

横折弯		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		朵	朵	朵	朵				
书写指导：先写短横，末端折角向下写竖，竖末端圆转向右写短横稍带向下凹的弧形，最后提笔启下。		没	没	没	没				
		般	般	般	般				

撇折点		女	女	女	女				
女		妈	妈	妈	妈				
书写指导：由撇和长点组成，撇宜直，撇末向右下折笔写长点，撇与点的夹角要因字而异。		宴	宴	宴	宴				
		媛	媛	媛	媛				

	要	选	择	行	动	的	一	生	而
	不	是	炫	耀	的	一	生		
									——尼波斯