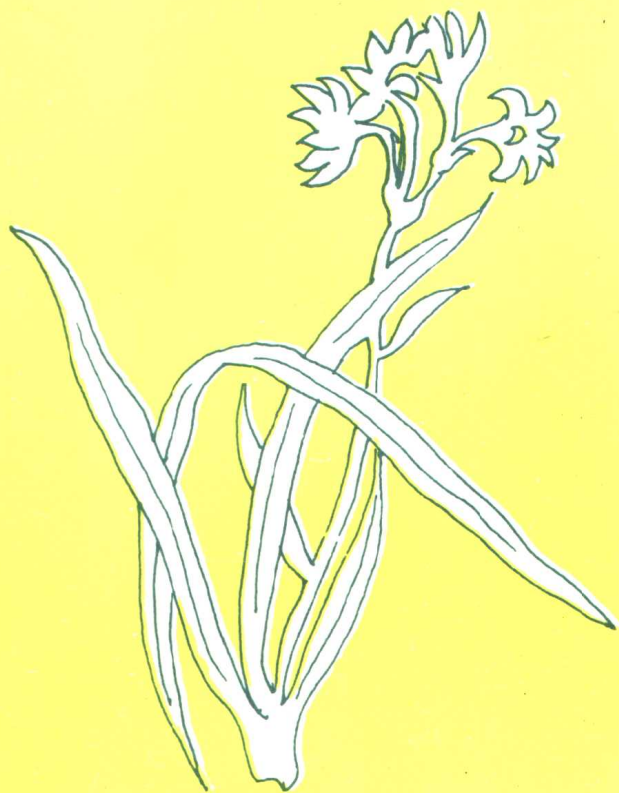


初中生 硬笔书法练习 成语

● 阎锐敏 书

● 杨永德 编



气
象
出
版
社

初中生成语硬笔书法练习

阎锐敏 书 杨永德 编

艺家出版社

(京)新登字 046 号

图书在版编目(CIP)数据

中生成语硬笔书法练习/阎锐敏书;杨永德编。—北京:气象出版社,1996.6
ISBN7-5029-2138-0

- I. 中… I. ①阎…②杨… II. 汉字;硬笔字—书法—中学—教学参考资料 N. G634.955

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 10783 号

初中生成语硬笔书法练习

阎锐敏书 杨永德编

责任编辑:苏振生 终审:周诗健

封面设计:杨永德 责任技编:张三杰

气象出版社出版

(北京西郊白石桥路 46 号 邮编 100081)

北京房山先锋印刷厂印刷

新华书店总店科技发行所发行 全国各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:4.75

1996 年 6 月第一版 1996 年 6 月第一次印刷

印数:1—8000

ISBN 7-5029-2137-0/G·0647

定价:6.00 元

出版说明

写字是中小学生学习的基本功,练好写字的基本功,于学习、交往都是甚为有利的一件事。因此,我们提倡学好书法,继承祖国传统文化。现代书写工具以硬笔为主,而用硬笔书写文字,写好也绝非一件易事,但只要从小学生练起,持之以恒,就可写得一手好字。即使到了中学字未练好,只要注意习惯的更换,下功夫也可弥补,坚持训练与应用相结合,就会产生结构、行体和通篇效果的改观,这就是功到自然成。

为了解决如何下手学习书法之问题,本书附有硬笔书法练习要点,就书写工具、墨水、纸张等提出了具体的要求,并就字的结构规律以及微观上的结字规律进行了讲解。并有实例和画龙点睛之说明,供习字者参考借鉴。

根据中小学生练好钢笔字的迫切愿望与要求,我们依据初中学生现行教材中的成语(及部分俗语),经筛选汇编,请阎锐敏先生书写而成。这本练习册不但可以习字,又可学习巩固所学的成语,学以致用,一举两得。

阎锐敏先生是中国现代硬笔书法协会副秘书长兼教学部主任。被多所小学聘为书法教师,被中国人民大学聘为书法课程副教授。多次在全国及各种硬笔书法比赛中获奖,阎先生字帖已出版 20 余本,受到广大读者,尤其是青少年学生的欢迎。现将此练习册奉献给青少年朋友。

硬笔书法练习要点

学习写一手秀美而漂亮的钢笔字,应该从楷书入手。大家都盼望能有一手漂亮的行书,又快又好,然而必须以楷书做基础。如果没有楷书做基础,即便能将结构写好,其笔道也是枯燥无味的。

书写工具——钢笔的好坏,决定并影响字的好坏。钢笔下水流畅而不猛,笔道粗细适中,笔好不一定价格很贵,用起来得心应手就是好笔。

墨水——建议使用黑色墨水,白纸黑字,对比强烈,容易使病笔、败笔暴露出来,便于及时改正。墨水还要浓淡适宜,稠稀适中最好。墨水太稀,写字速度快则容易使笔道安排不到位,下水太冲,笔道就会缺少力度,太干则糊笔,笔道出现断续,也不会有力度。

纸——一般用不化水的纸均可。70克书写纸较为理想。只要不化水不打滑的纸均可使用。

书写时下面垫上纸垫效果好。纸垫可以自己动手做。用打字蜡纸中间的软纸15张钉起来即可使用。这种纸质细而不打滑,可使笔道产生粗细的变化,达到与本帖相似的效果。如果找不到这种纸,用一块胶皮代替也可以。

下面谈谈结构规律

一是统一。笔与笔、字与字、行与行之间无论如何要笔法统一,笔道统一。使它们成为一个有机的整体。

二是变化。行有疏密,字有大小,笔有长短粗细,写时有提按,这即是变化。

三是调和。主要是做到取长补短,穿插迎让,达到和谐一致。

四是平衡。左右形态不同,但是份量应相等。

五是平行等距,上紧下松。这里的平行等距指的是行与行、笔与笔、字与字之间的平行等距。如果笔道多的话,还应注意上紧下松。

微观上结字规律

申	束	半	年	来	1. 中竖字须居中且中竖要直,方可使字形平正稳妥。
大	人	夫	太	未	2. 支架字撇捺上部交接点须在中心线上且下部形成视觉上的平齐,方能平衡对称。
王	亚	玉	五	立	3. 横画要平而略带斜势、不可写成水平。
良	耳	贝	牙	斤	4. 字形本长,不可写成宽短。
七	也	工	心	之	5. 字形原扁,不宜窄长,且笔画应疏密均匀。
母	戈	毋	曳	力	6. 斜形字,斜中求正,长短适度,方可重心稳定。
水	小	必	以	求	7. 意连之字要气势贯通,形断意连。
甲	不	革	下	单	8. 封头之竖、宜用垂露,最忌用悬针。
中	牛	巾	丰	串	9. 贯通之竖、常写悬针。
元	光	无	龙	兔	10. 仰钩如新笋出土,不可写得过长。
文	父	支	交	叉	11. 承上交叉,宜对正中。

成	我	戏	咸	戍	12. 纵戈之字,最忌力弱身弯。
遂	连	进	道	逐	13. 平捺,捺势要平稳起伏。
施	饭	煖	腾	绣	14. 右占、右宜舒朗。
理	既	明	野	玫	15. 上平、左右宜齐上。
敬	到	敏	配	毓	16. 左占、左应偏大。
朝	放	舩	般	酸	17. 下平、左右宜齐下。
劝	功	劫	劲	动	18. 力在右宜狭长。
舒	妙	好	初	纺	19. 相向要左顾右盼。
乳	兆	肥	攷	孰	20. 相背要脉络贯通。
馗	旭	勉	秋	翹	21. 伸钩贵能抱托上部。
渗	浸	波	沟	淀	22. 三点水应上呼下应势如流水。

汉	汶	汪	江	汰	23. 右少者, 三点宜放长。
漂	漫	澄	派	济	24. 右多者, 三点应缩短。
税	移	稚	科	稷	25. 禾在左, 上撇微平, 横应左长。
魂	魄	魏	魅	魑	26. 鬼之下钩对中直起, 以求藏住“么”字。
祝	祇	禄	祀	禪	27. 示下点, 藏在接缝之中。
帆	幌	帖	幔	帙	28. 巾在旁, 左竖应长, 右竖微短。
烱	炊	炕	炆	灯	29. 火字中撇微直, 三点攒一处。
贱	贬	贩	账	败	30. 贝在左, 撇宜长, 点微短。
敢	疑	鼓	粮	致	31. 左右各半, 如二人对立。
院	陡	险	隗	陂	32. 阳在左, 竖用垂露。“阳”上大下小。
郑	郎	耶	郇	邪	33. 阳在右, 竖宜悬针, “阳”上小下大。

提	接	捉	披	择	34. “打”中间微细，横左长以盖下。
娘	嫁	姚	媛	娇	35. “女”挑宜左长以盖下。
彼	很	徒	德	循	36. “行”首撇短小次撇曲长。
刻	剑	剜	刷	到	37. “刊”小竖要接左启右。
便	低	侵	像	依	38. “仁”右多者撇尾忌长。
恨	怜	慢	憬	忱	39. “忆”右点变一小横方与右边相配。
根	杈	槐	杖	椎	40. “木”横宜左长以让右。
胶	腋	肥	脉	服	41. “月”中二横化作点挑方好向右。
旅	旋	族	旗	旌	42. “方”点向左，横宜左长。
斩	断	所	斯	新	43. “斤”两撇最好尖锋相接。
教	故	致	散	敢	44. “放”四尖相接，撇宜上直下弯。

骹	髓	骺	骰	骹	45. “骨”右钩须缩而藏以让右。
取	聪	聆	联	聘	46. “耳”横左边宜长，竖用垂露。
硬	破	砥	砍	砭	47. “石”横须左长。
暖	时	晚	昧	晾	48. “日”左竖微短，中横变点，忌板。
炊	次	吹	软	欢	49. “欠”撇宜缩，捺宜伸。
觐	视	规	观	现	50. “见”在右，撇偏左，下钩要平。
冷	次	减	冰	净	51. “冰”必须挑与点相应则神气一贯。
激	徽	衡	郢	街	52. 中占中宜偏大。
弼	粥	班	辨	衍	53. 左右占，中宜谦让。
翅	翎	翔	翰	翩	54. “羽”在右，左习下边宜用直挑。
忘	思	恶	忌	志	55. 横戈要弯如新月，忌挺直钩平。

染	亲	架	朵	梁	56. 横长竖短,撇捺变点。
宗	宾	宣	定	害	57. 俯钩似鸟视胸。
完	宅	宪	宛	冠	58. 俯仰钩,俯钩宜短,仰钩宜长。
吾	普	安	告	美	59. 让横,中横要长。
雪	皆	雷	督	壁	60. 上占,上部要宽。
黍	茶	癸	荼	余	61. 重捺须有缩有伸。
香	秀	委	季	秃	62. 禾在上左撇右点宜微离,方宜清畅。
贫	贾	贫	赏	资	64. 贝在下,点撇宜微齐。
零	雪	雯	雷	雱	65. 雨下画少之字,四点应排匀。
霰	震	霆	霞	露	66. 雨下画多之字,点应藏在雨头之中。
企	金	会	全	含	67. 撇捺要盖尽下部。

百	感	交	集	日	理	万	机	微	乎	其	微
津	津	有	味	平	易	近	人	说	一	不	二
人	声	鼎	沸	一	坐	皆	惊	千	真	万	确
望	风	而	逃	玉	洁	冰	清	含	苞	欲	放

小	巧	玲	珑	卧	薪	尝	胆	熙	熙	攘	攘
扶	老	携	幼	大	公	无	私	一	帆	风	顺
置	之	度	外	故	弄	玄	虚	丰	功	伟	绩
慷	慨	激	昂	勇	往	直	前	五	彩	缤	纷

抖	擞	精	神	花	枝	招	展	风	吹	雨	打
骇	人	听	闻	久	经	风	霜	无	精	打	采
诚	心	诚	意	出	乎	意	料	笑	逐	颜	开
无	恶	不	作	荣	华	富	贵	恩	将	仇	报

翻	来	覆	去	以	身	殉	职	麻	木	不	仁
精	益	求	精	见	异	思	迁	神	乎	其	神
微	不	足	道	高	官	厚	禄	班	门	弄	斧
忧	心	忡	忡	马	不	停	蹄	举	世	闻	名

锲	而	不	舍	千	姿	百	态	万	里	长	征
渺	无	人	烟	千	辛	万	苦	同	心	同	德
无	影	无	踪	异	口	同	声	千	方	百	计
三	言	五	语	萍	水	相	逢	心	照	不	宣

素	昧	平	生	坚	贞	不	屈	盛	极	一	时
一	丝	一	毫	凶	相	毕	露	反	复	无	常
笑	逐	颜	开	自	言	自	语	感	恩	图	报
饥	寒	交	迫	完	璧	归	赵	有	条	有	理