

范本要求 精益求精

技法要领

融汇其中

天高云淡，望断南飞雁。不到长城非好汉，屈指行程二万。六盘山上高峰，红旗漫卷西风。今日长缨在手，何时缚住苍龙？

毛泽东诗词精华

硬笔书法步步高

李放鸣 書

楷 书 行 书 导 读

暮色苍茫看劲松，乱云飞渡仍从容。天生一个仙人洞，无限风光在险峰。



远方出版社



毛泽东诗词精华

◎ 楷书 ◎ 行书 ◎ 导读 ◎

李鹏 书

硬
笔
书
法
步
步
高

远方出版社

编 * 者 * 的 * 话

二十一世纪是一个充满挑战的世纪。写得一手好字,中高考可获加分;求职就业可获青睐;工作、生活、学习如虎添翼……怎样才能又快又好地写好字呢?历代书法家根据实践经验,总结出三种科学习字方法:一是摹帖,二是临帖,三是描红。三者相辅相成,各有所长。这三种习字方法是初学者打开书法之门的钥匙。

本字帖将摹、临、描这三种习字方法巧妙地结合为一体。习字时,首先在书中备好的薄纸上摹写;然后用自备的纸照帖临写数遍;最后在书中的范字上描写。这样就可以在摹、临、描的反复书写中得到强化训练,收到事半功倍的效果。

毛泽东的诗词博大精深。著名硬笔书法家李放鸣怀着崇敬的心情,用楷书和行书选写了毛泽东一些著名的诗词,供广大硬笔书法爱好者学习和欣赏。为了使大家在学习硬笔书法的同时,能更好地从毛泽东诗词中体味中国当代革命历史雄奇壮美的史诗,感悟毛泽东的伟大人格和崇高的精神世界,了解毛泽东诗词写作的时代背景和深邃的思想内涵。编者尽力搜集有关资料,对诗词写作时的一些情况作了简要说明。限于版面和水平,如有不当之处,敬请读者指正和谅解。

同时,本字帖“楷书基本笔画技法要领”和“楷书偏旁部首书写提示与强化训练”的内容,把楷书的一些基本技法要领融汇于字帖中,为广大书法爱好者提供了一条快速入门的捷径。只要大家坚持不懈,反复练习,日积月累,必会得心应手,练就一手人人都称赞的好字。为你事业的腾飞打下坚实的基础。

新世纪硬笔书法名家精品(第二辑)

毛泽东诗词精华
楷书·行书

李放鸣书

责任编辑:苏那嘎

封面设计:彭科星 蒋金辰

出版发行:远方出版社

地址:呼和浩特市乌兰察布东路666号

邮编:010010

经销:新华书店

印刷:重庆升光电力印务有限公司

版次:2002年1月第1版

印次:2002年4月第1次印刷

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:90

印数:20000

书号:ISBN7-80595-748-7/G·196

定价(全十册):80.00元

楷书

基本笔画

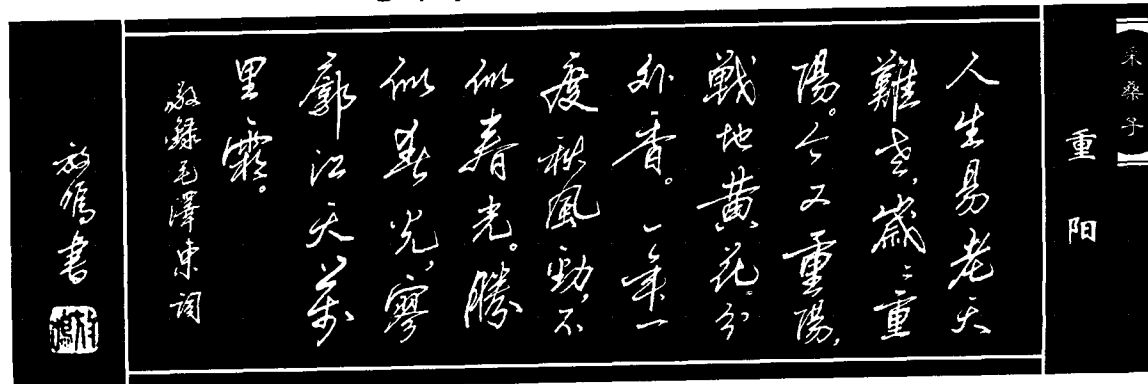
技法

要领

练习好基本笔画是写好字的基本功。我们应先从点画入手练习写字的笔法。写点应小巧玲珑，起到画龙点睛之妙。右点和左点写法一致，方向相反，应轻入、重顿、回收。竖点起笔即顿，向下收笔。挑点和撇点应重顿后出锋启带下笔。长点如写反捺，轻入笔，渐重行笔，重顿回收。

右点				强化训练					
、	、	、	、	文	文	文	六	户	言
左点									
、	、	、	、	农	农	农	忙	冗	寒
竖点									
、	、	、	、	空	空	空	字	安	定
挑点									
、	、	、	、	心	心	心	江	思	必
长点									
、	、	、	、	外	外	外	卧	补	仆
撇点									
、	、	、	、	前	前	前	单	总	兹

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



重阳

毛泽东书



楷 书

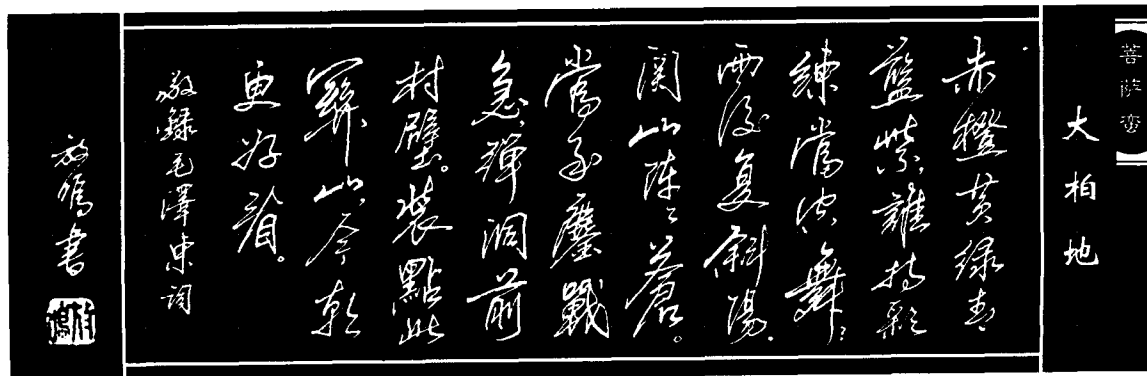
基本笔画

技 法
要 领

点的组合有多种形式。相向点由右点和撇点组成，呈上开下合之势。相背点由撇点和右点组成，呈上合下开之势。上下点由两个右点重叠，下点顶住上点，重心在一条线上。两点水由一个右点和一个挑点组成，呈左开右合之势。横三点由两个右点，一个撇点组成，呈上开下合之势。聚四点由右点、挑点、撇点组成，聚向中心。

相向点							强 化 训 练		
丶	丶	丶	丶	羊	羊	羊	总	弟	兑
相背点									
八	八	八	八	共	共	共	其	典	兵
上下点									
丶	丶	丶	丶	冬	冬	冬	尽	谗	寒
两点水									
冫	冫	冫	冫	冰	冰	冰	冷	凉	凑
横三点									
灬	灬	灬	灬	兴	兴	兴	举	觉	学
聚四点									
灬	灬	灬	灬	眺	眺	眺	佻	率	兆

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷 书

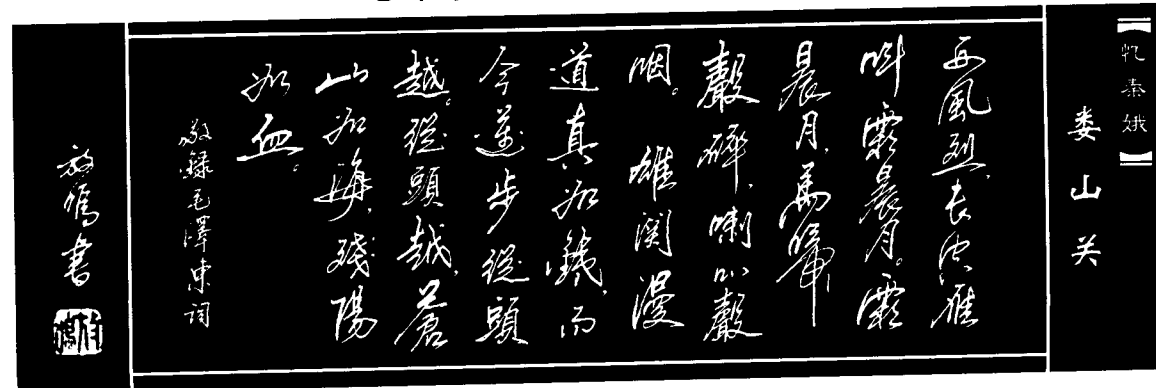
基本笔画

技 法
要 领

横竖笔画如字的骨骼,要写得有起有结。“横平竖直”是写汉字的基本要求,但在实际书写中,由于视觉的关系,长横右上斜约5°。短横右上斜约10°。多横组合时要有变化。两横组合时一般上短下长;三横组合时,一般上两横短,下横略长。竖有垂露竖和悬针竖之分。悬针竖收笔出锋,显得轻灵;垂露竖收笔作顿,显得凝重。

长 横							强 化 训 练		
一	一	一	一	下	下	下	丁	万	上
短 横									
一	一	一	一	互	互	互	五	丕	丐
两 横 的 组 合									
二	二	二	二	亏	亏	亏	元	专	夫
三 横 的 组 合									
三	三	三	三	春	春	春	兰	栏	秦
悬 针 竖									
丨	丨	丨	丨	中	中	中	丰	申	半
垂 露 竖									
丨	丨	丨	丨	旧	旧	旧	怕	木	队

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷 书

基本笔画

技 法

要 领

短竖形短，且多收于其它笔画上，要干脆利落。竖的组合有相向竖与相背竖之分。撇捺笔画如字之手足，要写得手舞足蹈，生动活泼，但不能张牙舞爪。短撇形短，顿笔即出，要干净利落。长撇顿笔左下行，出锋力到锋尖。竖撇先竖后撇，切忌钉头鼠尾。

短 竖				强 化 训 练					
丨	丨	丨	丨	丘	丘	丘	且	由	占
相 向 竖									
				曲	曲	曲	业	甚	其
相 背 竖									
				非	非	非	排	徘	菲
短 撇									
丿	丿	丿	丿	向	向	向	自	斤	后
长 撇									
丿	丿	丿	丿	人	人	人	今	会	令
竖 撇									
丿	丿	丿	丿	月	月	月	原	历	厂

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷书

基本笔画

技 法
要 领

两撇的组合下一撇顶住上一撇；三撇的组合也应该下一撇顶住上一撇的中上部，切忌平行。直捺起笔轻灵，渐重下行，顿笔平出。平捺注意前端写一段“小颈”，再斜下顿笔出锋，要“一波三折”。反捺与长点写法一样，先轻后重顿笔回收。一个字有两个捺画时，要有收有放，一笔为反捺，一笔捺出。

两撇的组合

彳 彳 彳 彳 徊 徊 徊

三撇的组合

彡 彡 彡 彡 彩 彩 彩

直捺

丿 丿 丿 丿 太 太 太

平捺

一 一 一 一 迟 迟 迟

反捺

㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 食 食 食

捺的组合

㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 炎 炎 炎

强化训练

彷徨 役 彻

彭 形 须

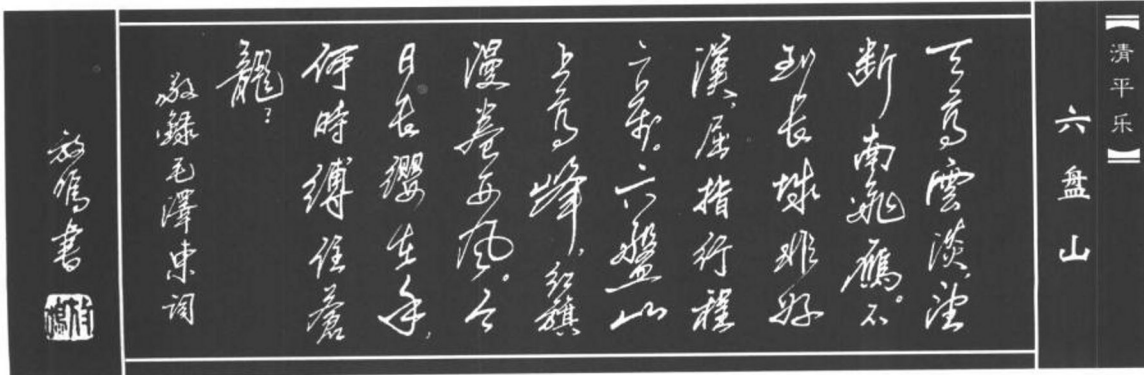
天 大 夫

这 道 还

餐 飧 以

双 欢 艰

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷书

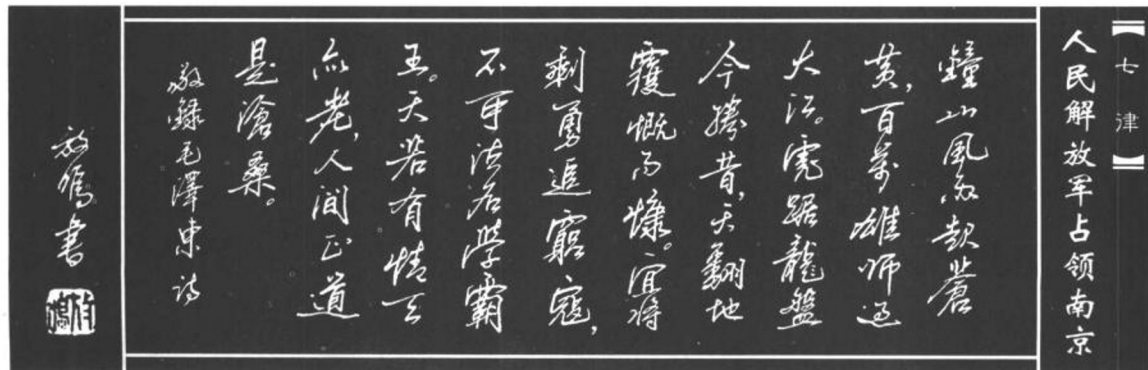
基本笔画

技 法
要 领

钩画要写得弯曲而有弹性。横钩注意出钩时要顿笔出钩,以免转折过尖。竖钩宜直挺,出钩前先顿笔,钩锋宜小不宜大。弯钩不宜过曲,行笔由轻渐重。斜钩起笔重顿,微曲下行出钩,应舒展有力。竖弯钩转弯应圆转,底部宜平。卧钩宜曲,由轻渐重出钩。

横钩							强 化 训 练		
一	一	一	一	买	买	买	卖	军	寒
竖钩									
丨	丨	丨	丨	小	小	小	寸	河	水
弯钩									
丿	丿	丿	丿	了	了	了	家	蒙	承
斜钩									
㇇	㇇	㇇	㇇	戈	戈	戈	戏	成	我
竖弯钩									
乚	乚	乚	乚	也	也	也	毛	她	它
卧钩									
㇇	㇇	㇇	㇇	心	心	心	慈	悉	恙

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷书

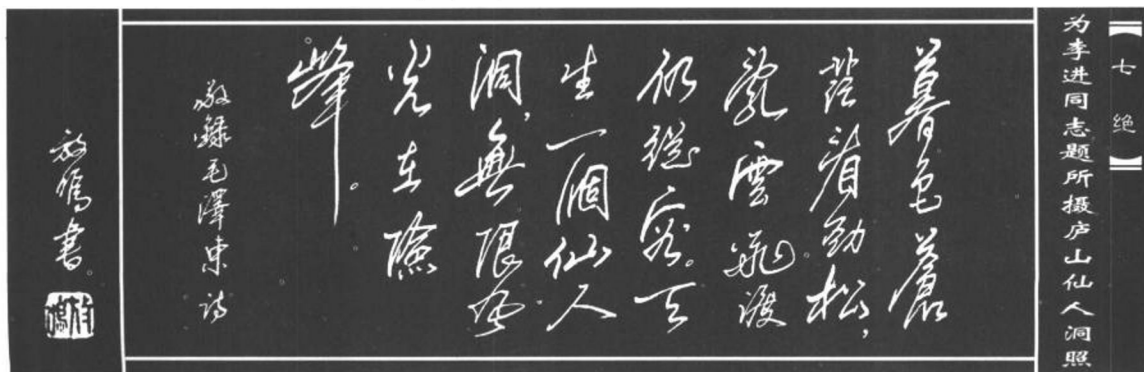
基本笔画

技 法
要 领

横折折角宜方,不能圆滑或耸肩。竖折应直转,不能写成方角,更不能画圆弧。撇折上斜下挑,夹角不宜过小或过大。提要干净利落,重笔一顿,看准方向提出。竖提先竖后提,笔力强健。点提起笔用点法,收笔出提。

横折							强 化 训 练		
フ	フ	フ	フ	口	口	口	马	唱	弓
竖折									
ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	山	山	山	臣	区	匹
撇折									
㇇	㇇	㇇	㇇	么	么	么	去	云	私
提									
一	一	一	一	坑	坑	坑	地	堤	场
竖提									
丨	丨	丨	丨	长	长	长	衣	民	眠
点提									
丶	丶	丶	丶	凉	凉	凉	次	况	冲

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷 书

基本笔画

技 法

要 领

组合笔画由两种以上基本笔画组合而成。横撇先横后撇，注意转折有力，夹角莫大。横折提上为方折，下为锐角，提锋启右。横折钩折角宜方，竖端出钩。横折弯钩折角宜方，以下稍往内收再转弯出钩。竖横折钩第一折角宜直转，第二折角宜方折。横撇弯钩方折、圆转、出钩要一气呵成。

横撇	フ フ フ フ 仅 仅 仅	强 化 训 练	水 冰 汉
横折提	讠 讠 讠 讠 话 话 话		议 说 语
横折钩	丁 丁 丁 丁 刁 刁 刁		勾 句 习
横折弯钩	乚 乚 乚 乚 风 风 风		九 几 凡
竖横折钩	ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ 与 与 与		马 鸟 鸟
横撇弯钩	了 了 了 了 邓 邓 邓		院 都 阳

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷 书

基本笔画

技 法
要 领

撇点在撇端出点,转折处应轻灵。竖弯转折应圆转。横折弯先方折后圆转。竖折撇上折角直转,下折角斜收约40°。横折折撇上收下放,写成斜体。横折折折钩应上紧下松,折角处宜方。

撇点							强 化 训 练		
㇀	㇀	㇀	㇀	女	女	女	巡	要	妥
竖弯									
㇇	㇇	㇇	㇇	西	西	西	四	洒	泗
横折弯									
㇇	㇇	㇇	㇇	沿	沿	沿	船	设	没
竖折撇									
㇇	㇇	㇇	㇇	专	专	专	转	传	啮
横折折撇									
㇇	㇇	㇇	㇇	及	及	及	极	级	廷
横折折折钩									
㇇	㇇	㇇	㇇	仍	仍	仍	奶	乃	秀

毛泽东诗词 钢笔行书欣赏



楷书偏旁部首书写提示与强化训练

十部			书写提示 十部 作字头时竖画居中不宜太长。作左旁时横短竖长，竖为垂露竖。 厂部 右撇伸展。 匚部 折角直转，下横略长。	强化训练
厂部				
匚部				

【沁园春】

长沙

大意简示：长沙是毛泽东求学和早年从事革命活动的地方。1925年8月，毛泽东在长沙重游橘子洲，写下了这首“沁园春”。上片，通过湘江秋景的描写，展现出当时蓬勃发展的革命形势，提出了“谁主沉浮”的问题。下片，通过对往昔斗争生活的回忆，回答了“谁主沉浮”的问题。

		独	立	寒	秋	湘	江	北	去	橘
子	洲	头	看	万	山	红	遍	层	林	尽
染	漫	江	碧	透	百	舸	争	流	鹰	击
长	空	鱼	翔	浅	底	万	类	霜	天	竞
自	由	怅	寥	廓	问	苍	茫	大	地	谁
主	沉	浮	*	携	来	百	侣	曾	游	
忆	往	昔	峥	嵘	岁	月	稠	恰	同	学
少	年	风	华	正	茂	书	生	意	气	挥
斥	方	道	指	点	江	山	激	扬	文	字

楷书偏旁部首书写提示与强化训练

丿部	月	月	书写提示 丿部 竖宜短，竖钩长，且直挺。 卜部 竖直挺，长点靠竖中部。 冂部 为长方形，折角宜方，轮廓要正。	强化训练	刘	刊	刚	划
卜部	卜	卜			外	卦	卧	处
冂部	冂	冂			冈	内	网	同

粪土当年万户侯。曾记否，到

中流击水，浪遏飞舟？

【如梦令】

元旦

大意简示：1930年元旦春节期间，毛泽东率领红四军一部分从古田到江西。进军途中，毛泽东以“元旦”为题写下此词，描述了这次进军的情景。

第1、2句写红军战略转移，艰苦行军的情景。第3、4句写红军战略转移的方向、目标。第5、6句写红军到达目的地，胜利完成战略转移的情景。

宁化、清流、归化，路隘林

深苔滑。今日向何方，直指武

夷山下。山下、山下，风展红旗

如画。

【菩萨蛮】

黄鹤楼

大意简示：1927年春，在中国革命发生重大转折的关头，毛泽东面对复杂的革命形势，以此诗表达他忧国忧民的情思和胸怀。上片，描写在眺望黄鹤楼时呈现在眼前的祖国江山情景。下片，借黄鹤典故评说现实，对中国革命曾掀起的巨大浪潮表示怀念和崇敬，表达了要力挽狂澜的激动心情。

茫茫九派流中国，沉沉

楷书偏旁部首书写提示与强化训练

亻部	亻	亻	书写提示	亻部 先写短撇，在撇中下部起垂露竖。	强化训练	亿	伟	他	仁
八部	八	八		八部 撇短捺长，撇低捺高；丷部 为相向点，上开下合。		兮	分	兑	兰
人部	人	人		人部 撇捺两分，捺起笔应低于撇顶部。		介	个	今	合

一 线 穿 南 北 烟 雨 莽 苍 苍 龟
 蛇 锁 大 江 * 黄 鹤 知 何 去
 剩 有 游 人 处 把 酒 酹 滔 滔 心
 潮 逐 浪 高

【西江月】

井 岗 山

大意简示：1927年8月，红军凭借黄洋界天险奋勇抗敌，以少胜多。此词写于黄洋界保卫战后，描写了红军保卫井冈山根据地的这次惊心动魄的武装斗争。是战场速写，是一首雄壮真实的革命史诗。

上片，写我军严整的部署和昂扬的士气。下片，写军民万众一心，粉碎敌人的围攻，取得战争的胜利。

山 下 旌 旗 在 望， 山 头 鼓
 角 相 闻。 敌 军 围 困 万 千 重， 我
 自 岿 然 不 动 * 早 已 森 严
 壁 垒， 更 加 众 志 成 城。 黄 洋 界
 上 炮 声 隆， 报 道 敌 军 宵 遁。

楷书偏旁部首书写提示与强化训练

勹部	勹	勹	书写提示 勹部 先写短撇，再写横折钩，折角宜方。	强化训练	勹	勹	勹	够	
儿部	儿	儿			儿部 撇为竖撇，竖弯钩要舒展。	允	元	充	兕
几部	几	几			几部与儿部 写法相同，但风字框的横折弯钩应写成“背抛钩”。	咒	凡	风	凤

【清平乐】

蒋桂战争

大意简示：这首词写于1929年5月前后，通过对军阀混战和红军创建革命根据地的描写，歌颂了党领导下的人民群众伟大的革命斗争精神。上片分两层写军阀混战与民不聊生。下片分两层写人民武装力量的发展和胜利，以及推翻军阀的行动。还写出了在土地革命中翻身的农民繁忙欢乐的景象。

风 云 突 变， 军 阀 重 开 战。
洒 向 人 间 都 是 怨， 一 枕 黄 梁
再 现。 * 红 旗 跃 过 汀 江， 直
下 龙 岩 上 杭。 收 拾 金 甌 一 片，
分 田 分 地 真 忙。

【采桑子】

重 阳

大意简示：1929年10月，毛泽东在前往参加红四军党代会的路途中，看见仲秋山景，层林尽染、野菊竞开，令他精神振奋，遂吟成此词。这首词通过对重阳节自然景色的描写，鼓励人们要努力奋斗和创建新生活。上片写重阳菊花。下片写壮美的江天秋景，歌颂了革命根据地的大好形势。

人 生 易 老 天 难 老， 岁 岁
重 阳 今 又 重 阳， 战 地 黄 花 分

楷书偏旁部首书写提示与强化训练

一 部			书写提示 一 部 点画居中，横的长短要视字的结构而定。 二 部 上右点下挑点，左开右合，聚向中心。 一 部 先写左点，横钩略上行后顿笔出钩。	强化训练	交	玄	享	夜
二 部					冲	况	冻	凌
一 部					农	军	冠	写

外	香	*	一	年	一	度	秋	风	劲	
不	似	春	光	胜	似	春	光	寥	廓	江
天	万	里	霜							

【蝶恋花】

从汀州向长沙

大意简示：这首词写于1930年7月红军从汀州向长沙的进军途中。《蝶恋花》历来多用以写别绪离愁，毛泽东在此词中仅用60字，概述了一个多月的征程：发自闽西，跃进汀江，席卷全赣，直捣湘鄂。全词气象宏大，意境雄伟，豪情纵横，真可算是绝无仅有。

		六	月	天	兵	征	腐	恶	万	丈
长	缨	要	把	鲲鹏	缚	赣	水	那	边	
红	一	角	偏	师	借	重	黄	公	略	
	百	万	工	农	齐	踊	跃	席	卷	江
西	直	捣	湘	和	鄂	国	际	悲	歌	歌
一	曲	狂	飙	为	我	从	天	落		