

一笔快

钢笔字帖

气象出版社

石
同
书

“一笔快”简介

青年书法家石同总结自己数年书法的经验，借鉴历代书法名家的成果，独创的“一笔快”字体，解决了青少年朋友写“快字”、“连笔字”自己写只能自己认、别人难辨认的问题。书写速度提高数倍，同时，“一笔快”字还注重了字体的质拙美观，堪称“一笔绝”。

中学生、大学生及刚步入社会工作的青年职员，在作笔记、写信、作文、记录、写总结、打报告、填表格、著书等项事务活动中，都想努力把字写得既漂亮美观、又快又清楚、易认，也许这个“标准”太高了，曾一直困扰着人们。现在不难了，因为有了——一看就懂，一学就会，一用就灵的《一笔快钢笔字帖》。

“一笔快”字不同于通常我们所说的传统草书和行书，它是发明者石同借鉴各种字体（包括外文一些书写技法）的优点，结合现代人书写要求而独创的一种相对独立的字体。具有四个特点：一是快。85%以上的汉字皆能一笔完成，15%以内汉字两笔或三笔。按一般书写汉字速度，每人每分钟可写20~30字左右，再快一点的40~50字，而“一笔快”字更快，速度惊人；二是字体美观大方，具备一般书法审美价值。发明者综合了历代书法名家颜真卿、柳公权、怀素、张旭、何绍基等的书法成果，近在当代名家赖少其、舒同字体的启发下，写出的字体厚重少工、拙简逸澹，刚中有柔，柔中见刚，平观有不假雕琢之工力，细品有真雅韵妙之神形；三是清楚。这是“一笔快”另一大优点。我们常常见到一些青少年朋友写“快字”、“连笔字”，快是快了，但写完以后只能“自己认”，别人很难辨认，似

读“天书”。而学会了“一笔快”，就避免了这个问题。“一笔快”各字虽一笔而就，但字与字之间不连笔，保持每个字的基本原形，字体清楚，易于辨认；四是实用性强。“一笔快”字连笔规范，构想奇特，有利于解决电脑汉字输入用笔手写识别率问题，故有很高的潜在开发、使用价值和可操作性，使习字者达到一学就会、一用就灵且联机手写的目的。

作者石同，是一位很有造诣的青年书法家。自5岁习字，二十余年勤耕不辍，遍览祖国名山大川汲取营养，习字同时，广泛阅读文、史、哲及字画方面书籍数万卷，以丰厚自己，信奉有造诣之人乃是把“复杂”的东西过滤成“简单”，交给读者，使其受益。

《一笔快字帖》共分四部分，每部分开头都有提示性的点拨。第一部分是现代1000常用汉字（计算机在近百万汉字书写资料扫描中找出的利用率最高的字）“一笔快”书写范例，这1000常用汉字范例较集中地体现了“一笔快”快写的风格。第二部分是借“颜体风骨”写成的正楷书法。第三部分是“稍连笔书法”。第四部分是“一笔快”字法。目的是让读者先入为主，然后用循序渐进的“三步练习法”，尽快让读者掌握“一笔快”要诀。每个人只要每天坚持1小时，按字帖上的字序练习，用50个小时就能掌握并应用“一笔快”。

适合于中学生、大学生，以及从事文秘、邮政、商业、新闻记者、财会、医药、手写汉字电脑识别快写等行业和钢笔字爱好者习用。凡对钢笔字和钢笔书法有兴趣者，以及对钢笔体的快写稍入门者，自会从中受益无穷。



作者简介

石同，原名石志河，1963年5月生于山东省淄博市。信奉有造诣之人乃是“复杂”的东西过滤成“简单”，交给世人，使其受益。

石同自幼从颜真卿楷书入手，后临王羲之、柳公权、赵孟頫体，在唐碑中尤以欧阳询父子、褚遂良、李邕、颜真卿最为己心仪。学书见长后，对汉碑、魏碑以及怀素、张旭的狂草和何绍基的书体进行了十余年的临摹和深入研究。多年来，还发表美学及文、史、哲方面论文数十篇。

出版说明

青年书法家石同独创的“一笔快”字体，解决了青少年朋友写“快字”，“连笔字”自己写只能自己认的问题。书写速度提高数倍，同时“一笔快”字还注重了字体的质拙美观，堪称“一笔绝”。

该字帖实用性极强。适合于中学生、大学生，以及从事文秘、邮政、商业、新闻记者、财会、医药、手写汉字电脑识别快写等行业和钢笔字爱好者学习用。

目 录

现代 1000 常用汉字

- “一笔快”书写范例 (3)
- 正楷书法 (12)
- 稍连笔书法 (21)
- “一笔快”书法 (27)

九書者神妙



求我書者白所
我志正我書
志有我師

丁巳同

现代 1000 常用汉字“一笔快”书写范例

点拨：这一部分的现代 1000 常用汉字，是计算机在近百万字的汉字书写资料扫描中找出的利用率最高的字。这 1000 常用汉字快写较集中地体现了“一笔快”快写的风格，对钢笔字书法快写有一定基础的朋友，可直接从此入门，每天坚持利用 1 小时时间，练习 30~40 个字，即能较快掌握“一笔快”书写技巧。若对钢笔字快写无基础或刚入门者，可从“正楷书法”开始，循序渐进掌握。

这	他	的	一	了	是	不	我	在	有	人
说	到	们	来	个	上	地	大	着	就	你
会	主	和	子	要	里	么	得	去	也	那
可	以	时	出	下	国	过	为	好	看	生
天	工	还	学	起	都	年	小	没	能	多
因	民	家	把	劲	用	中	作	自	发	又
产	道	面	想	棒	成	义	后	她	头	经
		十	什	进	心	现	然	只	种	老

身	间	业	反	真	明	听	才	放	革	踏
回	别	做	志	文	已	级	意	最	吧	量
电	车	先	妈	新	口	平	军	制	技	解
话	加	因	体	寸	山	代	五	政	所	光
门	员	位	常	关	各	原	比	月	建	变
次	第	应	条	太	舍	争	吃	利	再	果
表	立	快	题	面	总	思	由	结	白	提
平	百	东	领	性	总	书	队	花	亲	被
决	教	沈	内	跟	鸣	相	笑	完	种	其
啊	展	许	资	者	出	更	带	风	线	九
导	造	呀	系	日	斗	敌	指	农	直	哪
并	万	流	播	通	界	便	共	位	难	数
色	程	沉	世	根	任	区	认	将	处	方
望	女	群	远	竟	石	孩	研	每	半	火
形	师	件	爱	办	赤	波	治	写	修	垫

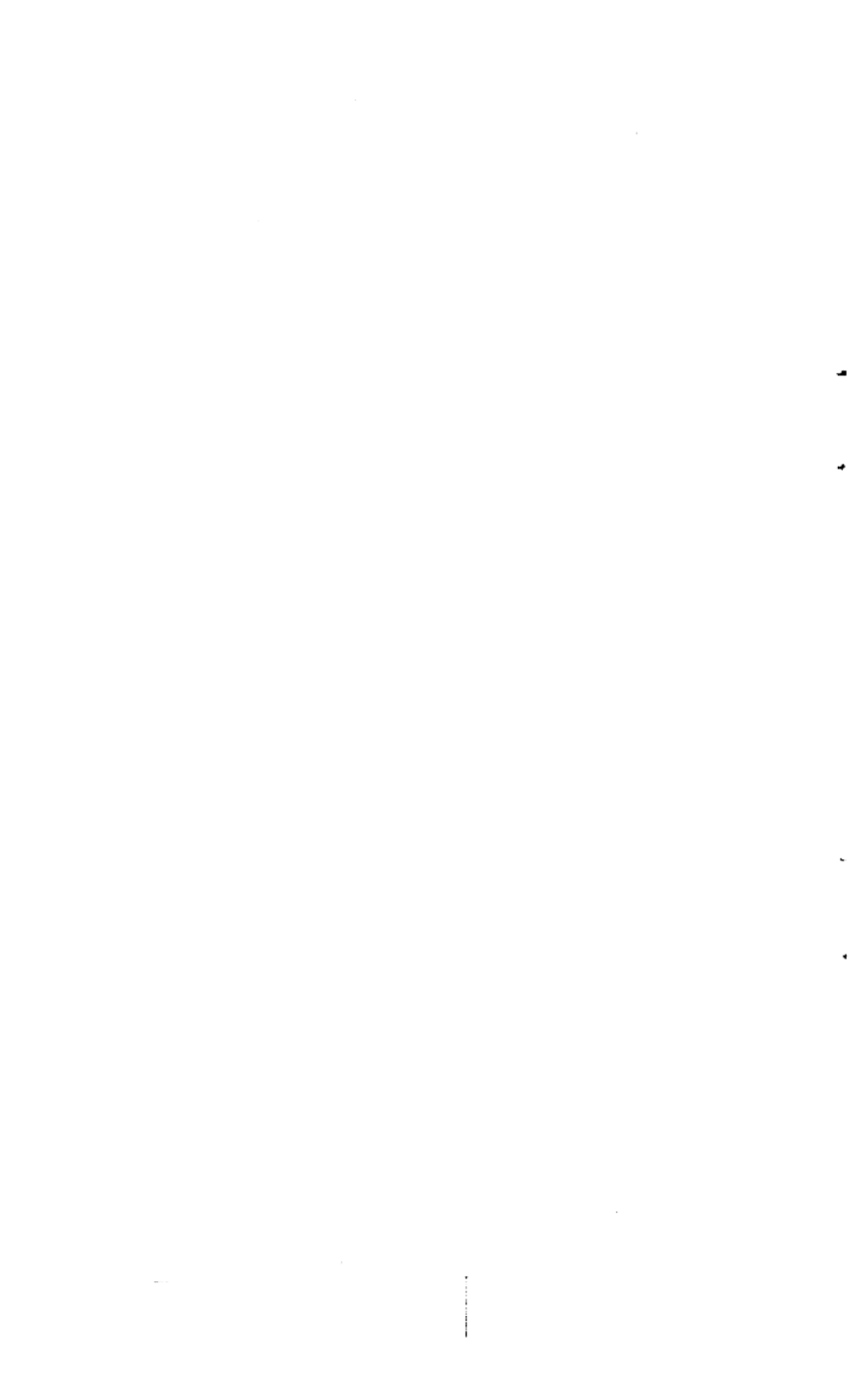
受運紅油質祖倒街帘千斤錯房斷細
改空术讲土基整架店程司收缺具布
連管威找船与品散司夜程底黑支瓦
拿站滿河坐越七未握准刚高包殺播
持必海馬繞濱因投配决近器拂布院
却切料大跑鴉青副迫勞屯漏裝屋苦
强此告下济让色树印善累怕响集南
八算观死取儿极保景味求史至据晚
汁报早且似啦照影忘研名客畜驗胜
究波转读腔秀帝就降嫂字八结村規
么或期准塌服神确劲宝目深米羹萃

佳	北	及	害	厂	清	送	织	淡	母	夜
委	何	须	击	需	涓	除	响	拉	低	脚
友	罕	音	齿	栗	尖	技	落	晴	况	批
刻	非	友	量	急	单	派	速	赶	忙	睡
洗	抗	娘	失	压	围	兵	金	族	答	虫
随	专	嘴	平	破	士	广	复	台	句	城
议	联	毛	客	皮	高	帮	鱼	亮	穿	式
持	两	秋	坏	诉	增	谋	始	食	桥	帝
饭	举	降	节	推	息	画	号	呼	温	降
首	考	达	伟	板	约	肯	育	叮	层	钢
徽	左	密	愿	般	国	示	段	引	剪	迹
夫	靠	冷	易	则	阳	莫	吹	美	局	血
冲	静	停	划	临	叔	修	虽	沉	球	伙
木	喜	忽	即	跳	视	误	文	星	留	岁
古	惊	忘	久	旧	纸	善	护	年	雪	朋

药	存	突	助	与	与	项	投	续	黄	敢
挥	创	右	激	姑	旁	厘	价	纪	沙	南
章	弟	材	泡	言	筒	慢	采	查	另	防
浑	按	略	喊	拖	仿	排	室	浙	故	者
烟	棉	乱	游	怪	存	唱	初	功	席	律
烧	烈	读	洋	尽	封	国	县	源	姐	座
塾	担	痛	弹	钟	朵	试	继	班	搞	翻
澹	等	终	充	因	挂	奶	乐	奇	念	野
责	止	送	喝	林	差	页	例	歌	抓	田
孺	双	竟	伙	待	属	致	吸	音	富	哭
搭	础	夸	央	暗	摸	换	抹	曾	挥	维
攻	组	射	缺	叔	如	费	逼	足	绝	武
盖	课	顾	骨	卫	素	考	控	懂	仍	针
臂	货	官	笔	无	叶	渔	牛	短	依	弄
庄	察	占	灭	型	巨	刀	圆	值	泥	透

余選拾置進控去堂燈燭吟湖迎牽渡
狀伸斤瀟桌輪五車盾柄惡鮮碧蓋屠
爬城既列討拙字鞋妹墻拔煇蓋東臺
危优畜銀冬輒仿粉矛套鬼碎測震炮
富報怀映肉挂露逐閃折吹編舞眩沿
供境鏡端独抱袋因救丝鸡败噉泪挺
环假含江洞户脱预抽超铺圆佛旗灵
峯顺宣腿王闲咬喂楚灰筑股采钻项
侵敷余琛甚案著遍唯隆硬限练零拍
朝拘永盘谢巴策旗丰肯判馆戏真勇
故掌抱蹠洗浪午猛集英遇男彻香玩

临	碰	歪	匆	茶	混	季	喻	挑	镇	堆
寓	劫	偷	耐	碗	壮	祖	厚	狗	事	从
分	前	望	点	开	而	很	方	子	行	长
见	水	两	走	高	三	象	回	突	当	气
向	危	绘	手	全	郭	之	力	正	定	意
命	几	机	党	所	向	战	己	知	钩	理
声	等	打	治	牵	社	边	外	弦	化	之
如	情	候	服	无	但	呢	使	重	叫	



曹操步出夏门行

神龟虽寿犹有竟

时腾蛇乘雾终

为土灰在跨以

朽志在千里者

怡之福子可得乎

少云秋石同曹