

钢 笔 行 书 字 帖

格 言 五 百 句

孙 文 博



字 航 出 版 社

钢笔行书字帖
格言五百句

孙文博

责任编辑：宋兆武

*

宇航出版社出版
新华书店北京发行所发行
各地新华书店经售
外文印刷厂印刷

*

开本：787×1092 1/32	字数：24 千字
1986 年 2 月第 1 版	印张：4 3/16
1986 年 2 月第 1 次印刷	印数：1 620,000 册
统一书号：9244·0069	定价：0.59 元

目 录



写字歌(代序).....	1
一、 立志篇.....	11
二、 惜时篇.....	21
三、 治学篇.....	31
四、 勤奋篇.....	41
五、 谦逊篇.....	51
六、 友谊篇.....	61
七、 爱情篇.....	71
八、 修身篇.....	81
九、 哲理篇.....	91
十、 健康篇.....	101
十一、 教育篇.....	111
十二、 人才篇.....	121

写字歌——代序

写字无诀窍，认真最重要。
方法细领会，决心不动摇。
集中打基础，分散练提高。
运笔须稳健，点画莫潦草。
结构宜匀称，间架安排好。
摹帖要专心，临帖须用脑。
章法善运筹，布白费思考。
功到自然成，苦练熟生巧。
实践出真知，读帖不可少。
不但身心健，亦可治情操。

写字歌 (二)

百艺有书法，相传数千春。
墨色如彩画，悦目又怡神。
古人留遗产，批判加继承。
古为今时用，喜写万象新。

*

*

*

书法分五体，篆隶楷草行。
结构各有异，笔法亦殊甚。
篆体虽古雅，画重而难认；
实用价值少，逐世而隐沉。
隶比篆体简，结构与楷近。

笔画波势大，急学难工稳，
楷体用途广，画简而易认，
结构平而舒，笔画雅而俊，
若论楷行草，有如立走奔，
楷书有功底，行草才有奔。
纵观书五体，应从楷入门，
读书要写字，无字不成文，
行行要写字，缺少不能行，
有关专业者，更要高水平，
毛笔字壮美，世人都公认。

*

*

*

工善必利器，四宝应齐整，
笔墨与纸砚，数笔最要紧，
羊毫嫌锋软，狼毫嫌锋硬，
初学写字者，兼毫易驾驭，
软毫宜避重，硬毫则忌轻，
开笔用温水，只需发三分，
写后要理好，捺成圆锥形，
套上金属帽，勿用墨汁浸，
用墨论浅深，笔下分燥润，
浓淡要适度，流畅易挥运，
纸张要吸水，砚台要洁净，

保护好四宝，有利~~字长进~~

※ ※

写字无奥妙，不~~外要结构~~
 用笔与结构，相辅乃相成，
 结构定形态，用笔生骨筋，
 用笔有规律，学习要遵循，
 先要细读帖，点画认得真，
 全字在胸中，消化而后临，
 驱笔用中锋，万毫齐上阵，
 墨汁沿尖下，有如屋漏痕，
 应忌毫浮掠，浮掠筋必损，

又忌毫平拖，平拖无浅深，
笔到恰好处，毫端生美景，
粗来不觉重，细来不觉轻，
轻重有三法，法异风格新，
笔端下半部，分成三等分，
运用一分笔，笔画纤而劲，
运用二分笔，笔画丰而润，
慎用三分笔，滥用则痴笨，
用笔莫过腰，过腰败笔跟，
学会起行驻，用笔破迷津，
起笔要逆入，厚重而圆浑，

行笔有提按，起伏而严谨，
驻笔藏其锋，饱满而干净。
撇捺与勾挑，纵锋如击刃。
写到转折处，环锋而略顿。
笔法练纯熟，笔势因人定，
法古勿拘泥，变古以适今。
势以别风格，犹如字之魂，
形具而魂安，笔力自千钧。
有法复有势，笔意自然生，
佳作得笔意，庸品仿外形，
法势意相连，三者互包孕，

融在一律中，物象方曲尽，
用笔固重要，也要明笔顺，
掌握好笔顺，间架容易稳，
间架即结构，布局有学问，
落笔要大胆，组字要小心，
写熟诸偏旁，有利字成形，
偏旁先寓意，动笔全局明，
偏旁有迎让，粗细随画定，
画少略粗重，画多应细轻，
字繁摆紧凑，字简手脚伸，
比例要恰当，疏密要布匀，

断连要适当，虚实有意境。
 写法因字异，勿受法则困。

※ ※ ※

习字选好帖，摹临应并进。
 摹帖得位置，临帖得精神。
 临帖分三步，循序而渐进。
 首先要专一，不要兼多本。
 领悟其真谛，掌握其特征。
 其次要博览，去伪存其真。
 增华而添实，一心促艺精。
 第三要融化，推陈又出新。

学书并不难，贵在持以恒，
攻艺若得法，功到自然成，
笔下飞激情，为国攀高峰，
满园桃李艳，后继喜有人。

（节选自《书法常识》彭飞写）

一九八五年四月

一. 立志篇

三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。

孔子

富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，此谓之大丈夫。

孟子

有志者事竟成。

《后汉书》

夫志当存高远。

诸葛亮

先天下之忧而忧，
后天下之乐而乐。

范仲淹

老骥伏枥，志在千里。
烈士暮年，壮心不已。

曹 操

老当益壮，宁移白首之心；
穷且益坚，不坠青云之志。

王 勃

古之成大业者，不惟有超
世之才，亦有坚韧不拔之志。

苏 轼

有志者事竟成，破釜沉舟，
百二秦关终属楚；苦心人天
不负，卧薪尝胆，三千越甲
可吞吴。

蒲松龄

我的人生哲学是工作，我要揭示大自然的奥妙，为人类造福。

爱迪生

壮志与热情是伟大的辅翼。

歌 德

人生最重要的是要有伟大的目标及达到伟大目标的决心。

歌 德

我常常重复这一句话：一个人追求的目标越高，他的才力就发展得越快，对社会就越有益；我确信这也是一个真理。

高尔基

立志、工作、成功是人类活动的三大要素。立志是事业的大门，工作是登堂入室的旅程，这旅程的尽头就有成功在等待着，来庆祝你的努力结果。

巴斯德

我从来不把安逸和快乐看作是生活目的本身——这种伦理基础，我叫他猪栏的理想。

爱因斯坦

做一个杰出的人，光有一个合乎逻辑的头脑是不够的，还要有一种强烈的气质。

斯当达尔