

回宫格
行书钢笔
字帖

杨为国 著



中央电视台《青少年硬笔书法讲座》教材(三)

杨为国 著

回宫格 行书钢笔 字帖

中国美术学院出版社

(浙)新登字第 11 号

责任编辑 宗家顺

装帧设计 石 扉

图书在版编目(CIP)数据

回宫格行书钢笔字帖/杨为国著. —杭州:中国美术学院出版社,1994.7(1999.10重印)

中央电视台《青少年硬笔书法讲座》

ISBN 7-81019-329-5

I. 回… II. 杨… III. 钢笔字:汉字-行书-法帖

IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 49716 号

回宫格行书钢笔字帖

杨为国 著

中国美术学院出版社出版

中国美术学院出版社北京发行部发行

(北京海淀区消夏东里塔院居委会办公楼 邮编:100083)

浙江兴发印刷厂印刷

开本:787×1092 1/32 印张:5.125

1994 年 7 月第 1 版

2000 年 9 月第 14 次印刷

印数:215,001—235,000 册

ISBN 7-81019-329-5/G·42

定价:5.00 元

内容提要

此书为中央电视台《青少年硬笔书法讲座》配套教材的第三册，主要供读者作行书练字范本之用。

书中范字，均选自《新华字典》，并按其检字表顺序依次排列，共计 7065 字。读者从中可以直观地认识回宫格习字法对行书结构的作用，以及它的书写规律。

此书范字与本教材第二册《回宫格楷书钢笔字帖》同步，读者可根据自行需要，对照进行学习。

如果你想从今天开始习字
如果你想写一手漂亮的字
如果你想涉足书法的领域

.....

回宫格定使你受益匪浅

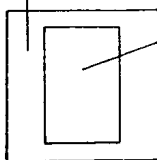
楊青國



回宫格示意图

外宫(即字的外延部分)正方形

内宫(即字的主体部分)长方形(黄金比例)



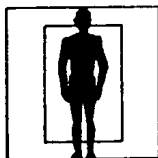
回宫格计算方法:

外宫是一正方形,可根据需要任意确定其大小。

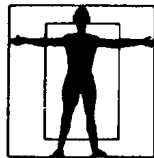
内宫直边=外宫边长 $\times 0.76$

内宫横边=外宫边长 $\times 0.47$

内宫直边与横边的比值 ≈ 0.618 (黄金比例)



人体立正时,可视为长方形,两
手臂左右伸直时,相应为正方形。
但是由于手臂的上下留有大块空间,
因此在视觉上,人体仍为长方形。



字体犹如人体。笔画在内宫中分布稠密,主体形成即为长方形,少数笔画向外宫延伸后,字体结构大多数接近正方形,但因其上下同样是大块空间,所以视觉还是长方形。

* 各位读者若有学习上的问题需要函授或购买其它教材,可与北京大学北艺回宫格书法艺术学校联系。北京大学出版社已出版《青少年硬笔书法讲座》教学录像带,需要者亦可同时取得联系。联系地址:北京市海淀区北京大学北艺回宫格书法艺术学校,邮编 100871,电话:(010)-62757482、62360770。

出版说明

1991年11月,我社出版了由回宫格发明人杨为国同志主编的颜、柳、欧回宫格楷书毛笔书法字帖三册。此书一经面世,就赢得了广大读者的喜爱。1992年7月,即被全国最大的书店——北京王府井新华书店评为畅销书。

同年8月,根据中央电视台《回宫格书法讲座》的需要,我们又将此书重新改版,同时出版了回宫格习字本三册,使之成为该讲座的配套教材。之后,这套教材一直畅销不衰,两年之内,重印六次,发行量已达八十余万册。

回宫格习字法,一改传统的习字方式,以它独具的内外宫结字方法来表示汉字书写结构规律的形式,和它简明易懂、易教易学的特点,深为广大学习者所接受,更为越来越多的学校所采用。各地读者、学校老师和学生家长们都纷纷来信称赞道:“回宫格习字法对学习书法确有很大好处”,“学了之后,不仅觉得方法十分容易掌握,而且进步非常快”。中国书法界三大巨擘赵朴初、启功、沙孟海均给予了回宫格极高的评价,文化部常务副部长高占祥同志专门为此题词,称回宫格是“书法教育的良工利器”。于是,我们满怀信心,继而又出版了回宫格行书、隶书等毛笔书法字帖七册,逐步形成了回宫格字帖系列。

1993年7月,中央领导李瑞环同志曾亲自调看了《回宫格书法讲座》节目片和配套教材回宫格字帖等,认为回宫格习字法很好,对我国书法教育有很大意义,也有很大的开拓价值。近期,李岚清副总理又多次强调要抓好

国粹文化教育，还特别提到了书法教育和中、小学生的写字教育。对此，国家教委十分重视，并一再为抓好中、小学写字课本的编写与写字教育工作，作了很大的努力。这无疑给我们出版工作带来了极大的鼓舞。

正当我们为回宫格的勃勃生命力感到欣慰之时，中央电视台与北京大学北艺回宫格书法艺术学校，又推出了新的回宫格书法教学节目——《青少年硬笔书法讲座》，杨为国同志的新作，回宫格硬笔书法教学系列教材也同时配套出版了。

这套教材共分七册，其中《回宫格硬笔书法教程》，容纳了该讲座的主要教学内容；《回宫格楷书钢笔字帖》、《回宫格行书钢笔字帖》及《回宫格楷书硬笔临摹字帖》、《回宫格行书硬笔临摹字帖》，是为广大青少年、书法爱好者、大学生和中学生作练字范本或习字用的；《回宫格小学生字帖》与《回宫格铅笔字启蒙》，是专为小学生或学龄前儿童用的。

我们相信，回宫格硬笔书法教学系列教材的出版，会再一次得到广大读者和教育界的青睐。我们期待着大家的批评指正，衷心地希望回宫格习字法能更臻完善。

出版者

1994年7月

中央电视台《青少年硬笔书法讲座》
配套教材系列共七册：

回宫格硬笔书法教程
回宫格楷书钢笔字帖
回宫格行书钢笔字帖
回宫格楷书硬笔临摹字帖
回宫格行书硬笔临摹字帖
回宫格铅笔字启蒙
回宫格小学生字帖

一	了	七	三	千
于	上	才	下	丈
兀	万	与	丰	开
升	天	夫	无	韦
吉	正	世	五	卅
不	友	丑	牙	屯
互	未	末	击	正
甘	世	本	可	且
丙	石	左	立	右



東	不	爾	面	艱
春	秦	恭	南	威
哥	好	夏	董	爽
棘	姓	百	賴	暨
蹟	噩	慤	臻	囊
也	中	內	書	北
卡	回	归	半	史
央	冉	由	申	甲
电	出	凹	凸	师

戔	曲	肉	县	串
非	暢	果	肅	臨
將	昌	幽	鼎	冀
幽	入	九	乃	匕
允	川	乂	丸	么
久	及	午	壬	夭
长	巾	反	升	乞
爻	丹	氏	烏	生
失	乍	危	乎	冬

务	处	氏	乐	用
用	年	朱	去	寿
兵	兵	向	匈	用
后	兆	来	取	色
危	各	我	每	鬼
囟	庖	希	龟	系
卵	乖	垂	秉	卑
阜	奥	采	肴	周
重	样	复	为	胤



已	孔	以	予	司
民	弗	发	乱	尽
民	乱	买	即	君
乱	角	求	函	承
乱	乱	殴	昼	咫
既	癸	乾	豫	二
亏	元	云	豈	媛
隼	十	子	支	卉
古	毕	华	协	克

孝	卓	直	卒	喪
賣	南	真	索	嗇
乾	穀	博	韋	韓
競	榘	黨	翰	真
厂	厅	仄	历	厄
厉	压	仄	厖	厖
厖	厖	厖	厖	厖
厖	厖	厖	厖	厖
厖	厖	厖	厖	厖
厖	厖	厖	厖	厖
厖	厖	厖	厖	厖
厖	厖	厖	厖	厖