

庞中华

最新楷

·行实用

字帖

庞中华最新楷·行 实用字帖

四川少年儿童出版社出版 (成都盐道街三号)

四川省新华书店发行 内江新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 印张4

1993年7月第一版 1993年7月第一次印刷

印数1—4' 3.540册

ISBN7—5365—0217—6/J·42 定价. 3.20元

题赠朋友

硬	醉	朋	我	一	二	三	换
笔	倒	友	举	愿	愿	愿	你
书	了	邀	杯	你	你	我	个
法	幸	我	敬	书	常	这	情
浓	轻	题	你	艺	开	事	长
如	朋	诗	三	不	笑	痴	意
酒	友	'	斗	凡	口	心	久

中华写诗起字



谨以此赠给

签名

印章

年
月
日

一、写给青少年朋友

青少年朋友：
在你每天的学习和生活中，经常要使用钢笔写字：做功课、抄笔记、写信、答卷……总之，钢笔和我们每个人都有密切的关系，是我们不可分离的伙伴。

十九世纪初，美国人沃特曼发明了钢笔，由于它方便适用，一百多年来，已经成为全世界主要的书写工具。钢笔的笔尖坚硬，它和铅笔、圆珠笔、粉笔

以及我们远古的祖先在甲骨
骨上刻字的锥子和刀子，
被人们统称为“硬笔”以
区别于柔软的毛笔。我们
的祖先在几千年之前，就
会运用“硬笔”写字，而
且达到了很高的艺术水平。
青少年朋友把钢笔字写得
清楚、整洁、美观，不但
有利于学习和工作，而且
能培养我们耐心、细致、
讲文明、讲礼貌的好习惯。
青少年朋友，你多么
渴望能写好钢笔字，每当
看见自己的字写得这样潦

草粗率的时候，你准会暗
自苦恼，深觉不满吧？我
理解你求知若渴的心情，
我赞扬你对自己的不满。
达芬奇说：“好人的天生的
欲望是知识。”鲁迅先生则
告诉我们：“不满是向上的
车轮。”

实际上，学会写好钢
笔字并不困难，主要是以
往我们忽视了提倡和研究
钢笔书法。书店里出售的
书法字帖，谈毛笔字的很
多，谈钢笔字的极少。许
多青少年朋友，开始练习

钢笔字的时候，不懂得学
习的方法，连执笔姿势也
不正确，歪脖曲背，格外
吃力，时间久了，不但字
写不好，还损害了身体健
康，甚至眼睛也弄得近视
起来。这是多么令人遗憾
的事。作为你们诚挚的朋
友，一个钢笔书法的爱好
者，今天我想来和你们讨
论一下这个问题：怎样学
习写好钢笔字。

二、热爱是最好的老师
青少年朋友：我们用
灵巧的手，握着小钢笔，

笔尖像春蚕吐丝一样，在雪白的纸上，画出一根根美妙而富有变化的线条，组成一个个秀丽的字，不但能表达我们的思想，而且让读者赏心悦目，这不是件挺有趣的事吗？

朋友，要想学会写字首先热爱写字吧！爱因斯坦说过：“热爱是最好的老师。”因为你爱好写字，握着笔就觉得愉快，就容易入迷，当然容易把字写好，如果你觉得写字很苦，握着笔就皱眉头，自然会马

虎从喜
欢做的事，怎一个人能做他不好呢？
热爱写字的情绪，是
可以培养的。比如经常阅
读古代和当代一些书法家
的作品，多观看擅长书法
的人们写字，多听取有经
验的人们谈写字，这样，
耳濡目染之下，慢慢就会
产生兴趣，并且知道怎样
去学习。
然而，光凭爱好和兴
趣是不够的。因为有的青
少年朋友，爱好和兴趣变
化不定，做事缺少恒心，

他今天高兴了，可以写上
两小时；明天想看电影，
就一个字也不写了。这样
就很难把字练好。因此，
每个想学会写字的青少年
朋友，首先应当有勇气和
志气对自己说：“我一定
能学会写字！既然别人都
能把字写好，我为什么写
不好呢？”因为无论作任
何事立志是最要紧要的。
古人说：“有志者事竟成。”
“志不强者智不达。”我
希望每一个青少年朋友，
都来写好字，立好志！

三从基本笔画开始

“千里之行，始于足下。”

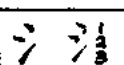
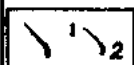
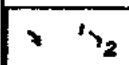
写字，要从一笔一画学起。

下面介绍基本笔画的写法：

1. 点的写法：钢笔字中

常见的有斜点、斜长点、

三点水等。其写法如下：



除三点水

的第三笔外，其余各种点

的写法有相同之处：都是

由左上方向右下方运笔，

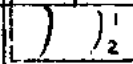
而且由轻入重，最后顿笔。


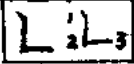
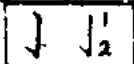
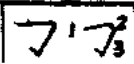
其中的斜长点，则近于斜

点的延长。

2. 横的写法：常见的有

长	横	和	短	横	，	分	别	如	下	图：
					它	们	的	运	笔	要
点	是	：	横	的	两	端	都	要	稍	顿
一	下	笔	，	中	间	行	笔	稍	快	，
这	样	就	避	免	了	横	画	写	成	像
火	柴	棍	或	木	头	棒	一	样	单	调
平	直	。								
	3.	竖	的	写	法	：	竖	有	悬	针
竖	和	垂	露	竖	。	写	法	如	下	：
					它	们	运	笔	的	要
点	是	，	下	笔	轻	轻	向	右	一	点
然	后	垂	直	向	下	行	笔	。	悬	针
竖	的	下	端	如	针	锥	一	样	尖	，
垂	露	竖	的	下	端	则	要	回	笔	。
	4.	撇	的	写	法	：	常	见	的	有

短撇	、	长撇	及	竖	长撇	。	写
法	分	别	如	下	:		
					其	运	笔
点	是	，	下	笔	向	右	下
一	点	，	然	后	向	左	下
下	方	轻	快	撇	出	。	
	5	捺	的	写	法	:	常
斜	捺	及	平	捺	。	写	法
				其	运	笔	要
下	笔	由	轻	入	重	，	在
端	稍	顿	一	下	笔	，	然
斜	捺	的	底	刀	要	取	平
的	底	刀	稍	向	右	上	倾
	6	挑	的	写	法	:	下
一	点	，	然	后	向	右	上
							方
							轻
							快

挑	出	,	例	如	:				
	7	折	的	写	法	:	常	见	的
横	折	、	竖	折	、	撇	折	等	。
写	法	分	别	如	下				
				写	折	的	时		
候	,	在	转	角	处	要	顿	笔	。
	8	钩	的	写	法	:	常	见	有
钩	、	横	折	钩	、	斜	钩	等	。
分	别	如	图	:					
				写	钩	时	要		
注	意	,	在	钩	出	之	前	,	要
一	下	笔	,	钩	的	尖	端	部	分
宜	过	长	。						
		以	上	介	绍	的	钢	笔	字
本	笔	画	,	是	吸	取	了	毛	笔
									字

笔	画	的	一	些	特	点	。	或	者	说
它	吸	取	了	毛	笔	字	笔	画	的	骨
头	，	而	舍	去	了	它	的	肉	。	
		青	少	年	朋	友	初	练	习	时
应	避	免	以	下	两	种	情	况	：	第
一	种	是	一	笔	一	画	写	得	呆	板
平	直	，	犹	如	火	柴	棍	或	断	木
杆		产	生	这	种	情	况	的	原	因
是	下	笔	和	收	笔	时	未	顿	笔	，
每	笔	每	画	没	有	轻	重	、	快	慢
之	分	。	例	如	：					
(1)	火	柴	棍	似	的	字	：	四	川	省
(2)	正	确	写	法	的	字	：	四	川	省
		第	二	种	情	况	是	每	笔	每
画	“	顿	”	的	过	分	了	，	以	致

“	横	”	画	写	得	像	波	状	，	“	竖
画	写	得	像	拐	杖	。	例	如	:		
(1)	错	误	的	写	法	:	重	庆	市		
(2)	正	确	的	写	法	:	重	庆	市		
		当	然	还	有	其	它	一	些	不	
正	确	的	写	法	，	但	主	要	的	是	
以	上	两	种	。							
		基	本	笔	画	要	多	加	练	习	，
掌	握	要	领	。	如	果	你	觉	得	单	
调	乏	味	，	后	面	“	四	体	字	帖	”
部	分	，	结	合	每	种	基	本	笔	画	，
可	以	配	合	练	习	。					
		四	描	影	和	临	帖				
		学	会	基	本	笔	画	以	后	，	
可	以	进	行	描	影	和	临	帖	。	描	

影	，	是	用	较	透	明	的	白	纸	，
蒙	在	字	帖	上	，	依	样	描	画	。
每	个	字	多	描	几	遍	，	尽	力	写
得	和	字	帖	上	的	字	相	同	，	把
形	态	结	构	牢	记	于	心	。	描	影
是	学	习	结	构	的	好	方	法	。	
		临	帖	，	是	把	字	帖	放	在
面	前	，	仿	照	临	写	。	也	是	学
习	写	字	的	好	方	法	，	可	以	和
描	影	配	合	进	行	。	临	写	前	要
仔	细	读	帖	，	就	是	把	字	帖	上
的	字	牢	记	于	心	，	然	后	再	写
不	要	看	一	画	，	写	一	画	。	
		五	学	习	方	法	研	究		
		许	多	青	少	年	朋	友	会	问