

先摹后临再描红

XINGCAO
Shenhonggen



行草

沈鸿根 

名家钢笔书法实用教程

沈鸿根行草

MINGJIA GANGBI SHUFA
SHIYONG JIAOCHENG



上海交通大学出版社

万卷字帖书系

名家钢笔书法实用教程

沈鸿根行草

沈鸿根 书

上海交通大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

名家钢笔书法实用教程·沈鸿根行草/沈鸿根书. —上海: 上海交通大学出版社, 2003

(万卷字帖书系)

ISBN 7-313-03396-6

I.名... II.沈... III.汉字-钢笔字-法帖
IV.J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 081038 号

名家钢笔书法实用教程

沈鸿根行草

沈鸿根 书

上海交通大学出版社出版发行

上海市番禺路 877 号 邮政编码 200030

电话:64071208 出版人:张天蔚

郫县蜀望印装厂·印刷 全国新华书店经销

开本:787mm×1092mm 1/16 印张:27 字数:42千字

2003年9月第1版 2003年9月第1次印刷

印数 1-10000

ISBN 7-313-03396-6/J·102 定价:(全套3册)24.00元

版权所有 侵权必究

致读者

《名家钢笔书法实用教程》由本社特邀全国著名硬笔书法家精心书写。适合于青少年学生及广大书法爱好者练习钢笔书法。

本套字帖分为《田英章楷书》、《吴玉生行楷》、《沈鸿根行草》三本。作者田英章、吴玉生、沈鸿根均为当今书法界的翘楚之士。在这套丛书中，他们以各自最为擅长的书体精心书写成可摹、可临、可描的多功能字帖，并附上自己的学书心得，以他们的实践经验为读者提供了一条快捷入门的途径。本套字帖在风格上可谓百花齐放：有的笔力强劲，结构险峻；有的用笔平稳，结体规范；有的醇古淡雅，质朴雄浑。读者可以根据自己的兴趣爱好与实际情况，在这套字帖中找到让你称心如意的字体。

本套字帖科学地将摹、临、描三种方法有机结合。建议读者在使用时，首先在备好的薄纸上摹写，然后在备纸上临习，最后用红笔在黑字上描红，以巩固临摹效果。这样坚持不懈的反复练习，你自然会心手相印，练就一手漂亮的钢笔字。

可以毫不掩饰的说，本套字帖不管对于青少年学生还是广大书法爱好者，都将是不可多得的实用书写范本，一定会受到广泛欢迎。它的面世，必将在字帖的图书市场中刮起一阵强烈的旋风。

上海交通大学出版社(万卷书系)

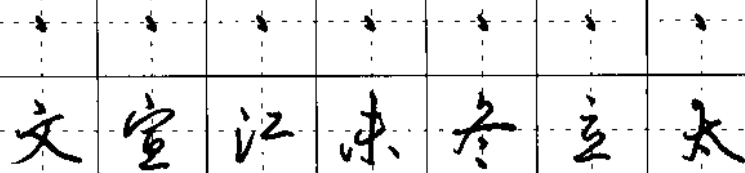
最新目录

小学生必背课文钢笔字帖(全套5册/每册5.00元)	25.00	小小字帖(全套2册/每册5.00元)	10.00
一·二年级(上) 四·六年级(下)	卢中南	动物故事篇, 植物故事篇	卢中南
小学生必背古诗文钢笔字帖	刘仕尚 8.00	小学生必背古诗文钢笔字帖(全套3册/每册5.00元)	15.00
初中生必背古诗文钢笔字帖	刘仕尚 8.00	小学分册 初中分册 高中分册	卢中南/顾仲安
高中生必背古诗文钢笔字帖	刘仕尚 8.00	学生基础知识钢笔字帖(全套6册/每册5.00元)	30.00
学生英语格言钢笔字帖	文洁 8.00	易错字: 常用近义、反义成语	卢中南
楷书5000常用字	卢中南 8.00	百科知识: 易混淆词语辨析	卢中南
楷书九宫绝句、律诗精华	卢中南 8.00	汉语知识实例: 基本文字常识	卢中南
楷书幼学名言	李放鸣 8.00	小学生写字同步训练(人教版) 全套12册(每册3.90元)	46.80
楷书唐诗集萃	张秀 8.00	第一册——第十二册	卢中南
楷书对联精选	刘仕尚 8.00	小学生同步硬笔字帖(苏教版) 全套12册(每册5.00元)	60.00
启蒙书法字帖	卢中南 5.00	一年级——六年级(上、下)	卢中南
钢笔楷书7000常用字	张秀 5.00	小学生描摹字帖(北师大) 全套12册(每册5.00元)	60.00
名家钢笔书法教程(全套4册/每册8.00元)	32.00	一年级——六年级(上、下)	卢中南
楷书强化训练: 楷书基础	卢中南	学生衡水八法毛笔字帖(全套2册/每册8.00元)	16.00
行书强化训练: 行书基础	王正良	顾真卿楷书: 柳公权楷书	施志伟编
毛笔书法基础精解字帖(全套4册/每册10.00元)	40.00	学生毛笔描摹字帖(全套4册/每册8.00元)	32.00
楷书笔法: 行书笔法	李放鸣	一·二年级——四·六年级	田英章
楷书字法: 行书字法	李放鸣	常用成语钢笔描摹字帖(全套3册/每册5.00元)	15.00
中国古诗诵读钢笔字帖(全套5册/每册5.00元)	25.00	四字成语	顾仲安
唐诗七绝精萃	顾仲安	分类成语	史小波
唐诗七绝精萃	顾仲安	韵律成语	王志松
元曲精萃	关玉生	成语连环阵钢笔字帖(全套3册/每册8.00元)	24.00
宋词精萃	顾仲安	成语连环阵钢笔楷书字帖 1	卢中南
千家诗精萃	张秀	成语连环阵钢笔楷书字帖 2	刘仕尚
田英章硬笔书法教程(全套6册/每册8.00元)	48.00	成语连环阵钢笔楷书字帖 3	李放鸣
楷书基本笔画与笔法	田英章	小学生同步描摹字帖(全套6册/每册5.00元)	30.00
楷书偏旁部首技法	田英章	一年级——六年级	卢中南
楷书间架结构	田英章	钢笔书法每天一练(全套6册/每册5.00元)	30.00
行书基本笔画与偏旁部首	田英章	楷书笔画与偏旁: 楷书结构与布局	陆维中
行书笔顺与常用字技法	田英章	行书笔画与偏旁: 行书结构与布局	王冬生
行书作品实习	田英章	行楷笔画与偏旁: 行楷结构与布局	关玉生
篆字精萃钢笔楷书字帖(全套4册/每册5.00元)	20.00	名家名画集字临创字帖(全套6册/每册8.00元)	48.00
三字经、千字文; 四书	卢中南	欧阳询楷书: 颜真卿楷书	施志伟编
增广贤文; 五经	卢中南	柳公权楷书: 赵孟頫楷书	施志伟编
英语书法同步速成(全套3册/每册8.00元)	24.00	王羲之行楷: 舒永楷楷书	施志伟编
初一卷——初三卷	文洁	学生英语书法速成字帖(全套5册/每册5.00元)	25.00
钢笔书法描摹多用(全套4册/每册5.00元)	20.00	双语训练(低年级), 基础训练	王志松/王冬生
同义词与反义词(楷书)	张秀	双语训练(高年级); 强化训练	王志松/王冬生
百家姓与名人(楷书)	张秀	口语训练	文洁
诗词名句精选(仿宋)	刘仕尚	钢笔书法2500常用字(楷书、行书、隶书)	王志松/关玉生 8.00
红楼梦诗词精选(隶书)	李学路	《毛泽东诗词精选》钢笔楷书字帖	卢中南/王正良 8.00
中学生钢笔描摹字帖(全套4册/每册8.00元)	32.00	军背钢笔书法字帖(全套6册/每册8.00元)	48.00
写人(佳词/佳句); 写事(佳词/佳句)	卢中南	军旅习字	关玉生
写景(佳词/佳句); 写物(佳词/佳句)	卢中南	中外名人军事论谈	关玉生/史小波
钢笔书法自修教程(全套4册/每册8.00元)	32.00	古今军政诗	卢中南/史小波
楷书基础练习: 行书基础练习	李放鸣	笑话	关玉生/王冬生
楷书提高练习: 行书提高练习	李放鸣	“四个教育”格言妙语	卢中南/王冬生
		军人道德规范	李放鸣/关玉生

以上图书由全国各地新华书店经销。凡向本社邮购图书者, 免收邮费, 量大可电话联系。邮购地址: (上海交通大学出版社成都联系处) 成都市华兴正街5号王府井商城C座9层B1 四川万卷文化艺术有限公司 联系人: 李建蓉 邮政编码: 610016 电话: 028-86610738 86610778 传真: 028-86612046

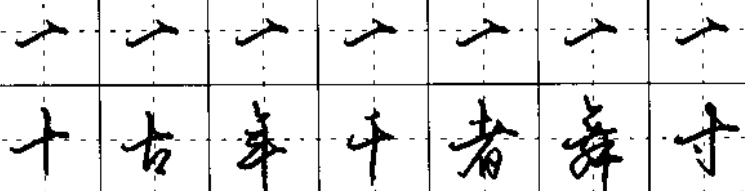
书写提示

侧点：落笔要轻，触纸后渐用力，势向右下，最后顿笔收起，带有向左下的勾挑。



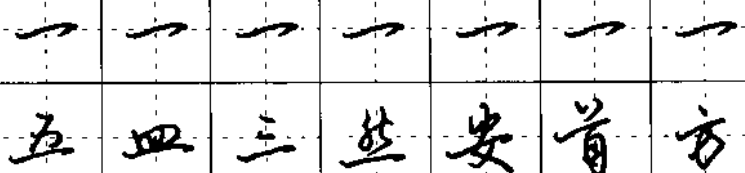
书写提示

仰钩横：落笔较重，触纸后横向往行笔，中间略提，最后顿笔向左上收起，一般都带有钩挑。



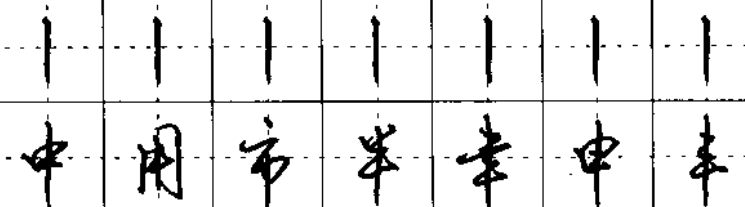
书写提示

俯钩横：写法如仰钩横，不同的是，最后收笔向左下，出锋而带出钩挑。



书写提示

悬针竖：侧锋落笔，触纸后略顿，然后由重而轻垂直而下，最后出锋收起，形似悬针。



书写示范
艺论集萃

与浩初上人同看山寄京华亲故

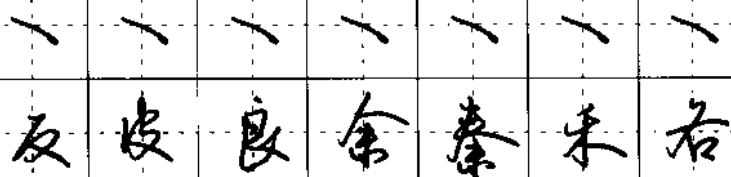
柳宗元



<p>书写提示 垂露竖：侧锋落笔，顿笔后向下行笔，中间一般要挺起，最后顿笔收起，不露锋。</p>	
<p>书写提示 短竖：落笔较轻，然后渐用力下行，略斜，再顿笔向上收起，一般都带勾挑。</p>	
<p>书写提示 平捺：平捺大都是逆锋落笔，触纸后再向右稍横行，随即折而下，然后顿笔向右收起，要求一波三折。</p>	
<p>书写提示 斜捺：斜捺全是露锋落笔，略横，随即折而下，再顿笔捺出，也要求一波三折。</p>	
<p>书写示范 晚春 芝论集萃 韩愈</p>	

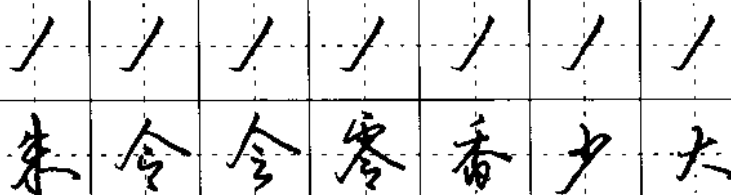
书写提示

反捺：反捺其实是一长点，落笔要轻，然后由轻而重向右下行笔，呈弧势，最后顿笔收笔，有时带钩挑。



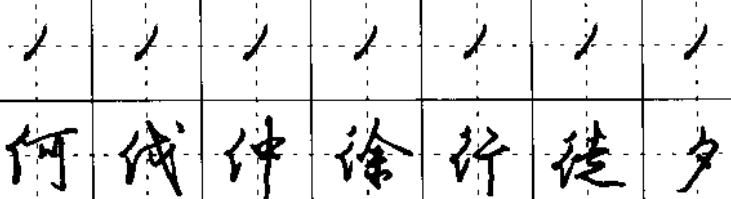
书写提示

斜撇：一般落笔较重，然后由重而轻向左下行笔。收笔往上挑起，以便带出下一笔。



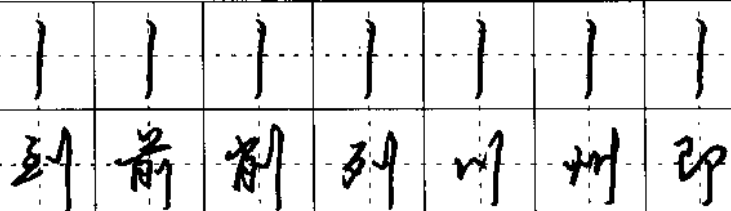
书写提示

回锋撇：落笔大都较轻，然后由轻而重向左下行笔，最后顿笔回锋收起。



书写提示

带钩竖：落笔较重，然后由重而轻向下行笔，中间稍挺起，最后收笔带勾而出。行书中的带钩竖，可以是竖钩，也可以是竖画。



书写示范
芝论真萃

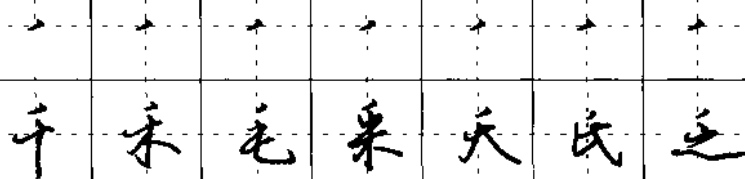
上汝州城楼

李益



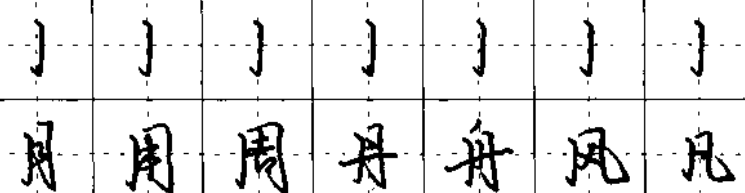
书写提示

平撇：平撇不仅要平而且还要短，先侧锋落笔，顿笔后由重而轻向左撇出，出锋收笔。



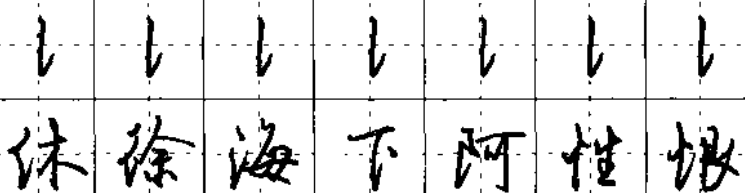
书写提示

带钩撇：落笔侧下，顿笔下行，最后顿笔向左上挑出，出锋收笔，为的是带起下笔。



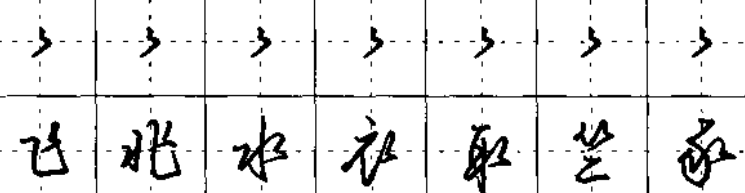
书写提示

仰钩竖：竖画最后向右，顿笔挑出收起，带出钩挑，便于写下一笔。



书写提示

曲折：顺势落笔，顿笔后向左下行笔，随即稍横行，接着顿笔向左下钩出。行书中的曲折，可以代替两点和撇捺等。



书写示范
艺论集萃

题都城南庄

崔护

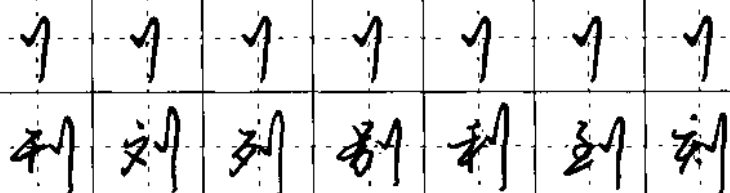


<p>书写提示 横两点：先落笔写左点，顿笔向右上挑出，接着顺势写右点，顿笔向左下撇出，两点可用钩挑相呼，也可用牵丝相连。</p>	
<p>书写提示 竖两点：落笔写上点，略侧，顿笔向左下收起，接着顺势写下点，然后顿向左下收起。上点与下点的写法基本相同，但上下点一要侧些，一要平些，可断可连。</p>	
<p>书写提示 横三点：先写左点，顿笔挑出，顺势写中点，顿笔挑出，接着连笔写右点，顿笔撇下，三点一气呵成，但通常中点与右点往往用牵丝相连。</p>	
<p>书写提示 两对点：先连笔写左两点，顿笔向右上挑出，接着顺势连笔写右两点，顿笔向左下撇出。通常左右两对点相连，一笔写成。</p>	
<p>书写示范 艺论集萃</p>	<p>秋词</p> <p>刘禹锡</p> 

<p>书写提示 单人旁：落笔写撇，顿笔回锋收起，接着顺势写竖，顿笔收起。行书中的竖画，往往带钩向右上挑出。</p>	
<p>书写提示 二点旁：先写上侧点，用笔山轻而重，然后承势写下挑点，上下两点应钩挑相呼，不能牵丝相连。</p>	
<p>书写提示 言字旁：先写上侧点，然后写横折竖钩，注意转折处应慢些，且用顿笔，钩时要迅速有力。</p>	
<p>书写提示 厂字旁：行书的厂字旁，是一笔写成。落笔由轻而重写横，随即回锋写撇，最后收笔，不是顿笔挑出，就是回锋收起。</p>	
<p>书写示范 凉州词 王之涣</p>	

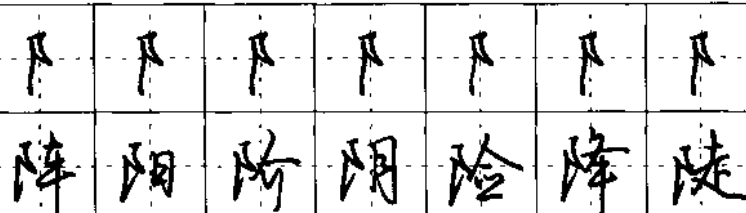
书写提示

立刀旁：先写左短竖，略斜，顿笔向右上收起，然后顺势连笔写长竖，收笔的笔势稍向左下。



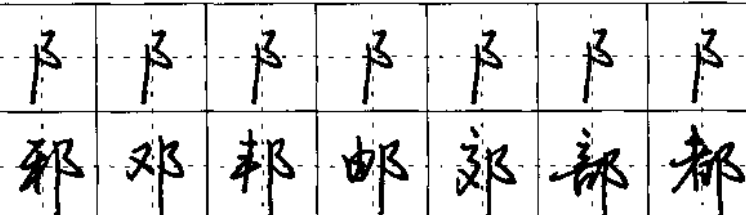
书写提示

左耳旁：先写曲折，中间务必腰要挺起，收笔用力向左钩出，接着顺势连笔写竖，竖要挺，最后顿笔向右上带钩收起。



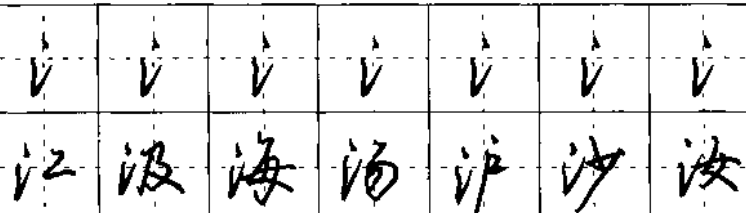
书写提示

右耳旁：先写上折，稍小，再连笔写下折，较大，用力向左上钩出，然后写竖，直下，长大，用笔大都由重而轻。



书写提示

竖三点：行书中的竖三点，通常由侧点加竖钩组成。先写上侧点，再写竖钩，侧点与竖钩之间，以相呼应为好。



书写示范
艺论集萃

咏柳

贺知章



<p>书写提示 竖心旁：先写左右两点，一般两点之间用牵丝相连，然后写竖，竖要长大有力，最后回锋收起，可以带钩。</p>	
<p>书写提示 宝盖头：先写上侧点，然后写左竖点，再连笔写横钩，最后钩向胸中钩出。横钩应带弧势，这样才生动。</p>	
<p>书写提示 广字头：写法同“厂”字头，只是上加一侧点而已，但“点”与“厂”之间要保持一定的行笔距离，最好不用牵丝相连。</p>	
<p>书写提示 门字头：先写左竖，回锋收笔或钩出，再写上点，向右上钩出，接着顺势写横折钩，钩要有力。</p>	
<p>书写示范 艺论集萃</p>	<p>回乡偶书</p> <p>贺知章</p>

<p>书写提示</p>			
<p>走之底：先写上侧点，接着写曲折，稍曲，然后逆锋下掠，要一波三折，逶迤而出，既要曲折有致，又要流利自然。</p>			
<p>书写提示</p>			
<p>土旁：先写上横，顿笔向上收起，接着写竖折挑，挑时应用力向右上收笔。</p>			
<p>书写提示</p>			
<p>提手旁：先写上横，再写竖钩，钩要有力，然后顺势连笔写挑，用笔应由重而轻向右上挑出。</p>			
<p>书写提示</p>			
<p>草字头：先写左点，向右挑出，接着写右点，用力向左撇下，然后连笔写一横。上两点可以用牵丝相连，但以钩挑相呼应为好。</p>			
<p>书写示范 艺论集萃</p>	<p>山中留客</p>	<p>张旭</p>	

<p>书写提示 大字头：先写横画，较短，再写一撇，势向左下，然后翻笔向上写反捺，势向中。</p>	
<p>书写提示 口字旁：先写左竖，要短斜而有力，然后回锋向右上写横竖横折，作为左右结构的偏旁，“口”的最后一横应挑向右上。</p>	
<p>书写提示 巾字底：先写左竖，短而斜，然后连笔写横折钩，最后由上而下，由重而轻写一竖。</p>	
<p>书写提示 山字头：先写中竖，以略侧取势，然后写竖横折，接着写右竖，但此右竖应写成撇点，以便带起下一笔。</p>	
<p>书写示范 艺论集萃</p>	<p>桃花溪</p> <p>张旭</p>

<p>书写提示 双人旁：先写上短撇，再连笔写下撇，稍长，然后回锋收笔写竖，最后顿笔向上收起。</p>																													
<p>书写提示 三撇：先由重而轻写上撇，接着承势写下两撇。三撇是一气呵成，故又称连飞，但上撇通常与中撇不连，而中撇与下撇相连。</p>																													
<p>书写提示 反犬旁：先写上撇，较长，然后顺势写弧钩，最后写撇，但行书中的此撇往往写成撇折挑。</p>																													
<p>书写提示 食字旁：先写一撇，回锋向上写折钩，然后顺势写竖钩，向右上挑出。</p>																													
<p>书写示范 芝论集萃</p>	<p>凉州词 王翰</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>葡</td><td>萄</td><td>美</td><td>酒</td><td>夜</td><td>光</td><td>杯</td> </tr> <tr> <td>欲</td><td>饮</td><td>琵</td><td>琶</td><td>马</td><td>上</td><td>催</td> </tr> <tr> <td>醉</td><td>卧</td><td>沙</td><td>场</td><td>君</td><td>莫</td><td>笑</td> </tr> <tr> <td>古</td><td>来</td><td>征</td><td>战</td><td>几</td><td>人</td><td>回</td> </tr> </tbody> </table>	葡	萄	美	酒	夜	光	杯	欲	饮	琵	琶	马	上	催	醉	卧	沙	场	君	莫	笑	古	来	征	战	几	人	回
葡	萄	美	酒	夜	光	杯																							
欲	饮	琵	琶	马	上	催																							
醉	卧	沙	场	君	莫	笑																							
古	来	征	战	几	人	回																							

<p>书写提示 牛字旁：先连笔写撇横折，向上收起，再写竖钩，然后顺势连笔写挑，挑要长而有力。</p>	
<p>书写提示 反文旁：落笔连写撇横撇折，上撇要短而直，下撇要斜而长，然后承势写反捺，用笔要由轻而重。</p>	
<p>书写提示 十字头：先写横，略仰，向上挑出，接着写竖，由重而轻，收笔向左下。作为字头，“十”字的横与竖都不宜写得过长。</p>	
<p>书写提示 穴字头：写法即“宝”盖头下加两点，但这两点一定要在宝盖内，而且有照应，或相呼应或相连。</p>	
<p>书写示范 艺论集萃</p> <p>从军行（选二）</p> <p>王昌龄</p>	