



卢前钢笔字帖

四川少年儿童出版社

卢前钢笔字帖

卢 前

四川少年儿童出版社

一九八六·成都

责任编辑：王培贵
封面设计：

卢前钢笔字帖

卢 前

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 自贡新华印刷厂印刷

开本 787 × 1092 毫米 1/32 2 印张

1986年5月第一版 1986年7月第一次印刷

印数：1 — 123,000 册

书号：R 7247·198

定价：0.36元

怎样练钢笔字

中国的书法自商朝开始，至今已有三千五百年以上历史。自古以来，书法是我国珍贵的传统艺术。它所以成为艺术，是用有节奏性的简单的线条表现出各种独特的风格，给人们以美的享受。历代书家辈出，各有面貌，如晋朝书法家王羲之的字优美典雅，唐朝书法家颜真卿的字刚毅雄浑。

书法有艺术价值，又有实用价值，这是我国特有的。练毛笔字固然要继承发扬书法艺术，写得好的钢笔字同样可以收到“艺术、实用相结合”的效果，给人以美的感受。

随着时代发展，钢笔已成为普遍的书写工具。练写钢笔字，不但书写轻捷，而且化的时间少，收效也快。根据我教

十年书法教学的实践，一般练上一年，就能写得一手较好的钢笔字，并且掌握自学的基础知识和技能。

要练好钢笔字无非是：一、方法；二、工具。没有正确的方法，事倍功半，白白浪费时间；有了正确的方法，事半功倍，短期内就可以收到比较理想的效果，并由此对书法产生兴趣而去研究。选工具，也就是选帖。这必须十分重视，一定要选好帖。这好象我们读语文要读好文章一样，否则不但浪费时光，而且会沾上一手俗字，永远摆脱不了。

这本帖是根据我多年的教学实践，又针对青少年的要求而写的。希望循序渐进，持之以恒地学写，这样一定会有所收获的。

卢 前

写字姿势

正确的

错误的

一、身体要坐端正，

由于笔执得太低，

两腿平放，两肩

太直，钢笔必定会遮

齐平。

住视线，视线被遮住，

二、头和上身稍向前

头一定会偏，肩一定

倾，胸部挺起。

会歪，身体一定会斜，

三、左右臂要敞开成

眼睛离纸一定近，簿

拱形。

本一定放不正。

四、胸部离书桌一横

姿势错误，不但

拳。

字写不好，时间一久，

五、右手书写，左手

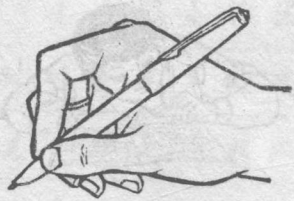
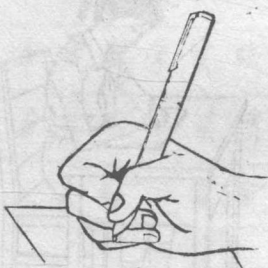
必定会眼睛近视而影

按纸，纸放正。

响学习和工作。



执笔、运笔姿势

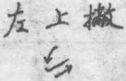
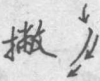
正 确 的	错 误 的
一、用拇指和食指轻握笔杆下端。(距笔尖一寸左右)	一、用拇指和食指紧握笔杆下端。(距笔尖只几分)
二、用中指(第一个关节与指甲之间)在内侧面抵住笔杆。	二、用中指(第一个关节与第二个关节之间)在内侧面抵住笔杆。
三、无名指与小指紧靠中指后面,手掌虚空。	三、无名指与小指紧靠中指后面,抵着掌心。
四、笔杆略向右偏,与纸面成45度。(不遮视线)	四、笔杆竖直,与纸面成90度。(遮住视线)
五、握笔的三指关节一伸一屈转动,下笔轻,书写灵活。	五、笔执得紧,三指关节不能转动,下笔重,书写笨拙。
	

学楷书先学点划

学毛笔字要先学楷书，练写钢笔字也应该如此。学好楷书，再写其它书体就容易入门了。楷书从哪里着手呢？我认为应该从点划着手，即古人所谓“永字八法”，这可以说是练钢、毛笔书法的捷径。因为“永”字具备用笔的基本点划，即点、横一竖丨勾丿左上撇、撇、短撇、捺、八种。虽然“永”字并没有完全具备各种笔划，如：丶、乚、人、乙等，但如果能写好这有劲而美的基本八笔，其它点划也就迎刃而解了。

我国汉字有近六万个，不管哪一个字，不管它笔划多少，总是由这些点划中的几笔搭配而成的。所以刚学写字的人，点划基本功要多练习，以后再由这些点划搭配成千千千万万的字，就不难了。

永字八法点划写法

点 	出锋点:从左上向右下,轻轻出锋。 回锋点:从左上向右下,再轻轻回锋。
横 	竖下笔而转锋,中间挺拔,收笔轻而向左回锋。
竖 	横下笔而转锋直下,中间要挺拔,收笔轻而回锋向上。
钩 	从左上轻下笔,转而直下,到钩处稍停顿出锋。
左上撇 	从右下撇向右上,下笔轻而转,出锋要轻快。
撇 	从右上撇向左下,下笔轻而转,到三分之二处轻快撇出。
短撇 	从右上撇向左下,下笔轻而转,轻快有力出锋。
捺 	从右上捺向右下,起笔轻,后加重,到捺脚处,轻快出锋。

笔顺的书写

从上到下	三 : 一 二 三 工 : 一 工 工
从左到右	从 : 丿 人 从 北 : 丿 北
先横后竖	十 : 一 十 下 : 一 丅 下
先横后撇	大 : 一 丿 大 仄 : 一 厂 仄
先撇后捺	人 : 丿 人 今 : 丿 人 今
从外到里	月 : 冂 月 庀 : 广 庀
先里面后封口	四 : 凵 四 四 固 : 冂 周 固
先中间后两边	小 : 丨 小 业 : 丨 业 业

容易写错笔顺的部首和字

丶	八	亅	丨	丨	冂	丨	山	山	丿
丿	丿	㇏	㇏	弓	人	女	女	㇏	弓
马	丶	一	方	方	丶	㇏	㇏	火	一
土	土	车	偏旁	一	土	车	车	一	乚
戈	戈	丶	㇏	㇏	比	丶	一	二	牛
偏旁	丶	一	丿	朱	丨	丨	丨	片	丨
几	风	风	人	月	月	母	母	一	ナ
九	九	龙	丨	丨	丨	业	业	丶	冂
田	田	田	丶	㇏	瓜	瓜	瓜	丶	㇏
夕	鸟	鸟	丨	㇏	巾	巾	皮	丶	二
广	衣	衣	衣	一	十	土	𠂇	𠂇	老
一	丁	下	下	耳	耳	偏旁	一	丁	可
可	耳	耳	一	㇏	万	万	手	臣	

一	丿	白	白	白	白	丿	厂	月	月
角	角	一	十	土	丰	赤	赤	赤	丿
角	角	角	角	角	角	偏旁	丿	夕	夕
角	角	角	角	丿	丿	白	白	白	申
鬼	鬼	鬼	、	一	广	户	户	户	户
鹿	鹿	鹿	鹿	、	口	口	四	四	甲
里	里	里	黑	黑	黑	、	、	白	白
白	白	白	白	白	白	白	白	白	、
乃	、	九	一	丁	万	一	与	与	、
、	为	为	丁	力	办	办	、	二	长
长	、	乂	乂	乂	必	、	、	、	、
北	一	十	廿	廿	世	、	、	、	止
止	此	、	、	、	兆	兆	兆	、	一
广	亦	亦	亦	、	广	广	成	成	成

偏旁部首写法

名称	写法	字			例	
两点水	冫	冰	冷	冻	凉	凄
三点水	氵	汁	汗	江	池	汤
火字旁	火	灯	灼	炒	炊	灭
底四点	灬	点	烈	煮	然	照
心字旁	忄	忆	忖	怅	快	怛
	心	志	忍	思	愁	感
	小	忝	恭	慕		
言字旁	讠	让	记	讲	诉	许
食字旁	饣	饥	饪	饭	饮	饵

名 称	写法	字 例				
示字旁	礻	礼	祀	祈	祐	神
衣字旁	衤	补	衫	袄	袜	被
手字旁	扌	打	扑	扔	执	扫
犬字旁	犴	狂	犹	狐	狗	獐
木字旁	木	杆	杉	杨	桃	柳
禾字旁	禾	种	秧	稠	稜	稼
巾字旁	巾	帆	帐	帕	帔	幔
丝字旁	纟	纤	纪	纬	纱	纲
女字旁	女	奶	奴	姑	姓	娇
刀字旁	刂	刑	刖	判	刻	削

名 称	写法	字 例				
草字头	艹	芝	芸	茅	花	芬
竹字头	竹	竿	笔	笼	筵	简
目字旁	目	盯	盼	眨	眩	睹
日字旁	日	明	映	晴	旭	旦
月字旁	月	肚	肘	肤	肥	股
口字旁	口	叮	叹	吐	吸	告
虫字旁	虫	虾	蚊	蚊	蚯	蚯
王字旁	王	玦	玷	珍	珠	理
左耳字旁	阝	阵	阶	防	陆	际
右耳字旁	阝	邦	邻	郊	郡	都

名 称	写 法	字 例				
单人旁	亻	仃	仆	仕	伍	伙
双人旁	彳	行	往	徊	徒	循
戈字旁	戈	戎	戒	战	戮	戳
土字旁	土	地	坛	址	坎	坟
车字旁	车	轨	转	轮	轴	轼
山字旁	山	岖	岭	峙	峪	峥
雨字头	雨	雪	雷	雾	霄	霖
穴字头	宀	穿	窄	穹	窝	窟
页字旁	页	顶	颅	领	颈	颌
走字底	走	迈	过	达	迂	巡

点划生结构

前面谈到的，汉字有六万多个，不论它笔划多少，总是由基本点划中的几笔搭配而成的。

那么笔划怎样搭配成字的呢？有没有规律可找呢？有的，这就是书法理论中说的：“点划生结构”。汉字构造开始是用简单的线条绘画物体的形象、特征。这是汉字特点。因此它的每一个字就是一个整体，组成一个字结构的每一点划是整体中的一个部分，所以，点划之间要有内在联系。这联系，称它是“呼应”。好象写文章，每句话意思要连贯，又好象打太极拳，每一个动作要相连，有人把写字的动作比作舞蹈，更是十分确切。

举两个例子：第一个字符符合写字要求，有点划有呼应；第二个字不符合写