

硬笔书法名家


精品

系列

新编

一笔书

中国当代硬笔书法家协会理事

李放鸣 

XINBIANYIBISHU

轻松连续书写

潇洒行书

跟李放鸣学
行书快写

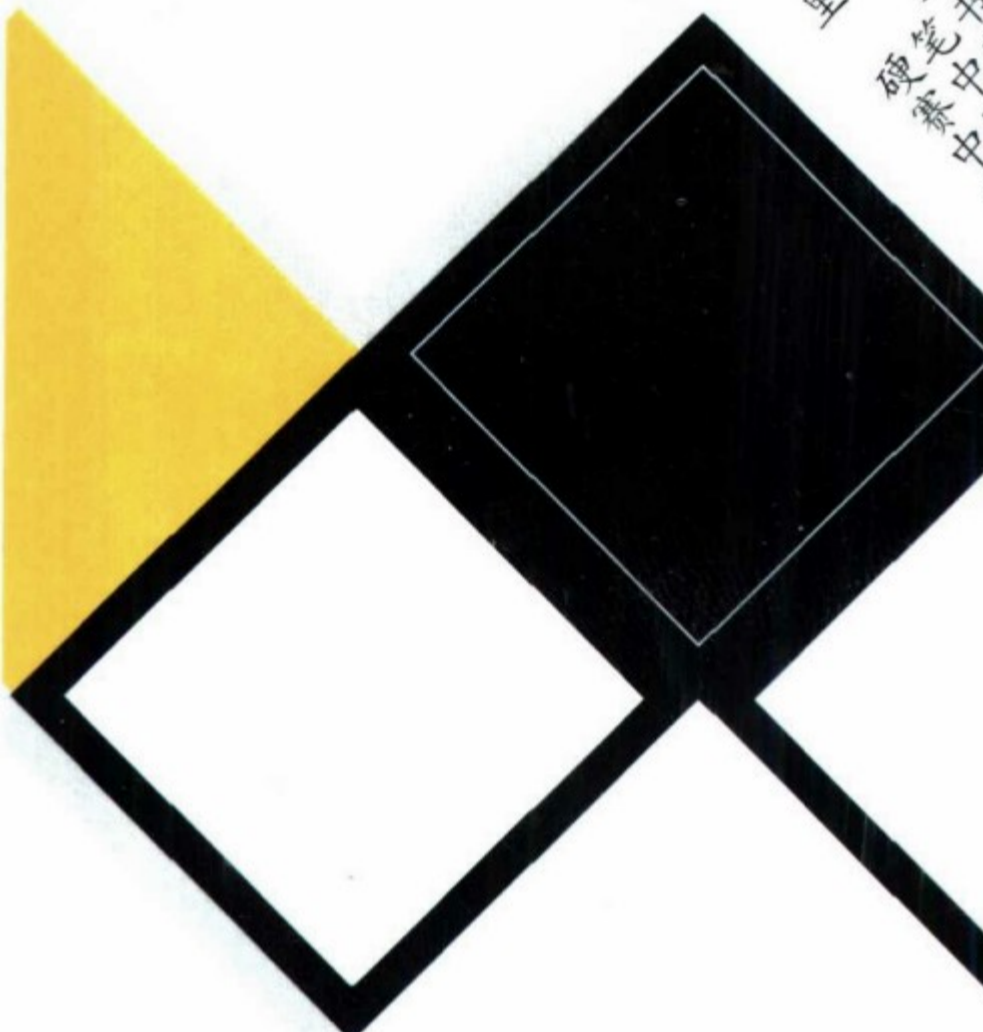


天地出版社

PDF

李放鸣 男，1957年生，现代汉字硬笔书法家协会副秘书长，中国当代硬笔书法家协会理事。自幼酷爱书法，书从古帖，主攻欧体，主张书写规范，讲究用笔，打下了坚实的基础。师承古法，亦追求硬通神的气度，一招一式强调笔力强健。凝重的气度，洒脱的笔姿，字里行间弥漫着一种浓郁的情思和灵动神采。

1992年，被评为墨坛新里的李放鸣，字硬笔中国军事博物馆展出，并在中国美术馆、新加坡、港澳等国家地区巡展。作品大，个人传记收录入《中国当代文艺家辞典》、《当代书画名家作品集》等书籍中。作品有二十多种字帖畅销全国，并被特聘参加《中国钢笔书法》学生普及教程的编写。他的字帖因选材独特、构思巧妙，版式新颖、印刷精美，被许多学校作为指定教材。在全国首届硬笔书法系列评比中，名列书家组“十佳字帖”奖榜首。



ISBN7-80624-418-2



0 1 >



. 9 787806 244180

ISBN 7-80624-418-2/J · 82

定价：5.00元

硬笔书法名家精品系列
李放鸣
PDG

跟李放鸣学行书快写

一笔书

YI BI SHU

天地出版社

2001年·成都



图书在版编目 (CIP) 数据

跟李放鸣学行书快写一笔书/李放鸣书. —成都: 天地出版社, 2001.1

ISBN7-80624-418-2/J·82

I. 跟… II. 李… III. 硬笔字—行书—书法

IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 19043 号

跟李放鸣学行书快写一笔书

责任编辑·莫晓虹

封面设计·文绍安

版式设计·李放鸣

出版发行 天地出版社

(成都盐道街3号 邮政编码 610012)

印刷 成都福利东方彩印厂

版次 2001年1月第二版

2001年1月第一次印刷

规格 850mm×1168mm 1/32

印张 6

印数 1-8000套

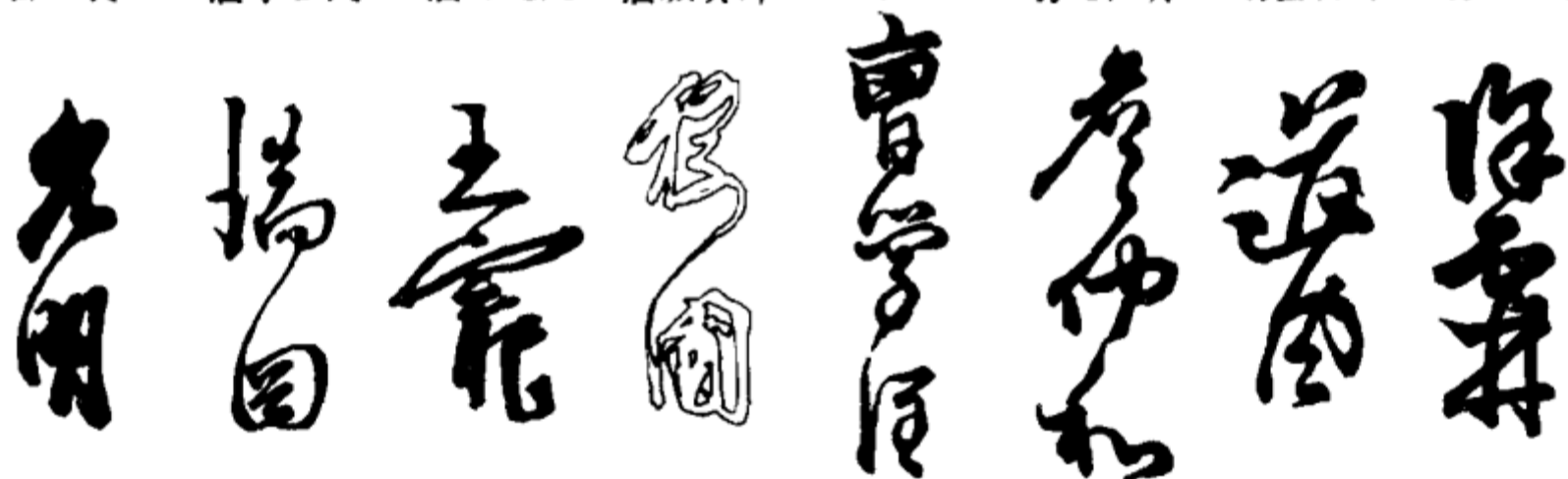
定价 5.00元



名人签名欣赏



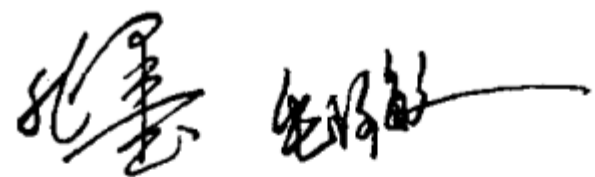
晋王羲之 唐李世民 唐孙过庭 唐颜真卿 元梅道人 明文征明 明董其昌 明文 彭



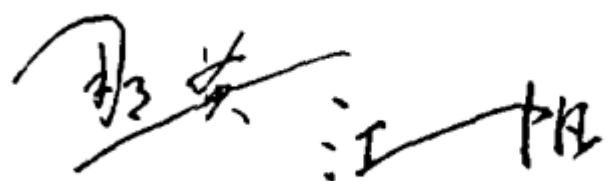
明祝允明 明张瑞图 明王 完 明徐 圆 明曹学佺 明唐仲和 明黄道周 明徐 霖



明李 在 明王 铎 清吴山涛 清八大山人 清石 涛 现代毛泽东 现代齐白石 现代吴昌硕



谢非墨 毛阿敏



那英 江帆

读者可剪下此框，用楷书工整地写上自己的姓名，寄工本费和邮资费五元整，便可收到李放鸣亲笔为你设计的签名名片。

姓名			邮政 编码
地址			

请寄：成都一环路西一段七道堰街 30 号六单元二楼李放鸣收。 邮政编码：610041

前 言

所谓“一笔书”，就是将一字或数字一笔写成，连绵不断。它是练习书法快写的一种诀窍。在社会飞速发展，工作生活节奏加快的今天，快写越来越显示出它的实用性和优越性。学习快中之快“一笔书”，可以帮助我们了解汉字书写的笔势笔顺，简化书写程序，提高书写速度；有利于学生做课堂笔记，文秘职员快速起草公文；还能让我们潇洒签写自己的姓名，在社会交往中让同事们刮目相看呢！

“一笔书”相传起于东汉张芝，他的草书若清涧长源，流而无限，神妙绝伦，故曰“一笔书”。晋代王羲之之子王献之亦善长此书，故米芾称其“运笔如火筋画灰，连属无端末，无不经意，所谓一笔书”。唐代“草圣”张旭“精楷法而善行草”，他的草书豪纵奔放，连绵回绕，圆转流畅，是一笔书发展的一个鼎盛时期。历代书家擅长草书者无不钻研一笔书。然而，古代“一笔书”不合时宜者有三点：一是均以毛笔书写，不如钢笔用笔简单；二是多用繁体狂草，不易辨认；三是多竖写纵排，不适用于现代横排连写。为使“一笔书”适应于新的时代，有新的发展，硬笔书法家李放鸣先生通过多年潜心钻研，写成了这本钢笔行书“一笔书”。较之古法，本书有三大优点：一是以行书为主，借用了部分人们常见常用的行草替代笔法，摒弃了狂草字体，这种一笔字既好练，又好认。二是以简化字为主，在单字技法，二字连写，三字连写，四字连写等章节中全用简化字，有利于青少年练习。三是以横排为主，用主要篇幅介绍了连笔技巧并示以范例，非常适用于现代书写。此外考虑到一些读者创作和欣赏的需求，本书最后十页古诗词练习部分以繁体行草纵排竖写，供书法爱好者借鉴。

怎样使用这本字帖才能达到快写的目的呢？练习“一笔书”首先要有行书基础。读者朋友们在学习和工作中都会自觉不自觉地学会写行书，可能每个人的行书并不一定都符合书法的规范，所以大家在练此帖时不要急于求成。先按书上讲解的快写技法临摹单个字的一笔书，从基本笔画、替代笔画到偏旁部首一个字一个字地练，然后再练习一笔写两字，一笔写三字，一笔写四字，直到一笔写一行字，这样由浅入深，由简到繁，循序渐进，定会有意想不到的效果。无论学习什么书法，什么字体，不外乎用摹、临、描三种方法。本帖正是将摹帖、临帖、描红三种方法统一于一书的一种字帖。使用时，先在备好的薄纸上摹写，然后自备纸临写数篇，最后在红字上描红，以巩固临摹效果，这样每日一页，反复练习，不求进度，但求质量，练完这本字帖正好距你买书时两个月时间，这时也许你不仅对快写“一笔书”具有浓厚的兴趣，而且写一笔字还有相当的进步。

编 者

2001年1月

快写技巧:

从这一页起,我们来学习钢笔快写“一笔书”的技巧。先学习点画和横画的连写,大家注意笔画与笔画之间要相互呼应,“一笔书”是要将这种呼应关系通过细小的“牵丝”连接起来。

<small>㇀</small>				<small>兑</small>				
㇀	㇀	㇀	㇀	兑	兑	兑	兑	兑
<small>㇁</small>				<small>冬</small>				
㇁	㇁	㇁	㇁	冬	冬	冬	冬	冬
<small>㇂</small>				<small>学</small>				
㇂	㇂	㇂	㇂	学	学	学	学	学
<small>㇃</small>				<small>河</small>				
㇃	㇃	㇃	㇃	河	河	河	河	河
<small>㇄</small>				<small>点</small>				
㇄	㇄	㇄	㇄	点	点	点	点	点
<small>㇅</small>				<small>水</small>				
㇅	㇅	㇅	㇅	水	水	水	水	水
<small>㇆</small>				<small>夫</small>				
㇆	㇆	㇆	㇆	夫	夫	夫	夫	夫
<small>㇇</small>				<small>看</small>				
㇇	㇇	㇇	㇇	看	看	看	看	看
<small>㇈</small>				<small>拜</small>				
㇈	㇈	㇈	㇈	拜	拜	拜	拜	拜

快写技巧:

多竖和多撇的连写也是靠“牵丝”来实现的，注意笔画与笔画之间要有长短、粗细变化，特别是连带笔画应与字的笔画有明显的区别，避免喧宾夺主。

川				开				
川	川	川	川	开	开	开	开	开
川				圳				
川	川	川	川	圳	圳	圳	圳	圳
彡				很				
彡	彡	彡	彡	很	很	很	很	很
彡				杉				
彡	彡	彡	彡	杉	杉	杉	杉	杉
又				皮				
又	又	又	又	皮	皮	皮	皮	皮
厂				历				
厂	厂	厂	厂	历	历	历	历	历
彡				阵				
彡	彡	彡	彡	阵	阵	阵	阵	阵
勹				光				
勹	勹	勹	勹	光	光	光	光	光
勹				福				
勹	勹	勹	勹	福	福	福	福	福

快写技巧:

除用“牵丝”来连接笔画是“一笔书”的基本表现手法之外，变方折为圆转也是一种绝妙的快写手段。当然，圆转也应讲求力度，要方圆相兼，刚柔并济。

丁				刀				
丁	丁	丁	丁	刀	刀	刀	刀	刀
乃				及				
乃	乃	乃	乃	及	及	及	及	及
𠂇				友				
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	友	友	友	友	友
𠂆				成				
𠂆	𠂆	𠂆	𠂆	成	成	成	成	成
𠂇				鸣				
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	鸣	鸣	鸣	鸣	鸣
𠂇				为				
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	为	为	为	为	为
𠂇				到				
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	到	到	到	到	到
羽				翔				
羽	羽	羽	羽	翔	翔	翔	翔	翔
州				洲				
州	州	州	州	洲	洲	洲	洲	洲

快写技巧:

为了书写快速和连贯,我们可按约定俗成的手法来替代一些笔画。如用点代横、代撇、捺,两点代口,一横代四点,某种符号代局布等,但要注意按规则替代,不能不按书写规则胡乱替代。

以点代横				云	云	云	云	云
丶	丶	丶	丶	云	云	云	云	云
两点代口				知	知	知	知	知
㇀	㇀	㇀	㇀	知	知	知	知	知
三点代撇				彩	彩	彩	彩	彩
㇀	㇀	㇀	㇀	彩	彩	彩	彩	彩
点代撇捺				未	未	未	未	未
㇀	㇀	㇀	㇀	未	未	未	未	未
以横代点				热	热	热	热	热
一	一	一	一	热	热	热	热	热
以横代点和局部				意	意	意	意	意
㇀	㇀	㇀	㇀	意	意	意	意	意
以此符号代“止”				路	路	路	路	路
㇀	㇀	㇀	㇀	路	路	路	路	路
以此符号代“是”				是	是	是	是	是
㇀	㇀	㇀	㇀	是	是	是	是	是
以此符号代“可”				可	可	可	可	可
㇀	㇀	㇀	㇀	可	可	可	可	可

快写技巧:

行书“一笔书”可以借用一些大家很熟悉的草法来提高书写速度，当然，借用草法与写草书是有区别的，必须是通俗易认，且不能用字的基本结构变动太大的狂草，这样就能达到既快又易认的效果。

以此符号代“月”				明				
夕	夕	夕	夕	明	明	明	明	明
以此符号代“以”				拟				
以	以	以	以	拟	拟	拟	拟	拟
以此符号代“扁”				通				
扁	扁	扁	扁	通	通	通	通	通
以此符号代“解”				解				
中	中	中	中	解	解	解	解	解
以此符号代“尊”				送				
尊	尊	尊	尊	送	送	送	送	送
以此符号代“鸟”				鸿				
鸟	鸟	鸟	鸟	鸿	鸿	鸿	鸿	鸿
以此符号代“高”				稿				
高	高	高	高	稿	稿	稿	稿	稿
以此符号代“寺”				诗				
寺	寺	寺	寺	诗	诗	诗	诗	诗
以此符号代“朝”				朝				
朝	朝	朝	朝	朝	朝	朝	朝	朝

快写技巧:

下列字都是行草中常见、常用的一些局部替代符号，熟练地掌握这些替代符号的运用，并能举一反三，对你的速记和自我设计签名都会大有裨益。

以此符号代“斤”				新					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	新	新	新	新	新	
以此符号代“意”				德					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	德	德	德	德	德	
以此符号代“青”				清					
青	青	青	青	清	清	清	清	清	
以此符号代“寿”				涛					
寿	寿	寿	寿	涛	涛	涛	涛	涛	
以此符号代“老”				佬					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	佬	佬	佬	佬	佬	
以此符号代“者”				诸					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	诸	诸	诸	诸	诸	
以此符号代“孝”				教					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	教	教	教	教	教	
以此符号代“雨”				漏					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	漏	漏	漏	漏	漏	
以此符号代“卒”				翠					
𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	翠	翠	翠	翠	翠	

快写技巧:

快写“一笔书”的另一种书写技法是改变字的笔顺。它是在楷书笔顺的基础上,根据字的索带关系来确定先写哪一笔,后写哪一笔。当然,这不能急于求成,读者应在练习中摸索规律,熟能生巧。

以此符号代“而”				耐				
而	而	而	而	耐	耐	耐	耐	耐
以此符号代“两”				辆				
与	与	与	与	辆	辆	辆	辆	辆
以此符号代“水”				冰				
水	水	水	水	冰	冰	冰	冰	冰
以此符号代“秀”				绣				
秀	秀	秀	秀	绣	绣	绣	绣	绣
以此符号代“各”				客				
各	各	各	各	客	客	客	客	客
以此符号代“谷”				俗				
谷	谷	谷	谷	俗	俗	俗	俗	俗
以此符号代“风”				霞				
风	风	风	风	霞	霞	霞	霞	霞
以此符号代“有”				随				
有	有	有	有	随	随	随	随	随
以此符号代“空”				控				
空	空	空	空	控	控	控	控	控

快写技巧:

点画是字中相对比较独立的部分,为了不影响书写速度,可以完成一个字或一行字后单独打点,这种连写的手法如同英文单词连写一样,这不会影响一气呵成的效果,有时还可起到抽刀断水的作用。

以此符号代“然”

然

然 然 然 然 然 然 然 然 然

以此符号代“交”

蛟

交 交 交 交 蛟 蛟 蛟 蛟 蛟

以此符号代“卯”

柳

卯 卯 卯 卯 柳 柳 柳 柳 柳

以此符号代“世”

屮

世 世 世 世 屮 屮 屮 屮 屮

以此符号代“草”

草

字 字 字 字 草 草 草 草 草

以此符号代“章”

章

章 章 章 章 章 章 章 章 章

以此符号代“成”

城

成 成 成 成 城 城 城 城 城

以此符号代“丰”

峰

丰 丰 丰 丰 峰 峰 峰 峰 峰

以此符号代“属”

属

属 属 属 属 属 属 属 属 属

快写技巧:

本页起我们开始学习偏旁部首的连写技巧。先练习从上往下连写，笔画间要注意牵丝的萦带。宝盖类的字头要注意写得宽展一些。横钩略成弧形，钩出锋萦带下笔。

“亠”文字头				充				
亠	亠	亠	亠	充	充	充	充	充
“高”高字头				京				
高	高	高	高	京	京	京	京	京
“冫”秃宝盖				写				
冫	冫	冫	冫	写	写	写	写	写
“宀”宝盖头				宝				
宀	宀	宀	宀	宝	宝	宝	宝	宝
“宀”穴字头				突				
宀	宀	宀	宀	突	突	突	突	突
“心”学字头				觉				
心	心	心	心	觉	觉	觉	觉	觉
“雨”雨字头				震				
雨	雨	雨	雨	震	震	震	震	震
“党”党字头				党				
党	党	党	党	党	党	党	党	党
“立”立字头				音				
立	立	立	立	音	音	音	音	音

快写技巧:

这页字头的特点是撇捺两分，注意撇画左伸后不能出锋，要回带连写捺画，回带要自然有力，不能故意绕圈。捺画要用回锋捺，出笔回收启带下面部分。

“人”人字头				介				
人	人	人	人	介	介	介	介	介
“大”大字头				奇				
大	大	大	大	奇	奇	奇	奇	奇
“火”卷字头				卷				
火	火	火	火	卷	卷	卷	卷	卷
“父”义字头				爷				
父	父	父	父	爷	爷	爷	爷	爷
“夕”反文头				各				
夕	夕	夕	夕	各	各	各	各	各
“儿”癸字头				癸				
儿	儿	儿	儿	癸	癸	癸	癸	癸
“儿”祭字头				祭				
儿	儿	儿	儿	祭	祭	祭	祭	祭
“木”木字头				李				
木	木	木	木	李	李	李	李	李
“禾”禾字头				秀				
禾	禾	禾	禾	秀	秀	秀	秀	秀

快写技巧:

这页的前六个字头是左上包类字头，应注意撇画伸展，用回锋撇启带字心部分。“气字头”和“载字头”属右上包字头，钩画回带书写下面的笔画，单独打点。

“广”广字头				庆				
广	广	广	广	庆	庆	庆	庆	庆
“疒”病字头				疼				
疒	疒	疒	疒	疼	疼	疼	疼	疼
“耂”耂字头				孝				
耂	耂	耂	耂	孝	孝	孝	孝	孝
“尸”尸字头				屋				
尸	尸	尸	尸	屋	屋	屋	屋	屋
“户”户字头				房				
户	户	户	户	房	房	房	房	房
“虍”虎字头				虎				
虍	虍	虍	虍	虎	虎	虎	虎	虎
“气”气字头				气				
气	气	气	气	气	气	气	气	气
“戠”戠字头				戠				
戠	戠	戠	戠	戠	戠	戠	戠	戠
“艹”草字头				苑				
艹	艹	艹	艹	苑	苑	苑	苑	苑