



速成鋼筆行書習字帖

李胜洪 编写

湖北教育出版社

(鄂)新登字 02 号

责任编辑 尚甫署

封面设计 肖俊超

作者简介

李胜洪 字凌之,号樵翁、无名堂主。幼承家训,喜好翰墨。书作注重意象的表现,遒劲高雅。结体多变,疏密有致,自出机杼,一任自然。作品多次入选重大书法艺术展,送日本、香港、新加坡等国家或地区展览、交流;在全国或国际性书法大赛中多次荣获一等奖;入选《中国硬笔书法家辞典》等数本专集;或在《书法报》等报刊上发表、专题介绍,或收藏、勒石。出版《速成钢笔行书习字帖》、《现代名家散文钢笔字帖》等。1990年被授予全国“自学成才”荣誉称号,现为中国现代硬笔书法研究会常务理事、中国硬笔书法家协会理事、海南省硬笔书法家协会副主席。



速成钢笔行书习字帖

(修订本)

© 李胜洪 编写

湖北教育出版社出版、发行

(430022·武汉市解放大道新育村 33 号)

新华书店经销

通山县印刷厂印刷

(437600·通山县通羊镇南市路 165 号)

*

787×1092 毫米 16 开本 2 印张

1990 年 8 月第 1 版 1991 年 2 月第 2 版 1995 年 9 月第 5 次印刷

印数: 40 001—50 000

ISBN 7—5351—0541—6/J·11

定 价: 2.60 元

如因印刷、装订影响阅读,请直接与承印厂调换

目 录

一、笔画练习·····	1
二、常用偏旁部首练习·····	4
三、结构练习·····	7
四、布势练习·····	8
五、范字练习·····	13
六、实用书写练习·····	24
附：作品欣赏·····	28

一、笔画练习

名称		笔画	字例	练习		要领
点	上点	丶	主			下笔略顿，收笔回锋
	左点	一	子			顿后向右上滑动收笔
	右点	丶	玉			轻疾落笔，顿笔回收
	相向点	㇀	花			笔轻提快行过渡
	相背点	㇀	六			两点间笔断而求顾盼之意，一般右点位置略下
	两对点	㇀	雨			两对之间相呼应
	合三点	㇀	采			忌三点串连，意求变化
	上下点	丶	片			上点宜轻，宜倾，下点宜重，宜稳
横	短横	一	玫			笔重按，回锋
	长横	一	带			逆锋起笔，行笔流畅，略向上斜，有起伏，忌平直
	凹横	一	天			略上翘，先重后轻
	凸横	一	可			凹横，但弧度相反
	左尖横	一	杜			轻疾落笔向右，略顿回收
	右钩横	一	字			轻疾落笔向右，转折处顿后向左下钩出

竖	直 竖		车			行笔直下，回锋收笔
	弧 竖		中			弧度避免过大
	弯头竖		山			向右下落笔，继而下行
	尖脚竖		申			收笔轻疾，笔渐提起，状若悬针
撇	直 撇	/	左			下笔略顿，向左下迅速行笔
	弧 撇	/	八			类同直撇，弧度稍大
	弯头撇	丿	右			向右下落笔重按，向左下迅疾撇出
	弯脚撇	丿	祭			行笔中蓄势，弯曲，向上回收后钩出，微呈钩尖状
	长曲撇	/	又			转折处略驻，用笔与直撇类似
捺	直 捺	㇇	友			行笔中逐渐加力，至三分之二处捺出，呈燕尾状
	弧 捺	㇇	水			类同直捺，弧度较大
	短 捺	㇇	大			类同直捺，较短
	长 捺					同直捺，较长
	反 捺					同右点，但较长且形态有
钩	左直钩	亅	来			行笔直下，向左上提笔回收
	右直钩	亅	表			类似左直钩，方向相反

钩	左弧钩	丿	字		类同左直钩，略带弧度
	右弧钩	㇏	氏		向上略挑收笔，呈弓状
	高折钩	𠃍	目		转折忌直角，宜有曲直之变
	矮折钩	㇇	高		横长，折短，转折后略向左斜
	斜折钩	𠃎	力		类同高折钩，左斜
	高弧钩	㇏	孔		状若鱼钩，上挑收笔
	矮弧钩	㇇	心		横向带弧行笔，高度较矮
	四曲钩	㇏	风		转折后势欲要足，行笔要速，状若鼓风之帆
挑	斜挑	㇇	地		落笔轻顿，向右上挑出
	横挑	㇇	子		顿后向右轻挑
	弯头挑	㇇	江		下笔重按，收笔同斜挑
折	横折	㇇	品		折时略按，转折有力
	竖折	㇇	出		类同横折，但方向相反
	斜折	㇇	女		折之间首尾相顾，顿而收
	撇折	㇇	台		折后横挑
	竖弯折	㇇	此		顿后向左下折挑

二、常用偏旁部首练习

シ				
フ				
レ				
厶				
己				
リ				
冂				
人				
亻				
勹				
厶				
儿				
又				
廴				
尸				

冫				
刀				
シ				
艹				
山				
辶				
寸				
扌				
亅				
扌				
艹				
口				
冂				
巾				
山				















イ				
い				
夕				
久				
夕				
夕				
之				
尸				
己				
方				
子				
夕				
与				
...				
方				
火				

夕				
心				
夕				
王				
才				
夕				
车				
戈				
日				
山				
水				
贝				
见				
文				
豕				
龙				

斤				
母				
月				
欠				
穴				
立				
疒				
才				
示				
石				
皮				
目				
田				
皿				
金				
手				

鸟				
衣				
牛				
耳				
页				
虫				
心				
舟				
辛				
走				
酉				
青				
里				
西				
佳				
鱼				

三、结构练习

结构形式	示意图	字 例	练 习			要 领
单体结构		申				对称字形中心要对准，笔画要匀称；非对称字形要掌握重心，倚中求稳
		石				
上下结构		香				上下注意联系，空当要安排匀称
		军				
		魚				
		茄				
		替				
		衰				
左右结构		欣				左右注意搭配。左短右长之字，左部稍高；相反，则右部稍高。左窄右宽之字，左缩而右放；相反，则左放而右缩。左右平分之二字，右部稍大
		沈				
		都				
		散				
		位				
		柳				

半包围结构		危				被包围部分重心要稳，以求同包围部分的笔画取得平衡
		臣				
		出				
		闲				
		返				
		习				
全包围结构		困				框内笔画均布，勿使虚空
		日				
品字结构		森				上紧下松

四、布势练习

字形结构	字例	练习				要领
疏	士					笔画稀疏之字，宜疏开架式，稀排点画，用笔粗壮，力求字形饱满
	介					
	川					
	犬					

密	繁				笔画密集之字，宜间架密布，用笔稀瘦，分间布白，勿使挤杂
	覆				
	雕				
	酱				
大	擎				字形较大之字，宜点画紧凑，宽猛得宜
	赖				
	爆				
	起				
小	口				字形较小之字，宜笔画丰满，以小见大
	小				
	七				
	白				
长	且				横短竖长之字，上下要紧凑，力避过于窄长
	胃				
	肩				
	骨				

短	の				竖短横长之字,要均衡布势,力避过于短矮
	丛				
	血				
	土				
偏	乙				笔势偏重一侧之字,务使其 中一笔尽势,以求均衡
	之				
	也				
	移				
斜	力				形态偏斜之字,要衡其重心, 力求体斜而心正
	后				
	夕				
	才				
堆	晶				上小下大累叠之字,宜上紧 下松
	晶				
	夏				
	秋				

积	麤				笔画繁杂而层层积压之字， 重心要正，疏密要当
	齏				
	齏				
	囊				
重	出				上下同形之字，下部要壮而 有力，张而有度
	吕				
	昌				
	尖				
并	从				左右同形相并之字，左小右 大，左敛右张
	兢				
	林				
	朋				
向	铁				左右相向之字，相交之笔画 须避让
	妙				
	待				
	伙				

背	批					左右相背之字，须彼此照应，各尽其态
	非					
	灰					
	肥					
孤	一					笔画极少之字，笔画宜丰，势欲宜足
	十					
	心					
	丁					
单	牙					体态孤单之字，以挺健有力为佳
	只					
	五					
	占					

五、范字练习

范字表

州	梦	章	冰	飞	家	诗	庐	必	玉	群
易	佛	农	侯	能	家	克	叙	建	印	陵
卧	夏	海	的	惟	座	巢	页	寒	羊	绿
参	否	异	揍	孙	和	烟	近	徒	影	却
再	明	融	城	雪	屠	张	弟	安	嫩	费
孩	冻	莲	坐	枣	旗	宝	武	愁	祓	理
韩	村	集	晓	残	就	浮	我	皆	臣	接
敲	砍	耍	物	爸	笔	版	新	歌	业	章
环	说	群	幕	疲	福	崖	磊	氛	虐	曼
益	何	喜	短	表	琴	辨	鸽	乘	愚	威
溪	楚	颠	装	剔	阅	瓶	耕	老	聪	有
勤	缺	舒	终	躬	禽	镇	素	辟	誉	震
毅	赫	醉	晨	球	貌	欣	释	解	静	路
雀	怒	空	鳞	韶	鞋	黎	魂	鼓	卷	颖
默	鼠	灌	嚷	望	激	(共160个常用汉字)				

州				
州				
梦				
梦				
年				
年				
冰				
冰				
飞				
飞				
家				
家				
诗				
诗				
序				
序				

必				
必				
到				
到				
群				
群				
易				
易				
佛				
佛				
农				
农				
侯				
侯				
能				
能				