

99天

钢笔行书速成字帖

GANGBIXINGSHUSUCHENGZITIE

董春朗 讲解 书写



行
书

编排合理
优选范字
书写洒脱

浙江文艺出版社

■ 尹俊龙 编
薛平 书写

99天钢笔行书速成字帖

gangbixingshusuchengzitie

行
书

南朝四百八十寺多少楼台烟
千里莺啼绿映红水村山郭酒
停车坐爱枫林晚霜叶红于二
远上寒山石径斜白云生处有
洛阳亲友如相问一片冰心在
寒雨连江夜入吴平明送客楚
不识庐山真面目只缘身在此山

浙江文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

99 天钢笔行书速成字帖 / 尹俊龙编, 薛平书写. —杭州:
浙江文艺出版社, 2006. 4

(钢笔书法速成系列)

ISBN 7-5339-2298-0

I. 9... II. 薛... III. 钢笔字—行书—法帖

IV. J292. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 007215 号

99 天钢笔行书速成字帖	
尹俊龙 编 薛平 书写	
整体策划: 柳明晔 责任编辑: 柳明晔 版式设计: 柳明晔 封面设计: 王 坚 制 作: 冰雪视 觉——图文工作室	浙江文艺出版社出版发行 地址: 杭州市体育场路 347 号 邮编: 310006 电邮: zjlap@mail.hz.zj.cn
	浙江省新华书店集团有限公司经销 杭州飞达工艺美术印刷厂印刷
	开本: 787 × 1092 1/16 印张: 6.5 印数: 0001-8000 2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷
	ISBN 7-5339-2298-0 定价: 10.00 元

版权所有 违者必究

前 言

行书产生于汉末魏初，及至二王（王羲之、王献之）已盛行于世。

行书是介于楷书和草书之间的一种书体，因此唐张怀瓘给行书定义为“不真不草是曰行书”。行书可分为两种：楷法多的称“行楷”，草意浓的称“行草”。

宋苏轼曾这样比喻：“楷为立，行为走，草为跑。”楷书运笔劲健，结构严谨，端庄凝重。草书运笔纵肆，结构险峻，雄逸狂放。行书以楷书为基础，吸收了草书的笔法，扬弃了楷书的方折，采用草书的转笔，以草法简化楷书笔法，简化楷书结构，突破了楷书的严谨，比楷书流动、放纵，又比草法收敛。楷书书写速度慢，草书不易辨认，而行书介于楷书与草书之间，是楷书的快写，集楷书、草书优点于一体，运笔流畅，结构简洁，飘逸洒脱，易写易认，寓艺术于实用之中，是我们日常生活中最常用的书体。

这本练习册设计新颖——有范字，有描红格，有临写格，根据书写规律，对每一笔画，每个偏旁部首，以及行书的笔法、结体都有书写的“要点说明”，使大家一目了然，迅速掌握。

练习时注意：

一、循序渐进，不可操之过急。每天练一幅，不宜在一天内匆匆完成多幅。

二、动笔前先“读帖”。根据“要点说明”，对照范字，反复认知、理解，然后命笔。

三、先描红再临写。第一次描红，使大家有一个初步感觉，一边描红，一边加深理解“要点说明”的要领。之后临写一个，感觉一下自己哪个笔画不到位。然后开始有针对性的描红，最后用心完成临写。

四、每一天所附的同类字，帮助大家巩固练习，从而具有举一反三的能力。我们设计了99天的练习，书写规律尽在其中。只要你持之以恒，根据要求认真练习，成功之路就会展现在你面前。

尹俊龙

目录

CONTENTS

笔画练习 / 01-24

笔法练习 / 25-39

偏旁部首练习 / 40-79

结构练习 / 80-99



要点说明

起笔轻，向右下侧按，用力顿，向左收笔，笔势向上。

有点

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
、	、		、	、	、	、				
户	户		户	户	户	户				
户	户		户	户	户	户				
丫	丫		丫	丫	丫	丫				
丫	丫		丫	丫	丫	丫				
主	主		主	主	主	主				
主	主		主	主	主	主				
之	之		之	之	之	之				
之	之		之	之	之	之				
卞	卞		卞	卞	卞	卞				
卞	卞		卞	卞	卞	卞				
为	为		为	为	为	为				
为	为		为	为	为	为				

自我评价

A 优 😊

B 良 😊

C 一般 😊

D 继续加油 😊



左点



向左下迅速行笔，用力顿笔，向右收笔，笔势向上，挑出。

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
丶	丶		丶	丶	丶	丶				
小	小		小	小	小	小				
小	小		小	小	小	小				
京	京		京	京	京	京				
京	京		京	京	京	京				
尔	尔		尔	尔	尔	尔				
尔	尔		尔	尔	尔	尔				
示	示		示	示	示	示				
示	示		示	示	示	示				
尘	尘		尘	尘	尘	尘				
尘	尘		尘	尘	尘	尘				
省	省		省	省	省	省				
省	省		省	省	省	省				
自我评价			A 优 		B 良 		C 一般 		D 继续加油 	



顾盼点



左点挑出后，右点紧承左点出锋，向左下撇出，笔断意连。

范 例	描 写	临 写	描 写 范 例				临 写 范 例			
ノ	ノ		ノ	ノ	ノ	ノ				
兰	兰		兰	兰	兰	兰				
兰	兰		兰	兰	兰	兰				
丰	丰		丰	丰	丰	丰				
丰	丰		丰	丰	丰	丰				
并	并		并	并	并	并				
并	并		并	并	并	并				
关	关		关	关	关	关				
关	关		关	关	关	关				
兑	兑		兑	兑	兑	兑				
兑	兑		兑	兑	兑	兑				
卷	卷		卷	卷	卷	卷				
卷	卷		卷	卷	卷	卷				
自我评价		A 优		B 良		C 一般		D 继续加油		



三合点

第一点、第三点的写法如顾盼点，第二点用带笔，三点不能平行。

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
以	以		以	以	以	以				
学	学		学	学	学	学				
学	学		学	学	学	学				
觉	觉		觉	觉	觉	觉				
觉	觉		觉	觉	觉	觉				
举	举		举	举	举	举				
举	举		举	举	举	举				
誉	誉		誉	誉	誉	誉				
誉	誉		誉	誉	誉	誉				
黉	黉		黉	黉	黉	黉				
黉	黉		黉	黉	黉	黉				
兴	兴		兴	兴	兴	兴				
兴	兴		兴	兴	兴	兴				
自我评价		A 优		B 良		C 一般		D 继续加油		



底点



前三点如三合点写法，第四点由左向右作顿势收笔。四点间有断有连，有高低、松紧的变化，体态上合下开。

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
点	点		点	点	点	点				
烈	烈		烈	烈	烈	烈				
烈	烈		烈	烈	烈	烈				
佳	佳		佳	佳	佳	佳				
佳	佳		佳	佳	佳	佳				
然	然		然	然	然	然				
然	然		然	然	然	然				
执	执		执	执	执	执				
执	执		执	执	执	执				
点	点		点	点	点	点				
点	点		点	点	点	点				
木	木		木	木	木	木				
木	木		木	木	木	木				
自我评价		A 优		B 良		C 一般		D 继续加油		



纵三点

也即三点水，由上、中、下三点组成。三点不在一条直线上，可呈弧形或S形。点与点可相连。

范例	描写	临例	描 写 范 例				临 写 范 例			
丶	丶		丶	丶	丶	丶				
冫	冫		冫	冫	冫	冫				
冫	冫		冫	冫	冫	冫				
汀	汀		汀	汀	汀	汀				
汀	汀		汀	汀	汀	汀				
江	江		江	江	江	江				
江	江		江	江	江	江				
江	江		江	江	江	江				
江	江		江	江	江	江				
汔	汔		汔	汔	汔	汔				
汔	汔		汔	汔	汔	汔				
沈	沈		沈	沈	沈	沈				
沈	沈		沈	沈	沈	沈				
自我评价			A 优		B 良		C 一般		D 继续加油	



长横



起笔轻顿，行笔快，略向上弓起，收锋向左上提笔。

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
一	一		一	一	一	一				
万	万		万	万	万	万				
万	万		万	万	万	万				
丁	丁		丁	丁	丁	丁				
丁	丁		丁	丁	丁	丁				
下	下		下	下	下	下				
下	下		下	下	下	下				
上	上		上	上	上	上				
上	上		上	上	上	上				
千	千		千	千	千	千				
千	千		千	千	千	千				
千	千		千	千	千	千				
千	千		千	千	千	千				
自我评价		A 优		B 良		C 一般		D 继续加油		



悬针竖



把垂露竖的顿势收笔变为展势收笔，出锋如针尖。笔势宜上重下轻，由慢到快，快速出锋。

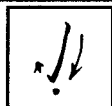
范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
丨	丨		丨	丨	丨	丨				
中	中		中	中	中	中				
中	中		中	中	中	中				
干	干		干	干	干	干				
干	干		干	干	干	干				
丰	丰		丰	丰	丰	丰				
丰	丰		丰	丰	丰	丰				
开	开		开	开	开	开				
开	开		开	开	开	开				
韦	韦		韦	韦	韦	韦				
韦	韦		韦	韦	韦	韦				
羊	羊		羊	羊	羊	羊				
羊	羊		羊	羊	羊	羊				
自我评价	A 优 ☺		B 良 ☺		C 一般 ☺		D 继续加油 ☺			

ㄣ

长撇

落笔重、稍顿，行笔快，直送末端，出锋要自然。

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
ㄣ	ㄣ		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
厂	厂		厂	厂	厂	厂				
厂	厂		厂	厂	厂	厂				
灰	灰		灰	灰	灰	灰				
灰	灰		灰	灰	灰	灰				
乃	乃		乃	乃	乃	乃				
乃	乃		乃	乃	乃	乃				
压	压		压	压	压	压				
压	压		压	压	压	压				
九	九		九	九	九	九				
九	九		九	九	九	九				
历	历		历	历	历	历				
历	历		历	历	历	历				
自我评价			A 优 		B 良 		C 一般 		D 继续加油 	



竖撇



起笔轻，由轻到重，略带弯势，驻笔，回锋上提收笔。

范例	描写	临写	描 写 范 例				临 写 范 例			
丿	丿		丿	丿	丿	丿				
度	度		度	度	度	度				
度	度		度	度	度	度				
厉	厉		厉	厉	厉	厉				
厉	厉		厉	厉	厉	厉				
厄	厄		厄	厄	厄	厄				
厄	厄		厄	厄	厄	厄				
风	风		风	风	风	风				
风	风		风	风	风	风				
尹	尹		尹	尹	尹	尹				
尹	尹		尹	尹	尹	尹				
厥	厥		厥	厥	厥	厥				
厥	厥		厥	厥	厥	厥				
自我评价		A 优		B 良		C 一般		D 继续加油		