

钢笔行书字帖

书法·勤奋·创新

庞中华

钢笔书法简介
十九世纪初，有名叫
活特要的美国发明家，很快
由于它方便，很快就被
风靡全球，成为世界通用
的书写工具。亲爱的朋友，你
每天的学习和工作中，一定
离不开钢笔。我们来研究用
钢笔写好方块字，是时代
赋予我们的重任。

河南人民出版社

封面设计 王为一
责任编辑 刘 健

钢笔行书字帖

书法·勤奋·创新

庞中华

河南教育出版社出版
河南淮阳县印刷厂印刷
河南省新华书店发行

787×1092 32开 1.625印张
1983年12月第1版1984年7月第2次印刷
印数: 48,000-998,000册
统一书号7376·52 定价0.36元

	一	怎	样	练	习	钢	笔	行	书	字	
为	少	丰	朋	友	:						
		当	你	每	天	手	握	钢	笔	写	字
的	时	候	,	多	么	希	望	能	写	得	好
写	得	快	。								
		行	书	是	我	们	最	常	用	的	一
种	书	体	,	它	介	于	楷	书	和	草	书
之	间	,	要	比	写	楷	书	快	速	灵	活
又	比	草	书	容	易	认	识	,	因	而	有
很	大	的	实	用	价	值	。	先	学	好	楷
书	,	然	后	练	行	书	,	就	容	易	掌
握	要	领	。	因	为	楷	书	的	基	本	笔
画	、	间	架	结	构	等	方	法	,	仍	可
供	练	行	书	时	借	鉴	。				
		行	书	有	什	么	特	点	呢	?	
		(1)	行	书	的	笔	画	比	楷	书	流

畅活泼。在楷书中，每一点画都要顿挫分明，交代清楚，不能随便连接；行书的点画，则可以通過流畅的游丝相牵连，这样就减少了顿挫，将楷书的“多笔画”变为行书的“连笔字”。比如“王、玄、生”三个字，用楷书的写法，分别为四、五、五画，并且每画都要顿笔，可是在行书中，只要一笔就写成了，这样，省略了笔画，也就节省了书写的时间。但是，绝不是每个字都可以一笔连成，因此我们要避免生硬的牵连。比如有一些字，前一画的末尾

同下一画的起笔相距太远，
 就不宜勉强相连，如“三、
 川、小”这几个字，可以作
 到部分相连，有连有断，笔
 断而意连。不妨写作“三、
 川、小”。至于有些笔画多的
 字，如果笔笔相连，就如同
 藤绕麻缠，影响美观和辨认。
 (2) 行书笔画的另一个显
 着的特点，是用圆转、环状
 或半环状的曲笔取代楷书方
 折的笔画，如“里、皆、明”
 即是。但要注意，不能一味
 求圆，而忽视适当的顿挫，
 以免写出的字软弱缺少骨力。
 有人说行书是“起笔如楷，

运笔如草”，正是指的起笔时
 应有楷书的顿挫，运笔时则
 要有草书的圆转与曲环。
 (3)行书的结体，近似于
 楷书的叫作“行楷”，接近于
 草书的称为“行草”，可见行
 书富有很大的灵活性和伸缩
 性。比如王羲之的代表作品
 《兰亭序》，里面有的字写得与
 楷书相同，还有的字则是草
 书的写法。因此，书少丰朋
 友不能忽视楷书的基木练习。
 (4)钢笔行书的篇章布局
 由于我们写钢笔字多采用由
 左到右横写的格式，因此在一
 篇之中，能作到“横成行，

竖无列”就可以了。也就是
字距应当小，行距应当宽。
每一个自然段开头要空出两
个字，给阅读者以清楚整洁
的感觉。在一篇白纸上书写
时，要注意上、下、左、右
留出适当的空白，使人感到
舒展大方。

行书的练习方法：
正确的方法，可以避免
走弯路，早见成效。实践证明
明，采取“少而精”、“重点突
破”、“学用结合”的方法是可
行的。具体步骤是：

(1)描字模是掌握字形的
好方法：每天在字帖上造三

五个字，用较透明的白纸蒙在上面，一笔一画照描，每个字描若干遍，同时要动脑筋想，把这个字熟记于心。多描几次，这个字就如同刻印在脑子里一样，用这样的方法，容易掌握字的结构，作到形迹相似。

(2) 临帖可以领会字的精神，培养独立书写能力：描字模之后，可以将字帖置于案前，将刚描过的那几个字再临写若干遍，进一步作到使字的精神相似。

(3) 对难写的偏旁部首要重点突破：行书字尽管变化

灵活多样，但仍育规律可循。我们在练习时，对那些难写的偏旁部首，多加练习，各个击破，以后遇到同样偏旁部首的字，就可以触类旁通，迎刃而解。对于难写的独体字或特殊写法的字，要多练习，多背诵，一一攻克。

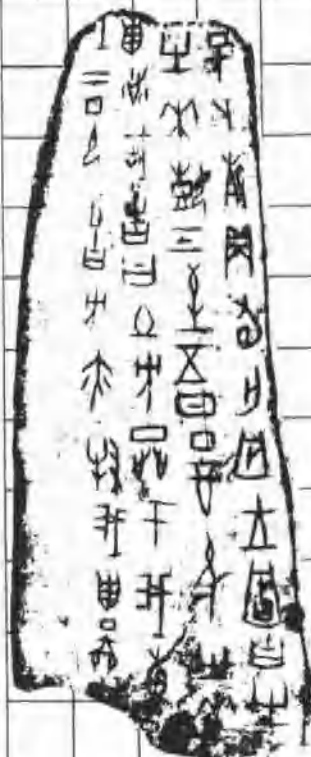
(4) 结合应用，坚持复习。学习是为了应用，所以当我们要拿起钢笔写日记、记笔记、作练习和写信的时候，都应该把我们学会的字加以应用。同时，我们每天作新的练习时，还要复习以往学过的字。这样，我们每天

都有所得，却又没忘记学过的东西，那么，我们会写的字不是越来越多，越来越好了吗？

这本字帖里，关于书法与汉字的简介，可以增长青少年朋友这方面的初步知识；关于书法家刻苦学习和创新精神的故事，则可以激励和启发青少年朋友，培养对书法的兴趣，现在不但写好字，将来无论作什么工作，都能全神贯注，始终如一，发挥自己的首创精神，作出应有的贡献来！

二、书法和汉字

我国的书法艺术，与文字密切相关。三千多年前殷墟甲骨文的书法艺术价值。甲骨文的用笔，是用坚硬的甲骨的锥子或刀子刻出的，线条硬朗挺括，和我们现在用字写字用的钢笔相似，因此我们远古先说，我们先“硬笔”

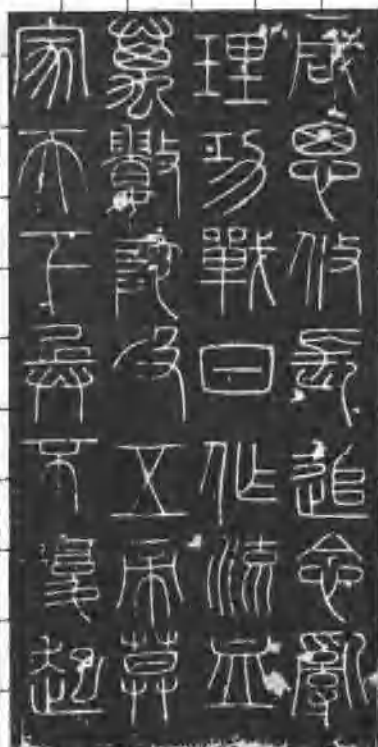


甲骨文

(刀、锥、钢笔)

铅笔、圆珠笔和粉笔，统称为“硬笔”。这一书写工具来写字了。

从殷商到秦朝，文字发展至春秋战国时期，由于时代国家文字极为混乱。秦始皇统一中国，将文字规范化，制定出一种新的“小篆”。



小篆《峰山碑》

的书体，叫作“小篆”。秦始皇的大臣李斯书

写的《泰山刻石》、《琅邪台刻石》，都是小篆的代表作品。由于当时已经使用毛笔，乙具作用的产品特色，因此小篆的字形比甲骨文更为饱满浑，并且以

用龍煥
蕭興其
荒有祖
左張高
惟良

甲骨文方折。小篆起来，民间一种的程理，篆书写起难，篆书很繁，在行简，由繁到简，加以整书，仍是很是流行，书体加为“隶书”。

汉隶《张迁碑》

隶	书	受	心	篆	圆	曲	的	笔	画	为	方
直	,	书	写	就	更	方	便	了			
		随	着	汉	字	的	演	变	和	发	展
三	国	时	代	,	已	出	现	了	楷	书	的
谁	型	。	传	说	魏	国	的	钟	繇	,	是
楷	书	的	创	始	人						
楷	书	无	疑	是	比						
隶	书	更	为	方	便						
适	用	的	一	种	书						
体	,	一	直	到	今						
天	,	它	仍	然	是						
我	们	目	常	应	的						
中	最	主	要		书						
体	之	一	。								
		人	们	在	书						
写	实	践	中	,	为						

唐故左街僧錄
內供奉三教談
論引駕大德

唐楷《玄秘塔》

看	迅	速	与	简	捷	，	又	产	生	了	行
书	和	草	书	。	尤	其	是	行	书	，	由
于	它	书	写	流	利	，	又	易	于	认	识
永和九年歲在癸卯暮春之初會  會稽山陰之蘭亭脩禊事  賢聖之跡  長流集此  地 有峻嶺茂林脩竹又有清流激湍映帶左右引以為流觴曲水							因	此	，	千	百
							年	來	，	它	一
							直	受	到	人	們
							的	喜	愛	。	
									在	我	國
							長	達	兩	、	三
							千	年	的	書	法
							史	中	，	涌	現
							出	許	多	杰	出
							的	書	法	家	，
							如	晉	代	的	二
							王	（	王	羲	之
							和	他	的	兒	子
行书《兰亭序》											

王	献	之	)	唐	代	的	欧	阳	询	、	褚
遂	良	、	颜	真	卿	、	柳	公	权	、	张
旭	、	怀	素	；	宋	代	的	苏	轼	、	黄
庭	坚	、	米	芾	、	蔡	襄	；	元	代	的
赵	孟	頫	；	明	代	的	文	征	明	、	董
其	昌	、	祝	枝	山	，	苟	苟	，	不	可
胜	数	。									
		综	观	上	述	，	我	们	可	以	说
书	法	艺	术	将	随	着	汉	字	的	改	革
而	不	断	发	展	。	“	由	繁	到	简	”
书	法	艺	术	发	展	的	必	然	规	律	，
因	为	“	繁	难	者	，	人	所	共	畏	。
简	易	者	，	人	所	共	喜	”	“	钟	表
则	壶	漏	废	”	从	书	写	工	具	来	看
在	日	常	生	活	应	用	中	，	毛	笔	取
代	刀	子	、	锥	子	，	钢	笔	、	圆	珠

笔、铅笔又取代毛笔而成为现代主要书写工具，也体现了以繁代简的历史发展客观规律。因而我们青少年朋友，努力写好钢笔字，不正是时代对我们的要求吗？

三、书法家刻苦学习的故事 故事之一

智永和尚的“退笔冢”
隋唐时代的著名书法家智永和尚，是王羲之的七世孙。据说他曾住在永欣寺楼上，刻苦学书三十年。他身边备有一个大竹篓，将写秃的笔扔进竹篓里，整整装满