



原诗·译文

【唐诗三百首】

肆

李放鸣 

红豆生南国
春来发几枝
愿君多采撷
此物最相思

钢笔楷书描摹字帖

先摹后临再描红

远方出版社



写字准备

一、正确的写字姿势

安足满坐，背直肩平，挺胸微俯，头端纸正，左手按纸，右手执笔，双眼距纸面约一尺左右。

坐姿口诀：

书写姿态摆首要，
坐正身直足安好，
头端臂和两肩平，
尺拳惦量寸把高。



二、正确的执笔方法

用“三指执笔法”，即右手的拇指、食指的指肚和中指的侧面分别从三个不同方向捏住笔杆的下端，使之形成合力。无名指和小指自然弯曲，手腕轻贴桌面，以形成安稳的“支撑点”。

执笔口诀：

三指执拿钢笔好，
虚掌实指切记牢，
笔杆倾斜要常察，
四十五度最为妙。



青少年硬笔书法学习丛书(续一)

唐诗三百首·四·
钢笔楷书描摹字帖

李放鸣 书

责任编辑：苏那嘎

封面设计：彭科星 蒋金辰

出版发行：远方出版社

社址：呼和浩特市乌兰察布东路666号

邮编：010010

经销：新华书店

印刷：重庆升光电力印务有限公司

版次：2003年1月第1版

印次：2003年3月第1次印刷

开本：850mm×1168mm 1/32

印张：52.5

印数：20000

书号：ISBN7-80595-819-X/G·245

定价(全十册)：50.00元

青少年朋友们：

二十一世纪是一个充满挑战的世纪。写得一手好字，是全面推广素质教育的需要；写得一手好字，会得到爸爸、妈妈、老师和同学们的称赞；写得一手好字，可以使你的学习如虎添翼，为你取得好的学习成绩打下坚实的基础。

怎样才能又快又好地写好字呢？历代书法家根据实践经验，总结出三种科学的习字方法：一是摹帖，二是临帖，三是描红。这三种习字方法是初学者打开书法之门的钥匙。我们在本套丛中，将摹、临、描这三种习字方法结合为一体。习字时，首先在书中备好的薄纸上摹写，然后用自备的纸照帖临写数遍，最后在书中的范字上描写。这样就可以在摹、临、描的反复书写中得到强化训练，收到事半功倍的效果。

唐诗在中国璀璨的古代诗歌中占有重要地位，唐诗浩如烟海，其内容丰富多彩，包罗万象。我们贴近青少年陶冶情操、提高文学修养的实际，按国情、乡情、亲情、山水田园情的思路进行选编，6个分册选编了唐诗共约300首，供大家进行摹、临、描的书写练习。唐诗译文的选编，更可以帮助大家在书写的过程中，加深对唐诗的理解。本字帖由中国当代著名硬笔书法家李放鸣书写。限于水平，我们在选编过程中，难免有错误或不足之处，望大家指正、谅解。

青少年朋友们，你们只要坚持不懈，反复练习，日积月累，必会练就一手人人都称赞的好字。

编者

相思

王维

古诗
原文

红豆生

南国，春来发几枝。愿

君多采撷，此物最相

思。

古诗
译文

红豆生长在南方，

到春天发出很多

新枝，长满果实。希望

你多采摘一些红豆，

带回去，因为它最能

表达相思情意。

拜新月

李端

古诗
原文

开帘见

新月，便即下阶拜。细

语人不闻，北风吹裙

带。**古诗文** 拉开窗帘看到

一弯新月，赶紧下台

阶拜月。轻声地低语，

没有人能听见，只见

北风悄悄地吹动她

的裙带。

采莲曲

王昌龄

古诗文

荷叶罗

裙一色裁，芙蓉向脸

两边开。乱入池中看

不见，闻歌始觉有人

来。

古诗
译文

荷

叶

与

采

莲

女

的

衣

裙

都

是

一

个

颜

色，

采

莲

女

将

脸

庞

藏

在

莲

花

间，

莲

花

就

好

像

朝

着

采

莲

女

的

脸

庞

两

边

盛

开。

她

们

进

入

莲

池

深

处

简

直

就

找

不

到

了，

直

到

她

们

高

声

唱

歌

才

知

道

她

们

从

那

里

出

来。

牧童词

李 涉

古诗
原文

朝

牧

牛，

牧牛下江曲，夜牧牛。
牧牛度村谷。荷蓑出
林春雨细，芦管卧吹
莎草绿。乱插蓬蒿箭
满腰，不怕猛虎欺黄
犊。
古诗
译文
牧童放牛朝朝
暮暮，有时去江湾，有
时去村边的山谷。有
时披着蓑衣冒着细
密的春雨出没在林
间，有时卧躺在沙滩

的绿草上吹着芦管。

腰间乱七八糟插着

蓬蒿当箭，不怕猛虎

下山欺负小黄牛。

秋浦歌(十四)

李白

古诗
原文

炉火照

天地，红星乱紫烟。赧

郎明月夜，歌曲动寒

川。
古诗译文 熊熊的炉火，在

冶炼炉中燃烧，红星

四溅，紫烟燎绕，广阔

的天地被炉火照得

通	明。	工	人	们	边	劳	动
边	唱	自	编	的	歌	谣，	炉
火	映	红	了	冶	炼	工	的
脸	庞，	嘹	亮	的	歌	声	震
动	原	野，	直	上	云	霄。	
社 日 王 驾				古诗 原文	鵝	湖	山
下	稻	梁	肥，	豚	栅	鸡	栖
半	掩	扉。	桑	柘	影	斜	春
社	散，	家	家	扶	得	醉	人
归。	古诗 译文	鵝	湖	山	下	稻	梁
都	肥	满	丰	硕，	猪	圈	和

鸡舍的门都半开着。

桑柘树的影子越来越

越长了，春社才散，每

家都挽扶着喝醉酒

的人回来了。

田家乐

王维

古诗
原文

桃红复

含宿雨，柳绿更带朝

烟。花落家童未扫，莺

啼山客犹眠。

古诗
原文

浅红

的桃花带着夜里落

上的雨露，淡绿的柳

丝 笼 罩 在 清 晨 升 起
的 炊 烟 之 中。 满 地 落
花 家 童 还 没 打 扫， 莺
啼 声 声， 山 客 睡 得 正
浓。

綦川闲居赠裴秀才迪
王 维

古诗
原文

寒 山 转

苍 翠， 秋 水 日 潺 湲。 倚
杖 柴 门 外， 临 风 听 暮
蝉。 渡 头 余 落 日， 墟 里
上 孤 烟。 复 值 接 舆 醉，
狂 歌 五 柳 前。

古诗
译文

寒 冷

的 秋 日 里 , 山 色 越 发
显 得 苍 翠 , 山 涧 中 的
泉 水 也 整 日 不 停 地
潺 潺 地 流 着 。 我 拄 着
拐 杖 倚 在 柴 门 之 外 ,
在 晚 风 中 聆 听 蝉 子
鸣 叫 。 渡 头 口 笼 罩 在
一 抹 斜 阳 余 辉 中 , 村
落 里 正 升 起 一 缕 炊
烟 。 这 时 , 我 又 碰 到 了
你 这 接 舆 一 样 的 醉

人,在我面前狂歌。

小儿垂钓

胡令能

古诗
原文

蓬头稚

子学垂纶,侧坐莓苔

草映身。路人借问遥

招手,怕得鱼惊不应

人。
古诗译文 一个头发蓬乱

的小孩学着钓鱼,他

选了一个阴湿有草的

僻静之处坐在那里。

这时有个过路人向

他问事,他不敢大声

说话只是摇手示意。

怕说话声把鱼惊走，

只好低声耳语。

雨过山村

王建

古诗
原文

雨里鸡

鸣一两家，竹溪村路

板桥斜。妇姑相唤浴

蚕去，闲着中庭梔子

花。古诗译文 雨天里不时听

到一两家鸡鸣，一座

木板搭成的小桥架

设在竹溪村路间。村

里的妇女，嫂姑相唤，
一起去选蚕种。大家
忙忙碌碌的，只有院
中白色桅子花寂寞
地立在雨中。

溪居即事

崔道融

古诗
原文

篱外谁

家不系船，春风吹入
钓鱼湾。小童疑是有

村客，急向柴门去却

关。
古诗
译文

篱笆外边不知

是谁家没有把船系

好	春	风	一	吹	它	就	晃
晃	悠	悠	地	飘	进	了	钓
鱼	湾。	一	个	小	童	见	了
以	为	是	来	了	客	人	急
忙	跑	出	去	打	开	柴	门
的	门	闷。					
春 怨 金昌绪				古 诗 原 文	打	起	黄
莺	儿	莫	教	枝	上	啼。	啼
时	惊	妾	梦	不	得	到	辽
西。	古 诗 原 文	快	赶	走	这	不	知
趣	的	黄	莺	儿	不	要	让

它	在	枝	头	上	啼	叫	黄
莺	的	叫	声	会	惊	醒	我
的	美	梦	使	我	不	能	在
梦	中	到	辽	西	与	夫	君
相	聚						
钓鱼湾 储广羲				古诗原文			
垂	钓	绿					
湾	春	春	深	杏	花	乱	潭
清	疑	水	浅	荷	动	知	鱼
散	日	暮	待	情	人	维	舟
绿	杨	岸	古诗原文	春	天	我	在
绿	树	成	荫	的	小	河	湾