

名家精品字帖系列

zhongwaimingrenmingyanangangbiziitie

中外名人名言钢笔字帖

生活真知篇

李放鸣 · 书

生活有千百种形式，
每人只能经历一种。
别人的幸福，
那是想入非非，
即便得到也不会享那个福。

中外名人名言钢笔字帖

生活方式

生活有千百种形式，每人只能经历一种。别人的幸福，那是想入非非，即便得到也不会享那个福。（纪德）
生活的意义在于美好，在于向往目标的力量，应当使生活的每一个瞬间都有崇高的目的。（高尔基）
生活，另一人则全心地献身于它。前一种人到晚年精神贫乏而且缺少回忆的往事，而后一种人则在这两方面都是富有的。

形式
人的幸
得到
文

式
幸
到
文

蓝天出版社

名家钢笔字帖精品系列

中外名人名言钢笔字帖

——生活真知篇

李放鸣 书

蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

中外名人名言钢笔字帖·生活真知篇/李放鸣书.

—北京:蓝天出版社,2002.4

ISBN 7-80158-199-7

I. 中…

II. 李…

III. 汉字—钢笔字—法帖

IV. J292.12

责任编辑:蒋爱民

封面设计:世纪数码

策 划:秦川文化

蓝天出版社出版发行

(北京市复兴路14号)

(邮政编码:100843)

电话:66983715

新华书店经销

北京柯蓝博泰印务有限公司印刷

787×1092 毫米 16 开本 10.5 印张 21 千字

2002 年 5 月第 1 版 2002 年 5 月第 1 次印刷

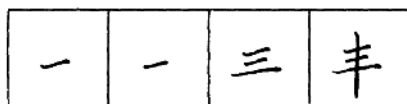
印数:1—20000 册

定价:8.00 元

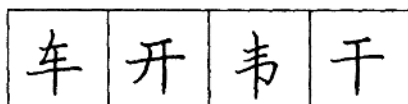
汉字基本笔顺练习

笔顺是笔画书写的顺序，按笔顺写字可以提高书写速度，养成良好的书写习惯，为学习行书等其它字体打下良好的基础。写字笔顺歌曰：“写字应当讲笔顺，掌握要领笔有神，先横后竖上到下，先撇后捺左右分，从外到内记得住，进了屋子再关门。”

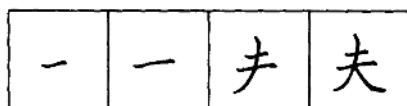
先横后竖



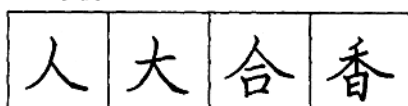
字例



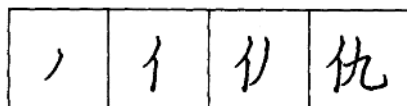
先撇后捺



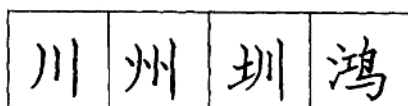
字例



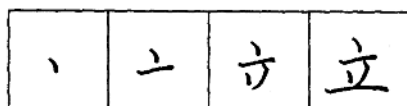
从左到右



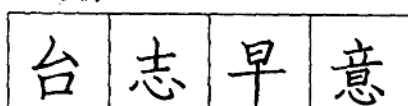
字例



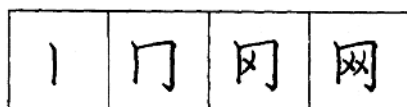
从上到下



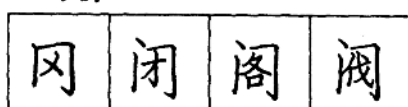
字例



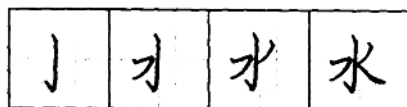
从外到内



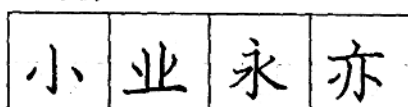
字例



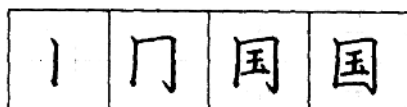
先中间后两边



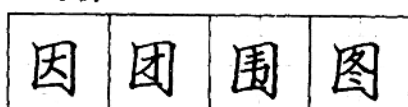
字例



先进门后封口



字例



汉字基本笔画练习

丶	右点：凌空取势，向右下落笔即顿。	丶	丶	广	广	义	义	卞	卞
丿	左点：凌空取势，向左下落笔即顿。	丿	丿	农	农	党	党	寂	寂
㇏	仰点：往右下顿笔，翻笔上挑，呈上仰之势。	㇏	㇏	必	必	秘	秘	池	池
㇏	长点：落笔取斜势，由左向右下，顿笔回收。	㇏	㇏	外	外	食	食	餐	餐
㇏	撇点：落笔重顿，随后向左下撇出。	㇏	㇏	兰	兰	兑	兑	首	首
㇏	相向点：两点上开下合，呈相向之势。	㇏	㇏	羊	羊	米	米	半	半
㇏	相背点：两点上合下开，呈左右相背之势。	㇏	㇏	具	具	兵	兵	真	真
㇏	上下点：上下重叠排列，重心在一条垂线上。	㇏	㇏	尽	尽	头	头	寒	寒
㇏	横三点：三点中点略高，呈上开下合之势。	㇏	㇏	觉	觉	举	举	彩	彩
㇏	聚四点：四点呈辐射状聚向中心，书写时先左后右。	㇏	㇏	泰	泰	率	率	挑	挑
一	长横：运笔向右略上行，收笔稍顿后回收。	一	一	二	二	三	三	丁	丁
一	短横：写法如长横，上倾角度比长横明显大约 10°。	一	一	五	五	互	互	左	左
丨	垂露竖：收笔时顿笔回锋，使笔端呈露珠状。	丨	丨	非	非	将	将	艳	艳

	悬针竖：起笔稍顿，均匀用力下行，提笔出锋，呈针状。			中	中	牛	牛	升	升
	断竖：起笔略顿，稳稳下行，收笔即止。			上	上	止	止	丘	丘
	短撇：起笔重顿，转笔向左，快速出锋。			千	千	乎	乎	禾	禾
	长撇：起笔重顿，由重至轻向左下行笔，末端出锋。			令	令	会	会	合	合
	竖撇：由重至轻向下行笔，到2/3处提笔，力至笔端。			月	月	朋	朋	周	周
	斜捺：轻落笔后向右下行，顿笔平出锋。			人	人	反	反	米	米
	平捺：起笔平行写出一小颈，再右下行笔，顿笔出锋。			乏	乏	泛	泛	起	起
	横折：起笔如横画，转折向下写竖，折角成方折。			马	马	妈	妈	咫	咫
	竖折：起笔如竖画，转折处略顿向右行。			忘	忘	荒	荒	发	发
	撇折：起笔作顿，左下行笔，至末端折笔右行。			幻	幻	幼	幼	弘	弘
	横钩：行笔向右略上，转角方中带圆，出钩干脆有力。			农	农	宸	宸	寂	寂
	竖钩：竖画挺拔有力，出钩略顿的左上挑出。			寸	寸	求	求	拆	拆
	弯钩：起笔轻落，重笔下行，略弓背，然后顿笔出钩。			承	承	嫁	嫁	像	像
	斜钩：顿笔向右下行，折笔向右上出钩。			戈	戈	伐	伐	戚	戚

ㄣ	卧钩：向右弧形行笔，由轻到重，然后出钩。	ㄣ	ㄣ	愁	愁	慰	慰	慈	慈
ㄥ	竖弯钩：正直下行向 右弯，行笔至末，顿 笔出钩，底部宜平。	ㄥ	ㄥ	优	优	笔	笔	笆	笆
ㄣ	提：起笔作顿，然 后迅速向上出锋。	ㄣ	ㄣ	歧	歧	抖	抖	特	特
ㄣ	竖提：竖长提短， 竖可稍向右挺。	ㄣ	ㄣ	民	民	氏	氏	衣	衣
ㄣ	横撇：横短撇长， 横平撇直，折角约 45°。	ㄣ	ㄣ	水	水	冰	冰	泳	泳
ㄣ	横折提：横略上仰， 竖略右挺，夹角要 紧，整体呈长形。	ㄣ	ㄣ	讽	讽	说	说	该	该
ㄣ	横折钩：折角宜 方，竖直挺，钩短 而有力。	ㄣ	ㄣ	办	办	句	句	旬	旬
ㄣ	横折弯钩：横折略 向上仰，折角竖 实，弯钩舒展。	ㄣ	ㄣ	乞	乞	吃	吃	仇	仇
ㄣ	竖横折钩：上下等 距，竖略右挺，色 向内收。	ㄣ	ㄣ	鸣	鸣	鸡	鸡	鸭	鸭
ㄣ	横撇弯钩：上紧下 松，上折下弯，整 体呈斜势。	ㄣ	ㄣ	邶	邶	邢	邢	郑	郑
ㄣ	横折折撇：上紧下 松，上短下长，整体 稍窄。	ㄣ	ㄣ	及	及	汲	汲	级	级
ㄣ	横折折折钩：上紧 下松，上仰下斜， 重心平稳。	ㄣ	ㄣ	乃	乃	仍	仍	奶	奶
ㄣ	横折弯：横折均 等，上折下弯，角 度约 90°	ㄣ	ㄣ	役	役	毁	毁	般	般
ㄣ	竖折撇：上松下紧， 横撇夹紧，竖略向 右，撇短促有力。	ㄣ	ㄣ	专	专	传	传	转	转

汉字基本结构练习



正方形：字形方正，不能狭长。

口 口 田 田 回 回 旧 旧



长方形：字形狭长，不能太短。

日 日 目 目 月 月 国 国



左斜体：向左倾斜，注意重心。

夕 夕 歹 歹 多 多 少 少



右斜体：向右倾斜，重心居中。

戈 戈 戈 戈 戈 戈 戈 戈



正梯形：上狭而平，下部宽展。

五 五 互 互 无 无 兄 兄



斜梯形：左收右放，斜钩舒展。

氏 氏 成 成 良 良 民 民



正三角形：上狭而尖，下部平而展。

大 大 太 太 夫 夫 土 土



倒三角形：上平而舒展，下狭而尖。

丁 丁 丫 丫 下 下 甲 甲



菱形：中间长而舒展。

卡 卡 斗 斗 十 十 伞 伞



浑圆：八面势全，中宫紧收。

务 务 去 去 永 永 水 水



左右相等：左右各占位约 1/2。

驳 驳 群 群 解 解 颠 颠



左窄右宽：左占约 1/3，右占约 2/3。

拔 拔 派 派 流 流 很 很



左宽右窄：左占约 2/3，右占约 1/3。

彩 彩 刑 刑 形 形 刻 刻

	左长右短：右部靠下。	知	知	弘	弘	和	和	耙	耙
	左短右长：左部靠上。	鸣	鸣	鸡	鸡	磅	磅	硬	硬
	上下相等：上下各占位约 1/2。	音	音	志	志	思	思	类	类
	上短下长：上占约 1/3，下占约 2/3。	茉	茉	花	花	茈	茈	第	第
	上长下短：上占约 2/3，下占约 1/3。	黑	黑	烈	烈	煮	煮	悬	悬
	上开下合：上部各占位约 1/2。	帮	帮	智	智	贺	贺	碧	碧
	上合下开：下部各占位约 1/2。	轰	轰	聂	聂	翁	翁	翦	翦
	左中右相等：各占位约 1/3。	树	树	坳	坳	蜥	蜥	排	排
	右宽左中窄：宽部占约 2/4，余部各占 1/4。	鸿	鸿	鹈	鹈	鹏	鹏	嗨	嗨
	中宽左右窄：宽部占约 2/4，左右各占 1/4。	衡	衡	褂	褂	街	街	街	街
	中窄左右宽：中部占约 1/5，左右各占 2/5。	狱	狱	辩	辩	辩	辩	班	班
	上中下相等：三部分各占位约 1/3。	意	意	窘	窘	冀	冀	翼	翼
	上短中下长：上部占约 1/5，中下各占约 2/5。	蓼	蓼	蕙	蕙	率	率	裹	裹
	中短上下长：上下各占约 2/5，中部占 1/5。	薈	薈	薈	薈	薈	薈	鬟	鬟

生活方式

生活有千百种形式,每人只能经历一种。别人的幸福,那是想入非非,即便得到也不会享那个福。(纪德) ☆ 生活的意义在于美好,在于向往目标的力量。应当使生活的每一个瞬间都具有崇高的目的。(高尔基) ☆ 一些人逃避生活,另一些人则全心全意地献身于它。前一种人到了晚年精神贫乏而且缺少值得回忆的往事,而后一种人则在这两方面都是富有的。

(高尔基)



生活的美妙就在于

它的丰富多彩,要使生活变

得有趣,就要不断地充实它。

(高尔基)



事事把生活放在第

一位的人,是最不会享受生

活的,而一个人如果汲汲于

谋求幸福,他往往会落得极

其不幸的。

(卢梭)



我跟所有

的人一样,生活在这世界上,

是为着来征服生活。

(巴金)



生活是一种不断竞争和自

我的超越。不管你是什

么身份,做什么工作,都需

要全部地投入,千万不要存

“客串”的心理,得过且过地混

日子,那是划不来的事。(席幕蓉)

☆ 对于战士,生活就是不停

地战斗,他不是取得光明而

生存,便是带着满身伤痕而

死去。(巴金) ☆ 不管时代的潮

流和社会的风尚怎样,人总

可以凭着自己高贵的品质,

超脱时代和社会,走自己正

确的道路。(爱因斯坦) ☆ 每个人都

是为了某种事业诞生的。每

个在地上行走的人,都有他

在生活中应尽的职责。(海明威)

☆ 怠惰是诱惑的温床,疾病

的 摇 篮 时 间 的 浪 费 者 对 于

无 所 事 事 的 人 生 活 很 快 便

失 去 新 奇 而 当 新 奇 放 在 坟

墓 埋 葬 安 乐 的 丧 礼 便 接 踵

而 来。

(罗曼·罗兰)

☆ 合 理 生 活 的 目

的 就 在 于 懂 得 什 么 是 正 义

的 东 西 感 受 什 么 是 奇 妙 的

东 西 渴 求 什 么 是 美 好 的 东

西。

(普拉顿)

☆ 伟 人 的 生 平 昭 示

我 们 我 们 也 能 使 自 己 的 生

活 令 人 崇 敬 当 我 们 告 别 人

生 的 时 候 在 时 间 的 沙 滩 上

留 下 自 己 的 脚 印。

(朗费罗)

☆ 人

的 真 实 生 活 不 在 于 穿 衣 吃

饭而在艺术思想和爱在于

美的创造和冥想以及对于

世界的合乎科学的了解。(罗素)

☆ 我的生活每沉愈下,但它

没有过错。因为我不仅没有

跌倒,反而始终斗志昂扬,也

就是说,生活中的每一次下

降,并没有使我退回到出发

点。(圣西门) ☆ 人生的光荣,不在

永不失败,而在于能够屡败

屡战。(拿破仑) ☆ 生命的多少用

时间计算,生命的价值用贡

献计算。从物质的消耗中谋

求欢乐,才是人生真正的悲

哀。(裴多菲) ☆ 人 类 最 重 要 的 努

力 莫 过 于 在 我 们 的 行 动 中

力 求 维 护 道 德 准 则, 我 们 的

内 心 平 衡 甚 至 我 们 的 生 存

本 身 全 部 有 赖 于 此。 只 有 按

道 德 行 事, 才 能 赋 予 生 活 以

美 和 尊 严。(爱 因 斯 坦) ☆ 要 是 在 我

们 的 生 命 之 中, 理 智 和 情 欲

不 能 保 持 平 衡, 我 们 血 肉 的

邪 心 就 会 引 导 我 们 到 一 个

荒 唐 的 结 局, 可 是 我 们 有 的

是 理 智, 可 以 冲 淡 我 们 汹 涌

的 热 情、 肉 体 的 刺 激 和 奔 放

的 淫 欲。(莎 士 比 亚) ☆ 播 种 一 个 行

动,你会收获一个习惯,播种

一个习惯,你会收获一个个

性,播种一个个性,你会收获

一个命运。(菩德吉) ☆ 人生处事,

应当匡救时局的艰危,以实

现自己的抱负,怎么能为柴

米油盐等家庭琐事了此一

生呢?(秋瑾) ☆ 不明智,不健康,

不正直地生活是不可能活

得愉快的,同样,活得不愉快

也就不可能活得明智、健康

和正直。(伊壁鸠鲁) ☆ 真诚的朋友,

良好的书本和善良的良心,

这就是理想的生活。(马克·吐温) ☆

闲情逸致

娱乐应该成为艺术,生

活应该成为艺术。生活的技

术应该就是生活的艺术。(三木

清) ☆ 有目的的娱乐不能成

为真正的娱乐。娱乐没有目

的,可对生活来说是符合目

的的。(三木清) ☆ 我十分赞赏公

共娱乐,因为娱乐可以防止

人们去干不正经的事。(约翰逊)

☆ 人人都应有一种深厚的

兴趣或嗜好,以丰富心灵,为

生活添加滋味,同时也许可

以借着它,对自己的国家有