

名家精品字帖系列

zhongwaimingrenmingyanangangbizi

中外名人名言钢笔字帖

道德情操篇

李放鸣◎书

不患位之不尊而患德之不崇；
不耻禄之不伙，
而耻智之不博。

中外名人名言钢笔字帖

公德修养

芝兰生于幽林不以无人而不芳君子修道立德不
为穷困而改节(孔子) ☆ 不患位之不尊而患德之不崇不
耻禄之不伙而耻智之不博。
(张衡) ☆ 古之欲明德于天下者先治其国欲齐其家欲
修身欲修其身者先正其心欲正其心者先诚其意欲诚其
意者先致其知致知在格物(朱熹) ☆ 出身贫苦不可骄傲
创业艰难不可奢华努力不

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

——道德情操篇

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·道德情操篇/李放鸣书.

—北京:蓝天出版社,2002.4

ISBN 7-80158-195-4

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

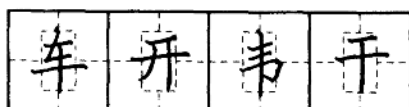
汉字基本笔顺练习

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。”

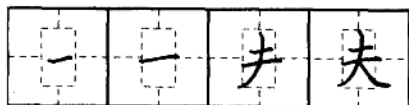
先横后竖



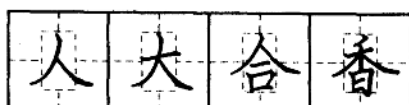
字例



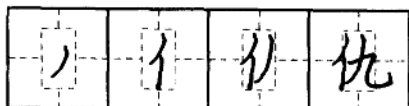
先撇后捺



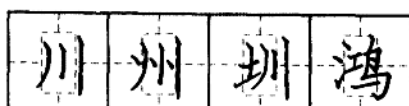
字例



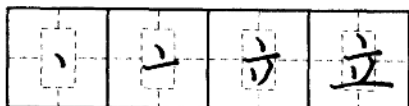
从左到右



字例



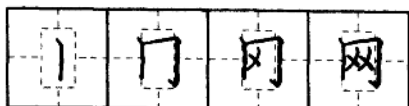
从上到下



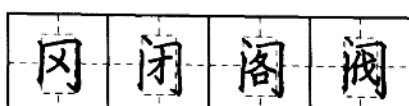
字例



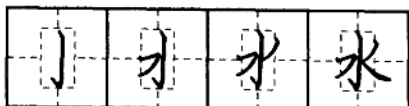
从外到内



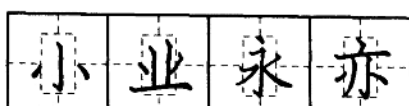
字例



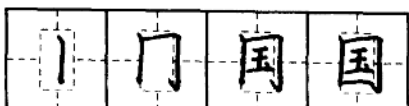
先中间后两边



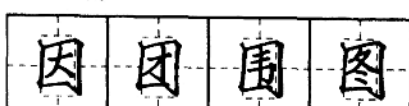
字例



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	爬	爬
	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

	卧钩：向右弧形行笔，由轻到重，然后出钩。						
	竖弯钩：正直下行向右弯，行笔至末，顿笔出钩，底部宜平。						
	提：起笔作顿，然后迅速向上出锋。						
	竖提：竖长提短，竖可稍向右挺。						
	横撇：横短撇长，横平撇直，折角约45°。						
	横折提：横略上仰，竖略右挺，夹角要紧，整体呈长形。						
	横折钩：折角宜方，竖直挺，钩短而有力。						
	横折弯钩：横折略向上仰，折角坚实，弯钩舒展。						
	竖横折钩：上下等距，竖略右挺，色向内收。						
	横撇弯钩：上紧下松，上折下弯，整体呈斜势。						
	横折折撇：上紧下松，上短下长，整体稍窄。						
	横折折折钩：上紧下松，上仰下斜，重心平稳。						
	横折弯：横折均等，上折下弯，角度约90°。						
	竖折撇：上松下紧，横撇夹紧，竖略向右，撇短促有力。						

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	蚋	蚋	蜥	蜥	排	排
	右宽左中窄：宽部占约 2/4，余部各占 1/4。	鸿	鸿	鹄	鹄	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，中部占约 1/5。	薈	薈	薈	薈	薈	薈	鬟	鬟

道德修养

芝兰生于幽林，不以无

人而不芳；君子修道立德，不

为穷困而改节。

(孔子)

☆ 不患

位之不尊，而患德之不崇；不

耻禄之不伙，而耻智之不博。

(张衡)

☆ 古之欲明德于天下

者，先治其国；欲治其国者，先

齐其家；欲齐其家者，先修其

身；欲修其身者，先正其心；欲

正其心者，先诚其意；欲诚其

意者，先致其知；致知在格物。

(礼记)

☆ 出身贫苦，不可骄傲

创业艰难，不可奢华，努力不

懈，不可安逸。能以“谦”“俭”“劳”三字为立身之本，而补余之不足，以“骄”“奢”“逸”三字为终身之戒，而为一个健全之国民，则余愿足矣。（车耀先） ☆ 君子之行，

静以修身，俭以养德，非淡泊无以明志，非宁静无以致远。

（诸葛亮） ☆ 习气那个怪物，虽然是魔鬼，会吞掉一切的羞耻心，也会做天使，把日积月累的美德善行熏陶成自然而然，然而令人安之若素的家常便饭。（莎士比亚） ☆ 一个人有了崇高的伟大的理想，还一定要

有高尚的情操。没有高尚的

情操，再崇高再伟大的理想

也是不能达到的。(陶铸) ☆ 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) ☆

以冰霜之操自励，则品日清

高，以穹隆之量容人，则德日

广大。(弘一大师) ☆ 修养的花儿在

寂静中开过去了，成功的果

子便要在光明里结实。(冰心)

☆ 重言重行，重貌重好。言重

则有法，行重则有德，貌重则

有威好重则有欢。(杨雄) ☆ 源

静则流清,本固则丰茂,内修

则外理,形端则影直。(魏子) ☆

有什么样的思想,就有什么

样的行为,有什么样的行为,

就有什么样的习惯,有什么

样的习惯,就有什么样的性

格,有什么样的性格,就有什

么样的命运。(查·霍尔) ☆ 好的习

惯愈多,则生活愈容易,抵抗

引诱的力量也愈强。(詹姆斯) ☆

崇德莫盛乎安身,安身莫大

乎有政,有政莫重乎无私,无

私莫深乎寡欲,是以君子安

其身而后动，易其心而后语，

定其交而后求，笃其志而后

行。(王粲) ☆ 自觉心是进步之

母，自灭心是堕落之源，故自

觉心不可无，自灭心不可有。

(邹韬奋) ☆ 精神上的道德力量

发挥了它的潜能，举起了它

的旗帜，于是我们的爱国热

情和正义感在现实中均得

施展其威力和作用。(黑格尔) ☆

涵养致知力行三者，便是以

涵养为首，致知次之，力行又

次之。(朱熹) ☆ 君子之道四焉，

强于行义，弱于受谏，怯于待

禄慎于治身。(孔子) ☆修身者

智之府也,爱施者仁之端也,

取予者义之符也,耻辱者勇

之决也。(司马迁) ☆在儿童时期

没有养成思想的习惯,将使

他从此以后永远都没有思

想的能力。(卢梭) ☆我们想要

涵养公正的品德,就应养成

一种“不苟”的优良习惯。(林肯)

☆优良的品德是内心真正

的财富,而衬显这品行的是

良好的教养。(约翰·洛克) ☆品德应

该高尚些,处世应该坦率些,

举止应该礼貌些。(孟德斯鸠) ☆

仁义良心

志士仁人无求生以害

仁，杀身以成仁。(论语·卫灵公) ☆ 天

不为人之恶寒而辍冬，地不

为人之恶辽远而辍广，君子

不为小人匈匈也辍行。(庄子·天地)

☆ 兰生幽谷，不为莫服而不

芳；舟在江海，不为莫乘而不

涂；君子行义，不为莫知而止

休。(刘安) ☆ 精于义者，眼界大

心地平；拘于利者，眼界小

地险。(胡达源) ☆ 良心是我们每

个人心头的岗哨，它在那里

值勤站岗，监视着我们别做

出违法的事情来。(毛姆) ☆ 良

心是一种内心的感觉,是对

于躁动于我们体内的某种

异常愿望的抵制。(弗洛伊德) ☆ 良

心是一种根据道德准则来

判断自己的本能,它不只是

一种能力,它是一种本能。(康德)

☆ 一个人所处的荒谬的——

也是悲剧性的处境就是当

他最需要良知时,良知却最

软弱。(弗罗姆) ☆ 要努力让你心

中的那朵被称为良心的火

花永不熄灭。(乔治·华盛顿) ☆ 忠者

仁义,德之顺也;悖傲无礼,德