

中国汉字书写秘诀

作者 邓国寿 邓先

内蒙古人民出版社出版

这是一项研究成果，这项研究成果的最大成功之处就是解决了书法艺术中教与学的问题。一个长期以来重临摹、靠临摹的大众艺术现在揭开了面纱，掀起了盖头，露出了庐山真面目。

这是一项研究成果，这项研究成果的最大成功之处就是解决了书法艺术中教与学的问题。一个长期以来靠临摹，靠揣摩的大众艺术现在揭开了面纱，掀起了盖头，露出了庐山真面目。

中国汉字书写秘诀

作者 邓国寿 邓先

内蒙古人民出版社出版

图书在版编目(CIP)数据

中国汉字书写秘诀／邓国寿 邓先著．—呼和浩特：内蒙古人民出版社，2005.1

ISBN 7-204-07575-7

I. 中… II. 邓… III. 汉字—书法 IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 113698 号

中国汉字书写秘诀

邓国寿 邓先 著

*

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城区东风路祥泰商厦写字楼副 1 号楼)

江西省地矿局测绘大队印刷厂印刷

开本：787×1092 1/16 印张：11 字数：136 千

2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

印数：1-1 000 册

ISBN 7-204-07575-7/G·1814 定价：28.00 元

谨以此书献给热爱中国传统文化的人们！

略谈《中国汉字书写秘诀》

《中国汉字书写秘诀》是一本书法教科书，确切地说就是一位书法老师。作者在撰写与编辑这套教材时，运用独创的形象思维法，把汉字的基本笔画，部分偏旁部首以及字体结构用口诀的方式，形象地表达出来，让读者在练字之前就对字的基本笔画、偏旁部首和结构有了一个清晰的形象，练习之时心中就有字谱，避免了临摹之时枯燥乏味，心中没底。举个例子（双耳旁的写法）：左右双耳旁，左右不一样。在左稍写小，在右稍写大。在左竖尾粗，在右竖尾尖。请看范字：倪、邝。

每页书的左上角作者有意选编了一些诗书杂谈、谜语漫话、楹联拾趣以及散文精选，让读者在接受书法教育的同时，潜移默化地接受传统的中国文化教育。

每页书的右上角作者有意镶嵌了一个毛笔范字，这样既为本页书的内容列举了一个例字，又起到了毛笔字帖的作用，而且看起来还有一种赏心悦目的山水画美感。毛笔字或钢笔字写得较好的长辈有了这本书，可以具体地、贴切地、准确地、风趣地用语言指导晚辈练字，生活增添了情调，消遣融入了享受，真可谓天伦之乐，其乐融融。

《中国汉字书写秘诀》的封面设计寓意深刻。她仿佛在向人们讲述一个动人的故事：在一个古老的国度里诞生了一本书，书名叫《中国汉字书写秘诀》。这是一本金光闪闪的书，说她是神来之物一点也不过分，而实际上她是数千年来无数书家辛勤耕耘的智慧结晶，也可以说是汉字本身所具有的独特神奇。封面的底色源于茅台酒的包装色，这是一种富贵之色。底色的表现形式采用菱形方块状，其思路来源于南京狮子山照壁，给人一种方正、大气。朦朦胧胧的郑板桥扇形书法作品，暗示着你在这条路上行走，可以名扬四海，流芳百世。封底的“神”字和对神的诠释更是你终生笃志的座右铭。

《中国汉字书写秘诀》的生命力是旺盛的。她成功的奥秘就在于她拥有一个庞大的学习群体,小学生、中学生、大学生、博士生,生生必学;少年人、青年人、中年人、老年人,人人皆习。另外,她还具有礼品功能:送亲戚,送朋友,帮助人,练好字。

有人做过这样的实验,把《中国汉字书写秘诀》这本书合起来,然后随意一翻,仔细阅读翻到的这一页,读完,把书合起来,又随意一翻,又仔细阅读,读完,再把书合起来,如此重复数次,最后感慨万千地说了一个字“……”。如果你想知道说啥字,请你也来试一下。

有的学校,年年要开家长会,家长们年年要问一个相同的问题:学校年年讲要开展素质教育,怎么孩子们的这几个字总抽不出时间来教一教?学校有自己的苦衷:找不到合适的教材呀!后来学校教写字的老师有了这本书,终于找到了好帮手。

因此《中国汉字书写秘诀》是读者心目中图书,图书系列中精品。

最后让我用这样几句话来结束我的这篇短文:《中国汉字书写秘诀》吐露书法真音,寄托作者深情。选购《中国汉字书写秘诀》是永不后悔的消费。祝《中国汉字书写秘诀》的拥有者书法更上一层楼。

字逸

2005年元月

目 录

第一章 基本笔画的写法

第一节 起首笔及撇的写法 (3)	第二节 捺的写法 (13)
第三节 横的写法 (20)	第四节 竖的写法 (26)
第五节 点的写法 (32)	第六节 提与折的写法 (41)
第七节 钩的写法 (48)	汉字基本笔画行笔示意图 (56)

第二章 常用偏旁部首的写法

第一节 单人旁和双人旁的写法 (68)	第二节 两点水和三点水的写法 (70)
第三节 四点底的写法 (71)	第四节 竖心旁的写法 (72)
第五节 左右双耳旁的写法 (74)	第六节 提手旁的写法 (75)
第七节 弓字旁的写法 (76)	第八节 斜王旁的写法 (77)
第九节 木字旁的写法 (79)	第十节 文字头的写法 (80)
第十一节 方字旁的写法 (81)	第十二节 火字旁的写法 (82)
第十三节 示字旁的写法 (83)	第十四节 火字底的写法 (85)
第十五节 歹字旁的写法 (86)	第十六节 牛字旁的写法 (87)
第十七节 衣字旁的写法 (89)	第十八节 反文旁的写法 (89)
第十九节 立字旁的写法 (91)	第二十节 页字旁的写法 (91)
第二十一节 人字头的写法 (93)	第二十二节 隹字旁的写法 (94)
第二十三节 宝盖头的写法 (95)	第二十四节 穴宝盖的写法 (97)
第二十五节 雨字头的写法 (98)	第二十六节 皿字底的写法 (99)
第二十七节 山字头、底、旁的写法 (99)	第二十八节 斤字旁的写法 (100)

第二十九节 草字头的写法 (101)	第三十节 肖字头的写法 (102)
第三十一节 竹字头的写法 (103)	第三十二节 走之旁的写法 (104)
第三十三节 心字底的写法 (105)	第三十四节 日、目、白旁的写法 (107)
第三十五节 贝字旁、底的写法 (108)	第三十六节 木字底的写法 (109)
第三十七节 禾字旁、头的写法 (111)	第三十八节 女字旁、底的写法 (112)
第三十九节 反犬旁的写法 (113)	第四十节 戈字旁的写法 (115)
第三章 汉字的结构	
第一节 上紧下松型结构 (119)	第二节 上松下紧型结构 (121)
第三节 上分下合型结构 (122)	第四节 上合下分型结构 (124)
第五节 上下相等型结构 (125)	第六节 左右相等型结构 (126)
第七节 左右矛盾型结构 (127)	第八节 左右相背型结构 (129)
第九节 左紧右松型结构 (130)	第十节 左松右紧型结构 (131)
第十一节 左长右短型结构 (132)	第十二节 左短右长型结构 (133)
第十三节 上中下结构 (134)	第十四节 左中右结构 (135)
第十五节 半包围结构 (136)	第十六节 四面延伸结构 (138)
第十七节 大小方框型结构 (139)	第十八节 笔画繁多型结构 (140)
第十九节 笔画简单型结构 (141)	第二十节 上下有横型结构 (142)
第二十一节 相向竖型结构 (143)	第二十二节 品字型结构 (144)
附:唐小楷灵飞经 (145)	

诗书杂谈

毛笔范字

第一章 基本笔画的写法

汉字是由各种笔画按一定的规律组成的，
笔画是构成汉字的要素和最小单位。笔画的仰
覆向背、开合折旋、垂缩收放、肥瘦方圆，均
随字而异。笔画的形式不同，便形成各种字体
的不同风格。学习书法，必须从笔画入手，掌
握基本笔画的书写技巧，并且按规律将笔画组
合成字，组字成篇。

(一)“一字千金”的故事

中国有句成语叫“一字千金”。它的含义是指好字珍贵。这个“好”字包含两层意思：第一层意思是指作文之时，要求遣词造句非常严谨，达到难改一字的程度；第二层意思是指书法好到不可复得，难以寻觅让人惊讶的程度。

这两层意思都有典故作证。

有关第一层意思的典故，是指战国时期，秦朝相国吕不韦请门客编写了一部名



汉字的基奉笔画有点、横、竖、撇、捺、提、钩、折八种，这些基本笔画的写法，历代书法名家和书法爱好者各有千秋、变化万千。正是因为这样，许多初学书法者往往感到懵懵懂懂、无以下手。本书的出发点，就是在历代书法名家或书法爱好者各有千秋、变化万千的写法中，取其一种，固定不变，用以促成初学者形成牢固的概念，变抽象思维为形象思维，化恍惚模糊为清晰确切，达到今天学习，今天进步，明天学习，明天见效的目的。

叫《吕氏春秋》的书,为了使这本书达到难改一字的程度,便贴出告示:如有人能增删该书中的一个字,奖励黄金千两。有关第二层意思的典故讲的是唐太宗李世民为一本经书写了一篇序叫《三藏圣教序》,非要用王羲之的字把它刻在石碑上。可是王羲之是晋朝人,早已作古,于是只好贴出告示:谁若提供了王羲之的真迹,一字奖一千两黄金。

时至今日,一字千金的故事还在层出不穷。



第一节 起首笔及撇的写法

	口 诀					标点	范字	
	起	首	第	一	笔	,	首	
	请	君	下	力	气	。	下	
	捺	粗	撇	稍	细	,	木	
	粗	细	要	适	宜	。	米	
	顶	撇	略	微	平	,	丢	
	底	撇	成	短	曲	。	莫	
	上	下	贯	穿	撇	,	央	

公元 1993 年上海朵云轩拍卖书法作品,其中有幅作品“酒酣鼻息如雷叠鼓清笳迤逦度沙漠,万里夕阳垂地落花飞絮随意绕天涯。”竟以 13 万元人民币售出。公元 1996 年上海南京路上的华联商厦为了得到一块写得特别好的商店名称招牌,每字出价 1 千元。这些现象说明了什么?这些现象说明中国书法十分珍贵,说明中国人对书法艺术极其珍惜和推崇。



	最	好	写	长	曲	。	史	
	对	角	撇	斜	直	,	伙	
	穿	横	带	弯	头	。	有	
	斜	钩	对	应	撇	,	成	
	回	锋	成	卷	尾	。	戊	
	横	折	钩	对	撇	,	月	
	像	竖	撇	下	边	。	丹	
	广	户	厂	尸	撇	,	序	
	形	状	似	兰	叶	。	尼	
	如	遇	重	叠	撇	,	修	

(二) 颜真卿学书

以前,擅长书法的人,都是自秘其法,不肯轻易传人。颜真卿师从张旭,为了得到张旭的真功夫,每天侍候张旭不离左右。每当问起书法,张旭仍然良久不言,只叫他“倍加工学,当自悟尔。”催问甚急,才勉强教他一二。



	上	秃	下	撇	尖	。	彭	
	横	折	撇	位	上	,	竖	
	撇	段	成	斜	直	。	禱	
	横	折	撇	位	下	,	皮	
	撇	段	稍	带	弧	。	曼	
	横	折	折	撇	书	,	建	
	撇	段	长	带	弧	。	及	
	写	撇	悬	手	腕	,	捷	
	宜	捷	不	宜	缓	。	吞	

【释义】这里需要解释清楚的有如下几点：

(三) 张颠的故事

张旭，字伯高，苏州人。他才情奔放，好饮酒。他写字，“每大醉呼叫狂走乃下笔。”所以世人又称他叫张颠。有一次，张颠酒醉后找不到笔，就用头发蘸墨，把头当笔在帛上书写。酒醒后，自视其字，乃神不可复得也。



一、每个字的第一画要稍微写粗，用力偏重，给人一种铿锵有力，沉稳大方的美感。

二、遇到捺稍写粗，遇到撇稍写细，如果字的第一画是撇则应满足“请君下力气”的要求。

三、位于字顶部的撇，我们称之为顶撇。书写顶撇时倾斜角度稍微小些，撇的前半段不带弧度，成斜直状态，撇尾可以微翘，如“受、采”的第一画所示。

四、位于字底部的撇，我们称之为底撇。书写底撇时，要稍带弧度，不宜撇成斜直线，如

(四) 常侍登床

贞观十八年二月十七日，唐太宗李世民召三品以上京官在玄武门赐宴，酒至半醉，帝与群臣同乐。帝善书，篆、隶、楷、草、行各种书体都写得漂亮。席间，太宗操笔飞白，挥毫落笔，众臣乘醉就帝手中竞取。其中的散骑常侍刘洎逾越帝规，竟爬到御床上去抢。许多大臣很生气，咸称洎私登御床，罪当诛，请以付法。太宗笑呵呵地说：“昔闻婕妤辞辇，今见常侍登床，不之罪也。”



“贝、突”的撇所示。

五、凡是由字底部贯穿于字顶部的撇，我们称之为贯穿撇。书写贯穿撇时，要突出它的两大特色：首先要写长；其次从撇的中间开始，要弧度特别明显地向左撇出，如“大、吏”的撇所示。

六、倾斜角度接近 45 度的撇，我们称之为对角撇。书写对角撇时，要求撇的上半段成斜直线，撇尾可以微翘，如“牛、尔”的撇所示。

七、撇的开始处略带弯状的撇，我们称之为弯头撇。书写弯头撇时，要求弯头略带倾斜，其

(五) 道德换鹅

山阴有一道观，养有一群鹅，有一次被闲游的王羲之发现，特别喜欢，想用银钱将这群鹅买下。道观中的道士认识王羲之，也知道他是一个大书法家。便对王羲之说：“你想得到这群鹅，非要帮我们抄写一本《道德经》，否则，不管你付多少钱，我们都不卖。”王羲之听后欣然答应，写毕笼鹅而归，甚以为乐。



撇段按对角撇要领写。弯头撇通常用在穿过横的位置上。如“左、右”的撇所示。

八、撇尾成秃状或稍微上卷的撇，我们称它为卷尾撇。书写卷尾撇时，只要将撇尖稍微上卷，如“戌、风”的左撇所示。卷尾撇可以用在与斜钩相对应的位置上，可以用在与横折弯钩相对应的位置上，还可以用在斤字旁和皮字旁上，如“新、被”所示。

九、写得较为垂直的撇，我们称之为竖撇。书写竖撇时，我们可以将它的上半段稍微写垂

(六) 李世民学书

唐太宗李世民的书法老师是虞世南，虞世南的戈字旁写得精妙绝伦，太宗屡学都难以过关。有一天，太宗偶尔写了一个戡字，便空出戈旁让虞世南补写，然后拿给魏征看，魏征看后夸奖太宗：今观圣作，唯戡字戈法逼真。太宗为魏征的眼力深为折服，同时也为自己的功力不足而深为遗憾。从此，每逢学书倍加用功。



直，使它具有竖的韵味，而它的下字段，则写成撇状，如“朋、用”的撇所示。竖撇通常用在与横折钩相对应的位置上(上下结构者除外)。

十、形状像兰花叶的撇，我们称之为兰叶撇。书写兰叶撇时，我们要求撇的中部宽些，起笔和收笔处细些。兰叶撇通常用在广字旁、户字旁、厂字旁、尸字旁和病字旁，如“庆、房、厨、届、痛、”的左撇所示。

十一、呈层叠状的撇，我们称之为重叠撇。书写重叠撇时，要求末撇撇出锋芒，其余的撇不