

金平 著

写字等级考试

上海交通大学出版社

下册(二、四级)

写字等级考试指导

写字等级考试指导

下册

(二~四级)

金 平 著

上海交通大学出版社

内 容 提 要

本书是为配合上海市建立中小学生写字等级考试制而编写的供教师进行写字教学、学生临摹使用的钢笔、毛笔行书（行楷）教材。全书分上、下册，上册适用于写字一级考试；本书为下册，适用于写字二、三、四级考试，共分四章。书中基本笔画、偏旁、结构、笔顺等基础训练例字，全部采用王羲之体行书，分简化、规范两种形式。

本书可供教学临摹使用，不仅适用写字等级考试，而且也是一本自学钢笔、毛笔行书（行楷）的理想参考书。

图书在版编目(CIP)数据

写字等级考试指导·下册/金平著. - 上海:上海交通大学出版社, 1999

ISBN 7-313-02190-9

I. 写… II. 金… III. 行书-书法-水平考试-自学参考资料 IV. J292.11

中国版本图书馆CIP数据核字(1999)第48693号

写字等级考试指导(上、下册)

(一、二、三、四级)

金 平 著

上海交通大学出版社出版发行

上海市番禺路877号 邮政编码200030

电话 64281208 传真 64683798

全国新华书店经销

太仓市印刷厂有限公司印刷

开本: 850×1168(mm)1/32 总印张: 17.75 总字数: 455千字

版次: 1999年12月 第1版

印次: 1999年12月 第1次

ISBN 7-313-02190-9/J·044

全套定价: 28.00元

本册定价: 14.00元

本书任何部分文字及图片,如未获得本社书面同意,
不得用任何方式抄袭、节录或翻印。

(本书如有缺页、破损或装订错误,请寄回本社更换。)



余雪彦（1907—1993）教育部部聘教授、当代著名学者、书画家，出版文学丛书、美术丛书、画册、字帖逾百种，有日、法两国译本。

前 言

写字是国家义务教育阶段中小学生的基本训练之一，写一手好字，对学生的学习和今后的工作都有很大的帮助。国家教育委员会在1997年6月颁布了《写字教学指导纲要》、《关于加强义务教育阶段中小学写字教学的通知》，要求中小学校重视写字教学，确保学生的写字水平，都要开设写字课，学生要做写字作业。

写字教学是语文教学的重要组成部分，《全日制中学语文教学大纲》中对写字教学都有明确的要求提出，但是，现在写字教学在很多学校没有提上议事日程，没有对写字课给予足够的重视，其主要原因是学生的写字水平不作为学习成绩进行考试。为了加强中小学校的写字教学，确保中小學生打好扎实的写字基础，1997年1月21日上海市教育委员会发出了《关于本市建立中小学写字等级考试制的通知》，并具体制订了《上海市中小學生写字等级考试标准》（试行）；决定从1998年起对全市中小學生进行全面考试，各级等级考试成绩都独立列项记入学生成绩册；专门成立了上海市中小學生写字等级考试办公室，负责有关等级考试实施和认定的工作。

为了配合写字等级考试，提高写字教学质量，鉴于目前各中小学没有专职写字（书法）老师，都由语文老师兼任的实际教学情况，上海交通大学出版社从教材建设抓起，约请我编写既能供教师作为教材使用，又能让学生作为字帖临写的钢笔、毛笔教材，以解决写字教学中教师无内容向学生传授、技能训练时无正确方法指点的实际困难。

要提高全社会的整体书写水平，就要从中小学抓起；要提高学生的书写水平，就得抓好写字教学；要抓好写字教学，就要有

一本可供教师使用的参考书和供学生临摹的字帖，使教师知道教什么，怎样教，学生得以在正确的方法指导下进行有步骤的训练，减少盲目性。因此，在编写时根据《上海市中小学生等级考试标准》的精神，紧紧围绕“教”与“学”这个中心展开。本书为下册，适用写字二、三、四级考试，共有四章。第一章是“教”的部分，着重介绍行书的基础知识；第二章是“学”的部分，从点画、偏旁、结构到章法，循序渐进，配合课堂教学训练，例字主选《王羲之行书字典》，使其规范化、有出处；第三章是钢笔字帖，内有实用性的《3500常用字行楷字帖》、进一步提高的钢笔临《王羲之兰亭叙》（附简化字帖）、《兴福寺半截碑》、赵孟頫《归去来辞并序》，作为每天的回家作业临摹使用；第四章是毛笔字帖，有王羲之行书代表作《兰亭叙》原迹及放大临本，与钢笔临《兰亭叙》相呼应，供学生对照练习钢、毛笔。

写字教学先楷书后行书，先钢笔后毛笔，钢笔字为主，毛笔字为辅，钢、毛笔学同一家字帖（体）；从钢笔过渡到毛笔，是一套行之有效的方法，通过本书的教学训练，按规定的要求做回家作业，定能学会用行书笔法写行书，而不会产生用楷书笔法写行书的现象。相信本书不仅对学生的行书书写水平的提高、书法艺术兴趣的培养有一定的帮助，而且对继承与弘扬祖国的书法艺术也打下了广泛的群众基础，是有深远的意义。是一本不仅可供教学临摹使用、适用写字等级（二、三、四级）考试的教学用书，而且也是一本自学钢笔、毛笔行书（行楷）的理想参考书。

金平

1999年5月5日

目 录

第一章 行书基础知识 ·····	(1)
第一节 行书的起源·····	(1)
第二节 行书的含义·····	(2)
第三节 行书的实用性与艺术性·····	(3)
第四节 行书的特征·····	(4)
第五节 行书的用笔·····	(11)
第六节 行书的笔画·····	(12)
第七节 行书的偏旁·····	(20)
第八节 行书的结构·····	(24)
第九节 行书的章法·····	(29)
第十节 行书的学习·····	(37)
附：上海市中小学生写字等级考试标准(试行)·····	(42)
第二章 行书基础训练 ·····	(43)
第一节 基本笔画描临·····	(43)
第二节 简省笔画描临·····	(48)
第三节 以转代折描临·····	(63)
第四节 笔顺变化描临·····	(64)
第五节 笔画替代描临·····	(77)
第六节 增笔画描临·····	(81)
第七节 部分汉字偏旁描临·····	(83)
第八节 偏旁简化描临·····	(137)

第九节 偏旁替代描临·····	(139)
第十节 偏旁相连描临·····	(146)
第十一节 偏旁移位描临·····	(156)
第十二节 结构形式描临·····	(157)
第十三节 章法临写·····	(168)
第三章 钢笔训练字帖 ·····	(172)
第一节 3500常用字行楷字帖·····	(172)
第二节 王羲之《兰亭叙》简化字临·····	(202)
第三节 王羲之《兰亭叙》繁体字临·····	(206)
第四节 王羲之《兴福寺半截碑》繁体字临·····	(210)
第五节 赵孟頫《归去来辞并序》繁体字临·····	(216)
第四章 毛笔训练字帖 ·····	(222)
第一节 王羲之及其《兰亭叙》·····	(222)
第二节 王羲之《兰亭叙》原迹·····	(267)
附录 创作示例 ·····	(271)
参考书目 ·····	(277)
后记 ·····	(278)

第一章 行书基础知识

第一节 行书的起源

我国的文字，具有相当复杂的内容。它包含着甲骨文、金文、战国古文、秦篆、隶书、草书、楷书和行书等众多的字体。其名目繁多，但主要有五大字体，即篆书、隶书、楷书、行书、草书。篆书是大篆与小篆的统称，广义上还包括甲骨文、金文、籀文、战国古文。隶书始于秦代，成熟通行于汉朝。楷书又称为真书、正书，始于汉末，盛行于东晋、南北朝。草书始于汉初，初为隶书的草写，至汉末张芝，方始创今草，趋于成熟。行书始于东汉后，是介于草书与楷书之间的一种字体，至今流行不衰，是汉字最主要的书写字体之一。

行书之名的出现，最早见于晋代。在《晋书·卫恒传》有这样一段话：“卫恒善草书，为四体书势曰……魏初有钟胡二家，为行书法，俱学之于刘德升，而钟氏小异，然各有其巧，今大行于世。”其首创者为后汉的刘德升。唐朝的张怀瓘在《书断》中说：“案行书者，后汉颖川刘德升所造也，即正书之小讹，务从简易，相间流行，故谓之行书。王愔云：“晋世以来，工书者多以行书著名。昔钟元常善行狎书是也，尔后王羲之、献之并造其极焉……刘德升即行书之祖也。”应该说明的是行书并不是刘德升一个人独创，因为一个新生事物的形成决不是靠一时、一事、一个人的智慧所能完成的。行书依名于刘德升一如纸名归于蔡伦。可以辩证地理解为：刘德升的行书代表了当时的最高水平，或者说是刘德升对行书进行了归纳总结使其完善，是集行书的大成者。

通常人们将字体按照篆、隶、楷、行、草的顺序来称呼五大字体。因此，也往往容易把这顺序误解为各字体产生的先后顺序。从文字的发展史来看，行书与草书、楷书之间的关系最为密切。余雪曼教授在《从甲骨篆隶草楷谈到行书》中作了精辟的论述：“草书和楷书是从隶书演变而来的。”“由隶书演变成为的草书和楷书，有一定的血缘关系。有人曾打过比喻：如果说草书是隶书的大儿子，那么楷书就是隶书的小儿子了。”“书体发展到‘楷书’的时代，已经简化了很多，但仍不能满足人们书写方便的要求，于是才有了‘行书’的出现。”

行书在诸字体中出现最晚，可以说是草书与楷书的结合，它是“楷书的草化”，或是“草书的楷化”。到了东晋的王羲之、王献之父子，又使行书达到了历史的最高峰，一改汉魏的质朴书风，脱尽隶意，创研美流变的风格，辉映千古，他们的行书作品是经典范本。从古到今，学行书者，没有不学“二王”的，也不能不学“二王”。

第二节 行书的含义

行书是介于楷书与草书之间的一种字体。它既不像草书那样潦草难识，亦不如楷书那样整齐方正。它非真非草，真草兼得。因此，在书写时楷法多于草法的叫行楷；草法多于楷法的称行草。

所谓“行”，就是带有流动的意思，体现了行书的书写速度要比楷书来得快捷。非真非草，形容行书在字形上比楷书活泼流畅，但比笔势姿肆放纵，笔画省简连绵的草书，书写速度相对减慢，字形也容易认识。另外，行书用笔上的左右钩连、上下引带、结构上的欹侧多变，都充分表现了行书这个“行”字的含义。

行书在书法史上有很多别称，主要有：①行狎书，②草

行,③行草,④半草行书,⑤真行,⑥楷行,⑦正行,⑧行隶,⑨行字,行楷,⑩行篆,⑪行分,⑫小行草等13种。

第三节 行书的实用性与艺术性

在篆、隶、真、行、草主要的五大字体中,日常书写较多的是楷书与行书,而尤以行书最为广泛。自行书产生以来,历朝不衰,代代相传,尤其在西晋,行书大行于世,朝廷立书学博士,以钟胡之法教弟子,书法家也都以行书著称,特别是东晋的王羲之所写的《兰亭叙》,堪称行书的经典之作,后世学行书者无不竞相规仿。纵观整个书法演变历史,篆书只盛于殷商、秦代和清代,隶书只在汉代和清代,其余各个时期皆较为冷清,不形成书坛主流。楷书和草书虽比篆、隶发达,在书法史上也没有出现断裂层,但它们比起行书来,其受人们青睐的程度远远逊色于行书。历代的题跋大多为行书体,历代成名书家也都能写行书体。特别在现在以钢笔作为日常书写工具的时代,除了在小学阶段规定写正楷外,平时的书写几乎清一色的全都是行书体,因为它具备了楷书的易读性、草书的速写性,符合了作为实用书写条件端正、快速、美观的三要素,实用性强,所以就自然被人们作为最喜爱和常用的实用字体。

一种字体的流行,单凭其具有实用价值是不行的,还必须具备较强烈的艺术感染力才能经久不衰,两者不可偏废。行书这一字体,参合了众体之长,具有极大的包容性,它既没有楷书的严谨,富于动感和变化无穷;也没有草书那种“惊蛇入草,飞鸟出林,来不可止,去不可遏”的态势。行书笔画省略但可辨识,结构不特殊、书无定形而体势多变,法无定法而姿态迥异,具有极丰富的表现力。历代书法家都喜欢用行书字体来进行书法创作,抒写胸臆,表现自己的个性和丰富的情感。即使是楷书名家,也不例外。如唐朝欧阳询的《张翰帖》、《梦奠帖》、《卜

商帖》、《千字文》，颜真卿的《祭侄稿》、《争坐位帖》、《刘中使帖》，柳公权的《兰亭诗》、《蒙诏帖》，元朝赵孟頫的《洛神赋》、《前后赤壁赋》、《赵孟頫尺牍·致中峰明本》、《归去来辞》等。这些楷书大家的行书作品与他们的楷书作品一样，同样也是世人学习的优秀范本。

宋朝的苏东坡曾经对楷、行、草三种字体作过一个有趣的比喻：楷书是立，行书是走，草书是跑，三种状态十分形象化。在日常生活中，人们一般都处于动态的状况，又以行走多于奔跑。因为行走是常态，奔跑属于非常态，前者呼吸匀畅，后者气喘吁吁，心脏要提抗议的。苏东坡的比喻，不仅说明了楷、行、草三体的形态特征，也昭示了行书之所以经久不衰，最为盛行的奥秘。

第四节 行书的特征

在五大字体中，行书与隶书、楷书和草书之间都有一定的内在联系。从出土的竹木简中可以发现，在隶书成为正式字体使用的时候，就已经有了行书式的隶书。而行书与楷书、草书之间的关系更为密切，这从行书的某些特征中可以得到印证。然而，行书的特征有哪些呢？行书的特征主要有如下几个方面。

一、简省笔画

行书为了书写方便，对楷书进行简化，其手法是对某些笔画进行减省或合并。如“许”的言字旁，繁体字楷书一般是不作简化的。但是，在行书中就从原来的七画变为二画，减省了五画，简化成现在的言字旁形状；如“流”的三点水，三画变成二画；“俯”为十画，通过对“广”与“付”的二撇合并假借，省去了一撇；“弦”的弓字旁，省略了楷书折画，连成一笔书写，变成了一画。

许 流 俯 弱

二、出现牵丝

楷书与行书明显的书写区别在于楷书是一笔一画地写，有棱有角，点画界限分明，而行书书写时却点画相接，甚至数笔相连，往往前一笔的末尾其实就是后一笔的开始，中间连接线细如丝发，若隐若现，似断还连。牵丝的出现，使书写速度加快，笔势十分流畅。如“茂”的草字头，行书的写法是点、撇、横，第二笔的撇与第三笔的横，第三笔的横又与第四笔的撇，第四笔的撇又与第五笔的横，第六笔的斜钩与第七笔的撇之间都有明显的牵丝相连，用笔动作富有节奏感，像在跳丝带舞，给人以恍如飞仙的审美享受。



三、以转代折

在处理折笔画时，楷书往往用方折之笔来完成，而行书除了继承楷书的方折笔法外，还借鉴了草书中的圆转笔法来书写。楷书方笔多，以按为主，速度慢。草书圆笔多，以提为主，速度快。而行书方圆并存、转折兼用，提中有按，按中有提，提、转为主。书写比楷书快，而比草书慢。如“情”的月字底，“仰”的单耳旁，纯用转笔；而“朗”的月字旁就转中有折了；“固”的大口框，则以折笔的成分居多。

情 仰 朗 固

可见，对折笔与转笔不能作机械理解，纯折呆板，纯转圆滑，转、折应顺其自然，刻意追求是不足取的，不是用笔的最高层次。

四、改变笔顺

为了书写的方便，有时也为了结构的美观，行书在书写时往往打破了楷书的笔顺规则。

1. 先横：“上”，笔顺是先竖再横、横，改为横、竖、横、竖、横间有牵丝相连。

2. 先竖：笔顺规则是先横后竖，有两横以上的是先写两横再写一竖。而在行书中，竖与数横在一起时，一般都是先写第一横，接下来是写竖，再写其他横。如“静”、“生”等字。

3. 先撇：“感”字笔顺是先横后撇，改为先撇后横，顺势向下一钩连接一短横。

4. 先斜钩：“或”字笔顺是先横，第六笔才写斜钩，今变成了先横，向上一挑连接斜钩。

上 静 感 或

5. 后竖：“坐”笔顺从第五画起应是横、竖、横，而现在改为第一横写好后顺势下钩向左上呼应第二横，第二横收笔时再向上一挑写一竖。

6. 后点：“至”字笔顺第三画应写点，今变成最后一笔由下部土字的第二短横向上一挑，运用虚笔，笔势由下往上，写出最后一点。

7. 改变方向：横画的书写都是从左向右，但行书中有些字的短横却像短撇那样从右上向左下方向书写，一反常规。如“伏”、“奄”就是从右上向左下并与撇相连；“述”也是从右上向左下并与下一笔的竖画相接。这些字都可省却右上一笔。

“承”字的笔顺规则是先中间后两旁，“了”写好后先写中间的横画，再写两边。现改为先写左边，再写中间，后写右边，并省略一横，第二横直接向右上倾斜连接撇画。

坐 至 伏 连 承

五、笔画替代

在书写过程中，行书对笔画形状的要求没有楷书来得规范，往往可以互相替代。如竖代撇、撇代点等，而以点来替代其他笔画为最多。

1. 竖代撇：“期”字的月字旁，第一笔撇写成竖。“觞”字的角字旁，第三画的撇写成竖。
2. 撇代点：“弦”字的最后一笔为点，用竖撇来书写。
3. 点代横：“云”字的第一笔横写成点。
4. 点代竖：“列”字的立刀旁短竖用点写成。
5. 点代撇：“死”字的第五笔的短撇写成点。
6. 点代捺：“欣”字的最后一笔捺用一点来替代。
7. 点代竖钩：“僚”字的“小”用三点替代。

期 觞 弦 云 列 死 欣 僚

六、变化多端

行书贵在变化，一个字通过对点画形状、偏旁部首的不同写法及间架结构在重心平稳的原则下运用俯仰、迎让、欹侧、疏密、向背、参差等表现手法来追求同字异形。像书法史上最著名的行书杰作王羲之的《兰亭叙》中的“之”有20个之多，一共只有三画，而王羲之却写得笔笔有变，字字不同，真是妙不可言（见

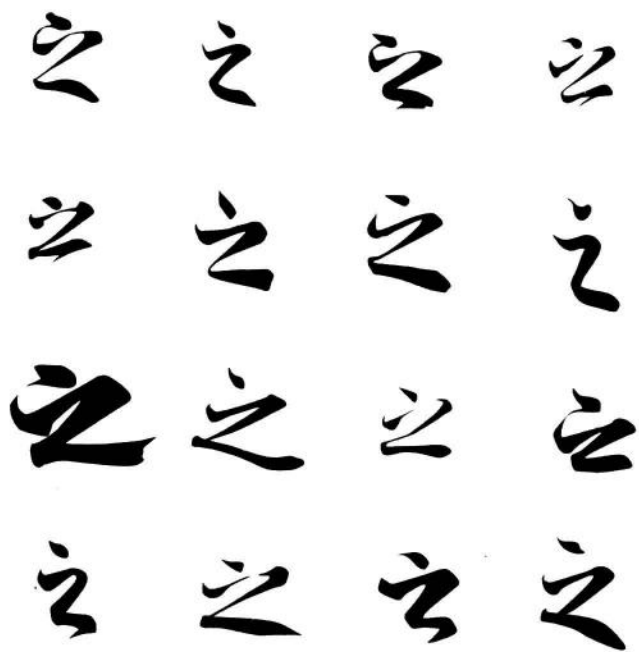


图1-1

选自王羲之《兰亭叙》

图1-1)；其他如“不”、“为”、“以”、“怀”、“所”、“其”等字，都有五次以上的重复，亦字形各异，互不雷同。总之在《兰亭叙》中，重复出现的字在字形上是没有相同的，这正是“天下第一行书”的魅力所在，难怪宋朝的米芾惊叹为“之字最多无一似”了。

七、偏旁相连

行书为了加强书写速度，除了采用点画相连的方法外，还大胆吸收草书的写法，使上下左右互相映带，偏旁相连，减少了停顿环节，达到书写快捷的效果，如“地”、“和”、“昔”等字，这种写法在楷书中是没有的。

地和昔

八、增减笔画

行书为了提高书写速度，可以减省点画，但是，为了使字形美观，根据造型的需要，有时非但不减笔画，而且可通过增添笔画来调节重心、美化结构。如“盛”字缺一点，“曹”字少一竖，“惠”字中间少一横，“喻”字多加一短横，“神”字右下补一点，“藏”字左下的折画全部去掉等。增减的笔画，使人觉得，增而不嫌其多，减少也不嫌它少，恰到好处。要说明的是这种点画增减法，不能自己生造，一定要依据成规，都要有出处(见图1-2)。增笔画中用得最多的是点，这种方法一般只是在进行书法艺术创作时采用，而平时的日常书写应尽量慎用或避免。

盛 惠 藏 曹

注：例字选自王羲之《兰亭叙》、《王羲之体行书字典》。