

新概念金奖硬笔书法丛书

# 新概念

旆闲。两三航未曾着岸。落花水

## 硬笔楷书速成字帖

主编·王玉孝

书写·李正伦

动不动早言两罢罢字儿

砣可可你道是要我，我心里怕那不怕？

落梅风 马致远

人初静，月正明。纱窗外玉梅斜映。梅花笑  
人偏弄影，月沉时一般孤另。

落梅风 马致远

实心儿待，休做谎话儿猜。不信道为伊曾

中国画报出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

新概念硬笔书法字帖 / 司惠国, 李正伦, 宋炳坤书  
北京: 中国画报出版社, 2002. 1  
(新概念金奖硬笔书法)  
ISBN 7-80024-617-5

I. 新… II. ①司…②李…③宋… III. 汉字—硬笔字—  
法帖 IV. J292. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 092573 号  
(版权所有, 侵权必究)

### 新概念硬笔书法字帖

中国画报出版社出版发行  
(北京海淀区车公庄西路 33 号)

新华书店经销

河北新华印刷一厂印刷

787×1092 16 开 5.5 印张

2002 年 1 月第一版第一次印刷

印数: 1~5000 册

ISBN 7-80024-617-5/J · 618

定价: 全四册 34.00 元(每册 8.50 元)

## 《新概念金奖硬笔书法丛书》编委会

主 编:王玉孝(著名学者,已出版各类文化艺术图书百余种)

特邀编委:司惠国(中国硬笔书法协会副主席)  
张宝彤(中国硬笔书法协会代秘书长)  
丁 谦(中国硬笔书法协会副秘书长)  
阎锐敏(中国硬笔书法协会副秘书长)

编 委:徐庭福 曲 直 王小燕 王世勇 任绪民  
张秀丽 裴宪兰 李 玲 张学鹏 马于强

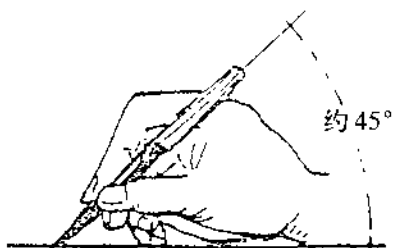
字帖书写者:司惠国 李正伦 宋炳坤 寇学臣 倪俊冬

责任编辑:李 刚

# 硬笔书法的执笔法和书写姿势

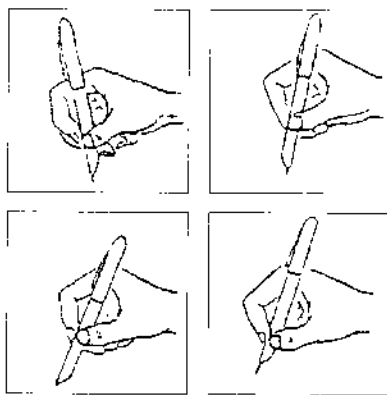
## 一、执笔法

硬笔的种类繁多，执笔的方法也不尽相同。钢笔、圆珠笔、签字笔、铅笔等硬笔的执握方法为三指执笔法。具体要求是：右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖3厘米左右的笔杆下端。食指稍前，大拇指稍后，中指在内侧抵住笔杆，无名指和小指依次自然地放在中指的下方并向手心弯曲。笔杆上端斜靠在食指的最高骨处，笔杆和纸成 $30^{\circ} \sim 50^{\circ}$ 左右。如图所示。



正确的执笔法

硬笔执笔要求达到“指实掌虚”的要求。只有指实，才能有效地控制用笔的提按和上下运动，使力从手腕和手指直达笔端。下笔的用力大小、行笔的徐疾变化正是依靠“指实”来达到的。掌虚，即要求手掌心要虚而空。只有掌虚，笔尖才可以在纸上前后左右灵活自如地运动。要做到指实掌虚，首先要“求龙忌



不正确的执笔法

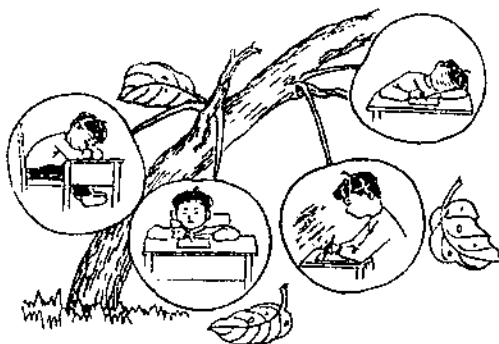
凤”，即执笔时拇指和食指之间要弯曲成一个小小的圆环形，像龙的眼睛一样，而不能形成一条细缝，像传说中凤凰的眼睛；其次，小指与手掌外侧也尽量不要过紧按纸面，手与纸的接触面越小越好，这样运笔会更加灵活舒适。执笔时用力要协调，松紧适宜。太紧，写出的笔画会流于死板、呆滞；太松，则笔画会流于轻浮、柔软。具体松紧程度可在实践中逐渐领悟。

## 二、书写姿势

理解了执笔方法，掌握了执笔的基本要领后，便是着手书写。书写时除了精神集中之外，还应该有良好的书写姿势。这就是要做到头正、身正、手正。书写时纸张平铺于桌面，两肘平曲于桌面的弯曲度是 $45^{\circ}$ 左右；两脚自然张开，右手执笔，左手按纸，胸部距书桌15厘米，无论横写、竖写均应使笔尖着纸部位同视线基本保持垂直。如图所示。



正确的书写姿势



不正确的书写姿势

## 目录

一、硬笔楷书点画法	3
二、硬笔楷书偏旁部首法	17
三、硬笔楷书结体法	53
四、综合练习——元曲	63

右点 轻落笔，自左上方起笔向右下方行笔，  
 逐渐加重，顿笔，转笔向左上方收笔，呈上尖下圆。

、 字 示

、	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字
、	示	示	示	示	示	示	示	示	示	示

左点 轻落笔，自右上方起笔向左下方行笔，逐渐加  
 重，顿笔，转笔向右上方收笔，呈上尖  
 下圆。但分两种，一为向右弓形，一为向  
 左弓形。

、 冫 小

、	冫	冫	冫	冫	冫	冫	冫	冫	冫	冫
、	小	小	小	小	小	小	小	小	小	小

长点



不

写法和右点相同，形状也相似，  
但比右点要长。

、	不	不	不	不	不	不	不	不	不	不
、	不	不	不	不	不	不	不	不	不	不

挑点



关 半

先写右点，收笔后由右点的中间转笔向右

上方提笔出锋，但锋不可过长。

、	关	关	关	关	关	关	关	关	关	关
、	半	半	半	半	半	半	半	半	半	半

### 短横

分两种。一为尖尾横，写法为上下起笔，稍顿，向右行笔，逐渐提笔，稍驻收笔；一为尖头横，写法为左右起笔，由轻到重，顿笔后向左收笔，呈前细后粗。



执 五

一	执	执	执	执	执	执	执	执	执	执
一	五	五	五	五	五	五	五	五	五	五

### 长横

竖落笔，稍驻，转笔向右行笔，顿笔向左收笔，呈左低右高势。线条要求两头稍粗，中间稍细。



上 下

一	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上
一	下	下	下	下	下	下	下	下	下	下



垂露

有两种写法。一为左右起笔，稍顿转笔下行，稍提笔，接着再按笔，左下顿笔向右上收笔；一为由上而下起笔，由轻到重，然后顿笔（左下）向右上收笔。



忧 化

	忧	忧	忧	忧	忧	忧	忧	忧	忧	忧
	化	化	化	化	化	化	化	化	化	化

悬针

横落笔，稍顿，转笔下行到下半部行笔稍慢蓄势，然后快速直下出锋收笔，似针状。



中 部

	中	中	中	中	中	中	中	中	中	中
	部	部	部	部	部	部	部	部	部	部

短竖 横落笔，顿笔，转笔向下，按笔稍驻收笔，  
或顿笔向右上收笔。

丨 土 山

丨	土	土	土	土	土	土	土	土	土	土
丨	山	山	山	山	山	山	山	山	山	山

平撇 右下斜落笔，稍顿，迅速向左出锋撇出，短  
而锐，呈上弧形。

一 乎 禾

一	乎	乎	乎	乎	乎	乎	乎	乎	乎	乎
一	禾	禾	禾	禾	禾	禾	禾	禾	禾	禾

斜撇 右下落笔，稍顿，然后转笔向左下提笔出锋。

撇的左边呈直线，右边略带弧形。



合 木

ノ	合	合	合	合	合	合	合	合	合	合
ノ	木	木	木	木	木	木	木	木	木	木

短撇 写法和笔画形状同斜撇完全一样，只是比

斜撇要短。注意和平撇区别。



矢 牡

ノ	矢	矢	矢	矢	矢	矢	矢	矢	矢	矢
ノ	牡	牡	牡	牡	牡	牡	牡	牡	牡	牡

竖撇

横落笔，稍顿转笔向下写竖，中间蓄势，然后用力向左下撇出。这是一个长笔画，但在组字时，应注意不可过长。



月 庄

丨	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月
丨	庄	庄	庄	庄	庄	庄	庄	庄	庄	庄

斜捺

落笔轻，右下行笔，逐渐按笔，到捺脚处顿笔，然后提笔向右徐徐捺出。方向大约向右下45°。



天 介

㇇	天	天	天	天	天	天	天	天	天	天
㇇	介	介	介	介	介	介	介	介	介	介

短捺

起笔轻，用力向右下，由细到粗，然后顿笔，提笔向右出捺。比斜捺短，但粗壮。



以 隶

、	以	以	以	以	以	以	以	以	以	以
、	隶	隶	隶	隶	隶	隶	隶	隶	隶	隶

平捺

逆锋落笔，向左下稍顿，然后提笔向右上，再转向右下，逐步用力，到捺脚处顿笔平平捺出（一波三折）；另一种只有两折，从第二折轻起笔，由轻到重，最后出捺。



追 是

、	追	追	追	追	追	追	追	追	追	追
、	是	是	是	是	是	是	是	是	是	是

斜挑

由上而下起笔，稍顿，转笔用力快速向右上方挑出。不同的是，一为斜度大，稍长，专用于三点旁；一为稍平，稍短。



河 冷

/	河	河	河	河	河	河	河	河	河	河
/	冷	冷	冷	冷	冷	冷	冷	冷	冷	冷

短挑

写法和斜挑完全一样，只是笔画特短。



疾 雨

/	疾	疾	疾	疾	疾	疾	疾	疾	疾	疾
/	雨	雨	雨	雨	雨	雨	雨	雨	雨	雨

平挑

写法同斜挑，但方向略平，和横的方向差不多。



块 理

一	块	块	块	块	块	块	块	块	块	块
一	理	理	理	理	理	理	理	理	理	理

横折

起笔稍顿写横，到转折处向右下顿笔，接着转笔向左下行笔写竖。



白 日

フ	白	白	白	白	白	白	白	白	白	白
フ	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日

竖折

先写竖到转折处向左下方稍顿，接着向右写横。



山区

山	山	山	山	山	山	山	山	山	山	山
区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区

撇折

左上落笔向右下稍顿，向左下写斜撇到转折处向右下稍顿，然后向右写横。



云纪

云	云	云	云	云	云	云	云	云	云	云
纪	纪	纪	纪	纪	纪	纪	纪	纪	纪	纪



斜折

先写斜撇，到收笔处笔不离纸接着向右下写长点。整个笔画两头粗，中间连接的地方较细。



女 災

女	女	女	女	女	女	女	女	女	女	女
災	災	災	災	災	災	災	災	災	災	災

横钩

轻落笔，自左到右写横，逐渐按笔，接着右下顿笔，稍回笔，快速向左下方出钩。



虎 买

虎	虎	虎	虎	虎	虎	虎	虎	虎	虎	虎
买	买	买	买	买	买	买	买	买	买	买