

中学生标准字帖

《张黑女墓志》选字

描红本



安徽美术出版社

中学生标准字帖
《张黑女墓志》选字

描红本

陈 智 编著

安徽美术出版社

《北魏张黑女墓志》简介

《北魏张玄墓志》，原名《南阳太守张玄墓志》。张玄字黑女，故又称《张黑女墓志》。镌刻于北魏普泰元年（公元531年），楷书二十行，每行二十字，典雅冲和，含蓄雍容，是北魏末年少有的精品。此志原石已佚，现仅存清何绍基藏剪裱孤本。志文书法精美，用笔清劲爽健，方圆兼备；行笔沉着舒缓，点划不温不火，多参隶意，颇有古拙之韵。结体宽博大度，疏朗空灵，内质而外秀。何绍基在题跋中称：“化篆分入楷，遂尔无重不妙，无妙不臻，然遒厚精古，未有可比肩《黑女》者。”临写此碑时，在注重整体典雅峻利风格的基础上，临写者要多多体味具体笔法上方中寓圆、沉着中含劲健、紧凑中显疏朗等方面的矛盾，尽量做到血肉停匀、形神兼备。

本帖选取了《张玄墓志》中绝大多数常用字作为范字，共分四个部分：一、二十八个标准笔画；二、常见偏旁部首；三、基本结构；四、词语集字。这四个部分既相互独立，又相互联系，由易及难，循序渐进。希望本帖能对广大中学生及书法爱好者有所帮助。

陈 智

1999年11月于棹雪斋

目 录

第一章	二十八个标准笔画	(1)
第二章	常见偏旁部首	(13)
	一、左偏旁类	(13)
	二、右偏旁类	(16)
	三、字头类	(17)
	四、字底类	(20)
	五、包围类	(21)
第三章	基本结构	(22)
	一、独体字	(22)
	二、左右结构	(23)
	三、左中右结构	(28)
	四、上下结构	(28)
	五、上中下结构	(31)
	六、包围结构	(32)
第四章	词语集字	(33)

第一章 二十八个标准笔画

一、点

1. 圆点

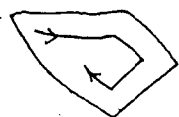


顺锋(或逆锋)起笔,向
右下作顿,转笔向左上回锋
收笔。

玄

守

2. 方点

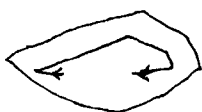


向右顺锋起笔,转面向
右下折笔,再向左上回锋收
笔。

帝

殷

3. 横点



逆锋起笔,向右上行
笔,折而向下稍驻,回锋收
笔。

之

作

4. 撇点



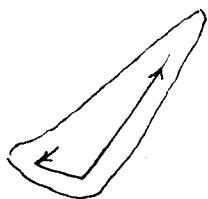
向右上逆锋起笔,转
向右下作顿,调锋向左下
撇出。

皇

乎

第一章 二十八个标准笔画

5. 挑点



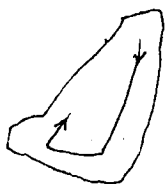
向左下逆锋起笔，折向
右下稍顿，调锋向右上挑
出。

次

漢

汉

6. 竖点



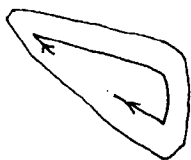
顺锋起笔，向右折笔，
翻转笔锋向右上收笔。

字

軍

军

7. 捺点

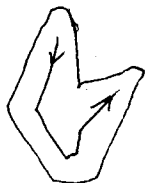


逆锋（或顺锋）起笔，行
笔向右，转向右下稍顿，回锋
向左上收笔。

不

奄

8. 点挑



顺锋向左下起笔，折而
向右下，调锋后向右上挑
出。

尚

以

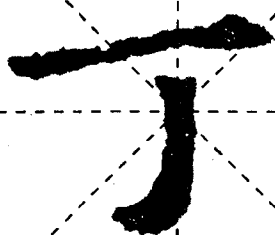
第一章 二十八个标准笔画

二、横

1. 长横



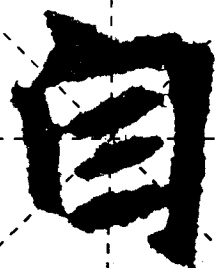
向左逆锋起笔，调锋向右行笔，收笔处向上稍提，顿而向下，回锋向左收笔，笔画中部稍细。



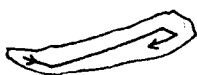
2. 短横



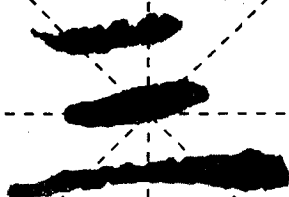
运笔方法基本同长横，中部不提笔，笔画较粗。



3. 左尖横



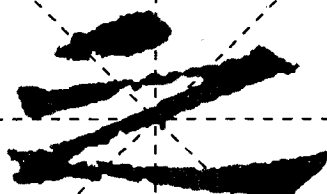
顺锋起笔，行笔向右渐按，收笔时向右下作顿，回锋向左收笔。



4. 右尖横



向左上逆锋起笔，转而向下，调锋向右上行笔渐提，稍驻或出锋收笔。



昏

第一章 二十八个标准笔画

三、竖

1. 短竖



逆锋向左上起笔，折锋向右下稍驻，调锋向下行笔，收笔向右下作顿或向左上回锋。

白

去

2. 悬针竖



起笔同短竖，收笔处渐提，出锋收笔。

年

郎

3. 垂露竖



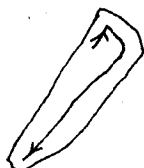
运笔同短竖，稍长。行笔有时中部较细。

悦

中

四、撇

1. 短撇



向右上逆锋起笔，折而向右下，调锋向左下撇出，短而劲健。

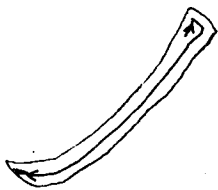
俱

侍

第一章 二十八个标准笔画

2. 长撇

起笔同短撇，行笔渐提，至收笔处向左上出锋撇出，要力到尾端，忌快忌浮。



父

泰

泰

3. 竖撇

起笔同上，行笔直下，渐向左下撇出，力送尾端。



燭

感

燭

4. 回锋撇

起笔同竖画，行笔向左下，收笔处向左轻提，或向右上回锋收笔。



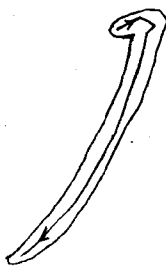
成

歲

岁

5. 弯头撇

起笔向右上，折锋向右，转向左下，渐提，收笔处出锋撇出。



太

吏

第一章 二十八个标准笔画

6. 柳叶撇



顺锋向左
下起笔，渐按，
至收笔处渐提撇出。两端笔
画稍尖，中部饱满。

秋

陳

陈

五、捺

1. 长捺



逆锋向左上起笔，转向
右下行笔，渐按，至捺脚处稍
顿向右提收。笔画较长，捺脚
处呈方形。

令

人

2. 竖捺

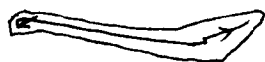


行笔与长捺相近，笔画
相对较短，角度上与长捺有
较大差别。

故

水

3. 平捺



逆锋向左下起笔，折锋
向上稍驻，转而向右下行
笔，渐按，收笔处稍顿提笔
出锋。

远

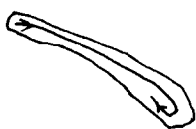
徒

远

徒

第一章 二十八个标准笔画

4. 反捺



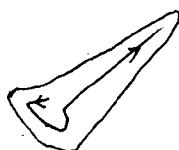
顺锋起笔，向右下渐行渐按，收笔处稍顿，提笔向左上回锋收笔。

女

假

假

六、提



逆锋向左起笔，折而向右上稍驻，调锋向右上渐提挑出。

北

城

七、竖钩



起笔同竖画，行笔中渐提，至钩处向右上稍挫，向左挑出。

刺

刊

八、弯钩



逆锋起笔，折笔向右，转锋向下，渐提（或渐按），至钩处偏左，稍顿后提笔向左勾出。

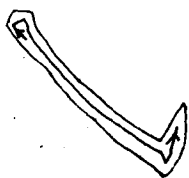
于

将

第一章 二十八个标准笔画

九、斜钩

逆锋起笔，向右折笔，转锋向右下行笔，渐提渐按，收笔处向下稍挫作顿，向上勾出。



淚

義

义

十、卧钩

顺锋起笔，向右渐按，且向上弯曲，钩处稍顿，回锋向字心勾出。



悲

誌

志

十一、竖弯

起笔同竖画，先向下行笔渐提，至弯处再向右转笔，收笔稍顿后回锋。

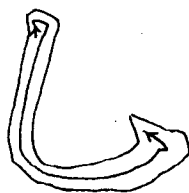


空

七

十二、竖弯钩

起笔、行笔同竖弯，收笔处稍顿，回锋向左上勾出。



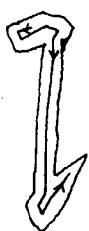
光

毛

第一章 二十八个标准笔画

十三、横折提

起笔、行笔和收笔同横折和竖提。

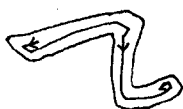


诤

请

十四、横折弯

起笔同横画，行笔稍向上提，至折处稍挫，转锋向下，后面行笔同竖弯。

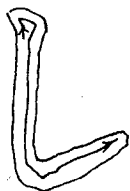


迅

九

十五、竖提

起笔同竖画，行笔向下，渐提，至提处向右下作顿，转锋向右上渐提，出锋收笔。行笔宜稳忌快。



良

长

长

十六、横钩

起笔同右尖横，至钩处向右下作顿，转锋向左下勾出，钩处较厚实。

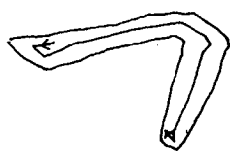


室

寄

第一章 二十八个标准笔画

十七、横折

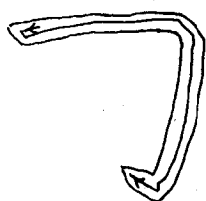


起笔同横画，至折处向右上稍提，折而向右下，转锋向下渐提，稍驻后向左回锋收笔。

君

户

十八、横折钩



运笔同横折和竖钩。

司

南

十九、横撇



起笔如横画，至折处转锋向左下行笔，渐提，出锋收笔。折处亦可翻锋向上，再向左下撇出。

水

神

二十、撇折



起笔同撇法，至折处提笔向左稍挫，转锋向右偏上渐提，收笔处稍顿后向右上回锋。

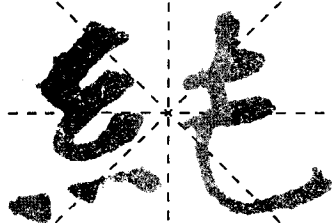
松

矣

第一章 二十八个标准笔画

二十一、撇点

起笔同撇法，折后向右下方作点，回锋收笔。

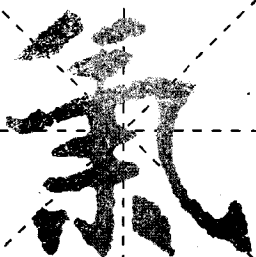
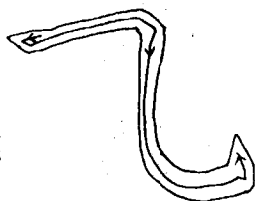


纯

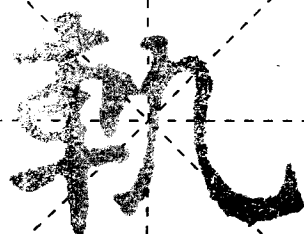


二十二、横折弯钩

起笔同横折，折向下行笔，渐弯向右下方，至钩处稍驻，回锋向上勾出。



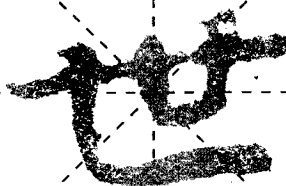
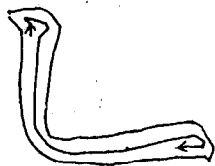
气



軌

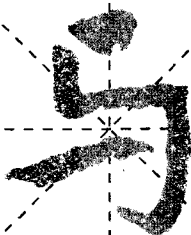
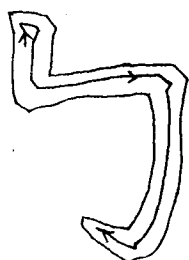
二十三、竖折

起笔同竖法，至折处可转笔向右(亦可向左稍挫后向右)行笔，至收笔处稍顿，回锋收笔。



二十四、竖折折钩

运笔同竖折和横折钩。



舉

第一章 二十八个标准笔画

二十五、横折折撇

起笔同横撇，尖接或圆接后再转笔向左下渐按行笔，至收笔处提笔撇出。



及

運

运

二十六、横撇弯钩

横撇法同前，尖接后向右下略弯行笔，至钩处稍驻，向左上勾出。



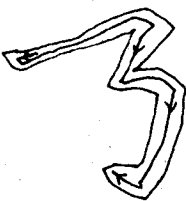
陽

部

阳

二十七、横折折折钩

起笔同横折，方接后向右行笔作横折钩。两折处要注意圆转和方折的变化。



秀

為

为

二十八、竖折撇

起笔、运笔同竖折和横撇。



被

专

第二章 常见偏旁部首

一、左偏旁类

1. 单人旁

撇画较重，角度较大，有时有弧弯；竖画在撇画中间偏下起笔，较尖，垂直向下。

傳

传

傷

伤

2. 木字旁

横画左低右高，竖画较长且垂直，撇画和点画紧靠横竖交叉点，显紧凑，一般点画较重，以求平稳。

相

根

3. 竖心旁

竖画较长，左点一般为点挑，右点为圆点，紧靠竖画。左右两点一低一高，呈相遥接之势。

悟

懷

4. 提手旁

横画较短且粗，竖画细长。挑与横画都较靠上部，以显精神。横与挑起笔忌雷同。

摺

接