

规范

河北省教育科学研究所“十一五”规划教材

汉字与硬笔书写

于石

寇学臣 主编

河北人民出版社

河北省教育科学研究“十一五”规划教材

规范汉字与硬笔书写

主 编 寇学臣
副主编 毕芳芳 刘树高
高 振 孙孝云
编 委 张学鹏 刘志明
宗宏宇 王文军



河北人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

规范汉字与硬笔书写/寇学臣主编. —石家庄: 河北人民出版社, 2016.3(重印)

ISBN 978-7-202-05372-0

I. 规… II. 寇… III. ①汉字—规范 ②硬笔字—书法 IV. H124 J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 153771 号

书 名	规范汉字与硬笔书写
著 者	寇学臣

责任编辑	王云弟
美术编辑	吴书平
责任校对	丁 清

出版发行	河北人民出版社(石家庄市友谊大街 330 号)
印 刷	河北科技大学印刷厂
开 本	880 × 1230 毫米 1/32
印 张	7.25
字 数	175000
版 次	2009 年 9 月第 1 版 2016 年 3 月第 2 次印刷
印 数	2001-5000
书 号	ISBN 978-7-202-05372-0/J·104
定 价	26.00 元

版权所有 翻印必究

序

普通话和规范汉字是第九届全国人大常委会在2000年以法律形式明确的国家通用语言文字。早在1986年，国家语言文字工作委员会就加大了推广普通话、推行规范汉字的行政力度。近年，国家研制完成了《通用规范汉字表》，并将把它作为国家通用文字字量、字级和宋体字形的规范。语言文字有其自身的发展规律。国家通用语言文字的推广除了行政推动，还需要依靠专家学者进行学术研究并引导社会。目前，研究汉字和书法的学者不少，但研究规范汉字的不多，研究硬笔书法的也不多，同时研究规范汉字和硬笔书法的更少，学臣同志就是这“更少”之中的一位青年学者。

认识学臣已有20多年。当时，河北省教育学会书法教育专业委员会正组织人员编写河北省中小学《写字》试用课本，需要擅长规范字书写者，学臣经人推荐来到了编写组。当时，他刚刚毕业于河北师大并留校工作，但已是省硬笔书协常务理事。见到他的字，果然漂亮；问起他的专业，竟是数学。方知他自幼习字，是闻名乡里的“靠一枝笔闯出天下”的人才。之后，经常在一些报刊特别是书法活动中见到或听说学臣。我明白，他一直在这一领域坚持不懈地前行。再后来见面时，得知他已成为欧阳中石先生和叶培贵教授的弟子，取得了书法艺术硕士学位，还在自己工作的学校组建了书法学本科专业，成为美术学院教授、书法硕士研究生导师。我欣喜，他已达到了实践与

理论结合的新境界。

日前，学臣又将一部新著《规范汉字与硬笔书写》呈现在我面前。这是河北省教育科学研究“十一五”规划课题成果，内容涉及汉字规范常识、硬笔楷书和行书的规范写法、章法布局与作品鉴赏等几大板块。书中既有基础的汉字书写常识，又有较高层次的审美与鉴赏；既有简明扼要的理论讲解，又有精心选择书写的例字；既能满足实用的学习之需，又有一定的学术价值，适于学生和所有硬笔书法爱好者使用。以我从事语言文字工作二十多年的经验看，他把国家语言文字法律政策的要求与当代青少年书写、审美的需求以及中国传统文化的传承结合在一起，是一种非常有益的尝试。相信此著对我省的语言文字规范化工作必将发挥积极作用，并在全国的硬笔书法界产生较大影响。

王 晖

2016年3月1日

目 录

第一章 汉字规范常识	1
第一节 汉字的起源和演变	1
第二节 汉字字形基本知识	4
第三节 规范字与不规范字	15
第四节 常见错字分类	17
第五节 常见别字举例	25
第六节 汉字笔顺原则	27
第二章 硬笔书法概论	31
第一节 硬笔书法综述	31
第二节 硬笔书法工具	33
第三节 硬笔书写姿势与执笔	36
第四节 硬笔书法学习方法	39
第三章 硬笔楷书技法	45
第一节 楷书基本常识	45
第二节 楷书笔画技法	52
第三节 楷书偏旁技法	63
第四节 楷书结构技法	88
第四章 硬笔行书技法	109
第一节 行书基本常识	109
第二节 行书笔画技法	114
第三节 行书偏旁技法	124

第四节 行书结构技法	144
第五章 硬笔书法章法	150
第一节 硬笔书法章法要素	150
第二节 硬笔书法章法格式	153
第六章 硬笔书法鉴赏	157
第一节 硬笔书法审美标准	157
第二节 硬笔书法欣赏方法	163
第七章 硬笔书写训练	168
第一节 横式书写训练 20 例	168
第二节 竖式书写训练 20 例	186
附 录	205
附录一 楷书常用汉字书写 960 例	205
附录二 行书常用汉字书写 960 例	215
参考文献	225
后记	226

第一章 汉字规范常识

第一节 汉字的起源和演变

汉字发展成为能够比较完整地记录语言的符号体系，约在夏商之交。我们讲的汉字，起于商代后期，止于今。三千多年的汉字形体演变规律是由繁到简，便于识记和书写是它的总趋势。汉字的演变大致可以分为三个阶段：第一阶段是由商代的甲骨文、周代的金文和籀文发展为秦代的小篆；第二阶段是由秦代的小篆发展为汉代的隶书；第三阶段是由汉代的隶书发展为魏晋以后的草书、楷书和行书。汉字从甲骨文到小篆，我们称之为古文字。从隶书到草书、楷书、行书，我们称之为今文字。

一、古文字阶段

（一）甲骨文

甲骨文是刻在龟甲兽骨上的文字，通行于商代。因为这些龟甲、兽骨出土于河南安阳小屯，这里是商代后期都城殷的所在地，称殷墟，所以甲骨文也叫殷墟文字。自1928年发掘以来，共出土有字甲骨十万多片，可辨认单字5000个左右。从笔法、结构和章法看，甲骨文已经是比较完备的文字体系。由于书写

工具是刀子和龟甲、兽骨，所以笔画方的多，圆的少，线条比较细。甲骨文记录的主要是占卜、祭祀、狩猎等内容。

（二）金文

金文是铸在青铜器上的文字，产生于商代后期，通行于周代。青铜器上的铭文记载的大多是诸侯贵族的大事。金文是用铜水浇入模具而成的，它的笔画比甲骨文粗，屈曲圆转，字的大小比较匀称。因为金文多铸在钟鼎上，因此也称钟鼎文。目前出土的钟鼎以及其他彝器上见到的金文有3000个左右，其中有大约2000个能够辨认。

（三）籀文

籀文又称大篆，是通行于春秋、战国时代的一种字体。史传这种字体是周宣王时太史籀所造，故称籀文。这种字体是在金文的基础上演变而成的，其特点是结构工整，笔画均匀，结构长方。但是籀文笔画复杂，字形不统一，异体字比较多。

（四）小篆

小篆是秦始皇统一六国之后推行的标准字体，由籀文演变而成，字体简化了一些，每个字的写法比较固定。小篆的出现是中国历史上汉字的第一次大统一。小篆的特点是笔画整齐，圆转流畅，结构较长。小篆通行的时间不长，但是作为碑额用字的时间很长。作为玺印图章用字，小篆一直沿用到今天。

二、今文字阶段

（一）隶书

隶书始创于秦代，因多为徒隶所用，故称隶书。隶书分为古隶、今隶两个阶段。

古隶又称秦隶，是小篆的一种简省写法，把篆书的圆转笔画变为方折，书写便利了。在秦代，小篆是行文的正体，隶书

是非标准的俗体。到了汉代，隶书日趋成熟，成为通行字体，比古隶的写法更简单，更方便，并形成了蚕头雁尾的笔势，这就是今隶，又称汉隶、八分。和小篆相比，今隶有以下特点：一是笔画变化。小篆笔画屈曲圆转，隶书笔画平直方折。小篆笔画连续，只有直线、弧线，隶书笔画断开，并形成横、竖、撇、捺、点等笔画，并有了笔顺，实现了汉字的笔画化，基本完成了汉字由图形到符号的变革。二是偏旁变化。小篆的会意字、形声字的部件，无论出于哪个位置，写法都相同。隶书则有变化。如“心”作部件时在左为竖心旁，在“思”字中不变，而在“慕”字中又有另一种写法。三是简化。小篆中有的字结构复杂，比如“尘”字，小篆写法为三只鹿在土上，意思是扬起尘土，隶书写法则只有一只鹿。四是结构变化。小篆的结构是长方形，隶书则是扁方形，为以后的方形楷书奠定了基础。

（二）草书

草书源于隶书的草写，有章草和今草之分，创于汉朝，盛行于晋。

章草流行于东汉章帝时期，笔画虽带草意，有连笔，但仍保留隶书的波磔，字和字不相联属，布局匀称。章草比隶书写简便，但是不易辨认。

今草是晋代以后出现的字体，体势连绵，笔画曲折，书写起来灵活流畅，从笔画到写法都有很大简化。今草艺术价值很高，一直流传到现在。

（三）楷书

楷书是由隶书演变而成的，也称真书、正书。因为其笔画定型，法度严谨，可作楷模，故称楷书。楷书形成于汉代，盛行于魏晋南北朝。楷书把隶书的波磔改为平直，字形由隶书的扁方变为正方，形成了方块汉字，且字体简化，便于识记。楷书以其独到的优越性成为应用得最多的字体，一直沿用到今天。

（四）行书

行书是介于草书和楷书之间的一种字体。接近楷书，比较容易认的称行楷，接近草书，变形较大的称行草。行书出现于楷书之后，在晋代开始流行，一直沿用到今天。行书的特点是书写连贯流利，比草书好认，比楷书书写便利，是人们日常生活中应用得最多的字体。

纵观汉字演变历史，不难看出，以上八种字体是沿着不断简化、逐渐规范的道路发展的。删繁就简，避难就易，增强实用功能是汉字发展的总趋势。

第二节 汉字字形基本知识

一、笔 画

（一）笔画的概念

写字从起笔到收笔，叫一笔或一画，通称笔画。笔画是构成汉字的最小单位。基本笔画包括点、横、竖、撇、捺、提，复合笔画包括横钩、竖钩、斜钩、卧钩、横折、竖折等，在后边的章节中我们要详细讲解。我们在书写规范字时，要注意把笔画写规范。比如“刊”字第三笔是竖画，写成撇就不规范了。

（二）笔画在构字时的变化

一些单字作部件后，部分笔画会发生变化。变化的目的是取消原来的单字的独立性，以便使它和其他部件组合成一个整体。单字作部件后笔画的变化规律主要包括：

1. 横变提。单字中的下横在合体字的左侧时变为提。如：“土—地、子—孔、马—驮、车—转、圭—封”等。

土	地	马	驮	车	转
---	---	---	---	---	---

2. 捺变点。有捺的单字作左偏旁时捺缩短为点。如：“又—对、木—树、火—炼、矢—矩、朵—剌”等。

又	对	木	树	火	炼
---	---	---	---	---	---

3. 竖变撇。一些单字中的竖在合体字中变形为撇。如：“丰—邦、半—叛、羊—翔、辛—辣”等。

丰	邦	半	叛	羊	翔
---	---	---	---	---	---

4. 弯钩变撇。“手”字作左偏旁时弯钩变为撇。如：“手—拜、手—掰、手—湃”等。

手	拜	手	掰	手	湃
---	---	---	---	---	---

5. 竖折变竖提。如：“山—屹、缶—缺、齿—龄”等。

山	屹	缶	缺	齿	龄
---	---	---	---	---	---

6. 竖弯钩变竖提。如：“光—辉、己—改、七—切、元—顽、屯—顿、此—雌、毛—撬”等。

光	辉	己	改	七	切
---	---	---	---	---	---

7. 横折钩变横钩。如：“尚—党、高—膏、雨—雪”等。

尚	党	高	膏	雨	雪
---	---	---	---	---	---

8. 横折弯钩变横折提。如：“九—鸠、几—微、几—颓”等。

九	鸠	几	微	几	颓
---	---	---	---	---	---

9. 横折弯钩变横折斜钩。如：“几—风、凡—巩、丸—执”等。

几	风	凡	巩	丸	执
---	---	---	---	---	---

10. 笔画缩短。“女”、“舟”两字作左偏旁时横的右边不再出头，“身”作左偏旁时撇的右边不再出头。如：“女—好、舟—舷、身—射、牛—告、羊—美”等。

女	好	舟	舷	身	射
---	---	---	---	---	---

11. 笔画变形而且减少。如：“艮—即、艮—既、艮—爵、良—朗、良—郎”等。

艮	即	良	朗	良	郎
---	---	---	---	---	---

12. 两个或多个笔画变形。如：“西—要、示—礼、衣—补、网—罗”等。

西	要	示	礼	衣	补
---	---	---	---	---	---

13. 省略钩。下边几个字作字头时省略钩。其中“繁”字变形最大，横折钩不但省略钩，而且不再出头。如：“小—尘、羽—翠、甫—傅、束—枣、可—哥、求—裘、敝—鳖、每一繁”等。

小	尘	羽	翠	甫	傅
---	---	---	---	---	---

14. 两种写法。有的字作部件时有两种写法。如“月”（是“肉”字的变形）作字底时和作字头时写法有两种写法。“心”字作字底时也有两种写法。如：“月—胃、月—臂、月—炙、月—祭、心—思、心—想、心—恭、心—慕”等。

月	胃	月	炙	心	恭
---	---	---	---	---	---

15. 特殊变形。“辱”字本来是上下结构，在“褥”字中撇变长，导致结构变为半包围结构。“取”字本来是左右结构，在“最”字中第一横变长，也变为半包围结构。如：“辱—褥、取—最”等。



二、偏旁部首

偏旁是构成合体字的基本单位。比如“木”是“杨”的偏旁，“弓”是“张”的偏旁。在分析汉字结构时，把具有同一部件的字归为一部，把这一部字中的共同部件列在全部之首，就叫部首。如“江、河、湖、海”等字都有同一部件“氵”，“氵”就是该部的部首。

三、容易混淆的部件

1. “人”、“入”与“八”。“人”字是撇捺相连，撇出头。“入”字是撇捺相连，捺出头。“八”字是撇捺分开。在常用字中，带人字头的字很多，而带入字头的一个也没有。通用字中也只有“余”（一个含义是烹调方法，另一个是余子，烧水的工具）和“采”（买进粮食，和采是反义词）两个字。带八字头的只有“公”、“分”两字及以它们为部件的合体字。



2. “比”、“化”与“皂”。“比”的部件“匕”，由撇和竖弯钩组成，撇不出头。“化”的部件，也是撇和竖弯钩，但是撇出头。“皂”的部件“七”，是一横加一个竖弯钩。三个部件不能混淆，如“比、仑、北——化、龙、叱——七、皂、虎”等。

比	仑	化	龙	皂	虎
---	---	---	---	---	---

3. “土”与“士”。“土”部下横长，“士”部上横长，写“周”字容易出错。如“去、幸、周——志、喜、吉”等。

去	幸	周	志	喜	吉
---	---	---	---	---	---

4. “鼻”与“弄”。“鼻”的部件“丌”，念jī和qí，撇和竖不出头。“弄”的部件“升”，念gōng，撇和竖都出头。如“鼻、痹——卉、算、弄、异、弃、弊”等。

丌	鼻	痹	升	卉	算
---	---	---	---	---	---

5. “尢”与“九”。“尢”念yóu，由横、撇和竖弯钩三个笔画组成，“九”是撇和横折弯钩组成。如“尢、尴、尬——九、旭、抛”等。

尢	尴	尬	九	旭	抛
---	---	---	---	---	---

6. “畏”与“衣”。“畏”字所含的部件左下没有撇，“衣”字所含的部件左下有撇。如“展、辰、畏、丧——衣、哀、衷、表、裹、衮、袁、囊”等。

展	辰	畏	衣	哀	表
---	---	---	---	---	---

7. “柿”与“肺”。“柿”字所含的部件是“市”，由一点、一横和一个“巾”字组成。“肺”字所含的部件念fú和pó，比“市”字少一点，竖上边出头。如“市、柿——肺、沛、蒂”等。

市	柿	柿	肺	沛	蒂
---	---	---	---	---	---

8. “冒”、“臼”与“日”。“冒”字的字头是“帽”的本字，两横与左右两竖分开，不相连，和“臼”、“日”两字都不同。如“冒、帽、冕——最、曼、早、显、星”等。

冒	帽	冕	最	曼	早
---	---	---	---	---	---

9. “离”与“禹”。“离”字所含的部件是撇折、点两笔，右边的字所含的部件是竖、提、点三笔。如“离、篱、漓、禽、擒——禹、属、嘱、禺、偶、寓”等。

离	篱	禽	禹	属	禺
---	---	---	---	---	---