

楷书硬笔习字速成

王羲之

魏秋芳 编著

白			
白字旁			

白	白	白	白
---	---	---	---

白	白	白	白
---	---	---	---

魄	魄	魄	魄
---	---	---	---

白	白	白	白
---	---	---	---

魄	魄	魄	魄
---	---	---	---

一	一	一	一
---	---	---	---

守	守	守	守
---	---	---	---

一	一	一	一
---	---	---	---

守	守	守	守
---	---	---	---

一	一	一	一
---	---	---	---

守	守	守	守
---	---	---	---

一	一	一	一
---	---	---	---

守	守	守	守
---	---	---	---

止			
常字头			

止	止	止	止
---	---	---	---

止	止	止	止
---	---	---	---

常	常	常	常
---	---	---	---

艹			
草字头			

艹	艹	艹	艹
---	---	---	---

艹	艹	艹	艹
---	---	---	---

藏	藏	藏	藏
---	---	---	---

疒			
病字旁			

疒	疒	疒	疒
---	---	---	---

疒	疒	疒	疒
---	---	---	---

病	病	病	病
---	---	---	---

車			
车字旁			

車	車	車	車
---	---	---	---

車	車	車	車
---	---	---	---

轉	轉	轉	轉
---	---	---	---

图书在版编目 (CIP) 数据

王羲之楷书硬笔习字速成 / 魏秋芳主编. — 南宁: 广西
美术出版社, 2007. 10
名家书法硬笔速成教材
ISBN 978-7-80746-313-9

I. 王… II. 魏… III. 硬笔字—楷书—法帖 IV. J292. 12

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第156950号

王羲之楷书硬笔习字速成

主 编: 魏秋芳
编 委: 纪春成 狄继萍 道 启
魏 英 罗晓梅
编 著: 魏秋芳
出 版 人: 蓝小星
终 审: 黄宗湖
策 划: 于 光
责任编辑: 于 光 钟志宏
封面设计: 白 桦
出版发行: 广西美术出版社
地 址: 南宁市望园路9号 (530022)
印 刷: 南宁市社会福利印刷厂
版 次: 2007年12月第1版
印 次: 2007年12月第1次印刷
开 本: 889mm × 1194mm 1/16
印 张: 5
书 号: ISBN 978-7-80746-313-9/J · 816
定 价: 13.00元

版权所有 违者必究

编写使用说明

能写一手好字，是一个人自身修养的外在体现；能写一手好字，在社交中就等于拥有一张精巧的名片，在职场上就等于多了一条通向成功的道路。然而，要想练得一手好字，首先必须选好老师，选好教材，挑选书法名家的高水准字帖作为临习范本。因为只有字帖范本水平高，学习的起点才能高。清代学者李渔所谓“取法乎上者，仅得其中，取法乎中者，仅得其下”，说的即是此理。赵孟頫学王羲之书法，就曾对王右军的“得意书”《兰亭序》和“天下第一法书”《快雪时晴帖》学之不已。这也证明，临摹传统书法碑帖，是学习书法和提高书法水平的最有效方法和必经之路。为了使广大硬笔书法爱好者直接临习借鉴我国古代的书法瑰宝，我们专门从历代名帖中精选出一些适宜硬笔临摹的名家名帖，制作和编写了一套《名家书法硬笔描摹字帖》，供大家描摹学习。

本套字帖范字选自历代名家的楷书名作碑帖，很适于硬笔描摹学习，具有以下特点：

1. 精缩原帖，保持原貌。字帖将原迹中的规范汉字、笔画精选出来，按照一定比例精心缩小至普通钢笔字大小，笔画和字形不变，既保持了原貌神韵，又便于硬笔书法爱好者直接临摹原帖。

2. 摹、描、填、临，多种练习。包括了全部传统习字法，将具有代表性的笔画、偏旁挑选归类，设计成兼具摹写（描影）、描红、双钩（填空心字）、临帖等多种练习程序的字帖，并逐画、逐旁进行细致的讲解提示，便于读者从基础入手，抓住笔画、偏旁特征，触类旁通，举一反三，循序渐进，尽快掌握书写技法。

本套字帖在练习过程中，须注意以下几点：

1. 最好选用较粗的普通钢笔或者弯头钢笔（又名美工笔、硬笔书法笔）进行练习。弯头钢笔的笔尖和纸面接触面大，书写时具有较大的活动余地，线条可粗可细并可调整握笔角度，更适宜临帖学习。

2. 建议每天练习一页，即先摹写一遍，再填字、临写（照着写）一遍，重点掌握1—3个笔画或者汉字。

3. 应当每天坚持练习，动笔前认真阅读书写提示，注意分析、比较点画的运笔、偏旁部首和汉字的结构特点，再进行练习。须知，学得像，才能学得好。

4. 在练习过程中，每个字的笔画要一笔完成，不要反复涂描，遇到个别粗壮笔画，只需看准字形，沿中心线摹写，重点掌握字形及运笔特点即可。

5. 学书无捷径，只能靠勤学苦练。熟能生巧，反复练习，精益求精，才能学好书法。

编者
2007年6月

目 录

笔画练习	1
偏旁练习	3
写字练习	11
繁体异体字选临	61
集字练习	78

王羲之楷书硬笔习字速成·笔画练习

、 点	书写提示：由轻入重顿笔写成，写得倾斜饱满。			
描 笔 摹 画	、	、	、	、
填 笔 充 画	◌	◌	◌	◌
描 字 摹 例	玄	玄	玄	玄

— 长横	书写提示：起笔轻顿后，顺势平稳向右行笔，收笔处略顿。整个横画右边略高，极为舒展。			
描 笔 摹 画	—	—	—	—
填 笔 充 画	—	—	—	—
描 字 摹 例	五	五	五	五

丨 悬针竖	书写提示：起笔稍顿笔，垂直匀速向下运行，由重到轻顺势拖出笔锋。如垂直悬挂的针尖。			
描 笔 摹 画	丨	丨	丨	丨
填 笔 充 画	丨	丨	丨	丨
描 字 摹 例	中	中	中	中

丨 垂露竖	书写提示：起笔轻顿，垂直平稳向下行笔，收笔处略顿笔后回锋即成。			
描 笔 摹 画	丨	丨	丨	丨
填 笔 充 画	丨	丨	丨	丨
描 字 摹 例	下	下	下	下

丿 撇	书写提示：起笔略顿，由重入轻向左下方行笔，出锋，呈45°角。			
描 笔 摹 画	丿	丿	丿	丿
填 笔 充 画	丿	丿	丿	丿
描 字 摹 例	金	金	金	金

㇏ 捺	书写提示：起笔由轻渐重向右下倾斜运笔，末尾取平刃出锋，形如大刀。			
描 笔 摹 画	㇏	㇏	㇏	㇏
填 笔 充 画	㇏	㇏	㇏	㇏
描 字 摹 例	尺	尺	尺	尺

王羲之楷书硬笔习字速成·笔画练习

 平捺	书写提示：起笔轻顿，顺势向右运行收笔，平捺与斜捺运笔相似，仅角度有变。				 横折	书写提示：先写一短横，稍顿笔后接着写一竖。			
描 笔 摹 画					描 笔 摹 画				
填 笔 充 画					填 笔 充 画				
描 字 摹 例					描 字 摹 例				

 横折钩	书写提示：先写短横后，顺势写竖钩。				 竖钩	书写提示：在写完垂露竖后，向左下稍顿，即向左上方钩出。			
描 笔 摹 画					描 笔 摹 画				
填 笔 充 画					填 笔 充 画				
描 字 摹 例					描 字 摹 例				

 卧钩	书写提示：由轻入重运笔，稍顿笔，再向左上钩出，起笔和收笔都出锋。				 竖弯钩	书写提示：起笔稍顿笔，即向右下圆转运笔，略顿笔后向右上钩出。			
描 笔 摹 画					描 笔 摹 画				
填 笔 充 画					填 笔 充 画				
描 字 摹 例					描 字 摹 例				

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

白 白字旁	书写提示：先写短撇，再写“日”，“日”两竖基本平行。			
描 笔 摹 画	白	白	白	白
填 笔 充 画	白	白	白	白
描 字 摹 例	魄	魄	魄	魄

宀 宝盖头	书写提示：上点为斜点，居字正中上，第二笔写左竖点，似左斜竖，最后写横钩。			
描 笔 摹 画	宀	宀	宀	宀
填 笔 充 画	宀	宀	宀	宀
描 字 摹 例	守	守	守	守

小 常字头	书写提示：先写“小”字头，省钩，再写左竖点，最后写横钩。			
描 笔 摹 画	小	小	小	小
填 笔 充 画	小	小	小	小
描 字 摹 例	常	常	常	常

艹 草字头	书写提示：先写左挑点，再写左短竖，接着写右短横，最后写右竖撇。			
描 笔 摹 画	艹	艹	艹	艹
填 笔 充 画	艹	艹	艹	艹
描 字 摹 例	藏	藏	藏	藏

疒 病字旁	书写提示：先写上点，再写点下“厂”，撇画收笔蓄锋，三个点与其他笔画不粘连。			
描 笔 摹 画	疒	疒	疒	疒
填 笔 充 画	疒	疒	疒	疒
描 字 摹 例	病	病	病	病

車 车字旁	书写提示：先写上短横，接着写“日”，下横起笔左伸，中竖写直。			
描 笔 摹 画	車	車	車	車
填 笔 充 画	車	車	車	車
描 字 摹 例	轉	轉	轉	轉

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

 单人旁	书写提示：先写一短撇，再在撇画左下起笔写垂露竖。			
描笔画				
填笔画				
描字摹例	侠	侠	侠	侠

 反犬旁	书写提示：先写上短撇，再写弯钩，弯钩下端稍直，最后在弯钩中部起笔写短撇。			
描笔画				
填笔画				
描字摹例	獨	獨	獨	獨

 国字框	书写提示：第一笔写左竖，再在左竖稍上起笔写横折，最后写下短横。字框右竖长于左竖。			
描笔画				
填笔画				
描字摹例	固	固	固	固

 弓字旁	书写提示：第一笔写横折，接着写短横，第三笔在短横中部起笔写竖折折钩。			
描笔画				
填笔画				
描字摹例	引	引	引	引

 广字头	书写提示：先写上点，再写短横，第三笔竖撇上直下弯。有的撇画收笔蓄锋上挑。			
描笔画				
填笔画				
描字摹例	庭	庭	庭	庭

 禾字旁	书写提示：先写上平撇，第二笔横画起笔左伸，收笔出锋，四、五笔撇和点稍小。			
描笔画				
填笔画				
描字摹例	和	和	和	和

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

户 户字头	书写提示：第一笔点以短横代替，下撇稍斜而短。			
描 笔 摹 画	户	户	户	户
填 笔 充 画	户	户	户	户
描 字 摹 例	扉	扉	扉	扉

火 火字旁	书写提示：左右两点间距略开，中间为竖撇，右下点靠下。			
描 笔 摹 画	火	火	火	火
填 笔 充 画	火	火	火	火
描 字 摹 例	烦	烦	烦	烦

习 将字旁	书写提示：先写上斜点和下提点，第三笔写垂露竖，收笔带钩。			
描 笔 摹 画	习	习	习	习
填 笔 充 画	习	习	习	习
描 字 摹 例	壮	壮	壮	壮

糸 绞丝旁	书写提示：第一笔为撇折，第二笔为撇提，第三笔在提尖处写点，下三点分布均匀。			
描 笔 摹 画	糸	糸	糸	糸
填 笔 充 画	糸	糸	糸	糸
描 字 摹 例	絳	絳	絳	絳

口 口字旁	书写提示：先写左斜竖，再写横折，最后封口，口字旁上开下收，笔画粗壮，结构紧凑。			
描 笔 摹 画	口	口	口	口
填 笔 充 画	口	口	口	口
描 字 摹 例	呼	呼	呼	呼

丿 立刀旁	书写提示：先写一短竖（以竖点代替），再写竖钩，短竖稍靠上。			
描 笔 摹 画	丿	丿	丿	丿
填 笔 充 画	丿	丿	丿	丿
描 字 摹 例	利	利	利	利

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

 立字旁	书写提示：先写上点，再写短横，下两点笔断意连，最后顺势写提。				 门字框	书写提示：先写横折、短横，再写左竖，右边先写竖折、短横，再写横折钩，右竖长于左竖。			
描 笔 摹 画					描 笔 摹 画				
填 笔 充 画					填 笔 充 画				
描 字 摹 例					描 字 摹 例				

 米字旁	书写提示：上两点对称，横画起笔左伸，竖画收笔带钩，下面撇和点稍小。				 皿字底	书写提示：内两竖如两点上错落，下横起笔左伸，字形稍扁。			
描 笔 摹 画					描 笔 摹 画				
填 笔 充 画					填 笔 充 画				
描 字 摹 例					描 字 摹 例				

 木字旁	书写提示：短横似平挑，竖画粗壮，收笔带钩，左下撇短小。				 目字旁	书写提示：字形上宽下收，内短横右边留空，间距匀等。			
描 笔 摹 画					描 笔 摹 画				
填 笔 充 画					填 笔 充 画				
描 字 摹 例					描 字 摹 例				

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

勹 牛字旁	书写提示：第一、二笔撇横连写，形似撇提；第二笔竖画略弯，收笔出钩，末笔提不粘竖。			
描 笔 摹 画	勹	勹	勹	勹
填 笔 充 画	勹	勹	勹	勹
描 字 摹 例	物	物	物	物

女 女字旁	书写提示：第一笔撇折起笔重，转折稍圆转，第二笔撇画稍直，第三笔横变平挑。			
描 笔 摹 画	女	女	女	女
填 笔 充 画	女	女	女	女
描 字 摹 例	如	如	如	如

欠 欠字旁	书写提示：第一、二笔的撇和横钩稍短小，第三笔竖撇亦小，末笔捺画起笔运笔下伸。			
描 笔 摹 画	欠	欠	欠	欠
填 笔 充 画	欠	欠	欠	欠
描 字 摹 例	欲	欲	欲	欲

人 人字头	书写提示：先写短撇，再写斜捺，撇短捺长，两画的交接点要高。			
描 笔 摹 画	人	人	人	人
填 笔 充 画	人	人	人	人
描 字 摹 例	金	金	金	金

日 日字旁	书写提示：第一笔左竖要直，第二笔横折稍斜，第三笔内横稍短，末笔横变提。			
描 笔 摹 画	日	日	日	日
填 笔 充 画	日	日	日	日
描 字 摹 例	晓	晓	晓	晓

丶 三点水	书写提示：上两点是斜点，下点是提点，三点要短促，笔断意连。			
描 笔 摹 画	丶	丶	丶	丶
填 笔 充 画	丶	丶	丶	丶
描 字 摹 例	池	池	池	池

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

山 山字头	书写提示：先写中竖，稍高，收笔出锋，再写竖挑，末笔写短竖撇。				尸 尸字旁	书写提示：第一笔写横折（横长竖短），第二笔写横，最后写撇，撇稍直。			
描笔画	山	山	山	山	描笔画	尸	尸	尸	尸
填笔画	山	山	山	山	填笔画	尸	尸	尸	尸
描字摹例	歲	歲	歲	歲	描字摹例	居	居	居	居
食 食字旁	书写提示：上部“人”字撇短，捺变点，下部似“即”字左旁。				矢 矢字旁	书写提示：本偏旁稍宽。第三笔横画起笔左伸，第四笔撇画倾斜收笔出锋。			
描笔画	食	食	食	食	描笔画	矢	矢	矢	矢
填笔画	食	食	食	食	填笔画	矢	矢	矢	矢
描字摹例	飲	飲	飲	飲	描字摹例	知	知	知	知
礻 示字旁	书写提示：先写上点，再写横撇（横长撇短），再对准上横中部写竖画，末笔写右下点。				忄 竖心旁	书写提示：左点为竖点靠左下，右点为斜点靠右上，竖画稍倾斜。			
描笔画	礻	礻	礻	礻	描笔画	忄	忄	忄	忄
填笔画	礻	礻	礻	礻	填笔画	忄	忄	忄	忄
描字摹例	神	神	神	神	描字摹例	惚	惚	惚	惚

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

 双耳旁	书写提示：先写横撇弯钩，运笔圆转，稍小，再写垂露竖，起笔露锋。			
描 笔 摹 画				
填 笔 充 画				
描 字 摹 例	陽	陽	陽	陽

 双人旁	书写提示：第一笔短撇稍短，然后在第一笔左下起笔写斜撇，稍长，末笔写竖，稍短。			
描 笔 摹 画				
填 笔 充 画				
描 字 摹 例	行	行	行	行

 四点底	书写提示：第一笔左竖点向左下运笔，其余三点为斜点，四点间距相等，轻重多变。			
描 笔 摹 画				
填 笔 充 画				
描 字 摹 例	然	然	然	然

 提手旁	书写提示：先写短横，再写竖钩，竖钩蓄锋未出钩，最后写提，提不穿竖。			
描 笔 摹 画				
填 笔 充 画				
描 字 摹 例	持	持	持	持

 土字旁	书写提示：先写短横，再写竖（起笔重，收笔轻），最后写提（稍小）。			
描 笔 摹 画				
填 笔 充 画				
描 字 摹 例	地	地	地	地

 王字旁	书写提示：写完两短横后再写竖，最后写提（稍小），横画间距均匀。			
描 笔 摹 画				
填 笔 充 画				
描 字 摹 例	珠	珠	珠	珠

王羲之楷书硬笔习字速成·偏旁练习

夕 夕字旁	书写提示：先写短撇，再写横撇，撇尾蓄锋上挑，最后写点。			
描 笔 摹 画	夕	夕	夕	夕
填 笔 充 画	夕	夕	夕	夕
描 字 摹 例	外	外	外	外

心 心字底	书写提示：先写左侧点，再写卧钩（卧钩略平），最后写另两点，中点低，右点高。			
描 笔 摹 画	心	心	心	心
填 笔 充 画	心	心	心	心
描 字 摹 例	志	志	志	志

頁 页字旁	书写提示：先写短横，再在横正中下写短撇，接着写“貝”，多横的字布白要匀称。			
描 笔 摹 画	頁	頁	頁	頁
填 笔 充 画	頁	頁	頁	頁
描 字 摹 例	順	順	順	順

雨 雨字头	书写提示：上短横居字正中，横钩稍长，内四点常以短竖代替或连写，字头宽扁。			
描 笔 摹 画	雨	雨	雨	雨
填 笔 充 画	雨	雨	雨	雨
描 字 摹 例	靈	靈	靈	靈

月 月字旁	书写提示：先写竖撇，稍短，再写横折钩，横短竖钩长，内两横稍短。			
描 笔 摹 画	月	月	月	月
填 笔 充 画	月	月	月	月
描 字 摹 例	眼	眼	眼	眼

竹 竹字头	书写提示：左右两部分要有所变化，右边略大于左边，两点形态各异。			
描 笔 摹 画	竹	竹	竹	竹
填 笔 充 画	竹	竹	竹	竹
描 字 摹 例	管	管	管	管

王羲之楷书硬笔习字速成·写字练习

安	书写提示：“安”字上点与下撇点连笔，下折点偏右，下横起笔偏左，以求平衡。									
描摹字例	安	安	安	安	安	安	安	安	安	
填字临写	安	安	安	安	安					

白	书写提示：上撇短小，字形较小，上开下合，横细竖粗。									
描摹字例	白	白	白	白	白	白	白	白	白	
填字临写	白	白	白	白	白					

抱	书写提示：左边提手旁稍短且提不沾竖；右旁包字框横折斜钩以横钩书写。									
描摹字例	抱	抱	抱	抱	抱	抱	抱	抱	抱	
填字临写	抱	抱	抱	抱	抱					

被	书写提示：左边衣字旁靠左上，右边“皮”靠右下，捺画下伸，字形错落而不倾。									
描摹字例	被	被	被	被	被	被	被	被	被	
填字临写	被	被	被	被	被					

王羲之楷书硬笔习字速成·写字练习

本		书写提示：上面大字头撇收右放，下面“十”居正中下，下不粘上。							
描摹	字例	本	本	本	本	本	本	本	本
填字	临写	本	本	本	本	本			

辟		书写提示：“辟”为异体写法，左旁撇画极力下伸，收笔蓄锋；右旁“辛”字增笔横画，以显字形紧密。							
描摹	字例	辟	辟	辟	辟	辟	辟	辟	辟
填字	临写	辟	辟	辟	辟	辟			

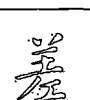
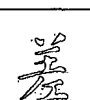
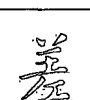
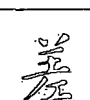
病		书写提示：左上“病”字旁三点与横撇各不相连，字形宽绰、空灵。							
描摹	字例	病	病	病	病	病	病	病	病
填字	临写	病	病	病	病	病			

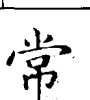
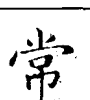
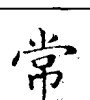
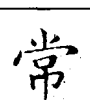
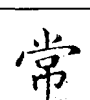
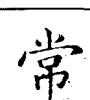
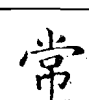
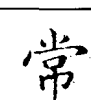
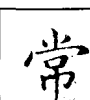
采		书写提示：上撇、下撇和下竖钩均写得短小，下捺下展。							
描摹	字例	采	采	采	采	采	采	采	采
填字	临写	采	采	采	采	采			

王羲之楷书硬笔习字速成·写字练习

		书写提示：“藏”字左下笔画省略，左下撇写法似垂露竖，收笔蓄锋上挑，右斜钩下伸。								
描摹	字例									
填字	临写									

		书写提示：字形端正，下横起笔左伸，下竖短而居中。								
描摹	字例									
填字	临写									

		书写提示：“差”字起笔两点左右对称，下弯撇分为两笔。								
描摹	字例									
填字	临写									

		书写提示：字头横钩稍宽，末笔竖画对准字中心，字形端庄平稳。								
描摹	字例									
填字	临写	