

趣味硬笔行楷速成

——汉字书写的技巧与方法

给你一把金钥匙：

- 有的字要“胖”，有的字要“瘦”
- 人要透气，字也要“透气”
- 独体字怎么才能写好？

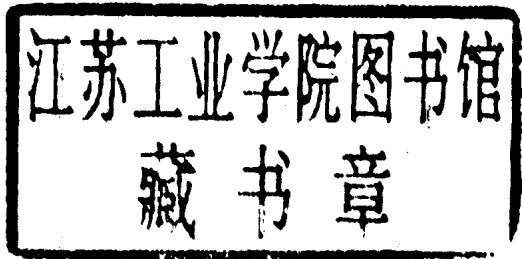
丁迪蒙 著

上海大学出版社

趣味硬笔行楷速成

——汉字书写的技巧与方法

丁迪蒙 著



上海大学出版社

·上海·

图书在版编目(CIP)数据

MAR 14 06

趣味硬笔行楷速成:汉字书写的技巧与方法/丁迪蒙
著. —上海:上海大学出版社,2000.1

ISBN 7-81058-156-2

I . 趣… II . 丁… III . 汉字-硬笔字-行楷-书法
IV . J292 . 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 11624 号

上海大学出版社出版发行

(上海市延长路 149 号 邮政编码 200072)

常熟市印刷八厂印刷 各地新华书店经销

开本 850×1168 1/32 印张 5 字数 119 000

2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1~5 100

定价: 8.80 元

序 言

我们这些“龙的传人”，都长着“黑的眼睛黑的头发”，虽然“让海风吹过了五千年”，却依然是一张“黄色的脸”。黑眼睛黑头发黄皮肤，是我们炎黄子孙的血缘所致。这种血缘是代代相传，永不改变的。在这里，延续着我们祖先的遗传因子，存留着我们每一个中国人之所以成为中国人的根本。

如果以上的传统由血缘关系形成的话，那么，在我们炎黄子孙的身上，还有一种文化的遗传因子，一种永远无法改换的文化的血缘。只要你是中国人，就或多或少地会受到这种文化血缘的影响。这文化血缘，就是中国人特有的用以交际、交流的文字——汉字。正是这种象形的方块字，把中华民族的兄弟姐妹紧紧联系在一起，把上下五千年的文明历史前后粘连在一起。

也许，你从小受到的最早的中国文化熏陶，就是汉字。当你的父亲或者母亲抓着你的小手，叫你伸出食指来，在茶杯里蘸上一点儿茶水，在桌子上从左至右画下歪歪扭扭的一横时，你就开始接受中国文化最初的精华了。请不要小看这一笔一划，也许就在这看似简单的横、竖、撇、捺中，你开始成熟起来，存积在你身上的遗传因子也开始随着这些简单的动作而被催醒了，激发了，萌芽了，使你渐渐成为一个具有文化意义的中国人。

汉字，是世界文化史上的奇迹，是最美的文化形态之一。

她的美，首先体现在她有着象形和图画性质。对此，许慎在《说文解字》中说得最为精彩，他写道：“仰则观象于天，俯则观法于地，视鸟兽之文与地之宜。近取诸身，远取诸物，……仓颉之初

作书，盖依类象形，故谓之文。其后形声相益，即谓之字。”

是的，汉字的象形特点，使得她与大自然之间产生了一种理性的联系和默契。日月星辰，草木虫鱼，天地万物在此都被人化了，再经过历代劳动人民的减省、浓缩、概括和提高，这些图案终于变成了一种包含万物而又区别于万物，融会于自然而又独立于自然的信息传播系统，推动着中华文明的发展，延续着博大精深的中华文化，薪尽火传，生生不息。

当你写一个象形的汉字时，你仿佛就已经包揽了这个事物的本身；当你面对宏伟的自然时，你又可以用最简洁的笔触去重现那绚丽多姿的景象。这是多么高明的抽象法则，又是多么精美的具象手段！

我们的祖先还知道，单用象形，不足以表现千差万别的自然和思维现象，于是又发明了其他的造字方法，使得汉字变成了一种具有深刻含义的排列组合，一种包罗万象的巧妙结构。你看，一轮太阳升起在地平线上，就称为旦，表示早晨；太阳加上月亮，叫做明，表示光辉与明亮。啊！单凭这一点，汉字就使得其他的一切文字形态相形见绌。

在人类所发明的诸多文字中，惟有汉字，经过了几千年日光月华的锤炼，终于挺了挺胸，峨冠博带，步履从容地登上了艺术的殿堂。而单纯表音的西方文字，却依然担负着比较纯粹的应用和交际的任务。

汉字的美，还体现在线的复杂多变的结构上。西方文字也是线组成的，但是西方文字的曲线只是单调地向一个方向伸展。汉字却不同，她有着千变万化的笔势和笔顺，有着丰富多彩的结构和拼排，她的每一笔都可以有干涩之姿、曲折之趣、续断之缘、浓淡之韵。正是这些，组成了汉字结构疏密的对立和统一，韵律和谐急促的对立和统一，人类思维与现实生活的对立和统一。

正因为汉字有着深刻的审美内涵，所以，当我们拿到一幅书写

漂亮的汉字时，总是忍不住要感叹一番：“啊，好字！好字！”并由此而对汉字的书写者肃然起敬。与此相反，当我们看到一幅糟糕的汉字，而写这字的又是一位颇有名望的人士时，往往会心存遗憾，仿佛有名望的人就必须写一手好字才行。

这其实是一种文化的认同，一种对汉字审美地位的推崇，一种对汉字形式美的人化作用的确认，尽管这种要求有些苛刻，不近人情。然而，民族的，或者说民俗的意识就是这样层层相因，改变不了也阻止不了，躲避不了也清除不了，除非你从新开始学习汉字的书写，以改变自己的文化形象。

汉字和汉字的书写如此之重要，以至于她历来成为我国教育的重要内容，为人们所重视。自古以来，从蒙童开始，就有写字课，有写字本，老师要教育学生有正确的书写笔画、正确的书写姿势乃至正确的握笔方式。所以我们中国人在书写时，大都比较注意姿势，或者说书写的姿势都比较端正。在现实生活中，很难找到有如某些欧美人那样，歪着身子，侧着脑袋，斜着眼睛，用左手胡乱抓着圆珠笔签名的中国人，大概就是这个道理。

中国人对汉字的热爱和重视，造就了许许多多的书法艺术家，而书法艺术家的创作，为汉字书法的发展和进步作出了巨大的贡献。其贡献之一，就是他们把汉字的书写提高到艺术的程度，总结出了学习汉字的方法和手段。书店里陈列着的各种各样的字帖，既是书法的历史文献，又是历代书法家的艺术结晶，还是我们进行书法教育的重要教材。

在以往的书法教学过程中，我们往往都以字帖为本；学生习字，也总是以临帖为主要方法。人说：“字无百日功”。练上百把天，每天成百上千地写，渐渐地，字就漂亮起来了，就好像“熟读唐诗三百首，不会吟诗也会吟”一样。但是，在快节奏的当代，用以上所说的“双百”办法来学习写字，恐怕于人多有不便。能不能不用太多的时间，稍加短期的训练，同样达到写好汉字、或者说改善汉

字书写状况的目的呢？

我们面前放着的这本《趣味硬笔行楷速成》，在这个方面进行了比较成功的探索。首先，本书不以临帖为主，而是采取“结构——功能”的分析方法，以“拆字”为主要手段，告诉你正确的书写结构和笔画的走势。你只要掌握了某一种“结构——功能”，就能举一反三、一通百通。譬如说，当你碰到“耳朵”在右边的汉字时，只要把那个“耳朵”往下稍稍挪动一点，字就会变得好看得多。方便吗？

其次，本书多讲独体字的结构安排和合体字的偏旁组合。汉字中独体字少而合体字多，倘若掌握了比较多的独体字和偏旁，就可以触类旁通，一个偏旁加上各种不同的独体字，将组合出无数个新的合体字。以一当十，岂不快哉！

第三，本书是长期教学实践的产物。书中所提出的问题，皆来源于现实生活，因此比较符合学习者的需要。本书收集的不规范字样，都来自于学生日常的书写，因此都有利于学习者救弊补偏。

第四，本书言语生动，举例富于趣味，有学术气而无学究气，使读者在轻松的氛围中，不知不觉地受到了传统书法文化的熏陶，学习了汉字书写的技巧。

丁迪蒙先生是上海书法家协会会员、上海市大学书法教育研究会会员。先生教授书法十多年，举凡小学生、中学生、大学生、成人乃至外国朋友，倘得其教诲，书写便大有长进。近年，由于现实生活的需要，又特别钻研硬笔书写的教学。本书，便是教学经验的结晶。

丁先生是我二十年前复旦分校的同学，母校虽非一流，却首先沐浴改革开放之春风；同学虽未轰轰烈烈，但都兢兢业业。今观其书，无乃兢兢业业者乎！

是为序。

李白坚

1999年5月

前 言

这本小册子(99讲),是我多年从事高校基础书法教学、特别是硬笔书写教学的总结。我教学的对象是:中文系语言文学专业、文化管理专业、秘书专业、历史学系、档案学系、社会学系和法律系的本科生。除此之外,我还在我们学校的夜大学以及一些其他的学校上硬笔书写课,还辅导一些小学四年级到高中阶段的学生。所以,我教学对象的年龄跨度很大,从10岁到50多岁都有。

除个别授课的中小學生外,我通常在10~12周内上完课。也就是说,在前后三个月左右的时间里,听我上课的学生已可以有满不错的硬笔字了,也懂得了不少写字的方法和技巧。

我大学的同学一再鼓励我写本书,让更多写不好字的人掌握写字的技巧与方法,写出较好的字来。

九九归一,这99课,你可以慢慢看,每天看一课,写上三五个字,考虑考虑有没有道理。因为册子小,你可以随身带着,坐在地铁上,站在汽车上,吃饭休息之余,打开随手翻翻,用手去比划比划,想想对你是否有帮助,是否得到了益处;你也可以挑来看(如果你的基础还可以,只是有一些字写得不太美),有针对性地、有选择地看,因为大凡常用的,且是难写的独体字,差不多都罗列进去了。常用的偏旁的写法,也都放进去了。你完全可以跳着看,可以自己去组合,不必循规蹈矩。

字怎样写得好看,我希望你知其然,也知其所以然。你完全可以不照书上的字写,随心所欲,写出你自己的风格、特点、个性、精神风貌来。书上的字,只是提供一种范例,没有必要去依样画

葫芦。

等到这本书看完,并且学会了用书里介绍的方法去写字,我相信,你就会有一手不错的字了。这时,你再去看字帖,你会看懂很多,“读”出很多东西来,也能写像帖中的字了。而且,因为你是懂了方法的,不是依葫芦画瓢的,所以在今后的日常生活中,在经常与笔打交道的过程中,你的字会越写越好,越写越流畅。这也就是我的希望。

让我们共同努力!



丁迪蒙，女，大学教师。中学毕业后在红星农场任小学教员，大学毕业后留校任教至今。现为上海大学文学院中文系副教授、国家级普通话测试员、上海市书法家协会会员。著有《诗文朗读技巧》《普通话水平测试指南》《黄河—长城》(对外汉语教材)、《学说中国话》(对外汉语教学录像片)、《汉语拼音》(电脑CD片，任语音指导)。

目 录

前言····· (1)

第一部分 书写前的准备

- 1 为什么毛笔书写的点划大都有粗细变化?·····(1)
- 2 一个字要一笔写成·····(3)
- 3 练习“行楷”有什么好处?·····(5)
- 4 拿笔的姿势一定要改变吗?·····(6)
- 5 用哪一种笔学习写字更好?·····(8)
- 6 每天该练多少字?怎样练?·····(8)
- 7 字要写多大才好?·····(11)

第二部分 汉字基本笔划的书写练习

- 8 你会写“横”和“竖”吗?·····(13)
- 9 你知道“横折”“竖折”的写法吗?·····(15)
- 10 你知道不知道有“短撇”“长撇”?·····(17)
- 11 你知道“点”和“提”怎么写吗?·····(19)
- 12 你的“横钩”“竖钩”写得对吗?·····(20)
- 13 你知道“弯钩”“斜钩”的写法吗?·····(22)
- 14 你的“竖弯钩”“卧钩”写得怎么样?·····(23)
- 15 “捺”是最难写的·····(24)

第三部分 汉字点划的组合练习

- 16 横与横怎么连接? (26)
- 17 把横与竖连接起来 (28)
- 18 “竖”中大有名堂 (30)
- 19 你会连接撇与横吗? (32)
- 20 横与撇也要连接好 (34)
- 21 注意竖与横折的连接 (36)
- 22 撇与竖你连接得好吗? (37)
- 23 你能不能连好点与横? (39)
- 24 请你把点与点连接起来写 (41)
- 25 点与撇的连接你会吗? (43)
- 26 你能连好撇与弯钩吗? (45)
- 27 你的撇与捺连接得好不好? (46)

第四部分 汉字的书写技巧

- 28 字要注意分布均匀 (49)
- 29 写字要掌握平衡 (50)
- 30 你的字的“身材”比例“匀称”吗? (52)
- 31 字也要让它“透气” (54)
- 32 你知不知道“避让”? (54)
- 33 你注意了“对称”吗? (56)
- 34 你是否留意了字的“重心”? (58)
- 35 点画要有“向背” (59)
- 36 该“扁”的字你不能拉“长” (60)
- 37 该“窄”的字你写“宽”了吗? (61)
- 38 该“胖”的字你不能写“瘦” (62)
- 39 该“瘦”的字你应该让它“瘦” (63)

- 40 字形是斜的怎么写好它? (63)
- 41 方块字还得注意写得“方”一点 (65)

第五部分 独体字的书写方法

- 42 “了”“子”“才”“牙”“予”“矛”怎么写? (67)
- 43 请写好“刀”“力”“办”“为”“万”“方” (69)
- 44 你会写“友”“发”“皮”“支”“麦”“复”吗? (70)
- 45 你的“儿”“凡”“九”“丸”“风”写得如何? (71)
- 46 你能不能写好“乐”“东”“系”“求”“隶”“录”? (73)
- 47 你能写好“山”“出”“击”“凶”“画”“幽”吗? (74)
- 48 你知道,“木”“禾”“朱”“米”“来”“束”该怎么写? (75)
- 49 “氏”“民”“成”“咸”“武”“我”你会写吗? (76)
- 50 “丕”“巫”“至”“壬”“丞”“韭”你写得好吗? (78)
- 51 请你试着写写“衣”“农”“表”“哀”“袁”“丧”字 (79)
- 52 请你把“义”“文”“欠”“尔”“艮”“父”写好 (81)
- 53 你的“丹”“舟”“内”“肉”“用”“再”写得好吗? (82)
- 54 写写“比”“北”“此”“些”“毕”“以”,怎么样? (83)
- 55 “乙”“飞”“乞”“气”“乃”“及”可不太好写 (84)
- 56 怎么写好“云”“去”“亏”“弓”“弗”“夷”? (85)
- 57 学学“己”“巴”“屯”“尢”“甩”“周”的写法 (86)
- 58 能不能写写“广”“户”“勿”“书”“殳”“少”字? (87)
- 59 我们来把“七”“卫”“回”“面”“丙”“丐”字写好 (88)
- 60 “太”“夭”“夹”“关”“矢”“亥”该怎么写? (88)
- 61 你能掌握“贝”“见”“兆”“鬼”“夷”“甚”等字的
写法吗? (89)
- 62 请写写“尺”“尽”“疋”“足”“走”“枣”字吧 (90)
- 63 你会写“羊”“耳”“车”“革”“辛”“幸”吗? (91)
- 64 你能写好“女”“火”“心”“必”“长”“久”吗? (92)

- 65 请你把“六”“只”“典”“卉”“两”“谷”写好…………… (93)
- 66 你的“乏”“虫”“玄”“兹”“甬”“州”写得怎么样?…………… (94)
- 67 你会不会写“韦”“卒”“率”“卑”“聿”“肃”?…………… (95)
- 68 怎样写好“乇”“爻”“申”“禺”“禹”“鬲”字…………… (96)
- 69 写好“函”“巷”“垂”“秉”“乖”“爽”也不容易…………… (97)

第六部分 合体字的组合方法

- 70 一个字中间出现了相同的笔划怎么写?…………… (98)
- 71 请注意需要把“头”写大些的字…………… (99)
- 72 在右边的偏旁请你“掉”下来一点写…………… (100)
- 73 在左边的偏旁请你“抬”上去一点写…………… (101)
- 74 重叠字你应该怎么写好它?…………… (101)
- 75 你能不能写好“夜”“写”“字”“空”“雷”“布”?…………… (103)
- 76 “厅”“应”“病”“虎”“局”“肩”你写得好吗?…………… (104)
- 77 你会写“会”“奈”“青”“春”“卷”“老”吗?…………… (106)
- 78 你的“使”“德”“级”“梦”“殊”“叔”写得怎么样?…………… (108)
- 79 你会写“巩”“坚”“玩”“饭”“钢”“端”吗?…………… (109)
- 80 “冲”“汉”“记”“礼”“被”“质”你写得怎么样?…………… (111)
- 81 你写得好“吃”“明”“眠”“期”“船”“射”吗?…………… (113)
- 82 你会不会写“执”“李”“和”“状”“粮”“转”?…………… (115)
- 83 你能写好“即”“阵”“邪”“斯”“改”“歌”吗?…………… (117)
- 84 请跟我写“巨”“因”“问”“快”“匀”“灯”…………… (118)
- 85 你注意了“建”“边”“越”“帖”“醒”“的”等字的
结构吗?…………… (120)
- 86 写好“点”“思”“盆”“弄”“票”“克”有诀窍…………… (121)
- 87 你能写好“花”“笔”“爱”“爸”“尚”“声”吗?…………… (123)
- 88 要写好“列”“影”“场”“务”“战”“段”并不难…………… (125)
- 89 写几个“如”“虹”“张”“鞋”“争”“动”看看…………… (126)

- 90 “员”“规”“顽”“硬”“甜”“罢”你会写吗? (129)
- 91 你会不会写“职”“路”“峰”“施”“短”“独”? (130)
- 92 注意写好“差”“物”“驯”“鲜”“鸡”“豺” (132)

第七部分 “读”、“临”字帖及其他

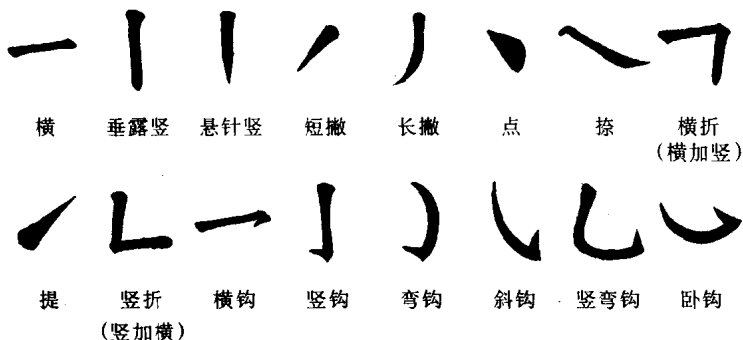
- 93 你会“读”字帖吗? (135)
- 94 怎样临写字帖? (136)
- 95 应该选择什么样的字帖? (137)
- 96 让一行字都连起来写,行吗? (138)
- 97 学着写写条幅好吗? (140)
- 98 学学写横式,怎么样? (143)
- 99 我们来写幅扇面吧 (144)
- 后记 (145)

第一部分 书写前的准备

在学习书写前,有一些基本的概念应该搞清楚,了解了这些知识,对你的学习会有极大的帮助,千万不要忽略。

1 为什么毛笔书写的点划大都有粗细变化?

汉字是由笔划组合而成的。汉字的笔划姿态各不相同,这些笔划的基本形状,也许你早已知道。温故而知新,我们现在再来看看毛笔的笔划示意图。



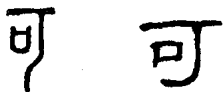
从上面的毛笔点划图中,我们可以看出,除了横和竖当中的垂露外,汉字的其他点划都是粗细不一的。这是什么原因呢?

让我们首先来了解一下汉字的发展历史。

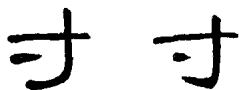
中国最古老的汉字是篆书。篆书字形长而圆转,书写速度比较缓慢。比如:



先人有的时候急着要写下自己的思想,或者要快速记录下别人的语言,但是,圆转的笔划无法写快,慢慢的,民间就产生了一种用方折的笔划来书写的字体,用以替代圆转的笔划,因为方折的笔划容易写快。这样,篆书就逐渐变成了隶书。请看看篆书到隶书的转变:



从书写速度上看,应该说隶书已经比篆书快多了,但是仍然赶不上人们思维的速度。于是,就产生了连笔书写,形成了笔划的连接。请比较下面两个字。



在前一笔到后一笔的连接时,因为书写速度的加快,手中的毛笔会逐渐由重到轻提起来,以完成上一笔到下一笔的连接。这样一来,点划就有粗有细了。表现特别明显的就是各式的钩。隶书原是没有钩的,所谓钩,其实初起时就是笔在快写的时候带出来的牵丝。

这样,汉字又从隶书发展变化成为楷书,现代的楷书就是这样逐渐形成了。所以,我们可以不夸张地说,我国文字的发展变化,在很大程度上,是我们的祖先“偷懒”的表现,“偷懒”的结果。

先人尚且要“偷懒”,要快速书写,更何况我们现在在快节奏下生活的人了。所以,要求快速、连笔书写,是无可非议的,是完全必要的。