

李家原 书写

中小学楷书·行书

硬筆書法字帖
沈鵬



中国国际广播出版社

中小学楷书·行书硬笔书法字帖

李家原 书写

中国国际广播出版社

(京)：新登字096号

书 名	中小学楷书·行书硬笔书法字帖
书 写	李家原
出 版	中国 国际 广 播 出 版 社
发 行	(北京复兴门外广播电影电视部内)
	邮 政 编 码: 100866
印 刷	朝阳第一教师进修学校胶印厂
经 销	新 华 书 店
开 本	787×1092 1/16
印 张	4.75
版 次	1992年5月 北京第一版
印 次	1992年8月 第二次印刷
印 数	10001——25000册
书 号	ISBN7-5078-0572-7/G·350
定 价	4.00 元



李家原近照

李家原，号静观，生于一九五七年农历十月初七，河南省固始县人。硬笔书法用笔细腻，结体严谨、规范，于质朴中见秀美。其作品入选历届全国大展并多次获奖。已出版《优秀散文诗硬笔书法字帖》（1989年10月）、《行书实用对联精选》（毛笔，1991年3月）。现就职于全国青少年书法评委会。

前 言

硬笔书法作为一门艺术而存在，不仅具有欣赏价值，而且有很强的实用价值。在我国，任何一个有文化的人，大都希望能写一手漂亮、美观的硬笔字。近几年，硬笔书法字帖出版了不少，但有的是风格各异的作品集，多数只供欣赏，对初学者来说，实用价值小；有的是书写古典诗词或现代诗文，很少论及硬笔书法的基本练习方法。本人不揣浅陋，编写了这本《中小学楷书行书硬笔书法字帖》，从基础笔画入手，举凡偏旁部首、间架结体，附有字例和书写要领，由楷书到行书，分6章31节217讲，力求通俗、规范、正确，并用楷书和行书录写了《三字经》、《百家姓》、《续百家姓》、朱自清《荷塘月色》等全文，附于书后，供临习使用。

本书如果对初学硬笔书法的中小学生有所裨益，能受到青少年朋友喜爱的话，那就是赐于我的最大欣慰了。

李家原 一九九二年一月于北京

目 录

第一部分 楷书

第一章 楷书基本笔画（共四节）	1
第二章 楷书偏旁部首（共九节）	5
第三章 楷书间架结体（共四节）	14

第二部分 行书

第一章 行书基本笔画（共四节）	18
第二章 行书偏旁部首（共九节）	22
第三章 行书的结体变化	31

第三部分 楷书临范

一、《三字经》（繁体）	32
二、《百家姓》（简体）	41
三、《续百家姓》（简体）	45

第四部分 行书临范

朱自清《荷塘月色》（繁体）	59
---------------------	----

第一章 楷书基本笔画

第一节 点、横 (上点等七种)

名称	书写要领	字 例				
上点 、	抢空落笔较重，收笔轻而迅速。	家	客	宙	安	宛
		宪	宋	察	文	佳
瓜子点 、	凌空入笔较轻，收笔稍顿回锋。	之	良	寸	方	戈
		主	州	言	衣	犬
长点 、	行笔如瓜子点，稍长，多用于字的下部。	六	小	外	贞	乐
		以	头	负	具	卧
相向点 、	起笔重，收笔轻，两点笔断意连，顾盼生情。	羌	半	悉	卷	普
		首	兑	释	酋	奠
相背点 八	两点相背，左为短撇，右如长点。	只	共	页	兵	典
		父	爸	黄	寅	兴
短横 一	起笔轻，行笔逐渐加力，收笔较重，多用于“土”、“王”旁。	二	生	云	来	珠
		玳	琦	均	坝	坻
长横 一	起笔稍顿后上行，自然回锋，中间略向下弧。	百	立	羊	江	可
		有	血	万	直	下

第二节 竖、撇、捺

(悬针竖等七种)

名称	书写要领	字 例				
悬针竖 丨	起笔稍顿，行笔力度均匀，收笔时自然提起，呈下尖状。	中	平	帛	年	卒
		千	本	希	牛	常
垂露竖 丨	起行笔如悬针竖，收笔自然向上回锋。	行	恰	得	佺	闵
		信	德	臣	情	陂
短撇 丿	起笔稍顿，迅速顺势撇出。	禾	仁	向	手	急
		豕	往	欠	舌	笛
长撇 丿	起笔稍顿，行笔力度均匀，轻轻撇出，笔到力到。	人	金	秦	少	厝
		大	余	更	康	奋
斜捺 ㇏	起笔轻，行笔力度均匀，至捺脚处稍按提起。	今	念	沐	足	奈
		水	处	及	夫	政
平捺 ㇏	行笔如斜捺，较平。	道	迫	之	迷	趋
		遂	送	延	匙	邀
反捺 ㇏	行笔如长点，多用于短捺。	於	缺	模	欺	根
		椽	杀	欲	探	认

第三节 钩

(竖钩等七种)

名称	书写要领	字 例				
左向竖钩 ┃	起笔稍顿，行笔直挺，力度均匀，至钩处略停迅速钩出，切勿顿挫。	泉	拉	拎	梧	耐
		乖	射	副	行	前
右向竖钩 ┃	起收笔如左向竖钩，顺势出锋，较快。	饮	蚀	钗	长	銃
		飼	饅	铁	食	错
横 钩 ┃	起笔稍顿，行笔力度均匀，至钩处略停迅速钩出，忌顿挫。	子	宇	带	彪	寒
		矛	察	冠	军	窖
弯 钩 ㇏	起笔轻，弯至钩处，迅速向左上钩出，忌顿挫。多用于“心”字钩。	心	思	想	意	愁
		忽	惩	愚	泌	愆
竖弯钩 ㇏	用笔如左向竖钩，略有弧度。	小	豕	狡	獾	猴
		獠	狄	捡	貌	貉
斜 钩 ㇚	用笔如右向竖钩，略有弧度。	式	戈	代	或	裁
		我	戏	武	找	戳
横折竖钩 ㇚	行笔至折角处，稍按下转，后如左向竖钩。	刀	周	月	勾	勾
		方	习	初	司	闪

第四节 钩、挑、折

(竖折弯钩等七种)

名称	书写要领	字 例				
竖折弯钩 乚	起笔稍重，行笔力度均匀，至折处不停笔，继续前行，钩处内含、自然。	也	她	见	兆	施
		儿	己	比	犯	它
挑 ㇀	起笔较重，迅速上提，多用于“水”旁、“土”旁和“王”旁下横。	冰	沈	江	埋	瑞
		凉	湖	坡	玩	瑾
横折 ㇇	横至折处，轻轻用力下行，勿顿挫。	白	田	西	巴	面
		目	国	思	里	页
竖折 ㇚	竖至折处轻提笔，继续前行，折处也可重新起笔。	断	区	勾	车	出
		函	欧	华	输	击
撇折 ㇏	撇至折处，迅速上提。	台	宏	私	会	唉
		糸	红	给	绘	绦
斜折 ㇛	撇至折处，轻提下折，逐渐加力。	母	每	巡	姝	溜
		婪	嫩	始	娑	婆
横撇折 ㇞	横至折处，向左撇出，收笔较轻。	久	叙	咎	麦	殚
		叔	各	残	殊	殉

第二章

楷书偏旁部首

第一节 字底

(心字底等九种)

名称	书写要领	字 例				
心字底 心	下截上，点画顾盼，舒展而不松散。	忍	志	恩	恐	慰
		忽	怠	息	愚	愚
四点底 灬	四点间隔匀称，中间两点稍上略小，整体呈上弧状。	照	点	煮	熟	炆
		然	热	烈	煎	杰
皿字底 皿	框内点画严密而匀称，下横较长。	血	盆	盗	盐	益
		孟	盅	孟	盘	盟
糸字底 糸	端庄稳实，以撑住上方。	糸	紊	紧	紫	纂
		素	索	紫	繁	纂
木字底 走之底 辶	木字底横画舒展，左右两点集中；走之两折自然，平捺托起上方。	杂	集	柴	某	呆
		适	迎	过	遂	遥
口字底 口	点画严谨，形小而力顶千钧。	告	各	占	台	售
		否	吞	舌	合	喜
豕字底 豕 倒豕	豕字底竖弯钩适度，左三撇应有变化；倒山底小而方正，不可过扁。	豕	豕	豪	家	豢
		豕	豕	彗	当	雪

第二节 字头

(竹字头等八种)

名称	书写要领	字 例				
竹字头 𦵹	点画匀称，疏而不散。	篇	笕	箐	筌	箭
		竿	笏	篲	筱	簾
厂字头 𠂇	撇画舒展适度，意在笔先，考虑被包围部分。	仄	压	厠	原	厨
		厅	历	厘	厖	厚
草字头 艹	上张下收，呼应下方。	芝	菜	芍	萩	蘇
		莱	花	获	菰	蘅
市字头 冫	上点居中，横不可过直。	交	市	京	裏	亥
		卞	夜	高	襄	兗
人字头 亻	开张宽博，覆盖下端。	今	个	仑	命	俞
		金	全	余	仝	翕
宝盖头 宀	如鸟视怀，意连下端。	官	定	室	寘	密
		灾	宝	寐	宥	奉
山字头 山	山字头、私字头小而稳实，如帽在顶。	台	牟	矣	允	畚
		岁	岸	端	崇	巍

第三节 字头

(雨字头等八种)

名称	书写要领	字 例				
雨字头 雨	上横短，横折竖钩变为横钩，四点匀称。	霖	雲	需	霜	露
		雯	霄	雷	霆	霾
党字头 𡗗	“小”部集中，平宝盖舒展。	尝	常	當	棠	掌
		党	堂	裳	掌	黨
虎字头 虍	笔画集中而均匀，左撇展开，被覆下部。	虎	虜	虞	處	虛
		虔	虑	盧	處	虛
病字头 疒	舒展自然，左两点不可下吊。	病	疾	痛	痿	癌
		疔	疼	痴	瘤	癖
尸字头 尸	撇画舒展，上部略扁不可过方。	层	尼	屈	展	屠
		局	居	屋	屏	属
羊字头 𦍋、𦍇	上部匀称，下横撇画舒展。	羔	羴	差	盖	美
		恙	羞	养	羨	羨
春字头 𡗗、𡗗	春字头三横匀称而有变化，撇捺舒展；西字头下部内敛，中间两竖不可过直。	春	秦	泰	奏	奉
		要	栗	栗	覆	栗

第四节 字旁

(单立人等七种)

名称	书写要领	字 例				
单立人 亻	竖在撇中间，形体修长。	何	代	依	倩	假
		化	似	促	偏	傲
双立人 彳	上撇短，下撇长，竖在两撇中间。	行	德	很	徨	微
		征	彼	往	待	循
犬字旁 犭	两撇长短、方向有变化，竖弯钩不可过直。	狂	狗	狼	猪	猛
		狄	狡	猜	猫	獠
两点水 冫	两点上下形分而意合，顾盼有情。	次	冰	冶	准	凌
		凉	凋	净	减	凑
绞丝旁 纟、乡	两撇折匀称，繁体为四点，下三点中点略小。	红	约	纸	总	综
		绝	纲	细	绒	纶
斜土旁 ㄣ	横、挑匀称，左宽左窄。	地	场	坛	埕	坝
		坟	坏	坡	堆	堤
火字旁 火	三点向心，围在撇中间。	灿	炊	烟	烙	灼
		焕	炽	炸	烂	炯

第五节 字旁

(反文旁等七种)

名称	书写要领	字 例				
反文 攵	上敛下展，左上取势。	放	收	故	数	致
		救	敏	散	教	敌
耳字 耳	上部点画集中匀称，右竖直挺，挑画适度。	取	耿	职	联	聘
		聪	聩	耻	耽	耶
三点水 氵	三点匀称，向外略呈弧形。	汊	池	沁	河	派
		海	游	满	滩	激
木字 木	端庄稳实，撇捺不可过长。	朴	杜	松	标	核
		梅	棋	楼	槛	樵
口字 口	小巧稳实，不可过大。	吻	叮	吓	咏	哈
		喷	唉	喝	哧	嚼
提手 扌	右上集中，挑不可过平。	打	抓	抽	挥	捕
		接	据	播	摆	撤
竖心 忄	竖画直挺，两点偏上。	性	忧	怡	惨	悔
		慎	憾	懒	怪	懈

第六节 字旁

(方字旁等七种)

名称	书写要领	字 例				
方 字 方	上展下敛，撇不可过长。	施	於	旗	放	族
		旌	旃	旋	邠	旒
禾 字 禾	点画匀称，端庄修长。	私	秒	称	积	程
		稠	稳	稚	秋	穆
月 字 月	修长取纵势，不可过宽。	脉	肚	脍	胸	脚
		股	肥	朕	脸	腴
示 字 示	上敛下展，重心平稳。	社	礼	禅	福	祈
		祥	祖	视	祠	祝
贝 字 贝、貝	上包围长短合度，注意繁体三横变化。	贬	购	贻	败	赋
		则	贱	账	赔	賒
言 字 言、言	点与竖在一条轴线上；繁体“口”部不可过大。	访	译	讨	词	话
		認	論	譏	證	議
弓 字 弓	点画疏密有致，注意两折变化。	弛	弦	张	弹	弥
		弘	韶	驱	强	弥

第七节 字旁

(衣字旁等七种)

名称	书写要领	字 例				
衣 字 衤	中宫收紧，最后 两点不可过大。	初	袖	袄	衬	褚
		裾	袂	袷	裸	襟
歹 字 歹	中点小，折撇 长，整体不可过宽。	殆	列	殖	殊	殉
		殄	殒	殍	殛	殒
石 字 石	横短撇长，口居 下方，不可过上。	砖	砭	破	碑	碍
		砌	砍	硕	硬	砸
田 字 田	点画匀称，不可 过扁。	畛	町	畎	畋	畸
		畦	略	吠	畴	疝
斜 王 王	注意三横变化， 整体不可过宽。	珠	玩	理	瑾	璜
		球	环	琳	璞	瑞
舟 字 舟	形体修长，中横 变挑。	舩	舥	航	舶	艇
		舨	舩	航	般	舫
牛 字 牜	左宽右窄，竖画 直挺。	牝	牧	物	牲	牾
		犊	牯	犊	犊	犊