

3500 规范字

刘景向

钢笔正楷

【精编字帖】

刘景向

上海科学技术文献出版社



3500 规范字

刘景向  
钢笔正楷  
【精编字帖】

刘景向



上海科学技术文献出版社

图书在版编目 ( C I P ) 数据

刘景向钢笔正楷精编字帖 / 刘景向书. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2008. 3  
ISBN 978 - 7 - 5439 - 3488 - 7

I . 刘... II . 刘... III . 钢笔字 - 楷书 - 法帖 IV . J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 023858 号

责任编辑: 何兰林

封面设计: 何永平

3500 规范字

刘景向钢笔正楷精编字帖

刘景向

\*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路 2 号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

昆山市亭林印刷有限责任公司印刷

\*

开本 787 × 1092 1/16 印张 6

2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1 - 8 000

ISBN 978 - 7 - 5439 - 3488 - 7

定价: 10.00 元

<http://www.sstlp.com>



## 前 言

钢笔楷书是社会通行的硬笔书法中最为普遍的基本书体。在社会生活中,人际交往需要以文字书写交流时,能用一手端庄稳重、法度严谨、字体规范、字形优美的钢笔楷书作出应对,无论在哪一个领域,在任何一个层面,都会受到人们的欢迎,使得交流顺畅,不会误事。写好了钢笔楷书,也为进一步学习钢笔行书等各种硬笔书体打下坚实的基础。

硬笔书法脱胎于毛笔书法,钢笔楷书是毛笔楷书的延续。限于钢笔的笔性——硬而细,钢笔楷书的字形只相当于毛笔的小楷字,其笔画的形态变化比毛笔楷书少而简省。但在学习环节上,两者是一样的,都必须学习笔法(笔画的正确写法)、结体(字体中各种笔画和各个组成部分的占位、呼应等布排方法)。

古人留给我们的碑、帖,没有用钢笔、圆珠笔等硬笔书写的。如果初具临摹经验,有一定的模仿和领悟能力者,可以用钢笔直接临摹古帖。至于各种钢笔楷书、行书字帖,都是今人书写后印制的,其内容和书写笔法都各有千秋,但大多只是提供了书写的字体字形以供临摹。在这一方面,其作用与古碑帖没有多大区别。为了提高临摹学习的效能,起到事半功倍的作用,本帖的编排作了三点改进:

1. 安排了一些最基本的笔法和结体方面的技法讲解,编写的原则是浓缩精炼,简洁扼要,例字示范,突出要领。成人自学,可以阅读简要的文字解释,结合例字的描临实践而体会掌握;少儿学习,教师或家长可作指导,使孩子们能够掌握书写要领和窍门,凸显临习效果,培养浓厚学习兴趣。
2. 本帖是结合习字作业顺序安排的,在笔法和结构法讲解的基础上,开始3500个常用字描临练习,有较广泛的练习内容和实用的价值。描红和临写两种学习方法齐头并进,强化学习效果。
3. 对于字帖的全部学习内容,比较均衡地安排了88页,每天认真描临一页,按每周练5天计算,在一个学期(18周)之内,可完成全部练习。便于学习者掌握进度;作为教材,便于教师指导教学。

以上三个特点,使本帖既是字帖,又是教材和练习本。学习者如果能认真、坚持临习,经过一个学期,和临习前的书写情况对比,可以看出一定的效果,有的还非常明显,学习兴趣因而大增。这是笔者多年教学实践的体会。



# 目 录

## 前言

楷书笔画技法及例字 .....	1
楷书结构技法及例字 .....	3
刘景向 3 500 规范字钢笔正楷字帖描临练习 .....	5

ISBN 7-309-05199-7  
 I · 265  
 定价：15.00元

## 楷书笔画技法及例字

### 点的角度与收尾

斜点是点的基本形态。轻落笔，向右下行笔，稍带弯势，在点的尾端按一下，回锋收笔。上尖下圆，呈侧势。因书写的角度不同，斜点有左斜点、右斜点两种形态：、。此外，还有仰点、撇点、和长点、等形态。左右点在单字中常组合应用。

恭 小 办 心

夕 方 江 台

首 尝 光 亚

卜 不 双 外

### 长横、短横与斜横

长横一般是字的主笔，代表字的宽度。落笔按一下，稍提笔向右行笔，到所需长度，按一下，回锋收笔，稍呈斜势。

短横的写法与长横一样，只是行笔过程较短，较平直。

斜横比长横的斜势更明显，在字中起平衡作用。

长横的应用原则是：字无两长横。

三 十 女 立

土 寸 可 正

寺 尊 孟 盘

毛 斗 耳 戈

### 左边垂露右边悬针

垂露与悬针是竖的两种基本形态，区别在尾端。

垂露，落笔按一下，稍提笔，向下垂直行笔到适当长度，按一下，回锋收笔，尾端圆润。

悬针，起笔、行笔与垂露相同，只是写到三分之二后应逐渐提笔，向下收出尖锋。

竖在字的左边时，应写成垂露的形态；在字的中部有时写成垂露，有时写成悬针；在字的右边时，大多写成悬针。

博 将 滟 嫩

特 协 轮 畔

十 羊 辛 车

针 详 梓 阵

### 撇有多种形态

斜撇是撇的基本形态。落笔按一下，稍提笔，向左下行笔至三分之二后，逐渐提笔收出尖锋。力要送到笔尖处，不能突然出锋。

撇有多种形态，在书写时不能混用。

平撇，特点是短、平。一般处在字的顶端。

竖撇，特点是上半段较直，下端稍斜。一般处在字的左边。

弯竖撇，特点是上半正直，下端尽量缓转向左下撇出。

斤 后 质 所

力 为 左 少

月 用 风 皮

火 夫 夹 爽

## 捺的波折与收锋

斜捺是捺的基本形态。轻落笔，向右下行笔时用力逐渐增加，到所需长度，自然过渡转向行笔，并逐渐减小力度，提笔收出尖锋，整个笔画一波三折(可分为三段)。

随着行笔的斜度不同，捺的形态还有斜平捺和平捺两种形态。

## 钩、挑的角度与长度

钩是与其他笔画结合而存在的。

竖钩是钩的基本形态，在写好垂露竖的基础上，笔锋折向左上方，钩出尖锋，钩段短小有力，不应长而乏力。

挑可以单独应用，落笔就按，向右上方行笔，用力逐渐减小，最后收出尖锋。挑与挑点不同，挑以斜向笔画为主体；挑点以点为实体，挑出部分较虚。

竖挑是竖与挑结合时的书写形态。竖挑的挑段较长。

## 钩的多种形态

横钩是在写好长横的基础上，转折向左下方出锋的形态。要点是钩锋宜短小，钩与横的夹角要小。

卧钩(横戈)，轻落笔，逐渐加力，先向右下再转向右行笔，到所需长度，驻笔，折向左上方出锋。底背较平。

平背钩，竖段直中带曲，背部平直。

斜钩(长戈)，以弧曲势向右下行笔。

## 圆转与方折

折类笔画是复合笔画，种数较多，是将横、竖、撇等笔画用圆转和方折的运笔方法连接组合起来而形成的。

所有的方折在转折时，都有提按停顿的运笔环节，不能随意带过。所有的圆转，都要缓慢圆转地过渡，行笔过程连续不停顿，不能出现折角。例如：

横折斜竖	フ	横折竖	7	撇折点	ノ
竖折横	ㄣ	竖折横撇	ㄣ	横折撇	フ
横折折撇	ㄣ	横折竖弯	乙		

人	入	天	文
又	大	久	史
乏	足	走	是
迅	道	避	邀
才	隶	事	到
找	甥	物	野
切	以	收	功
长	禹	禹	虫
买	荣	家	容
了	子	狠	独
式	戎	成	武
民	浅	心	必
口	月	子	又
台	切	山	彡
以	出	风	医
力	夕	包	旭



## 楷书结构技法及例字

天 覆	一要写得宽一些,基本上能罩住下面的字体。	宁	写	穷	学	常	索
地 载	末横要写得稍长些,要承托住上面的字体。	土	立	正	至	坐	直
让 左	字体分左右两半,左半较长较大,右半较扁较小。	仁	加	弘	如	泗	私
让 右	字体分左右两半,左半较小,右半较高大。	收	功	对	晴	绩	臻
上 大	字体分上下两半,上半较宽大。	台	些	胥	雷	普	弗
下 大	字体分上下两半,下半较大。	忘	灸	安	农	昌	禺
上 宽	字体上部一横是关键之笔,必须用长横。	六	可	市	丽	言	前
下 宽	字底是撇、捺交叉或并头时,要写得左右展开,撇尖、捺底要写平。	又	大	夫	火	久	史
上 平	字体分左右两半,两半的上顶要写平(横平势,不是水平状),下底一高一低。	社	巧	明	邓	野	辉
下 平	字体分左右两半,两半的下底要写平,上顶一高一低。	打	细	叙	翔	朝	飘
中 小	字体分左、中、右三部分,中部小,左右两部分高大。	衍	粥	树	鸿	倾	辩
并 肩	字体分左、中、右三部分,三部分高低基本一致。	谢	粥	班	彬	测	搬
中 直	从字顶到字底,在正中央若打一直线,分割成左右两半,大体对称。	蛋	曼	喜	翼	膏	鼎
边 齐	在左半字体的右内侧,它的上下笔画要写齐,以便右半字体可以靠拢。	驰	鲫	辆	跑	疑	魏
斜 体	字体以斜形笔画为主干,多数字整个字体斜向左方,少数斜向右方。	力	夕	少	勿	方	母
拐 脚	字体右下部的斜折钩,要向左内斜弯。	为	与	马	乌	局	焉



曲 裹	字体的横折斜竖钩,写时要向左内倾斜,并略带弯曲之势。	勺	勾	勿	句	匈	甸
直 裹	字体的横折竖钩,竖钩段要写得直长而微呈弯势。	旬	冫	冫	冫	冫	冫
减 钩	一些字的同类型钩画并列或重叠时,要减少一钩,减左不减右,减上不减下。	竹	忌	柔	哥	尧	划
减 捺	结字原则“字无两捺”。有两捺以上者,只保留一主捺,其余的捺均写成长点。	双	炎	余	食	途	逢
横 长	首笔横画要写得长一些,斜撇要短一些。(汉字中仅此三字)	右	布	有			
横 短	首笔横画要写得短,斜撇要写得长。	左	友	在	灰	存	尤
横 斜	横画自左下方向右上方斜向运笔,起平衡字势,补字体空白处的作用。	七	也	戈	毛	斗	耳
横 偏	横画和竖画的交汇点,不在横画的中心,偏左或偏右,以平衡整个字体。	寸	卫	长	光	先	朱
茂 满	包框内的字体要将框内空间基本布满,字形才显得饱满。	闭	风	医	周	国	幽
回 抱	字底的竖横折钩要写平,横段略宽,将右半字体包裹在内。	包	旭	尬	毯	勉	魁
避 让	将字体的次要部分抬高,使主要部分的长笔画可以顺畅舒展。	切	呼	圾	爬	略	峰
补 白	将竖、横画头端或尾端、左下折角,有意伸长突出一些,以补救字体空白处。	口	山	田	禹	取	崔
平 行	同一类型的笔画多笔画并列时,要写得方向一致,角度一致。	三	多	目	州	册	重
间 距	同一类型的笔画多笔画并列时,对空间的分割要均匀。	巨	回	世	曲	弗	津
疏 排	笔画少的字,笔画要适当加长,要分布得疏朗一些。	也	不	为	心	以	卫
紧 密	笔画多的字,笔画要安排得紧凑,但要笔笔交代清楚。	懿	巍	蠢	髓	囊	赢

刘景向 3 500 规范字钢笔正楷字帖描临练习

一	一	一	又	又	又
乙	乙	乙	三	三	三
二	二	二	干	干	干
十	十	十	于	于	于
丁	丁	丁	亏	亏	亏
厂	厂	厂	工	工	工
七	七	七	士	士	士
卜	卜	卜	土	土	土
人	人	人	才	才	才
八	八	八	下	下	下
入	入	入	寸	寸	寸
儿	儿	儿	大	大	大
几	几	几	丈	丈	丈
九	九	九	与	与	与
匕	匕	匕	万	万	万
刁	刁	刁	上	上	上
了	了	了	小	小	小
刀	刀	刀	口	口	口
力	力	力	巾	巾	巾
乃	乃	乃	山	山	山

千	千	千		已	已	已	
乞	乞	乞		卫	卫	卫	
川	川	川		子	子	子	
亿	亿	亿		也	也	也	
个	个	个		女	女	女	
勺	勺	勺		飞	飞	飞	
丸	丸	丸		刃	刃	刃	
凡	凡	凡		匀	匀	匀	
夕	夕	夕		又	又	又	
么	么	么		马	马	马	
及	及	及		乡	乡	乡	
久	久	久		丰	丰	丰	
广	广	广		王	王	王	
亡	亡	亡		开	开	开	
门	门	门		井	井	井	
义	义	义		天	天	天	
之	之	之		夫	夫	夫	
尸	尸	尸		元	元	元	
弓	弓	弓		无	无	无	
己	己	己		云	云	云	

专		专		专		屯		屯		屯	
丐		丐		丐		戈		戈		戈	
扎		扎		扎		比		比		比	
艺		艺		艺		互		互		互	
木		木		木		切		切		切	
五		五		五		瓦		瓦		瓦	
支		支		支		止		止		止	
斤		斤		斤		少		少		少	
不		不		不		日		日		日	
犬		犬		犬		中		中		中	
太		太		太		水		水		水	
区		区		区		内		内		内	
历		历		历		冈		冈		冈	
歹		歹		歹		贝		贝		贝	
友		友		友		见		见		见	
尤		尤		尤		午		午		午	
匹		匹		匹		牛		牛		牛	
车		车		车		手		手		手	
巨		巨		巨		毛		毛		毛	
牙		牙		牙		气		气		气	



升		升		升		凶		凶		凶		
天		天		天		分		分		分		
长		长		长		公		公		公		
仁		仁		仁		乏		乏		乏		
什		什		什		仓		仓		仓		
片		片		片		月		月		月		
仆		仆		仆		氏		氏		氏		
仇		仇		仇		勿		勿		勿		
化		化		化		欠		欠		欠		
币		币		币		风		风		风		
仍		仍		仍		匀		匀		匀		
仅		仅		仅		丹		丹		丹		
斤		斤		斤		乌		乌		乌		
爪		爪		爪		夙		夙		夙		
反		反		反		勾		勾		勾		
介		介		介		六		六		六		
父		父		父		文		文		文		
从		从		从		方		方		方		
仓		仓		仓		火		火		火		
今		今		今		为		为		为		

斗	斗	斗	吉	劝	劝	劝	艾
忆	忆	忆	占	双	双	双	古
计	计	计	戈	书	书	书	曾
订	订	订	业	幻	幻	幻	本
户	户	户	日	玉	玉	玉	木
认	认	认	水	刊	刊	刊	下
讯	讯	讯	日	示	示	示	丙
冗	冗	冗	且	未	未	未	式
心	心	心	日	末	末	末	司
尺	尺	尺	且	击	击	击	式
引	引	引	甲	打	打	打	古
丑	丑	丑	中	巧	巧	巧	木
孔	孔	孔	下	正	正	正	衣
巴	巴	巴	十	扑	扑	扑	头
队	队	队	言	扒	扒	扒	平
办	办	办	曲	功	功	功	又
以	以	以	田	扔	扔	扔	捧
允	允	允	由	去	去	去	木
邓	邓	邓	只	甘	甘	甘	十
予	予	予	心	世	世	世	北

艾	艾	艾	占	占	占
古	古	古	凸	凸	凸
节	节	节	卢	卢	卢
本	本	本	业	业	业
术	术	术	旧	旧	旧
可	可	可	帅	帅	帅
丙	丙	丙	归	归	归
左	左	左	旦	旦	旦
厉	厉	厉	目	目	目
石	石	石	且	且	且
右	右	右	甲	甲	甲
布	布	布	申	申	申
夯	夯	夯	叮	叮	叮
龙	龙	龙	叶	叶	叶
平	平	平	号	号	号
灭	灭	灭	电	电	电
轧	轧	轧	田	田	田
东	东	东	由	由	由
卡	卡	卡	只	只	只
北	北	北	叭	叭	叭

央	央	央	仗	仗	仗
史	史	史	代	代	代
兄	兄	兄	仙	仙	仙
叭	叭	叭	们	们	们
叨	叨	叨	仪	仪	仪
叫	叫	叫	白	白	白
叨	叨	叨	仔	仔	仔
另	另	另	他	他	他
叹	叹	叹	斥	斥	斥
皿	皿	皿	瓜	瓜	瓜
凹	凹	凹	乎	乎	乎
囚	囚	囚	丛	丛	丛
四	四	四	令	令	令
生	生	生	用	用	用
矢	矢	矢	甩	甩	甩
失	失	失	印	印	印
乍	乍	乍	尔	尔	尔
禾	禾	禾	乐	乐	乐
丘	丘	丘	句	句	句
付	付	付	匆	匆	匆



册	册	册	外	汉	汉	汉	央
犯	犯	犯	外	宁	宁	宁	文
外	外	外	穴	穴	穴	穴	民
处	处	处	它	它	它	它	心
冬	冬	冬	写	写	写	写	四
鸟	鸟	鸟	讨	讨	讨	讨	知
务	务	务	让	让	让	让	四
包	包	包	训	训	训	训	民
饥	饥	饥	礼	礼	礼	礼	四
主	主	主	必	必	必	必	四
市	市	市	议	议	议	议	四
立	立	立	讯	讯	讯	讯	四
冯	冯	冯	记	记	记	记	四
玄	玄	玄	永	永	永	永	主
闪	闪	闪	司	司	司	司	夫
兰	兰	兰	尼	尼	尼	尼	夫
半	半	半	民	民	民	民	半
汁	汁	汁	出	出	出	出	木
汇	汇	汇	辽	辽	辽	辽	立
头	头	头	奶	奶	奶	奶	竹