

甫	研	砖		
泵	砚	砭	砍	
奔	牵	鸥	残	殒

5000基本汉字

标准钢笔正楷字帖

皆	斐	韭	背	战	点	虐	
览	坚	省	削	尝	哇	昧	眈
是	盼	眨	眈	哄	哑	显	冒
映	禺	晒	星	昨	咧	昵	嘆
昭	畏	毗	駝	咄	胃	贵	界
虹	虾	蛟	蚰	田	蚯	虫	咪

刘大卫 书

中国工人出版社

5000 基本汉字

标准钢笔正楷字帖

刘大卫 书
李 庆 选编

中国工人出版社

谨把这本小书
献给——
我伟大慈祥的母亲

虽然这本小书
是我出版的几十本书中普普通通的一本
在浩瀚的书林中
更是算不上什么
然而，我之所以这么做
那是因为
我的母亲
也是世上千千万万个伟大母亲中
普普通通的一位

刘大卫

1991年春节

怎样临摹钢笔字帖

学习钢笔书法的初级阶段，不外乎摹和临两个过程，现分别介绍如下：

一、摹帖

摹帖，就是用透明不渗水的纸，蒙在字帖上，然后按照纸上显出的字迹来写，也就是描帖。

南宋著名词人、书法家姜夔《续书谱》中说：“摹书易得古人位置，而多失古人笔意。……摹书易忘。”这些话就把摹帖的优缺点指了出来。摹帖是用纸蒙在上面写，摹写出来的字，就整体来说，与帖上的字样（点画安排的位置，字的结体形态）相仿，所以说“摹书易得位置”。然而，应当注意在摹帖时，思想上不要局限于只求结构上很像字帖上的字，还要用心学习字帖上具体笔画的写法。每写一画，都要一笔写成，不要涂描。钢笔字的点画一般来说是比较细的，有的初学者因为涂涂描描把点画弄得很粗，十分难看。摹帖时最忌不动脑筋地，一遍遍地“描”下去。这样，一旦离开字帖，就会不知所措，无从下手，这就是造成“摹帖易忘”的症结所在。

初学写字，从摹帖入手是行之有效的方法，而且在摹描有了一定基础以后，对临帖也有用。例如临帖时，有些结构巧妙的字，反复临写后还是不像，那就不妨摹一下后再临写。采用摹临结合的方法，往往能达到事半功倍的效果。

开始摹帖时，可偏重于结构安排。一旦结构特点熟悉了，就该努力掌握用笔方法（轻、重、徐、疾等）有了这些

基础，再临写时，就不觉得太困难了。

二、临帖

在正式开始临帖以前，先要做些准备工作，即先将字帖仔细观察分析。我们称之为“读帖”。唐代著名书法家孙过庭在《书谱》中说：“察之者尚精”，就是这个意思。

各种字帖上的字体是不一样的，这就要求我们善于找出其特点。这主要包括：

1. 分析点画的特点。对于基本点画，千万不能轻视，而应该仔细揣摩。特别要注意下笔、收笔、转折这几个部位，因为这些部位最能反映用笔的痕迹。

2. 分析结构单位的特点。例如笔画部位之间的大小、长短、高低、争让、伸缩的关系等等。这也是掌握结构特点的方法之一。

3. 分析字势的特点。看帖上的字究竟是取横势（扁），还是取纵势（长）；在笔画的收展、结构单位的搭配变化中，呈现出什么样的姿态，做到“悉知其用笔之意，乃为有益”。（赵孟頫语）

在读帖方面有了基础以后，就可进入临帖阶段。《书谱》中说：“拟之者贵似。”初学者首先应形似，然后再达到神似的阶段。临帖应注意下列几点：

1. 临写时要尽量把帖中的字写像写准。有不少只是按自己的习惯去“抄”帖，这样“抄”是没有效果的。必须根据字帖上的字来改进自己原有的写法，真正以字帖为师，去己之弊，取帖之所长。

2. 初学时应加强基本功的练习，把点画练得“烂熟于胸”，为自己日后的学习打下扎实的基础。

3. 临帖时不要看一笔写一笔，而是要看一个字写一个

字。因为汉字的结构是由基本笔画组成的，许多笔画在一个字之内要结构得当，互相关联，特别是作为一种艺术，它的点画之间要有生动的气韵，清晰的起承转合（这在行书中表现得最明显不过，在楷书中也有所体现），依靠点与画的密切联系，组成字的美的结构。如果看一笔写一笔，容易把点画的位置安排得不恰当，使整个字出现结构不匀称等毛病。当然，按照这个要求临帖，起初会感到很不适应，但通过练习就会习惯。

4. 初临字帖时，要“各个击破”，不要囫圇吞枣地顺文直抄，如某个字没临好，就要“打铁趁热”地分析，对照，连临几个（难者多临，易者少临），把每个要临的字写得好些了，才继续写下去。初学时每天可练三五个字。尽量写得好些，不要贪多求全，这叫做“与其伤其十指，不如断其一指。”

5. 掌握临帖、背帖、应用三个环节。

有了临帖的基础，然后可以默写字帖上的字。这有助于加深理解，也可检验学习的效果。如果不像，那就需要再临习，只有这样反复实践，才能提高。

经过一段时间的背临，就要强调运用，组成一段文字。

6. 初学要专一。

初学时不要东找一本帖，西找一本帖，这样可能没学到帖上的优点，而缺点倒积累了不少，成了“大杂烩”。

最后希望大家能知难而进。任何人学写字都有一个从不像到像的过程，只要持之以恒，一定能把字练好。

钢笔正楷练习法

楷书是中国文字发展到一定阶段的产物。也是中国书体成熟的表现，由于楷书点画规范，字形方正，法度谨严。而且比较有章可循，所以自有楷书以来，人们常把楷书作为初学入门的必修课。学习钢笔书法也不例外。

中国汉字数以万计，当然组成这些千变万化的汉字的点画也是千差万别的，但万变不离其宗，归纳起来，不外采点、横、撇、捺、竖、钩、挑、折八种基本笔画，其它的所有笔画都是这八种基本笔画的变形或衍生物，因此，抓住这八种笔画写法的要领可以使我们尽快掌握点画，为写好每个字打下基础，这可以使我们从繁复的点画种类和形态表象中看清内在的主要因素，学会最本质的东西，这也是写好字的一条捷径。

楷书中任何一个点画都是由3部分组成，即起笔、行笔、收笔。这3个部分如同故事的开头、过程和结尾，缺了任何一个部分就显得不完整，在书法上我们称之为“用笔粗糙”或“点画不精到”。

点画要写得精到，还要借助我们笔法中最关键的两个手段：提和按来达到。所谓提就是将笔提起在纸上留下比较细的痕迹的过程，所谓按就是将笔按下在纸上留下比较粗的痕迹的过程。有了提按写出的字才会有粗细变化，才会有节奏感，才会精到，才会富有艺术性，请大家要深刻领会。

下面我们来详细讲解一下基本点画的写法。

一、横 横画分为两种，长横与短横。长横下覆，短横

上仰，故曰“横分仰覆。”长横与短横写法上可以一样，当然水平高了以后，可以取巧，那是以后的事了。在遇到一个字有几个横画时，各个横画要写得各不相同，如“三”字就要写成上平，中仰，下覆。

二、竖 竖分为悬针和垂露。悬针竖同垂露竖除了底部前者尖后者钝以后，还有一个区别悬针竖笔直而垂露竖略曲。由于曲向不同，故垂露竖可以有相向、相背两种组合方式。一般说来，字的最后一笔是竖的用悬针，其余的用垂露，但除“干”字例外，一定用垂露竖。而“郊”字则二者皆可。

三、撇 撇按其同水平方向夹角可依次分为平撇、斜撇、竖斜撇、竖撇。平撇和斜撇极易用错，要特别注意。平撇要写得短小，同水平方向夹角要小，另外，平撇下面一定有一横画。斜撇同水平方向成 45° 角左右，线条不可太弯曲，而应稍挺一些。斜撇常同斜捺结合起来用如同人的左右手。

四、捺 楷书中的捺分为两种，平捺和斜捺。捺是所有点画中最优美的一笔，故也最难写好。所以初学者一定要在开始就学正确。捺有一波三折之说。整个捺画称为一波，一波又分三折，如同水之上游，中游，下游三段。三折之中，第二折最长，也最难写，要特别注意，不可扭曲突出。

五、钩 钩在书法中极为常见，古人有所谓“无钩不成字”之说。钩是依附于其它笔画上的，所以钩要短小，尖锐，不可故意夸张。钩画分竖钩、横钩、戈钩、背抛钩、浮鹅钩、弯钩等，这些钩都要注意它们的写法，具体的注意事项及运用。在这些钩当中，戈钩、浮鹅钩、背抛钩是以前未曾学到过的点画，而且“永字八法”中也未能包括进去，应特

别重视。

六、挑 挑画分长挑短挑两种，挑的写法较容易。

七、折 折往往是两个笔画的组合连写，如横折就是横同竖的连写等等。折的地方关键要慢，要仔细，既不可太快一带而过，也不可太慢顿挫过分做作。所以折处要认真对待。折画中圆折同反折稍难写，不过只要掌握要领也不难。圆折要一路圆转，如“七”字里内，反折忌两笔断开，而要一笔写就，如“女”字。

八、点及基点的组合 点不外乎四种：侧、垂、挑、撇，点的组合就是由这许多点的不同组合而成。其中，侧点要注意不要写成凹腹，垂点应用在字的左边。

在点的组合中，常易弄错的有：相向点，四点水，三角点等。

在讲完这些点画之后，我们回过头来仔细回忆一下，这么多的笔画要写好，关键是抓住头尾，头尾把握好再加上其中间过程的基本形态，则写出的点画就好了。

点画学起来固然枯燥，但对以后写好字是至关重要的，每个点画一定要精益求精，位置要放好，长度要标准，要熟练讲出各点画的名称及要求，这对以后学习字的结构进行具体分析大有帮助。

汉字是由各种点画组成的，光写好点画还不够，还应按照美的规律进行造型。下面我们谈谈造型的要领。

一、横平竖直

汉字中有不少字是由横竖两种笔画组成的，如“王”、“丰”等字。这些字的横竖画如同房梁和柱子，务必要横平竖直，这样结构才安稳，造型才安稳。

二、疏密匀称

汉字书写中有一点十分重要，即各个点画间的间距应相同，匀称，比如“目”字中间两横，排列就应匀称，不能间距忽大忽小。

三、比例得当

由两部分或两部分以上组成的合体字，比例一定要得当。一般说来，笔画少的占地少，笔画多的则应占地多一些。

四、突出主笔

直接由基本点画组成的字称为独体字，写好这一类字要抓住整个字中最长大的一笔，如“也”字，最大的一笔是浮鹅钩，这一笔一定要突出。这样整个字才写得好。

五、点画变化

书法是造型艺术，因此，应力求同中求异，如“三”字中的三个横画则应写得各不相同，不能彼此相同、平行，而应有所变化，有长有短。

六、因字成形

汉字大部分是方块字，但也有不少字的字形不是正方形的，如“夕”、“戈”、“皿”等字，不能一刀切，统一写成正方形。该大则大，该小则小，该长则长，该扁则扁。

总之，楷书结构的好坏，主要取决于重心平稳，分布匀称等一些要领。

读者在练习本字帖时，还应注意由浅入深，由简入繁等方法。

目 录

怎样临摹钢笔字帖	(2)	12 画	(35)
钢笔正楷练习法	(5)	13 画	(40)
1 画	(1)	14 画	(44)
2 画	(1)	15 画	(46)
3 画	(1)	16 画	(49)
4 画	(1)	17 画	(50)
5 画	(2)	18 画	(51)
6 画	(4)	19 画	(52)
7 画	(7)	20 画	(52)
8 画	(12)	21 画	(53)
9 画	(17)	22 画	(53)
10 画	(23)	23 画	(53)
11 画	(29)	24 画	(53)

1 画	一	乙	2 画	二	十	丁	厂
七	卜	匕	人	入	八	九	几
儿	了	力	乃	刀	刁	又	3 画
三	于	干	亏	士	工	土	才
寸	下	大	丈	与	万	上	小
口	巾	山	千	乞	川	亿	个
勺	久	凡	及	夕	丸	么	广
亡	门	义	之	尸	弓	己	已
子	卫	也	女	飞	习	习	叉
马	乡	4 画	丰	王	井	开	夫
天	无	元	专	云	丐	扎	艺
木	五	支	厅	不	歹	太	犬

区	历	尤	友	匹	车	巨	牙
屯	比	戈	互	切	瓦	止	少
日	中	冈	贝	内	水	见	午
牛	手	毛	气	升	天	长	仁
什	片	仆	化	仇	帀	仍	仅
斤	爪	反	介	父	从	今	凶
分	乏	公	仝	仓	月	氏	勿
欠	风	丹	匀	乌	凤	勾	文
六	方	火	为	斗	忆	订	计
讫	户	认	心	冗	尺	引	丑
巴	孔	队	办	以	允	予	邓
劝	双	书	幻	5 画	玉	刊	示

末	未	击	打	巧	正	扑	扒
卉	功	扔	去	甘	世	艾	古
节	本	术	札	可	匝	丙	左
厉	丕	石	右	布	夯	龙	戌
平	灭	轧	东	卡	北	占	凸
卢	业	旧	帅	归	目	旦	且
叮	叶	甲	申	号	电	田	由
叭	只	央	史	叱	吼	兄	叨
叩	叫	叨	另	叹	冉	皿	凹
囚	四	生	失	矢	乍	禾	仕
丘	付	仪	代	仙	仟	们	仗
白	仔	他	斥	瓜	乎	丛	令

用	甩	印	氏	乐	尔	句	匆
册	卯	犯	外	处	冬	鸟	务
多	包	饥	主	市	邝	立	冯
玄	闪	兰	半	汀	汁	汇	头
汉	宁	穴	它	讨	写	让	礼
汕	訖	训	必	议	讯	记	永
司	尼	民	弗	弘	出	阡	辽
奶	奴	加	召	皮	边	发	孕
圣	对	台	矛	纠	馭	母	幼
丝	6 画	匡	来	邦	玎	玃	式
刑	邢	戎	动	圭	扛	寺	吉
扣	考	托	老	圾	巩	执	扩

圻	扞	扫	地	扬	场	耳	芋
共	芋	芍	芒	並	芝	朽	朴
机	杈	过	亘	臣	吏	再	协
西	压	厌	戌	在	百	有	存
而	页	匠	夸	夺	灰	达	戌
列	死	成	夹	夷	轨	邪	尧
划	迈	毕	至	此	贞	师	尘
尖	劣	光	当	吁	旱	吐	吓
曳	虫	曲	团	同	吕	吊	吃
因	吃	吸	吗	么	屿	屹	岌
帆	岁	回	岂	则	刚	网	肉
固	年	朱	氛	先	丢	廷	舌

竹	迂	乔	迄	伟	传	乒	兵
休	伍	伎	伏	优	臼	伐	延
仲	件	任	伤	侏	价	伦	份
伧	华	仰	伥	仿	伙	伪	伫
自	伊	血	向	囟	似	后	行
舟	全	会	杀	合	兆	企	余
余	众	爷	伞	创	肌	肋	朵
杂	夙	危	旬	旭	旨	负	刳
犷	勾	犒	各	名	多	鳧	争
邹	色	壮	冲	妆	冰	庄	庆
亦	刘	齐	交	次	衣	产	决
亥	充	妄	闭	问	闾	羊	并