

标准



苏美华 著

千字文

湖南美术出版社

苏美华 著

标准楷书千字

湖南美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

标准楷书千字文 / 苏美华著. —长沙: 湖南美术出版社,
2010.4

ISBN 978-7-5356-3928-8

I. ①标… II. ①苏… III. ①汉字—书法—作品集—中国—现代IV. ①J292.

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第185112号

标准楷书千字文

出版人: 李小山

著者: 苏美华

责任编辑: 胡紫桂 邹方斌

技术编辑: 胡海成

特约编辑: 苏 望

责任校对: 尹梦娜

装帧设计: 田 飞 李 娜

出版发行: 湖南美术出版社

(长沙市东二环一段622号)

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 长沙市雅捷印务有限公司

(长沙市金盆岭路5号)

开 本: 889×1194 1/8

印 张: 8

版 次: 2010年10月第1版 2010年10月第1次印刷

印 数: 1-4000册

书 号: ISBN 978-7-5356-3928-8

定 价: 26.00元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0731-84787105 邮编: 410016

网址: <http://www.arts-press.com>

电子邮箱: market@arts-press.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 0731-85216252

前言

这是一本标准楷书字帖；

这是一本传统蒙学经典。

为什么要将两者结合在一起呢？

答案便是初衷：振奋精神，弘扬国粹！

一百多年前，当帝国主义的坚船利炮打开了“天朝”闭锁的大门，“天朝”的精神大厦也摇摇欲坠，终于在滔滔滚滚的洪流冲击下轰然坍塌！国人也往往偏执极端，要么拒绝一切，唯我独尊，尊孔读经，摇头晃脑，自鸣得意，视西洋的科学文化为邪说如祸水；要么掘开堤坝，任洋水泛滥，崇洋媚外，全盘西化，丧失自我，恨不得刨了自家的祖坟……

于是，我们学会了选择，我们真正明白了“古为今用”的良苦用心。因此，书写蒙学经典《千字文》，绝不是借古作秀，而是它的确能以一千个不同的文字符号，独出心裁地组合成一篇天文地理人事无所不包的绝妙韵文，为我们的书法教学带来了极大的方便。而以标准简化字书写，更不是什么标新立异，自出风头，恰恰是时代的呼唤，是社会的需要！

来吧，朋友！简化字书法是书法艺术发展的必然趋势，是前人留给我们的巨大空间。这是千载难逢的机遇，这是超越自我的挑战，这是历史赋予的使命。让我们一起：植根传统，弘扬国粹，与时俱进，再创辉煌！

作者

苏美华，字修竹，号西坡居士，挹秀堂主。1984年毕业于湖南师范大学中文系，一直从事书法教育、书法创作与书法研究工作，现为湖南第一师范学院书法教授，《诗词报·赛能文艺》执行主编。

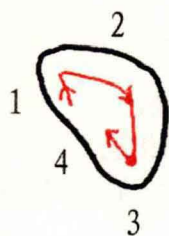
出版专著有《西坡品墨》、《苏美华书法》、《西坡诗赋》，出版字帖有《苏美华诗歌钢笔字帖》、《成语新韵毛笔字帖》、《唐诗三百首钢笔字帖》、《写字——规范书写课课练》等80多本，为岳麓书院、南岳雷祖殿、耒阳蔡侯祠、蔡伦竹海、冷水江波月洞等风景名胜撰联题匾，作品流布海内外。

目录

- 2 第一章 基本笔画图示
- 7 第二章 偏旁部首范式
- 15 第三章 间架结构心法
- 24 第四章 《千字文》诗译
- 31 第五章 标准楷书字帖
- 116 第六章 作品形式举例

01

第一章 基本笔画图示



斜点

1. 逆锋起笔
2. 右下行笔
3. 顿笔
4. 回锋收笔



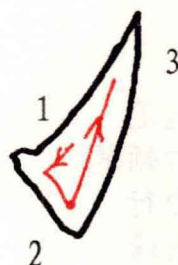
下挑点

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 左下提笔出锋



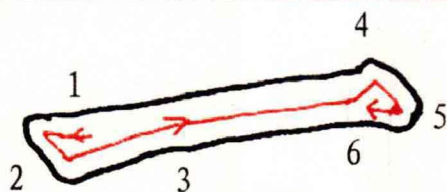
左侧点

1. 顺锋直接起笔
2. 左下行笔顿笔
3. 回锋收笔



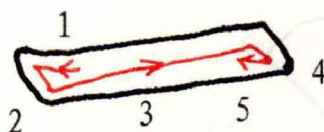
上挑点

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 右上提笔出锋



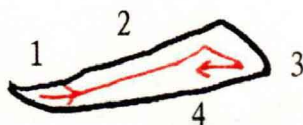
长横

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右力行
4. 带笔上昂
5. 顿笔
6. 回锋收笔



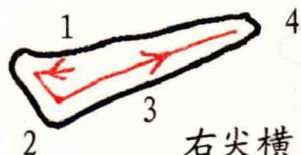
平横

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右力行
4. 右下轻按
5. 回锋收笔



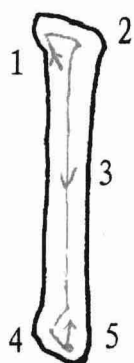
左尖横

1. 顺锋起笔
2. 向右行笔
3. 右下顿笔
4. 回锋收笔



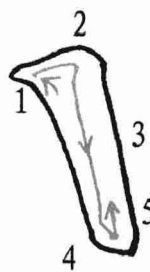
右尖横

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右行笔
4. 提笔收笔



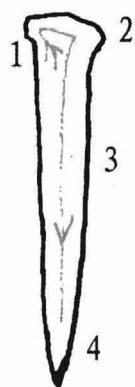
垂露竖

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向下力行
4. 顿笔
5. 回锋收笔



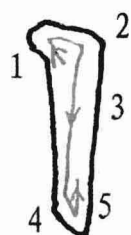
斜短竖

1. 逆锋起笔
2. 折向右顿笔
3. 向右下行笔并渐提
4. 轻按
5. 回锋收笔



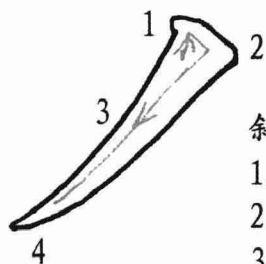
悬针竖

1. 逆锋起笔
2. 折向右顿笔
3. 向下力行
4. 提笔出锋



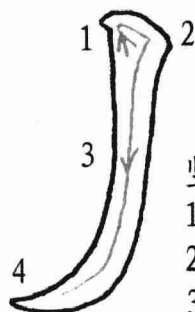
短竖

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向下力行
4. 顿笔
5. 回锋收笔



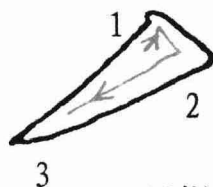
斜撇

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 左下力行
4. 提笔出锋



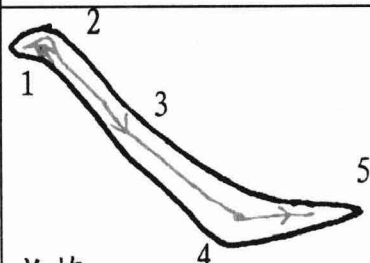
竖弯撇

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向下行笔
4. 略弯向左下出锋



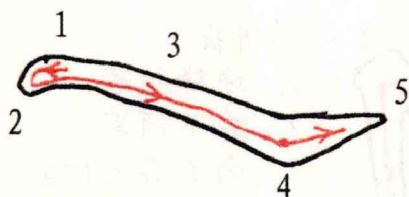
短撇

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 左下提笔出锋



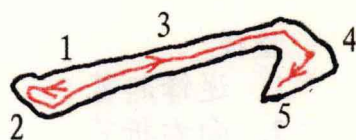
长捺

1. 逆锋起笔
2. 向右转锋
3. 右下行笔
4. 顿笔
5. 提笔出锋



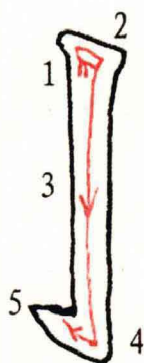
平捺

1. 逆锋起笔
2. 右上转锋
3. 右下边行边按
4. 顿笔
5. 提笔出锋



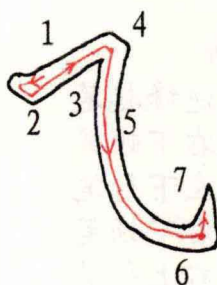
横钩

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右力行
4. 顿笔
5. 提笔出锋



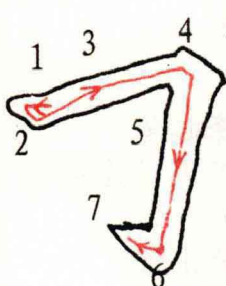
竖钩

1. 逆锋起笔
2. 右折顿笔
3. 向下力行
4. 顿笔
5. 左上提笔出锋



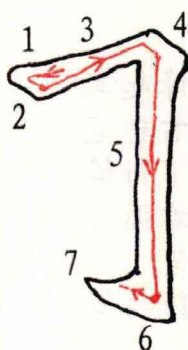
横折弯钩

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右略上行笔
4. 向右下顿笔
5. 向下往右弧弯
6. 顿笔
7. 提笔出锋



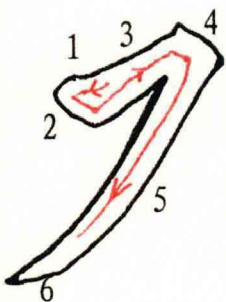
横折钩

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右略上行笔
4. 向右下顿笔
5. 向左下折行
6. 顿笔
7. 提笔出锋



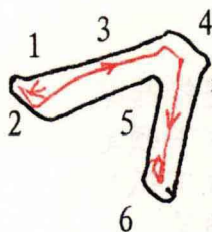
横折

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右略上行笔
4. 向右下顿笔
5. 向下折行
6. 顿笔
7. 提笔出锋



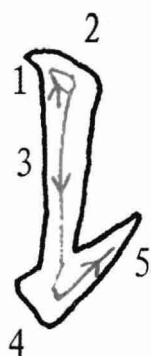
横撇

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右力行
4. 顿笔
5. 向左下行笔
6. 提笔出锋



横折

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右略上行笔
4. 向右下顿笔
5. 向左下折行
6. 回锋收笔



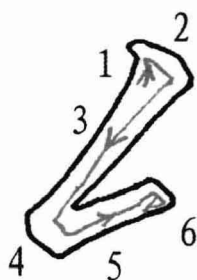
竖提

1. 逆锋起笔
2. 向右折笔
3. 向下行笔
4. 右下顿笔
5. 右上提笔



横折提

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 向右略上行笔
4. 向右下顿笔
5. 向下折行
6. 右下顿笔
7. 右上提笔



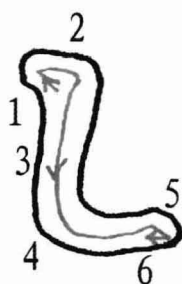
撇折

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 左下行笔
4. 右下顿笔
5. 右上行笔
6. 回锋收笔



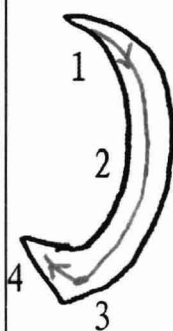
卧钩

1. 顺锋起笔
2. 向右下弧弯
3. 顿笔
4. 向左上提笔出锋



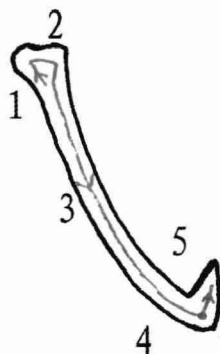
竖弯

1. 逆锋起笔
2. 向右转笔
3. 向下行笔
4. 向右弧弯
5. 顿笔
6. 回锋收笔



弯钩

1. 顺锋起笔
2. 右下再往左弧弯
3. 顿笔
4. 提笔出锋



斜钩

1. 逆锋起笔
2. 右下顿笔
3. 右下弧行
4. 顿笔
5. 右上提笔出锋

第二章 偏旁部首范式

02

宝盖头

1. 点要居中
2. 左点和钩呼应
3. 横要细，略倾斜

口字底

1. 略扁，稍小
2. 上宽下窄

竹字头

1. 左右分布均匀
2. 右略高

草字头

1. 字头居中
2. 左竖短右竖长

单人旁

1. 撇斜竖正
2. 竖要回锋右带

提手旁

1. 整体窄长
2. 提与横尽量少占右边空间

口字旁

1. 略显窄长
2. 居于左上

彳字旁

1. 窄长，让右
2. 取势倾斜

立刀旁

1. 出钩有力
2. 比左边稍长
3. 与左边靠拢

女字旁

1. 撇长点短
2. 横取提势，露锋
3. 注意相向关系

言字旁

1. 点与竖对正
2. 横与点要隔远
3. 提出锋不宜太长

又字旁

1. 略靠左上
2. 拱向右边，以右为主

土字底

1. 纵向压缩写扁
2. 两横长短对比悬殊

豕字旁

1. 弯钩定准空间位置
2. 四撇匀称而略有变化
3. 捺笔大胆超出

示字旁

1. 点与竖在同一直线上
2. 横与撇夹角宜小

爿字旁

1. 上收下放
2. 上短下长



石字旁

1. 右尖横
2. 口部要窄
3. 字势稍倾



金字旁

1. 撇稍长
2. 点要轻巧
3. 横要倾斜上昂



雨字头

1. 宜宽扁，取覆盖之势
2. 点要小巧灵动
3. 竖要居中



大字头

1. 撇捺与横交接处保持距离
2. 上部覆盖下部，又要紧凑



双人旁

1. 注意撇的斜度
2. 第二撇从上撇中部处下笔方可端正



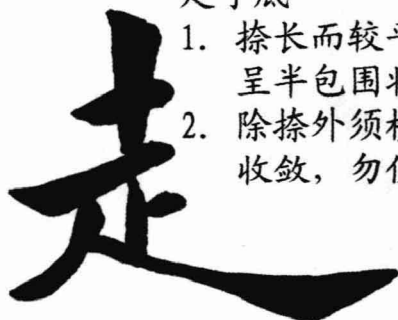
丸字旁

1. 笔势峻利、笔画流畅
2. 靠紧左边、中宫紧密
3. 钩不能横向舒展



反犬旁

1. 两撇平行
2. 第二撇稍靠上



走字底

1. 捺长而较平，呈半包围状
2. 除捺外须横向收敛，勿使纵长

子字旁

1. 弧弯到位
2. 提靠右支撑

左耳旁

1. 弯钩要小
2. 竖要挺拔有力

右耳旁

1. 要比左边稍低
2. 弯钩比左耳旁稍大

竖心旁

1. 竖画上部略厚重
2. 两点呼应，
右点宜小

两点水

1. 两笔相隔稍远
2. 高下居中
3. 偏左让右

广字旁

1. 横画稍短
2. 竖弯撇纵长
3. 不宜将内部
包围太死

病字旁

1. 突出主笔
2. 两点要小，
笔意连贯

走之底

1. 要有动感
2. 捺要一波三折

禾字旁

1. 以竖为界，左放右收
2. 短撇稍平

牛字旁

1. 竖要纵长，挺拔、回锋
2. 整体向右动态明显

十字底

1. 横长，竖略短
2. 托稳上部

皿字底

1. 突出主笔横画
2. 中间两竖对空间，分割基本均匀

人字头

1. 撇捺伸展，覆盖下部
2. 夹角接近直角
3. 下部要往上靠紧

秃宝盖

1. 横势略倾斜
2. 点与钩相照应

月字底

1. 整体要变短，但不能写宽
2. 两短横要有生气

巾字旁

1. 整体窄长
2. 竖要垂露