

正楷入门一本通

硬笔

书法

一

本

通

上海文化出版社

主编	刘景向
副主编	陈民民 刘祖樑
编写	陈民民 刘景向 刘祖樑
张正球 张明 金治国	



主编	
刘景向	
副主编	
陈民民	刘祖樑
编写	
张正球	张明
陈民民	刘景向
	刘祖樑
	金治国

上 楷 入 门 一 本 通

(硬) (笔) (书) (法) (一) (本) (通)

上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

正楷入门一本通/刘景向主编. - 上海:上海文化出版社,2005.9 重印
(硬笔书法一本通丛书)
ISBN 7-80646-757-2

I. 正… II. 刘… III. 硬笔字 - 楷书 - 书法 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 142510 号

特约编辑 成文
责任编辑 黄慧鸣
封面设计 周艳梅
版式设计 陈平

书名 正楷入门一本通
出版发行 上海文化出版社
地址 上海市绍兴路 74 号
邮编 200020
电子信箱 cslcm@public1.sta.net.cn
网址 www.shwenyi.com
经销 珊书店
印刷 上海锦佳印刷发展有限公司
开本 850×1168 1/32
印张 4.25
图文 136 面
版次 2005 年 3 月第 1 版 2005 年 9 月第 3 次印刷
印数 8,201—11,410 册
国际书号 ISBN 7-80646-757-2/J·147
定价 11.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系
T: 021-56401196

编写说明

书法艺术是中华传统文化宝库中璀璨夺目的瑰宝。她伴随着五千年中华文化的传承而繁衍、发展，书体丰富，流派纷呈，风格多样，名家辈出，蔚为壮观。她集工具性、人文性、艺术性于一身，融线条美、造型美、韵律美于一体，为世界上越来越多的人所喜爱。硬笔书法以其字形流畅美观、书写迅速便捷的特点，成为使用最广泛的一种交流工具，而且具有“鼠标、键盘”所无法替代的优势。古人云：字如其人。会写一手流利、漂亮的钢笔字，也是现代人良好素质的标志。当或遒劲、刚健，或娟秀、飘逸的汉字从您的笔尖汩汩流出，令人刮目相看，您便会感到无比的惬意与自豪。

为了有助于高中阶段的学生和广大硬笔书法爱好者打好硬笔书写基本功，我们邀集多年来精研书艺和从事书法教学的专家、教师编写了这套《硬笔书法一本通》丛书。丛书共分《正楷入门一本通》、《行书入门一本通》、《快写技法一本通》、《章法幅式一本通》、《名作临摹一本通》五个分册，为研习者铺设了由步入书法艺术“门槛”直至“登堂入室”的阶梯。本丛书的编写遵循能力为本、学练结合、重在实践的原则，知识、方法的讲授求“精”，

训练、临写的设计求“实”，力求将“讲”与“练”，“知”与“行”结合起来，重在能力的习得与迁移。其中《正楷》分册简要介绍钢笔书法特点，楷书基本笔画和偏旁的写法，以及楷书结构规律等，并配有例字练习。单字书写训练部分，精选了300个最常用字，力求夯实基础，举一反三，学以致用。《行书》分册着重介绍行书的组合笔画与偏旁部首写法，以求掌握笔画连写技巧和行书结体方法，使线条流利生动。《快写》分册主要讲授行草的基本技法，通过由字元组合单字到词组的循序渐进的训练，使书写更为连续绵延，既能大大提高书写效率，又使字体婉转流畅，具有更高的实用价值与欣赏效果。《章法幅式》分册对于中国传统书法形式的基本知识作了简要介绍，帮助研习者对书法的形式美感作进一步的了解和尝试，并能感受到书写创作的乐趣。《名作临摹》分册通过对传统书法名篇的临摹示范，不仅能培养研习者的审美眼光，陶冶其性情，并能取法乎上，掌握丰富的表现技巧和借鉴多种艺术样式。

千里之行，始于足下。硬笔书法学习是个渐进的过程，经过一段时间的学习、体悟、临摹、实践，您一定会达到融会贯通、得心应手的理想境界。愿这套丛书能为您的学习、事业锦上添彩，引领您早日进入书法艺术的殿堂。

编者

目 录

- 一、钢笔书法的特点 /4**
- 二、钢笔楷书笔画与偏旁部首写法及例字 /7**
- 三、钢笔楷书结构及例字 /15**
- 四、千字文 /22**
- 五、练习 /34**

一、钢笔书法的特点

钢笔书法和毛笔书法的相同处是，两者都以汉字为表现对象，都具有很高的实用价值和审美价值，通过正确的训练，人人都可以把汉字书写得正确、清楚、端正、美观，提高书写的准确性和书写效率。钢笔书法和毛笔书法的不同处是，毛笔笔性软，可以铺毫，使用不同规格的毛笔，大者可以写出盈尺榜书，小者可以写出分许蝇楷，笔画形态变化也丰富多彩；钢笔笔性硬，不能铺毫，即使使用粗细不同规格的钢笔，字形大的只相当于毛笔小楷，字形小的也不过是毛笔细楷，大小字形的变幅范围有限。但是，钢笔书法的长处在于钢笔的耐用性和实用性强，并且笔法简单，笔法和字形的美感不比毛笔书法逊色。

钢笔一次灌足墨水，可以书写很长的时间、写很多的字。一笔在身，随时随地可用，既轻捷灵巧，又方便实用，避免了毛笔使用时的种种麻烦，省事省时。十分之九以上的日常实用书写字形，其大小在0.7~0.9厘米之间，钢笔完全可以适用。广大群众在工作、学习、生活中的书写都是追求实际应用而不是搞书法艺术创作，极少需要写字形更大的字体。

钢笔书法和同规格类型的毛笔书法相比较，一般说来是有所逊色，表现在笔画和字形的神韵方面，比较单薄和简略。之所以会出现这种情况，是因为一般人在掌握钢笔笔性和它的特点上，缺乏深厚功力。对于一个钢笔书法训练有素、基本功力比较深厚的人来说，完全可以利用钢笔尖的金属弹性，熟练地运用书写力度的轻重和运笔速度的徐疾，充分表现出钢笔字笔画和字形的神韵风采，其美感较之毛笔书法毫不逊色。对钢笔楷书来说，尤

其如此。

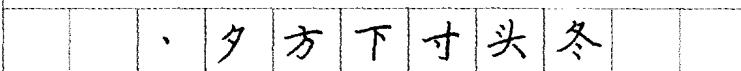
毛笔小字主要是书写楷书、行楷和行书，其笔画和字形的变化相对来说比较少而简。与毛笔小字类似规格的钢笔字，也同样适应楷书、行楷和行书的书写。以楷书而言，毛笔小楷的笔画就不讲究逆锋起笔、凹横凸横、圆笔方笔等。钢笔楷书相当于毛笔小楷，因此笔画形态的变化就少得多，钢笔楷书的笔法也就简单得多。

总之，钢笔书法的实用价值高，笔法和笔画简而少，易学易写，群众基础广泛。钢笔书法适应书写真、行、草、篆、隶等各种书体，功力较深厚者也可创作出钢笔书法艺术作品。钢笔书法唯一的不足之处是受笔性和制造工艺的限制，不能创作出如中堂、条幅、匾额、对联、屏条等像毛笔书法那样的大型作品。钢笔书法作品只宜近观而不能远赏，只能放置案头而不适宜张挂。

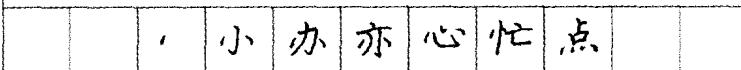
二、
钢笔楷书笔画与偏旁部首
写法及例字

笔画是组成汉字的零件，偏旁部首是某些笔画的固定组合，是组成汉字的集成块。掌握笔画与偏旁部首的写法，有助于写好众多的单个汉字。

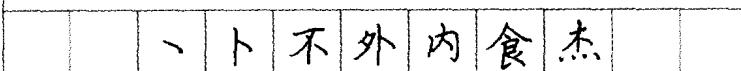
右斜点：轻落笔，转右下，再转左下，然后略作回笔动作收齐点腹。点腹向左下。右斜点单独使用较多。



左斜点：轻落笔，转左下，再转右下，然后略作回笔动作收齐点腹。点腹向右下。左、右斜点一般都配合使用。



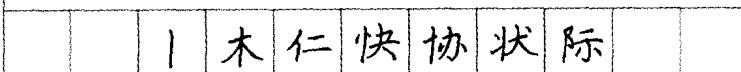
长点：写法和右斜点基本相同，只是将转右下的行笔过程延长。



长横：落笔就按，稍提笔后向右行，到所需长度时轻按并略作回笔动作。



垂露：落笔就按，稍提笔后向下行笔，到所需长度时略向左外，然后回峰收圆润的尾端。



悬针：落笔就按，稍提笔后向下行笔，到全长的三分之二时，逐渐匀速提笔收出尖锋。



平撇：在右方落笔就按，稍提笔后向左平向撇出。



斜撇：落笔就按，稍提笔后即向左下方行笔至全长三分之二处逐渐提笔收出尖锋。



斜捺：落笔后逐渐加大笔力向右下行笔，到合适长度时向右逐渐减力出锋。

人 大 天 夫 义 乔

平捺：落笔就按，稍提笔，向右略行一段就转向右下平缓下降，到合适长度时逐渐减力出锋。

这 过 进 还 延 建

竖钩：落笔就按，稍提笔后向下垂直行笔，到所需长度时，经按、回笔提出钩锋。（竖弯钩：竖段稍带弯势。）

才 到 可 子 乎

横钩：落笔就按，稍提笔后向右平横行笔，到所需长度时，经提、按、回笔后出锋。

买 沈 受 带 学 皮

斜钩：落笔就按，稍提笔后以弧曲势向右下斜弯行笔，到所需长度时向上出锋。

式 成 武 戏 战 浅

斜挑：落笔就按，略顿笔，随即向右上方挑出尖锋。（平挑：挑出的斜度较平，长度较长。）

地 功 此 一 虫 禹

折（右上折角）：将第一笔段写到所需长度，稍作提按，然后折竖、折斜竖或折撇等。

口 田 目 因 四 又 飞

折（左下折角）：将第一笔段写到所需长度，笔尖向左或左下方稍扭出，按下，然后折横、折挑等。

山 画 台 切 乡 以 长

人字头：撇是斜撇，捺是斜捺，撇捺的交点稍上移，撇捺伸展。

人 人 今 会 金 余 俞

宝盖头：头上是右斜点，左边是左斜点，横钩的横段宜稍长，钩的角度较小。宝盖头一般要宽，“安”字除外。

宀 宁 字 宝 穷 家 安

草字头：一横两竖，竖稍斜，左右对应。

艹 花 草 劳 茶 著 荒

雨字头：雨字单独写时，第三笔是横折竖钩，作字头时，写成横钩，四点都是右斜点。

雨 雨 零 需 雪 雷 霜

竹字头：竹字单独写时，第三笔与第六笔分别是竖与竖钩，作字头时，都写成右斜点。

竹 竹 答 等 第 笔 笑

广字头（包括厂字头）：这是左上包围的偏旁，第一笔是右斜点，横不宜太长，撇是直竖撇。

广 店 度 底 厂 厉 原

白字头（包括日字头）：起笔是短斜撇，框稍扁，框中短横靠左不靠右，间距宜均匀。

白 皂 泉 皇 曰 景 晨

心字底：左畔是左斜点，第二笔卧钩是主笔，底背宜较平，然后写挑点与右斜点。

心 志 总 思 想 急 急

木字底: 横不宜太长，竖正直，撇捺伸展。社会上通俗的手写体采用长横、竖钩和左右点的写法。

木 朵 栗 柴 朵 栗 柴

四点底: 四点排成一线，间距相等，总宽度大于上面的字体，起承托作用。

灬 杰 点 烤 焦 照 燕

土字底: 最后一横一般是长横。当上面字体中有撇捺伸展时，长横稍缩短。

土 至 坚 垒 坐 圣 基

走字底（包括是字底）: 这是左下包围的偏旁，第三笔横画右边缩短，最后一捺伸展，是平斜捺。

走 走 赵 赶 超 趣 题

三点水: 前两点是右斜点，第三点是挑点。三点处于一条直弧线上。

氵 江 河 海 流 法 济

言字旁: 头上一点是右斜点，第二笔是横折竖挑，转折处稍按一下，竖段宜写得实在。

讠 计 议 证 请 诗 词

双人旁（包括单人旁）: 撇是斜撇，第二撇起笔在第一撇中点的下面位置，竖是垂露，宜收圆。

彳 行 往 得 德 位 信

竖心旁（包括十字旁）: 先写左右两点，然后写长竖，竖靠右斜点，下端收圆。十字旁则为短横、垂露两笔。

忄 忙 怖 情 十 协 博

耳朵旁: 有左右两种形态, 一般为: 左耳小, 右耳大; 左耳高, 右耳低; 左耳用垂露, 右耳用悬针。



提手旁: 短横有点斜, 坚偏右穿过短横, 钩出宜短小有力, 挑是斜挑。



禾木旁 (包括木字旁): 头上是平撇, 横稍斜, 坚偏右穿过横画, 然后写斜撇与右斜点。



衣字旁 (包括示字旁): 头上是右斜点, 接着写横折撇, 撇段稍长, 然后写垂露竖, 最后写撇点与右斜点 (示字旁无撇点)。



反犬旁: 两撇都是短斜撇, 主笔是曲头平背钩, 弯势在头部一段, 下半段宜直, 钩出短小有力。



火字旁: 先写两点, 左右呼应, 然后写弯竖撇, 上半段垂直向下行笔, 然后缓转向左下方出锋, 最后写右斜点。



绞丝旁: 两个撇折挑与底下的挑在间距与斜度上应协调。



斜王旁 (包括趯土旁): 两个偏旁只差头上一横。书写笔顺为: 横、横、坚、挑。挑是斜挑。



金字旁: 撇较长, 第二笔是短横, 然后再写两横与竖挑。

金 银 钞 销 铁 铜 错

贝字旁: 短竖与横折竖的两竖都要写得正直, 撇是弯竖撇, 上半段正直, 最后是右斜点。

贝 财 贴 购 贬 赔 赠

月字旁: 有左右两种形态, 一般左边占位较高, 右边占位较低。

月 胜 朋 月 明 期 朝

足字旁: 足字作偏旁时, 撇改为短竖, 捺改为挑。

足 足 跃 路 跟 跳 踏

直刀旁: 短竖占位居中, 长竖钩的竖段宜直挺, 钩出短小有力。

刂 则 利 别 到 制 副

反文旁: 头上是斜撇, 横较短, 底下的撇在横的中点处起笔, 捺是斜捺。

文 收 改 放 政 故 教

门部: 这是包框部首, 左、上、右三面包围, 框中字体占位不能偏低, 分布宜匀。

门 闪 闭 问 间 闻 阔

口部: 这是全包围部首。框内字体分布要匀称饱满。

口 因 团 困 国 园 圆