

钱沛云

800 常用字

硬笔行书  
书写字典

描红版

銀河垂地年，  
星點揚已斷，  
無由醉玉

夜月華如陳

碎真珠簾捲玉樓

紛：墜葉飄

上海辞书出版社

钱沛云  
800 常用字  
硬笔行书  
书写字典

描红版

上海辞书出版社

图书在版编目(CIP)数据

钱沛云 800 常用字硬笔行书书写字典:描红版/钱沛云著. —上海:上海辞书出版社,2010.8(2011.6重印)

ISBN 978-7-5326-3177-3

I. ①钱... II. ①钱... III. ①硬笔字一行书—中小学—字典 IV. ①G634.955.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 143377 号

责任编辑 康 萍  
装帧设计 汪 溪

钱沛云 800 常用字硬笔行书书写字典  
(描红版)

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行  
上海辞书出版社  
(上海陕西北路 457 号 邮政编码 200040)  
电话:021-62472088

www.ewen.cc www.cishu.com.cn

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 13.25 插页 1 字数 381 000

2010 年 8 月第 1 版 2011 年 6 月第 2 次印刷

ISBN 978-7-5326-3177-3/J·202

定价:28.00 元

如发生印刷、装订质量问题,读者可向工厂调换

联系电话:0512-65381858

# 凡 例

一、这是一套帮助广大青少年练好硬笔书法的实用工具书，分楷书、行书两册。文中字例为日常使用频率较高的800个常用字，它集字帖、指导、查检、练写于一体，编排新颖独特，并按笔画顺序排列。

二、本册为行书书写字典，每个字例有“书写示范”，在与静态的楷书对照中，突出行书整体的动态感；每个字例含“笔画特征”、“书写节奏”、“延扩字例”、“组词练习”、“写法指导”五方面。

**笔画特征：**在与楷书笔画的比较中，具体明确行书写法的变化特点，并配图例。

**书写节奏：**用分解方式加以显示，以利于把握好行书流动节奏中快慢起伏的节奏变化。

**延扩字例：**在写好本字例基础上，对有相同部位字例作适当延伸，起“举一反三”作用。

**组词练习：**以字例为中心组词，扩大练习范围。

为便于对照练习，“延扩字例”和“组词练习”内容与楷书相同，行书笔画以楷书为准，以供查检。

**写法指导：**根据正文前行书写法六要诀的原则，帮助学者逐字了解和掌握书写的方式。

三、正文前《写好硬笔行书六要诀》简洁明晰，可资学前参考。



## 把祖国的文字写得更美 (代序)

20世纪50年代末期,我还是个初二学生。语文课上新来了位老师,只见他未开口转身即在黑板上流畅地写下了“冯永肇”三个大字,书体秀逸,笔画遒劲有力,似闪电划过我年幼的心灵。“写得多好啊!”我第一次惊异于祖国文字的美丽。之后,在漫长岁月里,我开始用笔尖不断去寻求和表现这种美丽。

80年代末期,在语文教学这块土地上耕耘了近二十年之后,我实现了人生事业上的战略转移,开始把少年时代对书艺的痴迷和追求注入到我的教学工作中,在著名教育家于漪老师的悉心指导和激励下,我走上了为师范生传授书法的讲坛。为了让这些未来的教师写出一手好字,我竭尽全力“开垦起这块硬笔书法领域的处女地”。我“荷锄开垦”,把十多个班级当作一块块实验田。在这一块块田里,“硬笔四步练习法”从雏形走向成熟。经过十余年艰难跋涉,我从单一的线条中逐步看清了字形“内核的分子运动”,抓住汉字笔画组成字体的特点,归纳出“藕断丝连”、“单腿腾跃”、“推压弹簧”、“回环呼应”、“顾盼生姿”五种方法,让学生硬笔尖下流泻出的字体灵动活泼,富有生气。一手好字,终生受益,我想这个“益”决不仅仅是让莘莘学子把握和感受着母语形态的魅力,而是在这个习字的过程中养成专一与坚韧的良好习惯,滋润和影响着他们整个人生。

然而,在科技飞速发展的今天,我们对书写现状产生了深深的忧虑。由于电脑的普及,学生用笔书写方式相对减少,以致在电脑哺育下长大的一代产生的书写障碍日益凸显出来,书写稚拙不说,就连一些常用字的书写笔画、笔顺都搞不清楚。据一项调查显示,目前读错、写错汉字的现象,在文化层次较高的白领阶层和大学生中更为突出,特别是那些经常通过网络聊天或手机聊天的学生,使

用的错字、别字就更多了。可见，长期使用电脑书写文字，使原本熟悉的汉字变得“陌生”起来。所以，当前重视汉字书写，把祖国的文字写得更美，是全社会，尤其是教育界一项刻不容缓的任务，作为一名教师，我深感责无旁贷。我决心要以多年的实践与教学经验，通过对 800 个常用汉字内在规律的认识和理解，以“书写字典”这种形式加以总结。让它常置于青少年的案头，便于他们经常通过笔画顺序，查检了解的常用字基本特征和书写方法，明确字形关键部位的重要特点，并以点带面，驾驭规律，学会应用，从中受益。

青少年时期是练字的黄金季节。俗话说，幼时学的，犹如石上刻的。但愿这套书写字典，能传递祖国文字优美的间架与和谐的线条，并能深深印入亿万学子的脑海，把笔尖下的魅力作为终生的追求。

值此书写字典出版之际，谨向我尊敬的导师于漪老师及已故书法大家任政先生致以深深的感激。

庚寅夏钱沛云于上海

## 写好硬笔行书六要诀

如果把正楷比作一个人站立的话，那么行书就是行走了。只有站得稳当，才能走得像样。作为日常生活中运用广泛的行书，由于书写速度快，因而实用性最大，能掌握一手美观的行书写法就自然成了人们美好的心愿。

以下《硬笔行书写字歌》，反映了行书动态的基本特征：

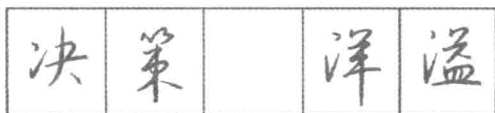
正楷流动是行书，  
行书流畅人见爱。  
笔画钩、挑为首条，  
省略简化实重要，  
折成圆弧捺收缩，  
覆笔方法运用妙；  
横写贯气又收、放，  
快慢节奏把握好；  
循序渐进不急躁，  
步步为营日日高。

### 一、要诀之一：钩挑意识要增强

行书流速快，很重要的一点是在楷书点画的基础上增加了“钩”、“挑”这两个附件，这样就明显加强了笔画与笔画之间、部件与部件之间的联络。

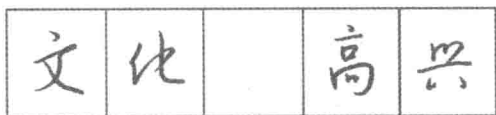
1. 行书中凡以点起笔的字，用带钩状牵丝与下部衔接

(1) 点在字左上侧的。例如：

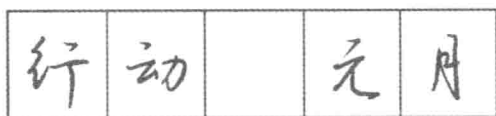


(2) 点在字中间上端的。例如：



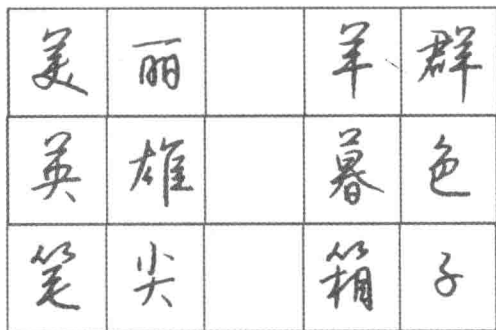


2. 横与横之间用向左下钩状牵丝衔接

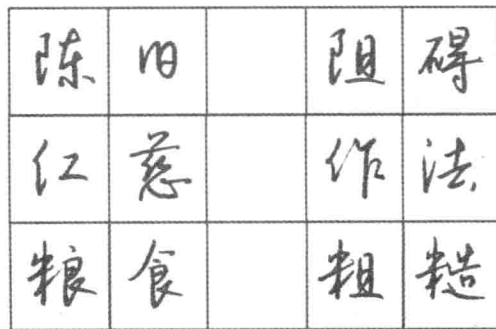


3. 两点之间用挑出衔接

在字的上端有两点的，则用向右上挑出把左右两点有机组合在一起；草字头、竹字头写法也同样如此。



4. 在左右结构的字体中，左竖末或撇提向右上挑出与右部意连。



## 二、要诀之二：笔画减省不可忘

行书中笔画明显减省，这就大大加快了运笔的速度。

### 1. 点的省略

点被牵丝所替代，如“示”字旁、“木”字旁、“衣”字旁、“禾”字旁中的右面点被撇所带出的牵丝所替代。例如：

祖	先		神	采
叔	利		枫	叶

点中的笔画减少。如三点水，只写一点，其他两点写成竖提；四点水，只写一点，其他三点用一带钩状的弧线替代。例如：

河	流		游	览
杰	出		点	心

### 2. 横的省略

“日”字旁中的两横连成一提与右部相连。

“目”字旁、“耳”字旁中的三横用一个带弧状的提与右部相连。例如：

旷	工		旺	盛
眨	眼		盯	任
聪	慧		职	业

### 3. 竖的省略

省去左部竖笔,例如:

书	页		吊	牢
必	须		席	径

### 4. 钩的省略

到	处		化	学
我	们		仍	然

## 三、要诀之三：破方为圆常应用

正楷书写,转折处笔尖略按形成方折状,但在行书的流动中,为了加强字体的动势,就要“破方为圆”,即把转折写成圆弧状。

### 1. 字中的横折常常写成圆弧状

口	头		由	子
---	---	--	---	---

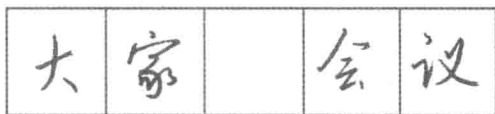
### 2. 字中的横折钩、弯钩常常写成圆弧状

方	向		力	气
了	解		仔	细

#### 四、要诀之四：捺笔收缩把握好

书写正楷，凡捺笔都要出锋，形成了一种“放”的态势；而行书则往往把出锋改成反捺笔，成了“收缩”的形状，这种改“放”为“收”的写法变化，不但能增强整体的动势和流速，而且能实现字体整体的力度。

1. 斜捺常写成长点，人字头的斜捺往往写成一个带钩状的长点



2. 平捺常用回收法

“走之底”、“建之底”中平捺轻回收。

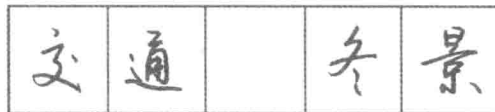


#### 五、要诀之五：覆笔方法应明了

覆笔，是行书书写中笔画相连接的一种特殊方法，它动作幅度大，形式主要为以下三种：

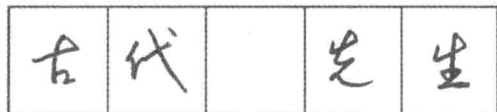
1. 左覆右

向左撇出后用笔尖带出回环状，从左到右。这种回环状写法不同于楷书，楷书隐形，而行书显形。例如：



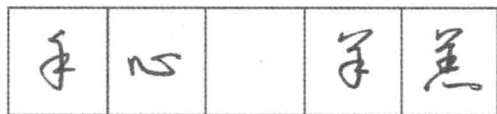
2. 右覆左

参见横与竖的相连。从横的末端自右向上带出回环状，再向左下。例如：



### 3. 下覆上

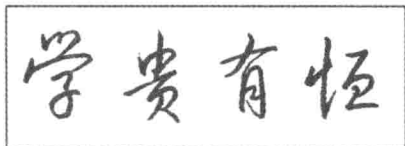
参见竖与横、横与点的相连。竖与横相连，是在竖钩或竖的末端向左上翻覆。例如：



## 六、要诀之六：节奏步伐控制好

古代书法家曾作过一个很有意思的比喻：一个人从山上推车下山，一般都脚尖用力顶着一步步下来，如果不顶着就会滑下去摔得人仰车翻，那就是说，向下滑动要注意有意识的停顿动作。由此提出了写行书要用楷书法，仔细想想是很有道理的。应该理解行书是楷书的自然流动，而这种流动是带节奏的起伏运动（当然运动速度比楷书快多了），所以，绝不能把流动单纯视作是一味的快速，否则写出来不是得“软骨病”，就是“面目不清”。

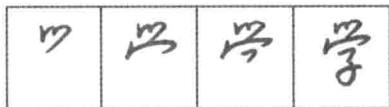
如何控制好书写流动的节奏呢？我们可以用音乐节拍快慢交替分解方法，对所写的字细作分析，由此逐渐掌握书写流动的节奏。分析方法可参看下面对“学贵有恒”四字所作的分析。



“学”字的书写应有四个节拍：

- ① 迅疾向右写横三点,为快动作;
- ② 左点与横钩连成宝盖,略含微弧,为慢动作;
- ③ 书写横撇为快动作;
- ④ 弯钩连短横,为慢动作。

整个运笔过程为快→慢→快→慢。



“贵”字书写应有五个节拍:

- ① 书写左竖为快动作;
- ② 向右上写扁阔圆弧状横折为慢动作;
- ③ 横、竖相交并连横撇为快动作;
- ④ 笔尖反弹写圆弧为慢动作;
- ⑤ 迅疾写撇、点为快动作。

整个运笔过程为快→慢→快→慢→快。



“有”字的书写应有三个节拍:

- ① 向左撇出,用回环法写横连下竖为快动作;
- ② 笔尖反弹写带圆弧的横折钩为慢动作;
- ③ 两横用牵丝相连为快动作。

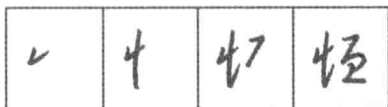
整个运笔过程为快→慢→快。



“恒”字的书写为四个节拍:

- ① 书写形态较小的竖提为快动作;

- ② 书写微弧状长竖为慢动作；
  - ③ 长竖向右上提出写横撇为快动作；
  - ④ 向右上连带小圆弧，再写撇折为慢动作。
- 整个运笔过程为快→慢→快→慢。



## 800 常用字笔画检字表

	一画	土..... 11	卫..... 24	火..... 36	父..... 49
		亏..... 11	大..... 24	斗..... 36	劝..... 49
乙.....	1	于..... 12	小..... 25	欠..... 37	日..... 50
	二画	干..... 12	勺..... 25	氏..... 37	从..... 50
九.....	1	工..... 13	己..... 26	牙..... 38	仇..... 51
力.....	2	及..... 13	士..... 26	木..... 38	认..... 51
人.....	2	才..... 14	义..... 27	丰..... 39	计..... 52
了.....	3	寸..... 14	马..... 27	王..... 39	匀..... 52
匕.....	3	丈..... 15	门..... 28	开..... 40	丹..... 53
乃.....	4	万..... 15	刃..... 28	井..... 40	风..... 53
十.....	4	上..... 16	么..... 29	天..... 41	友..... 54
七.....	5	千..... 16	凡..... 29	元..... 41	见..... 54
丁.....	5	个..... 17	亿..... 30	无..... 42	水..... 55
厂.....	6	也..... 17	尸..... 30	云..... 42	心..... 55
八.....	6	飞..... 18	子..... 31	专..... 43	少..... 56
儿.....	7	习..... 18	丸..... 31	丐..... 43	不..... 56
刁.....	7	广..... 19	久..... 32	扎..... 44	为..... 57
又.....	8	亡..... 19		艺..... 44	毛..... 57
卜.....	8	与..... 20	四画	支..... 45	月..... 58
	三画	山..... 20	予..... 32	厅..... 45	文..... 58
		之..... 21	书..... 33	犬..... 46	五..... 59
乞.....	9	弓..... 21	允..... 33	太..... 46	中..... 59
川.....	9	乡..... 22	以..... 34	区..... 47	方..... 60
巾.....	10	女..... 22	孔..... 34	历..... 47	巨..... 60
下.....	10	夕..... 23	户..... 35	冗..... 48	片..... 61
		口..... 23	办..... 35	夭..... 48	长..... 61



仓..... 62	币..... 77	正..... 92	功..... 107	六画
瓦..... 62	仅..... 78	击..... 92	用..... 108	
公..... 63	仍..... 78	未..... 93	巧..... 108	亥..... 122
车..... 63	互..... 79	示..... 93	让..... 109	匈..... 123
勿..... 64	巴..... 79	玉..... 94	出..... 109	吮..... 123
反..... 64	丑..... 80	可..... 94	他..... 110	吕..... 124
贝..... 65	尺..... 80	号..... 95	生..... 110	邦..... 124
午..... 65	订..... 81	母..... 95	甘..... 111	羽..... 125
牛..... 66	切..... 81	瓜..... 96	乐..... 111	那..... 125
手..... 66	五画	龙..... 96	去..... 112	收..... 126
气..... 67		世..... 97	厉..... 112	延..... 126
升..... 67	矛..... 82	司..... 97	主..... 113	导..... 127
仁..... 68	皮..... 82	古..... 98	冬..... 113	寻..... 127
什..... 68	加..... 83	鸟..... 98	句..... 114	兴..... 128
仆..... 69	尼..... 83	召..... 99	令..... 114	宇..... 128
化..... 69	永..... 84	只..... 99	乎..... 115	宅..... 129
戈..... 70	写..... 84	节..... 100	斥..... 115	守..... 129
比..... 70	它..... 85	必..... 100	代..... 116	州..... 130
止..... 71	头..... 85	务..... 101	失..... 116	农..... 130
内..... 71	市..... 86	礼..... 101	另..... 117	军..... 131
冈..... 72	田..... 86	民..... 102	央..... 117	安..... 131
歹..... 72	电..... 87	白..... 102	史..... 118	关..... 132
尤..... 73	皿..... 87	幼..... 103	右..... 118	并..... 132
屯..... 73	玄..... 88	处..... 103	布..... 119	合..... 133
分..... 74	尔..... 88	台..... 104	平..... 119	伊..... 133
凶..... 74	目..... 89	包..... 104	东..... 120	羊..... 134
今..... 75	旦..... 89	兰..... 105	北..... 120	妄..... 134
仑..... 75	且..... 90	禾..... 105	占..... 121	充..... 135
介..... 76	左..... 90	丙..... 106	乍..... 121	产..... 135
瓜..... 76	术..... 91	圣..... 106	申..... 122	齐..... 136
斤..... 77	本..... 91	丘..... 107	刘..... 136	