



國書源
GUOSHUYUAN

普訪汉字定律 写字教程

点线面规范汉字篇

一

王普访 著



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社



國書源
GUOSHUYUAN

普訪汉字定律 写字教程

点线面规范汉字篇

王普访 著



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

普访汉字定律写字教程.点线面规范汉字篇:全3册/
王普访著.--银川:宁夏人民出版社,2018.11

ISBN 978-7-227-06990-4

I. ①普… II. ①王… III. ①汉字—硬笔书法—教材
IV. ①J292.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第265614号

普访汉字定律写字教程 点线面规范汉字篇 (全3册)

王普访 著

责任编辑 康景堂
责任校对 姚小云
封面设计 夙雄 陈贵民
责任印制 肖艳



黄河出版传媒集团 出版发行
宁夏人民出版社

地址 宁夏银川市北京东路139号出版大厦(750001)
网址 <http://www.yrpubm.com>
网上书店 <http://www.hh-book.com>
电子信箱 nxrmcbs@126.com
邮购电话 0951-5052104 5052106
经销 全国新华书店
印刷装订 银川银选印刷有限公司
印刷委托书号 (宁)0011694

开本 787 mm × 1092 mm 1/16
印张 17 字数 240千字
版次 2018年11月第1版
印次 2018年11月第1次印刷
书号 ISBN 978-7-227-06990-4
定价 369.00元(全九册)

版权所有 侵权必究



序

王普访是我在 2009 年被清华大学美术学院聘为高研班教授后的第一届高研班的学员。至今已经是第九届,快十个年头啦!虽然当时高研班里的众多同学中,普访同学的成绩不是最优秀的,但是他是一个蛮刻苦认真的学生,我欣赏他这股劲头。印象最深的是他在学习之余,专心研究他的“汉字定律”。他的梦想是有一套定律,能概括汉字的笔画和结构,从而服务于立志写好汉字的人们。他很执着,执着的理由是他认为自己“在当今社会做一名规范汉字的普及者,比做一位艺术家更有意义”。人各有志,功夫不负有心人,2012 年他编写的《中国汉字定律》基本完成。2013 年,仅 26 岁的他就出版了以其“汉字定律”为理论指导的两本书——《王普访写字教程》和《写字教程练习册》(初级)。事实证明,这个他多年理论与实践教学的结晶,终于得到了许多练字爱好者的青睐。2014 年他成立了一家以规范字教学为基础的文化传媒公司;2016 年线上教学微课程正式发布;2017 年《中国汉字定律 400 集书法微课程》荣获宁夏银川市第七届青年创业大赛冠军。作为他的导师,看到学生一步一个脚印地走到现在,深感欣慰。

2018 年 7 月的一天,接到他的电话,他告诉我,他主持编写的已经是升级版的九本书马上就要出版了,这累计他多年心血的九本书将以丛书的形式出版。本套教材还在实践中,希望能给汉字书写者以启迪和帮助。写一手好字,本身并不难,难在掌握规律、技巧,难在持之以恒。“写漂漂亮亮中国字,做堂堂正正中国人”,是我们始终坚守的信念。中国硬笔书法协会第六次全国代表大会上提出了“一、让亿万人写好汉字,提高汉字的书写水平;二、弘

扬中华文化,践行大书法”的两大工作任务。王普访所开展的工作,正是在践行这个理念。

汉字是中华文化的核心,习近平总书记指出:“中国字是中国文化传承的标志,殷墟甲骨文距离现在三千多年,三千多年来汉字结构没有变,这种传承是真正的中华基因。”党的十九大描绘了我们伟大国家发展的宏伟蓝图。我们豪情满怀,走进伟大的新时代,衷心期待王普访传承的汉字书写的普及工作,能够取得更大的成绩,让我们共同为中华民族伟大复兴的中国梦作出贡献。



张华庆,中国硬笔书法协会主席,民进中央开明画院副院长,中国书法家协会硬笔艺术部秘书长,清华大学美术学院高研班教授、导师,华东政法大学兼职教授




编者语

通过一、二两本笔画的练习,又经过三、四、五、六四本偏旁部首的练习,自本书开始,我们进入中国汉字定律规范汉字点线面解析的学习中。本书共 39 课时,每课时 3 个规范汉字,每个规范汉字都是按照笔顺进行分解,结合点线面提示的方法讲解。

本书的重点是通过点线面的提示详细解析汉字的结构,除练习每课时列举的汉字外,还可以想想与本课程相关的汉字,进行举一反三的练习。

书中有些内容涉及等式的表达,比如 $a=b$ 、 $2a=b$,或垂直对齐,或水平对齐等的表述,请不要把这些表述当成数学中绝对的等式,它只是起到提示作用的概数,是对完美结构的最高追求。

最后感谢各位读者的信赖,在书写过程中难免会有一些瑕疵,如果您在学习过程中有所疑问,请与我们联系,我们将虚心接受批评指正,并及时完善。



第四单元	硬笔汉字定律规范汉字点线面解析(一)	
第1课	一、二、三	01
第2课	十、土、士	03
第3课	工、干、王	05
第4课	什、千、开	07
第5课	丰、上、止	09
第6课	正、下、于	11
第7课	小、尘、主	13
第8课	生、人、入	15
第9课	八、大、个	17
第10课	从、了、子	19
第11课	天、丁、厅	21
第12课	九、亿、刀	23
第13课	分、云、层	25
第14课	会、力、为	27
第15课	加、动、万	29
第16课	方、玉、国	31
第17课	同、用、们	33

第 18 课	之、也、地	35
第 19 课	他、木、本	37
第 20 课	体、时、对	39
第 21 课	吏、使、和	42
第 22 课	种、乍、作	44
第 23 课	可、河、过	46
第 24 课	中、风、孔	48
第 25 课	妈、要、有	50
第 26 课	文、井、这	52
第 27 课	进、比、能	55
第 28 课	水、冰、的	58
第 29 课	自、山、出	61
第 30 课	豕、家、又	64
第 31 课	发、后、头	67
第 32 课	实、在、不	70
第 33 课	怀、儿、几	72
第 34 课	机、兑、说	74
第 35 课	春、秦、与	76
第 36 课	写、而、面	78
第 37 课	多、化、花	80
第 38 课	夺、次、以	82
第 39 课	田、电、里	84
附录		86

第四单元

硬笔汉字定律规范汉字点线面解析(一)



第1课 一、二、三

一、学习内容



二、学习指南

本课可以结合笔画教程和偏旁部首教程一起学习。

三、练一练

一

以线示范	结构要领
	<p>“一”字与笔画横的写法相同，横微微倾斜，如 A 线所提示。</p>

二

以线示范：1	结构要领
	<p>“二”字由短横和长横组成。 第二笔长横是第一笔短横的两倍长度，$2a=b$。</p>



以线示范：2	结构要领
	目测短横约在长横的中间位置，如 AB 两线所提示。

三

以线示范：1	结构要领
	“三”字由短横和二字组成，按照笔画顺序，先写两短横，再写长横。 第二笔短横起笔与第一笔短横的起笔对齐，如 A 线所提示。收笔比第一横收笔稍短，如 B 线所提示。

以线示范：2	结构要领
	第三笔长横是第二笔短横的两倍长度（与二字的写法相同）。

四、学一学

（建议成人或七年级以上学生练习）

行楷	行书	行楷	行书	行楷	行书
一	一	二	乙	三	彡

五、读一读

《弟子规》

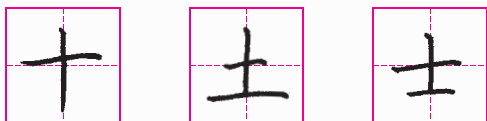
原文：置冠服，有定位；勿乱顿，致污秽。

【解释】放置衣服时，要有固定的位置；衣物不要乱放，避免造成脏乱。



第2课 十、土、士

一、学习内容



二、学习指南

本课可以结合笔画教程和偏旁部首教程一起学习。

三、练一练

十

以线示范：1	结构要领
	<p>“十”字由长横和悬针竖组成。</p> <p>第一笔长横。</p> <p>第二笔悬针竖，从横的中间竖下，上面写竖的三分之一，如 a。下面写竖的三分之二，如 b。2a=b。</p>

土

以线示范：1	结构要领
	<p>“土”字由横、竖和横组成。</p> <p>第一笔短横。</p> <p>第二笔竖，竖的上下两部分基本一样长，a=b。</p>



以线示范：2	结构要领
	第三笔长横，与竖相接，是第一笔短横的两倍长度。 左右基本一样长， $c=d$ 。

士

以线示范：1	结构要领
	士字是由横、竖和横组成。 士字与土字前两笔长短不同。 第一笔是长横，竖从横的中间竖下，上面竖的长，下面竖的短， $a>b$ 。

以线示范：2	结构要领
	第三笔短横是第一笔长横的二分之一长度， $c=2d$ 。

四、学一学

(建议成人或七年级以上学生练习)

行楷	行书	行楷	行书	行楷	行书
十	十	士	士	士	士

五、读一读

《弟子规》

原文：衣贵洁，不贵华；上循分，下称家。

【解释】服装贵在整洁，不在华丽；穿着上要根据自己的身份，与家庭的情况相称。



第3课 工、干、王

一、学习内容



二、学习指南

本课可以结合笔画教程和偏旁部首教程一起学习。

三、练一练

工

以线示范:1	结构要领	以线示范:2	结构要领
	<p>“工”字由横、竖和横组成。</p> <p>第一笔短横，竖从横的中间相接，竖是直的。</p>		<p>第三笔是长横，与竖的收笔相接。</p> <p>第三笔是第一笔短横的两倍长度。$2a=b$。</p>

干

以线示范:1	结构要领	以线示范:2	结构要领
	<p>“干”字由二字和悬针竖组成。</p> <p>前两笔写二字，第三笔竖起笔与第一笔横中间相接，从长横中间经过。</p>		<p>第三笔悬针竖以长横为界线，上面占竖的三分之一长度，下面占竖的三分之二长度，$2a=b$。</p>



王

以线示范: 1	结构要领
	<p>“王”字由三字和竖组成。</p> <p>按照笔画顺序,先写两横,第二笔与第一笔基本一样长,如 AB 两线所提示。</p>

以线示范: 2	结构要领	以线示范: 3	结构要领
	<p>第三笔竖起笔与第一笔横中间相接写直竖,上下相等, $a=b$。</p>		<p>第四笔长横是第一笔短横的两倍长度, $2e=f$。</p>

四、学一学

(建议成人或七年级以上学生练习)

行楷	行书	行楷	行书	行楷	行书
王	王	王	王	王	王

五、读一读

《弟子规》

原文:对饮食,勿拣择;食适可,勿过则。

【解释】对待饮食,不要挑食偏食;饮食适量,不要过少过量。



第4课 什、千、开

一、学习内容



二、学习指南

本课可以结合笔画教程和偏旁部首教程一起学习。

三、练一练

什

以线示范：1	结构要领
	<p>“什”字由单人旁和十字组成。</p> <p>单人旁，a 为接点。</p> <p>第三笔长横起笔在接点稍靠下些，如小圈所提示。</p>

以线示范：2	结构要领
	<p>第四笔悬针竖，起笔与单人旁基本同高，如 A 线所提示，收笔低于左边的竖，如 B 线所提示。</p>



千

以线示范: 1	结构要领	以线示范: 2	结构要领
	<p>“千”字由平撇和十字组成。</p> <p>第一笔平撇。</p> <p>第二笔长横，平撇约在横的中间位置，如 AB 两线所提示。</p>		<p>第三笔悬针竖，起笔与撇的中间相接竖下。横上面占竖的四分之一长度，下面占竖的四分之三长度，$3a=b$。</p>

开

以线示范: 1	结构要领	以线示范: 2	结构要领
	<p>“开”字由二字、竖撇和悬针竖组成。</p> <p>二字，A 为中线。</p> <p>第三笔竖撇与第一笔横相接在 A 线靠左一些，收笔不能超过 B 线。</p>		<p>第四笔悬针竖起笔与第一笔横相接在 A 线靠右一些，收笔比竖撇稍长些，如 C 线所提示。</p>

四、学一学

(建议成人或七年级以上学生练习)

行楷	行书	行楷	行书	行楷	行书
千	千	千	千	开	开

五、读一读

《弟子规》

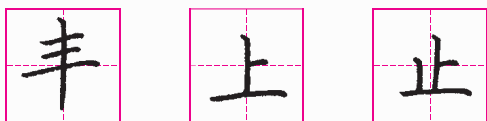
原文：年方少，勿饮酒；饮酒醉，最为丑。

【解释】少年时，不可饮酒；酒醉之态，最为丑陋。



第5课 丰、上、止

一、学习内容



二、学习指南

本课可以结合笔画教程和偏旁部首教程一起学习。

三、练一练

丰

以线示范：1	结构要领
	<p>“丰”字由三字和悬针竖组成。</p> <p>前三笔与三字相比，笔画与笔画之间稍微靠的近一些。</p> <p>第四笔悬针竖从横中间经过。以长横为界线，上下基本一样长，$a=b$。</p>

上

以线示范：1	结构要领
	<p>“上”字由竖、短横和长横组成。</p> <p>第一笔竖要直。</p> <p>第二笔短横起笔与竖的中间相接。</p>