



中国硬笔书法的崭新篇章

# 中国硬笔书法教程

白武生 著

河南文艺出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

中国硬笔书法教程/白武生著. —郑州:河南文艺出版社, 2005. 1

ISBN 7 - 80623 - 549 - 3

I. 硬… II. 白… III. 汉字 - 硬笔字 - 书法 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 136925 号

出版发行 河南文艺出版社	开本 32
本社地址 郑州市鑫苑路 18 号 11 号楼	印张 5
邮政编码 450011	印数 1—3000
承印单位 郑州罗兰实业有限公司	字数 200000
经销单位 新华书店	版次 2005 年 1 月第 1 版
纸张规格 850 毫米 × 1168 毫米	印次 2005 年 1 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 7-80623-549-3/J·69	定价 15.00 元

如发现印装质量问题,请与承印单位联系。



作者：白武生

## 作者简介

白武生，河南商丘人。1988年毕业于焦作煤炭工业学校机电专业。

1991年师从于著名硬笔书法家庞中华先生。其间笔耕不辍，潜心研究并极力推广庞体钢笔书法的书写艺术。

白武生创作的硬笔书法作品在美国洛杉矶市东方艺术中心展出后，《中国煤炭报》、《郑州矿工报》、《郑州晚报》、郑州人民广播电台、河南省人民广播电台等多家新闻媒体分别给予报道。

白武生现为中国硬笔书法家协会会员、中原钢笔书法函授学校校长。



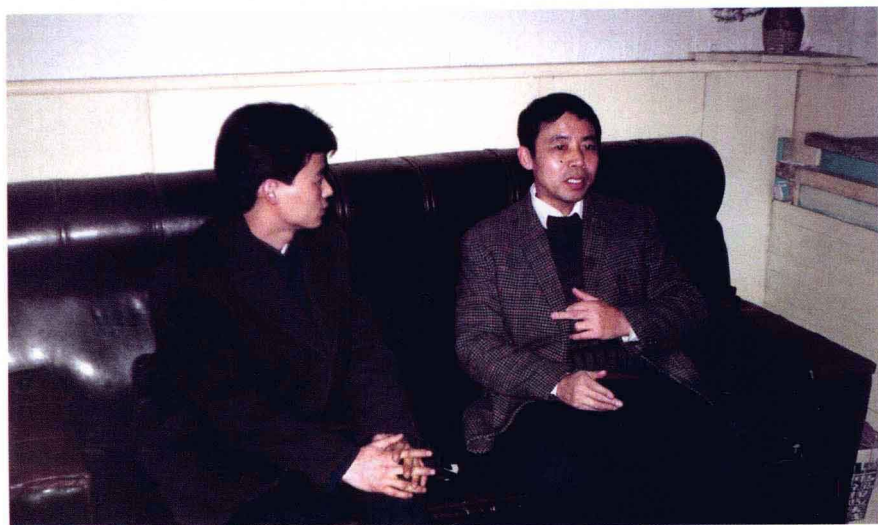
庞中华为作者题词



1992年2月，白武生与中国硬笔书法家协会主席庞中华在郑煤集团同台演讲钢笔书写技法。



作者为《青少年书法》杂志点评学员作品



百忙之中的庞中华在家中亲切接见作者(左一)

# 目 录

---

正确的执笔姿势 .....	1
书写前的准备 .....	1
什么是空中落笔 .....	3
1. 特点 .....	3
2. 书写要领 .....	4
3. 艺术效果 .....	4
4. 练习方法 .....	5
5. 练习注意 .....	7
6. 练习步骤 .....	7
一、点 .....	12
1. 斜点技法 .....	12
2. 艺术效果 .....	13
3. 放大形态 .....	13
4. 角度 .....	14
5. 力度 .....	14
6. 长度 .....	14
7. 速度 .....	14
8. 节奏 .....	14
9. 联想 .....	14
10. 作者提示 .....	16
11. 音乐提示 .....	16
12. 特点 .....	16
13. 指法 .....	16
14. 训练方法 .....	18
15. 练习要求 .....	19
16. 组字练习 .....	20
17. 理论点击 .....	21
18. 斜点在字的结构中的作用 .....	21
19. 举一反三 .....	21
20. 考试题 .....	27

---

---

---

二、横	28
1. 长横技法	28
2. 艺术效果	28
3. 放大形态	29
4. 角度	30
5. 力度	30
6. 长度	30
7. 速度	30
8. 节奏	30
9. 联想	30
10. 作者提示	31
11. 音乐提示	31
12. 特点	31
13. 指法	32
14. 训练方法	32
15. 练习要求	33
16. 组字练习	35
17. 理论点击	36
18. 横画在字的结构中的作用	36
19. 举一反三	37
20. 考试题	37
21. 小故事	38
三、竖	41
1. 悬针竖技法	41
2. 放大形态	42
3. 艺术效果	43
4. 角度	43
5. 力度	43
6. 长度	43
7. 速度	43
8. 节奏	43
9. 联想	43

---

---



---

10. 作者提示 .....	45
11. 音乐提示 .....	45
12. 指法 .....	45
13. 特点 .....	46
14. 练习要求 .....	47
15. 组字练习 .....	48
16. 理论点击 .....	49
17. 竖画在字的结构中的作用 .....	49
18. 垂露竖技法 .....	50
19. 短中竖技法 .....	51
20. 考试题 .....	51
21. 小故事 .....	52
四、撇 .....	53
1. 短撇技法 .....	53
2. 艺术效果 .....	53
3. 放大形态 .....	54
4. 角度 .....	55
5. 力度 .....	55
6. 长度 .....	55
7. 速度 .....	55
8. 节奏 .....	55
9. 联想 .....	55
10. 作者提示 .....	57
11. 特点 .....	57
12. 指法 .....	57
13. 练习要求 .....	58
14. 组字练习 .....	59
15. 书法与写字的关系 .....	60
16. 撇画的作用 .....	60
17. 举一反三 .....	60
18. 考试题 .....	61
19. 小故事 .....	62

---

---

五、捺 .....	66
1. 斜捺技法 .....	66
2. 艺术效果 .....	66
3. 放大形态 .....	67
4. 角度 .....	68
5. 力度 .....	68
6. 长度 .....	68
7. 速度 .....	68
8. 节奏 .....	68
9. 联想 .....	68
10. 作者提示 .....	70
11. 特点 .....	71
12. 音乐提示 .....	71
13. 指法 .....	71
14. 练习要求 .....	72
15. 组字练习 .....	74
16. 理论点击 .....	74
17. 捺画的作用 .....	76
18. 举一反三 .....	77
19. 考试题 .....	78
20. 开心辞典 .....	78
六、挑 .....	80
1. 挑的写法 .....	80
2. 艺术效果 .....	80
3. 放大形态 .....	80
4. 角度 .....	81
5. 力度 .....	81
6. 长度 .....	81
7. 速度 .....	82
8. 节奏 .....	82
9. 联想 .....	82
10. 作者提示 .....	83

---

---

11. 特点	83
12. 音乐提示	83
13. 指法	83
14. 练习要求	84
15. 组字练习	85
16. 理论点击	85
17. 挑在字的结构中的作用	86
18. 谜语	87
19. 小常识	89
七、折	90
1. 形态	90
2. 书写技法	91
3. 艺术效果	92
4. 放大形态	92
5. 角度	95
6. 力度	95
7. 长度	96
8. 速度	96
9. 节奏	97
10. 联想	97
11. 作者提示	98
12. 音乐提示	98
13. 指法	98
14. 练习要求	98
15. 折在字的结构中的作用	100
16. 组字练习	101
17. 考试题	102
18. 开心辞典	102
19. 名诗欣赏	103
20. 悟	104
21. 笑话一则	105
22. 理论点击	107

---

---

八、钩 .....	108
1. 形态 .....	108
2. 书写技法 .....	108
3. 艺术效果 .....	110
4. 放大形态 .....	110
5. 角度 .....	113
6. 力度 .....	113
7. 长度 .....	114
8. 速度 .....	115
9. 节奏 .....	116
10. 联想 .....	116
11. 作者提示 .....	117
12. 特点 .....	120
13. 指法 .....	120
14. 练习要求 .....	121
15. 组字练习 .....	123
16. 钩在字的结构中的作用 .....	124
17. “书法”的来历 .....	125
18. 填空 .....	127
19. 考试题 .....	131
九、书法学习要有“五心” .....	132
1. 信心 .....	132
2. 恒心 .....	136
3. 细心 .....	137
4. 博心 .....	137
5. 悟心 .....	138
十、楷书之间架 .....	140
附1: 英文字母书写对照表 .....	142
附2: 钢笔书法总考试题 .....	143
附3: 经典故事 .....	144
附4: 作品欣赏 .....	145
后记 .....	

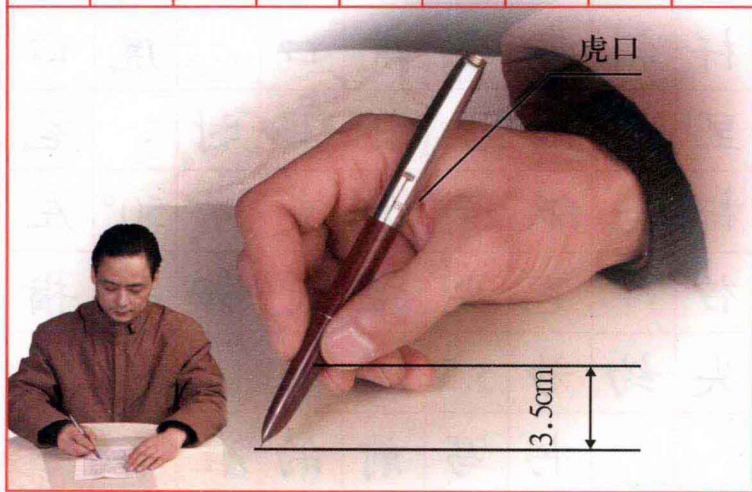
---

---

	正	确	的	执	笔	姿	势	
		拇	指	、	食	指	的	指
肚	在	中	指	第	一	关	节	的
上	侧	面	自	然	托	起	下	捏
住	笔	杆	。	无	名	指	和	小
指	紧	贴	中	指	后	面	向	内
弯	曲	，	指	实	掌	虚	。	笔
杆	斜	靠	在	虎	口	，	虎	口
呈	圆	形	。	书	写	时	，	笔
杆	与	纸	面	的	夹	角	50°	左
右	，	笔	尖	距	大	拇	指	指
尖	约	为	3.5	厘	米	。		
		书	写	前	的	准	备	

# 中国硬笔书法教程

戴上笔帽，钢笔帽的别针与钢笔尖对齐。身要坐直，头要端正，两腿自然与肩同宽。胸部不能贴在书桌的边缘，应保持一横拳的距离。



	什	么	是	空	中	落	笔	
		空	中	落	笔	是	钢	笔
楷	书	的	重	要	基	本	技	法。
		1.	特	点				
		(1)	对	线	条	的	起	笔
交	待	得	非	常	清	楚	；	
		(2)	由	于	空	中	落	笔
使	得	线	条	从	最	细	处	呈
尖	状	渐	渐	加	粗	，	因	此，
线	条	显	得	自	然	；		
		(3)	该	技	法	适	用	于
点	、	横	、	竖	、	撇	、	捺
挑	、	折	、	钩	八	大	基	本

## 中国硬笔书法教程

笔画以及十余种复杂

笔画等；

(4) 空中落笔技法

贯穿于每个笔画及汉

字之中。

2. 书写要领

拇指、食指同时

用力向右下方按压笔

杆，按压笔杆时应果

断快速。果断使线条

有趣、自然；快速确

保线条挺拔、不歪斜。

3. 艺术效果



		(1)	“	\	”	线条渐	
粗	；						
		(2)	“	↙	”	如针尖	
状	。						
		4.	练	习	方	法	
		开	始	训	练	时	， 自
然	握	笔	，	虎	口	呈	圆
笔	杆	斜	靠	在	虎	口	。
中	指	向	正	上	方	果	断
快	速	抵	笔	杆	，	此	时
在	中	指	作	用	力	的	影
下	，	笔	尖	向	前	移	动
一	段	距	离	，	同	时	也