

硬笔楷书行书简明教程

张学鹏 著

航空工业出版社

1996

自序

屈指算来，我专攻硬笔书法已整整 10 个春秋了。在这 3000 多个日日夜夜中，我不知写干了多少墨水，用掉了多少纸张，放弃了多少轻松与安逸。值得欣慰的是，我虽然很愚笨，但通过自己的努力，也取得了点滴成绩：获过奖，出过书，报纸、电台也宣传过我的事迹。在这里我要告诉青少年朋友们和刚参加工作很想学点硬笔书法又担心学不好的人，只要肯下功夫，多动脑筋，勤于动笔，就一定能提高自己的书写水平。不可能人人都成硬笔书法家，但是你可以大大提高自己的书写水平。朋友，汇入这硬笔书法的滚滚洪流中来吧，你一定能成为其中一朵晶莹的浪花！

在学习硬笔书法的过程中我体会到，许多硬笔书法入门教材可操作性较差，很少有从技法方面系统、详细地进行讲解的。我在讲授硬笔书法时了解到，广大学生和初学硬笔书法的朋友，希望得到最基础、最详细的指导。我讲课时尽量用最通俗的语言讲解最实用的技法，学生反映比较好，说在我的指导下知道怎么练。特别是陕西师范大学主办的《少年书法报》刊出我的《硬笔楷书讲座》（连载）后，不少朋友来信，反映我讲得挺实在，照着学真有进步，希望能结集出版，以便更好地学习。基于此，我用了将近一年的业余时间，写了这本《硬笔楷行书简明教程》，意在将自己的一些体会毫无保留地奉献给读者，愿每个人都能写出一手漂亮的字来。果能如愿，初衷即足。

曾经有书友来信，说我应多在增强艺术性、熔铸个人风格上下功夫，这样才能成为一名独树一帜的硬笔书法家。而我认为，泱泱大国，多一个硬笔书法家是算不了什么的，更何况我可能永远成不了硬笔书法家。但如果多一个硬笔书法教育家，那么就可以带动一批人，提高几百人甚至几千人、几万人的书写水平。很明显，后者的社会效益比前者大得多。我作为一名人民教师，目标当然是做一名硬笔书法教育家。基于此，我的字以规范为前提，以易学为标准，偏重实用价值。如果我能做广大爱好

者前进途中的一块铺路石，那么成不了硬笔书法家是不足为憾事的。

当然，我毕竟是个不满 25 周岁的小伙子，学书时间短，书艺水平不高，且书中有不少说法是自己的一孔之见，正确与否，尚需实践的检验。谬误之处，尚请同道方家不吝赐教。广大硬笔书法爱好者朋友们有什么问题，随时来信，我一定有信必覆。

最后我要说的是，航空工业出版社的热情支持使我这本书得以出版，在此向航空工业出版社的有关同志表示衷心的感谢。

是为序。

张学鹏

于 1996 年教师节

作者简介

张学鹏，字涵铮，男，1971年10月生于河北省滦县，现为唐山师范专科学校书法教师。

自幼自学书法，临池不辍，毛笔、硬笔兼攻。作品入选中国书法家协会硬笔书法委员会主办的“全国首届硬笔书法展览”，在中国文联等单位主办的“首届中国国际文学艺术作品博览会”上被评为一级作品，在国际、国内比赛中获金奖、特等奖、一等奖20次，入编数十部书中。

文章、作品多次发表于《书法报》《中国书画报》《书法导报》《青少年书法报》《书法艺术》《青少年书法》《写字》《中国钢笔书法》等多家权威报刊。毛笔刊头题字发表于《中国青年报》《法制日报》《人民政协报》《北京晚报》。著有《最新钢笔字速成法》《中国硬笔书法百日速成指南》等字帖，参编了十几本字帖、专著，并担任《中国硬笔书法鉴赏辞典》《国际硬笔书法家大辞典》《20世纪中国书画艺术》《中国当代硬笔书法家大辞典》等多部大型辞书的副主编。

先后担任世界硬笔书法家协会副总理、国际现代书画印艺术家沙龙副主席、中国当代硬笔书法家协会副主席、中国现代青年书画家协会副主席、东方书法教育家协会副主席、现代钢笔书法艺术研究会副理事长、中国书画艺术百科全书编辑委员会副主任、中国硬笔书法百科全书编辑委员会副主任、北京神州大学书画艺术研究所副所长兼教学部主任、北京民族大学当代硬笔书法水平评审研究中心副主任，现为中国硬笔书法协会理事、唐山市书法教育研究会会长、唐山市教育学会书法培训学校校长。

通讯地址：河北省唐山市建设南路80号 唐山师专
邮政编码：063000

目 录

第一章 概论	(1)
第二章 硬笔楷书技法	(6)
第一节 楷书概说.....	(6)
第二节 硬笔楷书笔画.....	(7)
第三节 硬笔楷书偏旁部首	(18)
第四节 硬笔楷书结构	(32)
附：2500 个常用字楷书范例	(41)
第三章 硬笔行书技法	(54)
第一节 行书概说	(54)
第二节 硬笔行书笔画	(56)
第三节 硬笔行书偏旁部首	(72)
附：2500 个常用字行书范例	(72)
第四章 硬笔书法章法常识	(85)
第一节 章法概说	(85)
第二节 硬笔楷书章法常识	(88)
第三节 硬笔行书章法常识	(88)
附：硬笔楷行书作品常用章法示例	(89)

第一章 概 论

一、硬笔书法的特点和功用

硬笔书法，就是用硬质书写工具书写汉字的技巧与艺术。这里所说的硬质书写工具包括钢笔、圆珠笔、铅笔、竹笔、木笔以及羽管笔等，其中最主要的当然是钢笔。硬笔容易掌握，使用方便，书写迅捷，以其更为实用的特点，适应了整个社会生活节奏加快的大趋势，所以最终取代毛笔成为最主要的书写工具。

经过无数硬笔书法爱好者的研究和探索，人们发现，硬笔字虽然小，但也能够表现出粗细、润燥、方圆、向背等变化，因此足可以称为艺术。学习硬笔书法，首先有利于准确快捷地传情达意，交流思想，同时能够陶冶情操，培养高尚的兴趣爱好，促进精神文明建设，此外，还有助于培养专心致志、严谨细致的良好作风。因此，练一手好硬笔字既有实用价值，又能提高人的修养。

二、硬笔书法的工具

初学硬笔书法最好使用普通钢笔，而不要怀着好奇心理去用弯头笔、竹笔、木笔等，有了一定基础之后再去进行新的尝试也不迟。选择钢笔的标准不全在价格的高低，普通钢笔也可以写好字。我们选择钢笔首先要注意笔尖要下水流利，不分叉，铤粒均匀浑圆。在挑选时可以蘸一点墨水在纸上画几个“8”字，看看笔道是否一般粗，以此检查笔尖的铤粒是否均匀、对称。然后再写几个捺画，看粗细变化是否明显，弹性大不大。还要注意笔尖要紧贴在笔杆和笔舌中间，不能有空隙，这样下水才能流利。笔杆粗细要适中，握起来不吃力，写起来灵活自如就可以了。其他的就可依个人爱好、经济条件而定。

新笔用之前可用温水泡一下，除掉防锈油。如果下水不太流利，可

以用薄刀片把笔尖稍稍通一下。如果笔尖里夹了纸纤维，可以用火燎一下，就不会影响书写效果了。往钢笔里灌注墨水时不要太满，一般留两三滴，这样写出来的线条粗细才比较理想。笔用的时间长了，墨水氧化变干后会糊住笔尖，下水不畅。这时可以把笔拆开，把笔尖、笔舌洗干净再用，也可以直接用清水泡几个小时。一般用碳素墨水的钢笔，用一两个月就应用清水冲洗一次。

练钢笔字最好用碳素墨水，因为它色泽鲜明，白纸黑字，对比强烈，视觉效果较好，同时它附着力强，不怕日晒水浸，能保持长久。墨水的浓淡稀稠要适中，太稠则糊笔，太稀则易涸。过浓的墨水可以加一点干净的清水，摇匀后再用。过稀的墨水可以打开瓶盖晾两天，使水分蒸发掉一些。练钢笔字的纸张要不涸不脆，光滑洁白，这样学习效果比较好。如果条件允许，可以选用厚一点的纸，如复印纸、铜版纸，有利于表现笔画的抑扬顿挫和字的立体感。另外，写字时最好在纸的下边垫一些比较柔软的纸，这样写出来的线条粗细变化丰富，有毛笔字的韵味。不要把纸直接放在玻璃板或桌面等硬东西上写，那样既不利于发挥钢笔尖的弹性，又容易划破纸。

三、硬笔书法书写姿势

书写姿势包括坐的姿势和执笔姿势。书写姿势正确与否，一方面直接影响身体健康，一方面也影响书写效果。所以我们必须注意书写姿势。

坐姿要求头正、身直、胸舒、臂开、足安。头正就是头不能歪向左或右，否则既影响视觉效果，又影响身体健康。身直就是上身挺直。这里要注意上身挺直是别往左倾或右倾，而不必绝对地挺直，因为那样会影响视觉效果。身体应该不向左右歪，同时稍向前倾，脖子也稍弯，使目光和纸面基本保持垂直，这样看得最准确。当然，更不能趴在桌子上，以免驼背。胸舒就是胸部不要紧靠在桌边上，而应该离开大约一拳的距离，以免压迫胸部。臂开就是两臂自然平放在桌面上，左手按纸，右手执笔，肘部略向外撑，大臂与两肋之间有一定夹角，而不能紧贴躯干，以便灵活运笔。足安就是两脚自然平放，与肩同宽，不要缠叠在一块儿。还要注意臀部要坐得稳妥，不要只坐一个椅子边，以免吃力。总之，整个

身体要保持自然协调，不紧张，不吃力。

毛笔的执笔法是唐朝陆希声的“五指执笔法”，即捩、押、钩、格、抵。钢笔的执笔法是指三指执笔法。具体说就是将笔杆斜靠在虎口偏右处，与纸面的夹角大约在45度到60度之间。用中指的第一个关节的侧面垫住笔杆，用食指的指肚从右上方向左下按住笔杆，用大拇指的指肚的前右侧捏住笔杆，三指捏牢笔杆。无名指紧贴在中指后面，起辅助作用。小指则和掌根一起贴住纸面，起支撑作用。食指指尖和钢笔尖的距离大概在3厘米左右，太近了手指会挡住视线，太远了握笔不牢，无法控制。当然，如果写形体较小、运笔速度较慢的字，握笔的位置可稍靠近笔尖一些，以便更好地控制笔端。如果书写形体较大、运笔速度较快的字，握笔的位置则可稍靠上些，这样可以更灵活地运笔，写起来比较省劲儿。执毛笔讲究指实掌虚，执钢笔也是这样。就是说手指并不和手掌接触，两者之间留有一定的空间，以便灵活运用。因为写钢笔字多是运指，手掌中留有空间，才能有足够的操作余地。还要注意手腕必须和手、前臂成一条直线，也就是别让手腕向左右弯，这样书写才最省劲儿。同时手腕不能僵化，不要太紧张，宜轻松灵活，腕灵才能笔活。手指握笔时也不要用力过大，以免写不了几个字就感到疲劳。总之，握笔要轻松自如，便于运笔。中国书法家协会名誉主席启功教授说过，握笔就像拿筷子一样，只要拿得稳，夹得着东西就可以，不必过分拘泥（大意）。这段话虽然是针对毛笔执笔而言的，但对我们执钢笔也有一定的指导意义。

这里还需要提醒大家注意，写字时间长了，要站起来走走，活动活动腰部、肩部、颈部和手，向远处眺望一会儿，让眼睛休息一下。同时要尽量注意环境要安静，心境要平和，光线要适度，桌子和椅子的高度要适宜。

四、怎样学习硬笔书法

临摹，是学习书法特别是初学书法的必由之路。没有长时间的精心临摹打下深厚的基础，就吸收不到前人的优秀成果，更谈不上创新。所以我们必须重视临摹，在临摹上多下功夫。摹就是用透明的纸蒙在范字上照着描，临是照着范字写。宋代姜夔(kuí)说过：“临书易失古人位置，

而多得古人笔意。摹书易得古人位置，而多失古人笔意。”所以我们要发挥两者的长处，临摹相结合。

临习之前，先要选帖和读帖。先选择一种自己喜欢的字帖，这样学起来有兴趣。选好之后也不要急于马上动手临写，而应读帖，了解一下字帖的整体结构、字体的特点、例字的难易，从中选出自己最喜欢而且比较好练的字，认真揣摩字中的每个笔画和全字的结构、形态，基本掌握了范字的特点之后，再去临摹。临和摹要交替进行，先认真地摹写几遍，掌握了基本写法后就改为临帖。临习几遍之后，再去摹帖，然后再临帖，以求把形和神都学到手。

临摹之初要慢一些，看一笔写一笔，争取尽可能像范字。要按照运笔规则，认真体会起笔、运笔、收笔的要领，琢磨笔画之间的承转迎让，部首之间的呼应搭配，做到眼到、心到、手到。临摹中不要一遍遍埋头抄写，而应该写完一个字后就和范字对照一下，看看哪里写得还不像，在出问题的地方多下功夫。临习之初往往顾此失彼：注意了点画，照顾不到全字的结构；着力于结构，笔画又不理想。这是正常现象，只要坚持练下去就会好的。开始写总也写不像，再写几遍，感到有些像了，再练几遍，反而觉得更不像了，这也是正常现象。因为人的欣赏水平和实际书写水平的提高并不是完全同步的。当欣赏水平低于书写水平时，就会认为自己的字不错；当欣赏水平高于书写水平时，就会认为自己写得不好。只要坚持用心练下去，欣赏水平和实际书写水平都能提高。写字不能描，因为描过的字虽然好看些，但并不是你的真实水平。所以字没写好既不要描，也不要涂掉或撕掉，而应留它做反面教员，经常看一看，以便不犯同类错误，同时还可以对比出自己的进步程度。

临摹自然是多练几遍好，以便巩固学习效果，但也不能把同一个字练很多遍。因为长时间的单调重复，会使大脑疲劳，兴奋程度下降，反而不利于学习。所以一个字精心临摹十几遍就可以了。我们把单字的重复练习叫小循环。练习一定数量的单字之后，回过头来再练练前面练过的字，这叫大循环。小循环和大循环相结合，才能加深理解，争取每写一遍都有提高。

临习到一定程度之后，就要深入体会笔意和神韵，不能停留在形似

上。王僧虔在《笔意赞》中说：“书之妙道，神采为上，形质次之，兼之者方可绍于古人。”所以说笔画形态、结构的学习固然重要，而笔法、神韵的学习更为重要。只有有了丰富的内蕴、神采，字才耐看，才称得上艺术。单字的学习有了一定基础之后，就应该进行多个字乃至成篇字的临习，以求理解和领会字与字之间的联系、行与行之间的排布等章法布局的规律。最后，试着用临习过的字创作一幅完整的书法作品，以锻炼和提高自己的实际运用能力。

在学习过程中我们还可能遇到这样的情况，就是有些字帖中的个别字个人风格太强烈，初看“看不出哪儿好”。碰到这样的情况可以先不学这个字，因为兴趣是最好的老师，没有兴趣而勉强去学，也不会有多大收获。遇到这样的字可以跳过去，先学别的字。等其他字练得比较熟了，基本把握了字帖的风格时，再回过头来学跳过去的字，可能会有新的认识和收获。如果这时仍然认为这些字写得不好，也可以运用所学知识对它加以改进，批判性地、创造性地去学习，而不必勉强接受。

在临习过程中还要注意处理好博与专的关系。博与专是对立统一的，既不能死守一家，不知变通，又不能见异思迁，朝秦暮楚。专就是先吃透一家，得其精髓，使自己的字有一定基础。如果见什么就学什么，浮光掠影，学得都不深不透，就会事倍功半，不会有什么大的成就。在专的基础上还要向博发展。博就是广涉百家，博采众长。因为字都是人写的，无论谁的字，都有这样那样的不足。博采众长则可有针对性地扬长避短，优势互补，并在此基础上探索属于自己的风格。正如古人所云：“只学一家书，学成不过为人作奴婢。集众长，归于我，斯为大成。”所以我们在学习中要处理好博与专的关系，既要学好一家，打下基础，又要博取众家之长，并融入自己的理解和追求，形成自家风范。

另外，在学习书法的过程中，我们不但要刻苦临摹，下功夫练习，还要注意多读些书，学习书法理论和姊妹艺术，不断开阔眼界，提高自身修养，这样才能学而有成。有了一定基础以后，可以向报刊投稿，参加书法展览、比赛，广结书友，不断充实自己，提高自己。

第二章 硬笔楷书技法

第一节 楷书概说

关于楷书的创始人，书学史上有两种不同的说法。一种是晋代卫恒在《四体书势》中所说：“上谷王次仲善隶书，始为楷法。”王愔在《文字志》中亦云：“王次仲始以古书方广少波势。建中初，以隶草作楷法，字方八分，言有楷模。”而唐代李阳冰则说：“钟繇善隶书，始为楷法。”一般都认为楷书创始于汉末，完备于魏晋南北朝，于盛唐定型成熟。

在楷书漫长的成熟发展过程中，出现了不同的风格流派，给我们留下了琳琅满目、异彩纷呈的楷书体式。现在汉代的楷书已不可考，魏晋南北朝是楷书的发育期，钟繇、王羲之、王献之等人都是当时著名的楷书大家。钟繇在汉末的基础上精研楷隶，进一步减少其中的隶书成分，使楷书基本定型。他的传世之作有《宣示表》。王羲之字逸少，官至右军将军，故世称“王右军”。其楷书清雅潇洒，风韵可人，代表作有《乐毅论》《黄庭经》。王羲之的第七个儿子王献之字子敬，所书《洛神赋》（又称《玉版十三行》）体势秀逸，笔致洒脱，“行世小楷无出其右”（清·杨宾）。唐代是历史上最重书学的朝代，也是楷书发展的鼎盛时期。初唐欧阳询（字率更）的楷书笔力险劲，结体峭拔，法度严谨，动中求稳，代表作有《九成宫醴泉铭》《皇甫君碑》《化度寺碑》和《虞恭公温公碑》。其中《九成宫醴泉铭》最负盛名，被誉为“楷法极则”“天下第一楷书”。稍后的虞世南（字伯施，世称“虞永兴”）的代表作是《夫子庙堂碑》，用笔圆腴秀润，外柔内刚，笔势舒展洒脱，秀丽婉媚。褚遂良（字登善，又称“褚河南”）的字既有欧字的严谨刚劲，又微含隶意，行笔注意起伏顿挫，灵活多变，风采动人，代表作有《雁塔圣教序》《孟法师碑》《倪宽赞》。盛唐书法家颜真卿（字清臣，世称“颜鲁公”）上承二王传统，得张旭之法，一改圆润清秀之书风，独创雄浑磅礴之颜体，笔法圆转浑厚，

寓刚于柔，气势开张，结体端庄伟岸，刚正节烈之气沛乎其中，艺术成就极高。其代表作有《多宝塔感应碑》《麻姑仙坛记》《颜勤礼碑》《中兴颂》。柳公权是盛唐的又一著名书法家，字诚悬。他的楷书初学二王，后习虞世南、欧阳询，主要取法于颜真卿，结体取纵势，严谨清秀，笔画均匀瘦硬，棱角显现，笔力道劲峻拔，与颜书并称“颜筋柳骨”，习之者甚众。其代表作有《金刚经》《神策军碑》《玄秘塔碑》。元朝的赵孟頫(fǔ)，字子昂，号松雪道人。其书法运笔和间架均出自二王，清新妙丽，圆活道媚，结体宽博沉稳，运笔酣畅温润。其代表作有《妙严寺记》《胆巴碑》《道德经》。

另外，隋朝的释智永，唐朝的钟绍京、欧阳通、李邕，五代的杨凝式，宋朝的苏轼、黄庭坚、鲜于枢，明代的祝允明、文征明，清朝的何绍基、黄自元，也都是楷书大家，他们的作品也都可以作为临习的范本。

至于当今硬笔书坛上，我个人认为以下这些人的楷书写得较好：田英章、丁永康、吴玉生、丁谦、阎锐敏、卢桐、卢中南、谢非墨、赵彦良、芮德山、徐国庆、陆维中、顾仲安、刘惠浦等人。当然，这只是我个人之见，不影响对其他人的评价。硬笔楷书名家新秀还很多，因本人掌握的资料和本书篇幅有限，这里不再一一列举。

第二节 硬笔楷书笔画

笔画是构成汉字的基本元件，不管多么复杂的字，都是由一个个笔画按照一定顺序和规律组合在一起的。因此，要想练好书法，笔画上务必要多下功夫。

笔画又叫笔形，是构成汉字的各种点和线。不同发展阶段的汉字，有不同特点的笔画形态。楷书完备之后，笔画就十分确定了，并且逐渐形成了一套自己独有的书写法则。书法中的笔画有很多种形态，我们把它分为基本笔画和复合笔画来学习。

一、基本笔画

基本笔画指由一种点或线构成的笔画，包括点、横、竖、撇、捺五

大类。

(一) 点

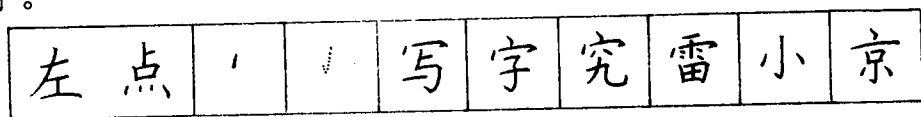
点是汉字中的一个重要笔画，也是写好其他笔画的基础。它可以分为斜点、左点、上点、撇点、挑点和顾盼点。

1. 斜点 这种点用得较多，写法是从左上方尖细入笔，向右下行，行笔过程中逐渐加力，行至总长度的三分之二处略转向下，并逐渐提笔，使之变细。写完之后，应使这个点左上尖细，右下浑圆。而且此点的右上侧轮廓是弧形的，而左下侧轮廓基本是直的。写这个点时要注意形体不能太长，也不要太粗。同时要注意这个点是斜的，与水平线的夹角大约为45度。

在这里我要多说几句。有的读者看完我讲的斜点写法之后会说，传统的理论要求写点时应向左上回锋收笔，我的讲法是不是错了？我认为，一方面，硬笔书法应探索不完全等同于毛笔书法而属于自己的理论和实践，不能完全照搬毛笔书法的写法，另一方面，如果过分强调繁复的运笔、收笔动作，反而会使初学者学习起来不得要领，写出的笔画做作而不自然，失却硬笔书法的爽健利落的特点。所以我主张硬笔书法要根据自身特性采用比较合适的笔法。斜点可用在字头，也可以用在字中，如“之”“寸”“丸”“卜”“函”“添”等。



2. 左点 这种点多用在宝字盖的左端，所以叫左点。写法是从右上尖入笔，向左下行，并逐渐加力，至下端后略向左上回笔。注意这种点比较竖直，只是稍向右倾斜。如果用在“小”“京”等字中，可向右倾斜得厉害些，也可根据字型加长些。例字有“写”“字”“究”“雷”“小”“京”等。



3. 上点 这种点和欧体的竖点有相似之处，但是写法稍简化了些。具体写法是，从左上方轻入笔，右下行，并逐渐加力，然后转向左下甩出，同时提笔。这样写出来的字气势比较昂扬，很精神。例字有“市”

“永”“家”“穷”“六”“立”等。

上	点	、	、	市	永	家	穷	六	立
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

4. 撇点 这种点比较像撇，但短而直。写法是从左上入笔，稍向右下顿后即向左下甩出。整体看右上粗左下尖细。这种点和上点的运笔路线相似，但比上点向右下顿的路线短。例字有“业”“只”“函”“泰”“录”“真”等。

撇	点	、	、	业	只	函	泰	录	真
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

5. 挑点 这种点类似提，只是比提短而已。写法是从左上方轻入笔，稍向右下顿后即折向右上，同时边行边提笔，使之左下粗右上细。注意这种挑点的角度要因字而宜。例字有“冷”“汤”“兆”“状”“暴”“习”等。

挑	点	、	、	冷	汤	兆	状	暴	习
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

6. 顾盼点 我们这里讲的顾盼点指右顾点，写法是从左上方轻入笔，向右下顿笔，然后向右上挑出。这种点与挑点的区别是向右下顿笔的路线稍长，而且左右两部分的夹角也比较大，或者说整体比较平。这种点和斜点连写，可显气势连贯，有笔断意连之趣。例字有“曾”“前”“平”“心”“思”等。

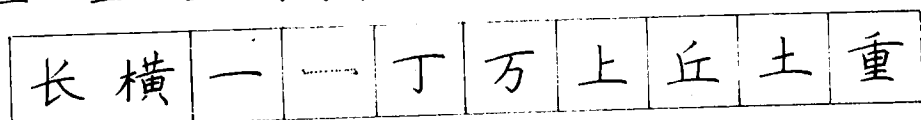
顾	盼	点	、	、	曾	前	平	心	思
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

(二) 横

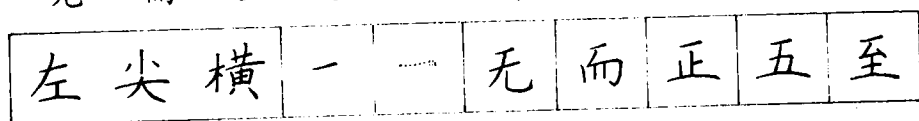
横可以分为长横、左尖横、斜横、短横等。

1. 长横 写法是从左上尖入笔，略向右下顿后向右上行笔，到右端后稍转向右上，再向右下顿笔，最后稍向左上收笔。这里讲起笔后向右上角不是向右行笔，是因为长横并不像印刷体中的那样是水平的，而是稍有点左低右高，与水平线有5到10度的夹角。由于右端向右下顿笔，所以并不显得左低右高。如果把长横写成水平，那么右端顿笔后则会显得右端向下牵拉，没有精神。所以在书写时要有意识地使长横稍稍有些

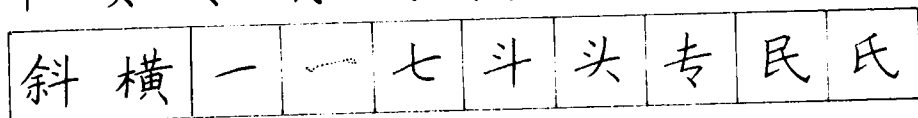
左低右高。还要注意长横的粗细要有变化，即两头稍粗，中间稍细。所以运笔时要从重到轻，再从轻到重。当然，笔画的粗细应主要靠控制用力的大小来实现，起笔和收笔时动作幅度都不要太大，以免做作不自然。长横在字中多作主笔，所以要写得长一些，粗壮些，如“丁”“万”的上横，“上”“丘”“土”的底横和“重”字的第一横。



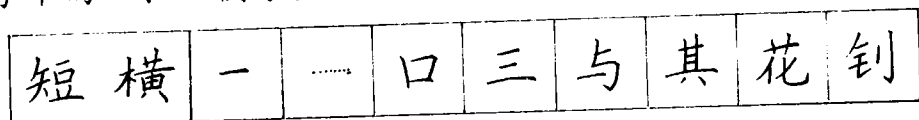
2. 左尖横 从左尖入笔，向右上弧形运笔，并逐渐加力，至末端稍回锋收笔。这种横形体较短，稍向下弓出，左细右粗，左低右高。这种横多用在横画较多的字的顶部，一方面可以避免笔形、笔势的雷同，另一方面因为它向下鼓出，两头翘起，可使气势昂扬，避免字的结构沉闷。例字有“无”“而”“正”“五”“至”等。



3. 斜横 运笔方法和长横基本一致，只是比长横左低右高更明显，即更倾斜，多用于笔画较少，结构较为特殊的字中，起平衡作用，如“七”“斗”“头”“专”“民”“氏”等字。



4. 短横 这种横用途比较广泛，和前三种横相比，没有什么突出的特点。这种横在字中多做次要笔画，起笔、收笔都比较轻，粗细变化不大，具体形态要根据不同的字做不同的变化，如“口”字的底横、“三”字中间一横、“与”字下边的横、“其”字的前三横，“花”字的横画，“钊”字中的二、三横等。

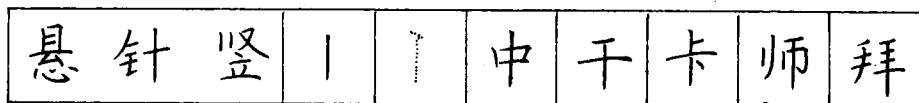


(三) 竖

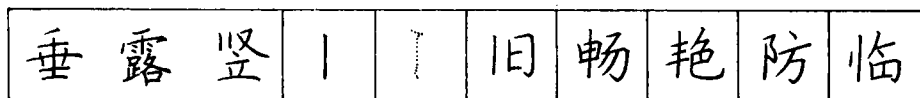
竖可以分为悬针竖、垂露竖、斜竖和短竖等几种。

1. 悬针竖 顾名思义，就是竖长且直，下端尖细，像悬挂着的针一样。写法是从左上斜入笔，略向右下顿笔，回锋后折向下行，行至整体

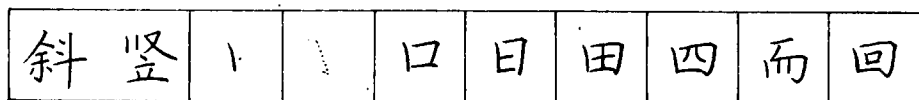
长度的三分之二或四分之三处边行边提笔，使之由粗到细。写这个竖要注意三个细节：一是起笔要顿笔；二是提笔不能过早，以防下部细弱无力；三是整体行笔不能过快，要匀速前进，以防草率。总之，悬针竖必须正直，不能向左右倾斜，主干部分粗细基本一致，上粗下细。例字有“中”“干”“卡”“师”“拜”等。



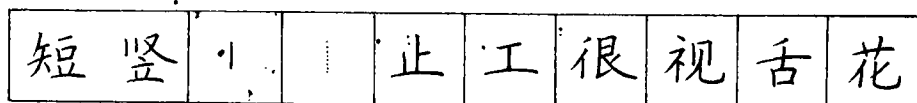
2. 垂露竖 主干部分的写法和悬针竖一样，也是从左上尖入笔，右下顿，转向正下。不同的是收笔方法，行至末端后稍稍转向左下，再稍稍转向右下，同时提笔，使下端比较圆润，象一滴露珠将落未落。写垂露竖时要注意收笔时运笔动作一定要很小，稍微有一点笔意即可，千万不能运笔路线过长，显得累赘。例字有“旧”“畅”“艳”“防”“临”等。



3. 斜竖 这种竖一般用在字的左侧，写法是从左上尖细入笔，直接向右下行，边行边加力，至最粗处稍提笔即可。这种竖的长度和倾斜角度可根据字的不同而有区别。例字有“口”“日”“田”“四”“而”“回”等。



4. 短竖 和短横一样，没有什么特点，顿笔、收笔都不太重，在字中做次要笔画，长度也因字而宜，如“止”字第二竖、“工”字的竖、“很”字的竖、“视”的竖、“舌”字的竖、“花”字的竖等。



(四) 撇

撇可以分为长撇、短撇、平撇、竖撇和长曲撇等。

1. 长撇 写法是从左上尖入笔，向右下顿笔后向左下甩出，行笔先慢后快。形体比较长，用途较广，如“人”“厂”“乃”“会”“者”“八”等字。

长	撇	/	/	人	厂	乃	会	者	八
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

2. 短撇 写法与长撇相似，但形体较短，行笔较快，而且一般比较竖立，即与水平线夹角较大。例字有“白”“血”“向”“色”“竹”“复”等。

短	撇	/	/	白	血	向	色	竹	复
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

3. 平撇 这种撇一般用在字的顶部，特点是比较平，也就是说和水平线的夹角较小。形体比较短，基本上是直的。例字有“千”“毛”“兵”“香”“系”“乏”等。

平	撇	一	一	千	毛	兵	香	系	乏
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

4. 竖撇 是竖和撇的结合，由左上斜入笔，向右下顿笔后向正下行笔，行至总长度的四分之三处后向左下甩出，边行边提笔。例字有“川”“兆”“月”“升”“归”“用”等。

竖	撇	丿	丿	川	兆	月	升	归	用
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

5. 长曲撇 与竖撇的写法很相似，也是由竖入笔，区别是行笔至三分之二处即向左弧形运笔。也就是说长曲撇的前三分之二是竖，后三分之一是撇，而且弧度比较大，以便和捺相搭配。例字有“丈”“夫”“史”“吏”“更”等。

长	曲	撇	丿	丿	丈	夫	史	吏	更
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

(五) 捺

可大致分为斜捺、平捺和反捺三种。

1. 斜捺 尖细入笔，稍有些向右上的弧度，然后向右下行笔，边行边加力。至最重处转向右，同时提笔。如果这种捺的起笔处和其他笔画重合时，那么起笔处的弧度可以省略掉，也就是说直接起笔，向右下直接行笔。这种捺在汉字中用得比较多，长度、角度可因字而异。例字有