

钱沛云

硬笔书法五十讲

钱沛云 著

钱沛云

大江東去浪淘盡千古風流人物故壘西
邊人道是三國周郎赤壁亂石穿空驚

濤拍岸捲起千堆雪江山如畫一時多
少豪傑遙想公瑾當年小為初嫁了

雄姿英發羽扇綸巾談笑間檣櫓灰飛
煙滅故壘神遊多情應笑我早生華髮

雙人生如夢一尊盡醉江月

蘇軾詞念奴嬌赤壁懷古一首 錢沛雲



钱沛云

硬笔书法五十讲

钱沛云 著

钱沛云

大江東去浪淘盡千古風流人物故壘西
邊人道是三國周郎赤壁亂石穿空驚濤拍岸捲起千堆雪

遙想公瑾當年小
小
少小傑

時多
初嫁了

雄姿英發羽扇綸巾談笑間檣櫓灰飛煙滅故壘神遊多情應笑我早生華髮

雙人生如夢一尊盡醉江月

蘇軾詞念奴嬌赤壁懷古一首 錢沛雲

图书在版编目(CIP)数据

钱沛云硬笔书法五十讲/钱沛云著. —上海:上海人民出版社, 2012

ISBN 978-7-208-10688-8

I. ①钱… II. ①钱… 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(2012)第 075581 号

责任编辑 曹 杨
封面装帧 傅惟本

钱沛云硬笔书法五十讲

钱沛云 著

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 720×1000 1/16 印张 12 插页 4 字数 248,000

2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-10688-8/J·299

定价 32.00 元

传递汉字的美丽(代序)

记得几年前,师范院校的一位毕业生在人才市场上被他所向往的一所学校看中,经过试教如愿签约,他认为除了自身教学水平够格外,一手漂亮的板书也助了“一臂之力”。他告诉我这件事后,还得意地加上了一句“我现在写的字就是一张名片”。之后,在一家公司任秘书的友人告诉我这么一件事。单位来了几位名牌大学的研究生,她请他们当场填写履历表,有的说:“不好意思,中文写得难看”。初以为是客气,但接过填好的表格一看大为吃惊,出自这些名牌大学研究生之手的字迹幼稚,间架歪斜,她不禁暗暗感叹:真是惨不忍睹。

一张名片和惨不忍睹的强烈反差,使我想起古人说的“字乃人之衣冠”。一手好字就如同一个人穿上漂亮衣服,使人赏心悦目,从而得到美的享受。

研究生笔下“褴褛的衣冠”反映了当前这样一种状况,在电脑键盘敲击下长大的一代,忽视了书写,字体普遍稚拙,不少人连一些常用的书写笔画、笔顺都搞不清。其实,即使电脑再普及,也不能在所有领域内替代书写,笔尖下所产生的“情”和“意”是电脑无法表现的。这种“情”和“意”是通过优美的结体、和谐的线条组合,让人感受到一种审美的意趣。而广大青少年通过书写训练逐步起到一种“学习迁移”,则更为重要。现代科学研究表明,

练字即“练脑”,可增强记忆;汉字形态复杂,要写好必须专注、细心,培养了做事追求完美的认真态度。所以,在习字的过程中所逐步养成的专一与坚韧的良好习惯,会滋润和影响整个人生。

从少年时代倾慕语文老师那一手漂亮的板书开始,我就狂热地痴迷上书法,大学中文系毕业后教了十多年语文,至20世纪八十年代中期,有幸得到著名教育家于漪老师的垂青,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,以自身“美的衣冠”来熏陶下一代,孜孜矻矻,竭尽全力,经于独创出一套高效率、大面积提高学生书写能力的方法,并把它提炼归纳,写成《教你写一手好字》30集教学片,搬上了上海教育电视台的荧屏,连续七年播放,引导莘莘学子逐步掌握汉字书写规律,循序渐进。

在举国上下推进文化大繁荣、大发展的今天,键盘时代更要写好字的呼声日益高涨,“写字应当成为公民的一种文化素养”,正成为大众的一种共识。在此之际,我奉上这本凝聚半个世纪研习与教学心得的小册子,但愿它能传递祖国文字的美丽,但愿更多的朋友经过自己的努力,能够在笔尖下展示出动人的魅力。

壬辰春钱沛云于上海鹤斋

目 录

第一讲	硬笔书法,一门古老而年轻的艺术	1
第二讲	硬笔书写工具及其表现力	3
第三讲	正确的执笔方法和姿势	6
第四讲	“轻按”与“提滑” ——硬笔书写中的慢与快	9
第五讲	“快捷”与“减速” ——硬笔书写中的刚与柔	12
第六讲	“平稳”与“精巧” ——硬笔书写的结体特征	13
第七讲	把硬笔尖下的正楷字体写“活” ——笔画的六种和谐组合法	16
第八讲	正楷“横”的写法及组合	19
第九讲	正楷“竖”的写法及组合	22
第十讲	正楷“点”的写法及组合	25
第十一讲	正楷“撇”的写法及组合	28
第十二讲	正楷“捺”的写法及组合	30
第十三讲	正楷“折”的写法及组合	32
第十四讲	正楷“钩”的写法及组合之一	34
第十五讲	正楷“钩”的写法及组合之二	37
第十六讲	正楷“提”的写法及组合	39
第十七讲	组合笔画写法特点和组合	41
	附:笔画写法及组合训练表	
第十八讲	“外书空”与“内书空” ——硬笔书写的节奏训练	44
第十九讲	硬笔正楷独体字结构类型	46
第二十讲	硬笔正楷合体字结构类型	48
第二十一讲	硬笔正楷的起笔定位法	52
第二十二讲	硬笔正楷突出主笔法	53

第二十三讲	名言正楷写法指导	55
第二十四讲	古诗名句正楷写法指导	59
第二十五讲	正楷书写优劣的自我测定 ——体操动作评分移植法	63
	附:容易写错笔画的 30 字例	
第二十六讲	如何控制好行书流动中的节奏步伐	67
第二十七讲	行书动态产生的六种方式	70
第二十八讲	贯气与收放 ——行书横式写法技巧	80
第二十九讲	行书笔顺的十种变化	83
第三十讲	名言行书写法指导	86
第三十一讲	古诗名句行书写法指导	89
第三十二讲	行书常用偏旁写法二十例	92
第三十三讲	行书常用字写法二十例	94
第三十四讲	了解草书的规范写法	101
第三十五讲	行草写法及实例应用	105
第三十六讲	整篇书写的和谐美	107
2 第三十七讲	硬笔隶书写法指南	112
第三十八讲	硬笔篆书写法指南	116
	附:常用偏旁隶、篆对照写法	
第三十九讲	到优秀的传统碑帖中去吸取“营养”	120
	附 1:硬笔临写毛笔行草作品示范	
	附 2:古代名帖临写示范	
第四十讲	宽绰灵动的《灵飞经》 ——硬笔向古帖正楷借鉴之一	126
第四十一讲	典雅多姿的《洛神赋》 ——硬笔向古帖正楷借鉴之二	128
第四十二讲	清丽遒劲的《雁塔圣教序》 ——硬笔向古帖正楷借鉴之三	130
第四十三讲	圆劲洒脱的《陆机文赋》 ——硬笔向古帖行书借鉴	132
第四十四讲	腴润匀整的《曹全碑》 ——硬笔向古帖隶书借鉴	134
第四十五讲	北京名家吴玉生正楷特色 ——名家精品欣赏之一	136

第四十六讲	辽宁名家史成俊行书简析	
	——名家精品欣赏之二·····	138
第四十七讲	上海名家杨志康行书简析	
	——名家精品欣赏之三·····	140
第四十八讲	上海名家韩天衡行草品味	
	——名家精品欣赏之四·····	141
第四十九讲	优秀正楷习作点评·····	143
第五十讲	优秀行书习作点评·····	144
附录一	硬笔书写问与答·····	145
附录二	“恋字”记·····	146
附录三	硬笔尖下的思考·····	148
附录四	常用难写独体字组词延伸练写·····	151
	独体字组词延伸练写·····	157
	合体字组词延伸练写·····	159
	青少年治学赠言(正楷)·····	161
	读书粹语(行书)·····	166
	宋词名篇(行草繁体/四条屏)·····	173
	唐诗名篇(草书条幅/用弯头笔书写)·····	181

第一讲 硬笔书法，一门古老而年轻的艺术

每个人几乎天天都在用硬笔书写，也都怀着一个美好的心愿，希望笔尖下展现出丰富多彩的世界，带给人们赏心悦目的艺术感染和魅力。

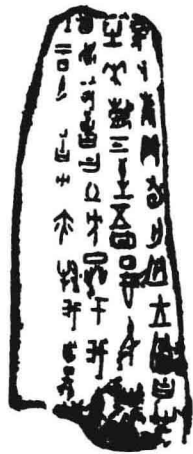
大家知道，“软笔”种类有羊毫、狼毫、鼠毫、兔毫等，“硬笔”也是一个大家族，凡笔尖很坚硬的笔都是它的兄弟姐妹，除了我们经常使用的钢笔、圆珠笔、铅笔、粉笔之外，刻蜡纸的铁笔、弯头笔以及竹笔、水笔、蘸水笔都属于“硬笔”这一家子。

在现实生活中，与毛笔相比，硬笔的实用和便捷的优势越来越明显。当代社会，即使电脑再普及，人们仍将以硬笔作为主要书写工具，因为电脑无法在所有的领域中替代用笔书写。学生用硬笔记笔记，写作文，题贺卡，字迹秀丽工整，笔笔不苟；教师用粉笔写板书，传授知识，条理清晰；更多的是人们用它书写信件交流思想，表达情意，整篇洒脱自如，流畅生动……

在日常生活中，横式书写是最流行的一种格局，然而，以硬笔书写特有的简洁与流畅，也能展示传统竖写布局的另一种艺术天地，如小帧的条幅、对联、横披、扇面以及压在玻璃板下用以自勉或馈赠的警句、格言、诗词。这些竖写小品不仅优雅、小巧、精致，还能激人奋发，给人以艺术美的享受。

硬笔书法还是一门古老的艺术。文字的最初诞生，掀开了我国原始硬笔书法的创作历史。据我们中国的传说，文字的创造始于伏羲作八卦，仓颉造字。据《易

经·系辞》所说：“上古结绳而治，后世圣人易之以书契。”书，箸（筷子）也；契，刻画也。这就是说，仓颉等圣人们在造字的时候，就开始用尖硬的笔尖在“写字”了。到了1899年，北京学者王懿荣在中药店配药时，见到龟板上古怪的符号后，人们才真正领略了堪称中国原始硬笔书法佳作——甲骨文字的风采。经过考证，这些线条匀称劲挺，结构明朗质朴的文字创作于3000多年前的殷商时代，古人用坚硬的铜刀、铜锥刻写在经过酸性溶液浸泡后软化的龟甲兽骨上。这些龟板出土于河南安阳小屯村，近百年来，已收集20万片，发现的甲骨文单字在4500字左右。郭沫若先生对这些原始硬笔书法杰作给以极高的评价：“足知存世契文，实一代法书，而书之契之者，乃殷世之钟王颜柳也。”“钟王颜柳”，即古代大书家“钟繇、王羲之、颜真卿、柳公权”。以下是刻在龟甲上的文字：



之后,毛笔的制造成功,取代了笨重的刀子刻写,这是社会的进步。我国3000多年毛笔书写的历史,造就了各个朝代的书法大家。然而,不能忘记的是,这些琳琅满目、熠熠生辉的历史作品得以从石碑石刻流传至今,大多是“硬笔书法家”石匠的功劳。他们把法书的作品勾(空心字)在石板上,用刀凿一点一点再创作而成。

现在,人类历史又向前跨出了一大步,随着铅笔、钢笔等便携的书写工具从西方传入我国,原始的硬笔书法时代跃入了现代硬笔书法时代,这样硬笔又替代了携带不便的毛笔,与快节奏的时代相适应,“硬笔书法热”席卷了神州大地,并与祖国独特的传统艺术毛笔一样,奇葩共存,畅吐芬芳。

常言道,字如脸面。确实如此,广大青少年朋友要在“黄金季节”中力求把字练好。笔者在长期教学、考察和研究中发现,练字的实际作用已远远超过了它的本身,通过练字,可以增强责任心,提高坚持性、自学性和果断性。把字写得规范端正,是一种责任心的体现;书写技能需要较长时期循序渐进地学习,持之以恒的毅力不可缺少。正确书写祖国的文字,不仅有利于工作、学习和生活,也有利于培养高尚的情操和审美意趣;同时,在书写练习中,通过一笔一画的运笔,线条的干净利落、点画的清晰明朗,也能起到培养果断气质的作用,这一切作用,尽管看不见、摸不着,但是却实实在在地影响着我们整个人生,铸造着一个成功人士必不可少的文明素质的基石。

第二讲 硬笔书写工具及其表现力

不同的硬笔书写工具会产生不同的书写效果。如何掌握变幻多姿的线条表现手法和驾驭硬笔工具的本领,是学习硬笔书法的重要课题。以下重点介绍钢笔、铅笔、圆珠笔、蘸水笔、弯头笔、粉笔。

一、钢笔

钢笔相传是美国人沃特曼在1809年发明的。沃特曼当时在美国一家保险公司供职,在和一位巨商签约时,因羽毛笔漏水玷污了契约,巨商因此毁约,这使沃特曼懊恼不已,发誓要研制一种能控制墨水流量的笔,以取代羽毛笔。经过多次潜心钻研,他在笔管内装了一根墨水储管,然后用一根极细的导管和笔头相连,使墨水在书写时缓慢而均匀地流出,这样就制成了世界上第一支自来水笔。

钢笔可以分为金笔、铱金笔、普通笔三类。金笔尖是用黄金、银或铜等原料根据一定比例,科学配制而成,它弹性较好,笔锋触纸有力度,书写舒适;铱金笔用不锈钢原料制成,顶端有耐磨铱粒,其弹性虽不及金笔,但书写也比较舒畅圆润;普通钢笔尖由不锈钢制成,顶端无铱粒,书写易磨损。不论哪一尖笔,都以出水流畅、线条匀润、书写爽滑为佳。所以,要选择一支称心的钢笔,可写阿拉伯数字“8”作检验。顺写、逆写,连续多遍。因为“8”字上下有两个圆环,如笔尖不圆滑、出水不均匀,往往会在转弯抹角处表现出一种拉破纸的“涩”感。

平时要对钢笔注意保养,要养成写完

字后套好笔套的习惯,这样可以防止笔尖墨水蒸发干枯,也可以防止万一钢笔从桌上滚下损坏笔尖。另外,一支钢笔要使用固定的颜色和品牌的墨水,不要随意更换,否则会发生化学反应产生沉淀。即使要换别的墨水,也一定要将原有的积墨洗净,再吸取另一种。需要提醒的是,有些少年朋友喜欢在坚滑的玻璃上,硬质的课桌、墙壁上去写,这样会直接损坏笔尖,减少钢笔使用寿命,应改掉这个坏习惯。

钢笔书写下笔不要太重。有人喜欢用力撇着写,这样过不了多久就会使笔尖变形。书写时纸下要垫薄本子,以便于发挥笔尖的弹性;再是笔肚内吸满墨水后,先要挤去一二滴,否则写着写着会漏水。

二、圆珠笔

1898年,乔治·A.惠纳发明了世界上第一支圆珠笔。20世纪40年代,圆珠笔进入亚洲,由于它具有不用灌墨水、使用方便的特点,很快成为人们主要的书写工具。

圆珠笔之所以能书写,主要是靠尖端的小圆珠的滚动带出油墨,粘附到纸张表面而形成字迹。因为是滚动,它的摩擦力比钢笔的滑动摩擦力要小得多,所以它书写时最大的特点是圆滑、坚挺,但也有人感到书写时易“打滑”,比钢笔书写难以把握。

其实,圆珠笔书写时的圆滑、坚挺性能恰恰是一种优势,它可以四面出锋,粗细均匀、浓淡一致,充分表现出硬笔书写

“快捷流畅”的特点。

掌握性能,反映特色,要注意以下两点:

1. 指力控制,快起快收。滚动的小珠缺乏弹性,笔尖下实笔多,虚笔少,所以要靠手指发力来调节。根据笔者多年的实践,感到圆珠笔不要执得太紧,应突出轻重变化,起笔宜轻灵,滑行应快捷,收笔要迅疾。书写干净利索,不能拖泥带水,若在纸上“留”的时间过长,就会油色过浓,重浊呆滞,影响书写效果。

2. 纸面光滑,表现力强。在光滑纸面上书写最能表现出圆珠笔油墨的色泽,如果再在纸下适当垫些薄本,主体感会更强烈,稍稍一按,便能显出如印章中阴文那般入木三分的意趣,如写艺术小帧选择这类纸,效果会更佳。

现在市面上有一种类似圆珠笔一样的水笔,它的储管中用的是黑墨水,尖端的小圆珠滚动带出墨水,书写也十分流畅。

三、铅笔

铅笔是人们最熟悉的书写工具,小学生一踏进校门就开始使用它。

据16世纪德国出版的一本杂志上记载,当时有人把石墨插入木杆作为书写工具,这可能就是原始的铅笔。18世纪末,法国化学家康德奉拿破仑之命经过不断研究,在石墨里加入了粘土,并通过控制粘土与石墨的比例,造出了笔芯质地软硬不同、书写有浓淡变化的最好铅笔。到了1812年,美国一位名叫威廉·门罗的木匠造出了一台能切削木条的机器,这台机器还能将细小的铅条镶入木条内,这就是现在铅笔的雏形。

我们常用的铅笔笔杆上都标有“H”或“B”的字母。“H”表示硬,“B”表示软,“HB”表示软硬适中。初学硬笔书法,以选用软硬

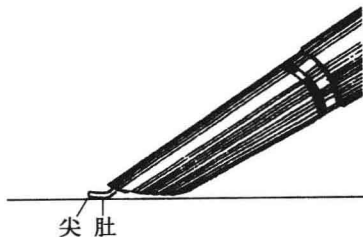
适中的“HB”型铅笔为好。硬铅笔(2H、3H)的笔芯太硬,写在纸上太细淡,不易辨认,还易把纸划破;软铅笔(2B、3B)虽然软浓黑,但易弄脏纸。书写时,还要经常转动笔杆,因为笔芯是会不断磨损的,固定一个角度写会越写越粗,使全篇浓淡不一,很不协调。

四、蘸水笔

蘸水笔的构造和钢笔不同,它没有贮存墨水的橡皮管与笔舌,笔尖长大,无笔舌作托,但笔尖弹性比钢笔大,它最大的特点是在重按轻提中能生动地表现出毛笔字的韵味来。

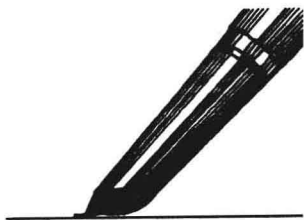
由于蘸水笔笔尖弹性大,当重按时,笔尖张开,墨水下注较多,笔画就显得粗壮;当轻提时,笔尖收合,笔画呈纤细状,所以书写者在行笔中只要轻重提按把握得当,就能够表现出毛笔的风味。

五、弯头笔



为了丰富钢笔书写的艺术性,使其粗细变化更显强烈,从而产生更好的书写效果,人们把钢笔尖折弯成 45° 角,这样不但能用笔尖写,也能用笔肚接触纸面。这种“弯头笔”也称为“美工笔”。

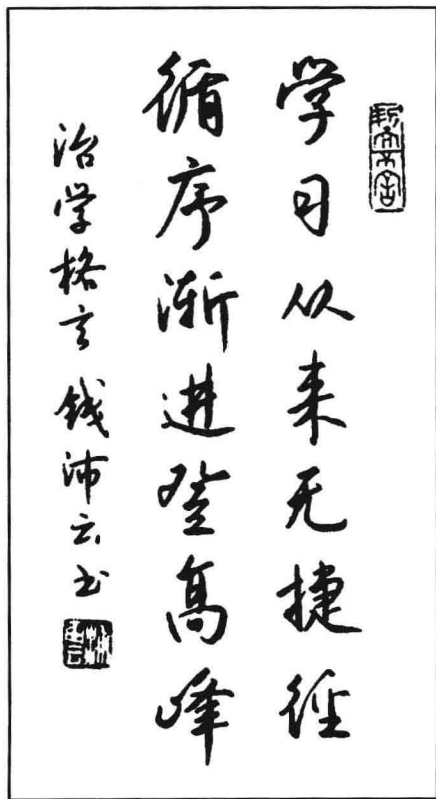
美工笔笔头可分为“尖”和“肚”两部



分。它的笔尖具有“锐”与“健”的特点，利用这一特性，按笔可以写出匀净、坚挺的线条；转笔可以写出流畅委婉的线条；美工笔的笔肚则具有“斜”与“侧”的特点。所谓“斜”，是说笔肚与笔杆约成 $40\sim 45^\circ$ 斜角，用肚时需要“伏”下笔管书写，执笔很斜。所谓“侧”，就是用笔的侧楞书写。美工笔笔肚底部是一个平面，两边各有一条侧楞，称左侧楞与右侧楞。用肚时，主要是侧笔用这两个“楞”，而不是用平面。

用弯头笔书写，粗细线条对比的反差强烈，细处体现出钢笔字的劲挺秀逸，粗处则能带有毛笔字的圆润浑厚。在使用中只要熟练地调整笔尖、笔肚的角度，会使作品充满艺术情趣。

以下是用弯头笔书写的作品：



六、粉笔

粉笔于19世纪末由西方传入我国，是硬笔家族中的一个成员。粉笔书写有较强的实用性和示范性，也是教师必须掌握的基本功。粉笔书写要讲究技巧，运用手腕变化，突出粗细、轻重的不同效果。

书写要以侧锋为主，即用粉笔的小斜面或两个斜面交接的棱角处。由于在书写过程中不断磨损，所以要不断加以调整，边书写边随时捻转粉笔杆。同时，不能长时间揪在一处，不然斜面越“磨”越大，笔画越写越“肥”，势必影响书写效果。侧锋书写，能使笔画流畅自如，显示出快捷的实效。同时，要以中锋为辅：靠手腕运动使粉笔杆基本与黑板垂直，用笔尖贴住黑板。凡写竖画及带竖的笔画都用中锋，中锋行笔能使笔画挺劲有力。在书写过程中，只有不断进行侧锋、中锋的交替变化，才能使字体变化有致。

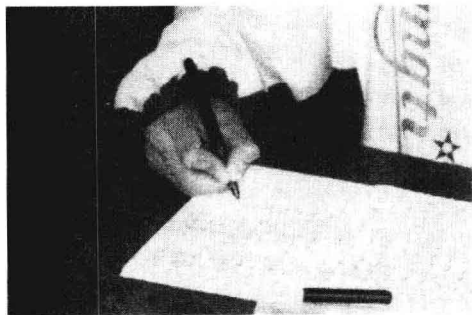
第三讲 正确的执笔方法和姿势

要写好硬笔字,就要学会合理执笔,因为它直接影响书写的效果。古人说:“执笔不稳,其字难看”,所以,必须加以重视。

硬笔与毛笔执法有明显的不同。毛笔需要五指执笔,书写时五指齐发力;硬笔则以拇指、食指、中指三指执笔为主,它有两种执笔方法:一种是钢笔、圆珠笔、弯头笔、铅笔(统称“硬笔”)执法,另一种是粉笔执法。

一、硬笔正确执法

1. 三指执笔。位置是拇指略上,食指居中,中指第一节垫于笔杆之后,无名指和小指依次向中指靠拢。三指执笔,聚而不散,在书法上称为“指实”,指实,写起字来才能用上力。



2. 三指执笔处,应离笔尖上方约1寸左右。

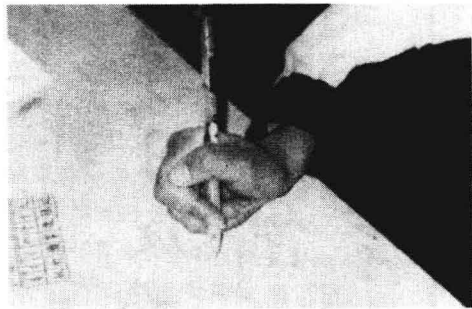
3. 手指向掌心弯曲成拳状,一般可容纳一个乒乓球,这是为了使手指外撑,以便用指端执笔,达到伸缩自如的目的。如果掌心不虚空,执笔必然要死,写起字来就会板滞。

4. 笔杆向右侧微倾,使它与纸面成 $40\sim 50^\circ$,笔杆应靠右在食指指骨的根部,即虎口上方的边缘处,比靠在虎口上更利于发力。

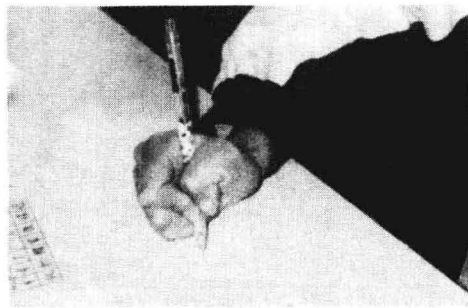
5. 手掌的右下部与腕部手贴桌面,这样使执笔稳定,运笔灵活,容易把字写得匀称端正。

二、注意纠正硬笔执笔中的四种毛病

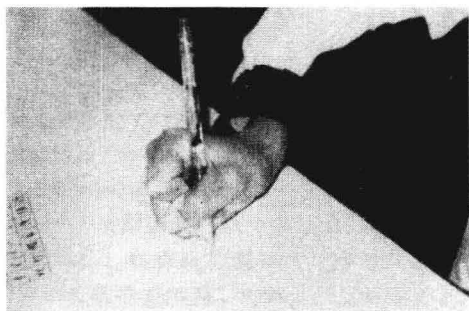
1. 拇指勾笔式:拇指勾住笔杆,形成虎口紧夹笔杆之态,书写时显得僵硬,不自然。



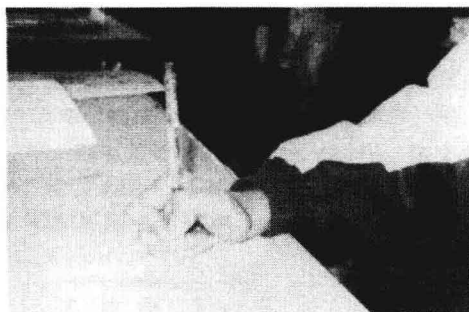
2. 握拳式:手指紧贴掌心,形同握拳,这样使笔只能伸而无法缩,影响了书写的灵活性。



3. 食指上移式:食指弯曲上移与拇指相并,甚而移到拇指上方,这样便削弱了食指的控制作用。



4. 笔杆垂直式:笔杆与纸面垂直,书写无法达到流畅,也容易戳破纸面。



写字姿势为“头正、身直、臂开、足安”。这就是说,头要端正,不要歪斜甚而伏在手臂上,眼睛离笔尖一尺左右;上身正直,稍向前倾,不要俯向桌面;双臂要撑开些,保持一定距离,两臂如缩拢,会使书写不灵便;双足放平,脚踏实地,不要一前一后,或交叠一起。

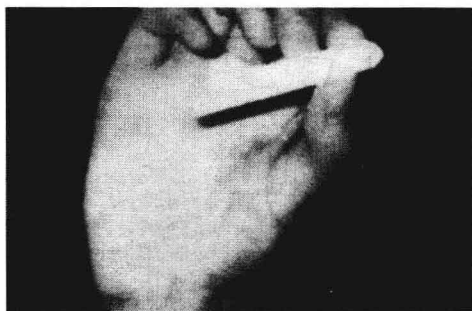
常见的错误姿势为:头太靠近笔尖,时间长了会影响视力;身体弯曲,俯向桌面,久了会影响健康;坐得歪斜,本子放歪,字也会跟着歪。

三、粉笔执法

粉笔也是三指执笔,但方式与上述硬

笔执法不同。粉笔笔杆基本上横向贴住黑板,笔杆与黑板夹角为 20° 左右,三指执笔为:

按:拇指前端按在粉笔内侧,由内向外用力。



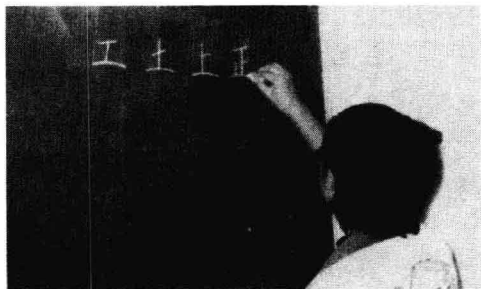
压:食指前端压住粉笔外侧,与拇指相对用力捏住粉笔。

揪:中指指尖轻压住笔杆,类似吹笛子般压住笛孔。拇指、食指距笔尖约0.5~1厘米。

7



书写姿势:两脚自然分开,重心落在两脚中间;身体基本正直,手臂悬起,不能用手掌根部去贴住黑板;身体与黑板相距30厘米左右;书写时主要靠手腕转动来调节粉笔粗细变化。身体与板面的距离不宜太远或太近,以手臂书写自如为宜。太近,会影响视线,造成行列歪斜;太远,手臂乏力,接触不着黑板面,致



使身体前倾失去重心,从而影响书写效果。执笔的右手臂不应伸直宜弯曲,以保证最大的挥运空间。

第四讲 “轻按”与“提滑”

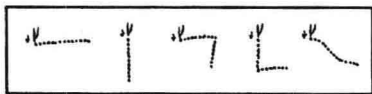
——硬笔书写中的慢与快

我们常常会有这样的感受，一篇读起来普普通通的散文，到了专业演员的手中，通过舞台上富有激情的朗诵，往往会产生一种回味无穷的效果。演员的朗诵之所以令人折服，除了演员的艺术素养外，在表达上则运用了声音高低起伏、强弱变化的语言节奏，这些语言节奏赋予了作品新的生命。同样如此，要把硬笔字写得富有艺术美感，也需要注重慢与快互为交替的细微变化的运笔节奏。

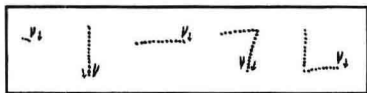
硬笔书写时“轻按”与“提滑”互为交替的出现，就是慢与快节奏的应用。

一、正楷“轻按”的运用方式

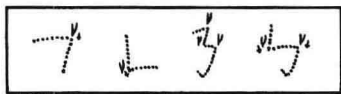
1. 起笔“轻按”。硬笔正楷书写除了“侧点”之外，起笔都有一个“轻按”动作。这个“轻按”分寸感要把握得当：笔尖触纸只需稍稍用力下按后即向右或向下运行。（箭头表示“轻按”）



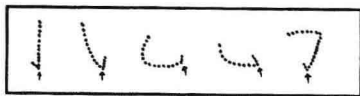
2. 收笔“轻按”（出锋无“轻按”，如悬针竖、捺、提）。



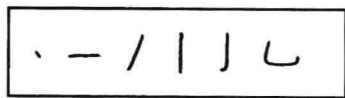
3. 折处“轻按”。



4. 钩出“轻按”。



倘若书写时没有“轻按”，即用同一种匀速之力写笔画，那么横、竖线条会如同木棍那样平板，转折的线条就似铁丝弯曲而乏力。

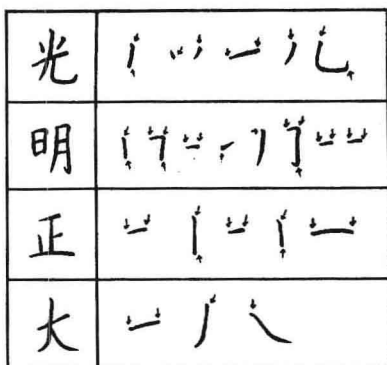


这样的无节奏书写，就像唱歌用同一种声调那样，显得刻板而乏味，而把它们组合成一个个字时，会出现平拖而显得僵硬，含有转折的字却像患上了软骨病：

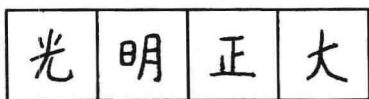
x	土	王	主	圭
✓	土	王	主	圭

x	山	日	凶	凶
✓	山	日	凶	凶

以成语“光明正大”为例再加以比较说明：“光”有9处“轻按”；“明”有16处“轻按”；“正”有10处“轻按”；“大”有4处“轻按”。



下列为没有“轻按”的字样：



或许有人会感到疑惑，“光明”两字分别有 9 和 16 处“轻按”，书写时是否会因有这么多的“按”而延缓速度；要回答这个问题，首先必须明确，硬笔书写中的“轻按”决不雷同于毛笔，毛笔的起笔、收笔分别有 3 个和 2 个动作：



毛笔起笔：（笔锋）向左逆入

→落笔，略拎锋→转腕向右运行。



毛笔收笔：（笔锋略按提起）

→用手腕带动笔锋向左上回收。

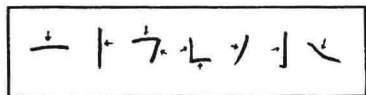
与毛笔相比，硬笔远没有如此复杂，它只是在头、尾处按一下，这是个极短暂的动作。这是由它们特定材料决定的，也充分显示了硬笔书法的实用性。

所以，明白了以上硬、毛笔书写时两个根本不同点后，尽管有十多个“轻按”在同一个字中出现，但我们一旦熟练运用之后，书写速度的快慢变化自然就会掌握得得心应手了。

二、正楷“提滑”的运用方式

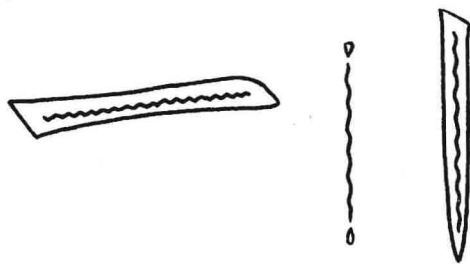
硬笔书写节奏中的“慢”是“轻按”，而“快”则是“提滑”了。提滑，是笔尖在轻按

后的一个快速滑行，金属尖在纸上的疾行带来了一种刚健之力。（箭头表示“提滑”）



这与软毫触纸运行有质的不同。软毫书写正楷要边挫边推，沉着运行。这种写法好比我们平时抹桌子，手撒抹布作幅度很小的上下移动而向右推进，或作小幅度的左右移动而向下行，这样写出来的字容易“入木三分”、“力透纸背”，古人把这种运行称为“屋漏痕”。这就是说，屋顶漏了，一滴水珠从墙壁自上而下滑落，它不会一泻直下，而是沿着壁作左右振幅或下行。如果像擦窗子那样一抹而过，就会轻飘浮滑，这是毛笔书写最犯忌的。但是硬笔书法却要“反其道而行笔”，它需要的是运行疾速以免拖沓呆板，所以，硬笔的“提滑”应该是快捷的。

毛笔运行方式：



这样，在同一笔画中，随着“轻按”、“提滑”的交替出现，节奏感就自然形成了。如写横画，先“慢→快→慢”，横折是“慢→快→慢→快→慢”。当不同笔画组合成一个字时，起伏变化更为频繁，抑扬顿挫的“语调”就渐而产生了。

三、行书中的“轻按”与“提滑”

行书要求更为快捷和流畅，因此书写时“轻按”、“提滑”与正楷有明显不同，“轻