

主编：王浩
执行主编：张宇凌

硬笔书法教程

行楷速成

毕竟西湖六月中 风光不与四时同
接天莲叶无穷碧 映日荷花别样红
水光潋滟晴方好 山色空蒙雨亦奇
欲把西湖比西子 淡妆浓抹总相宜

古诗两首癸巳年夏至 王浩书于西湖之畔



王浩教你写好字

中国著名品牌



江苏人民出版社

王浩

江苏太仓人，全国书法教育名师、《书法报》全国书法教师高级研修班授课专家。
江苏省硬笔书法家协会副主席。
出版《王浩书法系列字帖》近百种，发行量达200余万册，
深受广大书法爱好者喜爱。

主 编：王 浩 执行主编：张宇凌

硬笔书法教程

行楷速成

毕竟西湖六月中 风光不与四时同
 接天莲叶无穷碧 映日荷花别样红
 水光潋滟晴方好 山色空蒙雨亦奇
 欲把西湖比西子 淡妆浓抹总相宜

古诗两首癸巳年夏至 王浩书于西湖之畔

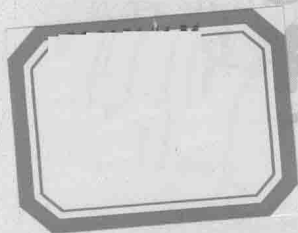


江苏人民出版社

江苏太仓人，全国书法教育名师、《书法报》全国书法教师高级研修班授课专家。
 江苏省硬笔书法家协会副主席。
 出版《王浩书法系列字帖》近百种，发行量达 200 余万册，
 深受广大书法爱好者喜爱。

王浩教你写好字

中国著名品牌



王浩

硬笔书法教程 (行楷速成)

编委会

主 编：王 浩

执行主编：张宇凌

副 主 编：范兰珍 许 懿 葛丽萍 浦雪芬

陈凯燕 秦雨婷 王彩萍 徐萍萍

编 委：王广云 沈 萍 王建雪 徐 花

徐韵春 陈冰毅 姚丽平 金 婷

顾清清 任 霞 陶 芸 邵 佳

唐金珍 朱 伟 王亚娟 陈晓磊

姚玉燕 陶 亮

硬笔书法入门

一、选择字帖

字帖选择可根据自己的兴趣爱好选择楷书、行书或隶书、篆书、草书。初学者可选择与自己风格比较接近的当代硬笔书法家的字帖。这样练习容易上手,见效最快。

二、写字姿势

写字姿势包括两个方面,一是执笔,二是坐姿。执笔应“三指执笔”即:大拇指、食指面对面把笔执住,中指的指甲侧面抵住笔杆,大拇指、食指与笔杆形成两个自然的三角,无名指和小指自然弯曲于掌心。这样用笔才能灵活,伸缩自如。坐姿应“头正、肩平、身直、足安”,左手按纸,右手握笔。书写时要轻松自然,执笔轻而灵活,不应过重。

三、摹写

就是把字帖放在自己的正前方,用一张很薄的纸印在上面写,或直接在字帖上描写。要求摹写得越像越好。这样练习可使初学者迅速地掌握字的结构,提高书写水平,培养其学习兴趣,使其信心百倍。

四、临写

要求书写者把字帖放在自己的正前方或左前方,看各人习惯均可。书写在自己准备的纸张上,书写时要注意读帖,要观察,注意分析点画结构、字型等特点。其目的是培养自己的观察能力和鉴赏能力。在临写中要经常与字帖对比,找出自己的差距,然后进行改正,举一反三,尽可能写出自己的最高水平。

五、默写

经过前阶段的摹临练习,有了一定的基础以后,书写者可把字帖合上,回忆字帖上字的笔画、结构和特点,心中有数后再写在纸上,尽可能和原帖风貌接近。可以写几个字或几行,也可以写一段或一篇,然后打开字帖进行对比。首先要肯定成绩,找出写得特别好的字,再找出差距,把写得不好的字找出来,不断总结,不断提高。

六、创作实践

书写者可把自己学到的知识应用到书法作品的创作中,同时也可以应用到学习、生活和工作中,为社会所用,为社会作出贡献。

目 录

一、基本笔画

1 横画	1	25 秃宝盖 宝盖头	33
2 竖画	2	26 穴宝盖 雨字头	37
3 撇画	3	27 草字头 四字头	35
4 捺画	4	28 八字头 人字头	36
5 点画	5	29 大字头 父字头	37
6 钩画(一)	6	30 竹字头 折 文	38
7 钩画(二)	7	31 十字头 小字头	39
8 折画 挑画	8	32 日(日)字头 爪字头	40

二、偏旁部首

1 单人旁 双人旁	9	33 贝字底 皿字底	41
2 竖心旁 提手旁	10	34 手字底 心字底	42
3 绞丝旁 反犬旁	11	35 四点底 厂字旁	43
4 木字旁 禾字旁	12	36 广字旁 尸字旁	44

三、结构

5 两点水 三点水	13	1 左右结构(一)	45
6 女字旁 弓字旁	14	左右结构(二)	46
7 双耳旁 方字旁	15	左右结构(三)	47
8 牛字旁 月字旁	16	2 左中右结构(一)	48
9 示字旁 衣字旁	17	左中右结构(二)	49
10 矢字旁 目字旁	18	3 上下结构(一)	50
11 食字旁 马字旁	19	上下结构(二)	51
12 火字旁 车字旁	20	上下结构(三)	52
13 耳字旁 足字旁	21	4 上中下结构(一)	53
14 金字旁 米字旁	22	上中下结构(二)	54
15 虫字旁 舟字旁	23	5 半包围结构(一)	55
16 身字旁 鱼字旁	24	半包围结构(二)	56
17 又字旁 言字旁	25	半包围结构(三)	
18 土字旁 立字旁	26	全包围结构	57
19 口字旁 日字旁	27	6 疏与密	58
20 山字旁 王字旁	28	7 高与宽	59
21 石字旁 力字旁	29	8 向与背	60
22 单耳旁 立刀旁	30		


四、名言名句练习	61
----------	----


五、古诗文练习	66
---------	----

六、王浩书法作品创作示范	70
--------------	----

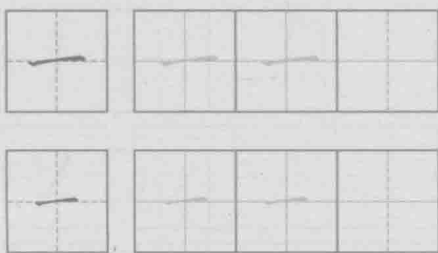
一、基本笔画

1 横画

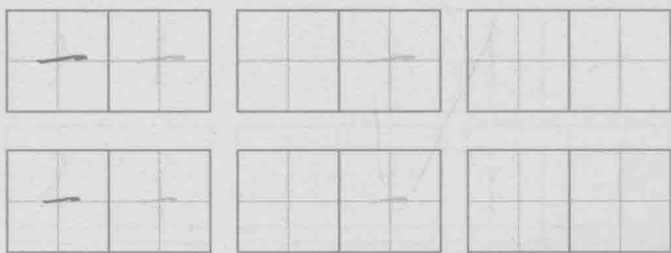
长横:  起笔稍顿或露锋，向右行笔，略向右上方倾斜，收笔回带、提收。注意横画不要过平或过斜，起笔、收笔时顿笔不能过重。“正”字长横向右上方倾斜约3-5度。

短横:  写法同长横，行笔缩短距离，注意短横倾斜角度的大小。在行楷书写中，短横可以写成点。如“二”字短横变点，第二笔写横画，略向右上方倾斜。

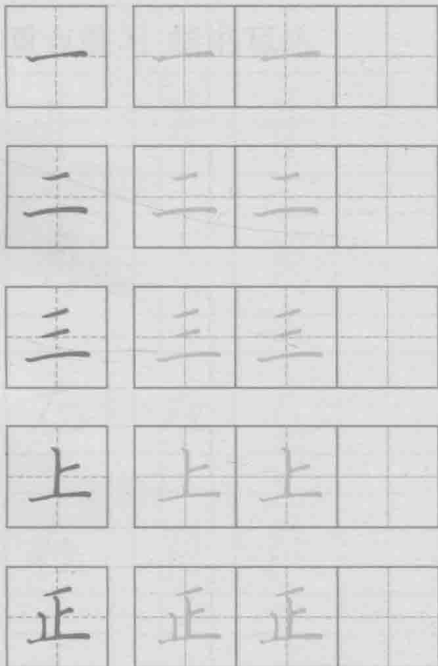
笔画练习 楷书写法



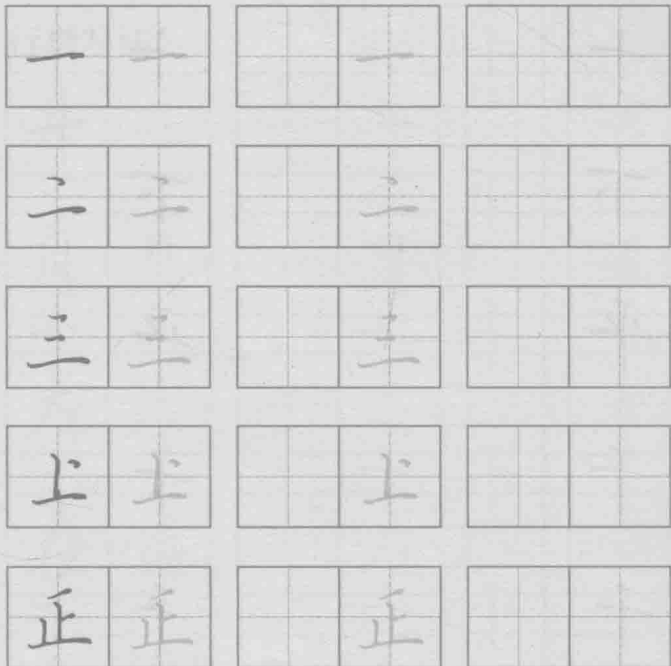
行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



2 竖画

垂露竖：



起笔稍顿，向下行笔，收笔轻轻回带。竖应直，放在中间的竖画不应倾斜。任何一个竖画均可用垂露竖来书写。

悬针竖：



起笔稍顿，行笔向下至三分之二处，提笔速度较快，竖应直。悬针竖用在字的最后一笔。

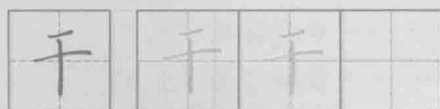
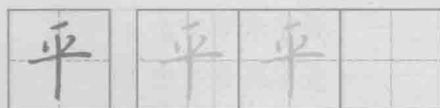
笔画练习 楷书写法



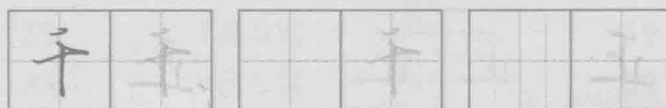
行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



3 撇画

竖 撇:



起笔稍顿，行笔至三分之二处加快速度，顺势撇出，也可以写成回锋撇，撇画较挺直，下部有弯度。注意撇画的长短。

斜 撇:



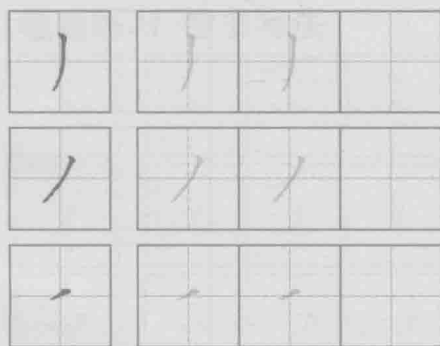
起笔稍顿，行笔速度较快，顺势出锋。要注意撇的倾斜方向和弧度大小。

平 撇:

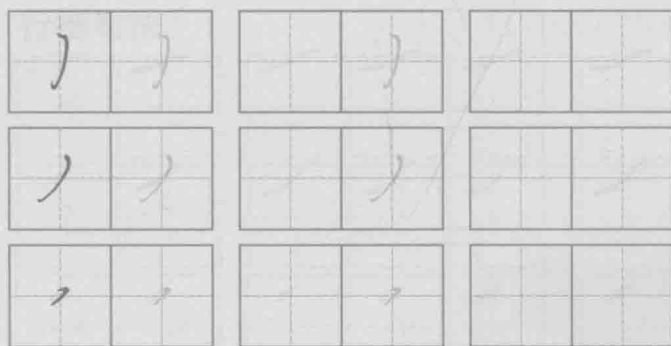


起笔稍顿，行笔向左平直撇出，速度较快。

笔画练习 楷书写法



行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



4 捺画

平 捺:



入笔较轻，向右下行笔渐用力，取势平坦，收笔出锋。讲究“一波三折”。

斜 捺:



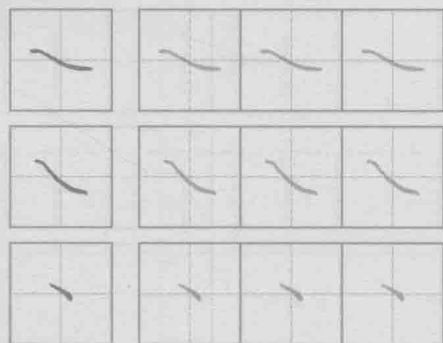
写法同平捺，改变捺的倾斜角度，向右下方倾斜，注意长短要控制好。

反 捺:

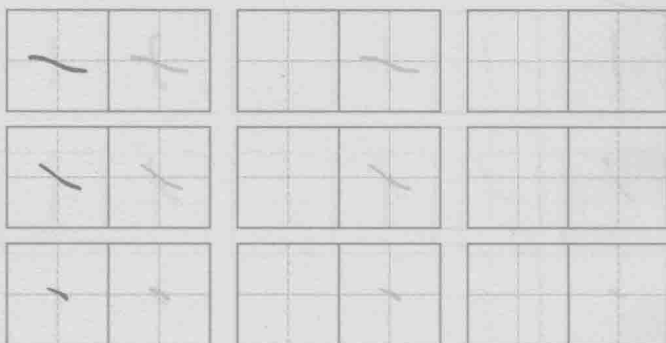


入笔轻，向右下行笔渐用力，至点尾轻顿，回带收笔。写法与长点相同，反捺同样要注意倾斜的方向。

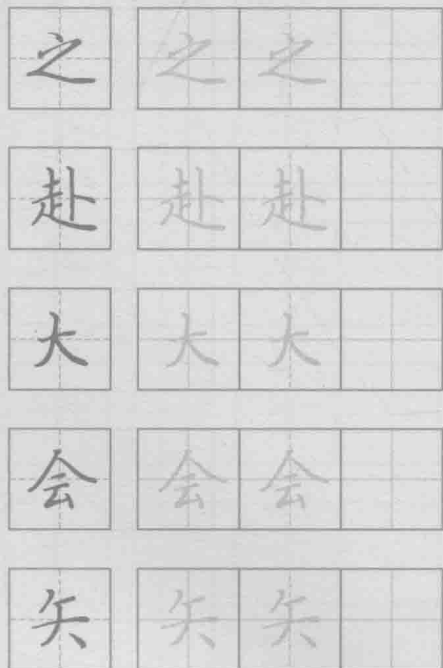
笔画练习 楷书写法



行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



5 点画

左点:



入笔轻，向右下行笔渐用力，至点尾，回带收笔。范字左点均在中心线上，不应偏离中心线。

垂点:



入笔轻，略向左下行笔，渐用力，回带收笔，“点”如滴水。

相向点:



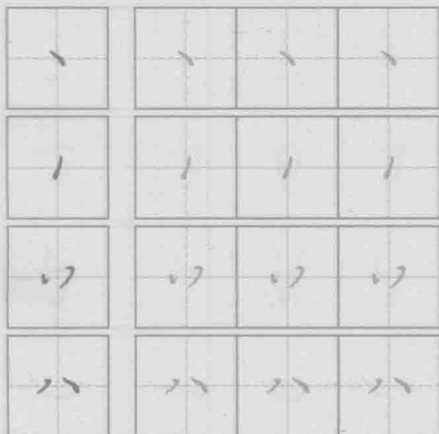
第一笔写法同左点，第二笔起笔稍顿，向左下方迅速撇出。书写熟练后，可将第一笔、第二笔写成呼应点。

相背点:

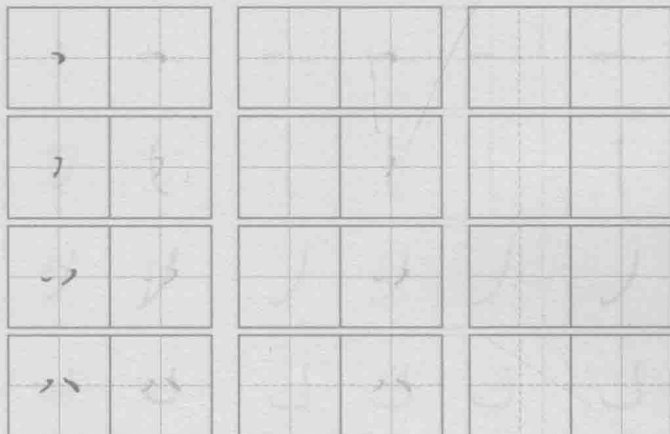


第一笔与短撇写法相同，注意撇画方向和长短；第二笔顺势落笔较轻，向右下方按笔，回带收笔。

笔画练习 楷书写法



行楷写法







重点练习 楷书写法



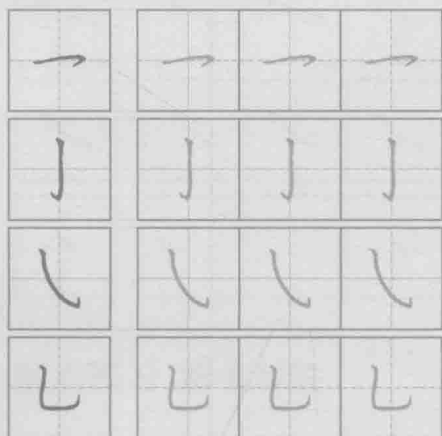
行楷写法



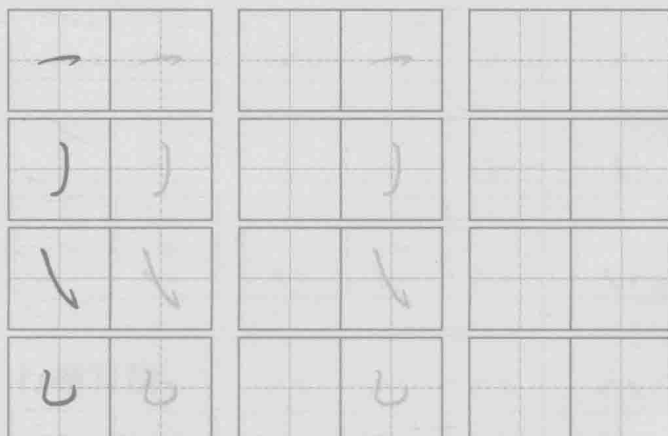
6 钩画 (一)

- 横钩:  起笔写横画，至钩处转笔，向左下钩出，出钩速度较快，似短撇的写法，注意出钩方向。
- 竖钩:  起笔稍顿，向下行笔，略有弧度，平钩出锋。
- 斜钩:  起笔稍顿，向右下弯曲行笔，到钩处驻笔向上方，即下一个笔画的方向钩出。钩应挺直，注意倾斜的大方向，中间弯度不能太弯。
- 竖弯钩:  起笔稍顿，向下行笔，转弯圆转自然，不要写成直角。

笔画练习 楷书写法



行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



7 钩画 (二)

弧 钩:



顺势落笔，向下行笔至钩处驻笔向左上方钩出。注意弯度不应太弯。

横折钩:



起笔作横，折处转笔，行笔作竖与竖钩写法相同为横折竖钩；行笔竖画向左倾斜，驻笔向左上出钩为横折斜钩；竖画行笔带弯势，呈左包状为横折弯钩。

竖折折钩:



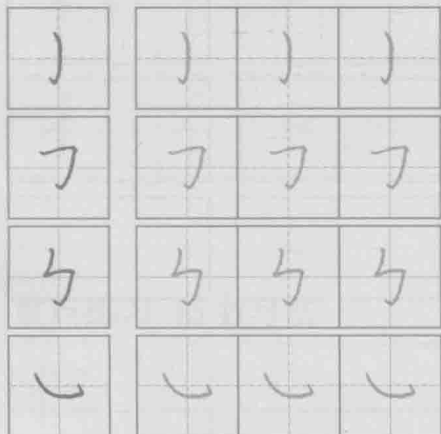
起笔稍顿作短竖，然后作横，折处转笔，竖画向左斜下带弯势，顺势出钩。注意不应写成直角。

心 钩:



入笔轻，行笔取曲势回抱，至钩处驻笔，向字中心钩出。应写得扁一些。

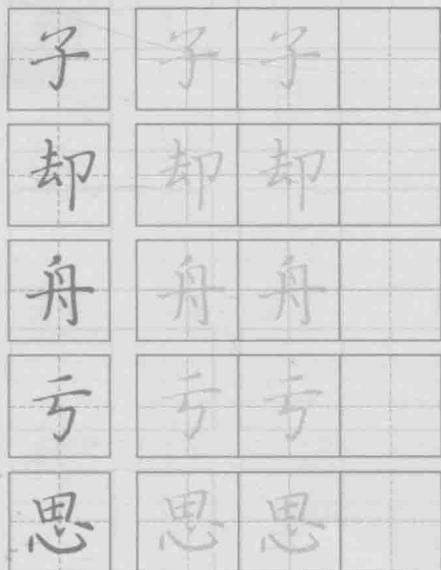
笔画练习 楷书写法



行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



8 折画 挑画

横折:



起笔稍顿，向右行笔略向右上方倾斜，折处转笔，往下写竖画，收笔回带。

竖折:



起笔作竖，折处驻笔稍顿，向右行笔，收笔回带。要注意竖、横的倾斜度。

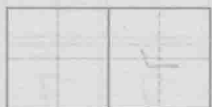
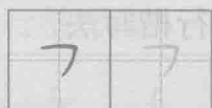
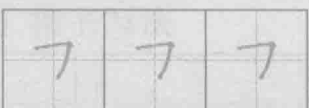
挑画:



起笔顿，然后向右上方挑出，速度较快。挑画有平挑和斜挑，写法相同，书写时注意挑画倾斜的方向。

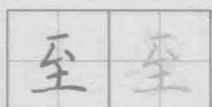
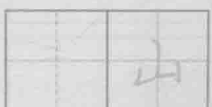
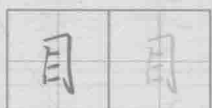
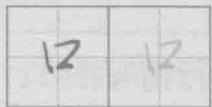
笔画练习 楷书写法

行楷写法



重点练习 楷书写法

行楷写法



二、偏旁部首

1 单人旁 双人旁

单人旁:



第一笔是斜撇，第二笔在撇画中部下笔，写成垂露竖，不应写成悬针竖。

双人旁:



第一笔应短，在第一笔下笔位置的下面写第二笔，要比上面的撇稍长，在第二笔的中部下笔写竖，竖较短。

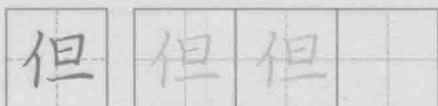
笔画练习 楷书写法



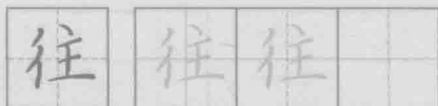
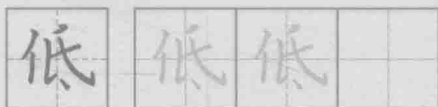
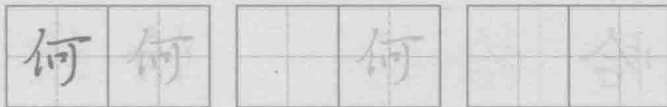
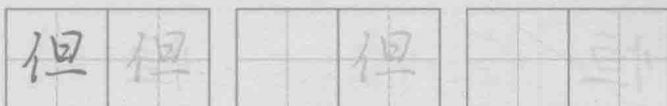
行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



2 竖心旁 提手旁

竖心旁:



第一笔写垂点，第二笔写右点，第三笔写垂露竖，注意左右两点的位置高低。

提手旁:



先写短横，注意倾斜度，上挑连接写竖钩，较直，注意出钩方向，最后写斜提。

笔画练习 楷书写法



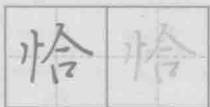
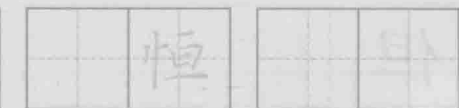
行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



3 绞丝旁 反犬旁

绞丝旁:



将楷书的撇折、撇折提连接起来，一笔完成，自然流畅。

反犬旁:



第一笔写短撇，第二笔竖弯钩，上半部分弯度稍大些，下半部分弯度小，第三笔短撇在竖弯钩中部偏上一点位置起笔，写成回锋撇。

笔画练习 楷书写法



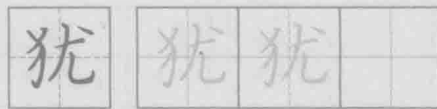
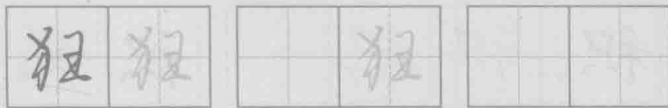
行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法



4 木字旁 禾字旁

木字旁:



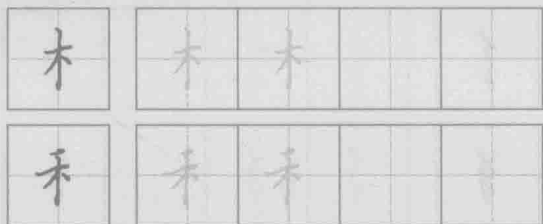
第一笔写短横，应该左伸右缩，上挑后接，第二笔在短横略偏右写垂露竖，在横竖交叉处起笔写回锋。行楷省略最后一点。

禾木旁:

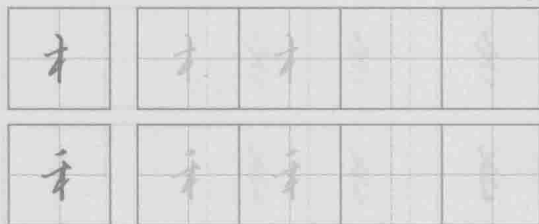


第一笔写平撇，不应写成斜撇，其余笔画写法与“木”字旁相同。

笔画练习 楷书写法



行楷写法



重点练习 楷书写法



行楷写法

