

全国书画等级考核辅导丛书



书法考级

应试指导·楷书



全 国 书 画 等 级 考 核 辅 导 丛 书

SHUFA KAOJI YINGSHI ZHIDAO

书法考级应试指导

楷书

J292.11/75

上海书画出版社

图书在版编目(CIP)数据

书法考级应试指导.楷书/《全国书画等级考核辅导丛书》编委会编. —上海:上海书画出版社, 2002.5
(全国书画等级考核辅导丛书)
ISBN 7-80672-354-4

I. 书... II. 全... III. ①汉字-毛笔字-书法-水平考试-自学参考资料②楷书-书法-水平考试-自学参考资料
IV. J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 037550 号

书法考级应试指导·楷书

② 上海书画出版社 出版发行

地址: 上海市钦州南路 81 号

邮编: 200235

网址: www.duoyunxuan-sh.com

E-mail: shcpsh@online.sh.cn

上海出版印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本: 890 × 1240 1/16 字数: 23 万

印张: 7 印数: 5,001-8,000

2002 年 6 月第 1 版 2002 年 12 月第 2 次印刷

ISBN 7-80672-354-4/J · 314

定价: 18.00 元

全国书画等级考核辅导丛书编委会

丛书主编 刘炳森 方增先

丛书编委 (按姓氏笔画为序)

刘小晴 汤哲明

张伟生 张定钊

周 兵 周志高

周慧珺 徐芒耀

徐建融 韩天衡

路 矧

本分册编委 王宜明 陈 彪 张伟生

书法等级考核参考标准

级别	考 试 要 求	字 数	规格 cm	时间
1 级	自选或临摹 ①“永字八法”中的点画要求能准确地予以表达。②能较好地运用书法中的一般书写技能,如提笔、顿笔、按笔、挫笔等。③能平衡点画之间的关系,字型结构较为方正。④字与字之间的安排合理,初步具备协调作品整体布局的意识。(楷书一件)	临摹不少于 10 字,创作不少于 8 字(必须成句)	66×33 或 66×45	90 分钟
2 级	自选或临摹 ①点画分明,能较熟练地运用书法中一般的书写技能。②结构方正,能初步协调点画之间粗细轻重等关系。③字与字之间的安排合理,有明显的协调作品整体布局的意识。(楷书一件)	临摹不少于 10 字,创作不少于 8 字(必须成句)	66×33 或 66×45	90 分钟
3 级	自选或临摹 ①用笔手法较为多样,且能根据点画的不同表现特征加以运用。②点画之间粗细、长短、轻重的关系处理较为明确,结构安排合理。③能初步协调作品内文与落款的位置关系,整体布局较为统一和完整。④临摹作品要求能根据字帖所示的特点,加以正确的表现。⑤创作作品要求能大致根据所临字帖的特点来创作。(此点可根据实际情况,不作过高要求)(楷书一件)	临摹不少于 15 字,创作不少于 10 字(必须成句)	66×33 或 66×45	120 分钟
4 级	命 题 ①用笔的手法较为多样,且能根据点画的特点来强调书写时的速度关系(轻重缓急)。②点画之间的呼应关系处理较为明确,已初步掌握笔势的运用手法。③结构安排合理,且能通过点画的伸缩避让来丰富变化。④字与字之间和空间关系处理得体,且布局上能与落款字的大小、位置相协调,整体布局完整、统一。(楷书一件)	8 字以上词句或五言诗一首(20 字以内)	66×33 或 66×45	120 分钟
5 级	命 题 ①点画分明,用笔精到,能较合理地控制书写时的速度关系(轻重缓急)。②点画之间轻重长短、伸缩避让的关系处理明确,笔势的引带较为生动、随意,结构安排合理。③字与字之间的空间关系处理较为得体,作品内文与落款的大小、比例较协调,整体布局完整。(楷书一件)	8 字以上词句或五言诗一首(20 字以内)	66×33 或 66×45	120 分钟
6 级	命 题 ①用笔精到,具有较强的控制书写速度(轻重缓急)的能力。②点画之间轻重长短、伸缩避让的关系处理较明确且多样。③结构安排合理,且能通过笔势的引带来丰富造型的变化。④字与字之间的空间关系处理较合理,能充分运用落款字的大小比例(包括印章的大小比例)来协调作品的布局,作品整体布局完整。⑤行书作品可适当放宽标准,以是否掌握其一般规律为准则。(楷书一件、其他书体一件)	8 字以上词句或七言诗一首(28 字以内)	66×33 或 66×45	120 分钟
7 级	命 题 ①笔画丰润劲爽,粗细、长短等变化自然,具有较强的点画造型方面的能力。②用笔精到,能在合理地控制书写速度的同时将节奏的表现性(动感)加以强调。③点画之间伸缩避让的关系处理较明确且生动。字型结构的疏密关系处理较为得体,且能通过笔势的引带来丰富造型的变化。④字与字之间错落有致,关系处理协调、自然。⑤能充分运用落款字的大小比例(包括印章大小比例)来协调作品的布局,作品整体布局完整。(楷书一件、其他书体一件)	8 字以上词句或七言诗一首(28 字以内)	66×33 或 66×45	120 分钟
8 级	命 题 本级具体内容可参照 7 级的标准,在此基础上,适当提高标准的层次,即要求作品在整体上必须具有较强的表现色彩,局部处理上能合理地渗入个人的理解成分(如线条枯、涩、浓、淡的质感处理,字形结构以虚当实、化实为虚的造型组合等)。篆书临摹作品可适当提高标准的层次,要求作品能从特点的把握上去体现原帖的精神风貌,表明书写者较高的书写水平及较强的结构造型能力。(写篆书作品的考生可带篆书字典进入考场。交三种字体作品,其中一件必须是楷书)	10 字以上词句或七言诗一首(28 字以内)	66×33 或 66×45	150 分钟
9 级	命 题 ①能理解所书三种字体的一般规律。②对不同变化的线条具有较高的悟性,且表现手段多样、灵活,有较浓烈的感情色彩。③结构安排合理、且充满生机和活力。④作品布局从内文、落款到盖印和谐、完整,具有较强的感染力。(交三种字体作品,其中一件必须是楷书,不可带字典进入考场)	10 字以上词句或七言诗一首(28 字以内)	66×45 或 99×33	150 分钟
10 级	命 题 在 9 级基础上,适当要求四件作品的风格能大致统一和协调。注:通过点画的伸缩避让来丰富变化。某些具体内容,如用笔、结构等,可参照前几级的标准。(交四种字体作品,其中一件必须是楷书,不可带字典进入考场)	15 字以上词句或七言诗一首(28 字以内)	66×45 或 99×33	180 分钟

注:所有级别作品均应落款,6 级及以上作品必须加盖印章,其他书体指行、隶、篆、草四种字体,1~3 级临摹限用正规出版古人字帖。

目录

contents

楷

书

书法考级应试指导

书法等级考核参考标准

第一章 楷书的点画

考级要点

- 第一节 楷书的基本用笔方法 1
- 第二节 “永字八法”和楷书的基本点画 5
- 第三节 楷书点画的变化 11
- 第四节 笔势和筋骨血肉 22

第二章 楷书的结构

考级要点

- 第一节 楷书结构的常见形式 27
- 第二节 楷书结构的八条要领 30
- 第三节 楷书结构的三大基本原理 31

第三章 楷书的章法

考级要点

- 第一节 楷书章法的常见形式 33
- 第二节 落款和钤印 35

第四章 楷书的临摹常识

- 第一节 临摹碑帖的方法 38
- 第二节 楷书四大家介绍 39
- 第三节 考级作品评点 65

第五章 楷书概述

- 第一节 楷书简史 75
- 第二节 历代楷书名作概览表 94
- 第三节 历代楷书技法评注选 98

第一章 楷书的点画

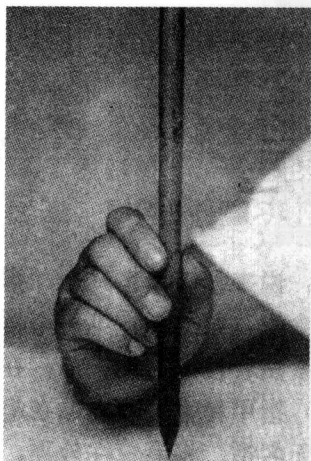
第一节 楷书的基本用笔方法

学习书法一般都要经过两个阶段。第一阶段侧重基本功,第二阶段追求艺术性。学习书法要作好打“持久战”的思想准备,只有经过长期不懈的努力,才能水到渠成,踏进书法艺术的大门。只有扎扎实实地打好基本功,将来才能跃得更高、走得更远。那种三天打鱼、两天晒网和急功近利的学习态度都是不可取的。

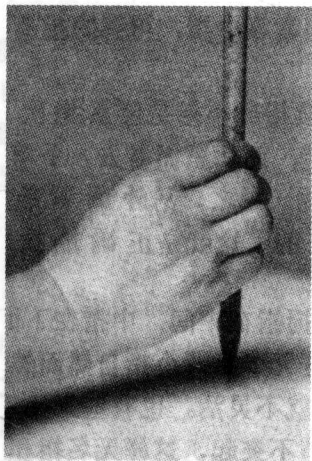
书法的基本功包括笔法和章法两大部分。古人将“笔法”讲得很神秘,其实,所谓笔法,就是拿笔的方法和用笔的方法。

一 执笔方法

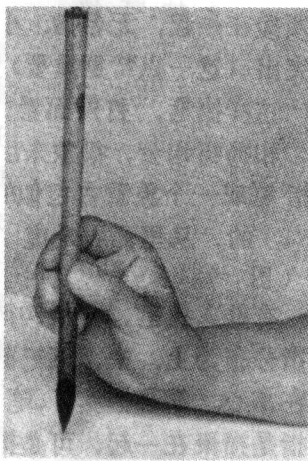
拿毛笔的方法叫“五指执笔法”,要领是“指实掌虚”、“腕平肘悬”。初练书法一定要切记手指的任务就是抓紧毛笔,写字时不要乱动;另



● 五指执笔法(正面)



● 五指执笔法(右面)



● 五指执笔法(左面)

考级要点:

一 1-4 级的点画要点

- 1.能较好地运用书法的一般技巧,如提、按、顿、挫等。
- 2.点画分明,能熟练掌握“永字八法”中的点画写法。
- 3.用笔手法多样,能合理处理点画粗细、长短、轻重、缓急的关系。

4.能初步掌握笔势的运用手法,合理处理点画间的呼应关系。

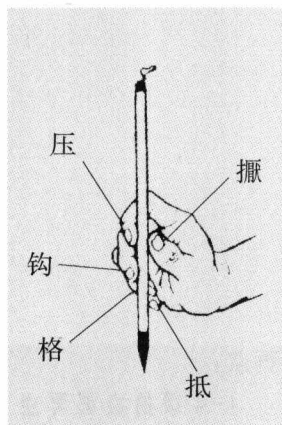
二 5-7 级的点画要点

- 1.点画分明,用笔精到,注意节奏感。
- 2.合理处理点画的轻重长短、伸缩避让的关系。
- 3.能够掌握笔势的运用手法,并通过笔势的引带来加强点画间的联系。

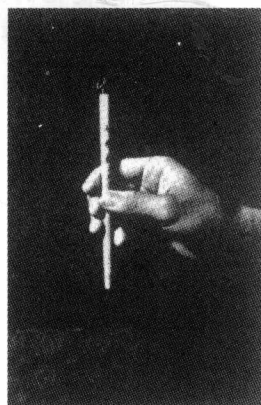
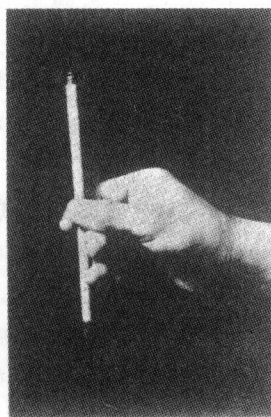
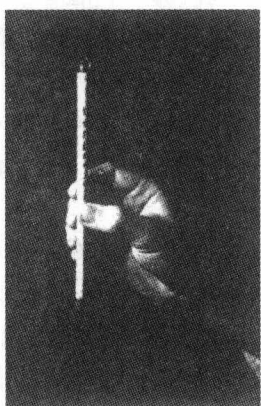
三 8-10 级的点画要点

- 1.在前面各级别的要求的基础上,提高标准的层次,对点画的处理能合理地渗入个人理解成分,如线条的枯、涩、淡、浓的质感处理等。

2.对各种不同变化的线条具有较高的悟性,表现手段多样、灵活,具有浓烈的感情色彩。



● 五指执法示意图



● 各种其他执笔法

外,肘部一定要悬空,不能搁在桌子上,这两条只要稍加练习就能做到。

五指执笔法是用“擗、压、钩、格、抵”五个字来说明每一个手指的执笔姿势和作用的。

“擗”(yǎn),是说明拇指的作用。即“大指骨上节下端用力欲直,如提千钧”。执笔时,拇指要斜而仰地紧贴笔管,像吹箫按住箫孔那样,力由内向外。

“压”,是说明食指的作用。“压”字也有约束之意。用食指第一节斜而俯地出力,贴住笔管外方(笔管在食指第一道横纹处,或略前面一些),力由外向内,和拇指内外相当,配合起来,把笔管约束住。

“钩”,是说明中指的作用。即“中指著指尖,钩笔令向下”。拇指、食指已经捉住了笔管,再用中指的第一节,弯曲如钩地勾着笔管的外方,以加强食指的力量,它起着“中流砥柱”的作用。

“格”,是说明无名指的作用。即“无名指著指爪肉际,揭笔令向上”。就是用无名指(第四指)背甲肉相连处从内向外顶住笔管。

“抵”,是说明小指的作用。小指要紧贴无名指,助一把劲,顶住中指向内的压力,但小指不要碰着笔管和掌心。

五个指头就是这样,把笔管紧紧控制在手里,既感到牢固有力,又感到自然轻松。力量从四面八方向着圆心,笔就自然坚实稳定,挥运自如。其中,执笔主要靠大拇指、食指和中指力量。无名指和小指起辅助作用;大拇指与食指主持用力按捺,使之能上、下、左、右运转;中指和无名指主持着力量运转的导送。

二 基本用笔方法

用笔的方法是通过腕肘的驱动,使笔尖经常保持在笔画的中间,这样写出来的线条饱满浑厚,富有表现力,这种方法就是人们常说的“中锋运笔”。由于毛笔是软的,因此在书写过程中需要经常使用调整笔锋的手段,把偏出去的笔锋拉回到点画中间。调整的手段有很多种,最基本、最重要的是“提按”——就是“拎起来”和“按下去”。这些调整的手段同时贯串于书写的全过程,古人说的“亦提亦按”,讲的就是这个道理。

每一个点画的完成,都包括三个组成部分,即起笔、行笔、收笔。起笔是指一个点画的开始,又叫“发笔”;行笔是指落笔后笔毫在点画中的运行;收笔是指点画结束时的处理。这三个部分都运用了许多技巧,正确熟练地掌握这些技巧,便能写出千姿百态、各具特色的点画来。

(一) 提、按、顿、挫

提笔和按笔,也称提按,是书法的主要表现手段之一,是调整笔锋以保持中锋运行的主要手段,也是运笔技巧中最重要、最基本的环节。在书写过程中,笔锋在纸面上通过提按交替变化,使点画出现明显的粗细变化以显示出不同的节奏和韵律。可以夸张点说:没有提按就没有书法。所以初学书法的人,当务之急是掌握提按的技巧。

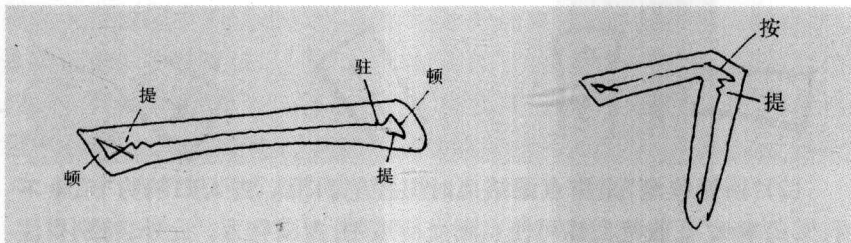
1. 提笔

清代书法家周星莲说:“作字须提得笔起,稍知书法者皆知之。然往往手欲提而转折顿挫辄自偃者,无擒纵故也。”(《临池管见》)在毛笔书写的过程中,笔毫不断地由弯曲还原成直立,并在毛笔运行的过程中,使笔尖经常保持在点画的中间,这时候写出的线条最具有立体感。综上所述,提笔既是线条变化的需要,也是调整笔锋的需要,所以,掌握提笔

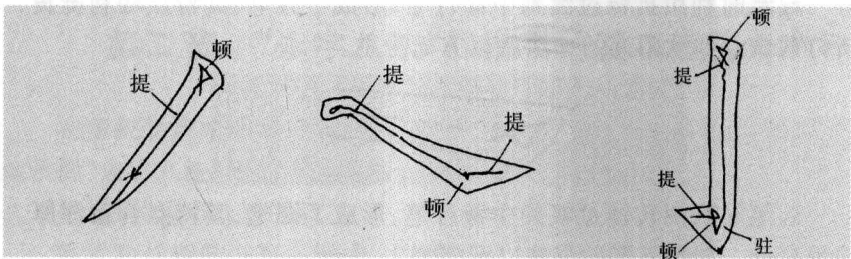
的技巧对初学书法者十分重要。

那么,在哪些情况下需要提笔呢?一般有以下几种情况:

(1)点画起笔、收笔及转折都要提笔。换句话说,每当笔按下去后,即须提笔运行。这也就是古人所说的“亦提亦按”的运笔原则。



(2)有些点画如撇、捺、钩等收笔时出锋,必须提笔。(应当注意,提笔出锋后必须空中有一个回锋收笔的动作,以过渡到下一个笔画,这叫“空收”)



3

2. 按笔

按笔就是把笔按下去,使笔毫铺开。根据按的轻重不同,可分为顿笔、驻笔和挫笔。

(1) 顿笔

笔尖触纸后用力按下去,并稍作停留,这时墨水下注,线条显得粗壮。顿笔根据不同的要求,有“一分笔”、“二分笔”和“三分笔”之分。一般说,笔毫长度一半的三分之一为“一分笔”,笔毫一半的三分之二为“二分笔”,笔毫一半落纸为“三分笔”。这里涉及到按笔的一个原则,即在书写过程中,按得最重处基本上不超过笔尖长度的一半,不然笔尖不易还原,容易失控。

(2) 驻笔

有时,笔锋运行到一定的地方,稍作停留,蓄势再行,这种用笔方法叫驻笔。在笔锋转换方向时常用驻笔。此外,驻笔蓄势也是运笔节奏感的一个重要组成部分。

(3) 挫笔

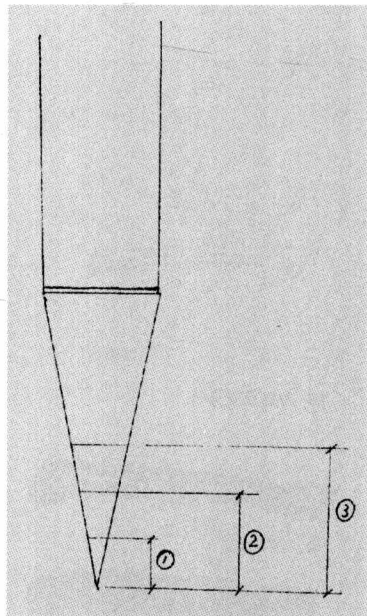
在顿笔之后,稍提,水平方向转动笔锋,这种用笔方法叫挫笔,又叫“衄挫”。在写钩、提、转折时常用此法。

以上三种用笔方法都属于“按”的范围,其中“顿笔”是垂直运动,“挫笔”是平面运动,“驻笔”是停顿,为下一个动作蓄势。它们和“提笔”一起组成了“提按顿挫”的运笔方法,每一个点画的完成都离不开“提按顿挫”,只有熟练地掌握了这些基本技巧,才能写出千姿百态的美观而规范的点画来。

(二) 起笔、收笔和方、圆、藏、露

1. 逆锋起笔和回锋收笔

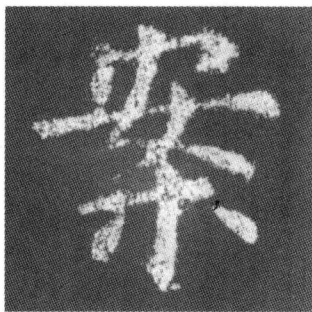
要写好楷书的点画,必须掌握正确的起笔和收笔的方法。



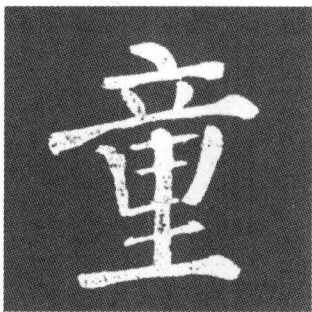
①一分笔

②二分笔

③三分笔



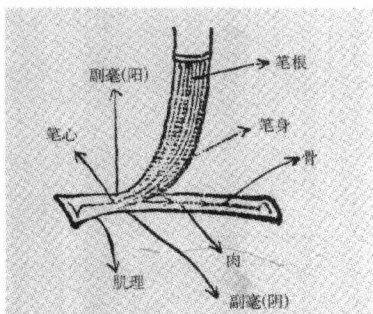
● 方笔藏锋起笔



● 圆笔藏锋起笔



● 露锋起笔



● 中锋用笔图

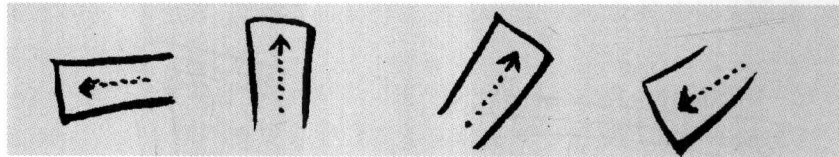


● 中锋示意



● 偏锋示意

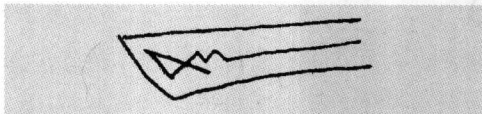
(1)“逆锋起笔”是指起笔时必须有一个“逆势”，即取一个和前进方向相反的落笔动作。就像拳击运动员出拳前先要将手收回再击出，才能更有力。所谓“欲左先右，欲右先左，欲下先上，欲上先下”，这种方法就叫“逆锋起笔”。这样起笔，点画就会丰满有力，避免弱笔。



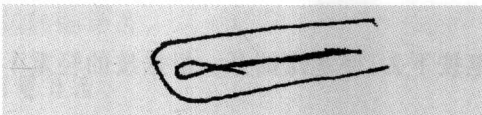
(2)“回锋收笔”是指点画结束时要提笔回带。古人归纳为“无垂不缩，无往不收”。收笔回锋可使点画交待清楚，饱满有力。此外，特别要注意每一个点画的收笔和下一个点画的起笔一定要有呼应，做到笔势不断。

2. 方、圆、藏、露

起笔时利用折锋过渡到中锋行笔，形成了方笔，其特点峻利挺拔，斩钉截铁。如欧阳询的书法就以方笔为主。

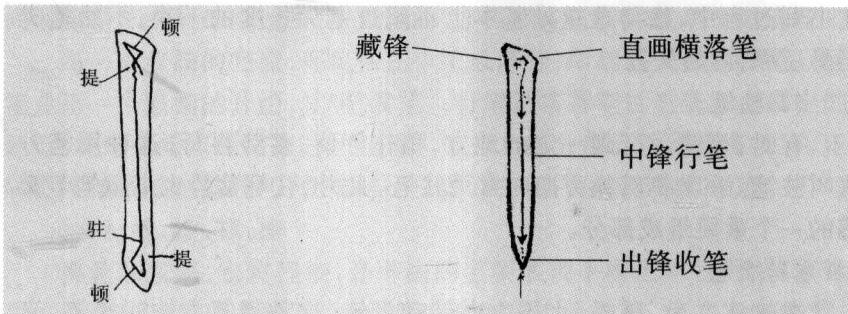


起笔时利用转锋过渡到中锋行笔，形成了圆笔，其特点含蓄浑厚，棉里裹针。如颜真卿的书法以圆笔为主。



还有一种起笔方法，采用露锋入纸，其锋外露(也叫“搭锋”)。露锋起笔的特点是锋芒外露，俊秀生动。如智永的书法起笔以露锋为主。

另外，收笔也有藏锋露锋的区别。如竖画收笔藏锋叫“垂露”，出锋叫“悬针”。撇、钩、捺的收笔也要露锋。采用露锋收笔时笔要送到底，出锋时还要空中回锋，取势“空收”，不然易产生“鼠尾”等病笔。



(三) 中锋行笔和“迟速”

为了写出具有质感、力感和势感的点画，不论是正、草、隶、篆，还是钟、王、颜、柳，在行笔上都要遵循一个共同的原则——中锋行笔。

中锋行笔有什么好处呢？

第一，由于笔锋在点画中间运行，墨水自然地从中向两边渗透，这时中间颜色浓于两边，线条便富有立体感和质感。古人把它比喻为“锥画沙”。

第二，由于笔锋在点画中间，所以提按顿挫时毛笔的主毫和辅毫都能垂直切向纸面，这样便能做到“万毫齐力”，产生“力透纸背”的效果。

第三,由于笔锋在点画中间,因此在向下一笔画过渡时(在行草书中表现为“牵丝”),能够做到“八面出锋”,使点画之间的气脉贯通,顾盼有姿。

要做到中锋行笔,“令笔尖常在点画中行”也不是一种容易的事。必须在书写过程中不断地采用调整手段,把偏离的笔尖拉回到点画中间,这个调整的手段就是“提按”。所以“提按”动作不仅存在于点画的开始(起笔)和结束(收笔),还存在于行笔的全过程。这一点必须在练习的过程中不断地体会、摸索,才能熟练掌握这些技巧。

另外,在行笔时还有个快慢问题,古人称为“迟速”。

一般来说,行笔时要快慢结合,才能有节奏感,不可孤立地强调行笔的快和慢。明代的祝枝山说得很辩证:“用笔不可太迟,迟则缓慢无神气;不可太疾,疾则窘步而失势。”对初学者来说,不宜太快,应强调笔笔到位,“宁迟毋速”。

第二节 “永字八法”和楷书的基本点画

在考级要点中明确规定必须熟练地掌握“永字八法”中的点画写法。

什么是“永字八法”呢?

古人在长期的书写实践中,将楷书的基本点画浓缩在一个“永”字中,称为“永字八法”。关于“永字八法”的来源,有各种不同的说法,由于它比较全面地总结了楷书基本点画的特点,因此“八法”又成了书法的代名词。

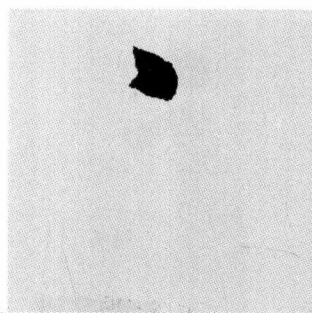
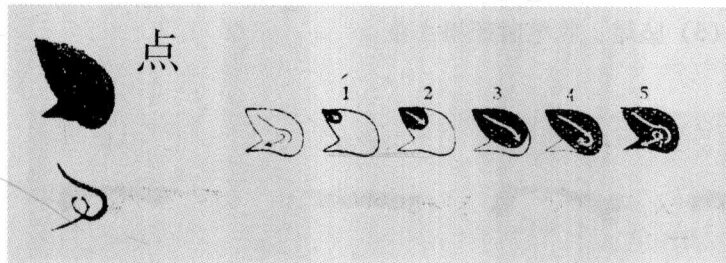
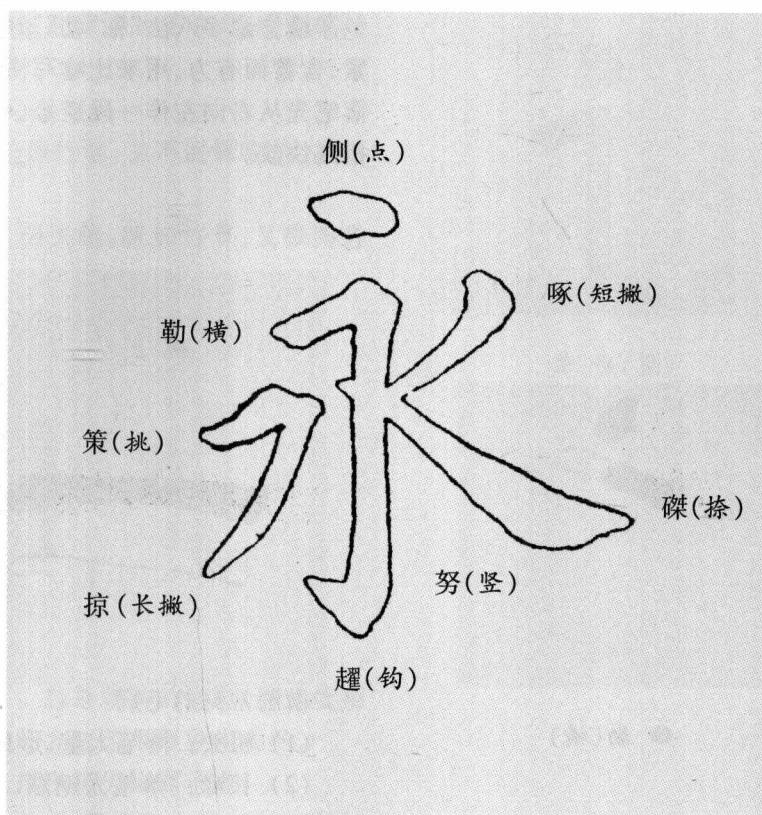
下面结合“永字八法”,介绍楷书基本点画的写法及在练习中常见的一些毛病。

1. 点的写法

点又叫“侧”,它是楷书基本点画的基础。宋代姜夔说:“点者,字之眉目,全藉顾盼精神,有向有背,随字异形。”点不但变化多,而且其他笔画都是“点”的延伸,因此古人有“积点成画”之说。

写点时要“侧锋峻落,回锋收笔”。

笔取侧势,落笔后用力向右下,使笔毫沿中线向两面铺开,随即稍提笔,扭挫回锋,轻快地在下腹出锋(或收锋)。其要领是“落笔轻,着纸重,取势远,出锋疾”。



● 侧(点)

点画常见的毛病:

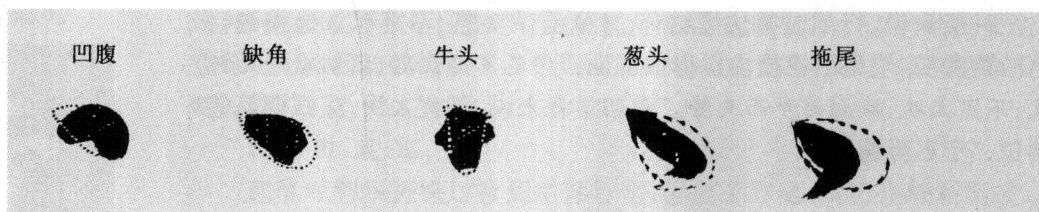
(1) 凹腹: 其原因是落笔时, 笔锋偏向上兜, 笔毫未沿中线铺开, 所以腹部空虚。

(2) 缺角: 收笔动作不到位, 形成缺角。

(3) 牛头: 起笔太重, 在笔锋转向时缺少提笔的动作, 以致笔锋翘起失控, 形成墨疙瘩。

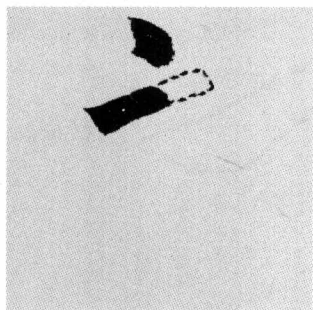
(4) 葱头: 笔锋入纸太轻, 铺毫不足。

(5) 拖尾: 下半部缺少回锋收笔, 出锋又拖泥带水, 形成此病。

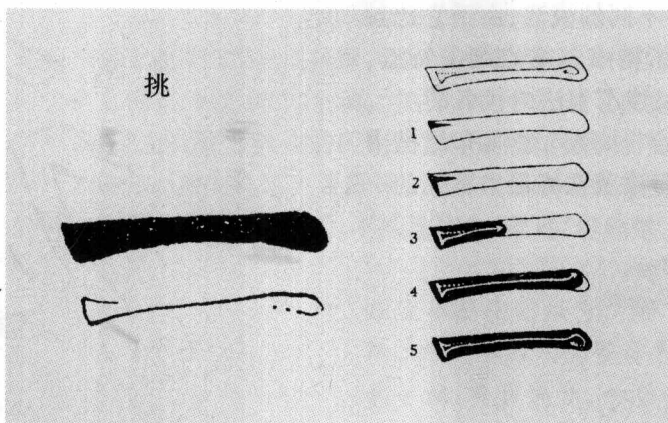


2. 横的写法

横, “永字八法”称“勒”, 好似马口中含的横铁, 两端扎绳子, 愈收愈紧, 含蓄而有力, 用来比喻写横时逐步顿挫地把笔锋运送过去。写横时落笔先从右向左作一段逆势(可虚可实), 调锋铺毫, 行至结束像点一样扭挫快收。



● 勒(横)



横画常见的毛病:

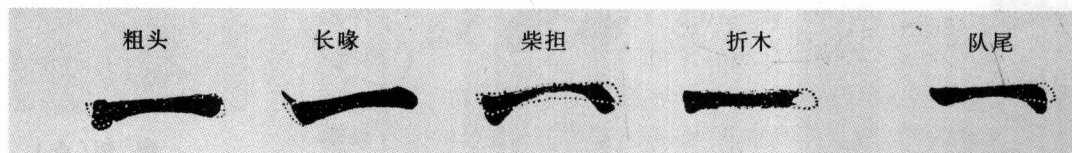
(1) 粗头: 落笔太重, 形成“肉骨头”形状。

(2) 长喙: 落笔太随意, 下笔就走, 多出一段细而尖的露锋, 形同鸟的长嘴。

(3) 柴担: 两头太重, 中段提笔过分, 使横弯得像一根挑柴的扁担。

(4) 折木: 收笔缺少回锋, 所以如折断的木棍。

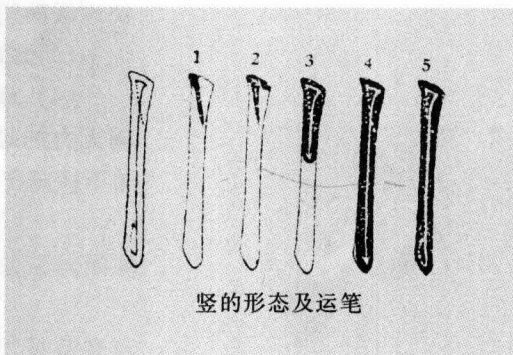
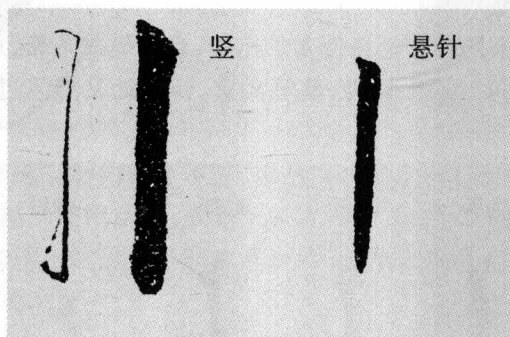
(5) 坠尾: 收笔时顿得太重。



3. 竖的写法

竖,又叫“努”。汉字中横多竖少,竖是一个字的骨干,起到支柱作用。要写得挺拔劲健。

竖的书写要领与横基本相仿,只是方向不同。



竖画常见的毛病:

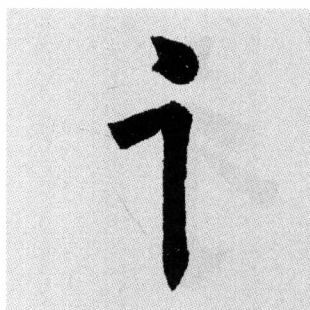
(1) 倾斜: 许多人常为一竖写不直而苦恼,其原因是落笔后笔锋未调正。调锋不足,竖向左斜;调锋过头,则竖向右倾斜。

(2) 钉头: 落笔太重,或落笔后缺少衄挫调锋的环节,造成起笔处状如钉头。

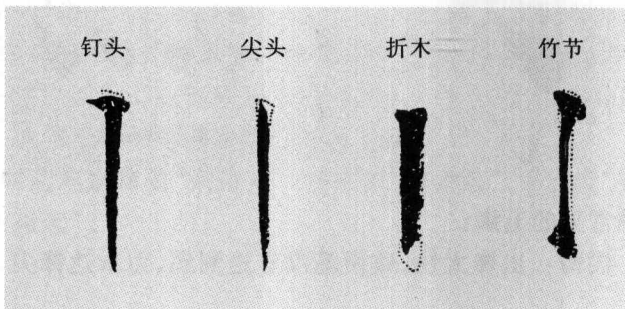
(3) 尖头: 起笔没有横向取势。

(4) 折木: 没有做到“无垂不缩”,偏锋行笔,又不回锋收笔,故形同折断的木棍。

(5) 竹节: 起笔收笔太重,中间细,两头粗,状如竹节,又像肉骨头,没有处理好按和提的关系。



● 努(竖)

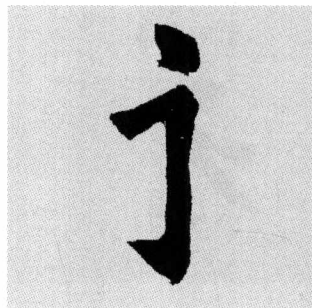
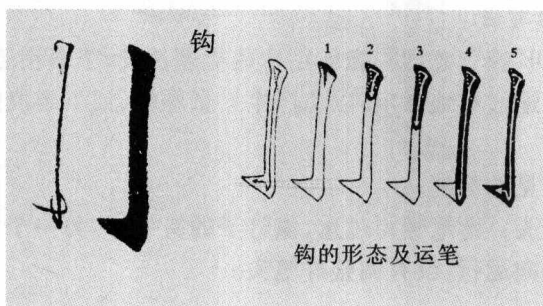


4. 钩的写法

钩在“永字八法”中叫“趯”,也称“剔”。趯是踢脚的意思,即速度要快,力量要集中在脚尖。用它来比喻写钩的方法是很形象生动的。

钩要写得健而锐。健是指饱满,锐是指出锋尖锐而不散。

以左竖钩为例,先写好一竖,至收笔处,先将笔往上提,再按下,铺毫稍驻,用力快速推出。写好钩的关键是停驻、换锋、铺毫、出锋几个环节连贯协调,一气呵成。



● ■ (钩)

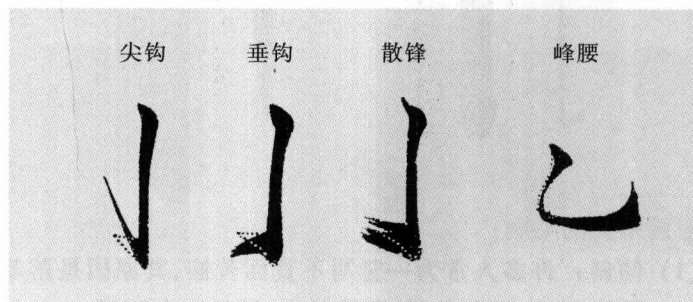
钩画常见的毛病:

(1) 尖钩: 写时随便, 竖画写完后, 没有提驻的动作, 铺毫不够, 显得细瘦单薄。

(2) 垂钩: 出锋太迟疑不决, 导致钩的方向下垂。要特别注意出锋快速果断。

(3) 散锋: 未调整好笔锋便匆忙出锋, 致使笔毫未聚, 形成散锋。

(4) 蜂腰: 写“乙”字钩时, 落笔太重, 转折处又提笔过分, 形成细弱无力的蜂腰。



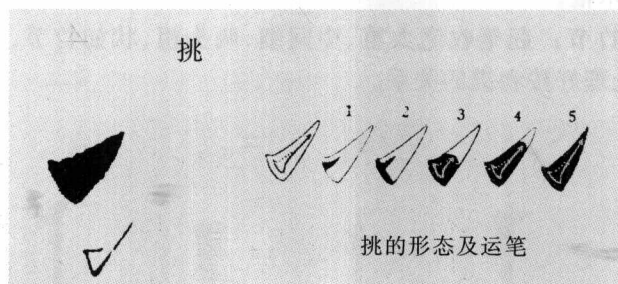
5. 挑的写法

挑, 在“永字八法”中叫“策”, 意为如同用马鞭来赶马。

挑的写法呈仰势。逆锋起笔, 铺毫转锋, 向右上方由慢至快地挑出, 笔毫也渐渐地收拢, 出锋宜快不宜慢, 否则缺乏精神。



● 策(挑)



挑画常见的毛病:

(1) 尖薄: 出锋太快, 致使笔没有送到底, 力未达锋尖, 显得单薄乏力。

(2) 钝软: 运行时太慢, 送力不够, 笔毫没有渐渐收拢, 显得迟钝缺少精神。



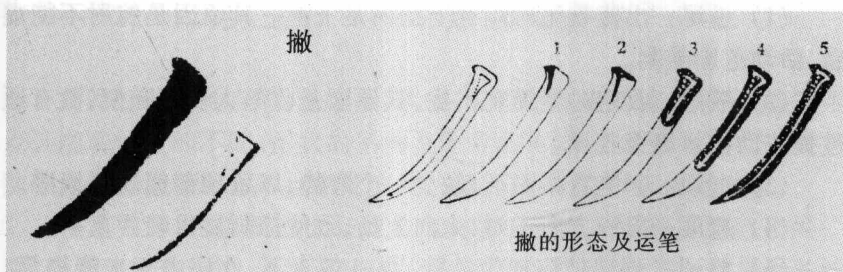
● 掠(长撇)

6. 撇的写法

撇, 又叫“掠”。意即写撇像用木梳梳理长发, 下段稍肥, 力要送到笔尖。切忌中途过早地撇出, 以免产生头重尾轻, 或下半段空虚乏力的弊病。

撇画常见的毛病:

(1) 钉头: 落笔顿得过重, 像钉子的头一样。另一个原因是落笔后立即提笔换向运行, 没有调整好笔尖。



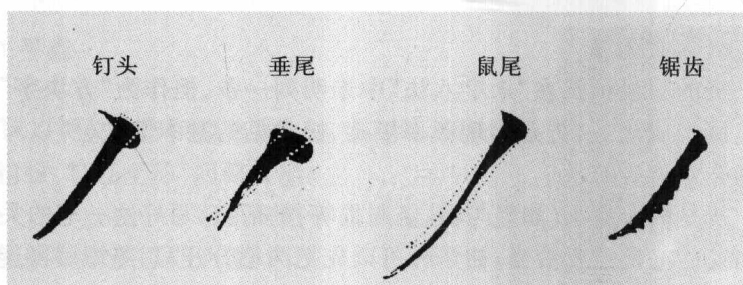
(2) 垂尾：撇的弯度不够，像拖曳的尾巴。其原因是由于腕肘不能悬起，活动范围受限制，造成撇的弧度不够，缺乏飘扬形态。

(3) 鼠尾：撇的下半段笔毫未铺开，没有渐收，因而撇的形状如老鼠尾巴，细瘦乏力。

(4) 锯齿：一边光一边毛，笔画形如锯齿一般。其原因是偏锋运笔，没有调整到中锋。



● 啄(短撇)



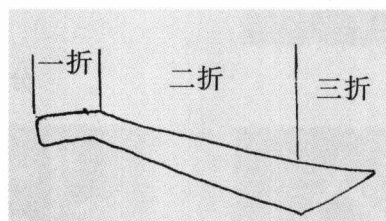
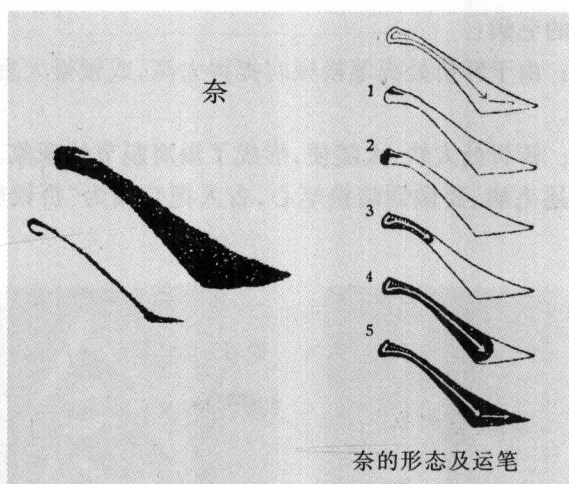
7. 捺的写法

捺，又叫“磔”（古代的一种刑法，用石碾之，使人皮裂肉碎。这里用以比喻用笔时笔毫铺开的程度），也称“波”。捺的写法源于隶书，古人称写捺要“一波三折”，即头部到颈部略向右上方为一折，颈到捺脚向右下方为二折，捺脚至锋尖略向右上出锋为三折。

写捺时起笔逆锋要“束得紧”，颈部要“提得起”，中段要“按得下”，出锋要“收得起”。



● 磔(捺)



● 一波三折示意图

捺画常见的毛病：

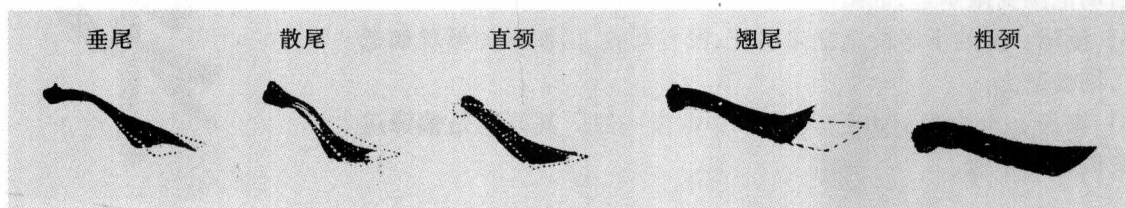
(1) 垂尾：出锋收尾时没有上扬而是下拖。其原因是腕肘不能虚悬，活动范围受制。

(2) 散尾：收笔时笔锋聚不拢。其原因是收笔太快太随便，没有通过提按动作将笔锋收拢。

(3) 直颈：起笔直拓而下，缺少一个弯势，以致颈部僵硬而板滞。

(4) 翘尾：出锋方向不对，太向上扬，致使捺画显得轻浮草率。

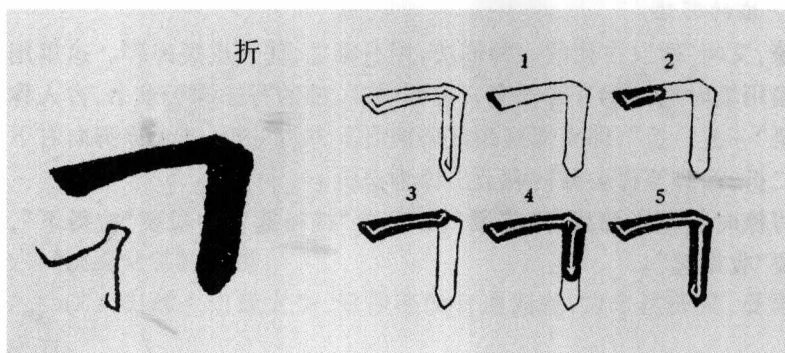
(5) 粗颈：颈部处应提笔驻锋，再一拓直下，此病由于未能提笔，显得臃肿乏力。



8. 折的写法

折的写法虽然在“永字八法”中未明列一条，但作为“方块字”的汉字笔画构成之一，折是出现频率极高、极常见的基本笔法，所以写好折笔是非常重要的。

折是两个笔画(如竖与横、竖与提等)的衔接，写好这一笔的关键是转角处提笔换锋要恰当。初学时可以先把两笔分开写，熟练后再连起来写。

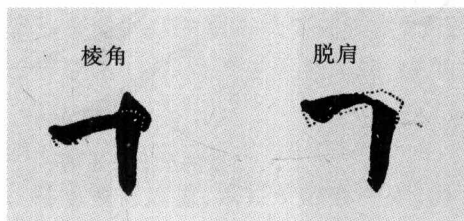


折画常见的毛病：

(1) 棱角：由于转折处提笔换锋时提得太高，或顿得太重，从而产生多余的棱角。

(2) 脱肩：转折处太快、太随便，形成了塌肩脱节的现象。

为避免上述毛病，要做到暗换笔心，古人把它喻为“折钗股”，是十分形象的。



第三节 楷书点画的变化

要写好楷书的点画,光掌握“永字八法”还远远不够,因为这些基本点画随着位置的不同、形状的不同及笔势的不同,会有种种变化。只有熟练地掌握了各种基本点画的变化,才能写出千姿百态的楷书来。

在这方面,考级要点也有所规定,概言之,即要掌握多样的手笔手法,能处理轻重长短,伸缩避让的关系。要做到这一点,则必须掌握各种基本点画的变化。

欧阳询的《九成宫醴泉铭》结体整饬,法度森严,但又不乏灵动,其原因是此碑的点画变化十分丰富。下面以此碑为例,列举基本点画的种种变化,以期习字者能举一反三,收事半功倍之效。

一 点的变化

11

1. 平点

平点的形状像短横。逆锋起笔,横向稍顿,轻轻上仰,回锋收笔。

平点在一个字中起着补空白的作用,能使字形显得更平稳。

