



名家书法教程

王羲之之行书技法

姜克戈◎编著

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社



名家书法教程

王羲之之行书技法

常州大学图书馆
藏书章

克戈◎编著

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

图书在版编目(CIP)数据

王羲之行书技法 / 姜克戈编著. — 北京: 北京美术摄影出版社, 2014. 6

名家书法教程

ISBN 978-7-80501-651-1

I. ①王… II. ①姜… III. ①行书—书法—教材
IV. ①J292.113.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第157497号

名家书法教程

王羲之行书技法

WANG XIZHI XINGSHU JIFA

姜克戈 编著

出 版 北京出版集团公司
北京美术摄影出版社
地 址 北京北三环中路6号
邮 编 100120
网 址 www.bph.com.cn
总发行 北京出版集团公司
发 行 京版北美(北京)文化艺术传媒有限公司
经 销 新华书店
印 刷 北京施园印刷厂
版 次 2014年6月第1版
2014年6月第1次印刷
开 本 850毫米×1280毫米 1/16
印 张 3.5
字 数 10千字
书 号 ISBN 978-7-80501-651-1
定 价 12.00元
质量监督电话 010-58572393

用 笔

运用毛笔在纸上书写点画的方法称用笔法，简称用笔。每一笔画都有起笔、行笔与收笔三个步骤，三个步骤运用得好才能妙笔生花。

行 笔 法

行笔是起笔至收笔阶段的运笔过程，又称运笔、走笔。行笔时，必须注意行笔的顺序、速度、走向与提按。

一、顺序

中国字大都在两画以上，因而就存在行笔先后顺序的问题。一个字先写哪一笔，后写哪一笔，都是约定俗成的。这种笔画书写的先后次序称为笔序，又称笔顺。笔顺错了，不仅影响书写的速度和结字的美观，还会贻笑大方。古人在长期的书写实践中，总结出了七条原则：（1）先上后下。一个字中有两条或两条以上横画者，先写上面的，后写下面的，如“三”“二”等字。（2）先左后右。一个字中有两条或两条以上竖画者，先写左边的，后写右边的，如“川”“山”等字。（3）先横后竖。一个字中有横有竖者，先写横画，后写竖画，如“十”“土”等字。（4）先撇后捺。一个字中有撇有捺者，先写撇画，后写捺画。如“人”“夫”等字。（5）先中间，后两边。一个字中有左中右三部分，先写中间，后写两边，如“小”“承”等字。（6）先外后内。由外框与内部笔画构成的字，先写外框，后写内部，如“风”“问”等字。（7）先进后关。由围框与内部笔画构成的字，先写围框，再写内部，最后写围框下的横，如“回”“国”等字。当然，以上仅是笔顺的一般规律，此外有些特殊的字必须特殊处理。如“有”字旁的字，有横有撇，有些字要先写撇，再写横，如“有”“右”等字；有些字则要先写横，后写撇，如“在”“左”等字。又如“义”字，有些人先写一点，再写撇捺，有的人先写撇捺，后写一点，这都是可以的。但绝大多数字的笔顺都是有规律可循的，对于初学者来说，只有循规蹈矩才能把字写好。

二、速度

运笔的速度既不宜太快，也不宜太慢。太快则留不住笔，笔不入纸；太慢则无势，线条无神采。运笔时一定要要有节奏感。唱歌时声音有高低快慢的变化才能悦耳动听；运笔时也要有快慢疾徐的动作才能使字有节奏感。不同的笔画要有不同的速度，以横、竖、撇、捺、点、折、钩而言，横须慢，竖应快；捺应慢，撇须快；折应慢，钩须快。单以竖而言，悬针竖宜慢，垂露竖宜快。而且，一画之间也有快有慢，如写一捺，起笔须慢，然后由慢而快，至捺脚又由快而慢，至捺尖又由慢而快。音乐没有快慢的节奏就会索然无味，书法也必须有快慢的节奏感才会丰富多彩。

三、走向

所谓行笔“走向”，即在运笔过程中笔尖的方向。楷书运笔时笔锋（尖）一般保持在点画的中线上运动，书家叫中锋，也称为正锋。由于中锋行笔的笔锋在点画中间，笔锋含墨较多；辅毫在点画两边，辅毫含墨较少，这样就使笔画中间墨色深，越到两边墨色越浅。这样的点画，不但沉着圆润，而且富有立体感。据说南唐书法家徐铉写的字，映着日光看，笔画的中心隐隐可见一条浓墨聚成的黑线，这就是中锋行笔的效果。如果行笔时笔锋偏于笔画的一边，而笔肚势必会屈折于笔画的另一边，会形成参差不齐的锯齿形，这就是偏锋。所以初学者用笔一定要保持笔笔中锋。需要注意的是，中锋行笔时，为了使笔锋处于点画的正中，起笔写横画时锋尖必定向左，写竖画时锋尖必定向上，起笔处就会形成枣核状，收笔时同样会产生枣核状，所以起笔与收笔时必须通过笔的提按转折来调整笔锋，起笔要逆锋，收笔要回锋。同时，由于中锋行笔笔锋在笔运行方向的后方，转折时如不调整笔锋，转折后的笔锋就会偏于笔画的一边，所以转折时必须提笔转锋或折锋调整笔锋，笔锋才能在转折后仍处于笔画的中间，否则，是难以做到笔笔中锋的。

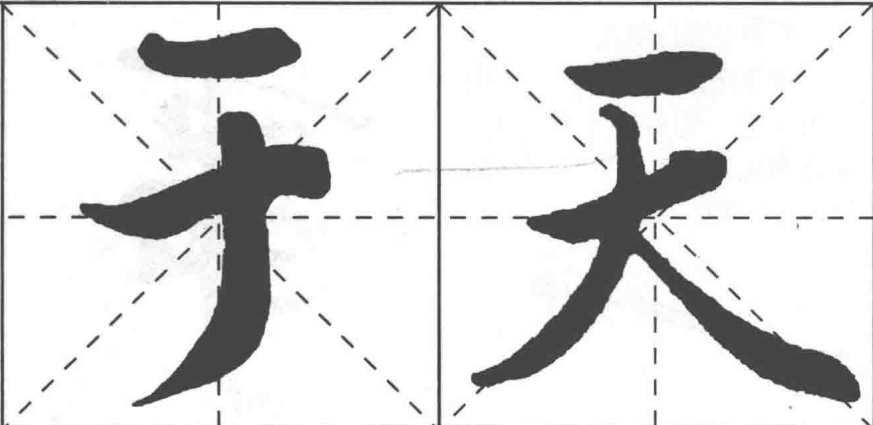
四、提按

将笔从纸面上微微提起，笔锋着纸较少，称为提笔。将笔从纸面上微微按下，笔锋着纸较多，称为按笔。笔画的粗细变化是在提按动作中完成的，如果在行笔中渐渐提笔，笔锋着纸由多到少，笔画就由粗变细；反之，在行笔中逐渐按笔，笔锋着纸由少到多，笔画则由细变粗。即使笔画没有粗细的变化，从起笔、行笔到收笔的全过程也是在不断地提按中进行的。此外，在转折时，提按起到了调整笔锋、保持中锋的关键作用。因此，掌握好提按，对于写好点画是至关重要的。需要强调的是提按一定要适度，因为提得过高，写出的点画就轻飘；按得过低，写出的点画就死板；提按太突然，则会出现“蜂腰”的毛病。

横画

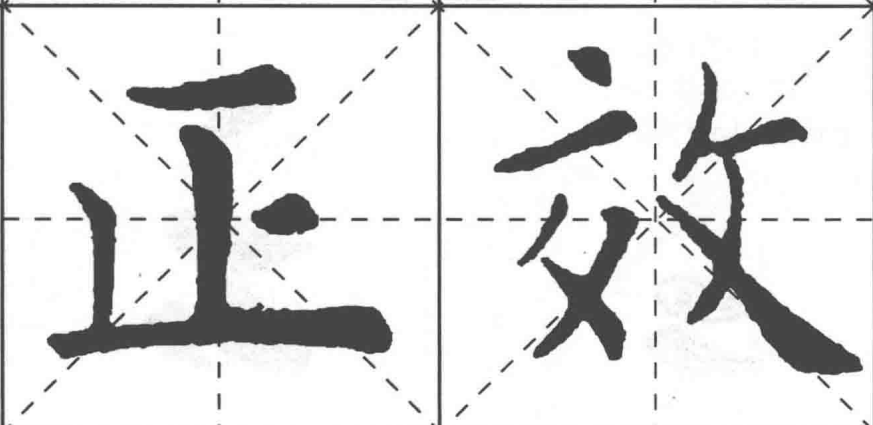
1. 短横行笔法

逆锋起笔；沿中锋运笔，段短；至收笔处轻提重顿，同锋收笔。



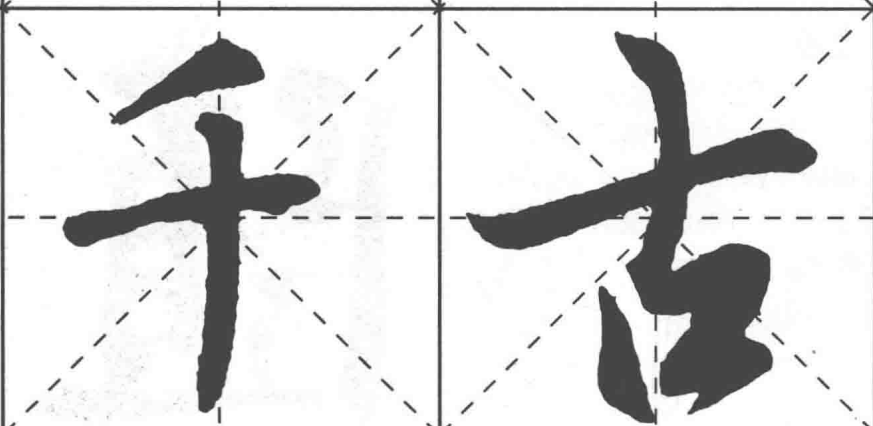
2. 左尖横行笔法

尖锋轻落；沿中锋引笔稍向右上行笔；至右端合适位置提锋转笔。



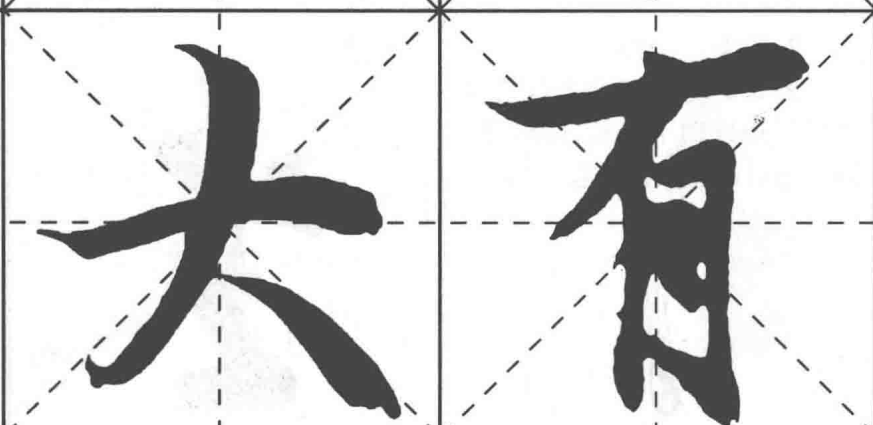
3. 长横行笔法

露锋起笔，向右中锋运笔；至适当位置顿笔同锋，收笔短促有力。



4. 露锋横（挑上横）行笔法

顺锋起笔，略顿笔；右行略偏右上行笔，出锋沿左上运笔，顺势收笔。



5. 带下横行笔法

露锋起笔，按笔匀力略向右上运笔，笔锋取下向弓势；至适当位置顿笔向左一下，同锋迅速收笔。



6. 点横行笔法

以点带横，露锋落笔；收笔稍顿，同笔出锋。



竖画

1. 垂露竖行笔法

藏锋起笔；折笔向右下按，提转中锋向下行笔；至竖画末端稍停；向左上或者右上同锋收笔。



2. 弯头竖行笔法

露锋起笔；向右下行笔重顿后沿中锋向下行笔；略带同锋顿笔后向上回锋收笔。



3. 放肆竖(悬针竖)行笔法
藏锋或露锋起笔；转笔向
右下按笔，中锋之下；至笔画
末端直接放笔出锋提笔。



4. 右钩竖行笔法
逆锋起笔，折笔中锋向下；
顿笔带钩或折笔带钩而出。渐
行渐提，至末端同锋收笔或者
带钩向右呼出。



5. 左钩竖行笔法
出锋轻落起笔，转笔中锋
向下匀力行笔；至笔画末端时
稍顿同锋蓄势；向左方钩出，
钩势平且锐利。



6. 弧竖行笔法
露锋起笔；转笔中锋或者
侧锋行笔；竖呈右弧形状；至
末端位置出锋或者同锋收笔，
显出劲力。



7. 点竖行笔法

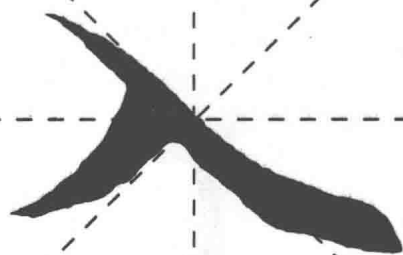
顺锋起笔；收笔宜快宜轻。



撇画

1. 短撇行笔法

逆锋轻落起笔，撇头稍大；稍停折笔后向右下稍顿；提笔调中锋向左下行笔，渐行渐提，至末端处有力手臂，露锋。



2. 放锋撇行笔法

逆锋起笔；转笔左行，顺势左下行笔；放锋自然提笔收笔。



3. 方尾撇行笔法

露锋起笔；稍顿笔后转而向左下行笔；顺势行笔向左上方同锋钩出收笔。



4. 斜撇行笔法

露锋起笔；顿笔后向左下作弧形撇出锋；行笔过程中，速度适中，先重后轻，自然收笔。



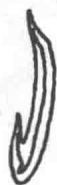
5. 曲头撇行笔法

逆锋起笔，撇头弯曲，尖锋轻落起笔，顺势右下按；折笔调中锋向左下快行，渐行渐提；至末端处收笔有力，露锋。



6. 带钩撇行笔法

露锋起笔；折笔向左下提按行笔；撇至末端稍顿笔随即钩出。



7. 平撇行笔法

逆锋起笔；折笔稍顿；转锋而左方稍下顺势撇出，收笔自然。



捺画

1. 短捺行笔法

露锋轻落起笔；向左下行笔，至捺脚处按笔同锋收笔。



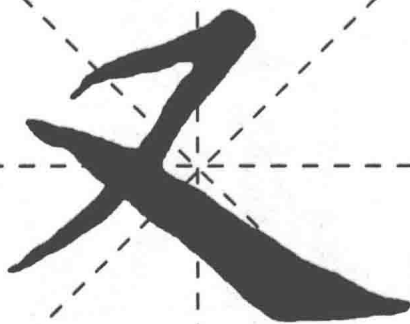
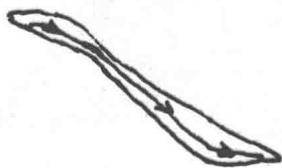
2. 平捺行笔法

逆风下按起笔，折笔向下稍顿蓄势；提笔调中锋平坦行笔；至末端处稍停笔蓄势，后提笔向右上行笔并收笔。



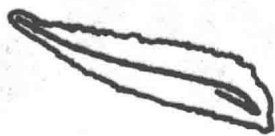
3. 斜捺行笔法

顺锋轻落起笔；顺势向右下行笔，由轻渐重略作弯势渐行渐提；至末端处同锋左上收笔。



4. 点反捺行笔法

顺锋轻落起笔；顺势向右下行笔；在中间部位稍顿笔，出尖锋收笔。



5. 长捺行笔法

露锋稍按起笔；侧锋向左下行笔；至末端稍顿行，回锋收笔。



钩画

1. 横钩行笔法

露锋轻稳起笔，折笔调中锋向右慢行笔；中间部分需提笔慢行，至钩处向右下稍顿笔；同锋蓄势，向左下钩出，出钩时须短而有力。



2. 竖钩行笔法

露锋轻落起笔；稍顿后向下中锋行笔，至钩处稍停笔；向上同锋蓄势，沿左上方快速钩出，笔锋较锐利。

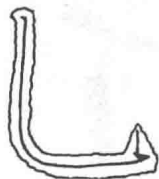


3. 戈钩（斜钩）行笔法

顺锋轻落起笔，顺势向右下轻按笔；略顿后向右下行笔略带弧形；至钩处稍顿，同锋蓄势，向上偏左钩出。



4. 竖弯钩(浮鹅钩)行笔法
露锋轻落起笔；转笔中锋
向左下曲行，转弯处应弧弯转
向右行笔；至钩处同锋蓄势，
向上略偏左钩出，出锋。



託

抱

5. 卧钩行笔法
顺锋起笔，向右下略按笔
作横弯势行笔；至钩处同锋蓄
势；向左上用力钩出，露锋。



惠

悲

6. 横折弯钩行笔法
露锋起笔；略偏右上行笔，
至拐弯处稍顿笔向左下曲行；
弧形运笔，后顿笔蓄势向左钩
出，出锋。



九

氣

7. 弧弯钩行笔法
露锋起笔；顺势下按笔转
锋；迅速提笔向右上挑出，行
笔要快。



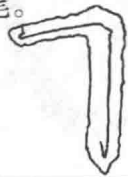
觀

攬

折画

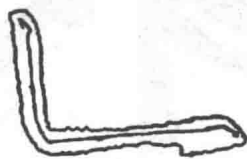
1. 横折行笔法

轻落起笔，藏锋或露锋；由左向右行笔至折笔处，稍顿笔后调中锋向下行笔；至末端驻锋收笔。



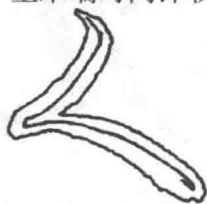
2. 竖折行笔法

藏锋起笔，从右上往左下倾斜行笔；至拐弯处转笔向右行笔；至末端时向上出锋或者同锋收笔。



3. 斜折行笔法

露锋轻落起笔，折笔后调中锋向左下行笔；至适当位置稍顿笔，提笔回锋向右下按笔运行；至末端时同锋收笔。



4. 撇折行笔法

露锋起笔，折笔顺势右下稍顿；提笔调中锋左下行笔，至合适位置转笔右上行笔；稍顿笔后同锋收笔。



提画

1. 提行笔法

露锋向左下由轻渐重入笔；稍顿后向右上由重渐轻稍快出锋；顺势收笔，力送锋尖。



终

致

2. 斜提行笔法

藏锋起笔，折笔后向下稍下按；转笔向右上挑起；至适当位置自然收笔。



地

取

3. 点提行笔法

逆锋起笔；稍顿后折笔向右下顿笔蓄势；转锋向右上撇出，自然收笔。



次

沈

4. 竖提行笔法

露锋起笔；顺势走中锋直下；至合适位置，稍顿后折锋向右上挑出，顺势提笔。



悟

慨

5. 撇折提行笔法

逆锋起笔，折笔轻挑稍停笔；转锋向左下方撇出；至末端稍顿蓄势后，折笔向右上挑出，顺势收笔。



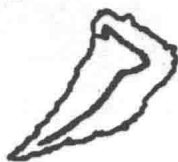
相

和

点画

1. 撇点行笔法

逆锋轻落起笔；折锋向右下稍顿；轻提调锋，向左。下出锋收笔。

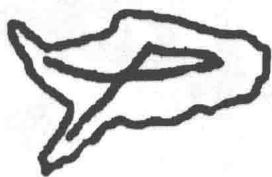


云

矣

2. 平点行笔法

尖锋轻落起笔，顺势向右略弯行笔；提锋转笔向左上行笔；向左下出锋顺势回锋收笔。



今

晏

3. 斜点行笔法

露锋轻落起笔；向右侧下按行笔；至笔尾稍顿笔折笔向左下挑出，顺势提笔。

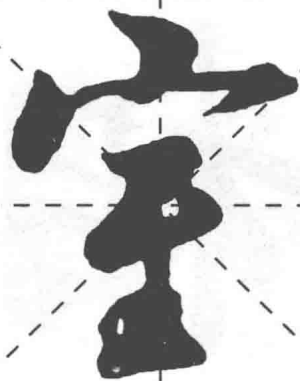


叙

决

4. 竖点行笔法

逆锋轻落起笔；折笔调向中锋向下稍行笔；驻锋上提收笔或左上同锋收笔。



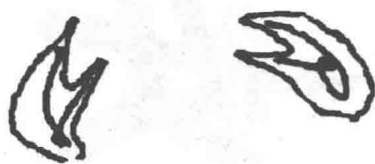
5. 曾头点行笔法

左点尖锋轻落，顺势向右下按笔；同锋蓄势向右上挑出，收笔；右点搭接起笔，顺势向左下撇出，自然收笔。



6. 顾盼点行笔法

左点露锋起笔；稍顿用力后向右上出锋；右点逆风落笔，稍顿向左下出锋顺势收笔。



7. 横连点行笔法

左点尖锋轻落，顺势下按笔；转锋提笔向右上挑出；右点搭接起笔，顺势下按并稍顿笔；翻锋提笔向右上挑出，两点左右呼应。

