

新概念金奖硬笔书法丛书

新概念

金裘呼儿将出换美

硬笔行书速成字帖

主编：王玉孝

书写：司惠国

行

杜甫

三月三日天气新
长安水边多

丽人态浓意远
淑且真肌理细

腻骨肉匀绣罗衣
裳照暮春盛

金孔雀银麒麟
头上何

中国画报出版社

图书在版编目(CIP)数据

新概念硬笔书法字帖 / 司惠国, 李正伦, 宋炳坤书
北京: 中国画报出版社, 2002. 1
(新概念金奖硬笔书法)
ISBN 7-80024-617-5

I. 新… II. ①司…②李…③宋… III. 汉字—硬笔字—
法帖 IV. J292. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 092573 号
(版权所有, 侵权必究)

新概念硬笔书法字帖

中国画报出版社出版发行

(北京海淀区车公庄西路 33 号)

新华书店经销

河北新华印刷一厂印刷

787×1092 16 开 5.5 印张

2002 年 1 月第一版第一次印刷

印数: 1~5000 册

ISBN 7-80024-617-5/J · 618

定价: 全四册 34.00 元(每册 8.50 元)

《新概念金奖硬笔书法丛书》编委会

主 编:王玉孝(著名学者,已出版各类文化艺术图书百余种)

特邀编委:司惠国(中国硬笔书法协会副主席)

张宝彤(中国硬笔书法协会代秘书长)

丁 谦(中国硬笔书法协会副秘书长)

阎锐敏(中国硬笔书法协会副秘书长)

编 委:徐庭福 曲 直 王 小燕 王世勇 任绪民

张秀丽 裴宪兰 李 玲 张学鹏 马于强

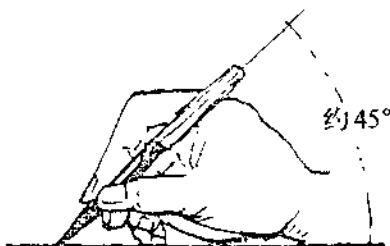
字帖书写者:司惠国 李正伦 宋炳坤 寇学臣 倪俊冬

责任编辑:李 刚

硬笔书法的执笔法和书写姿势

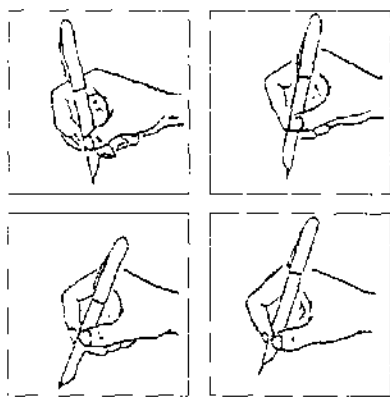
一、执笔法

硬笔的种类繁多，执笔的方法也不尽相同。钢笔、圆珠笔、签字笔、铅笔等硬笔的执握方法为三指执笔法。具体要求是：右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖3厘米左右的笔杆下端。食指稍前，大拇指稍后，中指在内侧抵住笔杆，无名指和小指依次自然地放在中指的下方并向手心弯曲。笔杆上端斜靠在食指的最高骨处，笔杆和纸成 $30^{\circ} \sim 50^{\circ}$ 左右。如图所示。



正确的执笔法

硬笔执笔要求达到“指实掌虚”的要求。只有指实，才能有效地控制用笔的提按和上下运动，使力从手腕和手指直达笔端。下笔的用力大小、行笔的徐疾变化正是依靠“指实”来达到的。掌虚，即要求手掌心要虚而空。只有掌虚，笔尖才可以在纸上前后左右灵活自如地运动。要做到指实掌虚，首先要“求龙忌

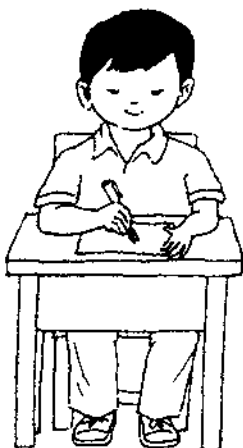


不正确的执笔法

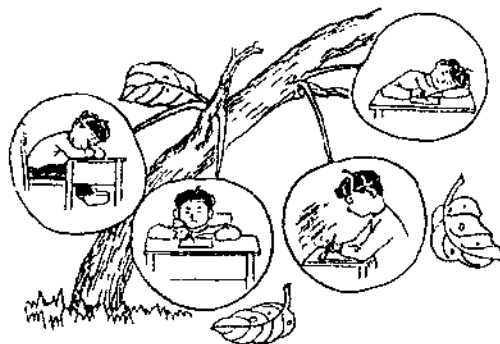
凤”，即执笔时拇指和食指之间要弯曲成一个小小的圆环形，像龙的眼睛一样，而不能形成一条细缝，像传说中凤凰的眼睛；其次，小指与手掌外侧也尽量不要过紧按纸面，手与纸的接触面越小越好，这样运笔会更加灵活舒适。执笔时用力要协调，松紧适宜。太紧，写出的笔画会流于死板、呆滞；太松，则笔画会流于轻浮、柔软。具体松紧程度可在实践中逐渐领悟。

二、书写姿势

理解了执笔方法，掌握了执笔的基本要领后，便是着手书写。书写时除了精神集中之外，还应该有正确的书写姿势。这就是要做到头正、身正、手正。书写时纸张平铺于桌面，两肘平曲于桌面的弯曲度是 45° 左右；两脚自然张开，右手执笔，左手按纸，胸部距书桌15厘米，无论横写、竖写均应使笔尖着纸部位同视线基本保持垂直。如图所示。



正确的书写姿势



不正确的书写姿势

目录

一、硬笔行书点画法	-----	3
二、硬笔行书偏旁部首法	-----	17
三、硬笔行书结体法	-----	48
四、综合练习——唐诗	-----	63

上点：自上向右下落笔，由轻渐重，稍顿后向左下转笔，顺势收笔与第二笔呼应。

主	主	主	主	主						
永	永	永	永	永						
之	之	之	之	之						
良	良	良	良	良						
义	义	义	义	义						

左点：自上向左下落笔，由轻渐重，稍顿即回锋收笔，也可直接转锋与第二笔相连。

农	农	农	农	农						
宣	宣	宣	宣	宣						
夏	夏	夏	夏	夏						
雷	雷	雷	雷	雷						
雪	雪	雪	雪	雪						

举

三连点：左点由上向右下落笔，稍顿即折笔向右
上写第二点，第二点居中且起笔位置较高，二三
点连写与下一笔呼应而出。

举 举 举 举 举

受 受 受 受 受

舜 舜 舜 舜 舜

爱 爱 爱 爱 爱

乳 乳 乳 乳 乳

点

四点底：首点落笔向右下，自然转向右上，后三
点连笔写成，末点收笔时向左下出锋或稍转即收。
四点均在一直线上。

点 点 点 点 点

隹 隹 隹 隹 隹

然 然 然 然 然

照 照 照 照 照

焦 焦 焦 焦 焦

并

顾盼点：自上向下或向右下方落笔写左点，由轻渐重并带弧形，折笔向右上与右点呼应，牵丝可断可连，右点收笔时向左下方出锋，与左点成顾盼状。

前 前 前 前 前

祥 祥 祥 祥 祥

并 并 并 并 并

羊 羊 羊 羊 羊

弟 弟 弟 弟 弟

二

二连点：上点前一笔呼应而出，同时又与下一点呼应相连。两点中上点下笔较轻而下点较重，上点较短而下点较长。要注意二点在整个字中的重心。

江 江 江 江 江

冰 冰 冰 冰 冰

况 况 况 况 况

净 净 净 净 净

冲 冲 冲 冲 冲

寸

独横：逆锋起笔稍顿后向右上行笔，稍顿回锋收笔，与下一笔呼应，此笔画一般作主笔。

丁 丁 丁 丁 丁

七 七 七 七 七

犬 犬 犬 犬 犬

下 下 下 下 下

上 上 上 上 上

天

二连横：上横起笔后一般向右或右下行笔，收笔以牵丝与下横相连，下横起笔后向右上行笔，收笔与下一笔相呼应。两横注意长短和方向变化。

天 天 天 天 天

子 子 子 子 子

井 井 井 井 井

夹 夹 夹 夹 夹

元 元 元 元 元

三连横：与二连横相似，上横向右下、中横向右、下横向右上行笔，三横一牵丝相连。中横较短，下横较长。三横切忌平行。

泰	泰	泰	泰	泰					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

丰	丰	丰	丰	丰					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

奏	奏	奏	奏	奏					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

表	表	表	表	表					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

艳	艳	艳	艳	艳					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

悬针竖：落笔稍顿后向下方行笔，至末端徐徐提笔出锋。此笔画为主笔，不宜过短，行笔不宜过快过尖。悬针竖是一字中最后一笔。

中	中	中	中	中					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

丰	丰	丰	丰	丰					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

千	千	千	千	千					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

华	华	华	华	华					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

丰	丰	丰	丰	丰					
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--

卡

垂露竖：落笔后向下行笔，至末端稍驻后向上回锋收笔，或与下一笔作呼应之势。

丫	丫	丫	丫	丫						
州	州	州	州	州						
升	升	升	升	升						
下	下	下	下	下						
平	平	平	平	平						

临

二连竖：左竖起笔稍向右下行笔，折笔向右上与右竖相连。两竖中左竖短右竖稍长且注意方向变化，右竖收笔时应与下一笔呼应。

旧	旧	旧	旧	旧						
曲	曲	曲	曲	曲						
非	非	非	非	非						
临	临	临	临	临						
廿	廿	廿	廿	廿						

顺

三连竖：左竖撇书写可作竖画，起笔后行笔稍成外弧形，下端收笔向右上与中竖相连，中竖笔画较短并与右竖相连，右竖笔画较长且刚劲有力。注意三笔画方向变化。

川	川	川	川	川						
顺	顺	顺	顺	顺						
州	州	州	州	州						
卅	卅	卅	卅	卅						
世	世	世	世	世						

千

平撇：向右下逆锋入笔，稍顿扣迅速向左或偏左下撇出，顺势与下一笔画相呼应，成藕断丝连状。

千	千	千	千	千						
巾	巾	巾	巾	巾						
反	反	反	反	反						
系	系	系	系	系						
乘	乘	乘	乘	乘						

辟

斜撇：向右下入笔，稍顿后向左下行笔，略有弧度，末端提笔出锋，也可回锋成钩与下一笔呼应。短端、长撇、竖弯撇写法基本相同，只是长短、方向相应变化。

乔 乔 乔 乔 乔

么 么 么 么 么

央 央 央 央 央

天 天 天 天 天

乃 乃 乃 乃 乃

待

二连撇：第一撇较短，第二撇较长，第二撇行笔至末端稍驻即向右上回锋与第二撇相连，第二撇行笔至末端可顺势撇出，也可回锋向上方出锋，以与下一笔呼应。

待 待 待 待 待

很 很 很 很 很

行 行 行 行 行

征 征 征 征 征

仿 仿 仿 仿 仿

三连撇：与二连撇写法基本相同，三撇以牵丝相连，
注意三撇起笔位置与长短变化和重心，第三撇是主
笔，应潇洒大方。

参	参	参	参	参						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

衫	衫	衫	衫	衫						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

彤	彤	彤	彤	彤						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

彤	彤	彤	彤	彤						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

衫	衫	衫	衫	衫						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

斜捺：顺势直接入笔，向右下行笔用力逐渐加重，
行笔中笔画应弯曲有度，至末端稍驻即向右平出。

放	放	放	放	放						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

故	故	故	故	故						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

敌	敌	敌	敌	敌						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

教	教	教	教	教						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

败	败	败	败	败						
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--

反

反 捺: 右点的加长写法: 顺势入笔, 向右下行笔用力逐渐加重, 末端可收可放。反捺是斜捺的变化, 一字多捺或一行中有多个捺画字时往往穿插将斜捺变成反捺。

反	反	反	反	反						
版	版	版	版	版						
数	数	数	数	数						
教	教	教	教	教						
双	双	双	双	双						

道

平 捺: 写法与楷书相近, 一波三折弯曲有度, 末端较为舒展, 写法也可将一波三折稍取直变成横状, 但末端不捺出, 而是回锋向上方或左下引出牵丝。

道	道	道	道	道						
迪	迪	迪	迪	迪						
进	进	进	进	进						
远	远	远	远	远						
逐	逐	逐	逐	逐						

横 钩：起笔向右斜上行笔，略带弧形，至末端折笔向左下出钩并引出下笔。

军 军 军 军 军

冠 冠 冠 冠 冠

罕 罕 罕 罕 罕

冢 冢 冢 冢 冢

冪 冪 冪 冪 冪

竖 钩：落笔稍顿即向下行笔，行笔中一种是稍向内挺，出钩时向左上钩出，此笔法劲挺有力；另一种是行笔时稍向外倾，出钩时向左下自然轻出，此笔法流畅自如。

列 列 列 列 列

剑 剑 剑 剑 剑

刺 刺 刺 刺 刺

制 制 制 制 制

列 列 列 列 列

而

横折钩：横部起笔承前一笔向右上行笔，至转折处自然向右下圆润行笔，至末端稍驻即向左上出钩，竖钩部宜短不宜长。

冈	冈	冈	冈	冈						
网	网	网	网	网						
同	同	同	同	同						
周	周	周	周	周						
冏	冏	冏	冏	冏						

与

竖折折钩：竖部起笔后偏向左下行笔，笔画稍长，至下端稍驻即折笔向右写出横折钩。注意两个转折一硬一圆。

与	与	与	与	与						
第	第	第	第	第						
弟	弟	弟	弟	弟						
鸟	鸟	鸟	鸟	鸟						
考	考	考	考	考						