

畫

五体书法技法 新编

◎ 浙江人民美术出版社

◎ 沈 炳 ◎ 编著

画家之路

HUAJIAZHILU

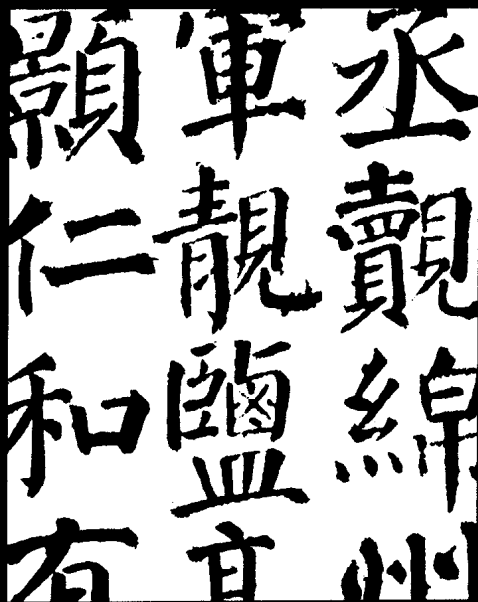
永和九年歲在癸丑
暮春之初會稽山陰之蘭
亭脩禊事也羣賢畢至少
長咸集此地有峻領茂林脩竹
清流激湍映帶左右引以
流觴曲水列坐其次雖無絲

星 家 之 路

五体 书法 技法新编

WuTi ShuFa JiFaXinBian

沈炳 编著



浙 江 人 民 美 术 出 版 社

五体书法技法新编

责任编辑 高志岳

封面设计 黄晓峰

封面书法 王羲之

版面设计 郭梦好

宋 钢

何建强

文字审校 王素一

范字作者 (按姓氏笔画为序)

马公愚 邓散木 沙孟海

沈尹默 沈 炳 李文采

何绍基 吴杭生 陈威遐

余绍宋 俞建华 谭延闿等

图书在版编目 (CIP) 数据

五体书法技法新编/沈炳编著. —杭州: 浙江人民美术出版社, 2002. 1

(画家之路)

ISBN 7-5340-1276-7

I. 五… II. 沈… III. 汉字—毛笔字—书法
IV. J292. 11

中国版本图书馆CIP数据核字 (2001) 第 078440 号

五体书法技法新编

编 著 沈 炳

责任编辑 高志岳

责任出版 胡国林

出版发行 浙江人民美术出版社 (杭州市体育场路 347 号)

经 销 全国各地新华书店

印 刷 浙江兴发印刷厂

版 次 2002 年 1 月第 1 版/第 1 次印刷

开 本 889×1194 1/16

印 张 10.5

印 数 0,001-3,000

书 号 ISBN 7-5340-1276-7/J·1108

定 价 28.00 元

目录

第一章 书写工具的选择

- 一、笔 4
- 二、纸 6
- 三、墨 6
- 四、砚 6

第二章 学习方法

- 一、选帖与学习进程 7
- 二、执笔与运腕 8
- 三、读帖 9
- 四、摹与临 11

第三章 楷书

- 一、颜真卿书《颜勤礼碑》简介 12
- 二、《颜勤礼碑》点画用笔分析 13
- 三、《颜勤礼碑》结字特征举要 24
- 四、《颜勤礼碑》选刊 28
- 五、《颜勤礼碑》俞建华临写示范 35

第四章 隶书

- 一、隶书浅谈 36
- 二、《张迁碑》简介 39
- 三、《张迁碑》点画用笔分析 40
- 四、《张迁碑》结字特征举要 46

五、《张迁碑》疑字选注 51

六、《张迁碑》选刊 53

七、《张迁碑》沈炳临写示范 58

第五章 行书

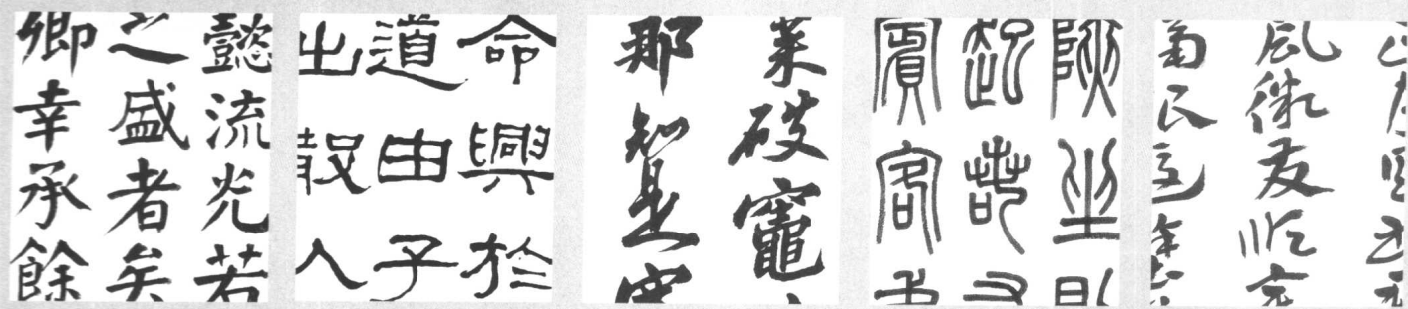
- 一、王羲之与行书 59
- 二、《兰亭序》是百代书法之楷模 60
- 三、《兰亭序》点画用笔分析 62
- 四、《兰亭序》纠连字运笔示意举例 70
- 五、《兰亭序》结字特征举要 72
- 六、《兰亭序》李文采临写示范 79
- 七、《兰亭序》选刊 80
- 八、《兰亭序》沈尹默临写示范 82

第六章 篆书

- 一、说篆 83
- 二、《峰山碑》用笔特征 84
- 三、《峰山碑》结字特征举要 90
- 四、《峰山碑》选刊 95
- 五、《峰山碑》陈威遐临写示范 98

第七章 草书

- 一、草书的种类 99
- 二、孙过庭《书谱》简介 100



三、小草笔法要领 101

四、《书谱》点画用笔分析 103

五、草法简说 112

六、《书谱》主要偏旁部首例举 117

七、《书谱》结字原理分析 119

八、《书谱》选刊 124

九、《书谱》余绍宋临写示范 127

第八章 创作

一、书法作品的形式要求 123

二、集字创作及范例 133

三、意临与创作 138

四、创作步骤 143

第九章 经典范本推荐与名家临写示范 24例 144

后记 168

第一章

书写工具的选择

一、笔

要想写好毛笔字，必须选择适合书写特点的工具，首先就是毛笔和纸。

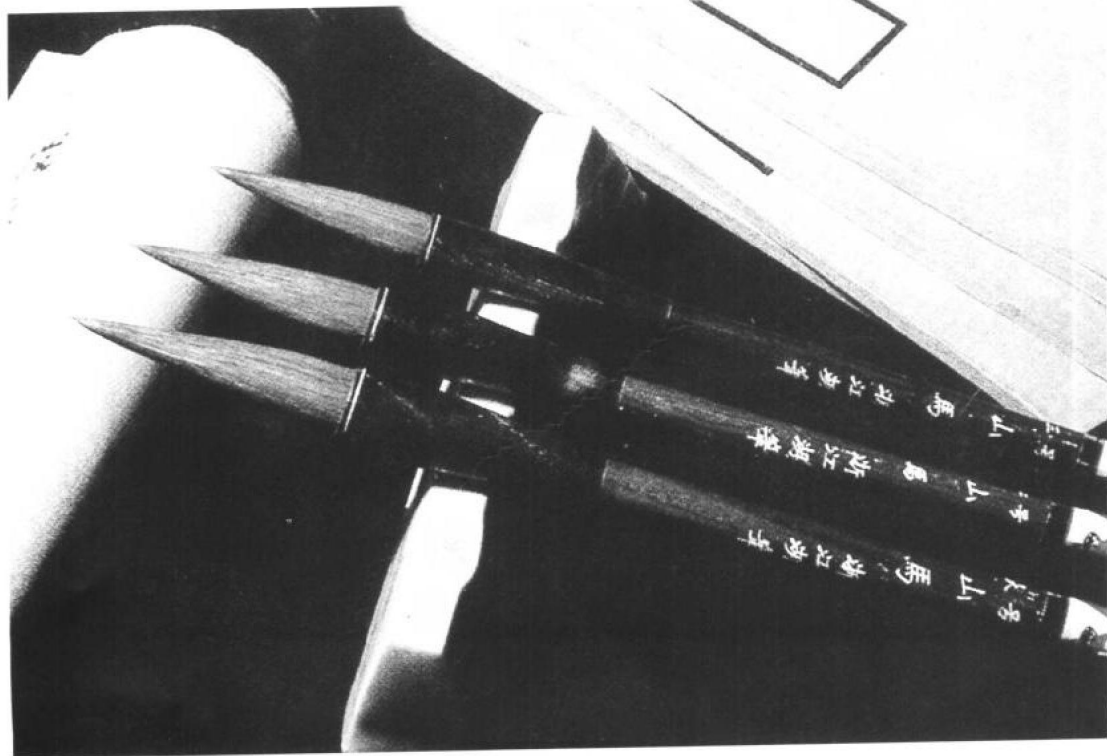
毛笔按笔毫弹性的强弱，可分为软、硬、中三性。软性笔毫比较柔软，主要是羊毫，也有鸡毫等品种；硬性的弹性较强，以狼毫、紫毫为主，也有用鼠须、鹿毛制作的；中性笔的弹性适中，多由较软的羊毫与狼毫或紫毫等较硬的笔毫混合制作，故常称“兼毫”，如“七紫三羊”由紫毫与羊毫混制，“大、中、小白云”由狼毫与羊毫混制，而各档“加健白云”则是狼毫成分比普通“白云”笔增加了一些。近几年有掺夹尼龙丝制作的毛笔，也都十分耐写好用。

挑选毛笔要求“尖、齐、圆、健”。即笔毫聚拢时要“尖”（但写榜书用的大号提笔、楂笔之类的笔不必尖）；笔端毫毛压扁时，顶端要“齐平”（见图三）；作环转盘旋书写时，笔毫不扁不散是“圆”；笔毫弹性好，久写不褪为“健”。此外，各种毛质的笔，大都是新用时较软，用旧后则较硬。

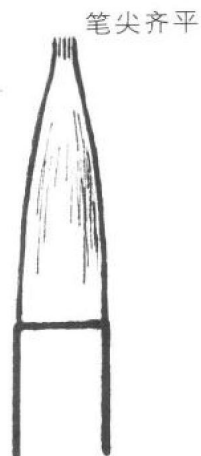
使用新笔时，需用温水慢慢将笔毫完全浸开，洗尽浆水，再用废纸吸去水分后才能蘸墨书写。每次用后都应洗净残墨，最好能挂起。切忌笔头朝上倒插在笔筒内，以防笔头里的水倒流入笔杆内，引起笔杆里的笔毛膨胀，撑裂笔杆。另外，用笔套套在笔头上似乎很方便。其实，无论笔套是松是紧，套管都是会挫断笔毫、影响使用的。



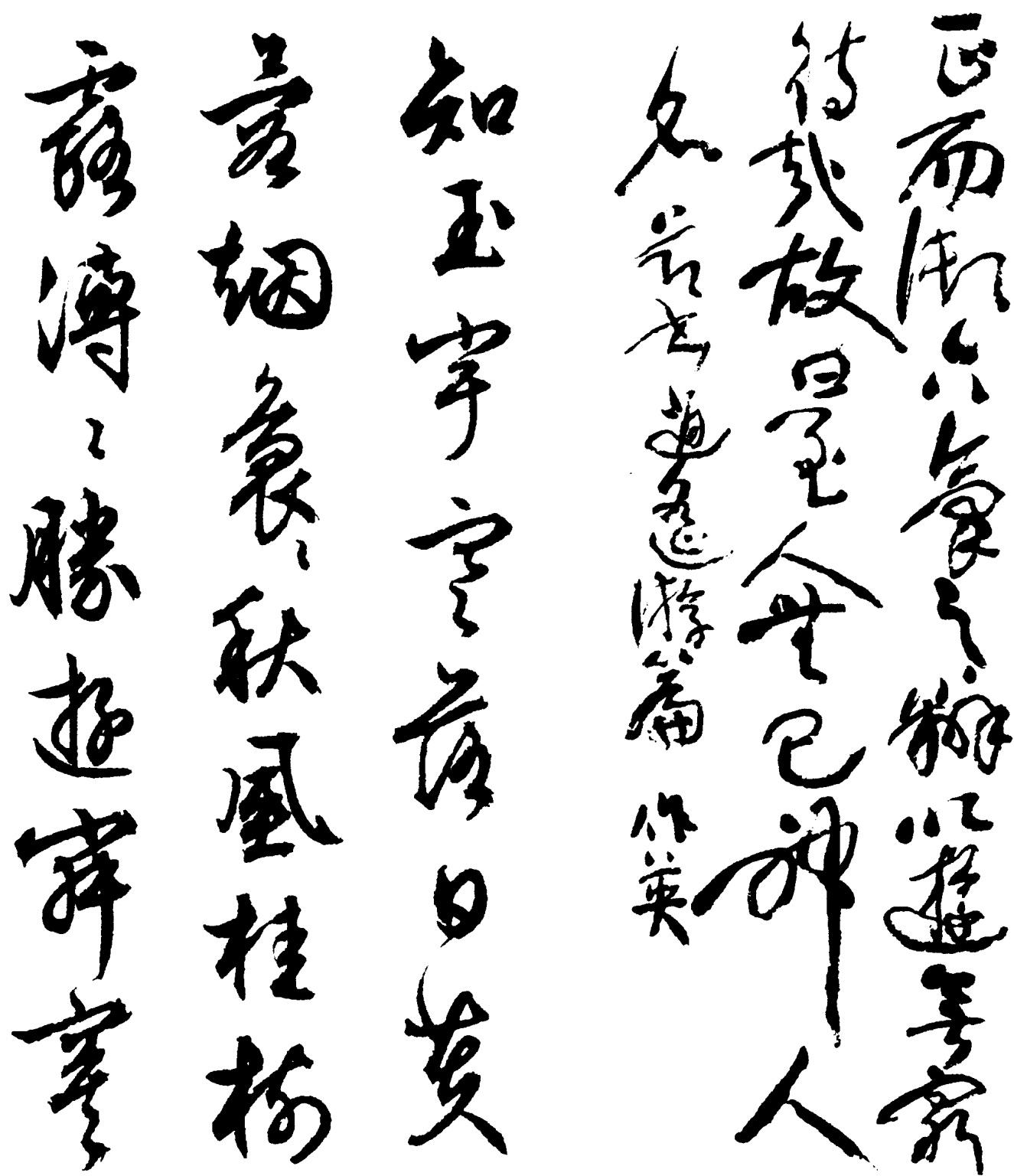
图一 软性的笔



图二 硬性的笔

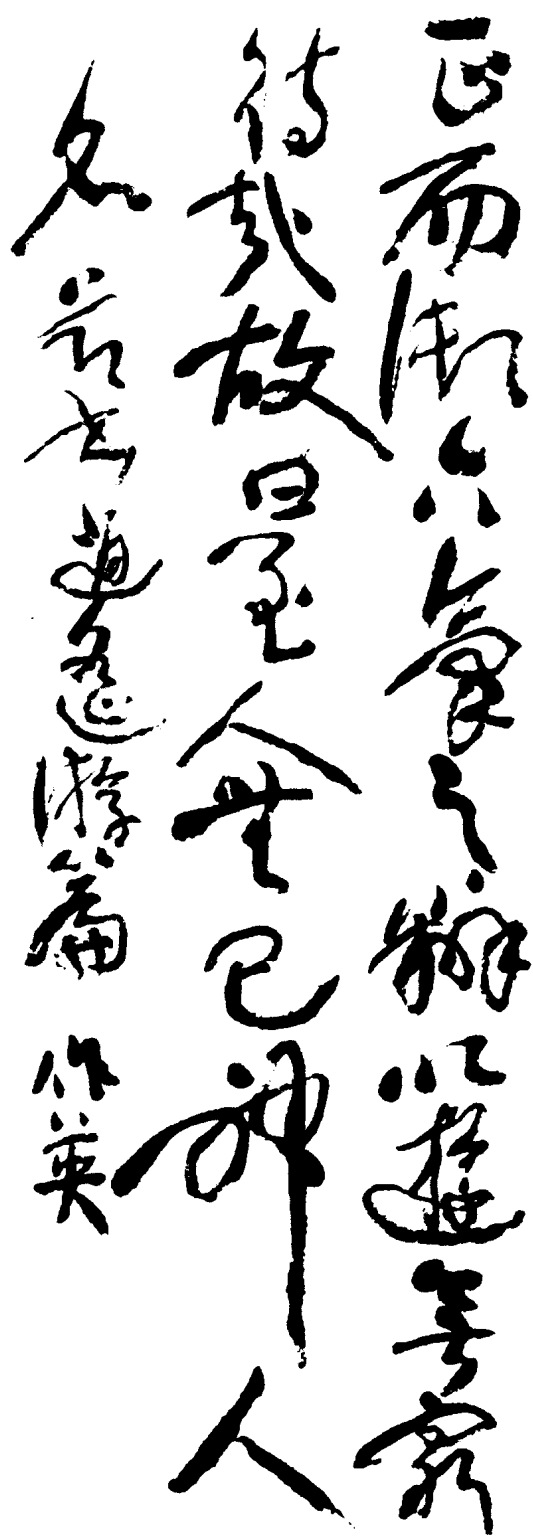


图三



图四 狼毫笔书写的效果

软硬程度不同的毛笔，可以写出不同的线质。羊毫笔比较软，弹性差些，其出水速度也稍慢一些，但写出来的线条变化较大，也更为凝练。为了把笔意写充分，运笔速度当慢些；狼毫之类的硬毫笔弹性较强，其出水速度也稍快些，运笔速度自当稍快，其线质容易出现劲直挺拔的效果。一般说来，写楷书、隶书和篆书宜用柔軟的羊毫笔，而行书、草书一般选用狼毫或兼毫。但由



图五 羊毫笔书写的效果

于书法家往往有自己的风格追求和书写习惯，以狼毫写楷、隶、篆的也有，以羊毫笔写行、草书的则更为常见。据传，明朝人几乎全用狼毫，而清朝人则以用羊毫的占多数。为了学会正确的笔法，将笔画中的提、按、顿、挫书写到位，为了锻炼笔力，初学者宜用羊毫笔作为入手学习的工具。

二、纸

创作书法作品要用宣纸。宣纸因原产于安徽宣城而得名，素享盛誉。现四川、浙江等地也有生产。宣纸主要分“生纸”、“熟纸”和“半熟纸”三类。“单宣”、“重单宣”、“净皮宣”等为生纸，吸水性强，易于表现线条的韵味，但初学者使用时需有一个熟悉的过程。“云母笺”、“冰雪笺”等为加工后的熟纸，不吸水，常用于书写小楷及国画中的工笔画。“煮捶笺”等也经过加工，属于半熟纸，吸水性适中，用墨比较容易掌握。此外，还有多种色彩的“仿古笺”、“洒金笺”等等，生、熟性质的都有，具有较强的装饰性。

练习用纸一般使用元书纸、毛边纸及低档宣纸，这类纸的吸水程度及粗糙程度适中，价格较廉。表面太光滑的纸不宜使用。

三、墨

墨是我国古代的重要发明，墨色可以经久不褪色。墨分“油烟墨”和“松烟墨”两种，以“质细、胶轻、色黑”者为佳。磨墨要用清水慢磨，切忌重压急磨。现在作书

画常用“一得阁”、“曹素功”等书画墨汁，十分方便，装裱时也不会渗化。平时习字如不需装裱，可用普通墨汁书写。无论是研磨的墨水还是现成的各类墨汁，都要控制用量、当天倒(磨)，当天用完。当天用不完，次日就成宿墨，时间久了会变质发臭。当然，没有用完的墨汁更不能倒回瓶中，这会引起整瓶墨汁变质。

四、砚

砚有“石砚”、“砖砚”等，石砚中的“端砚”、“歙砚”等比较名贵，一般使用普通石砚即可。如用墨汁，碟子、杯子都可以用。砚或其他盛装墨汁的容器应经常清洗，特别是书写要装裱的作品前，必须将宿墨清洗干净，以免影响装裱。

书法艺术作品的载体不仅仅是纸。甲骨文是契刻在龟甲和兽骨上的，金文为铸在青铜器上的文字，秦、汉的竹简、木牍和帛素一直沿用到晋代，现时各地营建的碑林，以及风景名胜的刻石，当是秦、汉以来刻石、碑刻的延续，在丝绢、棉布、化纤织品或竹木片上书写的书法作品也常常可以见到。这些都是书法的载体，如何应用，当视场合和需要而定。



图六 砚和墨汁

第二章 学习方法

一、选帖 与学习进程

初学书法应选择笔画清楚、字形相对比较固定的书体入手。从理论上说，篆书、隶书和正楷，均属于较为详静的书体，都可作为初学的选择。但篆书属于汉字的古文字字体，其形体与今体字差异较大。由于辨识上的难度，选其作为初学的并不多见。隶书和正楷都适合初学，但以正楷入门学习的较为普遍。

行书笔势流动，笔画时作纠连，结构也有减省，书写速度稍快；而草书笔墨翻飞，不但钩连更甚，而且草字字法极为严格，常常是一种草字字符可代表多种部位或结构，学写有一定的难度。所以，必须打好坚实的楷书、隶书基础，才能进而学好行书、草书。

本书介绍、分析的五种著名的古法帖，即以通常的学习进程排列。我们要强调的是，作为基本功训练的楷书（或隶书），必须长期坚持临习，许多以行、草书著称于世的书法家，直至其晚年，还都坚持不懈地苦练基本功，他们是我们学习的榜样。

图七 正、隶、行、篆、草五体字样



选帖问题是学书过程中经常会遇到的。以初学选择楷书为例：有人认为颜真卿的字气势雄伟，有骨有肉，字架开阔，提倡从颜字入手学习书法，是有一定的道理的。但也不尽然，因为并非人人都适合学颜字，不少人宜从别家书体入手。所以初学者可以从自己比较喜欢的古法帖中选择二三种，先作一下尝试，分别临写几天，寻找感觉，以易上手的一种作为首选。一旦选定，就得坚持练习，将其学深学透，直至“家法”确立——其标志是只要动笔写，便以这一书体为依归。切不可朝三暮四、频频换帖，也不能在同一书体中选二三家法帖同时学，这是会无所适从的。

认准目标，确立“家法”是约取，五种书体都要这样学。有了这个基础，则可“博观”——研究、临习其他风格、流派的法帖，或是找特点与自己接近的来作强化、深化练习；或是针对自身的不足，找相应的法帖作弥补、修正。博观时，眼睛不妨尽量“泛滥”——多看古法帖。而动手时，则须谨慎、多思，漫无目的地乱学一通是无益的。只要持之以恒，肯定会学有所成。

本书末章所推荐的优秀古法帖，都是经典名作，也是“约取”或“博观”的极佳范本。



图八——A 站姿执笔图



图八——B 坐姿执笔图

二、执笔与运腕

执笔大多采用五指法，从大指到小指，如图以“捩、压、钩、格、抵”姿势执笔。其要领第一是“掌虚、指实”。从右手内面看去，指尖远离掌心，中间是空的，称“掌虚”；从右手外侧看，除大指外的四指依次紧靠排列，称为“指实”。第二，执笔宜“浅”，即大指、食指和中指均以指尖执笔。第三，执笔的力度以不松不紧为宜，不必执得太紧太死。第四，执笔的高低应

视字形的大小和书体而定，字形小，执笔低，字形大就执得高；写楷书、隶书执笔相对低些，写篆书、草书执笔稍高，行书则适中。当然，执笔的高低，与书法家个人的书写习惯也有一定的关系。

五个手指的功能是执笔，书写则主要依靠“运腕”。运腕有三种方式：手腕枕靠在桌上书写是“枕腕”；手腕提起，肘部仍靠在桌上的称“悬腕”；腕和肘均提离桌子的称“悬肘”。我们提倡的是“悬肘法”。要求在书写过程中，以腕关节的力量为主，手指作辅助，来控制、调

节笔毫作起落提按的往返书写。同时，还须注意“掌竖腕平”，即书写前及书写点画的间隙，应保持掌竖腕平的姿势，而往返运笔书写时，手腕要随着笔画走势适度地摆动、翻动，以推、送、导、引笔毫书写，如图九。



图九 运腕图

三、读帖

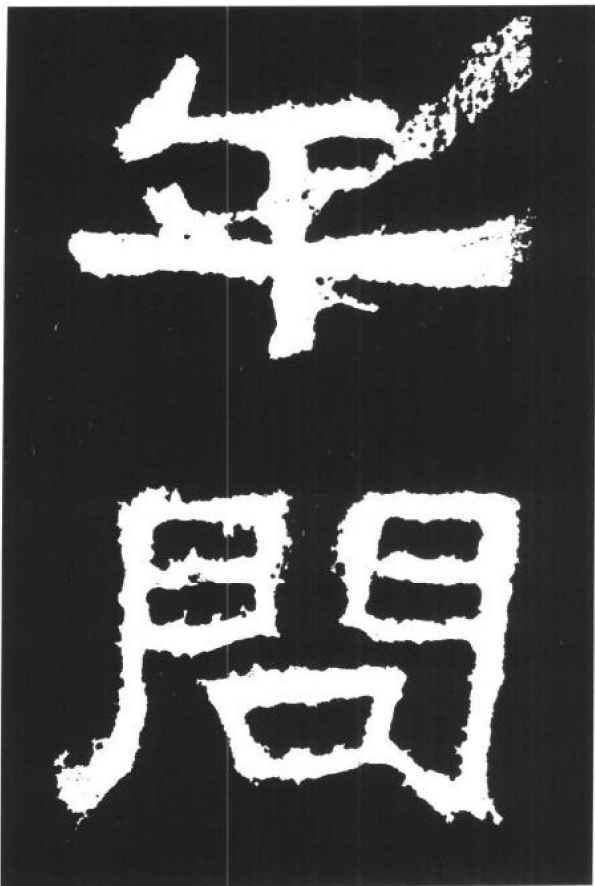
读帖就是赏析、琢磨范本，进而深刻地理解范本，是与临帖同样重要的学习方法。临帖之前须要读帖，不临写时，也须经常读帖。读帖可按以下几个方面进行。

1. 溯源

了解范本的整体风貌以及其作者的情况，了解该作者书法艺术的主要特色，如有可能，还要收集作者别的传世作品，进行比较，从中了解他书艺的发展情况。再则，应了解该作者所属的风格流派的各种情况。这样，通过横向和纵向的比较，不但开阔了眼界，而且有利于对所学范本作深入的理解。

2. 赏析

赏析是通过对范本技法的分析，去感受其笔墨情趣。首先，从观察其笔画的书写线路及锋势的走向开始，揣测行笔过程中提按顿挫所用的力度和速度，在笔毫的运行过程中体察其用笔的线质。其次是看结字和章法。看结字，先去把握范字的大体的外形，再进而分析字形的内部关系，如各个结构单位的大小搭配比例、其向背俯仰的组合形式，其正斜长短的揖让穿插方式等。还须在考虑笔画之间的起承呼应关系的同时，研究



图十 汉《张迁碑》选字

字与字、行与行之间的气势联贯和互为照应的方式，这在行书、草书中更为重要。因为行、草二体不但十分讲究字与字之间气势要联贯，并且十分讲究字与字的大小、正斜、疏密等的节奏变化与动势走向，以及由此而构成的行间和整个篇章的黑白艺术效果。

3. “石花”问题

我们学书法用的范本主要有墨迹本和刻石拓本两类。墨迹本比较清晰，笔意及墨色变化比较容易看清，所以如有可能，应当尽量采用墨迹本来学。碑刻由于年代久远，大都有残损，有的严重残损，这种残损我们称之为“石花”。古代大量的名作佳刻是没有墨迹传世的，我们只能依此学习。因此，对“石花”作合理的分析，也是我们读帖的重要内容，如图十中选自汉《张迁碑》的“年”字，极易误作“午”字；而“問(问)”字，不应有右钩。又如图十一选自颜真卿《颜勤礼碑》中的“弘遠(远)”二字，笔画很不完整，临写时可酌情补写完整。假如对“石花”分析不出，应向教师或擅书者请教，也可以暂不临写，待有了分析能力后再练，切不可乱写、错写。

从另一个角度来说，适度的残损，对于形成“金石味”也会产生一定的有利因素。这是大自然的赐予，决不是简单的抖动毛笔做作出来的。如何在临帖中恰当地有所表现，书写出苍茫老辣的“金石气”，这是高层次的、带有创意的学习，须经过反反复复的实践体会才能达到。



图十一 唐 颜真卿《颜勤礼碑》选字

4. 偶然效果

有时，范本中偶而会出现一些比较特殊的字形、笔画，需要仔细观察分析。图十二所列举的是较常见的一些情况。“有、眉”两字是笔毫饱含墨汁书写的，常称为“湿笔涨墨”，墨水的渗化几乎使“有”字难以辨识，而“眉”字的上部借用篆书结构，为纵向排列的两个“人”字，也因为渗化的原因而增加了识别、临写的难度。而“矣”字的末点是笔头散锋（俗称“开花”）造成的，“洲”字有飞白，说明笔毫的含墨量很少，而末笔竖下时笔毫呈绞转状，至钩出收笔时，则是强烈的飞白散锋。这些特殊现象，不但与笔毫和墨水有关，而且与纸的粗糙程度及吸水性能也很有关系。图中“图、偏”二字的运笔较急速，而运笔过程中既有强烈的顿挫，又有微妙的锋势转换。以上现象均是偶然效果，即使请原作者重新书写，也未必能丝纹不变地重现。临习这类范字，须在理解的基础上，求得笔意上的接近即可，在形体上不一定要求学得很像。

图十二 各种偶然效果举例



洲



眉

有



矣



图

偏

四、摹与临

1. 摹

摹帖与临帖都是学习书法的有效手段。将较为透明的如元书纸、宣纸等蒙在字帖上(为了防止墨水渗下弄污字帖,中间可夹一张透明的玻璃纸或塑料片)按样书写,就是摹写。这种类于描红的练习,很容易学像结字。另有一种称“双钩填墨”的摹法,须用小笔十分细心地将范字的轮廓双钩摹画下来,即成了俗称的空心字,然后在笔画上填墨。如能细心地完成,摹本可以与原本出入不大。古人常用此法,包括《兰亭序》的众多王羲之传本墨迹,大都是唐朝人摹拓的杰作。在印刷技术十分发达的今天,当然不必这样去复制范本,但这样的摹拓过程对于理解范字的用笔方法,却是很有帮助的。

2. 对临

面对范本进行临写是“对临”,是我们日常采用较多的学习方法。临写时,须将读帖得到的东西记在心里,用在手上。只有看清记熟,才能逐步养成看一个字写一个字的临写习惯,并继而增加到看几个字写几个字,看一行写一行,甚至看一页写一页的程度。临帖要追随范本,力求写像。

3. 背临

不少人虽然有了一定的对临基础,但一旦离开了范本,写出来的字依然是原来的老样子,或者基本上不像范本里的字。这说明还未学好,可在对临的基础上采用默写范字的方法进行“背临”,继续提高自己。背临过程中可能会遗忘掉范本中的一些特征,如果被遗忘的不是主要的、并非规律性的特征,而且背临的习作与范本大致上比较像,这说明背临是成功的,可以尝试“意临”了。如果背临的习作与范本相差很远,没有抓住范本的基本风貌特征,则应回头再读帖、对临,也可适当地摹写一下。如此几个反复,既提高了眼力,又锻炼了笔力,定会有很大的进步。

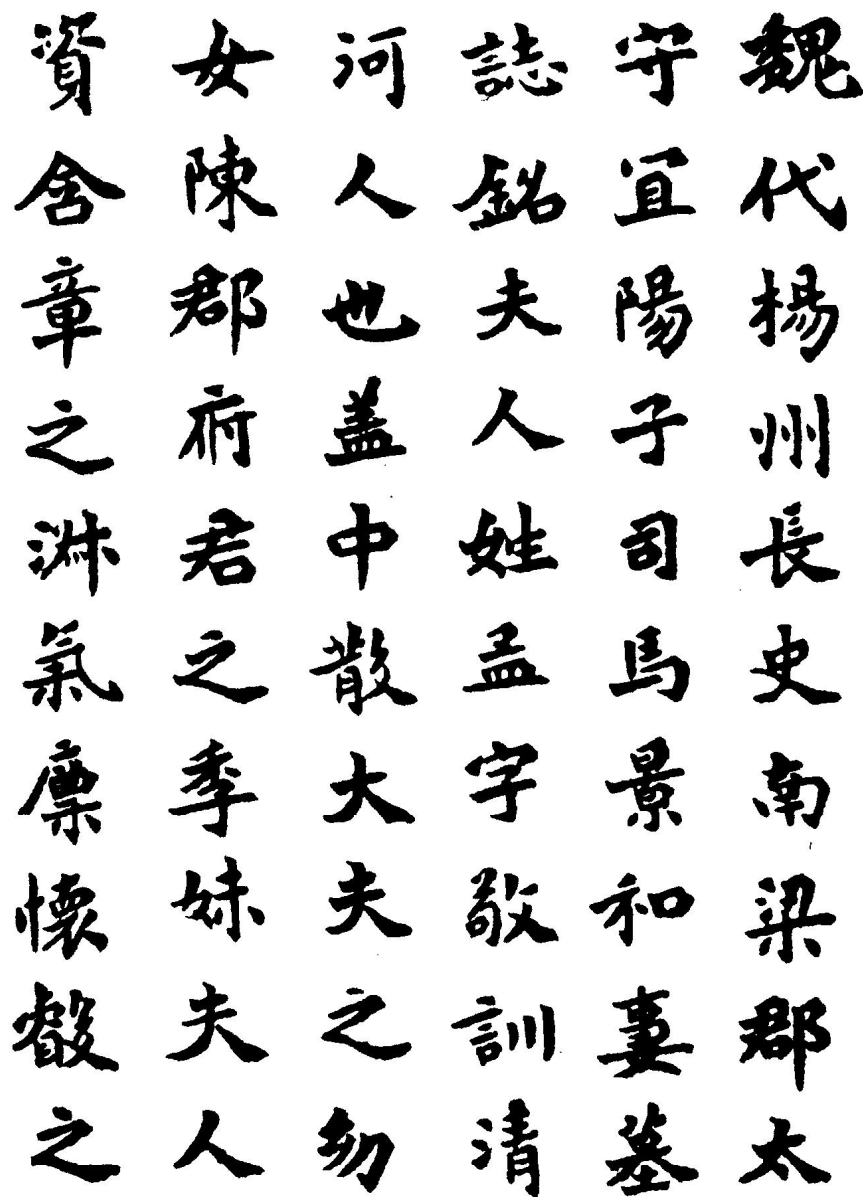
4. 入帖

掌握了范本的基本规律,直到能顺利地进行背临,继而举一反三,就是范本中没有学过的字,也能写出范本的风貌来。这时,只要动笔写字,便是所学范本的风格,这说明“家法”已确立,或称为开始进入了“入帖”阶段。入帖并不等于结束,还须巩固、深入,还须“出帖”,我们结合“意临”和“创作”在后面阐述。

附: 辅助学习材料的选用

学习篆书的同时,应阅读许慎的《说文解字》,这是一本重要的古文字学文献,平时多看多翻,逐渐熟悉,如能精通,将会使书法艺术受益无穷。而学写篆书碑刻前,如能先学写近人王福庵所书的《说文解字部首》,也将大有裨益。

学写草书时,草字字法是必学的,各种《草诀歌》、《草诀百韵歌》(有的甚至伪托为王羲之所书),虽在书法艺术上没有多大价值,不能当作楷模,但对记忆草法还是有所帮助的。而需要从正体查找草体时,可借助于《草字编》之类的工具书。



图十三 李叔同临《魏司马景和妻墓志铭》

第三章 楷书

一、颜真卿书

《颜勤礼碑》

简介

楷书又称真书、正书，在汉字演变过程中，是最晚成熟的书体。楷书结构清楚，笔画分明，用笔技法比较丰富，常常被初学者选作入门学习的书体，也是书法家平时借以锻炼基本功的主要书体之一。

传世的楷书名作很多，如唐代的欧阳询、虞世南、褚遂良、颜真卿、柳公权、李邕和元代赵孟頫等著名书法家的楷书都自成一格，对后世影响深远，也很适合初学。我们特选颜真卿书《颜勤礼碑》为例，作分析介绍。

颜真卿(公元709—785年)，字清臣，官至太子太师，封鲁郡开国公，故人称“颜鲁公”，是中唐时期富有创新成就的大书法家。他的书法，气息从汉隶来，融入了篆书笔意，他不仅取法于前辈书家的精华，还从民间书法汲取营养，以崭新的美学思想对初唐崇尚流美的书风进行变革，开创了雄伟刚健、气势磅礴的书法艺术流派——“颜体”。一千多年来，学颜之风盛行不衰，自晚唐至今，历代著名书法家大多取法于颜，或者受过颜字的影响。

《颜勤礼碑》全称为《唐故秘书省著作郎夔州都督府长史上护军颜君神道碑》，书于他正值纯熟精能的书法艺术创作高峰期的71岁，是他晚年的代表作之一。此碑用笔凝练浑厚，方圆并用，以圆为主，提笔遒劲有力，按笔丰满壮实，线条“屋漏痕”的质感极强。结体常以“外拓”之法向左右两侧略带弧形拱出，体现出宽博宏大、端庄丰茂的气度。颜字看似平整，其实他善于在平整之中寓以变化，用“以拙为巧”的方法，深得旷达老辣的情趣。

学写颜字力求雄强刚健，不能只着眼于“粗”。苏东坡称“鲁公变法出新意，细筋入骨如秋鹰”，就是说要从深沉、含蓄中去追求骨力，要善于通过用笔的提按变化，随时将笔毫调整到中锋状态，以便保持“以中锋为主”的运笔方式，尽力避免“疲软、拖沓、臃肿”的弊病。

《颜勤礼碑》的用笔、结字特征分析如下：



二、《颜勤礼碑》 点画用笔分析

1. 横法

横要坚挺浑厚、生动有势。斜势或逆势落笔的，须注意方圆变化，而顺势落笔应适当慢些。中截均宜逆锋涩行。收笔或顿或回，要丰满坚实。若作露锋收笔，应力避锋芒毕露，宜含蓄一些。

十——长横 以露锋斜落笔起笔，按后即提锋转向右成圆笔，中截继续逆势提行斜向右上取势，收笔时先提后按，回锋收进。

正——长横 逆势裹锋落笔呈圆头，中截稍提笔，上拱仰托之意强烈，收笔时重按，可称“顿回”。

揚(扬)——右尖短横 逆势斜按落笔，向右含蓄出锋收笔，取其尖锐之意。

楊(扬)——长横 同是逆势斜按落笔，应注意与前一笔的变化，中截提笔右行十分明显。

在——左尖短横 顺势落笔慢而轻，宜实不宜虚，以中锋状态缓慢向右推行，渐行渐按，收笔轻轻一回，求得丰满即可。

書(书)——多横的组合 字中横画较多时，要力求变化，各尽其态：首横露锋斜落笔；次横回锋按落，圆润丰厚；三横斜势轻落后折右成方；四横斜势落下后按笔时间稍短，方中带圆；五横落笔近于三横，但用力较强、转右较慢。此外还应注意笔道的粗细、收笔方式的变化及横间布白的宽窄。

斜势落笔，须调整成中锋后再右行。



逆势落笔，笔头宜紧实。

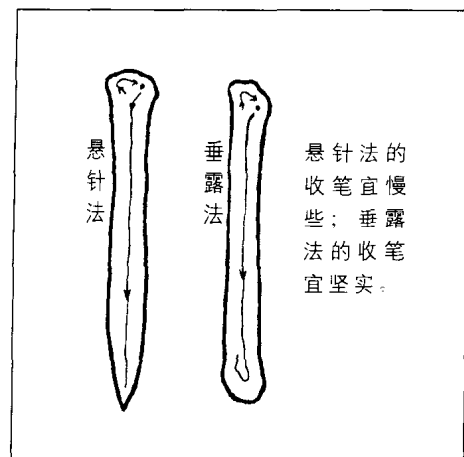


顺势落笔，慢落慢行。



“•”是按笔处，后同。





2. 竖法

竖画的挺拔常常体现在曲势中，故写竖时要于直中见曲，僵直就是无力。落笔多作逆势回锋后再横按，然后调整成中锋提笔下行。收笔主要有悬针法和垂露法，前者露锋，后者顿回。写悬针竖应注意后半截中有一个按笔过程。

军(军)——悬针竖 逆势落笔，中锋下行作提——按——提的运笔时，应注意向两侧铺毫要匀，收笔要稳实。

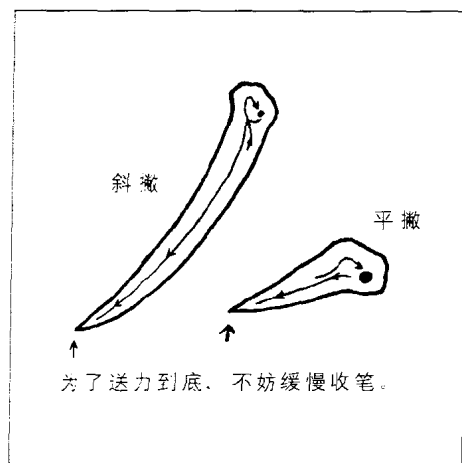
官——垂露竖 逆势落笔按得不重，中截提笔下行时当有速度变化，要凝练，顿后回锋收笔可圆润些。

外——带钩竖 回锋斜按落笔，中截提笔明显，顿

后回锋收笔时 带出较长，成带钩竖，切忌奋力写钩。

不、修——象笏竖 竖画向右或向左有所弧曲，犹如古代的象笏，故名之。这类竖的落笔、收笔多用藏锋，书写时要注意力度和变化。同时，它的弧曲部位多在两端，中截应直一些。这样，才能于直中见曲、曲中还直，恰如其分地表现雄浑挺拔的气势。

幹(干)、州——竖的变化 一字之中有多笔竖画的，宜作适当的变化，如“干、州”二字。



3. 撇法

撇的表现形式虽然较多，或是追求飘拂之美，或是表达劲利爽直之势，但用笔变化不是很大，主要是长短、曲直、方向及粗细的不同，而在渐行渐提的书写之中将笔力送到底是一致的。

老——长撇 回锋落笔后即转锋成圆头，向左下渐行渐提要注意斜度，并在劲直之中稍稍带一点弧曲飘拂之意，较慢的行笔应防止纤弱。

作——短撇 回锋重按落笔，带顿挫笔意转向左下，以增加力度。继续在稍快的行笔之中力求狠劲峻利。并列的两撇还应注意有变化，左较斜，右稍平。

千——平撇 回锋落笔比短撇按得更重，向右回的

笔道较长。强烈顿挫后折锋向左时，也可以分两笔完成。较平的笔画应饱满有力。

月——竖撇 前截较直，后截才弯曲提笔行向左下。需注意弯曲的部位和曲度，行笔宜遒劲有力。

著——直撇 直撇以径直而无弧曲为特征，这是与稍带弧曲的长撇的主要区别，因此长撇有点飘拂之意，而直撇宜刚直劲利。



文 一弧曲撇 由于弧曲明显，中截行笔宜缓慢些，还需保持中锋运行，谨防软弱。

九 一曲头撇 逆势落笔回笔幅度大，折向右下按笔重，便形成“曲头”，再调整锋势慢慢撇向右下。曲头要写得坚实，并控制好形状。

左 一粗腰撇 因中截较粗，故名之。落笔后作提——按——提的动作下行书写。如顺势轻落笔写出尖头，则是“兰叶撇”。



鳳(凤) 一带钩撇 落笔一般都有顿挫笔意，中截屈曲应坚挺，回势收笔带出成钩，切忌奋力写钩，还须注意与右侧斜弯钩的变化呼应。

多、從(从) 一多撇的组合 “多”的四撇主要是方向、长短和提按的细节变化。“从”的五撇变化较大：首撇缩得几乎成点，次撇落笔顿挫较重，第三撇短而细，第四撇稍平，第五撇略显修长一些。

