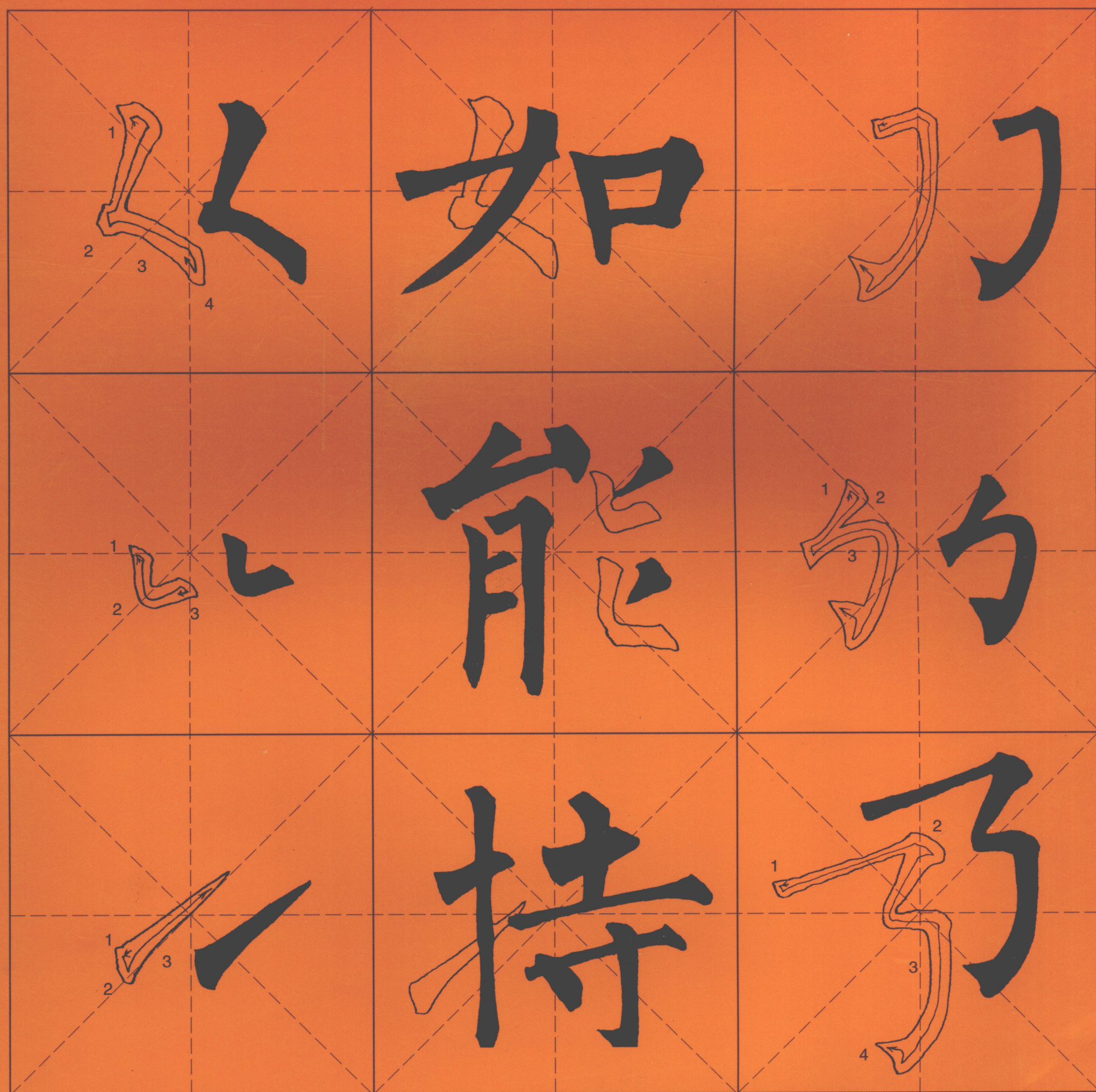


柳公权《玄秘塔》

楷书大字谱

主编 陆有珠 编著 黄为川 李润芳 广西美术出版社



第一辑（楷书）

欧阳询《九成宫》楷书大字谱

王羲之《乐毅论》楷书大字谱

颜真卿《勤礼碑》楷书大字谱

柳公权《玄秘塔》楷书大字谱

图书在版编目（CIP）数据

柳公权《玄秘塔》楷书大字谱 / 陆有珠编. — 南宁：

广西美术出版社，2004.4（2007.8 重印）

（书法大字谱丛书）

ISBN 978-7-80674-256-3

I. 柳... II. 陆... III. 楷书—书法

IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 033055 号

柳公权《玄秘塔》 楷书大字谱

主编 陆有珠 编著 黄为川 李润芳

☆

广西美术出版社出版、发行

（南宁市望园路 9 号 530022）

广西南宁华侨印务有限责任公司印刷

*

开本 787 毫米×1092 毫米 1/8 6 印张

2004 年 5 月第 2 版 2007 年 8 月第 3 次印刷

ISBN 978-7-80674-256-3/J·175 定价：13.00 元

如有印装质量问题，请与本社发行部调换

ISBN 978-7-80674-256-3



9 787806 742563 >

定价：13.00 元

好学又好教

无师也可通

陆有珠

我在书法教学的课堂上，或者是和爱好书法的朋友交流的时候，常常听到他们提出这样的问题：“初学书法，选择什么样的范本好？”

这个问题确实提得很好。初学书法，选择范本很重要。范本是联系教和学的桥梁。中国并不缺乏字帖，缺乏的是一本好学又好教、无师也可通的好范本。目前使用的各类范本都有一定程度的美中不足。教师不容易教，学生不容易学。加上现代社会生活节奏加快，信息爆炸，学生要学的科目越来越多，功课和作业的量越来越大，教师的工作量也十分繁重，加上升学考试的压力仍然非常大，学生学习书法就不能像古人那样投入大量的时间和精力来训练。但是，书法又是一门非常强调训练的学科，它有非常强的实践性。“写字写字”，就突出一个“写”字。怎么来解决这个矛盾呢？我想首先要做的一条就是字帖的改革，这个范本应该既好学，又好教，甚至没有教师指导，学生也能自学下去，无师自通，能使学生用更短的时间掌握学习书法的方法，把字写得工整、规范、美观，以腾出更多的时间来学习其他学科的知识。这是我们编写这套《书法大字谱》丛书的第一个原因。

第二，目前的许多字帖，范本缺乏系统性，不配套，给教师对书法的整体把握和选择带来了诸多的不方便。再加上历史的原因，现在的许多教师没能学好书法，如果范本不合适，则更不知如何去指导学生，“以其昏昏，使人昭昭”，那是不行的，最后干脆拿写字课去搞其他科目去了。家长和学生购买缺乏系统性的范本时，有时有部分已经重复了，造成了浪费，但又仍有一部分还买不到，遗憾仍然存在。

第三，现在许多字帖、范本的字迹太小，学生不易观察，教师或家长讲解时也不好分析，买了字迹太小的范本，对初学书法的朋友帮助并不大。最新的书法教学研究表明，学习书法先学大字，后学中字和小字，其进步效果更加显著。有鉴于此，我们出版了这套《书法大字谱》丛书，希望能对改变这种状况有所帮助。

该书在编辑上有如下特点：
首先是它的实用性强，符合初学书法者的需要，使用方便。编写这套字谱的作者都是长期从事书法教学的教师，他们不仅是勤奋的书法家，创作有成，更重要的，是他们有丰富的书法教学经验，能从书法教学的实际出发，博采众长，能切合学生学习书法的实际分析讲解，这样就有了针对性，对症下药，就能把病治好。他们分析的语言中肯，简明扼要，通俗易懂，他们告诉你学习书法的难点在哪里？容易忽略的地方又在哪里？克服困难，改进缺点又该怎么样去做？这样有的放矢，会使初学书法的朋友得到启迪，有所收获。

其次，该书在编排上注意循序渐进，深入浅出，简明扼要，

易学易教。例如在《勤礼碑》这册字谱里，笔法部分先讲横画，次讲竖画，一横一竖合起来就是“十”字，接下来讲撇画，加上一短撇，就是“千”字。在有了横竖的基础上，加上一长撇，就是“在”字或者“左”字。“片”字是横竖的基础字加上一竖撇。这样一环紧扣一环，一步推进一步，逻辑性强。在具体的学习上，从易到难，从简到繁，特别适合初学书法的朋友，就连幼儿园的小朋友也会喜欢这样循序渐进的教学方法的。在其他字谱里，我们也是按照这样的原则来编排的。

再次，该书的编辑是纵线与横线有机结合，内容更加充实。一般的范本都是单线结构，即只注意纵线的安排，从笔法开始，次到偏旁和结构，最后讲章法。但在书法教学实践中，我们发现许多优秀的书法教师都是笔法和结构合起来讲的，即在讲一个基本笔画时，举出该笔画在字中的位置，该长还是该短，该重还是该轻，该直还是该曲等等，使纵线和横线有机地结合在一起，使初学书法的朋友在初次接触到笔画时，也有了结构的印象。因为汉字是一个有机的整体，笔法和结构有着非常密切的关系，我们在教学时往往把笔法、偏旁、结构分开来讲，这只是为了教学的方便而已，实际上它们是很难截然分开的，特别是在行草书里，这个问题更显得重要。赵孟頫说过一句话：“用笔千古不易，结字因时而异。”其实这并不全面，用笔并非千古不易，结字也不仅因时而异，而且因笔法的变异而变弄。导致千百年来大量书法作品的不同面目，不同风格的争奇斗艳。表面上看来是结构，其根本都是在用笔。颜真卿书法的用笔和宋徽宗书法的用笔迥然不同，和王铎、张瑞图书法的用笔也迥异。因此，我们把笔法和结构结合起来分析，更符合书法艺术的真谛，更符合书法教学的实际。应该说，这是书法教学的一种新的尝试，一种新的突破。

这套《书法大字谱》丛书还有一个特点，它是以古代一位书法家的一篇作品的典型字迹来进行分析讲解，既有一笔一画的分解，也有偏旁、结构和章法的整体把握，并将原帖放大翻成阳文，以便于观摩和欣赏。它以每一位书法家的一篇作品为一册，全套合起来，蔚为壮观。篆、隶、楷、行、草五体皆备，成为完美的组合。读者可以整套购买，从整体上把握，可以避免分散购买时的重复和浪费，又可以根据需要，急用先买，单册购买，独立使用，方便了不同层次的读者。同时也希望由此得到教师、家长 and 广大书法爱好者的理解和支持。

由于我们的水平所限，本丛书一定存在这样或那样的不足，我们恳切期望得到识者的匡正，以便它更加完善，更加完美。

1997年2月于南宁

目 录

第一章	一、书法基本知识.....	1
	二、柳公权及柳体字简介.....	2
第二章	基本笔画.....	3
第三章	偏旁部首训练.....	22
第四章	结构训练.....	28

第一章

一、书法基础知识

1、书写工具

笔、墨、纸、砚是书法的基本工具，通称“文房四宝”。初学毛笔字的人对所用工具不必过分讲究，但也不要太劣，应以质量较好一点的为佳。

笔：毛笔中最重要的部分是笔头。笔头的用料和式样，都直接关系到书写的效果。

以毛笔的笔锋原料来分，毛笔可分为三大类：A、硬毫(兔毫、狼毫)。B、软毫(羊毫、鸡毫)。C、兼毫(就是以硬毫为柱、软毫为被，如“七紫三羊”“五紫五羊”等各号，例如“白云”笔)。

以笔锋长短分：A、长锋，B、中锋，C、短锋。

以笔锋大小分：大、中、小三种。再大一些还有楂笔、联笔、屏笔。

毛笔质量的优与劣，主要看笔锋。以达到“尖、齐、圆、健”四个条件为优。尖：指毛有锋，合之如锥。齐：指毛纯，笔锋的锋尖打开后呈齐头扁刷状。圆：指笔头成正圆锥形，不偏不斜。健：指笔心有柱，顿按提收时毛的弹性好。

初学者选择毛笔，一般以字的大小来选择笔锋大小。选笔时应以杆正而不歪斜为佳。

一支毛笔如保护得法，可以延长它的寿命，保护毛笔应注意：用笔时应将笔头完全泡开，用完后洗净，笔尖向下悬挂。

墨：墨从品种来看，可分为三大类，即油烟、松烟和兼烟。

油烟墨用油烧成烟(主要是桐油、麻油和猪油等)，再加入胶料，麝香、冰片等制成。

松烟墨用松树枝烧烟，再配以胶料、香料而成。

兼烟是取二者之长而弃二者之短。

油烟墨质纯，有光泽，适合绘画；松烟墨色深重，无光泽，适合写字。现市场上出售的墨汁，较好的有“中华墨汁”、“一得阁墨汁”。作为初学者来说一般的书写训练，用市场上的一般墨就可以了。书写时，如果感到墨汁稠而胶重，拖不开笔，可加点水调和，但不能往墨汁瓶加水，否则墨汁会发臭，每次练完字后，把剩余墨洗掉并且将砚台洗净。

纸：主要的书画用纸是宣纸。宣纸又

分生宣和熟宣两种。生宣吸水性强，受墨容易渗化，适宜书写毛笔字和中国写意画；熟宣是生宣加矾制成，质硬而不易吸水，适宜写小楷和工笔画。

用宣纸书写效果虽好，但价格较贵，一般书写作品时才用。

初学毛笔字，最好用发黄的毛边纸、湘纸或高丽纸，因这几种纸性能和宣纸差不多，长期使用这几种纸练字，再用宣纸书写，容易掌握宣纸的性能。

砚：砚是磨墨和盛墨的器具。砚既有实用价值，又有艺术价值和文物价值，一块好的石砚，在书家眼里被视为珍物。米芾因爱砚癫狂而闻名于世。

目前，初学者练毛笔字最方便的是用一个碟子。

练写毛笔字时，除笔、墨、纸、砚以外，还需有枕尺、笔架、毡子等工具。每次练习完以后，将笔砚洗干净，把笔锋收拢还原放在笔架上吊起来。

2、写字姿势

正确的写字姿势不仅有益于身体健康，而且为学好书法提供基础。其要点有八个字：头正、身直、臂开、足安。

头正：头要端正，眼睛与纸保持一尺左右距离。

身直：身要正直端坐、直腰平肩。上身略向前倾，胸部与桌沿保持一拳左右距离。

臂开：右手执笔，左手按纸，两臂自

然向左右撑开，两肩平而放松。

足安：两脚自然安稳地分开踏在地面上，分开与两臂同宽，不能交叉，不要叠放，如图①。

写较大的字，要站起来写，站写时，应做到头俯、腰直、臂张、足稳。

头俯：头端正略向前俯。

腰直：上身略向前倾时，腰板要注意伸直。

臂张：右手悬肘书写，左手要按住桌面，按稳进行书写。

足稳：两脚自然分开与臂同宽，把全身气息集中在毫端。

3、执笔方法

要写好毛笔字，必须正确掌握执笔方法，古来书家的执笔方法是多种多样的，一般认为较正确的执笔方法是以唐代陆希声所传的五指执笔法。

按：指大拇指的指肚(最前端)紧贴笔管。

押：食指与大拇指相对夹持笔杆。

钩：中指第一、第二两节弯曲如钩地钩住笔杆。

格：无名指用甲肉之际抵着笔杆。

抵：小指紧贴住无名指。

书写时注意要做到“指实、掌虚、管直、腕平”。

指实：五个手指都起到执笔作用。

掌虚：手指前紧贴笔杆，后面远离掌心，使掌心中间空虚，中间可伸入一个手指，小指、无名指不可碰到掌心。

管直：笔管要与纸面基本保持相对垂直(但运笔时，笔管是不能永远保持垂直的，可根据点画书写笔势，而随时稍微倾斜一些)，如图②。

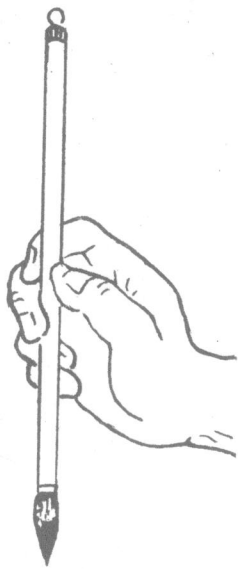
腕平：手掌竖得起，腕就平了。

一般写字时，腕悬离纸面才好灵活运转。

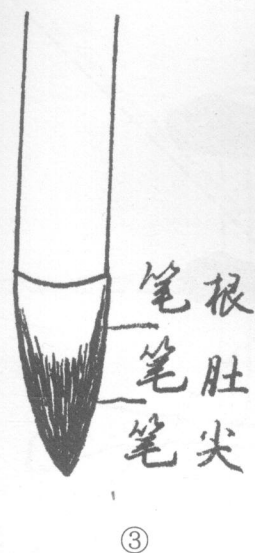
执笔的高低根据书写字的大小决



①



②



定，写小楷字执笔稍低，写中、大楷字执笔略高一些，写行、草执笔更高一点。

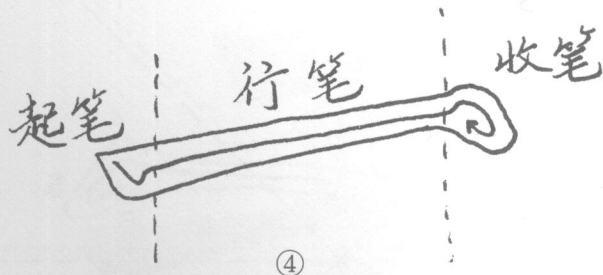
毛笔的笔头从根部到锋尖可分三部分，如图③，即笔根、笔肚、笔尖。运笔

时，用笔尖部位着纸用墨，这样有力度感。如果下按过重，压过笔肚，甚至笔根，笔头就失去弹力，笔锋提按转折也不听使唤，达不到书写效果。

4、基本笔法

学好书法，用笔是关键。

每一点画，不论何种字体，都分起笔（落笔）、行笔、收笔三个部分。如图④。用笔的关键是“提按”二字。



按：铺毫行笔；提：是笔锋提至锋尖抵纸乃至离纸，以调整中锋。如图⑤。

初学者如果对转弯处提笔掌握不好，可干脆将锋尖完全提出纸面，断成两笔来写，可逐步增加提按意识。

笔法有方笔、圆笔两种，也可方、圆兼用。书写起来一般运用藏锋、露锋、逆锋、中锋、侧锋、转锋、回锋、提、按、顿、驻、挫、折、转等不同处理技法方可写出不同形态的笔画。

藏锋：指笔画起笔和收笔处锋尖不外露，藏在笔画之内。

逆锋：指落笔时，先向行笔相反的方面逆行，然后再往回行笔，有“欲右先左，欲下先上”之说。

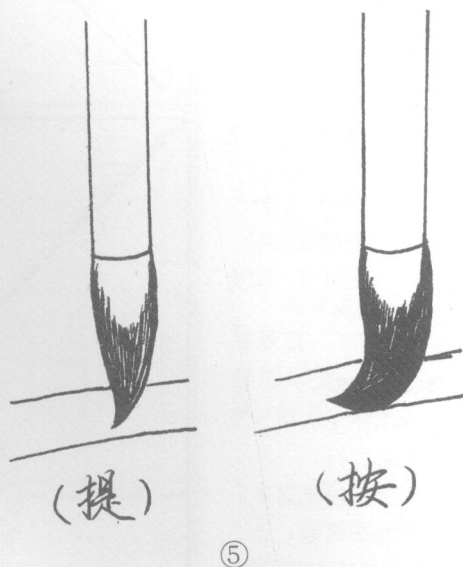
露锋：指笔画中的笔锋外露。

中锋：指在行笔时笔锋始终是在笔道中间行走，而且锋尖的指向和笔画的走向相反。

侧锋：指笔画在起、行、收运笔过程中，笔锋在笔画一侧运行。但如果锋尖完全偏在笔画的边缘上，这叫“偏锋”，是一种病

笔不能使用。

回锋：指在笔画的收笔时，笔锋向相反的方向空收。



二、柳公权及柳体字简介

柳公权(778-865)，字诚悬，京兆华原(现在陕西耀县)人。是晚唐继颜真卿之后的又一位书法大家。尤其是他的楷书，达到了炉火纯青的地步，世称“柳体”，对当时及后世都影响极大。

古人常用“颜筋柳骨”来评价柳公权的书法特点。这是与颜真卿的书体比较而论。总体上说，柳体用笔骨力居多，笔画清劲；结体中宫(中心)收紧，外围舒展开朗。

柳体字的用笔，方笔和圆笔兼备。“方笔”是指笔画在起笔和收笔处有棱角，呈方的形状。如写横画，在逆锋向左上角起笔后，就要向下落笔(即所谓欲横先竖)，再转锋向右行笔，收笔时用“回锋收笔”。如写竖画，在逆锋向左上角起笔后，就要向右横落笔(即所谓欲竖先横)，再转锋向下力行。起笔时用“逆锋”笔法，

在行笔时用铺毫，至笔画尽处，多用顿笔。这样用笔，笔画形态呈方的形状，这就叫“方笔”。圆笔指写出的点画呈圆形。圆笔在起笔后用裹锋，不使笔锋分散开，行笔不折不顿，写到尽处，一往即收，没有折锋痕迹。这就叫“圆笔”。如柳体字中许多竖画的收笔即为圆笔。柳体字中，短的笔画较粗壮，长的笔画较细长。如长横较细，略向上凸；短横粗壮，稍向下凸，两头略向上翘。长撇舒长略曲；短撇直短，短撇较长撇粗重。竖画的起笔多用回锋顿点法，落笔处呈向左弯的“鸟头”状。捺画凝重，一波三折明显，出锋刚毅，斩钉截铁。点画多外方内平，棱角分明。钩画常回锋出钩。折画顿挫分明，干净利落。挑画笔势险峻，出锋自如。

柳字的结体，中宫收紧，主笔舒长清健，余笔紧缩集结，显出谨严中疏朗开阔

之势，这是他继承欧、颜特点而又创新意之处。柳体的结体和用笔特点，是介于欧体和颜体之间的一种风格。柳公权的字，最早学二王，后遍习隋唐以来各家的笔法，所以他的作品，既具魏晋人的风貌，又吸取了隋唐以来，比如欧阳询、虞世南、褚遂良、陆东之等各家之长，尤其受颜真卿的影响最大。柳体字继承了前辈诸家的优点，写出了刚劲中含秀润，严谨中见生动，使一般人看来，有一种平易近人的感觉，所以一向被选为初学楷书的范本，实用价值较高。

本字谱选用柳体流传下来的大字碑版《玄秘塔碑》。此碑书体端正俊丽，用笔干净利落，引筋入骨，寓圆厚于清劲之中，是柳书的代表之作。

第二章 基本笔画

一、横法

横是最基本的笔画，它的变化不多，只有长短之分，有时写得轻些，有时写得重些。书写横画运笔不要太快，以免飘而无力，提、按动作不能太突然，起笔、收笔的动作不能太重、太慢。横画的形态一般是左低右高，不要写得太平，角度一般为4-5°，有撇捺的笔画时，横的角度还要大些。

(一)长横：

1. 逆锋向左起笔。
2. 折锋向下作顿。
3. 提笔向右中锋行笔。
4. 转锋稍向上昂。
5. 折锋向右下作顿。
6. 向左回锋提收。

范字要点：“三”字三横异，一、二横用短横，第一横起笔略用转锋(圆笔)，第二横起笔用折锋(方锋)，略细，第三横起笔用折笔，中间略细，收笔较重，笔势略向下扣。

(二)短横

1. 逆锋向左起笔。
2. 折笔向下作按。
3. 顺势向右力行。
4. 稍向上昂，折笔向下。
5. 略驻后向左收笔。

范字要点：“土”字第一横用短横，中间一竖居中线，写得重而挺劲。柳体字的短横写得较粗，取势两头略向上翘，与长横形成鲜明的对比。

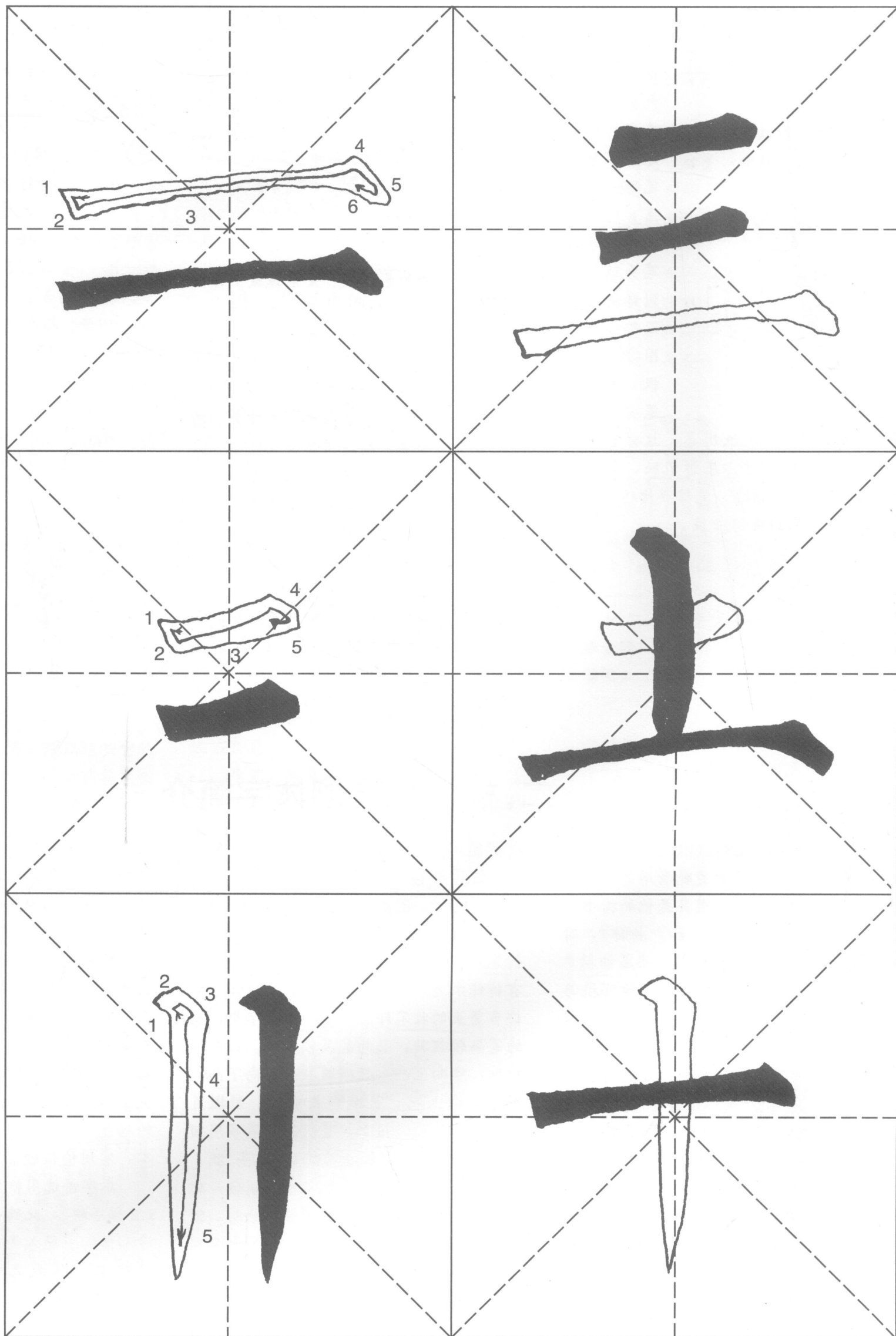
二、竖法

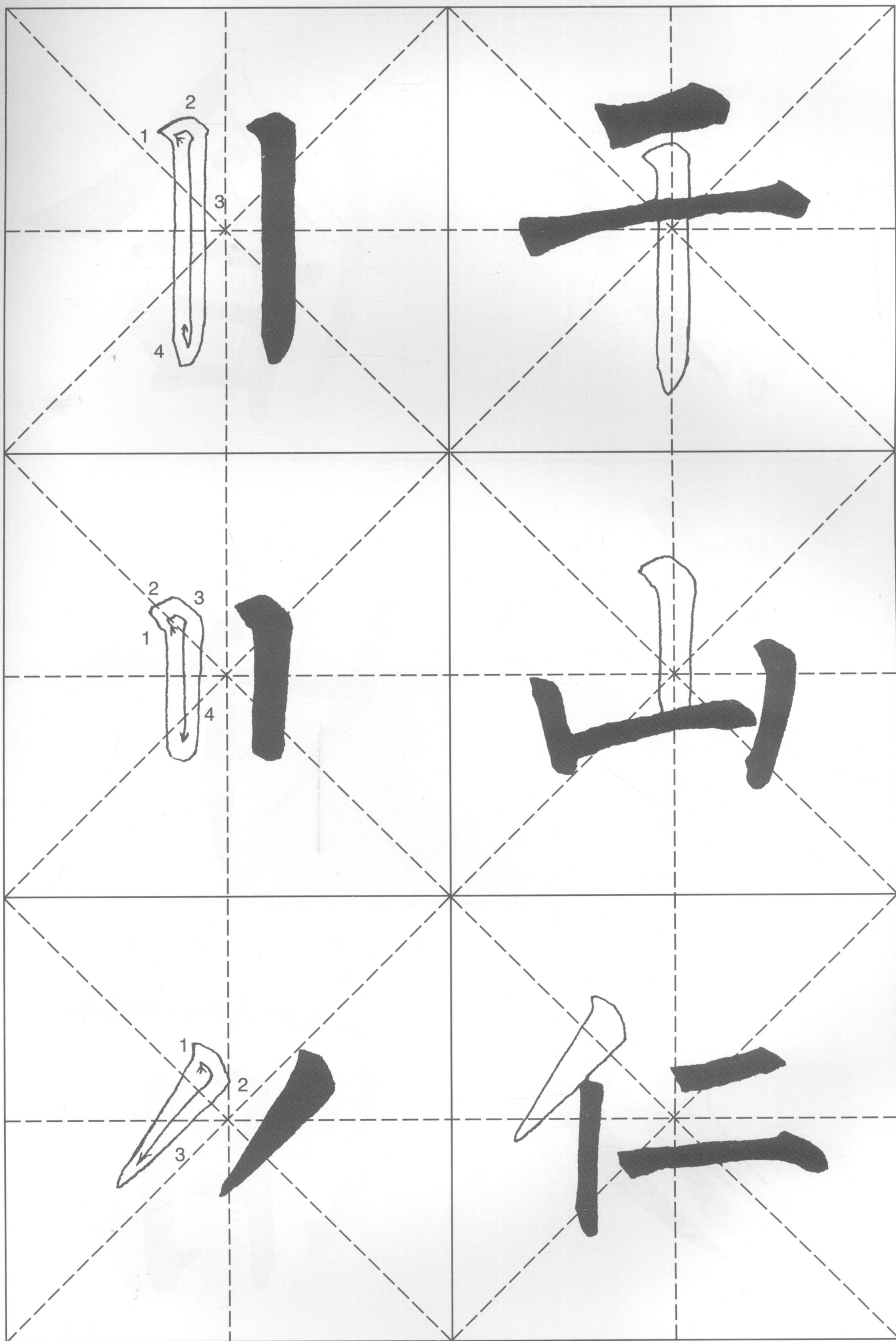
竖的变化也不多，只有悬针、垂露之分。有时写得短些，有时写得长些。一般是悬针写得较长。同一个字中，如果有两竖，其中有一用悬针，有一用垂露。如都写成垂露，则或相向、或相背，以求变化。

(一)悬针竖

1. 逆锋向左上起笔。
2. 折锋向右略顿。
3. 再折锋向右下稍驻。
4. 向下铺毫力行。
5. 出锋收笔作针尖状。

范字要点：“十”字的竖用悬针，下端尖细，竖居横的中间而略偏右，比横画略长。





(二)垂露竖

1. 逆锋向左上起笔。
2. 折锋向右略顿。
3. 转锋向下力行。
4. 于画尽处顿笔向左上或右上围收，略呈露珠状。

范字要点：“干”字第一横用短横，起笔用方折，较粗；第二横用长横，略细。竖居第二横中间偏右一些。写得较重，挺拔有力。

(三)铁柱竖

起、运笔写法同上。只是写得稍短、稍重些。收笔处不作回锋，略顿即收笔。

范字要点：“山”字中竖较重，左右竖下端略向中间聚拢，右竖比左竖长，较近中间竖。

三、撇法

撇的写法在柳体字中变化较多，有时起笔比其他字体多一个动作，如曲头撇。有时起笔采用顺入的笔法，如“兰叶撇”。书写撇容易出现的毛病是落笔后不能调整到中锋，用侧锋抹出，形成一面平、一面锯齿的情况，或者落笔太重，突然抽笔太轻太快，形成钉头鼠尾的样子。

(一)短斜撇

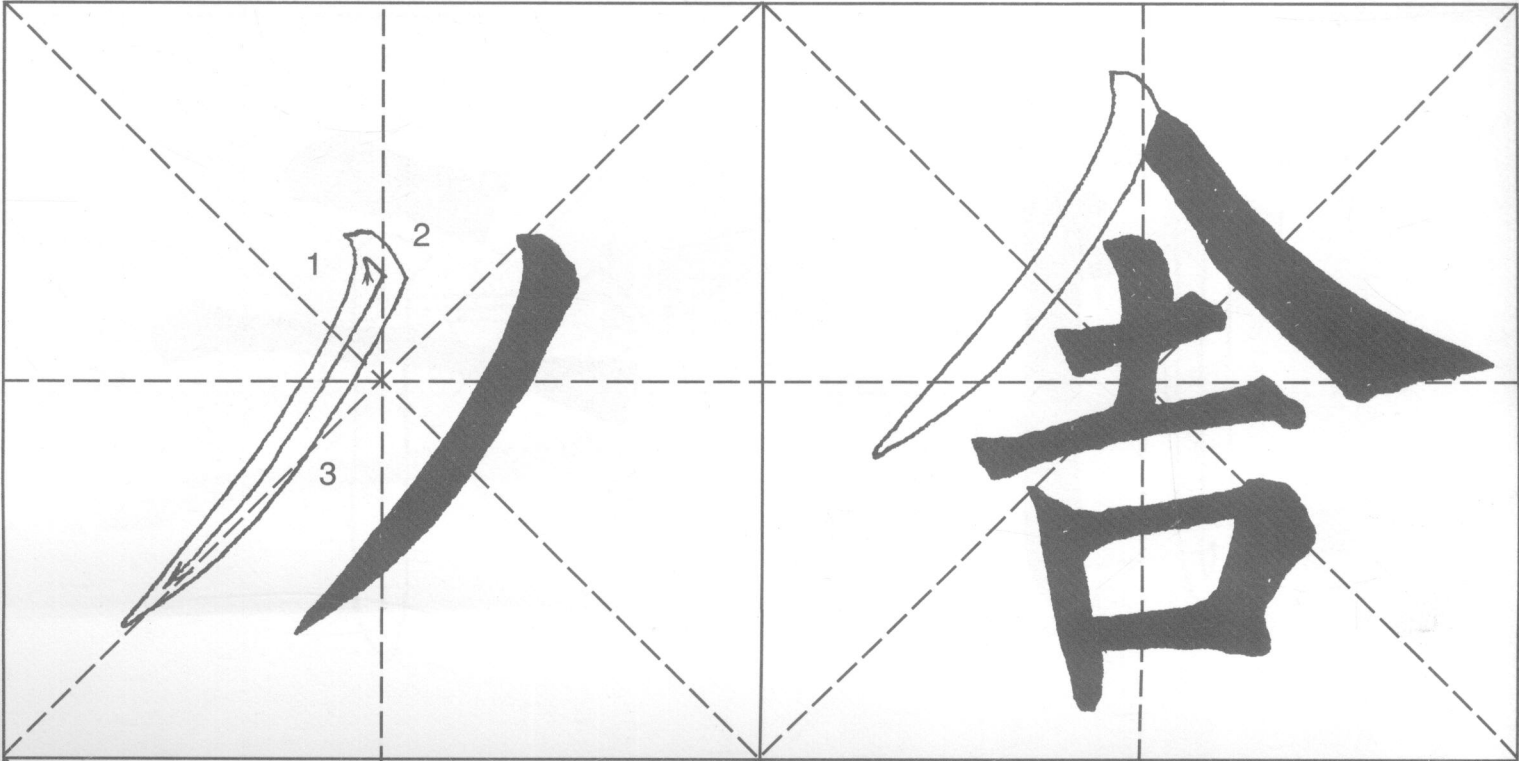
1. 逆锋向上起笔。
2. 折锋向右下作顿。
3. 转锋向左下力行撇出要力送撇尖。

范字要点：“仁”字的撇较其他笔画都重。左竖用垂露略向左呈弧形。第一横画取势上翘，第二横略向下扣，形成对比。两横的距离不能太远。

(二) 长斜撇

写法同短斜撇，只是中间运笔过程较长，略呈弧状。一般与长捺相配。

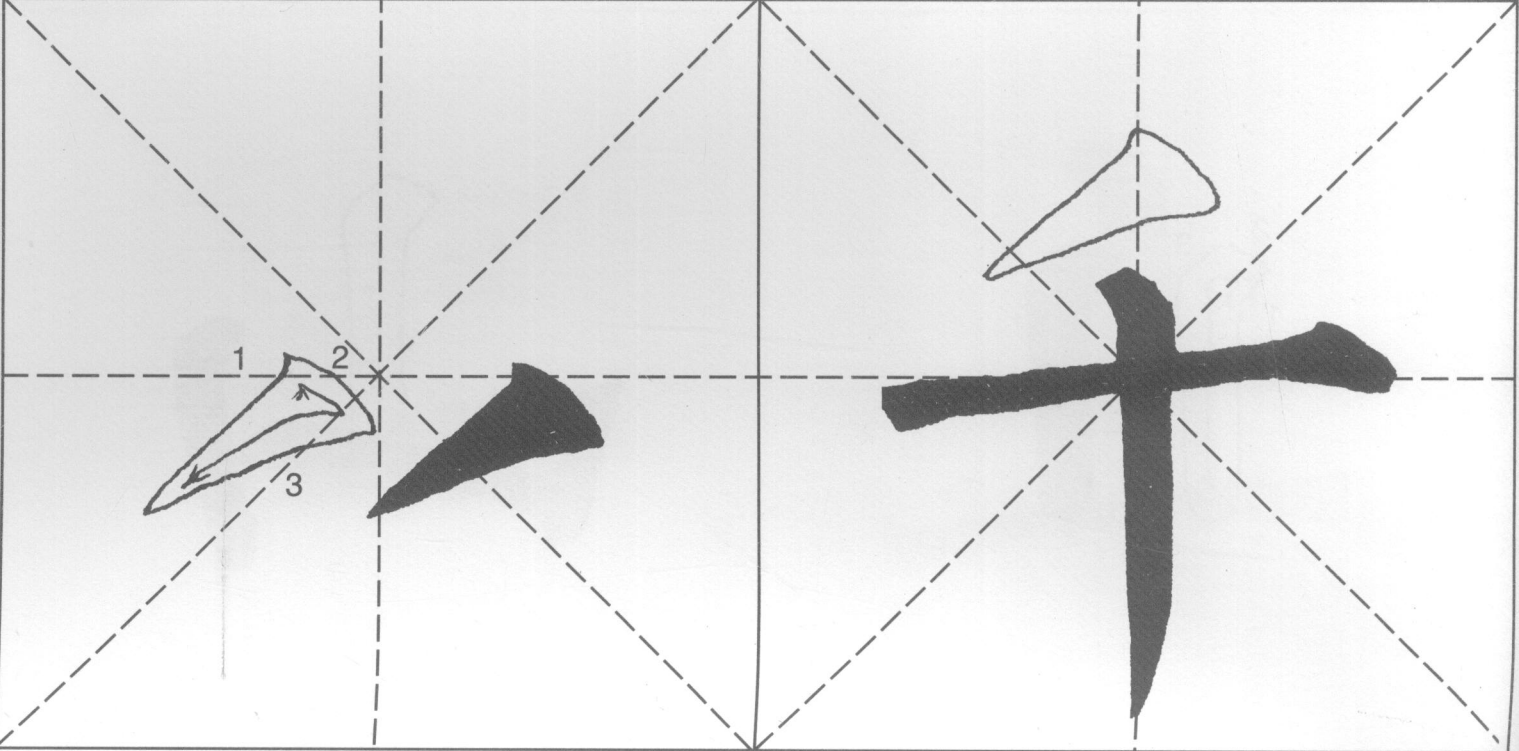
范字要点：“舍”字的人字头要覆盖住下部的笔画。捺较撇重，捺比撇的收笔处高些。下部的“口”字居中线中间，左竖较长，“口”字不能写得太大。



(三) 平撇

- 1. 逆锋起笔。
- 2. 折锋向左下作顿。
- 3. 转锋向左较平地撇出而不垂。

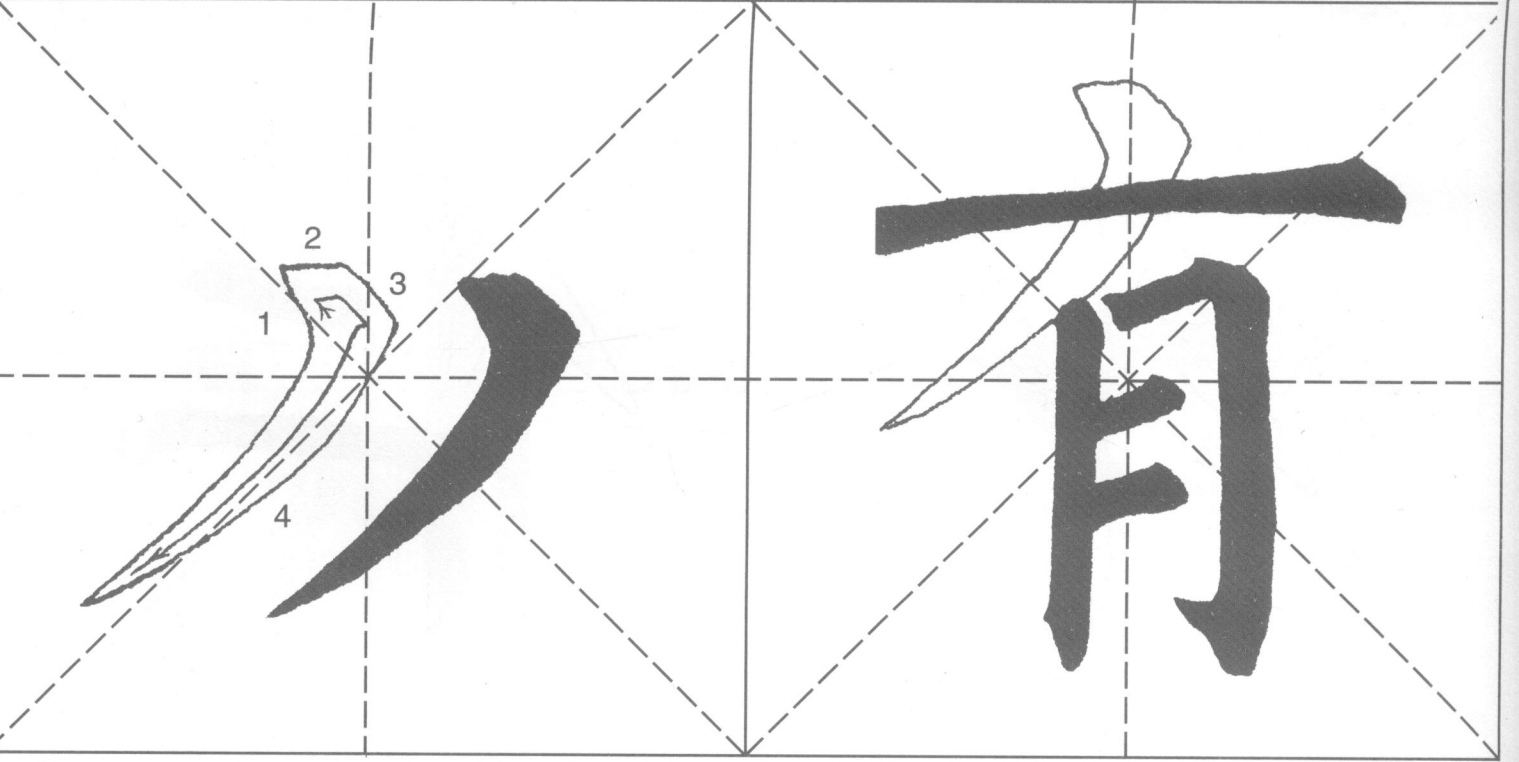
范字要点：柳体字中，短的笔画一般写得较重，长的笔画一般写得较轻，形成鲜明的对比。如前面介绍过的短横和长横。这里的“干”字的撇也写得较重，与其他的长笔画形成对比。“干”字的竖作悬针竖，也居横的中间而略偏右。

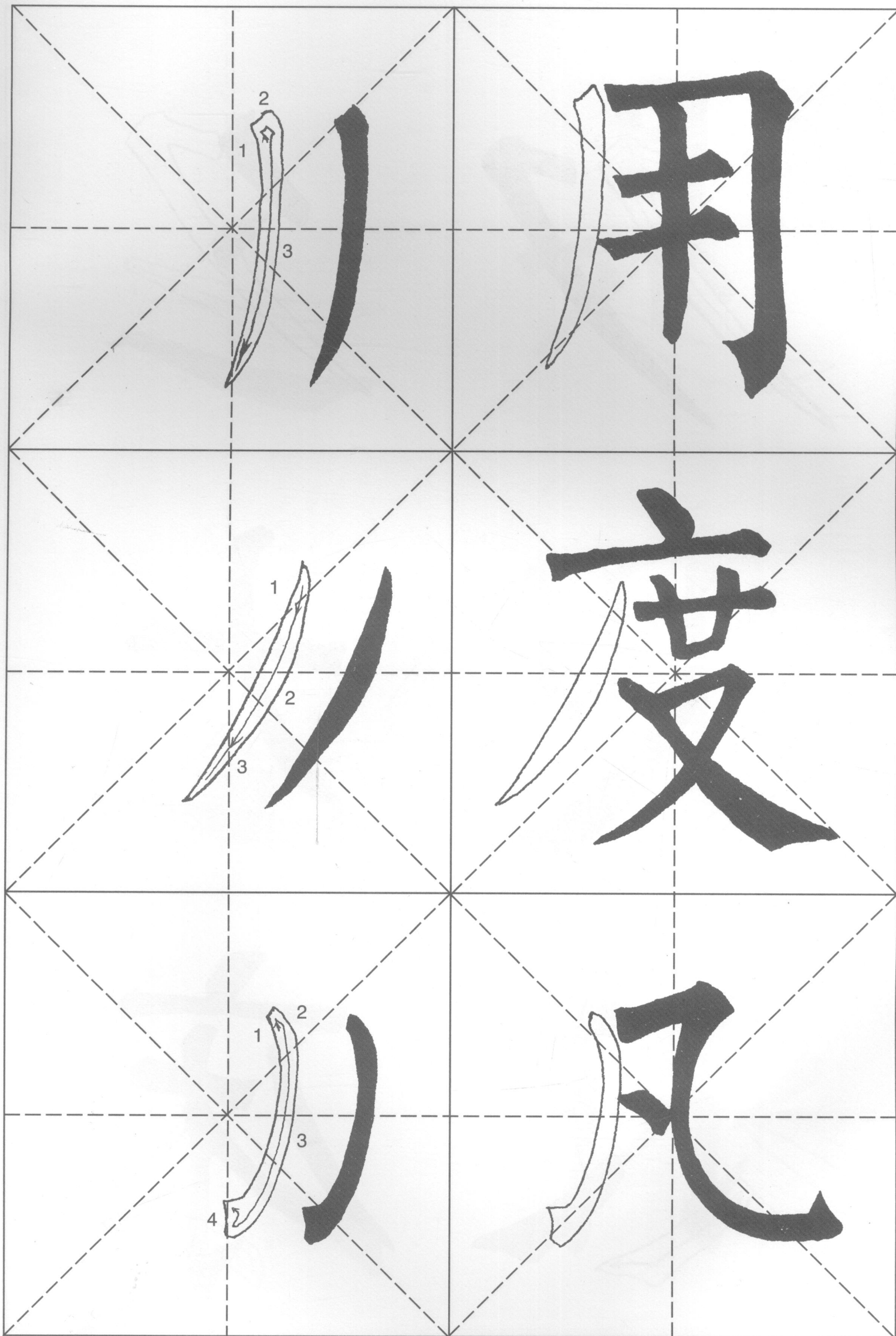


(四) 曲头撇

- 1. 逆锋向左上角起笔。
- 2. 折锋向右。
- 3. 再折锋向右下稍顿。
- 4. 用力向左下撇出。

范字要点：“有”字的撇起笔重，比其他的撇多了一个折的动作。横画写得较长，撇不要写得太长，收笔处不要超过横的起笔处的下方。“月”字不能写得太宽，左竖用垂露竖。中间的两短横取势稍有变化。





(五) 竖撇

1. 逆锋起笔。
2. 折锋向右略顿。
3. 提笔向下撇出。力送撇尖，下端稍向左下。

范字要点：“用”字的横折竖钩与左竖撇略呈相背状，中间竖用垂露，两横略有变化。

(六) 兰叶撇

1. 顺锋起笔(顺入)。
2. 向左下行笔渐渐按下渐渐提起，略作弧势。
3. 顺笔出锋(顺出)，力送撇尖。

范字要点：“度”字的点在横画的偏右处，撇的起点略到横的三分之一处。捺的笔画较重。整个“度”字笔画呈内敛之势。

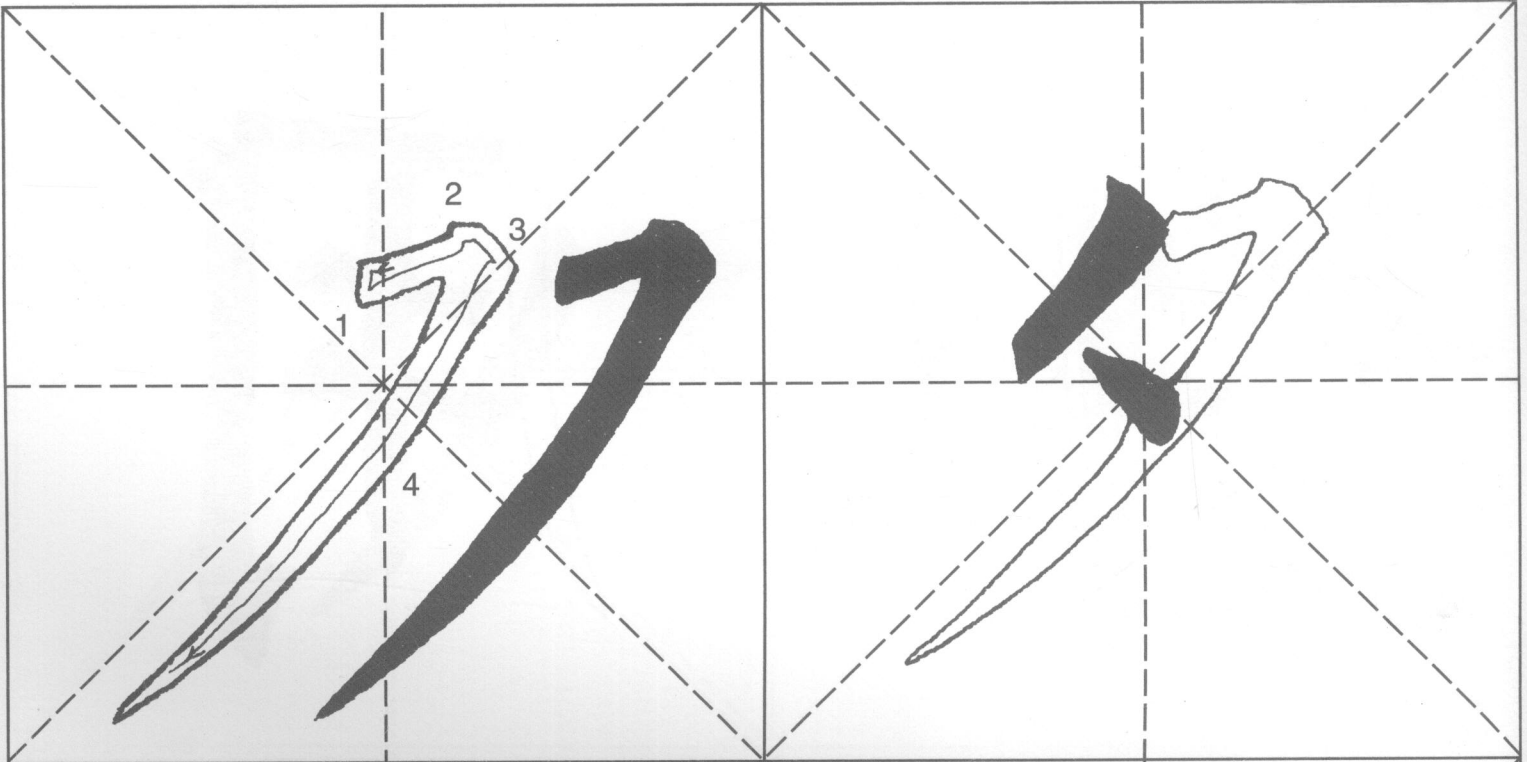
(七) 回锋撇

1. 逆锋起笔。
2. 折锋向右略顿。
3. 提笔向左下运笔。
4. 至尾端回锋向上蓄势向左上趯出。

范字要点：“凡”字的形态呈左收右展，横的部分笔画较重。左撇与右的横折斜钩距离较近，呈相背之势。

- (八) 横折撇
1. 起笔同横法。
 2. 笔锋略上昂。
 3. 折笔向右下作顿。
 4. 转锋向左下写长斜撇。

范字要点：“夕”字的第一撇下端收笔呈回锋状，较长撇有变化。点在长撇内，不要点到长撇下方。整个字斜中取正。

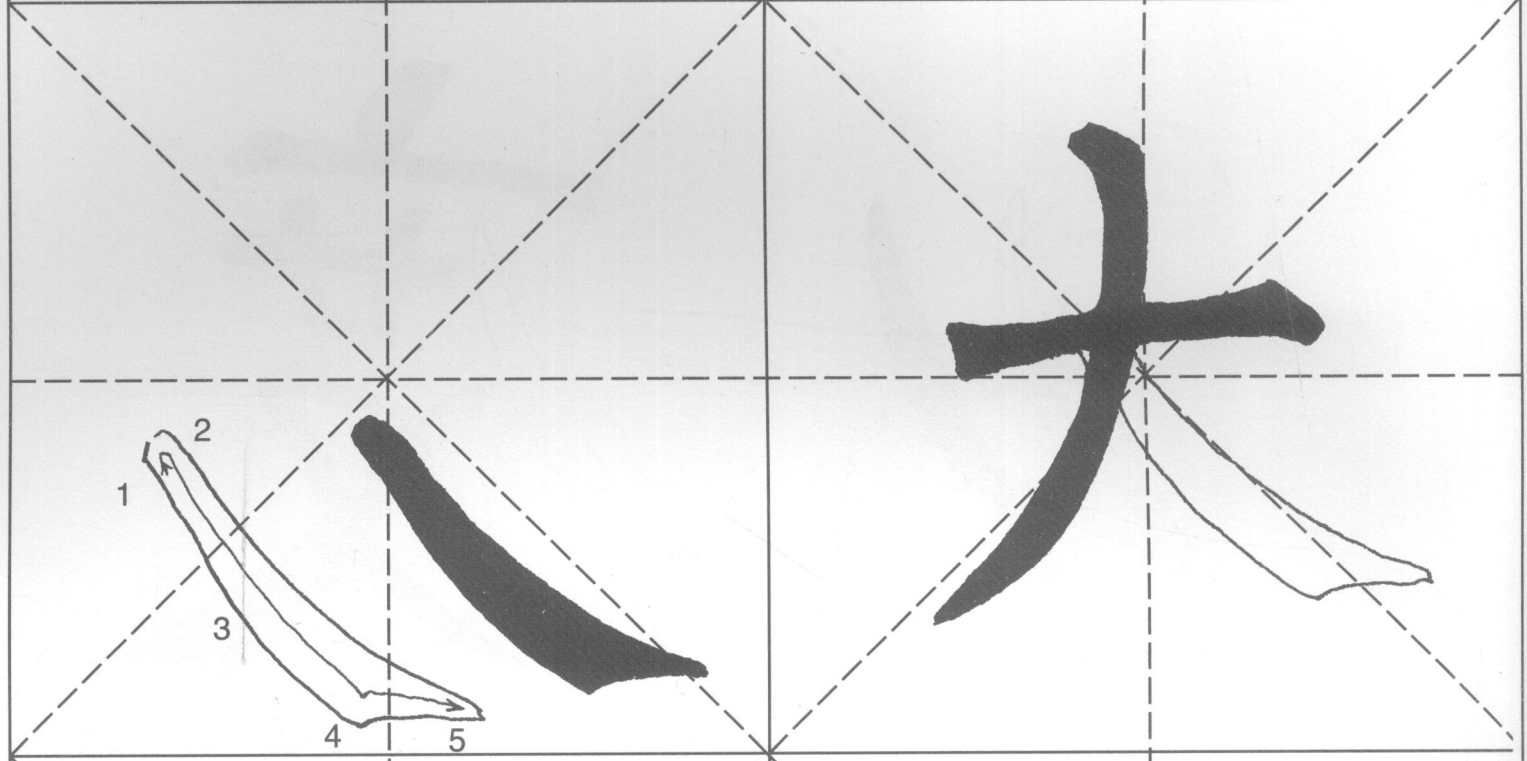


四、捺法

捺是相当难写的笔画。捺大概分为两种，一是斜捺，一是平捺。平捺和侧捺要写出轻重的变化，写出一波三折的韵味。在楷书中，捺一般要写得比撇重，各家的楷书都是如此。

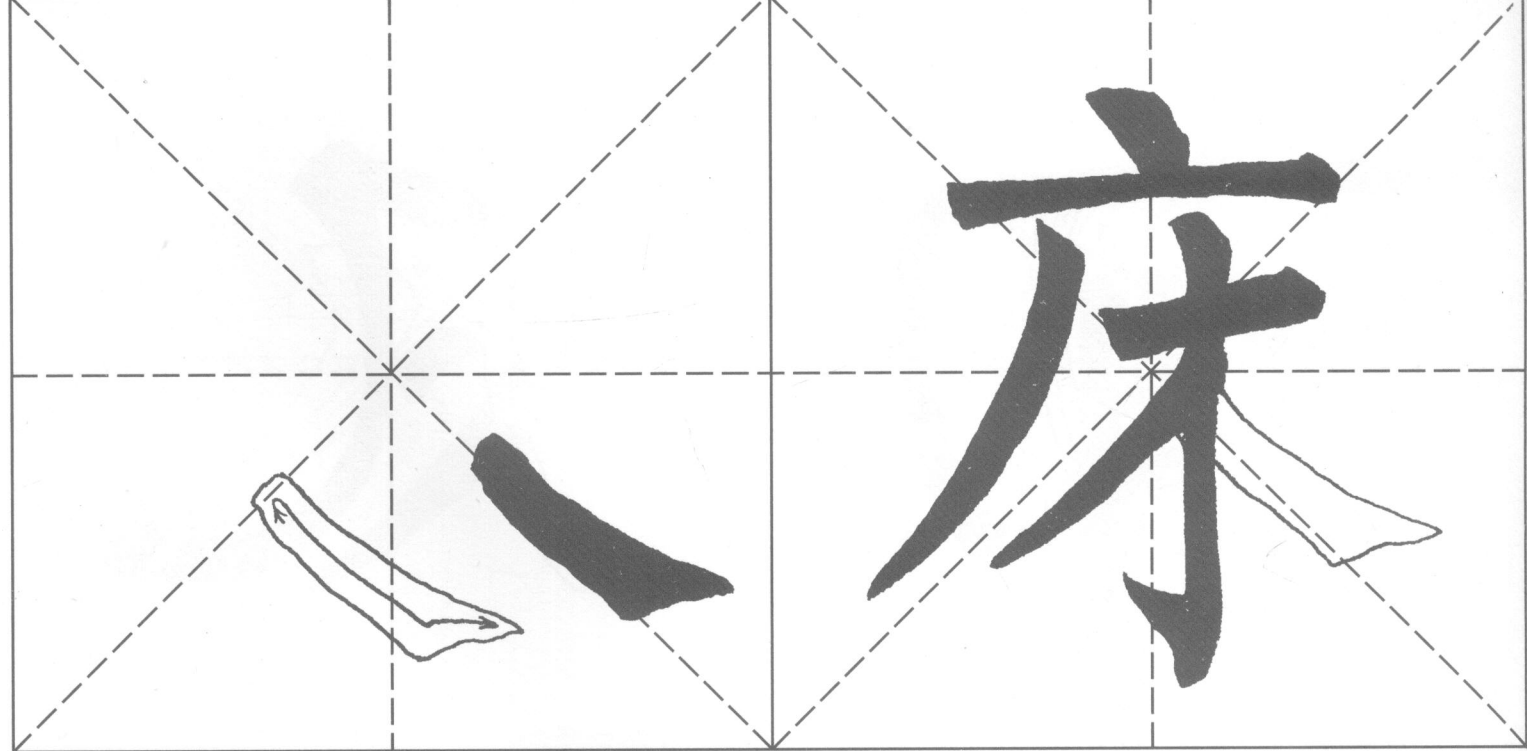
- (一) 长捺
1. 逆锋起笔。
 2. 转笔向下徐行。
 3. 至下半截稍带卷起之意，与左撇相配。
 4. 至捺脚处稍住。
 5. 提笔向右捺出。

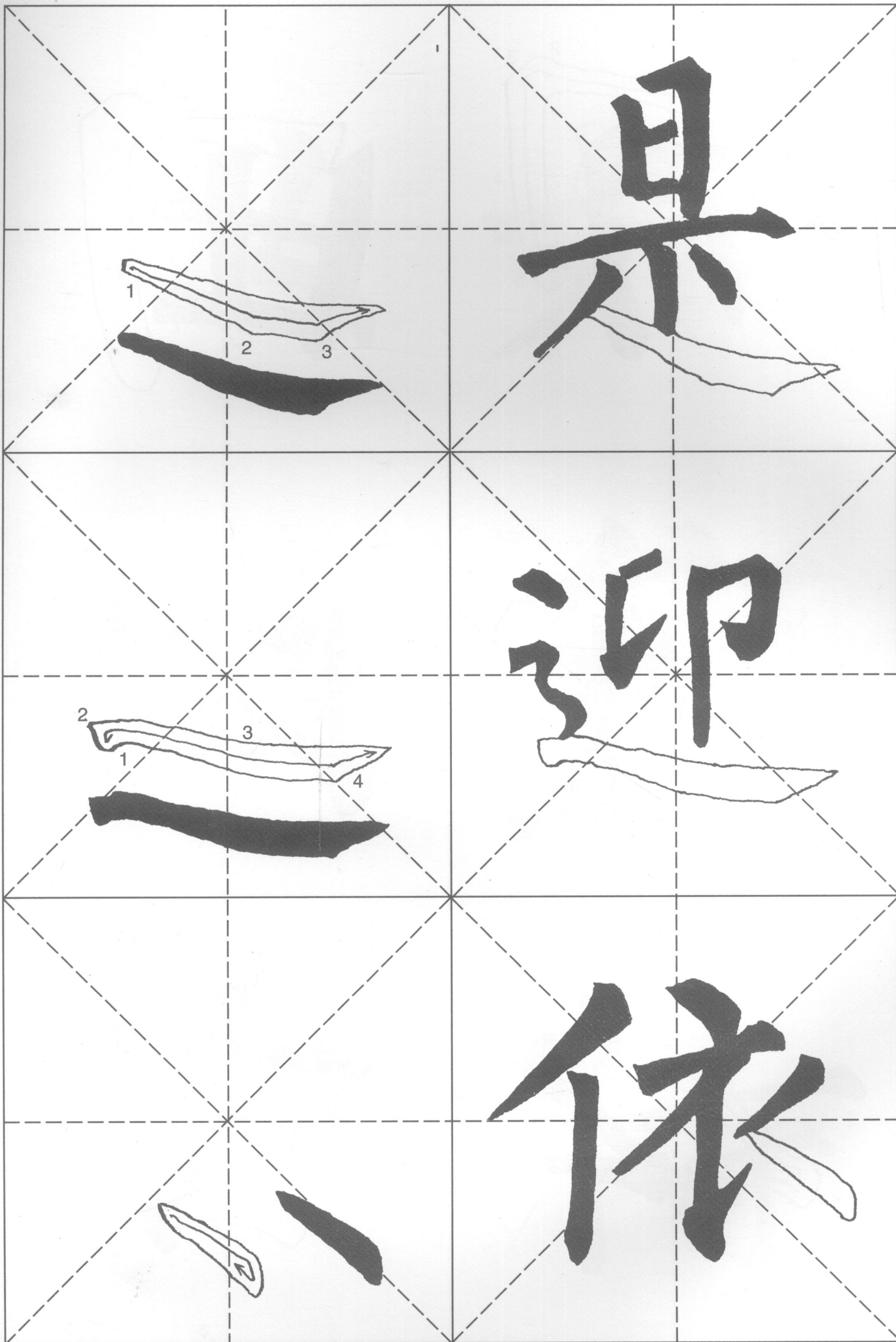
范字要点：“大”字的横不要写得太长，捺比撇重，起笔处搭在撇的左边。



- (二) 短捺
- 写法与长捺基本相同，只是形态短些、直些。捺脚也短些。

范字要点：“床”字的点居横中偏右，撇的起笔较偏右，短横较粗，长竖较细，捺画重。整个字的笔画呈内敛之势(内紧外松的结构特点)。





(三) 侧捺

1. 顺锋起笔，向右下边行笔边铺毫。由轻到重。
2. 稍住向右铺毫，轻重基本一致。
3. 稍住向右提笔捺出。

范字要点：“是”字的“日”字写得细而窄，横画不宜太长，收笔处以不超过捺尾为妥。中间的短竖正对“日”字的中心。撇笔短而轻。侧捺既不像斜捺有趋下之势，也不像横捺之有仰托之态，而是侧在中间。收笔处比横画的收笔处长。整个字显上窄下宽之势。

(四) 横捺

1. 逆锋向左起笔。
2. 转笔向上，微顿。
3. 向右下徐徐行笔略作仰势。
4. 稍住，蓄势向右捺出，力送捺尖。

范字要点：“迎”字的走之连点，分两笔写成。捺的部分较重。其他笔画较轻，捺画较向右舒展，以托住上部的笔画。

(五) 反捺(长点)

写法与长点同(见长点写法)。

范字要点：一个字中有上下两捺者，其中一捺用反捺；上下两个字同一右偏旁而末笔是捺者，有时以其中一字改用反捺。如“欣”、“歌”等字。“依”字的左撇较重，竖用垂露。横较短，中撇较轻。反捺起笔正对竖挑。

五、折法

柳体字的折法顿挫很明显，一般都先采取略上昂再向右下折的方法，书写折笔，折处不能顿笔过力，形成一个大的关节，像鹤膝一样。

(一) 横折

1. 起笔同横法。
2. 至折处笔锋向右上略昂。
3. 向右下作顿。
4. 提笔向下力行。
5. 至收笔处略驻(或稍作回收)收笔。

范字要点：“田”字的右竖比左竖长，横折的起笔处不与左竖相连，中间的横画连左不连右，写得略轻。整个字呈上宽下窄之势(开肩)。

(二) 竖折

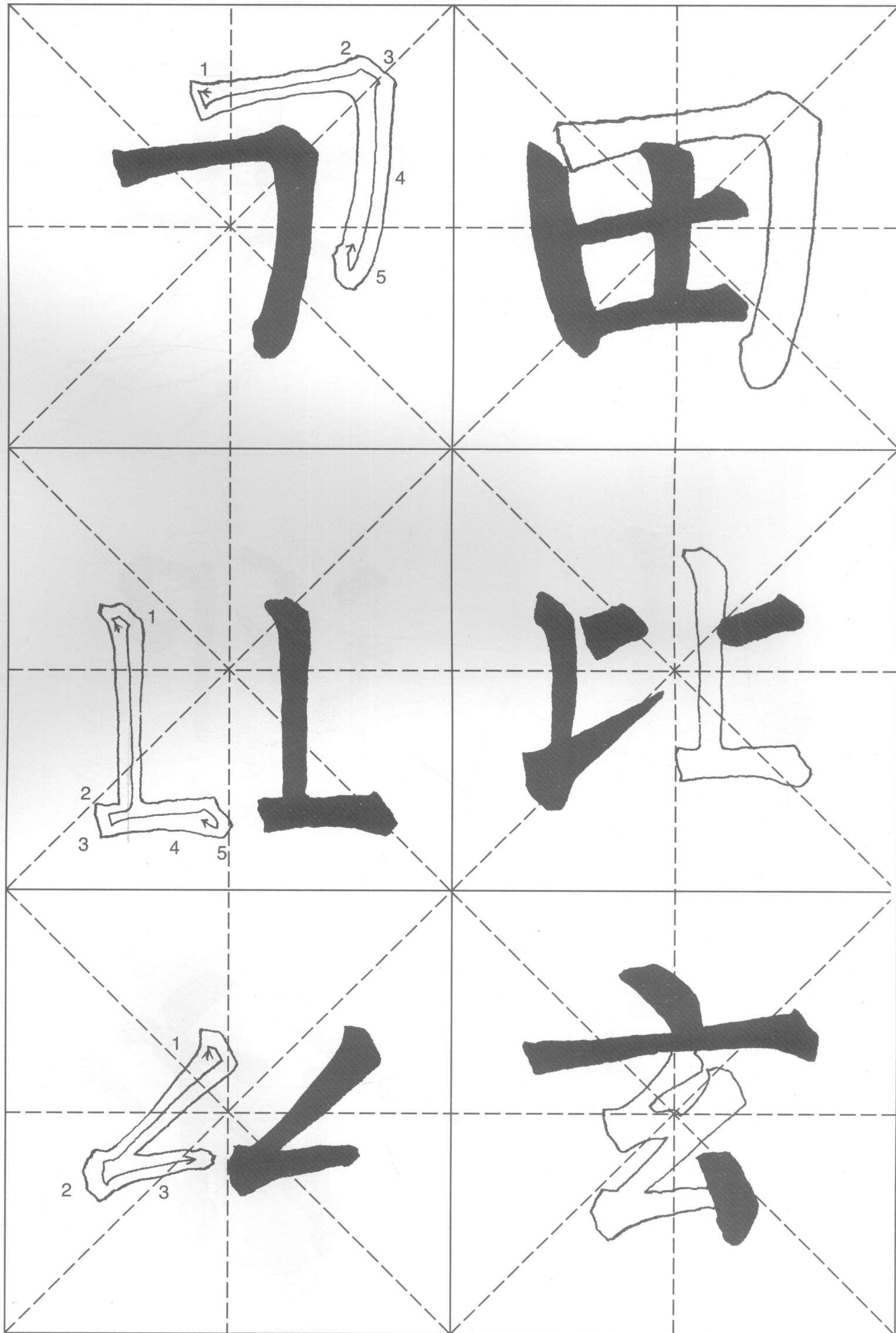
1. 起笔同竖法，运笔向下力行。
2. 至竖尽处提笔向左。
3. 折笔向下略顿。
4. 行笔向右同横法。
5. 收笔也同横法。

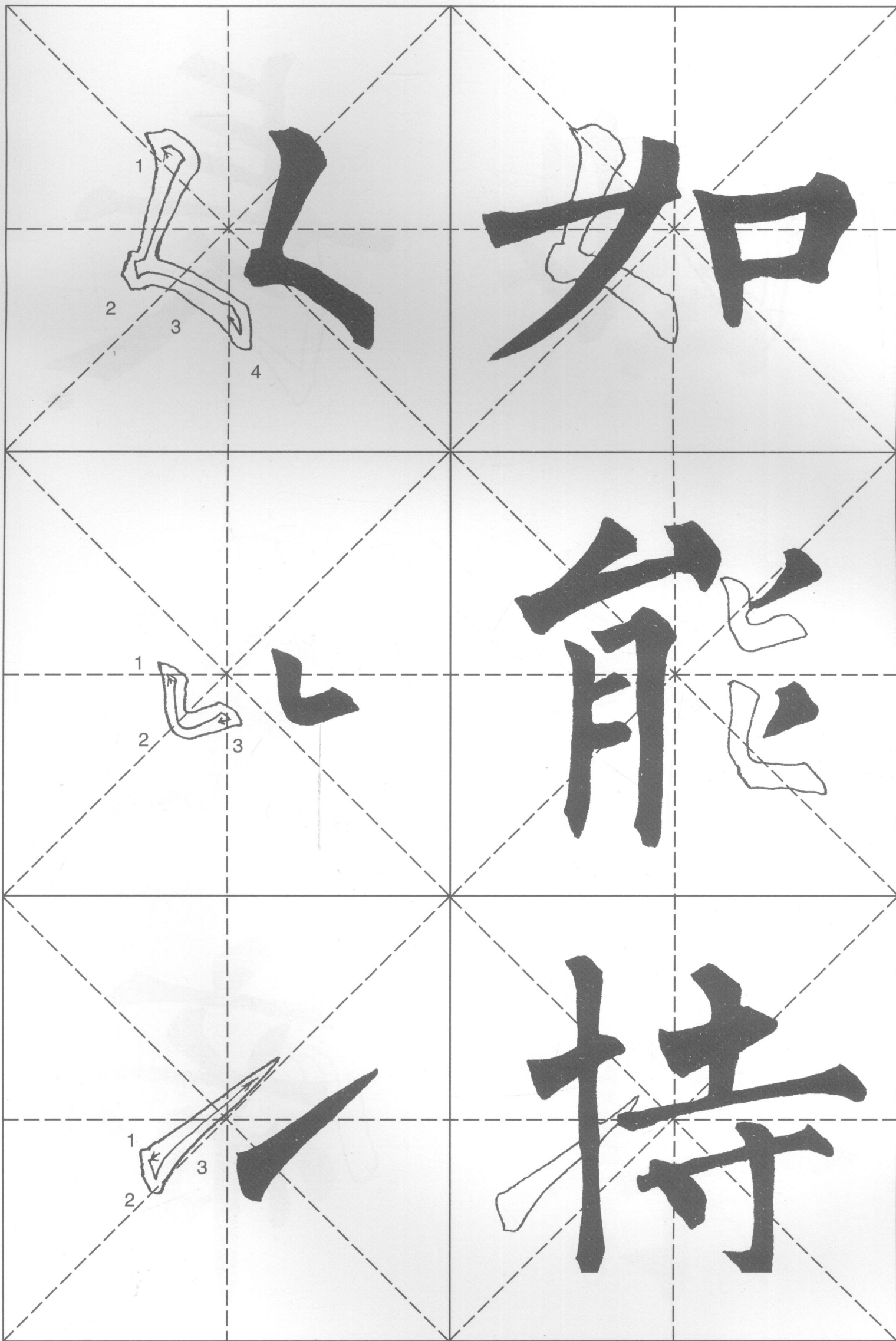
范字要点：“比”字的左边低一些，右边高些，左短横写得粗重，下挑重而尖。右短横略比左短横长一些，轻一些。竖折像两笔写成一样。

(三) 撇折

1. 撇法同前。
2. 至撇尖笔锋稍向左折笔，向右下作顿。
3. 提笔向右作横或作挑。

范字要点：“玄”字的上折作横，下折作挑，上折短下折长。两个折写得紧促，上横较长。





(四) 斜折

1. 起笔如斜撇。
2. 至折处略顿作折。
3. 向右下作长点，略呈弧形。
4. 稍顿回锋收笔。

范字要点：“如”字呈左长右短状，取横势，“女”字的横，左重右轻（像挑法），撇舒展，“口”字左竖长，呈上宽下窄之势（开肩）。

(五) 竖弯折

1. 起笔同竖法。
2. 至折处运笔稍慢转锋向右运笔。
3. 至尽处稍顿后即回锋收笔。

范字要点：“能”字呈左高右矮之状，左部上扁而宽，下窄而长。右部的两个“匕”字，写得有变化，上撇长一些，下撇短而重。上折小一些，折后取势向右上。下折大一些，折后取势略向右下。

六、挑法

挑的变化较少，有时写得斜一些，有时写得略平些，要看具体情况而定，但写法大致相同。挑的起笔有点像横法。写挑的关键在于提笔出锋，一定要把笔锋送到尖端。

(一) 斜挑

1. 逆锋起笔。
2. 折笔向下作顿。
3. 提笔向右上角挑出，要尖而有力。

范字要点：“持”字的提手旁的短横左重右轻，向右上斜。竖不作钩势，与右竖钩形成对比变化，挑较长。右边的“寺”字，第一横粗重，第二横细轻。第三横较第二横短。三横取的角度不同。点在第三横上，较重。

- (二)反钩挑
1. 逆锋起笔。
 2. 折锋向右下稍顿。
 3. 向下运笔略呈弧形。
 4. 略往左转笔向右下折。
 5. 稍顿后提笔向右上挑出。

范字要点：“长”字的上部较窄，下部开宽(上紧下松)，上三横的写法要有些变化。长横细而有力，捺笔较重。

七、点法

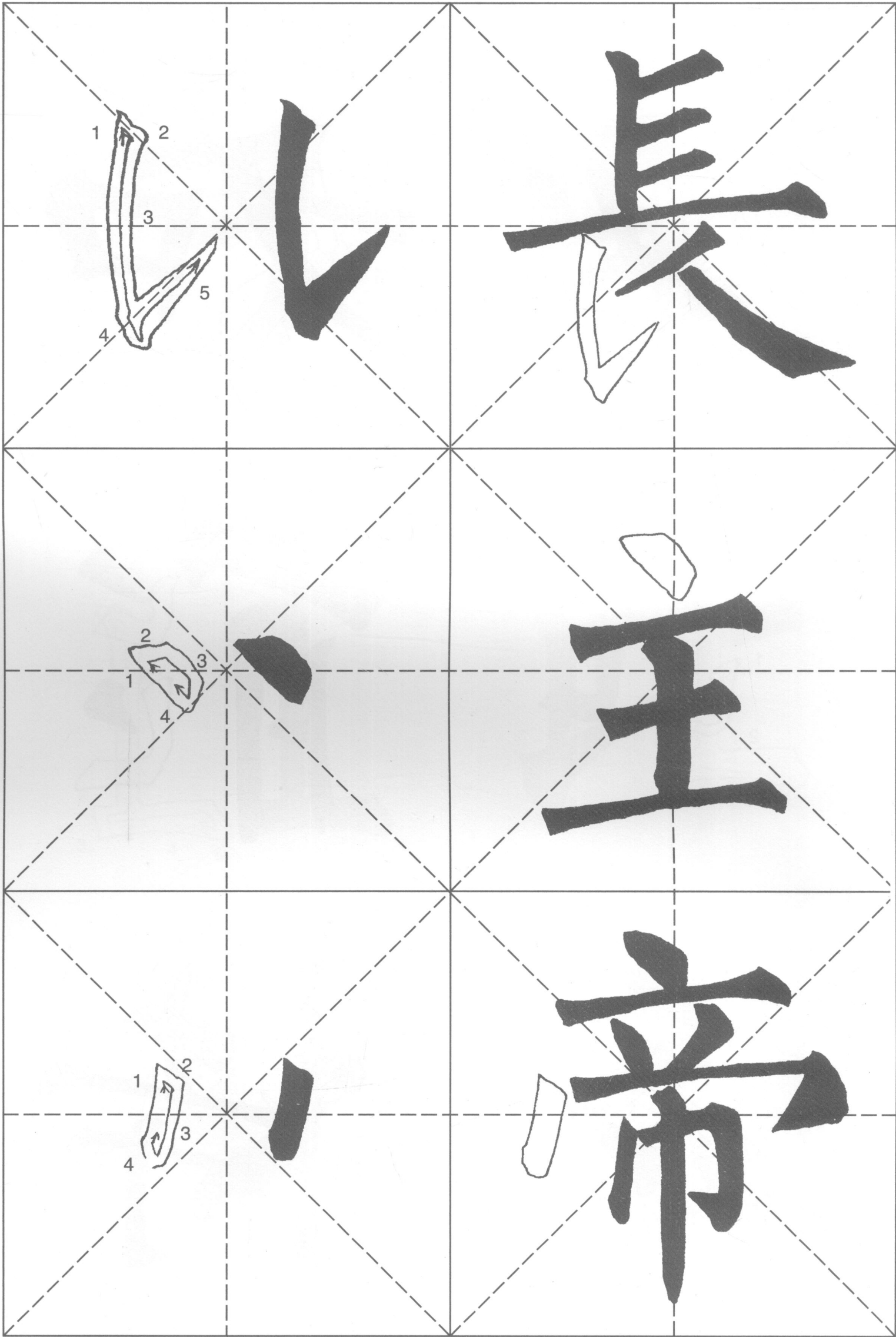
点的变化较多，在不同的位置有不同的写法。点在各种笔画中较为难写，它是最短的笔画，但在很短的距离里，笔锋要做许多动作。

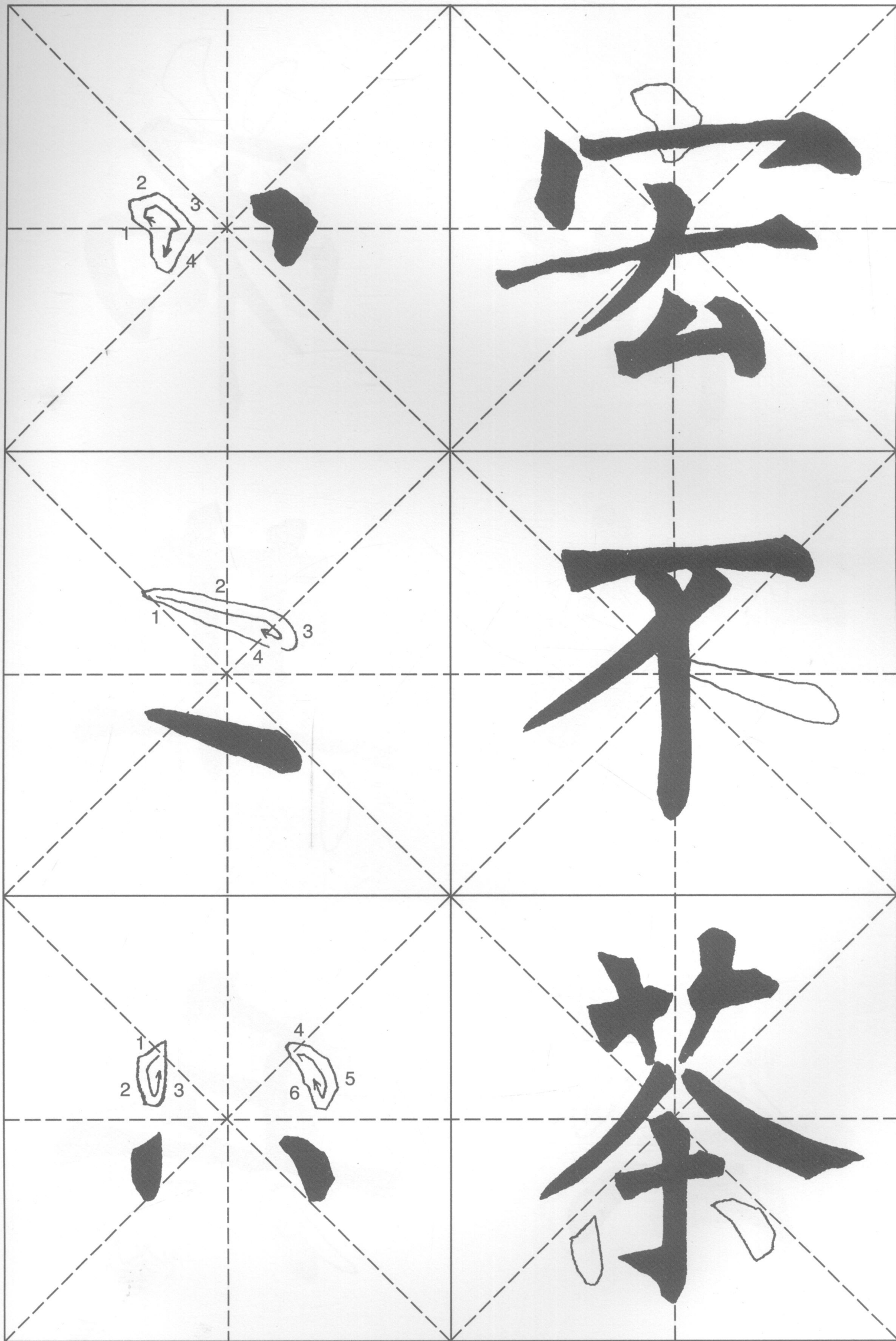
- (一)侧点
1. 逆锋向左上角起笔。
 2. 折笔向右略顿。
 3. 转笔向右下行，稍顿微微提笔。
 4. 向左上方回锋收笔。

范字要点：“主”字的点写得丰满有力，三横长短有变化，中竖较重，正对点的中间，下横偏左。

- (二)垂点
1. 逆锋向上起笔。
 2. 折笔向右下略驻。
 3. 稍提笔向左下行，略驻。
 4. 略提笔向右上收笔。

范字要点：“帝”字的点也写得丰满有力，正对着下竖，居米格的中线，垂点略向左斜，“写”写得较宽。横钩很特别，折笔后重重地钩出，与其他笔画形成较重粗细的对比。“巾”字不能写得太宽，下竖用悬针竖。





(三) 直点

1. 起笔与侧点同。
2. 折笔向右略顿。
3. 再折笔向右下略顿。
4. 稍提笔向下行，收笔一般不作回锋。

范字要点：“宏”字的直点居米格的中线上，下部撇短而横长，“厶”紧促，运笔较重。横画左轻右重，偏向左边。

(四) 长点（反捺）

1. 顺锋起笔。
2. 向右下渐行渐按。
3. 转笔向下。
4. 向左上回锋收笔。

范字要点：“不”字的撇的起笔近横画的三分之二处。竖用垂露竖，居米格中线。右长点与左撇要均衡。

(五) 左右点

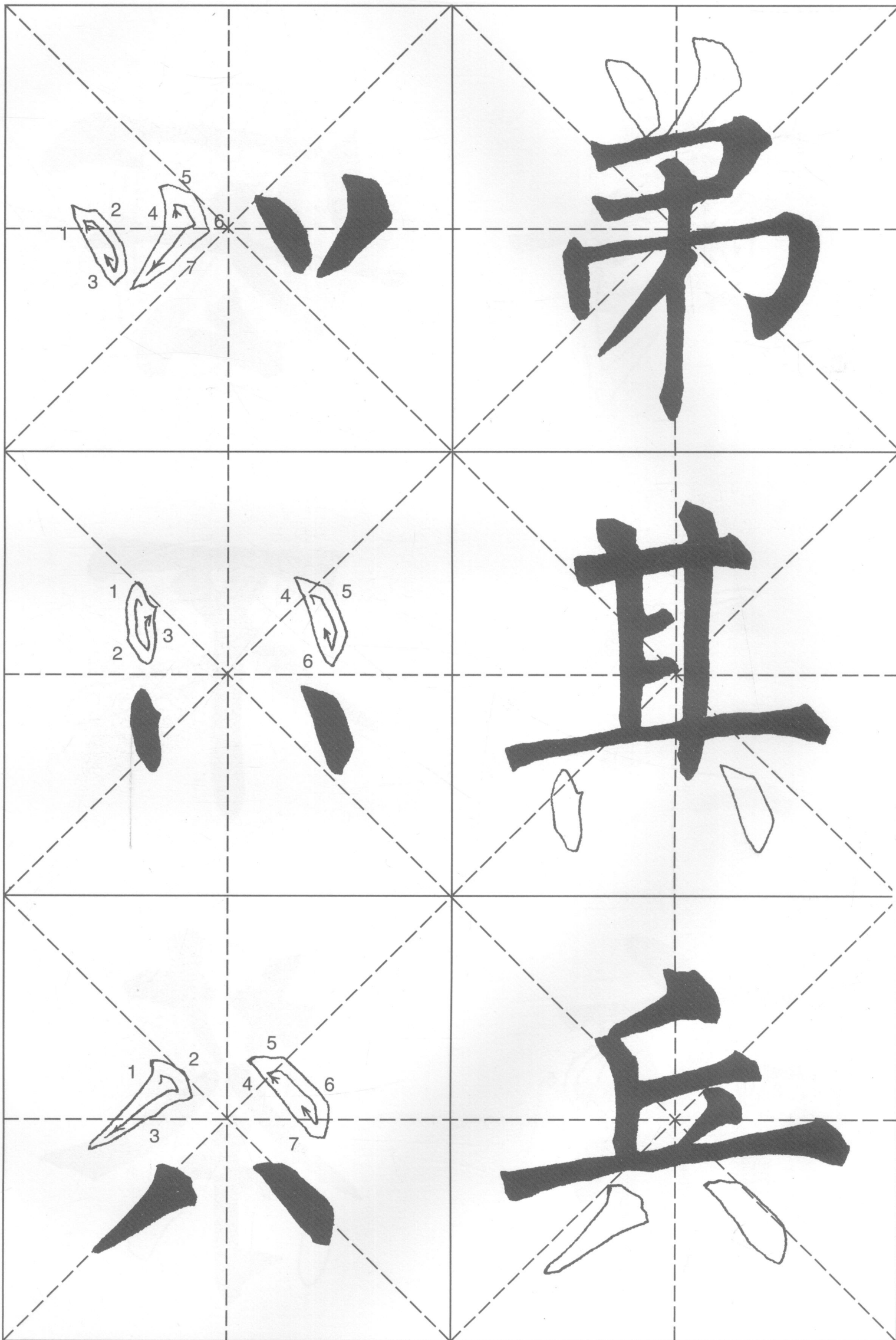
1. 顺锋起笔。
2. 向左下按笔。
3. 转锋向上收笔。
4. 顺锋起笔。
5. 向右下方按笔。
6. 转锋向上收笔。

范字要点：“茶”字的草字头不宜写宽，两短横较粗，撇捺舒展，下两点离得较疏远。竖钩正对米格中线。

(六)相向点①

1. 逆锋向左上角起笔。
2. 转锋向右下按。
3. 稍驻后提笔回锋向上收笔。
4. 逆锋起笔。
5. 折锋向右。
6. 再折锋向右下略顿。
7. 用力向左下角撇出。

范字要点：“弟”字的前两点较重。中竖用垂露，撇的起笔搭在竖的右边。



(七)相向点②

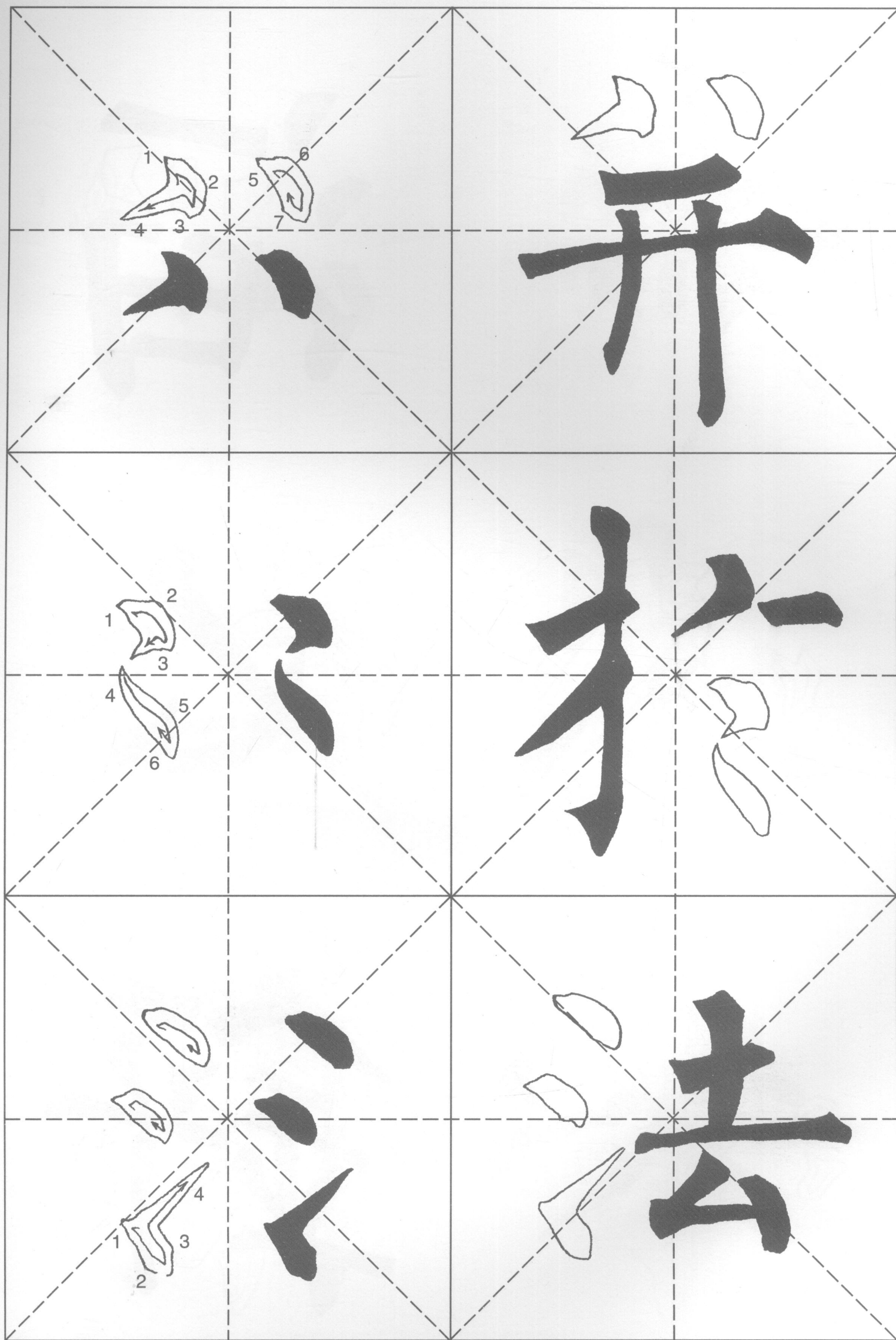
1. 稍逆锋后折笔向左。
2. 转笔向下按笔。
3. 稍顿后回锋向上，稍驻后向右上挑出。
4. 逆锋起笔。
5. 折笔向右，转笔向右下方按笔。
6. 回锋向上收笔。

范字要点：“其”字写成上窄下宽状，两竖距离较近，第二竖较长，中两横连左，下两点开张，左右呼应。

(八)相背点

1. 逆锋向上起笔。
2. 折笔向右下顿笔。
3. 略提笔后转锋向左下角撇出。
4. 逆锋起笔。
5. 折笔向右。
6. 再折向右下方按笔。
7. 稍顿后向左上收笔。

范字要点：“兵”字也写成上紧下松状，上短撇起笔重，长横舒展。下两点，左写成短撇，右点较长，与左撇水平均衡，像凳子的两脚，稳稳地支撑着。



(九)顺向点

1. 逆锋起笔。
2. 转笔向右下按笔。
3. 回锋向上。
4. 稍驻蓄势向左撇出。
5. 逆锋起笔。
6. 转锋向右下按笔作围。
7. 回锋向左上收笔。

范字要点：“并”字的
两横和两竖均呈相背状。
上横短而粗，下横长而
细，下横的收笔较重。左
竖略向左弯，右竖曲中求
直，也用垂露法。左短右
长。

(十)上下点

1. 逆锋(或顺锋)起笔。
2. 向右下转锋按笔。
3. 稍顿后回锋向上，带出
挑钩与下点起笔呼应。
4. 承接上点收笔，渐向右
下按。
5. 向右下按笔、稍驻。
6. 回锋向左上收笔。

范字要点：左旁竖钩
在横的右部，短撇搭在竖
的右边，右短撇用曲头
撇。右横写成左轻右重的
短横。两点上下呼应，一
气呵成。

(十一)水旁点

一、二点写法与侧点
同，只是大小应稍有变
化。第三点写法：

1. 顺锋起笔顺势向右下
按。
2. 稍驻后向右作转。
3. 沿原路回锋向上。
4. 回锋至上半部后稍驻蓄
势提笔挑出。

范字要点：“法”字的
第一点较重，挑点出锋正
对右第二横画的起笔。短
横左重右轻。竖写得较
重。第二横向右舒展。