

新世纪老年课堂系列教材

入行波之希

书法与篆刻基础教程

Shufa Yu Zhuanke Jichu Jiaocheng

组编 上海老年大学



上海科技教育出版社

新世纪老年课堂系列教材

书法与篆刻基础教程

Shufa Yu Zhuanke Jichu Jiaocheng

组编 上海老年大学



上海科技教育出版社

编委会

名誉主任：郑令德 江晨清

策 划：熊仿杰

主 编：林仲兴

委 员：林仲兴 邵征人 冯福泉 毛节民

李文骏 吕伦渝 徐婉之

执行编委：吕伦渝 徐婉之

序

中国书法艺术是中华民族传统文化的瑰宝。随着社会的发展与进步,我国已经进入全面建设的小康时期,文化建设正呈现出大繁荣、大发展的良好局面。而人口老龄化社会的来临使得发展老年教育、丰富老年人的精神和文化生活以及提高老年人的生活与生命质量成为全社会的共识和重要的历史使命。老年人对中国书法艺术的热爱之情是十分深厚的。通过对书法艺术的学习,可以达到增添生活情趣、陶冶情操、促进身心健康、提高文化素养等目的。其中更深刻的意义则在于可以实现中华文化的传承,迎接社会主义文化的大繁荣、大发展。

上海老年大学成立于 1985 年,从当时 2 个书画班、58 名学员起家,经过不断发展,至今规模已达到 9 个系、100 多门课程、近万名学员,成为广大老年人的学习乐园和健康乐园。通过 27 年来书法教学的实践,上海老年大学书画系积累了丰富的教学经验,培养了一大批书法爱好者,其中许多人还成为上海市乃至中国书法家协会的会员,他们的作品多次参加展览,获得诸多奖项,一些优秀作品为广大书法爱好者所收藏。

办好老年书法教育需要良好的学习环境和氛围,需要有德艺双馨、教学经验丰富的教师,还需要有一本内容丰富、可读性高、艺术性和实用性均强的高质量教材。本次上海老年大学组织编写的《书法与篆刻基础教程》集 27 年教学实践与经验之大成,包括了楷、行、草、隶、篆几种书体及篆刻的教学理念和运笔示范,该教材的内容体现了书法和篆刻纤细与浑厚、粗犷与细腻等不同风格,展现了曲与直、浓与淡、藏与露、大与小等各种笔法;作品的结体布局、随形布势、参差错落等都经过精心构思,独具匠心。入编作品均经严格筛选。本教材的出版将为老年书法教学提供一个教学蓝本,既有利于教师把握教学进度,也有利于老年学员欣赏、学习书法和篆刻艺术,循序渐进地提高书法和篆刻水平。

弘扬国之瑰宝、构建和谐社会是文化建设的重要任务,希望并相信本教材的出版将为普及老年人书法教学起到积极的促进作用。

本教材的出版得到了上海市老年教材研发中心的大力支持,在此表示诚挚的谢意。

郑令德
2012 年夏

目 录

第一部分 楷书	1
一、楷书简述	1
二、临摹要点	2
1. 临摹的前提条件	2
2. 临摹的基本要求	5
3. 临摹的主要方法	5
三、欧体和颜体楷书用笔和结构特征比较	7
1. 用笔特征	7
2. 结构特征	11
四、《九成宫》临习技巧	11
1. 《九成宫》笔法的主要特点	12
2. 《九成宫》笔画的写法和特点	14
五、作品的创作	18
1. 作品的形式	18
2. 作品的格式	22
3. 布局的规律	22
第二部分 行书	24
一、行书简述	24
二、基本点画书写法	25
1. 点法	25
2. 横画	26

3. 竖画	26
4. 撇法	27
5. 捺法	27
6. 钩法	28
三、几种点画变化书写	29
四、主要偏旁书写法	31
五、章法	38
六、作品精选	39
 第三部分 草书	 45
一、草书简述	45
二、孙过庭《书谱》疑难字释疑	48
三、孙过庭《书谱》文章解读	73
1. 《书谱》卷上	73
2. 《书谱》卷下	78
四、偏旁部首写法	82
五、作品欣赏	89
 第四部分 隶书	 91
一、隶书的由来与发展	91
二、隶书学习方法	91
1. 执笔和姿势	91
2. 隶书用笔方法	92
3. 隶书的笔画写法	92
4. 隶书的特点	97
5. 隶书歌	97
6. 学书悟道	97
三、历代著名 13 块汉隶碑介绍	97
1. 《华山庙碑》	97

2. 金农临《华山庙碑》	103
3. 《乙瑛碑》	104
4. 《曹全碑》	105
5. 《鲜于璜碑》	106
6. 《礼器碑》	107
7. 《史晨碑》	108
8. 《封龙山碑》	109
9. 《西峡颂》	110
10. 《夏承碑》	111
11. 《袁博碑》	112
12. 《张迁碑》	113
13. 《韩仁铭》	114
 第五部分 篆书	 116
一、文字的起源	116
1. 甲骨文	116
2. 金文	117
3. 石鼓文	122
二、石鼓文哺育的子孙	124
1. 李斯	124
2. 邓石如	125
3. 吴昌硕	127
4. 王福庵	129
三、篆书简介	131
1. 写字姿势	131
2. 小篆的用笔和笔顺	131
3. 小篆的结体	134
4. 篆书用笔法歌诀	135

四、篆书容易写错的字	136
五、古人论书理	143
第六部分 篆刻	144
一、写在前面的话	144
二、安全教育教育和刻前准备工作	145
三、基本刀法	146
四、刀法练习	147
五、白文一字印的刻法(之一)——设计印稿	151
六、白文一字印的刻法(之二)——独体字印的刻法	152
七、白文一字印的刻法(之三)——左右结构字印的刻法	153
八、白文一字印的刻法(之四)——上下结构字印的刻法	153
九、摹印	154
十、摹刻白文两字印	155
十一、摹刻白文三字印	156
十二、摹刻白文四字印	157
十三、朱文印	160
十四、朱文印摹刻	161
十五、边款	165
十六、章法	167
十七、吴让之印风	171
十八、赵之谦印风	175
十九、黄牧甫印风	179
二十、王福厂印风	183

第一部分 楷书

一、楷书简述

时代在发展,越来越多的老年人退休后不再满足于在家无所事事,而是努力寻求更加充实的精神与文化生活。许多人把精力投入到书法学习中,从中体会到无穷的快感。

的确,书法学习是一种理想的健身活动。人到老年,比较剧烈的大运动量已难胜任,而练习书法是一项集艺术性和运动性于一身的项目,可以说是一种柔功,对身体十分有益。书法学习还是陶冶性情的好方法,可以放松心情,驱走烦恼和疲倦,精神得到超然和净化。书法作品是由文字内容与表现形式两部分组成,它们互相映衬,相得益彰,从书法作品的表现形式中可以得到美的享受。书法学习还是一个扩大社交范围的好方法。在过去的岁月里,老年朋友已大体形成了一个比较固定的社交圈子,退休后社交活动比以前减少了,学习书法恰恰可以为自己提供以书会友的好机会。

在书法艺术的发展长河中,楷书具有独特的地位和魅力。楷书有模楷的意思,也叫正楷、真书、正书。它创始于汉,发展盛行于魏晋、南北朝,至唐朝臻于极致,集为大成,名家辈出,通行至今,长盛不衰。

楷书的产生不仅使汉字结构发生了明显的简化,补充了隶书和草书的不足,而且完美地汲取了两者的优点,使结构更趋合理、严整,使形体美得到了进一步的发展。所谓“永字八法”,就是指楷书中“永”字的8种基本点画的写法,以及由此而形成的丰富用笔姿态。因为“永字八法”基本上包括了楷书各种点画的写法和姿态,故常以“永字八法”作为楷体书法的代表,而精研八法也就成了书法家的别称。

真正有成就的书法家可以专攻隶书,或擅长篆书,也有以行草见长的,但都应该在“永字八法”上下过相当的工夫,否则其书法造诣不可能很深,艺术成就不可能很大。故历来书法名家都十分重视楷书,无不精研八法,如魏晋的钟繇、王羲之,隋唐的智永、颜真卿、张旭,宋代的蔡襄、苏轼,元代的赵孟頫,明清的文徵明、祝枝山、赵之谦、王宠,现代的沈尹默、邓散木等。他们并不都是以楷书而闻名于世,但是楷书的功夫均相当扎实。历史上楷体书法最为著名的四大家是〔唐〕欧阳询(欧体)、〔唐〕颜真卿(颜体)、〔唐〕柳公权(柳体)和〔元〕赵孟頫(赵体)。

前人学书法有这样一种说法:“学书须先楷法,作字必先大字。大字以颜为法,中楷以欧为法,中楷既熟,然后敛为小楷,以钟王为法。”应该讲,基本指明了学习楷书的取法门径。

清代的周星莲在《临池管见》里讲:“作书能养气,亦能助气。静坐作楷法数十字或百字,便

觉矜躁俱平。”现代社会生活斑斓,人心比较浮躁,虽然喜爱书法,但是真正肯在楷书方面下工夫的人却不多,这对于书法艺术的继承和发展是十分不利的。愿有志于书法艺术的同道朋友们一起努力。

楷书主要具有以下几个特点:

1. 讲究用笔

楷书的笔画有提顿、藏露、方圆、快慢等用笔方法。不同的用笔方法产生不同形态、质感的线条,不同的线条需要不同的用笔方法去加以体现。如果书写时用笔稍不注意,笔画就达不到要求,就会出现软弱无力、僵硬死板等毛病。因此,必须经过一定的训练才能掌握用笔方法。

2. 笔画分明

楷书每一个笔画的起笔和收笔都要交代清楚,工整规范,干净利落,不能潦草、粘连,但是笔画与笔画之间又要有内在的呼应关系,使笔画达到既起收有序、笔笔分明、坚实有力,又停而不断、直而不僵、弯而不弱、流畅自然。

3. 结构方整

楷书在结构上强调笔画和部首均衡分布、重心平稳、比例适当、字形端正、合乎规范。字与字排列在一起时要大小匀称、行款整齐。虽然也有形态上的参差变化,但从总体上看仍是整齐工整的。

正是由于以上原因,历代许多书法家都主张把楷书作为学习书法的第一步。实践证明,只有经过系统的楷书练习,才能了解汉字笔画与结构的特点和要求,才能掌握汉字的组合规律,为进一步学习其他书体奠定扎实、稳固的书写基础。

二、临摹要点

过去学习古典诗歌时常听到一句话:“诗读百篇,其意自现。”由于中国独特的传统文化背景和思维习惯,使得许多艺术形式都有着十分明显的程式化倾向,不掌握这些程式就无法谈及登堂入室。然而,对这些程式的产生因由、组合规律、使用方法等的传授与接受,在很大程度上又不约而同地遵循着一条只可意会却难以言传的授受途径,获取这种意会的一个主要方法就是进行大量的反复练习。临仿原作,心领神会,逐渐由偶然到必然,由知其然到知其所以然。

同样,对于书法的学习与掌握也只能先从临摹前人佳作入手。

1. 临摹的前提条件

“工欲善其事,必先利其器。”正确选择和使用书写工具与材料是书法学习的前提条件。

首先谈一下纸的选择。目前可用于书法的纸种类很多。平日练习可选用那些质地不太光滑,毛笔运行上去有摩擦感,同时有一定渗水性的纸,通常使用元书纸即可,不一定非得使用宣纸,但要避免使用如道林纸之类光滑密实的纸。

说到用墨,一般使用墨汁就可以了,无需研墨。只是墨汁要随用随倒,用剩下的墨汁不要再灌入墨汁瓶,以免引起瓶中的墨汁变质,也不要搁置在容器里任其风干,这样下次再往里倒进墨汁时会产生墨渣,影响使用,所以每次写完字都要将盛墨的容器洗净,以备再用。常见有人将墨汁倒入填有海绵的墨盒里使用,此法欠妥。墨盒的功用只在便于携带,不致溢洒。如不是为了外出,最好还是用砚台墨海或小碟、小碗作盛墨汁的容器,这样才能保证毛笔墨汁蘸得饱和。

最后重点谈一下毛笔的选择。目前通行的毛笔可分为三大类,一是硬毫(如狼毫),二是软

毫(如羊毫),三是软硬俱备的兼毫。这其中又依笔锋的长短分为长锋和短锋。一支好的毛笔应具备下面四个条件:(1)“尖”:当笔沾水抿干理顺后,笔锋比较尖锐,没有毗牙咧嘴、弯曲不顺的毛刺;(2)“齐”:是当笔锋捻开时,其尖端应呈现较整齐的楔形,没有明显的虚尖或参差不齐;(3)“圆”:是当笔锋理顺下垂时,从笔根到笔尖,由粗渐细的弧线应该是圆润顺溜的圆锥体,边缘轮廓没有明显的凹凸起伏;(4)“健”:是当运笔提按时笔锋能生发灵敏的弹力,也就是当行笔运用提按转折之类动作时,笔锋能应手铺开,又能及时应手自然地收拢还原。

这里附带提一下笔毫保养的问题。新毛笔泡开时要用凉水或稍温的水浸泡,使其逐渐自然散开,不可用热水烫或用手硬拈硬掰。每次用完应将笔毫涮净,用手轻轻将水挤干理顺,较大的笔如能笔锋朝下悬挂起来,使水下注则更好;较小的笔如使用间隔较短,也可暂不洗涮,但要用笔帽套严。总之,不宜把饱含墨的笔放置起来,任其干涸。至于初学临摹使用什么笔为好,还要参考所临字帖的特点来选用。

关于执笔的方法与要求,历来书论都将其作为一个比较重要的问题来讨论。不过这些方法与要求大多是书家们根据各自的书法习尚与风格提出的,往往各有所长,也不免各有所偏。我们固然可以借鉴这些既成的方法,但不宜把这些方法看成是不能变通的定法。尤其老年人习书,需要的是轻松舒畅、心平气和,不宜过分拘泥于成法而造成精神紧张。苏东坡曾说过,“执笔无定法,要使虚而宽。”这种说法抽象而言就是指要使精神放松、心胸开阔、思绪平稳。具体地讲则是要使指实掌虚,便于笔锋在较大的范围内运动。只要能达到上述目的,应该说采取什么样的执笔方法都是可以的。只要能挥运自然,把字写好就行。

不过,为能达到用笔的效果,对于执笔也还是有一定的基本要求,例如笔管在手指间需要始终保持稳定,不能控制不住而任其松荡、倒伏不振。因为用笔无论是起笔、驻笔还是在运行过程中,随时都要求书写者能如意完成诸如提按、转折、起伏、顺逆之类的微妙动作,如笔管在手中松松垮垮地乱动,就无法按自己的意愿完成上述动作。但是,如为了将笔管把牢而攥得过紧或过死也是不行的,那样又会导致用笔的僵滞,不利运转。所以执笔所需要的是一种既稳定又灵活并能随时应变的指掌结构。清代梁巘有《评书帖·执笔歌》:

学者欲问学书法,执笔功能十居八,
未闻执笔之真传,钟、王学尽徒茫然。
一管分为上下中,真字小字靠下拢,
行书大字从中执,草书执上始能工。
大指中指死力掐,圆如龙睛中虚发,
食指名指上下推,亦须着力相撑插。
禁指无用任其闲,手背内坎半朝天,
始能沉着坚而实,个中精力悟通玄。
笔管上向怀中入,下截笔锋向外出,
腕力挺住不须摇,转运全在肘力熟。
悬腕悬肘力方全,用力如抱婴儿圆,
勿令偏窄贴身边。总之执笔功期远,
紧要着力力无浅,古人有言良不诬,
抉破纸兮撮破管。

这里向大家讲一下五指执笔法(图 1-2-1):擗、押、钩、格、抵。

(1) 擗:用拇指的第一节贴紧笔管,由内向外用力。

(2) 押:用食指的第一节贴紧笔管,由外向内用力。

(3) 钩:用中指的第一节钩住笔管,向内用力。这样食指、中指的力量与拇指均衡相拒,笔管实际已被夹持住了。要注意食指、中指在拇指的对面均布,不可太近,两指并拢不可取;也不可太远,有一种食指高高扬起的执笔法叫“鹅头法”,也不可取。

(4) 格:用无名指第一节背面,指甲上方部位向外推笔管。

(5) 抵:用小指贴住无名指,以增加无名指的力量,这样的执笔,力量从三方面来:拇指为一方,食指、中指为一方,无名指、小指为一方,力量共趋于圆心,手指与手掌之间要有足够的空间(约能容下一个鸡蛋),这样指实掌虚既稳定又空灵,对运笔是有利的。

至于说执笔的高度,可随所写字体的大小而定。通常写蚕豆般大的字时,无名指触及笔管的部位距笔根半寸左右即可;写核桃般大的字时则要上提一寸左右,同时若能将腕部稍悬起一些更好;写拳头般大的字又需再向上提,这时不仅腕部最好要完全抬起,如果可能,连肘部也最好能悬起;若写的字再大就要站起来书写了,此时执笔的位置就须更高些。不过如写的是行书、草书,由于点线及字间的连属关系,要求毛笔活动范围更大,所以一般执笔位置都要较常规高一些。

书写姿势也是会影响书写效果的。常见一些上了年纪的人学写字时,写一会儿头就偏到左侧,腰也随之侧弯下去,这可能是因体力不支或眼神不好而想要注意笔锋动作所致。这样的书写姿势一方面会因身体拳曲而影响呼吸,加速疲劳感的产生,更有可能由此造成颈椎及腰椎疾病;另一方面会因眼睛距离笔尖太近,只注意局部的点画与用笔动作而忽视整体关系,导致出现“谨毛失貌”的毛病。所以,正确的书写姿势应该是:(1) 坐姿:上身要端正放松略向前倾,前胸不要紧贴桌边,更不要伏在桌上,双脚自然分开平放,头要正,腕要平,笔要直。(2) 站姿:如要写的字稍大,坐着写不利于毛笔的挥用,就需站起来书写,要求上身略向前倾,两腿与肩等宽分开平放,周身放松。另外,在书写时眼的视线不要紧盯住笔尖或紧跟着笔锋运行方向,而要将视线集中在笔锋将要运行到的前方,把视线与笔锋统一起来,带动笔锋的运行。视线着落点这一前一后的变化会导致书写效果的大变化。

老年人常会遇到的另一个问题是书写过程中手抖气促,其原因除健康因素外,还可能是心理压力过大。越是想把字写好,精神就越紧张,笔管攥得就越紧,结果不但手抖的问题没有解决,指僵腕死的毛病又出现了。克服这种现象的方法主要是把注意力集中到写什么上去,而不是斤斤计较于怎么写(这项工作应该在写之前的分析揣摩阶段完成)。要设法减轻心理压力,权当是清晨散步,呼吸自然均匀,放下急于求成的思想负担,长此以往会逐渐有所改善。

再简单介绍一下碑帖的选择问题。古人留给我们的法书碑帖浩如烟海,如何从中选取比较适合初学者的范本呢?眼下常见的版本大致可分为影印本、填描本、翻刻本。影印本比较忠实地

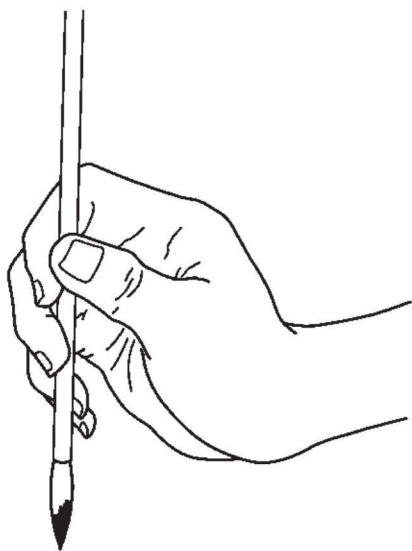


图 1-2-1 五指执笔法

保留了原作风貌,但因有的碑刻年久风化,剥损严重,用笔与结体有的地方不好辨认,使初学者无从下手。填描本是在影印本的基础上将一些有可能影响对用笔结体观察的残破部分填描清楚。但由于填描者对原作的理解和填描技术等原因,容易失掉原作神采。翻刻本是按原作重新镌刻而成,但与原作相比会有一定的距离。所以,最好还是选取那些印得比较清楚却又残损不太严重的影印本为范本。

2. 临摹的基本要求

学习书法最容易产生急于求成的情绪,特别是对有些老年人来说,更易产生强烈的成功欲望。须知,任何艺术的学习都是一个漫长渐进的过程。老年人经历多、理解力强,是学好书法的有利条件。要有信心和恒心,不要抱有急躁情绪。

书法和许多其他艺术门类一样,学习的进步多是呈螺旋式上升的,有时会觉得踏步不前。这种现象有可能确实是一段较长时间的停滞不前,有待突破,但更大的可能是一种曲径通幽般不易察觉的前进;或许还是由于鉴赏能力在不知不觉中提高了,预示着将有一个更大的进步,所以万万不能稍觉无进展就气馁。

必须承认书法学习是一个循序渐进的过程,特别是在临摹阶段,质量往往同数量成正比。没有大量反复的临摹,就无法有显著的进步。而这种大量的练习既不能一曝十寒,三天打鱼两天晒网,也不能朝秦暮楚,见异思迁。应该在一段时间内瞄准一本字帖深钻进去,日久天长才会学有所得,但是否如此说来就是将精力和眼界都只集中在这本帖上,心不旁骛,目不斜视呢?完全不是,要知道习书最忌孤陋寡闻,“眼穷”是一大病。我们所说的“以一为主”意在分清对所接触的字帖精研与粗览的关系。比如在一个时期重点学习颜真卿的楷书《勤礼碑》(图 1-2-2),要在反复临习分析的同时,把颜真卿的其他楷书,或者其他楷书大家——如欧阳询、柳公权的作品也摆放在桌边案头,时时进行参照比较,从中体会所临范本的特征与妙处。这样有点有面,以点带面,就能举一反三。

3. 临摹的主要方法

我们常说的“临摹”两字,实际上



图 1-2-2 颜真卿《勤礼碑》

表示了两种不同的学习方法。所谓“摹”是用较薄而透明的纸铺蒙在字帖上,按下面字帖显露的线条痕迹拓写,故称“摹拓”。也可先在铺蒙的纸上用双勾(勾点线两侧边缘)或单勾(勾点线中线)的方法(图 1-2-3)将字形勾勒出来,撤出字帖,然后再依形填墨(当然,不能一点点地涂抹,必须是尽量不走样地一笔写出来),这种方法也称“勾摹”。“摹”的目的在于准确理解点线和字的形状,训练能使毛笔按一定线路运行的能力,但这样写出来的字往往空具形似,易显得呆板僵硬。不过作为入门的基础,进行一定的练习还是有必要的。

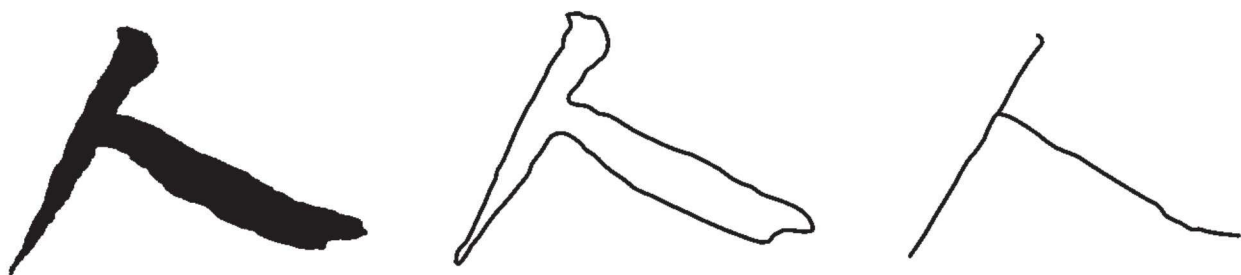


图 1-2-3 临摹方法

对老年人来说应该以“临”为主。“临”可分为对临、背临和意临三个阶段:

(1) 对临阶段

对临就是把范帖放在书写者的前面或左边(如做一个像图 1-2-4 那样的支架,使字帖可立在前面更便于观看),先是看一笔临写一笔,逐渐发展到看几笔乃至看几个字再落笔,这种方法能加深理解点线的组合搭配关系,避免摹写可能造成的呆板,容易达到神似的要求。但在初学阶段不易把握住点线的形状及位置,这就需要写前仔细地分析比较,写后认真地对照检查。

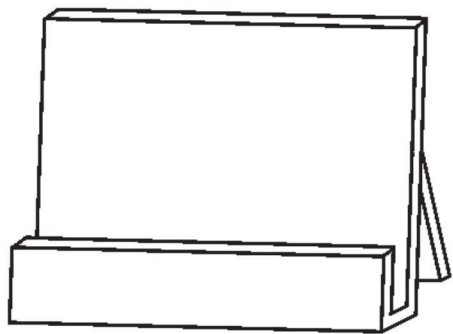


图 1-2-4 支架

(2) 背临阶段

在对临基本达到准确熟练、粗具原作风貌阶段之后,可以进行背临练习。即不看范帖,按以往临写的印象,尽可能忠实和自然地把原作默写下来,由一个字到几个字以至成行成篇。写后再仔细对照原作,发现问题后依旧通过默写加以纠正。这种练习的目的在于深刻领会原作的神韵,理解点线形状及组合关系之所以然的道理,可为以后的学习创作打下基础。

(3) 意临阶段

经过背临之后,对原作的理解比较全面了,就可以进入意临阶段,即根据自己对范帖的体会,或全面按其用笔、结字、谋篇的规律及方法,或只选取其中某些方面加以强化夸张,既可书写原来的文字内容,也可以重新选择文字内容来进行书写。这个阶段虽然有可能部分保留原作风貌,但是已参进自己的理解、意图和追求,因而被认为是由被动地继承前人到主动地寻求个人风格的转折阶段。

最后还有一个临摹过程中不可忽视的辅助手段——读帖。对老年人来说,“读帖”既是一种

休息,又是一种欣赏与实践相结合的练习。如果说临摹是通过动手实践来理解原作,是由实践到认识的过程,读帖则是通过理智的分析欣赏来熟悉和理解原作,并用已获取的认识指导实践,是由认识到实践的过程。从简单意义上讲,读帖也是一个目识心记的过程。特别是在难以抽出整段时间进行临摹练习的情况下,读帖是一个很好的学习方法。

三、欧体和颜体楷书用笔和结构特征比较

学习书法应选择优秀的碑帖来临摹,以学笔法,以正结构。在前人流传下来的众多楷书体式中,初学者一般可从古代四大楷书家欧阳询、颜真卿、柳公权、赵孟頫的碑帖学起,因为这四家碑帖很有法度,便于掌握。限于篇幅,这里将欧、颜两家碑帖用笔、结构的主要特征进行介绍、比较。

1. 用笔特征

欧体刚劲清秀,颜体筋力老健。具体叙述如下:

(1) 点

欧体:要写得血肉丰满,富于立体感。

斜点——尖锋入纸后向右下顿笔,提锋向左上方收笔。

竖点——逆势起笔向右顿笔,向下略行稍提锋向上收笔。

玉 六 深

颜体:要写得十分用力,似石头落到地上。正如《宣和书谱》上所说,“点如坠石”。

太 六 於

(2) 横

欧体:纯用方笔,稍向右上取势。

写法:逆势向左直落笔,向右行笔稍驻,再提锋向右下,向左收笔。

上 下

颜体：要注意中间的细劲，写时如手勒着马缰绳一样，不令其纵跑，收笔要向右下重重顿笔，以求方整。

二 士

(3) 竖

欧体：竖画用方笔，寓以粗细变化，稳静生动、含蓄。

本 年

颜体：竖画粗壮有力，通常写到五分之四处方提收。横轻竖重，颇有厚度，呈现一种浮雕感。左右竖画要写得略带圆弧形，多相向成环抱状（如“同”、“门”、“具”），中间一直（如“市”、“中”）就不必弯了。

十 官

(4) 撇

欧体：起笔与竖同。撇出时要把力送到撇尖，切忌在撇末突然变细。

有 人