

名家硬笔行书范本

朱 涛

2500

常用字行书速成

率  
着  
盖  
粘  
粗  
粒  
断  
剪  
喜  
清  
添  
淋  
淹  
渠

婆  
梁  
添  
情  
惜  
惭  
悼

宿  
窠  
窠  
密  
谋  
谎  
祸

随  
婚  
婶  
颈  
绩  
绪  
续

骑  
绳  
维  
绵  
绸  
绿  
翠  
斑  
替  
款  
堪  
搭  
塔  
越

上海人民美术出版社

趁 趨 超 提 堤 博 揭 喜 插 楸  
騎 繩 維 綿 綢 綠 琴

名家硬筆行書范本

朱 涛

# 2500 常用字行書速成



上海人民美術出版社

---

## 图书在版编目 (C I P) 数据

朱涛 2500 常用字行书速成 / 朱涛书. - 上海: 上海人民美术出版社, 2006.7

(名家硬笔行书范本)

ISBN 7-5322-4906-6

I.朱... II.朱... III.硬笔字-行书-法帖  
IV.J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 064301 号

---

名家硬笔行书范本

**朱涛 2500 常用字行书速成**

著 者: 朱 涛

责任编辑: 黄 淳

装帧设计: 灵 羊

技术编辑: 陆尧春

出版发行: 上海人民美术出版社

(上海长乐路 672 弄 33 号)

印 刷: 上海市印刷十厂有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16 5 印张

版 次: 2006 年 7 月第 1 版

印 次: 2006 年 7 月第 1 次

印 数: 0001-5250

书 号: ISBN 7-5322-4906-9/J · 4354

定 价: 12.00 元

# 目 录

硬笔行书书写入门	2
一画	8
二画	8
三画	8
四画	9
五画	12
六画	15
七画	20
八画	26
九画	34
十画	41
十一画	48
十二画	53
十三画	58
十四画	61
十五画	64
十六画	65
十七画	66
十八画	66
十九画	67
二十画	67
二十一画	67
二十二画	67
二十三画	67
作品赏析	68

## 硬笔行书书写入门

行书，形体与笔势介于楷书和草书之间，造型美观，结体灵动，富于变化，书写流畅，是人们最为广泛使用的书体。行书的书写要求多与正楷相似，但运笔速度的急缓，提、按、顿、挫最具节奏感，笔画间的呼应也更加明显。

对行书中的连笔成分，叫作游丝。它能给原来端正的楷书笔画带来动感和活力。但是连笔部分，不是文字笔画的组成部分，而是在书写时快速运笔而自然带出的，是书写产生的附带部分，能在笔画之间起相互呼应的作用。由于游丝部分没有按、顿、挫的运笔过程，因此在书写时，如果未能自然带出游丝，就不要刻意去描画。要使连笔部分写得自然而生动，在练习前，必须先分析范字的笔画，仔细揣摩笔画间的承接关系，哪里该按，哪里该提，做到心中有数，书写时才能得心应手。

一、行书与正楷相比，它自身的特点有：

1.用笔不同：笔画形态多变化，行书的书写较为快速、轻盈，笔画连带明显，起伏较大。由于笔尖着纸的轻重变化较大，更能表现出笔画粗细有变，方圆有度的线条。

2.字形变化各异：行书一改楷书的端庄平正，而取奇正相错，有动有静，飘逸潇洒，妙趣横生。

3.点画跳动，变化多姿：行书的结体形态与楷书相距不远，但笔画上却有增有减，笔画之间的游丝牵引，也是行书结构中不可缺少的组成部分。

人	人
---	---

月	月
---	---

文	文
---	---

年	年
---	---

和	和
---	---

辰	辰
---	---

朱	朱
---	---

伊	伊
---	---

照	照
---	---

家	家
---	---

炎	炎
---	---

道	道
---	---

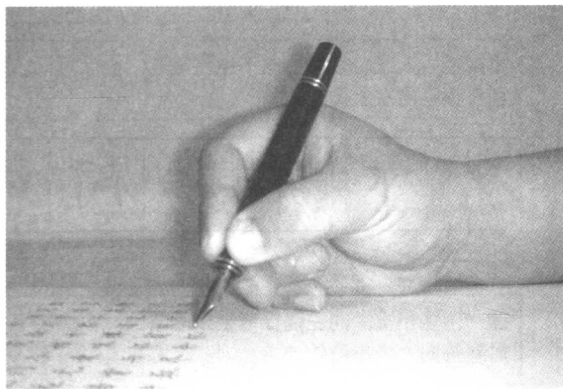
## 二、正确的书写姿势:

钢笔字的书写通常采用坐姿，写字时身体自然松弛。

1. 头正，双眼距纸面保持一尺左右，使视野开阔，更好地把握整体；
2. 身直，挺胸微俯，胸部距桌沿约一拳距离；
3. 两脚平放地面，保持自然开度，身体平稳；
4. 两臂开张，左手按纸，右手执笔，轻松自然。

## 三、正确的执笔方法:

钢笔执笔与毛笔执笔一致的是要做到“指实掌虚”。“指实”是握笔要用力适度，“掌虚”是掌心要空，指才灵活。钢笔执笔一般采用“三指执笔法”，即右手大拇指第一关节的指肚紧贴笔管左侧，食指指尖左下部压住笔管外侧，中指紧贴笔管右下侧，从三个不同方向捏住笔管的下端，使之形成合力。但同样不要忽视无名指和小指的作用，无名指应自然弯曲，紧靠并托垫中指，小指自然卷曲，上托四指，和手腕一起轻贴桌面，形成安稳的支撑点。书写时笔管与纸面应保持45度的角度。



### 行书基本点画写法

**点** 起笔侧势由轻而重，迅速向右下侧按，然后向左收笔，或带出牵丝，或提笔蓄势。

丶 永 交 主 良 室

**长点** 由轻而重下笔向右下运行，笔画略带上弧，然后顺势向左收笔。

丶 夹 不 英 文 大

**顾盼点** 从左侧入纸略顿后向上挑出尖锋，顺势向右下重按，随即向左钩出，两笔之间笔断意连，相互顾盼。

丶 原 性 典 余 京

**合二点** 左点入纸吃力顿推出尖锋，顺势连接右点，再向左下送出，笔势相抱。

丶 祥 火 兑 常 卷

**连四点** 第一点入纸稍顿后即向右上挑出，后点顿势相接，行笔似断似连，末点收住。四点要开，以托住下面的结构。

丶 热 然 熊 烈 羔

**横** 入纸轻按向右略上仰行笔，再向左收笔，平直中略有曲势。

一 王 丁 立 可 平

**短横** 入纸轻而尖，顺势按笔立即向左下收，收笔略重，状若平点。

一 五 王 更 辰 震

**垂露竖** 入纸轻按顺势向下稳住笔管，徐徐而行，列位稍作顿笔向左上提起。

丨 下 并 拜 门 叩

**悬针竖** 下笔稍顿后向下直行，行笔时上半蓄势，下半顺势送出，形似悬针。

丨 年 都 神 新 伸

**撇** 落笔稍重，向左侧行笔至末端略顿，在连接下一笔时顺势向上带出附钩。

丿 文 金 合 香 左

**竖撇** 上部起笔如竖画，下行至2/3处向左下撇出。

丨 周 胡 丹 航 月

**平撇** 下笔重按，轻而向左侧略向下取平势撇出，注意要短而平，切忌太斜。

一 受 年 和 乎 禾

**捺** 笔尖由轻而重入纸，线条由细至粗，向右下方行笔，至捺脚处重按蓄势送出。

、 天 故 衣 收 今

**平捺** 多用于走字底。落笔右下方运行，切忌太斜，取平缓之势，顿出捺脚后平的送出。

、 逐 之 道 是 起

**反捺** 由轻至重入纸，如长点的写法，整个笔画更长些。

、 史 故 夫 受 投

**钩** 前段和竖画写法一样，行笔至末端略顿蓄势钩出，运笔时可以更随意些。

丿 月 寺 乎 水 刻

**横钩** 横画行笔平直中略带曲意，钩笔劲健有力。

一 宋 买 沈 堂 霄

**浮鹅钩** 前段和竖画写法一样，行至变折处略提圆转再向右行笔至钩处，稍顿蓄势向上勾出。形似泛在水面上的鹅。

乚 元 花 光 党 尧

**划钩** 起笔稍按，向右下方运行略带弧形，但切忌太弯，至钩部向右上方勾出。

丿 武 我 代 成 盛

**卧钩** 笔尖由轻而重，线条由细至粗，中间成弧形，至钩处向内轻快勾出。

乚 息 思 忠 想 慈

**带下钩** 落笔后以弧弯状行笔，行至钩处反向折转，顺势带出附勾。

乚 花 把 沈 九 说

**折** 写法与楷书基本相同，只是折处稍圆转些，也更随意一点。

丿 见 同 丑 思 南

**环** 半折，落笔后以逆时针方向运行，折处圆转、洒脱，末端回勾。

一 画 道 出 幽 断

**提** 写法与楷书相同，但行书的提往往与牵丝相连，成为笔画间的过渡笔。有的呈折笔状，也有的和下笔直接相连。

一 坤 地 理 礼 秋





### 行书结构书写特点

#### 独体字

突出主笔，稳定字的重心。

不 言 女 五 子 云

左右呼应，力求平衡。

亚 再 春 人 友 火

#### 左右结构

左旁不要使其长，并要向上略靠且略小。

根 现 矩 戏 知 耻

左高右低，右旁的位置应取中或中下为宜。

和 拜 红 扫 弘 韧

左窄右宽的，左旁约点1/3的位置。

院 地 伏 温 涅 眺

#### 左中右结构

左中右相等的，平衡分割空间，但要注意自然穿插，迎让适到好处。

粥 树 糊 微 衡 斑

中窄左右宽，中间要避让左右，左右要向外伸张。

琳 棚 猴 鞭 拟 辩

右宽中左窄，右占一半，中、左占一半，右部应伸展，中、左部应紧缩。

涨 渺 鸿 滩 修 攸

左窄中右宽，这类字只要在书写时自左到右逐渐开张。

泮 淑 做 潮 激 傲

#### 上中下结构

上下均等，上、下各占一半，但上部在视觉上不宜太靠下。

光 思 雪 盖 充 麦

上短下长，上部缩起以让下部，下部应写得舒展洒脱。

草 肯 哭 炭 罪 笔

上长下短，上部可写得舒展，下部要巧妙地融入上部留出的空间里，做好完美的统一。

盍 焦 豎 息 盟 整

上宽下窄，上宽部分对向下呈有盖之势。

春 寺 昼 室 舍 春

上窄下宽，上部写得紧凑些，下部伸展自如，同时要托住上部，上下呼应。

孟 炎 表 况 灵 集

上中下结构

上中下均等，上中下要均等分配，但要注意整体字的比例不能太偏长，要注意互相避让和穿插。

素 草 慧 克 莫 蓝

上窄中下宽，上部尽量写得窄一些，宽则失势，中间取宽势，下部起到重心平衡作用。

爱 蒙 蒙 葵 曼 受

中窄上下宽，中部要尽量收拢，上、下部分还是尽量写得舒展。

京 章 靠 竞 寄 克

包围结构

右上包围，注意被包围的部分略向左靠，以求字的平稳。

司 可 气 淘 旬 苟

左上包围，被包围的部分应略向右靠，且略低。

厘 展 届 辰 眉 床

上包围下，注意被包围部分尽量收拢且不能太靠下，框也不宜太大。

周 闲 同 阔 肉 夙

左下包围，被包围部分要写得均衡平稳，且不宜太大，应收拢一点。

道 趁 建 延 选 通

下包围上，被包围部分位置尽量居中，靠近下框。

幽 出 函 画 未 出

左包右，被包围部分力求均衡，可略向右靠一点。

匡 巨 医 区 匝 匝

全包围，字框略小，框内部分布局要平稳，且不宜靠下。

困 困 图 固 因 圆



一画	一		
	乙		
二画	二	二	
	十	十	
	丁		
	厂		
	七		
	卜		
	人		
	入		
	八		
	九		
	几		
	儿		

三画	了	了	
	力	力	
	乃	乃	
	刀		
	又		
	三		
	子		
	干		
	弓		
	士		
	工		
	土		
才			
寸			

	下		
	大		
	丈	丈	
	与	与	
	万		
	上		
	小		
	口		
	巾		
	山		
	千		
	乞		
	川		
	亿		

二 笔画稀疏，字易写小，应突出主笔，开张架势。

乞 上部分写小，下部分要向右伸展。

亿 单人旁要写长，右部尽量写在左部的中间位置。

宁		
勺		
久		
凡		
及		
夕		
丸		
么		
产		
亡		
门		
义		
之		
尸		

之	最后一笔为平捺，要写得舒展自如。
---	------------------

弓		
己		
巳		
子		
卫		
也		
女		
飞		
刃		
习		
又		
马		
乡		
丰		

四画

飞	弯钩要先向内敛，行笔主下方，再向外伸张钩出。
---	------------------------

王		
井		
开		
夫		
天		
无		
元		
专		
云		
扎		
艺		
木		
五		
支		

女	关键是长横，应写在字的中间。
---	----------------

厅		
不		
太		
犬		
区		
历		
尤		
友		
匹		
车		
巨		
牙		
屯		
比		

厅	厂字头略向左安排，钩处要低于长撇。
---	-------------------

互		
切		
瓦		
止		
少		
日		
中		
冈		
贝		
肉		
水		
见		
年		
牛		

少	笔画偏重一侧，应突出主笔，延伸尽势。
---	--------------------

手		
毛		
气		
升		
长		
仁		
什		
片		
什		
化		
仇		
巾		
仍		
仅		

长	上小下大，左收右放。
---	------------

斤		
爪		
反		
介		
父		
从		
今		
凶		
分		
乏		
公		
仓		
月		
氏		

勿		
欠		
风		
丹		
匀		
乌		
夙		
勾		
文		
六		
方		
火		
为		
斗		

忆		
订		
计		
户		
认		
心		
尺		
引		
丑		
巴		
孔		
队		
办		
以		

**夙** 框内被包围部分不宜写大，且不可太靠下。

**斗** 不要将字写矮，要长而不吊。

**心** 弧弯钩向右平卧并蓄势钩出，上点与右点顾盼呼应。

五画

允		
予		
劝		
双		
书		
幻		
玉		
刊		
示		
末		
未		
击		
打		
巧		

正		
扑		
扒		
功		
扔		
去		
甘		
世		
古		
节		
本		
术		
可		
丙		

左		
后		
右		
石		
布		
龙		
平		
天		
轧		
东		
卡		
北		
占		
业		

书 两个横折写成不同形态，更富变化。

击 两横一短一长，姿态各一。

东 两点或以牵丝相连，或笔断意连互相顾盼。

旧		
帅		
归		
且		
旦		
目		
叶		
甲		
申		
叮		
电		
号		
田		
由		

史		
只		
央		
兄		
叨		
叫		
另		
叨		
叹		
回		
生		
失		
禾		
丘		

付		
仗		
代		
仙		
们		
仪		
白		
仔		
他		
斥		
瓜		
乎		
丛		
令		

归	短竖可写作点状，长撇应先垂直下行后再向外撇出。
---	-------------------------

央	撇的写法很重要，切记不要写成斜撇，应先向右收再向左撇出。
---	------------------------------

乎	竖钩略带弧势，钩处长且平，起到支撑作用。
---	----------------------



用		
甩		
印		
乐		
句		
匆		
册		
犯		
外		
处		
冬		
鸟		
务		
包		

饥		
主		
市		
立		
闪		
兰		
丰		
汁		
汇		
头		
汉		
宁		
穴		
宅		

讨		
写		
让		
礼		
训		
必		
议		
讯		
记		
永		
司		
尼		
民		
出		

印	可将短撇写作点状。
---	-----------

汉	三点水部首点侧入，下二点顺势以牵丝相连，要虚实得体。
---	----------------------------

永	左呼右应，力求平衡，笔画要内聚外放。
---	--------------------