

名家硬笔行书范本

顾仲安

2500

常用字行书速成

黎
稿
稼
箱
箭
篇
僵
躬
僻
德
艘
膝

潮
懂
窈
慰
劈
操

醒
餐
嘴
肆
器
吻

磨
凝
辨
辨
糖
糕

激
懶
壁
避
繳
戴
擦
鞠
藏
霜
霞
隳

上海人民美術出版社

顾仲安

名家硬笔行书范本

敬 怡 壁 避 激 戴 擦
穗 繁 辨 赢 糟 糠 燥 臂 翼

2500 常用字行书速成



上海人民美術出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

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

(名家硬笔行书范本)

ISBN 7-5322-4904-2

I. 顾. . . II. 顾. . . 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 064300 号

名家硬笔行书范本

顾仲安 2500 常用字行书速成

著 者: 顾仲安

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 7-5322-4904-2/J · 4352

定 价: 12.00 元

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

行书是楷书的减笔和连笔便捷快写。笔画简练，笔势流动，体态活跃，容易辨认。

1. 行书的特点

笔法简练、欹斜、连带，多以点和回转的线条代替其他笔画。

结体与楷书接近，但不像楷书那么严谨。常以增加钩笔、挑笔和牵丝来互相萦带呼应，字形变化多端，富有表现力。

行笔迅速，笔势流动，有草书特点，却不像草书放纵，灵活多变，提按虚实分明，活泼流畅，笔势连贯。

2. 楷书与行书的特征与区别

行书与楷书有着密切的联系，行楷是两者结合的产物。在结构上，行楷严守楷书的结字法则；在笔画上，行楷吸收了行书迅捷豪放、连带活泼的行笔，增加了节奏感，将楷书写活。同时，行楷又借鉴了楷书笔画的细腻，使其有收有放，既不失行书的活泼潇洒，又不是放任无羁。

楷书要求笔画之间要顾盼呼应，虽笔断而意连；行书则将这些呼应关系表现得更为突出，以牵丝连带变无形为有形。

我们从下面的字例中，可以看出楷书和行书之间在结构、笔画之间的区别和联系；同时看出钩挑和牵丝在笔画间的呼应作用。

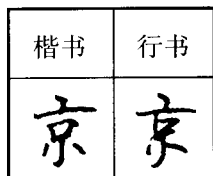
字体	字 例								
楷书	湖	平	波	不	起	天	阔	月	行
行书	湖	平	波	不	起	天	阔	月	行

行书与楷书除了有密切联系外，在其用笔、点画形态和字形方面还有着一定的区别，研究和分析这些区别，有助于我们由楷书向行书的过渡。那么，具体地说，它们之间有哪些区别呢？

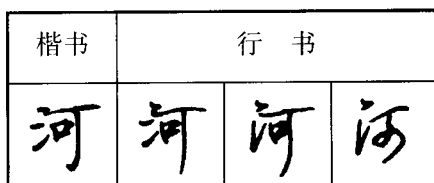
(1) 从用笔上看，楷书的行笔较为缓慢、扎实，没有连带笔画，行笔迅速变化不大，笔画工整、挺健；而行书的行笔则较为迅速、轻盈，笔画连带明显，行笔速度变化较大，节奏感强，笔画流畅、灵利。

楷书	行书
花	花

(2) 从点画形态上看，楷书点画凝重，且各自独立，平整匀称，相互呼应的关系含蓄；而行书的点画活泼、生动，变化多姿，呼应关系明显。由于运笔的连带，各个笔画之间出现了“牵丝”。



(3) 从字形上看，楷书的字形端正庄平、工整一致，相映如一；而行书的字形则参差错落，变化生动，即使是同一个字，由于“连”法的不同，能写出几种不同的形态。



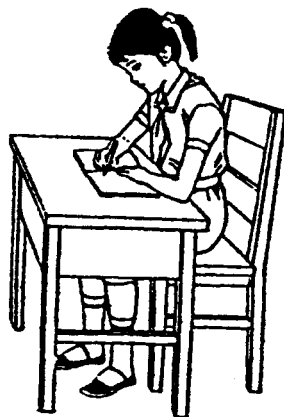
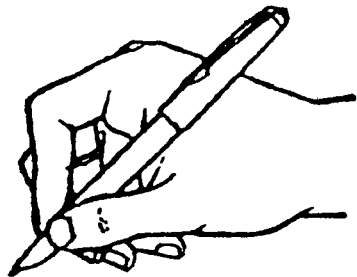
总之，行书是在楷书形态的基础上尽情发展、发挥，有较大的创造余地。

3. 正确的书写姿势

书写姿势往往反映出书写者的修养，只有身正，才会有字正。正确的姿势应该是：头部端正、身稳肩平、胸部舒展、臂开肘齐、腿开足平。

4. 执笔方法

正确的执笔方法是这样的：指实、掌虚、杆斜、腕虚、一般是捏笔手指与笔尖的距离为2.5厘米左右、书写时，右手的支撑点在腕头骨上。



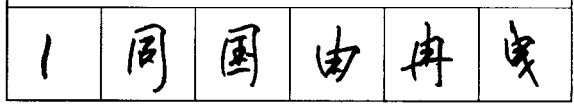


行书基本点画书写分析

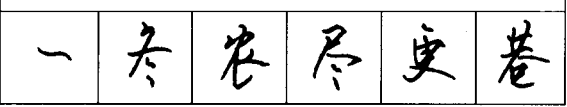
点 起笔要轻，接着向右下运笔，然后回笔向左下方斜着出锋。



垂露 起笔轻落，然后笔力逐渐加重，中间略右凸，落驻后再向右上方疾速出锋。



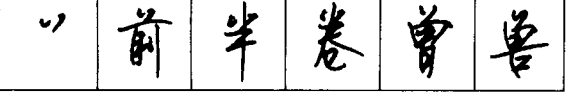
长点 取斜势轻落笔，由左向右下方运笔，笔力逐渐加重，最后回锋向左下方收笔。



竖折 由上向左下方快速落笔，呈弧形。蓄势后，由左向右上方徐徐运笔，作斜横，中间稍微上凸，给人以跳跃感。



合二点 向右下方起点，由轻到重，稍驻后向右上方挑出，然后顺着上挑的笔势另起一笔，顿笔后自右向左下方用力撇出。



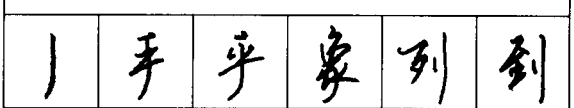
竖弯 起笔重落，而后徐徐向下运笔，接近拐弯处，运笔速度加快，迅速向右弯过去，至收笔处稍驻，疾速回笔向左下方出锋，形成牵丝。



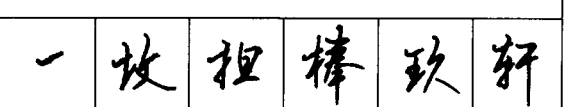
连四点 四起三伏，由伏起笔，至伏收笔，中间颇多变化，要写得首尾连贯，融为一体，四点要配合默契。



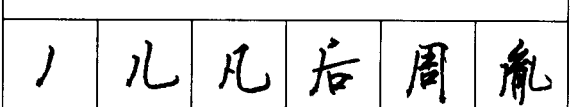
竖钩 竖画中间稍向左凸一点。到了出钩处，行楷是下按后，快速向左下方钩出。竖与钩的衔接处为圆角。



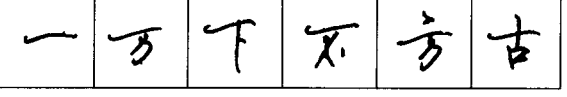
短横 自右向左下方轻落笔，稍驻后即向右上斜线作横，横至收笔处再向左上方出锋。



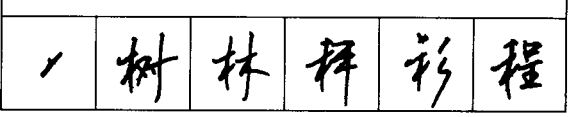
撇 起笔、中间和运笔与楷书相同，只是收笔处不同。行楷撇至收笔处，则向上钩出。



长横 起笔向左下方轻落，蓄势后即向右运笔，快而有力，驻笔后向左下方出锋。运笔要中间轻、两头重，收笔要干脆。



提 起笔为了积蓄力量，由上向左下方快速落笔，呈弧形，稍驻后回笔向右上方迅速挑去，出锋尖利。



行书偏旁书写分析

工字旁 横折提一笔写成。收笔写提，折画写好，再连笔向左下方移，然后回锋向右上方挑出。

工 巧 邛 功 巩 攻

酉字旁 先作横画由牵丝带出一竖接笔势向上，完成横折钩，后写一竖一撇，撇出后连笔作三短横，完成后笔势向左下方。

酉 配 酌 酥 酿 醒

口字旁 竖画由轻到重取斜势，回锋后横折画不要封口，与竖画保持一定距离，然后笔画向右逐渐下按，稍驻后折笔向左下方，带出横画。口字旁结体取上开下合之势。

口 吃 吻 哨 哩 罗

目字旁 轻落笔后逐渐下按作竖画，稍驻后折笔向下运行，再贴着左竖连写两点，由牵丝连到提的位置，接着顿笔向右上方提出。

目 眈 眨 睦 睛 睹

金字旁 撇和点需呼应，一笔写成两横，竖画微往左斜再起钩。

钅 钊 钟 钥 钮 锅

斤字旁 撇点轻落后，逐渐用力下按，随后向左下方撇出；后两笔笔意相连，横至中途向右快速运笔，再回锋向左，中途下滑后疾速出锋。

斤 斩 所 断 斯 新

竖心旁 竖画要与点、横的姿势相照应，致短横的位置一定要高于左点。

忄 怡 悻 怕 恒 悔

隹字旁 起笔写撇折，随后回锋，至中途向下滑行，运笔路线呈弓形，到位后，再回锋向上，过中点折锋向右横出。

隹 难 雅 雄 雉 隹

反文旁 起笔呈弧形撇出后，回锋折笔，收笔处再往左返，作斜撇；撇出后笔势上翻，与撇折相交作捺画，由轻到重渐向右下方运笔，稍驻后快速捺出。

攴 牧 放 故 敢 敦

虎字头 短竖中间向右写短横，后运笔完成横钩，顺势移笔左上，由上向左下撇去，并轻轻向上出钩，含蓄自然。然后，写短横并连笔写竖弯。

虍 虍 虔 虑 虐 虐

斜王旁 起笔由轻到重作短横，接着笔锋一折，从上往下运笔，送到位后向左上方提出，再连笔横出，过竖画，由牵丝引向左下方，再驻笔回锋向右上方提出。

王 玮 玷 珈 瑛 璐

走之旁 书写时可用一笔连成。起笔由轻到重写短横，接着上挑顿笔向下作竖画，到位后向左撇去，再连笔回锋向右写横画，中间同立字书写，最后连笔写捺。

辵 赶 趁 趁 超 超

行书字根书写分析

彡部 三撇前两撇不宜写长，第三撇要长，三撇不平行，后两撇起笔的位置是在上一撇中点的下方。

彡	杉	彤	彦	彩	彰
---	---	---	---	---	---

朱部 撇短，两横上短下长，间距拉开，竖要长，出头较多，竖脚不带钩，用垂露，撇捺向两边伸展，保持平衡。

朱	殊	珠	株	殊	殊
---	---	---	---	---	---

彡部 横画稍长，撇短而偏右。横折撇起笔略向下，两撇忌平行。如“殆”字上面的横画落左右两个部件共有，故要写得长些，皆盖其下。

彡	列	殊	殄	殆	殊
---	---	---	---	---	---

系部 两笔折重心要稳，上下斜折角度一致，折笔处在一条直线上，点不宜长，竖钩定位要注意总体平衡。

系	素	索	累	紫	繁
---	---	---	---	---	---

彡部 横折折撇较斜，横折钩要饱满，横拉开，钩斜进，两撇间距忌近，首撇短后撇长。

彡	汤	汤	肠	肠	畅
---	---	---	---	---	---

彡部 斜撇短，横折钩折笔后略取斜势且较长。里面偏左，撇横要短，下横稍长，竖不宜长，竖折与右竖遥相呼应。

彡	陶	淘	陶	陶	陶
---	---	---	---	---	---

彡部 两横取斜势，间距拉开，第二横稍短，斜钩不可太僵直，撇与总体要协调，点的位置应使总体饱满。

彡	钱	钱	钱	钱	钱
---	---	---	---	---	---

皇部 斜撇短，日呈扁形，两旁取斜势，里横居中而不写满，下部王略大，三横间距分布应匀。

皇	惶	惶	惶	惶	惶
---	---	---	---	---	---

尧部 横短而取斜势，斜钩出头较多，撇要使上部平衡，角上无点。下部短横较平，撇不能太斜，浮鹅钩收紧。上下重心要稳。

尧	尧	尧	尧	尧	尧
---	---	---	---	---	---

寒部 宝盖头竖点居中，左右呼应，三横间距要匀，中稍短，下较长，两竖左短右长，撇捺伸展开，注意协调。

寒	寒	寒	寒	寒	寒
---	---	---	---	---	---

乔部 平撇短，横不宜长，并向右上取势，撇捺向两边伸展，保持平衡。短撇取弯势，不可斜，悬针与短撇要注意间距。

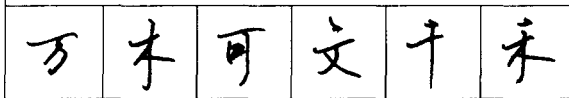
乔	乔	乔	乔	乔	乔
---	---	---	---	---	---

音部 上下各半，上横短，点不着天地，撇不顶天，竖出头多且居中，中横长。下部两口均取扁形，外口不能太大，里口要收紧。

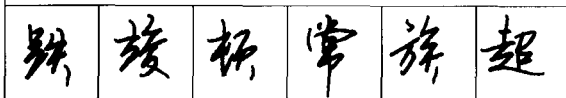
音	音	音	音	音	音
---	---	---	---	---	---

行书笔法和结体书写分析

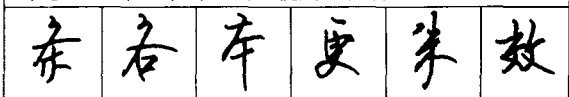
逆笔法 逆势起笔，向右运笔，则先起笔向左，这种笔法大都用于横画和提画。



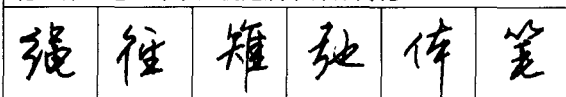
笔画省略 行书吸收了草书的一些简化方法，用钩挑和牵丝，可以稍加省笔，这样既能像楷书那样令人易于认识，又提高了书写时的速度。



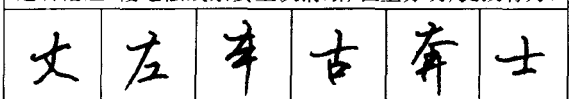
覆笔法 笔画连笔由下向上翻过来，这与翻覆东西一样。左覆右就是从右落笔由牵丝带向左再覆右，如“各”字的起笔，“本”字的起笔，就是左覆右。



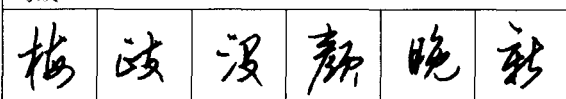
局部简化 局部变化指的是部分省略、有繁有简，繁简相连，使字的结体疏密得当，恰到好处。如“绳、径、雉、驰、体、笔”等字，就是属于部分简化。



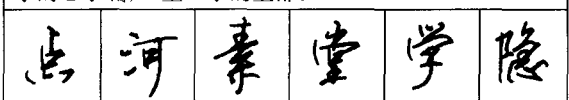
右覆左 即左落笔向右，由牵丝带向右上再覆左，如“左”字的第一笔，“车”字的第一笔，“奔”字的第一笔，就是右覆左。覆笔法线条要主次清晰，轻重分明，挺拔有力。



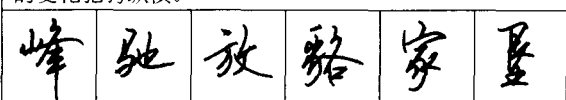
整体简化 这是指一个字的大部分要采用简化的方法来结体。这有点接近于草书，书写速度较快，有的是一笔写成。



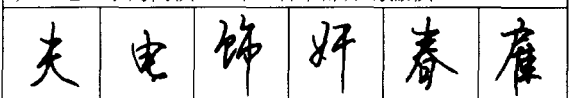
引带法 由前面一笔引出或带出后面一笔，它是由连笔而产生，通过牵丝来表现的。如“点”字的底部，“隐”字的心字底，“堂”字的上部。



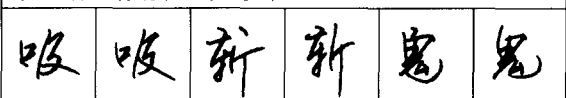
伸缩灵活 有些字在楷书中是伸的，到了行书书写时就变成了缩，行书以缩为主，便利连带，有的字则随点画的变化驰骋纵横。



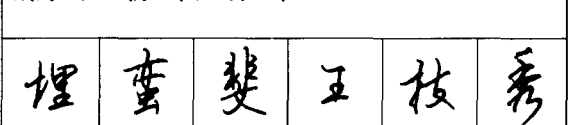
连笔法 有两笔连在一起书写的，有三笔连在一起书写的。连笔法也有时连时断的，还有一笔连成的。两笔连如“电”字的两横，“饰”右半部分的撇横。



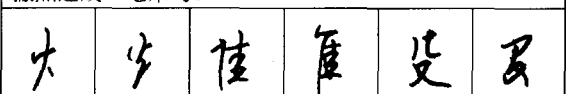
字形变化 楷书的字形，一个字近乎只有一种写法。行书富于变化，一个字往往有好几种写法。即使是同一个字也可变幻莫测、绚丽多采。



时断时续的，如“抵”字，“埋”字，“裴”字；一笔连成的，如“技”字，“秀”字。



偏旁变化 行书的偏旁及部首在简化中有各种不同的写法，变化很大。如火字旁一般的写法为“火”，也可以把撇点连成一笔来写。





一画

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

二画

三画

了		
力		
乃		
刀		
又		
三		
干		
干		
干		
方		
士		
工		
土		
才		
寸		

下		
大		
丈		
与		
万		
上		
小		
口		
中		
山		
干		
乞		
川		
亿		

儿 撇收笔时上挑，横折弯钩与撇画笔断意连。

力 先写横折钩，然后笔断意连写撇画，注意平衡。

干 出笔要干脆，顺着笔势逆笔写短横，竖要挺拔。

个		
勺		
久		
凡		
及		
夕		
九		
么		
广		
亡		
冫		
义		
之		
尸		

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

四画

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

个 撇画肢锋顺势写长点，竖定位在字的重心。

之 点与提折间笔断意连，下面部分与点应取同一中心点。

井 逆势起笔，两横连笔，笔意连贯写两竖，两竖相互呼应。

斤		
丩		
太		
天		
区		
历		
尤		
友		
匹		
率		
巨		
牙		
屯		
比		

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

手		
毛		
气		
升		
长		
仁		
什		
片		
仆		
化		
仇		
市		
仍		
叔		

历 撇取长，横折钩与之相呼应，短撇与前二笔均取平衡。

友 长撇走短横的右端，横折撇与长撇相协调且不平行。

屯 起笔不宜长，短竖与竖折照应，竖弯要洒脱。

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

勿		
欠		
风		
舟		
身		
马		
夙		
勾		
文		
占		
方		
火		
为		
斗		

忆		
汀		
计		
户		
认		
心		
尺		
引		
丑		
巴		
孔		
取		
办		
以		

从 前人撇短，点与之平衡，后人两笔取平身及全局的平衡。

月 撇画要挺，横折钩遥相呼应，出钩后笔断意连写两横。

为 起笔点带出撇，撇上挑后写横折钩，整个字要笔意连贯。

五画

允		
予		
劝		
双		
书		
幻		
玉		
刊		
亦		
未		
来		
击		
打		
巧		

书	先写竖，连笔写横折，横折钩右上点与横折钩要笔意连贯。
---	----------------------------

正		
扑		
扒		
功		
招		
去		
甘		
世		
古		
节		
本		
木		
可		
丙		

来	两横连笔，竖钩要挺拔，撇与长点相照应。
---	---------------------

左		
房		
右		
石		
布		
龙		
年		
灭		
轧		
东		
卡		
北		
占		
业		

左	前二笔写法与“友”同，里面“工”字不宜写大。
---	------------------------

回		
帅		
归		
鼻		
且		
目		
叶		
甲		
申		
叮		
皮		
号		
田		
由		

史		
点		
失		
兑		
叮		
叫		
另		
叨		
叹		
四		
生		
失		
禾		
丘		

付		
仗		
代		
仙		
价		
仗		
白		
仔		
他		
片		
瓜		
乎		
丛		
令		

归	起笔短撇长，右面部件要紧湊，张弛结合。
---	---------------------

史	方口取扁势，撇点字的重心，捺与之相照应。
---	----------------------

仗	左边单立人要立正，右边横撇捺彼此取平衡，并与左边相呼应。
---	------------------------------

用		
甩		
印		
乐		
句		
匆		
册		
祀		
外		
处		
冬		
鸟		
务		
色		

句	横折钩要正，撇不宜长，口字紧凑而偏左，显得饱满。
---	--------------------------

饥		
主		
市		
立		
肉		
豈		
半		
汁		
汇		
头		
汉		
宁		
穴		
宅		

市	点画写字的中心，后面一笔写成，横左伸右缩。
---	-----------------------

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

豈	合二点相呼应，三横连笔写成，但要注意书写节奏与笔画长短。
---	------------------------------