

一鸣系列书法教程之三

毛筆楷書筆畫  
結構法

一鸣編著

煤炭工业出版社

一鸣系列书法教程之三

# 毛笔楷书笔画结构法

一鸣 编著

煤炭工业出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

毛笔楷书笔画结构法/一鸣编著. -北京:煤炭工业出版社,2001

(一鸣系列书法教程之三)

ISBN 7-5020-2012-8

I. 毛… II. 一… III. 楷书-书法

IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 028452 号

一鸣系列书法教程之三

**毛笔楷书笔画结构法**

一鸣 编著

责任编辑:姜庆乐

\*

煤炭工业出版社 出版  
(北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)  
煤炭工业出版社印刷厂 印刷  
新华书店北京发行所 发行

\*

开本 787×1092mm<sup>1</sup>/16 印张 4<sup>5</sup>/8

印数 1—2,200

2001 年 8 月第 1 版 2001 年 8 月第 1 次印刷

社内编号 4783 定价 13.50 元

**版权所有 违者必究**

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,本社负责调换

# 前 言

“一鸣系列书法教程”共包括《毛笔楷书字帖五千字》、《硬笔楷书字帖五千字》、《毛笔楷书笔画结构法》、《硬笔楷书笔画结构法》、《楷书部首变化结构法》、《楷行草书速成简编法》6本书，是一部独创的、独一无二的书法巨著，是我长期从事书法教学的经验总结，曾作为北京一鸣书法学校的教材，收效极佳，受到学生的欢迎和好评。现由煤炭工业出版社陆续出版，是想给求学书法者以前进的助杖工具，并为继承和发扬中华民族传统书法艺术做微薄贡献！

《毛笔楷书笔画结构法》，内容系统、丰富，是学习毛笔楷书的基本知识和技法，是楷书启蒙入门的好教材、好老师，可以帮助指导学生和成人自学。

1. 基本理论知识，广泛收集，取古今书家的经典。
2. 笔画，取“标准习字帖”和“汉字笔画名称表”之长，总结增加到88个。
3. 结构，参考历代书家许多间架结构法，编排、注解、补充至120法。
4. 选编例字400多个，以规范简化字为主，也编入一些形体美和为了系统、全面介绍知识与传授技法需要的繁体字、俗体字等。

对关心、支持和帮助编著此书者，表示衷心的感谢！因水平所限，错误和不当之处难免，敬请批评指教！

作 者

2001年于北京

# 目 录

一、学书概论 .....	1
(一)什么是书法 .....	1
(二)为什么学习书法 .....	1
(三)怎样学习书法 .....	2
(四)书写工具和用品 .....	3
(五)汉字楷书的书写笔顺规则 .....	6
(六)永字8法 .....	6
二、执笔法与用笔法 .....	7
(一)执笔法 .....	7
(二)用笔法 .....	8
三、基本知识和技法 .....	10
(一)基本笔画8种88法 .....	10
(二)间架结构120法 .....	33
(三)汉字书法的布局 .....	61
(四)临摹碑帖 .....	62
(五)选字择帖 .....	66

# 一、学书概论

## (一)什么是书法

用毛笔和硬笔书写中国汉字及少数民族文字的艺术叫书法，主要包括执笔法、用笔法、笔画、结构、章法等。本教程只介绍毛笔写汉字书法。

## (二)为什么学习书法

### 1. 有实用价值

中华民族是世界文明发达的国家之一，有近四千年有文字可考的历史。我国汉字有五万多个，常用字四五千。

文字，是表达人们的思想感情、交流经验、传播文化、学习知识的工具。如果把字写得歪斜不清、行次不分、错别字多，似“阴字”、“天书”，使人看不清、看不懂，就起不到作用，达不到目的，如在军事情报中发生，可能会造成重大损失。

要想把作业、答卷、论文、投稿、计划、书信、著书、署名的字写得正确、清楚、整齐、美观，就需要学习书法和研究书法，掌握一定的书法知识和技巧。

### 2. 有艺术价值

有人认为，绘画是艺术，书法不是艺术，这是不对的。历史学家范文澜所著的《中国通史简编》，就是把“书法”放在“艺术”栏目里论述的；中国汉字发展史上的象形文字，与画相同。如☉(日)、☾(月)、山(山)、水(水)，是字也是画，笔画和线条是一样的，真是“书画同源”！

把字写好，是为了用，又是为了观赏。在工作、学习之余，如能得心应手地写出高水平的书法作品，就能使自己心情舒畅，精神振奋，既能得到美的享受，又能激发自己努力完成工作和学习任务，还能影响别人和教育好下一代！

### 3. 陶冶情操，强健体魄

喜爱书法艺术，学练书法，能使人入静，修身练性，强心养气。随着书法艺术水平和思想悟性的提高，心胸就会开阔、坦荡，对喜怒哀乐有较大的抑制能力，使欢乐胜过忧郁，必能体魄健壮，延年益寿。“南仙北佛”（108岁的上海苏局仙和105岁的北京孙墨佛两位老先生）都说，自己能长寿，除其他条件外，经常写字是重要原因。著名书法家、百岁老人肖劳先生，也有同样的体会。

### 4. 广拜老师，以书交友

笔者是军人，在革命年代的转战中和建设时期的军队大院里，虽也有知，但很贫乏。自从拜师学书和从事书法教学以后，特别是1986年——虎年春首，自费在中国美术馆为全国29个

省、市、自治区、部队和台湾、港、澳同胞共 200 多名书法家举办《当代书家龙虎字书法篆刻展览》以后，与许多学生和学生家长及书法家交上了朋友，并尊拜为师，在他们的关怀、支持、教诲、鼓励下，在做人、求知、书艺、健身等方面，都受益匪浅。

### 5. 装潢美化，提高价值

人的形象和价值，由许多因素所决定。书法艺术对人的形象和价值，具有一定的影响。大学毕业生，可谓有识之士，只因填写推荐表的字体欠美，不被有些单位录用；学生时代写的字不美，常被同学贬议、被老师训斥；参加工作后，常被同事小瞧，也不被个别领导重用；出国留学，因汉字写得不好，又被说成缺乏中华民族优良素质！相反，字写得好的，同学同事敬重，老师喜欢，家长高兴，领导重用，能为社会多做贡献。

笔者自摘掉文盲帽子、学写一手稍微好看的汉字以后，就如获一瓶用不尽的高级美容霜，把自己打扮成青春常在的“美人”，在第一、第二青春期中体现出了它的价值，在争取第三青春期的到来和第三青春期来到以后，也必能体现出它的价值。

## (三) 怎样学习书法

### 1. 明确意义，端正态度

上讲五点，不再重述。

### 2. 周密计划，持之以恒

“人贵有志，学贵有恒”。下定决心，坚持下去，必有进步。艺高成家，需要较长的时间。钟繇说：“吾精思学习三十年，读他书未终，尽学其字”，一生坚持不懈。

想写成像样的正楷字，三个月就可以了。王羲之说：“存意学者两个月可见其成，天性灵者百日即知其本”。说明写字不难。而俗话说：“字无百日功”。一日按 8 小时计，百日共 800 小时，如能每日挤出半小时学练书法，800 小时需学 1600 天，约合四年半的时间，只要坚持，定会取得功效。

### 3. 严肃认真，勤学苦练

“十年寒窗苦，金榜中状元”。电影《三笑》里的两个少公子，一世难中状元，因为他俩既不严肃认真，又不勤学苦练。钟繇“与人居，画地广数步，卧画被穿过表，每见万类，皆书像之”，成为三国时期著名书法家。我们要学习孙敬的头悬梁、锥刺骨，苏秦的凿壁借光，车胤的囊萤，孙康的映雪和雷锋的钉子精神，努力掌握规律和技巧，就能写出规范美观的字来。

### 4. 以帖为师，创出风格

王羲之说：“初学字时……一遍正其手脚；二遍须学其势；三遍须学其本；四遍加其道润；五遍每加抽拨使不生涩，如笔下未滑不可便休，三行二行临之未休，取滑健为能，勿计其遍数也”。这是入门学帖的要求。

李邕则提出了“学我者死，似我者俗”的名言，反对一味地摹仿。所以，在临摹有了一定基础之后，就要写出自己的风格。“临、立、变、创”是名书法家李铎所走的道路。柳公权在学习欧阳询和颜真卿的书法风格以后，创出“柳体”，成为唐代著名书法家。

### 5. 循序渐进，逐步提高

学习书法，既要有进取之心，又不能操之过急。可以在一个时期，侧重学练一个方面的内容。在学习过程中，有些方面可能领会和掌握得快，有些方面可能会慢，如基本笔画的捺画、

结构的复合体、符合时代精神的章法等。要针对自己的情况，抓住主要矛盾，多用时间，巧下功夫，争取更大的进步。

## (四) 书写工具和用品

“工欲善其事，必先利其器”。工人、农民生产需要先进的工具；军人打仗，需要精良先进的武器装备；学习书法，需要书写工具和用品，当然是齐全为好、精良为佳，但价格昂贵、费用太多。对初学者，顺手能用和够用即可，学习书法，也要节约。下面列举的工具和用品是作为知识介绍的，并不要求学书法者备齐。

### 1. 毛笔

毛笔是我国人民特有的创造，历史悠久，远在七八千年以前新石器时代陶器上的彩色花纹，就呈现出毛笔的运行特色。

毛笔主要由笔毫和笔杆(笔管)构成。笔毫又分笔尖(笔锋)、笔肚、笔根。有的毛笔还有笔斗、套线、笔帽(笔套)。毛笔以浙江湖州(今吴兴)的湖笔最为著名，品种很多。

#### 1) 毛笔的分类

(1) 按其形体大小：分小楷、中楷、大楷、条幅、提笔(有斗的叫提斗)、楂笔、抓笔等。

(2) 按其用毫料长短：分长锋、短锋。

(3) 按其用毫料硬软可分三种：

① 硬性，也叫刚性和硬毫，如狼毫(黄鼠狼毛)、紫毫(野兔毛)、虎毫、熊毫、獾毫、鼠毫、猪鬃等。其特点：弹性强，写字容易掌握，写出的笔画刚劲秀美，适合初学者使用。

② 软性，也叫柔性和软毫，如羊毫、鸡毫等。其特点：柔韧，但不易掌握，写出的笔画潇洒飘逸，适合有书写基础者使用。

③ 中性，也叫兼毫，是用硬软两种毫料配制的，如七紫三羊(偏硬)、三紫七羊(偏软)、五紫五羊(正中)。其特点：弹性适中，刚柔并济，具有硬和软的共性。

#### 2) 毛笔的优劣

同一牌号、同一价格者，以杆直、毫长、笔锋圆、健、尖、齐为优；反之为劣。

#### 3) 毛笔的使用及保管

新笔用温水发开、洗去粉胶再用；旧笔要用清水浸透挤干再用；用后将墨洗去，把水挤出，捋成锥形挂晾；外出携带宜用笔帘卷裹；可以用同号笔写同号字(小楷笔写小楷字)或用大号笔写小号字(中楷笔写小楷字)，不可用小号笔写大号字(小楷笔写中楷、大楷字)；常用笔尖，少用笔肚(需要用时才用)，不用笔根；心爱的昂贵的精良之笔，不在粗糙的纸上写，以延长笔的使用时间；不用之笔，放防虫防腐剂收存。

### 2. 墨

墨也是我国特有的发明。锭墨，以安徽徽州产的徽墨最为著名，种类很多。

#### 1) 墨的分类

(1) 按其用料分：

① 油烟墨：用桐油、菜油等烧烟，加胶和香料制成，有光泽而不浓墨。

② 松烟墨：用松枝烧烟，加轻胶和香料制成，色黑而少光泽，入水易化。

③ 漆烟墨。草烟墨是旧社会贫苦人家的子女，用草木灰或锅烟和水写字的代墨品。



(2)按其造型分：墨锭有大有小、有长有短、有粗有细、有厚有薄、有方有圆等。

(3)按其工艺分：有常制的实用墨，也有精制的工艺品。

## 2)墨的优劣

用料和制作精良，质细、胶轻、色黑、光亮、味香、声脆、防蛀、防腐、久不褪色为优；反之为劣。

墨汁，是近代产品，仅有一百多年的历史，用优质高色素炭黑、动物胶和香料配制而成，种类也较多，并有精良制品。使用方便，节省时间，有锭墨的功效。

## 3)墨的使用及保管

研(磨)墨要用清水，并逐渐小量地加水，墨身垂直、重按、慢转、圈大。这样研磨，汁浓细匀，色泽黑亮。研磨好后，墨锭下端的墨水要拭干，以免胀裂。用纸或薄膜包裹墨锭，既可防裂，又清洁卫生。不用的墨锭放在墨床上或墨匣里收藏。

用墨的淡、湿、浓、干、焦，应根据书写作品的需要去选用。

书写重要作品，可用锭墨研汁或墨汁加锭墨研混或用精良墨汁；一般作品或习作，可用一般墨汁；使用研墨或墨汁，都要适量，一次用完；过夜墨叫宿墨；剩墨可倒掉洗去或加入少许硼砂，短时使用，以防腐臭；墨内加水或长期积用，易腐发臭。

## 3. 纸

自东汉蔡伦造纸始，经过历代改进，纸的质量提高，品种增多。宣纸也是我国的特产，安徽宣城的宣纸最为著名。

### 1)纸的分类

(1)按质分：有粗制、细制两类。

①粗制纸有毛边纸、高丽纸、元书纸等。

毛边纸原产于江西、福建等省，由嫩竹经石灰处理后捣碎制浆，经手工抄制而成。机制的用漂白化学浆经打浆、染色后，以竹帘抄造而成。浅黄色，有竹帘印纹。

高丽纸是我国造纸术传至朝鲜后，朝鲜人民利用本国原料制成的书画用纸，类似皮纸。它作为生活用纸，可糊窗户，故叫糊窗户纸。

②细制纸是指各种宣纸，是一种高级纸，原产于唐代宣州泾县(今属安徽)，在宣城集散，故称宣纸。宣纸用檀树皮及稻草为原料，经石灰处理、日光漂白及打浆后用手工抄造或机制而成。我国留传在古代书画，多用宣纸。宣纸是我国毛笔书画的主要用纸。

(2)按规格分：有1尺、2尺、3尺、4尺、5尺、6尺、8尺、丈2、丈6及长卷等。

(3)按加工制作分：有生宣和熟宣(矾宣)。

现代新制的水写纸，适合初学者使用，既便利节约，又干净卫生。

### 2)纸的优劣

用料和加工精良、纸质莹净光滑、柔韧细致、吸水(墨)性好、抗蛀防蚀、存放时间稍长为优；反之为劣。

### 3)纸的使用及保管

用纸，要和作品、用笔、用墨相适应。重要作品和精良之笔，用好纸；习作和次笔次墨用次纸；淡墨，用汲水性强、洇效好的纸；写字作画，宣纸下最好垫毡子，毡子粗布也可以，垫纸效果差，不垫者便会洒墨桌案。要按作品要求的尺寸裁纸，避免浪费。完成作品后的纸，要放挂晾干，才能收存。存放或收藏的纸，要防蛀防潮湿。

#### 4. 砚

砚又叫砚瓦、砚池、砚田、砚台、砚海等。端砚和歙砚最为著名。

端砚，产于广东省端州(今肇庆市，也有说是端溪)而得名，始于唐代。石质坚实、细润，发墨不损毫，而且雕琢精美。古人有诗赞“端州砚工巧如神，踏天磨刀割紫云”、“端州石砚人间重”。砚石有“眼”者为更珍贵！

歙砚，产于安徽歙州(今歙县，也有说是婺源县歙溪)而得名，始于唐代。石质坚韧，润密、不吸水，发墨如油，不伤毫。雕刻精细，造型浑朴。因砚石出于该地的龙尾山，故又称“龙尾砚”。

##### 1) 砚的分类

(1)按质地用料分：有陶、瓦、砖、玉、瓷、石等砚。

(2)按形状和大小分：有方、长方、圆、椭圆、多角、随形的微型、中型、巨型砚等。

(3)按加工制作分：有简朴凿池即成的实用砚，也有雕龙刻凤的艺术品。

##### 2) 砚的优劣

质地坚韧、润密、不吸水，发墨匀细、不损毫，雕刻制作精美的为优；反之为劣。

##### 3) 砚的使用及保管

研墨或倒墨汁都要适量，恰好一次用完；用后洗刷干净，不可长期积墨；防止撞击，对精美心爱之砚，可装盒使用和保管。

文房四宝是旧时对笔、墨、纸、砚的统称。文房谓书房(画屋)。

南唐时，推崇李延珪墨、澄心堂纸、诸葛氏笔、龙尾歙砚为文房四宝。为何称四宝？

首先，书画家、书画爱好者和学习者，把自己文雅书房画室的必备工具用品，视为至宝；有远见卓识的收藏家，也视为至宝！如放在无知粗俗人的房舍，何以称宝！

其次，笔、墨、纸、砚本身，有的是天然物质为原料，有的需要精细制作，实为稀有。精美为珍，稀有为贵。珍贵者，宝也！

#### 5. 其他书写工具和用品

笔筒：装放毛笔。

笔架：放挂毛笔。

笔插：插放毛笔。

笔洗：涮洗毛笔。

笔盒、笔匣：收藏保管毛笔。

笔帘：卷裹毛笔。

水盂：盛研墨、调墨的用水。

水勺：研墨、调墨加水用。

墨匣、墨床：藏放锭墨。

镇纸：压纸。

尺子：量纸、打格。

刀子：裁纸。

砚盒：装护砚台。

帖架：架放字贴。

枕腕：枕腕书写的用具。

毡垫：垫纸。

印盒：装贮印泥。

印泥：盖印用料。

印章：标明作者、铭记时间、抒发情意、突出主题、美化作品等。

印章盒：装放印章。

印规：盖印用具。

印垫：盖印垫用。

文房四宝架、盒：摆装文房四宝和用品用具。

画杈：挂取字画。

挂钩：悬挂字画。

书架箱柜：装放作品、碑帖、书刊等。

桌案：写字作画。

有条件的可布置书房画室、创造优雅安静的环境，以利学习和创作，也便于工作，又装饰自己的家庭。

## (五)汉字楷书的书写笔顺规则

- (1)先横后竖：十。
- (2)先撇后捺：人。
- (3)先横后撇：有。
- (4)先上后下：三。
- (5)先左后右：川。
- (6)先外后内：同。
- (7)先外再内后封口：因。
- (8)先中间而后两边：小。

## (六)永字8法

这是以“永”字的8笔为例，阐述正楷笔画用笔的一种方法。“永”字的8笔，怎样书写和用笔，在基本笔画里详述，这里只列举《智永“永”字8法》的名称，先作个简介。

- (1)丶 点为侧。
- (2)一 横为勒。
- (3)丨 竖为努。
- (4)丿 挑为趯。
- (5)㇇ 左中为策。
- (6)㇏ 左下为掠。
- (7)㇑ 右上为啄。
- (8)㇒ 右下为磔。

## 二、执笔法与用笔法

### (一) 执笔法

宋代著名书法家苏轼讲，执笔无定法，有他的道理。有手指者，随便执握毛笔就能写字；无手者，把毛笔捆绑在腕上也能写字；无手臂者，口咬毛笔也能写字；……。五指健全者，总有较好的执笔方法。

现今通用五指执笔法，又要讲究腕肘法和身法，使执笔的姿态合适美观。

#### 1. 指 法

五指执笔法，也叫五字执笔法，即拈、压、勾、格、抵，俗称按、压、勾、顶、抵。

- (1)用拇指第一关节“按”着笔杆的左内侧。
- (2)用食指第一关节和第二关节，主要是第一关节的力量，“压”着笔杆的前右侧。
- (3)用中指第一关节“勾”着笔杆的前外侧。
- (4)用无名指第一关节前上处“顶”着笔杆的右内侧。
- (5)用小指“抵”贴着无名指，并以力辅助。

做到腕平、手竖、掌虚、指并，笔杆稍向右后斜，用笔要五指齐力、灵活自如。

#### 2. 腕肘法

(1)枕腕：手腕枕在枕腕上或左手上或桌案上，使执笔运笔牢固、平稳，写字刚劲有力。

(2)悬腕：也叫提腕。肘部放在桌案上，手腕和小臂提起，悬腕书写，灵活舒展。这种方法，适合有一定书写基础者。

(3)悬肘：手、腕、肘都脱离桌案，写字更加灵活自如。

#### 3. 身 法

- (1)头正。
- (2)肩平。
- (3)胸阔。
- (4)俯视(看写字处)。
- (5)身正微向前倾。
- (6)稳坐椅面的中前。
- (7)两腿曲膝。
- (8)两腿分开约与肩同宽。
- (9)两脚尖稍向外。
- (10)两脚平放一条横线上。
- (11)身距桌案一拳。
- (12)写字在右胸前。

一般是右手执笔，左手扶纸(案)；左手执笔者，写字在左胸前，距桌案边约一搵半左右。以上是坐姿在桌案上书写的执笔法。

立姿在桌案上写字：两腿脚左右并立约与肩同宽或右腿脚在前，两眼俯视，身向前倾，右手执笔(提笔或抓笔)悬臂书写，左手扶案或扶腹衣，也有把左手背在身后的。

立姿在黑板、墙壁、山崖上写字：两腿脚左右并立约与肩同宽或右腿脚在前，两眼平视，身体直立或随着写字处的高矮而升降，右手执笔(抓笔)，举臂书写。

## (二)用笔法

结字必然因时相沿，用笔必须丰富发展。

用笔法，是指写各种笔画的起、止、运行规律。

(1)起笔：又叫落笔，是指书写某一笔画时，笔尖(锋)开始着纸的动作。

(2)收笔：是指书写某一笔画结束时，笔尖离纸的动作。收笔，必须用笔尖!

(3)行笔：也叫运笔，是指书写某一笔画的起笔之后至收笔之前的行笔(运笔)动作。

(4)藏锋：是起笔和收笔时，把笔锋藏在笔画之中的用笔法。起笔时常用逆锋，收笔时用回锋。写出的笔画圆润浑厚。

(5)逆锋：是向笔画顺势相反方向的起笔动作。起笔逆锋，就是藏锋：

①欲右先左(横)；

②欲下先上(竖)；

③欲左下先右上(撇)；

④欲右上先左下(提)；

⑤欲右下先左上(捺)。

(6)回锋：是指用顿笔(作点)或刺笔(作线)、折锋回收的收笔动作。收笔回锋，就是藏锋。

(7)露锋：是起笔和收笔时，把笔锋露在笔画端、角的用笔法，即尖起、尖收用笔法。写出的笔画锐利险峻。

(8)切刺法：切法是指左斜、竖直、右斜切落起笔的动作。它是柳体用三个不同剖面线的横画起笔法。刺法是柳体短凹横右端呈右斜线剖面的行笔法。只有用切刺法，才能写出柳体横画如“斩钉截铁、干净利落”的遒美形态。

(9)中锋：是行笔时笔锋走在笔画正中的运笔法，又叫正锋。写出的笔画有立体感。

(10)侧锋：是行笔时笔锋偏在笔画一侧的运笔法，又叫偏锋。写出的笔画有变化感。

(11)按笔：是行笔时用较大力量下按运笔法，能写出墨重较粗的笔画。

(12)提笔：是行笔中把笔上提而不离纸的用较小力量运笔法，能写出墨轻较细的笔画。

(13)顿笔：原地反复提笔和按笔的动作。能使墨色加重、笔画加粗和圆满精到。

(14)折笔：留白是锐角，呈方形，又叫方折。折笔处稍停，用顿笔作点后转锋完成。

(15)转笔：行笔到转笔处不停也不慢，弧形转锋，留白是钝角，呈圆形，又叫圆转。

(16)扭笔：是书写圆转笔画的轻用笔法。

(17)挫笔：是书写方折笔画的重用笔法。

(18)方笔：是形体又是用笔法。笔画有棱有角或骨架外拓为方笔，常用切刺、藏锋、顿折

等用笔法完成，使笔画锐拓沉稳。

(19)圆笔：与方笔相反者是圆笔。笔画圆秀潇洒。

(20)方圆用笔法：是把方圆两种用笔法运用到一个字上或一幅作品里的方法。这叫方圆兼备，具有方圆两种用笔法和两种形态的特点。

(21)捻旋法：在扭笔中捻转笔杆，效果更好；在顿挫中加旋增力，效果更佳。

(22)停笔：是行笔中的短暫停歇。

(23)驻笔：一个字或一幅字最后一字的结束笔，用回锋收笔者是驻笔，点收者叫驻点。

(24)空行起笔：是指起笔前的空行动作。有直落、斜落和弧滑的空中行笔法。

(25)收笔空行：是指收笔后的空行动作。有直起、斜起和弧升的空中行笔法。

(26)空行起笔和收笔空行连续用笔法：在完成(两画以上的)一个字或一幅字的书写过程中，不断呈现出折复式或弧复式、折弧式、弧折式的重复。收笔空行的升折或升弧，是上一笔画的收笔空行；降折或降弧，是下一笔画的空行起笔。

书法家手中不断运行的写字的笔，与乐队指挥者手中不断挥舞的指挥棒，有点近似：抒发有节奏有韵律的音乐感、舞蹈感、人情感！书法跃于纸上，音乐回旋天空，优秀作品，世代相传！

## 三、基本知识和技法

### (一)基本笔画 8 种 88 法

什么叫笔画？笔画也叫点画，是构成中国汉字字形的各种形态的点和线。

写好笔画的意义是什么呢？写字，如工厂生产，只有生产出合格的精良的零部件，才有可能组装出合格的整机。如果零部件不合格，组装车间的生产技能再高，也组装不出合格的整机。硬性组装出的必定是副品或废品，是对时间和人财物的极大浪费！

写字，只有把笔画写好了，才有可能把字写好。如笔画写不好，就绝不可能把字写好。笔画是组字的基础，对初学书法者来说，必先写好笔画，打好基础，才能进一步把字写好。谁能在学写笔画时肯下大功、下苦功、用巧功，写好笔画，谁就能在以后的学习上，逐步提高、取得成绩。

汉字楷书的笔画，小学课本的《汉字笔画名称表》列了 22 种，《标准习字帖》是 8 种 64 法，本教程进行了调整、补充，增至 88 法，并按笔画的意义、势向、形状、书写要求、在“永”字 8 法中的用解、种类名称、在字中的位置和字例等内容，尊师柳体，介绍书写如下：

#### 1. 点

##### 1) 点画的意义

(1) 点，是汉字笔画的根源，点画是其他笔画的基础。各种笔画无不始于一点。点，向右延长成横，向下延长成竖，向左下延长成撇，向右下延长成捺，向右上延长成提等。有些笔画还终于一点，如长横、垂露竖、回锋撇等。把点画写好了，其他笔画的起笔和有些笔画的收笔，就基本上掌握了，为写好其他笔画打下了良好的基础。

(2) 点，如字之眉目，写好了就能顾盼生辉。

##### 2) 点画的势向

上点下势，下点上势，左点右势，右点左势……总之，点画势向的规律：趋于字的中内。

##### 3) 点画的形状

由于点画在字中的方向和位置不同，为了美化有点画的字体，需要有大小不一、形态各异的多种点画进行装饰点缀。点画之形，如杏仁、花瓣、瓜子、蝌蚪、鸢口、鼠矢、眼手等。我国历有写点如“桃”和点如“怪石”的说法。

##### 4) 点画的书写要求

(1) 点画自身的名称就已指明：不可放纵伸展；点画应短聚收束、圆满精到、“滴如雨聚”。

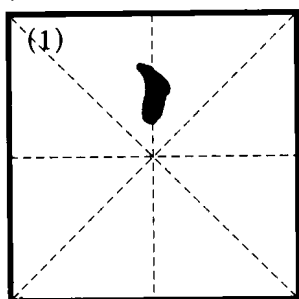
(2) 用笔方法：王右军主张“每作一点，常隐锋而为之”，起笔收笔都用藏锋。其实，有些点画的起笔和收笔，需用露锋。藏锋，常用逆锋、顿挫和回锋；露锋，用尖起尖收。书写有些点画，捻转笔杆，效果更佳。

(3) 书写的速度与力量：速度之慢，用笔之重，居各画之首。楷书点画要求重而慢；行草则重而快，“如高峰坠石”、像“怪石奔秋涧”。

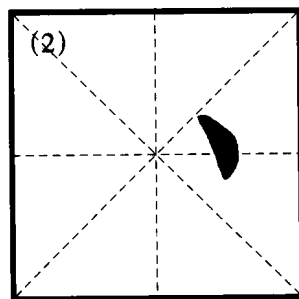
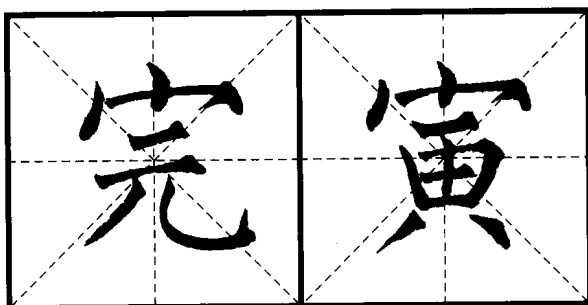
5) 点画在永字 8 法中的用解

一般说来，点画是侧形的，又需侧笔书写所以称“侧”。

6) 点画的种类名称、在字中位置和例字。



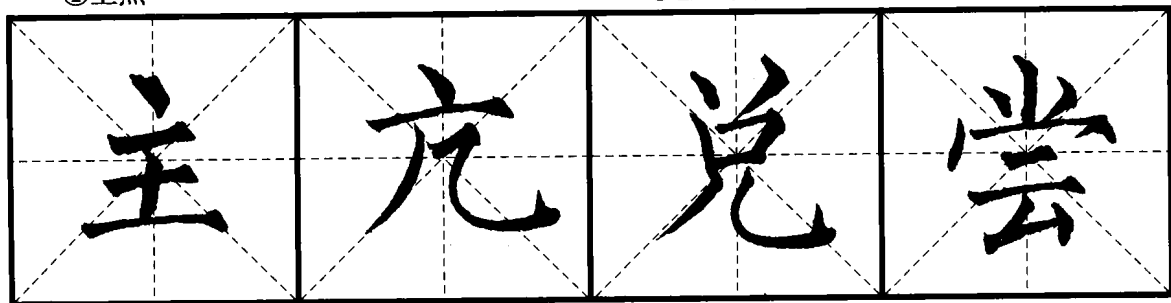
宝盖点(上点、方头点、杏仁点、竖点)



右点(右手形点、左眼形点、顿号形点、“侧”), 用处很多

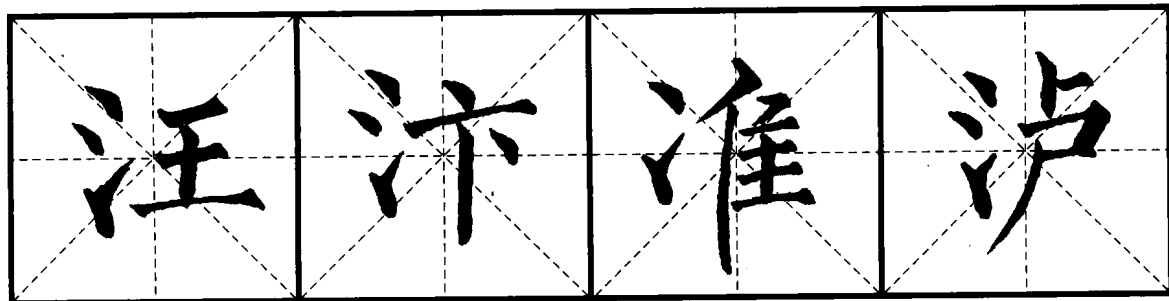
①上点

②左上点



③左中点

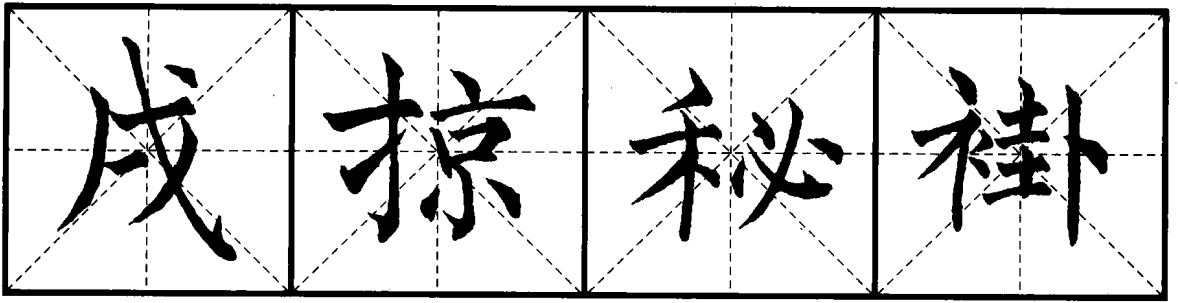
④散水下点起笔点





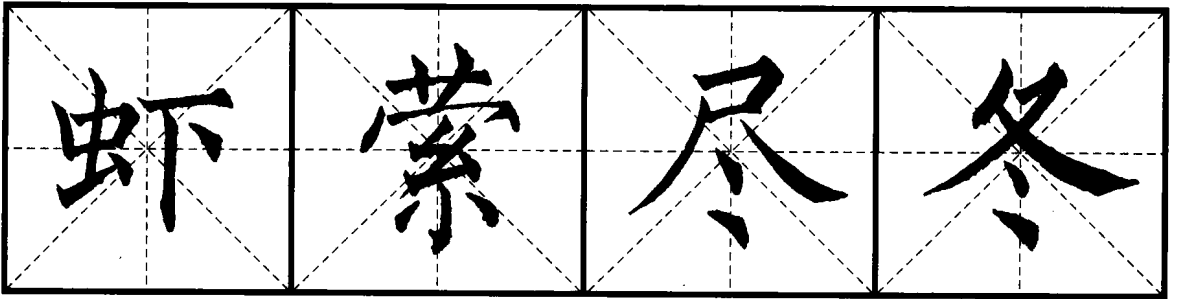
⑤右上点

⑥右点



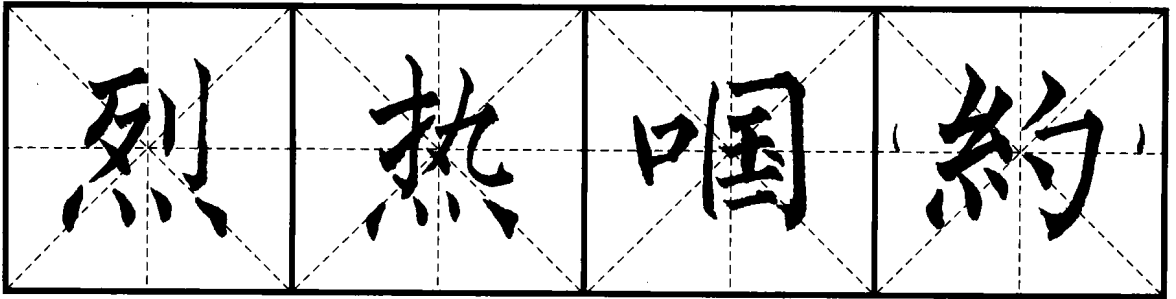
⑦右下点

⑧下点



⑨下中点

⑩内点



⑪长横收笔点

⑫竖、提、撇起笔点

