



钢笔字书写新技法

丁永康 编著

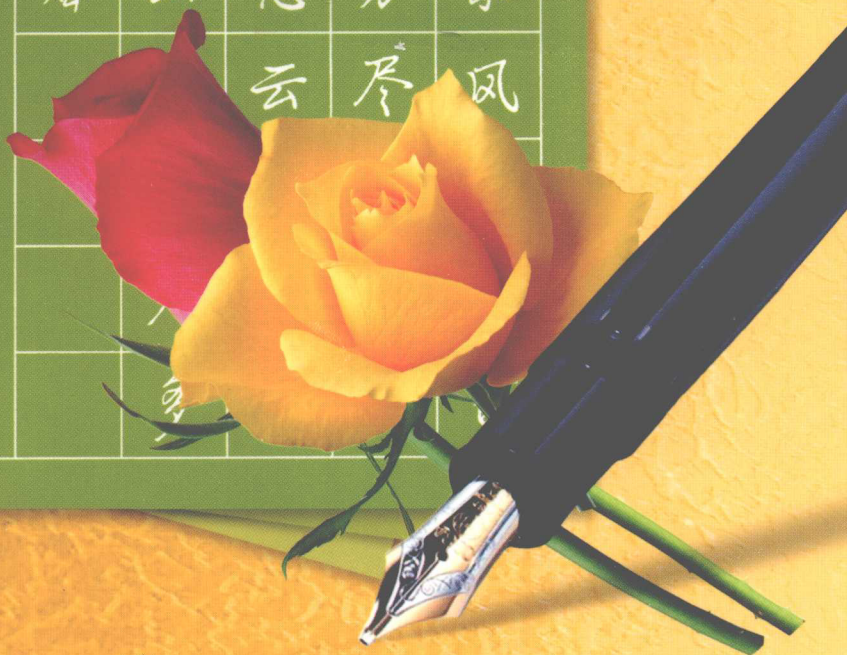
(第2版)

路	吟	灰	花	相
青	应	泪	残	见
鸟	觉	始	春	时
殷	月	干	蚕	难
勤	光	晓	到	别
为	寒	镜	死	亦
探	蓬	但		
看	山	愁	方	东
		云	尽	风

李商隐七言诗无题二零零九年丁永康书



金盾出版社



钢笔字书写新技法

(第2版)

丁永康 编著

金盾出版社

内 容 提 要

本书是同名畅销书的第2版,即内容更新、更完善的修订版。本书是一本指导硬笔书法爱好者自学钢笔字的普及性读物。书中既有比较详细的技法指导,又有具体的字例练习,采取技法与练习、一般练习与重点练习、写字与欣赏紧密结合的方法,为初学写字者指出了一条由楷书起步、由楷入行、由偏旁入手的科学练字途径。本书是作者在借鉴古今书家学书练字成功经验的基础上,从练习写字的客观规律出发编写的,是作者多年从事硬笔书法研究创作和教学经验的结晶,是广大青少年练习钢笔字的良师,也是中小学书法老师从事硬笔书法教学的益友。

图书在版编目(CIP)数据

钢笔字书写新技法/丁永康编著. —2版. —北京:金盾出版社,2010.1
ISBN 978-7-5082-6142-3

I. ①钢… II. ①丁… III. ①汉字—钢笔字—书法 IV. ①J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 233997 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)
邮政编码:100036 电话:68214039 83219215
传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn
封面印刷:北京凌奇印刷有限责任公司
正文印刷:北京百花彩印有限公司
装订:兴浩装订厂
各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:8
2010年1月第2版第21次印刷
印数:582001~598000册 定价:13.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

目 录

第一章 钢笔字概述	(1)
第一节 钢笔字的特点	(1)
第二节 写字姿势与执笔方法	(1)
第三节 书写工具的选择和使用	(2)
第四节 钢笔字的选帖标准	(3)
第五节 学习钢笔字的方法	(4)
第二章 钢笔楷书	(7)
第一节 钢笔楷书的特点	(7)
第二节 笔画的特点与写法	(7)
第三节 笔画书写要领	(8)
第四节 笔顺规则	(17)
第五节 独体字结构形式与要求	(18)
第六节 楷书部首分类与写法	(22)
第七节 合体字结构形式及要求	(38)
第八节 钢笔楷书的规范化	(45)
第三章 钢笔行书	(53)
第一节 钢笔行书的特点	(53)
第二节 钢笔行书用笔技巧	(56)
第三节 钢笔行书笔画写法	(58)
第四节 钢笔行书的部首写法	(63)
第五节 钢笔行书的结构方法	(78)
第四章 钢笔字的章法	(86)
第一节 横式章法	(86)
第二节 直式章法	(89)
第五章 钢笔字的欣赏	(91)
第一节 实用型钢笔字的品评标准	(91)
第二节 艺术型钢笔书法的品评与欣赏	(92)
附录：楷行对照中学生必背古诗词五言、七言诗书写章法范例	(94)

第一章 钢笔字概述

钢笔是人们日常学习和工作中使用最多的一种书写工具。练就一手工整、流畅、美观的钢笔字是人们的普遍愿望。但是，许多人由于不了解练字的基本常识，不懂科学的练习方法，有的苦于无从下手，有的因进步不大，半途而废。

学习写字与学习其他知识一样，不仅需要有正确的学习动机，而且需要了解练字的一般常识、学会和掌握科学的练习方法。实践证明：动机明确、方法得当、勤奋刻苦是练字成功的三个主要因素。

第一节 钢笔字的特点

钢笔作为汉字的书写工具，具有体积小，携带方便，书写便捷，经久耐用，写出的字不易褪色等优点；从审美的角度来看，钢笔字的线条表现形式和艺术感染力虽不及毛笔书法那样丰富，但远远胜于铅笔、圆珠笔等其他硬笔，因为钢笔的笔尖富有弹性，写出的笔画同样有粗细、轻重之分。一篇漂亮的钢笔字，同样能给人以美的享受。特别是近几年来，随着钢笔字教学的普及与提高，广大钢笔书法教育者、爱好者在教学和书写实践中，对钢笔字的笔法、结构、章法及书体等进行了有益的探索和尝试，创作了不少优秀的楷、行、草、隶、篆五体俱全的钢笔书法作品。这些作品具有形态、神情、风韵、意境和气势之美，形成了结构严谨、笔画呼应、骨力开张、筋脉相连之妙，增强了钢笔书法艺术的感染力，受到了社会的广泛赞许，使钢笔字由单纯的实用型向艺术型迈进了一大步。

第二节 写字姿势与执笔方法

一、写字姿势

书写的姿势对于练习写字非常重要。正确的写字姿势不仅能保证书写自如，减轻疲劳，提高书写水平，而且还能促进少年儿童身体的正常发育，预防近视、斜视、脊椎弯曲等多种疾病的发生。因此，必须引起重视。

正确的写字姿势是：上身坐正，两肩齐平；头正，稍向前倾；背直，胸挺起，胸口离桌沿一拳左右；两脚平放在地上与肩同宽；左右两臂平放在桌面上，左手按纸，右手执笔。眼睛与纸面的距离应保持在一尺左右。

二、执笔方法

执笔方法正确与否，关系到笔的控制能力，运笔的灵活性，书写的速度，直接影响书写的效果。良好的执笔方法必须从小培养，否则，一旦形成习惯，纠正起来很难。

正确的执笔方法，应采用三指执笔法。具体要求是：右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖3厘米左右的笔杆下端。食指稍前，大拇指稍后，中指在内侧抵住笔杆，无名指和小指依次自然地放在中指的下方并向手心弯曲。笔杆上端斜靠在食指的最高骨

处，笔杆和纸面呈 50° 左右。执笔要做到“指实掌虚”，就是手指握笔要实，掌心要空，这样书写起来才能灵活运用笔。



正确的写字姿势



正确的执笔方法

第三节 书写工具的选择与使用

练习钢笔字的主要工具有钢笔、墨水和纸张。

一、钢笔

钢笔的种类和型号很多。根据钢笔笔尖的成分不同，可分为金笔、铱金笔两种。金笔的笔尖含金量高，笔尖较软，弹性较小，书写时笔尖流畅，手感舒适。但金笔的价格昂贵，且笔尖软，不好掌握，初学者不宜使用。铱金笔尖含金量少，笔尖较硬，弹性好，经久耐用，而且物美价廉，是初学写字比较合适的工具。

挑选钢笔时要看笔尖是否圆滑和流畅，这可通过试笔检验，即将新笔蘸上墨水在纸上写些笔画及阿拉伯数字“8”，如笔尖不拉纸，出水均匀，那么笔尖就是圆滑、流畅的，合乎使用要求。钢笔的笔尖有粗细之分，练字应使用笔尖稍粗一些的钢笔。如果需要写字形较小的钢笔字，可挑选笔杆上注有“特细”字样的钢笔书写。

钢笔要注意保养。写字时，应在纸下垫一些稿纸，以增强笔尖的弹性，减少磨擦。笔尖不要在金属等硬质材料上书写，以防损坏笔尖。钢笔每个月左右应清洗一次，保持墨水下水流畅。钢笔如长期不用，应洗净保存。

这里需要说一下，有一种笔杆上注有“硬笔书法”字样的弯头钢笔，具有书写笔画粗细变化较大的特点。使用时，笔杆压低些，笔画就粗，可写稍大的字；笔杆竖起来一些，笔画就细，可写稍小的字。这种笔的表现力较普通钢笔要强，常用来书写信封等较大的字体。但用这种钢笔写字有一定难度，初学者不宜用它练字。

二、墨水

墨水的常用颜色有红、黑和蓝黑三种。红墨水一般用来批改作业，使用范围较小。蓝黑墨水颜色深沉庄重，不易褪色，书写流畅，是人们学习和工作中书写使用较为普遍的一种墨水。黑墨水以碳素墨水最为理想，黑墨水有浓度，有光泽，写在纸上黑白分明，十分醒目，用来写钢笔字或书写钢笔书法作品，效果最好。

墨水要使用同一牌号、同一颜色的，不能混用，否则，会引起化学反应，产生沉淀，不利书写。每次书写完之后，应及时套上笔帽，否则，笔尖上的墨水会被晾干，再次书写时下水就不畅。如果要换一种墨水使用，应先将笔洗净晾干再灌注新的墨水。

三、纸张

钢笔字书写用纸一般以不洇不滑、略有涩感的为好。太薄、质地较松的纸容易划破，还会出现洇化现象；纸张太厚、太光滑，书写时笔尖易打滑，不便表现笔锋。因此，书写钢笔字一般以 70 克或 80 克书写纸、绘图纸、复印纸等为佳，可根据自己的条件选择使用。练习楷书字体时，最好在打好格子的纸上书写，以便把字的大小写得相仿和安排好字的结构，增强练字的效果。

第四节 钢笔字的选帖标准

选帖是学习钢笔字的重要环节，字帖选择恰当与否，直接关系到临摹的效果。字帖的种类很多，按字帖编写水平，有高低之分；按字帖编写内容和形式，有实用和不实用之分；按字帖的书写风格与习书人已经形成的书写习惯，又有适合和不适合之分。因此，初学者应该本着高水平、实用并适合自己特点的原则去挑选字帖临摹。

在挑选字帖过程中，应注意以下几种情况：

一、要选择规范、实用和自己喜爱的字帖

对于没有楷书基础而想练习楷书和行楷书的朋友，选帖时应注意：第一，所选字帖的字形应当是正确规范的，这是楷书和行楷书练习的起码要求。这里所说的规范，是指笔画和部首应该符合约定俗成的写法，结构应符合重心平稳、笔画呼应、形态变化等基本的原则。第二，所选字帖的编写内容和形式应适合初学。要有系统性，能根据汉字的笔画、结构特点和练字的规律编写练习内容，由浅入深易于接受；要图文并茂，既有书写方法的说明，又有附图示范，便于理解和练习；要有独特的科学练习方法，以便少走弯路，快见成效。第三，所选字帖的书写风格应是自己喜欢的。同是较高水平的字帖，其风格可能是多样的，由于各人的文化素质和艺术修养不同，对书法艺术的评品和喜爱的标准也就不同。因此，应根据自己的特点选择自己喜欢的高水平的字帖作为临摹的范本，只有爱不释手，才会“心摹手追”。

二、要注意选帖的连贯性和变化性

选帖的连贯性是对初学写字者而言，变化性是对已有一定书写水平的人而言，这实际上是临帖“先专一后博学”要求的体现。对于初学写字的人来讲，临帖的专一主要表现在认真临好一本楷书字帖的同时，可选择一本风格与楷书接近的行楷书字帖练习（最好是同一个人编写的

字帖)。这样临摹练习起来容易接轨,入帖快,效果好。对于有一定楷书和行书基础的人来讲,在基本掌握一种字帖的风格之后,应换一本其他风格的字帖临摹。通过反复的临摹训练,吸取各家之长,逐步形成自己的书写风格。这就要求选帖注意多样性、变化性,不受一家一法限制。

三、关于选帖的“品位”高低问题

历来大多数书家都主张,习书之人应选择高品位的字帖临摹。实践证明,只有临摹高品位的字帖,才能练就高水平的书法。但是,对于初学写字的人来讲,应具体情况具体对待,如果不根据自己的实际水平,盲目追求高品位,不仅难于理解其高妙之处,而且难于掌握,时间长了,必然失去信心。因此,要客观地找准自己的位置。初学写字的人,必须从基础、规矩入手,先求平正,再学分布;临帖时先求形似,打好基础,站稳脚跟,再一步一步追求神似和险绝。即使是已有一定书写水平的人,也要注意选择适合自己现有水平的字帖来临摹。

这里需要强调的是,立志要在书法艺术上有所建树的书法爱好者,应注意培养自己对不同风格的高品位书法艺术的欣赏能力,不能偏爱自己喜欢的风格,更不应贬低和排斥自己不喜欢的风格。要通过认真的反复读帖、临帖、对比等活动,博采众长,不断提高自己的文化和艺术修养,以丰富自己的创作。

第五节 学习钢笔字的方法

练字是思维活动和感觉器官的一种锻炼,是眼、脑、手并用形成的一种特殊技巧,从不会到会,靠人引路或自己探索;从会到熟,必须经过反复的书写训练。在科学的练习方法指导下,在反复的书写训练中逐步提高,是学习写字的成功之路。具体应从以下几个方面努力:

一、激发动机,培养意志

根据心理学的理论,动机是激起人去行动或抑制这个行动的愿望和意图,是一种推动人的行为活动的内在原因。动机与需要是紧密联系的,动机的基础是人类的各种需要。人的需要有生理需要和社会需要,练习写字便是人的一种社会需要。中小学生学习写字是提高书写水平,掌握科学文化知识的需要;成年人练习写字是传递信息,提高工作效率的需要;从艺术角度讲,练字则是人们对美的追求的需要。

人对练习写字的需要不是自生的,而是靠实践的体验,靠教育者的引导,逐步形成的,并由此产生情感,形成浓厚的兴趣。这样,才能更好地激发练字的动机。否则,无意练字,勉强对付,定是笔力浮滑,结构松散,进步不快;这样又会反过来影响写字的兴趣。

意志,对练习写字的人尤为重要。在人们认识到写字的重要性,产生练字的欲望后,还要根据练字的要求,拟订计划,选择练习手段,循序渐进地进行练习。这种自觉确定目的、支配和调节自己的行动,克服困难,以达到预期目的的心理活动,就是锤炼意志的过程。练就一手好字不是一件很容易的事,俗话说“字无百日功”。练字要经历一个反复训练,逐步提高和形成书写技巧的过程。在这个过程中,会感到枯燥无味,练习时间难以保证,效果不明显。这时,如果不具备良好的练字意志品质,就会出现弃笔停练、半途而废的现象。因此,必须加强练字意志品质的锻炼,用耐心、恒心、信心克服练习过程中遇到的困难,做到忙中抽闲,持之

以恒。要长计划、短安排，求质不求量，天天写、天天练。如果每天能坚持写好两三个字，两年后，就可把两千多个最常用字练好了。总之，要做到进步不快不泄气，成绩显著不骄傲，只要马不停蹄，勤练不辍，终会达到理想的目的地。

二、循序渐进，规矩练字

循序渐进是人们学习科学文化知识的一个普遍原则。这一原则要求按照学科的逻辑系统和人的认识能力发展顺序进行学习，从而逐步地、系统地掌握基础知识和基本技能。

这一原则是由学科知识本身具有严密的逻辑系统决定的，也是人们的认识及其能力发展由浅入深、由易到难、有“序”可循的客观要求。

汉字结构以笔画为最小单位，由笔画组成独体字，由笔画和独体字演变为部首，再由部首组成合体字，这是一个由简到繁的逻辑系统。练习写字就应该遵循这个系统的顺序，一步一步地练习。但是，强调循序渐进，并非顺序唯一。因为汉字笔画、部首、结构各要素之间的关系是相互联系、相互影响的。比如，字的笔画与字的结构，按顺序讲，应先练笔画，再练结构，因为笔画是结构的基础。但是，在练习笔画时，单练笔画还不行，还必须结合字的结构一起练习，因为同一种笔画在不同字的结构中有不同的表现形式，只有将笔画与具体字的结构结合起来练习，才能逐步写出合格的笔画。同时，在练习过程中还应根据练习内容确定练习的重点和难点，不能平分时间，不能盲目贪多贪快，要扎扎实实，一步一个脚印，难写的字、难练的内容就要多下些功夫，以掌握书写要领、写好为原则，从而达到预期的目的。

规矩练字，就是指练字要合乎法度，只有从规矩入，才能从规矩出。除了上面说的循序渐进之外，练字时还要特别强调“认真”二字。练字，必先心定气和，神入静界，做到：静下心来慢慢写，看帖、看格写字，意在笔先，写一个对照一个，一个比一个写得好。初学写字的人，为了便于把握字的结构和字的大小，应该在画有格子的纸上练习，充分利用格线来认识和把握方块汉字的结构特点和结构类型。练字的途径，应以摹帖、临帖方法为主，在临摹过程中逐步掌握汉字的书写技巧。

三、临摹结合，掌握规律

古今学书练字的经验证明，临摹字帖是唯一途径，是行之有效的办法。

摹帖，就是把字帖放在比较透明的习字纸下，用笔照着字帖上透出来的字一点一画去描，要求描写的字笔迹不要越出字帖上字的笔画轨道。如果摹写的是毛笔字帖，则描写的笔画应走字帖上字的笔画的中线；如果摹写的是钢笔字帖，则描写的笔画应与字帖上字的笔画完全重合。这样，久而久之，就可以学到字帖上字的行笔轨道和字形结构。

临帖，就是把字帖放在习字纸旁，照着帖上的字依样画“葫芦”，要求笔画写得像，并注意轻重、节奏和粗细的变化。这样，久而久之，就可学到字帖上字的笔意。由于临书比摹书难，因此要先摹后临。由于临和摹是两种相辅相成的学书练字的手段，所以要临摹结合，循序渐进。

在临摹字帖过程中还应该注意以下问题：

第一，要先专一，后博学 刚开始练字的人，在选好一本字帖之后，就要专心致志练下去，不可朝三暮四，随意更换字帖。这是因为每一本字帖都各有特点，自成体系，如果今天临这本，明天临那本，到头来哪一本也写不像。只有待一本字帖临像了，写熟了，才可再换其他字帖，博采众长。

第二，要认真读帖 读帖是临摹字帖的前提。读帖好比读书，为的是明其道理，而不仅仅是识字或抄书。只有读得懂、看得细，才会印象深、写得像、记得牢。对字帖上的字，其笔画怎样书写，结构怎样安排，章法怎样布置，都要仔细琢磨，从中找出规律，才能写得有兴趣，写得像。

第三，要注意练字的效果 在临摹字帖过程中，不能盲目追求摹的多，临的快，而应该注重临摹的实际效果，做到临写一遍就有一遍的进步，摹写一次就要有一次的收获。对难写的字要集中兵力打歼灭战，反复临摹，这样才会有真正的收获，才会不断进步。

第四，要注意掌握规律 在临摹过程中，不能停留在对每一个具体字的认识和练习上，而应注意归纳总结字与字之间的区别和联系，去认识和掌握一类字写法的共同点，以收到举一反三之效。这样，可以大大提高练字的进度。这种规律，既可以通过自己临摹实践去总结，又可学习别人已经总结出来的经验。初学写字的人应注重学习别人练字的经验，以便少走弯路，节约时间。这实际上是要求练字的人，要读一些练字技法方面的书或听一听课，先明其道理，做到在规律指导下练习，在练习中体验规律，再用规律更好地指导练习，巩固和提高书写技能。

第二章 钢笔楷书

第一节 钢笔楷书的特点

楷书是汉字的主要书体。楷，是楷模，就是标准字体。钢笔楷书具有以下几个特点：

一、讲究用笔

钢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的形态、质感的线条，不同的线条需要不同的用笔方法去体现。钢笔楷书字形较小，线条粗细变化不大，如果书写时用笔稍不注意，笔画就达不到要求，笔画就会出现软弱无力、僵硬死板等毛病。因此，必须经过严格训练才能掌握用笔方法。

二、笔画分明

钢笔楷书的每一个笔画的起笔和收笔都要交待清楚，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。

三、结构方整

钢笔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，历代许多书家都主张把楷书作为学习书法的第一步。现行的九年义务教育小学语文教学大纲要求，学生在小学阶段主要是学好写钢笔楷书，打好基础，为上中学写行楷书创造条件。实践证明，只有经过系统的楷书练习，才能了解汉字笔画和结构的特点和要求，才能掌握汉字的组合规律，为学写行楷书奠定书写基础，从而练就一手合乎法度、流畅自然的行书和草书。

练习楷书，应从笔画和结构两方面下功夫。练习笔画，主要解决用笔方法问题，目的是生产合格的“零件”；练习结构，主要是解决笔画和部首之间的组合方式问题，目的是学会结构方法，掌握结构规律，从而达到将字写端正、整齐、美观的要求。

第二节 笔画的特点与写法

汉字的特点是由笔画组成的，笔画是构成汉字的最小结构单位。钢笔楷书的笔画是以单线条为其表现形式。由于汉字结构的千变万化，不同的笔画表现的线条形态不同，同一种笔画在不同字的结构中又表现为不同形态的线条。概括起来，主要有以下特点：

直与弧。一般横（一）、竖（丨）为直；撇（丿）、捺（ㄣ）、钩（亅、乚、ㄣ）为弧。书写时，

做到直如线，弧如弓，直而不僵、弧而不弱。

弯与折。一般带有弯的笔画，如竖弯（ㄣ）、竖弯钩（乚）的弯处为弯；折画（ㄣ、ㄣ）的折处为折。书写时，弯处要圆转，用提笔；折处要折中带圆，用顿笔。做到弯而不软，折而无死角。

长与短。这是笔画之间相比较而言的，是由于字的结构需要决定的。如长横（一）相对短横（一）为长，短横相对长横为短；长竖（丨）相对短竖（丨）为长，短竖相对长竖为短；长撇与短撇（丿、丿）也是同理，等等。

粗与细。这也是笔画之间相比较而言的，是因笔尖用力大小不同而形成的。如横、竖下笔和收笔较重，线条粗；行笔较轻，线条较细；带有尖状的笔画，如撇、钩、捺、提画的下笔和行笔较重，线条较粗；收笔时（捺画的下笔处）用提笔，线条细、出尖。

斜与正。这是指汉字笔画形态的可变性。同一种笔画在不同结构类型的字中形态会发生一些变化，以求得结构的平稳。比如撇画“丿”，在“人”字中写成斜撇“丿”，而在“月”字中就要写成竖撇“丨”；横画在“上”字中要平“一”，而在“七”字中就要写成左低右高的斜横“一”。这样“七”字的笔画才均匀，重心才平稳。

上述笔画的这些特点，反映了钢笔楷书线条的丰富性、可变性，从不同的角度体现了汉字笔画线条的动态美和力度美，为钢笔书法的艺术创作奠定了基础。

第三节 笔画书写要领

构成汉字楷书的基本笔画主要有横（一）、竖（丨）、撇（丿）、捺（ㄣ）、点（丶）、钩（乚）、提（ㄣ）、折（ㄣ）八种，其他数十种笔画都是由这八种基本笔画派生出来的（见汉字笔画名称表）。

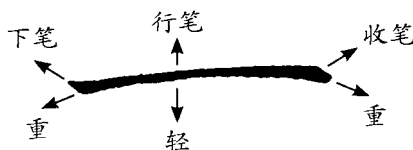
汉字笔画名称表

笔画	名 称	例 字	笔画	名 称	例 字	笔画	名 称	例 字
丶	点	六	ㄣ	竖 弯	四	ㄣ	竖 折	山
一	横	十	乚	竖 弯 钩	儿	ㄣ	竖 折 折 钩	马
丨	竖	中	ㄣ	竖 提	民	ㄣ	横 折 提	话
丿	撇	八	ㄣ	横 钩	皮	ㄣ	横 折 折 撇	边
ㄣ	捺	人	ㄣ	横 折	口	ㄣ	横 撇 弯 钩	那
ㄣ	提	虫	ㄣ	横 折 钩	月	ㄣ	横 折 折 折 钩	奶
乚	竖 钩	小	ㄣ	横 撇	水	ㄣ	横 折 弯	船
ㄣ	弯 钩	子	ㄣ	撇 折	去	ㄣ	竖 折 撇	专
ㄣ	斜 钩	我	ㄣ	撇 点	女			
ㄣ	卧 钩	心	ㄣ	横 折 弯 钩	九			

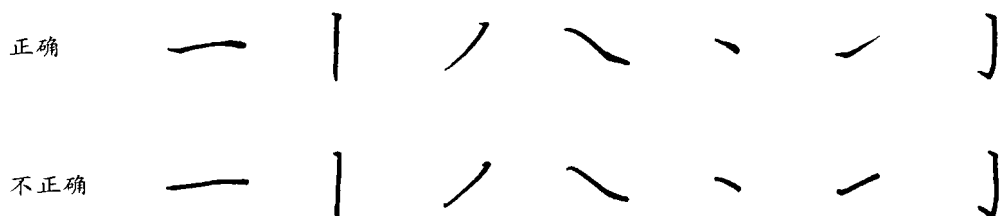
学习楷书，首先要从练习笔画开始，笔画书写好与坏，直接影响到字的结构效果。笔画好比零件，结构好比装配，笔画写得笔笔过硬，装配成字，就容易做到个个合格。

钢笔楷书的笔画书写的要求，主要可概括为三个字，这就是“写、挺、准”。

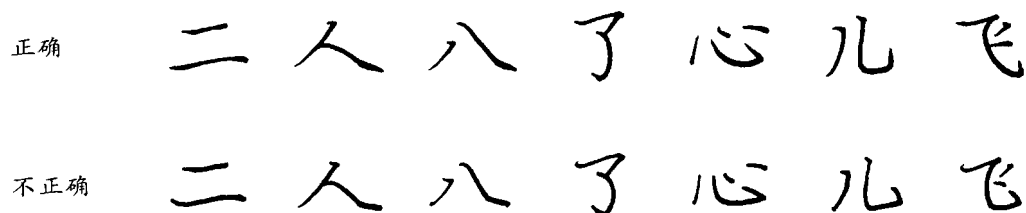
写，就是书写每一个笔画都要有下笔（或重或轻）、行笔（轻一些，线条或直或弧或弯）、收笔（或顿笔或轻提出尖）三个步骤，不能平拖或平划。在汉字的基本笔画中，横画比较能代表各种笔画的运笔过程。其道理在于：千万条笔画，生于一点，以点成画，积画成字。比如一点延伸到右方就是横，横垂直向下就是竖，横向左下就是撇，向右下就是捺，等等。要注意掌握写横的基本要领，即：重下笔——轻行笔——重收笔，其他笔画也离不开这条运笔路线，只是用力部位和形态不同而已。横画运笔路线，见下图：



书写笔画时，是写，还是平拖平划，笔画表现出的效果是不同的。见下图：



挺，就是要将笔画写得挺拔、刚劲、有力。体现笔画“挺”有两个主要因素：一是带有横或竖的笔画要平、要直，笔画不能上下或左右颤抖，做到直如线。二是带有“弧”或“弯”的笔画，如“ノ、ㄣ、ㄣ、ㄣ、ㄣ、ㄣ”等，笔画不能出现折弯，应圆转自如，做到弯如弓。见下图：



准，就是每写一个笔画之前要看准下笔的位置，这主要指在临摹字帖过程中，一要看准字帖上字的笔画在格子中间的位置；二要看准笔画的形态，同一种笔画在不同字的结构当中或在同一个字的不同部位有长、短、横势、竖势、斜势等不同的表现形态，应看准、写准；三要看准笔画的粗细，是重下笔还是轻下笔，收笔是顿笔还是出尖，要看准、写准。做到位置准确、长短适宜、粗细恰当。见下图：

正确

三 六 王 木 女 小 干

不正确

三 六 王 木 女 小 干

下面具体介绍各种笔画的写法：

（一）横 横画要写平稳，因为横在一个字中起平衡作用，横不平，则字不稳。横有长、短之分。

长横的写法，下笔稍重，行笔向右较轻，收笔略向右按一下，整个笔画呈左低右高、向下俯势的形态。由于人的视觉的错觉，横画不能写成水平，而应写成左低右高，收笔时稍按一下笔，使笔画变重些，这样，看起来才显得平稳。所以，人们常说的“横平竖直”，不是指横水平书写，而是要求看上去平稳的意思。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字		例	
一	、	一	一	上	下	五	土

短横的写法是，轻下笔，由轻到重向右行笔大约写到长横的一半时停笔即收。笔画稍向右上仰。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字		例	
一	、	一	一	三	二	王	工

（二）竖 竖画要写垂直，因为竖画在一个字中往往起着关键的支撑作用，竖不垂直，则字不正。竖有垂露、悬针和短竖之分。

垂露竖的写法，下笔稍重，行笔垂直向下较轻，收笔稍重。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字		例	
丨	、	丨	丨	个	川	书	开

悬针竖的写法同垂露，只是收笔时由重到轻，出锋收笔，笔画出尖。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字		例	
丨	、	丨	丨	十	平	丰	半

短竖，写法同垂露竖，只是笔画较短，短竖要写得短粗有力。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
丨	丶	丨	丨	口	旧	土	士

（三）撇 撇画在一个字中很有装饰性，如能写得自然舒展，会增加字的美感，有时还与捺画相对起着平衡和稳定重心的作用。撇有斜撇、竖撇、短撇之分。

斜撇的写法是，下笔稍重，由重到轻向左下行笔，收笔时出尖。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
丿	丶	丿	丿	人	八	入	友

竖撇，下笔稍重，由重到轻向下行笔，行至撇的长度三分之二处，向左下撇出，收笔时出尖。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丶	㇏	㇏	月	用	舟	风

短撇，写法同斜撇，只是笔画较短。短撇在字头出现时，笔画形态较平，如“千、反、禾、后、丢”等字；短撇在字的左上部位出现时，笔画形态较斜，如“生、禾、失、朱”等字。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
丿	丶	丿	丿	生	禾	失	朱

（四）捺 捺画粗细分明，书写难度较大。捺有斜捺和平捺之分。

斜捺，下笔较轻（轻落笔），向右下由轻到重行笔，行至捺脚处重按笔，然后向右水平方向由重到轻提笔拖出，收笔要出尖。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丶	㇏	㇏	大	夫	火	木

平捺，写法同斜捺，但下笔时先要写一小短横，然后再向右下（略平一些）方向行笔。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
				之	足	边	延

（五）点 点画在一个字中就如同人的眼睛一样重要，是一个字的精神体现。点画有右点、左点、竖点和长点之分。

右点，轻下笔，由轻到重向右下行笔，稍按后即收笔，不能重描，一次成画。写点关键要有行笔过程，万不可笔尖一着纸就收笔。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
				主	义	六	文

左点，写法基本同右点，但行笔方向往下略向左偏一些，收笔时要顿笔。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
				小	农	写	快

竖点，实际上是右点的变形，当点在字头居中出现时，人们习惯将点的收笔处与下面笔画连接起来，因此，这种点形态比较直。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
				京	空	定	宗

长点，是在右点的基础上变长，行笔应慢一些。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
				以	头	不	食

（六）提 提画写法是，下笔较重，由重到轻向右上行笔，收笔要出尖。提画在不同的字中角度和长短略有不同，书写时应该注意区别。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
				虫	给	玩	江

（七）竖钩 下笔写竖，到起钩处，稍停向左上勾出，出尖收笔，钩的尖角约为 45° ，出钩的部分要短一些。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
丿	丶	丨	丿	小	示	水	寸

（八）弧弯钩 下笔稍轻，由轻到重向右下弧弯行笔，到起钩处略顿笔向左上勾出，收笔要出尖。书写时下笔处和起钩处上下应在一条垂直线上。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丶	㇏	㇏	子	手	乎	象

（九）戈钩 下笔稍重，向右下弧直行笔，到起钩处向上勾出，收笔要出尖。写戈钩关键是要保持一定的弧度，太直、太弯都会影响整个字的美感。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丶	㇏	㇏	戈	氏	成	我

（十）卧钩 下笔稍轻，先向右下（笔画由轻到重），再圆转向右水平方向行笔，到起钩处向左上勾出，钩要出尖，但不宜过大。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丶	㇏	㇏	心	必	志	思

（十一）竖弯 下笔写短竖，再圆转向右水平方向写短横，收笔稍重。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丶	㇏	㇏	四	酉	西	泗

（十二）竖弯钩 在竖弯的基础上，收笔时向上方勾出，笔画比竖弯要长一些。如图：

笔画	起笔	行笔	收笔	字 例			
㇏	丨	㇏	㇏	儿	元	也	见