

历代名家碑帖临习技法精解

中州古籍出版社

米芾行書

临习技法精解

白皓宇 编著



若来情味向

和林公峴山之作



皎中天月圓、徑千里震澤乃

一水所占已過三安羅西峴山課云

形大地、惟東吳偏山水方佳焉

中有皎人環衣玉為領位雖

列仙長學與千年對出抹久留

雲迢、願抬類金鳳帶秋威

款逐雲樞至朝隣興馭臨

暮返光浮袂雲自有風駐

塔養育刀利高、太陰宮無

乃瞻星氣興深夷險一理

洞軒裳偽紛、夸俗勞坦、忘

懷易浩、將我行秦社、汲公起

历代名家碑帖临习技法精解

中州古籍出版社



米芾行書

临习技法精解

白皓宇 编著

和 林公峴山之作



若來情味而詩偏
 皎中天月圓、徑千里震澤乃
 一水所占過二安羅西峴山深云
 形大地、惟東吳偏山水方佳意
 中有皎人環衣玉為領位維
 列仙長學與千年對出抹久獨
 審迨、顧拾類金鳳帶秋威
 款逐雲樞玉朝隣與馭馳
 暮返光浮袂雲自有風點
 塔養育刀利亭、太陰宮無
 乃瞻星氣興深夷險一理
 洞軒裳偽紛、夸俗勞坦、忘
 懷易浩、將我行秦越、汲公記
 送王象之參舟

隱早京

图书在版编目(CIP)数据

米芾行书临习技法精解 / 白皓宇编著. — 郑州 :
中州古籍出版社, 2016.5
(历代名家碑帖临习技法精解)
ISBN 978-7-5348-5811-6

I. ①米… II. ①白… III. ①行书—书法
IV. ①J292.113.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第027522号

米芾行书——临习技法精解

策 划 陈志坚
统 筹 张 佳
封面设计 刘月辉
责任编辑 李颜垒
出版发行 中州古籍出版社
(地址: 郑州市经五路66号 邮政编码: 450002)
发行单位 新华书店
印 刷 北京中印联印务有限公司
开 本 710毫米×1000毫米 1/8
印 张 11.5
版 次 2016年5月第1版
2016年5月第1次印刷
印 数 1-5000
标准书号 ISBN 978-7-5348-5811-6
定 价 31.00元

本书如有印装质量问题, 由承印厂负责调换。

出版说明

书法是中国特有的一种传统艺术。狭义而言，书法是指用毛笔书写汉字的方法和规律，包括执笔、运笔、点画、结构、布局（分布、行次、章法）等内容。广义来讲，书法是指语言符号的书写法则。换言之，书法是指按照文字特点及其涵义，以其书体笔法、结构和章法写字，使之成为富有美感的艺术作品。书法的内涵主要包括以下几个方面的内容：第一，书法是借文房四宝为工具抒发情感的一门艺术。工具的特殊性是书法艺术特殊性的一个重要方面。借助文房四宝为工具，充分体现工具的性能，是书法技法的重要组成部分。离开文房四宝，书法艺术便无从谈起。第二，书法艺术以汉字为载体。汉字的特殊性是书法特殊性的另一个重要方面。中国书法离不开汉字，汉字点画的形态、偏旁的搭配都是书写者较为关注的内容。与其他拼音文字不同，汉字是形、音、义的结合体，形式意味很强。古人所谓的“六书”，就是指象形、指事、会意、形声、转注、假借六种有关汉字造字和用字的方法，它对汉字形体结构的分析极具指导意义。第三，书法艺术的背景是中国传统文化。书法植根于中国传统文化土壤，传统文化是书法赖以生存、发展的背景。与其他文艺理论一样，书法理论既包括书法本身的技法理论，又包含其美学理论，而在这些理论中又无不闪耀着中国古代文人的智慧光芒。第四，书法艺术本体包括笔法、字法、构法、章法、墨法、笔势等内容。书法笔法是其技法的核心内容。笔法也称“用笔”，指运笔用锋的方法。字法，也称“结字”“结构”，指字内点画的搭配、穿插、呼应、避就等关系。章法，也称“布白”，指一幅字的整体布局，包括字间关系、行间关系的处理。墨法，是用墨之法，指墨的浓、淡、干、枯、湿的处理。

汉代扬雄说“书乃心画”。的确，每一幅书法精品都是作者技法的妙用、才华的挥洒、智慧的奔涌、雅怀的抒发，是作者心智运行的美妙展现。欣赏书法从中可以得到审美的享受、哲思的启迪、心灵的净化、境界的提升。练习书法则能丰富自己的头脑，增强自己表现美的能力，提升自身整体素质修养，在修身养性中陶冶情操，在不倦挥写中延年益寿，于心于身都有无尽的益处。

正是因为练习书法具有这么多的好处，所以许多人都想练习书法，但是由于书法艺术博大精深，市面上的许多字帖又仅是原帖照录，缺乏技法分析，许多学书法者难窥门径，研习多年仍在书法的大门外徘徊。因此，为了给广大书法爱好者提供一针见血、高屋建瓴、深入浅出、言简意赅的技法分析字帖，我们特意邀请了对书法理论颇有研究的著名书法家周世闻先生带领其他几位书法家编写了这套《历代名家碑帖临习技法精解》丛书，分别是《张旭草书——临习技法精解》《王羲之草书——临习技法精解》《孙过庭草书——临习技法精解》《怀素草书——临习技法精解》《邓石如篆书——临习技法精解》《褚遂良楷书——临习技法精解》《祝允明草书——临习技法精解》《欧阳询行书——临习技法精解》《米芾行书——临习技法精解》《赵孟頫行书——临习技法精解》《王铎草书——临习技法精解》《颜真卿行书——临习技法精解》《文徵明书法——临习技法精解》《王献之行草——临习技法精解》《颜真卿多宝塔碑——临习技法精解》《苏轼行书——临习技法精解》《柳公权楷书——临习技法精解》《王羲之楷书——临习技法精解》《赵佶瘦金书——临习技法精解》《赵孟頫楷书——临习技法精解》《智永真草千字文——临习技法精解》《董其昌书法——临习技法精解》《欧阳询楷书——临习技法精解》《颜真卿麻姑仙坛记、东方朔画赞——临习技法精解》《傅山草书——临习技法精解》《黄庭坚草书——临习技法精解》《黄庭坚行书——临习技法精解》《唐寅行书——临习技法精解》《王羲之行书——临习技法精解》《虞世南楷书——临习技法精解》。

针对这套丛书有几个问题要特别说明如下：

一、本套丛书所选的书法家都是在书法史上有定评的名家，其书法水平都很高妙，而且全都是在博采众长的基础上形成了自己独到的风格，对书法的发展贡献甚大。本丛书所选例字楷、行、草、篆四种字体都

有，以楷、行、草居多，同时每本书上所选的作品都来源于这个书法家的代表作或名作，在每本书的前言里都对其进行了详细的介绍，包括该作品的尺寸、流传脉络、现存于何处、对其评价、书法的特点等，以便广大读者对其有一个较为清楚的认识。

二、本套丛书目的是给初学书法者以技法指导，重点在于对所选每个字的用笔、结构、用墨等方面的技法进行分析，对于通篇章法安排的分析没有涉及，因此所选的名家名作有些是节选，未必是全文照登。

三、本套丛书的编排体例几乎全采取每页都将单个字置于方框内，然后从每六个字中选一个例字，每页选三个例字来进行分析的形式。例字的选取原则是该字很有特点，或笔法精巧，或结构巧妙，或气韵生动，总之有助于体现该书法家的艺术特点，便于广大读者尽快掌握。

四、本套丛书中凡是选取狂草作品的，其编排体例则不同。因为狂草作品字形变化很大，字与字之间牵丝萦带之笔甚多，很难像楷书、行书、篆书那样将每个字截然分开，因此每页不列方格，在选取例字时也不拘泥于每六个选一个进行分析，而是根据该页的具体情况选取一个或相连的多个字进行分析。

五、本套丛书所选的许多书法家都是诸体兼善，因篇幅有限，我们不可能将其各体都选到，一般选的是他成就最高的书体，比如文徵明的小楷、行书、草书都达到了很高的水平，但综合来看还是行书取得的成就最大，因此我们在这套书里选取的他的作品也是行书。

特此说明。

前言

米芾（1051~1107），自署或为黻。北宋书法家、画家，宋四家之一。曾任校书郎、书画博士、礼部员外郎。祖籍山西，然迁居湖北襄阳，后曾定居润州（今江苏镇江）。书画自成一家，枯木竹石，山水画独具风格特点。在书法上也颇有造诣，擅篆、隶、楷、行、草等书体，长于临摹古人书法，可达到乱真的程度。由于其个性怪异，举止癫狂，遇石称“兄”，膜拜不已，因而人称“米颠”。宋徽宗诏其为书画学博士。又称“米襄阳”“米南宫”。传世墨迹主要有《苕溪诗卷》《蜀素帖》《方圆庵记》《天马赋》等，而翰札小品尤多。

米芾艺术才能全面且都达到了很高的成就，他能诗文、擅书画、精鉴别，书画成就最高，创立了“米点山水”。集书画家、鉴定家、收藏家于一身。他是“宋四家”（苏轼、米芾、黄庭坚、蔡襄）之一，虽苏轼排名第一，但是要论对后世书法的影响却是米芾最大，其书体既潇散奔放，又严于法度。险而不怪，奇正相生。《宋史·文苑传》说：“芾特妙于翰墨，沈著飞动，得王献之笔意。”米芾自称自己的作品是“集古字”，意为他对古代书法大师的用笔、结构以及章法、气韵都有深入的学习与深刻的领悟。他的性格不适合残酷的政治斗争，同时幸运的是他也未卷入政治漩涡，自身生活相对优雅安定，后来又当上了书画博士，这对他来说是如鱼得水，使他得以饱览内府所藏的平时很难看到的名家字画法帖，这为他学习书法既提供了千载难逢的良好机遇，也使他打好了坚实的基础。后来当苏轼被贬黄州时，他去拜访求教，东坡劝他学晋人书法。一语惊醒梦中人，在此醍醐灌顶的指点下，元丰五年（1082）开始，米芾潜心魏晋，以晋人书风为指归，心摹手追晋人法帖，连其书斋也取名为“宝晋斋”。（今传王献之墨迹《中秋帖》，据说就是他的临本，形神精妙至极）。米芾一生转益多师，就这样成就了自己独有的书法面目，他在晚年所书《自叙》中这样说道：“余初学，先学写壁。习颜字至大一幅，写简不成，见柳而慕其紧结，乃学柳《金刚经》。久之，知其出于欧，乃学欧。久之，如印板排算，乃慕褚而学最久，又摩段季转折肥美，八面皆全。久之，觉段全泽展《兰亭》，遂并看法帖，入晋魏平淡，弃钟方而师师宜官、《刘宽碑》是也。篆便爱《咀楚》《石鼓文》。又悟竹简以竹聿行漆，而鼎铭妙古老焉。”从中基本可以看出米芾书法的发展轨迹。

米芾的书法虽然诸体兼善，但是要论水平最高、创造力最强，还是他的行书，明代董其昌在自己的书画专著《画禅室随笔》中说：“吾尝评米字，以为宋朝第一，毕竟出于东坡之上。即米颠书自率更得之，晚年一变，有冰寒于水之奇。”米芾自称自己的书法是“刷字”，这一评语体现出他用笔迅疾劲健，尽兴尽势尽力的特点。他的书法作品大至诗帖，小至尺牍、题跋都具有痛快淋漓、欹纵变幻、雄健清新的风貌。从现存的近六十幅米芾的手迹来看，“刷”这一个字正将米字的神采活脱脱地表现出来，无怪乎连苏东坡都对自己的这位晚辈兼学生说：“米书超逸入神。”又说“海岳平生篆、隶、真、行、草书，风樯阵马，沉着痛快。”

本书所选例字就选自他的如下名作：

《天马赋》，是一篇辞赋作品。该篇笔力遒劲，描写天马(伊犁马)的形态、声貌、神韵惟妙惟肖，对天马的历史、马的能力描写的非常到位。这是一篇十分成功的优秀辞赋，米芾行书纵横捭阖、笔走龙蛇，有气吞万里之势。

《蜀素帖》，亦称《拟古诗帖》，被后人誉为中华第一美帖，系中华十大传世名帖之一。天下十大行书之一，排第八。墨迹绢本，行书。纵29.7厘米，横284.3厘米；书于宋哲宗元祐三年（1088），米芾38岁时，共书自作各体诗八首，计71行658字，署黻款。是米芾三十八岁时（1088），在蜀素上所书的各体诗八首。这里面还有一个故事：“蜀素”是北宋时四川造的质地精良的丝绸织物，上织有乌丝栏，制作讲究。有个叫邵子中的人把一段蜀素装裱成卷，以待名家留下墨宝，此卷相传为邵氏所藏，欲请名家留下墨宝，以遗子孙，可是传了祖孙三代，竟无人敢写。因为丝绸织品的纹罗粗糙，滞涩难写，故非功力深厚者不敢问津。经宋代湖州（今浙江吴兴）郡守林希收藏二十年后，一直到北宋元祐三年八月，米芾应林希邀请，结伴游览太湖近郊的苕溪，林希取出珍藏的蜀素卷，请米芾书写，米芾才胆过人，当仁

不让，一口气写了自作的八首诗。卷中数诗均是当时记游或送行之作。卷末款署“元祐戊辰九月二十三日，溪堂米黻记”。

《陈揽帖》，纸本，行书，纵25.9厘米，横20.8厘米，台北故宫博物院藏。

《淡墨秋山诗帖》，此帖书自作七绝一首，运笔如刷，笔力雄健，使转灵动，结字端妍，结态造势宽展肥美，精神饱满，无款印。当为米芾中年书法之精品。此帖流传有绪，历代著录于《墨缘汇观》《石渠宝笈续编》，刻入《三希堂法帖》。藏于北京故宫博物院。本幅钤有清代安岐及乾隆、嘉庆内府鉴藏印多方。收入清宫旧藏《米芾诗牍册》。

《清和帖》，此信札是北宋书法家米芾所书，约书于1103年（北宋徽宗崇宁二年）5月。此帖曾经项子京、笪重光等人收藏。是米芾写给友人窦先生的一封信，应是晚年的友人。信中提到与窦先生很久未见，表达倾慕敬仰之意。米芾并藉由描述夏初气候，询问对方起居生活如何？他接着自述年事衰老，却必须赴任官职，因此不能久留，恭敬地希望对方保重。当时米芾正准备前往汴京（今河南开封）接任书画学博士。信中内容虽然简单，却表现了即将接下官职的心情。是米芾的精品之一，写的潇洒超逸，不激不励，用笔比较含蓄，与其它帖比较，温和了许多，但笔划的轻重时有对比，字的造型欹侧变化，又使此帖平添了几分俊迈之气。

《行书三札卷》，此卷为米芾三封书信合裱而成。《长至帖》又名《公议帖》，是对一位官居“发运左司”的同僚的祝颂之词，愿他能“主公议于清朝，振斯文于来世。弥缝大业，继古名臣”，干一番大事业。钤有“米芾元章之印”。《韩马帖》是向友人商借唐代韩干所绘鞍马图，以供过节时“贵游宴集”赏玩之需。《新恩帖》则是给一位新任吏部侍郎的贺信。钤有“米芾之印”。三札皆系米芾50岁后的晚期作品，神完气足，炉火纯青，个人风格已十分成熟。卷后有清初大书家王铎关于观赏此卷与友人的通信一封及清康熙时倪粲、方膏茂的观款。著录于《石渠宝笈续编》及《石渠随笔》。

《苕溪诗卷》，澄心堂纸本墨迹卷，行书，纵30.3厘米，横189.5厘米。北京故宫博物院藏。全卷35行，共394字，末署年款“元戊辰八月八日作”，知作于宋哲宗元祐三年戊辰（1088），时米芾38岁。开首有句“将之苕溪戏作呈诸友，襄阳漫仕黻”。知所书为自撰诗，共6首。

从这些作品中我们发现米芾有很多特殊的笔法都来源于古人，又将其加以变化，这正体现出米芾善学的一面。如“门”字右角的圆转、竖钩的陡起以及蟹爪钩等，都集自颜真卿之行书；外形竦削的体势，则来自对欧阳询的模仿，而其大字学段季展，“独有四面”“刷字”的来源则在于此；褚遂良的用笔最富变化，结体也最为生动，米芾也将其兼收并蓄。他对书法的分布、结构、用笔，有着独到的体会。要求“稳不俗、险不怪、老不枯、润不肥”，即要求在变化中达到统一，把裹与藏、肥与瘦、疏与密、简与繁等对立因素融合起来，也就是“骨筋、皮肉、脂泽、风神俱全，犹如一佳士也”。章法上，重视整体气韵，兼顾细节的完美，成竹在胸，书写过程中随遇而变，独出机巧。

米芾的用笔特点主要是善于在正侧、偃仰、向背、转折、顿挫中形成飘逸超迈的气势、沉着痛快的风格。字的起笔往往颇重，到中间稍轻，遇到转折时提笔侧锋直转而下。捺笔的变化也很多，下笔的着重点有时在起笔，有时在落笔，有时却在一笔的中间，对于较长的横画还有一波三折。钩也富有特色。

米芾的结构特点则是常用侧倾的体势，欲左先右，欲扬先抑，在左右上下的变化中以增加跌宕跳跃的风姿、骏快飞扬的神气，以几十年集古字的浑厚功底作前提，故而出于天真自然，绝不矫揉造作，将烂漫多姿的美感发挥到了极致。

所以学习米芾书法的最大好处就是可以将字写的十分灵活，博观约取，厚积薄发，触类旁通，从而创造出自己独有的书法面貌。

米芾一生官阶不高，这与他不善官场逢迎，又为人清高自守有关。但这却为他赢得了更多的时间和精力钻研书法艺术，他对书画艺术的追求达到了废寝忘食、如痴如醉的境地，而这种不同流俗的个性和怪癖，正是他书法获得巨大成就的基石。他曾自作诗一首：“柴几延毛子，明窗馆墨卿，功名皆一戏，未觉负平生。”正是这种将艺术看的高于一切的心态和行动终于将米芾推到了艺术的巅峰，我们学他的书法，更要学他对艺术的这种态度，如此方可深入米芾书法的堂奥。

高

“高”：点与横两笔皆重墨为之，且横中锋运笔，首露尾收。下部结构皆以中锋运笔，行笔时稍提腕，结构开阔疏朗。底部之结构左短右长形成高低错落之态。

举

“举”：上部笔画众多而复杂在处理上为使头不过重而以细线条笔画为之，中部长横左端露锋。下部撇捺两笔左低右高用墨也次第加重、使下部笔画虽少而不致于单薄，竖笔向下放出将整字撑起劲挺有力。

故

“故”：整字以中锋运笔，线条自然流畅，横起笔处在落笔后稍提锋，使之形成露锋之态。竖折弯钩一笔实为行书古字，结构左靠使右部虚出。“女”之撇捺两笔与左部穿叉揖让，使两部分呼应自然。

今

无

此

马

故

赋

马

翘

举

雄

杰

感

高

君

素

收

古

尽



勒



有



方



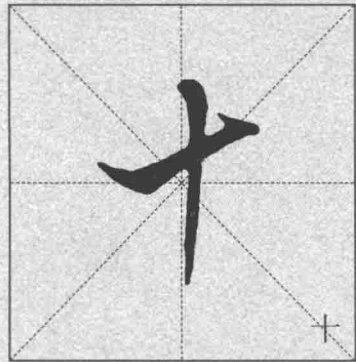
四



天



唐



十



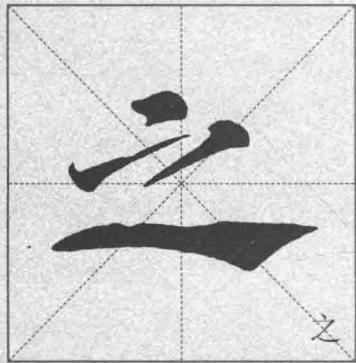
骨



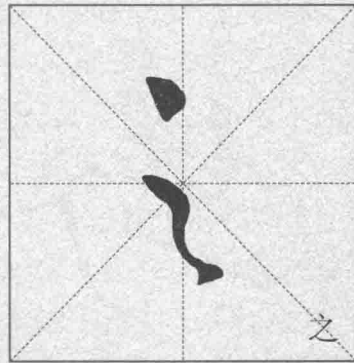
牧



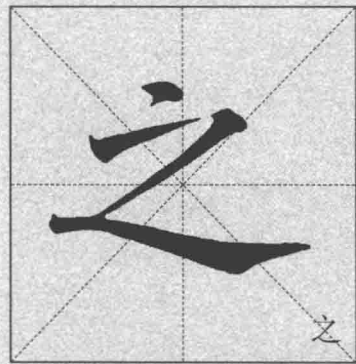
万



之



之



之



超



至



数



俊



盛



“方”：在行笔运笔上皆很成功，力度十足。点横两笔重墨如盖天之云，虎气横生。下部虽然用墨渐减，但改方笔为圆笔，气宇轩昂；将米字八面出锋之感觉表现得淋漓尽致。



“牧”：从整体来说相当漂亮，收放自如变化自然。左部“牛”旁中竖一笔改实为虚，将整字完全提活了。右部反文旁之尾捺一笔又以重墨为之，使字在线条上粗细对比变化相当明显。



“万”：从结构上来看处理的相当不错，横笔中锋运笔为之至尾端上翻转后顺势而为撇笔，撇笔上出锋落笔后即提出，使撇笔如尖锥锋利，气势非凡。

而

“而”：写得几近于扭曲，在结构处理上极尽夸张。首横短小而右欹，撇笔以牵丝之点为之，而下部之结构皆左放，使整字看起来十分不稳但线条变化十分丰富，这正是用笔大胆险绝之结果。

分

“分”：整字纵笔为之外放，而毫无内敛之感觉，是米芾字中八面出锋之代表，锋芒毕露。整体构造上皆右欹，线条感十分好犹如枯枝虬藤，韧劲十足。

角

“角”：在线条上很劲挺，棱角突出，自然分明，“角”字上部结构右欹，而下部结构左偏，整体结构变化中规中矩很端正，不刻意求其出锋变化，自然流畅。

此

焉

而

为

此

随

镇

马

方

目

居

以

星

其

分

角

中

色



“以”：此处有两个“以”字，但两字之处理方法截然相反。左字放而右字收，且右字中第二点与撇点两笔相连，形成左重右轻左实右虚之状态，视觉对比上强烈明显，注意同字求变。

“迅”：在处理上将横折钩一笔置于整字上部形成压顶之势，而“十”字则全置于其下，改变其原有之半包围结构为上下结构，是为重新组合。在线条之处理上很不错，自然流畅又富于变化。

“簪”：上部之“從”字左部放而右部收使之高低错落呼应明显；下部之“耳”在处理上紧承而下与上部穿叉呼应，使上下两部分不致于结合的很死板，整字取纵势灵活劲挺。

不

“不”：以中锋的方式运笔完成，写得十分轻飘飞动，放得很开，而且很稳，十分锐利，是这页里较好的字。

斯

“斯”：全字都是中锋运笔，书写流畅、快速、大胆，使线条灵活劲挺，有神采，再加上结构取斜势，更使整个字十分有动感多了几分轻松的感觉。

闾

“闾”：整个字基本是运用中锋的运笔方式来书写，点画间没有多余的连带，使整个字看起来十分果断，结构平稳而且十分宽博，与其他的字很明显得区分开来。

而

而

以

不

輕

雙

斯

賁

步

橫

低

闕

秋

驚

闕

風

群

下



溪

“溪”：整个字都运用的中锋笔法，行笔间缓慢又有节奏，点画清晰明朗、果断，结构上又取斜势而且左放右收、左低右高，更使得整个字都富有动态。

絮

“絮”：中锋的运笔方式使这个字线条轻快锐利大胆，且行笔流畅又不拖泥带水，结构上整体十分高大，而且“小”的两点与钩右断左连处理微妙。

建

“建”：基本是采用中锋的笔法来书写，行笔果断，使线条看起来特别劲挺有力果断，“乚”更是运用侧锋大胆挥洒，最后一笔十分锐利、坚实，结构左紧右松更增加几分动感。

紫

“紫”：全字基本是用中锋用笔，加上书写速度快，看上去线条灵活，劲挺，结构紧凑而且取斜式，使整个字很有姿态。

以

充

项

比

领

紫

驰

“驰”：这个字运笔细腻精到，中锋用笔，书写流畅大胆，看上去十分挺拔线条松动有力量而且结构左收右放，十分巧妙。

德

断

横

敢

咸

驰

伺

“伺”：整个字基本采用中锋运笔，线条明快锐利有质感，再加上结构左下右上更使整个字富有灵动之感，显现出结构的灵活多变。

伺

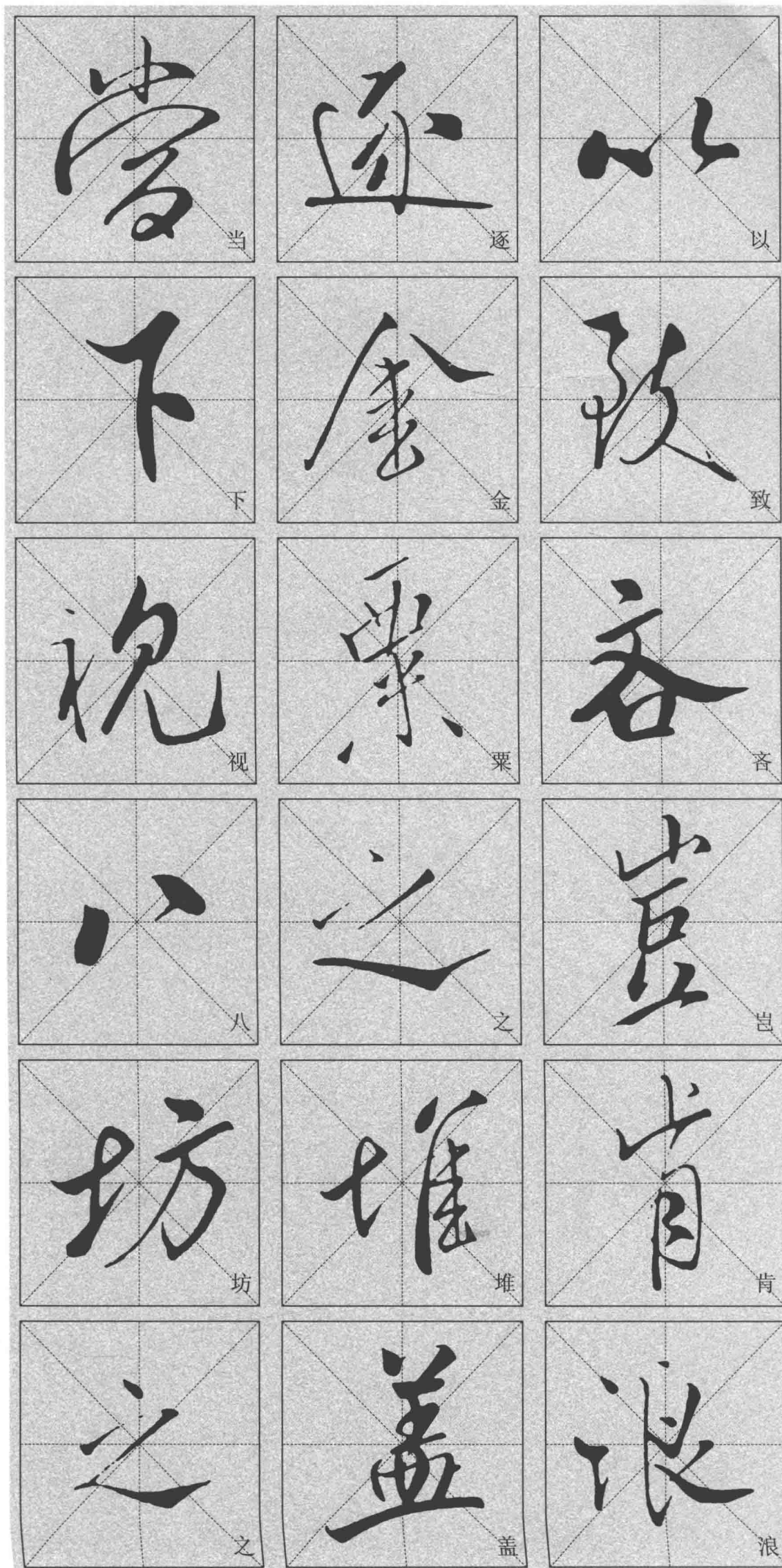
绝

则

蹶

材

世



当

“当”：整个字都是使用中锋运笔书写大胆飞速使得整个字线条飞动流物，有弹性，结构上采用上大下小的方式更使整个字多了分稚趣。

以

“以”：整个字基本是运用侧锋来书写，下笔大胆厚重但线条又不臃肿，结构上左边两点方向各异又连在一起更是顺势形成一个块面，有断有连使简单字里变化丰富。

八

“八”：简单的两笔却有着不同的运笔，左边点为侧锋右边点为中锋，虽然运笔不同但一样厚重有力，而且结构更是左低右高使简单的字变化丰富。

子

“子”：整个字运笔十分细腻，起笔为侧锋，到竖钩处自然转为中锋，提上去写横又转为侧锋，整个字笔路清晰，结构也是上小下大，使全字十分精美。

高

“高”：整个字基本运用中锋的运笔方式来书写，运笔流畅、精致，线条劲挺有质感，结构取斜式，使整个字更加灵活有动感。

也

“也”：是这页中写得最好的一个字，无论是从笔法上还是结构上都十分到位，笔法上中锋用笔，自然灵动，结构上上放下收，十分自如。

照

狮

骏

而

子

高

夜

让

标

矜

狩

雄

稳

下

跨

于

衰

也



妙

“妙”：整个字基本是中侧锋互换运笔，起笔为侧锋，中侧转换为“女”字旁的撇和“少”的最后一笔。都由中锋自然行笔为侧锋，没太多动作，使整个字精美自然。

風

“风”：在这里写得独树一帜，主要是用中锋的笔法完成，而且细腻、流畅，有动感而且灵活，有一种舒服的清风吹来的感觉。

女

“女”：整个字都是运用中锋的运笔方式来书写，线条挥洒自如、大胆流畅，有力量且十分锐利，结构紧凑，使整个字都非常挺劲，端稳中又不失动态。