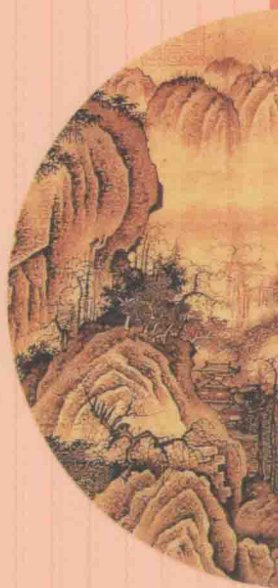


中国书法培训教程



赵孟頫楷书教程

◎ 罗培源 编著



《胆巴碑》

孟頫預議賜謚大覺以言...
 有詔言乎師之體普慈以言遊西天竺國編參高僧臺...
 巴賜乎師之用廣照以言慧受經律論繇是深入法...
 無上光之所照眩無上以言海博采道要顯密兩融...
 頫為為帝者師既奏有空實無照獨立三界示...
 大覺文并書刻石大都自於義甚當謹按師所...
 師之寺五年真定路龍興寺生之地曰寗甘斯旦麻...
 僧迭凡八奏師本住其童子出家事...
 大寺乞刻石寺中復聖師綽理哲哇為弟子...
 勅臣孟頫為文并書白受名膽巴梵言膽巴華

長江出版傳媒 崇文书局

第2卷

趙孟頫《胆巴碑》

楷书教程

长江出版社
崇文书局

中国书法培训教程

129
1394

◎ 罗培源 编著

勅撰并書篆

孟頫預議賜謚大覺以言微妙先受密戒法繼之事屬

皇帝即位之元年有詔言乎師之體普慈以言遊西天竺國編叅高僧

臺山建

金剛上師膽已賜乎師之用廣照以言慈受經律論經是深八法

訶法作

謚大覺普慈廣照無上光之所照臨無上以言海博采道要顯密兩融

不憚屢

帝師 勅白孟頫為

空實無照獨立三界示

文并書刻石大都 旨於義甚官謹按師所

大元勅賜龍興寺大覺

寺五年真定路龍興寺 生之地曰寂甘斯旦麻 帝師已

普慈廣照無上帝師之

僧迭凡八奏師本住其童子出家事

集賢學士資德大

寺乞刻石寺中復 聖師綽理悟哇為弟子聖師之

夫白趙孟頫奉

勅白孟頫為文并書白 受名膽已梵言膽已華帝師告

图书在版编目(CIP)数据

赵孟頫《胆巴碑》楷书教程 / 罗培源编著. — 武汉:
崇文书局, 2014.9 (2015.5 重印)
中国书法培训教程

ISBN 978—7—5403—3160—3

I. ①赵… II. ①罗… III. ①楷书—书法—教材
IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 196739 号

认准正版 谨防盗版

敬告读者:

封面无防伪标识 均为盗版 请勿购买

请向当地“扫黄打非”部门举报并与我社联系

全国文化市场侵权盗版举报网站(www.12318.gov.cn)

所有权利保留 任何侵权行为都将被追究法律责任
电子举报信箱:hbewsj@163.com

法律顾问:湖北高驰律师事务所 邱启雄

赵孟頫《胆巴碑》楷书教程

长江出版传媒 崇文书局 出版发行
Changjiang Publishing & Media Chongwen Publishing House

邮编:430070 电话:(027)87679712


湖北恒泰印务有限公司印刷 新华书店经销

开本:890 × 1200 mm 1/16 印张:5.5

版次:2014年8月第1版 2015年5月第2次印刷

书号:ISBN 978—7—5403—3160—3 定价:15.00元

图书服务热线:87679710 87679711 (0)13035117960 电子信箱:whbhw@163.com
客服 QQ 热线:326919357 本书若有印装质量问题,请与当地经销商联系调换



目 录

| | |
|--------------------------------|----------------------------|
| 第一章 概述..... 5 | 第二节 上下结构的结构方法 56 |
| 第一节 赵孟頫及其楷书《胆巴碑》 简介 5 | 第三节 左右结构的结构方法 59 |
| 第二节 书写姿势..... 6 | 第四节 包围结构的结构方法 64 |
| 第二章 用笔..... 7 | 附:词语书写练习(三) 66 |
| 第一节 基本笔画..... 7 | 第五章 布势 67 |
| 第二节 变化笔画..... 16 | (一)字形各异 67 |
| 第三节 笔画的运用..... 31 | (二)同画异态 68 |
| 附:词语书写练习(一) 35 | (三)同字异形 69 |
| 第三章 部首..... 36 | 第六章 作品 72 |
| 第一节 字头的写法..... 36 | 第一节 作品的形式 72 |
| 第二节 字底的写法..... 39 | 第二节 作品的格式 73 |
| 第三节 字左旁的写法..... 41 | 第三节 布局的规律 74 |
| 第四节 字右旁的写法..... 47 | 第四节 作品的创作 74 |
| 第五节 包围部首的写法..... 50 | 附1:集字作品范例..... 75 |
| 附:词语书写练习(二) 52 | 附2:赵孟頫《胆巴碑》(局部)欣赏 83 |
| 第四章 结构 53 | |
| 第一节 独体字的结构方法..... 53 | |

趙孟頫《胆巴碑》

楷書教程

長江出版社
崇文書局

中国书法培训教程

◎ 罗培源 编著

528
1394

勅撰并書篆
皇帝即位之元年有詔言乎師之體普慈以言遊西天竺國編參高僧臺山律
金剛上師膽巴賜乎師之用廣照以言慈受經律論經是深八法呪法作
謚大覺普慈廣照無上光之所照臨無上以言海博采道要顯密兩教訶伽刺
帝師 勅白孟頫為 為帝者師既奏有 空實兼照獨立三界示 不懈屢
大元勅賜龍興寺大覺 文并書刻石大都 自於義甚官謹按師所 表標的
普慈廣照無上帝師之 寺五年真定路龍興寺 僧迭凡八奏師本住其 童子出家事
集賢學士資德大 勅白孟頫為文并書白 受名膽巴梵言膽巴華帝師告
夫白趙孟頫奉

图书在版编目(CIP)数据

赵孟頫《胆巴碑》楷书教程 / 罗培源编著. — 武汉:
崇文书局, 2014.9 (2015.5 重印)

中国书法培训教程

ISBN 978—7—5403—3160—3

I. ①赵… II. ①罗… III. ①楷书—书法—教材
IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 196739 号

敬告读者:

封面无防伪标识 均为盗版 请勿购买

请向当地“扫黄打非”部门举报并与我社联系

全国文化市场侵权盗版举报网站 (www.12318.gov.cn)

所有权利保留 任何侵权行为都将被追究法律责任
电子举报信箱: hbcwsj@163.com

法律顾问: 湖北高驰律师事务所 邱启雄

赵孟頫《胆巴碑》楷书教程

长江出版传媒
Changjiang Publishing & Media

崇文书局
Chongwen Publishing House

出版发行

邮编: 430070

电话: (027) 87679712

湖北恒泰印务有限公司印刷

新华书店经销

开本: 890 × 1200 mm 1/16

印张: 5.5

版次: 2014年8月第1版 2015年5月第2次印刷

书号: ISBN 978—7—5403—3160—3 定价: 15.00元

图书服务热线: 87679710 87679711 (0)13035117960 电子信箱: whbhcw@163.com
客服 QQ 热线: 326919357 本书若有印装质量问题, 请与当地经销商联系调换



前言

2013年1月18日，教育部下发了《中小学书法教育指导纲要》，要求全国各中小学开展书法教学，引发了各方关注。中小学校长、老师及家长和学生普遍认为此举有必要，都想重建人人能写一手好字的荣光；但是，学校书法教材的缺乏是当前的一大问题，课程开设也亟待指引，大家都担忧《指导纲要》实施的效果不一定会尽如人意。

当下，我国中小学专业书法教师严重不足，真正的书法教学还没有常态化、普及化，更没有形成成熟的可以推广应用的现成教学方法。《中国书法培训教程》系列丛书是由来自教学第一线的书法名家精心编写的一套通俗、实用、由浅入深的入门级丛书。它适合各中、小学及书法学校的教学使用，即使是书法老师没有很好的专业基础，拿着它，也能按照其方法指引，指导学生写好字，达到事半功倍的教学效果。

学习书法的目的在于实际运用。本丛书从实用性出发，注重基础学习，鼓励创作。丛书对楷书、隶书、行书三种基本字体进行详细指导，以名家原拓本为蓝本，经过筛选、归类及特殊的技术处理后，翻制成墨迹，并配以米字格，帮助读者深刻理解并且掌握字形结构以及笔画定位。

为了配合书法培训教学和初学者自学，在编排结构上，遵从循序渐进的原则，先对各章节中范字的用笔特点、结字规律和书写宜忌作较为详细的临习指导，再针对不同形式的书法作品的结体规律、章法布局、落款方法及钤印位置等做了详细的理论、创作指导。楷书、隶书、行书部分的各章中所附的词语书写练习，分别从柳公权《玄秘塔碑》、《神策军碑》，颜真卿《颜勤礼碑》、《多宝塔碑》，欧阳询《九成宫醴泉铭》，魏楷《张猛龙碑》，汉隶《曹全碑》以及王羲之《兰亭序》、《圣教序》等碑帖中选字集结而成，这些碑帖历来都是中国书法初学者的首选范本。

学习写字，主要是掌握方法，举一反三，触类旁通。按照本书讲解的用笔和结构技巧，熟练运用，刻苦临写，日积月累，一定会迈进书法之门。



目 录

| | |
|--------------------------------|----------------------------|
| 第一章 概述..... 5 | 第二节 上下结构的结构方法 56 |
| 第一节 赵孟頫及其楷书《胆巴碑》 简介 5 | 第三节 左右结构的结构方法 59 |
| 第二节 书写姿势..... 6 | 第四节 包围结构的结构方法 64 |
| 第二章 用笔..... 7 | 附:词语书写练习(三) 66 |
| 第一节 基本笔画..... 7 | 第五章 布势 67 |
| 第二节 变化笔画..... 16 | (一)字形各异 67 |
| 第三节 笔画的运用..... 31 | (二)同画异态 68 |
| 附:词语书写练习(一) 35 | (三)同字异形 69 |
| 第三章 部首..... 36 | 第六章 作品 72 |
| 第一节 字头的写法..... 36 | 第一节 作品的形式 72 |
| 第二节 字底的写法..... 39 | 第二节 作品的格式 73 |
| 第三节 字左旁的写法..... 41 | 第三节 布局的规律 74 |
| 第四节 字右旁的写法..... 47 | 第四节 作品的创作 74 |
| 第五节 包围部首的写法..... 50 | 附1:集字作品范例..... 75 |
| 附:词语书写练习(二) 52 | 附2:赵孟頫《胆巴碑》(局部)欣赏 83 |
| 第四章 结构 53 | |
| 第一节 独体字的结构方法..... 53 | |



第一章 概述

第一节 赵孟頫及其楷书《胆巴碑》简介

赵孟頫简介

赵孟頫(1254—1322)字子昂,号松雪、松雪道人、水精宫道人,中年曾作孟俯,湖州(今浙江吴兴)人。宋太祖赵匡胤十一世孙,元代书画家、文学家。自幼聪明,读书过目成诵,为文操笔立就。宋灭亡后,归故乡闲居,后来奉元世祖征召,历仕五朝,官至翰林学士承旨,荣禄大夫,封魏国公,谥文敏。信佛,与夫人管道昇同为中峰明本和尚弟子。赵孟頫博学多才,能诗善文,懂经济,工书法,精绘艺,擅金石,通律吕,解鉴赏。特别是书法和绘画成就最高,开创元代新画风,被称为“元人冠冕”。在绘画上,山水、人物、花鸟、竹石、鞍马无所不能;工笔、写意、青绿、水墨,亦无所不精。篆籀分隶真草书俱佳,以真书、行书造诣最深、影响最广。

赵氏所创书风,后人称之为“赵体”。赵孟頫师承也极广泛,初宗宋人,学赵构、黄庭坚,继而由智永上溯钟繇、王羲之、王献之,晚年又取法李邕。他模拟古法力求微肖,书写十分熟练,尤倾心于二王。元虞集在《道园学古录》中指出:“楷法深得《洛神赋》而揽其标;行书诣《圣教序》而入其室;至于草书,饱《十七帖》而变其形。”赵孟頫的书法成就突出表现在楷、行书方面,创迥劲姿媚新风,对元人和后世均产生极大影响。

《胆巴碑》简介

《胆巴碑》全名为《大元敕赐龙兴寺大觉普慈广照无上帝师之碑》,赵孟頫奉敕书于元延祐三年(1316)。纵33.6厘米×横166厘米,纸本,有乌丝栏。该帖通篇一气呵成,点画精纯,无一笔有懈怠之气。通篇基本为楷法,偶间行书写法,且上下血脉相连,自然流便,全是“二王”正脉。其字形开张舒展,点画精到沉着、神完气足、潇散率真。其书法字体秀美,法度谨严,神采焕发。细观其用笔,可谓意在笔先,笔到法随,起笔收锋,转折顿挫,皆具筋骨——形于其外,温驯典雅;细究其内,铁画银钩。赵孟頫特别重视用笔,“一画之间,变起伏于峰杪,一点之内,殊衄挫于毫芒”。其用笔虽无大起大落,但颇具变化,以平和之态予以微妙表现,可谓平中见奇。其结体取法李北海,楷书中带有行书体态,字形扁方,撇捺开张,结构均匀,疏密合度,行笔提按幅度不大,平顺流畅,丰润婉通,于规整庄重中见潇洒超逸,自非早年书法所能比,达到了“精奥神化”之境界,给人以赏心悦目的艺术享受。此外,《胆巴碑》的用墨基本是均匀的浓淡相宜的墨法,墨色清醇沉润,也许是因为刻碑需要,且为正楷书体,所以不宜显现浓淡枯润、肥瘦老嫩之墨色变化。该帖具有极高的书法造诣,是后人学写赵氏楷书的最佳范本。

说明

本书为赵孟頫楷书的入门级教程,为适应广大读者学习书法的需要而编写。全书共分为概述、用笔、部首、结构、布势、作品等六大部分。以范字为主,加以简单的图示、说明,图文并重并遵循由浅入深、先易后难、循序渐进的原则,以便于教学与自学。

本书所选范字,从《胆巴碑》中选出,并翻制成墨迹而成。



第二节 书写姿势

毛笔的认识

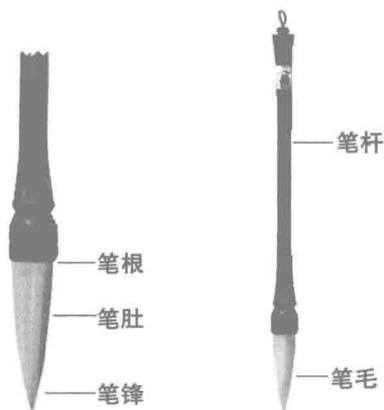
毛笔由笔杆和笔毛组成。

笔杆多用竹管制作，要直，形圆，粗细适中，轻重适宜。笔毛多由动物的鬃毛制作，由于笔毛的种类不同，可分硬毫（狼毫）、软毫（羊毫）、兼毫（狼、羊毫混合）三大类，按笔毛的长短可分为长锋、中锋、短锋。初学楷书以大楷长锋羊毫为宜。

好笔必须达到以下几点：笔杆要直，粗细适中；锋毫要尖，手压毫尖要锋齐，笔毫中部略鼓，呈橄榄状，且有一定的弹性。

笔毛部分包括笔根、笔肚、笔锋三部分。笔根部分与笔杆部分相连，不可贮墨与书写；笔肚部分主要用来贮墨；笔锋部分用于书写。

毛笔的选择须遵循“大字用大笔，小字用小笔”的原则，宁可大笔写小字，不可小笔写大字。毛笔每次用过之后应顺着锋毫用清水洗净，恢复原状后再悬挂起来以备下次使用。



执笔

书写中执笔位置应在笔杆的中部，写大字可偏上，写小字可偏下，写 3~5cm 的字居中执笔。

正确的执笔应遵循以下原则：1. 笔杆垂直，以求锋正；2. 指实掌虚，运笔自如；3. 腕肘悬起；4. 执笔不可太紧。

执笔方法有多种，现多采用五指执笔法。简单说就是：拇指按住笔管内侧，食指压住笔管的外侧，与拇指相对；中指勾住笔管的左侧；无名指顶住笔管的右侧，与中指上下相对；小指在无名指的下方，帮助无名指用力。

姿势

写字的姿势有坐姿与立姿两种，坐姿宜写中、小字或小幅作品，立姿用于书写大字或大幅作品。

坐姿的要求：上身正直，胸不贴桌，背不靠椅，两肩要平，两脚分开平放于地，双肘外拓，左手压纸，右手执笔，笔杆要正，且与右眼对正。

立姿的要求与坐姿基本相同，只是身体可略向前倾，腰部不要挺得太直，全身略为放松，且左手压纸，但不能用力过大以支撑身体。



执笔



坐姿

第二章 用笔

用笔又称笔法、运笔。用笔包括起笔、行笔、收笔三个连续步骤，每个步骤又要讲求用锋法，是书法中最重要的基本功。

起笔是指笔锋下落到纸面，书写每一笔的开始。起笔又叫“发笔”、“落笔”、“下笔”、“引笔”、“入笔”等。起笔大致有以下几种形式：一是露锋起笔，二为逆锋起笔，三为侧锋落笔，四是搭接落笔。

行笔也称走笔，即笔毫在点画中的运行移动。起笔后、收笔前均为行笔阶段。其用笔原则是：笔圆、锋中、势涩。行笔过程还要注意节奏变化，须掌握好力感与速度，即轻重、疾徐、提按等等。

收笔即收锋，是一画的结束，又叫“结笔”，是指笔画完成时将笔锋逐渐提高离纸面。收笔的形式大致有三种：一是露锋收笔，二是回锋收笔，三是折锋收笔。

赵孟頫在书法上的贡献，不仅在他的书法作品，还在于他的书论。他有不少关于书法的精到见解。他认为：“学书有二，一曰笔法，二曰字形。笔法弗精，虽善犹恶；字形弗妙，虽熟犹生。学书能解此，始可以语书也。”“学书在玩味古人法帖，悉知其用笔之意，乃为有益。”在临写古人法帖上，他指出了颇有意义的事实：“昔人得古刻数行，专心而学之，便可名世。况兰亭是右军得意书，学之不已，何患不过人耶！”

赵体楷书的特点，概括有三：

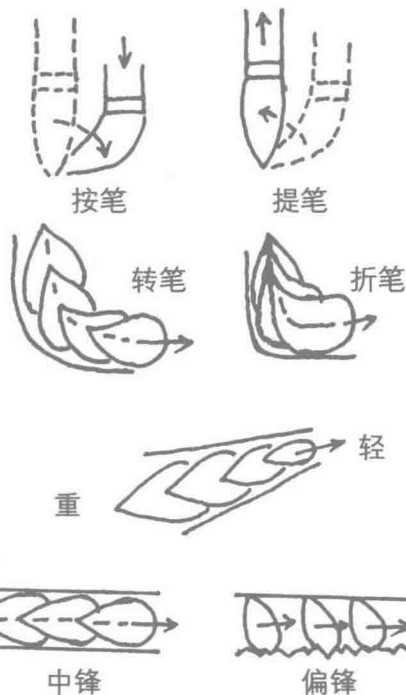
(1) 赵氏在继承传统书法的基础上，削繁就简，变古为今，其用笔不含混，不故弄玄虚，起笔、运笔、收笔的笔路十分清楚，使学者易懂易循。

(2) 外貌圆润而筋骨内涵，其点画华滋遒劲，结体宽绰秀美，点画之间彼此呼应十分紧密。外似柔润而内实坚强，形体端秀而骨架劲挺。学者不仅学其形，而重在学其神。

(3) 笔圆架方，流动带行。书写赵体时，点画需圆润华滋，但结构布白却要十分注意方正谨严，横直相安，撇捺舒展，重点安稳。只有这样，才能掌握赵体的特点。另外，他书写楷书时掺用行书的笔法，使字字流美动人，也是赵体的特点之一。

第一节 基本笔画

笔画是汉字最基本的组成部分，也就是用点、横、竖、撇、捺、折、钩、提等变化丰富的笔画搭配组成数以万计的汉字。楷书点、横、竖、撇、捺、折、钩、提八法齐备，变化颇多。所以，要写好楷书，自然要先认真学习楷书的笔画，研究它们的不同形态以及在每个字里的长短、粗细、方圆、斜正等变化，并学会在实际书写中灵活运用。



(1) 横的写法

长横



先逆锋向左上落笔,然后转笔向右下按,再向右中锋行笔。此横中部稍提笔,略细。横画中间部分虽细,但笔力不可靡弱。最后折笔向左上回锋收笔。

短横



向左逆锋起笔,调锋向右行笔,收笔时向上稍提,顿而向下,然后回锋向左收笔。《胆巴碑》中的短横一般写得粗壮有力。

【笔画特征与书写提示】

《胆巴碑》在运笔上方圆兼施,逆起逆止;横画竖入,竖画横起,首尾之间皆有起伏顿挫,提按折转以及回锋出锋也都有一定的规矩。横画在“永字八法”中称为“勒”,是字中骨干。《胆巴碑》中横画类型有长横、短横、露锋横(主要分为左尖横和右尖横)、凹横、凸横等多种。

“一”是典型的横画,笔力劲挺。“七”字一横力度饱满;“竺”字两横起笔方向不同,收笔方向有异;“上”字下横与“一”字同;“诸”字短横均上仰,与上下笔画均有呼应。“善”字横画长短不一,斜度一致,但写法多变。



(2) 竖的写法

悬针竖



悬针竖：逆锋起笔，行笔时渐行渐提，出锋收笔。在收笔时，应当疾缓结合，不可过快，过快则显轻浮，不够沉实。

垂露竖



垂露竖：其用笔方法如悬针竖，不同的是，其行笔过程是中锋用笔，至收笔处向左上回锋，以启带下一笔画。

【笔画特征与书写提示】

《胆巴碑》中的竖画浑厚刚劲，姿态繁多。竖有长短、曲直、垂悬各式，皆需挺拔劲健，力运末端。竖画变化主要有：悬针竖、垂露竖、带钩竖、点竖、挑竖和短竖等，变化丰富，妙造自然。有的浑厚凝重，有的轻松灵活。

“十”字一竖短重，直而有力；“下”字中竖藏锋起笔，渐下渐重，侧锋收笔；“帝”字一竖如横起笔下行渐渐提笔，端正而神完气足；“佛”字左右两竖写法不同，一短一长，互相呼应；“作”字左竖垂垂向下，下部垂露，右竖正直垂下，下部细秀；“华”字长竖支撑全字。

十

下

帝

佛

作

华

(3) 撇的写法

长撇



该撇舒展大方，厚重劲健。逆锋起笔后向右下顿笔，然后由重而轻向左下行笔出锋，力送笔端。该撇在行笔时根据需要而有不同的弧度，收笔处要力到尾端，忌快忌浮。

短撇



书写时应取其势锐而疾出之力，如禽鸟啄食。用笔方法，先向左上方逆锋起笔，转而向右下作顿，调锋后向左下撇出，要短而劲健。

【笔画特征与书写提示】

《胆巴碑》中撇画下笔较重，迅速将笔略提，轻轻撇出，中间不停顿，出锋含蓄。撇法行笔从右上至左下顺势而下，显得劲挺、势足而轻松。撇法有平撇、斜撇、竖撇、短撇、长撇、带钩撇和兰叶撇等，其实主要是短撇和长撇。就起、收笔用锋法的比较，有逆势带锋、顿势回锋和顺势回锋，但大多起笔为藏锋，收笔为露锋。撇画如人之手足，伸缩得宜，平抑字势，非常重要。

“的”字左撇短促，右撇斜长，角度一致；“身”字短撇稳重，长撇稳而有力；“魔”字兰叶撇弯而不软弱；“有”字撇细而秀；“为”字撇弯而含蓄；“布”字长撇弯转有力。



(4) 捺的写法

斜捺



《胆巴碑》中的斜长捺逆锋向左上起笔，或顺锋向右下起笔，然后渐行渐按，铺毫压锋运行，先缓后疾，由重而轻，笔势一波三折，收笔出锋应利落，力到尾端。

横捺



其用笔方法是，先逆锋向左下起笔(或顺锋起笔)，转向右平出，再向右下渐按，收笔处稍顿，最后提笔出锋。

【笔画特征与书写提示】

《胆巴碑》中的捺画主要有长捺、平捺、反捺和尖头捺等多种。宋代陈思言：“磔者不徐不疾，战去而欲倦，复驻而去之。”其捺由轻至重，一波三折，对于字的结构平衡起关键作用。

“人”字一捺一波三折，与左撇笔势相呼应，避免了笔画相向易造成死板的字形。“太”字捺画露锋顿出，犀利稳健；“奉”字长捺露锋而入，轻巧秀丽；“定”字平捺一波三折，出锋爽利；“延”字平捺承托上部，圆润流畅；“建”字平捺劲挺而毫不呆滞。

人

太

奉

定

延

建

(5) 折的写法

横折



写横至折处，拇指稍向外，食指、中指稍向内捻笔管，直切而下，至收笔处笔锋稍提，由上至右下，由下至左上回锋，即成折画。

竖折



逆锋起笔，经行笔至下端稍驻锋，然后向右写横画。一种用笔转中有折，其形圆中带方。另一种则将竖和折分为竖、横两笔来写。

【笔画特征与书写提示】

折是由两种不同方向或两种不同笔画组合构成的连体笔画。

《胆巴碑》中有横折、竖折、撇折和斜折等。初学书法时要注意：1. 连体笔画间是折还是转，折者顿而方，转者转而圆。2. 笔致流畅而且凝重，流畅中须沉实，凝重中宜灵动。

“力”字折处侧锋运笔，直切而斜下；“已”字横折转折方硬，竖折圆转；“国”字转折方而饱满；“院”字角折轻灵；“世”字竖折由竖到横圆转流畅；“经”字两处折笔，角度一致。



(6) 钩的写法

竖钩



《胆巴碑》中的竖钩似有力撑千钧之势。其用笔方法是，先写竖画，行笔基本无提按，至钩处向左下稍挫，再向左上挑出，笔力集中在笔尖上。

横钩



《胆巴碑》中的横钩多用侧锋，并折中含转。其用笔方法是，逆锋向左上起笔，转而向右渐提行笔，至钩处渐按，转锋向左下钩出。

【笔画特征与书写提示】

《胆巴碑》中钩的变化多种多样，或擒或纵，或转或折，或提或按，不一而足。其钩法质朴饱满，要避免轻佻。钩的种类很多，变化也很丰富，其姿态因字而异，比如横钩、竖钩、戈钩、曲钩、圆钩、右向钩、心钩、浅钩和折钩等。

“可”字竖稳健而钩轻出；“果”字竖钩短出稳健；“餌”字长钩重实犀利。“等”字钩笔内抱连点，形式优美；“家”字竖弯钩含蓄回抱；“议”字戈钩逆锋向左上起笔，转锋向右下行笔，渐行渐按，收笔处向右平出，折锋向左上钩出。

可

果

餌

等

家

議