

楷书技法宝典

黄开诚·著

褚遂良雁塔圣教序



海峡出版发行集团
福建美术出版社

责任编辑：陈 艳
装帧设计：陈 艳



定价：19

图书在版编目(CIP)数据

褚遂良雁塔圣教序 / 黄开诚著. — 福州: 福建美术出版社, 2010.12
(楷书技法宝典)
ISBN 978-7-5393-2468-5

I. ①褚… II. ①黄… III. ①楷书—书法 IV.
①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第261349号

楷书技法宝典——褚遂良雁塔圣教序

作者: 黄开诚

责任编辑: 陈艳

出版发行: 海峡出版发行集团

福建美术出版社

社址: 福州市东水路76号

邮编: 350001

服务热线: 0591-87620820(发行部) 0591-87533718(总编办)

经销: 福建新华发行集团有限责任公司

印刷: 福州凯达印务有限公司

开本: 889×1194mm 1/16

印张: 4

版次: 2011年6月第1版

印次: 2011年6月第1版印刷

印数: 0001-5000

书号: ISBN 978-7-5393-2468-5

定价: 19.80元

如发现印装质量问题, 请寄承印厂调换

第一章 绪论

一、褚遂良与《雁塔圣教序》简介

褚遂良（596-659年），字登善，钱塘（今浙江杭州）人。父褚亮，秦王李世民文学馆十八学士之一，官至通直散骑常侍。褚遂良博涉经史，工于隶楷。唐太宗时封河南郡公，世称“褚河南”。

《唐人书评》说他的字是：“字里金生，行间玉润，法则温雅，美丽多方。”他不仅书法写得“古雅绝俗，瘦硬有余”，而且还有一双精妙神奇的书法鉴赏慧眼。唐贞观十二年，虞世南去世后，唐太宗叹息：“虞世南没后，无人可与论书者矣！”魏征就推荐褚遂良，并说：“遂良下笔遒劲，甚得王逸少体。”便召见褚遂良，并任命他为侍书。

褚遂良书法继承王羲之传统，外柔内刚，笔致圆通，见重于世，与欧阳询、虞世南、薛稷并称“初唐四家”。太宗时历任起居郎、谏议大夫，累官至中书令。后因反对唐高宗立武则天为后，屡被贬职而死。传世墨迹有《倪宽赞》、《阴符经》，碑刻有《雁塔圣教序》、《伊阙佛龕碑》、《房玄龄碑》、《孟法师碑》等。

《雁塔圣教序》，亦称《慈恩寺圣教序》，凡二石，均在陕西西安慈恩寺大雁塔下。前石为序，全称《大唐三藏圣教序》，唐太宗李世民撰文，褚遂良书，18行，行42字，文左行。后石为记，全称《大唐皇帝述三藏圣教记》，唐高宗李治撰文，褚遂良书，20行，行40字，文右行。“记”字比“序”字稍大。

《雁塔圣教序》是褚书的代表作，书法瘦挺雅丽，极富丰神，用笔和结字都丰富多样。此碑一出，天下风靡。秦文锦评此碑曰：“褚登善书，貌如罗琦婵娟，神态铜柯铁干。此碑尤婉媚道逸，波拂如游丝。能将转折微妙处一一传出，摩勒之精，为有唐各碑之冠。”唐张怀瓘评此书云：“美女婵娟似不轻于罗绮，铅华绰约甚有余态，欧虞谢之。”刘熙载在《书概》中对褚遂良有这样的评价：“褚河南书为唐之广大教化主，颜平原得其筋，徐季海之流得其肉。”

二、文房四宝

1. 笔

毛笔的种类

笔的种类甚多，根据材料和性能来分，可分为硬毫、软毫和兼毫三种。

硬毫笔的笔毛弹性较大，常见的有兔毫、狼毫、鹿毫、石獾毫、山马毫等。

兔毫笔历史悠久，在长沙出土的战国笔就是用兔毫制成的。兔毫又分紫毫和花白两种。紫毫笔乃取野兔项背之毫制成，质软而毫健，因色呈黑紫而得名。白居易云：“紫毫笔尖如锥兮利如刀”。将紫毫笔的特性描写的非常完整。但因只有野兔项背之毛可用，其值昂贵，且豪颖不长，所以无法书写牌匾大字。

狼毫为黄鼠狼之毫，而非狼之毫。黄鼠狼仅尾尖之毫可供制笔，性质坚韧，仅次于兔毫而过于羊毫，也属健毫笔。缺点与紫毫相似，也没有办法写太大的字。

其他硬毫笔，如山马毫、石獾毫、猪鬃笔等，笔性特别坚硬，一般初学者尚未掌握运笔规律，不宜选用。

软毫笔的弹性较小，较柔软。一般用羊毫、鸡毫等软毫制成。

羊毫是以青羊或黄羊之须或尾毫制成。由于羊毫较细、较长，亦能表现丰腴柔媚之风格，且价廉易得，可写半尺之上的大字。

兼毫笔是合两种以上之毫制成，依其混合比例命名，如三紫七羊、五紫五羊等。蒙恬改良之笔，以“鹿毛为柱，羊毛为被”，即属兼毫笔。兼毫多取一健一柔相配，以健毫为主，居内，称之为“柱”；柔毫则处外，为副，称之为“被”。

根据笔的大小又可分为小楷、中楷、大楷。此外还有屏笔、斗笔和楂笔等。小楷最小，楂笔最大。

根据笔锋的长短来分还可以分为长锋、中锋、短锋。长锋笔含墨多，写出的点画富于变化，但笔身弱而不易着力，难以掌握；短锋笔容易掌握，但含墨少，笔锋短，转动不太灵活，写出的点画缺少变化；中锋笔兼

有长锋与短锋的长处，比较适合初学者。

笔的选择

“工欲善其事，必先利其器”。笔的优劣，直接影响字的工拙。

好的毛笔要具备“四德”，即“尖、齐、圆、健”。

尖：指笔毫聚拢时，末端要尖锐。笔尖写字则锋棱易出，较易传神。

齐：指笔尖润开压平后，毫尖平齐。毫若齐则压平时长短相等，中无空隙，运笔时方能万毫齐力。

圆：指笔毫圆满如枣核之形，就是毫毛充足的意思。毫毛充足则书写时笔力完足，反之则身瘦，缺乏笔力。笔锋圆满，运笔自能圆转如意。

健：即笔腰弹力。将笔毫重压后提起，随即恢复原状。笔有弹力，则能运用自如。一般而言，兔毫、狼毫弹力较羊毫强，书亦坚挺峻拔。

四德指的是笔本身的功能，选笔时也要顾及临摹的碑帖。风格健劲的，选用健毫；姿媚丰腴的，选用柔毫；刚柔难分的，则选用兼毫。笔的特性亦影响写出来的书法，如此才能臻乎书法之妙境。

还有一点是字体大小方面，写大字用大笔，写小字用小笔。小笔写大字易损笔且不能使转自如，大笔写小字则杀鸡用牛刀了。

笔的使用与保养

启用新笔，首须开笔。将买回来的笔以清水泡开，至笔锋全开即可。紫毫较硬，宜多浸在水中一些时间。

润笔是写字前的必要工作，不可以一拿笔便要沾墨写字。笔保存之时比较干燥，若不经润笔即书，毫毛经顿挫重按，会变得脆而易断，弹性不佳。正确方法是先以清水将笔毫浸湿，随即提起。之后才可开始写字。

书写之后则需立即洗笔。洗净之后，先将笔毫余水吸干并理顺。再将笔悬挂于笔架上，置于阴凉处阴干，以保存笔毫原形及特性，不可暴晒于阳光下。保存笔之要领以干燥为尚。

2. 墨

按照制墨对象不同，可划分为普通墨、贡墨、御墨、自制墨、珍玩墨、礼品墨、药墨。

按照制墨的原料不同，又分为松烟墨、桐烟墨、漆烟墨、油松墨、朱砂墨等。油烟墨用桐油或漆烧烟加工

制成，特点是质地坚实、细腻、耐磨、色泽乌墨发亮，但用胶量较重。松烟墨用松枝烧烟加工制成，特点是墨色黑，但缺少光泽，胶轻质松，入水易化。

磨墨的方法是要用清水，用力平均，慢慢地磨研，磨到墨汁浓稠为止。

用墨要新鲜现磨，磨好了而时间放得太久的墨称为宿墨，宿墨一般是不可用的。但也有少数书家喜用宿墨写字。

我们现在有多种书画用墨汁，如“中华墨汁”、“一得阁”、“曹素功”等，可以代墨使用，更加方便。

3. 宣纸

宣纸按照性能可分为生宣、熟宣、半熟宣。

生宣吸水性强，易产生丰富的墨韵变化。

熟宣是加工时用明矾等涂过，故纸质较生宣为硬，吸水能力弱，使用时墨和色不会洒散开来。熟宣可再加工，云母笺、冷金、洒金等皆为由熟宣再加工的花色纸。

半熟宣（亦称煮锤宣）也是从生宣加工而成，吸水能力介于两者之间。

简单区分生宣和熟宣的方法就是用水接触纸面，水分立即散开的即为生宣，凝聚基本无变化的，即为熟宣，散开的速度较慢的为半熟宣。

宣纸按原料配比可分为棉料、净皮、特净三大类。

宣纸按规格可分为三尺、四尺、五尺、六尺、八尺、丈二、丈六等多种。

宣纸按厚薄可分为扎花、绵连、单宣、重单、夹宣、二层、多层等。

宣纸如果长期不用，最好密封保存，要防潮，不能日晒、风吹。另外要放一两粒樟脑丸防虫蛀。

宣纸较为昂贵，习字也可用毛边纸、元书纸等，比较实惠。

4. 砚

也称砚台。端砚、歙砚、洮砚和澄泥砚被称为“四大名砚”，最负盛名的是广东的端砚。

书法用砚不必过于讲究，选择石质好，砚池深、稍大有盖的，研磨时发墨快、水分不易挥发的就可以了。如无条件，用盘子亦可代替。

砚台平时使用需要保养，砚池平时需要每日换清水

贮之，叫做养砚。砚石使用之后，必须将余墨涤去，不可使之凝于砚上。洗的时候可以用丝瓜穰等物助之，但不可以坚硬之物用力擦拭，以免刮伤砚面。

三、执笔及书写姿势

1. 执笔

执笔法历来有单钩法、双钩法、凤眼法、回腕法、拨镫法等等，各具特点。宋代大书法家苏东坡曾经说过这样一句话：“把笔无定法，要使虚而宽”。他认为，执笔没有固定的方法，只要灵活自然，便于书写就行。相传由唐朝陆希声传下来的“五指执笔法”最为常用易学。前人将五指各自的作用概括为擗、押、钩、格、抵五个字。因此五指执笔法又称“五字执笔法”。如图1：

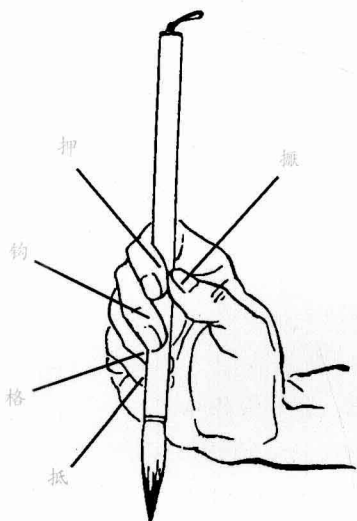


图1

①擗(yè)：指大指的作用。擗即指按之意。以大指骨上节出力紧贴笔管内侧，略斜而仰。如吹笛时以指擗住笛孔一般。

②押：亦作压，指食指的作用。用食指第一指节斜而俯地出力，贴住笔管的外侧，位置和大指内外相当，和大指相对地配合一起，约束住笔管。

③钩：指中指的作用。中指的第一、第二两个指节弯曲如钩，钩住笔管的外侧。

④格：指无名指的作用。格有挡住之意。无名指用指甲肉之际紧贴笔管，用力将中指钩向内的笔管挡住。

⑤抵：指小指的作用。抵有托着之意。小指衬托于无名指之下，以增加力量，挡住中指的“钩”。

五字执笔法它强调五指各司其职，又相互配合，执笔稳健，使笔能上下左右灵活运动。此外，要求指实掌虚，掌竖腕平，腕和肘悬

起。这样执笔写字，笔锋中正，运转容易，字迹饱满得势。

2. 书写姿势

书写姿势一般可分为三类：坐势、站势、蹲势。

坐势

端坐桌前，腰背自然伸直，上身可略向前倾，与肩同宽，左臂弯曲，手自然放置桌上，起到一定的支撑作用。手也可压在纸上，起到稳定纸的作用。右手执笔，笔不必正对头的中间部分，可偏向头的右侧，以能看到笔尖运动为宜。坐势书写又有枕腕，悬腕，悬臂等区别。枕腕，即右手执笔时，手腕不离开桌面，或把左手垫在右手手腕的下面的书写姿势。枕腕法多用于写小楷。悬腕，即右手执笔时手腕悬空。运笔较为灵活，适合写一寸左右的各种字体。悬臂，即右手执笔时，手臂悬空的书写姿势，活动范围大，适合写两寸以上的各种字体。采用坐势书写时，一般适合写两寸以内的较小的字，如小楷，晋人行书，唐人楷书等。(图2)

立势

身体站立不依靠桌子，上身前倾，双脚分开，与肩同宽，左手手掌平放在桌面上，左臂可直可曲，以能自然支撑桌面为宜，右手悬臂执笔。采用此种姿势适合写两寸以上的字。(图3)



图2 3



图3

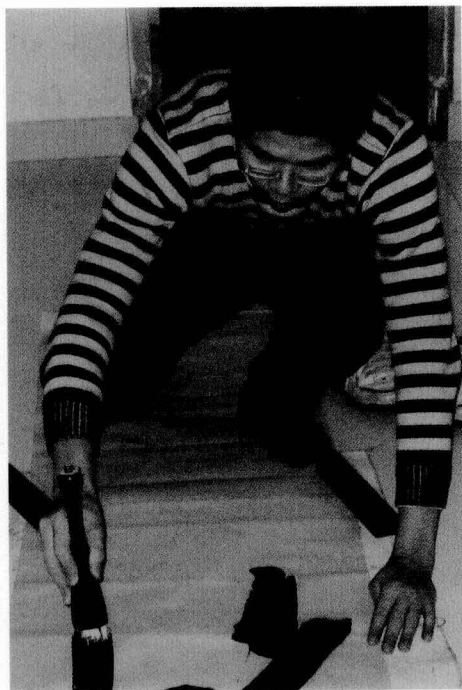


图4

蹲势

蹲在地上，两脚分开，略比肩窄，左手按纸，右手悬臂执笔，一般是在大的厅堂空地上写，便于把握通篇章法，这种姿势适合于巨幅长篇（写巨幅作品时脚可踩在作品上面）。（图4）

四、选帖

学习书法是从临摹碑帖入手的，这是继承书法传统的唯一途径和根本方法，也是书法创新不可缺少的基础训练。

碑帖是我国历代书迹保存和流传的重要形式。碑是指碑版刻石。西安碑林以收藏我国古代碑石时间最早、名碑最多而闻名于世。帖是把前人的手迹摹刻在石版或木板上，再拓印成帖，即叫做字帖。帖起源于唐代，从李世民开始了广泛应用。

碑帖的用途，在于临习和欣赏。初学书法应该选择古代流传下来的优秀碑帖来学习，一般可先学楷书或隶书，它点画规范，笔法丰富，结构端正，法度规矩，集中体现了书法艺术用笔、结构的法则，最便于初学者打基础。我国的碑帖极其丰富，不可能遍临千帖，所以要有目的、有重点地选择古代经典碑帖为范本。

下面介绍一些碑帖供选择：

魏碑类：《北魏郑文公碑》《北魏元怀墓志》《魏张猛龙碑》《张黑女墓志》等；

唐楷类：褚遂良《大字阴符经》《雁塔圣教序》《倪宽赞》，欧阳询《九成宫醴泉铭》《皇甫君碑》《化度寺碑》，虞世南《孔子庙堂碑》，颜真卿《勤礼碑》《自书告身》《麻姑仙坛记》，柳公权《玄秘塔碑》《神策军碑》，赵孟頫《三门记》《胆巴碑》《妙严寺记》等；

隶书类：《乙瑛碑》《礼器碑》《张迁碑》《西狭颂》《曹全碑》《史晨碑》等。

五、临摹

字帖选定好了以后，就要开始临习。

临帖，人们往往笼统地称其为“临摹”。实际上，“临”与“摹”是两种不同的学书方法。所谓“临”，就是将字帖置于案前，观察字的形态、结构、笔划，领会其精神，再下笔仿写，如同“临渊”。“摹”，则是将薄纸蒙在字帖上，随字的大小、线条的粗细而把它描出来。

1. 摹帖

双钩

即用细线将字的轮廓勾画出来。通过勾画了解原字的用笔和结体，然后再根据用笔特点填墨，所以又叫做双钩廓填。好的双钩廓填最接近原作。现今流传的所谓王羲之墨迹，多是唐代采用这种方法流传下来的。

单钩

即沿笔画的中间画一条单线，然后再沿单线运笔写出字体。用这种方法可以比较准确地掌握字体的结构。

满摹

即在覆盖于帖上的透明纸上直接运笔一次描成，以锻炼用笔和掌

握字体的结构。有一种印作红色的字帖，用笔蘸墨描成黑色，称为描红模，也可以达到同样的目的，还可以避免看不清底样的缺点。

摹写还有一个好办法是做一个透写台，将一块玻璃嵌在桌面上，下面装一个电灯。摹写时将复印的字帖放在玻璃上，帖上再覆盖以写字之纸，然后开灯照亮，字形便清楚映出，即可进行摹写，不但方便，且无污损字帖之虑。

2. 临帖

临帖是将字帖放在一旁，看着字帖上的字，直接在纸上写出来。所以临帖已是较摹帖前进了一步。

对临

把字帖放在一旁，照着上面的用笔和结构写。对临的基本要求，如孙过庭《书谱》所说：“拟之者贵似”，越像越好。临帖时要看一个字写一个字，不要看一笔写一笔。写后加以对照，有不像的地方就再写一次，如果还不像，就再写，直到写像为止。一个字一个字写正确之后，就可以看两三个字以至一行字之后再写了。

背临

也就是默写。待一行一行临写的比较熟悉之后，便可以不看字帖，全凭记忆来背写了。写后对照，也如对临一样，反复修正。

意临

对临和背临的目的，在于继承，所以贵似，也就是常说的“先与古人合”。而意临是将所临之帖参入己意，在继承的基础上发挥一定的创造性，使古人书迹为我所用，也就是常说的“后与古人离”。我们若将米芾临王羲之的《元日帖》、王铎临王羲之的《远嘉兴帖》和原作之间加以对照的话，可以清楚地看出他们是如何通过意临而加以发挥的。

所以不妨在背临和意临之间加一个运用的过程。即用所临的字体写一副字，其间必有没有临写过的字，看看能不能配得谐调一致。米芾初期的书法，人称集古字，后来才形成独具一格的米体。这正是一个从临摹到创新的必经之路。

总的来说，正如宋代姜夔《续书谱》所指出的那样：临书易失古人位置，而多古人笔意，摹书易得古人位置，而多失古人笔意。临书易进，摹书易忘。每人可

以根据自己的不同情况，不同要求，对摹与临作具体的安排，而以由形似到神似为追求目标。

六、永字八法

“永字八法”是古代书法家在长期书法艺术创作实践中，总结出来的以“永”字笔画造型为例，概说楷书笔画用笔的方法。八法依永字的笔画顺序称：点为侧，横为勒，竖为努，钩为趯（音yuè），提为策，长撇为掠，短撇为啄，捺笔为磔（zhé）。（图5）

侧（点） 点应取倾斜之势，沉着有力，如高峰坠石。

勒（横） 横应取上斜之势，有往必收，如勒马牵绳。

努（竖） 竖应取内直外曲之势，虽形曲而质含无

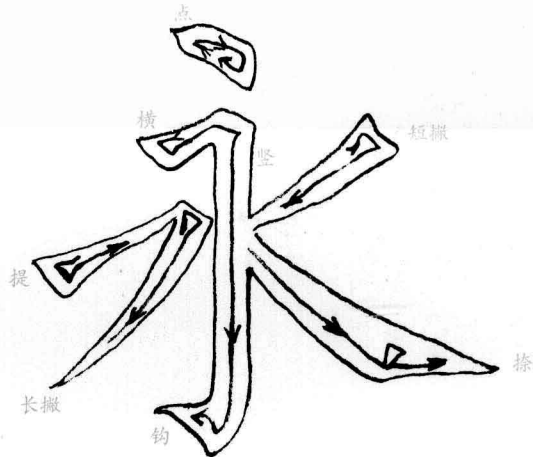


图5

穷之力，如弓弩直立。

趯（钩） 钩应先蹲锋蓄势，顺势出锋，力聚尖端。如人之跳跃。

策（提） 提势略上仰，用力在发笔，得力在收锋，如策马扬鞭。

掠（长撇） 长撇应出锋轻捷爽利，取其潇洒利落之姿，如篲之掠发。

啄（短撇） 短撇应行笔快速，笔锋峻利，如鸟之啄食。

磔（捺） 要沉着有力，一波三折，笔锋开张，如解体张裂。

卢肇说：“永字八法，乃点画尔。”八法并非孤立存在，只有通过永字八法的剖析，进一步了解汉字基本点画的写法和组合，才能收到事半功倍的效果。

第二章 技法

一、用笔方法

1. 起笔、行笔与收笔

起笔 也叫落笔、发笔。即毛笔的笔尖接触纸面的瞬间。

行笔 指毛笔在纸上的运行。行笔有中锋、偏锋、侧锋三种情况。

收笔 指毛笔的笔尖离开纸面的瞬间。

2. 中锋、偏锋与侧锋

中锋 古人云：“笔贵中锋”。中锋运笔是毛笔书写时的主要运行方式。蔡邕说的“令笔心常在点画中行”中的“笔心”指笔锋、笔尖。“常在点画中行”，是指经常在笔画的中间运行。由于毛笔是圆锥状态的，因此中间的笔毫要比两边的厚一些，墨汁多一些，所以写出来的笔画呈圆润浑厚的立体感觉，显得很饱满。这就叫“中锋运笔”。如果书写过程中出现“扁笔”，一种方法可以将毛笔在砚池边上捺一下，使它回复到圆锥状态；另一种方法以执笔的手指将笔杆转动一下，使落笔时扁笔交圆；还有一种方法是在书写过程中用调节笔锋的方法使其变圆。中锋运笔时，笔锋到笔腹的方向与毛笔的运行方向一致。

偏锋 即笔锋处于笔画的一侧，笔腹处于笔画的另一侧，笔锋与笔腹并列行走。笔锋一侧光洁平齐，笔腹一侧枯涩不平，这种笔画历来被视为病笔，但在写行、草书时另当别论。

侧锋 介于中锋和偏锋的一种运笔方法，笔画线条的质感也处于中锋运笔与偏锋运笔之间。古人云：“侧锋取妍”。侧锋运笔大量运用于行、草书中。

3. 逆锋与回锋

逆锋 在起笔时取一个和笔画前进方向相反的落笔动作，将笔锋藏于笔画之中，即落笔方向与笔画走向相反，古人谓之“欲右先左，欲下先上”。

回锋 笔画行至末端，应将笔锋回转藏锋于笔画内。收笔回锋可使点画交代清楚，饱满有力。

4. 藏锋和露锋

藏锋 是指起笔和收笔的笔锋不显露出来，书写时将笔锋隐藏在笔画里面。藏锋起笔，一般用逆锋的方法，使笔锋藏在笔画内。藏锋收笔，一般用回锋的方法使笔锋藏于笔画内。这种藏锋起笔和收笔的方法，不露锋芒，比较含蓄。给人以绵和道润、沉着含蓄的感觉。

露锋 是抬起笔和收笔的笔锋显露在笔画之外，直下起笔或直接出锋。这种起笔、收笔的方法，锋芒毕露，给人以精神外耀。爽利挺拔的感觉。

5. 提笔与按笔

提笔 毛笔在行进过程中轻轻向上提，使笔画变细，叫提笔。但提笔的程度有个限制，那就是笔锋不能离开纸面，因为离开纸面就成收笔了。

按笔 毛笔在行进过程中轻轻向下按，使笔画变粗，叫按笔。

6. 转笔与折笔

转与折，是指毛笔在运行过程中的某一点上突然改变方向。转与折的区别在于转是圆弧形的，没有折点；折是有棱角，有折点。转锋时提按不明显，折锋时则有较明显的提按。古人说：“转以成圆，折以成方。”

7. 方笔与圆笔

方笔 是指起笔、收笔或转折处笔画带有方形的棱角，给人劲挺险峻的印象。

圆笔 是指起笔、收笔或转折处笔画呈现浑圆略带弧形的形状，给人以含蓄内敛的感觉。

优秀的书法家用笔往往是方圆兼备的。如颜真卿《颜勤礼碑》以圆笔为主，圆中有方；《多宝塔》以方笔为主，方中兼圆。

8. 疾笔和涩笔

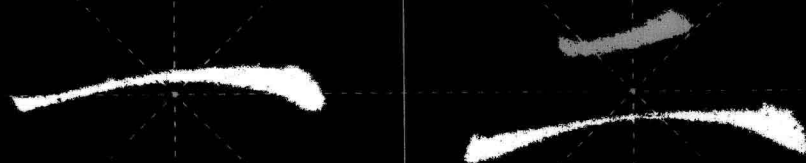
疾笔 是指运行速度较快。疾笔所书写的笔画容易光洁秀劲。

涩笔 是指运行速度较慢。涩笔所书写的笔画易于毛涩凝滞。

书写时快慢要得当。过快，笔画浮滑、乏力；过慢，笔致和形体易于呆痴。

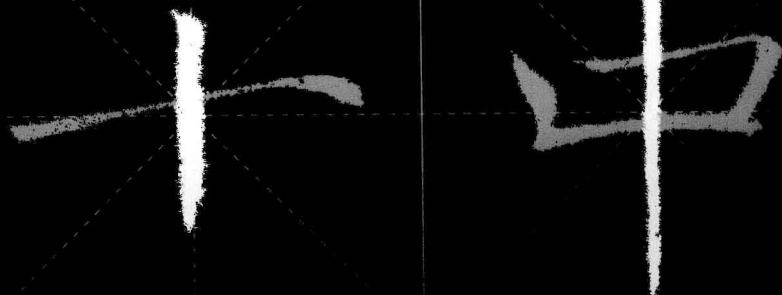
长横

逆锋起笔，向右下按笔，稍顿挫，提笔向右调为中锋后渐行，至末端，向右上提笔后再下按，轻提回锋。



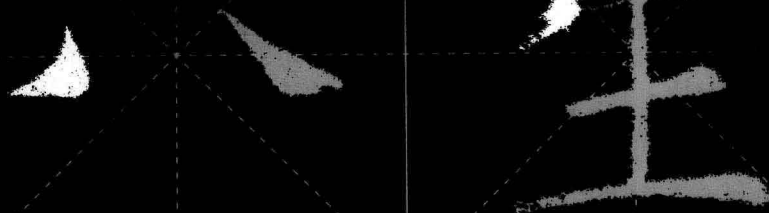
悬针竖

逆锋起笔，向右下顿挫后转为中锋，向下行笔，至笔画末为五分之四处，渐提出锋收笔。



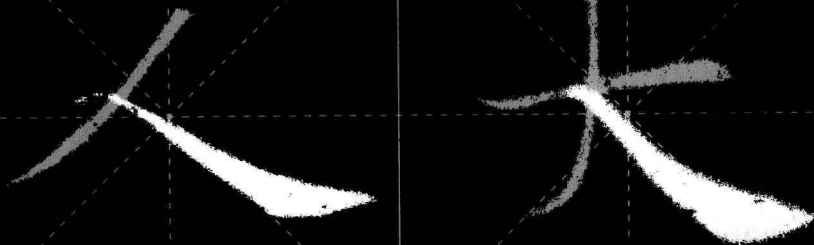
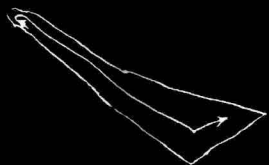
短斜撇

逆锋起笔，向右下顿笔后，提笔向左下转为中锋，渐提至末尾处出锋收笔，长度较短。



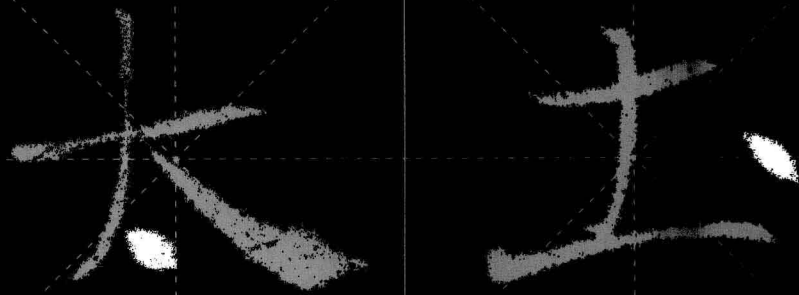
斜捺

逆锋起笔，向右下行笔，由轻而重，渐行渐按，至捺角处稍驻，顺势向右渐提平出。注意笔画要委婉有致，不可僵硬，出锋不宜太快。



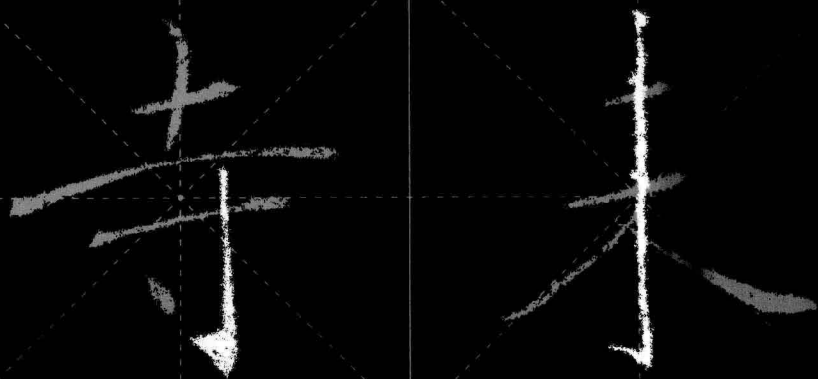
侧点

露锋起笔，由轻到重向右下按笔，稍顿后，向左上提笔回锋。笔画背圆腹平。



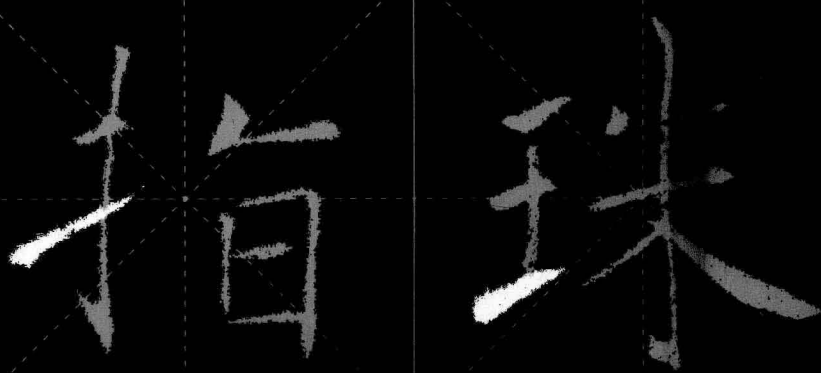
竖钩

起笔同竖，中峰行笔至末端回锋，稍驻后，蓄势向左前方出锋收笔。



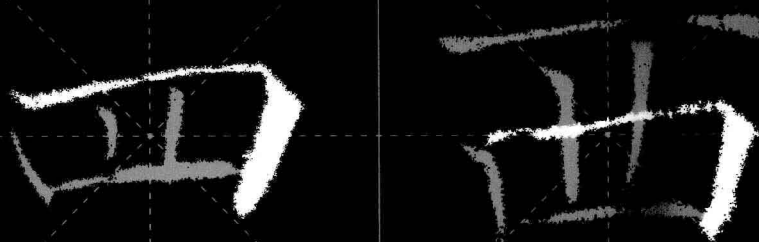
提

逆锋起笔，向右下按笔，随即向右上调为中峰，渐行渐提，出锋收笔。



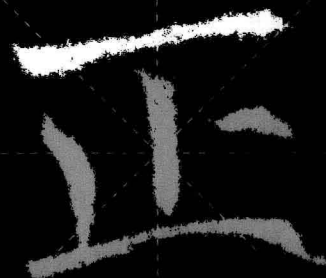
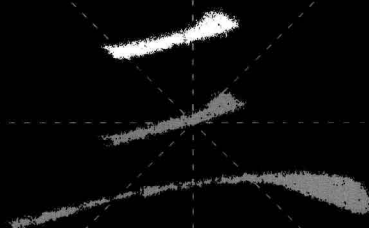
横折

起笔同横。右行至折角处，向右上稍提，随即向右下顿挫，提笔向左下调为中峰顺势写竖。横较细，竖较粗。



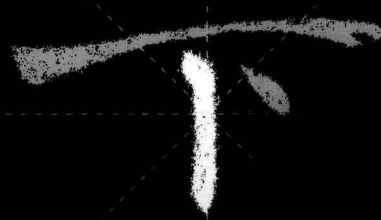
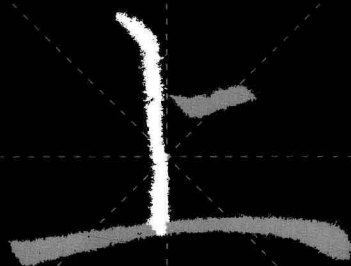
短横

写法同长横，笔画稍短，但不可一笔带过。



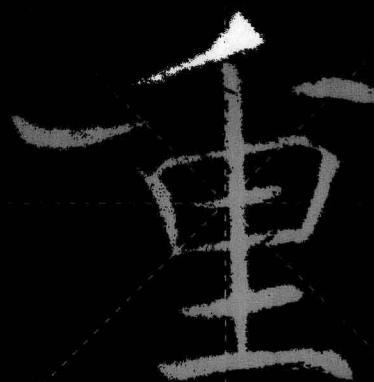
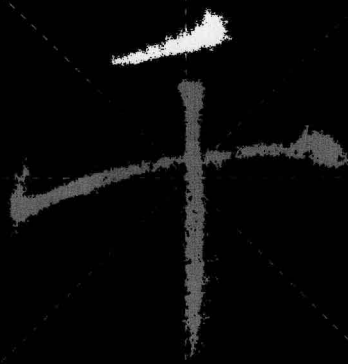
垂露竖

起笔同悬针竖，中锋行笔，中段略提，至末端渐按，略顿后提笔回收。



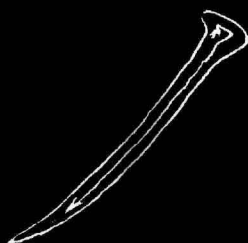
平撇

逆锋起笔，向右下顿笔，提笔向左调为中锋，边行边提，至末尾处出锋收笔。



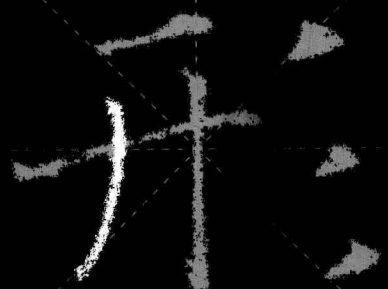
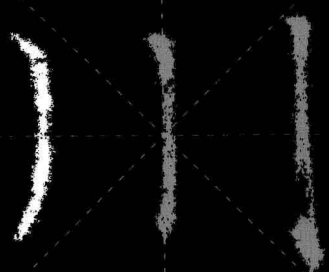
长斜撇

逆锋起笔，右按提笔向左下转为中锋，缓缓撇出，出锋收笔。



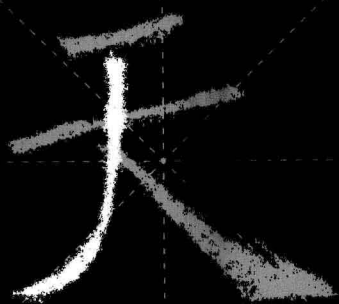
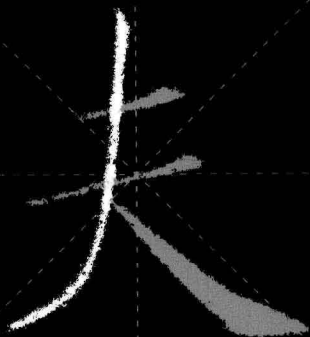
竖撇

起笔同竖画，先竖后撇，行笔至笔画中后部向右渐提弯出，出锋收笔。



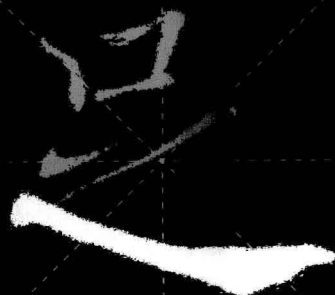
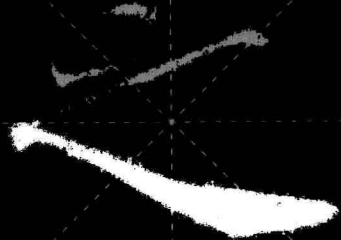
长曲撇

起笔同竖画，先竖后撇，行笔至笔画中后部向右渐提弯出，出锋收笔。



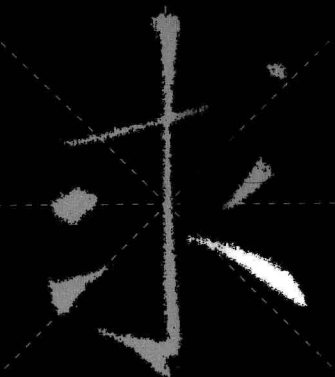
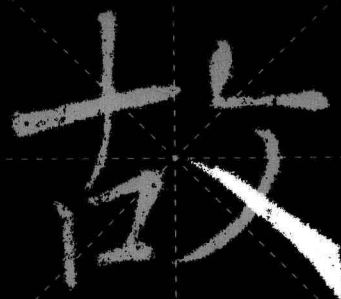
平捺

运笔动作同斜捺，取势较平，有一波三折之态。



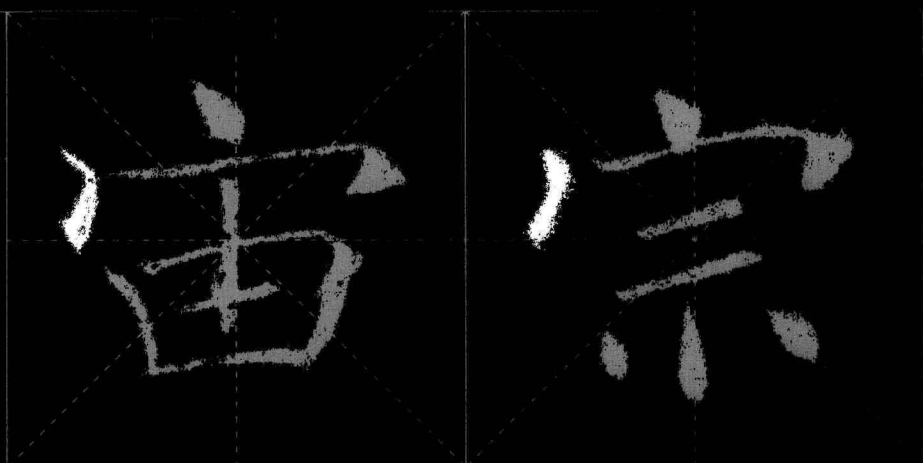
反捺

顺锋起笔，由轻到重，向右下按笔，稍顿后回锋收笔。



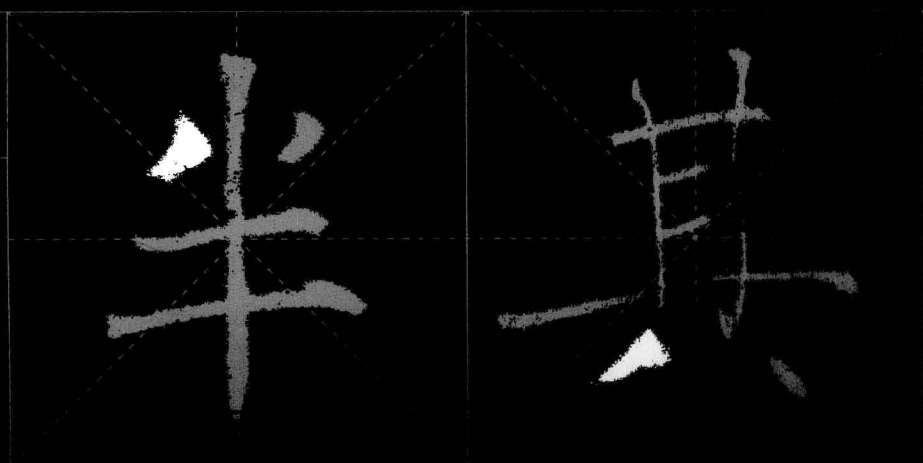
竖点

露锋起笔，由轻到重，向左下按笔，稍顿后，右上提笔回锋。



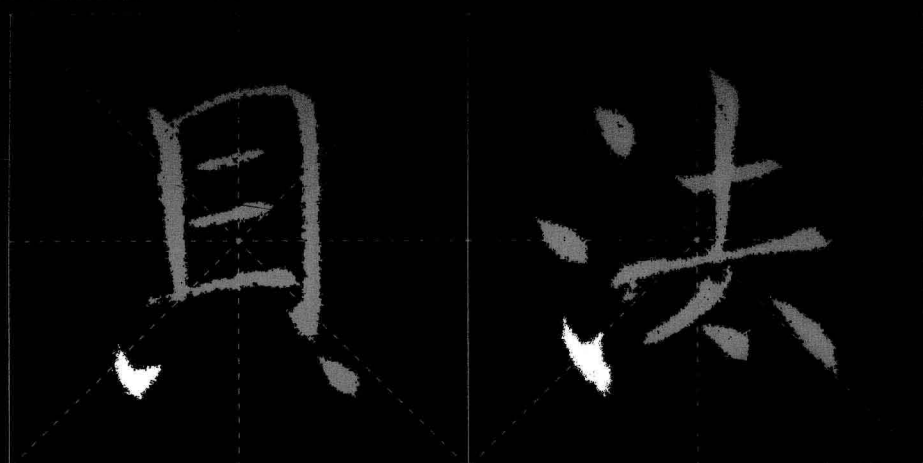
撇点

与短撇写法相同，笔画略短。



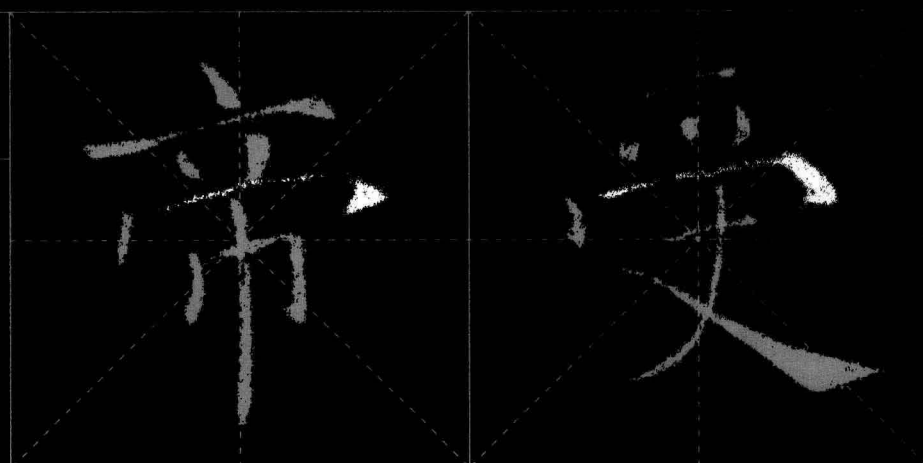
挑点

露锋起笔，向右下按笔，稍顿笔，调整笔锋，回锋向右上方提笔，出锋收笔。



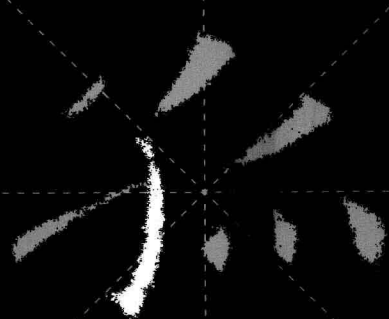
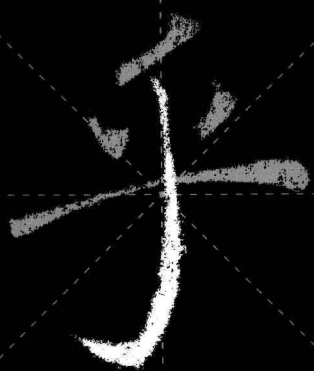
横钩

起笔写法同横画，至横右端向右上方稍提笔，随即向右下按，提笔回锋稍驻，蓄势向左下钩出。



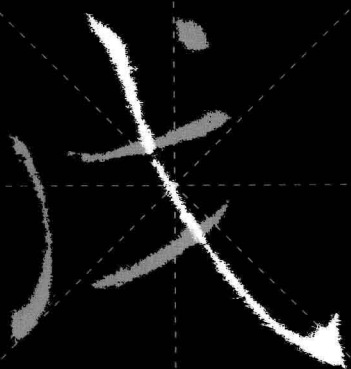
弯钩

逆锋起笔后，向下方渐行渐按，再向右带出一定弧度，至末端后回锋蓄势钩出。



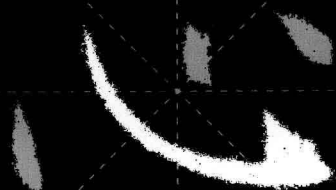
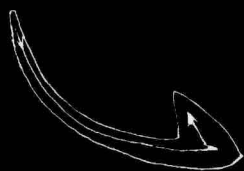
斜钩

逆锋起笔，向右顿笔，稍提向右上中锋行笔。至末端，提笔回锋稍驻，蓄势向上方钩出。斜钩应稍有弧度，不可偏直。



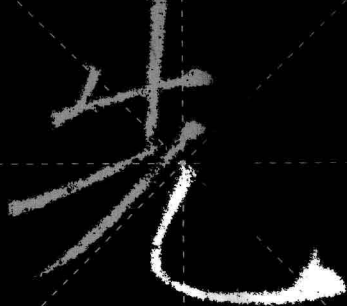
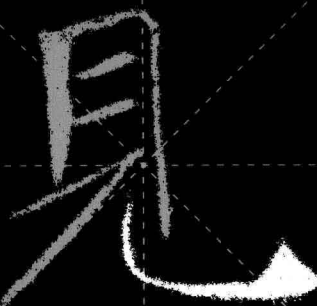
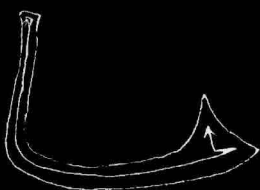
卧钩

露锋起笔，由轻而重，向右下渐行渐按，至末端回锋稍驻，蓄势向左上钩出。



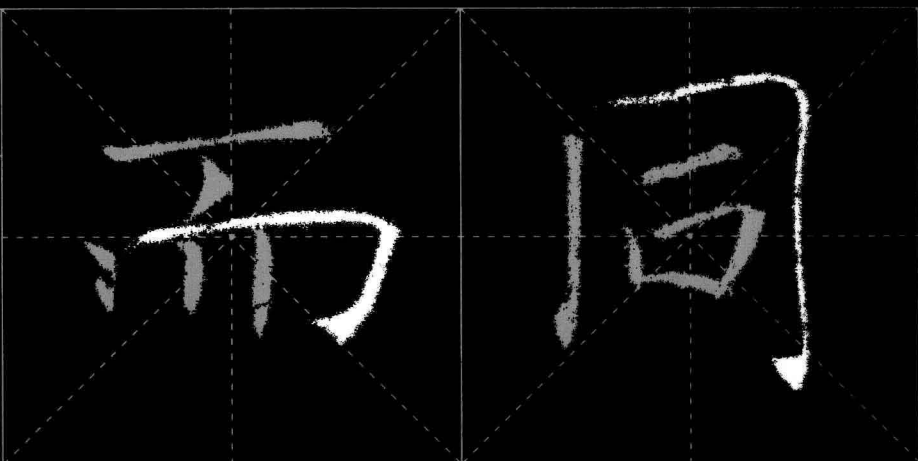
竖弯钩

又称“浮鹅钩”。逆锋略向左写竖，至转笔处稍提笔，向右调为中锋行笔。至末端回锋稍驻，蓄势向上钩出。



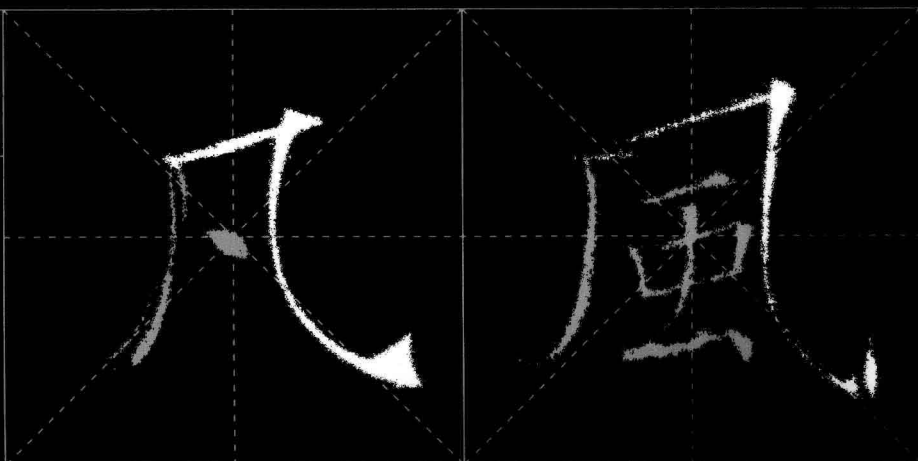
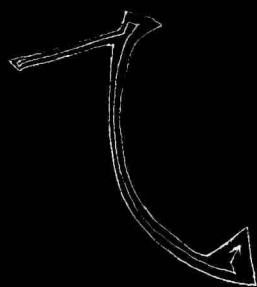
【横折钩】

前面部分写法同横折，行笔至末端处，回锋稍驻，蓄势向左上钩出。



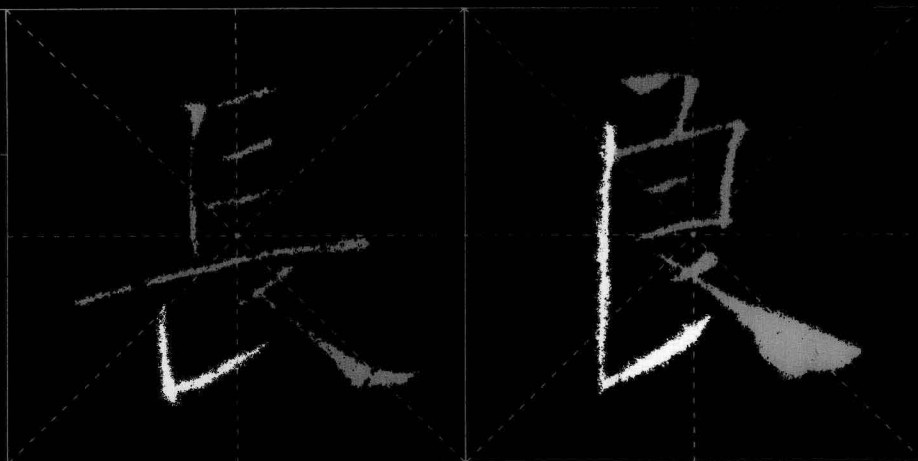
【横斜钩】

起笔同横画，至横右端，提笔向右左上随即向右按笔，再向下中锋行笔，至末端，提笔回锋稍驻，蓄势向上钩出。



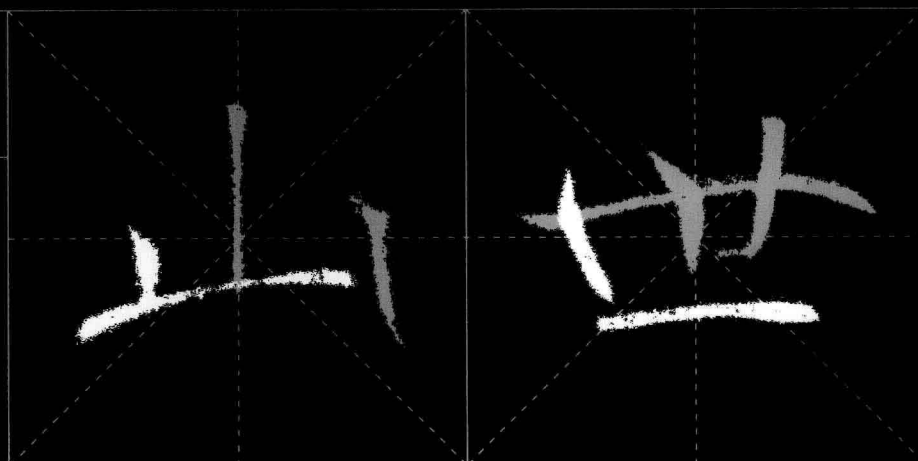
【竖提】

起笔同竖画，行笔至转折处向左下稍提，顿笔后向右上调为中锋写提，出锋收笔。也可将竖和提分开书写。



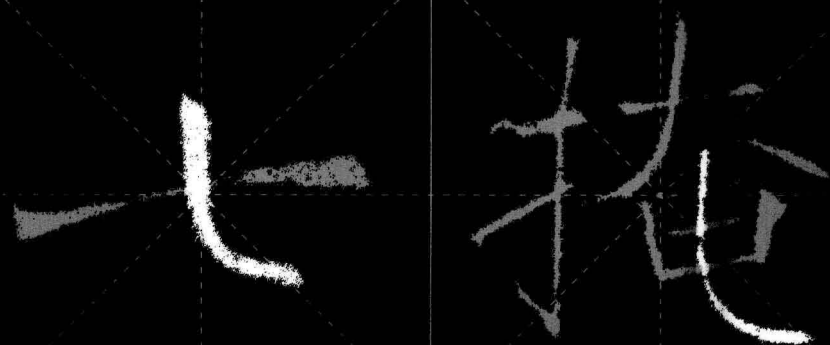
【竖折】

起笔同竖画，行笔至折角处，向左下稍提，按笔向右调为中锋写横画即可。也可将竖和横分开来写。



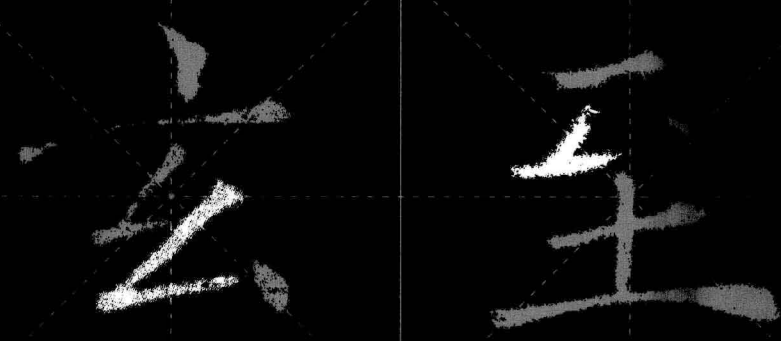
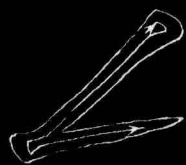
圆折

起笔同竖画，行笔至折角处，稍提笔，向右调为中锋写横。



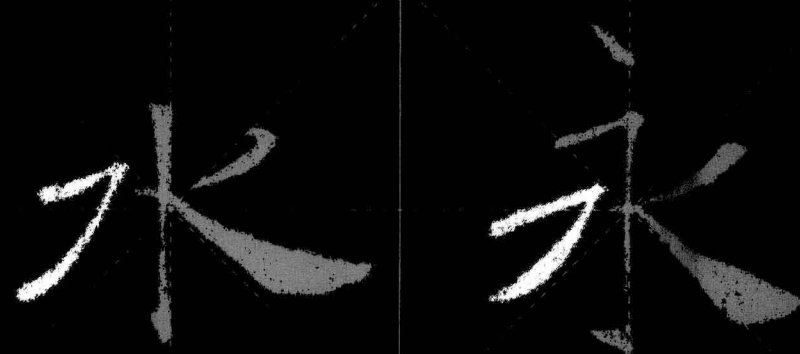
撇折

起笔同撇画，至折角处，向左下稍提，按笔向右调为中锋，向上写提，出锋收笔。



长弧折

起笔同横画，至折角处向右上提笔，按笔向左下调为中锋，慢慢提笔撇出，出锋收笔。



走之折

逆锋起笔，向右写横点，至末端回锋，提笔向左下钩出，随即向右上按笔写点，回锋，提笔向左下钩出。

