

中国硬笔书法指南系列丛书

# 行书技法

# 中国硬笔书法指南

王玉孝



司惠国 王玉孝 主编

蓝天出版社

中国硬笔书法指南系列丛书

# 行书技法

# 中国硬笔书法指南

王玉孝



司惠国 王玉孝 主编



蓝天出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

中国硬笔书法指南·行书技法 / 司惠国 王玉孝 主编. —北京: 蓝天出版社, 2011.1  
ISBN 978-7-5094-0120-0

I. ①中… II. ①司… ②王… III. ①硬笔字—行书—书法  
IV. ①J292.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第013333号

## 中国硬笔书法指南·行书技法

出版发行: 蓝天出版社  
地 址: 北京市复兴路14号  
邮 编: 100843  
电 话: 010-66983784 (编辑) 66983715 (发行)  
经 销: 全国新华书店  
印 刷: 中国文联印刷厂  
开 本: 16开(880×1230毫米)  
字 数: 130千字  
印 张: 10.75  
印 数: 1-5000册  
版 次: 2011年2月第1版  
印 次: 2011年2月北京第1次印刷  
定 价: 19.80元

(本书如有印装质量问题, 请与我社发行部联系退换)

**版权所有 侵犯必究**

# 中国硬笔书法指南编辑委员会

司惠国 王玉孝 主编

## 特邀主编

韩亨林 丁 谦 张爱军 阎锐敏 刁俊峰

## 行书书写者

司惠国 杨 川 刁俊峰 袁汉卿

## 特邀编委

王玉良	于福春	冯清和	惠俊歧	刘贵良	马 明
刘志安	王小燕	任绪民	赵宝森	刘文辉	许永斌
孙 涛	张 侯	白方亮	刘建国	王 卓	王世平
白晏金	丁克敬	司 阳	刘安金	袁汉卿	孙水谷
县选平	程红璞	宋炳坤	翟宪民	满福居	甘丽霞
杨 川	侯淑丽	黄 跃	刁盈盈	张秀丽	李 珊

上足以暢叙幽情  
氣清惠風和暢仰  
大俯察品類之盛

或困寄所託放浪形骸之外  
趣舍萬殊靜躁不同當其欣  
於所遇輒得於己快然自足不  
知老之將至及其所之既倦情

期於盡古人  
不痛哉每攬昔  
若合一契未嘗一

# 序言

## 让硬笔书法之花更加美丽

当新石器时代的先民在那粗糙的陶片上刻下天书般的符号，当那占卜的巫师在坚硬的甲骨上划出一道道乞求神灵的文字，这硬笔书法的种子就默默地播下了，五千年，四千年……直到公元20世纪80年代，人们一层层揭开其面纱，惊喜地发现了它迷人的面容。

如果说源远流长的中国书法是一条江河，那么硬笔书法就是江面上泛起的朵朵浪花；如果说中国书法是一株浓荫蔽日的大树，那么硬笔书法就是枝条上的片片绿叶；如果说中国书法是一片广袤无涯的蓝天，那么硬笔书法就是这蓝天上的朵朵白云。

为什么不是呢？中国书法从那汉文字中所抽绎出的一根根跳跃着生命意象的线及涵蕴无穷的笔墨意象，它发之于笔，出之于心，融之于道，达之于神，既与天地万物合为一体，又绝妙地抒发着数千年来的人文雅士、志士豪杰乃至庶民百姓的忧患与快乐、激情与闲逸、旷达与呐喊。它不是文学式的，不是写实性的，而是高度抽象化、音乐符号式的抒发。那复杂得难以用语言去表达的人的内心世界的感情图像，书法这一根根奇妙的线条却能高度灵敏地去捕捉，去表现，尽管它是那样的只可意会不可言传。所以可以这样说，一个不会欣赏中国书法的人，那么他就缺少作为华夏之子最珍贵的审美情感与艺术细胞，因为书法是中国美学与东方哲学的灵魂。懂得了这一点，你就会明白为什么中国历史上的政治、军事、文化、科技方面的精英人物都擅长书艺，精通书道。

依以前考古研究而言，甲骨文是书法的鼻祖。因此，硬笔书法是传统书法的前身，与毛笔书法的区别仅仅是使用的工具不同而已。如果说富于弹性的毛笔能表现出壮阔的钢琴般的雄浑，那么硬笔书法则是一管悠扬的芦笛，能吹奏出清悦的生命之音。如果说毛笔书法是高雅的交响乐，那么硬笔书法则是明丽的流行曲。毛笔的技法是柔中

上足以暢叙幽情  
氣清志風和暢仰  
大俯察品類之盛

或困寄所託放浪形骸  
趣舍萬殊靜躁不同當其欣  
於所遇難得於己快然自足不  
知老之將至及其所之既倦情

期於盡古人  
不痛哉每攬昔  
若合一契未嘗  
能喻之於衷固

见刚，而硬笔的技巧是刚中寓柔，美不是由大小决定的。硬笔书法更具阴柔之美，它是赵飞燕的轻盈，西子的娟秀。书法无疑是中国文化的精粹，是一种高度抽象而纯洁的艺术，既是最高雅的，又是最实用的，这二者你中有我，我中有你，没有截然分开的界限。书法与写字的关系，千百年来理论家们一直在争论。我们不妨这样判断：把汉字写得高明，写得优美，有技巧，有韵味，就成了书法。而写得普普通通、平平淡淡，没有法度，没有韵律美，就只能写字。这犹如水只有在严酷的寒冷之中才能形成美丽的冰一样，虽然它依然包含着水。

随着生活节奏的加快，硬笔作为我国既古老而又新颖的书写工具，由于其具有携带方便、书写便捷、运笔流畅、经久耐用等特点，越来越受到人们的钟爱，质量上乘的硬笔书法字帖、教程，倍受广大读者青睐。

为了弘扬硬笔书法事业，提高全民族书写水平，《中国硬笔书法百科全书》编委会集硬笔书法教学经验之大成，融众多硬笔书法艺术之精华，采撷众家之芬芳，酝酿独家之蜜糖，历经数年，终于编写成功了这套精品丛书。

本教程楷、行、草、隶、篆诸体皆备，在基础知识、硬笔书法溯源、基本技法、临帖等方面做了全面详细的讲解，并配以例字、图表，精心编写，图文并茂。内容全面系统，结构完整合理，语言通俗详实，深入浅出，循序渐进，编排合理，是各级正规学校、书法学校及硬笔书法培训班首选的硬笔书法教学课本，也是硬笔书法爱好者的自学丛书。

它为你指引了一条攀登艺术高峰的成功之路，指明了你迈步的方向。但是理论不能代替实践，要获得成功，还要看你付出了多少辛勤的汗水。

我们相信，在硬笔书法界同仁们的共同努力之下，硬笔书法艺术这朵初绽的花朵将更加美丽、娇艳。

韓亨林  
庚寅季秋于北京

# 目 录

第一章 硬笔行书技法 .....	1
第一节 行书简介 .....	1
第二节 硬笔行书的笔法 .....	3
第三节 硬笔行书基本笔画的写法 .....	5
第四节 硬笔行书偏旁部首的写法 .....	15
第五节 硬笔行书的结构规律 .....	31
第六节 硬笔行书的结构法则 .....	34
第二章 硬笔行书临帖 .....	46
第一节 硬笔行书临帖的方法 .....	46
第二节 历代行书名帖简介及硬笔临写 .....	47
第三章 硬笔行书章法与欣赏 .....	103
第一节 硬笔行书章法概论 .....	103
第二节 硬笔行书的传统章法幅式图录 .....	105
第三节 硬笔行书现代横写 .....	130
第四节 硬笔行书题款与钤印 .....	137
第五节 硬笔行书佳作欣赏 .....	141
第四章 硬笔行书的范帖与练习 .....	146
第一节 硬笔行书横写范帖 .....	147
第二节 硬笔行书竖写范帖 .....	155

上足以暢叙幽情  
氣清惠風和暢仰  
俯察品類之盛

或因寄所託放浪形骸之外雖  
趣舍萬殊靜躁不同當其欣  
於所遇難得於己快然自足不  
知老之將至及其所之既倦情

期於盡古人云  
不痛哉每攬昔  
若合一契未嘗下  
張翥之於懷

# 第一章 硬笔行书技法

## 第一节 行书简介

### 一、行书的形成与发展

行书是介于楷书和草书之间的一种书体，古代又称稿书，相传为东汉末年颍川人刘德升所创。它是由楷书演化而来的，但比楷书书写简便，流畅迅速。

东汉虽初创行书，却并未出现多少著名的行书大家。到了晋朝，行书开始进入繁荣时期，尤其是被誉为“书圣”的王羲之，最以行书见长，其得意之作《兰亭序》被誉为“天下第一行书”，历经千年，仍为书家所推崇，对后世影响极大。



王羲之《兰亭序》局部



唐朝是楷书的鼎盛时期，同时行书也很流行，出现了一批行书大家，留下了不少精品佳作。如褚遂良的《枯树赋》、虞世南的《积时帖》等。而颜真卿的《争座位帖》、《祭侄文稿》字体挺拔，笔势奔放，真情实感自然流露，为历代书家称颂。



颜真卿《祭侄文稿》局部

宋代行书讲究意态，神韵超人，尤以苏黄米蔡四家为最，风采各异，至今流传不衰。

元代赵孟頫诸体兼善，其行书圆转流美，清腴华润，成就很大。

明朝书家大都长于行书，如李东阳、祝允明、文徵明、董其昌、米万钟等人，既能继承传统，又能自出新意。

清代之初的书风受赵孟頫、董其昌影响较大，帖学流行，刘墉、王文治、梁同、翁方纲等自成面目，各有所成。乾隆以后金石学大兴，扬州八怪独树一帜，而最有创造精神的当推“扬州八怪”之一的郑板桥。

至于近、现代更是名家辈出，其行书也各具特色，为世人所喜爱。

## 二、行书的特点

行书的特点，是与楷书相比较而存在的。行书不像楷书那样工整规范，主要有以下几个特点：

1.行笔加快，用笔灵活，节奏感强。行书是运用一定的章法，部分地简略楷书的笔画，改变楷书的笔形，简化楷书结构而形成的。行书用笔比楷书率意，结体比楷书流动。它是草书用笔的放纵性，冲破楷书用笔的严谨性，形成的楷法、草法有机融为一体的新体式。行书中，笔画增加的钩挑，点画间游丝牵连，是草书笔法；不增加钩挑，没有游丝牵连的笔画，乃是楷书的笔法。行书因行笔加快，在笔画与笔画相连接处，带出小的附钩，不仅增加了笔画的脉通，而且使笔画流畅快活，潇洒自如。这种书写的随意性，使得行书书写速度加快，起伏变化多，节奏感强烈，这是行书有别于楷书的一大特点。

2.楷草相间，结体自如，富于变化。行书是介于楷书和草书之间的一种书体。与楷书相比，有明显的流动性和相对的自由性；与草书相比，则又不像草书那样狂放不羁，令人难以辨认。其字形或大或小，或正或欹，线条或起或伏，或实或虚，变化无穷，没有一个固定的程式。楷法多于草法者叫“行楷”；草法多于楷法者叫“行草”。总体来看，行书对楷书和草书的吸收演化，大体上有以下三种情况：

(1)从体势上看。以楷书为主，基本是楷体，只是比楷书的斜侧变化稍多，笔画之间增多了一些附钩和牵丝。

(2)从结构上看。楷草相间的字，大部分是楷书，夹以简化了的行书。

(3)从布局上看。部分结构平正的楷书和部分纵横变化的草书，两者交叉在一起，有紧有松，参差错落。

3.笔画自然随意，附钩增多，互为映带。这是行书突出的特点之一。因为行书速度加快，笔画与笔画间连带密切，其字的组合亦灵活随意，笔画之间或附钩映带或游丝牵连，如行云流水，气贯始终。这同楷书点画平整匀称有很大的不同。

4.布局自然随意。由于行书笔画活泼流动，连带密切，其组字亦灵活随意，故其布局多呈纵势。纵成行，横无列，字字引带，有疏有密。

行书不仅以其变化灵活的笔画、结体和布局，使人耳目一新，而且以其行气贯通，以静趋动，给人以流动之感。具有很高的艺术价值，深受人们的喜爱。

## 第二节 硬笔行书的笔法

行书，无论是从实用性还是从艺术性的角度来说，它都是最受人们欢迎的一种字体。唐代书法家张怀瓘在《书断》中说：“行书者，后汉颍州刘德升造也，即正书之小伪，务从简易，相间流行，故谓之行书。”也有人说：“楷如立，行如趋”。“趋”，意即快走。“流行”也好，“快走”也罢，都道出了行书快速便书，生动活泼的特点。

严格地说，行书是在楷书的基础上发展起来的。行书是楷书的快写体。楷书笔画稍加连贯，略带呼应，也就成了行书。

行书介于楷书和草书之间，其特点是显而易见的。它具有楷书的体势和点画，但不像楷书讲求工整端庄，不刻意追究每点每画求精工。书评家常说行书“不事雕琢”，说的就是这个意思。同时，它具有草书的简易使转，但比不上草书狂放潦草，比草书易认。行书书写随便，

既可以工整些，又可以草率些。行书中书写工整，楷书意味浓，接近楷书的称为行楷；笔画简约，结构变化幅度大，含草书成分多的叫做行草。行书的特点决定了行书旺盛的生命力，历代书家层出不穷，他们几乎没有不擅长行书的。

钢笔行书的线条流畅活泼，富有节奏感和跳跃性，加之钢笔字小，笔尖活动范围小，如果手感不灵敏，就写不出优美的线条来。

钢笔行书的笔法，重点是研究运笔的起笔、行笔和收笔三个环节的用笔方法。

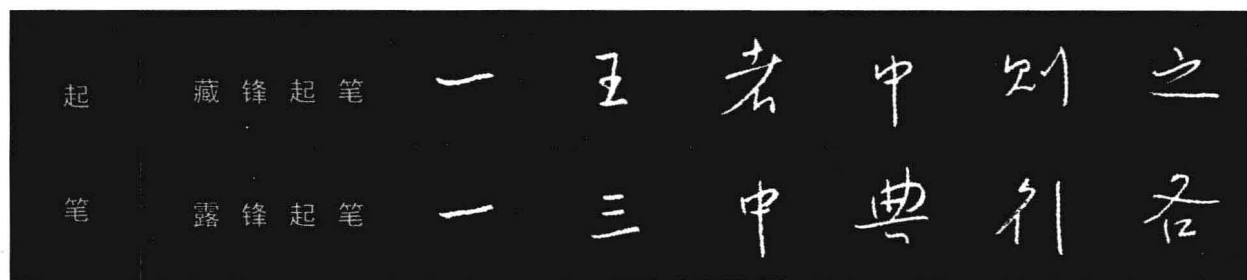
## 一、起笔

也称发笔或入笔，可藏锋，也可露锋。

1. 藏锋起笔。起笔时要求欲右先左，欲下先上。这种起笔方法，不可故作逆行之状，只须有欲右先左，欲下先上之意即可。

2. 露锋起笔。露锋起笔完全是笔尖脱离纸面静止后在纸面上平拖形成。这种笔法写成的笔画往往显得苍劲典雅。

### 起笔用笔方法



## 二、行笔

行笔是笔法的重要组成部分，易表现行书的笔力和韵律。如果把握不好，行笔一画而过，常出现空怯浮薄的弱笔。中间过程行笔要做到提按、转折自如，笔画充实。要想达到这一点，需下苦功夫多练习，有很好的驾驭笔的能力，对行笔过程中力度、方向的变化成竹在胸，做到意在笔先。

## 三、收笔

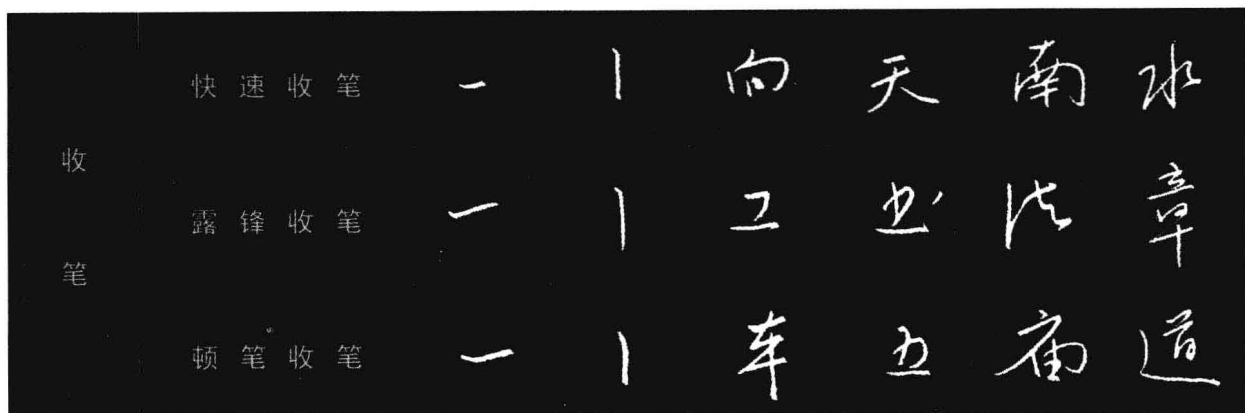
收笔的方法很多，关键是要善于收缩，要留得住笔，特别是要顾及整个字或整个章法的完美性，作变化性收缩。

1. 快速收笔。笔尖由轻到重的过程中突然停止。这种收笔方法多用于短横或边竖。

2. 露锋收笔。收笔时笔尖平拖过纸面出锋，不作回带。

3. 顿笔收笔。这种收笔方法近似楷书的收笔，收笔时略回带。起笔和收笔的方法可以参见下面介绍。

## 收笔用笔方法



## 第三节 硬笔行书基本笔画的写法

硬笔行书的点画同楷书一样，也是由点、横、竖、挑、撇、捺、钩、折八种笔画组成，但比楷书灵活得多，可以根据章法的需要加以变化。其特点是方圆并施，形态灵活多变，遒美俊雅。现将其八种点画写法介绍如下：

## 一、点画

点画虽小，但在一个字中却起着“画龙点睛”的作用，其用笔和姿态十分丰富。因此，在书写时必须严肃认真，点点精到，使不同的点有不同的姿态，切不可粗枝大叶，任意为之。

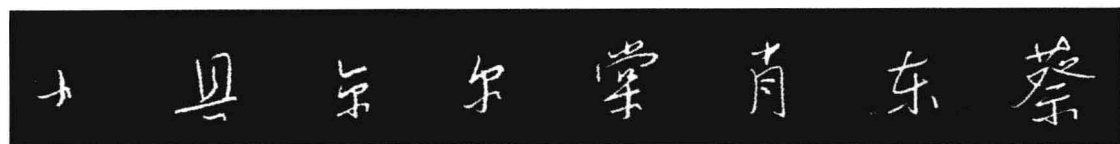


**启下点** 即与下笔相连接的点。其写法是尖入，重顿后向左下出锋以带下。





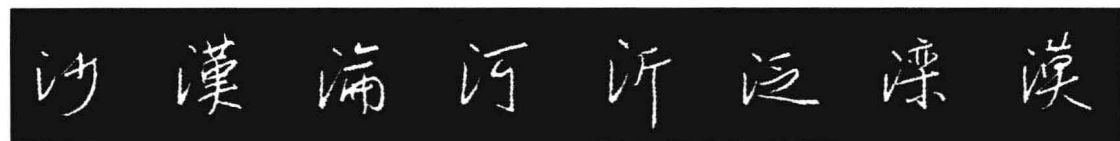
**启右点** 由上向下轻入重顿，然后向右上出锋收笔，与右侧的笔画呼应。



**长点** 一般作反捺使用，收笔时略露附钩，向左下方出锋，或者笔停即收，不带附钩。



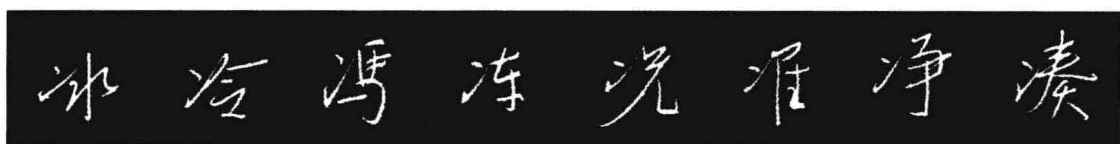
**竖三点** 在行书中可作三点水、双人旁和横三撇使用。书写时三点间要笔意相连，一气呵成。



**横三点** 常在字的上、中、下三个部位出现。书写时有轻有重，有短有长，各尽姿态，有时在字下作心字或火字使用。



**上下点** 通常是上小下大，上短下长，并以牵丝呼应。用在偏旁上的上下点，其下边一点则作向右上挑状，以和下笔呼应。





**左右点** 点作字头用，左点向右上出锋接右点，右点的左下出锋接下笔；若在字底，则左点出锋接右点，右点回锋圆转收笔。



## 二、横画

横画有长短之分，在字中起平衡作用。



**短横** 使用较多，其变化亦多。写时应稳重有力，流畅生动。有的以点代替，并向左下出锋，以和下笔呼应。



**启下横** 书写时向左下引带出锋，以和下笔呼应。



**启上横** 书写时丰满向上引带，以和下笔相连，如“土”、“大”、“古”的上横，“天”、“玉”的中横。

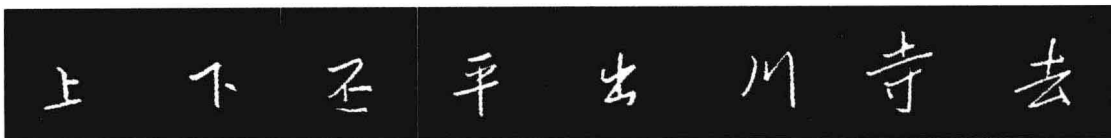


## 三、竖画

竖画有左竖、右竖之分，又有短竖、悬针、垂露竖之别，书写时要注意区别。一般左竖向右上出锋与下笔以附钩相呼应；右竖向左下出锋引带下边一字首画。



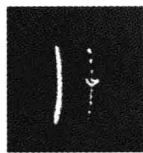
短竖 有的以点代替，如“西”、“而”、“贤”的左竖，“山”的中右竖，“四”字的中间两竖。



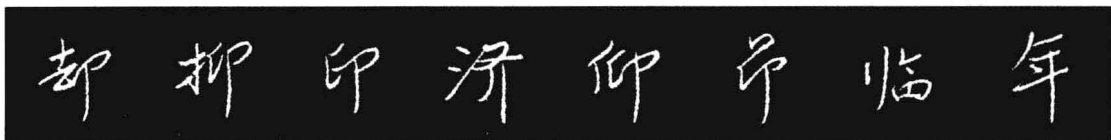
悬针竖 即竖画下面如针倒悬的竖。如“中”、“半”、“申”、“巾”、“干”等字的中竖。写法是入纸后稍顿转笔向下由重变轻，收锋出笔，但切忌写成“鼠尾”。



垂露竖 即竖画下端如露珠倒垂的竖。如“军”、“申”、“市”、“平”、“干”等字的中竖即是。书写方法是：落笔略顿即提笔向下，至末端回锋收笔。其特点是两端重中间轻，两端慢，中间快。竖中还要挺，呈曲势，恰如一人挺立，显得精神奕奕。



曲钩竖 指竖的下端带有曲钩。如“却”、“抑”、“印”、“济”、“仰”等字。写法是在竖的末端顺势向左下钩出。竖的中间应略带曲势。



仰钩竖 是指在竖的下端带仰钩。如“阴”、“脍”、“仁”、“何”、“怕”诸字。其用笔是先写竖并微向右曲，然后再用力向右上钩出。



#### 四、挑画

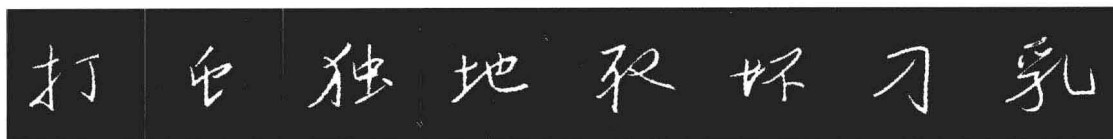
挑画的特点是体斜而较短，且尖锐挺拔，劲健有力，能增加写字的速度和力度美。挑画可分短挑、长挑、撇折挑几种。



**短挑** 所有短挑均由“土”、“玉”、“立”等偏旁下端的短横变化而来，写法是落笔后略顿，然后再提笔向右上方用力挑出。



**长挑** 可单独起承托作用，有时也同点画组合。如“虫”、“独”等字。其写法与短挑相似，唯其笔画稍长。



**撇折挑** 是指撇后折回有挑连写。如“神”、“福”、“树”、“村”、“林”等。写法是先写撇画，然后折笔用力向右上挑出，挑要干净利落，不可拖泥带水。



## 五、撇画

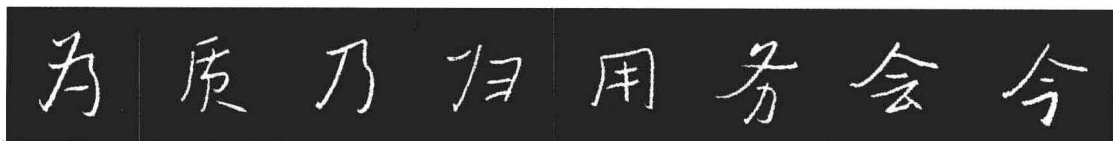
撇画在字中起支撑重心和活泼姿态作用，具有较强的运动感。其特点是飘逸劲健，生动活泼。



**回锋撇** 即撇画末端回锋向上。写法是落笔稍重，接着向左下写撇，最后向左上带尾收笔。



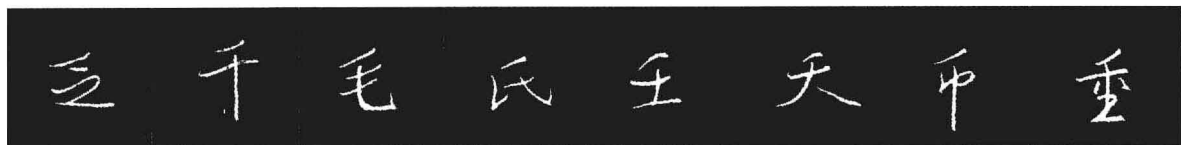
**挑脚撇** 写法与回锋撇相似，只是末端似钩而且角度稍大。







平 撇 一般在字头，形态短而小。写法是落笔稍顿后迅即向左平方向撇出。



斜 撇 与楷法相同，只是在撇时要果断不要迟疑，而且要全力送到。



## 六、捺画

捺画在字中起着支撑重心的作用，其姿态流走飘逸，一波三折，给人以流线运动的美感。



斜 捺 即斜而长的捺，在汉字中与斜撇常相匹配，好像人的左右手。写法是顺着撇势轻落笔，稍作横行即向右下行捺出。捺时要用力并将笔势由斜改平斜。



回锋捺 是指捺画末端不是出锋而是回锋，写法与斜撇同，只是回锋收笔，露出附钩，以向下呼应。

