

郭向锋钢笔书法字帖系列丛书



行书基础教程

郭向峰◎书

把字写好 心情特别好

中国石化出版社

[HTTP://WWW.SINOPEC-PRESS.COM](http://www.sinopec-press.com)

教·育·出·版·中·心

郭向锋钢笔书法字帖系列丛书

行书基础教程

中國石化出版社

[HTTP://WWW.SINOPEC-PRESS.COM](http://www.sinopec-press.com)

教·育·出·版·中·心

图书在版编目 (CIP) 数据

行书基础教程 / 郭向锋著. —北京: 中国石化出版社, 2009
(郭向锋钢笔书法字帖系列丛书)
ISBN 978 - 7 - 80229 - 992 - 4

I. 行… II. 郭… III. 钢笔字 - 行书 - 书法 - 教材 IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 111295 号

未经本社书面授权, 本书任何部分不得被复制、抄袭,
或者以任何形式或任何方式传播。版权所有, 侵权必究。

中国石化出版社出版发行

地址: 北京市东城区安定门外大街 58 号

邮编: 100011 电话: (010) 84271850

读者服务部电话: (010) 84289974

<http://www.sinopec-press.com>

E-mail: press@sinopec.com.cn

北京柏力行彩印有限公司印刷

全国各地新华书店经销

*

787 × 1092 毫米 16 开本 5 印张

2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

定价: 10.00 元

作品页

姓名：

性别：

年龄：

通信地址：

邮编：

永久性通信地址：

邮编：

你练习了本字帖后，请认真写一幅硬笔书法作品寄给本书作者。
来信请寄：浙江省东阳市环城东路13号常青楼中603信箱 郭向锋收 邮编：322100
请夹寄邮资两元，来信必复，对作品进行批改、评定，你将得到意外的惊喜。

目 录

一、基本笔画表.....	(1)
二、基本笔画练习.....	(2)
三、偏旁部首练习.....	(12)
四、结构分析练习.....	(37)
五、结构布势练习.....	(44)
六、结构方法练习.....	(49)
七、独体字书写练习.....	(54)
八、合体字书写练习.....	(58)
九、综合书写练习.....	(66)
十、笔顺基本规则练习.....	(70)
后序.....	(74)

笔画名称		笔画	字例
横	启上横	一	玉
	启下横	一	三
竖	悬针竖	丨	丰
	垂露竖	丨	作
	带弧竖	丨	利
钩	横钩	乛	买
	竖钩	亅	寸
	斜钩	㇏	戏
	卧钩	㇚	思
	竖弯钩	乚	笔
	提钩	㇚	低

笔画名称		笔画	字例
点	左点	丶	尔
	右点	丶	文
	相向点	丶 丶	羊
	横三点	丶 丶 丶	觉
	横四点	丶 丶 丶 丶	点
	上下点	丶 丶	斗
	长点	丶	不
撇	短撇	㇇	乎
	竖撇	㇏	月
	斜撇	㇇	今
	回锋撇	㇇	仁

笔画名称		笔画	字例
捺	横捺	㇚	对
	斜捺	㇚	太
	平捺	㇚	返
	反捺	㇚	人
挑	长挑	㇚	打
	短挑	㇚	冰
折	横折	㇚	口
	竖折	㇚	区
	撇折	㇚	令
	撇点	㇚	姑

一 启上横 落笔稍顿，由左向右轻快行笔，收笔时向左上斜向出锋，以求与下一笔呼应。

一	一	一	一	一	一	一
玉	玉	玉	玉	玉	玉	玉
十	十	十	十	十	十	十
斗	斗	斗	斗	斗	斗	斗

一 启下横 落笔稍顿后，由左向右轻快行笔，收笔时向左下提笔出锋。

一	一	一	一	一	一	三
三	三	三	三	三	三	三
告	告	告	告	告	告	告
兰	兰	兰	兰	兰	兰	兰

ㄣ 相向点 向右下按笔后顿住，再向右下回带性钩挑。

ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ		ㄣ
单	单	单	单	单	单	单
羊	羊	羊	羊	羊	羊	羊
谷	谷	谷	谷	谷	谷	谷

ㄣ 长点 起笔由轻到重，略带弧状。

ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
头	头	头	头	头	头	头
丕	丕	丕	丕	丕	丕	丕
吴	吴	吴	吴	吴	吴	吴

二、基本笔画练习

 **横三点** 第二第三点连笔，也可三点整体相连，第三点向左下回势钩挑。

						
觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉
举	举	举	举	举	举	举
爰	爰	爰	爰	爰	爰	爰

 **上下点** 上点启带下点，连笔写成或笔断意连。

						
斗	斗	斗	斗	斗	斗	斗
冬	冬	冬	冬	冬	冬	冬
尽	尽	尽	尽	尽	尽	尽

 **横四点** 左点后转向连笔书写其余三点，有时候也可简略成一横。

						
焦	焦	焦	焦	焦		
羔	羔	羔	羔	羔		
黑	黑	黑	黑	黑		

 **左点** 侧顿笔后马上向上方提起。

						
小	小	小	小	小		
兵	兵	兵	兵	兵		
尔	尔	尔	尔	尔		

➤ **右点** 向右下按笔后顿住，再向左下回带性钩挑。

➤	➤	➤	➤	➤		
文	文	文	文	文		
寸	寸	寸	寸	寸		
伐	伐	伐	伐	伐		

ㄣ **撇点** 先撇后点，折角见方，点画见圆，注意方圆变化。

ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ		
姑	姑	姑	姑	姑		
姨	姨	姨	姨	姨		
妈	妈	妈	妈	妈		

| **悬针竖** 起笔稍顿后转笔徐徐直下，最后提笔出锋，成悬针状。

伸	伸	伸	伸	伸		
丰	丰	丰	丰	丰		
车	车	车	车	车		

| **垂露竖** 起笔稍顿后转笔直下，收尾微顿后向上侧回锋收笔，呈露珠状。

作	作	作	作	作		
米	米	米	米	米		
他	他	他	他	他		



丨 短竖 写法同垂露竖，只是长度稍短。

丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
临	临	临	临	临	临	临
坚	坚	坚	坚	坚	坚	坚
化	化	化	化	化	化	化

丨 带弧竖 写法基本等同于悬针竖，只是带弧竖略带弧度。

丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
利	利	利	利	利	利	利
到	到	到	到	到	到	到
削	削	削	削	削	削	削

㇏ 短撇 速度快，长度短，注意斜度不能写得过大。

㇏	㇏	㇏	㇏	㇏	㇏	㇏
乎	乎	乎	乎	乎	乎	乎
失	失	失	失	失	失	失
匆	匆	匆	匆	匆	匆	匆

㇏ 斜撇 侧起笔，由重渐轻向左下行笔，写到近一半时再提笔出锋，要求舒展有力。

㇏	㇏	㇏	㇏	㇏	㇏	㇏
合	合	合	合	合	合	合
犬	犬	犬	犬	犬	犬	犬
今	今	今	今	今	今	今

丿

竖撇 侧起笔，由重渐轻向左下行笔，写得三分之二时快速出锋。

丿 丿 丿 丿 丿 丿 丿

月 月 月 月 月 月 月

几 几 几 几 几 几 几

斤 斤 斤 斤 斤 斤 斤

㇏

横撇 横要短，撇注意弯度，收笔向右上方回绕。

㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏

对 对 对 对 对 对 对

登 登 登 登 登 登 登

戏 戏 戏 戏 戏 戏 戏

㇏

回锋撇 因行书连笔快写的需要，回锋撇在末端不出锋，而是呈回带性与后一笔相呼应。

㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏

友 友 友 友 友 友 友

度 度 度 度 度 度 度

水 水 水 水 水 水 水

㇏

反捺 写法类似长点，稍带一点弧度。

㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏

会 会 会 会 会 会

人 人 人 人 人

众 众 众 众 众

二、基本笔画练习

 **斜捺** 轻落笔向右下方逐渐加力行笔，线条由轻到重、到粗、随后平捺出锋。

斜捺的连续书写练习，共七次。

太 太 太 太 太 太 太

及 及 及 及 及 及 及

交 交 交 交 交 交 交

 **平捺** 轻快起笔，右下行笔时注意逐渐用力，一波三折，角度平中略斜。

平捺的连续书写练习，共七次。

过 过 过 过 过 过 过

返 返 返 返 返 返 返

建 建 建 建 建 建 建

 **长挑** 也叫长提，右下顿笔后马上向右上方出锋，与下笔呼应。

长挑的连续书写练习，共七次。

提 提 提 提 提 提 提

打 打 打 打 打 打 打

拐 拐 拐 拐 拐 拐 拐

 **短挑** 也叫短提，写法与长挑基本相同，只是长度稍短一些。

短挑的连续书写练习，共七次。

冰 冰 冰 冰 冰 冰 冰

习 习 习 习 习 习 习

冲 冲 冲 冲 冲 冲 冲

丿

竖钩 竖要直挺，钩要出尖，干净利落不宜过长。

丿

丿

丿

丿

丿

丿

丿

可

可

可

可

可

可

可

寸

寸

寸

寸

寸

寸

寸

水

水

水

水

水

水

水

㇏

斜钩 右下行笔注意略带弧状，至末端时用力向上出钩。

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

戏

戏

戏

戏

戏

戏

戏

代

代

代

代

代

代

代

划

划

划

划

划

划

划

㇏

卧钩 轻落笔，用弯弧形徐徐运笔，顿笔后出钩。

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

思

思

思

思

思

思

心

心

心

心

心

心

志

志

志

志

志

志

㇏

竖弯钩 竖和弯衔接自然，出钩时候注意长度和力度。

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

㇏

尤

尤

尤

尤

尤

尤

笔

笔

笔

笔

笔

笔

笔

巴

巴

巴

巴

巴

巴

巴

丨 提钩 也叫竖提，钩要出尖，且不宜过长。

丨	丨	丨	丨	丨	丨	丨
低	低	低	低	低	低	低
民	民	民	民	民	民	民
切	切	切	切	切	切	切

乚 横折钩 转折处与楷书写法有所不同，这里要求圆转洒脱自然。

乚	乚	乚	乚	乚	乚	乚
那	那	那	那	那	那	
两	两	两	两	两	两	两
田	田	田	田	田	田	田

乙 横折弯钩 横笔与弯笔要求衔接自然，钩要快捷有力。

乙	乙	乙	乙	乙	乙	乙
艺	艺	艺	艺	艺	艺	艺
乞	乞	乞	乞	乞	乞	乞
九	九	九	九	九	九	九

ㄣ 竖横折钩 要特别注意折笔的方圆变化。

ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
与	与	与	与	与	与	与
写	写	写	写	写	写	写
马	马	马	马	马	马	马

了 横撇弯钩 注意折画与弯钩间的方圆变化，连带自然。

了	了	了	了	了		
部	部	部	部	部	部	部
邱	邱	邱	邱	邱	邱	
都	都	都	都	都	都	

一 横钩 起笔稍顿，横向行笔，收笔时略顿后向左下出锋。

一	一	一	一	一	一	一
买	买	买	买	买	买	买
冤	冤	冤	冤	冤	冤	冤
尔	尔	尔	尔	尔	尔	尔

L 竖折 转折处要求连带自然，切勿呆板。

L	L	L	L	L		
山	山	山	山	山	山	
区	区	区	区	区	区	
幽	幽	幽	幽	幽	幽	

丿 撇折 起笔稍顿，折画稍向右上方倾斜出锋。

丿	丿	丿	丿	丿		
云	云	云	云	云	云	
会	会	会	会	会	会	
运	运	运	运	运	运	

7 横折 转折处要求婉转自然。

7	7	7	7	7	7	7
---	---	---	---	---	---	---

□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---

马 马 马 马 马 马 马

3 3 3 3 3 3 3

竖折撇 转折分明，撇画出尖，一气呵成。

ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

专 专 专 专 专 专 专

传 传 传 传 传 传 传

砖 砖 砖 砖 砖 砖 砖

磚

㇏ 两点水 先写右点，顺势连带写出提画。

㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏

冻 冻 冻 冻 冻 冻

冰 冰 冰 冰 冰 冰 冰

冽 冽 冽 冽 冽 冽

㇚ 三点水 先写第一点，第二第三点类似竖提写法。

㇚ ㇚ ㇚ ㇚ ㇚

河 河 河 河 河 河 河

涛 涛 涛 涛 涛 涛

漾 漾 漾 漾 漾 漾

日 日字头 最后两横连笔要求自然。

日 日 日 日 日 日

昌 昌 昌 昌 昌

晁 晁 晁 晁 晁 晁

昌 昌 昌 昌

宀 宝盖头 先写右点，与下笔呼应，下面的秃宝盖要求一笔完成。

宀 宀 宀 宀 宀 宀

宝 宝 宝 宝 宝 宝

室 室 室 室 室

穴 穴 穴 穴 穴 穴