

基础训练

汉字书写大典

学生常用成语

800

繁体字
楷书

名家硬笔书法范本

朱涛
书

止山流談昂明勝
輒見節而激分制
嘗門源侃慨憎敵
淺開開侃慷愛克
明益地平詞烏親
聰有辟不陳及可
頂卷天珂既屋然

基础训练

汉字书写大典

繁体字 楷书
学生常用成语
800

朱涛

书

图书在版编目(CIP)数据

学生常用成语800:楷书:繁体字/朱涛书. —
南京:江苏美术出版社, 2014. 11
(汉字书写大典. 基础训练)
ISBN 978-7-5344-7412-5

I. ①学… II. ①朱… III. ①硬笔字—楷书—法帖
IV. ①J292. 12

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第096237号

编委会

主 编 韩建三

副主编 张 艾 朱 涛

编 委 李鸿福 马 加 吴士铭 严 琼

出 品 人 周海歌

选题策划 段 炼

责任编辑 孟 尧

责任校对 刁海裕

责任监印 朱晓燕

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏美术出版社(南京市中央路165号 邮编 210009)

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 上海中华印刷有限公司

开 本 889mm×1194mm 1/16

印 张 4.25

版 次 2015年3月第1版 第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5344-7412-5

定 价 16.00 元

营销部电话: 025-68155677 68155670 营销部地址: 南京市中央路165号
江苏美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换

编者语

中国书法是一种历史悠久的汉字的书写艺术，从甲骨文、金文（钟鼎文）演变而为大篆、小篆、隶书，至定型于东汉、魏、晋的草书、楷书、行书等，书法一直散发着艺术的魅力。

硬笔书法是书法艺术百花园中一朵璀璨的奇葩。它的书写工具包括钢笔、圆珠笔、蘸笔、铅笔、塑头笔、竹笔等，以墨水为主要载体，来表现汉字书写技巧。尤以钢笔字最为实用，使用广泛。

数字时代，人们的生活观念和思维方式发生巨变，电脑用得多了，字写得少了。练就一手漂亮的钢笔字，已经成为当代人提升自身素养、塑造自身形象的一种文化追求。

这套《汉字书写大典》（以下简称《大典》）是在广泛听取习字者建议的基础上编写的，尽量满足习字者的多种需求。本《大典》暂设六个系列，分为：《基础训练》、《同步训练》、《国学经典》、《佛心禅语》、《中国现代诗》、《智慧人生》，以供书写者选用。其内容注重文化内涵的提升，能令书写者在习字同时感受文化之精粹，在“润物细无声”中让心灵得以滋养。

本套书每册都设有专页，供习字者作习字前后的比照，对习字结果作自我鉴定。习字帖采用传统的“先摹后临”的方法，使习字者渐入临帖佳境，最终达成目标。

本套《大典》是由著名书法家、书法教育家朱涛先生执笔书写。朱涛的字用笔刚劲峻拔，方润整齐，笔笔精到，一丝不苟，是习字者临习书写的良好范本。临习《大典》原创字帖，不但能带给书写者美好的视觉艺术享受，练出一手好字，更能在习字中怡养性情，最终得窥书法之真谛。

钢笔正楷的书写要领

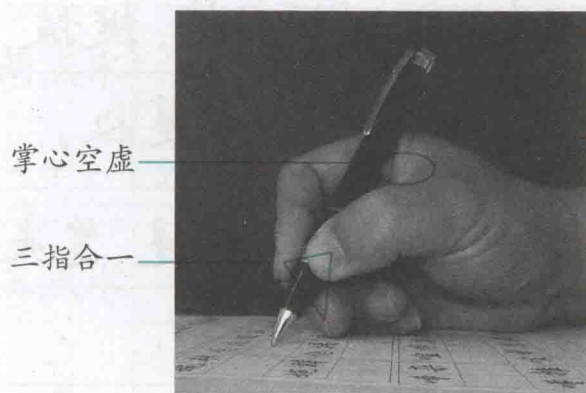
练习钢笔字，同练写毛笔字一样，要从写正楷开始，按部就班，循序渐进，一笔一画，认认真真，把基础打好。

第一步先写好正楷，第二步练习写楷行。学正楷特别需要耐心，不能急躁。如果第一步还没有走好，便急于走第二步，就会事倍功半。

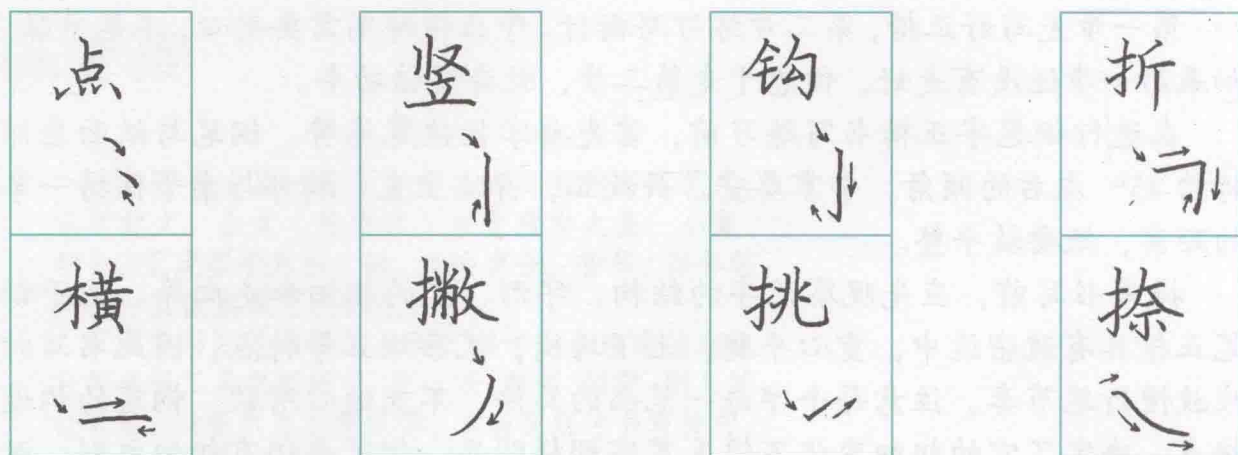
在进行钢笔字正楷书写练习前，首先要掌握执笔姿势。钢笔与纸面应保持约 45° 左右的倾角。手掌要空，头放正，身体坐直，胸部与桌子保持一拳的距离，纸要放平整。

提笔书写前，应先观察范字的结构、字形、笔的粗细和走向等。由于钢笔正楷具有疏密适中，重心平稳，上下均衡，笔画端正等特点，因此书写时应放慢行笔节奏。注意每个字每一笔画的写法，不能随心所欲。钢笔的构造特点，决定了它的粗细变化不像毛笔字那样明显，但笔画仍有粗细之别，运笔时要注重提按变化。如要写细一些，笔只需轻轻着纸；如要写粗则应稍使点力。如写“捺”时，先逆笔轻入，再行笔至捺脚处顿笔，顺势提笔出峰，可出现一波三折的粗细变化效果。总之在钢笔书写时也应有人笔、行笔、收笔等运笔过程。

执笔图



下面是汉字的基本笔画书写要领。汉字是由这些基本笔画组成的。要写好汉字，正楷是基础，而正楷的基本笔画，则尤为重要。因此，希望你在这些基本笔画上多花些功夫，根据要领，写上几十次，直到自己觉得满意为止。



点 、	由左上方向右下方按笔，入笔轻，后渐重，收笔时顿笔回带。
横 一	斜落笔轻顿，由左至右行笔，中间轻快、挺拔，至尾端向右上微提后按，再向左回锋提收。
悬针竖 丨	起笔轻顿，由上至下行至尾端前渐提，笔尖部位逐渐离开纸面，使笔画呈悬针状。
垂露竖 丨	起笔轻顿，由上至下行笔，中间挺拔，至末端顿笔向左上方逆锋回收。
撇 丿	起笔轻顿，由右上撇向左下方，当行至三分之二处时渐提，轻快撇出。

横折 ┐	起笔和横画相同，在折角处先向上略提，再向下顿笔转锋顺势写竖画。
挑 ✓	向右下方顿笔，略提笔转锋，由粗至细向右上方向轻快挑出。
竖钩 ┑	落笔轻顿，转锋向下行至钩处稍顿，再向左上方提笔钩出。
捺 ㄣ	起笔平向轻按，向右下由轻到重逐渐加力，行至捺脚处顿笔，向右取平势提笔出锋。
长点 ㄥ	由左上方向右下方下按，入笔轻，后渐重，拉长点画，回锋收笔。
两点水 冫	它是点和挑的结合，上点末与下点起笔相呼应，挑点向右上方向出锋。
三点水 氵	三点水要求中点末与挑画起笔相呼应，第一点与挑点感觉上成直线，三点成半弧势。
联飞点 ㄣ	每下一点起笔与上一点末要有牵丝的感觉，第一点与第四点分别向两边带斜势，且较长。
(左右)顾盼点 ㄣ	向左下方落笔，左点末上收或出锋后应与右点相呼应，两点高度基本平齐。

(上下) 顾盼点 丶	上点与下点中心对齐, 上点略小, 取撇势出 锋。
背四点 灬	四点照应且成对称状, 其中左上点与右下点, 左 下点与右上点成直线相对应, 疏密匀称。
上顾盼点 ㄣ	左点末向右出锋与右点起笔相呼应, 右点取 撇势成撇点。
竖折 乚	竖折是竖和横的组合, 竖后至折角处略提 顺势下按转锋, 取平势右行写横画。
平撇 一	平撇一般较短, 向右下落笔, 提笔转锋向 左取平势稍行即出锋。
竖撇 ㇚	与斜撇的运笔方法相同, 只是撇画的上半 段较直, 至尾端向左下出锋或向左上回锋收笔。
弯钩 乚	斜点起笔, 竖画略带弧势向下行笔, 至钩处向 上方或平势钩出, 钩处和起笔处要在同一直线上。
横折撇 ㇚	横画稍短, 折角处略提顺势下按再向左下方 撇出, 撇应略带弧势。
反折 ㇚	由斜撇和长点组成, 至撇尾时略提笔, 顺 势向右下方逐渐加力, 由细至粗下行成长点。

撇折 ㄥ	起笔与撇画相同，行至折角处略提笔，顺势下按向右上方轻快出锋。
竖挑 ㄴ	竖画行笔至挑处略提，顺势下按转向右上方轻快挑出。
横钩 乛	前段同横画，行至钩处略向上提笔后顺势下按，转锋向左下方出锋。
卧钩 ㇏	顺势由细至粗逐渐下按，中间成弧形，至钩处顿笔向左上方轻快出锋。
竖弯钩 ㇄	形似泛在水面上的鹅，竖时略向左下方斜，至弯角处稍提圆转，再右行，至钩处顿笔向上出锋。
斜弯钩 ㇚	落笔轻顿，由左上方向右下方行笔，中间微提，且带弧势，至钩处顿笔向上出锋。
背抛钩 ㇚	短横向右上行笔，转折后下行，中间微提，且带弧势，至钩处顿笔后向上出锋。

哀	哀	欲	絕
哀	哀	欲	絕

哀	兵	必	勝
哀	兵	必	勝

哀	鴻	遍	野
哀	鴻	遍	野

哀	痛	欲	絕
哀	痛	欲	絕

唉	聲	嘆	氣
唉	聲	嘆	氣

藹	然	可	親
藹	然	可	親

愛	不	釋	手
愛	不	釋	手

愛	才	若	渴
愛	才	若	渴

愛	財	如	命
愛	財	如	命

愛	莫	能	助
愛	莫	能	助

愛	屋	及	烏
愛	屋	及	烏

愛	憎	分	明
愛	憎	分	明

安	邦	治	國
安	邦	治	國

安	常	處	順
安	常	處	順

安	故	重	遷
安	故	重	遷

安	家	落	戶
安	家	落	戶

安	居	樂	業
安	居	樂	業

安	貧	樂	道
安	貧	樂	道

安	然	無	恙
安	然	無	恙

安	如	磐	石
安	如	磐	石

安	適	如	常
安	適	如	常

安	閑	自	得
安	閑	自	得

安	營	扎	寨
安	營	扎	寨

安	于	現	狀
安	于	現	狀

鞍	馬	勞	頓
鞍	馬	勞	頓

鞍	前	馬	後
鞍	前	馬	後

按	兵	不	動
按	兵	不	動

按	部	就	班
按	部	就	班

按	圖	索	驥
按	圖	索	驥

暗	渡	陳	倉
暗	渡	陳	倉

暗	香	疏	影
暗	香	疏	影

黯	淡	無	光
黯	淡	無	光

黯	然	神	傷
黯	然	神	傷

黯	然	銷	魂
黯	然	銷	魂

昂	昂	自	若
昂	昂	自	若

昂	首	闊	步
昂	首	闊	步

昂	首	挺	胸
昂	首	挺	胸

嗷	嗷	待	哺
嗷	嗷	待	哺

傲	雪	欺	霜
傲	雪	欺	霜

八	面	玲	瓏
八	面	玲	瓏

拔	苗	助	長
拔	苗	助	長

跋	山	涉	水
跋	山	涉	水

白	璧	無	瑕
白	璧	無	瑕

白	髮	蒼	蒼
白	髮	蒼	蒼

白	髮	紅	顏
白	髮	紅	顏

白	頭	偕	老
白	頭	偕	老

白	雲	蒼	狗
白	雲	蒼	狗

百	般	奉	承
百	般	奉	承

百	步	穿	楊
百	步	穿	楊

百	尺	竿	頭
百	尺	竿	頭

百	川	歸	海
百	川	歸	海

百	讀	不	厭
百	讀	不	厭

百	廢	待	舉
百	廢	待	舉

百	感	交	集
百	感	交	集

成语是在长期的语言实践中逐步形成的非常精炼、非常有表现力的一种固定词组，大多为四字。

成语趣解

最大的手——一手遮天 最吝啬的人——一毛不拔

百	密	一	疏
百	密	一	疏

百	鳥	朝	鳳
百	鳥	朝	鳳

百	無	聊	賴
百	無	聊	賴

班	門	弄	斧
班	門	弄	斧

斑	駁	陸	離
斑	駁	陸	離

半	壁	江	山
半	壁	江	山

半	途	而	廢
半	途	而	廢

包	藏	禍	心
包	藏	禍	心

包	羅	萬	象
包	羅	萬	象

飽	經	滄	桑
飽	經	滄	桑

報	仇	雪	恨
報	仇	雪	恨

抱	殘	守	缺
抱	殘	守	缺

抱	頭	鼠	竄
抱	頭	鼠	竄

暴	風	驟	雨
暴	風	驟	雨

卑	鄙	無	耻
卑	鄙	無	耻

卑	躬	屈	膝
卑	躬	屈	膝

杯	弓	蛇	影
杯	弓	蛇	影

杯	盤	狼	籍
杯	盤	狼	籍

悲	從	中	來
悲	從	中	來

悲	憤	填	膺
悲	憤	填	膺

背	道	而	馳
背	道	而	馳

背	井	離	鄉
背	井	離	鄉

背	水	一	戰
背	水	一	戰

本	末	倒	置
本	末	倒	置

筆	走	龍	蛇
筆	走	龍	蛇

畢	恭	畢	敬
畢	恭	畢	敬

敝	帚	自	珍
敝	帚	自	珍

篳	路	藍	縷
篳	路	藍	縷

避	重	就	輕
避	重	就	輕

鞭	辟	入	裏
鞭	辟	入	裏

鞭	長	莫	及
鞭	長	莫	及

變	本	加	厲
變	本	加	厲

變	幻	莫	測
變	幻	莫	測

遍	體	鱗	傷
遍	體	鱗	傷

標	新	立	異
標	新	立	異

膘	肥	體	壯
膘	肥	體	壯

別	出	心	裁
別	出	心	裁

別	具	慧	眼
別	具	慧	眼

別	開	生	面
別	開	生	面

彬	彬	有	禮
彬	彬	有	禮

冰	清	玉	潔
冰	清	玉	潔

兵	不	厭	詐
兵	不	厭	詐