

学生毛笔字实用大全

# 常用毛笔字800例

## 楷书赵孟頫

任笑笑 主编



学生毛笔字实用大全

# 常用毛笔字800例

楷书赵孟頫

任笑笑 主编

A large, bold calligraphic character '趙' (Zhào) is centered on the page. It is written in a thick, black ink with visible brushstrokes, characteristic of the style of Zhao Mengfu. The character is composed of two main parts: a top section with a curved, sweeping stroke and a bottom section with a long, horizontal base stroke.

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

常用毛笔字800例. 赵/任笑笑主编. ——长春:吉林美术出版社, 2010. 6  
ISBN 978-7-5386-4205-6

I. ①常… II. ①任… III. ①毛笔字—楷书—书法IV. ①J292. 11

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第071386号

## 常用毛笔字800例 楷书 赵孟頫

任笑笑 主编

---

出版人/ 石志刚

出版/ 吉林美术出版社 (长春市人民大街4646号)

[www.jlmspress.com](http://www.jlmspress.com)

责任编辑/ 尤雷

发行/ 吉林美术出版社图书经理部

印刷/ 浙江印刷集团有限公司

出版日期/ 2010年6月第1版 2010年6月第1次印刷

开本/ 787×1092mm 1/16

印张/ 3.5

---

书号/ ISBN 978-7-5386-4205-6

定价/ 10.00元

上架建议:字帖类

ISBN 978-7-5386-4205-6



9 787538 642056 >

## 文房四宝的选择和使用

“文房四宝”指笔、墨、纸、砚，是中国传统的四种重要的书写工具。

### 笔

毛笔笔头是用动物毛做成的，柔软而富有弹性，主要分为狼毫笔与羊毫笔两大类。选择毛笔时应注意“尖、圆、齐、健”四点：“尖”指笔锋如针；“圆”指笔头形状圆润、饱满；“齐”指笔毫用水化开后，笔锋顶端的毛排列整齐；“健”指笔毛弹性好。在使用毛笔时要注意保护，新笔需用冷水或温水泡开，使用后必须清洗，然后平放在笔架上或笔尖朝下悬挂起来。

### 墨

古人用墨锭研墨写字，而我们一般都用墨汁。墨锭主要分为油烟墨、松烟墨、漆烟墨三种；墨汁则有“一得阁”、“中华”、“曹素功”等品牌。用墨汁时必须注意每天使用新倒的，以免墨汁沉淀、发出臭味。

### 纸

我们一般练习使用的纸是颜色发黄的元书纸，而在书写一些作品时则会使用比较高档的宣纸，宣纸根据渗墨与不渗墨的不同分为“生宣”与“熟宣”两种。

### 砚

古时候砚台用来磨墨，现在砚台一般用来贮存墨汁。中国最名贵的有四种砚台，分别是广东的“端砚”，安徽的“歙砚”、甘肃的“洮砚”以及山东的“鲁砚”。平时使用的砚台最好每天清洗，以延长其使用寿命。

## 五指执笔法

“五指执笔法”是最常用、最科学的执笔法。

“五指执笔法”是动用一只手的五个手指，一齐用力，使笔管前后左右四面受力均匀，从而写出端正漂亮的字。

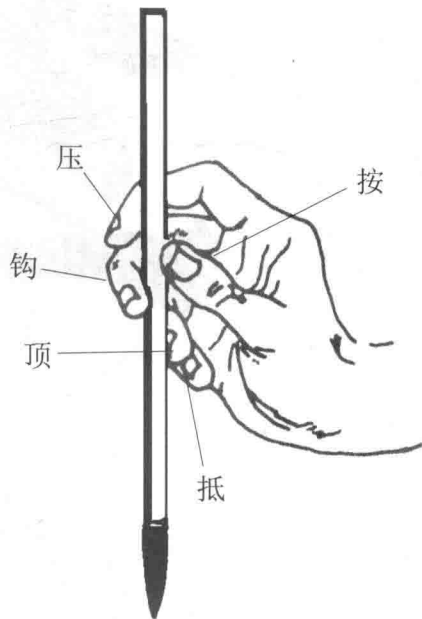
**按** 用大拇指肚斜着向上紧贴笔杆，用力的方向是从内向外。

**压** 用食指的第一指节钩住笔杆，用力方向是从外向内。

**钩** 中指紧靠在食指下面，用第一指节钩住笔杆，用力方向是从外向内。

**顶** 无名指的指甲部位斜着向上，挡住笔杆，用力方向是从内向外。

**抵** 让小指自然地跟在无名指的后面，帮助无名指用力向外顶，使笔杆保持垂直。



## 笔画及其类别

楷书笔画一般可分为八种：点、横、竖、钩、撇、捺、折、提。每种笔画又可分为多种类别。

点有斜点、直点、向下点、向上点、平点等。

横有长横、短横等。

竖有“悬针”、“垂露”等。

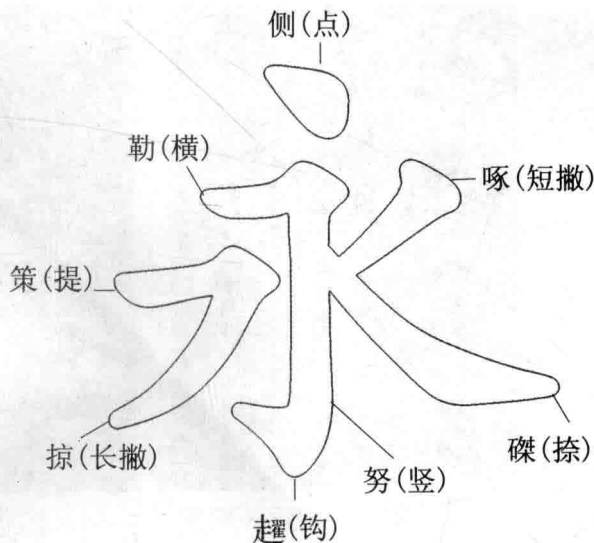
钩有竖钩、横钩、弯钩、竖折钩、横折钩等。

撇有斜撇、短撇、平撇、月弯撇、竖弯撇等。

捺有斜捺、平捺等。

折有竖折、横折、撇折等。

提只有一种。



## 赵孟頫简介

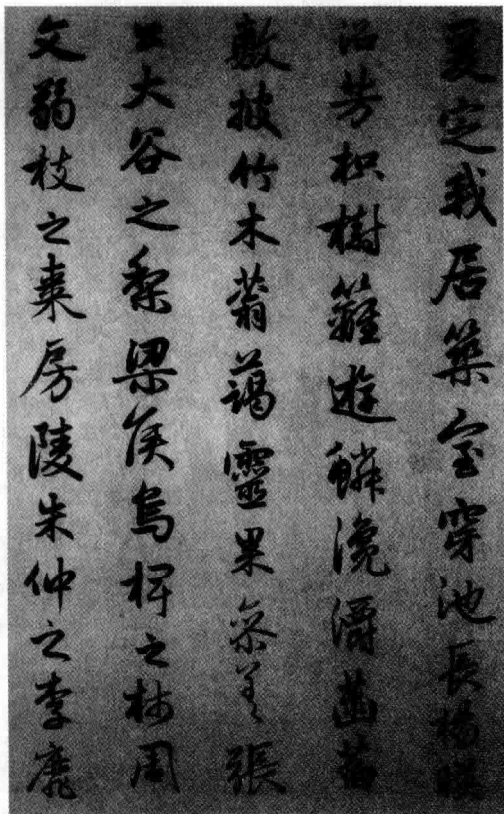
赵孟頫（公元1254~1322年），字子昂，晚年号松雪道人，湖州（今浙江吴兴）人。他是宋朝皇帝的后裔。元入仕，官至荣禄大夫，翰林学士承旨，死后被追封为魏国公，谥文敏。赵孟頫学识广博，通晓音乐，擅长文辞，精于识别古代文物，书法绘画的造诣尤其突出，篆、隶、楷、行、草书无所不工；山水、花鸟、人物、走兽无所不能。他是一位开一代风气，影响百世的著名书画家。

## 赵孟頫的书法特点

一、浅近易学，用笔纯正。

二、柔中带刚，秀丽端雅。赵体外貌圆润而筋骨内敛，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。外似柔润而内实坚刚，形体端秀而骨架劲挺。

三、笔圆架方，流动带行。笔圆架方是指笔画圆秀，间架方正，就是古人所说的“墨圆白方”。



闲居赋·局部

使間歲自  
充去北過  
高郵樂其

仇鐸墓碑銘·局部

無羸囊副  
褚僑家巷  
愛之舊聚

仇鐸墓碑銘·局部

其子治濟  
自力奉公  
濟浩迺克

仇鐸墓碑銘·局部

以言乎師之用  
廣照以言慧光  
之所照眩無上  
以言為帝者師

胆巴碑·局部

言微妙先受秘  
密戒法繼遊西  
天竺國編叅高  
僧受經律論繇

胆巴碑·局部

刺持戒甚嚴晝  
夜不懈屢彰神  
異赫然流聞自  
是德業隆盛人

胆巴碑·局部

方鳥栖其顛以鼓鐵石凡魔  
陳哉有不可著者任持相師  
漢畫鼎創真人周靜翁仙宗  
而如佛來自雙鳳作檀越主率  
香隣富而信者為成徐公沙  
門願而於者成徽德三公暨寺  
職班負消吉命區茂樓鸞竹

光福重建塔記·局部

西人天贍仰共功德一十五種  
消罪業以千萬四千不取常兒  
免黃備於香火實一不幸而  
眾幸且甚也遂書其延祐改  
元二月十日之建始來年五月  
望日之畢功工系醉曰  
阿闍世藏設利羅阿育得之

光福重建塔記·局部

塔者西域聖人之靈廟眾生  
滅罪致福之具也自阿育王達  
初後代衰且之未表剎興滅  
者莫盛於蕭梁之世馬光福  
塔實者梁大同權輿唐會昌  
累弥復興咸通至趙宋宋至  
今朝大德中住山瑞師時畢

光福重建塔記·局部

非色泣之困於周郎者乎方其破  
岳州下江陵順流而東也舳舻  
千里旌旗蔽空醜酒臨江橫  
穆賦詩固一世之雄也而今安

前后赤壁賦·局部

為拜目過之而成色取之無  
禁用之不竭是造物者之無  
盡藏也而吾與子之所共也  
喜而賦洗盃更酌肴核既盡

前后赤壁賦·局部

蘇子愀然正襟危坐而問客曰何  
為其然也客曰月明星稀烏鵲南  
飛大非曹孟德之詩乎東望夏口  
西望武昌山川相繚鬱乎蒼蒼此

前后赤壁賦·局部

人名後下士倍京沂伊面邳後市  
浮梁踴以徑度靈臺傑其高  
峙窺天文之秘奧究人事之終  
如其西則有元戎禁營玄帳綠  
帳侯子之柔異秦同機破石雷  
駭激矢盡飛以先啓行曜我皇

闲居賦·局部

不單植三槐表櫻胡之角三志曜  
丹白之色石榴蒲桃之珍磊落蔓  
衍乎其何梅李郁棟之屬繁榮  
藻蕞之飾華實照爛之所不  
能極也葉則葱些蒜芋青芻  
紫羞莖薺甘旨藜藜芥芳菜

闲居賦·局部

荷依陰時藿向陽綠莖  
白薤負霜於氣凜秋暑還  
寒注液百新晴六合清朗太夫人  
乃御板輿升輕軒遠覽  
近周家團體以行和菜以芳  
常膳戴如舊病有瘳席長

闲居賦·局部



横



竖



竖钩



一



计



诃



三



中



木



主



神

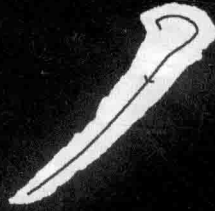


乎

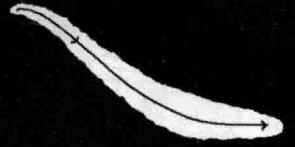




竖弯钩



撇



捺

摩

摩

香

香

東

东

家

家

八

八

尺

尺

遂

遂

白

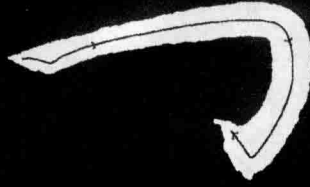
白

長

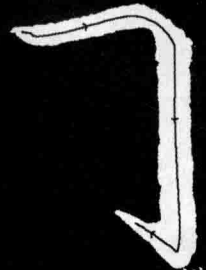
长



横钩



横折



横折钩



台



高



见



运



论



用



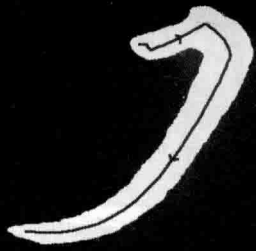
堂



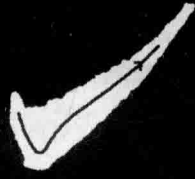
属



祠



横撇



提



竖提

又

又

特

特

長

长

友

友

扶

扶

民

民

證

证

孫

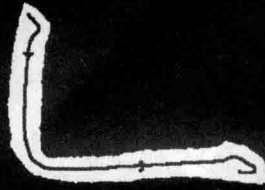
孙

既

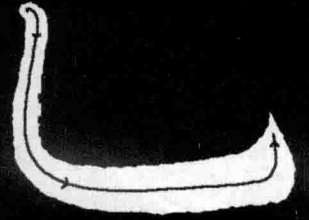
既



竖折



竖弯



竖弯钩



垂



目



也



山



世



见



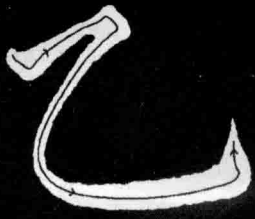
出



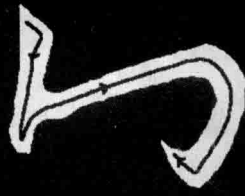
区



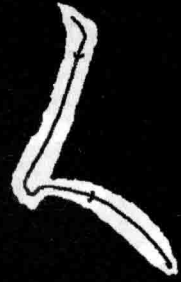
抱



横折弯钩



竖折折钩



撇点



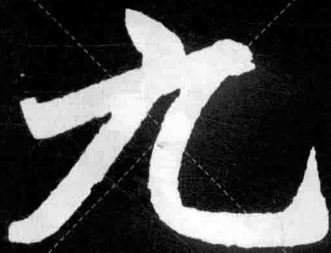
乙



弟



如



九



为



委



梵



为



婆

太

太

之

之

王

王

及

及

日

日

上

上

人

人

月

月

田

田

尺

尺

言

言

身

身

世

世

主

主

力

力

下

下

八

八

木

木

大

大

中

中

生

生

甘

甘

乎

乎

在

在

二

二

小

小

夫

夫

也

也

十

十

平

平

西

西

右

右

里

里

生

生

日

日

固

固



左

左

少

少

幸

幸

来

来

民

民

采

采

自

自

非

非

因

因

北

北

名

名

过

过