

当代硬笔书法名家金牌教程丛书

# 行书常用 5000字

张文海 著



书法和写字有什么不同?  
写字与书法,是两个不同的概念。写字是日常生活的  
的基本写法和合理结构,把字写得正、匀称、清楚、易认、  
的汉字的一种艺术加工表现,也是书写的

时代出版传媒股份有限公司  
安徽美术出版社  
全国百佳图书出版单位

当代硬笔书法名家金牌教程丛书

# 行书常用5000字

张文海 著

 时代出版传媒股份有限公司  
安徽美峰出版社  
全国百佳图书出版单位

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

行书常用5000字 / 张文海著. —合肥 :  
安徽美术出版社, 2011.12  
(当代硬笔书法名家金牌教程丛书)  
ISBN 978-7-5398-3122-0

I. ①行… II. ①张… III. ①硬笔书法—行书—教材  
IV. ①J292.12


中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第278031号

## 当代硬笔书法名家金牌教程丛书

# 行书常用5000字

XINGSHU CHANGYONG WUQIANZI

张文海◎著

出版人：郑可            选题策划：毛春林  
责任编辑：毛春林        责任校对：司开江 林晓晓  
封面设计：陈强          版式设计： 安徽美术出版社

责任印制：李建森 徐海燕

出版发行：时代出版传媒股份有限公司

安徽美术出版社 ( <http://www.ahmscbs.com> )

地 址：合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版传媒广场14层

邮 编：230071

营 销 部：0551-3533604 ( 省内 ) 0551-3533607 ( 省外 )

印 制：北京市雅迪彩色印刷有限公司

开 本：787mm×1092mm 1/16

印 张：2.75

版 次：2012年5月第1版

印 次：2012年5月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5398-3122-0

定 价：9.00元

如发现印装质量问题，请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问：安徽承义律师事务所孙卫东律师

# 目 录

## 甲表

一画、二画、三画、四画 .....	1
五画 .....	2
六画 .....	3
七画 .....	6
八画 .....	8
九画 .....	12
十画 .....	16
十一画 .....	19
十二画 .....	22
十三画 .....	25
十四画 .....	27
十五画 .....	28
十六画、十七画 .....	30
十八画、十九画、二十画、二十一画、二十二画 .....	31
二十三画、二十四画 .....	32

## 乙表

三画、四画、五画、六画、七画、八画、九画 .....	32
十画、十一画 .....	33
十二画、十三画、十四画 .....	34

十五画、十六画、十七画、十八画、十九画·····	35
二十画、二十一画、二十二画、二十三画、二十五画·····	36

## 丙表

二画、三画、四画、五画、六画、七画·····	36
八画、九画、十画·····	37
十一画、十二画·····	38
十三画、十四画、十五画、十六画·····	39
十七画、十八画、十九画、二十画、二十一画、二十二画、二十三画、二十四画、二十五画、三十画、三十六画·····	40

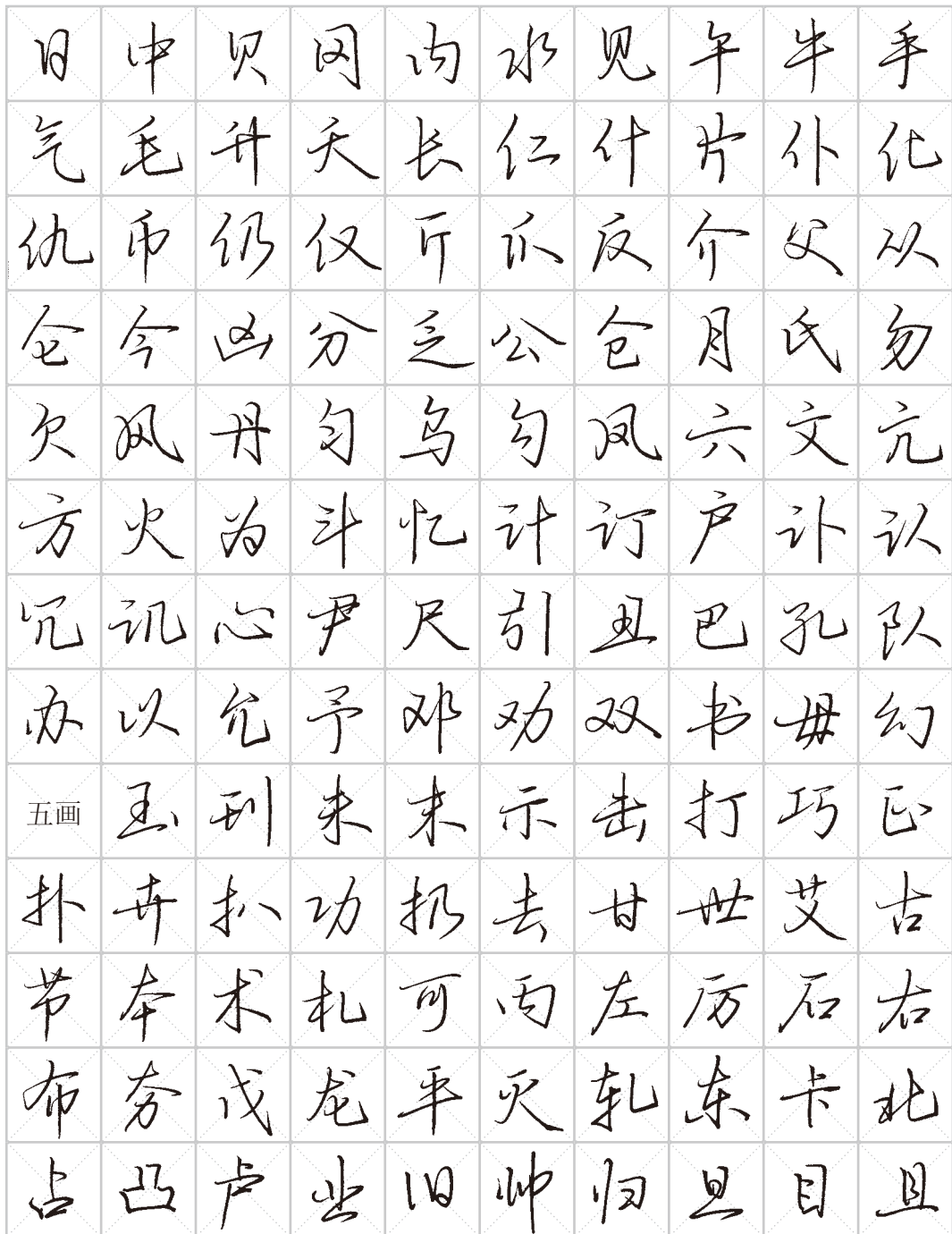
（注：此书根据2006年教育部、国家语言文字工作委员会发布的《汉字应用水平等级及测试大纲》和《汉字应用水平测试字表》编写。《汉字应用水平测试字表》总字量为5500字，分别是甲表4000字，乙表500字，丙表1000字，因丙表使用频率低，特留前500字。）

甲表									
一画	一	乙	二画	二	十	丁	厂	七	卜
八	人	乚	儿	匕	几	九	刁	了	刀
力	乃	又	三画	三	干	于	亏	工	土
士	才	下	寸	火	丈	与	万	上	小
口	山	巾	干	乞	川	亿	个	夕	久
么	勺	凡	丸	及	广	亡	门	丫	义
之	尸	己	巳	巳	弓	子	卫	也	女
刃	飞	习	又	马	乡	么	四画	丰	王
开	井	天	夫	元	无	韦	云	专	丐
扎	廿	艺	木	五	支	厅	册	不	犬
太	区	厉	歹	友	尤	厄	匹	车	巨
牙	屯	戈	比	互	切	瓦	止	少	曰



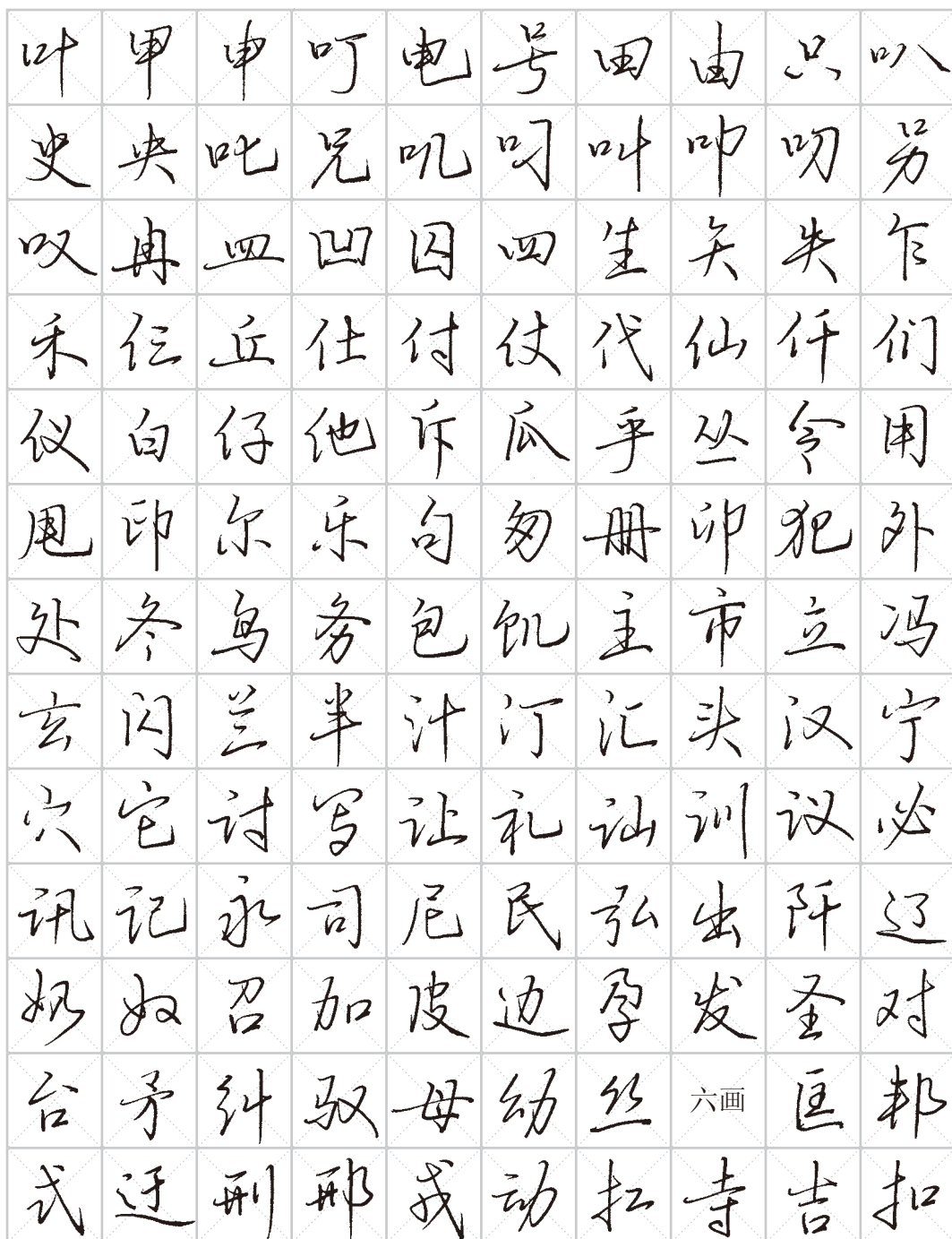
### 写字和书法有什么不同？

写字与书法，是两个不同的概念。写字是指通过临帖练习掌握字的基本写法和合理结构，把字写端正、匀称、整齐和清楚。书法则是对汉字的一种艺术加工美化，在掌握了基本功的基础上，吸取前人



写字和书法有什么不同？（续）

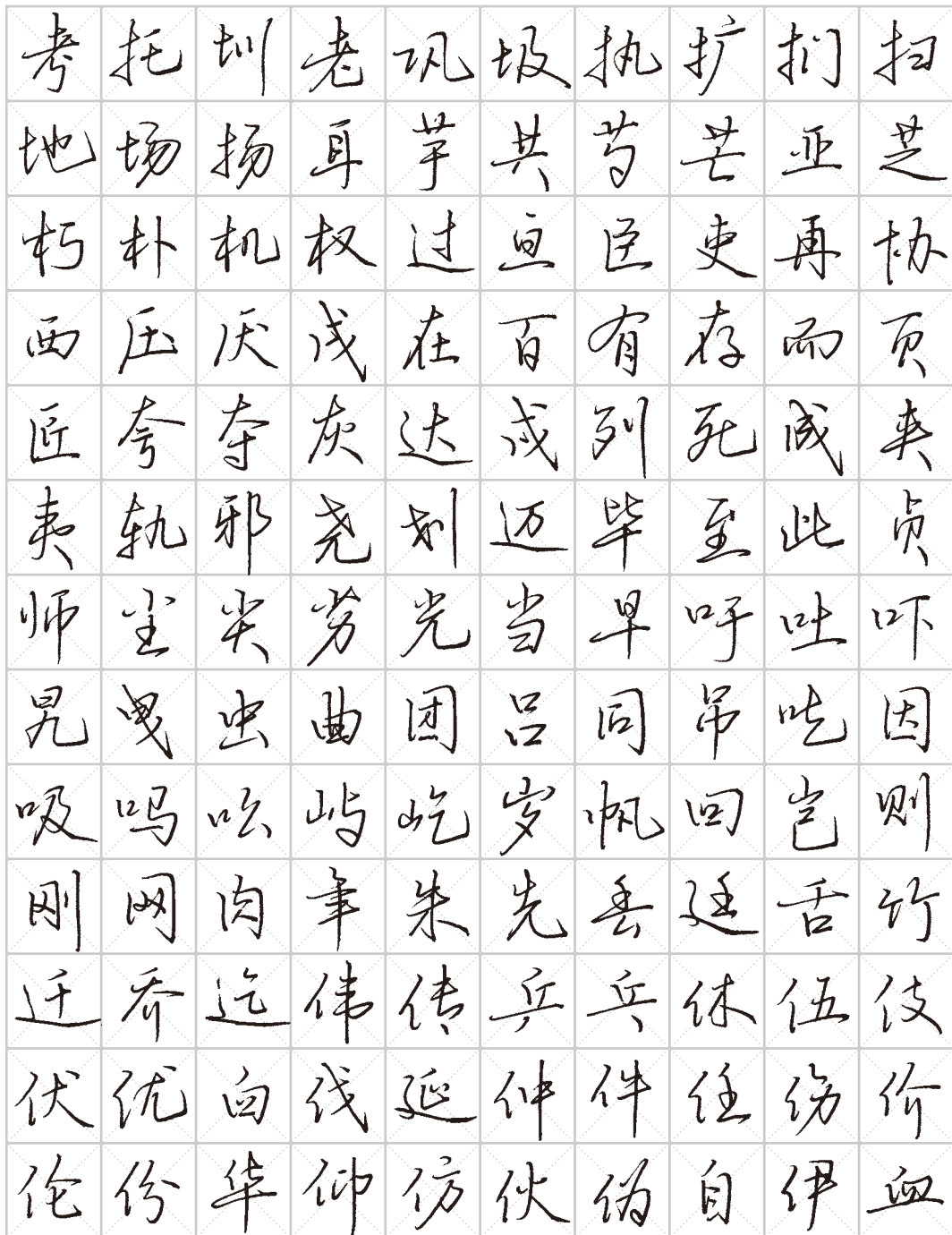
在书法方面的创作成就，逐步确立具有个人风格的书体，把字写得有力度、有深度、有趣味，自然、活泼，兼有表意抒情的追求。换句话说，书法是研究如何创作既讲究字内功夫又注重整体效果艺术的。



### 写字和书法有什么不同？（续）

我们很多同学，写字还没有掌握基本的要领，上来就“龙飞凤舞”自行发挥，实际是得不偿失，离练字的距离越来越远。养成了坏习惯，不仅字写不好，还会影响工作、学习等各个方面。因此，





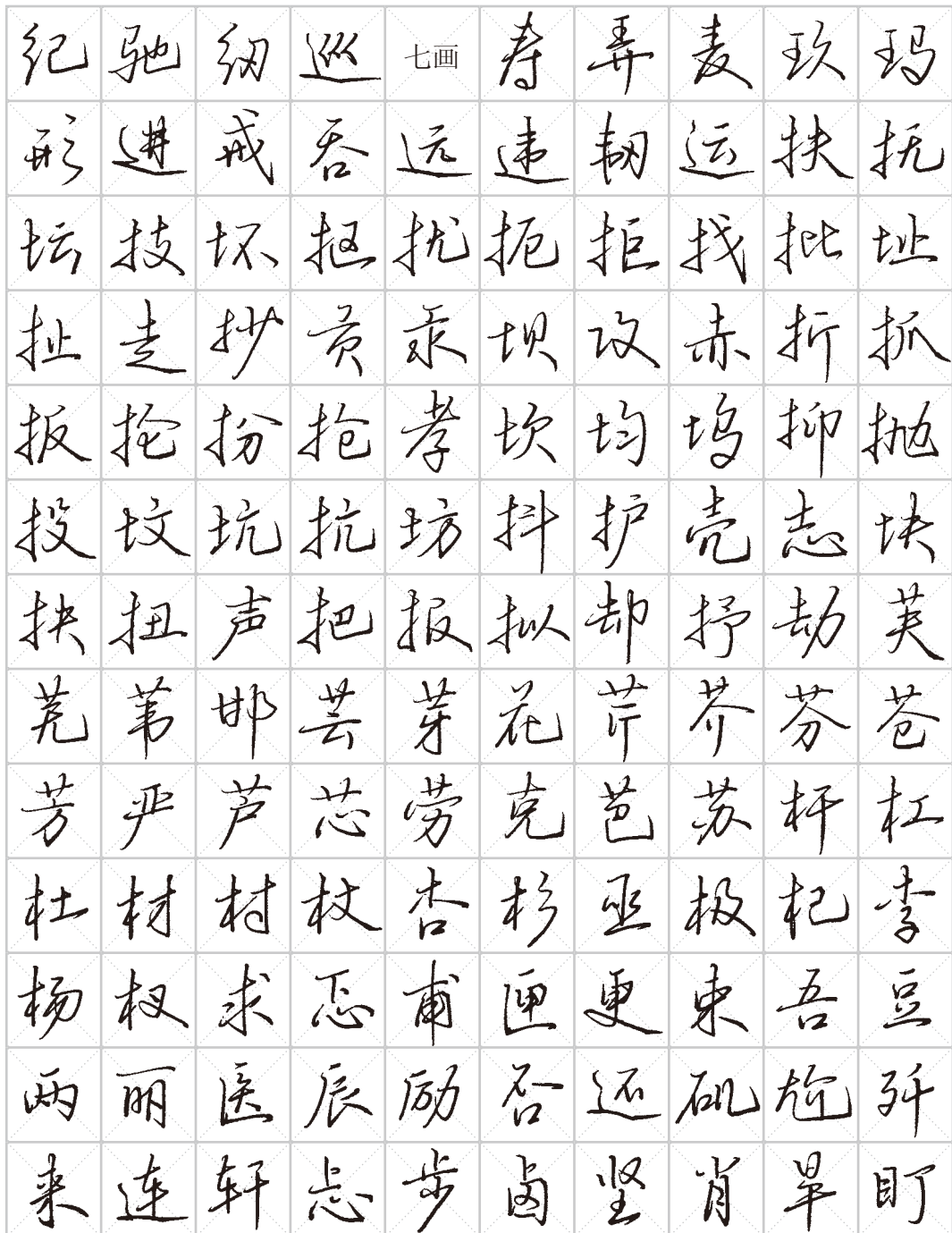
写字和书法有什么不同？（续）

我们现在学习硬笔书法，一开始就应该明确：要学习书法，首先要写好字。现在这个阶段，要认真真、踏踏实实，一步一个脚印地走完“写字”这个过程。



每天要练多少时间，怎样安排好呢？

一小时、半小时都可以，关键在于认真和持久。写钢笔字方便简易，在各种场合几乎都能练习。最好能把学习写字与写作业、写作文、记日记等应用相结合，那么你每天就会有更多时间



每天要练多少时间，怎样安排好呢？（续）

来练习写字，效率自然高了。我国古代很多人的毛笔字写得好，正是由于学与用相结合的缘故。



要是认真练习，多久可见效？

古人说“字无百日之功”。这是指写毛笔字而言，至于写钢笔字，比学毛笔字容易，只要方法正确，持之以恒，就会不断进步。要勤动笔，勤思考，不断总结经验。有进步不自满，遭挫折



要是认真练习，多久可见效？（续）

不灰心，学习虽然艰苦，但更多的却是欢乐与收获。每一个热爱学习，热爱劳动的人，在他耕耘的土地上，绝不会一无所获。



我是一个驾驶员，笨重的汽车我能驾驭自如，可用小小的钢笔却写不出刚劲有力的字，这是什么原因？

写字，不是靠蛮力，而是眼睛和大脑的集体配合，掌握了其中较复杂的技巧，才能于方寸之间见精神。钢笔的特性是笔尖坚



我是一个驾驶员，笨重的汽车我能驾驭自如，可用小小的钢笔却写不出刚劲有力的字，这是什么原因？（续）

硬，写出的线条应刚劲、挺拔、流畅。因此，钢笔字的书写速度快，即使写一篇工整的小楷，每一笔都应当用较快的速度书写，

念	贫	忿	瓮	肤	肺	肢	肿	胀	朋
股	肮	肪	肥	服	胁	周	剌	昏	鱼
兔	狐	忽	狗	犴	咎	备	炙	饯	饰
饱	饲	冽	变	凉	享	庵	店	夜	庙
府	底	疰	疙	疚	痍	剂	卒	郅	庚
度	净	妾	盲	放	刻	育	氓	阐	闹
郑	券	卷	单	炬	炖	炒	炊	炕	炎
炉	沫	浅	法	泄	洁	河	沾	泪	沮
油	泊	沿	泡	汪	泣	泞	泻	泌	泳
泥	沸	泓	沼	波	泼	泽	治	恒	怯
怵	怖	怦	性	怕	怜	怪	怡	学	宝
宗	定	宠	宜	审	宙	官	空	帘	亨
宛	实	试	郎	诗	肩	房	谈	诚	衬



我是一个驾驶员，笨重的汽车我能驾驭自如，可用小小的钢笔却写不出刚劲有力的字，这是什么原因？（续）

其笔画才显得简洁、明快、刚劲有力，若运笔太慢，则写出的字笔画迟滞，软弱无力，反而失去韵味。





在辅导中教师和家长应注意哪些具体问题？

初学钢笔，应要求孩子把字写得大些，这是掌握结构和笔法的好方法，这样不会使眼睛和手太紧张，而且容易看到问题，找出毛病，便于以后的书写和发展。