

明日共潮生。

5000最常用词

钱建忠 编写

江上白沙看不见，江天一色无纤尘，皎
孤时轮。江畔何人初见月？江月何
人？人生代、无常已，江月年年、长相
江月待何人，但见长江送流水，白
然，青枫浦上不胜愁。谁家今夜
何处相思明月楼？可怜楼上月徘徊

● 练习写字的好朋友

● 升级考段的好助手

卷不去，捣
相闻，愿逐
与谁长飞光不度，鱼龙潜跃
昨夜闲潭梦落花，可怜春事不还
上海大学出版社
“春江花月夜” 钱建忠书

钢笔行书速成字帖

P
5000 最常用词

钢笔行书速成字帖

钱建忠 编写

上海大学出版社

内 容 提 要

本书的钢笔行书,既有传统书法的功底,又有时代特色,其点画圆润精到,线条流畅自然,结构平中见奇。作者从事书法教学数十年,学生逾万。读者认真临摹本帖后书写水平肯定会有较快提高,从而能顺利地通过升级考段。

本书共分两大部分:第一部分为钢笔行书摹写训练,第二部分为钢笔行书临写训练。书末附录中作者书写古诗和临写古帖若干,可供读者作进一步提高用。

本书十分适合初、高中学生,中专、职校、技校学生和广大书法爱好者使用。

5000 最常用词钢笔行书速成字帖

钱建忠 编写

上海大学出版社出版、发行	上海市延长路 149 号
新华书店经销	上海市印刷七厂一分厂印刷
开本 787×1092 1/16	印张 9 字数 220 千字
1998 年 9 月第 1 版	2001 年 2 月第 2 次印刷
印数 10 001—13 000	

ISBN 7-81058-052-3/G·008 定价:12.80 元

前言

编写本帖的心愿,是使初、高中学生,以及中专、职校、技校学生和广大书法爱好者在临摹本帖后,书写水平有较快提高,从而能较顺利地通过升级考段。

艺术类学科的学习一般都是从临摹开始的,学习写字尤其如此。

临摹是提高书写水平的唯一途径,点画、运笔、结构、行气、篇章等都必须经过严格的临摹训练。

本书的第一部分为摹写训练,第二部分为临写训练。摹,容易得其形;临,容易得其神。摹临结合,循序渐进,方能达到形神兼备的效果。

在书末附录中作者书写古诗和临写古帖若干。为尊重古帖,繁体字仍从其旧;书写的古诗则全部采用标准简化字。这部分内容供书法爱好者作进一步提高用。

编写此帖,作者遵循以下两条原则:

一、注重实用性

本帖所选的 5000 个最常用词,参考了北京语言学院出版社 1986 年出版的《现代汉语频率词典》一书。这 5000 个最常用的词是从使用频率较高的 8500 个词中选出来的,因此这些词具有较高的实用价值。

二、注重书写的正确方法

汉字有几万个,而基本点画仅有八笔(俗称“永字八法”),即点、横、竖、撇、捺、挑、钩、折。本帖书写极注重点画的起笔、行笔、收笔的形态特点,因此读者临摹后,对升级考段大有裨益。

在正确书写基本点画的基础上,要想进一步提高书写水平,就应该在运笔上多下工夫。字是通过手的运动而

产生的,学写字,就要研究手的运动。中国的书法之所以能成为全世界独一无二的艺术,其奥秘全在于此。

运笔使点画呼应,线条流畅,形态活泼,意境深远,运笔时的提按顿挫,轻重快慢,使字充满了生命的节奏。经过临摹训练,任何人笔下的点画都会有一种呼应、连贯、一气呵成的韵致。

时代节奏加快,学生们愈加关心如何在较短的时间内练得一手好字。可是不少学生花了大量时间,练了近十年的字,还羞于示人,其原因在于不讲究练字的正确方法,重复错误的动作,量变难以形成质变。

每天练字不在于量多,运用正确的方法,持之以恒地练习,这才是最重要的。只有在点画和运笔上狠下工夫的人,才能以较快的速度获得成功。

谨以此书献给所有的钢笔书法爱好者。

钱建忠

1998年8月

封底文字

来 知 矣 道

一、钢笔行

我	们	他	们	什	么	自	己	主	义	中	国
起	来	这	样	时	候	没	有	工	作	人	民
同	志	可	以	知	道	出	来	已	经	现	在
革	命	社	会	可	是	问	题	一	定	国	为
怎	么	东	西	敌	人	许	多	生	产	孩	子
一	样	研	究	世	界	大	家	发	展	思	想
为	了	工	人	阶	级	所	以	地	方	主	席
今	天	如	果	这	里	国	家	科	学	眼	睛
经	济	而	且	进	行	时	间	常	动	能	够
斗	争	群	众	应	该	学	习	情	况	妈	妈
这	么	觉	得	一	切	需	要	先	生	方	面
关	系	历	史	特	别	事	情	不	过	完	全
虽	然	运	动	青	年	必	须	重	要	怎	样
声	音	解	放	好	像	朋	友	政	治	一	般
主	要	认	识	由	于	告	诉	技	术	建	设
对	于	有	的	准	备	领	导	咱	们	只	要
要	求	组	织	不	同	性	利	伟	大	或	者
一	起	非	常	当	时	宜	然	学	生	原	来

现在

过	去	参	加	民	族	同	时	忽	然	因	系
实	际	一	下	民	主	解	决	发	现	方	法
因	难	部	分	多	少	后	来	战	争	就	是
最	后	干	部	任	务	提	高	苍	苍	决	定
一	真	希	望	然	后	又	系	其	他	高	兴
成	为	太	阳	帮	助	意	见	知	认	之	间
力	量	精	神	变	感	经	验	不	断	反	对
工	业	发	生	继	续	系	体	帝	国	作	用
得	到	清	楚	认	为	并	且	了	解	措	误
出	现	因	此	老	师	感	到	姑	娘	容	易
文	章	注	意	活	动	晚	上	书	记	衣	眼
子	是	注	本	资	本	人	家	十	分	根	据
现	代	战	斗	教	育	资	产	文	化	实	然
基	础	常	常	中	间	政	府	有	些	学	校
中	央	正	确	地	区	战	士	出	去	以	前
基	本	只	是	样	子	明	白	回	答	整	个
听	见	人	类	马	上	要	是	部	队	前	进
总	是	祖	国	接	着	理	沉	影	响	任	何

种 种 种

利	用	批	评	事	出	也	许	各	种	东	远
增	加	制	度	计	划	经	过	别	人	建	主
实	现	完	成	所	有	人	员	年	轻	相	信
基	础	稳	健	农	业	创	造	之	刻	喜	欢
然	而	表	示	飞	机	方	向	代	表	表	议
乙	程	计	算	意	思	身	体	时	代	安	践
时	期	应	当	之	后	仿	佛	变	化	全	部
仍	然	几	乎	将	来	文	艺	似	乎	以	及
生	命	更	加	使	用	产	生	努	力	存	在
认	真	取	伍	自	然	机	会	农	民	愿	意
坚	持	关	于	经	于	速	度	严	重	自	幼
比	较	矛	盾	过	程	仿	成	成	成	学	表
道	路	现	象	水	平	她	们	总	理	女	人
真	正	首	先	巨	大	团	团	机	器	化	学
委	员	作	为	志	度	除	了	消	息	取	得
刚	才	屋	子	土	地	日	子	有	时	事	实
其	实	幼	物	材	料	旁	边	心	为	儿	子
明	天	门	口	眼	旁	熟	情	电	影	统	治

规	律	听	说	发	动	如	河	核	查	不	汉
曾	经	只	好	案	在	系	统	团	结	房	子
理	想	不	管	具	有	破	坏	指	挥	今	年
主	任	不	久	物	质	说	明	简	直	地	球
通	过	石	油	统	一	联	系	还	速	改	变
结	束	大	量	负	责	规	定	艺	术	古	年
休	息	空	气	经	常	从	来	广	大	侵	略
政	策	城	市	大	会	丰	富	答	应	原	则
意	义	危	险	其	中	幸	福	改	造	本	来
数	学	个	人	女	儿	难	道	电	话	介	绍
平	原	中	心	简	单	老	人	头	发	奇	怪
感	情	分	子	玻	璃	称	极	内	容	爷	爷
引	起	外	面	重	新	懂	得	哲	学	环	境
工	厂	故	事	建	筑	真	确	下	午	制	造
利	益	能	力	按	照	封	建	叫	做	反	映
大	概	成	主	大	学	身	子	缺	点	另	外
决	心	结	合	集	中	管	理	粮	食	美	丽
道	理	太	太	教	师	唯	物	指	导	长	期

达	到	外	国	讨	论	司	前	气	候	妇	女
小	时	大	夫	掌	握	发	表	进	步	五	相
哥	哥	机	美	铁	路	火	车	责	任	名	字
回	击	美	心	合	作	即	使	到	处	自	由
左	右	保	证	下	面	家	庭	至	子	指	示
石	头	紧	张	产	品	特	点	具	体	以	来
无	论	消	灭	艰	苦	眼	前	显	得	同	样
生	物	形	式	坚	决	所	谓	记	得	医	生
办	公	武	器	如	此	国	际	保	护	昨	天
渐	渐	压	迫	大	气	振	告	赶	快	接	受
部	门	加	强	感	觉	底	下	天	空	采	取
共	同	处	理	总	结	乙	夫	早	晨	亲	自
资	料	单	位	司	的	睡	觉	有	些	最	近
阳	光	从	前	耳	朵	心	情	听	得	指	出
实	行	剥	削	地	方	春	天	经	理	局	长
同	学	地	主	附	近	司	意	军	队	执	行
宣	传	产	量	乙	农	批	判	支	持	超	过
打	击	壮	子	行	幼	普	通	代	表	着	急

彻	底	仔	细	吼	固	尾	巴	落	后	战	线
机	械	原	因	结	构	粉	碎	从	此	方	针
真	理	地	面	大	约	激	动	效	果	领	袖
传	统	结	果	充	满	内	部	成	绩	表	面
独	立	眼	泪	军	事	报	纸	桌	子	作	品
召	开	改	革	党	委	属	于	刚	刑	温	度
农	村	充	分	阵	地	程	度	专	门	企	业
控	制	阶	段	合	成	标	准	人	口	加	工
年	代	提	洪	恢	复	直	到	尤	其	确	实
究	竟	例	如	商	品	就	是	地	位	高	度
证	明	人	物	眼	光	高	原	字	宙	食	物
客	人	发	挥	熟	悉	可	怜	欢	迎	纤	维
奉	行	意	识	获	得	老	板	医	院	作	风
纪	念	全	面	比	如	保	持	兴	奋	志	记
工	具	复	来	这	接	广	泛	谈	书	著	作
深	刻	冬	大	后	害	考	虑	危	斧	专	政
客	观	党	员	逐	渐	调	查	颜	色	运	输
公	司	严	肃	没	备	价	值	集	体	减	少

第	第	和	平	教	学	本	间	中	学	上	级
习	惯	观	察	武	装	生	长	根	本	规	模
直	接	院	子	东	北	运	用	开	展	帽	子
鼻	子	不	错	金	属	大	娘	失	败	傲	美
原	料	意	志	先	进	秘	密	奋	斗	因	素
赶	紧	牺	牲	平	净	起	义	成	功	扩	大
通	过	进	入	权	利	商	量	位	置	放	心
一	致	情	形	加	以	既	然	代	替	试	验
棉	花	集	团	依	靠	古	代	乞	许	形	势
衣	即	担	心	当	作	少	数	作	物	平	均
庄	稼	争	取	展	开	遇	到	里	边	克	服
黑	暗	随	便	设	计	进	改	必	要	往	往
之	一	重	大	特	殊	教	训	联	合	骆	驼
分	子	普	遍	因	而	小	心	有	利	一	带
强	烈	连	忙	尽	管	庄	用	叙	叙	实	验
分	析	有	关	哈	哈	妹	妹	号	召	负	献
聪	明	交	通	发	明	资	源	观	点	塑	料
家	伙	可	以	势	力	强	大	现	实	可	爱

光	荣	脑	子	培	养	小	姐	质	量	世	纪
性	度	政	叔	制	定	增	长	演	员	科	研
毕	业	痛	苦	老	实	情	绪	生	气	沙	漠
教	授	承	认	不	用	停	止	坚	定	回	头
害	虫	国	民	主	现	战	役	海	洋	战	场
力	气	沉	重	系	用	事	物	奶	奶	共	和
少	年	小	学	年	纪	故	意	兴	趣	方	便
电	子	钢	铁	以	长	措	施	燃	烧	情	悄
现	众	爆	发	距	离	出	发	保	丑	安	排
打	算	拼	命	叶	子	辩	证	育	纹	方	式
舒	眼	时	刻	命	令	命	绝	法	制	植	物
范	围	放	大	品	种	见	面	解	释	主	意
分	布	面	积	重	量	作	战	逐	步	著	名
脑	袋	地	质	卫	生	专	家	富	户	安	全
今	后	分	量	避	免	淡	话	脚	步	战	略
密	切	电	视	阴	谋	纪	律	如	今	肩	膀
此	外	值	得	背	后	部	长	明	确	预	备
主	人	语	言	限	制	期	间	目	标	快	乐

反	而	调	整	浑	身	医	院	主	张	行	为
适	存	前	途	以	袋	成	就	端	意	上	脉
博	物	复	天	推	动	是	否	准	确	之	中
相	同	看	来	接	近	对	待	当	前	大	建
商	店	警	察	文	件	深	入	身	边	全	体
命	运	不	论	脾	气	改	善	讲	话	接	触
健	康	本	领	无	数	对	付	谢	谢	发	育
危	机	持	务	战	胜	立	场	选	举	吸	收
呼	吸	理	解	信	心	热	烈	反	正	动	作
少	爷	细	菌	细	胞	跟	前	跟	行	正	常
平	等	亲	切	等	子	玉	少	皮	肤	科	长
森	林	姐	姐	相	互	半	天	革	果	小	说
愉	快	惟	一	手	段	局	面	光	辉	动	手
大	地	村	子	确	定	仿	织	人	才	贯	彻
符	合	对	象	翅	膀	空	中	鼓	舞	醉	子
本	身	自	从	相	反	肯	定	政	委	科	技
地	形	满	足	灌	溉	照	片	老	虎	教	导
广	播	访	问	促	进	宣	布	好	处	转	移

勇	敢	无	病	嫂	子	招	呼	土	壤	改	进
病	人	椅	子	职	乙	水	泥	奴	束	节	约
来	来	机	构	送	择	适	合	素	爱	客	气
要	紧	严	格	蓄	待	的	确	脂	色	物	休
将	军	生	意	草	原	西	北	企	围	成	来
猜	遍	照	顾	游	击	方	案	合	理	走	羽
娘	终	热	闹	平	静	漂	亮	可	惜	微	微
能	源	大	众	心	号	分	配	份	份	消	失
人	造	红	旗	强	调	浪	费	改	未	寻	找
幸	苦	脱	离	开	辟	迷	汉	鼓	励	估	计
检	验	大	陆	缺	乏	半	夜	地	震	气	温
降	低	创	作	车	站	神	经	成	熟	兄	弟
骄	傲	总	之	新	鲜	温	暖	吃	惊	开	天
晚	得	唯	心	价	格	乙	今	猴	子	通	讯
无	跟	帮	忙	无	法	机	床	有	出	原	理
道	德	爱	情	支	援	害	怕	痛	快	面	貌
是	无	洋	细	对	面	物	理	盆	地	小	麦
十	月	牲	口	来	然	打	仗	运	当	路	止

难	过	天	文	月	亮	火	柴	参	观	其	余
燃	料	强	度	幼	力	平	方	生	幼	课	程
千	克	罢	工	重	视	记	者	本	质	压	力
发	扬	自	觉	嘴	巴	正	好	拥	护	思	索
麻	烦	急	忙	鞭	炼	手	术	数	量	河	流
平	衡	色	围	嘴	唇	学	术	影	子	团	体
树	林	煤	油	电	灯	激	烈	房	间	合	适
高	大	草	地	结	婚	遵	守	星	星	山	头
操	作	丈	夫	遭	到	文	字	轮	船	发	达
一	齐	结	实	构	成	彼	此	夫	去	研	制
汽	油	班	长	授	降	主	力	厘	米	议	器
司	令	配	合	不	安	径	历	白	大	印	刷
工	艺	地	势	作	家	任	定	心	脏	事	件
炮	弹	测	量	星	期	推	翻	首	都	秋	天
街	道	公	路	碧	时	议	论	感	谢	感	幼
安	静	支	部	玉	来	修	改	英	勇	赞	成
谈	者	转	变	市	场	生	存	缺	少	便	宜
绝	对	初	步	分	队	蒸	汽	桥	梁	综	合

模	样	移	动	厂	长	业	考	牙	齿	冤	悟
印	象	同	情	干	万	看	法	好	看	地	点
想	法	居	然	蜜	蜂	整	风	主	方	地	国
血	管	形	状	抗	战	呈	著	通	反	区	别
司	光	交	换	从	事	交	才	课	本	善	子
出	版	教	员	尖	锐	官	僚	地	下	大	人
长	征	布	置	意	外	训	练	笑	容	保	存
宝	贵	品	虫	卫	星	电	力	男	人	记	忆
骨	头	作	业	随	时	神	气	绳	子	情	景
收	拾	连	续	毫	不	美	键	状	态	小	来
硕	客	片	面	临	时	格	外	危	害	提	倡
损	失	反	抗	威	胁	提	入	可	怕	据	说
县	委	装	置	消	费	首	长	发	电	飞	行
气	象	拒	绝	结	论	营	养	法	律	种	子
照	相	音	乐	学	问	行	政	显	示	马	路
空	前	积	累	公	国	供	给	担	任	整	齐
依	然	突	出	四	周	眉	头	动	员	勇	气
性	能	登	订	兵	团	状	况	人	心	基	地