

颜柳欧赵楷书《千字文》

柳体

千字文

书写 萧毅

主编 程同根

审定 薛夫彬



會盟何遵
起翦頗牧
沙漠馳譽

图书在版编目 (CIP) 数据

颜柳欧赵四体《千字文》. 柳体 / 程同根编. —北京:
华夏出版社, 2003.5
ISBN 7-5080-3052-4

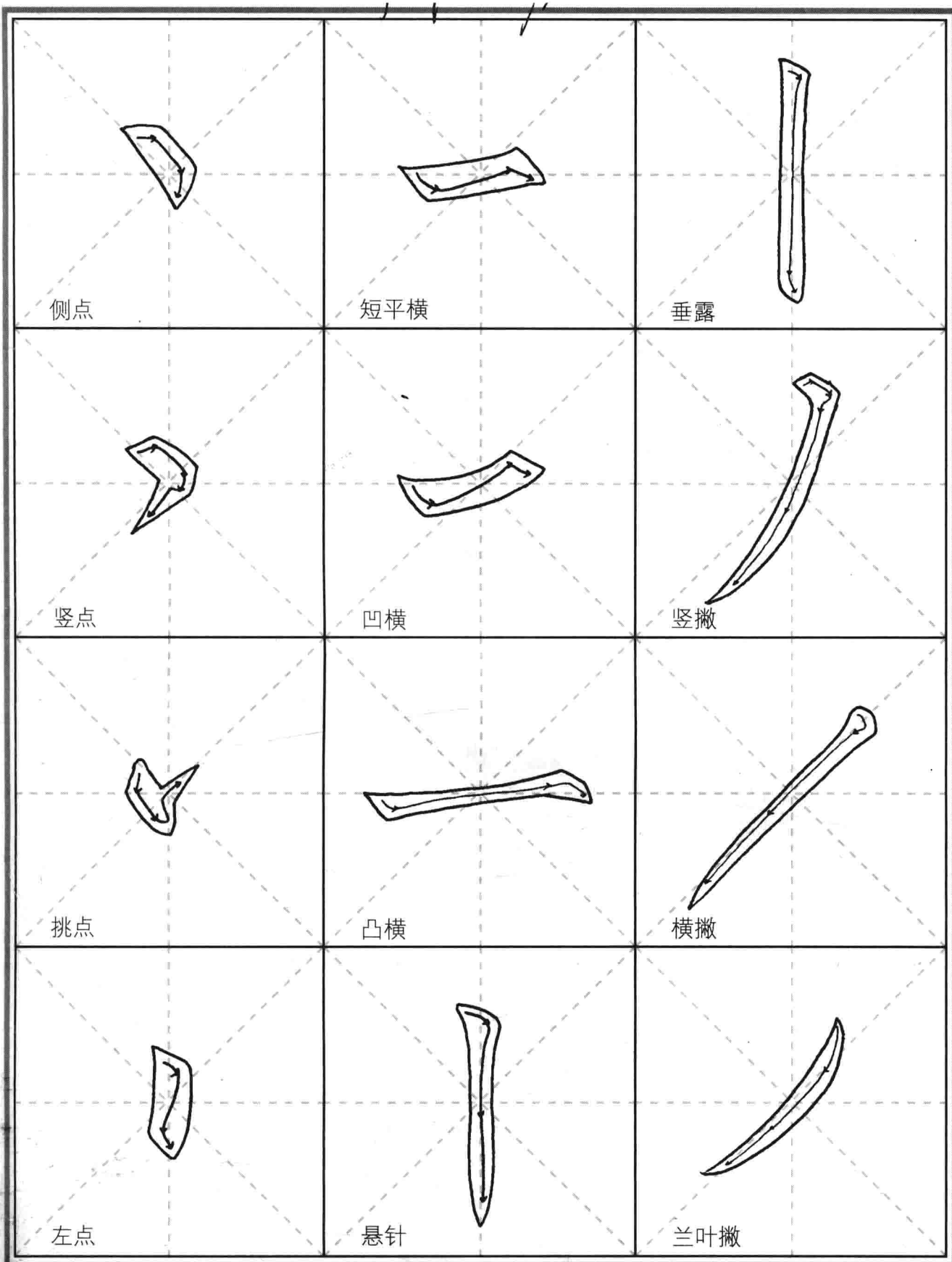
I. 颜... II. 程... III. 楷书—法帖—中国—唐代
IV. J292.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 032153 号

出版前言

《三字经》、《百家姓》、《千字文》，俗称“三百千”，是影响大而流行广的启蒙读物。明代思想家吕坤曾说：“初入社学，八岁以下者，先读《三字经》以习见闻，读《百家姓》以便日用，读《千字文》以明义理。”“三百千”将早期的识字教育与中国的历史文化，以及人格修养的教育巧妙地融合在了一起。言辞简炼，含义丰富，朗朗上口，便于诵读。不过儿童早期的识字、写字与启蒙老师的教学是不能分离的，古代的启蒙老师多亲自用端楷书写“三百千”，供学童识字、摹写和临仿之用。然而人们习字多从颜体入手，而后柳、欧、赵诸体，可惜前人未能给我们留下用此四体书写的“三百千”。人们很难将中国传统文化教育与识字和写字的教育完美地结合起来，实在是一件憾事。我们邀请了当代于颜、柳、欧、赵四体有专攻的实力派书家，分别用四家体书写“三百千”以飨社会。为了便于今日国人乃至世界爱好中国文化和艺术的友人阅读使用，在范字旁除了加注了拼音和简化字外，对文句的内容也作了深入浅出，简明扼要的解析，同时还将《三字经》、《千字文》译成了英文。一册在手，其用多矣。开卷有益，执笔有获。

为了便于初习书法者更好的使用此书，书后还附录了执笔、运笔的要领和方法，以及各家书体的特点及其与用笔的关系。读者在习字前最好先熟悉此附录，以便能有较快的进步。

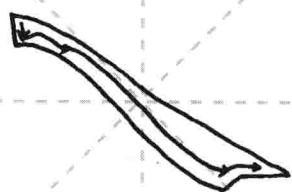


执笔的要求与方法

执笔的要求是便于灵活运笔，古人要求“指实掌虚”。“指实”才可以运笔精微，“掌虚”才可以使转自如。此四字乃初学执笔须用心领会掌握的金科玉律。“指实”是指用“指头”与笔杆接触握管，指若能实，掌必然为虚。掌如不虚，则指必然不实。

柳体的用笔特点及用笔要求

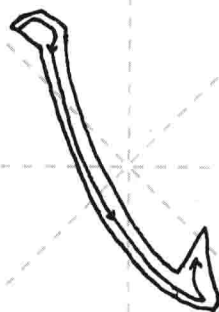
柳体的用笔兼用颜、欧之法。圆转中见清峻，以瘦劲见长。然瘦而不枯，劲中见腴，是其独到之处，亦是习柳者难于企及之处。选笔若不得法则更不易到。欲显其劲用硬毫。故作柳字当用以硬毫为主的兼毫笔，如“七紫三羊”之笔，便当合用。柳体的点画运转之法附上供摹习参考。



纵捺



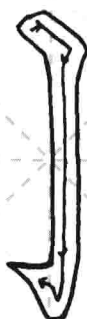
挑画



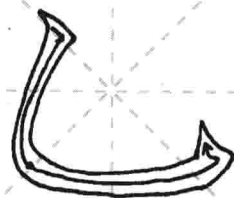
斜勾



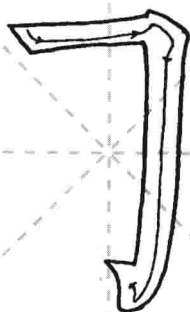
横捺



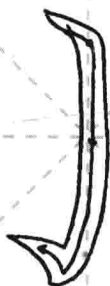
竖勾



竖弯勾



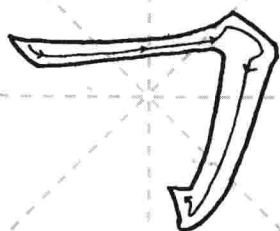
高折



弧弯勾



心勾



横折



横勾



右向勾

天

宇

日

地

宙

月

玄

洪

盈

黄

荒

昃

天 地 玄 黄，
宙 洪 荒。

At the beginning of the universe, the sky was dark, the earth was yellow and the universe was in a primitive state.

日 月 盈 昃，
辰 宿 列 张。

日出日落，月圆月缺，星辰遍布在无边的天空中。

天是黑色的，地是黄色，茫茫宇宙形成于远古的混沌时代。

辰

宿

列

張

寒

来

暑

往

秋

收

冬

藏

Sunrise and sunset as all phases of the moon can be seen as well and stars spread all over the sky.

hán lái shǔ wǎng
寒 来 暑 往，
qiū shōu dōng cáng
秋 收 冬 藏。

冷天来了，热天走了，如此循环不断。秋天里人们忙着收割粮食，冬天里人们又忙着储藏。

As summer goes and winter comes, people are busy harvesting in autumn and storing grain in winter.

閏

律

雲

餘

呂

騰

成

調

致

歲

陽

雨

rùn yú chéng suì
閏 余 成 歲，
lǚ lǚ tiáo yáng
律 呂 調 陽。

积累数年的“閏”，并成一
月，构成閏年。古人用
六律六呂来调节阴阳。

Leap days accumulate a leap
year. Bamboo pitch pipes of
ancient China adjust Yin and
Yang (the two opposing
principles in Chinese phi-
losophy, the former is femi-
nine and negative, the latter
is masculine and positive)

yún téng zhì yǔ
云 騰 致 雨，
lù jié wéi shuāng
露 結 為 霜。

云气升到天空，遇冷形
成降雨。露水在夜间碰
上寒气凝结成霜。

露

金

玉

結

生

出

為

麗

崑

霜

水

崗

Meeting cold, cloud changes
into rain and dew into frost.

jīn shēng lì shuǐ
金 生 麗 水，
yù chū kūn gāng
玉 出 昆 岡。

金沙江（又称丽江）里盛
产黄金，昆仑山上盛产
玉石。

Gold is found in Lijiang River
and Jade in Kunlun Moun-
tain.

劍

珠

果

號

稱

珍

巨

夜

李

闕

光

柰

jiàn hào jù quē
劍 號 巨 闕，
zhū chēng yè guāng
珠 稱 夜 光。

最有名的宝剑叫“巨闕”，最贵重的明珠叫“夜光”。

The best-known sword is called Juque and the most valuable pearl called Yeguang.

guǒ zhēn lǐ nài
果 珍 李 柰，
cài zhòng jiè jiāng
菜 重 芥 姜。

水果中的珍品是李子和苹果，蔬菜中最被看重的是芥菜和生姜。

菜

海

鱗

重

咸

潛

芥

河

羽

薑

淡

翔

The best fruits are plum and apple, the best vegetables are mustard and ginger.

hǎi xián hé dàn
海 咸 河 淡，
lín qián yǔ xiáng
鱗 潜 羽 翔。

海水是咸的，河水是淡的。鱼儿在水中游动，鸟儿在天空中飞翔。

Sea water is salty, river water is fresh.

Fish swims in the water and bird hovers in the sky.

始

鳥

龍

制

官

師

文

人

火

字

皇

帝

lóng shī huǒ dì
龙 师 火 帝，
niǎo guān rén huáng
鸟 官 人 皇，

伏羲氏以龙命名官职称为龙师。燧人氏教民钻木取火，故称火帝。黄帝之子少昊氏以鸟命名官职称为鸟官。上古“三皇”，有天皇、地皇、人皇。

Fu Xi named his officials after the names of dragons. Sui Ren drilled wood to make fire. Shao Hao (son of Emperor Huang) named his officials after the names of birds.

shǐ zhì wén zì
始 制 文 字，
nǎi fú yī shang
乃 服 衣 裳。

黄帝的史官仓颉发明了文字，黄帝的妃子嫫祖教人养蚕取丝，人们才穿上了衣裳。



The historian of Emperor Huang created Chinese character. His concubine taught people to raise silk-worm and made clothes from its silk.

tuī wèi ràng guó
推 位 让 国，
yǒu yú táo táng
有 虞 陶 唐。

主动把君位让给功臣贤人的，是舜帝和尧帝。舜号有虞氏。尧初封于陶，后封于唐，故称陶唐氏。

Both Emperor Yao and Emperor Shun abdicated and handed over the crown to another able man.

坐

朝

問

道

周

發

殷

湯

吊

民

伐

罪

diào mín fá zuì
吊 民 伐 罪，
zhōu fā yīn tāng
周 发 殷 汤。

安抚百姓讨伐罪人商纣和夏桀的，是周武王姬发和商君成汤。

Emperor Cheng Tang (the Shang Dynasty) punished the tyrant and comforted the people, so did Emperor Zhou Wu (the Zhou Dynasty).

zuò cháo wèn dào
坐 朝 问 道，
chuí gōng píng zhāng
垂 拱 平 章。

贤明的君主端坐朝廷，态度谦恭地和大臣商量国家大事。

垂

愛

臣

拱

育

伏

平

黎

戎

章

首

羌

Wise and able kings sat still with respect, discussing the state affairs with their officials.

ài yù lí shǒu
愛 育 黎 首,
chén fú róng qiāng
臣 伏 戎 羌。

他们爱抚和养育百姓，
使远方的少数民族俯首
称臣。

Their kindness and mercy made the minority nationalities regard them as their kings.

遐

率

鳴

迓

賓

鳳

壹

歸

在

體

王

樹

xiá	ěr	yī	tǐ
遐	迓	壹	体，
shuài	bīng	guī	wáng
率	賓	归	王。

Throughout the empire all hearts turned to them.

míng	fèng	zài	shù
鳴	鳳	在	树，
bái	jū	shí	chǎng
白	驹	食	场。

凤凰在树上欢叫，白色的马驹在草场上觅食。

远远近近都统一了，全都臣服归附贤君。

白

化

賴

駒

被

及

食

草

萬

場

木

方

The phoenixes were singing
in the tree. The white colts
were eating grass on the
meadow.
Everywhere was the picture
of prosperity.

huà bèi cǎo mù
化 被 草 木，
lài jí wàn fāng
賴 及 万 方。

贤君的教化覆盖着大自
然的草木，贤君的恩泽
施及天下的每一个地方。

The grace of king be-
stowed upon grass and
flowers. The kindness of
king descended in every
corner of the world.