

劉明程

楷
字
文
書



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP
福建美术出版社



劉明楷書千字文

丁亥秋自署



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP
福建美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

刘明程楷书千字文 / 刘明程书. — 福州 : 福建美术出版社, 2010. 7

ISBN 978-7-5393-2361-9

I. ①刘… II. ①刘… III. ①楷书—法书—中国—现代 IV. ①J292.28

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第135425号

刘明程楷书千字文

出版发行：海峡出版发行集团

福建美术出版社

责任编辑：卢为峰

印刷：福州德安彩色印刷有限公司

开本：787×1092mm 1/12

印张：5

版次：2010年7月第1版

印次：2010年7月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5393-2361-9

定价：20.00元

如发现印装质量问题，请寄承印厂调换



劉明程楷書千字文

丁亥秋自序



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP
福建美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

刘明程楷书千字文 / 刘明程书. — 福州 : 福建美术出版社, 2010. 7

ISBN 978-7-5393-2361-9

I. ①刘… II. ①刘… III. ①楷书—法书—中国—现代 IV. ①J292.28

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第135425号

刘明程楷书千字文

出版发行: 海峡出版发行集团

福建美术出版社

责任编辑: 卢为峰

印刷: 福州德安彩色印刷有限公司

开本: 787×1092mm 1/12

印张: 5

版次: 2010年7月第1版

印次: 2010年7月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5393-2361-9

定价: 20.00元

如发现印装质量问题, 请寄承印厂调换

作者简介

刘明程，字百程，室号磐木楼。福建寿宁县人，供职福建省宁德市人事局。福建省书法家协会会员、宁德市书法家协会理事；中华诗词学会会员、福建省诗词学会会员。三十多年来通临诸体法帖，尤其深攻唐楷技法，厚积薄发在创作中得以体现。书法作品多次参加全国性展览，受收藏界青睐。

作品入选《中国钢笔书法精品选》；《二十世纪中国书法家收藏宝典》；《中国书法家作品集》；《当代中华诗词书画展作品集》；《走进上海中国书画名家经典》；《中华当代书画名家墨迹选》；《中国当代书画名家作品大观》等专集。书法及文章登载于《书法报》、《中国书画报》、《中国钢笔书法》等期刊。

编写出版有《学生钢笔书法教程》、《3500常用字楷书临范》、《3500常用字行书临范》、《标准楷书钢笔字帖》、《标准行书钢笔字帖》、《小学生颜体描摹字帖》、《小学生欧体描摹字帖》。



一生做成一件事

自序

少时家道艰辛，曾两度失学。抑郁时经常会用废笔蘸水在四壁泄气，日久黑壁一尘不染，被邻居戏称为洗旧厝。一年暑假，偶然得到一本邓石如字帖残本，大开眼界，手摹心记，兴趣日增。参加工作时正逢改革开放，书店里字帖多了，又使我眼花缭乱，不知所措。有幸得益于归侨诗人卢少洲先生的指点，并馈以《晨曦研墨视羲繇，艺林瑶圃恣遨游》诗句，启发我走上规范的学书之路。

从颜柳入手，上追晋魏，无帖不临。但最为钟情的应是初唐楷书。因为初唐是我国书法史上楷书登峰造极的时期：欧阳询险峻严密，骨气洞达；虞世南道媚圆润，内敛含蓄；褚遂良、薛稷清腴瘦硬，刚柔相济。先师的智慧是艺术的灯塔，使我看到方向，在人生的体验中领受到与古人心灵沟通的快乐。

我自知天资不高，所以不能有很多的爱好，只有写字成了没有间断的活动。回首仓促行程，没什么成就，也就只能做成一件事，写好像样的字我心足矣。从数十年的坚守中，得出几点感悟：

一是继承。纵观浩瀚的书法海洋，古人运用天赋与毕生精力开创了书法艺术先河，所下的功夫是今人无法企及的。现代生活节奏快，有些人在时代快车上搞速成艺术，自诩新潮，招摇过市，我觉得这不过是无根之草，日久必枯。要写好字，脚踏实地，以传统为基，拜先人为师，确定目标，循序前进，才能在实践中领会真谛。发展源于传承，不可能修行不到三日就会得道升天。

二是悟道。历朝碑帖汗牛充栋，一帖在前，犹如与前贤对话。要善于观察总结，方能深入堂奥，摭增知识。常用汉字不过四千，偏旁部首还可以互相借用，触类旁通。经过归纳，掌握一千多个汉字结构和笔法也就够用了，比起学外语记单词不知要容易多少。有了扎实的基本功，结合理论学习，观摩展览，转益多师，接触高水平的作品，视野开阔了，自然水到渠成。

三是积学。凡是艺术都是美的展示，又都是从感动中产生，使创作者和欣赏者都能得到精神的享受。追求美，就是靠近文明。要在物欲横流的环境中，不随波逐流，保持清醒的头脑，从传统的艺术中汲取精华，行万里路，丰富人生积累。所以具备才情和文学功底至关重要。这就是人们常说的字外功夫，同时也证实了字如其人的道理。唐太宗曾评价虞世南有《五绝》：德行、忠直、博学、文词、书翰。只有追求崇高的品格气质，提高全面修养，创作才能信手随心，从容不迫而内涵丰厚，达到《有意于佳乃佳》的境界，使人见了感到亲切和心仪。

感谢福建美术出版社的支持，拙作楷书千字文得以面世，这是对我的鼓励。虽自惭浅薄，但欲能作为书法长城中的一块砖，幸甚至哉。敬请书友同道指正。

千字文
天地玄黄，宇宙洪荒。
日月盈昃，

千

字

文

天

地

玄

黄

宇

宙

洪

荒

日

月

盈

昃

辰

暑

閏

宿

往

餘

列

秋

成

張

收

歲

寒

冬

律

來

藏

呂

辰宿列張。寒來暑往，秋收冬藏。閏余成歲，律呂

調陽。云騰致雨，露結為霜。金生丽水，玉出昆冈。

調

陽

雲

騰

致

雨

露

結

為

霜

金

生

麗

水

玉

出

崑

岡

劍号巨阙，珠称夜光。果珍李柰，菜重芥姜。海咸

菜	夜	劍
重	光	號
芥	果	巨
薑	珍	闕
海	李	珠
鹹	柰	稱

河淡，鱗潛羽翔。龙师火帝，鸟官人皇。始制文字，

河

淡

鱗

潛

羽

翔

龍

師

火

帝

鳥

官

人

皇

始

製

文

字

乃服衣裳。推位让国，有虞陶唐。吊民伐罪，周发

吊	讓	乃
民	國	服
伐	有	衣
罪	虞	裳
周	陶	推
發	唐	位

殷汤。坐朝问道，垂拱平章。爱育黎首，臣伏戎羌。

殷

湯

坐

朝

問

道

垂

拱

平

章

愛

育

黎

首

臣

伏

戎

羌

遐迩一体，率宾归王。鸣凤在竹，白驹食场。化被

白	歸	遐
駒	王	迩
食	鳴	壹
場	鳳	體
化	在	率
被	樹	賓

草木，賴及万方。盖此身发，四大五常。恭惟鞠养，

草

木

賴

及

萬

方

盖

此

身

髮

四

大

五

常

恭

惟

鞠

養

岂敢毁伤。女慕贞洁，男效才良。知过必改，得能

知	贞	岂
过	絜	敢
必	男	毁
改	效	伤
得	才	女
能	良	慕