

LIAONING MEISHUCHUBANSHE

翰逸神飞——感受名家笔底韵律
下必有由——领悟泼墨挥毫奥秘

颜真卿多宝塔碑笔法详解

历代名家笔法解析丛书

多宝塔卷

▲ 辽宁美术出版社

张广茂 著

 辽宁美术出版社

张广茂 著

颜真卿多宝塔碑笔法详解

© 张广茂 2003

图书在版编目(CIP)数据

颜真卿多宝塔碑笔法详解 / 张广茂著. - 沈阳: 辽宁
美术出版社, 2003.10

ISBN 7-5314-3096-7

I. 颜… II. 张… III. 楷书 - 书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 051102 号

出 版 者: 辽宁美术出版社

(沈阳市和平区民族北街 29 号 邮政编码: 110001)

印 刷 者: 沈阳市第二印刷厂

发 行 者: 辽宁美术出版社

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 12

字 数: 3 万

印 数: 4001 - 7000 册

出版时间: 2003 年 10 月第 1 版

印刷时间: 2004 年 5 月第 2 次印刷

责任编辑: 申虹霓

封面设计: 吉 吉

版式设计: 弓 长

责任校对: 劳 神

定 价: 24.00 元

邮购电话: 024-23419474

E-mail: lm1945@yahoo.com.cn

http://www.lnpgc.com.cn

目 录

颜真卿和他的书法艺术 /1

关于多宝塔碑 /6

用笔 /11

一天写多少字 /13

不追求立竿见影的学习效果 /13

持之以恒 /14

书法的情感因素 /14

审美 /15

用心体会历代优秀作品 /16

生活与书法 /16

①修身养性 /17

②耐住寂寞 /17

摹仿自然、摹仿大师 /18

《多宝塔碑》的笔法特点 /19

一、点的写法 /20

上点 /20

右下点 /21

斜点 /21

左圆点 /22

左下点 /22

合三点 /23

开三点 /23

四点水 /23

悬珠点 /24

二、横的写法 /24

粗横 /24

细横 /25

凸横 /25

直横 /26

左尖横 /26

右尖横 /27

横的组合 /27

二横组 /27

三横组 /28

多横组 /28

三、竖的写法 /29

悬针竖 /29

垂露竖 /30

短粗竖 /30

左孤竖 /31

右孤竖 /31

弯头竖 /32

粗竖 /32

四、撇的写法 /33

平撇 /33

直撇 /33

竖撇 /34

弧撇 /34

长撇 /35

短撇 /35

撇的组合 /36

五、捺的写法 /37

直捺 /37

波捺 /37

平捺 /38

尖头捺 /38

六、钩的写法 /39

直钩 /39

弧钩 /40

弯钩 /41

横折钩 /41

横钩 /42

矮钩 /42

竖弯钩 /43

卧钩 /43

戈钩 /44

反钩 /44

耳钩 /45

背钩 /45

八、折的写法 /46

横折 /46

方肩折 /46

反折 /47

走之折 /47

连折 /48

六、挑的写法 /48

附言 /50

附：《多宝塔碑》 /51



颜真卿画像

智者创物，能者述焉，非一人而成也，君子之于学，百工之于技，自三代历汉至唐而备矣。故诗至于杜子美，文至于韩退之，书至于颜鲁公，画至于吴道子，而古今之变，天下之能事毕矣。

宋·苏轼《书吴道子画后》

这是宋代大文学家苏轼对颜真卿书法的高度评价。杜子美，即杜甫，唐代大诗人，被后人尊为“诗圣”。韩退之，即韩愈，唐代大文学家，是“唐宋八大家”之一。颜鲁公即颜真卿因曾被封为

鲁郡开国公，后人亦称“颜鲁公”。吴道子，唐代著名画家。我们用“吴带当风”形容他的艺术风格。苏轼把颜真卿的书法艺术与杜甫的诗、韩愈的文章、吴道子的画相提并论，意思是说他们在各自的领域，达到了登峰造极的境界。

颜真卿和他的书法艺术

颜真卿（公元709—785）字清臣，琅琊临沂（今山东省临沂市）人；亦说京兆万年（今陕西西安）人。

作为我国古代伟大的书法艺术家，颜真卿的名字，可以说很少有人不知道，但是颜真卿又不仅仅是书法家，他还是有唐一代名臣名将。

一位外国学者曾发出这样的感慨“我们十分惊异，在古代，一个人既是杰出的哲学家，同时又是诗人、演说家、历史学家、祭司、执政者和战略家，这样多方面

唐颜真卿书祭侄稿
(50岁作)

此稿是颜真卿悼念从兄颜杲卿之幼子季明的祭文草稿。此稿是直抒胸臆之作，表现了跌宕起伏的悲愤心情。宋人陈深评此帖说：“详玩此帖，纵笔浩放，一泻千里，时出道劲，杂以流丽，或若篆籀，或若铭刻，其妙解处，殆出天造，岂非当公注思为文，而于字画无意于工，而反极其工邪。”宋人陈铎曾用“沉痛切骨，天真烂漫，使人动心骇目，有不可形容之妙……”此帖被后人称为“天下第二行书。”





唐颜真卿书多宝塔碑
(44岁作)

评者认为此碑写得开阔雄壮，丰厚端整，已经具备颜字的基本规模。清代王澐评此碑说：“鲁公书多以骨力古健为工，独此瘦不膾肉，健不膾骨，以浑劲吐风神，以姿媚含变化，正其年少鲜华时意到书也”此碑用笔法度谨严，结字趋于方整；笔法以方笔为主，参以圆笔，横画多瘦劲绵韧，竖画则丰润雄壮，落笔收笔及转折处的提按顿挫尤为明显，从中可以看到初唐书风的影响和民间经生、抄书手的某些笔法。

的活动使我们吃惊。现在每一个人都为自己筑起一道藩篱，把自己束缚在里面。我不知道这样分割之后，集体的活动面是否会扩大，但是我却清楚地知道，这样一来，人是缩小了。”

颜真卿不仅以他独特的书法艺术为后世所

慧，含辛茹苦地养育他长大成人。颜真卿的学问非常渊博，诗词文章都很有名气，对母亲也很孝敬。颜真卿小时，母亲教他识字学书，家中没有纸笔，他就用扫帚蘸着黄泥在墙上练字。二十多岁时曾游历长安，拜师张旭学书两年，略得笔法。三十五岁那年，他又特意往洛阳继续向张旭求教，张旭详细向他传授笔法，并对他说：“书之求能，且功真草，今以授子，可须思妙。”传《述张长史笔法十二意》就是颜真卿根据他和张旭讨论笔法时的记录整理的。用今天的话说就是颜真卿的学习笔记。其中论述了学习书法艺术的诸多因素，如用笔、结体以及古今书法的异同等。

颜真卿早年书学褚遂良，因此用笔清雅秀润，体势清颀，亦无后来的相抱之

景仰，在唐朝历史上，为维护唐王朝的统一，以身殉职。为平定“安史之乱”和反对藩镇割据、叛乱所做出的杰出贡献，以及他的人品气度也为后人所赞叹不已！

颜真卿出身于一个先祖几代都是书法家的家庭，即所谓“书香门第”。其五代祖颜之推是南北朝时著名的学者，有《颜氏家训》传世。《梁书·文学传》称他“博涉群书，工于草隶”。祖父辈颜勤礼、颜师古等也都精通经史，工篆籀隶草，在书法艺术上很有造诣。父亲颜惟贞也是书法家。由于父亲早逝，留下孤儿寡母，家境十分清苦，母亲殷氏勤劳贤



势。如《宋广平碑》，运笔灵巧处暗合褚（褚遂良）意，体态饱满端严处有张（张旭）意。

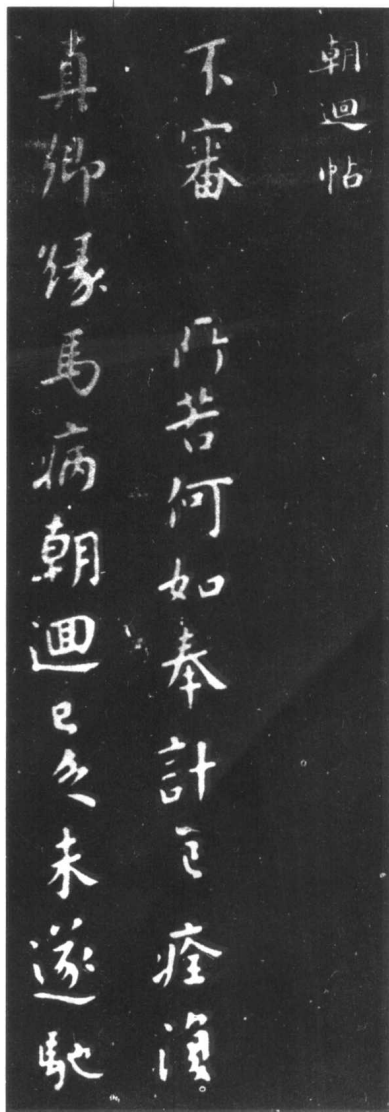
古人论书，兼论人品，书品与人品并重，追求人品与书品的完美与统一。而颜真卿正是这两者皆善的代表人物。人们赞美他雄秀独出的书品，亦推重他忠义之节的人品。就书法艺术而言，其学习过程是比较复杂的，作为集大成者，颜真卿的书法融汉魏两晋以来书法艺术的造型经验，汲取了篆、隶、行、楷、草的字形结构、线条形式和用笔特点，广收博采，逐渐形成了所谓“颜体书风”。他的书法，点画厚重，结体开张，有立体感，又像浮雕一样富有张力。大小皆宜，雄浑苍劲，耐人寻味。

颜真卿的书法几乎是一帖一样，少有雷同。这是他不断学习、不断追求的标志。唐人张怀瓘在他的《评书药石论》中曾指出：“与众同者俗物，与众异者奇材，书亦如此。”颜真卿的奇才表现在师承上与古异、与时异，同时也求异于自己的过去。他从不满足自己过去的成就，每写一件新作品必有新的追求，不重复别人，也不重复自己，这正是颜真卿的特异之处。如果用几句话来说明和概括颜真卿某帖的特点，是容易作到的，但是要用几句话概括和说明颜真卿全部书法艺术特点是非常困难的。我们通常说的“颜

体”往往是指其楷书而言。但他的行草书《祭侄稿》又被称为“天下第二”。他的艺术成就是多方面的。如果我们说“颜书肥厚”就某一帖来讲是不错的。但你要是一看《宋广平碑》、《臧怀恪碑》等偏于清瘦的书法，你又作何解释呢？在字的结体上，有人说颜真卿书法的结构是“左右直笔内抱”，也就是所谓的“相向”之势。确实在颜真卿的作品中常有这种样式。但也不尽然，《八关斋会功德记》、《宋广平碑》等就没有这种形态。而《宋广平碑》中的“因”字，“谐”字左右直笔颇似褚遂良的写法。因此，只能说颜真卿在全面继承优秀传统、博采众长的基础上逐步确立了自己独特的艺术观，为自己设立了一个又一个目标，在艺术实践中不断充实与完善，从一个高度到另一个新高度。壮岁书亦壮，老年书亦老。随着年岁的增长，功力、学识、修养的加深，颜真卿的晚年作品亦愈高妙，臻于人书俱老之境。

唐颜真卿书朝迴帖

此帖与《峡州帖》、《鹿脯帖》的风格相似，因为都是人际交往和生活中的实用笔墨，写得比较中规中矩，不夸张、不做作。平实稳健是其主要的特点。





唐写经残卷



唐无名氏抄写的《大般涅槃经》



唐无名氏《大般涅槃经》选字



颜真卿《多宝塔碑》选字

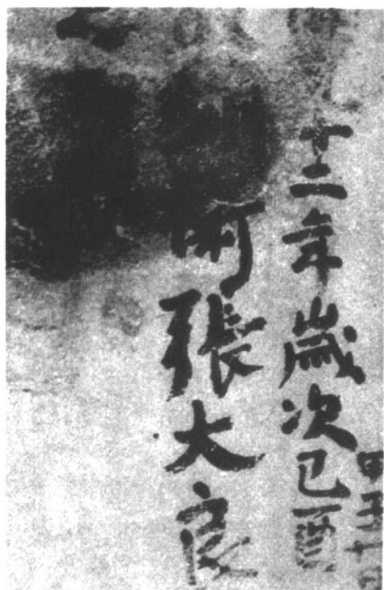
通过上面两行选字的比较，可以清晰的看出，颜真卿《多宝塔碑》与无名氏抄经书的相似之处。首先从整

个字的结构和笔势呈现出相同的节奏和韵律。

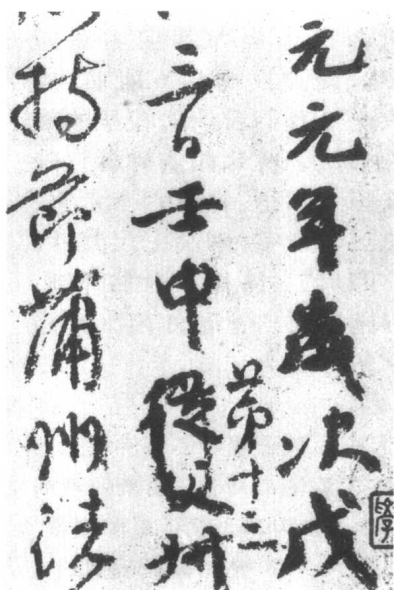
从用笔来看，其下笔果断锋利、迅捷更是如出一

辙。从中我们可以感受到，时尚书风对颜真卿的影响。

左图为《张大良墓表》、



张大良墓表（高昌墓碑书法）

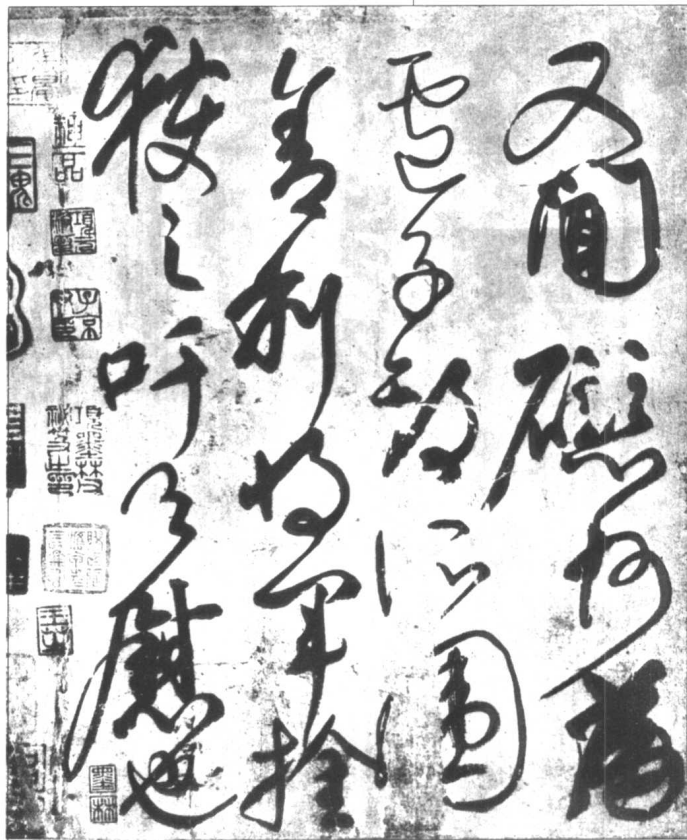


颜真卿祭侄稿

唐颜真卿书刘中使帖
(67岁作)

明代文徵明评此帖说：“鲁公《刘中使帖》，余所阅颜书屡矣，卒未有胜之者。米氏（米芾）所谓忠义愤发顿挫郁屈，此帖诚有之，乃知前辈之不妄也。”观此帖，用笔雄强挺拔，“钩如屈金，点如堕石”圆劲饱满，坚韧厚重，全篇气势磅礴，笔力纵横矫健，墨色圆润饱满，笔意连贯，一气呵成。有龙腾虎跃之势。

右图为颜真卿《祭侄稿》。《张大良墓表》中“年岁次”三字，与《祭侄稿》第一行同样的三个字相比，如同出自一人之手。有学者研究，据载，颜真卿自幼随母寄居在京师舅氏殷践猷家。而殷氏“博学，尤通氏族、历数和医方”，收集了大量民间艺术品，对颜真卿影响很大。颜真卿是否从这些墓表中吸取营养，我们无从揣摩。但作为一代大家，博学众长，溶于一炉，尤其是善于从民间艺术的宝库取其精华，是中外艺术家成功的一条规律。



关于多宝塔碑

《多宝塔》碑全称《大唐西京千福寺多寶佛塔感應碑》，是顏真卿44歲所書。應該說是我們看到的較早的顏氏書法。現藏西安碑林。碑文三十四行，每行六十六字，總二千餘字，碑高七尺九寸，廣四尺二寸，徐浩書碑額，岑勛撰文，全文如下：（繁簡字依原碑）

“大唐西京千福寺多寶佛塔感應碑文。南陽岑勛撰。朝議郎判尚書武部員外郎、琅邪顏真卿書。朝散大夫檢校尚書都官郎中、

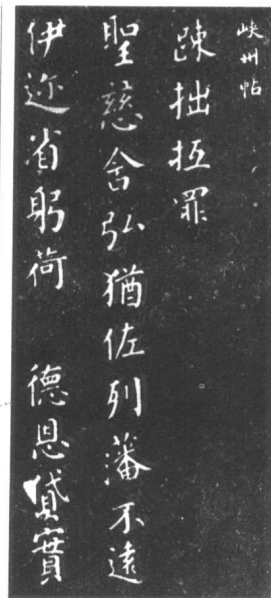
東海徐浩題額。粵妙法。蓮華諸佛之秘藏也。多寶佛塔證經之踴現也。發明資乎十力。弘建在於四依。有禪師法號楚金。姓程、廣平人也。祖父並信著釋門。慶歸法胤。母高氏、久而無妊。夜夢諸佛、覺而有娠。是生龍象之徵。無取熊羆之兆。誕彌厥月。炳然殊相。岐嶷絕於羣茹。暫軼不為童遊。道樹萌芽。聳豫章之楨幹。禪池吹瀟。涵巨海之波濤。年甫七歲。居然厭俗。自誓出家。禮藏探經。法華在手。宿命潛悟。如識金環。摠持不遺。若注瓶水。九歲落髮。住西京龍興寺。從僧錄也。進具之年。昇座講法。頓收珍藏。異窮子之疾走。直詣寶山。無化城而可息。爾後因靜。夜持誦、至多寶塔品。身心泊然。如入禪定。忽見寶塔。宛在目前。釋迦分身。遍滿空界。行勤聖現。業淨感深。悲生悟中。淚下如雨。遂布衣一食。不出戶庭。期滿六年。誓建茲塔。既而許王瑾及居士趙崇、信女普意。善來稽首。咸捨珍財。禪師以為輟莊嚴之因。資爽塏之地。利見千福。默議於心。時千福有懷忍禪師。忽於中夜。見有一水。發源龍興。流注千福。清澄泛灩。中有方舟。又見寶塔自空而下。久之乃滅。即今建塔處也。寺內淨人名法相。先於其地。復見燈光。遠望則明。近尋即滅。竊以水流。開於法性。舟泛表於慈航。塔現兆於有成。燈明示於無盡。非至德精感。其孰能與於此。及禪師建言。雜然歡愜。負畚荷插。于棄于囊。登登憑憑。是板是築。灑以香水。隱以金錠。

西京千福寺多寶佛塔感應碑 岑勛
 粵若妙法蓮華諸佛之秘藏也多寶佛塔證經之踴現也
 發明資乎十力弘建在於四依有禪師法號楚金姓程廣
 平人也祖父並信著什門慶歸法胤母高氏久而無妊夜
 夢諸佛覺而有娠是生龍象之徵無取熊羆之兆誕彌厥
 月炳然殊相岐嶷絕於羣茹軼不為童遊道樹萌芽聳
 豫章之楨幹禪池吹瀟涵巨海之波濤年甫七歲居言厭
 俗自誓出家禮藏探經法華在手宿會潛悟如識金環摠
 持不遺若注瓶水九歲落髮住西京龍興寺從僧錄

《文苑英華》中西京千福寺多寶佛塔感應碑文

我能竭誠。工乃用壯。禪師每夜於築階所。懇志誦經。勵精行道。衆聞天樂。咸嗅異香。喜歎之音。聖凡相半。至天寶元載。創構材木。肇安相輪。禪師理會佛心。感通帝夢。七月十三日。勅內侍趙思儷。求諸寶坊。驗以所夢。入寺見塔。禮問禪師。聖夢有孚。法名惟肖。其日賜錢五十萬。絹千匹。助建修也。則知精一之行。雖先天而不違。純如之心。當後佛之授記。昔漢明永平之日。大化初流。我皇天寶之年。寶塔斯建。同符千古。昭有烈光。於時道俗景附。檀施山積。庀徒度財。功百其倍矣。至二載。勅中使楊順景宣旨。令禪師於花萼樓下。迎多寶塔額。遂摠僧事。備法儀。宸睞俯臨。額書下降。又賜絹百疋。聖札飛毫。動雲龍之氣象。天文挂塔。駐日月之光輝。至四載。塔事將就。表請慶齋。歸功帝力。時僧道四部。會逾萬人。有五色雲團輔塔頂。衆盡瞻覩。莫不崩悅。大哉。觀佛之光。利用賔于法王。禪師謂同學曰。鵬運滄溟。非雲羅之可頓。心遊寂滅。豈愛網(綱)之能加。精進法門。菩薩以自强不息。本期同行。復遂宿心。鑿井見泥。去水不遠。鑽木未熟。得火何階。凡我七僧。聿懷一志。晝夜塔下誦持法華。香煙不斷。經聲遞續。炯以爲常。沒身不替。自三載。每春秋二時。集同行大德四十九人。行法華三昧。尋奉恩旨。許爲恒式。前後道場所感。舍利凡三千七十粒。至六載。欲葬舍利。預嚴道場。又降一百八粒。畫普賢變。於筆鋒上聯得一十九粒。莫

不圓體自動。浮光瑩然。禪師無我。觀身。了空求法。先刺血寫法華經一部。菩薩戒一卷。觀普賢行經一卷。乃取舍利三千粒。盛以石函。兼造自身石影。跪而戴之。同置塔下。表至敬也。使夫舟遷夜壑。無變度門。劫筭墨塵。永垂貞範。又奉爲主上及蒼生寫妙法蓮華經一千部。金字三十六部。用鎮寶塔。又寫一千部。散施受持。靈應既多。具如本傳。其載勅內侍吳懷實。賜金銅香爐。高一丈五尺。奉表陳謝。手詔批云。師弘濟之願。感達人天。莊嚴之心。義成因果。則法施財施。信所宜先也。主上握至道之靈符。受如來之法印。非禪師大慧超悟。無以感於宸衷。非主上至聖文明。無以鑒於誠願。倬彼寶塔。爲章梵宮。經始之功。真僧是葺。克成之業。聖主斯崇。尔其爲狀也。則岳聳蓮披。雲垂盖偃。下欵嶠以踴地。上亭盈而媚空。中曖曖其靜深。旁赫赫以弘敞。礪礪承陞。琅玕綽檻。玉瑱居楹。銀黃拂戶。重檐疊於畫栱。反宇環其壁璫。坤靈鼎屈以負砌。天祇儼雅而翊戶。或復肩挈擎鳥。肘環脩蛇。冠盤巨龍。帽抱猛獸。勃如戰色。有夷其容。窮繪事之筆精。選朝英之偁贊。若乃開扃鑰窺奧秘。二尊分坐。疑對鷲山。千帙發題。若觀龍藏。金碧晃晃。環佩葳蕤。至於列三乘。分八部。聖徒翕習。佛事森羅。方寸千名。盈尺萬象。大身現小。廣座能卑。須弥之容。欵入芥子。寶盖之狀。頓覆三千。昔衡岳思大禪師。以法華三昧。傳悟天台智



唐顏真卿書峽州帖
(58 岁作)

此帖与《朝迴帖》相似，平实稳健，含蓄蕴藉。



唐颜真卿书裴将军诗

评者认为《裴将军诗》隶草相参，书兼正行分篆，自然浑成，巧拙互用，笔势雄强，神龙变化，在书法艺术上是一件值得重视的作品。

明代学者王世贞在《弇州山人集》中说：“颜鲁公《裴将军诗》，书兼正，行体，有若篆籀者其笔势雄强劲逸，有一掣万钧之力，拙古处几若不可识。然所谓印印泥，锥画沙折钗股，屋漏痕者，盖兼得之矣。”

者。尔來寂寥。罕契真要。法不可以久廢。生我禪師。克嗣其業。繼明二祖。相望百年。夫其法華之教也。開玄關於一念。照圓鏡於十方。指陰界為妙門。驅塵勞為法侶。聚沙能成佛道。合掌已入聖流。三乘教門。總而歸一。八萬法藏。我為最雄。譬猶滿月麗天。螢光列宿。山王映海。蟻垤群峯。嗟乎。三界之沉寐久矣。佛以法華為木鐸。惟我禪師。超然深悟。其兒（貌）也。岳瀆之秀。冰雪之姿。果唇貝齒。蓮目月面。望之厲。即之溫。觀相未言。而降伏之心已過半矣。同行禪師抱玉飛錫。襲衡台之秘躡。傳止觀之精義。或名高帝選。或行密衆師。共弘開示之宗。盡契圓常之理。門人苾芻。如巖、靈悟、淨真、真空、法濟等。以定慧為文質。以戒忍為剛柔。含朴玉之光輝。等旃檀之圍繞。夫發行者因。因圓則福廣。起因者相。相遺則慧深。求無屬於有為。通解脫於文字。舉事微理。含毫強著。偈曰：佛有妙法。比象蓮華。圓頓深入。真淨無瑕。慧通法界。福利恒沙。直至寶所。俱乘大車。其一。於戲上士。發行正勤。緬想寶塔。思弘勝因。圓階已就。層覆初陳。乃昭帝夢。福應天人。其二。輪奐斯崇。為章淨域。真僧草創。聖主增飾。中座眈眈。飛檐翼翼。荐臻靈感。歸我帝力。其三。念彼後學。心滯迷封。昏衢未曉。中道難逢。常驚夜机。還懼真龍。不有禪伯。誰明大宗。其四。大海吞流。崇山納壤。教門稱頓。慈力能廣。功起聚沙。德成合掌。開佛知見。法為無上。其五。

情塵雖雜。性海無漏。定養聖胎。染生迷穀。斷常起縛。空色同謬。薈荀現前。餘香何嗅。其六。彤彤法宇。繫我四依。事該理暢。玉粹金輝。慧鏡無垢。慈燈照微。空王可託。本願同歸。其七。天寶十一載。歲次壬辰四月乙丑朔廿二日戊戌建。勅檢校塔使、正議大夫行內侍趙思僖。判官內府丞事冲。檢校僧義方。河南史華刻。

《多宝塔碑》书于颜真卿的壮年时期，因此也代有壮年之时的气势与特点。此碑字数较多，字势方整，锋棱毕现，笔画顿挫，节奏鲜明，神采奕奕。从始致终无一懈笔。从总体书风看，有别于我们印象当中的“颜体”，而与当时的民间抄经书和时尚书风有着很多相似之处，我们可以从《多宝塔碑》与无名氏抄经书的比较中看出这一点。我们通常注重颜字的丰满与肥厚，认为这才是“颜体”，而忽视了颜字的“劲”与“健”。

颜真卿书法风格的形成与唐代的总体审美趋向有关。丰满与肥厚仅仅是颜书的一个形态特征。这一形态的形成与用笔方法和结构的方式有着密不可分的联系。首先，点画运笔出之以圆，中锋用笔。而结体易方为圆改相背为相向。从而形成宽博圆劲的颜体形态。

我们现在要研究的《多宝塔碑》即以方笔出之，结构取相背之势。用笔如切金断玉，有着独特的艺术魅力。《多宝塔碑》点画分明，以方笔为

主,比较易于初学者学习,因为一般认为写字宜从方笔入手,方笔形象鲜明,迹象明显,顿笔、按笔多,容易用力。反之圆笔用提,如不熟练,提笔的分寸就不易掌握了。

有评者认为此碑为颜真卿早期的书法作品,与颜真卿其他碑刻书法相比较,显得拘谨,稚拙一些。其实这种观点是不全面的,它只是与其他碑刻有着不同追求和不同风格的差别,就书法艺术而言,书法的审美追求是随着年龄阅历的增长而不断变化的。“趣味随着年龄而变化,少年爱工丽圆转的字。青年爱看剑拔弩张的字。中年爱富于内涵的字。老年爱平淡天真的字”(林散之语)。如果我们把颜真卿留下的碑帖按照时间顺序排列出来,大概会验证林散之先生的话。因此我们是否可以这样理解,书法艺术的学习是一个动态的过程,每一时期每一年龄段的认识不同审美不同,追求也不同,古人说“言为心声,书为心画”书法艺术从各个不同的角度展示出了书法家的精神追求,书法作品将书家的内心世界形象化地表现出来。因此,所谓“颜体”其实应该是颜真卿所有书法作品的总合,而不只是某一单独的作品。

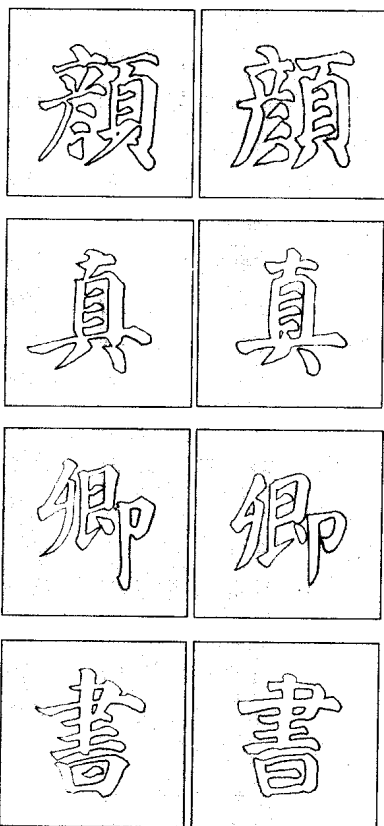
《多宝塔碑》也是颜体书法的一部分,学习颜体书法如从《多宝塔碑》入手,有很多优点。

一、字数较多字形丰富,便于求法。

二、《多宝塔碑》以方笔为主,笔锋外露用笔肯定,形象鲜明,易于临写(如图)。

三、字形端正、严谨、神完气足。

四、结体隽秀,比颜真卿其他碑刻更为“好看”,易于初



左为颜真卿《多宝塔碑》选字,右为《颜氏家庙碑》选字。

学者接受。

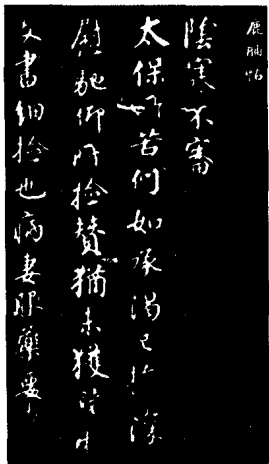
从这两组字的比较可以清楚地看到,《多宝塔碑》笔锋外露,用笔肯定,方整俊利。而《颜氏家庙碑》则呈现出圆劲浑然的势态,用笔含蓄,变方折为圆转。不象《多宝塔碑》所表现出来的横细竖粗,顿挫分明富于节

唐颜真卿书大唐中兴颂
(60岁作)

评者认为字形方严端庄,笔力沉着劲健,气势丰腴壮阔。

元代郝经在《陵川集》中将《大唐中兴颂》誉为“书至于颜鲁公,鲁公之书又至于中兴颂,故为”书家规矩准绳之大匠森森如剑戟,有不可犯之色。”很多书家的字不宜写大,而颜真卿的楷书则越大越妙。





唐颜真卿书鹿脯帖

我们今天看到的颜真卿的诸多碑帖，从不同的侧面反映和记录了颜真卿的生活和艺术，他的每一碑帖都与他的生活密不可分。

此帖写得含蓄蕴藉，从容有度。

奏感，更易于学书者临习。

一般习惯认为颜的用笔丰腴，因此写起颜字来就一味的“蚕头雁尾”肥肥胖胖，以为这就是颜体字，这真是天大的误会，苏东坡有句形容颜书的诗“颜公变法出新意，细筋入骨如秋鹰”，这个评价是比较内行的，他说颜真卿的书法象秋天的雄鹰，壮硕矫健，搏击长空。我们可以想象苏东坡诗句所展现出的这幅画面。

颜字的壮硕博大是与初唐以及魏晋风骨所展示的“书贵瘦硬始精神”相对而言的。与有些人所写成的臃肿、呆板的所谓“颜体”是有着天渊之别的。这些所谓的“颜体”极其表面地、断章取义地、夸张了某些颜书的笔画。便以为这就是颜体字了，其实大谬不然。如果我们把所能收集到的颜真卿的书法作品，排列在面前，我们只能得出这样的结论，颜真卿的书法是一个感情的、动态的学习过程和系统，而不是一成不变的静止状态。颜真卿的书法作品几乎是一帖一样，没有两件作品是重复的。这不仅说明了颜真卿作为承前启后大书家的非凡创造力，也说明了颜真卿在他的书艺实践中始终是一种学习和探索的过程，或者说颜真卿不仅在艺术实践中勤奋（因为他留下的碑帖非常之多）在思想和审美追求上没有停留在某一个阶段，真正做到了“天行健，君

子以自强不息”（周易·乾第一）。只要我们认真读一读他的碑帖作品，就会感悟到颜书所蕴含的勃勃生机。他是有生命的，活生生的，绝不是概念的、僵化的。后来许多学颜书的人把颜字写得简单了、概念了，这是因为他们没有真正读懂颜真卿，与颜真卿毫无关系。明代的董其昌曾说：“颜平原屋漏痕，折钗股，谓欲藏锋。后人遂以墨猪当之，皆成偃笔，痴人前不得说梦。”

这说明知音难觅，识者难寻。这就是所谓理解一个天才，是须要另一个天才的。一般人对艺术的理解和所能达到的高度是有限的，而艺术的追求是无限的。尽管如此，颜真卿作为一代大家。对后世的影响仍然是巨大的。五代的杨凝式，宋代的苏东坡、黄山谷，元代的耶律楚材、明代的董其昌、清代的刘庸、钱南园、翁同龢、何绍基以致于今天无数的书法爱好者。

不过，凡学习就要概括、找规律以便于学习掌握，从积极的方面讲有利于大众的学习和普及，因为有“迹”可寻、有的放矢。但是时间一久，颜真卿的书法就会被概念化、程式化，有生命的东西越来越少，仅仅剩下点画形态的躯壳，最后就变成了生吞活剥，越写越俗。而真正的颜真卿则在这一过程中丢失了。这一点是非常值得学书者注意的。

用笔

用笔是学习书法的重要课题。元代书法家赵孟頫曾说：“结字因时相传，用笔千古不易”，从中不难看出用笔的重要性。

我们无法看到千年以前的颜真卿是如何濡墨挥毫的，只能从他留下的诸多碑帖来揣摩、学习。字帖所展示出的点画、结构。虽经千年风霜的剥蚀以及各种人为的破坏，总体呈现出的字形仍能让今天的学书者追想颜真卿提、按、顿、挫的书写风采。

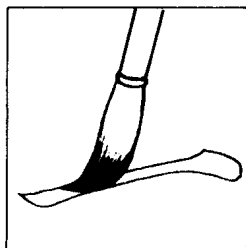
临习古代碑帖是学习书法的主要途径，既然是学习就要学得像，所谓：“察之尚精，拟之贵似”（唐·孙过庭《书谱》）如果察之不精，拟之不似，那么临帖的意义也就不存在了。临帖就是要用规矩、合理、审美的笔法、结构来充实、改造和究正“信笔为体”的不良习惯。

初学书法，用笔难免不够稳健、平实，容易飘浮、颤抖。只要认真学习，掌握

要领，就会有所进步。在用笔的审美方面，我们认为重、拙、大、是美，重是不飘浮、拙是古拙有韵味，大是大气磅礴。而轻薄、纤巧是不美的。宋代书家黄庭坚说：“凡书要拙多于巧”，为什么要“拙多于巧”或“宁拙勿巧”呢。因为拙则雄厚朴茂，沉着苍古；拙则大气磅礴，耐人寻味。巧则易于薄弱凋疏，飘浮幼稚。朴拙的字，骤看不见其佳，但久而久之，越看越觉其妙。纤巧的字，骤然一见，觉其媚人，久而久之，则觉其乏味、乏韵。

怎样才能达到这样的审美效果呢，历代书法家在用笔上积累了丰富的经验，我们讲笔画的形成是聚黑成点，引点成线，这说明我们在用笔时候要稳健，不油滑，要按得住笔，使之在我们的控制之下，所谓用笔就是控制笔。古人总结想写出沉稳有力的笔画，就要取逆势，逆就是不顺，有人形容说取逆势，就是当你行笔时，佛仿有人不让你前行，而你以力抗之、拒之而行。

顺锋



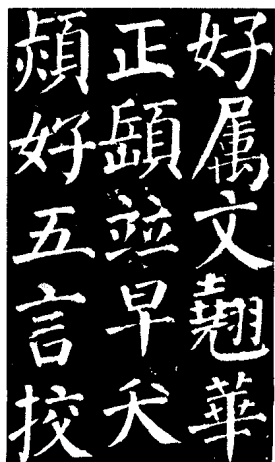
逆锋



所谓逆锋、逆笔是一种运笔的态势和感觉，真正行笔的时候并不一定像图中那样夸张。

唐颜真卿书颜勤礼碑
(71岁作)

此碑是颜真卿艺术风格成熟时期的作品。最能体现颜书雄厚、庄重的风貌，用笔圆润，横细竖粗对比强烈，筋力丰满，刚劲郁勃。



真於麻
遺茲姑
壇嶺發
華南迹

唐颜真卿书麻姑仙坛记
(63岁)

字体端庄雄秀，气势开张，端严中正里求变化，以转代折，易方为圆。古法为之一变，自成一格。

宋代文学家欧阳修在其《集古录》中评说：“此记道峻紧结，尤为精悍。笔画巨细皆有法，愈看愈佳”。清人何子贞评其为“神光炳峙，朴逸厚远，实为颜书各碑之冠”。

这一说法的目的在于，让你行笔时不要轻浮、油滑，留得住笔。行笔之际，笔锋与纸而产生逆势和磨擦使笔画看起来更有力度。

不同的点画形态是由不同书写动作完成的。

提按动作：这是书写过程中的基本动作，在运笔书写时往往是边提边按，按中有提、提中有按，提按动作造成笔画的粗细形态。

欹侧动作：所谓欹侧动作就是指下笔的角度。不同形态的笔画，下笔角度也不一样，要随不同点画的书写要求，不断变换笔锋角度，或正或侧，或起或倒，这就是欹侧行笔。

总之用笔是一个动态的系统，是一个充满变幻的世界，需要学书者在实践中去不断地熟悉、掌握，如果你不拿起笔亲自尝试，是不能体会到用笔的奥秘的。在你挥毫泼墨之际，轻与重、藏与露、行与住、转与折、提与按、起与收这些因素既矛盾又统一，形成你笔下丰富的艺术世界。

