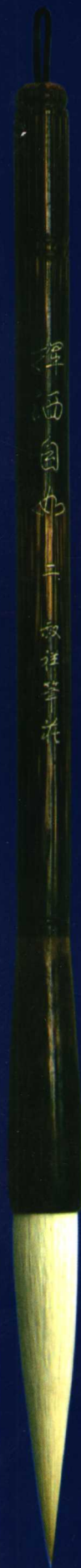


历代名家书法经典字谱

第一辑

颜真卿勤礼碑



李放鸣 龙文井/编

黑龙江美术出版社

责任编辑：李旭川
策 划：秦波
封面设计：钟波

历代名家书法经典字谱

颜真卿多宝塔
颜真卿勤礼碑
柳公权玄秘塔
欧阳询九成宫
王羲之兰亭序

ISBN 7-5318-1546-X



9 787531 815464 >

ISBN 7-5318-1546-X/J·1547

定价：60.00元（全五册）

顏真卿勤礼碑

历代名家书法经典字谱

颜真卿勤礼碑

李放鸣 龙文井 编

黑龙江美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

颜真卿勤礼碑 / 李放鸣主编. — 哈尔滨: 黑龙江美术出版社, 2006. 2

(历代名家书法经典字谱)

ISBN 7 - 5318 - 1546 - X

I. 颜... II. 李... III. 楷书—法帖—中国—唐代
IV. J292. 24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 002077 号

策 划: 秦 川

封面设计: 钟 波

书 名 / 历代名家书法经典字谱
——颜真卿勤礼碑

主 编 / 李放鸣

出版发行 / 黑龙江美术出版社

地 址 / 哈尔滨市道里区安定街 225 号

邮政编码 / 150016

经 销 / 全国新华书店

责任编辑 / 李 旭

发行电话 / (0451)84270514

网 址 / www.hljms.com

印 刷 / 四川省南方印务有限公司

开 本 / 880 × 1230 1/16

印 张 / 30

字 数 / 70 千

版 次 / 2006 年 4 月第 1 版

印 次 / 2006 年 4 月第 1 版

书 号 / ISBN 7 - 5318 - 1546 - X / J · 1547

定 价 / 60.00 元(全五册)

本书如发现印装质量问题,请直接与印刷厂联系调换。

厂址:四川省彭山县彭祖大道南段开发区

电话:(0833)7640793

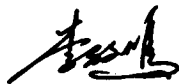
序

书法是中华民族传统文化艺术宝库中一朵绚丽的奇葩,它有着三千余年的悠久历史和优良传统。鲁迅先生曾讲:“视文字为美观是华夏之独特”,而今这门独特的艺术已不仅为国人所喜爱,而且远播重洋,驰誉国外,在世界艺术之林中独领风骚,放射出奇异夺目的光彩。

为承传历代书家智慧精华,弘扬中华民族传统文化,我们特选编了这套《历代名家书法经典字谱》。该系列丛书采取全新的版式,全面的剖析,全方位多视角地展示历代书法名家传承至今的经典字帖。其中每个分册选一位书法家的代表作,分人物简介、书法特点、用笔技巧、基本笔画、偏旁部首、结构布势、集字临创、原帖再现等章节进行介绍,每个字均有运笔图解和技法精解,可谓图文并茂,详略得宜,深入浅出,循序渐进,具有较强的理论性和可操作性,既适用于初学者自修,也适合用于书法培训的教材。

一本好的字帖仅为你提供了一个学习书法的范本,再教你一个好的方法,你方能如鱼得水,事半功倍。我这里送你一把开启书法之门的钥匙,这就是“勤学苦练”。所谓“天道酬勤,艺道无极”,书法是手脑心的活动,讲究“心手双畅”,所以应在学习技法的基础上去练字。有不少初学者,一味强调“苦练”,拿到一本字帖,不求甚解,一阵狂抄,直到无功而返,进而失去练字的乐趣。而善学习者,更注重“勤学”,即见一本好帖,往往不先动笔,而是把玩品味,仔细研究,心思神摹,领会其挥毫和用意之处。宋代书家黄山谷说:“古人学书不尽临摹,张古人书于壁间,观之入神,则下笔随人意。”此过程为“读帖”。当你对所读的帖心领神会以后,方可进入“苦练”,即临摹字帖。最好的摹帖手段是用一张薄纸蒙在帖上将范字沿边缘双钩出来,然后“填廓”(即用墨填于钩线之中),这样不仅有助于我们掌握笔法的结构,而且可以加强视觉记忆,在心中储存原帖的优美造型。摹帖有所感悟以后,你会产生一种书写的渴求,这时你再在有方格的宣纸上临写,先对临(即面对字帖,将它的用笔、点画、笔势、意趣、结构形态等分析一番,以目导心,以心运手,奋笔直书,追取帖上的效果。),然后背临(即将字帖中的笔意结构默记于心,背帖而书),这样循环往复,你会在不知不觉中提高写字水平,品尝到书法的乐趣。

“涉浅水者得鱼虾,涉深水者见蛟龙”,在书法漫无边际的大海中,你顽强的毅力,艰苦的探索必然换来丰硕的成果。



2006年3月

目录

contents

颜真卿·勤礼碑



毛笔书法的姿势与执笔方法

1、写字姿势 1

2、执笔方法 1

颜真卿与《勤礼碑》简介

1、颜真卿小传 2

2、《勤礼碑》简介 2

颜真卿《勤礼碑》用笔原则与基本笔法

1、用笔原则 3

2、基本笔法 5

颜真卿《勤礼碑》书写要诀

1、基本笔画 8

2、偏旁部首 21

3、结构布势 59

颜真卿《勤礼碑》集字临创 74

颜真卿《勤礼碑》原帖再现 86

毛笔书法的姿势与执笔方法

1、正确的写字姿势

正确的写字姿势对学习书法非常重要。什么是正确的写字姿势呢？概括地讲，坐着写要头正（头端正，不倾斜，不低伏在桌面上）、臂开（右手执笔，左手按纸，两臂自然分开成对称姿势）、身直（腰背正直，微微前倾，两肩齐平，胸离桌沿略一拳距离）、足安（两脚自然分开，平稳踏地）。如果用毛笔写大字就需要站着书写。这时注意两脚自然分开，一腿稍向前跨，身子微倾，左手按纸，右手悬笔，以便调动全身之力。（见图）



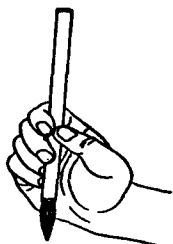
（毛笔书写站立图）



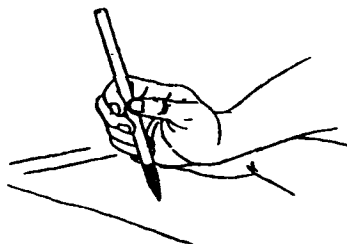
（毛笔书写坐姿图）

2、正确的执笔方法

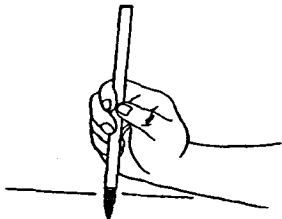
正确的执笔方法，是指书写汉字点画用笔之方法，是人们合理的手腕生理动作和书写工具毛笔相配合、相适应而形成的，经过千百年来人们无数次总结出来的规律。执笔是笔法基础。毛笔正确执笔方法是“五指执笔法”：掇（即用大拇指上节按住笔杆，拇指关节要微突）、压（即食指上节压住笔杆和大拇指配合夹住笔杆）、钩（用中指上节钩住笔杆前方）、格（用无名指由内向外顶住中指钩来的力量，以稳住笔杆）、抵（用小指紧贴无名指，给无名指以辅助力量）。（见图）



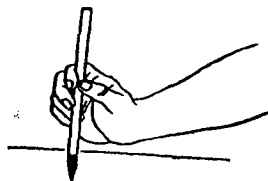
（毛笔五指执笔法）



（毛笔枕腕图）



（毛笔五指执笔法）



（毛笔悬肘图）

颜真卿与《勤礼碑》简介



1. 颜真卿小传

颜真卿(公元709—785年)字清臣,琅琊临沂(今山东省临沂市)人,中唐杰出书法家。唐开元年间中进士,由于秉性刚直,被杨国忠谗贬,出为平原太守。安史之乱时,他起兵讨伐,被推为十七郡盟主,抗击叛军。平乱后,入京,官至吏部尚书,太子太师,封鲁郡开国公,故又称“颜太师”“颜鲁公”。德宗时被叛军李希烈缢杀,终年76岁。

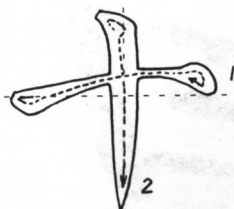
颜真卿出身于书香门第,自幼酷爱书法,除自学王羲之、王献之、褚遂良等书体外,师从草圣张旭,深得张旭草书精髓。同时,在魏晋及初唐书法的基础上,推陈出新,书开一代新风,以其雍容大度,沉着健劲,丰腴开朗,雄伟厚重而饮誉书坛,历千年而不衰。

2.《勤礼碑》简介

《勤礼碑》是颜真卿60岁时为其曾祖父颜勤礼所撰写的神道碑(墓碑),是颜书成熟时期的代表作。全碑44行,四面刻字,现存两面及一侧。碑阳19行,碑阴20行,每行38字。碑侧5行,每行37字。1922年10月在西安出土,1948年移置西安碑林。

《勤礼碑》通篇气势磅礴,笔势开张,雄浑刚健,端庄凝重,内松外紧,形体饱满,法度严谨。行笔雄健有力,笔力内含,落笔多藏锋,收笔多回锋。起笔处方笔少,圆笔多,横画轻,竖画重。体态端庄豁达,雍容大度,遒劲豪宕,舒展开阔,疏密得当,结构匀称,适宜初学者临习。

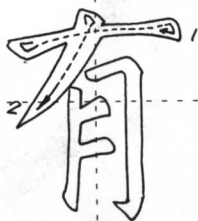
先横后竖：有横有竖的字应先写横，后写竖。



十

下

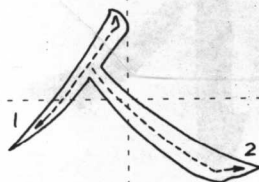
先横后撇：有横有撇的字，应先写横后写撇。



有

右

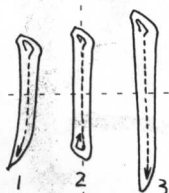
先撇后捺：有撇有捺的字应先写撇后写捺。



人

天

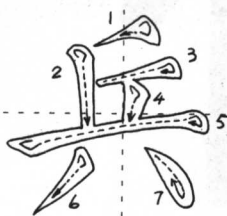
从左到右：有两条及两条以上竖画或两个及两个以上偏旁部首的，应先写左边，后写右边。



川

映

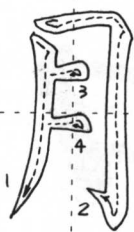
从上到下: 有两条及两条以上横画或两个及两个以上偏旁部首的, 应先写上面, 后写下面。



兵

昌

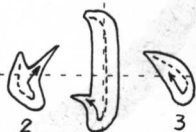
先外后内: 带有框廓的字, 应先写框廓后写框内。



月

風

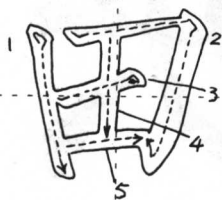
先中间后两边: 左中右三部分且对称的字, 应先写中间, 后写左右两边。



小

水

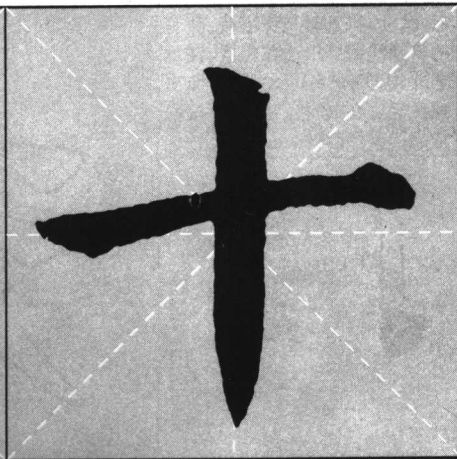
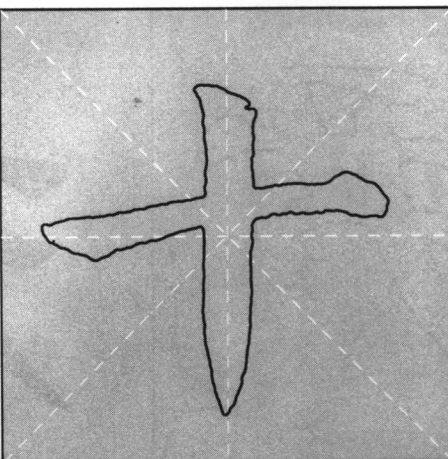
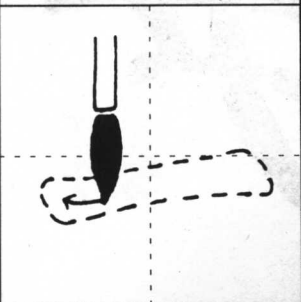
先进门后封口: 全包围的字, 应先写框廓后写里面, 最后再封口。



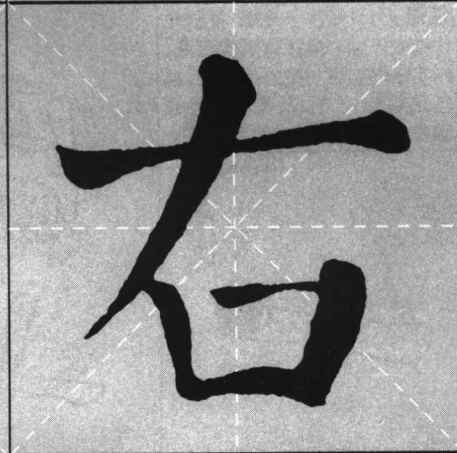
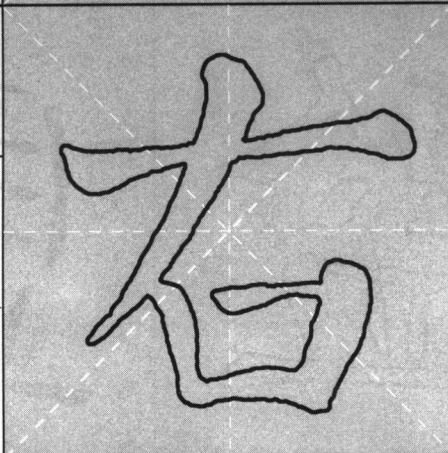
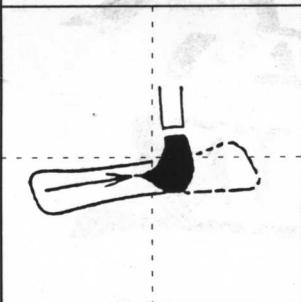
田

國

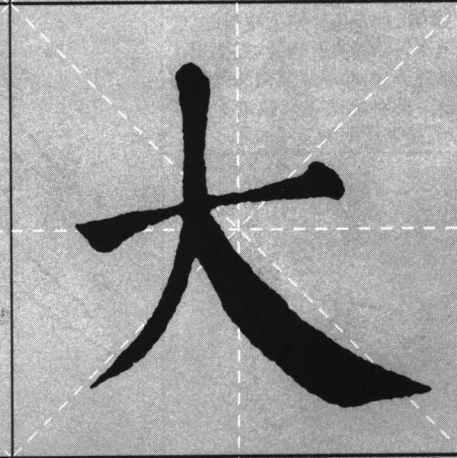
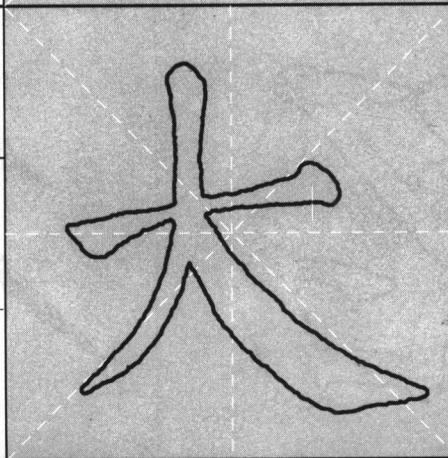
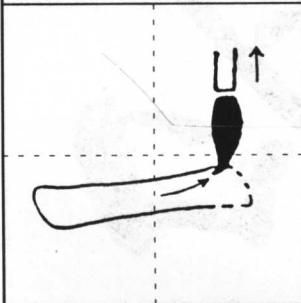
起笔:指笔画开始时笔落纸上的动作。其技巧是:写横画时竖着下笔,写竖画时横着下笔。楷书起笔多为逆入,使横中有竖意,竖中有横意。



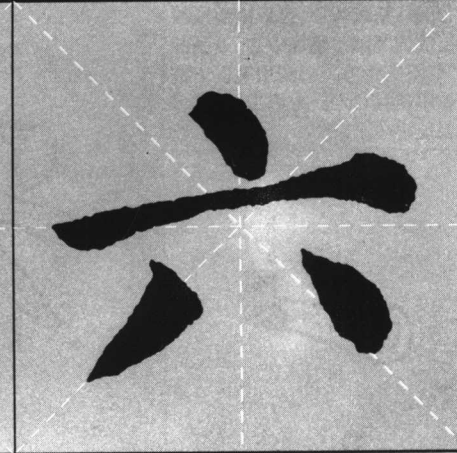
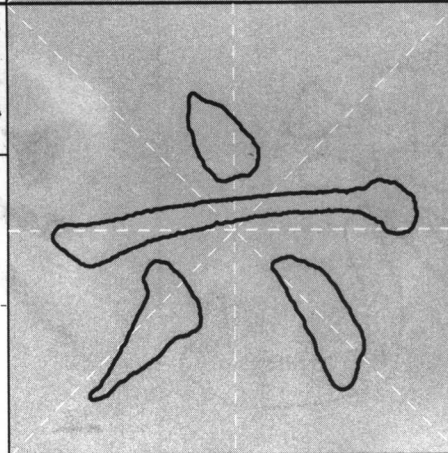
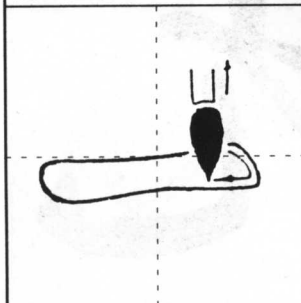
行笔:指笔锋在纸上运行、交换起落、不断提按的动作。逆入、涩行、紧收是行笔要法。行笔不对,最易出现“蜂腰”、“竹节”等毛病。



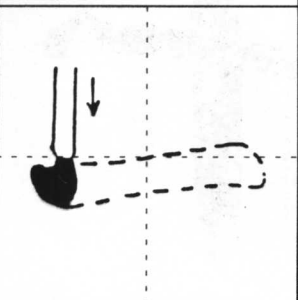
提笔:即提笔离纸或笔略微提起而不离纸面的运行方法。字的笔画之间连贯萦带处或出锋多用提笔。注意高低轻重的控制,避免飘虚不实之病。



收笔:指笔画的收结。不同的笔画收笔的处理方法也各有差异。有的需要回锋收笔,有的需要出锋收笔,要注意含蓄有力,避免虎头蛇尾,虚弱飘浮。



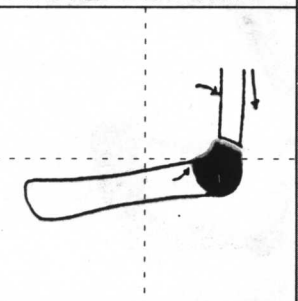
按笔:即行笔时笔锋下按,使写的点画线条变得比较粗重。注意笔要均而稳,不可太重,避免出现死笔。在书写技巧中,提按常常交错进行。



尹

尹

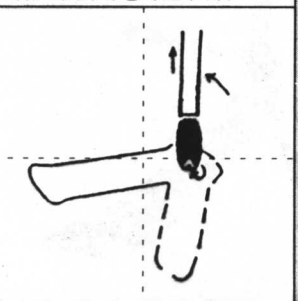
顿笔:力量倾注于毫端,重按并作稍微停顿。应注意沉着稳重,厚实不滞。顿与按的区别是:顿笔是起笔、收笔、折笔时的停顿动作,按笔是运行中的动作。



監

監

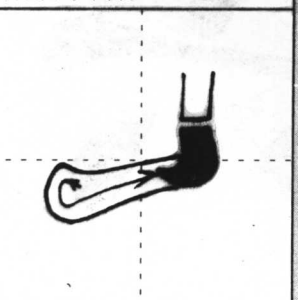
挫笔:即重按作顿后略提起,使笔锋转动而离开顿处。挫笔贵在掌握分寸,即不脱节而又气势酣足。此种笔法常与顿笔配合使用,是书法用笔的基本功。



名

名

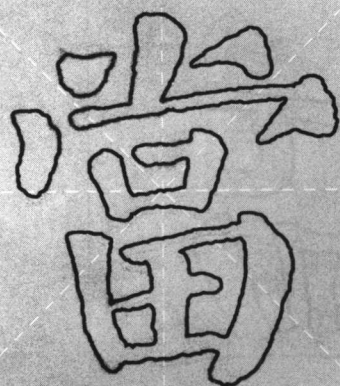
圆笔:是以圆形、弧形或曲线所组成的笔画。笔锋中含,点画圆润,不露骨节。书法用笔多方圆兼用,圆里带方,方里带圆,艺术表现力才丰富。



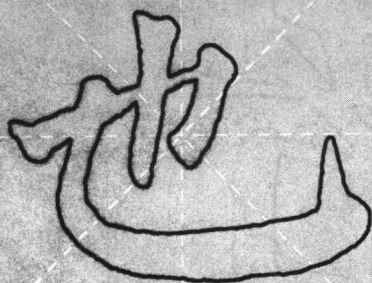
光

光

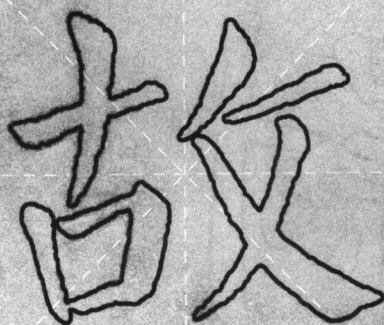
方笔:即以有棱角或直线所组成的笔画。其用笔方法是方头逆入,折锋顿笔切下,骨力外拓,棱角四出。



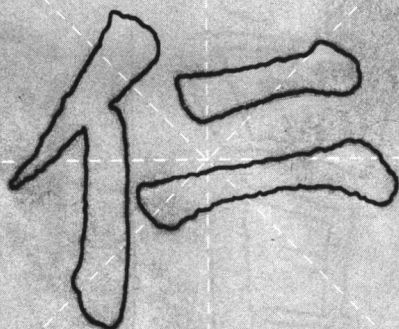
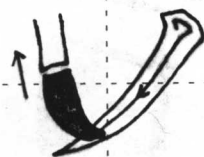
换笔:指笔运行遇到转折时,先将笔锋不离纸而轻轻提起,随即转换方向,顺势按下行笔。换笔要准确、灵巧、有力,一气呵成。

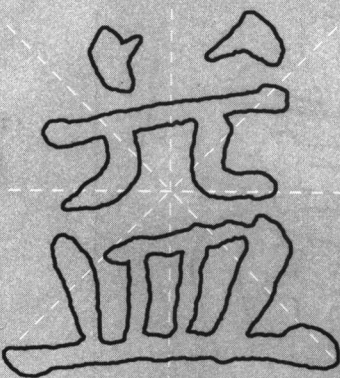
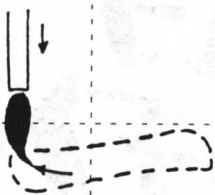
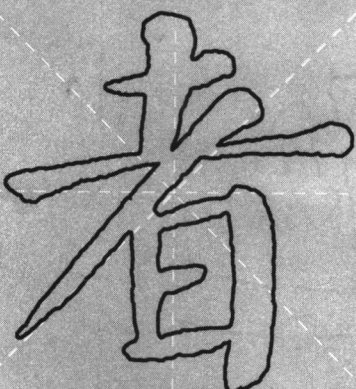
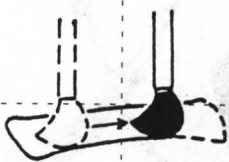
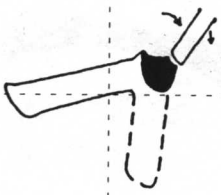


涩笔:行笔有阻力,含抗争之势以缓行,使笔画产生险劲之状。古人云:“书有二法,一曰疾,二曰涩。得疾涩二法,书尽妙矣。”



疾笔:指笔运行遇到转折时,先将笔锋不离纸轻轻提起,随即转换方向,顺势按下行笔。但并不是单纯的快速行笔,而是疾行中包含劲道。



逆锋:落笔或收笔时,锋芒内敛,采取与笔画进行的方向相反的笔路逆向运行,所以又叫“藏锋”。		
		
顺锋:依照笔画进行的方向,顺笔而起,伸展作收,使笔锋外露,所以又称“露锋”。		
		
中锋:笔毫落纸铺开运行时,其笔尖保持在笔画的正中间,所以又叫“正锋”。中锋用笔是书法最基本的用笔方法,被历代书家奉为用笔准则。		
		
折锋:分“虚折”和“实折”。虚折,即横、竖、撇等笔画起笔(或收笔)时用折锋写出方笔画。实折,即笔画转折处笔锋翻转向下写成的方折。		
		

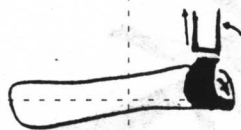
转锋：裹起笔锋入笔，不重按，转一下笔锋即行笔，转角不折不顿，速度和力量较均匀，写出圆浑飘逸而不带棱角的笔画。



期

期

回锋：即笔画行至末端后将笔锋回收。毛笔楷书中许多收笔都有回锋的动作，使笔画不至于锋芒外露。



理

理

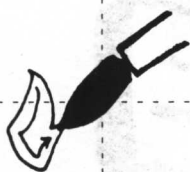
藏锋：起笔或收笔时锋芒内敛，楷书常用此法。技巧是起笔时逆锋而起，收笔时回锋内藏，使笔画含蓄劲健。



初

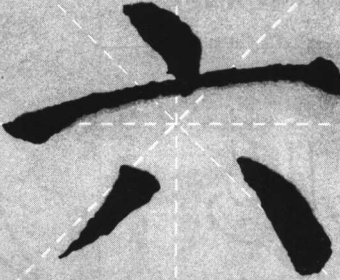
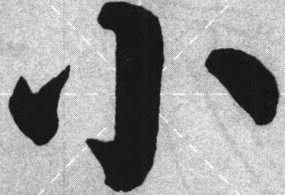
初

出锋：即笔画行到末端时将笔锋顺势送出。注意力至笔端，不可飘出，否则造成“鼠尾”。回锋出锋是书法中常用的两种收笔技巧。



光

光

右点: 逆锋起笔, 右下重按即收, 呈下俯之势。				
				
左点: 逆锋起笔, 向左下落笔, 顿笔即收, 注意与右点的行笔方向和角度相比较。				
				
仰点: 露锋起笔轻落往右下顿笔, 翻笔上挑, 与下一笔相呼应, 呈上仰之势。				
				
撇点: 逆锋入笔重顿, 随后向左下撇出, 要短促有力, 撇点多用于字的右上部。				
				