

历代碑帖临写系列

颜真卿 麻姑仙坛记通临

黄仲达 书

上海书画出版社

御真卿

麻姑仙坛记通临

江山由斯幸
炳然集之成

历 代 碑 帖 临 写 系 列

颜真卿 麻姑仙坛记通临

黄仲达 书



上 海 书 画 出 版 社

图书在版编目 (C I P) 数据

颜真卿麻姑仙坛记通临 / 黄仲达书. —上海: 上海书画出版社, 2004. 6

(历代碑帖临写系列)

ISBN 7-80672-869-4

I. 颜... II. 黄... III. 楷书—书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第039793号

☆ 历代碑帖临写系列

颜正卿麻姑仙坛记通临

黄仲达 书

◎ 上海书画出版社 出版发行

地址: 上海市延安西路 593 号

邮编: 200050

网址: www.duoyunxuan-sh.com

E-mail: shcpsh@online.sh.cn

印刷: 上海市美术印刷厂

经销: 各地新华书店

开本: 889 × 1194 1/16

印张: 5.25

印数: 0,001-5,000

版次: 2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80672-869-4/J · 784

定价: 14.00 元

出版说明

《历代碑帖临写系列》第一辑出版后，受到了广大书法爱好者的欢迎。故我们遵循此系列的编辑立场，继续选择适合书法基础学习的碑版刻帖，约请当代实力派书家分别作通篇临写，推出《历代碑帖临写系列》第二辑八种。

面对这些学书者在入门阶段最熟识、选择率最高的碑帖，尤其是以“法度森严”、“端庄谨严”而传世的隋唐法帖，书家们看似简单的通篇实临并非人们想像的那般轻松，他们大都面临着三方面的挑战。一是对于漫漶剥蚀甚至风化损佚的镌刻书法的理解、把握和还原，以使笔下的墨迹与原碑帖的技法特点和整体气质相统一。二是处理神形兼备的关系，以使临摹作品在精微处尽可能体现各书体点画、结体等方面的“形似”，而在整体上又要力求表现气韵生动、通篇畅达的“神似”。第三就是协调个人书风与所临碑帖书风的关系。实临似乎是一个无奈地舍弃自我追求他法的过程，但有着几十年书法实践，业已形成自身书写习惯和艺术取向的书家们，绝不可能如初学者那般亦步亦趋地临写。如何将自己个性化的理解和实践融入所临碑帖的技法特征和艺术品位中，使两者相得益彰，这几乎是每个临书者都面临的困惑与挑战。基于此，书家们集数十年书法功力，在对原碑帖反复推敲、不断实践的基础上，准确把握好上述几方面的要求，为读者奉献出既有直观参考价值又具艺术欣赏价值的临书作品。

与第一辑丛帖一样，对于原碑帖中残损的行文，俞丰先生做了尽可能的考释与补充，并附上简体释文，旨在为读者提供更多的信息和参考。愿学书者能在通临字帖的启发和引领下，更有效、便捷地步入书法学习之门。

《麻姑仙坛记》临写要点

《麻姑仙坛记》全称《有唐抚州南城县麻姑山仙坛记》，唐大历六年(771)四月立，颜真卿撰文并书，时年六十三岁。此碑传世拓本极少，其书气度开张，笔力千钧，颜体楷书中，此《麻姑仙坛记》最为杰出而著名。宋欧阳修评曰：“此记遒峻紧结，尤为精悍，笔画巨细皆有法，愈看愈佳。然后知非鲁公不能书也。”

颜真卿(709-785)，字清臣，山东琅琊临沂人。出任平原太守，世称“颜平原”，后任吏部尚书，封鲁郡开国公，故又称“颜鲁公”。颜真卿为人义烈英迈，终其一生于政于艺都孜孜以求。书法上其早年学诸遂良和欧阳询，并广泛吸取篆隶的笔意体势，又注重学习当时的民间书风，从中得到启示，变初唐沿袭二王的清丽书风，自立门户，独创“颜体”，成为中国书法史上开宗立派的大书法家，对后世产生了深远的影响。除了《麻姑仙坛记》，颜真卿传世的其他楷书作品还有《多宝塔碑》、《颜勤礼碑》、《颜家庙碑》、《自书告身》等。

《麻姑仙坛记》整体气质质朴道厚，豪宕开阔，忠义之气贯于书迹。肥而不臃肿，密中显疏朗，八面圆足，稳固如象，这是颜书的特点，在书法中属于凝重雄伟一路，此帖正是其中的上品。临写时可参考以下几点。

一、采用外拓法用笔。书法用笔历来有内挾、外拓二法。前者行笔笔画中间一段紧劲约束，外拓行笔则流润放纵；转角处内挾以顿折为主，圭角明显，外拓则以提转为主，易方为圆。故临写时当悬肘运腕，中锋行笔，不紧不慢，使写出的线条沉着稳健，墨向线条边缘逐渐渗化，呈现滋润苍茫的效果。如能参临一些篆书作品，以篆意笔法来写此帖，定有事半功倍之效。

二、笔势相向，外紧内松。在颜真卿之前，书家运笔取势往往强调一拓直下和相背二法，而颜则一洗往习，采用相向法，使得字形圆浑开阔，面目为之一新。因此也形成了结体外紧内松的格局，一个个字看上去独立饱满，开张充盈于界格方块内。同时此帖也不似欧、褚楷书那般左低右高，横画斜势明显，而是平画宽结，相当平稳方正，有些字笔画上紧下松，留白上密下疏，更显稳固端严。

三、肥不臃肿，密中有疏。颜字笔画虽肥，但不觉臃肿，圆健浑厚不是简单的靠将笔画写粗写肥得之，这样很容易流于习俗，养成习气；同样颜书的“茂密雄强”也不是一味的密，而是有疏有密。细观此帖，几乎每个字中都有透气处，有时甚至是非常疏朗的，只是气满力足，虽疏而不觉其疏而已。因此要在正确理解、仔细读帖、用心分析的基础上加以临摹，假以时日，方才有真正的效果。

黄仲达

姑

南

有

山

城

唐

仙

縣

撫

壇

麻

州

記

顏

真

卿

撰

并

書

麻

姑

者

葛

稚

方

玄

川

平

王

神

欲

遠

仙

東

字

傳

之

括

苍

山

过

吴

蔡

经

家

教

其

尸

解也餘

如經季

蛇去忽

蟬十還

語家言。七月七日。王君當來過。

語

家

言

七

月

七

日

王

君

當

來

過

到

期

日

方

平

乘

羽

車

駕

五

龍

各

异色。旌旗导从。威仪赫弈如大

異

色

旌

旗

導

從

威

儀

赫

弈

如

大

見

坐

將

經

須

也

父

臾

既

兄

引

至

因遣人与麻姑相闻。亦莫知麻

因

遣

人

與

麻

姑

相

聞

亦

莫

知

麻

平

也

姑

敬

言

是

報

王

何

久

方

神