

輦茹髡齒不為童游
道樹萌牙發豫章之
楨幹禪池眎

《书法经典教程》

李放鸣 主编

四川出版集团
四川美术出版社

颜真卿楷书·多宝塔



【书法经典教程】

李放鸣 主编

颜真卿楷书·多宝塔

四川出版集团
四川美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

颜真卿楷书·多宝塔 / 李放鸣主编. -- 修订本.
-- 成都: 四川美术出版社, 2011.12

书法经典教程

ISBN 978-7-5410-4796-1

I. ①颜… II. ①李… III. ①楷书-书法-教材
IV. ①J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第255977号

书法经典教程 颜真卿楷书·多宝塔

SHUFA JINGDIAN JIAOCHENG YANZHENQING KAISHU · DUOBAOTA

李放鸣 主编

出品人 马晓峰

策划 陈娟

责任编辑 陈娟

编撰 书法经典教程项目组

封面设计 袁飞

责任印制 曾晓峰

责任校对 周智明

出版发行 四川出版集团·四川美术出版社

(成都市三洞桥路12号 邮政编码 610031)

印刷 成都万年彩印有限责任公司

成品尺寸 285mm × 210mm

印张 3

字数 80千

版次 2012年3月第1版

印次 2012年3月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5410-4796-1

定价 12.00元

■ 版权所有·违者必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。

前言

《书法经典教程》是一套为广大书法爱好者架起的通往书法艺术殿堂的金桥。全套教程集古今名家之大成，取历代碑帖之精华，远可及高古淳朴的汉隶，雄刚强健的魏碑，法度森严的唐楷，妍美流便的行草；近可触当代大师的草书。在你工作之余，神游于数千年历史的汉字书法演变过程中。偶有闲暇，临摹其历代流传至今的碑帖精粹，循序渐进，坚持不懈，必然会收到意想不到的奇效。

文字作为一门独立的艺术是「华夏之独特」（鲁迅语）。汉字书法是中华文化的载体，它不仅在中华民族的艺术殿堂中占有重要位置，而且是被世界公认的人类文化之瑰宝。练习书法不一定人人都要成为书法家，它除了传承中华民族的文化外，对于青少年来说还是一种素质锻炼。字是人的第二面容，是社会交往的见面礼，是工作和学习的实力和优势。一手好字，可以让学生在中考、高考中获得加分，也可以让求职者在激烈的职场竞争中充满自信。对于中老年人来说可以修身养性、陶冶情操。据史料分析：在唐代，十七个皇帝的平均寿命是四十五岁，五大文学家（李白、杜甫、韩愈、白居易、柳公权）的平均寿命约八十一岁。这是因为练字是手、脑、心的活动，与练太极拳、气功、瑜伽有异曲同工之妙。百岁书家孙墨佛讲「开卷书写，精神集中于眼、手、心、神、身协调一致，对改善神经系统和内脏器官功能有良好作用。」难怪除中国人外，东南亚许多国家都把练习中国书法作为中老年人强身健体、陶情逸趣的一种时尚。

此套《书法经典教程》的独到之处是在忠实于原碑帖的基础上，对碑帖中的文字排序进行了整合，以学习毛笔字的技法为宗旨，按基本笔画、偏旁部首、结构布势为序，由浅入深地练习，每一笔均有运笔图解和技法指导，图例清晰，文字通俗易懂，既适用于教学，又适用于自修。为方便书写者认读，我们对每个字都进行了简体标注，最后还附有原帖再现，以保证本套教程的编写更加人性化。

颜真卿及《多宝塔》概述

颜真卿（公元709—785年），字清臣，京兆万年（今陕西西安）人，是唐代中期杰出的书法家。他的书法风格雍容壮伟，气势磅礴，具有盛唐时期的时代风貌。他家学渊博，工尺牍文字，又深得褚遂良、张旭的笔法。他的书法以沉着遒劲的笔力、丰腴开阔的气度，形成了沉厚的风貌，对后世书法艺术的发展产生了极其深远的影响。其代表作有：《多宝塔碑》《颜勤礼碑》《东方朔画赞碑》《郭家庙碑》以及《颜家庙碑》等。

颜真卿楷书《多宝塔》，全称《大唐西京千福寺多宝佛塔感应碑文》。唐天宝十一年立，现存西安碑林。该碑是颜真卿四十四岁时书，书法清秀，结构紧密规范，行笔平稳、沉着，无一懈笔，历来是人们学习楷书最通行的范本。本帖内容就选自该碑。对于初学者来说，先从此碑入手比较容易入门。

侧点笔法要点及应用

写侧点时，取其侧势，逆锋起笔，向右下压锋，然后再向上提锋收笔。

在颜体楷书中，侧点的用法要因整个字的体势而定。



慶

庆

法

法

之

之

部

部

之

之

顏

颜

於

于

夜

夜

員

员

俗

俗

諸

诸

於

于

左点笔法要点及应用

写左点时，取其外拉向里之势，逆锋起笔，向右下稍驻，然后向右上缓笔出锋。

左点的写法往往是为了呼应右点，且有承上启下之妙。



盡

尽

忽

忽

弥

弥

氣

气

玕

珍

宗

宗

息

息

築

筑

尔

尔

弥

弥

崇

崇

息

息

竖点笔法要点及应用

写竖点时，取其立势，逆锋起笔，向右下稍顿，然后下行转锋向上收笔。

在颜体楷书中，竖点往往用于宝盖点上，即承上画之稳重又连下字之重心，使整个字体势完备，无懈可击。



當

当

賓

宾

實

实

空

空

宸

宸

官

官

京

京

宮

宫

文

文

寶

宝

定

定

額

额

挑点笔法要点及应用

写挑点时，逆锋起笔，下行稍顿，然后转锋向右上挑出。

挑点的用法一是为承接上点，二是为呼应下画。



温

温

沙

沙

以

以

溟

溟

妙

妙

遂

遂

淨

淨

法

法

心

心

以

以

翊

翊

求

求

平横笔法要点及应用

“永字八法”中称横画为“勒”，藏锋起落笔，缓行急收，取其内在的劲涩之力，切忌行笔气薄力怯，没有生气。



三

三

行

行

旨

旨

一

一

載

載

禪

禪

德

德

溫

溫

莊

莊

禪

禪

法

法

士

士

凹横笔法要点及应用

写凹横时，露锋起笔，行笔时笔锋要下压上提，取其强弓倒放之凹势，然后回锋收笔。

在颜体楷书中，当有两个以上横画上下叠排时，首横必定取其凹横法。如“天”字中的首横用凹横法，使字显得稳重而又富于变化。



天

天

直

直

户

户

夫

夫

吞

吞

遷

遷

現

現

正

正

奉

奉

或

或

玉

玉

石

石

凸横笔法要点及应用

写凸横时，逆锋起笔，行笔时笔锋要上提下压，取其强弓向外之凸势，然后回锋收笔。

在颜体楷书中，凸横往往作字中主笔横画运用。



百

百

旨

旨

理

理

寸

寸

不

不

上

上

兼

兼

士

士

载

载

翼

翼

千

千

其

其

腰细横笔法要点及应用

写腰细横时，逆锋起笔，行笔时要提锋，然后回锋收笔。切忌行笔气薄力怯。

腰细横主要用于笔画较多的字中，一是为了便于字之结体，可免臃肿，二是富于变化，不使字显呆滞。



畫

昼

下

下

尊

尊

十

十

垂

垂

至

至

普

普

事

事

方

方

戴

戴

喜

喜

集

集

腰粗横笔法要点及应用

写腰粗横时，逆锋起笔，行笔较实，然后回锋收笔。

腰粗横主要用于笔画较少字和字中之短笔横画，一能使字重心稳定，二能使字中笔画有轻重之别，富于变化。



廿

廿

南

南

在

在

十

十

工

工

一

一

河

河

恒

恒

止

止

壮

壮

至

至

二

二

左尖横笔法要点及应用

写左尖横时，露锋起笔，回锋收笔。

左尖横主要用于字中之接笔法。



與

与

非

非

現

现

有

有

成

成

華

华

惟

惟

其

其

發

发

門

门

所

所

雜

杂

右尖横笔要点及应用

写右尖横时，逆锋起笔，向右下稍驻，然后向右上行笔出锋。

右尖横其实类似字中之挑画，是为承接下画之起笔。



茹

茹

至

至

孰

孰

見

见

楚

楚

非

非

華

华

頓

顿

如

如

悲

悲

矣

矣

寥

寥

右钩横笔法要点及应用

写右钩横时，起行笔如“凸横法”，再向右下顿笔，然后提锋左挑而出。

右钩横主要用于字中之宝盖，也叫横钩法。起笔横画要较为细劲，折笔钩画要较为稳重。



毫

毫

容

容

雲

云

冠

冠

常

常

宣

宣

官

官

額

額

毫

毫

窮

穷

帝

帝

最

最