

颜书概论

江苏古籍出版社



书法学习丛书

2.1

朱海良 编著

颜书概论

江苏古籍出版社

(书法学习丛书)

颜 书 概 论

朱海良 编著

江苏古籍出版社出版

江苏省新华书店发行

宿迁印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 印张4.5 字数92,000

1987年2月第1版 1987年7月第2次印刷

印数17,001—31,000册

ISBN 7-80519-000-3/Z · 1

统一书号: 17354 · 016 定价: 0.90元

责任编辑 张惠荣

《书法学习丛书》编辑说明

《书法学习丛书》，是为广大书法爱好者和大中学校学生编写的一套比较系统而完整的教材。

中国书法艺术，源远流长，影响深远。自从汉字一产生，就出现了书法艺术的萌芽。在当今新时期，书法艺术与人们生活的关系更为密切，正在发挥着极大的效用。在现实生活中的各个地方，没有与书法无关的，没有用不上书法的。从书法艺术作品、实用的装饰品到书信往来，都要用书法。书法活动既可以锻炼艺术情操，又可以调心养气，收到健身的效果。中国书法，是中华民族优秀传统文化艺术的一颗璀璨明珠。爱好书法、学习书法、研究书法，其本身就是社会主义精神文明的一种具体体现。中国有着千百万书法爱好者，这就是最好的见证。

有人常常问到什么是书法知识，这说明需要抓紧编写书法学习的教材和参考书。为此，我社编辑出版《书法学习丛书》，以应社会急需。这套丛书，原是江苏无锡书法艺术专科学校的教材。这套教材，经过五年来的使用，教学效果良好，深受广大学员和书法自学者的欢迎和喜爱，现经修订、充实和改写，公开出版发行，以飨读者。

《书法学习丛书》，由中华全国书法教育学会副主席、无锡书法艺术专科学校常务副校长吴炳伟同志主编，无锡书法艺术专科学校的授课教师与特邀专家、教授共同编写，书

稿经艺专校长徐静渔先生审定。

《书法学习丛书》计划出版三十种，预计在三年内出齐。

江苏古籍出版社

一九八七年元旦

目 录

第一讲	楷 书	(1)
第二讲	颜真卿和颜体	(8)
第三讲	颜勤礼碑	(17)
第四讲	执笔法、运腕、用笔	(18)
第五讲	基本笔画之一——点 和横	(24)
第六讲	基本笔画之二——直 和钩	(34)
第七讲	基本笔画之三——挑 和捺	(45)
第八讲	基本笔画之四——长撇 和短撇	(53)
第九讲	基本笔画之五——折	(62)
第十讲	笔画组合变化之一——点的组合变化	(67)
第十一讲	笔画组合变化之二——横、竖、捺、撇、 折的组合变化	(71)
第十二讲	字头练习	(75)
第十三讲	左边旁字练习	(80)
第十四讲	右边旁字练习	(84)
第十五讲	框廓形边旁练习	(87)
第十六讲	部首在字底练习	(91)
第十七讲	间架结构之一——独体字及左右结构	(94)
第十八讲	间架结构之二——上下结构及上中下结 构	(101)
第十九讲	间架结构之三——内外结构	(106)

第二十讲	结构布势之一——整齐平正和重心平稳	(109)
第二十一讲	结构布势之二——点画呼应和偏旁容让	(111)
第二十二讲	结构布势之三——疏密匀称和布势自然	(115)
第二十三讲	结构布势之四——气韵生动和反复变化	(119)
第二十四讲	结构布势之五——左右均称和对比调和	(123)
第二十五讲	颜书作业评析	(125)
附表:	颜真卿主要碑帖年表	(135)

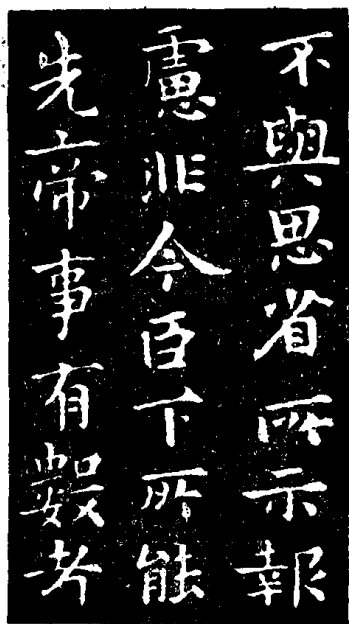
第一讲 楷书

一、楷书之渊源

楷书又叫“真书”、“正书”，是从隶书、章草演变而来，古时又叫“楷隶”或“今隶”。相传由东汉王次仲改隶法而为楷法。唐代天宝年间书法家蔡希综在《法书论》中说：“周宣王史籀作大篆，秦始皇程邈改为隶书，东汉上谷王次仲以隶书改为楷法，仲又以楷法变为八分，其后继迹者，伯喈得之极，元常成其业。”楷书虽创于汉末，但楷法并不成熟，到三国，魏大臣钟繇才被后世推崇为第一个著名的楷书家。

楷书创始后，晋朝王羲之（字逸少）跟卫夫人学习楷书，并学习钟繇、张芝等书法，从而改进成为笔画清圆、结构端正的正楷字体，奠定了我国楷书的基础。钟繇所书的《宣示表》、王羲之所书的《乐毅论》，均为后世学楷之范本。

楷书盛行于魏晋六朝，成熟于隋唐。隋《龙

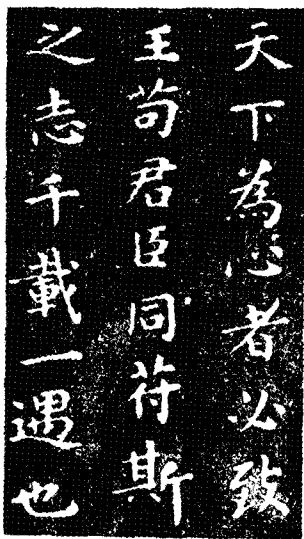


鍾繇書宣示表

《嶽寺》碑，初唐四杰欧阳询、虞世南、褚遂良、薛稷的书

法，既有南方书法典雅流美，又有北方书法险劲庄重的特色。将南北两派书法的特点熔合于楷书法度之中，成为学楷之典范。唐朝是中国封建社会中繁荣昌盛的时代，书法是社会政治经济文化发展的反映，书法到唐朝处于中兴时期。公元627年在唐太宗李世民的提倡和影响下，从宫廷到社会，都摹仿王书，“二王”楷书就成为当时全国书法

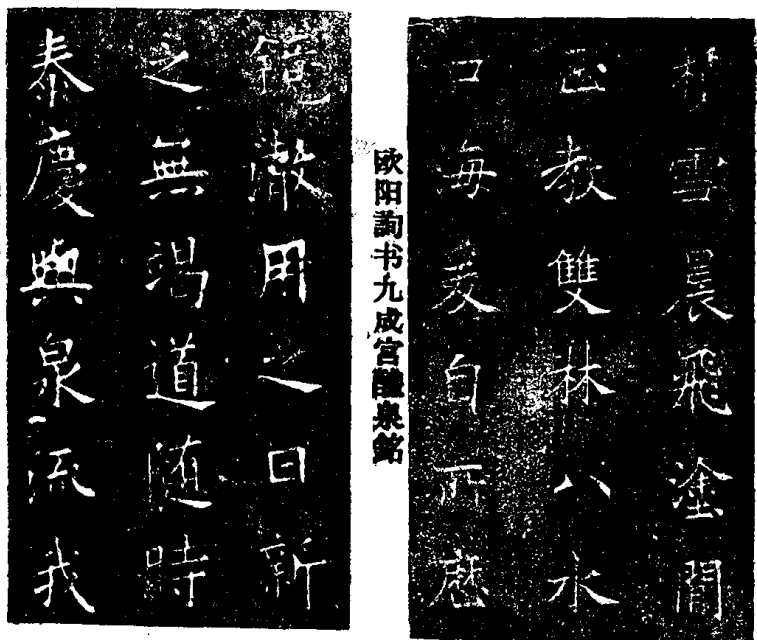
王羲之書樂毅論



的正宗。

唐朝是楷书的全盛时期。唐代的书法成就，与唐诗一样，异常光辉夺目。成熟的唐楷，风神各异，各自成家。大书家之多，影响之深远，都是历史上少有的。初唐书法，继承了六朝以来多变而仪态美丽的特点。这时期的书家各具才智，抒写性灵，言心达志。所以用笔结体、神理气味，各有特色。欧阳询的书法刚劲峻拔、笔画清朗爽劲、结体遒密峻整，被誉为初唐楷书之冠。虞世南的书法，字体峻整、笔力险劲、笔画圆润、结构疏朗。褚遂良的书法，笔法方圆兼备、笔画瘦劲、结构疏朗，比较婉媚。

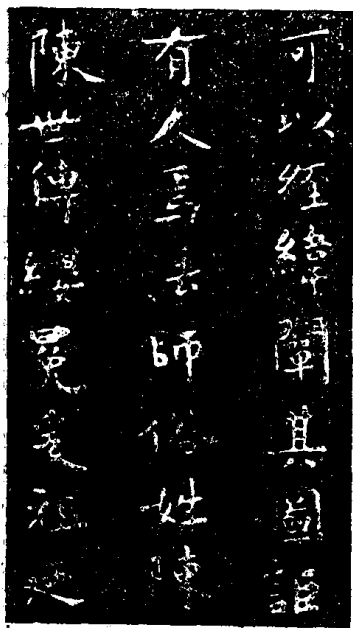
中唐经过贞观、开元八十多年的休养生息，民富国强，文化繁荣昌盛，进入了“稻米流脂粟米白，小邑犹藏万家室”的全盛时期。反映在书法上，则是用笔结体富厚健康而气象恢宏，呈现出“中唐书崇肥厚”的时代风貌。这时期的杰出书家有颜真卿、李邕等。颜真卿尤为异军突起，一扫江左姿媚书风，破王体而立，创一种笔画肥厚圆润、结构严整刚健的“颜体”，给后世有较大影响。



褚遂良書聖教序

晚唐书风力矫中唐肥厚，形多瘦硬。著名书家有柳公权、孙过庭等。柳公权吸取欧、颜二体之优点，用笔方圆兼使，另成一种笔画清劲、结构疏朗的字体，称为“柳体”。

自唐通行至今，楷书并无多大变化。值得一提的是元朝



虞世南书破邪論

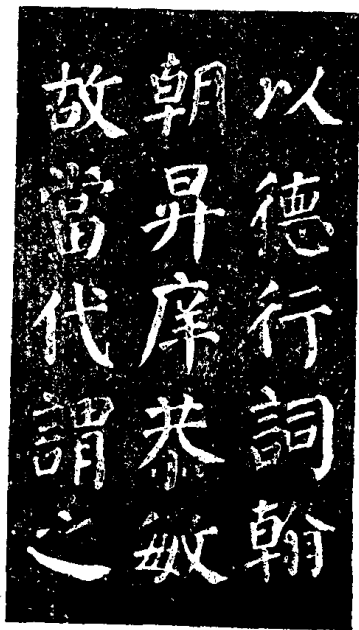
赵孟頫，赵孟頫反复临摹《乐毅论》、《黄庭经》、《兰亭序》等帖，收效很大，所写正书，笔画清秀，结构端正，却有钟、王笔意，时称“赵体”。

辛亥革命以后，武进唐驼所书正楷闻名江浙。他的楷书笔画清秀，结构端正，堪称佳作。

楷书的渊源和发展，《书法精论》曾有比较精确的总结：“汉魏萌其芽，两晋树其干，六朝发其花，

隋唐结其实，李唐以后，真书遂不复变，故学真书必求之李唐以上。李唐以后，只可供观摩，不可供效法也。”

康有为在《广艺舟双楫》中说过：“真书之变，其在魏汉间乎？汉以前无真书体。真书之传于今者，自吴碑之《葛府君》及元常（钟繇）《力命》、《戎辂》、《宣示》、《荐季直》诸帖始。



顏真卿书勸札碑

至二王则变化殆尽，以迄于今，遂为大法，莫或小易。”

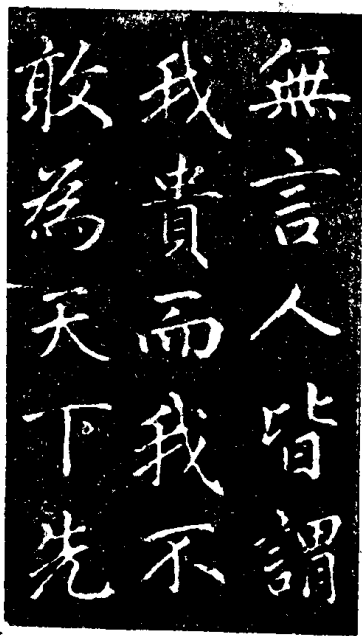
从书体的演变来看，正书继隶书之方正、八分之道逸、章草之简捷，而自成一体。

二、楷书的特点

楷书，顾名思义，因其形体方正，笔画平直，为书法之楷模。楷书是用笔合法的老实书、规矩书，是千年来直到今天汉字最通用的书体，是正、行、草书的基础。初学书法，应该从正楷开



柳公权书玄秘塔碑



赵孟頫书道教碑

始。前人把楷书比作“立”，行书比作“走”，草书比作“奔”。人只有立稳了才能走、才能奔。练好了楷书，对写好行书、草书有很大的帮助。这是由实践反复验证为行之有效的正确途径。通过楷书练习，可以了解汉字结体基本法则，掌握用笔基本技巧和方法。因此，初学者把楷书写好了，既符合应用的

要求，又为将来进一步学习钻研和提高书法艺术奠定良好的基础。

学好楷书，首先要掌握楷书的特点。古人论书说过：“字贵平正安稳”；“横则正，竖则直”；“作书的平正一路作基，则结体深稳，不致流于空滑”。

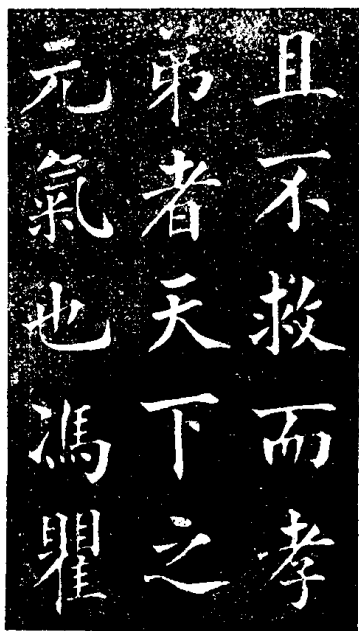
写好楷书有八点要求：横平竖直，点画呼应，结构紧密，重心稳正，比例恰当，大小相仿，笔顺不错，笔力劲健。

三、如何学习楷书

这是一个涉及面比较广的问题，并非一二句话可以说完整的。学好楷书也有一个比较艰苦的实践过程，不能设想在一朝一夕得到解决。主要方法是：摹、临、读、背。

摹：通行的方法有两种，一种是“描红”，一种是“写仿影”。描红，就是将印刷出来的红字，用笔墨填满，这种方法只适用于初学毛笔字的小学生。写仿影，就是用半透明的纸蒙在范本上，按照透现出来的字迹去摹写。一次摹不象，可用纸蒙在字帖上摹它十次八次，直到对点画有所领悟为止。这种办法易于得到范本上的笔画、结构的形体，所以前人有“摹书易得其位置”的说法。

临：就是把碑帖放在桌子前面，坡着竖起，依照它的运



唐駝书孝弟祠記

笔、结构和笔意去看着临写。临写虽不能象摹书那样很快地得其形体位置，但易于得其笔法、章法和精神。同时，还可锻炼观察力，对下一步临写其它书体有很大帮助。

古人十分重视临写。王羲之曾在《笔势论十二章并序》中说：“始书之时，不可尽其形势。一遍正手脚，二遍少得形势，三遍微微似本，四遍加其遒润，五遍兼加抽拔。如果生涩，不可便休，两行三行，创临惟须滑健，不得计其遍数也。”这里阐明了一个道理，临帖要循序渐进，并且每一次或每一阶段的临写都要有所侧重，才能收到显著效果。

读：读帖首先要从大处着眼，要看所临的碑帖大体结构是属于长形的、方形的还是扁形的；再从整体着眼找出是用方笔、圆笔还是方圆兼用的用笔规律；然后再看它的笔画组成以及笔画之间所留的空白，呈现什么姿态，是端庄宽舒的还是宽舒中带有紧凑的；最后要仔细地观察每一笔的起笔、行笔和收笔的全过程。通过一系列的观察分析，熟记每个字的字形、笔法和结构，边看可边书空练习，力求使自己写出的字同原帖中的相仿，以便临写得到较快的收效。

背：背就是记忆。可以背中临、练中背，可以通背通记，也可以分页背分页记。记其内容，记其势态，记字的大小比例，记字与字、行与行的揖让关系等。这样，就可以胸有成竹地写了此画想到彼画，写完了上边的字便想到下边的字，为练习创造良好的条件。

归根到底，要多写多看，要经过一个“先与古人合，后与古人离”的发展过程，即俗语所说的先入帖后出帖。在初学临摹阶段，首先要求学得象，经过模仿，做到形似，再从形似到神似。“形”指的是字体的笔画结构，“神”指的是

作品所表现的精神面貌。两者是相互联系的，只有精于一家，博采众长，才能逾越古人樊篱，形成自己独有的风格，写就一手好字。

思考题：

1. 试述楷书的产生与发展。
2. 唐代书风有哪三变？
3. 楷书的基本要求是什么？
4. 王羲之是怎样论述临写的？

第二讲 颜真卿和颜体

一、颜真卿

颜真卿，字清臣（公元709—785年），唐代杰出的书法家。自署琅琊郡（今山东省东南部）人，又说京兆万年人（今陕西西安）。出身于一个世代擅长书法艺术、精通文字学的封建士大夫家庭。他的五代祖便是北齐著名的学者颜之推，而曾祖便是唐初的学者颜师古。他从小是个孤儿，全靠母亲殷氏将他抚育成人。唐玄宗开元廿二年（公元734年）考中进士。

在他作官的初期便表现出卓越的才干和刚正的品格，因此得罪了当时的宰相杨国忠。杨国忠把他从朝廷中赶出去作平原太守，所以后人又称他为“颜平原”。

那时正是玄宗年老昏淫之际，安禄山在渔阳坐拥重兵伺机造反。颜真卿逆料安禄山必反，一旦反起，叛军必定要来平原。他就假托霖雨，增修城隍，暗集兵力，兼储粮械，以

为守备之计。同时他每日宴饮宾客，划船为戏，骗过了安禄山的密探。等到安禄山叛军大起，河北各郡望风降贼，只有平原城司马参军李平来报已修守战。从长安城中连夜逃出的玄宗，才叹了一口气说：“河北二十四郡无一忠臣。我不知颜真卿是何许人，他竟能如此！”这时的颜真卿确是大唐天下最早的一面爱国旗帜。这时饶阳、济南、清河、景城、邺郡等处都“各以众归”，奉他为勤王的领袖。

他的哥哥颜杲卿其时为常山太守，把安禄山派守土门的大将李钦凑、高邈等人斩了。土门等十七郡光复，推真卿为盟主。土门是历来兵家必争的战略要地。这样一来，安禄山叛军的归路被颜家兄弟斩断了。原来这一举动是他们兄弟秘密计划好的。他们曾决定“相与起义兵犄角断贼归路，以纾西寇之势。”为了传达机密，居中往来参预谋划的信使，便是真卿的外甥卢逖，和杲卿的小儿子季明。

安禄山发觉归路被斩断，就派史思明将常山围困起来。颜杲卿孤城奋战了六昼夜，箭尽粮绝，井水枯竭，于是城陷。反贼胁迫杲卿投降，将刀架在季明的颈子上。杲卿不答，季明的头被砍下来。杲卿被械送到洛阳，当面痛骂安禄山。安禄山叫人把杲卿绑在桥柱上“节解”了。杲卿的大儿子泉明由于被派出境，得以不死。泉明后来寻觅父尸，才知道父亲被“节解”时，是先断掉一只脚的。由此可见，唐家江山，虽然后来由郭子仪、李光弼等恢复，而最初是由颜氏兄弟、父子的鲜血洗出来的。颜真卿在这一段家国惨痛的历史悲剧中，凝刻心魂，收摄血泪，留下了万古常新的《祭侄季明文手稿》真迹。

肃宗至德二年，真卿被任刑部尚书，迁御史大夫，认真

执法。后来屡因刚直，出入朝廷的外郡多少次。元载作宰相的时候，他为检校刑部尚书知省事，累进封鲁郡开国公，所以后代一直都称他为“颜鲁公”。那时元载出了个坏主意，要皇帝答应，百官奏事一切都须先通过宰相。真卿认为这是李林甫和杨国忠都不敢作的坏事，上疏痛驳，因此又贬官。元载死后，杨炎、卢杞相继作宰相，又都讨厌他。他的年纪到此时已经很老，位至太子太师，声望崇高。卢杞暗中盘算，要用计策陷害他。这时已是德宗建中四年，出身淮西偏裨的李希烈已经位至藩镇，兵陷汝州，与叛将朱滔等称王反叛唐室。卢杞与德宗决定派颜真卿以重臣元老的身分去说服李希烈。颜真卿明知此去凶多吉少，但还是大义凛然地去了。他在李希烈的势力之下，骂退了李贼诱迫他作伪宰相的阴谋和屡次逼死的威胁，自己作就墓志，准备一死。直到李希烈攻破汴州在大梁作起伪楚皇帝来，他始终在囚系之中。一年后，即兴元元年八月三日，李贼终于派人将这位七十七岁坚贞不屈的老人害死在汝州。（此资料参考潘伯鹰著《中国书法简论》）

颜鲁公一生忠义之节，明若日月，刚毅雄特，人品高尚。后世观其书，如见颜鲁公英豪之气；习其书，不觉见贤而思齐。

颜真卿书法初学褚遂良，后从张旭得笔法，参用篆书笔意写楷书，端壮雄伟，气势开张，古法为之一变，行书亦刚劲多姿，开创了二王以外的新风格，世称其字为“颜体”。《唐书》本传说他“善正草书，笔力道婉”，这一评价很公允。

二、颜体的创立、发展和成熟

坚劲、厚实、雄壮的颜体，符合我国人民的审美要求，