

书 法 技 法 精 要

[颜真卿]

颜勤礼碑 基础教程

卢国联 编

乙瑛碑基础教程·曹全碑基础教程·史晨碑基础教程·颜勤礼碑基础教程·多宝塔碑基础教程·玄秘塔碑基础教程·九成宫碑基础教程·三门记基础教程·正书千字文基础教程·雁塔圣教序基础教程·蜀素帖基础教程·集王羲之圣教序基础教程·兰亭序基础教程·书谱基础教程



上海书画出版社

书 法 技 法 精 要

颜勤礼碑 基础教程

卢国联 编

上 海 书 画 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

颜勤礼碑基础教程 / 卢国联编. — 上海: 上海书画出版社, 2007.7

(书法技法精要)

ISBN 978-7-80725-478-2

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 070281 号

责任编辑 时洁芳
技术编辑 钱勤毅
责任校对 周倩芸
封面设计 潘志远
版式设计 徐方震
图版整理 卢国联
图片摄影 卢国聪

☆ 书法技法精要

颜勤礼碑基础教程

卢国联 编

◎ 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.shshuhua.com

E-mail: shcpbh@online.sh.cn

印刷: 上海市印刷十厂有限公司

经销: 各地新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

印张: 5

印数: 0,001-5,000

版次: 2007 年 7 月第 1 版 2007 年 7 月第 1 次印刷

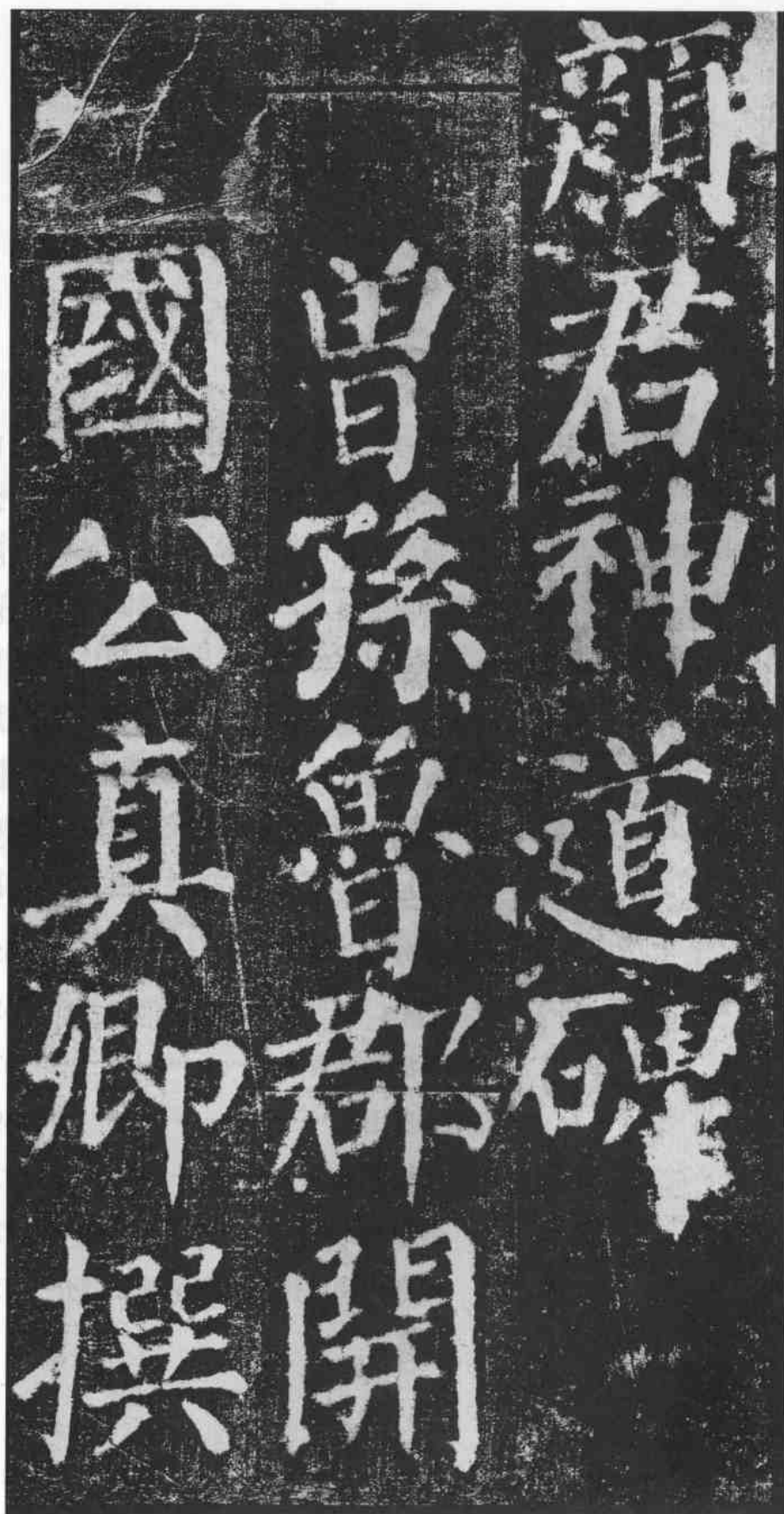
书号: ISBN 978-7-80725-478-2

定价: 12.00 元

出版说明

“书法技法精要”丛书是一套切合学校书法基础教学和初学者自学的实用教材。其以历代最受欢迎的经典法帖为范本，除了介绍传统技法如点画、偏旁部首、间架结构和章法，还结合当代书法教育的特点和现状，补充完善了临摹与创作、习作评改、书法常识等内容，力求为学书者提供一个由点到面、循序渐进，书写技巧与理论常识相结合的教学框架。此套丛书楷、行、草、隶各体兼备，内容丰富，教师可以根据学生年龄层次和自己的擅长选择并安排教学内容与进度。对于碑帖中的范字，视情做了电脑技术加工并标注简体释文，更便于初学者临写。

此册是以唐代颜真卿楷书《颜勤礼碑》为编写范本。



(唐) 顏真卿 《顏勤禮碑》

目 录

第一部分 技法精要	1
一 基本点画及其变化	2
二 偏旁部首	16
三 间架结构	28
四 章法	41
第二部分 临摹与创作	44
一 有效的临摹	44
二 从临摹到创作	53
三 学生习作评改	59
第三部分 书法常识	65
一 执笔、书写姿势与运腕	65
二 书法名词解释	67
三 文房用具	69
四 宣纸开裁	71
五 落款常识	72
六 颜真卿及唐代其他书家碑帖简介	73

第一部分 技法精要

●颜真卿和《颜勤礼碑》

颜真卿(709—785),字清臣,唐代名臣,杰出的书法家。京兆万年(今陕西西安)人,祖籍琅邪(今山东临沂)。历迁刑部尚书、太子太师,代宗时因爵封“鲁郡开国公”,世称“颜鲁公”。颜真卿历仕玄宗、肃宗、代宗、德宗四朝,恪守儒家忠孝之道,忠君爱国,鞠躬尽瘁。当淮宁节度使李希烈占据许州,攻陷汝州,威胁洛阳,李唐王朝危难之际,75岁高龄的颜真卿不顾个人安危奉君命,仅携侄子、家僮数人前往许州,赴李希烈部劝谕。他大义凛然,痛斥李希烈背叛朝廷,遭扣囚,两年后遇难缢杀身亡,为维护李唐王朝的统一献出了生命,成为忠臣义士的一代典范。诏赠司徒,谥“文忠”。颜真卿的书法气势博大,笔力雄强,沉着浑厚,犹如他的为人,正直、忠烈、凛然不可侵犯。

颜真卿擅长正书、行书。其正书端庄宽博,雍容浑厚;行书遒劲有力,自成天趣。用笔更是方圆兼备,开门立派,被世人称为“颜体”。颜真卿的书法对后世影响极大,经久不衰。从颜氏书法艺术中吸取养料者数不胜数。颜真卿一生楷书碑帖流传至今的不下二十余种,反映出颜氏不同时期的书法面貌特征。

《颜勤礼碑》全称《唐故秘书省著作郎夔州都督府长史上护军颜君神道碑》,是颜真卿大历十四年(779)为其曾祖父颜勤礼所书的神道碑。古人所谓墓前开道,建石柱以为标,谓之神道,即墓碑。其碑文内容追述颜氏家族祖辈功德,并叙述后世子孙在唐王朝的业绩。石碑于元、明间湮没,1922年出土于陕西西安旧藩廨堂后(今社会路)。四面刻,存三面,计44行,满行38字。长久埋于土中,未经后人剔剝,故铍铍如新。布局创大字充格的写法,书风尤见气势磅礴、沉着端庄而不失精丽,为颜氏晚年之佳作,也是楷书学习的最佳范本之一。

●技法要点

《颜勤礼碑》书法敦实浑厚、雄健宽博、疏密有致、气势开张,这些都是该碑帖的精神所在。观察其特征,寻找其规律,学习颜书才能有良好的收效。技法学习不妨从执笔、运笔、点画、结构、气息等方面多加琢磨。

1. 执笔宜高勿低。《颜勤礼碑》字形宽博大,临写应将手臂抬高离桌,以扩大施展范围,运笔就能随意自如,充分地把握点画特征,反之则缩手缩脚,易将点画写得软绵无力。

2. 运笔宜送勿拖、宜涩勿滑。运笔应做到笔到力到,以推、送为主(逆向行笔),避免拖、拉,前者写出的笔画力透纸背,后者则浮于纸面。“屋漏痕”、“如锥画沙、如印印

泥”等，都是颜真卿用笔技巧的总结，表现出的点画线条应圆润饱满、骨力强劲，有立体感。如若顺势拖拉，则如游蛇浮滑，难免乏力。

3. 点画线条宜藏勿露、宜厚勿薄。《颜勤礼碑》的起笔、收笔应多藏锋，圆笔多于方笔，以把字写得厚重饱满。如若锋芒毕露，方笔过多，难免结构单薄，点画乏力。同时颜楷中还运用了许多篆书的笔意和技巧，藏头护尾，临写时应尽量体会并掌握。

4. 字形宜大勿小、宜展勿缩。《颜勤礼碑》体势开张，采用外拓法书之，临写时宁大勿小，才能把颜体的丰厚敦实表现出来。同时在结构紧凑的前提下，外紧内松，把碑帖的舒朗宽博表现出来。

5. 宜肥勿肿。肥不臃肿、疏密有致、结构停匀，是《颜勤礼碑》结体的基本特征，也是篆意在碑帖中的体现。把颜楷临写得臃肿入俗是学颜书的致命伤。

6. 书写宜连勿断。其中有两层意思：一是不要写一笔蘸一次墨汁，应写几个字后待笔中墨汁稍干时再蘸一次，这样能使字写得结构紧凑，整体气息不散。二是点画之间的呼应、顾盼、映带应该连而不断，否则容易造成字的结构和整体章法上散乱。

7. 练习宜易勿难。初学《颜勤礼碑》不要通篇临写，应选择有特点、有共性的字进行观察、体验，采用由浅入深，由简到繁，由易到难，循序渐进的方法进行临写。

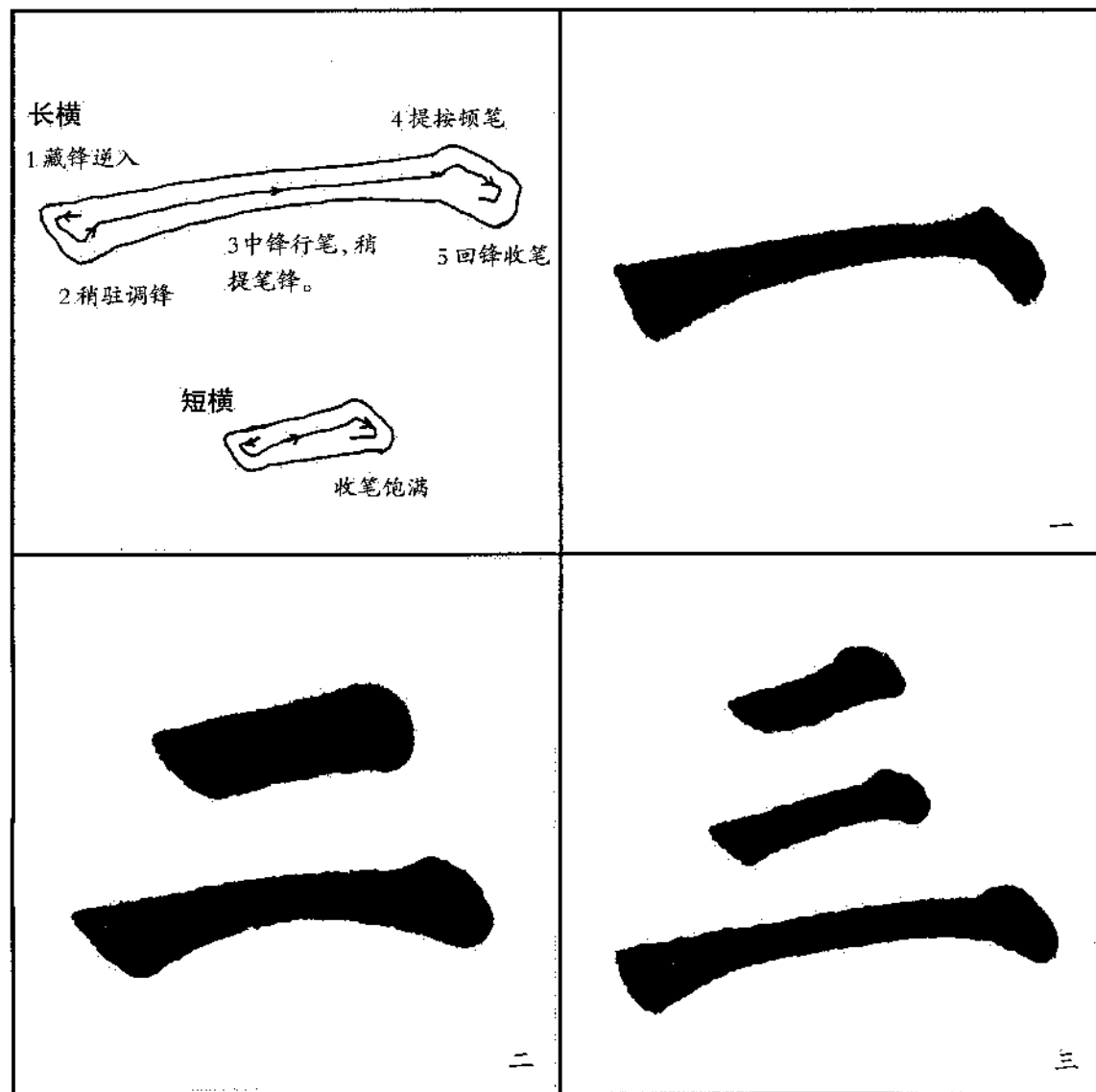
总之，书法学习是一个观察、临摹、再观察、再临摹，步步深入的过程。只有不断地去体会和练习，把握碑帖的技巧特点和书写规律，才能学到该碑帖的内涵和精华。

一 基本点画及其变化

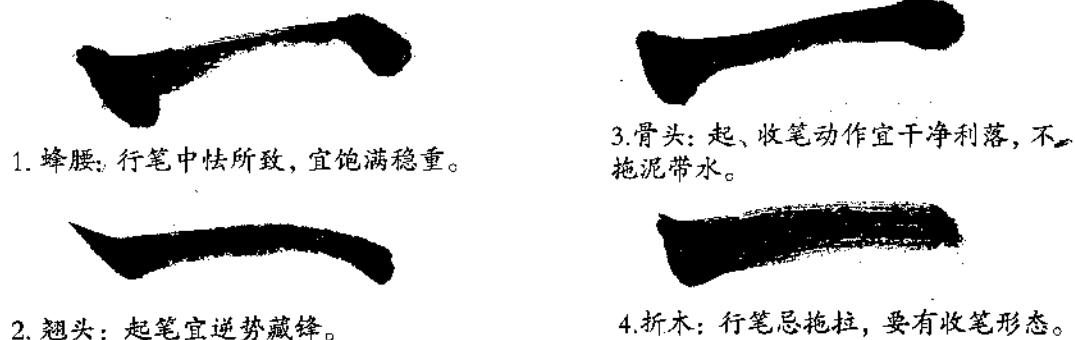
横、竖、点、撇、捺、折、钩、挑八个基本点画是构成汉字的重要元素，不同形态的点画具有各自的用途和所占的位置。仔细地观察才能对每个点画特征有充分的了解，正确地用笔才能把点画形态表现得完美、到位。同时这些基本点画因在字中的位置和取势不同，形态也随之变化，并有相应的名称。从书法角度而言，点画书写要注重笔势，近代沈尹默《书法论·笔势》曰：“笔势乃是一种单行规则，是每一种点画各自顺从着各具的特殊姿势的写法。”只有真正掌握笔势规律，才能将点画举一反三，用简洁的用笔写出各种变化来。

(一) 基本点画

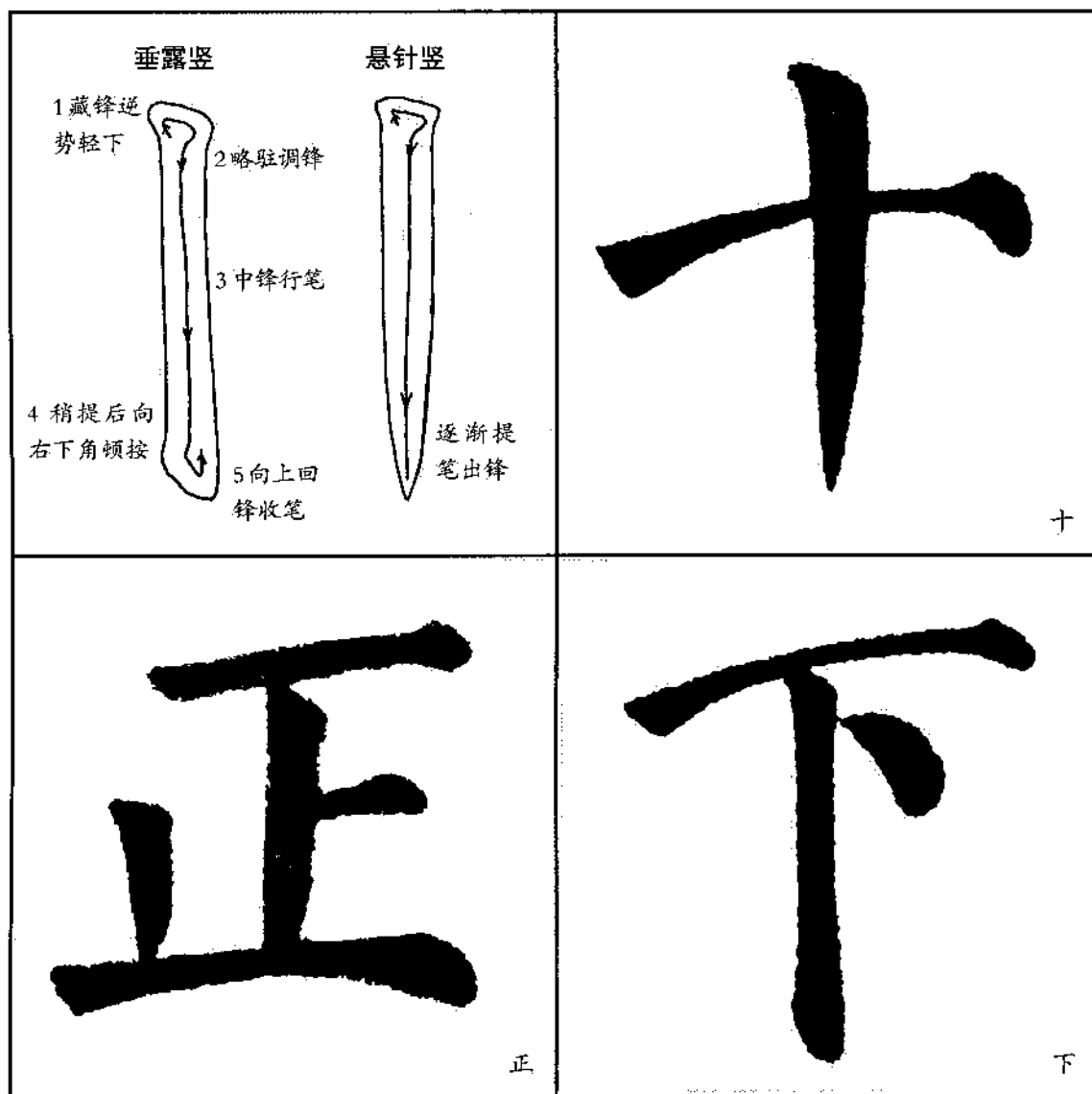
1. 横：古人称“勒”，唐李世民《笔法诀》曰：“勒不得卧其笔，须笔锋先行。”意思是写横时须用笔锋逆势推行。起笔（横画竖下笔）形状或方或圆或尖，行笔有粗细、提按交代，中间略有拱势，收笔饱满如点。



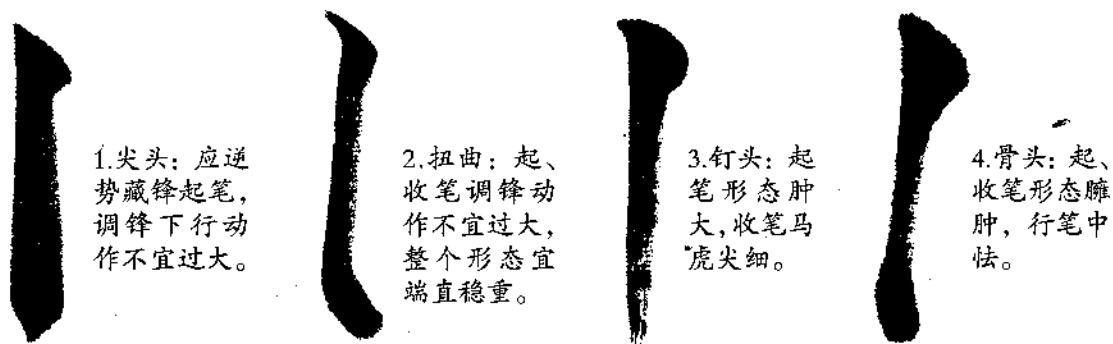
练习横画时应避免以下病笔：



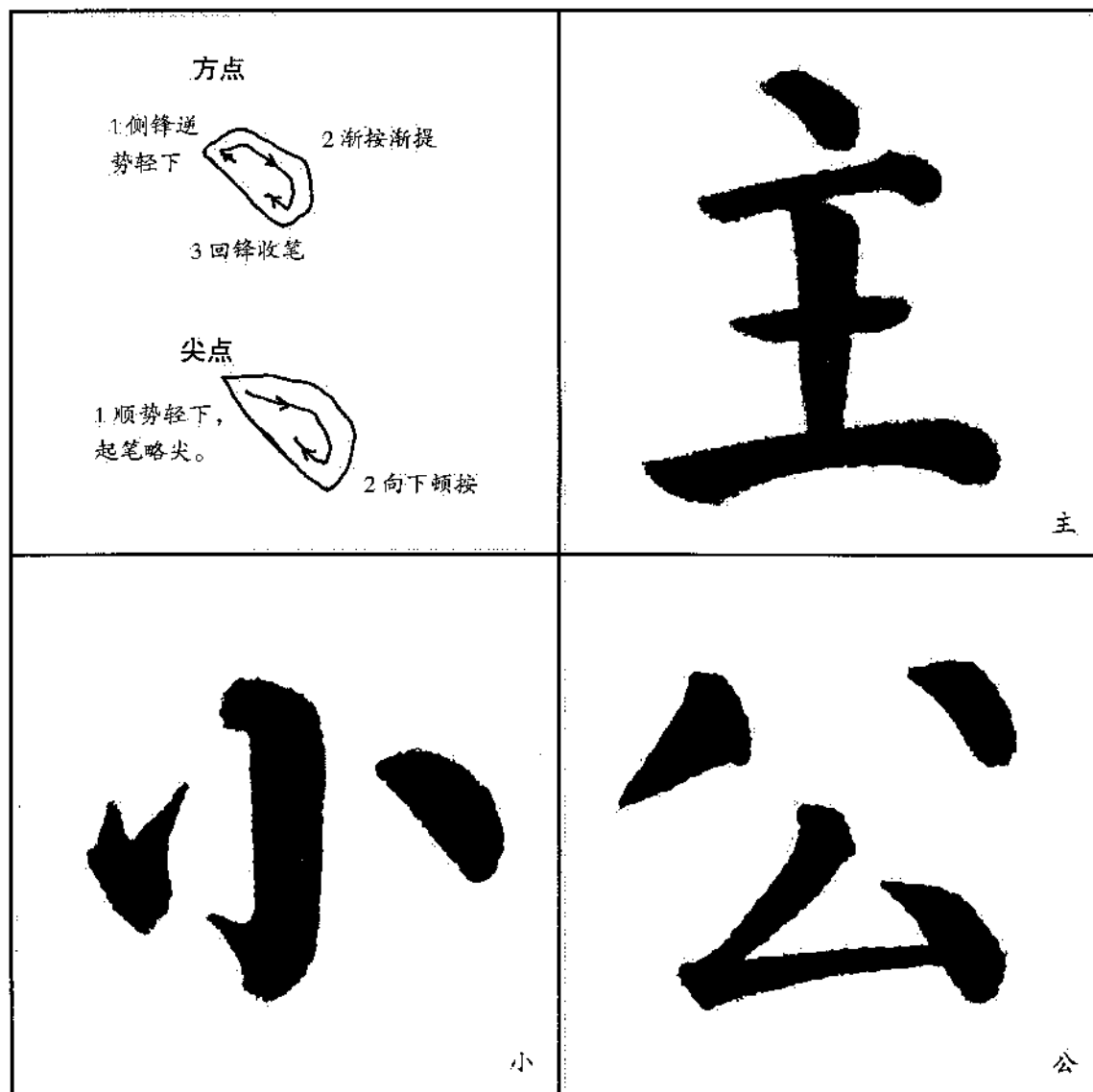
2. 竖：古人称“努”，李世民《笔法诀》曰：“为竖必努，贵战而雄……努不宜直，直则失力。”意思是写竖时应逆势用锋并有粗细变化，不可僵直，一拖直下。行笔不宜太快，收笔或逐渐尖细成“悬针”，或右下角饱满如点成“垂露”。



练习竖画时应避免以下病笔：



3. 点：古人称“侧”，姜夔《续书谱》云：“点者，字之眉目，全藉顾盼精神，有向有背，随字异形。”点取侧势，用笔锋的一个侧面着力，须沉着中带灵动，不可呆板。姿态根据着力点的重轻和方位求得变化。



练习点画时应避免以下病笔：



1. 尖头凹腹：运笔动作夸张所致。

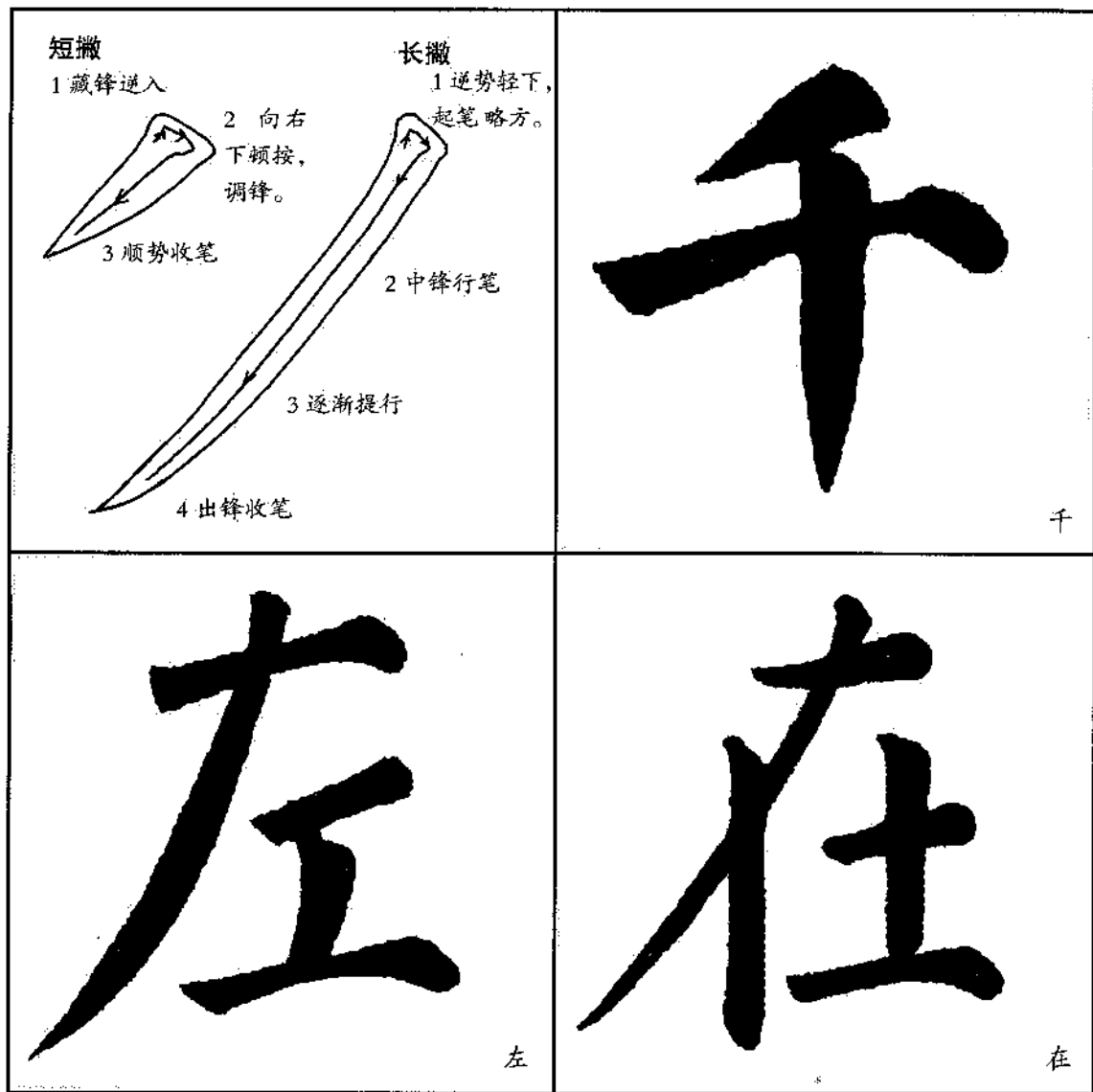
2. 粗糙：点虽小，但形态宜完整精致。

3. 缺收：收笔动作缺失，使尾部形态不完整。

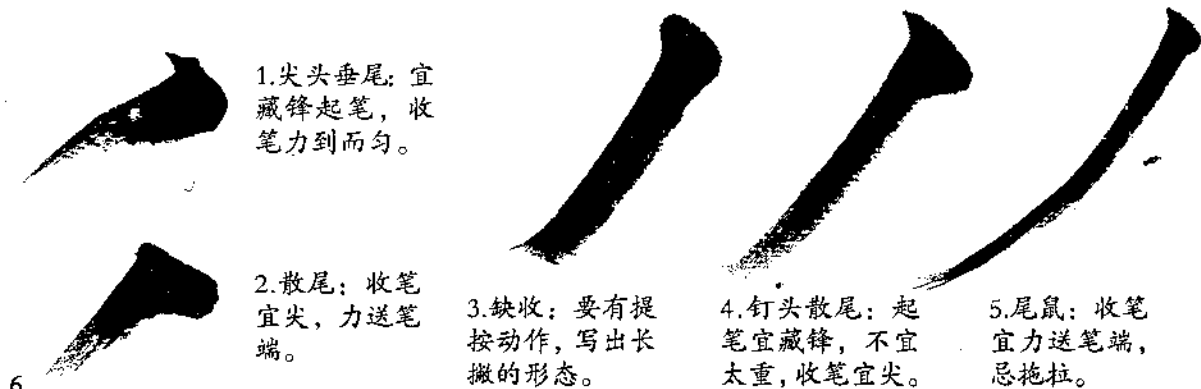
4. 缺收：同(3)

5. 鸟嘴：起笔太尖，宜稍逆势藏锋。

4. 撇：古人称“掠”，李世民《笔法诀》曰：“为撇必掠，贵险而劲。……掠须笔锋左出而利。”撇画重势，起笔（斜下笔）宜方，行笔顺势而下，由重到轻，由粗到细，收笔宜尖，力到而匀，劲挺俱显。



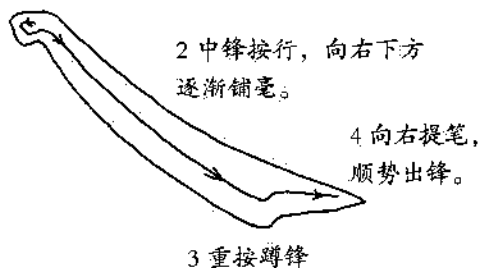
练习撇画时应避免以下病笔：



5. 捺：古人称“磔”，清包世臣《艺舟双楫》曰：“捺为磔者，勒笔右行，铺平笔锋，尽力开散而急发也。”捺又谓“一波三折”，还有“蚕头燕尾”的比喻，整个行笔有两个提按调锋动作，逐渐铺毫按行的过程中要注重运笔的流畅和力度。

斜捺

1 逆势轻下，稍驻调锋。



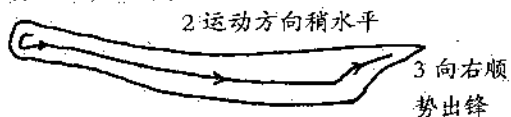
2 中锋按行，向右下方
逐渐铺毫。

4 向右提笔，
顺势出锋。

3 重按蹲锋

平捺

1 逆势轻下，调锋。



2 运动方向稍水平

3 向右顺
势出锋



人



之



文

练习捺画时应避免以下病笔：



1. 脱垂：捺脚出
锋方向太向下，
且未收锋，形散。



2. 头尖脚肿：起
笔太尖，宜藏锋，
捺脚用力过重。

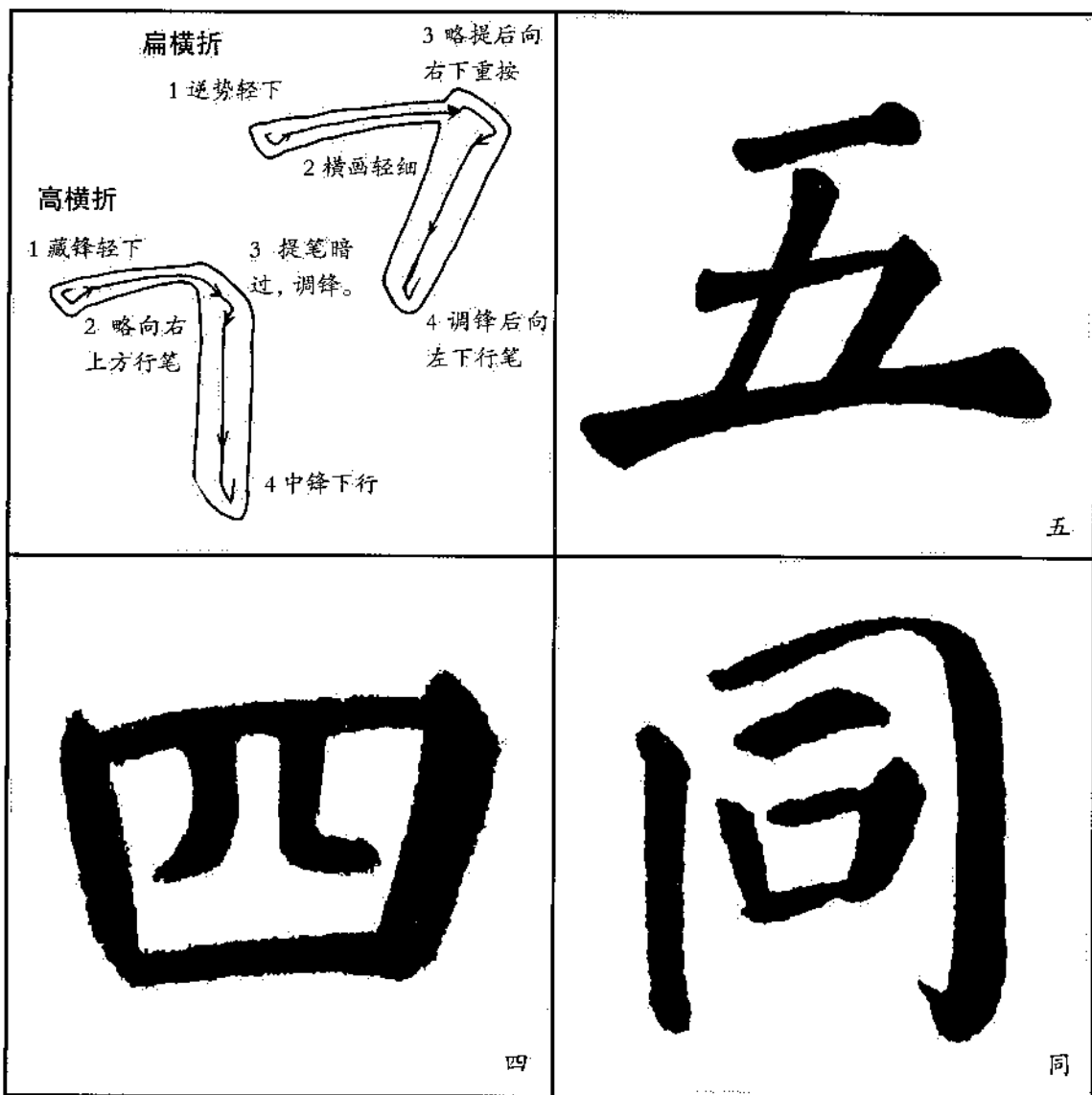


3. 刀切：收笔处
缺少提笔尖收
动作，捺脚形态
不完整。



4. 散尾：同“刀
切”。

6. 折：多为横与竖的组合笔画。清朱和羹《临池心解》云：“轻折须暗过，方知折钗股之妙。暗过处，又要留处行，行处留，乃得真诀。”《颜勤礼碑》中有棱角分明和圆转含蓄的两种折法，前者笔锋翻折，提按清晰，外圆内方，后者顺势略提暗过，用笔方法很不相同。



练习横折时应避免以下病笔：



1. 肿胀：折角处动作夸张，用力过度所致。

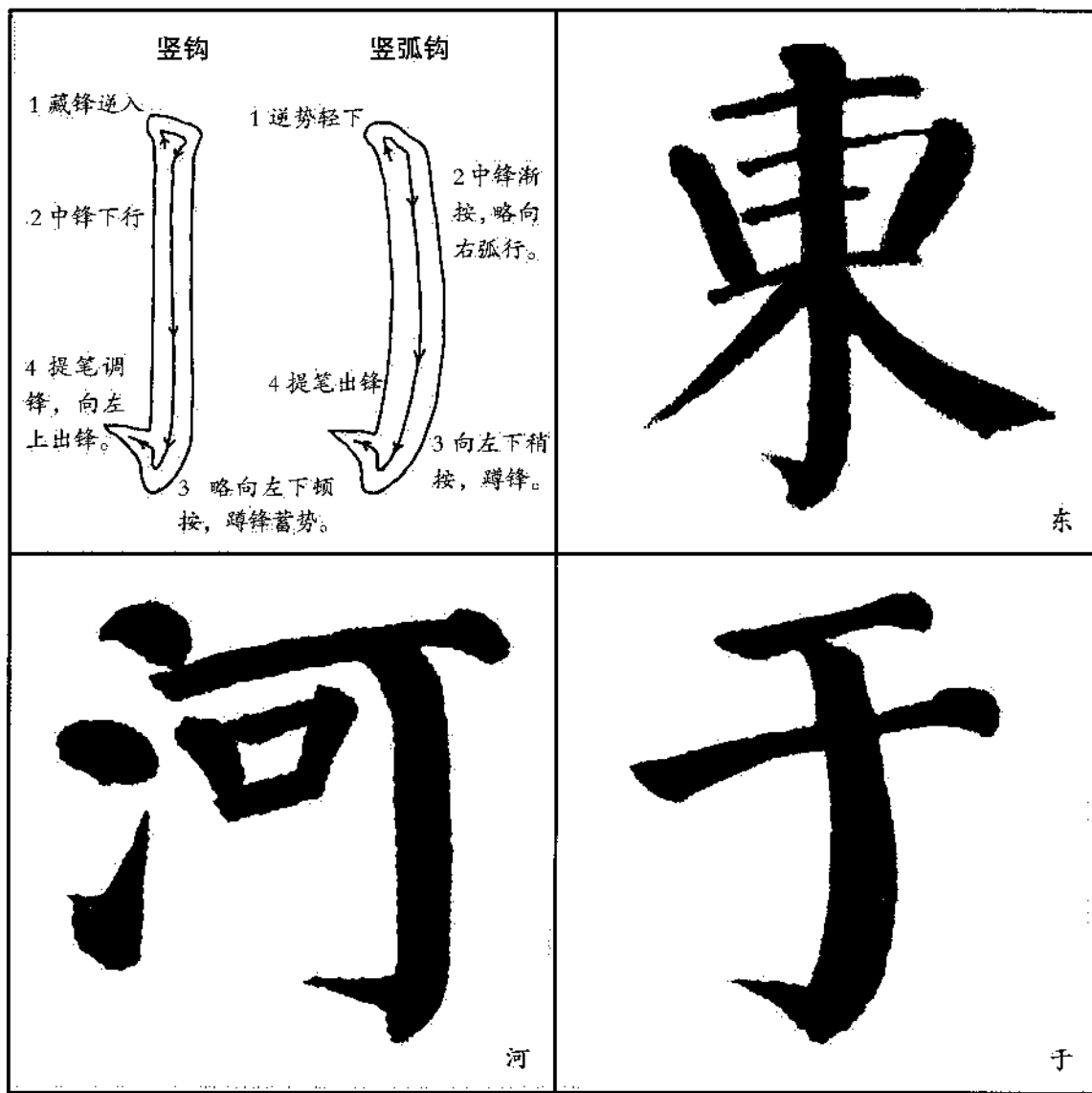
2. 柴担：横画行笔速度太快，线条中怯。



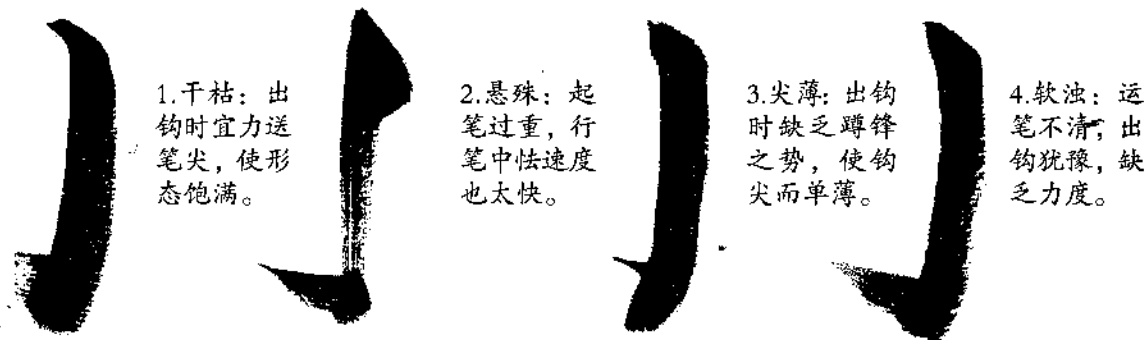
3. 耸肩：折笔太高且尖。

4. 脱白：横、竖折角处脱节。

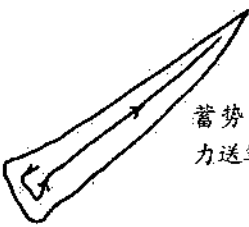
7. 钩：古人称“趯”，李世民《笔法诀》曰：“趯顺存其笔锋，得势而出。”勾时关键在于要先蹲锋蓄势，再果断顺势出锋，不能犹豫不决，钩方能尽显饱满峻利。



练习钩画时应避免以下病笔：



8. 挑：古人称“策”，李世民《笔法诀》曰：“策须仰策而收。”策，马鞭也，用力在策本，得力在策末，下笔宜直，借势发力，使挑画清晰有力，有马鞭抽打之势。

短挑 1 藏锋逆入，起笔宜方。 2 重按后调锋 3 右仰上提，向右上方出锋。  长挑  蓄势出锋，力送笔尖。	 损
 以	 理

练习挑画时应避免以下病笔：



1. 柴木：收笔散，宜力送笔尖。

2. 蜂针：下笔过重，出锋单薄，尖细。

3. 枯拙：运笔速度过快，同“柴木”。

4. 木棒：下笔方向太平，偏锋。

(二) 基本点画的变化

1. 横的变化：通常有仰横、平横、覆横等变化。仰横宜在字的上方或框架内部，有时演变为横点，平横宜在字的中间，覆横则多在字底部。



2. 竖的变化：通常有相背、相向、垂露、悬针等变化，通过字形结构的需要来调整，粗细、长短各异。三个竖画以上者，中间多为垂露竖，两边则可相向或相背。



3. 折的变化：除横折外，还有竖折、竖弯折、撇折等变化。单字中若遇多处转折，宜变化避免雷同，但也不能为追求形似和变化而刻意描画。

