

颜真卿

大楷水写帖

颜真卿

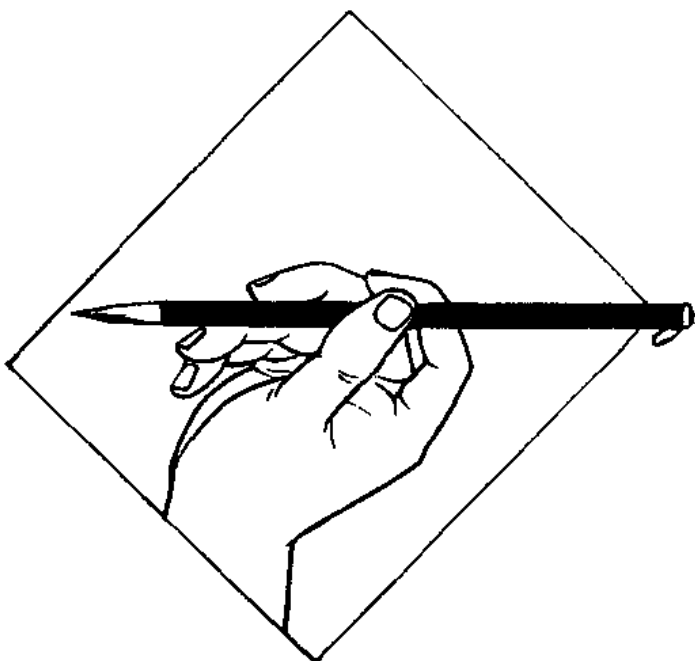
上海教育出版社
SHANGHAI JIAOYU CHUBANSHE



责任编辑 张建忠
封面设计 姜品珠



世纪集团



ISBN 7-5320-4788-1



9 787532 047888 >

颜真卿大楷书写帖 符 实 施 编 责任编辑 张建忠

上海世纪出版集团 出版发行
上海教育出版社

各地 新华书店 经销

太仓市印刷厂有限公司印刷

ISBN 7-5320-4788-1/C·4758

开本: 787×1092 1/6 印张: 2.5 1996年7月第1版 2001年3月第12次印刷 定价: 5.00元

临习须知

一、本帖用水写纸印制，供课堂书写临习用。使用时，用干净毛笔蘸清水书写，纸上即显黑色字迹，笔迹消褪后，可重复书写。切勿用带色毛笔或蘸有色水、脏水的笔书写，以免在纸上留下污迹，影响书写和使用寿命。

二、本帖选用唐代大书法家颜真卿的《勤礼碑》较完美的字，按序编成。此碑历来被公认为临习毛笔字的最佳范本之一。范本再佳，还要靠临习者持之以恒的临习才能把字写好。怎样持之以恒呢？1. 选定每天临习最有保证的时间，到时候便认真临习，不轻易移作他用。2. 每次必须临习一定的数量，不随便增减。3. 临习时，要专心，有问题要多问。

三、为使临习能事半功倍，可以两句口诀为辅导。

1. 写好笔画的口诀：“五要领、两边线；两边线，加力、减力善知变。”“五要领”指每一笔画的起笔、收笔、粗细、长短和走向。起笔、收笔有方、尖、圆、斜或由其中两者结合的几种形态。形态不同，用笔方法也不同。（方形起笔：笔锋锋尖在起笔的左上角触纸，下行或右行到另一角，回到起端的中心，再下按，然后行笔；方形收笔：笔行到末端，以锋尖向末端右上角或左下角稍稍加力，以锋行笔，写出末端边线到另一角，再回锋收笔。尖形起笔：笔锋锋尖在起端触纸，顺势行笔；尖形收笔：笔行到末端上提，顺锋出笔。圆形起笔：笔锋触及纸面，先逆行到起端，回锋行笔；圆形收笔：笔行到末端，回锋收笔。斜形起笔：笔锋锋尖在起端最尖细处触纸，先向右下加力，然后行笔，斜形收笔：笔行到开始下斜处，逐渐减力。）笔画的粗细变化是提（笔上提）按（笔下按）或某边线加力、减力造成的。大多数笔画不是同步减力（同步减力叫提）或加力（同步加力叫按）的，而是在某边线加力或减力的。所以要写出笔画粗细变化，便要学会加力或减力。平挺的

边线不加减力；加减力常在不平挺的边线进行。笔画的长短和走向会影响间架结构是不是准确，所以也一定要要求写准。

2. 临习间架结构的口诀：“纵横占位力求准，呼应、笔势应分明。”“纵横占位”指每一笔画（主要是部位）的所处位置（如杏、呆、束、困、口和木的所处位置不同）及各自所占的纵向和横向的地位。各自的纵横占位写准了，间架结构就容易写准。“呼应、笔势应分明”，是指各部位之间的相互照应。不管每个部位是宽是窄，是高是低，彼此间的疏密如何，都是要互相照应的。笔画和笔画的气势贯通是呼应，各自的占（所占的位置和纵横占位，以及进占他部位的空处）、容（容许他部位进占空处）、让（让出地位）都属呼应，在临习间架结构时，一定要吃准。到笔能听指挥了，还应把笔画写得有内力、有动态。到了这一步，这本字帖，便算临习到手了。

四、要使临习有明显的效果，在动笔前，一定要认真辨认笔画形态和各部位的纵横占位，做到心中有数，临习起来就能收到事半功倍的效果。

五、本帖的编排是按循序渐进原则处理的。前面编了八个笔画的临习（放在整字中进行），中间是三种结构形式：左右、上下和框廓结构；每种结构形式，也是先简单后复杂。未了部份是综合临习。每一页都可作笔画临习用，也可作结构临习用，临习时，确定临习目的便可以随意使用。

六、本帖把同样的一页字，分成空心字和原字（有些已放大）两页。一页可供“廓填”（即用毛笔一笔填满空心）以求体会用笔方法；另一页供临帖用。两者同用，可以收到良好的临习效果。廓填时，一定要一笔填足一个笔画，不改不补，才能真正体会笔法。

颜真卿和《勤礼碑》的特点简介

颜真卿(709—785)字清臣,自署琅琊(今山东临沂)人。代宗时曾被封为鲁郡开国公,故世称“颜鲁公”。

颜真卿的书法初学褚遂良,三十五岁后从张旭学得用笔方法。由于上代有好多著名的书法家,他又从祖传的籀、篆、隶的各种用笔方法中汲取适合他个性的诸法之长,融汇成自己特有的笔法和风貌。他四十多岁便已写出有独特风格的《多宝塔》,又经二十年刻苦钻研,终成了一位杰出的大书法家,对后代产生了深远久远的影响,至今不衰。他的楷书端庄雄伟,气势开张;行书遒劲极富生气,天真自然。在用笔上变方为圆,化入篆、隶、草的笔意,开创了崭新风貌。

《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》。此碑原立西安,宋代失踪。1922年重新出土,所以字口大多未损,锋芒毕露。书法气势磅礴,雄迈清新,至今都把它作为临习的最佳范本之一。

《勤礼碑》结体特点:

体态豁达端庄,雍容大方,遒劲豪爽,舒展开阔,疏密适当,结构停匀,善于避让。竖笔多相向,横画多仰覆。以正方为主略

见长方。

《勤礼碑》笔画特点:

起笔多藏锋,收笔多回锋。故起端方笔极少,圆笔最多;横画起笔多方斜。笔画讲究气势贯通(上笔的收笔贯向下一笔的起笔)。同一字中同样的点画,两笔以上便各有变化;同样的部首相遇,形态也见变化,显得生动多姿。

横画轻(瘦)、竖画重(粗壮),两竖笔并存时,左竖瘦于右竖;中竖都很壮硕有力,悬针竖大都写到五分之四处便提收渐细。

长横多上拱,且微向右上角斜上,渐瘦,以顿法收笔。所以笔画虽斜,感觉上是平的。

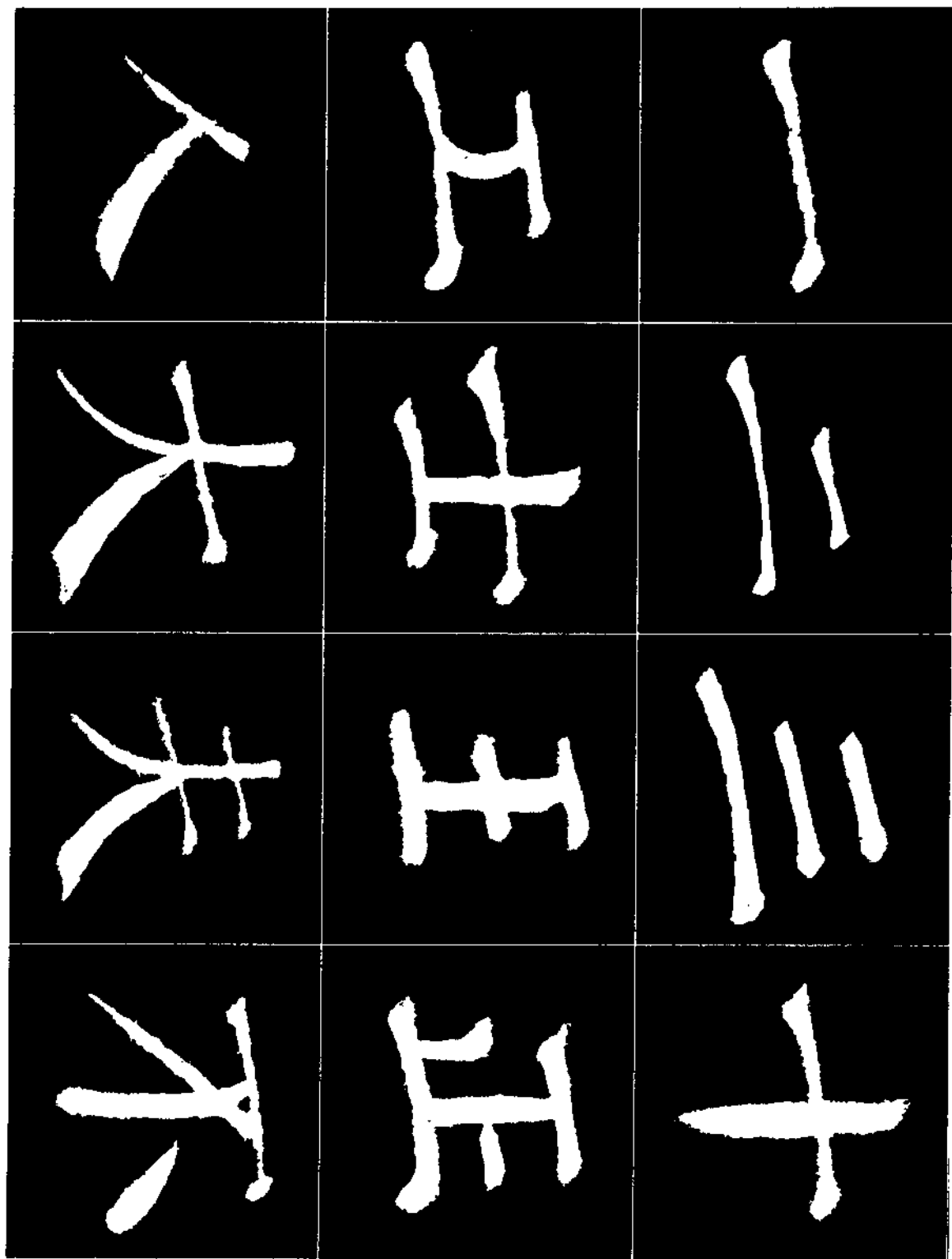
捺有“蚕头雁尾”之称;长捺常成飘样的弧形,起笔较轻、渐粗,出尾处粗壮,尾端大多较长。

转折带圆转直下,用折的则如断笔再起。常外带外凸圆弧而内边线较挺。

“口”字成上宽下窄状,左右基本对称。

钩多成鸟嘴形,上平下斜为主。
点的形态走向变化极多,但都十分浑厚有力。

1. 笔画临习之一：横、竖、撇、捺



2. 笔画练习之二：点

下

文

太

义

六

之

少

天

王

幸

其

無

3. 笔画临习之三：挑和折

之

六

人

長

又

山

世

中

又

四

事

直

4. 笔画临习之四：钩

万

牙

于

也

乞

光

水

束

内

甫

焉

为

5. 左右结构临习之一：左右都是单部位的结构

仕

加

阴

政

拜

神

栖

郎

陳

補

馬也

頤

6. 左右结构临习之二：左边是两个或两个以上部位的结构

尉

部

朝

敬

散

郭

頌

頽

靚

劉

章

觀

7. 左右结构临习之三：右边是两个或两个以上部位的结构



8. 左右结构临习之四：左右都是两个或两个以上部位的结构，也有左中右三部位结构

韶

殿

霖

廟

班

胤

卿

蔣

勸

衛

微

辯

9. 上下结构临习之一：上下都是单部位的结构

早

多

安

丞

兵

金

官

春

軍

家

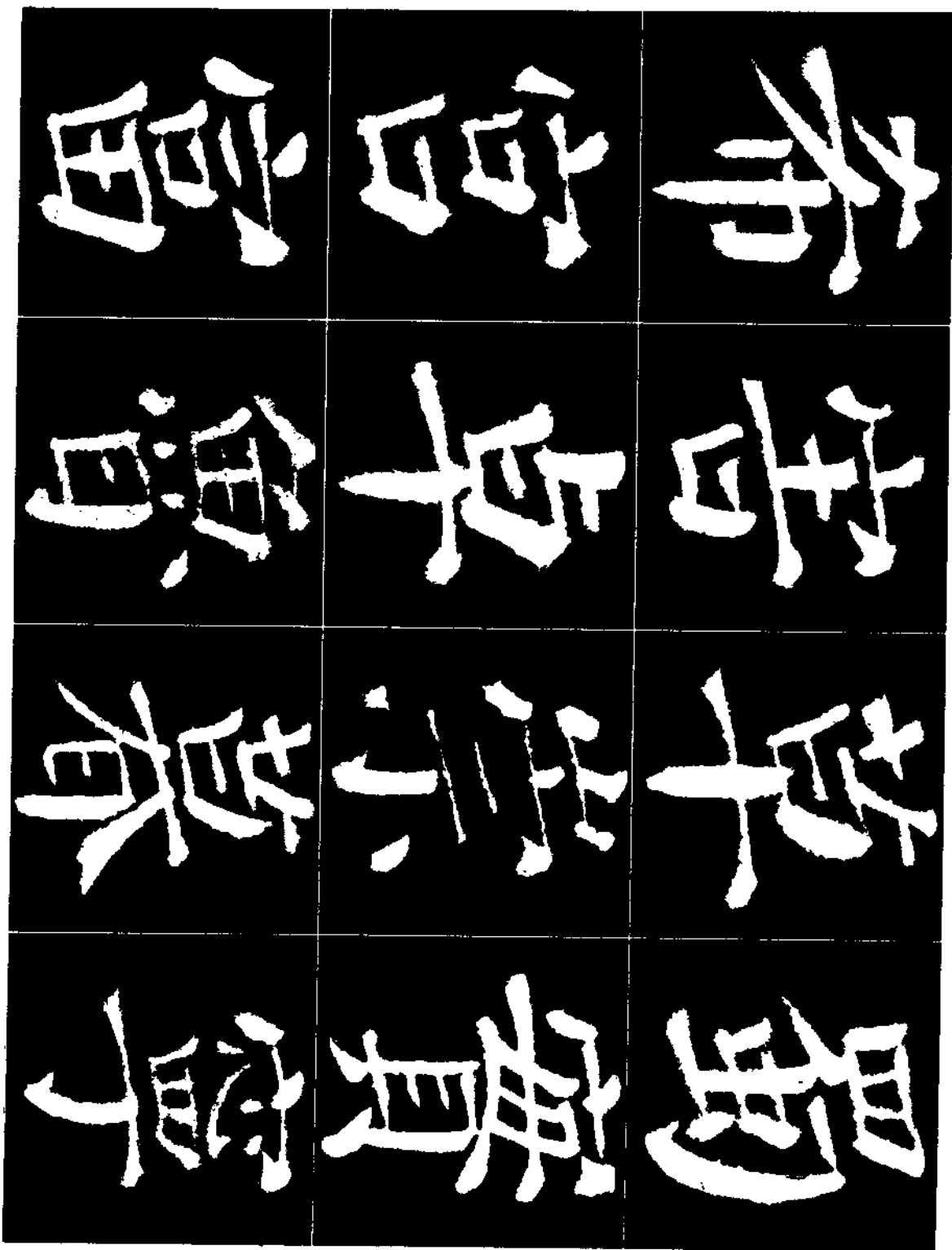
書

集

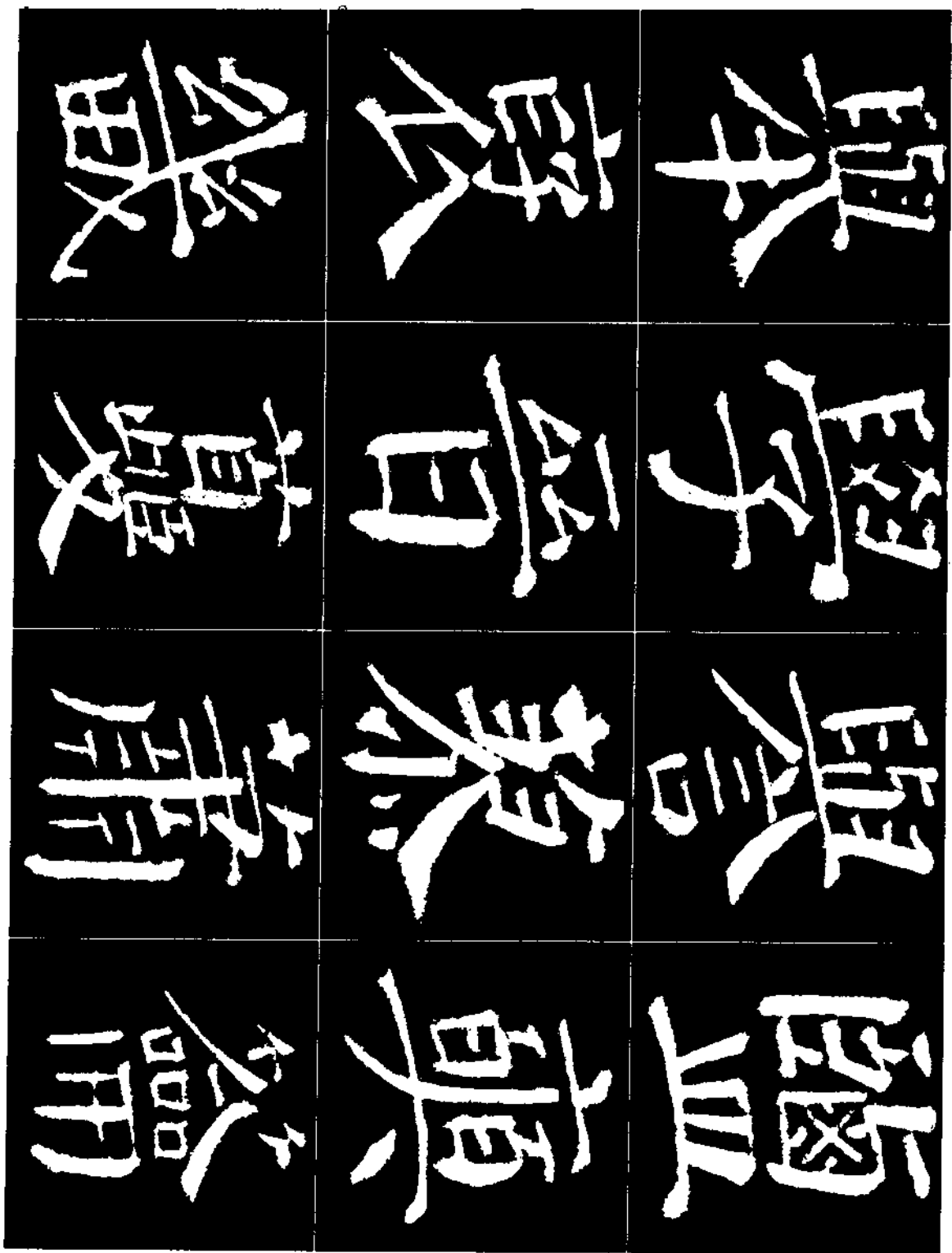
10. 上下结构临习之二：上边是双部位或下边是双部位的结构



11. 上下结构临习之三：上中下纵向三部位结构



12. 上下结构临习之四：上部、中部、下部较复杂的结构



13. 框廓结构临习之一：左上框廓结构

