

颜书字帖

江苏古籍出版社

道

翹

幾

延

顏書

厚

歷

旭

书法学习丛书

朱海良 编著

颜书字帖

江苏古籍出版社

(书法学习丛书)

颜 书 字 帖

朱海良 编 著

江苏古籍出版社出版

江苏省新华书店发行 书江古籍印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 4.5

1987年11月第2版 987年11月第2次印刷

印数 17,000—43,000册

ISBN 7-80519-003-8/Z·4

统一书号: 17354·019 定价: 1.70元

责任编辑: 周 方

《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

颜 书 字 帖

一、简 介

颜真卿（公元709—785年），字清臣，唐代杰出的书法家，自署琅琊郡（今山东省东南部）人，一说京兆万年（今陕西省西安）人。开元进士，曾为平原太守，人称“颜平原”，累官至殿中侍御史、吏部尚书、太子太师。抵抗安禄山时被封为“鲁郡公”，故世称“颜鲁公”。

颜真卿刻苦研习了王羲之、褚遂良、张旭等古代书法家的书艺并精心专攻北碑书风，总结了民间劳动人民所创造的书法精华，博采众长，推陈出新，参用篆书笔意写楷书，从长期的书法实践中创立了符合我国人民审美要求的坚劲、厚实、雄壮的“颜体”。

北大教授金开诚认为：“颜体”的创立过程可分为三个时期。五十岁（公元759年）以前，属于前期，这是颜真卿向古人和民间书法学习并消化吸收的阶段。楷书代表作是《千福寺多宝塔碑》和《东方朔画赞》。字体清雅、秀丽、轻撇重捺、端庄有力，但褚法较多，尚未形成雄强粗拙的颜体风格。五十岁到六十岁（公元769年）是中期，这是形成刚健雄厚、大气磅礴的独创风格的阶段。楷书代表作是《鲜于氏离堆记》和《赠太保郭敬之庙碑》。六十岁以后是后期，特别重要的代表作《颜勤礼碑》，标志着颜体艺术已达

到完全成熟。颜体后期名作较多，如《麻姑仙坛记》、《颜惟贞家庙碑》、《大唐中兴颂》等。尤其是七十一岁（公元780年）所书的《自书告身帖》，更向凝重深沉发展，雄肆其外，秀穆其中，已达到炉火纯青的地步。此外，颜真卿的行书亦刚劲多姿，其代表作有《争座位帖》、《祭侄稿》等。

本帖1—42页据《颜勤礼碑》编辑而成，二—六部分文字说明，亦就该碑而言。43—60页依次为颜体早、中、晚期代表作《多宝塔碑》、《麻姑仙坛记》、《元次山碑》、《颜家庙碑》选字，既供临摹，亦以见颜书演变发展。

二、用笔特点

1.在字形结构上，颜字体态豁达端庄，气势开阔，大气磅礴，字形成长方接近正方。结构宽绰，左右相称，正面示人，字大撑格，外密中疏，重心平稳，给人以端庄雄强的感觉。如《颜勤礼碑》中的“特”、“时”，结构左右相称，横竖笔画停匀。“明”、“仁”、“雍”等字端正安详，雄强遒劲。

2.在用笔上，加强使用腕力，行笔雄健有力，落笔多藏锋，收笔多回锋。以圆笔为主，兼用方笔。如“万”、“轻”等字横竖起笔多藏锋呈蚕头；“春”、“道”等字捺笔结束着力顿挫后轻挑呈雁尾状，俗称“蚕头雁尾”。又如“画”、“常”等字用笔横细竖粗；“直”、“阁”字中两竖为左细右粗，并立成外拓之势，使笔画具有立体感。

3.点画讲究呼应、贯气，即上一笔的收笔与下一笔的起笔之间，笔断意连，气势连贯。同一字中有二笔以上的同样笔画就有变化，各具形态，生动多姿。如“通”字中有二竖，左竖用垂露，中

竖用悬针。

4.在墨法上，苍润兼施，质朴豪迈。

颜字的艺术要求有以下几个方面：

1.颜字气势开阔，因此结体要外密中疏，真可谓“密不透风，疏可走马”。如“仁”、“钩”等左右结构的字切忌裹得过紧。

2.颜字字形方整，以撑满圆足为好，取法外拓，显示雄强之势，内含富丽，拙中见美。如“道”、“开”。

3.颜字用笔裹锋内涵，卷劲有力，和穆深秀，力避锋芒外露，笨重肥厚。如“童”、“山”。

4.颜字笔画布局横细竖粗，疏密停匀，重心稳如泰山。如“雍”、“集”。

临写颜字必须经历一个读、摹、临、背的过程。应从基本笔画开始，循序前进，不能操之过急，否则，欲速则不达。

三、基本笔画（见帖1—13页）

汉字的基本笔画有点、横、竖、钩、挑、捺、撇、折八种。欧、颜、柳、赵各体的基本笔画写法各不相同。学写颜字，首先要写象颜字的基本笔画，临写时必须学会各种笔画是如何起笔、行笔和收笔的，从形态、走向、长短、肥瘦和笔势等几个方面去琢磨，掌握其用笔规律。

四、部首（见帖14—26页）

汉字其特有的特点是一个一个方块字。除独体字外，其余都是合体字。合体字是由偏旁部首和其他结构单位组合而成，所以练写

汉字必须在掌握基本笔画的基础上，进而练写部首。

按照汉字部首的特点，可分为字头、字左旁、字右旁、框廓形偏旁和字底五类。各种部首因在汉字中的位置不同，所以书写形态、应占地位及笔画也要随之变化。练习时必须细心观察，探其变化规律，才能达到事半功倍的效果。

本帖分类归纳了七十八种部首，供练习参考。

五、结构（见帖27—34页）

要写好颜字，除掌握笔法、写好基本笔画和部首外，还须懂得其结构规律。汉字结构可分独体字和合体字两大类。合体字又可分为“左右结构”、“上下结构”、“左中右结构”、“上中下结构”、“框廓形结构”。

独体字本身就是一个完整的整体，它不和其它结构单位发生搭配关系。书写时要求对准中心，掌握重心，疏密匀称，斜度相等。

左右结构的字要注意左右两部分搭配得妥切恰当。帖中提到的结构比例，只是大致的，供练习时参考。平时在练习时要留心字的结构比例，使其疏密匀称、自然、大方、清晰、美观。左中右结构，各部位应稍狭些，笔画要注意参差平衡。上下结构要注意上下两个部分的结构单位之间有覆载俯仰，或根据形体的大小和笔画的多寡，分别采取宽紧收放的处理，以取得融洽美观的效果。上中下结构要注意将各部分写扁写宽，即竖笔适当缩短，横笔适当放长，以避把字写得过分狭长。框廓形结构要注意外框的大小、曲势，要根据中间部分的结构形态而定，使其既充实饱满又有一种回抱的感觉和内外相称之美。

六、结构布势（见帖35—42页）

学习字的结构布势，就是要研究字的点画呼应，互相搭配，各部分的内在联系，克服松散、呆板、没有精神的弊病，也就是说要研究怎样把字写得有精神。本帖所举的重心平稳、点画呼应、偏旁容让、布势自然、气韵生动、反复变化、左右匀称、对比调和诸规律，尽属常规。古人作书，同一字前后皆有不同，一为变化，二为前后承应，因此在创作作品时，每一个字的布势应服从整幅作品的布势，使其浑然一体，气势开阔。

七、颜书选字（见帖43—60页）

（一）多宝塔碑

全称《大唐西京千福寺多宝佛塔感应碑文》，岑勋撰，颜真卿书。唐天宝十一年（公元752年）立，现存陕西省西安碑林。

此碑是颜真卿四十三岁时所书。字形方正，结体紧密，笔法精严，字体清雅秀丽，轻撇重捺，端庄有力，为历代书法家高度评价和赞赏，是千百年来学习楷书的范本。

但是由于出于颜真卿早年手笔，褚法较多，尚未形成那雄强粗拙的颜体独特风格。

正因为是颜真卿初期作品，其字体与当时通行的一般体势接近，反倒比较便于初学书法者临习。为使初学者能比较系统地掌握《多宝塔碑》的书写要求，特根据临川李氏藏宋拓本，按基本笔画，偏旁部首，结构布势三部分选字整编。

（二）麻姑仙坛记

全称《唐抚州南城县麻姑仙坛记》，颜真卿撰并书，唐大历六年（公元771年）四月立。

此碑为颜真卿六十二岁时所书。字体端严雄秀，用笔不象早期作品《多宝塔碑》、《东方朔画赞》那样挺然奇伟，隶意较多，而是易方为圆，篆意较多，字形相向，转笔不用折法而提笔暗过（外拓法），蚕头雁尾，遒劲秀润，寓巧于拙，为颜书代表作之一。

（三）元次山碑

全称《唐故容州都督御兼史中丞本管经略使元君表墓碑铭并序》，又称《元结碑》，颜真卿撰并书。唐大历七年（公元772年）十一月立，在河南鲁山。

此碑是颜真卿六十三岁时的作品，融篆隶之法入行楷，方严正大，笔画雄健，跃然碑上，人们称之为“颜书之珍品”，绝世之宝。

今选数十字，供学者研习颜书风格作参考。

（四）颜家庙碑

全称《唐故通议大夫行薛王友柱国赠秘书少监国子祭酒太子少保颜君庙碑铭并序》，颜真卿撰并书，李阳冰篆额。唐建中元年（公元780年）七月立，在陕西西安。

此碑为颜真卿七十一岁书。书体肃正庄穆，点画圆润浑厚，健劲含拙，造微入妙。临写时宜用长锋大楷羊毫，用笔轻重得体，力足锋中，要细加检视和领略范本精微处，方能入帖。

目 录

一、简介

二、用笔特点

三、基本笔画

(一) 点	(1)
(二) 横	(2)
(三) 竖	(4)
(四) 钩	(5)
(五) 挑	(7)
(六) 捺	(8)
(七) 撇	(9)
(八) 折	(10)
(九) 笔画组合变化	(13)

四、部首

(一) 字头练习	(14)
(二) 边旁练习	(16)
(三) 框廓形边旁练习	(23)
(四) 字底练习	(25)
(五) 其它部首练习	(26)

五、结构

(一) 独体字	(27)
(二) 左右结构	(28)
(三) 左中右结构	(29)
(四) 上下结构	(30)
(五) 上中下结构	(32)
(六) 框廓形(包围)结构	(33)

六、结构布势

(一) 重心平稳	(35)
(二) 点画呼应	(36)
(三) 偏旁容让	(37)
(四) 布势自然	(38)

(五) 气韵生动.....	(39)
(六) 反复变化.....	(40)
(七) 左右均称.....	(41)
(八) 对比调和.....	(42)

七、颜书选字

(一) 多宝塔碑.....	(43)
(二) 麻姑仙坛记.....	(56)
(三) 元次山碑.....	(58)
(四) 颜家庙碑.....	(60)

附：本帖中繁体字、异体字和简化字对照表

三、基本笔画 (一) 点

瓜子点



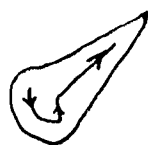
长点



撇点



挑点



垂点

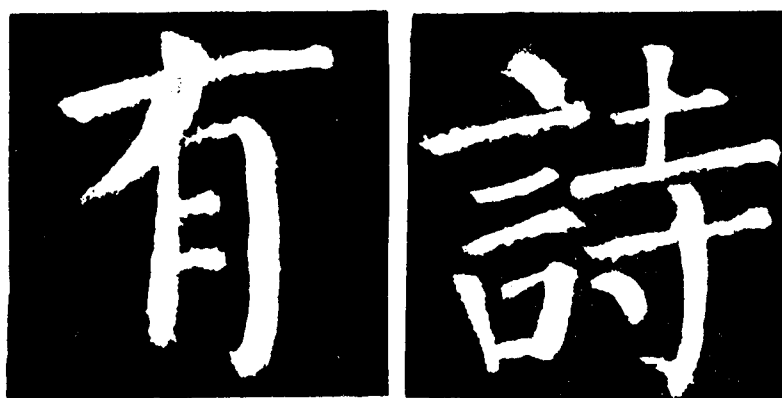
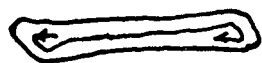


竖点



(二) 横

平横



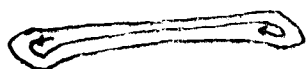
左尖横



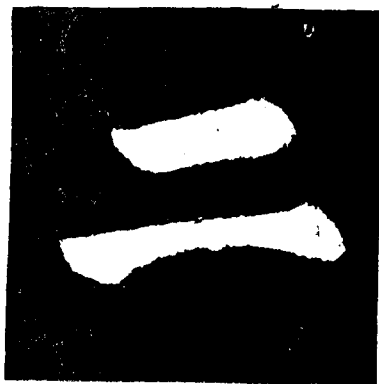
右尖横



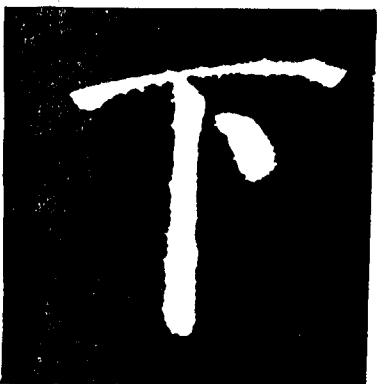
腰细横



凹横



凸横



(三) 竖

垂露竖



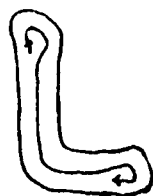
悬针竖



短中竖



弯脚竖



第

官

千

軍

工

士

七

北