

颜真卿自书告身帖笔法详解



张广茂 编著

律秘 韵奥 底毫 笔挥 家墨 名泼 受悟 感领 飞由 神有 逸必 翰下



首先《自书告身帖》是墨迹本，是颜真卿书法艺术的『庐山真面目』，用今天流行的话来讲这叫与颜

真卿书法艺术『零』距离。其他的碑刻，无论制作工匠的技艺多么精良，也是对颜真卿书法艺术进行

了二次创作。



这样一来就不能不使颜书的真实面貌打了折扣，尤其是下笔、收笔以及转折之处的细微末节。

宋代大书法家米芾曾说：『学书须得古人真迹，观其下笔处。』为什么说『真迹』，观『下笔处』

呢？所谓『真迹』也就是本来面目，了解了本来面目，才能搞清楚具体的用笔方法等问题。



 辽宁美术出版社

张广茂 编著

颜真卿自书告身帖笔法详解

© 张广茂 2005

图书在版编目 (C I P) 数据

颜真卿自书告身帖笔法详解 / 张广茂编著. — 沈阳:

辽宁美术出版社, 2005.1

ISBN 7-5314-3230-7

I. 颜... II. 张... III. 楷书—书法

IV. J292.113.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 136722 号

出 版 者: 辽宁美术出版社

(地址: 沈阳市和平区民族北街 29 号

邮政编码: 110001)

印 刷 者: 沈阳市第三印刷厂

发 行 者: 辽宁美术出版社

开 本: (787mm × 1092mm) 1/16

印 张: 7

字 数: 30 千字

印 数: 1-4000 册

出版时间: 2005 年 2 月第 1 版

印刷时间: 2005 年 2 月第 1 次印刷

责任编辑: 申虹霓

封面设计: 范文南 张广茂

版式设计: 弓 长

责任校对: 张亚迪

定 价: 18.00 元

邮购电话: 024-23414948

E-mail: lnmscbs@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnpgc.com.cn

目 录

颜真卿和他的书法艺术 /1

关于《自书告身帖》 /6

《自书告身帖》的笔法特点 /8

临写时应注意的几个问题 /9

用笔 /11

一天写多少字 /13

不能追求立竿见影的学习效果 /13

持之以恒 /14

书法的情感因素 /14

审美 /15

用心体会历代优秀的书法作品 /16

生活与书法 /16

一、修身养性 /17

二、耐住寂寞 /17

摹仿自然、摹仿大师 /18

《自书告身帖》的笔法 /19

笔法详解

一、点的写法 /20

上点 /20

右下点 /21

对点 /22

两点水 /22

三点水 /23

四点水 /23

悬珠点 /24

二、横的写法 /24

直横 /24

短横 /25

细横 /26

横的组合 /27

三、竖的写法 /28

直竖（垂露） /29

悬针竖 /30

粗竖 /31

弧竖 /31

四、撇的写法 /33

短撇 /33

直撇 /34

竖撇 /35

长撇 /35

五、捺的写法 /36

直捺 /36

波捺 /37

平捺 /38

六、钩的写法 /38

直钩 /39

弧钩 /39

横折钩 /40

努钩 /41

矮钩 /42

横钩 /42

戈钩 /43

反钩 /44

竖弯钩 /44

卧钩 /45

耳钩 /46

七、折的写法 /47

横折 /47

转折 /47

走之折 /48

颜真卿楷书笔法形态的比较 /49

附言 /53

附：颜真卿《自书告身帖》 /54



颜真卿画像

智者创物，能者述焉，非一人而成也，君子之于学，百工之于技，自三代历汉至唐而备矣。故诗至于杜子美，文至于韩退之，书至于颜鲁公，画至于吴道子，而古今之变，天下之能事毕矣。

宋·苏轼《书吴道子画后》

这是宋代大文学家苏轼对颜真卿书法的高度评价。杜子美，即杜甫，唐代大诗人，被后人尊为“诗圣”。韩退之，即韩

愈，唐代大文学家，是“唐宋八大家”之一。颜鲁公即颜真卿，因曾被封为鲁郡开国公，后人亦称“颜鲁公”。吴道子，唐代著名画家。我们用“吴带当风”形容他的艺术风格。苏轼把颜真卿的书法艺术与杜甫的诗、韩愈的文章、吴道子的画相提并论，意思是说他们在各自的领域，达到了登峰造极的境界。

颜真卿和他的书法艺术

颜真卿(公元709—785年)，字清臣，琅琊临沂(今山东省临沂)人，亦说京兆万年(今陕西西安)人。

作为我国古代伟大的书法艺术家，颜真卿的名字，可以说很少有人不知道，但是颜真卿又不仅仅是书法家，他还是有唐一代的名臣名将。

一位外国学者曾发出这样的感慨：“我们十分惊异，在古代，一个人既是杰出的哲学家，同时又是诗人、演说家、历史学

唐颜真卿书《祭侄稿》(50岁作)

此稿是颜真卿悼念从兄颜杲卿之幼子季明的祭文草稿。此稿是直抒胸臆之作，表现了跌宕起伏的悲愤心情。宋人陈深评此帖说：“详玩此帖，纵笔浩放，一泻千里，时出道劲，杂以流丽，或若篆籀，或若铭刻，其妙解处，殆出天造，岂非当公注思为文，而于字画无意于工，而反极其工邪。”宋人陈铎曾用“沉痛切骨，天真烂漫，使人动心骇目，有不可形容之妙……”此帖被后人称为“天下第二行书”。





唐颜真卿书《多宝塔碑》
(44岁作)

评者认为此碑写得开阔雄壮，丰厚端整，已经具备颜字的基本规模。清代王澐评此碑说：“鲁公书多以骨力古健为工，独此瘦不腴肉，健不腴骨，以浑劲吐风神，以姿媚含变化，正其年少鲜华时意到书也”。此碑用笔法度谨严，结字趋于方整。笔法以方笔为主，参以圆笔，横画多瘦劲绵韧，竖画则丰润雄壮，落笔收笔及转折处的提按顿挫尤为明显，从中可以看到初唐书风的影响和民间经生、抄书手的某些笔法。

颜真卿不仅以他独特的书法艺术为后世所景仰，在唐朝历史上，为维护唐王朝的统一，以身殉职；为平定“安史之乱”和反对藩镇割据、叛乱所做出的杰出贡献，以及他的人品气度也为后人所赞叹不已！

颜真卿出身于一个先祖几代都是书法家的家庭，即所谓“书香门第”。其五代祖颜之推是南北朝时著名的学者，有《颜氏家训》传世。《梁书·文学传》称他“博涉群书，工于草隶”。祖父辈颜勤礼、颜师古等也都精通经史，工篆籀隶草，在书法艺术上很有造诣。父亲颜惟贞也是书法家。由于父亲早逝，留下

家、祭司、执政者和战略家，这样多方面的活动使我们吃惊。现在每一个人都都在为自己筑起一道藩篱，把自己束缚在里面。我不知道这样分割之后，集体的活动面是否会扩大，但是我却清楚地知道，这样一来，人是缩小了。”

孤儿寡母，家境十分清苦，母亲殷氏勤劳贤慧，含辛茹苦地养育他长大成人。颜真卿的学问非常渊博，诗词文章都很有名气，对母亲也很孝敬。颜真卿小时，母亲教他识字学书，家中没有纸笔，他就用扫帚蘸着黄泥在墙上练字。二十多岁时曾游历长安，拜师张旭学书两年，略得笔法。35岁那年，他又特意往洛阳继续向张旭求教，张旭详细向他传授笔法，并对他说：“书之求能，且功真草，今以授子，可须思妙。”传《述张长史笔法十二意》就是颜真卿根据他和张旭讨论笔法时的记录整理的。用今天的话说就是颜真卿的学习笔记。其中论述了学习书法艺术的诸多因素，如用笔、结体以及古今书法的异同等。

颜真卿早年书学褚遂良，



因此用笔清雅秀润，体势清矍，亦无后来的相抱之势。如《宋广平碑》，运笔灵巧处暗合褚（褚遂良）意，体态饱满端严处有张（张旭）意。

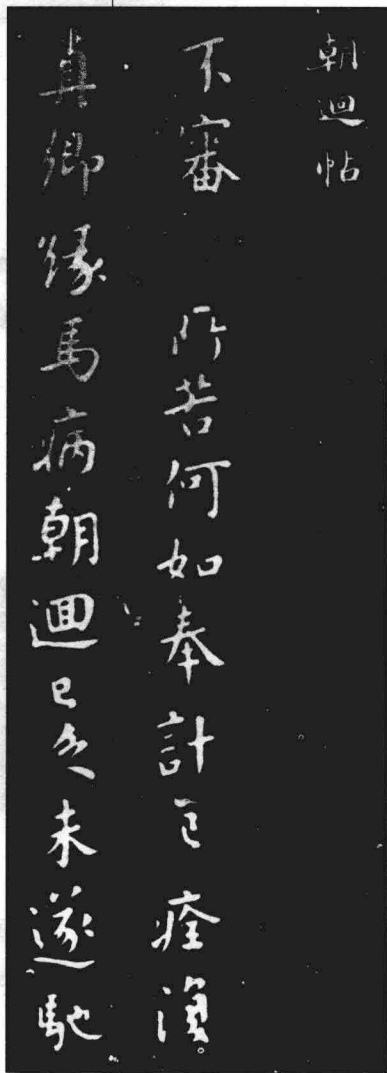
古人论书，兼论人品，书品与人品并重，追求人品与书品的完美与统一。而颜真卿正是这两者皆善的代表人物。人们赞美他雄秀独出的书品，亦推重他忠义之节的人品。就书法艺术而言，其学习过程是比较复杂的，作为集大成者，颜真卿的书法融汉魏两晋以来书法艺术的造型经验，汲取了篆、隶、行、楷、草的字形结构、线条形式和用笔特点，广收博采，逐渐形成了所谓“颜体书风”。他的书法，点画厚重，结体开张，有立体感，又像浮雕一样富有张力。大小皆宜，雄浑苍劲，耐人寻味。

颜真卿的书法几乎是一帖一样，少有雷同。这是他不断学习、不断追求的标志。唐人张怀瓘在他的《评书药石论》中曾指出：“与众同者俗物，与众异者奇才，书亦如此。”颜真卿的奇才表现在师承上与古异、与时异，同时也求异于自己的过去。他从不满足自己过去的成就，每写一件新作品必有新的追求，不重复别人，也不重复自己，这正是颜真卿的特异之处。如果用几句话来说明和概括颜真卿某帖的特点，是容易做到的，但是要用几句话概括和说明颜真

卿全部书法艺术特点是非常困难的。我们通常说的“颜体”往往是指其楷书而言。但他的行草书《祭侄稿》又被称为“天下第二”。他的艺术成就是多方面的。如果我们说“颜书肥厚”就某一帖来讲是不错的，但你要是一看《宋广平碑》、《臧怀恪碑》等偏于清瘦的书法，你又作何解释呢？在字的结体上，有人说颜真卿书法的结构是“左右直笔内抱”，也就是所谓的“相向”之势。确实在颜真卿的作品中常有这种样式。但也不尽然，《八关斋会功德记》、《宋广平碑》等就没有这种形态。而《宋广平碑》中的“因”字、“谐”字左右直笔颇似褚遂良的写法。因此，只能说颜真卿在全面继承优秀传统、博采众长的基础上逐步确立了自己独特的艺术观，为自己设立了一个又一个目标，在艺术实践中不断充实与完善，从一个高度到另一个新高度。壮岁书亦壮，老年书亦老。随着年岁的增长，功力、学识、修养的加深，颜真卿的晚年作品亦愈高妙，臻于人书俱老之境。

唐颜真卿书《朝迴帖》

此帖与《峡州帖》、《鹿脯帖》的风格相似，因为都是人际交往和生活中的实用笔墨，写得比较中规中矩，不夸张、不做作。平实稳健是其主要的特点。





唐写经残卷



唐无名氏抄写的《大般涅槃经》



唐无名氏《大般涅槃经》
选字

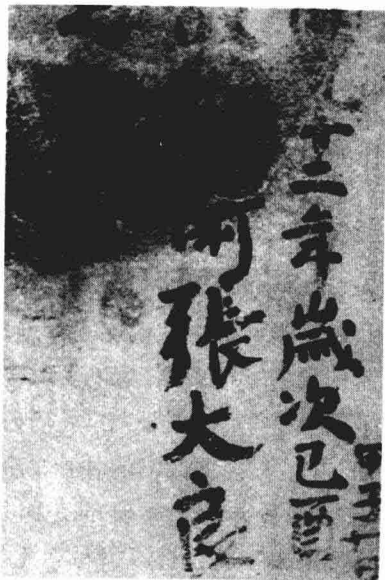


颜真卿《多宝塔碑》选字

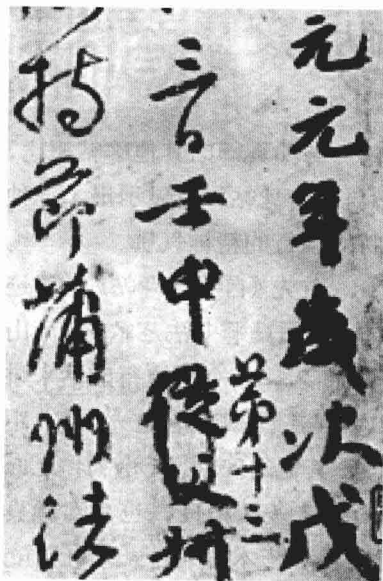


通过上面两行选字的比较，
可以清晰地看出，颜真卿《多
宝塔碑》与无名氏抄经书的相似
之处。首先从整个字的结构和
笔势呈现出相同的节奏和韵律。
从用笔来看，其下笔果断

锋利、迅捷更是如出一辙。从中我们可以感受到，时尚书风对颜真卿的影响。



《张大良墓表》（高昌墓砖书法）

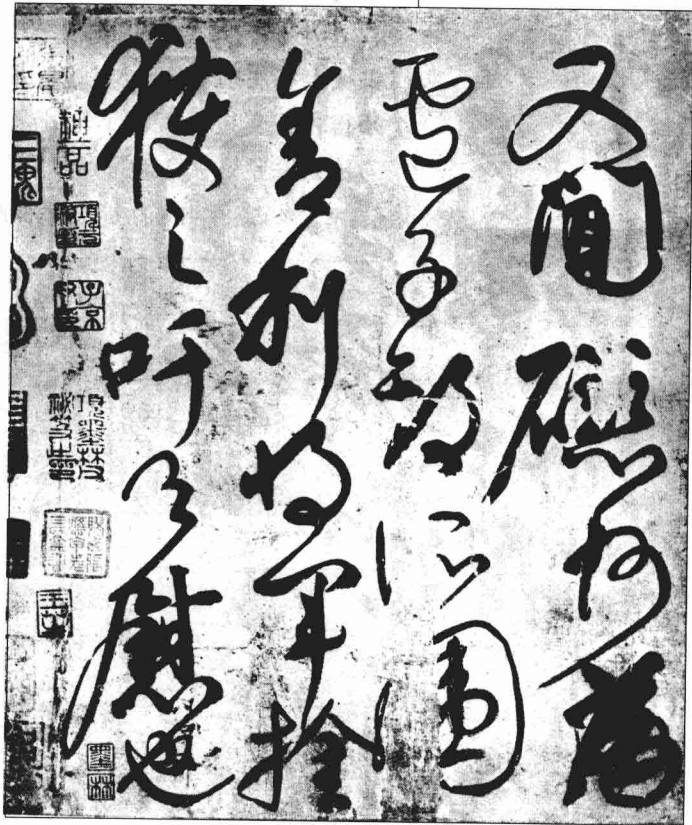


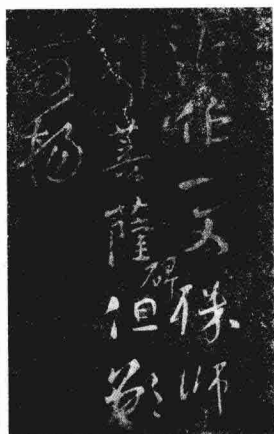
颜真卿《祭侄稿》

左图为《张大良墓表》、右图为颜真卿《祭侄稿》。《张大良墓表》中“年岁次”三字，与《祭侄稿》第一行同样的三个字相比，如同出自一人之手。有学者研究，据载，颜真卿自幼随母寄居在京师舅氏殷践猷家。而殷氏“博学，尤通氏族、历数和医方”，收集了大量民间艺术品，对颜真卿影响很大。颜真卿是否从这些墓表中吸取营养，我们无从揣摩。但作为一代大家，博学众长，融于一炉，尤其是善于从民间艺术的宝库中取其精华，是中外艺术家成功的一条规律。

唐颜真卿书《刘中使帖》
(67岁作)

明代文徵明评此帖说：“鲁公《刘中使帖》，余所阅颜书屡矣，卒未有胜之者。米氏（米芾）所谓忠义愤发顿挫郁屈，此帖诚有之，乃知前辈之不妄也。”观此帖，用笔雄强挺拔，“钩如屈金，点如堕石”，圆劲饱满，坚韧厚重，全篇气势磅礴，笔力纵横矫健，墨色圆润饱满，笔意连贯，一气呵成。有龙腾虎跃之势。





唐颜真卿书《文殊帖》

结体多姿，用笔奔放，
风格秀劲。

关于《自书告身帖》

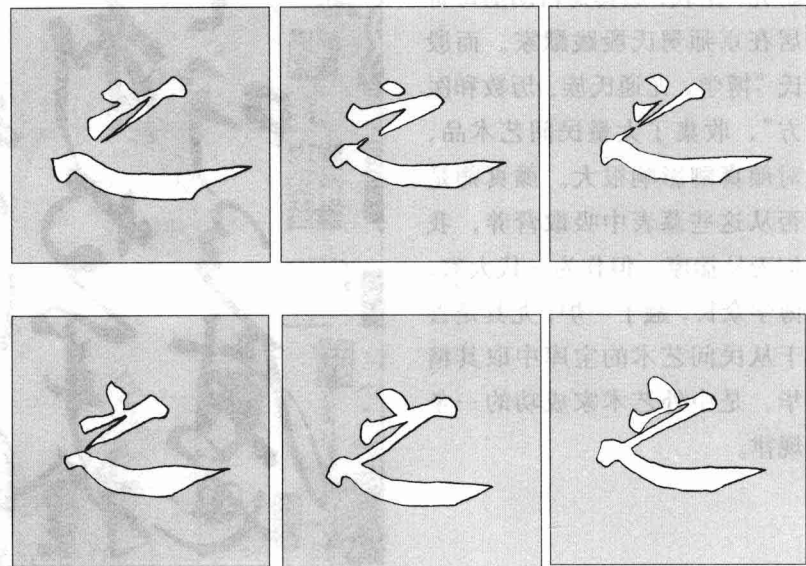
与颜真卿的其他碑帖相比，《自书告身帖》更显示出一种特立独行的精神气质。

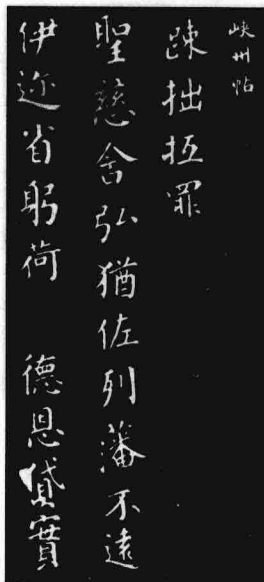
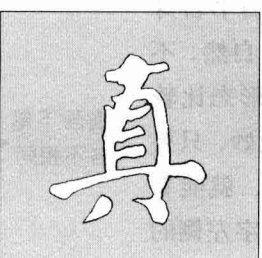
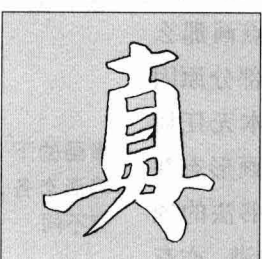
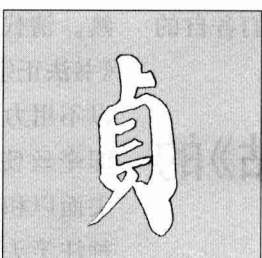
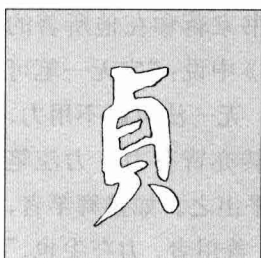
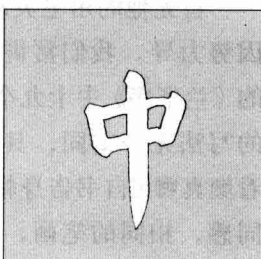
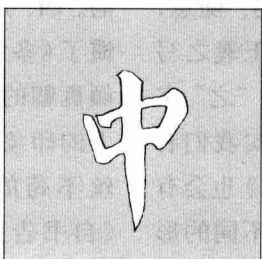
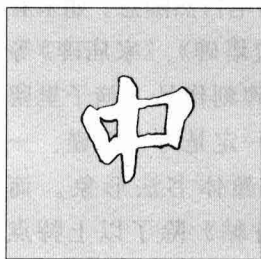
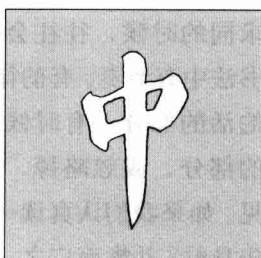
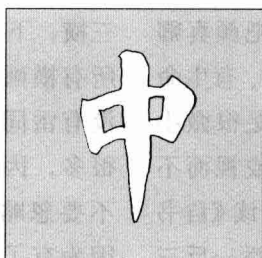
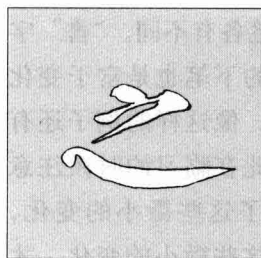
首先《自书告身帖》是墨迹本，是颜真卿书法艺术的“庐山真面目”，用今天流行的话来讲这叫与颜真卿书法艺术“零距离”。其他的碑刻，无论制作工匠的技艺多么精良，也是对颜真卿书法艺术进行了二次创作。这样一来就不能不使颜书的真实面貌打了折扣，尤其是下笔、收笔以及转折之处的细微末节。宋代大书法家米芾曾说：“学书须得古人真迹，观其下笔处。”为什么说要得“真迹”，观“下笔处”呢？所谓“真迹”也就是本来面目，了解了本来面目，才能搞清楚具体的用笔方法等问题。

学习《自书告身帖》可以校正许多学习颜体书法的误区。比如：

一、一般学习颜体书法都会有许多先入为主的概念，认为颜字是“肥”与“厚”的。因此过于强调端庄稳重这一特点，而把颜书写得肥厚、呆板，忽视了颜书是“寓巧于拙”，“大巧茹拙”的。只强调颜书的朴拙，而忽略颜书灵动和秀雅的一面，这样下去，就会把颜书写“死”了。

二、概念化的笔画。很多学颜体字的人都愿意去寻找一些用笔，结体的规律以方便学习，总体说来这并没有错，问题是在寻找规律，也就是分类





唐颜真卿书《峽州帖》
(58岁作)

此帖与《朝迴帖》相似，平实稳健，含蓄蕴藉。



唐颜真卿书《裴将军诗》

评者认为《裴将军诗》隶草相参，书兼正行分篆，自然浑成，巧拙互用，笔势雄强，神龙变化，在书法艺术上是一件值得重视的作品。

明代学者王世贞在《弇州山人藁》中说：“颜鲁公《裴将军诗》，书兼正、行体，有若篆籀者其笔势雄强劲逸，有一掣万钧之力，拙古处几若不可识。然所谓印印泥，锥画沙折钗股，屋漏痕者，盖兼得之矣。”

求同的时候，往往会把颜真卿书法中有节奏、有韵律、有生命的活的部分，有时候是很微小的部分，或忽略掉，或视而不见。如果我们认真读一读《自书告身帖》并推而广之，举一反三就会豁然开朗了。

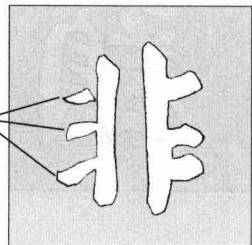
首先他的用笔灵动、随意，因势力导。我们常讲王羲之写的《兰亭序》中十九个“之”字的写法无一雷同，其实我们看看颜真卿《自书告身帖》也会有同感，相同的笔画，不同的形态，比比皆是。《自书告身帖》中也出现了几个“之”字，我们不妨比较一下，看看它们各自的不同变化（见6页图）。

《自书告身帖》的笔法特点

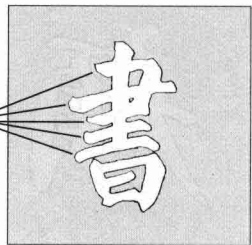
本帖笔法上的最大特点是：
一、不像其他碑帖的点画那么整齐划一，容易掌握，部分原因是颜真卿本帖是墨迹本无任何制作加工。二、很多笔画形态并不像我们平时对颜体书法的理解。有些笔画明显欠饱满，亦有几处虚尖之笔，如果从另一个角度看，这也说明《自书告身帖》书写的比较率真、自然，不那么刻意。因此笔画形态比较丰富。三、用笔变化微妙，只要认真看一看比较一下，就能看出这一特点，如“非”字左侧的

三横，下笔各有不同。“书”字所有横画的下笔也是富于变化没有雷同。像这样的例子还有很多，因此在临习的时候注意不要忽略了这些微小的变化，因为有了这些微小的变化，才使整个字看起来有姿态、有丰韵。四、用笔自然随意。如果看惯了《多宝塔碑》、《家庙碑》等颜真卿的碑刻作品，脑子里留下的印象一定是方正严谨、一丝不苟的颜体书法形象。而《自书告身帖》除了以上特点外，更有一种随意挥洒的从容与自然。五、用笔的沉着与精熟。清代书家蒋和在《书法正宗》中说：“字无一笔可以不用力，无一法可以不用力，即牵丝使转亦皆有力，力注笔尖而以和平出之。如善舞竿者，神注竿头，善用者，力在尖也。”《自书告身帖》的用笔虽自然随意，但仍不失庄重和沉稳，

横画的下
笔形态各
有不同



横画下笔
各不相同



帖中出现的一些虚尖之笔亦未觉其飘浮，是由于颜真卿的书法功力深厚，笔力沉实，无论笔画粗细均能力注笔尖，所以能够做到粗不为重，细不为轻。

临写时应注意的几个问题

一、要尊重原帖的用笔及结体形态。

唐代大书家孙过庭在谈到这一问题时曾说过：“察之者尚精，拟之者贵似。”意思是读帖、临帖要求观察入微，临帖贵在形神兼似。这是学习书法艺术的大问题。不能粗枝大叶。“任笔为体，聚墨成形”一句话，临帖要临得像。

二、既要有法度，也要有情趣。

法度就是笔法、章法，是一些规律性的东西，而情趣则在法度以外。怎样写得有情趣，这既是一个技术问题，也是一个修养的问题，我们在学习的时候习惯总结规律，也就是书“法”的法，这一部分多是理性的成分多，是书法艺术的骨干部分。怎样使之血肉丰满、神采飞扬则是情趣的问题了，除了功力问题还有对书法艺术的敏感和细致，也就是一颗属于艺术的心灵。只要有一颗热爱艺术的心灵，才能“穷微测妙”（孙

过庭《书谱》）登堂入室。中国的美学讲究的是艺术形象要形神兼备，以形写神。“形”要靠法来完成，而“神”则是意与趣的结合。

三、我们学什么。

历史上凡有成就的大书法家，他的艺术并不只是代表他个人的艺术水准和认识，一代大家的成就往往包含了几代人的智慧和努力。某种新的艺术样式的诞生，都不是凭空而来的，以颜真卿为例，他是继书圣王羲之以后的又一高峰，他的艺术成就是汲取了无数前人的成就，无论是传统的、时尚的、民间的。没有这些土壤和基础，也不会有颜真卿这棵书法艺术的大树，从这一角度来讲我们学颜真卿，其实就是学习和继承优秀的书法艺术传统。只有这样才能提高我们对学习的认识，才能更深刻地去体会颜真卿书法艺术的独特魅力。

颜真卿不是单一的，他是传统书法文化的一个重要的代表人物。在他的身上具体体现着我们传统的审美价值观。

我们在学颜真卿书法艺术的时候，既要学他的“形”，更重要的是要体会他的“神”，体会他书法艺术的灵魂，掌握他的审美意趣。

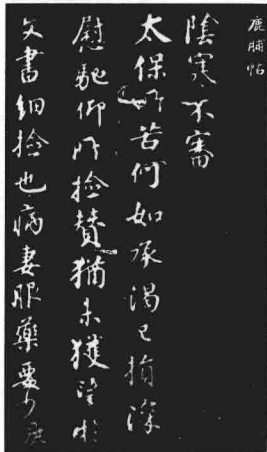
一般习惯认为颜的用笔丰腴，因此写起颜字来就一味的

唐颜真卿书《大唐中兴颂》
(60岁作)

评者认为字形方严端庄，笔力沉着劲健，气势丰腴壮阔。

元代郝经在《陵川集》中将《大唐中兴颂》誉为“书至于颜鲁公，鲁公之书又至于中兴颂”，故为“书家规矩准绳之大匠森森如剑戟，有不可犯之色。”很多书家的字不宜写大，而颜真卿的楷书则越大越妙。





唐颜真卿书《鹿脯帖》

我们今天看到的颜真卿的诸多碑帖，从不同的侧面反映和记录了颜真卿的生活和艺术，他的每一碑帖都与他的生活密不可分。

此帖写得含蓄蕴藉，从容有度。

“蚕头雁尾”肥肥胖胖，以为这就是颜体字，这真是天大的误会。苏东坡有句形容颜书的诗“颜公变法出新意，细筋入骨如秋鹰”，这个评价是比较内行的，他说颜真卿的书法像秋天的雄鹰，壮硕矫健，搏击长空。我们可以想象苏东坡诗句所展现出的这幅画面。

颜字的壮硕博大是与初唐以及魏晋风骨所展示的“书贵瘦硬始精神”相对而言的。与有些人所写成的臃肿、呆板的所谓“颜体”是有着天渊之别的。这些所谓的“颜体”极其表面地、断章取义地、夸张了某些颜书的笔画。便以为这就是颜体字了，其实大谬不然。如果我们把所能收集到的颜真卿的书法作品，排列在面前，我们只能得出这样的结论，颜真卿的书法是一个感情的、动态的学习过程和系统，而不是一成不变的静止状态。颜真卿的书法作品几乎是一帖一样，没有两件作品是重复的。这不仅说明了颜真卿作为承前启后大书家的非凡创造力，也说明了颜真卿在他的书艺实践中始终是一种学习和探索的过程，或者说颜真卿不仅在艺术实践中勤奋（因为他留下的碑帖非常之多），在思想和审美追求上没有停留在某一个阶段，真正做到了“天行健，君子以自强不息”（周易·乾第一）。只要

我们认真读一读他的碑帖作品，就会感悟到颜书所蕴含的勃勃生机。他是有生命的，活生生的，绝不是概念的、僵化的。后来许多学颜书的人把颜字写得简单了、概念了，这是因为他们没有真正读懂颜真卿。明代的董其昌曾说：“颜平原屋漏痕，折钗股，谓欲藏锋。后人遂以墨猪当之，皆成偃笔，痴人前不得说梦。”

这说明知音难觅，识者难寻。这就是所谓理解一个天才，是须要另一个天才的。一般人对艺术的理解和所能达到的高度是有限的，而艺术的追求是无限的。尽管如此，颜真卿作为一代大家。对后世的影响仍然是巨大的。五代的杨凝式，宋代的苏东坡、黄山谷，元代的耶律楚材，明代的董其昌，清代的刘庸、钱南园、翁同龢、何绍基以至于今天无数的书法爱好者。

不过，凡学习就要概括、找规律以便于学习掌握，从积极的方面讲有利于大众的学习和普及，因为有“迹”可寻、有的放矢。但是时间一久，颜真卿的书法就会被概念化、程式化，有生命的东西越来越少，仅仅剩下点画形态的躯壳，最后就变成了生吞活剥，越写越俗。而真正的颜真卿则在这一过程中丢失了。这一点是非常值得学书者注意的。

用笔

用笔是学习书法的重要课题。元代书法家赵孟頫曾说：“结字因时相传，用笔千古不易”，从中不难看出用笔的重要性。

我们无法看到千年以前的颜真卿是如何濡墨挥毫的，只能从他留下的诸多碑帖来揣摩、学习。字帖所展示出的点画、结构，虽经千年风霜的剥蚀以及各种人为的破坏，总体呈现出的字形仍能让今天的学书者追想颜真卿提、按、顿、挫的书写风采。

临习古代碑帖是学习书法的主要途径，既然是学习就要学得像，所谓：“察之尚精，拟之贵似”（唐·孙过庭《书谱》），如果察之不精，拟之不似，那么临帖的意义也就不存在了。临帖就是要用规矩、合理、审美的笔法、结构来充实、改造和纠正“信笔为体”的不良习惯。

初学书法，用笔难免不够稳健、平实，容易飘浮、颤抖。

只要认真学习，掌握要领，就会有所进步。在用笔的审美方面，我们认为重、拙、大是美，重是不飘浮，拙是古拙有韵味，大是大气磅礴，而轻薄、纤巧是不美的。宋代书家黄庭坚说：“凡书要拙多于巧”，为什么要“拙多于巧”或“宁拙勿巧”呢？因为拙则雄厚朴茂，沉着苍古；拙则大气磅礴，耐人寻味。巧则易于薄弱凋疏，飘浮幼稚。朴拙的字，骤看不见其佳，但久而久之，越看越觉其妙。纤巧的字，骤然一见，觉其媚人，久而久之，则觉其乏味、乏韵。

怎样才能达到这样的审美效果呢？历代书法家在用笔上积累了丰富的经验，我们讲笔画的形成是聚黑成点，引点成线，这说明我们在用笔时要稳健，不油滑，要按得住笔，使之在我们的控制之下，所谓用笔就是控制笔。古人总结想写出沉稳有力的笔画，就要取逆势，逆就是不顺，有人形容说取逆势，就是当你行笔时，仿佛有人不让你前行，而你以力抗之、拒

顺锋



逆锋



所谓逆锋、逆笔是一种运笔的态势和感觉，真正行笔的时候并不一定像图中那样夸张。

唐颜真卿书《颜勤礼碑》
(71岁作)

此碑是颜真卿艺术风格成熟时期的作品。最能体现颜书雄厚、庄重的风貌，用笔圆润，横细竖粗对比强烈，筋力丰满，刚劲郁勃。





唐颜真卿书《麻姑仙坛记》
(63岁)

字体端庄雄秀，气势开张，端严中正里求变化，以转代折、易方为圆。古法为之一变，自成一格。

宋代文学家欧阳修在其《集古录》中评说：“此记道峻紧结，尤为精悍。笔画巨细皆有法，愈看愈佳。”清人何子贞评其为“神光炳峙，朴逸厚远，实为颜书各碑之冠”。

之而行。这一说法的目的在于，让你行笔时不要轻浮、油滑，留得住笔。行笔之际，笔锋与纸面产生逆势和摩擦使笔画看起来更有力度。

不同的点画形态是由不同书写动作完成的。

提按动作：这是书写过程中的基本动作，在运笔书写时往往是边提边按，按中有提、提中有按，提按动作造成笔画的粗细形态。

欹侧动作：所谓欹侧动作就是指下笔的角度。不同形态的笔画，下笔角度也不一样，要随不同点画的书写要求，不断变换笔锋角度，或正或侧，或起或倒，这就是欹侧行笔。

总之用笔是一个动态的系统，是一个充满变幻的世界，需要学书者在实践中去不断地熟悉、掌握，如果你不拿起笔亲自尝试，就不能体会到用笔的奥秘。在你挥毫泼墨之际，轻与重、藏与露、行与住、转与折、提与按、起与收这些因素既矛盾又统一，形成你笔下丰富的艺术世界。

