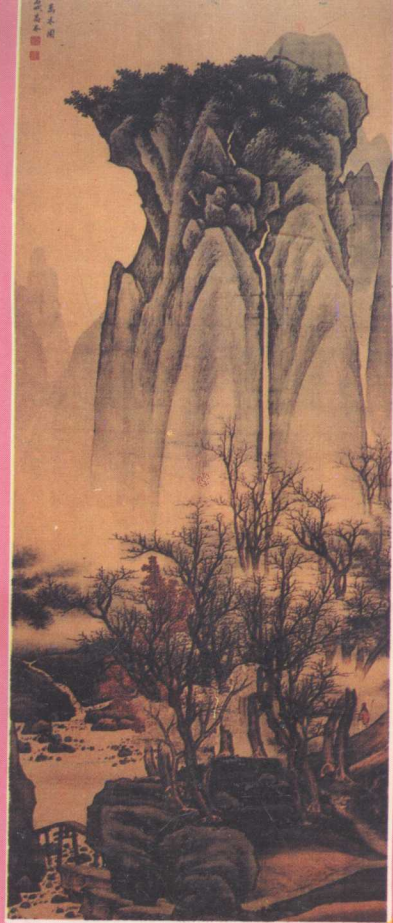


一千年智慧丛书

主编 陈一舟 中 节



● 陈元鉴 陈一放

艺术家名言妙语

艺术家名言妙语

艺
术
家

艺术家名言妙语

陈元鉴 陈一放

海峡文艺出版社

(闽)新登字 05 号

艺术家名言妙语

——三千年智慧丛书

陈元鉴 陈一放

海峡文艺出版社出版发行

(福州市得贵巷 59 号)

福建省新华书店经销

福建新华印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 3.125 印张 62 千字

1994 年 6 月第 1 版

1994 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—10000

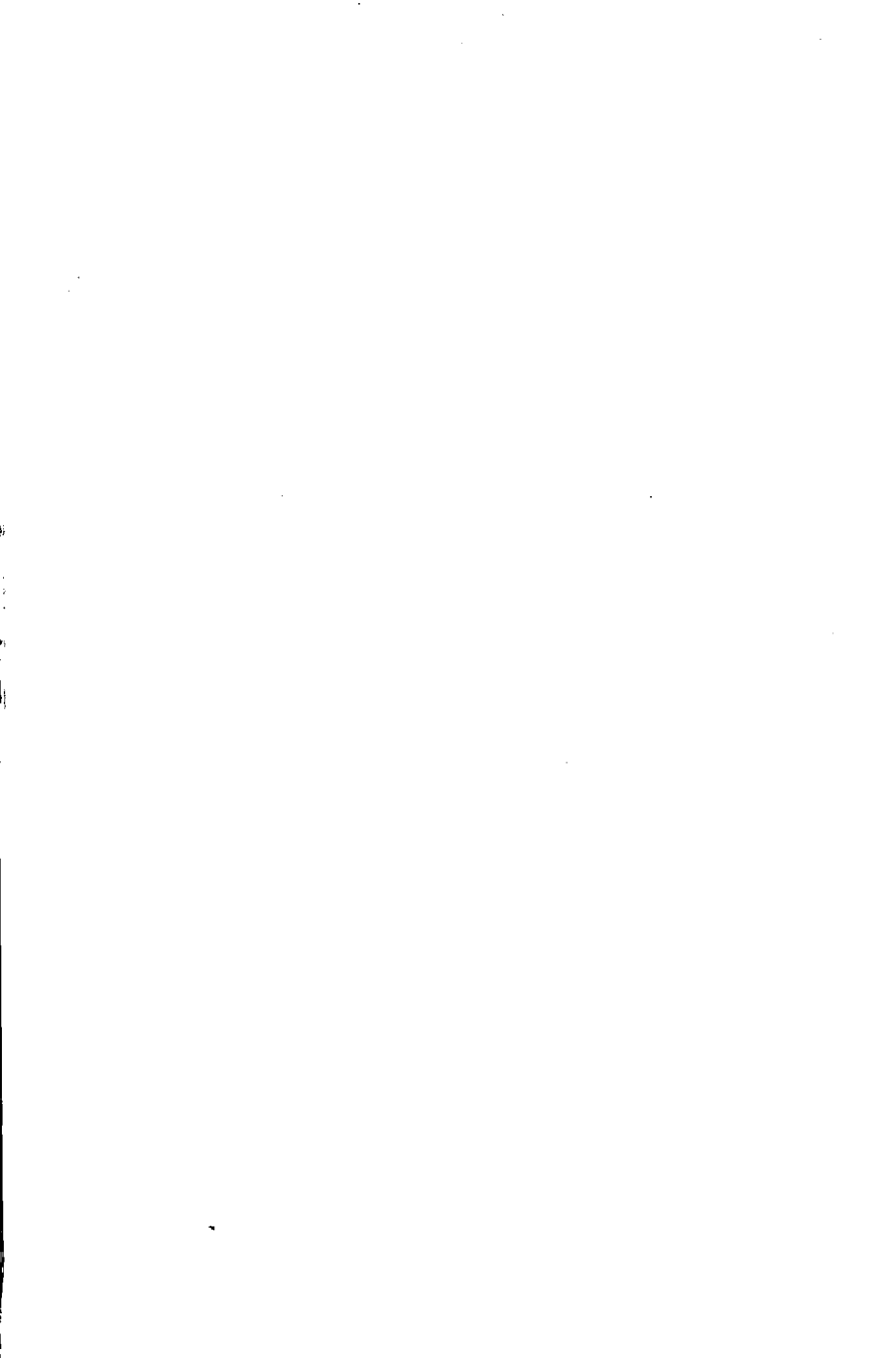
ISBN7-80534-703-4
I·598 定价:2.65 元

目 录

秉笔思生 临池志逸	
——中国古代书法智慧	(1)
外师造化 中得心源	
——中国古代绘画智慧	(27)
歌者像德 舞者像功	
——中国古代音乐智慧	(49)
三教所唱 各有所尚	
——中国古代戏曲智慧	(73)
韵外之致 味外之旨	
——中国古代其他艺术智慧	(101)

秉笔思生 临池志逸

——中国古代书法智慧



夫书肇①于自然，自然既立，阴阳②生焉；阴阳既生，形势出矣。藏头护尾，力在字中，下笔用力，肌肤之丽。故曰：势来不可止，势去不可遏，惟笔软③则奇怪生焉。

（东汉）蔡邕 《九势》

①肇：创建；初始。②阴阳：阴阳是我国古代哲学的两个基本范畴，世界就在这两种对抗性的势力运动之下发展着。书法采用这两个概念，意味着书法既取法于自然，就能模仿自然的形质，而且也能互相作用互相转化，形成动静、刚柔、虚实等变化。③软：书法家认为毛笔具有“健”、“软”的性能。这里指后者。

书法初时取法于自然，自然既然形成，就产生出阴阳二气，阴阳既然产生，字形的结构和笔势也就形成了。下笔时逆势落笔（笔锋从相反方向入纸），同时逆势收笔，使得点划凝重，力藏字中，下笔时力透纸背，文字呈现出肌肤般美丽和光彩。所以说，运笔要跟随势，势来不可停笔，势要求荡开不可遏止住，只有笔软不健，那么就充分发挥笔毫的弹性，使其呈现奇妙的姿态。

书者散也，欲书先散怀抱，任情恣性，然后书之。若迫于事，虽中山①兔毫不能佳也。

（东汉）蔡邕 《笔论》

①中山：古郡，国名，在今河北内长城以南一带。

书法是散心之方，写字首先要舒散胸怀，然后纵情恣意挥笔。如果被事情所逼迫、纠缠，即使是中山国出产的兔毫制成

的佳笔，也不能写出好字来的。

三端①之妙，莫先乎用笔；六艺②之奥，莫重于银钩③。

（东晋）卫铄 《笔阵图》

①三端：指文士的笔端，武士的锋端，辩士的舌端，以比喻文人的著作，战士的武器，辩士的口才。②六艺：礼、乐、射、御、书、数六种科目。③银钩：喻书法如银钩之刚健有力。此处泛指书法。

三样尖端的奇妙，首推文人笔端的作用最大；六种技艺的奥妙，都比不上铁划银钩般的书法重要。

善笔力①者多骨，不善笔力者多肉；多骨微肉者谓之筋书②，多肉微骨者谓之墨猪③；多力丰筋者圣，无力无筋者病。

（东晋）卫铄 《笔阵图》

①笔力：运笔刚劲有力。②筋书：指瘦硬露骨，抛筋缺肉的书法。③墨猪：比喻点画肥厚臃肿。

运笔善于刚健有力的，其字大多骨瘦坚硬，不善于这种本领的人，其字丰肥多肉，多瘦硬少丰肥的称为“筋书”，多丰肥少筋骨的称做“墨猪”；雄健有力、筋肉丰满的是书中圣品，柔弱无力、无筋无骨的作品是不足取的。

夫书者，玄妙之伎①也，若非通人志士，学无及之。

（东晋）王羲之 《书论》

①玄妙之伎：深奥精妙的技艺。伎，与“技”同，才能、技巧。

书法，是一种深奥精妙的技艺，如果不是知识渊博、节操高尚的人，是无法到达功深艺湛境界的。

夫欲书者，先干研墨，凝神静思，预想字形大小、偃仰、平直、振动，令筋脉相连，意在笔前，然后作字。

（东晋）王羲之 《题卫夫人〈笔阵图〉后》

想写字，先要一边细细地磨墨，一边凝聚心神，镇静思考，预想写的字的字形大小、俯仰、横竖、曲直起伏，使筋脉相连贯，运笔之前先立意，然后才可以挥毫作字。

每书欲十迟五急，十曲五直，十藏五出，十起五伏，方可谓书。若直笔①急牵裹②，此暂视似书，久味无力。

（东晋）王羲之 《书论》

①直笔：直来直去的点划，无提按涩行之势。②牵裹：此指勉强凑合之书。

每当挥毫运行时，须有迟有急，有曲有直，有藏锋也有露锋，有起有伏，视形变貌，百体千态，方称得上书法。倘若以直来直去的点划急于拼凑成字，那么这凑合的字一时看似法书（书法作品），玩味久了，就会发现它缺少技巧的运用而软弱无力。

澄神静虑，端正己容，秉笔思生，临池①志逸。虚拳直腕，指齐掌空，意在笔前②，文在思后。分间布白，勿令偏侧③。墨淡则伤神彩，绝浓必滞锋毫。肥则为钝④，瘦则露骨。勿使伤于

软弱，不须怒降为奇⑤。四面停匀，八边具备。短长合度，粗细折中。心眼准程〔6〕，疏密欹正。筋骨精神，随其大小。不可头轻尾重，无令左短右长，斜正如人，上称下载，东映西带〔7〕，气宇融和，精神洒落。省此微言，孰为不可也？

（唐）欧阳询 《八诀》

①临池：指练习书法。②意在笔前：立意构思在运笔之前已酝酿成熟。古人认为：“字形在纸，笔法在手，笔意在心”（见《翰林粹言》）。意在笔前，方能笔笔生意。③偏侧：字形偏向右方的，如“戈”、“衣”之类，偏向左方的，如“夕”、“少”之类，书写时须随这些字的体势，做到偏而不偏。④肥则为钝：书法用笔要求肥处不蠢。钝，蠢之意。⑤怒降为奇：意思是说鼓怒作势，以求奇逸。⑥程：法式。⑦映带：相互映衬，彼此关连。

写字时，仪容要端正，神情要澄彻，杂念要消除，手握笔杆思绪就活跃，挥毫作书思想便飞逸起来。握笔时拳心要虚空，手腕要直，手指用力要齐，掌心宽松。立意构思要在运笔之前，字体形成在构思之后。结构要合理安排，不能让它有所偏歪侧重。用墨太淡了就会伤害字的神采，太浓了就会妨碍笔锋的运转。用笔太肥了会使字形显得蠢笨，太瘦了会抛筋露骨，毫无含蓄。运笔不要被软弱伤害，也不该鼓怒作势，以求奇逸。字要四面匀称，八边具备。长短合适，粗细适中。心和眼要把准程式，做到结字疏、密、斜、正得当，筋骨神态随字大小而变化；不可使字头轻脚重，也不能使字左边短右边长，字形端正，要像一个人一样，上下平稳，左右匀称，气宇谐和，神采洒脱。能领会这些话的含义，想写好字，谁办不到呢？

吾临古人之书，殊不学其形势①，惟在求其骨力②，而形势自生耳。吾之所为，皆先作意，是以果能成也。

（唐）李世民 《论书》

①形势：古指行军的阵势。这里用以比喻字形结构和笔势。②骨力：谓书法雄健有笔力。

我临摹古人的字帖，最不重视学习字形的结构和用笔的风格，只在于学习它那雄健笔力，因为字雄健有笔力，形体结构和用笔风格也随之自然形成了。我写字，下笔之前都要先将立意构想好，因此写的字也果真如愿以偿了。

篆尚婉而通，隶欲精而密，草贵流而畅，章务检而便①。然后凜之以风神②，温之以妍润，鼓③之以枯劲，和之以闲雅④。故可达情性⑤，形其哀乐。

（唐）孙过庭 《书谱》

①检而便：“检”，约束。“便”，简便。②风神：风采神韵。③鼓：挺捷。④闲雅：“闲”谓稳重不矜持。“雅”谓用笔起伏不恣肆。⑤情性：情貌和体性。

篆书崇尚线条的婉转而又通透有力，隶书务求精巧而又结体茂密，草书重视流转而又飞动通畅，章草务必约束而又流利简便。掌握各种字体的书写要领之后，要依靠字中蕴含着风采神韵使字威凜，依靠用墨的润泽和妍美使字温和，依靠清瘦劲健的笔力使字挺捷，依靠用笔的稳重幽雅使字和婉。所以说，书法能表现一个人的性情志趣，体现一个人的哀乐。

一时而书，有乖有合①。合则流媚，乖则雕疏②。……神怡务闲，一合也；感惠徇知，二合也；时和气润，三合也；纸墨相发，四合也；偶然欲书，五合也。心遽体留③，一乖也；意违势屈④，二乖也；风燥日炎，三乖也；纸墨不称，四乖也；情怠手阑⑤，五乖也。乖合之际，优劣互差。

（唐）孙过庭 《书谱》

①乖：违背，不称意。合：投契，称意。②雕疏：意谓书法以疏密停匀为佳。“雕”，同“凋”，零落。③心遽体留：心情急迫，事务缠身。④意违势屈：违背意愿，屈于情势。⑤情怠手阑：精神疲乏，手疲倦。

即使在同一时期写字，有称心如意的作品，也有不合心意的作品。在合适的环境里写字就能流畅秀丽，不合适的环境里写字就零乱粗疏。精神愉快，事务清闲，是一合；报答惠赠，酬应亲知，是二合；季节调和，气候温润，是三合；佳纸良墨，相互配合，是四合；偶然兴起，秉笔挥洒，是五合。心情匆遽，事物缠身，是一不合；违背己意，屈于情势，是二不合；燥风吹紧，赤日炎炎，是三不合；纸粗墨劣，皆不可意，是四不合；神情倦怠，手腕疲软，是五不合。在合与不合之间，书法的优劣有极大的差别。

虽学宗一家，而变成多体，莫不随其性欲①，便以为姿：质直者则径挺②不遒，刚佞者又掘强③无润，矜敛者弊于拘束，脱易者失于规矩，温柔者伤于软缓，躁勇者过于剽迫，狐疑者溺

于滞涩，迟重者终于蹇钝④，轻琐者染于俗吏。斯皆独行之士，偏玩所乖⑤。

（唐）孙过庭 《书谱》

①性欲：个性爱好。②径挺：平直。③刚佷：刚狠。掘强：即“倔强”，刚强不屈。④蹇钝：不顺利又不灵活。蹇，跛足，引申为艰难。⑤乖：背离。

虽然学书只尊奉一家，但随着各人的个性爱好不同，也会形成各种不同的体式，这也就产生了众多的样式：秉性耿直的人，他的字笔画平直，缺乏道丽的姿态；刚毅果决的人，他的字倔强不屈，没有温润；矜持而又不放纵的人，他的字会有拘谨呆板的弊病；疏脱放浪的人，他的字因失却法度而随意涂画；性格温和柔顺的人，他的字伤于宽松而软弱无力；勇力过人而性情急躁的人，他的字过分轻捷而显得局迫；生性多疑的人，他的字过分枯涩，无法流畅；感觉迟钝、过于慎重的人，他的字终归不流利又不灵活，古板又少变化；才学轻又心眼小的人，他的字会被庸吏的俗气侵染，不开阔以至不庄重。这些都是性情独特的人，由于偏爱以致背离了书法的正道。

意与灵通，笔与冥运，神将化合，变出无方，虽龙伯系鳌之勇①，不能量其力，雄图应篆之帝②，不能抑其高，幽思入于毫间，逸气弥于字内，鬼出神入，追虚补微，则非言象筌蹄③所能存亡也。

（唐）张怀瓘 《书断序》

①龙伯：古代神话里的巨人。其人身长数十丈，一钓而连

六鳌。②雄图应篆之帝：指汉高祖刘邦。③言象筌蹄：比喻为达到某种目的而使用的工具。

笔意与心灵相通，笔端随心机运转，神思融合在字里行间，变化无穷，能写出各式各样的字，即使是龙伯钧鳌这样有勇力的人，也不能形容书法笔力的强劲，像汉高祖那样盖世英雄，也不能用来压抑书法笔力之飞动。至于幽情渗透入笔锋之间，飘逸之气弥漫于宇宙之内，出神入化，深入虚空，填补微隙，这些决不是书写工具所能够表现的。

作字要熟，熟则神气①充实而有余，于静坐中，自是一乐事。然患少暇，岂其于乐处常不足邪？

（宋）欧阳修 《试笔·作字要熟》

①神气：神采气韵。

写字要熟习，熟习就能神采气韵充足，盈盈有余，在静静安坐中，这自然是一件乐事。可是遗憾的是缺少空闲时间，难道这就是快乐之处总常常带有的某种不足吗？

凡世之所贵，必贵其难。真书难于飘扬，草书难于严重，大字难于结密而无间①，小字难于宽绰而有余……。

（宋）苏轼 《跋王晋卿所藏〈莲花经〉》

①无间：没有间隙。

凡是世上珍贵的东西，就珍贵在它的难上。楷书难在写得飘逸飞扬，草书难在严合稳重，大字难在缜密而无间隙，小字难在宽舒而有余裕……

退笔①如山未足珍，读书万卷始通神。

(宋)苏轼 《柳氏二外甥求笔迹书》

①退笔：秃笔。

秃笔堆积如山(指其人勤写苦练)并不可贵，可贵的是读书万卷，使胸中有广博的学问，才能下笔如神。

《兰亭》虽真、行书之宗①，然不必一笔一画为准。譬如周公②、孔子不能无小过，过而不害其聪明睿圣，所以为圣人。不善学者，即圣人之过处而学之，故蔽于一曲③。今世学《兰亭》者，多此也。鲁之闭门者④曰：吾将以吾之不可，学柳下惠⑤之可。可以学书矣。

(宋)黄庭坚 《论书》

①《兰亭》：即《兰亭序》，东晋永和九年(353)三月三日，王羲之与谢安、孙绰等四十一人，在山阴(今浙江绍兴)兰亭“修禊”时所作的诗序。后世以《兰亭序》为真书、行书之宗。②周公：西周初年政治家，周武王之弟姬发。③蔽于一曲：为局部所蒙蔽。一曲犹言局部。④鲁之闭门者：即鲁男子。据《诗·小雅·巷伯》传：“鲁人有男子独处于室，邻之厘(嫠)妇又独处于室。夜，暴风雨至而室坏，妇人趋而托之，男子闭户而不纳。”⑤柳下惠：相传春秋时鲁国大夫。据传柳下惠夜宿郭门，遇一女子，没有住处，他担心她受冻，用衣服裹她，抱着她坐了一夜，没有人怀疑他有淫乱的行为。

虽然《兰亭序》被后代尊奉为楷书和行书的范本，但也不

必把其中的一笔一画都当作临摹的标准。譬如周公、孔子也不是没有一点小过失，可这点过失并不妨害他们的聪慧明达，所以仍然被尊为圣人。不善于学书的人，就连圣人的不足之处也拿来学习，所以他们总会被局部所蒙蔽。当今世上学习《兰亭序》的人，大多是属于这一类的。鲁的“闭户不纳”者说：我将以我认为不可的，来学柳下惠认为可以的。这样就可以学写字了。

〔说明〕鲁男子的“闭门不纳”和柳下惠的“坐怀不乱”，表现形式不同，但其精神实质是一样的，说明以古人为师，是师古人之意，而不必拘泥于古人的形迹。

学书时时临摹，可以得形。大要多取古书细看，令入神，乃到妙处。惟用心不杂，乃是入神要路。

（宋）黄庭坚 《论书》

时时对着字帖摹仿着写，可以学到字的形体。更重要的是多拿古人书帖认真审视、细心揣摩，使自己的精神进入法书的精妙境地。只有用心专一，不生杂念，才是入神的重要途径。

心能转腕①，手能转笔②，书字便如人意。古人工书无他异，但能用笔耳。

（宋）黄庭坚 《论书》

①转腕：运转手腕，即指手腕的提按起倒。②转笔：指手中毛笔随着手腕的运转而自如书写。

心能控制手腕的灵活运转，手能控制毛笔的自如书写，字

就能依照人的心意去书写。古人擅长书法没有别的奇异之处，只是他们善于用笔罢了。

学书须要胸中有道义，又广之以圣哲①之学，书乃可贵。若其灵府无程②，政使笔墨不减元常、逸少③，只是俗人耳。

(宋)黄庭坚 《论书》

①圣哲：具有最高智慧和道德的人。②灵府无程：心中没有法度。灵府，指心。程，规矩、法度。③元常、逸少：即钟繇、王羲之。

学习书法需要心中具有很高的道德修养，还要用圣哲的学问来扩大知识面，做到了这两点，书法作品就珍贵了。如果他的心中缺少作书的准则，即使他写的字不比钟繇、王羲之差，也只是俗人的作品罢了。

石刻不可学，但自书使人刻之，已非己书也。故必须真迹①观之，乃得趣。

(宋)米芾 《海岳名言》

①真迹：出于书法家本人之手的作品（区别于临摹的或伪造的，这里指区别于石刻的）。

碑石题刻的字不可仿效，因为这些字是书家自己写好了，叫人刻在石上的，字已不是原来写的字了。所以必须拿书家真品来观赏，这样才能揣摩到书品的真情趣。

世人多写大字时用力捉笔，字愈无筋骨神气。作圆笔头如