

人文文庫

人民美術出版社

書法學習必讀

鄧散木
著

書法學習必讀

鄧散木 著

人民美術出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

书法学习必读 / 邓散木著. -- 北京 : 人民美术出版社, 2016.7
ISBN 978-7-102-07483-2

I. ①书… II. ①邓… III. ①汉字—书法 IV.
①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第165855号

书法学习必读

SHUFÀ XUÉXÌ BÌ DÚ

编辑出版 人民美术出版社

(北京北总布胡同32号 邮编 100735)
<http://www.renmei.com.cn>
发行部 (010) 67517601 (010) 67517602
邮购部 (010) 67517797

著者 邓散木

责任编辑 王远 金黎晖

装帧设计 彭高思媛 徐洁

责任校对 马晓婷

印制 赵丹

制版印刷 北京雅昌艺术印刷有限公司

经销 全国新华书店

版次 2016年9月 第1版 第1次印刷
开本 720毫米×1000毫米 1/16
印数 0001—3000册
印张 8.5
定价 19.00元
ISBN 978-7-102-07483-2

如有印装质量问题影响阅读, 请与我社联系调换。

版权所有 翻印必究

《人美文库》出版说明

人民美术出版社在她六十五年的历史中，出版了很多美术史论读物，其中不乏卓有成就的学者、画家的研究成果和创作实践总结，也凝结着编辑前辈的聪明才智和心血，对中国美术的发展起了重要的促进作用，成为人民美术出版社一笔珍贵的财富。

值二〇一六年人民美术出版社建社六十五周年之际，我们将对六十五年来出版过的著作进行整体回顾，以《人美文库》的品牌将其中许多优秀的、曾经塑造了新中国美术发展历史的、至今仍有丰富的传承价值的出版物，重新编辑、设计，整体规划，分批出版。本次选取的图书主要有两类：一类为《宣和画谱》等经典古代绘画理论，均为启功、黄苗子、王伯敏、薛永年等专家当年校订的版本；一类为近现代美术理论著作，作者为邓散木、于非闇等大家。我们组织了大量人员通过复制技术再现了当年最经典的版本，尽力原汁原味地呈现这批经典理论图书的面貌。

《人美文库》旨在传承『中正大雅，朴真至美』的『人美』精神，让『人美』精神在一代又一代『人美』人和广大读者中继往开来，发扬光大。这既是对传统的继承，又是对当代读者的新奉献。

書

必

法

讀

學

習

續書譜圖解

榮伯頓



引言

中國書法，是東方特有的民族藝術，幾千年來，我國歷史上涌現出許多許多有名的書法家，同時也產生了不少有關書法理論和學習方法的名著。但這些著述，有的偏重於理論，令人看了莫名其妙。其所以然，有的把書法說得十分神祕，又令人望而生畏。講到切合實用，不作玄言高論的，在古人著作中只有兩篇文章：一篇是唐代孫過庭的書譜序，一篇是宋代姜白石的續書譜。

孫過庭的書譜序，對書法的源流、派別，書

家的主客觀條件的影響、關係，都作了一般的分析和評介，千餘年來，一直被奉為學習書法的高級讀物。但它是用駢體文寫的，文字比較艱澀，理論也比較高深，而且只是概括的敘述，不夠具體，可能不是一般學者所易理解、消化。姜白石的續書譜則是用通俗的散文格調，將書譜序的精意，歸納起來作了具體介紹，再結合自己的實踐，對真、行、草書的書寫和學習方法技巧，以及用筆、用墨、結體、臨摹等各方面，都作了科學分析，還列舉許多例子來作說明，說理淺顯，

不作高論。所以它不是空洞的理論文章，而是書譜序的注腳，又是書譜序的發展。

遠在十多年前，我就想到像這樣一篇大文，如能替它作出圖解，作為一本學習書法的必讀書，對學書的人們來說，一定會有很大幫助。我的意思是：第一，續書譜雖較通俗，但總是文言文，不是口頭語，可能有好多地方還非一般學者所能接受，所以應該將它全部譯為現代語，附在原文後面。其次，原文所引許多人名、帖名以及古人成說，專門詞彙，對書法沒有相當研究的人讀了，可能無法領

會，也應分別注釋，說明出處或其意義。其三，有關各家書法的評介，運筆的方法，字形的結構以及其他例子，只有文字，而無圖表，還嫌不夠醒豁，也應儘可能酌附原跡，或畫出圖例，以供參證。可惜當時我鼓不起這么勇氣，再則即使做成，也怕無法出版，所以遲々久之，未能實現。

十多年後的今天，在「百花齊放、百家爭鳴」的號召下，中國書法這朵藝術之花，已在重新發芽，只須不斷的澆灌培植，不久的將來就會開花結實。這情況給我以莫大的鼓舞，使我重新

發興，動起手來，居然在很短的時間內，一鼓作氣完成了這工作。

這本書為了適應愛好書法者和有意使自己的字寫得整齊美觀些的人們參攷學習，所以文字力求通俗易曉。不過閉門造車的我，限於自己對書法藝術的知識水平，兼之遠客京師，許多參攷書籍都不在手頭，所以有些只能照字面直譯，有些只能作簡單介紹，有些只能憑記憶酌引，不可能作得更詳盡，更明白。同時有很多地方出於我个人的主觀見解，不及博采旁諮，錯誤共漏，知所不免，還請

讀者批評、指正。

一九五七年六月鄧

散木記於北京真武廟



附 原文作者簡介

姜夔，字堯章，江西鄱陽人。曾隱居浙江吳興的武康縣，與白石洞天為鄰，故自號白石道人，又號石帚。他精音律，工詩詞，是南宋時傑出的詞家，他的詞曲，極為後世推崇，甚至被稱為詩家的杜工部，書家的王右軍。著作有白石道人詩詞集、白石道人歌曲、絳帖評、續書譜、大樂議、琴瑟攷等。

書法學習必讀

續書譜——

宋·姜夔撰著

鄧綰圖解

○總論

真 〔一〕 行、草書之法，其源出於蟲篆 〔二〕、八分 〔三〕、飛白 〔四〕、章草 〔五〕。圓勁古澹（淡），則出於蟲篆；

真書、行書、草書的法則，它們都淵源於篆書。八分、飛白、章草、圓勁古澹的地方，是從篆書裏得來；



古文



大篆



小篆



篆書

點畫波發



則出於八分；

點畫撇捺，是從分裏得來；



分八

轉、換、向、背，則出於飛白；

轉鋒、換筆、有向、有背，是從飛白裏得來；



飛白

宋王臨書靈巖道場
四字中的「巖場」二字

簡便痛快，則出於章草。

簡易方便，直捷痛快，是從章草裏得來。

第一急就奇紙文永

章草

然而真、草與行，各有體制（制），歐陽率更〔五〕、顏平原〔六〕輩以真為草；李邕〔九〕、西臺〔十〕輩以行為真。

然而不論真書、草書、行書，各人都有各人自己的體制，如歐陽詢、顏真卿他們，是用真

書的筆法來寫草書；李邕、李建中他們，
是用行書的筆法來寫真書。

孔懷兄弟同氣連枝
交友投分切磨義規
仁者隱居是以弗離
其家歷是數劫匪難

歐陽詢草書千字文

「……孔懷兄弟，同氣連枝；交友投分，切磨義規。
仁慈隱憫，造次弗離，節義廉退，顛沛匪（非）
虧。……」

登高望天山，白雪正崔嵬，入陣破驕虜……

詩軍將裴書草卿真顏