

書譜今譯

書譜

中華書局出版

【書譜】

乃距今一千二百七十多年前中國文化的寶貴遺產，通篇以精妙草書論述書法，譯者累積個人心得重新演繹，引領我們一探此本理論精卓的古人名著。

著者：徐大為

書譜是中國書法史上的一部重要著作，由唐代懷素所撰。全書共一千二百餘字，以草書書寫，論述了書法的源流、技法、審美標準以及書法與自然、社會的關係。書譜不僅是書法理論的集大成者，也是草書藝術的傑作。其內容豐富，涵蓋了書法藝術的各個方面，是研究中國書法史的重要文獻。

J292
16



古今

序

SWT01/01

北方工业大学图书馆



00546969

國家圖書館出版品預行編目資料

書譜今譯／徐大為著．－初版．台北市：

中華電信所，2004【民93】

面：公分

參考書目：面

含索引

ISBN 957-8398-84-0(平裝)

1. 書譜－註釋

942

93000297

書譜今譯

經濟部中央標準局商標註冊第二〇三七〇一號新聞局版台業證字第〇一九三號

出版日期

二〇〇四年一月／初版

著作人

徐大為

發行人

趙文華

發行所

中華電信所企業股份有限公司

出版委員會

主任委員

張大為

委員

李乃登、劉佩琪、沈文禎

總編輯

劉任

執行編輯

謝登庭

美術編輯

李美蘭

發行

傅秀鳳、陳力愷

網址

<http://www.crcdil.com.tw>

地址

台北市東興路57號五樓（中農科技大樓）

電話

（02）8766813266

傳真

（02）8766812033，8766813511

印刷廠

洋紅印刷有限公司

ISBN

957-8398-84-0（平裝）

定價

新台幣五十二元整

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回調換
版權所有・翻拷必究

目錄

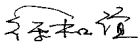
出版緣起	1
作者生平簡介	3
一、凡例	5
二、前言	7
三、書譜今譯	17
續書譜今譯	31
四、書譜注釋	45
續書譜注釋	109
五、書譜墨跡	179
六、附錄	181
參考書目	212
名詞索引	213
後記	241

【出版緣起】

先嚴徐大為，遼寧瀋陽人，1922年生，1948年畢業於長春大學歷史系，一生治學嚴謹，學識淵博。工作之餘，未嘗有其他嗜好，讀書而外，惟嗜於書畫的創作與研究。雖遇文革，無端遭禍，亦不以莫須有之禍而忘其本懷，於勞動、審查之餘，仍揮毫寫字作畫，終生不輟。

乙卯冬，先嚴病中，參觀“中國通史陳列”展覽，得見孫過庭《書譜》真跡，深為其理論之精、書法之妙所折服，寂寞寒冬如得火暖，六根震動，忘其所以。其後三年，先嚴遂沈浸於《書譜》及《續書譜》的注釋整理，在與古人的神交中，溫潤其寂寞身心。其間，得啓功先生時時鼓勵，書成，周一良先生、王遐舉先生又於百忙之中，撥冗逐字校審，為本書增色良多。然先嚴一向苛己甚嚴，書成，藏之篋中，未肯輕易付印，十數年，如切如磋，如琢如磨，至己巳仙逝，書稿仍待字篋中。

己巳至今，又十有三年，墨跡猶在，人已西歸，拳拳之心，無以為報，在我賢舅楊旭才先生的熱情幫助下，惟以印行先嚴遺稿，來告慰先嚴在天之靈。



2003年10月

【作者生平簡介】

徐大為先生係遼寧省瀋陽市人，1948年畢業於長春大學歷史系。1949年後，在華北大學和人民大學進修歷史和哲學。其終生致力於教育崗位，歷任北京鋼鐵工業學校教員、圖書館主任、北京冶金機電學院和北方工業大學文學副教授。

徐大為先生任教多年，治學嚴謹，學識淵博，恪盡職守，嘔心瀝血，教學成績顯著。在其辛勤教學之餘，未嘗有其他嗜好，惟痴心於書畫創作與研究，始終不輟。即使在文革期間，雖身經劫難，無端受害，在被強迫勞動、監視審查之餘，仍保持中國知識份子的優秀傳統，不忘讀書、寫字、作畫、鑽研學問。本書《書譜今譯》即在此期間完成。

徐大為先生有諸多書畫作品存世。其學術著作除本書外，尚有《李商隱詩選譯注》（已出版發行），以及《書法論集》、《書法史講義》、《唐詩宋詞》、《美國史稿》等書正待出版。



【凡例】

1、“書譜”譯文照原文大意，分成五十三段；“續書譜”譯文，則按原書大意分成三十五段，逐段、逐句今譯。

2、為顧及一般文化程度的讀者，凡姓名、地名、朝代、碑帖名及生字、僻語、成語典故、書法術語之類，均予以注釋。

3、蒐集了“書譜”墨跡，以前的各家釋字，在注釋中予以訂正。

4、原書中有些句子採用意譯，按書法術語譯出。例如：“懸針垂露之異，奔雷墜石之奇……”。

“即譯成豎、點的形狀。”

5、原書中有些句子是駢儷、律對押韻的，在今譯中不追求駢儷的押韻，但是盡量不失原意。

6、在附錄中，編製了本書注釋名詞索引，便於讀者檢尋。

7、“書譜”今譯係採用延光室出版之真跡影印本為底本，並參考了上海書畫社影印本，補足影本缺文；“續書譜”今譯，則以“四庫全書”六藝之一錄二百七十四卷作底本，另外參考了咸淳刊本。

8、書譜墨跡原文為草書，為便於初學者閱讀，本書在第五章節所呈現的書譜墨跡，特作了釋文附在原文下方；而由於開本所限，故墨跡以縮小版呈現。

9、本書第五章「書譜墨跡」係台灣國立故宮博物院館藏之真跡；其中之缺文（黑底白字）則採自天津古籍出版社影本。

原

书

缺

页

原
书
缺
页

軸，只存上卷二字。他們的意見是對的，而且，我認為“夫心之所達……”句，從文章章句上去摸索，可能正是下卷的開篇處。

一九七八年上海書畫社，出版的“書譜墨跡”本，又用薛摹本，補足真跡兩處所缺，是目前最佳的完本。除此之外，見到的尚有延光室真跡影本及日本“書道全集”影本。

摹刻本最早的，要算宋元祐二年（一〇八七年）薛紹彭刻本，簡稱元祐本，及“秘閣續帖”本、“太清樓”本。明朝“停雲館法帖”、“玉煙堂法帖”均稍差。清、安岐及“三希堂法帖”均有摹刻本。在這些刻本中，以薛本、安本最為奪真，而且互有特點。薛本筆力強健，字數最多，但卷之首尾，均稍殘數字。安本章法較優，字型稍肥，缺漏墨跡兩段。

二、“書譜”的優缺點

從“書譜”的內容看，孫過庭對我國書法的源流變遷，具有很多正確的看法和豐富的經驗；但是，也浸透著一些唯心的觀點。也就是說：既包括精華，也有糟粕。下面僅就個人淺見談談他的優、缺點：

首先，它具有樸素的唯物主義的思想觀點。如：他主張書法：“夫質以代興，妍因俗易；雖書契之作，適以記言，而醇醪一遷，質文三變，馳驚沿革，物理常然。貴能古不乖時，今不同弊……”又說：“六文之作肇自軒轅，八體之興，始於嬴政，其未尚矣，厥用斯宏。但古今不同，妍質懸隔。”對於怎樣學習書法，他認為：“思通楷則，少不如老，學成規矩，老不如少。思則老而愈妙，學乃少而可勉。勉之不已，抑有三時，久然一變，極其分矣。”對於臨摹書法，他主張：“消息多方，性情不一，乍剛柔以合體，忽勞逸而分軀。或恬淡雍容，內含筋骨，或折挫槎枿，分曜峰芒。察之者尚

精，擬之者貴似。“學宗一家，而變成多體，莫不隨其性欲，便以為姿。”對於運筆來說，他主張：“一劃之間，變起伏於峰杪；一點之內，殊紐挫於毫芒。”由此可見，在這本書裡，他比較正確地闡述了書法意義，讓我們對書法的發展與變遷有所體認。

第二，他主張學習書法，要有勇於實踐的精神，反對華而不實的學風。他主張學習書法要有恆心，抱定：“學而不能，未有不學而能”的態度。又說：“務修其本……溺思毫厘，論精翰墨。”工夫於點劃波磔之間，凡棱側起伏，鉅挫頓駐，方圓俯仰，三過折筆，無不精妙，然後成字。”他主張臨習古帖：“察之者尚精，擬之者貴似。”寫字的時候，應當：“心不厭精，手不忘熟……無不心驚手從，言忘意得，縱未覽於眾術，斷可積於所臨矣。”因此，他堅決反對那些主張：“假托神仙，取宗家範，以斯成學，孰愈而論。”抱著“不學而能”的觀念論者。

第三，他主張學習書法務必認真地掌握筆法和章法。“今撰執、使、轉、用之由，以法未悟；執謂深淺去短之類是也；使謂縱橫牽制之類是也；轉謂鉤環盤紆之類是也；用謂點劃向背之類是也。”對於如何執筆、行筆都有一定的闡述；而反對“任筆為體，聚墨成形，‘心昏手迷的亂寫一通。一定要：‘一點成一劃之規，一字乃終篇之准。’”真以點劃為性質，使轉為情性，草以點劃為情性，使轉為形質。“反對那種‘外壯其形，內迷其理’”“外涉浮華……”的形式主義學風。

“書譜”中最精彩的部分，當然是運筆，大都集中在全書的後半部分。（原書第五、六兩篇）唐、宋人也稱“書譜”為“運筆論”；顧名思義，運筆也就是講筆法。下面，試將其歸納成五點，淺而談之：

首先，學習書法要“學宗一家。”也就是先要選與自己筆性相近的古人名書。要專崇一體（為：

王字或顏字等），臨摹時要多讀、多寫。“察之者尚精，擬之者貴似。”怎樣才能做到呢？要“學成規矩，”這個規矩，便是執、使的一些原則。又說：“規矩所沒，信屬目前，失之毫厘，差之千里。”意思是說，剛臨書偏差一點，都會鑄成一輩子的弊病。學書一定要做到：“初學分布，但求平正，既知平正，務追險絕。”平正就像歐體那樣“橫平豎直、中鋒引筆、藏頭護尾”地做到道勁。然後才能做到險絕的地步。他又說：“苟知其術，適可兼通，心不厭精，手不忘熟，若運用盡於精熟，規矩闔於胸襟，自然容與徘徊，意先筆後，瀟洒流落，翰逸神飛。”他又說學書法：“既能險絕，復歸平正。”便是更高一級的平正，不僅僅是要求把規矩闔於胸襟，“意先筆後”做到力能扼腕，寫成端麗、適美的字；而且要人書通會，奕奕有圓融的神理。孫過庭說這是學書的“三時”：“初謂末及，中則過之，後乃通會，通會之際，人書俱老。”

上文所說的“苟通其術”的“術”，是指什麼呢？他說：“下筆的時候，一定要下筆有由，”一劃之間，起伏於峰杪，一點之內，殊鉅於毫芒。“做到王羲之”書論“中”八法”的要求，而不能“任筆為體，聚墨成形。”心昏手迷的亂寫一通。在草筆的配合之上“消息多方，性情不一，乍剛柔以合體，忽勞逸而分軀；或恬淡雍容、內涵筋骨，或折挫槎枿，外曜峰芒”。做到像王羲之書法那樣：“緣思通審，志氣和平，不激不厲，而風規自遠。”不能是“神情懸隔”不要“鼓努為力”、“未悟淹留，偏追勁速；不能迅速，翻效遲重。”寫出的字，筆底下欠功夫，如果是勤學苦練，功力達到了，“運用盡於精熟，規矩闔於胸襟，自然容與徘徊，意先筆後，瀟洒流落，翰逸神飛。”

在學習運筆當中：“所謂鉤環盤紆之類是也。用謂點劃向背之類是也。”孫過庭是著名的草書家，當然主要是指草書盤紆畫圖的方法。他又說：“草以點劃為情性，使、轉為形質，草乖使、轉不

能成字。“使、轉都是指墨跡的行跡”不滯，滯則不遒。“（姜夔）要寫得縱橫無處不遒的樣子，這正是草書的形質外表的精神，實際上還得以點劃來傳達內在的精神為情性。用，是講字的向背，一個字之內的或偏旁部首兩三部分的配合。更廣義的說，應當是寫出來的字，要“進而不犯，和而不同，留不常遲，遣不恆疾，帶燥方潤，將濃遂枯……乍顯乍晦，若行若藏……”的用筆方法。

第四，在學習書法中，運筆要強調有骨氣。孫過庭譏貶王獻之的草行無骨力說：“子敬以下，莫不鼓努為力。”“字字若春蚓，行行如蠃秋蛇，惡無骨也。”（李世民）像似筆劃爛然如藤纏，便立骨力。他說：“假令眾妙攸歸，務存骨氣，骨氣存矣，而遒潤加之。亦猶枝幹扶蘇，凌霜雪而彌勁，花葉鮮茂，與云日而於暉。”然而，他列舉出幾種偏向：“質直者，則勁健不遒，剛狠者，又倔強無潤；矜斂者，蔽於拘束；脫易者，失於規矩；溫柔者，傷於軟緩；燥勇者，過於剝迫；狐疑者，溺於滯澀；遲重者，終於蹇鈍；輕瑣者，染於俗吏……”是知偏而就，而盡善難求。

第五，前面所說的：“先學宗一家，乃指初學的人，易在曠日持久的練習中，又要“變成外體。”莫不隨其性欲，便以為姿。但是，我們要牢記孫過庭在書中早已說過的：“真以點劃為形質，使轉為情性。”的精辟說法，也就是說如果大注重姿態，易於偏軟，偏軟便喪失了點劃；但點劃也不要過於平易成刻板，刻板就叫無使轉。綜合這兩個因素，才能寫成好書法。

總之，做到如上這種地步，寫出字來：一點成一劃之規，一字乃終篇之准。速而不犯，和而不同，留不常遲，遣不恆疾，帶燥方潤，將濃遂枯，泯規矩於方圓，遁鈎繩於曲直。乍顯乍晦，若行若藏，窮變化於毫端，合情調於紙上，無間心手，意懷楷則，自可背羲、獻而無失，達鐘、張而尚工。“末一點是說心手一致，草書相應，這是有關於人的思想通塞問題，心胸豁然，略無凝滯，自然人書

通會，奕奕有圖融神理——如此才算達到運筆的要求。

“書譜”理論精湛，其主張的方法也是正確的；但是，書中也摻雜著一些糟粕，這反映了著者世界觀的落後一面，和歷史的局限性。其主要缺點，是在通篇中貫穿著一定的復古思想。

孫過庭是封建社會的士人，思想上存在著主觀唯心主義，是很自然的。正因為如此，他不能夠正確地認識歷史的發展規律，對於客觀世界上錯綜複雜的現象，難免以孤立、靜止、片面的觀點來看待。譬如，東晉王羲之創造新書法，突破了鐘繇的真書，而王獻之的“稿草”，又是對王羲之書法的發展，五十多年後北魏創造了書法新體——魏碑，又突破了二王的書體。書法和歷史上一切的事物是相同的，對立而又互相聯系著發展的，都是螺旋式前進的。但孫過庭卻認為：“子敬不如逸少，猶逸少不及鐘、張。”又說：“古質而今妍。”這是指魏、晉書法質樸，雅淡、有疏的風貌。他的結論是：“去之滋永，斯道愈微。”“今不如古”這顯然是一種偏見。孫過庭用這種錯誤的思想方法，去認識書法的發展，必然會認為：漢、唐以來論書者“多涉浮華，外壯其形，內迷其理。”而撰“書譜”的目的，也就是欲“弘既往之風規；”因此，這也就不能不使通篇帶有一定的復古色彩。

文字的發展從繁至簡；而書法的發展也是從粗而精的。幾千年來我國的書法發展變遷，絕非一味依循魏、晉之間的書法模式，而是變化多端的。由於“俗”“雅”對立統一的辯證、統一的規律，使書法不斷地發展。歷史可以證明：人民群眾是書法的創造者，社會人民大眾使用文字的水平，決定著書法的方向。書法從來就不是少數幾個書法家的個人成功所能創造的。如果說書法家對書法發展作出了重大貢獻，起過重要作用，那是說他們比較聰明地按社會使用文字的水平，賦予了藝術的創造。試看唐朝顏體的楷書，宋朝米、蘇的行書，元朝趙孟頫的楷書，鮮於樞的草書，明朝宋堯的章草，文徵

明的小楷，清朝鄧石如的篆隸，豈不都是寫出了自己“趨今”的風貌。這是書法不斷地進步的佐證。另外，孫過庭對於王獻之書法的成就過於貶低，也是不實事求是的。我們讀“書譜”時，就當注意這一點；否則會影響我們對王大令的學習或重視。

三、從“書譜”裡學習什麼？

這本名著裏值得我們學習的東西很多，但主要的有兩點：首先是要重視學習筆法，其次是不斷地創新。以下略述個人淺見：

第一，我國的書法藝術，是特有的傳統藝術，從三千多年流傳下來，最值得我們借鑒、研究的，莫過於筆法——執筆、懸肘、用筆的方法。

孫過庭著“書譜”便認為：“漢、唐以來論書者，多涉浮華，莫不外壯其形，內迷其理。”因此，他提出了執、使、轉、用的運筆方法。而說：“執，謂深淺長短之類是也。使，謂縱橫牽掣之類是也。轉，謂鈎環盤紆之類是也。用，謂點劃向背之類是也。”遺憾的是孫過庭談執、使、轉、用的理論過於扼要；因此，後來南宋姜夔有“續書譜”之作，才從字的筆劃上，進一步闡述了筆法理論。近人鄧散木先生“續書譜圖解”。在發揚、傳播書法藝術上，又做出了新的貢獻。

學習書法要如何遵守筆法，“書譜”提出效法晉朝“尺牘”的主張，因為它古樸、神奇。如果不做這樣的學習，他便說：“積其點劃，乃成其字，曾不旁窺尺牘……求其妍妙，不以謬哉。”在晉朝尺牘之中，而尤主張張臨王羲之諸帖。在中國書法史上，王羲之占有燦爛的一頁，他的書法成就是應該被稱譽的。回顧幾年前，在我國學術界是有爭論的，對於此點，我個人並不懷疑。從書法發展史上考察，東晉曾出現王字的書體，是不容置疑的，況且王羲之因為出身於所謂“書法世家”積累前輩豐