

人民美術出版社

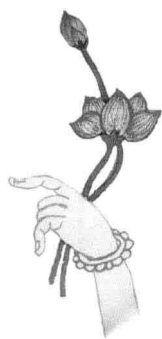
饶宗颐谈中国书法

王国华

撰

書法六門

言 之 不 足 以 爲 信 也



书法六问



饶宗颐谈中国书法

饶宗颐 王国华 撰

人民美術出版社

图书在版编目(CIP)数据

书法六问:饶宗颐谈中国书法/饶宗颐 王国华撰. —北京:
人民美术出版社, 2012.4

ISBN 978-7-102-05967-9

I. ①书… II. ①饶… ②王… III. ①汉字—书法评
论—中国 IV. ①J292.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第051379号

书法六问 饶宗颐谈中国书法

编辑出版 人民美术出版社

地 址 北京北总布胡同32号 100735

网 址 www.renmei.com.cn

电 话 发行部: (010) 65252847 邮购部: (010) 65259381

责任编辑 张啸东

装帧设计 徐 洁 张啸东

责任印制 文燕军

责任校对 徐 见

制 版 北京燕泰美术制版印刷有限责任公司

印 刷 中华商务联合印刷(广东)有限公司

经 销 新华书店总店北京发行所

2012年4月 第1版 第1次印刷

开本: 889毫米×1194毫米 1/16 印张: 12.5

印数: 0001-3000

ISBN 978-7-102-05967-9

定价: 196.00 元

版权所有 侵权必究

如有印装质量问题影响阅读, 请与我社联系调换。

简体版前言

本书是饶宗颐教授与我对谈形式，讲述中国书法理论与实践的问答录。书中饶老首次对他的《论书十要》逐条作了解释，系统地论述了他独有的书法理论与近九十年的书法实践经验。普及与提高并举，理论与实践结合。饶老还通过对书法理论的阐释，论及了文字起源、宗教、美学、中国哲学及中西文化比较等中华文明的有关方面。既可为书法爱好者提供基本的书法理论与实践知识，也可对传承中华文明起点参考作用。

本书的繁体字版，2011年底在香港出版时，正逢饶老获中华艺文奖终身成就奖。新书面市后，很快售罄，饶老满怀感慨地说，《书法六问》在香港已是“家弦户诵”（饶公语，编者按），不过校对不严谨，其中还有错字，对不住读者。

这次内地发行的简体字版，吸收了读者的建议，在每问前加了卷首语，将每一问对谈的内容简要概括，力求朗朗上口，易学易记，便于理解。卷首语中虽多为历代书法家传承的经典名句，但由

于书法是一门实践性很强的艺术，既要靠师承传授，更要在书写实践中去感悟与体认，才能悟到真谛，有时语言是难以表达的，故此卷首语只可做理解有关书法理论的导语，而非教条。

该版的责任编辑张啸东先生尽心尽责，更新和增加了部分照片及法帖图版，校订了本书的数条文献。刘乐一教授、金明善先生，对卷首语的修订提出了宝贵意见。在此一并致谢。

王國華

2012年3月17日于香港

前 言

国学大师饶宗颐教授，学贯中西，集学术与艺术之大成，被钱锺书称为“旷世奇才”。日本国际创价学会会长池田大作称他为“东方的达·芬奇”。他在国际文化界享有“汉学泰斗”的盛誉，是公认的世界性的学者及艺术家。

饶宗颐教授的书法，技法丰富，功力深厚，五体皆备，自成一家，被称为“饶体”。饶教授的书法，是学者的书法，也是艺术家的书法。他以博大精深的学问为底蕴，博采众长，真正实践了“孕南帖、胎北碑、融汉隶、陶钟鼎”，融会各体，共冶一炉。他精研甲骨学、古文字学、敦煌学、简帛学，并对甲骨、楚帛书、侯马盟书、流沙坠简及楚地竹简等文物上的古文字，深入研究，涵泳体会，创作出独特的古文字书法作品。他的悬针体篆书、沉着灵动的隶书、一笔书行草，都具有真正的创新意义。在香港社会，以得到饶公的一幅字画为高雅的精神享受。2008年汶川地震时，饶老榜书“大爱无疆”四字，赈灾义卖500万港币，一时成为热点新闻。

饶公教我学书法，总是有问必答，诲人不倦，一点一画，随手示范。现将近年来有关书法的问答，以问答录方式，编纂成《书法六问》。本问答录经饶老亲自审阅。九十六岁高龄的饶老，一丝不苟，甚至连异体字及标点符号均一一订正。饶公的《论书十要》，自发表以来，影响深远，同时在学术界也有各种不同的解读。饶公在本书中亲自逐条作了解释。相信会对书法理论的学习与研究，大有裨益。为便于读者更好地理解有关论述，编者在节后以按语形式提供了部分背景资料，供参阅。其中错漏不妥之处，在所难免。敬请批评指正，以匡不逮。

王国华

2011年12月2日



画诚贵乎学矣，书道亦然。观乎饶公书法：由学知其然，然后拓其意匠之宏阔，恢廓才情，酝酿新笔。观其悬腕视楮，自是渊源毕现。学问文章之气，郁郁芊芊，发于笔墨之间。此所以他人终莫及尔。

——编者

目 录

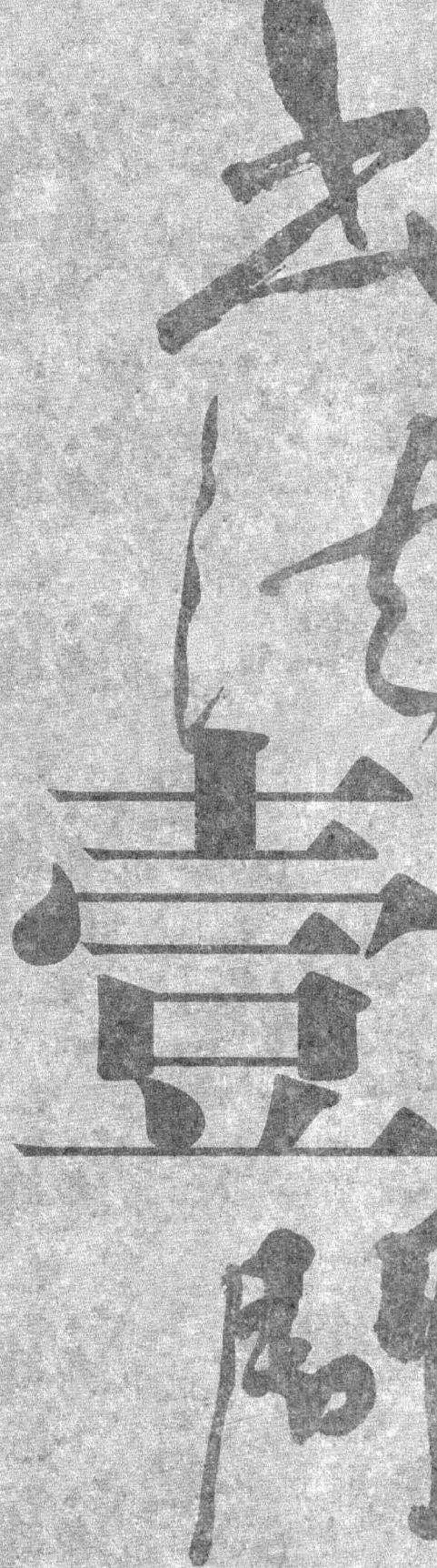
简体版前言·····	王国华
前言·····	王国华
一问：中国书法之“法”·····	1
二问：中国书法之“势”·····	49
三问：中国书法之“意”·····	73
四问：中国书法之“源”·····	93
五问：中国书法之“理”·····	119
六问：中国书法与养生·····	135
附录：	
（一）饶宗颐教授自选书法十二幅·····	147
（二）饶宗颐谈“人间大爱”·····	159
（三）饶宗颐谈宗教问题与文化建设·····	165
后记·····	184

一问：中国书法之〔法〕

学书有法，法在字中。
前贤发现，二王传承。
五指执笔，指实掌虚。
掌竖腕平，腕肘并起。
全身之力，运腕行笔。
笔笔中锋，圆活妍润。

饶公论书，首重笔力。
重若崩云，以治轻佻。
宁拙毋巧，以治妩媚。
气势宏大，大巧若拙。
忌俗忌滑，无往不复。
主留停涵，无垂不收。

植基秦汉，以培古趣。
抵壁作书，以养其力。
书道画理，笔饱锋展。
书如琴理，吟猱按弦。
手摹心追，细读深研。
飘风涌泉，人天凑泊。



下關元後有幽關前

眼行之可長存黃庭上

關俠之高魏人丹田之

堅志不^固衰中池有士

聖月之申靈之中各云

饶公讲解书法与自然的关系。



王国华（以下简称王）：

中国书法，经过几千年的发展变化，千姿百态，风光无限。但也有些一脉相承的基本法则。有书法家认为：书道法自然，就是一项最基本的法则。请您谈谈，书法与自然的关系。

饶宗颐（以下简称饶）：

所谓书道法于自然，其实是根据中国道家的讲法而来。老子云：

“人法地，地法天，天法道，道法自然。”其实，中国各种艺术，包括绘画、书法、篆刻等等都反对堆砌及造作，而以纯任自然为最高层次。当然这个所谓自然，亦要有这项艺术所需要的美感。

王：

有一种解释认为，“道法自然”是指万事万物都在受着自身固有规

律的支配。由此，要达到中国书法艺术所需要的美感，就必须遵循该项艺术所固有的基本法则。中国近代书法大师沈尹默认为：“书法的基本法则，是字体本身所固有的，不依赖个人的意愿而存在，因而它也不会因人们的好恶而有所迁就。只要想成为一个书家，写好字，那就必须拿它当作根本大法看待，一点也不能违反它。”而字体一点一画中本能存在的这些基本原则，是在历代书家运腕用笔的书写实践中，逐步被发现、被研究、被传承、被公认的。

饶：

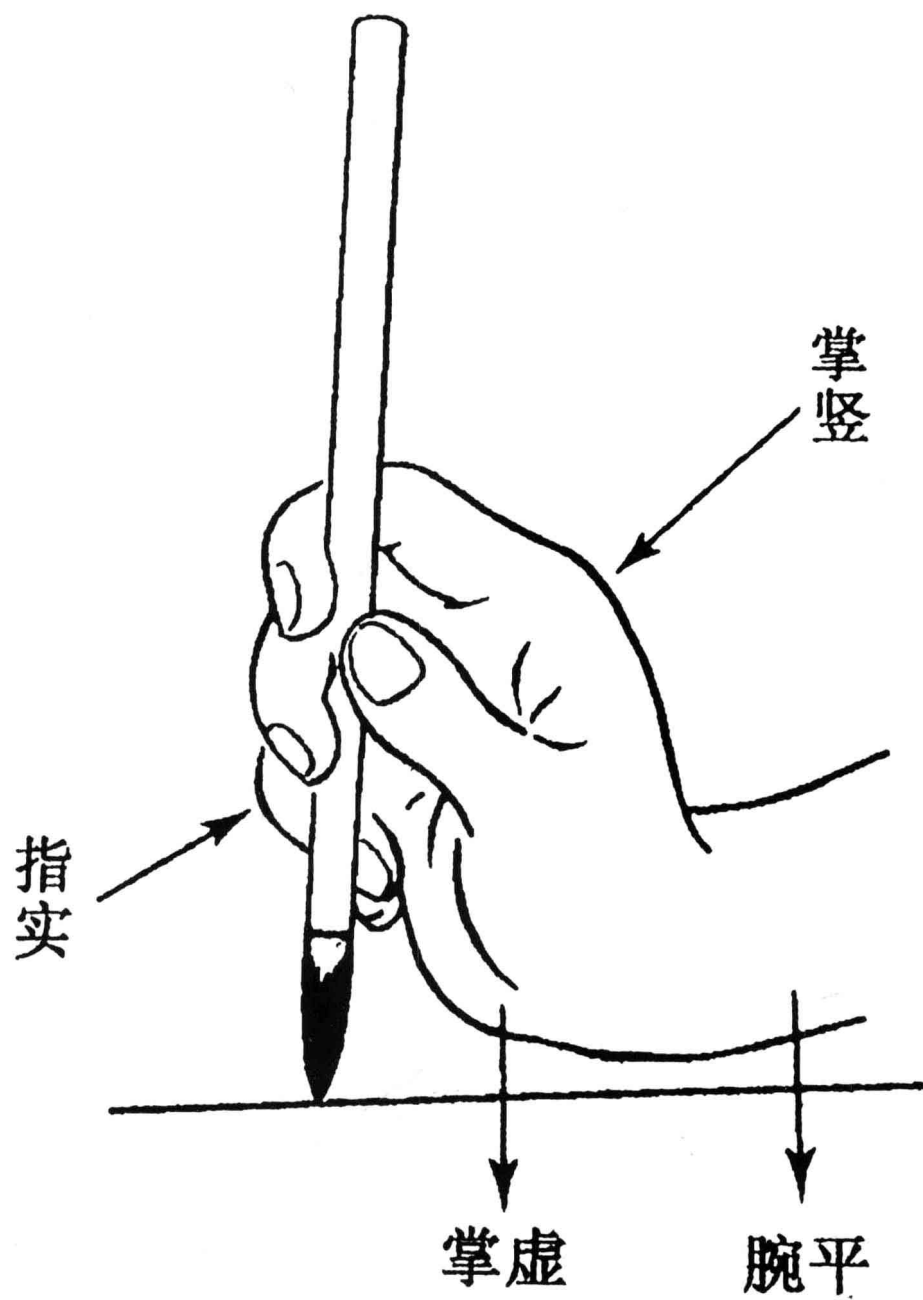
是的，汉字是方块字，它的构成基本条件，离不了方、圆、平、直。可说全靠几根线条纵横交错的排比，造成了字阵，给人以各种各样的美感。书法理论家一早就指出：“若平直相似，状如算子，上下方整，前后齐平，便不是书，但得其点画耳。”可见书成阵，才有行列可言，才有它的空间美。这些都是汉字本身所固有的规律，书者必须遵守它。

王：

有书家认为：凡是靠线条构成的艺术品，就要运用线条的粗细、浓淡、强弱来表现出调协的色彩和情调，才能曲尽物象，并用微妙的变化，来显现出圆活妍润的神采和字的生动意态。而我国的字，从有文字以来，无论是甲骨文，钟鼎文，还是刻石、竹简，无一不是美轮美奂，生动可爱，具有鲜明的艺术特征。书家的任务就是充分发挥人的手腕生理特征，合理地执笔运腕，在字体上发现美，生动地表现美，给人以视觉上的美感。这其中的第一法则就是正确地执

图一

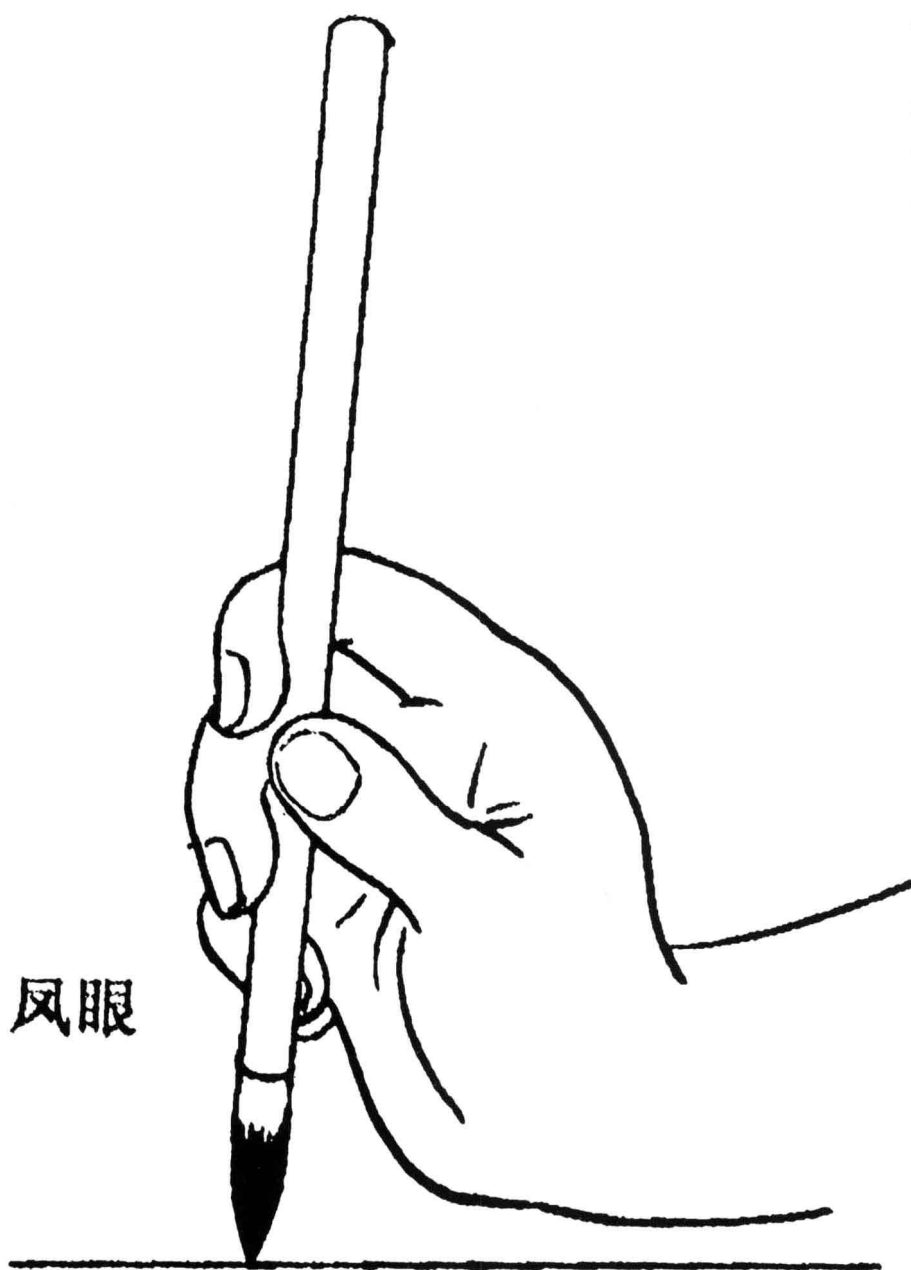
运腕法：“指实掌虚，掌竖腕平，腕肘并起”，且肘总比腕悬得高一些。



图二

五字执笔法，是用“擗、押、钩、格、抵”五字说明五个指头在执笔中功能^①。

①前引图一、图二出自马国权编：《沈尹默论书丛稿》，香港读书·生活·新知三联书店，1981年7月版。



笔，合理地运笔。

饶：

我认为最基本的问题是：执笔者应该知道，用笔是把全身的力道，集中于手臂，而以臂来运腕，以腕来运笔。故此，我认为熟悉于“腕中锋”，就是初学者必须具备的基本功。从这里入手，累积时日，就可以悟到真谛。

王：

“腕中锋”的提法，一语中的，精辟独到。历代书家认为，笔笔中锋，是书家必须遵守的、不可变易的法则。沈尹默先生认为，所谓“中锋”笔法，就是写字行笔时，时时刻刻地将笔锋运用在一点一画的中间。墨水随它经过的地方，流注下去，不上不下，不左不右，均匀渗开，四面俱到，圆润可观，这就是笔笔中锋。也就是说，通过手腕的运作令笔心保持在点画运行的中间，就是“腕中锋”。这是一套复杂精准的动作，是指、掌、腕、肘乃至全身配合的基本技巧。历代书法家，把它逐步完善归纳为十二个字：“指实掌虚、掌竖腕平、腕肘并起。”（见图一）

饶：

这其中的另一关键问题就是执笔。只有执笔正确，运腕才能奏效。虽然书法家对执笔有种种不同主张，但历史的经验证明，其中只有一种是合理的，千年不变的。那就是“二王”传下来的，撮、押、钩、格、抵五字执笔法（见图二及本节后“按语”）。这是古今书家所公认的、不可变易的执笔法。