

中国书店

欧阳询

三十六法八诀

房弘毅 编写

历代
书论
释译
楷
书
丛
帖



歐陽詢

【历代书论释译楷书丛帖】

□ 房弘毅 书写释译

欧阳询三十六法八诀

中国书店



图书在版编目（C I P）数据

欧阳询三十六法八诀 / 房弘毅释译，—北京：中国书店出版社，2005.7
（历代书论释译楷书丛帖）
ISBN 7-80663-331-6

I. 欧... II. 房... III. 楷书—书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2005）第075924号

历代书论释译楷书丛帖

欧阳询三十六法八诀

编写 房弘毅

出版 中国书店

地址 北京市宣武区琉璃厂东街一二五号

邮编 100050 电话 010-63150310

发行 全国新华书店经销

印刷 北京泰山兴业印务有限责任公司

开本 350 × 250mm 1/8 12.5印张

版次 二〇〇五年七月第一版 二〇〇五年七月第一次印刷

印数 〇〇〇一—五〇〇〇

书号 ISBN7-80663-331-6/J·360

定价 二十五元

出版说明

欧阳询是我国历史上杰出的书法家，潭州临湘（今湖南长沙）人氏，生于南朝陈武帝永定元年（公元五五七年），卒于唐太宗贞观十五年（公元六四一年），享年八十五岁。

欧阳询天资聪慧，敏悟博学，书法家二王及北齐三公郎中刘珉，劲险刻厉，于平正中见险绝，自成面目，人称『欧体』。其书为世人所重，与虞世南、褚遂良、薛稷并称为初唐四大书家。唐张怀瓘《书断》评欧阳询『八体尽能，笔力劲险，飞白冠绝，峻于古人』。宋朱长文《续书断》卷上《妙品》云其：『杰出当世，显名唐初，尺牋所传，人以为法。』《宣和书谱》卷八称其『正书为翰墨之冠』，元人赵孟頫又称其书『清劲秀健，古今一人』。可见历代对欧阳询书法成就的高度肯定。

欧阳询书法成就最高的是楷书，其书法度森严，点

画简于颜、柳又独有韵味，为世人所喜爱。据统计，在各种风格的楷书中，欧体楷书的百姓认同度最高；在日本，欧体楷书的社会地位也非其它字体可比。日本三大报纸中的《朝日新闻》的报头，曾以欧体楷书集字而成。而我国沿用数十年的印刷楷体亦体现明显的欧体风格，为亿万民众所熟悉。

《三十六法八诀》传为欧阳询论书名篇，以三十六种结体方法概括楷书分间布局的全部规律。八诀又称八法，是写八种楷书基本点画方法的口诀，以自然界现象比喻各种点画的生动形态。在八诀之后，有一段一百四十余字的作书要求与方法，从作书前的精神准备、执笔方法、书写意境到结构原则与墨色的掌握；从肥瘦刚柔的控制、总体布局的原则到各种结构的要领等，简炼而又全面地概括了所有作书的道理。然篇中有『（宋）高宗

书法』、『东坡先生』、『学欧书者』等语，疑为后人所作，理论界亦有争论，有人认为这些语句是传承过程中为后人所加，或将眉批注言抄入正文所致。无论何种，都不能掩盖该文的学术价值。

古今学书者均重书写而轻理论，书写是直接的学习书法实践，立竿见影。而同时，理论的呆板枯燥也成为今人却步的原因之一。事实证明，书法理论与书法创作的结合，既利于书法理论的传播和应用，又为学书者喜闻乐见。晋王羲之《兰亭序》、唐孙过庭《书谱》和清黄自元《间架结构摘要九十二法》的流传不衰，即是典型的例证。而王羲之虽贵为『书圣』，其『笔势论十二章』等论书经典的社会认知度，远不及孙过庭《书谱》、黄自元《间架结构摘要九十二法》。据此，以书法形式传播先人书法理论，是我们编辑出版本书的初衷。其次，据本书的书写者房弘毅先生讲，通过书写本书，深刻体会到以书法表现书法理论的必要性和妙处。由于文章内容是讲书法的各种点画与结构，如点画的大小、粗细、斜正、疏密等各种形态；字的不同位置的高

低、宽窄、松紧等各种类型；不同结构的组合、移位、变形，相同字的变化，异体字的写法等诸多问题，不以毛笔书写来表现，仅靠书论文字很难把问题讲清说明。同时，古代书法理论的流传主要是手抄和刻版印刷，而现代又是活字铅印和激光照排，许多点画和偏旁部首以及书法特有的生僻字、异体字的表现，在排版时很难处理，其间讹变、错误较为严重，从不同版本的同一文章的对照中就不难发现这一点，因此可见参以书法表现书法理论的重要性。

我们编印本书的主要工作是选用较为可靠的原文本作为底本，聘请擅长欧体楷书的书法家房弘毅先生书写内容，以利更好的体现欧阳询的书法风格；在书写过程中，针对各种技法要求，有意识的与具体点画、结构技法对号入座，并适度夸张，为所讲技法作直观的示范；每法后，均附简化字释文，并加以简洁、扼要释译，便于读者对原文的理解。我们力求最大限度的为广大学书者提供方便，同时也为我国历代优秀书法理论的传播作新的探索和不懈的努力。

歐

陽

詢

三

十

六

灋

排

疊

字

欲

其

排

疊

疏

密

停

勾

不

可

或

闊

或

狹

如

壽

藁

畫

竇

筆

麋

羸

嬰

之

字

系

旁

言

旁

之

類

八

訣

所

謂

分

間

佈

白

又

曰

調

勻

點

畫

是

也

高

宗

書

法

所

謂

堆

垛

亦

是

也

排叠 字欲其排叠疏密停匀，不可或阔或狭，如『壽』、
『藁』、『畫』、『寶』、『筆』、『麗』、『羸』、『𦍋』之字，系『旁』、
『言』旁之类，《八诀》所谓『分间布白』，又曰『调匀点画』是
也。高宗《书法》所谓『堆垛』亦是也。

排叠，指写字时要随其字形，调匀点划的大小、长短和疏密。做到点
划分布合理，结构安排得当，布局疏密停匀，字形宽窄适度。明李淳《大
字结构八十四法》中『匀划，黑白喜得均匀』，『堆者累累重叠，宜重叠
处以铺匀。积者总总繁素，用繁素中而取整』，均属『排叠』之法。
《八诀》，指欧阳询八诀；高宗《书法》，指宋高宗赵构的书法论
著。

避就

避密

易

避

就

远

疎

就

避

近

險

欲

就

其

同	尖	如	彼
府	下	廬	此
字	一	字	暎
一	撇	上	帶
筆	不	一	得
向	當	撇	宜
下	相	既	又

簡	點	走	一
徑	亦	拔	筆
也	避	出	向
	重	則	左
	疊	上	逢
	而	必	字
	就	作	下

欧阳询三十六法八诀

七

避就 避密就疏，避险就易，避远就近，欲其彼此映带得宜。又如『廬』字，上一撇既尖，下一撇不当相同；『府』字一笔向下，一笔向左；『逢』字下『辶』拔出，则上必作点，亦避重叠而就简径也。

避就，《玉篇》：『避，回避也。』《广韵》：『就，迎也。』避与就，是解决汉字结构疏密的重要手段。密者要『避』，疏则须『就』。并可适当变化笔划的写法，达到避就的目的。清戈守智《汉谿书法通解·结字卷第五》：『避者，惧其相触。就者，恶其相离。如一抛法，『鵠』字，避也。『鵠』字，就也。如一捺法，『頗』字，避也。『蕤』字，就也。』又云：避就之法，须『古人所有则可，今人不得擅作也』。

頂戴

字

之

承

上

者

多

惟

上

重

下

輕

者

頂

戴

正	之	藥	欲
如	類	鸞	其
人	八	驚	得
工	訣	驚	勢
稱	所	簪	如
下	謂	聲	疊
載	斜	醫	壘

又

谓

不

可

頭

輕

尾

重

是

也

顶戴 字之承上者多，惟上重下轻者，顶戴，欲其得势，如『疊』、『壘』、『藥』、『鸞』、『驚』、『鷺』、『髻』、『聲』、『醫』之类，《八诀》所谓斜正如人上称下载，又谓不可头轻尾重是也。

顶戴，少数民族以头载物及古代官员头戴官帽之状。指写『疊』、『鸞』这类上天下小的字时，应保证重心，正而不偏，也不可上部太小而头轻尾重。

穿

插

字	疏	停	無
畫	密	如	禹
文	長	中	禺
鎔	短	弗	爽
者	大	井	爾
欲	小	曲	褰
其	勾	冊	角

耳

婁

由

垂

車

無

密

之

類

八

訣

所

謂

四

面

停

勻

八

邊

具

備

是

也