

中国书店

孙过庭 书谱

房弘毅 书写
赵宏 释译

历
代
书
论
释
译
楷
书
丛
帖

【历代书论释译楷书丛帖】

孙过庭 书谱

□ 房弘毅 书写
赵宏 释译



中国书店

图书在版编目（C I P）数据

孙过庭书谱 / 房弘毅，赵宏释译. —北京：中国书店出版社，2005.7
（历代书论释译楷书丛帖）
ISBN 7-80663-334-0

I. 孙... II. ①房... ②赵... III. 楷书—书法
IV. J292.113.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2005）第075925号

历代书论释译楷书丛帖

孙过庭书谱

书写 房弘毅

释译 赵宏

出版 中国书店

地址 北京市宣武区琉璃厂东街一一五号

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 14.5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 ISBN7-80663-334-0/J·363

定价 二十八元

出版说明

孙过庭，唐代书法家、书法理论家，字虔礼，又一说名虔礼，字过庭。生于唐太宗贞观二十二年，卒于唐武则天长安三年（约公元六四八年至七零三年）以前，享年约五十五岁。在其《书谱》卷首自属吴郡（今江苏苏州一带）人，亦传或谓富阳人，或谓陈留人。孙过庭擅长草书，得王羲之体，历代书史均对其书法有较高评价。《宣和书谱》卷十八称其『得名翰墨间，作草书咄咄逼羲、献』。

孙过庭名传于今，工楷、行、草，尤以草书擅长。创作了以草体书写的书法论著名篇——《书谱》。历代评价孙过庭时，均以《书谱》作为其主要成就，可谓一篇《书谱》定乾坤。《书谱》的主要内容是阐述正、草二体书法，见解精辟，与其高超的草体书法融为一体，书文并茂，可与王羲之《兰亭序》、颜真卿《祭姪文稿》相媲美。由于《书谱》是以书法作品形式流传，因而其知名度和在书法界

的认同率超过包括王羲之在内的历代书家的书法论著的影响。其中『一点成一字之规，一字乃终篇之准』，『察之者尚精，拟之者贵似』，『篆尚婉而通，隶欲精而密，草贵流而畅，章务检而便』等名句更是脍炙人口，广为流传，历代书家推崇其为书文并茂的草书巨制。

《书谱》的墨迹至今犹存，文末有『今撰为六篇，分成两卷，第其工用，名曰《书谱》』的句子，引起历代学者对《书谱》的不同看法。或以为另有正文，此仅序言，故有题作《书谱序》者。或以为此即正文，分裱两卷，故有《书谱》卷上、卷下之称者。近人朱建新在所著《孙过庭书谱笺证》一书中认为，《书谱》即是全文，唯屡经装裱，中间已有断失，『卷下』等字失去，故而引起歧义。历史上除此《书谱》外，尚未有其它续篇发现。

沈尹默在《历代名家学书经验谈辑要释义》一文中说：

『唐朝一代论书法的人，实在不少，其中极有名为众所知如孙过庭《书谱》，这自然是研究书法的人所必须阅读的文字，但它有一点毛病，就是词藻过甚，往往把关于写字最紧要的意义掩盖住了，致使读者注意不到，忽略过去。』『词藻过甚』和草书难辨是《书谱》难读难懂的最大障碍，也是我们楷书释译出版本书的主要原因。同时，一个好的艺术内容，以多种形式表现也是古今常见的。欧阳询书写楷书《兰亭序》，赵孟頫书写过《六体千字文》，现代亦有多个剧种同演一个剧目等，这就是优秀的艺术形式与内容完美结合的魅力所在。

本书参照孙过庭《书谱》墨迹和《历代书法论文选》（上海书画出版社一九七九年十月版）中孙过庭《书谱》简化字竖排本进行书写，其主要特点是将内容由楷体书写，加附原文及标点断句，对其文言文中难读难解的字词进行注释，并配白话译文，便于读者阅读理解。

本书的另一大特色是大量使用异体字。书法是表现文字美的艺术，使用异体字是书法变化的需要。在书法中相同的

字要用不同的写法，《兰亭序》中二十多个『之』字写法各异，是其最大的精采之处，亦体现了王羲之高超的书法艺术变化能力。异体字以图画的形式充分体现了汉字的形体美，西方人不识汉字却喜爱中国的书法就是最好的例证。根据《书谱》在书法艺术上的特殊性及行文华丽的特点，用楷体书写原文时，书法家房弘毅先生使用了大量精采纷呈的异体字写法，形成与原《书谱》墨迹完全不同的一种新的书法作品形式，具有极好的视觉效果，这在时下的楷书作品中极为罕见，也是前无古人的。本书采用反白的碑帖工艺印刷，更具传统风貌，便于读者阅读与收藏。

对传统艺术的继承，既要吸收其文化精华，又要适时变化形式以符合今人的审美取向，使中国传统的书法艺术符合现代艺术潮流及当今读者的需要，我们所做的一切都是为了要达到这个目的。

《书谱》卷上^①。吴郡孙过庭^②撰 夫^③自古之善书者，汉、魏有

①《书谱》卷上：孙过庭除了在卷首写有此四字外，在文中还有「撰为六篇，分成两卷，第其工用，名曰《书谱》」之语，今后人对本文是序言或者是正文一直存在争议。唐张怀瓘称孙过庭曾著有《运笔论》，启功先生认为即是《书谱》。宋徽宗赵佶在此墨迹本的前隔水上，题写有「唐孙过庭书谱序」的书签，宋《宣和书谱》也称之为「《书谱序》上下二卷」，故传统上一般认为本文即是《书谱》的序言，清人包世臣更是认为「正文亡于南宋，今传者止其叙说」；今人朱建新则在《孙过庭书谱笺证》一书中认为《书谱》即是全文，「卷上」系指卷轴有二，而不是文章分为上下，因屡经装裱，文多断失，「卷下」等字已失，故而引起歧义。

②吴郡孙过庭：孙过庭生前位卑职低，史乏记载，其自称是吴郡（今江苏）人，但唐代还有富阳（今浙江余杭县）、陈留（今河南开封）人的说法。孙过庭的生卒年也是莫衷一是，潘伯鹰先生将孙过庭的年龄推定在武德年间（公元六一八—六二六年）至开元四年（公元七一五年）的百岁范围内。有人据《书谱》文中「余志学之年，留心翰墨……极虑专精，时逾二纪」语，认为孙过庭撰《书谱》时仅过三十五岁。启功、马国权先

生认为《书谱》论少年、老年学书甘苦，鞭策入里，似非「三十余岁」之人所能作，而推算为中年以后。按：陆机著《文赋》、刘勰撰《文心雕龙》都不过三十余岁，那么孙过庭三十余岁为何不能撰《书谱》？至于孙过庭的官职，或称右卫胄曹参军，或称率府录事参军，充其量是个从八品的小官，可见孙过庭生前很不得意。文学家陈子昂与孙过庭为「平生知己」，以陈氏之高才，竟将自己与孙过庭的关系比为嵇康、山涛（竹林七贤），可见孙过庭确实才艺出众。《书谱》不仅议论精辟，文章宏美，被后代书论奉为圭臬，其草书用笔俊拔坚毅，笔势道劲飞动；可以说是「二王」之后，自成大宗，洵为书坛瑰宝。

③夫：句首语气词。表示要发表议论。

译文：
《书谱》上卷，吴郡孙过庭撰写。自古以来的书法高手，汉魏时有

書譜卷上

吳郡孫過庭撰

夫自古之善書者漢魏有

鍾	張	出	絕	晉	末	稱	二	王	之
妙	王	羲	之	云	頃	尋	諸	名	書
鍾	張	詵	為	繇	倫	其	餘	不	足
觀	可	謂	鍾	張	云	歿	而	羲	獻

① 鍾、張：指漢代的張芝、三國魏時的鍾繇（音由），都是杰出的書法家。張芝（？—約公元一九二年），字伯英，敦煌酒泉（今甘肅）人，精草書，師法崔瑗、杜度，人稱為「草聖」；鍾繇（公元一五一—二一三〇年），字元常，潁川長社（今河南許昌）人，漢時官至尚書，魏時官至太傅，世稱「鍾太傅」，學書師劉德升，精研正楷，後世奉為「正書之祖」。

② 二王：即王羲之、王獻之父子。王羲之（公元三〇三—三六六或三七一—三九九年），字逸少，祖籍山東臨沂琅琊，寄居會稽（浙江紹興），官至右軍將軍，世稱「王右軍」。書法初師衛繇（衛夫人），後博采眾長，備精諸體，尤以真、行、草書冠絕古今，為後世尊為「書聖」；王獻之（公元三四四—三八六年），字子敬，王羲之第七子，累官至中書令，因其族弟王珣也曾任中書令，王珣亦能書，故人稱王獻之為「大令」，王珣為「小令」。王獻之善真、行、草書，當時父子齊名，人稱「二王」。

③ 頃尋：頃：近來；尋：揣度、探求、研究。

鍾、張①之絕，晉末稱二王②之妙。王羲之云：『頃尋③諸名書④，鍾、張信⑤為絕倫⑥，其餘不足觀。』⑦可謂鍾、張云沒⑧，而羲、獻

④ 諸名書：各位名家的書法。
 ⑤ 信：確實，的確。
 ⑥ 絕倫：超絕群倫。倫：類也。此段話見南朝宋虞和的《論書表》。
 ⑦ 云沒：云：語中助詞，無詞義；沒：通「歿」，死。
 譯文：
 鍾繇、張芝的卓絕，東晉末年（則應）稱二王（王羲之、王獻之父子）的精妙。王羲之說：「（我）近來研究（前代）各位名家的書迹，鍾繇、張芝確實超絕群倫，其餘的人不值得觀賞。」可以說是鍾繇、張芝去世後，而由王羲之、王獻之父子繼承了他們。

继之。又云：『吾书比之钟、张：钟当抗行^①，或谓^②过之；张草犹当雁行^③。然张精熟，池水尽墨^④，假令寡人^⑤耽^⑥之若此，

三

① 抗行（音形）：相抗而行，不相上下。

② 或谓：有的人说。借他人之口说出自己已超过钟繇，以表谦逊。或：有的人：谓：说。

③ 犹当雁行（音形）：犹：仍然；雁行：谓相次而行，如雁飞之排行有前后序列。应是王羲之自认为稍逊张芝。

④ 池水尽墨：相传张芝学书，以池水涮笔，池水尽黑。事见西晋卫恒《四体书势》：『凡家之衣帛，必书而后练之。临池学书，池水尽黑。』后世以此喻学书刻苦。

⑤ 寡人：寡德之人，本为古时诸侯的谦称。汉晋时也被一些士大夫引为自称，此为王羲之的自称。

⑥ 耽：沉溺，酷嗜。

译文：

（王羲之）又说：『我的书法与钟繇、张芝相比，跟钟繇应是不相上下，有的人称我已超过他，与张芝的草书（相比），仍应是稍稍逊之。（但）张芝的草书十分精熟，学书后洗笔，把池水都染黑了，假如我用功沉溺到这个地步，

繼	之	又	云	吾	書	比	之	鍾	張
鍾	當	抗	行	或	謂	過	出	張	草
猶	當	鴈	行	然	張	精	熟	池	水
盡	墨	假	令	寡	人	耽	之	若	此

未	必	謝	之	此	廼	推	張	邁	鍾
之	意	也	攷	其	專	擅	雖	未	果
襲	葺	規	撫	以	兼	通	故	無	慙
於	即	事	評	者	云	彼	出	四	賢

① 谢：逊，不如。

② 此段话见王羲之《自论书》。

③ 推张迈钟：推崇张芝，超过钟繇。

④ 考其专擅：其：指王羲之，专擅：专精、擅长，此指王羲之擅长的字体。

⑤ 虽未果：虽：即使，纵然；果：实现，贯彻，符合。

⑥ 撫（音直）以兼通：撫：拾取，摘取；兼通：兼通各体。

⑦ 故：诚然，毕竟。

⑧ 慙：孙过庭墨迹本作「慙」，即「慙」的异体字。

⑨ 即事：眼前之事，此指书法。

⑩ 评者：评论书法的人。

⑪ 四贤：指张芝、钟繇、王羲之、王献之四人。『四贤』之名在南朝时已为人所习称，如袁昂《古今书评》中就有「张芝惊奇，钟繇特绝，逸少鼎能，献之冠世，四贤共类，洪芳不灭」之语。

译文：

未必不如他。』这是他推崇张芝，又自认为超越钟繇的意思。从王羲之擅长的字体来考察，即使不能完全符合前人的规范，但从其博采众长、兼通诸体来看，他还是无愧于书法艺术的。评论者说：『他们四位大书家，

未必谢①之②。』此乃推张迈钟③之意也。考其专擅④，虽未果⑤于前规，撫以兼通⑥，故⑦无慙⑧于即事⑨。评者⑩云：『彼之四贤⑪，

古今特^①绝；而今不逮^②古，古质而今妍^③。』夫质以代兴，妍因俗易^④。虽书契^⑤之作，适^⑥以记言；而淳醨^⑦一迁，质文三

五

① 特：独。

② 逮（音代）：及，到。

③ 古质而今妍：质：质朴；妍：妍美。在南朝宋时的虞和《论书表》、南朝梁时的袁昂《古今书评》等前代论书之作中多有相似论述，如《论书表》：「夫古质而今妍，数之常也；爱妍而薄质，人之情也。」

④ 质以代兴，妍因俗易：代：时代；俗：风俗；易：改变。

⑤ 书契：此指文字。《尚书·序》：「古者伏羲氏之王天下也，始画八卦，造书契，以代结绳之政，由是文籍生焉。」

⑥ 适：仅仅，只是。

⑦ 淳醨：淳通「醇」，酒味厚者为醇，薄者为醨，以此比喻社会风气的淳朴和浇醨。浇醨：谓风俗浮薄。

译文：

可称得上古今独绝。但今人（二王）不及古人（钟繇、张芝），古人质朴，而今人妍美。」（然而）质朴是随时代变化而发展的，文采、妍美也是随风俗的变易而转移的。虽然文字的产生，（最初）仅仅是为了记录语言，但随着社会风气淳朴和浮薄的变迁，（世风决定书风）书风也经过了质朴与华美之间的多次变易，

古	今	得	鑿	而	今	不	逮	古	古
薊	而	今	妍	夫	質	呂	代	興	蘭
回	俗	易	雖	書	契	之	作	適	以
記	言	而	淳	醨	一	遷	質	文	三

變	騁	駕	沿	革	物	理	常	然	賁
能	古	不	乖	時	今	不	同	弊	所
謂	文	質	彬彬	狀	後	君	子	何	
必	易	雕	宮	於	穴	處	反	玉	輅

是所谓的「文质配合适宜，才是君子的风度」，（创作出美好的书法作品）为何一定要放弃华丽的宫室而穴居

野外，

① 质文三变：文指文采，与前面所说的妍美相类。指书风质朴与妍美经历的多次变易。

② 驰骋（音务）沿革：驰骋：奔走，犹言发展；沿革：沿袭、变革。此指事物发展变革的历程。

③ 物理：万物运行的常理。

④ 古不乖时，今不同弊：乖：违背，背离。崇古而不背离时代，趋今而不混同时弊。

⑤ 文质彬彬，然后君子：见《论语·雍也》：「质胜文则野，文胜质则史（虚浮）。文质彬彬，然后君子。」彬彬：文质兼备貌。此指质朴与妍美要配合适宜，才是好的书法作品。

⑥ 易雕宫于穴处：雕宫：雕饰华丽的宫殿；穴处：原始人所居的土室、岩洞。

译文：

发展、沿革与革新，是万物运行的规律。贵在能够崇古而不背离时代的风尚，趋今而又没有时代的弊病，这就

变①，驰骋沿革②，物理③常然。贵能古不乖时，今不同弊④，所谓「文质彬彬，然后君子⑤」。何必易雕宫于穴处⑥，反玉辂

于椎轮者乎^①！又云：『子敬之不及逸少，犹逸少之不及钟、张。』意者^②以为评得其纲纪^③，而未详其始卒^④也。且元

① 反玉辂（音路）于椎轮者乎：反：同返；玉辂：镶有玉饰的华美大车。辂是绑在车辕上用来牵引车子的横木，引申为车；椎（音追）轮：原始、无辐条的车轮，此指古代最简陋的车子。此段出自南朝梁萧统《文选序》：『若夫椎轮为大辂之始，大辂宁有椎轮之质？』

② 意者：指作者、笔者。

③ 纲纪：纲要、要领。

④ 始卒：始终，事物的本末。

译文：

舍去精美的宝车而乘坐原始的破车呢？（评论者）又说：『王献之不及王羲之，就好像王羲之不及钟繇、张芝一样。』我以为这种批评只说到它的大概，而没有搞清楚其中的始末缘由。

於	推	輪	者	序	又	云	子	敬	之
不	及	逸	少	猶	勑	少	之	不	及
鍾	張	意	者	以	為	評	得	其	經
紀	而	未	詳	其	始	卒	也	且	元

常	工	於	儻	長
於	隸	體	之	草
書	伯	彼	擬	帷
英	英	出	算	直
尤	伯	二	則	工
精	英	美	餘	小
	英	而	真	憚
	尤	逸	比	而
	精	少	真	博
			剽	恠

① 隶书：此指楷书、真书、正书，而非汉隶。晋唐人多称汉隶为八分，而称楷书为隶书，自北宋欧阳修《集古录》肯定八分书即汉朝隶书后，将楷书称为隶书的习惯才逐渐改正。

② 拟：相比、比较。

③ 专工小劣：专精方面稍差一些。

译文：

况且钟繇专长于楷书，张芝尤其精于草体。他们的长处，王羲之兼而有之。与张芝草书相比，他多擅长一样楷书，比钟繇的楷书，（他）又有草书的擅长。虽然从专精这一点上（王羲之）稍差一些，

常专工于隶书^①，伯英尤精于草体；彼之二美，而逸少兼之。拟^②草则餘真，比真则长草，虽专工小劣^③，而博涉

多优^①。总其终始，匪无乖互^②。谢安^③素善尺牍^④，而轻子敬之书。子敬尝作佳书与之，谓必存录^⑤，安辄^⑥题后答之，

① 博涉多优：广博涉猎，集取众长。

② 总其终始，匪无乖互：总：概括，总结；匪无乖互：互相之间没有太大的差别。匪：非，没有。（按：此二句乃照应前文『未详其始卒也』，谓此评论与三人的实际情况不尽符合。）

③ 谢安：（公元三二〇—三八五年）字安石，晋阳夏（今河南太康）人，官至尚书仆射征讨大都督，卒谥文靖，赠太傅，故世称谢太傅。淝水之战，曾打败前秦苻坚，保全东晋。谢安擅长书法，精通诸体，唐张怀瓘《书断》列其隶书、行书、草书入妙品。

④ 尺牍：古代书信一般长约一尺，故名。后泛指书信。

⑤ 存录：保存、收藏。

⑥ 辄（音哲）：立即，就。

译文：

但从兼善的角度看，王羲之又胜过他们二人许多。总结了三个人的书法成就，我认为这位评论者的话与事实不尽相符。谢安平素擅长「尺牍书」，而不看重王献之的书法。王献之曾精心书写一封信给他，认为一定会得到谢安的赏识而将它收藏起来，（不料）谢安看后即写信后写上答复就送还了，

多	優	摠	其	終	始	匪	無	乖	互
謝	安	素	善	尺	牘	而	輕	子	敬
之	書	子	敬	嘗	作	佳	書	與	出
謂	必	存	錄	安	輒	題	後	答	之

甚	以	為	恨	安	嘗	問	敬	卿	書
何	如	右	軍	富	云	故	當	勝	安
云	物	論	殊	不	爾	子	敬	又	富
昔	人	邙	得	知	敬	雖	權	以	甚

- ① 恨：遺憾，不滿意。此事見南朝宋虞和《論書表》，表示謝安對子敬書法的怠慢不重視。類似說法亦見南朝齊王僧虔的《論書》。清包世臣于《書譜辨誤》中對此頗有異議，認為：「謝安長于大令二十四歲，大令始仕，系為安衛軍長史。太元（公元三七六—三九六年）中建太極殿，安欲大令書其榜為百世光，卒以難言而不敢逼，是其極重大令，又焉得不存錄大令佳書，題后答之事；況安為大令父執，已又系其故吏，即不存錄其書，又何致深恨耶？」
- ② 卿：對人表示親熱的稱呼。
- ③ 故當勝：本來應該勝過。故同「固」，本來。
- ④ 物論殊不爾：物論：眾論、輿論；殊：很，非常；爾：這樣，如此。

譯文：

對此，（王獻之）感到很遺憾。謝安曾經問王獻之：「你的書法同你父親相比如何？」（王獻之）回答說：「本來應當比他好！」謝安說：「人們的評論却不是這樣。」王獻之又回答說：「一般人哪里懂得呢！」

甚以為恨^①。安嘗問敬：『卿^②書何如右軍？』答云：『故當勝^③。』安云：『物論殊不爾^④。』子敬又答：『時人那得知！』敬虽权以此

辞折安所鉴^①，自称胜父，不亦过乎！且立身扬名，事资尊显^②，胜母之里，曾参不入^③。以子敬之毫翰^④，绍右军之

① 权以此辞折安所鉴：权：权且；折：反驳，指斥；鉴：鉴定，鉴别、评定。

② 立身扬名，事资尊显：见《孝经·开宗明义》：「立身行道，扬名于后世，以显父母，孝之终也。」即真正的孝子，应该有所成就，以扬父母之名。

③ 胜母之里，曾参不入：事见《淮南子》：「里名胜母，而曾子不入。盖以名不顺也。」里：古代户籍管理的一种组织，先秦以二十五家为一里；曾参：春秋鲁国人，字子舆，孔子弟子。以孝名，有《曾子》十八篇，后世称为「宗圣」。此段话是说曾参因为厌恶「胜母里」这个地名，而不去该处。

④ 毫翰：即毛笔，引申为笔法。毫，孙原作豪，通毫。

译文：

王献之虽勉强以此回答来反驳谢安的观点，然而自称胜过自己的父亲，这不是太过分了吗！况且（做儿子的应

该）努力有所成就，把名声传到后世，使父母名誉也随之显耀起来。（当年）曾参经过「胜母里」，（因厌恶这个地名）而不肯进去。以王献之的笔法，

以	尊	亦	嗣
孚	顯	過	析
敬	勝	乎	安
出	母	且	所
豪	之	立	鑒
翰	里	身	自
紹	曾	揚	偁
右	參	名	勝
軍	不	事	父
之	入	資	不

面	訶	未	華
墻	崇	克	札
後	冢	箕	雖
羲	梃	蕤	復
之	以	況	粗
往	斯	直	傳
都	戒	假	楷
臨	數	託	剗
衍	孰	褻	宴
魁	窳	僂	愬

① 绍右军之笔札：绍：继承。笔札：此指王羲之的书法。

② 楷则：规范、法则。

③ 未克箕（音机）裘：没有能够继承父业。克：能；箕：竹制的簸箕；裘：皮制的衣服。箕裘喻祖先之事业，语出《礼记·学记》：「良冶之子，必学为裘；良弓之子，必学为箕。」成语「克绍箕裘」指的是能继承家庭旧业。

④ 假托神仙：事见王献之《论书表》：「臣年二十四，隐林下有飞鸟左手持纸，右手持笔，惠臣五百七十九字。臣未经一周，形势仿佛。」此谓王献之自谓他的书法传自神仙，而非授自父亲。

⑤ 家范：家传的楷模、法则，也称家学。

⑥ 斯：此。

⑦ 面墙：如面墙而立，目无所见，喻不学无术，无知。《书·周官》：「不学墙面，莅事惟烦。」唐孔颖达

传：「人而不学，其犹正墙面而立。」

⑧ 往都：往：到……去；都：京师。

译文：

来承传了王羲之的书法，虽然也大致学到一些规范、法则，其实恐怕还未能真正继承祖业。何况假托以神仙传授为辞，而耻于推崇家学，用这样的态度来学习书法，又比面对墙壁什么都不学好多多少呢！后来王羲之到京城去，

笔札①，虽复粗传楷则②，实恐未克箕裘③。况乃假托神仙④，耻崇家范⑤，以斯⑥成学，孰愈面墙⑦！后羲之往都⑧，临行题