

書論

王柏勋 书

钢笔字帖

歷代書法家書論精選

王柏勋題

历代书法家书论精选

(三体钢笔字帖)

中国书店

(京)新登字 213 号

7246/01

王正良 题签

历代书法家书论精选

张忠进选编 王柏勳书写

中国书店 出版

新华书店总店北京发行所发行 全国新华书店经销
通县电子外文印刷厂印刷

850×1168 1/32 印张：5.25

1992年10月第1版 1992年10月第1次印刷

印数：0001—5000

ISBN 7—80568—467—7/J·113

定价：4.10元

序

有人认为书法便是写字。其实不然，真正的书法艺术，实际上是作者书写技能、书法理论、学识才华、阅历修养等诸因素的综合反映。简而言之，也至少是理论与技能两方面水平的反映。是故凡学书至一定程度者，必致力于理论之钻研与提高，否则是成不了书法家的。

对于书法理论，数千年来，历代书法家均有呕心沥血之贡献，汇集起来，已形成了完整的理论体系。

张君忠进，多年来致力于王羲之和书法理论之研究，著作甚丰继《王羲之的故事》、《书圣故地古代金庭诗选》等专集出版后，他耗时近两年，精心选编了历代书法家理论文稿，辑以成册，堪为书法爱好者之良师益友。

王柏勋君已是硬笔书坛之骁勇名将，近年来书艺长足进发，频频获得全国硬笔书法大赛的一等奖、特等奖，不愧为硬笔书法家了。其书熔古朴典雅与通俗实用于一炉，集秀颖与拙趣于一体，学其书者，参赛而累累得高奖，深受习书求师者所钟爱。为此我推荐王君书写此帖，觉得十分合适，也必为广大书友同仁所欢迎。

这帖《历代书法家书论精选》，顺应了广大书法爱好者的要求，将训练书写技能与掌握书法理论紧密结合起来，能给人在学书进程中带来突破性的进展，珠联璧合，不失为一帖有水平、

有新意、有特色的好范本。我乐意写上这些文字，借作其序，并乘兴题写了书名，以表达我对
此帖的赞成与推荐。

王正良

目次

(1)	笔论、九势——东汉 蔡邕	一
(2)	隶书体——西晋 成公綏	三
(3)	笔阵图——东晋 卫铄	四
(4)	题卫夫人《笔阵图》后——东晋王羲之	七
(5)	笔意赞——南朝·齐 王僧虔	一〇
(6)	与梁武帝论书启——南朝·梁 陶弘景	一一
(7)	草书状——南朝·梁 萧衍	一三
(8)	八诀、传授诀、用笔论——唐 欧阳询	一五
(9)	笔髓论——唐 虞世南	二〇
(10)	笔法诀——唐 李世民	二六
(11)	书谱(节选)——唐 孙过庭	三三
(12)	书后品——唐 李嗣真	三八
(13)	书断序——唐 张怀瓘	四三
(14)	六体书论、论用笔十法、书诀——唐 张怀瓘	四八

- (15) 《述书赋》语例——唐 窦 蒙……………六四
- (16) 法书论(节选)——唐 蔡希综……………六六
- (17) 论书——唐 徐 浩……………七二
- (18) 述张长史笔法十二意——唐 颜真卿……………七五
- (19) 《截拽》二字诀——唐 李 华……………八三
- (20) 释怀素与颜真卿论草书——唐 陆 羽……………八五
- (21) 送高闲上人序——唐 韩 愈……………八六
- (22) 论书——唐 释亚栖……………八九
- (23) 五十六种书并序——唐 韦 续……………八九
- (24) 书述——五代·南唐 李 煜……………九六
- (25) 试笔(节选)——北宋 欧阳修……………九九
- (26) 论书——北宋 苏 轼……………一〇四
- (27) 续书断序——北宋 朱长文……………一〇六
- (28) 论书(节选)——北宋 黄庭坚……………一〇九
- (29) 海岳名言(节选)——北宋 米 芾……………一二
- (30) 翰墨志(节选)——南宋 赵 构……………一六
- (31) 负暄野录(节选)——南宋 陈 槧……………二〇
- (32) 续书谱(节选)——南宋 姜 夔……………二二
- (33) 秦汉魏四朝用笔法(节选)——南宋……………二二

陈思

- (34) 八法解——元 李溥光……………一二七
- (35) 兰亭跋——元 赵孟頫……………一二九
- (36) 衍极(节选)——元 郑杓……………一三三
- (37) 翰林要诀(节选)——元 陈绎曾……………一三四
- (38) 学书法——明 鲜 缙……………一三六
- (39) 真书——明 张 绅……………一三七
- (40) 笔道通言(节选)——明 徐 谓……………一三八
- (41) 书诀(节选)——明 丰 坊……………一四一
- (42) 书统——明 项 穆……………一四四
- (43) 论用笔(节选)——明 董其昌……………一四七
- (44) 钝吟书要(节选)——清 冯 班……………一四九
- (45) 书筏(节选)——清 笥重光……………一五〇
- (46) 执笔歌——清 梁 岷……………一五三
- (47) 书学捷要(节选)——清 朱履贞……………一五四
- (48) 国朝书品(节选)——清 包世臣……………一五四
- (49) 书概(节选)——清 刘熙载……………一五五
- (50) 广艺舟双楫(节选)——清 康有为……………一五五

筆

論

東漢 蔡邕

書者，散也。欲書先散懷抱，任情姿性，然後書之；若迫於事，雖中山兔毫不能佳也。夫書，先默坐靜思，隨意所適，言不出口，氣不盈息，沈密神彩，如對至尊，則無不善矣。為書之體，須入其形，若坐若行，若飛若動，若往若來，若卧若起，若愁若喜，若蟲食木葉，若利劍長戈，若強弓硬矢，若水火，若雲霧，若日月，縱橫有可像者，方得謂之書矣。

九

勢

夫書肇於自然，自然既立，陰陽生焉；陰陽既生，形勢出矣。藏頭護尾，力在字中，下筆用力，肌膚之麗。故曰：勢來不可止，勢去不可

過，惟筆軟則奇怪生焉。

凡落筆結字，上皆覆下，下以承上，使其形勢遞相映帶，無使勢背。轉筆，宜左右迴顧，無使節目孤露。

藏鋒，點畫出入之蹟，欲左先右，至回左亦爾。

藏頭，圓筆屬紙，令筆心常在點畫中行。

護尾，畫點勢盡，力收之。

疾勢，出於啄磔之中，又在豎筆緊趯之內。

掠筆，在於趯鋒峻趯用之。

澀勢，在於緊駢戰行之法。

橫鱗，豎勒之規。

此名九勢，得之雖無師授，亦能妙合古人，須翰墨功多，即造妙境耳。

隸書體

西晉 成公綏

皇詔作文，因物構思，觀彼鳥蹟，遂成文字。燦矣成章，閱之後嗣，存載道德，紀綱萬事。俗所傳述，寔由書紀，時變巧易，古今各異。蟲篆既繁，草藁近偽，適之中庸，莫尚於隸。規矩有則，用之簡易，隨便適宜，亦有弛張，操筆假墨，抵押毫芒，彪煥磔砢，形體抑揚。分範連屬，分間羅行，爛若天文之布曜，蔚若錦繡之有章。或輕拂徐振，緩按急挑，挽橫引縱，左牽右繞，長波鬱拂，微勢

縹緲。工巧難傳，善之者少，應心隱手，必由意曉。爾乃動纖指，舉弱腕，握素紈，染玄翰；形管电流，雨下電散，點駐折拔，掣挫安按；續紛絡繹，紛華粲爛，綢繆卓犖，一何壯觀！繁縟成文，又何可玩！章周道之鬱鬱，表唐虞之耀煥，若乃八分墨法，殊好異製，分白賦黑，綦布星列，翹首舉尾，直刺邪掣，纏繞結體，剗衫奪節。或若虬龍盤游，蜿蜒軒翥，鸞鳳翱翔，矯翼欲去；或若鷺鳥將擊，並體抑怒，良馬騰驤，并放向路。仰而望之，懔懔若霄霧朝升，游煙連雲；俯而察之，漂若清風厲水，漪瀾成文。垂象表式，有模有楷，形功難詳，粗舉大體。

夫三端之妙，莫先乎用筆；六藝之奧，莫重乎銀鈎。昔秦丞相斯見周穆王書，七日興嘆，患其無骨；蔡尚書邕入鴻都觀碣，十旬忘返，嗟其出群。故知達其源者少，闇於理者多。近代以來，殊不師古，而緣情棄道，纔記姓名，或學不該贍，聞見又寡，致使成功不就，虛費精神。自非通靈感物，不可與談斯道矣！今刪李斯《筆妙》，更加潤色，總七條，並作其形容，列事如左，貽諸子孫，永為模範，庶將來君子，時復覽焉。

筆要取崇山絕仞中兔毫，八九月收之，其筆頭長一寸，管長五寸，鋒齊腰强者。其硯取煎涸新石，潤澀相兼，浮津耀墨者。其墨取廬山之松煙、代郡之鹿角膠，十年以上，強如石者為之。

紙取東陽魚卵，虛柔滑淨者。凡學書字，先學執筆。若真書，去筆頭二寸一分，若行草書，去筆頭三寸一分，執之。下筆點畫波撇屈曲，皆須盡一身之力而送之。初學先大書，不得從小。善鑒者不寫，善寫者不鑒。善筆力者多骨，不善筆力者多肉；多骨微肉者謂之筋書，多肉微骨者謂之墨猪；多力豐筋者聖，無力無筋者病。一一從其消息而用之。

一如千里陣雲，隱隱然其實有形。

、如高峰墜石，磕磕然實如崩也。

ノ陸斷犀象。

、百鈞弩發。

一萬歲枯藤。

乙崩浪雷奔。

丁勁弩筋節。

右七條筆陣出入斬斫圖。執筆有七種。有心急而執筆緩者，有心緩而執筆急者。若執筆近而不能緊者，心手不齊，意後筆前者敗；若執筆遠而急，意前筆後者勝。又有六種用筆：結構圓備如篆法，飄颻灑落如章草，凶險可畏如八分，竄窈出入如飛白，耿介特立如鶴頭，鬱拔縱橫如古隸。然心存委曲，每為一字，各像其形，斯造妙矣。書道畢矣。永和四年，上虞製記。

題衛夫人《筆陣圖》後

東晉王羲之

夫紙者陣也，筆者刀稍也，墨者整甲也，水硯者城池也，心意者將軍也，本領者副將也，結構者謀略也，隨筆者吉凶也，出入者號令也，屈折者殺戮也。夫欲書者，先乾研墨，凝神靜思，預想字形大小、偃仰、平直、振動，令筋脉相連，意在筆前，然後作字。若平直相似，狀如算子，上下方整，前後齊平，便不是書，但得其點畫耳。昔宋翼常作此書，翼是鍾繇弟子，繇乃叱之。翼三年不敢見繇，即潛心改跡。每作一波，常三過折筆；每作一□，常隱鋒而為之；每作一橫畫，如列陣之排雲；每作一戈，如百鈞之弩發；每作一點，如高峰墜石；□□□□，如屈折鋼鉤；每作一牽，如萬歲枯藤；每作一放縱，如足行之趣驟。翼先來書惡，晉太康

中有人於許下破鍾繇墓，遂得《筆勢論》，翼讀之，依此法學書，名遂大振。欲真書及行書，皆依此法。

若欲學草書，又有別法。須緩前急後，字體形勢，狀如龍蛇，相鉤連不斷，仍須棱側起伏，用筆亦不得使齊平大小一等。每作一字，須有點處，且作餘字總竟，然後安點，其點須空中遙擲筆作之。其草書，亦復須篆勢，八分、古隸相雜，亦不得急，令墨不入紙。若急作，意思淺薄，而筆即直過。惟有章草及章程行狎等，不用此勢，但用擊石波而已。其擊石波者，缺波也。又八分更有一波，謂之隼尾波，即鍾公《太山銘》及《魏文帝受禪碑》中已有此體。