



秋明随笔

沈尹默◎著

险艰自得力，金石不随波。



中国文史出版社
CHINA CULTURAL AND HISTORICAL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

秋明随笔 / 沈尹默著. —北京: 中国文史出版社, 2018.7
(政协委员文库)

ISBN 978-7-5205-0426-3

I. ①秋… II. ①沈… III. ①汉字—书法—文集 ②回忆录—作品集—中国—当代 ③诗词—作品集—中国—当代
IV. ①J292.1-53 ②I217.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 166561 号

责任编辑: 赵姣娇

出版发行: 中国文史出版社

社 址: 北京市西城区太平桥大街 23 号 邮编: 100811

电 话: 010—66173572 66168268 66192736 (发行部)

传 真: 010—66192703

印 装: 北京地大彩印有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 16.5 插页: 1 页

字 数: 207 千字

版 次: 2018 年 9 月北京第 1 版

印 次: 2018 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 49.80 元

文史版图书, 版权所有, 侵权必究。

文史版图书, 印装错误可与发行部联系退换。

秋明随笔

QIUMING SUIBI

沈尹默◎著



中国文史出版社

CHINA CULTURAL AND HISTORICAL PRESS

《政协委员文库》丛书

编辑委员会

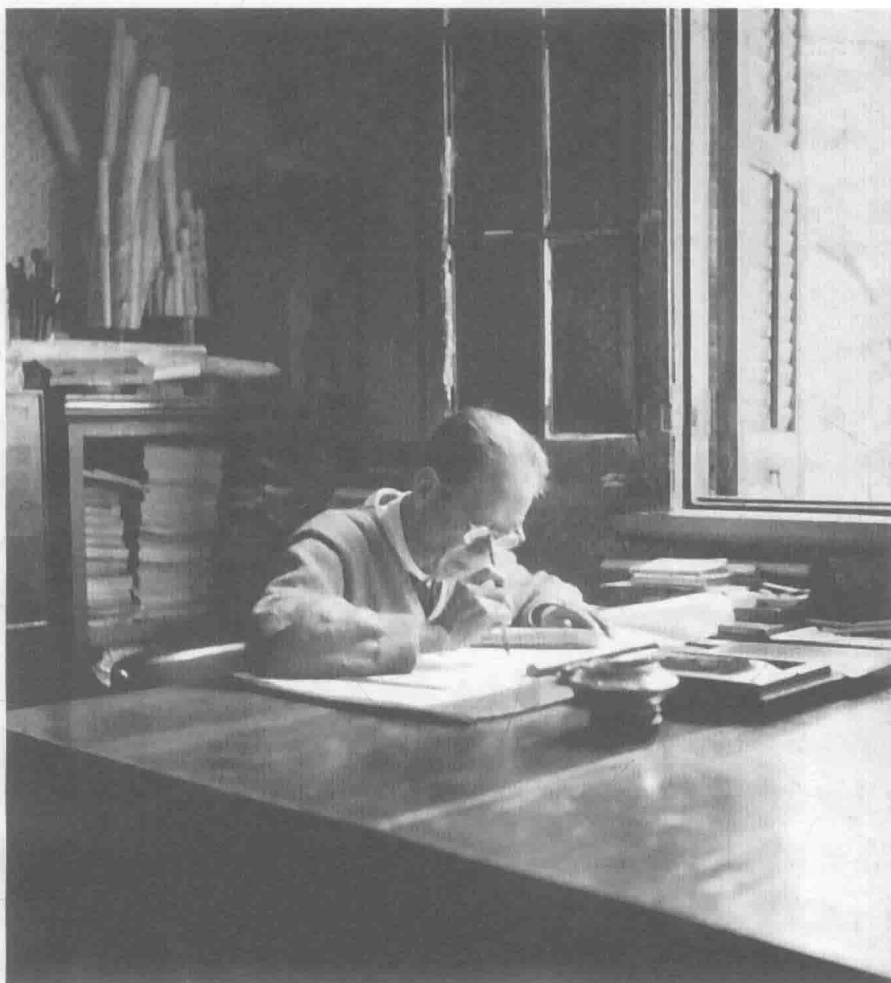
主 任 刘家强

委 员 刘未鸣 刘 剑 韩淑芳 唐柳成 刘发升 张剑荆

主 编 刘未鸣 韩淑芳

编 辑 (按姓氏笔画排序)

卜伟欣	于 洋	马合省	王文运	牛梦岳
卢祥秋	刘华夏	刘 夏	全秋生	孙 裕
李军政	李晓薇	张春霞	张蕊燕	杨玉珍
金 硕	赵姣娇	胡福星	高 贝	高 芳
殷 旭	徐玉霞	秦千里	梁玉梅	梁 洁
程 凤	詹红旗	窦忠如	蔡丹诺	蔡晓欧
潘 飞	薛媛媛	薛未未	戴小璇	



沈尹默（1960年）

自述

我是浙江省吴兴县竹墩村的人，但我出生在陕西兴安府属之汉阴厅（1883年），一直到24岁才离开陕西，回到故乡来，住了三年。

我的曾祖父玉池公是前清副贡生，终身清苦，课徒为生，冬夏一床席，无钱买书，尝手抄经籍，授子侄辈诵习，幼年犹得见其所写小楷《尔雅》。祖父拣泉公是前清解元，潘世恩、何凌汉的门生，在北京时，常为潘代笔；他的诗思敏捷，酒酣辄手不停挥，顷刻成章，书法颇董，有求之者必应，毫不吝惜，后随左宗棠到陕西，即未他往，曾任汉中府属之定远厅同知，有遗墨《赏桂》长篇古诗在城外正教寺壁上，后来我父闾斋公亦官定远，前后连任10年，我15岁时，已略知书字，因命我将祖父题壁诗钩摹一通藏之。父亲亦喜吟咏，但矜慎不苟作，书字参合欧赵，中年喜北碑，为人书字，稍不称意，必改为之，公余时，读两汉书，尤爱范史。我幼年在家塾读书，父亲忙于公事，但于无形中受到熏育。定远原是僻邑，而官廨后园，依城为墙，内有池亭花木，登高远望，则山野在目，河流湍急有声，境实静寂，每当课余，即往游览，徘徊不能去。春秋佳日，别无朋好可与往还，只同兄弟姊妹聚集，学作韵语，直至21岁，父亲见背，始离山城，返居长安。不久，即赴日本留学，未及一年，以旅费不继归国，

遂奉母回吴兴。偶有所作，被同乡俞寰澄看到，游扬于盐商周湘舫、蒋孟莘之前，遂被延聘至杭州，为作文字。因早岁僻居陕南，既无良师可以请益，且以远处外省，又不能回故里应科举考试，以资磨炼，入学校肄业，更不可能，所以新旧学问，皆无根底，只以自己兴趣所在，是诗词与书法，因而不断暗中摸索，偶遇有人谈诗论字，即从旁注意听取，归而参之旧说，加以思考，信合于理，然后敢从其言，至今学习，犹循着这一途径。

我5岁上学，发蒙的李老师是一位年过七十的不第秀才，他却爱好诗歌，时常喜欢念几遍《千家诗》中的名句，如“将谓偷闲学少年”之类，给我们听，记得有一次，要我作一首菊花诗，你想让一个才念了几句“人之初”的顽童咏菊，不是在开玩笑吗？结果，老师替我作了一首了事。后来另请了一位湖南宁乡吴老夫子，这位老夫子自己虽然不作诗，但教我们读《古诗源》、蘅塘退士所选的《唐诗三百首》，我觉得很好，这位先生教人很严厉，我自小就没有记忆力，14岁那一年，因为背不过书，急得生了病，在家中休养了一个时期，颇感到轻松自在，于是乎一连读了几遍《红楼梦》，又看了一些小仓山房的著作，以及李杜韩白诸唐人的诗选，其中尤其喜读香山的作品，这样就引起了对于诗歌浓厚的兴趣，后来觉得袁子才不十分高明，就把他搁置不观，《红楼梦》却一直是我当时处世接物的指导，“五四”时代，有人嘲笑我为“红老”之学，就是因为时常要引用这两部书的缘故。到了北京后，对于老杜、义山、牧之等人，认真地研习了一下。宋人诗山谷、后山是后来才读懂的，开始只爱读陈简斋诗，放翁所作，不尽爱好。《诚斋集》却以为是非阅读一过不可，我最不能领会的要算是梅宛陵诗，它太声希味淡了，也许再过几年去读，会懂得一星半点吧。我最爱南唐后主及冯、欧、二晏、

山谷、简斋诸人的小令，慢词本不甚注意，直到六十以后，才学会作四声长调，柳秦苏辛，皆所欢喜，至于山中白云词则与剑南诗等视之。曲子也写过，亦止写过一些小令，没有继续去用功。

“五四”前后，曾作过许多白话诗，只是尝试而已，毫无成绩可言，前期所作，阿英同志为搜集抄成一册见赠，后期所作，未曾发表过，抗日战争时，悉数遗失了。

旧体诗稿存篋中者，尚有数百篇，前后印行者，只其中的一部分。

沈尹默

1957年4月4日

目錄

辑一 学书

谈书法 / 3

书法漫谈 / 20

学书丛话 / 55

谈谈魏晋以来主要的几位书家 / 68

王羲之和王献之 / 70

书法的今天和明天 / 72

和青年朋友谈书法 / 75

和青年朋友再谈书法 / 77

和青少年朋友谈怎样练习用毛笔写字 / 79

辑二 忆感

《香奁集》序 / 85

题近重物庵《鸭涯草堂诗集》序 / 94

在河北省教育厅厅长就职记者

招待会上答《大公报》记者问 / 97

《石鼓文》序 / 100

回忆五四 / 102

富春山居图题眉及续记 / 105

评《湖海诗社开征引》并跋 / 109

继承和发展我国的印刷出版事业 / 112

——写在《中国印本书籍展览》开幕之际

胡适这个人 / 116

我们必须正确认识体育运动的重要性 / 120

应该怎样为拼音化准备条件 / 123

忆鲁迅 / 125

鲁迅生活中的一节 / 127

东坡书法和寒食诗帖 / 131

为上海中国书法篆刻研究会成立讲几句话 / 134

书法艺术今昔谈 / 138

《马叙伦墨迹选集》序 / 140

我和北大 / 148

书法艺术的时代精神 / 161

关于曹娥碑墨迹的一封信 / 163

辑三 诗词

投身《五四》 首开新诗 / 169

留学归乡 结交志友 / 179

任教北大 革新文化 / 188

抗战入蜀 忧国忧民 / 198

老骥伏枥 古木逢春 / 210

附录：散曲及词选 / 237

60 余年来学书过程简述（代后记）/ 251

讀書法



辑一
学书

谈书法

浅谈书法

中国的书法有它悠久而光辉的传统，但是这种艺术和其他艺术一样，在旧中国，大抵只是凭着个人的爱好去随意学习，藉资消遣，或是供有钱有闲阶级点缀装饰之用。这种艺术活动只限于少数人范围之内，与广大群众是不发生重大关系，因之缺乏生气，逐渐衰退。如今，政府关心人民文化生活，重视祖国优良文化遗传，在百花齐放百家争鸣的方针下，书法艺术和一切民间艺术一样得到了应有的安排与发展。

我国的汉字是经过好多次体变的，最初由原始的简，发达到了繁，繁了，又觉得不便于应用，以必须简化。自大篆变而为小篆，由此而隶，而楷，中间还有章草、今草、行书等等。每当一种新体字出现的同时，也就出现一批新体字书家。如秦代李斯之小篆，汉隶之蔡邕、梁鹄、钟繇诸名家。钟繇又善作楷书，王羲之、献之继承而加以发挥，遂为后世楷则。楷书中魏晋南北朝又各有其特异的风格，到了陈隋时代，形态与魏晋更不相同。唐承其绪，褚遂良、颜真卿相继加以变革，崭新新样，启迪后来。赵宋以还，正楷虽不如前代，而行楷盛兴，这是字体简化演进过程必然的趋势，也是美观和实用逐渐统一的要求所促成，因而行草体也有了灿烂的新气象，

为前代所无。就草书说来，章草有索靖诸人擅扬，今草晋代已盛行，羲、献父子最有胜名，至唐朝张旭益加纵肆，时人叫它作狂草。怀素师承其法，后世遂以为草书准则，行书自后汉以来，因其简易，最便于用，历代通行，名家辈出，大抵皆以羲、献为宗，而各有别出新意。今人亦多致力于此，这是可以理解的。以上所述只是一个大概。

字体之变，总是由繁而简，正和现代简化汉字的用意一样，代表着人民大众的意愿，因它便于人民使用。便于用，才能表现出文字实用一方面的功能。书家随着时代的需要，要求把新体字写得美观一些。就有了艺术价值，因而增加了人民的爱好，也就对于广泛应用加了一把推动力量，现行简化字体必须写得好看，这是人人所要做到的事。但在简字通行表中，有一些字是由草体转化来的，草体本是把正体简化，点画另作安排，它是以使转为形质，点画为性情的。现在又要由草变正，便得从新安排点画，这却不甚容易。如何安排得妥帖方始美观，就须要我们书法界的人士各出新意，把它配合好，这是当前我们必须注意的一件事情。值得我们取法的是，前代杰出的书家，没有一个不是既要尽量师承前人优良的体制，又要适合现代，而且要提高现代的风尚，这就可以明白“古为今用”的实践意义了。

历代留传下来的好东西，总都是含有不同程度的新鲜气氛的。羲、献父子曾经有过这样一回事：献之有一次对他父亲说：“大人要变体。”就是说变革钟繇的字体，献之自己的字就被当时人称之为破体。南齐张融也对萧道成这样说过：“非恨臣无二王法，亦恨二王无臣法。”这种着眼现代，去从事革新的精神，是每一个书家所当重视的。书法传统历史不容割断，但一仍旧贯，囫圇吞枣是不足贵的。凡是学书的人，首先要知道前人的法度，时代的精神，加上个人的特性，三者必须使它结合起来方始成功。这里所说的法度自然

是指大家公认必须遵守的根本法则。即所谓笔法（笔法在这篇文字中不拟述及）。若果是其他清规戒律，则非所当守，甚至于还应该把它破除干净，免得以盲引盲继续贻误后人。无论是哪一种艺术，总不能不受到它那个时代社会风气影响，书法自然不能例外。晚周时代，南北阻隔，书不同文，留传下来的石鼓文和历来出土的楚器文字就是例证。秦汉以后天下一统，书已同文，字体也渐归一致，石经文字整齐已甚，便开了后世干禄字体作风，甚至于可以说是近代馆阁体的先声。欧、颜两家字体被北宋时代作为抄书刻板之用，其末流竟成为后代所谓印书的宋体字，它反映着社会一般化习俗的风尚。到了南北朝疆土分裂，各自为政，那时候的字形亦多式多样，不过书法是经过人们的头脑思索和安排，再把它写出来的，已经有了它的组织体系，不像当时政治那样混乱，在这里就看出了人们要秩序要统一的意愿，可以说在六朝书界中是得到了多样性和一致性的统一的。陈隋以后，又由离而复合，政权统一，楷书的形体亦更趋向整齐是其反映，虽然各家皆具有他自己的一些不同风格，但又远非六朝时代所为的五花八门生气勃勃可比，而实已形成一种定局，令人看了颇有停顿不前之感，赖有行楷和行草的蓬勃发展，不然的话，书道便会一蹶不振。现在不是那样了，中国已进入划时代的历史时期，人民已经得到了自己共同来建设祖国新社会的义务和权利，因之文化高潮紧跟着经济建设高潮汹涌而来。这十一年中，尤其是近三年的大跃进，真令人感觉到春色满园，万紫千红，既丰富多彩，又和谐一致，这一场面已经在各种艺术里不同程度的反映出来了，书法一向被中外人士所公认是一种最善于微妙地表现人类高尚品质和时代发越精神的高级艺术，就已有的成绩看来，这种说法不算夸张。我们现代的书人，必须完成当前这一崇高任务，要和其他艺术工作者看齐，投入到火热的斗争生活中去，努力提高政治水平，这样才能够在艺术作品中正确地把时代精神反映出来，我所说的极其

粗枝大叶，阙误必多，希望大家来一个“争鸣”。争鸣的结果，一定有利于书法发展的前途。

无论是哪一种艺术，都要运用一定适合于它的工具去工作，而这种工具的用法，也必有它一定适合的规则，遵循这种规则，经过认真的练习，到了能够活用这种规则时，才能产生出较好的作品。中国书法也是一种艺术，自然不能例外。

中国向来写字所用的工具

写字的工具，从周秦之际（约在公元前 350 至前 200 年间），一直到现在，是用毛笔的。毛笔的制作，由笔杆和笔头两部分合成，笔杆古代是削木四片拼系作圆管，后来才采用天生的细圆竹管。笔头古来是用兽类硬毛（兔毛或鼠狼毛），宋以后始有用羊毛鸡毛的，这种变迁，是因为所用的墨汁有了改变而起的。起初人们只知利用天然石墨，研粉调用，前人往往以墨称螺，知道它必定制成和蛤蜊粉一样，是有渣滓的，非硬笔毛而且非短颖，是不能运用自如的，所以以前用的笔头，大概是枣核式的。唐末五代时（八九百年左右），易水祖氏、奚氏，相继造了烟墨，就和现在所用的差不多。因此，宋朝初年（1000 年左右），宣城笔工诸葛氏开始改做成一种叫作散卓的笔，吴无至又作无心散卓，来适应这种墨汁。散卓笔与现在通用的相同，现在的不过蘸胶（白芨）水，所以不散而尖了。朝鲜至今还有散毛笔，山谷曾说东坡能用诸葛齐锋笔，正是不用胶（白芨）水黏过的明证。那时恐怕已经知道采用柔毛——羊毛鸡毛系笔，而且有了长颖制作。散卓和从来有心或无心枣核式笔的功用，有大大不同之处，枣核短颖不能含墨，散卓长颖不但能含墨，而且能多含墨，运用起来，自然便利得多，这是写字工具的一大进步。笔头无论是枣核之类也好，是散卓之类也好，都是有锋，有副毫。

锋是在笔头中心，副毫在它周围，这样的制作，一直到现在还没有多大的变动过；若果不用这样的工具，写出来的字，就不会是相传下来的那种形态和情趣，而是另外一种字体了。书法中唯一重要的就是中锋，就是把这笔锋放在每字的一点一画当中，必如此，点画才能圆满美观。但是每一点画笔锋都能运用得中，却不是一件很容易做到的事。因此，前人就研究出了执笔和运腕等等法则，这就是我现在所要谈的事情。

在我要详细述说执笔法之前，先想就文字本身几个问题，说明一下：一、文字构成变迁的经过，二、文字的功用，三、写字是不是一种艺术。

文字构成变迁的经过

人类总是先有了用口能说出的语言，然后大家逐事逐物经年累月渐渐地去创造出一些可以用手写下来的文字。这种文字，就用一般人口所给予的那每个事物的名称作为这每一个字的定音。由我们从来所通行的文字来看，知道我们先民无论造作表示一种形象，或是一种动作和其他意义的字，读起来都是单音的，后来继续不断新造出的成千成万个字，也是如此。这是一个事实，这就是我们民族文字的特性。我们所用的字体，不是一成不变的，经过三四千年长的时期，由古文大篆而小篆、而隶、而草，以至变成现在通用的楷和行，写法愈变愈简化，面貌也因之大不相同；但是就整个字形来看，总不离乎方正，世人所以叫它作方块字。唯其每一个字都是方正的，写的时候，就容易把它排比得很整齐，而且又都是单音，因之就会产生出句调齐匀的诗歌，渐渐影响到一切文章的形式，连小说故事的结构都喜欢布置得首尾备具，完全无缺。这实在是我们民族的特性——从形式的整齐，产生出爱好秩序的习惯，而且养成了