

雅集

书法雅言

〔明〕项穆◎著
褚凤羽◎编著

者也則舉齊之事所以其機而動四
海也夫討齊以明燕主之義此兵不興於為
利矣圍城而害不加於百姓此仁心著於遐
通矣國一而威方此至德
全於天下矣
武之事矣樂生方
信以待其弊使即墨客人願仇其

品读书论经典

感悟书法之美



中国纺织出版社

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位



书法雅言

〔明〕项穆◎著
褚凤羽◎编著



中国纺织出版社

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

内 容 提 要

《书法雅言》是明代书法理论家项穆撰写的一部书法理论著作。全书共十七篇，包括：书统、古今、辨体、形质、品格、资学、规矩、常变、正奇、中和、老少、神化、心相、取舍、功序、器用、知识。推崇王羲之为正宗。是儒家书法理论的经典之作。

图书在版编目（CIP）数据

书法雅言 / (明) 项穆著；褚凤羽编著. -- 北京：中国纺织出版社，2018. 10

(雅玩集)

ISBN 978-7-5180-5217-2

I. ①书… II. ①项… ②褚… III. ①书法理论—中国—明代 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 152075 号

策划编辑：顾文卓

责任校对：寇晨晨

责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

北京佳诚信缘彩印有限公司印刷 各地新华书店经销

2018 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：15.5 插页：2

字数：140 千字 定价：45.80 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



扫一扫，查看更多有趣内容



茶经

林泉高致

书法雅言

瓶花谱 瓶史



策划编辑：顾文卓

电子邮箱：597726722@qq.com

联系电话：010-87155943

封面设计：四色视觉传达

王羲之平安帖

存想明

卷之四

頃

不富

何如遲復奉

賴尋復白

春福二百枚霜未降未

得

王羲之遠宦帖
此帖乃王羲之書，其筆法
流暢，字跡清晰，為其
代表作之一。此帖內容
為王羲之自述其遠宦
之經歷，字跡中可見其
書法之功力。

王羲之遠宦帖



相传，仓颉“始作书契，以代结绳”，从此出现了汉字。三千多年前的周王朝，提出了教学的“六艺”之说，书法被包括在内：“养国子以道，乃教之六艺：一曰五礼，二曰六乐，三曰五射，四曰五御，五曰六书，六曰九数。”秦始皇统一华夏之后，就推行“书同文，车同轨”，统一了文字书写；唐朝李世民设弘文馆，聘请欧阳询、虞世南教授官员子弟；宋徽宗赵佶，开设翰林图画院，网罗优秀人才。可见虽然朝代更迭，但是对书法的重视却没有改变。

“作书能养气，亦能助气”。练字时讲究凝神静气，全身启动，力送豪端，注于纸，能抒发心中抑郁，长久坚持可以修身养性，让人灵心焕发，畅达延年。“书法是‘写字’，但‘写字’不是书法。”书法之美源于自然，源于生活。书法的特点、技巧、理论、表达的意境非常宽广。

书法内在的规律决定了学习书法是一件严肃的事情，不可能一蹴而就，这就要求习书者有长久、高度的热情，旺盛的进取精神，诚恳的态度，还要勤奋不息，防止半途而废；必须深入生活，扩大视野，防止狂妄虚伪；必须丰富学识，通今博古，防止不求甚解；必须不断学习，鉴往创新，防止墨守成规。

中国的书法历史悠久，从甲骨文、金文，到大篆、小篆、隶书、再到草书、楷书、行书，都闪耀着艺术的光芒。浏览历代书法，“晋人尚韵，唐人尚法，宋人尚意，元明尚态。”每个朝代都有每个朝代的风华。



汉字是中国人民的伟大创造，书法艺术是世界上独一无二的瑰宝，是中华文明的独特之花，是中华民族的光荣。书法艺术体现了东方的艺术之美。中国的汉字，通过点画线条的粗细、浓淡、强弱，变化万千。书为心画，同样一个字，换一种书写方式就能表达不一样的情感。

书法艺术这样美好的传统文化怎么能让它随着时光的流逝而凋谢？一千多年前，书风日下时，项穆励志著书，为了书法的艺术，旗帜鲜明地褒贬前人书法。今时今日我们把项穆的《书法雅言》解译过来，也是希望书法——这一中华文化的独特瑰宝不要蒙尘。

项穆，是明代万历年间书法家、书法理论家，初名德枝，后更名穆，字德纯，号贞玄（清代因避康熙讳改称为贞元），亦号兰台、无称子，浙江嘉兴人。项穆生于博古鉴赏之家，是大收藏家项元汴之子，从小耳濡目染，长于书法，晚年撰有《书法雅言》一卷。

《书法雅言》全书共计 17 篇，分别为书统、古今、辨体、形质、品格、资学、规矩、常变、正奇、中和、老少、神化、心相、取舍、功序、器用、知识。《书法雅言》系统地阐述了书法的起源和演变，并对一些著名的书法家和他们的主要作品进行了分析。还阐述了书法作品与人的性情、气质的关系，并且讲述了学习书法的步骤和书法鉴赏的常识等。

全书以儒家“中和”思想为统帅，“中和”反映出中国人最根本的思维模式，即合而为一、对立统一，它自然也成为中国书法美学的最高理想。《书法雅言》见解独到，条理井然，文风醇厚，从书中能够看出项穆试图拯救书法命脉的真挚情怀，看出他以天下为己任的胸怀。

同时，本书还收录了《唐刻宋拓晋唐小楷八种》，此为项家旧藏，我们今天还能在上面看到项穆之父项元汴的名章多达几十个：“项子京家珍藏”“墨林”等，说明项氏对此卷作品的喜爱，也是难得的佳本。项穆一定从中汲取营养，窥探到书法美学的至高境界，也期冀对我们今天的读者有所启发。



目 录

序	001
原 序	005
书 统	011
古 今	025
辩 体	039
形 质	049
品 格	057
资 学	065
规 矩	087
常 变	103
正 奇	111
中 和	121
老 少	129
神 化	135
心 相	147
取 舍	157



功 序	167
器 用	175
知 识	181
附 录	189
唐刻宋拓晋唐小楷八种	189

序





余故善项子京，以其家多法书名墨，居恒一过展鉴，时长君德纯每从傍下只语赏刺，居然能书家也。余笑谓子京曰：此郎异日故当胜尊。及余窜走疆外，十馀年始归^①，德纯辄已自负能书，又未几而人称德纯能书若一口也。余始进而语之曰：以君名地慧才，视取荣泰犹掇之耳，奈何早自割弃，以一艺自掩，不见右军以书掩生平为后来惜乎？德纯曰：假令作素王优孟，与命争不可知，孰若为墨卿优孟，与艺争可必得也。且右军一时所称，立节则卞忠贞^②，相业则王茂弘，再宁沦鼎则陶长沙而已。然三人者，固不若右军以书故在人人吻间，不掩右军孰大于是。其辨达类如此。

大都德纯书于晋、唐诸名家罔不该会，第心摹手追者逸少，即稍稍降格，亦不减欧、虞、褚、李。故其于《兰亭》《圣教》，必日摹一纸以自程督，虽猛热笃寒不暂休顿。尝谓人曰：比来静坐，如闻泥丸中有呼右军者。此犹昔人梦见伯英，亦神会之一验也。因著书法雅言一卷，上下千载，品第周贍^③，进乎技矣。至若放斥苏米，诋落元镇，更定笔阵数语，乃顷近书家不敢道者。又自以为倘使此终葆秘^④，后有元常其人，必当捶胸呕血，别生仲将之亶^⑤，遂乞余叙而传之。余亦便为舐笔，庶以合语子京者之右券。绣水沈思孝叙^⑥。

【注释】

①馀(yú)：残留的、将尽的。

②卞(biàn)：姓氏。

③贍(shàn)：详细，充分。

④葆(bǎo)：保持。

⑤ 𡇗 (mén)：本意指勤勉的样子。

⑥ 沈思孝：字纯父，嘉兴人，隆庆二年进士，以直节闻天下。

【译文】

我的老朋友项子京，他们家收藏了很多书法、名画，我平时经常去他家观赏，那时他的长子项德纯从旁边时，他只是评论一下，没想到他竟然是精通书法的人。我笑着跟子京说：“这个孩子以后肯定超过你啊！”后来我到了疆外，过了十多年才回来，德纯说自己已经可以写书法了，又过了不久大家都说德纯善于书法。我才又跟他说：“以你的名声、地位和才能，如果要获取荣华富贵，是非常简单的，为什么要早早地放弃，用书法来掩盖其他的才能呢？你没看见王羲之因为书法这一门技艺支配了自己的一生，所以后人为之惋惜。”德纯说：

“假如让素王优孟与命运抗争，结果可能无法预料，但是墨卿优孟的称号，如果从艺术上去努力争取，肯定会得到的。况且‘右将军’只是一时的称呼，论节操则是卞忠贞，论宰相则是王茂弘，论大功绩则是陶长沙。然而这三个人，他们的名气不能与王羲之的书法相提并论，即使功劳再大也掩盖不了王羲之书法的伟大。”他的口才大体如此。

德纯对晋、唐时名家的书法都精通，他追随王羲之的书法，即使稍微降低格调，与欧阳询、虞世南、褚遂良、李邕等人差不多。他每天必定都临摹一篇《兰亭》或是《圣教序》用来自我监督。即使酷暑寒冬也不间断。德纯曾说过：“近来静思时，好像听到有人在喊‘右将军’，这就像古人梦见张芝，也就是说达到了神会的程度。”写《书法雅言》一书，上下千年，评价得详细充分，达到了神技的状态。至于批判苏轼和米芾，批评倪瓒（字元镇），还规定书法用笔如行阵，是近代书法大家都不敢去说的。他觉得因此能够保持书法的昌盛。他请我为这本书作序，我便为他写了，也验证了我对子京说过的话。绣水沈思孝序。



原序





夫书法自皇颉而降，其统系正闰可缕悉也^①。程隶创基，元常构室，逸少匠心独运，而子姓藻悦^②，郁为大宗。至文皇心嗜手追，制为抡材之令，其统斯振，而虞、褚诸家，各有体裁。入宋而蔡、米、黄、苏，局体又变矣。元之兴也，文敏其庶乎，乃遒劲之气也已蔑如也。明兴天造，厥有正韵，学士先民罕由之，沿俗习便，六义如戈^③。滇史用修，时亦弋获；越逸道生，诞扬厥绪；京兆希哲，聿备诸家^④，至徵仲而称工矣，第亦宋元之脉也。迩来格卑气弱，无所取裁，逸少之业衰焉。夫书统诂易与哉！

其轻重系之人，其邪正抽之心，而穹于天倪，中于神解，匪神闲气冲独览于秣纤华实之外者^⑤，不足以入神而跻圣^⑥。逸少夙称骨鲠^⑦，绰有鉴裁^⑧，其人良重矣，而雅性服食，若餐沆瀣而乘阊风者^⑨。故意与境会，肆笔而成文，挺如植壁，清如凌虚，千古罕俦^⑩。希哲放浪不羁，故自豪侠；徵仲虽非至者，而恬淡高洁，不堕蹊径，故书法于中叶独擅声焉。

若韞尘想^⑪，逐膻臭，而摹故牍以贸声，是曰书奴，贾虚誉以射利，是曰书妖，吾法中且摈弃之矣。不然则吴中诸佣膺两家以售其名，则其所以名者不两家重也。我郡贞玄项子，少而擅人群之誉，制艺翩翩，傲倪一世士，士亦共推毂之而未究其用^⑫，间以湛思邃畜^⑬，精诣书法，令名隐隐动吴越间。

诸所建竖如广义田以惠士，违俗讳以营葬，咸是为世重者。晚乃脱屣科名^⑭，身散万金之产，而屏纷扃户^⑮，庶几冲举之术。此其人尘嚣荣利足绹之哉^⑯。故于世靡所不练习，而仅著于书，于书靡所不贯穿，而取衷于逸少，盖高标雅尚有神契者。今观其书，即秣