

杨素芳 后东生

中国

书法理论

经典

河北人民出版社

中国书法理论经典

杨素芳 后东生

河北人民出版社

中国书法理论经典

杨素芳 后东生

河北人民出版社出版(石家庄市友谊北大街 330 号)

河北新华印刷一厂印刷 河北省新华书店发行

850×1168 毫米 1/32 20 印张 478,000 字 1998 年 8 月第 1 版

1998 年 8 月第 1 次印刷 印数:1—5,000 定价:38.00 元

ISBN 7-202-02308-3/J · 77

出版说明

中国书法源远流长。而将书法作为艺术来评价，则始于东汉时期。赵壹的《非草书》批评了当时广为流行的草书，是早期的书法理论作品。此后更多的文士投入书法研究、书法评论，涌现出了一大批书法理论家和大量的书法理论著作。绝大多数书法理论家本身就是杰出的书法家，如蔡邕、王羲之、欧阳询、颜真卿、苏轼、黄庭坚、米芾、董其昌、康有为等；而如孙过庭、张怀瓘、阮元、包世臣等，其书法理论的成就远高出其书法艺术。孙过庭的《书谱》用小草写成，其内容固为书法理论杰作，其书法亦是唐代小草的代表。

古代书法家、书法理论家一再强调要向古人学习，学习李斯（小篆），学习蔡邕（隶书），学习二王（行书），学习唐人（楷书、草书），学习北碑（魏碑），等等。我们今天的广大书法爱好者，在临习了数载古碑帖后，可能会发现很难再有新的突破，这时就需要接触一下书法理论。本书就是为此而出版的。

本书专选有关书法技巧和书法史的理论著作，所收堪称经典。编排大致以作者生活年代的先后次序为准，从东汉赵壹的《非草书》开始，到清末康有为的《书镜》止。

在本书的点校工作中，编者参考了多种版本，以求最大限度地使读者满意。

河北人民出版社

1997年5月

目 录

赵壹《非草书》	(1)
蔡邕《笔论》	(3)
蔡邕《九势》	(4)
成公绥《隶书体》	(5)
卫恒《四体书势》	(6)
索靖《草书势》	(11)
卫铄《笔阵图》	(12)
王羲之《题卫夫人〈笔阵图〉后》	(14)
王羲之《书论》	(16)
王羲之《笔势论十二章并序》	(17)
王羲之《用笔赋》	(22)
王羲之《记白云先生书诀》	(23)
王愔《古今文字志目》	(24)
羊欣《采古来能书人名》	(26)
虞龢《论书表》	(30)
王僧虔《论书》	(35)
王僧虔《笔意赞》	(39)
江式《论书表》	(40)
陶弘景《与梁武帝论书启》	(44)
陶弘景《论书启》	(46)
袁昂《古今书评》	(47)

萧衍《观钟繇书法十二意》	(49)
萧衍《草书状》	(50)
萧衍《答陶隐居论书》	(51)
萧衍《古今书人优劣评》	(52)
庾肩吾《书品》	(54)
智果《心成颂》	(59)
虞世南《笔髓论》	(61)
虞世南《书旨述》	(64)
欧阳询《八诀》	(66)
欧阳询《三十六法》	(67)
欧阳询《传授诀》	(72)
欧阳询《用笔论》	(73)
李世民《笔法诀》	(75)
李世民《论书》	(77)
李世民《指意》	(78)
李世民《王羲之传论》	(79)
孙过庭《书谱》	(80)
李嗣真《书后品》	(87)
张怀瓘《书议》	(94)
张怀瓘《书估》	(98)
张怀瓘《书断》	(101)
张怀瓘《文字论》	(142)
张怀瓘《六体书论》	(145)
张怀瓘《论用笔十法》	(149)
张怀瓘《玉堂禁经》	(150)
张怀瓘《评书药石论》	(157)
窦泉《述书赋》窦蒙注	(162)

窦蒙《〈述书赋〉语例字格》	(185)
蔡希综《法书论》	(190)
徐浩《论书》	(194)
颜真卿《述张长史笔法十二意》	(196)
李华《二字诀》	(199)
怀素《自叙》	(200)
陆羽《释怀素与颜真卿论草书》	(202)
韩方明《授笔要说》	(203)
林蕴《拨镫序》	(205)
韩愈《送高闲上人序》	(206)
卢携《临池诀》	(207)
亚栖《论书》	(209)
《永字八法》	(210)
韦续《五十六种书并序》	(215)
李煜《书述》	(219)
欧阳修《试笔》	(220)
苏轼《论书》	(223)
朱长文《续书断》	(225)
黄庭坚《论书》	(252)
米芾《海岳名言》	(255)
《宣和书谱叙论》	(259)
《翰林密论二十四条用笔法》	(263)
赵构《翰墨志》	(267)
陈槱《负暄野录》	(273)
姜夔《续书谱》	(280)
陈思《秦汉魏四朝用笔法》	(289)
郑杓《衍极》刘有定注	(291)

陈绎曾《翰林要诀》	(347)
董内直《书诀》	(357)
解缙《春雨杂述》	(358)
丰道生《笔诀》	(363)
项穆《书法雅言》	(368)
董其昌《画禅室随笔》	(388)
李淳《大字结构八十四法》	(395)
冯班《钝吟书要》	(399)
笪重光《书筏》	(406)
宋曹《书法约言》	(409)
梁嗽《评书帖》	(416)
吴德旋《初月楼论书随笔》	(427)
朱履贞《书学捷要》	(434)
钱泳《书学》	(445)
阮元《南北书派论》	(455)
阮元《北碑南帖论》	(460)
包世臣《艺舟双楫》	(462)
刘熙载《艺概·书概》	(495)
周星莲《临池管见》	(521)
朱和羹《临池心解》	(532)
康有为《书镜》	(543)

赵壹《非草书》

赵壹，字元叔，汉阳西县（今甘肃省天水南）人，东汉灵帝光和年间辞赋家。

《非草书》，指责草书，叹书法不古。

余郡士有梁孔达、姜孟颖者，皆当世之彦哲也，然慕张生之草书过于希孔、颜焉。孔达写书以示孟颖，皆口诵其文，手楷其篇，无怠倦焉。于是后学之徒竞慕二贤，守令作篇，人撰一卷，以为秘玩。余惧其背经而趋俗，此非所以弘道兴世也，又想罗、赵之所见嗤沮，故为说草书本末，以慰罗、赵，息梁、姜焉。

窃览有道张君所与朱使君书，称正气可以消邪，人无其衅，妖不自作，诚可谓信道抱真，知命乐天者也。若夫褒杜、崔，沮罗、赵，欣欣有自臧之意者，无乃近于矜伎，贱彼贵我哉！夫草书之兴也，其于近古乎？上非天象所垂，下非河洛所吐，中非圣人所造。盖秦之末，刑峻网密，官书烦冗，战攻并作，军书交驰，羽檄纷飞，故为隶草，趋急速耳，示简易之指，非圣人之业也。但贵删难省烦，损复为单，务取易为易知，非常仪也。故其赞曰：“临事从宜”。而今之学草书者，不思其简易之旨，直以为杜、崔之法，龟龙所见也。其擅扶拄，诘屈龙乙，不可失也。龇齿以上，苟任涉学，皆废仓颉、史籀，竟以杜、崔为楷，私书相与，庶独就书，云适迫遽，故不及草。草本易而速，今反难而迟，失指多矣。凡人各殊气血，异筋骨。心有疏密，手有巧拙。书之好丑，在心与手，可强为哉？若人颜有美恶，岂可学以相若耶？昔西施心疹，捧胸而颦，众愚效之，只增其丑；赵女善舞，行步媚盪，学

者弗获，失节匍匐。夫杜、崔、张子，皆有超俗绝世之才，博学余暇，游手于斯，后世慕焉。专用为务，钻坚仰高，忘其疲劳，夕惕不息，仄不暇食。十日一笔，月数丸墨。领袖如皂，唇齿常黑。虽处众座，不遑谈戏，展指画地，以草判壁，臂穿皮刮，指爪摧折，见觶出血，犹不休辍。然其为字，无益于工拙，亦如效顰者之增丑，学步者之失节也。且草书之人，盖伎艺之细者耳。乡邑不以此较能，朝廷不以此科吏，博士不以此讲试，四科不以此求备，征聘不问此意，考绩不课此字。善既不达于政，而拙无损于治，推斯言之，岂不细哉？夫务内者必阙外，志小者必忽大。俯而扪虱，不暇见天。天地至大而不见者，方锐精于虬虱，乃不暇焉。

第以此篇研思锐精，岂若用之于彼圣经，稽历协律，推步期程，探赜钩深，幽赞神明。览天地之心，推圣人之情。析疑论之中，理俗儒之诤。依正道于邪说，侪《雅》乐于郑声，兴至德之和睦，宏大伦之玄清。穷可以守身遗名，达可以尊主致平，以兹命世，永鉴后生，不以渊乎？

蔡邕《笔论》

蔡邕（133—192年），字伯喈，陈留圉（今河南杞县南）人，东汉书法家、文学家。历官郎中、议郎、左中郎将，封高阳乡侯。蔡邕工篆、隶，尤精隶书。熹平四年（175年）与另外几位书家写定《熹平石经》。他曾见工匠修饰鸿都门用帚写字，归而创“飞白”之书。

书者，散也。欲书先散怀抱，任情恣性，然后书之；若迫于事，虽中山兔豪不能佳也。夫书，先默坐静思，随意所适，言不出口，气不盈息，沉密神彩，如对至尊，则无不善矣。为书之体，须入其形，若坐若行，若飞若动，若往若来，若卧若起，若愁若喜，若虫食木叶，若利剑长戈，若强弓硬矢，若水火，若云雾，若日月，纵横有可象者，方得谓之书矣。

蔡邕《九势》

夫书肇于自然，自然既立，阴阳生焉；阴阳既生，形势出矣。藏头护尾，力在字中，下笔用力，肌肤之丽。故曰：势来不可止，势去不可遏，惟笔软则奇怪生焉。

凡落笔结字，上皆覆下，下以承上，使其形势递相映带，无使势背。

转笔，宜左右回顾，无使节目孤露。

藏锋，点画出入之迹，欲左先右，至回左亦尔。

藏头，圆笔属纸，令笔心常在点画中行。

护尾，画点势尽，力收之。

疾势，出于啄磔之中，又在竖笔紧趯之内。

掠笔，在于趯锋峻趯用之。

涩势，在于紧趯战行之法。

横鳞，竖勒之规。

此名九势，得之虽无师授，亦能妙合古人，须翰墨功多，即造妙境耳。

成公绥《隶书体》

成公绥（231—273年），字子安，东郡白马（今河南省滑县东）人，西晋文学家。官至中书郎。

皇颡作文，因物构思，观彼鸟迹，遂成文字。灿矣成章，阅之后嗣，存载道德，纪纲万事。俗所传述，实由书记，时变巧易，古今各异。虫篆既繁，草稿近伪，适之中庸，莫尚于隶。规矩有则，用之简易。随便适宜，亦有弛张，操笔假墨，抵押毫芒。彪焕磔略，形体抑扬，芬葩连属，分间罗行。烂若天文之布曜，蔚若锦绣之有章。或轻拂徐振，缓按急挑，挽横引纵，左牵右绕，长波郁拂，微势缥缈。工巧难传，善之者少，应心隐手，必由意晓。尔乃动纤指，举弱腕，握素纨，染玄翰；彤管电流，雨下雹散，点黠折拔，掣挫安按；缤纷络绎，纷华粲烂，细缊卓犖，一何壮观！繁缚成文，又何可玩！章周道之郁郁，表唐、虞之耀焕。若乃八分玺法，殊好异制，分白赋黑，棋布星列，翘首举尾，直刺邪掣，缒绁结体，剡衫夺节。或若虬龙盘游，蜿蜒轩翥，鸾凤翱翔，矫翼欲去；或若鸷鸟将击，并体抑怒，良马腾骧，奔放向路。仰而望之，郁若霄雾朝升，游烟连云；俯而察之，漂若清风厉水，漪澜成文。垂象表式，有模有楷，形功难详，粗举大体。

卫恒《四体书势》

卫恒（？—291年），字巨山，河东安邑（今山西夏县北）人，西晋书法家。官至太子庶子、黄门郎。其书法以张芝为宗，善作草、章草、隶、散隶四种书体。

《四体书势》叙古文、篆、隶、草四种书体的起源。

卫恒字巨山，少辟司空齐王府，转太子舍人、尚书郎、秘书丞、太子庶子、黄门郎。恒善草、隶，为《四体书势》云：

昔在黄帝，创制造物。有沮诵、仓颉者，始作书契以代结绳，盖睹鸟迹以兴思也。因而遂滋，则谓之字，有六义焉。一曰指事，“上”、“下”是也；二曰象形，“日”、“月”是也；三曰形声，“江”、“河”是也；四曰会意，“武”、“信”是也；五曰转注，“老”、“考”是也；六曰假借，“令”、“长”是也。夫指事者，在二为上，在一为下；象形者，日满月亏，象其形也；形声者，以类为形，配以声也；会意者，止戈为“武”，人言为“信”也；转注者，以“老”为寿考也；假借者，数言同字，其声虽异，文意一也。

自黄帝至于三代，其文不改。及秦用篆书，焚烧先典，而古文绝矣。汉武帝时鲁恭王坏孔子宅，得《尚书》、《春秋》、《论语》、《孝经》，时人已不复知有古文，谓之科斗书。汉世秘藏，希有见者。魏初传古文者出于邯郸淳，恒祖敬侯写淳《尚书》，后以示淳而淳不别。至正始中，立三字石经，转失淳法，因科斗之名，遂效其形。太康元年，汲县人盗发魏襄王冢，得策书十余万言，按敬侯所书，犹有仿佛。古书亦有数种，其一卷论楚事者最为工妙，

恒窃悦之，故竭愚思以赞其美，愧不足以厕前贤之作，冀以存古人之象焉。古无别名，谓之《字势》云：

黄帝之史，沮诵、仓颉，眺彼鸟迹，始作书契。纪纲万事，垂法立制，帝典用宣，质文著世。爰暨暴秦，滔天作戾，大道既泯，古文亦灭。魏文好古，世传丘、坟，历代莫发，真伪靡分。大晋开元，弘道敷训，天垂其象，地耀其文。其文乃耀，粲矣其章，因声会意，类物有方。日处君而盈其度，月执臣而亏其旁；云委蛇而上布，星离离以舒光；禾芣苢以垂颖，山嵒峨而连冈；虫跂跂其若动，鸟飞飞而未扬。观其措笔缀墨，用心精专，势和体均，发止无间。或守正循检，矩折规旋；或方圆靡则，因事制权。其曲如弓，其直如弦。矫然突出，若龙腾于川；渺尔下颍，若雨坠于天。或引笔奋力，若鸿鹄高飞，邈邈翩翩；或纵肆婀娜，若流苏悬羽，靡靡绵绵。是故远而望之，若翔风厉水，清波漪涟，就而察之，有若自然。信黄、唐之遗迹，为六艺之范先，籀、篆盖其子孙，隶、草乃其曾玄。睹物象以致思，非言辞之所宣。

昔周宣王时史籀始著大篆十五篇，或与古同，或与古异，世谓之籀书也。及平王东迁，诸侯立政，家殊国异，而文字乖形。秦始皇帝初兼天下，丞相李斯乃损益之，奏罢不合秦文者。斯作《仓颉篇》，中车府令赵高作《爰历篇》，太史令胡毋敬作《博学篇》，皆取史籀大篆，或颇省改，所谓小篆者。或曰下杜人程邈为衙吏，得罪始皇，幽系云阳十年，从狱中改大篆，少者增益，多者损减，方者使圆，圆者使方。奏之始皇，始皇善之，出为御史，使定书。或曰邈所定乃隶字也。

自秦坏古，文有八体：一曰大篆，二曰小篆，三曰刻符，四曰虫书，五曰摹印，六曰署书，七曰殳书，八曰隶书。王莽时，使司空甄丰校文字部，改定古文，复有六书：一曰古文，即孔子壁

中书也；二曰奇字，即古文而异者也；三曰篆书，即秦篆书也；四曰佐书，即隶书也；五曰缪篆，所以摹印也；六曰鸟书，所以书幡信也。及汉祭酒许慎撰《说文》，用篆书为正，以为体例，最新，可得而论也。秦时李斯号为工篆，诸山及铜人铭皆斯书也。汉建初中，扶风曹喜善篆，少异于斯，而亦称善。邯鄲淳师焉，略究其妙，韦诞师淳而不及也。太和中，诞为武都太守，以能书留补侍中，魏氏宝器铭题，皆诞书也。汉末又有蔡邕为侍中、中郎将，善篆，采斯、喜之法，为古今杂形，然精密闲理不如淳也。邕作《篆势》云：

字画之始，因于鸟迹，仓颉循圣作则，制斯文体有六篆，妙巧入神。或龟文针裂，栉比龙鳞，纤体放尾，长翅短身。颀若黍稷之垂颖，蕴若虫蛇之棼纒。扬波振撇，鹰跂鸟震，延颈胁翼，势欲凌云。或轻笔内投，微本浓末，若绝若连，似水露缘丝，凝垂下端。纵者如悬，衡者如编，杳杪斜趋，不方不圆，若行若飞，跂跂翩翩。远而望之，若鸿鹄群游，駉駉迁延；迫而视之，端际不可得见，指撝不可胜原。研、桑不能索其诘屈，离娄不能睹其隙间，般、倕揖让而辞巧，籀、诵拱手而輶翰。处篇籍之首目，聚斌斌其可观，摘华艳于纨素，为学艺之范先。嘉文德之弘懿，愠作者之莫刊，思字体之俯仰，举大略而论旃。

秦既用篆，奏事繁多，篆字难成，即令隶人佐书，曰隶字。汉因用之，独符玺、幡信、题署用篆。隶书者，篆之捷也。上谷王次仲始作楷法，至灵帝好书，时多能者，而师宜官为最，大则一字径丈，小则方寸千言，甚矜其能。或时不持钱诣酒家饮，因书其壁，顾观者以酬酒直，计钱足而灭之。每书辄削而焚其柅，梁鹄乃益为柅，而饮之酒，候其醉而窃其柅。鹄卒以书至选部尚书。宜官后为袁术将，今巨鹿 宋子有《耿球碑》，是术所立，其书甚工，云

是宜官书也。梁鹄奔刘表，魏武帝破荆州，募求鹄。鹄之为选部也，魏武欲为洛阳令而以为北部尉，故惧而自缚诣门，署军假司马，在秘书以勤书自效，是以今者多有鹄手迹。魏武帝悬著帐中，及以钉壁玩之，以为胜宜官，今宫殿题署多是鹄书。鹄宜为大字，邯郸淳宜为小字，鹄谓淳得次仲法，然鹄之用笔，尽其势矣。鹄弟子毛弘教于秘书，今八分皆弘之法也。汉末有左子邑，小与淳、鹄不同，然亦有名。魏初，有钟、胡二家为行书法，俱学之于刘德升，而钟氏小异，然亦各有其巧，今盛行于世。作《隶势》云：

鸟迹之变，乃惟佐隶，黜彼繁文，从此简易。厥用既弘，体象有度，焕若星陈，郁若云布。其大径寻，细不容发，随事从宜，靡有常制。或穹窿恢廓，或栉比针裂，或砥平绳直，或蜿蜒缪戾，或长邪角趣，或规旋矩折。修短相副，异体同势，奋笔轻举，离而不绝。纤波浓点，错落其间，若钟虞设张，庭燎飞烟；巖岩嵯峨，高下属连，似崇台重宇，层云冠山。远而望之，若飞龙在天，近而察之，心乱目眩，奇姿谲诡，不可胜原。研、桑所不能计，宰、赐所不能言，何草篆之足算，而斯文之未宣，岂体大之难睹，将秘奥之不传？聊伫思而详观，举大较而论旗。

汉兴而有草书，不知作者姓名。至章帝时，齐相杜度，号称善作。后有崔瑗、崔寔，亦皆称工。杜氏杀字甚安，而书体微瘦；崔氏甚得笔势，而结字小疏。弘农张伯英者因而转精其巧，凡家之衣帛，必先书而后练之。临池学书，池水尽墨。下笔必为楷则，常曰：“匆匆不暇草书”。寸纸不见遗，至今世尤宝其书，韦仲将谓之“草圣”。伯英弟文舒者次伯英，又有姜孟颖、梁孔达、田彦和及韦仲将之徒，皆伯英之弟子，有名于世，然殊不及文舒也。罗叔景、赵元嗣者与伯英同时，见称于西州，而矜此自与，众颇惑之。故伯英自称：上比崔、杜不足，下方罗、赵有余。河间张超