

歷代書法精論·明代卷

房弘毅 書寫
鄒方程 注釋
中國書局

房弘毅 書寫
鄒方 程 注釋

歷代書法精論·明代卷

中國書局

歷代書法精論

圖書在版編目(CIP)數據

歷代書法精論. 明代卷/房弘毅書寫;鄒方程注釋. —北京:
中國書店出版社, 2007.8

ISBN 978-7-80663-435-6

I. 歷... II. ①房...②鄒... III. 漢字-書法-藝術理論-中國-明代
IV. J227

中國版本圖書館 CIP 數據核字(2007)第 120832 號

歷代書法精論·明代卷

房弘毅 書寫

鄒方程 注釋

責任編輯 陳連琦

出版 中國書店

地址 北京市宣武區琉璃廠東街一一五號

郵編 100050

電話 010-63150310

發行 全國新華書店經銷

開本 690×850 1/8

印張 27

印數 0001—5000

印刷 北京泰山興業印務有限責任公司

版次 二〇〇七年八月第一版第一次印刷

書號 ISBN 978-7-80663-435-6/J·446

定價 四〇元

目錄

解縉	《春雨雜述》	一
文徵明	《文待詔題跋》	四
丰坊	《書訣》	七
楊慎	《墨池瑣錄》	一〇
何良俊	《四友齋書論》	一七
項穆	《書法雅言》	二三
徐渭	《文長論書》	四六
湯臨初	《書旨》	五一
董其昌	《畫禪室隨筆》	六四
趙宦光	《寒山帚談》	八五
原文導讀		九三

①解縉（一三六九—一四一五）：明代書法家，字大紳，一字縉紳，號春雨，吉水（今江西省吉水縣）人。洪武十一年（一三八八）進士，永樂初任翰林學士，主持纂修《永樂大典》。解縉善文，有才氣，著有《文毅集》、《春雨雜述》。

歷代書法精論

明代卷

解縉

春雨雜述

學書之法，非口傳心授不得其精。大要須臨古人墨迹^①，
布置間架^②，捏破管，書破紙，方見工夫^③。

明代卷

二

【導讀】本段講了書法學習的三個要訣：一是需要老師口傳心授；二是必須臨摹古人墨迹；三是要下苦功夫。老師親授可以避免走彎路，加快學習進度，但須老師高明，否則反而誤人。臨摹墨迹可以準確學習古人精妙的筆法，但臨摹碑刻、刻帖學習結構、章法也是不錯的選擇，何況古代一般人家根本沒有上好墨迹可學。勤奮學習是獲取知識和形成技能的必要條件，但「學而不思則罔」也不可不知也。

- ①大要：大致；大約。
②布置間架：安排結構。
③工夫：即功夫。

學	書	之	灋	非	口	傳
心	授	不	得	其	精	大
要	須	臨	古	人	墨	跡
佈	置	間	架	捏	破	管
書	破	紙	方	見	工	夫

【導讀】本段講書法學習既要注意沉着厚實，頓挫有力，留得住筆；又要注意形態變化，映帶呼應，飛動得起，二者不可偏廢。所舉顏真卿、懷素，一真行，一草書，即二者兼備的典範。此正與唐孫過庭《書譜》「真以點畫為形質，使轉為情性；草以點畫為情性，使轉為形質」異曲同工。

①沈著：即『沈著』，謂着實而不輕浮。頓挫：指詩文、繪畫、書法、舞蹈的跌宕起伏、迴旋轉折。體：主體。

②牽掣：牽拉；牽制，此指牽連呼應。用：運用。

③至論：指高超的或正確精闢的理論。

數	為	為	弋	非
書	體	用	若	至
以	以	二	專	論
沈	變	者	事	如
著	化	不	一	魯
頓	率	可	偏	公
挫	掣	缺	便	之

學書以沈著頓挫為體^①，以變化牽掣為用^②，二者不可缺一。若專事一偏，便非至論^③。如魯公之

沉著^①，何嘗不嘉？懷素之飛動^②，多有趣。

《文待詔題跋》^③

文徵明

明代卷

四

①魯公：顏真卿（七〇九—七八五）：字清臣，唐大臣、書法家，歷官至吏部尚書，太子少師，封魯郡公，人稱顏魯公。其書法初學褚遂良，後從張旭得筆法，正楷端莊雄偉，氣勢開張；行書遒勁郁勃，書法為之一變，對后世影響較大，人稱顏體，與柳公權并稱「顏柳」。

②懷素：生卒年不詳。一說為公元七二五—七八五年，一說為公元七三七—七九九年。僧人，字藏真，俗姓錢，湖南長沙人，為玄奘法師之門人。雖為僧人，却性格豪放，時人謂之「醉僧」。他以狂草聞名，性格狂放，不拘細行，後人把他和張旭并稱為「顛張醉素」。

③文徵明（一四七〇—一五五九）：明代畫家、書法家，吳門四家之一。初名璧，字徵明，後以字行，改字徵仲，號衡山居士，長洲（今江蘇省蘇州市）人。其出身仕宦之家，早年攻詩文書畫，師事吳寬、李應禎、沈周等人，與唐寅、祝允明、都穆、蔡羽、徐禎卿、張靈等名士交游，少時即負盛名，與祝允明、唐寅、徐禎卿并稱為「吳中四才子」。他多次應舉皆未中，書法清俊秀雅，與祝允明、王寵并稱「吳中三家」。繪畫造詣尤深，其聲名遠布四方，求畫者盈門，許多應酬之作不得不請他人代筆，或其畫多被他人模仿，故其傳世作品，真贋混雜，代筆、仿作頗多。

沉	著	何	嘗	不	嘉	懷
素	之	飛	動	多	有	意
趣						
文	徵	明				
文	待	詔	題	跋		

【導讀】本段批評書法模仿他人而沒有創新的作法，這需要區別對待。對於臨摹學習功深而脫不出帖者可以以此激之。而對於剛學書法不久、入帖不深者而言，此說不利於打基礎、練功夫，就不合適。對於那些基礎扎實，個性張揚，個人風格突出者而言，則要引導其加強修養，回歸平淡沖和，追求更高的藝術境界。所以，書法藝術要走在繼承的基礎上創新的道路，要堅持全面的科學觀念，要遵循因材施教的原則，方不謬於己而誤於人。

①玉局：蘇軾曾任玉局觀提舉，後人遂以「玉局」稱蘇軾。筆意：指書畫或詩文所表現的意態情致。

②咤(zhà)：發怒聲。

③破却工夫：浪費功夫。

④腳腫：腳後跟。

⑤王羲之(三〇三—三六一或三二一—三七九)：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」。其書法初師衛瓘(衛夫人)，後博采衆長，備精諸體，尤以真、行、草書冠絕古今，為後世尊為「書聖」。



嘗一日閱某書，有涉玉局筆意^①，因大咤曰^②：『破却工夫^③，何至隨人腳踵^④，就令學成王羲之^⑤，祇是

他書耳^①。』按張融自謂『不恨己無二王法，但恨二王無己法』^②，則古人固以規規爲耻矣^③。

明代卷

①他書：別人的書體。

②張融（四四一—四九七）：南朝齊文學家，字思光，吳郡吳縣（今江蘇蘇州）人。其不恨己無二王法，但恨二王無己法：爲張融答齊高帝蕭道成語，原文爲『不恨臣無二王法，但恨二王無臣法』。二王：指王羲之、王獻之父子。王獻之（三四一—三八六），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，故人稱王獻之爲『大令』，王珣爲『小令』。王獻之善真、行、草書，當時父子齊名，人稱『二王』。

③固：副詞，本來。規規：淺陋拘泥貌。

他書耳。按張融自謂『不恨己無二王法，但恨二王無己法』，則古人固以規規爲耻矣。

①丰坊：初名坊，更名道生，字人叔，一字存禮，又字人翁，號南禺外史，浙江鄞（今浙江省寧波市）人。嘉靖二年（一五二三）進士，出為南京吏部考功主事。其博學工文，擅長書法，尤工草書，著作豐富。

②就：就學，學習。

③要之：猶總之。師法：老師傳授的學問和技術。

④孟浪：鹵莽；冒昧，此指自己瞎練瞎寫。

【導讀】本段講無論學習哪種字體、書體，都要有所取法，而且取法要高。縱觀古今書法成功之例，無不為扎根於傳統沃土而長成的參天大樹。切不可偏聽俗說，取法俗書。

者	皆	雖	書	豐
古	有	所	訣	坊
語	師	就		
云	灋	不		
取	非	一		
法	孟	要		
乎	浪	之		

丰坊《書訣》① 雖所就不一②，要之皆有師法③，非孟浪者④。古語云：『取法乎

上^①，僅得乎中；取法乎中，斯爲下矣。』
之妙，必曰沉着痛快^②。惟書亦然：沉着而不痛
古人論詩

明
代
卷

八

①取法：取以爲法則；效法，此指學習的對象。上：指水平最高。
②沉着痛快：堅勁而流利；道勁而酣暢。

【導讀】本段論書法要『沉着痛快』。『沉着』是對書寫力度、心態方面的要求，惟其下筆用力，心態穩重，方能筆畫勁健，造形豐富，法度井然。『痛快』是對書寫速度、節奏方面的要求，祇有運筆牽掣，節奏分明，才有流暢感、韻律美，從而神采飛揚。二者融於一爐，自然神融筆暢，意象兼美。

上	僅	得	乎	中	取	法
乎	中	斯	爲	下	矣	
古	人	論	詘	之	妙	必
曰	沉	著	痛	快	惟	書
亦	然	沈	著	而	不	痛

①肥濁：粗肥而庸俗。風韻：指詩文書畫的風格、情趣。
 ②蕩然：毀壞；消失。
 ③血生於水：比喻墨得水則活。肉：對書法鮮活。

【導讀】本段介紹水、墨使用技巧。今研磨研墨甚少，多用墨汁，也要注意每次須新水新墨新調，盡量不用前

快	不	著	蕩	血
剔	足	則	然	生
肥	痛	潦		於
濁	快	草		水
而	而	而		肉
風	不	灑		生
韻	沈	度		於

快，則肥濁而風韻不足^①；痛快而不沉着，則潦草而法度蕩然^②。
 血生於水^③，肉生於

墨^①。水須新汲，墨須新磨，則燥濕調勻而肥瘦得所^②。
楊慎《墨池瑣錄》^③

明代卷

一〇

日宿墨。亦有專用宿墨者，此偏為一技，不是常法。

①肉生於墨：比喻筆畫得墨則豐滿而有彈性。

②得所：適當；適宜。

③楊慎：字用修，號昇庵，新都（今四川新都縣）人，正德六年（一五一二）進士，嘉靖初年以翰林修撰謫戍滇南，流放終身。其擅長詩文、詞曲，著作豐富，對明、清以來學術、文藝有過較大的影響。

墨水須新汲
墨須

新磨
剔燥濕調勻

而肥瘦得所

楊慎

墨池瑣錄

【導讀】本段先贊美《啓法寺碑》為隋碑中最精者，初唐歐陽詢、虞世南楷書均出自此碑。緊接着批評北碑有北方少數民族的粗野彪悍之氣，可知楊氏明白《啓法寺碑》書法從北碑中來，之所以貶其所師，似乎是贊其青出於藍而勝於藍之意；亦可知楊氏對北碑偏見至深，這是清中葉以前的通行看法。

①丁道護：隋代書法家，生卒年不詳，善正書，曾書《啓法寺碑》和《興國寺碑》。《襄陽啓法寺碑》：即《啓法寺碑》，仁壽二年（六〇二）立於湖北襄陽啓法寺中。隋碑署名者很少見，此碑署周彪撰文、丁道護書，筆法清潤，古樸勁健，原石宋代已佚，僅有一拓本傳世，為臨川李宗潮所藏四寶之一，後流入日本。

②歐：歐陽詢（五五七—六四一），初唐書法家，書出於北齊三公郎中劉珉，官至率更令，太常少卿，世稱「歐陽率更」。虞：虞世南（五五八—六三八）：初唐書法四大家之一，與歐陽詢并稱「歐虞」。虞世南與智永是同鄉，書法得智永親授。他學書非常刻苦，相傳他躺臥休息時，經常在被中畫腹學書，盡得「二王」法。

③逸：超逸；閑放。

④氍毹氣：指北方游牧民族的粗野彪悍之氣。氍毹：指古代北方游牧民族以皮毛製成的衣服；借指我國古代北方游牧民族。

丁	道	護	襄	陽	啓	瀟
寺	碑	寔	精	歐	虞	之
所	由	出	北	方	多	樸
而	有	隸	體	无	晉	逸
謂	之	氍	毹	氣		

丁道護《襄陽啓法寺碑》最精^①，歐、虞之所由出^②。北方多樸而有隸體，無晉逸^③，謂之氍毹氣^④。

行行要有活法；字字要求生動。
筆。 強中自有強中手，

小心布置，大膽落

明代卷

三

【導讀】本段是對書法章法技術層面的最精煉的概括之一，意為一幅作品中，每個字、每一行都要生動而富於變化。

【導讀】本段講書法創作前要小心仔細地構思安排，創作中要大膽下筆，不可神拘手謹。

【導讀】本段提出『強中自有強中手，天下元無第一人』和善學者要學習師之所師兩大觀點，皆為至理。

行	字	小	筆	強
行	要	心		中
要	求	佈		自
有	生	置		有
活	動	大		彊
法		膽		中
字		落		手

天下元無第一人
信矣今之數書者
知有二王而不求
二王之上亦未為
善學式王者也

天下元無第一人^①，信矣。今之學書者知有二王，而不求二王之上，亦未為善學二王者也。