

近距離臨摹碑帖叢刊

孫過庭書譜

浙江人民美術出版社

近距離臨摹碑帖叢刊

孫過庭書譜

浙江人民美術出版社

簡介

宋人姜夔《續書譜·臨摹》中說：「夫臨摹之際，毫髮失真，則神情頓異，所貴詳謹。」「近距離臨摹碑帖叢刊」的宗旨，即是精選碑帖善本為底本，通過版式安排，盡量縮短臨習者與碑帖之間的視覺距離，藉以提高臨習時的視覺記憶。

孫過庭，字虔禮，浙江富陽（一說河南陳留）人，唐朝書法家、書學理論家。

官右衛胄曹參軍。孫過庭草書憲章二王，工於用筆，傳世書跡有《書譜》《千字文》《景福殿賦》三種，其中以《書譜》成就最高，影響最大。《書譜》草書，墨跡紙本，縱二七釐米，橫八九八釐米。共三五一，三千五百餘字。此帖書於唐垂拱三年（六八七），自署吳郡孫過庭。北宋時曾入宣和內府，後流落民間，清乾隆時復入御府，現藏臺北故宮博物院。《書譜》除墨跡外還有多種刻本傳世。《書譜》是中國書學史上第一篇劃時代的書法論著，涉及書法發展、書學師承、重視功力、廣泛吸收、創作條件、學書正途、書寫技巧以及如何攀登書法高峰等內容。《書譜》與二王書風具有一脈相承的關係，結字、用筆、布白具有王羲之書法飄逸、秀美、流暢、典雅、清麗的特點。筆筆規範，極具法度，有魏晉遺風，又有所發揚創新。因此《書譜》歷來被人們奉為學習草書的範本。

集評

孫過庭草書《書譜》，甚有右軍法，作字落腳，差近前而直，此乃過庭法。

凡世稱右軍書有此等字，皆孫筆也。凡唐草得二王法，無出其右。（宋米芾《書史》）

孫過庭草書，在唐為善宗晉法。其所書《書譜》，用筆破而愈完，紛而愈治，

飄逸愈沉著，婀娜愈剛健。（清劉熙載《藝概·書概》）

唐初諸人無一不摹右軍，然皆有蹊徑可尋。獨孫虔禮之《書譜》，天真瀟灑，

掉臂獨行，無意求合而無不宛合，此有唐第一妙腕。（清孫承澤《庚子銷夏

記·卷一》）

惟孫虔禮草書《書譜》，全法右軍，而三千七百餘言，一氣貫注，筆致俱存，

實為草書至寶。（清朱履貞《書學捷要》）

如孫過庭《書譜》，這自然是研究書法的人所必須閱讀的文字，但它有一點

毛病，就是詞藻過甚，往往把關於寫字最緊要的意義掩蓋住了，致使讀者注意到，

忽略過去，無怪乎包世臣要把它大加刪節……（沈尹默《學書有法》）

碑帖臨摹要點

書法學習，應當由臨摹入手，循序漸進，直至形成自己的書風。如古人所說的：「學書者既嫻於執筆矣，復諳於間架結構矣，如是而臨摹之功勿可已也。蓋臨而後得古人之筆意，摹而後得古人之位置。二者一之弗精，則無以節制其手。而書之爲藝，猶未云能也。迨能矣，而更神明乎規矩之中，變化於規矩之外，上下古今，縱橫莫測，則技也進於道矣。」（清魯之裕《書法彀》）學書者在學會了正確的執筆姿勢、運筆方法以及間架結構基本常識之後，進而要選擇一些精良的碑帖來臨摹師範，通過日積月累的練習，來形成自己固定的書寫習慣，所謂「節制其手」，也就是今天常說的「肌肉記憶」；在此之後，再根據自己對書法理解，汲取碑帖中精華，融入自己的書寫創作當中去，所謂「臨摹古帖，貴識其長短而去取之」，最終達到「更神明乎規矩之中，變化於規矩之外，上下古今，縱橫莫測，則技也進於道矣」。斯言書法臨習，可謂盡善矣。

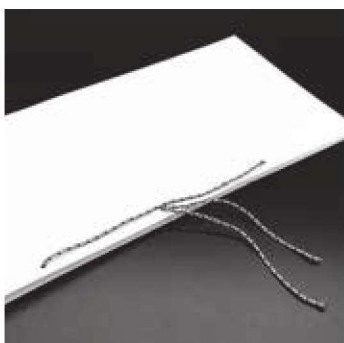
收納穿綫示意圖



①將綫從上下兩個孔穿出。



③兩綫越過原有綫打結。



②兩綫併一股從中間孔穿出。



④即可攤平臨摹，方便收納。

唐孫過庭書譜序

書譜卷上

吳郡孫過庭撰

古之學者

有博觀而後

知一之妙



書譜卷上吳郡孫過庭撰一夫自古之善書者漢魏有鍾一張之絕晉末稱二王之妙王

羲之云頃尋諸名書鍾張信爲一絕倫其餘不足觀可謂鍾張一（信爲絕倫其餘不足觀）云沒而一羲獻繼之又云吾書比之鍾

張之云以爲此本古鍾張信爲
絕倫一之信之觀可謂鍾張
信爲絕倫一之信之觀可謂鍾張
信爲絕倫一之信之觀可謂鍾張
信爲絕倫一之信之觀可謂鍾張

張鍾當抗行或謂過之張一草猶當雁行然張精熟池水一盡墨假令寡人耽之若此未一必謝之此乃推張邁鍾之意也

張鍾當抗行或謂過之張一草猶當雁行然張精熟池水一盡墨假令寡人耽之若此未一必謝之此乃推張邁鍾之意也

考其專擅雖未果於前規一撫以兼通故無慚於即事評一者云彼之四賢古今特絕而今一不逮古古質而今妍夫質以代

方其為擅既未果於前規
一撫以兼通故無慚於即事評
一者云彼之四賢古今特絕而今一不逮古古質而今妍夫質以代
考其專擅雖未果於前規一撫以兼通故無慚於即事評一者云彼之四賢古今特絕而今一不逮古古質而今妍夫質以代

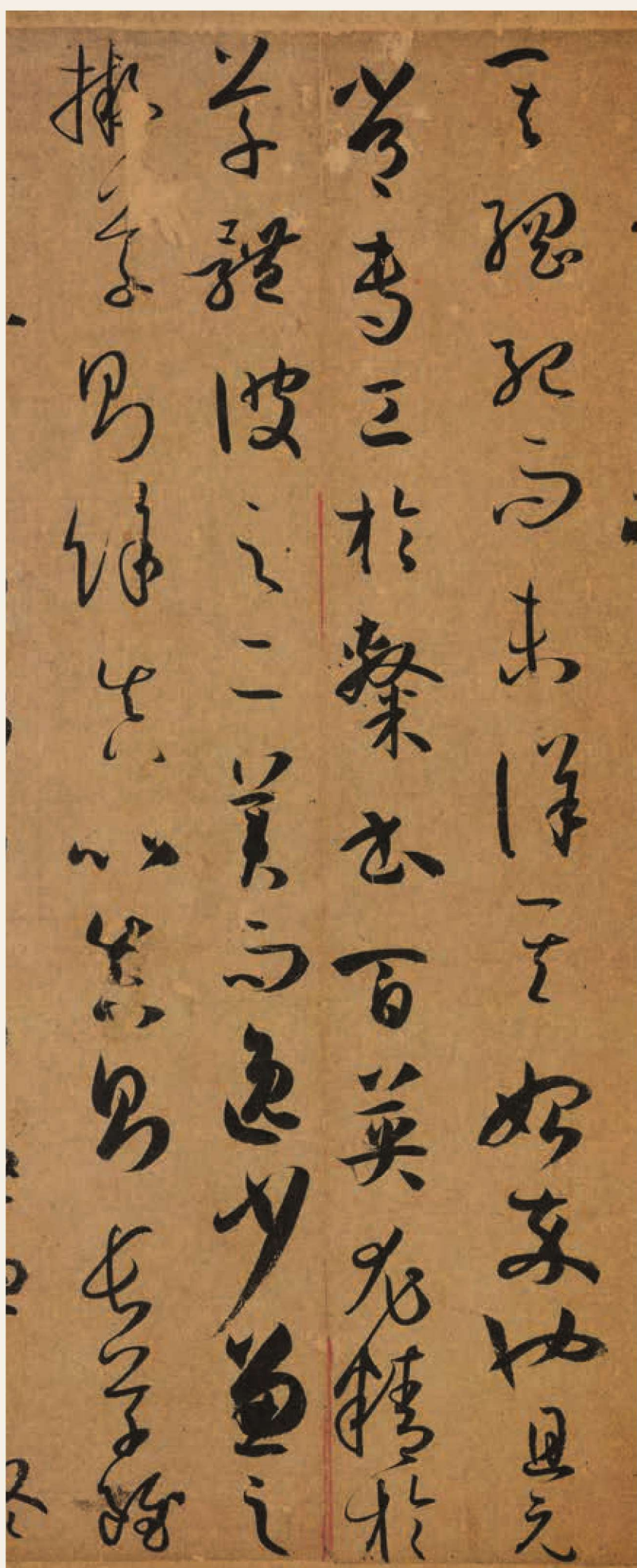
與妍因俗易雖書契之作一適以記言而淳醕一遷質文三一變馳騫沿革物理常然貴能一古不乖時今不同弊所謂文質

與妍因俗易雖書契之作一適以記言而淳醕一遷質文三一變馳騫沿革物理常然貴能一古不乖時今不同弊所謂文質

彬彬然後君子何必易雕宮於一穴處反玉輅於椎輪者乎又一云子敬之不及逸少猶逸少一之不及鍾張意者以爲評得

彬、然、後、君、子、何、必、易、雕、宮、於、一、穴、處、反、玉、輅、於、椎、輪、者、乎、又、一、云、子、敬、之、不、及、逸、少、猶、逸、少、一、之、不、及、鍾、張、意、者、以、爲、評、得、
之、不、及、鍾、張、意、者、以、爲、評、得、

其綱紀而未詳其始卒也且元一常專工於隸書百英尤精於一草體彼之二美而逸少兼之一擬草則餘真比真則長草雖



專工小劣而博涉多優總其終一始匪無乖互謝安素善尺牘一而輕子敬之書子敬嘗作佳書一與（之）謂必存錄安輒題後答之

馬王公乃情涉為德担于終
如西世米豆何安素善尺牘
而輕子敬之書子敬嘗作佳書
必存錄安輒題後答之

甚以爲恨安嘗問敬卿書何如右一軍答云故當勝安云物論殊一不爾子敬又答時人那得知一敬雖權以此辭折安所鑒自

子敬書何如右一軍答云故當勝安云物論殊一不爾子敬又答時人那得知一敬雖權以此辭折安所鑒自

稱勝父不亦過乎且立身揚一名事資尊顯勝母之里曾一參不入以子敬之豪翰紹右一軍之筆札雖復粗傳楷則

稱勝父不亦過乎且立身揚一名事資尊顯勝母之里曾一參不入以子敬之豪翰紹右一軍之筆札雖復粗傳楷則

實恐未克箕裘況乃假一託神仙恥崇家範以斯成一學孰愈面牆後義之往都一臨行題壁子敬密拭除之

宜之 未克 箕裘 况乃 假
託 神仙 恥崇 家範 以斯 成一
學 孰愈 面牆 後義 之往 都一
臨 行 題 壁 子 敬 密 拭 除 之

輒書易其處私爲不惡義一之還見乃歎曰吾去時真大一醉也敬乃內慙是知逸少一之比鍾張則專博斯別子敬

邪書乃一之更私爲不之
之見乃新山其志時生天
破也家乃內慙一之志少
之鍾張別書情平之

之不及逸少無或疑焉余志一學之年留心翰墨味鍾張之餘一烈挹羲獻之前規極慮專精一時逾二紀有乖入木之術無

之不及逸少無或疑焉余志一學之年留心翰墨味鍾張之餘一烈挹羲獻之前規極慮專精一時逾二紀有乖入木之術無