

# 古典书法理论

江苏古籍出版社

书法学习丛书

1



古典书法理论

书法学习丛书



洪丕谟 编著

古典书法理论

江苏古籍出版社

## 《书法学习丛书》编辑说明

《书法学习丛书》，是为广大书法爱好者和大中学校学生编写的一套比较系统而完整的教材。

中国书法艺术，源远流长，影响深远。自从汉字一产生，就出现了书法艺术的萌芽。在当今新时期，书法艺术与人们生活的关系更为密切，正在发挥着极大的效用。在现实生活中的各个地方，没有与书法无关的，没有用不上书法的。从书法艺术作品、实用的装饰品到书信往来，都要用书法，书法活动既可以锻炼艺术情操，又可以调心养气，收到健身的效果。中国书法，是中华民族优秀传统文化艺术的一颗璀璨明珠。爱好书法、学习书法、研究书法，其本身就是社会主义精神文明的一种具体体现。中国有着千百万书法爱好者，这就是最好的见证。

有人常常问到什么是书法知识，这说明需要抓紧编写书法学习的教材和参考书。为此，我社编辑出版《书法学习丛书》，以应社会急需。这套丛书，原是江苏无锡书法艺术专科学校的教材。这套教材，经过五年来的使用，教学效果良好，深受广大学员和书法自学者的欢迎和喜爱，现经修订、充实和改写，公开出版发行，以飨读者。

《书法学习丛书》，由中华全国书法教育学会副主席、无锡书法艺术专科学校副校长吴炳伟同志主编，无锡书法艺术专科学校的授课教师与特邀专家、教授共同编写，书稿经艺专校长徐静渔先生审定。

《书法学习丛书》计划出版三十种，预计在三年内出齐。

江苏古籍出版社  
一九八七年元旦

## 前 言

去年十二月初，无锡书法艺专副校长吴炳伟先生专程来我家，要我编写一本有关古代书法理论的教材，并且说是要用原文、注释、今译、说明的方法来进行编排，这样，既能使学生们读到古典书论的原文，又容易为大家所接受。我自思才疏学浅，不克任此重任，但作为艺专顾问的身份，却又感到总不能顾而不问，况且又有感于他的专诚，因此就勉为其难，答应了下來。

经过反复思考，我觉得吴校长的体例是确实可行的，只是从教材角度来说，暂把“说明”部分改成“评讲”形式，这样有评有讲，既评且讲，相信这样一来，对于提高教学效果来说，或许会更好些的。

先说原文部分，由于古代书论浩如烟海，精华与糟粕同时并存，因此，从有利于教学出发，选择了其中较为典范的、有代表性的，以及有普遍指导意义的，从汉以来的二十馀家书论。对于那些好高骛远、故弄玄虚，不着边际的不切之论，则一概摒除不录。这样一编在手，可以收到简明易读、举一反三的效果。学者如若有志于此，则此编又可为今后的进一步深造，打下较为坚实的基础。

关于注释，由于古代书论一直缺乏系统的整理，并且注家又少，所以可供参考的资料不多。因此，这部分是全书难度最大的一部分。有时为了注好、注确一条解释，不得不从多方面进行查证，反复审核，故而全书所花的劳动量也以这一部分为最大。但一想到同学们将由此而取得阅读的便利，

心里又不禁感到高兴和安慰，觉得这劳动是花得很值得的。

在今译方面，记得过去林纾曾对翻译提出过信、雅、达的要求，这虽说为翻译外文而说的，但对于今天的古文今译来说，同样具有参考的价值。所谓信，就是译文要忠实于原文；所谓雅，就是译文要辞采典雅；所谓达，就是译文要文辞畅达。由于古今语法在表达上所存在的实际差异，因此，在这一今译部分里，参照林纾信、雅、达的要求，在直译的基础上适当辅以必要的意译，这样就既保持了原作的风貌，又符合于我们今天的阅读习惯。

至于评讲，则完全是为便于学员们能进一步领会原著精神而设的。在这一部分里，或分析、或串讲，力求以最少、最浅近的文字，勾出古人论书的精义。当然，正因为是评讲，所以其中免不了会夹有较多的作者的见解，想来这是可以理解的。

古代书论是古人研究书法的重要成果，是在实践的基础上逐步总结形成，反过头来又为指导实践服务的。不读书论，实践就会迷失方向。因此，有关古代书论的学习是直接关系到学习书法的成败的，而不是可有可无的。

那末，怎样来学好这一教本呢？我看，重要的一点是对古代书论首先得分一分精读和泛读。所谓精读，就是要反复研读，仔细领会原文的精神实质，以致熟读成诵，然后又有意识地把它贯彻到书法的创作实践中去，借以扎扎实实地提高书法创作的质量；所谓泛读，就是广泛浏览，一般了解，因为古代书论向称卷帙浩繁，要全部精读是不可能的，并且有些论述也尽有很一般的，用不到花大力气去深入掌握，只要大致了解一下就可以了。为了使同学能切实地学好这一书法领域中的重要学科，笔者经过反复斟酌，将这一课本中

必须精读的篇目开列如下：

蔡邕《九势》

孙过庭《书谱》

苏轼《东坡题跋》

米芾《海岳名言》

姜夔《续书谱》

赵孟頫《定武兰亭跋》

董其昌《画禅室随笔》

包世臣《艺舟双楫》

刘熙载《书概》

康有为《广艺舟双楫》

末了，还得说上几句是：因为囿于三个月内交卷的时间，更由于近来惨遭中年丧妻之痛，失却内助，既要完成本职工作，又要柴米油盐，故而有关本教材成书的艰辛，也就可想而知了。即使如此，强烈的责任感还是驱使着我，为保证这一教材的质量，脚踏实地地付出了繁重的劳动，所谓剔抉爬罗，斟酌取舍，不敢稍有怠忽也。

当然，人的精力毕竟是有限的，在汗牛充栋的书学宝库中，尚有许多重要的书论一时来不及收入教本，又由于本人学识的不足和见闻有限，虽说在主观上尽了很大的努力，但客观上仍有可能存在着较多的不足之处，这些，都是有待于今后的不断补充和改进的。

一九八五年二月十日，洪丕谟于上海虹桥路无我相室

# 目 录

前 言	( 1 )
蔡 邕	( 1 )
笔论〔节选〕	( 1 )
九势	( 2 )
卫 恒	( 8 )
四体书势〔节选〕	( 8 )
卫夫人	( 15 )
笔阵图〔节选〕	( 15 )
王羲之	( 18 )
题卫夫人《笔阵图》后〔节选〕	( 18 )
书论〔节选〕	( 22 )
笔势论十二章并序〔节选〕	( 25 )
记白云先生书诀	( 30 )
王僧虔	( 32 )
笔意赞	( 32 )
欧阳询	( 35 )
传授诀	( 35 )
用笔论〔节选〕	( 36 )
唐太宗	( 40 )
笔法诀〔节选〕	( 40 )
论书〔节选〕	( 41 )
王羲之传论	( 43 )



孙过庭	( 47 )
书谱〔节选〕	( 47 )
韩方明	( 66 )
授笔要说〔节选〕	( 66 )
苏  轼	( 70 )
东坡题跋〔节选〕	( 70 )
黄庭坚	( 82 )
论书〔节选〕	( 82 )
米  芾	( 93 )
海岳名言〔节选〕	( 93 )
赵  构	( 100 )
翰墨志〔节选〕	( 100 )
姜  夔	( 112 )
续书谱〔节选〕	( 112 )
赵孟頫	( 135 )
题《淳化阁帖》祖本〔节选〕	( 135 )
跋王羲之《大道帖》	( 136 )
题东坡书《醉翁亭记》〔节选〕	( 137 )
识王羲之《七月帖》	( 138 )
定武兰亭跋〔节选〕	( 140 )
跋唐怀素《论书帖》〔节选〕	( 144 )
吾丘衍	( 146 )
学古编〔节选〕	( 146 )
解  缙	( 150 )
春雨杂述〔节选〕	( 150 )
董其昌	( 155 )
画禅室随笔	( 155 )

李日华	( 170 )
李君实评帖〔节选〕	( 170 )
王肯堂	( 176 )
郁冈斋笔麈〔节选〕	( 176 )
王  澐	( 179 )
论书剩语〔节选〕	( 179 )
包世臣	( 194 )
艺舟双楫〔节选〕	( 194 )
刘熙载	( 208 )
书概〔节选〕	( 208 )
康有为	( 221 )
广艺舟双楫〔节选〕	( 221 )
姚孟起	( 251 )
字学臆参〔节选〕	( 251 )
<b>附录：</b>	
书法家洪丕谟剪影	蒋信伟( 260 )

## 蔡邕

蔡邕（133—192），东汉文学家、书法家。字伯喈，陈留圉（今河南杞县南）人。灵帝时为议郎等官，后来曾流放遇赦，董卓专权，被任为侍御史，官左中郎将。后董卓被诛，被王允所捕，死在狱中。通经史、音律、天文，善辞章、工篆、隶书，尤以隶书著称，能总结前人用笔经验，其书结构严整而多变化，向有“骨气洞达，爽爽有神”的称誉，对当时及后世影响较大。熹平四年（175），与堂谿典等写定《六经》文字，部分由邕书丹于石，立太学门外，史称《熹平石经》。石初立，观看者的车马，填塞街道。又传说他在鸿都门见工匠用垩帚写字，受到启发，创飞白书。原有《蔡中郎集》，已佚，后人有辑本。

## 笔 论 [节选]

书者，散也。欲书先散怀抱，任情恣性①，然后书之；若迫于事②，虽中山兔毫，不能佳也③。

〔注释〕 ①恣——恣肆，放纵。 ②迫于事——为事势所迫。又指在事情急迫中仓促从事。 ③中山——郡、国名，在今河北省，汉时以制作兔毫笔闻名。

〔今译〕 书法这样东西，就是散啊！当你要写的时候就先要舒展胸襟，放纵性情，然后再去创作；如果被事势所迫，即使用最好的中山国兔毫笔去写也写不出好作品来。

〔评讲〕 一个书法家在书法创作时的精神状态如何，对

于他作品的成败来说，是至关重要的。如果迫于事势，影响情绪，即使工具再好，也会不顶用的。

欲书，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①，则无不善矣。

〔注释〕 ①至尊——至高无上的地位。古时多指皇位，因用为皇帝的代称。

〔今译〕 要创作书法，先默坐静思，随着心意所到，话不出口，气息调匀。精神集中，好象对着皇上一般，那就没有写不好的。

〔评讲〕 书法创作时既要胸怀潇散随意，又要思想高度集中，只有把两者很好地统一起来，才能达到预期的效果。

## 九 势

夫书肇于自然①，自然既立，阴阳生焉②，阴阳既生，形势出矣。

〔注释〕 ①肇——起始。②阴阳——泛指一切事物对立统一两个方面。

〔今译〕 书法起始于自然，自然既已形成，对立统一的阴阳就产生了；阴阳既已产生，那末字形字势也就随之而出了。

〔评讲〕 书法的产生取法于自然万物，并且由此而进一步产生出刚柔、舒敛、虚实、轻重等对立统一的阴阳两个方

面，然后又在这基础上进一步发展，产生了静的形和动的势。沈尹默在《历代名家学书经验谈辑要释义》中说：“一切种类的文艺作品都是一定的社会生活（包括自然界）在人们头脑中反映的产物，书法艺术也不例外。”可作参考。

藏头护尾①，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。

〔注释〕 ①藏头护尾——指落笔收笔都要逆势藏锋。

〔今译〕 下笔藏锋收笔回锋，笔力贯注在字的中间。下笔使用巧力，字的外表就会现出美丽的光彩。所以说：笔势来时听其自然不可制止，笔势去时也宜听其自然不可阻遏，只有笔软才会使千奇百怪的用笔效果产生出来。

〔评讲〕 藏锋运笔，字画就圆浑有力，有了力，字的外表就会显露光华，这是一定的道理。另外，对于笔势的来去来说，既要发挥人工指挥的一面，但也不可遏止出于自然的一面。末了总括一句，只有用软的毛笔才能使“奇怪生焉”，可见我国书法与书写工具的关系是如何的密切了。

凡落笔结字，上皆覆下，下以承上，使其形势递相映带①，无使势背。

〔注释〕 ①递——依次。映带——景物相互映衬，彼此关连。

〔今译〕 总之落笔结字，上面的都要覆盖下面，下面的用来承接上面，使得字形笔势依次相互映衬，不要使笔势违

背而不相接续。

〔评讲〕 每一个字都是由具体笔画和偏旁组成的统一整体，从书法角度来看，整个整体中的各局部之间都应该是互相关连，彼此映衬的，否则就会象散沙一盘，那就称不上是书法了。

转笔①，宜左右回顾，无使节目孤露②。

〔注释〕 ①转笔——指笔毫的左右辗转运行，不是指转动笔管。 ②节目孤露——指字画中出现棱角，不圆浑。

〔今译〕 运转笔毫，应当左右回顾圆转环行，不要使笔画中间露出生硬的棱痕来。

〔评讲〕 这是总说篆书的用笔方法，若果把它搬到隶书、楷书中来，亦有一定的指导意义。

藏锋，点画出入之迹①，欲左先右，至回左亦尔。

〔注释〕 ①出入——指落笔和收笔。

〔今译〕 藏锋，点画落笔和收笔的地方，要向左先向右，等回到左面也同样如此。

〔评讲〕 藏锋要用逆势，欲左先右。宋代米芾所说的“无垂不缩，无往不收”，同样也是这个道理。

藏头，圆笔属纸①，令笔心常在点画

行。

〔注释〕 ①圆笔展纸——指笔心接触纸张后笔毫铺开，万毫齐力。

〔今译〕 藏锋落笔，笔心着纸笔毫铺开，使笔心经常保持在点画的中间运行。

〔评讲〕 “令笔心常在点画中行”，一语道破千古用笔秘奥，是为运笔中锋说的鼻祖。

护尾，点画势尽，力收之。

〔今译〕 笔画的末端要回锋，点画笔势已行到底，要用力回收。

〔评讲〕 藏头、护尾，是书法收落笔中最关紧要的笔法。这一法则，广泛适用于正、草、篆、隶各种书体。因为如果不这样做，那就不容易把全部笔力倾注到点画中去。

疾势①，出于啄、磔之中②，又在竖笔紧趯之内③。

〔注释〕 ①疾势——指用笔快速之势，适用于隶、楷书中啄、磔、趯三种笔画。 ②啄——短撇。用鸟嘴的啄取食物来比喻短撇的快而有力。磔(zhè哲)——捺笔。 ③紧——指笔毫紧而不散。趯(tì惕)——挑钩。

〔今译〕 快速的用笔之势，出于啄、磔笔画之中，又在竖笔紧趯(挑)笔画之内。

〔评讲〕 前文所述“转笔”、“藏锋”、“藏头”、

“护尾”四种笔法，是贯串于各种点画中的共同方法。从这“疾势”以下的“掠笔”、“涩势”、“横鳞”等，又分别适用于各种其他不同的具体点画，学都宜细心领会，以便掌握。

### 掠笔①，在于趯锋峻趯用之②。

〔注释〕 ①掠笔——长撇。 ②趯(zǎn)——快。又通“攒”，聚敛。写掠笔要用趯锋，是说长撇要快要聚锋，不要迟缓和使笔锋散开。峻趯——指有力的挑钩。

〔今译〕 掠笔的笔法，在于收拢笔锋快速出笔，就好比有力的峻趯用笔那样。

〔评讲〕 掠笔是写长撇的方法，其注意点是要聚锋不散，快速不慢，并且要象峻趯那样紧挺有力。

### 涩势①，在于紧驶战行之法②。

〔注释〕 ①涩势——指行笔途中好象有阻力格拒，不得不用力克服阻力努力推进，好比撑上水船，用尽气力仍在原处那样。

②驶——快。战行——沈尹默在《历代名家学书经验谈辑要释义》中说：“‘战’字仍当作战斗解释。战斗的行动是审慎地用力推进，而不是无阻碍的。有时还得退却一下，再推进，就是《书谱》中说的衄挫，这样才能正确理解涩的意义。”

〔今译〕 涩笔之势，在于紧快战行的法则当中。

〔评讲〕 涩笔是指行笔用力推进时要有一种阻涩感，如雨沾沙，如蚕食叶，而并不是说不推进，所以文中“紧驶”两字，应把它理解作既紧张用力，又有一定的行进速度。如果一味阻涩，而不“紧驶”，那末就会陷入滞留的泥途中



去，其效果是适得其反的。

## 横鳞①，竖勒之规②。

〔注释〕 ①横鳞——写横画要象鱼鳞的依次排迭那样逐步积点行进而成。 ②竖勒——写竖画要象勒马缰绳一收一放，但却时时收紧那样完成。

〔今译〕 横画好比鱼鳞的排迭那样积点而成，竖画就象马缰绳一般一收一放但却时时收紧，这就是写横、竖画的规则。

〔评讲〕 这是写横、竖画分解动作的慢镜头，学书者拟领会其精神以意运之，熟练掌握，否则照这死搬，就会走到死胡同里去的。

此名“九势”①，得之，虽无师授，亦能妙合古人，须翰墨功多，即造妙境耳。

〔注释〕 ①九势——即以上所说的“凡落笔结字”、“转笔”、“藏锋”、“藏头”、“护尾”、“疾势”、“掠笔”、“涩笔”、“横鳞竖勒”九种用笔之势。

〔今译〕 这就叫做“九势”，掌握了它，即使没有老师指点，也能够超妙而符合古人用笔法则，但一定要临池功深，就会达到神妙境界的。

〔评讲〕 学习书法，不一定要名师当面指点，即使是自学或函授，只要在正确的书法理论指导下，多多实践，待到“翰墨功多”，就自然会造“妙境”的。