



書

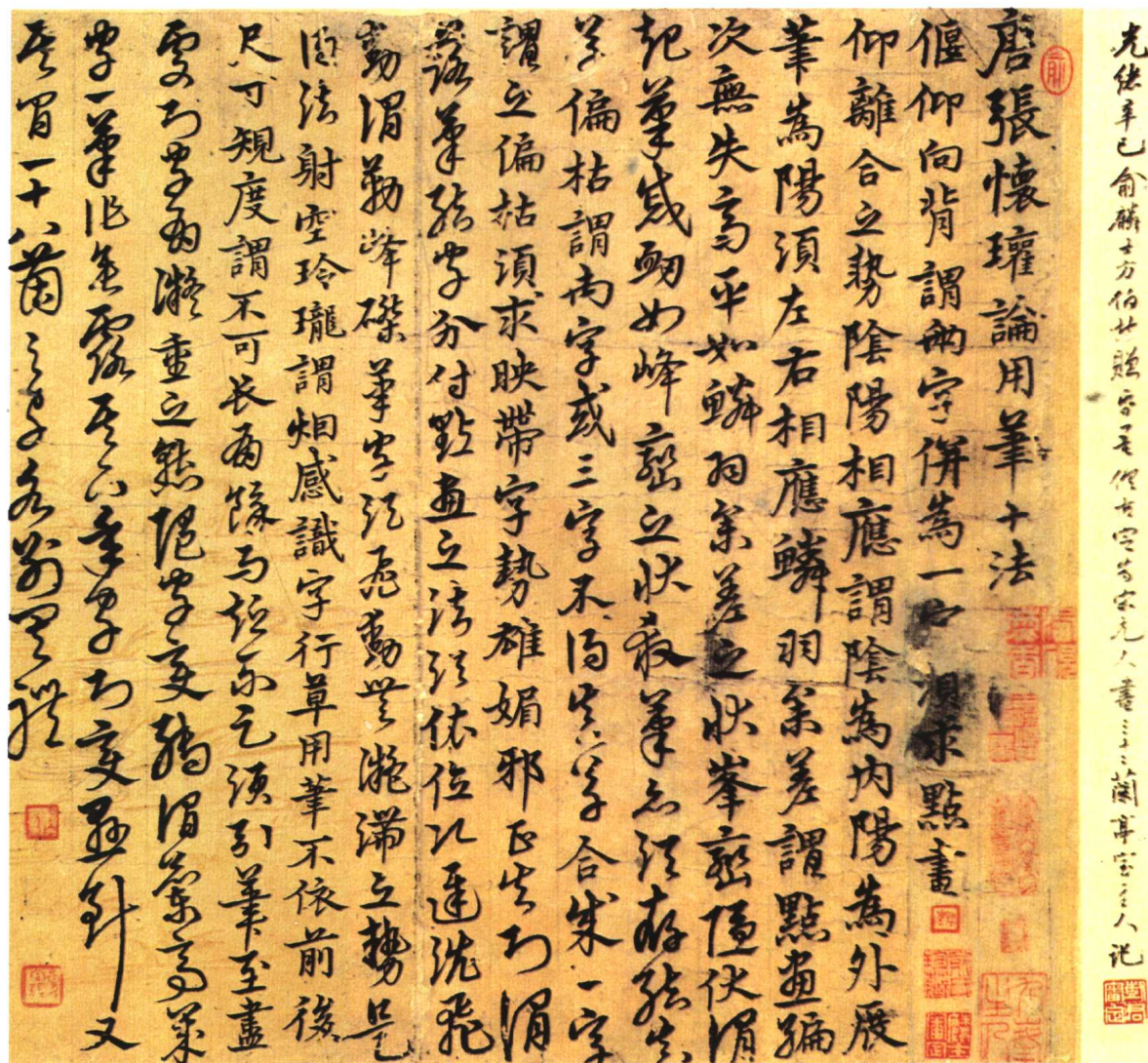
# 中国传世书法

下

法

Chinese Calligraphy Collection

北京出版社



## 【释文】

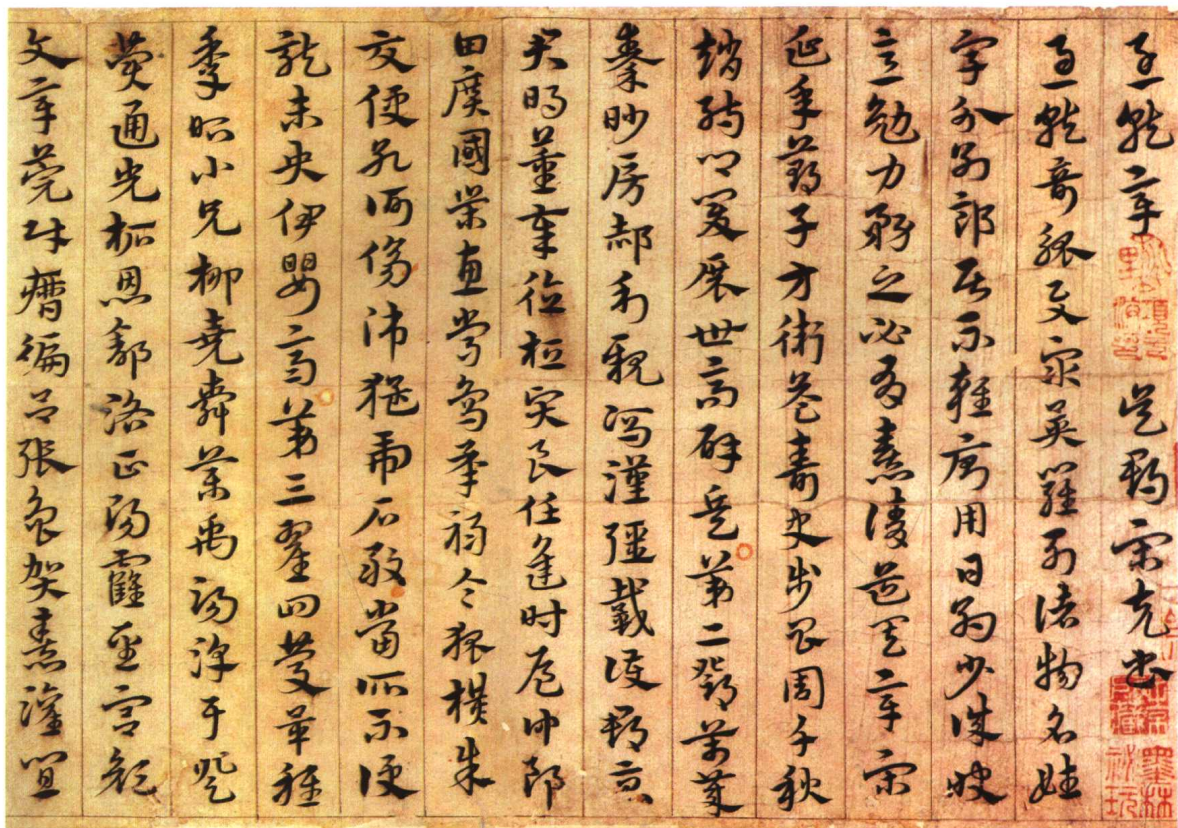
唐张怀瓘论用笔十法

偃仰向背：谓两字并为一字，须求点画上下偃仰离合之势。阴阳相应：谓阴为内，阳为外，敛心为阴，展笔为阳，须左右相应。鳞羽参差：谓点画编次无使齐平，如鳞羽参差之状。峰峦起伏：谓起笔变纽，如峰峦之状，杀笔亦须存结。真草偏枯：谓两字成三字，不得真草合成一字，谓之偏枯，须求映带，字势雄媚。邪真失则：谓落笔结字分寸点画之法，须依位次。迟涩飞动：谓勒锋磔笔，字须飞动，无凝滞之势，是得法。射空玲珑：谓烟感识字，行草用笔，不依前后。尺寸规度：谓不可长有余而短不足，须引笔至尽处，则字有凝重之态。随字变转：谓如《兰亭》“岁”字一笔，作垂露；其上“年”字，则变悬针；又其间一十八个“之”字，各别有体。

## 【简介】

本册参用楷、行、章草诸书体，录唐代张怀瓘《论用笔十法》。书体变化适意，用笔自如，圆劲飞动，韵致朴茂。

论用笔十法 明·宋克 纸本 楷、行、章草 纵46.5×横37.7厘米 北京市文物局藏



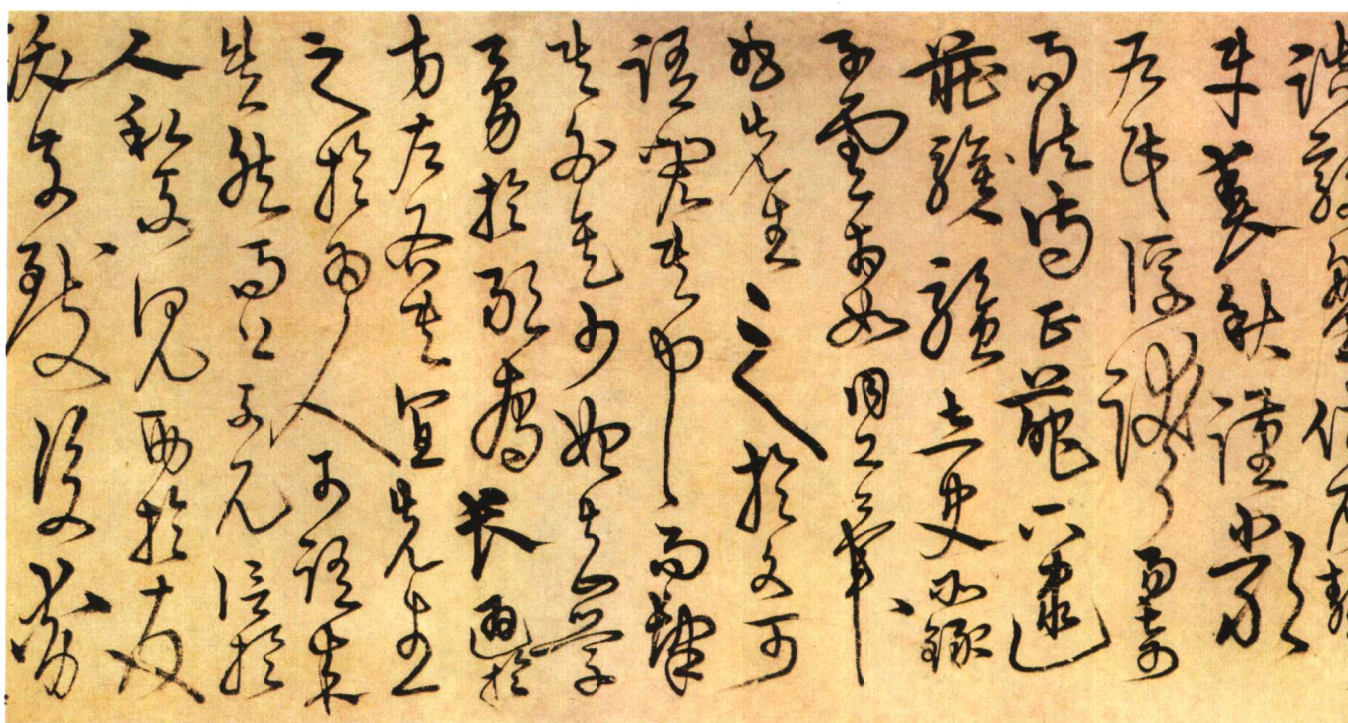
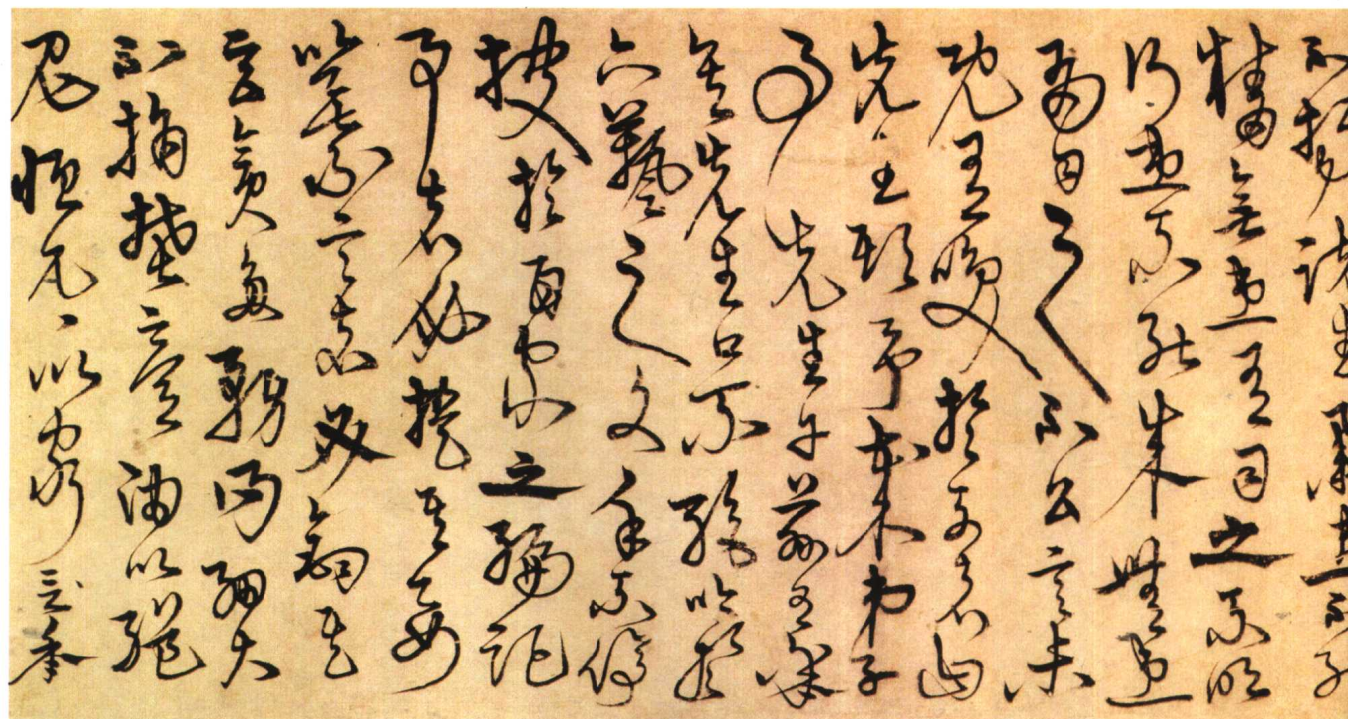
## 【简介】

宋克（1327～1387），字仲温，长洲（今江苏苏州）人。少任侠，好学剑走马，结客饮博。壮年学兵法，欲有所作为。张士诚居吴，罗致而不就。杜门谢客，专意翰墨，日费十纸，遂以善书名天下。

《急就章》，又名《急就篇》，西汉史游撰，为当时识字课本。历代章草《急就章》写本，以传为三国时皇象所书最古。宋克临习章草书，即从此书得法。

此作笔势劲健，风貌简古。从他“聊以自备遗忘”的自识，结合全篇精绝谨严的面目，可知这是宋克经意临摹，以兼备古法之神与形的得意之作。对此，王世贞的一则评价颇为中旨：“观仲温书《急就章》，结意纯美，以为征诛之后，获睹揖让。而后偶取皇象石本阅之，大小行模及前后缺处若一，惟波撇小异耳。”

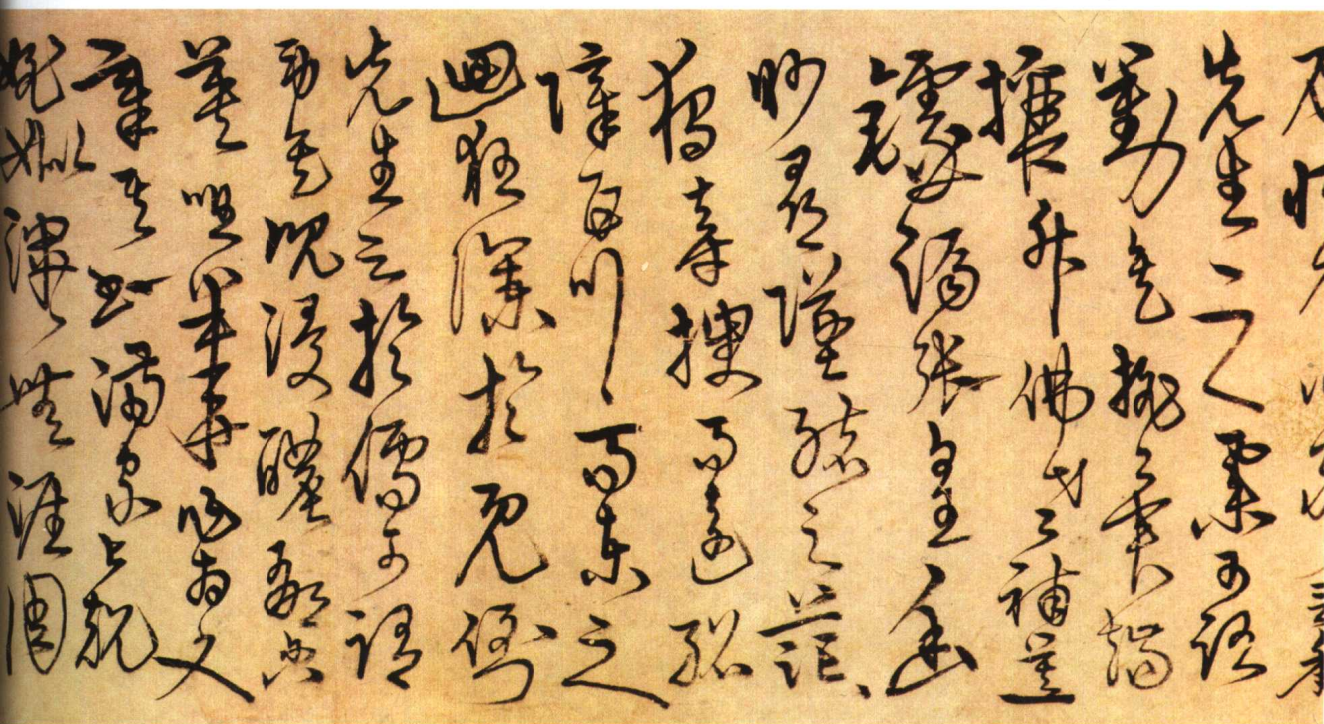
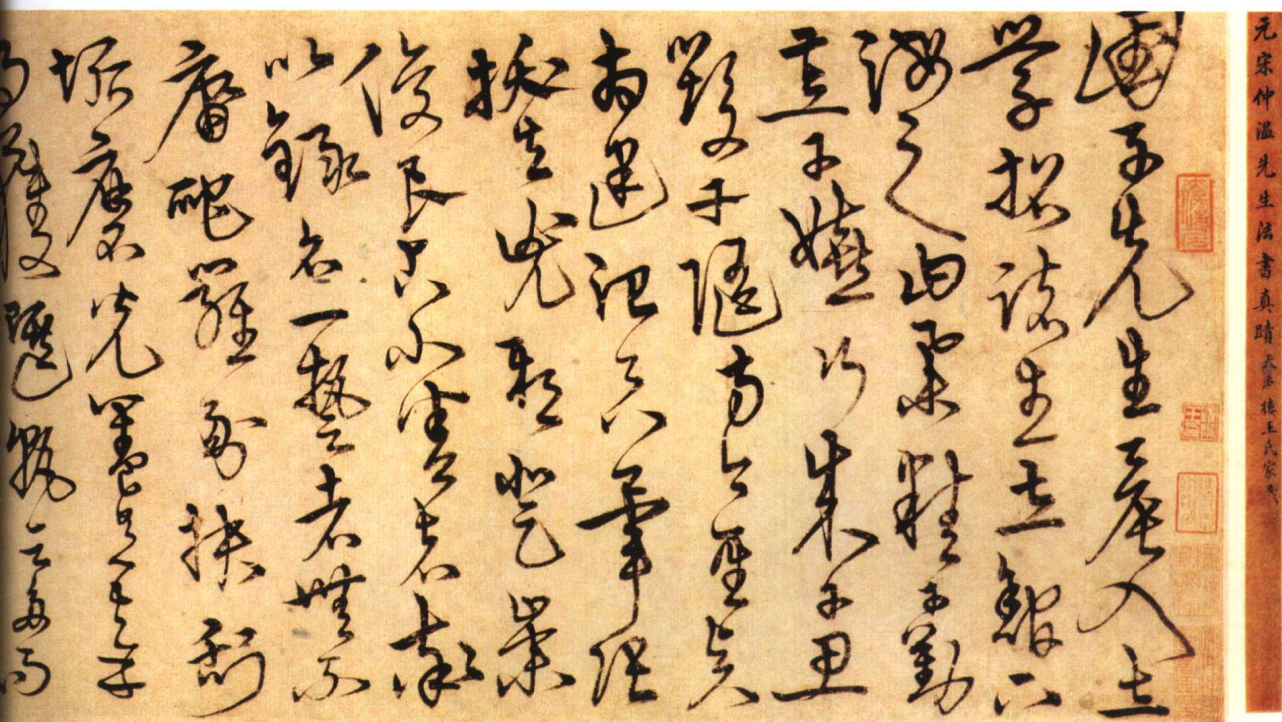
此卷十接纸一千九百余字，一笔不苟，心手相应，其书艺已臻极境。除书法价值外，此卷对《急就章》章草、正书二体的互释，以及文字脱佚伪误的校勘等都具有重要价值。



【释文】

国子先生入太学，召诸生立馆下，诲之曰：“业精于勤，荒于嬉。行成于思，毁于随。方今圣贤相逢，治具毕张。拔去凶邪，登崇俊良。占小善者率以录，名一艺者无不庸。爬罗剔抉，刮垢磨光。盖有幸而获选，孰云多而不扬？诸生业患不能精，无患有司之不明；行患不能成，无患有司之不公。”言未既，有笑于列者曰：“先生欺余哉！弟子事先生，于兹有年矣。先生口不绝吟于六艺之文，手不停披于百家之编。记事者必提其要，纂言者必钩其玄。贪多务得，细大不捐。焚膏油以继晷，恒兀兀以穷年。先生之业，可谓勤矣。抵排异端，攘斥佛老；补苴罅漏，张皇幽眇。寻坠绪之茫茫，独旁搜而远绍；障百川而东之，回狂澜于既倒。先生之于儒，可谓有劳矣。沈浸浓郁，含英咀

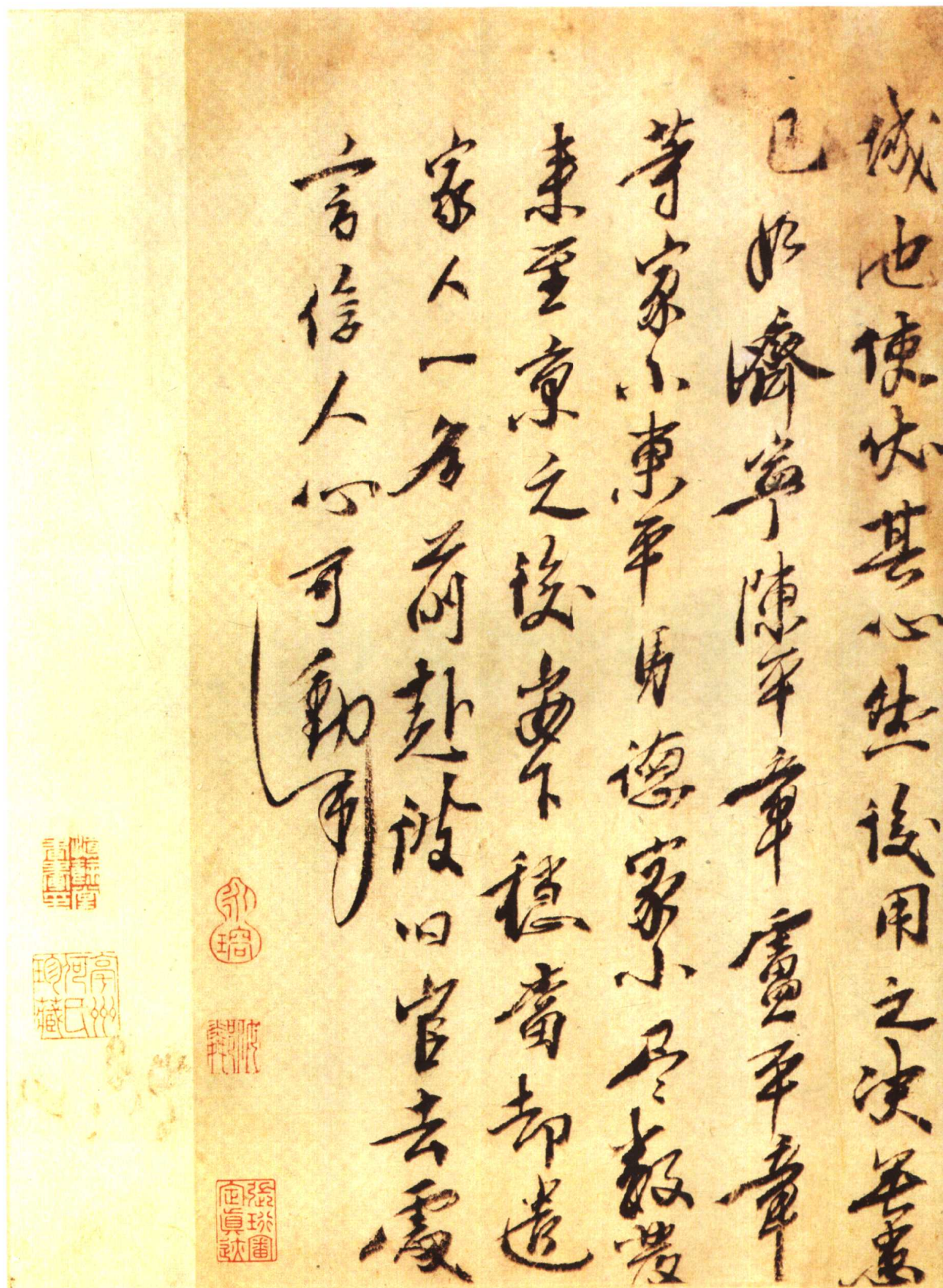
草书进学解 明·宋克 纸本 草书 纵31.3×横467厘米 北京故宫博物院藏



华；作为文章，其书满家。上窥姚姒，浑浑无涯；周《诰》殷《盘》，佶屈聱牙。《春秋》谨严，《左氏》浮夸；《易》奇而法，《诗》正而葩。下逮《庄》《骚》，太史所录；子云、相如，同工异曲。先生之于文，可谓阅其中而肆其外矣！少始知学，勇于敢为。长通于方，左右俱宜：先生之于为人，可谓成矣。然而公不见信于人，私不见助于友。跋前踬后，动

#### 【简介】

此卷书法体势开放，动势较大，在今草中夹杂少许章草结体和用笔，筋骨强健，磔画变化丰富，表现了宋克杰出的艺术创造力。



【释文】

大军自下山东，所过去处，得到迤北省院官员甚多。吾见二将军留此等于军中，甚是忧虑。恐大军下营及行兵，此等杂于军队中，忽白日遇敌不便，夜间遇偷寨者亦不便。况各各皆系省院大衙门，难以姑假补之。亲笔至日，但得有椎柄之官员，无分星夜发来布列于南方观玩城池，使伏其心，然后用之，决无患已。如济宁陈平章、卢平章等家小，东平马德家小，尽数发来。至京之后，安下稳当。却遣家人一名，前赴彼旧官去处言，信人心可动。朱

大軍自下山東而過去處得到迤北省  
 院官貪甚多吾見二將軍留此等  
 軍中甚足憂慮恐大軍下營及行  
 兵此等雜於軍隊中忽白日遇敵不  
 便夜間遇偷寨者亦不便況各  
 皆係省院大衙門難以姑假稱之  
 親筆呈日但得有推柄之責無分

【简介】

朱元璋（1328~1398），即明太祖，字国瑞，元末濠州钟离（今安徽凤阳）人。幼贫寒，年十七岁父母兄相继去世，孤无所依，入皇觉寺为僧。二十五岁入郭子兴部，与元兵及各路起兵者长年作战。后称吴国公，改吴王。一三六九年建都南京，年号洪武，庙号太祖，明王朝从此开始。

《大军帖》是朱元璋写给部将的一封信。从内容分析，此时朱氏已消灭陈友谅、张士诚等势力，正全力攻打北方，战事频仍。大军所过之处，收降元朝官员甚多，就如何妥善处置告喻部下。信文明白晓畅，对研究明初军事形势和政治方略颇有参考价值。幅末有“朱”字花押。此帖书风健拔瘦劲，点画稚拙流畅，得自然生动之趣。

後和陶詩

余往年嘗一和陶靖節詩悅仰樂四十年浮雲世事何所羨有又  
來河朔觸事感懷間用其韻讀日既久辭無詮次因取而目之曰  
後和陶詩然余前所和者多因其事而寓己意今所和者第用其  
韻不復用其事云

九日間居

端居潛無慮默以觀我生窮達貴自適憂樂真強名四序又代謝  
日月有晦明君看九秋月春雷遂無聲況我衰暮景當疑非壯齡  
幸有一尊酒興至聊自傾尚憐霜下菊不逐春泥榮感衰各有節  
可見天地情悅仰還自嘆吾生豈無成

庚子歲五月中從都還阻風於規林二首

我昔少年日無事幸休居風波歲歲經每昨童安于伯雅赤輪景  
始悟來東隅屢將孱弱軀側冒風波途歲久朔風急夜絕高郵湖  
豈不牽利涉為計良已疎古人放棄堂况我衰病餘前途諒多險  
欲悔將焉如

仲冬歲長淮混蕩達所之同行得佳侶乃諧風所期憶昨昨

京國與子適同時各各首路不謂會在茲榮飭更相屬滿飲不  
須辭人生如浮萍聚散安足疑

雜詩十一首

雖驚竟爭食海鶴乃出塵青雲豈不高無階雖致身伊予性寡諧  
頗有六籍親白頭客遠鄉索居四無隣譬彼西峙月餘輝已鄉晨  
惜名不登立悅仰愧古人

今日知何日駕言涉崇嶺延知陽九郭登高秋恒景同行二三友  
天我官獨冷歸來對妻孥言笑清爽永而我獨何為萬里將孤影  
去觀瑜十年白首因馳騁天道周必復動輒行當靜

海水深莫測誰謂壽可量壺公解縮地不傳賞長房世豈有斯理  
變故殊未央人事有代謝舒猶陰陽跬步為常慎坦途亦羊腸  
勞生無百年知公乃逆豫尺鷃聊目之雲鵬謾高翔所以鄙累客

江高即先去當貴豈不懷能不為身慮君看嗜利徒末路竟何如  
驅車下峻坂中路要得江康莊苟弗慎寧非覆車虞深生良有道  
至要在戒愆

生世豈不長少年忽已老况復添憂患餘生誰能保客鄉風土殊  
水火異濕燥百事每隨人五更起常早寧能遂簪利永安置懷抱  
有酒陶一觴身外無復道

生世無百年我願長歡喜尊中有美酒白次無慮事寵辱了不知  
動靜得如意妻孥常在眼紙紋數軸隨陽鼓送餘年一任歲月駛  
身後祇善人財豈不須置

我昔少年日不識飢寒迫出門常載酒東行渡西陌崎嶇涉憂患  
髮發忽已白南北走萬里未覺天地窄歲月如飄風百年真過客  
沈吟寧問誰能究安宅

白日下平陸北風掃枯葉沙動地起疎日揚飈轉我行在中塗  
况乃久休旅解裝憊道旅治寒感山陽舊非秦陳迹撫事增永傷  
故山不可見憂來忽無方世事詎有涯且復陶一觴

故人遠贈書贈我綺兩端開械三歎息感此歲月速昔我上湘水  
遇君衡岳巔避席為我榻擊鮮為我餐別來歲運周觀面嗟無緣  
秋風鴈南鄉徒寄序重寄

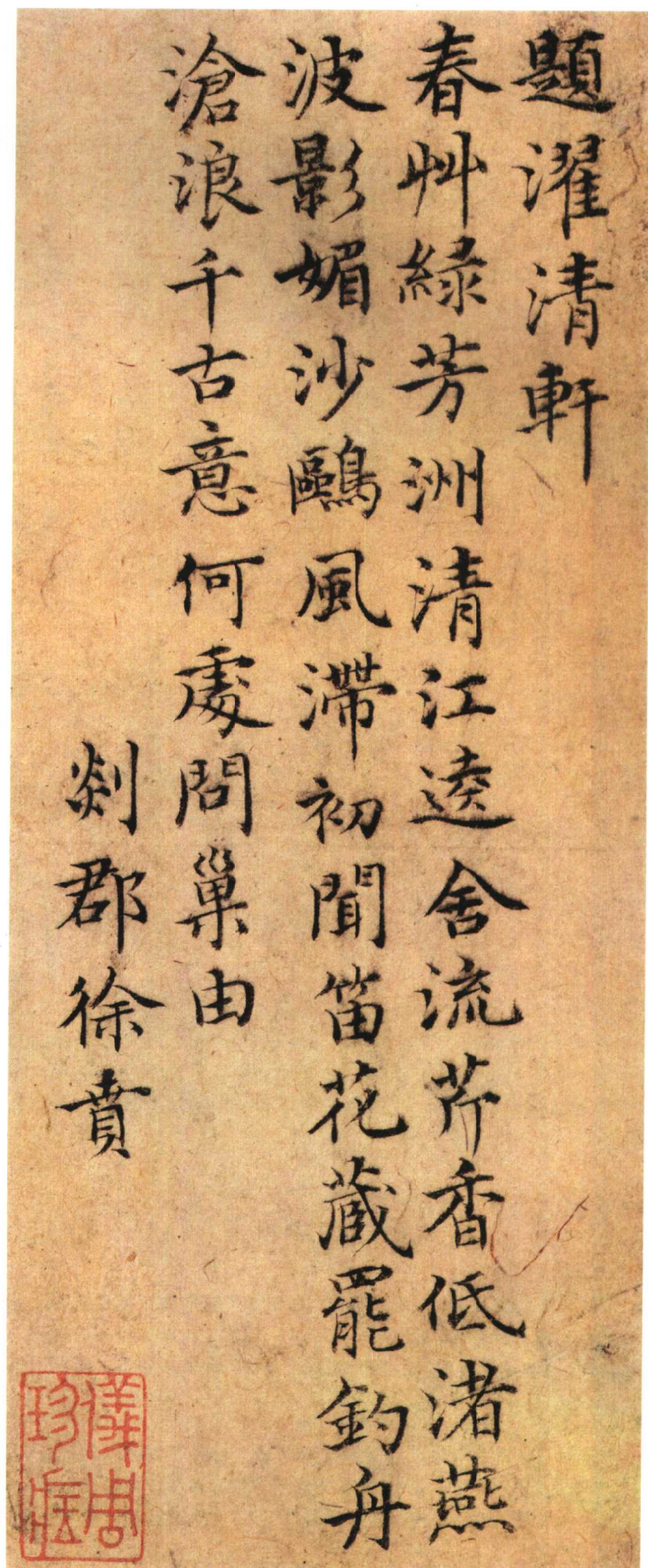
了用希阮世過卡即有番讀云張子為功字唐書蓋古人遺世志  
注興我懷戎寄道平原荒庭蕩冲陸障沙讀斷列父來何陸離  
二公其猶龍詎受塵映鶴高名著日月光耀無時虧

十月渡黃河北風淒已涼河水涼且駛適迴上呂梁仰視南鴈飛

【簡介】

姚广孝 (1335~1419)，名道衍，字斯道，号逃虚老人、櫟園翁，明代长洲（今江苏苏州）人。十四岁出家为僧。此卷书法古雅匀细，法度严正，瘦硬通神，悠然有静穆之气，充分体现出道衍中年时深厚纯熟的艺术功力。

中州先生后和陶诗 明·姚广孝 纸本 楷书 纵22.2×横357.1厘米 北京故宫博物院藏



【释文】

題濯清軒

春草綠芳洲，清江繞舍流。芹香低渚燕，波影媚沙鷗。風滯初聞笛，花藏罷釣舟。滄浪千古意，何處問巢由。

剡郡徐賁

【简介】

徐賁（1335～1393），字幼文，号北郭生，居吴（今江苏苏州）。

此页书法秀整端慎，清逸可爱，具唐楷古意。

魚沉水底浪痕圓 雁落秋空楚天碧  
疑是陽臺為雨歸 香汗氤氲蘭麝飛  
暗卜歡踪卜靈課 默無一語立斜暉

季迪題



# 【释文】

午夜深沉庭院悄，玉人梦醒闻啼鸟。松云重□宝钗斜，罗袜生香凤鞋小。莲花满路金步摇，六铢衣薄裁纹绡。破颜一笑生百媚，金屋何须贮阿娇。花妖羞□三思宅，嫦娥退缩无踪迹。鱼沉水底浪痕圆，雁落秋空楚天碧。疑是阳台为雨归，香汗氤氲兰麝飞。暗□欢踪卜灵课，默无一语立斜晖。 季迪题

# 【简介】

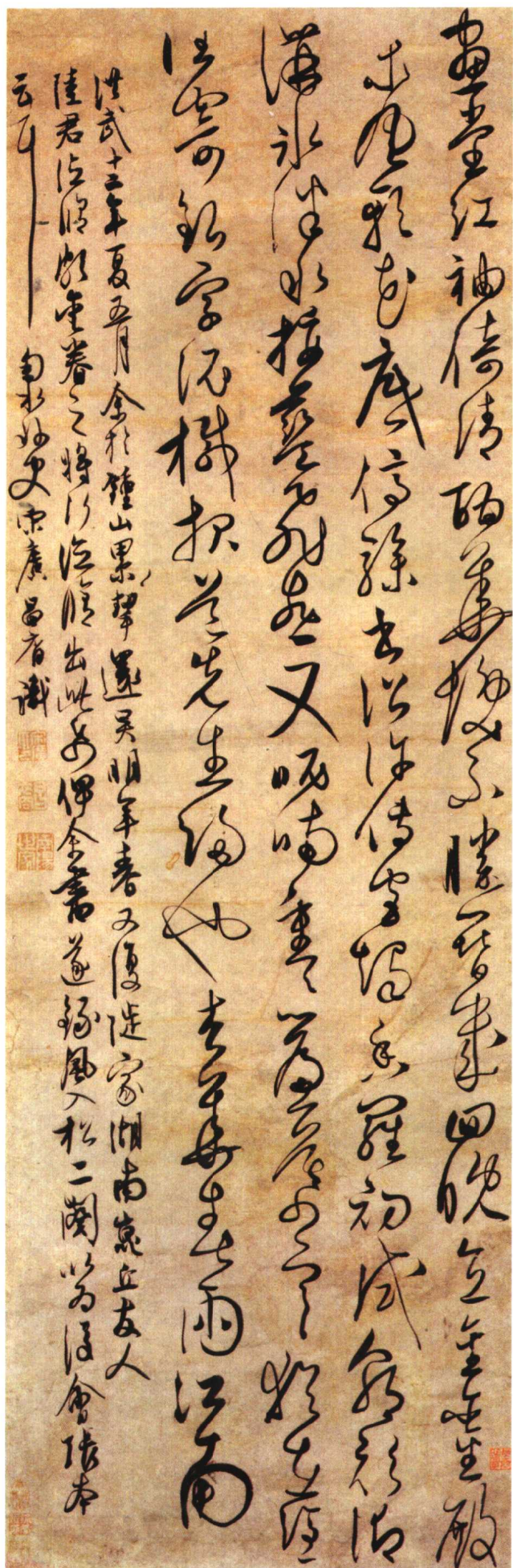
高启（1336～1374），字季迪，号槎轩，长洲（今江苏苏州）人。家北郭，与徐贲、宋克、张羽等卜居相近，号“北郭十友”，又称“十才子”。有文武才，博览群书，尤邃于史。元末隐居吴淞江之青丘，自号青丘子。

此页书法笔画圆转清劲，结体疏朗。《书史会要》称“启善楷书，飘逸之气，入人眉睫。”此帖亦极具斯人风采神韵。

题仕女图诗 明·高 启 纸本 行楷书 纵25.9×横43.4厘米 北京故宫博物院藏

午夜深沉庭院悄玉人夢  
醒聞啼鳥鬆雲重  
斜羅襪生香鳳鞋小蓮花  
滿路金步搖六銖衣薄裁  
絞綃破顏一笑生百媚金  
屋柯須貯阿嬌花妖羞  
三思宅常家退宿無從





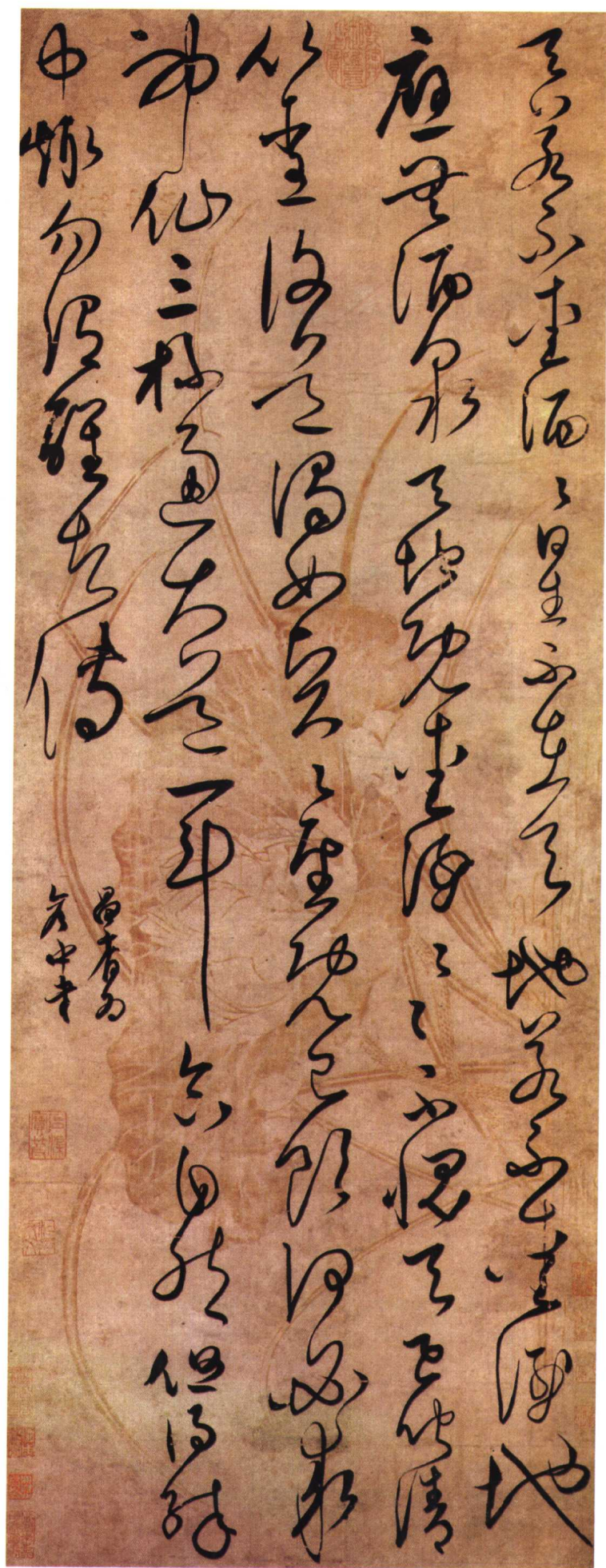
【释文】

画堂红袖倚清酣，华发不胜簪。几回晚直金銮殿，东风软，花底停骖。书诏许传宫烛，香罗初试朝衫。御沟冰泮水挼蓝，飞燕又呢喃。重重帘幕寒犹在，凭谁寄，银字泥缄。报道先生归也，杏花春雨江南。洪武十二年夏五月，余于钟山挈累还吴。明年春又复徙家湖南昆丘。友人陆君德修颇爱眷之，将行，德修出此纸俾余书，遂录《风入松》二阙，以为复会张本云耳。菊水外史宋广昌裔识

【简介】

宋广（生卒年不详），字昌裔，河南南阳人。曾任沔阳同知。擅画，亦擅行、草书。师法张旭、怀素，略变其体，笔法劲秀流畅，体势翩翩。与宋克、宋璉俱以善书知名，人称“三宋”。

此轴为宋广草书代表作，书于洪武十三年（1379），是送给友人陆德修的。

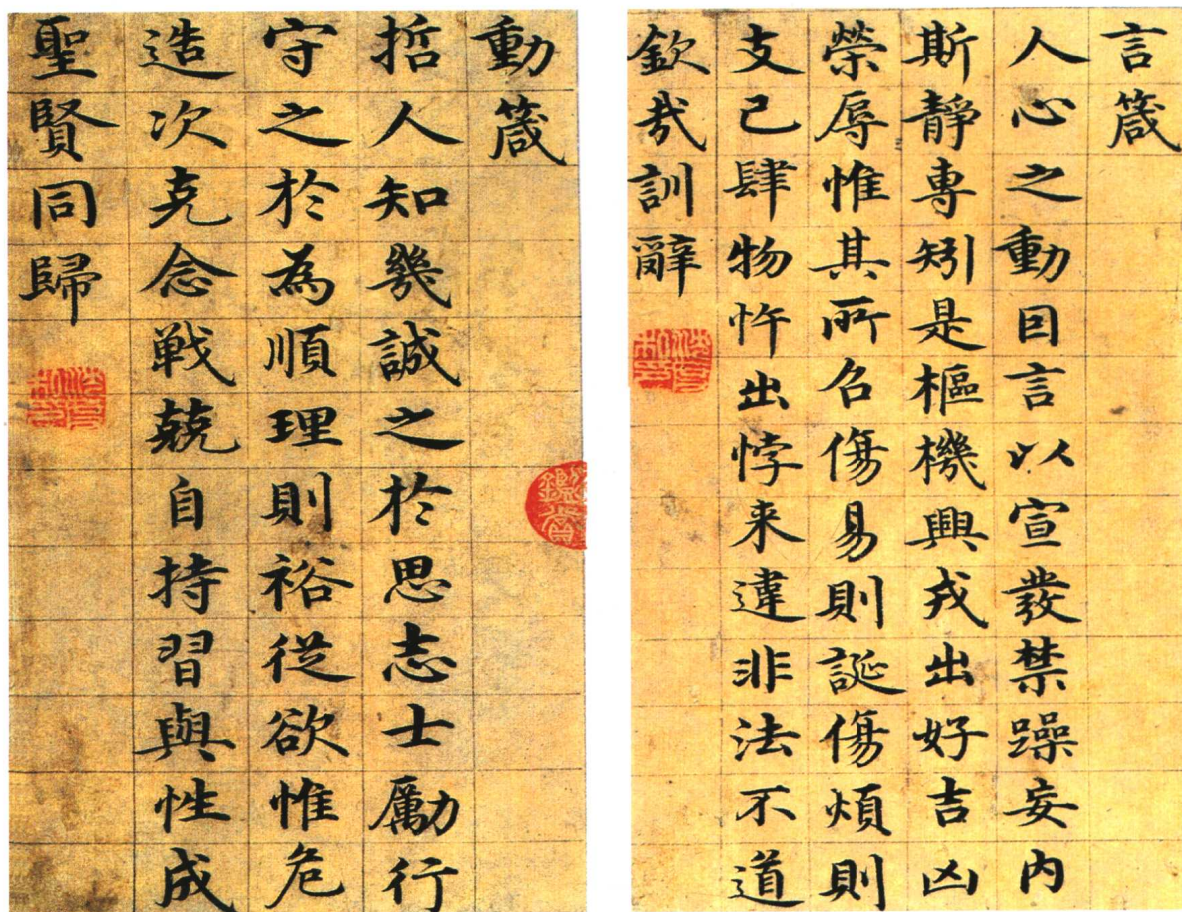


【释文】

天若不爱酒，酒星不在天。地若不爱酒，地应无酒泉。天地既爱酒，爱酒不愧天。正闻清比圣，复道浊如贤。贤圣斗合自然，但得醉中趣，勿谓醒者传。昌裔为彦中书。

【简介】

此轴书法笔画流利飞动，如行云流水。但线条多均匀圆婉，缺少直折与顿挫，故内蕴略显不足。



#### 【释文】

言箴：人心之动，因言以宣，发禁躁妄，内斯静专，矧是枢机，兴戎出好，吉凶荣辱，惟其所召，伤易则诞，伤烦则支，已肆物件，出悖来违，非法不道，钦哉训辞。

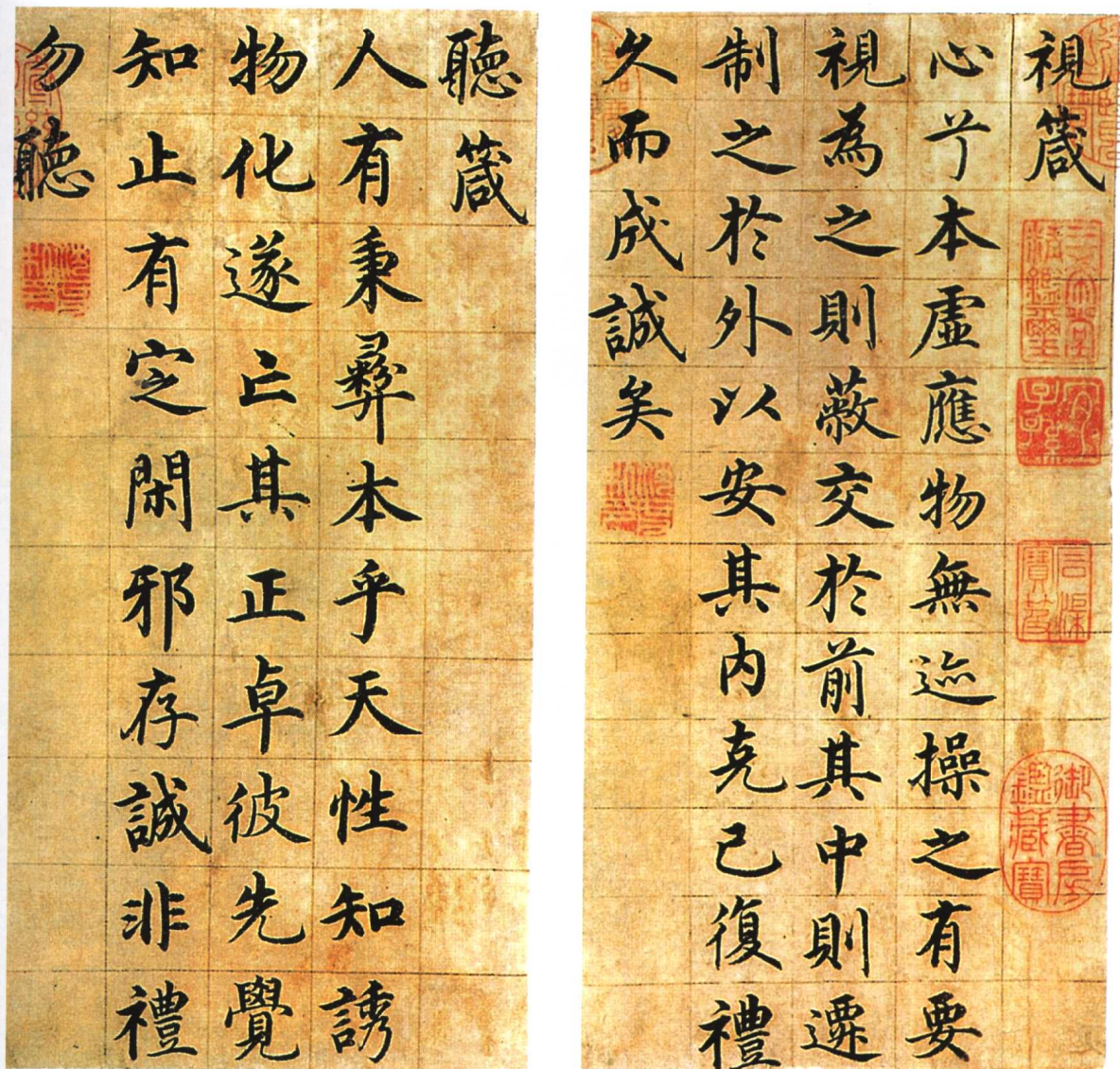
动箴：哲人知几，诚之于思，志士励行，守之于为，顺理则裕，从欲惟危，造次克念，战兢自持。习与性成，圣贤同归。

#### 【简介】

沈度（1357~1434），字民则，华亭（今上海松江）人。性敦厚，工书法，善篆、隶、真、行书，尤精楷书。书风婉丽端秀，圆润平正，被称为“台阁体”。

《四箴》包括“视箴”、“听箴”、“言箴”、“动箴”，阐发儒家正统礼教思想，规范人的言行举止。

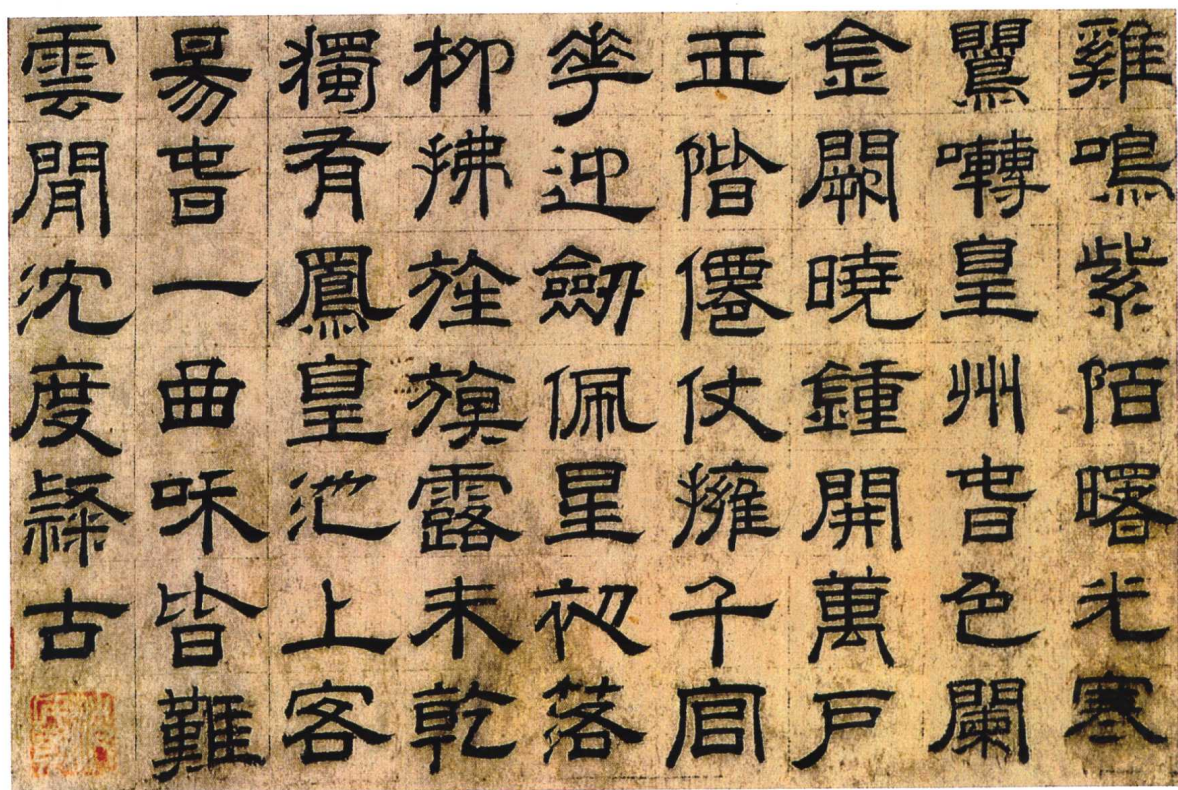
此页以乌丝界栏，楷法紧劲道丽，极具唐人法度。



【释文】

視箴：心兮本虛，應物無迹，操之有要，視為之則。蔽交於前，其中則遷。制之於外，以安其內。克己復禮，久而誠矣。

聽箴：人有秉彝，本乎天性，知誘物化，遂亡其正，卓彼先覺，知止有定，閑邪存誠，非禮勿聽。



【释文】

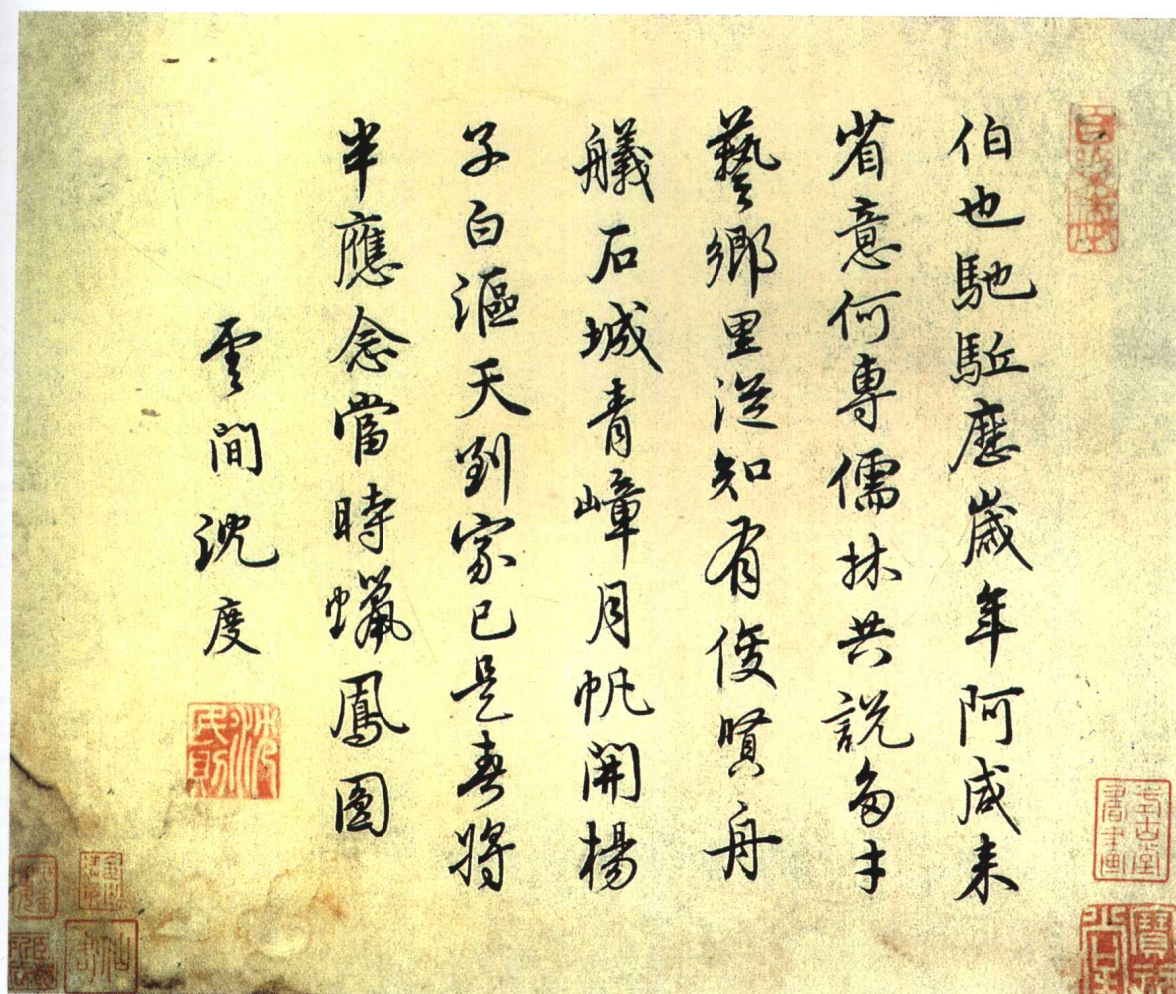
鸡鸣紫陌曙光寒，莺啭皇州春色阑。金阙晓钟开万户，玉阶仙仗拥千官。花迎剑佩星初落，柳拂旌旗露未乾。独有凤凰池上客，阳春一曲和皆难。

云间沈度隶古

【简介】

沈度擅长隶书，但传世作品稀少。此帖结体方整，用笔少波磔与回转，体势笔法更接近楷书，具有唐隶的特征，但略显厚重呆板。

隶书七律诗 明·沈度 纸本 隶书 纵23.2×横34.2厘米 北京故宫博物院藏



【释文】

伯也驰驱历岁年，阿咸来省意何专。儒林共说多才艺，乡里从知有俊贤。舟舫石城青嶂月，帆开杨子白漚天。到家已是春将半，应念当时蜡凤圆。 云间沈度

【简介】

此帖笔法仍以“台阁体”为基调，端妍润丽，亦仿米芾笔意，结字欹斜，遂成紧劲清健之势。

行书七律诗 明·沈 度 纸本 行书 纵24.5×横29.2厘米 北京故宫博物院藏