

書法學習必讀

必	書
讀	法
續書法圖解 榮自題  	學 習

書 法 學 習 必 讀

著解者： 邓 散 木
出版者： 人民美術出版社
北京東總布胡同10号
印刷者： 工人出版社印刷厂
發行者： 新华書店北京發行所
經售者： 全 国 新 华 書 店

北京市書刊出版業營業許可證出字第004号

1958年11月第一版第一次印刷

1960年3月第二版第二次印刷

开本：787×1092毫米 1/25 印張：5 3/5

印數：5,110—10,810 統一書號：8027·3214

定價：0.72元

再版說明

這本書是二九五六年二月出版的，初稿雖經再三修改，但出版後細心校讀，仍然發現不少錯誤，如有些譯文與原文意義有出入，有些詞彙沒有能譯成現代語，讀者看了仍不明白，有些圖例舉引得不盡恰當，也有些應附圖例而沒有附上的，諸如此類，不一而足。現趁再版機會，從頭校核一過，作了大量的刪改和補充，比起初稿來似乎完整了些，但還不能保證沒有錯誤共漏，仍望讀者不吝批評指教，以便繼續改正。

在刪改過程中，承老友白蕉遠道提供不少寶貴意

見，附此誌謝。

叢
記



一九五九年十二月

引言

中國書法，是東方特有的民族藝術，幾千年來，我國歷史上湧現出許多許多有名的書法家，同時也產生了不少有關書法理論和學習方法的名著。但在這些著述裏，很多把書法說成十分神祕，令人看了莫明其妙，甚至望而生畏。至於真正有深入體會，言之有物，具體系統，切合實際，有益後學的具有代表性的著作，我認為有兩篇是特別值得提出的：一篇是唐代孫過庭的書譜序，一篇是宋代姜白石的續書譜。

孫過庭的書譜序，對書法的源流、派別，書法家

的主客觀條件的影響關係等，都作了概括的敘述和分析。雖然六篇書譜原文早已散佚，僅存這篇序文，但千餘年來，它在書法歷史上，卻一直據有崇高的評價。不過這篇序文，是用駢文體裁寫的，文字比較艱深隱晦，不是一般讀者所易理解。消化。姜白石的續書譜，則是用通俗的散文格調，將書譜序的精意歸納起來，作了具體介紹，再結合自己的實踐，對真行草書的書寫和學習方法、技巧，以及用筆、用墨、結體、臨摹等各方面，都作了科學分析，還列舉許多例子來作說明，說理淺顯，不作高論。它不但不是一般的理

論文章，而且在一定程度上它還彌補了書譜序的「言之不詳」的缺憾。

遠在十多年前，我就想到像這樣一篇好文章，如能替它作出圖解，作為一本學習書法的導游手冊，對學書的人們來說，一定會有很大幫助。我的意思：第一，續書譜雖較通俗，但總是文言文，不同於口頭語，可能有些地方非一般讀者所能接受，所以應該將它全部譯成現代語，附在原文後面。其次，原文所引許多人名帖名以及古人成說，專門詞彙，對書法沒有相當研究的人讀了，也可能無法領會，應該分別注釋，說明出處或其意

義。其三，有關各家書法的評介，連筆的方法，字形的結構以及其他例子，只有文字而無圖表，還嫌不夠醒豁，也應儘可能酌附原跡或畫成圖例，以作參證。可惜當時我鼓不起這勇氣來做，以致遲々久之，未能實現。

十多年後的今天，在「百花齊放，百家爭鳴」的聲名下，中國書法這朵藝術之花，已在重新發芽，只須不斷的澆灌培植，不久的將來就會開花結實。這情況給我以莫大鼓舞，使我重新發興，動起手來，居然在很短的時間內，一鼓作氣完成了這工作。

這本書為了適應愛好書法和有意提高書寫技

巧的讀者們參攷學習，所以文字力求通俗易曉，圖例力求明白淺顯。不過閉門造車的我，限於自己對書法藝術的知識水平，錯誤亥漏，知所不免，還請

讀者批評指正

一九五七年六月 鄧 繫 記於北京真武廟樓居



附：原文作者簡介

姜夔，字堯章，江西鄱陽人。曾隱居浙江吳興的武康縣，與白石洞天為鄰，故自號白石道人，又號石帚。他精音律，工詩詞，是南宋時傑出的詞家，他的詞曲，極為後世推崇，甚至被稱為詩家的杜工部，書家的王右軍。著作有白石道人詩詞集、白石道人歌曲、絳帖評、續書譜、六樂議、琴瑟攷等。

書法學習必讀

續書譜

宋·姜夔撰著

鄧散木圖解

○總論

真[三]、行、草書之法，其源出於蟲篆[三]、八分[三]、飛白[四]、章草[五]。

真書、行書、草書的筆法，都淵源於篆書、八分、飛白、章草。

圓勁古澹（淡），則出於蟲篆；

圓勁古樸的地方，出自篆書；



金文



籀文



小篆

篆書

點畫波發，則出於八分；

點畫飛動的地方，出自八分；



八分

轉換向背，則出於飛白；

轉鋒換筆，有向有背，那是出自飛白；



飛白

宋王臨書靈巖道場
四字中的「巖場」二字

簡便痛快，則出於章草。

簡單方便，直捷痛快，那就出自章草。

第一 章草

然而真、草與行，各有體制，歐陽率更〔三〕、顏平原〔七〕、輩以真爲草；李邕〔八〕、李西臺〔九〕輩以行為真。

然而不論真書、草書和行書，各人有自己的體制，如歐陽詢、顏真卿他們是用真書的筆法來寫草書的；李邕、李建中他們是用行書的

筆法來寫真書的。

孔懷兄弟同氣連枝
交友投分切磨義現
仁者位地造以弗離
其家願已製涉匪輕

「……孔懷兄弟，同氣連枝，交友投分，切磨
歲規。仁慈隱惻，造次弗離，節義廉退，
顛沛匪（非）虧。……」

歐陽詢草書千字文

登高望天山
 白雪正崔嵬
 入陣破驕

顏真卿草書將軍詩

「……登高望天山，白雪正崔嵬，入陣破驕（虜）……」