

書論精粹

王羲之書論

王右軍東晉書家字逸少原籍山東琅琊
將軍故有右軍之稱也早歲從衛夫人學書
博采衆長精研各體草書師法張芝真書得
樸質淳古之書風創妍美流便之今體評者
多出自然故其書跡為歷代所寶影響之深

編輯部編

夫書者玄妙之伎也若非通人志士
思余覽李斯等論筆勢及鍾繇

錦綉中華硬筆書法

中國硬筆書法

故叙論筆勢平正安穩先須用筆有偃有



似鵠頭或如籀隸或近八分或如蟲食
書論精粹
或如隸食
或如水

短正良主編或類篆
謝非墨書寫



年出版

(京) 新登字 083 号

责任编辑: 常 成

封面设计: 詹良善

书 论 精 粹

王正良主编 谢非墨书写

*

中国青年出版社出版 发行

社址: 北京东四 12 条 21 号 邮政编码: 100708

浙江省嘉兴市印刷厂印刷

浙江省新华书店发行 各地新华书店经销

*

850×1168 1/32 5 印张

1991 年 12 月北京第 1 版 1991 年 12 月第 1 次印刷

印数 1-17, 000 册 定价 3.90 元

ISBN 7-5006-1053-X / G · 220

目 录

蔡邕笔论	一	李世民笔法诀	二七
蔡邕九势	二	李世民论书	三一
卫铄笔阵图	三	李世民指意	三一
王羲之书论	七	李世民王羲之 传论	三三
王羲之题卫夫人 笔阵图后	十	孙过庭书谱	三五
王僧虔笔意赞	十三	苏子瞻诗题王右 军帖	五二
欧阳询传授诀	十四	苏子瞻论书	五三
欧阳询用笔论	十五	黄庭坚论书	五六
虞世南书旨述	十八	米南宫诗跋褚遂 良模兰亭序	六三
虞世南笔髓论	二一	米芾海岳名言	六四
叙体	二二		
辨应	二二		
		指意	二二
		释真	二三
		释行	二四
		释草	二四
		契妙	二六

黄庭坚诗戏米元章

二首

七一

情性

八六

姜夔续书谱

七二

书丹

八七

真书

七三

陆放翁诗醉中草书

因戏作此诗

八七

真书用笔

七四

董其昌画禅室随笔

八八

草书用笔

七五

论用笔

八八

用笔总论

七七

评书法

九三

用墨

七九

李太白诗赞王右军

一〇五

行书

七九

刘熙载艺概节选

一〇六

临摹

八〇

叙

一〇六

血脉

八二

书概节录

一〇七

方圆

八三

康有为广艺舟双楫

向背

八三

节录

一三一

位置

八四

缀法第二十一

一三二

疏密

八四

学叙第三十二

一四三

风神

八四

论书绝句第二

一四九

迟速

八五

十七

笔势

八五

書論精粹

蔡邕筆論

蔡邕東漢文學家書法家字伯喈陳留圉人靈帝時為議郎等官董卓滅後為王司徒捕死獄中通經史音律天文善辭章工篆隸尤長漢隸見其書體勢工整點畫俯仰自然多變有骨氣洞達東有神之稱在當時及後世影響極大漢熹平四年興堂經典等篇定六經部分由蔡邕書丹上石立太學門外世稱熹平石經

書者散也欲書先散懷抱任情恣性然後書之若迫於事雖中山兔毫不能佳也夫書先默坐靜思隨意所適言不出口氣不盈息沉密神彩如對至尊則無不善矣為書之體須入其形若坐若行若飛若動若往若來若臥若起若愁若喜若蟲食木葉若利劍長戈若強弓硬矢若水火

若雲霧若日月縱橫有可象者方得謂之書矣

蔡邕九勢

夫書肇於自然自然既立陰陽生焉陰陽既生形勢出矣藏頭護尾力在字中下筆用力肌膚之麗故曰勢來不可止勢去不可遏惟筆軟則奇恠生焉

凡落筆結字上皆覆下下以承上使其形勢遞相映帶
無使勢背

轉筆宜左右回顧無使節目孤露

藏鋒點畫出入之跡欲左先右至回左亦爾
藏頭圓筆屬紙令筆心常在點畫中行

護尾畫點勢盡力收之

疾勢出於啄磔之中又在豎筆緊擢之內

掠筆在於擢鋒峻擢用之

澁勢在於緊駢戰行之法

橫鱗豎勒之規 此名九勢得之雖無師授亦能妙合古

人須翰墨功多即造妙境耳

書論精粹

衛鑠筆陣圖

衛夫人東晉女書法家字茂漪河東安邑人汝陰太守李矩之妻衛恒之從女也工書尤善漢碑師法名家鍾繇可妙傳其法王右軍少時曾從她學書此筆陣圖流傳甚廣或疑為王右軍所撰今姑存其舊仍列衛夫人所作

夫三端之妙莫先乎用筆六藝之奧莫重乎銀鉤管秦丞
相斯見周穆王書七日興嘆患其無骨蔡尚書邕入鴻都
觀碣十旬不返嗟其出羣故知達其源者少闇於理者多
近代長來殊不師古而緣情棄道才記姓名或學不該瞻
聞見又寡致使成功不就靈費精神自非通靈感物不可
與談斯道矣今刪李斯筆妙更加潤色總七條並作其形
容列事如左貽諸子孫永為模範庶將來君子時復覽焉
筆要取崇山絕仞中兔毫八九月收之其筆頭長一寸管長五
寸鋒齊腰強者其硯取煎涸新石潤澁相兼浮津耀墨
者其墨取廬山之棗烟代麝之底角膠十年呂上強如石者

為之紙取東陽魚卵雲柔滑淨者凡學書先學執筆若
真書去筆頭二寸一分若行草書去筆頭三寸一分執之下筆點
畫波撇屈曲皆須盡一身之力而送之初學先大書不得從
小善鑒者不瀉善寫者不鑒善筆力者多骨不善筆力者
多肉多骨微肉者謂之筋書多肉微骨者謂之墨猪多力豐
筋者聖無力無筋者病一從其消息而用之

一如千里陣雲隱然其實有形

、如高峰墜石磕然實如崩也

ノ陸斷犀象

、百鈞弩發

一萬歲枯藤

乙芴浪雷奔

丁勁弩筋節

右七條筆陣出入斬斫圖執筆有七種有心急而執筆
緩者有心緩而執筆急者若執筆近而不能緊者心手
不齊意後筆前者敗若執筆遠而急意前筆後者勝
又有六種用筆結構圓備如篆法飄颻灑落如章草凶
險可畏如八分窈窕出入如飛白耿介特立如鶴頭鬱拔
縱橫如古隸然心存要曲每為一字各象其形斯造妙矣
書道畢矣永和四年上虞制記

書論精粹

王羲之書論

王右軍東晉書家字逸少原籍山東琅瑯臨沂久居浙江會稽山陰官至右軍將軍故有右軍之稱也早歲從衛夫人學書後多見前代名家法書遂潛心改跡博采衆長精研各體草書師法張芝真書得鍾繇之精髓增損古法二變漢魏樸質淳古之書風創妍美流便之今體評者皆曰右軍之書各體兼善千種風情純出自然故其書跡為歷代所寶影響之深遠豈可稱書聖也

夫書者玄妙之伎也若非通人志士學無及之大抵書須存思余覽李斯等論筆勢及鍾繇書骨甚是輕恐子孫不記故叙而論之夫書字賢平正安穩先須用筆有偃有仰有敔有側有斜或小或大或長或短凡作一字或類篆籀或似鵝頭或如散隸或近八分或如蟲食亦葉或如水

中科蚪或如壯士佩劍或侶婦女纖麗欲書先構筋力然後裝束必注意詳雅起發綿密疎闊相間每作一點必須懸手住之或作一波抑而後曳每作一字須用數種意或橫畫似八分而發如篆籀或豎牽如深林之喬木而屈折如鋼鈎或上尖如枯樺或下細若針芒或轉側之勢侶飛鳥空墜或棱側之形如流水激來住一字橫豎相向作一行媚媚相成第一須存筋藏鋒滅迹隱端用尖筆須落筆濕成毋使豪露浮怯舉新筆爽若神即不求於點畫瑕玷也為一字數體俱入若住一紙之書須字字意別勿相同若書畫紙用強筆若書強紙用弱筆強弱不等則蹉

跌不入凡書貴乎沈靜令意在筆前字居心後未住之始
結思成矣仍下筆不用急故須遲何也筆是將軍故須遲
重心欲急不宜遲何也心是箭鋒箭不欲遲則中物不入
夫字有緩急一字之中何者有緩急至如鳥字下手一點
點須急橫直即須遲欲鳥之急腳斯逼取形勢也每畫
欲十遲五急十曲五直十藏五出十起五伏方可謂書若直筆
急牽裹此暫視似畫久味無力仍須用筆著墨下過三
分不得深浸毛弱無力墨用采節同研久不動彌佳矣
書論一篇載于朱長父墨池編等書各本互有出入

此據佩文齋書畫譜卷五選入

王呈敷之題衛夫人筆陣圖後

右軍此文一位筆陣圖後書說據宋陳思書苑菁華卷一選入筆陣圖舊題晉衛夫人撰唐人孫過庭書譜中疑為右軍所製唐時原附執筆圖後張彦遠之法書要錄始題衛夫人位宋朱長文輯墨池編又以此為右軍作題之為書論及至陳思輯書苑精華篇再復臣為衛夫人位自後各家著錄遂無異也近人龍游余紹宋書畫錄題臣為其述六朝人所偽托殆無可疑佐偽者或題為衛夫人或題為王右軍各本編後俱附載右軍題後一篇其文亦甚凡近就此書詞氣觀之當亦六朝時人所依托

夫紙者陣也筆者刀稍也墨者鍔甲也水硯者城池也心意者將軍也本領者副將也結構者謀略也颺筆者吉凶也出入者號令也屈折者殺戮也夫欲書者先乾研墨凝神靜思預想字形大小偃仰平直振動令筋脉相連意在筆前然後作字若平直相似狀如算子上下方整前後齊平便不是

書但得其點畫耳晉宋翼常作此書翼是鍾繇弟子
繇乃叱之翼三年不敢見繇潛心改迹每位一波常三過
折筆每位一點常隱鋒而為之每位一橫畫如列陣之排
雲每作一戈如百鈞之弩發每位一點如高峰墜石如屈
折鏐鉤每位一牽如萬歲枯藤每位一放縱如泛行之趣
驟翼先來書惡晉太康中有人於許下破鍾繇墓遂
得筆勢論翼讀之依此法學書名遂大振欲真書及
行書皆依此法若欲學艸書又有別法須緩煎急後字
體形勢狀如龍蛇相鉤連不斷仍須梭側起伏用筆亦
不得使齊平大小等每作一字須有點處且位餘字總竟

然後安點其點須空中遙擲筆住之其草書亦復須篆
勢八分古隸相雜亦不得急令墨不入紙若急住意淺思
薄而筆即直過惟有章艸及章程行狎等不用此勢但用
擊石波而已其擊石波者缺波也又八分更有一波謂隼尾
波即鍾公太山銘及魏文帝受禪碑中已有此體夫書先
須引入八分章艸於隸字中發人意氣若直取俗字則不能
先發予少學衛夫人書將謂大能及渡江北游名山見李斯
曹喜等書又之許下見鍾繇梁鵠書又之洛下見蔡邕石經
三體書又於從兄洽處見張昶華嶽碑始知學衛夫人書
徒費年月耳遂改本師仍於眾碑學習焉時年五十一有三

恐風燭奄及聊遺教於子孫耳可藏之石室勿傳非其人也
書論精粹

王僧虔筆意贊

王僧虔南朝齊書法家山東琅玕臨沂人王導五世孫自稱其曾祖洽曾與右軍論書法其從祖珉筆力過於子敬故書法得家傳也初仕宋累官尚書令入齊遷侍中謚簡穆喜文史善書律書書評謂其夾三皆有一種風流氣骨孝武帝欲擅書名僧虔不敢暴露其能常用拙筆佐書臣此見容齋太祖嘗與賭書軍問曰誰第僧虔曰臣書臣中第一陛下書帝中第一太祖笑曰卿可謂善自為謀矣

書之妙道神彩為上形質次之兼之者方可紹於古人以斯言之豈易多得必使心忘於筆手忘於書心手達情書不忘想是謂求之不得考之即彰迥為筆意贊曰刻紙易墨心圓管直漿深色濃萬毫齊力先臨告誓次寫黃