

國學基本叢書

書法正傳

馮武編

商務印書館發行

書法正傳

翰林要訣

目錄

第一 執筆法

指法 擲 壓 鈎 揭 抵 拒 導 送

腕法 枕腕 提腕 懸腕

手法

變法 撮管 撇管 捻管 握管

第二 血法

蹲 駐 提 捺 過 搶 衄

第三 骨法

提 縱

第四 筋法

字法 藏 度

指法

第五 肉法

字法滿捺 飛揭

附用筆分數

通論紙墨硯

第六 平法

偃仰 平勒

第七 直法

垂露 懸針 鄉背 努 儼

第八 圓法

點側 散水 聯飛 烈火 曾頭 其脚 挫打

攀啄 掠 背攀 鄉摩

捺波 拔 連 磔

策

趯打勾 趯下 挑 背拋 大背拋 戈提

勾 勾裏 勾努 雙包 雙裏

方平方 飛方

第九 方法

八面 九宮 結構 均方

第十 分布法

布方 映帶 變換 體樣

字閒 行白 篇段

第十一 變法法

情氣 形勢

第十二 法書

真行 草 諸帖

至正二年冬余聞汪延年得書法于金谿陸氏遂從戴尙文處傳鈔之惜其凡例尙淆點畫多繆既改而正之矣乃作目錄一篇以條理之其點畫則識之於各目云歛朱昇題

第一 執筆法

衛夫人云真書去筆頭一寸二分。或作二寸一分。行草去筆頭二寸一分。或作三寸二分。

撥鐙法李後主得之陸希聲。希聲所傳於晉光者止五字。後主更益二字曰導送。謂之七字訣。

【擗】大指骨上節下端用力。欲直如提千鈞。擗。烏叶反。

【壓】捺食指著中節旁。此上二指主力捺手按。

【鉤】中指著指尖。鉤筆令向下。

【揭】名指著指爪肉之際。揭筆令向上。

【抵】名指揭筆。中指抵住。

【拒】中指鉤筆。名指拒定。此上二指主運轉。

【導】小指引名指過右。

【送】小指送名指過左。此上一指主來往。

右名撥鐙法。撥者筆管著中指名指尖。令圓活易轉動也。鐙即馬鐙。筆管直。則虎口閒空圓如馬鐙也。足踏馬鐙淺。則易出入。手執筆管淺。即易撥動也。

右指法

【枕腕】以左手枕右手腕而書之。

【提腕】肘著案而虛提手腕而書之。鈍吟云此法好。

【懸腕】懸著空中而書之。最有力。

枕腕以書小字。提腕以書中字。懸腕以書大字。行草卽須懸腕。懸腕則筆勢無限。否則拘而難運。今代惟鮮于卽中善懸腕。書問之。輒瞑目伸臂曰。膽膽膽。

右腕法

唐太宗曰。大凡學書。指欲實。掌欲虛。管欲直。心欲圓。又曰。腕豎則鋒正。鋒正則四面勢全。次實指。指實則筋力均平。次虛掌。掌虛則運用便易。簡緣云。管直則心圓。

右手法

【撮管】以撥鐙指法撮管頭。大字草書宜用。書壁尤宜。

【撥管】以大指小指倒垂執管。撥三指攢之。就地書。大幅屏障。

【捻管】以大指與中三指捻管頭。書之側立案左。書長幅釣字。捺乃叶反。

【握管】四指中指節握管。沈著有力。書誥敕榜疏。

右變法

第二 血法

【蹲】七分三折管直。心圓。

【駐】七分力到水聚。

【提】三分大指下節骨竦水下。

【捺】九分力滿。

【過】十分疾過。

【搶】各有分數圓蹲直搶偏蹲側搶出鋒空搶。

【趯】三分三搖筆殺力。

字生於墨墨生於水水者字之血也筆尖受水一點已枯矣水墨皆藏於副毫之內蹲之則水下駐之則水聚提之則水皆入紙矣捺以勻之搶以殺之補之趯以圓之過貴乎疾如飛鳥驚蛇力到自然不可少凝滯仍不得重改。

簡緣云此專對水墨說用筆之際自然有此七字在筆下非謂何筆爲蹲何筆爲駐也。

第三 骨法

【提】竦大指下節骨下端提尾駐飛。

【縱】和大指下節骨下曰蹲首駐捺趯過。

字有骨爲字之骨者大指下節骨是也提之則字中骨健矣縱之則字中骨有轉軸而活絡矣提者大指下節骨下端小竦動也縱者骨下節轉軸中筋絡稍和緩也。

簡緣云此專對骨說提之則骨健縱之則骨活動非謂何筆爲縱何筆爲提也。

第四 筋法

【藏】首尾蹲搶。

【度】中間空中飛度。

字之筋筆鋒是也。斷處藏之。連處度之。藏者。首尾蹲搶是也。度者。空中虛打勢。飛度筆意也。○鈍吟云。解藏度二字。則無死筆。活處在筋也。又云。一畫亦要藏度。不專是斷處聯屬。簡緣云。一行亦有藏度。一幅亦有藏度。不悟此二字。唐人所謂善書手而已矣。

右字法

中指下貫上。左貫右。筆中柔。

名指上貫下。右貫左。筆中韌。如脊反。

右指法

第五 肉法

【滿捺】

【飛提】

字之肉。筆毫是也。疎處捺滿。密處提飛。平處捺滿。險處提飛。捺滿卽肥。提飛則瘦。肥者毫端分數足也。瘦者毫端分數省也。水太漬則肉散。太燥則肉枯。乾研墨。濕點筆。濕研墨。乾點筆。墨太濃則肉滯。太淡則肉薄。粗則多累。積則不勻。

簡緣云。今人課以墨重輕爲肉之肥瘦。○又云。此專對字之肉講。非謂何筆爲滿捺。何筆爲飛提也。

右字法

【筆】字一寸，蹲七釐，提五釐，捺九釐，畫一分，以是爲率。清勁遞減三釐。初學提活，蹲輕，則肉圓；老成提緊，蹲重，則肉趯趯。○右軍云：用筆著墨，不過三分，不得深浸。深浸則毫弱無力。○鈍吟云：如萬歲枯藤，趯趯也。徐季海筆在畫中，力出字外，用此也。

【紙】強弱有分數。筆力臨時斟酌用之。右軍云：紙剛用軟筆，紙柔用硬筆。純剛如錐畫石，純柔如泥印泥。旣不圓暢，神格亡矣。書石同紙剛例，蓋相得也。

【墨】磨墨之法，重按輕推，遠行近折。○不得用硯池水，令墨滯筆，以新汲水臨時用之。○凡書不得自磨墨。

【硯】池寬面細，每夕一洗，則水墨調勻，血肉得所。

書學指南云：夫論墨之佳，曰輕堅黝黑，入硯無聲。又曰其堅如玉，其文如犀。又曰續綵奮發，論硯之佳。曰秀潤玉質，論筆曰長而不勁，不如勿長；勁而弗圓，不如不勁。論紙之佳，曰不能澄心堂薛濤江，亦必堅薄白滑，純柔光澤者。若粗厚鬆灰者，不惟損筆，亦能壞字。凡此皆至理也。善書者知之。

右用筆分數，并論筆紙墨硯。

第六 平法平者，橫畫也。

【偃】首搶下，尾搶上。○蹲鋒自駐，力到疾提，力滿微捺，力盡回鋒。
【仰】首搶上，尾搶下。○蹲鋒自駐，力到微捺，力滿疾提，力盡回鋒。

【平】首搶平。尾搶平。○蹲鋒自駐。力到疾過。力盡回鋒。

【勒】上平。中仰。下偃。空中遠搶。以殺其力。如勒馬之用韁也。凡尾提處。觀其筆燥濕如何。燥則駐蹲捺。而實搶以補之。其次蹲而不捺。其次駐而不蹲。其次提而不駐。即實搶之。濕則提起。即空搶可也。

簡緣云。已上三法。俱是勒勢。非謂另是一筆也。

翰墨良規云。凡平畫忌如簣子。終篇展玩。不見橫畫。始是書法。○鈍吟云。八字最妙。

第七 直法直者。豎畫也。

【垂露】首搶上。尾搶下。分四停。各半之。○如露之欲垂而復縮。

【懸針】首搶上。尾搶下。空出。分三停。上二下一。○筆欲正。自上而下。如長針垂。

簡緣云。將欲縮鋒。引而伸之。須要首尾相等。但鋒尖耳。不可如鼠尾。又按古人祇有垂露一法。懸針始於蘭亭年字。後人遂以爲法。又按豎畫祇有垂露。懸針兩筆。其餘皆言其意。意以立法。教後人也。

【鄉】首搶左上。右。右。上。左。尾搶左上。上。左。右。上。右。偏蹲偏駐。側搶側過。分五停。上二下二。○鄉筆貴和。

【背】首搶左上。左。右。上。右。尾搶左上。上。右。上。左。偏蹲偏駐。側搶側過。分五停。上二下二。○背筆貴峻。

【努】首搶右。築鋒。尾搶上。左。衄。趯。趯出。分七停。上一下一。藏趯亦可。○努須凸胸而出。不可直。直則無力。

○太宗云。爲豎必努。貴戰而雄。

簡緣云。凡豎畫起手不用力。雖極短亦不直。故頭向右。用筆稍駐而下行。中自然凸出。又云。直畫從發筆用力。則中間微凸而出。如申字中豎。則努而懸針也。事字中豎。則努而隨趯出也。鄉則努而鄉也。背

則努而背也。非另有一筆。

【儻】首搶中心。上出字分盡處。空中落下。畫分盡處蹲之。尾搶上。出空中。力盡止。垂露懸針。鄉背努等筆。皆有之。肥瘠以字分爲稱。長短隨偏傍所宜用。

簡緣云。尙嘗等字中豎用之。

第八 圓法

【側】點之變無窮。皆帶側勢。蹲之。首尾相顧。自成三過。筆有偃仰向背。飛伏立等勢。柳葉鼠矢蹲鷗栗子等形。

【散水】上側中偃。下仰。橫二停。從四停。上內一。中外二。下自外四。至內三。

【聯飛】四點相隨。偃前以後。橫○鈍吟云。起偃橫煞。

簡緣云。此說起止兩筆。

【烈火】外相向而偃。內相隨而仰。

簡緣云。外者言外兩筆。內者言內兩筆。

【曾頭】對向。貴從上開下合。

【其脚】相背。貴橫上合下開。

【挫】因前筆輟出。或上或下。或左或右。皆輟法也。

【打】提鋒空中打下。乃點法之長者。

【啄】點首擊尾。左出微仰如鳥啄之啄物。

【掠】點首擊尾。右出微仰如篋之掠髮。○鈍吟云：此乃斜懸針而未鋒飛起，宜出鋒處送筆，力到而勻，不可半途擊出，則無力而瘦弱。

【背擊】首圓蹲過，作懸針法左出。

【鄉擊】首偏蹲右，顧左轉作鄉，擊尾懸針左出，如手前後擊物。

【波】從波五停，首一中三尾一橫波五停，首一中二尾二。大體作仰畫不蹲，以鋒傍裏空蹲，三面力到，順指欵下，力滿微駐，仰出三過筆中，又有三過如水波之起伏也。

簡緣云：波者磔也。今謂之捺也。或曰微直曰磔，橫過曰波。

【磔】偏蹲偏駐，疾過緩出，首尾自藏，須先作上啄取勢，如裂帛，力在裂外。○勢盡不可使出，須駐筆而後放。○唐太宗云：磔者不徐不疾，去欲復駐而去之也。

【拔】先作左擊，飛筆側打鋒，不蹲順勢欵下，力滿微駐，仰出三過筆，如手拔物。

簡緣云：人入等字小捺也。

【遶】上點如右足立，定取力下屈如右股三折取勢，下拔如右足之遶溝壑。

簡緣云：是也。赤角反。

【策】重提輕蹲，圓鋒左出，勢盡仰收，如鞭之策馬，力在著物處。○又曰：仰筆趨鋒，輕擡而進，簡緣云：短畫也。法應上仰用之，其天夫馬之類是也。

【打勾】右打反趯抱腹。

【趯下】前筆末蹲鋒提趯抱身貴短如足趯物。

【挑】右背僂仰勒反趯趯貴抱腹而清。

簡緣云。豎趯曰趯。橫趯曰挑。

【背拋】鄉僂仰勒反趯。趯貴寬圓。或仰背僂。或作垂露平。或作懸針平。或作圓趯。如背手拋物。○此名外略法。

簡緣云。乚是也。

【大背拋】仰勒衄左努挑。或偃勒衄。右背拋。長短屈伸各隨字形。○此名薑毒法。

簡緣云。乚是也。

【戈提】空中斫下勢盡。或仰趯抱身。或收趯歸腹。或反趯向左。大體如向右豎。而左右顧盼。反趯之勢欲飛。有斫戈有築戈有反戈有飛戈。○鍾繇折芒勢。裁字。虞智禿出勢。歐陽蘭臺借勢。

【勾裏】偃勒鄉僂趯。或仰勒背僂趯。用於罔岡白田等字。

【勾努】勒努趯。或偃鄉。或仰背。用於均勻勿旬等字。

【雙包】左先作鄉擊。擊尾停筆取勢。飛筆隨勢包擊勢。僂打開對。擊首打背。隨勒尾。平擊尾。

簡緣云。風鳳凡凡等字是也。

【雙裹】法與雙包同。但自擊首偏蹲取勢。勢遠則勒短裹擊。

簡緣云包字是也。

【平方】上平旁向下偃，或上仰旁背下平。

簡緣云國固圖等字是也。

【飛方】上飛平旁飛向下飛偃，飛者空中飛筆，緊提轉腕疾書也。

簡緣云已上二法八分並用。

第九 方法

【八面】八面俱滿者方奇飛。

簡緣云智永最近此法，凡字各有八面，卽一字一字，皆有八面，勢有在乎實者，亦有在乎空者，善書者下筆自有八面威風，不善書者雖填滿四隅，總多缺陷，方法不可不知也。

【九宮】八面點畫皆拱中心。

簡緣云歐法最近，又云中心者，非以一筆爲中心也。

【結構】隨字點畫多少疎密，各有停分，作九九八十一分界畫，均布之，先於鍾王虞顏法帖上，以朱界畫印印訖，視帖中字畫分數，一一臨擬，仍欲察其屈伸變換本意，秋毫勿使差失，四家字體既熟，方可旁及諸家法帖字大，以小印分數鑒之，法帖字小，以大印分數展之，雖以黃庭樂毅展爲方丈可也，又以朱界畫印印紙，或槧板漆之，取許慎說文偏傍字樣，一一依法區處，務要簡易精熟，外妍美而內遒健，各各自佳矣。

【均方】長者兩減闊，短者兩減長，小者四減。字形雖有長短闊狹，大小行中須留空地，仍須寫空中勢，須偏著右，或亦各一分。○鈍吟云：此分窠法，不可不知。

簡緣云：長如日月之類，短如四皿之類，小如口字之類。

第十 分布法

【布方】中展圓，則疎者均方，中蹙圓，則密者均方。點畫孤單者，展一畫，大人卜之類是也。重并者，蹙之一傍，聚轉嶽麓之類是也。古者所無，不得擅寫。

簡緣云：平日工夫足，臨時方能布置。

【映帶】凡偏傍不相稱者，屈伸點畫以避之。太繁者減除之，太疎者補續之，必古人有樣，乃可用耳。

【變換】字之中點畫重并者，隨宜屈伸以變換之。點不變，謂之布某。畫不變，謂之布筭子。若亦馬三冊之類是也。字之中偏傍重并者，隨宜開合而變換之。開合開開之類。若林晶炎焱之類是也。

【體樣】隨字辨體，隨體識樣。字形有孤單重並，併累攢積之體，須據說文爲主，而分布之一二爲孤。日月爲單，聚炎爲重，林並爲并，晶焱爲累，墅樣爲攢，爨鬱爲積，以此爲例，廣推求之。

【字閒】對者宜疎，疎者宜密。

【行白】對者宜等，閒者宜半。

簡緣云：識得疎密等半，自然行閒茂密。

【篇段】平起伏六分之一，平其三起，最後二分伏。平者圓穩而平畫多也，起者振動而仰畫多也，伏者收

斂而多偃畫也。

第十一 變法法

【情】喜怒哀樂各有分數。喜卽氣和而字舒。怒則氣粗而字險。哀卽氣鬱而字斂。樂則氣平而字麗。情有重輕。則字之斂舒險麗亦有淺深。變化無窮。

【氣】清和肅莊奇麗古淡。窗明几淨。氣自然清。筆墨不滯。氣自然和。山水仙隱。氣自然肅。□□□□。氣自然莊。珍怪豪傑。氣自然奇。佳麗園池。氣自然麗。造化上古。氣自然古。幽貞閒適。俄自然淡。八種交相爲用。變化無窮矣。

【形】字形八面迭遞增換。一面變形凡八變。兩面變形凡十六。三面以上。變化不可勝數矣。

【勢】形不變而勢所趨背。各有情態。以一爲主。而七面之勢傾向之也。

簡緣云。寫去自知。

第十二 法書

【真】鍾繇力命 剋捷 宣示 季直 王右軍樂毅論 畫讚 黃庭 曹娥 霜寒 遺教 臨鍾書 道德經 王子敬十三行 洛神 智永千字文 臨羲之書 虞永興破邪論 歐陽蘭臺九成宮 化度寺 虞恭公 姚辯 皇甫君 擣素 心經 虞永興廟堂碑 褚遂良聖教序 三龕碑 枯樹賦 陰符經 張旭郎官石 陶弘景瘞鶴銘 徐浩不空三藏 顏魯公麻姑壇放生池 中興頌 東方朔 干祿字書 家廟 宋璟 臧懷恪 八關齋 多寶 柳公權玄秘

馮宿 苻璘 西平王 普照 陀羅尼 裴休圭峯 張從申季子廟 四絕 季子誌 歐陽通
道因 吳通微楚金禪師

【行】王右軍蘭亭 聖教 張從申玄靜碑 高氏鐵彌勒頌 李北海雲麾 嶽麓寺 娑羅樹 褚

遂良哀冊 虞世南汝南公主 顏魯公爭座位 祭姪文 劉太沖序

【草】右軍十七帖 簡緣云有二本後有數字者佳今翻刻甚多 懷素自序 聖母

【淳化閣帖】諸帖之祖宋太宗淳化三年出內府真跡命王著用棗板摹刻十卷雖近肥俗深得古意不見真蹟得此足矣上有銀綻紋用澄心堂紙李廷珪墨拓打手摸之而不汚親王大臣各賜一本人間罕有今世所傳俱從賜本轉相摹刻者

【絳帖】淳化之子用淳化閣帖增入別帖重編廿卷潘師旦摹刻骨法清勁足正王著肉勝之失然駿馬露骨又未免羸瘠之憾

【潭帖】淳化之子寶月大師摹刻風韻和雅血肉停勻但形勢俱圓頗乏峭健之氣慶曆間僧希白重摹者亦佳第三次者失真矣

【大觀帖】淳化之弟大觀間奉旨以御府真跡重刻於太清樓中有蘭亭帖蔡京摹刻京沈酣當貴筆偏手縱非復古意賴刻手精工猶勝他帖爾

【太清樓續閣帖】劉燾摹刻工夫精緻亞於淳化肥而多骨求備於王著乃失之粗硬遂少風韻
【戲魚堂帖】劉次莊摹於臨江除去淳化年月而增釋文在淳化翻刻中爲有骨格者淡墨楊尤佳