

中国历代书法理论研究丛书

洪亮◎主编 苏刚◎著

明·董其昌《画禅室随笔》

解析与图文互证

中国历代书法理论研究丛书

洪亮◎主编 苏刚◎著

明·董其昌《画禅室随笔》 解析与图文互证

图书在版编目(CIP)数据

明董其昌《画禅室随笔》解析与图文互证 / 洪亮主编 ;
苏刚著. — 北京 : 中国书店, 2018.1

(中国历代书法理论研究丛书)

ISBN 978-7-5149-1955-4

I. ①明… II. ①洪… ②苏… III. ①汉字—书法理论—
中国—明代IV. ①J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第004175号

明·董其昌《画禅室随笔》解析与图文互证

苏刚 著

主 编：洪 亮

责任编辑：李金涛

封扉设计：陈晓勇

出 版：中国书店

社 址：北京市西城区琉璃厂东街115号

邮 编：100050

印 刷：北京市雅迪彩色印刷有限公司

开 本：889毫米×1194毫米 1/32

版 次：2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷

印 张：8.25

书 号：ISBN 978-7-5149-1955-4

定 价：40.00元

本版图书如有印装质量不合格者，本社负责调换。

总 序

洪 亮

书法是从自然的书写状态中发展而来的一门艺术。文字的产生是人类进入文明社会的重要标志，写字是学习一切文化知识之基础。写字以记文为目的，但在写字的过程中产生并总结出来的笔势、笔意，乃至笔法、字法、章法和墨法等书法艺术语言和书写规律与法则，同时也培养了人们基本的美学素养。可以说，几千年来汉字的书写，滋养并积淀了汉文化美育之根基，甚至可以说是汉文化一切艺术的美学之源。先贤们的书法经验、观念与智慧汇聚成中国古代书法理论，对这些理论的研究是书法理论研究的基础，也是中国古代文艺理论研究的一个重要组成部分。

我一直有个愿望，就是对中国古代书论进行系统的学习与研究，以便能够为我们的书法实践提供更加丰富的理论依据。2011年底，我编著的《中国书法大师经典研究系列·邓石如》交由中国书店出版社出版，便应邀赴美国讲学。2012年4月底回国后，我潜心研究学术，将撰写的《大学书法教材系列》陆续整理出版。其间，得到了北京艺美联艺术文化有限公司曹彦伟先生的大力支持，并约我主编《中国历代书法理论研究丛书》，我感到这是实现夙愿之良机。之后，我在搜集历代书论资料的过程中，发现对中国古代书论的研究一直伴随着书法艺术的发展进程，各种书法论文、专著等不乏真知灼见，同时也有各种书论注译本出版。我想，如果再主编一套注译本，虽能将古代书论做一次系统化研究与整理，但若没有新的文献资料充实，那就难出新意，选题也难免重复。考虑到古代书论中对书法大量比喻性的描述，一直以来都是用文字阐释文字，难免让人费解。于是，经过长时间的

反复思考，确定运用图文互证的新方法，用图片配上深入浅出的文字解析来进行全新的阐释。这样，读者阅读起来就会轻松一些，并对书法本体语言一目了然。要完成这样一个浩大的书法理论基础研究工程，必须组织一批既有古文功底，又有书法功底的专家来共同实现。于是，我便筹备组建一支志同道合、能为书法事业做奉献的中国当代研究型书法家团队。

应清华大学美术学院之邀，2013年5月我的工作室（清华班）开学，之后又成立了洪亮工作室书学研究会。我与工作室成员共同完成了《大学书法教材系列》配套的普及本书法教材《经典碑帖笔法临析大全》个案（30本），由安徽美术出版社出版。至此，我们研究型书法家团队初步形成。

经过几年的准备，我们进入了古代书论研究的实施阶段。首先是对古代书论的选择与研究范围的确定。中国古代书论散落在古代各种典籍中，数不胜数，而且内容极为繁杂，其中涵盖了书法史、书法教学、书法品评、书法技法、书法鉴赏、书法美学等内容。要进行书论研究需要具备综合知识，如古代汉语、古典文学、文字学、文献学、校勘学、版本学，还要熟悉书法史、文学史、哲学史、社会发展史等。我们的研究工作是在前人研究的基础上进行，最后确定以上海书画出版社和华东师范大学古籍整理研究室选编校点的《历代书法论文选》（上海书画出版社，1979年10月第1版）为准，从中选取晋代至清代近30位作者的书论，作为研究选题供工作室成员选择。本次研究主要是以围绕笔法、字法、章法和墨法等书法本体语言为研究对象。有关书法教学、书法品评等书论不属于本次的研究范围，暂不展开。

与此同时，确定《中国历代书法理论研究丛书》的体例：一、书论原文。二、注释。三、译文。四、解析与图文互证，用具体图例来证明古代书论中所出现的：（一）书家，列举其代表作；（二）书作，呈现作品；（三）笔法、字法、章法、墨法等书法本体语言，列举具体形态，一一进行图文互证并做深入浅出的解析。五、研究综述。前三部

分中的原文、注释、译文为古代书论研究之基础，第四部分解析与图文互证为研究之重点，第五部分研究综述是对研究进行回顾与总结。

我们在书论研究撰写工作中先后举行了六次集中学习交流活动，并举办了两次“笔法研究”专题学术研讨会，大致经历了基础研究、重点突破和修改定稿三个阶段。

基础研究阶段。我们工作室书学研究会主办的“2015中国当代研究型书画家‘笔法研究’专题学术研讨会”于2015年9月在杭州跨湖桥遗址博物馆举行，以此拉开了古代书论研究工作的序幕。工作室中二十多位成员参与了书论研究工作。这一阶段经过选题的确定、开题，完成了对古代书论原文的注释、译文和选出需要进行图文互证的内容。先后在杭州、兰溪和东阳三次进行集中学习、辅导和研讨。期间，我将书论研究篇目的选定，如何搜集、研读和应用资料，解析与图文互证的要求一一做了讲解，并建起了我们工作室书论研究微信群。我把自己撰写的《唐·孙过庭〈书谱〉研究》注释、译文及有关的解析与图文互证的备选内容部分发至书论研究群供团队成员参考。同时强调，我们的研究重点是解析与图文互证，不要面面俱到，凡所涉书论中的作者、生卒年月、籍贯、书论真伪、版本等问题都不属于本次的研究范围，可在研究综述中加以阐述。

重点突破阶段。我们先后在安阳、枣庄进行了两次集中学习和研讨。期间，我做了实指性“衄挫”笔法和喻指性“屋漏痕”笔法的图文互证讲座，专题讲解书论研究中要注意的事项和研究综述撰写的要求，对大家前阶段撰写过程中出现的问题进行了深入交流与讨论。并要求每位团队成员申报了初稿完成进度，夯实研究计划，部分成员将完成的初稿提交，大家互审提出修改意见。2016年8月至2017年2月我应邀赴美讲学期间，完成了《唐·孙过庭〈书谱〉研究》初稿，并将部分内容供团队成员讨论。与此同时，大部分成员将初稿发至我的邮箱，我认真审读后提出修改意见反馈给大家进行修改。

修改定稿阶段。我们对书论研究稿进行了修改，并确定每本书论

研究中的解析与图文互证之重点，力求做到深入浅出，使读者们能够一看就懂，一学就会。为此，我们工作室书学研究会于2017年4月在山东龙口主办了“2017中国当代研究型书法家‘笔法研究’专题学术研讨会”，来自全国各地的书法家、书法理论家和我们工作室历届成员会聚一堂，对我们书论研究过程中的笔法、字法、章法及墨法等进行陈述与答辩研讨，并特邀刘鸿田先生示范经典笔法。研讨会上对卧笔、印印泥、折钗股、锥画沙、攢捉笔法、墨法、字法排叠避就、悬针垂露笔法流变、横画之发笔仰、筋之融结在扭转等书法语言进行了深入地讨论，取得了丰硕的成果，为我们高质量地完成书论研究增强了底气。研讨会后，我们团队每位成员对自己的书论研究稿又做了修改并定稿。

回顾书论研究工作，我们坚持理论从实践中来又指导实践，并在实践中得到验证与发展的理念，深入古代书论中的书法本体语言研究，还原其笔法书写过程，探索古人在书写过程中笔法与情感的自然流露之关系，及其审美追求、审美表达，以至审美境界之关联。我们秉持纯学术研究质量第一之原则，在古代书论中不断挖掘出一个个宝藏，给我们一次次的惊喜。可以说，我们在书论研究的各阶段都有收获。

一、古代书论的注释与译文基础阶段的工作，可以参考的资料较多，但我们坚决要求每位作者必须自己查工具书，做好注释工作。基础扎实是我们高质量完成书论研究的保障。在引用前人成果时必须注明出处，在前人注释中有不同理解者，可在本段解析与图文互证部分加以辨析，也可以在研究综述中阐释。

二、图文互证是我们这套书论研究的重点工作，也是我们对古代书论研究的全新方法的探索，在研究过程中遇到的困难大大超乎了我们的想象。

1. 观念突破。古代书论中如“观夫悬针垂露之异，奔雷坠石之奇，鸿飞兽骇之资，鸾舞蛇惊之态，绝岸颓峰之势，临危据槁之形”（《唐·孙过庭〈书谱〉》）等，较多地用物象来比喻描述书法艺术中的

各种笔法形态，给人以无穷的想象空间。但这样难免给读者对具体笔法形态的认识造成困难，从而掩盖了笔法形态的真实面貌。我们尝试将经典碑帖中的具体笔法形态，与书论中的比喻性描述通过展开联想与想象进行图文互证，目的是寻找到真实笔法之形态。但是，用物象比喻笔法形态往往是泛指，给人们以巨大的想象空间，一旦以这种泛指的比喻性笔法意象形态进行特指某种具体笔法意象形态之后，反而造成了对想象空间的限制，不利于对书法艺术认识上的拓展，使本来泛指某一类的笔法形态的意象形态，变成了特指某一种具体笔法意象的形态。但如果比喻性物象意象形态不能与某一种具体笔法意象形态进行图文互证的话，这种比喻性的笔法也就成了玄而又玄、虚无缥缈的空洞想象，而无法落实到具体的书法欣赏和创作中去。我们换个角度来思考这个问题，就是古代书法作品中的许多笔法形态是对世间万物之抽象描述，同样给我们以无穷的想象空间。这一观念的突破，为我们提供了解决这一难题的钥匙，也标志着对古代书论的理解与古代书法中笔法语言解读观念的双重突破，为古代书论指导当代书法创作开辟了新的路径。我们进行的图文互证工作尽管十分艰难，但也是一种有益的尝试与实验，希望起到“抛砖引玉”的作用，促进书法家和书法理论家们对用物象来比喻笔法与实指笔法形态的对应研究与探索，从而促进我们对经典碑帖笔法、字法、章法和墨法的理解，指导与推动当代书法艺术学术和创作的发展。

2. 实验求证。对于古代书论中如“锥画沙”“折钗股”“屋漏痕”“印印泥”等喻指类笔法的阐释，我们要求通过实验来图文互证。如“锥画沙”笔法，我们要求团队相关成员带着不同大小的锥子，或钢丝、竹筷、木棒等，到沙滩上书写楷、草、隶、篆、行多种字体，体验不同字体、不同速度、不同角度下各种“锥画沙”的不同感觉，充分体会“锥画沙”这种笔法在书写过程中的涩势行笔感受。同时，在传统经典碑帖中找出几位大家对“锥画沙”笔法的应用之异同。从而得出任何一种自然形态对书法笔法的启示，在每一位书法家笔下都有着强烈的个性呈现。这就启发我们如何在传统经典书法中取法，如何

在自然万物中取法来丰富自己书法创作的双重意义。研究古代书论，不是为研究而研究，而是为指导我们当代的书法学习与创作而研究。

三、研究综述。我们这套书论研究，要求每位研究者都要撰写研究综述，并要有别于博士论文中的文献综述。我们的研究综述主要由两方面内容构成：一是梳理前人对我们的研究对象有哪些研究；二是我们是怎样研究的，在研究过程中遇到了哪些困难，是怎样解决的。当然还可以写以后会在哪些方面开展进一步研究。这样的研究综述便于读者对我们的研究工作有更多的了解，同时，也可能会激发更多的人对研究型学习书法的方法产生兴趣。

四、研究团队。我们团队中有数十年从事书法学习、创作与研究的专家、学者，也有年轻有为的大学书法专业副教授、美术学博士、博士后、书法兰亭创作奖获得者等。在书论研究中，我们相互讨论，相互促进，共同研究，较大地提高了研究效率。在统一体例下研究古代书论，但每本专著又都保持自己的特色。

在《中国历代书法理论研究丛书》的撰写过程中，得到西泠印社执行社长刘江、副社长李刚田，中国艺术研究院篆刻院院长骆芃芃老师的关心、指导和帮助。特别是李刚田老师在我们书论研究之初，就提出注释部分可以参照中华书局出版的陈鼓应著《老子注译及评介》一书为范例，并提供了他的有关书法笔法研究方面的多篇论文和讲稿。鲍贤伦、邹方程、刘鸿田等先生分别为我们做专题讲座，还有曾应邀为我们工作室做过讲座的徐畅、魏哲、吴雪、兰干武、齐玉新等先生也提供了帮助和支持，在此表示衷心感谢！

由于水平有限，书论研究中难免有错谬之处，同行和读者们如有发现，请及时提出宝贵意见，并通过电子邮件告诉我，以便及时进行修正。不胜感谢！

2017年5月于北京大雅堂

Email:cl-hong@163.com

目 录

总 序.....	1
画禅室随笔.....	1
论用笔.....	1
评书法.....	103
研究综述.....	235
参考文献.....	248
后 记.....	251

画禅室随笔^[1]

董其昌

论用笔

米海岳^[2]书，无垂不缩，无往不收^[3]。此八字真言^[4]，无等等^[5]咒^[6]也。然须结字^[7]得势^[8]，海岳^[9]自谓集古字，盖^[10]于结字最留意，比^[11]其晚年，始自出新意耳。学米书者，惟吴琬^[12]绝肖。黄华^[13]、樗寮^[14]，一支半节，虽虎儿^[15]亦不似也。

【注释】

[1]董其昌《画禅室随笔》：董其昌（1555—1636），字玄宰，号思白、香光居士。松江华亭（今上海）人，明代书画家。明万历十七年（1589）进士，授翰林院编修，官至南京礼部尚书，卒谥“文敏”。《画禅室随笔》是明末清初画家杨补辑录明代书画家董其昌的文集，其内容来源是没有收入董其昌《容台集》的文献。《画禅室随笔》分为两卷十五门：卷一包括论用笔、评书法、跋自书、评古帖等节；卷二包括画诀、画源、题自画、评古画等节。十五门包括：论用笔、评书法、跋自书、评古帖、画诀、画源、题自画、评旧画、评诗、评文、纪事、纪游、杂言、楚中随笔、禅说。其中“论用笔”与“评书法”两门是董其昌书学观点的核心内容，本书以这两门为蓝本，进行注释、翻译和图文互证。

[2]米海岳：北宋书法家米芾（1051—1107），初名“黻”，后改“芾”，字符章，宋徽宗诏为书画学博士，又称“米襄阳”“米南宫”，时人号海岳外史。

[3]无垂不缩，无往不收：指起笔逆入，回锋收笔。

[4]真言：佛学概念，即真实而无虚假的语言。

[5]无等等：无与伦比。

[6]咒：指僧、道、方士驱鬼降妖的口号；也指可以起到特殊效果的词语或密语。

[7]结字：指字的点画安排与形式布置，也称为“结体”或“间架”。

[8]势：形势，情势。

[9]海岳：指米芾。

[10]盖：连词，因为，由于。

[11]比：介词，及，等到。

[12]吴琚：南宋书法家，字居父，号云壑，汴京（今河南开封）人。

[13]黄华：金代书法家王庭筠（1151—1202），别名雪溪、黄华山主，又号黄华老人。宋代书法家米芾的外甥。

[14]樗（chū）寮（liáo）：南宋书法家张即之（1186—1263），字温夫，号樗寮，历阳（今安徽和县）人。

[15]虎儿：米芾子米友仁的小名。

【译文】

董其昌认为“无垂不缩，无往不收”是书法的八字真言，是无与伦比的书法秘诀。然而，结体需要点画之间上下贯势，米芾说自己是集古字，这是因为他在古字的点画安排上最留心，等到他晚年才自出新意。学习米芾书法的人，只有吴琚惟妙惟肖，黄华、樗寮只是一知半解，即使米友仁学得也不像。

【解析与图文互证】

董其昌认为“无垂不缩，无往不收”是笔法的提纲挈领。其次，对字法与“势”的关系进行归纳。结尾处对米芾书法追随者进行评价。具体解析如下：

一、笔法

董其昌认为“无垂不缩，无往不收”是笔法核心，并给予极高的评

价，其实质是“回锋收笔”。

在具体的笔画方向上，“垂”是指竖画，“往”是指横画，将笔法聚焦于横画与竖画反映了董其昌对于汉字造型的把握。对方块字的汉字来讲，横画与竖画构成了汉字的主笔，它们垂直交叉结构构成了汉字造型的稳定。“汉字从篆书‘破圆为方’”之后，方型汉字构成的两个最主要因素就是‘横平’与‘竖直’。”¹把握了横画与竖画的关系也就把握了汉



宋米芾《茗溪诗帖》选字“半”
“竹”“洲”“作”。董其昌认为米芾
书法“无垂不缩”是指竖画的回锋收
笔。图中所列四字的竖画均为回锋收
笔，但引出方向内外有别，形态各异，
速度不同，各具风采，其精微之处的
艺术造型在开张之处收敛有加，动静
相宜。



宋米芾《茗溪诗帖》选字“去”
“去”“尽”“无”。米芾书法“无往不
收”是指横画的回锋收笔。

1 蒋勋：《汉字书法之美》，广西师范大学出版社，2009年，第68页。



西周《散氏盘铭》选字（左）；秦《泰山刻石》选字（右）。在篆书标准化之前，金文的横竖、笔画几乎全部藏锋收笔，偶尔出现的露锋仍用回锋笔意。标准化的篆书自秦统一文字之后就没有这种现象了，《泰山刻石》全部藏锋收笔。

字的基本构造，同时，总结了横画与竖画的基本笔法也就总结了笔法的基本特征。以米芾《苕溪诗帖》单字为例，竖画的收笔均以回锋或藏锋结束，即使是三连竖的“洲”字的最后一笔，米芾仍然在渴笔的状态下向外荡开，回锋收笔。此外，无论是长横还是短横，米芾对于横画收笔的处理全部回锋，无论向上还是向下回锋，均为引出下一笔而蓄势，笔道中间的回锋藏笔则是收束笔势，以静制动。

为什么回锋收笔呢？米芾侧笔取势，剑走偏锋，字形灵活多变。清代包世臣《艺舟双楫》中“襄阳侧媚跳荡，专以救应藏身，志在束结”¹说得恰到好处，即米芾在跌宕起伏的结字中，无论竖画还是横画的收笔都需要收拢笔势，向心回归，以最后的“收得住”策应前面的“放得开”，这是米芾笔法的重要特征。

那么，米芾个案研究结果能否适用于笔法的普遍规律呢？从书法史的角度来考察，金文与篆书、隶书、草书、行书的代表作横画与竖画收笔几乎均为回锋收笔（见表一），只有两种例外：隶书的长横画“雁尾”与楷书的“垂露竖”是露锋收笔，这证明了董其昌的结论是可信的。另

1 包世臣：《艺舟双楫》，见《历代书法论文选》，上海书画出版社，2014年，第664页。



东汉《西狭颂》选字（左）“太”“守”“汉”“武”；东汉《乙瑛碑》选字（右）“稽”“首”“臣”“戒”“司”“空”“臣”“雄”。汉代是隶书的成熟时代，左图是《西狭颂》的横画与竖画皆藏锋收笔，而右图《乙瑛碑》长横画造“雁尾”之势，挑出露锋收笔，其余横画皆藏锋收笔。

外，以道家思想认识书法，这是阴阳相生，以静制动。即无论书法起势如何，总需要“回锋收笔”来达成一奇一正、一动一静的对比。

表一 五种书体的竖画的结尾笔法比较（见图）

书体	竖画	横画
篆书（金文）	藏锋收笔	藏锋收笔
隶书	几乎全部藏锋收笔	除“蚕头燕尾”的长横画之外，其余横画藏锋收笔
楷书	大多藏锋收笔（垂露竖）；较少露锋收笔（悬针竖）	藏锋收笔
草书	大多藏锋收笔	回锋收笔或藏锋收笔
行书	大多藏锋收笔	回锋收笔或藏锋收笔

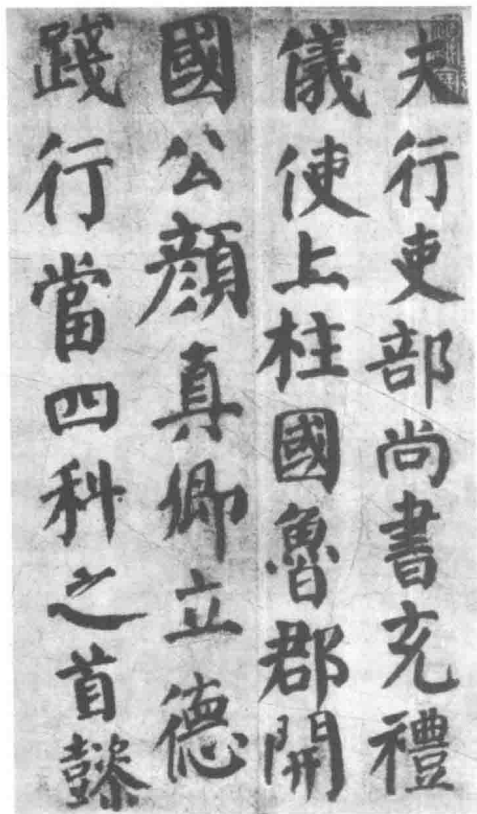
二、字法

“结字须得势”表面指字法，实质指笔法，因为用笔方法在很大程度上决定了字法特征。表面上看，书写过程需要点画之间上下贯势，彼此

呼应，实质上是毛笔连续书写以节省时间。

具体来讲，“势”，古字为“執”，字形从“壘”从“丸”，“壘”为高土堆，“丸”为圆球，整合起来，“势”字表达的意象是圆球处于土坡的斜面即将滚落的情形。《孙子兵法》中“转圆石于千仞之山者，势也”，就是它意象的放大。在中国的阴阳八卦图案里，“势”的意象停顿在高下相倾，事物即将发生变化的瞬间。

“得势”本义是对不平衡的把握，这需要从平衡讲起。人类在对自然世界观察中感知到平衡无处不在，动物的长相、植物的生长序列、远处的地平线和海平面……然而，平衡有两种形式，一种是对称平衡，人类搭建



唐颜真卿《自书告身帖》选字。颜真卿的楷书具有很好的代表性，在楷书的横画中结尾藏锋收笔，竖画有藏锋收笔（垂露竖）与露锋收笔（悬针竖）两种。整体来讲，藏锋收笔远远大于露锋收笔。以上图为例，悬针竖为“郡”“科”字，其余诸如“部”“礼”“仪”“使”“开”“卿”“德”“行”等皆为垂露竖。还有一种特例是竖画的结尾做竖钩处理，向上回笔，比如“国”“科”等。



阴阳八卦图案蕴含中国人的哲学观，
同时影响着中国书法的造型观和审美观。
黑白图形上下排列，本身孕育着“势”。



从高处即将坠落的重物在人的心理上形成了“势”，这是
古人对于即将发生变化但尚未发生变化事物的认知，是一种
事物向另一种事物转化的临界点。