

漢溪書法通釋

訣法卷第六

漢溪戈守智達夫纂著

同學王容大樽全叅

受業陸聲鍾大乾編次

訣者方術之要略也多不過數語少則數字而止
言高則旨遠詞約則義微也書之於訣亦然學者
未有心得輒恁然而不解逮夫五箴俱盈百家既
熟渙然氷釋如出已語雖劍影濤聲皆成妙訣故
訣之意味雋永心機乎遠必由口授乃能融洽詮

語亦森釋字句耳

梁武帝觀鍾繇書法十二意

平 謂橫也

直 謂縱也

均 謂間也

密 謂際也

鋒 謂端也

力 謂體也

輕 謂屈也

決 謂牽掣也

補 謂不足也

損 謂有餘也

巧 謂布置也

稱 謂大小也

陶弘景啓曰：伏覽前書，謂意雖止二六，而規矩必周。後字不出二百，而褒貶大備。十二意本有小序，大要言逸少不及元常，子敬不及逸少，每每見於舊說，故不復錄。

隋僧智果心成頌

廻展右肩

頭項長者向右展寧宣臺尚是也○右轉處有廻復之勢不宜迅筆折下使墨精不凝而麤燥却薄展者展拓之也

長舒左足

有脚者向左舒寶典其類字是也○向右者舒其左足侶征樞提之類是也向左者舒其右足到朝升仰之類是也獨言舒左足者以典其之字正向易失於

呆實故舒一足以生態也

峻拔一角

字方者擡右角圖周用字是也○舒一足拔一角魏晉未有此風起於陳隋之間至唐代為尤甚皆竭意求工者也

潛虛半腹

畫稍麤于左

謂畫之在右校麤于左

右亦須著

謂內畫

遠近均勻

謂左通相掩蓋

謂上下

放令右虛

謂右足

用見月岡字是

也○半腹下半腹也十舉曰字不可太長當以方楷

一字半為度一字為正半體為垂脚潛虛半腹猶篆法也陶隱居曰近左虛右分間不同視之不足學之難工

間合間開

無字四點四畫為縱上心開則下合也

隔仰隔覆

並字隔二疊字隔三皆斟酌二三字仰覆用之○又如術衝三豎與疊之三畫皆當以中為主疑然正直畫則上仰下覆以聯續之豎則左潛右盼以顧答之

廻互留放

已詳上卷增減之下
即減捺減勾互用也

變換垂縮

已詳上卷垂曳之下
并斤等字是也

繁則減除

已詳上卷增減之下
連曹等字是也

疎當補續

已詳上卷增減之下
幸新等字是也

今若抵背

謂縱也。卅冊之類皆須自立其抵背。鍾王歐虞皆守之。

合如對目

謂逢也。八州等字皆須潛相矚視。

孤單必大

一點一畫成其獨立者是也。

重並仍促

謂昌呂父棗等字上小。林棘絲羽等字左促。森森之字兼用之。

以側映斜

ノ為斜、為側、交、欠、以、入之類是也。○映字有和婉之意。

以斜附曲

謂、人、為、曲、安、安、必、互之類是也。附字有委曲之意。董道曰：峻拔一角，潛虛半腹，其於書法體裁，本當如此。至於分若抵背，合如對目，以側映斜，以斜附曲，然後成書。而古人於此蓋盡之也。

覃精一字，功歸自得，盈虛。

向背仰覆垂縮迴互不失也。

統視連行妙在相承起伏。

行行皆相映帶聯屬而不背違也。

顏真卿述張旭筆法十二意

前有小序大要言長史法不輕授之意于訣法可省。

於茲不錄

長史曰夫平為橫子知之乎 僕思以對曰嘗聞長史

示令無為一平畫皆須縱橫有象此豈非其謂乎長

史曰然

又曰夫直為縱子知之乎 曰豈不謂直者必縱之不

令斜曲之謂乎。長史曰：然。

又曰：均為間。子知之乎？曰：嘗蒙示以間不容光之謂乎。長史曰：然。

又曰：密為際。子知之乎？曰：豈不謂築鋒下筆皆令完成，不令邪曲之謂乎？長史曰：然。

又曰：鋒為末。子知之乎？曰：豈不謂末以成畫，使其鋒健之謂乎？長史曰：然。

又曰：力為骨體。子知之乎？曰：豈不謂趯筆則點畫皆有筋骨，字體自然雄媚之謂乎？長史曰：然。不可何筆夫鋒亦不

可參筆稿下中論筆而行體以雄而媚也

又曰輕為曲折子知之乎曰豈不謂鈞筆轉角折鋒

輕過亦謂轉角為暗過之謂乎長史曰然右軍轉折

董思白曰折釵股我於顏字得之皆以篆法為楷用筆最精者也更有方袂如矩者謂之折唐人帖中最多起而復下謂之搭歐書溫公碑中次堂字九成宮風氣之類是也宋襄陽曰垂畫從篆折搭乃自隸出是也下委白石講中折搭又是一意

又曰決為牽掣子知之乎曰豈不謂牽掣為撇決意

挫鋒使不能怯滯令險峻而成以謂之決乎長史曰

然

又曰補為不足子知之乎 曰嘗聞於長史豈不謂結
搆點畫或有失趣者則以別點畫旁救之謂乎長史
曰然

又曰損為有餘子知之乎 曰嘗蒙所授豈不謂趣長
筆短常使意氣有餘畫若不足之謂乎長史曰然此

上節已詳
第五卷

又曰巧為布置子知之乎 曰豈不謂欲書先預想字
形布置令其平穩或意外生體今有異勢是之謂巧
乎長史曰然

意外生體今有異勢謂獨開生
面不隨人少趨八面變化是也

古今傳授筆法十三訣

未詳何人所撰出王氏法書苑其後序云十三訣先賢只口傳

授並不形紙墨張旭惟傳永字後自引五勢一切字法無不備矣

丁鈞裏

已詳八法化勢

夕鈞勞

已詳八法化勢

當豈長展

返吳勢

常宣尚

促左展右勢

其月周同

實左虛右勢

圖圍國

抑左昂右勢

行河水

上下不齊勢

永

側勒勢
策掠啄磔

人

挫囊決磔
引仰曳殺拋

口

托掠
掣勒

也

送鈎壓
揖評

州

蹲掠駐
勢躍搭

交文門賑

報答
勢

揖

拋曳磔殺仰

勢躍

鈎評

托口勒

挫人引

搭州駐

揖也

撲

囊決

蹲掠

送壓

張懷瓘論用筆十法

漢溪書法通

卷六

名人要訣

偃仰向背。

謂兩字并為一字。須求點畫上下偃仰離合之勢。

另詳第四卷。

陰陽相應。

謂陰為內。謂陽為外。斂心為陰。展筆為陽。須左右相應。

鱗羽參差。

謂點畫編次。勿使齊平。如鱗羽參差之狀。

峰巒起伏。

謂起筆威風如峰巒之狀殺筆亦須存結殺筆下後筆存者存

鋒結者結束也

真草偏枯

謂兩字或三字不得真草合成一字謂之偏枯須求映帶字勢雄媚

邪真失則

謂落筆結字分寸點畫之法須依位次。此與上節書之病也

遲澀飛動

漢溪書法通

卷六
名人要訣

九

謂勒鋒磔筆字須飛動無疑滯之勢方是得法。遲
澀飛動謂勒與磔法用筆本尚遲澀而字勢仍要飛
動也。

射室玲瓏

謂煙感識字行草用筆不依前後。射室玲瓏謂室
中打轉玲瓏也。

尺寸規度

謂不可長有餘而短不足。須引筆至盡處則字有凝
重之態。

隨字變轉

謂如蘭亭歲字一筆作弄露其下年字則變懸針又其間一十八箇之字各別有體。○下筆能變學古而能自化矣。能化而後能立體。能立體而後不為書奴。吳融曰：崩雲落日千萬狀，隨手變化立空虛。學古人自立體者謂之書奴。南宮初學羊欣書未能立體高宗謂其字為重臺重臺婢之婢也。書評曰：羊欣書如婢作夫人故云。

陳繹曾為學綱目

書法綱目萬字俱全

凡學必有要若網在綱有條而不紊永字者衆字之
綱領也識乎此則千萬字在是矣

三靜法地五動象天

地靜也故以不變者法焉天動也故以變者法焉。
側勒努為三靜趯策掠啄磔為五動八法詳載第三
卷

次及條目變點方圓

變者如高低長短闊狹其變無窮也點者下筆成點
而後行也方者自方圓者自圓如置筋於宋而非匾

鋒也

俯仰向背沉瑩清權

有俯仰向背者則俯仰向背無則為之俯仰向背沉者下筆不浮刺入紙中也瑩者如孤月流天無雲翳也清者非謂瘦與寒也肥者亦有清氣也在叅古帖而得之權者如鬚長無點之類是也

拗者讓者引焉疑焉

拗者爾東我西而不失於相順讓者要還他地位隨時處宜而措之也引如左詹等字引而伸之疑如有

伏兵疑不敢動如帝帶等字是也

鳥立木上雁在天邊

鳥立木上仁行之類是也雁在天邊燕然樵之類是也

掬特圓起

掬者從本身掬出也故其上欲圓口字是也特者特筆寫也故其上欲起口字是也二者相須為用也詳口

上第四卷及第五卷口詳上十三訣

槍掎迴聯

搶者策類也。摺則筆鋒飛動，翻然非硬直也。迴則有虛迴，實迴。聯則有虛聯，實聯。二者不可偏廢也。○摺主轉折勾抱，行筆用之。搶迴起筆殺筆是也。聯則筆鋒應接之處。

齊努

差駐

齊者，勒類也。努者，堅畫也。差者，左右揭腕也。駐者，如駐馬，無往而非此道也。○停之輕者為駐，稍加則躡，重加則捺。

屋漏蜿蜒

屋漏痕者不見起止之迹也

烏絲闌者蔡襄所尚

烏絲闌者鋒正則兩旁如趺也

復有八忌切意精研枯槁生硬輕重纏綿內外是縱左右非堅

枯槁則無潤澤生硬則無軟美輕重則不典纏綿則不瑩內縱者腹肚濶外縱者手脚不停分而長左為左揭腕右為右揭腕皆不可無力。今人作書以八忌為金丹者不少由其不能嗜古而依俗眼為指南

也。

知所趨舍為書中仙。

趨所當法。避所當忌。則為盡善。

董內直書訣

無垂不縮

謂直下筆既下復上。至中間則垂而頭圓。又謂之垂露。如露水之垂也。

無往不收

謂波拔處往而復回。不要一拔便去。

如折釵股

圓健而不偏斜欲其曲折圓而有力

如拆壁

用筆端正寫字有絲連處斷頭起筆其絲正中如新泥墜拆縫尖處在中間欲其布置之巧

如屋漏痕

寫字之點如空屋漏孔中水滴一點圓正不見起止之跡

如印印泥如錐畫沙

自然而然不見起止之跡。

左欲去吻。

右欲去肩。

俱詳上第五卷。

縣裏鐵筆。

力藏在點畫之內。外不露圭角。東坡所謂字外出力。中藏稜者也。

言譜卷第七

漢溪戈守智達夫纂著

同學陸烈旂銘仝叅

受業陸聲鍾大乾編次

譜者譜牒也書之有譜所以究厥宗師以談夫循述沿波以討源者也故由其矩矱則法度森然摹其型範則性情畢見或專主一家或統攝唐晉元元本本各有指述固藝林之龜鑑而大雅之權輿也自魏晉以來諸家譜序不下數十種而數陳綺

麗見誚於玉卮。覲縷細微。貽譏於絮聒。求其切當。不過數家。存之於左。以便精研。其有意味深長者。詮釋以明之。義理博詠者。旁引以通之。庶於斯益。有小補云。

羲之與子敬筆勢十二章

孫過庭謂此篇文辭理疎意乖言拙辭其旨趣殊非右軍

誠先得我心之言也。然其識見雖淺。於初學自便文詞。鄙俚之處。且分別觀之。不猶愈於後言而無當耶。

告汝子敬。我察汝書性過人。仍未閑規矩。父不親教。自口有之。今述筆勢論一篇。開汝之悟。凡斯字勢。猶有十

一章章有指歸定其楷模詳其舛謬撮其要寔錄此便
耳或變體處罕臻其本轉筆處莫識其源懸針垂露之
蹤難為體制揚波騰氣之勢足以迷人故辨其從入之
由堪愈膏肓之疾今書樂毅論一篇貽爾藏之勿播於
外緘之祕之不可示知諸友窮研篆籀功省而易成纂
集精專形彰而勢顯存意學者兩月可見其功天性靈
者百日亦知其本此當傳為家寶學而祕之世有名譽
筆削久兵罕有奇者始克有成研精覃思考諸規矩存
其要略以為斯論初成之時同學張伯英欲求見之我

詐云失矣蓋自祕之甚不苟傳也數語解僅存而勿論可也

創臨章第一

夫紙者陣也筆者刀稍也墨者兵甲也水硯者城池也

紙墨筆硯善事之利器也本領者將軍也東坡云凡字之品神妙不

致之者學也學心意者副將也唐太宗指意曰心為結

構者謀策也結字因時取宜猶謀策副將將參用神氣冲和結

態度成乎適然不能以出入者弭令也槍捷更暇各有

已意主之故喻吉凶屈折者殺戮也意取點畫者磊落也不可

帥者斬斫也一字之中有展一筆以立勢者放縱者快

利也。銳鋒之處以快利為勝。著筆者調和也。調和為義。頭角者。

感捺也。字以感捺為一始書之時不可盡其形勢。也。不能一

偏正手腳。謂撇捺監畫一筆之法。二偏得形勢。謂撇捺監畫一筆有一筆之位。

置三偏微微似本。謂所臨之本與原本微微相似也。四偏加以道潤。精熟也。

五偏兼加抽拔。勢極則筆如其生澀不可便休。米芾

一日不書便覺思澀想古人未嘗一日廢書也。兩行三行創臨惟取滑健不得

計其偏數也。字既不多臨熟方休何必計其偏數。

啟心章第二

夫學書之法先乾研墨凝神靜慮預想字形大小偃仰

平直振動

貝月脈相連

陳子文曰字之筋絡在意到筆不到之處若但備飾波畫不足

與論意在筆前然後作字

胸有成字也

若平直木似狀如箕

子上下方整前後齊平此不是書但得點畫耳昔宋翼

常作是書

宋翼繇弟子鍾繇見蔡邕筆勢於韋誕座中苦求勿與捷胸嘔血詎亡繇竊發其墓而得

之晉太康中有人於許下發鍾繇墓出筆勢論宋翼得之名遂大振或曰翼繇之甥繇乃叱之三

年不敢見繇即潛心改迺每作一波常三過折

只欲右先左為

一折右往為二折至盡處收迴為三折一是也臨出鋒必稍為停頓即為一折欲下先上為一折下注為二折

仍編迴為三折一是也欲左先右為一折左拖為二折仍臨出鋒稍為停頓為一折一是也八皆可類推

每作一點常隱其鋒而為之

潛鋒而下仍縮迴餘鋒亦用三過法也下特狀其妙

耳每作一橫畫如列陣之排雲每作一戈如百鈞之弩
發每作一點如危鋒之墜石屈折如剛鉤每作一牽如
萬歲之枯藤每作一放縱如足行之趨驤狀如驚蛇之
透水激楚浪以成文似逸虬之翔雲集重陽而行緩謂
其妙也若鸞鳳之徘徊言其勇也擺撥似驚雷掣電此
乃飛空妙密頃刻沉浮統攝鏗鏘啟發厥意能使昏迷
之輩漸覺勝心博識之流顯然開朗

視形章第三

視形象體變態不同書訣八面變化是也逐勢瞻仰高低有趣

如昂左口不昂右口是也。分均點畫遠近相湏。近如潛鴈潛窺速播如室一節二是也。

布研精調和筆墨。播播其點畫布布其空白調和筆墨如梁武所謂純骨無媚純肉無力少

墨浮濕多墨笨鈍鋒纖往來疎密相附。實泉賦曰寬鐵調和之使不偏也。

點銀鈎方圓周整。鈎取其堅起筆下筆忤度尋思引說鈎取其和。

蹤由永傳今古。智者榮身益世方懷浸潤之深。愚者不

俟佳談如暗塵之視錦生而知之發憤學而悟者忘餐

此乃妙中增妙新中更新。金書錦字本領為先。盡脫安

危務以平穩為本。王氏書苑曰僧彥備與亞栖皆光齊名其書如淮陽惡少風狂跳浪俱非

本色。本色者真本領書平穩字元分間布白上下齊平。章所謂得平淡天成之趣者是也。

均其體制大小尤難大字促之貴小小字寬之貴大賓
叙字曰大字貴結密不結密則懶散而無精神偏旁字
字照應分拆各成一美小字貴開濶字內間架明整開
濶一如大字諸美皆具也但小字開濶便是大字結密善學者當自悟之自然寬狹得所不
失其宜橫則如孤舟之橫江渚直則如春筍之抽寒谷

說點章第四

夫著點皆磊磊似大石之當衢顧平原曰大凡作點隱
顯乃特出而有勢又曰當或如蹲鴟或如科斗或如瓜
頭一點墨盡龍一點睛也或如鼠矢如斯之類各稟其儀
但獲有少多學者開悟

虞戈章第五

夫斫戈之法落竿戕戕如長松之倚谿谷似欲倒也。如松之欲傾也。復似百鈞之弩初張虞其戈意妙理難窮放似

弓張箭發收似虎跳龍躍直如臨谷之勁松曲類懸鈞

之鈞水稜層切於雲漢倒載隕於山崖。下四語如出重舌不知所謂。

天門騰而地戶躍四海謚而五岳封玉燭明而日月散

繡綵亂而錦文翻

健壯章第六

夫以屈脚之法彎彎如角弓之張烏焉為鳥之類是也

立人之法如鳥之在柱首（イイ）之類是也。踠脚之法如
壯士之屈臂。鳳飛凡氣之倒是也。急引急牽如雲中之
掣電。日月目因之倒是也。踠脚剝幹上捺下撚終始轉
折悉令和韻。勿使蜂腰鶴膝放蹤。宜存氣力。視筆取勢。
行中廓落如勇士伸鉤。方剛對敵。麒麟鬬角。虎湊龍牙。
筋節擎拳。勇身精健。放法如此。進有功也。（自日月目因
以上分論筆勢）
勢蜂腰鶴膝以上。總論筆勢。進有功也。以上總論
字體。下因牽引之勢。論之未悉。復舉而申明之。牽引
深妙。皎在目前。發動精神。提撕志意。剝剔情思。祕不可
傳。夫作右邊折角。疾牽下微開左畔。凡搭左過右。謂之

引折下開展左畔則字體
圓滿不展者謂之街肩
幹轉令取登對
率筆自左而右還左故謂之幹轉登對者上勢開下不得獨歛也勿使腰中傷悞上下筆勢既悞視筆取勢直截向下趨義常存無不醒悟

教悟章第七

凡字處其中畫之法皆不得倒其左右右相復宜竊於
左畔橫貴乎纖豎貴乎麤分間布白
分其間界布其空白遠近宜
均
前幅之與後幅上下得所與下字自然平穩常須通相掩蓋
不可孤露形影及出其牙鋒
如唇不展放轉折翻筆之掩牙也
處
自右翻左自左翻右俱為翻筆即宜察而用之

觀彩章第八

夫臨文用筆之法復有數勢或有藏鋒者大藏鋒在腹內起側

筆者乏俱以顯側為之兩押筆者入從腹起而押之取

者不同結筆者撮相就而自不踈散憩筆者俟失憩息

其斜側相等如布武之狀茲則斜勝息筆者逼逐息止

而緊抽也壓筆者將入邊點畫感聚也戰筆者合布局

陣筆勢自厥筆者成機厥與機同發石也一落最難得

來而急往發石則重勢而帶筆者盡帶者迴轉走入之

鋒也反翻筆者先然急而疾也疊筆者時劣筆畫多者必

之虞時若起筆者不下於腹內舉勿使露筆打筆者廣

度打廣而就狹使快健也

開要章第九

夫作字之勢飾甚是難

字不可飾飾則難乎其為書矣李白曰秋水出芙蓉天然去雕

飾米芾曰寫字無刺意做作乃佳黃庭堅曰最忌用意裝綴便不成書鋒銛去來之則反

覆往還之法在乎精熟

熟則不待飾尋察然後下筆雖亦不必飾也

精熟尤須尋察作ノ字不宜遲、不宜緩而脚不宜賒腹不宜

促又不宜斜角不宜峻不可作其稜角二字合為一體

並不宜濶重不宜長單不宜小復不宜大密勝乎疎短

勝乎長

節制章第十

夫學書作字之體。須遵正法。字之形勢。不得上寬下窄。

解大紳換之為戴笠勢。

不宜傷密。密則似疴瘵纏身。

鐵網珊瑚曰。凡下筆當務。

方圓雄勁。則鋒神完足。唐文皇謨。厭之書。為拘學。餓隸。非以其寒歎耶。

復不宜傷疎。疎則

似溺水之禽。

王弼州曰。蘇舜欽與黃山谷。先後皆服素師。山谷得態而病緩。舜欽得法而病疎。疎

以結構言。緩以筆勢言也。

不宜傷長。長則似死蛇掛樹。

蕭子雲書行。如紫春蠅。

字字如貫秋蛇。

不宜傷短短。則似踏死蝦蟆。

黃長睿曰。書樂易而

橫難。古今唯鍾太傅一人。效之者非。濁則俗。蜀中一人是矣。蓋指坡也。

此乃大忌。可不慎。

漢溪書法通

卷七

王羲之筆勢論

八

歟

察論章第十一

夫臨書安帖之方至妙無窮

山谷云不臨古帖不知古帖一

不知古人無一定之法

或有迴鸞返鵲之飾變體則於行中或有

生成臨谷之戈放龍牋於紙上徹筆則鋒煙雲起如萬

劍之相成落紙則枰楯施張威踏江波之錦若不端嚴

手指無以表記心靈

書者心畫也

吾務斯道廢寢忘餐懸厯

年歲乃今稍稱矣

譬成章第十二

凡學書之道有多種焉。初學書要類乎本。緩筆定其形。

勢忙則失其規矩。

張從紳曰：筆法不精，雖善猶惡。字形

或失之情妙，又從何來。

若擬目前要急之用，厥理難成，但取形質。

快健手腕輕便，方圓大小各不相犯。

餘方餘圓，餘大餘小，各不相犯，所謂

成莫以字小易而忙行筆勢。

董思白曰：王荆公書如斜風疾雨，每與人書必云：蘇

黃不暇，然不聞其翰落如飛。

趙松雪曰：書萬字，米襄陽日書千紙，然其態度自在，故捷則有之，忙則不可。

以字太難而慢展毫頭。

義之曰：每書要十遲五急。張旭貴澀出之法，前賢本自敏捷，遲

之以盡力也。慢則失勢矣。

如其筋骨不等，生死相混，儻一點失所。

若美人之病一目，一畫失節，如壯士之折一肢，余樂毅

雲閣珍藏

論一本為書家寶學此得成自外成就勿以難學而自
情焉

虞世南筆髓論

叙體

文字經藝之本。王政之始也。倉頡象山川江海之狀。龍蛇鳥獸之迹。而立六書。戰國政異俗殊。書文各別。秦惠多門。約為八體。後復訛譌。凡五易焉。然並不述用筆之妙。及乎蔡邕張索之輩。鍾繇衛王之流。皆造意精微。自悟其旨也。

辨應

心為君。妙用無窮。故為君也。手為輔。承命竭股肱之用。

故也。力為任使，纖毫不撓，尺寸有餘，故也。管為將帥，處運用之道，執生殺之權，虛心納物，守節藏鋒，故也。毫為士卒，隨管任使，跡不凝滯，故也。字為城池，大不虛，小不孤，故也。

指意

用筆須手腕輕虛。虞安吉云：未解書意者，一點一畫皆求象本，乃轉自取拙。豈成書耶？昆補之曰：書工筆爽竭點畫之樣，濃纖橫斜，毫髮必似，而古人之妙處已忘。妙不在於此也。東坡云：懸帖壁間觀之，得其大意，故坡書氣勢太緩而無筋，太急而無骨。
臣父造八分神授筆法。

一日疾二日澀得疾側管則鈍慢而肉多。豎管直鋒則
澀之法書妙盡矣。黃庭堅曰：肥字須要有骨，瘦字須要有肉。
乾枯而露骨，古人學書，學其兩處，今人學書，肥瘦皆病。
終其病也，癯而能銳，細而能壯，長者不為有餘，短者不
為不足。

釋真

筆長不過六寸，捉管不過三寸，真一行二草三指實掌。
虛黃伯思曰：流俗言作書皆欲聚指管端，不問真行草
體俱用此法，乃妄想耳。唐人圖畫執筆圖未嘗若此。
鄭杓曰：凡字寸以內，法在掌指寸以外，法兼肘腕。陳繹
曾曰：大凡學書，指欲實，掌欲虛，管欲直，心欲圓。訣法曰：
緊拏淺執，掌自然虛，指自然寔也。右軍云：書弱紙強筆，強紙弱筆。周顯
宗曰：

寫字之法。硬筆要慢。軟筆要緊。亦是剛柔相濟之義。強者弱之。強紙強

弱筆。謂之兩制。不能作佳書也。遲速虛實。若輪扁斲輪。不疾不徐。得之

於心。應之於手。口不能言也。心緩手急。心急手緩。謂之心手不齊。其書絕少。態度

拂掠輕重。若浮雲蔽於晴天。波聲勺截。若微風搖於碧

海。氣如奔馬。亦如朶鈞。輕重出乎心。而妙用應乎手。言

掠波擊鈞。截之類。雖各臻其妙矣。尤欲洞達精氣。轉變隨心。而調習於指掌也。然則體約八分。

勢同章草。而各有趣。無問巨細。皆有虛散。其鋒圓毫。范

按轉易也。范同振。毫聚鋒圓。豈真書一體。篆草章行八

分等。皆覆腕上搶。掠毫下開。牽掣撥趯。鋒轉得筆稍助。

指端鈎距轉腕之用矣。

釋行

行書之體略同於真。至於頓挫盤礴。若猛獸之搏噬。進退鈎距。若秋鷹之迅擊。故覆筆搶毫。乃按鋒而直引。其腕則內旋外拓。而環轉紆結也。旋豪不絕。內轉鋒也。加以掉筆聯毫。若石璽五瑕。自然之理。亦如長空游絲。容曳而來往。又如蟲網絡辟。勁而復虛。右軍云。游絲斷而能續。皆契以天真。同於輪扁。行草雖一筆環轉。而長短游絲連綿之狀。反致錯失。如右軍此郡帖。以就勢為能。勞小却為小郡。蓋在間帖中。已有摹寫之失。學者尤宜

慎之義之又云。每作一點畫。皆懸管掉之。令其鋒開。自然勁健矣。

釋草

草即縱心奔放。覆腕轉腕。懸管聚鋒。柔毫外拓。左為外。右為內。起伏連卷。收攬吐納。內轉藏鋒也。蔡邕曰。藏頭筆心嘗在點畫中行。董其昌曰。書雖貴藏鋒。然不得以模糊為藏鋒。須有用筆如太阿割截之意。既如舞袖揮拂而縈紆。又若垂藤柲盤而繚繞。威旋轉鋒。亦如騰猿過樹。逸蚪得水。輕兵追虜。烈火燎原。或體雄而不可抑。或勢逸而不可止。縱於狂逸。不違筆意也。草書不難

狂逸難於狂逸而不違筆意。張狂發無晉諸賢韻味。而前筆乃帖乃大令真跡。然怒張狂發。無晉諸賢韻味。而前筆乃謂筆勢險遠。如空中數大外舞下。恐是真筆。非義之云。僕所敢知也。伯思所謂晉賢韻味。即筆意也。

透嵩華子不高。踰懸壑子能越。或連或絕。如花亂飛。若

雄若強。逸意而不相副。亦何益矣。言筆勢峻邁。未足為奇。但如飛花散亂。而

無緒。或雄強而自逸於但先。緩引興心。逸自急也。仍接

鋒而取興。興盡則已。草書非興到不能佳。張旭作草。必大時呼叫狂走。乃下筆。或以頭濡

墨而書。既醒自視。以為如神。助懷素酒酣興發。遇寺

壁里。墻衣裳。視血。靡不書之。當種萬株芭蕉。以供揮灑

東坡所謂酒氣從十指間出。皆以助其書興也。興過則

益放而狂矣。可謂作夢龜草書歌曰。欲盡金鍾數斗餘。

動容攘臂立躊躇。先教侍者濃磨墨。不揖傍人欲便書。

畫壯倒松橫洞壑。點點飛石落空虛。興來亂抹亦成字。

解漢漢書法通

祗恐張顙又生機同鋒任豪端之奇象兔絲之縈結轉

剔利角多鈎篆體或如蛇形或如兵陣故兵無常陣字

無常體矣謂如水火勢多不定蛇形兵陣體無一定皆

書之勢如火也故云字無常定也

契妙

字雖有質跡本無為稟陰陽而動靜體萬物以成形達

性通變其常不主故知書道乎妙必資神遇不可以力

求也唐太宗曰夫書心合於氣氣機巧必須心悟不可

以目取也姜廷憲曰規矩因學而能變化由悟而入吳道子善畫而張長史學其筆法見前輩用心

矣。字形者如目之視也。為目有止限。由執字體既有質

滯焉。

謂執一字之體以求其妙。則此字之形不遇如目中之所見而止。由其有所執故滯而不化也。

目所視遠近不同。如水在方圓。豈由乎水。高則視遠。卑則視近。皆

因地位不同。正如同言一書。能者昇其神妙。不能者強

摹形體而已。非書之異。學書者或見到或見不到耳。譬

水在方而方。在圓而圓。且筆妙喻水。方圓喻字。所視則

同。遠近則異。善書者一字一字之妙。千萬字千萬字之

而生也。然水之在器。智者所見之方圓。原與愚人不異。書則學到一分。識得一分。學到十分。識得十分。故以水

喻字。雖同在目前。故明執字體也。字有態度。心之輔也。識量又分遠近矣。

心悟非心。合於妙也。言執字求字。但得其形體而已。求之態度。則神情可見。然猶心之輔。

也。心之輔者。如墨池編所云。顏公書中興頌。則闕偉發揚。狀其功德之盛。家廟碑。則莊重篤寔。見其承家之謹。仙壇記。則秀穎超舉。象其志氣之妙。元次山銘。則停涵深厚。見其業履之純。凡皆因心所發。見於態度。故曰心之輔也。心悟非心者。如雷簡夫聞江濤而悟用筆之妙。張長史見公主擔夫爭道。又聞鼓吹而得筆法意。後又觀公孫大娘舞劍麗而得其神。是在物本是無心。自我會悟之下。乃無適而非心。故曰心悟非心。合於妙也。且如鑄銅為鏡。非匠者之明。假筆轉心。非毫端之妙。必在澄心運思。至微至妙之間。神應思微。又同鼓瑟輪音。妙響隨意而生。握管使鋒。逸態逐毫而應。趙宜光曰。何子弟翩翩爽爽。學者心悟於至道。則書契於無為。苟涉到處有致。是也。學者心悟於至道。則書契於無為。苟涉浮華。終惜於斯理也。劉正夫曰。字美觀則不古。初見之使人喜愛。次見之則得其不到古。

人處三見之。偏旁點畫不合古人者。歷在目矣。虞集曰。書之為道。方圓平直。無所假借。而從容中度。自然可觀。譬之冠冕珮玉。執圭奉行事。君事神。恭敬在中。威儀外見。揖拜升降。自然成文。則其善也。乃若頗褻反側。越張之容媚。小人女子之態。學者戒之。

書譜卷第八

漢溪戈守智達夫纂著

同學陸煥雲瞻全叅

受業陸聲鐘大乾編次

孫過庭書譜

夫自古善書者漢魏有鍾張之絕晉末稱二王之妙王羲之云頃尋諸名書鍾張信為絕倫其餘不足觀可謂鍾張云歿而羲獻繼之又云吾書比之鍾張鍾當抗行或謂過之張草猶當鴈行然張精熟池水盡墨

伯英臨池學書

霽雲閣珍藏

池水盡墨凡家之衣帛必書而後練之假令寡人耽之若此未必謝之此

乃推張邁鍾之意也考其專善雖未果於前規撫以兼

通故無慙於即事評者謂彼之四賢古今特絕孫虔禮

后時人乃欲排特歐虞直接魏晉而今不逮古古質而

今妍矣質以代興妍以俗易俗書妍媚而意味愈淺黃

帖雖難為俗學者言要歸畢竟如此如人炫時五色無

主及神澄意定青黃皂白亦自粲然俗書妍媚覆看便

不佳雖書契之作適以記言而醇醜一遷質文二變馳

騫沿華物理常然貴能古不乖時今不同弊所謂文質

彬彬然後君子何必易雕宮於穴處反玉輅於椎輪者

乎學古緒言曰肉豐而骨勁態濃而意淡又云子敬之

不及逸少猶逸少之不及鍾張意者以為評得其綱紀

而未詳其始卒也評者謂元常古肥子敬今瘦芝為隸

且元常專工於隸書李贇曰過庭所指即今所傳伯英

尤精於草體彼之一美而逸少兼之擬真則餘草比草

則長真雖專工小劣而博涉多優總其始終匪無乖互

黃長睿曰漢隸用筆圓勁雅淡其體匾而勿稍觀元常

書古隸典型具在矣張彥遠曰張芝學崔杜之法因而

變之以成今草書之體勢一筆而成氣脈通聯隔行不

斷謂一筆書右軍云我真書過鍾而草不兼張乃兼鍾

張之所長故謂較長謝安素善尺牘而輕子敬之書子

不足比短有餘也

漢漢書法通

卷八
孫過庭書譜

敬嘗作佳書與之謂必存錄安輒題後荅之甚以為恨
安嘗問敬卿書何如右軍荅云故當勝安云物論殊不
爾于敬又荅時人那得知敬雖權以此辭折安所鑒自
稱勝父不亦過乎且立身揚名事資尊顯勝毋之里曾
參不入以子敬之豪翰紹右軍之筆札雖復蘇傳楷則
實恐未克箕裘况乃假託神仙恥崇家範以斯成學孰
愈面墻飛鳥帖臣獻之頃首今月十二日辰時中使宣
機昧死有言狂率待罪臣年二十四隱林下有飛鳥左
手持紙右手持筆惠臣五百七十九字臣未經一周形
勢髮髯其書文章不續難以完識後載周以兵寇充斥
道路脩阻乞食揚州市上一老母姓沈字光姜惠臣一

餐無以答其意。臣於點面上作一夜字。令便後義之往市債觀者三。速觀者二。未經數日。遂獲千金。後義之往都臨行題壁。子敬密拭除之。輒書易其處。私為不惡。義之還見。乃歎曰。吾去時真大醉也。敬乃內慙。是知逸少之比鍾張。則專博斯別。子敬之不及逸少。無惑疑焉。林墨

快事曰。大令書無右軍八面變化。其辭筆意多複。間架不茂。實所以貴於人世者。筆畫勁利。態致蕭疎。無一點塵土氣。無一分桎梏束縛。難以勉強倣也。又米芾畫禪隨筆曰。右軍書十不敵大令書一。蓋右軍內涵。大令外拓。襄陽深得外拓之法。從以北海傑秀之氣。故推崇大令。而訾右軍容臺集曰。元章晚年自謂無右軍一點俗氣。要其趨向如此。

余志學之年。留心翰墨。味鍾張之餘烈。挹義

獻之前規。極慮專精。時逾二紀。有乖入木之術。無間臨

池之志觀夫懸針垂露之異奔雷墜石之奇鴻飛獸駭
之姿驚舞蛇驚之態絕岸頽峰之勢臨危據槁之形或
重若奔雲或輕如蟬翼導之則泉注頓之則山安纖纖
乎似初月之出天涯落落乎猶衆星之列河漢同自然
之妙有非力運之能成蔡邕曰為書之體須入其形鍾
曰每作一字必用數種意由來書法固如此也然虞禮
之書或者不稱其言乎王弼州曰細玩書譜二字萬同
美璧之瑕也信可謂智巧兼優心手雙暢翰不虛動下必有
由一畫之間變起伏於鋒杪一點之內殊衄挫於毫芒
字形之妙全在用筆況云積其點畫乃成其字曾不旁窺尺牘俯

習寸陰引班超以為辭援項籍而自滿

東觀漢記曰班超家貧傭書報

書授筆歎曰大夫當如傅介子張騫立功異域以取封侯安能久事筆硯史記項籍少時學書不成去學劍學

劍不成項梁怒之藉曰書足以記名姓而已劍一人任敵不足學學萬人敵於是項梁乃教藉兵法藉大喜任

筆為體聚墨成形心昏擬效之方手迷揮運之理求其

妍妙不亦謬哉

用筆之妙全在心摹手追楊子曰斷木為基燒草為鞠亦有法焉而況書乎

然君子立身務脩其本楊雄謂詩賦小道壯夫所不為

况復溺思毫釐淪精翰墨者也夫潛神對奕猶標坐隱

之名樂志垂綸尚體行藏之趣

世說王中郎以圍棋為坐隱

詎若功

定禮樂妙擬神仙

說文序曰周衰諸侯力政不統于王惡禮樂之害已而皆去其藉書評蔡

鬻書骨氣洞達爽爽如有神力張

伯英書如武帝受道憑虛欲仙 猶埏埴之罔窮與工

鑪而並運好異尚奇之士翫體勢之多方窮微測妙之

夫得推移之與蹟著述者假其糟粕藻鑒者挹其菁華

固義理之會歸信賢達之薰善者矣存精遇賞豈徒然

與是以東晉士人互相陶淬至於王謝之族却庾之倫

據王愔文字志魏宋六十人中載王導王蒙王廙王循

王裕王羲之王怡王獻之王珉謝安新情庾翼等人若

書斷書賦及法書 縱不盡其神奇咸亦挹其風味去之

滋永斯道逾微方復聞疑稱疑得末行末古今阻絕無
所質問設有所會緘祕已深遂令學者茫然莫知領要

徒北成功之美不悟所致之由或乃就分布於累年向
規矩而猶遠圖真不悟習草將迷梁庾元威曰學阮咸
書者不得其骨力婉
媚唯學學拳委盡學薄紹之書者不得其批研淵微徒
自經營險急晚達別法貪省愛異濃頭纖尾斷腰頓足
一八相似十小難分屈等如句變前為草咸言祖述王
蕭無妨訛謬星不從生藉不從來許慎門徒居然咀囑
衛恒子弟寧不傷嗟蓋五代文衰如此假令薄能草書虞傳隸法則好溺
偏固自閼通規如趙壹非之沮張顏之推之短矣詎知心手
會歸若同源而異派轉用之術猶共樹而分條者乎虞黃
堅曰張長史折釵股顏太史屋漏法右軍錐畫沙印印
泥懷素飛鳥出林驚蛇入草索靖銀鉤蠶尾同是一法
不知心法耳手加以趨變適時行書為要題勒方富真乃

居先草不兼真殆於專謹真不通草殊非翰札

東坡集云物理

一也通其意則無適而不可分科而醫醫之衰也占色而畫畫之陋也和緩之醫不別老少曹吳之畫不擇人

物謂彼長於是則可能是不能是則不可世之篆書不兼隸真書不及草未通其意者也王弼州曰蔡君謨云

篆隸真書與行草俱是一法文衡山曰真書血脈貫通放之便是行草行草動必有法整之便是正楷能書者

要是一真以點畫為形質使轉為性情草以點畫為性以貫之一真以點畫為形質使轉為性情草以點畫為性

情使轉為形質草乖使轉不能成字真虧點畫猶可記

文迴互雖殊大體相涉

性情者抑揚頓挫因以取態是也形質謂長短大小高下出入

多寡故亦旁通二篆俯貫八分包括篇章涵泳飛白若

毫釐不察則吳越殊風者焉

鼎考曰甘鼎者本無所銘識刻其蓋曰甘以書考之

於古在篆為笑在楷為期在古為其未少異也今人作
草動依楷則然底頭戴草夜前垂乍皆不從楷而從篆
又不可至如鍾繇隸奇張芝草聖此乃專精一體以致
絕倫伯英不真而點畫狼藉元常不草而使轉縱橫自
茲以降不能兼善者有所不逮非專精也鍾以真掩其
草張以草掩其
其真故專精
非不逮也雖篆隸章草工用多端濟成厥美各有攸
宜篆尚婉而通隸欲精而密草貴流而暢章務險而便
然後凜之以風神溫之以妍潤鼓之以枯勁和之以閑
雅故可達其性情形其哀樂驗燥濕之殊節千古之依
張懷瓘曰形見曰象象者法象也心不能妙操於物墨
不能曲盡於心慮以圖之勢以生之氣以和之神以彌

之合而裁成
隨變所適

然體老莊之一息異時百齡俄頃嗟乎不

入其門詎窺其奧者也

小知不及大知小年不及大年淺識之夫難與論書矣

一時而書有乖有合合則流媚乖則彫疎略言其由各

有其五神怡務閑一合也

蔡邕曰書欲先散懷抱任情恣意然後書之若迫於事雖

中山兔毫
不能精也

感惠徇知二合也

如山谷為王補之少子書陰長生詩蔡君謨書集古

錄序皆
妙筆也

時和氣潤三合也

董思白曰蘭亭之妙對景舒情為右軍行楷第一

紙

墨相發四合也

周家曰王右軍少年多用紫紙中年用麻紙取其流麗便於行筆蔡中郎非流

紙豐素不妄下筆事誤曰用張芝筆左伯紙任及墨兼此三具又得巨手然後可以建方丈之字方寸千言

偶然欲書五合也

山谷云子瞻一日在學士院閑坐忽命左右取紙筆寫平疇交遠風良苗

亦懷新兩句大書小楷行草書凡八紙
卿筆太息曰好好散其紙於左右給事
心遽體留一乖也意違勢屈二乖也風燥日炎三乖也紙墨不稱四乖也情怠手閑五乖也乖合之際優劣互差得時不如得
罷得罷不如得志陳繹曾曰明聰淨凡氣自然清山水佳麗園池氣自然麗造化上古氣自然古幽貞閑適氣自然淡故書不獨稽其點畫也亦想見高山流水之志
焉若五乖同萃思遏手蒙五合交臻神融筆暢暢無不
適義無不從當仁者得意忘言罕陳其要企學者希風
叙妙雖述猶踈徒立其工未數厥旨不撥庸昧輒效所
明庶欲弘既往之風規導將來之器識除繁去濫覩述

明心者焉。

書斷過庭博雅有文章草書憲章二王工於用筆偽拔剛斷尚異好奇然少功用而有天

真代有筆陣圖七行中畫執筆圖手貌乖舛點畫湮訛

頃見南北流傳疑是右軍所製雖則未詳真偽尚可啓

發童蒙既常俗所存不籍編錄略至於諸家勢評多涉

浮華莫不外狀其形內迷其理今之所撰亦無取焉略

若乃師宜官之高名徒彰史牒衛恒四體書曰漢師宜官能楷法大則一字徑

丈小則方寸千言甚矜其能或時不持錢詣酒家飲因

書其壁顧觀以酬酒錢直計錢足而滅之無書輒削而

焚其柁梁鵠乃益為柁而飲之酒候其醉邯鄲淳之令

範坐著蕉衫書斷起邯鄲淳八體悉工師于曹喜尤精古文大篆八分隸書自杜林衛家以來古

大抵絕內

浮復著 暨夫崔杜以來蕭羊以往

漢崔瑗善草草師於杜度無盡之間

莫不調暢擬飛龍篇合篆草勢為三卷杜度草書重於

章帝詔使草書上事時稱草聖蕭思話學於羊欣得其

體法行草筆勢不斷上方琳之不足下方范曄有餘羊

欣學於獻之年十二時嘗著新絹裙畫竅獻之書裙獻

幅而去書學自此益進撰續筆陣圖及古今代祀縣遠

能書人名二卷時云買王得羊不失所望

名氏滋繁或藉甚不渝人亡業顯或憑附增價身謝道

衰加以縻蠹不傳搜祕將盡偶逢真賞時亦罕窺優劣

紛紜殆難覩縷略三其有顯聞當代遺跡見存無俟抑揚

自標先後略且六爻之作肇自軒轅八體之興始於嬴

政其來尚矣厥用斯弘但古今不同妍質懸隔既非所

習又亦略諸

略

五復有龍蛇雲露之流龜鶴花英之類

俱

述古

篇在圖真於率爾或寫瑞於當年巧涉丹青工尉翰

墨異夫楷式非所詳焉

略

六代傳義之與子敬筆勢論十

章文郁理疎意乖言拙詳其旨趣殊非右軍且右軍位

重才高調清詞雅聲塵未泯翰牘仍存觀夫致一書陳

一事造次之際稽古斯在豈有貽謀令嗣道叶義方章

則頓虧一至於此又云與伯英同學斯乃更彰虛誕若

指漢末伯英時代全不相接必有晉人同號史傳何其

寂寥非訓非經宜從集擇略夫心之所達不易盡於名

言言之所通尚難形於紙筆處可髣髴其狀綱紀其詞

其酌希夷取會佳境闕而未逮請俟將來今撰執使轉

用之由以祛未悟執謂淺深長短之類是也謂執筆之淺深長短

也使謂縱橫牽掣之類是也上下為縱左右為橫牽掣左右為掣轉謂

鈎環盤紆之類是也屈為鈎勢為環抽筆為盤紆用謂點畫向背之

類是也四條皆論運筆書斷曰過庭著運筆論亦得書之旨趣也方復會其數法歸

於一途編列衆工錯綜群妙舉前賢之未及啓後學於

成規窮其根源析其枝派貴使文約理贍迹顯心通披

卷可明下筆無滯詭辭異說非所許焉姑蘇志宋高廟垂情藝文賞謂

此語妙備草法不涉
詭異手不少置焉

然今之所陳務裨學者但右軍之

書代多稱習良可據為宗匠取立指歸豈惟會古通今

亦乃情深調合致使摹搨日廣研習歲滋先後著名多

從散落歷代孤紹非其效歟試言其由略陳數意止如

樂毅論黃庭經東方朔畫讚太史箴蘭亭叙告誓文斯

並代俗所傳真行絕致者也寫樂毅論則情多悌懌書

畫讚則意涉瓌奇黃庭經則怡懌虛無太史箴又從橫

爭折暨乎蘭亭興集思逸神超私門誠誓情拘意恣所

謂涉樂方笑言哀已歎

陳繹曾曰喜怒哀樂各有分數
喜則氣和而字舒怒則氣麤而

字陰束則氣鬱而字欽。樂則氣平而字展。情有重輕則字之欽舒險展亦有淺深變化無窮也。豈惟想流波將貽嘽嘽之奏。馳神睢渙方思藻繪之文。雖其目擊道存尚或心迷議舛。莫不強名為體。共習分區。如融之對齊高。但恨二王無臣法。是矣。豈知情動形言。取會風騷之意。計商陽舒陰慘。本乎天地之心。既失其情理。乖其實原。矣所致安有體哉。夫運用之方。雖由已出。規模所設。信屬目前。差之一毫。失之千里。苟知其術。適可兼通。心不厭精。手不忘熟。周顯宗曰。寫字之法。在心不在手。在手不在神。妙必由悟。入何謂悟。入悟其所以立規矩之意。故當在規矩爛熟之後。若運用盡於精熟。

規矩閑於宵襟自然容與徘徊意先筆後瀟灑流落翰
逸神飛亦猶和羊之心預乎無際庖丁之目不見全牛

桑和羊漢武時人
庖丁解牛出莊子

嘗有好事就吾求習吾乃麤舉綱要

隨而授之無不心悟手從言忘意得縱未窮於衆術斷

可極於所臨矣

過庭書法傳虛藏用
及尹元凱皆有書名

若思通楷則少不

如老學成規矩老不如少思則老而愈妙學乃少而可

勉勉之不已抑有三時時然一變極其分矣至如初學

分布但求平正既知平正務追險絕既能險絕復歸平

正

項穆曰學書有三戒初學分布戒不均與欹繼知規
矩戒不活與滯終能純熟戒狂怪與俗若不均與欹

如耳目口鼻。聞潤長便邪。立偏坐。不端正矣。不活與。磨如土塑木雕。不說不笑。版定固室。無生氣矣。狂怪與俗。如醉酒。不風。句兒村漢。初謂未及中。則過之後。乃通會。胡行亂語。顛撲醜陋矣。之。際。人書俱老。仲尼云。五十知命也。七十從心。故以達夷險之情。體權變之道。亦猶謀而後動。動不失宜。時然後言。言必中理矣。書述曰。壯歲書亦壯。如嫖姚十八從軍。目無全虜。又如夏日烈日。烈景炎炎。不可正。向。老來書亦老。如諸葛亮。董我。朱獻接敵。舉板與自隨。以白羽麾軍。不見其風骨。而毫素相適。筆無全鋒。是以右軍之書。末年多妙。當緣思慮通審。志氣和平。不激不厲。而風規自遠。張懷瓘曰。逸少佳蹟。在永和以後。如樂毅論。在永和四年。蘭亭在九年。黃庭經及方朔像贊。俱十二年書。皆妙蹟也。子敬以下。莫不鼓努為力。標置

成體。蔡邕九勢曰：下筆用力，肌膚之屬。張懷瓘曰：稜角是乃病也。豈云力哉？若乃耀俗之書，甘而易入，濃淡為華，書之困也。幽若深遠，煥若神明，以不測為量，書之妙也。豈獨工用不侔，亦乃神情懸隔者也。徐浩云：古蕭永褚薛以下，自鄙不譏，然人謂虞得其筋骨當矣。或有鄙其所作，或乃矜其所運，自矜者將窮性域，絕於誘進之途，自鄙者尚屈情涯，必有可通之理。嗟乎！蓋有學而不能，未有不學而能者也。考之即事，斷可明焉。韓性曰：其書資善者，好自用，足以成家，何必為是拘拘也。其有形質性情，臨鑒森感，前不則乎古，後不足為來者，法書道之所以終絕也。然消息多方，性情不一，乍剛柔以合體，忽勞逸以分

驅或恬憺雍容內涵筋骨或折挫槎枿外曜鋒芒察之者尚精擬之者貴似解大紳曰臨書先儀骨體後追精側鋒內外之際其力其筋毫髮生成之妙臨摹之功既久豁然貫通不知物我之有間也沉擬不能似察不能精分布猶踈形骸未檢濯泉之態未覩其妍窺井之談已聞其醜縱欲唐突義獻誣罔鍾張安能掩當年之目杜將來之口慕習之輩尤宜慎諸黃文獻曰臨其貌似優孟之效孫叔敖也得其意似晉男子之學柳下惠也王氏書苑曰唐人更不作章草書近有濟及洪都人強學之不堪位實俗人未嘗知古人用筆處遂謂張索復出矣至有未悟淹留偏追勁疾不能迅速翻效遲重夫勁速者超逸之機遲留

者賞會之致將反其速行臻會美之方專溺於遲終爽

絕倫之妙

過庭此數語亦行不掩言者也書斷曰過庭與王秘監相善王則過於遲緩此公傷於急

速使二子寬狂相濟是為合矣然遲速之間大都筆性

生成趙宦光曰蔡忠惠畫錦堂記一字百易必求合作

乃止近得古本李海泓州府君碑以其意為此如黃金

鑄范少伯一鑄而訖止以速成自喜不復計工拙也

能速不速所謂淹留因遲就遲詎名賞會非夫心閑手

敏難以兼通者焉手不熟不閑不敏假令衆妙攸歸務存骨

氣骨氣存矣而道潤加之亦猶枝幹扶踈凌霜雪而彌

勁花葉鮮茂與雲日而相暉右軍云歲時抱筋含文包質書之至妙者也滄園集

曰趙文敏書秋興賦道美俊逸而中藏鋒鏐凜然與秋色爭高張懷瓘曰質者如經文者如緯當以鍾張為枝

蘇二王為花葉如其骨力偏多道麗蓋少則若枯槎架險巨石

當路雖妍媚云關而體質存焉

王骨力之書不必非妍也王弼州曰坡筆以老取

妍谷筆以妍取老凡書若道麗居優骨氣將劣譬夫芳

林落蕊空照灼而無依蘭沼漂蘋徒青翠而奚託黃庭堅曰

余在黔南時書多纖麗及移戎州見舊書可憎十字中

三四字差可耳於今方悟古人沉著痛快之語李致堯

曰書要拙多於巧近見少年作字如新婦于梳梳百種點綴終無烈婦氣是知偏工易就盡

善難求雖學宗一家而變成多體李後主曰善法書者各得右軍之一體若

虞世南得其美韻而失其俊邁歐陽詢得其力而失其秀褚遂良得其意而失其變化薛稷得其清而失其富

拘顏真卿得其筋而失於羸魯柳公權得其骨而失於生獷徐浩得肉而失於俗李邕得氣而失於體格張旭

得法而失於狂唯獻之俱得之莫不隨其性欲便以為
而失於驚意不得其蘊藉態度姿質直者則徑挺而不道剛佞者又崛強而無潤矜歛
者弊於拘束脫易者失於規矩溫柔者傷於軟緩躁勇
者過於剽迫狐疑者溺於滯澀遲重者終於蹇鈍輕瑣
者染於俗吏斯皆獨行之士偏翫所乖趙孟堅曰後主
煜譏魯公書為
又手並脚田舍漢耳然如褚河南以八分古韵一切尚
之甚有疎失薛少保發越諸體飄揚透徹一向不回氣
致迂疎又曰魯公之正固派為俗城懸易曰觀乎天文
之動亦失於寒古往今來中庸為難
以察時變觀乎人文以化成天下況書之為妙近取諸
身假令運用未周尚虧工於秘奧而波瀾之際已濬發

於羣臺必能旁通點畫之情博究始終之理鎔陶蟲篆

陶鈞草隸體五材而並用儀刑不竭衆八音之迭起感

會無方

文衡山曰永師之書不若古軍八面變化亦是功用未足之故耳

至若數畫並

施其形各異衆點齊列為體互乖一點成一字之規一

字乃通篇之準違而不犯和而不同留不常遲遣不恒

疾帶燥方潤將濃遂枯泯規矩於方圓遁鈎繩於曲直

乍顯乍晦若行若藏窮變態於毫端合情調於紙上無

間心手忘懷楷則自可背羲獻而無失達鍾張而尚工

董道曰書貴得法然以點畫論法者皆蔽於書者也求法者當於體用完備處一法不立而濃纖健快各當其

意譬夫絳樹青琴殊姿共豔隋珠和璧異質同妍何必

刺鶴圖龍穴慙真體得魚獲兔猶怯筌蹄

李日華曰臨書如雙鶴並

翔各盡其致不必為步驟之拘非於書有深詣者不能也聞夫家有南威之容乃可

論淑媛有龍泉之利然後議斷割

龍淵楚利劍名載越絕書語過其

分寔案樞機吾嘗靜思作書謂為甚合時稱識者輒以

引示其中巧艷曾不留意或有誤失翻被嗟賞既昧所

見尤喻所聞

笑或

以年職自高輕致陵誚余乃假之以

紉縹題之以古目則賢者改觀愚者繼聲競賞毫末之

奇罕議鋒端之失猶惠侯之好偽

梁虞蘇論書表云義之為會稽獻之為吳

興故三吳之近地偏多遺迹。又是末年道義之時。中世
宗室諸王尚多素嗤貴遊。不甚愛好。朝廷亦不搜求人
間所祕。往往不少。新淪惠侯。雅所愛重。懸金招買。不計
貴賤。而輕薄之徒。銳意摹學。以茅屋漏汁。染變紙色。加
以勞辱。使類久書。真偽相糅。莫之能別。故惠侯所蓄多
有非真。然招聚既多。時有佳迹。如獻之。吳興二成。足為
名。同葉公之懼真。莊子曰。葉公子高之好龍也。室屋雕
文。盡以寫龍。於是天龍聞而下之。窺
頭於牖。拖尾於堂。葉是知伯子之息流波。蓋有由矣。溫
伯
公見之。失其魂魄。
雪子因流俗波靡之習。明於禮義。而夫蔡邕不謬賞孫
頤於人心。故每見而嘆息。亦本莊子。
陽不妄顧者。以其乎鑒精通。故不滯於耳目也。元章識
泰龍子
日唐滿詩。奩罨不收。只緣自不信。凌眸而黃伯思法帖
刊誤。又云。米跋法帖。另尾踈略甚多。僕於元章慨然。古
語有之。善書不鑒善鑒不書。又譏
元章實識之誤。故鑒書亦是難事。向使奇音在甕。庸聽

驚其妙響。逸足伏櫪。凡識知其絕群。則伯喈不足稱。伯樂未可尚也。至若老姥遇題扇。初怨而後請。門生護書。几父削而子悞。俱逸少事知與不知也。夫士屈於不知已。而伸於知己。彼不知也。曷足恠乎。故莊子曰。朝菌不知晦朔。蟪蛄不知春秋。老子云。下士聞道。大笑之。不笑之則不足以爲道也。豈可執冰而咎夏虫哉。自漢魏以來。論書者多矣。妍蚩雜糅。條目糾紛。或重述舊章。了不殊於既往。或苟興新說。竟無益於將來。徒使繁者彌繁。簡者仍闕。今撰爲六篇。分成兩卷。第其工用。名曰書譜。庶使

一家後進奉以規模四海知音或存觀省緘祕之旨余
無取焉垂拱三年寫記

姜夔續書譜

總論

真行草書之法其源出於蟲篆八分飛白章草等圓勁
古澹則出於蟲篆點畫波發則出於八分轉換向背則
出於飛白簡便痛快則出於章草然而真草與行各有
體製歐陽率更頗平原輩以真為草李邕西臺輩以行
為真亦以古人有專工正書者有專工草書者有專工
行書者信乎其不能兼美也

丁真永草鍾繇隸奇皇家
純張芝草聖俱以專門

名或云草書千字不抵行草十字行草十字不如真書

一字意以為草至易而真至難豈真知書者哉草書縱橫揮灑
觀者以為易真書一筆不苟觀者以為難不知草書非
可往造先要打過真書一關故草書之功用較真書而
更深也黃文獻曰趙文敏用意楷法窮極精密故其出
而為行草縱橫曲折無不妙弇古人不善學者下筆輒
務為傾側之勢而未嘗窺其用意處是以愈工而愈不
及也璠璠曰漢人始為草草書之祖也近世多尚
行草未始學真而先習草如人未能立而欲走蓋可笑
也況章草之來作於科斗籀篆觀其運筆圓轉用意深
妙焉有不通篆隸而能學者哉吳寬曰鮮於困學多為
草書然其書多從真行來故落筆不苟而點畫所至皆
有意態使人觀之不厭非若今之未識歐虞徑大抵下
造類素其散漫連延之勢終為飛蓬蔓草而已大抵下
筆之際盡倣古人則少神氣專務道勁則俗病不除所
貴熟習精通心手相應斯為美矣白雲先生歐陽率更

書訣亦能言其梗槩白雲訣云陽氣明則華壁立陰氣力圓則閨勢疾則澀緊則勁險則峻內貴盈外貴虛起不孤伏不塞迴仰非近背接非遠望之惟遠發之惟靜歐陽書訣已存第五卷 孫過庭論之又詳可參稽之

真書

真書以平正為善此世俗之論唐人之失也方圓平直也唐人作書規矩極嚴而風神次之今觀武德以後天寶以前碑刻字樣大都相似自張懸以後法益峭刻而晉賢之風神逸態埒地無餘矣故曰唐人之失堯章係番陽布衣其書本逸野而真唐推晉又宋賢好尚如此古今真書之神妙無出鍾元常其次王逸少今觀二家之書皆瀟灑縱橫何拘平正良由唐人以書判取士而

士大夫字書類有科舉習氣顏魯公作干祿字書是其

證也

干祿係四庫分部小楷有註辨別正俗及所通

已說開

工入以爲衣食之資故也今

相望故唐人下筆應規入矩無復魏晉飄逸之氣且字

之長短大小斜正疎密天然不齊孰能一之謂如東字

之長西字之短口字之小體字之大厠字之斜黨字之

正千字之疎萬字之密畫多者宜瘦少者宜肥魏晉書

法之高良由各盡字之真態不以私意忝之耳

促小展大前輩

亦誤唐人之失若疎密長短等類無譏矣或者專喜方正極意歐顏或者惟

務勻圓專師虞永或謂體須稍扁則自然平正此又有
徐會稽之病或云欲其蕭散則自不塵俗此又有王子
敬之風豈足以盡書法之美哉或問李西臺曰右軍八
也曰偏也或曰永師極正矣曰非此之論凡書必有輕
重大小長短疎密斜正間闊向背順逆方圓平直偏一
處便缺真書用筆自有八法我嘗果古人之字列之為
圖今略言其指點者字之眉目全藉顧盼精神有向有
背隨字異形橫直畫者字之體骨欲其堅正勻靜有起
有止所貴長短合宜結束堅寔ノ者字之手足伸縮
異度變化多端要如魚翼鳥翅有翩翩自得之狀じ

者字之步履欲其沉寔晉人挑剔或帶斜拂或橫引向外至顏柳始正鋒為之正鋒則無飄逸之氣轉折者方圓之法真多用折草多用轉折欲少駐駐則有力轉不欲滯滯則不道然而真以轉而後道草以折而後勁不可不知也懸針者筆欲極正自上而下端若引繩若垂而復縮謂之垂露故翟伯壽問於米老曰書法當何如米老曰無垂不縮無往不收此必至精至熟然後能之已上俱詳
運筆卷 古人遺墨得其一點一畫皆昭然絕異者以其用筆精妙故也大令以來用筆多失
仰筆尖鋒書之忌也蔡君謨曰

學大令者多致放失而養之技筆虛便有神妙王世貞曰太令以降若永施之書學差勝筆旭素之書筆多學少一字之間長短相補斜正相拄肥瘦相混求妍媚於成體之後至於今尤甚焉法也唯肥瘦不宜太雜然此節弊病今之人殆甚於宋

用筆

用筆不欲太肥肥則形濁又不欲太瘦瘦則形枯不欲多露鋒芒露則意不持重不欲深藏圭角藏則體不精神不欲上大下小不欲左高右低不欲前多後少歐陽率更結體太拘而用筆特脩衆義王弼州曰率更搜得義之教獻之指歸圖

以三百錄構之。嘗發其妙旨。著結構書訣。宣和書譜曰。陳景元與蔡卞論古今書法。至歐陽詢。則曰。世皆知其體方。而不知其筆圓。雖小楷而翰墨灑落。追踵鍾王。來卞頗服膺。以爲得旨。雖小楷而翰墨灑落。追踵鍾王。來者不及也。過庭在唐而譜晉。標鍾王爲真書之的。免顏章在宋而譜唐。推率更以接鍾王之派。顏柳結體既異古人。用筆復溺於一偏。予評二家爲書法之一變數。百年間人爭效之。字畫剛勁高明。固不爲書法之無助。而晉魏之風。規則掃地矣。寶晉齋曰。真卿學挑踢名家作用太多。無平澹天成之趣。王介州曰。大達法師塔文。柳書之最露筋骨者。通媚勁健。固自不乏。要之晉法亦大變耳。然柳氏大字偏旁清勁可喜。更爲奇妙。近世亦有倣效之者。則濁俗不除。不足觀。故知與其太肥不

若瘦硬也。李西臺書肥不刺肉如美女豐肌而神氣清秀發青澤無窮後人如見其清眸豐頰故出自名手肥瘦各有妙趣惟李勿能至則肥者尤易俗耳。

草書

草書之體如人坐臥行立揖遜忿爭乘舟躍馬歌舞捭踊一切變態非苟然者。索靖草書狀曰或若登高望其而不羣或若自檢於常度或欽東而相抱或婆娑而四垂或攢翦而齊整或上下而參差或陰本而高舉或落粹而自披其布好施媚如明珠之陸離其發輪擺藻如春華之揚枝其提墨縱體如美女之長眉其滑澤看易如長溜之分岐其骨梗強壯如柱礎之丕基其斷除窮盡如工匠之盡規其芒角吟牙如嚴霜之傳枝衆巧百態無不又一字之體率有多變有起有應如此起者當盡奇。

如此應各有義理

以抽勢起者順應以威勢起者逆應以側勢起者反應凡此各有義理

右軍書義之字當字得字慰字最多多至數十字無有

同者而未嘗不同也可謂從欲不踰矩矣

草書變則盡態如驚沙自

飛孤蓬自振與夏雲多奇峰數語總是一意真行書亦然右軍小楷意態各帖不同蘭亭十九个之字便是十

九个轉換若干字一同有何生趣東坡譏釋子書曰經凡幾品品凡幾偈偈為幾句句為幾字字為幾畫其數

無量而若達字法平等若一大凡學草書先當取法張無高下大小輕重於其間也

芝皇象索靖章草等則結體平正下筆有源

皇象急就章規模簡

古氣象沉遠其書神識碑若篆若隸字勢雄偉官本惟或文武將墜四帖他處罕見嘗論曰草書漫漫落落索

靖出師頌行筆微帶蹇澀月儀帖筆畫勁密他人不能睥睨率更嘗見索靖碑石觀之數步復返及坐宿其傍

三日乃去。張芝師崔杜之法，皆精於草書者也。草書者，解散隸體而麤書之，有波磔而無連綿之勢。詳述古篇，然後倣王右軍，申之以變化，鼓之以奇崛。書斷曰：右軍成一家法，千變萬化，得之神功，自非造化發靈，豈能登峰造極。右軍始學草書，後習張芝之體，而為行草，獻之嘗白父云：古之章草，未能宏逸，頓異真體，合窮偽略之理，極草縱之致，不若索行之間。於往法固殊也。大人宜體若泛學諸家，則字有工拙，筆多失誤。當連者反斷，當斷者反續，不識向背，不知起止，不悟轉換，隨意用筆，任筆賦形，失悞顛錯，反為新奇。自大令以來，已如此矣。況今世哉。大令以來，謂齊梁間人咸稱祖述蕭王，無妨詠狂放，故旭素以後，斯幾亦然絕響。然而襟韻不高，記憶雖多，莫前塵俗。

若風神蕭散下筆便當過人自唐以前多是獨草不過

兩字屬連累數十字而不斷號曰連綿游絲此雖出於

古人不足為奇更成大病

趙壹非曰書之好醜在心與手豈可勉強為哉昔者西施

善顰里婦祇增其醜趙女善舞行步媚態學者弗獲失節旬旬草書變化全在規矩嫺熟若但技摘奇異學作

連綿豈成書法

古人作草如今人作真何嘗苟且其相連處特

是引帶嘗考其字是點畫處皆重非點畫處偶相引帶

其筆皆輕

趙宜光曰行書藁草以主客分明引帶不雜為格律

雖復變化多端

而未嘗亂其法度張顛懷素規矩最號逸野而不失此

法

東觀餘論曰始觀張旭所書千字文至母圖隸散等字怪逸過甚好事者以長史喜狂書遂效其蹟遂覆

徐觀至鴈門云亭思蒙瞻仰筆與後魏月日則雖隱軒
舉樣枅絲縷千變萬狀而左馳右驚不離規矩繩墨之
外王弼州云素書絹本千文圖熟讀美犬要近代山谷
從山陰派來而兼有李懷琳孫過庭結法

老人自謂得長沙三昧草書之法至是又一變矣

山谷
紹聖

二年摘點獲觀藏真自序遂契其妙自謂得長沙三昧
草書之法故自紹聖以後其書連綿不絕然擬藏真所
書或不免於絲木乾谷矣懷素
長沙僧素嘗自言得草聖三昧流至於今不可復觀唐
太宗云行行如縈春蚓字字如綰秋蛇惡無骨也大抵
用筆有緩有急有有鋒有無鋒有承接上字有牽引下
字乍徐還疾忽往復收緩以效古急以出奇有鋒以耀
其精神無鋒以含其氣味橫斜曲直鈎環盤紆皆以勢

為生然不欲相帶帶則近俗橫畫不欲太長長則轉換
遲直畫不欲太多多則神癡以捺代入如指按物而捺
斷水之以發代在發波之發草訣所謂
利也速之訣東邊是也亦以捺代惟
則間用之意盡則用懸針意未盡須再生筆意不若用
垂露耳

用筆

用筆如折釵股如屋漏痕如錐畫沙如壁拆此皆後人
之論折釵股欲其曲折圓而有力屋漏痕欲其橫直勻
而藏鋒錐畫沙欲其無起止之跡壁拆者欲其無布置

之巧。然皆不必若是。筆正則鋒藏。筆偃則鋒出。一起一
倒。一晦一明。而神奇出焉。常欲筆鋒在畫中。則左右皆
無病矣。故一點一畫皆有三轉。一波一拂皆有三折。一
又有數樣。一點者欲其與畫相應。兩點者欲自相應。
三點者必有一點起。一點帶。一點應。四點者一起兩帶。
一應。筆陣圖云。若平直相似。狀如算子。便不是書。如口
當行草時。尤宜泯其稜角。以寬閑圓美為佳。心正則筆
正。意在筆前。字居心後。皆名言也。故不得中行。與其工
也。寧拙。與其弱也。寧勁。與其鈍也。寧速。然極須淘洗俗

姿則妙處自見矣。大抵執之欲緊，運之欲活，不可以指
運筆。當以腕運筆，執之在手，手不主運，運之在腕，腕不
主執。又作字者，亦須略考篆文，須知點畫來歷，先後如
左，右之不同，刺刺之相異。王王之與玉，木
示之與永，令以至奉，秦秦春，秦秦，形同體殊，得其

源本，斯不浮矣。

郭忠恕曰：衛竊之字，是謂隸省，并竊之

之字，是謂隸變，故篆隸相承之意，每各不同。如省首直

書，書通通，而不之類，形體相承者也。蓋六書起一成文，衛

朝朝，黃青青之類，用意相承者也。

為一，從為一，邪為一，反一為一，至一而窮，折一為一，反

為一，轉一為一，反為一，為一，至一而窮，折一為一，者，側

也有側，有正，正折為八，轉八為V，側V為人，反人為入。

至フ而窮一再折為口。轉口為山。側山為仁。反仁為工。至工而窮引一而統合之。方則為口。圓則為○。至○則環轉無異勢。一之道書矣。一與一偶。一能生一。不能生一。以其不可屈曲。又不可引。引則成。一然一與一偶。一能生一。不能生一。天地之道陰陽之理也。策通而隸辟。故有左無右。有右無左。於策則左向。右為左。右向。左為右。獨向為右。相向為隸。策明而隸晦。故有王無玉。有玉無朱。於策則中一近上為王。居中為玉。中一直為朱。中一直為未。策巧而隸晦。故有口無口。有口無口。於策則上冒為口。不冒為口。上加一為主。加一為口。策隸而隸拘。故有刀無匕。有匕無刀。於篆體向。左為刀。向。右為匕。首向。左為禾。向。右為禾。然則篆之與隸。猶筮之與龜也。鍾王以來。隸法詳且盡矣。而篆乃孫過庭有執使轉用之。其淵源六書之意。不可不明也。孫過庭有執使轉用之法。執為長短淺深。使為縱橫牽掣。轉為鈞環盤紆。用為點畫向背。豈苟然哉。

用墨

凡作楷欲乾然不可太燥行草則燥潤相雜以潤取妍

以燥取險墨濃則筆滯燥則筆枯亦不可不知也

以墨之濃

淡乾濕取媚於字柳宗元之習也趙希鵠云古人晨起

則濃磨墨汁滿硯池以供一日之用用不盡則棄之來

筆欲

早再作硯池必大而深故書皆道潤行草過筆處

雖如絲髮其墨亦濃今人多尚渴筆蓋非古也

鋒長勁而圓長則含墨可以取運動勁則剛而有力

則妍美

或云善書者不擇筆或云歐虞不擇筆余未之信也米海嶽曰筆不可意者如朽竹篙舟曲筋

捕物趙文敏精於用筆凡所使有宛轉如意者輒剖之

取其精毫別貯之每萃三管之精令工總緝一管真草

巨細校之無不可也抑且古人用筆亦各不同如蕭何

秃筆子雲胎髮筆歐陽通經心兔蓋象牙筆王羲之鼠

鬚筆白樂天雞距鹿毛筆懷素束心筆王著散卓筆藤
君謨栗尾鼠鬚筆蔣東坡雞毛筆諸賢好尚如此豈得
不擇耶韋仲將筆法曰以鐵柅柅兔毫及青羊毛去其
穢毛正毫齋其鋒端各作扁極令勻調平好用永青羊
毛羊毛去兔毫頭下二分許然後合扁卷令極固痛頓
為雀筆心寧小不宜大王羲之筆經曰諸郡獻兔毫鴻
都門惟有趙國毫中用趙國平原廣澤無雜草木惟有
細草是以兔肥毫長而銳也須仲秋月收之孟秋去夏
近毫焦而嫩季秋去冬近毫脆而禿惟八月寒暑調乃
用毛杪合鋒令長九分管脩二握須圓正方可余嘗自
為筆甚可用謝安石度稚子嘗評世有三物用不同而
恭就我求之斯而不與理相似良弓引之則緩來舍之則急往世俗謂之揭箭
好刀按之則曲舍之則勁直如初世俗謂之回性筆鋒
亦欲如此若一引之後已曲不復挺之又安能如人意

耶故長而不勁不如弗長勁而不圓不如弗勁紙筆墨皆書法之助也

行書

嘗夷考魏晉行書自有一體與草書不同大率變真以
便於揮運而已草出於章行出於真雖曰行書各有定
體縱復晉代諸賢亦不相遠蘭亭記及右軍諸帖第一
張懷瓘曰逸少行書動合規模謝安石天姿神縱無以寄辭大令諸帖次之
謝安石學書右軍右軍云卿是解書者然知解書者尤難張懷瓘曰子敬不能純一或行草雜糅顏柳
蘇米亦後世之可觀者大要以筆老為貴少有失悞亦

可輝映藝苑危言稱夏公謹之言肥過而滯而穢
不若中肥而為滯人所共曉老而為穢識者當能辨之
行為妙所貴乎穠纖間出血派相連筋骨老健風神灑
落姿態脩具真有真之態度行有行之態度草有草之
態度必須博學可以兼通

臨摹

摹書最易唐太宗云卧王濛於紙中坐徐偃於筆下亦
可以嗤蕭子雲唯初學者不得不摹亦以節度其手易
於成就皆須古人名筆置之几案懸之座右朝夕諦觀
思其用筆之理然後可以摹臨岳珂曰臨摹兩法本不同摹帖如梓人作室梁

樞棟楠雖具準繩而締創既成氣象自有工拙臨帖如
鴻鵠並翔青天浮雲浩蕩萬里各遂其所至而息焉
其次雙鈎蠟本須精意摹搨乃不失位置之美耳日王
會稽父子書存於世者蓋一二數其次褚薛之流硬黃
臨倣亦足為貴硬黃者嫌紙性終帶暗澀置之熱處斗
上以黃蠟塗勻紙雖稍硬而瑩澈透明也若古本色暗
硬黃不能取則以鬻搨取之其法坐暗室中穴牖如盛
大懸紙與法書映而取之臨書易失古人位置而多得古人筆意摹
書易得古人位置而多失古人筆意臨書易進摹書易
忘經意與不經意也夫臨摹之際毫髮失真則神情頓
異所貴詳謹東觀餘論曰近世翰林侍書輩多學聖教
體由唐吳通微昆弟已有斯目故今士大夫玩之世有
者絕少然學勿能至者自俗耳碑中字未嘗俗也

蘭亭何啻數百本而定武為最佳然定武本有數樣今
取諸本參之其位置長短大小無不同而肥瘠剛柔
工拙要妙之處如人之面無有同者蘭亭叙在唐貞觀
中舊有二本俱刊
玉石其一入昭陵其一當神龍中太平宮主借出獨摹
遂亡其後溫韞發諸陵蘭亭復出宋世派落定武民間
世以定武本為貴薛道祖守定武別刊一本易武間本
道祖家長安自是以長安薛家本為貴道祖又智刊一
石在使字智刊一石在譙門計之民間所易一石只定
武自有三本皆道祖摹本也其貞觀舊本背後有五色
蓮花記自道祖沒後其弟嗣昌奏之宣和間取歸汴以
京龕在宣和殿上靖康末載與岐陽石鼓並入沙漠以
此知定武雖石刻又未必得真蹟之風神矣字書全以
風神超邁為主刻之金石其可苟哉雙鉤之法須得墨

暈不出字外。或郭填其內。或朱其背。正得肥瘦之本體。

東觀餘論曰。米芾摹逸少平章帖。筆趣翩翩。固自佳。但肆筆獨放。殊不填郭。非古法也。昔人搨書。欲如水月鏡。

像者。故應郭填。乃造微耳。郭填者。雙鉤其郭。乃以墨填其中也。朱背者。亦以古帖字間。故朱字之背面。使正面

顯露。雖然尤貴於瘦。使工人刻之。又從而刮治之。則瘦

者亦變而肥矣。即用舊帖鈎丹。上石尤貴於瘦。或云雙鉤時須倒置之。

則無容私意於其間。誠使下本明上紙薄。倒鈎何害。若

下本晦上紙厚。却須能書者為之。發其筆意可也。夫鋒

芒圭角。字之精神。大抵雙鉤多失此。又須朱其背。時稍

致意焉。

李日華曰。學書當擇古人百餘字成片段者。併其行間布白而學之。至妙之論也。

附陳繹曾畫界對臨圖



印法帖上觀其字中間架及點
畫大小長短肥瘦方圓之間



又印空紙上玩其帖中字蹟所到分數一一臨
擬一字一印蓋尺寸與字之法也

陳繹曾曰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體既熟方可旁及
諸家法帖字大以小印分數盛之法帖字小以大印
分數展之雖黃庭樂毅展為方丈可也

方圓

方圓者真草之體用。真貴方。草貴圓。方者參之以圓。圓

者參之以方。斯為妙矣。

章草體方而用圓。書之至高者也。其書若鍾王以下。虞永諸帖。

要皆筆意渾涵。圓而得勁。然而方圓曲直不可顯露。直須涵泳。一出

於自然。如草書尤忌橫直分明。橫直多則字有積薪束

筆之狀。而無蕭散之氣。

索靖曰：芝草蕭陶還相結。索隸融駁載其筆其氣象豈不茂義。

耶。時參出之。斯為妙矣。

向背

向背者。如人顧盼指畫。相揖相背。發於左者。應於右。起

於上者伏於下。大要點畫之間施設各有情理。求之古人。右軍蓋為獨步。

位置

假如立人挑土田王亦不。一切偏旁皆須令狹長。則右有餘地矣。在右者亦然。不可太密太巧。太密太巧者是唐人之病也。文徵明曰。漢魏人書。醇古簡靜。深不可測。晉宋以來。風度相高。如雅人勝士。蕭灑韻藉。有出塵之想。凌遲至於中唐。法度森然。斯須不失。而醇古之風已斷。滿疎之意已拘。良以古人作書。意勝於法。而唐人法勝於意。如口字在左者。皆須與上齊。嗚呼。意不耐人尋味耳。假如口字在右者。皆須與下齊。和扣等字是也。又喉隴等字是也。在右者皆須與下齊。和扣等字是也。又

如〔一〕頭須令覆其下。〔二〕皆須能承其上。審量其輕重。使相負荷。計其大小。使相副稱。為善。

踈密

書以踈欲風神。密欲老氣。

踈欲風神。如楊升菴所謂放筆增毫。半骨倚美。如盧仝下

朝從容閑雅。灑落不群。又如薄紹之書。如舞女低腰。仙人囁語。是也。密欲老氣。李季海近之。山谷曰。季海暮年

乃更灑落。王氏規模自成一家。所謂盧溟其髮短。其口心甚長。惜乎當時君子莫能以短兵伐此老賊也。女

佳之四橫。川之三直。魚之四點。畫之九畫。必須下筆勁

淨。踈密停勻。為佳。當踈不踈。反成寒乞。當密不密。必至

彫踈。

風神

風神者一須人品高

○郝經曰李斯刺薄寡思人也故其

重人也故其書勁利方重如畫劍累歲斬絕深險義之
真正有識鑒風度高遠觀其遺脫治及道子諸人書不
附桓溫自於山水間與物無競為江左品流第一故其
書以韻勝道麗虛婉出奇入神不失其正高風絕跡
不可及顏魯公以忠義大節極古今之變以楷用隸皆以人品為本
軾以雄文大筆極古今之變以楷用隸皆以人品為本
其書法即其心法也黃山谷曰胸中有數千卷不隨世
碌碌則書不病韻自勝李西臺林和靖矣蓋美而病的
者王著勁而病的者周越皆梁儂胸次之累非學者不
工也又曰東坡之書學問文章之氣鬱鬱芊芊發於筆
墨間故他人所不及在昔叔夜妙於草製體勢得之自
然若高逸之士雖在布衣有傲然者故臨不測之水使
人神清登萬仞之二須師法古
○觀覽名刺默學衛夫人

書徒費歲月故學書者先三須筆紙古人習書雖有不當知所宗尚乃知所用力

伯珍之書若葉鄭虔之書柿葉懷素之書芭蕉葉任末之削荆陶景之剪荻歐陽通之畫沙以及紙掌漆石畫

地書室要其用工如此若僧虔得銀光之四須險動紙子教得章祖之筆未始非臨池之助也

三項當預於未書之前此下五項學書次第如五須高此書以骨幹為先故險動當為第一層工夫

明英爽之氣也有六須潤澤肌膚也有骨氣而後七須骨而後有氣也

向背得宜制節也如人四體既正膚革盈寧而後八須揖讓進退周旋中規折旋中綽也

時出新意有推而進有放而文又其妙也自然長者如秀整之士短者

如精悍之徒瘦者如山澤之癯肥者如貴遊之子勁者

如武夫媚者如美女欹斜如醉仙端楷如賢士各隨書性造就

一
察

遲速

遲以取妍。速以取勁。先必能速。然後為遲。若素不能速。而專事遲。則無神氣。若專務速。又多失勢。

筆勢

下筆之初。有搭鋒者。有折鋒者。其一字之體。定於初下筆。凡作字第一字。多是折鋒。第二三字。承上筆勢。多是搭鋒。承上多是搭鋒。行草有之。楷法須各自立勢。若一字之間。右邊多是折鋒。應其左故也。左過右。右過左。上過下。下過上。俱用逆折而入。唯脩豎脩點脩畫之類。但取順。

霽雲閣珍藏

勢用之折搭
無一定也

又有平起者如隸書藏鋒者如篆書大要

折搭多精神平藏善含蓄兼之則妙矣

主介州曰余嘗謂皇象文武索

靖載妖帖章草中鳥跡筆者顏真卿家廟茅山碑正書中玉筋筆者蘭臺道因碑正書中八分筆者未易為俗人言也

性情

藝之至未始不與精神通其說見於昌黎送高閑序孫過庭云一時而書有乖有合合則流媚乖則彫疎神怡務閑一合也感惠徇知二合也時和氣潤三合也紙墨相發四合也偶然欲書五合也恐遽體智一乖也意違

勢屈二乖也風燥日炎三乖也紙墨不潤四乖也情急手闌五乖也乖合之際優劣互差

血脉

字有藏鋒出鋒之異槩然盈楮欲其首尾相應上下相接為佳後學之士隨所記憶圖寫其形未能涵容皆支離而不相貫穿法要堅曰字畫小枝然而不精研則心與源雖師心而暗合強摹其迹縱肖貌而寔乖黃庭小楷與樂毅論不同東方朔畫讚又與蘭亭記殊旨一時下筆各有其勢固應爾也余嘗歷觀古之名書無不點

雲閣珍藏

畫振動如見其揮運之時山谷云字中有筆如禪句中

有眼豈欺我哉

山谷頌李西
畫語也

書丹

筆得墨則瘦得朱則肥故書丹尤以瘦為奇而圓熟美

潤常有餘燥勁老古常不足朱使然也

不獨朱之故燥
亦甚滑不能留

鋒迴搶霞筆心多不能聚須選羊毫半兼花毫
尖鋒筆用之自妥若用純毫筆則顛如指頭矣欲刺者

不失真未有若書丹者

三代有碑而無銘禮記嚴於碑
是也秦始有銘建而後書蔡邕

石經刻而後建邕自書丹於石者也右軍樂
穀論亦然鈞丹過朱摹勒古字之力也

然書時盤

薄不無少勞韋仲將升高書凌雲臺榜下則鬢髮已白

藝成而下斯之謂歟。若鍾繇、李邕，又自刻之，可謂癖矣。
魏受禪表。黃初元年立文帝廟。王則文。梁鵠書。鍾繇鑄
字。謂之三絕。李邕書。亦多自刻之。每款黃鶴仙伏靈
芝。元省已者。俱無其人。邕托名也。又聞海嶺亦自
刻之。戴元表曰。古之書家莫不能刻。謂之書刀。

月

霽雲閣珍藏

姜夔續寸譜

平湖張松年鑄