

學法
篇
抄
序



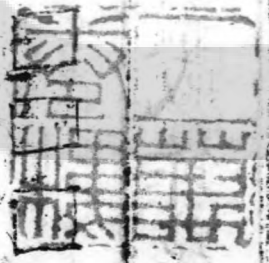
學書篇

書訣

李斯曰夫用筆之法先急迴後疾下如鷹望鵬逝信之自然
不得重改送脚若遊魚得水舞筆如景山興雲或捲或舒尔

重善深思之此理當自見

蕭何曰夫書執法猶若登陣變通並在腕前文武遺於筆
下出須有倚伏開闔藉於陰陽每欲書字諭如下營搃思



審之方可下筆且筆者心也墨者手也言者意也依此行
之自然妙矣

蔡邕筆論曰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豪不能佳也夫書先默坐靜
思隨意所適言不出口氣不盈息沈密神來如對至
尊則無不善矣

蔡邕九執訣

轉筆宜左右回顧無使節目孤露 藏鋒點畫出入

之迹欲左先右至回左亦爾 藏頭圓筆屬紙令筆心常在

點畫中行 護尾畫點執盡力收之 疾執出於啄磔之

中又在豎筆緊趯之內 掠筆在於趯鋒峻 澀執在於緊

駛戰行之 橫麟豎勒之規此名九執

鍾繇曰多力豐筋者聖無力無筋者病

白雲先生書訣

天台紫真曰陽氣明則筆壁立陰氣大則風神生把筆
抵鋒肇乎本性力圓則凋執疾則澀緊則勁逸則峻

內貴盈外貴虛起不孤伏不寡迴迎非近背接非遠
望之惟逸發之惟靖王羲之記

永字八法禁經云八法起於隸字之始自崔張鍾王傳
授所用該於萬字墨道之最不可不明也隋智永發其
旨趣其於虞秘監世南自茲傳授彰歟存焉 李陽
冰曰昔逸少下書遂立多載十一年中偏攻永字以其備
八法之勢能通一切字也 又筆訣曰八法是翰墨之
良規習書之流無或輒廢出法書苑

永
側勢 趯
勒 策 掠

側不貴卧
勢過直而力敗
策仰收而暗揭
啄倉皇而疾掩

勒常患平
趯宜存而執生
掠左出而鋒輕
磔趨趨以開撐

一 點謂之側

一 畫謂之勒

一 豎之勢

一 挑謂之趯

一 左上為策

一 左下為掠

一 右下為啄

一 右下為

側導鳩而墜右勒緩緩以藏機勢穹環而執曲趯峻快以
如雞策依稀而似勒掠彷彿以宜肥啄騰凌而速進磔抑

昔以遲移

一 側勢法書苑曰側不可平其筆當側筆就左為之口訣

曰先左揭其腕次輕蹲其鋒取勢緊則乘機頓挫借勢
出之疾則失中過又成俗李陽水筆訣曰側者側下其筆使墨精
暗墜徐乃反揭則枝利矣此永字頭一點是也 問曰側不言點而言
側何也論曰謂筆鋒顧右審其執險而側之故名側也此言點則不
明顧右無存鋒向背墜墨執若左顧右側則橫適無力故側不險
則失於純鈍則芒角隱而書之神格喪矣

二勒勢筆訣曰即是永字第二筆橫畫之法築鋒而策仰筆
而後收准此用筆之形勢自彰矣法書苑曰勒不得平其筆中

高兩頭下以筆心壓之口訣云頭傍鋒仰策次迅收若一出揭筆不趯而
暗收則薄圓而疏筆無力矣夫勒筆鋒似及於紙須微進仰策蛟

趯 問曰勒不言畫而言勒何也論曰勒者趯筆而行承其虛畫取
其勁澁則功成矣今止言畫者慮在不趯一出便畫則鋒拳而怯薄
也夫勒者藉於堅趯則筆勁澁亡其流滑微可稱工矣

三努勢口訣曰凡傍卷微曲寔筆累走而進之直則衆勢失力滯則神
氣怯散失勢又曰努不宜直其筆筆直則無力之筆左偃而下最須有
力又云須發執而卷筆若折骨而爭力又云努須側鋒顧右潛趯輕

挫其揭臨地云不宜直書直則無力立勢左偃而下狀若致刀折骨徐行
適左而引勢或不用之宜不作趯蔡氏曰頓筆先編鋒驟努令頓下
衄之其垂露懸針即衄之餘勢也 問曰畫者中心豎畫也今謂之努
何也論曰努者執微努曰努在乎趯筆下行若直置其畫則形圖執
質書之病也筆訣云努筆之法豎筆徐行近左引執執不欲直直則無力
矣

四趯勢法書苑曰趯須蹲鋒得執而出出則暗收又云前畫卷則別歛心
而出之口訣云傍鋒輕揭借執執不動筆不挫則意不深趯與挑一也

直曰橫曰

挑趯鋒貴於澁出適 期於倒收所謂欲挑還置也夫趯自努出潛鋒輕

挫借執而趯之 問曰凡字之出鋒謂之挑今謂之趯何也論曰挑者語
之小異而之體一也夫趯者筆鋒去而言之趯自努畫收鋒豎筆潛勁
借執而趯之筆訣云即是努筆下殺筆趯起是也法頃挫衄轉筆出鋒
佇思消息則神蹤不墜矣

五策勢法書苑曰策須斫筆背發而仰收則背月斫仰策也兩頭高中
以筆心舉之口訣云仰筆潛鋒以鱗勒之法揭腕趯執於右潛鋒之要在
畫執暗捷歸於右也夫策筆仰鋒豎趯微勁借執峻顧於掠也

問曰策一名折異畫今謂之策何也論曰策之與畫理亦故殊仰筆趨鋒輕握而進故曰策也若及紙便畫不務遲澁向背偃仰者此備畫宛成耳筆訣曰策者即永子弟五筆其法始繁筆而仰策徐轉筆而成形以獲妙則迫尔而起群也

六掠勢法書苑曰掠者拂掠須迅其鋒左出而欲利又云微曲而下筆心至卷處口訣云撇過謂之掠借於策執以輕注鋒右揭其腕加以迅出執旋於左法在澁而勁意欲暢而婉遲留則傷於緩滯度疾之旁永木左背是也夫側鋒左出謂之掠筆訣曰掠者即永字第六筆法從策

筆下左出而鋒利下不墜則自然佳 問曰掠一名分發今稱為掠何也論曰掠乃疾徐有準手隨筆遣鋒自左出取勁險盡而為節發則一出運用無的故掠之精旨可守矣

七啄勢法書苑曰啄者如禽之啄物也立筆下卷須疾為勝又云形似為獸卧斫斜發亦云卧筆疾卷右出口訣曰右向左之勢為卷啄按筆蹲鋒潛蹙於右借勢收鋒迅直旋右須精險峭出去其緩滯白鳥字第七皆是也夫筆鋒及紙為啄在潛動而啄之筆訣曰啄者即永字第七筆也其法則側筆而速進勁便若鉄石而不墜於斯為妙矣 問曰

撇之與啄同出異名何也論曰失撇者家俗之言啄者因執而立故非妄飾貽誤學者啄用輕勁為勝去浮怯重體為工

八磔勢法書苑曰磔者不徐不疾戰而去欲卷復駐而去之又云趨筆戰行翻筆轉下而出筆磔之口訣云右送之波皆名磔右揭其腕逐執緊趨傍筆迅磔盡執輕揭而潛收在勁迅得之夫磔法筆鋒須趨執欲險而澁得執而輕揭暗收存執候其執盡磔之筆訣曰磔是永字第八筆其法始入筆緊築而仰便下徐行勢足以磔開上筆或藏鋒出鋒由重鋒緩則其質肥宜以險澁而遒勁徐行執力而後磔藏鋒出鋒豈必

同也 問曰發波之筆今謂之筆何也論曰發波之筆循古無蹤源其用

筆磔法為狂磔豪筆過法存乎神凡磔若在顧右則執鈍矣趨重鋒緩

則執肥須遒勁而澁之 又謂之波法微直曰曰磔橫過波一波當三過折筆

蔡氏傳授十二訣永字第五側勒勢趨策掠象磔先賢口授不形紙墨張

旭唯傳永字自後 一切字法無不該矣

密論書訣曰寸不過分撇不愈策鈞肩足欽卷首足開束倉西湧左短

右條宜頭開展卷口張機逸少永字學者易窺

黃伯思論書曰昔人運筆側掠勢趨皆有成規造微網妙則出沒飛動

神會意得然所謂成規者初未嘗失今世人作波盪尚未知歷筆處

徒規規強効古人成若印刻字耳

唐國歐虞後能備八法者獨徐會稽與顧太師耳然會稽多肉太師多骨而後觀之姿眉可愛時人狀其書以為怒猊扶石渴驥奔泉余以為非是北山谷題除浩碑後書李海題經後則又曰往時觀怒猊扶石渴驥奔泉之論茫然不知是何等語老年乃於李海書中見之山谷

歷代傳授八法者蔡文姬傳云蔡邕授於神人之八法而傳崔授及文文姬傳鍾繇傳衛夫人夫人傳王羲之羲之傳獻之獻之傳外甥欣欣傳

王僧虔傳蕭子雲子雲傳僧智永智永傳虞世南世南傳歐陽詢詢授陸東之東之授姪彥遠彥遠授張旭旭授李陽冰陽冰授徐浩顏真卿鄔彤常玩崔邈等凡三十三人

太宗挺生五代文物已盡之間大縱好古之性真造八法草書飛白入神一時公卿以上之所好遂悉李鍾士采芾書史

高宗翰墨志曰書法必先學正書以八法皆備不相附麗至側字亦可正讀不踰本體隸之餘風也

衛夫人筆陣圖曰凡學字書字先學執筆若真書去筆頭二分若

行草書去筆頭三寸一分若初學先大書不得從小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

一 如千里陣雲隱 如高峯墜石磴

隱 其實有形 磴然實如崩也

ノ 陸斷犀象 百鈞弩發

└ 萬歲枯藤 崩浪雷奔

丁 勁弩筋節

右七條筆陣出入所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迅而不能緊者心乎不齊意後筆前者敗若執筆遠而急急前筆後者勝

王羲之題筆陣圖後曰夫紙者陣也筆者弓韜也墨者整甲也水硯者

城池也心意者將軍也本領者副將也結構者謀畧也屬筆者吉凶

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此不是書但得其點畫爾

若草書須緩前急後字體形執杖等蛇相鈎連不斷每作一字須

有點處且作餘字總竟然後安點其點須字中遙擲筆作之
王羲之筆陣圖曰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鉤或上尖如枯桿或下細若鍼芒或
轉側之勢似飛鳥空墜或稜側之形如流水激來為一字數體俱入若
作一紐之書須字字意別勿使相同若書虛紙用強筆若書強紙用
弱不等則蹉跌不入

王羲之筆執論曰大字促之貴小小字寬之貴大者照皆磊磊似大石
之當衢或如蹲鴟或如科斗或如瓜瓣或如栗子存若鷄口尖如鼠
屎斫戈之法落竿峩峩如長松之倚溪谷復似百鈞之弩初張處其
中畫之法皆不得倒其左右相復宜麗於左畔橫貴乎纖豎貴乎
麗分間布白遠近宜均上下得所自然平穩

王羲之云腹不宜促也脚不宜賒也又不宜斜重不宜長單不宜小復不宜
大密勝乎疏短勝乎長不得上寬下窄不宜傷密密則似疴瘵
纏身不舒展也不宜傷疏疏似溺水之禽慢也不宜傷長長則似死蛇掛樹

腰肢無力不宜傷短短則如壓死蝦蟇言扁闊也莫以字小易而忙行筆執莫
以字大難而慢展豪頭

王珉行書狀曰虎踞鳳峙龍伸蠖曲

索靖草書執曰婉若銀鈞漂若驚鷺

陶隱居云逸左虛右分間不同視之不足學之弥工

梁武帝答陶隱居論書曰夫運筆斜則無芒角執筆寬則書緩弱點

王羲之制字短則法擁腫點製字長則法離漸畫促則字執橫畫疏則字形慢

拘則之執放又少則純骨無媚純肉無力少墨浮澹多墨本鈍此乃

點然任之自然之理也又草書狀曰或卧而似倒或立而似顛斜而

復正斷而還連

僧智果心成頌

迴展右肩

頭項長者向右展寧宣臺尚字是也

長舒左足

有脚者向左舒實其等字是也

峻拔一角

字方者擡右角國用周字是也

潛虛半腹

右軍云畫稍麗於左右亦須看遠近均勻遞相覆蓋於令方
虛用見同月字是也

間合間開

無字等四點畫為絲上心開則下合也

隔仰隔覆

並字是隔二畫字是隔三斟酌二三字仰覆用

迴互留放

為字有磔掠重者則文字止住下放茶字上放下住不可並

放

變換垂縮

重并字右縮左垂斤字右垂左縮上下亦然

繁則減除

王書縣字虞書免字並去下一點張書盛字改血從四

既當補續

王書神字處字皆加一點却字尸從尸

分若向背

合為綜也卅卅之類皆須自立其抵背

合如對目

八字州字皆須潛相瞻視

孤單必大

一點一畫成其獨立者是

重並仍促

為昌呂父棗等字上小林棘羽等字左促

似側斜映

一為斜入為側交叉以入之類是

如斜附曲

謂人為曲女晏必在之類是

筆精一字切端自得盈虛

時向背仰覆垂縮迴互不失也

統視運行妙相承起伏

唐太宗筆法訣

為點必收責緊而重

為畫必勒責澁而遲

為擊必矜

貴險而勁 為豎必爭貴戰而雄 為戈必潤貴遲疑而

古顧 為波必磔貴三折而遺豪 側不得平其執 勒不得

臥其筆須筆鋒先行 努不宜直直則失力 趯須存其筆鋒得

執而出 策須仰策而收 下捺須筆鋒左出而利 啄須卧筆而

疾 磔 磔須戰筆外發得意徐乃出之 三須解磔上平中仰

下覆春主字是也 兩畫並上仰下覆士字是也 么乃形影字

右邊不可一向為之須皆下學之 女須上磔 鈎鋒下磔放出不可

双出 戈字上縮鋒作努下出鋒作趯 彡字四擊一縮一縮

三亦縮四須出鋒

翰林密論二十四條用筆法

點法訣云作點向左以中指斜頓向右以大指齊頓作報卷便

以中指挫鋒須收鋒在內按筆而收之 禁經云如利鑽鑿金

又有打 單以指送似打物之執甚難用也

畫法口訣云作橫畫皆用大指遣之若作策法即指擡筆上

若作勒法即用中指鈎筆澁進覆畫以中指頓筆然後以大指

遣至盡處 鱗勒法須仰收 禁經云畫如長錐界石

僅筆法初緊策中擡鋒輕勁微動向方按衄古經云鍾書宣示
字長畫用

三三畫法口訣云上潛鋒平勒中皆筆仰策下緊趨覆收
庭三闕字用草法上衄側中策下奮筆橫飛此橫畫用此多者用法
右經云黃

一懸針法口訣云鋒須先發管逐執行趨筆緊收澁進如錐畫
石禁經云如長錐綴地

臨池訣云懸針法蘭亭序年字畫其執也

三五垂露法口訣云鋒管齊下執畫殺筆縮鋒又姑築筆而

一極力終住鋒而作勢又垂不縮此言頓筆以推刺為功右軍去豎
如筍抽寒谷是也

臨池訣云垂露本象脚名王筋如古欵倚物也

乙批拋法又謂之腕脚法口訣云蹲鋒緊掠徐擲之速則失執遲
則緩怯右軍云撥豪蹲節輕重有准瘦肩吾云欲拋

而還置為雖鋒而後趨之也

入抽筆法口訣云左卷掠須峻利古潛趨而戰行待執卷而機
駐揭指出而暗收若便拋必流滑比淺又側起平殺緊殺

按波為抽筆從腹內起瘦有吾云將放更留

一 背趨法又謂之戈法口訣云悉以中指遣至盡處以

名指拒而趨之又云潛鋒暗勒執盡然後趨之 右軍

背趨戈法上則俯而過下則曲而就所以失之於前之

於後也 永禪師法出戈法下以名指築上借執以中

指遣之至下以名指卸鋒潛趨此名亮出法 張旭折

芒法潛鋒緊走意盡乃收而趨之草草法潛按微進

輕揭暗趨夫揭欲利按欲輕輕則骨勁神清肥乃

質滯鈍俗

二 散水法曰訣云上衄側中偃下潛挫趨鋒

臨池訣云或藏或露狀類不同意要遞相顯異若

頻有則兩點相近而下點當高此名潛相瞞視外維解

摘內相屬附為上中潛鋒暗衄下峻趨替遣

三 冰法曰訣云上側覆殺下築而趨之須相承揖若虛

連衄側輕揭則率字左右用之草法須借執捷遣若

四 緩滯則為病也烈火法口訣云衄鋒暗按臨池訣云

須各自立執抵背潛衄所謂視之不見考之彌彰

照飛法口訣云暗衄微注輕揭潛趨筆鋒連線相

顧不絕禁經云照飛如鴈陣當秋樂毅論燕然字用之

六顯異法口訣云上點駐鋒左右挫鋒橫畫按筆執須相順

又云上點側橫畫勒左德筆擢鋒德筆整筆謂之德右峻咏輕揭出

法以圓峻飛動為度

平磔法口訣云不遲不疾戰筆側去執卷不可使出

須駐筆而後放禁經云如生蛇度水

刁勾裏法口訣云圓角趨鋒作努法執未盡而趨之顏

魯公云用筆如紙下行書執論云急牽急引如雲之

掣電日月目因等是也翰林隱術云勾陳執須圓

角矐鋒用中指鉤成之

張敬玄云固字轉角之執初不宜稜角努張即字體

俗也非特固字但有轉筆一切貴其圓潤也右軍云

作右邊折角疾牽下微開左畔斡轉令取登對勿使腰下傷

慢視筆取執直截而下座

鶴銘蘭亭叙固字雖不同皆絕妙

勺勾努法口訣云圓角激鋒待筋骨而成要 武人屈臂
右軍云過角不用峻及有 也衛夫人名之勁努法

曰如勁

努筋節

小 奮筆法口訣云左側而獨立中側揭而右 古經云鍾書宣示

字用若中堅則左右暗側而潛趨又簇鋒捷進為彙筆

三點也

彡 杉法口訣云上平點中啄下側

乚 外擘法口訣云左峻持中潛鋒側挫右蹲鋒外擲 右軍

云腕脚掣幹上持下然終始折轉

丨 豎體法口訣云擡筆豎策挫鋒上下緊直管尚等字中

豎畫用 又云體筆執頭擡筆豎策之

二 暗築法口訣云馭鋒直衝有點連物則名暗築月其旁

兩點是也

只 曾頭其脚法口訣云左潛揭而右啄 曾頭用左啄右側

其脚智果云長舒左足

令 衮筆法口訣云須按鋒上下蹙衄之令今等字是也 謂下點

衮 縮出法又為重複法口訣云上磔衄鋒下磔出之如昌呂又兼東

等字上下林棘羽等字左促森森等字兼用之

翰林禁經九生法

一生筆純豪為心軟而復捷 二生紙新出筆筭潤滑易書即受其墨

若久露風日枯燥難用 三生硯則用貯水畢則乾之不可浸潤 四星水義

在新汲不可久停停不備用 五生墨隨要旋研多則沉鈍 六生手道

携執勞腕則魚準 七生神凝神靜思不可煩燥 八生目寢息適

寤光即公明 九生景天氣清即人心舒悅乃可言書

變通異訣曰點不變謂之布基畫不變謂之布弄方不變謂之蚪圍不

變謂之環此則書之大病學者者切宜慎之

李陽冰曰於天地山川得方圓流峙之常於日月星辰得經緯昭晦之度

於雲霞草木得霏布滋蔓之容於衣冠文物得揖讓周旋之體

於眉髮口鼻得喜怒哀慘之分於蟲魚禽獸得屈伸飛動之理

於骨角齒牙得擺位咀爵之執隨手萬變任心所成

歐陽詢八法

如高峯

之墜石

若千里
之陣雲

似長空

之初月

如萬歲
之枯藤

如萬歲

之枯藤

如萬鈞
之弩發



利劍截斷
犀象之牙



一波常
三過筆



若千里



如萬鈞



如萬鈞

澄神靜慮端已正容秉筆思生臨池志逸雲拳直腕指齊掌空意

在筆前文向思後分間布白勿令偏側墨淡即傷采絕濃必滯鋒象

肥則為純瘦則露骨勿使傷于軟弱不須怨降為奇點畫調勻

上下均平迤相顧揖筋骨精神隨其大小不可頭輕尾重無令左右

長斜正如人上稱下載東映西帶氣字融和精神洒落省此微

言熟為不可也

孫過庭書譜曰一畫之間變起伏於鋒杪點之內殊衄挫於豪芒 篆

尚婉而通隸欲精而密草貴流而暢章務檢而 然後凜之以

風神濕之以妍潤鼓之以枯勁和之以間雅 必能傍通點畫之情

博究始終之理鎔鑄蟲篆陶鈞草隸一點成一字之規一字乃終

篇之准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絕於曲直

韓方明授筆要說曰第一執管其法以双指包管亦當五指共執要在實

指虛掌鈎撇訐送亦曰扭送若以單指包之則力不足而無神氣
第二撇管亦名拙謂以五指共捩其管末吊筆急疾無體之書
或起葉草用之第三撮管謂以五指撮其管末惟大草書用之
亦與拙管同更有極管搦管之法非書家事

顏魯公傳張長史問答

平謂橫子知之乎真卿曰長史每令為一畫皆須縱橫有象其此
之謂乎長史曰然

直謂縱子知之乎曰豈不謂直者必縱之不令邪曲之謂乎曰然

均謂間子知之乎曰嘗示以間不容光之謂乎曰然

密謂際子知之乎曰豈不謂築鋒下筆皆令宛成不令其疏之謂乎曰然

鋒謂末子知之乎曰豈不謂末以成畫使其鋒健之謂乎曰然

力謂骨體子知之乎曰豈不謂趯筆則點畫皆有筋骨字體自

然雄媚之謂乎曰然

輕謂曲折子知之乎曰豈不謂鈎筆轉角折鋒輕過亦謂轉角

為暗過之謂乎曰然

決謂牽掣子知之乎曰豈不謂牽掣為擊決意擇鋒不悞滯

令險峻而成手曰然

補謂不足子知之乎曰豈不謂結構點畫或有失趣者則以別點

畫旁救之乎曰然

損謂有餘子知之乎曰豈不謂趨長筆短常使意氣有餘畫若

不足之謂乎曰然

巧謂布置子知之乎曰豈不謂欲書先想字形大小布置令其平

穩或意外字體令其執手曰然

稱謂大小子知之乎曰豈不謂大字促之令小小字展之令大兼令

茂密所以為稱乎曰然

張懷瓘用筆十法

偃仰向背

謂兩字併為一字須求點畫上下偃仰向背難合之執

陰陽相應

謂陰為內陽為外歛心為陰展筆為陽左右亦然

鱗羽參差

謂點畫偏次無使齊平如鱗羽參差之狀

峰巒起伏

謂起筆蹙如峰巒之狀收筆亦須存結

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

邪正失則

謂落筆結字分付點畫之法須依位次

遲澀飛動

謂勒鋒磔筆須飛動無疑滯之執是得法

射空玲瓏

謂煙感識字行草用筆不依先後

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

隨字轉變

謂蘭亭年字一筆作懸針其下歲字則變垂露其間之字各有體

張懷瓘文字論曰以筋骨立形以神情潤色雖跡在塵寰而志出雲

霄靈變無常務於飛動或若擒虎豹有強梁拳攫之形執蛟螭見
蚘蟻盤旋之執探彼意象入此規模 又六體書論曰執筆亦有法

若執筆淺而堅掣打勁利掣三寸而一寸著紙執有餘矣若執筆
深而束牽三寸而一寸著紙執已盡矣其故何也筆在指端則掌
虛運動適意騰躍頓到生意在焉筆居半則掌實如樞不轉
制豈自由轉能旋迴乃成稜角筆既死矣寧望字之生動哉 又藥
石論曰夫馬筋多肉少為上肉多筋少為下書亦如之皆欲骨肉相稱神
貌冷然若筋骨不任其脂肉在馬為駑駘在人為肉疾在書為

墨猪惟題署及八分則肥密可也

虞世南筆髓論曰筆長不過六寸捉管不過三寸真一行二草三指
實掌虛草則縱心奔放覆腕轉蹙懸管聚鋒柔毫外拓左為
外右為內

徐浩論書曰初學之際宜先筋骨筋骨不立肉何所附用筆之執特
須藏鋒鋒若不藏字則有病病不去能何有焉字不欲疏亦不
欲密亦不欲大亦不欲小小長令大大蹙令小疏肥令密密瘦令
疏筆不欲捷亦不欲徐亦不欲平亦不欲側側豎令平平峻使側

捷則須安徐則須利

蔡希緣法書論曰右軍云若作點必須懸手而為之若作波則抑而復曳忽一點失所若美女之眇一目一畫失所如壯士之折一肱可謂難矣每字皆須骨氣雄彊夾夾然有飛動之態屈折之狀如鋼鍊為鈎牽掣之蹤若勁斜直下主客勝負皆須枯息先作者去也後為者客也既構筋力然後裝束必須舉措合則起發相承每書一紙或有重字亦須字字意殊右軍書蘭亭皆構別體蓋其理也夫始下筆須藏鋒轉腕前緩後急字體形執狀如畫蛇相

鈎連意莫令斷又下筆急如放箭箭不欲遲遲則中物不入然則施於草蹟亦須時時象其執八分草草古隸等體要相合雜發人意思

林韞撥鐙序曰盧肇謂韞曰用筆之方不在於力用於力筆死矣虛掌實指指不入掌東西上下何所闕焉昔受教於韓吏部其法曰撥鐙推拖撻拽是也

盧雋臨池妙訣云用筆之法拓大指撮中指歛第二指拒名指令掌心虛如握卵此大要也凡用筆以指節外置筆令轉動自在名指拒中

指小指拒名指此細要也
一用紙筆
二認執
三聚束
四真如

立行如行
五草如走
六上稀
七中勻
八下密

張敬玄曰指書把筆妙在虛掌運腕不宜把筆苦緊則轉腕不得既腕不轉則字體或麓或細上下不均難多用力元來不當又云指書只虛掌轉腕不要懸臂氣力有限行草書即須懸腕筆執無限不懸腕筆執有限又云其初學書先學真書此不失節也若不學真書便學縱體為宗主後却學真書其體難成矣

李後主七字撥燈法

撇 壓 鉤 揭 拉 導 送

李華二字訣

截 拽

偏榜何皆

个 立人之法如鳥之在桂是也

川 垂縮法 斤字右垂左垂

了 為字脚力宜緊收它皆隼此馬為鳥字同

為 右軍云字有緩急如鳥字下手一點點須急橫直則遲

欲鳥之脚急乃取形執也

丁 打字脚執宜疾不宜 寺 寺字脚亦宜疾挑不宜遲

遲

嗚呼龍 口在左者迅上

和扣 口在右者迅下餘皆倣此

容寶 容寶等字上點須正畫須圓明不宜相著上長下

短 姜夔云偏傍在左者宜狹長則右有餘地在

風鳳 古者亦然風字兩邊悉宜圓緊用筆之時左邊

執宜疾也昔筆時意中如電謂疾急也 凡鳳字同

姜夔云點者字之眉目全籍顧盼精神有向有背隨字異形畫

者字之骨體欲其堅正勻淨有起有止所貴長短合宜結束堅

實人音入拂音拂者字之手足伸縮異度變化多端要如鳥翼魚

鼠有翩翩自得之態音剔剔者字之布履欲其沈實音人剔剔

或帶斜拂或橫引何外至顏柳始正鋒為之轉折者方圓之法其

多用折草多用轉折欲少駐駐則有力轉欲不滯滯則不道然

真以轉而後通草以折而後勁不可不知懸針者筆欲正自上

而下若垂而復縮謂之垂露米芾云無垂不縮無住不收是也
宋高宗翰墨志云士於書法必先學正書以入法皆備不相附麗至
側字亦可正讀不渝本體蓋篆隸之餘風若指法既到則肆筆
行草自然臻妙

黃庭堅云作字須筆中有畫肥不露肉瘦不露骨政如詩中有句
亦猶禪家句中有眼須參透乃悟耳

米芾云作字須要得筆苟得筆則細若絲髮亦佳不得筆雖大逾尋
丈中無骨氣

屋

歐陽脩云作字要熟熟則神氣完實有餘

姜夔云用筆之法古人以折釵股者欲其屈折圓而有力屈漏痕
者欲起無起止之迹錐畫沙者欲其勻而藏鋒壁折者欲其布
置之巧然皆不必若是筆正則藏鋒筆偃則鋒出一起一倒一實
而神奇出焉常欲筆鋒在畫中則左右皆無病矣

方員者真草之体用真貴方用草貴員方者參之以員員者參
之以方斯為妙矣一字之体率多有變有起有應如此起者當
如此應各有義理王右軍羲之字當字得字深字慰字最多

至數字無有同者而未嘗不同也可謂不踰矩矣 古作草如
今人作其何嘗苟且其相連處特引帶其字是點處者重偶
相引帶其筆皆輕唐以前多是獨草不過兩字屬連若數字
相連不足為奇更為大病也

姜夔懷帖偏傍考云 求字無畫發筆處微折轉 和字口下

橫筆稍出 丰字懸筆上湊頭 在字左ノ反剔 歲

字有點在山之下戈畫之右 事字脚斜拂不佛 流

字内云字處就回筆不是點 殊字挑脚帶橫 是字

下布凡三轉不斷 趣字波畧反捲向上 欣字欠右一筆作章

草發筆之狀不是捺 抱字已開口 死生亦大矣亦字四

點 興感感字戈邊是直作一筆不是點 未嘗不不字反

挑脚處有一闕 右法如此甚多畧舉其大槩持此法亦可觀

天下之蘭亭矣五字損本者湍澆帶右天五字有損也

吾所曰今之篆書即古人平常字下古初有筆不過竹

上束毛便於寫畫故篆字肥瘦均一轉折無稜角也

後人以真草行或細或肥以為美貌若筆無心不可

成体今人以此筆作篆難於古人无多若初學未能
用時畧於燈上燒過庶幾便乎 篆書多有字中

包一二畫如日月字之類若初一字内畫不與兩頭相連

後皆如之則為首尾一法若或接或否各自相異為不守法

度圓圍圓點古文有之小篆無此法口字作三角形不可

引用 篆法匾者最好謂之蠡音果匾徐鉉謂非老手莫能

到石鼓文是也 小篆一也而各有筆法李斯方圓廓落

李隨水圓活姿媚徐鉉如隸無垂脚字下如釵股稍大錯

如其元但字下為玉著微小耳崔子玉多用隸法似乎

不精然有漢意陽水篆多非古法效子玉也 小篆俗皆

喜長太長無法但以方指一字半為度一字為正體半字為

垂脚脚不過三有無可柰何者當以正脚為主餘畧收短如

籀脚可也有下無脚字如生甘之等字却以上枝為出

如草木之為物正生則上出枝倒懸則下出枝耳 凡寫

牌扁字畫宜肥體宜方圓碑額同此但以小篆為正不

可用雜體 以鼎篆古文錯雜為用時無跡為上但

皆以小篆法寫自然一法此雖易求却甚難記不熟其法未
 免如百家衣為識者笑此為逸法正用廢此可也 凡口圈
 中字不可填滿但如井斗中著一字任其下窄可放垂筆方不
 覺大圈比諸字亦須畧收口不可圈亦不可方只以炭擊範子為
 度自好若日目等字須更放小若印文中匾口并口字及子字
 上却須畧寬使口中見空稍多字始混厚 寫篆把筆只須
 單鈎却伸中指在下夾襯方圓平置無有不可意矣人多不得
 師傅只如常把筆所以字多欹斜畫亦不能直且字執不

活也若初學時當虛手心伸中指并二指於凡上空畫如此不物方
 可操筆此說最要緊篆大字當虛腕懸筆手腕著紙便字不活相

陳繹曾翰林要訣

執筆法

圈大指骨下節下端用力欲直如提千鈞圈食指著中指傍此上二指

主力圈中指著指尖鈎筆不圈名指著指外爪肉際揭筆上圈

名指揭筆中指抵住圈中指鈎筆名指拒定此上三指圈小指引

名指過右圈小指送名指過左此小二指

主來往

右名撥鋒法撥者筆管著中指名指尖圓活易轉動也鋒即
馬蹬筆管直則虎口間如馬蹬也足踏馬蹬淺則易出入
手執筆管淺則易撥動

右指法

枕腕以左手枕右手腕**提腕**肘著按而虛提手腕**懸腕**懸

著空中最有力

唯解于樞善懸腕書問之曠目伸臂曰瞻

除

右腕法

大凡學書指欲實掌欲虛管欲直心欲圓

右手法

撮管以撥鋒指法撮管頭大字草書宜用之書壁尤佳

撰管以大指小指倒垂執管撰三指攢之就地書大幅屏

障管大指與中二指捻管頭書之側立案左書長幅

字握管四指中節握管沈著有力書謹勅榜疏

右變法

血法

蹲七分三折筦直心圓**駢**七分卧倒水聚**圓**三分大指下

一節骨味水下圈九分卧滿過十分疾過一圈各有分數圓
一蹲直槍偏蹲側槍出鋒空槍圓三分三搖筆殺力

一學生墨墨生於水水者字之血也筆尖受水一點已枯
一美墨皆藏於副豪之兩蹲之則水下駐之則水聚提之
則水皆入紙矣捺以勻之槍以殺之過以補之衄以圓之過貴
乎疾如飛鳥驚蛇力到自然不可少凝滯仍不復重改

骨法

一圈踈大指下節骨下端提尾駐飛圓和大指下節骨下段蹲首駐

捺衄過

一字無骨為字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珠動
也縱者骨下節轉軸中筋絡稍和緩也

筋法

一圓首尾蹲槍圓中間空中飛度

一字之筋筆鋒是也斷處藏之連處度之藏者首尾蹲槍是也
一度者空中打執飛度筆意也

右字法

中指下貫上左貫右筆才

右指法

肉法

持滿

飛提

字之內筆豪是也。疏處持滿密處提飛。平處持滿陰處提飛。持滿則肥提飛則瘦。肥者豪端分數足也瘦者豪端分數省也。

右字法

陳繹曾法書法曰：鍾繇力命尅捷宣示田義之樂教畫贊黃庭告哲言。

霜寒

王獻之

洛神

六朝不知名氏

曹娥羊叔子遺教

陶弘景

瘞鶴舊

館壇智永

千文

虞世南

孔子廟

歐陽詢

九成宮

化度寺

虞恭公

皇甫

褚遂良

哀冊

聖教

張旭

郎官

顏真卿

麻姑壇

放生池

中興煩干

祿字東方

質

柳公權

陀羅尼

右真書

鍾繇

丙舍

吳人

羸頓長風

蘭亭極寒毒熱官奴快雪來禽奉播慈蔭聖教序開元寺

王獻之地黃歲終衛軍授衣阿姨鴛群歲盡夏日奉對思戀天寶

吳興山陰東家轉勝相過鴛邊觸事夏節恨深黃著畧石路驛月

內尊體謝安八月五日褚遂良枯樹星霜李邕嶽麓娑羅樹雲麾

將軍東林寺張從申玄靜先生右行書淳化法帖諸帖之祖

生著模刻深得古意不見古跡得此足矣絳帖淳化之子潘師旦模

刻骨法清勁足正王著肉勝之失然駁馬露骨又未免羸瘠之失

潭帖淳化之子希宣模刻風韻和雅血肉停勻但形執俱圓頗乏峭

健之氣大觀帖淳化之弟憲章模刻京沈酣富貴恣意粗率筆

偏手從非復古意類刻手精工猶勝他帖太清樓續閣帖劉嘉

模刻工夫精緻亞於淳化肥而多骨求備於王著乃失之麓硬遂

少風韻戲魚堂帖劉次莊模刻在淳化翻刻中頗為有骨格者淡

墨搨尤桂武岡修內司福州諸帖皆有可觀鼎帖石硬而刻手不

精雖博而之古意星鳳樓帖曹士模刻工緻有餘清而不穠亞於

太清續帖王麟堂帖吳璠模刻穠而不清多雜米家筆仗寶

賈齊帖曹之格模刻星鳳之子在諸帖中為最下百一帖王曼慶

模刻筆意清馥雅有勝趣恨刻手不精

杜本曰夫兵無常執字無常體若生行若飛若動若往若來若卧

若起若日月垂象若水火成形倘悟其幾則縱橫皆有意象矣

表裏曰漢魏以降大抵皆有分隸餘風二王始復大變右軍森嚴而有法度大令散即而多姿貞觀以後書法清婉開元以後乃務重濁逮至王著始追蹤永師遠迹二三不失古人意度君謨特字法度眉山祿章一歸故常米薛二蔡大出新意雖皆有祖龍而古風蕩然思陵筋骨過美吳傳朋姿媚傷妍姜克章太守純墨則貽义手並脚之議大要採古人之玄微極前代之工巧乃為妙

鄭杓曰題署之法弊於唐使人多忌諱其原蓋出於陰陽家者流世有廣成子集陰陽家應候法纂異記感應章一行禪師釋微集

燕卿大師字旨明簡集葛仙翁勒字法應神集音義章白雲先生筆論玄鑑諸書極言題署之法點畫分毫未來去各立名字應之以陰陽象之以五行法之以六神使術者能察人平生禍福屋之大小字之尺寸各有程限占其喜怒休咎之詳年月遠近之應可考而知案廣成子當黃帝世是時陰陽家未出葛仙翁生晉朝題署未有此病唐一行以數學名家字非所長其必僧簡定之流所託為也簡定燕卿名也

姜白石書譜曰

真行草書之法其源出於蟲篆八分飛白章草等員勁
古淡則出於蟲篆點畫波發則出於八分轉撫面背則出於
飛白簡便痛快則出章草然而真草與行各有體制歐陽
率更顏平原皆以真為草李邕李西其至以行為草亦以
古人有專工正書者有專工行書者信乎其不能兼美也或
云草書十字不抵行書十字行書十字不抵真書一字意
以為草至易而真至難豈真知書哉大抵下筆之際盡依
古人則少神氣專務道勁則俗病不除所貴孰習兼通心手

相應斯為妙矣白雲先生率更書訣示能言其梗槩孫過庭論之甚詳恐
可參稽又曰真書以乎正為善此世俗之論唐論之失也古今真書之妙無出
於鍾元常其次則王逸少今觀二家之書皆瀟灑縱橫何拘乎正良由唐人
以書判取士而士大夫字畫類有科舉習氣顏魯公作千祿字書是也
矧歐虞顏柳前後相望故唐人下筆應矩入規無後晉魏飄逸之氣且字
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
口字之小體字之大朋字之斜黨字之正千字之疎萬字之密畫多者
宜疏畫少者宜肥魏晉書法之高良由各盡字之真態而以私意參之

耳或者專喜方正極意歐陽或者唯務自負專師虞永或謂須少匾
則自然平正此又徐會稽之病或云欲其蕭散則自一俗此又有王子敬之風
豈足以盡書之畫哉吾常採古人之字列之為圖今畧言其指點者字
之眉目全籍顧盼精神有背有向隨字形勢橫直畫者字之體骨欹其
堅正自靜有起有止貴短合宜結束堅貴人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挑剔者字之步履欹其沉
實晉人挑剔或帶斜拂或橫引而外至顏柳始正鋒為之正鋒則無飄
逸之氣轉摺者方員之法真多用摺草多用轉摺無少駐則有力轉
不欲滯滯則不道然而真以轉而後道草以摺而後動不可不知也懸
針者筆欲其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曰無垂而不縮無往而不收此必至精至熟然
後能之古人遣墨得其一點畫皆超然絕異者以其用筆精妙故也大
令以未用筆多失一字之間長短相補斜正相拄肥瘦相混求妍媚
於成體之後於今世尤甚

又曰用筆不欲太肥大肥則形濁又不欲太瘦太瘦則形枯多露鋒芒
則意不持重深藏圭角則體不精神不欲上小下大不欲左低右高不欲

前多後少歐陽率更結體雖太拘而用筆特備衆美雖小指而翰墨洒
落追蹤鍾王來者不能及矣顏柳結體既異古人用筆復溺一偏余評二家為
書法之一變數百年人爭効之字畫剛勁高明固不為無助而晉魏
風軌掃地矣柳氏大字偏傍清勁可喜更為奇妙進世有効之者則
俗濁不足觀故與其太肥不若瘦梗也草書之體如人坐卧行立揖避
忿爭乘舟躍馬歌舞擗踊一切應變非苟然者又一字之體率有多變
有起有應如此起者當如此應各有義理右軍書義之字當字得
字深字慰字最多多至數十字無有同者而未嘗不同也可謂
所欵不踰矩矣大凡學書草先當取法張芝皇象索靖等章則結體
平正下筆有源然後倣王右軍申之以變化鼓之以奇屈若後學法
字則有二拙筆多失悞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
以來已如此矣况今世哉然而襟韻不高記憶雖多莫煎塵俗若使
風神蕭散下筆便當過人自唐以前多是獨草不過兩字連屬累
數字字不斷號曰連綿遊絲雖出於古人不足為奇更成大病古人
作草如今人之作真何嘗苟且其相連處特是引滯其筆皆輕雖

變化多端而未嘗亂其法度張顛懷素最號理逸而不失此法近世山
谷老人自謂得長沙三昧草書之法至是又一變流至于今不可復觀
唐太宗云行行若縈春蚓字字若縮秋蛇惡無骨也大槩用筆有
緩有急有鋒有無鋒有承接上文有牽引下字乍徐還疾或往復收
緩以收有意以出奇有鋒則以耀其精神無鋒則以含其氣味橫斜
曲直鈎環盤紆皆以勢為主然下欲相帶相帶則近於俗橫畫不用
太長太長則轉換遲直畫不欲太多太多則神癡以捺代乙以發
代彡亦以捺代之唯入則間用之意盡則用懸針意盡則耳生

筆意不若用垂露耳

又曰用筆如折釵股如屋漏痕如碓畫沙如壁折此皆後人之論折叙
股欲其屈折負而有力屋漏痕欲其無起止之跡皆不必若是筆
正則截鋒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汲一拂皆有三折一入又有
數樣一點欲與畫相應兩點欲自相應正點者必一點起一點帶一點應
四點者一起兩帶應筆陳圖云若平直相似狀如筆子便不是書又
如曰當泯其稜角以寬閑員美為佳心正必能正意在筆前字意

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
速然極須陶寧俗姿則妙處自見矣大要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知執
又作字者亦須畧考篆文須知點畫來歷先後如左右之不同刺
判之相異王之與玉示之與衣以至奉泰春形同体異理殊源本既
同斯不浮矣孫過庭有報使轉用之法報謂淺深長短使謂縱
橫牽掣轉謂鈎環盤紅結用謂點畫向背豈偶然哉

又曰用筆作楷欲乾然不可太燥行草則燥潤相雜潤以取妍燥
以求陰墨濃則筆滯燥則筆枯亦不可不知也筆欲鋒長勁而圓
長則含墨可以運動勁則有力員則妍美余嘗評三物用不同而理
相似良弓引之則柔舍之急往世俗謂之揭箭好刀按之則屈舍
之則動直如初俗謂之回挫筆鋒亦欲如此若一引之後已曲而不
復挺又安如人意耶故長而無勁不如勿長勁而不員不如勿勁蓋
紙筆皆書法之助也

董內直書訣曰分間布白遠近宜均無往不收如懸針如折釵股如
壁折如屋漏雨如印印泥如錐畫沙每作一波常三過折筆每作一

點當隱鋒而為之左邊短少必與上齊右邊畫少必與下齊左欲
去晦右欲去肩快意判鋒使不怯滯側鋒取妍晉人不傳之妙多力
多筋者勝無力無筋者病多力多筋者是書無力無筋者謂之
墨猪以腕運筆下以掌用筆指欲實掌欲虛書不入木不如不學
綿裹鉄法沉著痛快

書字八要姜白石云

- 一人品高
- 二師法古
- 三紙墨佳
- 四險勁
- 五高明
- 六潤澤
- 七向背得宜
- 八時出新意

書法十二意梁武帝觀鍾繇書

- 平橫也
- 直縱也
- 均間也
- 密際也
- 鋒末也
- 力骨體也
- 輕屈折也
- 夫牽掣也
- 補謂不足
- 損謂有余
- 巧布置也
- 稱忒也

程子曰某寫字時甚敬非是要字好只此是學○周張旭學草書見
擔夫與公主爭道及公孫大娘舞劍而後悟筆法莫是心常思念
至此而感發否曰然須是思方有感悟處若不思怎生得如此然可惜張
旭留心於書若移此心於道何所不至

張子曰草書不必逐代有之必自筆刷以來便有之但寫得不謹

便成草書其傳已久只是法備於右軍附以已書為說既有草書則經中之字傳寫失其真者多矣以此詩書之中字燼有不可通者

問蒼頡作字亦非細人朱子曰此亦非自撰出自是理如此如心性等字未有時如何撰得只是有此理自流出○二王書其晚不得看著見俗了今有箇人書得如此好俗法帖上王帖中亦有寫唐人文字底亦有一釋名底此皆偽者○字被蘇黃胡亂寫壞子近見蔡君謨一帖字字有法度如端人止士方是字○山谷不甚理會得字改所論皆虛米老理會得故所論皆實嘉祐前前輩如此厚重胡安

定義理不明然是甚氣象○南海諸蕃書然有好者字畫遒勁如古鍾鼎款識諸國各不同風氣初開時此等事到處皆有聞其先者不獨中國也或問古今字畫多寡之異曰古人篆籀筆畫雖多然無一筆可減今字如此簡約然亦不可多添一筆便是世變自然如此○問何謂書窮八法曰只一點畫皆有法度人言永字體具八法蔡行夫問張于湖字何故人皆重之曰也是好但是不把持愛放縱本朝如蔡忠惠以前皆有典則及至米元章黃魯直諸人出來便不肯恁地要之這便是世態衰下其為人亦然○問明道先生云某寫字時甚敬非是

要字好只此是學意謂此正在勿助之間也今作字忽忽則不復成
字是忘也或作意令好則愈不能好是助也以此知特敬者正勿忘勿
助之間也曰若如此說則只是要字好矣非明道先生之意也○問禮樂
射御書數書莫只是字法否曰此類有教法如日月字是象其形
也江河字是諧其聲也考老字是假其類也如此教法若理會得
則天下之字皆可通矣

臨川吳氏曰聲音用三十六字母尚矣俗本傳訛而莫或正也群當
易以芹非嘗易以威如徹牀娘四字宜廢圭缺群危四字宜增樂安

陳晉翁以指掌圖為之節要卷首有功韻須知於照穿狀娘下註曰
已見某字母下於經堅輕牽榮處外列出扁須傾圈瓊拳則宜廢
增蓋已瞭然矣○倉頡字世謂之古文其別出者謂之古文奇字自
黃帝以來至于周宣王二千年間中國所通行之字惟此而已史
籀始略變古法謂之大篆李斯又略變籀法謂之小篆小篆大篆
古文名則三實則小異而大同今世字書惟許氏說文最先然所慕皆
秦小篆爾古文篆僅存二宋薛氏集古鍾鼎之文為五聲韻雖
其所據有可信者有不可信者然使學者因是頗見三代以前之

遺文其功實多○秦丞相斯燔燬聖經負罪萬世而能損益倉吏二
家文字為篆書至今與日月相易換是固不可以罪掩其功也斯誅
之後工其書以名世者誰歟七八百年屢見唐李陽冰又二百年僅見
宋初徐鉉而已宋人能者多於唐而表者不一二意何其孤也哉蓋
亦有其故矣秦人苟簡煩碎峻迫以為治壹惟刀筆吏是任至以
衡石程其書厭篆繁難省徑為隸以便官府人惟便之趨則孰
肯習時所向而甘心繁難者哉篆學之孤殆其勢之所以至噫篆
之興繇於秦而篆之廢實亦繇於秦推所從來任吏之過

也○自隸興於秦而篆廢於漢其初不過圖簡便以適己而已漢
隸之流為晉隸則又專務姿媚以悅人妍巧千狀見者無不愛學者
竭其精力以模擬之而患不似他夫字者所以傳經載道述史記
事治百官察萬民貫通三才其為用大矣縮之以簡便華之以姿
媚偏旁點畫浸浸失真弗者弗顧惟以悅目為妹何其不用之哉漢晉
而後若唐若宋聲明文物之盛各二百年頗有有尋斯籀之緒上
追科斗鳥迹之遺者視漢晉為優然亦間見爾不易得也孰二
代而論唐之能者超於宋宋之能者多於唐

三山王孟陽書評曰蓋聞規矩方圓之至聖人以體天地之撰以類萬物
之故奇圓而耦方轉筆為圓指筆為方方之平為準圓之直為
繩陰陽五行所以成象成形也書以方圓平直為主而輕重大抵
低昂長短邪正寓其變焉上字之於下字左行之於右行橫邪踈
密各有攸當所謂增一分則太長虧一分則太短魚翼鳥翅花影
兼芒油然粲然各止其所上下連延左右顧瞻意象森嚴血
脉生動縱橫曲折無不如意豪髮之間直無遺憾其四面八方巧
於善陣所謂紛、紜、闐亂而不亂渾、沌、泚、形圖而不可破豈

足喻其妙哉必其一字之間自應繁矩一篇之中可無繁矩之道
乎故右軍書古本最善行列近世惟趙吳興深得其旨然就一篇之
中固皆欲佳密有數字登峰造極者為主一字之中雖皆欲善必
有數一鈎一坡一拂主之如兵之者將古之有玉使人玩繹不可名言
若握筆則虛圓正緊四字盡之其餘以意變通則壓捺鈎揭抵拒
遵逸其說益密矣至於用筆之功鋒芒毫釐之間正用之側用之
備用之批卷用之背向用之承覆用之傲讓用之低昂用之 用之
逆而順之下而上之襲而掩之空中擲之架空搶之窮深掣之

頓到之鬱屈之周而折之抑而揚之戩而出之垂而縮之往而復之
盤旋之踴躍之灑之使之八面之使之凝築之如穿按之如掃注之
耀之指之耀之揮之掉之提之拂之收而縱之執而伸之淋之浸滌之
使之茂卷之感之雕而琢之使之密覆之削之使之瑩鼓之舞
之使之竒喜而舒之如見佳麗如遠行客過故鄉發其怡怒
而激之如撫劍操戈介萬騎而馳之發其壯哀而思也低回聚促
登高弔古慨然而發其悲樂而馮之如夢華春之遊聽鈞天之樂與
其筆瓢而樂之也忘情筆硯之間和調心手用不知物我之有

間体合造化而生成之也而後為能書之至尔

蘭亭帖宋出格古要論

蘭亭帖世以武定本為第一金陵清源本為第二其武定本薛珣
作師別刻石易去宣和間於薛珣家取入禁中建炎南渡不知存亡清
源本洪武初因寺入有其石留天界寺天界住持僧金西白盜去石後
事發其僧繫獄死石亦不知所在

淳化閣帖

宋太宗搜訪古人墨跡於淳化中命侍書王著用棗木板摹刻

十卷於祕閣各卷尾篆書題云淳化三年壬辰歲十月六日奉聖旨
摹勒上石上有銀錠紋用澄心堂紙李庭珪墨枯打乎指之而不汚手
乃親王大臣則賜一本人間罕得今世人所有皆轉相傳摹也

潭帖

淳化帖頒行潭州模刻一本與絳帖應行慶厯間僧帶白重模本亦佳
紹興間第三次重模者失真矣

臨江戲魚堂帖

元祐間刻次莊以淳化閣帖十卷模刻于臨江陰去卷尾篆題布增

釋文亦在潭帖之次

利州本

慶元中以戲魚堂帖并釋文重刻石于益昌釋文字劃較臨江帖稍

大

黔江帖

秦子明於長沙模刻僧寶月右法帖十卷載入黔江紹聖院乃潭人
湯正臣父子刻石

元祐中祕閣續帖

元祐中奉旨以御府所藏真跡除淳化帖外刻續法帖

太清樓帖

大觀間奉旨以御府所藏真跡重刻于太清樓與淳化帖有數帖多
寡不同其中有蘭亭皆蔡京標題卷尾題云大觀三年正月一日奉
聖旨模勒上石

淳化祕閣

淳熙間奉旨以御府珍儲刻石禁中卷尾題云淳熙二年乙巳
歲二月十五日脩內司蔡奉聖旨模勒上石

絳帖

尚書潘師用淳化閣帖增入別帖重模刻二十卷于絳州北紙北墨極有
精神在淳化閣帖之次其石比淳化帖本絳帖高二字

東庫本

世傳潘氏子拊居法帖石分為二其後絳州公庫乃得其上十卷絳守
重刻下十卷足之一部名東庫本其家復重刻上十卷亦足一部於
是絳州有公私二本靖康兵火石並不存後金虜重刻者天淵矣

蔡州帖

蔡州臨摹絳帖上十卷石出於臨江潭帖之上

彭州帖

彭州亦刻歷代法帖十卷不甚精采紙類北紙

武陵帖

武陵帖二十卷較諸帖增益最多中間有黃庭他本所無博而不

精殊無足取

汝州帖

汝州帖乃摘諸帖中字率合為之每卷後有汝州印後會稽重模

謂之蘭亭帖

賜書堂帖

賜書堂帖宋宣獻公刻于山陽有古鍾鼎識文絕妙但二王帖未精

石已不存後又重模

二王帖

二王帖許提筆閣刻于臨江模動極精

甲秀堂帖

甲秀堂帖盧江李氏刻前有王顏書多諸帖未見後有宋人書亦多

星鳳樓帖

星鳳樓帖尚書趙彥約刻于南康雖眾刻重模而精善不苟

群玉堂帖

群玉堂帖韓偓代曹刻所載前代代遺跡多後亦有宋人書

南北碑紙墨

北墨多用松烟色青北紙橫紋其質鬆厚不甚染墨拂之如薄雲過書天凡北碑皆然不用油蠟南碑用烟墨色純黑用油膈碑文質墨皆倣此

古墨跡色

古墨跡紙色表必古而裏新贗作者用故紙浸汁染之則表裏俱透徹揭視之乃見矣

古帖難辨

唐蕭誠偽之古帖示李邕曰右軍真跡邕欣然曰是真物誠以實告邕復視曰細看亦未能好以此論之古人墨跡未易辨也

響榻

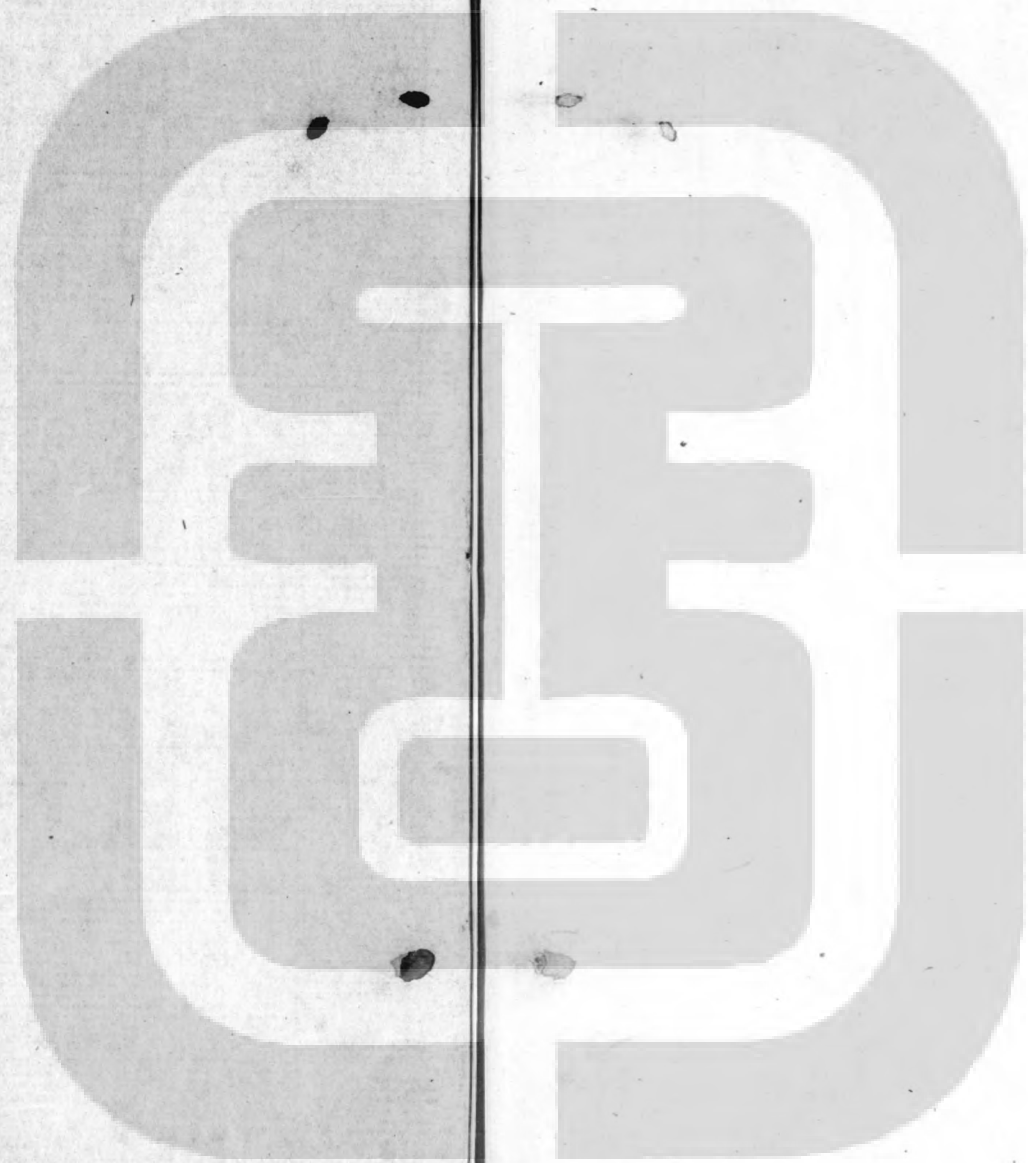
響榻偽墨跡用紙加碑帖上向明處以游絲圍却字劃填以濃墨謂

之響榻然圈隱處猶存其字亦無精采

打碑文法薄紙每張摺疊定於沸湯內煎過用布按去水展開逐張
趁濕貼碑上紙邊相搭不用糊粘使軟棧細刷拂之微乾用小粉熟
糊勻刷紙上却使軟布磨擦墨色拂碑字濃謂墨本淡謂蟬翼
更將黃蠟溶化澆木板上用氈一片於蠟板擦過却於碑紙上擦光
為度揭下如遇南風石潤不可打

遂巡碑法此法許道然傳白芨白礬各等分細粉倍之酸漿草
如瓦醋代右件先將白芨白礬為末羅淨以一分入細粉二分再
同研勻以酸漿草取汁調如濃墨寫字眼乾用筆蘸墨汁
滿紙塗黑再眼乾去粉即成白字要光瑩用蠟擦之







2