

刻書法鈞玄序

書札於儒者事最近程子有是言矣  
古人作字必有法點畫波擊結構轉  
折向背低昂各有體勢無一筆苟且  
觀諸名家所論亦猶規矩既設而爲  
方圓者莫之能違也近世士薄文藝  
弗講率任己意不由師承先賢名蹟  
殆爲絕學夫聖門志道據德依仁之





訓而於游藝亦未嘗廢先儒謂要皆  
至理所寓而日用之不可缺者曾謂  
可以藝而薄視之乎予昔奉使過衡  
山得一舊帙載元蘇霖書法鈎玄四  
卷劉圭志字學新書摘抄一卷其載  
先賢論議頗爲明備然問諸今士大  
夫此書皆未之見因取舊帙命治書  
者校之而刻以廣其傳庶爲字學之

一助云耳

嘉靖丁巳仲春日袁郡嚴嵩序





書法鈎文卷之一



朱方蘇霖子啓編纂

楊子雲論書

書心畫也心畫形君子小人見矣

蔡邕書說

蔡邕入高山學書於石室中得藏書寫李斯史籀用筆勢讀之妙達其理用筆特異漢代後書五經於大學觀者咸稱異焉復於會稽作筆論曰書作散也欲書先散懷抱任情恣性然後書之若迫於事雖中山无毫不能佳也凡書先端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

### 鍾繇用筆說

鍾繇少時隨劉勝往抱犢山學書三年比還與太祖  
邯鄲淳草誕孫子荆關杞杷等議用筆法見蔡邕筆  
法於草誕坐中苦求不與及誕死陰令人盜開其墓  
以得之故知多力豐筋者聖無力無筋者病一一從  
其消息而用之由是更妙繇曰用筆者天也流美者  
地也非凡庸所知臨終探囊以授子會曰吾精思學  
書學其用筆若與人居畫地廣數步卧畫被穿過表  
如圖至於忘歸每見萬類皆曰畫之

### 衛夫人筆陣圖

昔李丞相斯見周穆王書七日興嘆患其無骨蔡尚  
書邕鴻都觀碣十旬不返羞其羣故知達其源者少  
闇於理者多近代以來殊不師古緣情棄道纔記姓  
名或學不該瞻聞見又寡致使成功不就虛費精神  
自非通靈感物不可與談斯道今述筆妙七條貽諸  
子孫永為模範

一如千里陣雲隱隱然其實有形

一如高峯墜石磕磕然實如崩也

一陸斷犀象

一百鈞弩發



萬歲枯藤

崩浪雲奔

丁勁弩筋節

凡學者書字先執筆真書去筆頭一寸二分行草書去筆頭三寸一分執之下筆點畫波擊屈曲皆須盡一身之力而送之初學先大書不得從小善鑿者不寫善寫者不鑿意在筆前者勝意在筆後者敗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豬多力豐筋者聖無力無筋者病一一從其消息而用之又有六種用筆結構圓滿如篆法飄飄洒洒如章草凶險可畏如八分窈窕出

入如飛白耿介特立如鵠頭鬱拔縱橫如古隸然心存委曲每為一字各象其形斯造妙矣書道畢矣

王右軍筆陣圖後

夫紙者陣也筆者刀稍也墨者整甲也水硯者城池也本領者將帥也心意者副將也結構者謀畧也颺筆之次吉凶之坻也出入者號令也屈折者殺戮也若欲書先乾研墨凝神靜慮預想字形大小偃仰平直振動令筋骨相連意在筆前然後作字若平直相似狀如筭子上下方整前後齊平便不是書但得其點畫耳昔宋翼嘗作此書翼師鍾繇叱之翼三年不



敢見潛心改迹每作一波常三過折筆每作一點常  
隱鋒為之予少學衛夫人書謂大能及渡江北游名  
山見李斯曹喜等書之許下見鍾繇梁鵠書洛下見  
蔡邕石經三體書從兄洽處見張旭華岳碑始初學  
衛夫人書徒費年月遂改本師於衆碑學習焉時年  
五十有三恐風燭奄及聊遺教於子孫耳可藏之石  
室千金勿傳非其人也

### 王右軍書說

書字貴乎平穩用筆須有偃有仰有欹有斜或小或  
大或短或長欲書先構筋力然後裝束更在注意詳

雅起發懸密疎闊相間每作一點懸管為之每作一  
波抑而復起一字須數體俱入一紙須字字意殊書  
弱紙強筆強紙弱筆強弱不等則蹉跌不入凡書之  
時貴乎沉靜令意在筆前字居心後未作之始結思  
須成下筆宜遲管是將軍故須遲重心不宜遲心是  
前鋒遲則中物不入每書貴十遲五急十曲五直十  
藏五出十起五伏若遲筆急牽此暫視似書又味  
無力仍須用筆着墨不過三分不得深浸深浸則毫  
弱無力墨用松節同研久久不動彌佳矣

### 王右軍論書



凡書務以平穩為本分間布白上下齊平均其體制  
大字似令小小字展令大自然寬猛得所不失其宜  
橫如長舟之截小渚堅如春筍之抽寒谷作點必須  
磊磊如大石之當衢或如蹲鴟如蚪斗如瓜瓣如栗  
子如鷄口如鼠屎如此之類各稟其義為戈之法落  
竿戔戔如長松之倚谿谷若欲倒也復以百鈞之弩  
初張處其弋意妙理難窮放似弓張箭發收如虎闔  
龍驤直如勁松之臨谷曲類懸鈎之釣水屈脚之勢  
彎彎如角弓之張見鳥為鳥之類是也立人之形如  
烏鳥之在柱仁信任使之類是也跪脚要如壯士之

屈臂鳳飛凡氣之類是也急引急牽要如雲中之掣  
電日月目因之類是也跪脚剝幹上捺下捺終始折  
轉悉令和韻勿使蜂腰鶴膝放縱宜從氣力作右邊  
折角疾牽下微開左畔幹轉令取登對勿使腰中傷  
慢視筆取勢直截而下凡字處中畫之法皆不得倒  
其左右橫貴乎纖堅貴乎粗分間布白遠近宜均上  
下得所自然平穩當須遍相掩蓋不可孤露形影作  
字之勢在乎精思熟察然後下筆不宜遲入不宜  
緩脚不宜斜腹不宜促又不宜賒角不宜峻不宜作  
稜角二字合為一體並不宜闊重不宜長單不宜小



小複不宜大密勝乎踈短勝乎長作字之體須遵正  
法字之形勢不得上寬下窄不宜密密則似痾瘵纏  
身不宜踈踈則似溺水之禽不宜長長則似死蛇掛  
樹不宜短短則似踏水蝦蟇此乃大忌不可不慎莫  
以字小易而忙行筆勢莫以字大難而慢展毫頭如  
是則筋力不等生死相混倘一點失所若美人之病  
一目一畫失節如壯士之折一肱勿以難學而冒惰  
焉

白雲先生書訣

把筆抵鋒肇乎本性方圓則凋勢疾則澁緊則勁逸  
則峻內貴盈外貴虛起不孤伏不寡回迎非近背接  
非遠望之惟逸發之惟靖敬茲法也書妙盡矣

王僧虔筆意贊

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  
手遺情書筆相忘是謂求之不得考之即彰乃為筆  
意贊曰

剡紙易墨心圓管直漿深色濃萬毫齊力先臨告誓  
次寫黃庭骨豐肉潤入妙通靈努如植槩勒若橫釘  
開張鳳翼聳擢芝英粗不為重細不為輕纖微向背



毫髮死生工之盡矣可擅時名

梁武帝答隱居論書

夫運筆邪則無芒角執筆寬則書軟弱點掣短則法擁腫點掣長則法離漸畫促則字勢橫畫疎則字形慢拘則乏勢放又少則純骨無媚純肉無力少墨浮澁多墨萎鈍若抑揚得所趣舍無違值鋒徑斷觸勢峯鬱揚波折節中規合矩分間下注濃纖有方肥瘦相合骨力相稱婉婉緩緩視之不足稜稜凜凜常有生氣適眼合心便為甲科衆家可識亦當復由串爾串即貫字六文可工亦當復由習耳一聞能持一見能記

且古且今不無其人大抵為論終歸是習程邈所以能變書體為之舊也張芝所以能盡書勢學之積也既舊既積方可以肆其談

庾元威論書

所學正書宜以殷鈞范懷約為主方正循紀修短合度所學草書宜以張融王僧虔為則體用得法意氣有餘章表戔書於斯足矣夫才能則關性分耽嗜殊妨大業但令緊快分明屬詞流便字必須體語輒聲若已已莫分東東相亂則二王妙迹二陸高才頃來非所用也王延之曰勿欺數行尺牘即表三種人身



豈非一者學書得法二者作字得體三者輕重得宜  
今見學院研書者不得其骨力婉媚唯學李峯委曲  
學薄紹之書者不得其批研淵微徒自經營險急晚  
途別法貪省愛其濃頭纖尾斷腰頓足一八相似十  
小難分屈等如勻變前為草咸言祖述王蕭無妨日  
有記謬星不從生籍不從來許慎門徒居然盟噓衛  
博弟子寧不傷嗟註誤衆家豈宜攻習

釋智果心成頌

迴展右肩

頭項長者向右展寧宜臺尚字是

非為頭項長

長舒左足

有脚者向左舒實其典字是

謂仁行木才三類  
非其典之類

峻拔一角

字方者擡右角國用周字是

潛虛半腹

畫稍粗於左右亦須着遠近均勻遍相覆蓋放  
令右虛用見岡月字是

間開間合

無字四點四畫為綜上心開則下合也

隔仰隔覆



並字隔二畫字隔三皆斟酌二三字仰覆用之  
迴互留放

謂字有磔掠重者若戈字上住下放茶字上放  
下住是也不可并放

變換垂縮

謂兩豎畫一垂一縮并字右縮左垂斤字右垂  
左縮上下亦然

繁則減除

王書懸字虞書彘字皆去下一點張書盛改皿  
從皿盛本从皿

踈當補續

王書神字處字皆加一點却字日從下字是也

分若抵背

卅冊之類皆須自立其抵背鍾王歐虞皆守之

合如對目

八字州字之類皆須潛相矚視

孤單必大

一點一畫成其獨立者是也

重並仍促

昌呂爻棗等字上小林棘絲羽等左促森森字



兼用之

以側映斜

ノ為斜入為側交欠以入之類是

以斜附曲

謂人為曲女安必互之類是

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

唐太宗論筆法

欲書之時當收視反聽絕慮凝神心正氣和則契於  
妙心神不正字則欹斜志氣不和書必顛仆其道同  
魯廟之器虛則欹滿則覆中則正正者和之謂也大  
抵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為點必收貴緊而  
重為畫必勒貴澁而遲為擊必掠貴險而勁為堅必  
努貴戰而雄為戈必潤貴遲疑而右顧為環必郁貴  
感鋒而緩轉為波必磔貴三折而遺毫側不得平其  
筆勒不得卧其筆須筆鋒先行努不宜直直則失力  
趯須存其筆鋒得勢而出策須仰策而收掠須筆鋒



左出而利啄須卧筆而疾罨磔須戰筆外發得意徐  
乃出之夫點要作稜角忌圓平貴通變合策處策年  
字是也合勒處勒士字是也凡橫畫並上仰下覆士  
字是也凡三畫悉用之合掠即掠戶字是也多乃形  
影字右邊不可一向為之須背下擊之爻須上磔刃  
鋒下磔放出不可双出多字四擊一縮二少縮三亦  
縮四須出鋒巧在乎躡躑則古秀而意深拙在乎輕  
浮則薄俗而直置採撫菁葩芟薙蕪穢庶近乎翰墨  
脫專執自賢闕於師授則衆病蜂起衡鑑徒懸於闇  
矣

虞世南筆論

字雖有質迹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玄妙必資神遇不可  
以力求也必資心悟不可以目取也字有態度心之  
暢也心悟非心合於妙也學者心既悟夫至道書則  
契於無為苟涉浮華終懵斯理

歐陽率更八訣

、如高峯之墜石 ㄣ似長空之新月

一 如千里之陣雲 丨如萬歲之枯藤

、如勁松倒折落掛石崖



丁如萬鈞之弩發

ノ如利劍截斷犀象之角牙

一 一波常三過筆

澄神靜慮端已正容秉筆思生臨池志逸虛拳直腕  
指齊掌虛意在筆前文向思後分間布白勿令偏側  
墨淡即傷神彩絕濃必滯鋒毫肥則為鈍瘦則露骨  
勿使傷於軟弱不須怒降為奇調均墨畫上下均平  
遍相顧揖筋骨精神隨其大小不可頭輕尾重勿令  
左短右長正如人上稱下載東映西帶氣宇融和精  
神洒落省此微言孰為不可也

歐陽率更付善奴訣

每秉筆必在圓正氣力縱橫重輕凝神靜慮當審字  
勢四面停均八邊具備短長合度粗細折中心眼準  
程疎密欹正最不可忙忙則失勢次不可緩緩則骨  
癡又不可瘦瘦當形枯復不可肥肥即質濁細詳緩  
臨自然備體此是最要妙處貞觀六年七月十二日  
詢書付善奴授訣

歐陽率更書三十六法

排疊

字欲其排疊疎密停均不可或闊或狹如壽臺



畫筆麗羸麤系旁言旁之類八訣所謂分間布  
白又曰調勻點畫是也高宗書法所謂堆絜亦  
是也

### 避就

避密就疎避險就易避遠就近欲其彼此映帶  
得宜又如廬字上一擊既尖下一擊不當相同  
府字一筆向下一筆向左逢字下足拔出則上  
必作點亦避重疊而就簡徑也

### 頂戴

字之承上者多惟上重下輕者頂戴欲其得勢

如壘壘藥鸞鸞驚鷺鷺聲聲之類八訣所謂正如  
人上稱下載又謂不可頭輕尾重是也

### 穿插

字畫交錯者欲其疎密長短大小勻停如中弗  
井曲冊兼禹禹爽爾襄爾耳婁由垂車無密之  
類八訣所謂四面停勻八邊具備是也

### 向背

字有相向者有相背者各有體勢不可差錯相  
向如非卯好知和之類是也相背如北兆肥根  
之類是也



偏側

字之正者固多若有偏側欹斜亦當隨其字勢結體偏向右者如心戈衣幾之類向左者如夕朋乃勿少左之類正而偏者如交女丈乂互不之類字法所謂偏者正之正者偏之又其妙也八訣又謂勿令偏側亦是也

挑攙

字之形勢有須挑攙者如戈弋武九氣之類如獻勵散斷右邊既多須得右邊攙之如省炙之類上偏者須得下攙之使相稱乃善

相讓

字之左右或多或少須彼此相讓方為盡善如馬旁系旁鳥旁諸字須左邊平直然後右邊可作字否則妨礙不便如繚字以中央言字上畫短讓兩系出如辦其中近下讓兩辛出如鷗鷗馳字兩旁俱上狹下闊亦當相讓使不妨礙然後為佳此類是也

補空

如我哉字作點須對左邊實處不可與成戟諸戈字同如龔龔辟餐贛之類欲其四滿方正也如



醴泉銘建字是也

貼零

如今今冬寒之類是也

粘合

字之本相離開者即欲粘合使相着顧揖乃佳如諸偏旁字卧鑿非門之類是也

滿不要虛

如園圃圖國回包南隔目四勾之類是也

意連

字有形斷而意連者如之以心必小川州水

之類是也

覆冒

字之上大者必覆冒其下如雲頭六山凶頭春

金食奉君泰之類是也

垂曳

垂如都鄉卿卯奉之類或如水支欠皮更之走

民也之類是也

借換

如醴泉銘秘字就示字右點作必字左點此借換也黃庭經庭字壽字亦借換也又如靈字法



帖中或作罍或作小亦借換也又如蘇之為蕪  
秋之為秋鵝之為鶩為鵞之類為其字難結體  
故互換如此亦借換也所謂東映西帶是也

增減

字有難結體者或因筆畫少而增添如新之為  
新建之為建是也或因筆畫多而減省如曹之  
為曹美之為美但欲體勢茂美不論古字當如  
何書也

應副

字之點畫稀少者欲其彼此相映帶故必得應

副相稱而后可又如龍詩讎轉必一畫對一畫  
相應亦應副也

撐拄

字之獨立者必得撐拄然後勁健可觀如可下  
永亨亨寧丁手司卉草矛巾干予于弓之類是  
也

朝揖

字之凡有偏旁者皆欲相顧兩文成字者為多  
如鄒謝鋤儲與三體成字者尤欲相朝揖八訣  
所謂迎相顧揖是也



救應

凡作字一筆纒落便當思第二三筆如何救應如何結裹書法所謂意在筆先文向思後是也

附麗

字之形體有宜相附近者不可相離如形影飛起超欽勉凡有文欠支旁者之類以小附大以少附多是也

回抱

回抱向左者曷丐易羽之類向右者如良鬼包旭它之類是也

包裹

謂如園圃打圈之類四圍包裹也尚向下上包下幽凶下包上匱匡左包右句匈右包左之類是也

卻好

謂其包裹闕奏不致失勢結束停當皆得其宜也

小成大

字以大成小者如冂之下大者是也以小成大則字之成形及其小字故謂之小成大如孤字

只在末後一入寧字只在末後一勾欠字一板  
戈字一點之類是也

### 小大成形

謂小字大字各字有形勢也東坡先生曰大字  
難於結密而無間小字難於寬綽而有餘若能  
大字結密小字寬綽則盡善盡美矣

### 小大 大小

書法曰大字促令小小字放令大自然寬猛得  
宜譬如日字之小難與國字同大如一字二字  
之疎亦欲字畫與密者相間必當思所以位置

排布令相映帶得宜然後為上或曰謂上小下  
大上大下小欲其相稱亦一說也

### 左小右大

此一節乃字之病左右大小欲其相停人之結  
字易於左小而右大故此與下二節皆字之病  
也

### 左高右低 左短右長

此二節皆字之病不可在尚右低是為單肩左  
短右長八訣所謂勿令左短右長是也

### 補



學歐書者易於作佳疏長故此法欲其結束整齊收斂緊密排疊次第則有老氣書譜所謂密為老氣此所以貴於編也

各自成形

凡寫字欲其合而為一亦好分而異體亦好由其能各自成形故也至於疎密小大長短廣狹亦然要當消詳也

相管領

欲其彼此顧盼不失位置上欲覆下下欲承上左右亦然

應接

字之點畫欲其互相應接兩點者如小八十自相應接三點者如系則左朝右中朝上右朝左四點如然無字則兩旁二點相應中間相接又作心亦相應接至於ノ入水木州無之類亦然已上皆言其大畧又在學者能以意消詳觸類而長之可也

褚遂良論書

用筆當如印印泥如錐畫沙使其藏鋒書乃沉着當其用鋒常欲透過紙背

書法鈎玄卷之一

書法鈎玄卷之二

子啓編纂

孫過庭書譜

夫自古之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沒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假令寡人耽之若此未必後之此乃推張邁鍾之意也考其專擅雖未果於前規撫以兼通故無慙於即事評者云彼之四賢古今特絕而今不逮古古



質而今妍夫質以代興妍因俗易雖書契之作適以紀言而淳醜一遷質文三變馳騫沿革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且元常專工於隸書伯英尤精於草體彼二美而逸少兼之擬草則餘真比真則長草雖專工小劣而搏涉多優總其始終匪無乖互謝安素善尺牘而輕子敬之書子敬嘗作佳書與之謂必存錄安輒題後答之甚以為恨安嘗問敬卿書何

如右軍答云故當勝安云物論殊不爾子敬又答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母之里曾參不入未克箕裘况乃假託神仙耻崇家範以斯成學就愈面墻後書之徒都臨行題壁子敬密拭除之輒書易其處私竊之惡義之還見乃歎曰吾去時真大醉也敬乃內書於心逸少之比鍾張則專博斯別子敬之不及逸少之專也為余志學之年留心翰墨味鍾張之餘烈極二書之可規極慮專精時逾二紀有乖入木之術無一毫池之惑觀夫懸針垂露之異奔雷墜石

之奇鴻飛騰擊之資鸞舞蛇驚之態絕岸頽峯之勢  
臨危一落千丈或重若崩雲或輕如蟬翼道之則泉  
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况云積  
其點畫乃成其字曾不旁窺尺牘俯惜寸陰引班超  
以為辭援項籍而自滿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然君子  
立身務修其本楊雄謂詩賦小道壯夫不為况復溺

思毫釐淪情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詎若功定禮樂妙擬神仙  
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贖著述者假  
其糟粕藻鑿者挹其菁華固義理之會歸信賢達之  
兼善者矣存精寓賞豈徒然與而東晉士人互相陶  
淬至王謝之族郝庾之倫縱不盡其神奇咸亦挹其  
風味去之滋永斯道逾微然方聞復疑德末行殊古  
今阻絕無所質問設有所會緘秘已深遂令學者茫  
然莫知領要徒見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假  
令薄解草書粗傳隸法則好溺偏固自闕通規詎知  
心手會歸若同源而異派轉用之術猶共樹而分條  
者乎加以趨變適時行書為要題勒方富真乃居定  
草不兼真殆於專謹真不通草殊非翰理真以點畫  
為形質使轉為性情草以點畫為情性使轉為形質  
草垂使轉不能成字真虧點畫猶可記文回互雖殊  
大體相涉故亦旁通二傳俯貫八分包括篇章涵泳  
飛白若毫釐不察則胡越殊風者焉至如鍾繇隸奇  
張芝草聖此乃專精一體以致絕倫伯英不真而點

畫狼籍元常不草而使轉縱橫自茲已降不能善書  
者有所不逮非專精也雖篆隸草章工用多變濟成  
厥美各有攸宜篆尚婉而通隸欲精而密草貴流而  
暢章務檢而便然後凜之以風神溫之以妍潤鼓之  
以枯勁和之以閒雅故可達其情性形其哀樂驗燥  
濕之殊節千古依然體老壯之異時百齡俄頃嗟乎  
不入其門詎窺其奧者也又一時而書有垂有合合  
則流媚垂則凋踈畧言其由各有其五神怡務閑一  
合也感物徇知二合也時和氣順三合也紙墨相發  
四合也偶然欲書五合也心遽體留一垂也意遠勢

屈二乖也風燥日炎三乖也紙墨不稱四乖也情怠  
手闌五乖也乖合之際優劣互差得時不如得器得  
器不如得志若五乖同萃思遏手蒙五合交臻神融  
筆暢暢無不適蒙無所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  
不揆庸昧輒效所明庶欲弘既往之風規導將來之  
器識除繁去濫覩迹明心者焉代有筆陣圖七行中  
畫執筆三年圖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發啓童蒙既常俗  
所存不藉編錄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若乃師宜官之  
高名徒彰史牒邯鄲淳之令範空著縑緙暨乎崔杜  
以來蕭羊已徃代祀綿遠名氏滋繁或籍甚不渝人  
亾業顯或憑附增價身謝道衰加以麋蠹不傳搜秘  
將盡偶逢鑒賞時亦罕窺優劣紛紜殆難覩縷其有  
顯聞當代遺跡見存無俟抑揚自標先後且六文之  
作肇自軒轅八體之興始於嬴正其來尚矣厥用斯  
弘但古今不同妍質懸隔既作所習又亦畧諸又有  
龍蛇雲霧之流龜鶴花英之類乍圖真於率爾或寫  
瑞於當年巧涉丹青工麴翰墨真夫楷式非所詳焉



代傳義之與子敬筆勢論十章文鄙理疎意乖言拙  
詳其旨趣殊非右軍且右軍位重才高調古詞雅聲  
塵未泯翰牘仍存觀夫致一書陳一事造次之際稽  
古斯在豈有詒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  
非經宜從集擇夫心之所達不易盡於名言言之所  
通尚難形於紙墨粗可髣髴其狀綱紀其辭冀嗣希  
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使謂縱橫牽

掣之類是也轉謂鈎環盤紆之類是也用謂點畫向  
背之類是也方復會其數法歸於一塗編列衆工錯  
綜群妙舉前賢之未及啓後學於成規窺其根源析  
其枝派貴使文約理贍迹顯心通披卷可明下筆無  
滯詭詞異說非所詳焉然今之所陳務禪學者但右  
軍之書代多稱習良可據為宗匠取立指歸豈唯會  
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數與試言其由略  
陳數意止如樂毅論黃庭經東方朔畫讚太師箴蘭  
亭集序告誓文斯並代俗所傳真行絕致者也樂毅

論則情多佛鬱書畫讚則意壞竒黃庭經則怡懌虛  
無太師箴又縱橫爭折暨平蘭亭興集思逸神超私  
門戒誓情拘志慘所謂涉樂方笑言哀已歎豈唯駐  
想流波將貽嗔暖之奏馳神睢渙方思藻繪之文雖  
其目擊道存尚或心迷義舛莫不強名為體共習分  
區豈知情動形言取會風騷之意陽舒陰慘本乎天  
地之心既失其情理乖其實原夫所致安有體哉夫  
運用之方雖由已出規模所設信屬目前差之一毫  
失之千里苟知其實術可兼通心不厭精手不怠熟  
若運用烹茶精熟規矩閑於心習自然容與徘徊意

先筆後瀟洒流落翰逸神飛亦猶弘羊之心預乎無  
際庖丁之目不見全牛嘗有好事就吾求習吾乃粗  
舉綱要隨而授之無不心悟手從言忘意得縱未窺  
於衆迷斷可極於所臨矣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於初學分  
布但求平正既知平正務求險絕既能險絕復歸乎  
正初謂未及中則過之後乃通會通會之際人書俱  
老仲尼云五十知命七十從心故以遠夷險之體權  
變之道亦猶謀而後動動不失宜時然後言言必中



理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子敬以下莫不鼓努為力標置成體豈獨工用不侔亦乃神情懸隔者也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屬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然消息多方性情不一乍剛柔以合體忽勞逸而分軀或恬澹雍容內涵筋骨或折挫搓拚外曜鋒芒然察之者尚精擬之者貴似况擬不能似察不能精分布猶踈形體未檢躍泉之態未覩其神研窺之談已

聞其醜縱欲搪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假令衆妙攸歸務存骨氣骨既存矣而適潤加之亦猶枝榦扶踈凌霜雪而彌勁花葉妍茂與雲日而相暉如其骨力偏多適麗蓋少則若枯槎架險巨石當路雖妍媚云闕而體質存焉若適麗居優骨氣將劣譬夫芳林落蓋

空照灼而無依蘭沼漂萍徒青翠而奚託是知偏工  
易就盡善難求雖學宗一家而變成多體莫不隨其  
性欲便以為姿質直者則徑挺不道剛狠者又倔強  
無潤矜斂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澁遲重者  
終於蹇鈍輕瑣者染於俗史斯皆獨行之士偏玩所  
垂易曰觀乎天文以察時變觀乎人文以化成天下  
况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靈臺必能旁通點畫之情  
博究終始之理鎔鑄虫篆陶鈞草隸體五材之並用

儀形不極象八音之迭起感會無方至若數畫並施  
其形各異衆點齊列為體互垂一點成一字之規一  
字乃終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詞於  
紙上無間心手忘懷楷則自可背羲獻而無失違鍾  
張而尚工譬夫絳樹青琴殊姿共艷隋珠和璧異質  
同妍何必刻鵠圖龍竟懸真體得魚獲兔猶恡筌蹄  
聞夫家有南威之容乃可論於淑媛已有龍泉之利  
然後議於斷割語過其分實累樞機吾嘗盡思作書



謂為甚合時稱識者輒以引示其中巧麗曾不留目  
或有誤失翻被嗟賞既昧所見尤喻所聞或以年職  
自高輕致陵誚余乃假之以緇縹題之以名目則賢  
者改觀愚夫繼聲競賞毫末之奇罕議鋒端之失猶  
惠侯之好偽似葉公之懼真是知伯子之息流波蓋  
有由矣夫蔡邕不謬賞孫陽不妄顧者以其玄鑒精  
通故不滯於耳目也尚使奇材在爨庸聽驚其妙響  
逸足伏櫪凡識知其絕羣則伯喈不足稱伯樂未可  
尚也至若老姥遇題扇先怨而後請門生獲書几父  
削而子懊知與不知也夫士屈於不知已而伸於知

已彼不知也安足惟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不足以為道也豈可執水而咎夏禹哉自漢魏以來論書者多矣妍媸雜揉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闕者仍闕今撰為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秘之旨余無取焉

張懷瓘用筆十法

偃仰向背



兩字併為一字須求點畫上下偃仰離合之勢  
陰陽相應

陰為內陽為外歛心為陰展筆為陽須相應左  
右亦然

鱗羽參差

點畫編次無使齊平如鱗羽參差之狀

峯巒伏起

起筆感衄如峯巒之狀殺筆亦須存結

真草偏枯

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

斜正尖則

落筆結字分付點畫之法須依位次

遲澁飛動

勒鋒磔筆字須飛動無疑滯之勢是謂得法

射空玲瓏

謂煙感識字行草用筆不依前後

尺寸規度

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

如蘭亭年字一筆作懸針其下歲字則變垂露  
又其間一十八箇之字各別其體

張懷瓘論執筆

草書論云執筆亦有法若執淺而堅掣打勁利掣三  
寸而一寸着紙勢有餘矣若執筆深而束牽三寸而  
一寸着紙勢已盡矣其故何也筆在指端則掌虛運  
動適意騰躍頓挫生氣在焉筆居半則掌實如樞不  
轉掣豈能自由轉運廻旋乃成稜角筆既死矣寧望  
字之生動乎

張懷瓘評書 此篇至妙

評書藥石論云夫馬筋多肉少為上肉多筋少為下  
書亦如之今之書人或得肉多筋少之法薰蕕同器  
十年不分寧知不有藏其知能混其體法雷同賞遇  
或使之然至如馬之群行驥子不出其外列拖銜策  
方知逸足含識之物皆欲骨肉相稱神貌冷然若筋  
骨不任其脂肉在馬為駕駟在人為肉疾在書為墨  
豬推其病狀未即已也非醫緩不能為之惟題署及  
八分則肥密可也自此之外皆宜散恣其運動然  
能之至難鑒之不易精察之者必若庖丁解牛目無



全形析枝分理其有一點一畫意態縱橫偃亞中間  
綽有餘裕結字峻秀類於生動幽若深遠煥若神明  
以不測為量書之妙也是曰無病勤而行之益佳其  
有方濶齊平支體肥腴布置逼仄有所不容稜角且  
形况復無像神貌昏惰氣候葳然以濃淡為華者書  
之困也是曰病甚稍須毒藥以攻之古文篆籀書之  
祖也都無角節將古合道理亦可明蓋欲方而有規  
圓不失矩亦猶人之指腕促則有指之拳賒則如腕  
之屈理須■之以皮肉若露筋骨是乃病也豈曰壯  
哉書亦須用圓轉順其天理若輒成稜角是乃病也

豈曰力哉夫良工理材斤斧無迹才子叙事潛刃其  
間書能入流含於和氣宛與理會曲若天成刻角耀  
鋒無利餘害萬事拙者易能者難童蒙書有稜角豈  
謂能也若始踈而終密者則大同始密而終踈者則  
大異故小人甘以壞君子淡以成耀俗之書甘而易  
入乍觀肥滿則悅心開目亦猶鄭聲之在聽也稜角  
者書之弊薄也脂肉者書之滓穢也嬰斯病弊須訪  
良醫滌蕩心曾除其煩憤古人妙跡用思沉鬱自非  
冥搜不可得見夫學鍾王尚不繼虞褚况它者哉

張懷瓘十體書斷

按古文者黃帝史蒼頡所造也頡首四目通於神明  
仰觀奎星圓曲之勢俯察龜文鳥跡之象博采衆美  
合而為字是曰古文孝經援神契云奎主文章蒼頡  
攸象是也科斗書即古文別名蒼頡即古文之祖也  
按大篆者周宣王大史史籀所作也或云柱下史變  
古文或同或異謂之為篆篆者傳也傳其物理施之  
無窮郵鄴定六書三曰篆書八體書法一曰大篆又  
漢書藝文志云史籀十五篇並此也所謂籀篆蓋其  
子孫是也史籀即大篆之祖也

按籀文者周太史史籀所作也與古文大篆

異後

人以名稱書謂之籀文七曰史籀者周之時史官教  
學童書也與孔氏壁中古文異體郵鄴定六書二曰  
奇字是也其迹有石鼓文存焉陳蒼李斯小篆兼采  
其意史籀即籀文之祖也

按小篆者秦始皇丞相李斯所作也增損大篆異同  
籀文謂之小篆亦曰秦篆夫下行之畫如鐵石字若  
飛動作楷隸之祖為不易之法其銘題鍾鼎及作符  
印至今用焉斯雖草創遂造其極印小篆之祖也

按八分者秦羽人上谷王次仲所作也王愔云次仲  
始以古書方黃少波勢建初中以隸書作楷法字方



八分言有模楷始皇時官務煩多得次仲文簡畧赴  
急疾之用甚喜遣使召之三徵不至始皇大怒制檻  
車送之於道化為大鳥飛去唯蔡伯喈乃造其極王  
次仲即八分之祖也

按隸書有秦邽人程邈所造也邈字元岑始為縣吏  
得罪始皇幽繫雲陽獄中覃思十年損益大小篆方  
圓而為隸書三千字奏之始皇善之用為御史以奏  
事繁多篆字難成乃用隸字以為隸人佐書故曰隸  
書按八分則小篆之捷隸亦八分之捷漢陳遵善隸  
書與人尺牘主皆藏之以為榮厥後鍾元常王逸少

各造其極程邈即隸書之祖也

按章草者漢黃門令史游所作也衛恒李誕並云漢  
初而有草法不知其誰蕭子良云章草者漢齊相杜  
操始變篆法非也王愔云漢元帝時史游作急就章  
解散隸體粗書之漢俗簡畧漸以行之是也此乃存  
字之梗槩損隸之規矩縱任奔逸赴速急就因草創  
之義謂之草書懷瓘按章草之書字字區別張芝變  
為今草如其流速拔茅具茹上下牽連或借上字之  
下以為下字之上寄形離合數意兼包若懸猿飲澗  
之象鈎鎖連環之狀神化自若變態不窮呼史游草

為章因張伯英章而謂也亦猶篆周宣王時作及有秦篆分別而有大小之名魏晉之時名流君子一槩呼為草惟知音者乃能辨焉章草即隸書之捷草亦章草之捷也按杜度在史游後一百餘年即解散隸體明是史游創焉史游即章草之祖也

按行書者後漢潁川劉德昇所造也即正書之小偽務從簡易相間流行故謂之行書王愔云晉世以來工書者多以行書著名昔鍾元常善行押書是也厥後王羲之獻之並造其極焉獻之嘗白父云古之章草未能宏逸頓異真體合窮為偽畧之理極草縱之

致不若藁行之間於往法固殊也大人直改體觀其騰烟煬火則回祿喪精覆海傾河則玄冥失馭天假其鬼非學之功若逸氣縱橫則歲謝於獻若簪居禮樂則獻不繼義雖諸家之法悉殊而子敬最為道拔夫古今人民狀貌各異此皆自然妙有萬物莫比惟書之不同可庶幾也故得之者先稟於天然後資於功用而善學者乃學之於造化異類而求之固不取乎似本而各求之自然劉德昇即行書之祖也

按飛白者後漢左中郎將蔡邕所作也王隱王愔並云飛白變楷製也本是宮殿題署勢既尋文字宜輕



微不滿名為飛白王僧虔云飛白八分之輕者雖有此說不言起由按漢靈帝嘉平年詔蔡邕作聖皇篇篇成詣鴻都門上時方脩飾鴻都門伯喈待詔門下見役人以聖帚成字心有悅焉歸而為飛白之書漢末魏初並以題署宮闕其體有二創法於八分窮微於小篆自非蔡公設妙豈能詣此可謂勝寄寔通縹緲神仙之事也張芝草書得易簡流遠之極蔡邕飛白得華艷飄蕩之極字之逸越不得過此二塗厥後羲之獻之並造其極梁武帝謂蕭子雲言頃見王獻之書白而不飛卿書飛而不自可斟酌為之今得其

衷子雲乃以篆文為之雅合帝意雖創法於八分實窮微於小篆其後歐陽詢得焉伯喈即飛白之祖也按草書者後漢徵士張伯英之所造也杜度妙於章草崔瑗崔寔父子繼能羅暉趙襲亦法此藝襲與張芝相善芝自云上比崔度不足下方羅趙有餘然伯英學崔度之法温故知新因而變之以成今草轉精其妙字之體勢一筆而成偶有不連而血脉不斷及其連者氣候通其隔行惟王子敬明其深旨故行首之字往往繼前行之末世稱一筆書者起自張伯英即此也實約文該思應旨宣言列禦施鞭飛廉縱轡

也伯英雖始草創遂造其極伯英即草書之祖也

李陽冰論古篆

陽冰志在古篆殆三十年見前人遺跡美則美矣惜其未有點畫但偏傍模刻而已緬想聖達立制書之意乃復仰觀俯察六合之際焉於天地山川得方圓流峙之形於日月星辰得經緯昭回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鬚眉口鼻得喜怒哀慘舒之分於虫魚禽獸得屈伸飛動之理於骨角齒牙得擺拉咀嚼之勢隨千萬變任心所成可謂通三才之氣象備萬物之情狀者矣

嘗痛孔壁遺文汲冢舊簡年代浸遠謬誤滋多蔡中郎以豐同豈李丞相將東為宋魯魚一惑涇渭同流學者相承靡所遷復每一念至未嘗不廢食而泣攬筆長嘆焉天之未喪斯文也故小子得篆籀之宗旨皇唐聖運逮茲八葉天生克復之主人樂維新之令以淳古為務以文明為理欽若典謨疇咨故實誠願刻石作篆備書六經立於明堂為不刊之典號曰大唐石經使百代之後無所損益仰明朝之功烈法高代之盛事死無恨矣

徐浩論書

周官內史教國子六書書之源流其來尚矣程邈變隸體邯鄲傳楷法事則朴畧未有一功能厥後鍾善真書張稱草聖右軍行法小令破體皆一時之妙近古蕭永歐虞頗傳筆執褚薛已降自鄙不譏矣然人謂虞得其筋褚得其肉歐得其骨當矣夫鷹隼之彩而翰飛戾天骨勁而氣猛也翬翟備色而翱翔百步肉豐而力沉也若藻曜而高翔書之鳳凰矣歐虞為鷹隼褚薛為翬翟焉歐陽率更云蕭書出於草草頗為知言然歐陽飛白曠古無比浩自言余年在髫鬣更工翰墨力不可強勤而愈拙區區碑石之間矻矻几

案之上亦古人所耻吾豈忘情耶德成而上藝成而下殷鑒不遠何學書為必以一時風流千里面目斯亦愈於博矣亞於文章矣初學之際宜先筋骨筋骨不立肉何所附用筆之勢特須戒鋒鋒若不藏字則有病病且未去能何有焉字不欲速亦不欲密亦不欲大亦不欲小小展令大大感令小踈肥令密密瘦令踈斯其大經筆不欲捷亦不欲徐亦不欲平亦不欲側側堅令平平峻使側捷則須安徐則須利如此則其大較矣張伯英臨池學書池水盡黑永師登樓不下四十餘年張公精熟號為草聖永師拘滯終能



著名以此而言非一朝一夕所能盡矣俗書云書無  
百日工蓋悠悠之談也宜白首攻之豈可百日乎

顏真卿述張長史筆法十二意

此段字學新書詳而簡要

金吾長史張公旭謂僕曰筆法玄微難妄傳授非志  
士高人詎可言其要妙夫平謂橫子知之乎僕曰嘗  
聞長史每令為一平畫皆須縱橫有象非此之謂乎  
長史曰然直謂縱子知之乎曰豈非直者必縱之不  
令邪曲乎曰然均謂間子知之乎曰嘗蒙示以間不  
容光其此之謂乎曰然密謂際子知之乎曰豈非築  
鋒下筆皆令完成不令踈乎曰然鋒謂末子知之乎

曰豈非末已成畫使鋒健乎曰然力謂骨體子知之  
乎曰豈非趯筆則點畫皆有筋骨字體自然雄媚乎  
曰然輕謂曲折子知之乎曰豈非鈎筆轉角折鋒輕  
過亦謂轉角為暗過之謂乎曰然訣謂牽掣子知之  
乎曰豈非牽掣為擊 意挫鋒使不怯滯令險峻而  
成乎曰然益謂不足子知之乎曰豈非結構點畫有  
失趣者則以別點畫旁救之乎曰然損謂有餘子知  
之乎曰豈非趣長筆短雖點畫不足常使意氣有餘  
乎曰然巧謂布置子知之乎曰豈非欲書預想字形  
布置令其平穩或意外生體令有異勢乎曰然稱謂

大小子知之乎曰豈非大字促令小小字展令大兼  
令茂密乎曰然子言頗皆近之矣夫書道之妙煥乎  
其有旨焉世之學者皆宗二王元常頗存逸迹曾不  
睥睨筆法之妙遂爾雷同獻之謂之古肥旭謂之今  
瘦古今既殊肥瘦頗及如自省覽有異衆說張芝鍾  
繇功趣精細殆同神機肥瘦今古豈易致意真迹雖  
少可得而推逸少至於學鍾勢巧形容及其獨運意  
踈字緩譬楚音習夏不能無楚過言不悞未為篤論  
又子敬之不逮逸少猶逸少之不逮元常學子敬者  
畫虎也學元常者畫龍也倘著巧思思過半矣功若

精勤當為妙筆曰幸蒙長史傳授用筆之法敢問攻  
書之妙何以得齊古人曰妙在執筆令其圓暢勿使  
拘攣其次識法其次布置不慢不越巧使合宜其次  
紙筆精佳其次變通適懷縱捨掣奪咸有規矩五者  
既備然後能齊古人曰敢問神用執筆之理可得聞  
乎曰予傳授筆法得之老舅陸彥遠曰吾昔日學書  
雖功深柰何迹不至殊妙後聞褚河南云用筆當如  
印印泥思所不悟後於江島偶見沙平地淨令人意  
悅欲書乃以鋒利畫而書之其勁險之狀明利媚好  
自茲乃悟如錐畫沙使其藏鋒畫乃沉著當其用筆

常使透過紙背此功成之極也真草用筆悉如畫沙  
點畫淨媚則其道至矣如此則其迹可久自然得齊  
古人

蔡希綜法書論 專論草書

夫始下筆須藏鋒轉腕前緩後急字體形勢狀如虫  
蛇意相鈎連莫令斷仍須簡畧為上不貴繁冗至如  
稜側起伏隨勢所立大抵立意圓規最妙其有誤發  
不可再摹恐失其筆勢若字有點處須空中遙擲下  
其勢猶高峯墜石又下筆要如放箭箭前不欲遲遲則  
中物不入然則施於草迹亦須時時象其篆勢八分

章草古隸等體要相合雜發 意思若直取俗字則  
不能先發牋毫張伯英偏工章草代莫過之每與人  
書下筆必為楷則云匆匆不暇草書何者若非靜思  
閑雅發中於慮則失其妙用也以此言之草法尤難  
仲將每見伯英書稱為草聖衛瓘索靖俱效於張亦  
各得其妙議者以為衛得伯英之筋索得伯英之肉  
漢魏以來章法彌盛晉世右軍特出不羣穎悟斯道  
乃除繁就省創立制度謂之新草焉

韓方明授筆說

把筆有五種第一執管書之妙在於執管既以雙指



苞管亦當五指共執其要實指虛掌鈎撇許送亦曰  
抵以備口傳手授之說世俗皆以單指苞之則力不  
足而無神氣每作一畫點雖有解法亦當使用不成  
平腕雙苞虛掌實指妙無所加也第二揆管亦名拙  
謂五指共揆其管末弔筆急疾無體之書或起藁草  
用之今世俗多用五指揆管書則全無筋骨慎不可  
效也第三撮管謂以五指撮其管末惟大草書圖障  
用之亦與握管同也第四握管謂捻拳握管於掌中  
懸腕以肘力書之或云起自諸葛亮倚柱書時雷霆  
柱裂書亦不輟當用壯氣率以此握管書之非書流

所用也後王僧虔用此法蓋以異於人非為也近  
有張從甲然而為實為世笑也第五搦管謂從頭  
食指也至小指以管為第一二指節中搦之亦是效  
握管小異所為有好異之輩竊為流俗書圖障用之  
或以示轉甚為恠異此又非書家之事也

東海公璿曰置筆於大節中指前居動靜之際以頭  
指齊中指兼助為力指自然實掌自然虛雖執之使  
齊必須用之自在今人皆置筆當節碍其轉動拳指  
塞掌絕其力勢况執之愈急愈滯不同縱用之規矩  
無呂施為也又云執筆在乎便穩用筆在乎輕健故

輕須沉便則須澁謂藏鋒也不澁則險勁之狀無由而生大流則成浮滑浮滑則俗故點畫須依筆法然後書同古人之迹而合於作者又曰欲書當先看所書紙中是何詞句言語多少及紙色曰相稱以何等書令與書體相合或真或行或草與紙相當意在筆前筆居心後皆須存用筆法難書之字預於心中布置然後下筆自然容與徘徊意態雄逸不可臨時無法任筆成形

### 李華論書

用筆在乎虛掌而實指緩而急送意在筆前字居筆後其勢如舞鳳翔鸞則其妙也大抵字不可拙不可巧不可今不可古華質相半可也鍾王之法悉而備矣近世虞世南深得其體別有婉媚之態凡云八法學者悉善予有二字之訣至師之方所謂截拽是也苟善斯字逸少伯英彼何人哉

### 盧雋臨池訣

第一用紙筆第二用認勢第三裹束第四真如立如行第五草如走第六上稀第七中勻第八下密用筆之法拓大指撮中指斂第二指拒名指令掌心虛如握卵此大要也凡用筆以大指節外置筆令轉動自

在勿令大緊名指拒中指小指拒名指此細要也皆  
不過雙苞自然虛掌實指永字論云以大指拓頭指  
鈎中指拒此言單苞者然必順氣脉均勻拳心須虛  
虛則轉側圓順腕須挺起粘紙則輕重失準把筆淺  
深在去紙遠近遠則浮泛虛薄近則搵鋒體重用水  
墨之法水散則墨在近迹浮而稜斂有若自然紙剛  
則用軟筆策掠按拂制在一鋒紙柔則用硬筆袞努  
鈎磔順成五指純剛如以錐畫石純柔如以泥洗沙  
既不圓暢神格亡矣書石及壁用紙剛列蓋相得也

### 柳公權筆諫

唐穆宗即位柳公權以夏州掌記入奏帝曰我於佛  
寺見卿筆跡思卿久矣即拜翰林侍書學士穆宗問  
公權筆法對曰用筆在心心正則筆正上改容知其  
筆諫也公權筆勢勁媚自成一家當時公卿大臣家  
碑板不得公權手筆者以為不孝至外夷入貢別書  
貨具曰此購柳書

### 林韞撥鐙序

韞咸通末為州刑掾時盧陵盧肇罷南浦太守歸宜  
春公之文翰海內知名韞竊慕小學因師於盧公子  
弟安期歲餘盧公忽相謂曰子學吾書但求其方爾



殊不知用筆之方不在於力用於力筆死矣虞掌實指指不入掌東西上下何所關焉常人云永字八法乃點畫爾拘於一字何異守株翰林禁經云筆貴饒左書尚遲澁此君臣之道也大凡點畫不在拘之長短遠近但勿遏其勢俾令筋骨相連意在筆前然後作字若平直相似狀如算子此畫爾非書法也吾昔授教韓吏部其法曰撥證今將授子勿妄傳推拖撚拽是也訣畫於此子其旨而味乎韞加以久罹戎事筆硯多亡終不能窮其妙亦猶古人有得不死之術者人將從學焉未至得術者物故嘆恨不極人或譏之曰彼尚不能自免何恨之有客曰昔有善算術者臨終傳於子終不能曉迺傳於人他人盡其妙彼何妨得而不能演哉愚雖能盧公之命既不能自益其要妙敢恡復傳於智者

釋亞棲論書

凡書通即變王變白雲體歐變右軍體柳變歐陽體永禪師褚遂良顏真卿李邕虞世南等並得書中法後皆自變其體以傳於世俱得垂名若執法不變縱能入石三分亦破號為書奴終非自立之體此畫家之大要

韋榮宗論書

凡下筆心主於手然後可下若少等閑殆亦無憑又曰須淺其執牢其筆實其指虛其掌論正書行草則曰貞書小密執宜近頭行書寬縱執宜稍遠草書流逸執宜更遠遠取點畫長大近取分布齊均

李後主書述

壯歲書亦壯猶嫖姚十八從軍初擁千騎陵沙漠自無全虜又如夏雲竒峯畏日烈景縱橫炎不可向邇其任勢也如此老來書亦老若諸葛亮董戎草叡接敵舉板輿自隨以白羽麾軍不見其風骨而毫素相

適筆無全鋒噫壯老不同功用則異能唯所能者何以言之書有七字法謂之撥鐙自衛夫人并鍾王家傳于歐顏褚陸等流于此矣然世之罕知其道孤以幸會得授誨于先王竒哉是書也非天賦其性口授要訣然後研切覃思則不能窮其奧妙安得不秘而寶之所謂法者掀歷鈎揭抵導送是也此是今有顏魯公墨跡尚存於世余恐將來學者無所聞焉故書此以記之





書法鈎玄卷之三

米元章論書

歷觀前賢論書徵引迂速汎竒巧如龍跳天門虎卧  
鳳闕是何等語或遣詞求工去法愈遠無益學者故  
吾所論要在人人不為濫詞

吾書小字行書有如大字唯家藏真跡跋尾間或有  
之不以與求書者心既貯之隨意落筆皆得自然備  
其古雅壯歲未能立家入謂吾書為集古字蓋取諸  
長處總而成之既老始自成家人見之不知以何為  
祖也

世人多寫大字時用力捉筆字愈無筋骨神氣作圓筆頭如蒸餅大可鄙笑要須如小字鋒勢備全都無刻意做作迺佳自古及今余不敏實得之榜字固已滿世自有識者知之

字要骨格肉須裹筋筋須藏肉帖迺秀潤在布置穩不俗險不恠老不枯潤不肥變態貴形不貴苦苦生怒怒生恠貴形不貴作作如畫畫入俗皆自病也唐官告在世為褚陸徐嶠之體殊有不俗者開元以來緣明皇字體肥俗始有徐浩以合時君所好經生字亦自此肥開元已前古氣無復有矣

石刻不可學但自書使人刻之已非已書也故必須真跡觀之迺得趣如顏真卿每使家僮刻字故會書人意修改波擊致大失真唯吉州廬山題名題說而去後人刻之故皆得其真無做作之差乃知顏出於褚也夫真跡皆無蚕頭燕尾之筆與郭知運爭坐位帖有篆籀氣顏傑思也柳與歐為醜恠惡體但其場公綽迺不俗於兄筋骨之說出於柳世人但曰勢張為筋骨不知不努張自有筋骨焉

凡大字要如小字小字要如大字褚遂良小字如大字其後經生祖述間有造妙者大字如小字則未之

見也

書至隸興太篆古法大壞矣篆籀各隨字形大小故如百物之狀活動完備各自足隸廼始有展促之勢而三代法亡矣

少成若天性習慣如自然茲古語也吾夢古衣冠人授以摺紙書書法自此差進驚與他人都不曉蔡元長見而驚曰法何太遠異耶此公亦具眼人章子厚以真自名獨稱吾行草欲吾書如排算子然真字須有體勢乃佳爾

智永硯成曰廼能到右軍若穿透始到鍾索也可不

勉之

一日不書便覺思澁想古人未嘗片時廢書也因思蘇之才桓公至落帖字明意殊有工為天下法書第一學書須得趣它好俱忘廼入妙別為一好繁之便不工也

蘇東坡書說

歐叔弼謂余書大似李北海余亦自覺其如此世或以謂似徐浩書者非也古今人用筆必有所自長史以劔器容有是理雷大簡云聽江聲而筆法進文與



可亦言見蛇鬪而草書長殆非誕也

凡世之所貴必貴其難真書難於飄揚草書難於嚴重大字難於結密而無間小字難於寬綽而有餘筆成冢墨成池不及羲之即獻之筆禿千管墨磨萬錠不作張芝作索靖

書法備於正書溢而為行草未能正書而能行草猶未能莊語而輒放言無足道也

把筆無定法要使虛而寬歐陽文忠公謂余當使指運而腕不知此語最妙方其運也左右前後却不免欹側及其定也上下如引繩此之謂筆正柳誠懸之

### 語良是

書初無意於佳廼佳爾草書雖是積學廼成然要是出於欲速古人云匆匆不及草書此語非是若匆匆不及乃是平時有意於學此弊之極遂至於周越仲翼無足恠者吾書雖不甚精然自出新意不踐古人是一快也

### 黃山谷書說

余在黔南未甚覺書字綿弱及移戎州見舊書多可憎大槩十字中有三四差可耳今方悟古人沉着痛快之語但難為知音耳

心能轉腕手能轉筆書字便如人意古人工書無他異但能用筆耳

余嘗評書字中有筆如禪家句中有眼至如右軍如涅槃經說伊字具三眼也此要須人自體會得不可見立論便興諍也

用筆不知擒縱故字中有筆如禪家句中有眼非深解宗趣豈易言也

王氏書法以為如錐畫沙如印印泥蓋言鋒藏筆中意在筆前耳承學之人更用蘭亭永字以開字中眼目能使學家多拘忌成一種俗氣要之右軍一言群

言之長也

東坡先生云大字難於結密而無間小字難於寬綽而有餘寬綽而有餘如東方朔畫像贊樂毅論蘭亭禊事詩敘先秦古器科斗文字結密而無間如焦山崩崖瘞鶴銘永州磨崖中興頌李斯嶧山刻秦始皇及二世皇帝詔近世兼二美如楊少師之正書行草徐常侍之小篆此雖難為俗學者言要歸畢竟如此如人眩時五色無主及其神澄意定青黃皁白亦自燦然字書時時臨模可得形似大要多取古書細看令入神乃到妙處唯用心不雜迺是入神要路

凡學書欲先學用筆用筆之法欲雙鉤回腕掌虛指實以無名指倚筆則有力古人學書不盡臨摹張古人書於壁間觀之入神則下筆時筆隨人意大抵書如人有精神細觀則部位皆中度耳學字既成且養於心中無俗氣然後可以作示人為楷式凡作字須熟觀魏晉人書會之於心自得古人筆法也欲學草書須精真書知下筆向背則識草書不難工矣

筆力同中有異異中有同後百年如有別書者廼解余語耳張長史折釵股顏太師屋漏痕王右軍錐畫沙印印泥懷素飛鳥出林驚蛇入草索靖銀鉤蠶尾

同是一筆心不知手手不知心法耳若有心與能者爭衡後世不朽則與書工藝史同功矣

凡書要拙多於巧近世少年作字如新婦子粧梳百種點綴終無烈婦態也

肥字須要有骨瘦字須要有肉古人學書學其工處今人學書肥瘦皆病又嘗偏得其人醜惡處如今人作顏體廼其燦然者

回党栢舟書曰書字已佳但疑是單鈎肘臂着紙故尚有拘局不放浪意態耳大槩書字楷法欲如快馬斫陣草法欲左規右矩此古人妙處也



余寓居開元寺之怡德堂坐見江山每於此中作草  
似得江山之助然顛長史狂僧皆倚酒而通神入妙  
余不飲酒忽十五年雖欲善其事而器不利行筆處  
時時蹇蹶計遂不得復如醉時書也顧况詠白髮出  
嫁宮人云準擬人看似舊時山谷草書無迺似之  
晁美叔嘗背議予書唯有韻爾至於右軍波戈點畫  
一筆無也有附予者傳若言於陳留予笑之曰若美  
叔即與右軍合者優孟抵掌說談迺是孫叔敖耶往  
嘗有丘敬和者摹倣右軍書筆意亦潤澤便為繩墨  
所縛不得左右予嘗贈之詩中有句法字身藏穎秀

勁清問誰學之果蘭亭大字無過瘞鶴銘晚有石崖  
頌中興小字莫作癡凍蠅樂毅論勝遺教經隨人作  
計終後人自成一家始逼真不知美叔嘗聞此論乎

劉正夫論書

字美觀則不古初見之則使人甚愛次見之則得其  
不到古人處三見之則偏傍點畫不合古者盈在眼  
矣字不美觀者必古初見之則不甚愛再見之則得  
其到古人處三見之則偏傍點畫亦歷歷在眼矣故  
觀今之字如觀文繡觀古之字如觀鍾鼎學古人字  
期於必到若至妙處如會於道則無媿於古矣

錢若水敘陸希聲筆法

陸希聲得筆法凡五字撇押鈎格抵用筆雙鈎則點畫適勁而盡妙矣謂之撥鐙法希聲以授沙門誓光光入長安為翰林供奉又宰相刁術言江南後主得此法復增二字曰導送今待詔尹希左亦得之而所書為一時之妙

朱文公書字銘

明道先生曰某書字時甚敬非是要字好即此是學握管濡毫伸紙行墨一在其中點點畫畫放意則荒取妍則惑必有事焉神明厥德

姜堯章續書譜

真行草書之法其源出於蟲篆八分飛白章草等圓勁古淡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制歐陽率更顏平原輩以真為草李邕李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或云草書千字不抵行書十字行書十字不如真書一字意以為草至易而真至難豈真知書者哉大抵下筆之際盡做古人則少神氣專務適勁則俗病不除所貴

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孫過庭論之又詳可參稽之謂書以平正為善此世俗之論唐人之失也古今真書之神妙無出鍾元常其次則王逸少今觀二家之書皆瀟洒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千祿字書是其證也矧歐虞顏柳前後相望故唐人下筆應規入矩無復晉魏飄逸之氣且字之長短小大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芻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畫字之真態不以私意參之耳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瀟散則自不塵俗此又有王子敬之風豈足以盡書法之美哉真書用筆自有八法吾嘗採古人之字列以為圖今畧言其指點者字之眉目全籍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淨有起有止所貴長短合宜結束堅實入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



者字之步履欲其沉實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直多用折草多用轉轉折欲少駐駐則有力轉欲不滯滯則不適然而真以轉而後適草以折而後勁不可不知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程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

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小下大不欲左低右高不欲前多後少歐陽率更結體太拘而用筆特備衆美雖小楷而翰墨洒落追縱鍾王來者不能及也顏柳結體既異古人用筆復溺於一偏予評二家為書法之一變數百年間人爭效之字畫剛勁高明固不為書法之無助而魏晉之風軌則掃地矣然柳氏之字偏旁清勁可喜更為奇妙近世亦有倣效之者則俗濁不除不

足觀故知與其太肥不若瘦硬也

草書之體如人坐卧行立揖遜忿爭乘舟躍馬歌舞  
擗踴一切變態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羲之  
字當字得字慰之最多多至數十字無有同者而未  
嘗不同也可謂所欲不踰矩矣大凡學草書先當取  
法張芝皇象索靖章草等則結體平正下筆有源然  
後倣王右軍申之以變化鼓之以奇崛若泛學諸家  
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

誤顛錯反為新奇自太令以來已如此矣况今世哉  
然而襟韻不高記憶雖多莫湔塵俗若風神瀟灑下  
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遊絲此雖出於古人不足  
為奇更成大病古人作草如今人作真何嘗苟且其  
相連處特是引帶嘗攷其字是點畫者皆重非點畫  
處偶相引帶其筆皆輕雖復變化多端而未嘗亂其  
法度張顛懷素規矩最號野逸而不失此法近代山  
谷老人自謂得長沙三昧草書之法至是又一變矣  
流至於今不可復觀唐太宗云行行若縈春蚓字字

如縮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倣古急以出奇有鋒以耀其精神無鋒以含其氣味橫斜曲直鉤環盤紆皆以勢為主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走以發代走亦以捺代入唯入則間用之意盡則用懸針意盡須再生筆意若不用垂露耳

用筆如折釵股如屋漏痕如錐畫沙如壁折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折者欲其無布置之巧然皆不必若是筆正則藏鋒筆偃則鋒出一起一側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披一拂又有三折一ノ又有數樣一點者欲與畫相應兩點者欲自相應三點者必有一點起一點帶一點稱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當行草時尤宜泯其稜角以寬闊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  
刺之相異王之與玉示之與衣以至奉秦秦春形同  
理殊得其源本斯不浮矣孫過庭有執使轉用之法  
執謂長短淺深使謂縱橫牽掣轉謂鈎環盤紆用謂  
點畫向背豈苟然哉凡作楷墨欲乾然不可太燥行  
草則燥潤相雜以潤取妍以燥取險墨濃則筆滯滯  
則筆枯亦不可不知也筆欲鋒長勁而圓長則含墨  
可以取運動勁則剛而有力圓則妍美予嘗評世有  
三物用不同而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勿長勁  
而不圓不如勿勁紙筆墨皆書法之助也

嘗夷攷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王右軍  
諸帖第一謝安石大令諸帖次之顏柳蘇米亦後世

之可觀者大要以筆老為貴少有失誤亦可輝映所  
貴乎濃纖間出血脉相連筋骨老健風神洒落姿態  
具備真有真之態度行有行之態度草有草之態度  
必須博學可以兼通焉臨摹書至易唐太宗云卧王  
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是古人  
名筆置之几案懸之坐右朝夕諦觀其用筆之理然  
後可以臨摹其次雙鈎蠟本須精意摹搨乃不失位  
置之美耳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

易忘經意真不經意也夫臨摹之際毫髮失真則神  
情頓異所貴詳謹世所有蘭亭何翅數百本而定武  
本為最佳然定武本有數樣今取諸本參之其位置  
長短大小無不一同而肥瘠剛柔工拙要妙亦異  
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然而方圓曲直不可顯顯  
直欲涵泳一出於自然如草書尤忌橫直分明橫直  
多則字有積薪束葦之狀而無蕭散之氣時參出之  
斯為妙矣

向背者如人之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性  
理致東之古人惟王右軍為妙

假如立人挑土田言王示一切偏傍皆須令狹長則  
右有餘地矣在左者亦然不可太密太巧太密太巧  
者是唐人之病也假如口字在左者皆須與上齊鳴  
呼喉隴等是也在右者皆須與下齊和扣等是也又  
如下頭須令覆其下走皆須能承其上審置其輕重  
使相負荷計其大小使相副稱為善

書以踈為風神密為老氣如佳之四橫川之三直魚  
之四點畫之九畫必須下筆遒勁踈密停均為佳當  
踈不踈必成寒乞當密不密必至凋踈

風神者一須人品高二須師法古三須筆紙佳四須  
險勁五須高明六須潤澤七須向背八須時出新意  
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士勁者如武夫媚者如美士  
欹斜如醉仙端楷如賢士遲以取妍速以取勁必先  
能速然後能為遲若素不能速而專務於遲則無神  
氣若專務速又多失勢

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



多是搭鋒若一字之間右邊多是搭鋒應於左邊故也又有平起者如隸畫藏鋒者如篆畫大要折搭多精神平藏善含蓄兼之則妙矣

藝之至未始不與精神通其說見於昌黎送高閑上人序孫過庭云一時而書有乖有合合則流媚乖則凋踈略言其由各有其五神怡務閑一合也感惠徇知二合也時和氣清三合也紙墨相發四合也偶然欲書五合也心遽體留一乖也意違勢屈二乖也風燥日炎三乖也紙筆不稱四乖也情怠手闌五乖也乖合之際優劣互差又云消息多方性情不一乍剛

柔以合體忽勞逸而分軀或恬淡雍容內涵筋骨或折挫槎枿外耀鋒芒察之者尚精擬之者貴似况擬不能似察不能精分布凋踈形體未檢至有未悟淹留偏追勁疾不能迅速翻効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能速不速所謂淹留因遲就遲詎名賞會非其心閑守敏難以兼通假令衆善攸歸務存骨氣骨既存矣適潤加之亦猶枝幹扶踈凌霜雪而不改花葉鮮茂與雲日以相輝如其骨力偏多適麗蓋少則枯槎架險巨石當路雖妍媚云闕有體

質存焉若適麗居優骨氣將劣譬如芳林落葉空照  
灼而無依蘭沼漂蘋徒青翠而奚託是知偏工易就  
盡善難求雖學宗一家而變化多體莫不隨其性欲  
所變以為資質直者則勁挺不適剛狠者又倔強無  
潤矜式者蔽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澁遲重者終  
於拙鈍輕瑣者染於俗吏斯皆獨行之士偏玩所乖  
必能旁通點畫之情博究始終之理鎔鑄蟲篆陶鈞  
草隸至若數畫兼施其容各異衆點齊列為體互乖  
一點成一字之規一字乃終篇之準違而不犯和而

不同留而不常遲遣而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  
變態於筆端合情詞於紙上無間心手自可背羲獻  
而無失違鍾張而尚工由其言之盡善所以具載焉  
字有藏鋒出鋒之異粲然者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  
支離而不相貫穿黃庭小楷與樂毅論不同東方朔  
畫贊又與蘭亭記殊指一時下筆各有其勢固應爾  
也余嘗歷觀古人名書無不點畫振動如見其揮運  
之時山谷云字中有筆如禪家句中有眼豈欺我哉

筆得墨則瘦得硃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硃使然也欲刻者不  
失真未有若書丹者然書時盤礴不無少勞常仲將  
升高書凌雲臺榜下則鬚髮為之白藝成而下斯之  
謂與若鍾繇李邕又自刻之可謂癖矣

### 趙子固論書法

學唐不如學晉人皆能言之夫豈知晉豈易學學唐  
尚不失規矩學晉不從唐入多見不知量也僅能歌  
倚雖欲媚而不媚翻成畫虎之犬耳何也書字當立  
間架牆壁則不骯髒思陵書法未嘗不圓熟要之於

間架牆壁處不着工夫此理可為識者道近得北方  
舊本虞永興破邪論序愛而不知其惡也故為此說  
正坐無牆壁也右軍樂毅畫替蘭亭最真一一有牆  
壁者右軍一搨直下是也李瑋家開皇帖行書之祖  
於此最昭昭化度及魯公離堆得此法左右陰陽極  
明麗丁道護啓法寺碑筆右方直下最具此法學者  
當垂情如此下筆則研麗方直端重措正味此則癡  
鈍墨豬矣黃庭賀捷有鍾體雖微敬側隱然亦有牆  
壁力命表勁利更高學者毋但徇俗而不究本唯遺  
教經死然是經生筆了無神明決非羲筆正如率更



之玩長孫無忌面團團也識此已又識破懷仁聖教  
之流入院體也其逸筆處世謂之小正書此書

體蘭亭玉潤霜寒諸帖即無此逸筆不知懷仁從何  
取入使後人未做羲帖先為此態觀之可惡其流至  
於蘭溪經藏記烏龍廟記僧有交之集書極矣又須  
戒徐會稽之濁在跛偃戒李北海之濁在欹斜唯張  
從申得太令之通暢無二公之流弊且世云會稽法  
自蘭亭出蘭亭即無偃筆也又云北海深悟太令大  
令不若是之欹跛也跛偃之弊流而誤吾坡公欹斜  
之弊流而為元章父子矣且如吳傳朋深得諸葛頑

瑤臺寺碑筆法的是蘭亭中出矣公又生出一節病  
每下豎筆不直塌下乃仰筆尖鋒全無氣骨皆清和  
之弊為隘不恭學者更切自防之自點檢之明友相  
警悟之前修長中之短亦無畏友以覺其非耳故予  
深信間架墻壁為要也余自謂學古人當勤媚今人  
當無心可也中興後朱髻岩橫斜顛倒幾若楊少師  
孫勒川規規恐下筆不中觀者元章曰奴書耳朱吾  
所取孫吾所戒更從識者評

學隸措於魏晉之下邈乎無以稽也縱有羲繇之跡  
號存絕者唯樂毅海宇株陵本爾其唐元度魚帖本

已非古本文次有德州畫像讚而已若所謂力命表  
固繇精筆古勁幾不入俗眼然尊之敬之未容而友  
之也黃庭固類繇欹側不中繩度未學唐人而事此  
徒成畫虎類犬然則欲從入道於楷何從曰僅有三  
焉化度九成廟堂耳晉宋而下分而南北有丁道護  
襄陽啓法寺興國寺二石啓法最精歐虞之所自出  
興國粗甚如出兩手天不壽精而壽粗可歎也北方  
多朴有隸體無晉逸雅謂之龜裘氣至合於隋書同  
文軌開皇大業以逮武德之末貞觀之初書石無一  
可議此古今集本成之時也於是虞歐大宏厥聲始

者虞於龍聖道場歐於姚辨等刻亦未臻極詣也及  
孔子廟堂碑飛來白鶴詩虞為法於世矣化度先成  
歐獨步於時矣今求楷法舍此三者是南轅而北轍  
矣三書之法在乎正恬澹分間布白行筆停勻且如  
橫書必兩頭均平不可如俗書左低右昂搭手從左  
原過此在八訣所謂千里陣雲者也起筆既成冗類  
如鑿如錐則有泛冗錐則尖既不尖又必帶冗斯為  
妙絕及至書到右方住處捺筆不可向下須擁起向  
上於下如繩直其左方主筆之豎亦結筆在左穿心  
堅筆是也捺筆直下到立筆處微捺使鋒左向如畫

之右肩突出鋒在上堅筆則突出鋒在左也又於十字處如中字牛字年字凡是一橫一直中停者皆當着心凝然正直平均不可使一高一低一斜一欹少涉世俗守此法既牢則凡施之閒架自然平均使不俗氣俗之從生始於徐浩也知蘭亭韻致取有映帶不知先自背了繩墨欹斜跛偃雖有態度何取態度者書法之餘也骨格者書法之祖也今未正骨格先尚態度幾何不舍本而求末耶戒之戒之泛入之門先敬先戒平平直直輕輕勻勻俗咎率更體為排算固足以攻其短然先排算而尚氣脉乃可不排算而

求之是未行而先馳理不至爾分間布白勿令偏側此誠格言每一字為率筆多筆少不同先須分布勻整若此未調順工何從生又有一般偏旁不可盡律以正者每字必欹歲字必舛有字不可破中叢字取居中而又左右皆須以古人所書求其義理執一而論第曰中正此李後主譏魯公為田舍翁又如褚河南如稱八分古雅有韻一切尚之甚有踈拙薛少保發越楮體飄揚透徹一尚不回幾致迂踈魯公之正其流也俗誠懸之勁其弊也寒古往今來中庸能鮮千古之下刻心苦神諸其然者要是文章之外唯此



足以觀人發揮形容有足尚者不忍怠也又嘗妄論  
文章精到尚可改飭字畫落筆更不容加工求以益  
之適或壞之此吾知字書之貴一生眠則畫被坐則  
畫地將老無工此藝厥為不易哉

左欲去吻了

右欲去肩了

左右兩平

上長下短

左上滿

隨左上

右下滿

所右下

行草宜用棗心筆者以其摺裊婉媚然此筆須出鋒  
用之須捺筆鋒向左意趣如只用筆腰不用筆尖乃  
可如真書直豎用尖則施之行草無態度此是要緊

處人多未知之姜堯章孫過庭草書言能籠脊橫豎  
最善發明棗心筆於用之時每難揮連雙鉤懸腕又  
久得趣其要正在勿使筆尖也

草書雖連綿宛轉然須有停筆今長沙所開懷素自  
叙乃蘇滄浪草書一向裊摺無典則北方有一本正  
不如此或歇或連乃為正當草極難於拙蘇草不及  
行

晉賢草體虛澹蕭散此為至妙唯大令綰秋蛇為文  
皇所譏至唐旭素方作連綿之筆此黃伯思簡齋堯  
章所不取也今人但見爛然如藤纏者為草書之妙



要之晉人之妙不在此法度端嚴中蕭散為勝耳右  
軍三卷僅一半真施老子印證簡齋克章諸公議論  
去其間偽跡如求屏風帖早乘源帖止開真帖五卷  
於海陵當此以為區處

書法鈞玄卷之三

書法鈞玄卷之四

翰林密論用筆法二十四條

點法口訣云作點向左以中指斜頓向右以大指齊  
頓作報答便以中指挫鋒須收鋒在內按筆收之又  
衄側下其筆含濡其鋒摩輪簇心然後收筆填在員  
平禁經云點如利鑽鏤金是也又半蟻法宜字上用  
之為避其傍點又側下其筆使墨精闇墜徐乃反揭  
則稜利矣右軍云作點皆須磊磊如大石之當衢又  
點不變為布棋貴通變也更有打點單以指送筆似  
打物之勢甚難用也

言法金  
一畫法口訣云作橫畫皆用大指遣之若作策法卽指擡筆士若作勒法卽用中指鈎筆澁進覆畫以中指頓筆然後以大指遣至盡處此三勢相近用法不同也鱗勒法須仰收禁經云畫如長錐界石是也又緊走仰收似長舟之載小渚兩頭勢起使芒角不失適潤借勢不策不鱗勒稍除收之取古勁枯澁無求活利凡在字上宜用之擡筆法初緊策中擡鋒輕勁微勒向右按衄古今云鍾書宣示字長畫用又畫不爲布算行草法云勢須險策露鋒飛動爲勝

三二畫法口訣云上潛鋒平勒中背鋒仰策下緊趯

覆收名遍相解摘古經云黃庭經三關字用草法上衄側中策下奮筆橫飛遍相聳峙以險利爲勝

一懸針法口訣云鋒須先發管遂勢行遶筆緊馭澁進如錐畫石禁經云懸針如長錐綴地是也又契字下雙筆須一努一垂變換用之三勢不同或垂或趯或外掠而中努右軍云懸針垂露難爲體制衛夫人云如萬歲枯藤臨池訣云懸針法蘭亭年字盡其勢也張敬玄云申字中盡宜卓筆直審疾抽事字中畫宜直下筆便挑不宜停筆

一垂露法口訣云鋒管齊下勢盡殺筆縮鋒又始築



筆而極力終注鋒而作努又無垂不縮此言頓筆以  
摧挫爲功右軍云豎如春筍之抽寒谷是也臨池訣  
云玉露本篆脚名玉筋如古釵倚物也

①背拋法口訣云蹲鋒緊掠徐擲之速則失勢遲則  
緩怯臨池訣云此鍾法稍涉八分尾法引過其曲轉  
蹲其鋒又徐收而蹲趯之不欲出須闔收使其如負  
芒刺則善右軍云援毫蹲節輕重有准庾肩吾云欲  
拋還置駐鋒而後趯之也

②抽筆法口訣云左懸掠須峻利右潛趯而戰行待  
勢卷而機駐揭摘出而闔收若便拋必流滑凡淺又  
側起平發緊殺按波爲抽筆從腹內起庾肩吾云將  
放更留又人字第二筆云攙引抑拽是也夫木等字  
亦同用

③背趯法口訣云悉以中指遣至盡處以名指拒而  
趯之又云潛鋒門勒勢盡然後趯之右軍背趯戈法  
上則俯而過下則曲而就蓋所以失之於前正之於  
後也古經云鍾書哉字用又永禪師澁出戈法下以  
名指築上借勢以中指遣之按筆至下以名指勦鋒  
潛趯此名秃出法張旭折芒潛法鋒緊走意盡乃收  
而趯之鍾書常用也右軍云落筆峩峩如長松之倚

谿谷唐太宗云爲戈必潤貴遲疑而顧章草法潛按  
微進輕揭闇趯揭欲利按欲輕輕則骨勁神清肥乃  
質滯鈍俗張敬玄云戈脚宜斜筆直抽直者緣上實  
下自成也

⑦散水法口訣云上勳側中偃下潛挫趯鋒古經云  
黃庭樂毅同用柳宗元云散水幽縱黃庭宗之是也  
臨池訣云或藏或露狀類不同要遍相顯異若頻有  
則兩點相近而下點當高此名潛相矚視外雖解摘  
內相附屬爲上中潛鋒闇勳下峻趯潛遣蓋鍾法也  
行書勢微按而鈎揭以輕利爲美

⑧冰法口訣云上側覆殺下築而趯之須相承揖並  
並連勳側輕揭則率字左右用之草法須借勢捷遣  
若緩滯則爲病也

⑨列火法口訣云勳鋒闇按臨池訣云須各自立勢  
抵筆潛勳所謂視之不見考之彌彰古經云鍾書然  
字用

⑩聯飛法口訣云闇勳微駐輕揭潛趯筆鋒連綿相  
顧不絕也禁經云聯飛如鴈陣當秋樂毅論燕然字  
用之虞永興兼字用其半勢蓋中斷也

⑪顯異法口訣云上點駐鋒左右挫鋒橫書按筆勢

須相順古經云出告誓文又上點側橫畫勒左一筆擺鋒右峻啄輕揭告誓實字用虞永興用之行法以圓峻飛動爲美章草法擬於圓峻飛動其餘險側務在露鋒鈎裹忌緩滯也

②平磔法口訣云不遲不疾戰筆側去勢卷不可使出須駐鋒而後放禁經云磔磔如生蛇渡冰是也鍾元常每作磔筆須三過折筆故唐太宗云爲波必磔貴三折而遺毫

③勾裹法口訣云圓角懸鋒作努法勢未盡而趨之顏魯公云勾裹法用筆如紙下行日月目因固罔向字皆用之張敬玄元固字轉角之勢初不宜稜角努張卽字體俗也非特固字但有轉筆一切貴其圓潤也

④勾努法口訣云圓角激鋒待筋骨而成要如武人屈臂右軍云迴角不用峻及有稜是也衛夫人謂之勁努法勻均物字皆用之

⑤奮筆法口訣云左側而獨立中勣折而右鈎古今云鍾書宣示字下用若中豎則左右闔勣而潛趨又簇鋒捷進爲系字下三點也

⑥衫法口訣云上平點中啄下勣側



①外臂法口訣云左峻掠中潛鋒衄挫右蹲鋒外擲  
②豎壹法口訣云擡筆豎策挫鋒上下豎直也尚嘗  
字中豎畫用也

③曾頭其脚法口訣云左潛揭而右啄曾頭用如  
上法左啄右側其脚用之

④暗築法口訣云馭鋒直衝有點連物則名暗築月  
字其字內兩點是

⑤衄筆法口訣云須按鋒上潛下衄又按鋒上下感  
衄之令今等字是

⑥縮出法口訣云上磔衄鋒下磔出之此八分法也

蓋避雙出也又衄字上縮鋒作努下出鋒作趯張云  
衄如束棘

### 翰林禁經永字八法

古人用筆之術多於永字取法以其八法之勢能通  
一切字也學者以潛心焉

永字八法一

點爲側

橫爲勒

豎爲努

挑爲趯

左上爲策

左下爲掠

右上爲啄

右下爲磔

永字八法二

側蹲鴟而墜石

勒緩蹤以藏機

努彎環而勢曲

趯峻快以如錐

策依稀而似勒

掠彷彿以宜肥

啄騰凌而速進

磔抑惜以遲移

永字八法三

側不愧卧

勒常患病

努過直而力敗

趯宜峻而勢生

策仰收而暗揭

掠左出而鋒輕

啄倉皇而疾掩

磔趯趙以開撐

永字八法詳說

側不得平其筆當側筆就右爲之口訣云先右揭其

腕次輕蹲其鋒取勢緊則乘機頓挫借勢出之疾則  
失中過又成俗側鋒顧右借勢輕揭潛出務於勒也  
○或問不言點而言側何也曰筆鋒顧右審其勢險  
而側之故名側也止言點則不明顧右無存鋒向背  
墜墨之勢若左顧右側則側無方故側不險則失於  
鈍鈍則芒角隱而書之神格喪矣筆訣云側者側下  
其筆使墨精暗墜徐乃反揭則稜利矣

勒不得卧其筆中高下兩頭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  
而疎筆無力矣夫勒筆鋒似及於紙須微進仰策峻  
趯○或問不言畫而言勒何也曰勒者趯筆而行承  
其虛畫取其勁澁則功成矣不言畫者慮在不趯一  
出便畫則鋒拳而怯薄也筆訣云策筆須勒仰筆覆  
收准此則形勢自章矣

努不宜直其筆直則無力立筆左偃而下最要有力  
口訣云凡傍卷微曲感筆累走而進之直則衆勢失  
力滯則神氣怯散夫努須側鋒顧右潛趯輕挫則揭  
○或問畫者中心豎畫也今謂之努何也曰努者勢  
微努在乎趯筆下行若直置其畫則形圓勢質爲書  
之病也筆訣云努筆之法豎筆徐行近左引勢勢不



欲直直則無力矣

趯須蹲鋒得勢而出出則暗收又云前畫卷則別斂心而出之口訣云傍鋒輕揭借勢勢不勒筆不挫則意不深趯與挑一也鋒貴於澁出適出期於倒收所謂欲挑還置也夫趯自努出潛鋒輕挫借勢而趯之○或問凡字出鋒謂之挑今謂之趯何也曰趯者語之小異耳以筆鋒去而言之趯自努畫收鋒豎筆潛勁借勢而趯之筆訣云是卽努筆下殺筆趯起也法須挫初轉筆出鋒佇思消息則神蹤不墜矣

策須斫筆背發而仰收則背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勢於右潛鋒之要在畫勢暗鋒捷歸於右也夫策筆仰鋒豎趯微勁借勢峻顧於掠也又云作策法卽指擡筆上○或問策一名折異畫今謂之策何也曰仰筆趯鋒輕擡而進故曰策也若及紙便畫不務遲澁向背偃仰者此備畫究成耳筆訣云始築鋒而仰策徐轉筆以成形是也

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擊過謂之掠借於策勢以輕駐鋒右揭其腕加以迅出勢旋於左法在澁而勁意欲暢

而腕遲留則傷於緩滯夫側鋒左出謂之掠○或問掠一名分發今稱爲掠何也曰掠乃疾徐有準手隨筆遣鋒自左出取險勁盡而爲節發則一出運用無的故掠之精旨可守也孫過庭云遣不常速筆訣云從策筆下左出而鋒利不墜則自然佳矣

啄者如禽之啄物也其筆下卷以疾爲勝口訣云右上左之勢爲卷啄按筆蹲鋒潛感於右借勢收鋒迅擲旋右須精險迅去之不可緩滯夫筆鋒及紙爲啄在潛勁而啄之○或問擊謂之啄何也曰擊者蒙俗之言啄者因勢而立啄以輕勁爲勝筆訣云啄筆速進勁若鐵石則勢成也

磔者不徐不疾戰行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勢緊趨傍筆迅磔盡勢輕揭而暗收在勁迅得之夫磔法筆鋒須趨勢欲險而澁得勢而輕揭暗收存勢候其勢盡而磔之○或問發波謂之磔何也曰法波之筆循古無蹤凡磔若左顧右則勢鈍矣趨重鋒緩則勢肥須適勁而遲澁之筆訣云始入筆緊築而微仰便下徐行勢足而後磔之其筆或藏鋒或出鋒由人心之所好爲之也

翰林粹言

胸中有書下筆自然不俗坡詩云退筆如山未足珍  
讀書萬卷始通神此言良是○爲書之妙不必憑文  
案本妙在應變無方○行行要有活法字字須求生  
動○有功無性神彩不生有性無功神彩不實兼此  
二者然後得齊古人○筆正之說真格言也筆正則  
古人筆法皆如吾手矣側鋒取研鍾王不傳之秘濡  
毫之次法與鋒合然後運筆無非法也○捉筆在手  
便須運意不可妄落一筆纔落便想第二筆合作如  
何下○偶寫一字不成須於衆碑中尋之若無卽出

意自造不可輕易率然而作○作字須是滑熟不可  
生硬如顏如柳初未嘗有生硬之筆○先識此字書  
則得之素與相忘必難描摸臨書最有功以其可得  
精神也字形在紙筆法在手筆意在心筆筆生意分  
間布白小心布置大膽落筆○左者右之右者左之  
偏者正之正者偏之以近爲遠以遠爲近以連爲斷  
以斷爲連筆近者意遠筆遠者意近○字須因其近  
似而習之平日雜書紙則有意存之可省以得之字  
看碑帖須像運筆又須挹其氣象隨所寓成形結字  
得形體不如得筆法得筆法不如得氣象學字如女



子學梳掠惟性虛者尤能作態度○只學一家書學成不過爲人作奴婢集衆長歸於我斯爲大成○行書非草非真燕真謂之真行帶草謂之行草篆添隸減篆長穎匾

### 王僧虔論書

宋文帝書自謂不減王子敬時議者云天然勝羊欣工夫不及欣○王平南廩是右軍叔自過江東右軍之前誰爲最畫爲晉明帝師書爲右軍法○亡曾祖領軍洽與右軍書俱變古形不爾至今猶法鍾張右軍云弟書遂不減吾○亡從祖中書令珉筆力過於

子敬書舊品云有四疋素自朝操筆至暮便竟首尾如一又無誤字子敬戲云弟書如騎驟駉恒欲度驂驪前○庾征西翼書少時與右軍齊名右軍後進庾尤不忿在荊州與都下書法小兒輩乃賤家鷄皆學逸少書須吾還當比之○張翼書右軍自書表晉穆帝令翼寫題後答右軍右軍當時不別久方覺云小子幾欲亂真○張芝索靖韋誕鍾會二衛並得名前代古今旣異無以辨其擾劣惟見筆力驚絕耳○張澄書當時亦呼其意○郗愔章草亞於右軍○晉齊王攸書京洛以爲楷法李式書右軍云是南平之

流可比庾翼王濛書亦可比庾翼○陸機書吳士書也無以校其多少庾亮書亦能入錄○亡高祖丞相導亦甚有楷法以師鍾衛好愛無厭喪亂狼狽猶以鍾繇當書宣示帖衣帶過法後在右軍處右軍借王敬仁敬仁死其母見修平生所愛遂以入棺○郗超草書亞於二王緊媚過於父骨力不及也○桓玄書自比右軍議者未之許云可比孔琳之○謝安亦入能流殊亦自重乃爲子敬書嵇中散詩得子敬書有時裂作校紙○羊欣丘道護並親授於子敬欣書見重一時行草尤善正乃不稱○孔琳之書天然絕逸

極有筆力規矩恐在羊欣後丘道護與羊欣俱面授子敬故當在欣後丘殊在羊欣前范曄與蕭思話同師羊欣然范後背叛皆失故步名亦稍退○蕭思話全法羊欣風流趣好殆當不減而筆力恨弱○謝靈運書乃不倫遇其合時亦得入流昔子敬上表多於中書雜事中皆自書竊易真本相與不疑元嘉初方就索還上謝太傅殊禮表亦是其例親聞文皇說此○謝綜書其舅云緊潔生起實爲得賞至不重羊欣欣亦憚之書法有力恨少媚好○顏騰之賀道力並便尺牘○康昕學右軍草亦欲亂真與南州識道人

作右軍書○薄紹之書放縱快利筆道流便二王後  
畧無其比但工夫少自任故未得盡其妙故當劣於  
羊欣○謝靜謝敷並善寫經亦入能境鍾公之書謂  
之盡妙鍾有三體一曰銘石書最妙者也二曰章程  
書世傳祕書教小學者也三曰行狎書行書是也三  
法皆世人所善○張超善草書不及崔張○衛覲善  
草及古文畧盡其妙草體如傷瘦而筆迹精熟亦行  
於代子瓘採張芝草法取父書參之更爲草藁世傳  
其善子恒亦能書○索靖張芝之孫也傳芝草而  
形異甚於其書名其字勢曰銀鈞蠶尾○韋誕善楷

書漢魏宮觀題署多是誕手魏明帝起凌雲臺先釘  
榜未題籠盛誕轆轤長絙引上使就榜題去地將二  
十五丈誕危懼誠子孫絕此楷法又著之家令

### 梁武帝評書

王僧虔書猶如揚州王謝家子弟縱復不端正奕奕  
皆有一種風氣○王子敬書如河朔少年皆克悅舉  
體沓拖而不可耐○羊欣書似嬋作夫人不堪位置  
舉止羞澁終不似真○阮研書如貴胄失品次不復  
排突英賢○王儀同書如晉安帝非不處尊位而都  
無神明○殷均書如高麗人抗浪乃不有意氣而姿



顏自足精味○徐淮南書如南岡士大夫徒尚風軌  
不免寒乞○陶隱居書如吳興小兒形狀雖未成長  
而骨體甚峭快○吳施書如新亭傖父一往似揚州  
人共語便音態出袁昂書評云施肩吾書○柳彥書  
如深山道士見人便欲退縮袁昂書評云袁崧書○  
曹喜書如經綸道士言不可絕○王右軍書字勢雄  
強如龍跳天門虎卧鳳閣故歷代寶之永以爲訓○  
蔡邕書骨氣洞達爽爽如有神力○程曠平書如鴻  
鵠弄翅頽頽布置初雲見白日○蕭思話書書如舞  
女低腰仙人嘯樹袁昂書評云蕭思話書走墨連綿

字勢屈強若龍游天門虎卧鳳閣無上二句○李鎮  
東書如芙蓉之出水文彩之鏤金○桓玄書如快馬  
入陣隨人屈曲豈須文譜○范懷約真書有功草書  
無功故知簡牘非易○皇象書如韻音繞梁孤飛獨  
舞○孔琳之書如散花空中流微自得○李巖之書  
如鏤金素月屈玉自照○薄紹之書如龍游在霄縉  
綵可愛袁昂書評云薄紹之書字勢蹉跎如舞女低  
腰僊人嘯樹乃至揮毫振紙有疾閃飛動之勢無上  
二句○秦獄吏程邈善大篆得罪始皇雲陽獄增減  
篆體思其名名其書曰隸也○扶風曹喜後漢人不

知其官善篆及隸篆等少異李斯見董一時○鍾司徒書字有十二種意外巧妙絕倫多奇○崔子玉書如危峯阻日孤松單枝○邯鄲淳書應規入矩方圓乃成○師宜官書如鵬翔未息翩翩自逝○梁鵠書如龍威虎震劔拔弩張袁昂書評云梁鵠如太祖忘寢觀之喪目上二句云韋誕書○張伯英書如武帝愛道憑虛欲仙○衛恒書如插花舞女援境笑春○索靖書如飄忽舉鷲鳥乍飛○鍾繇書如雲鶴游天群鴻戲海行間茂密實亦難過○右梁武帝評書與袁昂古今書評語意大同小異互有得失參考異同真偽難辨以後米元章評書只說梁武帝由此觀之則袁昂偽矣今以袁昂重複者悉刪去之武帝未評之人附錄於此○蕭子雲書如上林春花遠近瞻望無處不發○孟光祿書如崩山絕崖人見可畏○李斯書世爲冠蓋不易施平○張芝驚竒鍾繇特絕逸少鼎能獻之冠世四賢共類洪芳不滅羊真孔草蕭行范篆各一時絕妙

唐太宗書王右軍傳後

書契之興肇乎中古蠅文鳥迹不足可觀末代去朴歸華舒戔點翰爭相誇尙競其工拙伯英臨池之妙

無復餘蹤師宜懸帳之奇罕有遺跡逮乎鍾王以降  
畧可言焉鍾雖擅美一時亦爲迥絕論其盡善或有  
所疑至於布織濃分疎密霞舒雲卷無所間然但其  
體則古而不今字則長而逾制論其大量以此爲瑕  
獻之雖有父風殊非新巧觀其字勢踈瘦如隆冬之  
枯樹覽其筆蹤拘束若嚴家之餓隸其枯樹也雖槎  
持而無屈伸其餓隸也則羈羸而不放縱蕪斯二者  
故翰墨之病歟子雲近出擅名江表然僅得成書無  
丈夫之氣行行若縈春蚓字字如縮秋蛇卧王濛於  
紙中坐徐偃於紙下雖禿千牛之翰聚無一毫之筋  
窮萬穀之皮斂無半分之骨以茲播美非其濫名耶  
此數子者皆譽過其實所以詳察古今研精篆素盡  
善盡美其惟王逸少乎觀其點曳之工裁成之妙煙  
霏露結狀若斷而還連鳳翥龍蟠執如斜而反直翫  
之不覺爲倦覽之莫識其端心慕手追此人而已其  
餘區區之類何足論哉

韓文公送高閑上人序

往時張旭善草書不治它技喜怒窘窮憂悲愉快怨  
恨思慕酣醉無聊不平有動於心必於草書焉發之  
觀於物見山水崖谷鳥獸蟲魚草木之花實日月列



星風雨水火雷霆霹靂歌舞戰鬥天地事物之變可喜可愕一寓於書故旭之書變動猶鬼神不可端倪以此終其身而名後世今閑之於草書有旭之心哉不得其心而逐其跡未見其能旭也爲旭有道利害必明無遺錙銖情炎於中利欲闢進有得有喪勃然不釋然後一決於書而後旭可幾也

唐人書評

李斯書骨氣豐勻方圓絕妙○曹操書金花細落遍地玲瓏荆玉分輝瑤巖璀璨○衛夫人書如插花舞女低昂芙蓉又如美女登臺仙娥弄影紅蓮映水碧

沼浮霞○桓夫人書如快馬入陣屈伸隨人○傅玉書如項羽拔戈荆軻執戟○王羲之書如壯士拔山墜水絕流頭上安點如高峯墜石作一橫畫如千里陣雲捺一偃波若風雷震駭作一豎畫如萬歲枯藤立一揭竿若龍卧鳳閣自上揭竿如龍躍天門○嵇康書如抱琴半醉詠物緩行又若獨鶴歸林群鳥乍散○宋文帝書如葉裏紅花雲間白日○陸柬之書彷彿堪觀依稀可擬○王紹宗書筆下流利快捷難方細看熟視轉增美妙○程廣書鴻鵠弄翅翱翔頡頏○蕭子雲書如上林春花遠近瞻望無處不發○

孔琳之書放縱快健筆勢流利二王以後難與比肩  
但功虧少故劣於羊欣○張越書如蓮花出水明月  
開天霧散金峯雲低玉嶺○虞世南書體段適媚舉  
止不凡能中更能妙中更妙○歐陽詢書若草裏蛇  
驚雲間電發又如金剛嗔目力士揮拳○褚遂良書  
字裏金生行間玉潤法則溫雅美麗多方○薛稷書  
多攻褚體亦有新奇

呂總續書評

篆書一人李陽冰書若古釵倚物力有萬夫李斯之  
後一人而已

八分書五人梁升卿書驚波往來巨石前却○盧藏  
用書露滴花妍煙凝竹暗○張庭珪書古木崩沙閑  
花映竹○韓擇木書龜開萍葉鳥散芳洲○史惟則  
書鴈足印沙深淵魚躍

真行書二十二人薛稷書風驚苑花雪惹山栢○蕭  
誠書舞鶴交影騰猿在空○韋陟書如虫穿古木鳥  
踏花枝○李邕書華岳三峯黃河一曲○蔡隱丘書  
古質放意自是一家○宋儋書暮春花發夏柳枝低  
○徐浩書固多精熟無有異趣○顏真卿書鋒絕劔  
摧驚飛逸勢○沈千運書饑鷹殺心忍瘦筋骨○關

操書淵水沉珠露花濯錦○鄭虔書風送雲收霞摧  
月上○李璆書垂藤着地枯木如折○吳郁書字體  
綿密不謝當時○賴文雅書騰沙鬱物翻浪揚鷗○  
賀知章書縱筆如飛■而不竭○何昌裔書子敬餘  
波時時可翫○宋之問書天性卓絕而功未深○張  
從申書遠近稱善獨步江外○李清書變化自逸代  
有斯人○釋玄悟書骨氣無雙迥出時輩○釋湛然  
書子雲之後難與比肩○釋崇簡書臨寫逸少時有  
亂真

草書十二人張旭書立性顛逸超絕古今○孫過庭

書丹崖絕壑筆勢堅勁○張懷瓘書繼以章草新意  
頗多○張芬書孤松聳霄弱草垂露○張彪書孤峯  
削成藏筋露節○鄔彤書寒鴉棲林平岡走兔○陸  
曾書驚波魚躍深水龍潛○史鱗書逸氣雄鎮超然  
不群○梁耿書錯落魚文縱橫鳥跡○房廣書婉美  
芳藹春鶯欲嬌○沈益書春鷺窺魚秋蛇赴穴○釋  
懷素書援毫掣電隨手萬變

### 米元章評書

善寫者歷代有之梁武帝評書從漢末至梁得三人  
四人襄陽米芾評書隋唐及今又得一十四人○僧

智果書雖骨氣清健大小相雜如十五貴人方循繩  
墨忽越規矩○褚遂良書如熟戟御馬舉動隨人意  
而別有一種驕色○虞世南書如學術休糧道士神  
氣雖清而體勢疲困○歐陽詢書如新瘡病人顏色  
憔悴舉動辛苦○柳公權書如深山得道之士修養  
已成神氣清健無一點塵俗○顏真卿書如項羽按  
劍樊噲排突硬弩欲張鐵柱特立昂然有不可犯之  
色○李邕書如乍富小民舉動倔強禮節生疎○徐  
浩書如蘊德之士動容溫厚舉止端莊熟尚名節體  
氣純白○沈搏師書如龍游天表虎踞溪傍神睛自  
若骨法清虛○周越書如輕薄少年舞劍氣勢雄健  
而鋒刃交加○錢易書如美丈夫肌體充悅而神氣  
清秀○蔡襄書如少年女子訪雲尋雨體態妖嬈行  
步緩慢多飾鉛華○蘇舜欽書如五陵少年駿馬春  
衫醉眠芳草狂歌翫樂○張友直書如宮女插花嬌  
嬪對鏡端正自照別有一種情態繼其人者誰歟有  
襄陽米芾

米元章又評書而言

老杜作薛稷慧普寺詩云鬱鬱三大寺蛟龍皮相纏  
今有石本得視之乃是勾勒側收筆鋒筆筆如蒸餅



書法鈔卷之四  
十一  
普字如人握兩拳伸臂而立醜怪難狀由是論之古  
葛洪天台之觀飛白爲大字之冠古今第一歐陽詢  
道林之寺寒儉無精神柳公權國清寺大小不相稱  
費盡筋骨衰休率意寫牌乃有真趣不陷醜怪真字  
甚易唯有體勢難謂不如畫算勻其勢活也  
字之八面唯尙真楷見之大小各自有分智永有八  
面已少鍾法丁道護歐虞筆始勻古法亡矣柳公權  
師歐不及遠甚焉

唐人以徐浩比僧虔甚失當浩大小一倫猶更楷也  
僧虔蕭子雲傳鍾法與子敬無異大小各有分不一  
倫徐浩爲顏真卿辟客書韻自張顛血脉來教顏大  
字促小小字展令大非古也石曼卿作佛號都無回  
互轉摺之勢小字展令大大字促令小是顛教顏真  
卿謬論蓋字自有大小相稱且如寫太乙之殿作四  
窠分豈可將一字肥滿一窠以對殿字乎蓋字有相  
稱大小不展促也余嘗書天慶之觀天之字皆四筆  
慶觀字多畫在下各隨其相稱寫之挂起氣勢自帶  
過皆如大小一般真有飛動之勢也

歐虞褚柳顏皆一筆書也安排費工豈能垂世李邕  
脫子敬體乏纖穠徐浩晚年力過更無氣骨皆不如



作郎官時婺州碑也董孝子不空皆晚年惡札全無  
妍媚此目有識者知之沈傳師變格自有超世真趣  
徐不及也御史蕭誠書太原題名唐人無出其右爲  
司馬隸南岳真君觀碑極有鍾王趣餘皆不及矣  
顏魯公行字可教真便入俗品

半山莊臺上多文公書今不知存否文公學楊凝式  
書人少知之余語其故公大賞其見鑒

金陵懷山樓隸榜乃關蔚宗二十一年前書想六朝  
宮殿榜皆如是江南具峴登州王子韶大隸題榜有  
古意吾見友仁大隸題榜與之等又幼見尹知代吾

名書碑及手大字更無辨門下許侍郎尤愛其小楷  
云每示簡可使令嗣書謂尹知也

友仁等古人書不知此學吾書多小兒作草書大段  
有意思

海岳以書學博士召對上問本朝以書多世者凡數  
人海岳各以其人對曰蔡京不得筆蔡卞得筆而乏  
逸韻蔡襄勒字沈遼排字黃庭堅描字蘇軾畫字上  
復問卿曰如何對曰臣書刷字

蘇東坡題唐氏六家書後

永禪師書骨氣深穩體兼衆妙精能之至反造疎淡



如觀陶彭澤詩初若散緩不收反復不已乃識其奇趣今法帖中有云不具釋智永白誤收在逸少部中然亦非禪師書也云謹此代伸此乃唐宋五代流俗之語耳而書亦不工

歐陽率更妍緊拔群尤工小楷高麗遣使購其書高祖嘆曰彼觀其書以爲魁梧奇偉人也此非知真爾也然至使人見其書而猶憎之則其人可知矣余謫居黃州唐林夫自湖口以書遺余云吾家有此六人書子爲畧評之而書其後林夫之書過我遠矣而反求於予何也此又未可曉也

### 蘇東坡評書

獻之少時學書逸少從後取其筆不得知其長必能名世僕以爲不然善書不在筆牢浩然聽筆之所之而不失法度乃爲善逸少所以重其不可取獨以其小兒用意精至卒然掩之而出其不意也歐陽文忠公書筆勢險勁字體新麗自成一家然公墨迹自當爲世所寶不待筆畫之工也

自顏柳氏沒筆法衰絕加以唐末喪亂人物凋落磨滅五代文彩風流掃地盡矣獨楊凝式筆迹雄傑有二王顏柳之餘此真可謂書之豪傑不爲時世所汨



沒者國初李建中號爲能書然格韻卑弱獨有唐末  
已來衰陋之氣其餘未見有卓然追配前人者獨蔡  
君謨書天資旣高積學深至心手相應變態無窮遂  
爲本朝第一然行書最勝小楷次之草書又次之分  
隸少劣又嘗出意作飛白自言有翔龍舞鳳之勢識  
者不爲過

李國王本無所得舍險與瘦一字不成宋宣獻書清  
而復寒正類李西臺重而復印俱不能濟所不足蘇  
子美兄弟俱秀俊非有餘乃不足也

黃山谷評書

右軍父子真行畧相當相抗爾余嘗評書云字中有  
筆如禪家句中有眼直須具此眼者乃能知之○右  
軍筆法如孟子言性莊周談自然從說橫說無不如  
意非復可以常理待之

余嘗論近世三家書云王著如小僧縛律李建中如  
講僧參禪楊凝式如散僧入聖當以右軍父子書爲  
標準觀餘此言乃知其遠近

米元章書如快劍斫陣強弩射千里所當穿徹書家  
筆勢亦窮於此然似仲由未見孔子時風氣耳○蘇  
子美似古人筆勁蔡君謨似古人筆圓雖得一體皆



自到也

蔡君謨書如蔡琰胡茄十八拍雖清氣頓挫時有閨房態度

司馬溫公天下士也所謂左準繩右規矩聲為律而身為度者也觀其書猶可想見其風采余嘗觀溫公資治通鑑草雖數百卷顛倒塗抹訖無一字作草其行已之度蓋如此

陳景元評書

陳景元與蔡卞論古今書法至歐陽率更則云世皆知其體方而莫知其筆圓

朱文公評書

米老書如天馬脫御追風逐電雖不可範以馳驟之節要自不妨痛快

歐陽文忠公作字如其為人外若優游中實剛勁惟觀其深者得之黃魯直書自謂人所莫及自今觀之亦是有好處但自家既是寫得如此好何不教他方正須要得恁欹斜則甚又他也非不知端楷為是但自要如此寫亦非不知做人誠實端懿為是但自要恁地放縱道夫問何謂書窮八法曰只一點一畫皆有法度人言永字體具八法行夫問張子湖字何故

人皆重之曰也是好但他是不把持愛放縱今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爲人亦然

張敬夫嘗言平生所見王荆公書皆如大忙中寫不知公安得有許忙事此雖戲言然實切中其病今觀韓魏公與歐陽文忠公帖因省平日得見韓公書蹟雖與親戚卑幼亦皆端嚴謹重與此同未嘗一筆作行勢蓋其胸中安靜詳密雍容和豫故無頃刻忙時亦無纖芥忙意與荆公之躁擾急迫正相反也書札

細事而於人之德性其相關有如此者某於是竊有驚焉

余少時曾學曹操書時劉共公方學顏書余以字書古今謂之共父謂余我所學者唐之忠臣公所學者漢之篡賊耳時余默然亡以應

### 張南軒評書

蔡君謨書如禮法之士盛服齊居不敢少有舒肆之意見者自是起敬

坡公結字穩密姿態橫生一字落紙固可寶玩而况平生大節如此哉竊嘗觀公議論不合於熙豐固宜

至元祐初諸老在朝群賢彙征及論設法與已意小異亦未嘗一語苟同可見公之心惟義之比初無適莫也初貶黃州無一毫挫折意在他人已爲難能然年尚壯也至於投老炎荒剛毅凜凜畧不少衰此豈可及哉范太史家藏公帖其間雖有壯老之不同然忠義之氣未嘗不蔚然見於筆墨間也真可畏而仰哉

### 倪正父評書

本朝字書惟東坡魯直米元章然東坡多卧筆魯直多縱筆米老多曳筆若行草尙可使作小楷如黃庭樂毅洛神則不能矣其他如蘇子美周越近世如吳說輩皆不免於俗獨蔡君謨行書旣好小楷如茶譜集古錄序頗有二王楷法若大小楷法則亦不免俗而氣骨不蕭散有美堂記畫錦堂記及荔枝譜諺所謂厚皮饅頭是也大抵楷法貴於端重又要飄逸難乎兩全不可以瞞人故善書者尤以爲難也

### 劉須谿評書

劉英伯好奇字六經自劉歆傳寫外無一難字豈可謂無奇哉舊見魏鶴山取篆字施之行書常笑其自苦無益鶴山書鄉字從邑有效之者卿亦從邑不知



卿從節故草書為間者卽節也近年楊慈湖畫心字  
文本心畫雲字在邯鄲匍匐中曲折愈不相似自書  
學以來鍾王眉目可喜何嘗顛倒橫豎自不可及若  
總如彼所自為於字體則謬於經傳則垂不知何所  
取也

書法鈎玄卷之四終

