

古今法書苑

六五

49  
4





111  
49  
4



古今法書苑卷之五

吳郡王世貞元美甫編 雲間王乾昌伯元甫校  
三之法二



唐張懷瓘論用筆十法

偃仰向背

謂兩字併一字須求點畫上下偃仰向背離合之勢

陰陽相應

謂陰為內陽為外歛心為陰展筆為陽須左右相  
應

鱗羽參差



殺又所實切疾也字也  
衰小也

謂點畫編次無使齊平如鱗羽參差之狀

峯巒起伏

謂起筆蹙衄如峯巒之狀殺筆亦須存結

真草偏枯

謂兩字或三字不得真草合成一字謂之偏枯須  
求映帶字勢雄媚

邪正失則

謂落筆結字分付點畫之法須依位次

遲澀飛動

謂勒鋒磔筆字須飛動無疑滯之勢是得法

射空玲瓏

謂烟感識字行草用筆不依前後

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

隨字變轉

謂蘭亭歲字一筆作垂露其下年字則變懸針又  
其間一十八箇之字各別其體

翰林密論云凡攻書之門有十二種隱筆法即是遲  
筆疾筆逆筆順筆澀筆倒筆轉筆渴筆提筆啄筆卷

渴鳥禾切水回  
澀音捨後上捨之也



診音軫視也驗也候脈也

筆、懸筆、並用筆、生死之法、在於幽隱、遲筆法、在於疾、疾筆法、在於遲、逆入、倒出、取勢、加功、診候、調停、偏宜、寂靜、其於得妙、須在功深、草草求玄、終難得也、凡書、通則變者、即王變白雲體、歐變右軍體、柳變歐陽體、至於永禪師、褚遂良、顏真卿、李邕、虞世南等、並是書、中得仙手、皆得法後、其變其體、以傳後世、故俱得其、名也、若執法不變、縱能入石三分、亦號為奴書、終非自立之體、是書家之大要、又筆意云、學書之難、神彩為上、形質次之、兼之者、便到古人、以斯而言、豈易多得、必使心忘於筆、手忘於書、心手忘情、書不忘想、

要在求之、不得考之、即彰也、

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、迴旋、乃成稜角、筆既死矣、寧望字之生動乎、

張懷瓘評書藥石論

臣聞、率土作貢、任其所有、率身事主、罄其所能、心存

制字天制、切制字也、王弼云、滯隔不進也、通云、揭也、取也、毒引而進也、



口忠無所避就。况今蕩然不諱，忠臣義士咸肆其辯。可謂開大通之道。陛下亦以臣知於書也。論於書道，是臣之職，知而不說，用臣何為？臣之所言，不敢不盡。假如欲學文章，必先覽經籍子史，其上才者深酌古人之意，不錄其言。故陸士衡云：或襲故而彌新，美其語新而意古。其中才者，採連文兩字，配言以成章，將為故實有所典據。其下才者，模榻舊文，迴頭易尾，或有相呈新製，見模榻之文，為之愧赧。其無才而好上者，但寫之而已。書道亦然。臣雖不工書，頗知其道。聖人不凝滯於物，萬法無定，殊途同歸，神智無方，而妙

有用得其法，而不着。至於無法，可謂得矣。何必鍾王張索，而是規模道本自然。誰其限約，亦猶大海知者隨性分而挹之。先哲有云：言相攻失，以崇于德。故上下無所不通。若面是腹非，護左忌右，則匿惡之名，尋聲而至。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，薰猶同器，十年不分。寧知不有藏其智能，混其體法，雷同賞遇，或使之然。至如馬之羣行，驥子不出其外，列拖銜策，方知逸足。含識之物，皆欲骨肉相稱，神貌洽然。若筋骨不任，其脂肉者在馬為駑駘，在人為肉疾。在書為墨猪。准



其病狀未即已也。非醫緩不能爲之。惟題署及八分則肥密可也。自此之外皆宜蕭散。恣其運動。然能之至難。鑒之不易。精察之者若庖丁解牛。目無全形。析支分理。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。以不測爲量者。書之妙也。是曰無病。勒而行之。益佳。其有方闊齊平。支體肥遁。布置逼仄。有所不容。稜角且形。况無體像神貌。昏惰氣候。蔑然以濃墨爲華者。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。促則如指之拳。賒則如腕之屈。理須裹之以皮肉。若露筋骨。是乃病也。豈曰壯哉。書亦須用圓轉。順其天理。若攝成稜角。是乃病也。豈曰力哉。夫良工理材。斤斧無跡。才子敘事。潛泐其間。書能人流。含於和氣。宛於理會。曲若天成。刻角耀鋒。無利除害萬事。拙者易能者難。童蒙書有稜角。豈謂能也。與人相知。若始疎而終密者。則大同。始密而終疎者。則大異。故小人甘以壞。君子淡以成。耀俗之書。其而易入。乍觀肥滿。則悅心開目。亦猶鄭聲之在聽也。又若臣之事主。獻小利敘小能。則非大材。治理無用。諂



諛者必有順情之說，忠謹者必有逆耳之言。雖知其忠而不親者，以忤其意也。雖知諂而不忍疎者，以會於情也。唯明王聖王，則能覆思審察，勉求古言親近。忠良增益明聖，是以遠大圖無以淺近取，稜角者書之弊薄也。脂肉者書之滓穢也。嬰斯疾弊，須訪良醫，自非滌蕩心胸，除其煩憤，古人妙跡，用思沉鬱，自非冥搜不可而見。固大巧若拙，明道若昧，泛覽則混於愚智，研味則駭於心神。百靈儼其如前，萬像森其在矚。雷電興滅，光陰糾紛，考無說而究情，察無形而得相。隨變恍惚，窮深杳冥，金山五林，殷于其內，何奇不

有何恠不備。無物之象，藏之於密，靜而求之，或存踪而索之，或失。雖明目諦察而不見，長策審逼而不知。豈徒倒薤懸針，偃波垂露而已哉。是知之也。蓋麗以言詮而假於說，若精以心了，則無寄詞心之通微貫之而已。其得之者，心手相應，如輪扁之斲輪，固言說所不能。是以鍾張二王亦無言說，雞鶴常鳥知夜知晨，則衆禽莫之能及。非蘊他智所稟性也。臣之愚性，或有近於雞鶴子。昔文、武皇帝好書，有詔特賞虞世南。時又有歐陽詢、褚遂良、陸柬之等，或逸氣適拔，或雅度溫良，柔則綽約呈姿，剛節則鑑絕執操，揚聲



騰氣四子而已。雖人已潛靈而書方躍迹考能錄異  
頓越數朝。是知君臣之間榮辱相及也。帝者務遵賢  
貴道亦有邀虛譽以自飾。聲實相半足稱賢君。知道  
味者樂在其中矣。如不知者妨於觀賞。百未減一。但  
不能割其少分耳。厭飲生前之樂。享負身後之名。使  
達人君子議之。豈不惑哉。且堯舜之至德不被于今  
時。聞者欣而戴之。桀紂之君毒不流于今日。聞者怒  
而怨之。名固不可不存。德固不可不立。當今聖化洋  
溢四海。晏然俗且還淳。書未返樸。今之書者背古名  
跡。豈有同乎。視昔觀今。足為龜鏡。可以目擊。夫物芸

芸各歸其根。復本謂也。書復於本。上則注於自然。次  
則歸于篆籀。又其次者師于鍾王。夫學鍾王尚不繼  
虞褚。况冗冗者哉。自草隸之作。書斷詳矣。從宋齊已  
後。陵夷至於梁陳。執細者失之於上。處耳者惑之於  
下。肥鈍之弊於斯為甚。貞觀之際。崛然又興。亦至于  
今。則脂肉稜角兼有。相沿千載。書之季葉。亦謂澆醜  
之極。物極則返。陰極則陽。必俟聖人以通其變。窮則  
變。變則通。通則久。事或可應。庸夫賸賢哲之功。道或  
可行。明主納芻蕘之議。皆謂得於時也。陛下弘至聖  
德。講論六藝。邁蹤上古。化行堯舜之風。書盛漢魏之



日臣願天下之事悉欲盡美盡善寧以書道獨能謝於前代乎然大道不足崇若忽之則工拙之一也若存之亦當年妙有固富有之謂大業日新之謂盛德伏願下明勅以召之必草澤蒙度涓涓之流壑成河海菱菱之猶爲蘭杜豈非盛事豈不美矣往者屈也來者申也不爾非今之體悉不敢來或有過之人亦不敢進夫風者教也風以動之教以化之固天下之風一人之化若不誨示已謂得其玄珠瓦釜鐘鳴布鼓雷吼至若曲情順旨必無過患臣深知之不忍爲也志士含忠抱義百鍊不銷人皆有死無所追悔貞

觀之時文臣無限審審者魏徵文皇重之良史書文後代美之夫簡兵則觸目而是擇將則萬不得一固與衆同者俗物與衆異者奇材書亦如然爲將之明必不披圖講法明在臨敵制勝爲書之妙必不憑文按本妙在應變無方皆能遇事從宜決之於度內者也且軍之興亡由將之明闇人之成敗唯師之賢愚智不居心則不知道不知道則無以訓人師之與將人之耳目耳目不明其可知也是以君子慎其所從白沙在泥與之同黑狂者東走逐者非一京邑翼翼四方取則俗風且行舉國相效迷遊忘返深浪何歸



仁覆子育豈不顧念伏願天醫降藥醒晤昏沉導彼迷津歸其正道弊風一變古法恒流神而化之默而通之反掌而盛行之則是冀夫天府之內有聖朝妙書宛然得千百數載已前氣象比肩鍾王列美竹帛微臣所願足矣陛下之能事畢矣古人有云窮則獨善其身達則兼濟天下雖陳愚見寧望可行非臣所知事出聖斷人皆欲順已不欲從人者情也唯明者能以理剖之且聲利之大端貴師所共有其生也風猷可嘉當代擅美其功也徽烈可紀身後垂名亦人情之何遠若曰以心間不容針臣謂此言之良者理

國其道一也有一善身之榮有一惡身之耻恐後代議令之書雖不足累於明時終非有益昔伊尹以再錐干主意不專乎食臣以小學諷君道豈止乎書臣伏巖藪久無榮望干預求進亦非公卿薦聞陛下天聽低迴旁羅草澤選材於棄木擢臣於翰林是策勵駑鉛敢不極力兢惶凝命恐塵天鑑之明鴻飛冥冥無患飲啄譬如爲樹置之於野則繁柯茂葉蓋其所蔭取之於材則梁棟輪輅適時爲用臣違親事主移孝於忠忠不竭誠孝可知矣侍奉日近輒有評論隱而不言臣之罪也言而不隱于犯天威冀增涓塵無



所顧念不能隨眾碌碌辜負國恩人皆取容寧履危懼行於正道區區之心願垂聖察不勝愚直之至故獻評書藥石論云

李陽水筆法

夫點不變謂之布棋畫不變謂之布算方不變謂之斗圓不變謂之環

古今傳授筆法

蔡邕得之於神人傳女文姬文姬傳鍾繇鍾繇傳衛夫人夫人傳王羲之羲之傳子獻之獻之傳羊欣欣傳王僧虔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傳張長史長史傳李陽冰陽冰傳徐浩浩傳顏真卿真卿傳鄔彤彤傳韋玩玩傳崔魏

卷首與之湯合切玉篇中又其韻歷也或作唇

歷

丁畏鈎 罔 罔南向田諸皆例此 勺勺鈎 勻 甸 均 物同上 當 豈 長 辰  
近異 常 宣 尚促左轉 其 月 周 同實左虛 圖 圍 國初左  
勢 行 河 水上下不齊勢 永捌勒弩趨 人挫囊谷决拋 口托  
勅 也送鈎 暨 州躡掠 交 文 門 賑報答  
託 口 勒 挫 人 引 搭 州 駐 揖 也  
撲 囊 夾 枹 引 躡 掠 送 壓

已上十三訣先賢只口傳授並不形紙墨張旭唯傳



永字後自引五勢一切字法無不該矣。

唐徐浩論書

余年在韶亂使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則殷鑒不遠何學書焉必以一時風流千里面目斯亦愈以博奕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藏鋒鋒若不藏字則有病病且未去能何有焉字不欲疎疎亦不欲密亦不欲大亦不欲小小展令大大蹙令小疎肥令密密瘦令疎斯其大經矣筆不欲捷亦不

欲徐亦不欲平亦不欲側側豎令平峻勿令傾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墨永師登樓不下四十餘年張公精熟號爲草聖永師拘滯終著能名以此而言非一朝一夕所能盡美俗云書無百日王蓋悠悠之談也宜白首攻之豈可百日乎

唐顏魯公述張長史筆法十二意

羅子寵職醴泉特詣東洛訪金吾長史張公旭請師筆法長史于時在裴儼宅憇止已一年矣衆有師張公求筆法或有得者皆曰神妙僕頃在長安師事張公



竟不蒙傳授使知是道也人或問筆法者張公皆大笑而對之便草書或三紙或五紙皆乘興而散竟不復有得其言者予自再游洛下相見眷然不替僕因問裴徹足下師敬長史有何所得曰但得書絹素屏數本亦嘗論請筆法惟言倍加工學臨寫書法當自悟爾僕自停裴徹宅月餘因與裴徹從長史言話散却迴長史前請曰僕既承九丈獎誘月月滋深夙夜工勤耽溺翰墨雖四遠流揚自未爲穩僕得聞筆法要訣則終爲師學以冀至於能妙豈任感戴之誠也長史良久不言乃左右盼視怫然而起僕乃從行歸

於東竹林院小堂張公乃當堂踞床而命僕居予小榻乃曰筆法玄微難妄傳授非志士高人詎可言其要妙書之未能且攻真草今以授子可須思妙

乃曰夫平謂橫子知之乎僕思以對曰嘗聞長史示令每爲一平畫皆須縱橫有象此豈非其謂乎長史乃笑曰然

又曰夫直謂縱子知之乎曰豈不謂直者必縱之不令邪曲之謂乎長史曰然

又曰均謂間子知之乎曰嘗蒙示以間不容光之謂乎長史曰然



又曰密謂際子知之乎曰豈不謂築鋒下筆皆令宛成不令其疎之謂乎長史曰然

又曰鋒謂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長史曰然

又轉輕謂曲折子知之乎曰豈不謂鈎筆轉用折鋒輕過亦謂轉用爲暗過之謂乎長史曰然

又曰決謂牽掣子知之乎曰豈不謂牽掣爲擊決意擇鋒使不能怯滯令險峻而成以謂之決乎曰然

又曰補爲不足子知之乎曰嘗聞於長史豈不謂結構點畫或有失趣者則以別點畫旁救之謂乎長史曰然

又曰損謂有餘子知之乎曰嘗蒙所授豈不謂趣長筆短嘗使意氣有餘畫若不足之謂乎曰然

又曰巧謂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字體令有異勢是之謂巧乎曰然

又曰稱謂大小子知之乎曰嘗聞教授豈不謂大字促之令小小字展之使大兼小茂密所以謂稱乎長



史曰然子言頗皆近之矣。

夫書道之妙煥乎其有肯焉字外之奇凡庸不能辨  
言辭不能盡世之學者皆宗二王元常頗存逸蹟曾  
不 晚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反如自省覽有異衆說張芝  
鐘繇功趣精細殆同神機肥瘦古今豈易致意真迹  
雖少可得而推逸少至千學鍾勢巧形容及其獨運  
意疎字緩譬楚音習夏不能無楚過言不拖未爲篤  
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余雖不習又得其道不

習而言必慕之歟儻著巧思思盈半矣子其勉之工  
文若精勤悉自當爲妙筆真卿前請曰幸蒙長史九丈  
傳授用筆之法敢問攻書之妙何如得齊于古人張  
公曰妙在執筆令其圓暢勿使拘攣其次識法謂口  
傳手授之訣勿使無度所謂筆法也其次在于布置  
布置不慢不越巧使合宜其次紙筆精佳其次變法  
適懷縱捨掣棄或有規矩五者備矣然後能齊于古  
人曰敢問長史神用執筆之理可得聞乎長史曰予  
傳授筆法得之于老舅彥遠曰吾昔日學書雖功深  
柰何迹不至殊妙後聞于褚河南曰用筆當須如印



印泥思所不悟後千江島遇見沙平地靜令人意悅  
欲書乃偶以利鋒畫而書之其勁險之狀明利媚好  
自茲乃悟用筆如錐畫沙使其藏鋒畫乃沉着當其  
用筆常欲使其透過紙背此功成之極矣真草用筆  
悉如畫沙點畫淨媚則其道至矣如此則其迹可久  
自然齊于古人但思此理以專想功用故其點畫不  
得妄動子其書紳予遂銘謝送巡再拜而退自此得  
攻書之妙于茲五年真草目知可成矣

唐蔡希綜法書論

余家歷世皆傳儒素尤尚書法十九代祖東漢左中

郎邕有篆籀八體之妙六世祖陳侍中景歷五世伯  
祖隋蜀王府記室君知咸能楷隸俱爲時所重從叔  
父右衛率府兵曹參軍有鄰繼十八體之蹟第四兄  
緝氏主簿希逸第七兄洛陽尉希寂竝深工草隸頗  
爲當代所稱也周宣王史籀作大篆秦始皇程邈改  
爲隸書東漢上谷王次仲以隸書改爲楷法仲又以  
楷法變爲八分其後繼蹟者伯喈得之極元常或其  
亞草聖始自楚屈原章草興于漢章帝楷隸則曹喜  
師宜官梁鵠皇家羅景趙嗣邯鄲淳胡昭杜度窮草  
法則崔瑗崔寔張芝張昶索靖衛瓘恒羲獻宋齊



之間王僧虔羊欣李鎮東蕭子雲蕭思話陶隱居永  
禪師唐初房喬杜如晦楊師道裴行儉高士廉歐陽  
詢虞世南陸柬之褚遂良薛稷其次有瑯邪王紹宗  
潁川鍾紹宗范陽張廷珪亦深有意焉父兄弟相  
繼其能者東漢崔瑗及寔弘農張芝與弟昶河東衛  
瓘及子恒潁川鍾繇及子會瑯邪王羲之及子獻之  
西河宋令文及子之望東海徐嶠之及子浩蘭陵蕭  
誠及弟諒如是數公等並遭盛明之世得從容于筆  
硯始其學也則師資一同及爾成功乃菁華各擅亦  
猶綠葉紅花長松翠柏雖霑雨露孕育千陰陽而盤

錯森梢芋茸豔逸各入門自媚詎聞相下咸自我而  
作古或因奇而立度若盛傳于代以爲貽家之寶則  
八體之極是歸于鍾蔡草隸之雄是歸于張王此四  
賢者自數百載來未之逮也右軍筆陣圖云夫三端  
之妙莫先用筆昔李斯見周穆王書七日與嘆哂其  
無骨蔡尚書入鴻都觀碣十旬不返嗟其出群近代  
已來多不師古而緣情棄道纔記姓名夫書匪獨不  
調端周正先藉其筆力始其作也須急回疾下鷹視  
鵬遊信之自然猶鱗之得水羽之乘風高下恣情流  
轉無礙蔡中郎云欲書先適意任情然後書之若迫



于事雖中山之毫不能佳也。次須正坐靜慮，隨意所擬，言不出口，氣不再息，則無不善矣。凡欲結構字體，未可虛發，皆須象其一物。若鳥之形，若蟲食禾，若山若樹，若雲若霧，縱橫有託，運用合度，可謂之書。昔鍾繇與胡昭俱能爲行狎書，繇初師劉德昇，後傳蔡邕。筆法由是學之，致妙。繇臨終于囊中出授子會曰：吾精思三十餘載，行坐未嘗忘。此常讀他書，未能終盡，惟學其字，每見萬類，悉書象之。若止息一處，則畫其地，周廣數步。若在寢息，則畫其被，皆爲之穿。其用功如此。右軍云：夫書之爲意，取類非一。故紙者陳也，筆

者刀稍也，墨者釜甲也，水硯者城池也，本領者將師也，心意者副將也，結構者謀略也，鵬筆之次，吉凶之兆也，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，令筋脈相連，意在筆前，然後作字。若平直相似，狀如算子，便不是書，但得其點畫耳。昔宋翼常作此書，翼繇外甥也。叱之翼遂三年不敢見。繇潛心改蹟，每畫一波，常三過折，每作一點，常隱鋒爲之。由此而成。晉太康中，有人于許下破鍾公墓，遂獲此法。審此而行，用筆之理明矣。右軍云：若作點，必須懸手而爲之。若作波，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強爽爽  
然有飛動之態屈折之狀如鋼鐵爲鉤牽掣之蹤若  
勁針直下主客勝負皆須始息先作者主也後爲者  
客也既構筋力然後裝束必須舉措合則起發相承  
輕濃似雲霧往來舒卷如林花間吐每書一紙或有  
重字亦須字字意殊故何延之云右軍書蘭亭每字  
皆構別體蓋其理也時議多之右軍每歎曰夫書者  
玄妙之伎自非達人君子不可與談斯道右軍之蹟  
流行千代衆矣就中蘭亭序黃庭經太師箴樂毅論

大雅吟東方先生畫像贊咸得其精妙故陶隱居云  
右軍此數帖比昔筆力鮮媚紙筆精新不可復得右軍  
亦自訝焉或他日更書無復似者乃嘆而言曰此神  
助耳何吾力能致又云吾少學衛夫人書將謂大能  
及過江遊諸名山見李斯曹喜書之許見鍾繇梁鶴  
書又之洛見蔡邕石經又于從兄洽處見張昶華嶽  
碑始知學衛夫人書徒費年月于是遂改本師新千  
衆碑焉是知學成非一時之能致非好奇博藝之士  
不能存之予頃嘗爲一體書賦亦略陳梗槩今復論  
之用臻其理夫始下筆須藏鋒轉腕前緩後急字體



形勢狀如蟲蛇相鈎連意莫令斷仍須簡略為尚不  
貴繁冗至如梭側起伏隨勢所立大抵之意圓規最  
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意如放箭箭  
不欲遲遲則中物不入然則施于草蹟亦須時時象  
其篆勢八分章草古隸等體要相合雜發人意思若  
直取俗字則不能先發于毫張伯英偏工於章草  
代莫過之每與人書下筆必為楷則云忽忽不暇草  
書何者若不以靜思閑雅發于中慮則失其妙用也  
以此言之草法猶難仲將每見伯英書稱為草聖衛

瓘索靖俱效于張亦各得其妙護者以為衛得伯英  
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  
草今傳十七帖是也子敬已來學者雖各擅其美故  
亦抑之遠矣邇來卒府長史張旭卓然孤立聲被寰  
中意象之奇不能不全其古制就王之內彌更減省  
或有百字五十字字所未形雄逸氣象是為天縱又  
乘興之後方肆其筆或施于壁或札于屏則羣象目  
形有若飛動議者以為張公亦小王之再出也旭常  
云或問書之妙何得齊古人曰妙在執筆令其圓暢



勿使拘攣其次識法須口傳手授勿使無度所謂筆法也其次在布置不慢不越巧使合宜其次變通適懷縱合規矩其次紙筆精佳五者備矣然後能齊古人僕嘗聞褚河南用筆如印印泥思所以久不悟後因閱江島間平沙細地令人欲書復偶一利鋒便取書之嶮勁明麗天然媚好方悟前忘此蓋草正用筆悉欲令筆鋒透過紙背用筆如畫沙印泥則成功極致自然其蹟可得齊于古人又崔長史云其為書也推意結字以斷天下之疑垂萌示象以紀天下之德山川草木反覆于寸紙之間日月星辰回環于尺牘

之上漢光武以中興之主急在安人乃至去上林池籟之官廢騁望弋獵之事其以手賜萬國者皆一札十行細書成文也靈帝時中郎伯喈碩學多聞經籍去聖既久俗求正定六經靈帝許之遂令伯喈丹書于碑使工鐫刻立于大學門外于時晚儒後學咸取正焉觀視摹寫車乘填溢豈惟一臺推妙十部稱賢而已哉古之君子夙夜強學不寶尺璧而重寸陰或緝柳編蒲或聚螢映雪寢食靡暇冀其業廣匪直祿取一朝故亦譽流千祀勉旃為之

唐韓方明授筆要說



昔歲學書專求筆法貞元十五年授法于東海徐公  
璿十七年授法于清河崔公邈由來遠矣自伯英以  
前未有真行草書之法姚思廉奉詔論書云王僧虔  
答竟陵王書云張芝韋誕鍾會索靖二衛並得名書  
古今無以辨其優劣唯見筆力驚絕耳時有羅暉趙  
襲並善書與張芝同著名而張矜巧自許衆頗惑之  
嘗與太僕朱寬書云上比崔杜不足下方羅趙有餘  
今言自古能書皆曰鍾張按張自矜巧為衆所惑今  
即言筆法亦不言自張芝芝自云比崔杜不足即可信  
乎筆法起自崔瑗子玉明矣清河公雖云傳筆法于

張旭長史世之所傳得長史法者唯有得永字八法  
次有五執筆已下並未之有前聞者乎方明傳之于  
清河公問八法起于隸字之始後漢崔子玉歷鍾王  
以下傳授至于永禪師而至張旭始弘八法次演五  
勢更備九用則萬字無不該于此墨道之妙無不由  
之以成也夫把筆有五種大凡筆管長長不過五六  
寸貴用易便也

第一執管夫書之妙在于執管既以雙指苞管亦當  
五指共執其要實指虛掌鈎撇訐送亦曰抵送以備  
口傳手授之說也世俗皆以單指苞之則力不足而

執針入邑持也操也守也  
撇音葉持也按也  
訐音虛又大也誇也  
苞按此字草名今人混作包  
包猶平邑裏也



撮于末切促也斂也

無神氣每作一畫點雖有解法亦當使用不成曰平腕腕雙苞虛掌實指妙無所加也

末第二撥管亦名拙管謂五指共族其管束第房筆急疾無體之書或起藁草用之今世俗多用五指撥管書效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或書圖幛用之亦與拙管同也

第四掘管謂於舉掘管于掌中懸腕以肘助力書之或云起自諸葛亮倚柱書時雷霹柱裂書亦不輟當用壯氣率以此掘管書之非書家流所用也後王僧

撮尾輒切其指

撮倉括切撮入色又盛裝而指取之也又于指切錯入三戶挽也一日兩指撮也

處用此法蓋以異于人故非本為也近有張從申郎中拙然而為實為世笑也

第五擗管謂從頭指至小指以管于第一二指節中擗之亦是效握管小異所為有好異之輩竊為流俗畫圖幛用之或以示凡淺時提轉甚為怪異此又非書家之事也

擗奴各切說文按也

徐公曰置筆于大指中節前居動轉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礙其轉動拳指塞掌絕其力勢况執之愈急愈滯不通縱用之規矩無以



施為也

又曰夫執筆在乎便穩用筆在乎輕健故輕則須沈便則須澀謂藏鋒也不澀則險勁之狀無由而生也太流則便成浮滑浮滑則是為俗也故每點畫須依筆法然始稱書乃同古人之迹所謂口合于作者也又曰夫欲書先當想有所書一紙之中是何詞句言語多少及紙色目相稱以何等書令與書體相合或真或行或草與紙相當然意在筆前筆居心後皆須存用筆法想有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得臨時無法任筆所成

則非謂能解也

唐李華論書

或有人示以文卷者中有小學說一篇其略曰鴻文先生坐于堂上手執經一卷弟子以次立先生講既已而為文焉示于眾子則不善書也小學家流曰先生通儒也而弗能字學何哉鴻文先生方隱凡聞是言也笑而負之責曰夫儒之立身以學乎以書乎苟其書則孔子無以加也且止云典籍至是則無聞也爾徒學書記姓名而已已乎已乎華既覽之心曠曠然思有以喻故作論云

憤梵上聲慍也怒也又去邑房何切心未通而未得之意也

憤



夫六藝中此為難事，人罕曉其奧，予非能也，亦嘗聞其旨，蓋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，則有婉媚之態。凡云八法，學者悉善，予有二字之訣，至神之方，所謂截拽也。苟善斯字，逸少伯英彼何人哉！噫，諒哉！書功之深，人之難能知也。是歟，曷可已乎。

筆法門

一 齧銛門 此一門亦曰書之祖，亦曰書之命也。又

云乾坤清氣自古諸聖秘而不傳也。

二 陰陽門 濃淡去住，內外肥瘦等。

三 君臣門 內外左右上下，君須君，臣須臣，不得違背。

四 向背門 向即俱向，背即俱背，不得一向一背。

五 偏枯門 不得一邊真，一邊草，一面大，一面小。

六 孤露門 肥瘦上下不等，名曰孤露，須得自在。

七 指玲龍門 凡點筆常迴避相觸也。

八 停筆遲滯門 遲自遲，滯自滯，常欲令其透過紙背。

九 通氣門 亦云通水 凡書畫內令通其氣，不得塞也。

十 顧答門 凡點畫字勢常須相顧也。



執筆五法

第一執筆 平腕雙苞，虛掌實指。世俗多愛單苞，則力不足，書無神氣。

第二簇筆 急疾蒙草，如此聚五指筆頭在中心也。

第三撮筆 大草圖障要如此，五指頭最筆泥也。

第四握筆 以四指押筆于掌心，懸腕實肘，諸葛亮倚柱書如此，後王僧虔學之，非也。

第五搦筆 二指節中搦之，則非書家之事。

徐曰：置筆于大指中節前，當節則礙其轉，拳指塞掌。

則鉤滯不通，須輕健。拳指強者弱之，弱者強之，須藏鋒，須有勁健之狀。太急便成浮滑，浮滑則俗矣。細依前法，然始稱書同古人作者矣。又曰：看紙看文，或真或草，須雄逸，須意態，預須布置，不得臨時令無法也。又曰：蹤不得麤於迹，點不得小於畫。又曰：遲不常留，遣不常疾，帶燥將潤，方濃遂枯。又曰：未悟淹留，偏追迅疾，不能勁，反效遲天。勁疾者超逸之機，遲重者會美之致。困速不速，可臻會美之方。將遲不遲，頗契通神之妙。先務能解，次及成就，既通筆法，咸在會同，豈可反古率今，即□為妄動。尤勤此誠，慕集名迹，探得知



新理在精巧思運用倩妙極躡鋒鈞環擅須尋師徐  
崔二公探頤偏能時逢片琰攻勤歲月牽茹拔茅雖  
情以源由意未展精熟咸其傳之然以同昔忘故備  
書所報荅諸友寫前輩之錄庶其未盡者以俟於方  
明傳上幸惟君志之慎勿輕洩爾

古今法書苑卷之五

古今法書苑卷之六

吳郡王世貞元美甫編 雲間王乾昌伯元甫校  
三之法三

唐歐陽詢八法

、 如高峯之墜石  
乙 似長空之新月  
一 若千里之陣雲  
丨 如萬歲之枯藤  
丿 勁松倒折落樹石崖  
フ 如萬鈞之弩發



利劍截斷犀象之牙

一波常三過筆

澄神靜慮端已正容秉筆思生臨池至逸虛拳直腕指齊掌空意在筆前文向思後分開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軟勿使傷于軟弱不須怒降為奇點畫調勻上下均平遍相顧揖筋骨精神隨其大小不可頭輕尾重無令左短右長斜正如人上稱下載東映西帶氣字融和字精神灑落省此欲言就為不可也

歐陽率更書三十六法

軟俗軟字

排疊 字欲其排疊疎密停均不可或闊或狹如壽藁畫實筆麗羸舉之字系勿言苟之類八訣所謂分間布白又曰調均點畫是也高宗書法所謂堆垛亦是也

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延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疊壘藥竈驚鷺鬚聲鬚之類八訣所謂正如



人上稱下載又謂不可頭輕尾重者也

穿插 字畫交錯者欲其疎密長短大小勻停如中弗并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非兆肥根之類是也

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亥女丈又互不之

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

挑挽 字之形勢有須挑挽者如戈弋武丸氣之類又如獻勵散斷之字左邊既多須得右邊挽之如省炎之類上偏者須得下挽之使相稱乃善

相讓 字之左右或多或少須彼此相讓方爲盡善如馬旁糸旁鳥旁諸字須左邊平直然後右邊可作字否則妨礙不便如絲字以中央言字上畫短讓兩系出如辨字其中近下讓兩辛如鷗鷗馳字兩旁俱上狹下闊亦當相讓如嗚呼字口在左者



宜近上和扣字口在右者宜近下使不妨礙然後  
爲佳此類是也

補空 如我哉字作點須對左邊實處不可與成戟  
諸戈字同如襲辟餐贛之類欲其四滿方正也如

**醴泉銘**建字是也

覆蓋 如寶容之類點須正畫須圓明不宜相着上  
長下短

貼零 如令今冬寒之類是也

粘合 字之本相離開者卽欲粘合使相着顧揖乃  
佳如諸偏旁字臥鑿非門之類是也

捷速 如風鳳之類兩邊速宜圓掣用筆時左邊執  
宜疾背筆時意中如電是也

滿不要虛 如囹圉圖國回包南隔月四勾之類是  
也

意連 字有形斷而意連者如之以心必小川州水  
求之類是也

覆冒 字之上大者必覆冒其下如雲頭穴山然頭  
奢金食傘卷泰之類是也

垂曳 垂如都鄉卿卯傘之類曳如水支火皮更彳  
走民也之類是也



借換 如醴泉銘祕字就示字右點作必字左點此借換也黃庭經庭字𠄎字亦借換也又如靈字法帖中或作𠄎或作小亦借換也又如蘇之爲蕪秋之爲焮鵠之爲鶻爲馘之類爲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爲新建之爲建是也或因筆畫多而減省如曹之爲曹美之爲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後可又如龍詩雙言轉之類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亭寧下手日卉草彖巾千予予弓之類是也

朝揖 凡字之有偏旁者皆欲相顧兩文成字者爲多如鄒謝鋤儲之類與三體成字者若雙言斑之類尤欲相朝揖一作意度承順八訣所謂迎相顧揖是也

救應 凡作字一筆纔落便當思第二三筆如何救應如何結累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  
飛赴起超一作枝飲勉凡有文欠支旁者之類以小  
附大以少附多是也

回抱 回抱向左者如曷丐易翁之類向右者如艮  
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 謂其包裹鬪湊不致失勢結束停當皆得其  
宜也

小成大 字以大成小者如門是下大者是也以小  
成大則字之成形及其小字故謂之小成大如孤  
字只在末後一丿寧字只在末後一丨欠字一拔  
戈字一點之類是也

小大成形 謂小字大字各有形勢也

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爲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著其病也

左高右低 左短右長 此二節皆字之病不可左高右低是爲單肩左短右長八訣所謂勿令左短右長是也

褊 學歐書有易於作字狹長故此法欲其結束整

齊收歛緊密排疊次第則有老氣書譜所謂密爲老氣此所以貴於褊也

各自成形 凡寫字欲其合而爲一亦好分而異體亦好由其能各自成形者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入小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



以亦相應接至于ノノ水木州無之類亦然  
已上皆言其大畧又在學者能以意消詳觸類而  
長之可也

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  
勢四面停均八邊其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  
臨自然俚體此是最要妙處貞觀六年七月十二日  
詢書付善奴

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

敘筆法

學書之初執筆為最蓋明位置點畫便於墨道也須  
其良師口授天性自悟縱橫落紙筆無虛發即能專  
成其勢大約虛掌實指平腕堅鋒意在筆前鋒行畫  
內心想字形輕重斜正各得其趣切須襟懷沈靜自  
然思半矣待其功成即專勢况殊不可榻模寫棟  
輕自取拙若彙行雜體撥筆往來懸管自在但取體



勢雄壯不可拘其小節若畏懼生疑否臧不決運用  
迷于筆前振動惑于平下師心固于獨見弟子執其  
寡聞耻請問于智人忌藝能之勝已若欲造玄未之  
<sup>功</sup>有也禁經云有攻無性神彩不生有性無攻神彩不  
變兼此二事然後得齊古人之景氣又云第二識勢  
第三畏束三者兼備然後爲書苟守一途即未爲得  
張懷瓘云楫讓禮樂獻不及羲風神散逸羲不及獻  
證之于書藉其神彩也李嗣真云今之馳騫去聖逾  
遠徒識方圓而迷點畫猶莊生之歎盲者易象之談  
日中終不見矣唐太宗與漢王元昌褚遂良等皆受

之于史陵然褚首師虞後又學史乃謂陵曰此法更  
不可以教人是其妙處也陸東之受之於虞世南世  
南受之於智永皆有體法今人都不聞師範又自無  
鑒局雖古蹟昭然永不覺悟而執燕珉以爲寶玩楚  
鳳而稱珍不亦謬哉褚河南云良師不遇歲月徒往  
今之能者時見一班忽不悟者終身瞑目蓋書非口  
傳手授而云能知者未之見也今取諸家筆法刪除  
叢挫共得二十篇分爲二卷學者其師之

翰林密論二十四餘用筆法

點法口訣云作點向左以中指斜頓向右以大指



齊頃作報答便以中指挫鋒須收鋒在內按筆而收之。又衄側下其筆含濡其鋒摩輪簇心然後收筆慎在圓平。禁經云點如利鑽鏤金是也。又半蟻法宜字上用之爲避其傷點。又側下其筆使墨精闇墜徐乃反揭則稜利矣。右軍云作點之法皆須落落如大石當衢。又云點不變爲布棋要通變也。又有打點草以指送筆似打物之勢甚難用也。

○一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鉤筆澀進覆畫以中指頓筆然後以大指遣至盡處此三執相近用法不

同也。鱗勒法須仰收。禁經云畫如長錐界石是也。又繁走仰收似長舟截小渚兩頭執起使芒角不失。適潤借執不策不鱗勒稍須收之取古勁枯澀無求活利。凡在字上宜用之。

擡筆法初緊策中擡鋒輕勁微勒向右按衄。古經云鍾書宜示字長畫用之。又云畫不變爲布算行草法云勢須嶮策露鋒飛動爲勝。

○三三畫法口訣云上潛鋒平勒中背筆仰策下緊趯覆收名遞相解摘。古經云黃庭三闕字用草法上衄側中策下奮筆橫飛名遞相聳峙以嶮利爲勝。



○一、懸針法、口訣云、鋒須先發、管逐勢行、趨筆緊收、澀進如錐、畫石、蔡經云、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、或垂或趨、或外掠而中努、右軍云、懸針垂露、難為射制、衛夫人云、如萬歲枯藤、臨池訣云、懸針法、蘭亭年字、盡其勢也、

○一、垂露法、口訣云、鋒管齊下、勢盡殺筆、縮鋒、又如築筆而極力、終注鋒而作努、又無垂不縮、此言頓筆以摧挫為功、右軍云、豎如荀抽寒谷、是也、臨池訣云、垂露奉篆、脚名玉筋、如古釵倚物也、

○一、背拋法、口訣云、蹲鋒緊掠、徐擲之、速則失勢、遲則緩怯、臨池訣曰、此鍾法、稍涉八分、萬畫書法、引過其曲、轉蹲其鋒、又徐收而蹲、趨之、不欲出、須閣收、使其如負芒刺、則善、右軍云、援毫蹲節、輕重有准、是也、庾肩吾書論曰、欲拋而還置、謂駐鋒而後趨之也、

○一、抽筆法、口訣云、左罨掠、須峻利、右潛擢、而戰行、待勢卷而機駐、揭揭出而暗收、若使拋必流滑、凡淺、又側起平發、緊殺按波、為抽筆、從腹內起、庾肩吾書論曰、將放更留、又入字第一筆云、攬引抑拽、是也、夫水等字亦同用、



○ 背耀法悉以中指遣至盡處以名指拒而耀之又  
潛鋒闇勒勢盡然後耀之右軍背耀戈法上則俯而  
過下則曲而就蓋所以失之於前正之於後也古經  
云鍾書故字用又永禪師澀出戈法下以名指築上  
借勢以中指遣之至下以名指斲鋒潛耀此名禿出法張  
旭折芒法潛鋒緊走意盡乃收而耀之鍾書常用也  
右軍云落筆之法峨峨如長松倚谿谷唐文皇云烏  
戈必潤貴遲疑而右顧是也章草法潛按微進輕揭  
闇耀夫揭欲利按欲輕輕則骨勁神清肥乃質滯鈍  
俗王濛能之

○ 散水法口訣云上斲側中偃下潛挫耀鋒古經云  
黃庭樂毅論同用柳宗元筆精賦云散水幽縱黃庭  
宗之是也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矚  
視外雖解摘內相附屬為上中潛鋒闇斲下峻耀潛  
遣此蓋鍾法也行書勢微按而鉤揭以輕利為美  
○ 冰法口訣云上側覆殺下築而耀之須相承揖若  
竝連斲側輕揭則率字右左用之草法須借勢捷遣  
若緩滯則為病也  
○ 烈火法口訣云斲鋒闇按臨池訣云須各自立勢



抵背潛缺所謂視之不見考之則彰古經云鍾書然字用之

○三、聯飛法口訣云闇衄微駐輕揭潛趨筆鋒連綿相顧不絕也禁經云聯飛如雁陣當秋是也古經云樂毅論燕然字用虞永興蕪字用其半勢蓋中斷也

○六、顯異法口訣云上點駐鋒左右挫鋒橫畫按筆勢須相順古經云出告誓文又上點側橫畫勒左擡筆擺鋒右峻啄輕揭出告誓寶字虞永興嘗守之行法以圓峻飛動爲美章草法擬於圓峻飛動其於嶮策務在露鋒鈎裹忌於緩滯也

○八、平磔法口訣云不遲不疾戰筆側去勢卷不可使出須駐筆而後放禁經云磔磔如生蛇渡水是也又鍾元常每作磔筆須三過折故文皇云爲波必靡貴三折而遺毫

○丁、勾裹法口訣云圓角趨鋒作弩法勢未盡而趨之顏魯公云勾法用筆如紙下行是也岡用向字等用勺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名之勁努法勾勾物等字用

○小、奮筆法口訣云左側而獨立中衄揭而右鈎古經



云鍾書宣示字下用若中豎則左右闔而潛耀又簇鋒捷進爲系字下三點也

○久杉法口訣云上平點中啄下衄側

○レ外摩法口訣云左峻掠中潛鋒衄挫右蹲鋒外擲

○一豎儷法口訣云擡筆豎策挫鋒上下緊直常尚字中豎畫用

○六曾頭其脚法口訣云左潛揭而右啄曾頭用左啄右側則其脚用之

○二暗築法口訣云馭鋒直衝有點連物則名暗築月其字內兩點是

○之衮筆法口訣云須按鋒上下履衄之令今等字是也

○彡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彡字上縮鋒作努下出鋒作耀張云彡如棗棘是也

### 翰林禁經九生法

一生筆純毫爲心軟而復健

二生紙新出篋笥潤滑易書即受其墨若久露風日枯燥難用

三生硯用則貯水異則乾之司馬云硯石不可浸潤



四生水須在新汲不可久停停不堪用

稜五生墨隨要旋研液利墨光爲上研多則泥鈍也

六生手適携執有勞腕則無準

七生神凝神靜思不可煩躁

八生目寢息適寤光朗分明

九生景天氣清朗人心舒悅乃可言書也

右此九法不可廢下忽而忘之則其瑕矣

### 歐陽詢用筆論

有翰林善書大夫言於寮故無名公子曰自書契之興篆隸滋起百家千體紛雜不同至於盡妙窮神作

範垂代騰芳飛譽冠絕古今惟右軍王逸少一人而已然去之數百年內無人擬者蓋與天挺之性功力尚少用筆運神未通其趣可不然歟公子從容歛衽而言曰僕庸瑣愚昧稟命輕微無祿代畊留心筆硯至如天挺功力誠如大夫之說用筆之趣請聞其說大夫欣然而笑曰此難能也子欲聞乎公子曰予自少及長凝情翰墨每覽異體竒蹟未嘗不循環吟玩抽其妙思終日臨做至子皓首而無退倦也夫用筆之法急捉短搨迅牽疾掣懸針垂露蠶屈腕伸灑落蕭條點綴間雅行行眩目字字驚心若上苑之春花



無處不發，抑亦可觀。是予用筆之妙也。公子曰：幸甚，幸甚。仰承餘論，喜無所加。然僕見聞異於是，輒以聞見，使耽玩之。奉對大賢座，未敢抄說。大夫曰：與子同寮，索居日久，既有異同，焉得不敘。公子曰：向之造次，濫有斯言，今切再思，恐不足取。大夫曰：妙善異述，達者共傳，請不秘之。粗陳梗槩，公子安退位，逡巡緩頰，而言曰：夫用筆之體，會須鈎粘纏把，緩紿徐收，梯不虛發，所必有由。徘徊俯仰，容與風流，剛則鉄畫，媚若銀鈎，壯則啗吻，而嶒嶸，麗則綺靡，而清迥。若枯松之臥高嶺，類巨石之偃瀉溝，同鸞鳳之鼓舞，等鸞鷲之

沉浮，彷彿若若神仙來往，宛轉若似獸伏龍遊，其墨或灑或淡，或浸或燥，遂其形勢，隨其變巧，藏鋒靡露，壓尾難討，忽正忽斜，半真半草，唯截紙稜，擘換窈紉，務在經實，無令怯少，隱隱軫軫，譬河漢之出衆星，崑岡之出珍寶，既錯落而燦爛，復赳連而掃擦，方圓上下，而相副，繹絡盤桓，而圍繞，觀寥廓若似察，始登岸而愈好，用筆之趣，信然可珍。竊謂合乎古道，大夫應聲而起，行吟而歎曰：夫遊畎澮者，詎測溟海之深，升培塿者，寧知泰山之峻。今屬公子吐論，通幽洞微，過鍾張之門，入羲獻之室，重光前哲，垂裕後昆，中心藏



陳之蓋棺乃止公子謝曰鄙說踈淺未足可珍忽枉話言不勝慙懼

永字八法

禁經云八法起於隸字之始自崔張鍾王傳較所用該于萬字墨道之最不可不明也隋僧智永發其旨趣授于虞祕監世南自茲傳授彰厥存焉李陽冰云昔逸少工書遂歷多載十五年中偏攻永字以其八法之勢能通一切字也八法者永字八畫是矣

- 一 點為側
- 二 二橫為勒
- 三 三豎為努
- 四 挑為趯

- 一 五左上為策
- 二 六左下為掠
- 三 七右上為啄
- 四 八右下為磔

訣一 一作顏魯公八法頌

側蹲鳩而墜石 勒緩縱以藏機

努彎環而勢曲 趯峻快以如錐錐一作飛

策依稀而似勒 掠彷彿以宜肥

啄騰凌而速進 磔抑昔以遲移

訣二 一作柳宗元八法頌

側不貴臥 勒常患平

勢過直而力敗 趯宜存而勢生



策仰收而暗揭

掠左出而鋒輕

啄倉皇而疾掩

磔趨趙以開撐

永字八法詳說

側勢第一

挫

側不得平其筆當側筆就右為之口訣云先右揭其腕次輕蹲其鋒取勢緊則乘機頓拙——出之疾則失中過又成俗夫側鋒顧右借勢而側之從勁輕揭潛出務于勒也

問曰側不言點而言側何也

論曰謂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橫敵無力故側不險則失于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

勒勢第二

勒不得臥其筆中高兩頭下以筆心壓之訣云頭俯鋒仰策次迅收若一出揭筆不趨而暗收則薄圓而疎筆無力矣夫勒筆鋒以及於紙須微進仰策峻趨問曰勒不言畫而言勒何也

論曰勒者趨筆而行承其虛畫取其勁澀則成功矣



今止言畫者慮在不趯一出便畫則鋒拳而怯薄矣夫勒者籍于堅趯趯則筆勁澀亡其流滑微可稱工矣筆訣云策筆須勒仰筆覆收准此則形勢自彰矣

### 努勢第三

努不宜直其筆直則無力立筆左偃而下最須有力又云須法勢而卷筆若折骨而爭力口訣云凡傍卷微曲蹙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拙一作挫其揭

問曰畫者中心聚

一作

畫也

今謂之努何也

論曰努者勢微努曰努在乎趯筆下行若直置其畫

則形圓勢質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

### 趯勢第四

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勁筆不挫則意不深趯與挑一也鋒貴于澀出適出期于倒收所謂欲挑還置也夫趯自努出潛鋒輕挫借勢而趯之問曰凡字之出鋒謂之挑今更爲趯何也

論曰挑者語之小異而其體一也夫趯者筆鋒去而言之趯自努畫收鋒豎筆潛勁借勢而趯之筆訣云



即是努筆下殺筆，趯起是也。法須挫衄，轉筆出鋒，佇思消息，則神蹤不墜矣。

### 策勢第五

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，干右潛鋒之要在畫勢暗捷，歸于右也。夫策筆仰鋒，豎趯微勁，借勢峻，顧于掠也。

問曰：策一名折異畫，今謂之策，何也？

論曰：策之與畫理亦故殊。仰筆趯鋒，輕擡而進，故曰策也。若及紙，便畫不務遲澀，向背偃仰者，此備畫究

成耳。筆訣云：始築筆而仰策，徐轉筆而成形是也。

### 掠勢第六

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，借于策勢以輕駐鋒。右揭其腕，加以迅出勢，旋于左，法在澀而勁，意欲暢而婉。遲留則傷于緩滯，夫側鋒左出，謂之掠。

問曰：掠一名分發，今稱為掠，何也？  
論曰：掠廼徐疾有準，手隨筆遣，鋒自左出，取勁險畫而為節發，則一出運用無的，故掠之情旨可守矣。夫掠筆趣意欲留而必勁，又孫過庭書譜云：遣不常速。



明矣。筆訣云：從策筆下左出而鋒利不墜，則自然佳。

### 啄勢第七

啄者如禽之啄物也。立筆下卷，須疾爲勝。又云：形似鳥獸臥斫斜發，亦云。臥筆疾，右出口，訣云：右向左之勢，爲卷啄。按筆蹲鋒，潛蹙于右，借勢收鋒，迅擲旋右，須精險，去之不可緩滯。夫筆鋒及紙，爲啄在潛勒而啄之。

問曰：撇之與啄同，出異名，何也？

論曰：夫撇者，蒙俗之言。啄者，因勢而立，故非妄飾。貽誤學者，啄用輕勁爲勝，去浮怯，重體爲工，攻之遠源。

或不妄耳。筆訣云：啄筆速進，勁若鐵石，則勢成也。

### 磔勢第八

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，盡勢輕揭而潛收在勁，迅得之。夫磔法筆鋒，須趨勢欲險而澀，得勢而輕揭，暗收存勢，候其勢盡而磔之。

問曰：發波之筆，今謂之磔，何也？

論曰：發波之法，循古無縱，原其用筆，磔法爲徑。磔毫聳過，法存乎神，而磔之義明矣。凡磔若左顧右，則勢



鈍矣。趨重鋒緩則勢肥矣。須適勁而遲澀之。凡險勁  
風骨泥滯存亡。以法師心。以志專本。則自然暗合旨  
趣矣。筆訣云。始入筆緊築而微仰。便下徐行。勢足而  
後磔之。其筆或藏鋒出鋒。由心所好也。

唐孫過庭書譜

予志學之年。留心翰墨。味鍾張之餘烈。挹羲獻之前  
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  
資。鸞舞虵驚之態。絕岸頽峯之勢。臨危據槁之形。或  
重若崩雲。或輕如蟬翼。導之則泉注。頓之則山安。纖

月纖乎似初用之。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。下心有由。一畫之間。變起伏于鋒杪。  
一點之內。殊衄挫于毫芒。况云積其點畫。乃成其字。  
曾不傍窺尺牘。俯習寸陰。引班超以爲辭。援項籍而  
自滿。任筆爲體。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。揚  
雄謂詩賦小道。壯夫不爲。况復溺思豪釐。淪精翰墨  
者也。夫潛神對弈。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。猶延埴之罔窮。與



工鑪而並運，好異尚奇之士，翫體勢之多方，窮微測妙之夫，得推移之奧蹟，著述者假其糟粕，藻鑑者挹其菁華，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，至于王謝之族，郗庾之倫，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，得未行末，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，徒見成功之美，不悟所致之由，或乃就分布于累年，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，自閼通規，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，行書爲要，題勒方富，真乃居先，草不兼真，始干專謹，真不通草，殊非翰札。真以點畫爲形質，使轉爲情性，草以點畫爲情性，使轉爲形質，草乖使轉，不能成字，真虧點畫，猶可記文。迴互雖殊，大體相涉，故亦傍通二篆，俯貫八分，包括篇章，涵泳飛白。若毫釐不察，則胡越殊風者焉。至如鍾繇隸竒，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，使轉縱橫，自茲已降，不能兼善者，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；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。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，  
義無所從，當仁者得意忘言，罕陳其要，企學者希風  
敘妙，雖述猶疎，徒立其正，未敷厥旨，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，至于  
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，空著縑緗，暨乎崔杜以來，蕭羊已往，代祀



繇遠名氏滋繁或藉甚不渝人亾業顯或憑附增價  
身謝道衰加以糜蠹不傳搜秘將盡偶逢緘賞時亦  
罕窺優劣紛紜殆難覩縷其有顯聞當代遺迹見存  
無俟抑揚自標先後且六文之作肇自軒轅八體之  
興始于嬴正其來尚矣厥用斯弘但今古不同妍質  
懸隔既非所習又亦畧諸復有龍蛇雲露之流龜龍  
花英之類亦圖真于率爾或寫瑞于當年巧涉丹青  
工虧翰墨異夫楷式非所詳焉代傳羲之與子敬筆  
勢論十章文鄙理疎意乖言拙詳其旨趣殊非右軍  
且右軍位重木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于此又云與張伯英同  
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  
心之所達不易盡于名言言之所通尚難形于紙筆  
粗可髣髴其狀綱紀其辭冀酌希夷取會佳境闕而  
未逮諸侯將來今撰執使用轉之由以祛未悟執謂  
深淺長短之類是也使謂縱橫牽掣之類是也轉謂  
鉤環盤紆之類是也用謂點畫向背之類是也方復  
會其數法歸于一途編列衆工錯宗羣妙舉前賢之



未及啓後學于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  
良可據爲宗匠取立指歸豈惟會古通今亦乃情深  
調合致使摹榻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畧陳數意止如樂毅  
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寫樂毅則情多拂鬱書  
畫讚則意涉瓌竒黃庭經則怡懌虛無太師箴又縱  
橫爭折暨乎蘭亭興集思逸神超私門誠誓情拘志

慘所謂涉樂方笑言哀已嘆豈惟駐想流波將貽嘽  
暖之喜馳神睢渙方思藻繪之文雖其目擊道存尚  
或心迷議舛莫不强名爲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旣失其  
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  
其術適可兼通心不厭精手不怠熟若運用盡于精  
熟規矩閑于曾襟自然容與徘徊意先筆後瀟灑流  
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窮于衆術斷可極于所臨矣若思通楷則少不如老學成規矩老不如少思則老而逾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已下莫不鼓努爲力標置成

體豈獨用工不侷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于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卽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驅或恬澹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况擬不能似察不能精分布猶踈形骸未檢躍泉之態未覩其妍窺井之談已聞其醜縱欲唐突羲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于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幹扶疎凌霜雪而彌勁花葉鮮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道麗居優骨氣將劣譬夫芳林落葉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

爲姿質直者則徑佻不適剛狠者又崛強無潤矜斂者弊于拘束脫易者尖于規矩溫柔者傷于軟緩躁勇者過于剽迫狐疑者溺于滯澀遲重者終于蹇鈍輕瑣者滌于俗吏斯皆獨行之士偏玩所乖易曰觀乎天文以察時變觀乎人文以化成天下况書之爲妙近取諸身假令運用未周尚虧工于祕奧而波瀾之際已濬發于靈臺必能傍通點畫之情博究始終之理鎔鑄蟲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爲體互乖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，泯規矩于方圓，遁鉤繩之曲直，乍顯乍晦，若行若藏，窮變態于毫端，合情調于紙上，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，隨珠和璧，異質同妍，何必刻鶴圖龍，竟慙真體，得魚獲兔，猶怯筌蹄，聞夫家有南威之容，乃可論於淑媛，有龍泉之利，然後議于斷割，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，曾不留自，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，予乃假之以緇縹，題之以古目，則賢者改觀，愚夫繼聲，競賞毫末之奇，罕議鋒端之失，猶惠侯之好僞，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，故不滯于耳目也。向使竒音在爨，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，初怨而後請，門生護書几，父削而子懊，知與不知也。夫士屈于不知已，而申于知己，彼不知也，曷足怪乎？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。



豈可執水而咎夏蟲哉。自漢魏已來，論書者多矣。妍  
蚩雜揉，條目糾紛，或重述舊章，了不殊于既往，或苟  
興新說，竟無益于將來。徒使繁者彌繁，闕者仍闕。今  
撰爲六篇，分成兩卷。第其工用，名曰書譜。度使一家  
後進，奉以規模。四海知音，或存觀省。絨祕之旨，予無  
取焉。垂拱三年寫記

### 書法題辭

執筆之法，實指虛拳。運筆之法，意在筆先。八法立勢，  
永字精研。一字體態，側倚取妍。仰覆向背，開闔折旋。  
垂縮留放，肥瘦方圓。畫分篆隸，鋒別正偏。藏鋒聚氣，

結構縮牽，習與俱化。心手悠然，凡茲三昧。參透幽玄，  
苟非知者，不可以傳。

### 一下筆

下筆之初，有折鋒，有搭鋒。凡作字，第一多是折鋒。第  
二三字多是搭鋒。承上筆勢，故耳。若一字之間，右邊  
多是折鋒，應在左邊，故也。又有平起，如隸。藏鋒如篆。  
大要折搭多精神，平藏善含蓄，則妙矣。

### 二布置

布置，如中字孤單，則居中。龍字相竝，則分左右爲二。  
停衝字，則分從爲三。停雲字，則分上下爲二。停凡四

搭又得合切，附也。掛也。擊也。

停典云：行中止也。歛名，一。定也。  
定於所在也。



方八面點畫皆拱中心。喉嚨呼吸字，左短口欲上齊，  
和扣如知字，右短口欲下齊，大要先主後賓，承上接下，  
左右相應，以大包小，以少附多，太繁則減省，太少則增益，  
如此而成一字，自然可觀。謂如宣尚高向等字，須迴轉右肩，  
如其實具真等字，則長舒左足，如月丹用周等字，則峻拔一角，  
如見目因内等字，則潛虛半腹，如無字，四豎則上開下合，  
四點則上合下開，如工並字，畫則上仰下覆，如三字，則上畫仰中畫平，  
下畫覆，與雷字同，如交字，則上捺留下捺，放捺字則上捺放下捺，  
留如并字，則左垂右縮，上下亦然，如冕字

則下免字，除二擊懸字，則除系左點，譬字，則除上口，  
盛字，則除成字中鈎，如神字，加一點，辛字，加一畫，冊門字，  
須自立向背，八州字，皆潛相矚視，如字，或止一畫一點者，  
須大書以成其立之勢，如昌呂交棗等字，須上小，如林棘羽竹等字，  
須左促之類，難以枚舉，以此類推，則隨字立意，位置則知結體之大槩矣。

### 三運用

夫作字之要，下筆須沉著，一點一畫之間，皆須三過，其筆方為法書，  
蓋一點微如粟米，亦分三過，向背俯仰之勢，一字有一字之起止，  
朝揖顧盼，一行則有一



行之首尾按下承上之意此乃古人不傳之妙宜加察焉

點之祖 凡點之類倣此

點之祖祖蹲鴟之勢此三過側法也起自中而未鋒自中出也點有尖秃斜正隨字勢而用之、仰三角點、覆三角點用於勢當俯仰者傍三角點、用於直波點水、直三角點、直四角點用於、巾、亂四角點起於蘭亭茂字用於立羊羔美等字、長鼠矢點用於長吏使更、短鼠矢點用於夾奚契、三往一復點、向背點兩旁分八字相向與中帶相背

立勢以寬橫波點、促橫波點皆用於下四點、急雁陣點、緩雁陣點燕然樵三字外不可用以順雨對點用於雨巫飛明等字、以拘兩對點用於米粟兆率等字、上小字用於光當尚堂等字、下小字用於示系等字、上八字用於曾公下八字用於具只、垂膽點用於中字穴字、顧盼點用於州字心字、開三點用於系、斂三點用於字、三橫三點用於龍也

畫之祖 凡畫之類倣此

畫之祖一勒法也狀如算子便不是書其法初落筆



鋒向左急勒，回向右橫過，至末復駐鋒折回，其勢首尾俱低，中高拱如覆舟樣，故曰勒。常患平智、永、虞、世南上，而鍾王多用篆法為畫，歐陽、褚、薛多用隸法為畫。秘訣云：橫畫須直入筆鋒，豎畫須橫入筆鋒，此不傳之樞機也。

豎畫之祖，凡直落筆做此。

豎畫之祖，川努法也。柳云：努過直而力敗，其法初橫入筆，向上行而少駐，復引鋒下行，勢須作凸胸而立，至末復駐鋒收向上，此垂露也。末鋒駐而不收，引而伸之，此懸針也。大要畫多則分仰覆，以別其勢，豎多

則分向背以成其體。目字之豎向也，門字之豎背也。川字中豎直，左右之豎相背。冊字中二豎直，左右之豎相背。圖字六豎相向，皆須分向背以避鋪算子也。

鈎之祖，凡鈎之類做此。

鈎之祖，丁趯法也。柳云：趯宜存而勢生，其法蹲鋒上出險勢旁，分然亦分三體。左如氏長字，須長趯以應右；右如門丹字，須長趯以應左；中如東乘字，趯須朝上。又有丁此棘針短而有力，ノ蠶尾丁寧亭字皆用之。蟹爪殊字用之，事示之趯皆隨體變化也。

短畫之祖，凡策之類做此。



短畫之祖一策法也其法仰筆趨鋒輕擡而進有如鞭策之勢故言策不言畫異於勒者勒則兩頭下中高策則兩頭高中下唐太宗云策者仰策仰收柳云策仰收而暗揭如其天夫才之類凡短畫皆為策也

擊之祖

凡擊腕之類倣此

擊之祖ノ掠法也柳云掠左出而鋒輕顏云掠彷彿以宜肥其法曰此乃斜懸針而未鋒飛起也宜出鋒處送筆力到而勻不可半途擊出則無力而瘦弱如大夫右字之類是也又謂之腕須直下筆而彎出之如左字用十須斜硬右用十須腕轉也

短擊之祖

凡啄之類倣此

短擊之祖ノ啄法也水永字皆用之其法下筆駐鋒後即出各曰啄柳云啄倉皇而疾掩凡字之短擊皆用之ノ隼尾也如立ノ頭上擊是也如鷹隼之立乎柱首也三豎三擊者則須分勢如三畫之字為仰平覆也此則上擊平中擊斜下擊直狀如柳穿魚也

捺之祖

凡磔之類倣此

捺之祖ノ磔法也今人作捺多是兩駐雖曰三過其實不知此法也其法首搶起中駐而右行末駐筆蹲鋒而出如蘭葉之狀皆含蓄而不露最為高也柳云



磔歷昔以開撐，又有欣字，燕尾者，乃急就章之波法也。如水之自泉口流出，其下遇石激而過，故謂之激石波也。

右上項側勒努趯策掠啄磔八法備矣，書法運用盡矣，但於側倚取妍，擔夫爭道，血脉聯屬，雄健嫵媚，體態橫生，出乎八法之外者，又須詳論，非紙筆可形容，用力熟閑，自詣闡矣，至此不幾其神乎。

#### 四綱目

書法綱目萬字俱全

凡學必有要，若綱在綱，有條而不紊，永字者眾字

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。次及條目，變點方圓。

變者如高低長短濶狹，其變無窮也；點者下筆成點，變而後行也；方者自方，圓者自圓，如置筋于案，一而非偏鋒也。

俯仰向背，沉瑩清雅。

有俯仰向背者，則俯仰向背無則，不可勉強為之；沉者下筆不浮，刻入紙中也；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。權者如鬢字。無長點之類。是也。  
拘者讓者。引焉疑焉。

拘者爾東我西而不失于相順。讓者要還他地位。  
隨時處宜而斂之也。引如左簷等字。引而伸之。疑  
如有伏兵。疑不敢動。如帝帶等類也。

鳥立木上。鴈在天邊。

鳥立木上。仁行之類。是也。鴈在天邊。燕然樵之類。  
是也。

掬特圓起。

掬者從本身上掬出也。故其上欲圓。口字是也。特  
者特筆為也。故其上欲起。口字是也。二者相需為  
用也。

鎗摺迴聯。

鎗者策類也。摺則筆鋒飛動。翻而非硬直也。迴則  
有虛迴實迴。聯有則虛聯實聯。二者不可偏廢也。  
齊弩磋駐。

齊者勒類也。弩者豎畫也。磋者左右揭腕也。駐者  
如駐馬無往而非此道也。

屋漏蜿蜒。



屋漏痕者不見起止之迹也

烏絲闌者蔡襄所專

烏絲闌者鋒正則兩旁如界也

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非軟美輕重則不典纏綿則不瑩內縱者腹肚潤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

知所趨捨為書中仙

趨所當法避所當忌則為盡善

### 五結構

雲空 上勾之應下如鳥之視胸

九見 腕勾之應上須折鋒而起

門月 右勾應左半斜以銳為精

來東 中勾應中隨縮鋒而微露

長民 左勾應右須盡趨其鋒

黍委 上下之擊點有陰陽之分不分則無上下相

承之意

術衝 三排之直畫者卓然中立而不倚其左右有

拱揖之情



三

三排之橫畫者截然中處而不乖其上下有仰覆之別

其目

四畫之字上下反其情而二三但取順

然無

四點之字左右要成八字中帶可就上不可就下

四

四柱之字左右上開而下合

炎茶

兩捺之字或上點或下點不宜

反及

兩擎之字先長而斜硬後差短而腕轉

廬多

此等之字先腕轉而後斜硬

口日

不可橫長須下畫長承直末

巨臣

欲直左而右有短直應之

旬旬

此等之字裏面字與勾齊方稱

長馬

如此短畫不可與長畫相粘

衣良

應右勾須畧平起

莫矢

此等字下畫宜長擊短不轉而點取下之長

短用之

思志

心在下者欲折右足右寬方稱

見貝

此等字須右長直作小棘刺中短畫不可相粘欲其圓淨勻平而啄短出以點承長直畫而為之終



遠還

凡之遠裏面字上大下小方稱

雖難

此等直畫微向左以避右邊之勢

鳥鳥

屈脚之勢如角弓之張

用周

須初擊首尾向外次努首尾向右

同國

初直首尾向右平畫仰次直首尾向左

戈森

重勾之士在乎先縮鋒而後出鋒作耀以應

捺亦同

作行

左短而右長

於佳

右短而左長

自目

左豎短而右勾微長

亦馬

點之重併亦必屈伸以變換之不變謂之布

綦

三冊

畫之重併必隨宜屈伸仰覆向背以變之否

則如布筭

襲薑

繁雜者必求古人佳樣用之古無則不可擅

寫

邊爾

太繁者宜減除之

倉食

上面不可寫波

上下

直畫宜短點皆近上

是足

卜字居中下擊須橫而波啄之又名三牽縮



父 心 風 柔 者 十 七

法

初啄而畫頭接其尾中復以波上接啄而終之

初點向裏橫戈斜平勾向內而收中點取高勢欲粘第三點第三點又須與勾高不可下兩邊悉宜圓名曰金剪刀

下面亦字左右須齊直

日字不宜正對土字

橫畫校長直畫宜短

橫畫校長直畫轉而復回

和 隴 井 棗 畫

偏少者伸點畫以就之

偏礙者屈點畫以避之

字之孤单者展一畫以書之

字之重併者蹙一畫以書之

九畫之字必須下筆勁淨疏密停勾照映為

佳當疏不疎反成寒乞當密不密反成寬疏

相揖相背發於左者應於右起於上者伏於

下此不易之法也

太疏者補續之仍必有古人佳樣乃可為

畫短而斜硬其弊

辛 左



大右

畫長而腕轉其擊

橫畫微短擊就畫上直下至畫下方腕轉向  
左波首微出畫上大要波首暗接連腕末鋒  
則血脉聯屬

六形勢

錯綜

橫暫驚空壘

分彊

龍細路諸詩

三勻

湘游衛轍試

疏排

分衣之大十

縝密

傑密墳蘇翻

短方

則向短江和

長方

崖喜蒼翠壽

讓橫

垂暮喜

讓直

即印恒叩郎

讓左

收改波號號

讓右

鑿或對頤

天覆

宇宮宇亨宇

地載

血且蓋益正

承上

更天夫央史

蓋下

今合令含僉

上尖

卷在存奉奄

下尖

動助多少夥

隔水

湍流波清激

散水

沙汰江河濁

二分

裏表裏裘裳

上平

峻峰頌資雄

平下

春巷合春奉

從腕

虱風夙汎飛

橫腕

先光見乞元

從擊

厥居戶左彥

橫擊

又又丈支少

從波

及友尺反愛

橫波

還之遠趣連

從戈

伐成哉載茂

橫戈

心必怒志恐



大	短	下	背	圓	肥	齊	趨	陰	勾
體	西	仰	飛	池	古	大	列	下	青
×	一	即	北	天	七	合	則	不	書
		印	風	也	向	今	乘	言	高
		卿	斤	曰	此	天	制	六	臺
		御	非	×	吉	夫	爭	丁	臺
斜	小	長	邑	向	瘦	尖	綽	平	陽
						擊	鈎	畫	畫
明	口	東	郎	目	身	庭	乎	量	大
一	一	一	部	自	亨	戶	千	童	在
			鄉	尚	事	延	亭	景	辰
			都	圖	年	見	亨	皇	天
			邦	內	了	穴		黃	王

龜	龜	瓜	栗	中	右	迴	密	正
先	先	子	子	占	占	右	萬	黨
們	龜	點	點	地	地	肩		
		亦	家	華	祠	高		
		失	宮	壺	獨	雪		
		矢	室	賣	猶	雨		
		小	宙	堂	懷	向		
		柳	下	上	左	舒	疎	千
		葉	占	占	占	左		
		點	地	地	地	足		
		足	我	雲	敬	其	翻	火
		復	衣	雪	亂	典	捺	秋
		走	是	宇	彰	質	點	榮
		是	夫	宙	彫	寶		災

七下筆先後  
 先龜 次引 次入  
 先們 次七 次印



長右鼠無匡鼎聚門敵美

先先先先先先先先先先  
丨ノ白三王目下丨上美

次次次次次次次次次次  
三一一川丨卩以手田一

次次次次次次次次  
以口困川弓彖月父

次一

齋斲歐馬必留飛毋肅興

先先先先先先先先先先  
亨區丨心飞丁聿

次次次次次次次次次次  
瓜弓丨弓少飛女聿

次次次次或次次次  
示弓欠亦先夕川聿

次次次次  
川斤心六



書	臣	烏	分	將	
先三	先一	先戶	先夕	先井	八名人字體
次一	次五	次兩	次子	次乎	
次曰					

此段舊有五百餘字集漢魏以來諸帖中之破體者以其傳寫失真已久又不註其所出恐悞後學故不錄大率破體悉從篆隸而出學者須自考其法果合於篆隸者取之出乎俗筆去之豈可不知辨哉洪武十五

年三月十八日識

古今法書苑卷之六











