

《书谱》译文

流为然然一而味不心然之没而
家就转之又之字必心之舞
张舞舞执行或月之之信
字之有存行如信精熟池水
画墨画佩与画人决之美也来
必何之出乃控张画舞之如
方之有擅控未果於其观

夫自古之善书者，汉魏有钟张之绝，晋末称二王之妙。王羲之云：“顷寻诸名书，钟张信为绝伦，其余不足观。”可谓钟、张云没，而羲、献继之。又云：“吾书比之钟张，钟当抗行，或谓过之。张草犹当雁行。然张精熟，池水尽墨，假令寡人耽之若此，未必谢之。”此乃推张迈钟之意也。考其专擅，虽未果于前规；摭(zhi2)以兼通，故无惭于即事。

译文：

自古以来的书法家，在汉朝至三国时期，钟繇(yao2)和张芝的书法最为超绝，时称“钟张之绝”。到了东晋末年，王羲之和他的儿子王献之的书法绝妙，时称“二王之妙”。王羲之说：“近来我搜集并研究了众多的名家书法作品，深信只有钟、张的书法达到了无与伦比的地步，其余的就不值得一看了”。可以说，钟、张死了以后，能够继承他们地位的只有王羲之父子。王羲之又说：“我的书法和钟张相比，比钟的不分上下，或者说超过了他。比张的草书就要差一点儿了，排在他的后边。然而，张芝的笔法精熟，下过功夫，为练书法曾把池塘的水都弄黑了，假如我也像他那样执著，未必就不如他”。这是推崇张芝超越钟繇的意思。考察王氏的专长，虽然有些已经脱离了前人的书法规范，但他们能够博采众长，融会贯通，独创出自己的书法风格。所以说，他们无愧于“二王之妙”的盛名。

评者云：“彼之四贤，古今特绝；而今不逮古，古质而今妍。”夫质以代兴，妍因俗易。虽书契之作，适以记言；而淳醜(li2)一迁，质文三变，驰鹜沿革，物理常然。贵能古不乖时，今不同弊，所谓“文质彬彬。然后君子。”何必易雕宫于穴处，反玉辂于椎轮者乎！

译文：

评论者说：“钟张、二王那四位了不起的大书家，分别在古今书法界特别超绝。但今（二王）不及古（钟张）。古的特点是质朴，而今的特点却是妍美”。我认为，质朴是那个时代的产物，妍美却随着习俗的不同而变迁。虽然人们书写文字，是为了适应记录语言的需要；然而，正如酒有浓有淡一样，质朴和文采也是多样的，时代不断进步，前人的东西沿袭中有改革、继承中有发展，这是事物发展的普遍规律。关键是他们做到了质朴不违时宜，妍美不同时弊。所谓：“文采和朴实配合适宜，才能成为品德高尚的人。”何必舍弃雕梁画栋的宫殿不住而去穴居，从用美玉装饰的车上下来去乘连车辐都没有的古车呢？

流為然然一而然亦心然之沒而
家就轉之又之字也心之難
張鐘甫執り或月之之信
字之有存り此信精熟池水
畫墨似今畫人視之善也
必何之此乃控張道鐘之如
方之也擅控未果於其觀

又云：“子敬之不及逸少，犹逸少之不及钟张。”意者以为评得其纲纪，而未详其始卒也。且元常（钟繇）专工于隶书，伯英（张芝）尤精于草体，彼之二美，而逸少兼之。拟草则馀真，比真则长草，虽专工小劣，而博涉多优；总其终始，匪无乖互。谢安素善尺牍，而轻子敬之书。子敬尝作佳书与之，谓必存录，安辄题后答之，甚以为恨。安尝问敬：“卿书何如右军？”答云：“故当胜。”安云：“物论殊不尔。”子敬又答：“时人那得知！”敬虽权以此辞折安所鉴，自称胜父，不亦过乎！且立身扬名，事资尊显，胜母之里，曾参不入。以子敬之豪翰，绍右军之笔札，虽复粗传楷则，实恐未克箕裘。况乃假託神仙，耻崇家范，以斯成学，孰愈面墙！后羲之往都，临行题壁。子敬密拭除之，辄书易其处，私为不恶。羲之还，见乃叹曰：“吾去时真大醉也！”敬乃内惭。是知逸少之比钟张，则专博斯别；子敬之不及逸少，无或疑焉。

译文：

评论者又说：“王献之同王羲之的差距，就象王羲之同钟繇、张芝的差距一样。”持这种意见的人自以为评价得很准确，却不是真正的了解这两种差距之间的始末原由。况且，元常（钟繇）擅长隶书，伯英（张芝）精通草体，两人最拿手的本领，而逸少（王羲之）集于一身。比草书他又能写真书，比真书他又多一样草书，虽然从专业和精通方面看有一点小不足，而在他涉足的许多方面都很出色。总的来讲，他们之间各有长短。谢安平时就善于写尺牍书，而瞧不起王献之的书法。王献之曾经写了一幅最好的书法作品送给谢安，并要谢安务必保存起来，谢安却题完字以后还给了他，令王献之深为不满。谢安曾经问王献之：“你的书法比你父亲的如何？”王献之回答说“当然胜过他”。谢安说：“众人的说法却不是这样”。王献之又回答说：“那些人懂得什么”。王献之这么说虽然是为了反驳谢安的说法，但自称胜过父亲，这不是太过分了吗？而且，要立身扬名首先得尊敬父母，这件事直接关系到一个人的尊贵和显达。当年曾参路过一个名为胜母的地方，因为这个名字有悖孝道而不肯进去。王献之的字，继承了王羲之的笔法，虽然基本上掌握了书法规则，实际上并没有什么大的突破。何况他还假托神仙，说自己的书法是神仙所授，不愿推崇家传的典范。像他说的那样就能学有所成，谁还愿意付出多年的辛苦去学习呢？后来，王羲之去往京城，临走的时候在墙上写了字。王献之偷偷地把字擦掉，再照着原来的样子写上，自以为写得很象。王羲之从京城回来，见了这些字叹道：“我走的时候真是大醉了，怎么写成这个

样子”。这时，王献之才感到很惭愧。通过以上这些可以知道，王羲之与钟张的差距，是指专精与多能的差别；而王献之与王羲之的差距，很明显是档次上的，这是毋庸置疑的。

余志学之年，留心翰墨，味钟张之馀烈，挹(yi4)羲献之前规，极虑专精，时逾二纪。有乖入木之 术，无间临池之志。观夫悬针垂露之异，奔雷坠石之奇，鸿飞兽骇之姿，鸾舞蛇惊之态，绝岸颓峰之势，临危据槁之形；或重若崩云，或轻如蝉翼；导之则泉注，顿之则山安；纤纤乎似初月之出天涯，落落乎犹众星之列河汉；同自然之妙，有非力运之能成；信可谓智巧兼优，心手双畅，翰不虚动，下必有由。一画之间，变起伏于锋杪(miao3)；一点之内，殊衄挫于毫芒。况云积其点画，乃成其字；曾不傍窥尺牍，俯习寸阴；引班超以为辞，援项籍而自满；任笔为体，聚墨成形；心昏拟效之方，手迷挥运之理，求其妍妙，不亦谬哉！

译文：我从十五岁开始，就注重书法的学习，体味钟张遗留下来的书法法度，汲取王羲之、王献之父子所形成的书法规则，并在专精上很下功夫，已经二十余年了。虽然我没能达到入木三分的程度，但我以张芝临池尽墨为榜样的志向从未间断过。你看，他们的墨迹中有悬针垂露的差异，有奔雷坠石的雄奇，有鸿飞兽骇的英姿，有鸾舞蛇惊的神态，有绝岸颓峰的气势，有临危据槁的情形；或浓重得象崩云，或轻细得象蝉翼；引导开来，仿佛泉水在流注；抑顿下去，又象山一样安稳；纤纤细细的，恰似新月出现在天涯；疏疏落落的，有如群星分布在银河；简直是天地造化之工，那里是运用功力所能写成！相信，这就是所谓的“智慧和技巧的完美结合，心和手的畅快淋漓，动笔之前已有成竹在胸，一笔下去必有它的理由。一画之间，隐藏着笔锋起伏的变化。一点之内，体现出笔锋衄挫的不同。何况只有大量积累形态各异的点画，才能写出各式各样形神兼备的字来。如果从来就不认真研习尺牍，俯下身来练习，哪怕时间很短；以班超投笔从戎的事迹为借口，拿项羽不愿学书的故事作理由；胡乱一抹，象字就得；心不明白临摹的方法，手不知道用笔的道理，就想把字写好，岂不是大错特错了吗？

然君子立身，务修其本。杨雄谓：“诗赋小道，壮夫不为。”况复溺思毫厘，沦精翰墨者也！夫潜神对奕，犹标坐隐之名；乐志垂纶，尚体行藏之趣。詎(ju4)若功定礼乐，妙拟神仙，犹埏(shan1)埴(zhi2)之罔穷，与工炉而并运。好异尚奇之士；玩体势之多方；穷微测妙之夫，得推移之奥赜(ze2)。著述者假其糟粕，藻鉴者挹其菁华，固义理之会归，信贤达之兼善者矣。存精寓赏，岂徒然与？

译文：

然而，道德高尚的人为人处世，最要紧的是抓住根本，逐步地完善和提高自身

素质。杨雄说过：诗赋是很一般的技能，大丈夫不愿把它当作自己的事业。何况是整天把心思沉溺在如何用笔，把精力沦陷在如何书写这件事情上呢！专心下棋，还可获得坐隐的美名；爱好钓鱼，又能体会到行藏的乐趣。如若演奏乐曲，既要有乐工的技巧还要有乐谱的高雅，美妙的程度才能和出神入化如临仙境；又象制造陶器，要想不断地花样翻新层出不穷，就必须在制作工艺和炉窑烧制上加以改进。在书法方面：喜好怪异偏爱奇特的人，玩味着形体气势的多种方法；穷究细微窥测精妙的人，发现了发展变化的奥妙；著书立说的人，要弄清什么是没用的东西；品评鉴别的人，要找出哪些是珍贵的精华。肯定地讲，这些意义和道理必然会归结到一起，我坚信只有贤能通达的人才能作到：不仅事业上成就辉煌，书法上也有很深的造诣！在平时要保持一种执着的精神，把学习和研究寓于欣赏之中，难道这是徒劳的吗！

據以通古世無然於及乎
者云彼之切矣古今特絕而
遂古、笑而今妍古笑今代
與妍因俗而能亦笑之化
高以取之而得醜一要笑又三
交馳駁以單物理多於矣結
古不兼時今不同矣正以又黃

而东晋士人，互相陶淬。室于王谢之族，郗庾之伦，纵不尽其神奇，咸亦挹其风味。去之滋永，斯道愈微。方复闻疑称疑，得末行末，古今阻绝，无所质问；设有所会，緘秘已深；遂令学者茫然，莫知领要，徒见成功之美，不悟所致之由。或乃就分布于累年，向规

矩而犹远，图真不悟，习草将迷。假令薄能草书，粗传隶法，则好溺偏固，自阂通规。詎知心手会归，若同源而异派；转用之术，犹共树而分条者乎？加以趋变适时，行书为要；题勒方幅，真乃居先。草不兼真，殆于专谨；真不通草，殊非翰札，真以点画为形质，使转为情性；草以点画为情性，使转为形质。草乖使转，不能成字；真亏点画，犹可记文。回互虽殊，大体相涉。故亦傍通二篆，俯贯八分，包括篇章，涵泳飞白。若毫厘不察，则胡越殊风者焉。至如钟繇隶奇，张芝草圣，此乃专精一体，以致绝伦。伯英不真，而点画狼藉；元常不草，使转纵横。自兹已降，不能兼善者，有所不逮，非专精也。虽篆隶草章，工用多变，济成厥美，各有攸宜：篆尚婉而通，隶欲精而密，草贵流而畅，章务检而便。然后凜之以风神，温之以妍润，鼓之以枯劲，和之以闲雅。故可达其情性，形其哀乐。验燥湿之殊节，千古依然；体老壮之异时，百龄俄顷，嗟乎，不入其门，詎窥其奥者也！

译文：

而东晋时期的士大夫们，翰墨之风盛行，他们互相熏陶互相影响。假如你能和王羲之、谢安等人，郗鉴、庾亮之辈朝夕相处的话，那么你的书法不说是完全达到他们的神奇，也可以具有他们的风味。然而，那个时代离现在很远了，那种学习书法的风气和环境是越来越微妙了。再加上一些人听到不可靠的书法理论也不加以甄别继续传播，得到只根末节的书法技巧也不加完善继续流行，古今阻隔，没办法向他们当面请教。还有一些人虽然有了体会，却深深的藏在心里。这样一来使得许多有志学习他们的人茫茫然不得其要领，白白地看到那些大书法家成功作品的美妙，却不知道达到美妙的根由。有的人在分布上下功夫已经多年，但离规则法度还是很远，学楷书没有感悟，练草书也很迷惑。有的人即便是初步能草书，粗略地懂一些隶书法则，却又好钻牛角尖，固执己见，自然脱离了通用规则。岂不知心和手的关系，就象水的源头和支流；转和用的技术，犹如树干与枝条一样吗？为了简便快捷，行书为要；提写匾额或方幅用于比较庄严的场合，真书为先。草书中不兼有真书在里面，大概显得专谨；真书中不带有草书的笔画，实在不能算作书信一类。真书以点画作为字的形状特征，而使转则体现着书者的情趣和秉性；草书中点画的有无、多寡反映了书者的情趣和秉性不同，使转才是草书的形状特征。草书离开使转，不能成字，真书在点画上有缺陷，也不会影响到它的使用。各种字体回环交错的形式不同，大体上还是互相关连的。所以就要兼

顾通晓大篆、小篆，俯察贯通八分书体，包罗概括谋篇与章法，涵容并蓄飞白，如果对它们丝毫不加了解，那就象北胡和南越的风俗迥然不同了呀。至于钟繇之所以能够成为“隶书奇人”，张芝之所以能够成为“草书圣人”，这都是专精一体的结果。张芝的字不是真书，而点画却在书中经常出现。钟繇的字不是草书，而使转却在书中到处可见。自他们以后，不能兼善的人达不到他们的水平，则是不能专精的缘故。虽然篆书、楷书、今草、章草的技法和用处多种多样，若使其更加完美，就要各适所宜：篆书提倡委婉而又通达，隶书适宜精练而又严密，草书贵在流利而又舒畅，章草务求检束而又便捷。然后施以凛冽之气使其具有威风的神态，施以温柔之情使其更加妍美润泽，施以战斗之志使其显现枯瘦劲拔，施以平和之意使其凭添闲逸高雅。这样才能反映书家的情性，使书法也具有了喜怒哀乐的特征。体验干燥和潮湿的不同节气，一千年也是这个样子：体验老年和壮年的不同时期，一百年很快就过去了。唉！不深入研究书法这门学问，是不可能知道其中奥妙的。

又一时而书，有乖有合，合则流媚，乖则雕疏，略言其由，各有其五：神怡务闲，一合也；感惠徇知，二合也；时和气润，三合也；纸墨相发，四合也；偶然欲书，五合也。心遽(ju4)体留，一乖也；意违势屈，二乖也；风燥日炎，三乖也；纸墨不称，四乖也；情怠手阑，五乖也。乖合之际，优劣互差：得时不如得器，得器不如得志；若五乖同萃，思遏手蒙；五合交臻，神融笔畅。畅无不适，蒙无所从。当仁者得意忘言，罕陈其要；企学者希风叙妙，虽述犹疏。徒立其工，未敷厥旨。不揆(kui2)庸昧，辄效所明；庶欲弘既往之风规，导将来之器识，除繁去滥，睹迹明心者焉。

译文：

又一时作书，也有条件适合与不适合的情况。适合的时候则流利妍媚，不适合的时候则零乱粗糙。合与不合，概括起来各有五种情况：精神愉悦自在悠闲，是一合。感人恩惠酬答知己，是二合。时令温和气候湿润，是三合。纸佳墨优利于发挥，是四合。突发灵感欲尽其兴，是五合。心神不安事务缠身，是一不合。违背心意委屈情势，是二不合。风干气燥烈日炎炎，是三不合。纸次墨劣两不称手，是四不合。情呆志怠身疲手懒，是五不合。合与不合之间，还存在优劣的差别：得到好的时令不如得到好的器具，得到好的器具又不如得到好的精神状态；如果五种不合的情况同时赶在一起，则思想僵化手无所措；如果五种合的情况同时交会到一块，则思维敏捷手笔爽畅。手笔爽畅则无不适，手笔迷蒙则无所从。往往写了一幅好字的人只顾得欣赏而忘记了总结经验，也很少讲述心得要点；企望学习书法的人总是希望教导者叙述得清楚一点，但实际上听了他们的讲述以后又觉得不甚了了，徒然费了很多工夫，却未能达其旨义。（我）不揣度资质愚钝才识浅薄，奉献出实践证明很有效的经验，希望能够弘扬前人的风范和法度，启

导将来有才识的学者，除繁去滥，使人一看就能明白。

代有《笔阵图》七行，中画执笔三手，图貌乖舛，点画湮讹。顷见南北流传，疑是右军所制。虽则未详真伪，尚可发启童蒙。既常俗所存，不藉编录。至于诸家势评，多涉浮华，莫不外状其形，内迷其理，今之所撰，亦无取焉。若乃师宜官之高名，徒彰史牒；邯郸淳之令范，空著缣（jian1）緼（xiang1）。暨乎崔、杜以来，萧、羊已往，代祀绵远，名氏滋繁。或藉甚不渝，人亡业显；或凭附增价，身谢道衰。加以糜蠹不传，搜秘将尽，偶逢緘赏，时亦罕窥，优劣纷纭，殆难覩（luo1）缕。其有显闻当代，遗迹见存，无俟抑扬，自标先后。且六文之作，肇自轩辕；八体之兴，始于嬴政。其来尚矣，厥用斯弘。但今古不同，妍质悬隔，既非所习，又亦略诸。复有龙蛇云露之流，龟鹤花英之类，乍图真于率尔，或写瑞于当年，巧涉丹青，工亏翰墨，异夫楷式，非所详焉。代传羲之与子敬笔势论十章，文鄙理疏，意乖言拙，详其旨趣，殊非右军。且右军位重才高，调清词雅，声尘未泯，翰牍仍存。观夫致一书，陈一事，造次之际，稽古斯在；岂有贻谋令嗣，道叶义方，章则顿亏，一至于此！又云与张伯英同学，斯乃更彰虚诞。若指汉末伯英，时代全不相接；必有晋人同号，史传何其寂寥！非训非经，宜从弃择。

译文：

历代流传下来的有《笔阵图》七行字，其中画有执笔的三种手式，图画的样子怪异不通，字体模糊错误。近来流传南北到处可见，据说可能是王羲之的作品。虽然不知是真是假，尚且可以作为儿童初学书法的启蒙教材。既然是大家都有的，不值得编录。至于各家有权威的评论，多数涉及浮华，无非是从外表上描述它的形状，而不深入探究它的内在道理，对于我今天的撰述，也没什么之值得择取的。至于师宜官的名望很高，却图彰史册；邯郸淳也曾盛极一时堪称典范，不过是在书卷上空有其名。到了崔瑗、杜牧以后，萧子云、羊欣以前这段时间，更是年代久远，名家繁多。或者当时名声很高经久不衰，人死以后他的书法业绩仍被后人倍加推崇；或者当时凭附某些权贵名人抬高身价，人死以后他的书法价值也就日薄西山了。再加上糜烂虫蠹不能传世，搜刮藏秘几乎殆尽，偶然遇到让人欣赏的机会，时人很少得见，是好是坏众说纷纭，实在难以陈述清楚。其中有的是显闻当代的人，他们的遗迹还在，能够经常见到，不用等待别人的评判，自己就可以排出名次。况且，六种文字的草创，从轩辕时期开始，到了嬴政时期又有了八种书体的兴盛。那都是历代统治者定下来的，在历史上起到了相当大的作用。但今时和古时不同，妍媚和质朴有了极大差别。这些既然不是我们所要研究的，也应该省略掉。还有龙书、蛇书、云书、垂露篆之流，龟书、鹤头书、花书、芝英书之类，或者是对物象的轻率描摹，或者是对当时祥瑞的简单记录，从技巧上看属于绘画方面的，算不上书法，又不具备楷书的笔画特点，没必要详谈它。世传王羲之《与子敬笔势论》十章，词句鄙俗，理论粗疏，意义乖张，言语拙劣，详细研究他的主要目的，绝不是王羲之的作品。王羲之地位重，才智高，格调清，词句雅，声望和业迹尚未泯灭，书法真迹仍然存在，可以看到他每致一篇书信，陈述一件事情，即便是在很仓促的时候，也具有古人的认真态度；怎么会在教导子

嗣这样的大事上，章法和规则如此亏失，竟然到了这种地步！又说与张伯英同学，这就更加彰显了它的虚假和荒诞。若指汉末的张伯英，时代全不相接；若是与晋朝人同名同姓，为什么史传中找不到他！它既不是训范也不是经典，还是放弃收录为好。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/468117073102006036>