

骆恒光 著

智永真书千字

文及其笔法

世祿侈富車駕肥輕
高冠陪輦驅轂振纓
戶文及其筆法家給千兵
府羅將相路俠槐卿
杜稟鍾繇臻書壁經
綺迴漢惠說感武丁

桓公注合濟弱扶傾
菴宅曲昇微旦孰營

责任编辑：汪国勋
王辛大
封面设计：陈小南
责任出版：李 兵

ISBN 7-80517-130-0



9 787805 171302 >

ISBN 7-80517-130-0/J · 131 定价：13.10 元

骆恒光 著

智永真书千字文及其笔法

智永真书千字文及其笔法

西泠印社出版发行

杭州东坡路 90 号

全国新华书店经销 杭州大众美术印刷厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 7.25

1997 年 6 月第 1 版第 2 次印刷

印数:10000—25000

ISBN 7—80517—130—0/J · 131

定价:13.10 元

智永与《真书千字文》

智永，名法极，会稽（今浙江省绍兴市）人，南朝陈与隋朝间的书法大家。他是被誉为「书圣」的王羲之的第五子王徽之的后代，王羲之的第七代孙。因与兄孝宾舍家入道，为山阴永欣寺禅师，人称「智永禅师」或「永禅师」。

智永幼承家学，并跟萧子云学习二王（王羲之、王献之）祖法，曾住永欣寺楼上数十年，发誓「书不成，不下楼」。他学书非常勤奋，被他写秃了的笔头换下来，投入大竹簏里，共积有五竹簏之多。他将这些秃笔埋在地下，堆成坟，并亲笔写下「退笔冢」三大字以为纪念。书名大振后，向他求书者纷至沓来，日日门庭若市，竟将寺庙的门槛踏破，不得不用铁皮将门槛包裹起来，故时人又有「铁门槛」之称。

智永是王氏书法的嫡系传人，他既能严守家法，虔诚地继承王氏书法的传统，又能继往开来，下传虞世南、陆柬之等人，开启了唐代书法的新风。他被公认为承上启下的大书家，在中国书法史上占有重要的地位。历代书家对他交口称赞，宋米南宫称他「秀润圆劲，八面俱备」，苏东坡评他「骨气深稳，体兼众妙，精能之至，反造疏淡。如观陶彭泽诗，初若散缓不收，反复不已，乃识其奇趣」。明解缙《春雨杂述》谓：「自羲、献而下，世无善书者。惟智永能寤寐家法，书学中兴，至唐而盛。」他的草书用笔凝练，结体严谨，应规入矩。笔画肥劲，而气韵生动。楷书方圆互参，骨力内蕴，结构茂密，体态闲雅，多存晋人法度。他对「永」字八法研究颇力。相传自崔瑗、张芝、钟繇、王羲之以后，智永「发其旨趣」，而传授给唐代书家虞世南。

根据北宋《宣和书谱》记载，当时宋内府曾收藏智永的真迹二十三件，其中草书十三件，真书十件。这二十三件真迹中，《千字文》就占十五件之多，可见他很喜欢写《千字文》。相传他住在永欣寺楼上写《千字文》极多，曾择其尤好者八百本，分赠给浙东各名刹大寺。这些作品传世后，海内为之轰动，纷纷上门求购，能够得其一者，往往价逾万

金。隋代至今一千三百余年，其间世变战乱无计，因为他当时书写得多，至今尚有墨迹本留传于世。

智永书《真书千字文》，早在唐代已随归化之僧、遣唐之使流传到东邻日，对日本书道产生过不小的影响。传世的智永《真草千字文》共有两本。一为唐代传入日本的墨迹本，一为保存于陕西省西安碑林的北宋董薛嗣昌石刻本。本书刊用的智永《真草千字文》就是从现藏于日本的智永《真草千字文》墨迹影印本中剪辑的。

据记载，以《千字文》为内容作书始于梁武帝时代。梁武帝酷好王羲之的书法，搜集了不少王羲之的书法，搜集了不少王羲之的书法真迹，命殷铁石摹出不重复的一千个字，叫文学侍从周兴嗣将它编成韵文，后来成了学子识习字的课本。智永也曾以大量的时间和精力临摹集王书《千字文》，努力学习王氏书法传统。

前人对智永书《千字文》评价极高。如清代何绍基《东洲草堂金石跋》曾说：「智永《千字文》，笔笔从空中落，从空中住，虽屋漏痕犹不足喻之。」清代冯班《钝吟书要》则说：「今日刻本《黄庭经》《王羲之小楷《黄庭经》多不是，但惜不见原本，字画俯仰处甚道，翻之多失，与永师《千字文》看方得。」在这里，冯班指出了学习智永书《千字文》的必要性。直到今天，王羲之的真迹犹如「龙腾」，一无所存，要想直接从王羲之的真迹中去探求他的书法妙谛已无可能。《黄庭经》一类名帖翻刻本离真迹太远，全无王氏风骨神韵。因而，从克绍家学的智永书《千字文》中寻求王氏笔法不失为一条好途径。

笔者学智永《真书千字文》多年，尤爱其笔画圆润，结体茂密，笔致内含蕴藉，不激不厉，风规悠远。我常将此帖推荐给初学者临摹。近年我受聘于浙江美术学院，兼职教授书法艺术，也把此帖列入徽学生临摹的范本之一。学生们普遍认为这对了解唐代以前楷书的基本风貌，特别是魏晋南北朝时代楷书的特点，大有裨益。从比较书法学的角度看，它还对唐代和唐代以后楷书的判析、研究提供了参照系。

本书按照书法学习的一般顺序，以基本笔画、偏旁部首、字形结构等三个部分，较详细地介绍智永《真书千字文》。如果说前两个部分以一般性技法介绍为主，那么第三个部分着重介绍学习体会和经验教训。由于笔者的书法功力和识见所限，行文中言之未尽或言之不当之处定难避免，诚望读者诸君指教。

骆恒光 一九九三年十一月于杭州西湖看山楼

目 录

智永与《真书千字文》

智永《真书千字文》原帖..... 2

《真书千字文》的基本笔画..... 45

点 横 竖 撇

捺 钩 挑 折

《真书千字文》的偏旁部首..... 66

《真书千字文》的用笔结体..... 95

尖起圆收和方起圆收 移动笔画

横细竖粗和撇细捺粗 中宫紧密

字形大小 疏密变化

结体方圆 短者画粗长者画细

牵丝联结 笔画粗细

笔画向背 同中求异

放笔取势 左右参差上下错位

连断变化

智永《真书千字文》原帖

天

地

玄

黃

宇

宙

洪

荒

日

月

盈

昊

辰

宿

列

張

寒

來

暑

注

秋

收

冬

藏

麗

露

調

閏

水

結

陽

餘

玉

為

雲

成

出

霜

騰

歲

崑

金

致

律

崗

生

雨

台

劍

舞

巨

關

珠

稱

夜

光

菓

玼

李

柰

萊

重

芥

薑

海

醎

河

淡

鱗

潛

羽

翔

讓	乃	人	龍
國	服	皇	師
有	衣	始	火
虞	裳	制	帝
陶	推	文	鳥
唐	位	字	官

吊

民

伐

罪

周

發

殷

湯

坐

朝

問

道

垂

拱

平

章

愛

育

黎

首

臣

伏

戎

羌

遐

歸

白

草

迹

王

駒

木

壺

鳴

食

賴

體

鳳

場

及

率

在

化

萬

賓

樹

被

方

蓋

此

身

疑

四

大

五

常

恭

惟

鞠

養

豈

敢

毀

傷

女

慕

貞

烈

男

效

才

良

可	靡	莫	知
覆	恃	忘	過
器	已	罔	必
欲	長	談	改
難	信	彼	得
量	使	短	能