

白砥

临古书法精粹

宋四家行草卷

破竈燒溫筆
知是寒食但見烏銜

白砥 著



湖南美术出版社

白砥临古书法精粹
宋四家行草卷

白 砥 著



湖南美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

白砥临古书法精粹·宋四家行草卷 / 白砥著. —
长沙: 湖南美术出版社, 2010.3
ISBN 978-7-5356-3609-6

I. ①白… II. ①白… III. ①行草—书法 IV.
①J292.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 042793 号

宋四家行草卷

白砥临古书法精粹

著 者: 白 砥

责任编辑: 胡紫桂 彭 英 邹方斌

特约编辑: 李 婷

整体设计: 赵爱民

出版发行: 湖南美术出版社

(长沙市东二环一段622号)

经 销: 湖南省新华书店

设计制作: 杭州典集文化艺术有限公司

印 刷: 杭州富春电子印务有限公司

(杭州市西湖区三墩镇西湖科技经济园区)

开 本: 787×1092 1/8

印 张: 7

版 次: 2010年3月第1版 2010年3月第1次印刷

印 数: 1—3000册

书 号: ISBN 978-7-5356-3609-6

定 价: 38.00元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0731-84787105 邮编: 410016

网址: <http://www.arts-press.com>

电子邮箱: market@arts-press.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 0571-85779196

宋四家的『意』与『法』

白砥

注释：

〔一〕苏轼《石苍舒醉墨堂》。

〔二〕元·虞集《道园学古录》卷十一《题吴傅朋书并李唐山水跋》。

〔三〕董其昌《容台集·容台别集》卷二《书品》。

〔四〕黄庭坚《山谷题跋》卷五《跋东坡墨迹》，《中国书画全书》第一册第608页，上海书画出版社，1993年版。

〔五〕葛立方《韵语阳秋》卷五，载《历代诗话》。

〔六〕赵希鹄《洞天清禄集·古翰墨真迹辨》，载《美术丛书》。

〔七〕蔡絛《铁围山丛谈》卷四。

〔八〕元·陆友《研北杂志》卷上。

〔九〕同上。

晋尚韵、唐尚法、宋尚意、明尚态、清尚朴……这是人们对每个时代书法风尚的宏观界定。宋书尚意，更多是相对于唐人尚法而言。而唐人所尚之法，其实大多指其楷书。因为中唐有狂草创作，开一代新风，如果从狂草这个角度言，则唐人尚法似不成立。宋四家书风从晋、唐、五代而来，但他们已没有唐人那样大量的楷书碑刻留世，所遗多为行草，故这『意』也与宋人喜写行草有关（宋人的楷书，多少有些行意）。当然，『法』与『意』，决不只是书体的审美标记，苏轼谓『我书意造本无法，点画信手烦推求』〔二〕，或许应是宋书尚意最好的注脚。

其实我们都清楚，『意』是相对于『法』而言的。唐人楷书，不是没有意，而是法多于意，唐楷以体现法度为目的；宋人行草，不是不存法，而是更多注重意，那种流畅潇洒，那种跌宕多姿，是多么舒心惬意！也有后人批评宋人，如虞集：『大抵宋人书自蔡君谟以上，犹有前代意，其后坡、谷出，风靡从之，而魏晋之法尽矣。米元章、薛绍彭、黄长睿诸公方知古法……』〔三〕在元人看来，东坡、山谷是舍弃魏晋古法的罪魁祸首。明末董其昌则曰：『晋人书取韵，唐人书取法，宋人书取意，或曰意不胜于法乎？不然，宋人自以为书耳，非有古人之意也。』〔四〕指出宋人取意，但亦丧法。显然，人们对北宋书家尚意风气的批评，皆以晋人为标准。晋人书潇洒而谨严，北宋人未必不知，也未必不想朝着那个方向努力。只是后人所有的功底，只能取晋人一面而发挥之，以能自立新派，流传后世。故宋人之尚意，反映的是宋人把书法作为艺术看待的深层心理，这与元代赵孟頫等书家一切以晋法为上的观念是不同的。

一、尚意书风的物质与观念基础

（一）晋唐书法的物质基础

虽然在元人看来，宋人尚意有悖对晋韵的取法，其实，无论宋四家还是北宋其他书家，学书不学晋人是不可能的。就四家而言，其早年学习对象，不外乎二王。我们且看时人或后人对四家学书的评论：

黄庭坚评苏轼：『东坡道人少日学《兰亭》，故其书姿媚似徐季海。』〔四〕

苏过评苏轼：『吾先君子岂以书自名哉！特以其至大至刚之气，发于胸中而应之以手，故不见其有刻画妩媚之态，而端乎章甫，若有不可犯之色。少年喜二王书，晚乃喜颜平原，故时有二家风气。俗手不知，妄谓学徐浩，陋矣。』〔五〕

赵希鹄评黄书：『山谷乃悬腕书，深得《兰亭》风韵，……』〔六〕

蔡絛评米书：『其（米芾）得意处大似李北海，间能合者，时窃小王风味也。』〔七〕

陆友评米书：『米南宫学王书而变，薛河东学王书而不变。』〔八〕

陆友评蔡书：『蔡君谟所摹右军诸帖，形模骨肉，纤悉具备，莫敢逾轶。』〔九〕

……

可以说，尽管宋四家相比初唐书家对晋人的虔诚恭敬多有不及，但四家对晋法的吸收，应是不争的事实。所不同于初唐者是，四家法晋人而又多涉中唐，并最终大多能自出机杼，不随古人之后，这也正是宋人个性之所在。

北宋人随中唐、五代，从各自书风中皆能直接看出。

蔡襄书出颜鲁公，尤字架与颜早岁书《多宝塔碑》相似，字势正，气局稳，结字的鼓形特征较为明显。当然，其学颜也同时具有徐浩的习气，或正因其学徐浩，故大气终不能与颜书相类，此其短处。而元人指蔡君谟存晋人法度，或是看到蔡书拘谨的一面，而以为法度，蔡襄早年的《门屏帖》及后来的《海隅帖》、《自书诗帖》、《澄心堂纸帖》等，均能见其学中唐书家而谨于法的一面。

东坡与米芾之学唐人，亦很明显。『东坡少时规摹徐会稽……中年喜临

注释：

〔一〇〕黄庭坚《山谷题跋》卷九《跋东坡自书所赋诗》、《中国书画全书》第一册第74页。

〔一一〕米芾《自叙帖》。

〔一二〕米芾《宝章待访录》、《中国书画全书》第一册第959页。

〔一三〕米芾《海岳名言》、《历代书法论文选》第361页、上海书画出版社，1993年版。

〔一四〕黄庭坚《山谷题跋》卷四《题颜鲁公帖》、《中国书画全书》第685页。

〔一五〕黄庭坚《山谷题跋》卷四《跋洪驹父诸家书》、《中国书画全书》第687页。

〔一六〕黄庭坚《山谷题跋》卷四《跋王立之诸家书》、《中国书画全书》第686页。

〔一七〕黄庭坚《山谷题跋》卷七《书草老杜诗后与黄斌老》、《中国书画全书》第698—699页。

〔一八〕李日华《紫桃轩杂缀》卷二。

〔一九〕元·王恽《秋涧先生大全文集》卷九十五《王堂嘉话》之三。

〔二〇〕《苏轼诗集》卷二十九《书鄮陵王主簿所画折枝二首》。

〔二一〕苏轼《评草书》、《历代书法论文选》第314—315页。

写颜尚书……晚乃喜李北海书。〔二〇〕，似乎东坡一生都在唐人书中取法。

其所作大楷《丰乐亭记》、《醉翁亭记》等，书出鲁公《东方朔画赞》；其被贬黄州时所作《桤木诗帖》及《黄州寒食诗帖》，虽自性益见，但其中宽博之势，尤得力于颜书。米芾则自叙「余初学颜，七八岁也……」〔二〕，早岁即以颜为基，其后来虽对颜楷的板正多有微词，但对《争座位帖》等行书，却极力推崇：「字字意相连属飞动，诡形异状，得于意外也，世之颜行第一书也。」〔三〕「与郭知远《争座位帖》，有篆籀气，颜杰思也。」〔四〕。其所作《虹县诗帖》、《多景楼诗帖》等厚重宽实，有颜书气概，而《戎薛帖》后半段狂草，则无疑从怀素《自叙帖》得之。

四家中要数黄庭坚最近唐人。如果说蔡襄之学徐（浩）、颜（真卿）只在于法，黄庭坚的线条之厚、字架之宽、笔势之纵，则直接颜、旭。山谷对于颜真卿的崇拜，比苏轼还要明显。其尝言：「观鲁公此帖，奇伟秀拔，奄有魏、晋、隋、唐以来的风流气骨，回视欧、虞、褚、薛、徐、沈辈，皆为法度所窘。岂如鲁公萧然出于绳墨之外，而卒与之合哉！」〔五〕其更认为「颜鲁公书，虽自成一家，然曲折求之，皆合右军父子笔法。书家多不到此，故尊尚徐浩、沈传师尔。」〔六〕「见颜鲁公书，则知欧、虞、褚、薛未入右军之室。」〔七〕言语之间，颜书把王书用足、用活，是右军父子笔法的真正继承并发扬者。山谷后期书风的纵横大气，且自成一格，其意气与颜之学王相似。除师法颜书之外，山谷草书则直接唐人狂草，跌宕起伏，左冲右突，势不可遏。其曾自述：「吾学草书三十余年，初以周越为师，故二十年抖擞俗气不脱。晚得苏才翁子美书观之，乃得古人笔意。其后又得张长史、僧怀素、高闲墨迹，乃窥笔法之妙。」〔八〕传世《诸上座帖》、《李白忆旧游诗卷》等力追唐人，为有宋一代最具狂意的作品。

从宋四家的取法晋唐，尤其是取法中唐以来书家的大气纵横的意态，我们认为这是宋书尚意的基本前提：在二王书法日益稀缺的情势下，中唐五代书家力破初唐的谨守而标拔志气，实为宋人开了先河。

（二）文人意识的凸显

宋书之尚意，除却顺接中唐、五代以来的书学观念之外，与北宋书家所

具有的文人意识与心态，也有直接的关系。四家之中，苏轼、黄庭坚是中国文学史上的杰出人物，他们的诗文无论是在当时还是后代，都产生了不可磨灭的影响。米芾的文学影响虽不及苏、黄，然个性率直，有话不藏，性格暴露。蔡襄与欧阳修、梅尧臣等同时代，过往甚密，常有诗文唱酬，积有《蔡忠惠公集》，虽没有欧、梅等的积极开拓，但文人的意识自然有之。

北宋之前，书家中虽不乏士大夫文人，但像北宋时期这般集中，却是少有的。而且，以苏、黄之文学声望，其在书法上的言论足以引起广泛而深刻的关注，这自然成为他们在书坛鼓吹「尚意」书风的有力推手。苏轼性豪放，做事作文不愿随人作计，喜欢创新、探索。其以诗入词，将词从「诗余」中解放出来，而成为一种独立的文学样式。其在政治上激进，曾因「乌台诗案」入狱，后又因「讥斥先朝」、「诽谤先帝」之罪名降职，人生路上数次被贬。其在书法上的主张大胆而新颖，他经常讥讽那些墨守成规的书家，如明李日华《紫桃轩杂缀》记：「蔡卞日临《兰亭》一过。东坡闻之曰：「从是证入，岂能超胜？盖随人脚跟转，终无自展步分也。」」〔一〕他认为「学书时，临摹可得形似。大要多取古书细看，令入神，乃到妙处。」〔二〕而其「论画以形似，见与儿童邻。赋诗必此诗，定非知诗人……」〔三〕的论断更为著名，诗画一律，书法自莫能例外。他宣称「吾书虽不甚佳，然自出新意，不践古人，是一快也！」〔四〕「我书意造本无法，点画信手烦推求」，将「意」作为书家的终极表现目的。

黄庭坚名列「苏门四学士」之首，与苏轼情在师友之间，是「江西诗派」的开山祖师。其书风与诗风相似，追求奇崛重大，反对因循守旧。他认为「字中有笔，如禅家句中有眼」，直至老死，书风一直在求变过程中，其在《山谷题跋·书右军文赋后》说：「余在黔南，未甚觉书字绵弱。及移戎州，见旧书多可憎，大概十字中有三四差可耳。今方悟古人沉着痛快之语，但难为知音尔！」〔五〕这种刻意求变、不满足于现状的意识，正是文人、艺术家以创造为已任的崇高理想与追求。其《题乐毅论后》记有诗句「随人作计终后人，自成一派始逼真。」〔六〕及评鲁公学二王「萧然出于绳墨之外」之语，都是这种创新精神的最好注脚。

米芾虽文才不及苏、黄，却是地地道道的书画二学博士。而其生性怪异，时人皆知，世以「米颠」称之。其留世言论有《海岳名言》，针砭前人时人书风，不留情面。他对古人的临摹之作，如《中秋帖》、《鹅群帖》、《东山帖》、《湖州帖》等等，皆已意出之，可见其骨子里充满着对「意」的表达。元代陆友将蔡襄与米芾临古作过对比，在肯定蔡君谟所摹右军书的同时，却认为米元章「超规越矩，虽有生气而笔法悉绝矣！」^{〔二四〕}陆友虽扬蔡抑米，但话语中正可见米芾对摹古毕肖之不屑。而米芾写给薛绍彭的一首诗，更可表明其对书法创作的立场：

何必识难字？辛苦笑扬雄。

自古写字人，用字或不通。

要知皆一戏，不当问拙工。

意足我自足，放笔一戏空。^{〔二五〕}

「意足我自足，放笔一戏空」，正是文人艺术家袒露观念的写照。

苏、黄、米的文人性格，还可见于他们对前人及互相之间的批评上。

〔二二〕 黄庭坚《山谷题跋》卷四《书右军文赋后》，《中国书画全书》第一册第681页。

〔二三〕 黄庭坚《山谷题跋》卷四《题乐毅论后》，《中国书画全书》第681页。

〔二四〕 陆友《研北杂志》卷上。

〔二五〕 米芾《宝晋英光集》

卷三《答绍彭书来论晋帖误字》。

〔二六〕 米芾《海岳名言》，

《历代书法论文选》第364页，上海书画出版社，1980年版。

〔二七〕 同上，第363页。

〔二八〕 同上，第362页。

〔二九〕 同上，第362页。

〔三〇〕 同上，第361页。

为一门具有数千年历史的独特艺术，书法在其产生与发展过程中，积累了丰富的技法与审美规范，这对书法家夯实基础、加快自身素质的培养无疑起到了促进作用。但同时，由于人的情性及因政治、社会等原因而因循守旧、墨守成规者大有人在，书法常常被沦为抄写或像科举之类的工具，其表意功能大大损伤。

宋代尚意书风的出现，一方面是传承中唐、五代以来的表意风气，一方面又无不是对初唐书家及北宋建政以来一些书家的谨守的反动，而从本质上讲，无不是苏、黄、米等书家文人意识及艺术思想的直接流露。

尚意书风的特征，从形式上讲，大体有以下几点：

（一）楷体行意

楷书自魏晋以来，经过南北朝的嬗变，隶书的遗留逐渐消失褪尽，至唐代完全成为「标准」字体。世称楷书几大家之颜、柳、欧，都出在唐代。

唐楷之谨严守正，虽然以字体发展角度讲是一种成熟，但在一定程度上钳制了人们的观念及创作冲动。所以，历史上认为唐人尚法，或正从唐人多楷书而言，即或行书，也多存楷则。这种现象在初唐尤为明显。北宋书家鼓吹尚意，正从力破楷则做起。

我们先来看米芾对唐楷的评价：

「欧、虞、褚、颜、柳，皆一笔书也」。^{〔二八〕}

所谓一笔书，指书写时动作过于程式机械、教条，结字大小一致，少变化。米芾极力推重大篆古法，认为「篆籀各随字形大小，故知百物之状，活动圆备，各自自足。隶乃始有展促之势，而三代法亡矣」。^{〔二九〕}隶书相比于唐楷，字体尚活。米芾指隶有展促之势，言下更不必说唐楷了。其指「唐人

以徐浩比僧虔甚失当。浩大小一伦，犹吏楷也。僧虔、萧子云传钟法，与子敬无异，大小各有分，不一伦。徐浩……教颜大字促令小，小字展令大，非古也」。^{〔三〇〕}字形各随大小自然，而唐人却把它写得千篇一律，这是唐人对古法的破坏。宋人较少见得南北朝碑刻楷书，若见得，则定会与唐人作比。

《瘞鹤铭》为晋碑，隶意犹存，体态婀娜自然，线质雄杰沉郁。宋人多以为王羲之书，欧阳修《集古录》谓「案《润州图经》以为王羲之书，字亦奇

注释：

注释：

〔三二〕欧阳修《六一题跋》

卷十《集中录·瘞鹤铭》。

〔三三〕黄庭坚《山谷题跋》

卷四《书遗教经后》、《中国书

画全书》第684页。

〔三三〕黄庭坚《山谷题跋》

卷九《跋唐道人编余草稿》、《中

国书画全书》第111页。

特，然不类羲之而类颜鲁公，不知何人书也……」〔三二〕黄庭坚以为即为右军

书：「顷见京口断崖中《瘞鹤铭》大字，右军书，其胜处乃不可名貌……」〔三三〕。

黄庭坚以为右军书，盖因《瘞鹤铭》非晋人其他书家能为之故。而山谷之钟情于斯，正在于其「势若飞动」、「结密而无间」，与唐楷之方正刻板完全不可同日而语。

宋人对唐楷的批评及对博大、奇崛的楷书风格的追求，正是他们崇尚表意的第一步。楷为行先，楷书如中规中矩，行书要变化则难。行书若不能奇崛善变，尚意或将不能实现。

正是这种意识驱使，宋代书家的楷书碑刻相比于唐人大大减少。我们观苏、黄、米、蔡数家，墨迹与碑刻遗留与唐人正好相反，这从某种意义上讲，是宋人不喜写楷书造成的。

宋人写楷书较少，即使写之，也多参行意。东坡《司马温公碑》、《宸奎阁碑》、《丰乐亭记》、《醉翁亭记》等碑刻，虽与鲁公书有几分似，但字势已多欹侧，笔势多有飞扬，唐人之钩挑及顿挫几不复见。墨迹《祭黄几道文》、《前赤壁赋卷》完全将行书笔意融入楷书，已为行楷。米芾楷书几乎不存，《向太后挽词帖》寥寥数行，与东坡墨迹楷书一样，行意颇多。

山谷《王纯中墓志铭》、《水头镬铭》、《青原山诗刻》、《徐纯中墓志铭》、《狄梁公碑》等，也与东坡、米芾无异，皆以行意入楷，而字形之奇崛，更胜东坡、米颠。蔡襄是四家中最守法的一位，不过与唐碑相比，其楷则要逊色许多。

（二）畅适跌宕

如果说宋代楷书多行意，那么，宋代行草书的跌宕多变自不待言。

蔡襄作为北宋中期书家，尚没有后期书家的放意与大胆。其宗法二王与唐人，这与苏、黄、米没有二致。但蔡襄所宗的二王法，其实处处以唐法为前提，这使他欲罢不能，常常有带着镣铐跳舞的感觉。其相对放意的书作，如《陶生帖》、《思咏帖》、《扈从帖》、《纡问帖》、《暑热帖》、《脚气帖》等，时有将唐法与二王交融得较好的笔意（《暑热帖》、《脚气帖》等），但也常常显露出怯懦与单薄，与二王的大胆洒脱又气韵俱足尚有

一定的距离。不过，像《陶生帖》之类，对蔡襄来说已经是彻底地放纵了，可以看出他学《初月帖》的影子，不过，魏晋时期的侧笔常常因绞转而成，但宋人想学这种绞转却常变为单薄，想是动作不够丰富而成。不过，这种意识对蔡襄来说已为难得，他能最后列入宋四家，并且把他列入尚意书风中的一员（尽管有些牵强），我们认为与他的这种还能畅适的意识有关。

要说真正的畅适，苏轼应该是当仁不让的。苏轼的这种适意，以韵为前提，而不同于蔡襄的以法为前提，格调上比蔡提高了许多。蔡谨守于动作与间架，一笔下去似乎必须进入程式，这使得他要么循规蹈矩，要么放笔失格。东坡比蔡襄高明之处在于，他似乎没有刻意的程式，但笔致能留而不滞，畅而不滑，线质温润如玉，肤肌清丽而不俗。这种力的恰当把握，使苏字适而蕴韵。东坡自谓「意造」、「信手」，其实是破了初唐的法，而力图步入晋人堂室。

当然，苏轼对中唐、五代的大气、奇崛也是极为推重的。其被贬黄州时所作之《黄州寒食诗帖》，无疑又显示出他豪迈挣扎的一面。山谷跋谓「兼颜鲁公、杨少师、李西台笔意」，可谓的评。颜书博大宽厚、杨书奇崛善变、李书沉涩平和，这种看似与惯常一路苏字不甚相干的审美特征，在此帖中共存，足可见苏轼的能力。

黄庭坚对东坡《黄州寒食诗帖》如此赞赏，当然也是从他的审美立场出发的。其喻之谓有鲁公、少师、西台笔意，此三家正是山谷心仪的书家。山谷曾将《瘞鹤铭》归入右军笔下，潜意识中以为右军应当是奇崛沉厚而富韵致的。右军书如是，我辈岂有袖手不学之理？山谷早岁学东坡，虽有韵而少大气，故后来力从《瘞鹤铭》，将之与颜书博大宽厚掺融，无疑又多奇崛。这种大、奇、厚的特征，在《松风阁诗帖》、《黄州寒食诗帖跋》、《经伏波神祠诗卷》等行书作品中和盘托出。

然而山谷的「意」，还不止于大而奇。其接张旭、怀素草书而成的大草，跌宕狂纵，势如破竹。对其自作狂草的意蕴，山谷曾有自述：

……然山谷在黔中时字多随意曲折，意到笔不到。及来楚道（戎州），舟中观长年荡桨、群丁拔棹，乃觉少进，意之所到，辄能用笔。〔三三〕

这与张旭观公孙大娘舞剑、怀素观夏云多奇变，同出一理。山谷对其狂草，颇有自负之评：

近世士大夫罕得古法，但弄笔左右缠绕，遂号为草书耳！不知与科斗、篆隶同法同意。数百年来，惟张长史、永州狂僧怀素及余三人悟此法耳！^{〔三四〕}

显然，这不仅仅是一种得意狂傲，而是山谷勇于探索、勤于学古的一种报答。我们今日梳理狂草书的发展史，山谷顶接旭、素，确是史实。

黄庭坚的狂草，遗世有《诸上座帖》、《李白忆旧游诗》、《廉颇蔺相如列传》等。

相比于黄庭坚，米芾的波澜自然要小许多。而他又不像苏轼那样畅适得温文尔雅，似乎介在二者之间。米芾所擅书体，基本囿于行书，这注定他放「意」的程度。从用笔的特征看，米芾自谓用「刷」，这是不及苏字具有雅韵，又不及黄字大开度跌宕的根本原因。所谓「刷字」，指不拘泥于动作程式，行为过程中少顿挫起伏而速度较快、方向单一的用笔方式。米芾之自诩「刷字」，是相对于其讥讽苏轼「画字」、黄庭坚「描字」而言的，个中意思，不言自明。联系《海岳名言》大篇幅贬斥他人，米芾无非想告诉别人他用笔的自然性及其放意性，这是米芾自负之处。当然，这个「刷」字绝不可理解为刷油漆般的简单动作，毕竟米芾有过几十年「集古字」的基础。

综上所述，宋人之尚意书风，其实并非一个模式的流行风格，他们标示的「意」，是力破成法束缚，不囿前人樊篱，自立风格，各有各别。而在艺术语言的建构上，力求适意、自然、奇崛、跌宕的审美效果。至此，自初唐以来对「法」的尊崇与恪守，终被宋人完全打破。

三、意中之「法」

虽然我们把蔡襄书法列入尚意书风的范畴，其实，蔡襄对于「法」的尊崇，相对于苏、黄、米三家，绝对是当仁不让的。而其「法」与其「意」相比，也有过之而无不及。这一方面由于他生在北宋中期，比其他三家年长，当时书坛「意」气尚未风发；另一方面自与个性、审美趣味相关。但诚如我们上面分析所说，蔡襄之法，其实所用多为唐法（徐浩、颜真卿楷书），而

且是用固定的成法（动作程式与结构规范），至于挥洒（表意）过程中对法的演绎，蔡襄常常会乱了分寸，以至笔法简单，线条扁薄。而苏、黄、米三家，意态奇逸洒脱，但其意中之法，却比蔡襄体现得要活得多。也就是说，蔡书有将「法」与「意」对立的感觉，苏、黄、米三家则寓「法」于「意」之中，「意」态挥洒之中，「法」度俱在。

这种「法」存于「意」的表现，古已有之。其实，唐、宋、元、明、清各代争相学习的二王书法，是「法」存于「意」的极好典范。二王书风洒脱风流，动作到位，线质遒实，结构严谨而灵活。张旭、怀素等中唐书家，继承二王书风的这一传统，纵横跌宕中处处能留，线条古涩苍劲，笔不虚过。宋人之尚意，其实决不是要舍弃那种能通于「理」、「道」的法，而是要在「成法」的基础上更进一层，撇除一些阻碍入理的条条框框与教条动作，让书法走向更为深刻、自由的表现领地。

我们来看苏、黄、米三家对「法」的理解。

苏轼：「予尝论书，以谓钟、王之迹萧散简远，妙在笔画之外。至唐颜、柳，始集古今笔法而尽发之，极书之变，天下翕然以为宗师，而钟、王之法益微。」^{〔三五〕}从表面上看，苏轼谓颜、柳「集古今笔法而尽发之」，对颜、柳不无褒意。其实，苏轼以为正是颜柳之「极书之变」，使「钟、王之法益微」。而其不无自负地说：「若予书者，乃似鲁公而不废前人者也。」^{〔三六〕}其中意思，不言已明。苏轼追求的正是这种蕴涵古法而意气洒脱的美感。

苏轼的这一理念，在其《书吴道子画后》中说得更直接：「出新意于法度之中，寄妙理于豪放之外。」^{〔三七〕}

黄庭坚对意中之法的解读，决不落后于苏东坡。其曾曰：

楷书欲如快马入阵，草法欲左规右矩，此古人妙处也。书字虽工拙在人，要须年高手硬，心意闲淡，乃入微耳！^{〔三八〕}

这与苏轼「正书难于飘扬，草书难于严重」之论极似。黄庭坚认为颜书「皆合右军父子笔法」正说明其之谓法度，决不是对前人书写规矩的依样画葫芦，他欣赏鲁公之「曲折求之」，正是谓鲁公从篆隶笔法（黄认为颜书从

注释：

〔三四〕黄庭坚《山谷题跋》卷八《跋此君轩诗》、《中国书画全书》第704页。

〔三五〕《苏轼文集》卷六十七《书黄子思诗集后》。

〔三六〕《苏轼文集》卷六十九《记潘延之评予书》。

〔三七〕《苏轼文集》卷七十《书吴道子画后》。

〔三八〕清倪涛《六艺之一录》卷二百七十三《宋黄庭坚论书》。

注释：

〔三九〕黄庭坚《山谷题跋》

卷五《跋周子发帖》，《中国书画全书》第691页。

〔四〇〕黄庭坚《山谷题跋》

卷五《论黔州时字》，《中国书画全书》第690页。

《瘞鹤铭》等书出）入而合右军父子，故而又能萧然出于绳墨之外。除颜真卿外，他对张旭的评价同样筑基于他的认识：

颜太师称张长史虽姿性颠佚而书法极入规矩也，故能以此终其身而名后世。如京洛间人传摹狂怪字，不入右军父子绳墨者，皆非长史笔迹也。〔三九〕

张旭之狂草因有深厚的古法作为基础，故狂而不怪。这与京洛间人之狂怪字是不同的。字之怪实为法未到而意放浪，犹如小儿尚未能走路而意欲奔，无法度又失却自然。黄氏对于草法的理解，实与篆、隶之法相同：

张长史折钗股，颜太师屋漏法，王右军锥画沙、印印泥，怀素飞鸟出林、惊蛇入草，索靖银钩虺尾，同是一笔。〔四〇〕

这便是将法上升到通理入道的高度，故此法非为一点一画之法。

米芾是苏、黄、米三家中最具批评意识的。其对法的认知也多蕴于意。我们在前面引用《海岳名言》中米芾对唐楷的批评，正是出于其融法于意的理念。对于颜书，米芾极推重《争座位帖》，认为其「字字相连属飞动，诡形异状，得于意外也。」鲁公楷书因刻碑需要，字字停匀，大小一律，这正

是米芾拘病之处。写得字字停匀、大小一律，在不少人眼里正是楷「法」所在，但米芾斥之。米芾崇尚的是像大篆一样各随字形大小的「古法」，而不是唐楷的整齐一律。

从三家言论可以看出，他们对「法」的认定，决不是独立于「理」、「道」及「意」的技法。当「法」只是基础技法时，它会阻碍其向更深层次「理」、「道」、「意」的发展。只有入理之法、通道之法，才是真正的大法。

宋书尚意，从历史的角度看，是对唐以来一些教条成法的反动，而从他们对颜体行书、张旭、怀素、杨凝式及魏晋书风的肯定，可以发现他们尚意的真正本质是——崇尚书写行为的自然性，蕴法于意之中；崇尚书家的个性意识与创造意识，反对墨守成规、固步自封。

东坡的两面

苏东坡曾经放言：『我书意造本无法，点画信手烦推求。』这句口号，被认为是宋书尚意的标记。宋人留世墨迹较唐人丰富，所以，我们不必为刻帖之类的不实付出评判上的代价。从东坡手迹看，其用笔结字虽较唐人们信手，但论守法与写意，则既不及初唐的恪守，也没有旭素们的放纵。所以，宋人之意，其实更多的是闲适——一种文人的情调。

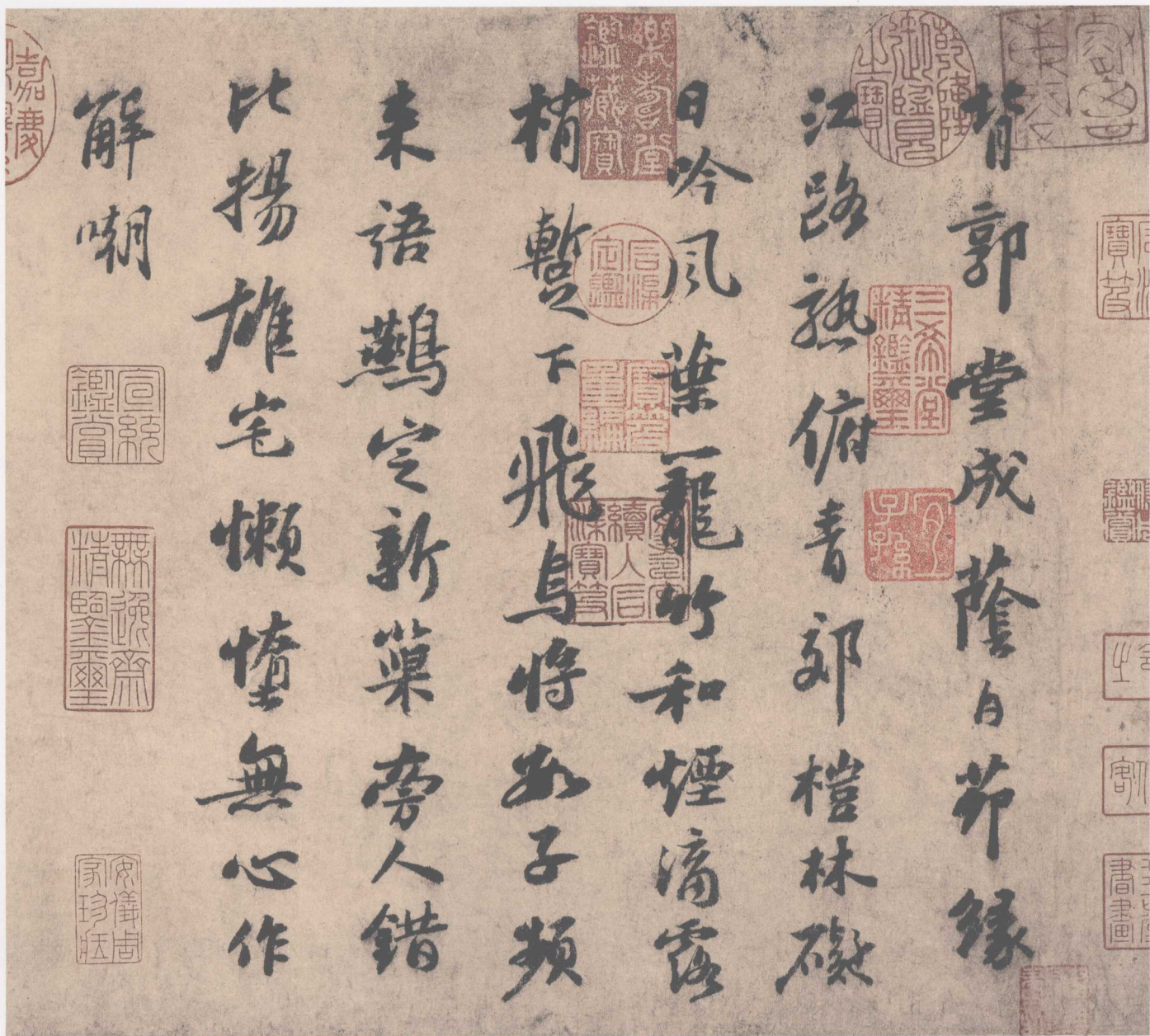
宋书既有诗文创作，也不乏信札记事。宋人的手札体式，较以往更多地具有文人意志：行间字数短长交错，往往一篇之中，空白占去不少空间。这种体式，无疑增加了作品的闲趣。在东坡手札中，我们的确感觉到了由空白引起的审美愉悦。当然，这种愉悦，配上书写的娴雅畅适，则更加意犹未尽。东坡的诗文创作，有时也借用这种留白，使作品更得幽趣。

《黄州寒食诗帖》是东坡行书的代表作。与通常苏书比，此作气魄之大，可上追中唐、五代。其字形大小反差，在苏书中首屈一指；而笔力之强健，则无出其右者。时人常讥东坡字如『石压蛤蟆』，多偏侧偃卧之笔，但见过此帖，我们却能感受到其『大江东去，浪淘尽，千古风流人物』的豪气。或许，在东坡的感官世界里，婉约与豪放是并存的。婉约造就作者的情调，豪放则显其英雄本色——这就是东坡书法性格的两面。

临写要求：

一、偃卧是东坡习性，使其结字耸肩，用笔偏侧。故学苏书应适当避免东坡病笔。

二、《寒食诗帖》比普通手札字大，故偃卧不适其用，自当悬腕书之。



宋 苏轼 桤木诗帖

临苏轼 桤木诗帖
47cm X 67cm 1998年

背郭堂成荫白茅缘江路熟俯
青郊桤林碍日吟风叶笼竹和
烟滴露梢暂下飞鸟将数子频
来语燕定新巢旁人错比扬雄
宅懒惰无心作解嘲

背郭堂成荫白茅缘

江路熟俯青郊桤林碍

日吟风叶笼竹和烟

滴露梢暂下飞鸟将

数子频来语燕定新

巢旁人错比扬雄宅懒

惰无心作解嘲

东坡桤木诗 白砥临

天際烏雲含雨重樓前
紅日照山明嵩陽居士
今何之青眼看人万里情

宋 苏轼 天际乌云诗帖

天際烏雲含雨重樓前

紅日照山明嵩陽居士今何

在青眼看人万里情

白砥



临苏轼 天际乌云诗帖
45cm X 20cm 1996年

天际乌云含雨重楼前红日照
山明嵩阳居士今何在青眼看
人万里情

東武小邦不煩
牛刀實多矣以
上助萬一者非不盡也雖陽政
望掩惡耳
真州房涪已令子由
面白悚息

蘇軾

宋 蘇軾 東武帖

臨蘇軾 東武帖
47cm X 46cm 2001年

東武小邦不煩牛刀實無可以
上助萬一者非不盡也雖隔數
政猶望掩惡耳真州房涪已令
子由面白悚息悚息軾又上

東武小邦不煩

牛刀實多矣以

上助萬一者非不盡也雖陽

政望掩惡耳真

州房涪已令子由面白悚

息

蘇軾

山陰白砥臨



自我來黃州已過三寒
食年！欲惜春、玄不
客惜今年又苦雨、月社
蕭瑟比、聞海棠花泥
污遊支雪、閑中偷負
去年真有力、何殊少
年不病起、須臾白
春江欲入戶、雨勢未
不已、雨小屋如溪舟濺

水雲裏、空庭黃寒菜
破竈燒濕葦、那
知是寒食、但見烏
銜帛、君門深
九重、墳墓在萬里、也擬
哭、淪窮死、屋吹不
起
右黃州寒食二首

自我來黃州，已過三寒

食年！欲惜春，去不

容惜今年，又苦雨，而五月秋

葉蕭瑟，所聞海棠落，泥

汙燕支雪闇中偷負
去年病起頭已白
春江欲入戶雨勢來

临苏轼 黄州寒食诗卷（一） 47cm×156cm 2002年

自我来黄州已过三寒食年年欲惜春春去不容惜今年又苦雨两月秋萧瑟卧闻海棠花
泥污燕支雪暗中偷负去夜半真有力何殊病少年病起头已白春江欲入户雨势来

不几小屋如渎舟濠人

水雪衰空庖煮寒菜

破竈燒濕葦平那

知是寒食但見烏銜