

草書研究

卜希旸 編著

中國書法教學叢書



華文出版社
SINO-CULTURE PRESS

草書研究

卜希旸 编著



華文出版社
SINO-CULTURE PRESS

图书在版编目(CIP)数据

草书研究 / 卜希旸编著. —北京: 华文出版社, 2014. 10
(中国书法教学丛书)

ISBN 978 - 7 - 5075 - 4109 - 0

I. ①草… II. ①卜… III. ①草书—书法 IV. ①J292. 113. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 101014 号

草 书 研 究

编 著: 卜希旸

责任编辑: 张超琪 刘孟丽

出版发行: 华文出版社

社 址: 北京市西城区广外大街 305 号 8 区 2 号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwbs.com.cn>

电 话: 总 编 室 010 - 58336239 发 行 部 010 - 58336238 58336212

责任编辑 010 - 58336257

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 17

字 数: 215 千字

版 次: 2015 年 1 月第 1 版

印 次: 2015 年 1 月北京第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5075 - 4109 - 0

定 价: 43.8 元

版权所有 侵权必究

作字行文載道
書以後采所特

已

教學叢書題

中石



为中国书法教学丛书题

笔中風骨
字里情操

二〇一三年元旦

柳斌



中国书法教学丛书

总 序

中国书法博大精深、源远流长,是国粹,是传承中华文化的载体和血脉,是中华民族独有的文化符号,是中华民族大团结的重要精神纽带。书法可以引导人们深入认识和理解中国传统文化。

近年来,书法倍受人们的关注。学习书法的人愈来愈多,书法活动愈来愈丰富,人们的书写水平和鉴赏能力也愈来愈高。“书法热”的兴起,是时代的呼唤,是民族的心声,是社会的进步,也是改革开放的重要成果。

我们组织编写“中国书法教学丛书”(以下简称“丛书”),不是为了附庸风雅,更不是为了追逐名利,而是因为我们心里怀着一种弘扬中国传统文化的使命感。首先,是为了弘扬传承书法艺术,这是时代的文化担当,也是每一个中华儿女义不容辞的责任。其次,教育部把书法列入中小学教学课程之中,但是适应中小学教师需要的,特别是成体系的书法教学书不多,成了制约提高中小学书法教学水平的“瓶颈”,这套丛书可成为破解这一难题的一把钥匙。第三,这套丛书还能为自学书法的朋友提供启示和指引,帮助他们不断提高书法创作能力。

这套丛书从单个书体的研究到综合性的创作、从书法历史的阐述到书法名作的欣赏,对中国书法进行了全方位的梳理与阐释,融书法知识、理论、创作为一体,是介于学术专著和书法教程之间的一种新的探索。“丛书”有三个特点:一是有较强的理论性,深入浅出,通俗易懂。既有对各种书体的理论阐述,又有对各个历史时期书法演进的理论阐述。二是有较强的可操

作性,指导创作,途径独特。既讲述各种书体的书写技法和技巧,又讲述各体相融的创作方法和要领。三是有较强的群众性,适用广泛,覆盖面大。既适用于中年朋友,也适用于老年朋友,还适用于青少年朋友;既对初学者有指导作用,对深造者同样具有指导作用。

为了编好这套丛书,我们特别邀请近年来在书法教学领域比较活跃,对书法创作有深入研究的学者和书法家组成编委会。编委会首先对“丛书”的编写理念、体例、内容、插图等进行详细研究,在统一思想的基础上,每个作者查阅了大量资料,用一年多的时间完成初稿之后,经过三审三校,最终形成了呈现在大家面前的这套体系完备的书法教学丛书。

编委会成立之初,大家一致提议:邀请著名学者、书法教育家、书法家欧阳中石先生担任顾问。欧阳先生提议请原国家教委副主任柳斌与他共担此任,柳斌先生也欣然接受。两位先生都是年事已高的长者,他们对中国书法的热爱和对普及书法的高度重视,深深感动了编委会的全体成员。两位顾问对“丛书”的定位和编写工作,先后提出颇为深刻的指导意见,使此书的学术地位与思想含量有了明显的提升。在此对两位先生所做的重要贡献以及所有关心和支持这套丛书的专家朋友们表示诚挚的谢意!

“丛书”的编写,虽然作者都作出最大的努力,但由于时间仓促,书中的疏漏和失误在所难免,诚恳希望读者批评指正,以便再版时予以纠正。

赵长青 王震

2013年10月

目 录

第一章 草书概论	1
第一节 草书的定义	3
第二节 草书学习的目的、意义	6
第三节 草书的类别及学习轨程	10
第二章 草书的源流及发展	13
第一节 汉兴有草书	13
第二节 三国魏晋六朝之草书	18
第三节 盛唐之音——狂草的崛起	41
第四节 尚意书风下的宋代草书	53
第五节 向二王回归的元代草书	68
第六节 明代草书的繁荣与发展	76
第七节 清代草书的衰落与沉寂	99
第三章 草法的形成	115
第一节 草法产生的几种途径	115
第二节 草法的沿革	117
第三节 章草典型草法	128
第四节 今草的偏旁符号	141
第五节 今草歌诀——《草诀百韵歌》	148
第四章 草书的临摹	166
第一节 章草的临摹	166

第二节	今草的临摹	199
第三节	狂草的临摹	235
第五章	草书的创作	246
第一节	作书先散怀抱	246
第二节	草乖使转不能成字	248
第三节	速度节奏与格调	250
第四节	章法与幅式的选择	252

第一章 草书概论

学习书法而未学好草书,如同“行百里者半九十”,应该说是非常遗憾的事。这是因为只有草书才能把汉字书写的速度、节奏、韵律、动态发挥到极致。有人说,草书难掌握,一般业余爱好者可以不学草书。中小学书法课大多不安排草书,这不等于老师也可以不写草书,乃至不识草书。如讲欣赏课时,老师应该把涉及的草书帖读出来。再说,草书与楷书之间的关系是互相联系的,楷书是行、草书的基础,但反过来“真不通草,殊非翰林”。写楷书的人,如果不理解草书,他的字是写不生动的。

草书可以把书写者的个性、才情、气质、想象力最大限度地展现出来。所以古人说:“唯六书之为体,美草法之最奇。”(杨泉《草书赋》)韩愈在《送高闲上人序》中说:“往时张旭善草书,不治他技。喜怒窘穷,忧悲、愉佚、怨恨、思慕、酣醉、无聊、不平,有动于心,必于草书焉发之。观于物,见山水崖谷,鸟兽虫鱼,草木之花实,日月列星,风雨水火,雷霆霹雳,歌舞战斗,天地事物之变,可喜可愕,一寓于书。”^①可见草书艺术的魅力,真是“穷变态于毫端,合情调于纸上”(孙过庭《书谱》)。需要说明的是,草书表现书写者情感,并不像文学作品那样通过语言将作者具体的、微妙的情感传达给读者;也不像绘画、雕塑等造型艺术通过具体的形象将作者的思想感情传达出来。草书只是以顿挫跳跃的点画,纵横盘屈的线条,穿插错落而构成的文字来表达作者的情感。当然,这也与书写内容相关。

任何艺术形式,若想达到以它来自由地抒发作者情感的效果,必须熟练地把握它的方法和技巧。草书有着严格的法度,孙过庭《书谱》说:“草乖使转,不能成字。”准确无误地记忆并书写草字,是要下很大工夫的。但即使草法无误,而笔力孱弱,如春蚓秋蛇,绵软无力,也不是好的草书作品。最后还有品格问题,米芾《论草

^① 《历代书法论文选》,上海书画出版社1979年版,第292页。

书帖》说：“草书若不入晋人格，辄徒成下品。”如此看来，一幅好的草书作品，需要严格的草法、劲健的笔法、超逸的格调。由此可见，写好草书并不容易。所以清代书法理论家刘熙载在《艺概·书概》中说：“书家无篆圣、隶圣，而有草圣。盖草之道千变万化，执持寻逐，失之愈远。非神明自得者，孰能至于至善耶？”^①“草圣”的称谓，说明人们对擅长草书的大师的崇敬，也包含着对这种字体的神秘感。似乎认为它是一种最神奇、最飞动、最抒情而又最难驾驭的字体。

欣赏草书也有相当的难度，西方的艺术家曾认为，要学会品味中国的草书要五百年，等于说一辈子也不可能，这当然有开玩笑的成分。即使对于一个中国人来说，品味草书也绝不是一件容易事，因为首先要识草字，而在日常生活中，草书已经很少使用。于右任先生曾推广过“标准草书”，要把它作为汉字的手写体，但这只能是理想而已。在当时识字率还很低的情况下，要多数人再记住汉字的另一套写法，几乎是不可能的事。早在唐朝初年，就有因为不识草字而闹乱子的事：有位幽州都督王君廓要入朝办事，他的同僚李玄道让他带一封信给自己的从外甥房玄龄。王君廓私下打开看了，信是用草书写的，他不认识草书，以为李要谋害自己，非常害怕，就叛逃了。李玄道也因为这件事被流放。今天，用草书写信只能是极少数书法家或书法爱好者的事了，草书越来越脱离实用的范畴。因此，对于有志于学习草书的人，从识草入手，提高欣赏能力就显得更为重要了。

学习任何一门知识，应先了解它的历史，从总体上把握它。学习草书也是如此。草书的历史是很久远的，可以说自从有了文字就有了草书，因为文字书写有规整严谨的和草率急就两种，对于古文字的草率写法我们已经从陶文、简牍、盟书中看到过。古、今文字是以隶书分界的，我们通常说的草书是今文字的草写，当然要从隶书产生后开始研究。从草创期的古朴、率意、不定型，到成熟期的精巧、流畅、有法度，草书的发展经历了漫长的历史过程。从总体上看，草书分为章草和今草两大体系，今草在唐代又发展为狂草。历史上众多书法家以他们的天才和智慧，为我们留下了大量的草书作品，形成了各式各样的艺术风格。只有充分了解草书的发展历史，才能明源流、识派别，更好地理解各家各派的风格特征及艺术成就。

^① 《历代书法论文选》，上海书画出版社1979年版，第689页。

对于广大青年朋友,还有一点要说到的,就是简化字能不能写到草书作品中去?这个问题我们在后面将专门讲述。这里先简单提示一下:有些简化字是“草书楷化”,如作为的“为”、学习的“学”、尽量的“尽”等,写入草书作品是没问题的。但有些简化字如忧愁的“忧”、庆祝的“庆”、犹如的“犹”就不能直接写在草书中,写了会产生歧义,如简化字的“庆”,在草书中约同于疾病的“疾”,草书则要“卅”“一”添“反”才是“庆”(慶)。草诀中的“玉出头为武”,“举身为乙未”,就说明要对汉字的发展演变有所了解,对草化的规律有所认识,才能理解和运用。这些在后面我们会详细讲到。

黄庭坚说:“草书妙处,须学者自得,然学久乃当知之。”^①这就要求学习者要经常与它接触,多看草书法帖,心摹手追,看得多了,自然就能熟悉草书的法度、规律,明白它的变化、风格、流派。我们这本《草书研究》就是要从草书的历史、草书的理论、草书名迹的欣赏、草书的书写实践几个方面来帮助读者系统地学习草书。为了方便初学者,我们在第三章中增加了《草诀百韵歌》原文及注释。应读者的要求,在第四章第二节中,增加了孙过庭《书谱》浅译。希望有志于斯的朋友,阅读后能进一步理解草书,爱好草书。愿此书成为大家把握这种古奥而富有激情的字体的铺路石。

第一节 草书的定义

郭沫若先生在《古代文字之辩证的发展》一文中,有这样一段话:“在我看来,彩陶和黑陶上的刻画应该就是汉字的原始阶段。创造它们的是劳动人民,形式是草率急就的。从这种观点出发,我认为广义的草书先于广义的正书。南宋的张拭(号南轩,与朱熹同时)曾经说过:‘草书不必近代有之,必自笔札以来便有之,但写得谨,便成草书。’虽出以意必,是卓有见地的。规整的字体,无论是后来的篆书、隶书或者楷书……只能在郑重其事的场合上使用……在不必郑重其事的场合,一般是使用着草率急就的字体的。故篆书时代有草篆,隶书时代有草隶,楷书时代有

^① 《历代书法论文选》,上海书画出版社1979年版,第354页。

行草。隶书是草篆变成的,楷书是草隶变成的。草率化与规整化之间,辩证地互为影响。”^①这把广义的草书追溯到汉字的原始阶段,即距今六千多年的半坡遗址的彩陶刻画符号上,显然与我们所研究的草书距离太远。

近代书法家王蘧说:“盖草书之先,因于起草草创,故称曰‘藁’”(《史记》:屈平属草藁未定。《书法考》:卫瓘取张芝法,参父觐书,更为藁草。自杜操、张芝变藁法为章草,藁书乃微。^②)屈原的藁书,大约与长沙、信阳、郭店等地出土的战国楚简相近,可以看作草篆,仍属古文字范畴。睡虎地秦简、北方的侯马盟书也属于这种字体。草篆是隶书的胚胎,而不能直接演变为草书。

赵壹《非草书》云:“盖秦之末,刑峻网密,官书烦冗,战攻并作,军书交驰,羽檄

纷飞,故为隶草,趋急速耳。示简易之指,非圣人之业也。”^③他认为草书起于秦末。由于近百年来考古发掘出大量的竹木简牍和帛书,从秦末汉初的字体看,有些写得较为草率的隶书,部分偏旁已经与以后的草书相近,可以看出草书的端倪。

潘伯鹰先生说:“就中国文字和书法的发展看,隶书是一大变化阶段,甚至说今日乃至将来一段的时期全是隶书的时代也不为过。草书和楷书为千余年来流行的书法,它们在形体上,由隶书衍进,故是无待多言的事实。”^④草书是隶书急就的、便利的、简捷的写法,这一套写法从产生、流行到约定俗成而形成一种字体,自然应该在隶书已被广泛使用,达到相当成熟的阶段才有可能出现。现在能见到较早出现的真正意义上的

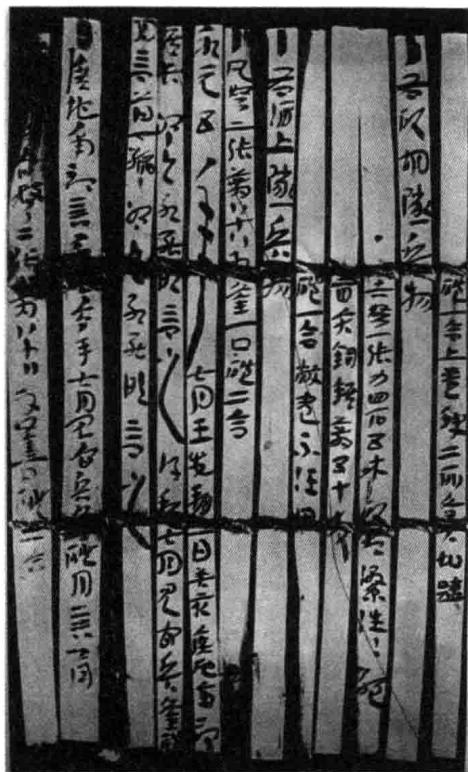


图 1.1-1 元帝永光五年简

① 《现代书法论文选》,上海书画出版社 1980 年 6 月第 1 版,第 388 页。

② 《书法研究》第五辑,上海书画出版社 1981 年版,第 18 页。

③ 《历代书法论文选》,上海书画出版社 1979 年版,第 2 页。

④ 潘伯鹰:《中国书法简论》,上海人民美术出版社 1981 年版,第 77 页。

草书实物,应是敦煌、居延等地出土的西汉宣帝(前73—前49)时期的简牍,这些简牍上有些字已是相当成熟的草书了,但是还夹杂不少非草书的字,而且这一时期出现有草字的简牍比例很小,可知当时的草书尚属“临事从宜”的阶段,还可以说:“非常仪也”。西汉后期简牍中草书逐渐增多,大多仍是隶书和草书夹杂书写,也有少数已纯用草书书写了,如图1.1-1所示的元帝永光五年(前39)简,一百四十余字几乎都是草书,而且写得极为纯熟。可见西汉晚期,草书已形成了较为固定的草法,说明草书已规范化,成了当时通行的书体。现在我们见到的还是边陲地区的简牍,可以想见,当时长安等文化发达地区草书应更成熟,更流行,甚至影响到了宗室和帝王。东汉初北海敬王刘睦善草书,光武帝刘秀很器重他,明帝刘庄为太子时特别亲近他,非常喜爱他的草法。刘睦生病了,明帝还让他写草书尺牍十几件。由于帝王和宗室的推动,草书在东汉成为了一种时髦的书体,出现了杜度、崔瑗、张芝等以草书著称的书法家。

关于草书的本质,汉赵壹概括得很好:“但贵删难省繁,损复为单,务取易为易。”^①他埋怨“今之学草书者,不思其简易之旨,……草本易而速,今反难而迟,失旨多矣!”^②我们说把草字作为“临事从宜”的“手头字”夹杂在正体之中,自然可以尽量便捷简易,然而要它成为一种有严格法度的字体,为了区分写法相近的字,则必须在使转的精微处加以区别,加之要求写得美观,这当然要用些心思,所以“适迫遽,故不及草”^③的说法应该是有道理的。

汉代的草书遗迹,汉简是最可靠的,特别是有明确纪年的简牍,更是弥足珍贵。碑刻不以草书入石,只有《急就砖》《公羊传砖》等少数砖文是草书。至于当时书法家的字,很难留传下来。到北宋刻《淳化阁帖》的时候,所收的汉朝人草书帖多是伪作,如汉章帝草书《千字文》就实属无稽。张芝《冠军》等四个狂草帖,亦属张冠李戴。崔瑗的《贤女帖》亦绝非汉代草书。

启功先生说:“‘草’,本是草创、草率、草稿之义,含有初步、非正式,不成熟的意思。在字体方面,又有广狭二义:广义的,不论时代,凡写得潦草的字都可以算。

① 《历代书法论文选》,上海书画出版社1979年版,第2页。

② 同上。

③ 同上。

但狭义的、或说是当作一种专门的字体名称,则是汉代才有的。”^①我们前面所提到的西安半坡彩陶上的草率刻画、屈原的草藁、秦代军书羽檄上的隶草,都是广义的草书,属于古文字范畴。而本书所研究的是作为今文字的一种字体的、汉代才有的草书。它是以“存字之梗概,损隶之规矩”而形成的,时间应是在西汉末年,是为章草。至三国、西晋,这种字体逐渐程式化,如皇象的《急就章》、索靖《月仪帖》经唐人摹写,越发整饬有余而元气不足了。

东晋王羲之“会古通今”,写出了高雅雍容、清新流媚的草字,是为今草,《十七帖》是其典型。王献之始以飞旋盘绕,连绵牵掣的笔意作草书,唐人把这种字体发展到极致,是为狂草。

章、今、狂草,是草书发展中自然形成的三个阶段、三种体势、三种状态。

第二节 草书学习的目的、意义

一、草书与其他字体的关系

草书既然已不再是实用的字体,那么我们为什么还要学习草书呢?首先,学习书法必须全面地了解汉字的各种字体,了解它们的内在联系。唐代书法家孙过庭在《书谱》中说:“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。故亦旁通二篆,俯贯八分,包括篇章,涵泳飞白。若毫厘不察,则胡、越殊风者焉。”^②这段话告诉我们:构成草书与楷书(真书)的基本因素,都是点画和使转。写草书如果不兼习楷书,则没有顿挫跌宕的点画,那么使转就绵软无力,拘谨而少变化。反之,如果写楷书者不通草书,则点画内没有微妙的使转,点画间没有自然的呼应,那也不能算是一篇好的作品。孙过庭特别以张芝和钟繇为例:“伯英不真,而点画狼藉;元常不草,使转纵横。”意思是张芝不以真书著称,

^① 启功:《古代字体论稿》,文物出版社1964年版,第38页。

^② 《历代书法论文选》,上海书画出版社1979年版,第126页。

而他的草书满目是错落跳跃的点画；钟繇不以草书闻名，但他的真书却含有生动的使转，而气势纵横。这可以从他的《戎辂表》（图 1.2-1）看出来，虽是楷书，却通篇是章草笔意，因而古雅潇洒。

如此看来，不仅楷书是草书的基础，草书的水平反过来也影响到楷书的水平。所以不能想象只专精一体就能成为书法家的。《书谱》还进一步强调了“兼通”，要旁通大篆、小篆，要掌握八分书，还要兼精章草和飞白书。我们也认为，汉字的演进，是有其规律的。把从篆到草各种字体学好，才能揭示字体之间的内在联系，洞察汉字演进的规律，在书法艺术领域里，获得更多的自由。汉字是书法艺术的载体，对它的了解当然是越深入、越系统、越全面越好。

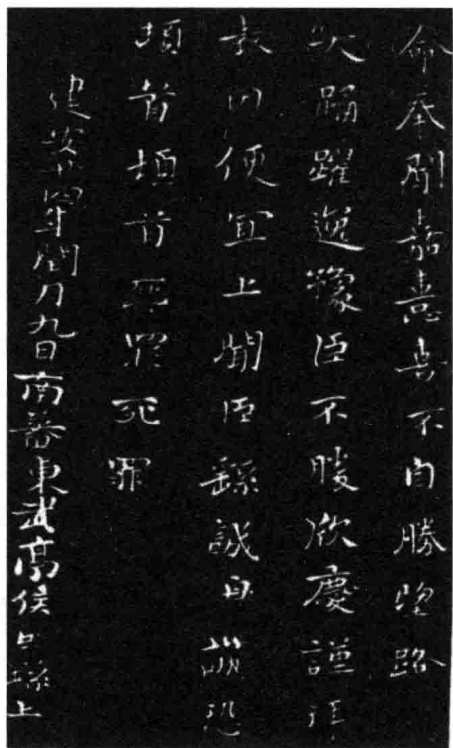


图 1.2-1 钟繇《戎辂表》

近代美学家邓以蛰先生说：“故行草书体又为书体进化之止境。行草书无体不包，而篆隶不能涵盖行草。故融斋又曰：‘草书之笔画要无一可以移入他书，而他书之笔意，草书却要无所不悟。’”^①融斋就是刘熙载，邓先生引的这一段话是他在《艺概·书概》中讲的，可见，古人也在强调草书涵盖之广，对各种字体融会贯通之必要。

二、草书的意境美

关于草书的意境美，邓以蛰先生有精辟的论述：“书者如也，至此乃可谓真如。草书者，人与其表现，书家与其书法，于此何其合一之至欤！美非自我之外之成物，而为自我表现；求表现出乎纯我，我之表现得我之真如，天下尚有过于行草书者

^① 《邓以蛰全集》，安徽教育出版社 1998 年版，第 167 页。

乎?”“意境亦必托形式以显。意境美之书体至草书而极。”^①宗白华在谈草书的意境美时 also 说道:“张旭的书法不但抒写自己的情感,也表现出自然界各种变动的形象,但这些形象是通过他的情感所体会的,是‘可喜可愕’的,他在表达自己的情感中同时反映出或暗示着自然界的各种形象,或借着这些形象的概括来暗示着他自己对这些形象的情感。这些形象在他的书法里不是事物的刻画,而是情景交融的‘意境’,像中国画,更像音乐,像舞蹈,像优美的建筑。”^②两位美学泰斗都把草书作为表达情感、表现自我、表现物我交融的“意境”的最好形式。草书的线条有虚实、有刚柔、有顿挫、有疏密、有迟速,它是飞旋的、流动的,这种笔迹之美是从人的内心流出来的,是人生命最核心的节奏,又是人从自然界感知的,万物形象里所蕴有的节奏和韵律。“囊括万殊,裁成一相”,张怀瓘一语道出了草书最本质的东西,这也是中国书法的本质所在。

意境出自人的心灵,美丑均为心灵的表现。黄山谷论书最忌一个“俗”字,他说:“士生于世,可以百为,唯不可俗,俗便不可医。”项穆《书法雅言》说:“狂怪与俗,如醉酒巫风,丐儿村汉,胡行乱语,颠朴丑陋矣。”可见书家修养与情操的重要。

关于草书的意境美,古人用了许多形象的比喻。孙过庭《书谱》云:“观夫悬针垂露之异,奔雷坠石之奇,鸿飞兽骇之资,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崖,落落乎犹众星之列河汉,同自然之妙有,非力运之能成。”^③文字,特别是草字,纯粹是一些抽象的符号,却能暗示出很多美好的形象。它完全是人工的,却要求“同自然之妙有,非力运之能成”。这实在是一件很难的事。张怀瓘也这样说:“是以无为而用,同自然之功;物类其形,得造化之理。皆不知其然也。可以心契,不可以言宣。”大画家石涛在谈到用笔时说:“动之以旋,润之以转,居之以旷,出如截,入如揭,能圆能方,能直能曲,能上能下,左右均齐,凸凹突兀,断截横斜,如水之就深,如火之炎上,自然而不容毫发强也。”^④中国古代的大艺术家、理论家都强调了

① 《邓以蛰合集》,安徽教育出版社1998年版,第167页。

② 宗白华:《美学散步》,上海人民出版社1981年版,第135页。

③ 《历代书法论文选》,上海书画出版社1979年版,第125页。

④ 杨咸寅:《石涛画学本义》,浙江人民美术出版社1996年版,第171页。