

中国现代书法大家

方波著

沙孟海

卷

远宗汉魏，近取

宋明，化古融今，

诸体兼善，所作

雄浑刚健。



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

中国现代书法大家

沙孟海

卷

方波著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国现代书法大家·沙孟海卷/方波著. —北京:北京师范大学出版社, 2015.3

ISBN 978-7-303-14923-0

I. ①中… II. ①方… III. ①汉字—书法—作品集—中国—现代 IV. ①J292.28

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第078225号

营销中心电话 010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com>
电子信箱 gaojiao@bnupg.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com
北京新街口外大街19号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京利丰雅高长城印刷有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 170 mm × 240 mm
印 张: 17.5
字 数: 340千字
版 次: 2015年3月第1版
印 次: 2015年3月第1次印刷
定 价: 88.00元

策划编辑: 于乐王强 责任编辑: 王强
美术编辑: 王齐云 装帧设计: 王齐云
责任校对: 李茵 责任印制: 马洁

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

绪 论 / 1

第一章 沙孟海的书艺之路 / 3

- 一、彷徨寻索 / 5
- 二、转益多师 / 26
- 三、穷源竟流 / 41
- 四、蜚声艺坛 / 61
- 五、人书俱老 / 89

第二章 沙孟海书艺成就与代表作品 / 113

- 一、楷 书 / 116
- 二、行 草 / 127
- 三、榜 书 / 180
- 四、篆 隶 / 199

第三章 沙孟海的书学著述 / 207

- 一、书法新史学的建构——沙孟海书法史学著作综论 / 209
- 二、沙孟海书学研究成果精选 / 217

第四章 当代沙孟海研究成果述评 / 263

- 一、《沙孟海全集》 / 265
- 二、关于沙孟海生平研究的资料 / 268
- 三、关于沙孟海的书法、篆刻及学术研究的成果 / 269

参考文献 / 272

绪 论

沙孟海（1900—1992），浙江鄞县（今宁波市鄞州区）人，1900年6月11日出生于距鄞县县城东南约40公里的沙村。原名文瀚，后改名文若，字孟海，中年以后以字行，号僧孚、决明、沙邨、兰沙、石荒等。沙孟海生于乡村中医家庭，自幼受父亲沙孝能影响，喜爱金石书画。1919年毕业于浙江省立第四师范学校，后从冯君木学习古典文学，从赵叔孺学习篆刻。20世纪20年代赴上海，先后在上海修能学社和商务印书馆国文函授社任教。在上海期间，常侍随冯君木与上海名流吴昌硕、郑孝胥、况周颐、朱彊邨等交游，转益多师，请业问疑，获益良多，眼界大开，学业大进，并得机缘拜一代书画篆刻巨匠吴昌硕为师，在书法篆刻方面，受吴昌硕指教，师其心而不师其形，为以后的艺术之路打下了坚实的基础。

20世纪20年代后期，沙孟海离开上海，辗转于杭州、广州、南京、武汉、重庆等地，或在大学担任教职，或入国民政府有关部门担任秘书，负责应酬笔墨文字等事宜。新中国成立后，定居杭州，历任浙江大学中文系教授、浙江文物管理委员会常务委员、浙江美术学院教授、中国书法家协会副主席、浙江省书法家协会主席、浙江省考古学会名誉会长、浙江省博物馆名誉馆长、西泠印社社长等职。1992年10月10日在杭州逝世。

沙孟海治学严谨，著述宏富，多有创见，是当代著名的书法家、篆刻家、艺术教育家、金石学家、考古学家。启功曾为《沙孟海论文书集》题词曰：“艺圃钦南斗，词林仰大宗。襟期同止水，风范比长松。绛帐英才聚，霜毫笔阵雄。学书求得髓，熟读自登峰。”这篇题词是对沙孟海传奇一生全面、准确

而简练的概括，总结了沙孟海在书法创作、书法理论、书法教育三方面所取得的成就，描述了他学问精深、品行高洁、性格谦和的特点，肯定了他一代书坛泰斗的地位。

沙孟海在书法创作、理论、教育等方面都身体力行，取得了令世人瞩目的成就。他诸体兼工，尤以行草及榜书最为著名，对真书、行草书最爱钟繇、王羲之、王献之、欧阳询、颜真卿、苏轼、黄庭坚、米芾、宋克、黄道周、王铎等家，并广习篆隶、北碑，兼融碑帖之长，所作雄奇豪迈、大气磅礴。沙孟海的书法创作具有由传统向现代转变的过渡特色，他创造了沉雄老辣、昂扬激奋的雄浑书风，具有浓厚的时代气息，堪称一代巨匠；他对金石学、考古学以及中国书法史诸多方面有着系统而深入的研究，理论成果累累，是后世不可或缺的学术研究基础资料；他担任浙江美术学院首届书法研究生导师，传授得法，培养了一批书法精英，于书学薪火相传，居功至伟。

早年转益多师，晚年壮心不已；既有旧学功夫，又能与时俱进；技道并臻，抗志希古，这是沙孟海留给后人最重要的学术精神。沙孟海认为书学成就，关系多方，也不是单靠功夫。他能取得如此辉煌的成就，是与他深厚的中国传统学问功底、敏锐的艺术感觉、谦和的性格、开放的胸襟、矢志不渝的学习意志和不断超越自我的气度分不开的。在沙孟海的生命历程中，与翰墨结缘80余载，从一名乡间少年，成长为一代书法大师，亲历了民国以来近现代书坛的潮起潮落。其近一个世纪的学习书法的历程，与整个中国现代书法发展史紧密相关。他是20世纪后半叶学术和艺术界的代表人物，将碑派风骨与帖派旨趣完美结合，创造出大气磅礴的“沙体”新书风，为当代书法艺术的发展做出了突出贡献。

第一章 沙孟海的书艺之路



-
- | | |
|---|------|
| 一 | 彷徨寻索 |
| 二 | 转益多师 |
| 三 | 穷源竞流 |
| 四 | 蜚声艺坛 |
| 五 | 人书俱老 |

一
彷徨寻索

沙孟海书法、篆刻的启蒙老师是他的父亲沙孝能。沙孝能体弱多病，不能务农，以中医为业，雅好书画、篆刻，平居有暇，常以书画、篆刻自遣。沙孟海受其熏陶，自幼对书画、篆刻就颇感兴趣（图1-1）。沙孟海7岁时入沙村私塾就读，在私塾字课之余，由父亲在家中隔数日教一两个篆文。到10岁左右，他能识读的篆文就已有不少，并时取印石学刻印章。12岁就读慈溪锦堂学校附小时，即能识读报上所载“中华民国军政府鄂省大都督之印”篆文印样，引起了师生的惊异。除识篆文外，沙孟海还在父亲的督促下临习《集王羲之书圣教序》。

1914年，沙孟海考入位于宁波的浙江省立第四师范学校就读。从沙村来到宁波，眼界自是不同，所结识的师友亦非居于乡下时所可比，如冯君木、钱罕、张原炜、陈训正、陈布雷等，俱是一时俊彦。沙孟海颖悟好学，得到冯君木的赏识，遂立志攻读古典文学，制订学习计划，以文史为主，并与冯门子侄及诸弟子如冯都良、冯定、葛旸、陈训恕等志趣相投，往来密切，相互交流切磋，组织“越风社”和“殷吉集”等，研讨诗文，学业取得了很大进展，其对书法、篆刻的认识也在这种师友的指导和自己的勤奋学习中逐渐由模糊走向清晰。

沙孟海能在艺术上取得辉煌成就，与其有着深厚的传统学问根底密切相关，而这主要得益于冯开即冯君木的谆谆教诲。

冯开（1873—1931），字君木，浙江慈溪人，光绪间拔贡官浙江丽水县学训导，一年后升调宣平县学教谕，辞疾未赴，在慈溪、宁波、杭州等地任中学教师，晚年移居上海，主持修能学社。冯君木学问、文章声名远播，从学者甚多。在冯门诸弟子中，冯君木对沙孟海颇怀期许。冯君木以经史词章为务，著

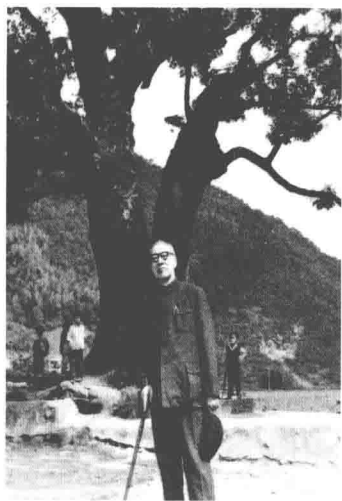


图1-1 1984年，沙孟海重返故乡沙村，在村口童年游玩之处的老樟树下留影

有《回风堂诗文集》等，虽不以书法为业，但帖学功底很深，书法秀雅，为时人所珍，其风格对青年时期的沙孟海产生了一定的影响，沙孟海早年书作在神韵上与冯君木所书相近。

从蒙学开始至23岁赴上海这段时期，是沙孟海书学道路的第一个时期，沙孟海在自述中将这一时期称为“彷徨寻索”阶段，并进行了较为细致的叙述：

我早年“彷徨寻索”的过程是这样的：

十四岁父亲去世，遗书中有一本有正书局新出版影印本《集王书圣教序》，我最爱好，经常临写。乡先辈梅叔翁先生（调鼎）写王字最出名，书法界推为清代第一。我在宁波

看到他墨迹不少，对我学习《王圣教》，运笔结体各方面都有启发。只因我笔力软弱，学了五六年，一无进展，未免心灰意懒。朋友中有写《郑文公碑》、《瘞鹤铭》诸体笔力矫健，气象峥嵘，更感到自己相形见绌。为了藏拙起见，我便舍去真、行书，专学篆书。先父在世时，也写篆书，刻印章，我约略认识一部分篆文。家里有《会稽刻石》、《峰山刻石》，书店里又看到吴大澂篆书《说文部首》、《孝经》、《论语》，喜极，天天临习，加上老一辈的称赞，劲头更足。由于篆书写的人少，一下子出了小名声。在中学求学时，星期天常为人写屏、写对。但上下款照例应写真、行书，还是见不得人，经常抱憾。后来见到商务印书馆影印梁启超临《王圣教》、《枯树赋》，结体逼似原帖，但使用方笔，锋棱嶙然，大为惊奇。从此参照其法写王字，面目为之一变。再后几年，看到神州国光社等处影印的黄道周各体书，也多用方笔，结字尤新奇，更合我胃口，我就放弃王右军旧体，去学黄道周。与此同时，我结识钱太希先生（罕）。他对北碑功夫很深，看他振笔挥洒，精神贯注，特别是他结合《张猛龙》与黄庭坚的体势来写大字，这一境界我最喜爱，为人题榜，常参用其法。我

也曾按照康有为《广艺舟双楫·学叙篇》所启示的程序临写北碑，终因胆量欠大，造诣浅鲜，比不上别人。但这一过程也有好处，此后写大字，参用魏碑体势，便觉展得开，站得住。

从沙孟海的自述可看出，其“彷徨寻索”阶段经历了几个过程。

首先是在父亲沙孝能的督促下识写篆字、临《集王羲之书圣教序》（图1-2）；1913年沙孝能去世后，沙孟海仍继续临写《集王羲之书圣教序》，并参学梅调鼎法。

梅调鼎（1839—1906），字友竹，号椒翁，浙江慈溪人，隐于乡里，品行端谨，以布衣终老。梅调鼎取法二王，小行书秀逸清雅，大字则雄浑恣肆，时人评为“诣臻神妙”。他曾论用笔云：“用笔之妙，舍能圆能断外，无他道也”，自谓能得“圆断”之妙（图1-3）。沙孟海自年少至晚年，对梅调鼎评价一直很高，认为其笔底自然流露出古人的真意。沙孟海早年所撰《近三百年的书学》，分帖学为两派：一派恪守二王正宗；一派于二王外别辟蹊径，其中属于二王一派者有八人，以董其昌为首，梅调鼎为殿军；在晚年所编《中国书法

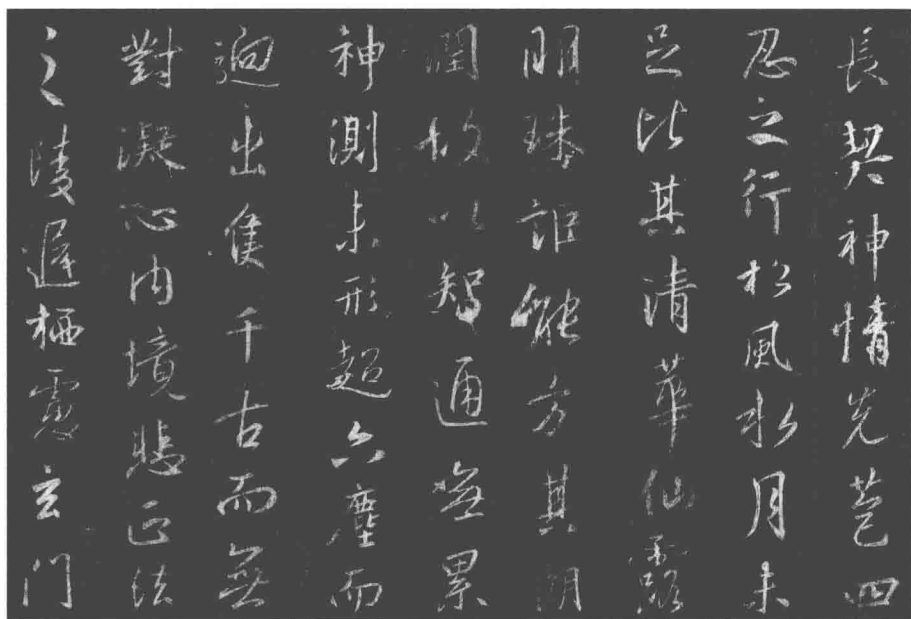


图1-2 《集王羲之书圣教序》局部

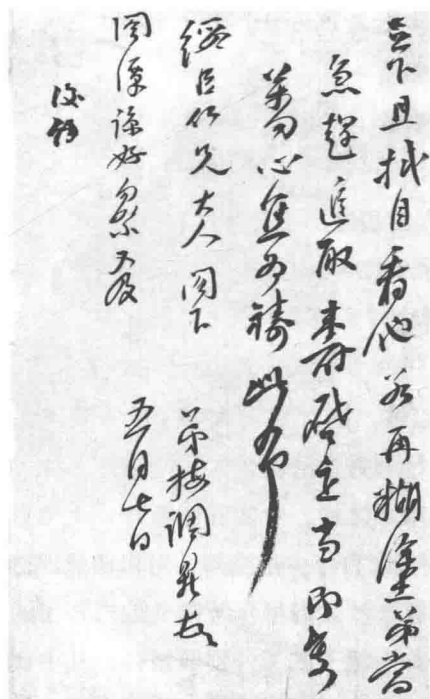


图1-3 梅调鼎行草尺牍

史图录》中评价梅调鼎：“服习二王，极有功夫，但名望不大，手迹流传，有识之士皆认为清代二百几十年无此妙笔。”虽然沙孟海对梅调鼎的推崇，有表彰埋没于山林的乡贤的因素在内，但梅调鼎的书法含蓄雅致，确有可取之处，沙孟海从其书作中学到了不少东西。沙孟海21岁时，曾在冯君木之侄、宁波著名藏书家冯贞群的藏书楼“伏跗室”里见到梅调鼎的书作，坐看良久，悟得其“来”字空盘纤法及“新”字之右旁“斤”末笔折法。梅调鼎的弟子钱罕当时在冯贞群家担任教师，沙孟海因而有机会遍阅伏跗室藏书和碑帖，并向钱罕请教。

第二阶段是临写《集王羲之书圣教序》五六年后，感到笔力软弱，没有

什么进展，就暂时舍去真、行书，转习篆书，临习《会稽刻石》、《峰山刻石》、吴大澂篆书《说文部首》、《孝经》、《论语》等，颇有所获，其篆书名声遂传于外，常应人索请写屏条、对联。

19岁那年春假，沙孟海回乡，邻村人请以篆书书写《李氏祠堂记》屏风，全篇共计1000余字，当时手边没有参考书，全凭记忆书写，全篇无一字差错，一座皆惊。

关于沙孟海的篆书，当年还发生了一件趣事。当时沙孟海还在浙江省立第四师范学校读书。一天，有同学告诉他，城隍庙挂有他写的篆书四条屏出售。他感到奇怪，到场一看，原来是别人假冒的。可见当时他的篆书在宁波已小有名气，以至有人开始作伪牟利。不过，沙孟海对自己落款的真、行书仍不满意，嫌其笔力软弱。

沙孟海在以篆书为主的基础上，也开始临习北碑。1919年夏，20岁的沙孟海从省立第四师范学校毕业，先后在镇海、鄞县等地小学任教。此时沙孟海已

开始临习北碑，其在沙村老家屋后围墙砖上所刻“养云”二字，即是北魏体势（图1-4）。

这阶段沙孟海也在练习写大字，课余常在校内操场沙地上以竹竿画写大字，站高处观察，揣摩点画结构。

第三阶段是受梁启超临《集王羲之书圣教序》等的启发，参用梁法学王字，面目为之一变。

梁启超（1873—1929），字卓如，号任公、饮冰室主人等，广东新会人，中国近代政治和学术史上的风云人物、维新派的代表、中国近代思想界的启蒙者，在中国近代史上有着重要地位。梁启超堪称通才，于学术研究涉猎广泛，在哲学、文学、史学、法学、宗教、书法等领域均有建树，其中以史学研究成就最为显著。其书法受康有为影响，取法汉魏六朝碑刻，以方笔为主，同时又含蓄蕴藉，富有书卷气。

第四阶段是弃王体，学黄道周，继续临习北碑，并开始学习汉碑，这期间受钱罕影响较大。

钱罕（1882—1950），字太希，浙江慈溪人，梅调鼎弟子，本名钱富，后易名为罕。钱罕得梅调鼎“圆断”之法，于六朝碑版尤多心得，卓然成家，曾以《张猛龙》、黄庭坚笔法作大字，最见功力。他善书楷书碑志，所作金石气浓郁，雄浑刚健在其师之上，声名动于士林，平生书碑志百余石，每石皆自有



图1-4 沙孟海楷书“养云”二字砖刻拓片，纵13厘米、横25厘米，1919年



图1-5 钱罕行书对联

特色，变化多姿。20世纪30年代出版草、行合璧的《钱太希精品初集》，颇有时誉，晚年鬻书于上海（图1-5）。沙孟海在宁波和上海期间与钱罕过从甚密，时得钱罕指教。

当然，这四个阶段，只是为了更好地显现出沙孟海早期学书历程中彷徨寻索的过程而作的相对划分；这几个阶段，特别是所学的字体和所取法的碑帖，有些时候相互交融，并不是截然分明的。

沙孟海在自述中谦称早期真、行书“见不得人”，实际上，从其传世的早期小楷来看，用笔扎实，结构严谨，首尾一致，整体格调也不俗，颇见功夫。

沙孟海早年在临写《集王羲之书圣教序》的同时，还自定规矩以小楷抄写古诗文为日课，以此法来加深自己对古诗文内容的理解并磨炼意志。他14岁时就曾以小楷工整抄录历史故事一厚册。他给自己订了一个规约：抄写古诗文，不能抄错一个字，如有差

误，不许点改，需将全页揭去重抄。

在沙孟海早年的日记《僧孚日记》中有大量的抄写古诗文的记载。这种大量抄写历代诗文的做法，极好地锻炼了他静心书写的心性，提高了他的书写能力和对毛笔性能的掌握，为他日后的书学之路打下了坚实的基础。现在存世的沙孟海早年书迹中，就有他18岁时以小楷手抄的吾丘衍《三十五举》、桂馥《续三十五举》合册、21岁时抄的《水经注》（图1-6）等，而《僧孚日记》也大部分是以精整的小楷书写的（图1-7）。

1920年8月，沙孟海辞去教职，从冯君木学文史，居于宁波冯君木寓所。从此时开始到赴上海这段时期，沙孟海专心问学，得到诸多师友的教正，学业精进，他在《僧孚日记》中详细记载下了自己的学习心得和师友们有关诗文、书法、篆刻等方面的教诲与建议。

洞觀謂之清水矣。天門山石自空狀若門焉。廣三大高兩匹。深丈餘。更無所出。世謂之天門也。東五百餘步。中有石穴。西向。裁得容人。東南入徑。至天井。直上三匹。有餘。扳躡而升。至上平。東西二百步。南北七百步。四面險絕。無由升降。陟矣。上有比丘釋僧訓精舍。寺有十餘僧。給發養難。周多出下平。有志者居之。寺左右雜樹疎。頗有一石。泉方丈餘。清水湛然。常無增減。山居者資以給飲。北有石室二口。舊是隱者念一之所。今無人矣。以上清水。

巖下有泉湧發。洪流巨輸。淵深不測。蘋藻芡芡。竟川含綠。雖巖底肅。即無變暄。藝沁水。

山海經曰。淇水出沮洳山。水出山側。頽波瀾注。衝激橫山。山上

图1-6 沙孟海小楷《水经注》抄本节选，
单页纵28厘米、横13厘米，1920年，沙孟海书学院藏

又云學詩若徑從宋人入手較易然患根柢不厚故以從漢
又若先學劍南則在唐宋之間可徹上徹下矣是一法因授
下即讀其七絕仍用六家詩抄並立圖識
陸放翁秋夜池上作云短髮颯病骨輕臨池間看露荷
浮雲事正向圓時故生此詩為曾氏所未鈔余獨深愛
十六日午前姜父曾來午前張君武要我与周薇泉諸人之市
因以事出城訪徐丈貞齋學廬而返坐回風堂少時歸館夜
鬼董狐五卷宋人所撰述其名姓師以示余謂行文質而不
余乘應對之暇看三四事
朱希祖云漢魏以降文尚駢儷詩嚴聲病引用古人姓名任去
非如稱西門豹為門豹諸葛亮為葛亮榮啓期為榮期蘭
姓皆雙截取其一實不可通安某書景已遠知人之音

图1-7 沙孟海《惜字日录》局部

从《僧孚日录》的记载可见，沙孟海对书法临习的面铺得较广，篆、行、楷等诸体均同时进行：一方面以小楷抄录古文，又以篆书写《毛诗》；另一方面继续下功夫临《集王羲之书圣教序》、《兰亭序》等，并关注龙门造像，开始学隶书。

在沙孟海的“彷徨寻索”阶段，以《集王羲之书圣教序》、《兰亭序》等为中心的王羲之一路风格占有很重要的地位，尽管有一段时间因没什么进展而舍去不学，但并未完全放弃，仍在不断探索纠正自己笔力软弱之弊的方法，一旦有新的认识或师友的作品、建议可资借鉴处，仍会进行学习和取法。他在庚申（1920）八月二十二日的日记中记载：

假得近人影印周文清藏本《圣教序》，手临数行并细玩其用笔起落转折，以为前人之写此似用硬毫，观此本笔画去来不方不圆，若兰叶之相摺，有层次，有棱角，余旧所临影印抱残守缺斋藏本稍漫，不易见此妙也。梁任公所临《圣教序》用笔皆方，余始以为不类，今由周本观之固如是也。不过梁所临墨稍厚耳。余学《圣教序》有年，卒无当者，实系知圆不知方之故也（图1-8）。

在二十九日的日记中说：

临《集王圣教序》总病太圆滑而靡弱无劲，所谓疾势、涩笔心知其意而勿能行也。后假夷父梁饮冰临本，参其笔意，便尔改观矣。梁所临《圣教序》故非甚妙品，而用笔最涩，适足矫余之缺点，故取法焉。



图1-8 梁启超临
《集王圣教序》条幅