

文師華◎編著

智永·草書千字文

江西美術出版社

歷代書法名迹傳真大觀 六

文師華 編著

智永 · 草書千字文

江西美術出版社



第一輯

- 1 顏真卿·勤禮碑
- 2 歐陽詢·九成宮
- 3 米芾·蜀素帖
- 4 趙孟頫·前後赤壁賦
- 5 王羲之·十七帖
- 6 智永·草書千字文
- 7 曹全碑
- 8 張遷碑
- 9 顏真卿·多寶塔碑
- 10 柳公權·玄秘塔碑
- 11 褚遂良·雁塔聖教序
- 12 智永·真書千字文
- 13 集王羲之書聖教序
- 14 王羲之墨迹精選
- 15 孫過庭·書譜
- 16 懷素小草千字文
- 17 趙孟頫·秋興賦
- 18 史晨碑
- 19 乙瑛碑
- 20 張猛龍碑

图书在版编目(CIP)数据

智永草书千字文/文师华编著. —南昌: 江西美术出版社, 2011.1
 (历代书法名迹传真大观)
 ISBN 978-7-5480-0558-2

I. ①智… II. ①文… III. ①草书—法帖—中国—隋代 IV. ①J292.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第012554号

本书由江西美术出版社出版。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分。

本书法律顾问：江西中戈律师事务所 张戈律师

●责任编辑 李伍强 ●装帧设计 雷嘉琦 ●封底篆刻 张建华

LIDAI SHUFA MINGJI CHUANZHEN DAGUAN

历代书法名迹传真大观·智永草书千字文

文师华 编著

江西美术出版社出版发行

(南昌市子安路66号)

http://www.jxfinearts.com

E-mail:jxms@jxpp.com

邮编 330025 电话 0791-6565509

全国新华书店经销

江西千叶彩印有限公司印刷

开本 889×1194 1/8 印张 12

2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5480-0558-2

定价：48.00元

赣版权登字-06-2011-12

版权所有，侵权必究

ISBN 978-7-5480-0558-2



9 787548 005582 >

定价：48.00元



磨穿铁砚，妙传家法

——智永及其《草书千字文》

智永（510—608），俗姓王，名法极，山阴（今浙江绍兴）人，是王羲之第七世孙。王法极出身于累世书家，从小就勤学苦习，后与弟弟王孝宾一起从会稽老家被征辟到京城太学就读，师从南朝梁代著名书法家萧子云。在此期间，梁武帝萧衍为了教化百姓，命侍臣殷铁石从王羲之的书札中摹拓出一千个不同的字作为识字习书的教材。又命员外侍郎周兴嗣将这一千个字编成了琅琅上口的韵文。不久，他又诏令萧子云摹写一册《千字文》。为了不辱皇命，萧子云挑选学业优秀、书法不俗的弟子王法极做他的助手。因此，王法极得以进入内府的藏书阁，在那里遍阅了先祖王羲之的许多墨迹，发誓要弘扬王家书法，将先祖笔法传诸后世。为了能专心于书法，免除世俗的纷扰，王法极决定遁入佛门，舍身物外。在萧子云的引荐下，王法极和他的弟弟在京城建康剃度为僧，入同泰寺学习佛法。王法极得法名智永，其弟得法名智欣。大同二年（537），智永禅师和他的弟弟终于返回了会稽的兰渚山下。两人将王家老宅修葺一番，舍家为寺，名嘉祥寺。梁武帝萧衍为了嘉奖他们崇尚佛教的行为，就从他们的名字中各取一字，特颁赐「永欣寺」匾额。智永也因此被世人尊称为「智永禅师」或「永禅师」。

在永欣寺，智永深居阁楼，除了参禅礼佛，其余时间全部用来研习书法。据传，王羲之临终前将《兰亭集序》这一墨宝托付给了五子王徽之，而智永正是王徽之的后裔，于是一辈辈递藏传到了他的手中。拜师学习的经历和在皇家内府藏书阁的阅览，大大提高了他的书法审美鉴赏能力。他发现自己的书法水平与老师和先祖的书法水平相比，相差甚远。因此，他发誓：书艺不成，决不下楼。就这样，智永蛰居在永欣寺阁楼，夜以继日地揣摩临习祖传墨宝《兰亭集序》及其他名帖。春来秋去，寒来暑往，一晃三十年过去了，智永的书艺得到了极大的提高。在此期间，他用真草两种书体手书《千字文》八百多本，分送给浙东各寺庙。据张怀瓘《书断》载：智永住吴兴永兴寺临仿周兴嗣编次、殷铁石集拓王羲之书《千字文》，「积年学书，后有秃笔头十瓮，每瓮皆数石」，他把十大瓮秃笔埋在后后的山坡上，人号为「退笔冢」。当智永赠送完八百多本《千字文》之后，他已成为闻名遐迩的大书法家，每天向他求书的人纷至沓来，人流如织，以致踏坏了寺里的门槛，只好用铁皮包起来，人称「铁门限」，据此可见智永在当时社会的广泛影响。

对智永书法的特征，前人有不少评价。如唐李嗣真《书后品》云：「智永精熟过人，惜无奇态。」宋代米芾《海岳名言》云：「智永砚成臼，乃能到右军，若穿透始到钟索也。」宋苏轼《东坡题跋》云：「永禅师书骨气深稳，体兼众妙，精能之至，返造疏淡。如观陶彭泽（陶渊明）诗，初若散缓不收，反复不已，乃识其奇趣」。又云：「永禅师欲存王氏典型，以为百家法祖，故举用旧法，非不能出新意求变态也。然其意已逸于绳墨之外矣。」明代都穆《寓意编》云：「智永真草千文真迹，气韵飞动，优入神品，为天下法书第一。」明解缙《春雨斋续书评》云：「智永瑶台雪鹤，高标出群。」董

其昌《画禅室随笔》云：「永师仿钟元常《宣示表》，每用笔必曲折其笔，宛转回向，沉着收束，所谓当其下笔欲透过纸背者，唐以后此法渐渐尽矣。」何绍基《东洲草堂金石跋》云：「智永《千文》，笔笔从空中落，从空中住，虽屋漏痕犹不足喻之。」这些评论概括了智永在书法领域的追求和深厚的造诣，智永「欲存王氏典型，以为百家法祖」，他几十年如一日，磨砚成臼，甚至磨穿铁砚。他的书法技法「精熟过人」，「用笔必曲折其笔，宛转回向，沉着收束」，「欲透过纸背」，能「从空中落，从空中住」。他的书法在继承家法的基础上，能够「逸于绳墨之外」，形成了平淡而清健的风格，表现为「骨气深稳，体兼众妙，精能之至，返造疏淡」，「气韵飞动」，「高标出群」。

智永是书法苦行僧，一生运笔不辍，书作颇丰。据北宋《宣和书谱》记载，当时内府曾收藏有智永真迹32件，其中《千字文》书法就占25件，另外还有《常侍帖》、《参军帖》、《故旧帖》、《至通法师帖》、《春雨帖》、《月仪》、《月仪献岁》和《临王羲之言宴帖》八件。但保存至今的绝少，书史留名的只有《真草千字文》的几种流传本，包括墨迹本和刻本。

《千字文》原是周兴嗣（？—521）奉诏编缀的一篇命题文字，篇名为《次韵王羲之书千字》。唐代韦绚《刘宾客嘉话录》载：「《千字文》，梁周兴嗣编次，而有王右军书者，人皆不晓其始。梁武帝教诸王书，令殷铁石于大王书中撮一千字不重者，每字一片纸，杂碎无叙。武帝召兴嗣谓曰：「卿有才思，为我韵之。」兴嗣一夕编次进上，须发皆白，而赏锡（赐）甚厚。右军孙智永禅师自临八百本。」《千字文》用被指定的无一重复的一千个单字，条理贯通、叙事有序地吟咏了关于天文、地理、博物、社会、历史、伦理、教育等包罗万象的诸方面知识，且结构严谨，文采飞扬，对仗工整，协韵流畅，令人叹服称绝。

关于《千字文》流传的情况，当代书法大师启功早在二十世纪三十年代初就写了《论书绝句》之七进行评论，云：「砚臼磨穿笔作堆，千文真面海东回。分明流水空山境，无数林花烂漫开。」其后启功在自注中写道：世传号为智永书者并石刻本合计之，约有五本：大观中长安薛氏摹刻本，南宋群玉堂刻帖残本四十二行，清代顾氏（文彬）过云楼刻帖残本，宝墨轩刻本，日本所藏墨迹本。1988年，启功撰写《说〈千字文〉》一文，进一步详细考证，认为「智永写本的周兴嗣《千字文》应是这篇文字今存的最早本子」。智永《真草千字文》写本、临本和刻本有以下五种：一是智永墨迹本：1912年日本小川为次郎氏把所得到的一个墨迹本交圣华房（出版社名）影印行世，后有日本内藤虎次郎氏跋尾。此本「多力丰筋，实是智永八百本之一的真迹」。二是贞观十五年（641）蒋善进临本：敦煌发现的唐初人临本残卷，今藏巴黎，纸本。三是宋大观三年（1109）薛嗣昌摹刻本，现藏陕西西安碑林。四是南宋韩侂胄刻《群玉堂刻帖》残本。五是宝墨轩刻本：大约是明末不学的坊贾所刻，字迹较弱，书法无佳。从启功《论书绝句》之七自注和《说〈千字文〉》中的考证可知，日本人小川为次郎用巨资购得并珍藏的《真草千字文》墨迹本为智永书法真迹。本书所用的底本就是该墨迹本的影印本。

《真草千字文》采用真草两体隔行排列、以楷书对释草书的方式，这是智永的创造，既便于学书者释读草字，又能让人同时欣赏他两种体裁的书法，可谓一举两得。此帖中的草书，完全得笔于乃祖王羲之，并师承了草字法规。但此帖每格一字，每字独立，写起来循规蹈矩，而不似乃祖王羲之那样「笔墨飞舞」、字字相连呼应。智永继承了王羲之的笔法，但每个字中又都有一两笔特别加重笔力，更显示出智永作书时的神情专注、神力内敛，重笔之处也

显得圆润合拍，健肥适当。此帖中的真书（楷书）属于行楷，比正楷更轻快。智永行楷每字中也有一二重笔，因而字态更生动，更清劲秀雅，唐宋以后的书法大家也大多喜欢师承智永的楷书。《真草千字文》直接二王妙旨，而禅意更浓，神采超逸，充分展现出智永书法平淡清健、高标出群、纤尘不染的风格。

临习此帖，宜用弹性好的狼毫或紫毫毛笔，用笔要藏头护尾，宛转折，点画清楚，笔势匀洁；注意揣摩其笔画，在柔和饱满之中，时时露出尖锋入纸的痕迹；结体要中心紧敛，四旁稍稍逸出，表现出含蓄而有韵律的意趣。

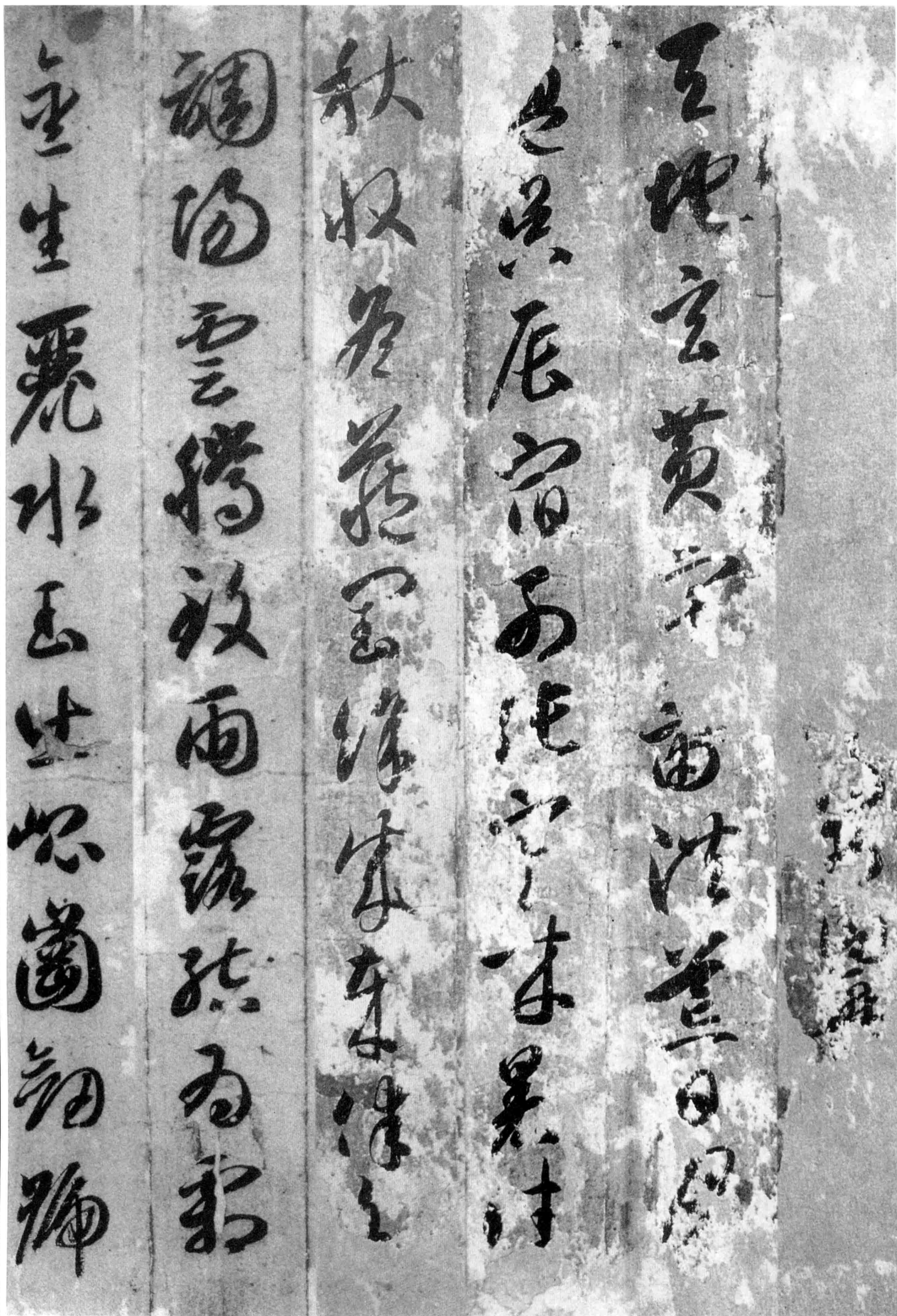
《千字文》在古代的影响是多方面的。宋代真宗时，编成了一部4359卷的《道藏》，分装在400多函中，每一函都按《千字文》的顺序编号，起于「天地玄黄」的「天」字，终于「宫」字，所以人称这部《道藏》为《大宋天官道藏》。明清时期，用于科举考试的贡院，每一间用于考试的号房都用《千字文》来编号。古代一些需要用较大数字编号的项目，多采用《千字文》，这是周兴嗣始料所不及的。《千字文》在文采上独领蒙学读物风骚，堪称训蒙长诗。到清代《千字文》已成为流传最广、最久的蒙学课本，几乎长幼咸知，以致文书编卷都采用天、地、玄、黄……来排列分类。《千字文》在很早就涉洋渡海，传播于世界各地。日本不仅有多种版本的《千字文》，而且出现了很多内容各异但都以《千字文》为名的作品。1583年朝鲜出版了以朝语释义注音的《石峰千字文》。1831年《千字文》被译成英文。在此后的数十年中，《千字文》相继出现了法文本、拉丁文本、意大利文本。其在海外的影响可谓久远。

《真草千字文》的书写者智永身处陈、隋之间，上承魏晋南北朝「尚韵」的余绪，下开唐五代「尚法」的先河，是书法史上一位承前启后的大书法家。他对书法的重要贡献表现在两个方面：其一，恪守家法，妙传真谛。唐张怀瓘《书断》云：「智永师远祖逸少。」宋叶梦得《石林避暑录话》云：「智永书全守逸少家法。」宋《宣和书谱》说智永「笔力纵横，真草兼备，绰有祖风」。解缙《春雨杂述·评书》云：「自羲、献而下，世无善书者。惟智永能寤寐家法，书学中興，至唐而盛。」明代余寅《同姓名录》卷十二云：「智永妙传家法，为隋唐间学书者宗匠。」其二，深研楷式，厘定八法。他总结了从隶书演进到楷书的笔势变化，归结成千秋盛传的「永字八法」，为唐代楷书的定型化与法度化提供了坚实基础。宋陈思撰《书苑菁华》引《翰林禁经》云：「八法起于隶字之始，自崔张钟王传授，所用该于万字。墨道之最不可不明也。隋僧智永发其指趋，授于虞秘监世南。」智永的书法对初唐虞世南等的书法很有影响。与智永同时而年少的释智果亦曾师事智永。智果也是永欣寺僧，工于书铭石。《千字文》问世之后，历代有许多书家争相临写，如唐代怀素、宋徽宗赵佶、元代赵孟頫、明代祝允明和文徵明、清代傅山和王铎等，他们的作品流传很广，书体与风格各异，无疑大大促进了《千字文》在民间的传播。现代于右任在1927年前后潜心研究智永《草书千字文》，共收集《草书千字文》刻石拓本和墨迹本一百多种。当代启功《论书绝句》第100首自注说，他曾「杂临碑帖与夫历代名家墨迹，以习智永千文墨迹为最久，功亦最勤」。智永书《真草千字文》，早在唐代已随归化之僧、遣唐之使流传到东邻日本，对日本书道产生过不小的影响。

釋文：真草千字文 敕员外散骑侍郎周兴嗣次韵

天地玄黄 宇宙洪荒 日月盈昃 辰宿列张 寒来暑往

冬令严凝 春和景明 仰观宇宙之大 俯察品物之盛 所以自天祐之 自不可及



至生 霏 水 玉 出 昆 冈 剑 号
 调 阳 云 腾 致 雨 露 结 为 霜
 秋 收 冬 藏 闰 余 成 岁 律 吕
 金 生 丽 水 玉 出 昆 冈 剑 号

调 阳 云 腾 致 雨 露 结 为 霜
 秋 收 冬 藏 闰 余 成 岁 律 吕

秋 收 冬 藏 闰 余 成 岁 律 吕

至 生 霏 水 玉 出 昆 冈 剑 号

至 生 霏 水 玉 出 昆 冈 剑 号

至 生 霏 水 玉 出 昆 冈 剑 号

释文：秋收冬藏闰余成岁律吕

调阳云腾致雨露结为霜

金生丽水玉出昆冈剑号

注：格子里的字表示原帖漫漶难辨的字



釋文：真草千字文敕員外散

天地玄黃宇

盈辰辰宿列



釋文：騎侍郎周興嗣次韻

宙洪荒日月

張寒來暑往

秋收冬藏
 調陽云騰致
 金生丽水
 玉出昆侖
 龍藏水底
 鳳藏石中
 木華于谷
 石炭于中
 金剛于石
 火烈于木
 泉冽于金
 土爰于土
 石炭于中
 金剛于石
 火烈于木
 泉冽于金
 土爰于土

释文：秋收冬藏
 调阳云腾致
 金生丽水
 玉出昆侖

釋文·余成岁律吕 雨露结为霜 出昆冈剑号



巨阙珠称夜果珍李柰
 菜重芥姜海咸河淡鳞潜
 羽翔龙师火帝鸟官人皇
 始制文字乃服衣裳推位
 让国虞陶唐吊民伐罪
 周发殷汤坐朝问道垂拱

释文·巨阙珠称夜果珍李柰

菜重芥姜海咸河淡鳞潜

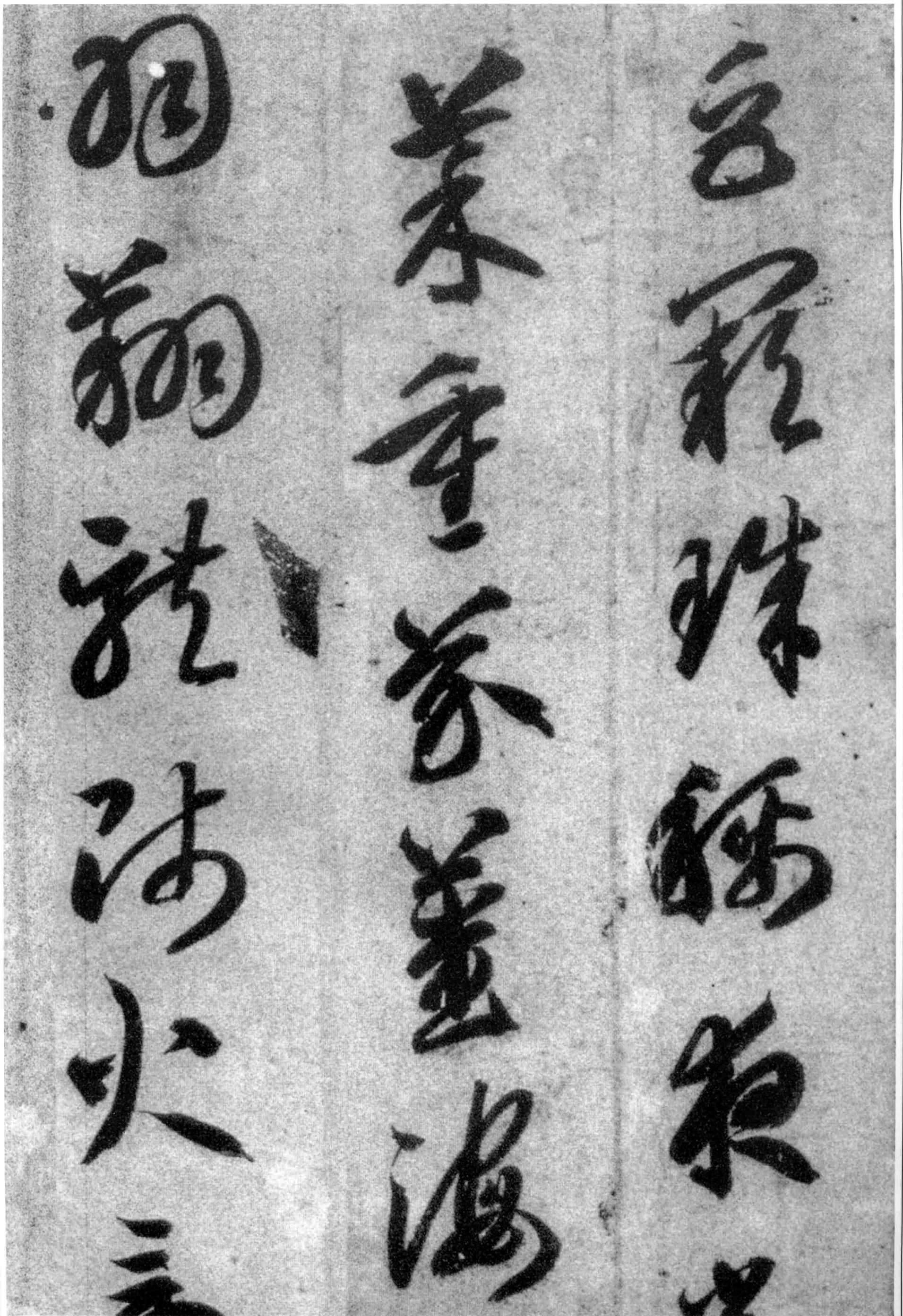
羽翔龙师火帝鸟官人皇

释文·始制文字乃服衣裳推位

让国虞陶唐吊民伐罪

周发殷汤坐朝问道垂拱

釋文：巨闕珠称夜
菜重芥姜海
羽翔龙师火

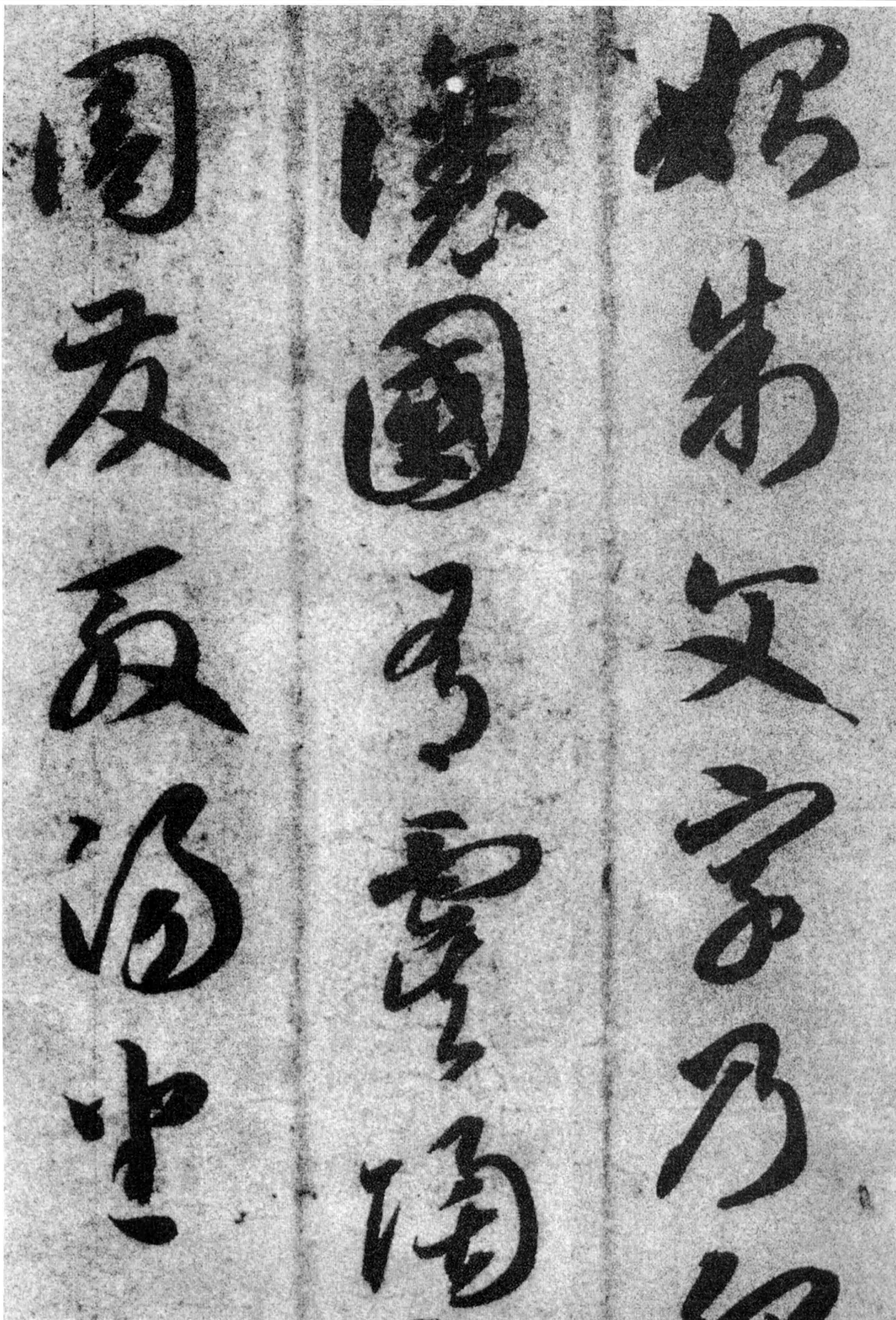


光
 美
 殊
 孝
 素
 酒
 藏
 河
 法
 法
 麟
 潛
 帝
 為
 古
 人
 皇

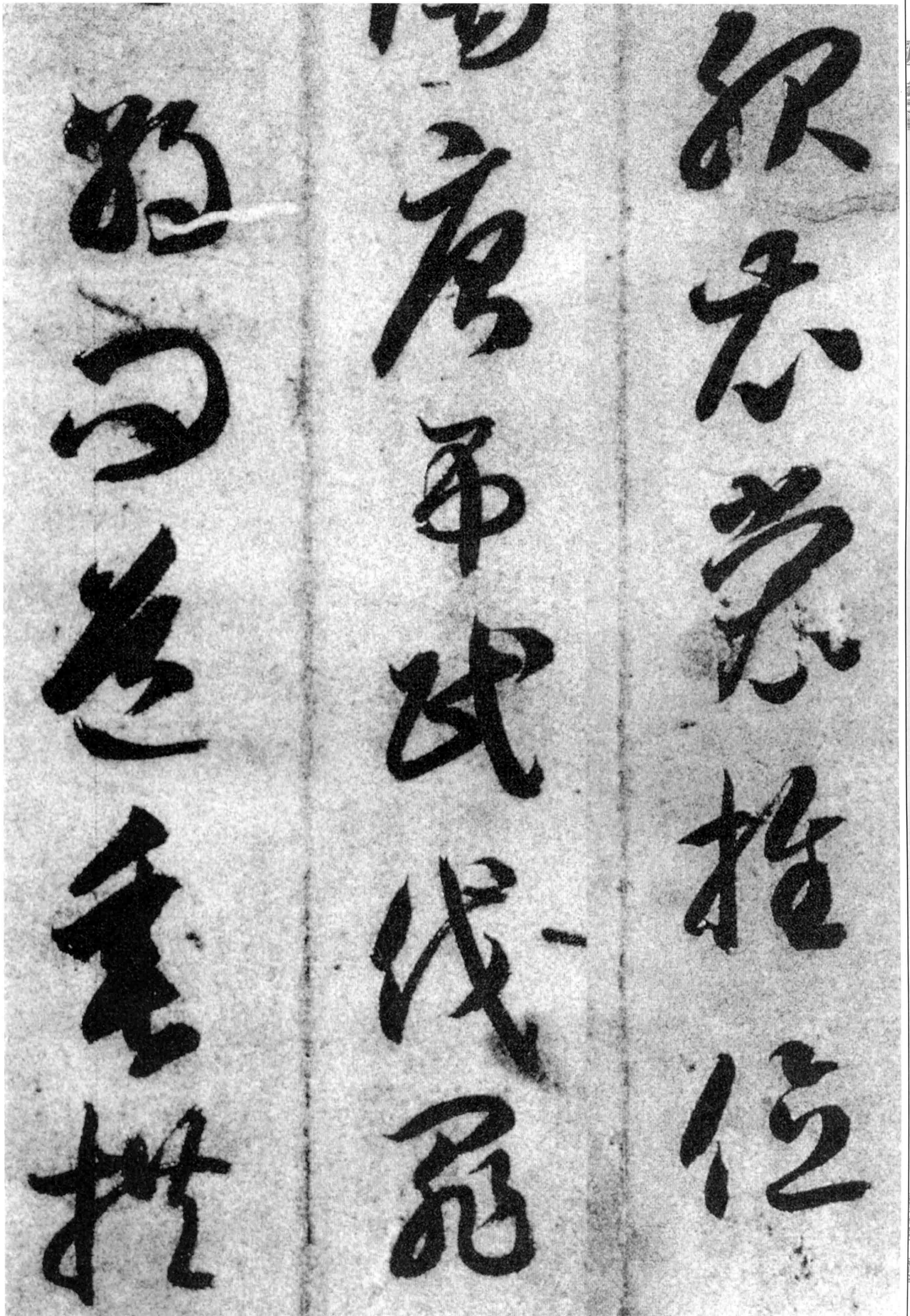
釋文：光果珍李柰

咸河淡鱗潛

帝鳥官人皇



釋文：始制文字乃
 让国有虞陶
 周发殷汤坐



釋文：服衣裳推位
唐吊民伐罪
朝問道垂拱

平章愛育黎首臣伏戎羌
 遐迩壹體率賓歸王鳴鳳
 在樹白駒食場化被草木
 五為蒼生惟繫筆墨豈敢毀傷
 女慕貞洁男效才良知過

釋文：平章愛育黎首臣伏戎羌

遐迩壹體率賓歸王鳴鳳

在樹白駒食場化被草木

釋文：賴及万方盖此身发四大

五常恭惟鞠養豈敢毀傷

女慕貞洁男效才良知過