



中國草書名帖精華

沈鵬主編 北京出版社





中國草書名帖精華

北京

出版

社



沈

鵬

主編

(京)新登字 000 号

图书在版编目(CIP)数据

中国草书名帖精华 (一) /沈鹏主编. -北京:
北京出版社,1994.6
(中国书法名帖精华丛书)
ISBN 7-200-02349-3

I. 中…

II. 沈…

III. 草书-法帖-中国-选集

IV. J292.34

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 07979 号

中国草书名帖精华(一)

沈鹏 主编

北京出版社出版

(北京北三环中路六号)

邮政编码:100011

北京出版社总发行

新华书店经销

顺义向阳胶印厂印刷

大十六开本 三十五·二五印张

一九九五年八月第一版第二次印刷

定价:五十六元

印数:1000—3000

ISBN 7-200-02349-3/J·280

主 编 沈 鹏
编 委 (以姓氏笔画为序)

曲 仲

杨良志

李世凯

佟 韦

陆剑秋

闻性真

章巧楨

草书序

草书，同其它书体一样，可以从应用价值和艺术价值两方面研究。草书以其较真书简易，所以「用于卒迫」（崔瑗《草书势》），又以其书写急速，改变了真书的结体笔法，所以形成特殊的艺术效果。

草书分章草与今草。章草是写章奏用的规范化的草隶，始于东汉杜度、崔瑗。今草脱胎于章草，但今草的笔法是从楷书演变过来的，所以今草风格的极致必待楷书的高度成熟。

今草（习惯上「草书」专指今草，下同）发轫于汉魏之世，到东晋出现一个高峰。这个高峰的代表人物是王羲之，他的儿子王献之继父风而有发展，如火箸画灰的「一笔书」即是一种创造。在此以前东汉张芝有草圣之名，欧阳询认为「张芝草圣，皇象八绝，并是章草」。从流传下来的张芝《冠军帖》来看，已类似成熟的唐人风格，这在张芝时代难以出现。后于张芝，早于王羲之的两晋陆机《平复帖》，也属今草风格范畴。南朝宋羊欣的《采古来能书人名》列秦至晋能书者六十九人，其中善草书者四十人，包括了章草与今草，人数比例之多，表明草书之盛行。

王羲之字逸少，琅邪临沂人，徙居会稽山阴，官东晋右军将军，在历史上被尊为「书圣」。他兼善真、行、草各体，传世作品二百余种，最大量的是行草书。王羲之处在变革的时代，传说献之曾劝其父「大人宜变体」。羲之行草书融会章今二体，具有多种风貌，即孙过庭《书谱》所谓「兼善」。后经梁武帝、唐太宗等帝王推崇，使他的书法历久不衰，形成历史上最重要的流派。王羲之真迹今已不得见，唐人摹本中最有价值的王氏一门书翰当推《万岁通天帖》，今藏辽宁博物馆。

王羲之以后的书家以草书名世者代不乏人。大体上都以王羲之为圭臬，如南唐李煜所说「善书法者，各得右军之一体」，列举了九名大书法家，以说明他们只是取王之一端而变化扩充。但是，有创造性的草书大家毕竟不会局限于王体的藩篱，在唐代，颜真卿作为楷书大家，于行草书也独树一帜，行书兼具草意的《祭侄文稿》、《争座位》，在颜楷特点的基础上疾速运转，内含沉郁激愤，实为佳作。同在盛唐时代曾为颜真卿之师的张旭，开创了狂草的新风格，代表作流传下来的有《古诗四帖》《肚痛帖》等。张旭的继承者怀素继张旭遗风，所谓「以狂继颠」，流传下来的《自叙帖》代表了他的风格。从张旭到怀素的狂草，反映了盛唐开放进取的时代精神，与同时代富于浪漫主义精神的诗歌、音乐、舞蹈、绘画等有着内在的统一性。就草书本体而言，则是从汉魏以来大约五百余年的一个突破性的进展，标志着草书的第二个高峰。往上推，王献之的「一笔书」已肇狂草端倪，自旭、素以下，则有杨凝式（《神仙起居法》）、黄庭坚（《诸上座》）、赵估（《千字文》）、吴镇（《心经》）、杨

维桢（《真镜庵募缘疏》），各具自家面貌，但毕竟只是旭、素余绪，醇醪自见。

有宋一代，特长行书。米芾的「八面出锋」，主要体现在行书中。苏轼《寒食帖》能在行书中融入狂草笔意，是他的过人之处。

明清之季，书家众多。明代宋克融合章、今、狂草，精熟而略欠雍容之态，祝允明毕生治草，内涵不足，张瑞图以偏锋杀人，虽然刻急，却创造了独特风格。再是以画家著称的徐渭、郑燮、黄慎等，融进绘画的章法布局与骨法用笔，另有一番天地。

明末清初的书法家中，成就最高的当推王铎。他的草书可以「精」、「熟」二字概括，他长年深入临习阁帖，谨严中跌宕多姿，狂放中恪守法度。尤擅长长篇条幅与册页，论者称其「有明第一」、「五百年来无此君」。但因清代崇碑学，又因王铎入清致仕被目为「贰臣」，所以他的书法在一些书论著作中不被推重，倒是逊于王铎的傅山名声更大。这也是由于傅山文学、哲学等多方面成就所致。

清人尚碑，相对来说草书有所削弱。从康有为到于右任，将草书与碑学结合，努力开创新的格局是值得肯定的，这种探索今后还会继续下去。

以上，我们对草书（包括章、今二体）发展作了极其粗略的鸟瞰。东汉光和间的辞赋家赵壹曾有一篇《非草书》，力议草书之非，「草本易而速，今反难而迟。」他指出了草书「趋急速」、「简易」的特点，认为「今之学（章）草书者，不思其简易之旨，直以为杜、崔之法，龟龙所见也。」然而赵壹却并非简单地否定章草，他肯定「杜（度）、崔（瑗）、张（芝）皆有超俗绝世之才，博学余暇，游手于斯，后世慕焉。专用为务，钻坚仰高，忘其疲劳，夕惕不息，仄不暇食。……」原来，赵壹只反对那种「专用为务」，而对「博学余暇」者却是恭敬仰慕的。由这里开始，确立了一条书法创作的学者化的途径。

孙过庭《书谱》反复论证「兼通」、「兼善」的重要，直接用「兼通」、「兼善」语词者即有五处之多，并从众多侧面解说、发挥。所说「兼通」、「兼善」，大体包含两层意思：一层是，书法家应当不限于「专擅」，因为「偏工易就，尽善难求」，兼长各种书体，并将各种书体的理、法融会贯通是难能可贵的。再一层是，书法家应当人品与书品统一，具备广博的修养。「因义理之会归，信贤达之兼善者矣」，「书外」的天地远大于「书内」，「书内」赖「书外」而深化、发扬。这便是张怀瓘说的「论人才能，先文而后墨。羲、献等十九人，皆兼文墨。」张怀瓘的「兼文墨」与孙过庭的「兼善」、「兼通」，具有共同点。黄庭坚说：「学书须要胸中有道义，又广之以圣哲之学，书乃可贵。」刘熙载说：「高韵深情，坚质浩气，缺一不可以为书。」历代论书法者重视书外功夫，这是一个极其重要的传统。「先文而后墨」，「墨」因「文」而精深，而珍贵，而流传，相反，有

「墨」无「文」，「墨」本身的价值即受限制，「墨」的素质也提不高。

草书在各种书体中的位置，是由草书艺术自身价值决定的。一部书法史，倘若离开了草书，离开了「草圣」以及灿若星斗的草书大家的名字和他们的作品，无疑将大为失色。历史上「书家无篆圣、隶圣，而有草圣」（刘熙载），虽然「达其情性，形其哀乐」（孙过庭）为各种书体共有的本质，但表现在草书上则特别突出。草书以其强烈的运动感、节律感，奔放潇洒，千变万化，震撼心灵，动人魂魄。孙过庭说：「草以点画为情性，使转为形质」，又进一步强调「草乖使转，不能成字」。使转，是牵连、引带，是运动感、节律感，由「使转」达到的「形质」，远不只是有形可见的点线，而是通向草书本质特征的精微所在。草书的运动感、节律感形成「势」。崔瑗著名的《草书势》，把草书特征与「势」相连。势者，动势、形势、态势、情势……；发挥到极致，便形成了狂草。狂草具有书法中高度昂扬的浪漫主义精神，它打破字间大小和分行布白的通常规律，竭力强化疾涩、浓淡、润枯、重轻、往复、抑扬、向背、疏密、欹正、聚散等。狂草在有限的幅面中展开向全方位的突进，以惊险的使转为形质，在使转中举重若轻地掣动点画。狂草高度发扬创作者的主观精神，把个性发挥提到最中心的位置。韩愈《送高闲上人序》中有一段热烈赞扬张旭狂草的文字，说到张旭狂草既囊括天地万物，又抒发心中块垒，「变动犹鬼神，不可端倪」，充分评价了狂草特有的艺术本质和效应。盛唐时代书坛上出现张旭，犹诗坛之出现李白，他们都是浪漫主义精神的化身。

「他书法多于意，草书意多于法。」《艺概》的这一论断可以看作是「真以点画为形质，使转为情性；草以点画为情性，使转为形质」的另一种概括。点画，大体说来归于相对稳定静止的较易触摸把握的范畴，属于「法」的体系，使转，大体说来归于相对运动变化的、较难设置程式框架的范畴，属于「意」的体系。「法」的掌握，需要刻苦磨炼，持久不懈；「意」的境界，需要认真领悟，不期而至的灵感。这里应当说明，无论「法多于意」或者「意多于法」，都是相对而言，一方「多于」另一方，不等于另一方不重要，而是矛盾的双方共处于统一体中，互相转化，互相渗透。真书没有「意」不免「状如算子」之讥，草书没有「法」，便会「行行若紫春蚓，字字如绉秋蛇」。

草书之需要法，一是指草书本身的书写规律，再是指草书应以正书为基础。东坡说：「书法备于正书，溢而为行草。未能正书，而能草书，犹未尝庄语，而辄放言，无是道也。」这里的「正书」应指楷书。因为书法发展到楷书，各种笔法已具备，今草书法是从楷书演变过来的，所以将楷书当作草书基础是合理合法的。但是，如果说篆书、隶书同样是草书的基础，也应当是合乎理法的。因为楷书从篆、隶演变而来，楷书中包容了篆、隶的因素；再者，篆、隶、楷同属繁而静者，那么简而动的行、草，为什么不可以既从楷书，也从篆、隶吸收滋养呢？证之何绍基、康有为、于右任等从碑学汲取营养的做法便可以明了。何、康、于的行草艺术有各种局限，但是至少证明草书创造的途径是宽广的，有待实践中开拓。我们更不要忘记，草书习碑早在张旭就已经实践了。「张长史

得之古钟鼎铭科斗篆，古人早已总结了。当代草书大师林散之，是公认的「帖派」，但是他对篆书笔法的深入理解与化用，大大地丰富了他的草书的内涵。

各种书体中，笔法最丰富者当属草书。从历史发展的观点看，今草是继篆、隶、楷、章草之后的最后一种书体，今草以前的各种书体的笔法、结体积淀在今草当中是必然的。草书之所以最长于表现力，最足以表情达意，其最重要的原因实在于笔法的丰富多变。

草书的「点画」在「使转」中运行，被「使转」带动。草书点画与楷书点画之区别，与「使转」在两种书体中占有地位的相异是密切相关的。刘熙载《艺概·书概》中论述草书最为精辟，他说：「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。前半句用「笔画」，后半句用「笔意」。倘论笔意，草书之笔意未尝不可移入他书。但草书对各种书体的笔法要无所不悟，则是草书表现力丰富的奥秘，也是草书创作难度大的一个原因。但这里，要注意《艺概》作者说的是他书之「笔意」，非指「笔画」。高明的草书家从「他书」的笔画中取其意，决非简单搬用，所以说贵在「无所不悟」，由「悟」到「意」，包括着极其丰富的道理。郑板桥的「六分半书」虽然着意发挥个性，然而较多地着眼笔画（非笔意）的搬用（非领悟），缺少融会贯通，没有达到更高层次的审美意识，其成就受到局限。」

进一步说，「无一可以移入他书」者不仅指草书与篆、隶、楷各体正书的关系而言。世界上没有两片相同的树叶。杰出的、个性鲜明的草书作品，没有一个字，甚至没有一笔画能够简单移植到另一草书作品中。杰出作品的每一个字、每一笔画都依赖整体而存在，成为整体血肉相连的组成部分。这个道理，各种书体相同，而在草书中格外突出。再说那个「无所不悟」的基本道理，虽然也适用于篆、隶、楷各种正书，但对草书来说，具有更为重要的意义。而真正的草书大家，所悟者又何尝仅止于笔法、结体！《送高闲上人序》里说到张旭：「喜怒窘穷，忧悲愉快，怨恨思慕，酣醉无聊，不平有动于心，必于草书发之。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，天地万物之变，可喜可愕，一寓于书。」举凡天地万物之中，情与景物与己，无不可以融入草书，而草书作品也无不可以启发观赏者联想到天地万物。「世间万物非草书」（翁方纲），斯之谓歟？

对于草书笔画的不可替代性，我在此引用一段话，仍是刘熙载所说：「移易位置，增减笔画，以草较真者有之，以草较草亦有之。学草者移易易知，而增减每不尽解。盖变其短长肥瘦，皆是增减，非止多一笔少一笔之谓也。」须知字形增减笔画，还只属外部形式的变化，而「短长肥瘦」的增减，关系到字形与笔法，风骨与神气，一切个性特征皆由此生。这个道理有类石涛的「一画」与「万画」。草书的创作者循此深入堂奥，欣赏者则由此体味其中三昧。最复杂的变化，实肇端于最原始的基因。

中国草书名帖精华(一)

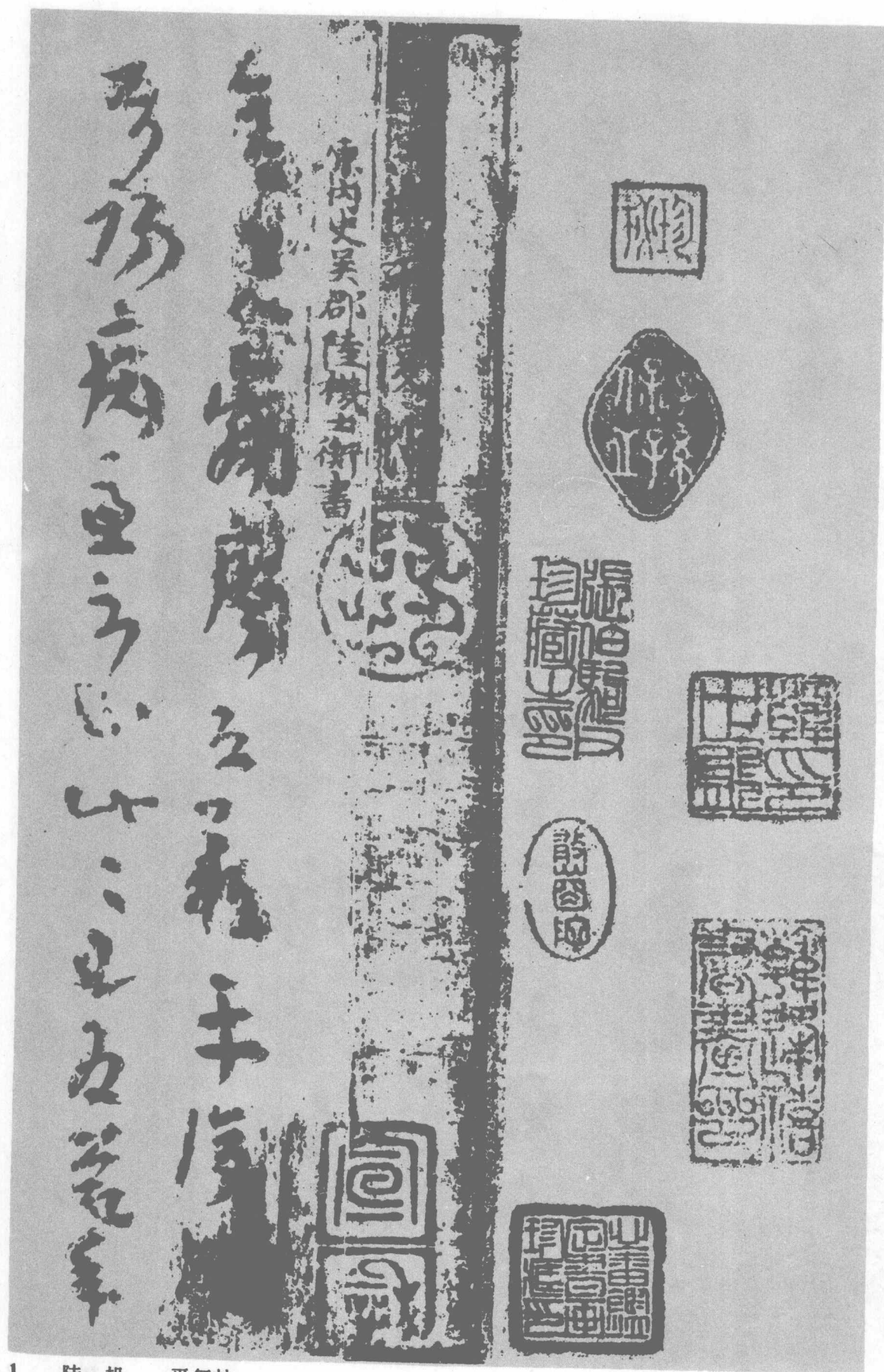
目次

陆机	平复帖	1 2
王导	辛酸帖	3 4
王羲之	丧乱帖	5 6
王羲之	得示帖	7
王羲之	频有哀祸帖	8
王羲之	初月帖	9 10
王羲之	寒切帖	11
王羲之	秋月帖	12 13
王羲之	行穰帖	14
王羲之	袁生帖	15
王羲之	十七帖	16 43
王献之	鸭头丸帖	44 45

王献之	十二月帖	46	47
王献之	中秋帖	48	
王献之	江州帖	49	58
智永	千字文	59	79
李怀琳	绝交书	80	111
孙过庭	书谱	112	207
孙过庭	千字文(残卷)	208	225
贺知章	隔日不面帖	226	
贺知章	东阳帖	227	
贺知章	敬和帖	228	
贺知章	孝经	229	250
张旭	二月八日帖	251	
张旭	肚痛帖	252	254
张旭	古诗四首	255	267
怀素	小草千字文	268	285
怀素	论书帖	286	288

释文	黄庭坚	黄庭坚	黄庭坚	黄庭坚	黄庭坚	苏轼	蔡襄	杨凝式	唐人书	高闲	柳公权	怀素	怀素	怀素
.....	廉颇蔺相如传	太白忆旧游诗	洛阳雨霁诗	花气诗	飞雪	笔精帖	笔精帖	神仙起居法	月仪帖	千字文(残卷)	蒙诏帖	自叙帖	圣母帖	苦笋帖
.....														
523	422	406	396	393	391	386	384	374	355	351	304	290	289	
554	522	421	405	395	392	390	385	383	373	354	350	303		

陆机平复帖



此是乃子力後七方之
 生子初生初末主主多
 此而後末岁係译诗美
 米多由弘然之墨也里
 是入通七方執可之元
 看之更一茶之為更之



恩丞相王導書

為不日之字
 變也
 王制正而氣
 不為致方為
 當在

少時不覺如河漢之
大時生
多日轉情增傷去海
無山何處小寒不帖
庭久思存未云如海
可少王

王羲之丧乱帖

羲之頓首喪亂之極
先墓再離荼毒
惟酷甚痛兼
播絕
痛貫心肝痛
者矣

亦以雖即稍復未獲
毒既殺毒蓋深矣
亦以從從復復不知
何之義之抑也