

中国美术学院专业基础教学部教材

真草千字文

中国美术学院专业基础教学部 主编 王 巽 编著

中国美术学院出版社
CHINA ACADEMY OF ART PRESS

中国美术学院专业基础教学部教材

真草千字文

中国美术学院专业基础教学部 主编 王 巽 编著

中国美术学院出版社
CHINA ACADEMY OF ART PRESS

《真草千字文》

编委 许江 王赞 曹晓阳
金琤 于振平 陈华沙
任志忠 李沐 郑端祥
张铨 陈超历 王 巽
策划 张铨 陈超历 王 巽
责任编辑 徐新红
装帧设计 曹所以
责任校对 钱锦生
责任出版 葛炜光

图书在版编目(CIP)数据

真草千字文 / 王巽编著. — 杭州 : 中国美术学院出版社, 2014. 7

ISBN 978-7-5503-0737-7

I. ①真… II. ①王… III. ①草书—书法—高等学校—教材 IV. ①J292.113.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第166203号

中国美术学院专业基础教学部教材

真草千字文

中国美术学院专业基础教学部 主编 王 巽 编著

出品人: 曹增节

出版发行: 中国美术学院出版社

地址: 中国·杭州市南山路218号 / 邮政编码: 310002

<http://www.caapress.com>

经销: 全国新华书店

制版: 杭州海洋电脑制版印刷有限公司

印刷: 浙江省邮电印刷股份有限公司

版次: 2014年8月第1版

印次: 2014年8月第1次印刷

印张: 4.5

开本: 889mm×1194mm 1/16

字数: 20千

图数: 70幅

印数: 0001—5000

ISBN 978-7-5503-0737-7

定价: 38.00元

目 录

既集坟典 亦聚群英——专业基础教学部智永《真草千字文》释 序 / 04

《真草千字文》浅释 / 06

技法分析 / 58

后 记 / 70

中国美术学院专业基础教学部教材

真草千字文

中国美术学院专业基础教学部 主编 王 巽 编著

中国美术学院出版社
CHINA ACADEMY OF ART PRESS

目 录

既集坟典 亦聚群英——专业基础教学部智永《真草千字文》释 序 / 04

《真草千字文》浅释 / 06

技法分析 / 58

后 记 / 70

既集坟典 亦聚群英

——专业基础教学部智永《真草千字文》释 序

接手吧！同学们！

作为2014年入学中国美术学院的新生，当你们还未从初入象山——这个中国唯一入选国家最美建筑的大学山水校园的激越中平静下来之时，就将收到来自这个具有八十六年历史的悠长脉络的文化礼物：一支狼毫毛笔，一支兼毫毛笔，一百张左右的元书纸，一瓶“曹素功”墨汁，一册智永《真草千字文》字帖以及相关的辅导材料。

在这样一个数字媒体、网络阅读的时代，这样一份来自你们梦寐以求的学院的馈赠，也许让你新奇，也许你并不为意，因为这个物系列拈连的文化意象：笔、墨、纸、砚，是那般悠远，悠远得有如博物馆和祖辈生活那般飘忽玄深。在你们匆忙而努力的学习生涯中，在你们竭尽全力的文化和专业的双向奔袭中，似乎都没有在意这个物系列。当然，中国书画专业的同学们除外。现在，这个物系列被作为学院见面礼交到你们手上，你们可会萌发些许的追问？

在这里，我并不想赘述两支笔——两支品相端庄的毛笔是如何由学院的老师们请著名笔庄专门定制的，黑管狼毫，斑竹兼毫，带着多少殷殷的匠心与期望。我甚至也不想过多地叙述智永《真草千字文》的来历及其裹挟着的众多文化故事，以及关于《真草千字文》临写的诸多要义，显然，应由更为专业的老师来担当这些工作，我想说的是为什么我要提议这样一个物系列的馈赠及其理应受到的珍惜。

艺术的学习，根本上就是一种“手”的塑造与学习。通过一门传统技艺的学习，了解人与世界的关系，开启个人天性中蔽藏的素质，塑造而为代表着某种特定群落价值观念的独特品格，进而开发出一种“手”的创造，这正是艺术学习的使命。在这样一种具有生活塑造意义的学习过程中，技艺是一种通道，手是一种载体。练手，通过手的训练，逐步掌握技艺。当手与心化合为一的时候，就能做到心到手到。古往今来的大师们在举手施艺之时，已将诸多运思蕴涵凝于手上，如此神秘的运象，我们称之为“上手”。“劳作上手”是我们这个艺术谱系坚守的传家功夫。如何从根本上体会这种“上手”背后所蕴含的诸种心手变化、价值感受，从而与中国文化世界的浅显感受、深邃意念牢牢地联系在一起，中国书法的学习是最好的启蒙。那笔、墨、纸、砚所编织的文化空间气息和文人姿态，那握笔一招一式所带来的虚、实、方、圆、疾、徐的切肤之感，那一杆笔使、转、提、按变化的体会，那结体与行气带来的独特的品评修养，让我们在摹写劳作的过程中，心与手均得以成长。也许我们是初临，也许我们的专业追求与之相差遥

远，但有谁会反对用手探入文化传统的深处去领受某种深邃的塑造呢？

不错，我们生活在一个键盘书写的年代。当我们以意群来敲打文字、汰选词组的时候，我们可曾想到先辈们通过千万次书写培养起来的汉字书写的切肤之感，那种一笔一画构建起来形体文字的建造意韵，及其眼读手写时带给生命世界的万象纷呈，随着我们日复一日的书写方式的潜移默化，正被悄然改变。当这样一个可能的文化丧失的时刻，我们有幸手握素笔，面对一个千年读本的临写。这是一个怎样穿越千载的体验，这是一个怎样读韵摹写的千秋百代的文化层积。我们在这里所临对的既有千字之文，亦有千字之书。王羲之在《兰亭集序》中慨然咏叹“后之视今，亦犹今之视昔”。我们不妨放怀千古，一边诵读千字经文，一边试想梁朝周兴嗣以王羲之书千字、韵成文而一夜白头的创举；试想智永高僧将其先祖“顿首”书写的文字遗存，分真草两体，荐其点划，葆其结体，发其风神，心摹妙就，那是怎样一个伟大的文存种续的工程；试想一代代的中国文人从《真草千字文》发蒙而出，“既集坟典，亦聚群英”，那又是怎样的一个古今同用、百代遴选的文化启蒙和链接；试想我们今时此刻努力身仿书契、心追千古的临写，也许与某种隽远传承的文化秘密联系在一起，我们的心境是否增添了一份承担和乡愁。会当此时，我们正触及学院谱系的另一道精神血统：“读书养心。”那《真草千字文》之文带着我们涉入这个千古文明所由千字凝练着的文化世界，其文采音韵深深地抚育了我们心灵的气息；那《真草千字文》之书带着我们反反复复地出入这个世界，去遭遇书写的当下感受，使其深邃的要义在读与写的交替之中，活化而为上手与养心的时代之功。

于是，智永《真草千字文》的摹写与我院的“劳作上手、读书养心”的生活倡导深刻地契合在一起，与学院学术创造的精神血脉融化在一起，还和你们深心中流溢着的中华骨血激活在一起。因此，你们此刻手上拿着的这个帖本，将成为我们走进这片山水望境、这片精神脉络的某一个发端，并促使着我们自觉地展纸、举笔、揣摩、临仿……

中国美术学院院长 许 江

2014年6月24日赴京飞机上

天地玄黄 宇宙洪荒：苍天是深青色的，大地是灰黄色的；混沌的宇宙辽阔无边。

天地玄黃
宇宙洪荒
日月

苗

一斗芳芳黃

盈吳辰宿列張寒來暑往
之吳辰宿列張寒來暑往
秋收冬藏開餘成歲律名
秋收冬藏開餘成歲律名

日月盈昃 辰宿列張：太陽东升西落，月亮有缺有圓；星辰有序地布滿在天空中。
收割，冬天里忙着儲藏。

閏余成歲 律呂調陽：積累數年的閏余並成一個月，放在閏年里；古人用六律六呂來調節陰陽。

寒來暑往 秋收冬藏：寒暑循環變換，來了又去，去了又來；秋季里忙着

云腾致雨 露结为霜：云气升到天空，遇冷就形成雨；露水碰上寒夜，很快凝结为霜。

金生丽水 玉出昆冈：黄金出产在金沙江底，美玉生成于昆仑山岗。

云
 金生丽水 玉出昆冈 露结为霜
 金生丽水 玉出昆冈 露结为霜
 金生丽水 玉出昆冈 露结为霜
 金生丽水 玉出昆冈 露结为霜

霜

フ 霜

霜

フ 早 霜 霜

露

フ 露 露 露

露

フ 山 山 山 山 山 山

将

フ 将 将 将

将

フ 将 将 将

茅
ㄣ ㄣ ㄣ 茅 茅 茅

艹
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

艹
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

ㄣ
一 ㄣ ㄣ

ㄣ
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

ㄣ
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

ㄣ
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

ㄣ
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

ㄣ
ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

江關珠稱夜光菜珍李奈
巨艹珠稱夜光菜珍李奈
菜重米薑海鹹河淡鱗潛
菜重米薑海鹹河淡鱗潛
菜重米薑海鹹河淡鱗潛

剑号巨阙 珠称夜光：最有名的宝剑叫『巨阙』，最贵重的明珠叫『夜光』。 果珍李奈 菜重芥姜：果中最珍贵的是李子和沙果，日常蔬菜中离不开芥菜和生姜。
海咸河淡 鳞潜羽翔：海水咸，河水淡；鱼儿在水中潜游，鸟儿在空中飞翔。

龙师火帝 鸟官人皇：龙师即伏羲，火帝是炎帝，鸟官乃少昊，人皇为古帝。始制文字 乃服衣裳：有了仓颉，开始创造了文字；有了嫫祖，人们才穿起了遮身蔽体的衣裳。

推位让国 有虞陶唐：唐尧、虞舜英明无私，主动把君位禅让给功臣贤人。

羽 翔 龍 師 火 帝 鳥 官 人 皇
 始 制 文 字 乃 服 衣 裳 推 位
 讓 國 有 虞 陶 唐

皇 帝 翔

人 皇

火 帝

鳥 官

始

制 文 字

讓國有虞陶唐
吊民伐罪
漢國有虞陶唐
吊民伐罪
周發殷湯
坐朝問道
垂拱
周友反
湯坐朝
問道
垂拱

吊民伐罪 周發殷湯：安撫百姓，討伐暴君，有周武王姬發和商君成湯。

坐朝問道 垂拱平章：賢君身坐朝廷，探討治國之道，垂衣拱手，和大臣共商國事。

爱育黎首 臣伏戎羌：爱抚、体恤老百姓，四方各族人都归附向往。
 驹食场：凤凰在树林中欢鸣，白马在草地上觅食。

遐迩一体 率宾归王：无论远近，四域八方，江山一统，四海归王。

鸣凤在树 白

平章爱育黎首臣伏戎羌
 千车重育黎首臣伏戎羌
 遐迩壹體率賓歸王鳴鳳
 遐迩壹體率賓歸王鳴鳳

美

以了望美

鳴

以鳴鳴

黎

以物物黎黎

黎

以存存黎

重

以寸寸重

重

以寸寸重

被

、
、
初被

初

、
了
初初

善

、
、
善善

在樹白駒食場化被草木
在樹白駒食場化被草木
賴及萬方蓋此身疑四大
賴及萬方蓋此身疑四大
賴及萬方蓋此身疑四大

化被草木 賴及萬方：賢君的教化覆蓋大自然的一草一木，恩澤遍及天下百姓。

蓋此身疑四大五常：人的身体发肤关系到天地伦常。