

中国历代名碑名帖精选系列 主编 周俊杰

怀素小草千字文

薛海洋 编



天地玄黄，宇宙洪荒。

天地

天地之氣，宇宙洪荒，日月盈虧，
星辰宿，張寧來，是往秋收冬藏，
玉雖成，佳來，三調，陽雲，得政，
雨西路，結，為，柔，金，生，其，水，玉，出，此。

中国历代名碑名帖精选系列 主编 周俊杰

怀素小草千字文

薛海洋 编



图书在版编目(CIP)数据

怀素小草千字文 / 薛海洋编. — 郑州: 河南美术出版社,

2007.6

(中国历代名碑名帖精选系列 主编 周俊杰)

ISBN 978-7-5401-1520-3

I. 怀… II. 薛… III. 草书—碑帖—中国—唐代 IV.

J292.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第074271号

怀素小草千字文

编者 薛海洋

策划人 李国强

责任编辑 刘灿章 薛海洋

责任校对 徐淑玲

装帧设计 张胜 段二红

出版发行 河南美术出版社

地址 郑州市经五路六十六号

邮政编码 四五〇〇〇二

电话 (0371) 六五七八一五二

制作 河南金鼎美术设计制作有限公司

印刷 河南省瑞光印务股份有限公司

开本 七八七毫米×一〇九二毫米 八开

印张 三

版次 二〇〇七年六月第一版

印次 二〇〇七年六月第一次印刷

印数 〇〇〇—一〇〇〇

书号 ISBN 978-7-5401-1520-3

定价 二十二元

松风流水天然调 抱得琴来不用弹

——怀素小草《千字文》随想

王冰石

唐僧怀素（公元七二五年—公元七八五年）《千字文》传世有大、小草书两种，大草以宋《群玉堂帖》石刻本为代表；小草以唐贞元十五年（公元七九九年）墨迹为最上乘。该本为绢本，内文凡八十四行，共计一千零四十五字，本帖为原大影印。这两种《千字文》历来为世人所珍视，特别是小草墨迹本是怀素六十三岁时所书，学术界一致认为这是其晚年书法杰作。

大草又称《狂草》，小草又称《今草》。怀素在历史上是继张旭之后的第二位狂草大师。他是一位僧人，但不受佛门清规戒律约束，一生心系书艺。他《疏放不拘细行，时酒酣兴发，遇寺壁里墙、衣裳、器皿，靡不书之》（南宋陆游《怀素别传》）。释适之《金壶记》也记其“嗜酒以养性，草书以畅志。凡一日九醉，时人谓之‘醉僧书’”。怀素传世狂草诸帖即透露出其狂放不羁的性格。然狂放只是他性格的一个方面，他的另一个方面却少为人知，他写的小草书传达的却是一个出家人平淡天真、清静雅逸的情怀。其小草《千字文》是流露这一情怀的代表。历史上许多名家对怀素小草《千字文》评价很高，明代文徵明说其“晚年所作，应规入矩，一笔不苟”。文嘉评为“字字用意，脱去狂怪怒张之习，而专趋于平淡古雅”。清人王文治谓：“右军草圣之室，自唐以降，罕有能人及之者。颠张醉素皆从右军出而加狂怪怒张，论者病之。然素师得右军淡处，独胜余子。右军草书无门可入，从素师淡处领取殊为得门。”近人于右任也说：“此为素师晚年最佳之作，所谓‘松风流水天然调，抱得琴来不用弹’，意境似之。”综合以上诸家评论，我们可以得到如下几点认识：一是怀素小草《千字文》的艺术风格特征为用意谨严，平淡天成，与怀素的狂草是迥异其趣的；二是其小草《千字文》师法王羲之，深得王羲之草书精髓。因王羲之草书无真迹传世，后人想学王书，从怀素小草《千字文》入手是很好的参照物；三是这卷传世墨迹是怀素晚年杰作。历史上对怀素狂草尚有诸多微辞，唯对这卷小草却众口一辞，赞赏备至。这是为什么？这很容易使我们想起唐人孙过庭《书谱》中的一段话：“至如初学分布，但求平正；既知平正，务追险绝；既能险绝，复归平正。初谓未

及，中则过之，后乃通会。通会之际，人书俱老。」怀素和历史上所有大家一样，艺术实践都经过平正——险绝——平正三个阶段，我们观照他早时的狂草作品，结字用笔旁极张扬变化之能事，当属「险绝」一路，晚年的这卷小草《千字文》则已是寓神奇于平淡，追求的是更高审美层次的作品了，可谓炉火纯青，「人书俱老」了。

怀素的作品和故事留给后人太多的思考和启迪。他嗜酒如命，食鱼吃肉，行为放任不拘；他学书精勤，因贫无纸可书，遂种芭蕉万株，以供挥洒。书之不足，又漆一盘一板，书至再三，竟将盘板书穿，精神感动天地；他悟性超人，与颜真卿讨论书法时说：「吾观夏云多奇峰，辄常师之。其痛快处如飞鸟出林，惊蛇入草；又遇拆壁之路，一一自然。」他善于包装自己，将别人对他的书法赞誉一一写进他的《自叙帖》中；他也十分自负和得意，「心手相师势转奇，诡形怪状翻合宜。人人欲同此中妙，怀素自言初不知。」毫不掩饰自己的成功和喜悦。综观怀素草书，他远绍汉、晋张芝和二王，近师张旭和颜真卿，融会贯通，最后蜕变为自家面目。汉末张芝是今草的始祖，他的今草据文献记载，是由「章草」变化出来，当属今草的幼发样式，笔者以为可能还带有一点儿隶书的质朴意味（《阁帖》中的张芝作品皆不可靠），到东晋王羲之父子亦擅此体，然求意已完全消失了，真正成为今草的妍美典型。降及唐代张旭，他又在前人的基础上纵横变化，笔走龙蛇，点画狼籍，创为狂草。怀素则又站在巨人们的肩膀上进一步将狂草推向更加完美的境地，怀素是草书的集大成者，这个看法当不为过。

张旭、怀素草书并驾齐驱，他们有一个共同特点——嗜酒成癖。二人作书必待醉后发兴，驰骋笔墨才能达到妙不可言的境地。《书林纪事》载：「张旭嗜酒，每大醉，呼叫狂走乃下笔，或以头濡墨而书。既醒，自视以为神，不可复得也。」怀素《自叙帖》中亦云：「醉来信手两三行，醒后却书书不得。」都须借酒的力量来调动创作情绪。艺术家的行为无可非议，但苏东坡却不以为然，他在《书张长史草书》一文中调侃道：「张长史草书必俟醉，或以为奇，醒则天真不全。此乃长史未妙，犹有醒、醉之辩，若逸少，何尝寄于酒乎？仆亦未免此事。」张旭草书，醉后方佳，因为是借酒以助其气的缘故。而王羲之的书法不借酒却自然高妙，没有醒和醉的区别，那才是最好的。东坡联系自己，亦认为要借酒以发，说明自己的书法还没有达到「一妙」的境界。喝酒太多有损健康，年轻时或许感觉不到，到老则日渐不支。张旭生卒年月不详，估计不是高寿，怀素则活到六十出头，他晚年已不作狂草书了，他写的小草《千字文》平和恬淡，心境已很宁静，大概是戒酒了吧。

釋文

草書千字文

勅員外散騎侍郎周興嗣次韵

沙門懷素字藏真書

天地玄黃宇宙洪荒日月盈昃

辰宿列張寒來暑往
秋收冬藏

閏餘成歲律呂調陽
雲騰致

雨露結爲霜金生麗
水玉出昆

上書千字文

勅員外散騎侍郎周興嗣次韵

沙門懷素字藏真書

天地玄黃宇宙洪荒日月盈昃

辰宿列張寒來暑往秋收冬藏

閏餘成歲律呂調陽雲騰致

雨露結爲霜金生麗水玉出昆

蜀道難行難於上
光華珍李

奈菜重芥薑海鹹河淡鱗潛羽翔龍

陟火帝鳥官人皇始制文字乃服

衣袂推位讓國有虞懷陶唐吊民伐桀

周書取洎坐朝問道垂拱平章愛育

黎首臣伏戎荒遐邇壹體率賓歸王

鳴鳳在樹白駒食場
化被草木賴及

崗劍號巨闕珠稱夜
光華珍李

奈菜重芥薑海鹹河
淡鱗潛羽翔龍

師火帝鳥官人皇始
制文字乃服

衣袂推位讓國有虞
陶唐吊民伐桀

周發殷湯坐朝問道
垂拱平章愛育

黎首臣伏戎荒遐邇
壹體率賓歸王

鳴鳳在樹白駒食場
化被草木賴及

萬方善此才賦四大已當其恒鞠卷

豈敢毀傷女慕貞潔

豈敢毀傷女慕貞潔
男效才良知過

必改口能言三四後彼起鹿情已

必改得能莫忘閑談
彼短靡恃已

長信使可覆器欲難

長信使可覆器欲難
量墨悲絲

法詩漢道羊童一維矣二制之三他年

染詩贊羔羊景行維
賢烈念作聖

德建名立形誨表正也一之傳新

德建名立形誨表正
空谷傳聲

虛堂習聽禍因惡積
福緣善慶

虛堂習聽禍因惡積
福緣善慶

人雖北竄寸心是祿法父子

君曰孝與家存當竭力忠則盡

品論深殿為風真語信以業新

稽如相^之成川海不^之揚從正嘆意心為

思言辭安宜苟初成美性終定

令榮業仁其藉古世名學位世仁

按陳從政存以甘棠在而益以永琛

尺璧非寶寸陰是競
資父事

君曰嚴與敬孝當竭
力忠則盡

命臨深履薄夙興溫
清似蘭斯

馨如松之盛川流不
息淵澄取嘆容止若

思言辭安定篤初誠
美慎終宜

令榮業所基藉甚無
竟學優登仕

攝職從政存以甘棠
去而益詠樂殊
貴賤禮別尊卑上和
下睦夫唱婦隨外

受傳訓入奉母儀姑伯子
夫子

比兒孔懷兄弟同氣
連枝交友投

分切磨歲規仁並隨
怡造以弗離

若蒙座主故涉匪
彰性靜情逸

攝職從政存以甘棠
去而益詠樂殊

貴賤禮別尊卑上和
下睦夫唱婦隨外

受傳訓入奉母儀諸
姑伯叔猶子

比兒孔懷兄弟同氣
連枝交友投

分切磨歲規仁慈隨
惻造次弗離

節義應退顯沛匪虧
性靜情逸

心動神疲守真志滿正拙之極望

持雅操好爵自縻去之華夏東西

二京背芒面洛浮渭授漢宮啟興

樓觀飛鸞圖寫禽獸畫屏仙

靈西雀傷風甲帳對槐肆道以席

鼓瑟吹笙升階納陛弁轉疑星右通

廣內左達承明既集墳典亦聚群

心動神疲守真志滿
逐物意移望

持雅操好爵自縻都
邑華夏東西

二京背芒面洛浮渭
據漢宮啟興

樓觀飛鸞圖寫禽
獸畫屏仙

靈西舍傍啓甲帳對
槐肆疑設席

鼓瑟吹笙升階納陛
弁轉疑星右通

廣內左達承明既集
墳典亦聚群

廣德七年

英杜京鍾聲漢之碑經府羅將相

相路俠槐卿戶封八縣家給千兵

高冠陪輦驅轂振纓世祿修富

車駕肥輕策功茂實勒碑刻銘

碯溪伊尹佐時阿衡宅宅曲阜微旦

孰營桓公匡合濟弱扶傾繪迴漢

英杜京鍾聲漢之碑經府羅將相

相路俠槐卿戶封八縣家給千兵

高冠陪輦驅轂振纓世祿修富

車駕肥輕策功茂實勒碑刻銘

碯溪伊尹佐時阿衡宅宅曲阜微旦

孰營桓公匡合濟弱扶傾繪迴漢

惠說感武丁俊又密
勿多士寔寧

晉楚更霸趙魏困橫
假途滅虢

踐土會盟何遵約法
韓弊煩刑起

剪頗牧用軍最精宜
威沙漠馳

譽丹青九州禹迹百
郡秦并嶽宗恒

岱禪主云亭雁門紫
塞難田赤城昆

直以威武丁俊又密勿多士寔寧
晉楚更霸趙魏困橫假途滅虢
踐土會盟何遵約法韓弊煩刑起
剪頗牧用軍最精宜威沙漠馳
譽丹青九州禹迹百郡秦并嶽宗恒
成禪主云亭雁門紫塞難田赤城昆
池石銘曜洞庭曠在縣龜泉

池石鉅野洞庭曠主報龜泉

池石鉅野洞庭曠
遠縣遼巖

岫古冥冥本於農務稼穡付

岫杳冥治本於農務
茲稼穡假

戩南衣我義乘稔秋熟貢新

載南畝我藝黍稷稅
熟貢新

勸賞黜陟孟軻敦素史魚秉直

勸賞黜陟孟軻敦素
史魚秉直

庶幾中庸方進作勅於吉察理鑒

庶幾中庸勞謙謹勅
聆音察理鑒

報稱之即康嘉猷勉其祗懼省

貌辨色貽厥嘉猷勉
其祗懼省

躬謙誠龍增抗極殆辱近耻林

躬謙誠龍增抗極殆
辱近耻林

象生今有詩欠機解組後逢索

公果受沈默之察求古而於散意

造意以真尔盡感何新招渠荷

的磨園夢抽條杞杞次翠梧相子

臥詩相委宿落葉飄飄起鷗杓

運凌摩絳霄耽讀阮市常回囊

兼易輕攸有矣了恒清中謹論

舉幸即兩疎見機解
組誰逼索

居閑處沉默寂寥求
古尋論散慮

逍遙欣奏累遣感謝
歡招渠荷

的磨園夢抽條杞杞
晚翠梧桐早

凋陳根委翳落葉飄
飄游鷗獨

運凌摩絳霄耽讀阮
市寓目囊

蕭子良攸弓矢，垣墉中樞治。

箱易輜攸畏，屬耳垣墉具膳。

飯適口充腸飽，饌宰飢厭糟。

飯適口充腸飽，饌宰飢厭糟。

糠親戚故舊老少異，糧妾御績。

糠親戚故舊老少異，糧妾御績。

紵侍巾帷房，紵扇員。

紵侍巾帷房，紵扇員。

煌晝眠夕寐，藍笋象床弦歌酒。

煌晝眠夕寐，藍笋象床弦歌酒。

滿接杯舉觴，矯手頓足悅豫旦。

滿接杯舉觴，矯手頓足悅豫旦。

康嬭後嗣續，祭祀常祚。

康嬭後嗣續，祭祀常祚。

再拜悚懼
 反惶
 指抹
 曾面
 啟
 容
 洋
 歌
 培
 相
 以
 執
 起
 以
 涼
 雅
 雅
 犢
 特
 詠
 躍
 超
 驥
 躍
 斬
 賊
 盜
 捕
 獲
 叛
 亡
 布
 射
 遼
 丸
 稽
 琴
 阮
 嘯
 恬
 筆
 倫
 紙
 鈞
 巧
 任
 鈞
 釋
 紛
 利
 俗
 並
 皆
 佳
 妙
 毛
 施
 淑
 姿
 工
 麗
 妍
 笑
 年
 矢